



ໃຈ...ໃຈ
ຂອງ ມັດສາ

ไซ...ใจ

อมรา มลิลลา

ISBN 974-9617-34-7

ออกแบบปก : ชนะ ควรเลี้ยง

ก้อยแกลง

ไข...ใจ นี้ ถอดมาจากเทปการบรรยาย
สังสรรค์ ชักถาม - ตอบปัญหา กับพนักงานของ
บริษัทกรุงเทพประกันภัย จำกัด ที่โรงแรมนารายณ์
เมื่อวันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๓๒ ซึ่งเป็นรายการ
บรรยายพิเศษที่บริษัทจัดขึ้นสำหรับพนักงาน เพื่อ
เป็น อาหารใจ ให้เกิดความสนุกสนานในการทำงาน

คุณชัย โสภณพนิช ให้ความสนใจในด้าน
จิตใจของพนักงานและผู้ร่วมงานเป็นอย่างมาก ได้
จัดหาสถานที่ ปรับปรุงทำเป็นห้องอเนกประสงค์
จัดตั้ง ชมรมจิตภาวนา ขึ้นในบริษัทเพื่อให้พนักงาน
พัฒนาอบรมจิตใจของตนให้เกิดภูมิคุ้มกันต่ออารมณ์
ที่มากกระทบ สามารถรักษาสุขภาพจิตให้เป็นปกติ
อยู่ได้ ทั้งในยามปกติและยามวิกฤต

เมื่อจิตใจมีรากฐานแน่นหนาดีงาม รู้จักชีวิต
และสภาวะแวดล้อมตามเป็นจริง ศักยภาพและ
ประสิทธิผลในการงานย่อมเต็มเม็ดเต็มหน่วย และมี
คุณภาพเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ดังจะเห็นจากปัญหาที่ถาม

ว่าเป็นปัญหาหน้าใสใจ นำมาขบคิดหาคำตอบ เพราะ เป็นสิ่งที่พบเห็นอยู่เสมอๆ ในชีวิตประจำวัน หากได้รับการแก้ไขคลี่คลายไปในทางถูกต้อง ผลที่ตามมา ย่อมเป็นความผาสุกร่มเย็น

เมื่อบริษัทใครจะถอดเทปร้อยเรียงบทบรรยาย นี้เพื่อตีพิมพ์ ดิฉันจึงเต็มใจยินดีสนับสนุน เพราะ ประโยชน์ที่บังเกิดขึ้น ย่อมแผ่กว้างไกลไปสู่ท่าน ผู้อ่านด้วย

ขออานิสงส์ที่พึงได้รับจากกุศลจริยานี้ เป็น พลวปัจจัยให้บริษัทกรุงเทพประกันภัย จำกัด เจริญ รุ่งเรือง ประสบความสำเร็จดังมุ่งปรารถนา และ เจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องแต่ละท่านเกิดปัญญาเห็นชอบ ชีวิตจิตใจผาสุกร่มเย็น เป็นเสมือนโอเอซิสแก่สังคม และประเทศชาติ

อมรา มลิลลา

๑๗ มิถุนายน ๒๕๓๓

ไฮ...ไฮ

วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๓๒ บรรยายพิเศษ
ณ โรงแรมนารายณ์ กรุงเทพฯ
สำหรับบริษัทกรุงเทพประกันภัย จำกัด

สวัสดีค่ะ ท่านเจ้าหน้าที่บริษัทกรุงเทพประกันภัย
จำกัด

ดิฉันเองออกจะไกลจากศิลปะการประกันภัย
แต่คิดว่างานหมอกับงานประกันภัยก็มีอะไรที่พอจะ
คล้ายคลึงกันจนสามารถนำมาเล่าสู่กันฟัง เป็นการ
แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการทำงานของกันและ
กัน เพื่อให้เกิดความเข้าใจกว้างขวางลึกซึ้งยิ่งขึ้นได้

สิ่งหนึ่งที่มีความคล้ายคลึงกัน คือ หมอกก็
พยายามป้องกันไม่ให้คนเกิดความเจ็บไข้ได้ป่วย คือ
พยายามให้คนทุกคนมีสุขภาพแข็งแรง หรือหากเกิด
เจ็บป่วย ก็เยียวยาให้หายหรือให้เจ็บป่วยน้อยที่สุด
ทำนองเดียวกับพวกคุณก็พยายามอย่างยิ่งที่จะไม่ให้
อุบัติเหตุภัยอันตรายอะไรทั้งสิ้นเกิดขึ้น

เราคงไม่ทำประกันเพื่อหวังให้เกิดภัยขึ้นมา เป็นเครื่องพิสูจน์ว่าถูกต้องที่มีประกัน เมื่อไม่ยอมให้เกิดภัย เราก็เครียด เพราะพยายามค้นคิดว่า ทำอย่างไรถึงจะไม่เกิดเหตุร้ายทั้งปวง บางครั้งเมื่อเหตุเกิดขึ้นเราก็ยอมรับไม่ได้ มัวแต่โต้แย้งว่ามันไม่น่าจะเกิด ทำไมถึงเกิดได้นะ

ตรงนี้แหละคือจุดที่ทำให้เรามีความทุกข์โดยไม่จำเป็น เพราะเมื่อไปคิดว่ามันไม่น่าจะเกิด ทำไมถึงเกิด หูเราเลยดับจากความเป็นจริง

สิ่งที่ควรรับเข้ามาเพื่อเป็นข้อมูลที่ถูกต้องเริ่มบกพร่อง เพราะไป ยึดติด ตรงที่ว่า มันไม่น่าจะเกิด จากประสบการณ์ที่ผ่านมาก็ไม่เห็นเคยเป็นอย่างนี้ แล้วทำไมครั้งนี้ถึงเป็นไปได้นะ

ใจหนึ่งของเราไม่ยอมรับรู้เรื่องที่กำลังเป็นอยู่ ก็เลยทำให้เราแก้ปัญหาไม่ได้ผลดีเท่าที่ควร หรือเครียดมากกว่าที่ควรจะเครียด แล้วเลยพาลไปว่างานเป็นสิ่งที่ทำให้เราไม่สนุกกับมันเสียแล้ว

ถ้าเป็นอย่างนี้ ดิฉันขอเรียนว่า อะไรจะเกิด มันก็ต้องเกิด ให้คอยบอกตัวเองไว้ว่า การมาทำงาน

ก็เหมือนเราอ่านนวนิยายลึกลับ อะไรจะเกิด มันก็เกิดได้ทั้งนั้นแหละ อย่าไปโต้แย้งกับมันสักเรื่องเดียว อะไรเกิดขึ้นมา เราทำใจให้สนุกได้ทุกเรื่อง

วันนี้ไม่ได้ตั้งใจว่าจะมาเจอเรื่องบู๊ล้างผลาญ เกิดมีพระเอกบู๊ล้างผลาญโผล่เข้ามา ก็เอากัน วันนี้ไม่ได้คิดจะมาเจอนวนิยายโศกสลดน้ำตาเป็นเฝอเต่า เกิดจะมีลูกค้าของเราเป็นอย่างนั้นก็เอา ยังไงก็ได้ทั้งนั้น

ถ้าใจเราเป็นอย่างนี้ เป็นใจอิสระ เราเริ่มสนุกขึ้น

ไม่อย่างนั้น เรายึดว่า เมื่อวานปวดหัวแล้ววันนี้ขออย่าเจออย่างนั้นอีกนะ พอใครเซเข้ามา ตายแล้ว ตัวปวดหัวคอยอยู่เต็มไปหมด มันรู้สึกใจหมดกำลัง รู้สึก...ทำไมต้องเป็นเราด้วยนะ

พอเป็นอย่างนี้แล้วใจหมดสนุก ถึงสติปัญญาเรามีอยู่ก็เหมือนไม่มี

เพราะถ้าใจไม่คิดอย่างนี้ มองปราดเดียวเราก็แก้ไขปัญหาได้ แต่เมื่อใจคิดอย่างนี้แล้ว คำตอบทั้งหลายที่มีอยู่ในใจไม่รู้หายไปไหนหมด เหมือนใคร

เอาไปใส่กุญแจล็อกเก็บไว้อย่างดี แล้วก็หากุญแจไม่พบ ไซเอาออกมาใช้ไม่ได้ พอเป็นอย่างนี้ เราก็ยิ่งตกใจเพิ่มขึ้นอีก

เราเคยทำอะไรก็ได้ อย่างใจนี้เน่า ทำไมวันนี้ถึงคิดอะไรไม่ออก หรือคิดไปแล้ว แนะนำทำลงไป แล้ว เกิดคิดใหม่ว่า ...ฮิไม่เห็นเข้าท่า เราน่าจะทำได้ดีกว่านั้น

เราเกิดความรู้สึกหงุดหงิดตามมา วันนั้นเลย ไม่สบายใจทั้งวัน งานที่ติดตามมาก็ไม่ได้ผลเท่าที่ควร

กลับไปบ้าน แทนที่จะเอางานกองไว้ที่ทำงาน อ้าว ยังหอบกลับไปด้วย... เกิดคนข้างเคียงเหนื่อยมา จะปรับทุกข์ให้ฟัง อารมณ์เสียหมดเลย นอกจากวันนี้ที่ทำงานจะไม่ดีแล้ว อารมณ์ไม่สุนทรีย์ กลับเข้าบ้านยังวางระเบิดเพลิงใส่บ้านอีก

ลูกเต๋าระส่ำระสายไปหมด...ไม่รู้ว่าจะพุดกับพ่อดีหรือพุดกับแม่ดี

ในที่สุด ทุกคนก็หงอยกลับเข้าห้องของตัวเองไป

เราเองก็คอยจะให้มีโอกาสถาม จะได้คุย จะได้ระบาย แต่ทุกคนก็ไม่แน่ใจว่าสลาตันจะเกิดแบบไหน เมื่อไหร่ มันก็เลยทำให้ทุกคนแข็งไปหมด

พอเป็นอย่างนี้แล้ว เราก็พาลหาเหตุ...หาเหตุว่างานไม่สนุก

หรือ ทำอย่างไร เราถึงจะก้าวหน้ากว่าที่เป็นอยู่ขณะนี้

ตามธรรมชาติคนเรา เมื่อเกิดความไม่พอใจ ก็ขุดคุ้ยหาเหตุ เพื่อพิสูจน์ว่าเราไม่ได้บกพร่อง เป้าเลยพุ่งไปทำงาน เห็นไปว่าชักจะไม่ก้าวหน้าเท่าที่ควร

เราคิดไปเองทั้งๆ ที่งานก็ก้าวหน้าเท่าที่ควรแล้ว หรือก้าวหน้าดีอยู่แล้ว แต่ใจที่หงุดหงิด ต้องหาอะไรเป็นเหตุสักอย่าง ทำให้สร้างความเครียดให้ตัวเองมากขึ้นไปอีก

ถ้าเป็นอย่างนี้ เราเดือดเนื้อร้อนใจ

ดิฉันมีความเชื่อว่าการทำงานนั้นเราเลือกไม่ได้ ชีวิตของคนเราทุกคนเมื่อพ้นภาวะเด็กไปแล้วก็ต้องทำงานกันทั้งนั้น ไม่ว่าจะทำงานบริษัท ทำราชการ หรือทำงานส่วนตัว ทำอะไรๆ ก็เป็นการงานทั้งนั้น

เพราะ ชีวิตคือการทำงาน

เมื่อเรารู้ว่าเราต้องทำงานกันอยู่แล้วหลีกเลี่ยงไม่ได้ เปรียบเหมือนวันนี้เราตั้งใจจะไปเดินมาราธอนแล้วทำไมเราถึงเลือกรองเท้าคู่ที่คับ คู่ที่ไม่สบายที่สุดเอาใส่ไปเดินมาราธอน

แน่นอน...การเดินทางนั้นของเราย่อมเป็นการเดินวิบาก

แล้วเราก็หงุดหงิด ดีไม่ดีเท้าเราฟองไปหมดแล้วไม่ใช่ว่าเท้าฟองแค่วันนั้น กลับมาถอดรองเท้าแล้วจะหาย มันยังฟองอย่างนั้นอยู่ต่อไปอีกหลายวัน

แม้เราจะกลับไปใส่รองเท้าคู่ที่ถูกต้อง มันก็ยังไปเสียดสีเข้า ทำให้รู้สึกว่ารองเท้าก็คู้ๆ ก็ไม่ถูกต้องไปหมด

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเวลาที่ทำงาน เราเลือกใช้ของที่ไม่พอเหมาะพอดีกับงานของเรา เป็นต้นว่าใจของเรานี้แหละ เป็นเบื้องต้น

เรารู้ว่าเราจะทำงาน แต่ไม่จัด ใจ ของตัวให้พอเหมาะ กับสิ่งที่เราจะไปทำ ใจก็เริ่มต้นเป็นรองเท้ากัดเท้าเรา ใจที่เป็นอุปสรรคต่อตัวเองคือใจชนิดไหน

บ้าง

เราต้องดูก่อนว่า ที่เรามาทำงาน เรามาทำอะไร?

ส่วนใหญ่ ขออนุญาตดิฉันเปรียบเทียบนะคะ ว่า งานของเราเปรียบเหมือนการทำไร่มะขามหวาน

ดิฉันแน่ใจเลยว่า คนที่ทำไร่มะขามหวาน ไม่มีใครหรอกที่ตั้งใจปลูกมะขามหวานเพื่อให้ได้ต้นมะขามหวาน แล้วก็พอใจแค่ได้ฝักมะขามหวาน

ร้อยทั้งร้อย ถ้าสัมภาษณ์ชาวไร่มะขามหวาน จะคิดเสร็จเลยว่าไร่ของเรามีมะขามกี่ตัน ต้นหนึ่งควรได้ฝักกี่กิโล กิโลหนึ่งราคาจะเท่าใด แล้วก็คอยนับวัน ว่าฝักมะขามหวานคือใบสีม่วงๆ แขนงอยู่ และถ้าฝักมะขามหวานไม่แปรเป็นใบสีม่วงๆ เท่าที่คาดหวังไว้ แปลว่าการทำไร่ของเราล้มเหลว

เห็นไหมคะ วิธีคิดเกี่ยวกับการทำงานนี้ เราไม่ได้คิดจาก ก ไปสู่ ข ไปสู่ ค

เราจะเห็น เราปลูกมะขามหวาน แต่ฝักมะขามหวานกลายเป็นธนบัตรใบละห้าร้อยแขนงอยู่ตามเป้าที่เราคุณเสร็จเอาไว้ในใจ ในระหว่างนั้น เรา

ไม่เคยคำนึงว่า การที่มะขามหวานจะมีราคาตรึงอยู่
อย่างที่เรารบรารณา จะต้องมืเหตุบัจจยอะไรบ้าง
เราจะได้ศึกษา เตรียมกรุยทางเอาไว้ให้เป็นไปดั่ง
ปรารณา

เป็นต้นว่า การทำไร่มะขามนี้โอกาสที่มะขาม
จะกลายรสเปลี่ยนไปมีสูงแคไหน เราจะต้องศึกษา
ว่าควรทำอย่างไรบ้างเพื่อให้ฝักมะขามของเรามีรส
เป็นที่ถูกตลาด มีเนื้อหนาไม่แห้งเกินไป หรือว่าไม่
แฉะเกินไป ซึ่งสิ่งเหล่านี้เราไม่ได้นึกถึงเลย

เพราะ...ใจเราไปจดจ่ออยู่ที่ ค แล้ว

ที่มาทำงาน ถ้าใจเราไม่รักงาน ไม่ได้สนุกกับ
งาน ไม่ได้คิดว่าประสบการณ์จากงานแต่ละวันๆ ที่
เกิดขึ้น คือสิ่งที่เราพอใจ สิ่งที่เราสนใจใคร่จะเรียนรู้
และสนุกด้วย

ดั่งที่ดิฉันเรียนแล้วว่า เราจะมาอ่านนวนิยาย
ลึกลับซึ่งเราไม่เคยรู้เรื่องมาก่อน แต่ละหน้าๆ ที่
อ่านไปนั้นสนุกทุกตัวอักษร บางคนตั้งใจอ่านทุกหน้า
แต่บางคนอ่านครึ่งหน้า แล้วพลิกข้ามๆ ไปถึงหน้า
หลังเลย แล้วก็สรุปเอาเอง เติมความในช่องว่างเอา

ตามอำเภอใจ... จบแล้ว รู้เรื่องหมดแล้ว

ถ้าเป็นอย่างนี้ ใจของเราเป็นศัตรูกับงานของตัวเอง เราจะแข็ง จะรู้สึกว่างงานไม่เป็นไปอย่างที่ปรารถนา

เพราะตรงช่องว่างเราเติมเอาไว้เต็มแล้ว เราไม่ทำไปตามขั้นตอนของงาน คาดหวังแต่ ผลพลอยได้ ที่จะได้จากงานที่เรา คิด ว่าเราทำ

แต่เดิมนิดฉันก็มองไม่เห็นว่ใจตัวเองก็เป็นอย่างนี้ จนกระทั่งเข้าไปฝึกปฏิบัติใจกับท่านอาจารย์

ท่านอาจารย์ถามดิฉันว่า เป็นอย่างไร มาหัดทำสมาธิ ใจเป็นสมาธิหรือยัง

ดิฉันตอบ ยังเจ้าคะ

ท่านอาจารย์อธิบายว่า การฝึกใจตัวเอง ก็เหมือนอย่างกับว่าอาจารย์เอาเลื่อยให้ศิษย์ไปเลื่อยต้นไม้ใหญ่ขนาด ๓ คนโอบ แล้วอาจารย์ก็สั่งว่า... เลื่อยไป... ตั้งหน้าตั้งตาเลื่อยไปเรื่อยๆ อย่าหยุดนะ

ดิฉันไปถึง แทนที่จะก้มหน้าก้มตาเลื่อยไปตามท่านอาจารย์สั่ง กลับคิดไป เราเป็นคนสมสมัย

สมัยนี้เป็นสมัยของเครื่องผ่อนแรง มือก็เลื่อยไปนิด
เดี๋ยวยังไม่ทันได้งานเท่าไรเลย ใจเราร้อน คิดหวัง
ผลไปแล้ว ...ที่เลื่อยไปนี่คงจะต้องกินเข้าไปจนกระทั่ง
ต้นไม้จวนล้มแล้ว เราก็ก็นั่งเท้าสะเอวมอง... ตาม
วิชาการที่คำนวณ มันน่าจะเอนลงแล้วล้มลงได้แล้ว

มัน ควร จะต้องเป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้
เพราะเราเป็นนักท่อนแรง ผ่อนแรง และอาศัยเทคโนโลยี
ทั้งหลายทั้งปวง

ทำไม...เลื่อยจนเหนื่อย จนหัวใจจะวายแล้ว
ทำไมถึงยังไม่ขยับเขยื้อนอีก

ท่านอาจารย์บอก จริงๆ แล้วเราใส่แรงเข้าไป
ไม่ถึงหนึ่งสลึง แล้วก็มาแบมือทวงท่านว่า แรงงาน
ที่ใส่เข้าไปหนึ่งร้อยบาทแล้ว

พวกเราเป็นนักค้ากำไรเกินควร เป็นกันอย่าง
นี้ทั้งนั้น เราถึงไม่สนุกและไม่มีความสุขในการทำงาน
ทำแล้วก็รู้สึกว่างงานไม่เป็นที่ภูมิใจเรา

...เจ้านายไม่ดี ...เพื่อนร่วมงานไม่ดี ...ทุก
คนไม่ดีหมดเลย

เราดีคนเดียว

เราเหนื่อย เราตั้งอกตั้งใจทำอย่างดีแล้ว เขาก็ไม่เห็นดีกับเรา เขาก็มาตำหนิเรา ทำแล้วเขาก็บอกว่าไม่เข้าท่า ถ้าอย่างนั้นทำไมไม่มาทำเสียเองล่ะ

พอคิดอย่างนี้ ใจก็ฝืดไปหมด ชัดสาย ปรุงต่อไปว่า ...น่ากลัวเขาคงจะแกล้ง เราระวัง พอผลเกิดมาไม่ตรงกับที่เราอยาก...ระวังเพิ่มขึ้น ทำไม... ทำไม... เราถึงจะคิดแต่สิ่งดีๆ ได้

ดิฉันเคยเปรียบเทียบจริตนิสัยของคนเราว่าต่าง ๆ กัน มองดูแล้วเราก็มองคนเหมือน ๆ กัน แต่...จริงๆ แล้วบางคนก็เป็นหมี บางคนก็เป็นปลา ดิฉันเพิ่งอ่านนิทานของหลานมาค่ะ เรื่องหมีกับปลา

ในนิทานเล่าว่า หมีน้อยถูกแม่สอนเอาไว้ว่า เวลาจะทำอะไร ให้ทำให้เพื่อน ๆ เหมือนกับที่เราทำให้ตัวเอง เพราะว่าคนอื่น ๆ ก็มีจิตใจเหมือนเรา ถ้าเราไม่ชอบความทุกข์ เพื่อน ๆ ก็ไม่ชอบความทุกข์เหมือนเรา

วันหนึ่ง หิมะตก ในป่าหนาวจัดมาก หมีน้อยหนาว แม่ก็ออกไปหากิน หมีน้อยจำได้ว่าถ้าหนาวอย่างนี้ แม่สอนให้ก่อไฟผิง ก็ไปเก็บกิ่งไม้มาก่อไฟ

ขณะกำลังนั่งผิงไฟอุ่นสบาย ก็เลื้อบไปเห็นลูกปลา ที่เป็นเพื่อนเล่นกันนอนนิ่งอยู่บนโขดหินตื้นๆ ก็นึกถึงที่แม่สอน ตัวเรามีอะไรต้องแบ่งปันให้เพื่อน

ลูกปลาคงหนาวเหมือนเรา แล้วก็อยู่ในน้ำ ไม่มีไฟผิง อย่างกระนั้นเลย เราขอมขยับออกจากกองไฟหน่อย ไปหากิ่งไม้มาทำกองไฟให้ใหญ่ขึ้น แล้วอุตส่าห์เสียสละเอาเท้าจุ่มไปในน้ำ ช้อนลูกปลาขึ้นมา เอามาวางบนหินข้างๆ กองไฟ

คิดดูสิคะว่าอะไรจะเกิดขึ้นกับลูกปลา...มิใช่ลูกปลาจะบอกหมिन้อยว่า ไม่เอา...ฉันจะลงไปให้น้ำหมิมก็ไม่วู้เรื่อง เข้าใจไปว่าที่ลูกปลาดิ้นเพราะยังหนาวมาก ก็เลยตะปบให้ใกล้ๆ ไฟเข้าไปอีก

ลูกปลาก็แทบจะตาย ออกสันขวัญแขวนว่าตายแล้ว เพื่อนเราวันนี้เกิดอะไรขึ้นมาถึงจะฆ่าจะแกงเรา เราก้ไม่ได้ไปทำอะไรให้ลูกหมิเจ็บช้ำน้ำใจสักหน่อยหนึ่ง

กำลังทุลักทุเลกันอยู่อย่างนั้น พอดีแม่หมิกลับมา แม่หมิตกใจมาก สั่งลูกให้เอาลูกปลาไปปล่อยลงน้ำเดี๋ยวนี้

ลูกหมีประท้วงแม่ว่า ก็แม่สอนฉันเอง เวลาฉันมีอะไรดี ๆ ต้องแบ่งให้เพื่อน ปลาหนาวจนกระดูกกระดูกไม่ได้ ฉันสู้อุตส่าห์เสียสละเอาเท้าไปจุ่มน้ำอุ้มปลาขึ้นมา แล้วแม่อังจะดูฉันอีกหรือ

แม่หมียังไม่มีเวลาอธิบาย รีบจับลูกปลาไปใส่ในน้ำ แล้วอธิบายว่า ธรรมชาติของปลาต้องอยู่ในน้ำ ธรรมชาติของหมีอยู่บนบก มันคนละเรื่องกัน

นี่คะ ถ้าเราเกิดขัดเคืองเพื่อนร่วมงานว่า โอ๊ย...เราทำดีแล้วยังมาตำหนิว่าร้ายเรา จะฆ่าจะแกงกันหรือยังไง นี่จะมาเหยียบเราแล้วเอาดีใส่ตัวหรือยังไง ... ให้นึกถึงนิทานเรื่องนี้เอาไว้ ...ไม่ได้เจตนา...เขาไม่รู้ว่าเราไม่ใช่จริตเดียวกับเขา ก็เลยเกิดความเข้าใจผิดกันอย่างนี้

พอเรารู้สึกหงุดหงิดขึ้นมาจนกระทั่งพูดไม่ออก ...อย่าเพิ่งพูดคะ จากกันไปที่ไหนเสียก่อน ให้ใจสบายขึ้นก่อนแล้วค่อยกลับมาถามหาเหตุผล

ที่เธอทำอย่างนี้เพราะอะไร ช่วยอธิบายให้ฉันเข้าใจเหตุผลหน่อย แล้วระหว่างที่ฟังก็ล้างสมองของเราออกให้หมด อย่าฟังด้วยความรู้สึกที่ว่า...

ฉันรู้หรือกว่าเธอทำอย่างนั้นเพราะเธอ แก่ลึง
ฉัน หรือเธอเจตนาไม่ดี ...ถ้าเราคิดเอาไว้อย่างนี้
เสียงที่เขาพูด เราก็มองไม่ได้ยิน เหมือนเมื่อกี้ ดิฉัน
ไปบรรยายที่โรงพยาบาลรามาริบัติ ตรงข้ามโรง-
พยาบาลรามาริบัติคือองค์การเภสัชกรรม ถัดจาก
องค์การเภสัชฯ คือกระทรวงอุตสาหกรรม มีคน
ถามว่าพรุ่งนี้ดิฉันจะไปบรรยายที่ไหน

ดิฉันก็บอก องค์การเภสัชฯ

ผู้ฟังถามต่อว่า ห้องไหนล่ะ

ดิฉันบอก ยังไม่รู้ ไม่ได้ถามเขา แต่ว่าพอไป
ถึงถามเขาก็รู้หรือก ถ้าอยากฟัง เธอก็ไปถามเอา
แล้วกันนะ

เขาสรุปว่า ก็ห้องเท่านั้นแหละ ห้อง ๒๐๐
ตึก ส.ม.อ.

ปกติ กระทรวงอุตสาหกรรมมีบรรยายทุก
อาทิตย์ซึ่งเขาไปฟังเป็นประจำ หูก็ฟังดิฉันบอกว่า
องค์การเภสัชฯ ซึ่งดิฉันอุตสาหกรรมไปฝั่งตรงกัน
ข้ามว่า องค์การเภสัชฯ อยู่ตรงข้ามกับรามาริบัตินะ
กระทรวงอุตสาหกรรมยังอยู่เยื้องต่อออกไป แต่

ความเคยชิน ทุกครั้งเขาจะไปที่กระทรวงอุตสาหกรรม
ห้อง ๒๐๐ ดึก ส.ม.อ.

