

ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

Free Online Magazine

ฉบับที่ ๐๑๓
๐๔ เม.ย. ๕๐

ธรรมะสำหรับคนยุคใหม่ ที่อยู่ใกล้แค่เอื้อม

<http://dungtrin.com/dharmaathand/>

เตรียมเสปียงไว้เลี้ยงตัว

การแลกนอนแบบสวิงกิ้ง
ที่ต่างก็สมยอมด้วยกันทุกฝ่าย
ถือว่าผิดศีลหรือไม่

หน้า ๒๑

ไดอารี่หมอดู

มีคู่ ไม่มีคู่ คือโชคดี หรือโชคร้าย
เรื่องของวิบากกรรมจัดสรร
ในมุมมองที่คุณอาจนึกไม่ถึงมาก่อน

หน้า ๒๓

สัพเพเหระธรรม

พบแง่คิดผ่านประสบการณ์ของคน
รอบตัวของคุณ Frozen Thought
ใน “จุดเปลี่ยนชะตา”

หน้า ๓๗

ธรรมะจากพระผู้รู้ ๑๐

- ▶ มีความอยากแล้วทุกข์ ฉะนั้นดับความอยาก (“ตัณหา”) แปลว่าดับทุกข์ได้ใช่หรือไม่
- ▶ เราจะตื่นถาวร หรือมีสติตลอดเวลาได้หรือไม่
- ▶ ได้ยินครูบาอาจารย์ว่าการปฏิบัติให้มัสติรู้สิ่งที่กายที่ใจอย่างเป็นปัจจุบัน จะต้องรู้กายรู้ใจอย่างไร

เตรียมเสียบึงไว้เลี้ยงตัว ๑๖

ได้อาริหมอดู ๒๗

กวีธรรม ๓๓

- ▶ ราชนวงศ์จักรี...ศรัทธาโนลินทร์ ▶ กลับบ้าน
- ▶ “รวย” ที่แท้จริง

คำคมชวนคิด ๓๕

สัพเพหระธรรม ๓๗

- ▶ “จุดเปลี่ยนชะตา”

ธรรมะจากคนสู้กิเลส ๔๓

- ▶ เส้นทาง (รัก) ที่เลือกได้

ของฝากจากหมอ ๕๐

- ▶ กำลังตาย (มรณสติ ผ่านกลองจุลทรรศน์)

แง่คิดจากหนัง ๕๔

- ▶ Minority report – ลางสังหาร

เรื่องสั้นอิงธรรมะ ๕๘

- ▶ “นิทาน”

เที่ยววัด ๖๓

- ▶ พาเที่ยววัดไทยในปิ่น : วัดไชยมงคลาราม

ธรรมะปฏิบัติ ๖๘

- ▶ อะไรอะไรก็เป็นธรรมะ

ธรรมะกับไลฟ์สไตล์ ๗๐

- ▶ เก็บตกในทางธรรมกับนายโจโจ้

ธรรมะใกล้ตัว dharma at hand

ที่ปรึกษาและผู้จัดประกาย: ศรันย์ โมตรีเวช

หัวหน้าบรรณาธิการ

จากใจบ.ก.ใกล้ตัว: อลิสสา ฉัตรานนท์
ธรรมะจากพระผู้รู้: อนัญญา เรื่องมา
ธรรมะเสียบึงไว้เลี้ยงตัว: อนัญญา เรื่องมา
เขียนคนให้เป็นเทวดา: อนัญญา เรื่องมา
ได้อาริหมอดู: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ
กวีธรรม: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

คำคมชวนคิด: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

สัพเพหระธรรม: ชนินทร์ อารีหนู

ธรรมะจากคนสู้กิเลส: ณิตชนม อารามิบาล

ของฝากจากหมอ: พริม ทัพวงศ์

แง่คิดจากหนัง: เกสรา เดิมสินวานิช

นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ: สุปราณี วอง

เที่ยววัด: เกสรา เดิมสินวานิช

ธรรมะปฏิบัติ: ชนินทร์ อารีหนู

ธรรมะกับไลฟ์สไตล์: ศดานันท์ จารุพูนผล

กองบรรณาธิการ: กนกเรขา ฤทธาภิรักษ์

กาญจนา สิทธิแพทย์ • กานต์พัทธ์ รัชพันธุ์

เกสรา เดิมสินวานิช • จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

ชนินทร์ อารีหนู • ณัฐญา บุญมานันท์

ณัฐธรา ปันทานเต • ณัฏพร สกุลอุทัยศักดิ์

ณิตชนม อารามิบาล • ทวีตต์ อังสนันรัตน

ปราชา ทวีพัฒนานนท์ • ปรียาภรณ์ เจริญบุตร

พรตารา ประจง • พรหมเนตร สมรักษ์

พราวพรรณราย มัลลิกะมาลย์ ทองเสียมภาค

พริม ทัพวงศ์ • พิจิตรา ไตรวิษณุ •

พิพา จารุพูนผล • พริยสตร์ อุบลวัตร

มยุรฉัตร พงษ์ผาตินันท์ • เมธี ตั้งตรงจิตร

เยาวลักษณ์ เกิดปราโมทย์ • วราจกณา บุตรดี

วิภา คำพุก • วิมล ถาวรวิภาส

วิมุตติยา นิวาตังบกข • ศดานันท์ จารุพูนผล

ศิราภรณ์ อภิรัฐ • ศศิธร ศิวะนนท์ทากรณ์

สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์ • สาริณี สาณะเสน

สิทธินันท์ ชนะรัตน์ • สุปราณี วอง

อนัญญา ยิ่งชล • อนัญญา เรื่องมา

อมรา ตั้งบริบูรณ์รัตน์ • อลิสสา ฉัตรานนท์

อัจฉนา ผลานุวัตร

ฝ่ายรวบรวมบทความ: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

ฝ่ายสื่อสารอำนนิตยสาร: อนุสรณ์ ตรีโสภา

ฝ่ายสื่อเว็บไซต์: ผู้ออกแบบ คุณเขมจิรา

กฤษฎี อักษรวงศ์ • สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

ฝ่ายสื่อ Word และ PDF: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

กานต์ ศรีสุวรรณ • พริยสตร์ อุบลวัตร

บุญยศศักดิ์ ธีรวงศ์กิจ

ฝ่ายระบบ Send mail: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

และทีมงานอาสาท่านอื่นๆ อีกจำนวนมาก

ท่านสามารถรับนิตยสารฉบับนี้ได้

ในรูปแบบ เสียงอ่าน • Word

สวัสดีเดือนเมษายน รับต้นคิมหันต์ (น่าจะเรียกว่าฤดู ‘ร้อนมหันต์’ มากกว่านะคะ) :)

ช่วงสองสัปดาห์ที่พิกหายหน้าหายตากันไป มีคุณผู้อ่านแวะเข้ามาร่วมแสดงความเห็นเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนรูปแบบเป็น **รายปักษ์** ของเราไม่น้อยเลยทีเดียวนะคะ ส่วนหนึ่งก็มีคนแอบครวญ เสียตาย เสียใจ ขอให้เหมือนเดิม ฯลฯ

แต่อ่านทุกความเห็นแล้ว ก็ทราบค่ะว่าเป็นการแอบพ้อแถมเข้าใจนั่นเอง... :)

ก็ต้องขอขอบคุณแทนทีมงานทั้งหมดสำหรับกำลังใจจากทุกท่านด้วยนะคะ

รับรองว่า ระยะเวลาที่ยืดออกไปอีกนิด จะไม่ทำให้คุณภาพของนิตยสารลดลงเลยสักนิดค่ะ ;)

วันก่อนนี้ ระหว่างนั่งรถกลับบ้าน

สายตาก็มองลอดเข้ากับสติ๊กเกอร์ท้ายรถคันข้างหน้าอันหนึ่งเข้าค่ะ เขาเขียนว่า...

“ชีวิตไม่ใช่หนัง หากพลาดพลั้ง ฉายซ้ำไม่ได้”

นาน ๆ จะเห็นสติ๊กเกอร์ท้ายรถเตือนสติอย่างนี้สักทีนะคะ แม้จะไม่ได้ถึงกับคมคายอะไรมาก แต่อ่านแล้ว ก็เตือนให้นึกถึงความน่ากลัวของสังสารวัฏขึ้นมาได้เหมือนกัน

ด้วยคำว่า “พลาดพลั้ง” นี้ล่ะค่ะ คิดดูว่า อุตุสำหเพียรตั้งใจดำเนินอยู่แต่ในทางอันเป็นกุศล แต่เกิดผลอาตตสิน้ำมีตตามัวกับกิเลสขึ้นมาสักครั้ง แม้ในเพียงชั่วครู่เดียวหากเหลกนี้แหละ (ขออภัยสำนวนจากหนังสือเรื่องสมเด็จพระนเรศวรฯ มาใช้น้อยนะคะ...) :)

อาจจะไม่ใช่แค่ฉายซ้ำไม่ได้เอานะคะ แต่จับพลัดจับผลู

วูปเดียวอาจต้องลงไปเล่นบทพุนพยุรายในอบายเป็นหนังยาวกันได้ง่าย ๆ เลยทีเดียว

การเวียนเกิดเวียนตายในสังสารวัฏนี้น่ากลัวกว่าที่เราคิดนะคะ...

ขนาดไม่ได้มีญาณทัศนะที่จะเล็งเห็นตัวเราในอดีตชาติได้เหมือนผู้ทรงอภิญญาหลาย ๆ ท่าน แต่แค่ฟังยังรู้สึกเลยล่ะว่า ชีวิตเราเหมือนเดินอยู่บนขอบเหวที่ง่ายต่อการลื่นไถลแท้ ๆ

พลาดไปแฉลบเดียว อาจล้าพรวดลงไปอยู่กันเหว และอีกนานเลยล่ะกว่าจะปีนป่ายขึ้นมาได้อีกครั้ง

เคยฟังหลวงพ่อบราโมทย์ท่านเล่าเรื่องของพระอานนท์ให้ฟังในชีตินะคะ

ในอดีตชาติครั้งหนึ่ง พระอานนท์ท่านทำบุญมากแล้วก็ได้อธิษฐานขอให้เกิดมารูปงาม
ชาติถัดมา ท่านก็รูปงามสมใจ และแน่นอนว่า ใครได้เกิดมาครองรูปโฉมอันน่าต้องตาแล้ว
ก็ย่อมดึงดูดเพศตรงข้ามอันน่าต้องใจเข้ามาตามไปด้วย

...เหมือนเป็นเรื่องน่าพิงใจที่ใคร ๆ ก็อยากมีอยากเป็นนะคะ

แต่ความน่าเสนหานั้น เมื่อมีมากแล้ว ก็เหมือนเป็นดาบสองคม

ที่อาจเป็นหลุมพรางล่อให้เรตกลหล่ม เพลี่ยงพล้ำตอกิเลสได้ง่ายกว่าคนอื่นด้วย

ในชาติของความเป็นผู้มีรูปงามนั้น ท่านเกิดพลาดพลั้งผิดศีลข้อ ๓ ข้อกาเมสุมิจนจารณะ
ท่านจึงต้องลงอบายไปรับวิบากอีกนานนับเป็นหลาย ๆ ชาติ...

เกิดมาอีกครั้ง ท่านได้เกิดเป็นวัว แต่ด้วยบุญและแรงอธิษฐานเดิมที่หวังให้มีรูปงาม
ท่านจึงได้เกิดมาเป็นโคหนุ่มรูปหล่อ ล่อใจโคสาวเป็นฝูงอีก เลี้ยงถูกเจ้าของจับตอนเสีย
และไม่ใช่แค่ครั้งเดียววนะคะ วนเวียนอยู่อย่างนี้นับเป็นร้อย ๆ ชาติ

จนเมื่อกรรมเบาบางลง แม้ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ก็ยังเป็นมนุษย์ที่มีความผิดปกติทางเพศอีก
กว่า . . . จะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ที่มีศักยภาพพร้อมจะพัฒนาขึ้นไปสู่ภพภูมิที่สูงขึ้นอีกครั้ง
ก็ต้องเวียนวนผจญวิบาก เสียโอกาสดี ๆ ในชีวิตไปไม่รู้นับกี่ร้อยชาติเลยทีเดียว...

แล้วเราล่ะคะ... (o_O?)

ไหน ๆ ก็ได้เกิดมาเป็น ‘มนุษย์’ ที่เต็มศักยภาพ

ได้เจอพุทธศาสนา ได้มีความสนใจในคำสอนของพระพุทธเจ้า

ได้เจอแผนที่ชี้ทางที่ถูกตรง ได้พบครูบาอาจารย์และกัลยาณมิตรอย่างนี้แล้ว

ไม่ผกผันโอกาสและกำลังจากชาตินี้แล้ว จะไปรอเอาชาติไหน...

หลวงพ่อบราโมทย์ท่านเรียก “นาทีทองของสังสารวัฏ” เลยนะคะ

ไม่ใช่อะไรสิ้น ๆ แค่นาทีทองของชีวิตนี้เท่านั้น

อย่างน้อยที่สุด ก็ขอให้พวกเรารักษาศีลกันไว้เถิดนะคะ

เพราะอย่างน้อยก็เป็นหลักประกันให้อุ่นใจว่า ชาติหน้าเราจะไม่เกิดเป็นอะไรที่ต่ำกว่ามนุษย์

และหากเป็นไปได้ ก็ใช้ศักยภาพของความเป็นมนุษย์ที่เป็นอยู่เดี๋ยวนี้นี้แหละ

เตรียมเสบียงที่เป็นหลักประกันอันมั่นคงยิ่งขึ้น ยิ่งกว่าบุญอันเกิดจากทานและศีล

เพราะเมื่อทำบุญมาก ได้รับวิบากด้านดีมาก ก็อาจ เลิศ-ลอย-หลง และพลาดลงต่ำได้อีก
เมื่อลงต่ำเกิดสำนึกได้ เปลี่ยนแปลงสร้างกรรมขาวใหม่ ก็กลับขึ้นสูงได้อีก
เวียนวนไม่มีจบสิ้น

สู่เตรียมเสบียงอันบรรจุกเต็มไปด้วยสัมมาทิฐิ

มองเห็นทุกอย่าง ‘ตามความเป็นจริง’ ด้วยการเจริญสติระลึกอยู่กับกายใจให้เป็นนิสัย
แม้ยังต้องเกิดใหม่ โอกาสหลงແລบออกไปนอกทางก็จะแคลงเต็มที่

มีแต่จะต้อยอดจากของเดิม เพราะนิสัยอันเคยชินกับการระลึกอยู่กับกายใจตามจริงจะติดตัวไป
จนวันหนึ่งที่กำลังพร้อมเต็มที่ วังวนอันน่าเบื่อหน่ายนี้ ก็สามารถยุติขาดลงได้ฉับพลัน

นับเป็นการลงทุนทำ **ประกันชีวิต** ที่คุ้มค่าที่สุดยิ่งกว่าแพ็คเกจประกันชีวิตโปรแกรมไหน ๆ :)

ใครอยากฟังเรื่องความน่ากลัวของการเวียนเกิดเวียนตายอย่างไม่รู้วิธีไหนหนึ่
เพื่อเตือนใจอีกสักเรื่อง :) ก็ขอแนะนำให้ลองไปฟังคุณดังตฤณเล่านิทานให้ฟัง
ในบทส่งท้ายของ เตรียมเสบียงไว้เลี้ยงตัว เล่ม ๕ ดูนะคะ

<http://dungtrin.com/prepare/archieve/ending05f.htm>

คุณดังตฤณบอกไว้ว่าเป็น ‘นิทาน’ แต่ใครอ่านงานของคุณดังตฤณเป็นประจำ
ก็คงพอทราบกันนะคะว่า คุณดังตฤณไม่เขียนอะไรในสิ่งที่เป็นไปได้อยู่แล้ว :)

ใครว่างก็ลองคลิกไปอ่านกันดูนะคะ แล้วเวลาที่เรามองเห็นลูกหมาพูดได้น่ารัก ๆ สักตัว
เราอาจมองมันด้วยสายตาที่เปลี่ยนไป และเห็นมันเป็นเครื่องหมายของ
ความประมาทพลาดพลั้งในชีวิตจากอดีตชาติ และเป็นเครื่องเตือนสติสำหรับเราก็ได้ค่ะ

แหม... พูดถึงคำขวัญท้ายรถแล้วนึกสนุกค่ะ จำได้ว่า เคยคิด (เล่น ๆ) ว่าอยากทำให้
แง่คิดทางธรรมเป็นเรื่องใกล้ตัวชาวเมืองผ่านสื่อกลางแจ้งอะไรประมาณอย่างนี้จึงค่ะ
ตอนนั้นนึกถึงพวกปรัชญาท้ายรถบรรทุก (ประเภท “ดีใจจัง คันหลังก็ลาว” คันกันใหม่คะ) :)
เพียงแต่นำคิดให้พลิกเป็นข้อคิดทางธรรมแทน จะได้ไม่หายใจทิ้งเปล่าอยู่กลางไฟแดงกัน

เมื่อซักสองปีที่แล้ว เลยชักชวนเพื่อน ๆ ในกระดานลานธรรมเสวนา
ช่วยกันคิดปรัชญาเก๋ ๆ กันออกมา ขอหยิบบางไอเดียมาเล่าสู่กันฟังดูนะคะ :)
สมมติว่าคุณกำลังขับรถติดไฟแดง แล้วสายตาก็ผ่านไปเห็นข้อความเหล่านี้....

“คุณกำลังหายใจเข้า หรือหายใจออก?”

“คุณทำบุญครั้งสุดท้าย... เมื่อไหร่?”

“ดีใจจัง คັນหลังก็ไปทำบุญ” (ถ้าเป็นช่วงวันสำคัญทางศาสนาน่าจะเหมาะสมนะค่ะ) :)

บางอันก็ซ้ำ ๆ ดีค่ะ คุณ Observer อุตส่าห์ทำเป็นรูปมาเลย

เป็นรูปน้องหมาฮัสกี้ป๊าหุ่ยยาว ติดปีกนางฟ้า มีวงแหวนเทวดา ลอยอยู่ท่ามกลางปุยเมฆ พร้อมกับเขียนว่า “น้องหมายังไปดี โลก โกรธ หลงอย่างพีนะไปไหน” : D

“มีสติทุกขณะจิต ชีวิตจะไม่ติดไฟแดง” โดยคุณ ifon

“ดีใจจัง คັນหลัง... ก็รู้ว่าคັນ” โดยคุณ อีรนนท์ (อันนี้ เหมาะกับนักเจริญสติมาก ๆ ค่ะ...) :)

“ดูขาอ่อน ใจเป็นพิษ ดูความคิด ใจสงบ” โดยคุณ Be no one ฯลฯ :)

ในความเป็นจริงคงไม่มีใครผลิตออกมา และการเจริญสติก็ยังไม่เป็นที่เข้าใจในวงกว้าง เพียงแต่ขอหยิบมาพอฝากหอมปากหอมคอ พอเป็นน้ำจิ้มคลายร้อนกันเล่น ๆ ก็แล้วกันนะค่ะ ;)

แต่ถ้าใครต้องขับรถหรือนั่งรถฝ่าการจราจรยาวนานจริง ๆ

แทนการรออ่านสติ๊กเกอร์เตือนสติจากรถคันข้าง ๆ

เราหันมาหมั่นเตือนตนเองกันดีกว่านะค่ะ :)

ระหว่างนั่งอยู่บนรถ กายเราอาจจะเหมือนนั่งแช่อยู่บนเบาะนั่ง ๆ

และเห็นแต่ภาพเบื้องหน้าที่เคลื่อนไหวปรี๊ดป๊าดผ่านหน้ารถเราไปก็จริง

แต่จริง ๆ แล้ว สิ่งเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา

ถึยิบ ไม่เคยหยุด และเราแทบจะไม่เคย “เห็น” มันเลย

...ก็คือสภาวะของจิตใจข้างในแต่ละขณะ ๆ ของเรานี่เองค่ะ

ถามว่า แล้วทำไมต้องใส่ใจคอยเห็นมันด้วย...

ก็เพราะครูบาอาจารย์ท่านเคยบอกไว้ค่ะว่า “ทุกข์เกิดขึ้นที่จิต ก็ดับลงที่จิต”

ไม่ได้ดับที่มือเตอร์ไซค์ที่มาปาดหน้า หรือคันที่ขับซ้ำ...ซ้ำ... แต่มาบังอยู่เลนขวาของเรา :)

ส่วนวิธีการที่จะเห็นทุกข์ที่เกิดขึ้น และดับลงที่จิต อย่างที่ว่าได้นั้น
ก็ต้องหมั่นระลึกรู้และสังเกตเข้ามา ทำความรู้จักกับสภาวะข้างในใจบ่อย ๆ เอาละ
เพราะที่จิตไม่มีตัวหนังสือสลักให้เราอ่านทำความเข้าใจ
แต่ต้องอาศัยหมั่นทำความรู้จักเอาเอง
และอุปกรณ์อย่างหนึ่งที่น่าจะช่วยให้ผู้ที่เพิ่งเริ่มต้น ออกตัวจากจุดสตาร์ทได้เร็วขึ้นก็คือ
อยากแนะนำให้ลองฟัง ซีดีเสียงเทศน์ของ หลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชโช ดุค่ะ

ความมหัศจรรย์ของซีดีเสียงเทศน์ของท่านนั้น
คือหนึ่ง แค่ว่า ก็ได้ความเข้าใจ จากกระแสความเมตตาของท่านแน่นอนก่อนแล้ว
สอง ท่านมีวิธีการพูดคุยและถ่ายทอดให้เราฟังได้อย่างน่าสนใจ
ด้วยภาษาที่คนรุ่นใหม่อย่างเรา ๆ ก็เข้าใจได้อย่างไม่ยากนัก
และสาม ท่านกระตุ้นสอนให้เราทำแบบฝึกหัดไปพร้อม ๆ กับที่ท่านพูดคุยให้ฟังนี่ละค่ะ
เพียงไม่นานนัก ฟังไป ๆ แล้วทำแบบฝึกหัดในใจไปพร้อมกับท่านเรื่อย ๆ ระหว่างนั่งอยู่บนรถ
เราอาจเข้าใจคำว่า “เจริญสติ” ได้ดีกว่าและเร็วกว่าอ่านหนังสือจากตำราเล่มไหน ๆ เสียอีกค่ะ

ใครยังไม่เคยฟังซีดีของท่านเลย ก็สามารถไปรับได้ฟรีที่ บ้านอารีย์ ด้วยนะค่ะ
อยู่ตรงซอยอารีย์ ๑ นี่เอง ลองโทรไปสอบถามเส้นทางก่อนก็ได้ที่ ๐๒ ๒๓๙ ๓๘๘๘
หรือใครสะดวกดาวน์โหลดเอง ก็แวะไปดาวน์โหลดได้ฟรีที่เว็บ <http://www.wimutti.net> ค่ะ

เอาอย่างนี้ดีกว่าค่ะ :) ขอเอาใจคุณผู้อ่านที่อยู่ต่างจังหวัดสักนิด เผื่อไม่สะดวกเดินทางมา
ใครอยู่ต่างจังหวัด ทีม บ.ก. จัดส่งให้ถึงที่เลย ๓๐ ท่านค่ะ เขียนชื่อที่อยู่ฝากไว้ที่
กระดานคำแนะนำติชม (<http://dungtrin.com/forum>) นะคะ (รวมลงในกระทู้เดียวกันก็ได้ค่ะ)
เพียงแต่ขอให้รับไปด้วยความตั้งใจจะฟังและศึกษาจริง ๆ นะคะ เพราะสื่อธรรมเหล่านี้
เกิดจากน้ำจิตน้ำใจของผู้มีศรัทธา ผลิตซีดีแจกให้โดยไม่คิดมูลค่า ด้วยหวังให้เป็นธรรมทานจริง ๆ
จะได้สมเจตนารมณ์ของผู้ที่ได้บริจาคร่วมผลิตสื่อโดยไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ ค่ะ _/_ :)

สำหรับธรรมะใกล้ตัวฉบับนี้ หายไปสองสัปดาห์ ก็กลับมาพร้อมกับคอลัมน์น้องใหม่ค่ะ ;)
เพราะธรรมะนั้นอยู่ ‘ใกล้ตัว’ กว่าที่เราคิด คอลัมน์ใหม่ **ธรรมะกับไลฟ์สไตล์** ก็เลยเกิดขึ้น
เพื่อบอกเล่าไลฟ์สไตล์สบาย ๆ ใกล้ธรรมะ ไม่ว่าจะเป็นการทำงาน กิจกรรมวันว่าง

หรือชีวิตประจำวันที่ดำเนินอยู่ในวิถีธรรมสม่ำเสมอ และอาจเป็นแรงบันดาลใจที่ดีให้ใครหลายคนได้ โดยรูปแบบอาจจะเป็นการสัมภาษณ์พูดคุยบ้าง หรือเป็นบทความความอ่านง่าย ๆ สบายจิตบ้างค่ะ :)

สำหรับฉบับนี้ ประเดิมด้วยบทสัมภาษณ์กันก่อนเลยนะคะ

คุณต้นหยง และ คุณวิมุตติยา ได้จุ้งมือกันไปสัมภาษณ์คุณโจโจ้ ชายหนุ่มนักธุรกิจ ผู้มีบุคลิกหนักแน่นชัดเจน และสร้างประโยชน์ตนประโยชน์ท่านอยู่อย่างสม่ำเสมอ กับตอนที่ชื่อว่า เก็บตกในทางธรรมกับนายโจโจ้ ค่ะ

ใครเคยคุ้นหูกับเพลงบุพเพสันนิวาสที่ร้องว่า “รักไม่มีศาสนา...” ไหมคะ ลองฟัง *คุณสิริสา* เล่าประสบการณ์การฝ่าฟันความรักต่างศาสนาในธรรมะจากคนสู้กิเลส ตอน **เส้นทางรักที่เลือกได้** นะคะ ว่าเธอเลือกอย่างไรบนทางสองแพร่งเช่นนี้

ใครชอบอ่านนิทานใส ๆ กับเนื้อที่ไม่ธรรมดา ฉบับนี้ เรื่องสั้นอิงธรรมะของเรา มีนิทานที่มีชื่อเรื่องตรงตัวว่า **นิทาน** โดยคุณ *Karmiya* มาฝากค่ะ มีคนบอกว่าเรื่องนี้เรียบง่าย แต่แฝงความหมาย ได้กลิ่นอายของเรื่องแบบเซ็นค่ะ

ฝากข่าวถึงคนชอบหนังสือธรรมะกันนิดนะคะ งานสัปดาห์หนังสือฯ ปีนี้ สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี จัดให้มีหนังสือธรรมะจำหน่ายราคาธรรมทานกันด้วย ราคาบางเล่มแค่ ๓๐ ๔๐ ๕๐ บาทเองก็มี มีให้เลือกหลายปกทีเดียวค่ะ

ที่น่าสนใจก็เช่น ๑) *พระเวสสันดร มหาบุรุษแห่งหิมพานต์* โดย อ.บรรจบ บรรณรุจิ จาก 240 บ. เหลือ 100 บ., ๒) *ชกธธรรม* โดย กีเลน ประลองเชิง จาก 200 บ. เหลือ 80 บ., ๓) *ธรรมะใส่สูท* โดย โอฬาร เพียรธรรม จาก 165 บ. เหลือ 50 บ., ๔) *รวยได้ไม่ต้องโกง* โดย จอห์น เอ็ม ฮันต์สแมน จาก 195 บ. เหลือ 70 บ., ๕) *เตรียมเสบียงไว้เลี้ยงตัว เล่ม 5* โดย ดังตฤณ จาก 80 บ. เหลือ 40 บ., ๖) *กล่องบุญ ๑* โดย ภัทรินทร์ ชอโสถิตกุล จาก 195 บ. เหลือ 150 บ., ๗) *กลับชาติมาเกิด* แปลโดย นพดล เวชสวัสดิ์ จาก 190 บ. เหลือ 80 บ., ๘) *คนในผ้าเหลือง* โดย ไมตรี ลิ้มปิชาติ จาก 210 บ. เหลือ 90 บ., และ ๙) *คนอยู่วัด* โดย ไมตรี ลิ้มปิชาติ จาก 125 บ. เหลือ 60 บ.

