



## คิดจากความว่าง ๔

โดย ดั่งตฤณ

## สารบัญ

❁ ว่างนำคำ...	๘
❁ โลกทั้งใบหายไปกับความตาย	๘
❁ ความสามารถในการตั้งคำถาม	๘
❁ ๔๐ คำถามทำลายอุปาทาน	๑๑
❁ ไม่มีที่ให้ฉันอยู่ เมื่อมีรัฐอยู่ตรงนี้	๑๓
❁ วิชาอ่านใจของพระพุทธเจ้า	๑๕
❁ รุณวายไม่ว่ารุน	๑๘
❁ นิमितมงคล	๒๑
❁ ชายไม่จริงกับหญิงเก่งกล้า	๒๓
❁ สุขสันต์วันเริ่มทุกข์	๒๕
❁ ทำหน้าที่ให้มิจริง	๒๘
❁ อะไรจะเกิดขึ้นถ้า...	๓๑
❁ เรื่องน่าสงสัย	๓๔
❁ มนุษย์ล่องหน	๓๖
❁ เกิดครั้งสุดท้าย... เพื่อรู้ว่าไม่มีใครเกิดมา	๓๙
❁ แก้หม่อมด้วยการเห็นความหม่อม	๔๒
❁ ลมหายใจแห่งความรู้	๔๕
❁ โลกของเด็ก	๔๗
❁ บรรดาศักดิ์แห่งการเข้าถึงความไม่เป็น	๕๐

- ❁ รบกับความโกรธ อัยารบกับตัวเอง \_\_\_\_\_ ๕๓
- ❁ อยู่ที่จิต \_\_\_\_\_ ๕๕
- ❁ สงบในความเรียบง่าย \_\_\_\_\_ ๕๘
- ❁ การตัดสินใจครั้งสำคัญ \_\_\_\_\_ ๖๑
- ❁ ถ้าคิดจะทิ้งทุกซ์ อย่าเสียดายเหตุแห่งทุกซ์ \_\_\_\_\_ ๖๓
- ❁ ความคิดบ้าง \_\_\_\_\_ ๖๖
- ❁ รักแต่ละที่ไม่เคยมีบังเอิญ \_\_\_\_\_ ๖๘
- ❁ คู่แท้ \_\_\_\_\_ ๗๑
- ❁ ตอนสุดท้ายไม่มีผู้ร้ายได้ไหม? \_\_\_\_\_ ๗๓

## ❁ วางหน้าคำ...

เมื่อปล่อยของหนักลงจากมือ  
ผลคือความเบากายสบายตัว  
เมื่อสละอุปาทานออกจากใจ  
ผลคือรสสุขแปลกใหม่หน้าอัศจรรย์

ปล่อยมือนั้นง่าย  
ปล่อยวางสิยาก  
ทุกคนรู้วิธีคลายนิ้ว  
แต่ก็คนรู้วิธีคลายใจ

เบาตัวชั่วคราวจะดีอะไร  
เบาใจชั่ววันตรัสเสียมจริง

แยกกายจากของหนัก  
เพียงไม่นานก็ต้องหยิบขึ้นมาใหม่  
แต่พรากจิตออกจากตัวตน  
ให้สิ้นกาลก็ไม่กลับรวมเข้ามาอีก

ความว่างที่สมบูรณ์  
กว้างกว่าฟ้า  
ลึกกว่ามหาสมุทร  
ไม่คับแคบเหมือนความไม่รู้  
ไม่ตื้นเขินเหมือนความไม่มี

ความไม่มีอะไรเลย  
เป็นเพียงจินตนาการ  
ส่วนความว่างที่สมบูรณ์  
เป็นเรื่องเกินจินตนาการ

คิดโดยปราศจากใครคิด

รู้โดยปราศจากใครรู้  
ว่างโดยปราศจากใครว่าง  
นั่งโดยปราศจากใครนั่ง  
เป็นโดยปราศจากใครเป็น  
แสนสบาย...  
ด้วยจิตชนิดนั้น  
จินตนาการจึงถึงความดับ  
วันหนึ่งจะแปรเป็นรู้อจริง  
สัมผัสความว่างที่สมบูรณ์

