



วิธีสร้างเสน่ห์



อมรา มลิตา

วิธีสร้างเสน่ห์

อมรา มลิลิต

ISBN 974-9617-57-6

ปก : ชลรส ศรีขวา

คำนำ

อาจารย์วรวรรณ กิ่งแก้วก้านทอง มีความปรารถนาจะพิมพ์หนังสือธรรมะแจกเป็นธรรมทานเพื่อระลึกถึงคุณอาเจ็ก ฮกจื่อ แซ่เฮ้ง ซึ่งถึงแก่กรรมไปครบปีที่ ๓ ในวันที่ ๒๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๙ จึงได้ถอดเทปคำบรรยายเรื่อง “วิธีสร้างเสน่ห์” เนื่องจากเธอเห็นว่าสังคมจะอยู่ด้วยกันอย่างผาสุกจะต้องปรับตัวปรับใจ ที่สำคัญคือปรับวิธีมองโลกตามความเป็นจริงด้วยใจที่ว่างจากอุปาทานและปฏิบัติตนไปตามนั้น ซึ่งเป็นการสร้างเสน่ห์ที่จะผูกใจให้เราอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

ดิฉันอนุโมทนาในกุศลเจตนานี้ ซึ่งจะเป็นประโยชน์แก่โลกตามสมควร

อมรา มลิลลา

กุมภาพันธ์ ๒๕๔๙

วิธีสร้างเสน่ห์

ณ ชมรมพุทธธรรม โรงพยาบาลศิริราช

วันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๔๖

ชื่อเรื่องฟังดูจะไม่เป็นการปฏิบัติ เพราะเป็นวิธีสร้างเสน่ห์ เราก็ดูว่า เสน่ห์นี้ ท่านให้คำนิยามว่าอย่างไร

ในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานอธิบายว่า เสน่ห์ คือลักษณะที่ชวนให้รัก หรือเครื่องที่ทำให้คนอื่นรัก เพราะฉะนั้น ที่เราจะมาพูดกันวันนี้ คือเรามาหาวิธีปรับปรุงตัวเรา ทำอย่างไรให้เราเป็นที่รักของคนทั่วไป

จริง ๆ แล้ว การปฏิบัติธรรมก็คือการฝึกให้เราเมตตาต่อกันและเมตตาต่อตัวเอง คือเรามาทำตัวเราให้รักคนอื่น ให้คนอื่นรักเรา ให้เราเป็นผู้ที่ไม่ไประคายใคร ทำร้ายใคร นั่นก็คือการที่เราทำตัวเราให้มีเสน่ห์นั่นเอง

ทีนี้ก็มาดูกันว่า ที่เราว่าเรามาปฏิบัติธรรมนี้ หัวใจก็คือให้เราเมตตาต่อตัวเอง คือให้ตัวของเรามี

ความอึด มีความเต็ม คนเราจะเป็นที่รักของผู้อื่นได้
เราก็ต้องมีความชุ่มชื้น มีสิ่งที่อึดเต็มในตัว ไม่ใช่
เราไปถึงที่ไหน เราก็แห้งผาก ดูด.. ดูด.. ดูดเอาจาก
สิ่งอื่นคนอื่นจนหมดเกลี้ยง ถ้าเป็นแบบนี้ คนเขา
ก็คงรักเราไม่ไหว เพราะเขากำลังสบายๆ เราก็ไป
เป็นปลิงดูดจนกระทั่งเขาทุกข์เดือดร้อน มันก็ไม่ไหว

ฉะนั้น คุณลักษณะที่จะให้คนอื่นร่มเย็นเป็น
สุข มีความเอ็นดู รักใคร่เมตตาเราได้ เราเองต้อง
ชุ่มชื้น เราต้องอึด เราต้องเต็มในตัวเรา เพื่อว่าเข้า
ใกล้ใครแล้ว เขาจะได้รู้สึกถึงความฉ่ำชุ่มเย็นสบาย
ถ้าเขากำลังแห้งแล้ง รู้สึกไม่สงบ พอเข้าใกล้เราแล้ว
เขาต้องรู้สึกคลี่คลาย เบาสบาย ร่มเย็น

สมัยที่ดิฉันเป็นนักเรียนแพทย์ศิริราชปีสุดท้าย
เราอยู่หอ เวลาจะสอบ หาที่เงียบสงบไม่ได้ก็
ข้ามฟากไป แล้วก็เดินไปวัดพระแก้ว ที่วัดพระแก้ว
ไม่มีพระสงฆ์ แต่แปลก พอเข้าไปถึงบริเวณวัด นั่ง
ลงตรงไหนก็รู้สึกชุ่มเย็น ใจที่หงุดหงิด ลุกสน ที่
กำลังรู้สึก อึดตาย ฉันท่องหนังสือจบใหม่นี้ กลับ
เหมือนเรากำลังตกอยู่ในสนามแม่เหล็ก ใจจะสงบ

พอเริ่มต้นอ่านหนังสือ ก็จดจ่อสงบอยู่กับหนังสือ สมัยนั้นเรายังไม่รู้ว่าลักษณะอย่างนั้นคือสมาธิ คือว่าเราจะทำอะไร ใจเราจดจ่ออยู่กับตรงนั้น จะท่องหนังสือก็ได้เรื่องดี ถ้ากำลังหงุดหงิดกับอะไร พอไปถึงตรงนั้นก็เหมือนว่ามันมีอะไรที่ทำให้ใจของเราเบาสบาย ก็เลยรู้สึกว่ วัดพระแก้วนี่ดีแฮะ

เมื่อไรใจของเรารู้สึกว่ไม่ใช่ใจของเรา เราก็ นั่งเรือข้ามฟากไปเดินเล่นออกกำลังกาย บางทีก็ไปนั่งฟังเสียงกรังกรังๆ ตรงลานวัดพระแก้ว หรือถ้าไม่นั่ง ก็ไปเดินวนจนกระทั่งใจชุ่มชื่นดี ก็ออกไปวนรอบท้องสนามหลวงอีกหน่อยหนึ่ง พอคำค่อยกกลับ ก็มีความสุขมาก

เมื่อไปปฏิบัติจึงได้รู้ว่า สภาพใจอย่างนี้คือใจที่เราอยู่กับขณะปัจจุบัน อยู่กับตัวของเราเองแล้วมันเป็นสมาธิ ก็ทำให้ใจอันนี้แทนที่จะพร่อง จะหิวอยากโน้นอยากนี้ ไปเกาะโน้นเกาะนี้เกาะนั้น ใจก็สงบอยู่กับตัวเอง ก็อิ่มเต็ม เหมือนที่ครูบาอาจารย์บอกว่า ใจของเรา เราก็ต้องเก็บไว้ในใจเราสิ เอาไปแขวนไว้กับปลายอ้อปลายแฉมได้อย่างไร เดียวก็ถูก

ลมพายุคืออารมณ์พัดตกลงมาแตกเสียหรือ ก็
คือใจของเรา ที่เดี๋ยวก็ไปอยากตรงโน้น เดี๋ยวก็ไป
เกลียดคนนั้น เดี๋ยวก็ไปดุดๆ ผลักๆ เป็นใจที่ไม่
สบาย ไม่มีเสน่ห์ ไปเข้าใกล้ใครก็เป็นไฟร้อนวูบวาบ
ลูกใหม่ สุกยับดุดเขาไปหมด

เพราะฉะนั้น เราอยากให้เราเป็นที่รักของผู้
คนทั่วไป ทำใจของเราให้ชุ่มให้อิ่มเต็มเสียก่อน เรา
จะได้ไม่ไปดุดสุมซบเอาอะไรจากผู้อื่น ให้เขารู้สึก
เดือดร้อน เขาทุกข์ ไม่เป็นปกติสุข

เมื่อเป็นอย่างนี้แล้ว ลักษณะต่อไปคืออะไร
คนเราโดยมากเมื่อเจออะเจอกัน จะมีความรู้สึก เอ..
เขาดูถูกเรา เขาเพ่งโทษเรา หรือเขามีน้ำใจกับเรา
เห็นเราเป็นเพื่อน ไม่ถือตัว ไม่ยกตนข่มท่าน ฉะนั้น
ลักษณะหนึ่งที่จะทำให้เราเป็นที่รักใคร่ของผู้คนทั่วไป
คือ เราวางตัวให้เสมอกับเขา สمانัดตดา คือให้
เรากับเขามีความรู้สึกว่า เราต่างมีใจเป็นเพื่อนกัน
เสมอกัน ถึงเราจะฐานะสูงกว่าเขา เป็นเจ้านายเขา
มีการศึกษาสูงกว่าเขา แต่เราก็ไม่เอาตรงนั้นมาทำ
ให้เขารู้สึกเป็นกำแพง เราทำให้เขามั่นใจ สนิทใจ

ปฏิบัติธรรม ถึงจะอยู่กลางป่ากลางเขา ไม่ได้ประทิน
โคม ผิวทำนกกิงาม เหมือนเด็กอ่อน

เมื่อคุณโยมแม่ท่านอาจารย์สิงห์ทองฟื้นตัว
จากเจ็บหนัก เราอาบน้ำขัดผ้าเท้าท่านได้หนึ่งลอก
ออกมาเป็นแผ่นๆ จนพวกชาวบ้านมาขอจับผ้าเท้า
เพราะเท้าที่เคยสากหนากลับอ่อนนุ่มเหมือนเท้าเด็ก
เกิดใหม่ ไม่ใช่เฉพาะแต่ผ้าเท้า ผิวทำนกกิตึงใส ถ้า
เราทำใจให้นิ่ง ใส เต็มอิม มีคุณภาพ มีศีล ความ
จริงใจ สัจจะ สมာธิ แล้ว สิ่งเหล่านี้เป็นสุขวิหาร
ธรรม จะแสดงออกมาทางหน้าตาผิวพรรณ

เหมือนเรามีไฟสว่างอยู่ข้างในโປະกระดาศ
กระดาศนั้นก็ใสสว่างขึ้นมาด้วย เนื้อหนังร่างกาย
ของคนเรา ความจริงก็คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ทั้งนั้น
แต่มันจะสวยไม่สวย สะอาดไม่สะอาด อยู่ที่ใจที่อยู่
ข้างในจะแผ่รังสีออกมา

การจะทำให้เราให้เป็นที่รักของคนทั่วไป คือทำ
ใจของเราให้เต็มไปด้วยความรัก ไม่เป็นพิษ เป็นศัตรู
กับใคร ชุ่มด้วยเมตตาด้วยน้ำรัก ซึ่งจะระเหยเป็น
ละอองของความชุ่มเย็นออกไปโดยรอบ ใครอยู่ใกล้

กับเรา

มีคนงานคนหนึ่งเล่าให้ฟังว่า พี่สาวของเจ้านายน่ารักมาก ไม่ถือเนื้อถือตัวเลย แทนตัวเองว่าพี่กับหนูทุกคำ หนูฟังแล้วยังตกใจเลย เพราะคนอื่น ๆ เขาไว้เนื้อไว้ตัว นี่เป็นถึงพี่ของเจ้านาย แต่ทำอย่างกับว่าท่านเป็นคนระดับเดียวกับเรา คนงานก็ชื่นใจอะไร ๆ ก็อยากรับใช้ทำให้

ตรงนี้ก็พิสูจน์ให้เห็นว่า คนเรานั้นเมื่ออยู่กันด้วยพระคุณ พระคุณนี้แม้จะเป็นเหมือนใยไหมเส้นเล็ก ๆ ก็จริง แต่สามารถผูกใจได้เหนียวแน่น ดีกว่าที่จะเอาโซ่จะเอาตะปูไปตอกไว้ เพราะของเหล่านั้น แข็งแรงก็จริง แต่มันเจ็บปวด บาดเนื้อบาดใจ พระเดชนั้นถึงจะแข็งเท่าใดก็ตาม ถ้าทำให้คนที่ถูกบีบบังคับทนไม่ได้ ฮึดต่อสู้ขึ้นมา แข็งเท่าแข็ง เหล็กก็หักได้

ท่านจึงสอนให้เราทำตัวให้กลมกลืนสม่ำเสมอ เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บตาย

หรือเราเกิดคิดขวางโลก เหมือนสมัยนี้ เราไปซื้อของ รุ่นพวกเราจะเรียกลูกค้าว่าคุณ เราจะไม่

