

A photograph of a dense forest with many trees and thick, exposed roots. The roots are brown and gnarled, extending across the ground and up the trunks of the trees. The background is filled with more trees and foliage, creating a sense of a thick, mature forest.

ความยึดมั่นสำคัญผิด

— อมรา มลิลลา



ความยัดมันสำคัญผิด

อมรา มลิลลา

บรรยาย ณ ห้องประชุมจงจินต์ รพ.รามาริบัติ

๑๘ ม.ค. ๓๗

คำนำ

วันปีใหม่ ๒๕๓๙ กำลังจะเวียนมาถึงในอีกไม่กี่วันข้างหน้า ชมรมฯ ได้คัดเลือกธรรมเนียมบรรยายของ ดร. อมรา มลิลลา มาจัดพิมพ์เป็นของขวัญปีใหม่สำหรับท่านสมาชิกเหมือนเช่นเคย

อาจารย์กล่าวว่าการศึกษาที่เราไป “ยึดมั่นสำคัญผิด” หรือไปให้ความหมายผิดๆ ในชั้นนี้ทำ จนเกิดเป็นตัวเรา เป็นของเรา และกลายเป็นรวงรังของทุกข์ขึ้นมา นั่น เป็นเพราะใจของเรายังไม่มีสติปัญญาเต็มรอบที่จะคอยรักษา และสอนตนเอง ให้เห็นตามเป็นจริงนั่นเอง

ใจที่ได้รับการฝึกฝนดีแล้ว จะเป็นใจที่รู้ ที่เห็นตามเป็นจริง จะหลุดออกจากความยึดมั่นสำคัญผิด จึงเป็นใจที่ผาสุกร่มเย็น รู้เท่ารู้ทันว่าอะไรจะทำให้ทุกข์

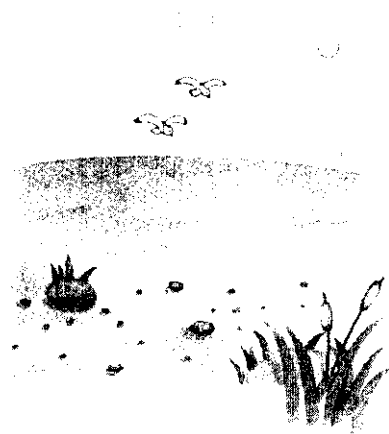
เดือดร้อนและไม่ควรจะได้รับเข้ามาหาตัวรู้ว่าอะไรเป็นธัมมะ
ที่ควรรับมาเป็นอาหาร บำรุงรักษาสุขภาพใจให้สมบูรณ์
แข็งแรง

อาจารย์ได้ให้อุบายที่แยบคายสำหรับฝึกใจไว้
มากมาย หวังว่าท่านผู้อ่านจะได้น้อมเข้ามาฝึกปฏิบัติ
เพื่อความหลุดพ้น จากอุปาทาน ความยึดมั่นสำคัญผิด
กันต่อไป เราจะได้ด้วยกันอย่างเป็นธรรมชาติ โลกก็จะ
ร่มเย็นเป็นสุขน่าอยู่อาศัย

ชมรมพุทธธรรมรามาศิบัติหวังว่า “ความยึด
มั่นสำคัญผิด” เล่มนี้จะเป็นของขวัญปีใหม่ที่ถูกใจทุกท่าน

ผู้จัดทำ

๑๖ พ.ย. ๓๘



ความยึดมั่นสำคัญผิด

ตัวเราตามธรรมชาติ หรือซันร่หานี้ ไม่ทุกข์ ไม่สุข
เพราะจะเห็นทุกอย่างเป็นไปตามเหตุปัจจัย
เกิดขึ้น - ตั้งอยู่ - แปรเปลี่ยน - ดับไป
แล้วก็เกิดขึ้น เป็นวัฏจักรใหม่อยู่ดังนี้
ใจก็ไม่ไปยึดมั่นสำคัญผิด
ไม่ไปให้ความหมายอะไรกับมัน

แต่เพราะใจของเรายังไม่มีสติปัญญาเต็มรอบที่จะคอยรักษา แนะนำให้เห็นตามความเป็นจริงอย่างนี้ เราก็ผลอไปเกาะ ไปยึด ไปปรุง ไปแต่ง แล้วก็มึนอุปาทานชั้นนี้ มีตัวเรา มีของเราขึ้นมา เป็นรวงรังของทุกข์

ได้ยินอย่างนี้ ก็จะมีเสียงประท้วงว่า ไม่มีใครอยากยึดมั่นสำคัญผิดหรอก รวมทั้งตัวคนพูดด้วย เวลาท่านอาจารย์พูดถึงว่า คนเรานี้แหละ ไม่มีใครทำทุกข์ทำโทษให้ตัวเองได้ร้ายเท่ากับใจของเรา ที่ไม่เห็นตามความเป็นจริงแล้วหลงเข้าไปยึดมั่นสำคัญผิด เราก็เถียงท่านในใจว่า ใครที่ไหนจะอยากไปยึดมั่นสำคัญผิด เราคนหนึ่งละที่ไม่ยึด แต่เมื่อรู้จักที่จะมาดูพฤติกรรมของตัวเอง ก็พบว่าเราก็ยึดเข้าไปจนได้

ท่านที่เคยฟังดิฉัน คงเคยได้ฟังเรื่องนี้แล้ว ถึงฟังแล้วก็ฟังอีกได้ เพราะการฟังแต่ละครั้ง ก็ได้ข้อคิดต่างกันไป เมื่อดิฉันเข้าไปฝึกปฏิบัติอยู่ในวัด จนค่อยคุ้นเคยกับข้อวัตรต่าง ๆ พรรษาถัดมา คุณแม่ชีก็มอบหน้าที่ให้ดูแลจัดหาอาหารใส่บาตร คือที่วัดท่านอาจารย์นั้นระหว่างเข้าพรรษา ท่านอธิษฐานอุทิศกุศลถวายขอขมาบาป คือพระทุกองค์จะรับอาหารที่ได้จากการบิณฑบาตเท่านั้น

ไม่รับอะไรที่ถวายบนศาลา เพราะจัดเป็นอดิเรกลาภ

พวกเราที่อยู่ในวัดก็โภกบุญ ท่านกำหนดว่าจะรับแต่เฉพาะของตกในบาตร เราก็ก่อไปยื่นนอกประตูวัด เตรียมของไปใส่บาตรเหมือนกัน ไม่ถวายบนศาลา

ความอยากใส่บาตรก็อยากแต่ไม่ยากสิ้นเปลืองแรงงานโดยไม่จำเป็น ก็คิดเอาว่า ในเมื่อพระกับเราก็คู่กันอยู่ในวัดด้วยกัน วันไหนองค์ไหนจะเร่งความเพียรอดอาหาร ไม่ออกบิณฑบาต เราก็กามไถ่กันได้ ไม่เห็นจะเสียหายตรงไหน

วัดของท่านอาจารย์ มีหมู่บ้านอยู่หัววัด และท้ายวัด หมู่บ้านหัววัดชื่อ บ้านค่าน้อย หมู่บ้านท้ายวัดชื่อ บ้านหนองกง บ้านหนองกงค่อนข้างยากจน ท่านอาจารย์เลยให้พระที่ไปสายนี้ร้อยองค์กว่า เป็นต้นว่าท่านมีพระ ๑๐ องค์ ก็จะไปทางบ้านค่าน้อย ๗ องค์ ทางบ้านหนองกง ๓ องค์ ท่านองนี้

ถ้าท่านออกเต็มตามอัตราอย่างนี้ เราก้ไม่มีปัญหา แต่บางวัน บางองค์อยากเร่งความเพียร ท่านก็ไม่นำอาหาร ดังนั้น ที่จะไปบ้านค่าน้อย ๗ องค์ก็เหลือ ๕ องค์ อีก ๒ องค์อดอาหาร ๓ องค์ไปทางหนองกง

เราก็ไม่อยากจัด ๗ ปีนโต แล้วปรากฏว่า ท่าน
ออกบิณฑบาตแค่ ๕ องค์ ทำให้ต้องถ่ายอาหารออก
แล้วล้างปิ่นโต เสียเวลาเสียแรงงานโดยไม่จำเป็น เรา
นักเศรษฐศาสตร์ก็คอยดักถามเถรว่า วันนี้จะไปทาง
บ้านค่าน้อยก็องค์ บ้านหนองกุงก็องค์ แล้วก็ภาคภูมิใจ
เราทำงานอย่างมีประสิทธิภาพเต็มที่

ท่านอาจารย์คงเล็งแลเห็นในจิตอันไม่สงบระงับ
ที่จะปีติอ้อมเอิบเป็นบุญของเรา เพราะคอยแต่กังวลว่าก็องค์
แล้วมาจัดปิ่นโตให้ท่าน เพื่อไปตักใส่บาตรท่าน บางที
เถรบอกเท่านั้นเท่านั้นองค์ ระหว่างที่เราเย็นคอย นับดู
เอ..ไม่ใช่ ดูจะมีมากกว่าที่เถรบอก ใจเราก็ไม่สบาย
แล้วจะแยกปิ่นโตอย่างไร ถ้าหากท่านมาบิณฑบาตกัน
มากกว่าที่เถรบอก

ใจไม่ได้เป็นอันสงบสงัด ไม่ได้เป็นสมาธิปีติอ้อม
เอิบเลย คอยทำเลขคณิตอยู่ในใจว่า เราเตรียมปิ่นโตมา
ถูกต้องหรือเปล่า คือว่า พอดี ไม่ขาดไม่เกิน เกินไปก็
เสียตายแรงที่ต้องเสียโดยใช่เหตุ ครั้นท่านออกมาเกิน..
เถรก็ไม่ดี.. ดูซิ นับไม่ทั่วถึง ไปเฟ่งโทษเถรอีก สรุปล
แล้ว ใจได้แต่กิเลส

เช้าวันหนึ่ง ก็มีแต่ท่านอาจารย์ลงมาที่ครัว ไม่มีเณรเจียดกรายมาเลย ท่านเดินกลับไปกลับมาอยู่แถวบริเวณครัว ให้เราเข้าใจว่าเป็นเณร ครั้นโผล่ออกไปอ้าว...ท่านอาจารย์ ก็ถอยกลับมา ในที่สุด ท่านเอ่ยปากถามว่าศิษย์จะเอาอะไรหรือ