ใครสนใจ ก็แวะไปที่บูธดีเอ็มจี ศูนย์สิริกิติ์ ตั้งแต่วันนี้ถึงวันที่ ๑๐ เมษายนนี้ได้เลยนะคะ

สุดท้ายนี้ ขอฝากข่าวพิเศษทิ้งท้ายอีกเรื่องหนึ่งนะคะ

คุณดังตฤณได้เคยประพันธ์เนื้อร้องและทำนอง เพลง “พุทธคุณ” ไว้เมื่อนานมาแล้ว เป็นเพลงที่ให้ความเข้าใจและสร้างความศรัทธาซาบซึ้งในพุทธคุณได้ดีเพลงหนึ่งที่เดียว และด้วยความศรัทธาของ คุณเสาวรส ศรีชาติ หรือที่รู้จักกันในชื่อของ โอ้ ลำดวน เธอก็ได้นำเพลงนี้ไปสร้างสรรค์ใหม่กับโปรดิวเซอร์และทีมงานของเธอเอง

โดยทราบมาว่าเพลงนี้ เธอทุ่มสุดตัวและทำด้วยความตั้งใจเป็นอย่างยิ่ง อยากแนะนำให้ฟังกันดูค่ะ ดาวน์โหลดไปฟังได้จากที่นี่นะคะ:

แบบ 128kbps: http://dungtrin.com/songs/virtues_of_the_Buddha.mp3

แบบ 256kbps: http://dungtrin.com/songs/virtues_of_the_Buddha_256k.mp3

แล้วว่าง ๆ แวะมาพูดคุยกันบ้างนะคะ ที่ <http://dungtrin.com/forum>

ใกล้สงกรานต์แล้ว ขอให้ทุกท่านต่างเป็นความชุ่มเย็นของกันและกัน เหมือนสายน้ำที่รดให้กันนะคะ :)

สวัสดีค่ะ

กลางชล

สารบัญ ←



ถาม – รู้สึกว่าเมื่อมี “ความอยาก” แล้วมีความทุกข์
เพราะฉะนั้น ถ้าดับความอยาก หรือ “ตัณหา” ได้
ก็แปลว่าดับทุกข์ได้ ใช่หรือเปล่าคะ

หลายคนก็มองว่าถ้าดับตัณหาเสียได้ มันจะพ้นทุกข์
นี่มองได้ขั้นเดียว หลายคนพยายามดับตัณหาด้วยการทรมานตัวเอง
อย่างพวกนิครนถ์ เขาก็รู้ว่าตัณหาเป็นเหตุให้เกิดทุกข์
ถ้าดับตัณหาได้แล้วจะนิพพาน เขามองได้ขั้นหนึ่ง ก็ฉลาดเหมือนกัน
มองไปได้ขั้นหนึ่ง เขาก็ดับตัณหา เช่น มันอยากกิน ไม่กิน มันอยากนอน ไม่นอน
ฝืนมัน ลืมไปว่า ตรงที่แกล้งฝืน มันก็คือ “ทำ” นั่นแหละ
ทำด้วยตัณหาและทิฏฐิเหมือนกัน มันไม่ดับจริง

ที่นี่ พระพุทธเจ้าท่านฉลาดแหลมคม
เรียนรู้ลงมาว่า อะไรเป็นต้นตอของตัณหา
ท่านพบว่า **ความไม่รู้ทุกข์นี่แหละ เป็นต้นตอของปัญหา**
ความไม่รู้ทุกข์นั่นแหละ คืออวิชชา
อวิชชาคือความไม่รู้อริยสัจ ไม่รู้ทุกข์ นี่ตัวที่หนึ่งเลย

ฉะนั้น ในอริยสัจสี่ แต่ก่อนหลวงพ่อกเคยสงสัย
ทำไมท่านเริ่มด้วยทุกข์ ทำไมท่านไม่เริ่มด้วยสมุทัย
เพราะเวลาเราปฏิบัติเราเห็นสมุทัยก่อนใช่ไหม
มีความอยากแล้วก็มีมีความทุกข์ ทำไมท่านไม่เจาะจงสอนมาที่ความอยากนี้
ทำไมไปเริ่มต้นที่ทุกข์ เพราะเราเข้าใจธรรมะขั้นเดียว
แต่ถ้าเมื่อไรเราเข้าใจธรรมะว่า
เพราะไม่รู้ทุกข์ จึงเกิดสมุทัย
เพราะฉะนั้น ถ้ารู้ทุกข์ ก็ไม่มีสมุทัย

ท่านถึงสอน เริ่มจากทุกข์ก่อน ทุกข์ก็คือกายกับใจนั่นเอง
ให้เรารู้ทุกข์ ท่านบอกว่า ทุกข์ให้รู้
เพราะฉะนั้น ให้เรา^๑รู้ทุกข์ คือรู้กายรู้ใจของตนเอง
พอเข้าใจความเป็นจริงของกายของใจ สมุทัยจะดับทันที
ทันทีที่สมุทัยดับ นิโรธจะแจ้งทันที อัตโนมัตติหมดเลยนะ
เพราะฉะนั้น มรรคก็คือการคอยรู้ทุกข์เอาไว้แหละ

พอรู้ทุกข์จนกระทั่งต้นหาดับ นิโรธแจ้ง ก็พ้นทุกข์ตรงนั้นแหละ
คำสอนของท่านสมบูรณ์นะ
แต่ก่อน ก่อนที่หลวงพ่อกจะไปบวช ก่อนจะปฏิบัติอะไรนี้ ก็เป็นนักวิเคราะหฺนะ
ชอบวิเคราะห์ ทำงานวิเคราะห์ วิเคราะห์นโยบาย วิเคราะห์แผน
เราก็นึกว่าพระพุทธเจ้าสอนอริยสัจสี่แบบนักวิเคราะห์
เริ่มต้นด้วยตัวปัญหา มีทุกข์ขึ้นมาก่อนแล้วมาวิเคราะห์หาสาเหตุ
ความจริงไม่ใช่หรอก ท่านสอนตามลำดับของการปฏิบัติ
เพราะธรรมะนั้น ท่านสอนเอาไว้ให้ปฏิบัติ ไม่ได้สอนเอาไว้ให้คิดเล่นๆ
เพราะฉะนั้น ท่านสอนทุกข์ก่อน ถูกต้องแล้ว
เพราะเราต้องรู้ทุกข์ ตัวนี้สำคัญมากนะ
การรู้ทุกข์จนกระทั่งละสมุทัย นิโรธแจ้ง นี่คือการรู้แจ้งอริยสัจ

พระพุทธเจ้าบอกไว้ว่า ถ้าไม่รู้แจ้งอริยสัจ ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดต่อไปอีก
อริยสัจนี้ ย่อยๆ ลงมา ถ้าฝ่ายเกิด ก็อย่าง หลวงพ่อบอกนั้นแหละ
ยิ่งดินยิ่งทุกข์ ยิ่งทุกข์ยิ่งดิน นั่นแหละ ย่อลงมาแล้วก็แค่นี้
แต่ถ้าจะตัดสังสารวัฏให้ขาด ธรรมะฝ่ายวิวิญญูะ รู้ทุกข์ สมุทัยก็ถูกละ นิโรธก็แจ้ง
เพราะฉะนั้น คอยรู้กายคอยรู้ใจ รู้กายรู้ใจไป
ทำได้แค่นั้นเท่านั้น ชาตินี้ทำไม่เสร็จไปต่อเอาชาติหน้า

ถาม - เราจะตื่นถาวรหรือเราจะมีสติตลอดเวลาได้มั๊ยคะ

พอเราฝึกเราฟังธรรมะ เราสังเกตสภาวะจนใจเราตื่นขึ้นมาชั่วขณะ
ตื่นแหวเดียวนะ ตื่นได้ทีละแหว

พอเราตื่นขึ้นมาปั๊บ เราจะรู้เลย เราหลงมาตลอดชีวิตเลย
แล้วเราฝึกต่อไปอีก เราก็จะตื่นบ่อยๆ ตื่นขึ้นมา ตื่นเป็นระยะๆ

ถามว่าตื่นถาวรได้มั๊ย ไม่ได้นะ

ความตื่นก็ไม่เที่ยง สติก็ไม่เที่ยง เกิดแล้วดับเหมือนกัน
เพราะฉะนั้น เราจะรู้สึกเลย เรารู้สึกตัวได้ทีละแหวเดียว
แล้วก็จิตจะหลงไปบ้าง รู้สึกตัวขึ้นซ้ำขึ้นมาบ้าง เอาแน่เอานอนไม่ได้
เพราะจิตเป็นของบังคับไม่ได้ จะรู้สึกตัวหรือจะเผลอบังคับไม่ได้
แต่ถ้าเราฝึกอย่างนี้ ต่อไปปัญญามันเกิด เราจะเห็นเลย
จิตที่เผลอไป จิตที่หลงไป ห้ามมันไม่ได้
จิตที่รู้สึกตัว สั่งให้รู้สึกไม่ได้ รู้สึกแล้วก็รักษาไว้ไม่ได้
จิตทั้งหมดนี้ไม่เที่ยง จิตทั้งหมดนี้บังคับไม่ได้

นี่ปัญญาแท้จริงอยู่ตรงนี้ต่างหาก

ปัญญาแท้จริงไม่ใช่อยู่ที่ฝึกให้รู้สึกตัวนะ

ความรู้สึกตัวเป็นแค่ทางผ่าน เป็นเรือเท่านั้นเอง

เป็นทางผ่านเพื่อให้เห็นว่า ความไม่รู้สึกตัวก็ไม่เที่ยง ความรู้สึกตัวก็ไม่เที่ยง

ถาม - ได้ยินครูบาอาจารย์สอนว่า

การปฏิบัตินี้ ให้มีสติรู้สิ่งที่กาย รู้สิ่งที่ใจอย่างเป็นปัจจุบัน

แล้วทำยังไงเราจะรู้กายรู้ใจได้คะ

รู้อยู่ที่กาย รู้อยู่ที่ใจ ทำยังไงเราจะรู้กายรู้ใจได้ ตัวนี้ตัวสำคัญ

ต้องค่อยๆ เรียน ค่อยๆ ศึกษา

เพราะเราจะรู้สึกกว่าเรารู้กายรู้ใจตัวเองอยู่แล้ว

ทั้งทีในความเป็นจริงในโลกนี้ไม่มีใครรู้กายรู้ใจตัวเองหรอก
มีแต่คนหลง มีแต่คนเผลอ คนที่สามารถรู้กายรู้ใจตัวเองได้ มีนับตัวได้
ส่วนมากก็คือเราจะตื่นขึ้นมาแต่กาย แต่ใจเรานี้จะคิดๆ ผันๆ ไปทั้งวัน
ใจเราไม่ตื่นนะ ใจเราจะคิด ใจเราจะฝันไปเรื่อย ๆ
ต้องค่อยๆ ผูกใจของเราตื่นขึ้นมา ตื่นทั้งกายตื่นทั้งใจนะ
จิตใจที่ตื่นขึ้นมา นั่นแหละ คือตัว “พุทธโธ” ที่เรียกว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
จิตใจของเราไม่ใช่ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
จิตใจของเราส่วนใหญ่ในโลก เป็นผู้คิด ผู้นึก ผู้ปรุง ผู้แต่ง ไม่ใช่ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้
เบิกบาน
สังเกตให้ดี ใจเรานี้ตั้งแต่ตื่นนอนจนหลับ เราคิดทั้งวัน เรารู้เรื่องราวที่เราคิด
สังเกตให้ดีนะ พวกเราเวลาเราคิดอะไรไป เรามักจะรู้เรื่องที่เราคิด
เรื่องราวที่เราคิดนี้เรียกว่า สมมติบัญญัติ
แต่ในขณะที่เรารู้เรื่องราวที่เราคิด เราจะลืมกายลืมใจตัวเอง
มีกายก็เหมือนไม่มี เช่น นั่งอยู่ ไม่รู้ว่่านั่งอยู่
นั่งฟังหลวงพ่อบุ๊ต รู้เรื่องพยกหน้าหงิกๆ หงิกๆ แต่ใจไปที่อื่น
เราไม่รู้กาย ร่างกายเคลื่อนไหว ไม่รู้สึก
เราไม่รู้ใจตัวเอง จิตใจเราเป็นสุขก็ไม่รู้ เป็นทุกข์ก็ไม่รู้ เฉยๆ ก็ไม่รู้
เป็นกุศลก็ไม่รู้ เป็นอกุศลก็ไม่รู้
เราไม่รู้อะไรเลยที่เกี่ยวกับตัวเราเอง
ไม่รู้อะไรเกี่ยวกับกายกับใจ เรารู้แต่เรื่องราวที่เราคิดเอาเอง
การที่รู้เรื่องราวที่เราคิดเอาเองนั่นแหละ เรียกว่า รู้สมมติบัญญัติ
ในขณะที่การรู้กายรู้ใจ เรียกว่า รู้อารมณ์ปรมัตถ์
คือรูปนาม เรียกว่ากายกับใจก็แล้วกันนะ
ให้ค่อยรู้กายรู้ใจ คนในโลกไม่รู้กายรู้ใจ
มีแต่คนลืมตัว มีแต่คนหลง มีแต่คนเผลอ เผลอคิดทั้งวัน

เวลาเราดู เราก็มืดดู
เวลาฟัง เราก็มืดฟัง
เวลาคิด เราก็มืดไปคิด
ลืมหายลืมหายตัวเองตลอดเวลา

เมื่อเราลืมกายลืมหายใจตลอดคอย่างนี้
เราก็มืดการเรียนรู้กาย เรียนรู้ใจ ปัญญามันไม่เกิด
ไม่สามารถเข้าใจความเป็นจริงของกายของใจได้ว่ามันไม่ใช่ตัวเราหรอก
เราไปหลงยึดติดอยู่ ความเป็นตัวเราก็มืดขึ้นมา ทีนี้ทำอย่างไรเราจะรู้กายรู้ใจได้

ศัตรู ของการเรียนรู้ใจของเรามีสองอย่าง

ศัตรูหมายเลขหนึ่ง ก็คือ การที่เราหลงไปอยู่กับความคิดของเรา
ถ้าเมื่อไหร่เราสามารถรู้ทันว่าใจเราไหลไปคิดแล้ว
เมื่อนั้นเราจะตื่นขึ้นในฉับพลัน
เพราะฉะนั้น การปฏิบัตินี้ ถ้าเข้าใจสิ่งที่พระพุทธเจ้าบอก เราจะตื่นขึ้นในฉับพลัน
ธรรมะนี้ถ้าใครเข้าถึงแล้วจะอุทานเลยว่า “อัสจรรยจรรย อัสจรรย”
ดูในพระไตรปิฎก เวลาพระพุทธเจ้าเทศน์จบ
คนจะอุทาน “อัสจรรยจรรย แจ่มแจ่มนักพระเจ้าข้า แจ่มแจ่มนัก”
ไม่ใช่ว่า “สับสนนักพระเจ้าข้า”
แต่จะพูดว่า “แจ่มแจ่มนักพระเจ้าข้า เหมือนเปิดของคว่ำให้หงาย” ของง่ายๆ นะ

ศัตรูหมายเลขสอง คือการเพ่งกายเพ่งใจ

ทำให้ไม่สามารถรู้กายรู้ใจตามความเป็นจริงได้ เพราะมันนิ่งไปหมด
พระพุทธเจ้าเป็นคนจุดไฟขึ้นมา แล้วคนตาดีก็มองเห็นแสงสว่าง มองเห็นสิ่งต่างๆ
เพราะฉะนั้น ธรรมะจริงๆ ไม่ใช่เรื่องยาก
เพียงแค่พวกเราไม่ค่อยได้ยิน ไม่ค่อยได้ฟัง
เราชอบไปคิดเอาเอง ชอบหลงอยู่ในโลกของความคิด
การตื่นขึ้นมาอยู่ในโลกของความเป็นจริง เป็นสิ่งที่ยากที่สุด
ทางลัดที่สุดที่จะตื่นขึ้นมา ก็คือรู้ทันว่าใจเราหนีไปคิดแล้ว

มีครูบาอาจารย์องค์หนึ่ง ไม่ใช่สายวัดป่า หลวงพ่อเทียน วัดสนามใน
หลวงพ่อยื่นท่านสอนเหมือนกัน ธรรมะมันลงกัน
สายไหนก็เหมือนกัน ถ้าทำถูกต้องก็อันเดียวกัน
หลวงพ่อยื่นท่านสอนว่า “ถ้าเมื่อไหร่รู้ว่าจิตคิด จะได้ต้นทางของการปฏิบัติ”
รู้ว่าจิตคิดนะ ไม่ใช่รู้เรื่องที่จิตคิด สองอันนี้ไม่เหมือนกัน
ในโลกนี้มีแต่คนรู้เรื่องที่จิตคิด แต่ไม่รู้ว่าจิตกำลังแอบไปคิดอยู่
เพราะฉะนั้น หน้าที่ของเราค่อยๆ ศึกษา ค่อยๆ สังเกตตัวเองไป

สารบัญ ↩



ถาม – การวางของมีค่าเล็กน้อยไว้ในที่สาธารณะอย่างไม่ระวัง เช่น สมุดเล็กเซอร์ และกระดาษปากกา รู้กันว่าเป็นการจ้องโตะ ส่วนใหญ่ทำกันตลอดสัปดาห์ที่เรียนโดยไม่เกิดการสูญหาย แต่สำหรับบางคนก็หายได้ โดยเฉพาะพวกที่มีแฟ้มสวยๆหรือปากกามีราคานิหนึ่ง การสูญหายนี้เกิดจากความประมาทในปัจจุบัน หรือว่าเป็นวิบากของกรรมข้ออินนาในอดีตชาติครับ?

เรื่องของหายนั้นจำง่าย ๆ ครับ ถ้าหากเป็นของที่มีความหมาย หรือมีผลกระทบทางใจ หรือมีอิทธิพลสำคัญกับการดำรงชีวิต อันนั้นมักเกิดจากการบังคับของกรรมเก่าที่เคยทำไว้ก่อน ระดับที่มีการลืกละเลาะไว้แล้วว่าจะต้องเกิดขึ้นช่วงนั้นช่วงนี้ อย่างแน่นอน เปลี่ยนแปลงได้ยาก แต่ละคนต้องมีสมบัติสำคัญต่อชีวิตหรือมีค่าทางใจอย่างสูง และสมบัตินั้นแหละที่จะเป็นเป้าให้วิบากกรรมเล่นงานเรา คือยึดมั่นไปจากเราด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง

อย่างสมุดเล็กเซอร์นั้นใครว่าไม่สำคัญ? นักศึกษาส่วนใหญ่มองว่าคนอื่น ๆ คงมองสมุดเล็กเซอร์ของตนเป็นแค่ปึกกระดาษที่ ‘ไม่มีความหมาย’ และ ‘ไม่สำคัญ’ จะวางไว้ที่ไหนไม่เป็นไร ใช้จ้องโตะกินข้าวก็ได้ โตะนั่งอ่านหนังสือก็ได้ แล้วตัวเองจะไปไกลขนาดไหน กลับมามันก็คงยังอยู่ที่เดิม ลืมไปว่ามันมีความหมายและมีความสำคัญกับตนเองชนิดคอขาดบาดตายเพียงไร หากสูญหายไปเฉยๆ

แต่ก็นั่นแหละ คงไม่ค่อยมีใครทำกรรมแบบนิกสนุก เห็นสมุดเล็กเซอร์ใครวางไม่ได้ เป็นต่อนิกสนุกอยากกลั่นแกล้ง หนีบเอาไปทิ้งดื้อๆ โดยไม่มีเหตุบาดหมาง ไม่แม้รู้จักหน้าค่าตาเจ้าของ เพราะคนที่เคยก่อกรรมลักขโมยประเภทนี้แหละ จึงมีสิทธิ์โดนเล่นงานคืนจากพวกพี่แกล้งประเภทเดียวกัน

ลองตรองดูด้วยหลักสถิติก็จะพบครับว่าวิธีที่ของจะหายนั้น อาจไม่ง่ายอย่างสามัญสำนึก ขอยกตัวอย่างของใหญ่เพื่อให้เห็นชัด เช่น รถยนต์ซึ่งรู้กันว่าเป็นเป้า

โครงการขนาดเล็กลง ต่อให้ติดตั้งระบบกันขโมยสองชั้นสามชั้น ถ้าโจรมันจะเอา
ซะอย่าง เจ้าของรถก็เดินกลับมาพบว่าพาหนะคู่ใจของตนอันตรายกันไปได้เสมอ

แต่รถคันใหญ่ๆนี่แหละ ถ้าคุณตัวคนเดียวพามันเข้าปั้มน้ำมันแวะจอดหน้าสุขา
แล้วเปิดประตูวิ่งหน้าตื่นเข้าส้วมโดยไม่มีการล็อค ไม่มีแม้การดับเครื่อง ถือว่าเปิดทาง
หรือนั่นว่าอำนวยความสะดวกให้กับโจรทุกอย่าง รวากับพระเวสสันดรจรถราก็ไม่ปาน
ทว่าร้อยทั้งร้อยออกจากส้วมมาก็พบพาหนะคู่ใจของตนจอดอยู่ที่เดิมมันแหละ ไม่ได้
มีโจรที่ไหนมาเอาไปแต่อย่างใด

สำหรับคนทั่วไป เมื่อทราบว่าคุณจอดรถหน้าสุขาแบบติดเครื่องพร้อมให้มือดีมา
รับรางวัลใหญ่ ก็ต้องว่าอ้อ! ทำไปได้ยังงี้ เตียวโดนขโมย คุณอาจตอบหน้าตาเฉย
ว่าไม่อยากเปลืองน้ำมันเพิ่มตอนสตาร์ทเครื่อง แล้วจอดไว้ก็ทิ้งที่ไม่เห็นหาย เลยจอด
ทิ้งไว้โดยไม่ป้องกันมาเรื่อยด้วยความสบายอกสบายใจ

ไม่ว่าเหตุผลวิธีคิดของใครจะดีกว่ากัน ความจริงก็คือ...

๑) คุณจอดรถไว้ด้วยความประมาท ไม่ระวังให้ดี และนี่เป็นสิ่งที่ไม่เกิดขึ้นในคนทั่วไป
คนทั่วไปจะเห็นว่าของใหญ่ราคาแพงต้องระวัง แม้ไปเข้าห้องน้ำเดียวแล้วก็ต้องล็อค
ต่อให้ไม่มีใครป่วนเบี่ยนละแวกนั้นก็ตาม อย่างไรก็ตาม ถ้าคุณทำครั้งเดียวแบบฉุกเฉิน
หน้าส้วมหน้าขวาน โอกาสที่รถจะหายก็น้อยมาก แต่ยิ่งประมาทบ่อยเท่าใด โอกาส
รถหายก็จะยิ่งมากขึ้นทุกที นี่เข้ากับหลักการที่ว่าความประมาทคือช่องทางหายนะ
ประมาทน้อยช่องก็แคบ ประมาทมากช่องก็กว้างออกกว้างขึ้นเรื่อยๆ

๒) หากรถจะหาย แลวนั่นต้องมีใครคนหนึ่งพร้อมจะขโมยรถอยู่ และใครคนนั้นก็
ต้องใจกล้าพอที่จะลงมือขโมยโดยไม่ต้องไตร่ตรอง ชนิดเห็นปั้บลมมือปั๊บบโดยไม่กลัวใคร
เห็น กับทั้งไม่ใช่คนที่จะมีใครในปั้มชี้ตัวได้ในภายหลัง องค์ประกอบอันเกิดขึ้นยากข้อ
นี้แหละ ที่จะทำให้ความประมาทของคุณกลายเป็นความสูญเสียขึ้นมาได้จริงๆ

ลองคิดดูนะครับ ปกติคนธรรมดาที่ไม่ใช่ทรชน เมื่อเดินผ่านห้องน้ำหลังปั้มจะไม่
ตั้งข้อสังเกตใดๆเกี่ยวกับรถที่จอดอยู่เลย เครื่องเดินอยู่หรือเปล่า ประตูลงล็อคไว้ไหม
มีใครนั่งข้างในหรือว่างจากคน

แต่หากเป็นแก๊งลักรถ แนนอนต้องมีสายตาข้างสังเกตรายละเอียดต่างๆอยู่แล้ว มันเป็นอาชีพของเขา เขาจะเห็นหรือได้ยินอย่างรวดเร็วย่างที่คุณไม่ได้ับเครื่อง และ เขาก็จะจ้องสำรวจทันทีว่ามีคนนั่งรออยู่ข้างในหรือเปล่า เพราะรถบางคันแม้เบาะหน้าว่าง แต่ก็อาจมีคนนอนขี้นอนอยู่เบาะหลัง

ช่วงเวลาให้ตัดสินใจเพียงสั้น เขาต้องใจกล้าหน้าด้าน อาจเพราะเคยผ่านประสบการณ์ขโมยรถมาแล้ว และรู้รู้ทางดีว่าจะเอารถไปทางใด เก็บไว้ไหน คุณสมบัติครบถ้วนอย่างนี้แล้วนั่นแหละ จึงค่อยเกิดการลงมือขโมยแบบกะทันหันโดยไม่มีการวางแผนหรือรับออเดอร์ไว้ล่วงหน้า

คราวนี้วกกลับมาหาคำถามเดิม คือการสูญหายครั้งนี้เกิดจากความประมาทอันเป็นปัจจุบันกรรม หรือว่าเกิดจากอดีตกรรมที่ทำไว้เมื่อปางก่อนๆ? คำตอบคือต้องอาศัยกรรมทั้งสองชนิดมาบวกกันนั่นแหละครับ หากคุณไม่ประมาท ล้อครตอย่างดี แค่นี้เข้าห้องน้ำในระยะเวลาสั้นๆคงยากมากที่จะหาเชียนที่ไหนมาเอาไปได้ และหากคุณไม่เคยทำกรรมไว้ก่อน ต่อให้ทิ้งรถไว้ทั้งคืนเครื่องรื้อยครึ่งพันหน ก็ไม่มีทางไปเจอโจรตาเหยี่ยวที่พร้อมจะลงมือแบบปุบปับฉับพลันเลย

สรุปคือหากกล่าวถึงกรรมเก่าที่ส่งให้ไปเจอมือดี กล้าฉกชิงของที่วางแบไว้ในที่เปิดเผย ก็คือการที่คุณเคยเห็นใครชะล่าใจ วางสมบัติทิ้งไว้แล้วหยิบทันที แล้วเมื่อกรรมถึงเวลาเสียดผล ก็จะต้องให้คุณชะล่า แล้วโดนแบบที่เคยทำไว้แบบเดียวกันบ้างนั่นเอง

นโยบายที่ดีในการใช้ชีวิตให้ปลอดจากเรื่องพรวรรคนี้ ก็คืออย่าคิดคด อย่าเล่นตลก ร้ายแกล้งให้ใครเดือดร้อนเล่น อย่าละโมภอยากได้สิ่งที่ไม่ใช่ของตน นอกจากนั้นแล้ว ก็ต้องระแวดระวัง ไม่ตั้งตนอยู่ในความประมาทด้วยประการใดๆครับ

ถาม - จริงหรือไม่ที่ว่าถ้าได้ในสิ่งที่ไม่สมควรได้ โดยเฉพาะลากก้อนใหญ่ แล้วจะต้องมีอันเป็นไป หรืออย่างน้อยก็เกิดความเดือดร้อนในทางใดทางหนึ่ง? ถ้าหากเป็นเรื่องจริง แล้วเช่นนี้จะเอาอะไรเป็นเครื่องวัดว่าลากที่ได้มาเป็นบุญเก่าส่งผลให้ หรือว่าเป็นความไม่สมเหตุสมผลในปัจจุบัน?