นับญาติกัน แต่สมัยนี้เขาจะนับญาติ บางคนไม่รู้ว่
เขาควรจะเรียกเราว่าป้า หรือยาย หรืออะไรดี ไป
เรียกว่า ป้า.. โกรธ ถ้าเรียกพี่ยังพอทนได้ เพราะ
ฉันยังไม่แก่นะ

ดิฉันเคยประสบมากับตัวเอง กำลังซื้อของ
อยู่ เด็กที่ขายของเรียกลูกค้าด้วยความอ่อนน้อม
ถ่อมตน เห็นท่านนั้นเป็นผู้ใหญ่ก็เรียก ป้า แทนที่
จะขายของได้ คุณป้ากลับโกรธมาก กระแทกของที่
กำลังเลือกลง แล้วแหงว่า ฉันไม่ใช่ป้าเธอ แม่เธอ
ไม่ใช่น้องฉัน เลยไม่ได้ซื้อของ วงแตกเลย

ดิฉันนึก จริงนะ การที่เราไปทักทักนับญาติ
กับใครนี้ ใจเราไม่ได้รู้สึกเป็นจริงอย่างนั้น แต่มัน
ก็เป็นสาเหตุให้เกิดปฏิกิริยาติดลบออกมาได้ ทำให้
อีกฝ่ายตกใจจนไม่รู้จะปรับสถานการณ์อย่างไร

แต่ถ้าเราทำในใจของเราให้เป็นธรรมว่า ถึง
เราจะไม่ใช่ญาติตามสายเลือด ท่านผู้รู้ก็สอนว่า ใน
สังสารวัฏนี้ เราเป็นญาติ เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด
แก่ เจ็บ ตายกัน เราเสมอภาคกัน ไม่มีใครดีพิเศษ
กว่าใคร ดำด้อยกว่าใคร ไม่มีใครรวย ใครจนกว่า

ใคร เพราะอริยทรัพย์ของเรา ก็ปานกันทั้งนั้น บาง
คนทำท่าจะสะสมเสียบ้างได้ก่อนหนึ่ง โลก โกรธ
หลง ซึ่งเหมือนหินแหลมๆ ตกกระแทกลงมาแรงๆ
กระปุกออมทรัพย์ของเรา ก็แตก เสียบ้างที่สะสมไว้
เป็นทุนรอนยังไม่พอล้างหนี้ ก็เปรียบเหมือนแตก
กระจายถูกขโมยไม่เหลือ เราก็ล้มละลายจากความ
เป็นมนุษย์ ไม่มีชั้นดีเลย

ถ้าพิจารณาอย่างนี้อยู่เนืองๆ ความที่จะไป
หลงไหลได้ปลื้มว่าชั่วแน่ มันก็ไม่แน่ ทุกคนมีโอกาส
เท่าเทียมกัน ท่านอาจารย์ท่านเตือนว่า ไม่ล้มข้าม
ได้ แต่คนล้มอย่าไปข้ามเป็นอันขาด เพราะคนบาง
คนมีวิบากหนักหนาสาหัส แต่บุญเขาก็มีมหาศาล
เหมือนอย่างกับท่านเปรตเศรษฐีในชาดก ที่ท่านเจ้า
อาวาสเอามาเล่าขานน้อยๆ ของท่าน

เวลาพระเณรออกไปบิณฑบาต ชาวบ้านญาติ
โยมก็เต็มใจจบบข้าวเหนียว ห่อหิ้ว ขอดวายจวนน้อย.. คือ
ภาษาอีสานเรียกเณรว่าจวนน้อย พระเรียกเจ้าหัว
ก็เป็นเจ้าหัวจวนน้อย ท่านเจ้าอาวาสบอก ถึงเขาจะ
จบบข้าวปลาอาหารเหนียว ห่อหิ้ว ถึงเขาจะเต็มใจใส่บาตร

เขาก็ใส่ให้เณรที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ถ้าเณรปฏิบัติไม่ดี เอาผ้าเหลืองมาครองเฉยๆ พอฉันข้าวชาวบ้านเสร็จ แทนที่จะภาวนาหรือรักษาให้ใจเป็นบุญเป็นกุศล แม่เมตตาไปถึงเขาแล้วเป็นอริยทรัพย์จริงๆ มัวแต่มาเล่นกันอย่างนี้ เดี่ยวก็ได้เป็นเปรต เศรษฐีหอรก

ท่านเล่าให้ฟังว่า มีเศรษฐีท่านหนึ่ง ซึ่งปกติก็ทำบุญทำทาน ภาวนา รักษาศีล แต่บังเอิญบ้านของท่านอยู่ติดพระเจดีย์ที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุ ชาวบ้านมีความเลื่อมใสศรัทธา ช่วยกันทอผ้าด้วยไหมทอง เอาไปห่มพระเจดีย์ไว้

วันหนึ่ง มีลมพายุพัดจนผ้าไหมทองนั้นหลุดจากพระเจดีย์ ปลิวไปตกในบ้านท่านเศรษฐี ทั้งๆ ที่รู้ว่าผ้าผืนนั้นเป็นผ้าที่ชาวบ้านห่มถวายพระเจดีย์ แต่ท่านเศรษฐีเกิดวิปริตอะไรไม่รู้ ท่านนึกว่า คงเป็นบุญของเรา พระจะให้เราได้ผ้าผืนนี้ คล้ายๆ กับว่า การที่ท่านทำบุญทำกุศลแล้ว ท่านสมควรได้ผ้านี้ ลมก็ช่วยหอบให้ผ้ามาตกในที่ของท่าน ท่านเลยไม่เอาผ้าไปห่มคืนพระเจดีย์ ก็ไม่ได้ขโมยนี้ ลมพัดผ้า

ตกลงมาเอง เพราะฉะนั้นก็เป็นของๆ เรา ท่านเลย
เอาผ้านี้มาห่มตัวท่านเอง พอตายไป ท่านเลยไป
เป็นเปรต ตรงลำตัวที่ผ้าห่มอยู่ ก็มีเป็นแผ่นเหล็ก
นาบไฟร้อนทาบติดอยู่ ท่านเศรษฐีได้รับความทุกข์
ทรมาน ร้องกระเซอะกระเซิงไป ทำอย่างไรๆ เหล็ก
นาบไฟร้อนก็ไม่หลุดไปจากเนื้อตัวท่าน

ท่านไม่ได้ขโมยก็จริง แต่ก็ไม่มีความผิดไปต่อบุ
พระพุทธรูปเจ้า เขาบูชาพระเจดีย์ที่บรรจุพระบรม
สารีริกธาตุ ถึงท่านเศรษฐีจะทำบุญทำกุศลมากแค่ไหนก็ตาม
ชาวบ้านเขาไม่ทอผ้าไหมทองมาให้หรือ
ท่านเศรษฐีจึงทุกข์ทรมานมาก

วันหนึ่ง มีพระธุดงค์ผ่านมา พอท่านเข้าไป
พักในถ้ำแล้วเริ่มตั้งภาวนา หูท่านก็สัมผัสเสียงร้อง
ครวญครางของท่านเศรษฐี ท่านจึงกำหนดจิต ถ้าม
เจ้าของเสียงว่า ท่านเป็นใคร ทุกข์เดือดร้อนด้วย
เรื่องอะไร เราสามารถจะช่วยท่านได้ไหม

ท่านเศรษฐีตอบว่า เดิมท่านเป็นเศรษฐี ที่นี้
ด้วยความที่คิดผิดไป ก็ไปเอาผ้าที่สมชอบมาจากพระ
เจดีย์ที่บรรจุพระบรมสารีริกธาตุมาห่มตัวเอง ด้วย

กรรมอันนี้ ทำให้ต้องมามีเหล็กนาบไฟแนบติดตัว
อยู่ตลอดเวลา

พระชุตงค์ถามว่า ท่านสามารถจะช่วยอะไร
ได้บ้างไหม เปรตเศรษฐีตอบว่า ถ้าพระชุตงค์ไปพบ
เศษผ้าที่เขาทิ้งแล้ว ให้ท่านชักรับใส่ถุง เอามาซักล้าง
จนสะอาด แล้วเย็บต่อๆ กัน จนได้ขนาดตามสมควร
แล้วเอาไปห่มเจดีย์ร้างอุทิศให้ท่าน บุญกุศลนี้จะช่วย
ให้ท่านพ้นจากบาปกรรมได้

รุ่งเช้า พระชุตงค์ออกจากสมาธิแล้วระลึก
เรื่องได้ ระหว่างชุตงค์ไป ก็ดูตรงไหนมีเศษผ้าที่เขา
ทิ้งพอใช้การได้ ท่านก็ชักรับใส่ถุง เอามาเย็บต่อกัน
เป็นผืนไว้ เมื่อยาวพอสมควรจะห่มเจดีย์ได้ ท่านก็
มองหาเจดีย์ร้าง วันหนึ่ง ท่านพบเจดีย์ร้าง ก็เอาผ้า
นี้ไปห่มแล้วอุทิศส่วนกุศลให้ท่านเปรตเศรษฐี

ตกกลางคืน ท่านทำสมาธิก็นึก บุญกุศลของ
เราจะไปถึงท่านเปรตเศรษฐีไหม ขณะที่กำลังนึก
อย่างนั้น ก็นิมิตเห็นแสงสว่างสุกใสมาก พอแสงสว่าง
ค่อยจางไป ก็กลายเป็นเทวดา และเทวดาองค์นี้
ก็คือท่านเปรตเศรษฐี ซึ่งท่านไม่ได้มีแต่บาปอกุศล

เท่านั้น บุญกุศลของท่านซึ่งคอยทำอยู่ก็มีมาก
ท่านชดใช้บาปของท่านไปแล้ว เมื่อได้บุญที่พระ
ชุตงค์อุทิศจากผ้าบังสุกุลให้ท่าน ท่านก็พ้นจากบาป
อกุศล มาเสวยบุญเป็นเทวดาสว่างสดใส ท่านมา
อนุโมทนาแล้วขอบคุณพระชุตงค์

ท่านเจ้าอาวาสเล่าจบแล้ว ท่านก็ขู่เณรน้อย
ทั้งหลายของท่านว่า นี่.. มันจะเป็นเหมือนเปรตเศรษฐี
เขาให้ก็จริงอยู่ แต่ว่าเขาให้เณรที่ตั้งใจปฏิบัติ ไม่ใช่
เอาผ้าเหลืองมาพันกายแล้วก็วิ่งเล่นกัน แล้วก็ฉันท
ข้าวเขาไป ก็เหมือนไปโกงเขา ไปปล้นเขา เอาจีวร
เขามาห่มก็เหมือนไปกล่าวดูว่าเราเป็นเณร

ตรงนี้ทำให้เราสะดุดคิดว่า เวลาที่เราไม่ได้
ระลึกนึกถึงว่าเราเป็นอะไร เราทำอะไรอยู่ แล้วทำ
ให้สมกับหน้าที่ที่เราเป็น ทั้งๆ ที่ผู้คนเขาก็ให้ด้วย
ความเต็มใจ แต่เหมือนเราหลอกลวงเขา เขาให้เรา
เพราะเขาเข้าใจผิด อย่างพวกเราถ้าไม่มีความจริงใจ
ไม่มีความซื่อตรงต่อสิ่งที่เราทำตามตำแหน่งหน้าที่
แม้จะปรุ้งแต่งกิริยามารยาทให้มีเสน่ห์ ให้คนที่มา
ติดต่อกับเรา เขาหลงเชื่อ เขาดีใจ ไว้ออกไว้อใจ แต่

จริง ๆ ในใจของเราไม่มีความตั้งใจจริงกับเขา ไม่ได้
คิดช่วยให้กิจธุระของเขาถูกล่วงไปด้วยดี มุ่งแต่ผล
ประโยชน์ ให้เขานิยมชมชื่นเรา ถ้าเป็นดังนั้นก็เป็น
เสน่ห์ปลอม มันจะกลับมาเดือดร้อนกับเรา ไม่ได้
ไปเดือดร้อนกับเขาหรอก มันจะมาเดือดร้อนกับเรา
เหมือนกับเราไปทำหนี้ทำสิน ไปโกงเขา อย่างที่ท่าน
เจ้าอาวาสท่านคุณนรน้อย ๆ ของท่านนั้นแหละ

