

เรื่อง
สาย
สาร



อมร มาลีลา

เดินสายตรง

โครงการอบรมพัฒนาจิต
ครูผู้สอนวิชาพระพุทธศาสนา
เขตการศึกษา ๑๑
ณ วัดวะภูแก้ว จ. นครราชสีมา
๒๕ เมษายน ๒๕๔๓

วันนี้เราจะคุยกันเรื่อง “เดินสายตรง”

ทำไมเราถึงตั้งชื่อว่า “เดินสายตรง” ก็เพราะเวลาที่เรากำลังตั้งใจมาปฏิบัติขัดเกลาจิตใจ เราก็ตั้งใจกันว่า จะมาปฏิบัติเพื่อให้ใจของเราไม่กำลั่ง มีทิศทางที่ถูกต้อง แต่ใจปกติที่ยังไม่ได้ฝึก ไม่ได้ปฏิบัติ ก็จะเชื่อตามกิเลส เหมือนที่ท่านอาจารย์พระมหาบัว ท่านเทศน์เสมอว่า อวิชชาคือความผ่องใสอย่างยิ่ง

เราไปเข้าใจกันเอาเองว่า อวิชชาคือความหลง ความไม่รู้ ผู้หลง ผู้ไม่รู้ ย่อมต้องเป็นคนเช่อกคนพูดจากันไม่รู้เรื่อง แล้วทำไมท่านอาจารย์ท่านถึงเปรียบเทียบว่า อวิชชาคือความผ่องใสอย่างยิ่ง

มันเป็นอย่างนี้ เวลาที่เราไม่รู้อะไร เราจะไป
หลงเห็นผิดทิศผิดทาง อวิชชา นั้นไม่ใช่จะหลุดจากกัน
ไม่รู้เรื่อง แต่มันพาให้เราไปมีเหตุผลไปในทางที่ผิด
เป็นต้นว่า ที่มาปฏิบัตินี้ เรามาปฏิบัติเพื่อให้ใจมี
เมตตา กรุณา ปกติคนเราเมื่อทำอะไรผิด ถูกใคร
ทักท้วง แทนที่จะรับฟังเพื่อแก้ไขปรับปรุงตัวเอง
กลับขุ่นเคืองไม่พอใจ ถือโกรธ

ท่านผู้รู้สอนว่า เมื่อเห็นเขาทำผิดตรงนี้ ต้อง
อธิบายกันตรงนี้ทันที จะได้แก้ไขให้แล้วกัน จบกัน
ไป ยกใจกลับคืนมาเป็นปัจจุบัน เราก็ว่าเราปฏิบัติ
ตามนะ ครั้นลูกศิษย์เราทำผิด เรารู้ว่าเราจะต้อง
เรียกเขามาดู มาตักเตือน เพราะเป็นหน้าที่ของเรา

เรารู้ว่าถ้าไม่อธิบายให้เขารู้ เขาก็จะยึดผิดๆ
อยู่อย่างนี้ แต่อวิชชา มันฝังไส้อย่างยิ่ง ถ้าเราไปดู
เขา หรือไปลงโทษเขา เขาจะโกรธ จะเกลียดเรา
ใจของเราที่ตัวตนยังมี อัตตายังมี ไม่ได้ใช้เมตตา
อย่างพระพุทธเจ้า แต่ใช้สวาททางเพื่อให้เขารักเรา
เป็นส่วนบุคคล เป็นเสน่ห์หา จึงเอาเหตุผลผิดๆ มา
บิดเบือนคำสอนของท่านไปตามอวิชชาที่ครอบงำใจว่า

พระพุทธเจ้าตรัสไว้แล้ว คนเราต้องมีเมตตาต่อกัน ..จะไปดู ไปว่าอะไรกัน เพราะฉะนั้น ช่างเถอะ ..

ความจริงเราไม่ได้เมตตาเขา

ถ้าเมตตาอย่างพระพุทธเจ้าทรงสอน คือ ถ้าเห็นเขากำลังเดินไปทางผิด เราต้องช่วยเขา ต้องชี้ให้เขามาถูกทาง เราดูเขาด้วยความรักความหวังดี ไม่ใช่ดูด้วยความโกรธแค้นว่า บอกก็หนๆ แล้วก็ยังดื้อ เพราะฉะนั้นปล่อยให้ไปตกเหวตกบ่อแข่งขาหักเสียบ้าง คราวนี้จะได้จำ

ตรงนั้น เราดูเขา ไม่ใช่ดูด้วยเมตตา แต่ดูด้วยความสะใจ ด้วยเจตนาที่เป็นกิเลส

เวลาที่ใจไม่รู้เท่าทัน เรานึกว่าเราปฏิบัติ แต่ที่แท้ก็ปฏิบัติกิเลสอีกนั่นแหละ

เวลาที่เราไม่รู้เท่าทัน เรานึกว่าเรากำลังทำความดี แต่ที่แท้แล้วไม่ใช่ เราถูกกิเลสเอาธัมมะมาย้อมให้เราแปลผิดทิศ

เหมือนเรื่องที่เราถึงครั้งพระพุทธเจ้าทรงปลงอายุสังขาร ในวันมาฆบูชาก่อนปรินิพพาน ท่านตรัสในที่ประชุมสงฆ์ว่า ๓ เดือนจากนี้ไป ตถาคตจะ

ละสังขาร คือจะปรินิพพาน พญามารก็ไม่แน่ใจ วัน
หนึ่งจึงมาเยี่ยมเยียนพระพุทธเจ้า แล้วทูลถาม ..ได้
ยินว่าพระโคตมจะละสังขาร แล้วท่านจะเอาใครขึ้น
เป็นศาสดาแทน.. พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า พระธรรม
พระวินัย จะเป็นศาสดาแทนเรา

พญามารก็รีนเริงบันเทิง ประกาศว่าคราวนี้
แหละ พุทธศาสนาจะไม่เหลืออะไร เพราะพญามาร
จะส่งลูกศิษย์พญามารมาโกนหัว ห่มผ้าเหลืองเป็น
พระสงฆ์ แต่ถึงเวลาปฏิบัติ แทนที่จะปฏิบัติตามคำ
สั่งสอนของพระพุทธองค์ ก็จะปฏิบัติตามคำสั่งสอน
ของพญามาร

ครั้งแรกที่ได้ฟัง ดิฉันก็สงสัยว่า จะเป็นไปได้
อย่างไร อันที่จริงไม่ใช่พญามารส่งลูกศิษย์มา
บวชหรอก ใจของเราทุกคนเป็นลูกศิษย์พญามารอยู่
แล้วโดยไม่รู้ตัว เพราะถ้าเราไม่มีวิชาติดอยู่ในใจ
ของเรา ไม่มีอุปาทานติดอยู่ในใจของเรา เราไม่มา
เวียนว่ายตายเกิดกันอยู่อย่างนี้

ท่านอาจารย์สิงห์ทองบอก ที่เรามาเกิด มีรูป
ร่างกายนั่งกันอยู่แต่ละคนอย่างนี้ ก็เพราะใจของเรา

ตกเป็นข้าทาสบริวารพญามารมาแต่ไหนแต่ไร บัดนี้
เราเริ่มเห็นมรรค เริ่มตื่นจากละเมอแล้ว แต่เรายัง
ไม่ได้ฝึกเดินไปตามทางให้ถูกต้อง ก็เลยยังเดินหน้า
ถอยหลังอยู่

ประเดี๋ยวจ้ ว่าจะไปทางด่วนแหละ แต่ก็หลง
เข้าวงแหวน แล้วไม่ใช่หลงเข้าวงแหวนแล้วจะรีบ
กลับมาเข้าทางด่วน เลยต่อไปอีกวงแหวนหนึ่ง ต่อ
ไปอีกวงแหวนหนึ่ง ต่อไปเรื่อย .. เรื่อย เผลอสติ
รื่นเริงบันเทิงไปเรื่อย เพราะฉะนั้น พญามารไม่ต้อง
ส่งลูกศิษย์มาหรรอก เราทุกคนล้วนเป็นลูกศิษย์พญา
มารกันโดยไม่รู้ตัว

เราก็คว่าเรามาปฏิบัติ ภาคภูมิใจ แต่ก่อนนั้น
เรารู้ว่าเรายังไม่ได้ปฏิบัติ เพราะฉะนั้น ใครพูดอะไร
เราก็ค .. จึงจกทักยังต้องฟัง นี้คนพูดทั้งคน เปิดหูฟัง
เสียหน่อย แต่เดี๋ยวนี ฉันทปฏิบัติแล้ว คนที่มาท้วง
ติงนี้มีแต่อิจฉาฉันททั้งนั้น ถูกพญามารเสี้ยมสอนไป
เรื่อย จึงกลายเป็นว่า เราก็คมาปฏิบัติกันทั้งนั้น แต่
ประเดี๋ยวจ้ ก็หลงเข้าวงแหวนอีกแล้ว

ทำอย่างไรเราถึงจะแน่ใจว่า เราเดินแล้ว เรา
มีสัมมาสติที่จะจ้างเส้นรอบวงของวงกลมให้เคลื่อน
แล้วก็ตรงเป็นมรรค เพราะเมื่อใดที่เปลอสตินิดหนึ่ง
วงกลม ซึ่งมีปกติโค้งอยู่เป็นเส้นรอบวง จะหุบกลับเป็น
วงกลม เป็นวงวน เป็นสังสารวัฏใหม่

เราก็มองว่าเราเดิน แต่ว่าตอนแรกนั้นมีสติซึ่งอยู่
เป็นมรรค ก็มีจุดตั้งต้นจุดสุดท้าย พอเปลอสตินิด
หนึ่ง มรรคหุบกลับเข้ามาเป็นวงกลม ตกลงเราก็หมด
ไต่ขอบกระดิ่งอีกแล้ว

ทางตรงเส้นนี้แหละ ถึงได้แสนกลนัก เรา
ว่าเราตั้งต้นเดินบนทางสายตรง ดี ดี ดี เดินไปๆ
เปลอสตินิดเดียว ปรากฏว่ากลายเป็นทางที่หาจุด
ตั้งต้นกับจุดจบไม่ได้อีกแล้ว เพราะมันมาวนติดกัน
ใหม่ไม่ทันรู้ตัว แล้วเราก็ไม่ได้เฉลียวใจ

เราก็นับ เดินมาตั้ง ๑ วัน ๒ วัน ..๑ เดือน
๒ เดือน .. ปีหนึ่งแล้ว ยิ่งเดินมากกลับยิ่งแย่ใหญ่
เลย ตรงนี้เราถึงต้องหาอะไรที่จะคอยเตือนตัวเรา
เอาไว้ว่า อย่าเปลอสติ แล้วอย่าไปเข้าใจว่า กิเลสจะ
ชักพาเราว่า อย่าปฏิบัติเลย ไปเที่ยวไปรื่นเริงบันเทิง

ไปทำอะไรที่ผิดศีลผิดธรรม

ไม่ใช่ กิเลสก็มาปฏิบัติกับเรา แต่กิเลสพาปฏิบัติด้วยวิธีที่ไม่ถูกไม่ชอบ เป็นต้นว่า เราบอกเราว่า การปฏิบัติไม่จำเป็นต้องทำเฉพาะเมื่อขัดสมาธิ ทำท่าหนึ่งสมาธิ ไม่จำเป็นต้องทำท่าเดินจงกรม ยกอย่าง เหยียบบ จะเดินไปไหน เมื่อไร ในที่ทำงานหรือที่บ้าน ถ้าเรามีสติ เอาใจไปเดินด้วย ทุกก้าวเดินของเราเอาสติไว้กับอริยาบถที่เคลื่อนเดินไป ก็ถือเป็นการปฏิบัติแล้ว

กิเลสก็มาพาเราให้เพลินสติ ตัวก็เดินไป แต่ใจมันขาดสายไปไหนก็ไม่รู้ เวลานั่งสมาธิแทนที่จะคอยเอาสติผูกเราไว้กับคำบริกรรมหรือวัตถุที่ใช้เป็นองค์กสิณ เราก็เพลินตกภวังค์หลับใน

แม้เราจะนั่งอยู่ได้เป็นชั่วโมง ดิ้นขึ้นมาใครถามฉันนั่งได้ตั้ง ๓ ชั่วโมง แต่ปรากฏว่าหลับสบายมาก ครั้นมีปัญหาอะไรเกิดขึ้น แทนที่สติซึ่งเป็นพื้นฐานเป็นกุญแจสำคัญ จะพาให้เมื่อปัญหาเกิดขึ้นปุ๊บ เราจดจ่อหายใจลึกๆ ตั้งใจฟังปัญหานั้น เพื่อข้อมูลที่เข้ามาจะทำให้เราฉุกใจ กรึ๊กขึ้น อ้อ.. อย่างนี้สิ

เหมือนเรากำลังเอาผ้าถุงแบ้งมาเลาะตะเข็บด้ายที่เย็บ
ริมไว้ ถ้าเราดึงด้ายถุงเส้น กระตุก ก็จะพริตเดียว
หลุดตลอดแนวเลย ถุงผ้าก็คลี่ออกมาเป็นผืนกว้าง

ถ้ากระตุกผิดเส้น พอกระตุกเข้า เลยกลาย
เป็นเงื่อนปมติดแน่น เราก็เอากรรไกรมาเลาะ แต่
ด้วยความที่ใจเริ่มหงุดหงิดแล้ว แทนที่จะตัดปม เรา
เลยตัดเอาเนื้อผ้าเข้าไปด้วย การปฏิบัติของเราแทน
ที่จะเป็นปฏิบัติทางสายตรง ทางสายกลาง ก็เลย
ปฏิบัติแล้วกลายเป็นหลุดเข้าวงแหวนๆๆ ที่ว่ากิเลส
มาปฏิบัติ มันเป็นอย่างนี้

เมื่อเราเห็นชัดอย่างนี้ ก็มาดูสิว่า แล้วเราจะ
ตั้งหลักของเรา แล้วเราจะคอยทดสอบเราอยู่เรื่อยๆ
อย่างไร

เริ่มต้นอย่าไปคิดว่า กลับไปนี่จะต้องหาเวลา
ให้ได้วันหนึ่งกี่ชั่วโมงดี ดีเสียว่า ๒ ชั่วโมง ตื่นนอน
เข้าชั่วโมงหนึ่ง ก่อนนอนอีกชั่วโมงหนึ่ง นั่งปฏิบัติ
ให้ได้อย่างอยู่บนวาระกฎแก้ว อย่าไปตั้งใจอย่างนั้น

ถ้าตั้งใจอย่างนั้น จะได้แต่ความหงุดหงิด
แล้วเลยไม่ได้เรื่อง ให้เราตั้งใจไว้ว่า สัมมตาดีน

นอนขึ้นมา นี่คือการปฏิบัติของเราตลอดเวลา เรา
ตั้งเป้าไว้ว่า ให้เรามีสติอยู่กับใจ ขณะทำงานก็เอา
สติอยู่กับงานของเรา โดยเอาตัวงานเป็นคำบริกรรม
กำลังอยู่ในห้องสอน ก็เอาสติมาจดจ่อกับสิ่งที่พูดที่
สอนว่าเรากำลังพูดถึงเรื่องนี่ๆๆ แล้วนะ ต่อไป
จะพูดอะไร จะขมวดสรุปอย่างไร เอาสติอยู่กับเรื่อง
นั้นๆ

ถ้าลูกศิษย์มาซักถาม ก็เอาสติจดจ่อกับ
คำถามเหล่านั้น เพื่อว่าเราจะเรียบเรียงอย่างไร
อธิบายกับเขาอย่างไรให้เข้าใจง่าย กระฉ่าง ชัดเจน

กำลังทำงานบ้าน ก็เอาใจไปไว้ตรงนั้น เพราะ
มรรคหยาบ หมายถึง งานการทางโลกที่เราทำ จัด
เป็นตัวอย่าง เป็นแบบฝึกหัดให้เราสร้างนิสัย เพื่อ
เข้าสู่การปฏิบัติ คือ มรรคละเอียดของเราได้

ท่านอาจารย์ยกตัวอย่างว่า ถ้าที่วัดมีงาน
เช่น มีทอดกฐิน ทอดผ้าป่า หรือมีงานอะไร เป็น
หน้าที่ที่พระทั้งหลายในวัด รวมทั้งแม่ชีและฆราวา
สที่ไปปฏิบัติ จะต้องมาช่วยกันรับผิดชอบ ดูแล
รับรองผู้มาในงานบุญเหล่านี้