ตอนนั้นใกล้เวลาท่านจะออกบิณฑบาตเต็มทน ก็เลยบอก เจ้าค่ะ ขออนุญาตกราบเรียนถามว่า วันนี้พระออกบิณฑบาตทางบ้านค่าน้อยก็องค์ บ้านหนองงูงก็องค์

ท่านอาจารย์ตอบ อ้าว.. ศิษย์ก็เดินตามออกไปดูซิ เดินออกไปนับเอาจะได้อันไหนก็องค์ ถ้าเพื่ออาจารย์บอกตอนนี้ บางองค์อาจจะเปลี่ยนใจวินาทีสุดท้าย ทำให้จำนวนผิดไปได้ เราต้องอยู่กับปัจจุบัน ศิษย์ก็คอยเดินตามไปนับดู อาจารย์ไม่หวงไม่ห้าม

เราก็ดกหลุมโครมเลย ประท้วงท่าน ตอนนั้นว่า มันไม่ทันแล้วเจ้าค่ะ จัดปิ่นโตไม่ทัน

อ้าว.. ถ้าศิษย์ไม่มีของใส่บาตร พระองค์ไหนมาตัดพ้อต่อว่าศิษย์หรือ บอกนะ อาจารย์จะไล่ออกจากวัด มันไม่ใช่พระแล้ว

กลายเป็นเราทำให้พระถูกตำหนิอีก เราก็ร้อน
ตัว ธิเบต ไม่ใช่ออย่างนั้นเจ้าคะ

ถ้าศิษย์คิดอยากได้บุญ วันนี้จะใส่บาตร ๕ องค์
ก็ทำ ๕ ชุด เสร็จแล้วพระท่านออก ๗ องค์ เราเสียดาย
บุญเรา วันรุ่งขึ้นเราก้ทำ ๗ ชุดสิ ถ้าทำแล้ว ท่านออก
แค่ ๖ องค์ เราเสียดายแรง ก็ทำแต่พอดี ๆ กับใจเรา
อยากได้บุญแค่ไหน เราก้ทำแค่นั้น ถ้ามีองค์ไหนไม่ได้
ของใส่บาตร แล้วมาตัดพ้อต่อว่า บอกอาจารย์เลย
อาจารย์จะได้ไล่ออกจากวัด อย่างนั้นมันไม่ใช่พระแล้ว

ฟังท่านแล้ว เราก้ตริกตรอง เราใส่บาตรเพื่อ
อะไร ใส่บาตรเพื่อให้เราได้บุญ เราอยากได้บุญเยอะ เรา
ก็ทำเยอะ ถ้าทำแล้วเราเสียดายแรง เพราะทางโลกสอน
มาว่า ไม่ต้องทำเกินจำเป็น เราก้ไม่ทำ ตัดใจว่า เอาแค่นี้
ละ แต่ถ้าหวนคิดเสียดายบุญ ก็ทำให้เต็มเปี่ยม ไม่
ต้องเสียดายแรง

พอคิดได้อย่างนี้สติปัญญาที่จะจัดการกับใจของ
เราก้เกิดขึ้น เพราะทุกวัน...ทุกวัน...เราดีแต่เอาของญาติ
โยมที่เป็นอุปฏฐาก เขาเอาอาหารมาใส่บาตรและเผื่อแผ่
มาถึงพวกเรด้วย คราวนี้เราจัดปิ่นโตแล้ว พระท่านอด

อาหาร เราก็ก็นำปิ่นโตที่เหลือเพื่อเหล่านั้นไปให้เขาเป็น
เครื่องตอบแทนว่า วันนี้ทางโรงครัวทำอาหารเผื่อ เราก็ก็นำ
ได้ปิ่นโตอีก ไปถึงไม่ได้ใส่บาตรพระ แต่ก็เหมือนเรา
ได้ตอบแทนบุญคุณเขาบ้าง

เพียงคิดอย่างนี้ ใจก็ปิ่นโตอีก เราตั้งใจจัด
ปิ่นโตเต็มจำนวน ท่านจะออกครบหรือไม่ครบทุกองค์
เราก็ก็นับเป็นกังวล เพราะมีที่หมายแล้ว ใจของเราเป็น
บุญเป็นกุศลแล้ว ปรากฏว่า ท่านอาจารย์เจียดเข้ามาบอก
ว่า พระออกทางนั้นก็องค์ ทางนี้ก็องค์

คือสรุปแล้ว วิธีที่กระทำนั้นถูกต้อง แต่วิธีวาง
ใจของเราไม่ถูกต้อง ไม่เป็นธรรม ประสิทธิภาพที่ออก
มาทางโลกใช้ได้ ที่นี้ทำอย่างไร เราถึงจะนึกคิดได้ แล้ว
เห็นตรงจุดนี้เท่าทัน ทำให้เข้าใจคำกล่าวที่ว่า คน ๒ คน
ทำกริยาอย่างเดียวกัน คนหนึ่งไปสวรรค์ อีกคนหนึ่งไป
อเวจี

เป็นต้นว่า เรา ๒ คน ควักเงิน ๑๐๐ บาทออก
มา ถวายพระด้วยกริยาเคารพนอบน้อมเหมือน ๆ กัน
เงินก็ ๑๐๐ บาทเท่ากัน กริยาก็นอบน้อมเท่ากัน แต่
คนหนึ่งไปสวรรค์ อีกคนหนึ่งไปอเวจี



ตัวที่บ่งชี้ผล คือ ใจที่เวทนา
เป็นกุศลหรืออกุศล
เป็นสัมมาทิฐิหรือมิจฉาทิฐิ
เพราะฉะนั้น คุณภาพของใจจึงต่างกัน
ภริยาที่เหมือนกันไม่ได้กำหนดว่า
ผลที่เกิดขึ้นจะต้องเป็นอย่างเดียวกัน

เพราะอะไร

เพราะคนหนึ่งทำด้วยความเลื่อมใสศรัทธา ด้วยความปีติอิมเอิบ ทำเพื่อจาคะสลัดความทรวงแค้นเห็นแก่ตัวออกไป แต่อีกคนทำเพราะคิดว่า เมื่อเขาทำ ๑๐๐ บาทได้ ตูก็ทำ ๑๐๐ บาทได้ แล้วดูซิว่า ที่เขาทำกับเราทำ พระจะให้พรใครก่อน ใครจะเป็นอย่างไรในกาลต่อไป

ตัวที่บ่งชี้ผล คือ ใจตัวเจตนา เป็นกุศลหรืออกุศล เป็นสัมมาทิฐิหรือมิจฉาทิฐิ เพราะฉะนั้น คุณภาพของใจจึงต่างกัน กิริยาที่เหมือนกันไม่ได้กำหนดว่า ผลที่เกิดขึ้นจะต้องเป็นอย่างเดียวกัน

เมื่อเข้าใจอย่างนี้ ความยึดมั่นสำคัญผิดนี้ละคือ ตัวแปร ที่ทำให้คุณภาพ หรือยานพาหนะนั้น จะพาเราไปสู่จุดหมายปลายทาง หรือพาเราไปหลงป่า แล้วไปติดอยู่ที่ไหนก็ไม่รู้

ณ จุดตรงนี้ ทำอย่างไรเราถึงจะมีสติมีปัญญา ที่จะแนะนำตนเอง ให้เห็นทิศทางได้ถูกทุกครั้ง..จากเรื่องจัดปิ่นโตใส่บาตร สอนให้ดิฉันได้เห็น ขนาดว่าเห็นแล้วก็ยังตกม้าตายอยู่บ่อย ๆ เพราะอัตโนมัตติของเรา

มีแต่อุปาทานชั้นร์ เกิดตายครั้งใด เท่าไร ๆ ๆ ตั้งแต่
เป็นตัวตนเรามา มีภพมีชาติมา เราก็เป็นอุปาทานชั้นร์
คิดตามอุปาทาน ความยึดมั่นสำคัญผิดมาเรื่อย จึงทำ
ให้เราเกิด ตาย เกิด ตาย ไม่รู้จบรู้สิ้นอยู่อย่างนี้

เมื่อใจรู้อย่างนี้แล้ว จะได้ไม่หงุดหงิดเวลาที่พบ
ว่า...อีกแล้วหรือ คนเราต้องเรียนรู้จากความผิด ท่าน
อาจารย์บอก ถ้าใจของเราคมไวที่จะเห็นตามวาระจิต คือ
เห็นตามความปรุงคิดของตนเอง แล้วก็รู้ว่าผิด แล้ว
หยุดได้สติของเราจะต้องมีประสิทธิภาพถึงขั้นที่คุ้มครอง
ตัวเองได้ แรก ๆ เราก็เหมือนเด็กสอนเดิน เดินไป
ประเดี๋ยวก็สะดุดตรงโน้นล้ม ประเดี๋ยวก็สะดุดตรงนี้ล้ม

เพราะฉะนั้นเราจึงต้องเรียนรู้จากความผิด จน
กระทั่งความผิดอันนี้ทำให้เราหลาบจำ พอจะสะดุดอีก..
ไม่เอาแล้ว.. เพราะว่ามันเจ็บ มันขาแพลง หัวแม่เท้า
แตก ความเจ็บมีอิทธิพลที่จะทำให้สติคมไวขึ้น จนทันที
ที่จะเตือนเราให้หยุดพฤติกรรมอันนี้ได้ ใจก็ได้วิชาขึ้น
มาแทนที่อวิชา

ถ้ามองใจตัวเองไม่ทัน อะไรที่มากี่ยวข้องสัมผัส
สัมพันธ์กับเรา เราก็ตั้งสติมอง แล้วน้อมเข้ามาสอนใจเรา

เมื่อมองอย่างนี้ เราจะพบว่า ทุกผู้ทุกคนเป็นกันอย่างนี้
ทั้งนั้น เราก็ได้แยกคายอุบายมาสอนใจมากขึ้น มากขึ้น
เพราะว่าแต่ละเรื่อง ๆ ก็ล้วนเป็นแบบฝึกหัด ให้เราเห็น
อย่างนี้ทั้งนั้น

เมื่อก่อนปีใหม่ ดิฉันไปเจอท่านที่นับถือเสมือน
อาจารย์ ท่านสอนอยู่วิทยาลัยแห่งหนึ่ง ท่านบอกว่า
ทางวิทยาลัยอยากให้ดิฉันไปพูดให้นักศึกษาฟัง แต่เขา
ติดต่อดิฉันไม่ได้สักที ท่านเลยรับปากเขามาว่า ถ้าเจอ
ดิฉัน ท่านจะจัดการเอาดิฉันไปพูดให้ได้

