






























## คิดจากความว่าง ๓

โดย ดัตตฤณ

## สารบัญ

	ว่างหน้าคำ... _____	๔
	ธรรมะจากดวงจันทร์ _____	๖
	ฉันเป็นใคร... ทำไมถึงรักคุณ? _____	๑๐
	วันคืนที่เลวร้ายร่วมกับคนที่เรารัก _____	๑๔
	คิดอย่างหมอโรคจิต _____	๑๘
	เก้าแก่สอนหมาก _____	๒๒
	นามมงคล _____	๒๖
	ตั้งตฤณดอกทอชม _____	๓๐
	คุยกับความว่าง _____	๓๒
	ศาสนาแห่งความเข้าใจ _____	๓๙
	ศาสนาแห่งการปฏิบัติจริง _____	๔๒
	ศาสนาแห่งความเกลียดชัง _____	๔๖
	หลุดออกจากใจ... หายไปในความว่าง _____	๔๙
	รวยเงิน vs รวยธรรม _____	๕๑

-  เห็นทุกข์จะไม่เป็นทุกข์ \_\_\_\_\_ ๕๔
-  ตายอย่างรู้ อยู่อย่างเห็น \_\_\_\_\_ ๕๕
-  เหตุผล \_\_\_\_\_ ๖๑
-  ได้แล้วได้เลย \_\_\_\_\_ ๖๔
-  ความฉลาดสูงสุด \_\_\_\_\_ ๖๘
-  สบายใจ... เลิกเป็นใครที่ไม่ใช่คุณ \_\_\_\_\_ ๗๒
-  จะมีใครคนหนึ่ง... \_\_\_\_\_ ๗๕
-  เรื่องใหญ่ \_\_\_\_\_ ๗๙
-  เซนส์อันลึกลับของผู้เชี่ยวชาญ \_\_\_\_\_ ๘๒
-  ๗ วิธีตายอย่างสบายใจ \_\_\_\_\_ ๘๖
-  มูลค่าของวิธีใช้ชีวิต \_\_\_\_\_ ๙๓
-  โลกไม่ตามใจเรา \_\_\_\_\_ ๙๗
-  รู้อะไรเพิ่ม \_\_\_\_\_ ๙๙



ว่างหน้าคำ...

เชื่อใหม่ว่าพวกเราเป็นแค่ส่วนเกินของความว่าง...

ผู้เป็นพุทธจะเห็นความจริงข้อนี้ทีละน้อย

เริ่มนับจากการเห็นสายลมหายใจ

ถูกส่งผ่านจากความว่างภายนอก

เข้ามาสู่ความว่างภายใน

แล้วถูกส่งคืนกลับไปสู่ความว่างภายนอกอีกครั้ง

จากนั้นจึงเริ่มเห็นปีติสุข

อันเกิดจากการหล่อเลี้ยงของลมหายใจแสนประณีต

ปีติสุขยังคงเอบอบอยู่เนิ่นนาน

ตราบเท่าที่สายลมหายใจยังเหยียดยาวอยู่เช่นนั้น

ถัดมาจึงเริ่มเห็นสมาวจิตที่ตั้งมั่น

อันเกิดจากการหล่อเลี้ยงของปีติสุข

สมาวจิตจะตั้งมั่นอยู่ดังเดิม

ตราบเท่าที่ปีติสุขยังเอบอบไม่เลือนหาย

เมื่อเข้าถึงซึ่งความตั้งมั่นแห่งจิต

เห็นจิตสว่างผุดโพลงในโพรงว่างอย่างเปิดเผย

พอย้อนกลับมาเห็นกายอันหยาบที่บ

ประหนึ่งท่อนไม้กลวงเปล่าหาสาระมิได้

จิตย่อมเห็นถนัดว่ากายเป็นเพียงสิ่งที่มีอยู่

สักให้อาศัยระลึกว่าไม่เที่ยง

มิใช่สิ่งน่าหวังแห่นไว้ในสภาพใดสภาพหนึ่ง

มิใช่สิ่งน่าคร่ำครวญว่าจงอย่าแก่

มิใช่สิ่งน่าอาลัยว่าจงอย่าตาย

หลังจากเห็นชัดว่ากายเป็นส่วนเกินของจิต

ก็อาจพิจารณาเห็นเป็นลำดับถัดมา

ว่าแม้จิตก็เป็นส่วนเกินของความว่าง  
ความว่างมิใช่สิ่งที่เพิ่งเกิดขึ้น  
แต่ดำรงอยู่ก่อนจะเกิดจิต  
เมื่อจิตเกิดขึ้นและพร้อมรู้  
จึงไปรู้จักกับความว่างในภายหลัง  
และหลังจากจิตดับลง  
ความว่างก็จะยังคงอยู่อย่างไรกาล  
เป็นหนึ่งในเดียวที่ไม่ต้องดับตามสิ่งใด

หลังรู้ความว่างแล้วเกิดความคิด  
จะตระหนักว่าเพียงด้วยความคิด  
ไม่อาจเป็นเครื่องมือสื่อความว่างโดยตรง  
แต่อาจคงความรู้สึกร้าง  
แผงไว้ในกระแสนักขรแห่งความคิด  
อันเป็นไปตามทิศทางแห่งเจตนาเดียว  
คือมุ่งให้เห็นถนัดว่า ‘ตัวเรา’  
เป็นเพียงส่วนเกินหนึ่ง  
ในท่ามกลางแห่งมหาสมุทรความว่าง  
เมื่อเกินความว่างออกมาครู่หนึ่ง  
ก็ปรากฏเป็นแคร์ปรอยได้ชั่วคราว  
แล้วถูกความว่างกลบกลืน  
เพื่อยืนส่วนเกินใหม่ออกมา  
แล้วถูกลบหายไปอีก  
นานชั่วตราบเท่าที่ยังไม่รู้จักความว่าง  
ไม่อาจเป็นกันเอง  
เป็นหนึ่งในเดียวกับความว่างอย่างถาวร

ดั่งตฤณ

มกราคม ๒๕๕๐



## ธรรมะจากดวงจันทร์

ในราตรีเงียบสงบผาสุก คุณแม่ยังสาวนั่งเพลนชมจันทร์อยู่กับลูกน้อยช่างซัก

**คืนนี้ลูกอยากรู้อะไร?**

เมื่อคืนคุณแม่บอกว่าทุกสิ่งต้องมีที่มาใช่ไหมคะ?

**แน่นอน**

หนูอยากรู้ว่าดวงจันทร์มาจากไหน

**ดวงจันทร์เธอ... อาจมาจากโลกเราเองจะ**

มาจากโลกเรา? หมายความว่ามันเคยเป็นส่วนหนึ่งของโลกเราเธอคะ?

**นักวิทยาศาสตร์เค้าไว้อย่างนั้น**

แล้วทำไมเขาถึงไม่เดาว่ามันลอยมาจากที่อื่นล่ะคะ?

**เพราะถ้ามาจากที่อื่น มันจะโคจรรอบโลกเป็นวงรี ไม่ใช่เกือบเป็นวงกลมเหมือนทุกวันนี้**

ถ้าเคยเป็นส่วนหนึ่งของโลกเรา ทำไมอยู่ดีๆหาเรื่องแยกตัวออกไปล่ะคะ?

**อยู่ๆมันไม่ได้หาเรื่องแยกตัวออกไปเอง แต่เพราะโลกไปชนเข้ากับอะไรอย่างหนึ่งที่มีขนาดใหญ่มาก ส่วนหนึ่งของโลกเลยกระเด็นออกไป**

ถ้ามีอะไรมาชนโลกอีก เราจะได้มีดวงจันทร์อีกดวงใช่ไหมคะ?

**ตอนนี้โลกเราเย็นตัวลงแล้ว ถ้าชนอีกก็เหมือนทุบลูกหินแตกหะจะ พวกเราจะตายกันหมด ที่ตอนนั้นดวงจันทร์แยกตัวออกไปได้ ก็เพราะโลกยังเป็นลูกไฟที่เพิ่งหลุดออกมา**

จากดวงอาทิตย์ ยังไม่เห็นตัวลง ทุกหนทุกแห่งปกคลุมด้วยมหาสมุทรลาวา เพราะนั่นจึงเหมือนหนุม่นหินลงน้ำ น้ำกระเซ็นออกไปได้ แล้วไปรวมตัวเป็นดวง ๆ ในภายหลัง

สงสัยจัง ทำไมนักวิทยาศาสตร์รู้ดีนักล่ะคะ?

จากหลักฐานหลาย ๆ ชิ้นนะจ๊ะ แต่... ไม่ว่าจะลูกลงจะเผา จะเลือกเชื่อ หรือจะพิสูจน์ด้วยหลักฐานชิ้นไหน โลกกับดวงจันทร์ก็มีอยู่จริง และเกิดขึ้นมานานเกินกว่าที่ใครจะทันเห็นวาระแรกของพวกมัน

แปลว่านักวิทยาศาสตร์อาจจะเดาผิดหรือคะ?

วันหน้าถ้าหนูเจอหลักฐานอื่นดีกว่าของพวกเขา พวกเขา ก็จะยอมรับว่าเคยเดาผิดจ๊ะ แต่วันนี้เขาจะบอกให้หนูเชื่อตามเขาไปก่อน

ถ้าเราไม่มีดวงจันทร์จะเป็นยังไงคะ?

โลกก็จะเบาตัว แล้วโคจรรอบดวงอาทิตย์เร็วขึ้น หนึ่งปีจะมีจำนวนวันน้อยลงมาก อีกอย่างจะไม่มีดวงอะไรโต ๆ ค้างฟ้าให้หนูเห็นเหมือนในคืนนี้ หนูจะไม่มีเรื่องน่าสงสัยมาถามแม่ เท่ากับเราขาดเรื่องคุยกันไปเรื่องหนึ่ง

คุณแม่รู้ทุกอย่างเกี่ยวกับดวงจันทร์หมดแล้วใช่ไหมคะ?

ไม่หรอกจ๊ะ นักวิทยาศาสตร์สรุปให้ฟังยังไง แม่ก็มาบอกหนูต่อตามนั้น แต่แม่ไม่คิดว่าตัวเองรู้อะไรเกี่ยวกับที่มาของดวงจันทร์จริงเลยสักนิด แต่ครูของแม่สอนวิธีมองดวงจันทร์ไว้อย่างหนึ่ง แม่ถึงรู้ว่าพอมองดวงจันทร์เป็น เราก็จะไม่สงสัยอะไรเกี่ยวกับมันอีกเลย

สอนหนูมั่งสิ

ได้จ๊ะ แต่หนูต้องทำตามทีแม่บอกทุกอย่างเลยนะ ห้ามบ่นด้วย

คะ!

เอาละ ไหนหนูมองดวงจันทร์แล้วบอกแม่ซิ ว่าเห็นอะไรบ้าง

เห็นอะไร... ก็เห็นดวงจันทร์นะสิคะ

พูดถึงสิ่งที่หนูเห็นให้แม่ฟังละเอียด ๆ กว่านี้หน่อย อะไรก็ได้ที่หนูคิดว่าหนูเห็นจริง ๆ

คืนนี้ดวงจันทร์กลมป๊อก

**แล้วเห็นอะไรอีก?**

ดวงจันทร์คล้ายลูกกอล์ฟของคุณพ่อ

**แล้วเห็นอะไรอีก?**

เห็น... ว่าดวงจันทร์ไม่เรียบค่ะ เหมือนคนสวยหน้าต่าง

**แล้วเห็นอะไรอีก?**

เห็นแสงจันทร์สว่างจ้า

**แล้วเห็นอะไรอีก?**

เห็นฟ้ามีดข้างหลังดวงจันทร์

**ซักเห็นเยอะขึ้นแล้วไซ้ใหม่ล่ะ อ๊ะไหนเห็นอะไรอีก?**

บนฟ้ามีดมีดาวหลายดวง

**แล้วเห็นอะไรอีก?**

มีเมฆอยู่ใกล้ ๆ สองสามก้อน

**แล้วเห็นอะไรอีก?**

ว้า! คุณแม่อ๊ะ ก็หนูไม่เห็นอะไรแล้วนี่คะ

เห็นซี่ ดูดี ๆ เกือบเห็นแล้ว หนูต้องฟังอีกนิดหนึ่ง



ไม่เห็นมีอะไรซ่อนอยู่ซักหน่อย

ใช่! ไม่ได้ซ่อน แต่เปิดเผยชัดเจนเลย

ไหนล่ะ? คุณแม่เฉลยเถอะ

ความขัดเคืองในใจหนูไง! ตอนนี่ชัดแจ้วกว่าดวงจันทร์ตั้งเยอะเห็นไหม?

อ่า?!? หนูนึกว่าคุณแม่ให้มองบนฟ้านี่คะ

แม่ให้ดูว่าหนูเห็นอะไร ก็เหมือนที่ธรรมชาติไม่เคยบังคับให้หนูต้องดูแต่โลกและดวงดาวภายนอก จะดูใจตัวเองเมื่อไหร่ก็ได้

ดูแล้วมีประโยชน์อะไรคะ?

หนูคิดว่าอย่างไร ตอนโมโหเป็นสุขหรือเป็นทุกข์?

เป็นทุกข์ค่ะ

เป็นทุกข์มีประโยชน์หรือมีโทษกับใจของหนูเอง?

เป็นโทษค่ะ

เมื่อกี้ออกไปมองดวงจันทร์ หันกลับมาเห็นใจตัวเองแล้วเกิดอะไรขึ้น?

หายโมโหค่ะ

หายโมโหนี้เป็นประโยชน์หรือเป็นโทษ?

เป็นประโยชน์ค่ะ

ใช่แล้ว... โตขึ้นลูกจะค่อย ๆ รู้ ว่าประโยชน์สูงสุดของการมีชีวิตอยู่ที่การดับทุกข์ภายในตัวเองได้ ถ้ามีสติเห็นทุกข์ เราจะไม่เป็นทุกข์ ถ้าเอาแต่เห็นและสงสัยโลกภายนอก ลูกจะยิ่งลืมนึกทุกข์ภายในใจตัวเอง และเป็นทุกข์กับสิ่งที่ตั้งไว้หลอกล่อเราไปเรื่อย ๆ

แล้วดวงจันทร์เป็นทุกข์หรือเปล่าคะ?

เป็นทุกข์ เพราะทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ วันหนึ่งต้องแตกดับไป แต่ดวงจันทร์ไม่รู้สึกทุกข์ เพราะไม่มีใจครอง

งั้นหนูก็ไม่ต้องสงสารดวงจันทร์ใช่ไหมคะ?

ไม่ต้องหรอกจ้ะ หนูต้องขอบคุณดวงจันทร์ต่างหาก ที่เขาให้ธรรมะกับหนู และต่อไป หนูจะขอบคุณได้ทุกสิ่ง ที่ชวนให้หนูย้อนกลับมาดูใจตัวเองเหมือนอย่างดวงจันทร์ในคืนนี้

นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรเกิดขึ้น

นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับไป

(วาทะพระเถรี วชิราภิกษุณี)



ฉันเป็นใคร... ทำไมถึงรักคุณ?

รู้ไหมทำไมฉันถึงรักคุณ?

ไม่ถามตัวเองล่ะ ทำไมต้องมาถามผม?

เพราะคุณหาเหตุผลได้เก่งกว่าฉัน!

ถ้าคราวนี้ผมหาเหตุผลไม่ได้อะไรจะเกิดขึ้น?

ฉันจะเลิกกับคุณวันนี้ เพราะทนกับเรื่องไร้เหตุผลไม่ได้!

บ๊ยะ! ขนาดนั้น! คุณถูกสอนมาอย่างไรกันนี้?

คุณพ่อเคยสอนว่าทุกสิ่งต้องมีเหตุผล คนที่ไม่รู้เหตุผลว่าตัวเองมายืนตรงนี้ทำไม คือคนที่  
ไม่รู้จักตัวเอง หรือไม่ก็เสียความเป็นตัวของตัวเองให้กับบางสิ่งทีเหลวไหลไปเสียแล้ว!

การได้คำตอบจากคนอื่น ถือว่ามีความคิดเป็นของตัวเองแล้วหรือ?

ฉันกำลังตกหลุมรัก และพบว่าในหลุมเต็มไปด้วยกำแพงบังแสง ใจฉันไร้ความสามารถที่จะคิดในขณะที่มองอะไรไม่เห็น!

เอาล่ะ! งั้นเรามาลองเสียเวลาหาคำตอบร่วมกัน เพราะผมไม่อยากเสียคุณไปในขณะที่คุณยังรักผม และผมก็ยังรักคุณ

ทำไมคุณถึงรักฉัน?

นั่นเป็นคำถามที่ง่ายขึ้น... ส่วนที่ขาดของเพศชายคือเพศหญิง ส่วนที่ขาดของบ้านคือคนในครอบครัว ส่วนที่ขาดของอารมณ์คือคนรู้ใจ ส่วนที่ขาดของความผูกพันคือ อดิษยาศัยที่ต้องกัน ส่วนที่ขาดของผมคือตัวคุณ และความรักจะนำส่วนที่ขาดหายไปคืน ผมจึงรักคุณเพื่อไม่ให้มีอะไรขาดหาย!

ฉันฟังไม่รู้เรื่อง... และนั่นก็แสดงว่าที่คุณพูดมาไม่ใช่เหตุผลเดียวกันกับที่ฉันรักคุณ เพราะถ้าใช่ ฉันก็คงกระจ่างแล้ว

นี่แน่ใจนะว่าไม่ได้กำลังหาเรื่องเล็กกัน?

เปล่าเลย... ตรงข้าม ฉันอยากอยู่กับคุณไปจนตาย และฉันก็สับสนว่าทำไม ฉันทนความสับสนของตัวเองไม่ได้

โอเค! งั้นเริ่มจากตรงนี้ก่อน คุณไม่เหมือนคนอื่น

นั่นเป็นสิ่งที่ฉันรู้อยู่แล้ว และไม่ได้ต้องการคำตอบจากคุณเลย!

เหตุผลของคนที่ไม่เหมือนคนอื่น บางครั้งอาจไม่มีเหตุผลที่แท้จริง

นี่คุณว่าฉันเป็นคนไร้เหตุผลรี?

แน่นอนคุณมี! แต่คนเราก็มีทั้งเหตุผลทางความคิด และเหตุผลทางอารมณ์ กรณีนี้ผมคิดว่าเป็นเหตุผลทางอารมณ์ ถ้าหากเราเจอตัวอารมณ์อันเป็นต้นต่อความรัก ความสงสัยของคุณก็ยุติ

อารมณ์ของฉันอยู่ตรงไหน?

อารมณ์ของทุกคนอยู่ที่ความพอใจและความไม่พอใจ ไม่ว่าจะอยากเป็นตัวของตัวเองมากแค่ไหน แตกต่างจากใครทั้งโลกเพียงใด อย่างไรก็ตามก็ต้องเหมือนกับคนอื่นที่ตรงนี้

ฉันเริ่มเกิดแล้ว ว่าต่อไปซี

ถ้าผู้ชายสักคนมีดี มีแต่เรื่องน่าพอใจ คือรูปหล่อ โดดเด่น ความสามารถสูง ชื่อสัตย์ คารมดี ปากหอม ตัวไม่เหม็น ขยันเอาใจ รายได้งาม เก็บเงินเก่ง แต่แฟนแบบมือขอเมื่อไหร่ รีบหยิบให้ทันที อย่างนี้ไม่มีผู้หญิงที่ไหนลังเลแน่นอน เจอเมื่อไหร่ตะครุบเมื่อนั้น แต่ที่ลังเลก็เพราะในโลกความเป็นจริง ผู้ชายขาดข้อดีน่าพอใจไปหลายข้อเหลือเกิน ข้อไม่ดีไม่น่าพอใจนั้นแหละตัวการทำให้สับสน

หึหึ แต่ฉันไม่ได้สับสนลังเลแบบผู้หญิงเลือกไม่ถูกหรอกนะ ข้อดีน่าพอใจที่คุณพูดมาทั้งหมด ฉันเคยเจอในคนอื่น ฉันพอใจ... แต่ไม่รัก! กลับมารักคนที่มีไม่ครบอย่างคุณแทน นั่นแหละฉันถึงต้องรู้ให้ได้ว่าทำไม!

นี่กล่าวหาว่าผมใช้คุณไสยหรออะ?

นั่นเป็นเบื้องหลังที่ฉันควรรู้หรือเปล่าล่ะ?

ถ้าผมเล่นคุณไสย หน้าคุณดำปี้ไปแล้ว ไม่สว่างโร้เหมือนคนกำลังหัวใจพองโตอย่างนี้หรอ

สรุปคือไม่มีคำตอบที่ฉันควรรู้ใช่ไหม?

มีสิ! ฉันผมเอาความจริงมาตอบแล้วกันนะ

ที่ตอบๆมาเป็นความเท็จหรอหรอนี่?

ความจริงบางส่วนกับความจริงทั้งหมดมันต่างกัน หูตาคนเราถูกตีกรอบให้รับได้แค่ความจริงบางส่วน ถ้าอยากทะลุกรอบออกไปรับความจริงทั้งหมด คุณต้องมีมากกว่าหูตา

อะไรที่ต้องมี?

**จิตที่หยั่งรู้ ไม่ใช่จิตที่เอาแต่คิดเดา!**

แล้วจิตที่หยั่งรู้ บอกว่าความรักเกิดจากอะไร?

**เกิดจากการเคยอยู่ร่วมกันมาก่อนหนึ่ง เกื้อกูลกันในปัจจุบันหนึ่ง**

หมายความว่าชาติก่อนฉันเคยอยู่กับคุณหรือ?

**อดีตชาติเป็นความลับ และถ้าคุณรู้ความลับ ก็อาจจะต้องเลิกรักผม**

เพราะอะไรกัน?

**ถ้าคุณรู้ความลับ แปลว่าคุณไม่ได้แค่คำตอบเกี่ยวกับความรัก แต่ยังรู้อีกด้วยว่าคุณเป็นใคร ทำไมถึงมาอยู่บนโลกใบนี้!**

ฉันเป็นใคร ทำไมถึงต้องเลิกรักคุณ?

**พวกเราเป็นเหยื่อของความไม่รู้! ความไม่รู้ทำให้เราก่อกรรม กรรมทำให้เรามามีและมาเป็น การมีการเป็นทำให้เรายึดติด ความยึดติดทำให้เราร้องไห้เมื่อจากพราก ความจากพรากทำให้เราอาลัยและเต็มใจหลงติดอยู่กับความไม่รู้ วนไปเวียนมาอยู่อย่างนี้**

งั้นฉันจะไปบวช!

ไปบวชทำไม?

จะได้หลุดจากการเป็นเหยื่อ!

**การบวชไม่ได้เป็นประกันว่าคุณจะพ้นจากการเป็นเหยื่อของความไม่รู้ ทุกวัดก็ยังเต็มไปด้วยเหยื่อของความไม่รู้เหมือนทุกบ้าน คุณต้องเป็นอะไรที่ดีกว่าเหยื่อทั่วไปเสียก่อน**

อย่างนั้นฉันควรทำอย่างไร?

ทำอย่างที่คุณผู้ชายควรทำกัน!

หญิงชายควรทำอะไรกันบ้าง?

ดูแลกันให้ดี มีน้ำใจต่อกัน ซื่อสัตย์ไม่เป็นอื่น ตามที่พระพุทธเจ้าวางไว้ให้เป็นบันไดขั้นแรก แล้วค่อย ๆ ช่วยกันทำความรู้จักกับความลับที่เหลือ ที่พระพุทธเจ้าเปิดเผยไว้หมดเปลือก หลังจากรู้ความลับทั้งหมดด้วยความเข้าถึงแท้จริงแล้ว ถ้าจะแยกกันบวชก็เป็นการบวชอย่างคนมีกำลังดีให้หลุดกรงแห่งความไม่รู้ ไม่ใช่บวชเพื่อติดอยู่กับความไม่รู้ในอีกกรง!

คนที่เป็นคนเมื่อวาน  
ไม่ใช่คนที่เป็นคนในวันนี้  
และจะไม่ใช่คุณในวันพรุ่งนี้  
สิ่งเดียวที่เหมือนกันหมด  
คือทุกคนถูกหลอกว่าเป็นคุณ!



วันคืนที่เลวร้ายร่วมกับคนที่เรารัก

ทำไมถึงทำกับฉันแบบนี้?

ก็คุณยั่วให้ทำนะสิ!

หน้าตัวเมียเอ๊ย! รังแกผู้ชาย ตบอีกสิ! หรือจะฆ่าให้ตายก็เอา!

ใช่! ผมมันหน้าตัวเมีย แต่คุณนะตัวเมียขนาบแท้และดั้งเดิมเลย คิดผิดจริง ๆ ที่มาอยู่  
ด้วย!

อี! ใครกันแน่ที่คิดผิด? ตอนแรกฉันบอกไม่เอา ๆ ใครเป็นคนตามตี้อตามจิบเข้าถึงเย็นถึง?

ก็ตอนนั้นผมไม่รู้ว่าคุณมันร้ายขนาดนี้

ต้นต่อความร้ายของฉันก็คือความชั่วของคุณนั่นแหละ!

เรื่องของเธอคือผมไม่ทำอย่างไรคุณเท่านั้น! ผมชั่วตรงไหน?

อ้อ! ที่ตบผู้หญิงได้นี้ยังเป็นคนดีอยู่หรือ?

ผมเป็นแค่คนธรรมดาที่อาจตบะแตกได้ ถ้าถูกยั่วด้วยคำหยาบ ๆ คาย ๆ ลามปามถึงโคตรเหง้า!

ก็ถ้าถูกสั่งสอนมาดี จะมีหลายใจอย่างนี้รึ?

คุณนั่นแหละ ดูตัวเองดี ๆ เกอะว่าเมื่อใจไว้ให้ก็คน! สำหรับผมรู้แน่แกใจว่ามีคุณคนเดียว!

มีฉันคนเดียว? แล้วในอีเมลนั้นนะใคร?

คุณค้นในสิ่งที่ไม่ควรค้น ก็ต้องเจออะไรที่ไม่ควรเจอเป็นธรรมดา ผมเล่าให้ฟังตั้งนานแล้วว่านั่นแฟนเก่า ถ้าเธอติดต่อถามไถ่ทุกข์สุข คุณจะไม่ให้ผมตอบกลับไปเลยหรือ?

ทำไมเล็กไม่เป็นเล็ก? หญิงชายติดต่อกันนะ เป็นได้แค่แฟนหรือไม่ก็คู่นอนเท่านั้น!

งั้นคุณไม่ต้องไปทำงานแล้วนะ ออฟฟิศคุณนะ ผู้ชายที่ต้องติดต่อกันทั้งนั้น!

โอเคเลย! คุณเลี้ยงฉัน ให้เงินฉันมากเท่าเงินเดือนปัจจุบัน สิ้นปีให้โบนัสสิบเดือนอย่างที่เคยได้ด้วย แล้วพรุ่งนี้ฉันจะไปลาออก!

บ๊อดโร้เอ๊ย!

พูดได้แค่นี้หรือ? บ๊อดโร้เอ๊ย!

เออล่ะ... เรามาพูดดี ๆ ดีกว่า ทีหลังอย่าขึ้นมึงขึ้นกูเว็ด ๆ ใส่ผมอีก โดยเฉพาะอย่างยิ่งอย่าเล่นถึงพ่อถึงแม่!

เวลาทะเลาะกันเขาก็อย่างนี้ทั้งนั้นแหละ!

มันถึงอยู่กันไม่รอดทั้งนั้นไง!

ถ้าคุณไม่ทำเรื่องน่าตา ฉันก็จะไม่ตา!

ทำตามสามัญสำนึกก็หน้าตาหรือ?

นี่ไม่ใช่เรื่องสามัญสำนึก แต่เป็นเรื่องถ่านไฟเก่า!

คุณรู้ไหม ทุกเรื่องคือเรื่องของสามัญสำนึกทั้งนั้น? ถ้าขาดสามัญสำนึกตัวเดียว ทุกอย่าง 'เป็นเรื่อง' ได้หมด!

แล้วสามัญสำนึกของคุณบอกว่าฉันเป็นใคร? มีสิทธิ์จะหวงคุณได้บ้างไหม?

ตอนนี้หรือ? สำคัญสำนึกบอกผมว่าคุณคือคนแปลกหน้า ที่ผมเปลวเซ็นแกริกหนึ่ง ตอนช่วงหน้ามิด ยินยอมให้เป็นเมีย แต่ผมไม่เคยยินยอมให้ถือสิทธิ์ออกกฎบงการชีวิตผม นะ!

ฉันไม่ได้บงการชีวิตคุณ ฉันแค่รู้สึกว่าคุณมีสิทธิ์หวงคุณบ้าง จะเสียสละอะไรเล็กๆน้อยๆให้ฉันบ้างไม่ได้หรือ?

มีเหตุผลอะไรที่ต้องเสียสละให้คนแปลกหน้าขนาดนั้น? ก่อนแต่งคุณเป็นแค่คนแปลกหน้าที่ทำตัวน่ารักอย่างบอกใคร แต่หลังแต่งคุณกลายเป็นคนแปลกหน้าที่มีพฤติกรรมน่ารังเกียจเป็นที่สุด!

หรือ...

นี่... ขอละ อัยาร้องให้ได้ไหม... เอาละ ะ ผมขอโทษ ผมพูดด้วยอารมณ์ชั่ววูบ และความจริงเราสองคนก็กำลังเต็มไปด้วยอารมณ์ชั่ววูบ... โอเค... หึงชะนะ

เรารักกันโดยไม่มีวันคืนที่เลวร้ายจะได้ไหม?

ผมเชื่อว่าวันคืนที่เลวร้าย เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตร่วมกับคนที่เรารัก แต่วิธีที่ช่วยกันทำให้เรื่องลงเอย จะเป็นตัวชี้ขาดว่าเราไปด้วยกันไม่รอด หรือจะรักกันมากขึ้น



ฉันทนคุณได้ทุกอย่าง ยกเว้นเรื่องผู้หญิง

ผมยอมรับ ว่าวันหนึ่งผมอาจพลาดในเรื่องที่คุณไม่อาจทน แต่วันนี้คุณพลาดในเรื่องที่ผมทนไม่ได้ไปแล้วนะ

แล้วจะให้ฉันทำยังไง?

เราต่างหากที่ต้องทำร่วมกัน ถ้ามใหม่่ว่าเราจะทำยังไงร่วมกัน

โอเค! แล้วเราจะทำยังไงร่วมกัน?

เริ่มต้นดูใจกันดี ๆ อีกที ดูว่ามาถึงตรงนี้ เรายังรักและอยากอยู่ด้วยกันมากพอหรือเปล่า

ถ้าไม่พอ เราคงไม่ตกลงใจแต่งงานกันตั้งแต่แรกใช่ไหม?

การแต่งงานไม่ใช่บทพิสูจน์สุดท้าย เราอาจจะแค่นึกว่าใคร ๆ ก็ต้องทำอย่างนี้ ชีวิตถึงจะสมบูรณ์ เราเลยทำมัน พอแต่งแล้ว รู้จักชีวิตแต่งงานจริง ๆ แล้วอย่างนี้แหละ ถึงพิสูจน์ใจว่าต้องการชีวิตแบบนี้จริงไหม และต้องการไปเพื่ออะไรแน่

สำหรับฉัน แค่อยากมีความสุข มีความอบอุ่นกับชีวิตคู่ที่ดีพอ

งั้นคุณต้องมองให้เห็น ว่าที่ผ่านมาเราไม่เคยเป็นสุขร่วมกัน เราแค่ ‘สมใจอยาก’ ร่วมกันเป็นคราว ๆ ไป แล้วก็เพิ่มความอยากอื่น ๆ ตามมาเป็นระลอก ผมอยากเป็นอิสระ ส่วนคุณอยากจะมีผมไว้ หรือไม่เราก็สลับบทบาทกันเป็นนักโทษและผู้คุม จนกว่าวันใดวันหนึ่งคนใดคนหนึ่งจะทนไม่ไหว เกิดความอยากขั้นสุดท้าย คือแหกคอกหนี!

แล้วทำยังไงถึงจะมีความสุขร่วมกัน?

เราต้องมีดีกว่านี้ ดีกว่าความอยากฝ่ายต่ำ ดีกว่าความระแวงกัน และดีกว่าความรู้สึกอึดอัดใจกัน ที่จะดีขึ้นได้ไม่ใช่ปล่อยใจตามอยากเอาเข้าตัว เพราะความอยากจริง แต่จะลากเราลงต่ำ ทั้งคุณและผมต้องตั้งความปรารถนาที่จะทวนกระแสเสียบ้าง

ยังไงล่ะคะ?

แทนการย่ออยู่กับที่ และแทนการคิดเอาเข้าตัว ก็ช่วยกันคิดสละให้คนอื่นบ้าง ลองไปในที่ที่ไม่เคยคิดจะไปด้วยกันบ้าง ลองทำในสิ่งที่ไม่เคยคิดจะทำด้วยกันบ้าง เคยนึกไหมว่าถ้าตื่นเช้ากว่าเดิม แล้วไปยืนใกล้ประตูวัดเพื่อใส่บาตรพระด้วยกันจะเป็นทุกข์หรือเป็นสุข? เคยนึกไหมว่าถ้าเราตั้งหัวข้อคุยดี ๆ ที่ทำให้ใจเย็นตอนอยู่ด้วยกันจะเป็นยังไง?

คุยเรื่องอะไรแล้วใจเย็นบ้างล่ะ ฉันนึกไม่ออกนี่

ทั้งผมทั้งคุณใจร้อน ถ้าคุยตามใจอยาก ก็มีแต่เรื่องร้อน ๆ ทั้งนั้น ผมเอาหนังสือธรรมะให้คุณอ่านตั้งหลายเล่ม คุณเคยอ่านบ้างหรือเปล่า? ธรรมะไม่ใช่เรื่องไกลตัวแล้วนะ ถ้าคุณอ่านบ้าง คุณจะเห็นเรื่องใจร้อนใจเย็นที่เราเป็นกันอยู่นี้แหละ คือหัวข้อธรรมะที่คุยสนุกเป็นที่สุด!

คนสองคน

ยังไม่แต่งงานกันจริง

ตราบเท่าที่ยังมองไม่เห็น

ว่าจะเป็นสุขร่วมกันได้อย่างไร



คิดอย่างหมอโรคจิต

สวัสดีครับอาจารย์

สวัสดีหม่อ ขอหนึ่งด้วยคนนะ

เชิญครับ ไม่ได้พบอาจารย์เสียนาน

นั่นสิ ว่าแต่วันนี้ทำไมหน้าตาเศร้า ๆ ละ

ผมเพิ่งออกจากห้องผ่าตัด รู้สึกเสียใจที่ช่วยให้คนไข้รอดตายไม่ได้ ทั้ง ๆ ที่รู้สึกว่ามีอีกนิดเดียว ผมก็กำลังจะชิงคนไข้มาจากมือมีจรรยาสำเร็จอยู่แล้ว

จนปานนี้ยังไม่รู้อีกหรือ ว่าหมอช่วยให้ใครรอดตายไม่ได้หรอก หมอแค่ชะลอให้คน  
กลุ่มหนึ่งไปตายคราวหน้า ไม่ใช่คราวนี้เท่านั้น ในที่สุดจะไม่มีใครรอดตายสักคน

เฮ้อ! จริงนะครับ ฟังแล้วรู้สึกค่อยยังชั่วขึ้นหน่อย

คนเราตายได้ทุกเวลา อย่างผมช่วงนี้สุขภาพชกแย่ คุยไปคุยมาอาจช็อก หัวใจวาย  
คาซามัก้วยจับตัวเอง

อย่าพูดให้ใจไม่ดีสิครับ... แล้วอาจารย์ละ ตอนทำให้คนหายบ้าไม่ได้ ทั้งที่ใช้เวลาแรมเดือน  
แรมปี อาจารย์ปลอบใจตัวเองว่าอย่างไร?

ผมไม่ต้องปลอบใจตัวเองหรือหมอ เพราะเข้าใจอย่างแท้จริงมานานแล้ว ว่าผู้คนใน  
โลกนี้เป็นบ้ากันหมด!

ท่าทางอาจารย์เหมือนไม่ได้พูดเล่น

ผมพูดจริงและหมายความตามนั้นจริง ๆ! หมอรู้ใหม่ว่าความฝันของคนปกติกับคน  
บ้าต่างกันยังไง?

อือม... เต๋าว่าคนบ้าคงฝันเลอะเทอะ สับไปสับมาววน แล้วก็รู้ว่าตัวเองเป็นใครเอา  
เลยมั้งครับอาจารย์

ก็ใช่ละ แต่คุณว่านั่นมันต่างจากฝันของคนปกติตรงไหนละ?

เอ่อ... นั่นสิครับ เมื่อกี้พูดไปผมก็นึกไปด้วย ว่าผมเองก็ฝันอย่างคนบ้านั่นเอง สรุปให้แน่คือ  
คนปกติกับคนบ้าฝันเลอะเทอะได้เท่ากันหรือครับอาจารย์?

ถูกต้อง! คนปกติแค่ตื่นขึ้นมาแล้วรู้ว่าเมื่อครู่ฝันไป ส่วนคนบ้าจะไม่รู้ตัวว่าตื่นขึ้น  
แล้ว อารมณ์ที่แปรปรวนของเขาจะทำให้เขาเห็นโลกความจริงไม่ต่างจากขณะกำลังฝันเลอะ  
เทอะ

อาจารย์แค่พยายามทุกวิถีทางที่จะทำให้เขารู้ตัวว่าเขาออกมาจากฝันแล้ว?

ทำนองนั้น... แต่บางทีพอช่วยให้คนไข้บางคนฟื้นสติ แยกออกจากอันไหนจริงอันไหน  
ฝัน ผมก็ย้อนกลับมาถามตัวเองบ้างเหมือนกัน ว่าแล้วผมเองนะ ตื่นแน่หรือยัง

ผมคิดว่าอาจารย์เป็นคนหนึ่งที่ตื่นที่สุดในโลก!

มองจากมุมของหมอก็คงอาจจะใช่ แต่มองจากมุมของผม เมื่อเงยหน้าขึ้นไปเห็นพระ  
บางรูปแล้วก็รู้สึกไม่ได้ว่าตัวเองยังครึ่งหลับครึ่งตื่นอยู่มาก

อาจารย์หมายความว่าพระบางรูปตื่นกว่าชาวบ้านทั่วไปหรือครับ?

ใช่!

การที่เรารู้ว่าตัวเองเป็นใคร ทำหน้าที่อะไร คนไหนเป็นญาติ คนไหนแปลกหน้า เพียงเท่านั้น  
ไม่พอที่จะตัดสินว่าเราตื่นเต็มตาแล้วหรือยัง?

คุณรู้ว่าคุณชื่ออะไร ไม่ได้แปลว่ารู้ว่าตัวเองเกิดมาเป็นอย่างไรเพราะอะไร คุณรู้ว่า  
คุณมีหน้าที่อะไร ไม่ได้แปลว่ารู้ว่าควรทำอะไรบ้าง คุณเห็นว่าใครคั่นหน้าหรือแปลกหน้า  
ไม่ได้แปลว่าคุณรู้จักโฉมหน้าที่แท้จริงของพวกเขา!

ผมเข้าใจแล้ว อาจารย์หมายความว่าเราอยู่ในโลกของการรู้อย่างผิวเผินใช่ไหมครับ?

นั่นแหละ! ถ้าหมอเห็นอาการทางจิตของผู้คนบ่อย ๆ ก็ต้องนึกเหมือนผม ว่าการ  
รู้สึกตัวอย่างผิวเผินนับเป็นการฝันชนิดหนึ่ง ไม่รู้ว่าทำไมตัวเองมาอยู่ในฝัน นึกว่าอะไร ๆ ใน  
ฝันเป็นของตัวไปหมด

สำคัญไหมครับที่เราควรตื่นให้เต็มตากว่านี้ และรับรู้โลกให้ลึกซึ้งกว่าที่เป็น?