การที่เราจะทำตัวให้คนอื่นมารักใคร่เรา ให้เรา
เป็นที่นิยมนั้น จะต้องมาจากความจริงใจ ยุคนี้อาจจะมี
หนังสือคู่มือวิธีสร้างเสน่ห์ วิธีสร้างคนหนุ่มสาวให้
ประสบความสำเร็จ วิธีสร้างบุคลิกให้เป็นอย่างโน้น
อย่างนี้ แต่ถ้าในใจของเราไม่มีความจริงใจ ไม่ได้ทำ
ขึ้นมาจากความเชื่อว่า กิริยาที่เราทำนั้นเป็นของดี
มีคุณมีประโยชน์ทั้งกับผู้รับและทั้งกับเราด้วย ก็ไม่
เกิดผล เพราะของดีจริง ไม่ว่าจะศัตรูหรือเพื่อนของ
เราเอาไปใช้ มันต้องดีเสมอ

ของดีนั้นไม่มีหรอกที่ว่าศัตรูเอาไปใช้แล้วตาย
แต่เพื่อนหรือเราเอาไปใช้จึงจะเจริญรุ่งเรือง ไม่มี ของ
ที่เป็นกรรม ของที่ดีจริง ถ้าดีแล้วมันดีเสมอหน้ากัน

หมด ไม่ว่าจะกับใคร ต้องดีเหมือนกันหมด ถ้าไม่ดี ก็ต้องไม่ดีเหมือนกันหมด เป็นต้นว่าเราจะเอายาพิษ ไปเบียดคนอื่น บังเอิญมือของเรามีแผลถลอก ยาพิษ ที่เราจะเอาไปใช้กับคนอื่นก็ซึมเข้าไปในแผลที่มือเรา เรานี้แหละจะตายก่อนที่จะเอายาพิษไปเบียดคนอื่น ได้ มันเป็นกฎสากล

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราคิดจะปรับปรุงตัวเรา ว่าทำอย่างไรจึงจะแต่งกิริยาวาจา รูปลักษณะภายนอกให้เป็นเสน่ห์ได้ แต่ในใจไม่ปรับปรุง ไม่ดีจริง มันก็ไม่เป็น เพราะฉะนั้น ความจริงใจจึงเป็นสิ่ง สำคัญที่สุด ที่จะทำให้เราเป็นที่รักใคร่ไว้วางใจของ คนอื่น

ไม่ใช่แต่คนด้วยกัน แม้กระทั่งเทวดาหรือ อมนุษย์ ถ้าเรามีความจริงใจ มีความอ่อนน้อม มีความเป็นมิตรไมตรี ไปที่ไหนเราไม่ไปล่วงเกินเขา ถึงเราจะเข้าป่าเข้าดงไปปฏิบัติ เราก็จะได้รับความ ร่วมเย็นเป็นสุข

ดังนั้น ผู้ที่มาบวชเป็นพระจึงต้องมีอุปัชฌาย์ เพื่ออบรมสั่งสอนอยู่ด้วยกันอย่างน้อย ๕ ปี ไม่ใช่

ว่าครบ ๕ ปีแล้วทุกองค์จะมีสิทธิรุดงค์ไปได้ตาม
ความพอใจ ถ้าอุปัชฌาย์เล็งเห็นว่า นี่ ๕ ปีแล้ว แต่
พระยังบ่มบ่ามชุ่มซำม ดีไม่ดีออกไปจะเป็นอันตราย
ท่านก็ไม่ให้ออกไป เพราะพวกเรามองเห็นกันได้แต่
เฉพาะตาเนื้อ แต่เทวดาและอมนุษย์มีกายละเอียด
ตาเนื้อมองไม่เห็น

เวลาไปตามป่าตามเขา กายละเอียดนี้จะมี
อยู่ตั้งแต่พื้นดินที่เราเรียกว่าภูมิเทวดา อยู่ตามต้นไม้
เรียกว่ารุกขเทวดา อยู่ตามถ้ำตามเขา เทวดาเหล่านี้
ถึงจะมีฤทธิ์เหาะเหินเดินอากาศได้ อิมทิพย์ ไม่
ต้องกินข้าวอย่างเรา ท่านดูดีกว่าเรา แต่ว่าจิตใจก็
ยังไม่หมดกิเลส เป็นกามาวจรคือติดอยู่ในกามวัตถุ
เหมือนเรา เพียงแต่ว่าท่านดีกว่าเราหน่อยหนึ่ง ตรง
ที่ใช้ของทิพย์ ไม่ต้องมาใช้ของหยาบๆ เหมือนเรา
บางองค์จิตใจท่านยังเหมือนมาเฟียอยู่ เราเกิดเข้าไป
ไปทำกิริยาไม่เป็นที่ถูกกิเลสเข้า ท่านก็นึกว่า ไฉน
แหลมมาหรือ แกล้งมันเสียหน่อย

เหมือนสมัยพุทธกาล พระออกรุดงค์ไปตาม
ป่า ไม่รู้ธรรมเนียม ไม่รู้วิธีผูกไมตรีกับพวกเทวดา

เหล่าเทวดาเห็นพระชฎงค์เข้าไปพักปฏิบัติในถ้ำก็
อนุโมทนาบุญ ปกติเทวดาเหล่านี้อยู่ตามเพดานถ้ำ
ก็อยู่ไม่ได้แล้ว เพราะอยู่เหนือพระ ต้องลงมาอยู่ที่
พื้นดิน ได้รับความลำบาก ครั้นอยู่ไปๆ พระท่าน
ก็ชี้แจงชี้คร้าน ไม่ได้ปฏิบัติเคร่งครัดรักษาศีลให้
บริสุทธิ์ เทวดาก็รู้สึกว่พระมาแย่งที่ของเราแล้วไม่
ทำบุญทำกุศลให้อนุโมทนาได้ ท่านก็แกล้งให้พระ
อยู่ไม่ได้ เหมือนกับว่าเราไปแย่งบ้านเขา แต่เราไม่รู้
เพราะมองไม่เห็น เราไม่มีตาทิพย์ ใจเราก็ไม่ละเอียด
ที่จะอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ระวังตัวว่า ทุกแห่งที่ไปอยู่
เราจะต้องตั้งใจใช้สถานที่นั้นให้เกิดประโยชน์สูงสุด
เมื่อเราแผ่เมตตาออกไปให้เจ้าที่เจ้าทางหรือกายทิพย์
ท่านก็ได้รับกุศลจริง ไม่ใช่ของเก๊ จะได้เป็นมิตร มี
น้ำใจไมตรีกับเรา

ผู้ใหญ่ปุ่ย่าตาทวดจะสอนเราว่า ไปที่ไหนผิด
ที่ผิดทาง อย่างน้อยต้องบอกกล่าวเจ้าที่ จุฑรูปบอก
ว่า ที่เรามาเนี้ มาดีเป็นเพื่อน มาขออาศัยอยู่หน่อย
ไม่ได้มาล่วงเกินหรือทำอะไรไม่ดี หากเราเป็นคน
สมัยใหม่ เราจะคิดว่า งมงาย คร่ำครึ เพราะเราไม่

สามารถหากล้องวิเศษที่จะถ่ายรูปกายละเอียดเหล่านี้มาพิสูจน์ได้ แต่ถ้าคิดว่า ของอะไรก็ตาม ถึงเราไม่รู้ไม่เห็น ก็อย่าเพิ่งปฏิเสธ หรือคิดเอาว่าเรารู้ดีหมดทุกอย่างแล้ว

ค่อยๆ ศึกษาไป ค่อยๆ ทำใจของเราให้ละเอียดเข้า ละเอียดเข้า จนสัมผัสสิ่งนี้ได้ และเชื่อมั่นมา เพราะธรรมไม่ใช่สิ่งที่เราจะเอามาเขียนเป็นรูปอธิบายกันบนกระดาษดำ หรือเอามาพิมพ์เป็นหนังสืออ่านกัน แล้วก็จะรู้เรื่อง มันต้องลงมือปฏิบัติ พอปฏิบัติแล้วจึงจะรู้เห็นเป็นขึ้นในใจ ให้สัมผัสได้

เมื่อเป็นอย่างนี้ มิใช่ที่ใครจะค้านว่า สิ่งนี้ไม่จริง เราก็ไม่คล้อยไปกับเขา เหมือนเรากินข้าวอิ่มแล้ว คนมาบอกว่า ตายจริง หน้าตาเธอดูแย่งสังสัยจะหิว เอานี้ไปกินเสีย เราก็กินไม่ลงแล้ว หรือเราหิวจนไส้จะขาด เขากลับบอก ดูเธอเป็นน้ำเป็นนวล เธอคงอิ่มแล้ว ไม่ต้องกินหรอก เราก็ไม่เชื่อก็เรายังไม่อิ่ม ท้องร้องกร๊อกๆ ฟ้องอยู่

การปฏิบัติจะทำให้เรารู้เห็นเป็นในใจ เหมือนอย่างกับเรากินข้าวอิ่ม เราก็รู้ว่าเราอิ่ม เราหิว เรา

ก็รู้ว่าเราหิว ใครจะมาพูดอย่างไร เราก็ไม่บ้าตามตรงนี่จึงได้ว่า การจะทำตัวให้เป็นที่รักของใคร เราต้องจริงใจ เราต้องรู้ตัวเรา เมื่อเราเป็นคนไม่สวย ก็ไม่ต้องปรุงแต่งให้เป็นคนสวยขึ้นมา มันเป็นรูปธรรมนามธรรม อาจเป็นว่าแต่ก่อนนี้ศิลปินบางคนพร่อง บางคนบอกว่า ที่เราไม่สวยเป็นเพราะเราไม่เคยทำบุญทำทานด้วยเสื้อผ้า อย่าไปเชื่อเขา

หลวงปู่หลุยท่านเคยพูดให้ฟังถึงผู้หญิงสวยที่เป็นนางงาม ท่านว่าไม่ใช่เพราะอานิสงส์ของเสื้อผ้าแพรพรรณที่เธอทำบุญ เป็นเพราะว่าเธอรักษาศีลมาบริสุทธิ์ผุดผ่อง ท่านยังหวังใฝ่อยากให้เธอได้มาปฏิบัติ เหมือนเรามีสมบัติอยู่ในกระปุกออมสินเสร็จแล้วก็หลงไหลได้ปลื้มจนลืมใส่กระปุกออมสินต่อ เมื่อวันหนึ่งมาแกะกระปุกออมสินดู เหลือแต่ลม มันก็จะไม่มีเสปียงเลี้ยงตัว

คนที่สวยด้วยศีลนั้นสวยยั่งยืน ถึงแก่แล้วก็ยังสวย ไม่เหมือนคนสวยบางคน เหมือนดอกไม้ที่กำลังบานใหม่ๆ ก็สวย ถูกแดดถูกลมประเดี๋ยวเดียวก็เหี่ยวเฉาแล้ว ไม่สวยยั่งยืน ตรงนี้ก็เหมือน

กัน ถ้าเราไม่ทำให้ใจมีความจริงใจ มีศีลเป็นสมบัติ ถึงจะสวยสักแค่ไหน พอคบกันไปหน่อยหนึ่ง อ้าปากพูด วาจาของเราก็คงไม่สวย ไม่เป็นวาจาหน้าผึ่ง

ท่านผู้รู้จำแนกไว้ว่า คนเราจะพูดจะจา อาจเป็นวาจาเหมือนขี้ก็ได้ อ้าปากพูดนี้ไม่เข้าหูใครเลย เหมือนไปหมด หรือเป็นเหมือนดอกไม้ สวยก็จริงแต่ไม่มีประโยชน์ คือ พูดจาให้คนอื่นฟังดูดี แต่ไปคิดดูดี ๆ ไม่มีคุณ ไม่มีประโยชน์ เอาแต่ประโยชน์ใส่ตน ถ้าเป็นอย่างนี้ใครไปหลงคารมก็ขาดทุน วาจาที่ดีคือวาจาที่เป็นเหมือนหน้าผึ่ง พูดด้วยใจเมตตา เป็นวาจาอ่อนโยน พูดสิ่งที่เป็นความจริง ถูกกาลเทศะ มีคุณ มีประโยชน์ เพราะหน้าผึ่งนอกจากจะหวาน เอาไปทำน้ำหวานแล้ว ยังเอาไปทำยาก็ได้ มีคุณมีประโยชน์