เมื่อเอาปฏิทินมาดูกัน วันว่างของดิฉันก็เลยปี
การศึกษานี้ไปเสียแล้ว เพราะว่าเดือนกุมภาพันธ์ก็จะ
สิ้นสุดปีการศึกษา เริ่มจะสอบไล่กันแล้ว ท่านก็ยืนหยัด
ว่า ไม่ได้ ต้องเอาภายในเดือนกุมภาพันธ์ให้ได้ ดิฉันก็
กางปฏิทินให้ดูว่า มันไม่มีวันว่างจริงๆ เพราะถ้าวันไหนๆ
ก็ได้ ก็พอจะยืดหยุ่นกันได้

ท่านก็เจาะจงว่าไม่ได้ ต้องเป็นวันหยุดสัปดาห์ คือ
วันเดียวในตลอดสัปดาห์ ซึ่งเป็นวันที่นักศึกษามีกิจกรรม
วันอื่นก็ไม่ได้ เมื่อเป็นอย่างนี้ เดือนหนึ่งก็เหลือเพียง ๔
ครั้งเท่านั้น มกราคม กุมภาพันธ์ รวมได้ ๘ วัน ที่ต้อง

หากันให้ว่างให้จงได้ ก็ให้ท่านดูปฏิทินว่า ไม่ได้แก่ง
มันเต็มหมดแล้วทุกวันพฤหัสบดี

ดูไปดูมา ก็พบว่า มีอยู่วันหนึ่ง ซึ่งไม่ใช่วันที่
ไปพูดแบบประกาศเป็นทางการ แต่เป็นกลุ่มย่อย ท่านก็
บอกว่า พี่จะเอาวันนี้แหละ หนูไปขยับขยายกับกลุ่ม
ย่อยของหนูก็แล้วกัน

ดิฉันนึก กลุ่มย่อยกลุ่มนี้พอขอร้องกันได้ แล้ว
ก็ไม่จำเป็นต้องเป็นวันพฤหัสบดี อาจขยับไปเป็นวันจันทร์
หรือวันศุกร์แทนก็ได้ ก็เลยเรียนท่านว่า ค่ะ ก็ได้ อย่าง
นั้นจะได้ไปขยับเป็นวันอื่นเสีย ท่านก็ประท้วงว่า อย่า
เพิ่ง ๆ หนูไปขยับแล้ว เดียวบังเอิญทางพี่ เกิดไม่มี
ห้องว่าง ไม่ได้มา จะเสียธุระโดยใช่เหตุ ท่านก็มีน้ำใจ
ห่วงใยเรา

ดิฉันเรียนย้ำกับท่านว่า ถ้าท่านไปติดต่อแล้ว
ทราบเรื่องอย่างไร กรุณาบอกภายใน ๒ อาทิตย์ เพื่อ
ว่าดิฉันจะได้จัดการขยับวันกับกลุ่มย่อยของดิฉัน

ดิฉันคอยจนอาทิตย์ที่ ๓ ก็ยังไม่ได้ข่าวจากท่าน
เมื่อกลุ่มย่อยของดิฉันติดต่อมาเพื่อยืนยันวันนัด ดิฉัน
ก็ตอบรับไป บอกไปได้ ๒ วัน โทรศัพท์ท่านก็มาถึง

ว่า ตกลงนะ พี่ไปจัดการเรียบร้อยแล้ว ได้ห้องแล้ว
ประกาศนียบัตรก็ไปเรียบร้อยแล้ว ดิฉันก็ประท้วง ตาย
แล้ว ดิฉันเรียนอาจารย์แล้วว่า ให้ส่งข่าวภายใน ๒
อาทิตย์ นี่ก็ ๓ อาทิตย์แล้ว ดิฉันยืนยันกับกลุ่มย่อย
ไปแล้วด้วย

ท่านก็แย้งว่า แต่พี่ประกาศกับนักศึกษาแล้ว
ทำหนังสือขอแล้ว ห้องก็จองแล้ว คือ สรุปลงแล้ว ตัวตน
ท่านใหญ่กว่าตัวตนดิฉัน ดิฉันจะไปตามล่ากลุ่มย่อย
อย่างไร จะไปเปลี่ยนกับกลุ่มย่อยอย่างไร นั่นเรื่องของ
เธอ ไม่เสียไม่หายตรงไหน แต่เรื่องของฉัน ฉันประกาศ
ออกไปแล้ว

ท่านไม่ได้พูดอย่างนี้ แต่วิธีที่ท่านพูด คือ ท่าน
ยืนหยัดอยู่คำเดียวว่าไม่ได้ แล้วท่านก็ให้เหตุผลอย่าง
นั้น เมื่อดิฉันถามว่าจะให้ทำอะไร ก็หนีไปจัดการกับ
กลุ่มย่อยของหนูสิ

คือสรุปแล้ว เรื่องของท่านแต่ละต้องไม่ได้ ยึด
มั่นสำคัญผิดว่า หน้าของท่านใหญ่เหลือเกิน แต่ท่าน
ไม่เห็นตัวตนของท่านหรอก เพราะเสียงของท่านใส
บริสุทธิ์ ไม่มีเจตนาอย่างนั้น เรากำลังเอาสติมอดดูความ

ยึดมั่นสำคัญผิด ว่าเป็นรางวัลของทุกข์ อ้อ..อย่างนี้นี่เอง
ที่คนมันตีกันเพราะอย่างนี้

ดิฉันตกลงปลงใจแล้วว่า เรื่องนี้เราจะเป็นฝ่าย
เรียนเป็นฝ่ายรู้ เราจะเอาสติมาดูว่า ถ้ามีเหตุการณ์
อย่างนี้เกิดขึ้น ถ้าเราไม่มีตัวไม่มีตน เราจะดูตามเหตุ
ปัจจัยที่มีอยู่ แล้วรักษาใจของเราให้เป็นปกติได้ไหม
ยังไงดิฉันชนกับท่านก็ไม่ชนะ แล้วจะไปชนทำไม เก็บ
แรงของเราไว้ดีกว่า แล้วมาคิดหาทางออก

ดิฉันก็ได้คิดว่า คนเราถ้าไปยึดติดว่า เราเป็น
ผู้ใหญ่ เราเป็นบุคคลสำคัญ แล้วเราผิดไม่ได้ เราเสีย
หายไม่ได้ มันน่ากลัวอย่างยิ่ง เพราะไปติดต่อกับใคร
คู่กรณีก็อึดอัด ถ้าเขาตำแหน่งเล็กกว่า เขาจำเป็นที่จะ
ต้องทำกิจยานอบน้อม แต่ในใจนั้นทุกข์เดือดร้อน ก็ก่อ
ให้เวรและภัยเกิดขึ้นด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

อย่างไรเรื่องมิลินทปัญหา ครั้นศาสนาพระ
กัสสปสัมมาสัมพุทธเจ้า พระภาคเสนเป็นพระภิกษุ มี
เถรอยู่ในสำนัก เถรขัดเคืองใจที่ถูกพระภิกษุเรียกใช้
เห็นเถรเป็นอะไร ใช้ได้ใช้เอา เมื่อเถรจำใจชนหยากเยื่อ
ที่พระภิกษุกวาดไว้ไปทิ้งเสร็จ ก็ตั้งความปรารถนาว่า
ด้วยผลบุญแห่งการชนหยากเยื่อทั้งนี้ ชาติต่อไปขอให้มี

เดชศักดิ์นาภาพใหญ่หลวง และขอให้มิบัญญัติเขียน
แหลมกว่าชนทั้งปวง

พระภิกษุผู้วาระจิตของเณร ท่านจึงปรารภนา
ว่า ด้วยกุศลที่ได้กวาดหยากเยื่อนี้ ชาตินี้ต่อไปขอให้มิ
ปฏิภาณว่องไว สามารถตอบโต้ปัญหา แม้ของสามเณร
นี้ได้

นี่คือเหตุที่มาของมิลินทปัญหา คือ เณรมาเกิด
เป็นพระยามิลินท์ เจ้าผู้ครองสาครราชธานี มีสติปัญญา
เฉียบแหลม พอพระราชหฤทัยในการไล่เลียงลัทธิต่างๆ
ทำให้นักปราชญ์ราชบัณฑิตสมัยนั้นครั่นคร้าม ไม่กล้า
ทูลโต้ตอบพระราชปุจฉา จนอำมาตย์กราบทูลถึงพระ
นาคเสนว่า เป็นผู้ที่มีปฏิภาณแตกฉานในพระไตรปิฎก
พระยามิลินท์ จึงเสด็จไปตามปัญหากับพระนาคเสน
และพอพระทัย ยอมรับในคำวิสัยสนา

เราเองไม่มีวาระจิต ไม่มีสติปัญญาเฉียบแหลม
เท่าพระภิกษุองค์นั้น จะรู้ได้อย่างไรว่า ระหว่างที่เราใช้
ใคร แล้วเขาทำท่าสงบเสงี่ยมกับเรา แต่ในใจเขาคิด...
อย่าให้ถึงที่ตู่บ้างนะ... เราก็อะหลกไปเท่านั้น

ครูบาอาจารย์ท่านจึงสอนว่า ไม่ล้มเราจะข้ามก็

ข้ามไปเถิด แต่คนลั้ม หรือเห็นคนที่ดูดีกว่าเรา อย่าไปนึกดูถูกดูหมิ่นเขา เพราะตอนนี้แลดูเหมือนเขาแยกว่าเราก็จริง แต่บุญกุศลเขาอาจจะมากกว่าเราก้ได้ คนบางคนเขาผลอทำผิดทำชั่ว ตกไปในหุคตัทุมิ ครันหันจากหุคตัทุมิ เขาไปเป็นเทวดาเป็นพรหมก้มี เพราะบุญกุศลของเขามีสะสมอยู่

ถ้าเราไปดูถูกดูหมิ่นเขาไว้ ถึงตอนที่บุญกุศลของเขา มาหล่อเลี้ยง เราเองจะหน้าแตกไป ท่านจึงสอนเอาไว้ว่า เวลาที่เราเห็นอะไร อย่าไปยึดมั่นสำคัญผิด เอาตัวไปเปรียบเทียบแล้วหลงใหลได้ปลื้มว่า เราก้พิเศษกว่าเขา เพราะมันจะทำให้เราประมาท ลั้มสะสมเสียบียง ไม่ทำคุณงามความดีให้กับตัวเอง

เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว คอยมองเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันของเราดู จะพบว่า ตลอดเวลาที่อะไรมากระทบ ถ้าเราไม่เอาสติไปห้ามล่อไว้ มันจะสนองตอบไปด้วยความยึดมั่นสำคัญผิด โดยเอาตัวเองเป็นจุดศูนย์กลางทั้งนั้น

อีกตัวอย่างหนึ่ง เมื่อไรที่จะไปวัด คนนั้นคนนี้ อาจจะตามไปเป็นกลุ่ม จนบางครั้งก็ทะเลาะกัน เช่นว่า วัดป่าแก้วไม่มีรถไฟไปถึง ต้องไปทางรถทัวร์ซึ่งมีวันละ

เที่ยวเดียว ถ้าเผื่อเราไม่ซื้อตั๋วไว้แต่เนิ่นๆ ไปกันหลายๆ คน ก็มักจะมีตั๋วไม่ครบจำนวนคน

ครั้งหนึ่ง ก็เป็นอย่างนี้ คนนั้นก็จะไป คนนี้จะไป จะไปจะไม่ไป ตกลงกันไม่ได้แน่นอนสักที ดิฉันบอกกับทุกคนว่า ขอให้ดิฉันทราบก่อนวันที่เท่านี้เท่านั้น เพราะถ้าช้ากว่านี้ ดิฉันมีธุระจะไปต่างจังหวัด กลับมาอีกทีก็เป็นหนึ่งวันก่อนออกเดินทางไปวัด ซึ่งตอนนั้นซื้อตั๋วรถทัวร์ไม่ทันแล้ว

ปรากฏว่า มีท่านหนึ่งญาติเจ็บ ท่านตัดสินใจไม่ได้ว่า จะไปดีหรือไม่ไปดี ท่านก็รักพี่เสียดายน้อง นาน..คอยอีกเดี๋ยว..คอยอีกหน่อย ในที่สุดคอยจนกระทั่งถึงวันที่ดิฉันไปต่างจังหวัด ก็ยังไม่ได้คำตอบจากท่านว่าจะเอาอย่างไรกันแน่ เพราะดิฉันโทรศัพท์ตามล่าตัวท่านเท่าไรๆ ก็ไม่ได้ตัว

ครั้งจะไปซื้อตัวก่อนได้พูดกับท่านก็ไม่สบายใจ คล้ายๆ กับว่า เราตกปากรับคำว่าจะคอยท่าน แล้วผิดคำพูด ดิฉันออกต่างจังหวัดไปด้วยความหงุดหงิดมาก เพราะกังวลว่าจะไม่มีตั๋วรถทัวร์ครบคน แล้วคงต้องยุ่งไปหมด



มองเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันของเรา
จะพบว่า ตลอดเวลาที่เอะโหลมากระทบ
ถ้าเราไม่เอาสติไปห้ามล้อไว้
มันจะสนองตอบไปด้วยความยึดมั่นสำคัญผิด
โดยเขาตัวเองเป็นจุดศูนย์กลางทั้งนั้น

สติก็เตือนขึ้นมาว่า ถ้าเหตุปัจจัยของเรา มีว่า มันต้องยุ่งยาก เราจะต้องเดินทางด้วยความไม่เป็นปกติ มันก็ต้องเป็นไปอย่างนั้น ไม่ใช่เพราะท่าน มันเป็นเพราะเหตุปัจจัยของเรา แต่ถ้าเหตุของเรามีอยู่ว่า เราจะ ได้เดินทางเรียบร้อย ถึงกลับมาจากต่างจังหวัดแล้ว วันเดียวไปซื้อตั๋วรถ มันก็จะมีตัว เมื่อทำใจได้อย่างนี้แล้ว ใจก็สบาย

กลับจากต่างจังหวัดแล้ว ท่านก็ยังไม่ติดต่อกมา ด้วยใจที่สบายแล้ว ดิฉันก็เพียรโทรศัพท์ถึงท่าน ซึ่งกว่าจะได้ตัวก็ตกไปถึงบ่ายแล้ว พอได้ตัว ท่านบอกว่า..อ้าว พี่นี้กว่าพี่บอกเรียบร้อยแล้วทำไมไป แทนที่ท่านจะขอโทษเราลักคำหนึ่ง ท่านกลับทำเสียงเหมือนเราไปรบกวน ท่าน ก็พึดตกลงไม่ไปแล้วไงละ..ทำให้ดิฉันเห็นได้ว่า เมื่อท่านตัดสินใจไม่ไปแล้ว ใครอื่นจะไป ใครอื่นจะเดือดร้อน เรื่องของเจ้า ฉันไม่เกี่ยวแล้ว

เพราะฉะนั้นท่านก็ทอดธุระ ไม่ใช่ใส่ใจอีกต่อไป ในเมื่อเราเป็นฝ่ายเดือดร้อน ถ้าเราไม่ติดต่อกมาก็เรื่องของเรา แต่เพราะดิฉันมีเหตุมีผลของดิฉัน ทำใจได้แล้ว ว่า เรื่องนี้ถ้าจะได้ตัวก็เพราะเหตุปัจจัยของเรา จะไม่ได้

ตัวก็เพราะเหตุปัจจัยเก่าของเรา ไม่เกี่ยวกับท่าน อย่าไปทำใจให้เกิดเวรภัยต่อกันด้วยความหลงยึดมั่นสำคัญผิดเลย

เมื่อใจดิฉันมีภูมิคุ้มกันมีโยท่านจะทำให้เสียงคล้ายกับ..อะไรกัน ก็บอกไปเรียบร้อยแล้ว ยังมากวนกันอีกทำไม.. คล้ายๆ ดิฉันความจำเสื่อมถึงขั้นมาปรับโทษท่าน ดิฉันก็ว่า ขอประทานโทษค่ะ ที่โทรมารบกวน

ดิฉันจัดแจงออกไปทำรถทัวร์หมอลอย ก็ทำใจแล้วไม่ได้ก็ไม่ได้ สิ่งประหลาดมหัศจรรย์ก็บังเกิดขึ้น กล่าวคือ มีตัวให้เต็มตามจำนวนคนที่จะไป ทำให้ดิฉันซาบซึ้งว่า ถ้าเราทำใจไม่เป็น เราก็คงโกรธ แล้วทะเลาะกับท่าน เกิดเป็นสนิมในใจ ก่อเวรให้ตัวเองโดยเปล่าประโยชน์ เพราะเสร็จแล้วเราก็ได้ตัวไปอย่างที่ใจตั้ง ทำให้เราเสียสุขภาพจิตไปเปล่าๆ ท่านจึงว่า ไม่มีใครหรือสิ่งใดจะก่อทุกข์ก่อโทษให้เรา ได้หนักหนาสาหัสเท่าใจของเราเอง ที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์

ตั้งแต่นั้นมา ดิฉันอยู่กับปัจจุบันเป็นมากขึ้น ถ้าไม่อย่างนั้น ปากก็ว่า อยู่กับปัจจุบันแล้ว แต่อาจจะปัจจุบันชนิดอาทิตย์ล่องหน้า ปัจจุบัน ๓ วันล่องหน้า

ตามแต่ความยึดมั่นสำคัญผิดของเราจะกำหนดเขตนิรภัย
เอาไว้ ว่าต้องแค่นี้แค่นี้ จึงจะวางใจได้ เราจึงมีปัจจุบัน
ของเราที่ขยับเขยื้อนได้ตามแต่ความยึดมั่นสำคัญผิด
ของเราจะกำหนด

เมื่อค่อยๆ เห็นอย่างนี้ เราก็พากเพียรแกะสนิม
ของเราต่อไปเรื่อยๆ แทนที่จะไปหงุดหงิดกับคู่กรณี เรา
ก็น้อมเข้ามาในกายในใจของเรา เออ..ขอบคุณนะ ถ้า
ท่านไม่ทำเหตุอย่างนี้ขึ้นมา เราคงมองไม่เห็น แล้วเกิด
ปัญญาที่เห็นได้ละเอียดลึกซึ้งอย่างนี้

ดังนั้นไม่ว่าใครจะทำอะไรกับเราใจของเราก็ไม่นอบ
น้อม เพราะอะไร เพราะเราขอบคุณ ท่านอาจารย์ก็ยังมี
เทศน์ให้ถึงหัวใจเราอย่างนี้ไม่ได้ ทำให้เรามองทุกกรณี
ในแง่ดีมีคุณประโยชน์

หลายๆ ท่านไม่เข้าใจว่า ถ้าเราปฏิบัติธรรมแล้ว
จะมองอะไรในแง่ร้ายไม่ได้ เราต้องมีความคิดที่ดีต่อเขา
ไม่เบียดเบียนเขา ไม่ยกตนข่มเขา แต่การมองทุกอย่าง
ในแง่ดี โดยมองผิดความจริงนั้นไม่ใช่การปฏิบัติธรรม
ธรรมย่อมพาเราให้รู้ตามเป็นจริง ตื่นจากความยึดมั่น
สำคัญผิด หลงตะครุบเงา เบิกบานกับความเป็นอิสระ
เสรี

เมื่อเด็กๆ ดิฉันเรียนหนังสือที่โรงเรียนแม่ชีฝรั่ง
มาแมร์สอนว่า ไม่ได้ เราจะคิดร้ายกับเพื่อนไม่ได้ ถึงเขา
ทำไม่ดีก็ต้องอภัยว่า เขาไม่ได้ตั้งใจ แต่บางทีเราพิสูจน์
ได้ว่า เขาตั้งใจทำไม่ดีอย่างนั้น เราก็ไปบอกมาแมร์ว่า
เขาตั้งใจ เขาเป็นคนไม่ดี ท่านก็ดูว่า การคิดอย่างนั้นทำ
ให้ใจเราเป็นบาป เราต้องเอื้อเอ็นดูคนผิด ให้โอกาสกับ
เขา

ดิฉันก็พยายาม เราจะเป็นคนดี เพราะฉะนั้น
ใครไม่ดี เราก็ต้องพยายามทำให้ใจเราเชื่อว่า เขาดีนะ
แล้วใจเราก็พักช้าดำเขี้ยว เพราะจริงๆ เขาไม่ดี มันก็
เกิดเรื่องอย่างเดิมซ้ำแล้วซ้ำอีกอยู่ไม่รู้จบ