เทพเขาก็เต็ม เสียงดิ้นจึงไม่มีความหมาย
คลื่นรบกวนแตรครากจนไม่เป็นความหมาย เขา
ถึงบอกว่าห้อง ๒๐๐ ซึ่งเป็นห้องที่มีกิจกรรมเป็น
ประจำ

และถ้าหากว่าดิ้นไม่ถูกใจ หรือเขาไม่ได้
พูดออกมา พรุ่งนี้เขาก็ไปที่ห้อง ๒๐๐ แล้วจะต้อง
โทรศัพท์มาต่อว่าดิ้นว่า เธอโกหก หลอกหลวงให้
ฉันไปนั่งรอที่ห้อง ๒๐๐ โดยไม่มีกิจกรรมอะไรเลย

มันเป็นอย่างนี้แหละ เวลาที่ใจของเรายึดอยู่กับ
สิ่งที่เรา คิด สิ่งที่เรานึก ว่าเรา รู้ดีแล้ว แต่ความ
จริงเป็นคนละแห่งคนละเรื่องกันเลย การทำงานก็มี
หลายๆ ครั้งที่เราพูดกัน และเราก็สื่อความหมาย
กันวิธีนี้ แล้วก็เกิดผิดพลาดกันขึ้น แล้วก็ถึงคราว
ที่ว่า *ใครผิด*

ถ้าเราเข้าไปนั่งในหัวใจแต่ละฝ่ายได้ *ไม่มีใคร*
ผิด ต่างคนต่างถูก เมื่อตอนที่เขาฟังเขาไม่ได้แกลัง
ฟังผิดๆ ใจ เขา *ได้ยิน* อย่างนั้นจริงๆ ความเคย

ชิน ประสบการณ์ ทำให้เขาได้ยินอย่างนั้น และเชื่อ
ไปอย่างนั้น ทั้งๆ ที่หูได้ยินว่าองค์กรเภสัชฯ แต่
ใจไปยึดเอาไว้แล้ว ก็เห็นเป็นสภาพห้อง ๒๐๐ เอ
ไว้แล้ว ธรรมชาติของใจคนเราเป็นอย่างนี้กันทั้งนั้น
ไม่ใช่แกล้งนะคะ

ถ้าเรื่องที่เกิดขึ้นเป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่หู
ได้ยิน แล้วเพื่อนฝูงกันก็ไม่เห็นเป็นเรื่องสลักสำคัญ
ที่ต้องไปทะเลาะเบาะแว้ง หรือว่าจะต้องยืนยันให้
เห็นที่ผิดที่ถูก เราก็ผ่านกันไปโดยไม่มีเรื่องอะไร

แต่ถ้าเมื่อเรื่องทำนองนี้ไปเกิดขึ้นกับเรื่องที่เป็น
สาระ เรื่องที่มีผลประโยชน์เป็นเงินล้าน มันก็
ไม่สนุกนัก และก็อาจจะถึงเช่นหมากันไปข้างหนึ่งว่า
ใครผิด ซึ่งในความรู้สึกของแต่ละฝ่ายก็ไม่มีใครผิด
ต่างทำด้วยความบริสุทธิ์ใจ ดีที่สุดของเรา

เมื่อมีปัญหาวงนี้เกิดขึ้น เราจะแก้ไขปัญหา
อย่างไร

ถ้าเรามัวแต่คิดว่าใครผิด แล้วต่างก็ยืนยันให้
เห็นเพื่อพิสูจน์ว่าต้องมีฝ่ายหนึ่งผิดและอีกฝ่ายหนึ่งถูก
อาจจะต้องออกจากงานทั้งคู่ โดยเป็นการออกจาก

งานไปหางานใหม่ หรือออกจากงานโดยไม่เจตนา เพราะคนหนึ่งกลายเป็นศพ อีกคนกลายเป็นผู้ต้องหาฆ่าคนตายก็ได้ เราไม่รู้ว่าวิบากอะไรคอยเราอยู่ อารมณ์วูบเดียวในใจของคนเราสามารถทำให้เกิดอะไรๆ ขึ้นมาอย่างที่เราต้องมาเสียใจในภายหลัง

แต่ถ้าเราพิจารณาอย่างนี้ว่า เราเหมือนอยู่ในเรือลำเดียวกัน ปัญหาผิดพลาดที่เกิดขึ้นก็เหมือนกับที่ไม่มีใครเจตนา แต่ว่าเรือไปชนหินโสโครกและเกิดรูทะลุขึ้นมาแล้ว ถ้าเรามัวแต่ถามหาว่าใครผิด ... แน่นอนเรือจม แล้วเราก็จมน้ำตายทั้งคู่

แต่ถ้าเรือไปชนหินโสโครกจนมีรูทะลุขึ้นมาแล้ว ทุกคนช่วยกันอุดรูทะลุนี้ หรือช่วยกันวิดน้ำออก เพื่อให้อัตราน้ำรั่วเข้าไม่ชนะอัตราน้ำที่วิดออก แล้วเราก้เร่งฝีจักรเรือไปจนกระทั่งถึงฝั่ง ทั้งๆ ที่เรอยังรู้นี้แหละ ผลที่สุดเรือก็ไปถึงฝั่งจนได้

แล้วแต่ว่าทางแก้ปัญหานั้นควรจะเป็นอย่างไหน แล้วเราก้รวมแรงรวมใจกันทำ ใครจะผิดจะถูกตอนั้นไม่สำคัญ แต่สำคัญตรงที่ว่าเราช่วยกันแก้ปัญหาก็ให้ลุล่วงผ่านไปได้เสียก่อน

ถ้าคิดอย่างนี้ เราก็จะสนุกกับงาน แล้วก็
รู้สึกว่ายากที่ที่เกิดขึ้นแต่ละครั้งทำให้เราเฉื่อยฉวยลด
ขึ้น ทำให้เรามีประสบการณ์มากขึ้น ได้จัดเอาวิชา
ความรู้ทั้งหลายมาใช้ แล้วก็เห็นว่าที่เล่าเรียนมามี
ประโยชน์นะ หรือบางทีไม่ได้เรียนมาเลย ที่เรียนมา
นั้นจัดเอามาใช้แล้วไม่ได้ประโยชน์ แต่ความรู้อื่นๆ ที่
มาได้จากประสบการณ์นอกหลักสูตรกลับมีประโยชน์
มากกว่า

เราก็จะเป็นคนที่มองอะไรทุกอย่างรอบตัวด้วย
ความสนใจ ด้วยความเอาใจใส่ ซึ่งจะทำให้เรามี
ความรู้สึกว่าชีวิตนี้น่าอยู่ อะไรๆ ที่เราก็ก็น่าเป็นเรื่อง
สนุกทั้งนั้น

แต่ถ้าเราไม่มองอย่างนี้ ใจก็คิด เฮ้อ พรุ่งนี้
จะเจอปัญหาอย่างนี้อีกไหม ผีบ้าตัวนั้นจะทำให้เกิด
เรื่องวุ่นวายอีกหรือเปล่า ตกลงเราก็เป็นกังวล ใจ
เราก็ระแวง ใจเราก็หมกมุ่น และเราก็ เสีย ใจส่วน
หนึ่งไปเตรียมวางแผน ถ้าเป็นอย่างนี้จะทำอย่าง
นั้น ถ้าเป็นอย่างโน้นจะทำอย่างไรดี ...เตรียมไว้
ให้พร้อม เราคิดว่าเราเป็นคนรอบคอบ เราเป็นคน

ไม่ประมาณ แต่จริงๆ ไม่ใช่ เราเป็นคนไม่อยู่กับ
ความเป็นจริง เพราะเรื่องยังไม่ทันเกิด ข้อมูลก็ยังไม่
มี แต่เราเป็น นักสร้างสถานการณ์ แล้วเราก็
เหนื่อยกับสถานการณ์ที่เราสร้างขึ้นแทบล้มประดา
ตาย

ครั้งปัญหาเกิดขึ้นจริงๆ เหมือนกัน แต่ไม่
ซ้ำแบบกับที่เราคิดแทบล้มประดาตายนั้นเลย กลายเป็น
แบบใหม่ เราก็ต้องคิดใหม่ แล้วเราก็หงุดหงิด

ถ้าเราหันมองเห็นใจของเราเอง ปัญหายังไม่
เกิด เราก็เก็บใจเราเอาไว้ให้มีพลังเต็มที่ ระหว่างนี้
เราก็สนุกกับชีวิตไปก่อน พอถึงเวลาที่มีปัญหาจริงๆ
เราค่อยหันไปสนใจกับปัญหา แล้วเราก็เอาเรี่ยวแรง
ทั้งหมดของเราไประดมที่ปัญหาจริงๆ อย่างนี้จะมี
ประโยชน์กว่า

ครั้งแรกบอกได้ แต่ใจไม่หยุดหกรอกคะ

ถ้าเราเคยเป็นคนขี้กังวล เราบอกอย่างนั้น
ใจก็อาจจะหยุดกะพริบตาเดียว เสร็จแล้วก็กลับไป
กังวลใหม่ เพราะความเคย เคยชินจนเป็นอุปนิสัย
เราก็ฝึกไป พอรู้ตัวว่ากังวลอีกแล้ว เราก็ หยุด ใจไว้

หรือถ้าเมื่อเราหยุดไว้เฉยๆ ไม่ได้ ก็หาอะไร
สิ่งอื่นที่เราสนุกเพลิดเพลินกับมัน ทำให้ใจเราไปยึด
กับตรงนั้น โดยที่ไม่เปลววกกลับมาวุ่นกับเรื่องที่ยัง
ไม่เป็นเรื่อง เราหาอุบาย หาวิธี ที่ถูกกับจริตนิสัย
ฝึกตัวเราไป วันละเล็กวันละน้อย วันหนึ่ง เราก็จะ
สามารถแก้ไขนิสัยเหล่านี้ที่เราเห็นว่าเป็นเครื่อง
บั่นทอนกำลังใจของเราได้สำเร็จ

พอทำอันหนึ่งสำเร็จได้แล้ว เรารู้สึกใจเรามี
กำลังขึ้น ต่อมาเราเจออันไหนไม่ดี ที่เห็นว่าเป็น
อุปสรรค ทำให้ใจของเราไม่สบายเท่าที่ควร เราก็
แก้ไขได้ง่ายขึ้น

ถ้าเราทำอย่างนี้ได้ครั้งหนึ่ง เอาครั้งละเรื่อง
อย่าทำจับจด เข้าเริ่มต้นเรื่องนี้ยังไม่ทันสำเร็จ บ่าย
เจออีกเรื่องเปลี่ยนไปทำอีกเรื่องหนึ่ง คราวนี้ก็จะ
กังวลเพิ่มขึ้น เพราะว่าเรื่องนี้ก็ยังไม่ได้เรื่อง เรื่อง
โน้นก็มาเป็นปัญหาอีกแล้ว เลยทำให้ใจพะวักพะวน
มากขึ้น

เราเอาทีละเรื่อง และถ้ายังไม่สำเร็จก็อย่า
ไปหงุดหงิด อย่าไปคิดว่า ฉันให้เวลา ๓ วันก็ควร

จะเสร็จ เพราะฉันเป็นคนมีเป้า ทำอะไรทุกอย่างจะต้องมีเป้าทุกครั้ง

ของบางอย่างแลดูเหมือนง่าย แต่บังเอิญไปเกิดกับบุคคลใกล้ชิดที่ใจเราไปยึดไว้โดยไม่รู้ตัว เลยทำให้เราทำไม่สำเร็จสักที แต่กับบุคคลที่ไกลๆ ตัวง่ายตายมาก พอรู้ตัว ตั้งสติ ก็สำเร็จ ถ้าเป็นอย่างนี้ เราก็อาจจะเข้าใจไขว้เขว คิดท้อถอยว่า ทำไมแต่ก่อนนั้นเราตั้งใจทำอะไรเราก็ทำได้สำเร็จตามที่ตั้งใจ ทำไมมาบัดนี้จึงทำไม่สำเร็จ

ขออนุญาตยกตัวอย่างอันหนึ่ง ไม่ใช่เรื่องการทำงาน แต่เป็นเรื่องในครอบครัว มีคุณพยาบาลท่านหนึ่ง จบพยาบาลมาใหม่ๆ รับจ้างอยู่เวรพิเศษ เพราะตอนนั้นกำลังหาสตางค์สร้างบ้าน เพิ่งแต่งงาน ตอนแต่งงานสามีก็ยังไม่มื้หลักฐานมั่นคง ต่างฝ่ายต่างก็ช่วยกันทำมาหากิน เก็บหอมรอมริบเท่าที่จะทำได้ เพื่อจะสร้างบ้านเป็นของตัวเองให้ได้เร็วที่สุด

เมื่อเธออยู่เวรดูแลคนไข้พิเศษ ก็ตั้งใจคอยเอาอกเอาใจ เพราะถ้าไม่ถูกใจ เขาก็มีสิทธิเลือกพยาบาลพิเศษคนนี้ไม่เอา ขอเอาคนอื่น ตัวเองก็จะ

ขาดรายได้

เธอก็พบว่าระหว่างที่ทำงาน ไม่ว่าจะเป็นการทำงานของตัวเองจริงๆ หรืออยู่เวรพิเศษ ไม่ว่าจะคนไข้จะรู้สึกขี้บ่นแค่ไหน อารมณ์เย็น ทนทานได้ทั้งนั้น แต่พอกลับมาบ้านกลับมีเรื่องหงุดหงิดในใจไปทุกเรื่อง

เริ่มต้นด้วยบ้านที่อยู่เป็นบ้านสวน ละครวนั้น มีสุนัขเยอะ พอกลับเข้าบ้านมาเธอก็บอกสามีว่า

“พี่ เก็บรองเท้าเข้ามาด้วย เดี่ยวหมาคาบไป”

พี่ก็เฉย เสร็จแล้ว ...เอ้า ไปตามเก็บรองเท้าเข้ามา ขึ้นไปข้างบน พี่ฉลัดเสื้อผ้าก็ทำเหมือนเด็กกองเรียราดรกไปหมด

“พี่เก็บพาดหน่อยสิ” พี่ก็เฉยอีก

ตกลง บ่นไปแล้ว ตัวเองก็ต้องไปตามเก็บ กลับลงมา พบว่าหม้อข้าวที่ตั้งเอาไว้พี่ก็ไม่ได้ดูให้อีก เตือดจนน้ำแห้งไปหมดแล้ว

“พี่...อยู่ข้างล่างจะช่วยดูให้หน่อยก็ได้”

ข้าวก็ไหม้ไปแล้ว ตกลงเหนื่อยก็เหนื่อย มือทำไปปากก็บ่นไป ใจก็หงุดหงิดไปหมด

วันหนึ่ง เธอได้คิดว่า

เอ๊ะ...การที่เราไปพยาบาลคนไข้ทั้งหลาย เราก็ไม่ได้รักเขา ไม่ได้เห็นเขาเป็นคนสลักสำคัญสำหรับเรสักหน่อย

ทำไมเราถึงทนทำได้

คำน้อยไม่เคยบ่นไม่เคยว่า ยิ้มอยู่ได้ เอาใจเขาจนเป็นเรื่องขึ้นชื่อลือชาว่าเธอเป็นพยาบาลยอดเยี่ยม ศาสตร์ คนไข้ทั้งหลายอยากได้เธอเป็นพยาบาลพิเศษทั้งนั้น นี่สามีของเราที่เรารักที่สุด เราอดส่ำหัดกล่บปล่บขึ้นแต่งงานกับเขา เอาชีวิตเราไปผูกพันไว้กับเขา

แล้วทำไมเราถึงได้หงุดหงิดตั้งแต่เหยียบเท้าเข้าบ้าน

ทำไมเราถึงไม่ทำตัวให้เห็นเขาเป็นคนไข้หนักในหอภิบาลที่เราจะต้องดูแลอย่างดีที่สุด คำน้อยไม่บ่นไม่ว่า มีอะไรที่จะทำได้ เรารีบทำให้ดีที่สุด

พอได้คิดอย่างนี้ เธอก็เปลี่ยนวิธีใหม่ เพราะนี่คือคนที่เรารักที่สุด เราก็ต้องเอาของที่ดีที่สุดของเราให้

คราวนี้เธอไม่บ่นไม่ว่าอะไรเลย วันหนึ่งมาถึง
บ้านนึกได้ว่า เรายังไม่ได้ออกไปเก็บรองเท้าเข้ามา
พอนึกได้ออกไปดู รองเท้าหายไปหมด กำลัง
อ้าปากจะร้องไวยวาย

ช่างมันเถอะ ...เอ ...แต่ถ้าหมาคาบไป มัน
ควรจะคาบข้างเดียว มันไม่ควรจะคาบทั้งสองข้าง
เอ๊ะ... ทำไมถึงหายไปเกลี้ยงเกลาทิ้งคู่

กลับเข้ามาดู อ้าว ...รองเท้าเข้ามาอยู่เรียบ
ร้อยบนชั้นวางรองเท้า

แปลกจริง ...เดินขึ้นไปข้างบน ทางเก่ง เสื้อ
ขาดไว้ร้อยร้อยหมด บ้านช่องเป็นระเบียบเรียบร้อย
...งมาก ...ก็ไม่ได้ว่าอะไร

พอดกเย็น รับประทานข้าวกัน สามี่ไม่เคย
ดักข้าวให้ มีแต่นั่งเฉย วางท่าเป็นเจ้าพระเดชนาย
พระคุณคอยให้เธอดักข้าวให้ ถ้ามีปลาก็ต้องแกะก้าง
ออกให้ คือไม่ยอมทำอะไรทั้งนั้น วันนี้ปรากฏว่าสามี่
ดักข้าวให้ เธอก็ปรารภว่า

เอ...ที่วันนี้เกิดอะไรขึ้น พระอาทิตย์หมุนกลับ
ข้างหรือยังไ้

สามียิ้มแล้วบอกว่า ก็แต่ก่อนนั้นเขาไม่ได้อยู่กับเมียเขาหรอก อยู่กับยายแก่ชื่่นอะไรก็ไม่รู้ ปนเอาปนเอา แล้วก็ดีแต่ออกคำสั่ง ออกคำสั่ง เขาอยู่ที่ทำงานเขาก็มีนายเกินพอแล้ว เขาไม่ได้แต่งงานมาเพื่อจะหานายมาเพิ่มอีกตลอด ๒๔ ชั่วโมง เขาก็ประท้วงสิ ตอนนี้คนจู้จู้ชื่่นออกคำสั่งหายไป แล้ว เขาก็ประพุดิตัวเป็นสามีที่ดีได้

คุณพยาบาลคนนี้เล่าต่อไปว่า เราโง่เขลาอยู่ตั้งนาน แท้ที่จริงเป็นความผิดของเราเองนะ ถ้าเผื่อเรารู้แบบนี้ เราเริ่มต้นให้ถูกเสียตั้งแต่แรก เราก็คงไม่ต้องเหนื่อย ไม่ต้องเสียกำลังใจไปจนกระทั่งแทบจะเป็นบ้าไปแล้ว

นี่แหละค่ะ ถ้ามีอะไรเกิดขึ้น ยึดวิธีของคุณพยาบาลว่า

เราเอง... เราบกพร่อง... เราแก้ที่ตัวเราเองก่อน แล้วปัญหาที่เราหนักว่าแก้ไม่ได้ก็จะแก้ได้

เธอเล่าว่า ก่อนที่เธอจะได้คิดว่า เราจะบริหารสามีให้เหมือนคนใช้ในหออภิบาลนั้น เธอคิดว่าเราไปฟ้องหย่ากันเสียดีไหม เพราะว่ามันเหลืออด

เหลือทนแล้ว แต่บังเอิญได้คิดเสียก่อน แล้วเริ่มต้น
เป็นฝ่ายปรับปรุงตัวเอง แทนที่จะคิดว่าสามีหุโหด
ฉันไม่ได้จะแต่งงานกับเจ้าขุนมูลนายนะ หมั้นใส่
อะไรนิดก็กระดุกกระดิกไม่ได้ อะไรหนอยก็ไม่ช่วยกัน

ฝ่ายสามีก็หาว่าเป็นความผิดของภรรยา ฉัน
ไม่ได้คิดนี้ว่าเธอจะเป็นคนอย่างนี้

คนเรา ธรรมชาติสร้างเอาไว้ว่า หน้า เราเอง
เรามองไม่เห็น เราไม่เคยเห็นหน้าของเราเอง จน
ตายไปเราก็ไม่เห็น ที่เห็น เราเห็น เงา จากกระจก
แต่คนอื่นเขาเห็นหน้าจริง ๆ ของเรา เพราะฉะนั้น
ใครเขาวิจารณ์เรา ฟังเขาเถอะ เขาเห็น ของจริง
เราเห็น เงา จะไปเถียงเขาว่า ฉันรู้หรอกนะว่าหน้า
ฉันเป็นยังไง... เงา... นะคะ

ถ้าคิดเอาไว้แบบนี้ เราจะเกิดความเยือกเย็น
แล้วฟังเขาได้ พอ ฟัง เป็นแล้ว บางทีเราได้แง่คิด
ที่ดี บางทีเขาก็ไม่ได้บอกให้หรอกว่าเราบกพร่อง
ตรงไหน แต่ใจของเราที่เปิดกว้าง เรากำลังวนอยู่ที่
เดียวเหมือนกับพายเรือวนในอ่าง พอเปิดใจให้กว้าง
ฟังความเห็นของเขา เลยนึกเห็นหนทาง แล้วเรา

ก็ไปแก้ไขปัญหาของเราได้ ทั้งๆ ที่สิ่งที่เขาแนะนำ ไม่ใช่คำตอบ แต่มันให้แนวคิด ที่เหมือนกับเราแทง บิลเลียด ลูกกระต่อนมาชนกันเข้าทำให้ลูกเราลง หลุมได้

บางครั้งความเห็นของคนอื่นก็มีประโยชน์กับเราอย่างนี้ ถ้าเรารู้จักฟังเป็น ถ้าเราพยายามลด ศักดิ์ศรีของตัวเองลงไป ไม่อย่างนั้นเราหลอกตัวเอง เราสะกดจิตตัวเราว่าใครจะมารู้จักตัวเรามากกว่าตัวเรา

เราอยู่กับตัวเราตลอดมาตั้งแต่เกิด หน้าเราก็ เห็นทุกวี่วัน จริงๆ เราหลอกตัวเอง

“คุณ เมื่อเข้านี้คุณไม่ได้ล้างหน้าหรือ ชีตา เต็มตาเขียว” เราคงเชื่อเขา เดินไปเข้าห้องน้ำส่อง กระจกดู ทั้งที่เราล้างหน้าแล้ว ก่อนออกจากบ้าน เราก็ส่องกระจกแล้ว ตาเราสวยงามสะอาดสะอาด แต่บังเอิญระหว่างที่เดินทางมา เกิดลมพัดทำให้มี ละอองอะไรปลิวมาระคายให้เราแสบตา แล้วชีตา เขาก็พุ่มพวยเป็นอย่างที่เขาว่าจริงๆ

ถ้าเราทำใจเอาไว้ว่า ใครจะปรักปรำเราหรือ ว่าอะไร เรารับฟังไว้ก่อน อย่าเพิ่งโต้แย้ง อย่าเพิ่ง

บอกว่า ไม่จริง... ไม่ใช่... ถ้าเราทำใจเอาไว้ว่า ไม่จริง ไม่ใช่ เราปิดกั้นทางของเราเอง แล้วไม่มีวันที่เราจะก้าวหน้าต่อไปได้

เพราะอะไร? เพราะถ้าเราดีพร้อมแล้ว เรารู้ของเราเต็มที่แล้ว เราไม่มีปัญหาอย่างที่เรากำลังหาทางออกอยู่ การที่เรามีปัญหา เราคิดอะไรไม่ออก แปลว่าในขณะที่เดี๋ยวนี้มีอะไรอย่างหนึ่งที่ทำให้ความสามารถของเราคุ้มครองตัวเองไม่ได้ เพราะฉะนั้นใครก็ตามที่เขาเกิดขึ้นมือเข้ามา หรือเขาไม่ได้ช่วยตรงๆ แต่เขาก็อาจจะมียุทธวิธี เรารับไว้ ไม่เสียหาย ถ้าเราฝึกให้ใจของเรา เห็น อย่างนี้ได้ เราก็ได้เรียนรู้จากสิ่งรอบข้าง แล้วจะทำให้สติปัญญา ว่องไวทันทั่วทั้งที่ขึ้น เห็นชีวิตและการทำงานเป็นของสนุก

ดิฉันยึดหลักเอาไว้อันหนึ่งในชีวิตของดิฉันว่า
“อะไรก็ตามที่เกิดขึ้น ดีที่สุดสำหรับตัวเองเสมอ”

เริ่มต้นที่ยึดหลักนี้ ไม่ใช่ตัวเองคิดได้หรอก พ่อ... พ่อสอนเอาไว้... เพราะเมื่อเด็กๆ บางทีเรา

ก็บ่น เพื่อนไม่ดี เพื่อนแกล้ง พ่อจะบอกว่า...อะไร
ก็ตามที่เกิดกับลูก ดีที่สุดเสมอ

พอเราเชื่ออย่างนี้ เราก็หาคำอธิบายมาทำให้
ใจเราสบาย แล้วเราก็ไม่ต้องโกรธกับเพื่อน เราไม่
ต้องหงุดหงิดคิดไม่ชอบ หรือไปคิดอาฆาตพยาบาท
คนอื่น ๆ ใจของเราก็ใส เบาสบาย

แรกๆ สติปัญญาเรายังคิดไม่ทัน ก็ได้แต่มา
บ่นกับพ่อ ...พ่อว่าดี ไม่เห็นดีเลย แล้วเราก็แยะ
ทุกที่

พ่อปลอบว่า ...เอาเถอะค่อยๆ คิดไป แล้วมัน
จะดีเอง ...ก็ได้พบคะ ว่าใจของเราสบายขึ้น และ
ต่อๆ มาเราก็เข้าใจ

ต่อมาเราได้เรียนรู้อะไรๆ เพิ่มขึ้น ก็ได้เห็น
ว่า การคิดว่าอะไรที่เกิดขึ้นกับเราเป็นของดีที่สุด
นั้น เป็นกุญแจที่ทำให้ชีวิตของเราเป็นชีวิตที่ไม่มี
สนิมในใจ แล้วก็ทำให้บางครั้งเราได้พบสิ่งที่ดีกว่า
ที่เราคาดคิดเอาไว้เสียอีก

เมื่อดิฉันเป็นนักเรียนเตรียมแพทย์ ได้อ่าน
ประวัติผู้ค้นพบเพนนิซิลลินจนได้รางวัลโนเบล

ท่านผู้นี้ศึกษาเกี่ยวกับเชื้อโรคทั้งหลาย เริ่มต้นท่านไม่ได้ตั้งใจศึกษาเชื้อราที่เป็นตัวผลิตเพนิซิลลิน ท่านเพาะเชื้อโรคตัวหนึ่งเพื่อศึกษาว่าเชื้อโรคตัวนี้มีพิษอย่างไรเป็นอยู่อย่างไร ขณะที่ให้ผู้ช่วยเพาะเชื้อโรคเพื่อจะให้มีปริมาณมากพอที่จะสกัดเอาพิษมาศึกษา เกิดความผิดพลาดอย่างไรไม่ทราบ เชื้อโรคตายเรียบหมดเลย แล้วในงานเพาะเชื้อโรคก็มีราคาๆ ขึ้นเต็มไปหมด

ท่านคงคิดอย่างนี้ว่า *อะไรที่เกิดขึ้น ดีที่สุด* ท่านไม่ได้คิดว่าผู้ช่วย ไม่ได้โกรธเกรี้ยวอะไร ท่านกลับมานั่งพิจารณาถึงสิ่งที่เกิดขึ้น แล้วก็สรุปว่า ถ้าสมมุติฐานของเราเป็นจริง สิ่งที่เราพบจะดียิ่งกว่าเชื้อโรคตัวนั้นอีก เพราะก่อนหน้านั้นยังไม่เคยมียาปฏิชีวนะทำให้เชื้อโรคตายได้ ถ้าเราเป็นผีและเป็นเบาหวานอยู่ด้วย ...เราตาย ...เพราะผีเม็ดเล็กๆ นั้นจะกระจายเป็นผีฝักบัวแล้วลุกลามเข้ากระแสเลือด จนกระทั่งเป็นผีทั่วตัว แล้วเราก็ตาย

ท่านจึงสรุปว่า ถ้าสมมุติฐานของเราถูกต้อง ราตัวนี้จะเป็นการค้นพบที่ยิ่งใหญ่ในวงการแพทย์

ท่านจึงเปลี่ยนเข็มมาเพาะเลี้ยงราตัวนั้นแทน แล้วเอาราที่ได้มาสกัดเพื่อศึกษา เอาไปฉีดในสัตว์ทดลองที่ทำให้เป็นฝีพบว่าฝีหาย เอาไปใส่ในจานเพาะเชื้อที่มีเชื้อโรคอยู่ ก็พบว่ามันสามารถทำให้เชื้อโรคบางชนิดตาย บางชนิดหยุดยั้งไม่ถึงตายก็จริง แต่ก็ไม่เติบโตต่อไป แล้วท่านก็ศึกษาต่อจนกระทั่งในที่สุดได้เพนนิซิลลินออกมา ทำให้เดี๋ยวนี้เราไม่ตายจากโรคติดเชื้อ และเราก็มียาปฏิชีวนะตัวอื่นๆ ที่ดีขึ้นๆ โดยลำดับ

จากเหตุผิดพลาดที่เกิดขึ้นทำให้ท่านได้รางวัลโนเบล ถ้าท่านไม่ได้เชื่อว่า อะไรก็ตามที่เกิดขึ้นล้วนดีทั้งนั้น ท่านก็คงขว้างจานเพาะเชื้อที่ราตัวนั้น กินแบคทีเรียของท่านตายเรียบทิ้งไป แล้วก็คงนึกคำว่า ราฝีบ้าอะไรก็ไม่รู้ ทำให้เราเสียเวลา ต้องไปหาแบคทีเรียมาเพื่อฟุ่มฟักขึ้นมาใหม่ ทดแทนที่รามาทำให้ที่เราฟักเอาไว้ตายไปเรียบ แล้วท่านก็คงอยู่ไปจนตายอย่างธรรมดา โดยที่ไม่ได้ค้นพบสิ่งมหัศจรรย์อันนี้ขึ้นมา

ถ้าขณะใดในการทำงานหรือในการดำรงชีวิต เราไม่ต้องการทำอะไรที่กำลังเผชิญอยู่ โปรดนึก อย่างนี้เอาไว้ แล้วจะพบว่าใจเราเป็นใจที่มีความ สุข เพราะเพียงแค่ว่าคิดว่าจะอะไรจะเกิดขึ้น เราก็ไม่ หงุดหงิดกับมัน ใจเราก็มีความสุขแล้ว ไซ้ใหม่คะ

ไม่อย่างนั้น เรานึก ไม่เอา ไม่ใช่ ไม่ชอบ... ไม่... เรามีแต่คำว่า ไม่ หรือ ตัว ก็ทำไป แต่ ใจ ก็ต่อต้าน เมื่อมีความรู้สึก ว่า ทำไมต้องเป็นเรา แล้วคนอื่น ๆ ละ เห็นไหมคะ... เราไม่ได้ตั้งใจเป็น คนขี้โอ้อวดนะคะ แต่ทำไมคนอื่น ๆ เขามีความสุข เขา มีแต่ความสำเร็จ แล้วทำไม...ทำไม พระเจ้าถึงไม่ ยุติธรรมกับเราอย่างนี้

เมื่อคิดอย่างนี้แล้ว ใจเราหาย ใจเราขาดกำลัง แล้วเราก็เริ่มมีนิสัยที่คอยไปมองคนอื่น มากกว่าที่ จะมองตนเอง พอไปมองคนอื่นแล้ว กำลังที่จะมุ่ง มันจืดจางอยู่กับสิ่งที่เราทำอยู่ก็กระจัดกระจายไปแล้ว เหมือนเราทำใจของเราให้ไม่เป็นแว่นแก้วนู่น เมื่อมี แสงอะไรส่องมากระทบแว่นแก้วนู่นจะทำให้แสงรวม ตัวเป็นจุดเดียว