เมื่อทราบว่าจะมีงาน ใครรีบมาบอกหมู่เพื่อน
ว่า ขอโทษทีนะ วันนี้ฉันจะอดข้าว จะเร่งความเพียร
เพราะฉะนั้น ก็เป็นอันว่าได้รับการยกเว้น ไม่ต้อง
ออกมาช่วยงานโยธา อย่างนี้ท่านอาจารย์อธิบายว่า
มรรคหยาบสื่อให้เห็น เราเป็นคนเห็นแก่ตัว คนอื่น
เขาเหนื่อยยากกัน เราจัดแจงหลบไปเข้าถ้ำ หรือหนี
ไปซุกรูอยู่ ทำกิริยาว่าฉันเร่งความเพียร แต่จริงๆ
ใจอาจจะฟุ้งซ่าน ไม่ได้ความเพียรอะไรเลยก็เป็นได้
แต่เพราะฉันไม่อยากจะออกมาช่วยทำงานโยธา

ท่านบอกถ้าเราเป็นคนอย่างนี้ เมื่อมาปฏิบัติ
ธรรมจริงๆ มรรคหยาบของเราก็จะมาเป็นแรงขับ
เคลื่อน ให้พอจะปฏิบัติ ก็ไม่อันได้ปฏิบัติ

ท่านจึงบอกเราไม่ต้องไปเสียดาย หรือไป
คร่ำครวญว่า กรรมเวรอะไรของฉัน ทำไมฉันถึงมี
งานหนักหนากว่าคนอื่น ทำไมลูกเต้าถึงมะรุมมะตุ้ม
กวนกันอย่างนี้ คนที่บ้านก็ไม่เห็นใจกันบ้าง กำลัง
จะนั่งภาวนาก็เปิดวิทยุเสียงดัง อย่าไปคิดอย่างนั้น

หลักของการปฏิบัติ คือ เราจะไปแก้ไขโลกนี้
ไม่ได้ โลกนี้เป็นสมมุติ มีธรรมดาพร่องอยู่เนื่องนิจ

เดี๋ยวก็บ้าง บอๆ บิดๆ เบี้ยวๆ ถ้าเรามัวเสียเวลา
ไปบนโลกนี้ให้เป็นอย่างกิเลสเรา เราตายเปล่า แล้ว
เราก็ทุกข์ด้วย

ให้เรานึกอย่างนี้ว่า โลกสมมุตินี้ก็จะเป็นไปตาม
ไตรลักษณ์ เดี่ยวนี้ก็ดูดีอยู่ ดีเกิดขึ้น ดีตั้งอยู่ ดีแปร
เปลี่ยนไปกลายเป็นชั่ว ขณะนี้ก็ถูกกิเลสเรา แต่อีก
ประเดี๋ยวก็ผิดกิเลสเรา

ทำอย่างไรเราถึงจะปรับใจของเราให้มีภูมิคุ้ม
กัน เมื่ออะไรผิดกิเลสเรา ให้รู้ว่าเราไม่ชอบ สักแต่
ไม่ชอบ แล้วก็จบแค่นั้น ไม่ต้องไปหงุดหงิดต่อ ไม่
ต้องไปแต่งเติมเสริมเพิ่ม ไปทะเลาะให้ชุนเคืองใจ

แต่ให้คิดว่า เมื่อเราจำเป็นต้องอยู่ในโลกนี้
แล้วปฏิบัติภารกิจของเรา ทำอย่างไร เราถึงจะปรับ
ใจให้มีน้ำمانหล่อลื่นพอเพียง ที่เครื่องยนต์ของเรา
จะพาเราไป โดยที่ใจไม่เกิดการเสียดสีเป็นแรงเสียด
ทาน จนเกิดความร้อนรุ่ม ต้องกัดฟันทน จนทนไม่
ได้ ลูแก่โทสะออกไป

ถ้าเอาสติความระลึกรู้จذจ้อดูเหตุที่เกิดขึ้น
..ผัสสะที่มากระทบใจเรา บางทีก็ไม่ใช่เหตุจริงจัง

แต่เพราะเราไม่มีปัญญาเห็นชอบที่จะมองตามเป็นจริง
เราก็เลยเอาอารมณ์ของเรา ความรัก ความชังส่วน
ตัวของเรา ไปตอบรับ แล้วก็แปลความหมายให้
เบียดเบียนตัวเอง

แต่กาย วาจา และใจของเรา ที่มีปฏิกิริยา
ตอบสนองไปตามอารมณ์ตามเงานั้น เป็นการกระทำ
เป็นกรรมของเรา เหมือนเราหว่านเมล็ดพันธุ์ลงไป
เมื่อเมล็ดเหล่านั้นผลิผลงอกขึ้นมา วิชาที่เกิดขึ้นก็
เป็นผลของเรา ตรงนี้โปรดระวังให้ดี

ถ้าจะเดินสายตรง อะไรที่จะหว่านลงไป ขอให้
แน่ใจ มั่นใจว่า เราจัดสรร วิชาคลึงคือปรับเปลี่ยน
จนกระทั่งขยะกลายเป็นปุ๋ยหมักไปแล้ว ถ้าผัสสะมา
ด้วยความแค้นเคืองต่อกัน ก็ให้เราปรับจนกระทั่ง
กลายเป็นอโหสิกรรมเสียก่อน แล้วค่อยลงกาย-
กรรม วชิกรรม มโนกรรมลงไป เพื่อกรรมที่กระทำ
นั้นจะได้เป็นกุศลกรรม

เมื่ออะไรที่กระทำลงไป.. เม็ดพันธุ์ที่หว่าน
เป็นแต่กุศลกรรมทั้งนั้น เราก็ไม่ต้องห่วงอนาคต
หากใจเกิดกังวลขึ้นมา .. ต่อไปข้างหน้าจะเป็น

อย่างไรบ้าง จะทุกข์ยาก เจ็บไข้ได้ป่วย เป็นมะเร็ง
หรือเปล่า จะมีใครมาดูแลไหม

เราก็บอกกับตัวเองว่า ทุกๆ ขณะ เท่าที่เรามี
สติสัมปชัญญะระลึกได้ เราทำแต่สิ่งที่เป็นกุศล ของ
ทุกอย่างมาแต่เหตุ พระพุทธเจ้าตรัสสอนเรื่องกฎ
แห่งกรรมไว้ เพราะฉะนั้น เมื่อเราหว่านแต่เหตุที่
เป็นกุศล วิบากที่จะได้รับก็ต้องเป็นกุศลวิบาก จะดี
มากดีน้อย เหมือนนกกวางวัล จะรางวัลที่ ๑ หรือ
รางวัลที่ ๕ ก็ดีทั้งนั้น เราจะกังวลไปทำไม

ใจก็จะกลับมาเป็นใจปัจจุบันได้ ข้อมูลอะไร
ที่มากกระทบแต่ละเวลานาที เราก็จะรับด้วยสติ-
สัมปชัญญะปัญญา ใจของเราก็จะเป็นใจที่สงบ เป็น
ใจที่ไม่มีนิเวศน์มากลุ้มร่ม เราก็อยู่กับความเป็นจริง
คุณภาพของใจค่อยๆ อิ่มเต็มขึ้นมา

ไม่อย่างนั้นสภาพของใจจะพร่อง เป็นใจที่
โหยแห้ง ริวซึม ทั้งๆ เรากำลังเบิกบาน แต่ในความ
เบิกบานนั้น ก็มีความกังวลอยู่ว่า ความชื่นใจ ความ
ดีงามที่กำลังเป็นอยู่นี้ จะอยู่ไปได้ตลอดวันนี้ พรุ่งนี้
มะรืนนี้ หรือเดี๋ยวจะเกิดเหตุอะไรร้ายขึ้นมา คือ ดี

ก็เสียดาย ก็กลัว เดียวใครจะมาแย่งเอาไป หรือ
พลิกหายไป ใจก็เลยอับเฉา

ผัสสะดีก็ไม่ใช่อาหารที่มีคุณค่าเต็มที่ เพราะ
ยังทำให้ใจของเรากังวล โลก ห่วงหวงว่า สภาพดี ๆ
นั้นจะไม่เป็นอยู่นานเท่าที่เรารปรารถนา ครั้นไม่ดี
ใจก็ท้อแท้

มีสุภาพสตรีท่านหนึ่งเป็นมะเร็ง ท่านก็หมด
กำลังใจ เมื่อมีอาการปวดตรงนั้น เจ็บตรงนี้ ไม่
เป็นดังใจ ท่านเอาแต่คร่ำครวญ ใครแนะนำให้ทำ
อะไร ก็จะประท้วงว่า ท่านเป็นคนดีมาตลอดชีวิต
เสียสละ ทำโน่น ทำนี่ ทำนั่น ทำบุญ ทำทาน คือใจ
ของท่านจดบัญชีทุกอย่างที่ทำเอาไว้ แล้วก็ทวงหนี้
..ฉันดีจนปานฉะนี้แล้วยังต้องมาเป็นมะเร็ง แล้ว
เจ็บจนอย่างนี้ .. ทำไม ทำไม .. อย่างนี้จะเรียกว่า
ทำดีแล้วได้ดีอย่างไร

ดิฉันก็อธิบายว่า ทำไมคุณไม่คิดบ้างว่า ถ้า
คุณทำดีแล้วคุณได้ผลดีหมด คุณเหลือing แล้วจะกลายเป็นคนหนักไม่เอาเบาไม่สู้ ที่คุณประท้วงว่า คุณทำ
แต่ความดีทั้งนั้นนะ คุณจำได้ทุกอย่างในอดีตของ

คุณหรือ ไม่ต้องอดีตไกลหรอก เราคุยกันตอนบ่าย
เมื่อกกลางวันนี่ละ คุณกินข้าวก็คำถึงอิม หรือแม่
กระทั่งคุณกินข้าวกับอะไร คุณก็จำไม่ได้แล้ว

ดิฉันเองถ้ามีคนใช้หนักหลายๆ คน กินข้าว
กลางวันเสร็จ กลับมาถึงหอคนใช้เพื่อจะเปลี่ยนให้
พยาบาลหัวหน้าตึกไปกินข้าวบ้าง หากมีอะไรจะได้
ไม่ต้องห่วง พอคุณพยาบาลถาม ..หมอ วันนี้มีผัด
หรือมีแกง.. เราก็ตักกินอยู่นะ แต่มันผัดหรือมัน
แกงละ ไม่ได้มีสติที่จะระลึกนึกออก พอลงนั่งได้ ก็
ตักใส่ปาก รีบๆ เคี้ยว กลืน ก็รู้ว่า เออ วันนี้กับข้าว
รสชาติไม่เลว แต่ระลึกไม่ได้ว่าผัดหรือแกง

ตักเข้าปากไป ใจก็นึก .. คนใช้เพียงนั้น เดี่ยว
น้ำเกลือหมด เราจะต้องไปต่อน้ำเกลืออีกขวด หรือ
ว่า เติงนี่ถอดเข็มออกได้ คือใจไม่ได้อยู่กับการกิน
ไม่ต่างอะไรกับรถผสมปูนซีเมนต์ที่มีลูกไม่อยู่ข้างบน
คนก็เอากรวด เอาทราย เอาปูนซีเมนต์ เอาน้ำใส่
เข้าไป เครื่องก็หมุนให้ส่วนผสมเหล่านั้นคลุกเคล้า
เข้ากัน แล้วก็เอาไปใช้งาน

พอหนังห้องเราเริ่มตึงเข้าก็ เออ.. อืมแล้วๆ
เอาน้ำกรอกลงไป ก็กลับมาหอกคนไข้ ชีวิตเราถึงไร้
คุณภาพ ไม่รู้เดินทางสายอะไรกันแน่ ปากก็ประกาศ
ว่า ฉันเป็นคนมีสติสัมปชัญญะบริบูรณ์ อย่ามาว่า
อะไรฉันทีเดียวเชียวนะ โกรธอีกแน่ะ

มันเป็นกันอย่างนี้ เบียดเบียนตัวเอง ชวนตัว
เองถลอกปอกเปิกอยู่ตลอดเวลา ครั้นใครพูดเพื่อชี้
ให้เราเห็นที่บกพร่อง โกรธเขาอีก อย่าพูด ..หยุดนะ
ฉันกำลังรักษาใจฉันอยู่ แต่ไม่รู้ว่าจะรักษาเอาไว้ได้
หรือไปถึงไหนแล้วก็ไม่รู้

เมื่อเริ่มเห็นอย่างนี้ เราจะได้เข้าใจว่า การ
เดินสายตรง คือไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น จะพายุฝนตก
จะแดดออก จะฟ้าแจ่มใส ลมพัดสบายๆ เราต้องมี
สติสัมปชัญญะอยู่กับใจ แรกเริ่มฝึก เมื่อมีสติ ให้
เตือนตัวเองว่าอย่าโลภมาก เอาเป็นว่าตอนแรกเรา
นั่งขัดสมาธิอยู่ ก็รู้ว่าเรานั่งขัดสมาธิ

..อืม ชักเมื่อยแล้วนะ

พระท่านบอกไว้ว่า ความจริงร่างกายเรานี้จะ
ก่อนทุกข์นะ ที่เราสบายๆ อยู่ได้ เพราะอิริยาบถ
บดบังทุกข์ไว้ นีมันเริ่มแล้วละ เรานิ่งนานเกินไป ..
นี่เรากำลังจะขยับนะ เปลี่ยนเอาขาขวาขึ้นมาทับขา
ซ้าย เมื่อกี้เราขาขวาอยู่ข้างล่าง มันเมื่อย คุณะ
อิริยาบถบดบังทุกข์จริงไหม ใช่จริงๆ ขยับจะพลิก
ยังไม่ทันเสร็จเลย สบายแล้ว

ถ้าความเจ็บปวดมีตัวมีตนเหมือนอย่างกับ
โรคความดันสูง ถ้าไม่กินยาลดความดัน จะพลิก
ยังไงความดันก็ไม่ลง กินยาแก้ปวดก็สบายเนื้อสบาย
ตัวไปได้ประเดี๋ยวเดียว แต่ความดันก็ยังสูงอยู่อย่าง
นั้น เกิดดีใจเสียใจสุดขีด เส้นเลือดก็แตกโพละไปได้

เราฝึกใจให้น้อมสิ่งรอบๆ กายที่มากกระทบ
นำประสบการณ์เหล่านั้นมาพิจารณาให้เป็นธัมมะ
สอนใจ จะเป็นไตรลักษณ์ก็ได้ เป็นกฎแห่งกรรม
ก็ได้ หรืออะไรก็ได้ ที่คิดแล้วใจเราเห็นเป็นเหตุผล
เกิดสติปัญญา ใจที่กระเพื่อมขึ้น กระเพื่อมลง ว่ารุ่น
ไปคว้าวอดีต คว้าวอนาคต กลับมารู้อยู่กับปัจจุบัน
จดจ่อมุ่งคิดหาทางแก้ปัญหาลให้ลุล่วงไป อันนี้ถือว่า

เรากำลังอยู่บนทางสายตรงคือมรรค หนทางที่จะ
ไปสู่ความสิ้นปัญหา

ถ้าคอยระมัดระวังอย่างนี้อยู่ทุกเวลานาทีที่
เราลืมตาตื่นอยู่ แน่ใจของเราจะต้องงอกงาม
ขึ้น งอกงามขึ้นด้วยสติ ความระลึกจะเฉียบคมขึ้น
ไม่อย่างนั้น เราก็ว่าเรามีสติๆ เหมือนดิฉันถือกุญแจ
รถ กำลังจะออกจากบ้าน พอตีมีเด็กมาเอาของ ก็
เอากุญแจวางลง เพื่อไปหยิบของให้เขา พอหยิบให้
เขาเสร็จเรียบร้อย มองหากุญแจ ..เอ.. เราเอา
กุญแจวางไว้ตรงไหนนะ เมื่อวางก็ว่ามีสติรู้ตัวอยู่
ทำไมมันลบหายไปหมดเลย ความจำเสื่อมเล่นงาน
เอาแล้ว

นี่ก็อยู่นั้นแหละ ก็รู้ว่าเอากุญแจวางไว้ แต่
วางตรงไหนล่ะ วางบนโต๊ะ.. บนเก้าอี้.. วางที่ตรง
ไหนนะ ก็เดินหมุนอยู่ตรงอาณาบริเวณที่จำได้ว่า
เรากำลังจะไปขึ้นรถแล้วเด็กมาบอกว่าเอาของ

จริงๆ กุญแจก็อยู่ตรงนั้นแหละ แต่ถ้าใจเรา
กำลังรีบร้อน ตามองไม่เห็นหรอก แต่ถ้าเราปลงใจ
ว่า หากุญแจไม่พบ วันนี้ก็เดินไปธุระแล้วกัน เมื่อ

ครั้งแรกๆ ก็จะระลึกได้เป็นช่วงเป็นตอนอย่าง
นี้ เมื่อเราฝึกต่อไปจนคล่องแคล่วขึ้น สติ..ความ
ระลึกฐานี้ จะพัฒนาไปเป็นสัมปชัญญะ ทำให้ระลึกได้
อย่างรู้ตัวทั่วพร้อม เรานั่งๆ อยู่ รู้สึกปวดท้องจะไป
ฉี่เสียหน่อย เราก็ลุกจะไปห้องน้ำ