คงเหมือนหมอกถามผมว่าสำคัญไหม ที่เราต้องรักษาคนบ้าให้หาย รับรู้และโต้ตอบได้  
เหมือนคนปกติธรรมดา

สำคัญสิครับ เพราะคนบ้าเป็นทุกข์ และทำให้คนรอบข้างเป็นทุกข์

หมอนึกว่าคนบ้ามีความทุกข์เสมอไปหรือ? เปล่าเลย! หลายคนสุขสงบยิ่งกว่าตอน  
เป็นคนปกตินอกโรงพยาบาลเสียอีก! แล้วหมอเห็นว่าคนปกติหมายถึงคนที่ทำให้ใครต่อใคร

รอบตัวเป็นสุขหรือ? เปล่าเลย! คนปกติต่างหากที่มีศักยภาพพอจะทำให้ตนเองและสังคม  
ทุกข์ร้อนสาหัสได้เจียนตาย!

เอ่อ... หมายความว่าพวกเราเหมือนคนบ้า ตรงที่เข้าใจว่าตัวเองเป็นสุข ทั้งที่จริงกำลังเป็น  
ทุกข์และต้องการการบำบัดอย่างเร่งด่วน?

เปรียบเทียบอย่างนี้แล้วฟังเข้าใจง่ายใช่ไหมล่ะ? ถ้ามองตัวเองดูว่าหมอบได้อะไรจากการ  
เป็นมือหนึ่งทางผ่าตัด บางทีหมอบสำคัญตัวว่าเก่งกว่ามัจจุราช และมานั่งเสียใจทุกทีที่แพ้  
มัจจุราชใช่ไหม? คนเก่งกว่ามัจจุราชนะอยู่ในโลกความฝันหรือโลกความจริง?

ครับ... พอจะเห็นล่ะ อาจารย์ครับ ผมเคยได้ยินมาว่าความบ้าเป็นวิธีเอาตัวรอดอย่างหนึ่ง  
ถ้าจิตไม่หลุดโลกออกมาให้พ้นความกดดันเกินขนาด ก็อาจถึงขั้นที่เรียกกันว่าอกแตกตาย ซึ่งถ้า  
เป็นจริงตามที่ว่านี้ ก็แปลว่าคนบ้าแค่เป็นคนธรรมดาที่หลบเลี่ยงโลกความจริงเข้าไปอยู่ในโลกความ  
ฝันใช่ไหม?

จะว่าไปก็ใช่ล่ะ ส่วนหนึ่งที่ ‘คนปกติ’ อย่างพวกเราต้องหลับฝันกัน ก็เพราะ  
ธรรมชาติเปิดโอกาสให้ปล่อยความบ้าออกมาเต็มขั้นได้ โดยไม่ต้องรู้สึกผิด และไม่ต้องติด  
ค้างอะไรกับมัน ตอนลืมนตาตื่นคุณสั่งสมแนวโน้มความบ้าไว้แบบไหน พอหลับลงความบ้า  
แบบนั้นก็เหวี่ยงตัวขึ้นมาแสดงตนเต็มพิกัด!

อือม... คือถ้าแต่ละคืนไม่มีโอกาสได้บ้าเต็มพิกัด ชีวิตจริงจะเพี้ยนเสียเองหรือ?

ก็เป็นราย ๆ ไปนะ บางคนถ้าหลับสบายและรู้สึกเหมือนมีสติอยู่ด้วย ก็แปลว่าระหว่าง  
วันทำเรื่องบ้าไว้หน่อย หรือไม่ได้ทำเรื่องบ้าเอาไว้เลย

ชักสนใจแล้วซี ยกตัวอย่างการทำเรื่องบ้าน้อยและบ้ามากระหว่างวันหน่อยได้ไหมครับ?

อย่างพวกปล่อยจิตปล่อยใจให้เหม่อลอย ฟุ้งซ่าน หดหู่ ซึ่เกียจทำงานทำการ อันนี้  
เรียกว่าบ้าน้อย ในฝันเขาจะบ้าเต็มพิกัดด้วยการเห็นเรื่องราววุ่น เลื่อนเป็อน ไม่เป็นโล้  
เป็นพาย ส่วนพวกที่เห็นตึ้นหาจัด พวกโมโหร้าย อาละวาดฟาดวงฟาดงาระหว่างวัน อันนี้  
เรียกว่าบ้ามาก ในฝันเขาจะบ้าเต็มพิกัดด้วยการเห็นความสกปรกและความรุนแรงประการ  
ต่าง ๆ

แล้วความฝันที่สนุก เป็นเรื่องเป็นราวชัดเจน และเต็มไปด้วยนิมิตหมายเจริญหูเจริญตาสะ  
หรับ สืบเนื่องมาจากความบ้ำระดับไหน?

อันนั้นก็สะท้อนว่าระหว่างวันเขาเริ่มรักษาตัวจากอาการบ้ำบั้งแล้ว คือมีสติ ไม่  
ปล่อยใจให้แสบ่ายเปะปะ หรืออาจกำลังอยู่ในช่วงหัดสละทรัพย์ส่วนเกิน สละความอาฆาตที่  
ร้อนแรง งดเว้นพฤติกรรมสกปรกทั้งหลาย กับทั้งมีชีวิตไม่สูญเปล่า ทำประโยชน์ให้กับใคร  
ต่อใครทุกวัน

แล้วอย่างไรคือหายบ้ำจริงทั้งตอนลืมตาและหลับตาล่ะครับ?

คือมีสติเต็มตื่น เห็นตามจริง ตั้งต้นจากกายนี้และใจนี้ รู้ชัดว่ามันไม่เที่ยง สภาพแบบ  
ใดเกิดขึ้น สภาพแบบนั้นต้องดับลงเป็นธรรมดา ไม่ว่าจะเป็นลมหายใจ อิริยาบถ สุขทุกข์  
ความจำได้ ความนึกคิด และกระทั่งความรู้ทางหุต การตี้อย่างถาวรคือการไม่กลับไป  
ฝันและสำคัญมันหมายผิด ๆ นึกว่ามีเราอยู่ในนี้หรือที่ไหน ๆ อีก

คนปกติจริง

คือคนที่เห็นตรงตามจริง

แต่ใครเล่าจะเห็นตามจริงได้

ขณะยังมีกิเลสบังตาบังใจเป็นแผง



**ถ้าแก่สอนหมาก**

ถ้าแก่สมองเหงามาหลายปีหลังจากเพื่อนเก่าเสียชีวิตลง ต่อเมื่อพบว่าพนักงานส่งเอกสาร  
คนใหม่โขกหมากรุกได้สู้กับตน ก็ถูกใจและเอ่ยชม

**ลื้อนี่ฉลาดพอกับอ้าว**

จะเป็นไปได้ยังไงครับถ้าแก่ ถ้าแก่มีสติปัญญาพอจะเป็นเจ้าของกิจการ ส่วนผมมีปัญญา  
แค่ขี่มอเตอร์ไซด์ส่งเอกสารให้ถ้าแก่

นั่นเป็นเพราะลื้อเอาแต่คิดเรื่องมากในกระดานหมากรุก ขณะที่อ้วคิดเรื่องมาก  
ในชะตาชีวิตด้วย

เอ้?

อ้วจะขยายความด้วยการถามให้ลื้อตอบนะ ลื้อเป็นเมสเซนเจอร์ที่โหน่งที่โหน่งมาที่ปี  
แล้ว?

เกือบเจ็ดปีครึ่งถ้าแก่ ตั้งแต่อายุ ๑๘

เจ็ดปีที่ผ่านมาทำไมไม่หาทางเรียนต่อ?

ไม่มีเวลานะสิถ้าแก่ ผมต้องทำงานเลี้ยงตัวเองตั้งแต่อายุ ๑๕ รับผิดชอบทั้งกลางวันกลางคืน  
ถ้าชีวิตผมเป็นกระดานหมากรุก ผมก็ถูกริบตัวหมากรุกสำคัญตั้งแต่เริ่มเล่นเกม ถูกบีบให้จนตรอกง่าย

แต่ตอนลื้อเล่นกับอ้วแล้วเสียเปรียบ ลื้อก็พยายามสู้ขาดใจนี้หว่า และถึงแพ้ แต่ใจ  
ลื้อก็ยังไม่ยอมเอาชนะ ตั้งต้นเล่นเกมใหม่ไปเรื่อย หลายเกมลื้อพลิกจากจวนแพ้ลุยมามีเป็น  
ชนะขาดได้ด้วยซ้ำ ทำไมลื้อไม่เอาความพยายามพลิกเกมหมากรุกมาพลิกเกมชีวิตบ้างล่ะ?

ก็นั่นมันเกมสั้นๆ เล่นแล้วสนุก ไม่ต้องเหนื่อยกาย ไม่ต้องเสียใจกับการเสียที่สูญเปล่านี้  
ครึ่งถ้าแก่ อีกอย่าง ชีวิตไม่ได้พลิกง่ายแบบเกมสั้นนะ ผมต้องต่อสู้กับศัตรูไม่มีตัวตนที่ใครๆเรียก  
มันว่า ‘ชะตากรรม’ มันเห็นทุกการวางแผนของผม ในขณะที่ผมมองไม่เห็นการวางแผนของมันเลย  
แม้แต่ตาเดียว!

ก็ลื้อจะไปรู้แผนของมันได้อย่างไร ในเมื่อชีวิตที่ผ่านมาลื้อมองไม่เห็นด้วยซ้ำ ว่าอะไร  
เป็นหมากฝ่ายลื้อ อะไรเป็นหมากฝ่ายชะตากรรม

อะไรเป็นหมากฝ่ายผม?

ทายซิ

ก็คง... สมบัติที่ผมมี ญาติที่ผมรัก เพื่อนที่มีน้ำใจ

ผิด! หมดทั้งหมัดที่ลื้อมีคือตัวเอง นอกเหนือจากนั้น ทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตลื้อล้วน เป็นตัวหมัดฝ่ายชะตากรรมทั้งสิ้น!

เอ่อ... ชักเห็นรางๆ แต่ไม่เข้าใจอะ

ชะตากรรมใช้ทุกสิ่งที่ลื้อมีมาเล่นงานลื้อได้หมด สมบัติอาจนำภัยมาสู่ตัวลื้อเอง ญาติสนิทมิตรสหายแอบฆ่าลื้อได้ง่ายกว่าใครตอนทะเลาะกัน แล้วเพื่อนที่มีน้ำใจก็อาจล้า เลิก บุญคุณแถมไถเงินลื้อภายหลัง ทั้งชีวิตมีแต่ตัวลื้อเท่านั้น ที่จะทำเพื่อตัวลื้อไปจนตาย ไม่ กลับไปกลับมา และไม่ต้องขึ้นตรงกับชะตากรรม อาจฮึดฝืนสู้กับชะตากรรมได้!

เริ่มเข้าใจแล้วครับ ขอสารภาพว่าหลายครั้งผมมองลูกๆของเค้าแก้แค้นด้วยความอิจฉา ว่า ทำบุญอะไรกันมา ไม่เห็นต้องพยายามถีบตัวเองเหมือนผม

ชาติก่อนพวกมันเคยทำบุญอะไรกันมาอ้าวไม่รู้ รู้แต่ชาตินี้พวกมันทำบาปด้วยการชื้อ เกียจขี้บหาย และถ้าชื้อยังเป็นแบบนี้อยู่ วันหนึ่งสมบัติก็ต้องฉิบหายวายป่วงตามความชื้อ เกียจของพวกมันแน่ ไม่ต่างจากนกหมากรุกที่สักแต่เดินตาต่อตาอย่างเนือยเนาย เพื่อความ สูญเปล่า และปล่อยให้ฝ่ายตรงข้ามกินฟรีไปเรื่อย ๆ

ผมขยันขันแข็ง ทำงานอาบเหงื่อต่างน้ำมาตลอด แต่ก็แพ้ทางชะตากรรมอยู่ดี ทุกอย่าง ผิดพลาดไปหมด ล้มเหลวไปหมด

แล้วที่ตาเดินในเกมหมากรุกเงี้ย ลื้อรู้ดีไปหมด ว่าวางหมากอย่างไรให้ถูกจุด วาง หมากอย่างไรถึงแก่เกมจากเพลิงพล้ำ พลิกกลับมาเป็นเอาเปรียบได้ ทำไมลื้อไม่หาทางวาง หมากของชีวิตให้เข้าจุดฉลาด แหวกแหวจากวิธีเดิม ๆ บ้างล่ะ?

มันไม่ง่ายนะเค้าแก

ก็ไม่ง่ายนะซี! ในเกมหมากรุกลื้อก็พยายามคิดหาตาฉลาดอยู่ตลอดเวลา แต่ละตา มันง่ายนักหรือ? หนีง! อ้าวถึงบอกว่าลื้อฉลาดพอกับอ้าวในเกมหมากรุก แต่ต่างกับอ้าวที่ลื้อไม่ ใช้ความฉลาดในไปเล่นเกมชีวิตเสียบ้าง!

ฟังแล้วอึ้งเลย



ทั้งโลกเต็มไปด้วยคนแบบลื้อ คือฉลาด มีความสามารถ แต่ยอมแพ้ชะตากรรม หรือไม่ก็หันไปหมกมุ่นกับการเล่นเกม ปล่อยให้ตัวเองไปวัน ๆ ถ้าเอาความฉลาดและความพากเพียรเท่ากับที่ใช้เล่นเกมมาหาอุปบายพลิกชีวิต ก็จะได้ทั้งความระทึก ได้ทั้งรางวัลเป็นชีวิตใหม่ของจริง แทนที่จะเป็นแค่คะแนนหลอก ๆ ในเกมเอาสนุก

ตัวหมากที่ผมขาดไปน่าจะเป็นวิธีคิดแบบถ้ำแก่กระมัง

เปล่าเลย! ตรงข้ามด้วยซ้ำ ถ้าลื้อเดินหมากรุกได้ลึกซึ่งขนาดนี้ แปลว่าลื้อน่าจะมีวิธีคิดแบบถ้ำแก่อยู่แล้วละ สิ่งที่ลื้อขาดไปคือการ ‘เริ่มใช้’ วิธีคิดแบบถ้ำแก่ต่างหาก!

น่าจะจริง

อ้าวหาเงินเองตั้งแต่ ๑๕ เท่าลื้อ แต่สิ่งที่อ้าว ‘หา’ มากกว่าลื้อคือโอกาส! ทุกครั้งที่ออกนอกบ้าน อ้าวสังเกตแทบทุกสิ่งที่อยู่ข้างทาง ว่ามีอะไรเป็นโอกาสของอ้าวบ้าง ซึ่งก็ไม่ต่างกับที่อ้าวดูเกือบทุกตาเดินในกระดานหมากรุก ว่ามีช่องแคบช่องไหนเปิดโอกาสให้อ้าวเข้าไปได้บ้าง

ผมยอมรับ ผมไม่เคยหาโอกาสเพิ่ม และผมก็เพิ่งคิดได้เดี๋ยวนี้ ว่าในเกมหมากรุกนั้น แม้นึกว่าได้ตาเดินที่ดีแล้ว แต่เราก็มีสิทธิ์คิดหาทางลัด หรือเลือกวิธีที่ฉลาดขึ้นกว่าเดิมได้เสมอ

นั่นไง! แต่ลื้อเลิกคิดถึงข้ออ้างให้ยอมจำนน สิ่งที่เหลืออยู่ในหัวลื้อ ก็คือข้อคิดแบบถ้ำแก่!

จะเป็นถ้ำแก่ต้องเล่นเกมชนะชะตากรรมได้กี่ครั้งครับ?

ลื้อแค่ชนะใจตัวเอง เปลี่ยนวิธีคิดของตัวเองได้ครั้งเดียวก็พอ ลื้อเป็นถ้ำแก่ตั้งแต่ตรงนั้นแล้ว ไม่ใช่เพิ่งไปเป็นเอาตอนมีกิจการ!

คุยกันผมรู้สึกว่ถ้ำแก่ปิดตาโง่ในเกมชีวิตไว้หมดแล้ว

ยังหรอก! อ้าวเพิ่งมาจุกคิดอะไรได้อย่าง ถ้าชีวิตคือเกม ก็คงเหมือนหมากรุก ที่จะมีกระดานใหม่ให้เล่นต่อ ตราบเท่าที่เรายังติดใจอยากเล่น

เอื่อ?

อ้าวว่าน่าเบื่อตายซัก ถ้ามีชาติหน้าและต้องเกิดใหม่ แค่คิดว่าจะกลับไปทำงานหามรุ่ง  
หามค่ำตั้งแต่อายุ ๑๕ อีกครั้ง อ้าวก็เข่าอ่อนไปหมดแล้ว

แล้วจะวางหมากยังงัยละทีนี้?

อันนี้ต้องอาศัยความรู้ความเข้าใจมากกว่าความฉลาดวางหมาก ตาเดินที่นี้ดีกว่า  
ฉลาดที่สุดในชีวิตก็ยังไม่อยู่ดี ถ้าไม่รู้ว่าเดินแล้วจะเกิดอะไรขึ้นข้างหน้ากันแน่

แล้วทำไมถึงรู้และเข้าใจแน่ ๆ ว่าอะไรจะเกิดขึ้นข้างหน้าล่ะครับ?

เกมไม่ได้มีไว้ให้เล่นอย่างเดียว แต่มีไว้ให้เลิกด้วย เรารู้แน่ ๆ ว่าถ้ายังเล่นก็ยังคง  
เหนื่อยกับการแพ้นะ เท่า ๆ กับที่รู้ว่าเลิกได้เมื่อไร ความเหนื่อยก็ยุติลงเมื่อนั้น

หมายความว่าต้องเลิกแม้แต่การอยากเป็นถ้าแก้ด้วยหรือครับ?

เป็นถ้าแก้มันไม่ใช่แค่มีชีวิตมั่งคั่งอย่างถ้ำแก้ว แต่ต้องทนเหนื่อยกับการเดินขึ้น  
บันไดหลายร้อยขั้นมาเป็นถ้ำแก้ด้วย และต่อให้ค้าขายได้กำไรมาทั้งชีวิต วันหนึ่งชีวิตก็รีบ  
กำไรคืนไปหมด... อ้าวเพิ่งได้คำตอบใหม่เมื่อไม่นานนี้ ว่าถ้าไม่ยากทนทุกข์กับการเป็น  
อะไร ก็ต้องทำให้ถึงความไม่ยากเป็นอะไร และถ้าไม่ยากสูญเสียอะไร ก็ต้องทำให้ถึงความ  
ไม่มีอะไรให้เสีย

คิดอย่างถ้ำแก้คือยอมเหนื่อย

เพื่อผลกำไรทางการค้า

คิดอย่างคนฉลาดกว่าถ้ำแก้คือหาทาง

เพื่อไม่ต้องขาดทุนกับการเกิดมา



หามมงคล

มีคนมาขอให้ผมตั้งชื่อหลายครั้ง ไม่ใช่เพราะผมประกาศตัวเป็นหมอดูชื่อ แต่เป็นเพราะผม  
แต่งนิยายมาหลายเรื่อง ซึ่งเมื่อคนอ่านถูกใจชื่อตัวละครเก๋ๆ ก็เข้าใจว่าผมมีทักษะในการตั้งชื่อ

แหวกแนวไม่ซ้ำใคร จึงอยากได้ชื่อใหม่เป็นเอกลักษณ์ไว้ให้ลูกหรือไว้ให้ตัวเองบ้าง ไม่เกี่ยวกับความถูกต้องตามศาสตร์ตั้งชื่อของสำนักไหนทั้งสิ้น

มีน้องคนหนึ่งคลั่งไคล้เข้าขั้นเสพติดการเปลี่ยนชื่อ เธออายุไม่ถึง ๓๐ ปี รวมการเปลี่ยนชื่อมาทั้งหมดได้ ๕ ครั้ง ตั้งแต่เด็กที่คนอื่นเปลี่ยนให้ กระทั่งโตขึ้นเปลี่ยนด้วยตนเอง และเธอก็กล้าขนาดเป็นตัวเองเหลือเกิน ขนาดขอเป็นต้นตระกูลใหม่ ตั้งนามสกุลที่ยังไม่เคยมีใครใช้มาก่อนก็ได้เลย!

ในการเปลี่ยนชื่อครั้งสุดท้าย น้องคนนี้อะไรให้ผมเป็นคนเลือก แต่ก็ไม่ได้ใจผมสักเท่าไร เรื่องตั้งชื่อให้ลูกหลักนามมงคลเพียงใด เธอจึงคัดกลุ่มชื่อที่ต้องโฉลกตามตำรา แน่ใจว่าเป็นมงคลกับตัวเองประมาณ ๒๐ ชื่อ แล้วให้ผมเป็นผู้ตัดสิน ผมกวาดตาอยู่ครู่หนึ่งก่อนเลือก ‘อณิสยา’ ด้วยเหตุผลคือฟังไพเราะกว่าตัวเลือกอื่นๆ ซึ่งเธอก็ยิ้มพอใจ คือถูกใจเธออยู่เช่นกัน

พอเปลี่ยนชื่อพร้อมนามสกุลที่อำเภอเรียบร้อย ต่อมาเธอต้องทำงานกับฝรั่ง และคงต้องทำยาวเป็นสิบ ๆ ปีเนื่องจากไปก่อสร้างสร้างตัวที่เมืองนอก ปัญหาที่คาดไม่ถึงมาก่อนก็เกิดขึ้น คือคำแรกของชื่อจะออกเสียงเป็น anus ซึ่งในภาษาอังกฤษหมายถึง ‘ทวารหนัก’ หรือที่คนไทยทั่วไปมักเรียกอย่างเป็นทางการว่า ‘ตุต’ นั่นแหละ

เอาล่ะสิ เธอมาโวยวายกับผมใหญ่ หว่าวจึงใจแกล้งติดตราบาปให้กับชื่อของเธอไปจนชั่วชีวิต เธอคร่ำครวญว่าเหนื่อยกับการเปลี่ยนชื่อแล้ว อุตส่าห์ตั้งใจจะเปลี่ยนชื่อเป็นครั้งสุดท้ายแล้วทำไมผมถึงไม่คิดให้ดี ไตร่ตรองให้รอบคอบเสียก่อนเลือก

ผมพูดไม่ออกได้แต่กลอกตา งานนี้เนื้อไม่ได้กินหนังไม่ได้รองนั่ง เอากระดูกมาแขวนคอเล่นเสียอย่างนั้น จะเอ่ยขอโทษก็ไม่ค่อยเต็มเสียงนัก เพราะแต่แรกไม่ได้ตั้งใจติดตราบาปอะไรไว้กับชื่อเธอ ขณะเลือกให้หาได้มีเรื่องเกี่ยวกับทวารหนักผ่านเข้ามาในหัวแม้แต่แวบเดียว มีแต่ความปรารถนาดีล้วนๆ เธออยากให้เลือกก็เลือกตามใจเธอเท่านั้น

วันนี้ถ้าใครมาถามผมว่าชื่อนั้นสำคัญไหม ผมคงตอบเต็มปากเต็มคำว่าสำคัญเหมือนกันนะ เพราะคุณจะถูกเรียกหรือถูกจดจำไว้ว่าเป็นใครก็จากชื่อนี้แหละ ถ้าตั้งไว้ให้เป็นสิริมงคล ก็เท่ากับถูกจดจำในทางดีตั้งแต่แรกที่รู้จักกัน แต่ถ้าตั้งไว้ให้เรียกแล้วไหลไปนึกถึงเรื่องไม่เป็นมงคล ชีวิตก็อาจมัวหมองลงทันที

สรุปว่าแค่ नामอันเป็นมงคลยังไม่พอ คุณต้องดูองค์ประกอบอื่นๆในชีวิตแต่ละคนด้วย!

อย่างเช่นถ้าผมทราบว่ามันถึงข้างต้นจะทำงานกับฝรั่ง และถูกต้องได้ว่าฝรั่งจะเรียกเธอว่าอันส... อันส... แทบทุกคำ ผมก็อาจหันเหไปเอาตัวเลือกอื่น ซึ่งแม้ไม่ก๊อบก๊อปเท่า อย่างน้อยก็คงไม่จุดยืมมมปากจากฝรั่งเส้นต้น (เท่าที่ทราบคือปัจจุบันเธอก็ยังใช้ชื่อนี้และไม่มี ความปวดใจแต่อย่างใด เพราะในทางปฏิบัติเธอให้ใครต่อใครเรียกชื่อเล่น แล้วใช้ชื่อจริงในงานเอกสารเท่านั้น)

ปัจจุบันการเปลี่ยนชื่อและนามสกุลจัดได้ว่าเป็นเทรนด์หนึ่งที่เดียว ต่อไปใครไม่เปลี่ยนอาจถูกล้อว่าเชย ไม่รู้จักมีศรัทธาให้ทางเลือกใหม่ๆกับเขาบ้าง ใครต่อใครเปลี่ยนแล้วก็ล้อกันว่าดีขึ้นทั้งนั้น

ตัวผมเองใช้ชื่อเดิมนามสกุลเดิมมานานจนชิน และภายใต้ชื่อนามสกุลเดียวกันนี้ก็รุ่งบ้าง ร่วงบ้างอย่างคนธรรมดาคนหนึ่ง ตอนร่วงก็เห็นอยู่ว่ามีเหตุมีผลอะไร ไม่เคยนำไปโยงเข้ากับชื่อแซ่ แต่ประการใดเลย แม้กระทั่งรู้ทั้งรู้ว่าตัวสะกดตัวหนึ่งของชื่อผิด ก็ยังไม่ขยันไปอำเภอเพื่อเปลี่ยนให้ถูก เพราะกลัวความวุ่นวายเกี่ยวกับเอกสารที่จะตามหลังกมา คิดว่าใช้ๆไปอีกไม่นานก็ต้องเลิกใช้อยู่แล้ว ถ้าอายุยืนถึงหมื่นปีค่อยเห็นประโยชน์ในการแก้ไขกับเขาหน่อย

หมอดูชื่อผิดขึ้นมากมาย และผมก็มีโอกาสเห็นผลงานของหมอดูชื่อที่ว่าดัง ๆ มาบ้าง อันนี้ไม่ใช่ในിക്കสูกอยากโจมตีหรือเชียร์ใครด้วยอคตินะครับ ขอเล่าให้ฟังตามที่เห็นมาแบบสรุปรวบรัดคือหมอดูชื่ออาจรู้จริงตามหลักการตั้งชื่อที่สัมพันธ์กันกับฤกษ์เกิด โดยมองตัวอักษรเป็นเลขรหัส ถอดรหัสแล้วรู้ว่าเข้ากันหรือขัดกันกับดวงดาวประจำตัว แต่สิ่งที่หมอดูชื่อทั่วไปไม่อาจดูได้ คือความสัมพันธ์ระหว่างชื่อกับจิต

ย้าว่านี่พูดตามที่ผมเห็นนะครับ ลูกคำของหมอดูชื่อบางรายนั้น มีความคิดอ่านขัดแย้งในตัวเอง หรือมีความซับซ้อนในตัวเองสูงอยู่แล้ว คืออาจเย็นเป็นพ่อพระแม่พระได้เท่าๆกับร้อนเหมือนยักษ์เหมือนมารตามสถานการณ์ ตาดีตาร้ายถ้าเจอหมอดูชื่อสั่งเปลี่ยนชื่อใหม่ให้ เป็นอะไรที่ทั้งยาวทั้งเรียกยาก ก็ยิ่งไปเพิ่มความซับซ้อนทางอารมณ์ ถึงขั้นความรู้สึกลับเบี้ยว อึดอัดทรมานทั้งตนเองและคนรอบข้างเข้าไปใหญ่ แม้ตามตำราจะว่าชื่อใหม่เป็นศรี เป็นมงคลอย่างไร ก็ไม่ช่วยให้อะไรดีขึ้นเลย งานวุ่นวายอย่างไรก็วุ่นวายอยู่อย่างนั้น แถมจิตใจกลับว้าวุ่นขึ้นเสียอีก

อันที่จริงคุณเปลี่ยนรายละเอียดใดในชีวิต ก็มีผลให้ชีวิตเปลี่ยนแปลงไปทั้งนั้นแหละครับ เช่นถ้าเปลี่ยนฤกษ์การเริ่มทำงานในแต่ละวันให้เช้าหรือสายขึ้นกว่าเดิม หัวคิดของแต่ละคนจะเล่นมากเล่นน้อยต่างไป บางคนไม่รู้ตัวว่าที่เฉื่อยชา แรงงานไม่ขึ้น ก็ปีก็ไม่ก้าวหน้าเสียที เหตุก็เพราะฤกษ์การเริ่มทำงานมันสายไปนั่นเอง ไม่เกี่ยวกับชื่อนามสกุล ไม่เกี่ยวกับฮวงจุ้ยแต่อย่างใดเลย

สำหรับมนุษย์ธรรมดาคนหนึ่ง ส่วนที่มีอิทธิพลอย่างใหญ่สุดเห็นจะได้แก่วิถีคิด สไตล์การพูด และความฉลาดในการลงมือกระทำกิจทั้งหลาย โลกนี้มีศาสตร์แห่งการปรับปรุงความคิด คำพูด และการกระทำอยู่มากมาย ส่วนใหญ่มุ่งเน้นพัฒนาความเก่งกาจปราดเปรื่อง เพื่อให้ได้มาซึ่งตำแหน่งหน้าที่ ความมั่งคั่ง ชื่อเสียงเกียรติยศ และสิ่งน่าปรารถนาต่อตาต่อใจทั้งหลายทั้งปวงนั่นเอง

อย่างไรก็ตาม ศาสตร์แห่งการปรับปรุงตัวทั้งหลายไม่อาจพยากรณ์ว่าคิด พูด ทำตามที่แนะนำแล้ว จะก่อให้เกิดผลกระทบทางใจอย่างไร สว่างขึ้นหรือมืดลง

ความสว่างไสวกับความมืดหม่นของจิตจัดเป็นแก่นสารสำคัญหนึ่งในชีวิตแบบพุทธ พุทธคือศาสตร์แห่งการปรับปรุงความคิด คำพูด และการกระทำ ที่มุ่งให้จิตสว่างขึ้น เป็นบุญเป็นกุศลมากขึ้น มั่งคั่งในเชิงจิตวิญญาณยิ่งขึ้น อธิบายได้ง่าย ๆ ว่าถ้าละความชั่ว ทำความดี จะมีจิตที่ผ่องใสหรือกระทั่งถึงขั้นบริสุทธิ์สะอาดปราศจากกองโยแห่งกิเลสได้ พฤติกรรมใดเป็นไปเพื่อความสว่างของจิต พฤติกรรมนั้นจะถูกยกย่องสรรเสริญว่าควรทำ ถ้าพฤติกรรมยังไม่ดีก็เปลี่ยนเสีย ถ้าดีอยู่แล้วก็ทำให้ดีขึ้น ถ้าดีขึ้นแล้วก็พยายามต่อไปให้ถึงขั้นแห่งความพิสุทธิ์ จะได้หยุดทุกข์หยุดร้อนไปชั่วกาลนาน

ข้อแ่อาจเป็นความสว่างด้านหนึ่งของชีวิต เปลี่ยนแล้วอาจดีขึ้นได้ทันตาเห็น แต่ในระยะยาวจะยังไม่ดีจริงตราบเท่าที่จิตยังคงมืดหม่น ตรงข้าม แม้ข้อแ่ยังคงเดิม ของเดิมอาจกระเตื้องไปทางมืด แต่หากปรับปรุงเปลี่ยนแปลงการกระทำ หันมาคิดเสียสละ หันมาพูดประนีประนอม และหันมาทำกิจเพื่ออนุเคราะห์ ดวงจิตก็จะดีขึ้น และเมื่อจิตดีขึ้นอย่างเดียว ทุกอย่างในชีวิตก็จะดีขึ้นหมด ทั้งระยะสั้นและระยะยาว

คนเราจะคิดถึงนามที่เป็นมงคล แต่ไม่ค่อยคิดถึงการทำมงคลให้เป็นนามอันน่าจดจำสักเท่าไร สิบไปสิบมากก็เพราะขี้เกียจเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตัวเอง เพราะต้องเปลี่ยนให้สว่างครบวงจรจึงจะประจักษ์ผลเหมือนเปิดประตูสู่ชีวิตใหม่ การเปลี่ยนนิสัยเปรียบเหมือนการออกรบในสมรภูมิที่เอาชนะยากที่สุด สู้เปลี่ยนชื่อ เปลี่ยนฮวงจุ้ย เปลี่ยนเลขทะเบียนรถ เปลี่ยนเบอร์โทรศัพท์ไม่ได้ ง่ายกว่ากันเยอะ ออกแรงมากกว่าเลือกเสียใหม่แค่หน่อยเดียว

โลกจึงดำเนินต่อไปภายใต้ชื่อสมมุติทั้งหลาย สมมุติว่าชื่อนั้นดี สมมุติว่าชื่อนี้เป็นมงคล แม้เจ้าของชื่อจะเต็มไปด้วยพฤติกรรมอันร้ายกาจ อาจสร้างอัปมงคลให้ตนเองและผู้อื่นมากมายปานใดก็ตาม

เปลี่ยนพฤติกรรมให้ชั้  
ดีกว่าเปลี่ยนชื่อให้พฤติกรรม



ตั้งตฤณดอกทคอม

ทางเนชั่นสุดสัปดาห์ช่วยห้อย dungtrin.com ไว้ได้ชื่อคอลัมน์ ‘คิดจากความว่าง’ ให้มานาน แต่ผมยังไม่ได้แนะนำเว็บไซต์เสียที วันนี้ขอถือโอกาสกล่าวถึงสักหน่อยนะครับ เพราะเมื่อได้พบปะเสวนากับคุณๆที่อ่าน ‘คิดจากความว่าง’ หลายคนยังไม่ทราบว่ามีการตั้งตฤณดอกทคอมอยู่บนอินเทอร์เน็ตด้วยซ้ำ เนื่องจากเคยชินที่จะกวาดตาดลงมาอ่านเนื้อความเลย หรืออีกทีก็เข้าใจว่าผมคงใช้เว็บตั้งตฤณดอกทคอมในการแนะนำตัว แนะนำหนังสือ หรืออาจมีเว็บบอร์ดเสวนาเกี่ยวกับงานของผมบ้างนิดๆหน่อยๆ

อันที่จริงจุดมุ่งหมายของเว็บตั้งตฤณดอกทคอมเป็นอย่างนี้ครับ

๑) เผยแพร่งานทุกชิ้นของตั้งตฤณ อันได้แก่ เสียตาย... คนตายไม่ได้อ่าน, มีชีวิตที่คิดไม่ถึง, กรรมพยากรณ์ (นวนิยาย), ทางนฤพาน (นวนิยาย) เตรียมเสบียงไว้เลี้ยงตัว, คิดจากความว่าง, วาตะตั้งตฤณ, วิปัสสนาญาณ, ๗ เดือนบรรลुरुธรรม และ มหาสติปัฏฐานสูตร นี่หมายความว่าเนื้อหาในหนังสือทุกประโยค ทุกคำ ทุกอักษรมีอยู่แค่ไหน เว็บตั้งตฤณดอกทคอมก็มีให้อ่านแค่นั้น อย่างมากก็มีหลงหูหลงตาบางจุดที่เป็นคำผิด คำตกหล่น ซึ่งได้รับการแก้ไขเฉพาะในหนังสือแล้ว แต่ยังคงค้างอยู่ในเว็บบ้างเล็กน้อย

๒) ให้ดาวน์โหลดเสียงอ่านงานของตั้งตฤณ โดยมีหนุ่มสาวใจดีหลายท่านช่วยกันอ่านหนังสือของผมเก็บบันทึกในรูป mp3 จึงเผยแพร่ทางอินเทอร์เน็ตได้โดยสะดวก เสียงอ่านหนังสือของตั้งตฤณเริ่มเข้าหูคนฟังในวงกว้างเป็นครั้งแรก เมื่อคุณอลิสา ฉัตรานนท์ได้ช่วยบริจาคเสียงให้กับ ‘วิปัสสนาญาณ’ และ ‘เสียตาย... คนตายไม่ได้อ่าน’ ด้วยเหตุที่น้ำเสียงของเธอเพราะฟังชวนฟัง หลายคนฟังแล้วรู้สึกว่าง่ายกว่าการอ่านมาก จากนั้นเลยได้อาสาสมัครเสียงทองอีกหลายท่านเกิดแรงบันดาลใจ ช่วยกันอ่านงานชิ้นอื่นๆด้วย

๓) เผยแพร่นิตยสารออนไลน์อ่านฟรี ของขวัญปีใหม่ ๒๕๕๐ สำหรับชาวเน็ตทุกท่าน นี่คือนิตยสารอ่านฟรีซึ่งเกิดจากการร่วมแรงเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวของหมู่คนหลากหลายสาขาอาชีพ มีชื่อเป็นทางการว่า ‘ธรรมะใกล้ตัว’ ข้างในประกอบด้วยคอลัมน์ประจำที่ให้ความรู้ชนิดเอาไปใช้ได้จริง

มากมาย นับแต่ธรรมะจากพระผู้รู้, เตรียมเสียบึงไว้เลี้ยงตัว, เขียนให้คนเป็นเทวดา (คู่มือนักเขียน สำหรับมือใหม่อยากเขียน), ไตอาร์หมอดู, ของฝากจากหมอดู, แง่คิดจากหนัง, กวีกรรม, เทียววัด ฯลฯ

นอกจากนั้นดังตฤณดอทคอมยังมีเนื้อหาอื่นๆอีก เช่น บทความและสัมภาษณ์ ซึ่งอยู่ในรูปแบบที่อ่านได้จากเว็บเบราว์เซอร์ธรรมดาขณะออนไลน์ทันที ไม่จำเป็นต้องดาวน์โหลดให้ยุ่งยากแต่อย่างใด

เนื้อหาในเว็บไซต์ตฤณดอทคอมพยายามตอบโจทย์เด่นๆในแวดวงพุทธศาสนา เช่น

๑) จะรู้จักพระพุทธเจ้าได้อย่างไรง่าย ๆ?

งานเกือบทั้งหมด ‘พยายาม’ หลีกเลี่ยงศัพท์ยากๆซึ่งต่อกันไม่ติดกับมือใหม่ในแดนธรรม คำอธิบายส่วนใหญ่เป็นภาษาพูดของคนกันเอง เวลาเขียนผมพยายามนึกว่ากำลังจับเข่าคุยอยู่กับคุณ (จริงๆถ้านั่งอยู่ตรงหน้า ผมก็ไม่เคยกล้าจับเข่าใครหรอก นึกตามสำนวนไปอย่างนั้นแหละ)

๒) จะให้ ‘เด็กมีปัญญา’ เริ่มอ่านอะไรก่อนดี?

เด็กวัยรุ่นในยุคเราแตกต่างจากเด็กทุกยุคที่ผ่านมา คือ ก้าวร้าว มองโลกในแง่ร้าย ในขณะเดียวกันก็ซึ่ซัส และสามารถเคี้ยวข้อมูลซับซ้อนได้มากกว่าที่ผู้ใหญ่คิด ผมเขียนนวนิยายเช่น ‘กรรมพยากรณ์’ และ ‘ทางนฤพาน’ โดยมีเป้าหมายให้อ่านสนุกได้ตั้งแต่วัยรุ่นถึงวัยปลาย โดยเฉพาะกรรมพยากรณ์ ตอน เลือกเกิดใหม่ จะกล่าวถึงปัญหาเช็ทซ์ในวัยรุ่นแบบตรงไปตรงมา ตลอดจนจำลองประสบการณ์ความตายสำหรับคนที่อยากรู้ว่านาที่นั้นเป็นอย่างไร ฉะนั้นเพิ่งเกิดหรือใกล้ตายก็น่าจะมีอะไรให้จับต้องได้บ้าง

๓) กรรมวิบากเป็นเรื่องจริงหรือนิทานสำหรับเด็ก?

