



ทุกข์เพราะคนรักหนีจากไป โดย พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก

สามีภรรยาคนหนึ่งรักใคร่กันดี แต่พอประสบปัญหาเศรษฐกิจไม่ดี ก็เริ่มมีปากเสียงกันและมากขึ้นๆ จนภรรยาทนไม่ได้ขอกลับไปอยู่กับแม่ ต่อมาเมื่อสามีได้อ่านหนังสือ “ทุกข์เพราะคิดผิด” ก็ได้คิดสำนึกรู้ตัวว่าตัวเองก็ผิดมากเพราะใช้อารมณ์และบ่นมากไป จึงไปเจรจาขอให้ภรรยากลับบ้าน แต่ภรรยาไม่ยินยอม คงพูดถึงเรื่องเก่าๆ ด้วยความเจ็บใจ สามีก็เป็นทุกข์เพราะทั้งห่วงและหวงภรรยา จึงมีจดหมายมาปรับทุกข์กับพระอาจารย์

พระอาจารย์สอนว่า

อาตมาได้รับจดหมายจากคุณโยมแล้ว รู้สึกว่าเห็นใจคุณโยมเหมือนกัน แต่ว่าคุณโยมก็ควรพิจารณาให้เข้าใจ และยอมรับความจริงของชีวิต คุณโยมคงจะรู้สึกเป็นทุกข์และคิดว่าตัวเองเป็นคนที่โชคร้ายมากคนเดียวในโลก แต่ความจริงแล้ว สิ่งที่คุณโยมกำลังประสบอยู่ก็เป็นธรรมดาของมนุษย์ทุกชีวิต ไม่มากก็น้อย ไม่ปัจจุบันก็ในอนาคต ไม่วันใดก็วันหนึ่ง

ความรู้สึกผิดหวัง ไม่สมปรารถนา เสื่อมลาภ ทุกข์ เป็นโลกธรรมฝ่ายที่ให้โทษ แต่ทุกคนก็ล้วนต้องประสบ ถ้าเราศึกษาพุทธประวัติ จะพบว่า แม้แต่พระพุทธองค์เองก็ประสบเหมือนกัน เมื่อครั้งพระพุทธองค์เสด็จหนีออกจากวังไปบวชเพื่อแสวงหาความพ้นทุกข์ เพื่อช่วยตนเองและผู้อื่นนั้น แม้ว่าเป้าหมายที่ดีก็ตาม แต่เมื่อดูความรู้สึกของพระบิดา พระมเหสี พระโอรส และพระญาติของพระองค์ ก็คงมีความรู้สึกเหมือนคุณโยมในปัจจุบันนี้เช่นกัน

นอกจากนั้น ลูกศิษย์ของพระองค์เองคือ **พระเทวทัต** ก็ได้พยายามฆ่าพระองค์อยู่หลายครั้ง และมีช่วงหนึ่งพระราชารู้ซึ่งเป็นนโยบายอุปการะของพระพุทธองค์มีเหตุให้ต้องยกกองทัพไป **ฆ่าพระญาติของพระองค์ทั้งหมด** พระพุทธองค์ได้ทรงห้ามถึง 3 ครั้ง จนถึงครั้งที่ 4 พระองค์ทรงพิจารณาแล้วว่าเป็นกรรม ไม่สามารถห้ามได้ เป็นเหตุให้ราชวงศ์ศากยะถูกฆ่าหมด พระพุทธองค์หมดสิ้นพระญาติตั้งแต่บัดนั้น และครั้งหนึ่งพระองค์เสื่อมเอกลาภถึงขนาดที่ทั้งพระองค์และหมู่ภิกษุต้อง **ฉันอาหารที่ใช้เลี้ยงม้าตลอดทั้งพรรษา**