ไม่มีใครได้อะไรลอยๆโดยปราศจากต้นสายปลายเหตุหรอกครับ ทุกอย่างอธิบายได้เสมอ แต่ยากหรือง่ายที่จะเชื่อก็อีกเรื่องหนึ่ง

สมมุติว่ามีพระราชาองค์หนึ่ง มีแต่ความตระหนี่ถี่เหนียว ตลอดชีวิตมีแต่แสดงความบริสุทธิ์ใจในการกเงินอย่างเสมอต้นเสมอปลาย ทว่าอยู่มาวันหนึ่งออกเสด็จประพาส เห็นคาราวานคนพเนจรหน้าตาเศร้าหมองแล้วเกิดความสงสาร ถามไถ่ได้ความว่าเกิดเภทภัยในหมู่บ้านเก่า ต้องอพยพโยกย้าย ยังไม่รู้จุดหมายปลายทาง

พระราชาชี้เหนียวเกิดใจดีในวันนั้น จะด้วยเพราะถูกชะตากับเหล่าคนเคราะห์ร้าย คล้ายเป็นญาติกันมาหรืออย่างไรก็ตามที่ ตัดสินพระทัยยกที่ทำกินส่วนหนึ่งให้ แถมด้วยสมบัติพอประมาณว่าสามารถสร้างหมู่บ้าน ตั้งตัวเป็นเมืองเป็นราว อยู่สุขสบาย หายห่วงกันถ้วนหน้า

เมื่อพระราชาเห็นเหล่าคนพเนจรมีออก เป็นสุขอย่างมโหฬารปานทวดาโปรด ก็เกิดความปิติอย่างใหญ่ สำเร็จเป็นบุญอันยากที่จะประมาณว่าควรแก่รางวัลปานภูเขาทองลูกใด

แต่นอกจากบุญใหญ่หนเดียวดังกล่าว ชั่วชีวิตพระราชาหมดไปกับการรีดนาทาเร้นประชาชน เก็บภาษีมหาโหดเพื่อบำรุงบำเรอตนเองและวงศ์วาน บาปจึงหนักกว่า และให้ผลหลังตายเป็นการส่งมาเกิดในท้องยากจ หรืออยู่ในดงน้ำครำ หาความสุขสบายจากครอบครัวและสิ่งแวดล้อมมิได้

อดีตที่เคยเป็นทราชาย์ เมื่อมาเกิดเป็นคนจน ก็ย่อมมีแนวโน้มที่จะทำเรื่องเลวร้าย ได้สารพัด เขาอาจโตขึ้นมาเยี่ยงโจร หรืออย่างเบาก็ประพฤติตนเยี่ยงสับแถมงกฏ เลี้ยงชีพด้วยการหลอกลวง หาน้ำใจและความดีเป็นบุญคุ้มตัวได้ยาก

กระนั้น เมื่อถึงเวลาที่ภูเขาทองได้ถูกขโมยไป เขาก็อาจถูกหวนร่ายทรัพย์นับสิบล้าน สมควรกับกรรมที่เคยช่วยคนทั้งหมู่บ้านไว้ให้ล้มตาอำปากได้อยู่ดี

กรรมย่อมให้ผลอย่างยุติธรรม หากน้ำหนักรกรรมชั่วไม่อาจตามไปให้ผลหนักในที่ที่เขาเจริญรุ่งเรือง กลายเป็นเศรษฐีนับสิบล้าน กรรมชั่วก็จะตัดรอนวิบากด้านดีของเขาด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง เช่น โดนฉ้อฉลจนหมดตัว หรือบันดาลเหตุให้ทรัพย์ฉิบหายด้วยน้ำหรือไฟ หรือสถานหนักก็ตายไปเลย ปล่อยให้จิตใจกับบุญเก่าอยู่ไม่กี่วัน

สรุปคือถ้าจะดูว่าได้อะไรมาสมตัวหรือไม่สมตัว บางทีต้องรู้ให้ตลอดสายครับ สมมุติว่าคุณนึกสนุก ลองเอาธนบัตรใส่ปี๊บสัก ๕๐ ล้าน นำไปแจกขอทานสองคนอย่างอยากดูซิว่าผลจะเป็นอย่างไร ขอทานคนหนึ่งอาจโดนเพื่อนฆ่าตายในวันเดียวกันนั่นเอง ขณะที่ขอทานอีกคนหนึ่งอาจกลายเป็นฮีโร่ของชุมชนแห่งใหม่ในเวลาต่อมา ทั้งนี้ทั้งนั้นก็ขึ้นอยู่กับความร่วมมือกันระหว่างกรรมเก่ากับกรรมใหม่ของใครของมันครับ

ถาม – ลูกแม่บังคับให้แต่งงานเพื่อเงิน รู้ทั้งรู้ว่าถ้าแต่งแล้วจะทุกข์ทรมานใจ แต่ถ้าปฏิเสธก็กลัวเป็นการไม่ช่วยแม่ซึ่งกำลังเดือดร้อนเรื่องการเงิน เกิดความสับสนและไม่รู้ว่าตัดสินใจอย่างไร ลูกหรือผิด เป็นบุญหรือเป็นบาปต่อตัวเองและคนอื่น ขอคำแนะนำด้วยค่ะ

เป็นทางเลือกของคุณเองครับ ถ้ายอมแต่งก็คือเสียสละเพื่อแม่ แต่ในขณะเดียวกัน ก็อาจช่วยให้แม่ทำบาปได้สำเร็จ เพราะเมื่อคุณยอม คุณย่อมรู้แก่ใจว่าตนเองต้องทุกข์ทรมาน ต้องขมขื่นกับการฝืนใจขนาดไหน

ในทางกลับกัน ถ้าคุณไม่ยอมแต่งงาน แต่ใจคิดในทางกุศล คือมั่นใจว่าจะอาศัยกำลังกายและกำลังสติปัญญาทั้งหมดของตนเองตอบแทนท่านอย่างเต็มความสามารถ นั่นก็เท่ากับคุณฝืนใจท่าน แต่ก็ไม่เลิกคิดที่จะช่วยเหลือท่าน

หลายคนหวังว่าการทำให้พ่อแม่เป็นทุกข์ ทำให้พ่อแม่ร้องไห้คือการทำบาปอย่างใหญ่หลวง อันนั้นหมายถึงการตั้งใจประทุษร้ายโดยตรง เช่น เป็นลูกอกตัญญู ทอดทิ้ง

พ่อแม่ทั้งที่พ่อแม่ต้องการความช่วยเหลือ หรือโหดกว่านั้นคือพ่อแม่ไม่ค่อยมีอยู่แล้ว ก็ยังรีบไถเงินไปซื้อของเพื่อให้ตนเองเป็นสุข พ่อพ่อแม่ขัดชินก็ลงมือทุบตี พวกนี้แหละที่ก่อบาปมหันต์ในความหมายของการ ‘ทำให้พ่อแม่ร้องไห้’

แต่ถ้าพวกท่านร้องไห้เพราะคุณขัดใจ อยากเป็นตัวของตัวเอง ไม่ต้องฝืนทนลงนรก ไม่ต้องก้าวไปสู่ทางอันมีแต่จะตกต่ำไร้ศักดิ์ศรี อันนี้ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งครับ ขอให้อำไว้ว่าความกตัญญูตเวทีไม่จำเป็นต้องเสียสละความสุขทั้งชีวิตขนาดนั้น **แค่คุณปลงใจแน่วแน่ว่าจะไม่ทอดทิ้งท่าน ไม่ปล่อยให้ท่านตระกำลำบากอย่างเดียวตายก็ได้ชื่อว่าเป็นลูกกตัญญูสมควรแก่เหตุแล้ว**

ผมทราบดีครับว่าคนเรามีชะตาหลายแบบ แต่ละคนมีเรื่องบีบคั้นไม่เหมือนกัน ถ้าการฝืนใจแต่งงานเป็นทางออกสุดท้ายที่จะแก้ปัญหาชั้นคอขาดบาดตายให้ได้เดียวนั้นจริงๆ การยอมตัวของคุณก็นับเป็นเรื่อนำสรรเสริญ การเสียสละให้พ่อแม่ได้แม้ด้วยเส้นทางชีวิตที่เหลือ นับว่าเป็นน้ำใจอันประเสริฐ และในบางกรณีอาจหมายถึงการล้างหนี้บาปเก่าได้เหมือนกัน

อย่างไรก็ขอให้เหตุเคราะห์ของคุณแม่มิได้แยขนาดบังคับให้คุณต้องเสียความเต็มใจในการใช้ชีวิตไปขนาดนั้นนะครับ

ถาม – การแลกคุณอนแบบสวิงกิ้ง ที่ต่างก็สมยอมด้วยกันทุกฝ่าย แถมมีความสุขกับสมบัติผลัดกันชมอีก อย่างนี้ถือว่าผิดศีลไหมครับ?

เรื่องของศีลข้อ ๒ ซึ่งว่าด้วยการลักขโมย และศีลข้อ ๓ ซึ่งว่าด้วยการที่ผิดนั้น ตัวชี้ขาดว่าผิดหรือไม่ผิดคือ ‘สิทธิ์’ ครับ

อย่างเช่นเมื่อธนาคารแห่งประเทศไทยพิมพ์ธนบัตรมูลค่า ๑,๐๐๐ บาทออกมาใบหนึ่ง สิทธิ์นั้นยังไม่เป็นของใคร ยังเป็นของกลาง ต่อเมื่อธนบัตรใบนั้นตกมาอยู่ในมือของคุณโดยชอบธรรม สิทธิ์ก็เป็นของคุณทันที หากคุณยินยอมโดยวาจา หรือแม่โดยการส่งภาษากายด้วยการพยักหน้ายกสิทธิ์ให้คนอื่น ก็เป็นอันว่าไม่มีใครผิดศีลข้อ ๒

แต่แบงก์พันเดียวกันนั่นเอง คุณยินยอมยกให้ตกไปอยู่ในมือคนอื่นเหมือนกัน แต่มีเงื่อนไขว่าให้ชั่วคราว คือตกลงกันว่าพຽ່ນนี้ต้องคืน เมื่อถึงเวลาก็มาคืนตามข้อตกลง ดังนั้นไม่ว่าจะมีการผิดศีลข้อ ๒ แต่ธรรมตามนุชย์ขีโลกอาจกลับไปกลับมาได้เสมอ วันต่อมาเขาอาจเห็นว่าเคยเอาแบงก์พันมาครองก็ไม่เห็นจะมีใครเดือดร้อน ถ้าจะเอาไปอีกโดยไม่ให้คุณรู้ก็ไม่แปลก แบบเดียวกันก็คืนอีก เมื่อลงมือทำโดยไม่ขออนุญาตในรอบนี้ ก็ถือว่าเขาทำผิดศีลข้อ ๒ แล้ว เพราะคุณไม่ได้อนุญาต

ยกตัวอย่างข้างต้นมาเพื่อให้เห็นภาพง่าย ๆ ก่อนครับว่า ผิดหรือไม่ผิดนั้น ขึ้นอยู่กับการตกลงกันในเบื้องต้นเป็นสำคัญว่าจะให้สิทธิ์แก่กันเพียงใด และมีการผิดสัญญากันในภายหลังหรือไม่

คู่สวีกึ่งนั้น ถ้าดูกันตามข้อตกลงว่าจะให้สิทธิ์ใช้เนื้อหนึ่งของคู่ตนเพื่อการเสพสมภิรมย์แล้ว ก็ต้องบอกว่าไม่มีใครทำผิดศีลข้อ ๓ แต่อย่างใด เพราะไม่ได้ลักกินขโมยกินให้ต้องเกิดความรู้สึกผิด ทราบแน่ว่าไม่มีผู้ใดต้องบาดเจ็บประกอบกามกิจเสร็จสิ้น

อย่างไรก็ตาม การแลกคู่สวีกึ่งที่ดูเผินๆเหมือนไม่มีปัญหา อะไรๆง่ายไปหมด เพราะทุกฝ่ายเปิดไฟเขียว ไม่มีใครเสียเปรียบใคร ความจริงแล้วในทางปฏิบัติมักเกิดปัญหาภายหลัง เพราะใจคนกลับไปกลับมา วันนี้ไม่หวงเพราะได้คู่ของอีกฝ่ายมาสนุกกันเป็นการแลกเปลี่ยน แต่พอสนุกเสร็จก็พบว่าคู่เดิมของตนดีกว่าตั้งเยอะ ไม่คุ้มเลยไม่น่าเอาไปแลกกับอีกฝ่ายให้เสียราคาเลย อย่างนี้ก็ต้องหวงขึ้นมา วันหลังอย่าหวังมาขอแลกอีก

แต่การณ์อาจไม่ง่ายเช่นนั้น เพราะคนเรามีชีวิต ไม่ใช่วัตถุ ถ้าคู่ของคุณเกิดติดใจคุณห้ามแล้วไม่ฟัง ยังลักลอบปฏิบัติการบาดอารมณ์เยี่ยงวัวเคยขาม้าเคยขี่ อันนี้ถือว่าการลักลอบเป็นชู้เกิดขึ้นแล้ว ศีลข้อ ๓ ถูกละเมิดแล้ว โดยมีตัวคุณเป็นฝ่ายเปิดประตูอบายให้เขาหรือเธอเองกับมือ

วัตถุทางเพศอันได้แก่เนื้อหนังมังสาของมนุษย์นี้ มิใช่เพียงของแข็งเหมือนวัตถุธรรมดา คือเป็นวัตถุที่มีวิญญาณครอง วิธีที่วัตถุทางเพศจะแปดเปื้อนนั้น หาใช้ด้วย

รอยฟกช้ำดำเขียวที่ปรากฏทางผิวหนัง แต่ความบอบช้ำจะปรากฏทางวิญญาณ เห็นไม่ได้ด้วยตาเปล่า แต่อาจสัมผัสได้ด้วยใจ

ถ้ารู้จักผู้หญิงสักคนที่เปลี่ยนไป ก็ขอให้ลองเปรียบเทียบดูเถิด ตอนหวงเนื้อหวงตัวเป็นอย่างไร ตอนปล่อยเนื้อปล่อยตัวแตกต่างกันแค่ไหน วัตถุทางเพศที่เข้าแล้วจะไม่น่าและต้อง เหมือนของไร้ราคาที่ไม่น่าสัมผัสเท่าของมีราคาเลย

คุณอาจเถียงว่าบางรายแลกคู่กันแล้วไม่มีปัญหา ทุกฝ่ายสุขสม อันนั้นผมคงไม่มีข้อขัดแย้ง ถ้าทุกอย่างราบรื่นจริงก็เป็นเรื่องส่วนตัวของชนกลุ่มน้อย ที่ไม่รังเกียจการแลกเปลี่ยนสีฟันใช้กัน

แต่หากสนใจพอจะมองลึกเข้าไปในเรื่องของจิต เราควรสืบให้ลึกลงไปว่าทำไมคนเราถึงควรมีคู่นอนเป็นตัวเป็นตนเพียงคนเดียว คุณจะไม่มีทางรู้เหตุผลผ่านการพิจารณาร่างกายฝ่ายเดียว แต่ต้องดูสิ่งที่เกิดขึ้นกับจิตใจเป็นส่วนประกอบสำคัญด้วย

การมีคู่นอนแน่ชัดเพียงคนเดียว จะทำให้มนุษย์คนหนึ่งมีใจเดียว แต่เมื่อใดป็นกายให้หลายคน ธรรมชาติกามอันเป็นของต่ำย่อมครอบงำให้ใจหลงสำคัญผิดได้ต่างๆนานา ในที่สุดอาจเผลอเห็นไป ว่าการละเมิดสิทธิ์ทางเพศเป็นเรื่องทำกันได้ไม่น่าจะถือสาอะไรมากมาย

การปันกายให้หลายคนถือเป็นรากสำคัญของความเป็นคนหลายใจ นำไปสู่ธรรมเนียมทางเพศแบบหลากหลาย เบื่อง่าย อยากลองของใหม่ไปเรื่อย ตอนแรกไม่ผิดศีล แต่ตอนหลังอาจผิดได้แบบสุดจะกำกวม เพราะฉะนั้นไม่เปิดทางเสียตั้งแต่แรกถือเป็นนโยบายอันเยี่ยม ช่วยประกันว่าคุณจะไม่พลัดลงสู่ทางเสื่อม หรือกระทั่งหุบเหวแห่งความหายนะได้อย่างดีครับ

ถาม – แพนกับพ่อแม่ไม่ถูกกันค่ะ ถ้าเลือกแฟนก็รู้สึกผิด เหมือนเป็นลูกอกตัญญู ที่ทำให้พ่อแม่เสียใจ แต่ถ้าเลือกพ่อแม่ก็รู้สึกใจจะขาด เหมือนไม่คิดถึงหัวใจตัวเอง ไม่ทราบจะทำอย่างไรจึงเรียกว่าถูกต้อง

การแสดงความกตัญญูไม่ใช่การตามใจพ่อแม่ไปทุกอย่าง เพราะถ้าการตามใจพ่อแม่คือความกตัญญู ก็แปลว่าหากท่านอยากได้ยาที่เป็นโทษกับตัวท่าน คุณก็ต้องหา มาประเคนท่าน ส่งเสริมให้ท่านเจ็บป่วยโดยไม่ต้องห้ามปรามกัน

กรณีนี้ก็เหมือนกัน คุณต้องชั่งน้ำหนักดูด้วยวิจารณญาณที่ดี ที่รอบคอบ ว่า แฟนคุณเป็นคนดีแต่ไม่ถูกอรรถาัยพ่อแม่ หรือพ่อแม่คุณมีเหตุผลที่น่ารำพึง ไม่อยาก ให้ชีวิตคุณพังเพราะอยู่กับผู้ชายคนนี้

หากเป็นกรณีที่แฟนคุณเป็นคนน่าเชื่อถือ ปฏิบัติกับคุณด้วยดีอย่างสม่ำเสมอ การงานไม่เคยเสียหาย อบรมมุขไม่ตะแคง อย่างนี้การตามใจพ่อแม่คุณอาจมีผลเสียกับ ตัวพวกท่านเอง คือเกิดใหม่อาจถูกกีดกันจากคนรัก หรือไม่ก็ยากจะได้เหตุเหมาะเจาะ ลงเอยกับคนที่ตนพึงใจ การใช้ความอดทน อ่อนน้อมให้ท่านเข้าใจ กับทั้งพยายาม พิสูจน์ให้ท่านเห็นว่าแฟนคุณดีพอและคู่ควร ก็อาจนับว่าเป็นการทำบุญ ไม่ปล่อยให้ พ่อแม่ประกอบอกุศลกรรมสำเร็จ

แต่หากเป็นกรณีที่แฟนคุณไม่เอาไหนจริงๆ การต้อแข่งกับพ่อแม่อาจทำให้คุณ ต้องเสียใจอย่างใหญ่หลวง วันหนึ่งต้องมานั่งเสียดาย คิดซ้ำคิดซากว่าทำไมไม่เชื่อพ่อแม่เสียแต่แรก และผลที่อาจยืดเยื้อไปวันหน้าคือคุณต้องได้ลูกหัวดื้อ เตือนอะไรดีๆ ไม่ฟัง จะร้อนเอาแต่สิ่งที่ตัวเองต้องการให้จงได้

ถ้าเป็นกรณีหลังนะครับ ขอให้คิดว่าผู้ชายถ้าเขาไม่เอาคุณแล้ว เขาก็เป็นคนอื่น คนแปลกหน้า แต่พ่อแม่ของคุณ ต่อให้พวกท่านไม่เอาคุณ ก็ไม่ได้ทำให้ความจริงที่ว่าท่านเป็นพ่อแม่สูญหายไป อย่างไรพวกท่านก็ได้ชื่อว่าเป็นพ่อแม่คุณมา เลี้ยงดูคุณ มา ในขณะที่ผู้ชายเขามาจากไหน ยังไม่พิสูจน์ตัวว่าจะเลี้ยงคุณได้เหมือนพ่อแม่ไหม ถ้าได้จะได้นานเพียงใด เมื่อชั่งน้ำหนักดูอย่างนี้ ก็จะค่อยๆปลงตกได้เองครับว่าควร ตัดสินใจแบบไหนดี

ถาม – เหตุใดการถือบวชจึงต้องละการมรณด้วยครับ? ศาสนาพุทธถือเป็นเรื่องร้ายแรงถึงขั้นที่ทำให้ประหารเสียจากการเป็นพระ กับทั้งไม่ให้บวชเป็นพระอีกเลยทั้งชีวิต ทำไมโทษจึงร้ายแรงขนาดนั้น กะแค่มีอะไรกับผู้หญิง น่าจะเป็นความผิดที่อภัยกันได้ ไม่นึกเท่าฆ่าคนตายสักหน่อย หรือพุทธถือว่าการมีเพศสัมพันธ์เป็นบาปนักหนาครับ?

ศาสนาพุทธเป็นศาสนาแห่งการพ้นเกิดพ้นตาย ผู้ถือบวชเป็นภิกษุในพุทธศาสนาต่างก็มีข้อตกลงเดียวกันตามที่พระพุทธเจ้าตั้งกติกาไว้ นั่นคือบวชเข้ามาเพื่อทำมรรคผลนิพพานให้แจ้ง เพื่อไม่ต้องเกิดอีกในรอบหน้า

พระพุทธเจ้าตรัสว่ากายนี้เกิดขึ้นด้วยเมถุน ควรละเมถุนเสีย จึงนับเป็นการขหักสะพวนแห่งการเกิดกาย ก็เช่นนั้นควรแล้วหรือที่ภิกษุยังคงเดินหน้าเสพกามต่อไปโดยไม่สนใจข้อตกลงว่าจะบวชเข้ามาเพื่อทำมรรคผลนิพพานให้แจ้ง ทำลายรากแห่งภพชาติให้สิ้น?

การที่ภิกษุผู้สืบศาสนาแสดงความติดกาม ไม่ละพฤติกรรมทางเพศ ย่อมก่อให้เกิดภาพน่าสับสนว่าบวชเข้าไปทำไม ไหนว่าจะเอาความหลุดพ้น ชาวบ้านอุตส่าห์สนับสนุนชว้านี้

ถ้าปล่อยให้พุทธเราเต็มไปด้วยผู้ทุศีล ขาดความเป็นพระแล้วยังครองผ้าเหลืองต่อไปได้มากๆ ศาสนาจะเสื่อมจากความศักดิ์สิทธิ์ ภาพความมัวหมองย่อมทำให้ชาวบ้านจิตตกเกินกว่าจะมีกำลังใจตื่นเข้าขึ้นมาใส่บาตร หรือร่วมกันระดมทุนเป็นสิบเป็นร้อยล้าน สร้างวัดวาอารามให้เกิดการสืบศาสนาต่อไปได้

จะเห็นว่าถ้าชาวบ้านไม่ศรัทธา ไม่เชื่อว่ายังเหลือภิกษุผู้เจริญรอยตามพระพุทธเจ้าอีกแล้ว ศาสนาย่อมดำรงอยู่ไม่ได้ หากเล็งกันตรงนี้ จึงมีเหตุผลอันสมควรยิ่งที่ศาสนาแห่งการละกาม จะประหารผู้ที่ไม่คิดละกามทิ้งเสียให้สิ้น การสึกพระผู้ปราศิกยอมหมายถึงการกำจัดต้นเหตุความสิ้นสูญของพุทธศาสนานั้นเอง!

คราวนี้มาว่ากันเรื่องบาปไม่บาป ทำไมแค่เสพกามถึงบาป ในเมื่อก่อนบวชเสพกามก็ร้อยที่ยังไม่เห็นจะบาปตรงไหน? อันนี้ต้องบอกว่ากามนั้นเสพแล้วไม่ใช่ว่าบาป แต่คุณมี ‘สิทธิ์’ ในการเสพกามหรือเปล่าต่างหาก

ศาสนาพุทธไม่ได้แจกเสื้อผ้าและที่อยู่อาศัยให้คนจรจัดฟรีๆ เมื่อมาอยู่แล้วต้องช่วยกันรักษา เหมือนพนักงานในบริษัทก็มีหน้าที่ช่วยให้บริษัทดำเนินกิจการต่อไปได้ หากพนักงานบริษัทประพฤติดุจจริตคิดมิชอบ รู้ทั้งรู้ว่าเป็นเหตุให้บริษัทเสียหาย นั่นย่อมเป็นบาปติดตัวเขาไปอย่างไม่ต้องสงสัย อย่างน้อยเขาย่อมรู้แกล้งว่าทำไมดีไม่งามลงไปแล้ว ไม่ค่อยต่างจากการทำลายทรัพย์สินของบริษัทเท่าใดเลย

หากบวชเข้ามาทั้งไม่เข้าใจว่าคนอื่นเขาอายุตีกามกัน ยังมาเสพกามต่อในวัด ก็เท่ากับเป็นคนนอกบริษัทที่หึงเข้ามาหาผลประโยชน์ มาใช้สอยเครื่องมือเครื่องมือของบริษัทโดยไม่ชอบธรรม ต่อหน้าทำทีเหมือนเป็นคนใน แต่โฉมหน้าที่แท้คือคนนอก พร้อมจะหักหลังคนในอยู่ตลอดเวลา ตรองดูนะครับ ไม่มีใครทรยศบริษัทตนเองได้ด้วยความจริงใจ คนขาดความจริงใจเท่านั้นที่คิดคดทรยศได้ แล้วผู้ทรยศนั้นสมควรได้ชื่อว่าเป็นคนบาปหรือนักบุญ?

ทรยศใครไม่ว่า มาทรยศพระศาสนาแห่งความหลุดพ้นจากปวงทุกข์ ผลย่อมดูไม่จืด ใครทำสมบัติราคาสูงเสียหายย่อมถูกลงโทษอย่างหนักฉับไฉน ผู้ทำศาสนาแห่งความบริสุทธิ์ให้มัวหมองย่อมเปื้อนมลทินบาปอย่างร้ายแรงฉับนั้น!

สรุปคือต้องตั้งต้นบวชกันด้วยความเข้าใจครับ กามเป็นเหตุแห่งการเกิดมา ธรรมชาติจึงจัดสรรให้กามน่าสนุก น่าอยากมี น่าอยากเอา ใครอยากเสพกามก็เท่ากับประกาศว่ายังอยากเกิดอีก ซึ่งอยู่นอกวัดก็ไม่ผิดกติกาอะไร จะเสพก็ร้อยก็พันครั้งก็ตามใจ ต่อเมื่อไม่อยากเกิดค่อยเข้าไปอยู่ในวัด แล้วรักษาวินัย ถอนความอยากเสพกามเสียด้วยกิจอันบริสุทธิ์สะอาดแห่งสงฆ์ กระทั่งสามารถละความอยากเกิดเสียได้ในที่สุด

สารบัญ ➞

ไดอารี่หมอดู หน้าที่ ๑๓

โดย หมอพีร์

วันนี้มีหลายเรื่องอยากจะเขียน ตัดสินใจไม่ได้ว่าจะเขียนเรื่องไหนดี เปิดทีวีได้ยินเสียงเพลงอยู่เพลงหนึ่ง เป็นเพลงเกี่ยวกับความสุขความทุกข์เกี่ยวกับความรักนี้แหละ ค่ะ มีเนื้อหาประมาณว่า ชีวิตไม่แน่นอนเหมือนละคร ที่มันเปลี่ยนไปทุกตอน มันไม่แน่นอน เดียวก็สุขเดี๋ยวก็ทุกข์ ซึ่งในชีวิตของเราก็เป็นอย่างนั้นจริง ๆ เราไม่สามารถหยุดความสุขให้อยู่กับเราได้ ซึ่งความเป็นจริงบนโลกของต้องมีสองสิ่งคู่กัน เราจะรัก สุขเกลียดทุกข์ไม่ได้

ความสุขกับความทุกข์เป็นอารมณ์ที่แปรปรวน ไม่สามารถหยุดให้เกิดสภาพใดได้นาน ๆ ซึ่งหลายคนทีหลงเข้าใจวิ่งตามหาความสุขก็มีเยอะ ฉันทเองก็เป็นคนหนึ่งที่เคยหลงคิดว่าชีวิตจะต้องมีความสุขในวันหนึ่ง สิ่งแรกที่ยากได้คือเรียนให้จบ ทำงานหาเงินเลี้ยงพ่อแม่ให้ดีที่สุด หลังจากนั้นก็อยากมีครอบครัวที่สมบูรณ์ พอวันหนึ่งได้แต่ละสิ่งมากลับตรงกันข้าม ไม่ได้มีความสุขอย่างที่คิดไว้ ก็ตามหาต่อว่าทำยังไงจะมีความสุขล่ะ ก็มาเจอว่าสุขที่แท้จริงต้องหลุดพ้นก่อนโดยการเดินตามรอยทางขององค์สัมมาสัมพุทธเจ้าที่ท่านได้ชี้แนะไว้ แต่ระหว่างที่กำลังเดินไปฉันก็ได้คำตอบไปในตัว คือ เวลาที่ใจมีความสุข ก็ไม่หลงคิดว่าสุขจะเกิดตลอดไป เดียวก็ต้องทุกข์ และเวลาทุกข์เกิดขึ้น ก็รับได้ง่ายว่าเดี๋ยวทุกข์ก็เปลี่ยนไปเป็นสุขได้ ถ้าเราเข้าใจหลักของธรรมชาติของจิตใจที่แปรปรวนตลอด ตรงนี้จะทำให้เราทุกข์น้อยลงได้จริง ๆ

สำหรับอาทิตย์นี้เป็นเรื่องเกี่ยวกับความทุกข์ใจของคนที่ยังไม่ได้แต่งงาน ลูกค้าหลายคนที่ต้องมาทุกข์เพราะเรื่องของการไม่ได้แต่งงาน ไม่ใช่แต่สาวโสดหนุ่มโสด พ่อแม่บางคนมาดูดวงให้ลูกเพราะกลัวว่าลูกจะไม่มีคู่ อยากให้ลูกแต่งงาน อยากมีหลาน หรือบางคนก็หาคู่ให้ลูก เอาดวงมาเช็คว่าจะเข้ากันได้ไหม พ่อแม่บางคนอยากให้ลูกแต่งงานจริง ๆ มีลูกค้าหลายคนเล่าให้ฟังว่าเจอแรงกดดันจากที่บ้านเหมือนกัน

ว่าเมื่อไหร่จะแต่งงาน ทั้งที่ที่ต้องการจะอยู่คนเดียว พ่อแม่หลายคนเป็นห่วงลูกมากจริง ๆ เรื่องของการที่เขาโสด

คนส่วนใหญ่คิดว่า การไม่มีคู่เป็นแต่เรื่องของกรรมอย่างเดียว แต่ความจริงการไม่มีคู่ในบางครั้งอาจจะมีบุญช่วยได้ด้วยก็ได้ จากที่เห็นจากลูกค้าหลายคน ถ้าไม่มีคู่ดวงจะสบายไม่ว่าจะเป็นเรื่องเงินทองก็สามารถเลี้ยงตัวเองได้ดี ถ้ามีคู่มีลูกดวงจนเลยหรือบางคนก็ไม่ต้องมานั่งทะเลาะเรื่องจะไปไหนก็ไม่ได้ต้องให้อยู่บ้าน หรือไม่ต้องมานั่งหวาดผวาคู่จะมีชู้หรือเปล่า

มีตัวอย่างของลูกค้าหลายคนที่ตัดสินใจมีคู่เพราะไม่อยากอยู่คนเดียว อยากแต่งงานเพราะเห็นแก่พ่อแม่ หรือหลงเข้าใจผิดคิดว่าเป็นคู่

ตัวอย่างลูกค้า

ลูกค้าคนที่หนึ่ง

วันนี้มีเพื่อนเก่าที่รู้จักกันมานาน ติดต่อมาพอตีบอกว่ขอคิวทางโทรศัพท์หน่อย น้องสาวยายอยากดูดวง ก็ได้คิวตอนเย็นพอดี พอถึงตามเวลาที่นัดไว้ก็ได้คุยกับคุณยาย คุณยายบอกวันเดือนปีเกิดมา คำนวณเสร็จก็เห็นว่าดวงคุณยายชีวิตเรื่องอื่น ๆ ไม่เป็นไร นอกจากเรื่องการแต่งงาน ถ้าแต่งงานแล้วดวงจะหนักมาก ก็ถามว่าคุณยายแต่งงานหรือเปล่านั้น คำตอบที่ได้คือใช่ค่ะ พอฉันได้ยินคำตอบว่าใช่ทำให้เห็นโครงสร้างกรรมของคุณยายได้ชัดเจนขึ้นกว่าเดิมอีก