ผมตอบคำถามหลากหลายไว้สั้นๆใน ‘เตรียมเสียบึงไว้เลี้ยงตัว’ นับตั้งแต่ข้อแรกของเล่มหนึ่ง ที่ให้พิสุจน์ธรรมชาติกรรมวิบากขณะสาวยังไม่ละจากหน้าหนังสือ เล่มอื่นเช่น ‘เสียดาย... คนตายไม่ได้อ่าน’ ก็เป็นการย่อเนื้อหาเกี่ยวกับกรรมวิบากที่พบในพระไตรปิฎก ให้มาอยู่ในรูปของคำตอบสำหรับโจทย์เช่น เกิดมาเป็นอย่างไรได้อย่างไร? ตายแล้วไปไหนได้บ้าง? ตลอดจนยังอยู่แล้วจะทำอย่างไรดี? ล่าสุดพยายามให้ง่ายกว่านั้นในหนังสือ ‘มีชีวิตที่คิดไม่ถึง’ โดยใช้มุมมองใหม่ในการอธิบายหลักกรรมวิบากและการเวียนว่ายตายเกิด โดยให้เห็นเป็น เกมกรรม ซึ่งอาศัยชีวิตของ

คนอ่านเองเป็นอุปกรณ์เล่น ถ้าหากลองเล่นดูตามวิธีที่แสดงไว้แล้วได้ผลจริง ก็พิสูจน์ได้ระดับหนึ่งว่า เกมกรรมเป็นของจริงอย่างไม่น่ามีอะไรให้สงสัยอีก

๔) ฌานและมรรคผลนิพพานยังเป็นของมีอยู่จริงหรือเป็นสิ่งที่ล้าสมัยไปเสียแล้ว?

หนังสือที่ตอบโจทย์แบบตรงไปตรงมาที่สุดได้แก่ ‘๗ เดือนบรรลุธรรม’ ซึ่งไม่แต่จะบอกว่าการทำได้ แต่ยังตีกรอบเวลาตามที่พระพุทธเจ้าท่านยืนยันไว้ด้วย นอกจากนั้นยังมี ‘วิปัสสนาอนุบาล’ เป็นเครื่องทุ่นแรงให้กับมือใหม่วันแรก คือให้หลักวิธีปฏิบัติธรรมที่ทำได้จริงตั้งแต่กำลังอ่านหนังสืออยู่เดี๋ยวนั้น และตบท้ายด้วยตำราเล่มใหญ่สำหรับท่านที่ชอบของยาก คือ ‘มหาสติปัฏฐานสูตร’ (สำหรับเล่มหลังสุดนี้ผมกำลังรื้อเขียนใหม่หมดให้ง่ายลง และไม่แยกเป็นเล่ม ๑ เล่ม ๒ เหมือนที่ผ่านมา)

สำหรับคนรุ่นใหม่ ‘อาจจะ’ ไม่ได้สนใจโจทย์ข้อใดที่กล่าวมาเลย แต่อยากอ่านแง่คิดสบายๆเกี่ยวกับชีวิตประจำวันหรือ ‘นิพพานเดี๋ยวนี้นี้ที่ไม่ต้องลงทุน’ ก็คงได้แก่ ‘คิดจากความว่าง’ ซึ่งน่าจะไม่ต้องแนะนำอะไรกันมากสำหรับผู้อ่านเนชั่นสุดสัปดาห์

ยิ่งไปกว่านั้น ยังมีงานซึ่งผมไม่ได้ดำเนินการเอง คือ ‘วาทะดังตฤณ’ ซึ่งคุณอนัญญา เรืองมากับพรรคพวกของเธอ ได้คัดเอาประโยคเด่นในงานต่างๆของผมมารวมไว้เป็นเล่มเล็ก เพื่อให้อ่านง่ายที่สุด ย่อยได้เร็วที่สุด ตอนนี้มีวาทะฉบับ ชวนคิด กับ ความรักหลากสี และคาดว่าอีกไม่นานคงมีฉบับ ลาโลก ตามมาด้วย

ท้ายที่สุดต้องขอขอบคุณเจ้าของเว็บตัวจริง คือ คุณสมเจตน์ ศฤงคารรัตน์ ซึ่งจัดทะเบียนและดูแล dungtrin.com กับคุณกวิณ ฉัตรานนท์ ซึ่งจัดทะเบียนและดูแล dungtrin.net ไว้ ณ ที่นี้ ผมแทบไม่ต้องทำอะไร ไม่ต้องจ่ายสักบาท เพราะได้สองท่านนี้ช่วยรับภาระจัดการให้ทั้งหมดครับ



คุยกับความว่าง

ท่ามกลางอากาศสดชื่นบริสุทธิ์ของเช้าตรู่วันหนึ่ง จิตกับกายคุยกัน โดยจิตพอใจจะเริ่มเสวนากับกายส่วนที่เป็นลมหายใจก่อน



จิต – ฉันเพิ่งเห็นชัดในหน้าที่นี้เอง ว่ายามเธอเข้าสู่ภายในอันเป็นโพรงว่างนี้ เธอมีรูป เป็นลำยาว ลากขึ้นสูงแหลมช้า นุ่มนวลสม่ำเสมอ และเมื่อระบายออก ก็พรั่งพรูสู่ลงสู่อากาศ ว่างภายนอก ดุจสายน้ำตกพร่างระอองขาวช่าน กระทบลงสู่เหวลึกอันว่างวายเกินหยิ่ง

ลม – ฉันไม่ได้มีลักษณะเช่นนั้นอยู่ตลอดเวลา ลักษณะของฉันพัดไหวขึ้นลง ดัดแปลง ปฏิรูปตัวเองง่าย เช่นยามนี้ที่เธอมั่งคั่งด้วยสติสัมปชัญญะ เต็มดวงสว่างนวลโดยอาการอันสบาย ฉันจึงมีความยืดยาว นุ่มนวล คู่ควรกับกับสภาวะของเธอ แต่หากเธอมีสภาวะแผ่ส่าย ฉันก็จะหดสั้นลง และเธอก็จะปราศจากมโนทัศน์อันวิจิตรประดุจเห็นสวรรค์ปานนี้

จิต – รูปนิมิตของเธอยามยืดล่ำเป็นสายยาวช่างงามนัก ความแจ่มชัดของเธอทำให้ฉันเห็นความเปลี่ยนแปลงแต่ละขณะอย่างกระจ่าง เพียงเมื่อน้อมพิจารณาว่าเธอสักแต่เป็นธาตุลม เป็นส่วนหนึ่งของรูปธรรม เธอเข้ามาแล้วต้องออกไปเป็นธรรมดา เริ่มต้นเธอลำพึ แล้วกลับผอมเพรียวเรียวแหลมเมื่อจะขาดช่วง เธอเป็นเพียงสิ่งปรากฏให้รู้ โดยมีฉันเป็นผู้รู้ชัด ด้วยการเลือกรับรู้ตามจริงเท่านี้ ฉันก็สิ้นสุดความหลงเข้าใจผิดว่าเธอเป็นฉัน และฉันเป็นเธอ

ลม – ธรรมชาติของฉันและเธอไม่เคยเป็นอันเดียวกันมาแต่ไหนแต่ไร มาบัดนี้มีเพียงเธอที่รับรู้ว่าเป็นอย่างไร แต่ฉันไม่อาจสัมผัสรับรู้เห็นได้เลย ว่าเธอเป็นอย่างไร เปรียบไปก็เหมือนคนตาบอดและไร้ประสาทสัมผัส ถูกเธอจับจ้องอยู่ฝ่ายเดียว

จิต – แต่เพราะเธอ ฉันจึงมีความตั้งมั่นสว่างใส รับรู้กว้างขวางและไวสัมผัสอย่างไม่เคยเป็นมาก่อน

ลม – ฉันไม่ได้ ‘ทำ’ อะไรเลย เธอต่างหากที่เข้ามาสังเกตดูความเคลื่อนไหวของฉัน แล้วบังเกิดความตั้งมั่นสว่างใสตามธรรมชาติของเธอเอง

หลายนาทีต่อมา จิตมีความพอใจจะคุยกับอริยาบถนี้ อันเป็นอีกส่วนหนึ่งของกาย

จิต – ฉันเพิ่งเห็นชัดในหน้าที่นี้เอง ว่าเมื่อจิตสงบตั้งมั่นแล้ว ก็เกิดความรู้ละเอียดทั่วพร้อมยิ่ง กระทั่งเห็นรูปพรรณสัณฐานของเธอ ฉันเหมือนวิญญูณไร้ตัวตน ที่หนึ่งเฝ้าสังเกตโพรงไม่ว่างกลวงออกมาจากภายใน

ทำนอง – ความจริงฉันไม่ได้เป็นโพรงว่าง ฉันคือสภาวะที่ยกตั้งขึ้นด้วยกระดูกสันหลัง ฉาบ  
ทาด้วยเลือดเนื้อ และมีเชอครองอยู่ ถ้าเธอสว่างกว่านี้และวิธี ‘เปิดกล่อง’ ได้ เธอก็จะเห็น  
รายละเอียดภายในกายราวกับชำแหละศพ แต่ไม่เป็นไร เพียงเธอเห็นฉันเป็นโพรงว่าง ก็แปลว่าเธอ  
หายทึบลงกว่าเดิมมากแล้ว

จิต – เธอหนึ่งยังหนัก ปกติเธอจะต้องกระสับกระส่ายไปมา แปลงรูปเป็นทำยีนบ้าง ทำ  
เดินบ้าง ทำนอนบ้าง

ทำนอง – ฉันก็เหมือนทุกสิ่งในโลก ที่มีความบีบคั้นในตนเอง ต้องปฏิรูปตัวอยู่ตลอดเวลา ทน  
อยู่ในท่าเดิมไม่ได้ หากความสงบระงับอย่างแท้จริงไม่ได้ แต่เพราะเธอกำลังตั้งมั่น ไม่กวัดแกว่ง  
อำนาจความนิ่งของเธอจึงพยุ่งให้ฉันแน่นิ่งตามไปด้วย ทว่าในที่สุดเมื่อเธอแปรปรวนไป สภาพของ  
ฉันก็จำต้องแปรปรวนตาม

จิต – จริงล่ะ! แม้ความเปลี่ยนแปลงของเธอยังไม่ปรากฏขึ้นจริง แต่ความ  
เปลี่ยนแปลงนั้นก็อยู่ในความรู้สึกของฉันได้ ความรู้สึกอย่างนี้เอง คือความหมายรู้ว่าไม่  
เที่ยง แม้ปรากฏประจักษ์ว่าเที่ยง ก็ไม่อาจหลอกฉันได้

ทำนอง – ถ้าเธอเห็นฉันชัดกว่านี้ เธอจะรู้ว่าแม้เมื่ออาหารเก่าออกไป อาหารเก่าเข้ามา รูป  
กายก็จะไม่ใช่ตัวฉันตัวนี้อีกแล้ว ฉันที่เป็นทำนองในลมหายใจนี้ เป็นคนละตัวกันกับทำนองในลมหายใจ  
ครั้งหน้า ที่ผ่านมาเธอและชาวโลกเห็นชัดก็แต่รูปพรรณสัณฐานของฉันที่ผิวนอก หากไม่อ้วนขึ้นหรือ  
ผอมลง เติ่งติ่งแล้วกลับกลายเป็นเหี่ยวยุบ ก็จะไม่มีการแปรรูปเป็นคนละตัวกันจริงๆ

หลายนาที่ต่อมา จิตมีความพอใจจะคุยกับความสุข อันเป็นคนละส่วนกับกาย กับทั้งมีใช้สิ่ง  
เดียวกับจิตเอง

จิต – ฉันเพิ่งเห็นชัดในนาที่นี้เอง ว่าเมื่อฉันสงบตั้งมั่นแล้ว บังเกิดความสบายหาย  
ห่วง ราวกับเกิดมาไม่เคยมีภาระ หรือตายไปแล้วจากภาระทั้งปวง เมื่อฉันกับกายแห่งหนึ่งไม่  
กวัดแกว่ง ผลที่เกิดขึ้นคือภาวะเสียบสบายอย่างเธอนี้เอง

ความสุข – ความจริงฉันไม่มีตัวตน ฉันไม่ได้เป็นแผ่นน้ำเรียบในสระหรือคลื่นโคลงกลาง  
สมุทร ฉันเป็นเพียงรสชาติหนึ่งของสมดุลง่ายกาย และเป็นเพียงรสชาติหนึ่งของเธอเอง เมื่อใดที่

กายขยับกระสับกระส่ายไปกว่านี้ ฉันก็จะหายไปตามการขยับกระสับกระส่ายของกาย หรือเมื่อใดที่เธอกระเพื่อมไหวไปกว่านี้ ฉันก็จะล่องหนไปพร้อมคลื่นความกระเพื่อมไหวนั้นทันที

หลายนาที่ต่อมา จิตมีความพอใจจะคุยกับจิตเอง

จิตก่อน – ฉันเพิ่งเห็นชัดในนาที่นี้เอง ว่าฉันเป็นต่างหากจากกาย ฉันเป็นต่างหากจากความสงบสุข ฉันเป็นเพียงธรรมชาติชนิดหนึ่ง ที่เข้าไปรู้กาย เข้าไปรู้ความสงบสุขเท่า ๆ กับที่เคยเข้าไปรู้สรรพสิ่งทั้งภายในและภายนอก ฉันคือธรรมชาติความสว่างอันปราศจากรูปทรงและสีสันทันที ความขวยยามนี้เป็นเพียงเงาที่ฉายออกมาจากศูนย์กลางความสว่างรุ่งเรือง และความสว่างรุ่งเรืองก็เป็นเพียงผิวนอกของจิตที่ผ่องแผ้วจากเครื่องรบกวน

จิตหลัง – ลักษณะนี้ของเธอเอง ที่น่าดีใจ น่าหลงใหลเสียยิ่งกว่ากามคุณ เธอต้องไม่ลืมสิ่งที่พระสัมพันธัญญ์สอนไว้ นั่นคือความน่าดีใจทั้งปวง เป็นเพียงเครื่องล่อให้หลงยึดมั่น เมื่อยังยึดมั่นอยู่ย่อมได้ชื่อว่าเกิดอุปาทาน อุปาทานว่านั่นเป็นเธอ หรือเป็นของเธอ เมื่อถอนจากอุปาทานเสียได้ด้วยการเห็น ว่าต้องเสื่อมลงเป็นธรรมดา บังคับให้เป็นไปตามปรารถนามิได้ เมื่อใดหลุดจากกรอบความเชื่อว่าเป็นตัวตนเสียได้ จึงมีสิทธิ์ซ้ำแรกเครื่องล่อทั้งหลาย ออกไปพบกับความว่างอันเป็นมหาสุญญตาสำเร็จ

หลายปีต่อมา จิตมีความพอใจจะคุยกับความว่างอันเป็นมหาสุญญตา ที่เหนือกว่าความไร้ขอบเขตแห่งอากาศธาตุ

จิต – ...

ความว่าง – ...

รสอันหวานชื่นสูงสุด  
หาใช้รสน้ำตาลแต่ะปลายลิ้น  
ทว่าเป็นรสแห่งมหาสมุทรความว่าง  
ที่แต่ะจิตโดยปราศจากการถูกกลืนกิน



## ศาสนาแห่งการตื่นก่อนตาย

คุณกำลังลืมตาตื่นตื่น คุณกำลังอ่านตัวหนังสือบรรทัดนี้รู้เรื่อง นี่คือความจริงอันเป็นปัจจุบัน หากปราศจากความจริงข้างต้นแล้ว จะไม่เกิดการสื่อสาร ไม่เกิดความเข้าใจใดๆเลย หน้ากระดาษจะเป็นหน้ากระดาษที่ว่างเปล่าปราศจากความหมาย ใจคุณจะเป็นใจที่ว่างจากความเข้าใจ ไม่มีความดึงดูดเข้าหากันระหว่างหน้ากระดาษกับใจคุณ

การถูกดูดติดอยู่กับหน้ากระดาษด้วยความเข้าใจ จัดเป็นประสบการณ์ ‘อยู่ในโลกความจริง’ ของพวกเราที่เกิดขึ้นอยู่ทุกเมื่อเชื่อกัน และเราก็อยู่กับความเคยชินเช่นนี้ จนกว่าจะเอะใจ เมื่อได้ยินเสียงเตือน ว่าแท้จริงเรากำลังหลงหลงอยู่ในโลกของอุปาทาน ตัวหนังสือที่คุณกำลังอ่านอยู่นี้ เป็นเพียงเครื่องหมายที่กระทบตา แล้วก่อให้เกิดการรับรู้และคิดตามเป็นขณะๆ หากปราศจากการรับรู้และคิดตาม คุณจะรู้สึกอีกอย่างหนึ่ง แตกต่างไปจากที่กำลังเป็นอยู่เดี๋ยวนี้

และหากคุณตระหนักว่ากลุ่มอักษรที่กำลังปรากฏตรงหน้า เป็นเพียงมายาแห่งความว่างเปล่ารูปแบบหนึ่ง อีกทั้งใจคุณก็เป็นเพียงปรากฏการณ์ชั่วคราว ที่ปรากฏแล้วจะผ่านหายราวกับไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน ไม่หลงเหลือร่องรอยแห่งตัวตนในอักษรหรือในใจสักน้อยหนึ่ง นั่นเองเป็นการเปิดใจรับอิสรภาพ ยุติอุปาทานในตัวตนได้ชั่วคราว

ศาสนาพุทธอุบัติขึ้นเพื่อการนี้ เหมือนมือที่เปิดม่านดำให้พวกเราเห็นความจริงที่เปิดเผยอยู่ตรงหน้า แต่อำนาจความเคยชินไม่เอื้อให้รู้วิธีเปิดใจรู้

ไม่ว่าจะแตกกิ่งก้านสาขาออกเป็นลัทธิหรือแนวทางเฉพาะตนเช่นไร ขอเพียงเข้าใจหลักการทำลายอุปาทาน พุทธก็ยังคงเป็นพุทธ เหมือนเช่นที่เซนก็แสดงภูมิปัญญาแห่งการตื่นก่อนตายให้เป็นที่ประจักษ์ ดังตัวอย่างในตำนาน

ชายผู้หนึ่งนามว่านินาภาวะกำลังจะสิ้นลม ครั้งนั้นอาจารย์เซนชื่ออีกิวได้แวะมาเยี่ยมแล้วกล่าวถามอย่างตรงไปตรงมา แข่งกับเวลาว่า

‘อนุญาตให้ผมนำทางท่านจะได้ไหม?’

นินาภาวะได้ยินเช่นนั้นก็ตอบโดยปราศจากความหวังอันใด

‘ผมมาสู่โลกนี้ตามลัทธิ และกำลังจะจากไปตามลัทธิ แล้วคุณจะช่วยอะไรผมเกี่ยวกับทางมาทางไปได้เล่า?’

ท่านอิกคิวตอบอย่างสงบ ด้วยดวงจิตที่เข้าถึงธรรมลึกซึ้งกว่านั้น

‘ถ้าท่านคิดว่าเป็นเรื่องจริงที่ท่านเคยมา และเป็นเรื่องจริงที่ท่านกำลังจะไป นั่นก็แค่ความหลงสำคัญผิดของท่านเอง เอาอย่างนี้เถอะ ขอผมแสดงทางซึ่งไม่มีการมาและไม่มีการไปให้ท่านดูสักหน่อยนะ’

ด้วยคำพูดอันฉลาดแหลมและมีพลังเปิดเผยสัจธรรมของท่านอิกคิว ผนวกเข้ากับจิตในวาระสุดท้ายของนินาภาวะที่วางเฉยพอจะรับรู้ตามจริง ทำให้เกิดสภาวะจิตเป็นอิสระจากความสำคัญมั่นหมายว่ากายใจเป็นตัวตน เห็นกายใจเป็นของอื่น เป็นของบดบังความจริง ท่านนินาภาวะจึงเข้าถึงความจริงอันปราศจากสิ่งบดบัง คือมหาสัจธรรมที่อยู่นอกขอบเขตของกาลเวลา ไม่ได้เคยมาพร้อมกับกายใจ และไม่ได้จะจากไปพร้อมกับกายใจ

ด้วยความแจ่มแจ้ง ณ ที่นั้น ท่านนินาภาวะจึงยิ้มอย่างงดงามแล้วตายอย่างสงบเยี่ยงผู้ถึงซาโตริคนหนึ่ง

การใช้คำพูดเหนียวนาให้เกิดความเห็นแจ้ง ทำลายอุปาทานว่าเป็นตัวตนเสียได้ทำนองเดียวกันนี้ มีตัวอย่างดั้งเดิมปรากฏอยู่ในพระคัมภีร์ไบเบิล ยมกสูตร ต้นเรื่องคือพระรูปหนึ่งนามว่ายมกะ เกิดความสำคัญมั่นหมายว่าตนเข้าใจธรรมะของพระพุทธเจ้าแจ่มแจ้งแล้ว และเห็นว่าพระอรหันต์ทั้งหลายเมื่อหมดกิเลส ตายแล้วไม่ไปเกิดในภพไหนๆอีก หมายถึงตายแล้วขาดสูญ พินาศสิ้นไปเลย

พระสารีบุตรซึ่งเป็นอัครสาวกฝ่ายขวาของพระพุทธเจ้า ผู้มีปัญญาล้ำเลิศ โดยเฉพาะในการกลับความเห็นที่ผิดให้เป็นความเห็นที่ถูกต้อง ทราบเรื่องของพระยมกะเข้า ก็เดินเข้าไปหาถึงที่อยู่ และซักถามเพื่อให้แน่ใจ ว่าท่านยมกะมีความเห็นเกี่ยวกับพระอรหันต์ตายแล้วสูญจริงไหม

เมื่อท่านยมกะยอมรับ และยืนยันว่าความเห็นของตนถูกต้องแน่นอน พระสารีบุตรก็เริ่มคำถามอันทรงพลังในการตัดความเห็นที่บิดเบี้ยวให้กลับตรง

‘ท่านยมกะ ท่านเห็นว่ากายนี้เที่ยงหรือไม่เที่ยง?’

‘ไม่เที่ยง ท่านสารีบุตร’

‘แล้วความรู้สึกสุขทุกข์ ความจำได้หมายรู้ ความคิดนึกชอบชัง กับความรู้ทางหูตา เหล่านี้ เที่ยงหรือไม่เที่ยง?’

‘ไม่เที่ยงเช่นกัน ท่านสารีบุตร’

‘เมื่อรู้ว่าไม่เที่ยง แล้วท่านสำคัญว่ากาย หรือความรู้สึกสุขทุกข์ หรือความจำได้หมายรู้ หรือ ความคิดนึกชอบชัง หรือความรู้ทางหูตา อย่างใดอย่างหนึ่งเหล่านี้ เป็นสัตว์ เป็นบุคคลอยู่หรือ?’

‘ไม่ใช่อย่างนั้น ท่านสารีบุตร’

เมื่อแกะเอาความผูกยึดว่ากายใจเที่ยง กายใจเป็นที่ตั้งของตัวตนออกแล้ว พระสารีบุตรก็ ถามสรุปว่า

‘ท่านยมกะ แท้จริงท่านก็เห็นอยู่ว่ากายใจที่กำลังปรากฏอยู่นี้ ไม่ใช่บุคคล ซึ่งก็แปลว่าไม่มี พระอรหันต์อยู่ในกายใจนี้เช่นกัน ควรแล้วหรือที่ท่านจะเห็นไป ว่าพระอรหันต์ตายแล้วย่อมขาด สูญ ย่อมพินาศ’

พระยมกะบรรลุธรรมในขณะที่ฟังการสาธยายธรรมอันล้าลึกของพระสารีบุตร ทำลาย ความเห็นผิดว่ามีพระอรหันต์เกิดมา และมีพระอรหันต์ตายไปเสียได้ เพราะไม่มีแม้แต่พระอรหันต์ อยู่ในกายใจ มีแต่กายใจเกิดขึ้นแล้วต้องดับลงเป็นธรรมดา ประดุจภาพลวงตาหาแก่นสารมิได้

เมื่อจิตเข้าถึงความจริงเช่นนี้ พระยมกะย่อมข้ามพ้นจากเรื่องพระอรหันต์ตายแล้วสูญหรือ พระอรหันต์ตายแล้วอยู่ในสภาพใดสภาพหนึ่ง ฉะนั้นคราวต่อมาเมื่อมีใครถามพระยมกะว่าพระ อรหันต์ตายแล้วสูญไหม ท่านยมกะจะกล่าวตอบทันทีว่า

‘กายไม่เที่ยง สุขทุกข์ก็ไม่เที่ยง ความจำได้หมายรู้ก็ไม่เที่ยง ความคิดนึกชอบชังก็ไม่เที่ยง ความรู้ทางหูตาก็ไม่เที่ยง สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นย่อมดับลงเป็น ธรรมดา (หาได้มีพระอรหันต์ตายแล้วสูญไม่)’

ถ้อยคำกะเทาะความเห็นผิดทั้งของพระสารีบุตรและของท่านอาจารย์อีกคือนั้น มีต้นแบบมาจากพระพุทธเจ้า ทั้งหมดทั้งปวงก็เพื่อปลดปล่อยจิตเป็นอิสระจากการครอบงำของกายใจ เห็นกายใจเป็นของอื่น รู้สึกชัดว่าไม่ใช่ตน ไม่ใช่สิ่งนำเข้าไปถือมั่นโดยความเป็นสัตว์หรือบุคคล

สำหรับคนที่พร้อมจะเข้าถึง เพียงกล่าวเท่านั้นย่อมเป็นการพอเพียงเหนี่ยวนำให้เกิดมรรคผล ล้างพิษแห่งความเห็นผิดว่าเป็นตัวตนเสียได้ แต่สำหรับคนยังไม่พร้อม ก็ต้องศึกษากันต่อไปว่ามีอุปสรรคอันใดขัดขวางไว้ ซึ่งผมก็จะนำมากล่าวในตอนต่อไป ว่าด้วยศาสนาแห่งความเข้าใจ

**สิ่งใดเกิดมาแล้ว**

**สิ่งใดล่วงลับไปแล้ว**

**สิ่งเหล่านี้ยังคงเป็นสมบัติ**

**แห่งความว่างจากตัวตนดั้งเดิม**



### ศาสนาแห่งความเข้าใจ

หากถามว่าคนทั่วไปฟังความจริงเรื่องกายใจไม่ใช่ตัวตน ตัวตนไม่มีในกายใจ แล้วทำไมจึงไม่พากันบรรลुरुธรรมเหมือนอย่างท่านนินากาวะกับพระยมกะ คำตอบคือคนทั่วไปขาดความพร้อม

แต่ธรรมตามมนุษย์ทั้งหลายมักเพ่งโทษผู้อื่น หรือฝากความหวังไว้กับที่พึ่งอื่นนอกตน พอตนมไม่บรรลुरुธรรม ก็หาว่าครูสอนไม่ดี บารมีครูไม่พอจะพาตนเข้าถึง จึงพากันควานหาอาจารย์เซน หรืออีกทีก็ทำบุญอุทิศฐานขอเกิดใหม่ในยุคพระพุทธเจ้าองค์หน้า ชาตินี้จะได้แน่นอนใจ ถือว่ามอบหมายหน้าที่ให้กับ ‘ตัวตน’ ในชาติถัดไปเรียบร้อยแล้ว

อันที่จริงเมื่อกล่าวถึง ‘สิทธิ์ในการบรรลुरुธรรม’ นั้น มีกันทุกยุค ไม่ต้องรออาจารย์เซน ไม่ต้องรอเกิดใหม่ในพุทธกาลถัดไป ขอเพียงมีความพร้อมพอ ความพร้อมดังกล่าวเริ่มต้นขึ้นด้วย ‘ความเข้าใจ’ เพราะถ้าปราศจากเหตุผลให้เข้าใจเสียอย่างเดียวแล้ว มนุษย์จะไม่มีแรงขับเคลื่อนมากพอจะเพียรพยายามทำอะไรให้สำเร็จจริงสักอย่างเดียว

ความเข้าใจอันเป็นไปเพื่อการเดินหน้าเข้าสู่การบรรลुरुธรรม ได้แก่การเห็นตามจริงที่ว่า...

## ๑) เราไม่จำเป็นต้องเป็นทุกข์ทางใจก็ได้

เคยเห็นไหม คนที่เผชิญสถานการณ์แย่ๆ เหมือนเรา แต่กลับเป็นทุกข์น้อยกว่าเรา หรือดูไม่เป็นทุกข์เป็นร้อนเอาเลย นั่นคือตัวอย่างหลักฐานที่ชัดเจน ว่าความทุกข์ไม่ได้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ แต่ขึ้นอยู่กับใจ ที่พร้อมจะทุกข์มาก หรือพร้อมจะทุกข์น้อย หรือพร้อมจะไม่เป็นทุกข์เลย

ถ้าพระอรหันต์มีจริง ก็แปลว่าการไม่ต้องเป็นทุกข์ทางใจอย่างถาวรนั้น เป็นไปได้จริง เนื่องจากพระอรหันต์ตามนิยามของพระพุทธศาสนา ก็คือผู้ไม่เป็นทุกข์ทางใจไปจนตาย นับแต่วินาทีแรกที่บรรลุนิพพานเป็นพระอรหันต์

ไม่ค่อยมีใครอยากเชื่อเกี่ยวกับความจริงข้อนี้ ทุกคนต่างก็นึกว่าการเป็นทุกข์กับเรื่องไม่น่าพอใจนั้น สมเหตุสมผลยิ่ง และไม่มีทางหลีกเลี่ยงได้ แต่ในมุมมองของพระอรหันต์ ท่านย่อมทราบดีกว่าใคร ว่ามนุษย์เรามีทุกข์แค่ทางกายก็พอแล้ว ใจไม่จำเป็นต้องกระสับกระส่ายตามกายแต่อย่างใดเลย

ทุกข์ทางใจคืออะไร? คือความหมกมุ่นครุ่นคิดเคร่งเครียดนำรำคาญตนเอง คือความฟุ้งซ่านซัดส่าย คือความหดหู่เศร้าหมอง คือความกระวนกระวายอยากได้อะไรก็มี คือความขัดเคืองอันเกิดจากความกระทบกระทั่งทางใจ เหล่าพระอรหันต์รู้วิธีถอนรากแห่งทุกข์ทางใจแล้ว ตื่นจากฝันว่ากายใจเป็นตัวเป็นตนแล้ว เลิกหลงสำคัญผิดว่ามีสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นอัตตาแล้ว กับทั้งมีจิตที่เบิกบานเป็นธรรมชาติถาวรแล้ว เป็นสุขสูงสุดอยู่กับใจที่พอ ใจที่ว่าง ใจที่ว่างของตนแล้ว จึงไม่อาจฟุ้งซ่าน หดหู่ หรือกระวนกระวายใจใด ๆ ด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลงผิดได้อีก

## ๒) เราไม่จำเป็นต้องเกิดมาก็ได้

เมื่อเกิดมาพร้อมกับความไม่รู้ พวกเราก็ไม่มีสิทธิ์คิดเป็นอื่นหรือเชื่อเป็นอื่น นอกจากเห็นไปว่า ‘อย่างไรก็ต้องเกิด’ รวมทั้งสำคัญไปว่า ‘มีเราเกิดมา’

การเกิดและการตายแต่ละครั้งคือห่วงโซ่ของความเข้าใจผิด ต่อเมื่อปลดห่วงโซ่แห่งความเข้าใจผิดออกเสียได้แม้เพียงชาติเดียว ปฏิภินิยาถูกห่วงโซ่แห่งความเข้าใจผิดก็จะถูกสะบัดขาดแบบหมดทางต่อ ดุจตาลยอดด้วนฉะนั้น



หากไม่พบพุทธศาสนา ไม่เข้าใจว่าเรากำลังหลงสำคัญผิด นี่กว่ามีเราเกิด มีเราตาย ก็ยอม มีตัวตนขึ้นมาเสวยผลแห่งความเข้าใจผิดซ้ำแล้วซ้ำเล่า พอตัวหนึ่งดับไป ก็มีตัวหนึ่งขึ้นมารับ ช่วงแทน ทั้งที่ไม่ใช่ตัวเดียวกัน แต่ก็ต้องมารับผลของการกระทำแทนกัน

หรืออีกทางหนึ่ง แม้พบพุทธศาสนาแล้ว เริ่มเข้าใจเรื่องความหลงสำคัญผิดแล้ว แต่ยังมีศรัทธาใจที่จะเสี่ยงผิดเสี่ยงถูก รักษาความสำคัญผิดต่อไปเรื่อยๆ อันนั้นก็เป็นที่รักของแต่ละคน เป็นเรื่อง ความไม่รู้จักโทษของการเกิดแต่ละครั้ง ว่าสุ่มเสี่ยงต่อการทำเหตุอันนำความเดือดร้อนมาสู่ตนได้ มากมายมหาศาลเพียงใด

หากทราบ หากเข้าใจดี ว่ากิเลสคือแรงขับให้ทำบุญทำบาป แล้วยังไม่หนีกลัวภัย ก็ยอมเข้า ข่ายประมาท สำคัญว่ากิเลสจะสั่งให้เราทำดีได้อย่างเดียว ไม่นึกว่ากิเลสสามารถบีบเราให้เลวร้ายได้ แค่ไหน

ความหลงลืมและความไม่รู้จริงจะเป็นอาหารหล่อเลี้ยงความอวดดีถือดีให้มีชีวิตต่อไปเรื่อยๆ ส่วนความระลึกได้และความรู้ธรรมต่อแก่ จะทำให้เราได้ข้อสรุปว่าสิ่งที่ไม่น่าไว้วางใจหาใช่ ตัวตนตัวตนหนึ่งของเรา ทว่าเป็นกิเลสที่ติดตามตัวเราไปแฝงฤทธิ์ได้เรื่อยๆต่างหาก

วิธีปลดห่วงโซ่แห่งการเกิดตาย ก็คือการทำลายความเข้าใจผิดให้สิ้นซาก เราเข้าใจผิดว่า ภายนี้เป็นตัวตน เป็นที่ตั้งของตัวเรา ก็เฝ้าดูด้วยสติสัมปชัญญะไปเรื่อย ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งในภายนี้ เที่ยงไหม ถ้าไม่เที่ยง ในที่สุดจิตก็ได้ข้อสรุปเองว่าภายไม่ใช่ตัวตน ไม่เป็นที่ตั้งของตัวเรา

พ้นจากความสำคัญผิดเกี่ยวกับภาย ยังเหลือความสำคัญผิดเกี่ยวกับใจ ก็ต้องดูกันต่อไป เฝ้าระลึกกันต่อไปว่าองค์ประกอบทางใจส่วนไหนที่เป็นตัวตน เป็นที่ตั้งของตัวเรา เมื่อเฝ้าดูไปเรื่อย นับแต่ความรู้สึกสุขทุกข์ที่สลับไปสลับมา ความจำได้หมายรู้ที่ทำให้นี้กออกบ้างนี้ก็ไม่ออกบ้าง ความนึกคิดชอบชังที่อาจเปลี่ยนชอบเป็นเกลียด เจตนาดีที่อาจกลับกลายเป็นร้าย ตลอดจนความรู้ทางหุตาคาที่ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนไปเรื่อย ชัดบ้างไม่ชัดบ้าง

หากตามดูแล้วพบว่ามึะไรสักอย่างหนึ่งคงที่ ไม่กลับเปลี่ยนปรวนแปรเลย ก็คอยนับว่า ส่วนนั้นของใจมีความเที่ยง มีความเป็นตัวของเรา ที่ปรารถนาให้อยู่ยั่งยืนงได้

หากตามรู้ตามดูไปจนถึงระดับหนึ่ง จิตสั่งสมกำลังการรับรู้มากพอ ก็จะเกิดประสบการณ์ ภายใหม่ เห็นถนัดทั้งยังลืมหาคาดูเสียหุพัง ว่าภายใจนี้ปรากฏเป็นของเกิดดับที่ละขณะ ไม่ใช่ ต้องรอข้ามเดือนข้ามปี จึงไม่ใช่ตัวตนแน่ๆ กระทั่งวางเฉย ภายใจจะแสดงความไม่เที่ยงใดๆก็ปล่อย ให้แสดงไป ถึงจุดหนึ่งจิตเกิดความอิมัตถ์ โลกแห่งตัวตนย่อมทลายลง เปิดเผยให้เห็นแต่ความจริงที่

ไม่มีอะไรที่น่ายัต์มันสำคัญผิดหลงติดอยู่ นั่นเองห่วงโซ่แห่งความเข้าใจผิดจึงถูกตัดขาด ส่วนจะถูกตัดเพียงบางส่วนหรือถูกตัดเด็ดขาดไปทั้งหมด ก็ขึ้นอยู่กับความแหลมคมแห่งจิตในวินาทีประหารกิเลสนั่นเอง

ถ้ายังไม่เห็นข้อเสียของการเกิด เห็นแต่ข้อดีของการเป็นอย่างนี้ ตัดใจในการเสพซึ่งกามคุณทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น และทางกาย บุคคลย่อมหลงระเรีงอยู่ในความสุข ไม่คิดจะออกจากโลกแห่งกามอันน่าติดใจยินดี รวมทั้งอยากเชื่อในการมีภพอื่นที่เสวยสุขเท่านี้หรือยิ่งกว่านี้ ยากนักที่จะปรารถนาความสิ้นสุด

ต่อเมื่อใช้ชีวิตแล้วประสบความผิดหวังเศร้าโศกบ้าง ประสบโรคร้ายเรื้อรังบ้าง ประสบความน่าระอาแห่งชราภาพบ้าง หรือสมหวังสุขสำราญแล้วปรวนแปรเป็นอื่นบ้าง นั่นเองจึงค่อยอยากหนีหาย เกิดแรงดันมากพอจะบันดาลใจให้อยากปฏิบัติจริง เพื่อเห็นผลตามลำดับ ทั้งในแง่ของการบรรเทาทุกข์ทางใจ และทั้งในแง่ของการปิดประตูการสร้างอัตภาพใหม่ ให้ต้องเจ็บป่วย ให้ต้องแก่ชรา และให้ต้องพراقจากด้วยความตายกันอีก

การลงมือเอาจริงเป็นอย่างไร ขอให้ดูในตอนหน้า ว่าด้วยศาสนาแห่งการปฏิบัติจริงครับ

เกิดมาจากความเป็นสิ่งอื่น  
เพื่อดับไปสู่ความเป็นสิ่งอื่น  
นี่คือความจริงแห่งสรรพสิ่ง  
เมื่อเข้าใจความไร้แก่นสารข้อนี้  
บุคคลย่อมเลือกที่จะดับไป  
สู่ความไม่เกิดและไม่ดับอีก



### ศาสนาแห่งการปฏิบัติจริง

นิพพานไม่ได้ปิดบังตัวเอง แต่กิเลสของมนุษย์นั้นแหละคือกำแพงบดบัง ตราบเท่าที่ยังไม่ทำลายกำแพงกิเลส แม้นิพพานมีก็เหมือนไม่มี

ผู้ที่บรรลुरुธรรมงายนั้น หาใช่เพราะได้ความบังเอิญช่วย แต่เพราะชีวิตของเขาถ่วงกำแพงกิเลสไว้เพียงเตี้ย กระโดดข้ามง่าย ทบทำลายไม่ยาก นิพพานย่อมปรากฏเป็นของจริงใกล้ตัว ขอ

เพียงได้สถานการณ์เหมาะๆ กับผู้ชี้ทางที่รู้จักนิพพานถ่องแท้แล้ว ถูกสะกิดนิดเดียวก็เห็นนิพพานได้ ดังเช่นท่านนินากาเวและพระยมกะ

การบรรลุธรรมไม่ใช่แค่อาการจิตใจที่ผ่านมาแล้วจะผ่านไป แต่เป็นปรากฏการณ์อันยิ่งใหญ่ทางจิตที่พังกำแพงขวางนิพพานให้ทลายลง ผู้เข้าถึงย่อมเห็นชัดด้วยจิตอันเบิกบานเต็มดวงว่านิพพานมีจริง และจิตของตนต่อติดกับแรงดึงดูดแห่งนิพพานแล้ว ย่อมไม่แคล้วที่จะเอาชนะแรงดึงดูดโลก ตลอดจนแรงดึงดูดแห่งภพทั้งปวงได้ในวันใดวันหนึ่ง