ในบางพรรษา **ลูกศิษย์ของพระพุทธองค์มีเรื่องขัดแย้งถึงแตกสามัคคีกัน** พระองค์ทรงห้ามอย่างไรก็ไม่เชื่อฟัง พระองค์จึงเสด็จหนีไปจำพรรษาอยู่ในป่าตามลำพัง อีกครั้งหนึ่งที่โลกธรรมฝ่ายที่เป็นโทษเกิดแก่พระพุทธเจ้า คือเมื่อ **พระองค์ถูกชาวเมืองนินทาว่าร้าย** เพราะถูกนักบวชนอกศาสนาใส่ความว่า พระองค์ทำให้อุบาสิกาตั้งท้อง

ให้คุณโยมน้อมพิจารณาดู แม้แต่พระพุทธองค์ผู้ซึ่งได้รับการยกย่องว่าเป็นมหาบุรุษของโลก ชีวิตของพระองค์ก็ไม่ราบรื่นเช่นกัน พระพุทธองค์ก็ได้ตรัสสอนว่า **“ชีวิตเป็นทุกข์”**

“ทุกข์สี่จะ” ได้แก่

1. ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เป็นทุกข์
2. ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่พอใจ ก็เป็นทุกข์
3. ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์
4. ความผิดหวัง ไม่ได้รับสิ่งที่ต้องการ ก็เป็นทุกข์

สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นความจริงของชีวิต
เราจึงควรยอมรับความจริงเหล่านี้
ไม่มีชาวโลกคนใดจะหนีพ้นได้

ปัญหาคุณโยมกับภรรยานั้น ถ้าพูดถึงความถูกผิดแล้ว
ต่างก็ผิดเหมือนกัน ถูกผิดเท่ากัน
ดังนั้น ต่างคนควรหาข้อเสียของตัวเอง

สิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว ก็เป็นความพอดีกับการกระทำที่แต่ละคนได้ทำมา
ถ้าผิดฝ่ายเดียว ปัญหาคงไม่เกิด
เหมือนกับดบมือข้างเดียว เสียงย่อมไม่ดัง

ดังนั้น สิ่งที่เราควรปฏิบัติ คือ

ประการที่หนึ่ง ทำความรู้สึกปล่อยวาง เพื่อให้ใจสงบ

ประการที่สอง เจริญเมตตา พยายามส่งกระแสใจที่เป็นความปรารถนาดี เป็น

ความรักที่บริสุทธิ์ให้แก่ภรรยา อาจใช้วิธีนึกเห็นมโนภาพ เห็นหน้าเห็นตาที่ยิ้มแย้มแจ่มใสของเขา ไม่ว่าเขาจะอยู่ที่ไหนกับใคร ขอให้เขามีความสุข ให้พยายามเจริญเมตตา คิดดี พูดดี ทำดี ทั้งแก่ตัวเราเองและแก่ภรรยา ผลก็คือตัวเราก็คงมีความสุขด้วย

ประการที่สาม ถ้าพูดในระยะยาวถึงเรื่องภพชาติแล้ว คุณโยมและภรรยาคงเคยผูกพันกันมาตั้งแต่อดีตชาติ จึงเป็นเหตุให้ชาตินี้ได้เป็นสามีภรรยากัน และต่อไปในชาติหน้าก็อาจจะได้ใช้ชีวิตร่วมกันอีก

ถ้าคุณโยมไม่แก้ปัญหาให้เกิดความเข้าใจกัน
ไม่ได้ให้อภัยและอโหสิกรรมให้แก่กันในชาตินี้
ชาตินี้เป็นอยู่อย่างไร ชาติหน้าก็จะเป็นเหมือนกับที่เป็นอยู่ในชาตินี้เช่นกัน

ใครได้เปรียบในชาตินี้ ชาติหน้าก็จะเสียเปรียบ
ใครเสียเปรียบในชาตินี้ ชาติหน้าก็จะได้เปรียบ
เรื่องกรรมก็เป็นเช่นนี้
ใครฆ่าเราในชาตินี้ ชาติหน้าเราก็ฆ่าเขา