ถามว่าคุณยายเจอปัญหากับสามีไปหรือยังคะ เพราะถ้าตัดสินใจแต่งงานดวงจะค่อนข้างหนักปัญหาชีวิตจะเยอะมาก หลังจากพูดจบก็ได้ยินเสียงร้องไห้ พร้อมกับบอกออกมาว่าหนักจริง ๆ ตอนนี้เป็นทุกข์ใจกับสามีมาก ๆ ตอนแรกไม่คิดจะแต่งหรอก คิดว่าเราอยู่คนเดียวได้ มีงานทำ มีเงินเดือน มีมรดกจากที่บ้าน คิดว่ายังไงก็ไม่ลำบาก แต่พ่อแม่พี่สาวในบ้านเขาก็เป็นห่วงไม่อยากให้เราต้องอยู่คนเดียว เดี่ยวจะไม่มีคนดูแลตอนแก่ ก็แนะนำคนมาคู่ตัว ตอนนั้นยายก็ขังใจอยู่นาน ถามใจตัวเองเหมือนกันว่าจะแต่งหรือไม่แต่งดี อายุก็สี่สิบแล้ว ใจหนึ่งก็เหงา ๆ คิดว่าถ้ามีใครสัก

คนก็คงจะดีเหมือนกัน บวกกับแรงกดดันของที่บ้านไม่ยากให้คุณแม่เสียใจด้วย ก็ตัดสินใจตกลงไป

ตั้งแต่แต่งงานกันมา ตอนแรก ๆ ก็ไม่มีอะไร แต่พออยู่กันมาสักพัก สามี่ค่อนข้างเป็นคนใจร้อน และพูดจาไม่ค่อยได้คิดอะไรเท่าไร มักจะทำให้ยายเสียใจซ้ำใจมาเรื่อย ๆ ก็รู้สึกตัวเองตัดสินใจผิดที่แต่งงานไปเหมือนกัน แต่ก็ทนผ่านมาได้ แต่ตอนนี้ก็ต้องมาเจอปัญหาที่หนักกว่านั้นอีกคือ สามี่ป่วยเป็นโรคไตมาหลายปีแล้ว ต้องรักษาตัวเป็นพิเศษ ต้องล้างไตบ่อยมาก ค่อนข้างใช้เงินเยอะ เงินที่ฝากแบงก์ไว้ก็ต้องถอนออกมาใช้หมด พอเงินหมดก็ต้องมาขายบ้านที่มีอยู่ ตอนนี้อยู่คนเดียวสองหลัง คือที่อยู่ตรงนี้ กับอีกทีหนึ่งให้คนอื่นเช่าอยู่ กำลังคิดว่าจะขาย ยายมานั่งคิดว่าไม่น่าแต่งไปเลย คิดว่าจะมีใครสักคนมาดูแลตอนแก่ แต่ตอนนี้ก็ไม่ว่าใครเลี้ยงใครเหมือนกัน เคยคิดแต่ว่าอยากให้อีกคนหนึ่งเข้ามาดูแลเรา แต่ตอนนี้มันกลับด้านกันหมด สิ่งที่เรายากให้เป็นมันมักไม่เป็นอย่างที่เราคิดเลยจริง ๆ ผู้หญิงเราเมื่อตัดสินใจแต่งงานก็ต้องทำหน้าที่ให้ดีที่สุด จะทิ้งก็ได้ สงสารเขา

ฉันฟังเรื่องนี้เสร็จทำให้คิดได้อีกหลายอย่างเหมือนกันว่า หลายสิ่งที่เราต้องการให้เป็นอย่างที่ดีก็เป็นได้แค่ความอยาก แต่ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับตัวเรามีเหตุมีที่มาที่ไปคือกรรมกรรมไม่ดีของเราที่ทำได้ การที่เราไม่มีคู่ บางทีอาจไม่ใช่เพราะกรรมของเราอย่างเดียวก็ได้ อาจจะเป็นเพราะบุญที่เราทำมาทำให้คนไม่ดีที่จะมาเป็นคู่เรามองไม่เห็นเรา ไม่ต้องมาเป็นทุกข์ร่วมกัน

ลูกค้าคนที่สอง

ลูกค้าคนนี้เป็นลูกค้าต่างจังหวัดนัดไว้ทางโทรศัพท์ ตอนที่เธอโทรมานัด ฟังจากน้ำเสียงอมทุกข์มาก พอได้มาดูดวงของเธอเลยรู้ว่าทำไมน้ำเสียงถึงไม่มีความสุขเลย ดวงที่คำนวณออกมาได้ พูดไม่ค่อยถูกเหมือนกัน เพราะตอนนี้ดวงกำลังตกอย่างหนัก โดยเฉพาะเรื่องความรัก เพราะกรรมที่แรงที่สุดในดวงคือความรัก ต้องได้ผู้ชายที่ทำให้เธอทุกข์แสนสาหัสทุกเรื่องอย่างแน่นอน

ความจริงในดวงของเธอเป็นดวงโสด ดวงไม่มีคู่ต้องอยู่คนเดียว แต่ถ้าต้องแต่งงานจะได้แต่คู่กรรมคู่เวรอย่างแรง สมมติว่ามีผู้ชายมาชอบเธอห้าคน มีคนตี ๆ อยู่สี่คน

มีคนไม่ดีคนเดียว ตัวของเธอเองก็จะเลือกแต่คนไม่ดีให้ตัวเอง ไม่ดีในดวงก็ต้องเสียเงิน เสียตัว เสียใจ ผู้ชายมีแต่ได้กับได้อย่างเดียวแน่นอน

พอตกพีเขาไปอย่างนี้ เธอก็ร้องให้ออกมาพร้อมกับบอกว่า ตอนนี้อยู่กำลังใช้กรรมอยู่จริง ๆ ค่ะ ซึ่งชีวิตพีในครั้งแรกพีก็ไม่คิดจะแต่งงานเลย แต่ก็ได้มาเจอผู้ชายคนหนึ่งทำงานที่เดียวกัน เขาก็มาจีบทำดีกับพีสารพัด พีก็เลยใจอ่อนตัดสินใจแต่งงานกับเขา

เวลาผ่านไปได้ครึ่งปี เขาก็เริ่มเปลี่ยนจากเดิมไปเป็นคนละคน กลับบ้านดึก ๆ คงผู้หญิงออกหน้าออกตา แฉมยังเปลี่ยนผู้หญิงไปเรื่อย ๆ ใครเล่นด้วยก็เอา พีก็รับไม่ได้ อยากจะเลิกแต่ก็ยังเลิกไม่ได้ คุยกันก็มีแต่ทะเลาะกัน พุดจาหยาบคาย บางครั้งเผลอมาก็ตบตะ ล่ำสุดบังคับให้พีกู้เงินซื้อรถให้ ตอนนี้อยู่เพิ่งคลอดลูกมาเพิ่งจะสามเดือนเอง หลังจากทีคลอดลูก พีก็คิดว่าเขาจะกลับตัวได้ แต่กลับทำหนักกว่าเดิมอีก ไม่รับผิดชอบอะไรเลย เงินเดือนก็เหลือแค่สามพันต่อเดือน เพราะต้องจ่ายค่ารถให้เขา

พีไม่คิดจริง ๆ เลยว่าพอแต่งงาน เขาจะเปลี่ยนไปได้มากขนาดนี้ พีส่งสารลูกพีก็เลยเลิกไม่ได้ พีทิ้งเขาไม่ได้เลย

จิตใจของเธอไม่สามารถเลิกกับผู้ชายคนนี้ได้ในเวลานี้ เพราะกรรมยังไม่หมดเวลาให้ผล ทำให้เธอยังรักทั้งที่สามของเธอเลวอยู่ ตอนนั้นก็ได้แค่เตือนให้เธอป้องกันตัวเอง ให้ใช้ถุงยางอนามัยเพราะดวงสามีเธอมีดวงติดเชื้อเอดส์ได้ในเวลาอันใกล้นี้เหมือนกัน ก็ให้กำลังใจไปว่าอดทนอีกนิดหนึ่งนะคะ ไม่เกินสองปีน่าจะเบาลงได้ ทีเบาลงไม่ใช่สามีพีดีขึ้นนะ จะดีขึ้นเพราะใจของพีเข้มแข็งขึ้นมาก ๆ

กรรมที่เธอทำมาเป็นกรรมหนัก ดาวเคราะห์ในดวงวิงชนแต่ปัญหาครอบครัวทั้งหมด ตัวเธอเคยเป็นผู้ชายมาโดยตรง เสียงของเธอและร่างกายบางส่วนก็ยังมีโครงสร้างของผู้ชายอยู่ ซึ่งขณะที่เป็นผู้ชาย ก็ทำกับผู้หญิงไว้เหมือนผู้หญิงไม่มีหัวใจ ทำเหมือนกับที่สามีเธอทำแบบนี้เลย แต่ส่วนหนึ่งเธอก็เหมือนได้กลับตัวกลับใจมาเยอะ ทำให้ไม่ติดนิสัยเลวร้ายมาเท่าไร แต่ยังไม่ก็ต้องมาเกิดในร่างกายผู้หญิงที่ต้องมาก้มหน้าก้มตาใช้กรรมเรื่องนี้โดยตรง

ตอนที่ได้อุจจรวให้พี่สาวคนนี้ทำให้รู้สึกสงสารหลายคนที่กำลังทำกรรมกับผู้หญิงอยู่ พวกเขาไม่มีทางได้รู้เลยว่า จะได้รับความเจ็บปวดอะไรบ้างในอนาคต

ลูกค้าคนที่สาม

ผู้ชายคนหนึ่งเป็นลูกค้าที่อายุยังไม่มาก มีเพื่อนแนะนำมา รูปร่างหน้าตาดี การศึกษาดี ฐานะดี นิสัยใจคอดีมีธรรมะด้วย เรียกว่าครบสูตรได้เลย ดวงทุกเรื่องดีหมดเลย ไม่ตกงาน ไม่จน ที่บ้านดี เพื่อนดี เสียอยู่อย่างเดียวคือความรัก มักจะเจอผู้หญิงเอาแต่ใจตัวเอง ร้ายลึกๆ ชอบเอาชนะเห็นแก่ตัว ดังนั้น ดวงโสดจึงดีที่สุด แต่ก็เป็นไปได้ยากเพราะเขายังหนุ่มยังแน่นอยู่ ก็บอกเขาว่าตอนนี้ถ้าให้เลือกผู้หญิงก็จะเลือกแต่ผิดๆ ให้ตัวเอง คือดูไม่ออกแน่นอนว่าใครดีใครไม่ดี พอพูดกับเขาจบว่าจะเลือกแต่ไม่ดีให้ตัวเอง เขาก็รีบบอกว่าแฟนเก่าที่เลิกไปก็ร้ายมากนะครับ ยังไม่หมดอีกเหรอ ก็บอกเขาไปว่ายังกะ พูดกับเขาอีกว่า ถ้าจะให้เลิกคบคงไม่ได้สินะคะ เพราะใจลึกๆ รักเขาไปแล้ว เขาเป็นว่า ให้พากันไปทำกิจกรรมที่เป็นกุศลบ่อยๆ จากที่จะต้องร้ายๆ จะได้เป็นเบา และหลังจากนั้นเขาก็หายไปเลย

หลังจากนั้น เวลาผ่านไปเกือบปี เขาก็กลับมาดูดวงอีกรอบ คราวนี้มาหน้าตาเคร่งเครียดเหมือนแบกภูเขาในอกหนักอึ้งเลย ก็ถามว่าเป็นยังไงบ้าง สบายดีหรือเปล่า เขารีบบอกออกมาว่าไม่สบายเลยครับ ตอนนี้เป็นทุกข์มากเพราะว่ามีปัญหาเรื่องแฟนเหมือนที่คุณหมอบอกไว้เลยครับว่าอย่างผมเป็นโสดดีที่สุดสุด แฟนผมคนนี้ที่แรกคบกันก็ไม่ใช่ไรนะครับ แต่พอต้องมาอยู่ด้วยกัน เขาหึงหวงผมมาก ไม่ให้ไปไหนเลย ไม่ให้ไปแม้แต่จะปฏิบัติธรรม เวลาว่างก็ต้องมาอยู่กับเขาหมด ที่บ้านผมเองก็แทบจะไม่ได้ไปอยู่ด้วยเลย ต้องตามใจเขาตลอด ถ้าไม่ทำก็จะทะเลาะกันมาก ตอนนั้นผมทนไม่ไหวก็เลยบอกเลิกเขาไป เขาก็เสียใจกินยาฆ่าตัวตาย ต้องส่งล้างท้องแทบไม่ทัน พอคราวนี้ผมเลยไม่กล้าที่จะบอกเลิกเขาอีกเพราะกลัวเขาฆ่าตัวตายอีก ผมทรมานใจมากเลย ตอนแรกก็รู้สึกรักเขามากแต่พอเวลาผ่านไปเรื่อย ๆ ความรักมันเริ่มหมดลงแล้ว เหลือแค่ความอดทนทุก ๆ วัน ผมก็ยังไม่รู้จะทำยังไงเลย หลังจากเขาเล่าให้ฟังก็ได้แต่ให้กำลังใจ และให้รอแฟนหายก่อนค่อยเลิกตามใจเธอในเรื่องไม่เป็นเรื่อง ตอนท้ายเขาก็บอกว่าไม่น่าตัดสินใจผิดเลย ตอนนี้รู้สึกอยากอยู่คนเดียวมาก ๆ

เมื่ออาทิตย์ก่อนก็เจอพี่คนหนึ่งแต่งงานแล้ว เป็นคนที่ชอบปฏิบัติธรรม แต่ทุกข์ใจเพราะแฟนไม่ชอบให้ไปวัด ไม่ชอบให้ใส่บาตรบ่อย ๆ ไม่ชอบให้สวดมนต์ เวลาทำอะไรแต่ละอย่างก็แอบทำ หลบซ่อนเกือบทุกเรื่อง เวลาจะไปวัดก็ต้องแอบไป แต่จะนาน ๆ ครั้งเพราะถ้ารู้จะทะเลาะกัน

จากเหตุการณ์ตัวอย่างของลูกค้าหลายคนก็เห็นก็ทำให้รู้สึกว่ หลาย ๆ คนที่ไม่มีดวงมีคู่ถือว่าโชคดีมากกว่าโชคร้ายที่ไม่ต้องไปใช้กรรมที่แรง ๆ อย่าให้ความกลัวในสิ่งที่ยังไม่เกิดในอนาคตมาเป็นตัวแปรในการตัดสินใจที่จะต้องแต่งงาน เพราะไม่อย่างนั้นจะเสียใจหนักเป็นสองเท่า ถ้าใครจะแต่งงานก็ควรจะยอมรับได้ว่า เราจะเลือกข้อดีของเขาอย่างเดียวไม่ได้ เราต้องยอมรับสิ่งไม่ดีที่จะเกิดขึ้นได้ด้วย

ตัวแปรที่ทำให้ตัดสินใจผิดพลาดได้ง่าย เช่น สงสารพ่อกับแม่เพราะท่านทุกข์ใจ เรามีวิธีที่ทำให้ท่านมีความสุขอีกหลายด้านและค่อย ๆ ทำให้ท่านยอมรับว่าไม่มีคู่เราก็ดูแลตัวเองได้ หรือตัดสินใจแต่งงานเพราะกลัวไม่มีคนดูแล เพราะเราไม่สามารถรู้ได้ว่าใครจะเป็นอะไรก่อนใครกันแน่ หรือแต่งเพราะเห็นเพื่อนมีเลยอยากจะทำบ้าง เมื่อเข้าใจตัวแปรดังกล่าว ก็อาจจะทำให้เราไม่เลือกคนที่เข้ามา

การที่เราต้องอยู่คนเดียวอาจจะไม่ใช่กรรมเก่าเป็นเหตุให้ไม่มีใคร แต่เราอาจจะโชคดีที่เรายังมีบุญช่วย จากที่จะเจอแต่คู่ที่เลว ๆ อาจจะเขียนกระเด็นให้ไม่สามารถเข้ามาถึงตัวเรา มาทำให้เราเดือดร้อนต่อไปในอนาคตก็ได้ เหยียบุญบาปมีตั้งสองด้านคือหวั่นกับก้อย บางครั้งเรื่องที่คุณคิดว่ามันคือความโชคร้ายในชีวิตของคุณ แต่ความเป็นจริงมันอาจไม่ได้เป็นอย่างที่คุณคิดก็ได้ อย่าใช้แต่ตาเปล่าตัดสินอะไรมาขนาดนั้นเลยคะ ลองคิดแต่ละอย่างให้กลับกันเป็นสองด้านดูบ้าง อาจจะทำให้เรามีความสุขในชีวิตมากขึ้นได้ เพราะ “ สิ่งที่คุณเห็นอาจไม่เป็นอย่างที่คิด ” ก็ได้คะ

สารบัญ ←

ราชวงศ์จักรี...ศรีรัตนโกสินทร์

โดย ศิราภรณ์ อภิรัฐ

๑ ดุจดวงแก้วแห่งองค์อมรินทร์ คือ “รัตนโกสินทร์” ถิ่นอำไพ	นามแดนดินแดนนี้ที่อาศัย แสนสุขได้พระบรมโพธิสมภาร
แผ่นดินไทยแผ่นดินธรรมแผ่นดินทอง บรรพชนสร้างเมืองเฟื่องตระการ	งามเก็จก่อเลิศล้ำมหาศาล สืบทอดผ่านวันคืนพันจนบัดนี้
ด้วยบูรพมหากษัตริยาธิราช ทุกพระองค์ทรงธรรมล้ำรู้	องค์วิชาดีขวัญพระทรงศรี วงศ์จักรีสุดสง่าคู่ฟ้าไทย
ธ ทรงนำประเทศผ่านกาลวิกฤต ทรงเป็นศูนย์รวมแห่งทุกดวงใจ	รังสฤษฎ์ความก้าวหน้านานาให้ เปรียบประดุจหลักชัยนิรันดร์
หกเมษาประชาไทยใจรักดี น้อมมนัสบ่เบี่ยงบาทจอมภูวดล	“วันจักรี”บรรจบครบอีกหน ระลึกถึงพระมหากษัตริย์คุณ

กลับบ้าน

โดย ศิราภรณ์ อภิรัฐ

- ๑ “แม่กับพ่อรอหนูอยู่ที่บ้าน.....ช่วงสงกรานต์หยุดหลายวันจะกลับไหม?
ทั้งสองคนยาดตาเหวว่าใจ.....อยากจะได้รับขวัญลูกผูกสัมพันธ์”
- อ่านข้อความข้างต้นสับสนนัก.....ช่วงหยุดพักยาวเช่นนี้ของฉัน
อยากนัดแนะมวลมิตรสนทนกัน.....เที่ยวสังสรรค์สรวลเสเฮฮาใจ
- แต่แม่พ่อคงรอท่ามองหาอยู่.....ว่า”ยายหนู”ตอนนี้มีอยู่ที่ไหน
ลูกคนอื่นเขากลับบ้านกันทั่วไป.....ลูกเราไซ้รัมิเห็นหน้าแสนอาวรณ

มีเพียงบ้านเจียบเหงาเศร้าสนิท.....วันสงกรานต์แต่จิตต้องทุกข์ซ่อน
คนแก่สองคนเฝ้าใจร้าวรอน.....รอลูกจรถลับบ้านเราเนาถิ่นพลัน

ฉันคิดแล้วน้ำตาไหลใจสะท้าน.....หลงเห็นการเที่ยวสนุกกว่าสุขสันต์
เกือบลืมไปที่แท้จริงสิ่งสำคัญ.....กว่าใดนั่นคือแม่พ่อก่อชีพมา

ท่านได้เคยเห่กล่อมถนอมรัก เฝ้าพุ่มฟักแต่ต้นจนเติบโตกล้า
มอบความรู้คู่คุณธรรมสรรพวิชา มิหวังว่าลูกต้องมอบตอบแทนใด

สงกรานต์นี้ขอน้อมกราบแทบเท้า ของแม่พ่อเหนือเกล้าพิสิฐไส
กตัญญูทศเวทิตนล้นดวงใจ “วันปีใหม่” จะกลับบ้านขึ้นบานเอย

“รวย” ที่แท้จริง

โดย ทรงประเด็น

๑ คำว่า“รวย”ถ้าสะกดไม่ลึกซึ้ง จะไม่ถึงสัจธรรมคำพระสอน
ทะยานอยากกลับสนปนนิวรรณ์ ให้อาทรฟุ้งซ่านพลุ่งพล่านใจ

หากสติทวนเนื่องเรื่องความคิด จะนำจิตเบิกบานตระการไส
“สันโดษเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง” สิ่งภายใน เพราะอะไรไม่ฟุ้งเฟ้อหรือเพ้อร่อ

ดำเนินชีพพระธรรมขึ้นน้ำซัด ไม่“รวยลัด” “รวยกู้” หรือ“รวยขอ”
สะกด “รวย” ด้วย “พ.พาน สระอ” กลายเป็น “พอ” คือรวยแท้ที่แน่วจริง

รู้หาทรัพย์พร้อมพริกภูมิรักษา “ความพอ” พาทรัพย์เกิดประเสริฐยิ่ง
ความพุ่มเฟือยเฉไฉไม่แอบอิง จึงเป็นมิ่งมงคลลดความรวย

ทรัพย์ภายนอกหล่อเลี้ยงชีพสดไส ทรัพย์ภายในประสิทธิ์จิตสดสวย
ทรัพย์ทั้งสองพระธรรมซื่ออานวย “ความพอ” ช่วยสุขสันทุกคนเอย

สารบัญ ↩

“หลักแก้กรรมก็คล้ายหลักชักผ่านั้นแหละ
ทำผ้าดำที่ตรงไหน ก็ไปทำให้มันขาวที่ตรงนั้น
ไม่ใช่ไปทำตรงอื่น
เหมือนที่เราผิดพลาดตรงไหน ก็แก้ให้ถูกที่ตรงนั้น
ไม่ใช่แก้เกี่ยวกับการอ้างความดีตรงอื่น”

พื้ดั่งตฤณสอนน้อง
แบ่งปันโดย อนุตตริยะ

Where there is love, there is pain.

ที่ได้มีรัก ที่นั่นมีทุกข์

จาก สุภาชิตสเปน
สรรรหามาฝาก โดย ศิราภรณ์ อภิรัฐ

Today is the first day of the rest of your life.

วันนี้คือวันแรกของชีวิตที่เหลืออยู่

โดย Lester Burnham
จากภาพยนตร์เรื่อง American Beauty
สรรรหามาฝาก โดย สิทธินันท์

*"Science without religion is lame,
religion without science is blind."*

ศาสตร์ที่ไร้ศาสนา คือความเพิกเลพิการ
ศาสนาที่ไร้ศาสตร์ คือความมืดมนอนธการ

โดย อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์
สรรหามาฝาก โดย ศิราภรณ์ อภิรัฐ

You live with your thoughts -- so be careful what they are.

จงระวังความคิดของคุณ เพราะคุณต้องใช้ชีวิตอยู่กับมันตลอดเวลา

โดย Eva Arrington
สรรหามาฝาก โดย สิทธิพันธ์

สารบัญ ←



“จุดเปลี่ยนชะตา”

โดย “Frozen Thoughts”
แปลโดย คำกลาง, ~*aom*~

ถ้า Malcolm Gladwell ยังมีทฤษฎี “จุดเปลี่ยนมุมมอง” หรือ The Tipping Point ได้ ผมก็ขอมี “จุดเปลี่ยนชะตา” หรือ Turning Point บ้างสิ

จุดเปลี่ยนชะตา...ใครจะรู้ว่ามันอาจจะพาคุณไปทางซ้ายที่ ขวาก็ ขึ้นๆ ลงๆ ดี หรือชั่ว ใครล่ะจะไปรู้ ทุกคนต้องมีจุดเปลี่ยนผ่นอย่างน้อยก็ครั้งหนึ่งในชีวิต... ต่างกันเพียงว่า เกิดขึ้นเมื่อไหร่ ที่ไหน และในเหตุการณ์อะไร

ผมมีเพื่อนคนหนึ่ง เมื่อ 15 ปีที่แล้ว เขาเป็นหัวโจกอันธพาลประจำโรงเรียน ก่อวีรกรรมตั้งแต่เด็ก ชอบรังแกคนอื่น ไปจนถึงขั้นกินเหล้า เสพยาในโรงเรียน... ปัจจุบัน เขากลายมาเป็นนายทหารผู้มีระเบียบวินัย ทำงานเพื่อชาติ... จุดเปลี่ยนชะตา คือ การเสียชีวิตของคุณแม่ของเขา

เพื่อนสนิทอีกคนหนึ่งที่ผมรู้จักมากกว่า 20 ปี... เมื่อ 7 ปีก่อน เขาเป็นหนุ่มนิสัยดี มีรักเดียวใจเดียวเตรียมพร้อมที่จะมอบให้แต่สาวคนรักผู้โชคดี... ใครๆ เห็นก็บอกว่า ต้องเป็นพ่อบ้านครอบครัวตัวอย่างแน่นอน... ปัจจุบัน เขาคือเพลย์บอย ใช้ชีวิตไร้กรอบ ความรักเป็นแค่เกมกาม เห็นผู้หญิงเป็นแค่ของเล่นสนองตัณหาความอยาก... จุดเปลี่ยนชะตา คือ การเลิกกับแฟนคนแรก

เพื่อนของเพื่อนอีกที... ตอนเรียนมหาวิทยาลัย เป็นคนธรรมดาธรรมดา... ถ้าสวรรค์มีจริง เจ้าเพื่อนผมคนนี้น่าจะได้นั่งแถวหน้า... ปัจจุบัน เขาเป็นลูกค้าขาประจำอาบอบนวด ย่านรัชดา ใช้เวลาส่วนใหญ่ยามค่ำคืน อยู่กับนางงามตุ้กระจก... จุดเปลี่ยนชะตา คือ ความล้มเหลวในชีวิตการงาน

เพื่อนของเพื่อนอีกคน... เดิมเป็นชายที่รักครอบครัวคนหนึ่ง... ตอนนั้นเธอ... ตรงข้ามกับเพื่อนคนเมื่อกี้โดยสิ้นเชิง ชีวิตของเขาสว่างไสว ยึดมั่นในอุดมคติและศรัทธา... เพื่อนผมคนนี้จะไปแย่งที่นั่งบนสวรรค์ของเจ้าเพื่อนคนก่อนซะแล้ว... จุดเปลี่ยนชะตา คือ แฟนสาวแอบมีกิ๊ก

อีกคน...เมื่อ 13 ปีก่อน... เป็นเด็กน่ารัก ฉลาด สดใส ร่าเริง... ทุกวันนี้ เขากลายเป็นคนหลักหนึ่และต่อต้านสังคม จิตใจเต็มไปด้วยความเกลียดชัง เฉยเมย และเย็นชา... จุดเปลี่ยนชะตา คือ ชีวิตวัยรุ่นที่มีปัญหา

หรืออีกคนหนึ่ง...จากเพื่อนผู้มีแต่ความเมตตาและจริงใจ กลายมาเป็นนักธุรกิจกระหายเงิน ที่มุ่งแสวงหาผลประโยชน์กำไรใส่ตัวทุกวิถีทาง... โดยไม่คำนึงถึงหลักศีลธรรม... รายนี้ก็เช่นกัน จุดเปลี่ยนชะตา คือ การเสียชีวิตของแม่... เหตุผลของเขานะเหรอ? เขาเชื่อว่า ถ้าเขามีเงินมากกว่านั้น ก็คงช่วยชีวิตแม่ไว้ได้

และคนสุดท้ายที่ไม่น้อยไปกว่าใคร เป็นเพื่อนนักธุรกิจบุคลิกหน้าตาดี การงานเด่น โปรไฟล์เลิศ...สาว ๆ ต่างพากันวิ่งเข้ามารายล้อม...แต่สุดท้ายพวกเธอก็ต้องเข้าใจ...ผู้หญิงเป็นแค่เกมล่าสนองตัณหาสำหรับเขา...แม้กระทั่ง หลังแต่งงานแล้ว เขาก็ยังออกไปไล่ล่าเกมกามได้ทุกคืน...เขาคือสัตว์ร้ายที่พร้อมขย้ำเหยื่อสาวตามไนท์คลับ... ปัจจุบันนี้ เขาใช้ชีวิตเร่ร่อนง่าย รักษาศีลห้า และต้องการเพียงแค่ความสงบในชีวิต... หยุดเล่นเกมควงผู้หญิง... จุดเปลี่ยนชะตา คือ การหย่าร้าง

จุดเปลี่ยนชะตาชีวิต หรือจะเรียกว่า เหตุพลิกผัน...พาให้เกิดความสำนึกได้ว่า คนเราต้องพบเวลาช่วงหนึ่งของชีวิตที่ต้องตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะเป็นคนดีหรือคนเลว...