การต่อได้ติดกับนิพพาน เรียกว่าเป็นผู้เข้าถึงกระแสนิพพาน เป็นโสดาบันบุคคล เทียงที่จะเป็นอรหันตบุคคล หลุดพ้นจากบ่วงทุกข์เด็ดขาดในวันใดวันหนึ่งข้างหน้าอย่างแน่นอน ไม่มีทางเป็นอื่น ไม่มีทางกลับมาสู่ความเป็นปุถุชนผู้ไม่รู้จักนิพพาน ยังต่อไม่ติดกับนิพพาน ฉะนั้นการบรรลุธรรมจึงเป็นเรื่องคุ้มยิ่งกว่าคุ้ม ไม่ว่าจะต้องลงทุนแค่ไหน ใครจะได้ทางลัดหรือต้องอาศัยทางตรง ในที่สุดก็ล้วนไปถึงเป้าหมายเดียวกัน ไม่ต้องทนทุกข์ทรมานเหมือนกัน

จะพลิกชีวิตทั้งที มีหรือจะง่าย ไม่ว่าจะด้วยทางลัดหรือทางตรง ก็คงไม่พ้นต้องเอาทั้งชีวิตมาเดิน ไม่ใช่เอามาแค่เสี้ยวเดียว หลักการง่าย ๆคือทำความรู้สึกเข้ามาในตัวนี้ แล้วความจริงเกี่ยวกับตัวทั้งหมดนี้จะค่อย ๆ ปรากฏชัดขึ้นเรื่อย ๆ ไม่หลบหนีไปจากชีวิตประจำวันเลย นั่นแหละคือการอุทิศทั้งชีวิตให้กับการปฏิบัติธรรม

การใช้ชีวิตให้ถึงมรรคผลนิพพานนั้น ไม่ได้หมายความว่าเราต้องอุทิศตัวเสียเลือดเสียเนื้อหรือไปประหกระเหินลำบากลำบากที่ไหน แต่หมายถึงการมีความเสียสละอยู่ในชีวิตเป็นปกติ หมายถึงการมีศีลสัตย์อยู่ในชีวิตเป็นปกติ หมายถึงการมีสมาธิและสติปัญญาอยู่ในชีวิตเป็นปกติ ไม่ใช่มีสิ่งเหล่านี้อยู่ในห้องพระแต่ห้านาทีหรือครึ่งชั่วโมงต่อวัน

การเสียสละนั้น หมายถึงในแง่ของการแบ่งปันส่วนเกินของตนให้เป็นประโยชน์แก่ผู้ต้องการ น้ำใจจะไม่เพียงหลังรดไปให้ความชุ่มเย็นแก่คนอื่น แต่ยังช่วยละลายก้อนทิบ ๆ ตัน ๆ แห่งความตระหนี่ในใจเราเองให้เบาบางลง กับทั้งจะเป็นปัจจัยช่วยให้รู้จักยกโทษไม่ถือสาหาความใคร่ ๆ บรรเทาดวงจิตที่เราร้อนให้เยือกเย็นลงเสียได้ ใจที่เยือกเย็นลงแล้วนั้น จะพร้อมสละคืนความเห็นผิดและความงໍหลงต่าง ๆ โดยไม่ยากเย็น เหมือนคนเคยงໍแบกขยะเหม็น ๆ ร้อน ๆ เมื่อได้ลองทิ้งขว้างเสียบ้างแล้ว ย่อมได้ข้อเปรียบเทียบใหม่ รู้สึกสะอาดเอี่ยม ปลอดภัยโปร่งโล่งใส กระทั่งไม่มีแก๊ใจอยากกลับไปสะสมขยะเหม็น ๆ ร้อน ๆ อีก

ส่วนศีลสัตย์นั้น หมายถึงเอาความสุจริตแห่งกายและวาจา ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ผิดลูกเมียใคร ไม่โกหก และไม่ร่ำสุรายาเมา เมื่อบุคคลควบคุมกายและวาจาให้สุจริตแล้ว ย่อมมีผลไปถึง

จิตใจให้สุจริตตามในที่สุด การมีกายและวาจาอันสุจริตย่อมก่อให้เกิดความบันเทิง หรืออย่างน้อยก็เกิดความพอใจ ไม่อาจตั้งสติอยู่กับสิ่งที่เป็นประโยชน์ได้นาน และบาปอกุศลเองจะทำให้ดีอื่น เพิ่มพูนวิมานะให้แรงกล้าขึ้นเรื่อยๆ เป็นไปไม่ได้เลยที่จะนำจิตมาจดจ่อเห็นกายใจเกิดดับ อย่างไรก็ตาม คลาดเคลื่อนเลื่อนไหลออกมาด้วยแรงพายุ อันก่อตัวขึ้นจากความทุจริต

สำหรับสมาธิในขอบเขตของการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุมรรคผลนั้น หมายถึงความนิ่ง สงบ สัตว์จากคลื่นรบกวน ระวังทั้งกายทั้งใจ ไม่แส่สายออกไปหากามที่ชอบ ไม่กระวนกระวายอยู่กับการครุ่นคิดพยาบาทอาฆาต ไม่หุดหู่เชื่องซึม ไม่ฟุ้งซ่านรำคาญใจ กับทั้งไม่สงสัยว่าจะต้องดูอะไร ดูอย่างไร แค่นั้นจึงเรียกว่าดูได้ถูกต้อง เพราะสภาพจิตที่นิ่งแล้ว ตื่นพร้อมแล้ว ย่อมรู้แจ้งเองว่ากำลังเกิดอะไรขึ้น และอะไรกำลังดับไปต่อหน้าต่อตา

และสำหรับสติปัญญาในขอบเขตของการปฏิบัติธรรมเพื่อบรรลุมรรคผลนั้น หมายถึงการระลึกดูเข้ามาในขอบเขตกายใจ กันไว้ไม่ให้ประลึกถึงเรื่องนอกตัวชวนฟุ้งซ่านหรือหุดหู่ ไม่ว่าจะเป็นลมหายใจเข้าออก ความรู้สึกสุขทุกข์ อาการนิ่งและอาการกระเพื่อมแห่งจิต ตลอดจนความชอบชัง และความมีใจคิดเบียดเบียนหรือเกื้อกูล เมื่อรู้ทันสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นขณะๆ ก็ย่อมเห็นชัดเป็นชุดๆ ว่าไม่มีสภาวะไหนๆ ในขอบเขตกายใจนี้เลย ที่แสดงรูปร่างหน้าตาว่าเป็นเรา เป็นสมบัติของเรา จิตจะค่อยๆ ดีตัวออกห่าง ว่างจากอุปาทาน เห็นกายใจสักแต่เป็นเครื่องอาศัยระลึก กระทั่งพ้นเขตสำคัญผิดคิดว่ากายใจเป็นอัตตา

จากที่กล่าวมา จะเห็นว่ากำลังของสติไม่ได้เริ่มต้นด้วยการพยายามตั้งสติ สติเป็นของสูงของสูงต้องการรากฐานที่มั่นคง ถ้ายังให้ทานไม่เป็นก็หัดให้ทานเสียหน่อย ถ้ายังกบฏไม่เป็นก็หัดกบฏเขาบ้าง ถ้ายังไม่คิดรักษาศีลก็คิดเสีย จิตที่ให้ทานและรักษาศีลได้ตามความตั้งใจ ย่อมเบาสบายและมีกำลังหนักแน่น พอตั้งใจระลึกถึงสิ่งใดก็จะรู้อยู่ตรงนั้น ไม่สับเปลี่ยน ไม่คลอนแคลนง่าย

ประสบการณ์ตรงจะทำให้เปรียบเทียบได้ ว่าถ้ารับฟังแนววิธีปฏิบัติธรรมมาเฉยๆ อย่างมากก็จะได้แค่ความเข้าใจ ผิดแผกแตกต่างไปจากการเห็นจริงด้วยจิตลิบลับ และการลงมือปฏิบัติจริง ต้องเริ่มจากการทำจิตให้มีคุณภาพด้วยทานและศีลเสียก่อน ไม่ใช่พยายามลงนั่งสมาธิ ทั้งยังฟุ้งซ่าน หรือพยายามตั้งสติทั้งจิตยังไม่ตั้งมั่น เมื่อจิตมีคุณภาพดีพอแล้ว จึงเห็นกายใจตามจริงได้

ความเห็นจริงด้วยจิตยังมีระดับต่างๆ กล่าวคือเริ่มแรกอาจเห็นด้วยเพียงเสี้ยวหนึ่งของจิต พอชำนาญผ่านเวลาแรมเดือน ก็เขยิบขึ้นไปเห็นได้ด้วยครึ่งหนึ่งของจิต และในที่สุดพอการปฏิบัติธรรมติดอยู่กับชีวิตทั้งชีวิตเป็นแรมปี เราจะเขยิบขึ้นไปเห็นด้วยด้วยจิตเต็มดวง ไม่ว่าจะไปไหน ไม่

ว่าอยู่ในอิริยาบถใด ภายใจจะปรากฏอยู่ในความรับรู้ของจิตอันสังัดจากคลื่นรบกวน และพ้นจากการครอบงำของอุปาทาน

เมื่อรู้เป็นขณะๆโดยปราศจากอุปาทาน ย่อมเห็นตามจริง ว่าสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นย่อมมีต้นสายปลายเหตุ และสิ่งนั้นย่อมดับลงเป็นธรรมดาเสมอ ไม่เว้นแม้แต่ความคิดอ่านที่เล็กน้อยที่สุด

ถึงจุดนั้น เราจะพบว่าโลกที่เคยซับซ้อนกลับเรียบง่ายลง และยิ่งจิตเป็นหนึ่งอยู่ในความเบาที่กลางจิตเอง เหมือนไม่ต้องทำอะไร เพราะไม่เคยได้อะไรมา ไม่ต้องรักษาอะไรไว้

แม้ตายก็ไม่เคยมีใครเสียอะไรไป เพราะนอกจากความรู้สึกว่ามี มันไม่มีอะไรจริงสักอย่าง ต้องเลอะเลือนกลับกลายเป็นไปทั้งหมด ครั้นความจริงถูกรู้จนจิตลอยตัวอยู่เหนือความสำคัญผิดทั้งปวง เมื่อนั้นกายย่อมปรากฏประดุจกระบอกไม้กลวงเปล่า เป็นที่อาศัยของจิตอันว่างจากความยึดถือ สิ่งที่น่าพิศมัยประการเดียวคือ ‘อาการรู้’ ว่าอุปาทานหายไป จิตเป็นอิสระเต็มดวง ไม่มีภาระใดอันเนื่องด้วยตัวตนให้ต้องแบก

หากทุกคนพากันปฏิบัติจริง และเข้าถึงความว่างจากตัวตน ไม่ปรารถนาแม้กระทั่งมรรคผลนิพพานให้ใคร ก็จะเกิดมุมมองตามจริง เห็นศาสนาพุทธเป็นศาสนาแห่งการปฏิบัติจริงอย่างชัดเจน

ทว่ากิเลสเป็นศัตรูร้ายที่ไม่อนุญาตให้ใครเข้าใจและปฏิบัติจริงได้ง่ายนัก ทุกความเข้าใจมักกลายเป็นชวนความสงสัยให้เกิดคำถามใหม่ๆขึ้นมาเสมอ น้อยคนที่จะหนักแน่น เอาจริงเอาจังกับการเฝ้าสังเกตเข้ามาในภายในใจตน

นั่นเองเป็นเหตุให้ต้องมีการเรียนรู้อย่างแยกกาย และนั่นเองเป็นเหตุให้เกิดการเปรียบเทียบ มีผู้เริ่มต้น มีผู้รู้น้อย มีผู้รู้มาก ตลอดจนมีผู้เริ่มปฏิบัติ มีผู้ปฏิบัติน้อย มีผู้ปฏิบัติมาก ฯลฯ

การเปรียบเทียบนำมาซึ่งอหังการ การแบ่งฝักแบ่งฝ่าย ตลอดจนการชิงดีชิงเด่น ศาสนาพุทธก็เหมือนกับทุกศาสนาในโลก ที่อาจกลายเป็นบ่อเกิดแห่งกิเลสหน้าใหม่ อาจลามไปจนกลายเป็นความเกลียดชังและความรุนแรงสารพัดชนิด อันนี้จะกล่าวถึงในตอนหน้า ว่าด้วยศาสนาแห่งความเกลียดชังครับ

ใช้ชีวิตอย่างไรก็ได้

ขอให้ได้จิตผู้รู้

หากได้จิตผู้รู้จากชีวิตประจำวัน

ก็ได้ชื่อว่าเอาทั้งชีวิต  
เป็นสนามปฏิบัติธรรม  
เพื่อการบรรลุธรรม



### ศาสนาแห่งความเกลียดชัง

พวกเรามีปฏิกิริยากับความรู้สึกอย่างหนึ่ง และแม้ความรู้สึกที่กำลังปรากฏอยู่เดี๋ยวนี้ จะดี  
เลวปานใด มันก็เป็น ‘ตัวเรา’ เสมอ

ต่อเมื่อพบกับ อาจารย์เซนผู้ชาญฉลาด สามารถใช้วิธีการอันเหนือความคาดหมาย คล้าย  
ตบหน้าเราให้เกิดสติถอยออกมาดูความรู้สึกที่กำลังปรากฏ ราวกับแยกไปมองใครอีกคนที่ไม่เคย  
เป็นเรา หากพร้อมพอ ก็อาจเกิดประสบการณ์พลิกกลับอันน่าพิศวง พันความคับแค้นของ  
ความรู้สึกในปัจจุบันไปพบกับความโอฬาร เห็นอีกด้านหนึ่งของความจริงอันปราศจากนิमित  
ปราศจากที่ตั้ง ปราศจากขีดจำกัดแห่งอุปาทาน ที่หลอกให้สำคัญมั่นหมายว่ากายใจเป็นเรา

เมื่อผ่านปรากฏการณ์ซาโตริ เยี่ยงผู้กลับมาจากความจริงอีกด้าน เราจะพบว่าที่แท้โลกนี้  
กายใจนี้ ตลอดจนกายใจคนอื่น ต่างก็เป็นเพียงลวดลายลวงตาบนมหาสมุทรแห่งความว่าง แต่ละสิ่ง  
ปรากฏเพื่อรอกการคลี่คลาย จากลายหนึ่งไปสู่ความเป็นอีกลายหนึ่ง หาได้มีสิ่งใดยั่งยืนไม่ แม้ความ  
รักและความเกลียดก็เป็นเพียงอารมณ์ชั่ววูบ ที่เกิดจากความสำคัญผิด คิดว่ามีสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่ข้าง  
เรา หรืออยู่ตรงข้ามกับเรา

ประสบการณ์กลับด้าน จากความมีตัวตนไปสู่ความไม่มีตัวตน เป็นรสล้ำลึกเหนือถ้อย  
คำอธิบาย อาจารย์เซนผู้ผ่านรสอมฤตจะไม่พยายามบรรยายว่ารสอมฤตเป็นอย่างไร แต่จะอาศัย  
กระแสวิ่งซึ่งพวกท่านรู้จักมักคุ้นดีแล้ว เป็นตัวตั้งในการสื่อสาร

ภาษาของผู้ถึงความว่างนั้น แม้ไร้ระเบียบหรือขาดเหตุผล ก็เป็นชวนให้คนฟังรู้สึกว่างจาก  
อารมณ์ใดๆได้ชั่วขณะ อมตะวาจาแห่งอาจารย์เซนผู้ฉลาดในการถ่ายทอดความว่างจากจิตสู่จิตนั้น  
ยิ่งนุ่มใจสดับมากขึ้นเพียงใด กระแสความว่างก็จะยิ่งซึมถึงใจมากขึ้นเพียงนั้น นั่นจึงมักก่อให้เกิด  
ความเข้าใจผิดแก่เหล่าผู้พร้อมจะหลงมากกว่าพร้อมจะรู้ สำคัญว่าตนเข้าถึงความว่างแล้ว ประเสริฐ  
สูงส่งเหนือสามัญมนุษย์แล้ว

ไม่น่าแปลกใจ หากเราจะเห็นอาจารย์เซนและศิษย์เซนไอคิวสูงหลายๆคน ทำบาปทำกรรม ครีกริกรรม เช่น ไล่เตะผู้หญิงแล้วบอกว่าสอนเซน กับทั้งห้ามมิให้ใครยึดมั่นถือมั่นการกระทำของตน เป็นความเลวร้าย

การลบล้างเช่นผิดด้านและการละเลยความเข้าใจกรรมวิบากอันเป็นรากฐานสำคัญของพุทธ สำหรับปุถุชนทั่วไปมักทำให้หลุดโลก ไม่ใช่พ้นโลก การจดจำโวหารของอาจารย์เซนที่กระตุ้นให้เกิด ประสบการณ์เห็นอะไรๆเป็นตรงข้าม เป็นคนละความรู้สึกกับยามมีอัตตา มักเป็นข้ออ้างของผู้ตั้งตน เป็นอาจารย์เซน ที่ชมชอบการพูดจาขวางโลก ยิ่งโวหารน่าตะลึงเท่าใด ยิ่งเป็นการแสดงภูมิสูงส่ง เท่านั้น โวหารนับพันวรรคของเขาอาจกลายเป็นส่วนเกินของชีวิต ที่ทำให้หลงทางแบบกู่ไม่กลับ ไม่มีใครเตือนสติได้อีกแล้ว

ผู้ปฏิบัติธรรมอย่างเป็นขั้นเป็นตอนตามลำดับก็เช่นกัน เมื่อยังเสียดละไม่มากพอจะสละ ความยึดมั่นถือมั่นใดๆ เมื่อยังรักษาศีลสัตย์ไม่มากพอจะรักแต่ความคิดด้านดี เมื่อยังเจริญสติไม่ มากพอจะมีสติรู้ทันอุปาทาน ก็อาจสำคัญตนไปต่างๆ แม้ปากกำลังปรา่พูดเรื่องความไม่มีตัวตน แต่ พร้อมกันนั้นก็รู้สึกว่าคุณตนเลิศลอยกว่าใครๆ

ประสาคนมีกิเลส เราอาจให้ทานด้วยกิเลส อยากได้รับการยกย่องว่าใจบุญ อยากมีหน้ามีตาออกข่าว อยากแสดงว่ามีมาก หรืออาจอยากได้สวรรค์นิพพาน เพียงด้วยการบริจาคเงินจำนวนมาก

ประสาคนมีกิเลส เราอาจรักษาศีลด้วยกิเลส อยากได้รับการยกย่องว่าเคร่ง อยากได้ชื่อว่าเป็นคนดี อยากเอาใจชมผู้มีศีลบกพร่อง หรืออาจอยากได้สวรรค์นิพพาน เพียงด้วยการอดกลั้นผิด มนุษย์มนา

ประสาคนมีกิเลส เราอาจเจริญสติด้วยกิเลส อยากได้รับการยกย่องว่าพ้นโลก อยากแสดง กิริยาเนิบช้าน่าเลื่อมใส อยากเข้าสังคมธรรมะในฐานะผู้นำที่ทรงเกียรติ หรืออาจอยากได้สวรรค์ นิพพาน เพียงด้วยการทำท่าทางตามรูปแบบตายตัวสองสามข้อ

ความอยากดี อยากเด่น อยากเป็นผู้ทรงศีลทรงธรรม ล้วนเพิ่มอุปาทาน เป็นทิศตรงข้ามกับ ทางไปนิพพาน แม้สามารถปฏิบัติถูก กับทั้งได้ผลจริงบางส่วน เช่นเป็นผู้มีจิตใจใหญ่ บังเกิดความรู้สึก กว้างขวางสว่างยิ่งใหญ่ ถึงตรงนั้นก็ยากนักที่จะไม่ชื่นชมความรู้สึกที่เกิดขึ้น

นั่นเอง การศึกษาอย่างละเอียดว่าจิตมันไปเป็นอะไรได้บ้าง จึงถือว่าเป็นหลักประกันได้ดี  
ไทยเรามีหลักสูตรอภิธรรมชาลหะจิต ให้เห็นองค์ประกอบต่างๆของจิต และไม่หลงติดแม้กับจิตที่  
เลิกลอยเหนือปุถุชนแล้ว

การแจกแจงจิตเป็นต่างๆนับว่าน่าสนุกเพลิดเพลิน และเห็นความไม่ใช่ตัวตนของจิตชัดเจน  
ขึ้นเรื่อยๆ ยิ่งรู้มากขึ้นเท่าใด ความสงสัยก็ยิ่งลดลงเท่านั้น และที่สำคัญ ยิ่งสามารถโยงมา  
เทียบเคียงกับปรากฏการณ์ทางจิตในตนได้มากขึ้นแค่ไหน ก็ยิ่งเกิดสติกำจัดกิเลสเป็นเปลาะๆได้  
มากขึ้นแค่นั้น

ผู้รู้อภิธรรมมากย่อมอธิบายได้ถูก ว่าเกิดอะไรขึ้นกับจิตของตน จิตของตนกำลัง  
ประกอบด้วยธรรมชาติประการใดบ้าง เหมือนนักวิทยาศาสตร์ที่สามารถแยกแยะ ว่าน้ำในขวดมี  
ส่วนผสมของสารใดบ้าง สกปรกหรือสะอาดปานไหน ตลอดจนพิพากษาได้ ว่ามีการกลั่นกรอง  
บริสุทธิ์เต็มทีหรือยัง

หากเรียนอภิธรรมด้วยความผ่อนคลาย ย่อมเข้าใจชัดขึ้นเรื่อยๆว่าโลกนี้ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล  
ไม่มีตัวตนเราเขา มีแต่ธรรมชาติอันวิจิตร มีเหตุผล มีที่มาที่ไป เช่นกรรมและคำข่าพลอเลียงกายนี้  
ไว้ หลอกล่อให้หลงยึดว่ามันเป็นเรา ชาติดิน น้ำ ไฟ ลมประชุมประกอบขึ้นเป็นรูปร่างต่างๆ ลวงให้  
สำคัญว่าเป็นสมบัติของเรา หรือน่าจะเป็นสมบัติของเรา

ยิ่งรู้จักองค์ประกอบแห่งธรรมมาก เราก็จะยิ่งตอบคำถามได้กว้างขวางน่าอึ้งใจ ถึงจุดหนึ่ง  
เราจะตระหนักว่าความมีความเป็นทั้งหลายในมนุษย์และสัตว์ ตั้งต้นมาจากจิต จิตมีแค่สองสีใหญ่ๆ  
สีขาวของกุศล กับสีดำของอกุศล และที่จิตยังแบ่งเป็นสองสีได้ ก็เพราะยังไม่รู้ ยังถูกอวิชชาครอบงำ  
วันใดทำลายอวิชชาได้ วันนั้นสีขาวกับสีดำก็หายไป เหลือเพียงสีใสอยู่โดดเดียว พ้นจากดำ และ  
เหนือกว่าขาว

อย่างไรก็ตาม ถ้าไม่ผ่านการปฏิบัติจริง จิตไม่ตั้งมั่น ไม่ผ่อนคลายเหนือกิเลสหยาบ ยังขาด  
ความรู้ชัด มองเข้ามาไม่เห็นความเกิดดับแห่งรูปนามเป็นขณะๆ ก็ไม่ทราบจะเทียบองค์ความรู้ใน  
อภิธรรมเข้ากับของจริงส่วนไหนในตน การจำแนกจิตเป็นต่างๆ ตลอดจนการเห็นเหตุปัจจัยระหว่าง  
รูปกับนามที่เชื่อมโยงกันพิสดารพันลึก จะกลายเป็นเพียงความพยายามคิด พยายามจำ พยายาม  
ทบทวน แล้วก่อให้เกิดฟุ้งซ่านได้เท่าการศึกษาศาสตร์ธรรมตาทั่วไป ที่มีคนได้เหรียญทองเป็นรางวัล  
แห่งความจำมาก เข้าใจมาก และมีคนน้อยเนื้อต่ำใจ ที่ไม่สามารถจำหรือเข้าใจได้เท่าเพื่อน ๆ

ความชอบใจในการเข้าถึงศาสนาแบบง่ายหรือแบบยาก เป็นต้นตอให้เกิดอหยาตัย อหยาตัย  
ที่แตกต่างเป็นต้นตอให้เกิดการแบ่งแยก การแบ่งแยกเป็นต้นตอให้เกิดการถกเถียงว่าใครดีกว่าหรือ



ถูกกว่า การถกเถียงเอาแพ้เอาชนะเป็นต้นตอให้เกิดการดูถูกเหยียดหยามฝ่ายที่ไม่เข้าพวกตน หรือสูงส่งไม่เท่าตน

และการดูถูกเหยียดหยามนั่นเอง เป็นต้นตอให้เกิดความเกลียดชังและการตั้งตนเป็นศัตรู!

สิ่งที่เลวร้ายที่สุดและไม่ควรเกิดขึ้นอย่างที่สุดในศาสนาทั้งหลาย ก็คือความเกลียดชังกัน โดยเฉพาะศาสนาพุทธนั้น แก่นแท้อยู่ที่การเสียสละยิ่งใหญ่ ทั้งข้าวของ ทั้งความมีใจละโมภ และแม้กระทั่งตัวตน ยังสลัดคืนได้ไม่เหลือ แต่ความไม่เข้าใจอย่างถ่องแท้ ทำให้ชาวพุทธมากมายสละไม่ได้แม้กระทั่งความเกลียดชังกัน

ความถือตัวและความเกลียดชังจะทำให้เราหลับไม่มีทางตื่น ไม่สมกับที่นับถือศาสนาแห่ง การตื่นก่อนตายแต่อย่างไรเลย

พระศาสดา

สร้างศาสนาแห่งความพ้นทุกข์

ด้วยพระมหากรุณาธิคุณยิ่งใหญ่

แต่เหล่าสาวกผู้หลงทุกข์

อาจสร้างศาสนาแห่งความเกลียดชัง

ด้วยความเห็นแก่ตัวอันใหญ่ยิ่ง



หลุดออกจากใจ... หายไปในความว่าง

ในห้องว่าง...

ขังความว่างของอากาศไว้เท่าเดิม

แต่เมื่อเกี่ยวข้องกับสิ่งที่มีไซ่อากาศ

ก็อาจดูเกะกะเพราะเครื่องเรือนวางรก

ดูสกปรกเพราะหยากไย่ไม่ก็สาย

ดูวุ่นวายเพราะสำเสียงเถียงขรม

ผู้เป็นเจ้าของห้องรก

ผู้เป็นเจ้าของห้องสกปรก

ผู้เป็นเจ้าของห้องตกเตียง  
ยอมไม่อาจมีใจว่าง  
ใจที่ไม่ว่าง  
ยอมไม่อาจสร้างห้องนาอยู่  
แม้ความว่างของห้องยังไม่หายไปไหน  
ยังคงเป็นห้องว่างห้องเดิม  
แต่ก็เต็มไปด้วยความอึดอัด  
ใต้เพดานแน่นขนัดด้วยคลื่นความอึ้งอล  
เหมือนจะไม่มีที่หายใจ  
เหมือนจะไม่มีใครทนไหว  
เหมือนจะไม่มีตรงไหนนาอยู่

เพียงมีแก่ใจ  
โยกย้ายหรือจัดแต่งเครื่องเรือน  
เตือนตนเองให้ปวดกวาดเช็ดถู  
ดูแลความสงบเสมือนห้องศักดิ์สิทธิ์  
ใจยอมกลับไปคิดถึงความว่าง  
ง่ายต่อการเห็นพื้นว่างกลางห้อง  
ง่ายต่อการเห็นคลื่นสงบกลางอากาศ  
แม้ข้าวของยังดาดดาเซเรียงราย  
แต่ก็กระจายอย่างเป็นระเบียบ  
มีความเรียบร้อยชวนชม  
มีความอภิรมย์ใต้เพดาน  
มีความผสานกันเป็นอันดีกับใจว่าง

ในใจว่าง...  
ว่างได้ยิ่งกว่าห้อง  
แต่เมื่อยังข้องเกี่ยวกับเรื่องนอกใจ  
ก็ดูเกะกะเพราะความคิดรกหัว  
ดูสกปรกเพราะมัวโลกมากมาย  
ดูวุ่นวายเพราะโทษะคละคลั่ง

ผู้เป็นเจ้าของใจรัก  
ผู้เป็นเจ้าของใจสกปรก  
ผู้เป็นเจ้าของใจว่าวุ่น  
ยอมไม่อาจเห็นคุณแห่งความว่าง  
แม้ความว่างไม่เคยหายไปไหน  
ก็ไม่อาจแลเห็น  
เอาแต่เห็นความน่าอึดอัด  
เอาแต่เห็นความน่ารำคาญ  
เอาแต่เห็นความทุกข์ท้อไม่พอใจ

เพียงมีแก่ใจ  
เตือนตนให้เห็นภัยทางความคิด  
ไม่เกาะติดอยู่กับเรื่องนอกตัว  
หมอกมัวกลางใจจะจางลง

เพียงด้วยการระลึกได้  
ว่าใจไม่มีอะไรเป็นสมบัติ  
ทุกสิ่งขัดกับความว่าง  
ด้วยความตระหนักเช่นนั้น  
พออีกที่ซ้ำเลื่องแลมากกลางใจ  
หากยังมีสิ่งใดตกค้าง  
ไม่นานจะเห็นมันหลุดออกจากใจ  
แล้วหายไปในความว่าง...



รวยเงิน vs รวยธรรม

### ความต่าง

ยิ่งรวยเงิน ยิ่งเห็นแก่ตัว  
ยิ่งรวยธรรม ยิ่งเห็นแก่ผู้อื่น  
ถ้ารวยเงินเท่ากับรวยธรรม

จะไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว  
ถ้ารวยธรรมยิ่งกว่ารวยเงิน  
จะเป็นคนเห็นแก่ผู้อื่นยิ่ง

ยิ่งรวยเงิน ยิ่งโลภมากอยากรวยขึ้น  
ยิ่งรวยธรรม ยิ่งอยากแผ่เพื่อเจือจาน  
ถ้ารวยเงินเท่ากับรวยธรรม  
จะไม่เป็นคนโลภมากอยากรวยขึ้น  
ถ้ารวยธรรมยิ่งกว่ารวยเงิน  
จะเป็นคนอยากแผ่เพื่อเจือจานยิ่ง

ยิ่งรวยเงิน ยิ่งทำตามใจชอบ  
ยิ่งรวยธรรม ยิ่งทำตามถูกต้องตามควร  
ถ้ารวยเงินเท่ากับรวยธรรม  
จะไม่เป็นคนทำตามใจชอบ  
ถ้ารวยธรรมยิ่งกว่ารวยเงิน  
จะเป็นคนทำตามถูกต้องตามควรยิ่ง

ยิ่งรวยเงิน ยิ่งหุนหันดิ้งง่าย  
ยิ่งรวยธรรม ยิ่งมีใจใฝ่หนึ่งสงบเย็น  
ถ้ารวยเงินเท่ากับรวยธรรม  
จะไม่เป็นคนหุนหันดิ้งง่าย  
ถ้ารวยธรรมยิ่งกว่ารวยเงิน  
จะเป็นคนมีใจใฝ่หนึ่งสงบเย็นยิ่ง

ยิ่งรวยเงิน ยิ่งรักง่ายหน่ายเร็ว  
ยิ่งรวยธรรม ยิ่งพอใจในสิ่งที่ตนมี  
ถ้ารวยเงินเท่ากับรวยธรรม  
จะไม่เป็นคนรักง่ายหน่ายเร็ว  
ถ้ารวยธรรมยิ่งกว่ารวยเงิน  
จะเป็นคนพอใจในสิ่งที่ตนมียิ่ง

ยิ่งรวยเงิน ยิ่งหยิ่งยะโส  
ยิ่งรวยกรรม ยิ่งอ่อนน้อมต่อมตน  
ถ้ารวยเงินเท่ากับรวยกรรม  
จะไม่ใช่คนหยิ่งยะโส  
ถ้ารวยกรรมยิ่งกว่ารวยเงิน  
จะเป็นคนอ่อนน้อมต่อมตนยิ่ง

ยิ่งรวยเงิน ยิ่งบ้าอำนาจ  
ยิ่งรวยกรรม ยิ่งกระจายอำนาจ  
ถ้ารวยเงินเท่ากับรวยกรรม  
จะไม่ใช่คนบ้าอำนาจ  
ถ้ารวยกรรมยิ่งกว่ารวยเงิน  
จะเป็นคนกระจายอำนาจยิ่ง

ยิ่งรวยเงิน ยิ่งเห็นโลกบิดเบี้ยว  
ยิ่งรวยกรรม ยิ่งเห็นโลกตรงจริง  
ถ้ารวยเงินเท่ากับรวยกรรม  
จะไม่ใช่คนเห็นโลกบิดเบี้ยว  
ถ้ารวยกรรมยิ่งกว่ารวยเงิน  
จะเป็นคนเห็นโลกตรงจริงยิ่ง

### ความเหมือน

ยิ่งรวยจริง ยิ่งอึดใจ  
ยิ่งรวยจริง ยิ่งรู้สึกลับั่นคง  
ยิ่งรวยจริง ยิ่งบารมีมาก  
ยิ่งรวยจริง ยิ่งเสียงดัง  
ยิ่งรวยจริง ยิ่งทรงกำลังกระทำกิจ  
ยิ่งรวยจริง ยิ่งเนื้อหอมน่าพิศมัย  
ยิ่งรวยจริง ยิ่งถูกจับตา  
ยิ่งรวยจริง ยิ่งเข้าใจยาก  
ยิ่งรวยจริง ยิ่งแตกต่างจากคนอื่น

แม้รวยเท่าใด อย่างไรก็ตามก็รักสุขเกลียดทุกข์  
ไม่มีใครอยากทุกข์กายทุกข์ใจ  
หากทุกข์ต้องรีบแก้ไขให้หายทุกข์  
ระมัดระวังไม่ก่อเหตุให้เกิดทุกข์ซ้ำซาก

แม้รวยเท่าใด อย่างไรก็ตามก็ต้องหายใจ  
ไม่มีใครรอดชีวิตเพียงด้วยความรวย  
หายใจยาวได้เป็นก็สุขมาก  
ถ้าหายใจสั้นไม่เอาไหนก็สุขน้อย

แม้รวยเท่าใด อย่างไรก็ตามก็ต้องตาย  
หอบหิวไปได้แต่บุญบาป  
ไม่มีใครรวยแล้วรวยเลย  
จะเป็นสุขในปรโลกได้ก็เพียงด้วยบุญที่สั่งสมไว้

แม้รวยเท่าใด อย่างไรก็ตามก็ต้องเกิดตายไม่สิ้นสุด  
จะหยุดได้ก็เพียงด้วยยอดแห่งบุญ  
คือรู้วิธีเห็นโลกตามจริงจนถอนความติดใจ  
หลุดพ้นขาดจากความอยากมีอยากเป็นสิ้นแล้ว

**รวยเงินแค่ห่างหมี**  
**รวยธรรมแค่ห่างบาป**  
**รวยความว่างจึงห่างทุกข์**



**เห็นทุกข์จะไม่เป็นทุกข์**

เห็นสิ่งใด จะไม่เป็นสิ่งนั้น เหมือนคุณเห็นไฟ คุณจะไม่มีวันเป็นไฟ เพราะรู้ว่ามิตัวคุณเป็นผู้  
มองไฟอยู่ คุณเป็นต่างหากจากไฟ ไฟเป็นเพียงสิ่งถูกมอง

แล้วคุณเป็นอะไร? คุณเป็นจิตดวงหนึ่ง ที่เล็งแลไฟด้วยแก้วตา ชั่วขณะที่มีสติเต็มตื่น รู้ตัว  
ว่ากำลังนั่งหรือยืนท่าไหน คุณจะไม่มีทางหลงเข้าใจไปว่าไฟเป็นอันเดียวกับคุณเลย

เช่นกัน... หากคุณเห็นความทุกข์ คุณจะไม่มีทางรู้สึกว่าเป็นทุกข์

ช่วงขณะแห่งการมีสติเต็มตื่น รู้ตัวว่ากำลังหายใจเข้าหรือหายใจออก คุณจะไม่มีอุปสรรคขวางความเห็น ทุกข์จะปรากฏเป็นสภาพต่างหากจากตัวคุณ

แต่เพราะพวกเราเคยชินที่จะขาดสติ เมื่อไม่มีสติยอมรับความจริงตรงหน้า ก็ย่อมอยากจะมองเห็น อยากยอมรับแต่ความสุข และเมื่ออยากเห็นในสิ่งที่ไม่ได้อยู่เดี๋ยวนั้น ใจย่อมกระวนกระวายที่เป็นทุกข์อยู่แล้วก็ทุกข์เกินจริงยิ่งขึ้น

เป็นทุกข์เพราะไม่เห็นทุกข์ ไม่เห็นทุกข์จะเป็นทุกข์อยู่รู้ไป...

ต่อเมื่อคุณเกิดสติ เกิดความเข้าใจที่จะตั้งมุ่มมองดี ๆ ไม่ปล่อยให้ตัวเองทอดอาลัยตายอยาก ไม่ยอมไหลล่องลงสู่ทรายดูดแห่งทุกข์ หัดถามตัวเองง่าย ๆ ว่าความร้อนรนกระวนกระวายเที่ยงหรือไม่เที่ยง? ความโศกเศร้าอาลัยเสียตายสุดซึ่งเที่ยงหรือไม่เที่ยง? ความเสียดแทงปวดแสบปวดร้อนเที่ยงหรือไม่เที่ยง

กล่าวโดยสรุปคือหากำตอบเอาจากความจริงตรงหน้า ว่าทุกข์ทางใจทั้งปวงเที่ยงหรือไม่เที่ยง เดี่ยวร้อนมาก เดี่ยวเย็นลง เดี่ยวบาดลึก เดี่ยวเหลือแปลบเสียวชนิดเดียว เดี่ยวระส่ำหนัก เดี่ยวลดระดับลงสู่ความกระเพื่อมเพียงน้อย

สภาวะทั้งหลายไม่โกหกคุณ ขอเพียงคุณไม่หลอกตัวเอง แล้วติดตามดูพวกมันด้วยใจซื่อเท่านั้น เกิดก็ยอมรับว่าเกิด ยังตั้งอยู่ก็ยอมรับว่าตั้งอยู่ แปรไปก็ยอมรับว่าแปรไป ง่าย ๆ ซื่อ ๆ เท่านั้นเอง การสังเกตความจริงอันเป็นปรากฏการณ์ทางจิตของตัวเองเรื่อย ๆ จะทำให้คุณตาสว่างขึ้นมาแวบหนึ่ง และได้ข้อสรุปใหม่ที่อาจเปลี่ยนชีวิตคุณแบบหักศอกหรือกลับหลังหัน นั่นคือ...

เห็นทุกข์ ไม่จำเป็นต้องเป็นทุกข์!

การเริ่มตั้งโจทย์ ตั้งข้อสังเกตอย่างถูกต้อง คุณจะเห็นในสิ่งที่ไม่เคยเห็นมาทั้งชีวิต นั่นคือความจริงเกี่ยวกับตัวคุณเอง ความจริงที่ว่าไม่มีอะไรสักอย่างในคุณ ที่ไม่เปลี่ยนไป

เมื่อพบความจริงในตนเองข้อนี้ โลกและจักรวาลรอบตัวจะพลอยถูกคุณสังเกตด้วยมุ่มมองที่แตกต่างไปด้วย การสังเกตอะไร ๆ ในแง่ของความไม่เที่ยง จะนำไปสู่การ ‘เห็นตัวจริง’ ของสิ่งนั้น ๆ ชัดเจนที่สุด ต่อให้สิ่งนั้นลึกลับเพียงใด ทรงพลังยิ่งใหญ่ขนาดไหน ก็ไม่อาจหน่วงเหนี่ยวความเป็นตนเองไว้ได้เลย ไม่พัวพันต้องเสื่อมสลายลงในวันหนึ่ง

แม้ยูเรเนียมที่อายุยืนหลายพันล้านปี ราวกับจะเป็นธาตุอมตะ ก็ปลดปล่อยความเป็นตัวเอง ออกมาอยู่ทุกวินาที เมื่อนักวิทยาศาสตร์ ‘เห็น’ ความจริงนี้ ต่อให้ไม่ทราบว่าจะเอายูเรเนียมมาใช้ งานอย่างไรเลย ก็นับว่าถึงความเข้าใจเรเนียมอย่างถ่องแท้แล้ว นั่นคือมันไม่ได้เป็นอมตะ เหมือนกับที่ไม่มีสิ่งใดเป็นอมตะเลยเท่าเสี้ยวแห่งเม็ดทราย

แม้ธาตุอันมีอายุยืนพอจะรอพวกเราเกิดตายเกินร้อยล้านรอบเช่นยูเรเนียม ยังถูกรู้ได้ว่าไม่ เทียง แล้วธรรมชาติอันมีอายุน้อยขนาดเราทันเห็นว่าเกิดดับนับแสนครั้ง ดังเช่นทุกข์ทางใจ ทำไม จึงไม่ถูกรู้เลยว่าไม่เที่ยง? ทุกข์ขึ้นมาจากที่ใด ก็เข้าใจว่ามันจะเกาะกินเราไม่มีที่สิ้นสุดรำไป

คำตอบคือเพราะไม่ทำไว้ในใจ เพราะไม่มีสติกำหนดดูความไม่เที่ยงของทุกข์!