ระหว่างทางเกิดไปเจอใคร หรือมีเรื่องอะไร
ทำให้เรายังไปฉี่ไม่ได้ ต้องหยุดเจรจากับเขาจน
เสร็จสรรพเรียบร้อย แล้วยังระลึกได้ว่า ที่ลุกมานี้
เพราะฉันจะไปห้องน้ำ เราก็ไปธุระของเราจนเสร็จ
เรียบร้อย อย่างนี้ท่านเรียกว่ามีสัมปชัญญะ คือรู้ตัว
ทั่วพร้อม

เราตั้งใจจะทำอะไร ถึงแม้ว่าจะถูกคนมาชัก
ใบให้เรือเสีย เราไปทำอะไรอย่างอื่นที่เป็นงานจร
งานรีบด่วน พอเสร็จเรียบร้อยแล้ว เราก็ยังจำวัตถุประสงค์
เดิมของเราได้ ก็ยังกลับไปจัดการจนเสร็จ
ตามที่ตั้งใจไว้

ไม่ใช่ว่า เสร็จกับเขาแล้ว เราก็เดินหมุน .. ที่
ลุกมาไม่ใช่จะมาเรื่องนี้นะ เราจะไปไหนของเรานะ
เฮ้อ..กลับมา นั่ง ก็ยังนึกไม่ออก นั่งไปสักพักท้อง

เริ่มเดือน อ้อ .. จะไปห้องน้ำ แต่พอออกไป ก็ไปเจอเรื่องอื่นอีก ก็เป็นอื่นไปกับเขาอีก บางที ๓ ครั้ง ๔ ครั้ง ก็ยังไม่ถึงห้องน้ำ

ถ้าเราไม่มีสัมปชัญญะ เราจะเป็นคนอย่างนี้ เวลาที่เสียไปกับการวางของแล้วก็หาไม่เจอ ลูกชิ้นจะไปทำธุระแล้วก็ไม่ได้ทำ วันหนึ่งๆ สิ่งเหล่านี้กินเวลาของเราไปไม่รู้เท่าไร แล้วเราก็บ่นว่า งานเราหนักเหลือเกิน น่าจะต้องมีผู้ช่วย น่าจะต้องขึ้นเงินเดือนให้เรา

มีผู้ปฏิบัติธรรมท่านหนึ่ง เป็นสมุห์บัญชีที่บริษัทแห่งหนึ่ง ท่านไปบ่นกับเจ้านายอย่างที่เราเล่า เจ้านายก็เอ็ดตะโรว่า เหลวไหล เวลาจะทำงานก็มัวแต่ไปคุยกับคนโน้น ไปคุยกับคนนี้ ถ้าตั้งใจทำจริงๆ งานเสร็จก่อนเลิกงานตั้งชั่วโมง ๒ ชั่วโมง ท่านก็ไม่ยอมเชื่อ

ต่อมาเพื่อนพาท่านมาปฏิบัติที่วัดท่านพระอาจารย์สิงห์ทอง ท่านก็ตั้งใจ พอถึงคืนวันศุกร์ ถ้าไม่มีงานพิเศษ ท่านก็ขึ้นรถทัวร์ไปวัด คืนวันอาทิตย์

ก็กลับกรุงเทพฯ เมื่อปฏิบัติไป สติของท่านเริ่มอยู่กับตัวมากขึ้น เวลาทำบัญชี หากมีคนมาคุยหรือมีธุระกับท่าน ท่านก็จะรู้ว่าท่านหยุดอยู่ตรงไหน หรือท่านจดตัวเลขของท่านไว้ แล้วเมื่อมาทำต่อ ก็ต่อได้ไม่ผิดไม่พลาด

ท่านพบว่า งานที่ไปบ่นกับเจ้านายว่าหนักหนาสาหัสนั้น บางวันก็เสร็จตั้งแต่บ่าย ๒ โมง หรือ ๓ โมง คือมีเวลาว่างก่อนเลิกงานจริงอย่างที่เจ้านายว่า

ท่านจึงเริ่มเข้าใจว่า ถ้าเราไม่คอยจดจ่อสติไว้กับใจ ปากก็ว่าเดินสายตรงแล้ว มีสติว่างวิญญวนให้คลี้ออกเป็นมรรคแล้ว เพลอสติกระพริบตาเดียว มรรคหุบเข้ามาเป็นขอบกระดิ่งใหม่ เราก็ไม่รู้

เวลาที่เสียไปจากสลิ้มไอ้โน่น หลงไอ้นี้ ก็มากินชีวิตเราไปเปล่าๆ ทำให้เราสาระส่าระสาย เป็นกังวล เป็นนิวรรณ์ ตรงที่เป็นกังวลเป็นนิวรรณ์เหล่านี้ ไม่ได้เพียงแต่กลืนกินเวลาไปเปล่าๆ บางที มีเหตุการณ์เกิดขึ้นในระหว่างนั้น แต่ใจที่ถูกนิวรรณ์กลุ้มรุม เราเหมือนคนละเมอ

เราก็ลืมตาพูดกับเขา รับคำกับเขาเป็นอันดี เป็นมันเป็นเหมาะ แต่จริงๆ เราไม่ได้บันทึกลงไป ในความรับรู้รับทราบของเรา พอถึงวันเวลานัดที่เรา จะต้องทำเรื่องนั้นๆ เราก็ไม่ทำเสียเฉยๆ หนี้สิน ของเราก็เพิ่มเป็นดินพอกหางหมูขึ้นมาเรื่อยๆ

ถ้าเราจะสงสัยว่า ทำไมชีวิตของเราถึงมีแต่ ปัญหา ก็เพราะว่าเราสร้างปัญหาให้ตัวเอง เวลาที่เราควรจะรับทราบด้วยเอาสติสัมปชัญญะไปรับรู้ ก็ เอาแต่หูของเราไปรับรู้ พยักเพียดกับเขา ให้เขา เข้าใจว่าเรารู้เราเข้าใจแล้ว

คราวหนึ่ง ที่ทำงานเรามีเลขานุการของ หัวหน้าแผนกเป็นฟิลิปปินส์ ที่แต่งงานกับคนไทย ครั้งนั้นหัวหน้าแผนกเป็นฝรั่งมาจากอเมริกา เธอพูด ภาษาฝรั่งได้ดี แต่เธอไม่ได้ติดต่อกับฝรั่งเท่านั้น ต้องติดต่อกับส่วนกลางซึ่งเป็นคนไทยด้วย ความที่ เธอแต่งงานกับคนไทย เธอก็รู้ภาษาไทยดีพอสมควร แต่ตรงไหนที่เธอไม่รู้ เธอก็น่าจะบอกให้เราพูดซ้ำๆ หรือถามให้ชัดว่าที่ฉันแปลอย่างนี้ แปลถูกหรือเปล่า เธอไม่ทำอย่างนั้น แต่จะยิ้มแล้วรับคำว่า ค่ะ .. ค่ะ

หน้าตาเธอก็เหมือนคนไทยมาก ทุกคนที่ไม่รู้ก็คิดว่าเป็นคนไทย ทำงานกันไป เราก็รู้สึกว่าจะทำไมงานบางอย่างที่สั่งให้เธอทำ หรือให้ไปติดต่อกับคนอื่นมันมีเรื่อง บางทีแทบจะเรียกว่าฆ่ากันตายไปแล้ว ตอนหลังถึงรู้ว่าเพราะเธอไม่เข้าใจภาษาไทย

มันก็เหมือนเรา เราเป็นคนไทยแท้ๆ แต่เมื่อไรที่เราละเมอ เราก็เหมือนคุณฟิลิปปีนส์ท่านนั้นล่ะ .. ล่ะ .. แต่ปรากฏว่าไม่รู้ไม่เข้าใจอะไรเลย ดูเหมือนนกแก้วนกขุนทอง นายพูดอะไรนกก็พูดตามได้ แต่นกไม่รู้ว่าที่พูดไป พูดอะไร เพราะนกแก้วนกขุนทองพูดได้สารพัดที่จะสอนให้พูด แต่ถ้าเราไปเอาเรื่องกับนกว่า นี่นะฝากบอกด้วยนะว่าฉันจะออกไปข้างนอก ล่ะ .. ล่ะ .. ล่ะ แต่ปรากฏว่านกก็ไม่บอก นกก็ไม่รู้ นกก็พูดไป แต่ไม่รู้เรื่องที่พูดสักอย่างเดียว

ถ้านำสิ่งที่ประสบพบเห็นมาเปรียบเทียบแล้วทำให้ใจเรารู้เห็นเข้าใจชัดเจน สิ่งนี้จะเตือนเราเมื่อจะเป็นอย่างนั้น สติจะมาเตือนให้เราสะดุดใจเกิดการชะงัก ก็ง่ายขึ้น

ถ้าไม่มีประสบการณ์ให้ใจได้รู้เห็น แม้เราจะ
สั่งตัวเองให้ขึงสติสัมปชัญญะไว้ตลอดเวลา จะท่อง
เอาไว้ .. ขึงสติไว้ตลอดเวลา นะ ทั้งๆ ที่ขณะนั้นเรา
กำลังละเมออยู่ เราก็จะเข้าใจว่า เรากำลังมีสติ-
สัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลาแล้ว คือละเมออย่างคิด
ว่ามีสติสัมปชัญญะ อวิชชาถึงน่ากลัวอย่างนี้ มัน
ไม่ใช่ทำให้เรารู้ ถ้าเรารู้ว่าเราไม่รู้ เราแก้ไขได้

แต่ถ้าเราไม่รู้ว่าเรากำลังไม่รู้ ใครจะมาสอน
เราได้ เขาทักว่า คุณ .. คุณกำลังละเมอ นะ .. โห่
เอ๊ย .. ก็ฉันรู้ว่าฉันไม่ได้ละเมอนี้ นะ ทั้งๆ ที่เราก็ก
กำลังละเมออยู่ มันเป็นอย่างนี้ถึงแก้กันไม่ได้

ตัวดิฉันเองก็เป็น เมื่อสมัยที่ไปปฏิบัติกับท่าน
อาจารย์สิงห์ทอง ท่านอาจารย์ว่าดิฉันเถลไถล ดิฉัน
ก็ว่าตอนนั้นปฏิบัติตลอดเวลาเลย ไม่เคยที่จะเผลอ
เอาสติทิ้งไปไหน แต่ท่านเห็นตรงที่สติเรากระพริบ
.. วิบหายไป เราก็กไม่รู้ว่าเรากระพริบตรงไหน ถ้าจะ
เปรียบเหมือนเราเป็นเด็กเล็กๆ เราก็กู้เท่าที่เด็กเล็กๆ
จะรู้ แต่ท่านเหมือนคนที่จบปริญญาแล้ว เมื่อมอง
เรา ท่านก็สังเวชเราเต็มทน

เราประท้วงเรามีสติ ท่านก็เปรียบเทียบว่า ถ้าพระพุทธเจ้าประทับทอดพระเนตรดิฉันอยู่ ท่านก็จะเห็นดิฉันเป็นเหมือนคนไข้ในโรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา ฟังท่านแล้ว ดิฉันก็นึกไม่ออกจริงๆ ว่า ดิฉันจะนำสงสารเหมือนคนไข้โรคจิตในโรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยาได้ยังไง ก็เรามีสติสัมปชัญญะ เราเป็นหมอเชียวนะ

แต่เมื่อฝึกไปๆ สติของเราเริ่มอยู่กับใจมากขึ้นๆ จึงเข้าใจว่า ท่านอาจารย์มองเรา ท่านก็มองเหมือนเรามองคนไข้ที่โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยาที่เราว่าเรามีสตินั้น มันกระพริบหายไปทีละชั่วโมง สองชั่วโมงแล้วยังไม่รู้ตัว

วันหนึ่งท่านก็ดูดิฉันอย่างนี้ อาจารย์บอกให้ปฏิบัติ ก็ดีแต่นั่งคิดเอาๆ ไม่ปฏิบัติ แล้วจะมาบอกว่าไม่มีผลได้ยังไง ดิฉันก็ประท้วงในใจ ะไรกัน เราปฏิบัติจนตัวโก่งแล้วนะ ปากก็อธิบาย ..ท่านอาจารย์เจ้าคะ เหมือนท่านอาจารย์ให้ดิฉันไปทำงาน แล้วเราจะมาพบกันที่ท้องสนามหลวง ตอนนี้ดิฉันอยู่ถึงบางลำพูแล้วนะเจ้าคะ.. จากบางลำพูมาท้อง

สนามหลวงอีกประเดี๋ยวเดียวก็ถึงไซ้ใหม่ .. ดิฉันก็
ยืนยัน ยังไงๆ ดิฉันไปถึงท้องสนามหลวงก่อนพระ
อาทิตย์ตกด้วยซ้ำไป มีเวลาเหลือเฟือ

ท่านอาจารย์ทำเสียง ..ท้องสนามหลวงเหวอ
..อาจารย์เห็นศิษย์อยู่ถึงเมืองตราดแน่ะ .. หาว่าเรา
เพื่อไปถึงเมืองตราดโน่น .. แล้วไม่ใช่หันหน้าจะกลับ
มากรุงเทพฯ นะ กำลังลุยลงอ่าวไทยไปแล้ว

แปลว่านอกจากจะกะประมาณตัวเองไม่เป็น
แล้ว ทิศทางก็ยังมีผิด แทนที่จะกลับเข้ากรุงเทพฯ
โน่นลงอ่าวไทยไปแล้ว ดิฉันก็นึกในใจอะไรจะปานนั้น
แล้วก็ไม่เห็นที่ผิดของตัวเอง จนท่านอาจารย์เรือบิน
ตกมรณภาพ หลังจากเราพูดกันอย่างนี้ประมาณ ๓
ปี ๓ ปีนี้ไม่เห็นเลย หลงเข้าใจว่า ตัวเองนี่แปลถูก
เคื่องว่าท่านอาจารย์ดูถูกดูหมิ่นเราเกินจริงไป

แต่พอท่านอาจารย์มรณภาพ สติของเราคม
ไวขึ้น เพราะตอนนั้นรู้สึกว่าเป็นลูกกำพร้า ไม่มี
ใครปกป้องคุ้มครองเราแล้ว ตอนพ่ออยู่ก็ไม่ชวน
ขวายหาสมบัติติดตัวไว้ คราวนี้จะเอาตัวรอดใหม่
นี้.. สติก็คมไวตื่นตัวขึ้น

วันหนึ่ง ใจก็เห็นสิ่งที่เราเข้าใจว่ารู้แล้ว แต่ที่จริงยังละเมออยู่ เหมือนเราเดินกำลังจะออกจากบางลำพูไปท้องสนามหลวง แต่ปรากฏว่าเราเกิดมีนหัวหมุนเซซ่ายเซซวา แทนที่จะมุ่งไปท้องสนามหลวง กลับไปทิศตรงข้าม

มันก็สะดุ้งขึ้นมา ที่ท่านอาจารย์ว่าท้องสนามหลวงเหรอ ศิษย์อยู่ที่เมืองตราดนะ.. ใจเกิดความรู้อันมาว่า ใช่ เราอยู่บางลำพูก็จริง แล้วเราตั้งใจจะเดินไปพบกับท่านอาจารย์ที่ท้องสนามหลวง แต่ในความไม่รอบคอบ สติไม่ดี ประเดี้ยวเส้นทางของเรา ก็ม้วนเป็นขอบกระดิ่งเข้ามาอีก แล้วก็วนอยู่บนขอบกระดิ่งอยู่อย่างนั้น หรือบางทีก็หลุดจากขอบกระดิ่งนี้เข้าวงแหวนโน้นต่อไปอีก

แทนที่จะไปท้องสนามหลวง เราก็อาจจะไปอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิแทน มันก็เหมือนตกอ่าวไทยไปนั่นแหละ ดิฉันก็เลยกราบท่านอาจารย์ที่หมอนบอกท่านอาจารย์ ศิษย์เพิ่งเข้าใจเดี๋ยวนี้เอง แล้วไม่ใช่ตกแค่อ่าวไทยนะ โน่นมันไหลทะลุไปถึงมหาสมุทรแอตแลนติกแล้ว

เมื่อเรามีสติ เวลาที่ครูบาอาจารย์เทศน์เรา
อยู่ ท่านพูดคำเดียว เราก็เข้าใจ แปลได้ถูกต้อง
สามารถปิดรูรั่วของเราได้ หนทางของเราก็จะเที่ยง
ตรงขึ้น ขณะไม่รู้ก็ไม่ได้แก้ง ที่ดิฉันเอามายก
ตัวอย่างนี้ ไม่ได้ว่าใครแก้งเถลไถล มันเป็นความ
ไม่รู้ที่ถ้าเราไม่จัดจ่อจนสติสามารถปลุกตัวเองให้
ตื่นขึ้นมาได้ เราก็จะละเมอเพื่อเฟื่องอยู่อย่างนั้น