การจะทำตัวให้เป็นที่รักของผู้คน ไม่ใช่เพียงแต่หวังประโยชน์ว่าอะไรที่เขาชอบเราทำ แต่จริง ๆ แล้ว สิ่งที่ทำไปอาจผิดกาลเทศะ ไม่เป็นคุณกับเขา แทนที่เราจะบอกเขาตรง ๆ เตือนเขาตรง ๆ เรากลับยกยอปอขึ้นว่าเขาทำถูก ทั้ง ๆ ที่เขาทำผิด ก็

เท่ากับเราทำร้ายเขาให้อับปาง อย่างนี้มันไม่ยั่งยืน
เมื่อความจริงปรากฏเขาก็ไม่นิยมชมชื่นเรา

เราทุกคนมีเสน่ห์อยู่แล้วด้วยการรู้กาลเทศะ
ถ้าปากเพียรฝึกไปจนในที่สุดเป็นอุปนิสัยเราจริง ๆ
อะไรที่จะพูดออกไป ถึงจะเห็นว่าสิ่งที่เขาทำผิด แต่
ตรงนั้นผู้คนมากมาย กาลเทศะไม่เหมาะ เราก็ปิด
ปากเงียบเสีย แต่ไม่พูดสนับสนุนให้เขาเข้าใจผิด ถ้า
เขาถูกคิดได้ เขาต้องเกิดเอะใจแล้วว่าทำไมเราถึง
เงียบ

การไปพูดตำหนิ จะเหมือนกับประจานเขา
เพราะกาลเทศะไม่พอเหมาะ แต่เราก็คอยหาโอกาส
ที่จะพูดกับเขาเป็นการส่วนตัว จะได้ชี้แจงว่าสิ่งที่
เขาทำนั้นไม่เหมาะสมไม่ควร เพราะอย่างนี้ ๆ เรามี
เหตุผล ไม่ใช่ไปก้าวร้าวเขา เราพูดตามจริงด้วย
ความสุภาพ เขาจะเชื่อหรือไม่เชื่อ จะปฏิบัติตาม
หรือจะยังดึงดันต่อไป เราก็ไม่ไปบีบบังคับเขา เพราะ
ถือว่าหน้าที่ของเราคือให้ความจริงกับเขา ถ้าเขา
ถามความเห็นว่าเขาควรทำอย่างไร เราก็ชี้แนะ แต่
ไม่ไปบีบบังคับหรือพูดจาให้เขาเจ็บช้ำน้ำใจ

คนบางคน ด้วยความรัก เมื่อเขาไม่ทำ
อย่างที่เราระบุ ก็มีอาการดีดพ้อต่อว่า อย่างนั้น
ก็ไม่เป็นเสน่ห์ แม้จะรักกันแทบตาย ถ้าโดนอารมณ์
อย่างนี้เป็นประจำ ..ไม่ได้ ถ้าเธอรักฉัน ฉันพูดอะไร
เธอต้องทำตามฉันหมด มันก็ไม่ไหวเหมือนกัน เพราะ
ว่านกออยู่ดีๆ จะให้ลงน้ำไปว่ายน้ำ ใส่ชุดประดาน้ำอยู่
เรื่อยๆ ก็แย่ มันต้องเป็นธรรมชาติของมันบ้าง

ตรงนี้เอง เสน่ห์ประกอบด้วย หนึ่ง มีความ
จริงใจ สอง เคารพในสิทธิของกันและกัน ใครเป็น
อย่างไร เขามีธรรมชาติที่เหมือนนกก็จะบิน เรา
เหมือนปลาจะว่ายน้ำ ถึงเวลา เราไปว่ายน้ำ เขา
ก็ไปบิน เราไว้ใจกัน เราอยู่ด้วยกันด้วยความเข้าใจ
กัน ด้วยเหตุผล อย่างนี้ ความน่ารัก ความเป็น
เสน่ห์ของเราจึงจะยั่งยืน อยู่กับใครๆ ก็อยู่ได้ทั้งนั้น
กับคนชั่ว ถ้าเราจำเป็นต้องไปอยู่ เราก็อยู่ได้

เหมือนที่ท่านอาจารย์เล่าให้ฟังว่า ช่วงที่ท่าน
ยังหนุ่ม ที่ที่ชูดงค์ไปก็ยังไม่คุ้นเคย ไม่รู้ว่าวัดไหนดี
วัดไหนไม่ดี ท่านเล็งแล้วว่าวัดนี้ท่าทางเข้าท่า ก็
เข้าไปขอท่านเจ้าอาวาสค้างอ้างแรมด้วย เจ้าอาวาส

ก็มีไมตรีให้อยู่ ตอนนั้นเป็นเวลาใกล้ค่ำแล้ว ลัก
ประเดี้ยวก็มีพระลูกวัดมานิมนต์ไปฉันข้าวต้มด้วย
กัน ท่านก็เริ่มปรีวิตก

ปกติท่านฉันมือเดียว แต่ที่นี่มนต์ไปฉันมือ
ค้ำ ครั้งแรกท่านก็ว่าจะโบบ้างออกไปแล้ว ว่ามัน
เป็นพระหรือเป็นอะไร อย่างนี้ผิดพระวินัย แต่ท่านก็
ได้สติว่า เขาไม่ได้เชื่อเชิญให้เราไปพัก เรายัดเยียด
ตัวเราเองเข้ามา แล้วเขาก็มีน้ำใจไมตรีรับเราไว้
ถ้าไม่มีไมตรี เขาก็แอบฉันข้าวต้มกันเงียบๆ ไม่
เอื้อเฟื้อแผ้วแผ้วมาถึงเรา แสดงว่าเขาจริงใจกับเรา
แล้วเราจะไปทำบาปอย่างนั้นได้อย่างไร

ในที่สุดท่านก็หาอุบายได้ บอกไปว่า ขอขอบคุณ
ครับ ผมจัดการมาเสร็จแล้วก่อนจะไปที่นี้ ท่านไม่
ได้บอกว่า ท่านจัดการเสร็จตั้งแต่เมื่อเช้า เรียบร้อย
ก็ท่านจัดการเสร็จแล้วจริงๆ บัวก็ไม่ซ้ำ น้ำก็ไม่ขุ่น
แล้วท่านอธิบายว่า บางครั้งเราอาจไปเจออะเจอะ
อะไรที่กลิ่นไม่เข้ากายไม่ออก ถ้าเราตรง แต่ตรงผิด
กาลเทศะ มันก็ไม่งาม เพราะที่นี้เขาอาจจะทำอย่าง
นี้จนถือเป็นปกติก็ได้ เราก็มารู้

ด้วยเหตุนี้ อยู่ที่ไหน จะไปทำอะไร ก็ต้องดูให้ถี่ถ้วน ถ้าดูถี่ถ้วนแล้วยังเกิดอุบัติเหตุอย่างนี้ขึ้น ก็ต้องดูว่าเราจะทำอย่างไร ให้เราเอาตัวออกมาจากเหตุการณ์คับขันนั้นได้โดยที่เราเองไม่ขาดทุน ไม่ใช่เราจะต้องไปฉันท่วมกับเขา หรือว่าเราไม่ฉันท่วมกับเขา แต่ก็ดำเขาเปิดเบิ่งจนกระทั่งวิวาทกันเสียหายไปเลย ดีไม่ดีก็พระตีกัน

หากเราฝึกเราให้มีกาลเทศะ มีปัญญาเห็นชอบแล้ว เราก็จะทำตัวเราให้พอเหมาะพอควร เหมือนอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ว่า ดึงเกินไป อดดกิลมถานุโยค ก็เป็นพิษเป็นภัย หย่อนเกินไป ก็เป็นกามสุขัลลิกานุโยค ก็ทำให้เวลาถลนกินชีวิตเราไปเปล่าๆ ต้องมัชฌิมาปฏิปทา คือพอดีพองาม

ที่นี้ มัชฌิมาปฏิปทานี้ เวลาพูดมันพูดง่าย คราวหนึ่งดิฉันพูดถึงเรื่องนี้ ก็มีคนถามดิฉันว่า ในเมื่ออาจารย์บอกว่า มัชฌิมาปฏิปทา พระพุทธเจ้าก็ทรงสอนแล้ว ทำไมคนทั้งหลายที่ปฏิบัติธรรมถึงจะต้องมีเนสัชชิก ถึงจะต้องอดอาหาร ก็บอกแล้วปลายสุดโต่งนั้นไม่ให้ทำ แล้วทำกันทำไม

เราก็บอกไซ้ พระพุทธเจ้าตรัสเอาไว้ว่า ดิ่ง
เกินก็ไม่ให้ทำ หย่อนเกินไปก็ไม่ให้ทำ ก็เหมือนกับ
ถนนนี้ เราก็รู้ว่าจะต้องเดินอยู่กลางถนน แต่ถ้ามา
ถนนสายนี้ แล้วเรายังไม่เคยรู้ว่าขอบถนนอยู่ที่ตรง
ไหน ที่บอกว่าดิ่งเกินไปหย่อนเกินไป เราก็ต้องเดิน
สำรวจก่อน เราถึงจะรู้ว่าตรงกลางถนนที่ปลอดภัย
นั้นอยู่ตรงนี้ การที่ครูบาอาจารย์บอกว่าดิ่งเกินไปอย่า
ทำ เมื่อเดินๆ ไป ถนนชักทำท่าเอียงลาด แล้วที่เคย
เรียบก็ชักขรุขระ เราก็รู้ว่าถึงขอบแล้วนะ ที่เดิน
มาใกล้จะอันตรายแล้วนะ เราจะได้ระมัดระวัง ไม่
ประมาท แต่ถ้าไม่มีใครบอกเราไว้เลย เราก็เดินด้วย
ความเพลิดเพลिन จนตกเหวไปเลยก็ได้ คราวนี้กว่า
จะตะกายขึ้นมาได้ก็ย่ำแย่

เหมือนกับเจ้าชายสิทธัตถะตอนที่ท่านบำเพ็ญ
ทุกรกิริยา เพราะท่านไม่รู้ว่าแค่นี้ถึงจะเป็นอัตต-
กิลมถานุโยค ท่านดำริว่า ถ้าร่างกายเหนื่อยมากๆ
เราก็คงฟังชันไม่ไหว เพราะฉะนั้น ถ้ากายเหนื่อย
เปลี้ยมากๆ กิเลสก็คงเหนื่อยไปด้วย แล้วก็คงแห้ง
ตายไป ท่านจึงอดพระกระยาหาร จนกระทั่งในที่สุด

ทรงนิมิตว่าพระอินทร์มาติดพิณให้ทอดพระเนตร
ครั้งแรกก็ชิงสายพิณเสียตั้งเปรี๊ยะ พอติดเข้าก็ขาด
คราวนี้พระอินทร์กลัวว่า ถ้าชิงตั้งไปจะขาดอีก ก็
เลยไม่กล้าชิงให้ตั้งนัก สายก็หย่อน พระอินทร์ติดก็
ไม่มีเสียง ก็เหมือนกับพวกเรานี้ ขอบซ้ายขอบขวา
ถนบน พวกเรารู้กันทั้งนั้นแหละ พระอินทร์ก็ค่อยๆ
ขันสายพิณให้ตั้งเข้าอีกหน่อย อีกหน่อย จนติดได้
เป็นเสียงไพเราะ เออ.. ตรงกลางพอดีเลย

เจ้าชายสิทธัตถะก็ทรงได้สติขึ้นมา ร่างกายก็
เหมือนเรือแพ ถ้าเราไปทารุณมัน ไม่ใส่พินใส่น้ำมัน
เรือจะไปถึงที่ได้อย่างไร ท่านเลยกลับมาเสวยพระ
กระยาหาร ปัญจวัคคีย์ก็เข้าใจผิดว่า สมณโคดม
เวียนกลับที่ดำเสียแล้ว เราเล็ก เลิก ไม่อุปถัมภ์ท่าน
แล้ว ไม่มีหวังแล้วที่ท่านจะบรรลุนิพพาน แต่แท้ที่จริง
ท่านกำลังแสวงหาที่พอดีของท่านในการเสวย เพราะ
ร่างกายเป็นสิ่งที่พระองค์อยู่เนื่องนิจ จึงต้องเสวยบ้าง
เพื่อซ่อมแซมที่สึกหรอไป

ตัวดิฉันกราบเรียนท่านอาจารย์ว่า ที่ปฏิบัติ
อยู่พอดีแล้ว จะให้เพียรอะไรมากกว่านี้ เดียวก็ทรมาน