เมื่อไม่ทำไว้ในใจ ไม่มีสติกำหนดดู ทุกข์จึงเกิดขึ้นดุจหวังน้ำใหญ่ที่กลืนกินจิตใจเราไปหมด ท่วมทับสำนึกคิดอ่านจนเกิดภาพหลอน คล้ายกองทุกข์นั้นๆยิ่งใหญ่เกินชนะ และมันจะกองทับกอง ถมใจเราประดุจธาตุอมตะไม่มีวันตาย เราจะไม่มีวันพ้นจากความทุกข์นั้นไปได้

ต่อเมื่อทำไว้ในใจ และมีสติกำหนดดู ทันทีที่ทุกข์แผลงฤทธิ์เล่นงานเรา เราจะเห็นทุกข์ และ รู้ตัวว่าเป็นต่างหากจากทุกข์

ทุกข์เพราะบาดตากับการเห็นคนรักเดินควงกับใครอื่น

ทุกข์เพราะต้องฟังศัตรูคู่แค้นด่าสาดให้เจ็บใจ

ทุกข์เพราะพบว่ามิกลื่นเหม็นหน้าเหมือนหนูตายในห้องนอน

ทุกข์เพราะจำทนกินกับข้าวสุดกร่อยตอนไม่หิว

ทุกข์เพราะอากาศอบอ้าวราวกับโลกเหลือแต่ฤดูร้อน

ทุกข์เพราะอัดอั้นตันใจไม่ทราบจะทำอย่างไรดีกับชีวิต

แม้จะมาได้หกช่องทาง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ แต่ประมวลแล้ว ทุกข์มีที่ตั้งอยู่ที่ เดียวคือจิต

เมื่อจิตถูกปล่อยให้เป็นอกุศลตามยถากรรม จิตก็ทำตัวเป็นที่ตั้งของทุกข์ได้เรื่อยเปื่อย ต่อเมื่อจิตเกิดประกายสว่างด้วยเจตนาตั้งสติ กำหนดรู้ทุกข์ เห็นว่าทุกข์เป็นภาวะไม่เที่ยงอย่างหนึ่ง



ทราบชัดว่าทุกข์มีแรงกระทำต่อจิตไม่เท่าเดิมอยู่ตลอดเวลา หนักบ้าง เบาบ้าง และจะปรากฏชัดที่สุดเมื่อเราเฝ้าดูเฝ้ารู้ อยู่ เห็นอยู่ต่อหน้าต่อตาว่ามันเลื่อนไหลปรับเปลี่ยนได้เหมือนน้ำขึ้นน้ำลง

เมื่อเห็นเป็น คุณจะรู้จักความสุขจากการไม่ต้องทุกข์ ไม่ต้องทรมานทรมานในสถานการณ์ใดๆ ไม่เจ้าคิดเจ้าแค้น ไม่คิดเล็กคิดน้อย ไม่ฝึใจย้ำคิดย้ำทำอย่างไรจุดหมาย มีการฝึกใจจะคุ้มค่าไปกว่านี้ แต่สังเกตกันว่าทุกข์ทางใจไม่เที่ยง ชีวิตทั้งชีวิตจะเริ่มเปลี่ยนออกมาจากภายใน

และเมื่อรู้จักความสุขจากการไม่เป็นทุกข์สักพักหนึ่ง คุณจะรู้จักความเย็นอันเป็นรสแห่งจิตที่ไม่ร้อน แม้ร้อนหนาววาก็เย็นสงบราบคาบอย่างรวดเร็ว ไม่ใช่โดยอาการกดข่มฝืนระงับ แต่เป็นไปโดยธรรมชาติของจิตที่มีสติกำกับดีแล้ว มีความเข้าใจดีแล้วว่าความทุกข์เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง ไม่ว่าทุกข์นั้นจะอุบัติขึ้นจากเหตุใด อยากรู้ก็ต้องดับลงได้เอง ขอเพียงไม่มีเชื้อเพลิงไปเติมต่อเท่านั้น

นิยามของคนอารมณ์เย็นของคุณจะต่างจากคนอื่น คุณจะไม่ต้องตัดสินว่าตัวเองเป็นคนอารมณ์เย็นโดยปราศจากเครื่องพิสูจน์ คนอารมณ์เย็นจริงใจว่าไม่โกรธเลย แต่เป็นคนที่เจอเรื่องกระทบแล้ว เกิดความโกรธแล้ว ไม่เห็นความโกรธเป็นตน แต่เห็นความโกรธเป็นสิ่งที่ดับได้อย่างรวดเร็ว

เมื่อรักษาความเป็นคนอารมณ์เย็นได้นานพอ ในที่สุดคุณก็จะเลื่อนระดับ สามารถขยับขึ้นมาพิจารณาความจริงชั้นสูง นั่นคือทุกข์มีที่ตั้งอยู่ได้ก็เพราะมีกาย ทั้งความจริงที่ว่ามีกายตั้งอยู่ก็เป็นทุกข์ด้วยการหา และทั้งความจริงที่ว่ามีกายแตกดับก็เป็นทุกข์ด้วยการหวง เมื่อยังหวงก็ได้ชื่อว่ายังมีห่วงโซ่แห่งความอาลัย ก่อให้เกิดการมีกายใหม่มารับช่วงทุกข์ต่อไปอีก

โดยย่อ เมื่อยังต้องมีกายนี้และใจนี้อยู่ ก็ชื่อว่ามีห่วงโซ่แห่งการหลงเข้าใจผิดว่าเป็นตน ห่วงโซ่แห่งการหลงวนอยู่กับความไม่รู้ว่ามีวิบากกรรมมีอยู่ ย่อมดำเนินชีวิตแบบเด็กน้อยที่ไม่เคยรู้ อีโหน่อีเหน่ ใต้ดีบ้าง ตกยากบ้าง ประสบสิ่งที่ชอบใจบ้าง พบพานสิ่งที่ไม่ชอบใจบ้าง ก็ล้วนเป็นการรับผลแห่งการกระทำดีชั่ว ด้วยความไม่รู้ต้นสายปลายเหตุทั้งสิ้น

พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่ากายนี้เองเป็นทุกข์ ใจนี้เองเป็นทุกข์ เพราะรู้สึกนึกคิดอยู่ เพราะจำได้หมายรู้ อยู่ และเพราะเจตนาทำดีทำชั่วอยู่ จึงชื่อว่ามีเหตุแห่งรูปนาม และสืบสายต่อเนื่องไปเรื่อยไม่รู้จักสิ้นสุด

ต่อเมื่อตั้งสติ ‘เห็น’ กายใจนี้ ยกจิตขึ้นสู่ระดับความเป็นปกติที่จะไม่สำคัญว่ากายใจนี้เป็นตัวตน นั่นเองจึงเป็นยอดแห่งการเห็น เพราะเห็นแล้วหลุดพ้นจากวังวนทุกข์ พ้นแล้วพ้นเลย ไม่ต้องเป็นทุกข์อีกเลย

เมื่อเห็นกายใจได้  
เหมือนเห็นก้อนหินและสายน้ำอยู่ห่าง ๆ  
คุณจะรู้สึกเบาและแห่งสบาย  
เหมือนที่ไม่แบกก้อนหินและสายน้ำไว้กับตัว



### ตายอย่างรู้ อยู่อย่างเห็น

คนบางคน  
เกิดมาเพื่อสาละวันรุ่ง  
กับการเพ่งดูว่าใครดีใครไม่ดี  
สุดท้ายเขาก็ตายเปล่า  
โดยไม่รู้เลยว่าตัวเองดีหรือไม่ดี

คนบางคน  
เกิดมาเพื่อสาละวันรุ่ง  
กับการกำจัดจุดบอดของตนเอง  
เสริมจุดแข็งให้แกร่งขึ้น  
หาจุดยืนที่ดีที่ยังไปไม่ถึง  
สุดท้ายเขาไม่ตายเปล่า  
เขาย่อมฝากประโยชน์ใหญ่ไว้ในโลกนี้  
จะโดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตามที่

คนบางคน  
เกิดมาเพื่อคิดในเรื่องไม่ควรคิด  
เห็นทั้งชีวิตเป็นปัญหา  
ไม่มองว่าปัญหาอยู่ที่วิธีคิด  
เพียงเลิกคิดแล้วลงมือจัดการ  
เขาจะพบพานชีวิตใหม่  
แทบไม่เหลือปัญหามาหนักใจ  
เพราะมีแต่งานใหญ่ น้อย

เพื่อสนุกกับงาน  
หายเบื่อกับความว่างงาน  
เลิกเช่อยู่กับความวุ่นเปล่า

คนบางคน  
เกิดมาเพื่อคิดถึงแต่ตัวเอง  
เห็นวันเวลาและทุกสิ่งที่มี  
ตลอดจนสิ่งที่ตนไม่มี  
เป็นของสมควรได้แก่ตน  
พอนานไป  
เขาย่อมมีสง่าราศีน้อยกว่าคนเก็บขยะ  
เพราะคนเก็บขยะยังรู้วิธีทิ้ง  
แต่สิ่งเดียวที่เขาไม่รู้คือวิธีเก็บ

คนบางคน  
เกิดมาเพื่อหัดคิดถึงคนอื่น  
เห็นวันเวลาและหลายสิ่งที่มี  
ตลอดจนสิ่งที่ตนยังไม่มี  
ควรค่าแก่การเจ้อจาน  
พอนานไป  
เขาอาจมีสง่าราศีกว่าเศรษฐีใหญ่  
เพราะเศรษฐีใหญ่อาจไม่รู้  
ว่าทรัพย์ของตนมีประโยชน์ปานไหน  
ในขณะที่เขารู้  
จากใบหน้าเปื้อนยิ้มรอบทศ

คนบางคน  
เกิดมาเพื่อใช้ชีวิตให้จบไปอีกครั้ง  
ไม่รู้ว่านี่เป็นครั้งไหน  
จะครั้งแรกหรือครั้งสุดท้ายไม่นำพา  
ไม่รู้จะหาประโยชน์อันใด  
ไม่ทราบจะเชื่อคำตอบใครดี

คนบางคน

เกิดมาเพื่อค้นหาเหตุผลของการเกิด

เกินทนกับการไม่รู้

เกินตาหลับไปกับการตายที่ไม่ได้คำตอบ

เกินทำใจชอบกับการเป็นหน้าใจเกิดใหม่

เกินยินดีรับกับการเหนื่อยซ้ำที่สูญเปล่า

คนบางคน

เกิดมาเพื่อเจอคำตอบที่ผิด

โจทย์ชีวิตก็ยิ่งซับซ้อน

แทนการเห็นโลกตามจริง

เขากลับเห็นบิดเบี้ยวกว่าเดิม

แทนการแก้ปัญหาตรงจุด

เขากลับผูกปมใหม่ขึ้นมาซ้อน

แทนการพลิกยกให้เป็นง่าย

เขากลับผันง่ายให้เป็นยาก

คนบางคน

เกิดมาเพื่อพบคำตอบที่ถูก

โจทย์ชีวิตจะง่ายลง

หายใจออกก็รู้

หายใจเข้าก็รู้

มีให้ดูเพียงใด

มีให้รับเท่าไร

มีให้สละแค่ไหน

ก็ให้เป็นไปตามนั้น

ไม่ถือสิ่งใดให้หนักมือ

เรียบง่ายเหมือนเดินทางเท้าเปล่า

โดยปราศจากพิธีรีตอง

ไปจนถึงปลายทาง

โดยปราศจากตัวตนติดค้าง



ใครบางคนเช่น เบอร์แทรนด์ รัสเซลล์ (Bertrand Russell) นักปรัชญาชาวอังกฤษ เคยกล่าวอะไรที่ทำให้ผมยิ้มมุมปากไว้ครั้งหนึ่ง คือ ‘ว่ากันว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่รู้จักเหตุผล ตลอดชีวิตที่ผ่านมาฉันได้พยายามแสวงหาหลักฐานที่จะสนับสนุนความเชื่อนี้...’ (แล้วไม่เจอ?)

จริงๆตัวของรัสเซลล์เองเป็นนักคิด นักตรรกะ นักอุดมคติ ซึ่งมีความเป็นเถรตรงทางวิทยาศาสตร์ค่อนข้างสูง ไม่น่าแปลกใจหากเขาจะมีสายตารู้เห็นแจ่มชัด ว่าชาวโลกดำเนินชีวิตกันตามอารมณ์ ไร้หลัก ไร้แก่น ไร้เหตุผล

ผมเองตกตะลึงกับอารมณ์และความไร้เหตุผลของมนุษย์ งุนงงสงกากับความแปรปรวนระหว่างรักและเกลียดมาตั้งแต่ตัวน้อย เช่นที่ยังประทับอยู่ในความจำไม่รู้ลืม คือย้อนไปเมื่อผมอยู่ ป.๒-ป.๓ มีคุณครูสอนภาษาอังกฤษท่านหนึ่ง ท่านรักใคร่เอ็นดูผมมาก เพราะตอนอยู่ในห้องเรียนท่านถามอะไรผมมักตอบเสียงแจ้ว หลายครั้งที่ท่านออกปากชมเลยว่าฉลาดฉลาดดี ถูกใจครูจัง

เมื่อครั้งนั้นท่านอายุน่าจะเกือบ ๖๐ แล้ว คุณเห็นท่านจะรู้เลยว่าชอบสอนไม่เลิก เป็นครูได้ทั้งชีวิต แล้วก็ชอบเด็กที่ได้ตอบโดนใจท่าน

แม้ท่านจะมีรอยยิ้มใจดีอยู่บ้าง แต่ก็ทำทางดู เข้มงวด และไม่ชอบให้เด็กตอบแกล้งตีเพื่อน ๆ ผมกลัวท่านกันทุกคน ฉะนั้นผมจึงปลื้มใจกับการเป็นคนโปรด ได้รับอภิสิทธิ์ทางใจจากท่าน เหมือนตัวเองถูกยกกลายเป็นพระเอกอยู่คนเดียว เข้ามาในห้องที่ไร้กั้นชมออกนอกหน้า และมองมาด้วยดวงตาเซ็ดชูเสมอ ขนาดเจอนอกห้อง ท่านจะชี้ให้เพื่อนครูของท่านดูว่านี่ไง นายคนนี่ไง ที่เล่าให้ฟัง อะไรประมาณนั้น

วันวิมานถล่มล่มจมมาถึงอย่างไม่มีปีมีขลุ่ย ชั่วโมงนั้นคุณครูสอนตามปกติ แต่อารมณ์ผมไม่ปกติ คือเกิดนึกเบื่อหน่ายชั้นเรียนอย่างแรง เลยหาเรื่องขออนุญาตออกไปฉี่ ซึ่งวาระแรกคุณครูก็ยิ้มอนุญาตอย่างดี เหมือนไม่มีอะไร ยังสอนต่อแทบไม่สะดุด

แต่จะเพราะคุณครูท่านรู้วาระจิตหรืออย่างไรไม่ทราบ หลังจากที่ผมออกนอกชั้นไปเข้าห้องน้ำแบบหลอก ๆ แล้วเดินโຕ้เต้กลับเข้าชั้นโดยไม่เห็นเป็นเรื่องเร่งรีบ พอมาถึงก็พบว่าทุกอย่างเปลี่ยนแปลงไปหมดแล้ว กระแสบรรยากาศรักใคร่เอ็นดูหายเกลี้ยง เหลือไว้แต่ดวงตาคูกคามที่ราวกับตวาดได้ ว่ามัวไปทำอะไร ทำไมกลับมาช้านัก

ผมได้แต่เดินตัวลีบมานั่งเกร็งและหาโอกาสพูดเสนอความเห็นบ้าง แต่ปฏิภิกิริยาที่ชัดเจน จากท่านคือการพูดด้วยเสียงเกรี้ยว ว่าเด็กไม่สนใจเรียนไม่ต้องมาเสนอหน้า!

จากวันนั้น แม้พยายามทำความดีความชอบเท่าไรๆ ท่านก็ไม่สนใจ เจอกันนอกชั้นก็เมินเฉย เย็นชา ไม่มีการทักทาย ไม่มีแม่แต่หางตาแลมาอีกเลย อเมซิ่งจริงๆ

ผมเป็นเด็กคิดมาก และนั่งมึนงกับโลกได้เป็นวันๆ ความแปรปรวนทางอารมณ์ของผู้ใหญ่ เป็นเรื่องน่ากลัว ผมเฝ้าถามตัวเองซ้ำๆ ซากๆ เป็นปี ว่านี่ตูออกไปจีทีเดียว กลับมาอีกทีกลายเป็น วายร้าย ทำลายคุณงามความดีที่สั่งสมมานานหมดเลยหรือ? ไม่อยากเชื่อว่าเป็นความจริง แล้วก็ ไม่อยากรับรู้เลยว่าโลกของผู้ใหญ่เป็นกันอยู่นั้น

ผู้ใหญ่นะ... ไม่ใช่เด็ก

แต่ต่อมาผมเริ่มเข้าใจเกมทางอารมณ์ของมนุษย์มากขึ้น ยิ่งเป็นผู้ใหญ่นั้นแหละ เกมทางอารมณ์ยิ่งรุนแรง แล้วก็ออกห่างจาก ‘เหตุผลทางความคิด’ มากขึ้นเรื่อยๆ

ด้านกลับของความแสนรักคืออะไร?

คำตอบคือความเกลียดชังเข้ากระดูก!

การตกจากแท่นยืนของพระเอกคืออะไร?

คำตอบคือได้แท่นยืนใหม่เป็นผู้ร้ายที่ไม่มีดีเหลืออยู่เลย!

เมื่อมองเห็นสังขรณ์ประมาทนี้ เราจะเข้าใจว่าจริงๆ แล้วมนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่ ‘เข้าใจ เหตุผลทางความคิด’ แต่หนึ่งก็ไม่ได้หมายความว่ามนุษย์จะอยู่เหนือเหตุผลทางอารมณ์แบบ ดิบๆ คุณครูสอนอังกฤษคงเข้าใจได้ว่าผมอยากไปเข้าห้องน้ำ เพราะเด็กมันปวดฉี่กันได้ แต่ท่านก็ ไม่อาจจะรับความผิดหวังรุนแรงกับลูกศิษย์คนโปรด ที่อุตส่าห์หลงชื่นชม หลงได้ปลื้มมาเป็นวรรค เป็นเวร

ภาพของผมเคยเป็นศิษย์ในดวงใจคุณครู ชยัน กระจีหรือรัน สร้างความภูมิใจให้ท่าน แต่มา วันหนึ่งภาพนั้นถูกทำลายลงด้วยอารมณ์เอื่อยเฉื่อยแบบเด็กขี้เกียจซั่วบ ความรู้สึกของคุณครูก็ถูก เหวี่ยงไปอีกด้านหนึ่ง ท่านคงเสียความภูมิใจอย่างแรง เหมือนถูกทรยศหักหลังโดยคนสนิท

อารมณ์บางชนิด ขอเพียงเกิดเรื่องครั้งเดียว จะเปลี่ยนแปลงความรู้สึกได้อย่างถาวร

หากเข้าใจว่าอารมณ์หนึ่งๆเป็น ‘เหตุ’ อันจะนำมาซึ่ง ‘ผล’ แบบไหน คุณอาจเป็นนักการตลาดที่เก่งมากคนหนึ่ง อาจจจะระดับประเทศ หรืออาจจจะระดับโลก

ความจริงเกี่ยวกับอารมณ์มนุษย์ ได้มีส่วนผลักดัน หรือกระทั่งบีบบังคับ ให้นักการตลาดรู้จักคำว่า ‘สร้างภาพ’ อาจกล่าวได้ว่าเกินครึ่งของหลักสูตรการตลาด ก็คือวิชาสร้างภาพนั่นเอง

ประเด็นมีอยู่ว่า...

๑) ถ้าสินค้าดีได้เท่าภาพที่สร้างขึ้น สินค้านั้นจะยืนยงเป็นอมตะ และอาจถึงขั้นได้อยู่ในหน้าประวัติศาสตร์ตลอดไปไม่มีใครลืม

๒) ถ้าภาพที่สร้างขึ้นดีเกินสินค้าไปเล็กน้อย ก็อาจไม่มีใครตั้งข้อสังเกต ไม่มีใครอยากตำหนิ เพราะเป็นเรื่องที่รับกันได้ รู้ๆกันอยู่ว่าต้องมีผลประโยชน์กระเซ็นเป็นน้ำจิ้มกันบ้าง

๓) ถ้าภาพที่สร้างขึ้นดีเกินสินค้ามากเกินไป ก็อาจเริ่มเป็นที่เขม่น มีเสียงตำประปราย หนักบ้างเบาบ้าง สุดท้ายแต่ใครจะสังเกตเห็นส่วนต่างระหว่างภาพที่สร้างกับความจริงที่ปรากฏในภายหลัง

๔) ถ้าภาพที่สร้างขึ้นดีเกินสินค้าถึงขั้นลวงโลก ข้อนี้คนจะรับไม่ได้อย่างสิ้นเชิง ความเจ็บใจจากการรู้สึกถูกลอก จะเปลี่ยนรักให้เป็นเกลียด เปลี่ยนชอบให้เป็นชัง ตลอดจนเปลี่ยนจากชมเป็นแข่งอย่างสุดขีด

ขวงเล็บแถมท้ายไว้ชนิดหนึ่ง ต่อให้การตลาดสูงส่งขั้นเทพปานใด สินค้าจะไม่มีทางขายออกตั้งแต่แรก หากตัวสินค้าเองไม่มีดีอยู่บ้างเลย

สังขรรมทางธุรกิจมีอยู่ว่า เมื่อสินค้าใดขายออก หรือกระทั่งกลายเป็นสินค้ายอดนิยม ก็มักเกิดแรงผลักดันจากภายใน อยากให้สินค้าของตนผูกขาด ครองประเทศ หรือครองโลก ส่วนขั้นตอนวิธีการในการไปให้ถึงจุดหมายได้ถาวรนั้นแหละ ตัวชี้ว่าเจ้าของสินค้าเป็นคนอย่างไร

หากทำสินค้าให้มีคุณภาพพอจะครองตลาดระดับประเทศได้จริง ก็จะได้ครองประเทศจริงๆ ไม่มีใครมาต้านทานได้ แต่หากประเมินคุณภาพไว้ล่วงหน้าเกินจริง ไปเชื่อที่มการตลาดหรือที่มที่

ปรึกษาหากไปจนหลงทางออกอ่าว ภาพความจริงก็จะเริ่มมืดมัว หรือกระทั่งแผลผสมยาพิษลง  
มาในสินค้ามากขึ้นเรื่อยๆ ทั้งที่ไม่ตั้งใจเช่นนั้นไว้แต่แรก

ถามว่าเรื่องมันเป็นแบบนี้มาตั้งแต่เมื่อไหร่? ก็ต้องตอบว่านับแต่เผ่าพันธุ์มนุษย์เกิดมา โดย  
เดิมไม่มีใครชั่ว มีแต่คนเชื่อในสิ่งที่ตนทำ และหวังในสิ่งที่ตนอยากได้

บางทีความเชื่อและความอยาก ก็บีบให้คนอื่นๆหนึ่งต้องแก่งแย่งเป็นอะไรที่ไม่ได้เป็น แล้วใคร  
เล่า จะสามารถเป็นคนอื่นที่ไม่ใช่ตัวเองไปได้ทั้งชีวิต...

ลงท้ายที่สุด เมื่อมองความจริงให้ตลอด จะพบว่าอดีต ปัจจุบัน และอนาคตอาศัยหลัก  
เหตุผลทางอารมณ์แบบเดิมๆ ไม่เคยมีอะไรใหม่ เราก็ควรเห็นแก่จิตวิญญาณของตัวเองในปัจจุบัน  
เป็นหลักมากกว่าอย่างอื่น เห็นความสุขความสบายใจเป็นสิ่งควรถนอมรักษา ตลอดจนตระหนักว่า  
ความเกลียดชังและการสาปแช่งไม่เคยเป็นทางออกที่ดีสำหรับใจเราเอง

ด้วยเหตุผลทางใจ ด้วยความหวังดีกับตนเองอย่างบริสุทธิ์ เราจะเห็นว่าโลกกับใจแยกกัน  
อยู่คนละทางได้ โลกขุ่นอยู่ตลอดเวลา แต่ใจไม่จำเป็นต้องขุ่นตามโลกเรื่อยไป

เหตุผลแบบมนุษย์

ทำให้มนุษย์เป็นคนมีเหตุผลก็ได้

หรือทำให้มนุษย์เป็นคนไร้เหตุผล

โดยมีคำอธิบายเป็นเหตุเป็นผลก็ได้



ได้แล้วได้เลย

ถ้าคุณขยันเรียนจนได้ดอกเตอร์ตอนอายุสี่สิบกว่าๆ แม้ย่างเข้าวัยชราอายุแปดสิบคุณจะ  
ความจำเสื่อม หลงลืมวิชาที่ร่ำเรียนมาจนเกลี้ยงจาน คุณก็มีสิทธิ์ใช้ไตเติ้ลหน้าชื่อว่า ‘ดอกเตอร์’  
อยู่ดี

ทำนองเดียวกัน คุณคงเคยได้ยินคำว่า ‘แกรนด์มาสเตอร์’ (Grandmaster) มาบ้าง แรกๆ  
ไตเติ้ลนี้จะเอาไว้เรียกนักต่อสู้หรือนักหมากรุกระดับโคตรเซียน โคตรเซียนหมากรุกเป็นอย่างไรก็



ลองคิดดูนะครับ ปัจจุบันมีคนเล่นหมากรุกทั่วโลกประมาณ ๗๐๐ ล้านคน แต่มีแค่ราวห้าร้อยกว่าคน (ที่ยังมีชีวิต) ได้สิทธิ์ครองไตเติ้ลแกรนด์มาสเตอร์

ประเด็นคือแม้เมื่อคุณเป็นแกรนด์มาสเตอร์ตั้งแต่อายุสิบกว่าขวบ ต่อให้คุณไม่แข่งในรายการไหนอีกเลยจนแก่เฒ่า หลงลืมกติกาหมากรุกเสียสนิท บรรดาศักดิ์แกรนด์มาสเตอร์ก็จะไม่หายไปไหน ได้แล้วได้เลยไม่มีการรับคืนจนชั่วชีวิต

ปัจจุบันแกรนด์มาสเตอร์กลายเป็นไตเติ้ลสากล ที่เอาไว้อย่างบุคคลแถวหน้า หรือผู้เชี่ยวชาญพิเศษผู้มีทักษะความสามารถสูงอย่างหาตัวจับยาก ไม่ว่าจะเป็นวาดวงการปกครอง การดนตรี หรือการกีฬาประเภทอื่นๆ กล่าวได้ว่าแกรนด์มาสเตอร์เป็นตำแหน่งยิ่งใหญ่ที่คุณควร เฉพาะกับอัจฉริยะในศาสตร์หรือสาขาหนึ่งๆ ต้องผ่านด่านทดสอบ หรือเป็นที่ยอมรับอย่างเป็นทางการในวงกว้างว่าแท้จริง ทั้งโลกนี้หาใครเทียบเท่าหรือเหนือกว่านั้นได้ยาก ฉะนั้นขอเพียงครั้งหนึ่งในชีวิตที่คุณได้ชื่อว่าเป็นแกรนด์มาสเตอร์สักที เป็นอันประกันว่าคุณจะไม่กลับเป็นนายหรือนาง กระจอกในวงการนั้นๆอีกเลย อย่างน้อยมือใหม่ต้องคารวะ และมีพระกาฬด้วยกันก็ต้องครั้นคร้าม ไม่อาจเผลอกะพริบตาลดการ์ดให้คุณได้

ทั้งดอกเตอร์และแกรนด์มาสเตอร์ต่างก็เป็นสิ่งที่ต้องแลกมาด้วยเวลา ประสบการณ์ และ ความรู้ความสามารถอย่างยิ่งยวด หากเป็นไตเติ้ลที่ได้มาโดยง่าย ก็คงไม่มีใครเห็นค่า คิดง่ายๆนะ ครับ ถ้าคุณบอกว่าคุณจบมาจากมหาวิทยาลัยลิ่งหลอกเจ้า และเป็นแกรนด์มาสเตอร์ในการเป่ากบ คนคงหัวเราะและอยากแลบลิ้นล้อเลียนคุณมากกว่าจะยอมโค้งคำนับเพื่อให้เกียรติกัน

ในพุทธศาสนามีไตเติ้ลอย่างหนึ่ง เรียกกันว่า ‘อริยบุคคล’ เป็นอะไรที่ ‘ได้แล้วได้เลย’ ไม่ต่างจากดอกเตอร์และแกรนด์มาสเตอร์แบบโลกๆ แต่ที่ต่างกันก็เห็นจะได้แก่กระบวนการอันนำไปสู่ การได้มา

เพื่อเป็นดอกเตอร์ คุณต้องมีความรู้ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง มีความสามารถวิเคราะห์วิจัยถึงขั้นสร้างสรรค์ชิ้นงานใหม่อันเป็นประโยชน์ต่อวงการได้ รวมทั้งมีทักษะในเชิงอธิบาย สามารถตอบ คำถามตามแง่มุมต่างๆที่ยิงมาโดยคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ ทำให้คณาจารย์ ‘รู้สึกเชื่อ’ ว่าคุณมีภูมิรู้ ภูมิคิดในระดับที่เกินธรรมดา ไกลเคียงหรือเทียบเท่าพวกเขา นั่นแหละพวกเขาจึงทำการประกาศ ยอมรับให้คุณมีสิทธิ์ใช้ไตเติ้ลอันทรงเกียรติ เป็นดอกเตอร์คนหนึ่งของวงการนั้นๆ

พูดง่าย ๆ หากอยากเป็นดอกเตอร์ คุณต้องทำให้ผู้ทรงคุณวุฒิกลุ่มหนึ่งเชื่อมั่นว่าคุณเป็น!

และเพื่อเป็นแกรนด์มาสเตอร์ในวงการกีฬาประเภทหนึ่งๆ คุณต้องมีพลังผู้ชนะมากพอจะพิชิตคู่แข่งซึ่งมีความสามารถเหนือชั้นหลายๆคน หรือผ่านหลายๆด่านทดสอบเพื่อพิสูจน์ความแกร่ง หากผลการแข่งขันเป็นแต่้มบวกที่น่าอัศจรรย์ใจเหนือเกณฑ์เฉลี่ยมากๆ ก็จะมีกิติการรองรับความเป็นแกรนด์มาสเตอร์ให้คุณเอง ใครจะยอมรับหรือไม่ยอมรับ ใครจะยินดีด้วยหรืออิจฉาริษยาปานไหน อย่างไรก็ตามก็ต้องเป็นแกรนด์มาสเตอร์ตามกฎหมายอยู่วันยังค่ำ

พูดง่าย ๆ หากอยากเป็นแกรนด์มาสเตอร์ คุณต้องทำให้อัจฉริยะกลุ่มหนึ่งพ่ายแพ้หรืออย่างน้อยเสมอกันกับคุณมากพอ!

แต่เพื่อเป็นอริยบุคคล บางทีคุณอาจไม่ต้องเรียนรู้อะไร ไม่ต้องมีความสามารถวิเคราะห์วิจัย ไม่ต้องช่วยเผยแพร่ศาสนา ไม่ต้องมีทักษะในการสาธยายธรรม ไม่ต้องตอบคำถามเก่งๆ ไม่ต้องทำให้คณะกรรมการที่โหดรู้สึกเชื่อ ไม่ต้องแข่งขันฝ่าด่าน ๑๘ อรหันต์ที่โหด คุณแค่ทำตามกฎธรรมชาติได้ข้อเดียว คือ...

เห็นตามจริง!

ฟังดูเหมือนไม่ต้องทำอะไร ฟังดูเหมือนทุกวันพวกเรา ก็เห็นอะไรๆกันตามจริงอยู่แล้ว และฟังดูเหมือนแค่เห็นตามจริงไม่น่าจะมีเกียรติผิดแผกแตกต่างจากคนทั่วไปสักเท่าไร

โดยที่แท้แล้ว มนุษย์ที่มีความสามารถ ‘เห็นตามจริง’ ได้ นั้น ในโลกยุคปัจจุบันอาจมีอยู่แค่หลักร้อย จากประชากรทั้งหมดหลายพันล้าน!

ทำไมเห็นตามจริงถึงได้ยากเย็นเข็ญใจขนาดนั้น? ลองพิจารณาคำถามเป็นข้อๆดังนี้ก็แล้วกันครับ แล้วดูว่าใจคุณจะตอบอย่างไร

๑) กายนี้เที่ยงหรือไม่เที่ยง? หากตอบว่าไม่เที่ยง คุณจะยอมรับได้ไหมว่ากายนี้ไม่ใช่ของคุณ กายนี้ไม่ใช่ตัวคุณ?

๒) สุขทุกข์เที่ยงหรือไม่เที่ยง? หากตอบว่าไม่เที่ยง เวลาคุณเป็นสุข คุณวางเฉยไม่ยินดียินร้ายเมื่อมันจะต้องหายไปได้ไหม? เวลาคุณเป็นทุกข์ คุณทำใจบอกตัวเองให้เชื่อได้ไหม ว่าอีกเดี๋ยวทุกข์จะหายไปเอง?

๓) สภาพจิตหนึ่งๆเที่ยงหรือไม่เที่ยง? หากตอบว่าไม่เที่ยง คุณจะกลัวไหมกับการไม่มีจิต? ทั้งจิตมีราคะ ทั้งจิตมีโทสะ ทั้งจิตมีความหลงใหล ทั้งจิตฟุ้งซ่าน ทั้งจิตสงบ ไม่เหลือจิตแบบใดสักอย่างจะรับได้ไหม?

๔) ความนึกคิดและความทรงจำเที่ยงหรือไม่เที่ยง? หากตอบว่าไม่เที่ยง คุณจะยินดีไหมถ้าไม่ต้องมีความคิดอีกต่อไป? คุณจะเต็มใจไหมถ้าใครมาลบความทรงจำไปทั้งหมด?

ใช่แล้วครับ ที่ผ่านมาพวกเราเห็นความจริงบางส่วน แต่ใจไม่ยอมรับตามจริง ตัวอย่างง่าย ๆ คือรู้ทั้งรู้ว่าไม่เที่ยง แต่ก็ไม่อาจยอมรับว่ามันจะต้องสลายไปในเวลาใดเวลาหนึ่ง เมื่อไม่ยอมรับความจริง ก็ไม่ได้ชื่อว่าเป็นผู้เห็นตามจริง เมื่อไม่เป็นผู้เห็นตามจริง ก็ไม่อาจได้ชื่อว่าเป็นอริยบุคคล

การบรรลุธรรมเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของจิต หมายความว่าจิตเองเป็นผู้ตัดสินใจ จิตเองเป็นผู้พิพากษา จิตเองเป็นผู้เสวยผลแห่งการเลื่อนชั้นภูมิ ไม่ต้องตั้งคณะกรรมการขึ้นมาพิจารณาประสิทธิ์ประสาทปริญญาใดๆทั้งสิ้น

ก่อนหน้าปรากฏการณ์ที่จิต ต้องมีปรากฏการณ์ทางจิตนำทางมาก่อน ตามลำดับดังนี้

๑) ปรากฏการณ์ที่จิตปราศจากความตระหนี่ ไม่หวงแหนสิ่งที่ไม่ควรหวงแหน สละได้ในสิ่งที่เป็นส่วนเกิน หรือแม้ส่วนสำคัญของตน เรียกว่ามีนิสัยทางการให้ทาน หากสละความตระหนี่ไม่ได้ ก็อย่าหวังจะให้สละความเห็นผิดเช่นความรู้สึกในตัวตนกันไหว

๒) ปรากฏการณ์ที่จิตสว่างเป็นกุศล ปราศจากมลทินสกปรกอันเกิดจากการประพาศผิดศีลธรรม ความจริงขั้นสูงสุดต้องการความสว่างถึงขีดสุดของจิตไปฉายส่อง แต่เมื่อเอาแค่กำแพงความมืดอันเกิดจากความเห็นแก่กิเลสฝ่ายต่ำก็ฝ่าออกไปไม่สำเร็จเสียแล้ว จะหวังอะไรในขั้นสูงได้

๓) ปรากฏการณ์ที่จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิอยู่ตรงกลางไม่เอียงข้างไปทางไหน กล่าวคือจิตทำตัวเป็นฐานที่ตั้งอันมั่นคง มากพอจะรู้เห็นความจริงตรงหน้าอันประณีตและเที่ยงตรง พุดง่าย ๆ คือสามารถเห็นสิ่งที่ประณีตและเที่ยงตรงด้วยระดับความประณีตและเที่ยงตรงสมน้ำสมเนื้อกัน

๔) ปรากฏการณ์ที่จิตวางเฉย ปราศจากความยินดียินร้าย สักแต่เห็นร่างกาย สักแต่เห็นว่าสุขทุกข์ สักแต่เห็นสภาพจิต สักแต่เห็นความนึกคิดความจำ ล้วนแล้วแต่เป็นธาตุอันว่างเปล่าจาก

ตัวตน จนกระทั่งจิตเกิดความอึดตัว ถอนอุปาทาน ถอนความหลงยึดมั่นผิติดๆ ที่หลอกให้เอาแต่ดูสิ่ง  
ไร้แก่นสาร เพื่อพร้อมจะหลุดออกไปดูอีกสิ่งหนึ่งที่มีแก่นสารเสียได้

ถัดจากนั้นจึงเกิดธรรมชาติของจิตอีกแบบหนึ่ง ที่สว่างโพล่งขึ้นบรรลुरुธรรม รู้จักธรรมขั้น  
สูงสุดคือนิพพานอันว่าง ไร้นิमित ไร้ที่ตั้ง ปราศจากเวลาอันเกิดจากการเกิดขึ้นแล้วดับไปของอะไรๆ  
สักหน่อยหนึ่ง เปรียบเทียบไม่ได้เลยกับกายนี้ สุขทุกข์นี้ สภาพจิตนี้ ความนึกคิดและความทรงจำนี้

ในพระวินัยนั้น เมื่อใครอ้างว่าบรรลุมรรคผล พระพุทธเจ้าให้ถามเวลาบรรลุ เพื่อตรวจสอบ  
ว่าเป็นปรากฏการณ์ทางจิตที่มีตำแหน่งเวลาที่ชัดเจนแน่นอนหรือไม่ หรือเป็นเพียงการตีขลุม ว่าตน  
รู้สึกว่าจะช่วงนี้หมดกิเลสแล้ว หมดความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนแล้ว

หากบรรลुरुธรรมเป็นอริยบุคคล คุณจะไม่มีวันกลับไปทุกข์เท่าเดิม เพราะพฤติกรรมทางกาย  
ทางใจจะไม่เป็นเหตุให้ทุกข์หนักเหมือนเดิม และโดยสภาพจิตเองก็จะโปร่งเบา มีคุณภาพสูงเกิน  
กว่าที่บาปหนักจะครอบงำให้มีตบอดเหมือนเมื่อครั้งเป็นปุถุชน กับทั้งจะเป็นผู้เดินหน้าขัดเกลา  
กิเลส เพื่อเข้าถึงความสิ้นกิเลสอย่างเด็ดขาดในกาลต่อไป

ชั่วชีวิตหนึ่ง  
ที่จะได้มาจริง  
มีอยู่สิ่งเดียว  
คือการเห็นตามจริง  
นอกนั้นได้มา  
เพื่อจะสูญเสียไปสิ้น



### ความฉลาดสูงสุด

ในปี ๑๘๘๙ หรือว่าหนึ่งศตวรรษก่อน ‘ไซดิส’ (William James Sidis) สามารถอ่าน  
หนังสือพิมพ์นิวยอร์กไทม์ได้ตั้งแต่อายุเพียงหนึ่งขวบครึ่ง และต่อมาสามารถเรียนรู้ภาษาละตินด้วย  
ตนเองเมื่ออายุ ๒ ขวบ พอ ๓ ขวบก็เริ่มฝึกพิมพ์ดีด ด้วยการเขียนจดหมายสั่งของเล่นมาให้ตัวเอง!