มันน่ากลัวจริงๆ อวิชชาจะพาให้เราไปผิดทิศ
หลงเข้าป่า ลึกเข้าไป ลึกเข้าไป .. แต่เรากลับภูมิใจ
เชื่อว่าเรากำลังไปถูกทิศทาง ดีที่สุดแล้ว แต่จริงๆ
มันไม่ดี

ธัมมะของพระพุทธองค์สอนให้เรามีตนเป็น
ที่พึ่งแห่งตน พึ่งตัวของเราเอง ไม่ใช่ไปพึ่งภูเขา พึ่ง
ต้นไม้ พึ่งครูบาอาจารย์ หรือไปพึ่งใครๆ ทั้งสิ้น

ครอบครัวนี้ บางทีก็มีเรื่องระหองระแหงกับ
คู่ครอง เพราะไปยึดว่า เขาต้องรักเรา ต้องดีกับเรา
มีนักจิตวิทยาท่านหนึ่งสอนว่า เราไม่ศึกษาธัมมะ
ของพระพุทธเจ้าให้รู้ตามเป็นจริง เราไปคิดเอาว่า
คนที่คู่ครองของเรา เป็นคนใกล้ชิดเรา เราเลือก

ของเรา ต้องรู้ใจเรา แต่นักจิตวิทยาท่านนี้ซึ่งเป็นนักปฏิบัติด้วยอธิบายว่า ความจริงที่พบเห็นนั้นโดยมากไม่ใช่คู่บุญคู่บารมีกันหรอก แต่เป็นคู่ล้างคู่ผลาญมากกว่า

ถ้าเราจงล้างจงผลาญใคร แล้วอยู่คนละมุมเมือง เราจะจงล้างจงผลาญได้สะแกใจไหม แต่ถ้าอยู่บนเตียงเดียวกัน บ้านเดียวกัน ถึงจะมีโอกาสตลอด ๒๔ ชั่วโมงที่จะปฏิบัติการจงล้างจงผลาญกันได้เต็มที่ ได้ทันที สมดังที่ใจคิดเอาไว้

เมื่อดิฉันไปอธิบายอย่างนี้กับบางคู่ที่กำลังมีปัญหา ก็ได้ผลเลย เขาเห็นจริงด้วยว่า ถ้าเป็นคู่ล้างคู่ผลาญกัน เราจะเอาใจไปผูกไปพัน เอาใจไปเป็นเชิงวางให้การกระทำของอีกฝ่ายมา सबเรา เลือดตกยางออกทำไม

พอเขาทำอะไร .. ก็ใช้ นะสิ คนไม่ปรารถนาดีต่อกัน ก็ทำอย่างนี้ได้.. เขาก็ยกใจของเขาขึ้นมาได้ ก็มีมีความสุขได้ ปัญหาที่เคยรู้สึกหนักหน่วง ถ้าเราไม่ไปยึดไม่ไปผูกไม่ไปพันกับเขาแล้ว ใจจะเป็นอิสระได้

เหมือนเวลาเรากำลังจะแกะอะไรสักอย่าง ถ้าเรายกเข้ามาจนชิดตา เรามองไม่เห็นชัด แต่ถ้าถอยห่างออกมาหน่อยแล้วมอง เราก็สามารถเห็นจนแกะแกะได้ถนัดขึ้น

สมัยหนึ่ง อาร์คีเมดีสกล่าวว่า โลกนี้จะใหญ่และจะหนักแค่ไหน ถ้าหาที่นอกโลกให้เขาไปยืนได้แล้ว เขาสามารถใช้คานไปจัดโลกให้เขยื้อนได้ ถึงแรงเขาน้อยๆ อย่างนี้ เขาก็เชื่อว่าเขาเคลื่อนย้ายโลกได้ แต่ถ้าเราอยู่ในโลกหรืออยู่ชิดกับโลกแล้ว เราพยายามยกโลกใส่ป่าเรา เราทำไม่ได้

ข้ออุปมานี้ก็เหมือนอย่างกับว่า เวลาที่เมื่อไรก็ตามเรามีปัญหา .. นี่ปัญหาของฉัน นี่คู่ครองของฉัน นี่สิทธิของฉัน.. เมื่อมี *ของฉัน* เข้ามาแล้วมันแก้ไม่ออก แต่ถ้าเรามองเป็นเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตาย ไม่ได้มี *ของฉัน* ของเรา เราก็จะมองปัญหาด้วยใจที่สงบขึ้น เป็นกลางขึ้น แล้วจะแก้ปัญหไปตามเหตุปัจจัย ทางสายตรงคืออย่างนี้

อย่าไปยึดอะไรเป็นตัวสัตว์ตัวบุคคล ถึงลูกเราก็เถอะ ถ้าลูกเราเกิดติดยาเสพติด ก็อย่าไปคิด..

ลูกฉันติดยาเสพติดได้อย่างไร ถ้าคิดอย่างนั้น พอพูดกับเขา ก็จะเป็นอารมณ์ ยิ่งพูดยิ่งเสียหาย เราคิดเสียใหม่ว่า ถ้าเด็กคนนี้เป็นลูกศิษย์เรา ไปติดยาเสพติด เราจะทำอย่างไร

เริ่มต้น เราจะแผ่เมตตาให้เขาก่อน แล้วเวลาพูดกับเขา เราก็จะพูดดีๆ ว่า ตอนนี้อันตราย เธอคิดว่ายาเสพติดไม่มีอันตราย แต่เธอลองเปิดหูเปิดใจฟังครูหน่อย ตอนนี้นั้นยังไม่แสดงอันตรายก็จริง แต่ต่อไปยาเสพติดที่เสพเข้าไปแล้วจะไปมีผลต่อสมอง ต่อตับ ต่อร่างกายของเธอ

มันจะทำให้เธอมีสภาพเหมือนไม้ที่ถูกมอดไช ถูกปลวกกิน จนกระทั่งไม่เหลือชิ้นดี มีเหลือแต่โครงข้างนอก แต่ข้างในนั้นพังไปหมด

ถึงวันนั้นเธอก็ช่วยตัวเองไม่ได้แล้ว เพราะสมองของเธอเสื่อมสภาพ แทนที่จะเป็นสมองที่ทำให้เธอคิดอะไร ทำอะไรได้ ก็ไม่เป็นแล้ว กลายเป็นก้อนและๆ ที่พังไปหมดแล้ว ครั้นถึงเวลาที่เธออยากเสพ เพราะตกเป็นทาสมัน เธอจะรู้เลยว่า ที่เธอไม่เคยฆ่าคน เธอก็จะฆ่าคนได้ เธอไม่เคยโกหกใคร

เธอก็จะโกหก เพราะว่าเธอจะต้องเอายามาเสพให้ได้

ไม่ต้องถึงยาเสพติด มีคนๆ หนึ่งติดเหล้ามาก ภรรยา ก็คิดว่า วิธีที่จะแก้ไม่ให้ชายคนนี้ติดเหล้าคือ อย่าให้มีสตางค์ในกระเป๋า เมื่อไม่มีสตางค์ ก็ไปกินเหล้าไม่ได้ ภรรยา ก็คิดถูก เพราะของทุกอย่างมาแต่เหตุ สตางค์คือเหตุให้สามีหาซื้อเหล้าได้ เพราะฉะนั้น เราลิดรอนไม่ให้เขามีสตางค์ในกระเป๋า

ชายคนนี้จะทำอย่างไร เพราะอยากเหล้ามาก วันหนึ่งก็นึกได้ว่า เพื่อนที่เป็นช่างไม้ ขอยืมสตางค์ไปยืมสิบกกว่าบาท ก็ไปทวงเงินจากเพื่อน อย่างน้อย ๒๐ บาท ได้เหล้าสักแก้วก็ยังมีดี

ฝ่ายเพื่อนที่เป็นช่างไม้ยืมเงินมา ๒๐ บาท พอตีภรรยาเจ็บ ต้องเอาไปโรงพยาบาล แล้วก็ตาย ตอนนั้นศพตั้งอยู่ที่วัด ลูกที่เรียงกันตั้งแต่ ๙ ขวบจนกระทั่ง ๗ เดือนก็ระจองอแงอยู่ในบ้าน ช่างไม้ไม่มีเวลาได้ออกไปทำงาน ไม่มีสตางค์ติดบ้านเลย

เมื่อเพื่อนซี้เหล้ามาถึง ช่างไม้กำลังทำอาหารให้ลูกๆ อยู่ในครัว ซี้เหล้าก็ทวง ..เอา ๒๐ บาทของกูคืนมา ช่างไม้ก็บอกเพื่อน ..คันดูได้ คั้นให้หมดทั่ว

บ้านทั่วตัว ถ้ามีเอาไปเลย เกิน ๒๐ บาทก็เอาไปได้
ช่างไม้อยู่ในครัว นายซี้เหล้าก็อยากเหล้าจน
ขาดสติ ไปหยิบมิดทำครัวมาเล่มหนึ่ง จี้ไปที่สะเอว
เพื่อน ..เอามานะ ถ้าไม่เอามาจะแทงให้ตาย.. ช่าง
ไม้ก็ไม่คิดว่าเพื่อนจะแทงเขาให้ตายเพียงเพราะเงิน
๒๐ บาท แต่ไม่รู้ฤทธิ์ว่าตอนนี้มันไม่ใช่เพื่อนเรา
แล้ว แต่ถูกความอยากเหล้าสิงจนกระทั่งขาดสติ-
สัมปชัญญะ

นายคนนี้แทงเพื่อนตายจนมิดทำครัว เมื่อ
ตำรวจแจ้งไปที่ภรรยา เธอก็ไม่มาดูดำดูดีเพราะแค่น
ว่า อุตส่าห์รีบเงินจนไม่เหลือแล้ว ยังบ้ารหัสไปเป็น
ผู้ร้ายฆ่าคน ก็ปล่อยให้หาทางช่วยตัวเองก็แล้วกัน

เจ้าหน้าที่ของสภาสังคมสงเคราะห์เลยต้องไป
จัดการว่าจะช่วยทำคดีอย่างไร ตอนนั้นนายซี้เหล้า
หายอยากเหล้าแล้ว ก็เล่าให้เจ้าหน้าที่ฟังด้วยความ
สังเวชตัวเองว่า คุณไปเล่าได้เลย ว่าอิทธิพลของ
เหล้าหรือยาเสพติด เวลามันทำให้เราบ้าขึ้นมา เรา
อยากจนกระทั่งสติสัมปชัญญะไม่อยู่กับใจ ผมกลายเป็น
เป็นมือมิดด้วยสตางค์ ๒๐ บาท

ถ้าผมมีสติสัมปชัญญะ ใครมาจ้างผมด้วย
ราคาเท่านี้ ไม่สนหรอก แล้วผมยังด่ามันอีกด้วย
คิดว่าเงินคุณใหญ่เสียเต็มประดาใจ แต่นี้ปรากฏ
ความอยากเหล่านี้ทำให้ผมทำไปแล้ว เห็นหรือไม่
๒๐ บาท เอาตัวเองไปเป็นคนขี้คุก ฆ่าคนตาย
แล้วยังไม่รู้ด้วยว่าตัวเองจะติดคุกหรือถูกฆ่าให้ตาย
ตกตามกัน

แล้วระหว่างที่อยู่ในคุก เกิดบ้ำระห่ำขึ้นมา
ไปทำอะไรผู้คุมหรือไปทำอะไรเพื่อนในคุกด้วยกัน
เรารู้ไม่ได้ว่าใจที่ไม่มีห้ามล้อ ไม่มีกรอบที่รักษาเรา
ให้สงบอยู่ได้ สามารถพาเราทะลุลงไปถึงโลกันตนรก
หรืออเวจีง่ายนิดเดียว

ใครจะคาดคิดว่าจากเป็นคนอิสระดี ๆ กลาย
เป็นมือมืดไปแล้ว เพราะฉะนั้น ถ้าเราไม่ฝึกใจของ
เรา ไม่คอยเอาสติมาเป็นเครื่องห้ามล้อเราเอาไว้ ให้
เหตุผลเรา แก้อใจเรา ปรับปรุงเรา เราก้าวหน้าไป
ไม่ได้

เพราะอะไร เพราะที่เราบอกว่าเราหวัง
คนนั้น ห่วงหวงคนนี้ เราจะต้องช่วยเขา แต่ตราบ

เท่าที่เราเองก็ยังไม่ทราบเลย เราจะจูงใครข้ามสะพานไม้
หมากไปได้ด้วยได้ ตัวเราเองคนเดียวก็ยังไม่แน่ใจว่า
จะข้ามไปรอดปลอดภัยหรือเปล่า

การจะไปช่วยคนอื่น ก็ไม่ใช่ว่าเขาจะยอมไป
กับเราดี ๆ บางทีเดินไป ๆ เขาอาจจะสะบัดมือเรา
ตกลงก็เลยตกสะพานไม้หมากจมน้ำกันทั้งคู่

ตรงนี้แหละ หลักในการจะปฏิบัติ ถ้าเราจะ
สอนลูกเต้าหรือเราจะตักเตือนใคร หรือตีใครอะไร
ก็ตามที อย่าสอนเขาด้วยปากอย่างเดียว เราลงมือ
สอนตัวเราแล้วปฏิบัติตัวเรา เอาการกระทำของเรา
เป็นคำสอน แล้วจะได้ผลดีกว่าการพูด

คราวหนึ่ง ดิฉันไปพูดให้นักเรียนรวมเหล่า
ของทหารฟัง พูดถึงเรื่องให้เราศีล ให้เรามีธรรม
ประพฤติตัวอยู่ในทำนองคลองธรรม พูดเสร็จก็ถาม
มีใครมีปัญหาหรือเปล่า นักเรียนคนหนึ่งชูมือถาม
ดิฉันว่า อนุศาสนาจารย์ก็สอนเหมือนคุณหมอนี่
แหละว่า ให้เรามีศีลห้า ข้อหนึ่งในศีลห้าก็คือ ไม่
กินเหล้า แต่พออนุศาสน์เข้าแคนทีน ก็สั่งเหล้ามา
ดื่ม อย่างนี้จะให้เชื่อคำที่สอน หรือเชื่อสิ่งที่ทำ

ดิฉันรู้ว่าที่นั่งฟังดิฉันไม่ได้มีแต่นักเรียนรวม
เหล่า อนุศาสตราจารย์ก็นั่งฟังอยู่ด้วยเป็นแถว ดิฉัน
นึกในใจ.. ไม่น่าเลยที่เราจะมาเข้าปิ้งอย่างนี้..