เมื่อไปเมืองนอก อาจารย์ที่ปรึกษาที่ว่าดิฉัน
อะไรกัน คิดอะไรเหมือนอย่างกับเด็ก ไม่มีสติปัญญา
คนในโลกนี้ ใครจะตีได้ร้อยเปอร์เซ็นต์ มันก็ต้องตั้งต้น
กันที่ ๕๐-๕๐ เพราะถ้าเราคิดว่า ๕๐-๕๐ มันก็มีทางที่
จะเติมคะแนนให้เพิ่มขึ้นได้ เออ..เขาก็ดีอย่างนั้นนะ ดี
อย่างนี้นะ ใจของเราจะได้เป็นทางบวก คบกับใครแล้ว
เราก็มีที่ชื่นชมเขาไปเรื่อย ๆ ดิฉันยังค่อนข้างว่าอาจารย์ที่
ปรึกษาคะ อาจารย์ทำให้โลกนี้หมองไปหมด

เลย เพราะอะไร ๆ ก็ ๕๐-๕๐ ใจไม่เบิกบาน

พอเข้าวัด ท่านอาจารย์สิงห์ทองบอกว่า พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนให้เป็นคนโง่อย่างนั้น เริ่มต้นที่ศูนย์ ดิจันประท้วง อะไรนะเจ้าคะ พระพุทธเจ้าสอนให้คนเรามีเมตตาต่อกันไม่ใช่หรือ

เออ..เมตตาต่อกันนั้นแหละ แต่ต้องอยู่กับความจริง เพราะฉะนั้นเริ่มที่ศูนย์

ศูนย์ของท่านคือว่า เริ่มต้นรู้จักกับใคร เราต้องทำให้ว่างเอาไว้ อย่าไปคิดว่าเขาดี เขาไม่ดี เขาเป็นอย่างไรอย่างนี้ เอาความยึดมั่นสำคัญผิดไปบรรยายเสีย เริ่มต้นที่ศูนย์เพราะเรายังไม่รู้จักเขาเลย เขาแสดงพฤติกรรมอะไรมา นั่นเป็นข้อมูล จดจำบันทึกใส่เพิ่มเอาไว้ รับรู้เอาไว้ตามความเป็นจริง แล้วค่อย ๆ ให้คะแนนเขาไปตามความเป็นจริง เราจะได้ไม่เกิดความเข้าใจผิดซึ่งกันและกัน

สิ่งที่ท่านพูดนี้ถูกต้อง แต่เราเอาอุปาทานเราเอง เราเอาความยึดมั่นสำคัญผิดของเราไปกำหนดที่ศูนย์ โอ้โฮ..คนเราพอเจอกัน แข็งตายเลย ไม่มีความยินดีต่อกัน ไม่มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กันเลย พอเจอหน้ากันก็

ยี้..ศุณย์เสียแล้ว

อันที่จริง ท่านสอนให้เราอยู่กับความเป็นจริง รู้จักโลกนี้ตามความเป็นจริง ถ้าเราทำใจของเราได้อย่างนั้นจริง ๆ มันจะไม่เกิดการตัดพ้อต่อกัน

เพราะไม่อย่างนั้น เราจะเพลอไปคิดเอาไว้..เขา เหมือนกับเพื่อนคนนั้น เราก็นึกสรุปเอาว่า เขาจะต้องเป็นอย่างเพื่อนคนนั้น ครั้นเขาทำอะไรผิดความคาดเดาของเรา เราก็จัดแจงไปต่อว่าเขา คุณทำไม่ถึงทำอย่างนี้ คุณทำให้ฉันนอกหักยับยี้ยับเย็นหมดเลย ซึ่งจริง ๆ เขาก็เป็นของเขาอย่างนี้ แต่เราดูไม่เป็นเอง

เมื่อท่านอาจารย์มรณภาพจากเครื่องบินตก บรรดาลูกศิษย์ลูกหาทั้งหลายแตกกระจัดกระจาย ต่างคนต่างก็ไปหาตัวแทนองค์ท่านอาจารย์ หาสำนักแทนความเป็นจริงท่านอาจารย์สิงห์ทองมียู่องค์เดียว แต่ลูกศิษย์ทั้งหลายไปแล้วไม่ได้ไปสู่สำนักเดียวกัน คนนี้ไปสำนักนั้น คนนั้นไปสำนักนี้ ถามว่า ทำไม่ละ ก็ได้คำตอบ มองท่าเดินแล้วเหมือนท่านอาจารย์

อีกท่านหนึ่ง ถ้ามองดูเท่าไร ๆ ก็ไม่เห็นความละม้ายท่านอาจารย์เลย แต่หลับตาฟังแล้ว เสียงเหมือน

จนเปลือยคิดว่าเป็นท่านอาจารย์ ตกลงคนนี้ยึดที่เสียง

เราจึงเห็นได้ว่า ท่านอาจารย์ที่มีอยู่องค์เดียว
นั้น ในใจของลูกศิษย์แต่ละคน ที่เห็นท่านผ่านแว่นของ
อุปาทาน ไม่เหมือนกันเลย ถ้าเราไม่รู้จักรว่า ในใจของเขา
ยึดเอาไว้ตรงไหน เมื่อมาพูดกันถึงท่านอาจารย์ เรากับ
เขาก็อาจจะตีกันก็ได้ เพราะเมื่อเราบอกว่า ท่านอาจารย์
เป็นอย่างนี้ ๆ เขาก็จะบอก ไม่ใช่ เพราะเขาไม่ได้ยึดตรง
จุดเดียวกับเรา

เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว ใจของเราจะได้ไม่เกิดความ
หงุดหงิด ว่าใครถูก ใครผิด เวลาที่มีเรื่องขัดแย้งกัน
เราจะได้บอกตัวเองว่า ที่เรานึกว่าเรารู้จักเขา นั้น เรายัง
ไม่รู้จักเขา ฟังเขาให้ดี ทีนี้เมื่อฟังแล้ว เราก็จ้าใจ ที่เขา
มองกับเรามอง มันคนละส่วนกัน

ทำนองเดียวกับคนตาบอด ๖ คน คล่าข้าง คน
ที่พ่อแม่พาไปคล่าหุ ข้างเป็นพัดนะ บังเอิญพ่อแม่เรา
พาไปคล่าซาข้าง ข้างของเราก็เป็นเสา ไม่อย่างนั้นตีกัน
ตาย ว่าฉันต้องถูก ต้องแน่กว่า ข้างต้องเป็นเสา ทาง
โน้นก็ค้ำน ไม่ใช่ ข้างต้องเป็นพัด

อันที่จริงข้างก็เป็นทั้งเสาทั้งพัดนั้นแหละ ถ้าเรา
สืบสาวดูจนกระทั่งรู้ตามความเป็นจริง ถ้าเราฉลาดกว่า

นั่น เราก็ชวนขายดูไปจนกระทั่งรู้ว่า ช้างทั้งตัวเป็น
อย่างไร เสาเป็นเพียงส่วนหนึ่งของช้าง เช่นเดียวกับพัด
ก็เป็นอีกส่วนหนึ่งของช้าง นี่คือวิธีการที่เราจะทะลุความ
ยึดมั่นสำคัญผุดออกไปได้

ถ้าสติของเราจับทันตรงนี้ได้ทุกเวลานาที ก็จะได้ประโยชน์ต่อเรา เพราะว่า เราจะเอาทุกเวลานาทีนี้มา
สอนตัวเองให้เห็นว่า เราไปยึดติดอยู่ตรงไหน ไปสำคัญ
ผุดอยู่ตรงไหน เราจะได้แกะสนิมของเรา แกะยางแห่ง
ภพชาติของเราออกไปเรื่อย ๆ เพราะไม่มีใครจะมาชี้บอก
ใครได้ ถ้าเราเองไม่สะดุด แล้วฉุกเห็นตรงนี้ ต่อให้ใคร
มาชี้มาบอก เราก็ไม่เห็นไม่เชื่อ

ไม่ใช่ว่าเราแก้ง สิ่งนี้เป็นสิ่งที่เราเองนึกว่าเรา
เห็นแล้ว รู้จักแล้ว แต่ความจริงเราไม่เห็น มองผ่านไป
แล้วก็ไม่ได้สะดุดใจเลย แต่ถ้ามีเหตุการณ์อะไรที่เป็น
อย่างนั้น แล้วเราทบทวนขึ้นมา เราจึงเกิดความเข้าใจ

ดิฉันเข้าใจว่า ตัวเองเป็นคนรักษาคำพูด ว่าคำ
ไหนแล้วก็เป็นคำนั้น ไม่เคยพูดกลับไปกลับมา แต่ไป
คิดว่า ในใจของเราที่คิดอะไรๆ นั้น เป็นสิทธิเสรีภาพ
ของเรา จะเปลี่ยนใจกลับไปกลับมาก็ไม่มีความผิด แต่

ท่านอาจารย์จะย้าว่า ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยใจ เราก็ยังไม่สะดุดใจ เราก็ยังไม่เฉลียวว่า ท่านเตือนเรา

ดิฉันคิดอะไรอยู่ในใจ แล้วพลิกเปลี่ยนใจ ท่านอาจารย์จะสวนคำขึ้นมาทันทีว่า เฮ้อ.. ผู้หญิง เปลี่ยนใจวันละ ๕๐๐ ครั้ง ก็ไม่สะดุดใจว่า ท่านเห็นในใจเราแล้ว ท่านกำลังเตือนเราอยู่ กลับส่งจิตออกข้างนอก ไปมองหาผู้หญิงคนอื่น คุณแม่ช็อคไหน..หรือเพื่อนเรา..หรือแขกที่มาพัก..ผู้หญิงคนไหนนะที่ทำพฤติกรรมอย่างนี้ นำทุเรศจริง ๆ

เรื่องของตัวเองแท้ ๆ แต่ไม่เห็น แล้วก็เที่ยวได้ไปเพ่งโทษว่าใคร ๆ เพราะเราไม่ชอบที่ท่านมาว่าผู้หญิงว่าเปลี่ยนใจ จนเวลาล่วงเลยไปเป็นเดือน

วันหนึ่ง กำลังคิด..คิดอยู่ แล้วก็คิดเปลี่ยนใจขึ้นมา สติที่ตามดูใจตัวเอง ก็ทำให้สะดุดขึ้นมาในใจว่า ..เอ การที่เราคิดแล้วเปลี่ยนใจอย่างนี้ มันก็ไม่ถูก เพราะเราปฏิบัติแล้ว ใจควรจะต้องมีเหตุมีผล ไม่ใช่ว่า นึกจะไปทางนี้ก็ไป พอนึกไม่ชอบใจ ก็เปลี่ยนตามอารมณ์

กำลังคิดถึงตรงนี้ เสียงท่านอาจารย์ก็ดังขึ้นมา

ว่า.. ผู้หญิงอีกแล้ว..อาจารย์ละเหนื่อย เปลี่ยนใจวันหนึ่ง
ไม่รู้ก็หน เราก็สะดุดว่า หรือเป็นเราเอง เหลียวไปมอง
ท่านอาจารย์ ก็พบว่าท่านกำลังมองเราอยู่ คล้าย ๆ กับ..
เออ..ตื่นเสียวทีสิ..