ถ้าการเป็นนักเขียนอายุน้อยที่สุดในโลกของไซดิสยังไม่ทำให้คุณที่งมากพอ ก็ขอให้ดูวีรกรรมเมื่ออายุ ๘ ขวบของเขา ที่ค้นไม่ค้นมือจัด เขียนหนังสือเสร็จไปสี่เล่ม รู้จักไปแล้วสิบภาษา โดยหนึ่งในนั้นเป็นภาษาที่เขาสร้างขึ้นเอง มีชื่อเรียกว่า ‘เวนเดอร์กู๊ด’ (Vendergood) ซึ่งดัดแปลงมาจากภาษาละติน!

ว่ากันว่าความฉลาดทางภาษามักไม่ค่อยไปด้วยกันกับความฉลาดในการคำนวณ แต่ขอโทษ ตอนไซดิส ๖ ขวบนะครับ ถ้าคุณให้วันที่ เดือน และปีค.ศ.ใดๆ แล้วลองภูมิเด็กชายไซดิสว่านั่นเป็นวันอะไร เขาจะตอบคุณถูกต้องด้วยวิธีคำนวณในใจ ว่ามันคือวันจันทร์ อังคาร พุธ พฤหัส ศุกร์ เสาร์ หรืออาทิตย์!

และตอน ๖ ขวบนั้นแหละ ที่ไซดิสเข้าโรงเรียนมัธยมและจบภายในเจ็ดเดือนต่อมา จากนั้นก็สอบผ่านโรงเรียนแพทย์เมื่ออายุ ๗ ขวบ!

ทายซิตอนอายุ ๑๐ ขวบไซดิสทำอะไร? เขาศึกษาทฤษฎีของไอน์สไตน์ด้วยความพยายามจะหาข้อผิดพลาดให้เจอครับ!

ระดับความฉลาดของไซดิสพุ่งสูงขึ้นเรื่อยๆไม่หยุดจืดจางกับน้ำพุที่มีแรงส่งมหาศาล ยิ่งวันยิ่งไกลเมฆเข้าไปทุกที ว่ากันว่าพอโตขึ้น ชีตความสามารถในการเรียนรู้ภาษาของเขาก็ถึงระดับที่ไม่มีใครในโลกทำลายสถิติได้ตลอดกาล นั่นคือเขาใช้เวลาเพียงวันเดียวทำความเข้าใจกับหนึ่งภาษา!

แน่นอนครับ เมื่อเก่งขนาดนั้นก็แปลว่าต้องรู้ทุกภาษาในโลก ความจริงคือเมื่อถูกทดสอบทุกคนต้องยอมรับว่าไซดิสสามารถเป็นล่ามสด แปลภาษาหนึ่งเป็นอีกภาษาหนึ่งได้ในฉับพลันทันทีไม่ว่าจะให้แปลจากภาษาใดเป็นภาษาใด!

คุณๆส่วนใหญ่อาจไม่รู้จักและไม่เคยได้ยินชื่อของไซดิสมาก่อน แต่ถ้าพูดถึงหลุมดำหรือ Black Hole แล้ว ส่วนใหญ่คงร้องอ้อ อันนี้ก็ขอให้ทราบเถิดครับ ว่าหนังสือเกี่ยวกับฟิสิกส์เล่มแรกของไซดิสที่ชื่อ The Animate and the Inanimate นั้น ได้พยากรณ์การมีอยู่ของหลุมดำก่อนที่ใครทั้งโลกจะคิดถึงมันด้วยซ้ำ!

เด็กอัจฉริยะที่ร่วมสมัยกับพวกเราก็มีให้เห็นมากขึ้นเรื่อยๆนะครับ อย่างเช่นไมเคิล เคียร์นีย์ (Michael Kearney) นั้นได้รับการบันทึกจากกินเนสบุ๊กว่าเรียนจบมหาวิทยาลัยเร็วที่สุดในโลก

คือได้ปริญญาจากเทนเนสซีเมื่ออายุเพียง ๑๐ ขวบ! ซึ่งก็ต้องรอดูกันต่อไปว่าก่อนตายเคียร์นีย์จะมีผลงานน่าจดจำมากน้อยเพียงใด

นิยามความฉลาดมีอยู่หลากหลาย แต่คุณจะเข้าใจว่าความฉลาดคืออะไร ก็ต่อเมื่อเจอคนฉลาดอย่างไรก็ตาม ไม่มีใครเทียบได้ ดังเช่นที่ผมยกตัวอย่างไว้ข้างต้น

เพื่อบอกว่าฉลาดมากหรือฉลาดน้อย คุณต้องตั้งเงื่อนไขอะไรขึ้นมาบางอย่างเพื่อทดสอบว่าใครหัวไวกว่าใคร เช่นให้ปัญหายากๆมาข้อหนึ่ง ใครแก้ได้ก่อนถือว่าฉลาด หรือให้ศาสตร์ยากๆมาศาสตร์หนึ่ง ใครแตกฉานก่อนถือว่าเก่ง

ยุคของพวกเราคนจะรู้จักค่าความฉลาดจากระดับไอคิว คือยิ่งสูงเหนือร้อยขึ้นมาเท่าไร ก็ยิ่งแปลว่าฉลาดมากขึ้นเท่านั้น ว่ากันว่าโลกนี้มีเพียงหนึ่งเปอร์เซ็นต์ที่ไอคิวสูงกว่า ๑๓๕ นอกนั้นอยู่ในช่วงประมาณ ๘๕ ถึง ๑๑๕ กันเกือบหมด

หลักการวัดไอคิวมักเน้นเรื่องปฏิภาณและการใช้จินตนาการแก้ปัญหาต่างๆ อย่างไรก็ตาม ยังมีหลักวิธีวัดไอคิวบางชนิด ที่ถือเอาความปราดเปรื่องในการสร้างผลงานมาเป็นเกณฑ์ ด้วยเกณฑ์นี้อาจพอประมาณได้ว่าอัจฉริยะในอดีตมีไอคิวประมาณไหน โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากมีผลงานเป็นที่ประจักษ์ก่อนอายุ ๑๗

ความจริงก็คือคุณไม่สามารถสร้างเครื่องมีวัดความฉลาดใดๆได้แน่นอนตายตัว คีตกีวีนาม อุโฆบอย่างโมสาร์ท และนักวิทยาศาสตร์บันลือโลกอย่างไอน์สไตน์ ได้คะแนนไอคิวกันคนละแค่ ๑๖๐ ผมไม่แน่ใจเหมือนกันว่าคุณประเมินเอาอะไรไปเชื่อ ทราบแต่ว่าหลายคนถือเป็นจริงเป็นจัง พอถามว่าไอน์สไตน์ไอคิวเท่าไร ก็จะตอบว่าประมาณร้อยหกสิบกว่าๆ

รู้จักชารอน สโตน (Sharon Stone) ไหมครับ? นักแสดงหญิงที่โลกเริ่มรู้จักเธอจริงๆจังๆ จากบทสุดโป๊ในเรื่อง Basic Instinct นั้นแหละ ทายซิไอคิวเธอเท่าไร...

คำตอบคือเกือบร้อยหกสิบ ใกล้เคียงกับโมสาร์ทและไอน์สไตน์ครับ!

คุณคงไม่คาดหวังว่าชารอน สโตนจะแต่งเพลงได้อย่างโมสาร์ท หรือคิดทฤษฎีสัมพัทธภาพได้อย่างไอน์สไตน์ แม้ว่าตามหลักเทียบเคียงด้วยไอคิวแล้ว เธอน่าจะ ‘มีสิทธิ์’ ทำได้

ถ้าบอกว่าความฉลาดสูงสุดคือการมีเลขไอคิวเหนือกว่าคนทั้งโลก คุณอาจต้องพบกับความจริงที่น่าสับสนหลายประการ เช่น ไนวัยเด็กมาริลีน (Marilyn Vos Savant) ทำสถิติทะลุโลกเป็น

ทางการไว้กับกินเนสบุ๊ก ว่ามีไอคิวถึง ๒๓๐ ก็น่าสงสัยว่าหากฉลาดที่สุดจริง เหตุใดเธอจึงไม่เป็นสัญลักษณ์แทนความฉลาดเยี่ยงไอน์สไตน์ ทุกวันนี้ลองถามคนทั่วไปดูเถอะว่าใครฉลาดที่สุดในโลก ส่วนใหญ่จะนึกถึงไอน์สไตน์กันแทบทั้งนั้น ไม่มีใครจดจำหรือกว่าไซดิสไอคิว ๒๕๐ และมาริลีน ๒๓๐

ที่ไอน์สไตน์ดังและเป็นที่ยอมรับแน่นอนว่าจากผลงาน ไม่ใช่เลขไอคิว ความฉลาดของเขาส่งเสียงดังออกมาเป็นกัมปนาทแห่งระเบิดปรมาณูที่ฮิโรชิมาและนางาซากิ!

ความจริงไอน์สไตน์ไม่เคยสร้างระเบิดสักลูก แต่แทบทุกคนก็จดจำเขาในฐานะเจ้าของทฤษฎีอันเป็นต้นตอของระเบิดเขย่าโลก พลังกัมปนาทและอำนาจการทำลายล้างของมัน สามารถกวาดเมืองทั้งเมืองให้หายไปในวันเดียว นั่นเป็นสิ่งที่น่าครั้นคร้ามสำหรับมวลมนุษย์ คนที่คิดขึ้นมาได้เป็นคนแรกเลยถูกจดจำไว้ว่าฉลาดที่สุดในโลกเป็นธรรมดา ระดับไอคิวจะเท่าไรไม่น่าคำนึง

สรุปว่าความฉลาดก็เรื่องหนึ่ง การที่ร่ำรอยความฉลาดไว้อย่างน่าจดจำก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง

โจทย์ในชีวิตของแต่ละคนต่างกัน เป้าหมายที่ล่อใจให้ทะยานไปถึงก็ต่างกัน ไซดิสใช้เวลาในชีวิตให้หมดไปกับการเรียนรู้สารพัดศาสตร์ที่นาสนใจ เขาสนใจกระทั่งศาสตร์ลึกลับต่าง ๆ ตลอดจนการพิสูจน์จิตวิญญาณในมิติอื่น ส่วนไอน์สไตน์อุทิศ ๓๐ ปีสุดท้ายของชีวิตให้กับทฤษฎีสหามรวม (Unified Field Theory) ด้วยเกรงว่าถ้าไม่ใช่เขา ก็จะไม่มีการค้นหาความจริงในทฤษฎีนี้พบได้ ด้านคนไอคิวสูงสุดอย่างมาริลีน กลับมองว่าการทำให้คนทั่วโลกฉลาดอย่างเธอ คือเรื่องน่าภูมิใจไม่มีอันใดเกิน จึงเลือกที่จะเขียนหนังสือแนะวิธีเพิ่มพลังสมอง หากความเป็นสุดยอดทางปัญญา

คนเราควรมีความฉลาดสูงสุดเอาไว้ทำอะไรกันแน่?

ฉลาดเพื่อให้รู้ว่ามีมนุษย์อาจเก่งได้ไม่จำกัด เช่นที่ไซดิสโชว์ออฟเอาไว้

ฉลาดเพื่อให้รู้ว่ามีมนุษย์เปิดโปงความลับอันยิ่งใหญ่ได้ด้วยคณิตศาสตร์ เช่นที่ไอน์สไตน์เพียรพยายามสุดฤทธิ์ (แต่ตายเสียก่อน)

หรือฉลาดเพื่อให้รู้ว่ามีมนุษย์จะไอคิวสูงเข้าขั้นอัจฉริยะได้อย่างไร เช่นที่มาริลีนกำลังเขียนหนังสือแนะแนวอยู่

อัจฉริยะประเภทที่ไม่มีข้อจำกัดแห่งวัย และไม่มีข้อจำกัดในการเรียนรู้ มีอยู่ทุกยุคทุกสมัย ยิ่งผมศึกษาชีวิตของอัจฉริยะในประวัติศาสตร์มากขึ้นเท่าไร ก็ยิ่งเห็นความจริงว่าชีวิตของอัจฉริยะ

แต่ละคนถูกออกแบบมา เพื่อสนองวัตถุประสงค์บางอย่าง และบางทีก็ไม่จำเป็นต้องเกิดประโยชน์กับชาวโลกโดยรวม

ตามคัมภีร์พุทธ เจ้าชายสิทธัตถะก่อนตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า ก็รอบรู้และแตกฉานสารพัดศาสตร์ตั้งแต่ในวัยเยาว์เช่นกัน แม้ฉานอันเป็นสมาธิที่เข้ายากแสนยาก พระองค์ก็สำเร็จได้เองตั้งแต่เพียง ๗ พระชันษา ที่สำคัญพระองค์ตั้งเจตน์ให้กับชีวิต เป็นการเอาคำตอบที่ได้ประโยชน์สูงสุดด้วยพระองค์เองเป็นคนแรก นั่นคือทำอย่างไรจะไม่ต้องเป็นทุกข์อีก

เจตน์หินๆที่พบคำตอบได้แสนยากประเภทนี้ ไม่ค่อยมีใครกล้าตั้ง และขนาดมีคนประกาศไว้ว่าแก้เจตน์ได้แล้ว ค้นพบวิธีพ้นทุกข์ สงบสุขชั่วนิรันดร์แล้ว ก็ไม่ค่อยมีใครอยากเชื่อ ไม่ค่อยมีใครอยากทดลองตาม ซึ่งก็น่าคิดเหมือนกันว่าเพราะอะไร...

ความฉลาดสูงสุด

ไม่ใช่เลขไอคิวสูงสุด

แต่เป็นการรู้จักเจตน์สำคัญสูงสุด

และได้คำตอบเป็นประโยชน์สูงสุด



สบายใจ... เลิกเป็นใครที่ไม่ใช่คุณ

เคยได้ยินไหมครับ ชาวลูกคนใหญ่คนโตระลึกขึ้นมาไม่ได้กลางถนน ว่าตนเองเป็นใคร ต้องร้องถามคนแถวนั้นดังๆ?

ถ้าคุณรู้สึกตัวเองยิ่งใหญ่ ตอนฉุนจนหน้ามืด นึกไม่ออกว่าจะพูดอย่างไรกับคนที่คุณอยากบิบบอก ก็อาจความจำเสื่อมชั่วขณะ คำถามถามเขาว่า ‘รู้ไหมกูเป็นใคร?’ หรือหากความจำไม่เสื่อม ก็อาจเห็นว่าตนเองมีเรื่องราวให้เรียนรู้อีกมากมาย จึงทวาดแว้ดว่า ‘รู้จักฉันน้อยไปเสียแล้ว!’

คิดดี ๆ นะครับ สิ่งที่น่าตระหนกคือคนเราไม่ค่อยรู้จักตัวเองว่าเป็นใคร ไม่ค่อยจะมีสักกี่แวบที่เกิดความคิดว่าเรารู้จักตัวเองน้อยไป คนเราแค่อยากคาดคั้นให้คนอื่นเขามารู้จักตัวเอง ตระหนกในอิทธิพลยิ่งใหญ่ของตนเอง ทั้งที่บางทีอาจไม่ค่อยมีอิทธิพลสักเท่าไรในโลกความจริง



สิ่งที่ทุกคนมีอยู่จริงคือ ‘หน้าที่’ หน้าที่จะทำให้คุณถูกเรียกว่าเป็นอะไรอย่างหนึ่ง เช่น นักการเมือง เจ้าของโรงแรม ผู้จัดการ หัวหน้าแผนก พนักงานบัญชี เจ้าหน้าที่คุมสต็อก หน่วยรักษาความปลอดภัย ภารโรง คนกวาดขยะ ฯลฯ

ขอบเขตความรับผิดชอบของแต่ละคน มักมีผลกระทบในทางใดทางหนึ่งกับคนอื่น ๆ และลงท้ายอยากมีอำนาจเสียอย่าง แม้ขอบเขตความรับผิดชอบเล็กๆ ก็อาจกลายเป็นอำนาจกระเทือนวิถีชีวิตใครต่อใครสมอยากได้เหมือนกัน

อย่างผมเคยเห็นคนกวาดขยะคนหนึ่ง แกคงเห็นคนมานั่งคุยที่ศาลาริมน้ำของวัดมีความสุขมากไปหน่อย น่าจะเป็นทุกข์เสียบ้าง มาถึงจึงกวาดๆๆพื้นดินใกล้ศาลา ซึ่งดูแล้วไม่มีเศษขยะสักชิ้น ขอแค่กวาดแรงๆ เพื่อให้ฝุ่นฟุ้งเท่านั้น พอคนในศาลากระสับกระส่าย และส่งเสียงบอกว่าเจ้ ฝุ่นเยอะจังเลย กวาดอะไรนะ แกก็ทำตาเขียวใส คล้ายจะตวาดด้วยกระแสตา ว่าฉันกำลังทำงาน เธอเป็นใครวะ มาขัดขวางการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่อย่างฉัน!

หรืออีกตัวอย่าง พนักงานคนหนึ่งได้รับมอบหมายให้ควบคุมจัดการอุปกรณ์สำนักงาน จำพวกปากกา กระดาษ หมึกพิมพ์ ฯลฯ เดิมทีแกเป็นแม่บ้านและพนักงานเดินเอกสารภายใน ไม่มีบทบาทเท่าใดนัก แต่พอมีสิทธิ์ดูแลการเบิกใช้อุปกรณ์ แกก็ตั้งกฎระเบียบขึ้นมาเองว่าจะเบิกได้เฉพาะวันจันทร์และวันพฤหัสบดี ซึ่งกฎใหม่กลายเป็นที่ปวดเศียรเวียนเกล้า เช่นถ้าเลขามาเบิกกระดาษให้เจ้านายในวันอังคาร ก็ได้รับการปฏิเสธ เลขายต้องกลับไปฟ้องนาย ร้อนนายซึ่งเป็นถึงดอกเตอร์หุ้นส่วนบริษัท ต้องลงมาขอกระดาษด้วยตนเอง ของจึงค่อยออกจากห้องได้

ที่ยกมาข้างต้นก็เพื่อจะกล่าวว่าแม้คนตัวเล็กที่สุด บางกาลก็มีอำนาจแฝงที่คุณนึกไม่ถึง และถ้าทุกคนอยากออกกำลัง อยากใช้อำนาจในมือกันหมดด้วยความ ‘ลืมหูลืมตา’ โลกคงปั่นป่วนและเต็มไปด้วยความติดขัดนานัปการ

การนำหน้าทีไปสนองความอยากใหญ่ อยากมีอิทธิพลเหนือผู้อื่นนั้น มักนำมาซึ่งความไม่สบายใจ ทั้งแก่ตนเองและตนเอง เพราะนานวันความสะใจในการใช้อำนาจ จะยิ่งก่อให้เกิดความโลภอยากได้อำนาจเกินขอบเขตที่ตนมี อำนาจที่ไม่ได้อยู่ในมือจริงนั้น เมื่อใช้ไปแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความวุ่นวายในทางใดทางหนึ่ง และความวุ่นวายดังกล่าว ในที่สุดย่อมย้อนกลับมาทำความว้าวุ่นให้กับตนเองจนได้

หลายครั้งนิสัยทำอะไรเกินตัว เกินความเป็นจริง เกินขอบเขตความพอดี ก็โยงไปถึงวิธีใช้เงิน โดยเฉพาะในยุคบัตรเครดิตดิ้นเป็นเสมือนดาบสองคม เพราะเอื้อให้คนไม่ต้องมีเงินสดจ่ายทันที

ทว่าขณะเดียวกันก็ทำให้เพลินกว่าตมมี ทั้งที่ไม่มี คุณคงรู้จักบ้างนะครับ คนที่ติดหนี้บัตรเครดิตกันหัวโตเป็นหลักแสนหลักล้าน แต่เงินเดือนแค่หลักหมื่น

บางทีคุณนึกไม่ถึงหรือกว่าคนจนตรอกเรื่องการเงินเขาทำอะไรได้บ้าง คาดได้แต่ว่าเสี่ยงคุณเสี่ยงตารางทั้งนั้น

คนส่วนใหญ่ที่ยื่นกรณารัฐจ้างตัวเองดี แต่ซุกลงไปลึกๆแล้ว จะพบว่าแท้จริงแค่ ‘รู้ว่าใจกำลังอยากทำอะไร’ ต่างหาก นอกนั้นแทบไม่รู้อะไรเลย แม้กระทั่งว่ามีเงิน มีกำลัง มีความสามารถพอจะไปเอาสิ่งที่ยากได้มาเป็นของตนจริงๆไหม

ไม่มีแล้วประพุดิตนเสมือนมี ก็คือเสียความเป็นตัวเอง จะมีใครอีกคนเข้ามาสิงสู่ร่างของคุณ เพื่อเสวยสุขจากความมีแบบหลอกๆ พอเขาออกจากร่าง ตัวคุณตัวจริงก็ต้องก้มหน้าระงำ ใช้ทั้งต้น ใช้ทั้งดอกที่บ้านขึ้นไปเรื่อยๆอย่างไม่รู้ขนาดว่าเมื่อใดจะถึงวันจบวันสิ้น

หากคนในโลกหัดถามตัวเองเช่น ‘รู้ไหมเราเป็นใคร?’ หรือ ‘รู้ไหมตัวเองมีแค่ไหน?’ อะไรๆอาจไม่สายเกินไป ไม่ต้องนอนทรมันทูรายทั้งผม ถามตัวเองอย่างไม่รู้ ว่าเมื่อไหร่จะหลุดจากสถานการณ์ลำบาก ได้สบายใจ ได้เป็นตัวของตัวเองเสียที

การมีหนี้ล้นพันตัวเป็นที่มาของสารพัดปัญหา ทั้งเครียด ทั้งจ้อย ทั้งพูดความจริงยาก อาจต้องแก้ผ้าเอาหน้ารอดไปวันๆด้วยการโกหกมดเท็จ บั่นน้ำเป็นตัว เสสร้างแกล้งทำต่างๆนานา จนสุดท้ายต้องสูญเสยตัวตนเดิมๆที่แท้จริงอย่างสมบูรณ์แบบ

แต่ละครั้งที่คุณโกหก จิตจะเหมือนสร้างหน้ากากขึ้นมาครอบตัวตนตั้งเดิม ตอนแรกๆอาจครอบได้แค่บริเวณเล็กๆเช่นบริเวณแก้ม บริเวณหู ทว่าส่วนอื่นที่เป็นตัวจริงหลุกหลิกไปหมด ไม่ว่าจะป็นนัยน์ตาที่กะพริบถี่ๆ ปากที่สั่นระริก ลมหายใจที่กระตุกเป็นห้วงๆ ตลอดจนมือไม้ที่ไม่อาจนิ่งอยู่เป็นสุข

ต่อๆมา หน้ากากจะเริ่มใหญ่ขึ้น สวมได้เนิ่นนขึ้น ครอบทั้งตัวไม่ขัดเขิน ตาไม่ค้อยกะพริบ ปากหุบสนิทหลังโกหกเสร็จ ลมหายใจเป็นปกติ มือไม้หนึ่งอยู่กับที่ จนกระทั่งไม่มีใครนอกจากตัวเองที่จับได้ว่ากำลังใส่หน้ากาก

ข้อเท็จจริงทางธรรมชาตินะครับ หน้ากากยิ่งโต ใจจะยิ่งเล็ก คับแคบ อึดอัด และห่างไกลจากเนื้อแท้ของความสุขออกไปทุกที

## โจทย์คือ ทำอย่างไรจึงจะไม่กลายเป็นใครที่ไม่ใช่คุณ?

นโยบายง่ายๆที่จะชิงตัดหน้า เอาชนะใครอีกคนที่ไม่ใช่คุณเสียก่อนที่เขาจะโตขึ้นมา และมีอำนาจเหนือจิตใจคุณ ก็คือการหมั่นถามตัวเอง เช่น

๑) ประโยชน์ของหน้าที่คุณคืออะไร? การคำนึงถึงประโยชน์ของคนอื่นอยู่ตลอดเวลา เป็นประกันที่ดีที่สุด ที่คุณจะไม่เผลอใช้หน้าที่ไปเพื่อออกกำลัง ใช้อำนาจในทางเดือดร้อน

๒) คุณมีเงินสดอยู่เท่าไร? แม้จะซื้อของเงินผ่อน ถ้าคุณมีเงินสดเกินราคาของอยู่ก่อน ของที่ซื้อหามาวางไว้ในบ้านจะเย็น คุณนั่งสบายตา ไม่ส่งไอร้อนรบกวนคุณให้ระคายตาระคายใจเลย

๓) ความจริงใดบ้างที่พูดได้? ทุกคำลวงเปรียบเหมือนปมเงื่อนที่ถูกผูกซ้อนกันมากขึ้นทุกที ถ้าคุณพูดความจริง แม้มีปมใหญ่ให้ต้องแก้ ก็จะมีแต่ปมใหญ่อย่างนั้น ไม่ใช่เพิ่มปมย่อยทับซ้อนเข้ามาอีก

การเป็นตัวของตัวเอง ที่มีอยู่จริง ที่ไม่ต้องหลอกใคร นั้นแหละครับสบายใจที่สุด ถ้าคุณกำลังเป็นคนอื่นอยู่ก็เลิกเถอะ แล้วจะรู้ว่ามันแสนสบายขนาดไหน

ถ้าเป็นตัวของตัวเองได้ คุณจึงจะมีสิทธิ์เข้าถึงแก่นของศาสนาพุทธ ว่าแม้กายใจนี้ก็ไม่ใช่อะไรของคุณอย่างแท้จริงหรอก มันเป็นแค่ของหลอกอะไรอย่างหนึ่งที่ปรากฏชั่วคราวด้วยเหตุปัจจัย แล้วต้องเลอะเลือนไปไม่ต่างจากฝัน สำคัญคืออย่าสร้างเหตุปัจจัยให้เกิดฝันร้ายแล้วๆเล่าๆ หาที่สิ้นสุดไม่เจอก็แล้วกัน

ความสบายใจ

หาใช่เกิดจากการได้ของสมอยาก

แต่เกิดจากการปลดหนี้สิน

และหนี้คำเท็จของตนเอง



จะมีใครคนหนึ่ง...

พยากรณ์ได้แน่นอน ว่าในชีวิตนี้...

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นแม่ของคุณ ท่านทำให้คุณรู้จักที่มาของตัวตนนี้ แต่อาจช่วยหรืออาจไม่ช่วยอธิบายให้คุณรู้สาเหตุของการต้องมาเป็นอย่างนี้

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นพ่อของคุณ ท่านทำให้คุณรู้ว่าตัวตนนี้มาจากคนหนึ่งคู่ แต่อาจช่วยหรืออาจไม่ช่วยให้คุณรู้ ว่าการประครองชีวิตคู่ให้เป็นไปได้ตลอดรอดฝั่งต้องทำอย่างไร

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นครูของคุณ ท่านทำให้คุณรู้จักศาสตร์และศิลป์ด้วยระดับพลังความเป็นครูที่แตกต่างกัน แต่อาจช่วยหรืออาจไม่ช่วยให้คุณรู้ ว่าคุณยังไม่รู้เรื่องสำคัญอันใดบ้าง

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นญาติของคุณ เขาทำให้คุณต้องยอมรับ ว่าคนเราเกี่ยวดองกันได้ รมกวนกันได้ ให้ความช่วยเหลือกันได้ โดยไม่จำเป็นต้องทำความรู้จักคุ้นเคยกันเสียก่อน

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นคนแปลกหน้า ที่ตลอดทั้งชีวิตคุณอาจมีโอกาสดูเขาเพียงชั่วแวบเดียว แล้วผ่านหายไปจนตายจากกัน สิ่งเดียวที่คุณได้จากเขา คือความรู้ว่าโลกนี้มีคนอยู่มากเกินกว่าจะทำความรู้จักกันหมด

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นคนรู้จักของคุณ เขาอาจมีบทบาทน้อย หรืออาจมีอิทธิพลกับชีวิตของคุณยิ่งกว่าใคร คุณอาจแปลกใจที่ไม่สามารถนิยามว่าเขาเป็นใคร มากไปกว่าคนรู้จัก

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นเพื่อนของคุณ เมื่อชีวิตคุณมีเขา คุณอาจหายเหงาหรือยิ่งเหงาหนักเข้าไปใหญ่ คุณอาจสบายใจที่มีใครสักคนให้ไว้ใจ หรืออาจกระสับกระส่ายไม่เป็นสุข เห็นการมีคนใกล้ชิดตัวเป็นเรื่องน่าหวาดระแวง เพราะวันหนึ่งเพื่อนอาจนากลับไต่ยิ่งกว่าศัตรู

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณคิดถึงเหลือทน เขาจะทำให้คุณรู้จักแรงดึงดูดจากระยะไกล และเขาจะสัมผัสได้เสียยิ่งกว่าคนที่กำลังอยู่ใกล้คุณแค่นี้

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ตายจากคุณไป แต่กลับอยู่ในใจคุณ ราวกับเขายังมีชีวิตในที่ใดที่หนึ่ง เขาจะทำให้คุณเรียนรู้ ว่าสัมพันธ์ภาพระหว่างคน ไม่จำเป็นต้องยืนพื้นอยู่บนการปรากฏหน้าให้เห็น หรือปรากฏตัวให้แตะต้องได้เสมอไป

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ยังคงมีชีวิตอยู่ ทว่าเขาไม่เคยอยู่ในใจคุณ ราวกับตายจากคุณไปแล้ว เขาทำให้คุณรู้ความจริงชัดขึ้น ว่าบางทีการรู้จักกัน ก็ไม่ได้มีความหมายมากไปกว่าการไม่รู้จักกัน

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณสบายใจเมื่อได้อยู่ใกล้ คุณอาจเห็นเขาเหมือนศาสดาริมน้ำยามเดินทางกลางแดดร้อน แต่ในที่สุดคุณก็ต้องเดินทางต่อ และอาจได้กลับ หรือไม่มีโอกาสกลับมาที่ศาลาพักนี้อีก

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณอยากออกห่างเขาเกินบรรยาย เขาจะทำให้คุณรู้จักแรงผลักดันมหาศาล นึกถึงเขาอาจเท่ากับนึกถึงทะเลทราย พงหนาม หรือน้ำคร่ำเหม็นเน่า คุณอาจเกลียดชีวิตตัวเองเพียงเพราะต้องพบคนประเภทนี้บ่อยเกินไป

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณรู้สึกว่าเขาน่ามองเกินใคร คุณจะเรียนรู้จากเขา ว่าคนเราไม่เหมือนกัน แค่พบเจอแวบแรก ก็ส่งแรงปะทะได้แตกต่างกันลิบลับแล้ว บางครั้งเขาก็ทำให้คุณนึกสงสัยครมครัน ว่าความน่ามองเป็นพิเศษคือเรื่องบังเอิญ หรือเป็นเรื่องมีเหตุผลเบื้องหน้าเบื้องหลังกันแน่

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณรู้สึกว่าเขาน่าเมิน คุณอาจไม่ทันเฉลียวรู้ ว่าคนแบบเขาเพาะนิสัยให้คุณชอบมองข้าม ผ่านสายตาไปยังสิ่งต่างๆ อย่างปราศจากการสังเกตรายละเอียด

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณรู้สึกว่าเขาเป็นคนดีเหลือแสน เขาจะทำให้คุณประจักษ์ว่าโลกนี้มีด้านสว่าง แต่เขาอาจเป็น หรืออาจไม่เป็นแรงบันดาลใจให้คุณอยากติดตามเขา

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณรู้สึกว่าเขาเป็นคนเลวสุดทน เขาจะทำให้คุณรู้สึกว่าโลกนี้แสนโหดร้ายน่าขยะแขยง แต่เขาอาจเป็น หรืออาจไม่เป็นชนวนให้คุณคิดทำโลกนี้ให้ดีขึ้น

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณรู้สึกว่าติดหนี้บุญคุณเขามากมาย คุณจะรู้ว่ามนุษย์ทุกคนต้องการการช่วยเหลือในทางใดทางหนึ่ง ไม่มีใครยืนอยู่ได้โดยปราศจากมือฉุดหรือประคอง

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณรู้สึกว่าเขาเป็นจอมเนอร์คุณสุดแสบ คุณอาจขาดกำลังใจที่จะยื่นมือไปฉุดหรือประคองใครต่อใคร เพียงเพราะเข็ดเขี้ยวกับคนจำพวกนี้

จะมีใครคนหนึ่ง ที่รักหรืออย่างน้อยห่วงใยคุณ เขาอาจทำให้คุณรู้สึกว่าตัวเองมีค่า รู้ว่าทำอย่างไรจึงสมควรได้รับความรักความห่วงใยมา หรืออาจทำให้คุณสำคัญตัวผิด คิดว่าไม่ต้องทำอะไรมาก ก็สมควรรับความรักและความห่วงใยแล้ว

จะมีใครคนหนึ่ง ที่เกลียดคุณเข้าไส้ไร้เหตุผล เขาอาจทำให้คุณรู้สึกว่ามนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่น่ารังเกียจ ก็ตรงที่มีกบปล่อยให้อารมณ์เป็นใหญ่ ทั้งที่มันมีความสามารถจะใช้เหตุผล และความคิดกันได้มากกว่านั้น

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ก่อแรงบันดาลใจให้คุณอยากเป็นอย่างเขา คุณอาจรู้สึกเหมือนค้นพบตัวเอง รู้ตัวว่าอยากทำอะไร อยากได้อะไร หรือบางทีคุณอาจจบแค่ที่ความริษยา และหาเรื่องตำหนิคนที่คุณอยากเป็นเหมือนเขาทุกวัน

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณเชื่อมั่นว่าคุณทำถูกแล้ว คุณจะพบว่าทำอะไรลงไปก็ตาม ต้องมีใครสักคนเห็นด้วยเสมอ หากคุณไม่รู้เสียก่อน ว่าสิ่งที่ทำเป็นประโยชน์หรือเป็นโทษ คุณอาจหมดสิทธิ์สำนึกอย่างสิ้นเชิง หลังจากที่มีคนสนับสนุนเพิ่มขึ้น

จะมีใครคนหนึ่ง ที่ทำให้คุณเสียกำลังใจ ไม่เห็นว่าตัวเองทำอะไรถูกสักอย่าง คุณจะรู้ว่าต้องให้ตั้งใจทำดี และคิดว่าทำถูกทำชอบขนาดไหน อย่างไรก็ต้องมีคนเห็นเป็นตรงข้าม และพยายามคัดค้านคอยเป็นเอ็น้อย่างแน่นอน

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นเจ้านาย เขาทำให้คุณรู้สึกของการอยู่ใต้บังคับบัญชาคนอื่น แต่เขาอาจจะทำ หรืออาจจะไม่ทำให้คุณทราบว่าคนสมควรเป็นนายมีคุณสมบัติอย่างไร

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นบริวาร เขาทำให้คุณรู้สึกของการอยู่เหนือคนอื่น แต่เขาอาจส่งเสริมหรืออาจไม่ส่งเสริมให้คุณภูมิใจกับการอยู่เหนือคนอื่น

จะมีใครคนหนึ่ง ได้ชื่อว่าเป็นตัวคุณ คุณจะรู้สึกเหมือนรู้จักเขาดีกว่าใครในโลก แต่บางครั้งก็อาจเหมือนคนทั้งโลกรู้จักเขา ยกเว้นก็แต่ตัวคุณเองเท่านั้น ถึงวันหนึ่งในชีวิต คุณอาจมองกระจกเงา แล้วอุทานด้วยความตระหนักกับเงาที่เปลี่ยนแปลงไป เป็นคนละคนกับที่คุณเคยนึกว่าเป็นคุณ หรือคุณอาจนั่งงุ่นกับการค้นพบสัจธรรม ว่าคุณไม่เคยเป็นใครได้นานๆเลย

---

ทุกคนที่ผ่านเข้ามา ต่างก็ช่วยให้คุณรู้จักธรรมชาติของชีวิต และทั้งชีวิตของคุณ ก็อาจหมดไปกับการมองว่าใครเป็นอะไรสำหรับคุณ คุณอาจเจียดเวลาน้อยมาก ในการตั้งคำถามสำคัญกว่านั้น นั่นคือ ‘ฉันเป็นใครสำหรับเขา?’