ในที่สุดดิฉันก็ตอบไปว่า เมื่อสมัยที่อนุ-
ศาสตราจารย์เป็นเด็กเท่าพวกคุณนี่ เรายังไม่รู้ว่า
เหล่าเป็นเหตุให้ดับแข็ง ให้สมองเสื่อม จนกลายเป็น
โรคที่ช่วยตัวเองไม่ได้ เราก็เลยถือว่าเหล่านี้แหละ เป็น
เครื่องตีมันหนึ่งเพื่อการสังคม สมัยนั้นเราก็หมัก
น้ำเมา กะแช่ สาโท มากินกัน เมื่อติดเป็นนิสัยแล้ว
ก็เลิกยาก

บัดนี้อนุศาสตราจารย์เริ่มรู้แล้วว่า เหล้ามีพิษ
มากกว่าเป็นของดี ก็เลยมาห้ามพวกคุณเพราะรัก
หวังดี ถ้าอนุศาสตราจารย์หมუნเวลากลับไปเป็นเด็ก
อย่างคุณได้ ก็จะสอนตัวเองไม่ให้กินเหล้า แต่ที่นี้
เมื่อติดเหล้าไปแล้ว ว่าจะเลิก บางทีก็มีเพลอไป

ถ้าคุณเห็นอย่างนี้คุณก็เข้าไปเตือนสิ หรือไม่
อย่างนั้น คุณก็ทำให้อนุศาสตราจารย์ระลึกได้ว่า
เหล่านี้อันตรายต่อสุขภาพ ครูกับศิษย์ก็เหมือนพ่อ
แม่กับลูกนะ เราอยู่กันอย่างเป็นประชาธิปไตย เรา

ก็สอนกัน เตือนกันได้ เราช่วยกันอย่างนี้ ก็จะได้
ด้วยกันทั้งสองฝ่าย

ตอบไปแล้ว ก็ดูจะรับฟังกันดีทั้งสองฝ่าย แต่
ไม่ทราบว่าจะหลังจากนั้นจะได้ผลอย่างไร เพราะมัน
ไม่ใช่เรื่องง่าย สิ่งใดที่เราคิดเป็นนิสัยเข้าไปแล้ว
เวลาจะเลิกนั้นลำบากแสนเข็ญ เหมือนคำพังเพยที่
ว่า สันดอนต่อให้ใหญ่โตแค่ไหนก็ยังขุดลอกได้ง่าย
กว่าสันดาน

คำว่าสันดานนี้ ไม่ใช่เป็นคำหยาบ สันดาน
คือสิ่งที่เราทำอยู่เรื่อย ..เรื่อย ..เรื่อย จนเคยชินติด
เป็นอุปนิสัย เป็นอาชัณกรรม คือ ยังไม่ทันคิดเลย
กายก็กระเด็นไปแล้วโดยอัตโนมัติ เหมือนมีรีโมต
คอนโทรล อย่างนี้เราถึงเรียกเป็นสันดาน

ถ้ารู้ความหมายของคำที่นำมาใช้อย่างถ่อง
แท้ ความเข้าใจในเรื่องนั้นๆ ก็จะแม่นยำขึ้น อย่าง
สันดอนนี้ เขาว่า ต่อให้ใหญ่โตเท่าเขาพระสุเมรุก็
ยังขุดได้ง่ายกว่าที่เราจะขุดสันดานของเรา มันเป็น
อย่างนี้เอง เพราะฉะนั้น อะไรที่เราเผลอทำ ..เผลอ
ทำ.. ไม่เอาสติคอยห้ามล้อเอาไว้ ติดเป็นอุปนิสัย

แล้วจะเลิกลำบาก เพราะฉะนั้น ป้องกันเสีย

สิ่งที่เราจะเดินสายตรงได้ โดยไม่วกวนเป็น
นัดพบกับท่านอาจารย์ที่ห้องสนามหลวง แล้วเถล-
ไถลไปจนกระทั่งตกอ่าวไทย คือ อะไรที่รู้ว่าเราจะ
ต้องทำ ทำให้ถูกต้อง ผิดฝันไว้ตั้งแต่แรก อย่าให้มี
ครั้งที่ ๑ ถ้ามีครั้งที่ ๑ ที่พลาดผิดแล้ว โอกาสที่จะ
มีครั้งที่ ๒ ครั้งที่ ๓ จนกระทั่งไปถึงครั้งที่นับไม่
ถ้วนั่นง่าย เพราะใจเกิดความคุ้นเคยเสียแล้ว

ตรงนี้เราต้องเข้มงวดกับตัวเรา ไม่ใช่ว่าวันนี้
วันพระ เพราะฉะนั้นคือห้าครบถ้วนบริบูรณ์ ส่วน
อีก ๖ วัน วันโยม ช่างหัวมันเถอะ ถ้าอย่างนี้รับรอง
ไปไม่รอด กิเลสพาให้เข้าใจว่าสายตรง แต่ปรากฏ
สติหุบเข้ามากลายเป็นขอบกระดิ่งอีกแล้ว

ท่านผู้ปฏิบัติท่านหนึ่ง พอดีฉันประท้วง โทน
คุณว่าคุณไม่ตบยุงแล้ว ท่านตอบ ..วันนี้ไม่ใช่วัน
พระ ไม่ได้รับศีลกับพระ เพราะฉะนั้นตบยุงไม่เป็นไร
ถ้าไม่เจอพระ ก็แปลว่าวันนี้ไม่ต้องรับศีล ถึงเป็นวัน
พระก็ไม่ต้องรับศีล กิเลสมันเป็นอย่างนี้ อวิชชาคือ
ความผ่องใสอย่างยิ่ง มันถึงได้ทำให้เราเอาตัวไม่รอด

เราก็ปฏิบัติ แต่ท่านอาจารย์บอก มันปฏิบัติกิเลส
ไม่ใช่ปฏิบัติเพื่อลดละกิเลส

ฟังครั้งแรก ดิฉันว่าท่านอาจารย์น่าจะเกินเหตุ
เกินผล พูดอะไรก็ปรับใหม่แต่เรา แต่พอเราเริ่มเห็น
ตัวเรา เพราะสติเราเริ่มคมขึ้น เราร้ายกว่าที่ท่าน
อาจารย์ว่าอีกตั้งเยอะตั้งแยะ ที่นี้ก็เอาสติมาคอยส่อง
เรา ทำให้เห็นความร้ายของตัวเองได้ทันที่ที่ แปล
ว่าเราไปถูกทางแล้ว

ตรงกันข้าม ถ้าวันไหนปฏิบัติแล้ว เราบอก
วันนี้ดีจังดีดี.. ผมดีดีหาที่ตำหนิไม่ได้ ท่านอาจารย์
บอก นั่นใช้สูงถึงชั้นเขาส่งไอชียูแล้ว สติไม่มีเหลือ
เลย มันถึงได้หลงตนหลงตัวว่าดีแล้ว อวิชชาคือ
ความผ่องใสอย่างยิ่ง บางวันเราก็นึกกระหึ่มในใจ
ตั้งแต่เข้าจรดเย็น ฉันทหาที่ตำหนิตัวเองไม่ได้ ท่าน
บอกนั่นอยู่ในไอชียู

ถ้าวันไหนเรารู้สึก วันนี้ตั้งแต่เข้ามาจนกระทั่ง
ถึงเวลาที่ท่านอาจารย์จะลงศาลาเทศน์ หาตรงที่ดี
ไม่ได้เลย วันนี้ต้องโดนท่านอาจารย์ถล่มตายแน่
ปรากฏว่าท่านบอกใช้ได้ วันนี้สติอยู่ในเกณฑ์ใช้ได้

ถ้าปฏิบัติอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ก็จะเอาตัวรอด

วิธีแปลความหมายของเรากับท่านนั้นสวนทางกัน วันไหนเรากระหึ่มยิ้มย่อง อัดตาของเราผยองมาก ..วันนี้ฉันดี ท่านบอกไอชิยูแน่ะ อยู่ในห้องไอชิยูแล้วยังไม่รู้ตัวอีก

บางครั้งท่านกลัวดิฉันจะเห็นภาพไม่ชัดเจน ท่านบอกกิเลสมันเหมือบ คือมันเหมือบตั้งแต่หัวดิฉันลงไป จนอาจารย์มาถึงเหลือแต่หัวแม่เท้าไหลรำไร พออาจารย์จะดึงหัวแม่เท้าเอาไว้ มันก็กลิ้งเอือก หัวแม่เท้าก็หายจ้อยไปในปากมัน ไม่เหลืออะไรแล้วยังมาโม้อีกว่า นั่งจ้องตามันเหมือบ ไม่ให้มันคลาดสายตาไปไหน

ท่านจะเทียบความละเมอของเราให้ฟังว่า มันถึงปานฉะนี้ เราเข้าไปอยู่ในห้องกิเลสหมดตัวแล้วยังบอกกับอาจารย์ได้ว่า นั่งจ้องตามันอยู่เหมือบอย่างนี้ ถ้าเราไม่ปฏิบัติจริงจัง เราก็ฟังไม่ออก ท่านอาจารย์พูดอะไรก็ไม่รู้

ครั้งหนึ่งมีผู้รู้เปรียบเทียบให้ดิฉันฟังว่า โมหะหรืออวิชชานี้เปรียบเหมือนไฟฟ้าแรงสูง สายไฟฟ้า

แรงสูงนั้น ท่านเตือนว่าอย่าไปแตะเข้านะ มันดูดเรา
ตายไปแล้ว เรายังไม่รู้ตัวว่าเราตายเลย

พวกเราก็เหมือนเด็กที่ผู้ใหญ่เตือนว่า สายไฟ
ฟ้าแรงสูงนะ อย่าไปถูกเข้า มันดูดเราตายแล้วก็ยังไม่
รู้ตัว เสร็จแล้ววันหนึ่งพายุพัดสายไฟฟ้าแรงสูง
หล่นลงมาพาดอยู่ริมทางเดิน เราก็ไม่รู้ว่าเป็นสาย
ไฟฟ้าแรงสูง ..นี่เชือกอะไร ใครเอามาวางเกะกะไว้
นะ ก็จับเข้าไปเต็มมือ ถูกมันดูดตายติดอยู่กับสาย
ไฟฟ้าแรงสูงแล้ว ก็ยังไม่รู้ว่าตัวเองตาย มันเป็น
อย่างนี้

เพราะฉะนั้น การมาฝึกปฏิบัติ เราอย่าไปคิด
ว่าฉันจะมาปฏิบัติบนพระภูแก้ว ฉันจะไปวัด ฉันจะนั่ง
สมาธิวันละ ๒ ชั่วโมง หรืออะไรทำนองนี้ ถ้าเรา
ติดกรอบอยู่อย่างนี้ มันก็เป็นแต่เพียงการเล่นละคร
มีเวลาเปิดฉากปิดฉาก แล้วก็จะเหมือนที่ดิฉันเปรียบ
เทียบวันพระกับวันโยม เวลาเปิดฉากละครจะสั้นนิด
เดียว ที่เราจะมาทำทำ ฉันปฏิบัติ ฉันระวังสติ

พอปิดฉากเท่านั้นเรากลายเป็นผีบ้าถูกกิเลส
ประทับทรง เมื่อสิ่งนี้กลายเป็นความเคยชินจนติด

เป็นอุปนิสัยโดยอัตโนมัติ มันก็พาให้การปฏิบัติของ
เราไม่มีผล แล้วเราก็ไม่รู้ตัวเราด้วยว่า ถึงเวลา
ที่เราไปนั่งปฏิบัติจริงๆ กิเลสของเราก็เหลิงไปทั่ว
ทุกทิศทาง เป็นอัตโนมัติที่เราฝึกเอาไว้โดยไม่รู้ตัว
ตรงที่เราบอก ตอนนี้เป็นไหนนั่นแหละ มันมาเป็น
แรงขับเคลื่อน จนครอบงำเป็นตัวเราไป อย่าไปคิด
ว่า ตอนนี้เป็นปฏิบัติ ตอนนี้เป็นตอนธรรมดาๆ ไม่ได้

เราต้องตั้งใจอย่างที่เราเรียนให้ทราบว่า พอล้ม
ตาดันขึ้นมาให้มีสติเอาไว้ มันจะหายหกตกหล่นไป
ตรงไหนเราไม่ต้องไปคร่ำครวญ พอรู้ตัวว่าเพลอสติ
อีกแล้ว ก็ตั้งต้นจัดจ่อเอาสติมาชิงไว้ใหม่ ทำอย่างนี้
ไปเรื่อย เหมือนเด็กเล่นเกมคอมพิวเตอร์สมัยนี้ ที่
เอาแต่ กด.. กด.. กดเข้าไป เอาให้เร็วอย่างเดียว
จนไม่รู้ว่าจะกดไปแล้ว จะไปยังฝ่ายตรงข้ามหรือยัง
ฝ่ายตัวเอง เรียกว่าฝึกทักษะเอาความเร็วเข้าว่า สติ
ก็เหมือนกัน เราก็ฝึกให้เร็วทันท่วงที่เข้าไปเรื่อยๆ

พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า สติเป็นสิ่งเดียวที่ไม่
เคยมากเกินไป คุณธรรมอื่นๆ เช่น ศรัทธา ถ้ามามาก
เกินไปก็กลายเป็นความมกมาย น้อยเกินไปก็กลายเป็น

เป็นพาลปัญญา คือปัญญาที่เที่ยวได้ไปสงสัยเสีย
หมดทุกเรื่อง ไม่ยอมลงมือทำเพราะเสียตายแรง
เดี๋ยวจะถูกหลอกให้ทำแล้วไม่ได้ผล

ปัญญากับศรัทธาจริง ๆ แล้วก็คือสิ่งเดียวกัน
ขึ้นอยู่กับตัวไหนมาก ตัวไหนน้อย ปัญญามีมาก
ศรัทธาก็มีโอกาสที่จะปลอดภัย ทำให้เรามีแรงจูงใจ
บังคับตัวเองให้ลงมือทำ กัดฟันทำ ทำไปจนเห็นเหตุ
เห็นผลชัดเจน ที่บังคับตัวเองก็กลายเป็นความสนุก
เป็นความอยากทำ อยากรู้อยากเห็น

ศรัทธามากเกินไปก็ทำให้ปัญญาไม่มี เพราะ
ว่าอะอะอะไร พอฉันศรัทธาแล้วฉันทำได้หมดทุก
อย่าง ครั้นหมดศรัทธา ก็เลิกไม่ทำแล้ว เปรียบ
เหมือนคนที่จะปลุกอะไรก็ไม่ปลุกให้ยังยืน จนกระทั่ง
เป็นไม้ยืนตัน ปลุกตันนี้กำลังจะดี เอ..ตันโน้นดีกว่า
นะ เปลี่ยนใจแล้ว ตันนี้ทิ้งให้ตายไป หรือขุดย้าย
เลยเป็นคนจับจด

ธัมมะที่เป็นของคู่กัน มักจะเป็นอย่างนี้ทั้งนั้น
รัก-ชัง สุข-ทุกข์ จะต้องให้พอดีๆ กัน ส่วนสตินั้น

จำไว้ ไม่เคยมากเกินไปจนเป็นอันตราย เพราะ
ฉะนั้น ถ้าเราพยายามว่า ทุกวัน..ทุกวัน จะพยายาม
เพิ่มสติเข้าไว้ ให้เร็วไว จากสติเป็นสัมปชัญญะ
เมื่อสัมปชัญญะคล่องตัวขึ้น ก็จะกลายเป็นปัญญา
หยั่งรู้

มีปัญหาอะไร ตั้งสติให้คมชัด เราก็ได้คำตอบ
ว่า อ้อ.. อย่างนี้ แล้วคำตอบที่ได้นี้จะเที่ยงตรงกว่า
ที่มาจากจิตสังขารคือความปรุงคิด หรือเอาข้อมูล
จากสถิติเก่าๆ มาเปรียบเทียบกัน เพราะสถิติเก่าๆ
ที่เปรียบเทียบนั้น ก็ยังเป็นความรู้ที่มาจากการ
ค้นเดา

ปัจจุบันนี้เราจะทำงานวิจัยอะไร เราก็มีใจคิด
อยู่แล้ว เป็นต้นว่า เราเห็นเขื่อนเป็นของดี เราก็
พยายามมองหาประเด็นที่ทำวิจัยออกมาแล้ว ข้อมูล
เราจะสนับสนุนว่าเขื่อนเป็นของดี

อีกฝ่ายหนึ่งเห็นเขื่อนเป็นของไม่ดี เพราะ
จะไปตัดป่า ไปทำให้ระบบนิเวศน์วิทยาเปลี่ยนแปลง
ไป โลกจะมีผลเสีย เขาก็ไปเก็บข้อมูลแต่ตรงที่
จะสนับสนุนว่าเขื่อนไม่ดีมา

ตกลงสถิติทั้งหลายที่เราได้มา ถ้าใจของเรา
ยังไม่เที่ยงธรรม ก็เชื่อถือไม่ได้ เพราะเราเอาความ
ไม่รู้ของเรามาเป็นตัวสมมุติฐาน

แต่ถ้าเราเฝ้าดูสิ่งที่เกิดขึ้น เห็นอะไรที่มา
ปรากฏกับเรา โดยที่เราไม่ได้ไปสรรหามัน แล้วเปิด
ใจว่างๆ รับปรากฏการณ์นั้นตามเป็นจริง ทั้งๆ ที่
ครั้งแรกที่มันเกิดขึ้น เราบอกเป็นไปไม่ได้ แต่เมื่อ
ความจริงมันเป็นไปแล้ว ..เห็นกันอยู่อย่างนี้ สิ่งนี้
ทำไมถึงเป็นอย่างนี้

เราค้นหาเหตุไปเรื่อยๆ เหมือนต่อรูปต่อ เรา
ค่อยๆ เก็บชิ้นนั้นชิ้นนี้ขึ้นมา จนเราได้ครบ ต่อ
เป็นรูปขึ้นมา ..มันเป็นอย่างนี้เอง

ถ้าเราฝึกใจเรา เวลาอยู่ในชีวิตประจำวัน แต่
ละสิ่งละอย่างที่เกิดขึ้น ให้รับข้อมูลเข้ามา แล้วเอา
มาสอนตัวเอง สอนใจเราเองอย่างนี้ ใจของเราก็จะ
เกิดสัมมาทิฐิง่ายขึ้น บ่อยครั้งขึ้น จนในที่สุดอะไรก็
ตามที่มาเป็นปัญหา หรือเป็นหน้าที่ความรับผิดชอบ
ก่อนที่จะลงมือตอบสนองไป เราจะต้องได้สัมมาทิฐิ
ทุกครั้ง ดังนั้น เมื่อเราเอาตัวเราไปทำกายกรรม วจี-

กรรม มโนกรรมใดๆ ลงไป สิ่งเหล่านั้นย่อมเป็นกุศลกรรม เป็นมรรค หนทางไปสู่ความสิ้นปัญหาทั้งสิ้น