พูด ได้ยิน อย่างที่เขาได้ยินจริงๆ เพราะในใจของ
คนเรามักมีจุดบอดอย่างนี้อยู่

อะไรที่เราเคยทำอยู่ เรายึดโดยที่ไม่รู้ว่าเรา
ยึด แล้วเราก็ทำอย่างที่เราทำ ถ้าเราคอยเอาสติ
จับจ้องอาการของใจของเราเอง เราจะเห็นที่ผิด
ทำนองนี้เยอะ แล้วบางทีเราก็ก็นั่นใจ บางทีเราก็ก
ขบขัน เพราะเราคิดว่าเป็นเรื่องไร้สาระ

ถ้าใครอ่านหนังสือของดิฉันก็คงจะผ่านตัวอย่าง
ที่ว่า วันหนึ่ง หลานอายุขวบกว่าๆ ตื่นขึ้นมาหา
แปรงสีฟันของตัวเองไม่เจอ ก็มาบอกดิฉันว่าคุณย่าเอา
แปรงสีฟันของเขาไป ดิฉันก็งง คุณย่าจะเอาแปรง
สีฟันของหลานไปทำไม เพราะว่าแปรงสีฟันไม่ใช่
ของที่ใครจะใช้สลับกันได้ แต่เขาคงยังไม่โตพอจะ
เข้าใจว่าแปรงสีฟันไม่ใช่เป็นของสาธารณะ ดิฉัน
ก็ไม่ว่าอะไร หาแปรงสีฟันอันใหม่มาให้เขา แล้ว
จับเขาแปรงฟัน

พอสายๆ รับประทานข้าวเรียบร้อยแล้ว เขา
ไปเล่นตุ๊กตา ก็ปรากฏว่าแปรงสีฟันเข้าไปอยู่ใน
กล่องตุ๊กตา เมื่อวานนี้เขาคงเล่นตุ๊กตาแล้วเอาแปรง

สีฟันของตัวไปเล่นสีฟันให้ตุ๊กตา และลืมหอกกลับมา
เก็บเข้าที่ พอเขาเห็นแปรงสีฟันเขาก็หันมามองหน้า
ดิฉัน และเห็นตาดิฉันกำลังมองแปรงสีฟันอยู่ เขา
รีบอธิบายว่า

“ก็ลูกหาแปรงสีฟันไม่เจอ แล้วคุณย่าก็ไป
ร้อยเอ็ดเมื่อคืนนี้ ลูกก็เลยคิดว่าคุณย่าเอาแปรง
สีฟันของลูกไป”

เห็นไหมคะ เด็กขวบกว่าๆ สัญชาตญาณมอง
ออกนอกตัวสอนให้เวลาที่หาอะไรไม่พบก็ต้องมีเหตุ
มีผล เขาก็พยายามหาเหตุผลให้ได้ว่าแปรงที่ไม่อยู่
กับที่นั่นมีสาเหตุจริงๆ ไม่ใช่ว่าเขาเหลวไหลทำ
แปรงของเขาหาย และก็ เชื่อ อย่างนั้นจริงๆ จน
กระทั่งไปเจอแปรงเข้า เขาถึงนึกขึ้นได้ ก็เด็กนี้คะ
เขายังแยกแยะระหว่างความจริงกับความนึกคิดไม่ได้ ก็
บอกตรงๆ ว่าเขาคิดว่าคุณย่าหยิบไป

แต่ถ้าเราโตอย่างนี้ เราเห็นแล้ว แต่ไม่ยอม
รับว่าเราคิดไปเอง เราก็ยืนยันว่าคุณย่ามาหยิบไป
นี่นา เพราะเราเห็นภาพความคิดในใจของเราเป็น
สิ่งที่เกิดขึ้นจริงๆ

เห็นอย่างนี้แล้วเราจะเข้าใจ บางครั้งเวลาที่เข้าที่ประชุม ผู้ใหญ่ระดับบริหารสามารถจะพูดทำนองนี้ เหมือนกับที่เลขานุการท่านหนึ่งเล่าให้ดิฉันฟัง ในที่ประชุม เจ้านายแถลงว่า เรื่องนี้ได้ให้เลขาฯ เวียนไปให้เจ้าหน้าที่ในแผนกดูหมดแล้ว เจ้าหน้าที่เห็นชอบ ตกลงด้วย เพราะฉะนั้น ขอผ่านวาระไป

เจ้าหน้าที่ทุกคนหันมามองคุณเลขาฯ อย่างกับจะหักคอทิ้ง เพราะไม่เคยรู้เรื่อง ไม่เคยเห็นหนังสือเวียนฉบับนี้เลย คุณเลขาฯ ก็หน้าซีดเพราะไม่เคยเห็นเหมือนกัน และไม่รู้เรื่องด้วย แต่ไม่กล้าค้านอะไรตรงนั้น เสร็จประชุมออกมาก็รีบบอกเจ้าหน้าที่อื่นๆ ว่า

“หนูเองก็ยังไม่เห็น คงจะเกิดความเข้าใจผิดอะไร แล้วหนูจะไปจัดการดูแล้วเรื่องเป็นอย่างไรแน่”

พอเจ้านายอารมณ์ดีเธอก็เข้าไปพบ แล้วถามว่า “ประธานโทษเถอะคะ หนังสือเวียนฉบับนี้ท่านส่งไปให้ตั้งแต่เมื่อไหร่”

ท่านก็คิด “เอ๊ะ...หรือผมยังไม่ได้ส่งให้คุณ แต่
ผม ว่า ผมส่งแล้วนะ”

ก็ไปรื้อแฟ้มขึ้นมาดู ก็จริง ไม่ได้ส่ง ไม่ได้มี
เลยว่าใครรับทราบ ใครรู้เรื่อง แต่ท่าน คิด ของท่าน
เอาไว้ คิดเอาเอง และคิดว่าได้ให้คุณแล้วและผ่าน
วาระไปหมดแล้ว

ถ้าเราไม่เข้าใจวิธีคิดอย่างที่คุยสู่กันฟัง เราก็
คงไปแอบนินทาว่า เจ้านายฉันเดี๋ยวนี้ชักจะชรา
ภาพมากแล้วนะ ดูสิหลงแล้วก็ทำอย่างนี้หน้าตาเฉย
หรือไม่อย่างนั้น ถ้าเป็นเพื่อนกัน เราก็สรุป
เลย นี่เธออย่าไปคบค้าด้วยนะ คนนี้เขาเป็นเจ้า
ของโรงทำน้ำแข็ง บั๊นน้าเป็นตัวเก่งที่หนึ่งเลย แล้ว
เราก็ผิดใจกัน เราก็โกรธกัน

แต่จริงๆ นั้นเป็นอย่างนี้ ธรรมชาติของใจ
ของสิ่งมีชีวิตทั้งหลายเป็นอย่างนี้ ถ้าเราไม่ได้มีเวลา
ที่จะคอยตรวจตราและคอยดูว่าตรงไหนที่เริ่มเกลียว
หวาน ตรงไหนที่ชักจะสิ้นเกินความเป็นจริงแล้ว
เพราะน้ำมันหล่อลื่นดีมาก ประสบการณ์สนับสนุน
ว่าอะไรๆ ที่ฉันทำถูกทั้งนั้น อะไรๆ ที่ฉันคาดคิด

ก็ใช่ทั้งนั้น มันจะทำให้เราเผลอไปว่า บางที่ยังไม่
ทันทำเลย ใช่แล้ว... เพราะยังไงๆ ถึงทำมันก็เป็น
ทำนองนี้แหละ ทำให้ผู้ร่วมงานปวดหัวหมดเพราะ
ติดตามไม่ทัน ท่านเล่นพิสูจน์สมการที่เดียวกระโดด
ข้ามไปเสีย ๖-๗ บรรทัด

เมื่อทราบอย่างนี้ เราจะได้ไม่หงุดหงิดเวลา
ที่เกิดสิ่งผิดพลาดหรือสิ่งที่เข้าใจไม่ตรงกันในการ
ทำงาน เราหนักแน่นเข้าไว้ งามกันดีๆ อย่าเพิ่งไป
ปรักปรำว่าใครผิด ใครถูก ในการทำงาน ถอนคำ
ว่าใครผิด ใครถูก ออกไปจากปทานุกรมเสีย เพราะ
พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ว่า *ของทุกอย่างมาแต่เหตุ*

แต่ก่อนดิฉันก็ค้นในหัวใจไปหมด เพราะถ้า
หากไม่มีใครถูก ใครผิด แล้วเราจะสอนให้คนรู้จัก
รับผิดชอบ ได้อย่างไร

เราทำให้คนมีความรับผิดชอบได้โดยไม่ต้องไป
ยึดว่าใครผิด ใครถูก การที่เราไปยึดว่าใครผิด ใคร
ถูก เราหาปุ๋ยใส่ให้อัตตาของเราอ้วนขึ้นมาค่ะ แล้ว
เราก็ไปเหยียบอยู่บนคอต่อคนอื่นเขา แล้วก็มี ความ
สุขเหลือเกินที่จะประกาศว่า *กูแน่ กูเก่ง*

ในที่สุดเราก็จะเป็นคนเดียวตาย เพราะว่าทุกคนจะบอก คุณเก่งคุณก็ทำไปเองสิ เราคนไม่เก่งทำไปแล้ว คุณก็ต้องเหนื่อย คอยไปแก้ที่เราทำผิดๆ เราชักคุณนะ เราไม่อยากจะให้คุณเสียอารมณ์ เพราะฉะนั้น เราก็เสียสละไม่ทำอะไรเลย เพื่อคุณจะได้ไม่หงุดหงิด คอยตามแก้ที่ผิด คุณจะทำได้ทำตามใจตามวิธีของคุณเต็มที่

แต่เราไม่คิดอย่างนั้น พอเขาทำอย่างนี้ เราปรับโทษว่า ผู้ร่วมงานพวกนี้ดีแต่รู้มาก เอาเปรียบไม่มีน้ำใจ แต่เราไม่เห็นท่อนแรกที่เราไปทำให้เขาแข็งจนเขาไม่อยากจะยุ่งเกี่ยวกับ

ถ้าเราเห็นอย่างนี้ เราจะได้สอนตัวเองไว้ว่า ของทุกอย่างมาแต่เหตุ มีอะไรที่เราไม่ถูกใจ พยายามสาวหาเหตุให้เจอแล้วไปแก้ที่เหตุ โดยไม่ต้องไปหาว่าใครผิด ใครถูก

ถ้าเรา แก้ที่เหตุ แล้วทุกอย่างเรียบร้อยไปเอง ไม่ต้องไปหาว่าใครผิด ใครถูก ธรรมะของพระพุทธเจ้าเป็นสิ่งช่วยปลดปล่อยโลมให้เรามีชีวิตอยู่ในโลกนี้อย่างมีความสุข อย่างมีสุขภาพจิตสมบูรณ์

ท่านผู้รู้เปรียบเทียบธรรมของพระพุทธเจ้า
เหมือนมะพร้าว พวกเราเหมือนคนเดินทางที่ไม่รู้จัก
ว่ามะพร้าวนี้อะไรจะเอามากินอย่างไร พอเราเดินทาง
เหนื่อยมากก็เจอสวนมะพร้าวแห่งหนึ่ง มีป้ายปักติด
เอาไว้ว่า ผลไม้ในสวนนี้ใครหิวจะเอาไปกินไปได้
ทำอะไรก็ได้ ยกให้เป็นสาธารณะ

คนเดินทางคนที่หนึ่งมาถึง ไม่รู้ว่ามะพร้าวนี้อะไร
จะเอามากินอย่างไร เข้าใจว่ากาบมะพร้าวคือเนื้อ เอามัด
เฉาะอย่างดี ได้กาบมะพร้าวออกมาเกลี้ยงเกลามาก
แล้วก็เริ่มต้นลงมือกิน พอลงมือกินใครจะไปกินไหว
เคี้ยวกาบมะพร้าวก็เหมือนเคี้ยวเชือก แต่ความหิว
ก็พลบใจตัวเองว่า ถ้าเคี้ยวต่อไปคงหวาน เคี้ยว
จนกระทั่งเหงื่อกระปมไปหมด กลืนก็ยังไม่ลง หวาน
ก็ไม่หวาน ผลที่สุดก็เลยขว้างทิ้งไป พร้อมทั้งด่า
เจ้าของว่า โธ่เอ๊ย โง่เช่เอ๊ย ไปเอาผลไม้ทำอะไรไม่รู้มา
ปลุก ขายที่ไหนก็ขายไม่ได้ แล้วยังทำเป็นคนใจบุญ
สุนทาน หลอกเอาไว้ว่าอันนี้ใครจะเอาไปก็ได้ ยก
ให้เปล่าๆ ไม่มีใครเขาเอาไปทำอะไรหรอก

ก็เหมือนพวกเรานี้แหละ ที่รู้จักศาสนาแต่เพียงเปลือกประเพณี ถึงวันสำคัญจะต้องทำบุญใส่บาตร บางคนเคร่งไปกว่านั้น เราต้องใส่บาตรทุกวัน มีบ้านใหม่ก็ต้องทำบุญ นิมนต์พระมา ถ้าใครไม่เคยทำบุญสร้างโบสถ์สร้างพระประธานเอาไว้ ตายแล้วจะตกนรก ทุกอย่างมีแต่ทำบุญๆ แต่เวลามีทุกข์เดือดร้อน ไม่เห็นศาสนาจะช่วยอะไรเราเลย ไม่จำเป็นจะต้องมีศาสนาก็ได้ เพราะเราไปเจอเอกาภมพะพร้าวเข้า

ถัดมา คนเดินทางคนที่สอง ฉลาดขึ้น รู้ว่าเอกาภมพะพร้าวเป็นเปลือกหุ้มเอาไว้ ก็ถากออกจนกระทั่งถึงกะลามะพร้าว แล้วพยายามงับกัดกะลาให้ขาดให้ได้ กัดจนกระทั่งฟันเจ็บไปหมด ดีไม่ดีถ้าฟันโยกอยู่ก็คงหัก เคี้ยวอะไรไม่ได้ ผลที่สุดก็บอกตัวเองว่า เจ้าของสวนนี้แย่มาก มาหลอกกันชัดๆ

ก็เหมือนพวกเรานี้แหละ จิตใจเราเขยิบสูงขึ้นมาแล้ว รู้ว่าศาสนาไม่ได้มีแต่ประเพณี ไม่ได้มีแต่อะไรต่อมิอะไรที่สั่งบังคับไว้อย่างนั้นๆ เรานับถือศาสนาเพราะว่าศาสนาเป็น อาหารใจ ทำให้คนดีมี

ศีลธรรม ทำให้สังคมอยู่ด้วยความร่มเย็นเป็นสุข เมื่อเรามีศีลธรรมแค่ไหน เราก็คิดว่าเป็นหน้าที่ของเราที่จะทำให้เพื่อนร่วมงานและคนใกล้ชิดของเราต้องมีศีลธรรมเท่านั้นด้วย ถ้าเขาไม่มี เราก็รู้สึกว่าเป็นความบกพร่องของเรา เราต้องใส่ความพยายามเพิ่มขึ้นอีก ยกกำลังทวีคูณ เพื่อให้เขามีศีลธรรมให้ได้

ใจของเราจึงทุกข์ ผิดหวัง เดือดร้อน ออกใหม่ ไล่ขม ไม่ผิดกับขบกะลามะพร้าว เพราะเหตุการณ์ที่ประสบพบในชีวิตประจำวันมีแต่ข่มพิน กัดพินทน เราต้องเป็นคนดี อดทน เสียสละ เอาชนะความชั่วด้วยความดี

แต่ใจที่ยังไม่รู้รอบตามเป็นจริงทำให้ยึดตัวเองเป็นบรรทัดฐาน เป็นมาตรวัดโลกภายนอก...ทำไมเรายังรู้คิดได้ เขาทำไมไม่คิดอย่างเรา ไม่ทำอย่างเรา ทำไมเขาถึงรู้มากเอาเปรียบอย่างนั้นะ ...ทำไม ...ทำไม ...ทำไม

เราหลงเข้าใจผิดไปว่าเรามีหน้าที่รับผิดชอบจะต้องแก้ไขโลกทั้งโลกให้เป็นโลกพระศรีอารีย์ ทุกคนมีศีลธรรมชื่อตรงต่อตนเอง รับผิดชอบในภาระ

หน้าที่ของตน เป็นโลกที่ไม่มีวันจะเป็นจริงขึ้นมาได้
เพราะ กรรมย่อมจำแนกแจกสัตว์และบุคคลให้ทราบ
และประณีตแตกต่างกันไป

เราก็เลยแวงงไกว สับสน ขมขื่น สรุปลับตัว
เองว่าพอกันที ทำดีได้ดีมีที่ไหนกัน สมัยนี้มีแต่ทำ
ชั่วได้ดีมีถมไปต่างหาก ขึ้นยังเชื่อศีลธรรมอยู่ก็คง
เป็นไดโนเสาร์เต่าล้านปีไม่ทันเพื่อนทันฝูงเท่านั้นเอง

คราวนี้ก็มาถึงคนเดินทางคนที่สาม พินิจพิศ
ดูลูกมะพร้าว คงเนื้ออร่อยมีคุณค่าเปลือกถึงหนา
แข็งแรงดีแท้ ก็เริ่มเฉาะกาบมะพร้าวทิ้งไป พบกะลา
ก็พยายามกัดกิน อือม... น่ากลัวจะเป็นเม็ด ลูกไม้
นี้คงต้องกะเทาะเม็ดออกเสียก่อนจึงจะกินเนื้อในได้
ก็ยกขึ้นสำรวจตรวจดู ขณะพลิกไปมา หูก็ได้ยินเสียง
น้ำกระฉอกอยู่ข้างใน ก็แน่ใจว่าลูกไม้นี้มีน้ำด้วย

กระต่ายนายนี้ก็หามัดมาค่อยคว้านฝักกะลา
เปิดเป็นช่องออก ก็ได้ดีมน้ำมะพร้าวหอมหวานแก่
กระหาย และกินเนื้อมะพร้าวอิมอร่อยชื่นใจ

เปรียบได้กับบุคคลที่ใช้สติปัญญาไตร่ตรอง
ศึกษาพิจารณาคำสอนของพระพุทธองค์ เห็นว่ามีทั้ง

เปลือก คือชนบประเพณี กระพี้ คือศีลธรรม ที่เป็นหลักให้คนแตกต่างจากสิ่งมีชีวิตอื่นๆ คຸ່ມครองให้สังคมผาสุกรมเย็น แล้วก็ถึง แก่น คือการฝึกปฏิบัติใจให้เกิดปัญญาเห็นชอบ รู้จัก โลกใน คือตัวเอง และ โลกนอก คือสิ่งแวดล้อมรอบตัว ตามเป็นจริงว่าทุกสิ่งล้วนเกิดแต่เหตุ มีอะไรเกิดขึ้นให้ตั้งสติ พงคั้นหาต้นเหตุให้ได้ แล้วปัญหาทั้งปวงก็จะคลี่คลายไปด้วยดี รักษาใจให้เป็นปกติ สงบ อิ่มเต็ม เหมือนคนเดินทางที่ได้กำลังจากน้ำและเนื้อมะพร้าวอ่อน

ตัวอย่างที่จะอุปมาให้เห็นประโยชน์ของแก่นธรรมคือ เมื่ออยู่กับผู้คนก็อย่าเผลอใจไปยึดตามอายุของกาย เพราะบางคนร่างกายเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่แล้ว แต่ใจของเขายังติดอยู่เท่าใจเด็กอายุขวบกว่า หรือบางคนอาจจะปัญญาอ่อนยิ่งกว่านั้นอีก ไม่ยอมรู้เรื่อง เหมือนเราเลี้ยงสัตว์เลี้ยง เราเลี้ยงหมาเล็กๆ เอาไว้ แล้วเราสั่งว่า นี้นะ อย่าอย่าเข้ามานะ ตรงนี้ฉันเพิ่งเช็ดสะอาดๆ เข้าเจ้าเพื่อนซี้อีโคลนอย่าอย่าเข้ามานะ มันก็นิ่งกระดิกหาง ทำท่าเหมือนกับว่า... ครับ... ครับ... ครับ...

แต่พอเราลุกขึ้นคล้อยหลัง มันก็เอาเท้าที่
เประอะซีโคลนย่ำไปทั่วหมด พอเราออกมาเห็นก็
โวยวายว่า อย่าย่ำเข้ามา... อย่าย่ำเข้ามา... มันก็นั่ง
ลงกระดิกหาง เราก็เอ็นดูมัน ใจอ่อน แฮ้อ จะไปดู
อะไรกับหมา มันรู้ภาษาเสียที่ไหนล่ะ

แต่ถ้าเป็นคนทำอย่างนั้น เราเอ็นดูไหมคะ
...เราก็จะต้องเอ็ดตะโรว่า มีอย่างที่ไหน โตจนเป็น
วัวเป็นควายแค่นี้แล้ว พูดกันไม่รู้ภาษาคนหรือยัง
แต่จริงๆ ถ้าเรามีตาฉันทมองไปเห็นในใจเขาได้
อย่างพระพุทธรเจ้า ใจของเขาเหมือนลูกหมาที่เรา
เลี้ยงไว้ เพราะใจเขาไม่เข้าใจความหมายที่เราบอก
ว่า อย่าเดิน... อย่าเดิน...

มีครอบครัวหนึ่ง ประหยัดมัธยัสถ์รายจ่าย
ด้วยการขุดพื้นบ้านเอง ซื่อน้ำมันเคลือบพื้นมา สาม
ขุดพื้นทาน้ำมันเคลือบจนเสร็จเรียบร้อย แล้วบอก
สาวใช้ว่า นี่ เจ้าอย่าเดินเข้ามาในห้องนี้นะ พื้นยังไม่
แห้ง สาวใช้ก็รับคำ... ค่ะ... ค่ะ...

สิ่งแล้วก็ไปรับประทานข้าว พอกลับเข้ามาถึง
ที่ไหนได้ คุณเธอย่ำเป็นรอยฝ่าเท้าประทับไว้ทั่ว
ห้องหมด สามีก็โกรธมาก ตะคอกถามว่า

แต่สามารู้สึกว่าถึงจุดระเบิดแล้ว ถ้าฉันยังเห็นหน้าเธออยู่ ฉันต้องตายแน่ๆ หรือไม่ฉันต้องฆ่าเธอแน่ๆ

ดิฉันก็เลยถามเขาว่า

“นี่คุณ ถ้าเมื่อลูกหมาของคุณฆ่าและอย่างนี้ คุณจะโกรธมันไหม?”

“เอ๊ะ...คุณจะบ้าหรือไง ผมจะไปโกรธมันทำไม ก็มันเป็นหมา รู้ภาษาที่ไหนล่ะ”

“คุณก็อย่าไปมองว่ามันเป็นรอยเท้าคนหรือรอยเท้าหมาที่สิ้นเรื่อง เพราะจะคนหรือหมาคุณก็ต้องล้างพื้นทาใหม่เหมือนๆ กัน คุณก็คิดว่าเป็นรอยเท้าลูกหมาสุดที่รักของคุณเสียไม่ได้หรือ”

เขาทำท่าว่าอยากจะได้ดิฉัน ... โน่นประตูลูกเหล็ก... แต่เขานึกยังไงไม่ทราบ เดินไปอีกห้องหนึ่ง หายไปสักชั่วโมง กลับมาหัวร่อแล้วบอกว่า

“ขอบคุณนะ คุณทำให้ผมสามารถอยู่ต่อไปได้ และตอนนี้ไปคงไม่โกรธสาวใช้คนนี้อีกแล้ว”

ใจของคนแต่ละคนมีความพัฒนาเจริญอายุขัยไม่เท่ากัน หน้าตา อายุทางโลก อาจจะเป็นผู้หลัก

ผู้ใหญ่ พุดกันแค่นี้ควรจะรู้เรื่อง แต่จริงๆ ไม่รู้เรื่องกันหรอก ไปรตนึกถึงข้อนี้เอาไว้ จะช่วยให้เราเห็นเรื่องไม่น่าสนุกเป็นเรื่องสนุกได้ แล้วงานของเราก็เป็นสุขขึ้น ไม่อย่างนั้นเราอาจจะกลายเป็นผู้ร้ายฆ่าคน หรือไปทำร้ายเขา โดยที่เราเองก็ไม่เจตนา เราทำไปแล้วก็ไม่สบายใจ

เหมือนที่แห่งหนึ่ง อาจารย์ระดับบริหารไปทำชกกับภารโรง เพราะโกรธเคืองพุดกันไม่รู้ภาษา พอโกรธขึ้นมากก็ทำว่า “เก่งจริงเอ็งมาชกกับข้าสิวะ”

ภารโรงก็คนจริงเหมือนกัน ก็ถกแขนเสื้อขึ้น อาจารย์ก็หาว่าไอนายคนนี้กำเรียบไม่เคารพเรา

ก็เลยต่างคนต่างถกแขนเสื้อขึ้นมาชกกันเป็นพัลวัน ชกกันแล้วใครจะชนะล่ะคะ ภารโรงก็ชนะวันยังค่ำ ก็โกรธอีก... ต้องเอามันออกจากงาน...

เวลาที่เรารู้เท่าทันใจของตัวเอง เราไม่รู้จักเทศะ เราไม่มีสติสัมปชัญญะที่จะรักษาตัวของเราให้อยู่ในสถานภาพที่เหมาะสมที่ควร เราก็เลยแปลเหตุผลของสิ่งที่เกิดขึ้นไปในทางเข้าข้างตัวเอง

ท่านให้เหตุผลว่า มันกำเริบ..มันเป็นภาระโรง
มันบังอาจตกแขนเสื้อ แปลว่าทำผม ถ้าผมไม่ชกก็
แปลว่าผมไม่ใช่คนจริงสิ แต่อาจารย์ลี้มอัดเทปก่อน
แรกที่ว่า เก่งจริงเอ็งมาชกกับข้าสิวะ

ภารโรงก็ถือว่าอาจารย์ก็อาจารย์เถอะ ถ้าทำ
กันแล้วศักดิ์ศรีคือลูกผู้ชายเหมือนกันนี่นา เป็นอย่าง
นี้ เวลาที่เราลูแก่โทสะหรือเราเครียด หรือเรายึดอยู่
กับอะไอย่างหนึ่ง เรามองไม่เห็นความจริง เรามอง
ไม่เห็นรอบคอบ ผังใจอยู่แต่ว่ามันต้องมีวิธีนี้วิธีเดียว
เหมือนอย่างบางครั้งที่เราหยิบเหรียญบาทขึ้นมา
เราเห็นด้านที่เป็นรูปพระเจ้าอยู่หัว เราก็บอกว่า
เหรียญบาทนี้มีแต่พระเจ้าอยู่หัวทั้งนั้นเลย เหรียญ
ไหนๆ พลิกดูสิมีแต่พระเจ้าอยู่หัวทั้งนั้นเลย ไปเจอ
คนยิววนเข้า เขาก็บอกว่าไม่จริง พลิกเจอครุฑก็มี
เรือหงส์ก็มี ซึ่งมันก็จริงของเขา เพราะเขาคว่าอีก
ด้านหนึ่ง ในโลกนี้มีอย่างนี้ทั้งนั้น ไม่มีอะไรที่จะ
เป็นเพียงหนึ่งเดียว นอกจาก *ธรรม*

อะไรก็ตามที่เป็นอยู่โดยธรรมชาติ เราไม่ไป
บัญญัติขึ้น มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น เป็นต้นว่าเราเดิน

ไปเห็นพระอาทิตย์ขึ้นทางทิศไหน ไม่ว่าจะเป็นคนพูดภาษากันรู้เรื่องหรือไม่รู้เรื่อง ทุกคนจะตกลงเป็นอันหนึ่งอันเดียวว่าทิศตะวันออก เพราะว่ามันเป็นสัมบูรณ์ของมันอย่างนั้น ไม่มีใครจะบัญญัติเป็นอย่างอื่นไปได้ ถ้าเป็นอย่างนั้น ก็เป็น *หนึ่งเดียว* คนที่เป็นคนจริง เป็นคนมีเหตุมีผล พูดกันแล้วก็จะจบลงที่เดียวกัน

ในภาวะที่เราเป็นอยู่ เรายังไม่ได้ไปจนถึงจุดนั้น เราก็กังเคืองของจริงบ้างของปลอมบ้าง เป็นต้นว่า คนๆ หนึ่งที่เราลงความเห็นว่าเป็นคนจริง เพราะเราพบเขาแต่ในภาวะที่ชีวิตเขายังไม่ถูกบีบคั้นถึงขั้นวิกฤตจนสติหลวม เขาก็ยังเป็นคนจริงอยู่

ถ้าเราไปยึดไว้ว่า เขาต้องจริงเหมือนพระอาทิตย์ขึ้นทางทิศตะวันออกทุกที แล้วเราไปพบเขาในภาวะวิกฤตเข้า เขาเกิดเฉไปเป็นตะวันอ้อมข้าวละก็ เราก็คงจะไปคลั่งเอากับเขาเข้า

ให้เราหาวัคซีนป้องกันเอาไว้ว่า อะไรๆ ในโลกนี้มันไม่เที่ยง มันแปรปรวนทั้งนั้น ถ้ามันจะเกิดวิปริตไปอย่างนั้น สิ่งที่เกิดขึ้นก็ดีมีประโยชน์ เพราะ

ช่วยสอนให้เราหาภูมิคุ้มกันให้ตัวเอง เราจะได้ไม่ผิดหวัง เราจะได้ไม่ไปพยายามหาว่าใครผิดใครถูก

เราจะได้เตือนตัวเองว่า เราถูกพระพุทธเจ้าของทุกอย่างมาแต่เหตุ เหตุครั้งนี้เหตุอะไร ถ้าเราค้นเหตุถูก วางยากี่เรียบร้อย เราจะพบว่า ที่แต่ก่อนนั้นอะอะอะไรฉันต้องแน่ ใจเราค่อยคลายจากความรู้สึกอย่างนี้ไปโดยที่เราไม่รู้ตัว พออะไรเกิดขึ้น เราไม่ได้คิดว่าใครแน่แล้ว แต่เราจะคิดว่า เออ...จะช่วยกันทำอย่างไรถึงจะทำให้ไม่เกิดความเสียหายร้ายแรง มันก็เกิดความสามัคคีขึ้นโดยไม่รู้ตัว เพราะทุกคนมีความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสถานที่นี้เท่าๆ กัน งานอันนี้ไม่ใช่ของเฉพาะใคร ไม่ใช่งานของหัวหน้า ไม่ใช่งานของคุณคนเก่ง แต่เป็นงานของ *เราทุกคน*

เมื่องานเสร็จออกไป บริษัทของเรามีชื่อเสียง บริษัทของเราดี ผลทะลุเป้าขึ้นไป เราก็เกิดความ เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันขึ้น โดยที่ไม่ต้องคอยเสแสร้ง ไม่ต้องคอยหมั่นประชุมเพื่อเตือนความจำ หรือมี สติกเกอร์ติดเปรี๊ยะเปรยชี้แนะเอาไว้จนเอียนไปหมด

มันมาจากความรู้สึกข้างในของเราจริงๆ ว่า
เราร่วมมือร่วมใจกัน อะไรนิดๆ หน่อยๆ ซึ่งแต่ก่อน
นั้น แหม...รำคาญที่ต้องคอยบอกเข้าบอกเย็น ทุก
คนก็เกิดความจำได้ เพราะอะไร เพราะเกิดความรัก
ความเอาใจใส่ เกิดเป็น อิทธิบาทสี่ ขึ้นมา พอเกิด
อิทธิบาทสี่ก็เกิดพอใจ มีฉันทะในงานที่ทำ พอใจ
ในงานที่ทำ เราไม่ได้รู้สึกว่างานเป็นสิ่งบีบบังคับที่
ต้องกัดฟันทำ แต่เรารู้สึกเหมือนเป็นงานอดิเรกที่
เราอยากรู้ นึกสนุกกว่า เออ... พຽ່ງนี้เป็นอย่างไរ ที่
เราทำได้เมื่อวานนี้จะเป็นอย่างไรต่อไป

เหมือนกับเรากำลังปลูกต้นไม้ ก็อยากรู้ว่า
วันนี้มีใบอ่อนแตกขึ้นมาอีกใบหรือเปล่า มีช่อดอก
ออกมาหรือยัง เรากระตือรือร้นอยากจะมาดู มา
พินิจพิเคราะห์ติดตามผล

เราก็มีฉันทะ มีวิริยะ พากเพียรพยายามจะ
ทำ มีจิตตะ ผักใฝ่ มีวิมังสาคอยพิจารณาไตร่ตรอง
ตรงไหนผิดพลาด ตรงไหนจะมีทางที่ดีกว่านี้ เราจะ
ได้รับทำให้ดีขึ้น ไม่ต้องคอยจนกระทั่งผิดไปแล้วเรา
ถึงจะมาแก้ เมื่อมีอิทธิบาทสี่เป็นแรงขับเคลื่อนอยู่

อย่างนี้ งานก็สนุกมีผลดีเต็มที่ เพราะได้แรงจากทั้ง
กายทั้งใจทุ่มเทเข้าไป

ใจคนเราเป็นภาชนะที่ยืดหยุ่นได้ บางทีเรา
บอกว่า ๔ โมงครึ่ง จบกันแล้ว ไม่ทำแล้ว เพราะว่า
เลิกเวลาทำงานแล้ว แต่ถ้าใจเราสนุก เราไม่ดูหรรอก
๔ โมงครึ่งเมื่อไร เราดูใจเรา ถ้ายังไม่เหนื่อย บาง
ที ๒ ทุ่มแล้ว เราก็รู้สึกเหมือนไม่ทัน ๔ โมงครึ่ง
แต่ถ้าใจเราเหนื่อย บางทีเพิ่งบ่าย ๒ โมง...