ใครคนหนึ่ง อาจเป็นได้หลายคน เหมือนกับที่ตัวคุณ อาจปรากฏได้หลายหน้า หลายใจ หลายความรู้สึกกับตัวเอง คุณอาจกระทั่งมองกระจกแล้วรู้สึกแปลก ราวกับไม่รู้จักเจ้าของเงามาก่อนเลยด้วยซ้ำ

สิ่งที่คนอื่นๆหนึ่งมักเป็นให้กับตัวเอง คือนักเข้าข้างและนักกอบโกย แต่ยิ่งเข้าข้างตัวเองมาก  
ขึ้นเท่าไร คุณก็จะยิ่งไม่รู้จักตัวเองมากขึ้นเท่านั้น และยิ่งกอบโกยเข้าตัวมากขึ้นเท่าไร ตัวตนของ  
คุณก็ยิ่งเพิ่มน้ำหนักส่วนเกินมากขึ้นเท่านั้น ในที่สุดเมื่อวันตายมาถึง คุณจะพบกับใครคนหนึ่งที่ไม่  
รู้จักตนเอง ตัวหนักอึ้ง และนอนตายตาไม่หลับไปกับความสูญเปล่าที่ผ่านมาทั้งชีวิต

จะรู้ว่าคุณเป็นอย่างไร  
แค่ใช้สายตามองกระจก  
ให้เห็นเงาสะท้อน  
ของตนเองก็พอ  
แต่จะรู้ว่าคุณเป็นใคร  
ต้องใช้ใจมองคนอื่น  
ให้เห็นว่าพวกเขา  
ได้รับอะไรจากคุณบ้าง



## เรื่องใหญ่

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการเห็น แต่มักมีปัญหาเรื่องการมองให้ถูกจุด

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการได้ยิน แต่มักมีปัญหาเรื่องการฟังให้เข้าใจ

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการคิด แต่มักมีปัญหาเรื่องการรู้จักคิดให้ดี

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการเปล่งเสียง แต่มักมีปัญหาเรื่องการพูดให้เข้าหูคน

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการมีมือเท้า แต่มักมีปัญหาเรื่องการใช้มือเท้าให้เป็นประโยชน์

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการมีครู แต่มักมีปัญหาเรื่องการหาครูดีให้พบ

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการเรียน แต่มักมีปัญหาเรื่องการรู้ให้จริง

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการมีเพื่อน แต่มักมีปัญหาเรื่องการเลือกคบเพื่อนให้ถูกคน

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการมีคนรัก แต่มักมีปัญหาเรื่องการรักคนให้เป็น

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ แต่มักมีปัญหาเรื่องการได้เสียให้ถูกต้อง

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการมีเวลา แต่มักมีปัญหาเรื่องการใช้เวลาให้คุ้ม

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการมีเงิน แต่มักมีปัญหาเรื่องการใช้เงินให้พอ

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการมีภาระจกเงา แต่มักมีปัญหาเรื่องการเห็นเงาตัวเองให้ตรง  
จริง

คนส่วนใหญ่ไม่มีปัญหาเรื่องการรู้จักพ่อแม่ แต่มักมีปัญหาเรื่องการรู้จักความเป็นมาของ  
ตัวเองให้กระจ่างชัด

---

เรื่องที่เป็นปัญหาใหญ่สุดของมนุษย์ คือเกิดมาพร้อมกับความไม่รู้อะไรเลย และเมื่อโตขึ้น  
เหมือนจะรู้แล้ว ก็มักเป็นความรู้ที่เกิดจากการเห็นอย่างผิวเผิน หาใช่เกิดจากการเข้าถึงแก่นสาร  
ของชีวิตที่กำลังปรากฏอยู่ตรงหน้า

มีเพียงบางคน ที่สามารถเห็นได้ถูกจุดเสมอ เพราะฝึกมองทั้งกว้าง ยาว และลึกให้เห็นสิ่งที่  
ควรเห็นอย่างครอบคลุม ไม่เพ่งเฉพาะจุดคับแคบ นับแต่การอ่านข้อความในหน้ากระดาษ ไป  
จนกระทั่งการสังเกตรู้อะไรของโลกนี้ มีอะไรควรมองก่อน อะไรควรมองทีหลัง

มีเพียงบางคน ที่สามารถรับฟังได้เข้าใจเสมอ เพราะฝึกฟังอย่างมีเป้าหมายที่ดี พร้อมทั้ง  
นึกตั้งคำถามเก็บตกรายละเอียดไปด้วย นับแต่การตั้งใจฟังครูในชั้น ใส่ใจฟังงานในสนาม ตลอดจน  
รับฟังความรู้สึกนึกคิดของคนในบ้าน

มีเพียงบางคน ที่รู้จักคิดได้ดีเสมอ เพราะฝึกมองจนเห็นตามจริง ว่าคิดอย่างไรเป็น  
ประโยชน์ คิดอย่างไรเป็นโทษ ทั้งต่อจิตใจตนเอง กับทั้งต่อโลกภายนอก

มีเพียงบางคน ที่พูดเข้าหูคนได้เสมอ เพราะฝึกยับยั้งปากไม่ให้อำผิดจิงหวะ เมื่อรู้จักตั้งจิต  
ให้นุ่มนวลก่อนอำปากได้ น้ำคำและสัมผัสเสียงของเขาย่อมเป็นธรรมชาติรสวาจาอันเย็นรื่น ทีหลังไหล  
เข้ากระทบแก้วหูคน ก่อให้เกิดแต่ความรู้สึกอันเป็นมงคลไปเอง



มีเพียงบางคน ที่ใช้มือทำให้เป็นประโยชน์ได้เสมอ เพราะฝึกเห็นโทษของความเฉื่อยชา กระทั่งรังเกียจความอับเฉาของการงอมืองอเท้า และคร่ำกับความไม่แน่นอนของการรอพึ่งพาคนอื่น เขาจึงลุกขึ้นด้วยความกระตือรือร้น เห็นความจริงว่าการมีตนเองเป็นที่พึ่ง คือการได้ที่พึ่งอันประเสริฐกว่าที่พึ่งอื่นใดทั้งหมด

มีเพียงบางคน ที่หาครูดีได้พบเสมอ เพราะฝึกห้ามใจไม่ให้หลงตนว่าวิเศษแล้ว กับทั้งไม่เข้าพวกกับคนพาล ไม่ยกย่องคนเลว แต่ยอมรับนับถือคนดี ให้ความเคารพเชื่อฟังคนดี กับทั้งพร้อมจะทำตามแบบอย่างที่ดี ด้วยความรู้ตัวว่ายังมีสิ่งใดบกพร่อง และมีคนมากมายอาจให้คำแนะนำเพื่อพัฒนาตนอยู่ทุกหนแห่ง

มีเพียงบางคน ที่รู้จักในทุกอย่างที่สนใจเสมอ เพราะฝึกที่จะเอาทั้งตัวทุ่มเทให้กับสิ่งที่ตนรัก หายใจเข้าออกเป็นสิ่งที่ตนรัก อยากรู้อยากเห็นข้อแตกต่างและแง่มุมทั้งหลาย กระทั่งรายละเอียดทั้งหมดปรากฏให้เห็นง่ายราวกับพลิกดูเส้นลายมือตนเอง

มีเพียงบางคน ที่เลือกคบเพื่อนได้ถูกคนเสมอ เพราะฝึกที่จะมีน้ำใจกับคนอื่นก่อน เป็นเพื่อนที่ดีของคนอื่น จนรู้ซึ่งถึงความหมายของเพื่อนที่ดี แม้เขาต้องผ่านเพื่อนสารเลวมาหลายร้อย ในที่สุดย่อมเจอเพื่อนแสนดีที่เสมอทนกับตนสักคนหนึ่ง และการได้คบกับเพื่อนแท้เพียงคนเดียวก็นับว่าเกินพอแล้ว สำหรับชีวิตที่น่าอุ่นใจ

มีเพียงบางคน ที่รู้จักรักคน จนกระทั่งได้คนรักที่คู่ควร เพราะฝึกที่จะสร้างเหตุแห่งความรัก คือไม่เริ่มต้นด้วยการตั้งคำถามว่าคนรักของฉันอยู่ที่ไหน? เมื่อไรจะได้เจอ? หรือเธอทำไมไม่เป็นอย่างใจฉันเลย? แต่เขาเริ่มต้นด้วยการตั้งคำถาม ว่าตัวเองมีคุณค่าอันใด ควรทำสิ่งไหนให้คนที่อยู่ตรงหน้ายินดี และทำอย่างไรจึงจะถนอมความรักเอ็นดูของคนอื่นไว้ได้ ในที่สุดความดีของเขา ย่อมเหนี่ยวเอาคนดีที่คู่ควรมาหาเอง

มีเพียงบางคน ที่ได้เสียกันอย่างถูกต้อง ไม่ก่อความเดือดเนื้อร้อนใจในภายหลัง เพราะฝึกที่จะพิจารณาถึงสิทธิที่ตนมี ก่อนแล่นไปตามความอยาก เมื่อเขาเกิดสำนึกรับรู้เกี่ยวกับสิทธิ และอยู่ในกรอบจำกัดของการใช้สิทธิตามชอบตามควร ไม่ยิ้นดีละเมิดของรักของหวงของผู้อื่น จิตใจย่อมสงบสุข กับทั้งมีผลกำลังเหลือเฟือในการห้ามใจตนเอง แม้กระทั่งเรื่องต้องห้ามอันสุดห้ามใจสำหรับคนอื่น เขาก็เห็นเป็นเรื่องขี้ผงที่กลั่นใจอึดเดียว เรื่องต้องห้ามก็ผ่านหายอย่างง่ายดายปานฝันว่าชั่วข้ามคืน

มีเพียงบางคน ที่ใช้เวลาเกือบทั้งชีวิตไปอย่างคุ่มค่า เพราะฝึกสติพิจารณาได้อย่างเท่าทัน ว่าสิ่งใดเป็นประโยชน์สูงสุดในขณะหนึ่งๆ และสิ่งใดสำคัญสูงสุดกับชีวิตทั้งชีวิต เขาไม่เสียดายสักวินาทีที่ผ่านไป เพราะเกือบทุกวินาทีมีให้กับความเพียรเพื่อได้สิ่งที่เป็นประโยชน์สูงสุดสำหรับขณะนั้นๆ ตลอดจนแบ่งเวลาไว้ดีแล้ว ให้กับสิ่งสำคัญสูงสุดที่ไม่อาจพลาดได้

มีเพียงบางคน ที่รู้เห็น เข้าใจ และประมาณตัวเองถูกอย่างทะลุปรุโปร่ง เพราะฝึกที่จะไม่เข้าข้างตนเอง กับทั้งสามารถตัดสินคนอื่นโดยปราศจากอคติส่วนตัว เมื่อใครสามารถเข้าใจตัวเองทะลุปรุโปร่งด้วยใจเป็นกลาง ก็ไม่มีสิ่งใดในโลก ที่เขาจะทำความเข้าใจให้ถูกต้องตรงจริงไม่ได้

มีเพียงบางคน ที่รู้จักความเป็นมาของตัวเอง เพราะเขาศึกษาโดยแยกคายแล้ว และเห็นว่าความมีความเป็นทั้งมวลล้วนเกิดจากเหตุผลทางการกระทำ ไม่ใช่เรื่องบังเอิญ ไม่ใช่มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ดลบันดาลตามอำเภอใจอยู่เบื้องหลัง เขาย่อมรู้ที่ไปของตัวเองโดยสืบจากปัจจุบันเป็นหลักตั้ง ไม่ใช่เพียงยืนเฝ้าวงจรรุ่งๆ กลางๆ อยู่บนความคาบเกี่ยวระหว่างอดีต ปัจจุบัน และอนาคต ในที่สุดจุดจบของเขา ย่อมเป็นจุดจบของทุกข้ออย่างถาวรไปด้วย

### เรื่องใหญ่ของมนุษย์

มีอยู่แค่เรื่องเดียว

คือเรื่องความไม่รู้

ว่าเรื่องใด่น่ารู้



### เซนส์อันลึกลับของผู้เชี่ยวชาญ

ใครเรียกมันว่าอย่างไรก็แล้วแต่ จะเป็นญาณทัศนะ ญาณสัมผัส สัมผัสที่หก จิตสัมผัส ชีกซ์เซนส์ (Sixth Sense) หรือเซนส์เฉยๆ อย่างที่ปัจจุบันนิยมเรียกกัน สรุปแล้วก็หมายถึงการรู้ด้วยวิธีลึกลับที่คนทั่วไปเขาไม่รู้จักกัน อาศัยแค่จิตตัวเดียวเป็นอุปกรณ์

ถ้าคุณแกะกล่องของขวัญ ใช้สายตาจับจ้องดู แล้วเห็นว่ามันเป็นนาฬิกาข้อมือเรือนหนึ่งอย่างนี้คือการรู้ด้วยตา ใครๆ เขาก็ทำได้ ไม่ใช่เรื่องลึกลับ แต่หากคุณยังไม่ทันเห็นแม้แต่กล่องของขวัญ แค่ได้ยืนยันว่าคนรักของคุณจะเอาของขวัญมาให้ แล้วคุณทายถูกทันทีว่าเป็นนาฬิกา อย่าง

นี้แหละเรียกว่าการรู้ด้วยจิต ชั่วขณะแห่งการรู้ได้เองนั้น ถือว่าเป็นญาณ หรือเป็นเซนส์แล้ว อย่างนี้ สลឹกลับ และมีน้อยคนในโลกที่ทำได้

หากนานๆมีเซนส์ที่ถือว่าฟลุค หากตั้งใจจะรู้แต่รู้บ้างไม่รู้บ้างถือว่ามีเซนส์พอตัว แต่หากอยากรู้อะไรแล้วรู้ได้ตลอดแทบไม่พลาดเลยละก็ อย่างนี้จึงถือว่ามีเซนส์ของจริง

เวลาพูดถึงคนมีเซนส์ คุณมักนึกถึงพ่อมดหมอผี ผู้วิเศษ หรือหมอแผนโบราณที่ทักลูกค้าถูกตั้งแต่แรกเห็น ว่ากำลังเข้าตาดีหรือตาร้าย ความจริงนั้นเป็นแค่ส่วนหนึ่งของเซนส์ เป็นเซนส์จำพวกที่เกิดจากการฝึกอ่านลักษณะท่าทาง อ่านอุปนิสัย อ่านชะตา หรืออ่านจิตคน ยังมีเซนส์เฉพาะทางอีกหลายชนิด ที่พ่อมดหรือหมอไม่รู้จัก

ยกตัวอย่างเช่นในวงการเก็งกำไร จะมีบุคคลที่ได้รับการยกย่องว่าเป็นพ่อมดหรือแม่มดสองสามคน คือเก็งแม่อย่างเหลือเชื่อ แม้ข้อมูลในมือไม่น่าจะเพียงพอสำหรับนักเก็งกำไรทั่วไป พี่แกก็โกยเอาโกยเอา ยากนักที่จะเก็งพลาด

หรืออย่างงานที่คนส่วนใหญ่มองว่าไม่น่าจะมีอะไรมาก เช่นเจ้าหน้าที่ตรวจค้นวัตถุต้องสงสัยตามสนามบิน พวกนี้วันๆต้องใส่ใจกับกระเป๋าเดินทางเป็นพันเป็นหมื่นใบ จนกลายเป็นที่มาของนักตรวจมหัศจรรย์ ยังไม่ทันเปิดกระเป๋าตัวก็รู้เสียแล้ว ว่าไปไหนมีสิ่งผิดกฎหมายเช่นยาเสพติด หรืออาวุธต้องห้ามอยู่ในนั้น เมื่อเปิดค้นอย่างเฉพาะเจาะจงเป็นพิเศษก็พบเข้าจริงๆ ไม่ต้องเสียเวลาหมาดม

ไม่ว่าจะคร่ำหวอดอยู่ในวงการใด หากไม่มีเซนส์เสียบ้างแล้ว ก็ยากที่คนในวงการนั้นๆจะยอมรับให้เป็นผู้เชี่ยวชาญ ถึงแม้เรียนจบเฉพาะทางหรือผ่านการรับรองจากสถาบันอันทรงเกียรติที่ไหนดมา ลงเอยเพื่อร่วมงานก็จะมองว่า ‘ธรรมดา’ ไม่แตกต่างจากคนมีมือมีเท้าเท่าๆกัน

ว่ากันในรายละเอียด นิยามของการมีเซนส์นั้น น่าจะเป็นทำนองนี้ครับ

๑) รู้โดยไม่ผ่านขั้นตอนสัมผัสด้วยประสาทหยาบ ยกตัวอย่างเช่นเซลแมนบางคนรู้ว่าเข้าบ้านนี้แล้วจะขายได้แน่ๆ ขนาดพินกับเพื่อนที่ไปด้วยกันที่เดี๋ยวว่ายังไงก็ต้องได้ ทั้งที่เพิ่งอยู่หน้าประตูรั้ว ยังไม่เห็นหน้าเจ้าของบ้านเลยด้วยซ้ำ หากเซลแมนคนไหนทายถูกล่วงหน้าได้สัก ๘ ใน ๑๐ ครั้ง ก็ให้ถือว่ามีเซนส์ แน่นอนเขาย่อมรวยเร็วและไม่เหนื่อยมากเหมือนเพื่อนร่วมอาชีพรายอื่น

๒) รู้คำตอบหรือวิธีแก้ปัญหาอย่างรวดเร็ว แม้ไม่เคยพบคำถามหรือประสบปัญหานั้นๆมาก่อน ยกตัวอย่างเช่นจิตแพทย์บางคนรายงานว่าตนรู้ปมปัญหาของคนไข้ ทั้งที่ยังไม่ทันซักถามหรือ

เก็บข้อมูลใดๆ กับทั้งวินิจฉัยได้เลยว่าต้องใช้ยาหรือวิธีการรักษาแบบใด แม้รู้แต่แรกเช่นนั้น ก็ยังคงพูดคุยกับคนไข้พอเป็นพิธี เพื่อให้คนไข้รู้สึกว่าได้รับยาจากนักวิเคราะห์ตามหลักวิชาการ ไม่ใช่ยาผีบอก แต่ระหว่างซักถามก็ทำเอาคนไข้ต้องเลิกคิดด้วยความประหลาดใจบ่อยๆ เพราะการยิงคำถามตักหน้าตักหลังของหมอหลายครั้ง เหมือนต้อนให้คนไข้เข้าใจสาเหตุและได้คำตอบวิธีแก้ปัญหาลงใจของตบอย่างตรงจุด

๓) รู้แบบประจักษ์ความจริงบางอย่างที่อยู่เหนือขอบเขตประสาทหยาบ หรือกระทั่งขอบเขตจิตสัมผัสสามัญ ยกตัวอย่างเช่นนักพลังจิตบางรายบอกถูกว่าตำแหน่งที่ตั้งบ่อน้ำมันอยู่ตรงไหน ลึกลงไปเท่าไร หรือที่ลึกลับพิสุจน์ยากกว่านั้นก็เช่นเรื่องการติดต่อกับภูตผีเทวดา การหยั่งรู้ความมีอยู่ของนรกสวรรค์ ตลอดจนล่วงรู้วิธีแก้คุณไสยเฉพาะกรณี โดยไม่ต้องฟังตำรา เป็นต้น

การมีเซนส์เป็นเรื่องดี และใครๆก็อยากมีกัน ปัญหาคือเราเจอคนมีเซนส์น้อยนัก ต่อให้คร่ำหวอดในวงการของตนหลายสิบปี ก็อาจเป็นได้แค่คนมีประสบการณ์มาก แต่ยังติดอยู่กับวิธีคิดแก้ปัญหามาแบบเดิมๆ สุ่มเสี่ยงทำผิดทำถูกเหมือนเดิม ไม่ทราบจะพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ได้อย่างไร

เงื่อนไขง่าย ๆ ที่ทำให้คนทั่วไปขาดเซนส์ ไม่อาจเป็นผู้เชี่ยวชาญไปทั้งชีวิต ก็คือการ ‘ไม่มีใจรักในงาน’ นั่นเอง เพราะเมื่อไม่รักงานก็ยากที่จะทุ่มเทสุดตัวขยันทำงาน เมื่อไม่ขยันก็ไม่มีทางเกิดอาการใจจดใจจ่อ และเมื่อใจไม่จดจ่อก็ย่อมไม่เกิดความรู้รอบครอบคลุมจนฉลาดกว่าคนธรรมดาได้

สรุปคือเงื่อนไขจริงๆที่ทำให้เกิดเซนส์ จะเป็นไปตามหลักอิทธิบาท ๔ ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ อาศัยความจริงที่ว่า **ธรรมชาติของจิตนั้น เมื่อจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากๆ ย่อมเกิดสติคมชัด รู้เฉพาะเข้าไปในสิ่งนั้น ๆ อย่างแจ่มแจ้งแทงตลอด กระทั่งข้ามเส้นของขีดจำกัดความสามารถแบบมนุษย์เดินดินทั่วไป**

จิตของผู้เชี่ยวชาญก็ยังเป็นจิตอยู่นั้นแหละ ต่างแต่ว่าสั่งสมคุณสมบัติดีๆไว้มาก กับทั้งมีคุณภาพเฉพาะทาง คุณฉะนี้ก็ไม่ถึงว่ามีประโยชน์อย่างไรกระทั่งได้พบตัวอย่าง เช่น ศัลยแพทย์บางคนรักการผ่าตัดเป็นชีวิตจิตใจ เคลื่อนไหวคล่องแคล่วว่องไวและแม่นยำราวกับร่ายรำด้วยศิลปะอันวิจิตรพิสดารชวนทึ่ง หากเขาอยู่ในที่ที่เกิดอุบัติเหตุร้ายแรง มีคนไข้สาหัสรอความช่วยเหลือจำนวนมาก ตัวเขาเพียงคนเดียวอาจกู้ชีวิตคนไข้ได้นับสิบ ขณะที่หมอสิบคนอาจช่วยได้ไม่ถึงสิบ

ความสามารถเหนือธรรมดาของศัลยแพทย์ระดับเทพ ก็ต้องการเซนส์สุดพิเศษด้วย ภายใต้อาณัติของสถานการณ์เข้าด้ายเข้าเข็มที่รอเวลาไม่ได้ เขาอาจฉีกตำรา ลัดขั้นตอน ผ่าตัดสำเร็จ

โดยไม่เกิดอันตรายหรือผลข้างเคียงใดๆ กับทั้งทำงานผ่าตัดได้ตั้งแต่เข้ายืนค่าโดยไม่หน้ามืดเป็นลมไปเสียก่อน ช่วยชีวิตหนึ่งเสร็จไม่พักปลาบปลี้ม รีบกระโดดไปช่วยอีกชีวิตหนึ่งต่อทันที

ผู้เชี่ยวชาญเชิงปฏิบัติการแบบพุทธ ก็มีเซนส์แบบพุทธเช่นกัน เซนส์แบบพุทธต้องการพื้นฐานความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเป็นอันดับหนึ่ง คือต้องได้ชื่นใจว่ากายใจไม่เที่ยง ไม่ควรถือมั่น จากนั้นก็อาศัยความนิ่งพอและความตื่นตัวทั้งหมด ส่งดูเข้ามาในขอบเขตของกายใจไปเรื่อยๆ จนกว่าจะเกิดเซนส์ต่างๆตามระดับความเชี่ยวชาญ อันได้แก่

๑) เซนส์ที่จะทำให้รู้สึกว่าร่างกายมนุษย์เป็นแค่หุ่นกระบอกหลอกตา ภายในกลวงว่างจากแก่นสารสาระ ไม่น่ายึดมั่นถือมั่น ควรอาศัยเป็นแค่ที่ตั้งของสติเท่านั้น

๒) เซนส์ที่จะทำให้เห็นถนัดเป็นขณะๆ ว่าความรู้สึกสุขทุกข์ ความทรงจำ ความตั้งใจดีร้าย และแม้กระทั่งการรู้เห็นทั้งหลาย มีสภาพไม่ต่างจากพยับแดด ปรากฏเหมือนมี แต่ดูดีๆจะรู้ว่าไม่มี เพราะแปรปรวนจากสภาพหนึ่งไปสู่อีกสภาพหนึ่งอยู่ตลอดเวลา ไม่ควรอย่างยิ่งที่จะหลงเข้าใจไปว่าเป็นตัวตน

๓) เซนส์ที่จะทำให้เห็นทะลุขอบเขตของกายใจ ออกไปรู้แจ้งว่า ‘ความจริง’ มีหลายเหลี่ยมหลายมิติ และเมื่อพลิกไปเห็นเหลี่ยมแห่งความจริงอันเป็นยอดสุด คุณจะพบกับอะไรอีกอย่างหนึ่งที่มหัศจรรย์เหนือจินตนาการ ความจริงดังกล่าวไม่มีคำว่าเกิดดับ ไม่มีชื่อเรียกอันเกิดแต่การเปรียบเทียบ มีแต่ความจริงว่ามีอยู่ และเป็นที่ตั้งแห่งบรมสุขอันไร้รูปเสียงกลิ่นรสที่มนุษย์เคยคุ้นมาตลอด เซนส์ชนิดนี้จะเกิดขึ้นพร้อมกับปรากฏการณ์ล้างกิเลสเป็นขั้นๆ เหมือนกระบวนการฟอกจิตตามลำดับ กระทั่งสะอาดบริสุทธิ์ ปราศจากมลทินแห่งกิเลสอย่างสิ้นเชิง

ตามคติทางพุทธนั้น เซนส์ที่ดีที่สุดคือเซนส์ที่ไม่กลับไม่เปลี่ยน ได้แล้วได้เลย กับทั้งเป็นสุขเย็น ไม่ต้องกลับไปทุกข์โศกเหมือนชาวโลกอื่นๆอีก เซนส์นั้นมีชื่อเฉพาะเรียกว่า ‘พระอรหัตตมรรค’ คือญาณอันกระทำบุคคลผู้เข้าถึง ให้บริสุทธิ์หมดจดจากกิเลสร้อยรัด อันเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ทางใจทั้งหลายอย่างสิ้นเชิง เพราะเมื่อกระทำเชื่อเพลิงในจิตให้เหือดสิ้นแล้ว ไฟทุกข์ย่อมไม่อาจก่อตัวขึ้นได้อีก

เชี่ยวชาญด้านร้ายจะลำบาก

เชี่ยวชาญด้านดีจะสบาย

เชี่ยวชาญด้านเหนือดีเหนือร้าย

จะเป็นผู้หลุดพ้น

จากความกลับไปกลับมาทั้งปวง



## ๗ วิธีตายอย่างสบายใจ

๗ วิธีต่อไปนี้ ใช้ได้กับคนที่เหลือเวลาในชีวิตไม่ต่ำกว่า ๑ วันกับ ๑ คืนขึ้นไป หากเหลือเวลาน้อยกว่านั้นคงอ่านไม่ทัน หรือทำความเข้าใจไม่ถูก หรือมีแก้ไขชักซ้อมไม่ได้

๗ วิธีต่อไปนี้ ไม่ได้มีไว้ให้คนที่รู้ตัวว่ากำลังจะตายเท่านั้น แต่ยังเหมาะสำหรับคนที่ไม่คิดว่ากำลังจะตายเร็ว ๆ นี้ด้วย

๗ วิธีต่อไปนี้ เหมาะแม้สำหรับคนที่กำลังคิดจะฆ่าตัวตาย และอยากเตรียมใจพร้อมรับความตายโดยปราศจากความกระวนกระวาย เพราะทุกวิธีไม่มีคำขอร้องให้ใครอยู่ต่อ มีแต่การนำเสนอข้อเท็จจริงสำหรับเตรียมใจก่อนตายสถานเดียว

๗ วิธีต่อไปนี้ จะยืนยันอยู่บนความสามารถทำได้จริง ไม่ว่าคุณจะเชื่อเกี่ยวกับชีวิตหลังความตายอย่างไร เราจะหยุดกันแค่ที่การได้ตายอย่างสบายใจ อันควรเป็นยอดปรารถนาสุดท้ายของชีวิต ส่วนความจริงที่ปรากฏหลังตายจะตรงหรือไม่ตรงกับความเชื่อของใคร ค่อยปล่อยให้รู้เฉพาะตน

๗ วิธีต่อไปนี้ เพียงข้อใดข้อหนึ่งที่ท่านทำได้ ก็พอเชื่อว่าท่านจะสบายใจในขณะเผชิญหน้ากับความตาย และหากทำได้มากกว่าหนึ่งข้อ ก็เป็นประกันได้ว่าไม่ใช่แค่สบายใจอย่างเดียว ความตายของคุณจะฝากรอยยิ้มไว้ให้โลกดูด้วยความประทับใจไปอีกนานทีเดียว

### ๑) ตระหนักว่าความสบายใจเกิดขึ้นได้อย่างไร

แม้มีเวลามากมายเหลือเฟือในชีวิตที่มนุษย์จะฝึกทำความสบายใจ ก็ยากนักที่เราจะเห็นคนเก่งบรรลุการฝึก ยากนักที่เราจะเห็นใครสามารถทำให้สบายได้ตามต้องการ ซึ่งนั่นก็หมายความว่าขณะจวนอยู่จวนไปใกล้ตายเต็มทน เวลาเพียงน้อยนิดย่อมไม่พอสำหรับการทำให้สบายได้ทันการณ์เป็นแน่

ความสบายใจเกิดจากการไม่มีเรื่องให้ห่วง แต่ปัญหาคือชีวิตมนุษย์เต็มไปด้วยเรื่องน่าห่วง โดยเฉพาะในยามใกล้ตาย ไหนจะสมบัติข้างหลัง ไหนจะหวังให้ชีวิตยืดยาวต่อไปข้างหน้า

เมื่อเป็นเช่นนั้น วิธีง่าย ๆ ที่จะหายห่วงก็คือแยกให้ออกว่า ‘เรื่องน่าห่วง’ กับ ‘อาการเป็นห่วง’ มีใช้สิ่งเดียวกัน เป็นต่างหากจากกัน แม้ยังมีเรื่องน่าห่วงก็ไม่จำเป็นต้องไปห่วงมัน โดยเฉพาะขณะกำลังหน้าสีหน้าขวาม ต้องการความสบายใจเป็นที่หนึ่ง

คุณต้องตระหนักในโทษของอาการห่วงให้ดี ว่ามันทำเอาเราไม่สบายใจไปเปล่า ๆ ความตระหนักจะทำให้เกิดความฉลาดเลือก และแน่นอนว่าจิตที่ฉลาดย่อมเลือกความสบายใจมากกว่า อาการห่วงกังวล มันฟังง่ายเหมือนเอากำปั้นทุบดิน แต่ก็ได้ผลจริง คือดินยุบลงไปจริงๆ

ที่ผ่านมามีจิตของคุณมัวแต่จดจ่อกับบุคคลหรือวัตถุนอกตัวอันเป็นที่ตั้งของความกังวล ซึ่งก็เท่ากับเลือกรักษาอาการกังวลเอาไว้ ทีนี้ถ้าหันกลับเข้ามาข้างใน เห็นความกังวลเป็นของแปลกปลอมที่เข้ามารบกวนความสบายใจ เห็นบ่อยเข้าใจคุณก็ถอนตัวออกมาจากอาการกังวลได้เอง

ลองดูแล้วจะรู้ กล่าวโดยสรุปย่อคือมองให้เห็นตัวความกังวลในใจ เห็นเป็นของแปลกปลอมรบกวนจิต เห็นโทษของมัน แล้วมันจะหายไปเอง เมื่อใดความกังวลหายไป เมื่อนั้นความสบายใจก็ปรากฏว่ามีอยู่แล้วโดยเดิมตามธรรมชาติ

## ๒) ระลึกถึงความดีที่ทำมา

ขอบอกไว้ล่วงหน้าเลย ว่าสิ่งที่คุณจะเห็นขณะจิตยกขึ้นสู่วิถีแห่งมรรณะ คือนิมิตการกระทำที่ผ่านมา อย่างใดอย่างหนึ่งหรือมากมาย ทุกคนคงเคยมีประสบการณ์ใกล้หมดสติ และพบว่าเรื่องราวตั้งนมนานผ่านแวบเข้ามาในหัวได้อีก ทั้งที่ปกติหลงลืมไปอย่างสนิทแล้ว แม้เหตุการณ์ช่วงเพ็งลืมหืมตาดูโลกไม่นานก็เอาหมด

ฉะนั้นแทนการให้จิตซึ่งใกล้หมดสติสัมผัสเลือกการกระทำขึ้นมาแสดง ซึ่งอาจมีทั้งดีทั้งร้ายคละกัน คุณก็ซึ้งนึกถึงแต่ตอนที่คุณตัดสินใจดี ๆ ไว้ก่อน เอาเฉพาะที่คุณเคยเลือกปฏิบัติเครื่องยั่วใจให้ผิดศีลผิดธรรม หรือที่คุณเลือกอภัยแทนที่จะแก้แค้น หรือที่คุณเลือกช่วยเหลือผู้คนแทนที่จะทอดทิ้งพวกเขา การหมั่นระลึกถึงกรรมดีในอดีต จะช่วยให้เกิดความเคยชิน พอถึงเวลาใกล้จิตดับอำนาจความเคยชินนั้นจะดึงเอาความทรงจำด้านดีออกมาจากคลังกรรมมากมาย เรียงรายเป็นคิวยาวเหยียด

ทุกคนเคยทำชั่ว อย่าไปเสียเวลานึกถึงมัน ถ้าอดนึกไม่ได้ก็ขอให้เป็นการสำนึกผิดครั้งสุดท้ายแล้วหันเหไปกลบทับเสียด้วยการระลึกถึงคุณงามความดีที่เป็นคู่ตรงข้าม แล้วถามตัวเองอีก

ด้วย ว่าในความคิดหนึ่งๆซึ่งเคยทำไว้ ถ้าย้อนเวลากลับไปได้ คุณจะดีกว่าที่เคยได้อย่างไร ยิ่งจินตนาการได้ชัด ใจคุณก็จะยิ่งดำดิ่งลงไปใต้น้ำทิพย์แห่งความดีชนิดนั้นๆ บังเกิดความปีติยินดีที่รื่นกว่าที่เคย

หากนึกไม่ออก หรือลำบากมากนัก ก็อาจใช้ชีวิตที่เหลืออยู่ในปัจจุบันนั่นเอง พุดให้ใครก็ได้ รู้สึกดี หรือทำอะไรก็ได้ให้ใครสักคนรับประโยชน์จากชีวิตอันเหลือน้อยของคุณ คราวนี้คุณจะได้ไม่ต้องเค้นระลึกถึงอดีตฝังลิ้มต่างๆอีกต่อไป เอากรรมดีที่เกิดขึ้นสดๆนั้นแหละเป็นใบเบิกทางสู่ช่องชัยแห่งความสว่าง

ด้วยข้อวิธีนี้ คุณจะพบกับความจริงด้วยความเต็มตื่น ว่าเพียงด้วยการระลึกถึงความดีให้ออกบ่อยๆ ยิ่งบ่อยเท่าไร ความสบายใจก็จะยิ่งทวีขึ้นเท่านั้น เพราะค่าของคนอยู่ที่ผลของการทำดีไว้กับโลกนั่นเอง

### ๓) ยอมรับความจริง

ความจริงเป็นสิ่งที่น่ายอมรับที่สุด เพราะอย่างไรมันก็ต้องเป็นของมันอยู่อย่างนั้น แต่สิ่งที่น่ายอมรับที่สุดนั้นแหละ ที่มนุษย์มักปฏิเสธยิ่งกว่าอะไรอื่น ราวกับจิตใจห่อหุ้มไปด้วยเมฆหมอกแห่งการหลอกตัวเองหนาที่บ

เคยได้ยินไหมว่าคนใกล้ตายไม่โกหก? รู้ไหมเพราะอะไร? เพราะจิตของคนใกล้ตายเห็นสังขารบางอย่าง นั่นคือชีวิตทั้งหมดเป็นการโกหกอยู่แล้ว พวกเราถูกหลอกว่ามี พวกเราถูกหลอกว่าเป็น ทั้งที่ไม่เคยมีและไม่เคยเป็นอะไรสักอย่าง วันแห่งความตายคือวันแห่งการเปิดเผยความจริง ทุกสิ่งจะหลุดจากกำมือของเราไป ประโยชน์อะไรกับการพยายามพุดโกหก บั้นเรื่องเท็จซ่อนเข้าไปในเรื่องเท็จอีก

จะเริ่มฝึกยอมรับอะไรก็ได้ ตั้งต้นจากคนที่เข้ามาหาคุณในช่วงท้ายๆ ลองเริ่มคิดถึงสิ่งที่คุณหลอกเขาไว้ หรือสิ่งที่คุณยังกำเป็นความลับที่ทำให้เขาเสียประโยชน์ แล้วพุดความจริงให้เขาฟัง คำจริงที่หลุดจากปากคุณแต่ละครั้ง คือการสลายผ่านหมอกแห่งความลวงออกทีละน้อย ทั้งจากใจเขาและจากใจคุณเอง

ยิ่งยอมรับผิดมากขึ้นเท่าไร ใจคุณก็จะยิ่งเห็นความจริงปรากฏชัดขึ้นเท่านั้น และความจริงอันสำคัญที่ควรรู้ ก็คือทุกสิ่งต้องปรวนแปรไป ความจริงที่ว่ามนุษย์ทุกคนต้องตาย หากคุณไม่เคยยอมรับความจริงเหล่านั้นได้ ก็จะมีพว้างายขึ้นหลังจากทยอยพุดความจริงออกไปเรื่อยๆ กระทั่งเกิดพลังสังขจะ ย้อนกลับมาช่วยเป็นแสงสว่างให้คุณเห็นทุกสิ่งกระจ่างขึ้น



การยอมรับความจริงย่อมทำให้ใจคุณสบายกว่าตอนไม่ยอมรับ ความจริงไม่เคยนำ  
หวาดกลัวสำหรับนักยอมรับ ความจริงเป็นแค่สิ่งที่เกิดขึ้นเป็นธรรมดาอยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน ไม่ว่าจะก่อน  
คุณเกิดหรือหลังคุณตาย ระหว่างมีชีวิตคุณเคยทำให้ความจริงบิดเบี้ยวไปเพียงใด ก็ขอให้ใช้เวลา  
ช่วงสุดท้ายตัดสินใจให้กลับตรงมากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้เถิด ผลจะเกิดเป็นจิตที่สบายของคุณเอง

#### ๔) เผื่อใจให้กับการมีอยู่ของโลก

การอยู่กับฉากต้นๆและฉากกลางๆของละครชีวิต จะไม่ช่วยให้คุณนึกถึงละครเรื่องใหม่  
ต่อเมื่อคุณอยู่กับฉากท้ายๆใกล้จบ นั่นแหละความรู้สึกเกี่ยวกับการเล่นและการชมละครเรื่องใหม่  
จึงค่อยๆผุดชัดในใจคุณ แม้ยังไม่อาจคาดเดาว่าเรื่องใหม่จะเป็นอะไร แต่อย่างน้อยคุณก็เลิกสำคัญ  
เสียที ว่าโรงละครโรงใหญ่แห่งนี้มีแต่เรื่องเดิมได้แค่เรื่องเดียว

ขณะใกล้ตายเป็นช่วงแห่งสังหรณ์ โดยเฉพาะสังหรณ์เกี่ยวกับภพข้างหน้า คุณจะมองเห็น  
รากของอนาคตที่ปรากฏอยู่ในความรู้สึกอันเป็นปัจจุบัน ใจที่สงบจะชวนให้คุณนึกถึงแสงสว่างและ  
สภาพแวดล้อมน่านรมย์ ใจที่กระสับกระส่ายจะชวนให้คุณนึกถึงม่านมืดและสภาพแวดล้อมชวนขน  
หัวลุก ส่วนใจที่ครึ่ง ๆ กลาง ๆ เดี่ยวสงบเดี่ยวกระสับกระส่ายจะไม่ชวนให้คุณมั่นใจกว่ากำลังจะต้อง  
เผชิญกับอะไรกันแน่

ขณะยังมีชีวิตช่วงต้นและช่วงกลาง ถ้าไม่รู้ก็ถือว่าไม่ผิด ถ้าไม่คิดถึงโลกหน้าก็อ้างได้ว่าต้อง  
เอาเวลาไปทำประโยชน์อย่างอื่น แต่สำหรับช่วงท้ายๆ การไม่คิดถึงว่าประมาท เวลาที่เหลือเอาไป  
ใช้ประโยชน์ไม่ได้มากกว่าทบทวนหรือเตรียมตัวเผชิญอนาคตเสียให้ดี หากไม่รู้จะอะไรเสียเลย ก็อาจ  
ถือได้ว่าเป็นความผิดใหญ่หลวง

วันไว้แต่พวกมิชฌาภิกขุ ที่วันๆเอาแต่ตะล่อมบอกให้ใครต่อใครเชื่อว่าเกิดหนเดียวตายหน  
เดียว ยามใกล้ตายคนทั่วไปไม่มีใครกล้าอวดดีถือดี สั่งให้ตนเองเชื่อว่าตายแล้วตายเลย ทุกคนจะ  
หมดความทะนงหลงมั่นใจในความเชื่อของตัวเองไปพร้อมกับเรียวแรงที่ถดถอย ในเมื่อร่างกายที่  
เคยบัญชาให้เคลื่อนไหวตามใจนึกได้ ก็กลายเป็นบัญชาไม่ได้อีกต่อไป สำหรับอะไรกับจิตวิญญาณ  
กับกรรมเก่าที่เหมือนเงาตามกันอยู่ ใครเล่าจะควบคุมให้มันหยุดตามกันได้?