สิ่งที่เรากำลังทำก็อยู่บนทางสายตรง เป็นมรรคอยู่ตลอดเวลา ไม่มีทางที่เราจะลั้งเลสงสัยว่า แล้วผลที่เกิดขึ้นจะเป็นความทุกข์เดือดร้อน หรือเป็นความสุข ถ้าเราประสบความทุกข์เดือดร้อน ใจก็มีหลักในการแก้ปัญหา โดยคิดให้ความทุกข์เดือดร้อนนั้นกลายเป็นอโหสิกรรมต่อกัน เป็นอันจบสิ้นปัญหา

ถ้าคิดไม่เป็น ทั้งๆ ที่เรื่องนั้นเป็นเรื่องดี แต่เพราะใจของเรามีอคติ เราไม่ชอบ เราก็ทำเรื่องดีๆ นั้นให้กลายเป็นปัญหา กลายเป็นเราเปิดบัญชีเวรขึ้น เราก็มีทุกข์ขึ้นมา แต่เราไม่เห็นว่าเป็นตัวเหตุ เราจะเห็นว่า เจ้าคนนี่ร้ายกับเรา

ต่อไปนิสัยของเราที่ไม่ชอบเรื่องอย่างนั้นและไม่เคยคิดแก้ที่เราร้าย เราส่งออกนอกแล้วจะไปแก้คนข้างนอก แต่ไม่คิดแก้ตัวของตัว ประเดี๋ยวเราก็ไปเจออีกคนหนึ่ง ที่เป็นคนนิสัยอย่างนี้เข้า เราก็ไปเปิดบัญชีเวรกับคนนี่ต่อไปอีก ในที่สุดวันทั้งวันเรามีแต่บัญชีตัวแดงเต็มไปหมด

ตรงกันข้าม ถ้าเราคิดเป็นคิดชอบ เราเป็น
นก เราก็จะไปบังคับให้ทุกคนบินอย่างเราหมด ก็
เขาเป็นปลาเขาก็ต้องว่ายน้ำเป็นธรรมดา เราต้อง
ใจกว้าง สมมุตินัดพบกันตรงไหนที่เขาจะว่ายน้ำมา
ถึง เราก็บินมา ก็มาพบกันได้ล่ะ

ถ้าอย่างนี้ ถึงจะเป็นเวรกันมาก่อน เรา
ก็ทำให้ตัวแดงไม่เพิ่มขึ้น แล้วก็มีเงินไปใช้หนี้ได้
พูดจากัน เขาก็เปิดใจรับฟัง ในที่สุดก็เป็นอโหสิ-
กรรมต่อกัน ที่เคยเกลียดกัน เห็นหน้ากันหมั่นไส้
นัก.. อันที่จริงเขาก็ดีนะ คบกันก็ไม่เสียหาย เราก็
ได้ความรู้เพิ่มขึ้น เขาก็ได้ความรู้เพิ่มขึ้น เป็นการ
แลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน

สมัยก่อนพุทธกาล แคว้นต่างๆ ในอินเดียจะ
รบพุ่งกันอยู่เรื่อย จนกระทั่งบ้านเมืองไม่มีความเจริญ
ถึงสมัยพุทธกาล ท่านทรงสอนว่า แทนที่เราจะรบ
กันให้สิ้นเปลืองชีวิตมนุษย์ ให้ทรัพยากรธรรมชาติ
ต้องสูญไปเปล่าๆ เรามารบกันด้วยสติปัญญา ถ้า
ประเทศหนึ่งต้องการไปรุกรานอีกประเทศหนึ่ง ก็ให้
ทั้งสองฝ่ายมาตั้งปะรำสำหรับพบปะกันตรงชานเมือง

ทั้งสอง แล้วให้ทั้งสองฝ่ายแต่งบัณฑิตของตัวมาต่อสู้
แลกเปลี่ยนนถามปัญหากัน โดยให้ประชาชนทั้งสอง
ฝ่ายมาฟังเป็นสักขีพยาน จนหมดข้อข้องใจว่าใคร
เป็นฝ่ายชนะ

จากนั้น เมืองที่แพ้ก็ต้องเอาพืชพันธุ์ธัญญา
หารทรัพยากรในเมืองของตัวเองไปเป็นส่วยเป็นบรรณา
การให้เมืองที่ชนะ เมืองที่ชนะก็อุดมสมบูรณ์ขึ้น แต่
ขณะเดียวกัน เมืองที่ชนะก็ต้องส่งนักปราชญ์ราช
บัณฑิตของตัวเองมาอบรมสอนวิชาการ หัตถการ
การเพาะปลูก หรือความรู้ต่างๆ ให้ชาวเมืองที่แพ้
เจริญก้าวหน้าขึ้น ก็ได้ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย

เมืองที่แพ้ก็อุดมสมบูรณ์ ทรัพยากรธรรมชาติ
มากมาย แต่เอาไปใช้ไม่ได้ผลเต็มเม็ดเต็มหน่วย ก็
แบ่งปันมาให้กันใช้ ผู้ชนะก็เอาสติปัญญาไปปลูกให้
ผู้คนในเมืองแพ้ฉลาดเฉลียวขึ้น ทำให้ทั้งสองฝ่าย
ต่างก็เจริญรุ่งเรืองขึ้น

การที่เราจะพัฒนาตัวเราเอง ก็เหมือนในตัว
เรา ใจเรา มี ๒ เจ้าเมืองอยู่ ได้แก่ส่วนที่เป็นจิต
เต็มแท้ที่เป็นพุทธะของเรา แต่เราละเลย ไม่เคยเอา

สติไปรักษาดูแล กิเลสซึ่งเป็นแขกจร ก็เลยมา
ครอบคลุมอุปโลกน์ตัวเป็นอีกเจ้าเมือง แล้วทำให้เรา
ไปเข้าใจผิดว่ามันคือตัวเรา ถ้าเราตั้งสติง้างให้ดีๆ
จะเห็นว่าไม่ใช่ แต่เป็นลูกแฝด ซึ่งความจริงอุปนิสัย
ก็ไม่เหมือนกันเลย

เราพยายามเจริญสติ ระวังรักษาพุทธะของ
เราให้มีกำลังขึ้น จนพุทธะสามารถมาเป็นตัวตัดสิน
ปัญหา สิ่งที่เรากระทำคือกรรม ย่อมเป็นกุศล เป็น
มรรค เป็นทางสายตรง

เมื่อไรที่เราสนุกสนาน เราเหนื่อย เราเบื่อ
เราเพลอสติ กิเลสก็จะได้ช่องกระพือพัดขึ้นมา ..นาย
คนนี้ก็กับเราเคยเกลียดกันอย่างชนิดที่เรียกว่า เห็น
หน้าเข้าก็สติแตก ..นายคนนี้เกิดโผล่เข้ามา เราก็
ถูกเจ้ากิเลสประทับทรง พาตัวเองวนเข้าไปในเส้น
รอบขอบกระดิ่งใหม่ จนเหนื่อยหนักหนาสาหัส ได้
สติขึ้นมา ก็ถอยมาทางสายตรงใหม่

การฝึกตัวเอง การปฏิบัติตัวเอง ย่อมมีทั้งได้
บ้างเสียบ้าง เพราะเป็นไปไม่ได้ที่เราจะมาปฏิบัติปั๊บ ก็
จะได้ ..ได้ ..ได้ ทุกครั้งไป ทุกอย่างต้องเป็น

ธรรมชาติ เป็นไตรลักษณ์ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป มี
เจริญบ้าง เสื่อมบ้าง จนในที่สุดใจของเราเริ่มมีฐาน
จะดีใจเวลาเจริญ พอดีใจเปลอสติมันก็เสื่อม เมื่อ
ใจรู้อย่างนี้ เราก็เริ่มมีความระมัดระวังรักษาสติเอา
ไว้ให้ใจเป็นเหมือนประจុสะเทิน

จะคิดทางลบ ก็เห็นทางบวกขึ้นมาเตือนสติ
จะติดบวก ใจก็เห็นทางลบเป็นคู่ขึ้นมา ทำให้เป็นสม
ดุล พอตัว มองอะไรก็มองด้วยความเป็นของคู่กัน
โดยไม่ทันรู้ตัว เพราะพอจะคิดแต่ทางดี ใจก็แวบถึง
ทางร้ายไว้ด้วย จะหมกมุ่นในทางร้ายให้ใจของเรา
ผ่อนคลาย สติก็มาเตือน ประเดี๋ยวมันก็ต้องดี ตกลงใจก็มี
ฐาน เกิดสมดุลที่มั่นคง ไม่กวัดแกว่งซัดส่าย

จะทำอะไรลงไป ก็เป็นเหตุเป็นผลเป็นมรรค
มีอะไรเกิดขึ้นกับเพื่อนร่วมงาน หรือกับคนในบ้าน
เราไม่ไปว่าเป็นตัวบุคคล แต่จะเห็นแยกแยะเป็น
พฤติกรรม เราจะโกรธ ว่าคุณ ก. ไม่ดีกับเรา เราก็
แยกแยะว่า ที่ไม่ชอบคุณ ก. เพราะเขาหลอกเรา
..การพูดไม่จริงเป็นของไม่ดี เพราะทำให้เมื่อเรารู้

เข้า เราเสียกำลังใจ เราหมดความเชื่อถือ

ใจจะนึกเกลียดคุณ ก. ..ไม่ถูก การพูดไม่จริงต่างหากเป็นสิ่งที่น่ารังเกียจ เพราะฉะนั้นเราต้องตั้งสติคอยดู ถ้าเมื่อไรเราจะพูดไม่จริง เราต้องไม่เปลืองพูดเป็นเด็ดขาด เมื่อเห็นอย่างนี้ ต่อมาคุณ ก. มาติดต่อกับเราอีก คราวนี้คุณ ก. พูดจริง อารมณ์ต่างที่เราจะไปนึก ..วันก่อนนั้นตบหัวเรา แล้ววันนี้ทำมาดีลูบหลัง ..ก็จะไม่เกิด เราก็ปฏิบัติต่อคุณ ก. ไปตามเหตุปัจจุบัน

ถ้าเราไปมองเป็นตัวบุคคล เราก็จะเกิดปฏิกิริยาบั้นปิ้งใส่จากใจที่ยังโกรธเกลียดค้างคาอยู่ ฝ่ายคุณ ก. ซึ่งลืมไปแล้วว่า คราวก่อนนั้นพูดไม่จริงกับเราไว้ ก็เริ่มมาจับสังเกตเรา ..อะไรกัน วันนั้นก็ดี ๆ อยู่ วันนี้เกิดจะมีที่ทำบั้นปิ้งขึ้นมา.. ต่างคนต่างก็มองคนละวาระ ตกลงทั้งสองฝ่ายก็มีเหตุผลในการที่จะรู้สึกร้ายฉานต่อกันและกัน

แต่ถ้าเรามีแบบกายอุบายในการคิด ว่าการพูดไม่จริงเป็นของไม่ดี วันนี้คุณ ก. พูดจริง เราก็ดีกับคุณ ก. เหมือนเดิม ไม่มีอะไรเกิดขึ้น พรุ่งนี้คุณ

ก. เกิดรู้มากเอาเปรียบเรา ถ้าเราฝังใจอยู่ว่า เกลียด
คุณ ก. จริง พอคุณ ก. มารู้มากเอาเปรียบเรา..อีก
แล้วใหม่ละ ตกลงบัญญัติความไม่ชอบคุณ ก. มีคะแนน
เพิ่มขึ้น

ถ้ามองว่า ความรู้มากเอาเปรียบก็เป็นของ
ไม่ดี เราก็ไม่เอาเรื่องเก่ามาฟื้นฝอยหาตะเข็บ การ
พูดไม่จริงก็เรื่องของการพูดไม่จริง เราก็เข้าใจแล้ว
ว่าเป็นของไม่ดี แต่ก็ไม่เอาไปผูกไว้กับคุณ ก.

วันนี้คุณ ก. มารู้มากเอาเปรียบ เราก็ว่า การ
รู้มากเอาเปรียบทำให้คนไม่สบายใจ เราต้องระวัง
เอาไว้ อย่าให้เป็นอย่างเขา ชอบใจที่คุณ ก. มาทำให้
เรารู้คิด เราจะได้ไม่ต้องเอาตัวเองไปแสดง จนเป็นที่
รังเกียจของผู้คน แล้วก็ไม่รู้สาเหตุว่า ทำไมเดี๋ยว
นี้คนเขาถึงหมางเมินเราไปหมด

ใจของเรานึกถึงคุณ ก. ก็ยังมีไมตรีจิตอยู่
กิริยาวาจาก็ยังดีตามเนื้อผ้า

เมื่อเราเห็นพฤติกรรมที่เป็นกุศล ..เราชอบ
คุณ ข. น่ารักนะ.. ไม่ถูก การมีน้ำใจเอื้อเฟื้อแผ่
กันนี้น่ารัก เราเองก็ต้องหัดให้มีในตัวเรา ที่นี้ใจของ

เรา เมื่อไปเจออะเจอผู้คน ทั้งที่คนหนึ่งรักคนหนึ่งซึ่ง
เราก็มองไม่เห็นความลำเอียง หรือเข้าข้างเป็นพรรคเป็น
พวก ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ สิ่งที่เรากระทำ
ก็จะเสมอภาคกันหมด

เหมือนเวลาเราแผ่เมตตาว่า ขอให้เพื่อนร่วม
ทุกข์เกิดแก่เจ็บตายจงเป็นสุขเป็นสุขเถิด เพราะว่า
เรามองอะไร เราไม่ได้มองพฤติกรรมของบุคคล
แล้วไปผูกติดกับเขาไว้ แต่เราแยกเอาพฤติกรรม
ออกมา เขาเองเขาก็เหมือนเป็นลูกแฝดที่ไม่รู้ว่า วัน
นี้กิเลสกำลังประทับทรงเขาอยู่ หรือพุทธะประทับ
ทรงอยู่ การที่พุทธะประทับทรง พฤติกรรมของเขา
ก็เป็นมรรค ถ้ากิเลสประทับทรง เขาก็ทำอะไรได้
ทุกรูปแบบ

เราก็มองใจที่รู้บุคคล รู้กาลเทศะว่า ตอนนี้อยู่
เขาเป็นกิเลส หรือตอนนี้อยู่เขาเป็นธรรมะ แต่เราไม่ไป
ผูกติดว่า นี่คุณ ก. นี่คุณ ข. เป็นบุคคลๆ ไป ทุก
คนย่อมมีเวลาที่ดีบ้างชั่วบ้าง ตราบเท่าที่สติยังไม่มี
ประสิทธิภาพที่จะคุ้มครองใจได้เต็มที่ เราเองก็
เหมือนกัน มองดูเขาแล้วมามองดูเรา

ท่านอาจารย์สอนให้แบ่งโลกนี้เป็น ๒ ซีก ถ้าเรื่องมาจากข้างนอกเป็นโลกนอก เราดูเขาให้ซึ่ง จนแยกแยะเป็นพฤติกรรมเขาแล้ว ย้อนกลับเข้ามา โลกในคือในใจเรา สอนเราว่า เราเองก็เหมือนเขา ไม่มีผิด เราก็มียั้งกิเลสทั้งปวงทุกอย่างเขาเหมือนกัน เพราะฉะนั้น อย่าให้กิเลสตัวนี้ ซึ่งเขามาสาธิต ให้เราดู จนกระทั่งชัดแจ้งแล้ว หลงมาหลอกเอาเรา ไปสนตะพายได้ เราก็ได้ประโยชน์

พอเราทำอะไรผิดพลาดไป เรามองโลกในเรา จนเห็นชัดแจ้ง ที่เราทำบ้าง บวมๆ ไปเพราะเรา เข้าใจผิด อวิชชาคือความมัวมัวอย่างยิ่ง เราไป แผลมันผิดเอง แต่ต่อไปเราไม่แปลอย่างนี้อีกแล้ว

หันไปมองโลกนอก บางครั้งมีคนทำให้เรา โกรธ พอเราจะโกรธเขาอย่างนั้น ..เขาอาจจะเป็น อย่างเราเมื่อวันก่อนก็ได้ เขาก็ไม่ได้เจตนา เขา ไม่ได้ตั้งใจจะทำร้ายเรา แต่เพราะเขาไม่รู้อย่างที่เรารู้ ทำให้ใจเราที่จะไม่ฟังเสียงเขา หรือเขาพูดอะไร ขึ้นมาก็ ..แก้ตัวไปขุ่นๆ ..โกหก.. เราก็มองไม่คิดอย่าง นั้น เพราะประจักษ์มากับตัวเองแล้ว เราจะเข้าใจ

และเมตตาเขา

เขาพูด เราก็เปิดหูฟังเขา ถึงตรงไหนที่เรา
เห็นเป็นจุดที่จะแก้ไขเขาได้ เราก็เตือน ..นี่ไง ตรงนี้
ที่คุณแปลผิดนะ มองดูสิ แปลเสียใหม่อย่างนี้.. เขา
ก็จะเปิดใจฟังเรา