การที่เราจะเห็นในใจของตัวเอง แล้วแก้ไขได้
ไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะระดับสติของเรายังไม่คมพอที่จะ
หยั่งลงไปถึง ใจไม่เหมือนน้ำในแก้ว ที่มองลงไปแล้ว
เห็นทะลุปรุโปร่งไปหมด ท่านเปรียบเทียบเหมือนต้น
กล้วยหรือหัวหอม ที่ซ้อน ๆ กันเป็นชั้น ๆ ถ้าสติยัง
ไม่ได้หยั่งเข้าไป ถึงอาณาบริเวณที่ลึก..ลึก ที่เรียกว่า
จิตใต้สำนึก จิตไร้สำนึก คนร้อยทั้งร้อยเขาเห็นกัน แต่
เราจะไม่เห็น

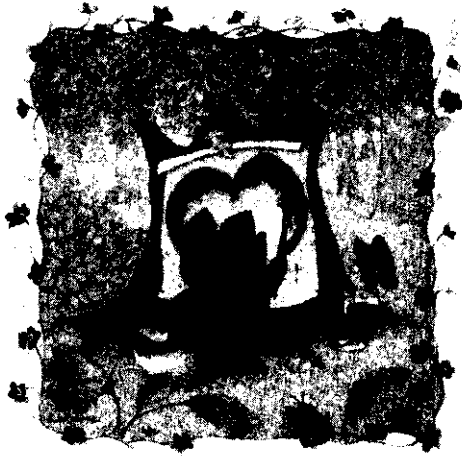
รู้อย่างนี้แล้ว เวลาที่ใครมาปรับไหมเรา ชนิดที่
เรานึกว่า อะไรงั้น ใส่โคล้บ้นน้ำเป็นตัวกันถึงขนาดนี้
เขียวหรือ เราจะได้หยุดตัวเรา ตั้งสติค้นเข้าไปในกาย
ในใจ เออ..หรือว่าเราเองไม่รู้จักตัวของตัว ไม่เห็นตัวเอง
ใจจะตั้งมั่น แล้วจะสงบ ไม่อย่างนั้นเราจะเถียง

สังเกตดูเอา ถ้ายังไม่มาปฏิบัติ ยังไม่เห็นถึง
ความยึดมั่นสำคัญผิด เวลาที่พูดอะไรกับใคร แล้วเขา

ไม่คิดอย่างเรา เขาจะไม่ฟังเรา แต่จะรีบชี้แจงว่า ฉันคิด
อย่างนี้ๆ สรุปลงแล้ว เขาเลยไม่มีโอกาสที่จะได้เรียนรู้และ
ปรับปรุงตัวเอง เพราะอะไร เพราะพออะไรที่เกิดขึ้นไม่
เหมือนที่เขาคิดไว้ เขาก็ลงความเห็นที่ อันนั้นผิดทั้ง
หมด

เพราะเขายึดมั่นสำคัญผิดเอาไว้ว่า สิ่งที่เขา
สิ่งที่เขาตรึกตรองอยู่นี้ เป็นที่สุดแล้ว ที่เขาชี้แจงนั้น
เพราะเขารัก เขาหวังดีต่อเรา เขาจึงต้องชี้แจงให้เราเห็น
เพื่อเราจะได้คิดถูกคิดชอบตามเขา แล้วเขาก็ภูมิใจว่า
เขาได้ช่วยเราให้เกิดสัมมาทิฐิ ได้ความเข้าใจถูกต้องแล้ว
แต่หารู้ไม่ว่า แท้ที่จริงนั้น เขาปิดกั้นโอกาสที่จะได้รู้ว่า
เออ...การจะแก้ปัญหารื่องนี้ แก้อย่างไรกัน

ดิฉันเองก็เป็นอย่างนี้ ฟังท่านอาจารย์เทศน์ว่า
คนเราที่มีเรื่องกัน ก็เพราะมันฟังไม่เป็น ดิฉันนึกโต้แย้ง
อะไรกัน คนพูดภาษาไทยด้วยกันแล้วจะฟังไม่เป็น ฟัง
ไม่ได้ยิน เป็นไปได้อย่างไร ก็เพราะความยึดมั่นสำคัญ
ผิดมั่นปิดกั้นเอาไว้ ทำให้เขาพูดอะไร ๆ เราก็ฟังไม่เป็น
เพราะเราเต็มจนทกไปแล้ว เหมือนน้ำชาล้นถ้วย เราได้
ยินแต่เหตุผลของเรา แล้วก็หลงยึดว่า เหตุผลอันนี้ถูก



การปฏิบัติ คือ
การที่เราจะมาละลายล้าง
ความยึดมั่นสำคัญผิดออกจากใจ

ต้องเที่ยงธรรมทั้งหมดแล้ว เราเลยไม่ได้ฟัง ไม่ได้เรียนรู้ ไม่ได้เปิดใจให้กว้างขึ้น

ถ้าเรามาสะดุดตรงนี้แล้ว แต่นี้ต่อไป ใครพูดอะไร สติจะผูกใจเราให้ฟังทั้งนั้น ถึงเราจะว่าเราถูกชัด ๆ ญูกอย่างชนิดที่ไม่มีทางพลาดผิดเลย เราก็กังฟังแล้วบางทีจะพบว่า เออ..มันยังมีทางอื่นอยู่อีกที่น่าจะลองดูนะ

เราจะเปิดใจให้ได้เรียนรู้ คราวนี้เวลาฟังอะไรใจของเราจะสงบ มีสติตั้งมั่น มันก็ได้ประโยชน์เพิ่มขึ้นไม่อย่างนั้น แต่ก่อน ฟังจริงอยู่ แต่มันไม่ได้ยิน ได้ยินแต่เสียงของใจตัวเอง ท่านจึงว่า เราฟังไม่เป็น เพราะฉะนั้น วันเวลาที่ล่วงไป เรื่องทั้งหลายที่เกิดขึ้นล้วนสอนเรา แต่เราละเมอ เพราะฟังไม่เป็น ตาก็ลืมอยู่ แต่มองอะไรไม่เห็น เลยไม่ได้ประโยชน์อะไร

การปฏิบัติคือ การที่เราจะมาละลายล้างความยึดมั่นสำคัญผิดออกจากใจ เมื่อไรที่เราไม่ยึดเอาไว้ว่า มีตัวเรา มีของเรา นี่ความเห็นของเรา หนึ่งงานของเรา เราได้ทำมาแล้ว พิสูจน์แล้ว เพราะฉะนั้นมันต้องถูกต้อง ถ้าไม่ไปยึดเอาไว้อย่างนี้ ไม่ไปยึดมั่นสำคัญผิดอย่างนี้ เรา

จะเห็นทุกอย่างมีแต่เหตุปัจจัย ถ้าเหตุเป็นอย่างนี้ ผลก็ต้องเป็นอย่างนี้

เพราะฉะนั้น ถึงเราว่า เรารู้หมดแล้ว แต่ถ้าใครพูดอะไร เราก็เริ่มต้นฟังเขา เหตุในความคิดของเขาเป็นอย่างนี้ อย่างนี้ เราคิดตาม เออ..ใช่ เมื่อเหตุของเขาเป็นอย่างนี้ ผลของเขาก็เป็นอย่างที่เขาทำนั่นแหละ

เห็นอย่างนั้น ที่จะโกรธแค้น จะหาว่าใครผิดใครถูก แล้วมาพิพากษาโทษกัน มีฝ่ายเขาฝ่ายเรา ก็เบาบางไป ใจเราก็เย็นพอที่จะฟังว่า เออ..เพราะเหตุของเขาเป็นอย่างนี้..อย่างนี้ ผลก็ต้องไปที่ตรงจุดนั้น เรื่องที่กำลังทำกันอยู่นี้ สามารถยืดหยุ่นให้เป็นอย่างนั้นได้ไหม

ถ้าไม่ได้ เราก็ใจเย็นแล้วค่อย ๆ บอกเขาว่า เหตุที่คุณตั้งไว้อย่างนั้น ๆ มันอ้อมโลกเกินไป ถ้าเปลี่ยนเป็นเหตุอย่างนี้ แล้วทำอย่างนี้ จะได้ถึงจุดที่เราตั้งเป้าไว้เร็วขึ้นจะดีไหม เราไม่ได้บอกว่า คุณผิด ฉันถูก แต่เราบอกวิธีการ เมื่อเหตุมีอย่างไร ผลย่อมเป็นอย่างนั้น

ถ้าเราเอาเม็ดมะม่วงใส่ลงไป在地 เราก็จะได้ต้นมะม่วง ถ้าคุณอยากได้ส้ม คุณต้องไปหาเม็ดส้มมา แต่ถ้าคุณจะเอาเม็ดมะม่วงใส่ลงไป แล้วคุณบอกว่า จะ

ให้เป็นต้นส้ม มันไม่เป็น พูดกันอย่างนี้ มันรับฟังได้ เพราะเราพูดกันด้วยเรื่องธรรมชาติ เราพูดกันด้วยเรื่อง ของเหตุของผล

ตรงกันข้าม ถ้าเราบอก คุณผิด ฉันถูก ถ้าพูด อย่างนั้น บทสนทนาจะไม่มีข้อยุติ เพราะเกิดความ ยึดมั่นสำคัญผิดแทรกเข้ามา เรื่องอะไรคุณจะถูก ฉันก็ หนึ่งเหมือนกัน เลยกลายเป็นอารมณ์เข้ามาใส่กัน

พระพุทธเจ้าจึงสอนว่า ปกติของโลกนี้ ถ้าคิด กันด้วยเหตุด้วยผล ทุกอย่างย่อมเป็นธรรมชาติ ไม่มี เรื่องอะไรที่จะไปขุ่นเคืองกัน หรือว่าทุกข์โศกกัน แต่ถ้า เมื่อไร เราไปยึดมั่นสำคัญผิด มีตัวมีตน มีอุปาทานขึ้น ขึ้นมาแล้ว มีแต่ทุกข์ทั้งนั้น อะไรๆ ก็ทุกข์ทั้งนั้น เพราะ ว่ามีเขามีเราขึ้นมาแล้ว มีผิดมีถูก มีดีมีชั่ว ทำให้โลกนี้ เกิดปลายขวา ปลายซ้าย แล้วเลยยุ่งวุ่นวายไปหมด

