



ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

Free Online Magazine

ฉบับที่ ๐๒๑
๒๖ ก.ค. ๕๐

ธรรมะสำหรับคนยุคใหม่ ที่อยู่ใกล้แค่เอื้อม

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

เตรียมเสปียงไว้เลี้ยงตัว

ที่มีบางท่านกล่าวถึงโทษ
ของการกราบไหว้พระพุทธรูป
จริงเท็จเป็นอย่างไร?

หน้า ๑๗

ไดอารี่หมอดู

การชดใช้กรรม ไม่ใช่การกัมหน้า
ยอมรับชะตากรรมอย่างไม่มีข้อแม้
หากรู้จักความพอดี

หน้า ๓๐

เรื่องสั้นอิงธรรมะ

ค้นพบอิสระจากความพยายบาท
และอิสระจากความชิงชัง
ใน ความรัก เมตตา ความจริง

หน้า ๑๑

ธรรมะจากพระผู้รู้ ๑๐

เตรียมเสบียงไว้เลี้ยงตัว ๑๗

ได้อาริหมอดู ๓๑

กวีธรรม ๓๖
► ทางสายนี้ ► ผู้...ที่ไม่เคยผิด ► ดอกสร้อยร้อยผกา

คำคมชวนคิด ๓๗

สัพเพหะระธรรม ๔๑
► อยากได้ดีแบบหมาง่าย

ธรรมะจากคนสู้กิเลส ๔๓
► จดหมายจากภูผาเหล็ก ฉบับ ๑๒

ของฝากจากหมอ ๔๕
► บทพิสูจน์รักแท้

แง่คิดจากหนัง ๕๑
► Hello God — ตามหาความสุข
► The Sixth Sense — ขอเพียงเข้าใจ

เรื่องสั้นอิงธรรมะ ๖๑
► ความรัก เมตตา ความจริง

ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

ที่ปรึกษาและผู้จุดประกาย: ศรินย์ โมตรีเวช

หัวหน้าบรรณาธิการ

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

คำคมชวนคิด: ศิราภรณ์ อภิรัฐ
สัพเพหะระธรรม: ชนินทร์ อารีหนู
ธรรมะจากคนสู้กิเลส: พรราวพรรณราย
มัลลิกะมาสย์ ทองเลียมผาสุก

ของฝากจากหมอ: พริม ทัพวงศ์
แง่คิดจากหนัง: เกสรา เดิมสินวานิช
นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ: สุปราณี วอง
เที่ยววัด: เกสรา เดิมสินวานิช

ธรรมะปฏิบัติ: ชนินทร์ อารีหนู
ธรรมะกับโลฟโต้: ศศานันท์ จารุพนผล

กองบรรณาธิการ: กนกเรชา ฤทธวารักษ์

กานต์พัทธ์ รัชพันธุ์ • จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ
ชนินทร์ อารีหนู • ณัฐชยา บุญมานันท์
ณัฐธิดา ปันตานนท์ • ณัฐพร สกุลอุทัยศักดิ์
ปรียาภรณ์ เจริญบุตร • ปิยะมณฑล ไซติกเสถียร
พรราวพรรณราย มัลลิกะมาสย์ ทองเลียมผาสุก
พรหมเนตร สมรักษ์ • พิจิตรา ไตรวิชัย
พิทา จารุพนผล • พริยสร์ อุบลวัตร
มยุรฉัตร พงษ์ผาตินันท์ • เมธี ตั้งตรงจิตร
เยาวลักษณ์ เกิดปราโมทย์ • วรางคณา บุตรดี
วิมล ถาวรวิภาส • วิมุตติยา นิวาตังบกษ
ศศานันท์ จารุพนผล • ศศิธร ศิวะนันท์ทากรณ์
ศิราภรณ์ อภิรัฐ • สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์
สารินี สาณะเสน • สิทธินันท์ ชนะรัตน์
สุปราณี วอง • อนัญญา ยิ่งชล
อนัญญา เรื่องมา • อมรา ตั้งบริบูรณ์รัตน์
อัจฉนา ผลานุวัตร

ฝ่ายรวบรวมบทความ: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

ฝ่ายสื่อสารเสียงอ่านนิตยสาร: อนุสรณ์ ตรีโสภา

ฝ่ายสื่อเว็บไซต์: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

โพลิน ลายสนิทเสิร์ก • กฤษฎ์ อักษรวงศ์

ฝ่ายสื่อ Word: พริยสร์ อุบลวัตร

ฝ่ายสื่อ PDF: บุญยศักดิ์ อีรวงศ์กิจ

เกียรติภูมิ จารุเสน • จรรยาณี วิสุทธิกุลพาณิชย์

โยธิน มรกตอมพร • วรณรักษ์ ปัญจขวัพร

ฝ่ายระบบ Send mail: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

และทีมงานอาสาท่านอื่นๆ อีกจำนวนมาก

ท่านสามารถรับนิตยสารฉบับนี้ได้
ในรูปแบบ เสียงอ่าน • Word

สวัสดีค่ะ

ช่วงนี้ ฤดูกาลแห่งสายฝนหอบเอาความชุ่มฉ่ำมาฝากไม่เว้นแต่ละวันเลยนะคะ บางวันที่พายุลง ก็น้ำกัลลวขนาดพัดเอาป้ายโฆษณาใหญ่ ๆ ปลิวหลุดลงมาได้เลย แต่บางวัน ก็โปรยปรายลงมาเพียงให้พอชุ่มฉ่ำ เฉาะเฉาะ และรถติดเล่นอย่างนั้นเอง :)

มีเพลงหลายเพลง ที่เปรียบเปรยยามฝนมาฟ้าครี๊ມว่าเหมือนกับชีวิตยามทุกข์ บ้างก็เรียกฝนว่าน้ำตาฟ้า แหงนหน้ามองเห็นสายฝนที่ตกลงมาอย่างไม่ลืมหูลืมตาแล้ว ก็นึกถึงคำพูดของครูบาอาจารย์ที่ท่านเคยพูดให้ฟังเสมอ ๆ นะคะว่า

“น้ำตาที่หลั่งออกมาในแต่ละชาติตลอดการเวียนว่ายตายเกิดของเรานั้น รวมกันแล้วมากกว่าน้ำในมหาสมุทรเสียอีก”

โอโฮ... แปลว่า ปริมาณน้ำฝนที่เราเห็นกระหน่ำ ๆ ลงมาอย่างไม่ลืมหูลืมตานี้ ยังเทียบไม่ได้กับเพียงเศษเสี้ยวของน้ำตาทั้งหมดที่หลั่งริน ด้วยความโศกเศร้าครั้งแล้วครั้งเล่าผ่านจำนวนนับชาติไม่ถ้วนเลยนะคะ ในช่วงไม่กี่วันมานี้ ไม่ค่อยได้เจอ *น้ำตาฟ้า* มากนักค่ะ แต่ *น้ำตาคน* ที่มาพร้อมกับ ความโศกจากการพลัดพรากของคนรอบ ๆ ตัว มีเข้ามาให้กระทบใจอย่างจัง ๆ

เพื่อนที่สนิทที่สุดคนหนึ่ง ตัดสินใจเป็นผู้สละโลก และเดินทางเข้าวัดตลอดชีวิต

แน่นอนค่ะว่า เจ้าตัวแทบจะต้องว่ายนน้ำตาพ่อแม่ออกมาจากบ้าน

แม้ผู้เป็นบิดามารดาจะเอ่ยวาจาอนุญาตแล้ว

แต่ความผูกพันอาลัยนั้น ย่อมตัดได้ยากยิ่ง

เสียงโทรศัพท์จากผู้เป็นแม่ที่ตั้งอยู่หลายครั้งในวันสุดท้ายก่อนเข้าวัดกับเสียงร้องไห้ของแม่ ทำให้รู้สึกถึงความผูกพันที่สัมผัสและเข้าใจได้ว่า คงไม่เป็นการง่ายนัก กับการทำใจในวันที่ลูกชายกำลังเสมือนเดินทางจากผู้เป็นพ่อและแม่ไป

แต่ก็มีสิ่งที่น่าปิติอย่างหนึ่งค่ะ แม้นในท่ามกลางน้ำตา หลังจากเข้าวัดในวันแรกแล้วนั่นเอง สุดท้ายผู้เป็นแม่ก็ได้โทรมาอ่อยกับลูกชายอย่างเต็มเสียงว่า **“แม่อนุโมทนาด้วยนะ...”**

โดยส่วนตัวเองก็รู้สึกอาลัยไปด้วยค่ะ กับการที่เพื่อนสนิทที่เจอกันอยู่ทุกวันจะหายไปหนึ่งคน แต่ยังไม่ทันไร สาย ๆ วันเดียวกันนั่นเอง ก็ต้องรีบไปเยี่ยมคุณแม่ของพี่ที่สนิทกันอีกท่านหนึ่ง ซึ่งท่านนอนอยู่ที่โรงพยาบาลมาพักหนึ่งแล้ว และก็เพิ่งทราบเดี๋ยวนั้นเองว่า ถ้าไม่รีบไป ก็อาจไปไม่ทันดูใจคุณแม่ท่านในนาทีสุดท้ายเสียแล้ว...

เมื่อไปถึง ภาพแรกที่เราเห็นเมื่อเดินเข้าไปในห้องที่โรงพยาบาล คือสีหน้าและสายตาอันเศร้าหมองของญาติพี่น้อง และคนใกล้ชิดที่รายล้อมอยู่รอบเตียง ความรู้สึกอาลัยเพื่อนสนิทเมื่อสักครู่ล่มสลายหายไปทันที แทนที่ด้วยความโศกอีกอารมณ์ที่ซึมซับเข้ามาอย่างรวดเร็ว จนน้ำตาแทบจะรินล้นขอบตา...

ย้อนกลับมามองใจตัวเองทันทีที่ระลึกได้ ใจก็สงบลง ได้แต่ยืนนิ่งพร้อมกับคนอื่น ๆ อยู่อย่างนั้น แล้วมองสิ่งที่อยู่ตรงหน้าตามความเป็นจริง

นี่เอง... ทุกข์จากการพลัดพราก

นี่เอง... กฎของธรรมชาติที่ว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น สิ่งนั้นย่อมดับลงไปเป็นธรรมดา

เสียงเพลงท่อนหนึ่งของเพลง “อมตะ” ที่คุณดังตฤณเคยประพันธ์ไว้ ดังขึ้นในหัวว่า...

“เปลี่ยนแปลงลบล้างว่ามีรูปลักษณ์ แตกแปรผันกษัตริย์ที่สุดชั่วเร็วตามกัน

ชีพถูกบันดาลด้วยกรรมเก่า หมดกรรมแค่เผ่าฝั่่งพื้นดิน

สู่การคืนชนในฉากใหม่ต่อไป...”

ทุกคน แม้แต่ตัวเราเอง ก็จะต้องมีวันนี้ จะช้าหรือเร็วเท่านั้น

และทราบเท่าที่ยังหลุดไม่พ้นจากกิเลสเครื่องผูกมัดทั้งหลาย

วินาทีที่ฉากเก่าจบลง ก็จะเป็นวินาทีของฉากใหม่ที่เริ่มต้นขึ้นเสมอ

การเดินทางไม่เคยจบสิ้น... การเดินทางยังไม่จบสิ้น...

สายตาของผู้ที่กำลังจะจากไป แฝงด้วยความรู้สึกที่หลากหลาย และน้ำตาที่คลอรินหน่วยตา แหวดแห้วหา น้ำตา และมีอกุศลอันอบอุ่นของคุริก ครอบครัว ญาติพี่น้อง คนใกล้ชิดที่รายล้อม เสียงสะอึกสะอื้นของผู้เป็นแม่ที่ถูกชายหันหลังให้โลกและกำลังเดินหน้าเข้าสู่ประตูวัด ความรู้สึกอาลัยในเพื่อนสนิทที่กำลังจะพลัดห่างจากหาย ไม่ได้เจอกันแบบเดิมอีก... ฯลฯ

ความรู้สึกเหล่านี้ระดมโถมภายในใจ แล้วใจก็นึกถึงพระพุทธรองค์ขึ้นมา
...อย่างนี้เองนะคะ พระพุทธเจ้าท่านจึงทรงตรัสว่า
การพลัดพรากจากสิ่งหรือบุคคลอันเป็นที่รักนั้นเป็นทุกข์

ครั้งหนึ่งในสมัยพุทธกาล นางวิสาขา ก็ร้องไห้คร่ำครวญเช่นนั้นค่ะ
โดยเหตุแห่งความโศกเศร้าก็คือหลานสาวได้ตายลงด้วยโรคปัจจุบัน
พระพุทธเจ้าท่านจึงตรัสปลอบนางวิสาขาโดยให้พิจารณาตามว่า...

ดูกรนางวิสาขา

ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๑๐๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๑๐๐, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๙๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๙๐,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๘๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๘๐, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๗๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๗๐,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๖๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๖๐, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๕๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๕๐,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๔๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๔๐, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๓๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๓๐,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๒๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๒๐, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๑๐ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๑๐,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๙ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๙, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๘ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๘,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๗ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๗, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๖ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๖,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๕ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๕, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๔ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๔,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๓ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๓, ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๒ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๒,
ผู้ใดมีสิ่งที่รัก ๑ ผู้นั้นก็มีทุกข์ ๑

ผู้ใดไม่มีสิ่งที่รัก ผู้นั้นก็ไม่มีทุกข์

เรากล่าวว่า ผู้นั้นไม่มีความโศก ปราศจากกิเลสจตุจลีย์ ไม่มีอุปายาส ฯ

นางวิสาขาได้ฟังและพิจารณาตามดั่งนั้นแล้ว จึงคิดได้ และตัดอาลัยลงได้ในที่สุด
(จาก วิสาขาสุตร)

สิ่งที่แน่นอนอย่างหนึ่งคือ เราทุกคนต้องประสบกับการพลัดพราก
และด้วยเหตุที่เราเอาใจไปผูกไว้กับสิ่งที่รัก หรือบุคคลอันเป็นที่รัก
เราก็ย่อมต้องทุกข์เป็นธรรมดา เพราะการพลัดพรากนั้นเป็นของธรรมดาโลก

เหมือนยิ่งรักมาก ก็ยิ่งเป็นเหตุให้ต้องทุกข์มากด้วยประการต่าง ๆ
เพราะ ความรัก ที่เรารู้จักกันนั้น มักจะมาพร้อมกับ ความยึด นั่นเอง

แต่ทั้งนี้ เป็นคนละเอียดอ่อนกับการมีเมตตาณะคะ เคยฟังคุณดังตฤณพูดให้ฟังว่า
เมตตา นั้น เป็นความรักโดยอาการที่จิตปราศจากพยาบาท และปรารถนาเกื้อกูล
แต่โดยพฤติของจิตแล้ว จะไม่มีความยึดมั่นถือมั่น
คิดครอบครองเป็นเจ้าของ หรือหวงไว้เป็นของตัวเองคะ

กับเหตุการณ์ที่โรงพยาบาลในวันนั้น ต้องนับเป็นโชคดีของคุณแม่ในนาที่สุดท้ายด้วยนะคะ
ที่ครอบครัวมีโอกาสนิมนต์พระมาให้คุณแม่ได้ทำสังฆทานและถวายเพลถึงที่โรงพยาบาล

เมื่อมาถึง พระท่านได้นั่งลงข้างเตียง มองหน้าคุณแม่นิดหนึ่ง
และเอ่ยด้วยเสียงอันนุ่มนวลเปี่ยมไปด้วยเมตตาทิ้งนัยยะว่า

“ไม่ต้องกังวลอะไรนะ... เราทำมาดีแล้ว

ไม่ว่าจะเกิดอะไรข้างหน้า จำไว้นะ อย่าทิ้งพระพุทธเจ้า

มีอะไรก็พูดไว้เถอะ ท่องไว้ พุทโธ พุทโธ พุทโธ...” _/_

อาจด้วยอาณิสสและความปิติยินดีในทานครั้งสุดท้ายนั้นหรือมหัศจรรย์อันใดก็ตาม
คุณแม่... กลับฟื้นคืนแรงที่จะมีชีวิตอยู่ต่อ และยังอยู่จนถึงวันที่เขียนต้นฉบับอยู่นี้เลยคะ

ในคำพูดที่พระท่านได้กล่าวนำทางให้คุณแม่ไว้นั้น

มีวลีสำคัญอยู่วลีหนึ่ง ที่เหมือนจะบอกเราด้วยนะคะว่า

สิ่งที่จะช่วยเราอย่างยิ่งในวินาทีสุดท้าย ก็คือกรรมของเราที่ทำมาตลอดทั้งชีวิตนั่นเอง
นั่นคือ ถ้าเราสร้างเหตุที่ดีไว้แล้ว ก็ย่อมมีผลที่ดีรออยู่ข้างหน้า ไม่มีอะไรที่ต้องกังวลเลย

คุณดังตฤณเองก็เคยพูดให้ฟังไว้เมื่อนานมาแล้วคะว่า

“การเตรียมตัวตายนั้น ไม่ใช่เตรียมตัวจะตั้งท่าตายยังไป

แต่ทำตัวเป็นปกติอย่างไรต่างหาก

คือที่ทำ ๆ อยู่ทุกวันนี้แหละ คิดยังไง พูดยังไง ทำยังไง

เป็นการเตรียมตัวเปลี่ยนภพเปลี่ยนชาติ เปลี่ยนชีวิตทั้งสิ้น”

หากตลอดชีวิตนี้ไม่เคยทำ **กรรม** หรือกรรมหนัก ชนิดที่กรรมใดก็ไม่สามารถมาตรอนได้
(คือ ฆ่ามารดา ฆ่าบิดา ฆ่าพระอรหันต์ ทำร้ายพระพุทธเจ้า หรือทำให้สงฆ์แตกแยก)
และหากมิได้มี **อาสนันกรรม** อันเป็นกรรมที่กระทำหรือระลึกถึงหนักแน่นเมื่อยามใกล้ตายจริง ๆ

กรรมที่จะเป็นตัวให้ผลในยามนั้นก็คือ **อาจิณกรรม** หรือกรรมที่ทำอยู่เป็นประจำนี้ล่ะคะ คิดอย่างไร พูดอย่างไร ทำอย่างไรมาตลอดชีวิต ก็ผลจากกรรมเหล่านั้นนั่นเองที่จะรอคิวให้ผล แล้ว **กตัตตากรรม** หรือกรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ ประเภทที่ทำโดยไม่มี ความตั้งใจ หรือสักแต่ทำ จึงจะให้ผลในลำดับถัดมาเป็นลำดับสุดท้าย

ในวันนี้ที่เรายังมีลมหายใจ วันที่เรายังมีเรี่ยวมีแรง อย่าปล่อยโอกาสอันน้อยนิดนี้ให้หลุดลอยไปโดยเปล่าประโยชน์ และมานึกเสียดายเอาเมื่อวันที่ลมหายใจวาวรินเลยนะคะ

หมั่นสร้างกุศลกรรมอันดีไว้เป็นเสบียงติดตัวยามเดินทางข้ามภพข้ามชาติ
สร้างอาจิณกรรมอันประกอบด้วย ทาน ศีล และภาวนา ให้เป็นนิสัย

เราบังคับฝืนก่อนนอนไม่ได้ฉันใด เราก้บังคับฝืนครั้งสุดท้ายก่อนตายไม่ได้ฉันนั้น
เรารู้แต่ว่า ถ้าวันนี้เรามีความสุข เราจะฝันดี ถ้าวันนี้เราทำเรื่องไม่ดี มีความกังวล เราก้จะฝันร้าย
เช่นกัน ณ วินาทีแห่งความตาย เราจะบังคับให้ตัวเองคิดดี มีปิติ ระลึกถึงบุญกุศล
ระลึกถึงพระรัตนตรัย เพื่อหวังที่จะไปสู่คติภูมิในชั่วเดี่ยวนั้น ย่อมเป็นไปได้เลย
เราทำได้เพียงหมั่นสร้างเหตุในทางกุศลไว้เรื่อย ๆ
เพื่อที่จิตจะได้คุ้นเคยและระลึกถึงในวินาทีสุดท้ายเท่านั้น

ความตายอาจไม่ได้อยู่ไกลตัวอย่างที่คิดนะคะ

พรุ่งนี้ อาจเป็นเรา

เร่งหมั่นทำทาน รักษาศีลให้เป็นนิสัย และโดยเฉพาะหมั่นเจริญสติระลึกกายรู้ใจ
เท่าที่จะทำได้ในทุกขณะที่ยังมีลมหายใจเกิดนะคะ

เพราะเมื่อเจริญสติอยู่เนือง ๆ จนวันหนึ่งเห็นความเป็นจริงของกายของใจแล้ว
ความสุขเย็นอันเกิดจากการเป็นอิสระจากพันธนาการทางจิตใจและเครื่องเศร้าหมองทั้งปวง
จะมีให้เราประจักษ์ได้ตั้งแต่วินาทีนี้ วินาทีเดียวนี้ ตรงหน้า
โดยไม่ต้องรอจนวินาทีสุดท้ายของชีวิตหรือกระทั่งภพหน้าชาติไหนเลยล่ะ...