คนเราถ้าพูดกันด้วยเหตุผล ด้วยใจที่เอื้อเพื่อ
มีน้ำใจ คลื่นที่ออกไปจะเป็นคลื่นที่ดีงาม ทำให้ใจ
ของเขาเปิดรับเรา เหมือนเรามีบุญแจกกล เมื่อไปพูด
กับใครเขาก็เปิดใจรับเรา เปิดหูฟังเรา

แต่ถ้าเราไปด้วยความหงุดหงิด ..ผิดอีกแล้ว
น่ารำคาญจริงๆ .. ก็ปรากฏว่าเหมือนเราเอาลมพายุ
ไปพัดเขา ประตูดใจเขากำลังเปิดแง้มๆ อยู่ เลยปิดบัง
แน่นสนิท คราวนี้พูดอะไรไป ก็เหมือนอย่างกับถั่ว
เขาคว่า เอาอะไรใส่เข้าไป มันก็หกเลอะเทอะหมด
ไม่เกิดประโยชน์

หรือเราตั้งใจมาถามเขาดีๆ เขาก็เกิดความ
อึด ..แหมจะพูดจะจาให้มีน้ำใจหน่อยก็ไม่ได้ ไหนๆ
เราก็ถูกกล่าวหาว่าเป็นคนชั่วแล้ว เพราะฉะนั้น ไม่
ต้องปรับตัวปรับใจหรอก ชั่วให้บริสุทธิ์ตลอดตัวไป

เลย ก็เลยเท่ากับเราผลักเขาให้ไปอีกทาง

เขากำลังคิดจะแก้ไขตัวเองอยู่ ก็เลยเกิดน้อยใจ เกิดทิวี่มานะ ไม่แก้ไม่แก้กันแล้ว

ตรงนี้บางที่เรามองไม่เห็นเรา เวลาที่เราก็เป็นอารมณ์ เขาก็เป็นอารมณ์ เปรียบเหมือนพายุกับพายุมาปะทะกันเข้า ก็เลยพังเลย แต่ถ้าฝ่ายหนึ่งเยือกเย็น เขาเป็นพายุมา เราก็เป็นเหมือนหินผา สกัดกันให้พายุสลายไป เขากำลังร้อนมา เราก็เป็นลมพัดให้ชุ่มเย็น สถานการณ์ก็ดีขึ้น ก็ค่อยๆ เปิดใจ เข้าหากันได้

ธรรมชาติของใจทุกรูปทุกนาม ไม่มีใครอยากจะเป็นคนร้าย ไม่มีใครอยากจะทำให้คนเกลียด มนุษย์เราเป็นสัตว์สังคม เราอยากให้คนมานิยมชมชื่นเป็นพรรคเป็นพวกเรา เราเองเราก็มีใจที่อยากรักคนอื่น อยากช่วยคนอื่นอยู่แล้ว แต่จริตนิสัยที่แตกต่างกัน ความเข้าใจที่ฉันถูกสอนมาอย่าง เธอถูกสอนมาอีกอย่าง เหมือนคนตาบอด ๖ คนคล้ำข้าง

เราอาจจะมาจากครอบครัวที่พ่อแม่พาไปคลำหูข้างทุกที เราก็เลยเข้าใจว่าข้างเป็นพัด เพื่อนเราอีกคนหนึ่ง เขามาจากที่พ่อแม่พาเขาไปคลำหูข้างทุกที ซ้างก็เป็นเชือก

วันหนึ่งเราร้อน เราก็บอก คุณๆ หยิบข้างให้ฉันหน่อยสิ เพราะเราจะเอาพัดมาพัด เขาก็ดีใจหายทั้งๆ ที่ยุ่งอยู่ เขาก็วางงาน ใต้ครับๆ ไปหยิบเชือกมาขดหนึ่ง แทนที่จะโกรธ เราบอก ..ไหนคุณพาดฉันไปคลำข้างคุณหน่อยสิ เออ จริงแฮะ หางข้างมันเป็นเชือก เราก็จูง ..คุณๆ นี่ข้างของฉันเป็นอย่างนี้ ก็ไปคลำหูข้าง

ที่นี้ทั้ง ๒ คนก็เกิดความเข้าใจดีต่อกัน คุณๆ หยิบข้าง ..ข้างที่เป็นพัดนะคุณ เออ.. คราวนี้ฉันจะเอาข้างที่เป็นเชือกนะ อะไรๆ ก็ดีขึ้น ต่อมาอาจจะมียุอีกคนหนึ่ง คลำข้างที่ไรก็เจอเอาท้องข้าง ซ้างที่เป็นกระทะนะ

พระพุทธเจ้าเปรียบเราทุกคนเหมือนตาบอด ๖ คนคลำข้าง ถ้าเราเข้าใจตรงนี้ เราก็จะมาแลกเปลี่ยนทักษะและประสบการณ์กัน ในที่สุดเราก็จะ

รู้จักข้างทั้งตัว อย่างเจ้าชายสิทธัตถะ เรารู้โลกนี้ ตามความเป็นจริง เชือกก็ดี พัดก็ดี กระทะก็ดี ล้วน เป็นชิ้นส่วนของข้าง แต่ข้างทั้งตัว ไม่ได้เป็นพัด ไม่ได้เป็นเชือก ไม่ได้เป็นกระทะ

ถ้าเราตั้งใจเอาทุกอย่าง ประสบการณ์ที่เกิดขึ้น กับเรามาสอนเราอย่างนี้ แล้วก็สอนคนที่อยู่ใกล้ชิด เรา ที่มาวิสาสะกับเรา โลกนี้ย่อมได้ประโยชน์ร่วมกัน ที่ใจจะไปยึดติดอยู่กับอะไรด้วยความเข้าใจผิด ก็คลี่คลายออก เป็นความสว่างไสว เป็นความเข้าใจ ดีต่อกัน โลกนี้ก็น่าอยู่

ไม่ใช่เราจะไปหาโลกไหนนะ ที่จะน่าอยู่กว่า โลกนี้ ถ้าเราไปหาอย่างนั้น ไปบั้นอย่างนั้น ตัวเรานั้นแหละเป็นสาเหตุ โลกเขาดี ๆ อยู่ พอเราไปอยู่ เข้า ก็บ้าง ๆ บวม ๆ ขึ้นมา

เหมือนท่านอาจารย์มีลูกศิษย์คนหนึ่ง ช่วง นั้นดิฉันไปติดอยู่วัดนาน มาถึงปุ๊บเขาก็ฟ้อง ท่าน อาจารย์ครับ ที่ที่ทำงานผมมันเลวร้ายเหลือเกิน ผู้ คนรู้มาก เอาเปรียบ เห็นแก่ตัวไม่มีน้ำใจ ผมแท้จริง ๆ ท่านอาจารย์ก็สอนอย่างนั้นอย่างนี้ อย่างโน้น

เขากลับไปได้สัก ๒-๓ เดือน แหม.. มันก็
เลวอีกแล้ว ท่านอาจารย์ถาม ไปทำอย่างที่อาจารย์
สอนหรือเปล่านั้น ทำแล้ว ไม่ได้ผล ผมเลยย้ายที่ใหม่
คือทุกครั้งเขาจะย้ายงานใหม่ แต่คนที่ใหม่ก็จะมี
ปัญหาอย่างเดิมทุกทีไป แต่ละครั้งเขาเว้นระยะ
ประมาณ ๑-๒ เดือน นับแล้วเขาย้ายงานมา ๘ ครั้ง
คราวที่มานี้เป็นแห่งที่ ๙

ท่านอาจารย์ก็ฟังเขาบ่นจนจบ แล้วก็ท้วง
นิดๆ ว่า เออ.. อาจารย์ฟังมา รู้สึกคุณย้ายงาน ๘-๙
แห่งแล้วนะ ทำไมมันถึงเป็นความแปลกประหลาด
ที่ทุกแห่งที่คุณไปจะต้องเกิดปัญหาเหมือนกันหมด
เลย ทุกแห่งก็เป็นทีใหม่ ผู้คนใหม่ทั้งนั้น แต่ก็มีคน
เก่าอยู่คนหนึ่ง

มันจะเป็นไปได้ใหม่ว่า ไอ้คนเก่านี้แหละที่เป็น
ตัวทำให้ที่ที่ปกติของเขาเกิดการเปลี่ยนแปลงจนเป็น
อย่างที่คุณเล่ามา คุณลองดูที่ตัวคุณซิ ว่าคุณไปทำ
อะไรเข้าไว้ล่ะ

ความจริงก็คงจะเป็นอย่างนั้น แต่ท่าน
อาจารย์ก็เมตตาเขา ถ้าเป็นเรา ท่านคงขนาบแล้ว

ว่า ก็ตัวเองนั่นแหละเป็นตัวร้าย เพราะฉะนั้น ต้อง
แก้ที่เรา นี่ท่านก็นุ่มกับเขาเป็นพิเศษ แต่เขาก็หาย
ไปเลย

ลูกศิษย์ซึ่งสงสัยก็มาเปิดสภาพดูกันว่า ที่เขา
หายไป เขาไปทำตามท่านอาจารย์ เขาไปแก้ที่ตัว
เขา แล้วเขาก็เลยสบาย ไม่ต้องมาพึ่งบริการท่าน
อาจารย์ หรือว่าเขาเลยโกรธท่านอาจารย์ไปอีกราย
หนึ่ง นึกว่าเป็นเหมือนที่ทำงานของเขา เลยไม่มา
เหยียบวัดนี้อีกเลย ไปหาอาจารย์ใหม่ที่จะพูดแล้ว
ถูกกิเลสเขา

บางครั้งเราก็เป็นเหมือนนายคนนี้เหมือนกัน
เพราะใครตำหนิ เราก็ไม่ถูกใจ แล้วเราก็ไปเจอ
ปัญหาอย่างนี้อยู่เรื่อยไป ทุกแห่งที่เราไป เพราะนิสัย
ของเราไปตำผู้คนให้เขามีความรู้สึกว่า เมื่อมันเป็น
อย่างนี้ ก็ต้องสั่งสอนกันเสียบ้าง โดยทำเป็นกระจก
เงาสะท้อนให้เรารู้ตัว

แต่เวลาที่เราไปตำเขาเนี่ย เราไม่รู้ เราไม่เห็น
ตัวเรา ก็เลยไปเพ่งโทษเวลาที่เขาเป็นกระจกเงาเพื่อ
จะสะท้อนให้เราเห็น มันก็เลยผิดวัตถุประสงค์

ตรงนี้แหละ ความทุกข์ในใจของคนเราที่ทำงาน อย่าไปคิด ทำไมฉันถึงต้องมาเจอเจอะเจอนายอย่างนี้ เจอะเจอเพื่อนร่วมงานอย่างนี้ เจอะเจอลูกศิษย์อย่างนี้ ใจของเราจะเริ่มตันด้วยอย่างนี้

ให้คิดอย่างนี้ว่า ของทุกอย่างมาแต่เหตุ ถ้าเราไม่ทำมรดกอย่างนี้ไว้ เราไม่เจอเจอะเจอนายอย่างนี้ หรือก แก้วที่เรา เมื่อคิดอย่างนี้ปั๊บ ปัญหาจะค่อยคลี่คลาย

แต่ถ้าเราคิดแก้ด้วยการย้ายที่ทำงาน ย้ายไปเถอะ เราจะเจอเจอะเจอะแต่ตัวปัญหาอย่างนี้ ตอนแรกก็ ก ๑ ..ไม่อยู่แล้ว ย้าย ..ย้าย ย้ายมาตรงนี้ พอมาตรงนี้เราก็ต้องเจอ ก อีกแหละ แต่เราเรียกเป็น ก ๒ ซึ่งจะร้ายขึ้น เพราะอะไร เพราะใจของเราที่หวังว่า ฉันอุตส่าห์ย้ายที่ทำงานแล้ว มันเกิดความหวังไว้ว่า ที่ใหม่จะต้องดีขึ้น พอเจอเจอะเจอะเข้าอีก ก็เลยรู้สึกว่ ะไรกัน สติแตกเลย

ตกลงยิ่งย้ายเท่าไร จะยิ่งเจอปัญหาหนักขึ้นเรื่อย ๆ ใจเราก็เบื่อ เซ็ง ความหวังที่ไม่ได้สมหวัง ก็เลยพลอยมาประสมโรง ร่างกายเราที่แก่ลง ความ

อดทน ความมีกำลังวังชา ก็ลดน้อยถอยลง กำลังใจก็เสื่อมโทรมลงเรื่อยๆ ในที่สุด นอกจากจะหนีปัญหาไม่พ้นแล้ว เรายังเคี้ยวมันเป็นผลึกติดใจข้ามภพข้ามชาติไปอีก เกิดชาติใหม่ก็ยังไปเจออย่างนี้อีก

ถ้าคิดในใจว่า เป็นไปไม่ได้ที่ไปที่ไหนจะเจอ แต่สิ่งเร่รังับันเทิงทั้งหมด มันก็ต้องมีร้ายบ้างดีบ้าง เป็นแบบฝึกหัด ให้เราฝึกตัวเรา ให้มีความอดความทน ถ้าคิดอย่างนี้เราก็จะสามารถแก้ไขปัญหาได้ หนีสินก็จะค่อยๆ น้อยไป

อะไรที่เคยทนไม่ได้ เมื่อเกิดปัญญาเห็นชอบ เข้าใจเสียแล้ว เราก็ไม่ต้องทน ต่างคนก็ต่างอยู่ไป ตามหน้าที่ของตัวเอง ไม่ถูกใจกัน ถ้าเราไม่มีงานต้องเกี่ยวข้องกัน เราก็ไม่คบหาสมาคมกัน แต่ถ้ามีงาน เราก็พูดจาสนิทสนม เพราะเราต้องการให้งานเดินไปจนเสร็จ

ถ้าเราจัดใจเราให้เป็นผู้ใหญ่ ให้อารมณ์ที่ความรับผิดชอบอย่างนี้ อารมณ์จะค่อยๆ หดไป คราวนี้เราก็จะทำใจของเราให้เป็นปกติได้ จริงๆ แล้วใจเราเหมือนแก้วใสๆ ไม่มีสี ใจเราแท้ๆ นั้นไม่สุข ไม่

ทุกข์ ธรรมชาติของใจเป็นธาตุรู้ สักแต่ที่รู้ตามเป็นจริง

ฝนตกก็รู้ว่าฝนตก แดดออกก็รู้ว่าแดดออก จะไม่รัก ไม่ชัง ไม่ปรองดองเป็นอารมณ์ แต่ที่ฝนตก เราชอบ เราไม่ชอบ นี่คืออารมณ์ที่มาปรองดอง เปรียบเหมือนน้ำที่ใสไว้ในแก้ว ถ้าเราเอาน้ำส้มมาใส เราก็เห็นแก้วเป็นสีส้ม ถ้าเราเอาน้ำใสมาใส เรา ก็เห็นแก้วใส ความจริงแก้ว ๒ ใบนี้ใสเหมือนกัน ทั้งคู่

ที่เราหลงเข้าใจผิดว่า วันนี้ใจเราเบิกบาน วัน นี้ใจเราหุบ วันนี้ใจเราเครียด ก็เพราะเราไปเอา ความรู้สึกในใจ เอาอารมณ์ มาเป็นตัวใจ ถ้าสติเรา คมไวขึ้น เราจะรู้ว่าอารมณ์นั้นสั้นไหล เปลี่ยนไป เปลี่ยนมาได้เหมือนน้ำในแก้ว มันแสนกล ประเดี๋ยว ก็เบิกบาน ประเดี๋ยวก็หดหู่ ประเดี๋ยวก็เครียด แต่ ตัวใจจริงๆ นั้น รู้ อย่างเดียวเท่านั้น

เมื่อเห็นตรงนี้ เราก็จะเห็นช่องว่างได้ว่า พอ ฝนตก ใจพุทธรະ ฝนตก จบ เอาหัวไม้ขีดไฟไปขีดข้าง กล่องไม้ขีด ไฟก็ลุกฟู รู้ หัวไม้ขีดไหม้หมด ก็ดับ

ที่เราสุข เราทุกข์ เราปรุ่งต่อ เราเอาก้าน
ไม้ขีดไปจุ่มน้ำมันเบนซินเอาไว้ พอฝนตก วันนี้เรา
กำลังอยากออกไปเที่ยว เราจะใส่เสื้อชุดใหม่ ผนผีบ้า
ตกอีกแล้ว ไฟใหม่ขึ้นมาถึงก้านไม้ขีด มาลวกมือ
เรา เราก็กโกรธ

พรุ่งนี้ฝนไม่ตก เราน่าจะดีใจ เพราะจะได้เอา
เสื้อชุดใหม่ไปใส่ให้เบิกบาน แต่ไม่ใช่ ใจเราเปลี่ยน
ไปแล้ว วันนี้ฉันขี้เกียจรดน้ำต้นไม้ ถ้าฝนตกมาก็ดี
แหละ ผนจะได้รดน้ำต้นไม้ให้ฉัน พอวันนี้ฝนไม่ตก
โกรธอีกแล้ว เพราะว่าก้านไม้ขีดถูกแช่น้ำมันเบนซิน
เอาไว้