น่ากลัวนาฬิกาตายนะ มันเป็นอะไรไป ...แล้วระหว่าง
๒ โมงถึง ๔ โมงครึ่ง มือก็ขีดเขียนไปแต่สมองไม่
ทำงานเลย ตกลงไม่ได้ผลงาน แล้วเราจะไปเพ่ง
โทษว่าแก๊งทำก็ไม่ได้ เพราะความจริงไม่ได้แก๊ง
แต่ใจไม่ยอมทำ

ถ้าใจเกิดความสุข เกิดความพึงพอใจ รู้สึก
อยากจะทำแล้ว มันไม่รู้เหน็ดรู้เหนื่อย มันทำได้เอง
ไม่ได้วางแผน ไม่ได้เสแสร้ง มันเป็นอย่างนั้นของ
มันเอง

เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว เราจะได้คอยเลี้ยงใจของ
เราให้รู้สึกสนุก ให้คิดแต่ทางที่เป็นแง่บวก แล้วเรา
๕๔

เองก็มีกำลังใจด้วย

ถ้าเราทำงานด้วยความกังวล เรากลับไป
หมดว่าผลจะดีหรือไม่ดี หรือเราเครียดว่าเราจะต้อง
หนึ่งอยู่เสมอ เราต้องเหนื่อยอยู่เสมอ เราพลาดไม่ได้
ทั้งๆ ที่งานเราก็บรรลุผลสำเร็จ แต่สุขภาพจิตแย่
เลย แล้วเราก็แก่เกินวัย ดีไม่ดีแทนที่จะอยู่ไปจน
กระทั่งอายุ ๘๐ แค่อายุ ๔๐ เท่านั้นแหละ เส้น
เลือดแตก เพราะเส้นเลือดทนต่อความดันที่หัวใจ
สูบฉีดสูงด้วยความเครียดอยู่ตลอดเวลาไม่ไหว ก็
เลยแตกทะลุไปเลย เส้นเลือดแตกถึงตายไปก็แล้ว
เรื่องไป แต่ตายก็ไม่ตาย เป็นอัมพาตช่วยตัวเอง
ไม่ได้

เวลาร่างกายเป็นอัมพาต ใจไม่เป็นอัมพาต
ด้วย ใจยังรู้ทุกอย่าง ยังกระฉับกระเฉงว่องไว
เหมือนสมัยที่ร่างกายของเรากำลังแข็งแรง มันก็
ยิ่งทุกข์ทรมานหนักเข้าไปอีกสิคะว่า เพื่อนคนนี้ก็
แข็งแรง เพื่อนคนนั้นไปไหนมาไหนก็ได้ ตัวเรา
อยากจะลุกขึ้น อ้าว...ร่างกายเหมือนตรึงติดกับที่
เอาไว้หนักไปหมด ขยับเขยื้อนไม่ได้ ใจก็หงุดหงิด

ใจก็เฉา แล้วมันก็ร้อนเป็นไฟเผาตัวเอง เราก็สร้าง
แต่ทุกข์ขึ้นมาเผาตัวเอง

แต่ถ้าเราคอยระวัง จับ ใจของเราให้เห็น
ตามเป็นจริงอย่างที่พูดมานี้ ไม่มีใครที่จะทำให้เรา
เป็นสุขได้ ถ้าไม่ใช่ตัวของเราทำให้เราเอง

ถ้าเห็นอย่างนี้แล้วเราอยากจะมีความสุข เรา
ก็หากุญแจที่จะไขให้เป็นสุข ถ้าเราไม่อยากเป็นสุข
เราก็ไขไปทางตรงกันข้าม แล้วไม่ต้องกลัวหรอกคะ
มันทุกข์ชัดๆ เลย ไม่มีใครมาทำให้ทุกข์ เราก็ทำให้
ตัวเราทุกข์ไม่รู้จบรู้สิ้น

เห็นหนทางชัดเจนอย่างนี้แล้ว ดิฉันเชื่อว่า
คุณคงรู้แล้วว่า คุณจะทำอย่างไร หรือคุณเห็นว่ายัง
ไม่แน่ใจตรงไหน อยากถามอะไรก็เรียนเชิญเขียน
คำถามไว้ได้ คิดว่าได้เวลาที่เราจะเติมอาหารให้กาย
กันนิดหน่อย ถึงใจจะสู้ก็เถอะ แต่ร่างกายอุทธรณ์
ว่ามันไม่ใช่อิฐไม่ใช่ปูนนี่นา เราพักกันเสียหน่อย
นะคะ

ถาม-ตอบ ปัญหา

ถาม รู้ว่าลักษณะงานที่เราทำอยู่ก็ดี ตรงกับที่เราต้องการ แต่เราเบื่อวิธีการ การบังคับบัญชามาก จนอยากจะลาออกตั้งหลายครั้ง ขออาจารย์กรุณา แนะนำว่าจะต้องทำอย่างไร

ตอบ ถ้ายึดหลักที่ดิฉันเรียนให้ทราบ ว่า อะไรที่เกิดขึ้นกับเราดีทั้งนั้น เราเป็นคนอิสระไม่ชอบให้ใครมาบังคับบัญชา เราก็ฝืนใจว่าดีดี ที่มีนายแก้ไขจุดอ่อนให้คอยบังคับบัญชาเรา ทำให้เราได้สร้างภูมิคุ้มกันต่อไปถ้าเราไปอยู่ที่ไหนแล้วบังเอิญเจอคนเข้มงวดอย่างนี้อีก เราก็อยู่ได้สบาย

อันนี้เป็นงานที่ทำทายน เพราะเราบอกแล้วว่า ลักษณะงานก็ดีตรงกับที่เราต้องการ เราโชคดีแค่ไหน หลายคนจะบอกว่า เขาอยากทำอีกอย่างหนึ่งซึ่งไม่ได้ทำ แล้วก็ไม่ได้ถูกใจในงานที่ทำ ต้องทนทำ เราโชคดี โชคดีที่งานก็ดี ตรงสเป็กทุกอย่าง เสียอย่างเดียว ผู้บังคับบัญชาบังคับบัญชามากไปหน่อยจนเราเบื่อ

‘ความเชื่อเป็นสนิมในใจเรา จริงๆ แล้วไม่ใช่
ผู้บังคับบัญชาที่ทำให้เราเชื่อ แต่เราเอง เราเอา ใจ
ไปเชื่อเสีย ถ้าเราควานหาให้เห็นสาเหตุและวิเคราะห์
ให้ตรงตามความเป็นจริง ความเชื่อไม่มีหรอก มัน
คือเงาในใจของเราเอง แล้วเราก็เหมือนเด็กที่กลัว
ผีเดินเข้าไปในห้องมืดๆ หน้อยก็ ...อู๊ผี ...พอเปิด
ไฟเข้าก็ไม่เห็นมีผี นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราตั้งใจของ
เราจริงๆ ไม่มีหรอกคะความเชื่อ แต่เราไป คิด เอา
ว่าเรา *เชื่อ*

ถ้าเราทำใจเสียว่าเขาไม่ได้บังคับเราสักหน้อย
หนึ่ง เราเองก็พอใจจะทำอย่างที่เขามาสั่งอยู่แล้ว
เพราะเรามองจนเห็นเหตุเห็นผลแล้ว ข้อมูลที่ให้มา
ว่างานก็ดีตรงกับที่เราต้องการ แสดงว่าสิ่งที่เขابอก
ให้เราทำต้องเป็นสิ่งที่มีเหตุผลและก็ต้องดี เพราะถ้า
ไม่ดี งานจะออกมาดีไม่ได้ เพียงแต่เราติดอยู่นิด
เดียว เราไม่ชอบให้ใครมาบอก ไม่ชอบให้มาเข้ม
งวดออกคำสั่งบังคับบัญชา เราเป็นโคนันทวิศาล
อยากให้เราเปลี่ยนวิธีพูดให้เพราะๆ หน้อย

เราอย่าไปตั้งข้อแม้อย่างนั้นสิคะ เรายินกว่า
นี่เป็นคำทำให้เรา หัดทำ ในสิ่งที่เราไม่ชอบ ต่อไปนี้
เราไปอยู่ที่ไหน เราก็อยู่ได้ทั้งนั้น พอนึกได้อย่างนี้
เราก็สนุก เราก็ทำไป แล้ววันหนึ่งเราก็พบว่าที่เรา
เบื่อนั้นไม่เห็นมีตรงไหนที่เบื่อเลย จะได้จบปัญหา
กันนะคะ

ถาม ในกรณีที่ไม่ถูกกับผู้บังคับบัญชาในด้านการ
ปฏิบัติงาน ควรทำใจอย่างไรจึงจะสามารถยอมรับได้
ตอบ การที่เราไม่ถูกกับเขาในด้านการปฏิบัติงาน
ไม่น่ามีปัญหาเลย เพราะส่วนใหญ่มีปัญหาว่าไม่ถูก
กับผู้บังคับบัญชาทางด้านส่วนตัวและชอบเอาเรื่อง
ส่วนตัวมาเป็นเรื่องการทำงาน

การที่เราไม่ถูกกันในด้านปฏิบัติงาน แสดงให้
เห็นว่ามิตฤษฎีกันคนละอย่าง ก็เหมือนอย่างกับเรา
เล่นกีฬากัน เราก็เรียนให้ผู้บังคับบัญชาทราบถึง
ความคิดความเห็นของเราว่าเรามีเหตุผลอย่างนี้ๆ ถ้า
ผู้บังคับบัญชาไม่เห็นด้วย เขาแสดงความคิดความ
เห็นของเขา มา แล้วเขาจะใช้สิทธิของผู้บังคับบัญชา

ว่า ผมจะเอาอย่างนี้แหละ เราก็เคารพว่ากระดาน
นี้เป็นกระดานเขา เขาเป็นคนเตะลูกก่อน เขาเป็น
ผู้บังคับบัญชา

ดิฉันเคยมาแล้วค่ะ สมัยที่จบออกมาใหม่ๆ
เลือดร้อนมาก บังเอิญผู้บังคับบัญชาของดิฉันท่าน
ไม่เห็นด้วยกับวิธีรักษาคนไข้ของดิฉัน แต่ท่านก็ไม่
เรียกดิฉันมาพูดตรงๆ ท่านขีดคำสั่งที่ดิฉันสั่งในใบ
รักษาคนไข้ทิ้ง แล้วบอกให้พยาบาลทำตามคำสั่ง
ของท่าน

พอดิฉันมาดูคนไข้ก็ตกใจไปหมด เราสั่งการ
รักษาไว้อย่างหนึ่ง กลับกลายเป็นอีกอย่างหนึ่ง
พยาบาลก็เล่าให้ฟังว่า ท่านผู้อำนวยการมาเปลี่ยน
คำสั่งของคุณหมอลแล้ว ตอนนั้นดิฉันมีความรู้สึก
ไม่ได้ ผู้บังคับบัญชาก็ผู้บังคับบัญชา แต่เวลารักษา
คนไข้เราศักดิ์ศรีเสมอกัน เป็นหมอเท่าเทียมกัน

ดิฉันเข้าไปหาท่าน ประท้วงว่า “อาจารย์...
อาจารย์ทำอย่างนี้ไม่ถูก ผิดมารยาทหมอ อาจารย์
ต้องมาขออนุญาตดิฉันก่อน เพราะคนไข้เป็นคนไข้
ของดิฉัน อาจารย์มาก้าวก้าวเปลี่ยนการรักษาโดย

ไม่ขออนุญาตเจ้าของไข่ก่อนได้อย่างไร”

อาจารย์ก็ไม่ว่าอะไร เพราะดิฉันชี้แจงถึงข้อเสียของคำสั่งการรักษาของท่านเปรียบเทียบกับคำสั่งของดิฉัน รั่วใส่ท่านเป็นปีนกลจนท่านไม่สามารถจะคัดง้างได้ แต่ท่านสรุปว่า “หมอ ถ้าผมแทงเรื่องไปที่กรมว่าหมอลัดขึ้นคำสั่งผู้บังคับบัญชาเนี่ย หมอไม่มีทางเถียงผมเลยนะ”

แทนที่ดิฉันจะได้สติว่าเราไม่รู้กาลเทศะ ดิฉันบอก เอาเลย อาจารย์แทงขึ้นไป ดิฉันจะเอาใบลาไปวางบนโต๊ะผู้อำนวยการกรมฯ เหมือนกัน เห็นความบ้าเลือดของดิฉันหรือยัง ฟังแล้วท่านก็หัวเราะว่า “หมอ...ล้อเล่นแค่นี้ หมอาก็ทำเป็นเรื่องจริงจังด้วย”

ดิฉันก็เลยได้สติว่า อ้อ ถ้าผู้ใหญ่ท่านพูดอย่างนี้แล้ว เราจะเอาอะไรมากไปกว่านั้น ดิฉันจึงเริ่มเข้าใจว่า ในระบบต้องมีหัวโขน เหมือนกับเราเล่นละครกัน ถึงเราจะเป็นเพื่อนกัน แต่ในบทบาทนี่เป็นพระเจ้าแผ่นดินนะ ในละครเราก็ต้องเคารพเขาว่าเป็นพระเจ้าแผ่นดิน ไซ้ไหมคะ

เขาเป็นผู้บังคับบัญชา ถ้าเขาเผด็จการว่าเขาจะเอาอย่างนั้น เราก็ไม่ต้องไปคิดอะไร เราก็ตกลงทำตาม แต่ถ้าทำตามแล้ว เราเห็นว่าเกิดผลเสียหาย เราก็ไปบอกท่านอีกครั้งหนึ่งว่า นี่นะครับ ที่ผมชี้แจงแล้วครั้งก่อนๆ ว่าถ้าทำไปมันจะเป็นอย่างนี้ๆ คราวนี้ถ้ายังทำต่อไปมันจะเสียหาย เพราะอย่างนี้...อย่างนี้

ถ้าท่านยังจะยืนยันกระต่ายขาเดียวอย่างนั้นต่อไป เราก็ต้องยอม เพราะว่าเวลาเล่นฟุตบอลหรือเล่นกีฬาอะไรกัน ก็ต้องมีกติกา ตราบเท่าที่สถานที่นี้เห็นว่าท่านเหมาะสมที่จะเป็นผู้บังคับบัญชา เราก็ต้องยอมเคารพหัวไซน ถ้าเขาถึงวาระหลุดออกจากผู้บังคับบัญชา เราก็อาจจะขึ้นมาเป็นผู้บังคับบัญชาก็ได้ ถึงตอนนั้นก็บริหารอย่างที่เราชอบ แต่ตอนนี้เราก็ต้องเคารพกฎกติกา

ที่ดิฉันพูดอย่างนี้เพราะทุกอย่างมันมีเหตุกันมาค่ะ เราแต่ละคนที่ทำงานอยู่ที่นี่ ก็เปรียบเหมือนกับเราเป็นชาวนา หน้าที่ของเราเหมือนกัน เลือกลงเมล็ดพันธุ์ข้าวให้ดีที่สุด สิ่งที่เราจะทำลงไป คือกาย-

กรรมของเรา คำพูดวจีกรรม ความคิดมโนกรรม
ของเรา กายกรรม วจีกรรม มโนกรรมของเรา
เหมือนเมล็ดข้าว เราเลือกได้ จะเลือกให้ดีพิเศษ
อย่างไร ได้ทั้งนั้น

เมื่อเอาเมล็ดไปหว่าน เราเลือก ที่นา ไม่ได้ว่า
จะเอาไปหว่านที่ไหน เราต้องหว่านไปตามกฎเกณฑ์
ที่มีอยู่ เขาบอกว่าหว่านตรงนี้ก็ตรงหว่านตรงนี้
และเมื่อหว่านไปแล้ว ผลจะได้เต็มเม็ดเต็มหน่วย
หรือไม่เต็มเม็ดเต็มหน่วย ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยของผู้
ร่วมงาน เจ้านายเรา นโยบายของบริษัท มีอะไร
ต่ออะไรหลายอย่างซึ่งอยู่นอกความรับผิดชอบของเรา
ถ้าเหตุปัจจัยเป็นไปอย่างนั้น เราก็ต้องยอมอย่างนั้น

ถ้าเราไม่พอใจเพราะไม่ถูกกับผู้บังคับบัญชา
ในด้านการปฏิบัติงาน เราไม่สามารถทำใจของเรา
ให้รับกับนโยบายนั้นได้ ก็มี ๒ อย่างค่ะ เราหางาน
ทำใหม่ หรือหาทางปฏิบัติ จนกระทั่งผู้บังคับบัญชา
ไม่เป็นผู้บังคับบัญชา

ถาม ถ้าเรามีปัญหาส่วนตัวซึ่งจะต้องส่งผลกระทบ
ต่อการทำงาน แม้ว่าเราจะควบคุมความรู้สึกของเรา

เองแล้วก็ตาม ดังนั้น เราควรจะทำปฏิบัติอย่างไร

ตอบ การมีปัญหาล้วนแล้ว ถ้าเรายังไม่มีงาน ไม่มีเงินเดือนอีก ปัญหานี้คงยิ่งหนักขึ้น ถ้าใจเห็นจริงอย่างนี้ ดิฉันเชื่อว่าความยับยั้งชั่งใจจะสูงขึ้น เพราะว่าแค่นี้ก็เป็นปัญหาเกินพอดีอยู่แล้ว ถ้าไม่พยายามควบคุมความรู้สึกของเรา ทำให้เกิดความบกพร่องในการทำงาน แน่نونปัญหาส่วนตัวจะเพิ่มขึ้นอีก คราวนี้จะมีปัญหาเรื่องเงินเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย เราจะตีตีกเหนือเสือได้พร้อมกัน หรือเราจะเอาแต่ด้านเดียว

ปัญหาส่วนตัวให้อยู่ที่บ้าน พอมาถึงที่ทำงาน เราก็มืดสวิดซ์ เอาอันนั้นใส่ลิ้นชักไม่เอามาเกี่ยวข้อง ตรงนี้เราก็ทำงานของเราให้เต็มที่ ถ้าทำอย่างนี้ได้ เราจะพบกับความแปลกใจว่า ปัญหาส่วนตัวที่เราคิดว่าหนักหน่วงเหลือเกิน ระหว่างที่เรามาตั้งใจ เอาใจจดจ่อกับงานจริงๆ มันเกิดผลพลอยได้เป็นปัญญา เห็นลู่ทางแก้ปัญหาล้วนแล้วได้เป็นอย่างดี

ก่อนหน้านั้นใจมัวแต่ไปกังวล มันก็เป็นอารมณ์ พายเรือวนอยู่ในอ่าง เราก็มืดหงิด แล้วก็มาทำที่

ทำงานให้ไม่ดี เหมือนสุภาพสตรีท่านหนึ่ง ทำงาน
เลขานุการ มีปัญหาส่วนตัว จนควบคุมความรู้สึก
ของตัวเองไม่ได้ ระหว่างนั่งฟังเจ้านายพูดให้จัดบันทึก
ก็จดไปตามคำเจ้านายบ้าง ตามปัญหาส่วนตัวที่แวบ
ขึ้นมาในใจบ้าง หรือพิมพ์จดหมายไปก็ผิดพลาด
เจ้านายให้ไปแก้ไขใหม่ พอแก้ไขใหม่แต่เดิมที่ไม่ผิดก็เกิด
ผิดอีก พอถึงครั้งที่ ๓ เจ้านายก็หมดความอดทน
ขำกั๊ง... คุณจะปรับปรุงตัวเองหรือจะหางานใหม่

เธอเลยร้องไห้ว่าเจ้านายหฤโหด เราทุกข์
ถึงแค่นี้แล้วยังซ้ำเติมเราอีก ไม่เห็นว่าการทำงาน
ของตลกต่ำลง ก่อนหน้าเราเคยทำงานด้วยจิตใจ
จดจ่อ ตอนนี้งานตลกต่ำลงไม่เห็น ไปคิดแต่ที่เรา
ทุกข์เหลือเกิน เอาความทุกข์มาขยายจนกระทั่ง
มองอะไรไม่เห็น เมื่อเป็นอย่างนี้ เราทำตัวของเรา
เองให้มีปัญหามากขึ้นต่างหาก ถ้าคิดได้อย่างนี้
เห็นตามความเป็นจริงอย่างนี้ เราก็จะปรับที่ใจของ
เราและเห็นทางออก

ถาม เมื่อเพื่อนร่วมงานได้รับแต่งตั้ง มีตำแหน่ง
โดยที่การทำงานก็มีระยะเวลาทำงานไล่เลี่ยกัน จึงไม่

ยอมรับ จะทำใจได้อย่างไรให้ไม่คิดว่าทำไมตัวเราจึง
ถูกแกล้ง หรือหัวหน้าไม่ยุติธรรม

ตอบ การคิดอย่างนี้ทำให้ใจเราเป็นสนิม แต่ถ้าคิด
ใหม่อีกทางหนึ่งอย่างที่ดีฉันจะเรียนให้ทราบ แทนที่
จะคิดว่าทำไมเราจึงถูกแกล้ง หรือหัวหน้าไม่ยุติธรรม
เราคิดว่า เออ... เราก็ว่าเราเก่งแล้ว แต่ถูกข้อสอบ
คราวนี้หนัก ทดสอบให้เราหาทางให้เก่งยิ่งขึ้นไปกว่านี้

เราเปลอไปคิดเอาเองว่าเราควรจะได้ตำแหน่ง
ได้บรรจุเท่าเขา โชคดีเท่าไหนนะที่ไม่ได้ ทำให้เรา
พบว่าใจเรากระเทือนอย่างนี้ ถ้าได้อย่างใจ เราไม่มี
โอกาสรู้หรือทราบดีว่า เราเป็นคนใจแคบชนิดเดียว เป็น
เด็กขี้อิจฉาตัวร้อน

เมื่อเป็นอย่างนี้ เราจะได้ฝึกใจเรา ค้นหา
ว่าทำไมเราถึงไปขี้อิจฉาเขา คิดหวังเอาไว้ว่าเราจะ
ต้องได้ตำแหน่ง ที่เรานึกว่า เราทำงาน เรารักงาน
ไม่ใช่หรือ... เราหลอกตัวเอง แท้ที่จริงเราอยาก
ได้ตำแหน่ง หรือดูใจจนจบแล้ว เปล่า เราไม่อยาก
ได้ตำแหน่ง แต่เราทนเสียงวิพากษ์วิจารณ์ไม่ได้ คน
อื่นจะว่าๆ ก็เห็นเก่งอยู่ แต่ทำไมคนอื่นเดือนเอาไป

ได้ละ เสียศักดิ์ศรีหมด หน้าถลอกหมด

เราค่อยๆ หาเหตุไปจนเจอให้ได้ พอเจอแล้ว
เราก็จะแก้ไขได้ เป็นต้นว่า เราพบว่าจริงๆ ไม่ได้
รักงานหรอก แต่เรารักผลพลอยได้ของงาน เราก็จะ
ได้พยายามแก้ไขวิธีคิดของเรา แล้วปรับปรุงตัวเอง

ถ้าพบว่าเราไปหวั่นไหวในคำพูดของผู้อื่น
พระพุทธรูปเจ้าก็ทรงสอนแล้ว ถ้าเราปล่อยใจให้
เป็นต้นไม้ไม่มีรากแก้ว เราอยู่ไม่เป็นสุขในโลกนี้
เพราะว่าคนมันต้องพูดวันยังค่ำ พระพุทธรูปเจ้าตรัส
เอาไว้แล้ว ถ้าเราสามารถก่อไฟให้ไม่มีควันได้ นั้น
แหละเราจึงจะห้ามคนมิให้นินทาได้ แม้กระทั่งพระ
พุทธองค์ทรงเป็นผู้บริสุทธิหมดจดแล้ว ท่านก็ยังถูก
คนใส่ร้ายป้ายสีนินทา

ขอโอกาสยกตัวอย่างเรื่องของตัวเอง เมื่อ
ดิฉันกลับจากเมืองนอก มีวุฒิปริญญาตรีเศรษฐศาสตร์
เฉพาะเด็ก และได้ปริญญาเอกทางสรีรวิทยา อัตรา
เงินเดือนจึงสูงกว่าอัตราปกติที่ตั้งไว้หนึ่งชั้น ดิฉัน
ไม่ทราบว่ถ้าทางแผนกธุรการไม่จัดการดำเนินเรื่อง
ปรับวุฒิปริญญาตรีให้เรียบร้อยก่อนปีงบประมาณใหม่

อัตรา ๑ ชั้นของดิฉันก็จะเสียไปโดยอัตโนมัติ

พอปีถัดไป ดิฉันไม่ได้เงินเดือนเพิ่ม ๑ ชั้น ตามวุฒิของดิฉัน ตกลงดิฉันก็ได้เงินเดือนเท่ากับคนอื่น ๆ ดิฉันพบว่าใจที่เคยกระตือรือร้นอยากทำงาน มันแข็งไปหมด มีความรู้สึกที่ไม่ยุติธรรม ดิฉันถามตัวเองว่า ดิฉันเดือดร้อนกับเงินเดือนที่หายไป ๑ ชั้น หรือ ...ไม่เดือดร้อน ...แล้วเดือดร้อนอะไร เดือดร้อนหน้าถลอกไป คนจะไม่รู้ว่าเรานี้เก่งกว่าคนอื่น เขา ดลกนะคะ พอเห็นเหตุผลที่ตัวเองรู้สึกก็ขบขันว่า...เราเด็กทารกถึงขั้นนั้นหรือ...