จุดเปลี่ยนชะตาที่เหมือนกันของคนสองคน กลับเปลี่ยนชีวิตทั้งคู่ไปในทางที่ต่างกัน...การเสียชีวิตของแม่ ทำให้ชายคนหนึ่งกลายเป็นทหารที่มีวินัย รับผิดชอบต่อชาติ แต่ทำให้อีกคนหนึ่งกลายเป็นคนบ้ากระหายเงิน... ความสัมพันธ์ที่บาดหมางเปลี่ยนชายคนหนึ่งให้กลายเป็นคนรักครอบครัว แต่เปลี่ยนอีกคนให้กลายเป็นเสือผู้หญิง... อะไรคือสิ่งที่มาดลใจให้แต่ละคนเลือกไปตามทางของพวกเขา นั้น อยู่เหนือจินตนาการ

ของผม...แต่สิ่งหนึ่งที่ผมรู้...นักบุญหรือคนบาปคือทางที่เลือกได้ ไม่ได้เกิดเองตาม
ยถากรรม...

เมื่อไรก็ตามที่คุณประสบกับจุดเปลี่ยนชะตาชีวิต คุณจะเลือกเดินไปบนทางที่
มีดมน และทิ้งขว้างชีวิตเพียงเพื่อให้ได้แก่แค้นอย่างสะใจ...หรือคุณจะเลือกไปให้ถึง
การค้นพบความจริง และเดินสู่ทางที่ยากและสูงส่งยิ่งกว่า? คุณจะทำได้ไหม ที่จะ
อดทนต่อแรงยั่วยุของความอยากแก้แค้นต่อโลกอยุธยาธรรม ซึ่งอาจทำให้คุณสะใจใน
ช่วงเวลาสั้นๆ แต่ในขณะที่เดียวกันจะดึงคุณให้ต่ำลงเรื่อยๆ แต่ไม่ว่าจะเลือกเดินไป
ทางใด ก็มีน้อยคนนักที่จะรู้ว่า ไม่ว่าอย่างไรก็ไม่มีใครหนีพ้นกฎแห่งกรรมและความ
ไม่แน่นอนของชีวิตไปได้

เมื่อประสบกับจุดเปลี่ยนชะตา คุณจะเดินไปทางไหน? นักบุญหรือคนบาป...เลือก
เองได้...ไม่ได้ถูกกำหนดโดยใครที่ไหน (Saint or sinner is by choice, not by
nature)

(ข่าวล่าสุด - ชายที่หย่ากับภรรยา...ผมทราบมาว่าเขากำลังเริ่มต้นความรัก
ใหม่กับผู้หญิงคนหนึ่ง...มาลุ้นกันว่าเค้าจะเปลี่ยนชีวิตไปรอดมั๊ย? โดยส่วนตัวผมเชื่อ
ว่ารอดนะ... ทำไมนะเธอ...ไม่รู้เหมือนกัน แต่บางครั้งผมรู้สึกได้...ซึ่งมันก็มักจะ
ตรงชะด้วย)

“Turning point...”

by Frozen Thought

Turning point... If Gladwell has his “Tipping point,” I shall have my “Turning point.”

Turning point... It either brings you to the left or to the right, up or down, good or evil. Everyone has at least one turning point in life. It's just a matter of when... where... and what the situation is...

A friend of mine... Fifteen years ago, he was one big school mafia. He did everything from beating people up to taking drugs... These days, he's a disciplined officer of the royal Thai army... The turning point: The pass away of his mother...

A really closed friend, whom I've known for over 20 years... Seven years ago, he was a fine young man whose love was dedicated to one lucky woman... He was known as a perfect family man of the future... These days, he's a playboy with lavish lifestyle whose love is a mere seduction game... Girls are just his toys... The turning point: The breakup of his first girlfriend...

A friend of a friend... While he was in college, he was a very religious and respectful person... God surely had reserved a seat for him in heaven... These days, he's a regular customer of exotic massage places... spending most of his evenings in front of glass showcases... with show girls inside... The turning point: Career failure...

Or another friend of a friend... He was another dedicated family man... These days, unlike the previous friend, he's become enlightened, and maintains his belief and dedication... God took the seat in heaven from the previous guy and gave it to this guy instead... The turning point: His girlfriend's cheating...

Another one... Thirteen years ago... He was a nice cheerful friend, who was always full of energy and intelligence... These days, he's a reclusive anti-social person, who's full of hatred and ignorance... The turning point: Childhood failure...

And another one... From a sincere compassionate friend, he has turned into a vicious businessman, who would take advantage of any opportunities regardless... Morality is out the window... The turning point: Once again, the death of his mother... His reason? He believes that if he had a little more money, he could have saved his mother...

And last but not least, a good-looking successful businessman friend... who attracted girls... only to lead them to their sufferings... Women were merely a part of sex hunting game... Even after he's married, he's out on a hunt almost every night... He was a wild beast who's ready to charm young ladies at night clubs... These days, he's a quiet modest man who only wants peace in life... No more dating game... The turning point: The divorce...

Turning point, or should I call the disruptive incident, brings about the realization and a point in life where one gets to decide... One can either be good or evil... And which way to turn... either direction, little did they know that it's just temporary...

Two same turning points turned 2 persons differently... A mother's death turned one into a disciplined patriot and the other into a money hungry maniac... A sour relationship turned one into a family man and the other into a Casanova... What inspired who to go which way is beyond my imagination... But what I do know is... saint or sinner... it's by choice... not by nature...

When there is a turning point, will you turn to the dark side and throw your sarcastic life away simply to get back at the world... or will you reach the realization and try to take a higher and harder path? Can you resist the temptation of taking a revenge on this unfair world, thus reducing yourself to below the ground level, for a temporary satisfaction?

When there is a turning point, which way will you turn? Saint or sinner... It's by choice, not by nature...

(UPDATE: The guy who got divorced... I heard that he's now in a new relationship with his new attitude... Will this change ever last? I believe so... Why? Sometimes, I just sense it... And most of the time... it's usually right...)

สารบัญ ↩

เส้นทาง (รัก) ที่เลือกได้

โดย สิริสา

ตอนที่ 1

ฉันเคยมี “คนรู้ใจ” ที่คบหากันมานาน เพื่อน ๆ และคนรอบข้างของฉันต่างพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า หากเราสองคนได้ใช้ชีวิตร่วมกัน ชีวิตคู่คงมีความสุขมาก เพราะเราสองคน เข้าใจกัน มีอัธยาศัยใกล้เคียงกัน ชอบอะไรคล้าย ๆ กัน เรามีความเอาใจใส่ในกันและกันเสมอ ที่สำคัญเราสองคนต่างปรับตัวเข้าหากันอยู่ตลอดเวลา เราจึงไม่เคยขัดเคืองหรือทะเลาะเบาะแว้งกันเลย ซึ่งฉันเองก็คิดเช่นนั้นเหมือนกัน (แม้ในใจลึก ๆ ฉันจะไม่เคยรู้สึกว่าคุณรักเขาเลยก็ตาม)

อุปสรรคสำคัญที่ทำให้ฉันและเขา ต้องเดินกันคนละเส้นทาง คือ เรื่องของ “ศาสนา” นั่นเอง เขาและฉันนับถือคนละศาสนา ไม่ใช่เพราะฉันไม่รู้ ฉันรู้เพราะเขาบอกฉันแต่แรกแล้ว แต่สิ่งที่ฉันไม่รู้ ก็คือ ฉันไม่เคยมีความรู้อย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับเรื่องของศาสนาใด ๆ เลย แม้แต่ศาสนาพุทธอันเป็นศาสนาที่ระบุในทะเบียนบ้านของฉันก็ตาม

ตอนนั้นฉันคงยังเด็ก ฉันจึงคิดเหมือนกับคนส่วนใหญ่ ที่ไม่เคยศึกษาในเรื่องของศาสนาอย่างจริงจังมาก่อนว่า ทุกศาสนาสอนให้ทุกคนเป็นคนดีเหมือนกันหมด เรื่องของศาสนาเป็นเรื่องเฉพาะตนเท่านั้น ต่างคนต่างนับถือ ไม่ใช่เรื่องสำคัญ หากเรา สองคนปรับตัวเข้าหากันได้ อัธยาศัยตรงกัน มีความเข้าใจกัน อยู่ด้วยกันแล้วมีความสุขก็น่าจะเพียงพอแล้วสำหรับชีวิตคู่ และอีกอย่างหนึ่ง เขาเข้าใจในบัพผุญติของศาสนาของเขาดี แต่เขายังเลือกที่จะคบหาฉันอยู่ เวลาที่ฉันไปวัด เพื่อไหว้พระ ทำบุญ เขาไม่เคยต่อว่า หรือห้ามปรามฉันเลย ฉันจึงคิดว่าเรื่องของศาสนาคงไม่ใช่อุปสรรคในเรื่องรักของฉันแต่อย่างใด

เมื่อเราคบหากันนานพอที่เขาคงเห็นว่า ฉันไม่มีทางที่จะมีใครได้อีกแล้ว เขาเริ่มโน้มน้าวจิตใจของฉันให้เรียนรู้ในศาสนาของเขา เขาเล่าถึงประวัติความเป็นมาของพระศาสดา คำสอนของพระเจ้าของเขา บทบัญญัติ ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ซึ่งมีที่มา ที่ไป มีเหตุผลในการกระทำเช่นนั้นทั้งสิ้น ฉันได้แต่ทำตาปริบ ๆ นึกย้อนกลับมาดูที่ตัวฉันเอง ฉันบอกอะไรเขาได้บ้างเกี่ยวกับประวัติของพระพุทธเจ้า คำสอนของพระพุทธองค์ ตอนนั้นฉันไม่มีความรู้อะไรเกี่ยวกับศาสนาพุทธเลยแม้แต่แต่น้อยนิดเดียว เขาพูดถึงพระพุทธรูปที่ฉันกราบไหว้ว่าเป็นแค่เพียง อิฐ หิน ปูนทราย ไม้ หรือวัสดุต่าง ๆ ที่สร้างขึ้นมาจากนั้น ไม้ได้มีตัวตนจริง ๆ แต่อย่างไร มีแต่เรื่องอิทธิฤทธิ์ ปาฏิหาริย์ ซึ่งเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ฉันจะมัวกราบไหว้อยู่ทำไม

นั่นสิ...ถ้าจะว่าไป มันก็น่าจะเป็นอย่างที่เขาพูดจริง ๆ แต่ทำไมฉันจึงไม่ได้รู้สึกอย่างที่เขาพูดเลยแม้แต่นิดเดียว ถึงแม้ฉันจะไม่รู้จักพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง หรือลึกซึ้งเพียงใด แต่ทุกครั้งที่ฉันกราบไหว้พระพุทธรูป ฉันรู้สึกถึงความปลื้มปิติอยู่ในใจลึก ๆ ฉันกราบไหว้อิฐ หิน ปูนทราย หรือ ไม้ที่แกะเป็นพระพุทธรูปเหล่านั้นได้อย่างสนิทใจทุกครั้ง ฉันคิดค่าน้ำคำพูดของเขาอยู่ในใจ

แต่ฉันไม่ได้โต้แย้งอะไร เขาจึงคิดว่าฉันคล้อยตามในสิ่งที่เขาพูด เขาจึงค่อย ๆ นำบทบัญญัติ และข้อปฏิบัติต่าง ๆ ที่ผู้หญิงควรรู้ มาบอกเล่าให้ฉันฟังเรื่อย ๆ ซึ่งทุกครั้งฉันจะนั่งฟังอย่างสงบ แต่พอสบโอกาสฉันจะเปลี่ยนเรื่องคุยแบบเนียน ๆ ไม่ให้เขารู้สึกเวลาผ่านไปอีกพอสมควร อยู่มาวันหนึ่งเขาจึงถามฉันว่า ฉันพร้อมแล้วหรือยัง คุณแม่ของเขายากมีหลาน ให้พาฉันไปเรียนหนังสือ เรียนรู้คัมภีร์ และบทบัญญัติต่าง ๆ เพราะฉันต้องกล่าวคำยอมรับเพื่อเข้านับถือศาสนาของเขา คุณแม่ของเขายกจะจัดงานให้อย่างยิ่งใหญ่ เพราะเขาเป็นลูกชายคนเดียวของครอบครัว (เขามีน้องสาวหนึ่งคน แต่งงานแล้วกับคนที่นับถือศาสนาเดียวกัน)

ฉันแปลกใจตัวเองอยู่เหมือนกันที่ตอนนั้นฉันตอบเขาไปว่า หากฉันจะต้องเปลี่ยนศาสนาเพียงเพื่อต้องการมีชีวิตคู่ละก็ มันไม่มีเหตุผลเพียงพอ ฉันนับถือศาสนาพุทธมาตั้งแต่ลืมตาดูโลก ฉันยังไม่รู้จักพระพุทธเจ้า และศาสนาพุทธของฉันดีพอเลยแม้แต่แต่นิดเดียว จะให้ฉันศรัทธา ไปเรียนรู้ และนับถือพระศาสดาองค์อื่นได้อย่างไร ให้เขาหาคนที่นับถือศาสนาเดียวกันดีกว่า ฉันยินดี

เมื่อฉันตอบไปแบบนี้เขาก็นิ่งเงียบไป และหลังจากนั้นเราไม่เคยพูดถึงเรื่องนี้อีกเลย แต่ความสัมพันธ์ของเรายังคงเดิม แถมดูเขาจะรัก และเอาใจใส่ฉันมากขึ้นกว่าเดิมด้วยซ้ำ เพราะระยะหลังเราอยู่ห่างกันมากขึ้น เขาต้องไปทำงานที่ต่างจังหวัดหลายเดือนเราจึงจะได้พบกันครั้งหนึ่ง แต่เขายังคงติดต่อหาฉันเป็นประจำสม่ำเสมอไม่ได้ขาด

ช่วงที่เขาอยู่ต่างจังหวัด เวลาเย็นหลังเลิกงาน และวันหยุดเสาร์ – อาทิตย์ ฉันจึงมีเวลาว่างมากขึ้น ฉันใช้เวลาว่างช่วงนั้น ไปเรียนจัดดอกไม้ เรียนทำอาหารว่าง ซึ่งสอนโดยกรมพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย โดยใช้สถานที่ของวัดแห่งหนึ่งใกล้บ้านฉันเป็นที่เรียน ซึ่งที่วัดแห่งนั้นมีการเรียนการสอน เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา (หลักสูตรธรรมศึกษาสำหรับฆราวาส และหลักสูตรนักธรรมสำหรับพระภิกษุสงฆ์) และการทำสมาธิภาวนา นั่นจึงเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้ฉันได้เรียนรู้เรื่องพระพุทธศาสนา และการทำสมาธิภาวนา บางครั้งที่เขากลับมา เขายังเคยไปร่วมนั่งสมาธิภาวนากับพระอาจารย์ของฉันด้วยซ้ำ เพียงแต่เขาไม่กราบไหว้พระเท่านั้นเอง

พบกันครั้งใด ฉันจะคอยบอกเขาอยู่เสมอ ๆ ว่าหากแม่ของเขาหาคนที่เหมาะสม และคู่ควรให้เขาได้ ขอให้ตกลงตัดสินใจได้เลย ขอให้บอกฉันตามตรง ฉันยินดีและเต็มใจ เพราะฉันพิจารณาดูแล้วว่า ถึงอย่างไร ฉันคงไม่มีวันเปลี่ยนใจ เปลี่ยนศาสนาอย่างแน่นอน ยิ่งตอนนั้นฉันเริ่มมีความรู้ ความศรัทธา และเริ่มซาบซึ้งกับพระพุทธศาสนามากขึ้น ๆ แล้วด้วย

การจะคบกันเช่นนี้ไม่มีประโยชน์อันใดเลย รังแต่จะทำให้เราผูกพันกันมากขึ้นเรื่อย ๆ ที่สำคัญฉันรู้สึกขึ้นมาลึก ๆ ในใจ ว่าฉันไม่เคยคิดถึงการมีชีวิตครอบครัวกับใครมาก่อนเลย แต่จะทำอย่างไรละ ทั้งฉันและเขา เราไม่เคยมีเรื่องบาดหมางใจใดๆ ต่อกัน เขายังคงดีต่อฉันเสมอต้น เสมอปลาย แล้วฉันจะหาเหตุผลใด เพื่อเราจะได้เลิกเราต่อกันด้วยดี ฉันได้แต่ภาวนาขอให้แม่ของเขา หากคนที่เหมาะสมให้เขาได้ในเร็ววัน แต่เมื่อฉันถามเขาครั้งใด เขาจะเงียบไปบ้าง เปลี่ยนเรื่องคุยบ้าง ฉันจึงเลิกถามไปในที่สุด

เราสองคนปล่อยให้เวลาผ่านไป สถานภาพของการคบหากันแบบเดิมอีกเป็นปี จนกระทั่งวันหนึ่ง คำว่า “ความลับไม่มีในโลก” ก็เป็นจริงสำหรับฉัน มีเหตุบังเอิญ (ซึ่งไม่น่าจะมีเหตุการณ์แบบนั้นเกิดขึ้นได้เลยด้วยซ้ำ) คงเพราะถึงเวลาที่ฉันจะได้เป็นอิสระ จากความรักความผูกพันที่ฉันกับเขามีกันเสียที (แต่ทำไม การจากกันของเรา จึงไม่เป็นการจากกันด้วยดีอย่างที่ฉันเคยวาดภาพไว้)

จู่ๆ ก็มีเหตุให้ฉันได้รับรู้ว่า เขาได้(แอบ)แต่งงานกับคนที่แม่ของเขาหาให้ เมื่อสามปีที่แล้ว ด้วยเหตุผลเพื่อแม่ของเขา วินาทีแรกที่ฉันรับรู้ ฉันเกิดอาการมึนงงเหมือนถูกค้อนทุบหัว ฉันสับสน หูอื้อไปหมด ใจฉันไม่ยอมรับ ฉันย้ำกับตัวเองซ้ำแล้วซ้ำอีก สามปี เป็นไปได้อย่างไรงัน “เป็นไปได้ไม่ได้ๆๆๆ ฉันไม่เชื่อ” ก็ตลอดระยะเวลาที่คบกันมา เขาไม่เคยทำให้ฉันเสียใจ เจ็บปวด หรือเสียน้ำตาเลยแม้แต่ครั้งเดียว เขาจะทำการเลวร้ายที่สุด (ในความรู้สึกของฉัน) อย่างนี้ได้อย่างไร หลังจากที่ฉันรู้ความจริงนี้แล้ว เขาหลบหายหน้าไป ไม่กล้าสู้ความจริง ไม่ติดต่อกับฉัน เขาปล่อยให้ฉันจมอยู่กับความคิด หาเหตุผลอยู่คนเดียวด้วยความสับสน เศร้า เสียใจ ตอนนั้นฉันมีแต่น้ำตาเท่านั้นที่เป็นเพื่อนฉัน

ตอนที่ 2

ทำไมเขาถึงสามารถปิดบังเรื่องราวของเขาได้ถึง 3 ปี ฉันไปมัวอยู่ที่ไหนมา ถึงได้หูหนวก ตาบอด ไม่ได้รู้ระแคะระคายใดๆ เลย ฉันคิดทบทวนอยู่นานจึงค่อยๆ นึกออก มีอยู่ช่วงหนึ่งทำงานของฉันยุ่งมาก ๆ ช่วงนั้นธุรกิจหลายอย่างของบริษัทฯ ที่ฉันทำงานอยู่เฟื่องมาก เราจึงมักติดต่อพูดคุยกันทางโทรศัพท์ซะเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งเขามักเป็นฝ่ายโทรศัพท์หาฉันอย่างสม่ำเสมอ และในเวลาต่อมาเขาก็ต้องไปทำงานอยู่ต่างจังหวัด ทุกอย่างจึงลงตัวไปหมด ที่สำคัญฉันเชื่อ และไว้วางใจเขาเสมอๆ ฉันเชื่อว่าคนอย่างเขา ไม่สามารถทำร้ายจิตใจฉันได้อย่างแน่นอน

ช่วงนั้น ชีวิตฉันเหมือนคนมีสองโลก โลกใบหนึ่ง คือ โลกของที่บ้าน และที่ทำงาน ฉันยังคงดำเนินชีวิตของฉันตามปกติ คนรอบข้างของฉัน ไม่มีใครรู้เรื่องที่เกิดขึ้นกับฉันในตอนนั้นเลยแม้แต่คนเดียว เพราะฉันยังคงยิ้มแย้ม แจ่มใส เคยช่างพูด ช่าง

คุยอย่างไร ก็ยังคงเป็นอย่างนั้น ไม่มีใครเคยเห็นอาการเศร้าสร้อย เสียใจ หรือ จมอยู่กับความทุกข์ ความโศกของฉันเลย

โลกอีกใบหนึ่ง คือ ยามที่ฉันต้องอยู่คนเดียว ฉันมักปล่อยให้ตัวเองจมอยู่กับคำถามที่ว่า “ทำไม ทำไม ทำไม” มันเป็นคำถามที่ฉันหาคำตอบให้กับตัวเองไม่ได้ ฉันรู้สึกถึงใจที่ร้อนรุ่ม กระวนกระวาย เคียดแค้น ชิงชัง ในใจคอยคิดหาวิธี ฉันจะทำอย่างไร ให้เขาได้รู้สึกถึงความเจ็บปวดอย่างฉันบ้าง (ตอนนั้นหากฉันปฏิบัติธรรมในแนว “ดุจิต” เป็นละก็ ฉันคงเห็นแต่กิเลสที่ผลัดกันดาหน้า ถ้าโถมเข้าสู่อใจฉันโดยตรงอย่างแน่นอน และฉันคงไม่เป็น “ทุกข์” อย่างที่เป็นอยู่ตอนนั้น)

ช่วงนั้นฉันยังคงไปวัดอยู่เกือบทุกวัน ทุกครั้งที่ฉันสวดมนต์ ทำสมาธิภาวนา จิตใจฉันไม่ได้เกี่ยวกับการสวดมนต์ภาวนาเลย ในใจฉันมีแต่การตัดพ้อ ก่นด่า อาฆาตแค้น ความรู้สึกเหล่านี้แผ่รวมจิตใจฉันตลอดเวลา ฉันไม่ได้รับความสงบเย็นจากการสวดมนต์ภาวนาเลย แม้แต่บัดเดียว ตัวฉันอยู่ในวัดแท้ ๆ แต่ทำไมฉันพาใจฉันไปท่องนรกอยู่ตลอดเวลาเช่นนี้

ฉันเป็นทุกข์ทรมานอยู่กับความเคียดแค้น ชิงชัง กินไม่ได้ นอนไม่หลับอย่างนั้นอยู่หลายวัน จนกระทั่งวันหนึ่งฉันนึกคิดได้ขึ้นมาแวบหนึ่ง พื้นฐานเดิมของฉันเป็นคนคิดดี มีเมตตา ไม่ชอบแย่งชิงอะไรกับใคร ไม่ชอบการขัดแย้ง ฉันมักยอมคน และให้อภัยคนอยู่เสมอ ๆ แต่ทำไมครั้งนี้ ฉันปล่อยให้วิญญาณร้ายที่โหดมาสิงสู่อใจฉันได้ถึงขนาดนี้ ฉันกลายเป็นคนมีแต่ความอาฆาต พยาบาทมาดร้ายไปได้อย่างไรกัน ความคิดทั้งฝ่ายดี และฝ่ายร้ายตีกันจนฉันสับสน

วันนั้นฉันรู้สึกว่าร่างกายและจิตใจของฉัน มันจะรับอะไรไม่ไหวอยู่แล้ว ฉันสุดลมหายใจแรง ๆ พยายามเรียกสติของตัวเองให้กลับคืนมา วินาทีนั้นคำสอนของพระอาจารย์ของฉันดังขึ้นมาในหัว คำสอนของท่านที่ท่านมักย้ำให้ลูกศิษย์ลูกหาฟังอยู่เสมอ ๆ จนเกือบจะเป็นประโยคบรรพทอของ ท่าน คือ “ **กาทำสมาธิ เพื่อสะสมพลังจิต เพื่อให้จิตมีกำลัง ไว้แก้ไขปัญหา เพื่อเพิ่มความสุขให้ตนเอง และผู้อื่น เป็นการลดปัญหาความขัดแย้งในสังคม และสร้างสันติสุขให้กับชาวโลกต่อไป** ” แล้วสิ่งที่ฉันทำอยู่ในตอนนี้ คืออะไร ทำไมฉันไม่พยายามลดปัญหาความขัดแย้งในใจ

ของฉันล่ะ ฉันมีทำร้ายตัวเองอยู่ทำไม ฉันเริ่มได้คิด ฉันคิด และคิดที่จะพาตัวเองออกจาก“กองทุกข์” เฉพาะหน้านี้ทันที

สิ่งที่ฉันทำเป็นอันดับแรกในตอนนั้น คือ ฉันเริ่มฟื้นฟูร่างกายของตัวเองก่อน ฉันกินอะไรไม่ได้อยู่หลายวัน ฉันจึงเริ่มด้วยการดื่มนม น้ำเต้าหู้ และอาหารอ่อนๆ จนร่างกายฉันค่อยๆ ฟื้นขึ้น และเริ่มรับประทานอาหารได้ดังเดิม ฉันไม่ปล่อยให้ตัวเองมีเวลาว่างพอที่จะจมอยู่กับ “กองทุกข์” อย่างแต่ก่อน ฉันพยายามหางานให้ตัวเองทำอยู่ตลอดเวลา ไม่ปล่อยให้ตัวเองอยู่คนเดียว ฉันอ่านหนังสือบ้าง ดูทีวี ฟังเพลง เล่นกับหลาน ทำให้เพลิดเพลินกับสิ่งต่างๆ รอบตัวมากขึ้น

ส่วนทางด้านจิตใจ ฉันกลับมาเริ่มต้นสวดมนต์ ทำภาวนาใหม่ ด้วยความตั้งใจมากขึ้น เวลาสวดมนต์ฉันจะจดจ่ออยู่ที่ตัวอักษรทุกตัว เวลาภาวนาฉันจะจดจ่ออยู่กับคำบริกรรม “พุทโธๆๆๆ” อย่างตั้งใจ ฉันไม่ปล่อยให้ความคิดใด ๆ แทรกเข้ามาสู่จิตใจของฉันในยามที่ฉันสวดมนต์ ภาวนาได้เลย

ผ่านไปหลายวัน ร่างกายและจิตใจของฉันเริ่มกลับคืนสู่สภาพเดิม ฉันค่อยๆ ทบทวนความคิดของตัวเอง ก็ในเมื่อฉันไม่เคยคิดครองคู่กับเขาอยู่แล้ว ฉันเคยภาวนาขอให้เขาพบคนที่เหมาะสมกับเขา และไปจากชีวิตฉันเสียที

ตอนนี้ทุกอย่างเป็นอย่างที่ฉันต้องการแล้ว (แม้ว่าเรื่องราวที่เกิดขึ้น จะจบลงอย่างไม่สวยงามก็ตามที) ฉันน่าจะยินดี และพอใจกับเขาอย่างที่ผมเคยบอกเขาอยู่เสมอๆ ฉันนี่โง่จริง ๆ เลย ทนทำร้ายตัวเองอยู่ได้ตั้งหลายวัน เมื่อฉันเริ่มคิดได้ดังนี้ จิตใจของฉันเริ่มถอดถอนความเคียดแค้น ชิงชัง ความโกรธที่มีต่อเขา ทำให้ความพยายามทำร้ายที่มีต่อเขาเริ่มจางลง

การตัดสินใจของเขา ส่วนหนึ่งเป็นการแสดงความกตัญญูต่อบุพการี เป็นสิ่งที่เขาพึงกระทำได้ในยามที่ยังมีชีวิตอยู่ และอีกส่วนหนึ่งเป็นความศรัทธา และตั้งมั่นในพระศาสนาของเขา เฉากัณห์ที่ฉันมีต่อพระพุทธศาสนาเช่นกัน ฉันควรจะชื่นชม ยินดี และยกย่องเขาต่างหาก เมื่อคิดได้แบบนี้ ความโกรธเคืองต่างๆ เริ่มจางคลาย ฉันจึงทำใจยกโทษ และให้อภัยต่อเขาได้อย่างหมดใจ

ฉันนึกถึงสิ่งดีๆ ที่เขาเคยมีต่อฉัน ตลอดระยะเวลาหลายปีที่เราคบกันมา เขาทำให้ฉันมีความสุข ฉันได้รู้จักกับ “ความรัก” ที่สวยงาม ความรักที่มีแต่การให้ เสียสละ อดทน ดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน สิ่งใดที่ทำให้ฉันมีความสุข สิ่งใดที่เขาทำให้ฉันยิ้ม ทำให้ฉันหัวเราะได้ เขายินดีทำให้ฉันทุกอย่าง เป็นช่วงของชีวิตที่มีความสุขมาก ๆ ช่วงหนึ่งของฉันทีเดียว ถึงวันนี้ “ความรัก” ยังคงเป็นสิ่งที่งดงามในความรู้สึกของฉันเสมอ ๆ

หลังจากที่ฉันทำใจยกโทษ และให้อภัยเขาแล้ว ยามใดที่ฉันสวดมนต์ นั่งสมาธิ ทำภาวนา ก่อนที่ฉันจะแผ่เมตตา ฉันจะขอมา ขอโหสิกรรมต่อเขาทุกครั้ง (แม้เขาอาจจะไม่รับรู้ก็ตาม) หลังจากกล่าวคำขอมาแล้ว ฉันจะตั้งใจแผ่เมตตาให้เขา ขอให้เขาและภรรยาอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข อย่าได้มีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นกับชีวิตคู่ของเขาอีกเลย