ความเชื่อเรื่องตายแล้วสูญ นับเป็นศรัทธามืดอันเกิดจากความไม่รู้จริง ไม่เคยตายจริง ผู้มี  
ศรัทธามืดได้ชื่อว่าเป็นผู้ปิดใจ การปิดใจจะทำให้รู้สึกคับแคบ ไม่อาจสบาย และไม่อาจหายสงสัยว่า  
เรื่องจริงหลังความตายคือการยุติ หรือว่าเป็นการเริ่มละครเรื่องใหม่กันแน่

การเพ้อใจนับเป็นการลดแรงต้านลงได้มาก การลดแรงต้านลงก็คือการไม่ต้องออกกำลังต่อสู้กับความไม่รู้ มันช่วยผ่อนคลายจิตใจให้สบายขึ้นได้จริง อย่างน้อยก็เลิกเถียงกับตัวเองเกี่ยวกับการมีหรือไม่มีชีวิตหลังความตาย อะไรจะเกิดก็ต้องเกิดให้คุณเห็นในไม่ช้า ความเชื่อที่ขัดกับความจริงจะถูกทิ้งไว้ข้างหลังโดยไม่มีใครนำไปใช้ต่อสู้กับสัจธรรมได้เลย

### ๕) อภัยโลก

โลกนี้โกลาหลด้วยการกระทบกระทั่ง และในเมื่อทุกคนอาศัยอยู่ในโลก จึงต้องถูกโลกกระทบกระทั่งเป็นธรรมดา ไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้ แล้วโลกก็เต็มไปด้วยไอร้อนของควันไฟอันเกิดจากใจแค้นเคือง ไม่ค่อยมีที่ไหนจำเป็นด้วยกระแสแห่งการให้อภัยเท่าใดนัก

ปกติคนใกล้ตายจะไม่หนีอยากเอาเรื่องเอาราวกับใครอีก เพราะในไม่ช้าก็จะต้องอยู่คนละโลกกันแล้ว เหมือนเอื้อมมาแตะต้องกันไม่ได้อีกแล้ว การตายของคนๆหนึ่งคือการปิดเกมแห่งการเบียดเบียน เหมือนนักมวยที่แขวนนวม เลิกใช้ชื่อเดิมขึ้นเวทีอย่างเด็ดขาดแล้ว

อย่างไรก็ตาม ความพยายามอาฆาตอาจทำให้เรื่องปกติผิดปกติไป หลายคนยังผูกใจเจ็บยังนึกไปในทางเคียดแค้นอยากเอาคืน เสียตายไม่ยอมตายตอนนี้ ยังไม่ทันได้เอาคืน หรือกระทั่งคิดเลยเถิดถึงขั้นประกาศศักดาชัด ว่าคอยดู เดี่ยวกูเป็นผีก็จะมาเอามึงคืนอยู่ดี!

ก่อนกายนี้สิ้นลม เรารู้ว่าวิญญาณอาฆาตมีจริงด้วยความคิดฝังใจไม่อภัยศัตรู สิ่งที่ไม่รู้จักคือหลังกายนี้สิ้นลม วิญญาณอาฆาตนั้นยังมีจริงต่อไปไหม นี่แหละ! คนเราทนทุกข์ทรมานด้วยไฟโกรธขณะมีชีวิตไม่พอ แม้ธรรมชาติให้ออกาสจบทุกข์จบร้อนด้วยความตาย ก็ยังอุตุสำหรับอยากเติมเชื้อไฟต่อเข้าไปอีก

สิ่งเดียวที่ประกันความรู้ได้แน่นอน ก็คือระหว่างยังไม่ตายนี้ คุณสามารถดับวิญญาณอาฆาตลงได้ด้วยความคิดให้อภัย และเมื่อเชื้อแห่งทุกข์ร้อนดับลงแล้ว หลังตายก็ไม่นำหลงเหลือวิญญาณอาฆาตอยู่ ณ ที่ใดอีก

ค่อยๆนึกถึงใครก็ได้ที่คุณผูกใจเจ็บอยู่ และที่ผ่านมาไม่เคยหนีอยากให้อภัย แม้ว่าเขาหรือเธอจะเป็นอดีตที่ฝังลิ้มไปแล้ว ปัจจุบันคุณไม่นึกถึงอีกแล้ว ก็ขอให้ขุดเขาและเธอขึ้นมาระลึกถึง นึกให้ออกทีละคน หากโทร.ได้ทันก็โทร.ไปขออภัย ขออโหสิต่อกันยิ่งดี

คุณจะพบว่าทุกคนประกอบขึ้นเป็นโลกในใจคุณ ยิ่งคิดอโหสิได้มากคนขึ้นเท่าไร คุณจะยิ่งทิ้งร่างนี้ไปด้วยใจภัยโลกเต็มดวงขึ้นเท่านั้น และสิ่งที่คุณจะรับรู้ก่อนตาย ก็คือใจที่สบายหายห่วง

แต่ละครั้งที่คุณพูดกับปาก หรือเพียงนึกด้วยใจบริสุทธิ์แท้จริง ว่าเลิกแล้วต่อกันนะ ไม่มีภัยเวร ไม่มี  
เส้นสายมีดดาบโยงโยระหว่างใจกันอีกแล้วนะ คุณจะชื่นมื่น เห็นความเป็นโมฆะแห่งภัยเวรมากขึ้น  
เรื่อย ๆ จนสว่างจ้าออกมาจากกลางใจชัดเจนทีเดียว

## ๖) ฝึกสติก่อนหลับ

หากหมอบอกว่าคุณเหลือเวลาอีกไม่มาก นั่นก็คือคุณไม่มีทางพยากรณ์ ว่าการหลับครั้งใด  
จะเป็นการหลับครั้งสุดท้าย ไม่มีสิ่งใดเป็นหลักประกันว่าหลับลงครั้งต่อไปคุณจะได้ตื่นขึ้นมาอีกหรือ  
เปล่า

แม้สำหรับคนที่บอกตัวเองว่ายังอยู่ได้อีกนาน เขาก็ยังหลับทั้งคิดว่าจะต้องตื่น แต่ลงเอย  
ตอนเช้าก็ทิ้งร่างที่ปราศจากวิญญาณ เป็นภาระให้คนข้างหลังช่วยกันแบกลงจากเตียงไปเข้าโลง  
แต่ละวันมีการตายโดยไม่รู้เนื้อรู้ตัวทั่วโลกเป็นจำนวนมาก ใช่ว่าแค่สิบคน ใช่ว่าแค่ร้อยคน ใช่ว่าแค่  
พันคน แต่นับได้เป็นแสน!

ฉะนั้นการฝึกสติเสียในขณะที่ยังมีสติให้ฝึก จึงเป็นนโยบายที่ดีที่สุด นับว่ารอบคอบสูงสุด

การหมดสติเพื่อหลับ กับการหมดสติเพื่อตาย มีความเหมือนกันคือ ‘หมดสติ’ ฉะนั้นช่วงหัว  
เลี้ยวหัวต่อแห่งการใกล้หมดสติ หากพยายามตั้งสติไปจนถึงเสี้ยววินาทีสุดท้าย ย่อมเป็นกำไร ย่อม  
เป็นการถนอมค่าของชีวิตมาใช้จนถึงที่สุด

สติที่ยอดเยี่ยมทางพุทธ คือสติระลึกรู้ความไม่เที่ยง ความมีอันต้องดับไป เมื่อกำลังรู้สึกถึง  
สิ่งใด ก็ควรรู้ให้ชัดว่าสิ่งนั้นเป็นสมบัติของความตาย ไม่ใช่สมบัติของตัวตน และก่อนสติใกล้ดับ  
ไม่ว่าดับเป็นหรือดับตาย สิ่งที่เหลือให้ระลึกได้ชัดไม่มีอะไรเกินไปกว่าลมหายใจอีกแล้ว  
ด้วยเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงให้ระลึกถึงลมหายใจบ่อย ๆ เป็นการสร้างความคุ้นชินไว้กับสิ่งที่จะเป็น  
สภาวะได้ทั้งยามอยู่และยามไป

หากระลึกนึกถึงลมหายใจ ว่าเฮือกนี้อาจเป็นเฮือกสุดท้ายที่คุณจะรู้ กับทั้งระลึกว่าคุณอาจ  
ไม่รู้รู้สึกถึงลมหายใจไหน ๆ อีก นั้นเท่ากับเป็นการซักซ้อมเตรียมตายได้ใกล้เคียงของจริง ขอให้  
สังเกตดูเถิด หากมีสติรู้สึกถึงลมหายใจเข้าออกได้อย่างสบาย แม้ก้าวลงสู่ความหลับในบัด  
นั้น ก็เหมือนครึ่งหนึ่งของสติยังไม่ขาดสายหายไปไหน แม้ต้องเกิดนิมิตฝัน ก็เป็นนิมิตฝัน  
อันสวยงาม แต่หากจะไม่เกิดนิมิตฝัน ก็เหลือแต่ความว่างอันแสนสบายของจิตอันสว่าง  
รุ่งโรจน์อยู่

ถ้ายังมีโอกาสหลายคืนก่อนตาย แล้วคุณใช้ทุกคืนให้เป็นประโยชน์โดยไม่ทิ้งขว้าง คุณจะทราบว่าเป็นวันที่เข้าด้ายเข้าเข็ม จวนเจียนสิ้นเลือดสิ้นเนื้ออยู่นั่นเอง ไม่มีอะไรในโลกเป็นที่พึ่งให้กับคุณได้ดีกว่ากำลังสติ ผู้มีสติก้าวลงสู่ความตาย คือผู้สบายใจว่าตนมีที่พึ่งให้ตัวเองแน่

### ๗) ปล่อยวางทุกสิ่ง

สภาพที่เหมือนยังอยู่ได้อีกนาน จะชวนให้หลงนึกว่าทุกสิ่งเป็นจริงไปหมด อะไรๆเป็นของคุณไปหมด คุณจะไม่มีสักแวบที่เอะใจคิด ว่าเวลาในชีวิตเหลือน้อยลงทุกวินาที ทีละคืบทีละคณาน

กระทั่งเวลาในชีวิตที่เหลืออยู่ นับได้เป็นวัน หรือนับได้เป็นชั่วโมง เมื่อนั้นสภาพใกล้ตายจะฟ้องชัดว่ากายใจในชาตินี้หาใช่สมบัติที่แท้จริงของคุณไม่ แม้ชีวิตยังไม่ไซ้ของคุณ แล้วอะไรในชีวิตที่ควรอ้างว่าเป็นของคุณเล่า?

ความเกิดและความตายแห่งสรรพสิ่งมาจากไหนก็ไม่รู้ จักรวาลนี้เกิดมาได้อย่างไร และจะตายไปด้วยท่าไหน ก็ยังเป็นทีถกเถียงในระหว่างนักวิทยาศาสตร์ไม่รู้จบ คิดไปคิดมาคุณอาจได้คำตอบว่า ‘ความไม่รู้’ นั้นแหละที่ก่อให้เกิดการตาย

ถ้ารู้ว่าจะแก้ไขไม่ให้อายุต้องตายได้คุณคงรีบทำ แต่คิดไปคิดมาคุณจะเห็นทางเดียวที่ไม่ต้องตาย ก็คือต้องไม่เกิด เพราะเกิดขึ้นแล้วอย่างไรก็หลีกเลี่ยงความตายไปไม่พ้น ต่อให้อาศัยเทคโนโลยีแซ่แข็ง ต่อให้อาศัยเทคโนโลยีปลูกถ่ายอวัยวะ หรือต่อให้อาศัยเทคโนโลยีชะลอความแก่ใดๆ คุณก็ต้องพบกับการคัดค้านจากกันบึ้งของจิตใจ ไม่มีใครอยากทนจำเจออยู่กับความเป็นอมตะอย่างไร้จุดหมายอยู่ดี

ธรรมชาติคือธรรมชาติ เกิดขึ้นด้วยเหตุปัจจัยประกอบประชุมกัน แล้วไม่ช้าก็เร็วต้องดับลงเป็นธรรมดา ธรรมชาติแห่งความมีชีวิตก็เช่นกัน หาใช่ดำรงอยู่เพื่อเป็นอมตะไม่ ชีวิตดำรงอยู่ด้วยพลังของเหตุผล เมื่อหมดเหตุผลที่จะดำรงอยู่ ก็ต้องเสื่อมสลายไปสู่ความเป็นอื่นในที่สุด

บางคนทำใจได้กับการตายจากไปของตัวเอง แต่กลับทำใจไม่ได้กับการมีชีวิตอยู่ของคนข้างหลัง นั่นเป็นเครื่องชี้ว่าการทำใจควรครอบคลุมให้ทั่วหมด ไม่ใช่ทำใจได้เฉพาะส่วนของตัวเอง แต่ต้องทำใจให้หายห่วงได้กับการสิ้นไปของคนอื่นด้วย

แค่เอาตัวเองเป็นตัวตั้ง คุณก็คิดต่อได้แล้ว ว่าตัวเราเป็นอย่างไร คนอื่นก็อย่างนั้น ในเมื่อคุณต้องตาย นึกหรือว่าคนอื่นจะอยู่รอดปลอดภัย พ้นจากเงื้อมมือของมัจจุราชไปได้? อย่างไรก็ตามหนึ่งพวกเขาก็ต้องตายตามคุณ หายไปจากโลกนี้ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น ไม่เหลือใครไว้ห่วงใครเลยสักคน

แม้ความมีความเป็นในอนาคตหลังความตายก็เช่นกัน ถ้ายังมีเกิดอีก ก็แปลว่ายังต้องมีตายอีก จึงควรรู้ให้ได้ก่อนสิ้นลมว่า ที่ต้องเกิดก็เพราะไม่รู้ หลงนึกว่ามีเราเคยเกิดมา และมีเรากำลังจะตายไป แถมสำคัญว่ามีเราไปเกิดใหม่อีก

เมื่อกลับความเห็นเสียได้ทัน เปลี่ยนจากความไม่รู้มาเป็นความรู้ ว่าที่ผ่านมาไม่เคยมีตัวคุณเกิด มีแต่กายใจชุดหนึ่งประชุมกันเกิด และที่กำลังจะต้องเผชิญก็หาใช่ความตายของคุณ มีแต่กายใจชุดหนึ่งแยกตัวกันสู่ความดับ เมื่อนั้นจิตย่อมเป็นอิสระที่จะดับลง โดยไม่ต้องสืบสายความเข้าใจผิดด้วยการอุปติของจิตดวงใหม่ เข้าไปประชุมกับรูปกายใหม่ เพื่อชดใช้ความไม่รู้และความสำคัญผิดสืบ ๆ ไป

ความสบายใจที่เกิดจากการปล่อยวางได้ทุกสิ่ง ด้วยการกำจัดอวิชชา ด้วยการเปลี่ยนความไม่รู้เป็นความรู้แจ้ง นับเป็นความสบายใจขั้นสูงสุด เหมือนคุณได้ลิ้มอีกรสหนึ่งที่ประหลาดและแตกต่างไปกว่าเดิม ขอเพียงรู้จักรสนั้นครั้งเดียว ก็แปลว่าคุ้มทั้งชีวิตคุณแน่แท้แล้ว คุณจะไม่เสียดายแม้ต้องตายไปเดี๋ยวนี้

ความสบายใจ

เป็นสิ่งแรกที่ 'ควรมี'

ระหว่างชีวิตยังไม่สิ้น

และเป็นสิ่งสุดท้ายที่ 'ต้องมี'

ขณะกำลังสิ้นชีวิตลง



มูลค่าของวิธีใช้ชีวิต

ถ้าคุณเป็นคนรักบ้าน ชอบไปเดินตามงานเฟอร์นิเจอร์ ชอบดูตัวอย่างการตกแต่งบ้านของใครต่อใคร ตลอดจนชอบสืบเปลี่ยนเสริมเติมเครื่องเรือนบ่อยๆ คุณคงเห็นความจริงอย่างหนึ่งคือ

**การรู้จักเลือกของ และการรู้จักจัดวางสิ่งที่ซื้อหามาให้ลงตัว ล้วนมีส่วนในการเพิ่มหรือลดมูลค่าเฟอร์นิเจอร์ได้มาก ของถูกอาจกลายเป็นของแพง ของแพงอาจกลายเป็นของถูกเอาง่าย ๆ**

ยกตัวอย่างเช่นคุณมีงบน้อย เครื่องเรือนที่ชั้นล่างทั้งหมดรวมกันแค่หลักหมื่นต้นๆ แต่คุณฉลาดเลือกแบบโต๊ะเก้าอี้ ฉลาดเลือกสีเบาะ หมอน และผ้า กับทั้งฉลาดหาเครื่องประดับผนังได้ดูเด่นสะดุดตา แยกไปใครมาเห็นเข้าก็เกิดความประทับใจ เอ่ยปากชมเปาะกันทุกคนว่าบ้านน่าอยู่ ดูไม่รู้เบื่อ แถมตัวคุณเองยังอยู่ก็ยิ่งปลอดโปร่งใจและสบายตัว เช่นนี้จะตีค่าของทั้งหมดเป็นหมื่นต้นๆ ตามราคาของไม่ได้ ต้องสูงกว่านั้นมาก

หน้าที่ของของถูกคือทำตัวให้ ‘พอใช้’ แต่เนื้พวกมันเข้าชุดกันแล้วก่อให้เกิดความเกินพอ ให้ชีวิตความเป็นอยู่ที่เลิศเลอ เหนือกว่านิยามของความพอใช้ไปมาก ก็ต้องนับว่ามูลค่าของพวกมันเพิ่มทวีขึ้นกว่าตอนวางขายที่ร้านแน่นอน ไอเดียและความเข้าใจในการตกแต่งบ้านดีๆ อาจทำให้มูลค่าของเฟอร์นิเจอร์ให้เขยิบขึ้นไปเป็นหลายแสนทีเดียว!

ความจริงคือหลายครั้งเงินแสนหรือเงินล้านไม่อาจนมรมิตบ้านให้น่าอยู่หรือดูดี หากคุณจ่ายค่าเฟอร์นิเจอร์ชั้นล่างไปรวม ๑๐ ล้าน แต่แยกไปใครมาต่างขมวดคิ้วสงสัย ว่าทำไมมันทึบทึมน่าอึดอัดนัก ทำไมมันทำให้อยากออกไปจากที่นั่นเร็วๆ ซ้ำร้ายคุณเองยังอยู่ก็ยิ่งเป็นโรคเบื่อบ้าน ใช้เป็นที่ซุกหัวนอนอย่างเดียว ต้องออกเที่ยวข้างนอกเสมอ ไม่มีแก่จิตแก่ใจอยากนั่งเล่นนอนเล่นที่บ้านให้สบายบ้างเลย เช่นนี้ราคาของทั้งหมดรวมกันไม่ใช่ ๑๐ ล้านแล้ว ต้องต่ำกว่านั้นมาก

หน้าที่ของของแพงลิบลัวคือทำตัวให้ ‘เกินพอ’ แต่เนื้ครอบครองแล้วไม่อึดใจ มองไปทางไหนดูขาดตกบกพร่องชอบกล แยกไปใครมาไม่เคยคิดถามว่าราคาเท่าไร ชื่อที่ไหนช่วยบอกหน่อยจะได้ไปซื้อบ้าง อย่างนี้แปลว่าราคาตก การตกแต่งแยๆ ที่เข้ามาเป็นตัวลบ อาจกดมูลค่าของเฟอร์นิเจอร์ให้หล่นลงมาเหลือแสนเดียว!

ถ้าขยายมุมมองเกี่ยวกับ ‘บ้าน’ ให้กว้างกว่าอิฐปูนค้ำแดดค้ำฝน นับเอาชีวิตทั้งชีวิตเป็นบ้านให้จิตอยู่อาศัย ก็น่าสำรวจกันครับว่าคุณตกแต่งชีวิตไปถึงไหนแล้ว น่าอยู่กับมันหรือน่าซึ่งหนีไปเร็วๆ

ไทยเรามักมองว่าคนที่เกิดมาพร้อมคือ หล่อ สวย รวย เก่ง เป็นพวกมีบุญ ส่วนจะดักดวงบุญมาจากปางไหนมากก็ไม่รู้เหมือนกัน เขาเป็นว่าชีวิตที่มีบุญอุดหนุนมาก เปรียบเหมือนบ้านที่มีงบก่อสร้างและงบตกแต่งเยอะๆ ก็แล้วกัน

ในทางตรงข้าม หากเกิดมาด้วยความขาดพร่อง คือ ไม่หล่อ ไม่สวย ไม่รวย ไม่เก่ง จะถูกตราหน้าว่าเป็นพวกบุญน้อย ส่วนที่ว่าทำไมถึงน้อยอันนี้ไม่ทราบ เอาเป็นว่าชีวิตที่มีบุญอุตุหนุนน้อย เปรียบเหมือนบ้านที่มีงบบ่อสร้างและงบบตแตกแตงนิตเดียวก็แล้วกัน

คราวนี้ลองมองโลกกันด้วยตาเปล่า คุณเคยเห็นไหม พวกบุญมากที่หน้าตาอุมทุกซ์ มารารอนข้ามปี? แล้วคุณเคยเห็นไหม พวกบุญน้อยที่มีรอยยิ้มสดใสราวกับถูกเลขท้ายล็อตเตอรี่ได้ทุกวัน?

มูลค่าของ ‘บุญเก่า’ วัดกันที่ไหน? หน้าทีของ ‘บุญ’ คือทำชีวิตให้เป็นสุข อย่างเช่นรูปร่างหน้าตาดีเป็นที่มาของความภาคภูมิใจเมื่อมองเงาตนอย่างรู้ว่าชวนแล หรืออย่างเช่นฐานะมั่งคั่งเป็นที่มาของความได้อย่างใจสามารถใช้จ่ายแบบไม่ต้องกลัวหมด หรืออย่างเช่นความเก่งกาจปราดเปรื่องเป็นที่มาของความสนุกคิดสนุกทำไม่หวั่นปัญหา ดังนั้นตามสามัญสำนึก ก็ต้องมองกันว่ายิ่งรูปร่างหน้าตาดี ฐานะมั่งคั่ง และเฉลียวฉลาดมากขึ้นเท่าใด ความสุขก็ต้องเพิ่มเป็นทวีคูณขึ้นเท่านั้น

แต่ที่เห็นกันจะจะเป็นคนที่ใช้บุญเก่าไม่เป็นนั้น ฆ่าตัวตายกันระนาวทุกวัน หนุ่มหล่อและสาวสวยผูกคอตายกันเป็นว่าเล่น ประธานบริษัทพันล้านติดคุกให้หนังสือพิมพ์ตีข่าวอย่างสนุกกันทุกปี อัจฉริยะนามกระเดื่องแอบเข้าโรงพยาบาลบ้ากันอย่างลับ ๆ ตั้งเท่าไร เหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่า ‘บุญเก่า’ ไม่ได้ทำให้คนเราหายโง่เสมอไป ยังอาจใช้ชีวิตแบบกดมูลค่าบุญเก่าให้ตกต่ำลงอย่างน่าใจหายได้เสมอ

พวกบุญมากที่มีรูปร่างหน้าตาดี ๆ ไว้หักอกคนอื่นเล่น หรือชอบหวานแสนให้ไว้เพื่อเลือกเยอะแยะจนตัวเองสับสน เป็นเหตุให้ทุกซ์ใจ ไม่รู้จักความสุขจากการมีใจเดียวหนึ่ง ๆ ต้องกระสับกระส่าย ต้องสับสน ต้องฟุ้งหะยานไปข้างหน้าอย่างไม่รู้ปลายทาง ไม่อาจทราบว่เมื่อใดจะถึงที่หมายเพื่อจะได้พักเสียที อย่างนี้จะมีรูปร่างหน้าตาดี ๆ ไปทำไม?

พวกบุญมากที่เอาเงินทองไปล้างผลาญแบบตำน้ำพริกละลายแม่น้ำ หรือใช้เป็นแม่เหล็กดึงดูดอบายมุขเข้ามาสู่ชีวิต เป็นเหตุให้ต้องระวิงตัว สะดุ้งกลัวได้ง่าย หมกมุ่นกับกามอันมืด ไม่เคยรู้จักความสบายใจและความเบาตัว อย่างนี้จะมีเงินทองกองภูเขาไว้เพื่ออะไร?

พวกบุญมากที่เอาสติปัญญาไปก่อทำชาวบ้านให้เดือดร้อน อันจะย้อนกลับมาส่งผลให้ตัวเองต้องเดินตาม เบื้องแรกอาจภูมิใจกับผลงานปั้นปูนสะเทือนแผ่นดิน แต่ในที่สุดตัวเองก็อาจ

ถูกดูดเข้าสู่ศูนย์กลางแผ่นดินที่สะท้อนนั่นเอง เรียกว่ายิ่งฉลาดมากขึ้นเท่าไร ยิ่งมีศักยภาพในการสร้างความพินาศให้คนอื่นและตนเองมากขึ้นเท่านั้น อย่างนี้จะมีฉลาดล้ำเลิศไว้เพื่อใคร?

เห็นๆกันอยู่ ว่าถ้าเกิดเป็นสัตว์ที่ต่ำต้อยกว่ามนุษย์แล้ว ก็แทบไม่มีโอกาสเลือกใช้ชีวิตให้เป็นสุขกว่าเมื่อแรกเกิดสักเท่าใด ส่วนใหญ่ต้องก้มหน้าก้มตามองหาชะตาชีวิตของตนเองเอาจากดินดานประการเดียว เพราะพวกมัน ‘ไม่มีบุญ’ หรือ ‘บุญไม่พอ’ จะนั่นว่ากันไม่ได้ หากหาความสุขเข้าตัวยาก

แต่พวก ‘บุญพอ’ จะมีทางเลือกในการใช้ชีวิตได้วิจิตรพิสดารเยี่ยงมนุษย์เช่นเรา อาจต้องรู้จักตำหนิตนเองกันบ้าง ถ้ายิ่งใช้ชีวิตยิ่งแยกแยะไม่ถูก ว่าอะไรเป็นเหตุแห่งสุข อะไรเป็นเหตุแห่งทุกข์ หรือแยกว่านั่นคือขยันทำแต่เหตุแห่งทุกข์ และนี่ก็เลยทำเหตุแห่งสุข

โลภะเป็นม่านบดบังจิตให้ไม่รู้ ว่าการโลภมากและความตระหนี่เป็นเหตุแห่งความคับใจ

โทสะเป็นม่านบดบังจิตให้ไม่รู้ ว่าการโกรธจัดและความผูกใจพยาบาทเป็นเหตุแห่งความเร่าร้อน

โมหะเป็นม่านบดบังจิตให้ไม่รู้ ว่าความหลงเห็นผิดเป็นชอบและการปล่อยใจหลุดหู้ฟุ้งซ่านเรื่อยเปื่อยคือต้นตอของความมืดบอดทางวิญญาณ

หากพอกพูนความไม่รู้เหล่านี้มากขึ้นเรื่อยๆ เมื่อคน ‘บุญมาก’ ใช้ชีวิตถึงจุดหนึ่ง แล้วหันมาสำรวจตัวเองอีกทีก็พบว่ามูลค่าของบุญเก่าตกต่ำติดดิน และอาจเหลียวไปพบกับพวก ‘บุญน้อย’ ที่เพิ่มมูลค่าของเก่าให้สูงขึ้น แสนสุขกับวิธีใช้ชีวิตอย่างน่าอิจฉา

การทำความเข้าใจวิธีใช้ชีวิตให้เป็นสุขได้นั้น นับเป็นสาระสำคัญของการมีชีวิต มูลค่าของบุญเก่าเป็นแค่ตัวตั้ง แต่หาใช่ตัวชี้ว่าระหว่างคนบุญมากกับคนบุญน้อย ใครจะมีความสุขยิ่งกว่ากัน

สิ่งที่แต่ละคนมี

เป็นแค่เครื่องมือสร้างทุกข์สร้างสุข

ไม่ใช่ความสุขความทุกข์ในตัวเอง





## โลกไม่ตามใจเรา

โลกไม่ตามใจเรา  
เมื่อเราพอใจความเป็น  
แต่โลกพอใจคายความผัวร้อน  
ทางเดียวคือทำใจยอมรับ  
และเตรียมกายสู่อี้อร้อน

โลกไม่ตามใจเรา  
เมื่อเราพอใจความอบอุ่น  
แต่โลกพอใจกระจายความเหน็บหนาว  
ทางเดียวคือทำใจยอมรับ  
และเตรียมกายสู่อี้อเย็น

โลกไม่ตามใจเรา  
เมื่ออยากเห็นดอกไม้บาน  
แต่ยังไม่ถึงเวลาบานของดอกไม้  
สิ่งที่ทำได้คือรอคอย

โลกไม่ตามใจเรา  
แม้ไม่อยากเห็นใบไม้ร่วง  
แต่ถ้าถึงเวลาร่วงหล่นของใบไม้  
สิ่งที่ทำได้คือมองดู

โลกไม่ตามใจเรา  
แม้เราอยากเห็นแต่คนดี  
ทว่าโลกมีแต่คนเลวให้ดู  
เราก็ต้องดู  
และรู้ว่าเราเป็นหนึ่งในนั้นไหม

โลกไม่ตามใจเรา  
แม้เราอยากพบแต่คนมีเหตุผล  
ทว่าโลกมีแต่คนเอาใจตนเป็นใหญ่

เราก็ต้องทน  
และไม่หลงเอาแต่ใจตนตามเขา

โลกไม่ตามใจเรา  
เราก็ไม่จำเป็นต้องตามใจโลก  
ถ้าโลกร้ายเกินกว่าจะเอาตาม  
ก็ต้องถามหาสิ่งที่ดีขึ้น  
และถ้าอยากเห็นโลกดีขึ้น  
ต้องไม่ใช่ด้วยการเฝ้าเรียกร้อง  
แต่ต้องด้วยการลงมือทำเอง  
ในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของโลก

โลกไม่ตามใจเรา  
ถึงแม้อยากมีคนรัก  
แต่โลกไม่เคยพาคนรักมาให้พบ  
ก็ต้องคบกับเงาตัวเอง  
บรรเลงเพลงแห่งความเจ็บต่อไป  
โดยไม่จำเป็นต้องเหงา

โลกไม่ตามใจเรา  
แม้เมื่อพบคนรักแล้ว  
แต่โลกพอใจให้แล้วคลาด  
อย่างเราจะทำอะไรได้  
ก็ต้องเลือกระหว่างวางเฉย  
กับลงนอนดินทุรนปางตาย

โลกไม่ตามใจเรา  
แม้เมื่อได้อยู่กับคนรักแล้ว  
แต่โลกพอใจให้พรากจาก  
เตรียมวันตายเอาไว้ไม่บอกกล่าว  
แล้วเราจะไปฟ้องศาลไหน  
เพื่อให้ทำโทษมัจจุราชได้

โลกไม่ตามใจเรา  
แม่โลกให้ชีวิตมา  
ก็ไม่ได้หมายความว่าชีวิตเป็นของเรา  
ไม่มีชีวิตใดเป็นอมตะ  
ไม่มีทางทำให้ชีวิตใดค้ำฟ้า  
ทุกนาทีแห่งการมีชีวิต  
คือการเขยิบใกล้ความไร้ชีวิตเข้าไปทุกที

โลกไม่ตามใจเรา  
ถ้าโลกกำหนดให้การตายดับ  
มิใช่เหมือนการดับเปลวเทียน  
แต่เป็นการต่อเทียนเล่มใหม่  
จะมีใครขัดขึ้น

โลกไม่ตามใจเรา  
แต่โลกก็ไม่ไร้เหตุผล  
ถ้าเราเข้าใจเหตุผล  
ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้เข้าใจโลก  
เมื่อใดเข้าใจโลก  
เราจะเลิกอยากให้โลกตามใจเรา



### รู้อะไรเพิ่ม

หลังจากเข้าคารวะอาจารย์ ศิษย์ใหม่ก็เข้าที่พักเพื่อปฏิบัติภาวนาเพียงลำพังตามคำสั่งของอาจารย์ ครึ่งชั่วโมงต่อมาอาจารย์ก็เคาะประตูห้องเพื่อถาม

**เธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นบ้าง?**

เอ่อ... แต่ครึ่งชั่วโมง ผมจะรู้อะไรเพิ่มขึ้นได้ยังไงครับอาจารย์

**เมื่อไหร่เธอรู้สึกถึงลมหายใจเข้าออกตามที่ฉันสั่งไหม?**

รู้ครับ แต่มันก็เป็นแค่ประสบการณ์เก่าๆ ลมหายใจเข้าออกซ้ำๆ

จำไว้... ไม่เคยมีอะไรซ้ำ ถ้าครึ่งชั่วโมงที่ผ่านมาเธอเฝ้ารู้ลมหายใจเข้าออกอยู่ ก็  
แปลว่าเธอมีความรู้จักลมหายใจเพิ่มขึ้นเป็นร้อยชุด

เข้าใจแล้วครับ ผมจะพยายามรู้เพิ่มเติมต่อไป

ดีมาก! สังเกตเรื่อย ๆ ว่าจะเธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นอีก

เวลาผ่านไปสองชั่วโมง อาจารย์ก็มาเคาะประตูห้องใหม่

เธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นบ้าง?

ผมรู้ลมหายใจเข้าออกเพิ่มขึ้นสองชั่วโมงครับอาจารย์

สิ่งที่เธอรูเพิ่มมีแค่ลมหายใจเองหรือ?

เอ่อ... ผมสังเกตแค่ลมหายใจตามที่อาจารย์สั่ง

ฉันไม่ได้ให้เธอรู้แค่ลมหายใจ เมื่อครูใหญ่ฉันให้เธอสังเกตดี ๆ ว่าเธอรู้อะไรเพิ่มขึ้น  
บ้าง ถ้าเธอสังเกตมากพอ จะเห็นว่าไม่ได้มีแต่ลมหายใจให้รู้อย่างเดียว

ผมได้แต่ดูลมหายใจอย่างเคร่งครัด ลึมนึกถึงคำสั่งสุดท้ายของอาจารย์ แต่ถึงจำได้ ผมก็ไม่  
ทราบจะดูอะไร

สองชั่วโมงก่อนเธอเป็นทุกข์หรือเป็นสุข?

เป็นสุขกว่านี้ครับ เมื่อครูใหญ่ผมไม่เคร่งเครียดเพราะตั้งใจเฝ้าดูลมหายใจเท่านั้น

แล้วขณะนี้ ระหว่างลมหายใจกับความทุกข์ อันไหนปรากฏชัดกับใจเธอมากกว่า  
กัน?

ความทุกข์ครับ

แปลว่าเธอพลาดมาเสียสองชั่วโมง ไม่ได้รู้อะไรที่ควรรู้เพิ่มเติมเลย เพียงถ้ารู้ว่า เป็นทุกข์ ยอมรับว่าเป็นทุกข์มาสองชั่วโมง ก็นับว่าเธอได้รู้เพิ่มมากแล้ว

แปลว่าเมื่อรู้ทุกข์ ผมต้องทิ้งลมหายใจหรือ?

ไม่ใช่อย่างนั้น เมื่อไรรู้สึกหนัก ๆ เป็นทุกข์อยู่ข้างใน ให้ระลึกว่ากำลังยึดอัดด้วยลมหายใจสั้น ๆ ไม่เป็นธรรมชาติ เมื่อไรรู้สึกเบา ๆ เป็นสุขอยู่ข้างใน ให้ระลึกว่ากำลังสบายด้วยลมหายใจยาว ๆ ที่ควร การรู้ลมหายใจอย่างถูกต้องเพียงอย่างเดียว จะนำไปสู่การเห็นทุกสิ่ง ที่ผูกโยงอยู่กับมัน ไม่ว่าจะมีความสุขทุกข์ หรือสภาพจิตสงบกับฟังชาน

โอ! ตาสว่างแล้วครับอาจารย์ ผมเข้าใจหลักการรู้เพิ่มเติมที่ถูกต้องแล้ว

ดีมาก! สังเกตเรื่อย ๆ ณะว่าเธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นอีก

เวลาผ่านไปอีกสี่ชั่วโมง อาจารย์ก็มาเคาะประตูห้องใหม่

เธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นบ้าง?

ผะ... ผม เอ่อ... หลายชั่วโมงที่ผ่านมาสับสนไปหมดเลยครับอาจารย์ พอรู้ว่าเครียด รู้ว่า เป็นทุกข์ ผมก็ลืมนลมหายใจ พอรู้ลมหายใจ ก็ลืมนดูว่ากำลังยึดอัดหรือสบาย ผมกังวลอยู่แต่ว่าจะรู้ ทั้งลมหายใจทั้งสุขทุกข์ได้อย่างไร

ที่ผ่านมาเธอสับสน และตอนนี้เธอก็ยังสับสนอยู่ใช่ไหม?

ใช่แล้วครับอาจารย์

ระหว่างลมหายใจ ความทุกข์ กับความสับสน อันไหนเด่นกว่ากัน?

ความสับสนครับ

แปลว่าเธอพลาดมาเสียสี่ชั่วโมง ไม่ได้รู้อะไรที่ควรรู้เพิ่มเติมเลย เพียงถ้ารู้ว่า สับสน ยอมรับว่าสับสนมาสี่ชั่วโมง ก็นับว่าเธอได้รู้เพิ่มเติมมากแล้ว

โอ! ตาสว่างอีกแล้วครับอาจารย์ ผมเข้าใจหลักการรู้เพิ่มเติมที่ถูกต้องแล้ว

**ดีมาก! สังเกตเรื่อย ๆ ว่าจะรู้ว่าเธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นอีก**

เวลาผ่านไปหนึ่งวัน อาจารย์ก็มาเคาะประตูห้องใหม่

**เธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นบ้าง?**

ผมคงเป็นลูกศิษย์ที่ไม่เอาไหนแน่ ๆ ครับอาจารย์ ตอนที่อาจารย์พูดจะเหมือนง่าย แต่พออาจารย์ไปแล้ว ผมก็บอกไม่ถูกเลยว่าเห็นอะไร รู้อะไรบ้าง ทุกอย่างสับสนเวียนเปลี่ยนแปลงมั่วไปหมด

**ที่ผ่านมามีเธอเหมือนขาดสติ และตอนนี้เธอก็ยังเหมือนขาดสติเป็นห้วง ๆ อยู่ใช่ไหม?**

ใช่แล้วครับอาจารย์

แปลว่าเธอพลาดมาเสียหนึ่งวัน ไม่ได้รู้อะไรที่ควรรู้เพิ่มเติมเลย เพียงถ้ารู้ตัวว่าขาดสติบ่อย ยอมรับว่าขาดสติบ่อยมาหนึ่งวัน ก็นับว่าเธอได้รู้เพิ่มเติมมากแล้ว

อ้อ... คิดว่าพอเข้าใจละครับอาจารย์ แฮ่! ดูความจริงเกี่ยวกับตัวเองมันยากเหลือเกิน แต่ผมก็จะพยายามต่อไป

**ดีมาก! สังเกตเรื่อย ๆ ว่าจะรู้ว่าเธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นอีก**

เวลาผ่านไปสองวัน อาจารย์ก็มาเคาะประตูห้องใหม่

**เธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นบ้าง?**

ผมรู้ว่าผมท้อใจบ่อย ๆ ขาดสติบ่อย ๆ เดียวก็รู้ลมหายใจ เดียวก็รู้ว่าทุกข์ เดียวก็รู้ว่าสบายใจขึ้น เดียวก็รู้ว่าไม่แน่ใจในการปฏิบัติ เดียวก็รู้ว่าเชื่อมั่นอย่างเต็มที่ เมื่อรู้อะไรได้แค่ประเด็นๆ ประเด็นๆ ก็เหมือนไม่รู้อะไรจริงเลยสักอย่าง แม้สิ่งนั้นจะเกิดขึ้นกับตัวเอง เกิดขึ้นกับกายใจที่เชื่อมาตลอดว่าเป็นของตัวเอง

**นั่นแหละ! สองวันที่ผ่านมา ความรู้เพิ่มเติมของเธอมีค่ามาก ประการแรกเธอเห็นความไม่เที่ยงของทุกสิ่งที่เธอรู้ ประการที่สองเธอพบว่าตัวเองไม่รู้อะไรเลยสักอย่างทั้งหมดนั่นแหละจะทำให้เธอปล่อยวางได้อย่างดี**

แต่ผมไม่รู้สึคดี และไม่รู้สึกปล่อยวางเลยสักนิด

เธอรู้ไหมที่กำลังปรากฏเดี๋ยวนี้ คือความไม่รู้สีกว่าดี ไม่รู้สีกว่าปล่อยวาง?

เพิ่งรู้เดี๋ยวนี้เองครับ!

ตอบเสร็จรู้สึกดี รู้สึกปล่อยวางลงบ้างแล้วใช่ไหม?

ใช่ครับ!

รู้ไหมว่าทำไม?

เพราะผมเลิกอยากรู้สึกดี เลิกยึดว่าต้องปล่อยวางครับ

ดีมาก! สังเกตเรื่อย ๆ ณะว่าเธอรู้อะไรเพิ่มขึ้นอีก

### **การปฏิบัติธรรม**

คือการรู้เห็นธรรมชาติเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

และสำคัญผัดน้อยลงเรื่อย ๆ

ไม่ใช่เจออะไรดีขึ้นเรื่อย ๆ