การมาปฏิบัติก็เพื่อให้เรามองเห็นเท่าทันใจของเรา แล้วพยายามว่า แต่นี้ต่อไป ไม่ว่าจะทำอะไร คิดหาเหตุ เสียก่อน ที่เราต้องการผลอย่างนี้ อะไรจะเป็นเหตุ ส่ง ให้เราได้ผลสมดังประสงค์ แล้วฝึกฝืนใจของเราให้ จดจ่อเที่ยง ตรงอยู่กับเหตุอันนั้น กระทำตามเหตุอันนั้น

เพื่อจะได้พิสูจน์ว่า เหตุที่เราเห็นนั้น เทียงตรงสมควร แก่เหตุ ทำให้เป็นผลอย่างที่เราต้องการจริง ๆ

ถ้าผลยังไม่เป็นไปตามคิด มีอะไรที่เราจะเรียนรู้ แล้วปรับปรุง แก้ไข เราก็เก็บสะสมประสบการณ์ เพื่อ ทำให้อวิชชาในใจของเรา ค่อยๆ จางคลายไป กลายเป็น วิชชาขึ้นมาแทนที่ ใจของเราก็สงบ ใจของเราก็รู้เพิ่มขึ้น เพิ่มขึ้น ทำให้สามารถอยู่ในโลกนี้ด้วยความผาสุก

นี่คือวิธีที่เราจะมาฝึกใจกัน ถ้าเราไปคิดว่า เมื่อ ฝึกใจแล้ว ทุกอย่างจะต้องดี เพราะว่า บัดนี้เราทำแต่ บุญแต่กุศลแล้ว เพราะฉะนั้นอะไร ๆ ต้องเป็นไปตามใจปรารถนาหมด ถ้าเป็นอย่างนั้น เราก็ยึดมั่นสำคัญผิด อีกแล้ว

เพราะอะไร

เพราะว่าพระพุทธเจ้าทรงสอนให้เราประกอบ แต่เหตุ ท่านไม่เคยตรัสว่า ถ้าปฏิบัติขัดเกลาลจิใจของตนแล้ว เราจะสามารถจับชีวิตเรา วางให้เป็นไปตามใจปรารถนาได้ เพราะสิ่งที่เกิดขึ้น หรือผลที่บังเกิดขึ้นนี้ ไม่ใช่มาจากเราฝ่ายเดียว เรามีเหตุที่ไปติดต่อกับคนอื่น สิ่งอื่นที่มีส่วนมาเกี่ยวข้องด้วย

ดังนั้นเหตุที่มาจากคนอื่น สิ่งอื่น จึงเหนือวิสัย
ที่เราจะไปหยั่งรู้ได้ เพราะฉะนั้น ผลที่เป็นองค์รวม จึง
เป็นสิ่งที่เราไปคาดหวัง หรือกำหนดกฎเกณฑ์ไม่ได้

เปรียบเทียบได้ว่า เรามีหน้าที่เลือกเม็ดพันธุ์ที่
จะเอาไปหว่าน เม็ดพันธุ์นั้นคือกายกรรมของเรา การ
กระทำด้วยกาย วาจา ใจกรรมคำพูด มโนกรรมความปรุ
งคิด เราเลือกได้ เมื่อหว่านลงไปแล้ว เราไม่รู้ว่ ที่สวน
ที่หว่านลงไปนั้นมีปุ๋ยดี มีฝนตกเพียงพอกำลังดี ไม่ลุ่ม
ไม่ดอนหรือเปล่า ข้อมูลเหล่านี้เราไม่รู้ เพราะเป็นสิ่งที่อื่น
คนอื่น ซึ่งมีสวนเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย

ถึงแม้ว่าทุกอย่างดีไปหมด เราก็ไม่รู้อีกว่า เมื่อ
ปลูกลงไปแล้ว ต้นกำลังจะออกช่อออกผล เกิดมีด้วงมี
หนอนมีแมลงอะไรมากิน เราก็รู้ไม่ได้ เพราะฉะนั้น ผล
จึงเป็นสิ่งที่อะไรจะเกิดขึ้นให้เห็นจริงเป็นรูปธรรม เราก็
ต้องยอมรับว่า มันเป็นอย่างนี้เอง เราไม่มีสิทธิ์ไปบีบ
บังคับ หรือเปลี่ยนแปลงอะไรทั้งสิ้น

ถ้าย้อนนึกไปถึงพระพุทธองค์เป็นตัวอย่าง เรา
ก็จะหมดข้อโต้แย้งที่ว่า เรามาปฏิบัติแล้ว เราทำแต่สิ่งที่
เป็นบุญเป็นกุศลแล้ว ทุกอย่างจะต้องเป็นความสม-

ปรารถนาของเรา พระพุทธองค์ท่านบริสุทธิ์ผุดผ่องเป็น
สัมมาสัมพุทธะ อะไร ๆ ในชีวิตของท่าน ก็ควรจะเป็น
แต่ความดีความงาม ความสมปรารถนา

แต่เราก็พบว่า ความจริงไม่ได้เป็นอย่างนั้น
เดี๋ยวก็เจอเจอแต่ปัญหา ท่านเสด็จไปบิณฑบาต ก็เจอ
อันธพาลมาด่าทอขว้างปา นิกายโน้นนิกายนี้ไม่ชอบท่าน
อิจฉาท่าน ใส่โคล้ทท่านต่าง ๆ นานาให้เกิดความเข้าใจ
ผิด เพื่อประชาชนจะได้เสื่อมศรัทธา

ถ้าการทำดีมีผลเป็นความเจริญรุ่งเรืองสม-
ปรารถนา โลกนี้จะไม่ทุกข์เดือดร้อนอย่างเดี๋ยวนี้เป็น
อันขาด แล้วจะไม่มีใครทำชั่วด้วย ใครจะอยากให้ผลที่
เป็นความวิบัติบังเกิดขึ้นกับตน ทุกคนจะทำแต่ดีหมด
เลย โลกนี้ก็เอียงกระเท่เร่ ไม่เป็นชุมชนให้เห็นทั้งดีทั้ง
ชั่ว เพื่อจะเตือนใจให้เราริบเร่ ไม่ปล่อยให้เวลากลับ
กินชีวิตเราไปโดยเปล่าประโยชน์ เราควบคุมได้แต่เหตุ
ส่วนผลนั้นเป็นเรื่องของอะไรหลายสิ่งหลายอย่าง ที่
นอกเหนือสติปัญญาของเราจะหยั่งรู้ได้

น้อมใจของเราเข้ามาดู ประวัติของพระพุทธเจ้า
เป็นตัวอย่าง หรือแม้กระทั่งพระอรหันตสาวก เช่น

องคฺลีมาล ระหว่างที่ท่านไล่ฆ่าผู้คน ไม่เห็นท่านทุกข์
เดือดร้อน ไปทางไหนทุกคนสยบกลัวท่านหมด ครั้น
ท่านเป็นพระอรหันต์เรียบร้อยแล้ว เดินไปบิณฑบาตดี ๆ
อ้าว..เขากำลังทะเลาะกัน ตีกัน เกิดเขาตีพลาด มาตีถูก
เอาท่านเข้า

หรือเขากำลังจะขว้างสุนัข ปรากฏว่าท่านเดิน
มาพอดี ก็อนินที่เขาว้างสุนัขเลยโดนท่านหัวแตก ไม่
ว่าใครเขาจะทำอะไรกัน ท่านจะต้องเป็นเป้าเข้าไปรับ
ทุกที เพราะบุพกรรมเมื่อท่านไล่ฆ่าผู้คน ทำให้ทุกคน
อกสั่นขวัญสยอง มาถึงตอนนี้ กรรมนั้นติดตามมาให้
ท่านได้เห็น ว่า เวลาที่เราทำอะไรไปด้วยความรู้เท่าไม่ถึง
การณ์นั้น เราทำให้เขาทุกข์เดือดร้อนอย่างไรบ้าง

ถ้าใจของเรายังไม่เป็นธรรม เราก็ไปจองเวรกับ
เขาเข้า เรื่องอะไร เราเดินมาดี ๆ จะขว้างหมากก็ไม่รู้จัก
ขว้างดี ๆ แล้วมาขว้างถูกเรา เพราะฉะนั้นจะต้องปรับ
โทษ เอาเรื่องให้ได้ ใจเราก็ไปเปิดบัญชีสร้างเวรกับเขา
ขึ้นมาใหม่

แต่ถ้าใจเราเข้าใจแล้ว เพราะเหตุมันมีนะ เรา
เคยไปทำเขาเอาไว้ เพราะฉะนั้น คราวนี้เราต้องเป็นฝ่าย

ถูกกระทำบ้าง เราจะได้รู้เอาไว้.. ต่อไปก่อนที่จะเราจะทำอะไร จะได้ถามตัวเองว่า ทำลงไปแล้ว ถึงคราวที่เราเป็นผู้รับผลของการกระทำของเราอย่างนี้ เราจะต้องพอใจไหม ถ้าเราเกิดสะดุดใจว่า ไม่เอาละ เราจะได้หยุดเอาไว้ไม่ทำ

เมื่อเห็นอย่างนี้ ใจที่เคยถูกความยึดมั่นสำคัญ ผิดบริหารให้เป็นไป จะค่อยคลายออก สติเข้ามาแทนที่ ครั้นจะทำอะไร สติจะถามหาเหตุผลว่า ถ้าเราทำอย่างนี้แล้วเกิดมีใครมาทำกับเรา อย่างที่เราจะทำอย่างนี้ลงไป เราพอใจไหม ใจจะเห็นเหตุและผลขึ้นมาพร้อมกันเลย

ถ้าเราไม่พอใจผลที่จะได้รับ เราก็อย่าไปทำกับเขา ระวังดับสิ่งที่เป็นอกุศล ไม่เบียดเบียนคนอื่นให้เขาทุกข์เดือดร้อน

ถ้าระลึกได้เท่าทันอย่างนี้ พฤติกรรมของเราที่จะเป็นไปโดยอัตโนมัติ โดยความยึดมั่นสำคัญผิด จะค่อย ๆ น้อยลง ๆ แล้วตัวสติจะค่อย ๆ เข้ามามีบทบาทในพฤติกรรมของเรามากขึ้น ๆ