ถึงวันนี้ ฉันนึกขอบคุณเขาอยู่ตลอดเวลา เพราะเขาเป็นคนที่ทำให้ฉันรู้ว่า ชีวิตนี้ภพนี้ชาตินี้ของฉัน ฉันไม่ได้เกิดมาเพื่อเคียดแค้นสร้างภพ สร้างชาติกับผู้ใด ฉันเกิดมาเพื่ออยู่ภายใต้ร่มเงาของพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง เกิดมาเพื่อเรียนรู้ และแก้ไขในสิ่งผิดพลาดที่ฉันได้เคยกระทำไว้

ฉันตั้งใจที่ตอนนั้นฉันมีคำสอนของพ่อแม่ครูอาจารย์เป็นเกราะป้องกันใจ เป็นเครื่องระลึกเตือนสติฉันได้ทัน ทำให้ฉันมีโอกาสได้เลือกเส้นทางที่ดีที่สุดสำหรับฉัน นั่นก็คือเส้นทางแห่งพระพุทธศาสนา ก่อนที่กิเลสทั้งหลายจะลากพาฉันเข้าไปสู่วังวนแห่งการสร้างภพ สร้างกรรม ต่อไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

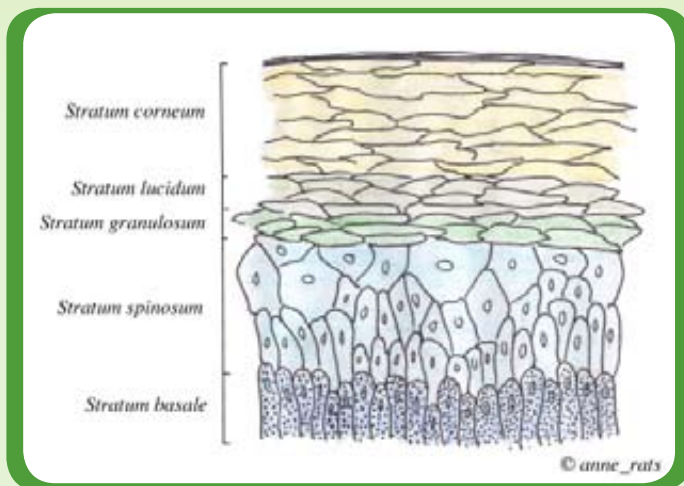
สารบัญ ←

กำลังตาย (มรณสติ ผ่านกล้องจุลทรรศน์)

โดย ใบเตย

ถ้าคิดว่าร่างกายเป็นของเราแล้ว วิทยาการยุคนี้กำลังบอกทุก ๆ คนว่า ส่วนหนึ่งของเรากำลังใกล้ตาย และบางส่วนกำลังตายไปทุก ๆ วินาที แม้แต่ขณะที่กำลังอ่านประโยคนี้อยู่ เราก็กำลังผ่านกระบวนการตายอย่างต่อเนื่องแบบไม่รู้ตัว เชื่อหรือเปล่านั้น

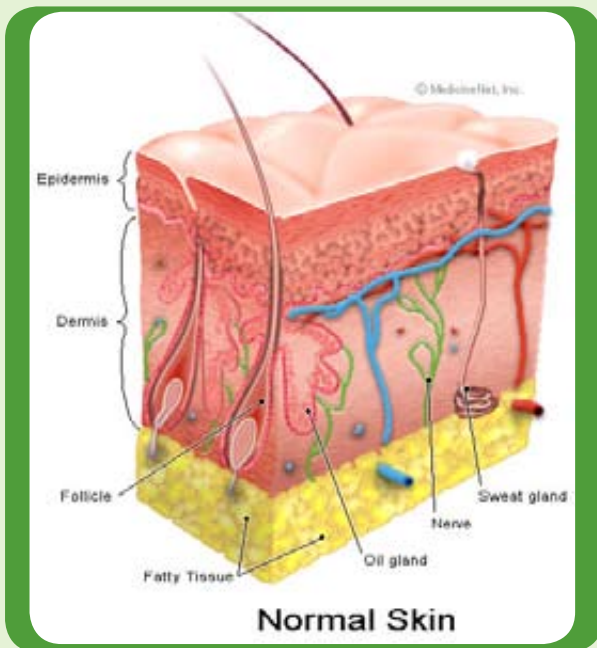
ส่วนประกอบที่เล็กที่สุดของสิ่งที่มีชีวิตที่สามารถทำงานได้เรียกว่า “เซลล์” ในทุก ๆ วินาที เซลล์ส่วนหนึ่งของเราค่อย ๆ ตายไป ยกตัวอย่างเอาที่เราเห็นได้ชัดก่อนนะค่ะ ที่ผิวหนังของเรา ถ้าใครเคยไม่อาบน้ำ 2-3 วัน จะเห็นคราบสีดำ ๆ ที่พวกเรารู้จักในนามว่า “ซีไคล” ทราบไหมค่ะว่า นอกจากฝุ่นละอองสกปรกที่ลอยมาติดผิวหนังแล้ว มันก็คือศพของเซลล์ผิวหนังเรา ๆ ท่าน ๆ นั่นเอง



© anne_rats

ผิวหนังชั้นบน (epidermis) ประกอบด้วยเซลล์เล็กๆ มาเรียงตัวกันเป็นชั้นๆ แบ่งย่อยๆ เป็นห้าชั้น เจ้าชั้นที่อยู่ล่างสุดก็จะเป็นเซลล์ตัวอ่อน ที่พอเจริญเติบโตแล้วจะค่อยๆ เลื่อนขึ้นตามเวลาและหน้าที่การทำงาน เมื่อมันเลื่อนมาถึงชั้นบนสุดผ่านการใช้งานและกระบวนการแก่ไปตามเวลา เซลล์ก็จะเหี่ยว สิบ แบน และเสื่อมสภาพกลายเป็นขี้ไคลอย่างที่เรเห็นกัน

ลองดูที่อื่นบ้าง ถ้าดูเลือดของเราออกมา ในน้ำแดงๆ ชั้นๆ ที่เราเห็นจะประกอบไปด้วยเซลล์เม็ดเลือดและน้ำเลือด เซลล์เม็ดเลือดก็มีอายุตามชนิด ถ้ามันไม่ประสบอุบัติเหตุหรือเป็นโรคตายไปซะก่อน เม็ดเลือดแดงจะมีอายุประมาณ 90-120 วัน ซึ่งอันนี้เป็นเหตุผลหนึ่งที่แนะนำให้บริจาคเลือดทุกสามเดือนค่ะ ส่วนเม็ดเลือดขาวก็มีอายุประมาณ 2-3 สัปดาห์ แล้วแต่ชนิดย่อยของเม็ดเลือดขาวอีก และตัวเกล็ดเลือดเองที่เป็นส่วนประกอบของเซลล์ก็มีอายุประมาณ 7 วันเท่านั้น แต่ที่ตอนนี้เรายังไม่ซีดตาย เพราะมีการสร้างเซลล์ใหม่ทดแทนเรื่อยๆ จากอาหารที่รับประทานเข้าไป และกลไกอันซับซ้อนทางชีวภาพ



ร่างกายนี้เป็นของเราจริงหรือ มีหน่วยเล็ก ๆ ในร่างกายที่เกิดตายอยู่เสมอ เปลี่ยนหน้าไปเรื่อย ๆ แล้วตัวเราที่แท้จริงอยู่ตรงไหน เราบังคับควบคุมการเปลี่ยนแปลง ไม่ได้เลย มันดำเนินไปตามเหตุ ตามปัจจัยของมัน เมื่อหมดอายุ มันก็ค่อย ๆ ตายไป พอตายเยอะ ๆ เข้า สร้างได้น้อยกว่าหรือเสียสมดุล เจ้าร่างกายที่ว่าเป็นของเรานี้ก็จะเกิดการเจ็บป่วย และในที่สุดก็ทำงานใด ๆ ไม่ได้อีกเลย

การเจริญมรณสติ คือการคิดถึงความตายอยู่เนื่อง ๆ คิดถึงบ่อย ๆ นึกจนเห็น แล้วเข้าใจลึกซึ้ง จะเกิดความสลตสังเวช ถ้าใครภาวนามรณกรรมฐานจนเกิดขึ้น จิตใจจะเปลี่ยนแปลงไป ความโกรธ ความโลภ ความหลง ในจิตใจก็จะลดลงเรื่อย ๆ และจะเข้าใจว่า เมื่อถึงเวลาที่จะต้องตายไปตามวาระ มุมมองของจุดเล็กๆ ที่หมอบชี้ให้เห็น ก็เพื่อตัวจักรการตายที่สั้น ๆ ของเราเอง ที่สามารถสัมผัสได้จริงทางตา ผ่านอุปกรณ์ทางวิทยาศาสตร์

สิ่งที่เล่ามานี้ เป็นความรู้ที่ปัจจุบันพิสูจน์ได้ เห็นได้ เกิดจากการศึกษาและวิทยาการทางวิทยาศาสตร์ที่ก้าวหน้า แต่ถ้าย้อนกลับมาถามตัวเองว่าหมอบเองรู้สึกรีเปล่า ว่าจริง ๆ แล้ว มีส่วนหนึ่งของร่างกายกำลังตายอยู่ทุกวินาที หมอบตอบได้ทันทีว่า เปล่าเลยล่ะ มันเป็นแค่ความรู้ แต่ไม่ใช่รู้สึก

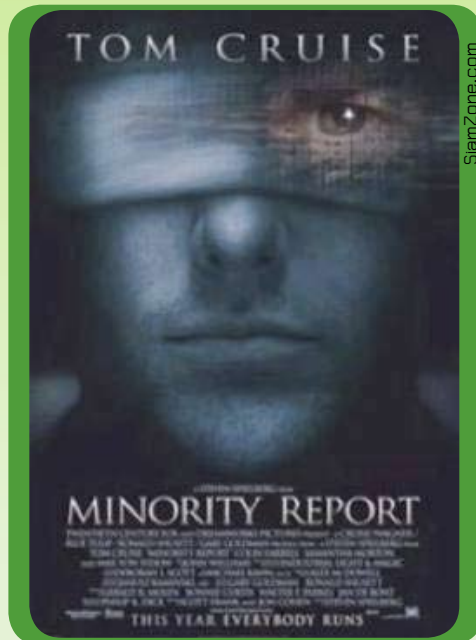
วิธีการที่เราจะรับรู้ได้ตามความเป็นจริง เข้าถึงใจโดยไม่ต้องใช้ความนึกคิดปรุงแต่ง ผสมกับความรู้ที่ได้เรียนมา วิธีที่จะทำให้เรารู้สึกได้ก็คือ การตามรู้กายรู้ใจของตนเอง หรือการเจริญสติปัฏฐานสี่อย่างถูกต้องตามแนวทางพุทธศาสนา ไม่ว่าจะเริ่มจากดูกาย เวทนา จิต หรือธรรม เมื่อดูอย่างต่อเนื่อง ก็จะสามารถรู้หมวดอื่นๆ ตามมาเหมือนสายน้ำเล็กๆ สีสาย เมื่อถึงจุดที่น้ำไหลมารวมกันแล้ว มันก็จะเป็นสายเดียวแยกไม่ได้ ว่าน้ำที่เราตักขึ้นมาแก้วหนึ่ง มันมาจากแม่น้ำสายไหน

และเมื่อถึงเวลา จะได้พบสังขธรรมที่พระพุทธรูปทรงคันพบแล้วและเมตตาชี้แนวทางไว้ ขอเพียงเพียรดูไปจนถึงวันที่เรารู้ขึ้นมาเองก็จะพบว่า มีสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ตามเหตุตามปัจจัยของมัน “ไม่มีเรา”

สารบัญ ↩

Minority report – ลางสังหาร

โดย ชลนิล



ลองตั้งปัญหาเล่น ๆ หากให้คนเรารู้เหตุการณ์ล่วงหน้าได้ คนส่วนใหญ่จะใช้ประโยชน์อะไรจากมัน?

คำตอบของแต่ละคน คงจะบอกถึงกิเลสในใจ ความเชื่อ และวิธีคิดได้เป็นอย่างดี

ภาพประกอบ

Minority report จับประเด็นเรื่อง “ลางสังหาร” มาผูกเป็นหนังแอ็กชั่น ไซไฟ ที่สนุกเข้มข้น แฉมได้สิ่งดี ๆ ตัดหัวออกมาไม่น้อย

หน่วยงานของตำรวจหน่วยหนึ่ง ใช้ประโยชน์จากกลางสังหรณ์ และ “ภาพอนาคต” จากฝาแฝดสามคนมาใช้ในการปราบปรามอาชญากรรมอย่างได้ผล

พวกเขาสามารถประมวลผล วิเคราะห์กลางสังหรณ์ออกมาเป็นภาพ จนกระทั่ง บ่งบอกได้ว่า จะเกิด เหตุร้ายที่ไหน เมื่อไหร่ เวลาใด และสามารถเข้าไปหยุดยั้ง อาชญากรรมแต่ละครั้งได้ทันทั่วทั้งที่ จนที่นี้กลายเป็นเมืองปลอดอาชญากรรมมาถึง หกปี

จอห์น แอนเดอตัน หัวหน้าหน่วยตำรวจ ที่มีบาดแผลในใจเรื่องสูญเสียบุตรชาย จากอาชญากรที่ยังตามตัวไม่พบ เขายึดมั่น และศรัทธาในผลงานของหน่วยตนเอง มาตลอด ที่สามารถจับคน “ใกล้จะทำผิด” มาเข้าคุกเป็นจำนวนมากมาย แม้จะมี ข้อกังขาว่า จำเลยเหล่านั้น ยังไม่ลงมือก่ออาชญา-กรรม (เพราะตำรวจไปหยุดมัน ทันทั่วทั้งที่) เหตุใดถึงยังมีความผิด ต้องรับโทษ ติดคุกแช่เย็นอีก...เขาก็ไม่สนใจ

จนกระทั่งวันหนึ่ง ได้มีคำทำนายเป็นภาพอนาคต จากฝาแฝดทั้งสามออกมาว่า จอห์น แอนเดอตันจะเป็นฆาตกร สังหารชายแปลกหน้าคนหนึ่งซึ่งเขาไม่เคยรู้จัก!

ผลจากคำทำนาย ที่ผ่านการประมวล วิเคราะห์รับรองแล้ว ย่อมถูกต้องแน่นอน จอห์นถูกเพื่อน-ร่วมทีมตำรวจตามไล่ล่า เขาจึงต้องหนี และค้นหาความจริงว่า เหตุใดตนเองต้องฆ่าลีโอ โครว์ ชายที่ไม่เคยเห็นกระทั่งหน้าตา

ยิ่งสืบหาความจริงมากเท่าไร เขายังมองเห็นข้อบกพร่องของ “การทำนาย อนาคต” มากขึ้นเท่านั้น แต่ทว่า เมื่อเขามีโอกาสพบลีโอ โครว์ รับรู้ข้อมูลที่ชายคน นี้วางทิ้งเกลื่อนกลาดในห้อง ทำให้เกิดความแค้นใจเกินระบ

จากข้อมูลทั้งหมดในห้องชายคนนั้น บ่งบอกว่า ลีโอ โครว์ คือคนที่ลักพาตัว และ ฆ่าลูกชายเขาตั้งเมื่อหกปีก่อน!

ยามประจันหน้ากัน จอห์นจึงแน่ใจเหลือเกินว่า เขาสามารถฆ่าลีโอ โครว์ได้โดยไม่กะพริบตา

คำทำนาย... “กลางสังหาร” ... จะเป็นจริง

ช่วงก่อนที่จอห์นจะเหนียวไถป็น เขาได้รับคำเตือนสติสั้น ๆ

“คุณเลือกได้”

ในเมื่อรู้อนาคต ย่อมมีโอกาสเปลี่ยนอนาคต... เปลี่ยนด้วยการฝึกหักห้ามโทสะ ใช้สติควบคุม ความเคียดแค้น

อนาคตอยู่ในมือคุณ...อยู่ที่ปลายนิ้วคุณจะกระดิกลิ้นไถหรือไม่

จอห์นไม่ลั่นไถ เขาอ่านสิทธิของผู้ต้องหาด้วยน้ำเสียงรวรราว แวดตาเจ็บปวด ขมขื่น เขาเป็นตำรวจ รู้อนาคต...รู้ว่าหากตนลั่นไถไป อะไรจะเกิดขึ้น

หนังยังไม่จบแค่นี้ เพราะเมื่อผ่านจุดของการ “วัดใจ” นี้ไป จอห์นถึงมีโอกาสได้รู้ว่าเรื่องราวทั้งหมดที่ตนเองประสบ ล้วนเป็นการจัดฉากครั้งใหญ่ เพื่อปกปิดร่องรอย ฆาตกรรมอำพราง ที่เขาบังเอิญไป รู้เห็นเข้า

แต่เรื่องหลังจากนั้น มันไม่ใช่ประเด็นที่น่าพูดถึงแล้ว...

คนส่วนใหญ่อยากรู้อนาคต อยากรู้ว่าตนเองจะเป็นอย่างไร ได้พบเรื่องดีร้าย แบบไหน?

มีหลายคนได้รู้อย่างที่อยากรู้ แต่บางครั้ง ทั้งที่รู้ว่าหากกระทำตนไปในเส้นทางนั้น ๆ แล้ว ผลในอนาคตจะเลวร้ายเกินเยียวยา แต่ก็ยังไม่ยอมเปลี่ยนแปลงทางเดินตน

เพราะอะไร?

เพราะกิเลสบังตา...และไม่มีความกล้าหาญฝืนหักมัน!

จอห์นไม่เคยต้องการฆ่าลิโอ โครว์เลย ไม่เคยแม้แต่จะคิดมาก่อน ต่อให้มองเห็น สิ่งที่ตนเองจะกระทำในอนาคตอยู่ไหน ก็ยังไม่เชื่อ จนเมื่อประสบเหตุให้ความแค้น เกิด ไฟโทสะลุกโชน เขาจึงเข้าใจ...

เพลิงร้ายในใจเพียงวูบเดียว ก็สามารถทำให้เขาฆ่าคนที่ไม่เคยรู้จักได้!

ยังดีที่เขาไม่พ่ายแพ้ต่อกิเลส

อนาคตยังไม่เกิด เขาจึงสามารถเลือกได้...เลือกด้วยการตัดสินใจอย่างมี “สติ”
ของเขา

ถึงตรงนี้ ทำให้มองเห็นชัด...คนเราจะสามารถรู้อนาคตได้หรือไม่...ไม่สำคัญ

ขอเพียงมี “สติ” เป็นเครื่องมือประจำชีวิต ในทุกปัจจุบันก็เพียงพอแล้ว

หมายเหตุ: (SiamZone.com) ภาพที่ใช้ประกอบบทความนี้ได้รับอนุญาตให้ใช้สำหรับเผยแพร่ในเว็บไซต์นี้เท่านั้น ห้ามคัดลอก ดัดแปลง ทำซ้ำ หรือเผยแพร่ตามสื่ออื่นๆ โดยเด็ดขาด

สารบัญ ←



“นิทาน” โดย Kar มิยะ

๑. ล้อจักรยาน หมุน หมุน
หมุนตัวน้อยกำลังปั่น ปั่น ปั่น
ฟ้าใส ใส เมฆขาว ขาว
ยอดหญ้าเอนพลิ้ว พลิ้ว
๒. “หมุนน้อย เธอจะไปไหน”
นกกระจอกบินร่อนมาเกาะถาม
หมุนน้อยปั่น ปั่นช้าลงก่อนก้มหน้ามาตอบ
“ฉันจะไปตามหาความรู้ ที่บ้านของก้อนเมฆ”
“บ้านของก้อนเมฆอยู่ไกลมัย”
นกกระจอกถาม
“ไม่รู้สิ ฉันต้องไปถึงก่อนถึงจะตอบเธอได้”
๓. นกกระจอกบินจากไป
เจ้าหมุนน้อยยังปั่นต่อ
ดวงตาเป็นประกาย
รอยยิ้มเบิกบาน
๔. ฝีเสื่อปักสวຍบินมาเกาะ
ถามคำถามไม่ผิดจากนกกระจอก
หมุนน้อยก็ตอบแบบเดียวกัน
“ฉันจะไปตามหาความรู้ ที่บ้านของก้อนเมฆ”
ฝีเสื่อถามอย่างสงสัย

“บ้านของก้อนเมฆต้องอยู่บนฟ้า...
เธอขี่จักรยานอย่างนี้จะไปถึงได้อย่างไร”

๕. หมูน้อยจนคำตอบ
ผีเสื้อแสนสวยบินจากไป
๖. หมูน้อยสงสัย
เขาจะไปถึงบ้านก้อนเมฆ
ด้วยจักรยานได้อย่างไร...
ถึงสงสัย เขาก็ยังไม่หยุดปั่น ปั่น
๗. ล้อจักรยานหมุน หมุน
หมูน้อยยังไม่หยุดปั่น ปั่น
ความสงสัยไม่อาจทำให้ถึงที่หมาย
การปั่น ปั่นเช่นนี้
อย่างน้อยก็ทำให้เขาได้เดินทาง
๘. แมลงปอปีกใสมาเกาะหน้ารถ
ถามคำถามเกี่ยวกับนกกระจอก
พอได้คำตอบแรก ก็ถามต่อเหมือนผีเสื้อ
“เธอจะขี่จักรยานไปบ้านของก้อนเมฆได้อย่างไร”
คราวนี้หมูน้อยมีคำตอบ
“แล้วมีใครบอกเธอหรือ...
ว่าบ้านของก้อนเมฆต้องอยู่บนฟ้า...
ใครคนนั้นเคยไปถึงตั้งแต่เมื่อไหร่”
๙. แมลงปอตอบไม่ถูก
คำถามนี้เป็นเพียง **ความคิด**
ตนเองไม่รู้จักระทั้ง **บ้านของก้อนเมฆ**
จะให้เคยไป หรือ **รู้จักคน**ที่ไปถึงได้อย่างไร

๑๐. หมูน้อยยังป่วน ป่วน

แดดแรง ร้อน ร้อน

หมูน้อยเหนื่อย แต่ยังไม่หยุดป่วน

๑๑. ไม่นานก็มีตึกแทนกระโถนมาเกาะหน้ารถ

คำถามเดิมมีมาอีกครา

“เธอจะไปไหนหมูน้อย”

“ฉันจะไปตามหาความรู้ ที่บ้านของก้อนเมฆ” “อ้อ...”

ตึกแทนทรงภูมิปัญญาผุดผิดจากผู้อื่น

“แล้วเธอรู้อย่างไรว่าบ้านของก้อนเมฆอยู่ที่ไหน”

“ไม่รู้หรอก แต่ฉันมั่นใจว่าต้องหาเจอ”

หมูน้อยตอบอย่างมุ่งมั่น

“เธอจะควานหา โดยการปั่นจักรยาน...”

แบบไม่มีจุดหมาย ทิศทางอย่างนั้นหรือ...”

“ฉันมั่นใจ”

หมูน้อยไม่กลัว

“ถ้าทำอย่างนั้น เธอก็ทำได้เพียง...”

เดินทางอย่างเปล่าประโยชน์ไปทั่วโลก”

“แล้วฉันควรทำอะไร”

เป็นครั้งแรกที่หมูน้อยเอ่ยปากถาม

คำถามที่เกิดประโยชน์แก่ตนเอง

๑๒. ตึกแทนตอบ

“เธอต้องหาให้ได้ก่อน ว่าก้อนเมฆ...”

เกิดมาจากไหน...ถ้าเธอตามรู้ จนเห็น

ที่เกิดของก้อนเมฆ...

เธอก็จะรู้...บ้านของก้อนเมฆอยู่ที่ไหน”

๑๓. ตึกแทนจากไป

หมูน้อยสงสัย...

จะตามดูการเกิดของก้อนเมฆอย่างไร
..ความสงสัยไม่ทำให้รู้ได้...
..อยากรู้ต้อง ดู เอง...

๑๔. หมุนน้อยปั่น ปั่น ปั่น
ไม่หยุด
อยากรู้ก้อนเมฆเกิดอย่างไร
ก็ต้อง ตามดู ก้อนเมฆ

๑๕. คราวนี้หมุนน้อยปั่นจักรยาน
อย่างมีจุดหมาย
ตามดูเมฆขาวที่ลอยบนฟ้า
ไม่ว่าเมฆเคลื่อนที่ไปไหน
เปลี่ยนแปลงอย่างไร
หมุนน้อยตามดูไม่ลืมหูละ

๑๖. เมฆขาวลอยตัวพบเพื่อนพ้อง
เกาะกลุ่มหนาแน่นเข้า
สีขาวกลายเป็นมืดครึ้ม
หมุนน้อยปั่นจักรยานตามดู
ไม่คลาดคลา

๑๗. เมฆหนาแน่น ลอยต่ำ
จนเหมือนจะเอื้อมถึง
หมุนน้อยเพ็งมองเห็นกลุ่มเมฆ
ใกล้ชัดถนัดตา

๑๘. ไม่นานเลย
หมู่เมฆกลั่นตัวเป็นฝน
ท่าใหญ่

๑๙. ฝนแรกสาดซัด

หมูน้อย...

๒๐. ล้อจักรยานหยุดหมุน

หมูน้อยยืนนิ่ง

ทั้งร่างอาบฝนเปียกปอน

๒๑. รอยยิ้มปิติแก่ใจ

บ้านของก้อนเมฆ

อยู่ไหน

ไม่ใช่ปัญหา

๒๒. ความรู้ ที่แสวงหา

จะพบได้อย่างไร

ไม่จำเป็นแล้ว

๒๓. เมื่อเมฆกลั่นตัวเป็นฝน

แล้วเมฆจะเกิดจากสิ่งใด

รู้ ปลายก็ รู้ ต้น

รู้ที่เกิดแล้วยากอะไร...