ตัวเองเท่านั้น แค่นี้พอดีแล้ว ต้องนอนแล้ว ท่านอาจารย์ตอบว่า นี่มันพอดีของกิเลส ดิฉันก็ประท้วงว่า ไม่ได้ ถ้าไม่นอนจะแย่ ท่านก็ส่ายหัวว่า กิเลสนะสิ มันให้นอน เราก็อำเราทำแทบตาย ท่านว่านั่นแหละ กิเลส ยังไม่ใช่มัชฌิมาของพระพุทธเจ้า ยังเป็นย่อหย่อนอ่อนแอท้อแท้เกียจคร้านอยู่ เสรีจิกิเลสมันต้องเอาให้เกินตาย ถ้ามันจะตายให้มันตายไปเลย รู้แล้วรู้รอดไปเลย นั่นแหละ จะเป็นทางสายกลางของพระพุทธเจ้า

เพราะฉะนั้น พวกเราไม่ต้องกลัวว่าที่เราทำนี่ จะตึงเกินไป ยิ่งไงๆ มันหย่อนทุกที ที่เราบอกมันตึงไป ท่านอาจารย์ก็ว่าหย่อนทุกที ดิฉันก็ไม่เชื่ออะไรจะหนักหนาปานนั้น

วันหนึ่ง ไปอ่านประวัติท่านพระอาจารย์ฝั้น ท่านเล่าถึงตอนที่ท่านตามท่านพระอาจารย์เสาร์มาพักที่วัดบรมนิवास เมื่อบิณฑบาตเสร็จแล้วเดินกลับวัดบรมนิवास ท่านเหลือบไปเห็นผู้หญิงคนหนึ่งจูงลูกสาวอายุ ๒ ขวบกว่าๆ เดินผ่านไป ผู้หญิงไม่ได้มองท่าน เขาก็จูงลูกเขาเดินกันไป แวบเดียวที่เห็น

ใจท่านเกิดความรู้สึกอยากได้ผู้หญิงคนนี้ สติก็เตือนว่า เมื่อเขามีลูก เขาก็ต้องมีผ้า กิเลสก็เถียงว่า ไม่เป็นไร ถึงมีลูกมีผ้าก็ยังอยากได้อยู่ คือเวลาที่กิเลสสำแดงฤทธิ์ มันเอาถึงปานนั้น

เมื่อกลับถึงวัด ท่านรู้สึกว่ ถ้าฉันจ้งหันมือนี้ คงเสร็จกิเลสแน่ ท่านเลยเอาอาหารที่บิณฑบาตได้ทั้งหมดเทเข้าส่วนกลาง แล้วลงไปเดินจงกรม จนท่านพระอาจารย์เสาร์เสร็จจากฉันอาหาร คุยกับญาติโยมเรียบร้อยแล้ว ท่านก็ขึ้นมาราบขอโอกาสเล่าเรื่องให้ฟังว่า มันเกิดอย่างนี้ๆ ท่านพระอาจารย์เสาร์ก็ถามว่า แล้วท่านแก้ไขอย่างไร ท่านก็กราบเรียนว่า ท่านไม่ฉันจ้งหัน ไปเดินจงกรม ท่านพระอาจารย์เสาร์ก็ว่า ดีแล้ว แล้วท่านจะทำอย่างไรต่อไป ท่านกราบเรียนท่านพระอาจารย์เสาร์ว่า กระผมจะอดอาหารต่อไปจนกว่าจิตใจจะสงบลง ท่านพระอาจารย์ก็ไม่ว่าอะไร

ท่านพระอาจารย์มั่นจึงไม่ออกบิณฑบาต เร่งความเพียร เดินจงกรม นั่งสมาธิ ได้รับความทุกข์ทรมาน เจ็บจนกระทั่งฝ่าเท้าแตก ใจก็ไม่ยอมเป็น

สมาธิ นั่งสมาธิก็ไม่ลงรวม จะพุทโธหรือบริกรรม
อะไร ก็เห็นแต่หน้าผู้หญิงขึ้นมา ถึงขั้นว่าเขามีลูก
มีผิวแล้วก็ยังจะเอา ท่านคงเดินจงกรมต่อไปจน
กระทั่งฝ่าเท้าที่แตกมีเลือดไหลออกมาไม่ยอมหยุด
เจ็บระบมไปหมด

ท่านตั้งจิตอธิษฐานไว้ว่า ถ้าจะตายก็ขอตาย
ในผ้าเหลือง ซึ่งเป็นของศักดิ์สิทธิ์ที่พระพุทธเจ้า
ได้ประทานให้ไว้เป็นมรดก เป็นเข็มทิศทางเดิน ถึง
จะตาย ก็จะไม่เอามือกุมไว้ไม่ให้หลุดจากกายไปได้
และอธิษฐานต่อไปอีกว่า เมื่อเกิดใหม่ พุดยังไม่ได้
เห็นผ้าเหลืองเมื่อไร ให้มีใจอยากบวช จะได้บวช
เร็วที่สุด ก็เลสจะได้ไม่มาครอบครองใจท่านอย่าง
ขณะนี้

คิดอย่างนั้นแล้ว ท่านก็ทำความเพียรต่อไป
จนกระทั่งถึงวันที่ ๗ ก็ย่ำแย่มาก เพราะไม่มีสมาธิ
ให้เป็นที่พักของใจเลย ทั้งๆ ที่เดินจงกรมจนกระทั่ง
กระปลกกระเปลี้ย ฝ่าเท้าก็ไม่เป็นเพื่อน มันไม่เอา
ด้วยแล้ว นั่งสมาธิก็เมื่อยล้าไปหมด ไม่เป็นอันนิ่ง
ไม่มีความสงบเลย เหมือนเราทรมานตัวเราเองชัดๆ

แต่ท่านก็ไม่ยอมแพ้กิเลส

ในวันที่ ๗ ท่านรู้สึกว่าจะคงตายแน่ เพราะกาย
ย่ำแย่ จะเป็นลม จะไม่หายใจแล้ว กิเลสก็กระซิบ
ว่า อย่างน้อยก็ต้องเก็บธาตุขันธ์เอาไว้เป็นเรือแพ
เพราะถ้าไม่มีธาตุขันธ์แล้ว เราจะปฏิบัติอะไรได้
ตอนแรกท่านเห็นคล้อยตามไป ต่อมาก็ฉุกคิดว่า
ถ้าเป็นอย่างนี้ก็เสร็จกิเลสอีก ก็รีบเอามือกุมจีวรเอา
ไว้ อธิษฐานว่า ตายเป็นตายๆ นั้นแหละ ท่านบอก
ว่ามันเหมือนกับว่าตายแน่ ขาดใจตายแน่ พอนึกว่า
จะตายแน่.. มันก็วิบ ลงรวม จิตลงรวม พอลงรวม
ถึงฐาน ก็นิมิตว่าท่านกับผู้หญิงคนนี้เคยเป็นคู่ครอง
กันมา

สัญญาเก่าที่ฝังใจกันมาเพียงแค่นั้น พอท่าน
ปฏิบัติเอาจริงเอาจัง มันมาทดสอบถึงปานนี้ ถ้า
ผู้หญิงเขามาทำหูทำตา ก็ยังจะโทษว่าเขามายั่วยวน
นี่ปรากฏว่าเขาาก็ไม่ได้มองหน้าท่านด้วยซ้ำ เขามัว
แต่ดูลูกเขา แล้วก็เดินไปธุระของเขา แต่ใจที่กำลัง
มาปฏิบัติเพื่อให้เรามีสมบัติติดตัวเป็นอริยทรัพย์นี้
มันทดสอบกันถึงปานนี้

สำหรับพระนั้น ถ้าท่านตัดตรงนี้ได้ ก็เรียกว่าหนทางเส้นนี้ประจักษ์ชัด มั่นคง สามารถปฏิบัติต่อไปอย่างสม่ำเสมอและเบาสบาย มารถึงได้ทดสอบกันปางตายปานนี้

ดิฉันเพิ่งเข้าใจที่ท่านอาจารย์ว่าเอาให้เกินตาย ถึงจะเห็นธรรม เพราะเราจะประท้วงท่านว่า ทำจนสุดแรงเกิดแล้ว พอแล้ว ต้องพักแล้ว ท่านก็ส่ายหัวว่ากิเลสนะสิ เราก็รู้สึก อะไรนะ ทำจนปานนี้ ตอนไปเรียนต่อที่เมืองนอกว่าถึงที่สุดแล้ว ยังไม่ทาร์ณถึงขั้นนี้ มาอ่านประวัติหลวงปู่ฝั้นจึงเข้าใจที่ท่านอาจารย์ว่าต้องเอาให้เกินตายจึงจะได้ธรรม แต่เราก็ไม่ได้เกินตายสักที หมอบลงหมอนก่อนทุกที

เพราะฉะนั้น การที่จะทำตัวเราให้เป็นที่รักของทั้งเทวดา ทั้งมนุษย์ ทั้งใครๆ ทั้งปวงให้เป็นคนมีเสน่ห์นั้นไม่ใช่เรื่องง่าย กิเลสที่ยังท่วมหัวท่วมหางอยู่เลยทำให้ไม่เป็นที่รัก เดี่ยวก็ไปเหยียบหัวแม่เท้าเขา เดี่ยวก็ไปข่วนเขา ตรงนี้เลยมีแต่เวรภัยท่วมหัว ถ้าระลึกนึกอย่างนี้เอาไว้ เราก็เพียรพยายามไปเรื่อยๆ ผิดเป็นครู ผิดแล้วอย่าท้อถอย

คนโดยมากคิดว่า โอ๊ย.. พังแล้ว เลิก ไม่ทำ
ถ้าคิดอย่างนี้ ท่านอาจารย์สิงห์ทองว่าไม่มีวันหอรอก
ที่จะได้เป็นที่รักของใคร ไม่มีวันที่จะได้มีสมบัติติด
เนื้อติดตัวหอรอก ก็ต้องเป็นตัวบ้ำอยู่อย่างนี้ แต่ถ้า
เรานึกในใจว่า ไม่มีอะไรยากเกินความเพียรพยายาม
ของมนุษย์ ผิดเป็นครู ท่านบอกว่า พระพุทธเจ้า
ท่านเด็ดเดี่ยว ยอมผิดครั้งแรกครั้งเดียว ถ้าเผลอผิด
ซ้ำอีก ท่านขอตายดีกว่าจะให้ผิดเป็นครั้งที่ ๒ เพราะ
จะมามากจนให้เป็นความเคยชิน พวกศิษย์ก็บอกกับ
อาจารย์ ผิดครั้งเดียวเป็นครู แต่อาจารย์ยังไม่ทัน
คล้อยหลังเลย มันก็ผิดซ้ำอีก แล้วแทนที่จะเสียอก
เสียใจ กลับบอก ช่วยไม่ได้ ก็มันผิดไปแล้ว

ท่านสำคัญว่า นี่แหละ เจ้าชายสิทธัตถะจึงได้
เป็นพระพุทธเจ้า แต่เราก็ยังเป็นเรา เพราะเราผิดเรื่อย
จนกระทั่งเป็นอาชิตยกรรม ก็เลยปรับนิสัยไม่หายสัก
ที นึกจะแก้ไข แต่แล้วก็ผิดผ่อนว่า เอาไว้คราวหน้า
ค่อยเอาจริง ท่านว่า นี่ละ มันเป็นอย่างนี้

เราก็รู้นะ ไม่ใช่ไม่รู้ แต่พอถึงวินาทีนี้ มันรู้
ด้วยสัญญา ปรากฏว่าเสร็จกิเลสทุกที ท่านอาจารย์

ก็ไม่รู้ไปอยู่ที่ไหน ไม่มาจุดเราขึ้นจากโคลนจากหล่ม
ลึกที เวลาที่เราไม่ช่วยตัวเราเอง เราไม่มีตนเป็น
ที่พึ่งแห่งตน เราก้ไปคิดโทษท่านอาจารย์อีก เพราะ
ฉะนั้น อย่าไปเสียใจ ใจที่ยังมีกิเลสครอบงำอยู่ มันก็
ว่าจะเอาจริง แต่มันก็เอาจริงแบบเด็กเล่น ก็ให้ทำ
ไปเรื่อย อย่าไปท้อถอย เหมือนที่ท่านอาจารย์พระ
มหาบัวเคยให้กำลังใจ ล้มลงไปหรือก้นกระแทกจน
ลุกไม่ขึ้น แต่ปากเราไม่ได้หักนี่นา เพราะฉะนั้น เขียร์
ตัวเองไว้ ภูไม่กลัวมึง ทั้งๆ ที่ก้นกบหักอยู่ ลุกยัง
ไม่ขึ้น แต่ปากยังดีอยู่.. ภูไม่กลัวมึง แล้วก็ค่อยๆ
ยกแย่ยกยัน พยุงตัวลุกขึ้นมาใหม่