ดั่งตฤณ

กัณยายน ๒๕๕๐

## ๕ โลกทั้งใบหายไปกับความตาย

ทำยังไงถึงจะได้เป็นนักบินอวกาศอย่างคุณคะ?  
หนูต้องเรียนหนักนะ โดยเฉพาะวิทยกับคณิต ต้องเอาให้เก่งระเบิดขนาดที่หาซ่า  
สนใจนะ

รู้สึกยังไงคะ กับการออกไปข้างนอกโน้น และทิ้งโลกไว้เบื้องล่าง?  
เหมือนหนูที่ลอยได้เองนะจ๊ะ หนูจะรู้ว่าแรงดึงดูดมีความหมายอย่างไรก็ตอนที่มัน  
เหลือหย้อยเท่าหย้อยแล้วนั้นแหละ

ก่อนขึ้นสู่อวกาศ ตอนล่ำลาครอบครัวรู้สึกยังไงซึ่งเป็นพิเศษ หรือผิดแผกแตกต่างจากตอน  
ล่ำลาไปที่ไหนไกล ๆบนโลกนี้ใหม่คะ?

แน่นอนจ๊ะ หนูล่ำลาพวกเขาไปสู่บรรยากาศอีกแบบหนึ่ง และรู้ว่าหนูจะไม่ได้อยู่ใน  
มิติเดียวกันกับพวกเขาชั่วคราว แต่เนื่องจากผมไม่คิดว่าจะลาไปตาย ก็อาจไม่ถึงขั้นลึกซึ้ง  
มากมาย มันแค่เป็นการเดินทางที่แตกต่าง ไม่ใช่การสาบสูญไปไหน

ตื่นตื่นใหม่คะตอนรู้สึกที่กำลังจะออกเดินทางไปนอกโลก

ตื่นตื่นสิ! แคร่เวลาเดินทางขึ้นยานอวกาศของจริงที่ไม่ใช่แค่เครื่องจำลอง ผมก็  
ใจเต้นระส่ำแล้ว มีอะไรมากมายที่ผมไม่รู้ และไม่มีทางเจอได้จากเครื่องจำลองในโรงฝึก  
การเผชิญหน้ากับความลึกลับที่เรายังไม่เคยสัมผัส นับเป็นเรื่องน่าตื่นเต้นเสมอ

แล้วตอนจรวดจุดระเบิดล่ะคะ กลัวไหม?

สารภาพตามตรงเลยนะ ตอนปล่อยจรวด พอทั้งลำสั่นแรง ๆ ผมก็หนาวซี๊ดแล้ว ภายในครึ่งศตวรรษที่ผ่านมาเรายังขึ้นอวกาศไม่มากพอ ยังมีความเสี่ยงสูง แล้วก็มีความเสี่ยงระเบิดขึ้นมาเมื่อไหร่ก็ได้

ตอนอยู่ในอวกาศจริง ๆ ล่ะคะ เป็นยังไง?

ก็เป็นประสบการณ์สัมผัสกับความเค้งคว้าง เบากว่าตอนหนูลอยตัวในน้ำเยอะนะ แล้วความเป็นเราก็ก็น่าแปลกต่างไป แรก ๆ คล้ายครึ่งฝันครึ่งตื่น แต่พอชินแล้วก็รู้สึกเป็นตัวเองตามปกติ แค่ว่าเป็นตัวเองที่ไม่มีน้ำหนัก แต่สติสัมปชัญญะยังครบถ้วน

คุณเคยออกไปนอกโลกหลายครั้ง เคยเจอมนุษย์ต่างดาว หรืออะไรที่เข้าเค้าว่าจะใช่บ้างไหมคะ?

ไม่เคยเลย แค่มหาสมุทรบนโลกก็กว้างยาวลึกเกินกว่าที่ใครจะเจอปลาแปลก ๆ เพียงด้วยการออกเรือสองสามหน แต่บนโน้มนะห้วงจักรวาลเชียวนะ ถึงมีมนุษย์ต่างดาวผมก็ไม่ทันได้เจอง่าย ๆ หรอก

แล้วอะไรในอวกาศทำให้คุณรู้สึกดีที่สุดคะ?