สำหรับฉบับนี้ เรามีเรื่องสั้นที่ได้รับรางวัลจาก “บัณฑิตธรรม ไรเตอร์ อวอร์ด” (BWA)
ซึ่งจัดโดยเว็บลานธรรมเสวนาเมื่อปี ๒๕๕๙ มาฝากกันคะ

หลายคนต้องเผชิญกับวินาทีสุดท้ายของชีวิตอย่างเสียไม่ได้
แต่อีกหลายคนกลับเลือกที่จะตัดช่อกน้อยแต่พอตัว ทั้งที่ชีวิตยังดำเนินมาเพียงน้อย
ติดตามเรื่องราวของลัดดา สาวน้อยที่มีแต่ทุกขวิงวุ่นอยู่ในจิตใจจนหาทางออกอื่นไม่ได้
กับเรื่อง **ความรัก เมตตา ความจริง** โดย **คุณปุ่นบ๊อง**
คุณะคะว่าเธอจะลงเอยอย่างไร

ส่วน สัพเพพระธรรม **คุณมนสิการ** ตั้งชื่อเรื่องไว่น่าสนใจว่า **อยากได้ดีแบบหมาจ๋า**
เออหนอ... ถ้าทำความดีแบบหมาจ๋าได้ก็คงดีไม่น้อย
คุณมนสิการเธอเห็นอะไร และหมาจ๋าความดีกันอย่างไร
ต้องลองพลิกไปฟังข้อเคล็ดเกร็ดธรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ จากเธอกันดูค่ะ

และสำหรับค่อนึง พลัดไม่ได้เช่นเคยกับ **แ่งคิดจากหนัง**
กับฝีมือถ่ายทอดโดย **คุณชลนิล** ซึ่งครั้งนี้เขียนมาให้เราได้อ่านกันถึงสองเรื่องค่ะ
เรื่องแรก **Hello God – ตามหาความสุข**
และเรื่องที่สอง **The Sixth Sense – ขอเพียงเข้าใจ**
ทั้งอ่านสนุกและได้ข้อคิดทางธรรม นำไปประยุกต์ใช้ได้อย่างคมคายเช่นเคย
มีคนกระซิบมาด้วยว่า เรื่องแรกนั้น เขยยกนิ้วโป้งให้สองมือ (two thumbs up)
เลยนะคะ :)

ฉบับที่แล้ว เราได้นำเอา **กรรมพยากรณ์ ตอน ชนะกรรม ภาคการ์ตูน**
มาฝากคุณผู้อ่านกันเป็นน้ำจิ้มไปแล้ว และก็ได้รับความคิดเห็นต่าง ๆ เข้ามามากมายเลย
มีคุณผู้อ่านไม่น้อยเลยนะคะ ที่พูดถึงบุคลิกและหน้าตาของนางเอก “ณชะเล”
ว่านึกว่าเธอน่าจะเป็นอย่างนั้น น่าจะเป็นอย่างนี้... :)

ฉบับนี้ ผู้เขียนการ์ตูนเลยลองวาดภาพของสาวน้อยคนนี้มาให้ดูกันใหม่เพิ่มเติมค่ะ
ลายเส้นที่แสดงความเป็นตัวตนของ “น้องทราย” จะใช้บุคลิกหน้าตาตัวตน
อย่างที่คุณผู้อ่านจินตนาการไว้หรือไม่ ลองแวะเข้าไปชมกันดูนะคะ :)
<http://dungtrin.com/forum/viewtopic.php?f=3&t=1586>

แล้วอีกสองสัปดาห์ กลับมาพบกันใหม่
พร้อมกับการประกาศผลบทความที่ผ่านการคัดเลือกในหัวข้อ “พระคุณแม่” ด้วยค่ะ

ระหว่างนี้ คุณผู้อ่านมีอะไรอยากจะคุยแก้เหงา (ให้ทีมงานเรา) :)

ก็แวะมาคุยกันได้ที่กระดานสนทนาแห่งเดิมที่นี้แหละ

<http://www.dungtrin.com/forum>

ขอให้ทุกท่านมีความสุขแม้ในยามฝนพรำนะคะ :)

กลางชล

สารบัญ ↩



ถาม: อยากทราบหลักการของวิปัสสนาค่ะ

หลักการของวิปัสสนาจริงๆ ให้รู้รูปนาม รู้กาย รู้ใจ ตามความเป็นจริง ตามที่มันเป็น อย่าเข้าไปดัดแปลงมัน แล้วเรากอยรู้เรื่อยๆ รู้ไปเรื่อยๆ นะ ถึงวันหนึ่ง ใจมันก็แข็งแรงขึ้นมา มันจะรวมเข้าไป แล้วก็ตัดสินของตัวมันเอง เราจะเห็นเลย ว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่ผ่านเข้ามาให้จิตรับรู้ เป็นของชั่วคราวทั้งหมด ความสุขก็ชั่วคราว ความทุกข์ก็ชั่วคราว กุศล อกุศล แต่ละตัวๆ ชั่วคราวทั้งหมด ร่างกายเรา เราก็รู้สีกนะ ร่างกายนี้ก็ของอาศัยชั่วคราว อะไรๆ ในชีวิตคือของชั่วคราวทั้งหมด การที่เราเห็นว่าขันธห้ากายใจของเราเป็นของชั่วคราว เกิดแล้วก็ดับไป ตัวนี้เรียกว่า ‘ธรรมะ’

คำว่า ‘ธรรมะ’ ไม่ใช่อะไรที่ลึกลับหรอก ธรรมะก็คือการที่เราเข้าถึงความจริงของชีวิตที่ว่า ร่างกายนี้ จิตใจนี้ จริงๆ แล้วมันไม่ใช่ตัวเรา นี่เราจะรู้สึกว่ามีตัวเราอยู่ตลอดเวลา เราวันนี้กับเราเมื่อวาน หรือเราวันนี้กับเราตอนเด็กๆ ก็คนเดิม ทางร่างกายเราอาจจะรู้สึกได้ว่าไม่ใช่คนเดิม แต่ทางจิตใจเราจะรู้สึกว่าเป็นคนเดิม อย่างในนี้ ในตัวเรานี้ มีตัวเราอยู่คนหนึ่ง รู้สึกไหมพวกเรา มีเราอยู่คนหนึ่ง เราเดี๋ยวนี้กับเราตอนเด็กๆ ก็รู้สึกว่าเป็นคนเก่าอยู่นั่นเอง เราต้องคอยรู้ความเปลี่ยนแปลงของจิตไปเรื่อยๆ ในที่สุด เราจะรู้ว่า จิตเองก็มีธรรมชาติที่เกิดแล้วก็ดับ เกิดแล้วก็ดับนะ เกิดแล้วดับไป เกิดแล้วดับไป ไม่ใช่ตัวเดิมหรอก ถ้าเข้าใจอย่างนี้ ก็เรียกว่า เราเข้าใจธรรมะ

ทีนี้ วิธีฝึกที่จะให้เห็นอย่างนี้ได้ ก็ต้องฝึกเจริญสติ

ใครเคยทำกรรมฐานอะไรก็ทำอย่างนั้นต่อไป ใครเคยหัดพุทโธ ก็พุทโธต่อไป

ใครเคยหัดรู้ลมหายใจ ก็รู้ลมหายใจต่อไป หรือใครจะดูท้องฟองยุบ ก็ดูต่อไป
อะไรก็ได้ ใครจะขยับมืออย่างสายหลวงพ่อเทียน ก็ขยับต่อไป
หลวงพ่อก็ไม่ได้เลือกกรรมฐานนะ ใครถนัดอะไรก็ใช้อันนั้น
วัดหลวงพ่อก็เลยมีเพื่อนๆ จากทุกสำนักนะ ไปกันเยอะเยอะ
เพราะว่าเราไม่ได้เลือกว่าต้องวิธีนั้น ต้องวิธีนี้

ถาม: กรรมฐานอะไรดีที่สุดคะ

หลวงพ่อบอกอย่างหนึ่ง **ไม่มีกรรมฐานอะไรที่ดีที่สุดหรอก**
มันมีแต่กรรมฐานที่เหมาะสมกับเราแต่ละคน แต่ละคนเหมาะไม่เหมือนกัน
บางคนถนัดเดินก็เดินเอา บางคนถนัดนั่งก็นั่งเอา บางคนถนัดรู้ลมหายใจก็รู้
บางคนถนัดจะไปรู้ท้องฟองยุบก็รู้ไป อะไรก็ได้
ขอให้มันเป็นกรรมฐานที่เนื่องด้วยกายด้วยใจของตนเองเท่านั้นก็พอแล้ว
กรรมฐานอะไรที่ไม่เนื่องด้วยกายด้วยใจก็อย่าไปทำมัน
มันอ้อมค้อมเสียเวลา มันจะได้แต่สมณะ
เพราะวิปัสสนา **สุดท้ายต้องมารู้กายรู้ใจตัวเอง**
จนเห็นว่ามันไม่เที่ยง เป็นอนัตตา นี่ถึงจะเรียกวิปัสสนา

อย่างถ้าเราไปนั่งเพ่งไฟ เพ่งเทียน เพ่งอะไรอย่างนี้ มันไม่เกี่ยวกับกายกับใจเรา
ก็กลับมาดูกายดูใจ ลำบากนิดหนึ่ง แต่ถ้ากลับเป็นก็กลับได้เหมือนกันนะ
เช่น ดูไฟไป ดูเทียนไป เพ่งกลิ่น จิตใจสงบขึ้นมาก็รู้ จิตใจมีปิติก็รู้
นี่กลับมารู้จิตอย่างนี้ ก็พอไปได้เหมือนกัน
หากกรรมฐานส่วนใหญ่ที่พวกเราทำกันทุกวันนี้เป็นกรรมฐานที่เนื่องด้วยกายด้วยใจ
เราก็อำนาจของเราต่อไป
แต่ทำไปเพื่ออะไร พวกเราหลายคนอาจจะสงสัย
เราก็อำนาจมาแล้ว มันก็วนอยู่ที่เดิม
เพราะอะไรถึงวนอยู่ที่เดิม เพราะสติตัวจริงไม่เกิดขึ้น
คนในโลกนี้มีสติจริงๆ นี่นับตัวได้เลยนะ หลวงพ่อกล้าทำเลย

คนในโลกนี้ ส่วนมาก เกือบทั้งหมด เกือบร้อยละร้อย
ไม่เคยรู้สึกตัวเลย ไม่เคยรู้สึกตัวอย่างแท้จริง
เราตื่นขึ้นมาเฉพาะตัว เฉพาะร่างกายของเรา แต่จิตของเราไม่ตื่นขึ้นมา
พอตื่น ร่างกายตื่นขึ้นมา จิตก็ไหลเข้าไปแล้ว ไปอยู่ในโลกของความคิดตลอดเวลา
เราไปอยู่ในโลกของความคิดนะ ความคิดไม่ใช่ความจริง
เพราะฉะนั้น เราไม่เคยรู้ของจริง คือไม่เคยรู้กายรู้ใจตัวเองได้เลย
เราแม้แต่รู้ความคิด รู้เรื่องราวที่คิด แต่สติจริงๆ ไม่เกิดขึ้นมา
วิธีที่จะให้สติเกิด เราต้องรู้ก่อนว่า สติเป็นอนัตตา ไม่มีใครสั่งให้สติเกิดได้
ต้องเข้าใจตรงนี้ก่อนนะ ใครก็สั่งสติให้เกิดไม่ได้
เพราะสติเป็นอนัตตา เช่นเดียวกันขั้นห้าอื่นๆ นั่นเอง

ถาม: หลวงพ่อบอกว่าสติเป็นอนัตตา ไม่มีใครสั่งให้สติเกิดได้ แล้วสติเกิดขึ้นได้อย่างไร

ถ้ามีเหตุ สติถึงจะเกิด เหตุที่ทำให้สติเกิด คือการที่จิตเราจำสภาวะได้
เช่น มันจำได้ว่าผลออกไปเป็นยังไง พอใจเราผลอวบไปนึ้นะ สติจะเกิดเอง
มันจะระลึกขึ้นได้ว่า อ้อ...ผลออกไปแล้ว
สติเป็นความระลึกได้นะ สติไม่ได้แปลว่ากำหนด
ในพระไตรปิฎกแปล ‘สติ’ ว่า ‘ความระลึกได้’
ความระลึกได้ไม่ใช่กำหนดนะ คนละเรื่องกันเลย
ทุกวันนี้เราชอบกำหนด ไปรู้ลมหายใจ เราก็ไปกำหนดลมหายใจ
ไปรู้พุทโธ กำหนดพุทโธ รู้เท่า กำหนดเท่า
รู้มือ กำหนดมือ ไปรู้ท้อง เรากำหนดท้อง
กำหนดนี้ไม่ใช่การเจริญสติ กำหนดเป็นการเพ่งเอาไว
เอาใจไปแนบอยู่กับลมหายใจ ได้สมณะ
ใจไปแนบไว้ที่ท้องอันเดียว ได้สมณะ

สติ เกิดจากการจำสภาวะได้
เพราะฉะนั้น หน้าที่เรา หัดจำสภาวะ

พอจิตจำสภาวะได้แล้ว พอสภาวะนั้นเกิด สติจะเกิดเอง

เพราะฉะนั้น ถ้าจะเรียนธรรมะกับหลวงพ่

หลวงพ่เฉลยเลย หลวงพ่สอนให้พวกเรารู้จักตัวสภาวะธรรม นั้นเอง

โดยเฉพาะสภาวะธรรมทางใจ เป็นของดูง่าย

สภาวะธรรมทางกายดูยากนะ พวกเราชอบนึกว่าดูกายง่าย

คนที่จะดูกายได้ดีต้องมีการทำสมาธิหนุนหลัง

เพราะฉะนั้น ครูบาอาจารย์วัดป่าไม่ทิ้งสมาธินะ

ถ้าทิ้งสมาธิแล้วหายใจท้องเลย ถ้าจะเดินแนวของครูบาอาจารย์วัดป่า ต้องทำสมาธิ

พอทำสมาธิจนจิตตั้งมั่นเป็นหนึ่ง เป็นผู้รู้ผู้ดู

ไม่ใช่ทำสมาธิเพื่อให้เกิดนิมิตด้วยนะ รุนหลังๆ ไปหลงนิมิตกันมากขึ้นๆ

เราทำสมาธิเพื่อให้จิตมันตั้งมั่น มีสติต่างหากละ มีสติ มีใจที่ตั้งมั่น

และจะสามารถเห็นได้ว่า กายไม่ใช่ตัวเรา เห็นทันทีนะ ว่ากายไม่ใช่ตัวเรา

เพราะฉะนั้น การจะทำกรรมฐานที่รู้กายค่อนข้างยากนิดหนึ่ง

ถ้าใจไม่ตั้งมั่นพอจะเห็นไม่ได้จริง จะได้แต่ไปเพ่งกายนิ่งๆ ไว้

จะเกิดปัญญายากนิดหนึ่ง

ส่วนการดูจิตใจ มันเหมาะสำหรับคนที่ทำมานานไม่เป็น

เหมาะกับคนเมือง คนที่คิดทั้งวัน จิตใจมีแต่ความฟุ้งซ่าน

ถ้าจิตใจฟุ้งซ่าน เราก็ดูความรู้สึกของเราไป หัดไปเรื่อยๆ

จิตใจฟุ้งซ่าน เรารู้ว่าฟุ้งซ่าน อย่างนี้ก็เรียกว่าทำกรรมฐานแล้ว

ทีนี้ ก่อนที่เราจะรู้ว่าจิตใจฟุ้งซ่านได้ เราก็ดูต้องหัดก่อน

เบื้องต้นทำกรรมฐานอันใดอันหนึ่งที่เราเคยทำ

พุทโธก็ได้ หายใจก็ได้ ดูท้องก็ได้ ดูมือก็ได้ ทำไป

ทำแล้วหัดสังเกตสภาวะ ไม่ใช่ทำให้ใจนิ่งลูกเดียวนะ

พวกเราหลายคนทำแล้วก็น้อมใจเพื่อจะให้มันนิ่ง ใจที่นิ่งมันไม่เกิดปัญญานะ

มันคนละเรื่องกัน มันเป็นที่พักผ่อนเฉยๆ

สมมติเราพุทโธๆ หรือเรารู้ลมหายใจ เราก็อายใจของเราไป

พอใจของเราแอบไปคิด เคยหายใจใช้ไหม

ถ้าเคยฝึกลมหายใจ เราจะรู้เลยว่า หายใจแป๊บเดียว ใจจะหนีไปคิดแล้ว
ให้เรารู้ทันนะ ว่าใจหนีไปคิดแล้ว ไม่ห้ามมันนะ ไม่ตำหนิตัวคนเดียว
ใจหนีไปคิด รู้ว่าใจหนีไปคิด มารู้ลมหายใจต่อไป
ประเดี๋ยวหนึ่ง ใจจะเข้าไปเพ่งที่ลมหายใจ
ไปเกาะนิ่งๆ ไว้กับลมหายใจ เรารู้ทันใจว่าไปเกาะนิ่งๆ อยู่ที่ลมหายใจแล้ว
หายใจไปเรื่อยๆ วันนี้ไม่ยอมสงบเลย จิตใจเราฟุ้งซ่าน รู้ว่าฟุ้งซ่าน
หัดรู้สภาวะ สภาวะฟุ้งซ่านเกิดขึ้นเรารู้ทัน หายใจไปเรื่อยๆ
ใจเรามีปิติ มีความสุข รู้ว่ามีปิติ รู้ว่ามีความสุข
เพราะฉะนั้น เราหายใจไปเรื่อยๆ เรารู้จิตรู้ใจของเรา
ในที่สุด เราจะรู้จักสภาวะตั้งมากมาย

คนไหนฝึกดูท้องพองยุบ ดูท้องพองยุบไป
ดูท้องพองยุบสักพักหนึ่ง จิตจะหนีไปคิด รู้ว่าจิตหนีไปคิด
ดูท้องพองยุบไป จิตเข้าไปเพ่งนิ่งๆ อยู่ที่ท้อง รู้ว่าจิตเข้าไปเพ่งอยู่ที่ท้อง
ดูท้องพองยุบไป จิตใจฟุ้งซ่าน รู้ว่าฟุ้งซ่าน
จิตใจสงบ รู้ว่าสงบ มีปิติ มีความสุข รู้ว่ามีปิติ รู้ว่ามีความสุข
หายใจไปแล้ว จิตใจเป็นอย่างไร คอยรู้ว่าเป็นอย่างนั้นนะ
ดูท้องไป ท้องก็กระเพื่อมไปตามจังหวะการหายใจของเรา

คนไหนขยับมือ อย่างสายหลวงพ่อบิณฑบาตสอนขยับมือ
หลวงพ่อบิณฑบาตเป็นพระที่ดีที่สุดองค์หนึ่งนะ คำสอนของท่านเฉียบขาดมาก
ท่านสอนให้ขยับ ให้ขยับเพื่ออะไร เพื่อจะรู้สึกตัว ไม่ใช่ขยับเพื่อจะขยับนะ
ขยับเพื่อจะรู้สึกตัว หลักอันนี้ใช้ได้หมดเลย
หายใจก็เพื่อรู้สึกตัว ดูท้องพองยุบก็เพื่อให้รู้สึกตัว
ให้รู้เท่าทันกาย รู้เท่าทันใจของเรานั้นเอง
ทีนี้ ถ้าเราขยับไป จิตหนีไปคิด รู้ว่าหนีไปคิด จิตเข้าไปเพ่งอยู่ที่มือ รู้ว่าจิตไปเพ่งมือ
จิตเป็นสุข เป็นทุกข์ จิตเกิดกุศล เกิดอกุศล คอยรู้ทันไปเรื่อย รู้สภาวะไปเรื่อย
การที่เราคอยรู้สภาวะเรื่อยๆ หัดตามรู้สภาวะเรื่อยๆ มันทำให้จิตของเรารู้จักสภาวะ
มันจำสภาวะได้แม่นยำขึ้นๆ

คนที่ฝึกตามวิธีที่หลวงพ่อบอก ประมาณเดือนนึง สติก็จะเกิด
โดยทั่วๆ ไป บางคนมาฟังหลวงพ่อสองวัน สามวัน หนๆ ฟังนะ ฟังไม่รู้เรื่องก็ทนฟังไป
สองวันสามวัน สติเกิดขึ้นมาแล้วก็มี เพราะอะไร เพราะไปหัดรู้สภาวะ
ถ้าฟังแล้วไม่ไปหัดรู้สภาวะนะ ก็ไม่ได้อะไร เดียวก็ลืมนะ
เดือนหน้ามาฟังอีก มันก็อยู่ที่เก่านั้นแหละ
หาอะไรพัฒนาไม่ได้ แต่ถ้าฟังแล้วไปหัดรู้สภาวะตามที่หลวงพ่อบอกนะ
ในเวลาหนึ่งเดือน จิตใจเราจะเปลี่ยนแปลงตั้งมากมาย
จิตที่ไม่เคยมีสติ จะเกิดสติขึ้นมา
จิตที่ไม่เคยตั้งมั่น ไม่เคยสงบ จะตั้งมั่น สงบขึ้นมาอัตโนมัติ อัจฉรย์มากนะ
เฉพาะฉะนั้น คอยรู้สึกไป หัดรู้สภาวะไปเรื่อยๆ

ถาม: อยากทราบข้อขัดข้อง ๗ ประการ สำหรับสำรวจตัวเองในการภาวนาค่ะ

หลวงพ่อบุตรรวมๆนะ ทุกคนนะ
เราไปติดเพ่งเข้าไปข้างในมัย หรือหลงออกไปข้างนอก
เราไปติดสุข ไปเกลียดทุกข์มัย รักสุขเกลียดทุกข์มัย
รักดีเกลียดชั่วมัย คอยสำรวจใจไปเรื่อย
เราไปติดหมู่คณะมัย ห่วงคนโน้นห่วงคนนี้
ห่วงแฟน ห่วงลูก ห่วงอะไรเงี้ย แล้วไม่ยอมภาวนา
มัวแต่ห่วงเค้าอยากให้เค้าภาวนา สัมภาวนาเอง
เป็นมัยสำรวจนะ สำรวจดูเรียกว่าติดมนุษย์
ติดมนุษย์ ภาวนาเราเนี่ย เราอยากเด่น อยากดัง อยากมีชื่อเสียงมัย
หรืออยากได้ผลประโยชน์ แอบแฝงผลประโยชน์มัย เราคอยสำรวจใจของเรา
เราภาวนานี้จิตใจเราไปแอบสร้างภพอะไรขึ้นมา
ว่างๆ นิ่งๆ ขึ้นมาอันนึง แล้วก็ไปติดอยู่ในนั้นมัย นี่เราคอยสำรวจไปนะ
เราภาวนานี้จิตของเราหลงไปกับโลกมากไปมัย
เพลิดเพลิดทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มากไปมัย นี่เรียกว่าหลงกาม
เราภาวนานี้ศีลของเราต่างพร้อมมัย

ถ้าต่างพร้อยนะเหมือนไม้ที่เนาอยู่ข้างใน ผุพังอยู่ข้างในตัวเอง
ไม่มีใครทำอะไรกล้มเองนะถึงจุดนี้ มันเนาใน

ถ้าเราไม่มีข้อขัดข้อง ๗ ประการนี้
ติดในสิ่งที่เป็ญๆ ติดข้างใน ติดข้างนอก นี่สองแล้ว
ติดมนุษย์ ติดอมนุษย์ ติดอมนุษย์อย่างชื่อเสียง ติดมนุษย์นี้ห้วงคนโน้นคนนี้
ติดเกยตื้น ไปติดในภพอันใดอันหนึ่งที่เราไปสร้างขึ้นมา
ถูกน้ำวน น้ำวนคือกาม หลงอยู่ เพลินอยู่กับโลกมัย เน้าในมัย เป็นคนทุศีลมัย

ถ้าเราสำรวจใจของเราเนะ อย่างซื่อตรง
เราไม่มี ๗ อย่างนี้ แล้วเราประกอบด้วยสัมมาทิฐิ
เรารู้ว่างานของเราคือการรู้กายรู้ใจตามความเป็นจริง
ไม่ใช่แทรกแซงกาย แทรกแซงใจเนะ
ถ้าเรารู้ว่างานของเราคือรู้กายรู้ใจตามความเป็นจริงแล้ว
จิตของเราไม่ไปขัดข้อง ๗ ประการนี้
วันหนึ่งเราจะนิพพาน

นี่ไม่ใช่หลวงพ่อบุญตนเองนะ นี่พระพุทธเจ้าสอนไว้
ที่นี้เราต้องซื่อตรงในการสำรวจตัวเอง
อะไรที่บกพร่องนะก็ต้องจัดการกับมัน อย่าไปยอมมัน
เช่น เรากาวนาแล้วเราห้วง ไอ้ เมื่อไรลูกเราจะได้กาวนาบ้าง
เอาตัวให้รอดก่อน ส่วนลูก วันหนึ่งเรามีตัวอย่างที่ดีให้ลูกดู เดียวมันก็กาวนาเองแหละ
ถ้าแม่หน้าหงิกหน้างอทั้งวันนะ บอกว่ากาวนาดี ลูกไม่เชื่อหรอก
กาวนาดีแต่แม่ดูแ่อย่างนี้ ลูกไม่เชื่อหรอก
ฉะนั้น อย่างถ้าเราห้วงคนใกล้ตัว คนใกล้ตัวนี้เราต้องมีความสุขให้เค้าเห็นให้ได้
ต้องดีให้เค้าเห็น เค้าถึงจะคล้อยตาม

พระปราโมทย์ ปาโมชฺสี

สารบัญ ←

ถาม – ที่มีอาจารย์บางท่านกล่าวถึงโทษของการกราบไหว้พระพุทธรูป และแสดงให้เห็นว่ารูปเคารพไม่ใช่แนวทางของพุทธศาสนา จริงเท็จเป็นอย่างไร?