ใจของเราเองแหละ ที่เจ้าเล่ห์แสนกลกับเรา
ไม่ใช่เรื่องที่เกิดขึ้นข้างนอก เพราะฉะนั้นโลกนี้หรือ
บุคคลภายนอก ไม่ได้มามีอิทธิพลทำให้เราสุขหรือ
เราทุกข์ แต่เพราะเราคิดไม่เป็น เราไม่มีแยกกาย
อุบาย เราไม่มีสติที่จะรู้จักใจของตัวเองตามความเป็น
จริง เราก็เลยเบียดเบียนตัวเราเอง ให้ถลอกปอก
เปิกไปหมด หรือบางทีก็เลยทำไฟใหม้หน้าร้อนลวก
ตัวเองเสียจนตรึทุตไปเลย

คนบางคนพอทุกข์หนักๆ อย่างนี้ ทำยังไง
ฆ่าตัวตาย หรือไม่ฆ่าตัวตาย ก็ไปปรับไหมคนอื่น
จนเขาทนไม่ไหวเลยฆ่าตัวเขาตาย

มีสาวรุ่นคนหนึ่ง พ่อตายจากอุบัติเหตุ ทำให้
เธอต้องดูแลรับผิดชอบครอบครัว นอกจากแม่และ
น้องๆ แล้ว ก็ยังมีญาติอีกด้วย ต่อมาธุรกิจขาดทุน
มีหนี้สินมาก ปัญหาทุกอย่างบีบรัดเข้ามา วุบหนึ่ง
เธอรู้สึกทนไม่ได้ เลยคิดฆ่าตัวตาย ก็ต้องเรียกว่า
เธอมีกุศลวิบากอย่างหนักหนา ฆ่าตัวตายนั้นมีตั้ง
หลายวิธี เธอเกิดไปเลือกวิธีกินยาฆ่าหญ้า

ยาฆ่าหญ้ามีฤทธิ์แปลกอยู่อย่างหนึ่ง กิน
เข้าไปแล้วบังเอิญไม่ตาย ยาฆ่าหญ้าจะทำให้หลอด
อาหารตั้งแต่ปากลงไปถึงกระเพาะกลายเป็นพังผืด
ตีบติดกันหมด หลอดอาหารทั้งอันเสียไป ก็ต้องผ่า
ตัดเพื่อทำหลอดอาหารชิ้นใหม่

เมื่อเธอมาพบกับดิฉันเพื่อฟังบรรยาย เธอถูก
ผ่าตัดมาแล้ว ๘ ครั้ง เพื่อทำหลอดอาหารใหม่ ครั้ง
แรกก็มีหนี้สินติดๆ ถึงต้องฆ่าตัวตาย แล้วคิด
ดูเถอะ การเข้าโรงพยาบาลเพื่อผ่าตัด ๘ ครั้ง ราย

จ่ายจะเพิ่มขึ้นมาอีกแค่ไหน

เธอพลิกชีวิตขึ้นมาได้ด้วยใจที่รู้จักคิด และ
ระดับประคองให้เป็นกุศล พอกินยาฆ่าเหี้ยมาแล้วมี
คนมาช่วยเอาไว้ทัน ไม่ตาย แต่หลอดอาหารตีบติด
กันหมด ต้องผ่าตัด เมื่อรู้สถานการณ์ เธอก็ได้สติ
ว่า ไม่มีใครทำให้เราทุกข์เดือดร้อนได้เท่าตัวเราเอง
ที่พอมีเหตุต้องตายกะทันหัน แล้วเธอต้องมารับ
ภาระกับบรรดาหนี้สินทั้งหมดนี้ ไม่ใช่พวกญาติพี่น้อง
น้องทำ มรดกของเราทำมาเอง

แต่เราแปลไม่เป็น เราถึงทุบถองตัวเองเสีย
สาแก่ใจ กระจกหน้าชำรุดด้วยการสร้างค่าอยู่โรง
พยาบาลอีก ๘ หนเพิ่มขึ้นมา เธอก็เลยตัดใจว่า
อะไรจะเกิดก็ให้เกิด ถ้าเราอยู่กับความจริง แล้วเอา
สัมมาสติเป็นตัววางทางเดินของเราไว้ มันจะต้อง
เป็นทางสายตรง และจะต้องสิ้นปัญหาจนได้ ถ้าไม่
เปลวให้ทางตรงม้วนกลับไปเป็นวงกลมใหม่ ด้วย
การทำอะไรบ้าง บวมๆ ลงไปอีก เธอก็เลยมีกำลัง
ใจเข้มแข็ง ฟังแล้วเรารู้สึกอยากช่วย อยากเป็น
กำลังใจให้

ถ้าเป็นอีกบางคนก็จะเห็นผิดเป็นชอบ เฟ่ง
โทษกับคนที่เอาเราไปส่งโรงพยาบาล ล้างท้องได้ทัน
..เรื่องอะไรมาอยู่กับเรา เป็นเจ้ากรรมนายเวรหรือ
อะไร ทำให้ต้องมาถูกผ่าตัดอีกตั้ง ๘ หน แล้วก็ไม่ได้
มาช่วยออกค่ารักษาพยาบาลให้ พาลต่อไปอีก

หรือเราไปแนะนำว่า คุณต้องทำใจรับว่านี่เป็น
วิบากของคุณเอง ..พูดอย่างนี้จะมาถล่มทลายหัวใจ
กันหรืออย่างไร ..คนเราถ้าไม่มีสัมมาทิฐิ เวลาแนะนำ
อะไร เขาก็จะมีการสนองตอบ ๒ อย่าง ..ยาก ทำไม่
ได้ ลองเรามาเป็นตัวเขาสี ก็จะได้รู้ว่ามันทำไม่ได้ ที่
พูดนี้ก็เพราะเรายังไม่เจอปัญหาอย่างนั้นละสิ

เขาหาไม่รู้ไม่ว่า เราเคยเจอมาแล้ว ถ้าเราไม่
เจอ เราไม่เอาไปแนะนำใครหรอก เพราะเราถือว่า
อะไรที่เราจะไปบอกใครนี่ เราต้องทำมาแล้วและได้
ผลแล้วด้วย เราก็เงี่ยบ หาเรื่องอื่นต่อไป ..มันก็ง่าย
อยู่หรอก น่าทำ แต่ดิฉันทำไม่ได้ ..

คือเขาตัดสินใจเสร็จเรียบร้อยแล้ว มันไม่ถูก
กับนิสัยเขา ยิ่งใจก็ไม่ไซ้สไตล์ของเขา เขาทำไม่ได้
เพราะฉะนั้นมันก็ไม่มีทาง เหมือนท่านอาจารย์เคย

เปรียบเทียบ คนใช้ก็อยากหาย หมอคือเราก็กินใจ
ช่วย ยาดีก็มีอยู่ แต่คนใช้ไม่ยอมกินยา

เพราะฉะนั้น ถึงคนใช้จะอยากหาย เราจะ
อยากช่วย ยิ่งใจก็ไม่มีทางบรรลุวัตถุประสงค์ เพราะ
ว่าคนใช้ไม่ยอมกินยา เราอย่าเป็นคนใช้ประเภทนี้
เป็นอันขาด เพราะในโลกนี้ยาวิเศษมีอยู่เสมอ คือ
ธัมมะของพระพุทธเจ้า ถ้าเราเป็นคนจริง เราก็กิน
ยาหมอ หรืออะไรก็ตามที่อยู่รอบตัวเราที่เป็นธัมมะ

ธรรมย่อมปกป้องรักษาผู้ประพฤติธรรม ธรรม
เต็มใจที่จะช่วยเหลือเรา ให้โอกาสเรา พุทธศาสนา
เป็นศาสนาของความหวัง พุทธศาสนาไม่เคยบอกว่า
คุณชั่ว เพราะฉะนั้นคุณไม่มีทางที่จะทำได้ คุณด้อย
วาสนาบารมี ไม่มี

พุทธศาสนามีแต่ว่า คนเราทุกคนทำผิดได้
การเรียนรู้จากความผิดทำให้จำและไม่ผิดอีก เพราะ
อวิชชานั้นลุ่มลึกมาก ขนาดผู้รู้บอกอย่างนี้ๆ อย่า
ทำ เราก็มองว่าเราเข้าใจ แต่พอไปเจอปัญหาเข้าจริงๆ
เราไม่รู้ว่า นี่อวิชชา เหมือนที่บอกว่าสายไฟแรง
สูงอย่าไปจับนะ แต่พอสายไฟแรงสูงตกลงมาจริงๆ

อะไรนี่นะ มันเป็นอย่างนี้

เพราะฉะนั้น พุทธศาสนาให้โอกาสทุกคนเท่า
กันหมด ไม่ได้แก่ล้ง ไม่ได้เอากจะก่อปัญหา แต่
ประสบการณ์ที่ยังไม่เพียงพอ ยังต้องเรียนรู้ เพื่อที่
คราวนี้แหละ มันจะรู้เห็นเป็นในใจ เหมือนเราบอก
เด็กเล็กๆ ไฟ อย่าไปจับนะ เดี่ยวมันลวกมือ ค่ะ ..ค่ะ
..ค่ะ

วันหนึ่ง เกิดความรู้สึก ไฟออกสวยอย่างนี้
มันจะลวกมือได้อย่างไร ก็ลองไปจับ แล้วถูกมันลวก
เอา คราวนี้รู้แล้ว ปวดแสบปวดร้อนเป็นอย่างไร
คราวนี้ต่อให้ใครมาหลอกยังไงๆ ก็ไม่จับอีก ใจทุก
ใจก็ต้องเรียนรู้ด้วยประสบการณ์อย่างนี้

ท่านอาจารย์สิงห์ทองท่านเปรียบเทียบการ
ปฏิบัตินี้เหมือนเรากินข้าว ถ้าเราไม่กินจนอิ่ม ต่อให้
ใครๆ มาบอกว่า อิ่มแล้วนะ เอาจานข้าวเราไป เรา
ก็อาจจะทำกริยาว่าอิ่มแล้ว แต่พอไปนอนหลับ เรา
ก็ฝันว่า เราไปเอาจานข้าวมาคดข้าวกินใหม่ เพราะ
มันยังไม่อิ่ม แต่ถ้าเราอิ่มแล้ว ใครจะเอาอะไรมาล่อ
อีกเท่าไรๆ เราก็ไม่กิน

ท่านบอกการปฏิบัติก็เหมือนกัน เราต้องผิด แล้วผิดอีก แต่ไม่ใช่ผิดด้วยความหลงผิดนะ ผิดทั้งที่เราไตร่ตรองด้วยสติปัญญาแล้ว และเห็นต่อนั้น ว่าดีแล้ว แต่เพราะเรายังเห็นไม่รอบ เราจึงต้องเรียนรู้จากความผิด เพื่อปัญญาของเราจะได้เพิ่มขึ้นๆ นี่คือแบบฝึกหัด คือหिनลับสติปัญญาเรา

ถ้าเราทำอย่างนี้ ใจของเราก็จะอึดด้วย ประสบการณ์ รู้เห็นเป็นขึ้นในใจ ตอนนี้อย่างไรจะมา ล้อหลอกยังงี้ เราก็ไม่หลงไปเดินไต่ขอบกระดิ่งอีก แล้ว ถึงเราไม่ยากเดินทางสายตรง ทางมันก็ตรง ให้เราเองแหละ เพราะสติของเรามีประสิทธิภาพ เต็มที่ เราอยากให้มันหลุบมาเป็นขอบกระดิ่ง มันก็ไม่เป็นแล้ว

ถ้าเราทำจนกระทั่งถึงที่ของมัน ประกอบเหตุ สมควรแก่เหตุ จนกระทั่งมันมีผลขึ้นมาแล้ว คราวนี้ ก็ชื่นใจ เราจะไปตรงไหนๆ ก็เป็นทางสายตรงทั้งนั้น เป็นมรรคไปทั้งนั้น

ใจของเรา ที่เคยวิตกกังวลทุกข์ร้อน ก็จะอึด เต็ม มีปีติ มีปัญญาเห็นชอบ คอยแก้ปัญหาให้เรา

ไปทุกเวลา ไม่ต้องไปกังวลฟุ้งซ่านหรือว่าเป็นนิวรรณ์
อีกแล้ว แต่เนี่ยมันจะอยู่เป็นใจปัจจุบัน

เมื่อมีอะไรกระทบ สติจะมาจลจ่อ เราก็ได้
คำตอบขึ้นมา เพราะมันเป็นใจที่ฝึกจนกระทั่งรู้ตัว
สามารถเลี้ยงตัวเอง ให้เรามีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน นี่
คือสิ่งที่เราปรารถนาจะให้พวกคุณเอากลับไปฝึกฝน
จนกระทั่งเป็นสมบัติติดตัวติดใจ ไม่ว่าจะตั้งใจหรือ
ไม่ตั้งใจ เราจะไปประสพอุบัติเหตุหรืออะไรก็ตาม
สิ่งนี้จะอยู่กับใจเราเป็นอัตโนมัติ ธรรมะก็ปกป้อง
รักษาเรา ตอนนี่เราต้องรักษาธรรมะก่อน ให้มัน
งอกงามเป็นอุปนิสัย แล้วต่อไปธรรมะจึงจะรักษาเรา
ถึงเราจะทำเหมือนหัวร่อสรวลเสเฮฮา ไม่ได้ระวัง
สติเลย แต่สติก็จะมาดูแลรักษาเราอยู่ต่อเนื่องกันทุก
..ทุกขณะ

เวลาก็หมดลงแล้ว ขอฝากข้อคิดเหล่านี้ไว้
เป็นเครื่องเตือนสติ ให้คอยระคับระคองใจของ
ตนให้คิดชอบ เป็นสัมมาทสิฐ เพื่อมรดกที่เราทำให้
ตัวเราจะได้เป็นแต่บุญกุศล แต่อริยทรัพย์ เราก็จะ
ปลอดภัย

ท่านที่ต้องการหนังสือ โปรดติดต่อที่ท่านเห็นสะดวก
เพียงที่ใดที่เดียว

๑. คุณขวัญตา เกิดชูชื่น
ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี
ถนนพระราม ๖ กทม. ๑๐๕๐๐
๒. คุณศิริกุล โชติวุฒตมากร
ภาควิชาเภสัชวิทยา ห้อง ๑๒๖ โรงพยาบาลศิริราช
กทม. ๑๐๗๐๐
๓. คุณแจ่ม ชำชัยภูมิ
ตึกนริศรา (โรงพยาบาลเด็ก)
สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติ มหาราชนี
ถนนราชวิถี กทม. ๑๐๕๐๐
๔. คุณแม่คันสนีย์ เสถียรสุด
เสถียรธรรมสถาน
๒/๕ ซอยวัชรพล ถนนรามอินทรา ๕๕
เขตลาดพร้าว กทม. ๑๐๒๓๐
๕. แพทย์หญิงชนาธิป พันธุ์พิทย์แพทย์
โรงพยาบาลอุดรธานี จ.อุดรธานี ๔๑๐๐๐
๖. ดร. จรัสพรรณ สงวนเสริมศรี
คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
จ.เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐
๗. นายแพทย์สุรัตน์ เปานิล
โรงพยาบาลค่ายสุรศักดิ์มนตรี
อ.เมือง จ.ลำปาง ๕๒๐๐๐



จากปก

มดตัวน้อยตัวนิด

มดมีความคิดมากมาย

เร็วเร็วมา เร็วเร็วไป

ไต่ตามวงนอกวงใน

เหมือนเดินทางไกล...แต่ไม่

เหมือนเดินทางไกล...ไกลใจ

วนอ้อย วนไป ในวงว่างเวลา



มดค้นหาสิ่งใด

หรือมัวล้อเล่นกับเวลาที่เหลืออยู่...

อยู่เพียงชั่วครู่...ยังเดินวน

อยู่เพียงชั่วคน...ยังค้นหาไม่เจอ

ชาวี ธีศว





ภาพชาติของจิตวิญญาณแต่ละดวงนั้น
 ไม่มีเงื่อนไขอันเงื่อนไขปลาย
 เหมือนเม็ดแดงใต้ขอบดั่ง...
 ที่สุดของขอบดั่งอยู่ตรงไหน มันกลมไปหมด
 เหมือนกับการเกิดภพนี้ภพนั้น
 หมุนไปเวียนมา ของเก่าของใหม่
 แม้จะเกิดอีกทีครั้งก็หนก็ไม่ทราบ
 เกิดซ้ำของเก่าทีครั้งก็ไม่ทราบ
 เพราะเกิดด้วยความหลง
 เกิดด้วยความมืดบอด
 ไม่ใช่ด้วยความสว่างกระจ่างแจ้ง

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