แต่ก็ยังปลดสนิมออกไปจากใจไม่ได้ จนกระทั่งหาเหตุผลมาอธิบายกับตัวเองว่า แล้วเรารู้หรือเปล่าว่าตัวเรามีวุฒิอะไร มีความสามารถแค่ไหน ก็เมื่อเรารู้แล้ว เราไปเดือดร้อนทำไมถ้าคนอื่นไม่รู้ เห็นไหมคะว่า ใจของเรานี้ความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอด ถึงแม้จะรู้แล้วเราก็ยังไม่มีกำลังของใจ ถ้าไม่เคยฝึกใจให้มีความหนักแน่น เชื่อตามที่ปากเรายกมาพูด มันเป็นอย่างนี้

เพราะใจเราไปยึดติดในค่านิยมเอาไว้โดยไม่รู้ตัว พ่อแม่ พี่น้อง ใครๆ บอกกันมา ถ้าเงินเดือนเท่านั้นแปลว่าเก่ง มีความสามารถ เราก็นิ่งเข้าไปโดยที่ตัวเองไม่รู้ตัว ปากเราก็บอกว่า เราไม่แคร์ ไม่แคร์ แต่พอข้อสอบออกมาจริงๆ เราถึงรู้ว่าเราแคร์ เหมือนอย่างกับมีท่านหนึ่ง ท่านบอกว่า ผมไม่ชอบงานบริหาร อย่าส่งชื่อผมขึ้นไปนะ ผมไม่เอาหรอก แล้วท่านก็เชื่ออย่างนั้นจริงๆ แต่การันตีปรากฏว่า ในครั้งนั้นชื่อของท่านถูกส่งขึ้นไปเป็นผู้สมัครผู้หนึ่ง ถอนตัวไม่ได้ ปากก็บอกว่าท่านไม่เอาอย่าเลือกผมนะ

พอผลการเลือกปรากฏออกมา เด็กรุ่นน้องของท่านได้รับเลือกเป็นผู้บริหาร

ท่านกลับมาถึงบ้าน ท่านพบว่ามันเสียใจแล้วก็ตกใจว่า ปากก็บอกเองว่าไม่เอา ไปบอกใครๆ ไม่ให้เลือก เขาบอกไม่ได้ ถอนตัวไม่ได้ ท่านเองก็ทำใจแล้ว บอกใครๆ ไปว่าอย่าเลือกผมนะ ผมไม่อยากเอา ถ้ารักผมแล้วอย่าเลือกกัน

ครั้งนี้เขาไม่เลือกจริงๆ กลายเป็นรุ่นน้องได้ ตกกลางคืนเข้านอน ใจมันเสีย รู้สึกว่า เอ๊ะ นี่เรา ไม่มีค่าถึงขั้นว่าเสนอซื้อขึ้นไปแล้วเขาไม่เลือกเรา เขียวหรือ

ใจคนเราเจ้าเล่ห์แสนกลอย่างนี้ ถ้าไม่เจอข้อ ทดสอบเราก็ไม่รู้ แล้วก็หลงว่าเราแน่แล้ว

การที่เราเจอปัญหาอย่างนี้ อย่าไปคิดให้เกิด ขี้สนิม อย่าไปคิดว่าเราถูกกลั่นแกล้งหรือหัวหน้า ไม่ยุติธรรม แต่ให้คิดอย่างที่ดีฉันเรียนให้ทราบ ว่า เราโชคดีที่ได้เจอข้อสอบ ทำให้เราได้เห็นจุดที่ไม่ เคยเห็นในตัวของเราเอง ถ้าเรากำลังมีเรี่ยวแรง มี กำลังวังชา เราจะได้แก้ไขในตัวเราให้ดีขึ้น ถ้ากว่า จะไปรู้อย่างนี้ เราอายุ ๖๐ กำลังจะเกษียณ เราคง แย่ ดีไม่ดีอาจถึงไม่สบายต้องหาหมอเป็นประจำ เศรษฐกิจทรุดโทรม ราคาค่าหมอเดี๋ยวนี้แพงจะตาย ไป

ถ้าเราคิดว่าอะไรที่ เกิดขึ้น กับเรา ดี ทั้งนั้น เรามีทางออกที่จะทำให้ใจเรามีกำลังขึ้น แล้ววันหนึ่ง เราจะพบว่า เป็นสิ่งดีที่เกิด อย่างนี้ ขึ้น แทนที่จะ

เกิดอย่างที่เรา 'อยาก' ได้

ถาม ถ้าวันใดวันหนึ่งเราศึกษาการทำงานจนเข้าใจ
ในสิ่งใหม่ๆ ที่ต้องการจะเรียนรู้ และสามารถ
ปฏิบัติถูกต้องแล้ว เรายังตกอยู่ในสถานะเดิมอีก มัน
ทำให้เราเบื่อหน่ายกับการทำงานซ้ำๆ นั้น เราจะมี
วิธีแก้ไขอย่างไรไม่ให้เบื่อหน่ายกับการทำงานซ้ำๆ
นั้น

ตอบ เรา คิด ว่าการทำงานนั้นซ้ำๆ แต่จริงๆ
แล้ว ทั้งๆ ที่เรากินข้าวทุกวัน วันละ ๓ มื้อ ๔ มื้อ
ไม่เห็นมีใครว่าเบื่อเหลือเกิน ทำอย่างไรจึงจะเลิก
กินข้าวได้ แสดงว่าที่เรากินทุกวันไม่มีซ้ำเลย แต่
เพราะเราไป เชิง กังงาน เราคิดเอาไว้โดยที่ไม่รู้
ตัวว่า เมื่อเรียนรู้และปฏิบัติถึงตรงนี้จะต้องมีการ
เปลี่ยนแปลง ครั้นมันไม่เป็นไปตามกิเลสในใจเรา
เราก็เลยบอกว่า ซ้ำซากน่าเบื่อหน่าย

ความจริงใจเราเอง ถ้าใจเรานึกว่าไม่ซ้ำซาก
และเราดูอย่างเป็นกลาง มันก็ไม่ซ้ำซาก มันมีอะไร
ใหม่แปลกให้เราได้ศึกษาทุกวัน

ถ้าเราคิดจะเบื่อ บอกตัวเอง เรากินข้าวมาตั้งแต่วันเกิดซ้ำซากทุกวัน ลองงดกินดูสักอาทิตย์ ถ้างดกินสักอาทิตย์แล้วรู้สึกว่าจะไม่กินก็ยังไม่กินข้าวแล้วไปกินขนมปังนะคะ งดกินจริงๆ แล้วดิฉันจะตอบปัญหานี้ใหม่ค่ะ

ถาม ขอเรียนรบกวนถามเรื่องที่อาจารย์บรรยายว่า ถ้ายังไม่มีปัญหาเกิดขึ้น ก็ควรทำงานไปอย่างมีความสุข โดยไม่กังวลถึงปัญหา มิฉะนั้นจะเป็นการโง่งงหน้าไม้โดยที่ยังไม่เห็นกระรอก ดิฉันมีความเห็นว่า การที่เราเตรียมตัวก่อนเนิ่นๆ ก่อนที่จะเกิดปัญหานั้น เป็นการ planning ที่ดี เพราะถ้าเกิดปัญหาขึ้นมาจริงๆ ก็จะได้จัดการได้ทันเวลา มิฉะนั้นก็จะเสียเวลามาคิดอีก ซึ่งอาจจะไม่ทันการ จึงอยากจะขอความเห็นเพิ่มเติมค่ะ

ตอบ การที่ดิฉันบอกไม่ให้ไปกังวล ไม่ได้หมายความว่า ดิฉันห้ามไม่ให้คิดเตรียมตัววางแผน การคิดอย่างมีเหตุผลหรือการวางแผน กับการคิดวิตกไปโดยใช่เหตุ ไม่เหมือนกัน

การทำงาน 'เราต้องมีการวางแผนเตรียมตัว เพราะเราต้องรู้อ่างานของเราจากจุดนี้ต่อไปจะเป็นอย่างไร จะมีข้อบกพร่องอย่างไร เราจะป้องกันแก้ไขไว้อย่างไร เราต้องคิดไตร่ตรอง

เหมือนเราไปทำอะไรในป่า แล้วเห็นว่าพอถึงหน้าแล้งมีต้นไม้แห้งหญ้าแห้งช่วยให้ไฟป่าลุกลามได้ เราคิดป้องกันเอาไว้ก่อนว่าจะทำอย่างไร เผา รอบบริเวณกันเอาไว้ก่อน เพื่อว่าลมพัดมาไม่มีตรงไหนที่เป็นเชื้อไฟ จะได้ไม่ลุกลามเข้ามาได้ หรือเตรียมน้ำเอาไว้ พอมีไฟมา น้ำของเราจะมีเพียงพอที่จะสกัดกั้นดับไฟได้ หรือหามาตรการอื่นป้องกันไว้

การวางแผนอย่างนี้เราทำได้ แต่ไม่ใช่ที่กำลังทำอะไรอยู่ ก็คิดฟุ้งซ่านสร้างสถานการณ์ไปว่าไฟป่ามาแล้วกำลังดับอย่างนี้ๆ ทั้งที่งานกำลังทำอยู่ก็วางมือไม่ได้ หรือกำลังนอนอยู่ ก็คิดกังวลไปว่าไฟป่าติดขึ้นมาแล้ว อย่างนั้นเราเรียกว่าประสาทแล้วพอไฟป่ามาจริงๆ ก็ตกใจ คิดอะไรไม่ถูก ทำอะไรไม่ได้ ไฟก็เลยไหม้หมด สิ่ง que คิดเอาไว้ กังวลเอาไว้ ลืมหมดเลยเพราะตกใจ

การอยู่กับปัจจุบัน อยู่กับความเป็นจริง คือ การไม่คิดวิตกกังวล ตีตนไปก่อนไข้ แต่เรามีการเตรียมพร้อมด้วยสติปัญญา ด้วยความรอบคอบ มีอะไรเกิดขึ้นนึบเราสามารถแก้ไขได้ทันท่วงที ไม่เสียเวลาว่าจะเอาอย่างไร ลังเลว่าอันไหนดีกว่าอันไหน เราจะไม่เสียเวลาไปกับการกังวลสงสัยอย่างนี้

ถาม เคยอ่านบทสัมภาษณ์คุณหมอ ในหนังสือ สยามรัฐสัปดาห์วิจารณ์ มีอยู่ตอนหนึ่งคุณหมอล่า ว่า พระอาจารย์คุณหมอท้วงว่าคุณหมอไปฟังคนที่ กินอาหารอิมแล้วมาสอนให้คนที่ยังไม่ได้กินอาหาร ปฏิบัติตาม ผมเข้าใจว่าพระอาจารย์ของคุณหมอล คงจะเปรียบเทียบทางธัมมะให้ฟัง แต่ผมยังไม่ เข้าใจเท่าใดนัก ขอให้คุณหมอช่วยอธิบายธรรม เพิ่มเติมหน่อยครับ

ตอบ ข้อความที่ยกมานั้นไม่ตรงนัก ถ้าดิฉันจำไม่ ผิด ดิฉันเล่าไว้ว่า ท่านอาจารย์มีวิธีสอนที่แปลก ประหลาด คือ เริ่มต้นดิฉันเข้าใจไปเองว่า เมื่อมี ศิษย์มาฝากตัว ขอให้ท่านสอนการฝึกทำสมาธิ ฝึก

สติ ผึกภาวนาให้ใจมีกำลัง ควรเริ่มทำอะไร ในฐานะที่ตัวเองเคยเป็นครูสั่งสอนลูกศิษย์มา ก็ดันเดาไปตามที่เราเคยสอนว่า เราจะสอนอย่างนี้... อย่างนี้

แทนที่ท่านอาจารย์จะสอนตามที่เราคิดไว้ ท่านก็ไม่สอน กลับทำทนายเราว่า ท่านเองไม่เคยมีปริญญาหมอ เมืองนอกก็ไม่เคยไป จบแค่ประถม ๒ ถ้าท่านสามารถทำสมาธิได้ การทำสมาธิสำหรับดิฉันนี่ ท่านว่าหลับตาปอกกล้วยเข้าปากยังยากกว่า การทำสมาธิเสียอีก

ดิฉันถึงง... จะเอากันอย่างนั้นก็เอา ดิฉันก็มาได้ถามเพื่อน ถามคุณแม่ชีในวัดว่า การทำสมาธิทำอะไร เหมือนอย่างกับเราจะไปเรียนอะไรสักอย่าง ก็ต้องถาม แล้วเก็บข้อมูลมา แล้วก็ปฏิบัติ เมื่อปฏิบัติก็ต้องมีการบ้านส่งให้ตรวจ

รุ่งเช้าท่านมาถามดิฉันว่า เป็นอย่างไรบ้าง ดิฉันก็กราบเรียนท่านว่า รู้สึกอย่างนี้... อย่างนี้ มันเป็นอย่างไรกันเจ้าคะ

ท่านก็ย้อนกลับมาว่า มหาวิทยาลัยเขาสอนกันอย่างนี้หรือ หมอเป็นคนกินข้าว แล้วมาถาม

อาจารย์ว่า ท่านอาจารย์เจ้าขา อืมหรือยังๆ ...พิกล
จริง...

ท่านจะว่าดิฉันว่า ก็เราเป็นคนทำกับมือของ
เรา แล้วทำไมไม่มีความมั่นใจในสิ่งที่เราทำ ต้อง
คอยให้คนอื่นออกประกาศนียบัตร วิชาการทาง
โลกเขาเรียนกันแบบนี้หรือ

ท่านจะกระทั่งให้ดิฉันเห็นว่า อนาคตของเรา
ใหญ่แค่ไหน ได้ผลจริงๆ ค่ะ ใจดิฉันฟูขึ้นมา...เออ
ไม่บอกก็อย่าบอก เราก็ทำของเราเองเป็นเหมือนกัน
ดิฉันเกิดมานะ แต่มานะที่เกิดนั้นไม่ได้เกิดในทาง
สร้างสรรค์ เกิดมานะนี้คับข้องนินทา วิจารณ์ท่าน
ไป แทนที่ใจเราจะสงบเป็นสมาธิ ก็เลยได้แต่ความ
หงุดหงิดงุ่นง่าน

ท่านอาจารย์จะสาธิตให้ดิฉันเห็นว่า กิเลส
ของตัวอยู่ที่ไหนบ้าง เพราะดิฉันนินทาท่านในใจ
ไหนบอกว่าหลับตาปกกกล้วยเข้าปากก็ยิ่งง่ายกว่า
มีที่ไหนกัน ประหลาดแท้ เราอุตส่าห์มาฝากเนื้อ
ฝากตัวเป็นลูกศิษย์ก็เพราะไม่รู้จะเริ่มทำตรงไหน จะ
บอกเรารู้สึกว่าเริ่มต้นตรงไหนก็ไม่บอก

แต่ที่จริงท่านเป็นอาจารย์ที่ดีมาก บอกทุกอย่างที่ศิษย์ต้องการ แต่เราเอง เราไม่รู้จักแปลตามความจริงที่ท่านบอก เราแปลตามอุปาทานในใจของเรา... เพราะเราเคยเป็นครู ท่านอาจารย์น่าจะทำอย่างนี้ๆ เราไม่ได้เข้าไปเป็นลูกศิษย์ท่านหรอก เราสำคัญว่าเราเป็นอาจารย์ท่าน คือ ท่านจะต้องทำอย่างที่เราเคยทำกับลูกศิษย์เรา... โดยที่ตัวเองก็ไม่รู้ตัวเลย เมื่อเป็นอย่างนี้ท่านก็เลยเปรียบเปรยให้ได้สติคิด

แต่ก็ยังไม่ได้สติ ยังบ้าบวมไปตามนิสัยของเรา ...ท่านอาจารย์ไม่ดี ...ไอ้โน่นไม่ดี ...ไอ้โน้นไม่ดี ตัวเองตีหมดค่ะ

ถาม วิธีเอาใจเจ้านายโดยไม่ประจบทำอย่างไร

ตอบ ถ้าเจ้านายของเราเป็นคนจริง ดิฉันเชื่อว่าท่านคงอยากเห็นผลงานของลูกน้อง แล้วคงอยากจะมีลูกน้องที่ไม่ต้องไปจับมือปั้นทุกอย่าง พอบอกอะไรแล้วลูกน้องก็เป็นลูกคนโต ไว้วางใจได้ อะไรที่ท่านปล่อยท่านหลงลืม ลูกน้องก็สามารถทำแทน แล้วทำ

ได้อย่างเรียบร้อย

วิธีเอาใจเจ้านายแบบนี้ คือ งานอะไรที่ได้รับมอบหมายมา เราตั้งอกตั้งใจดูว่า อะไรสำคัญ ควรทำก่อนหลังแค่ไหน แล้วผลเกี่ยวข้องจากตรงนี้ควรวางแผนอย่างไรต่อไป ถ้าเจ้านายปรารภขึ้นมา เราก็ตอบได้ทันท่วงที ไม่ใช่ว่าขอผมไปคิดดูก่อน ๓ วันครับ ทำให้เสียเวลา

ถ้าเราทำอย่างนี้ เจ้านายคงชื่นใจ มีอะไรก็ไว้วางใจ

อย่าไปเข้าใจผิดนะคะ มีลูกบางคนมาบ่นว่า พ่อแม่ลำเอียง รักลูกไม่เท่ากัน เห็นเขาเป็นอะไรก็ 모르 พ่อแม่จะใช้เขาอยู่คนเดียว ลูกคนอื่นไม่ใช่แท้ที่จริงพ่อแม่รักมาก ไว้วางใจ เพราะทำอะไรแล้วได้อย่างใจ ไม่ต้องพูดมาก กลับไปเข้าใจว่า การที่พ่อแม่ไว้วางใจมอบหมายธุระให้เป็นการไม่รัก แต่ไปรักลูกที่ใช้งานไม่ได้

ถ้าเจ้านายเกิดชื่นใจแล้วเอางานมามอบหมายให้มากขึ้น อย่าไปคิดนะคะว่า เพราะเราไม่ประจบเจ้านายเลยไม่รัก มันต้องแปลความหมายให้คลี่น

ตรงกันค่ะ

แต่ถ้าเจ้านายเราเป็นคนไม่ทำงานจริง ชอบ
ประจบสอพลอ เราก็ไม่จำเป็นต้องปรับตัวเราให้คุณ
ภาพตกต่ำตามไป เพราะเราจะติดเชื้อมากลายเป็นคน
ดีแต่พูด ละเลงขนมเบื้องด้วยปาก แล้ววันหนึ่ง
เราไปเจอเจ้านายคนทำจริงเข้า คราวนี้เราก็ชักเบื่อ
เพราะเราละเลงขนมเบื้องด้วยปากเสียนาน พอจะ
ละเลงจริง ๆ เข้า ชักผิดเป็นเสือปืนผิด เราก็จะมี
ปัญหาอีก

โปรดนึกไว้ในใจว่า ถ้าเจอของปลอม เราจะ
ได้ศึกษาให้รู้ไว้ว่า การเป็นของปลอมเป็นความทุกข์
ของสังคมคนรอบข้าง จะได้สอนใจตัวเองว่า ถ้าเรา
ใหญ่โตเป็นเจ้านาย เราจะไม่ทำให้ลูกน้องเดือดร้อน
อย่างนี้เพราะเราเป็นอันขาด

แทนที่จะขี้ขี้เยียดเจ้านาย เราก็ขอบคุณเขา
ว่า เขามาสอนให้เรารอบคอบเตรียมตัวเป็นเจ้านายที่ดี

ถาม วิธีแก้ปัญหาคือดูที่ต้นเหตุ แต่ดูแล้วแก้ที่ต้น
เหตุไม่ได้จะทำอย่างไร

ตอบ ต้องปลงค่ะ เพราะว่าเราพยายามจนสุดความสามารถแล้ว เหมือนอย่างกับคำจำกัดความของอุบัติเหตุ ไม่ได้หมายความว่าเพราะประมาทขาดสติ แต่เราได้พยายามทุกวิถีทางแล้วก็ยังคงต้องเกิดอย่างนั้นขึ้น จึงเรียกว่าอุบัติเหตุ เป็นสิ่งที่ป้องกันไม่ได้ ห้ามไม่ได้

เพราะฉะนั้น เมื่อเราได้พยายามแล้ว สวไปถึงต้นเหตุแล้ว พยายามแก้ไขแล้ว สภาวะแวดล้อมไม่เอื้ออำนวย มันจะต้องเกิดข้อเสียหายอย่างนี้ เอาใจก็เอากันสิ เราก็มีสติปัญญาอยู่กับตัว ถึงเสียหายระเบิดหมดแล้ว เราค่อยดูชิ้นส่วนที่เหลือว่าจะเอามาประกอบชิ้นใหม่อย่างไรได้บ้าง

ถ้าทำใจได้อย่างนี้แล้วเราก็จะสบาย หลากๆ อย่างในโลกนี้ห้ามไม่ได้ ป้องกันไม่ได้

ถ้าฝึกใจของเราให้เห็นละเอียดยิ่งขึ้นไป ใจของเราไม่ได้มีรูปร่างให้เห็นด้วยตาเนื้อ ไม่ได้มองเห็นได้เหมือนดอกไม้ดอกนี้ แต่เป็นสิ่งที่ละเอียดดัชนีหักเหของแสงเกือบจะเท่ากับอากาศ เราจึงมองไม่เห็น

แต่ท่านที่ฝึกจิตจนกระทั่งมีตาญาณ ถ้าเปรียบเทียบก็คือตาที่ละเอียดยิ่งกว่ากล้องอิเล็กทรอนิกส์ ก่อนที่เราจะมีกล้องจุลทรรศน์ เราก็เชื่อกันว่าเวลาที่มือหิวาต์ระบาดเป็นเพราะเราทำผิด เทพเจ้าจึงลงโทษอย่างนั้น ทำให้คนตายเป็นเบือ เราบวงสรวง อ้อนวอนขอให้เทพเจ้าเมตตาตายกโทษให้

พอมีกล้องจุลทรรศน์จึงเห็นเหตุว่า น้ำสกปรกมีตัวเชื้ออหิวาต์ถึงทำให้เป็นโรค เราก็เลิกบวงสรวงอ้อนวอน เพราะรู้ความจริงแล้ว ต่อมาเราก็พัฒนามีก้องอิเล็กทรอนิกส์ ช่วยให้รู้ว่ายังมีที่เล็กกว่าเชื้อโรค เรียกไวรัส ทำให้เราเป็นสมองอักเสบเป็นหวัด ไม่ใช่ใครต่อใครมาทำอย่างโน้นอย่างนี้ใส่กันหรอก

ถ้าเราสามารถเห็นละเอียดยิ่งกว่ากล้องอิเล็กทรอนิกส์อย่างพระพุทธเจ้าท่านเห็น เราก็จะเห็นเหตุที่มีมาประกอบกัน เห็นจิตใจของแต่ละคนที่ทำไม่คิดอย่างนี้ ทำไม่ถึงต้อตึงอย่างนั้น ทำไม่ถึงต้ออย่างโน้น ทำให้เรารู้อดีต รู้อนาคตได้

อย่างตัวอย่างที่คุณถามว่า ถ้าเราพยายามทุก
อย่างจนหมดแล้วก็ยังแก้ต้นเหตุไม่ได้ มันก็มีในสมัย
พุทธกาล สมัยพระญาติของพระพุทธองค์ที่เป็น
วงศ์ศากยะ ท่านยึดถือในสายเลือดของท่าน แบบ
ฮิตเลอร์ถือว่าเยอรมันเป็นเผ่าอารยัน เจ้าหญิง
ศากยะจะไปแต่งงานกับวงศ์อื่นไม่ได้เพราะว่าเลือด
ของเราเป็นเลือดประเสริฐ

ครั้งนั้น อีกแคว้นหนึ่ง พระเจ้าปเสนทิโกศล
ทรงเฟื่องฟูกำลังทหารมาก ต้องการแผ่อำณาเขต
ครอบคลุมศากยะให้ได้ แต่ไม่ต้องการได้ชื่อว่าไป
รุกราน ก็จึงแต่งราชทูตมาขอเจ้าหญิงศากยะไป
อภิเษกเป็นพระมเหสี ศากยะรู้ว่าเราสู้ฝ่ายนั้นไม่ได้
กำลังทหารไม่เก่งเท่า แต่ก็ยังคิดโกง ยกเจ้าหญิง
ให้ก็เสียศักดิ์ศรี จะทำอย่างไรดี

ในที่สุดเจ้าศากยะองค์หนึ่งมีราชธิดาที่เกิด
จากนางทาสี ก็เลยแก้ปัญหาว่า เอาเถิด ถึงแม้จะ
เป็นลูกเรา แต่ก็ไม่ใช่เลือดศากยะบริสุทธิ์ มีเลือด
นางทาสีปน ยกให้คงไม่เป็นไร ก็ตกลงยกเจ้าหญิง
องค์นี้ให้ไปอภิเษกสมรสเป็นพระมเหสีของพระเจ้า

แผ่นดินฝายนั้น โดยที่พระเจ้าแผ่นดินไม่ทราบว่
เจ้าหญิงมีแม่เป็นนางทาสี ท่านก็อภิเษกให้เป็นพระ
มเหสี เมื่อมีพระราชโอรสก็ยิ่งยกย่อง เจ้าหญิงองค์
นี้มีสติปัญญา รู้การใดควรไม่ควร สามารถช่วย
ราชการแผ่นดินให้เกิดความเจริญรุ่งเรือง เป็นที่
โปรดปรานสนิทเสน่หามาก

เมื่อเจริญวัยขึ้น เจ้าชายวิทูรทมะราชโอรส
สงสัยว่า มเหสีองค์อื่นๆ รวมทั้งโอรสธิดาเหล่านั้น
ต่างมีญาติทางฝ่ายแม่ไปมาหาสู่ มีข้าวของส่งมา
เยี่ยมเยียนกันเสมอ จึงถามพระราชมารดาว่าตายาย
เรา พี่น้องเราไปไหนหมด พระมเหสีรู้ความจริงอยู่
แต่ไม่ทราบจะบอกลูกอย่างไร ก็หาอุบายว่าเมือง
เราอยู่ไกลลูก ตายายก็แก่แล้ว วิทูรทมะฟังแล้วก็นิ่ง
ไป

พอโตเป็นหนุ่มก็ขอร้องพระราชมารดาว่าจะ
ขอไปเยี่ยมตายายเสียหน่อย พระมเหสีไม่รู้จะขัด
ขวางยังงไรได้ ก็แต่งราชทูตไปส่งข่าวที่กรุงกบิลพัสดุ์
ว่าท่านมาอยู่ทางนี้พระเจ้าแผ่นดินทรงชบเลี้ยงเป็น
อย่างดี ขออย่าได้ทำลายความสุขอันนี้เลย

ทางฝ่ายโน้นก็จัดงานต้อนรับวิทูทกะอย่างสมเกียรติ แต่ก็ยังโง่งแบบเดิม พระญาติที่เป็นรุ่นเด็กกว่าวิทูทกะส่งออกไปอยู่ชนบทหมด เมื่อวิทูทกะมาถึง องค์นั้นก็ตา ยาย ลุง อา พี่ ต้องกราบไปหมดทุกองค์ วิทูทกะก็สงสัยว่าเด็กๆ ที่กรุงกบิลพัสดุ์ไม่มีหรืออย่างไร ญาติก็ตอบว่าบังเอิญเป็นวันนักขัตฤกษ์พวกเด็กๆ ออกไปเที่ยวกัน

หลังจากที่พักอยู่นั้นพอสมควรแล้วก็ลากลับเมื่อออกเดินทางกลับไป นายทหารคนสนิทลืมหาดไว้ก็ย้อนกลับไปเอา ตามธรรมเนียมของพระเจ้าแผ่นดินสมัยนั้น ที่ตรงไหนก็ตามที่คนดำตักดีกว่าไปอยู่ปะปนด้วย เมื่อผู้นั้นไปแล้ว ก็จะเอาน้ำนมไปรดแล้วขัดเพื่อชำระล้างเสนียดออก นางทาสีที่จำต้องมานั่งขัดทุกแห่งที่เจ้าชายวิทูทกะประทับ เหนื่อยเข้าก็โกรธ ขัดไปก็ด่าทอไป นายทหารคนสนิทเข้ามาถึงก็สงสัยว่าเกิดอะไรถึงต้องเอาน้ำนมมาล้างขัดกันเป็นการใหญ่ ก็ถามขึ้น

นางทาสีก็บอกว่า เจ้านายของเจ้านั้นแหละแม่ของเจ้าชายของเจ้านั้นแหละเป็นลูกของนางทาสี

ชักใช้ใต้ถ้ามจนรู้ความจริง นายทหารคนสนิทก็ไป
เล่าให้หมู่เพื่อนฟัง รวมทั้งวิทูรณะด้วย ความก็รู้
ถึงพระเจ้าแผ่นดิน พระเจ้าแผ่นดินกริ้วมาก ถอด
พระราชโอรสออกจากตำแหน่งรัชทายาท ถอดพระ
มเหสีออก จำกัดบริเวณไว้ เสร็จแล้วไม่สบายพระ
ทัย ก็มาเฝ้าพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้ารู้สาเหตุแล้ว ทรงขอภักดิ์ที่ญาติ
ของท่านทำไม่งาม แล้วทรงเล่าถึงสมัยโบราณ มี
พระจักรพรรดิองค์หนึ่งได้นางทาสีมาเป็นบาทบริ-
จาริกา โปรดให้แต่งตั้งขึ้นเป็นมเหสี ปรากฏว่า
มเหสีเป็นกำลังช่วยให้ราชการแผ่นดินเจริญรุ่งเรือง
พระราชโอรสที่เกิดจากนางทาสีนั้น หลังจากที
พระจักรพรรดิสวรรคตแล้ว ได้ขึ้นครองราชย์ ก็
แผ่อาณาเขตให้ไพศาลออกไป ทำความเจริญรุ่งเรือง
ให้กับแคว้นมากมาย จนได้รับการยกย่องให้เป็น
มหาจักรพรรดิเกรียงไกรยิ่งกว่าพระชนก เรื่องมี
ปรากฏอยู่

พระพุทธเจ้าทรงปรารภเรื่องนี้ แล้วก็ตรัส
ถามพระเจ้าแผ่นดินว่า พระมเหสีได้ทำอะไรให้ท่าน