ก็คงตอนมองย้อนกลับมาเห็นโลกสีฟ้าของพวกเรา มัน หนูเห็นในรูปนะ ไม่เหมือนเห็นด้วยตาเปล่าตอนอยู่บนโน้่นหรอก ความลึกของสีต่าง ๆ บนโลกมันน่าอัศจรรย์เหมือนอัญมณีเม็ดแปลก ทั้งแดงอย่างทับทิม ทั้งเขียวอย่างมรกต และมากกว่าอะไรอื่นคือฟ้าอย่างแซฟไฟร์ อ้อ! อีกอย่างความขาวของกลุ่มเมฆนั้นจัดจ้าแสบตาจนหนูมองมันตรง ๆ ไม่ได้หรอก การเห็นโลกทั้งใบด้วยตาเปล่าเป็นประสบการณ์เกินบรรยาย หนูต้องไปเห็นด้วยตัวเองถึงจะเข้าใจ

หนูรู้สึกว่า การไปถึงบนโน้่นคงเหมือนได้อยู่กับพระเจ้า มีสิทธิ์มองโลกร่วมกับพระองค์ และเหมือนเห็นผ่านสายตาของพระองค์ว่าโลกนี้เป็นยังไง

อืม... ผมไม่ได้รู้สึกว่าเห็นโลกด้วยดวงตาสวรรค์หรอก พวกเราอาจจะยังไปไม่ได้ไม่สูงพอ

แล้วคุณต้องไปไกลแค่ไหนคะถึงจะให้เห็นอย่างที่พระองค์เห็น?

ไม่รู้สิ อาจต้องออกไปนอกจักรวาลเลยก็ได้ ถึงจะเห็นทั้งหมดที่พระองค์เห็น เพราะเท่าที่ผมรู้แน่ ๆ คือพระองค์ไม่ได้สร้างแค่โลกนี้ใบเดียว แล้วก็ไม่ได้สร้างจักรวาลมาเพียงเพื่อให้โลกนี้ดำรงอยู่ โลกเราเป็นแค่ส่วนประกอบ ไม่ใช่ศูนย์กลาง และน่าจะไม่ใช่สิ่งสำคัญมากมายกับงานสร้างจักรวาลของใคร เพราะมันเล็กจนเหมือนเม็ดทรายเม็ดหนึ่งบนหาดกว้างเท่านั้น

ถึงจะไม่ได้เห็นทั้งหมด แต่อย่างน้อยมนุษย์ทุกคนก็ต้องอิจฉา หนูจะตั้งใจเรียนเพียงเพื่อให้ได้เห็นอย่างคุณ และไม่ต้องอิจฉาคุณอีก

ผมไม่เห็นจุดที่น่าอิจฉาชัดเจนเท่าไรนะ กับแค่การพบว่ายิ่งออกห่างโลกออกไปมากขึ้นเท่าไร กายเราก็ยิ่งเบาและแว้งแว้งไร้หลักยืนมากขึ้นเท่านั้น ผมคิดถึงพื้นดินที่เท้าเคยยืน คิดถึงครอบครัวที่ใจรัก นั่นอาจเป็นการค้นพบว่าคนเราไม่ได้ถูกออกแบบให้จากโลกนี้ไปไหน ให้อยู่บนโน้่นคงไม่มีใครเอา และการได้อยู่ในที่ที่ไม่มีใครเอา ก็ไม่น่าอิจฉามากกว่าเห็นใครได้เที่ยวเกาะร้าง อาจมีปะการังสวยให้ดำน้ำดูสักครู่หนึ่ง แต่อย่างไรก็ไม่ใช่ว่าที่ใครจะมีชีวิตอยู่อย่างถาวร

นั่นคือความจริงที่คุณค้นพบหรือคะ?