การนำพระพุทธรูปมาตั้งแล้วกราบไหว้นั้น ถือเป็น ‘รูปแบบของการกระทำ’ อย่างหนึ่งครับ ทุกรูปแบบในโลกนี้ไม่มีถูกไม่มีผิด ไม่มีคุณหรือโทษในตัวเอง การกระทำอันเกิดขึ้นด้วยเจตนาดีหรือเจตนาร้ายต่างหาก ที่ก่อให้เกิดคุณหรือโทษ

มีพระพุทธรูปก่อให้เกิดคุณก็ได้ ถ้าใจเคารพและเป็นที่ตั้งแห่งความอ่อนน้อม และมีพระพุทธรูปจะก่อให้เกิดโทษก็ได้ ถ้าใจสำคัญว่าเป็นเพียงสินค้าหรือเครื่องมือประกอบพิธีไสยศาสตร์

ประเด็นจริงๆของการมีพระพุทธรูปนั้น ไม่สำคัญว่าเริ่มต้นขึ้นเมื่อไหร่โดยใคร แต่สำคัญที่เป็นกำลังใจ เป็นเครื่องระลึกอย่างง่ายให้คนทั่วไปได้ไหม

หากคิดตามอุดมคติว่าพุทธเราควรระลึกถึงพระมหาคุณแห่งบรมศาสดา ด้วยใจ ไม่ต้องไปสร้างรูปเคารพ อย่างมากก่ออิฐเป็นเจดีย์ก็พอ อันนี้ต้องสำรวจดูด้วยความเป็นกลาง ว่าคนส่วนใหญ่ตั้งใจระลึกถึงพระพุทธรูปด้วยกำลังที่มากพอได้หรือเปล่า คนส่วนใหญ่สามารถศึกษาพระธรรมอันลึกซึ้งในพระไตรปิฎกเพื่อให้เกิดความเห็น ‘องค์จริง’ ของพระศาสดาได้ไหม

ถ้าคำตอบคือไม่ได้ ก็ไม่ใช่จะเป็นโทษอะไรหรอกครับ หากมีพระปฏิมาไว้เป็นเครื่องระลึก เป็นกำลังใจในยามที่พระศาสดาท่านไม่อยู่แล้ว

แน่นอนว่าการมีอยู่ของพระปฏิมาย่อมมีผลข้างเคียง แต่จะหาสิ่งใดในโลกเล่า ที่มีแค่ด้านเดียวปรากฏอยู่ สรุปลงท้ายก็ด้วยความตามย่อหน้าแรกครับ ไม่มีรูปแบบใดที่เป็นคุณหรือเป็นโทษกับชีวิตเราตายตัว เจตนาที่ตั้งไว้ดีหรือร้ายต่างหาก จะเป็นเครื่องกำหนดว่าชีวิตเราอยู่ดีมีสุขหรือต้องเดือดเนื้อร้อนใจ

ถาม – รู้สึกสำนึกคุณครูบาอาจารย์ที่ท่านนำเราเข้ามารู้จักและศรัทธาพุทธศาสนา ตอนนี้เห็นชัดว่าพุทธศาสนาเป็นประตูทางออกจากวังวนทุกข์ และรู้สึกว่ามีชีวิตมีจุดหมาย ไม่เคืองคว้างอย่างแต่ก่อน อยากทราบว่าแค่ไหนถึงเรียกว่าแสดงความกตัญญูรู้คุณ ตอบแทนครูบาอาจารย์อย่างเหมาะสมแล้วค่ะ? โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเห็นได้ชัดว่าตนเองคงฝางล้อมบรรดาสาธุศิษย์เข้าไปถึงตัวท่านไม่ไหวแน่ๆ

กตัญญูคือรู้คุณ กตเวทีคือตอบแทนบุญคุณ เป็นคนละส่วนกัน อาจมาด้วยกันหรือแยกกันมา เช่น บางคนจำได้และระลึกถึงผู้มีพระคุณอยู่เสมอ แต่ไม่เคยตอบแทนใดๆเลย ส่วนบางคนไม่ยอมจดจำว่าเป็นหนี้บุญคุณใคร ทว่าพอใครทำอะไรให้ก็ตอบแทนทันทีในทางใดทางหนึ่ง

และจะว่าไปนะครับ บางทีก็เป็นเรื่องยากเหมือนกัน ที่เราจะทำได้ครบทั้งรู้คุณและตอบแทนบุญคุณ อย่างเช่น ถ้าใครไม่ได้ศึกษาธรรมจากพระไตรปิฎกโดยตรง ก็อาจผูกพันกับพระศาสดาน้อย ไม่ค่อยมีโอกาสรู้สึกถึงมหาคุณแห่งพระองค์สักเท่าไร หลายคนเข้าใจว่าธรรมะอันประเสริฐเกิดจากครูบาอาจารย์ที่ยังมีชีวิต ทั้งที่ครูบาอาจารย์ต่างก็นำคำสอนมาจากพระพุทธเจ้าด้วยกันทั้งสิ้น

หรือต่อให้ศึกษาธรรมจากพระไตรปิฎกโดยตรง ผูกพันและซาบซึ้งกับพระมหาคุณแห่งองค์ศาสดา ทurenทุรายอยากตอบแทนบุญคุณของพระองค์เป็นล้นพ้น ก็ไม่ทราบจะทำอย่างไรได้ ในเมื่อพระองค์ท่านดับขันธปรินิพพานไปนานแล้ว ไม่ปรากฏองค์จริงให้กราบไหว้หรือถวายเครื่องบูชาใดๆอีกแล้ว

การตอบแทนบุญคุณพระพุทธเจ้านั้น พระองค์ท่านตรัสไว้เป็นแนวที่ทำได้จริง แม้ในสมัยเรารับ คือท่านทรงให้ปฏิบัติธรรมเป็นบูชา การปฏิบัติธรรมนั้นก็เริ่มตั้งแต่การทำจิตดีให้เกิดขึ้น ด้วยการเปิดใจให้กว้างด้วยทาน รักษาความสะอาดของจิตด้วยศีล และที่สุดคือพรากทุกข์ออกจากจิตด้วยการเพียรเจริญสติ รู้กายรู้ใจจนเกิดภาวะแจ่มแจ้ง ว่างจากความถ้อยมั่นว่ากายใจเป็นตัวตน หากทำได้แม้วูบๆวาบๆ ก็ให้น้อมเอาจิตดีที่เกิดขึ้นนั้นถวายแทนเครื่องบูชา พระศาสดาท่านจะทรงพอพระทัยเหนือกว่าการรับเครื่องบูชาอื่นใดสิ้น เพราะตามมโนปณิธานที่ท่านทรงลำบากเล็ดตาแทบกระเด็นนับอสงไขยกับนั้น หาใช่เพื่อมารับการสรรเสริญหรือการบูชาด้วย

เครื่องหอมดอกไม้งามใดๆในชาติสุดท้าย แต่เป็นไปเพื่อขนสัตว์ออกจากวังสงสาร โดยแท้ การทำให้พระองค์ทรงสมประสงค์ ไม่เหน็ดเหนื่อยเปล่านั้นเอง จึงได้ชื่อว่าตอบแทนสูงสุด

เมื่อพระศาสดาท่านทรงให้แสดงความกตัญญูทวนเวียนต่อท่านเช่นนั้น ก็เป็นเรื่องสมควรที่คุณจะน้อมรับมาปฏิบัติต่อครูบาอาจารย์ผู้เป็นสาวกของพระองค์เช่นเดียวกัน แต่หากคุณยังปฏิบัติธรรมไม่ได้ถึงไหน ใจยังไม่รู้สึกว่าได้ดีพอจะน้อมถวายเป็นเครื่องบูชา ก็อาจทำตามธรรมเนียมนิยม ให้เกิดความสบายใจว่าเราระลึกถึงบุญคุณท่านแล้ว เราตอบแทนบุญคุณท่านแล้ว

การแสดงความกตัญญูที่ง่ายที่สุด ก็อาจแค่หาเครื่องแสดงว่าเราระลึกถึงท่าน เช่น นำรูปมาใส่กรอบกราบไหว้ เป็นต้น จะทำอะไรไม่ว่ารังเกียจทั้งนั้น ขอเพียงมีเจตน์จริง ๆ และลงมือทำจริงๆเถอะ

ขอยกตัวอย่างพระสารีบุตร ซึ่งเป็นอัครมหาสาวกผู้เลิศทางปัญญา เป็น ‘พระหัตถ์ขวา’ ของพระพุทธองค์ ท่านก็ประกาศแสดงที่มาที่ไปของท่านตลอดชีวิต ว่าเริ่มรู้จักพุทธศาสนา กระทั่งบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์องค์หนึ่งได้ ก็เพราะอาจารย์นามว่า ‘อัสสชิ’

การกล่าวเสมอๆว่าพระอัสสชิเป็นครูบาอาจารย์ ก็นับว่าแสดงให้เห็นว่าพระสารีบุตรมีความกตัญญูแล้ว จดจำผู้มีพระคุณได้แน่แล้ว แต่ยังไม่พอ ท่านยังมีพฤติกรรมในการตอบแทนที่ชัดเจนขึ้น กล่าวคือก่อนนอนจะกำหนดญาณหยั่งรู้ว่าพระอัสสชิอยู่ในทิศใด พระสารีบุตรก็จะผันศีรษะไปทางทิศนั้น (เจตนาของท่านคือ ‘เพื่อเทิดพระอัสสชิไว้เหนือศีรษะ’)

ตัวอย่างการตอบแทนผู้ชักนำให้เข้าสู่พุทธศาสนาของพระสารีบุตรนี้ ถ้ามองเผินๆ อาจดูแปลก และไม่อาจทำกันได้เป็นสากล เนื่องจากคนทั่วไปไม่อาจรู้ได้ว่าครูบาอาจารย์ของตนอยู่ทางทิศใดในแต่ละคืน หรือให้รู้ก็อาจไม่เห็นเหตุผลว่าทำไมต้องหันหัวไปทางท่าน กรณีของพระสารีบุตรนั้นอยู่ตรงที่ท่านตั้งใจเทิดอาจารย์ไว้บนศีรษะเป็นการตอบแทนบุญคุณ จึงเป็นเรื่องเฉพาะของท่าน สำเร็จประโยชน์แก่ท่านแล้ว

กับทั้งเป็นแรงบันดาลใจให้เรายากหาทางตอบแทนครูบาอาจารย์ด้วยวิธีเฉพาะตัวบ้าง

ครูบาอาจารย์ส่วนใหญ่ที่เผยแพร่พระสัทธรรมด้วยใจที่ไร้มลทิน มักมุ่งหวังให้ลูกศิษย์ช่วยกันแพร่คำสอนของพวกท่านให้กว้างไกลออกไป หรือหวังให้ลูกศิษย์ปฏิบัติธรรมเจริญก้าวหน้าตามแนวทางที่ท่านสอน ฉะนั้นถ้าคุณห้ามใจไม่ทำชั่วด้วยการระลึกว่า ‘เพราะท่านห้ามไว้อย่างนี้’ หรือหากคุณลงมือปฏิบัติธรรมด้วยการระลึกว่า ‘เพราะท่านสอนไว้อย่างนี้’ ก็ถือว่าสำเร็จทั้งรู้คุณและตอบแทนคุณแล้วครับ

ธรรมตามนุษย์เราไม่ค่อยจะมีภูมิคุ้มกันโรคเนรคุณ ส่วนใหญ่เมื่อเดือดร้อนก็ไปขอความช่วยเหลือเขา พอขอได้และเริ่มสบายขึ้นก็ติดใจ คิดอยากเรียกร้องขอโน่นขอนี่ต่ออีก บางคนพอขอไม่ได้ก็พานโกรธเกลียดผู้มีพระคุณไปเลย โทษฐานที่ไม่ทำหน้าที่ดังเคย นี่แหละ ความเห็นแก่ตัวไม่รู้จักคำว่ากตัญญูทเวทิสักเท่าไร ต่อให้บุญคุณท่วมภูเขาก็เหมือนหายไปในไม่เคยมีย ฉะนั้นขอให้อธิว่าคุณวสาสนาดีแล้ว ที่ตกมาเป็นหนึ่งในกลุ่มชนที่อยากตอบแทนคุณท่าน ไม่ใช่อยากร้องขอจากท่านต่อ

ถาม - ทราบมาว่าเหล่าอริยบุคคลท่านทราบกันได้ว่าใครถึงขั้นไหน แต่บางสำนักถึงกับกล่าวว่ามรรคผลเป็นสิ่งที่พยากรณ์ล่วงหน้าได้ คือทราบเลยว่าใครกำลังจะบรรลุธรรม ใครหมดสิทธิ์บรรลุธรรม การพยากรณ์เช่นนี้เป็นไปได้จริงหรือไม่?

ก่อนอื่นขอแก้ความเข้าใจนะครับ อริยบุคคลท่านไม่ได้ทราบเสมอไปหรอกว่าใครบรรลุธรรมขั้นไหน ถ้าอหังคารของท่านกั้นจิตไว้ใช้ดูเรื่องของตัวเองอย่างเดียว ท่านก็ไม่วีธีรู้เรื่องคนอื่นเลย ต่อให้อริยะด้วยกันมานั่งตรงหน้า ถ้าไม่คุยกัน หรือถ้าไม่มีเหตุให้ตั้งใจกำหนดดู ท่านก็อาจมองเหมือนมองคนธรรมดาคนหนึ่ง

ในคัมภีร์พุทธแสดงเรื่องการหยั่งรู้มรรคผลไว้ในอัญญสูตร ใจความโดยสรุปคือ พระพุทธเจ้ากับพระสาวกที่ได้ฌาน มีความฉลาดในการเข้าออกฌาน กับทั้งมีความฉลาดในจิตของผู้อื่น (คือมีความหยั่งรู้ที่เรียก ‘เจโตปริยญาณ’) จึงจะสามารถหยั่งรู้ได้ว่าใครสำคัญตนผิด คิดว่าตนเป็นพระอรหันต์ผู้บริสุทธิ์จากกิเลส เช่น บางคน

สำคัญผิดเพราะเกิดปรากฏการณ์ทางจิตบางอย่าง บางคนรู้รอบและตอบถูกถ้วนตลอดสายจึงผลึกคิดว่าตนบรรลุธรรมแล้ว เป็นต้น

สรุปคือแค่พระสาวกทั่วไปที่มีความฉลาดในจิตของผู้อื่น ก็ทราบได้แล้วว่าใคร ‘ไม่ใช่’ แถมเห็นทางตลอดด้วยว่าไม่ใช่เพราะสำคัญผิดด้วยใจชื้อหรือแก้งประกาศตนหวังลาภสักการะ

แต่การจะระบุว่า ‘ใครใช่’ หรือ ‘ใครกำลังจะใช่’ นั้นยากขึ้นไปอีก ผมขออธิบายโดยจำแนกไว้เพียงคร่าวเพื่อให้เห็นภาพง่ายที่สุดเพียง ๓ ข้อตามเกณฑ์ที่ว่า ‘ใครบ้างที่รู้ได้’ และ ‘เขารู้ได้อย่างไร’ ดังนี้

๑) คนธรรมดาเอาจากพฤติกรรมและความผ่องใส ประเภทนี้เสี่ยงที่จะผิดมากที่สุด เช่น อาจเป็นตนเองที่พึงธรรมมาบ้าง และพอทราบว่าจุดหมายสูงสุดของพุทธศาสนาคือการสำเร็จเป็นพระอรหันต์ หลุดพ้นจากทุกข์และกิเลสอย่างเด็ดขาด ฉะนั้นคุณก็อาจจะสวดตบอาพาหรือชมราสที่ประพุดติงาม มีความผ่องใส มีความเป็นอยู่ห่างไกลจากเรื่องโลกๆ ถ้าพบแล้วเกิดความเลื่อมใสก็อาจทึกทักว่าท่าน ‘น่าจะใช่’ หรืออย่างน้อยก็ ‘คงใกล้แล้ว’

การเอาจากการเห็นด้วยตา หรือด้วยการคบค้าสมาคมตามคนธรรมดานั้น เหล่าอริยะจริงๆ ท่านไม่ปลื้มหรือกราบ เพราะความเชื่อของปุถุชนเป็นสิ่งที่กลับไปกลับมาได้ตามอารมณ์ วันไหนพอใจก็ว่าใช่ วันไหนไม่สบอารมณ์ก็ว่าไม่มีทาง

ส่วนอริยะก็จะชอบให้คนอื่นคิดเรื่องพรรคนี้ เชื้อเรื่องพรรคนี้ คือจะเอาภาพอย่างเดียว ขอแค่ให้จำว่า ‘ฉันใช่’ หรือ ‘ฉันเกือบใช่’ เป็นพอ แต่อย่ามาแอบสอดส่องเรื่องพฤติกรรมว่าสมควรไหม อย่ามาตรวจสอบคุณภาพจิตว่าไปถึงไหนก็แล้วกัน

๒) ผู้มีตาทิพย์ที่ฉลาดในนิมิตเห็นนิมิตแสดงวิสัยอรหันต์ ประเภทนี้เสี่ยงที่จะผิดรองลงมา ก่อนอื่นต้องทำความเข้าใจว่าภาวะอรหันต์เล็งกันที่จิตซึ่งสะอาดปราศจากมลทินเท่านั้น ภาวะของจิตดังกล่าวปรากฏเป็นนิมิตในห้วงมโนทวารของผู้มีญาณได้ เช่น คนนั่งทางในเห็นเด็กบางรายก็ทำนายถูกว่าจวนสำเร็จพระอรหันต์ตผลแล้ว ทั้งที่เด็กคนนั้นยังแทบไม่รู้จักพุทธศาสนา ไม่ได้เริ่มปฏิบัติธรรมเลยแม้แต่น้อย นั่น

เพราะก่อนหน้าที่จะเกิดมา เด็กคนนั้นเคยบำเพ็ญวิปัสสนาบำรมิไ้วมาก กระทั่งนิมิตของเด็กปรากฏเป็นความใกล้เคียงบานบริสุทธีหมดจด

แต่ปัจจุบันก็มีไม่น้อย ที่ฝึกฝนอ่านรศมีกายหรือออร่า (aura) เพื่อเห็นแสงสีต่างๆ ที่แผ่ออกมาจากกายมนุษย์ พวกนี้อาจอาศัยการจดจำบางสี เช่น สีที่เป็นทองอมเหลืองสว่างกว้างจะออกแนวนักบุญ ซึ่งถ้าใช้เกณฑ์ทำนองนี้มาชี้ว่าเป็นหรือไม่เป็น อริยบุคคลก็มีโอกาสคลาดเคลื่อนสูง เนื่องจากออร่าเป็นรศมีที่หายากเกินไป ไม่ใช่แค่เห็นแล้วจบ ต้องศึกษาและอ่านหาว่าสีต่างๆ สัมพันธ์กันอย่างไร และต่อให้คนอ่านหาได้ก็ไม่อาจใช้ตัดสินแน่ๆ ว่าใครผ่านการบรรลุมรรคผลขั้นไหนแล้ว เพราะการบรรลุมรรคผลแต่ละขั้นไม่ได้ตกแต่งรศมีกายให้เหมือนกันหมด

นอกจากนี้ขอให้เข้าใจด้วยว่าผู้มีตาทิพย์ล่วงประสาทมนุษย์นั้น แม้อาจเห็นนิมิตของจิตที่ใกล้เคียงหกลีสดิจจริง ก็อาจบอกไม่ถูกว่าใครจะเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาได้อย่างไร ถ้าตนอยากเป็นพระอรหันต์ต้องทำทำไหน อย่าไปเข้าใจนะครีว่าถ้า ‘เห็นของคนอื่นได้’ ก็แปลว่า ‘เป็นอย่างเขาได้’

๓) อริยบุคคลที่ได้มานและฉลาดในจิตของผู้อื่น ประเภทนี้เสี่ยงที่จะผิดได้น้อย เพราะตนเองผ่านมาแล้ว ทะลุกรอบจำกัดแบบปุถุชนมาแล้ว ตัดโซ่กิเลสที่ผูกมัดจิตไว้กับความเห็นผิดขาดแล้ว ดังนั้นเห็นใครจึงอ่านออกบอกถูก ว่าคนๆ หนึ่ง ‘ยังยึด’ แน่นหนาหรือเบาบางเพียงใด มีสิทธิ์พ้นจากความเป็นปุถุชนได้เหมือนตนหรือไม่

ระดับพระพุทธเจ้านั้นท่านรู้ตั้งแต่เข้าตรูของทุกวัน ว่าวันนี้มีใครถึงโอกาสแห่งมรรคผล รู้ว่าจะอาศัยอุบายใดให้เหมาะกับบุญเก่าของแต่ละคน เพื่อทำให้เข้าถึงมรรคผลโดยง่าย พุดง่ายคือขนาดยังไม่เจอหน้ากันก็ทายถูกแล้วว่าใครจะบรรลุหรือไม่บรรลุวันนี้พรุ่งนี้

คุณจะเข้าใจวิสัยการล่วงรู้ของอริยบุคคลได้ชัดขึ้น หากทราบว่ภาพหรือภาวะแห่งกายใจชนิดต่างๆ เกิดขึ้นได้อย่างไร พระพุทธเจ้าตรัสว่าเหล่าสัตว์มีความทะยานอยากเป็นเครื่องผูกใจ เมื่ออยากได้นอนอยากได้นี้ อยากเป็นนอนอยากเป็นนี้ จึงก่อกรรมตีบ้ง ชั่วบ้ง ส่งผลให้ได้ไปเสวยภพที่เหมาะสมกับกรรมของตน จะหลุดพ้นไปจากภพไม่ได้ตราบเท่าที่ยังประกอบกรรมตีกรรมชั่วอยู่

เหล่าอริยบุคคลผู้เป็นสาวกมองตามคำตรัสของพระพุทธเจ้าก็เห็นจริงตามนั้น คนส่วนใหญ่มีตัณหาข่มอยู่ในวิญญาน ยังไม่รู้ตัวว่าตกเข้ามาอยู่ในเครือข่ายแห่งเหตุผล ยังนึกว่าอยากพูดอะไรก็พูดได้ อยากทำอะไรก็ทำได้ ไม่เป็นไร ไม่มีความถูกความผิดติดตัว พวกเขาจึงได้ชื่อว่าสร้างแดนเกิดใหม่เรื่อยไปด้วยความหลง ยังห่างไกลจากมรรคผล ยังห่างไกลจากความสำเร็จ ยังห่างไกลจากการเข้าถึงที่สุดทุกข์ ต่อเมื่อใครมีตัณหาน้อยลง คืออยากได้นั้นได้นั้นน้อยลง อยากเป็นนั้นเป็นนี้น้อยลง วันๆ มีแต่ทวนกระแสความอยาก ผึกเล็กยึดมั่นกายใจว่าน่าใคร่ เลิกยึดมั่นกายใจว่าเป็นตน ก็ย่อมมีสิทธิ์เป็นอิสระจากภพชาติได้ในวันหนึ่ง

อริยบุคคลอาจเห็นนักปฏิบัติธรรมบางคนมีจิตอันใกล้ยิ่งขึ้นจากหล่มแล้ว เหมือนรากแก้วของพืชที่ยังลงไปใ้ในภพ เริ่มถอนขึ้นมาเรื่อยๆจนเกือบพ้น จึงยอมทำนายสูงกว่าอีกนิดเดียว ขอเพียงออกแรงถอนต่อไป พืชย่อมพ้นชาติเป็นอิสระจากผืนดินเป็นแน่แท้

อริยบุคคลยังเห็นเหตุเห็นผลด้วยว่าจะถอนรากไม้ใหญ่ต้องใช้ด้วยความบังเอิญ แต่ต้องอาศัยทั้งแรงดันจากเบื้องล่างคือบุญเก่า และแรงดูดจากข้างบนคือบุญใหม่ ทั้งบุญเก่าและบุญใหม่ต่างก็เป็นไปในทางเดียวกัน คือทาน ศีล และการเจริญสติเห็นกายใจโดยความเป็นของไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน

อริยบุคคลผู้เชี่ยวชาญในการรู้วาระจิต เห็นและจำแนกมาจนเจน จะแยกแยะได้ทีเดียวว่าแม้ความอยากก็แตกต่างกันในแต่ละคน บางคนทะยานมาก บางคนทะยานน้อย บางคนสมอยากแล้วยึดแน่น บางคนสมอยากแล้วอยากปล่อย พุดง่าย ๆ คือคนบารมีมากจะอยากแค่ชั่วครู่ว่ แม้แรกอยากจัดแต่ก็ปล่อยเร็ว

ถ้าจะให้กำหนดวันเวลาบรรลุแน่นอนได้ถูก ก็ต้องมีอนาคตังสญาณประกอบอยู่ด้วย เป็นความสามารถกำหนดรู้ตามเงื่อนไขปัจจุบัน ว่าถ้านักภาวนาเหลือความยึดมั่นประมาณนี้ จะได้กะเหาะเปลือกโมหะ โพล่งรู้นิพพานอันพิสดารได้ในวันไหนเดือนไหน

ส่วนคำถามคือรู้ได้ไหมว่าใคร ‘หมดสิทธิ์บรรลุธรรม’ นั้น อันนี้ก็อาจเห็นต่างกันไป เช่น ถ้าอริยบุคคลท่านเรียนรู้ทฤษฎีมาครอบคลุม ท่านก็อาจตรวจดูด้วยจิตว่าคนที่อยู่ตรงหน้าตนเคยประกอบอนันตริยกรรมไว้หรือไม่ อนันตริยกรรมที่ทำได้

ในสมัยนี้ได้แก่ ข้าพ่อ ข้าแม่ ข้าพระอรหันต์ หรือเป็นพระที่ทำบุญสงฆ์ให้แตกแยก หากพบว่าใครเคยทำอนันตริยกรรมมา ก็จะเห็นว่าอนันตริกรรมนั้นปรากฏเหมือนทางตัน หรือเหมือนเครื่องขวางประตูไปสู่สวรรค์นิพพาน คืออย่าว่าแต่หมดสิทธิ์ถึงมรรคผล กระทั่งเกิดใหม่ในสุคติภูมิก็ไม่ได้แล้ว

แต่แม้ริบบุคคลท่านตรวจไม่พบเครื่องขวางอย่างอนันตริยกรรม ท่านก็อาจมองที่อุปสรรคข้ออื่น แล้วสำคัญว่าคนๆหนึ่งไม่มีสิทธิ์บรรลุธรรมก็ได้

กรณีตัวอย่างซึ่งเป็นที่เล่าขานกันมากเห็นจะได้แก่พระมหาปันถก ท่านบวชแล้วสำเร็จอรหัตตผล ส่วนน้องชายของท่านนามว่าจุฬปันถกเป็นผู้รู้ช้า ท่านจึงไถ่กลับบ้านโดยไม่ทราบว่าคุณพระจุฬปันถกก็มีสิทธิ์ถึงซึ่งพระอรหัตตผลเช่นเดียวกับท่าน ร้อนถึงพระพุทธรองค์ต้องมาทรงช่วยยับยั้งไว้มิให้สึก กับทั้งประธานอุบายอันตรงกับอภัยชัยของคุณพระจุฬปันถก พระจุฬปันถกจึงสำเร็จอรหัตตผลตามที่ชายได้ ซึ่งนี่ก็แสดงให้เห็นว่าเว้นแต่พระพุทธรองค์แล้ว ไม่มีใครตัดสินวิสัยแห่งการบรรลุธรรมของผู้อื่นได้อย่างครอบคลุมหรอกครับ

หากคุณยังมีชีวิต ยังมีโอกาสอยู่อย่างนี้ ก็เพียรเข้าไปเถอะ อย่าสนใจเลยว่าจะถึงหรือไม่ถึงกันเมื่อไร รู้เฉพาะตัวไปเถอะว่าแค่เริ่มออกเดินก้าวเดียว เป้าหมายก็เขยิบใกล้คุณเข้ามาก้าวหนึ่งทันทีแล้ว!