ถ้าชาตินี้เขาทอดทิ้งเรา ชาติหน้าเราก็ทอดทิ้งเขา
ถ้าชาตินี้ใครนอกใจเรา ชาติหน้าเขาก็จะถูกนอกใจเช่นกัน
เรื่องที่คุณโยมประสบอยู่ในขณะนี้
ชาติก่อนคุณโยมอาจเป็นฝ่ายทำเขาก่อนก็ได้

ดังนั้น ถ้าเรามองจากทั้ง 2 ฝ่ายในระยะยาวแล้ว
ต่างคนจึงต่างเป็นผู้ผิด
เหมือนไก่กับไข่ซึ่งไม่มีเงื่อนไขว่าอะไรเกิดก่อนกัน
ในเรื่องนี้ก็ไม่สามารถตัดสินได้ว่าใครผิดก่อนกัน

เมื่อเราเข้าใจเช่นนี้แล้ว พิจารณาดูจะเห็นว่า
สิ่งที่เป็นอย่างอยู่ในขณะนี้ เป็นสิ่งที่น่ากลัว
เพราะถ้ายังอยู่ในสภาพนี้ ชาติต่อไป ก็จะเป็นเช่นนี้เรื่อยไป
ทำให้ต้องทุกข์ต่อไปหลายภพหลายชาติ

ผู้ที่ไม่ประมาทจึงควรแก้ปัญหาในชาตินี้
ดังนั้น สิ่งที่เราทำได้ คือคิดแก้ปัญหาที่ตัวเราก่อน แก้ที่ใจเรา

สิ่งที่ควรปฏิบัติ คือ

- (1) ยอมรับความจริงดังกล่าว
- (2) ปล่องวางอดีต ให้เหมือนกับไม่มีเหตุการณ์นี้เกิดขึ้น
- (3) ให้อภัย เจริญเมตตา ไม่ถือโกรธ ไม่อาฆาตพยาบาทเขา
- (4) ทำใจเราให้สงบ

เมื่อทำได้เช่นนี้จริงๆ เราจะอยู่ด้วยกันในชาตินี้ก็ดี ชาติหน้าก็ดี
ก็อยู่ด้วยกันอย่างปกติสุขได้

การคืนดีกันในชาตินี้ จะได้หรือไม่ ไม่ควรถือว่าสำคัญ

ขอให้เรามีจิตใจที่จะคืนดีแก่เขาอยู่ในตัวเราก่อน

ปฏิบัติตนเป็นคนดี คิดดี พูดดี ทำดี

จนเขารู้จัก เข้าใจ และเห็นใจเรา

และควรจะปฏิบัติให้มีการอโหสิกรรมแก่เขา

ซึ่งก็เหมือนช่วยตัวเองด้วย อย่างน้อยเราก็จะมีชีวิตที่เป็นสุขได้

ในเรื่องภรรยาและลูกก็ไม่ต้องห่วงอะไรมากนัก

ขณะนี้เราอาจจะมีความรู้สึกว่าเขาหนีจากเราไป

ถ้างลองเปลี่ยนความคิดดู “**พลิกนิดเดียว**”

ลองคิดว่า เราจะหนีจากเขาบ้าง

ลองมาบวชดูชั่วคราว

หรือจะบวชตลอดไปก็ได้ ถ้ามีความสุข

เพราะความสุขความสบายจากการอยู่คนเดียวก็มีเหมือนกัน

อย่างที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า

“การไม่มีภรรยา เป็นลาภอันประเสริฐ”

ถึงจะอยู่คนเดียว ก็พยายามอยู่ให้มีความสุข

เขาจะกลับมาก็ได้ ไม่กลับมาก็ได้

สุดท้ายนี้ ขอให้คุณโยมพิจารณาให้ดีๆ

ปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักพุทธธรรม สมเหตุ สมผล

และขอให้บรรเทาทุกข์ พ้นทุกข์โดยเร็วๆ นี้

ขอให้มีความสุขยิ่งๆ ขึ้นไป..... เจริญพร