เสียมเสียดพระเกียรติบ้างหรือเปล่า

พระเจ้าแผ่นดินฟังแล้วก็ตอบว่าไม่มี ย้อนนึกถึงความเฉลียวฉลาด ความจงรักภักดี คุณงามความดี ยิ่งรู้ว่าในอดีตเคยมีอย่างนี้ ตัวพระมเหสีเป็นถึงนางทาส ไม่ใช่เพียงครั้งหนึ่งที่แม่เป็นนางทาสแต่พ่อเป็นเจ้าของอย่างมเหสีของพระองค์...เสด็จกลับไปก็เอาพระมเหสีและวิทูรกะมาแต่งตั้งใหม่ เมื่อพระเจ้าแผ่นดินสวรรคต วิทูรกะก็ได้ขึ้นครองราชสมบัติ

พอขึ้นครองราชสมบัติ วิทูรกะยังเจ็บแค้นไม่หายว่าพระญาติของพระองค์เหล่านี้ดูถูกเหยียดหยามน้ำพระทัย ก็เลยกรีธาทัพไป หมายเอาเลือดตายายและศากยวงศ์ทั้งหลายล้างเท้าเสียให้สมแค้น

พระพุทธเจ้าเสด็จมาประทับยืนตรงชายแดนแคว้นกบิลพัสดุ์ต่อกับแคว้นของวิทูรกะ ประทับยืนอยู่ใต้ต้นไม้ที่ตายไกร่นไม่มีใบเลย วิทูรกะเคารพพระพุทธเจ้า พอเสด็จมาถึงเห็นพระพุทธเจ้ายืนประทับตากแดดอยู่ภายใต้ร่มไม้ที่ไม่มีกิ่งใบ ก็ทูลเชิญให้เสด็จมาแคว้นของพระองค์ซึ่งร่มรื่นด้วยต้นไม้

กึ่งไบนานา พระพุทธเจ้าทรงตอบขอบพระทัย แต่
ภายใต้ร่มเงาของญาติเรามีความสุขเสมอ

วิทูทกะก็รู้ว่าพระพุทธเจ้าตั้งใจไว้ ตกลงกรีธา
ทัพกลับ เป็นอย่างนี้ถึง ๓ ครั้ง แต่กลับไปแล้วก็
หักใจไม่ได้สักทีหนึ่ง เหมือนแรนระคะ คิดว่าจะไม่
แล้วก็ยังหักใจไม่ได้ พระพุทธเจ้าทรงเล็งพระญาณ
เห็นว่า อดีตเหตุร้ายแรงมาก ทำอย่างไรๆ ก็ไม่
สามารถกล่อมใจวิทูทกะให้ตัดใจอโหสิกรรมนี้ได้ จะ
ต้องตายหมดทั้งผู้แพ้ผู้ชนะ

ไหนๆ จะตายกันแล้ว ท่านก็เลยไปโปรดทาง
ฝ่ายญาติของท่าน ซึ่งปฏิบัติ เชื่อถือพระพุทธเจ้าอยู่
ท่านทรงแสดงให้เห็นว่าของทุกอย่างมาแต่เหตุ เริ่ม
ต้นเราทำเหตุไม่ดีเอาไว้ เราไม่ซื่อตรงกับเขาทั้งๆ ที่
เขาก็ไม่ได้ทำอะไรให้เราเจ็บช้ำ แล้วเรายังไปยึดใน
เปลือกในศักดิ์ศรี ทำให้มีเหตุบาดหมางต่อไป เพราะ
ฉะนั้นถึงคราวใช้หนี้ อะไรเกิดขึ้นเราก็ต้องยอมรับ
ผลเหล่านั้น พระญาติของพระองค์ฟังแล้วพิจารณา
ตาม จิตก็ตกกระสอเป็นพระโสดาบันเริ่มเป็นพระ
อริยบุคคลเบื้องต้น เห็นว่าวิทูทกะจะกรีธาทัพมา

เราก็ไม่ลุกขึ้นต่อสู้เพื่อให้ประชาชนต้องเดือดร้อน
คนเหล่านั้นไม่ได้รู้ตัวว่าจะต้องมาเสียชีวิตลงเพราะ
เราโดยใช่เหตุ

พอครั้งที่ ๔ พระพุทธเจ้าไม่ได้เสด็จไปห้าม
วิทูษณะก็กรีธาทัพเข้ามาสำเร็จ จับพระญาติพระ
วงศ์ฆ่าล้างแค้นได้สมพระทัย แล้วก็ยกทัพจะกลับ
เมืองทั้งที่เหน็ดเหนื่อยมาก ก็เลยไปตั้งพักทัพที่หาด
ทรายริมฝั่งแม่น้ำซึ่งน้ำแห้งอยู่ เพราะวิบากกรรมที่
พระพุทธเจ้าทรงเล็งเห็นว่าจะต้องตายทั้งผู้แพ้ผู้ชนะ
ขณะที่กำลังหลับสนิทนั้นก็มีพายุใหญ่มา ผ่นตกอย่าง
แรง ทำให้น้ำไหลป่าจากแม่น้ำขึ้นมาพัดกองทัพ
วิทูษณะกวาดลงน้ำไป ตายหมดทั้งผู้แพ้ผู้ชนะ

ถ้าเราแก้ที่ต้นเหตุก็ไม่ได้ อย่างพระพุทธเจ้า
พยายามแก้ก็ไม่ได้ มันก็ต้องเป็นไปตามเหตุดั้งเดิม
ที่มีอยู่ เราไม่ได้มีตาญาณเห็นเท่าพระพุทธเจ้า เรา
ได้ทำเต็มสติปัญญาความสามารถแล้ว เมื่อได้แค่นี้
ไม่ต้องไปคิดดิ้นรนต่อไป แต่เมื่อหลังจากที่เหตุ
การณ์นั้นผ่านพ้นไปแล้ว เรานึกถึงอะไรได้อีก พอ
ทำได้เราก็ทำ ไม่ใช่ว่าทำไปแล้ว มันเป็นอย่างนั้น

แล้ว ถึงนึกได้ เรื่องอะไรจะไปทำ อย่าไปซีเหินยว
แรงเอาไว้อย่างนั้น

คนเราเรียนรู้จากวันเวลาที่ผ่านไป จากความ
ผิดพลาดที่เกิดขึ้น นำกลับมาพิจารณาให้เกิด
สติสัมปชัญญะปัญญาเห็นชอบ เพื่อคุ้มครองจิตใจ
เราให้เป็นปกติ

ถาม เวลามีปัญหาเกิดขึ้น ถ้าเราต้องเป็นฝ่ายยอม
เสียก่อน มิเป็นการเสียศักดิ์ศรี ทำให้เขาได้ใจแล้ว
ประพฤติดนตามอำเภอใจเช่นนี้เรื่อยไปหรือ

ตอบ เพราะใจของเรายังคุ้นเคยกับวิธีคิดแบบแวน
แก้วว่า คือกระจายใจตัวเองออกไปแก้เหตุนอกกาย
นอกใจตน สัมภาษณ์ที่ว่า การชนะคนอื่นหมิ่นแสน
ก็ไม่มีค่าเท่าการชนะใจตนแม้เพียงครั้งเดียว

โปรดนึกถึงเรื่องของคุณพยาบาลที่ดิฉันยกมา
เล่าเป็นอุทาหรณ์ เริ่มต้นเธอก็คิดเหมือนเรา...เรา
พิกลจริง ๆ แต่งงานกันมาก็คงจะเห็นใจกันเข้าใจ
กัน ช่วยกันคนละไม้คนละมือ เรื่องอะไรถึงจะให้
เราเป็นฝ่ายคอยเอาใจ ก็ศักดิ์ศรีของเราละ เธอถึง

ได้บ่นอยู่อย่างนั้น

ถ้าเธอยังคงบ่นต่อไปเพราะรักศักดิ์ศรีเอาไว้
ดิฉันเชื่อว่าต้องหย่ากันแน่เลยล่ะ หรือไม่หย่าก็จริง
แต่ที่บ้านคงแตกสาแหรกขาด สามีกก็แก้งทำเป็น
ไม่รู้ไม่ชี้ และอาจจะแก้งหนักเข้า ทำเป็นเด็กเล็ก
อะไรก็เหวี่ยงทิ้งตรงนั้นตรงนี้เรียวดาด ให้เธอประสาท

แต่พอเธอนึกขึ้นได้ว่าสามีนี่เธอเลือกของเธอ
เอง พ่อแม่จะให้แต่งงานกับคนอื่นก็ไม่เอา ถ้าเมื่อไม่ให้
แต่งงานกับคนนี้ยอมตายเสียดีกว่า เธอเลือกของเธอเอง
นะ แล้วพอเข้ามาอยู่ด้วยกัน ยังไม่ทันไรเลยก็ทำ
ท่าว่าเราจะทนไม่ได้แล้ว เธอก็ได้คิดว่าเธอควรลด
ศักดิ์ศรีลง

แต่แรกเธอนึกว่าถ้าเธอทำอย่างนั้นเขาคง
เยาะเย้ยเหยียบย่ำซ้ำเติม พอทำเข้าจริง ๆ ผลดีเกิน
คาด

เขาเองเขาก็รักศักดิ์ศรีเหมือนกัน ถ้าเราไป
ง้องอนคอยเอาใจ เต็มวันเขาจะดูถูกว่าเราเป็นขี้ข้าเขา
เพราะเขาเองก็นึกว่าเราไม่มีความสามารถไปหางาน
พิเศษ หาเงินได้น้อยกว่าเขา ถ้าเราจะไปคอยเอา

ใจเขา เตียวเขาเข้าใจว่าเรารักเงินของเขา ยิ่ง
เหยียบย่ำเราหนักเข้าไปอีก

เห็นไหมคะว่ามันคิดกันไปคนละอย่างก็เลยไม่
ได้เรื่อง แต่ถ้าเริ่มต้นเราเป็นฝ่ายยอมก่อน ดิฉัน
เรียนเอาไว้ไงคะว่ามันเหมือนเล่นกีฬา ถ้าทั้งสอง
ฝ่ายต่างก็บอกว่าดูจะเป็นคนเตะก่อน ไม่ได้เตะลูก
บอลหรอก มันเตะแข่งกัน แต่ถ้ายอมว่า เอา คุณ
เตะก่อน คราวหน้าถึงที่ผมนะ ก็ได้เล่นกันสนุก

นี่ก็เหมือนกัน การที่เราจะลดศักดิ์ศรีของเรา
ยอมเป็นฝ่ายให้ก่อน อย่าไปคิดว่าการที่เราให้
ไปนี่เป็นการเสียหาย แต่ให้คิดว่าการให้นี่เราเป็นพี่
คนโต ยอมทำตัวเป็นแบบอย่างเสียสละเพื่อน้องๆ
จะทำตาม คิดอย่างนี้แล้วมันจะดีขึ้น เหมือนอย่าง
ที่ดิฉันเคยสงสัยว่า เวลาที่พระท่านสอนให้สวดแผ่
เมตตา แล้วเมตตาไปถึงผู้รับจริงๆ หรือเปล่า...

การแผ่เมตตาานั้น ท่านอาจารย์อธิบายให้ฟัง
ว่า ให้สังเกตใจตัวเอง เวลาที่เราโกรธคนอยู่ ใจ
ของเรารู้สึกอย่างไรบ้าง แล้วเวลาที่เรานึกอภัยให้
เขา แผ่เมตตาให้เขา ใจเราเป็นอย่างไรบ้าง

ใจเราจะรู้สึกเขา

ขณะที่โกรธเราคอยคิด เขาเป็นอย่างไรแล้วบ้าง จะรับผลกระทบที่ทำได้หรือยัง เราเอาใจเราไปใส่กรงขังติดกับตัวเขาไว้ บางทีนอนหลับอยู่...เอ๊ะตอนนี้เขากำลังมีความสุขอยู่หรือได้รับความทุกข์แล้ว เห็นไหมคะ เราเอาตัวเราไปเกาะอยู่ทุกแห่งที่เขาอยู่ ไม่เป็นสุข

แต่พอเรานึก ช่วงมันเถอะนะ อโหสิ อกภัยให้เขาไป เราสบาย รู้สึกเขาหายไปจากโลกนี้เลย เราจะทำอะไรเราก็เริ่มสนุกอยู่กับเรื่องของเรา ใจเราเป็นอิสระ

ท่านบอกว่าเมตตาจะไปถึงเขาหรือไม่ อย่าเพิ่งไปสนใจ แต่อานิสงส์ของการแผ่เมตตาก็ทำให้ตัวเราได้รับความร่มเย็นใจ ได้รับความมีสติสัมปชัญญะมาเป็นของตัวเอง พอเราเป็นอย่างนี้แล้ว ที่แต่ก่อนเห็นหน้าเขาหมั่นไส้หนัก จะยิ้มด้วยเดี๋ยวก็นึกว่าเราร้อง ฝ่ายเขาเองก็อยากยิ้มกับเรา พอเห็นเราเป็นอย่างนั้นก็เลยขยาด เอ...ถ้าเราเข้าไปหาเดี๋ยวจะว่ายั่วโทสะ หลีกไปก่อนเถอะ รอให้เขาอารมณ์

ดีก่อน

พอเราอภัย อโหสิ เจอหน้ากันก็ไม่คิดอะไร
แล้ว เราก็ยิ้มปกติธรรมดา เขาก็มาพูดจาด้วยดี ก็
แสดงว่าเมตตาได้ผลทั้งตัวเราตัวเขา มันเป็นอย่างนี้

เพราะฉะนั้น อย่าเสียดายที่เราเสียศักดิ์-
ศรี ถ้าเราเป็นฝ่ายยอมเสียก่อน ให้เสียก่อน เขา
กลับยิ่งเคารพเรามากขึ้น ศักดิ์ศรีเรายังสูงส่งขึ้นไป

ถาม ถ้ามีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงาน ในกรณีที่ว่าเขา
ไม่ยอมปรับตัวเอง ไม่ยอมเข้าใจปัญหา แล้วยังพูด
อีกว่าไม่มีใครสามารถทำอะไรเขาได้ เขาทำแบบนี้
เขาก็ยังอยู่ได้ จะแก้อย่างไร เราตั้งใจตัวเองแล้ว
และเราไม่ได้เข้าข้างตัวเอง เพื่อนๆ ก็เบื่อเขามาก

ตอบ อันนี้ก็ขึ้นข้อพิสูจน์แล้วว่าเราเป็นพิมเสน
เขาเป็นเกลือ แล้วเรื่องอะไรเราจะเอาพิมเสนแลก
กับเกลือ การที่เราจะเอาตัวของเราไปทำอะไรให้
สาสมกับเขา เราทำให้ตัวเราขาดทุน เพราะบอกอยู่
แล้วว่าเขาไม่ยอมปรับตัวเอง ไม่ยอมเข้าใจปัญหา
เขาเป็นคนปัญญาอ่อน แล้วเราก็ปรับตัวเราเองให้

ปัญญาอ่อนตามเขาไป เรื่องอะไรคะ เราว่าเขา
กำลังเป็นโรคระบาด แล้วเราก็ยอมเอาตัวเองไปติด
เชื้อให้เป็นโรคระบาดอย่างเขา แล้วใครเดือดร้อน
เราก็เดือดร้อน เราก็ได้ *นิสัยไม่ดี* มาเป็นของตัวเอง

การที่เราซึ่งนี้กว่าตัวเองดีแต่ยังไม่ถึงที่สุด
เพราะท่านอาจารย์บอกว่าถ้าเราดีถึงที่สุดเราไม่เกิด
แล้ว เราเป็นอรหันต์นิพพานไปแล้ว ที่มีตัวเราอยู่
โตนโทก็แสดงว่าเรายังมีที่บกพร่อง เรายังมีที่ที่เรา
จะปรับปรุงตัวเองได้

เจอแบบฝึกหัดแบบนี้ก็เหมือนเราไม่ได้คิด
สอบเทียบ สอบข้ามชั้น หรือสอบเอ็นทรานซ์เลย
แล้วเหตุการณ์จัดสรรให้เราได้ทำ ก็เป็นกำไรชีวิต
ลึคะ

เขาเป็นอย่างนี้สอนให้เห็นว่า เวลาที่เราไป
ยึดมั่นถือมั่น ไม่ฟังเสียงคนอื่นนั้นน่าเกลียดอย่างนี้
นะ ทำให้คนอื่นเหนื่อยไปหมด ทั้งๆ ที่เรายังไม่ได้
ทำอะไรเลย เราขอบคุณที่เขาเป็นตัวอย่างให้เราเห็น
สัมมติเลย ไม่มีข้อสงสัยอะไรอีกแล้ว เมื่อไหร่กิเลส
ตัวนี้จะโผล่โผล่ออกมาขอขมปากเรา ขอขมกาย-

กรรมของเราไป เราจะไม่ตกหลุมมันเป็นอันขาด

พอเราเป็นคนดีมีใครมาชม เราก็นึก ขอบคุณ
นะ ที่คุณมาสอนให้ผมมีความรอบคอบ มีความ
ละเอียดละเมียดละไม ถ้าคิดได้อย่างนี้ เราก็ไม่
หงุดหงิดกับเขา แล้วไม่ค่อยไปจ้องเอาผิดเขา เพราะ
ถ้าเราคอยจ้อง มันต้องมีที่ผิดอยู่วันยังค่ำ เพราะ
เราจ้องอยู่ตลอดเวลา ไข้ใหม่คะ เราเปลี่ยน เรา
ไม่ชอบโทรทัศน์ช่องนี้ เราก็หมุนไปดูช่องอื่นเสีย
อารมณ์ของเราก็ดีขึ้น แล้วเราก็มารู้สึกว่าโลกนี้น่าอยู่

ไม่อย่างนั้น หันไปทางไหนก็เห็นนายคนนี้
เต็มจอ ชำร่าย บางทีนอนหลับยังไปฝันถึงนายคน
นี้ด้วย โอ๊ย...ประสาทนะคะ

เราปรับที่ใจของเรา ไม่ต้องไปติดเชื่อโรคมะ
จากเขา การคิดว่า เขาไม่ดีเราต้องเตือนเขาไม่อย่าง
นั้นเขาจะทำให้โลกเดือดร้อน เหมือนกับการคิดของ
คนเดินทางคนที่ ๒ ขบมะพร้าวจะเอากะลาให้ทะเล
ให้ได้ ถ้าเราเห็นต่อไป เราก็จะเป็นคนที่ ๓ คือ
พยายามจะขบกะลา เมื่อขบเท่าไรก็ไม่ออกแล้ว
ก็ศึกษาต่อ มะพร้าวเป็นยังไงนะ น้ำกระฉอกอยู่

ข้างในด้วย เราก็ไปหาอะไรที่จะช่วยทำให้กะลา
ทะลุให้ได้ ผลที่สุดก็ได้น้ำมะพร้าวและได้เนื้อมะพร้าว
ได้แก่การที่เรามาปฏิบัติจิตอย่างที่เราทำกันอยู่นี้

ธรรมของพระพุทธเจ้า ไม่ใช่หมายความว่า
ว่า ถ้าเธอจะปฏิบัติธรรม เลิก ไม่ต้องมีครอบครัว
ไม่ต้องทำงาน เข้าป่าไปนั่งหลับตานับเม็ดลูกประคำ
ไม่ใช่ ถ้าพระพุทธเจ้าท่านสอนอย่างนั้น ท่านคง
ให้พุทธบริษัทมีแต่นักบวช

แต่นี้ท่านบอกว่า พุทธบริษัทจะต้องครบด้วย
องค์ ๔ คือ อุบาสก อุบาสิกา ภิกษุ ภิกษุณี สมัย
นี้ไม่มีภิกษุณี เราก็ถือว่าผู้หญิงที่ไปบวชไปปฏิบัติ
เป็นตัวแทนของผู้ปฏิบัติฝ่ายหญิง เก้าอี้ต้องครบ ๔
ขา อุบาสก อุบาสิกา ก็จะต้องขยันหมั่นเพียรทำ
การงานให้ก้าวหน้า มีหลักฐาน อย่างอนาถบิณฑิก
เศรษฐี นางวิสาขา หรือใครๆ ที่ร่ำรวย หรือพระเจ้า
แผ่นดินอำมาตย์เสนาบดีผู้ประสบความสำเร็จทาง
โลก ท่านไม่ได้บอกว่า ถ้าปฏิบัติธรรมแล้ว ต้อง
เข้าป่าอย่างเดียว

เรารู้แบบนี้แล้ว เราก็จะเห็นว่า ทุกวันๆ
นี่ ปัญหาที่เราเจอในที่ทำงาน ปัญหาที่เราเจอใน
ครอบครัว หรือปัญหาที่เราเจอตามท้องถนนนี่ คือ
แบบฝึกหัดให้เราปฏิบัติจิตใจ ให้เราหามิตมาปก
เฉาะกะลามะพร้าวจนกระทั่งได้เนื้อ ได้น้ำมะพร้าว
เพราะว่าเราแก้ปัญหาเสร็จทีหนึ่ง ใจเราสบาย ปิติ
ยินดี นั่นคือน้ำมะพร้าว เนื้อมะพร้าว ที่ทำให้
เราชื่นใจ แล้วก็มีกำลังใจว่า การฝึกใจให้คิดในทาง
ที่ถูก และบังคับตัวเองให้ทำตามสิ่งที่คิดได้ เป็น
ความผาสุกอย่างนี้เอง

ถาม งานมากงานหนัก หัวหน้าชอบใช้คำสั่ง เพื่อน
ร่วมงานชอบเอาเปรียบ ควรจะทำตัวอย่างไรจึงจะมี
ความสุข

ตอบ ก็อย่างที่ดิฉันเรียนแล้ว ถ้ารู้สึกว่เต็มกลืน
มากเกินไป แยกไม่ไหวแล้ว หางานใหม่ ลาออก
จากงาน แต่ต้องเตรียมใจเอาไว้นะคะว่า ถ้าสิ่งที่เรา
เห็น เป็นเงาในใจเรา พอเราไปที่ใหม่เราก็จะเจอ
ปัญหาอย่างนี้ยกกำลัง แล้วเราก็ต้องหางานใหม่อีก

ตอนที่ดิฉันไปฝึกอยู่ที่วัด มีคนหนึ่งเขามี
ปัญหาอย่างนี้นะคะ ไปหาท่านอาจารย์ที่หนึ่งเขาก็
บ่นอย่างนี้แหละ ท่านอาจารย์ก็บอก เออ...เราก็ลอง
ทำใจให้สนุกดูซิ

เขาก็ไม่ว่าอะไร กลับไป หายไป ๒-๓ เดือน
...ผมเปลี่ยนงานใหม่แล้วครับ ...พออีกสัก ๑
เดือนต่อมา ไม่นาน ที่ใหม่ยิ่งแย่เสียงเครื่องยิ่งกว่าเดิม

ดิฉันนับดู เขาเปลี่ยนงาน ๗ แห่ง ท่าน
อาจารย์ก็ไม่เคยว่าอะไร ก็รับฟังเขา ก็ปลอบให้
กำลังใจ

พอถึงครั้งที่ ๘ ท่านอาจารย์เริ่มต้นบรรยาย
ว่า เท่าที่อาจารย์ฟังมา ทุกแห่งก็เป็นคนใหม่ทั้ง
นั้นเลย เจ้านายก็เป็นคนใหม่ แต่มีคนเก่ายืนโรง
อยู่คนเดียว คือตัวคุณนี่เอง มันอาจจะมีอะไรที่
บกพร่องอยู่ในตัวคนเก่าคนนี่ที่ทำให้ไปอยู่ที่ไหนๆ
ซึ่งเขาเคยสงบเรียบร้อยมีความสุขดี ก็เลยเกิด
วิปริตไปหมด แล้วก็เร่าร้อนไปหมด เพราะว่าก่อน
ที่คุณจะย้ายงาน คุณก็บอกอาจารย์ว่า ตรงนี้ดี
เรียบร้อย นายก็ดี ใจกว้าง แล้วทำไมพอคุณเข้าไป

อยู่มันเกิดเหตุอาเพศอย่างนี้ทุกทีเลย อาจารย์ว่า
คุณเปลี่ยนที่ตัวคุณจะดีกว่ากรรมัง คุณคนนี้ก็เลย
หายไปจากวัดท่านเลย

ดิฉันก็ไม่ทราบว่าเขาไปปรับที่ตัวเขาแล้วได้
ผล หรือเขาจะคิดว่าไม่เหยียบแล้ววัดอย่างนี้ เพราะ
คำแนะนำไม่ถูกหูเขา

ถาม ช่วยกรุณาอธิบายเกี่ยวกับ เล่นสั่นุน และ
เล่นสั่วัว เกี่ยวข้องกับตัวเราอย่างไร

ตอบ การที่เราปรับใจของเราให้เป็นเล่นสั่นุน ก็คือ
การมองเข้าตัวเอง อย่างที่ดิฉันเรียนให้ทราบ
ถึงเราดีแค่ไหนก็ตาม เราก็ยังดีเพียงมาตรฐานทาง
โลก เรายังไม่ได้ปฏิบัติให้ใจของเรามองเห็น
ละเอียดไปอย่างที่เราควรจะทำ เราก็เลยยังติดอยู่
ในโลกธรรม อยากในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เรา
ก็เลยเดียวกับสุข เดียวกับทุกข์ เมื่อได้สมใจเราก็ดีใจ
ไม่ได้สมใจเราก็หนักใจ ผิดหวัง เซ็ง

ถ้าเรามีเรื่องอื่น ๆ ที่น่าสนใจเราก็เอาใจไป
สนใจเรื่องอื่น ย้ายเป้า เราก็สบายขึ้นมา แต่

ประเดี๋ยวก็น่าเป็นอีก เหมือนกับเราเป็นโรค แต่เรา
ไม่ได้ไปหาหมอให้วางยารักษาโรคที่ถูกต้อง พอปวด
หัวที่เรา ก็กินยาแก้ปวดหัว พอปวดท้องเราก็กินยา
แก้ปวดท้อง แต่เราไม่ได้รู้ว่าจริงๆ เราเป็นมะเร็ง

วันหนึ่งโรครุนแรงขึ้นมาเราก็แย่ เพราะเรา
ไม่รู้จะทำอย่างไร คือตอนที่เรายุ่งๆ หรือเราเจ็บ
หรือเราจะตาย หรือคนที่ใกล้ชิดเราเป็นอย่างนั้น เรา
ก็ทำใจไม่ได้

ถ้าเราเห็นอย่างนี้ อะไรที่เกิดขึ้นกับตัวเอง
เราน้อมเอามาเป็นแบบฝึกหัดที่จะแก้ไขปรับปรุงตัว
เราให้มีคุณภาพดีขึ้นเรื่อยๆ

อย่างที่ดิฉันเคยเล่าในหนังสือเล่มหนึ่งว่า มี
อาจารย์ท่านหนึ่งท่านเป็นคนดี ใครๆ ก็ลงความเห็น
ว่าท่านเป็นคนดีมาก อายุ ๓๐ เศษๆ ท่านเกิดเป็น
มะเร็ง แล้วมะเร็งก็ลุกลามไปเรื่อยๆ ไม่ว่าหมอจะ
รักษาอย่างไร ท่านประท้วงดิฉันว่า ท่านรู้ว่าคนเรา
ทุกคนต้องตาย และตายอายุเท่าไรก็กำหนดไม่ได้
แต่ทำไมท่านถึงต้องมาตายด้วยโรครรมาณอย่างนี้
ตายธรรมดาๆ ไม่ให้เจ็บไม่ให้ปวดไม่ได้หรือ นี่มัน

เป็นบาปเป็นกรรมอะไร ท่านไม่เคยได้ไปทำให้ใคร
เดือดร้อนสักอย่างหนึ่ง

ดิฉันก็เรียนท่านว่า ทำไมท่านไม่คิดว่านี่เป็น
พรที่ประเสริฐของท่าน เพราะถ้าท่านยังทำอะไร
แล้วประสบความสำเร็จอยู่เรื่อย ท่านก็เพลิน แล้ว
ทำแต่งงานอย่างเดียว ไม่ได้คิดที่จะดูแลใจให้มีภูมิ
คุ้มกัน ให้มีสมบัติติดตัว

แต่พอท่านมาเป็นอย่างนี้ ถ้าท่านปรับใจท่าน
ให้เป็นเลนส์นูน ท่านก็จะคิดว่า อ้อ... เรายังภาวนา
ไม่เป็น สติที่จะรักษาใจให้รับสภาวะตามความจริง
ก็ยังไม่ มี เพราะฉะนั้น เวลาเจ็บอย่างนี้ ไปทำงาน
ก็ไปไม่ได้ เท่ากับได้โบนัส เห็นไหม ยังไม่ทัน
เกษียณอายุเลย เราก็ได้เงินเดือนทุกเดือนแต่ไม่
ต้องไปทำงาน มีเวลาที่จะมาปฏิบัติเรื่องส่วนตัวคือ
เรื่องของใจ เป็นเสปียงเอาไว้ นี่เป็นเลนส์นูนนะคะ

ถ้าเป็นเลนส์เว้า เราก็โวยวาย ถ้าพระเจ้า
มีจริงก็อยู่ดีธรรม หรือไม่อย่างนั้น เกิดมาไม่เคย
ทำความผิดความชั่วเลย แล้วดูสิ ทำไมถึงเป็น
อย่างนี้ไปได้ แล้วเราก็หงุดหงิดไปหมด ภรรยา ก็

ไม่ดี ลูกก็ไม่ดี พอมาขยับเราหน่อยก็ทำเราเจ็บไป
หมด อีกหน่อย ทั้งภรรยา ทั้งลูก ก็ไม่มีใครเข้า
หน้าด้วย เราก็ยิ่งโกรธหนักเข้าไปอีก อย่างนี้เรียก
ว่าเราทำใจของเราให้เป็นเลนส์เว้า แล้วเราก็ทุกข์
เดือดร้อน