ถาม - แพนดิฉันเคยชวนให้มันใจว่าเราเป็นคู่แท้แต่ปางก่อน พุดอย่างโน้นพุดอย่างนี้จนกระทั่งดิฉันปักใจเชื่อตามกัน และยอมให้เขาทุกอย่าง แต่ในที่สุดหลังจากคบกันมาระยะหนึ่งเขาก็จะขอแยกจากไป ดิฉันรักเขามาก อยากได้เป็นคู่ชีวิตจริงๆ จะมีวิธีทำบุญแบบใดไปปลอบใจให้เขากลับมาหาเราได้ไหมคะ?

ผมว่าทำบุญอธิษฐานขอให้ตาสว่างเถอะครับ เวลาโดนความพิศواسครอบงำ เราจะนึกว่านี่แหละใช้ที่สุด รักเขาไม่มีทางถอน ฉะนั้นความลุ่มหลงพิศวาสจึงเปรียบเหมือนเมฆหมอกมืดมัว ทำให้เราไม่สามารถเห็นถนัดว่าเขาดีเลวอย่างไร ต่อเมื่อมี

แสงสว่างฉายสาดมาซ้ำแรก เมฆหมอกจึงสลายตัวไป เปิดให้เห็นทัศนวิสัยปกติ ซึ่งคุณอาจรู้สึกไปอีกแบบหนึ่งอย่างสิ้นเชิง ที่สุดแล้วเขาคือคนแปลกหน้าคนหนึ่ง ดิตรงไหนด เลวประมาณใด คุ่มหรือไม่คุ่มกับการเสียเวลาลงทุนลงแรงให้

หากทำบุญแล้วคิดอยากให้เขากลับมา ก็เหมือนใช้บุญแทนเสน่ห์ยาแฝด อันนั้นแหละจะยิ่งผูกจิตของคุณให้แนบกับความหลงอย่างแน่นหนา ในที่สุดจะเกียกเข้าไปอีกครับ เพราะบุญเปรียบเหมือนยาหรืออาหารบำรุงกำลัง คุณกินเข้าไปก็เพิ่มเรี่ยวแรงทุกครั้ง แต่หากตั้งเข็มไว้ผิด แทนที่จะใช้กำลังวังชาหาทางออกจากป่า กลับวิ่งหลงเข้าป่ารก คุณก็จะพบความทึบตันหนักขึ้นเรื่อยๆ คราวนี้พอหมดกำลังงานจากยาอาหารก็จอดสนิทเลยครับ กระตุกกระตักออกจากป่าไม่ไหวแน่แล้ว

เรื่องภพชาติก็นั้นครับ พอเราโดนใครกล่อม แล้วยอมร่วมสะกดจิตตัวเองไปกับเขา ฝ้าบอกตัวเองย่ำอยู่ทุกวันว่าเราเป็นคู่แท้ เป็นเนื้อคู่ เป็นคู่บุญที่ร่วมกันมา หอบหิ้วกันมานับชาติไม่ถ้วน ในที่สุดจะเกิดพลั้งโหมะ ปีบให้ปักใจเชื่อตามนั้นเป็นจริงเป็นจัง แล้วคนเราพอหลงยึดหลงเชื่อด้วยอำนาจความพิศवास ก็ยากมากที่จะปล่อยวางลงด้วยอำนาจปัญญา

การจะเชื่อว่าเป็นคู่ของเราจริงๆหรือเปล่า ก็น่าจะถามตัวเองได้ครับว่าโดยรวมทั้งหมด การคบหากันระหว่างเรากับเขาเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ และที่สำคัญคือคบแล้วชวนกันมีจิตเป็นบุญหรือเป็นบาปโดยมาก เพราะถ้าเคยร่วมบุญกันมาจริง บุญเก่าย่อมนำบุญมาต่อ ยอดความสุขความเจริญยิ่งขึ้นไป ไม่ใช่เพื่อให้ฝ่ายหนึ่งเหนงหน่าย และอีกฝ่ายหนึ่งทนทุกข์อยู่อย่างเดียวดาย

หากอยู่กับเขาเพื่อเป็นสุขในเชิงกามแป๊ๆแล้วโดนเบื้อ ไม่เกิดความเจริญก้าวหน้า อันเป็นบุญกุศล ไม่มีความสว่างทางจิตเอาเลย ก็ขอให้สันนิษฐานไว้ก่อนว่าเขาไม่ใช่ ‘คู่บุญ’ หรือครับ แค่เป็นคู่เวรที่ตามมาเอาคืนมากกว่า

การถามว่าใช่เนื้อคู่หรือไม่ นั้น รังแต่จะทำให้สับสนและไม่ยอมรับความจริง ประสบการณ์เทือกนี้ น่าจะชวนให้คุณเห็นเสียทีครับ ว่าปुरुชนคนหนึ่งพูดอะไรอย่างที่เราอยาก ไม่ได้พูดอย่างที่ใจรู้ ตอนเขาอยากได้เรา เขาก็บอกว่าคงเคยร่วมพนมมือต่อหน้าเจดีย์ทอง อธิษฐานขอเป็นคู่ชีวิตร่วมกันไปทุกภพทุกชาติ แต่ตอนโกรธกันหรือเวลาเขาอยาก

จากไป ก็อาจหาว่าเราเคยจงเกลียดจงชัง สาปแช่งและข่มขู่เวรกันต่อหน้าจอมปลวก
ของจงล่างจงผลาญเป็นคู่อาฆาตไปชั่วกับชั่วกัลป์

นี่แหละอำนาจความไม่รู้ของมนุษย์ ผลักดันให้พูดอย่างไรก็ได้ทั้งนั้น ความเชื่อ
เรื่องผูกใจข้ามภพข้ามชาติกลายเป็นเพียงเครื่องมือสนองราคะหรือโทสะเป็นคราวๆ
เท่านั้น ภพชาติและกรรมสัมพันธ์ถึงได้เป็นเรื่องฟั่นเฟือน เห็นจริงเห็นเท็จคละกันมั่ว
ไปหมด

สำหรับการทำบุญเพื่อให้ตาสว่าง ผมขอแนะแนวทางง่ายๆไม่ต้องเสียเงินเสียทอง
คุณแค่ไปนั่งหน้าพระปฏิมาที่โชนสักแห่ง ในบ้านหรือที่วัดก็ได้ พนมมือแล้วคิดในใจ
หรือเอ่ยปากเปล่งเสียงขัดถ้อยขัดคำ อ้างความจริงอันประเสริฐ เช่น พระพุทธเจ้าทรง
ทำลายความหลงผิดได้เด็ดขาดแล้ว เป็นผู้บริสุทธิ์ เป็นพระอรหันต์แล้ว ข้าพระพุทธเจ้าขอ
นอบน้อมด้วยความเลื่อมใส และขออำนาจความเลื่อมใสนี้ จงเป็นแสงสว่าง ทำ
ให้ข้าพระพุทธเจ้าตาสว่างในทุกเรื่องที่ยังหลงผิดมัวเมาอยู่ด้วยเถิด

เอาประมาณนี้ หรือจำคำสำคัญด้วยความเข้าใจไว้ก็พอครับ นั่นคือพระพุทธเจ้า
ไม่ทรงหลงผิดแล้ว เมื่อเราเลื่อมใสในท่าน ก็ย่อมเกิดโสมนัสขึ้นมาปรุงแต่งจิตเป็น
มหากุศลชั่วขณะหนึ่ง มหากุศลจิตมีความสามารถซึมซับพลังของผู้ที่คุณศรัทธา
หมายความว่าเมื่อคุณศรัทธาพระปัญญาของพระพุทธเจ้า ก็เท่ากับได้ส่วนแบ่งแสง
ปัญญาของท่านมาฟรีๆ ยิ่งถ้าอธิษฐานแบบจำเพาะเจาะจงส่ำทับลงไป ว่าขอให้เลิก
หลงเลิغمงายอะไรผิดๆ ในที่สุดก็ต้องได้ผลตามแรงอธิษฐาน

พระพุทธคุณเป็นของไม่มีโทษ ตื่นเช้าและก่อนนอนลอง ‘ทำบุญ’ ตามวิธีที่ผมว่านี้
ขอรับรองผลภายในสามวันเจ็ดวันครับ อย่างเช้าวันที่เจ็ดความมงบายในรักจะคลาย
ฤทธิ์ หรือถึงขั้นหมดพิษสงลงสนิท คุณจะตื่นเช้าขึ้นมาด้วยจิตใจที่โปร่งโล่ง หูตาสว่าง
และถามตัวเองว่าที่ผ่านมาทำไมต้องไปมัวหลงเขาไม่เลิก คำตอบก็คือเพราะอำนาจ
มนต์ดำแห่งความพิศวาสเลื่อมลงแล้ว ปลอ่ยให้ใจของคุณเป็นอิสระแล้ว!

ถาม - อยากเป็นคนดี แต่ก็รู้สึกว่าตัวเองเลวทุกทีที่ทอดทิ้งคนอื่นไม่ได้ ขอวิธีลดความอิจฉาริษยา คอยจ้องริษยาด้วยเรื่องไม่เป็นเรื่องทีไรครับ

ถ้าทุกคนมีญาณหยั่งรู้ สามารถทราบได้ถึงเหตุที่ใครต่อใครได้ดีหรือตกยาก น่าเกลียดหรือหล่อสวย รวยหรือจน โชคดีบ่อยหรือโชคร้ายถี่ โลกนี้คงมีการอิจฉาริษยาน้อยลงมากครับ เพราะใจจะเหลือแต่อุเบกขาอันเกิดจากความเห็นตามจริง ว่าใครทำอะไร การกระทำของเขาก็ส่งให้มาเสวยผลตามนั้น

กิเลสมนุษย์ทำให้เรื่องง่ายกลายเป็นเรื่องยาก บางทีเห็นอยู่ชัดๆว่าเพราะเขาขยัน เขาทุ่มเท เขาทำงาน เขาต่อสู้อุปสรรค จึงประสบความสำเร็จ สอบได้ที่หนึ่ง หรือทำงานได้ตำแหน่งใหญ่โต เห็นเหตุเห็นผลชัดๆอย่างนี้ก็ยังไม่วายอิจฉาริษยาจนจะป่วยกล่าวไปโยนถึงคนที่รู้สึกว่ายากกว่าคุณ ทั้งชี้เกียจ ทั้งเหยียบขี่ไถไม่ปล่อย ทั้งหนักไม่เอาเบาไม่สู้ แต่กลับได้ดีกว่าทุกด้าน หนักก็หล่อ เบาก็สวย บ้านก็รวย แนนอนคุณต้องคิดว่ามันอะไรกัน ทำไมโลกช่างหาความยุติธรรมไม่ได้เอาเลย

แม้ยังไม่อาจมีญาณหยั่งทราบเรื่องกรรมวิบากข้ามภพข้ามชาติ ก็ต้องใช้วิธีตรงไปตรงมาครับ นั่นคือให้เพ่งโทษ เพ่งพิจารณาถึงแง่ลบของความอิจฉาริษยา เช่น

๑) ดูจิตขณะอิจฉา คือดูเข้ามาตรงๆให้เห็นสภาพจิตใจตนเองขณะอิจฉาริษยาถามตัวเองว่าเย็นหรือร้อน ถามตัวเองว่าอึดอัดหรือสบาย ถามตัวเองว่ากระวนกระวายหรือสงบสุข อย่าไปเพ่งเรื่องดีเรื่องเลวนะครับ แล้วก็อย่าไปพยายามห้ามใจไม่ให้อิจฉาเอาด้วย เพราะจะทรมานใจเปล่าเมื่อหยุดไม่ได้

การที่คุณยอมรับตามจริง ตรงไปตรงมาไม่อ้อมค้อม ทราบชัดว่ากำลังร้อน กำลังอึดอัด กำลังกระวนกระวาย จะเป็นช่วงขณะของการเกิดสติ คือมีความระลึกได้ว่าขณะนี้จิตกำลังอยู่ในสภาพแย่

แม้ว่าในความมีสติรู้เห็นเช่นนั้น ความคิดริษยายังไม่หยุดตัวลง แต่อย่างน้อยก็มีความชะงักงันชั่วขณะ ชะงักที่รู้ว่าผลของความคิดริษยาคือร้อน อึดอัด กระวนกระวาย ตลอดจนเกิดแรงดันอยากทำอะไรขึ้นมาอย่างหนึ่ง คล้ายเป็นผู้ร้ายไม่ใช่พระเอก

ไม่ว่าคุณ จะเห็นความร้อน ความอึดอัด หรือความกระวนกระวาย **คุณ**จะเกิด ปัญญาขึ้นมาทีละนิดทุกครั้ง ว่าสภาพนั้นๆไม่ใช่ของดี ไม่ใช่ของน่ายึด การที่จิต รู้สึกอยู่บ่อยๆว่าอะไรไม่ดี อะไรไม่น่าเอา ในที่สุดจิตจะเริ่มฉลาดเอง ปล่อยางความ ยึดสิ่งนั้นไปเอง

ผลลัพธ์ในระยะยาวนะครับ เมื่อใดคุณ อธิจาริชา เกิดความร่ำร้อนในอก ในใจขึ้นมา จิตจะไม่โงะนทะยานออกไปให้ความร่วมมือกับตัวอริชา จะไม่เพ่งจ้อง บุคคลอื่นเป็นที่ตั้งของความอริชาแบบไม่ถอนสายตา ทว่า จะเห็นความเปล่าประโยชน์ ของสภาพจิตใจตัวเอง ผูกคึดว่าจะร้อนเปล่าไปทำไม อึดอัดเปล่าไปทำไม กระวนกระวาย เปล่าไปทำไม

ชั่ววูบแห่งความระลึกได้เช่นนั้น คุณจะเห็นความอริจาริชาดับไป ยิ่งเห็นวูบ แห่งความดับได้ชัดเท่าไร ใจก็จะยิ่งโปร่งสบายขึ้นเท่านั้น ธรรมชาติของจิตเขา ชอบความสบาย ในที่สุดเขาจะเลิกหาเรื่องอึดอัดใส่ตัว พุดง่ายๆคือหยุดหาหาใส่หัว เสียที

ย้ำว่าห้ามไปพยายามเบรกตัวเองนะครับ เมื่อรู้ตัวว่าเกิดความอริชา อย่าไปสู้ กับมัน ตามดูตามรู้ เผาสังเกตอย่างมีสติก็พอ ว่าในอกในใจมันร้อน อึดอัด หรือ กระวนกระวายเพียงใด การเห็นความไม่เที่ยงของอาการทางใจ จะทำให้คุณว่างหาย สบายยิ่งขึ้นได้เอง

๒) เพ่งโทษความอริชา คือพิจารณาให้เห็นโทษของความอริจาริชา กล่าวคือ สะกตรอยตามว่าความอริชาแตกแขนงออกเป็นนิสัยเสียอื่นๆได้แค่ไหน

อย่างเช่นคนที่สนุกกับการยุ่งให้คนอื่นตีกัน เพียงเพราะทนไม่ได้ที่เห็นคนตีมี ความสามารถเขาร่วมมือร่วมใจทำกิจอันเป็นมหากุศล การยุให้คนเขาตีกันหรือแตกคอกัน เพียงเพื่อจะได้สะใจ ไม่มีใครดีกว่าตัวเอง ผลคือจะไม่ได้อยู่เป็นสุข ต้องทะเลาะ เบาะแว้ง ต้องตีกับคนใกล้ตัวไม่เลิกรา

ผมเคยรู้จักผัวเมียคู่หนึ่ง สองคนนี้นิสัยอย่างอื่นต่างกันหมด เหมือนอยู่อย่างเดียว คือชอบยุให้ชาวบ้านเขาผิดใจกัน ตั้งคำถามเพื่อเอาคำตอบจากคนหนึ่ง แล้วใส่สี

ตีไข่คำตอบนั้นเพื่อเอาไปกระทะหูกอีกฝ่ายให้เกิดความเจ็บใจ ผลที่เกิดขึ้นจับจิตของ
ผิวเมียคู่นี้โดยตรงคือคุยกันไม่รู้เรื่อง ฝ่ายหนึ่งพยายามพูดอธิบายไปทาง อีกฝ่ายกลับ
เข้าใจไปอีกทาง และนับวันยิ่งหนักข้อขึ้นเรื่อยๆ ไม่สมเหตุสมผลขึ้นเรื่อยๆ

ความรุ่มร้อนอันเกิดจากความไม่เข้าใจกัน พุดจากกันไม่รู้เรื่องระหว่างคนในบ้าน
นั้น ถ้าใครเคยมีประสบการณ์คงเข้าใจนะครับว่าเป็นทุกข์ใหญ่หลวงเพียงใด เปิด
ประตูเข้าบ้านเหมือนเปิดประตูเอาตัวเข้าเตาอบตีๆนี่เอง

เรื่องของเรื่องคือผิวเมียคู่นี้เข้ากันไม่ได้ตั้งแต่เริ่ม ตอนแรกเห็นข้อดีบางอย่างเช่น
ชอบธรรมชาติเหมือนกัน ก็น่าจะไปกันได้ อยู่ดีมีสุขร่วมกันได้ ทว่ายังอยู่ด้วยกันนาน
ขึ้นเท่าไร ความแตกต่างก็ยิ่งฉีกสองคนห่างจากกันมากขึ้นเท่านั้น ทำอะไรก็เหมือน
ผิดไปหมด โง่ไปหมด

คราวนี้พอเห็นคนอื่นเขาอยู่ร่วมกันดีๆ มีความปรองดอง ก็เกิดความอิจฉาริษยา
พอลอยให้อ่านาจอัจฉริยาเข้าครอบงำจิตใจเต็มที่ ก็เกิดแรงขับดัน อยากยุ
ให้ร่ำดำให้เร็ว เห็นเขาแตกคอกันแล้วมีความสุข

ผลกระทบที่เห็นทันตาของการยุ่งที่สำเร็จ คือใจเพ่งโทษกันและกันหนักขึ้นหลายเท่า
ที่สำคัญคือได้ซื้อว่าก่อกรรมผูกมัดตัวเข้ากับเส้นทางเดิมๆ เมื่อเกิดขาดหน้าผิวเมีย
คู่นี้ก็ต้องเจอกันอีก และถูกรรรมเกาตลใจให้มาผูกติดกันอีก เพื่อทะเลาะเบาะแว้ง
กัน เห็นความเข้ากันไม่ได้ และงุนงงว่าทำไมถึงต้องมาอยู่ด้วยกันอย่างนั้น

ความอิจฉาริษยาเป็นรากของการมีศัตรู ไม่ใช่มีมิตร เป็นรากแห่งการทำลาย
ไม่ใช่สร้างสรรค์ เป็นรากของความเดือดร้อนรำคาญจิต ไม่ใช่ความเยือกเย็นสบายใจ
เป็นรากของความทุกข์ ไม่ใช่ความสุข พิจารณาเห็นอย่างนี้ไปเรื่อยๆ ในที่สุดคุณ
จะเลิกตามใจตัวเอง พออิจฉาริษยาขึ้นมาเมื่อไร จิตจะไม่พลอยเอออวยเข้าร่วมพวก
ด้วยอีกต่อไปครับ

ถาม – ทำบาปกับคนให้อภัยกับคนไม่ให้อภัย อันไหนให้ผลร้ายแรงกว่ากันคะ?

พระพุทธเจ้าตรัสว่าการประทุษร้ายผู้ไม่มีเวร ผู้ไม่เบียดเบียนใคร เป็นบาปใหญ่ ให้ผลรุนแรงกว่าการประทุษร้ายผู้ยังผูกเวรและเบียดเบียนใครๆ ที่นี้ถามว่าคนที่เขาพร้อมจะให้อภัยนั้น เข้าข่ายพวกที่เบียดเบียนหรือไม่เบียดเบียน แน่แน่นอนต้องตอบว่าเข้าข่ายผู้ไม่เบียดเบียน ฉะนั้นคำตอบแบบตรงตัวคือทำบาปกับคนให้อภัยย่อมมีน้ำหนักบาปมากกว่า จะต้องได้รับผลแรงกว่า

อย่างไรก็ตาม ความดีเป็นสิ่งซึมซับกันได้ ถ้าหากคุณไม่มีจิตใจกระด้างหรือถูกห่อหุ้มด้วยเมฆหมอกโมหะหนาเกินไป พอเห็นใครให้อภัย ไม่คิดจองเวร ก็ย่อมมีโอกาสนึกผิดได้ ยิ่งเขาแสดดีเท่าไร ใจคุณก็จะยิ่งสำนึกเร็วและแรงขึ้นเท่านั้น

พูดในแง่กรรมวิบาก กรรมสัมพันธ์ การให้อภัยเป็นการตัดวงจรอุบาทว์แห่งเวรระหว่างกัน เขาอาจมีบาปผิดที่ต้องชดใช้คุณ เมื่อโดนคุณทำร้ายแล้วเขาไม่ถือสา ย่อมชักพาให้ใจคุณสำนึก ต่างฝ่ายต่างอยากยุติศึก สิ่งที่มาว่าย่อมเป็นมิตรภาพ

พิจารณาในแง่นี้ ก็คงต้องกล่าวว่าทำกับคนให้อภัย ดีกว่าทำกับคนไม่ให้อภัย เพราะทำกับคนไม่ให้อภัย ไม่มีทางพยากรณ์ได้เลยว่าจะต้องเปิดศึกจองเวรกันยืดเยื้อไปอีกกี่ภพกี่กัลป์ ผลัดกันเป็นฝ่ายรวบวิบัติอีกกี่พันกี่หมื่นหนครับ

สารบัญ ←



ไดอารี่หมอดูหน้าที่ ๒๑

โดย หมอผีร์

ลูกค้าหลายคนพอเชื่อเรื่องกรรมได้ระดับหนึ่ง เวลาชีวิตจะต้องใช้กรรม ทำให้ต้องไปเจอคนเห็นแก่ตัว คนเอาแต่ใจ คนที่คิดว่าในโลกนี้ความคิดของตัวเองถูกฝ่ายเดียว ฯลฯ มักจะมีความคิดว่าใช้กรรมให้คนประเภทนี้ไป ซึ่งความคิดที่ยอมรับว่าเป็นกรรมต้องใช้กรรมตรงนี้ เป็นความคิดที่ถูก และยิ่งจิตใจภายในยอมรับได้ยิ่งดีมาก ๆ

แต่ในบางครั้ง ถ้าต้องปล่อยให้พวกเขาทำกรรมเพิ่มฝ่ายเดียวจะยิ่งแย่ไปใหญ่ เรื่องวุ่นวายที่เขาจะทำให้เดือดร้อนอาจจะหนักไปใหญ่ แต่จะตอบโต้กลับไปที่ก็กลัวว่าจะเป็นการสร้างกรรมเพิ่ม ตรงนี้ก็เลยเป็นเหตุทำให้หลายคนกลัวจนปล่อยให้อีกฝ่ายสร้างกรรมไปเรื่อย ๆ

ความจริงเราสามารถตอบโต้ หรือทำอะไรเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดเรื่องใหญ่ไปกว่านี้ได้ไหม หรือจะยอมรับว่าเป็นชะตากรรมไปเรื่อย ๆ ดี