ความจริงในจักรวาลเหมือนมหาสมุทร มนุษย์เราก็เพิ่งแค่สร้างห้วงยางไว้พุงตัวเล่นแถวชายฝั่ง ยังสร้างเรือไม้ไม่เป็น อย่าต้องพูดถึงเรือเดินสมุทรหรือเรือดำน้ำกัน ผมไปเบี่ยงนอกโหนดเพื่อพบว่าเราถูกห่อหุ้มไว้ด้วยห้วงความมืดที่ยิ่งใหญ่ ผมยังไม่ได้รู้อะไรมากกว่าหนูเท่าใด แต่นั่นก็เป็นหน้าที่ที่ผมต้องทำแทนหนูและเพื่อนมนุษย์อื่น ๆ ไม่อย่างนั้นมนุษย์เราจะติดอยู่กับความเชื่อที่กันถ้ำตลอดไป เช่นถ้าไม่ได้เห็นด้วยตาว่าโลกกลม ก็ยังมีคนอีกมากที่ปักใจเชื่อตาม ๆ กันว่าโลกแบน

แล้วข้อสรุปที่คุณค้นพบมากกว่าที่สามารถค้นพบบนโลกคืออะไรคะ?

อย่าเพิ่งเรียกว่าเป็นการค้นพบเลย เป็นข้อสังเกตเฉพาะตัวดีกว่านะ ตอนว่างจากภารกิจ ผมมักมองไกลไปสุดห้วงความมืดของจักรวาล แล้วถามตัวเองว่าผมมีตัวตนเพื่ออะไรกันแน่ ระหว่างการศึกษาจักรวาลข้างนอกโหนด กับการทำความรู้จักตนเองให้ดีกว่าที่เป็นอยู่

แล้วคำตอบสำหรับคุณคืออะไรคะ?

คำตอบมันมากับเหตุการณ์สำคัญตอนกลับลงโลกนะ คอมพิวเตอร์ทำงานผิดพลาดส่งผมร่อนลงผิวดินที่หมาย และมีช่วงหนึ่งที่วิถีการตั้งลงมันชันเสียจนผมรู้สึกถึงความ เป็นไปได้ที่จะตาย...

แต่คุณก็ไม่ได้ตระหนกตกใจใช่ไหมคะ?

ผมถูกฝึกให้พร้อมรับสถานการณ์ฉุกเฉิน และคิดเสียว่าชีวิตอุทิศให้กับงานแล้ว จะตายก็ไม่สำคัญกว่าได้ไปศึกษาเรื่องนอกโลกให้มนุษยชาติ แต่ช่วงขณะเข้าด้ายเข้าเข็มจริง ๆ ผมก็ลืมนัดการณทั้งหมด หน้าที่ที่หนักออกกว่าความตายหน้าตาเป็นอย่างไร ผมได้คำตอบบางอย่างที่ชัดเจนมาก

คำตอบอะไรคะ?

สำหรับหนูและคนอื่น ๆ ที่ยังมีชีวิตอยู่ โลกและจักรวาลดูเหมือนจะยังดำรงอยู่ต่อไปเรื่อยๆ แต่สำหรับผม โลกทั้งใบจะหายไปพร้อมกับความตาย การมีชีวิตหนึ่งน่าจะได้อะไรมากกว่าการได้สืบทอดความรู้เรื่องโลกและจักรวาลให้คนรุ่นหลัง เพราะคนรุ่นหลังจะตายตามเรา รุ่นต่อรุ่น นั่นหมายความว่าโลกของคนทุกรุ่นก็จะหายไปเหมือน ๆ กันหมด... พอจะนึกออกไหม? ถ้าเราเป็นพวกอยากรู้อยากเห็นไปทุกสิ่ง แต่กลับไม่รู้เรื่องชีวิตของตัวเองดีพอ ไม่รู้กระทั่งว่าความตายหมายถึงอะไร เราจะตายตาไม่หลับ เพราะที่สุดของการมีชีวิตจะเป็นความตายอย่างไม่รู้อะไรเลย เตรียมใจไม่ถูกเลย