จะตามเข้าไปถึง

บ้านของก้อนเมฆ



สารบัญ ←

พาเที่ยววัดไทยในปีนัง : วัดไชยมังคลาราม

โดย mink



คงไม่น่าแปลกใจถ้าปีนังซึ่งเคยเป็นส่วนหนึ่งของประเทศไทย
มีวัดไทยตั้งอยู่ใจกลางเกาะปีนัง

เมื่อครั้งที่ได้ไปเยี่ยมเยือนปีนัง ซึ่งใช้เวลาเดินทางเพียงชั่วโมงเศษๆ
ก็ได้ไปเหยียบพื้นเกาะที่เป็นเมืองท่องเที่ยวและการศึกษาแห่งหนึ่งของประเทศมาเลเซีย
ภายในเกาะเล็กๆแห่งนั้น มีสถานที่ท่องเที่ยวไม่มากมายอะไร
และดูเหมือนจะมีน้อยกว่าจังหวัดเล็กๆเพียงจังหวัดเดียวของประเทศไทยด้วยซ้ำไป

ระหว่างที่นั่งรถเข้าเมืองอยู่นั้น ก็สังเกตเห็นวัดที่ดูเหมือนจะเป็นวัดในพุทธศาสนา
แต่สิ่งก่อสร้างที่เห็นจากภายนอกนั้นก็ดูไม่คุ้นตาเหมือนวัดในประเทศไทยเลย
หลายวันต่อมาที่มีโอกาสได้ไปเที่ยวตามสถานที่ต่าง ๆ นั้น ก็ได้แวะวัดนี้เป็นสถานที่แรก
เนื่องจากวัดไทยแห่งนี้เป็นแหล่งท่องเที่ยวติดอันดับ รองจาก Penang Hill

วัดแห่งนี้ชื่อว่า วัดไชยมังคลาราม สร้างขึ้นในปี พ.ศ. ๒๓๘๘
ตั้งอยู่ทางทิศเหนือของเกาะป็นัง

ศิลปะของวัดไชยมังคลารามนั้นเป็นการผสมผสานระหว่าง
ศิลปะไทย พม่า และจีนเข้าด้วยกัน ซึ่งทำให้วัดแห่งนี้มีสีสันสะดุดตา
และดูแปลกไปจากวัดในประเทศไทย ที่เน้นศิลปะที่อ่อนช้อย
แต่ที่นี้ศิลปะจะเป็นแบบเรียบๆ ไม่มีการแกะสลัก ทำลวดลายให้ดูวิจิตรมากนัก

ถ้าไม่นับเรื่องศิลปะที่ไม่ได้เป็นแบบไทยที่คุ้นตาแล้ว
ส่วนอื่นในวัดนั้นแทบไม่ต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นรูปปั้นยักษ์ที่ยืนเฝ้าหน้าพระอุโบสถ



หรือพระเจดีย์และพระอุโบสถที่ตั้งตระหง่าน เห็นได้ชัดจากภายนอก

แม้วัดแห่งนี้จะไม่มีลวดลายวิจิตรบรรจงจากงานฝีมือ
ซึ่งแสดงออกถึงศรัทธาอันล้นเหลือในพระพุทธศาสนา
เหมือนอีกหลายวัดในประเทศไทย

แต่การพยายามสร้างวัดขึ้นในดินแดนต่างศาสนาและเชื้อชาตินั้น
ก็ต้องใช้ศรัทธาที่ยิ่งใหญ่ไม่แพ้กันเลย



สิ่งที่ทำให้วัดนี้น่าสนใจนั้นไม่ใช่เฉพาะสีสันอันสะดุดตาเท่านั้น
ที่นี่ยังเป็นที่ประดิษฐานของพระพุทธรูปปางไสยาสซึ่งใหญ่เป็นอันดับสามของโลก
(พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช (รัชกาลที่ ๙)

ทรงพระราชทานนามว่า พระพุทธชัยมงคล

เมื่อคราวเสด็จประพาส ๒๕ มิถุนายน ๒๕๐๕)

ซึ่งมีความยาวทั้งสิ้น ๓๓ เมตร

ใหญ่รองจากพระพุทธไสยาสที่วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดอยุธยา

และที่วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม (วัดโพธิ์) จังหวัดกรุงเทพมหานคร

ทว่าความใหญ่โตของพระพุทธรูปนั้น ไม่ได้ทำให้รู้สึกสะดุดตาและใจ
เท่ากับที่ได้เห็นว่าพระเนตรและพระบาทประดับด้วยเปลือกหอย
ซึ่งแตกต่างจากพระพุทธรูปที่ได้พบเห็นในประเทศไทย

ทำให้พระพุทธรูปดูงามแปลกตา ไม่คุ้นสายตาคคนไทยอย่างเราๆนัก



การกราบไหว้พระที่นี่แตกต่างจากที่เคยเห็นในประเทศไทย
ตรงที่ไม่ได้มีดอกไม้ธูปเทียนเอาไว้บูชา
แต่ว่าเป็นเทียนพลาสติก หรือโถแก้วที่ทำเป็นรูปดอกบัวแทน
มีตั้งแต่ขนาดเล็กไปจนถึงขนาดใหญ่
จึงไม่มีกลิ่นและควันธูปที่คุ้นจมูกเหมือนการก้าวเข้าไปในพระอุโบสถที่วัดอื่นๆ
แต่จะได้เห็นแสงไฟระยิบระยับที่มาจากเทียนดอกบัว
ที่วางไว้เพื่อแสดงความศรัทธาและความเคารพต่อพระพุทธศาสนา

แม้วิธีการกราบไหว้พระจะแตกต่างกัน แต่เชื่อว่าใจของพุทธศาสนิกชนไทย
ที่อาศัยอยู่ในสถานที่อื่นห่างจากเมืองไทย ก็คงไม่แตกต่างกัน

Wat Chaiyamangkalaram
Burmah Lane, George Town, Penang

ข้อมูลอ้างอิงจาก <http://www.watpho.com/>

“หมายเหตุ...๑. ปัจจุบันทางวัดใช้ว่า “พระพุทไธยาส” (ไม่มี น์)
ตามมติของสมเด็จพระวันรัต (เฟื่อน ดิสสทตฺโต ป.๙) โดยให้เหตุผลว่า คำว่า “ไธยาส”
แปลว่า นอน ส่วนคำว่า “ไธยาสน์” มาจาก ไธยา + อาสน แปลว่า นอนและนั่ง”

สารบัญ ↩

อะไรอะไรก็เป็นธรรมะ

โดย สติมา

ช่วงนี้ได้มีโอกาสขึ้นรถเมล์มาก ก็เลยได้อะไรจากการขึ้นรถเมล์มาด้วยนั่งรถเมล์เจริญสติได้ดีมาก เพราะเราเฝ้าสังเกตตัวเองได้ดีโดยไม่ต้องพะวงกับการขับ แต่เป็นแค่คนนั่ง เหมือนจิตเรา เฝ้าศึกษาดูไปอย่างเดียว แต่ว่าต้องรู้จักแยกแยะการลงให้ถูกป้าย เช่น ถ้าเราพะวงมากไป รีบกดกริ่งโดยขาดความชำนาญในการกระระยะ รถเมล์ก็อาจจะจอดป้ายที่ยังไม่ถึง ถ้าเรานิ่งนอนใจเกินไป รถเมล์ก็จะเลยป้ายที่เราจะต้องลง เหมือนกับการทำงานของจิต ถ้าเราเฝ้าจงใจ จิตก็ทำงาน แบบจงใจหรือมีเจตนาแต่ถ้าปล่อยผลอเพลินมากไป จิตก็ขาดสติที่จะรู้เท่าทัน ทางสายกลางของเรา ก็เลยทำให้ไม่เกิด เหมือนลงไปไม่ตรงป้ายเสียที ไม่ลงก่อน ก็เลยไปเรื่อย จนเราชำนาญในการกระระยะและเวลาพอเหมาะ เหมือนกับที่เราภาวนา เราต้องทราบและสังเกตในความพอเหมาะของจิตให้เกิดความเป็นกลาง ที่ดูเหมือนไม่ได้ทำอะไร แต่ก็ไม่ได้ไม่ทำอะไรเสียทีเดียว

สมถะกับ วิปัสสนา ที่ต้องทำควบคู่กันอย่างพอเหมาะพอสม ให้จิตสามารถมีความเป็นกลางกับสภาวะที่ต้องศึกษา ถ้าทำสมถะมากไป จิตก็ติดสบายไม่ได้ออกเดินปัญญา สิ่งที่ตามมาคือ จิตหลบหนีที่จะรู้จักเลส แต่ไปแอบซ่อนตัวอยู่ในที่สบาย ดูเหมือนกิเลสเข้ามากระทบไม่ได้ เป็นได้นานชั่วนาตาปี โดยเจ้าตัวไม่รู้ แต่ไม่บรรลุเวลามาเจริญวิปัสสนาก็ต้องลุยกับกิเลสชนิดที่เผ็ดร้อน จนตัวเองตกใจ เมื่อเห็นกิเลสมันแผลงฤทธิ์เอาซึ่งๆ หน้า แต่คราวนี้แหละ ปัญญาจะมาทันก็ต่อเมื่อเราได้ฝึกสติมาพอสมควรแล้ว

เราชนะศึกเล็กศึกน้อยได้ตั้งแต่เริ่มเจริญสติแม้ว่าเราจะรู้สึกทุกข์กับการต้องเผชิญกับกิเลสล้วนๆ บางครั้ง จิตหนีเข้าไปสงบนิ่งเป็นสมถะเองก็มีแต่เราต้องรู้เท่าทันและให้มันออกมาเผชิญหน้ากับกิเลส เพื่อจะได้เจริญปัญญา จากสติที่เราฝึกมาดีแล้ว เราจะเห็นทันทีที่ถูกกิเลสเล่นงานและรู้สึกทุกข์กับมัน เหมือนหลวงพ่อกล่าวว่า ในขั้นนี้

เราสามารถเห็นปฏิเสธสมุปาทขึ้นปลายได้ คือเห็นว่า จิตเข้าไปยึดอะไรบางอย่าง เพราะกิเลสชักนำ ทำให้เกิดทุกข์ขึ้น เพราะตัณหา และด้วยการมองย้อนไปจากที่ความรู้สึกทุกขนั้นเอง เมื่อเห็นว่าจิตกำลังทุกข์อยู่ ด้วยสติที่สามารถระลึการู้เองได้แล้ว มันย้อนไปเห็นว่า เรายึดอะไรบางอย่างอยู่ ไม่ต้องรู้ว่ามันคืออะไร ไม่แม้แต่จะคิด แต่ปัญหาทำงานพร้อมกับสติมันสวไปเห็นความหลง และการยึด จิตเกิดปัญญาขาดจากการยึดนั้นทันที ทุกอย่างทำงานอัตโนมัติ จิตได้เป็นอิสระจากกิเลสชั่วระยะเวลานั้นๆ และความสุขก็โชยแผ่เข้ามาแทน

ในขั้นนี้จิตเห็นแต่เพียงว่า เมื่อจิตยึดจิตก็ทุกข์ จิตไม่มีตัณหา จิตก็ยังไม่ทุกข์ การก้าวไปของจิตโดยปกตินั้น จิตมักจะล้าไปข้างหน้า เหมือนคนที่ลงก่อนป้ายที่ จะถึง หรือไม่ก็ถอยไปข้างหลัง นั่งเลยป้ายไป เหมือนกับการหลงไปในอดีตและอนาคต ไม่อยู่กับปัจจุบัน ก็เพราะว่าปกติเรามักจะพะวงกับอนาคตที่ยังมาไม่ถึง คิดเดาไป ข้างหน้าความคิดเข้ามาเกิดเป็นตัณหาอุปทาน คือ อยากไม่ให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ กลัวว่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ แล้วยึดถือว่าจริงจัง จนเกิดทุกข์ หรือถ้าร้ายไปกว่านั้น ก็คืออยู่ๆ ก็ระลึกถึงเรื่องที่แล้วๆ มา แล้วเผลอปรุ่งต่อ เก็บมาคิด แล้วเกิดทุกข์ซ้ำซาก เป็นการก้าวไปข้างหลัง ทั้งสองอย่างพลาดจากปัจจุบันไปแล้วทั้งคู่

ความเป็นจริงแล้ว ธรรมะสำหรับคนคนหนึ่งมีนิดเดียว รู้มากไปก็พินเพื่อ เพียงแต่ว่าธรรมะนิดเดียวที่พอเหมาะกับจิตใจเรานั้นมันอยู่ตรงไหน เราจึงยังเที่ยวหาให้เจอ ซึ่งความเป็นจริงแล้ว ทุกอย่างเป็นธรรมะ ถ้าเรามองมันออก ธรรมะที่อยู่ภายนอก และธรรมะที่อยู่ภายในที่เสมอกัน สิ่งภายนอกไม่เคยมีค่ามีน้ำหนักเลย ถ้าภายใน ไม่ได้ให้ค่าให้น้ำหนักมันเราทำแค่ว่า เรารู้กายใจเราเอง ดูให้ออก ดูให้เป็น ดูอย่างที่เขาเป็นศึกษาเขาไป เพื่อเขาจะได้ไม่ก่อทุกข์ก่อโทษให้กับตัวเอง ให้จิตได้มีโอกาสเป็นอิสระเสียที

จิตใจเรานี้เหมือนนักโทษที่ถูกคุมขังอยู่ในกายนี้เอง เพราะมันยึดติดกับกายนี้ อย่างแยกไม่ออก เพราะขาดปัญญาที่จะรู้ว่า กายนี้ยึดถือไม่ได้จิตนี้ก็ยึดถือไม่ได้ มันต้องปลดอิสระจากตัวเองด้วย จึงเป็นอิสระอย่างแท้จริง

สารบัญ ←

เก็บตกในทางธรรมกับนายโจโจ้

โดย ต้นหยง, วิมุตติยา

สวัสดีค่ะท่านผู้อ่านทุกท่าน วันนี้ทีมสัมภาษณ์คือ ต้นหยง และน้องวิมุตติยาก็ได้มาขอสัมภาษณ์แขกรับเชิญคนแรกของเราคือคุณพัฒน์ หรือนายโจโจ้ในลานธรรมของน้องๆค่ะ

ก่อนอื่นเลยก็ต้องขอเกริ่นประวัติส่วนตัวของคุณพัฒน์สักนิดค่ะ

คุณโจโจ้ตอนนี้ทำงานอยู่ที่บริษัทส่วนตัวกับหุ้นส่วนอีกสองท่าน สาขางานในด้านการออกแบบการติดตั้งระบบคอมพิวเตอร์และวงจรอิเล็กทรอนิกส์ที่ใช้ในงานกลางแจ้งเช่น เก็บเงิน บริหารการจราจรค่ะ

Q: สวัสดีค่ะ คุณโจโจ้ จากที่รู้จักกับคุณโจโจ้มาเกือบสี่ปีเนี่ย (ต้นหยงอมยิ้ม) คุณโจโจ้เนี่ยเป็นพี่ชายทางธรรมคนแรกที่มีส่วนทำให้ต้นหยงมีโอกาสรู้จักครูอาจารย์พระปฏิบัติดีและพี่ๆน้องๆในเว็บลานธรรม สมัยที่เรียนหนังสืออยู่ที่ต่างประเทศ แต่ก็ยังไม่มีโอกาสได้สัมภาษณ์คุณโจโจ้อย่างละเอียดค่ะ) ทำให้ทราบว่า คุณโจโจ้เป็นคนอารมณ์ดี และมักจะยิ้มแย้มอยู่เสมอในเวลาที่เป็นคนที่ไม่เจอ แล้วก็เป็นคนที่ตัดสินใจอะไรค่อนข้างว่องไว ชัดเจน มีน้ำหนั (มีเหตุผล) ไม่ทราบว่าจะแบ่งปันเคล็ดลับในการดำเนินชีวิตให้พวกเราที่อ่านนิตยสารธรรมะใกล้ตัวนี้ด้วยได้บ้างมั๊ยคะ

A: เรื่องยิ้มแย้มและทำอะไรว่องไวนี้เป็นนิสัยที่ติดตัวมาตั้งแต่เด็กครับ แต่เดิมนั้นไ้แต่ไม่มีน้ำหนัก รวมทั้งขาดความชัดเจนด้วย เรียกว่ามั่วดูจะเหมาะสมสุดครับ (หัวเราะ) ซึ่งแน่นอนว่า ได้ก่อกรรมต่างๆไว้มากมาย ทุกวันนี้กรรมพวกนั้นก็ยังทยอยส่งผลอยู่ (หัวเราะ)

Q: แล้วทำอย่างไรจึงทำให้มีบุคลิกหนักแน่นและชัดเจนแบบทุกวันนี้คะ (นิสัยตอนเด็กๆที่เล่ามาช่างแตกต่างจากปัจจุบันเชียว)

A: พอเมื่อมาได้ปฏิบัติภาวนาด้วยวิธีการจัดไปได้ระยะหนึ่ง จิตก็เริ่มตั้งมั่นขึ้น เป็นสมาธิมากขึ้น ความเห็นสิ่งต่างๆตามจริงเพิ่มขึ้นกว่าแต่ก่อน ความฟุ้งซ่านหลงติดในความคิดปรุงแต่งของตนเองค่อยๆลดน้อยลง ยิ่งภาวนาไป ศีลก็มั่นคงขึ้นเรื่อยๆ จนย้อนกลับมาเป็นเหตุให้ความเห็นทั้งภายในและภายนอกชัดเจนขึ้น เมื่อความเห็นภายในชัดเจนขึ้น ความรู้จักรักตนเองก็มากขึ้น เป็นเหตุให้รู้จักผู้อื่นชัดเจนขึ้น

ความเห็นที่แสดงจึงตั้งอยู่บนความชัดเจน เมื่อข้อมูลชัดเจน การตัดสินใจจึงชัดเจน จึงถูกมองไปว่ามีน้ำหนัก เพราะตั้งอยู่บนฐานของความเห็นที่ชัดและเป็นกลาง ซึ่งทั้งหมดเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในช่วงหลังที่เริ่มมาปฏิบัติภาวนาแล้วทั้งสิ้นครับ

ทีมสัมภาษณ์: อนุโมทนากับคุณใจใจด้วยค่ะ

Q: พวกเราทราบว่าคุณใจใจเคยเป็นแคทอลิกมาก่อน แต่ทำไมถึงเปลี่ยนมานับถือศาสนาพุทธคะ

A: ออกหักแล้วหาคำตอบในคริสต์ศาสนาไม่พบ จึงไปหาทางอื่นหลายทาง เช่นราชาโยคะ บาไฮ พลังจักรวาล การสั่งจิตใต้สำนึก ฯลฯ จนรู้จักวิถีแก้เหงาวิธีแรกด้วยการช่วยคนที่กำลังจมอยู่กับทุกข์ จึงไปเสพติดการทำบุญด้วยการช่วยคนที่ติดอยู่ในความทุกข์อยู่หลายปี แต่ก็กลายเป็นเหตุที่สั่งให้มาพบพุทธศาสนา

คือได้พบอดีตคุณสันตินันท์หรือพระอาจารย์ปราโมทย์ ปาโมชโชในปัจจุบันนี้พร้อมทั้งคุณดังตฤณที่พันทิปดอทคอม ได้ทั้งสองท่านสอนจนค่อยๆเดินมาถึงปัจจุบันนี้ครับ

ทีมสัมภาษณ์: จากตรงจุดนี้ ท่านผู้อ่านจะคิดเหมือนพวกเรามั้ยคะว่า คนๆหนึ่งสามารถเปลี่ยนแปลงนิสัยไปในทิศทางที่เป็นกุศลมากขึ้นได้ หลังจากที่เค้าได้มาปฏิบัติธรรม (ทำทาน รักษาศีล และภาวนา) ค่ะ

Q: ถ้าไม่เป็นการเสียมรยาทจนเกินไป ไม่ทราบว่าตอนนี้คุณใจใจอายุเท่าไรคะ

A: อายุ 36 กำลังจะเข้า 37 ปีนี้แล้วครับ

Q: เห็นคุณโจโจ้เป็นคนชอบดนตรี ก็เลยขอลถามค่ะว่าชอบเล่นดนตรีชนิดไหนเป็นพิเศษ

A: ชอบเล่นเปียโนและกีตาร์ครับ ซึ่งมักได้เล่นเฉพาะกับที่บ้านเป็นส่วนมาก เวลาไปเล่นกับเพื่อนๆนอกบ้านมักถูกจับไปเล่นเบสหรือกลองแทนคนที่ติดงานไปซ้อมไม่ได้ครับ

Q: แล้วเพลงที่เล่นบ่อยคืออะไรคะ

A: เพลงไทยเดิมยุคสุนทราภรณ์ และเพลงไทยเก่าๆสมัยเด็ก เช่นวงชาติรี ร้องๆลงมา คือเพลงช้าๆยุค 1960-70 และเพลงการ์ตูนดิสนีย์ครับ อย่างที่ไปเล่นกันในงานเลี้ยงอาหารคุณตาคุณยายที่บ้านบางแควกันสองครั้งที่ผ่านมา ประมาณนั้นเลยครับ เพลงรุ่นคุณตาคุณยายยังหนุ่มสาวครับ น้อยๆ ในลานธรรมก็ซ้อมกัน แต่ไม่ได้ซ้อม ก็ไปเล่นกันสดๆกับน้องธีรนนท์และจันทรังสีให้คุณตาคุณยายได้ร้องเพลงกัน สนุกครับ นักดนตรีต้องคอยเปลี่ยนคีย์เพลงตามนักร้องบ่อยๆ เปลี่ยนท่อนที่ก็เปลี่ยนคีย์ที่



Q: หลายคนอาจสงสัยว่า เอ ดนตรีกับการเจริญสติมาเกี่ยวข้องกันได้อย่างไร?

A: ตอบตรงๆว่าไม่เห็นครับ แต่ถ้าฝึกสมาธินี้พอได้ครับ ซึ่งถ้าในแง่สมาธิสำหรับการปฏิบัติธรรมนั้น สมาธิที่จมอยู่กับราคะนี้ไม่ดีสำหรับความหลุดพ้น

แต่ถ้าพูดในแง่ของคนที่ใช้ชีวิตในโลก ก็ต้องบอกว่า ดีกว่าคนไม่เล่นดนตรีแน่ๆครับ เพราะเป็นการผ่อนคลายที่ดีมากสำหรับคนที่ยังไม่ได้ปฏิบัติจนรู้จักการปล่อยวาง



Q: เมื่อสักครู่คุณโจ้พูดถึงเรื่องสมาธิกับดนตรี แล้วในมุมมองของคุณโจ้ คุณโจ้คิดว่าดนตรีมีส่วนช่วยในการโน้มน้าวจิตใจให้เกิดได้แค่ไหนคะ หรือช่วยให้เป็นคนใจเย็นและอารมณ์ดีได้มากน้อยอย่างไร?

A: ในเรื่องของสมาธิ ความเห็นส่วนตัวนั้น ดนตรีมีส่วนช่วยบ้างแต่ก็ไม่มากนัก ส่วนการเป็นคนใจเย็นและอารมณ์ดีนั้น มาจากการอบและระมจิตและขันธ ด้วยการเข้าถึงให้จมกับอารมณ์ตามเนื้อร้องหรือทำนองที่ให้ความรู้สึกสงบเย็นมากกว่า ที่ใจเย็นและอารมณ์ดีนั้น มาจากการภาวนาจนรู้ทันโทสะ รวมทั้งรู้ทันความอึดอัดก่อนที่มันจะขยายตัวเป็นการก่ออกุศลกรรม

Q: ได้เคยอ่านในกระทู้เก่าๆ ในเว็บลานธรรมเสนา (http://www.larndham.net) อ่านพบที่คุณโจใจเฝ้าว่า ถ้าคุณโจใจเฝ้าเล่นเปียโนอย่างมีสติแล้วจะรู้สึก “จิตซัด” เรื่องนี้จริงหรือเปล่า? และเพราะอะไร?

A: ความรู้สึกเคลิบเคลิ้มนั้นเป็นผลจากการปรุงแต่ง ซึ่งถ้าไปเพ่งเอาจนความปรุงแต่งไม่เกิด ก็ความรู้สึกจิตซัด หรือถ้ารู้ทันความปรุงแต่งก็จะพบความจิตซัดเหมือนกันครับ แต่อย่าลืมว่า มันเหมือนเรื่องกินข้าวนะครับ การที่จะบอกว่า โอ้ ภายนี้ไม่ใช่ของเรา ดังนั้น ไม่ต้องกินข้าว ก็ต้องหิว ถ้ายังไม่กินอีก ก็อาจจะป่วย และถ้ายังไม่กินอีก ก็ต้องตาย

คนเราถ้าไม่เลี้ยงชั้นนี้ให้มีปิติสุขตามสมควร มันก็จะย้อนกลับมามีผลกระทบกับการภาวนาเหมือนการไม่กินข้าวนั่นเอง เช่นเดียวกับคนที่พยายามบังคับตัวเองจนเกินพอดี ผลก็คือบ้า บ้าแบบต้องเข้ารับการรักษาได้เลยครับ

ทีมสัมภาษณ์: ขอบขอบคุณโจใจเฝ้ามากนะคะ ที่ช่วยขยายความคิดเห็นเกี่ยวกับดนตรีและการเจริญสติ คงจะมีประโยชน์กับหลายๆ ท่านค่ะ เพราะในทุกวันนี้ออกไปข้างนอก ไม่ว่าจะไปทานข้าว ซุปปิ้ง จ่ายตลาด ฯลฯ ก็จะได้ยินเสียงเพลงเปิดอยู่เกือบทุกที่ค่ะ ดนตรีจึงเกี่ยวข้องกับชีวิตของพวกเราในยุคปัจจุบัน โดยที่บางครั้งก็หลีกเลี่ยงไม่ได้ :))

Q: เมื่อสักครู่คุณโจใจเฝ้าพูดถึงเรื่องดนตรีไปแล้ว มาพูดถึงเรื่องความเร็วกันค่ะ ทราบมาอีกว่า คุณโจใจเฝ้าเป็นคนที่ขับรถเร็วมากเลย แต่ก็ไม่เคยประสบอุบัติเหตุเลย เอ มีเคล็ดลับยังงัยหรือคะ ทำไมจึงขับรถได้เร็วแต่ก็ปลอดภัยมาตลอด

(ตรงนี้เป็นการสัมภาษณ์ส่วนบุคคล ถ้าไม่ถนัด อย่าทำตามนะคะ)

A: อย่างแรก ที่ขับเร็วก็เพราะมีกำหนดเวลาให้ต้องไปถึง หรือถ้าไปถึงเร็ว จะเหลือเวลาทำอย่างอื่นได้มากขึ้นครับ ถ้าไม่มีกำหนดเวลา ก็จะไม่รีบไปเลยครับ ขับช้าจนถูกคันอื่นเตือนเอาอีกหลายครั้ง ถัดมา สติไว้นั้นเป็นผลจากการปฏิบัติครับ

ส่วนการไม่ค่อยเกิดอุบัติเหตุนี้มาจากความเห็นชัดว่าขอบรถของเราอยู่ตรงไหน ขอบรถคันอื่นอยู่ตรงไหน เมื่อเห็นชัด การกระเหย่งก็เลยดูจะแม่นยำกว่าคนอื่น กลับมาที่การขับรถเร็ว

เมื่อก่อนจะรู้สึกสนุก แต่ในขณะที่เดียวกันก็จะเครียดและกลัวไปด้วย เคยทดสอบมาหลายสิบครั้งแล้วว่าถ้าเครียด เหย่งจะออกบนฝ่ามือ แต่ถ้าขับสบายๆ จะไม่มีเหย่งออกเลย ถัดมาเรื่องอุบัติเหตุ ที่มีอุบัติเหตุบ้างเหมือนกันครับ ครั้งล่าสุดนี้เพิ่งสามเดือนก่อน คือเพิ่งออกตัว แล้วคันหน้าซึ่งออกตัวไปแล้วเปลี่ยนใจเบรกระงกทันทีทั้งที่คันหน้าไปอีกนั้นเขาไปกันหมดแล้ว ก็เลยชนเพราะไม่มีทางเบรกกั้น ส่วนครั้งก่อนหน้านั้นคือตันปี 47 เพิ่งกลับจากวัดนั่งขับมาเรื่อยๆ สบายๆไม่ถึงร้อย อยู่ๆ ก็มีมอเตอร์ไซค์ไถลออกมาจากเกาะกลางตรงที่ไม่ใช่จุดกลับรถ ก็ชนทันทีเหมือนกันเพราะไม่มีโอกาสเบรกเลย แต่ทั้งสองครั้งไม่มีการถกเถียงครับ ฝ่ายโน้นเขารู้ตัวว่าเขาเป็นเหตุให้เกิดการชนและยอมเป็นฝ่ายรับผิดชอบกับตำรวจ/ประกันเอง

Q: แล้วท้ายรถคุณใจเงินเก็บอะไรไว้บ้างคะ (ได้ข่าวว่าข้าวของเยอะ=)

A: ก็มี หนังสือและซีดีธรรมะ อาหารหมา อาหารแมว อาหารคนและน้ำ (เพราะไปต่างจังหวัดบ่อย) เครื่องมือช่างไฟฟ้า-อิเล็กทรอนิกส์ Inverter แปลงไฟตรงเป็นไฟบ้าน ปลั๊กพ่วง สายสัญญาณเครื่องเสียง (ได้ใช้บ่อยมาก) ตะไคร้หอมกันยุง ซีดี-ดีวีดีเปล่า เครื่องพิมพ์คอมพิวเตอร์ แล้วก็เครื่องสำรองไฟสำหรับคอมพิวเตอร์ (UPS) แนวๆนี้ครับ

Q: หนังสือและซีดีธรรมะที่เก็บไว้ท้ายรถมีไว้เพื่อแจกหรือเปล่านั้น?

A: ครับ

Q: แล้วมีหลักการแจกอย่างไรบ้างคะ?

A: ตอบแบบหลักการก็คือ เลือกดูคนที่มิจิตใจละเอียดพอที่จะเห็นและรองรับสิ่งที่เป็นนามธรรม และมีความสนใจสงสัยเกี่ยวกับชีวิต ซึ่งแสดงออกอยู่ตลอดเวลาในคำพูด ท่าทางอยู่แล้ว ว่าคนแต่ละคน แสวงหาอะไร หลักสังเกตอย่างง่ายก็คือ คน

เหล่านี้จะมีความละเอียดอ่อนในการสังเกต มีความรอบคอบในการตัดสินใจ ไม่มอง
สิ่งต่างๆผิวเผินเพียงเปลือกนอก

อย่างครั้งหนึ่งที่ต้องไปทำงานที่บริษัท True ตึกอื้อจ๊อเสียงบ๊อยๆ หลังจากที่สังเกต
พนักงานรักษาความปลอดภัยหน้าบริษัทที่เพียงพูดทักทายคนด้วยคำสั้นๆสักสองสาม
ครั้ง ก็แน่ใจว่าคนนี้สนใจเรื่องทางธรรมแน่ ครั้งต่อมาจึงหยิบมหาสติปัฏฐานสูตรฉบับ
ธรรมทานติดมือไปฝาก สัปดาห์ต่อมาพอไปอีก เขายกมือไหว้สวัสดีอย่างนอบน้อม
ก่อนพร้อมกับบอกว่า หนังสือที่ให้มา ผมอ่านเกือบจบแล้ว ตามากจริงๆครับ นี่เป็น
หนึ่งในหลายๆกรณีที่น่าประทับใจครับ

Q: ผลที่ได้รับจากการแจกหนังสือและซีดีนั้นมีอะไรบ้างคะ?