วันนี้มีเรื่องราวของคนหลายคนที่ยกอยู่ภายใต้เหตุการณ์ความทุกข์ต่าง ๆ ที่จะก่อกรรมเพิ่มหรือกัมน้ำกัมตารับว่าเป็นชะตากรรมให้ต้องเจอแบบนี้ จะยอมใช้ให้หมดไปดีกว่าไหม หรือจะคิดว่าเอาความดีเข้าไปเปลี่ยนอีกฝ่ายดีไหม

ชายวัยกลางคนคนหนึ่ง มาดูดวงด้วยความทุกข์ใจอย่างหนัก หน้าอ้มแ้มแจ่มใส จิตใจภายในดูกำลังทุกข์เหมือนถูกขังอยู่ในกล่องสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ใบหนึ่ง ทุกข์แบบนี้เหมือนทุกข์เรื่องความรักเลย

ถามเขาว่ามีปัญหาเรื่องความรักอยู่หรือเปล่า คำตอบบอกว่า ใช่ครับ ตอนนี้กำลังทุกข์ใจเรื่องแฟนมาก เหมือนเขากำลังอึดอัดไม่รู้จะทำอะไรก็เลยบอกออกมาว่าผมขอเล่าเลยแล้วกันนะครับ เพื่อไม่เป็นการเสียเวลา

ตอนนี้ผมคบกับผู้หญิงคนหนึ่งอยู่ ตอนแรกที่คบกันเธอก็เป็นคนดี น่ารักและน่าสงสาร เคยเจอกันมานานแล้ว ตัวผมเองชอบทำบุญให้วัดพระ สวดมนต์ ปฏิบัติธรรม ตอนแรก ๆ เราสองคนเหมือนจะไปกันได้ดีมาก เวลาผมทำบุญเขาก็จะอนุโมทนาตลอดไปทำบุญก็ไปด้วยกัน

แต่ตอนนี้สืรับเขาเปลี่ยนไป ไม่ให้ผมไปไหน ให้อยู่กับเขาตลอด พอขอไป เขาไม่ให้ไป ผมจะไปที่ต้องทะเลาะกันตลอด ก็เลยปล่อยเลยตามเลย ไม่ไปก็ได้ ซึ่งใจลึก ๆ ผมชอบทางธรรมอยู่แล้วก็เลยเป็นทุกข์ที่เป็นอย่างนี้ หาทางออกไม่ได้เลย ส่วนหนึ่งเขากลัวผมนอกใจเขาเหมือนกับแฟนเก่า เขาก็เลยไม่อยากให้ผมไปไหนเลย

ใจหนึ่งก็คิดว่าเป็นกรรมแหละที่ต้องมาใช้ ก็คิดว่าจะยอมใช้กับเขาให้หมดไป คิดอีกว่ายอมไปก่อน แล้วค่อยเอาธรรมะที่ผมมีอยู่และธรรมะที่ผมเข้าใจไปเปลี่ยนเขา แต่แทนที่ผมจะเปลี่ยนเขาได้ ดันกลับกัน เขามาเปลี่ยนวิถีชีวิตของผมหมด ผมควรแก้ไขยังไงดีครับ

บอกพี่เขาไม่ควรตาม ไม่ควรจะกลัวการต้องทะเลาะกัน เพราะถ้าตามใจปล่อยให้เขาทำผิด ขวางทางการทำบุญ การภาวนา เผยแผ่ธรรมะ จะมีแต่สร้างกรรมให้ตัวเองเพิ่มไปอีก

ตัวผู้หญิงถ้าสะสมบาปแบบนี้ไปเรื่อย ๆ ก็จะทำให้โอกาสในการหลุดพ้นไกลออกไปเรื่อย ๆ โอกาสเกิดในพุทธศาสนาก็น้อยลงไปเรื่อย ๆ ไม่ควรจะตามใจเขา สิ่งที่คุณกลัวคือกลัวพี่ไปมีคนอื่น

ดังนั้นการจะไปไหนก็ควรจะบอกเขาว่าเราไปทำกิจกรรมที่ดี เรารักษาศีลห้า ไม่นอกใจเขาหรอก พยายามบอกให้มันใจทุกครั้ง เขาไม่ยอมเราก็ต้องฝืน ถึงแม้เขาจะทุกข์ เพราะเจตนาของเราไม่ได้นอกใจไปมีคนอื่นอย่างที่เขาคิด เจตนาของเราไปทำกิจกรรมที่มีแต่จะสร้างบุญจริง ๆ ถ้ารักเขาไม่ควรรักเขาแค่วันนี้ ความมองไปข้างหน้าด้วยว่าเขาเดือดร้อนก็เพราะเรานะ ยิ่งแก้ไขได้อยู่นะคะ อย่างกลัวว่าเขาต้องเสียใจ อย่างกลัวว่าเขาต้องเจ็บปวด ความเจ็บปวดของเขาในวันนี้ มันจะดีกว่าในอนาคตที่เขาจะไม่เกิดในพุทธศาสนาหรือเกิดในพุทธศาสนาแต่ไม่ศึกษาธรรมะ เขาจะน่าสงสารกว่าวันนี้

ส่วนลูกค้าคนที่สองเป็นลูกค้าทางโทรศัพท์ต่างจังหวัด ตอนนี้เธอกำลังทุกข์เพราะโดนญาติเอาเปรียบเรื่องทรัพย์สินเงินทองที่มีอยู่ ซึ่งโดยดวงของเธอมิวิบากกรรมเรื่องญาติ ๆ ไว้มาก ทำให้ต้องเกิดในครอบครัวที่มีความเห็นแก่ตัวเป็นธรรมดา

เธอบอกว่าที่ผ่านมาก็ยอมเสียเปรียบเขาตลอด ทำงานหนักแต่ค่าจ้างไม่ได้มากมายอะไร แต่หนักกว่านั้น สมบัติที่เป็นของเธอก็ยังเอามาใช้ไม่ได้ ที่ยอมมาตลอดเพราะส่วนหนึ่งเขาก็เคยเกื้อกูลเรามา แต่ตอนนี้รู้สึกว่าเขาเริ่มจะเกินไปแล้ว

กำลังตัดสินใจทางสิทธิคืน ไม่ยอมให้ถูกเอาเปรียบอีก แต่ใจหนึ่งก็กลัวว่าจะผิดไหม จะเป็นการใช้กรรมไม่หมดหรือเปล่า

ตอนนั้นก็แนะนำให้เธอลงมาดูที่ใจ ว่าคิดไปเบียดเบียนเขาไหม หรือคิดจะเอาเกินส่วนที่เรามีสิทธิจะได้หรือไม่ ถ้าใจเราก็ไม่คิดจะเบียดเบียน แต่จะทวงทรัพย์สินที่มีอยู่ก็ไม่ใช่ไร ไม่ต้องคิดมากหรอกค่ะ อย่าไปกลัวว่าใช้ไม่หมดเพราะถ้ายังใช้ไม่หมดก็คงไม่เริ่มคิดจะทวงสิทธิหรอกค่ะ ที่ผ่านมายอมให้เขาเอาเปรียบก็ถือว่าเป็นการใช้กรรมเหมือนกัน

กรรมวัดที่เจตนาเป็นหลักค่ะ ถ้าเจตนาไม่ได้เบียดเบียนทำลายใคร และเรามีสิทธิจริงๆ อยู่แล้ว ก็ไม่ถือว่าเป็นผิดอะไร แต่ต้องคุยกันดีๆ ไม่ใช่อารมณ์โกรธเจราจาจะ ปลอดภัยต่อการสร้างกรรมเพิ่ม

ลูกค้ารายที่สามเป็นผู้ชายอายุประมาณสามสิบกว่า เป็นลูกชายคนโตของที่บ้านต้องรับผิดชอบคนทั้งบ้าน มาดูดวงเพราะกำลังเป็นทุกข์เรื่องน้องสาว ซึ่งอายุมากแล้วแต่ไม่ยอมทำงาน ขอแต่เงินใช้ตลอด แถมประกาศต่อคนทั้งบ้านว่าจะเกาะพี่ชายกินทั้งชาติ จะไม่ยอมไปไหน เลยเป็นทุกข์มาก หาทางออกไม่ได้

ส่วนหนึ่งเขาคิดว่าเป็นกรรมที่ต้องเจอน้องแบบนี้ ก็เลยต้องช่วยเขามาตลอด แต่ตอนนี้เขาบอกว่าเริ่มไม่ไหว ภาระหนักเกินไป แถมเวลาไม่พasn ผู้หญิงที่คบด้วยก็ขอเพราะเขาจับไม่ได้ที่เป็นแบบนี้ ไม่มีใครยอมแต่งงานด้วยเลย

เห็นแล้วก็สงสาร ตัวเองก็เจอเหมือนกันแต่ใจแข็งได้

แต่กรรมของพี่คนนี้เคยฟังน้องคนนี้อะ เขาเคยช่วยพี่ชายไว้มากจริง เหมือนติดหนี้มาส่วนหนึ่ง แต่ก็ไม่หนักถึงขั้นตลอดชีวิตขนาดนั้น แต่เกิดจากการยอม ให้น้องสาวใช้เงินอย่างสบายโดยไม่ต้องหามาตลอด สร้างให้เขาสบายไม่ยอมลำบากไว้ ทำให้เขาสู้งานหนักหรือสู้ปัญหาเรื่องคนไม่ไหวแล้ว

บอกว่ากรรมนะ ก็ติดหนี้เขามาจริง ๆ แต่ไม่ใช่ยอมเขาขนาดนี้ ต้องให้เขาทำงาน ถ้าเขาไม่อยากทำงานบริษัทก็ลองหากิจการเล็ก ๆ ให้ทำเพื่อให้เขาพึ่งตัวเองให้ได้

ถ้าเขาไม่ยอมก็ควรใจแข็ง ๆ ตัดการช่วยเหลือ เพราะไม่อย่างนั้นก็ต้องรับผิดชอบ ไปทั้งชาติแน่ เขาเองก็จะกลายมาเป็นคนที่เบียดเบียน ทำให้เราเป็นทุกข์ ก็จะเป็นกรรมกับเขาอีก

พี่เขาก็บอกอีกว่าแม่ให้ท้ายเขาอยู่ ผมไม่ให้เงินเขาแม่ก็ให้อยู่ดี ไม่อยากให้ไป รบกวนแม่ กลัวแม่ทุกข์ใจ

ก็แนะนำให้ไปคุยกับแม่ให้ยอมรับความจริงและร่วมมือร่วมใจกันแก้ปัญหา เพราะไม่อย่างนั้นจะมีปัญหาต่อเขาได้ เพราะพ่อแม่พี่ชายก็อายุมากกว่าเขาทั้งนั้น เปอร์เซ็นต์ ตายก่อนมีเยอะอยู่แล้ว ถ้าทั้งหมดตายไป เขาเองจะลำบากที่สุด จะอยู่ยังไง ก่อนตาย เราเองก็คงไม่เป็นสุขหรอก มาทุกข์ใจเรื่องห่วงน้องอีก แทนที่จะไปดีก็ไปไม่ดีได้ง่าย ๆ

ถ้าพี่ทำไม่ได้ก็ไม่มีทางอื่นนอกจากยอมรับสภาพ ก้มหน้าก้มตาเลี้ยงเขาต่อไป ห้ามบ่นห้ามท้อแท้

ถ้าเราต่อรองเขาแล้วไม่ยอม ก็ต้องใจแข็งเพื่ออนาคตเขาเอง เราไม่ได้ใจดำหรือ เห็นแก่ตัว แต่เราเห็นแก่อนาคตระยะยาวของเขา อย่าให้ความสงสารเป็นตัวทำลาย ชีวิตเขาดีกว่า

ถ้าน้องจะทำงานก็เอื้อหนุนเขาก่อนที่เขาจะได้เงินเดือนก็ได้ หรือถ้าแม่เป็นคนช่วย ก็ควรให้เงินแม่ตามปรกติที่เคยให้ ถ้าแม่จะแบ่งให้น้องเราก็ทำใจ

ดังนั้นการแก้ไขปัญหากับกรรมที่เจอไม่ใช่จะเป็นการก้มหน้าก้มตารับกรรมอย่าง เดียว ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาด้วยว่าสมควรแก้เหตุหรือไม่ ถ้าไม่เกินเหตุ ไม่มีเจตนา

ทำร้ายทำให้คนอื่นเดือดร้อน ก็ไม่เป็นการสร้างกรรมเพิ่มให้ตัวเอง บางทีกรรมก็เกิดจากการจ่ายอ้อมมากไปเหมือนกัน

เจตนาของเราต้องดูให้ดี ๆ เพราะบางทีกิเลสชอบหลอกเราว่าทำถูก ลองปรึกษาเพื่อนดูหลาย ๆ คนก่อนตัดสินใจก็ได้ เพื่อความสบายใจและปลอดภัย

ติดต่อหมอพีรได้ที่ ๐๘๗-๕๓๔-๗๘๗๑ และ ๐๒-๕๓๒-๑๘๘๗

สารบัญ ↩



ทางสายนี้

โดย อติ

๑ เสียงไฟเราะเพราะซึ้งข้างตรึงจิต
เคยหลงเพลินในโลกีย์ทุกวี่วัน

เป็นเสียงสือคำสอนย้อนดูจิต
รู้จักการระลึกรู้ดูตามจริง

เคยทุกข์ทันท้อแท้มีแก่จิต
เพียง “รู้ตัว” เป็นขณะขณะไป

โอ...มรรคาคำสั่งสอนถอนกิเลส
ระลึกรู้ดูลงไปในกมล

เสียงไฟเราะเพราะซึ้งข้างตรึงจิต
เคยหลงเพลินทางโลกีย์ทุกวี่วัน

ซบชีวิตกำเนิดใหม่ให้แก่ฉัน
เพราะเสียงนั้นฉันจึงสบพบความจริง

ให้รู้คิดรู้โกรธกลัวทั่วทุกสิ่ง
เห็นทุกสิ่งเกิดแล้วดับลบลาย

เคยค้นคิดมากความตามแก้ไข
ความทุกข์ใจก็ลดลัดในบัดดล

เป็นสมุทฺธเวท ทางสายนี้ มีสัสน
จิตหลุดพ้นชาติภพก็จบพลัน

แล้วชีวิตก็เกิดใหม่ในใจฉัน
ต่อแต่นั้นทางสายนี้ที่เลือกไป

ผู้...ที่ไม่เคยผิด

โดย ตรงประเด็น

๑ “มองข้างหน้างดงามเป็นความหวัง
หากสิ้นหวังก็เหมือนคนสิ้นคิด

วลีของนโปเลียนจักรพรรดิ
ด้วย”เคยผิด” กันทั่วทุกตัวตน

มองย้อนหลังตรองไตร่ในดวงจิต
ไม่เคยผิดนั้นไซ้...หาใช่คน”

กล่าวชี้ชัดเตือนให้ไม่สัสน
อย่าหมองหม่นปล่อยวางอย่างเบิกบาน

เพราะทั้งเราทั้งเขาล้วนเคยผิด
ไม่เช่นช่องสดใสอภัยทาน

พึงยังคิดรู้จักไม่หักหาญ
สมัครสมานพาพบสงบเย็น

ดอกสร้อยร้อยผกา

โดย ศิราภรณ์ อภิรัฐ



ดอกบัว

๑ ดอกเอ๋ยดอกบัว
แม่เกิดจากโคลนตมที่ไม่น่าพึง

เปรียบบุคคลผู้ทำแต่กรรมดี
สำรวมกายวาจาใจให้พร้อมพรัก

มลทินกลัวเจ้ามิได้สักน้อยหนึ่ง
กลับเปี่ยมซึ่งความพิสุทธิ์ผุดผ่องนัย

แม่เกิดในสกุลที่ต่ำต้อยศักดิ์
ก็ย่อมจกนับว่าเลิศประเสริฐเอย



ดอกทานตะวัน

๑ ทานเอ๋ยทานตะวัน
ร้อนสุรียที่แผดกล้าทำแดดแรง

เปรียบบุคคลผู้หยดเย็นฝนความทุกข์
อุปสรรคจักด้านฤทานทำ

เจ้ามิพริ้นสะท้อนทานสู่แสง
เติบโตแกร่งออกดอกเด่นเห็นงามตา

ที่เรารักด้วยใจมันสู้ฟันฝ่า
จิตแกร่งกล้าชนะได้แน่ไซริเอย

ภาพดอกบัว เอื้อเฟื้อโดย mayrin

ภาพดอกทานตะวัน เอื้อเฟื้อโดย น้ำอิง

สารบัญ ↩

"Happiness depends upon ourselves."

ความสุขอยู่ที่ใจ

โดย Aristotle

สรรหามาฝาก โดย สิลินท์

"We ourselves feel that what we are doing is just a drop in the ocean. But the ocean would be less because of that missing drop."

พวกเราอาจรู้สึกว่าการที่เราทำดีนั้น เปรียบเป็นแค่น้ำหยดหนึ่งในมหาสมุทร แต่มหาสมุทรก็คงจะพร่องลง หากขาดน้ำหยดนั้นไป

โดย Mother Teresa

สรรหามาฝาก โดย ศิราภรณ์ อภิรัฐ

"The true measure of a man is how he treats someone who can do him absolutely no good."

การประเมินใครสักคน เราดูได้จากกระทำของเขาที่มีต่อบุคคลที่ไม่ประสงค์ดีต่อเขาเลย

โดย Samuel Johnson

สรรหามาฝาก โดย แคท

ทำดีเปรียบการเดินทวนกระแสน้ำ ทำชั่วเปรียบการลอยตามน้ำ

การทำความดีเปรียบเหมือนปลาวายทวนน้ำ

ขึ้นไปที่สูงจะพบแต่น้ำที่ใสสะอาด ฉันทใด

คนที่พยายามทำความดีแม้จะลำบากยากเย็น

ก็ย่อมพบชีวิตที่ดี สะอาดสดใส อันเป็นมงคลแก่ตนเอง ฉันทนั้น

จาก ปรัชญาการทำงาน และ การดำเนินชีวิต

ของ ดร.เทียม โชควัฒนา

สรรพามาฝาก โดย กอบ

สารบัญ ↩



อยากได้ดีแบบง่ายๆ

โดย มนสิการ

ตั้งใจจะหาซื้อของไปบริจาคที่มูลนิธิเด็ก
ตกเย็นก็ออกจากบ้านเพื่อไปหาซื้อของ
และด้วยความประมาทเพราะคิดว่า
ดึกแล้ว คงไม่มีเรื่องงานเร่งด่วนเข้ามา
ทั้งๆที่ธรรมชาติงานของเราจำเป็นต้องพร้อมเสมอ
เลยทำให้ทั้งโทรศัพท์มือถือไว้ที่บ้าน
ก่อนจะหายออกไปซื้อของเพื่อให้เด็กๆ

เช้าวันรุ่งขึ้นก็ตื่นมาด้วยเสียงตำหนิของเจ้านาย
ที่เมื่อคืนนี้บังเอิญเกิดเรื่องด่วนและติดต่องานไม่ได้

ถ้าเป็นเมื่อก่อนก็คงคิดว่า นี่เราอุตส่าห์ตั้งใจออกไปทำดี
ทำไมถึงมีเรื่องแบบนี้เกิดขึ้นมา ทั้งๆที่เราทำดีแล้ว
ไม่เห็นผลดีจะส่งให้เราไม่โดนเจ้านายตำหนิเลย

แต่ปัจจุบันนี้เห็นแล้วว่าเป็นคนละเรื่องกัน
เรื่องที่โดนเจ้านายตำหนิ ก็เพราะเราประมาท
ก็เพราะเราไม่ทำหน้าที่ของเราโดยสมบูรณ์
ส่วนเรื่องที่เรานำหน้าที่ของเราโดยไม่สมบูรณ์
เพราะเราออกไปทำความดีเพื่อคนอื่นนั้น
ความดีส่วนนั้นกลับมาทดแทนความประมาทเรื่องงานไม่ได้

ความดีในส่วนการบริจาคของนั้นก็ว่าย้อนกลับมาในอีกรูปแบบหนึ่ง
ซึ่งไม่ได้ย้อนกลับมาทันทีทำให้เราหลุดจากสิ่งที่เราได้ทำผิดในวันนี้ไปได้

เหมือนเราตั้งใจปลุกคะน้ำ สิ่งที่ย้อนกลับมาหาเราคือ ต้นคะน้ำ
เรื่องที่ไม่อยากโดนเจ้านายตำหนิก็เหมือนอยากกินหน่อไม้ฝรั่ง

ปลุกคะน้ำแล้วจะให้ขึ้นเป็นหน่อไม้ฝรั่งนั้น เป็นไปไม่ได้

เราไม่ได้ปลุกหน่อไม้ฝรั่งตั้งแต่แรก แล้วหนีไปปลุกคะน้ำแทน
คะน้ำก็จะกลับมาเป็นต้นคะน้ำให้เรากินแน่นอนในวันหนึ่ง
แต่การไม่ได้กินหน่อไม้ฝรั่งในวันนี้ก็ต้องยอมรับว่าเพราะเราเองไม่ได้ปลุกมัน

การตีโพยตีพายว่า ทำดีแล้วไม่ได้ดีนั้น
ต้องลองพิจารณาดูว่า เราทำดีแบบไหนไป แล้วเราหวังเรื่องดีแบบไหนกลับมา

ไม่ใช่หวังจะได้กินหน่อไม้ฝรั่งด้วยการปลุกคะน้ำ

ความดีที่เราทำนั้นต้องแยกส่วนออกจากกัน
อย่าทำความดีแล้วเหมวว่าจะมีแต่เรื่องดีๆเกิดขึ้นกับตัวเรา
การจะถูกหวย มีแฟนสวย มีการงานดี มีแต่คนรักนั้น
ต้องเกิดจากเหตุปัจจัยที่ดีหลายๆอย่างมาประกอบกัน

ไม่มีความดีแบบเหมาจ่าย ราคาเดียวได้ดีทุกเรื่องแน่นอน

สารบัญ ←



จดหมายจากภูผาเหล็ก ฉบับ ๑๒

โดย ชลนิล

๒๗ ส.ค. ๓๘

เกือบบ่ายโมงครึ่ง

ภูผาเดิม

ถึงโยมวุฒิชัย เพื่อนรัก

เมื่อวาน (เสาร์ที่ ๒๖ ส.ค. ๓๘) มีโอกาสไปกราบคารวะหลวงปู่หล้า เขมปัตโต วัดภูจ้อก้อ จ.มุกดาหาร... คิดว่าโยมคงไม่รู้จักหลวงปู่หล้า เหมือนกับอาตมาก่อน จะบวชเช่นกัน

หลวงปู่หล้าท่านเป็นลูกศิษย์รุ่นสุดท้ายของพระอาจารย์มั่น ได้อยู่ปฏิบัติธรรมกับพระอาจารย์มั่น ที่วัดหนองผือ นาโน จ.สกลนคร จนพระอาจารย์มั่นมรณภาพ

ช่วงที่พระอาจารย์มั่นยังมีชีวิตอยู่ หลวงปู่หล้าเคยได้อุปฐาก เชื้อมัยว่า พระที่ได้อุปฐากพระอาจารย์มั่นไม่ใช่ของง่าย บางรูปเข้าไปอุปฐากท่าน...ท่านทำเฉยๆ ไม่ยอมรับก็มี ทำให้พระรูปนั้นต้องดูตัวเอง ว่ามีข้อบกพร่องตรงไหน

นอกเรื่องมาเสียหลายบรรทัด ขวากกลับมาถึงการไปกราบคารวะหลวงปู่หล้าอีกครั้ง วัดที่พวกเราจะไปครั้งนี้ชื่อวัดภูจ้อก้อ มีชื่อเป็นทางการว่า “วัดบรรพตคีรี” อยู่ จ.มุกดาหาร

ออกเดินทางกันเกือบสามโมงเช้า จุดหมายวันนี้มีแห่งเดียวคือวัดภูจ้อก้อ เส้นทางไกลมาก ต้องผ่านหลายจังหวัด เริ่มจากสกลนคร เข้าทาง อ.วังสามหมอ จ.อุดรธานี แล้วออกทางจังหวัดกาฬสินธุ์ เข้าร้อยเอ็ด ทะลุถึงมุกดาหาร รวมเวลาประมาณ ๔ ชั่วโมงครึ่ง เป็นทางวิบากและน่ารื่นรมย์ละเล้ากันไป ถนนบางเส้นเพิ่งตัดใหม่นั่งรถมาตอนแรกเหลียวดูรอบตัว เห็นแล้วตกใจ มองไปทางไหนเจอแต่ภูเขา ทิวเทือกเขาสลับซับซ้อนโอบล้อมเราไว้หมด คิดถึงคำๆ หนึ่งที่พวกนักประพันธ์ใช้กัน