ถ้าเราทรหดอดทนกันอย่างนี้ เชื่อว่าหนทาง
ยังมี ที่นี้ ที่เราจะพลาด ก็เพราะการจะทำอะไรสัก
อย่าง เรามักจะรีบร้อน ไปตั้งความหวังเอาไว้ที่ผล
พอคิดว่า ฉันจะเปลี่ยนบุคลิกภาพ จะทำตัวให้เป็น
ที่นิยมชมชื่น เป็นฉันตัวใหม่ ก็วางแผนเอาไว้เบ็ด-
เสร็จว่าจะต้องทำได้ภายในเวลาเท่านั้นเท่านั้น วาง
แผนเอาไว้ แล้วก็สร้างวิมานในอากาศ ใจก็รุ่มร้อน
ที่จะยังจดจ่อ คอยดูและกระทำแต่เหตุที่เป็นมรรค

จริงๆ ก็ไม่เป็นอันทำแล้ว พอตั้งต้นทำไปได้หน่อย
หนึ่งก็ เมื่อไรจะได้ผลล่ะ เมื่อไรจะสำเร็จล่ะ ตกลง
ก็พลาดไปทุกที เหมือนที่ดิฉันรู้สึกกว่า วันจันทร์กับ
วันศุกร์เป็นวันที่เราจะอารมณ์เสีย แล้วก่อนนี้สิน
ให้ตัวเองเดือดร้อนอยู่เรื่อยๆ

เมื่อไปเรียนต่อที่เมืองนอก อาจารย์ที่ปรึกษา
ท่านใจเย็น มีมนุษยสัมพันธ์ดี ลูกน้องทุกคน ไม่ว่าจะ
จะเป็นภารโรงหรือใคร ถ้ามีปัญหา เขาจะไปพบท่าน
ได้อย่างไม่มีพิธีรีตอง แล้วก็เล่าปัญหาของเขาอย่าง
นี้ได้อย่างสบาย ไม่เหมือนเจ้านายคนอื่น ๆ ที่จะ
ต้องนัดผ่านเลขานุการเสียก่อน เราก็นิยมชมชื่นว่า
อาจารย์ทำอย่างไรจึงทำให้ลูกน้องเป็นกันเองได้อย่าง
นี้ มีทุกข์โศกอะไรก็สามารถเล่าได้โดยไม่ลำบากใจ
ว่าฉันเป็นภารโรง ท่านเป็นหัวหน้า

วันหนึ่ง เราก็ก็นึกเรื่องที่คุณงานเอามากล่าว
หาท่าน ว่าไม่ใช่เรื่องจริง เพราะเราก็ก็นึกด้วย
เรารู้ แต่อาจารย์ก็ยังฟังอย่างตั้งใจ ให้เขาพูด
ไปสักพักหนึ่งจนเริ่มสบายใจแล้ว อาจารย์ก็ชัดเจน
เออ ขอผมสรุปก่อนนะ ที่คุณพูดมาทั้งหมดมันเป็น

อย่างนี้ๆ ไซ้ใหม่ แยกประเด็นเป็นข้อ ๑ ข้อ ๒, ๓
นายคนนั้นก็ตอบ.. ครับ ไซ้ อาจารย์ก็อธิบายว่า ที่
คุณพูดมายังไม่ตรงกับข้อเท็จจริงอย่างนี้ๆ แต่เอา
เถอะ ผมอาจจะฟังในที่ประชุมไม่ละเอียดถี่ถ้วนก็ได้
ผมจะเอาประเด็นของคุณไปถามใหม่ในที่ประชุมคราว
หน้า ได้ผลอย่างไรแล้วจะแจ้งให้คุณทราบ

วิธีที่อาจารย์ย้ำว่า ที่คุณพูดนะ อย่างนี้ๆ แยก
เป็นข้อ ๑ ข้อ ๒ เท่ากับตอกย้ำให้นายคนนั้นมอง
เห็นชัดเจน แล้วจึงเริ่มอธิบายที่ถูกต้องให้ฟัง แต่ก็ไม่
สรุปว่าเธอผิดนะ ฉันจะไปถามให้แน่ นายคนนั้นก็
สบายใจกลับไป แล้วคุยกับเพื่อน หรือพิจารณา
อีกที รู้แล้วว่าตัวเองเข้าใจผิดที่ไปโววายวาย พอดก
เย็นก็ไปพบอาจารย์ใหม่ “ท่านครับ ผมมาขอโทษที่
เมื่อเช้าผมเอะอะโววายวาย ผมไปทบทวนดูแล้ว มัน
ถูกต้องอย่างที่ท่านว่าจริงๆ ท่านไม่ต้องเอาไปประชุม
อาทิตย์หน้าหรอกครับ”

ท่านก็ไม่ต้องดูเขา หรือไปเสียอารมณ์ เขาก็
ได้ระบายสิ่งในใจของเขาออกมา ได้เรียนรู้ว่าจะฟัง
อะไรต่อไปนี้ต้องฟังให้ดี ให้เป็นเรื่องเป็นราว

ถ้าเป็นเรา เราก็คง “..ที่หน้าจะมาพูดอะไร
ทบทวนให้มันแน่นนอนก่อน แล้วค่อยพูด จะได้ไม่
เสียเวลา” เห็นไหม เราเป็นอย่างนี้ เหมือนที่ท่าน
อาจารย์พูดไว้ การจะทำตัวให้มีเสน่ห์ ต้องทำตัว
ให้ราบเหมือนผ้าชีรี้ว ใครจะหยิบไปชุกตรงไหนก็
ไม่กินที่ ไม่เป็นพิษเป็นภัยกับใคร เหมือนฟองน้ำ
แห้งๆ

ท่านเคยว่าดิฉันเหมือนฟองน้ำเปียกๆ หยิบ
เข้าก็เปียกเลอะเทอะเขาหมดเลย เราก็มานักปฏิบัติจน
อึดตาเราลดละดีเป็นฟองน้ำแห้งแล้ว ท่านว่าก็แห้ง
อยู่หรอก แต่มันไม่ใช่ฟองน้ำ มันเป็นสก็อตไบรท์
คือหยิบไปชุกได้ แต่หยิบชุกเข้าไปแล้ว เราก็ครูด
เขาเล็ดไหลซึมๆ เรียกว่าเราสารพัดพิษ ดิฉันก็ว่า
ท่านอาจารย์พูดเกินเหตุเกินผล

เราพูดอย่างเจ้านายพูดก็ได้ แต่เรากลับพูด
แบบขอเหินบเขาสักหน่อย ว่าเขาสักนิด แต่ไม่ทันรู้
ตัว ครั้นได้ฟังเจ้านาย เป็นอย่างนี้เอง ท่านถึงเป็น
ผู้ใหญ่ที่น่านับถือ ใครมีอะไรก็เข้ามาพูดได้ ตรงนี้
เป็นเสน่ห์ของท่านเอง โดยไม่ต้องทำอะไร

เราก็ตั้งใจว่าจะทำอย่างท่านบ้าง เวลาใครมา
ตัดพ้อต่อว่า จะจริงหรือไม่จริง ท่านจะพูดสุภาพมาก
“ขอโทษครับ ถ้าเรื่องเป็นอย่างนั้นจริงๆ ผมก็ขอโทษ
ด้วย” หรือแม้ท่านรู้ว่าเรื่องนั้นไม่จริง ท่านก็ยังพูด
“ขอโทษเถอะครับ” ซึ่งทำให้คู่กรณีโล่งใจ สบายใจ

เราก็ว่าเราจะหัดพูดให้ติดปากว่า ขอโทษ
หรือใครทำอะไรให้ก็ ขอบคุณค่ะ ต่อนี้ไปถ้าคนไข้
พูดข่มขู่เรา เราก็จะ “ขอโทษเถอะค่ะ ว่าไงนะคะ” ก็
ซ้อมกับกระจกอย่างดี เปล่าหรอก พอถึงวันจันทร์
ไปเจออะไรเหตุการณืจริงเข้า แทนที่จะขอโทษเถอะ
ค่ะ เราตั้งใจ เจียบฟัง คู่กรณีก็ยังพูดไม่หยุด ข่มขู่
เสียงดังขึ้นๆ เราก็สติขาดกระจุย ดบได้ตะเปรี้ยง
“คุณจะเป็นหมอหรือฉันจะเป็นหมอ” พอพูดออกไป
แล้วก็นึกได้ เออละ เจียบใหม่ แต่ยังไม่ยอมขอโทษ
ถึงต้นว่าไม่ได้ หน้าหักแน่ แต่เมื่อคิดไตร่ตรองว่า
ไหนล่ะ ที่เจ้านายเป็นเจ้านาย ที่ทุกคนรักท่าน ก็
เพราะตรงนี้ เราก็ต้องทำอย่างท่านให้ได้

กว่าจะข่มใจยอมพูดคำว่าขอโทษนี้ หลายน
อาทิตย์ทีเดียว ที่ต้องต่อสู้กับกิเลสของตัวเอง แต่เมื่อ

พูดออกไปได้แล้ว ได้ผลเกินคาด ครั้งแรกแม่คนไข้
ร้ายมาก เขาหาว่าเราไม่ได้เรื่อง อย่างโน้น อย่างนี้
อย่างนั้น.. ไม่ได้เรื่อง ทั้งๆ ที่เราไม่ได้ผิดเลย แต่
เราก็ “ขอโทษเถอะค่ะ คุณว่ายังไงนะคะ” ให้เขาเล่า
ใหม่ เขาก็บังเอิญเป็นคนดี เห็นเราขอโทษ ก็นิ่ง
ไป แล้วพอเริ่มเล่าไปได้หน่อยหนึ่ง เขาก็ “เอ๊ะ ฉัน
ก็ไม่ดีด้วย” เขาเริ่มเห็นข้อผิดของเขา

เราเลยรู้ว่า คำขอโทษ ๒ พยางค์นี้มีค่ามาก
มาย เพราะถ้ามันอธิบายว่า เราไม่ผิด อย่างนั้น
อย่างนี้ อาจจะทะเลาะกันอีกเป็นครึ่งค่อนชั่วโมงก็
ได้ เรื่องก็จบได้ใน ๕ นาที เราเลยมีกำลังใจและ
มั่นใจว่า แต่นี่ต่อไปจะขอโทษได้ง่ายขึ้น ไม่ใช่เอา
เป็นเอาตายกันว่าใครผิดใครถูก นิดเดียวก็ถอยไม่ได้
หน่อยเดียวก็ยอมไม่ได้ เวลาปฏิบัติต้องฝึกไปอย่างนี้
แล้วอย่าไปประเมินเวลา อย่าไปคิด นี่ก็วันหนึ่งแล้ว
๒ วัน ๓ วันแล้ว ยังไม่เห็นได้อะไร เลิกเถอะ ถ้า
คิดอย่างนี้จะแก้ไขอะไรตัวเองได้

๓ วันแล้ว ก็จะเป็นไรไป แค่ ๓ วันเท่านั้น
เราไปตั้งต้นทำใหม่ ทำหน้าด้านเสียอย่าง ดีเท่า

นั่นที่ครองโลก เราก็ทำไปเรื่อยๆ วันหนึ่งก็จะทำได้
บุคคลล่องทุกซ์ได้ด้วยคามเพียร ท่านอาจารย์ว่า
ไม่ใช่สติ ไม่ใช่ปัญญา เพราะทุกคนมีสติอยู่แล้ว
เพียงแค่ปล่อยปละยให้มันไหลหลุดไปเรื่อยๆ