รู้แบบออกอ่าว

คือมองข้างนอกฟังข้างนอก

รู้ให้ถึงแก่น

คือมองข้างในฟังข้างใน

## ❁ ความสามารถในการตั้งคำถาม

คนส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับความสามารถในการตอบคำถาม และวัดความสามารถกันด้วยคะแนนการตอบคำถาม ใครตอบคำถามได้มากกว่าถือว่าเก่งกว่า ดูเหมือนจะไม่มีรายการแข่งขัน 'ตั้งคำถาม' ขึ้นมาที่ไหน ทั้งที่จริงแล้ว ความสามารถในการตั้งคำถามนั้นแหละ เป็นเครื่องวัดความฉลาดได้ชัดเจนกว่าการตอบคำถาม

การจะเกิดคำถามขึ้นในหัวมนุษย์ได้นั้น อย่างน้อยต้องมีข้อสะกิดใจมากระทบให้สงสัยอยากรู้ อันนั้นเป็นเรื่องธรรมดา แต่วิธีตั้งประเด็น หรือวิธียิงคำถามเพื่อให้เกิดข้อสังเกตนั้น เป็นความสามารถเฉพาะตัวของแต่ละคน

ถ้อยคำเกิดขึ้นที่หลังวิธึมอง เพียงบางคำที่เปลี่ยนไปในโจทย์อาจเปลี่ยนวิธีคิดคำตอบไปทั้งหมด ยกตัวอย่างเช่นในปลายศตวรรษที่ ๑๗ เมื่อลูกแอปเปิ้ลตกใส่ศีรษะเซอร์ไอแซค นิวตัน แทนการตั้งคำถามอย่างคนทั่วไปว่า 'ทำไมฉันถึงเคราะห์ร้ายอย่างนี้?' เขากลับมีคำถามในใจเยี่ยงนักวิทยาศาสตร์คือ 'อะไรเป็นตัวการให้ลูกแอปเปิ้ลตกลงมา?' ชั่วขณะแห่งคำถามนั่นเอง จูงให้เขาสำเนียงรู้สึกถึงพลังดึงดูดของโลก และเกิดคำถามอันเป็นสาระกับวงการวิทยาศาสตร์ว่า 'พลังนี้เป็นอันเดียวกันกับที่โลกดึงเอาดวงจันทร์ไว้ไม่ให้หนีไปไหนหรือไม่?'

ถัดจากนั้นเป็นเรื่องของการค้นหาความจริงที่สลบซับซ้อน รวมทั้งการใช้คณิตศาสตร์เข้ามาพิสูจน์ และปัจจุบันพวกเราก็รู้เรื่องแรงโน้มถ่วงระดับจักรวาลพิสดารไปกว่าสมัยนิวตันมาก แต่จุด



## ตั้งต้นมาจาก ‘ความสามารถในการตั้งคำถามระดับจักรวาล’ ของนิวตันที่ได้ต้นแอปเปิ้ล นั่นเอง

วิธีตั้งคำถามสะท้อนให้เห็นครอบคลุมทั้งวิธีคิด วิธีมอง และวิธีเห็นของแต่ละคน ใครมีสาระ  
ใครคิดสร้างสรรค์ได้มากกว่ากัน คนที่ตั้งคำถามเก่งๆต้องมีความเป็นตัวของตัวเองสูง กับทั้งช่าง  
สังเกตละเอียดลออ และจินตนาการก็ต้องเกินธรรมดาด้วย

คำถามทำให้คนอื่นเกิดข้อสังเกตตาม และข้อสังเกตก็จะกระตุ้นให้คนอื่นคิด เมื่อคิดแล้วก็  
ร่วมกันหาความรู้ใหม่ หรือสร้างสรรค์สิ่งใหม่ขึ้นมาเรื่อยๆ กล่าวได้ว่าคำถามนั่นเองคือไอเดีย  
โดยเฉพาะถ้าคำถามนั้นกระตุ้นให้เกิดการค้นคว้าหรือสร้างสรรค์สิ่งใหม่