“อ้อมกอดแห่งขุนเขา” มันเป็นอย่างนี้เอง แถมเป็นอ้อมกอดที่กว้างขวางเหลือเกิน ราวกับว่าพวกเราเป็นเพียงมดปลวกตัวกระจิดจิวที่หลุดเข้ามา

นั่งรถนาน เสียงพูดคุยยืดยาวลง สรรพเสียงความคิดในหัวกลับดังอื้ออึง มีเรื่องโน้น เรื่องนี้พุ่งเข้ามาเต็มไปหมด กว่าจะรู้ตัว (หรือบางทีก็เลส์ฟุ้งซ่านมันเหนื่อย) ก็เล่นเอาจิตใจเราเปราะเปื้อนจากความคิดปรุงเสียแล้ว

ถึงวัดภูจ้อยก่อราวบ่ายโมงครึ่ง เป็นวัดเจริญมากทั้งที่อยู่บนเขา ถนนทางขึ้นเทคอนกรีตอย่างดี จากลานจอดรถขึ้นไปบนวัดมีบันไดสูงชัน ให้คนใจกล้า แข็งแรง ปีนบันไดเดินชมวิว พวกอาตมาขึ้นอีกทางหนึ่ง เป็นทางขึ้นลัดเลี้ยว ไม่ชันนัก พอเดินสบายถึงศาลาข้างบน ไปถึงศาลาใหญ่ หลวงปู่หล้ากำลังเทศน์ให้ญาติโยมฟังพอดี ท่านหันมาเห็นอาจารย์หลอ(เจ้าอาวาสวัดถ้ำพวง ผู้นำขบวน)ก็หยุด หันมาทักทาย คุยกัน สักพัก ก็เริ่มทำพิธีการระบแบบเดียวกับที่เคยปฏิบัติในสัปดาห์ก่อน

เสร็จพิธี หลวงปู่หล้าท่านเมตตาเทศนาให้พวกอาตมาฟังอย่างสั้นๆ ย่อยๆ ได้ใจความ เป็นการเทศน์คนละสไตส์กับหลวงตามหาบัว แต่ที่เหมือนกันคือความอบอุ่นเมตตาที่ท่านมีให้ สัมผัสได้ด้วยใจ แค่เห็นหน้าท่านก็ชุ่มชื้นแล้ว

ออกจากวัดภูจ้อยก่อตอนบ่ายสองโมงกว่าๆ ขากลับใช้คนละเส้นทางกับขาไป ไม่ย้อนทางร้อยเอ็ด – กาฬสินธุ์ – อุดรธานี แต่เข้าทางนครพนม – สกลนคร แทน ถึงนครพนมฝนก็ตก แวะไหว้พระธาตุพนม อาตมาไป “ไหว้” จริงๆ คือเข้าไปยกมือไหว้แล้วรีบออกมานั่งรถ เพราะรำคาญฝนที่ตกปรอยๆ เพิ่งมาวันนี้เองว่าอาจารย์หลอได้พาพระเดินเวียนรอบพระธาตุสามรอบ ยังนึกเสียดายอยู่เหมือนกัน

กลับถึงวัดเกือบสี่ทุ่ม เพ็ญ-หิว พยายามฝืนทำวัตร-นั่งสมาธิภาวนาก่อนนอนอย่างกระต่อนกระแต่น

อาตมาไม่รู้ว่โปรแกรมต่อไปจะได้ไปกราบคารวะที่ไหน แล้วจะได้ตามคณะหรือไม่ รออ่านฉบับหน้าแล้วกัน ขอจบจดหมายฉบับที่หนึ่งโหลเพียงเท่านี้

นาถธมโม

สารบัญ ↩

บทพิสูจน์รักแท้ โดย พิมพ์ภารัง

ห้องโถงที่ทำงานเปิดโทรทัศน์ตลอดเวลา
ไปค่ะ วันนีว่าง เราออกไปนั่งชมด้วยกันนะคะ

เริ่มจากภาพยนตร์เกาหลีหวานใส รักที่เข้าใจผิดบ้างถูกบ้าง งอนสลับง้อ
พักดูข่าวแป๊บ ต่อด้วยละครไทยสองช่อง สองรส
รักผิดฝาผิดตัว รักแอบแฝงปิดบังชาติกำเนิด
เย็นคล้อยเริ่มละครใต้หวัน ความรักเศร้าเคล้าน้ำตา ต่อด้วยละครจีนที่ความตายมาพราด
จบรายการฉายหนังด้วยท่านเปาตัดสินใจชิงรักหักสวาท
แถมข่าวตอนเย็น นำเสนอการจับฆาตกรคดีความสัมพันธ์ชั่วสาว
ก็ได้เวลาเก็บของกลับบ้านพอดี

นานที่ปีหน จะมีโอกาสดูโทรทัศน์ยาวขนาดนี้
ต้องเรียกว่าขำแถมฉงน ที่ภาพในจอนำเสนอเรื่องเดียวกัน ความรักล้วนๆ จากเข้าจวบคำ
ผูกเรื่องจากคนละช่อง คนละประเทศ แต่ให้ความหมายและคำตอบได้แนบสนิทกันหมดพอดี

ดูราวกับว่า ปัญหาความรักจะเป็นทุกข์สากล
ทุกชาติทุกภาษา เข้าอกเข้าใจ เจ็บซ้ำ เสียน้ำตาได้เท่ากัน

มนุษย์เราเพรียกหาความรักตั้งแต่ยังเป็นทารก
คนบางคน แสวงหารักแท้ชั่วชีวิต วนอยู่กับคำถามซ้ำๆ เขารักเราจริงไหม
บทพิสูจน์รักแท้ทางวิทยาศาสตร์ ก็มีในเชิงจิตวิทยาค่ะ

อาจารย์ Mary Ainsworth ให้วิธีสังเกตระดับความรักความผูกพันระหว่างแม่ลูก
เรียกว่าการสร้างสถานการณ์ Stranger situation วิธีการเป็นขั้นๆ ของแท้จะมี ๘ ขั้นตอน
แต่โดยหลักการแล้ว วิธีศึกษาโดยคร่าวๆ คืออย่างนี้จะค่ะ

เริ่มต้นขึ้นแรก ให้น้องอยู่กับคุณแม่ ขึ้นต่อไปคนตรวจ ก็เราแหละค่ะ เข้าไปนั่งด้วย
ถัดไป คุณแม่ออก เหลือเรา กับน้อง
สักพักเชิญคุณแม่กลับเข้ามาใหม่ ขึ้นตอนนี้เรียก reunion เป็นตัวตดลินความสัมพันธ์
สุดท้าย เราเดินออก แล้วหันหลังไปแอบสังเกตให้คะแนนได้เลยค่ะ

ความสัมพันธ์ที่ดีที่สุดคือ ช่วงแรก แม่ลูกอยู่ด้วยกัน เล่นหัวเราะเอนชบกกันอย่างมีความสุข
เราเข้าไปนั่งอาจทำท่ากลัว หรือเฉยเมยไม่อยากเล่นกับเรา
พอคุณแม่เดินออกน้องร้องไห้ เดินกลับเข้ามาใหม่ น้องพวเข้ากอดแม่ถอนสะอื้น
จนสุดท้ายเราออก น้องก็หันไปชวนคุณแม่เล่น หัวเราะร่าอารมณ์ดีแล้ว

รูปแบบนี้แสดงถึงความรักผูกพันมั่นคง ไว้วางใจกันและกันสูงสุด
เวลาอยู่ด้วยกันก็รู้สึกอบอุ่นปลอดภัยจนไม่ต้องกลัวอันตราย (ซึ่งในที่นี้คือป่าหมอ)
พอคุณแม่ลูกน้องก็ดูทำทีกลัว คุณแม่กลับเข้ามาใหม่ น้องหนูอาจขอกอดให้อุ่นหัวใจอีกครั้ง
แป๊บเดียวก็ยิ้มกว้าง อภัยที่คุณแม่ทิ้งเขาไว้กับคุณป้าหน้าตาน่ากลัว
เล่นต่อได้ ไม่กลัว ไม่โกรธ

ถ้าตอน reunion น้องเฉยเมยไม่หัวเราะไม่ชี้ชวนแม่เล่น
ยังมีกิริยาบึ้งตึง หรือยังโกรธจิกผมตีแม่
แสดงถึงความไว้วางใจกันและกันไม่มากพอค่ะ
ถึงยังมีการสร้างกำแพง หรือลงโทษคุณแม่อยู่

เด็กเล็กๆ ก็รักเป็น ไว้วางใจเป็น มีทักษะการให้อภัยคนที่เรารักแล้ว
แล้วเรา ผู้ใหญ่ตัวโตๆ ละคะ

บางทีเราก็เข้าใจผิดบ้างถูกบ้าง เก็บความขัดแย้งวันก่อน สลับสร้างภาพพจน์นี้ เอามาจน
บ่อยๆ เราารู้สึกว่ากำลังเผชิญกับปัญหาเพียงลำพัง
ถึงเวลาคนที่เรารักหวนกลับมา เราอภัยให้
ชี้ชวนเขาเล่นต่อได้ทันทีหรือยังตดพอจิกตีเขาเจ็บๆ

จากภาพยนตร์ที่นั่นดูมาทั้งวัน ถ้า reunion ของทุกคู่ดี มีพื้นฐานความรักความผูกพันที่ดี
เข้าใจและไว้วางใจกันได้ ก็ควรจะอภัยกันได้ ดังนั้นละครเกาหลีจะไม่อนจนหนีออกจากบ้าน

ละครไทยและเงินที่เหลือ จะต้องไม่ประชดอีกฝ่ายโดยการโกหก สร้างเรื่องอำพรางให้วุ่นวาย
ท่านเปาจะไม่ต้องตัดสินใจดีเยาะเย้ย และสุดท้ายข่าวอาชญากรรมจากความหึงหวงจะต้องไม่เกิด

เราเทียบเคียงความรักแม่ลูก กับรักชนิดอื่นลำบาก เพราะรักแท้ของคุณแม่บริสุทธิ์นัก
รักที่มีพรหมวิหาร ๔ ประกอบครบ ทั้งเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา

ถึงตรงนี้ ก่อนจะพิสูจน์รักแท้จากใจคนอื่น ลองสำรวจรักที่เราทำให้คนอื่นก่อน
เรามีรักแท้ด้วยความบริสุทธิ์ใจ รักที่ครบพรหมวิหารสี่ อภัยให้ง่ายๆ reunion ดีหรือยัง
ถ้ายังมีอาการแสบงอน ช่างประชด ลองสำรวจใจตัว
ว่ารักเขาหรือรักตัวเอง เห็นแต่ตัวสำคัญกันแน่

ความรักมีมิติรอบหลากหลาย ลองมองดูรอบตัว จะเจอความทุกข์จากรักมากเหลือเกิน
คำถามง่ายที่ตอบยาก นิยามความรักก็ยังไม่แจ้ง
เรามีรักระหว่างเพื่อน รักแบบพี่น้อง แบบชายหญิง รักคนไม่ดีกับเรา รักคนมีเจ้าของ
รักสำรอง รักแท้รักเทียม รักแบบคู่บุญหรือคู่กรรม รักด้วยสมยอมหรืออารมณ์
กระทั่งคำถามในกลุ่มนักภวณา คนปฏิบัติธรรมสมควรมีความรักหรือเปล่า

ปัญหาความรักสารพัด ถึงอยู่เป็นสากล
เต็มจอโทรทัศน์ เต็มร้านหนังสือ เต็มกระทู้ในหน้าเว็บ
คำถามและความทุกข์อีกเท่าไร รอล้อมชุดหลุมดักให้เราก้าวร่วงพลัดตก
แล้วจะทำอย่างไรดี

ผู้อยู่ใต้ร่มเงาแผ่นดินแดนพุทธ คงคุ้นเคยกับการดำรงชีวิตในกรอบมันของ ศีล สมาธิ ปัญญา
ตั้งใจมั่นรักษาศีลให้ครบบริบูรณ์ เจริญสมาธิ เจริญสติ เจริญปัญญา
ตลอดต่อเนื่องจนพึ่งตัวเองได้ รู้ตัว รู้อยู่กับปัจจุบัน รู้ตามความเป็นจริง
ความอบอุ่น สว่างไสว เบาสบาย จะอยู่คู่เป็นเพื่อนเรา
โดยไม่ต้องรอรักแท้แต่ไหนไหน รักตัวเองให้เป็น ดูแลตัวเองให้ได้นะคะ

ตั้งใจมั่นว่าเราจะไม่ฆ่า ไม่ทำร้ายร่างกาย ไม่ทำร้ายจิตใจ
ไม่แย่งของรัก ไม่ขอเป็นมือที่สาม สี่ ห้า
ไม่โกหก ไม่อำพราง ไม่พูดบิดเบือนความจริง ไม่ประชดจากอารมณ์

ไม่หลงใหลกับเครื่องเสพย์เครื่องทั้งหลายที่ทำให้สติหลุด
จะได้ไม่มีภาพยนตร์หรือข่าวที่เจ้าตัวสร้างมาพร้อมภาพฝันร้ายอีก

แค่ลองนึกดูเล่นๆ ขอแค้นมนุษย์เรามีศีลห้าครบ

โศกนาฏกรรมจากปมรักกันตอ อมตนิยายทั้งหลายจะหายจากท้องตลาดทันทีเกินครึ่งก่อน
เอาแค่รายการโทรทัศน์ที่เรานั่งชมด้วยกันวันนี้ เราจะไม่เหลืออะไรดู เว้นละครรักที่ความตายพราก
กับภาพครอบครัวสุขสันต์จากโฆษณาขนม นม ผัวย่อม ร้านสุกี้ และข้าวเหนียวหมีแพนด้า

สักจะความจริง แค่บางข้อ

ความจริงที่ว่า ชีวิตนี้ช่างเป็นของสั้น ของน้อย อีกไม่นานเราก็ล้มหายตายจากกันไปหมดแล้ว
ความจริงที่ว่า โลกนี้ควบคุมไม่ได้ บังคับไม่ไหว เปลี่ยนแปลงได้ ไม่แน่นอน
ความจริงที่ว่า ไม่มีอะไรในโลกนี้เกิดโดยบังเอิญ ล้วนมีเหตุ มีปัจจัย มีเหตุผลที่เราโยงไม่ทราบ

ด้วยสักจะสั้นๆ ง่ายๆ แค่ไม่กี่ข้อ

ทำให้อดกังขาไม่ได้ ว่ามนุษย์จะวุ่นกับปมความรักทำไมนักหนา

ในเมื่อไม่นานชีวิตก็จบแยกย้ายกันแล้ว เราควบคุมคนอื่นบังคับให้เขารักหรือดีกับเรา
ตลอดไม่ได้ ใจเราเองบางครั้งยังบังคับยาก

เราไม่ได้เกิดมาเพื่อเสวยแต่สุข

เราต้องยอมรับความทุกข์บ้าง แต่เดี๋ยวก็หาย สุขบ้างแต่เดี๋ยวก็ไป

ถ้าตั้งป้อมว่าเขาต้องรักเราเราถึงจะเป็นสุข ก็เตรียมกระดาชับน้ำตากันได้ตั้งแต่บัดนี้

ใดๆ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ก็หายได้ ไม่มีใครกลั่นแกล้ง ไม่ได้ลอยมาเอง

ล้วนมีเหตุผลสมควรให้เราศึกษา

ความสนุกของการเป็นพ่อแม่ก็คือ

จะเห็นวงจรชีวิตที่โยงเหตุและผล ปัจจัยอธิบายสิ่งที่ไม่ได้เกิดจากความบังเอิญอยู่ประจำ

เล่าสู่กันฟังค่ะ ครอบครัวสองครอบครัว มีน้องเล็กๆ น่ารักน่าซึ้งพอกัน

คุณพ่อคุณแม่รูปงาม การศึกษาดี มีฐานะ

คุณแม่เล่าออกจากงานเพื่อตั้งใจเลี้ยงลูกเหมือนกัน

ครอบครัว ก ไก่ คุณแม่เล่าตาแดงๆ

ว่าคุณพ่อทำงานหนัก กลับดึก สงสัยจะแอบมีหญิงอื่นด้วย
ครอบครัว ข ไข่ คุณแม่เล่าพลางหัวเราะว่าจะตามไปควบคุมผู้ชายทำไม ทำใจได้เราก็อบายใจ
สิ่งที่เกิดตามมาคือ

คุณแม่ ก ไก่ อยู่บ้านกับน้อง คิดวนเวียนว่าเมื่อวานคุณพ่อไปไหน พุดอะไร
จับโกหกได้ ต่อไปก็คิดคาดการณ์ต่อว่า วันหน้าจะโกหกอีกไหม จะทำเหมือนเดิมหรือเปล่า
เมื่อไหร่คุณพ่อเข้าบ้าน (reunion) ก็เจอพฤติกรรมจากการนอน คาคั่น และพยายามจับผิด

คุณแม่ ข ไข่ อารมณ์ดี หน้าตาแจ่มใส
มีความสุขกับตัวเอง อยู่กับหน้าที่ความรับผิดชอบของตัวเอง
คุณพ่อกลับบ้านก็อวดพัฒนาการลูก อวดบ้านสวย อาหารอร่อย มีความสุขอยู่ตลอดเวลา
จับได้คุณพ่อโกหก ก็ร้องไห้เสียใจ แต่ก็อภัยให้ ตกเย็นคุณพ่อกลับบ้านก็ดูแลกันตามปกติ

วันเวลาผ่านไป คุณแม่สองครอบครัว ที่เริ่มต้นเรื่องราว ณ จุดออกตัวเท่ากัน
แต่ตอนนี้ คุณแม่ ก ไก่ ดูหน้าตาทำทางอายุเยอะกว่าคุณแม่ ข ไข่ มากเลยละค่ะ
ไม่สวยใสเท่ากันอีกต่อไปแล้ว (ดังนั้นท่านใดไม่อยากหน้าแก่
อย่ามักโกรธเขี้ยวนะขอเตือน)

บ้าน ก ไก่ วันนี้ดูคุณแม่หน้าหมอง คุณพ่อซีไม่โอหอบโอชะคุณแม่กลางสาธารณชนบ่อยๆ
เจ้าตัวเล็ก นิสัยเอาแต่ใจ ไม่สนใจความรู้สึกคนอื่น ไม่ฟังคำสั่งคุณแม่ หน้าหงิกหน้าองเง่

บ้าน ข ไข่ วันนี้คุณแม่หน้าแจ่ม คุณพ่อสนใจสอบถามเคล็ดลับเลี้ยงลูก ส่งเสริมพัฒนาการเสมอ
ทราบวาพฤติกรรมอื่นๆ ของคุณพ่อย้ายไป พร้อมกับได้ตาหนูที่อารมณ์ดี ฉลาด แจ่มใส
และพัฒนากาที่ดีเหนือเกณฑ์ปกติ ได้รางวัลขวัญใจโรงพยาบาลไปแล้วเรียบร้อย

ทั้งหมดนี้ ไม่ใช่ด้วยความบังเอิญใดๆ และทั้งหมดนี้ ก็ยังไม่ใช่บทสรุป
เพราะไม่มีอะไรแน่นอน แถมควบคุมให้ได้อย่างใจเราก็เป็นไปได้
วันหน้า คุณพ่อ ก ไก่ อาจกลับตัวเอง คุณพ่อ ข ไข่ อาจจนอีกครั้ง ใครจะไปทราบ
คุณแม่ควบคุมคุณพ่อไม่ได้ แต่ปรับที่ตัวของตัวเอง หาความสุขสงบรมเย็นให้ใจตัวเองได้

คุณละคะ อยากมีชีวิตแบบไหน

ยังอยากเล่นภาพยนตร์โรแมนติกแสนคลาสสิก หรืออยากเล่นโฆษณาครอบครัวอบอุ่น
หรืออยากจบฉากราวง ไม่ต้องกระโดดโลดเต้นเล่นหนังกันอีกต่อไป

ในเมื่อเลือกที่จะยังรัก ก็ขอให้รักในสิ่งที่เลือก

ขอให้รักตัวเอง หวังดีกับตัวเอง รู้จักหาความร่มเย็นเป็นสุขให้ตัวเอง

รักที่จะหาสิ่งที่ดีและประเสริฐที่สุดประดับตัวเอง

ซึ่งนั่นเป็นรักแท้ รักแน่นอนที่ไม่ต้องรอการพิสูจน์ค่ะ

สารบัญ ←



Hello God — ตามหาความสุข

โดย ชลนิต

บทความนี้มีการเฉลยเนื้อหาที่อาจจะทำให้ผู้อ่านเสียอารมณ์ในการชมภาพยนตร์



“ทำไมคุณถึงอยากให้ฮารุผ่าตัด” อาจารย์หมอลาม

“เขาจะได้หายจากอาการพิการทางสมองไงคะ” โซอินเฮตอบ

“การผ่าตัดมันเสี่ยงมากนะ และอาจมีผลข้างเคียง เป็นอันตรายต่อชีวิตเขาได้”
อาจารย์หมอบอก

“แต่ถ้าเขาสามารถหายจากการเป็นคนพิการทางสมองได้ ฉลาดขึ้น เขาก็จะมี
ความสุขนะคะ” โซอินเฮเถียง

“คุณเองก็ไม่ใช่คนพิการทางสมอง คุณฉลาดกว่าเขาตั้งเยอะ แล้วคุณมีความสุข
มากกว่าเขาหรือเปล่า?”



ฮารุ ชายหนุ่มผู้พิการทางสมองระดับ ๓ เขาไม่ใช่คนฉลาด ไม่ใช่คนเก่ง บางคนอาจเรียกว่าปัญญาอ่อน เขาก็ไม่เคยโกรธ ถึงฮารุจะพิการทางสมอง แต่เขาไม่เป็นการให้ใคร สามารถดูแลตัวเอง มีความรับผิดชอบ ทำงานเรียบร้อย มีรอยยิ้ม บริสุทธิ์ ซื่อ สดใสให้กับทุกคนรอบตัว

ชีวิตฮารุมีความสุขตามแบบของเขา จนกระทั่งได้พบโซอินเฮ ผู้หญิงที่เขาชอบ และหมอปาร์ค ดงแจ ศัลยแพทย์อัจฉริยะ ที่มีโครงการผ่าตัด รักษาผู้ป่วยที่พิการทางสมอง

โครงการนี้ได้รับการคัดค้านจากอาจารย์หมอ ผู้เป็นครูของหมอปาร์ค เพราะท่านเคยทำโครงการนี้และล้มเหลวมาแล้วเมื่อ ๗ ปีก่อน ทำให้เกิดบาดแผล ความรู้สึกผิดในใจมาจนถึงทุกวันนี้

หมอปาร์คพยายามชักชวนฮารุให้มาทดลองผ่าตัดเป็นรายแรก ไม่สนใจต่อคำคัดค้านจากครูของตน ฮารุยอมผ่าตัดเพื่อโซอินเฮ ให้เธอมีความสุข เห็นว่าเขาเป็นคนฉลาด ฟังพาได้

การผ่าตัดผ่านพ้นไปด้วยดี ฮารุเปลี่ยนจากคนพิการทางสมอง กลายเป็นอัจฉริยะ ไอคิวของเขาเพิ่มขึ้นรวดเร็ว ขณะเดียวกันก็ได้เรียนรู้สารพัดวิชาอย่างหนัก จนค่อย ๆ เป็นชายหนุ่มผู้โดดเด่น ฉลาดเฉลียว ทว่า...จุดมุ่งหมายแท้จริงในการเปลี่ยนตัวเอง คือทำให้ผู้หญิงที่เขารักหันมารักตอบ ให้เธอมีความสุข แต่จุดหมายนั้น ยืดยาวยิ่งห่างไกล ยิ่งพยายามวิ่งไล่มากเท่าไร ความสุขยิ่งเลือนหาย



สุดท้าย ผลข้างเคียงจากการผ่าตัดปรากฏ ฮารุเกิดอาการชักบ่อยขึ้น บางครั้งก็หมดสติ ความทรงจำแห่งวัน ฆาตหายเป็นช่วง ๆ โซอีนเฮมาดูแลโดยไม่รังเกียจ ยอมรับรักเขาอย่างหมดหัวใจ แต่นั่นไม่ได้ทำให้เขามีความสุขเลย หน้าซำกลับสร้างความเจ็บปวดเกินทนทาน

หมอปาร์คมีสองทางเลือกสุดท้าย หนึ่ง...กลับไปผ่าตัด รักษาอีกครั้ง ช่วยได้อย่างมากแค่รักษาชีวิต เขาต้องกลับไปพิการทางสมองระดับ ๓ อีก หรืออาจหนักยิ่งกว่าเก่า ด้วยไม่รู้ว่าเซลล์สมองถูกทำลายแค่ไหน สอง...ถ้าปล่อยไว้ อาการของเขาจะแยลงเรื่อย ๆ และตายในที่สุด

ฮารุจะเลือกเส้นทางไหน...