เราควรพยายาม ให้วันทั้งวัน ใจมีสติรักษา
ไม่ปล่อยให้สิ้นหลุดไปเหมือนปรอทหลุดมือตกแตก
กระจายเป็นก้อนใหญ่ก้อนน้อย วิ่งไปตรงไหนตรงนี้
สติอยู่กับตัวกับใจแล้ว ปัญญาย่อมเกิดขึ้น เพราะใจ
ของเราเป็นพุทธะอยู่แล้ว เรารู้ เราตื่น เราเบิกบาน
แต่เราชอบปล่อยให้กิเลสซึ่งเปรียบเหมือนขี้ฝุ่นมา
ปกคลุมใจจนใสโครกกลายเป็นกองขี้ฝุ่นไป แล้วก็
บอก ฉันไม่มีบุญวาสนา ฉันไม่มีสติปัญญา ท่าน
อาจารย์บอก นั่นแหละ กิเลสมันกล่อมทั้งนั้น

เมื่อเห็นอย่างนี้ มีกำลังใจอย่างนี้ จะได้ตั้งใจ
กระทำ บุคคลจะล่องทุกซ์เพราะคามเพียร เรา
ตั้งใจทำจริงจัง เราก็เห็นผลตามที่ท่านอาจารย์บอก

เราทุกคนมีสติปัญญา เรื่องบางเรื่องที่เราเมื่อ
เห็นเข้าถึงเป็นไก่อตาแตก แล้วรู้สึกว่ายังไงๆ ก็ทำ
ไม่ได้ แต่พอสติมาอยู่กับใจ เราสามารถทำใจให้นิ่ง

ไม่ใช่กระฉอกตึกตึกๆ ใจของเราจะแวบขึ้นมา คล้ายกับที่เราเห็นแล้วว่าควรจะดูตรงนี้ เริ่มที่จุดนี้ แล้วก็ค่อยทำไป มันก็ใช่จริงๆ

บางครั้งที่เราบอกว่า โอ๊ย.. ไม่รู้จะแก้ไขได้อย่างไร แต่ถ้าวัดสติให้ได้แบบนี้ วิธีแก้ปัญหาก็ออกมาละมุนละม่อม คืออย่างที่เราเองก็งง ว่าเราไปเอาปัญญาอย่างนี้มาจากไหน

ท่านอาจารย์บอก นี่ละ ใจของเราเอง ที่จริงมันก็บอกเราอยู่ตลอดเวลา แต่สติของเราไม่มี ใจจึงกระเพื่อม คิดโน้น คิดนี้ เสียงผู้รู้ที่บอกมาเตือนมาเลยไม่ได้ยิน

เหมือนกับเราตั้งใจฟังเสียงอะไรที่เบามากๆ แล้วมีเสียงคนนั้นตะโกนเข้ามา คนนี้ทำเสียงของหล่นโครมครามกลบขึ้นมา เราก็เลยไม่ได้ยินเสียงที่ตั้งใจจะฟัง แต่จริงๆ แล้ว ผู้รู้ของเราบอกวิธีแก้ปัญหามาช่วยเราอยู่ตลอดเวลา ถ้าจดจ่อตั้งใจฟังให้ดีๆ บางคนจะได้ยินเป็นสำเนียงเสียงของท่านอาจารย์ ซึ่งที่จริงแล้วเป็นเสียงใจของเราที่เป็นพุทธะผู้รู้ล่ะ

ท่านจึงว่า ถ้าเราตั้งใจให้มีสติกำกับใจแล้ว พระพุทธเจ้าก็กำลังเทศน์ ท่านอาจารย์ก็เทศน์ให้เราฟัง ไม่ว่าจะพระพุทธเจ้าหรือท่านอาจารย์ ความจริงก็คือพุทธะที่เป็นธาตุเดียวกันกับใจของเรานี่เอง เมื่อไรที่สามารถเอาสติมารักษาใจไว้ให้แน่วหนึ่งเป็น อารมณ์ปัจจุบัน โลก โกรธ หลง เข้าไปขูขี้ขูข่าไม่ได้ ความรู้นั้นก็เป็นความรู้หนึ่งเดียวกัน มีศักยภาพเท่ากัน ที่รู้เท่าทันกิเลส เป็นอัสวัคชยญาณ

ไม่ว่าจะเป็นพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ หรือพวกเรา ไปจนกระทั่งสัตว์เดรัจฉานสัตว์นรกที่มาเกิดเป็นคนและได้ฝึกสติจนถึงจุดนี้ พุทธะของใจเหล่านั้นก็จะเป็นพุทธะเดียวกัน เรากับพระอรหันต์กับพระพุทธเจ้าจะเป็นอัสวัคชยญาณเดียวกัน ดัดกิเลสหมดสิ้นเหมือนกัน แต่สร้อยถนิมพิมพามาภรณ์ที่จะมี หูตาทิพย์ไปรู้ใจคน อภิญญาอะไรเหล่านั้น ไม่เท่ากัน แต่ตอนนี้ท่านอาจารย์สิงห์ทองให้เอาไปไม่ในกำมือ คือเอาตรงกิเลสให้หมดสิ้นไปก่อน ตรงอื่นอย่าเพิ่งไปเอา เราจะเสียเวลาเถลไถลไปเปล่าๆ เอาตรงกิเลสก่อน

เราก็รู้สึกว่าคุณปฏิบัติอย่างนี้มันแข็ง ไม่มีรสชาติ
อยากตื่นเต้น อยากไปรู้ใจเขา อยากเหาะได้ ท่าน
อาจารย์ก็ทำให้กิเลสเราลุกฮือ ท่านเล่าว่า สหธรรมิก
ของท่าน พอปฏิบัติจิตลงรวมก็รู้สึกเหาะได้ แต่ทำ
อย่างไรถึงจะรู้ว่าตัวเองเหาะได้จริงหรือเปล่า วันหนึ่ง
มีกระดาษอยู่ในมือ ท่านก็คิด ถ้าเราเหาะได้จริง จะ
เอากะดาษนี้ไปเสียบไว้กับไม้ดับจากที่มุงหลังคา
พอจิตท่านลงรวม ท่านเหาะไปในนิมิต ท่านก็ว่าท่าน
เอากะดาษไปเสียบไว้ พอถอนจากสมาธิ ท่าน
มองที่มือ กระดาษหายไป ท่านก็มองขึ้นไปหลังคา
กระดาษเสียบอยู่ตรงนั้นจริงๆ

เราฟังอย่างนี้ก็เลสก็ลุกฮือเลย ให้ท่านอาจารย์
เทศน์จบเสียก่อน เราจะถามว่าท่านองค์นี้อยู่ที่ไหน
เราจะไปปฏิบัติด้วย ยังไม่ทันได้เอ่ยปากถาม ท่าน
อาจารย์ก็เทศน์ขึ้นมาเลย นกก็บินได้ เหาะเหินเดิน
อากาศ ไล่เดือนก็ดำดินได้ แล้วมันพันทุกข์ มัน
หมดกิเลสใหม่ มีโอกาส มีครูบาอาจารย์สั่งสอนแล้ว
จะไปอยากเอาสมบัติพวกนั้นทำไม คำพูดของท่าน
อาจารย์สาแก่ใจเรา เหมือนถูกท่านฟาดลงกลาง

แสกหน้า พอไปเดินจงกรมเข้าก็ฟุ้งซ่านไปอยากอีกแล้ว
กิเลสเป็นอย่างนี้ มันตายยาก ประเดี๋ยวก็
ทำเหมือนตายไปแล้ว รู้เหตุรู้ผลแล้ว อีกประเดี๋ยว
ก็ฟื้นขึ้นมาอาละวาดใหม่ แต่ความดีไม่เห็นฟื้นขึ้น
มาอย่างนี้บ้าง เผลอสติไปวันเดียว ปรากฏว่าฝ่อ
ตาย หายสาบสูญไปเลย จนเรารู้สึก แต่ก่อนนั้นเรา
เคยทำอย่างนี้ทุกวันๆ นี่เผลอไปก็วันเดียว ไม่เห็น
มาเตือนเราเลย

กิเลสนี้เราว่าจัดการจนหมดสิ้นซากไปแล้ว
เผลอกระพริบตาเดียว มันเอาเราไปกินอีกแล้ว เรา
ก็ใจง่าย เผลอตามไปทุกที ถ้าคอยระลึกรู้กันอย่างนี้
เอาไว้ ไม่ต้องไปกังวลว่าจะทำตัวมีเสน่ห์อย่างไร
ให้เราจริงใจเป็นธรรมชาติของเรา อะไรที่เป็นธรรม
เป็นศีล ทำเอาไว้ให้เป็นสมบัติ

ศีลจะทำให้เราเป็นเหมือนดอกไม้มีกลิ่นหอม
ไม่ใช่หอมเฉพาะตามลม หอมทวนลมได้ด้วย คนเรา
ชอบของหอมของงาม เราก็ชอบ ศีลจะทำให้เรามี
ความงดงาม ใจที่ไม่กังวลว่าหน้าฉากเป็นอย่างหนึ่ง
หลังฉากอย่างหนึ่ง จะส่องใส สังเกตท่านที่มีศีล ที่

เรา เราก็ให้เมตตาน้ำรักกับทุกคน ไม่ว่าจะป็นศัตรู หรือมิตร เพราะเราพิจารณาแล้วว่ามิแต่เพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น ที่เราว่าเขาเป็นศัตรู เราไปมองเขาในแง่ไม่ดี เหมือนนิทานเรื่องลูกหมึกกับลูกปลา

ลูกหมึกรักลูกปลา จะเอาลูกปลามาผิงไฟ แม่สอนไว้ว่าหนาวก็ต้องผิงไฟ ถ้าเราเป็นคนดี มีของดีแล้ว หวงแหนเอาไว้คนเดียวไม่ได้ ต้องแบ่งปันกัน เราถึงจะเป็นที่รักของใครๆ ในโลกนี้ ลูกหมึกเป็นเด็กดี ถึงแม่ไม่อยู่ก็ทำตามคำสอน แม่จะได้ภูมิใจ จึงไปช้อนลูกปลาขึ้นมาผิงไฟ

ลูกปลาไม่เคยผิงไฟ ก็คิดไปว่าลูกหมึกแอบโกรธเราเรื่องอะไรถึงจะเอาเรามาปิ้งกิน

เห็นหรือไม่ คนเราคิดไปคนละทิศคนละทาง สามารถคิดไปได้สารพัดทั้งนั้น แต่ถ้าใจมีศีลมีธรรม มีความจริงใจไว้วางใจต่อกัน ลูกปลาก็จะต้องถามลูกหมึกว่า จะเอาฉันมาปิ้งกินหรือ ลูกหมึกจะได้อธิบายว่า เปล่า ฉันจะเอาเธอมาผิงไฟให้อุ่น ฉันรักเธอหรอก ลูกปลาก็จะเข้าใจ แต่คนโดยมากไม่ได้ฝึกให้มีสติรู้

เท่าที่ตามจริง ก็จะประท้วงว่า ขนาดจับได้ไล่ทันยัง
โกหกตาใสๆ ใจเราเคยระแวงมาอย่างไร เราก็จะ
เฟื่องโทษกันอยู่อย่างนั้น

ท่านอาจารย์สิงห์ทองว่า มนุษย์เราเป็นสัตว์
ประเสริฐ มีภาษาพูดจากันแล้ว แก้ปัญหาได้จริง
หรือ มันไม่แก้หรอก แต่จะฆ่ากันตายมากขึ้น เพราะ
ที่พูดนั้นไม่ได้พูดกันด้วยความจริง ว่ากันตาม
ธรรมชาติ แต่พูดและฟังกันด้วยอุปาทานในใจของ
แต่ละบุคคล ลูกปลาก็มีอุปาทานในใจ ว่าถ้าใคร
เอามันมาใกล้ไฟ ก็คือจะเอามาปิ้งกิน ลูกหมึกก็ไม่
เข้าใจว่าจะปิ้งปลาไปทำไม เพราะหมึกินปลาดิบ
อุปาทานในใจ สิ่งที่เราเคยรู้เคยทำเป็นอุปนิสัย ทำ
ให้คิดว่าคนอื่นก็ต้องรู้ต้องทำเหมือนเรา

ถ้าไม่ปฏิบัติ เราก็นำอุปาทานในใจไปตัดสิน
สิ่งที่เกิดขึ้นให้ร้ายเบนไปหมด ก็ไม่ถึงจุดที่จะเข้าใจ
กันได้ แต่เมื่อปฏิบัติแล้ว เราพยายามเข้าใจกัน ให้
เกียรติกัน ที่เขาพูดนั้นเขาพูดความจริง เราเอง เรา
มีศีลเราพูดจริง เขาก็ต้องพูดจริงเหมือนเรา ถึงสิ่ง
ที่เขาพูดเราจะไม่รู้ว่าเป็นอะไร มาจากโลกไหน เรา