ไอเดียเป็นสมบัติส่วนตัวที่ช่วยให้มนุษย์คนหนึ่งทราบว่ามันแตกต่างจากคนอื่นได้แค่  
ไหน ไอเดียทำให้คนเราเป็นอะไรก็ได้ ตั้งแต่นักประดิษฐ์เอก เสนาธิการทหารใหญ่ เศรษฐีอันดับ  
หนึ่ง ไปจนถึงศาสตราจารย์

นั่นแปลว่าถ้าฝึกตั้งโจทย์บ่อยๆ จนเกิดนิสัยช่างสังเกต ช่างเลือกข้อน่าสงสัย คุณอาจเป็น  
อะไรก็ได้ โดยไม่ต้องเหน็ดเหนื่อยจนสายตัวแทบขาด

ถ้าคุณเรียนเลขชั้นประถม แล้วสงสัยว่าคนตั้งโจทย์เขาคิดได้อย่างไร นั่นเป็นตัวอย่างของ  
เด็กที่จะโตขึ้นอย่างแตกต่าง เพราะความสงสัยนั่นเอง จะเป็นชนวนจุดความอยากเป็น ‘นักคิดเอง’  
แทนการเป็นเพียง ‘ผู้ติดตาม’

หากปราศจากคำถามชนิดกระตุ้นให้เกิดข้อสังเกต คนเราก็จะอยู่ไปเรื่อยๆโดยไม่สังเกต  
อะไรเลย และสนใจแต่คำตอบแบบพื้นๆ เช่นต้องการทราบว่าเพื่อนไปไหนมา อากาศวันนี้จะร้อน  
หรือหนาว ชาวบ้านกำลังพูดเรื่องผัวเรื่องเมียคุยไหนด บันไดขึ้นเขามีกี่ขั้น แจกันเจียรไนบ้านคุณมี  
ราคากี่แสน ฯลฯ

แต่พวกเราก็มีเหตุผลพอที่จะไม่ส่งเสริมให้เกิดการประกวดโจทย์ เพราะไม่รู้จะใช้อะไรเป็น  
เครื่องวัดความฉลาดในการถาม ถามแล้วตอบไม่ได้จึงถือว่าเก่ง? หรือถามแล้วได้ข้อคิดเพิ่มขึ้นจึง  
ถือว่าเยี่ยม? หรือถามแล้วนำไปสู่แรงบันดาลใจให้เกิดการค้นคว้าวิจัยหาคำตอบในระดับโลกจึงถือ  
ว่าเลิศสุด?

อินเทอร์เน็ตทุกวันนี้เปิดโอกาสให้คุณเห็นคำถามได้วันละร้อยข้อ ผ่านกระทู้ตามเว็บบอร์ด  
ทั้งหลาย ไม่มียุคไหนสมัยใดอีกแล้ว ที่คนเราสนุกกับการตั้งหน้าตั้งตาเข้าไปอ่านคำถามได้มากมาย  
ขนาดนี้

แต่ย้อนถามว่าคำถามเหล่านั้นกระตุ้นให้คิดไปในทางใด ชวนให้พายเรือในอ่างหรือเดินเรือ  
ไปถึงฝั่งอันควรเป็นที่หมาย? คุณรู้คำตอบดี ถ้าเป็นผู้หนึ่งที่คร่ำหวอดกับกระทู้มากพอ!

คำตอบที่ชาญฉลาดอาจไม่ได้ช่วยให้คำถามมีสาระประโยชน์มากขึ้นกว่าเดิม แต่คำถาม  
ฉลาดๆที่กระตุ้นความคิดได้นั้น แม้หาคำตอบดีๆไม่เจอ อย่างน้อยก็มีค่า มีสาระในตนเอง ในฐานะที่

ทำให้คนฟังคำถามฉุกคิด และอาจก่อให้เกิดมุมมองชีวิตใหม่ๆ อย่างเช่น ‘จะฝืนทำซ้ำอีกไหมถ้ารู้ว่าต้องร้องไห้ไม่ได้หยุด?’ หรือยิ่งกว่านั้นเช่น ‘ต้องทำดีสักแค่ไหนถึงจะไม่กลับมาร้องไห้อีก?’