“บอกจุดมุ่งหมายที่เธออยากมาเรียนกับฉันได้หรือยัง” อาจารย์หมอถาม

“ผมอยากเก่ง...เก่งกว่าหมอปาร์ค เพื่ออินเฮจะได้หันมาชอบผมบ้าง” ฮารูตอบ

“แน่ใจได้ยังไม่ว่า ถ้าเธอเก่งกว่าหมอปาร์ค แล้วอินเฮจะหันมาชอบเธอ”

“ผมไม่รู้”

“จั่นตอบมาใหม่”

“พอผมเป็นคนเก่ง ก็จะสามารถหาเงินมาให้อินเฮได้เยอะ ๆ เธอก็จะมีความสุข”

“เธออยากให้อินเฮมีความสุขแบบนี้หรือ...เธอคิดว่าความสุขซื้อได้ด้วยเงินจริง ๆ”

“ผมไม่แน่ใจ”

“จั่นตอบมาใหม่ให้ดี...ดูที่ใจ ดูที่ความรู้สึกของเธอ”

“ผมรู้แล้ว!”

“ตอบมาสิ”

“เมื่อก่อน ผมเคยอยากเห็นอินเฮมีความสุข แต่ผมไม่รู้ว่าความสุขมันอยู่ตรงไหน... ตอนนี้ผมเข้าใจแล้ว...อินเฮจะยิ้ม ก็ต่อเมื่อผมยิ้มให้เธอ...เพราะฉะนั้น ถ้าผมอยากให้อินเฮมีความสุข...ใจผมต้องเป็นสุขก่อน!”



“ความสุข” มันอยู่ตรงไหนนะ?

ฮารุมีชีวิตเป็นสุขแบบคนพิการทางสมองอยู่ดี ๆ กลับมีคนคิดว่า ถ้าผ่าตัดรักษาเขาให้หาย กลายเป็นคนฉลาด เขาจะมีความสุข... พอเขาฉลาด เป็นอัจฉริยะก็คิดว่า ถ้าผู้หญิงที่เขารัก มารักตอบ เขาก็จะมีความสุข คิดว่าถ้าหาเงินได้เยอะ ๆ ซื้อเสื้อผ้าสวย ๆ ซื้อบ้านหลังใหญ่ ๆ ให้ผู้หญิงที่เขารัก แล้วจะมีความสุข...พอเธอรับรัก แต่เขาเกิดอาการโรคแทรกซ้อนขึ้น ก็คิดว่าอย่าให้โซอินเฮรู้ เธอก็จะมีความสุข ยิ่งพอรู้ว่าตัวเองต้องตายแน่ ๆ ก็คิดว่าถ้าทำให้โซอินเฮเลิกรักเขาได้ เธอก็จะไม่เจ็บ-ปวด มีความสุขกว่า...

น่าแปลก...ที่ความสุขใน “ความคิดข้างหน้า” แบบนี้ ยิ่งวิ่งไล่ ยิ่งไปไม่ถึง เหมือนเอื้อมมือจะคว้าได้ แต่ไม่เคยจับมัน...

สุดท้าย ฮารุก็เข้าใจ...เขาจึงยอมเลือกเส้นทางที่ “ทุกข์น้อยที่สุด” เป็นทางออกของทุกคน



เขายอมรับการผ่าตัดอีกครั้ง ยอมกลับไปเป็นคนพิการทางสมอง ที่ไม่สามารถจดจำความรัก ไม่สามารถจดจำคนรักของตัวเองได้อีก เพราะถึงจะทุกข์...แต่ก็ยังมีชีวิต!

มนุษย์เราแทบทุกคน รักความสุข เกลียดความทุกข์ รักกุศล เกลียดอกุศล...จึงพยายามที่จะรักษาความสุข รักษากุศลเอาไว้ให้นาน ๆ และเร่งผลักไสความทุกข์ ผลักไสอกุศลให้ออกไปไกล ๆ ตัว

ความจริง...เราทำได้เช่นนั้นหรือ?

ความสุข ความทุกข์ กุศล อกุศล เรื่องที่น่ายินดี เรื่องที่น่าเสียใจ ล้วนเป็นของชั่วคราว ผ่านมาแล้วก็ผ่านไป ไม่เคยตั้งอยู่ได้เกินครึ่งหนึ่งขณะจิตเลย

เราจะพยายามรักษาความสุขไว้ทำไม ในเมื่อรู้ว่ามันเป็นของชั่วคราว

เราจะดิ้นรน ผลักไสความทุกข์ไปทำไม ในเมื่อรู้ว่ามันเป็นของชั่วคราว

“ดู” สุข ทุกข์ กุศล อกุศล ตามความเป็นจริง ว่ามันเป็นของชั่วคราว เสมอกันดีไหม...เป็นสิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปทั้งนั้น โดยที่ใครก็ไม่อาจรักษา หรือ ผลักไสได้

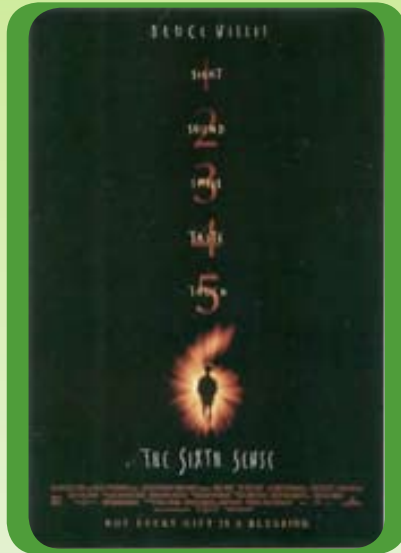
ดูจนเห็นความจริง กระทั่งใจหมดความดิ้นรน ไม่รักษา ไม่ผลักไส มองเห็นทุกสิ่งเสมอกัน...แล้วเมื่อนั้น...ความสุขที่ไม่ต้องดิ้นรน ไม่จำเป็นต้องรักษา ก็จะปรากฏอยู่ต่อหน้าเอง

หมายเหตุ รูปภาพจาก <http://www.kbs.co.kr/drama/hellogod/>

The Sixth Sense — ขอเพียงเข้าใจ

โดย ชลนิล

บทความนี้มีการเฉลยเนื้อหาที่อาจจะทำให้ผู้อ่านเสียอารมณ์ในการชมภาพยนตร์



น้ำต๋ย - ป้า...สนใจดูหนังผีมั๊ย

ป้าภารติ - ไม่ดู...แค่เห็นหน้าตัวเองในกระจกก็ตกใจแล้ว

น้ำต๋ย - ผีเรื่องนี้น่ารัก น่าสงสารนะป้า

ป้าภารติ - เรื่องอะไร...ผีน้อยแคสเปอร์เหรอ

น้ำต๋ย - เปล่า เรื่องThe Sixth Sense นะ

ป้าภารติ - อื้อย ไม่เอา เรื่องนี้น่ากลัว...สู้ให้ป้าดูหน้าตัวเองในกระจกดีกว่า

น้ำต๋ย - อ้าว เคยดูหนังมาแล้วเหรอ

ป้าภารตี - เปล่า แต่พอรู้เรื่องมาบ้างแหละ เกี่ยวกับเด็กเห็นผีใช้มั้ย

น้ำต้อย - ใช่ เป็นเรื่องของเด็กผู้ชายชื่อโคล เชียร์ มีนิสัยแปลกๆ ชอบเก็บตัวแบบเด็กมีปัญหา จนกระทั่งมีนักจิตวิทยาชื่อมัลคอล์ม เข้ามารักษา ดูแล พยายามจะหาสาเหตุว่าทำไมเด็กคนนี้ถึงมีอาการผิดปกติทางจิต เช่น โดดเดี่ยว หวาดระแวง ไม่ชอบพูดจากับใคร...ยิ่งเขาก้าวเข้าใกล้เจ้าหนูโคลมากเท่าไร เขาก็ยิ่งพบความแปลกประหลาดที่ยากจะเชื่อมากขึ้นเท่านั้น

ป้าภารตี - ใช่...ใช่จำได้แล้ว ป้าเคยดูหนังตัวอย่าง ตอนนั้น (นานมาก ๆ) เป็นฉากที่เจ้าหนูคนนี้นบอกความลับด้วยเสียงสั่น ๆ ว่า ...”ไอ ซี เด็ด พิเพิล” ผมเห็นวิญญาณคนตาย ทุก ๆ ที่ทุก ๆ เวลา... โห้ย แค่นั้นก็หลอนซะ...



น้ำต้อย - สรุปรว่าเจ้าหนูโคลแกลเห็นผีนะ เลยมีอาการทางจิตแบบนั้น ประกอบกับครอบครัวก็ไม่สมบูรณ์ เลยยิ่งกลายเป็นเด็กเก็บตัวมากขึ้น

ป้าภารตี - นั่นสิ รู้เรื่องแล้ว ป้าก็ไม่อยากดูหรอก เดี่ยวได้เห็นผีหน้าตาละ ๆ น่ากลัว ๆ จะพาลทำให้ฝันร้ายเปล่า ๆ

น้ำต้อย - จันแสดงว่า ก่อนนอนป้าคงไม่ยอมส่องกระจกเลยใช่ไหม?

ป้าภารตี - ยะ ก่อนนอนป้าก็สวดมนต์ ไหว้พระ เติบจงกรม นั่งสมาธิ จะมาเสียเวลานั่งหน้ากระจกทาครีม ทาแป้งเป็นนกงหงส์หยกทำไม

น้ำต๋ย - อีอิ...(ดีใจที่ป้ารู้ไม่ทันว่าโดนกัด)

น้ำต๋ย - แต่หนังเรื่องนี้จะมีอะไรดีกว่าหนังผี สยองขวัญทั่วไปนะป้า อย่างบทสรุปตอนท้าย ที่ให้เจ้าหนูโคลกล้ำเผชิญหน้ากับความกลัวของตัวเอง เข้าหาผีให้มันรู้กันไปเลย ว่า ที่โผล่หน้ามาให้เห็นบ่อย ๆ นั้นเพราะอะไร



ป้าภารตี - คงตั้งใจมาขอส่วนบุญ ให้ทำบุญ กรวดน้ำไปให้ละมั้ง

น้ำต๋ย - ก็ประมาณนั้น ที่จริงหนังตั้งใจพูดถึงประเด็นเรื่องการสื่อสารระหว่างกัน การที่ให้เราเข้าใจกันและกัน เห็นอกเห็นใจกัน ทุกคนในครอบครัวเดียวกัน และคนที่อยู่ต่างภพกัน

อย่างผีในเรื่อง เขาก็ไม่ได้ตั้งใจมาหลอกหลอนเจ้าหนูโคล แต่พวกเขามีความทุกข์ มีปมบางอย่างที่อยากหาคนมาช่วยคลี่คลาย แต่ก็อย่างว่าแหละ คนเราพอเจอผีก็รีบกลัวกันเสียก่อน ทั้งที่พวกอยู่ในภพภูมินั้น ส่วนใหญ่น่าสงสารจะตาย

ป้าภารตี - คนเรามักกลัวในสิ่งที่ไม่รู้ไง...ถ้าจะว่าไป “ความไม่รู้” นี่แหละ ที่น่ากลัวที่สุด...ถ้าคนเรามองเห็น ความเป็นอยู่ของผี เหมือนเรามองเห็นพวกหมาแมว สัตว์เดรัจฉานต่าง ๆ นะ เราก็ไม่รู้สึกลัวหรือกลัวหรอก จะเห็นแค่ เป็นเพื่อนร่วมวิญญูสงสาร ที่มีชีวิตลำบากกว่าพวกเราเท่านั้นเอง

น้ำต้อย - ใช่แล้ว พอเข้าใจและมองเห็นความจริงอย่างนั้น เจ้าหนูโคลก็เลิกกลัวผี หน้าข้ายังมีจิตใจเมตตา ช่วยเหลือพวกเขาเท่าที่ได้ก็อย่างนี้จะทำได้อีก



ป้าภารตี - ทั้งหมดนี้มันอยู่ที่ความเข้าใจนะ...ขอเพียงเข้าใจกัน ไม่ว่าจะป็นมนุษย์ต่อมนุษย์ด้วยกัน หรือจะอยู่กับคนละภพ เป็นเพื่อนร่วมวิญญูสงสาร ความเมตตา มันก็ครอบคลุมได้หมด

น้ำต้อย - นั่นสิ...ป้าปิดเรื่องได้สวยนะ...แต่เออ ป้าไม่เคยส่องกระจกก่อนนอนจริง ๆ เหรอ (ทำหน้าสงสัยสุดฤทธิ์)

ป้าภารตี - มาถามย้าทำไมยะ

น้ำต้อย - มิน่าละ ป้าถึงไม่เคยบ่นว่าฝันร้ายเลย!

ป้าภารตี - อ้อ...นี่หลอกกัฉฉินหรือยะ

น้ำต้อย - อีอิ รู้ข้าจึงนะป้า

หมายเหตุ รูปภาพจาก http://en.wikipedia.org/wiki/The_Sixth_Sense

สารบัญ ←

ความรัก เมตตา ความจริง

โดย ปุ่นบ็อก

ลัดดา นั่งมองเหม่อลงไปยังแม่น้ำสีดำนิ่งที่อยู่เบื้องล่าง แผ่นน้ำช่างนิ่งสงบ ต่างจากจิตใจของเธอที่กำลังวิ่งวุ่นอยู่ในทุกซอกซอญเหมือนหนูติดจั่นอยู่ในขณะนี้ นี่ก็เป็นเวลาเลยตี ๓ แล้ว นานๆถึงจะมีรถผ่านไปผ่านมาบนสะพานนี้ซักคัน แต่ถึงมี ก็คงไม่มีใครสังเกตเห็นผู้หญิงตัวเล็กๆที่นั่งกลมกลืนไปในความมืดของรัตติกาลอยู่ขอบนอกของสะพานนี้ เธอกำลังคิดถึงเขาอยู่ ชายผู้นั้นผู้ที่เธอฝากทั้งชีวิตและหัวใจไว้ แต่เขากลับฉีกหัวใจเธอทิ้งอย่างไม่มีชิ้นดี

ลัดดาและสายชลคบหาเป็นแฟนกันมากกว่า ๖ ปีแล้ว ตลอด ๖ ปีที่ผ่านมา แม้จะมีปัญหาหองระแหงทะเลาะกันบ้างเล็กน้อยตลอดมา แต่ก็ไม่เคยมีปัญหาอะไรใหญ่ๆ ที่สำคัญที่สุดคือลัดดารักเขา รักมากมายเหลือเกิน หัวใจเธอพร่ำบอกตลอดว่านี่แหละ “รักแท้” เธอคิดอยู่เสมอว่าโชคดีเหลือเกินที่ชีวิตนี้ได้เกิดมาเจอสายชล ทั้งคู่วางแผนว่าจะแต่งงานกันปลายปีนี้ แต่เพียงไม่กี่เดือนก่อนงานแต่ง ลัดดากลับค้นพบความจริงว่า สายชลมีผู้หญิงอื่นอยู่ด้วย

นี่ก็เป็นเวลากว่า ๓ เดือนมาแล้วตั้งแต่วันนั้นที่เธอได้ค้นพบความจริง ชีวิตของเธอจากที่เคยสุขสดใสก็กลับกลายเป็นมืดมัว เธอจมอยู่ในความทุกข์ทั้งวันทั้งคืน ไม่ว่าจะทำอะไรความคิดเธอก็วนกลับไปคิดถึงเขา มันเป็นความรู้สึกที่ยากจะบรรยาย ทั้งรักทั้งแค้นเดียวก็อยากหวนกลับไปคืนดี เดียวก็อยากกลับไปทำร้ายชายชั่วให้สาสมใจ เมื่อเดือนที่แล้วเธอพยายามกินยานอนหลับต่อหน้าเขา เพื่อหวังจะพิสูจน์ความรักที่ตัวเองมี และหวังว่าเขาจะสงสารและเลิกกับหญิงคนนั้น กลับมารักเธอคนเดียวอย่างเก่า แต่สุดท้ายแล้วก็ไม่มีผลอะไร สายชลและหญิงนั้นกลับไปติดต่อกันเหมือนเก่า แถมในที่สุดยังมาบอกเลิกกับเธอ เลิกไปอยู่กับหญิงคนนั้นแทน

เมื่อเธอหวนคิดไปถึงเหตุการณ์ที่กินยานอนหลับขวดที่แล้ว ความทุกข์ใหญ่หลวงก็ประดังเข้ามาสู่จิตใจเธออีกระลอก

“ถึงฉันจะตายเธอก็ไม่ห่วงฉันใช่ไหม ได้! ฉันจะตายให้เธอดู” ดวงตาของเธอที่เคยอ่อนล้ามาเป็นแรมเดือน กลับกลายเป็นแข็งกร้าวขึ้นมาทันที ลูกโซนด้วยไฟโทสะจากภายใน เธอตัดสินใจแล้ว

“อยู่ไปชีวิตที่เหลือก็มีแต่ทุกข์ ตายๆไปซะ จะได้จบๆกันไป” เธอคิดพร้อมกับลุกขึ้นยืน ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว อีกเพียงก้าวเดียวเท่านั้นที่กั้นเธอไว้จากผืนน้ำเย็นเยียบหลายสิบเมตรเบื้องล่าง ลัดดาหลับตา สูดหายใจลึกเป็นครั้งสุดท้าย ค่อยๆก้าวขาออกไปช้าๆ

“แน่ใจหรือหนู ว่าทำอย่างนี้แล้วทุกอย่างจะจบ?” เสียงเย็นๆเนิบๆจากชายสูงอายุที่เข้ามากระทบโสตประสาทเธอทำให้ลัดดาสะดุ้ง เธอชะงัก เมื่อเธอหันกลับไปก็เห็นชายสูงอายุยืนอยู่ห่างออกไปไม่กี่เมตร กำลังมองมาทางเธอด้วยสายตาใจดี

น่าแปลก! ลัดดาคิด คงจะเป็นเพราะกำลังจมอยู่ในความคิดตัวเอง ชายสูงอายุผู้นี้เข้ามาใกล้ขนาดนี้ก็ยังไม่รู้ตัว

“อย่าเข้ามานะ” ลัดดาตะโกนทั้งๆที่ใจจริงแล้วเธอกลับรู้สึกขมขื่นใจอย่างประหลาด คงเป็นเพราะมีใครมาคุยด้วยหลังจากที่เธอปิดตัวเองจากโลกภายนอกอยู่ทั้งเดือน

“ลุงไม่เข้าไปรบกวน คุยจากตรงนี้แหละ ใจเย็นๆนั่งลงก่อน ค่อยๆคุยกัน” เสียงของชายสูงอายุก้องกังวานและเย็นอย่างประหลาด จิตใจของลัดดาที่แทบบ้าคลั่งเมื่อสักครู่กลับกลายเป็นเย็นสงบลงบ้าง นับเป็นครั้งแรกในรอบหลายเดือนที่เดียวที่จิตใจเธอสงบเช่นนี้ เธอนั่งลงอย่างว่าง่าย

“ลุงเป็นใคร?”

“ลุงบ้านอยู่แถวนี้ละ พอดีเดินผ่านมาเห็นหนูทำทางไม่ค่อยดีเลยอยากมาคุยด้วยหน่อย”

“ลุงช่วยไม่ได้หรอก หนูอยากตาย”

ชายสูงอายุนัยตอบ “อยากตายทำไมล่ะหนู ออกหักแค่นี้เอง เรื่องเล็ก”

“คุณลุงรู้ได้อย่างไรว่าเธออยากตายเพราะออกหัก?” ลัดดาคิด อ้อ_แต่อยากฆ่าตัวตายอย่างนี้ก็คงเดาไม่ยากหรอกว่าเพราะอะไร

“ไหนหนูลองใจเย็นๆ ค่อยๆเล่าเรื่องให้ลุงฟังหน่อยสิ ลุงจะรู้ว่าจะช่วยหนูได้ ยังไงบ้าง”

ลัดดาต้องให้โฮออกมาทันที อย่างน้อยก็ยังมีคนห่วงใยเธอ ความในใจที่เก็บกดไว้กว่า ๓ เดือนพรุ่งนี้ออกมาจากใจมากมายให้ชายสูงอายุได้ฟังจนหมด ตั้งแต่เริ่มรักใหม่ๆเขาทั้งสัญญาและสาบานว่าจะรักเธอตลอดไป ถ้าตายขอให้เขาตายก่อน เพราะเขามีชีวิตอยู่โดยปราศจากเธอไม่ได้ เล่าเรื่อยจนมาถึงเมื่อ ๓ เดือนที่แล้วที่เธอได้รู้ความจริง โลกทั้งโลกที่เคยสวยงามพังทลายไปต่อหน้าต่อตา จนมาถึงคืนนี้ที่เธอตั้งใจจะจบทุกอย่างลง

ลัดดาใช้เวลาในการเล่านานพอสมควรทีเดียว และเธอรู้สึกสบายใจขึ้นมากทีเดียว ที่มีคนยอมรับฟังเรื่องที่เธออัดอั้นอยากระบายมานาน เมื่อลัดดาเล่าเรื่องของเธอบจบ ชายสูงอายุที่ตั้งใจฟังตลอดเรื่องก็พูดขึ้นมาด้วยถ้อยคำที่ลัดดาไม่คิดว่าจะได้ยิน

“หลานเอ๊ย! รู้ไหมว่าคนที่ทำให้หนูเจ็บเจียนตายอย่างนี้ไม่ใช่เขาหรอก แต่เป็นตัวหนูเอง”

คำตอบนี้ทำให้ลัดดาจ๋นไปทีเดียว

“ลุงหมายความว่ายังไง ก็หนูฟังบอกอยู่นี่ว่าเขาทำหนูเจ็บเข้าเจียนตายขนาดนี้”

ชายสูงอายุยิ้มและถามกลับ “นั่นตอบลุงมาหน่อยซิ ว่าเขาทิ้งเราไปเมื่อ ๓ เดือนก่อนใช่ไหม แล้ว ๓ เดือนที่แล้วจนถึงตอนนี้ เขามาบังคับให้เราต้องคิดถึงเขาให้ต้องทุกซอกแบบนี้หรือเปล่า? เขาทิ้งเราไปครั้งเดียว ใช้เวลาไม่ก่นาที่ในการเดินจากไป แต่จิตเรลืเอาเรื่องเดิมๆมาย้ำคิดย้ำทำเพื่อทำร้ายตัวเอง เพราะฉะนั้น เจ้าตัวการที่ต้องโทษจริงๆคือจิตเราเองไม่ใช่เขาหรอก”

ชายสูงอายุหยุดพักมองหน้าลัดดาที่ยังงงๆอยู่ ก่อนพูดต่อ “ไม่เฉพาะทุกข์จากความรักนะหนู ทุกข์ที่มาจากภายนอกทั้งหมดเป็นเพราะจิตเราทำตัวเองทั้งนั้น สิ่งภายนอกเป็นได้เพียงแคปัญหา ไม่ใช่ทุกข์ หนูลองสังเกตดูดีๆ เองเถิด ว่าทุกข์เกิดที่ใจของเราเองหรือเกิดที่เหตุการณ์ภายนอก”

“แต่หนูขาดเขาไม่ได้ ขาดเขาไปหนูจะไม่มีความสุขในชีวิตเลย”

“ต้องได้สิหนู ทำไมจะไม่ได้ล่ะ แล้วทำไมก่อนมีเขาหนูถึงยังมีความสุขในชีวิตได้ล่ะ?”