A: ผลที่เกิดขึ้นก็คือความอึดเอิบเบิกบานในการให้ ผลที่เห็นได้ในเวลาต่อมาคือ
ความสามารถในการรับและเข้าถึงปัจจัยที่ทำให้เกิดความก้าวหน้าในเส้นทางธรรม
โดยไม่ต้องแสวงหา คือได้มาเองโดยไม่ต้องออกแรงเหนื่อยครับ

**Q: ถ้ามีคนสนใจอยากรับหนังสือและซีดีธรรมะตรงทางไปแจกต่อเหมือนคุณใจ
ใจบ้าง จะติดต่อขอรับหรือร่วมพิมพ์ได้ที่ไหน?**

A: ส่วนถ้ามีคนสนใจอยากรับหรือร่วมพิมพ์นั้น แนะนำให้ไปอ่านในลานธรรม (<http://www.larndham.net>) ห้องธรรมทานและสมาชิกสัมพันธ์ดูครับ มีคนพิมพ์แจก
อยู่เรื่อยๆในราคาถูกอยู่แล้ว :-)

Q: ตอนนี้อยากให้คุณใจใจเล่าเกี่ยวประวัติชีวิตส่วนตัวในการทำงานบ้างคะ

A: เริ่มทำธุรกิจเพราะตอนเรียนจบแล้วไม่อยากทำงานที่บ้านครับ เลยหาเรื่องไปทำ
งานข้างนอก ก็เลยเจอเพื่อนที่ชวนกันไปตั้งบริษัท โดยคุณพ่อคุณแม่ช่วยออกทุนให้
ทีแรกไม่ได้คิดเรื่องรวยเลย ทำแค่ว่าเรามีเพื่อนชวนทำและเห็นว่าคงสนุก แต่พอทำ
ไปก็เห็นว่างานซักจะโตขึ้นเรื่อยๆ ก็เริ่มมีความคิดจะให้

ตัวเลขที่ตั้งไว้เล่นๆ ตอนนั้นก็คือ ถ้าวันไหนมีเงินถึงระดับหนึ่งที่เรายู้อได้แล้ว ก็จะยก
เก้าสิบเปอร์เซ็นต์เอาไปใช้เพื่อคนอื่น/ส่วนรวม แต่ดูแล้วยังไม่เห็นแววจะมีมากใน

เร็วๆนี้เพราะมีเท่าไรก็แจกออกไปจนเกลี้ยง เลยไม่มีโอกาสมี ต้องเปลี่ยนนิสัยก่อน ซึ่งกำลังอยู่ในระหว่างการปรับปรุงครับ (หัวเราะ)

Q: ใจกว้างจนนะคะ =>ได้ฟังคุณโจ้พูดเรื่องการทำทานมาข้างต้น พวกเราขอถามต่อนะค่ะว่า แล้วอย่างนี้คุณโจ้เคยให้เงินใครจนหมดกระเป๋าหรือเอาเงินไปช่วยคนที่ลำบากจนตัวเองไม่มีเงินเหลือบ้างไหม?

A: เป็นประจำครับ เทหมดกระเป๋านี่บ่อยจนจำไม่ได้แล้ว ส่วนช่วยจนตัวเองไม่มีเงินเหลือนี้ มีเป็นประจำ อย่างเดือนนี้ก็ใช่ครับ เอาไปปลดหนี้ให้เพื่อน หรือให้คนที่กำลังลำบาก แต่ยังไงเราก็กินครับ สังเกตได้จากน้ำหนักที่ยังไม่ค่อยยอมลดเลย (หัวเราะ)

Q : แล้วผลที่ได้รับจากการทำทานในลักษณะนั้นคืออะไรคะ?

A: ความอึดใจครับ ไม่มีอะไรมากกว่านั้น ผลอื่นที่น่าจะเกิดก็คือ มีคนมาช่วยเหลือ โดยเราไม่ได้ร้องขอเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ชีวิตสบายมากครับ :-)

Q: แล้วการให้จนหมดกระเป๋าแบบนี้ไม่ถือว่าขัดกับหลักการให้ของพระศาสดา หรือหลักที่ว่า “การช่วยเหลือคนนั้น ถ้าสิ่งใดทำแล้วเราได้ประโยชน์ เขาได้ประโยชน์ ถือว่างาม สิ่งใดทำแล้วเราไม่ได้ประโยชน์แต่ก็ไม่เสียประโยชน์ ส่วนเขาได้ประโยชน์ ถือว่างาม แต่ถ้าสิ่งใดที่ทำแล้วเราเสียประโยชน์ ส่วนเขาได้ประโยชน์ ถือว่าไม่งาม ไม่ควรทำ” หรือคะ?

A: ปัจจุบันยังไม่ได้รู้สึกว่าการช่วยจนตัวเองลำบากครับ เพียงแต่ให้จนหมด ไม่เก็บไว้เป็นของตัวเอง กำลังอยู่ระหว่างการปรับเข้าสู่สมดุลครับ จากเดิมให้จนหมดตัว ก็กำลังปรับเป็นให้แบบกำลังดี คือมีเหลือเก็บ มีให้พ่อแม่บ้าง เดิมไม่ได้รู้สึกว่าการเสียประโยชน์ แต่ตอนนี้ก็เริ่มเห็นเหมือนกันว่าช่วยเกินพอดีไป

Q: ประเด็นคืออาการทางใจ ถ้าให้แล้วรู้สึกว่าลำบากใจจึงถือว่าไม่ถูกหรือคะ?

A: ความถูกคือถูกเป้าครับ เป้าส่วนตัวพี่คือให้แล้วจิตเป็นกุศล ถ้าให้แล้วทำให้ตัวเองลำบาก เศร้าหมอง หดหู่ นั่นคือผิด แต่ถ้าให้แล้วใจสบายโดยไม่ทำให้เกิดความเศร้าหมองจากการต้องไปตามแก้ปัญหาในภายหลัง ก็เป็นการให้ที่ดีแล้วครับ

อย่างที่บอกไปก่อนหน้านี้ว่ากำลังปรับ กำลังหัดเก็บแล้วครับ (หัวเราะ) เริ่มมีบทเรียนที่ธรรมะจัดสรรมาให้เห็นความจำเป็นของการเก็บแล้ว

Q: ค่ะ ทีนี้ย้อนกลับมาเรื่องการทำงานตอนะคะ คุณโจใช้หลักอะไรคะในการบริหารงานจึงประสบความสำเร็จแบบทุกวันนี้เพราะหลายๆคนที่อ่านธรรมะใกล้ตัวก็ยังเป็นฆราวาสที่ต้องทำงานกันอยู่เพื่อจะได้รับประโยชน์ในด้านการงานด้วย

A: หลักที่ใช้ในการทำงานคือพรหมวิหารธรรม โดยเฉพาะเมตตาครับ ทำเพื่อให้ทุกคนมีความสุข เพื่อนร่วมงานมีความสุข ลูกค้ามีความสุข ตัวเองมีความสุข นอกจากนั้นก็เห็นว่า ทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยใจ ถ้าใจเป็นสุขแล้วสิ่งที่ดีจะตามมาเอง ที่เหลือนั้นไม่ต้องกังวล

(หมายเหตุ: พรหมวิหาร หรือ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ มี ๔ อย่าง อันได้แก่ เมตตา กรุณา มุติตา อุเบกขา สามารถไปหาเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.84000.org>)

Q :แล้ววิถีชีวิตทางธรรมและทางโลกไม่ขัดกันหรือคะ? ดำเนินชีวิตอย่างไรถึงรักษาศีลได้บริสุทธิ์คะ อยากให้ลองเล่าให้พวกเราฟังหน่อยค่ะ

A: ไม่ขัดกันครับ เหตุคือโลกนั้นตั้งอยู่ได้ก็เพราะธรรม ในขณะที่ใจที่ห่างธรรมเท่านั้นที่หลงไปยึดและฝืนธรรม ทุกข์จึงเกิดขึ้นจากความต้องการฝืน แล้วมันไม่ยอมเป็นหรือยากที่จะเป็นไปตามที่ต้องการ และที่รักษาศีลได้บริสุทธิ์นั้นเพราะความเข้าใจว่าการทำกับคนอื่นอย่างไร ก็คือการทำกับตนเองอย่างนั้น

Q: เพราะอะไรคุณโจถึงถึงพูดว่าการทำกับคนอื่นอย่างไรก็คือการทำกับตนเองอย่างนั้นคะ?

A: ที่เจอมาทั้งชีวิต เห็นอย่างนั้นจริงๆครับ ที่เคยทำกับคนอื่นไว้ ไม่ว่าจะพ่อ แม่ คนใกล้ชิดตั้งแต่เด็กมาจนโต ทำกับเขาไว้ยังไง ก็ต้องเจอเขา来做กับเราแบบเดียวกัน กับที่เราเคยทำไว้เป๊ะๆเลย เพียงแต่มันผ่านมานานแล้ว หลายคนอาจจะไม่ได้สังเกต แต่อย่างพี่นี่ หลังจากได้ครูบาอาจารย์เตือนหลายครั้งเข้า วันหนึ่งก็ฉุกใจคิดจากเดิมที่เห็นว่า มาทำอย่างนี้(กับเรา) ได้ยังไง ก็กลายเป็นว่า เอ๊ะ นี่เราก็คเคยทำแบบนี้เหมือนกัน คือมองตัวเองก่อนจะตำหนิคนอื่น แล้วเก็บเอาไว้เป็นบทเรียนว่า อย่าไปทำอย่างนี้กับใคร เพราะคนที่โดนแล้วจะรู้สึกอย่างที่เราเองกำลังรู้สึกอยู่ในใจตอนนี้นั่นแหละ

และเห็นต่อไปด้วยว่า ถ้าได้ตอบ ก็เป็นการสร้างเหตุเพิ่มให้ต้องไปปรับในอนาคตต่อไปอีก ดังนั้น รับผิดชอบไปแล้วเรียนรู้ดีกว่า ว่าการโดนแบบนี้จะรู้สึกแบบนี้ ดังนั้นอย่าไปโต้ตอบ รับผิดชอบ ส่วนถ้าเป็นงาน ก็แก้ปัญหาเฉพาะเรื่องงานไป ไม่ต้องไปตำ ไม่ต้องไปประยาธน์ พอมัทำแบบนี้ คนที่ทำผิดเขารู้ของเขาเองว่าเขาผิดพลาด ยิ่งถ้าเราไม่ตำ กลายเป็นว่าเขาจะยิ่งเกรงใจ แต่ก็เพราะเราก็กเกรงใจเขาเหมือนกัน (ยิ้ม) กลายเป็นการสร้างนิสัยที่ดีในการทำงานร่วมกันไป คือทั้งไม่กล่าวโทษกัน และทั้งร่วมกันแก้ปัญหา

Q: การปฏิบัติธรรมมีช่วยส่งเสริมในการทำงานทางโลกอย่างไรคะ?

A: ช่วยให้เข้าใจจิตใจตนเอง ซึ่งส่งผลให้เข้าใจคนอื่นได้มากขึ้นกว่าเดิมอีกมาก ว่าแต่ละคนรู้สึกอะไรอย่างไร ทำให้การบริหารงานเป็นไปอย่างราบรื่นเพราะใจคนที่ทำงานใต้บังคับบัญชามีความสุขสบายครับ

Q: แล้วคุณโจมีจุดมุ่งหมายอย่างไรในชีวิตนี้ ลองเล่าให้ฟังสั้นๆได้มั๊ยคะ

A: mission คือก้าวหน้าในทางธรรมและในการใช้ชีวิตทางโลกจนกว่าเพศฆราวาสจะรองรับไว้ไม่ได้ครับ

Q: ไม่ทราบว่าคุณโจ้มีคำแนะนำให้แก่ผู้อ่านในวัยหนุ่มสาวยุคข่าวสาร อย่างไรบ้างคะ?

A: คำแนะนำสำหรับหนุ่มสาวยุคนี้คือ อยากมีความสุข อยากเด่น อยากดัง หรืออยากได้หรืออยากเป็นอะไรก็ตาม คำสอนที่พระศาสดามอบไว้ มีคำตอบและนำไปใช้ได้ทุกอย่างครับ (ไม่จำกัดเฉพาะคนหนุ่มสาว)

หมั่นทำทาน จะได้ความสุขในเบื้องต้นจากการให้ ที่ถ้าไม่เคยทำทานมากก็จะไม่เคยเจอ และเมื่อรู้จักทานดีแล้ว ถ้าได้รักษาศีลเข้า ก็จะมีสุขจากการมีศีล เป็นสุขจากความสงบที่ละเอียดอ่อนและอยู่ตลอดเวลาที่มีศีล คืออยู่นานกว่าสุขจากทาน เมื่อรักษาได้นานเข้า ก็จะทำให้เกิดความเสียดายศีล คือเสียดายความสงบของใจที่เกิดแล้วขึ้นมาโดยอัตโนมัติ และถ้ายังไม่ถึงทานที่มาจากกรุณา ทานนั้นก็จะเป็เหตุให้เข้าถึงการภาวนา ซึ่งเมื่อได้เข้าใจแล้วว่าการภาวนาดียังง คนๆนั้นก็จะไม่ทิ้งการภาวนาเลย ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดหรือเวลาไหน เพราะรู้ว่าเป็นเหตุของความสุขที่ละเอียดปราณีตยิ่งกว่าสุขจากสิ่งกระทบภายนอกจริงๆ

คณะทางนิตยสาร/ทีมสัมภาษณ์ต้องขอขอบคุณคุณโจ้ที่เสียสละเวลามานพุดคุยกับเราในวันนี้ถึงแนวทางในการดำเนินชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรมค่ะ ขอบคุณค่ะ ถึงตรงนี้ พวกเราก็คงจะเห็นแบบที่ผู้สัมภาษณ์เห็นนะค่ะว่าการศึกษาพระพุทธศาสนา และการนำการให้ทาน รักษาศีล และภาวนามาใช้ในชีวิตประจำวัน มีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตไม่น้อยเลย

ส่วนฉบับหน้าจะเป็นเรื่องราวของท่านใด ต้องติดตามกันนะค่ะ ขอบคุณทุกท่านเช่นกันค่ะ ที่อ่านบทความมาจนถึงบรรทัดนี้

สารบัญ ←

ร่วมส่งบทความ

นิตยสารเล่มนี้จะเป็นนิตยสารคุณภาพได้ ก็ด้วยเนื้อหาดี ๆ ภายในฉบับที่จัดสรรลงอย่างต่อเนื่องนะคะ

หากคุณผู้อ่านท่านใด มีความสามารถในการเขียน มีศรัทธา และความเข้าใจในคำสอนของพุทธศาสนา ไม่ว่าจะในระดับเบื้องต้น เบื้องกลาง หรือเบื้องปลาย และมีใจรักที่อยากจะสื่อสารถ่ายทอดสิ่งนั้นให้กับผู้อื่นได้ทราบ และได้ประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้น เช่นเดียวกับที่เราอาจเคยได้รับจากผู้อื่นมาแล้ว ก็ขอเชิญทุกท่านส่งบทความมาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของธรรมะใกล้ตัว ด้วยกันนะคะ

คุณอาจไม่จำเป็นต้องเป็นนักเขียนฝีมือเลิศ แต่หากมีใจที่คิดอยากจะถ่ายทอด มีสิ่งที่คิดว่าอยากแบ่งปันความรู้ความเข้าใจนั้นให้กับคนอื่น ๆ ก็ลองเขียนส่งเข้ามาได้เลยค่ะ

๑. คอลัมน์ที่เปิดรับบทความ

คอลัมน์: ธรรมะจากคนสู้กิเลส

เนื้อหา: เปิดโอกาสให้คุณๆ ได้เล่าประสบการณ์จริงของตนเอง ว่าผ่านอะไรมาบ้าง มีอะไรเป็นข้อคิดที่เป็นประโยชน์บ้าง อะไรทำให้คนธรรมดาคนหนึ่งกลายเป็นคนดีขึ้นมา และทำให้คนมีกิเลสเยอะกลายเป็นคนกิเลสบางลงได้ มีแต่คนที่เปลี่ยนแปลงตัวเองแล้วเท่านั้น จึงจะเขียน ธรรมะใกล้ตัว ได้สำเร็จ

คอลัมน์: นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ

เนื้อหา: เปิดโอกาสกว้างสำหรับคนที่ชอบคิดชอบเขียน โดยเฉพาะอดีตนักฝัน ที่เพิ่งฝันตัวมอยอยู่ในโลกธรรม เพื่อสร้างสรรค์เรื่องราวให้คนได้ข้อคิดข้อธรรมผ่านความสนุกของรูปแบบนิยายหรือเรื่องสั้นได้อย่างเพลิดเพลิน

คอลัมน์: คำคมชวนคิด

เนื้อหา: รวบรวมข้อคิด หรือคำคมของบุคคลต่างๆ ที่เคยได้ยินมาแล้วสะดุดใจ มาบอกต่อ ยิ่งถ้าใครสามารถสร้างสรรค์วรรคทองได้เองยิ่งดี เพราะจะ

ได้ฝึกใจเริ่มวลีสะดุดใจ ซึ่งเป็นแม่บทของกรรมที่ทำให้มีความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างสุดยอด เนื่องจากแง่คิดดี ๆ จะช่วยให้คนอ่านคิดดี หรือได้คิดเพื่อเปลี่ยนแปลงชีวิต วิชาที่ย้อนกลับมาสนองตอบแทนคุณ ก็คือการพูดโอเดียนเหมือนน้ำฟูไม่รู้จักรู้สิ้น กับทั้งเป็นที่ยอมรับในวงกว้างด้วย

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น หรือแปลมาจากภาษาอังกฤษ กรุณาระบุแหล่งที่มา หรือชื่อของบุคคลผู้เป็นเจ้าของคำคมด้วยนะคะ

คอลัมน์: สัพเพเหระธรรม

เนื้อหา: เรื่องราว เรื่องเล่า อาจมาจากฉากหนึ่งในชีวิตของคุณ ที่มีเกร็ดข้อคิดทางธรรม หรือข้อคิดดี ๆ อันเป็นประโยชน์ อาจเป็นเรื่องเล่าสั้น ๆ ในรูปแบบที่เสมือนอ่านเล่น ๆ แต่อ่านจบแล้ว ผู้อ่านได้เกร็ดธรรมหรือข้อคิดดี ๆ ติดกลับไปด้วย

คอลัมน์: กวีธรรมะ

เนื้อหา: พื้นที่ที่เปิดกว้างสำหรับกวีธรรมะทั้งหลาย โดยไม่จำกัดรูปแบบและความยาวของบทกวี หรือหากจะคิดเอาบทกวีที่น่าประทับใจ ให้แง่คิดอะไรในเชิงบวก ก็สามารถนำมาลงได้เช่นกัน แต่ถ้าให้ดี กลั่นกรองออกมาด้วยตนเองได้ ก็ยิ่งดีค่ะ

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น ต้องระบุที่มาที่ไปอย่างชัดเจนด้วยนะคะ

คอลัมน์: เทียววัด

เนื้อหา: รับหมดไม่ว่าจะเป็นวัดสวยหรือสถานที่ปฏิบัติธรรม ข้อมูลข่าวสารจากทั่วประเทศนั้น ไม่มีวันที่ใครคนเดียวจะรู้ได้หมด ถ้าช่วยเป็นหูเป็นตาให้แก่กัน ก็คงจะมีประโยชน์อย่างมากสาละ

กติกา: นอกจากข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ บรรยายภาพ ภูมิภา ฯลฯ ของวัดแล้ว ต้องขอรบกวนส่งภาพสวย ๆ มาประกอบบทความด้วยนะคะ

คอลัมน์: ธรรมะปฏิบัติ

เนื้อหา: ร่วมบอกเล่าประสบการณ์จริง ประสบการณ์ตรงจากการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นทั้งธรรมทาน และเป็นทั้งกำลังใจ สำหรับผู้ที่กำลังร่วมเดินทางอยู่

บนเส้นอริยมรรคเส้นเดียวกันนี้

คอลัมน์: ของฝากจากหมอ

เนื้อหา: นำเสนอข่าวสารในวงการแพทย์ หรือสารนารู้อันเป็นประโยชน์เกี่ยวกับสุขภาพ ที่คนทั่วไปสนใจ หรือนำไปใช้ได้ เพื่อเป็นวิทยาทานให้กับผู้อ่าน จากแง่มุมต่างๆ ที่แพทย์แต่ละแขนงมีความรู้ความเชี่ยวชาญต่างๆ กัน

กติกา:

- ▶ หากเป็นบทความที่แนะนำให้มีการทดลองกินยา หรือแนะนำให้ผู้อ่านปฏิบัติตามด้วย ขอจำกัดเฉพาะผู้เขียน ที่เป็นผู้เรียนหรือทำงานในสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้องเท่านั้น เพื่อป้องกันการนำเสนอข้อมูลที่คลาดเคลื่อน และอาจส่งผลกระทบต่อผู้อ่านได้ค่ะ
- ▶ หากนำเสนอประเด็นที่ยังเป็นที่ถกเถียงอยู่ในวงการแพทย์ ขอให้มีการอ้างอิงด้วย เช่น มาจากงานวิจัยชิ้นไหน หรือหากเป็นเพียงความเห็นส่วนตัวของหมอ ก็กรุณาระบุให้ชัดเจนด้วยค่ะ

๒. อ่านสัณนิษฐาน ก่อนคิดเขียน

เนื่องจากในแต่ละสัปดาห์ มีงานเขียนส่งเข้ามาเป็นจำนวนมากชิ้นขึ้นเรื่อยๆ ดังนั้น เพื่อเป็นการช่วยลดเวลา และลดภาระให้กับอาสาสมัคร ในการเข้ามาช่วยกันคัดเลือก และพิสูจน์อักษรของทุกบทความ ต้องขอรบกวนผู้ส่งบทความ เรียบเรียงงานเขียนตามแนวทางดังนี้ด้วยนะคะ

๒.๑ ตรวจทานคำถูกผิดให้เรียบร้อย

ก่อนส่งบทความ รบกวนผู้เขียนทุกท่านช่วยตรวจทานให้แน่ใจก่อนนะคะว่า ไม่มีจุดไหนพิมพ์ตกหล่น พิมพ์เกิน พิมพ์ผิดพลาด หรือเขียนตัวสะกดไม่ถูกต้องผ่านสายตาของผู้เขียนแล้ว

หากไม่แน่ใจตัวสะกดของคำไหน สามารถตรวจสอบได้จากที่นี่เลยคะ

เว็บเครือข่ายพจนานุกรม ราชบัณฑิตยสถาน

<http://rirs3.royin.go.th/ridictionary/lookup.html>

๒.๒ จัดรูปแบบตามหลักงานเขียนภาษาไทย

เพื่อให้ทุกบทความมีลักษณะของการจัดพิมพ์ที่สอดคล้องกัน ขอให้ใช้การจัดรูปแบบในลักษณะดังนี้คะ

- ▶ **เครื่องหมายคำถาม (?) และเครื่องหมายตกใจ (!)**
เขียนติดตัวหนังสือด้านหน้าและวรรคด้านหลัง เช่น “อ้าว! เธอไม่ได้ไปกับเขาหรือหรือ? ฉันนึกว่าเธอไปด้วยเสียอีก”
- ▶ **การตัดคำเมื่อขึ้นบรรทัดใหม่**
สำหรับคนที่นิยมเขียนแบบเคาะ [Enter] เพื่อตัดขึ้นบรรทัดใหม่ แทนการรวบคำอัตโนมัติของโปรแกรมคอมพิวเตอร์ อยากให้ช่วยดูการตัดคำด้วยนะคะว่าตัดได้อย่างเหมาะสม คืออ่านได้สลิ้น ไม่สะดุด ไม่แยกคำ หรือไม่ขึ้นบรรทัดใหม่ผ่ากลางวลีที่ควรอ่านต่อเนื่องกัน โดยไม่จำเป็น เช่น

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น ก็เลยบอกเธอไปว่าผลกรรมชอกาเมนนั่นหนักไม่ใช่เล่น”

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น ก็เลยบอกเธอไปว่าผลกรรมชอกาเมนนั่นหนักไม่ใช่เล่น” (อ่านง่ายกว่าค่ะ)
หรือดูหลักเกณฑ์อื่นๆ ได้จากที่นี่เพิ่มเติมด้วยก็ได้คะ

ราชบัณฑิตยสถาน > หลักเกณฑ์ต่างๆ

<http://www.royin.go.th/th/profile/index.php>

๒.๓ ความถูกต้องของฉันทลักษณ์สำหรับชิ้นงานร้อยกรอง

สำหรับท่านที่แต่งร้อยกรองเข้าร่วมในคอลัมน์กวีธรรม ขอให้ตรวจทานให้แน่ใจสัณนิษฐานคะว่า บทกลอนนั้น ถูกต้องตามฉันทลักษณ์แล้วหรือยัง จะได้ช่วยกันใส่ใจและเผยแพร่แต่ในสิ่งที่ถูกต้องให้ผู้อื่นกันคะ

คุณผู้อ่านสามารถตรวจสอบ หรือหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับฉันทลักษณ์ของกวีไทยได้จากที่นี่ด้วยนะคะ

ร้อยกรองของไทย

(โคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน ร่าย)

<http://thaiarc.tu.ac.th/poetry/index.html>

๒.๔ ความยาวของบทความ และการจัดย่อหน้า
ปกติแล้วเราไม่จำกัดความยาวของชิ้นงานในทุกคอลัมน์ ค่ะ แต่ก็อยากให้ผู้เขียนใช้ดุลยพินิจดูด้วยค่ะว่า ความยาวประมาณใดน่าจะเหมาะสม โดยลองดูจากบทความที่ลงในเล่ม และลองเทียบเคียงความรู้สึกรู้สึกในฐานะผู้อ่านดูนะคะ

สำหรับเรื่องสั้น หรือนวนิยาย ที่อาจมีความยาวมากกว่าบทความอื่นๆ และมีการเปลี่ยนฉากอยู่บ้าง อย่าง ลิมเบรกสายตาผู้อ่าน โดยการขึ้นย่อหน้าใหม่เมื่อถึงจุดหนึ่งๆ ของเรื่องที่เหมาะสมด้วยนะคะ เพราะการเขียนเป็นพริด เห็นแต่ตัวหนังสือติดๆ กันลงมายาวๆ จะลดทอนความน่าอ่านของบทความไปอย่างน่าเสียดายค่ะ

หากบทความใด อ่านยากๆ หรือมีจุดบกพร่องที่ต้องแก้ไขเยอะมาก ๆ ทางทีมงานอาจจะต้องขออนุญาตเก็บไว้เป็นอันดับหลังๆ ก่อนนะคะ

๓. ส่งบทความได้ที่ไหน อย่างไร

๓.๑ กระดานส่งบทความ

เมื่อเขียน อ่านทาน และตรวจทาน บทความพร้อมส่งเรียบร้อยแล้ว งานเขียนทุกชิ้น สามารถโพสต์ส่งได้ที่ กระดาน “ส่งบทความ” ได้เลยนะคะ ที่: <http://dung-trin.com/forum/viewforum.php?f=2>

โดยหัวข้อกระทู้ ขอให้ใช้ฟอร์แมตลักษณะนี้นะคะ

(ชื่อคอลัมน์) ชื่อเรื่อง โดย ชื่อผู้แต่ง

เช่น

(สัพเพพระธรรม) เทพธิดาโรงงาน โดย คนไกลวัด
(ธรรมะปฏิบัติ) เส้นทางปฏิบัติ 1 โดย satima
(ของฝากจากหมอ) เครียดได้...แต่อย่าทน โดย หมออดิ

เพื่อช่วยให้ทีมงานสามารถจัดหมวดหมู่ของชิ้นงานได้เร็วขึ้นค่ะ

๓.๒ แนบไฟล์ Word มาด้วยทุกครั้ง

หากแปะเนื้อความลงในกระทู้เลย ฟอร์แมตต่างๆ เช่น ตัวหนา ตัวบาง ตัวเอียง จะหายไปค่ะ เพื่อความสะดวก รบกวนทุกท่านแนบไฟล์ Word ที่พิมพ์ไว้มาด้วยนะคะ (ในหน้าโพสต์ จะมีปุ่ม Browse ให้เลือก Attach File ได้เลยนะคะ)

ใครมีรูปประกอบ ก็ Attach มาด้วยวิธีเดียวกันนี้เลยนะคะ

และหากไฟล์มีขนาดใหญ่ ทำเป็น zip เสียก่อน ก็จะช่วยให้ประหยัดพื้นที่ได้ไม่น้อยค่ะ

๔. ส่งแล้วจะได้ลงหรือไม่

ปกติแล้ว เวทีแห่งนี้เป็นเวทีที่เปิดกว้าง หากบทความนั้น ให้เนื้อหาสาระที่เป็นไปเพื่อเกื้อกูลกันในทางสว่าง และเป็นแนวทางที่ตรงตามแนวทางคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านจากผู้รู้จักในด้านการเชี่ยวชาญ ก็จะได้รับรองลงแน่นอนค่ะ

ทั้งนี้ รวมถึงความยากง่ายในการอ่านพิจารณาบทความ การแก้ไขจุดบกพร่องต่างๆ ในงานพิสูจน์อักษร หากเป็นไปอย่างคล่องตัว ก็จะช่วยให้พิจารณาชิ้นงานได้ง่ายขึ้นด้วยค่ะ

แต่หากบทความใด ยังไม่ได้รับคัดเลือกให้ลง ก็อย่าเพิ่งหมดกำลังใจนะคะ วันหนึ่ง คุณอาจรู้อะไรดีๆ และเขียนอะไรดีๆ ในมุมที่ใครยังไม่เห็นเหมือนคุณอีกก็ได้ค่ะ :)

และถ้าอยากเริ่มต้นการเป็นนักเขียนธรรมะที่ดี ก็ลองติดตามอ่านคอลัมน์ เขียนให้คนเป็นเทวดา ที่คุณ ‘ดังตฤณ’ มาช่วยเขียนเป็นนักเขียนประจำให้ทุกสัปดาห์ดูนะคะ

ขอบคุณโมทนาในจิตอันมีธรรมเป็นทานของท่านนะคะ

ธรรมะใกล้ตัว
dharma at hand

มาร่วมเป็นอีกหนึ่งกำลัง ที่ช่วยสร้างภาพใหม่ให้กับพระพุทธศาสนา
ด้วยการร่วมส่งบทความ ข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ท้ายเล่ม หรือที่
<http://dungtrin.com/dharmaathand/>