ทีนี้ถ้าเราจะหาเหตุผลมาปลอบใจเรา ให้เรา
เห็นว่าสิ่งที่เกิดกับเรานั้นเกิดขึ้นได้ทั้งนั้นแหละ ทั้งๆ
ที่เราว่าเราไม่ได้ทำอะไรชั่ว เพราะของทุกอย่างใน
โลกนี้มีสองด้านอย่างที่ดีฉันเรียนให้ทราบแล้ว ยก
ตัวอย่าง เราเดินไปตามถนนเกิดไปเห็นงูตัวหนึ่ง
กำลังจะเขมือบเขียดเข้าไป เราก็เป็นคนถือศีลนี่คะ
งูมันบาปกรรม จะไปกินเขียด พลเมืองดีก็จัดแจง
เข้าไปไล่ งูจนกระทั่งมันปล่อยเขียดออกไป

ถึงกลางคืนเราสวดมนต์ เราก็ภูมิใจ ปีติว่า
วันนี้เราได้ทำบุญให้ชีวิตเขียดหนึ่งชีวิต เราคงจะได้
อานิสงส์เยอะแยะ แล้วเราก็ชื่นฉ่ำในหัวใจ

แต่ถ้าเราไปนึกถึงในแง่รูปร่าง งูไม่รู้หรอกนะ
คะว่า ที่จะกินเขียดเพื่อให้หายหิวนี้มันเป็นบาป
เพราะแม่งูก็ไม่เคยสอนว่าเจ้าอย่าไปกินเขียดนะ มัน

ก็รู้แต่เพียงว่า ถ้าหิวปึบ มีเขียด มีสิ่งมีชีวิตอะไร ผ่านมาก็กินได้ ใส่เข้าไปในท้องแล้วก็จะได้หายหิว

งูคงคิดว่าวันนี้ช่วยสะบัดช่อเลย เรากำลังจะกินสเด็กดี ๆ ละนะ เกิดมียักษ์อะไรก็ไม่รู้มาลากออกไปจากปากเรา แล้วก็ใจร้ายใจดำ จะหาเศษอะไรมาให้เราใส่เข้าไปในท้องพอให้เต็มท้องไม่แสบท้องก็ไม่มี

ถ้าเป็นอย่างนี้นะคะ งูก็คงไม่โมทนาบุญกับเรา กลับจะแข่งว่า เจ้าพระคุณเอ๋ย ขอให้ไอ้ยักษ์ตัวนี้ไปเจออะไรที่มันหิวโหยอย่างเรา จะได้รับรู้บ้างว่าการแก่งเรานี้มันเป็นอย่างนี้หนา

ถ้าคิดรอบคอบอย่างนี้ อะไรๆ ที่เราทำในโลกนี้ ที่เรานึกว่าดี ดี ดี นี้ ก็อาจจะมิผลไม่ดีได้ ใช่ไหมคะ

พออะไรเกิดขึ้นมา เราจะได้ไม่ไปคิดว่าทำไมถึงเป็นอย่างนี้ แต่จะนึกว่า เออ ดีนะที่เกิดอย่างนี้ เรานึกไม่ถึง เราจะได้ปรับตัว ปรับใจเรา แล้วจะได้หาวิธีแก้ไข เราจะได้อยู่ในโลกด้วยความมั่นใจว่า อะไรจะเกิดขึ้น เรามีสติปัญญาพอคุ้มตัวได้

เราก็ไม่ไปยึดอยู่กับความดีความชั่วเสียจนกระทั่งเหมือนเราขบฟัน กัดกะลามาพร้าวยูเรียมแล้วผลอจ เราก็ต้องไปหาหมอฟัน หรือผลอจเราก็บอก เบื่อ... ไม่อยู่แล้ว โลกนี้มีแต่คนชั่วทั้งนั้น แต่เราก็หนีไปไหนไม่ได้ ก็ต้องเจออยู่ทุกวันอย่างนี้ แต่เราก็บ่น...บ่นแล้วก็ต้องอยู่กับสิ่งที่บ่นนั้นแหละ

เหมือนกับท่านอาจารย์ดูพวกเรา สมัยหนึ่งรถไฟไปอุดรฯ ไม่เคยเข้าตรงเวลา ท่านอาจารย์ก็ท้วงว่า ก็เห็นบ่นทุกที แต่ก็มารถไฟทุกที บ่นแล้วก็อย่าไปใช้บริการของเขาสิ นี่บ่นแล้วก็เห็นยังใช้เขาทุกที ก็รถไฟนะเขามาตามเวลา คือเขาไม่ได้มาตรงเวลา เขาตามเวลาที่กำหนดมา เห็นไหม เขาไม่เคยเข้าก่อนเวลา แล้วยังจะไปว่าเขาอีก

ก็ถ้าเราคิดอย่างนี้เสีย อะไรๆ ก็ดีทั้งนั้นแหละ เราก็ทำใจเราให้เป็นเลนส์นูนได้ในทุกกรณี

ถาม ทำงานอย่างมีความสุขโดยใช้ธรรมเข้ามาช่วยดับโมหจริต ไม่น่าจะเป็นไปได้ คิดว่าการทำงาน

อย่างสบายๆ ไม่ต้องคิดอะไรมาก หรือทำตามคำสั่ง จะทำให้มีความสุขมากกว่า กรุณาอธิบายด้วยครับ

ตอบ สมมุติว่าเราทำงานอย่างสบายๆ ไม่ต้องคิดอะไรมาก เราสั่งอะไร เราทำ เหมือนนกคูปูก็ติดบั้ง บั้งเอิญเราไปได้นายที่เป็นนักเลงโต มาเพี้ย เขาสั่งว่า แกยิงนายคนนั้นให้ที กคูปูก็ติดบั้ง เรากียิงคนนั้น พอยิงเสร็จตำรวจมาสอบสวน ได้รอยนิ้วมือไปเพื่อ ความหาตัวจับเราได้ พยานมัดตัวเราว่าเราเป็น มือปืนจริง เขาก็จับเราไปเข้าคุก

เราจะบอกว่า ผมไม่ได้ทำอะไรเลย ผมทำตามคำสั่งของนาย นายก็ว่า ตั้งแต่เกิดมาไม่เคย เห็นหน้านายคนนี้เลย แล้วเราจะทำอย่างไรคะ เราก็เข้าบั้ง ดีไม่ดีอาจจะถูกตัดสินประหารชีวิต หรือ จำคุกตลอดชีวิต

พอถึงจุดนี้แล้ว การทำงานอย่างสบายๆ ไม่ต้องคิดอะไรมาก ทำตามคำสั่ง จะมีความสุขมากกว่าที่เราจะทำอย่างมีสติ แล้วปกป้องตัวเองตาม ควรแก่เหตุไหมคะ

ถาม เวลาเบื่องานคิดว่าจะออก มีวิธีแก้ไขหรือ
ปรับปรุงตัวอย่างไร

ตอบ ก็คิดอย่างที่ดีฉันเรียนให้ทราบแหละค่ะ ว่า
ถ้าออกไปแล้วเกิดไปเจอคนใหม่เร็วกว่าเดิมยกกำลัง
ทวีคูณแล้วเราจะทำอย่างไรคะ เมื่อสมัยที่ดีฉันเรียน
อยู่เมืองนอก เจ้านายของดิฉันสอนว่า The devil
you know is better than the one you don't
know. สัตว์นรกที่เรา รู้จัก ห้วนนอนปลายเท้า ย่อม
ดีกว่าไอ้ตัวที่เรา ยังไม่รู้จัก อย่างน้อยเราก็ยังรู้แล้ว
ว่า มันชอบให้พูดเพราะๆ ด้วย หรือชอบให้เราอย่า
ไปยุ่งเวลาโทสะ เราก็ยังพอจะหายุทธวิธีให้อยู่กัน
อย่างไม่เดือดร้อนนักได้

แต่ถ้าเผื่อเราย้ายไปใหม่ ชุ่มชุ่มไปเจอเอา
ชนิดที่ร้ายกว่า ไม่ว่าเราจะทำอะไร ก็ถูกกระทำทั้ง
ขึ้นทั้งลง เราก็จะเสียใจ คิดเสียดายว่า รู้อย่างนี้
ก็คงจะไม่ลาออกหรอก

หรือไม่อย่างนั้น เราก็คิดอย่างนี้สิคะว่า ถ้า
เผื่อเราขาดใจเสียตอนนี้ เราก็ไม่ต้องทำงานอันนี้

อีกแล้ว มันก็ทำแค่ตายเท่านั้นเองแหละ แล้วไปเบื่อกัน
มันทำไมกัน

ถาม นั่งดูใจ ดูอย่างไร

ตอบ ก็เวลาทำงานไปนี่คะ มีอะไรมากระทบบีบ
เรารู้สึกใจที่กำลังสบายๆ อยู่ไหนก็บีบขึ้นมา เหมือน
อย่างกับมีดอกไม้ไฟระเบิด นั่นแหละคะ คือการดูใจ
เอาสติดูไว้ว่า พอบีบขึ้นมาอย่างนั้นแล้ว
วาจาของเราจะเป็นปีนกลออกไป หรือว่ามีมือของเรา
หรือว่าขาของเรา จะเหวี่ยงอะไรออกไป แล้วคอย
หยุดมันให้ทันว่า นั่นผิดกาลเทศะ อย่างนี้เรียกว่า
การดูใจ แล้วก็ดูได้ทัน

แต่ถ้าเรานั่งดูใจของเรา บีบระเบิดไปแล้ว
ปรากฏว่าเราก็ปล่อยให้ปากของเรากลายเป็นซี่ข้าว
ดำเขาไปกันใหญ่ จนกระทั่งเขาลุกขึ้นขัดเรา เราถึง
นึกได้ว่าเราทำเกินเหตุ ที่จริงเราก็ไม่ควรพูดหรือก
นะ ถ้าอย่างนี้ขาดทุน เรียกว่าดูไม่ทัน ดูไม่เป็นนะคะ

ถาม ผมว่าชีวิตคนไม่ยุติธรรมนะครับ มีคนรวยคน
จน ผมอยากให้เป็นคอมมิวนิสต์ จะได้ตัดเทียมกัน

ตอบ มันไม่ตัดเทียมกันหรอกค่ะ เพราะคอมมิวนิสต์ก็ยังมีระดับเจ้านายคอมมิวนิสต์ที่คอยออกคำสั่ง แล้วก็ไม่ได้ลงมายู่กึ่งกลางดินกึ่งกลางทรายอย่างเรา ไม่มีหรอกค่ะอะไรในโลกนี้ที่จะให้ยุติธรรมดังใจเรา

ถาม ถ้าชีวิตคนมีความยุติธรรมคงไม่มีคนขอทาน นั่งตามถนนโซ่โซ่ไหมครับ ผมเดินผ่านเห็นพวกเขา แล้วสงสารจริงๆ ผมก็คิดว่าพวกเราไม่ต่างอะไรกับพวกเขา เราจะต่างกันตรงไหนครับ

ป.ล. ผมหมายถึงคนที่จนจริงๆ มีโชที่สิ้นคิด แล้วก็มาขอทาน

ตอบ การที่เรามองเห็นสั้นๆ ด้วยตาเนื้อของเรา แล้วก็หลงเชื่อว่า เราเห็นครบจักรวาลหมดแล้ว ทำให้เราเกิดความคิดที่ยังไม่ถูกต้องตามความเป็นจริง

พระพุทธองค์ท่านเห็นแล้วว่า ชีวิตคนไม่ได้ตั้งต้นที่ลมหายใจที่เริ่มตรงชาตินี้ ที่เราจำได้ แล้วก็จบหมดสิ้นลงเมื่อลมหายใจดับไป เมื่อเป็นอย่างนี้ มันก็ปรากฏอย่างที่คุณถามมาว่า ทำไมไม่มีคนรวยคนจน

ถ้าทุกอย่างเริ่มต้นเสมอกันตอนที่เริ่มลมหายใจ มันก็เหมือนของที่เราผลิตออกมาจากโรงงาน เมื่อผลิตแล้ว แก้วทุกใบจากโรงงานควรจะเหมือนกันหมด ไม่มีเลยที่จะมีแก้วใบไหนผิดแปลกไป

แล้วทำไมคนเราจึงเป็นอย่างนี้ พ่อแม่ที่ผลิตลูกออกมา ไม่มีใครหรืออยากได้ลูกโง่ๆ ผู้ที่ผลิตออกมาก็อยากผลิตได้ชั้นดีชั้นหนึ่ง ถูกใจทั้งนั้นเลย ขนาดได้ลูกแฝดออกมาแล้วยังไม่เหมือนกันเลย เพราะอะไร ก็เพราะมันมีมูลเหตุดั้งเดิม

ที่เราเห็นเป็นตัวตนกันอยู่นี้เป็นเพียงแต่เปลือก เป็นเพียงบ้านเรือน เหมือนเราดูบ้านจัดสรรสมัยนี้ เราเลือกดูชอบใจอันไหนเราก็ไปดาว์นแล้วผ่อนส่งมาเป็นกรรมสิทธิ์ของเรา

นี่ก็เหมือนกัน ร่างกายของเราที่เห็นๆ อยู่นี้ ก็คือบ้าน แต่ตัวที่อยู่ข้างในที่ทำให้มีพฤติกรรมแตกต่างกันคือใจ ซึ่งทางธรรม พระพุทธเจ้าเรียกว่า อมตธาตุ ธาตุที่ไม่ตาย หรือธาตุรู้

อมตธาตุนี้มองไม่เห็นด้วยตาเนื้อ เพราะเป็นพลัง มีการหักเหของแสงใกล้เคียงกับอากาศมาก จึง

มองไม่เห็น แต่เราก็เชื่อด้วยสัมผัสว่า ใจมีจริง

พอมีใครตาย เราบอกว่าเรากลัวผี เพราะเรา
ไปคิดว่าใจที่ไม่มีรูปร่าง ไม่มีบ้านให้เราแลเห็น คือ
ผี ถ้าเป็นคนดี เราไม่กลัว เพราะเขาไปเป็นเทวดา
ผีดีเราเรียกว่าเทวดา เรากลับไปบนบานศาล
กล่าว อ้อนวอนขอให้เขามาช่วยเรา ขอให้เขามา
ดลบันดาลให้เราสมปรารถนา เราไปติดสินบนเขา

ที่นี้การที่เกิดมาแล้วเราจน เรารวยต่างกันไป
ก็เพราะบาปกรรมหรืออริยกรรมของอภิมหาธาตุ เป็น
ตัวทำให้ชีวิตที่เกิดมาประสบความสำเร็จ หรือประสบ
ความสำเร็จ เป็นต้นว่า ถ้าใจอันนี้ไม่ได้รับการฝึก
มาเลย ไม่มีบุญกุศลเป็นเสบียง ไม่เคยเอื้อเพื่อพ่อแม่
ใครเลย พบใครก็ใจร้ายกับเขาตะพึดตะพือไปหมด
นิสัยอันนี้ก็ฝังอยู่ในเนื้อใจ เมื่อโตขึ้นมา ทั้งๆ ที่
อยู่ท่ามกลางพ่อแม่ที่เอื้อเพื่อพ่อแม่ มันก็คอย
พยายามชักจูงให้เราเป็นคนเอาไรต์เอาเปรียบ เห็น
แก่ตัว เพราะความเคยชินที่เป็นมาในเนื้อผ้า เจอ
เพื่อนก็ไปทำนิสัยอย่างนี้ เพื่อนก็เลยไม่คบค้าด้วย
คนที่เคยขโมย มีโอกาสเป็นขโมยเรื่อยไป เมื่อเกิด

มาย่อมยากจน เพราะไม่เคยทำทุน ไม่เคยสะสม
เสียบึงอะไรเอาไว้เลย ไปที่ไหนก็ไม่มีใครให้ ไม่มี
ใครเอื้อเอ็นดู จึงทำให้คนบางคนเกิดมาเป็นคนจน
บางคนเกิดมาเป็นคนรวย

หรือคนบางคนเคยเป็นคนดี เคยทำบุญเอาไว้
แต่บังเอิญช่วงเวลาที่จะตายไปเกิดมีเหตุสุดวิสัยทำ
ให้เขาผลอ เพราะยังฝักใจไว้ไม่ได้ที่ ปล่อยให้ถูก
อกุศลครอบงำจึงเกิดความวิบัติขึ้น เขาก็ไปเกิดเป็น
ลูกคนยากคนจน แต่เพราะมีบັตรเครดิตคือคุณความ
ดีที่ทำไว้ดีติดเป็นเสียบึงอยู่ในใจ เพียงเป็นเด็ก
เล็กๆ ก็มีคนไปเห็น เด็กคนนี้น่ารักจัง ขอเอามา
เลี้ยง พอมาเรียนหนังสือก็เรียนได้ดี มีสติปัญญา
เพราะเขาเคยฝักฝนตัวของเขาเอาไว้แล้ว ฟังครู
สอนก็รู้ก็เข้าใจ เรียนต่อไปจิตใจก็ไผ่หาความรู้ สอบ
ได้ดี มีคนมาให้ทุนการศึกษาตั้งนี้ เป็นต้น

เหมือนอย่างสมัยโบราณ เจ้าพระยายมราช
ผู้สำเร็จราชการในรัชกาลที่ ๕ เป็นลูกชานาแท้ๆ
แล้วทำไมลูกชานาคนนี้จึงมาเป็นถึงสมเด็จพระยา
เป็นผู้สำเร็จราชการ ในขณะที่ลูกชานาอีกตั้งเยอะ

แยะก็ยังเป็นชวานาอยู่ หรือในทำนองกลับกัน ลูก
เศรษฐกิจก็จบชีวิตลงด้วยการไม่มีจะกิน

ต้นทุนบุญกุศลที่เป็นบัตร์เครดิตติดอยู่ในใจ
เป็นตัวบ่งชี้ว่า ทำไมเหตุที่เราพบในชีวิตจึงมีความ
ไม่สม่าเสมอ เหลือมล้ำต่ำสูงอย่างนี้

ทราบเช่นนี้แล้วเราก็เริ่มตันสิคะ เพราะว่าไม่
ว่าของเก่าจะเป็นมาอย่างไร แคไหน ย่อมไม่ยั่งยืน
ทนทานไปตลอดกาล ถ้าเราตั้งต้นด้วยโอกาสทอง
ของ ปัจจุบัน นี้ เปลี่ยนวิถีเสียใหม่ อะไรที่เราารู้ว่า
เป็นบัตร์เครดิตปลอมก็ซุดทิ้งไป ตั้งสติเอาไว้ว่า เรา
จะไม่โกงตัวเองเป็นอันขาด เราจะไม่ยอมปล่อยใจ
เราให้เปลอทำอย่างนั้นอีกเป็นอันขาด อะไรที่เป็น
ของดี เรารู้มา ด้วยมีคนสั่งสอน อ่านจากหนังสือ
หรือความตรึกนึกคิดของตน แล้วเห็นว่าเป็นของดี
น่าทดลอง เราก็ลองทำ

เหมือนเราอยากกินผลไม้ นะคะ เราก็ไปหา
เมล็ดผลไม้ชนิดนั้นมา เหนื่อยยากปลูก คอยรดน้ำ
คอยเฝ้าดูไม่ให้ตัวแมลงมากัดยอด เมื่อต้นไม้โต
ถึงจังหวะที่จะมีลูกมันก็มีลูกออกมา คราวนี้ถึงเรา

จะอยากหรือไม่อยากแค่ไหน ผลก็เป็นไปตามมูลเหตุปัจจัยดั้งเดิม คือเมล็ดที่เอามาปลูก กาลเวลา ปุ๋ย น้ำ และอุณหภูมิของดินฟ้าอากาศ หาได้เป็นไปตามสมมติฐาน หรือความคิดหวังของเราไม่

ใครสร้างเหตุอย่างไหนไว้ย่อมได้รับผลอย่างนั้น เพราะของทุกอย่างมาแต่เหตุ ความยุติธรรมจึงเป็นอย่างนี้ ไม่ใช่ความยุติธรรมที่เรามาตั้งผู้พิพากษาตั้งศาล ดัดสินคดีความ แล้วเราก็บัญญัติว่า อะไรเกิดขึ้นจะต้องมีคนผิดและคนถูก แล้วเราก็ไปก่อเวรต่อไป เพราะคนผิดที่เราว่าผิดในครั้งนี้ แท้ที่จริงคือคนที่ถูกรังแกไว้แต่ครั้งก่อน เขามาเอาหน้ของเขาคืนเพราะขัดแค้นใจ แต่เรามองช่วงสั้นๆ

เรามองรูปแต่ละกรอบ แต่ไม่เคยเอาไปฉายเป็นหนังให้เห็นติดต่อกันไป แล้วเราก็ไปยึด ตรง นี้เลยเกิดเป็นความยุติธรรมแบบของเรา จึงมีผลเป็นคนรวย คนจน มีคอมมิวนิสต์ มีค่ายเสรีประชาธิปไตย แล้วก็มีปัญหาซ้ำซ้อนบนการแก้ปัญหของเรา...ไม่รู้จบ แล้วเราก็หาจุดยุติไม่ได้

แต่ถ้าเรามองอย่างที่ดิฉันเรียนให้ทราบอย่าง
นี้ วันหนึ่งเราก็จะไปสู่จุดจบได้ เพราะเราเห็นว่า
อะไรก็ตามที่ไม่พึงปรารถนา ล้วนมีเหตุของมันมา
ถ้าเรายอมเป็นฝ่ายเสียสละเสียก่อน เรื่องก็จบกันที่
ตรงนั้น อย่างน้อยใจเราก็เป็นอิสระ อย่างเรื่องของ
วิทูทกะกับวงศ์ศากยะที่ดิฉันเล่าให้ฟัง มันหลีกเลี่ยง
ไม่ได้ มองทางโลกจะสูญเสียไปหมด ไม่ยุติธรรม
ตรงไหนเลย แต่ถ้ามองทางธรรม ไม่ได้สูญเสีย
เพราะอะไรคะ

ฝ่ายศากยะหมั่นใจให้เป็นฝ่ายชนะกิเลสของ
ตน รัชัมมะ ได้เป็นอริยบุคคล เป็นโสดาบัน ทำให้
ใจโอหสี ยอมรับความวิบัติ เพราะเราเป็นฝ่าย
ไปทำร้ายเขาก่อน เพราะฉะนั้น เวลาที่เขาจะมาทำ
เราก็ควรจะให้เขาได้ทำตามสบายใจ ให้เขาสุขสม
ใจ จิตใจของท่านเป็นอิสระ

ฝ่ายวิทูทกะแต่เดิมคั่งแค้น พอได้ฆ่าพระ
ญาติพระวงศ์เหล่านั้น เอาเลือดมาล้างเท้า ความ
แค้นก็ละลายหายไปหมด ใจท่านก็เป็นอิสระเหมือน
กัน ถึงแม้ว่าท่านจะต้องมาเกิดลำบากตรากตรำอีก

เท่าใด แต่ใจอันนี้ก็เป็นใจอิสระ ไม่ได้กุมแน่นอยู่
ถ้ามองทางโลกจะแลดูสูญเสียไม่มีชิ้นดีเลย

แต่ในพัฒนาการของชีวิต เท่ากับได้ปลด
หนีสินต่อกันหมดไประดับหนึ่งแล้ว แล้วค่อยไป
ว่ากันตามเนื้อผ้าต่อไป ถ้ามีสติปัญญาคุ้มครองก็มี
โอกาสที่จะเดินไปถึงจุดสุดท้ายพบความผาสุกที่แท้
จริงได้

ถ้ามองอย่างนี้แล้วก็ทำให้เราไม่จน หรือไม่
รู้สึกว่พวกขอทานน่าสงสาร เราก้จะไม่เป็น ขอทาน
แต่จะเป็นคน ร่ำรวย เพราะเรามีสติปัญญาที่จะหมุน
ทุกอย่างให้เกิดเป็นความร่ำรวยได้

ถาม การที่ชีวิตดำเนินด้วยสายกลาง ผู้คนพอแล้ว
ทุกสิ่งทั้งประเทศ แล้วใครจะพัฒนาชาติเล่าครับ

ตอบ ดิฉันเรียนให้ทราบเมื่อกี้เิงคะว่า พระพุทธเจ้า
ตรัสว่า อุบาสก อุบาสิกา ถ้าหากรู้หน้าที่ก็จะต้อง
ชวนชวายเป็นหลักฐาน สะสมคุณงามความดี แต่
ว่าสันโดษในความชั่ว อะไรที่เราอยากมี เรามีด้วย
น้ำพักน้ำแรง ด้วยสุจริต ไม่ใช่มีด้วยการไปโกงเขา

ไปก่อเวร ทำให้เขาเจ็บช้ำน้ำใจ เกิดความรู้สึกว่า
คนเราไว้ใจกันไม่ได้ จะต้องฆ่ามันเสียก่อนที่มันจะ
ทำร้ายเรา ทำให้เราแห้งแล้งน้ำใจต่อกัน โลกนี้ร้อน
ไปทุกหย่อมหญ้า

ถ้าเราอยู่ด้วยทางสายกลาง ประเทศจะพัฒนา
สูงสุด เพราะเราจะทำงานด้วยความหวังในความ
เจริญของประเทศชาติ เห็นประโยชน์ส่วนรวมสำคัญ
กว่าประโยชน์ตน เราอยู่ในเรือลำเดียวกัน เราจะ
สามัคคีกัน เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน แต่ทุกวันนี้
เราอยู่กันด้วยกิเลสตัณหา เราอยู่ด้วยว่าฉันต้องมี
ตำแหน่ง ฉันต้องเป็นหัวหน้า ใครคนอื่นจะเป็นอะไร
ช่างหัวมัน มันจึงได้เป็นอย่างนี้

ถาม กรณีที่เกิดปัญหาชีวิต ทางด้านจิตใจหรือด้าน
อื่นๆ ก็ตาม จึงหาที่พึ่งโดยหันหน้าเข้าวัดทำบุญ
สุนทาน อย่างนี้เรียกว่าหนีปัญหาเข้าวัดหรือเปล่า
โดยปล่อยให้ปมปัญหากลายเป็นอดีตสำหรับชีวิต แต่
ปัญหายังคงเป็นสำหรับคนอื่นต่อไป กรุณาชี้แนะด้วย

ตอบ ถ้าเราเข้าวัดด้วยโมหคติ ด้วยความหลง มัน
ก็เป็นอย่างที่คุณถาม เพราะเราไม่ได้เข้าวัดเพื่อที่จะ

ปรับปรุงอะไรเลย เราเข้าวัดเพื่อหลอกตัวเอง แล้วตัวเราก็ไม่มีความสุข เข้าวัดแล้วก็ไปอธิษฐาน เจ้าประคุณที่ทำบุญอย่างนี้ขอให้มีปาฏิหาริย์เกิดขึ้น ถ้าเรากำลังขัดสนเรื่องเงินทองก็ขอให้เราถูกลีดเตอร์รางวัลที่หนึ่ง หรือไม่อย่างนั้นก็ขอให้เราเล่นแชร์ แล้วก็ได้ออกเท่านั้นเท่านั้น

ใจเราก็ไม่มีความรู้ ตื่น เบิกบาน เพราะว่าเจตนาที่เราเข้าวัด เราไม่ได้เข้าวัดเพื่อที่จะไปขัดล้างความผิดความชั่ว หรือปรับปรุงตัวเอง เราเข้าวัดด้วยไปติดสินบนพระ เรากำลังไปทำการค้าโดยหวังกำไรเกินควร หวังในสิ่งทีนอกเหนือความสามารถ แล้วเราก็เป็นคนที่ไม่มีความนับถือตัวเอง เพราะไม่เชื่อในความสามารถของตัวเอง ไม่ได้คิดว่าทุกอย่างเราจะต้องมีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

แต่ถ้าเราเข้าวัดเพราะเราเห็นว่า ปัญหาที่เราแก้ด้วยความรู้ทางโลก ที่เราคิดว่าเราเก่งเราแน่ที่สุดแล้วนี่ เรายังไม่แน่ บางทีอาจจะมึะอะไรที่เรา ยังไม่รู้ ที่เราจะได้เรียนรู้ และไม่ปล่อยให้เวลากินชีวิตเราไปโดยเปล่าประโยชน์ เราพร้อมที่จะเรียน

ถ้าเราเข้าไปด้วยสติปัญญาอย่างนี้ เราก็จะได้ไปปรับ
ตัวของเราให้เกิดสัมมาทิฐิ คือมีความเห็นชอบ
พระพุทธองค์ไม่เคยสอนเลยว่า ให้เราแก้ปัญหาด้วย
การหนีปัญหา ท่านสอนว่า เหตุเกิดที่ไหนต้องดับ
ที่นั่น

ครั้งหนึ่ง เดียรถีย์จ้างพวกอันธพาลให้คอย
ไปรังควานพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าเสด็จไปเมือง
ไทร เดียรถีย์ก็จ้างอันธพาลไปคอยด่าทอ ชัดขวาง
ไม่ให้ประชาชนใส่บาตรพระพุทธเจ้า พระอานนท์
ก็เป็นทุกข์ เดือดร้อน อับอายมาก จึงทูลเชิญพระ
พุทธเจ้าให้เสด็จไปเมืองอื่น

พระพุทธเจ้าถามว่า แล้วถ้าไปเมืองอื่นเจอ
อย่างนี้อีกละ เราก็ไปเมืองอื่นต่อๆ ไป ยังมีอีกตั้ง
หลายเมือง พระอานนท์ทูลตอบ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ไม่ อานนท์ เหตุเกิดที่
ไหนต้องดับที่นั่น ตรงนั้น เราต้องอยู่ที่เมืองนี้ จน
กระทั่งเราไม่เกิดความคับข้องใจ เราไม่เดือดร้อน
แล้วเมื่อนั้นเราจะไปไหนเราก็จะไปได้ แต่เราต้องแก้
ปัญหาให้สำเร็จก่อน