เมื่อไรที่สติอยู่กับใจ สิ่งที่ทำไปจะเป็นมรรคทั้งนั้น ก็เป็นหนทางไปสู่ความสิ้นทุกข์ ชีวิตของเราซึ่งเคย

ประสบการณ์ทุกข์เดือดร้อน มาบัดนี้ ก็ยังเป็นอย่างเดิมนั้นแหละ แต่ใจของเราเปลี่ยนไป แต่เดิม พออะไรมากระทบปุ๊บ ใจจะถูกความยึดมั่นสำคัญผิด พาให้ปรุงคิดไปตามอารมณ์ คราวนี้ อะไรมาก็กระทบปุ๊บ สติเข้ามาเป็นแกนรักษาใจทันที

เมื่อสติมาเป็นแกน มันก็ถามหาเหตุผลว่า เพราะเหตุอะไรที่เราได้ทำไว้ ..อ้อ..เพราะเราทำเหตุไม่รอบคอบ ทำเพราะความหลงผิด ทำเพราะจิตเป็นอกุศล เพราะฉะนั้น ผลย่อมเป็นอย่างนี้ เราจะได้เตือนตัวเอง แล้วแก้ไขตัวเอง สัมมาทิฐิก็บังเกิดขึ้น

เมื่อใจเห็นชอบแล้ว ไม่ได้เห็นไปด้วยความยึดมั่นสำคัญผิดแล้ว สิ่งที่ทำไปก็เป็นเหตุผล เป็นปัญญาเห็นชอบ เมื่อเป็นอย่างนี้ ชีวิตเราก็ปลอดภัย เพราะไม่ว่าจะทำอะไร ๆ ก็ล้วนเป็นเสถียร เป็นกุศลทั้งนั้น

เมื่อเราหว่านเมล็ดที่ดีไปแล้ว ผลก็ย่อมดี ถึงแม้ไม่ดี ใจที่มีปิติหล่อเลี้ยง ก็ปลอดภัย เออ..จะได้ใช้หนี้ให้หมดไป ถ้าเราเจอแต่ของดีหมด สติปัญญาก็ไม่ได้หิ้นลับ ขึ้นขึ้นสนิม ทำให้ประมาทขาดสติ หลงมองทุกอย่างในแง่ดี

ถ้าใจของเราอกุศล มีความยึดมั่นสำคัญผิดอยู่ ไม่ได้มีใครแก่ง ลมพายุพัดกิ่งไม้ตกลงมา หลังคาบ้านเราทะลุ ใจที่มีความยึดมั่นสำคัญผิดอยู่ พาให้คิดระแวง เราเคยทำไม่ดีกับคนอื่น เราก็ไปคิดว่า น่ากลัวเพื่อนบ้านแก่ง ทำให้เหมือนเป็นอุบัติเหตุว่า ลมพัด เราก็ไปจ้องจับผิดเขา หรือดีไม่ดี เราก็ไปก่อนว่าเขา

ถ้าใจเป็นกุศล อะไรเกิดขึ้น เราภัย เราโหลิใจอันนี้เป็นใจที่มีสติปัญญารักษา ทั้ง ๆ ที่เพื่อนบ้านแก่งเรา จองเวรเรา คิดทำร้ายเรา โดยทำเป็นว่า พายุพัดให้กิ่งไม้ตกลงมาทำหลังคาเราแตก เราก็ไม่เดือดร้อน เพราะถ้าเรายังไม่เห็นด้วย ๒ ตาของเรา ไม่ได้ยินด้วย ๒ หูของเรา ยกผลประโยชน์ให้จำเลยไป

ถ้าพายุพัดหักลงมา เราก็ต้องซ่อม ถึงเขาจะแก่งเรา เราไม่ได้มีเหตุอะไรกับเขา ต่อไป เขาก็ไปทุกข์เดือดร้อนของเขาเอง เพราะฉะนั้นเราทำใจเราให้สบายเอาไว้ดีกว่า ใจเราก็ไม่ไปทุกข์เดือดร้อน เราก็จัดการซ่อมหลังคาของเรา ใจก็เบาสบาย

เขาเองเขาแอบก่อเหตุที่ไม่ดี เขาก็คอยเฝ้าดูผล อ้าว..เราไม่โกรธ เขาก็อาจจะยิ่งโกรธมากขึ้น แล้วคอย

หาเรื่องแกล้งใหม่ หรือมีอะไรมากระทบเขา เขาก็เลย
เอาเป็นที่รองรับ ทำให้ตัวเองทุกข์เดือดร้อนไป

ถ้ารู้จักมอง เราจะเห็น เราจะคอยสังเกตดูผู้คน
รอบข้างเรา ดูพฤติกรรมที่เกิดขึ้น จากแต่ละผู้คน ทุก
เวลาในที่ สิ่งที่เราเห็นเหล่านี้ จะทำให้ใจของเราเกิดความ
ละอาย กลัวเกรงต่อบาป แล้วเชื่อในเรื่องของกรรมว่า
เราประกอบเหตุอย่างไรไว้ เราย่อมเป็นผู้รับมรดก คือ
ผลอย่างนั้น

ใจที่จะไปคิดโกงว่าไม่มีใครเห็น ขอแกล้งเขา
หน่อย จะหมดไป ความยึดมั่นสำคัญผิด ที่เลี่ยมสอน
เราให้เป็นคนฉกฉวยโอกาส เป็นคนหน้าไหว้หลังหลอก
จะค่อย ๆ จางคลายหายไป

สติปัญญาที่เห็นตามความเป็นจริง หลักฐานที่
เราเห็นเป็นข้อพิสูจน์ทุกเวลาในที่ จะยืนยันอยู่ในใจเรา
ว่า ใครไม่เห็นซึ่งเขาแต่เราเห็นของเรา แล้วเรารู้ว่า เวลา
ที่ผลจะมาให้เราต้องใช้หนี้ มันทุกข์เดือดร้อนแค่ไหน
ใครอยากจะเสี่ยง ปล่อยเขาไปเกิด แต่เราไม่เสี่ยงด้วย

ใจอันนี้จะเป็นใจที่มี หิริโอตตัมปะ กลัว ละอาย
ต่อผิดต่อชั่ว ไม่ได้กลัวละอายเพราะว่า เราโง่เช่อกว่า

เขา เราด้อยอำนาจกว่าเขา เราเลยต้องกัดฟันทน ไม่ใช่
อย่างนั้น

มันกลัวเพราะว่า มันรักตัวเอง ปกป้องตัวเอง
ว่า ฉันไม่เสี่ยง เรื่องอะไรฉันจะไปเสี่ยง แล้วเวลาที่ฉัน
ทุกข์เดือดร้อน ใครจะมาทุกข์เดือดร้อนด้วย เพราะรู้
ตามเป็นจริง ใจจึงเกิดความระมัดระวัง ใจจึงละเอียด
ประณีต มันเซ็ดไม่เอาอีกแล้ว ไม่ไปเกลือกกลั้วกับ
อุปาทานความยึดมั่นสำคัญผิดอีกแล้ว มันไม่ให้โอกาสที่
ตัวเองจะทุกข์เดือดร้อนอีกแล้ว

ใจที่รู้ เห็น แล้วหลุดจากความยึดมั่นสำคัญผิด
จึงผาสุกร่มเย็น เพราะสิ่งอะไรที่จะทำให้ตัวทุกข์เดือด
ร้อน มันไม่เอาทั้งนั้น มันรับแต่สิ่งที่เป็นธัมมะ เป็น
อาหารให้สุขภาพใจสมบูรณ์แข็งแรง

เมื่อเป็นอย่างนี้แล้ว ทั้ง ๆ ที่โลกนี้ยังบิด ๆ
เบี้ยว ๆ อย่างเดิม ผู้คนยังพร่องอยู่อย่างเดิม แต่เรา
ไม่เอาใจเราไปเป็นเหยียงให้เขามาสับอีกแล้ว เราก็อยู่ได้
อย่างร่มเย็นเป็นสุข

ใจที่ร่มเย็นเป็นสุข ใจที่มีพลังอันนี้ สามารถจะ
แผ่เมตตา ไปเป็นกำลังใจ ช่วยเหลือเกื้อกูลคนอื่น คน

อื่น ให้เขามีกำลังใจขึ้นมา แล้วฟันฝ่าขวากหนามเพื่อ
เดินไปบนมรรค อย่างที่เรากำลังเดินอยู่อย่างนี้ สังคมที่
เราอยู่ก็จะเป็นสังคมที่น่าอยู่

ถ้าเห็นอย่างนี้ เราจะได้พยายามทำให้แต่ละคนๆ
หลุดพ้นจากการเป็นข้าทาสของอุปาทาน ความยึดมั่น
สำคัญผิด เราจะได้อยู่กันอย่างเป็นธรรมชาติ เห็นทุก
อย่างเป็นเหตุปัจจัย แล้วเราก็แก้ไขกันไปตามเหตุปัจจัย
แต่ละอัน ๆ อะไรที่เป็นอกุศล เราก็เปลี่ยนไปเป็นกุศล
เสีย แล้วอะไรต่อมิอะไรก็จะเป็นความผาสุก ใจของเรา
ก็ได้พักได้กำลัง โลกนี้ก็ร่มรื่นน่าอยู่น่าอาศัย

ตัวเองก็หวังว่า สิ่งละอันพันระก่ที่เอามา
เล่าสู่กันฟังนี่จะเป็นกำลังใจ เป็นพรธรรมสำหรับปีใหม่
ให้เราเริ่มต้นกัน เพื่อจะได้ไปถึงจุดหมายปลายทาง



ใจที่รู้ เห็น
แล้วหลุดจากความยึดมั่นสำคัญผิด
จึงผาสุกรับเย็น

41/1

41/1

คนเรากลับไปยึดติดว่า เราเป็นผู้ใหญ่
 เราเป็นบุคคลสำคัญ แล้วเราผิดไม่ได้
 เราเสียหายไม่ได้ มันน่ากลัวอย่างยิ่ง
 เพราะไปติดต่อกับใคร คู่กรณีก็อึดอัด
 ถ้าเขาตำแหน่งเล็กกว่า เขาก็จำเป็นที่จะต้องทำกริยานอบน้อม
 แต่ในใจมันทุกข์เดือดร้อน
 ก่อให้เกิดเวรและภัยขึ้นด้วยความไม่รู้เท่าไม่ถึงการณ์

อมร วิชาเสนา



ชมรมพุทธธรรมนานาชาติ