ให้เกียรติกัน เชื้อกัน ฟังไว้ แล้วเอาไปพิสูจน์ ไม่ใช่
เอาอุปาทานของเราตัดสินถล่มทลายไปหมด โทหก
ตาใส เลิก ไม่ต้องเป็นเพื่อนกัน

มันเป็นอย่างนี้ โลกถึงทุกข์เดือดร้อน วุ่นวาย
กันไปหมด ทั้งๆ ที่เรื่องจริงก็ไม่มี ท่านอาจารย์ท่าน
บอกว่า ทุกวันนี้โลกคือโรงบ่มบ้า เพราะต่างก็เอา
อุปาทานในใจของตัวเองมาบริหาร ทั้งๆ ที่เรื่องจริงไม่มี
มันก็ดูยุติธรรมกันในระดับเด็กเล่น ถ้าใครตามข่าว
ในหนังสือพิมพ์ที่มีข่าวว่าทหารหญิงของอเมริกันถูก
อิรักจับไป ครั้นติดตามข่าวเข้าจริงๆ นักข่าวรายนี้
ไม่ได้เดินทางไปอิรักเลย แต่กุข่าวขึ้นมาจากห้อง
พักของตัวเอง แล้วก็ไม่ใช่เพียงข่าวนี้เท่านั้น ยังมี
ข่าวอื่นอีกของหนังสือพิมพ์ไทย

คนในปัจจุบันนี้ทำอะไรไปตามอุปาทานในใจ
จนกระทั่งเห็นว่าเรื่องที่ตนคิดเอาเองนี้เป็นเรื่องจริง
แล้วก็สามารถเอามาตีพิมพ์ไปทั่วโลกทั้งที่ไม่ใช่เรื่อง
จริง แต่เป็นความเพ้อฝัน ท่านอาจารย์ถึงว่าในโลก
นี้ผู้คนกำลังป่วยเป็นโรคจิตกันทั่วไปหมด ถ้าเรา
แยกแยะไม่เป็น เราฟังอะไรแล้วก็ปลิวตามไป เราก็ก

จะบ้า เอาตัวไม่รอด

วิธีแก้ วิธีสร้างเสน่ห์ให้ตัวเอง ไม่ว่าจะเกิดเรื่องอะไรขึ้น หัวเราะเข้าไว้ แล้วไม่ต้องไปเอาจริงเอาจังกับมัน ไม่ต้องไปถามหาว่าเธอบ้าถึงขั้นไหน ความจริงเป็นอย่างไร เพราะมันพูดกันไม่รู้เรื่องแล้ว ถ้าบ้าถึงขั้นนี้มันพูดกันไม่รู้เรื่องแล้ว ปล่อยไปก่อนรักษาใจเราไว้ อย่าติดเชื่อบ้าตามไป ทำกุมิคุ้มกันให้ดีเอาไว้ แล้วเราจะมีเสน่ห์ อยู่ที่ไหนก็อยู่ได้

เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว ก็มาดูว่ากุมิคุ้มกันจะคุ้มครองเราให้รอดปลอดภัยจากโลกบ้าง ไบ๋นี้ และพอจะเหนี่ยวนำใครให้สร้างกุมิคุ้มกันอย่างไรบ้าง นั่นแหละ สังคมของเราจึงจะกลับมาเป็นปกติสุขไม่อย่างนั้น โรคบ้านี้จะแผ่ขยายลุกลามไปโดยรอบแล้วสุขภาพใจของเราก็พังไปด้วย

เดี๋ยวนี้เราไม่รู้ว่ามันไปกันถึงระดับไหนแล้ว หนังสือพิมพ์ก็เอาเรื่องไปเข้าอินเทอร์เน็ต เข้าโน่นเข้านั่น จนเราไม่รู้แล้วว่านี่เราคิดเอาเอง หรือเป็นเรื่องจริงที่เกิดขึ้น ถ้าตั้งสติไม่ได้ เมื่อหูเราได้ยินเสียงเขาพูด เราก็ไม่รู้ว่ามีเขาพูดเรื่องจริงหรือเรื่อง

เพื่อฝัน

อะไรที่ไม่ได้เห็นด้วยสองตาของเราจากต้นตอ ไม่ได้ยินด้วยสองหูจากต้นตอ กองเอาไว้ก่อน ท่านอาจารย์สิงห์ทองบอกให้ถือว่าเป็นความฝันทั้งนั้น เราต้องไม่เป็นนักทำนายฝัน ถ้ามีสติระลึกได้ เราจะปลอดภัย เพราะทุกวันนี้มันแย่อย่างนี้จริงๆ เรื่องที่เกิดขึ้นหลายเรื่องช่างเหลือเชื่อ

คราวหนึ่ง ในที่ประชุม ท่านประธานใหญ่พูดกับที่ประชุมว่า เรื่องจากคราวที่แล้วได้เวียนให้ทุกคนดูแล้ว และทุกคนก็ลงมติเห็นชอบด้วย ทุกคนก็มองหน้าเลขานุการ เพราะทุกคนไม่เห็นหนังสือเวียนเรื่องนี้เลย แต่ท่านประธานยืนยันว่าได้เวียนเรียบร้อยแล้ว เลขานุการก็ไม่กล้าอธิบาย เพราะอยู่กลางที่ประชุม เมื่อจบประชุมแล้ว คุณเลขานุการก็ไปตามท่านประธานว่า เรื่องนี้ท่านมอบให้กระผมตอนไหน เมื่อไร

ท่านประธานไปค้นในลิ้นชัก ปรากฏว่าเรื่องยังอยู่ในแฟ้มของท่าน ไม่ได้ยื่นให้เวียนออกไป ท่านคิดเอาเอง เพราะท่านอยากให้ทุกอย่างเป็นไปอย่าง

ที่คิดเอาไว้ ท่านไม่ได้เอาออกมาให้เลขานุการ เพราะกลัวว่าถ้าเอาออกมาให้ที่ประชุม ที่ประชุมจะคัดค้าน หรือมีปัญหา ท่านยังตัดสินใจไม่ตกว่าจะทำอย่างไรดี ก็เลยตกค้างอยู่ในแฟ้มของท่าน

ท่านคิดกลับไปกลับมาจนสะกดจิตตัวเองว่า ท่านได้เวียนไปแล้วและทุกคนเห็นด้วยแล้ว จะเห็นได้ว่าใจของคนเรา ถ้าไม่เอาสติคอยกำกับให้อยู่กับความจริงนี้ เราบ้าได้แบบนี้

ถ้าบ้าแบบเด็กๆ เป็นต้นว่า เด็กๆ เล่นเอาวงยางสะตีกมาเป่ากบกัน แล้วก็คิดว่าวงยางสะตีกนี้เป็นสมบัติอันมีค่า ก็ตีกันตาย เหมือนกับสมัยที่ดิฉันเป็นนักเรียนแพทย์ปี ๔ มีเด็กเป็นโรคฮีโมฟีเลีย คือถ้าเกิดบาดแผลแล้วเลือดจะไหลไม่หยุด นักเรียนแพทย์และพยาบาลก็ถูกสั่งถูกสอนกันไว้ว่า ห้ามผู้ป่วยคนนี้ตีกับเพื่อนเป็นอันขาด จะเดินจะเห็นจะชนโต๊ะชนตั้งอะไรไม่ได้ เจ้านี้ถูกประคบประหงมราวกับไข่ในหิน

วันหนึ่ง มีคนไข่ใหม่เป็นเจ้าพ่อมา ก็ทำเป่ากบกัน คนไข่ใหม่ขี้โกงอ้างว่าตัวเองชนะ ว่าแล้วก็

จะรวบรวางยางสะตีกั้ทั้งพวงที่ร้อยกันไว้ไป ก็เลยมีเรื่อง
ชกต่อยกัน พยาบาลมาแยกคู่กรณีออก ดูเนื้อตัวก็
ไม่มีบาดแผลฟกช้ำดำเขียวที่ไหน ก็คลายความ
ห่วง แต่เราชักเริ่มรู้สึกผิดปกติ เพราะตกบ้ายเจ้าหน้าที่
ไม่ลุกขึ้นกินอะไร นอนชม ท้องก็ป่องโตขึ้นมา แต่
ก็ยังไม่ได้อคิดอะไร เพราะเราหารอยฟกช้ำดำเขียว
หรือบาดแผลไม่ได้เลย สายวันรุ่งขึ้นจึงถูกคิดได้ ก็
ไม่ทันแล้ว เพราะเลือดออกที่ตับ ไหลซึมไม่หยุดจน
เต็มช่องท้อง เด็กก็ตาย

เราก็อ่ากันว่า เด็กพวกนี้มันบ้า ชกกันตาย
เพียงเพราะวงยางสะตีกั้ราคาไม่กี่สตางค์ ถ้าย้อน
มาดูพวกเราที่ยิงกันตาย ฆ่ากันตาย เพียงเพราะ
กระดาศที่พิมพ์ไว้ว่า ไบละพันธ์ ไบละหาร้อย ก็เป็น
ทำนองเดียวกัน กระดาศที่ไหม้ไฟไปแล้ว เราแยก
ได้ใหม่ว่าแผ่นไหนเป็นเศษกระดาศ หรือไบละพันธ์
ไบละหาร้อย มันก็บ้าเหมือนๆ กัน โลกนี้เป็นโรง
บ่มบ้า แต่เราบ้ามีระดับ เด็กบ้าวงยางสะตีกั้ ส่วน
เราบ้าแบงค์ บ้าชุดทอง ฆ่าพันธ์กันตายด้วยความ
โลก

ถ้าเราไม่เห็นเป็นทอง เห็นเป็นก้อนกรวด ก็
ไม่บ้ำฆ่ากันเพราะก้อนกรวด ทั้งที่เป็นเรื่องสมมติ
กันอย่างนี้ก็ยังไม่ฆ่ากันอยู่ ถ้าเราต่างมองตามสภาพ
ความเป็นจริง ก็จะหายจากโรคบ้า เป็นที่รักของผู้
คนทั่วไป เพราะเราเต็มเราอิม เราพออยู่ในใจของ
เรา ตายไปก็เอาอะไรไปไม่ได้ ประดาบ้าๆ ที่ฆ่ากัน
ตาย ทำเป็นเรื่องเป็นราวใหญ่โตเพื่อชื่อเสียงเกียรติ-
ยศ เพื่ออะไรต่อมิอะไรนี้ไม่ต้องไปหา

ของเหล่านี้ ถ้าเจ้าตัวตายก็จบกันไป แต่ไม่
จบจริง เพราะกรรมที่ทำเอาไว้ ถ้าเป็นอกุศลที่เป็น
เงาตามตัวเราไป ยังคอยทวงหนี้ทวงสินให้เราทุกข์
เดือดร้อน วัตถุสิ่งของที่มองเห็นจับต้องได้มันหมด
จบกันไปแค่นั้น แต่ใจยังไม่จบด้วย ยังต้องเสวยผล
ของความทุกข์เดือดร้อน ยังเบียดเบียนใจตัวเอง สร้าง
ทุกข์สร้างปัญหาให้ตัวเองด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

การทำตัวให้มีเสน่ห์ ให้เป็นที่รักของคนอื่น
อย่าไปคิดมาก เอาแค่ให้เราเป็นที่รักของเรา แล้ว
รักษาตัวเองให้รอดปลอดภัยเสียก่อนดีกว่า ถ้า
เห็นเที่ยงตรงอย่างนี้ ก็จะได้เอาตรงนี้เป็นหลัก อีก

สองสามวันก็จะเข้าพรรษาแล้ว จะได้อธิษฐานและ
เครื่องประดับปฏิบัติ ให้เรามีเราเป็นที่รักของเรา อยู่
รอดปลอดภัย ไปที่ไหนไม่มีหมีเหวหนีภัยติดตัว เป็น
อิสระชน

ก็ฝากเอาไว้เป็นกำลังใจให้เพียรปฏิบัติ



เล่นหึ ประกอบด้วย
หนึ่ง มีความจริงใจ
สอง เคารพในสิทธิของ
กันและกัน
สาม ถูกกาลเทศะ