กรณีของเราก็ทำนองเดียวกัน เราไปหากำลังใจจากพระด้วยการไปฟังคำสอน เพื่อให้เราสามารถปรับใจให้เป็นแวนแวกวนได้ทุกครั้ง ไม่เพลอสติออกไป เราจะได้ไม่พลังไม่เพลอ แล้วย่นเวลาในการแก้ปัญหาของเราให้เหลือสั้นที่สุด เพราะเราเข้าซูเปอร์ไฮเวย์ ไม่ใช่ไปอยู่บนถนนรัชดาฯ ถนนวงแหวนแล้วก็วนกันอยู่ที่นั่นแล้ว ทำให้ของที่ควรจะเสร็จในวันหนึ่งเลยกลายเป็นเสร็จไปปีหนึ่ง แล้วเราก็ท้อใจ

ถาม ทำอย่างไรจึงจะแยกเรื่องส่วนตัวกับงานได้

ตอบ เราก็ต้องตั้งสติให้ดีค่ะว่า อะไรก็ตามที่เป็นงาน มันไม่มีตัวสัตว์ไม่มีบุคคล มีแต่ที่เราอยู่ในเรือลำเดียวกัน เป็นหุ้นส่วนกัน มีอะไรที่จะช่วยกันคนละไม้คนละมือให้งานชิ้นนี้เสร็จไปโดยเร็วที่สุดเราจะทำ

เหมือนนิทานเรื่องหนึ่ง เล่าต่อๆ กันมาว่า ซามูไรคนหนึ่งมีภรรยาสาวสวยและลูกชายคนหนึ่ง แล้วก็มียาทหารคนสนิทที่ยังหนุ่มแน่น วันหนึ่งก็พบว่านายทหารคนสนิทลอบเป็นชู้กับเมีย ซามูไรมี

ความอับอายขายหน้ามาก ตามธรรมเนียมญี่ปุ่นก็
เลยคว้านท้องตาย

ภรรยาหนีไปอยู่กับซู้ ลูกก็เติบโตขึ้นมาใน
แควดวงอาทิตย์นี่เอง เด็กคนนี้โตขึ้นก็คิดว่าเขาจะติด
ตามให้เจอซู้ของแม่แล้วก็ต้องฆ่ามันเสีย เพื่อกู้
ศักดิ์ศรีของวงศ์ตระกูลคืนมา เด็กหนุ่มดันดันไปจน
ในที่สุดเจอซู้ของแม่

กล่าวถึงนายทหารหนุ่มคนนั้น หลังจากเป็นซู้
กับเมียของเจ้านายแล้ว อยู่กันไปความรู้สึกผิดชอบ
ชั่วดีก็กัดกร่อนชีวิตจิตใจ จนในที่สุดต่างคนต่างก็
แยกทางกัน ตัวเขาเองก็พยายามทำแต่คุณงามความ
ดีเพื่อล้างบาปในใจ

เมืองที่อยู่นี้ เวลาจะไปติดต่อกับเมืองอื่น
ต้องเดินทางเวียนอ้อมไหล่เขาเพราะมีภูเขาใหญ่ก้อน
อยู่ เขาจึงคิดสร้างสิ่งที่เป็นสาธารณประโยชน์
เพื่อล้างบาปกรรม ด้วยการเอาแรงกายของเขาขุด
อุโมงค์ทะลุภูเขาให้เป็นเส้นทางตรงเพื่อการเดินทาง
ติดต่อรหว่างเมือง ไม่ต้องอ้อมภูเขาผจญความทุร
กันดารยากลำบาก อาจเจ็บไข้ได้ป่วย เป็นไข้ป่า

เป็นอะไร หรือถูกโจรผู้ร้ายปล้นสะดม

ขณะที่ลูกชายมาเจอ คือตอนที่นายทหารคน นี้กำลังชูดุโม่งค์ไปได้ครึ่งโม่งค์แล้ว เมื่อพบ ลูกชายก็บอกให้ฟังว่าเขาคือใคร ติดตามมาเพื่ออะไร นายทหารก็บอกว่าเขายินดีให้เด็กคนนี้ฆ่า แต่ขอ เวลาชูดุโม่งค์จนเสร็จตามความปรารถนาก่อน เพราะการชูดุโม่งค์นี้ไม่ใช่ผลประโยชน์ส่วนตัว แต่ เพื่อประโยชน์ของประชาชนทั้งเมืองนี้

เด็กหนุ่มก็นึก... ไม่เป็นไร ยังไงๆ มันก็อยู่ในเงื้อมมือเราแล้ว ก็ตอบตกลง นั่งเฝ้า นอนเฝ้า เฝ้าไป... เฝ้าไป... รู้สึกเรื่องอะไรเราต้องนั่งเฝ้า คอยนานอยู่เฉยๆ เราช่วยชูดุจะได้เสร็จเร็วๆ พอเสร็จเราจะได้ฆ่า แล้วเราก็ไปทำอะไรอย่างอื่นของเราต่อไป

ระหว่างที่อยู่ด้วยกัน ต่างฝ่ายต่างตั้งหน้าตั้งตาทำงานเพราะมีจุดหมายร่วมกันว่าเราจะชูดุโม่งค์ให้เสร็จ ฝ่ายหนึ่งเสร็จเพื่อล้างหนี้อุทิศเป็นทางสาธารณะ อีกฝ่ายหนึ่งเสร็จแล้วจะได้ฆ่าศัตรูล้างแค้น แม้ว่าวัตถุประสงค์จะต่างกันก็ตาม แต่ว่า

ความมุ่งหมายตั้งใจในการทำงานเต็มที่เท่ากัน

โดยไม่รู้ตัว เพราะตอนนี้ใจไม่ได้คิดแล้วว่า จะนั่งคอยจับผิดนายทหาร เด็กหนุ่มก็ได้เห็นจริยาวัตรของศัตรูคู่แค้นว่า เป็นคนน่านับถือ เป็นคนดี ระหว่างที่ซุดอุโมงค์ไปจนเสร็จ เด็กหนุ่มไม่รู้ว่าใจของตัวเปลี่ยนไปแต่เมื่อใด พอเสร็จเรียบร้อย นายทหารก็ชำระร่างกายให้สะอาดหมดจด แล้วมานั่งขัดสมาธิ บอกเราพร้อมแล้ว ขอเชิญท่านตัดคอเราได้

เด็กหนุ่มก็ลงกราบนายทหาร บอกว่า ผมจะฆ่าอาจารย์ของผมได้อย่างไร

นายทหารก็ว่า เราทำให้ตระกูลของท่านมัวหมอง เราเองเห็นที่ผิดที่ชั่วก็ยินยอมรับผิดชอบ ให้ท่านฆ่าเสียให้บรรลូវัตถุประสงค์ แล้วทำไมท่านจึงมาเปลี่ยนใจอย่างนี้เล่า

เด็กหนุ่มเลยเล่าว่า ตอนแรกที่ช่วยซุดอุโมงค์ก็คิดว่าการคอยให้ท่านซุดฝายเดียวมันชักช้าไม่ทันใจก็เลยช่วยซุดจะได้ฆ่าล้างแค้นเร็วขึ้น เมื่อใจไปผูกอยู่กับงานแล้วก็เลยเห็นตามเป็นจริง คุณงามความดีของท่านค่อยๆ มาละลายใจของผมให้เห็นว่า คนเรา

ทุกคนย่อมมีเวลาพลาดพลั้งทำผิดทำชั่วได้ทั้งนั้น การที่เราทำผิดทำชั่วแล้วรู้สึกนึกผิดชั่ว ทำชีวิตที่เหลือให้เป็นคุณงามความดี นั้นเป็นสิ่งที่น่าให้อภัย น่าเคารพนับถือ

ถ้าเราแยกเรื่องส่วนตัวกับงานได้อย่างเด็กหนุ่มคนนี้ เราจะเห็นว่า จริงๆ แล้ว เรื่องส่วนตัวที่เราค้างแค้นเสียเต็มประดานั้น ไม่ใช่เรื่องเหลือบ่ากว่าแรงที่เราจะปรับใจเข้าหากันไม่ได้ นะคะ ลองทำดู

ถาม ในกรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงาน โดยที่เพื่อนส่วนรวมมีความคิดว่า เราคอยจับผิดหรือล้ามหับเขา ทั้งๆ ที่ไม่ได้เจตนาที่จะไปทำอย่างนั้น แล้ว กิจงานของเขาก็ไม่เกี่ยวข้องกับเราเลย เราก็พยายามที่จะอธิบายให้เขาฟังแต่เขาก็ไม่ฟัง เราจะทำอย่างไร ทั้งๆ ที่รู้ว่าเราต้องทำใจของเรา แต่เวลามีปัญหาแล้วเราก็ไม่สบายใจ

ตอบ อันนี้เป็นธรรมชาติธรรมดาของคน ลองคิดอย่างนี้ว่า การที่เขาระแวงว่าเราไปคอยจับผิดเขา หรือไปหาเรื่องเขา คือการที่เขาเอาตัวของเขาออก

มาสองกระจกให้เราเห็นว่าเขาเป็นคนที่ระแวงคนอื่น เขาเป็นคนที่ถ้ามีโอกาสก็คอยจับผิดคนอื่น เขาจึงคิดว่าคนอื่นเป็นอย่างนั้น

ถ้าใจเราเป็นน้ำแก้วนี้ ถ้าน้ำในแก้วใสไม่มีตะกอนของความระแวง เราไม่เคยไปจับผิดใคร หรือเราไม่เคยไประแวงใคร เราจะคิดได้อย่างไรว่าคนอื่นเขาระแวงเราจับผิดเรา

อะไรที่เราคิด แปลว่าเราต้องเคยทำ แล้วเราทำเสมอๆ จนกระทั่งเป็นนิสัย

ถ้าเราเห็นตามเป็นจริงอย่างนี้ เราก็จะไม่หงุดหงิดกับเขา เราได้อธิบายแล้ว เขาไม่ฟัง หยุดเสีย เราทำหน้าที่ของเราดีที่สุดแล้ว

ดิฉันเองก็เคยเป็นอย่างคุณคะ เข้าใจดีว่าในภาวะอย่างนี้คุณมีความคับใจอย่างไร ครั้งหนึ่ง ดิฉันเคยกราบเรียนท่านอาจารย์ว่า คนเราเวลามีปัญหากันก็ต้องอธิบายให้รู้เรื่องสิ มนุษย์เราประเสริฐกว่าสิ่งมีชีวิตอื่นๆ เพราะเรามีภาษาที่ใช้พูดกันได้ เพื่อให้เรื่องที่ไม่เข้าใจกันเข้าใจได้

ท่านย้อนว่า คำพูดคนสามารถเปลี่ยนอุปาทาน ความยึดติดเห็นผิดให้เห็นถูกได้หรือ ถ้าเห็นได้ เจ้าชายสิทธัตถะไม่ออกบวชให้โง่หรือ เจ้าชายสิทธัตถะทรงมีปัญญาเหนือกว่าเราตั้งไม่รู้เท่าไร ท่านคงเริ่มประกาศพุทธศาสนาตั้งแต่ตอนนั้นเลย คนฟังก็จะเยอะเยอะไปหมดเพราะท่านเป็นเจ้าชาย ใครๆ ก็ต้องฟัง แต่นี่เจ้าชายสิทธัตถะสู้สุดส่ำห์ไปตกกระท้ำลำบากบวชอยู่จนแทบล้มประดาตาย ก็เพราะท่านเห็นแล้วว่า คำพูดนี้มันไม่สามารถจะแก้หรืออธิบายให้ใครเปลี่ยนความเห็นผิดเป็นความเห็นชอบได้

ดิฉันเงียบ

ตั้งแต่นั้นมา พอดิฉันค้นในหัวใจว่าถ้าไม่ได้พูดจะออกแตกตาย ดิฉันนึก...พูดให้โง่ เจ้าชายสิทธัตถะท่านเลิศประเสริฐกว่าเราท่านยังยอมแพ้อันแล้วขนาดท่านสำเร็จเป็นพระพุทธเจ้าแล้ว ท่านยังว่าท่านสอนได้แต่เฉพาะคนที่ควรสอน คือ เวไนยสัตว์ เท่านั้น ไม่ใช่ท่านประกาศว่าตถาคตสามารถเปลี่ยนความคิดของทุกคนได้

ถ้าใจเขาเป็นแก้วน้ำที่คว่ำอยู่ แล้วคุณเอาน้ำ เทใส่ลงไป มันจะเข้าไปได้ไหมคะ มันก็หกเรียกราด เสียหมด ท่านสอนได้แต่เฉพาะคนที่หงายใจขึ้นเป็น ภาชนะรับธัมมะท่านเท่านั้น

ถ้าเราทำทุกอย่างดีที่สุดหมดแล้วเราก็ตบใจ เพราะอะไร เพราะถ้าจะมีอะไรร้ายแรงเกิดขึ้นมา เราไม่ต้องสะดุ้งในใจว่า ...ถ้าเราไปทำอีกอย่างหนึ่งเสีย มันคงไม่วิบัติร้ายแรงอย่างนี้

เราทำทุกอย่างดีที่สุดเพื่อให้ใจเราเป็นอิสระ จากการที่จะมาลงโทษตัวเองเมื่อมีเหตุการณ์อะไร ร้ายแรงเกิดขึ้นต่างหาก เราไม่ได้ทำเพื่อจะให้ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปดังกดปุ่มตามที่เรต้องการ เพราะเหตุปัจจัยคือที่นาของเขา เราก็ไม่รู้ว่าเป็นนาหิน ดานหรือนาอะไร เรามีหน้าที่อย่างเดียวคือ เลือกเอาเมล็ดพันธุ์ที่ดีไปหว่าน หว่านแล้วขึ้นหรือไม่ขึ้น ช่วยไม่ได้ เราไม่มีสิทธิ์ที่จะไปล้วงล้ำเข้าไปในสิทธิ์ส่วนบุคคล ไปแหะหัวใจของเขาออกมาดูว่า นาคุณมีปุ๋ยแค่ไหน และถ้าเราจะเอาปุ๋ยไปใส่ เขาอาจจะเห็นไปว่าคุณบุกรุกบ้าน เขาไปเรียกตำรวจมาจับ

ดีไม่ดีเอาปืนมายิงเรา

เมื่อรู้อย่างนี้ นิสัยเขาชี้ระวางคอยจับผิดคนอื่น เราจะได้ระวังตัวเอาไว้ วันหน้าอยู่ดีๆ เราทำอะไรพลาด เขาใส่ไคล้เรา เราจะได้...อ้อ ก็รู้อยู่แล้ว ไม่เสียใจ แต่ไม่ใช่ไปนึกว่า พิกุลจริง เราไม่ได้ไปจ้างให้คอยมาจับผิด งานก็ไม่เกี่ยวข้อง เราไม่รู้เรื่องแล้วยังมาระวางหาเรื่องหาราวเราอีก

เขาอยากจะพูดไปให้ปากฉีกถึงท้ายทอยก็ปล่อยเขาไป เราไม่ได้เหน้อยสักหน่อยหนึ่ง ถ้าทนฟังไม่ได้ ท่านอาจารย์สอนว่า หูเขาอยู่ใกล้ปากเขามากกว่าหูเรา เรื่องอะไรเอาหูเราไปเสียบระหว่างปากเขากับหูเขา แล้วมารำคาญ อุบายนี้ไม่สงวนลิขสิทธิ์ค่ะ จะเอาไปใช้ก็ได้

ถาม ถ้าเกิดปัญหาขึ้น และที่ท่านแนะนำให้แก่ที่เหตุ ในกรณีนี้เหตุคือผู้ใหญ่และเราคือผู้น้อย เหตุที่ไม่ยอมรับฟังและไม่ยอมแก้ไขที่ตัวเอง เราจะมีวิธีใดที่จะทำให้เหตุนั้นยอมรับและเข้าใจได้หรือไม่

ตอบ ก็ถ้าเหตุยังไม่ยอมรับและไม่แก้ไข ก็แสดงว่า มันยังไม่ถึงเวลา เหมือนอย่างกับเรานี้แหละ คิดว่ามะม่วงลูกนี้น่าจะแก่เด็ดมาบ่มได้แล้ว แต่ถ้ายังไม่ถึงวาระ เราไปเด็ดมาบ่มมันก็เน่า หรือไม่อย่างนั้นมันก็เสีย กินไม่ได้

ท่านละเมออยู่ ยังไม่ยอมตื่น เราก็ต้องเคารพ สิทธิของท่าน ปล่อยให้ท่านละเมอต่อไป เมื่อไร ท่านตื่นแล้วเราค่อยเก็บมาบ่ม ถ้าบังเอิญท่านไม่ตื่นเลย ก็ สัพเพ สัตตา... กรรมใครกรรมมันคะ

ถาม ถ้าเรามีงานมากและผู้ช่วยงานในส่วนเดียว ก็สามารถช่วยเราทำงานนั้นๆ ได้ ซึ่งเป็นงานที่จะต้องรับผิดชอบร่วมกัน แต่เขาไม่ช่วย แล้วเราไม่กล้าเอ่ยปากให้เขาช่วยทำเนื่องจากเกรงใจที่เขามีวิทยุสูงกว่า จะทำอย่างไรดีให้เขารู้ว่างานนั้นเราทำไม่ทัน แล้วเราอยากให้เขาช่วยเราจริงๆ

ตอบ ถ้าพบว่าความเกรงใจมีมากจนทำอย่างไรๆ เราก็อ้าปากไม่ขึ้น เราก็ตั้งใจว่า ทำอย่างไรได้ละ เราเป็นคนสุภาพเสียจนกระทั่งช่วยตัวเองไม่ได้ เอา

แค่ตาย ทำได้แค่ไหนก็ได้แค่นั้นแหละ แล้วมันเสร็จ
แค่ไหนก็แค่นั้น

เมื่อถึงตอนนั้น เขาก็รู้เองแหละว่าเราแย่เต็ม
ทนแล้ว ถ้าเขายังไม่ช่วยอีก เราก็ไม่รู้จะทำอย่างไร
เพราะเรากระดาก เราไม่รู้จะพูดอย่างไร

แต่ถ้าเราเห็นว่า การที่เราล้มแต่เกรงใจอยู่
แล้วงานเกิดผลเสียหายขึ้น มันจะเสียหายแก่ส่วน
รวมมากมาย เราก็ต้องตัดสินใจโดยคิดว่าเป็นไรเป็น
กัน เขาจะด่าว่าเราก็ช่าง พูดแล้วเขาไม่มาช่วย เรา
จะได้สบายใจว่า ถ้าเราไม่บอกกล่าวเขา เกิดทำไป
แล้วเป็นลมตายไป เขาจะได้ไม่มาแข่งชกหักกระดูก
เรา

เราก็เดินเข้าไปขอร้องเขาดีๆ ว่า นี่แหละครับ
งานมันเป็นอย่างนี้ๆ เพราะฉะนั้นผมจึงอยากจะขอ
ให้คุณช่วยหน่อย ถ้าเขาว่างพैयाเอา เราก็เดินออก
มา แล้วเราก็ทำของเราแค่ตาย

ถาม คนอื่นเห็นว่าเราเป็นคนอย่างไรก็ได้ เขาชอบ
บงการให้ทำงานให้ บางครั้งตะคอกใส่เราทั้งๆ ที่

เป็นพนักงานระดับเดียวกัน เราควรจะทำอย่างไรดี
ตอบ วิธีที่ไม่รุนแรง ไม่อยากให้เขาโกรธเรา วัน
ไหนอารมณ์เราดี ๆ แล้วเขาก็กำลังอารมณ์ดี ๆ เราก็
ลองเออวาจาของเขานั้นแหละมาตะคอกใส่เขาดูบ้าง
ถ้าเขาไม่มีปฏิกิริยาอะไรตอบกลับมาเลย เราจะได้
บอกตัวเองว่า ธรรมชาติของเขาเป็นอย่างนั้นเอง
เขาคิดว่าวาจาอย่างนี้สุภาพแล้ว แต่เราบังเอิญเป็น
คนขี้ฉ้ออ่อน แปรรุนแรงเกินกว่าเหตุไป เราก็จะได้
หาพจนานุกรมฉบับใหม่ให้ตรงกับคำแปลของเขา

แต่ถ้าเราตะคอกอย่างนั้นแล้ว เขาเกิดหงุด
หงิดขึ้นมา เราก็บอกว่า ผมนึกว่าคุณชอบแบบนี้
เพราะคุณพูดที่ไร คุณใช้วาจาดอกไม้แบบนี้ทุกทีเลย
ผมก็เลยเอามาใช้กับคุณบ้าง ก็เป็นการหยิกแกลม
หยอกให้เขารู้ว่า เราไม่ชอบนะ

ถ้าเราทำอย่างนี้แล้วเขาไม่ชอบ แต่ว่าเขาก็
ยังทำกับเราอยู่อีก เราก็อย่าไปถือสาเขาเลย ถือเสีย
ว่าเขาจะพูดอย่างไรก็ปากของเขา เราอย่าไปเกี่ยว
ก็แล้วกัน เรารองเอาแต่เนื้อความมาแล้วปฏิบัติ

ตาม คนอื่นๆ ได้ยินก็รังเกียจเขาเองแหละว่าวาจา
อย่างนี้ไม่ยอมเข้าใกล้ เราไม่ต้องทำตัวให้ติดเชื่อ
จากเขา หนักเข้าวาจาเราก็จะขรุขระยิ่งกว่าเขาอีก
ก็ได้

ถาม ผู้บังคับบัญชาแสดงออกอยู่เสมอว่าเป็นผู้
ปฏิบัติธรรม แต่ในทางปฏิบัติกับลูกน้องนั้นเหมือน
กับผู้ไม่มีธรรม แม้แต่เมตตา หรือมีขันติกับลูกน้อง
ซึ่งด้อยกว่าทั้งในด้านการศึกษาและอาวุโส มีแต่
แสดงออกเหมือนกับศัตรูกันตลอดเวลา จะทำ
อย่างไรดีกับผู้บังคับบัญชา ให้รู้จักคิดบ้าง หรือใน
แง่ที่เป็นลูกน้อง จะปฏิบัติตัวอย่างไรดี

ตอบ ในแง่ที่เป็นลูกน้อง เราก็อภัย ก็สงสารท่าน
เสีย เพราะว่าท่านเข้าใจผิดว่าท่านปฏิบัติธรรมแล้ว
แต่จริงๆ ท่านไม่ได้ปฏิบัติ ถ้าท่านปฏิบัติ ธรรม
แล้ว ท่านจะไม่ยกตนข่มท่าน คนที่มีธัมมะจะมอง
คนรอบข้าง เป็นเพื่อน ร่วมเกิดแก่เจ็บตาย ไม่มีนาย
ไม่มีลูกน้อง

เวลาจะว่ากล่าวตักเตือนก็จะเตือนด้วยเมตตา เพราะรู้แล้วว่า ถ้าเขาทำอย่างนี้ต่อไปจะติดเป็นอุปนิสัย ทำให้เขาได้รับความเดือดร้อนภายหลัง เราก็จะเลือกกาลเทศะที่เหมาะสม ที่เขาเปิดใจรับฟัง แล้วก็ไม่ใช่ไปว่าต่อหน้าธารกำนัลให้เขาอับอายขายหน้า

ที่ท่านแลดูเหมือนผู้ปฏิบัติธรรมนี้ ท่านกำลังเล่น ท่านนึกว่าวัดที่ไปเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ พอท่านเข้าไปแล้วกิเลสก็จะหนีออกไปจากใจของท่าน ท่านก็นึกว่าวันพระท่านไปถือศีล ท่านเป็นคนมีธัมมะแล้ว แต่จริงๆ ไม่ใช่หรอก ท่านไปเพื่อหาประกาศนียบัตรมาบอกกับตัวเองว่า เดียวนี้ฉันเป็นคนพัฒนาแล้ว ฉันปฏิบัติธรรมแล้ว ท่านก็เลยยังหลงตัวเองว่าท่านดี เพราะฉะนั้นเลยอนุรักษแต่กิเลสเอาไว้

เหมือนอย่างเรานี่แหละ แต่ก่อนเราก็ลูกทุ่ง อากาศร้อนก็รู้ว่าร้อน จำเป็นต้องออกไปเดินตากแดดหัวแดง เราก็ตากแดดหัวแดงได้ เดียวนี้อยู่ในห้องแอร์ พอออกไปข้างนอกปั๊บนี้ เราแทบจะคลั่งเลย เพราะว่าเราทำตัวเราให้คุ้นกับห้องเย็น

แต่ก่อนลูกน้องเคยทำตัวอย่างนี้เราพอทนได้
เดี๋ยวนี้ฉันปฏิบัติธรรมแล้ว ฉันเป็นคนละเอียดแล้ว
พอเจอลูกน้องทำอะไรผิดนิดหนึ่งก็เลยขยายใหญ่โต
ทนไม่ได้ มันเป็นอย่างนี้ค่ะ

เมื่อเราเห็นอย่างนี้เราก็อย่าไปตอบโต้เลย บอก
ตัวเองว่า ขอขอบคุณที่เจ้านายมาทำให้เราเห็นว่าการ
ปฏิบัติธรรมนี้ ถ้าไม่รอบคอบ ไม่เอาสติปัญญาเข้าไป
ปฏิบัติด้วย เดี่ยวปฏิบัติแล้วกลายเป็นเถรส่ง
บาตรไปอย่างนี้ แล้วคนอื่นๆ เขาก็จะขบขัน แล้ว
ก็หัวเราะเยาะอย่างนี้

ส่วนในแง่ที่เราต้องการจะเปลี่ยนท่าน คงยาก
เพราะถ้าท่านมีโอกาสให้เปลี่ยน พระที่วัดคงจะ
เปลี่ยนท่านได้แล้วละคะ นี่พระก็ยังคงเคารพศักดิ์ศรี
และสิทธิมนุษยชนของท่าน เราเป็นใคร เราก็อย่า
ไปแบกหามภาระที่หนักเกินกำลังของเราเลย เอา
แค่ทำอย่างไรเราถึงจะรักษาใจของเราให้มีสุขภาพ
จิตสบายๆ ไม่ให้ท่านมาบีบคั้นให้หงุดหงิดก็แล้วกัน
เราจะได้ไม่ทำตัวของเราให้คนอื่นเดือดร้อน เพราะ
ว่ามีพระอาทิตย์อยู่ดวงเดียวก็ร้อนเกินพอดีอยู่แล้ว

อย่าเอาเตาอังโล่มาใส่เข้าไปอีกอันหนึ่งแข่งกับแสง
อาทิตย์เลย คนอื่นก็จะแย

ดิฉันว่าเวลาล่วงเลยมามากแล้วค่ะ หวังว่าที่
เรามาคุยกัน เล่าสู่กันฟังในวันนี้ คงพอเป็นหลักให้
คุณเอาไปปลอบใจตนเองเวลาเจอปัญหาที่คาดไม่ถึง
เพราะชีวิตคือการเจอเจอและแก้ปัญหา

ถ้าไม่เจอปัญหาเลยเราขาดทุน เพราะเป็น
ชีวิตที่หลง เราไปคิดว่าน้ำนี้ใสแล้ว แต่จริงๆ มีใบ
ชาอยู่เต็มเลย ดิฉันไม่กล้าเขย่า เต๋ยวนน้ำกระฉอก
คนที่นี่จะหาว่าดิฉันไม่มีมารยาททำโต๊ะเขาเปียก

การที่เราเจอปัญหาในชีวิตนั้น ไม่ว่าจะ เป็น
เรื่องงานหรือเรื่องส่วนตัว เราเป็นคนโชคดี พระ
ประทานพรให้เราไม่ลุ่มหลง ทำให้เราได้ฝึกกลับสติ
ปัญญาของเราให้คมกริบ ท้นการอยู่เสมอ ทำให้เรา
รอบคอบ มีประสบการณ์ นุ่มนวล ละมุนละม่อม
สามารถหาวิธีแก้ไขอะไรๆ ทุกอย่างที่คิดว่าเป็นปัญหา
เป็นอุปสรรคได้เที่ยงตรง รวดเร็ว และมีประสิทธิภาพ
สูงสุด

เราจะได้ภูมิใจในตัวเอง ฟังพาตัวเองได้ เมื่อเป็นอย่างนั้นแล้ว ชีวิตเราก็เป็นชีวิตที่บรมสุขแน่ๆ ที่เราหลงเป็นทุกข์อยู่ก็เพราะไม่รู้ว่ แท้ที่จริงเราไม่ได้ต้องการตำแหน่ง ไม่ได้ต้องการการงานหรือ ต้องการความมั่นใจว่า ตราบจนวันที่เราจะหมดลมหายใจนั้น เราจะคุ้มครองตัวเองได้ปลอดภัย

ก็เมื่อสิ่งที่จะคุ้มครองตัวเอง เป็น *บัตริเครติด* ที่อยู่ในใจของเรา เป็นคุณธรรมในใจของเรา เราแน่ใจมั่นใจว่า ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้น เราก็ฟังตัวเองได้ แล้วเราจะต้องเอาอิสรภาพของเราไปแขวนอยู่กับอะไร ที่ไหนอีกล่ะ

เมื่อใจเราเป็น ไท เราย่อมมีความสุข จริงไหมคะ



ร่างกายของเราที่เห็นๆ อยู่นี้ ก็คือบ้าน
แต่ตัวที่อยู่ข้างใน ที่ทำให้พฤติกรรมแตกต่างกัน
คือ ใจ ซึ่งทางธรรม พระพุทธเจ้าเรียกว่า
อมตธาตุ ธาตุที่ไม่ตาย หรือธาตุรู้