ลัดดาเถียงกลับทันที “นั่นมันเมื่อก่อน แต่เดี๋ยวนี้ไม่ใช่แล้ว”

“นี่แหละหนู เห็นไหมว่าจิตใจคนเรามันเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ ตอนนี้หนูเห็นว่าจิตใจเปลี่ยนแปลงแบบคร่าวๆเท่านั้น แต่จริงๆแล้วจิตใจมันเปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ ตลอดเวลาทีเดียว การเปลี่ยนแปลงก็ไม่ได้เปลี่ยนไปลอยๆ แต่เป็นการเปลี่ยนตามปัจจัยที่เข้ามากระทบ มันเปลี่ยนมาเป็นสภาพอย่างทุกวันนี้ได้ ก็ไม่ใช่ว่ามันเปลี่ยนกลับไปเป็นสภาพก่อนมีเขาหรือดียิ่งกว่าเก่าไม่ได้”

ชายสูงอายุหยุดพักมองหน้าลัดดาที่กำลังฟังอย่างตั้งใจก่อนจะสาธยายต่อ “คนเราก็คือเป็นอย่างนี้ละ มัวแต่ยึดติดกับอารมณ์ปัจจุบัน เลยไม่เห็นความเป็นจริงของจิตใจ อย่างเช่นเวลารักก็คิดว่าจะรักตลอดไป และหลงคิดว่าอีกฝ่ายจะรักเราตลอดไป เวลาทุกข์ก็รู้สึกเหมือนว่าจะทุกข์ตลอดไป ทั้งๆที่ของเหล่านี้เป็นอะไรที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอด”

“เอ คุณลุงนี่พูดเป็นธรรมะดีแะ” ลัดดาคิด ถึงแม้ลัดดาจะเป็นชาวพุทธทำบุญบ่อยๆ และเคยได้ฟังธรรมมาบ้าง แต่ก็เหมือนชาวพุทธทั่วไปที่ไม่เคยสนใจศึกษาธรรมะจริงจัง เพราะไม่รู้ว่าจะสนใจไปแล้วจะให้ประโยชน์อะไรแก่เธอ

“ความรักเป็นเหมือนเหรียญสองด้านนะหนู บทจะทำให้สุขก็สุขเกินจะบรรยาย แต่เนื่องจากมันทำให้มีความสุขได้มาก บทที่มันกลายเป็นทุกข์ขึ้นมาก็เป็นอย่างที่เห็นนี่แหละ คนเราเกิดมาก็เพราะความรัก ตายเพราะรักก็มีมาก จำไว้นะหนู ถ้ามีความยึดมั่นถือมั่นเข้าไปในความสุขเมื่อไหร่ สุขจะมีค่าเท่ากับทุกข์ทันที โลกนี้มัน

ไม่สมดุลกันระหว่างสุขกับทุกข์ พอยึดติดสุขกลับกลายเป็นทุกข์ แต่ถ้าไปยึดติดทุกข์ กลับยิ่งทุกข์ สิ่งต่างๆจะต้องเป็นไปตามที่เราอยาก ไม่เปลี่ยนแปลงถึงจะสุข ทั้งๆที่จริงๆแล้วสิ่งต่างๆจะเปลี่ยนหรือไม่เปลี่ยนก็เพราะเหตุปัจจัย ไม่มีอะไรเกิดขึ้นลอยๆ ไม่มีอะไรดับไปลอยๆเลย ต้องอาศัยเหตุใกล้และเหตุไกลทั้งนั้น อย่างที่หนูมารักเขานี้ เหตุใกล้ก็คือเขามาทำดีกับหนูในชาตินี้ ส่วนเหตุไกลก็คือทั้ง ๒ คนเคยผูกพันร่วมกัน มาในอดีตชาติ เหมือนอย่างเวลาเราคุ้นเคยกับอะไรสักอย่างนานๆ เราย่อมเกิดความผูกพันเป็นธรรมดา เวลากลับมาพบอีกที่ย่อมดีใจ”

ลัดดานึกถึงต้นมะม่วงที่เธอเคยปลูกไว้ตอนเด็กที่บ้านคุณยายต่างจังหวัด เวลาที่เธอกลับไปเจอที่รู้สึกอบอุ่นอย่างประหลาด ความรักเป็นแบบนี้รีไพล่กัน?

“แต่ทั้งความรู้สึกรักและจิตใจคนเรามันตกอยู่ใต้กฎไตรลักษณ์นะหนู เขาจะเปลี่ยนใจไปมันก็เป็นไปตามเหตุปัจจัย สิ่งมันไม่ได้โดยตรง ถ้าไม่เชื่อหนูลองสั่งใจมันตอนนี้สิ ว่าให้หยุดรักเขาเดี๋ยวนี้ ทำได้ไหม?”

ลัดดาส่ายหน้า ถ้าเธอสั่งมันได้เธอคงไม่ต้องทุกข์จนเกือบจะฆ่าตัวตายอย่างนี้

“เห็นไหมว่าจิตใจตัวเองเรายังสั่งมันไม่ได้เลย แล้วจะไปทุกข์อะไรกับการอยากบังคับจิตใจคนอื่นให้เขากลับมารักเราล่ะหนู? มันเป็นไปได้เพราะจิตใจเป็นสิ่งไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย ไม่ได้เป็นไปตามความอยากของใคร แล้วในกรณีนี้ก็มีกรรมที่หนูจะต้องชดใช้ด้วย ก็เลยต้องมาทุกข์เจียนตายอย่างนี้ ที่สำคัญมากตอนนี้ก็คือหนูต้องเลิกผูกโกรธสายชุลนะ ไม่งั้นจะเป็นเวยรเป็นกรรมกันไม่จบไม่สิ้น”

ลัดดาฟังอย่างตั้งใจพร้อมคิด “จริงสินะ แค่เลิกผูกโกรธสายชุล เราก็คลายทุกข์ไปเยอะแล้วนี่นา”

ชายสูงอายุหยุดพักเพื่อให้ลัดดาซึมซับสิ่งที่พูดไป เมื่อเห็นลัดดาเริ่มมีสีหน้าดีขึ้นแล้วจึงกล่าวต่อ

“สิ่งมีชีวิตทั้งหลายล้วนอยากมีชีวิตที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความสุขนะ มัวแต่วิ่งวนหาความสุขจากภายนอก แต่หาไม่ว่าวิธีสร้างความสุขที่แท้จริงนั้นอยู่ภายในตัวเรา นี่แหละ เพียงอาศัยสมาธิในพุทธศาสนาмаาคอยรู้เท่าทันกายและใจของตัวเองอยู่

เนืองๆ จิตใจจะสว่าง ตื่นเบิกบานขึ้นเรื่อยๆเมื่อความยึดติดกับชั้นทั้งหลายอันเป็น
ตัวทุกข์น้อยลง พระพุทธศาสนานั้นถ้าว่าโดยสภาวะแล้วเป็นวิธีดับทุกข์ แต่ถ้าจะพูด
ภาษาโลกๆก็คือวิธีสร้างความสุขโดยไม่ต้องอาศัยสิ่งภายนอกนั่นเอง”

ธรรมะที่คุณลุงได้พยายามสอนลัดดาได้ช่วยพัดเมฆหมอกที่บังจิตใจเธอออก ลัดดา
เริ่มมองเห็นได้ตามจริง

“ความสุขโดยไม่ต้องอาศัยสิ่งภายนอกหรือ? ฟังน่าสนใจดีอะะ จริงสิเมื่อก่อนเรา
ยังไม่มีสายชลเรายังมีความสุขได้มากกว่าหลังมีสายชลอีกนี่นา ชีวิตต่อไปนี่เราจะต้อง
เรียนรู้ที่จะมีความสุขอยู่กับตัวเองให้ได้”

เมื่อลัดดาคิดได้อย่างนี้ก็เริ่มยิ้มออกมาเรื่อยๆ

เมื่อชายสูงอายุเห็นลัดดาเริ่มยิ้มออกแล้ว จึงกล่าวลา

“นี่หลานสบายใจขึ้นมาเยอะแล้ว เดี่ยวลุงก็ต้องไปแล้วละ เดี่ยวป้าจะคอยนาน
แต่ก่อนไปลงจะฝาก วิธีที่จะช่วยหาความสุขอย่างง่ายๆและทำได้ทุกเวลาไว้ให้ วิธีนี้
คือก็คือเจริญพรหมวิหาร ๔ และระลึกถึงบุญกุศลที่ทำมา เวลาเราเห็นคนอื่นรอบตัว
มีความสุขและกำลังได้ดีให้นึกยินดีกับเขา ส่วนบุญกุศลก็ให้นึกถึงอยู่เรื่อยๆ ลองทำ
เดี๋ยวนี้เลยนะหลาน หลับตาแล้วระลึกถึงบุญกุศลที่เราทำมาตั้งแต่เด็กๆ จำไว้นะ
ทำบุญทำกุศลไว้ แล้วความดีจะปกป้องเราเอง”

ลัดดาหลับตาลง ภาพที่เธอเคยทำบุญแต่ครั้งก่อนๆเข้ามาปรากฏในมโนทวารของ
เธอ ตั้งแต่ตอนเด็กๆที่คุณยายเคยพาเข้าวัดเป็นครั้งคราว จนโตขึ้นหน่อย ช่วยเหลือ
ผู้อื่นเวลามีปัญหาเดือดร้อนอยู่เรื่อยๆ ภาพทั้งหลายทำให้จิตใจเธอชุ่มชื่นขึ้นมาก
ทีเดียว เธอก้มลงไหว้ชายผู้สูงอายุด้วยความขอบคุณและปลาบปลื้มใจ แต่พอเธอ
เงยหน้าขึ้น คุณลุงผู้มีพระคุณกลับไม่อยู่เสียแล้ว ลัดดาคิดเสียดายที่ยังไม่ทันได้ถาม
ชื่อเสียงเรียงนามของคุณลุงผู้มีพระคุณ ผู้ได้ช่วยให้ลัดดาคนเก่าที่แสนอ่อนแอได้ตาย
สมใจ และชุบชีวิตลัดดาคนใหม่ขึ้นมา คนใหม่ที่มีชีวิตอยู่โดยไม่จำต้องพึ่งพิงใครคนใด
คนหนึ่ง แต่อยู่เพื่อจะเข้มแข็งพอให้คนอื่นมาพึ่งได้ต่างหาก นี่ถึงจะคุ้มกับที่เกิดมาพบ
พระพุทธศาสนา

ในขณะที่เธอเดินลงจากสะพานนั้นเริ่มเป็นเวลาเช้าแล้ว พระอาทิตย์เริ่มโผล่พ้นขอบฟ้า ส่องแสงสีส้มवलตาเมื่อสะท้อนกับแผ่นน้ำเบื้องล่าง

ภาพแม่ลูกอ่อนคู่หนึ่งเดินสวนมาทำให้ลัดดาจิตใจชุ่มชื่นและนึกถึงพระสูตรบทหนึ่งที่เธอเคยสวด

“มาตา ยะถา นียัง ปุตตัง आयुสา เอกะปุตตะมะนุรักเข
เอวัมปิ สัพพะภูเตสุ มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง
เมตตัญจะ สัพพะโลกัสमिं มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง”

“คนเราพึงแผ่ความรักความเมตตา ไปยังสัตว์ทั้งหลาย หาประมาณมิได้ ดุจดั่งมารดาถนอมและปกป้องบุตรสุดที่รักคนเดียวด้วยชีวิต ฉะนั้น พึงแผ่เมตตาจิตไปไม่มีขอบเขต ไม่คิดผูกเวร ไม่เป็นศัตรู อันหาประมาณไม่ได้ ไปยังสัตว์โลกทั้งปวงทั่วทุกสารทิศ”

ลัดดายิ้มให้กับแม่ลูกคู่นั้นและให้กับชีวิตใหม่ของเธอที่เพิ่งเริ่มต้น...

สารบัญ ←



ร่วมส่งบทความ

นิตยสารเล่มนี้จะเป็นนิตยสารคุณภาพได้ ก็ด้วยเนื้อหาดี ๆ ภายในฉบับที่จัดสรรลงอย่างต่อเนื่องนะคะ

หากคุณผู้อ่านท่านใด มีความสามารถในการเขียน มีศรัทธา และความเข้าใจในคำสอนของพุทธศาสนา ไม่ว่าจะในระดับเบื้องต้น เบื้องกลาง หรือเบื้องปลาย และมีใจรักที่อยากจะสื่อสารถ่ายทอดสิ่งนั้นให้กับผู้อื่นได้ทราบ และได้ประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้น เช่นเดียวกับที่เราอาจเคยได้รับจากผู้อื่นมาแล้ว ก็ขอเชิญทุกท่านส่งบทความมาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของธรรมะ*ใกล้ตัว* ด้วยกันนะคะ

คุณอาจไม่จำเป็นต้องเป็นนักเขียนฝีมือเลิศ แต่หากมีใจที่คิดอยากจะถ่ายทอด มีสิ่งที่คิดว่าอยากแบ่งปันความรู้ความเข้าใจนั้นให้กับคนอื่น ๆ ก็ลองเขียนส่งเข้ามาได้เลยค่ะ

๑. คอลัมน์ที่เปิดรับบทความ

คอลัมน์: ธรรมะจากคนสู้กิเลส

เนื้อหา: เปิดโอกาสให้คุณ ๆ ได้เล่าประสบการณ์จริงของตนเอง ว่าผ่านอะไรมาบ้าง มีอะไรเป็นข้อคิดที่เป็นประโยชน์บ้าง อะไรทำให้คนธรรมดาคนหนึ่งกลายเป็นคนดีขึ้นมา และทำให้คนมีกิเลสเยอะกลายเป็นคนกิเลสบางลงได้ มีแต่คนที่เปลี่ยนแปลงตัวเองแล้วเท่านั้น จึงจะเขียน ธรรมะ*ใกล้ตัว* ได้สำเร็จ

คอลัมน์: นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ

เนื้อหา: เปิดโอกาสกว้างสำหรับคนที่ชอบคิดชอบเขียน โดยเฉพาะอดีตนักฝัน ที่เพิ่งฝันตัวมอยุ่ในโลกธรรมะ เพื่อสร้างสรรค์เรื่องราวให้คนได้ข้อคิดข้อธรรมผ่านความสนุกของรูปแบบนิยายหรือเรื่องสั้นได้อย่างเพลิดเพลิน

คอลัมน์: คำคมชวนคิด

เนื้อหา: รวบรวมข้อคิด หรือคำคมของบุคคลต่างๆ ที่เคยได้ยินมาแล้วสะดุดใจ มาบอกต่อ ยิ่งถ้าใครสามารถสร้างสรรค์วรรคทองได้เองยิ่งดี เพราะจะ

ได้ฝึกใจเริ่มวลีสะดุดใจ ซึ่งเป็นแม่บทของกรรมที่ทำให้มีความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างสุดยอด เนื่องจากแง่คิดดี ๆ จะช่วยให้คนอ่านคิดดี หรือได้คิดเพื่อเปลี่ยนแปลงชีวิต วิชาที่ย้อนกลับมาสนองตอบแทนคุณ ก็คือการพูดโอเอดียเหมือนน้ำพุไม่รู้จักรู้สิ้น กับทั้งเป็นที่ยอมรับในวงกว้างด้วย

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น หรือแปลมาจากภาษาอังกฤษ กรุณาระบุแหล่งที่มา หรือชื่อของบุคคลผู้เป็นเจ้าของคำคมด้วยนะคะ

คอลัมน์: สัพเพเหระธรรม

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

คอลัมน์: กวีธรรมะ

เนื้อหา: พื้นที่ที่เปิดกว้างสำหรับกวีธรรมะทั้งหลาย โดยไม่จำกัดรูปแบบและความยาวของบทกวี หรือหากจะคิดเอาบทกวีที่น่าประทับใจ ให้แง่คิดอะไรในเชิงบวก ก็สามารถนำมาลงได้เช่นกัน แต่ถ้าให้ดี กลั่นกรองออกมาด้วยตนเองได้ ก็ยิ่งดีค่ะ

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น ต้องระบุที่มาที่ไปอย่างชัดเจนด้วยนะคะ

คอลัมน์: เทียววัด

เนื้อหา: รับหมดไม่ว่าจะเป็นวัดสวยหรือสถานที่ปฏิบัติธรรม ข้อมูลข่าวสารจากทั่วประเทศนั้น ไม่มีวันที่ใครคนเดียวจะรู้ได้หมด ถ้าช่วยเป็นหูเป็นตาให้แก่กัน ก็คงจะมีประโยชน์อย่างมหาศาล

กติกา: นอกจากข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ บรรยายภาพ ภูมิภา ฯลฯ ของวัดแล้ว ต้องขอรบกวนส่งภาพสวย ๆ มาประกอบบทความด้วยนะคะ

คอลัมน์: ธรรมะปฏิบัติ

เนื้อหา: ร่วมบอกเล่าประสบการณ์จริง ประสบการณ์ตรงจากการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นทั้งธรรมทาน และเป็นทั้งกำลังใจ สำหรับผู้ที่กำลังร่วมเดินทางอยู่

บนเส้นอริยมรรคเส้นเดียวกันนี้

คอลัมน์: ของฝากจากหมอ

เนื้อหา: นำเสนอข่าวสารในวงการแพทย์ หรือสารความรู้อันเป็นประโยชน์เกี่ยวกับสุขภาพ ที่คนทั่วไปสนใจ หรือนำไปใช้ได้ เพื่อเป็นวิทยาทานให้กับผู้อ่าน จากแง่มุมต่างๆ ที่แพทย์แต่ละแขนงมีความรู้ความเชี่ยวชาญต่างๆ กัน

กติกา:

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

๒. อ่านสัณนิษฐาน ก่อนคิดเขียน

เนื่องจากในแต่ละสัปดาห์ มีงานเขียนส่งเข้ามาเป็นจำนวนมากชิ้นขึ้นเรื่อยๆ ดังนั้น เพื่อเป็นการช่วยลดเวลา และลดภาระให้กับอาสาสมัคร ในการเข้ามาช่วยกันคัดเลือก และพิสูจน์อักษรของทุกบทความ ต้องขอรบกวนผู้ส่งบทความ เรียบเรียงงานเขียนตามแนวทางดังนี้ด้วยนะคะ

๒.๑ ตรวจทานคำถูกผิดให้เรียบร้อย

ก่อนส่งบทความ รบกวนผู้เขียนทุกท่านช่วยตรวจทานให้แน่ใจก่อนนะคะว่า ไม่มีจุดไหนพิมพ์ตกหล่น พิมพ์เกิน พิมพ์ผิดพลาด หรือเขียนตัวสะกดไม่ถูกต้องผ่านสายตาของผู้เขียนแล้ว

หากไม่แน่ใจตัวสะกดของคำไหน สามารถตรวจสอบได้จากที่นี่เลยคะ

เว็บเครือข่ายพจนานุกรม ราชบัณฑิตยสถาน

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

๒.๒ จัดรูปแบบตามหลักงานเขียนภาษาไทย

เพื่อให้ทุกบทความมีลักษณะของการจัดพิมพ์ที่สอดคล้องกัน ขอให้ใช้การจัดรูปแบบในลักษณะดังนี้คะ

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

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น ก็เลยบอกเธอไปว่าผลกรรมข้อกาเมนั้นหนักไม่ใช่เล่น”

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น ก็เลยบอกเธอไปว่าผลกรรมข้อกาเมนั้นหนักไม่ใช่เล่น” (อ่านง่ายกว่าค่ะ)
หรือดูหลักเกณฑ์อื่นๆ ได้จากที่นี่เพิ่มเติมด้วยก็ได้คะ

ราชบัณฑิตยสถาน > หลักเกณฑ์ต่างๆ

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

๒.๓ ความถูกต้องของฉันทลักษณ์สำหรับขึ้นงานร้อยกรอง

สำหรับท่านที่แต่งร้อยกรองเข้ามาร่วมในคอลัมน์กวีธรรม ขอให้ตรวจทานให้แน่ใจสัณนิษฐานคะว่าบทกลอนนั้น ถูกต้องตามฉันทลักษณ์แล้วหรือยัง จะได้ช่วยกันใส่ใจและเผยแพร่แต่ในสิ่งที่ถูกต้องให้ผู้อื่นกันคะ

คุณผู้อ่านสามารถตรวจสอบ หรือหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับฉันทลักษณ์ของกวีไทยได้จากที่นี่ด้วยนะคะ

ร้อยกรองของไทย

(โคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน ร่าย)

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

๒.๔ ความยาวของบทความ และการจัดย่อหน้า
ปกติแล้วเราไม่จำกัดความยาวของชิ้นงานในทุกคอลัมน์ค่ะ แต่ก็อยากให้ผู้เขียนใช้ดุลยพินิจด้วยค่ะว่า ความยาวประมาณใดน่าจะเหมาะสม โดยลองดูจากบทความที่ลงในเล่ม และลองเทียบเคียงความรู้สึกในฐานะผู้อ่านดูนะคะ

สำหรับเรื่องสั้น หรือนวนิยาย ที่อาจมีความยาวมากกว่าบทความอื่นๆ และมีการเปลี่ยนฉากอยู่บ้าง อย่าลืมเบรกสายตาผู้อ่าน โดยการขึ้นย่อหน้าใหม่เมื่อถึงจุดหนึ่งๆ ของเรื่องที่เหมาะสมด้วยนะคะ เพราะการเขียนเป็นพริด เห็นแต่ตัวหนังสือติดๆ กันลงมายาวๆ จะลดทอนความน่าอ่านของบทความไปอย่างน่าเสียดายค่ะ

หากบทความใด อ่านยากๆ หรือมีจุดบกพร่องที่ต้องแก้ไขเยอะมาก ๆ ทางทีมงานอาจจะต้องขออนุญาตเก็บไว้เป็นอันดับหลังๆ ก่อนนะคะ

๓. ส่งบทความได้ที่ไหน อย่างไร

๓.๑ กระดานส่งบทความ

เมื่อเขียน อ่านทาน และตรวจทานบทความพร้อมส่งเรียบร้อยแล้ว งานเขียนทุกชิ้นสามารถโพสต์ส่งได้ที่ กระดาน “ส่งบทความ” ได้เลยนะคะ ที่: <http://dungtrin.com/forum/viewforum.php?f=2>

โดยหัวข้อกระทู้ ขอให้ใช้ฟอร์แมตลักษณะนี้นะคะ

(ชื่อคอลัมน์) ชื่อเรื่อง โดย ชื่อผู้แต่ง

เช่น

(สัพเพหระธรรม) เทพธิดาโรงงาน โดย คนไกลวัด

(ธรรมะปฏิบัติ) เส้นทางปฏิบัติ 1 โดย satima

(ของฝากจากหมอ) เครียดได้...แต่อย่านาน โดย หมออดิ

เพื่อช่วยให้ทีมงานสามารถจัดหมวดหมู่ของชิ้นงาน

ได้เร็วขึ้นค่ะ

๓.๒ แนบไฟล์ Word มาด้วยทุกครั้ง

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

ใครมีรูปประกอบ ก็ Attach มาด้วยวิธีเดียวกันนี้เลยนะคะ

และหากไฟล์มีขนาดใหญ่ ทำเป็น zip เสียก่อน ก็จะช่วยประหยัดพื้นที่ได้ไม่น้อยค่ะ

๔. ส่งแล้วจะได้ลงหรือไม่

ปกติแล้ว เวทีแห่งนี้เป็นเวทีที่เปิดกว้าง หากบทความนั้น ให้อรรถาธิบายที่เป็นไปเพื่อเกื้อกูลกันในทางสว่าง และเป็นแนวทางที่ตรงตามแนวทางคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านจากผู้รู้จริงในด้านที่เชี่ยวชาญ ก็จะได้รับรางวัลแน่นอนค่ะ

ทั้งนี้ รวมถึงความยากง่ายในการอ่านพิจารณาบทความ การแก้ไขจุดบกพร่องต่างๆ ในงานพิสูจน์อักษร หากเป็นไปอย่างคล่องตัว ก็จะช่วยให้อ่านพิจารณาชิ้นงานได้ง่ายขึ้นด้วยค่ะ

แต่หากบทความใด ยังไม่ได้รับคัดเลือกให้ลง ก็อย่าเพิ่งหมดกำลังใจนะคะ วันหนึ่ง คุณอาจรู้อะไรดีๆ และเขียนอะไรดีๆ ในมุมที่ใครยังไม่เห็นเหมือนคุณอีกก็ได้ค่ะ :

และถ้าอยากเริ่มต้นการเป็นนักเขียนธรรมะที่ดี ก็ลองติดตามอ่านคอลัมน์ เขียนให้คนเป็นเทวดา ที่คุณ ‘ดังตฤณ’ มาช่วยเขียนเป็นนักเขียนประจำให้ทุกสัปดาห์ดูนะคะ

ขอบคุณโมทนาในจิตอันมีธรรมเป็นทานของทุกท่านค่ะ

ธรรมะใกล้ตัว
dharma at hand

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