ความสามารถในการตั้งโจทย์ให้ชีวิตนั้น นับเป็นเครื่องวัดที่แท้ ว่าใครใช้ชีวิตมาถึงสติปัญญาระดับใด บาปบุญคุณโทษอาจเป็นเรื่องตื่นเขินเหมือนรู้ๆกันอยู่ แต่ที่ใครสักคนอยากรู้คำตอบที่แท้ ว่าทำอะไรจะได้รับผลอย่างไร นับเป็นเรื่องเกินคนธรรมดา เพราะคนธรรมดาไม่ได้อยากรู้คำตอบกันเลย

พระพุทธเจ้าตรัสว่า คนเราจะหญิงหรือชายก็ตาม ที่ได้ชื่อว่าสร้างเหตุแห่งการเป็นผู้มีปัญญามาก ก็เพราะเข้าไปหาสมณะหรือพราหมณ์แล้วสอบถามว่าอะไรเป็นกุศล อะไรเป็นอกุศล อะไรมีโทษ อะไรไม่มีโทษ อะไรควรเสพ อะไรไม่ควรเสพ อะไรที่ทำแล้วเป็นโทษ หรือเป็นไปเพื่อต้องทนทุกข์จนสิ้นกาลนาน อะไรที่ทำแล้วเป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูล หรือเป็นไปเพื่อความสุขจนสิ้นกาลนาน

ถ้ามีกำลังใจขนาดถามประมาณนี้ได้ ก็ย่อมช่วยขจัด ‘ความเขลาระดับโลก’ ลงได้ประการหนึ่ง คือเลิกหลงเห็นไปว่ามนุษย์และสัตว์เกิดขึ้นโดยบังเอิญ หรือเกิดขึ้นตามอำเภอใจของเทวดา อินทร์พรหม เมื่อขจัดความเขลาก้อนใหญ่เสียได้ ก็ย่อมขจัดความเขลาก้อนย่อยอันดับถัดๆมาโดยไม่ยากนัก และการไม่มีความเขลาอันใดเป็นอุปสรรคขวางหน้า นั้นแหละเหตุแห่งการเป็นผู้มีปัญญามาก เป็นผู้ฉลาดจริง ตั้งโจทย์เมื่อใดก็นำไปสู่ประโยชน์เมื่อนั้น ไม่ใช่ตั้งโจทย์เพื่อนำไปสู่โทษเหมือนชาวโลกทั่วไป

ยิ่งสติปัญญามากขึ้นเท่าใด คนเราจะยิ่งไฝหาประโยชน์ชั้นสูงสุดมากขึ้นเท่านั้น เช่นเมื่อถามหาความสุขที่แท้จริง จะไม่ตั้งโจทย์เพื่อแสวงหาวัตถุมาเสพให้สำราญชั่วคราว แต่จะตั้งคำถามเช่นทำอย่างไรความทุกข์ทางใจจึงไม่เกิดขึ้นอีก? จากนั้นจึงค่อยคลำทาง หรือถามเอาคำตอบจากผู้รู้ว่าทางอยู่ไหน จะไปอย่างไร หรือแม้เหมือนไม่มีผู้รู้มาให้คำตอบได้ ก็ย่อมมูมานะที่จะหาคำตอบเอาด้วยตัวเองอย่างกล้าหาญ

*คนฉลาดส่วนใหญ่*

*สนใจแต่จะตอบ*

*ไม่สนใจที่จะถาม*

*จึงมักไม่เฉลียวรู้*

*ว่าที่แท้ชีวิตคือโจทย์ให้แก้*

*หาใช่คำตอบที่น่าอึดใจไม่*

## ๕๐ คำถามทำลายอุปาทาน

ค่อยๆอ่าน ค่อยๆคิดตาม และค่อยๆตอบคำถามเหล่านี้ตามลำดับ ถึงที่สุดคุณควรจะมีประสบการณ์เห็นกายใจเป็น ‘อะไรอย่างหนึ่งที่ไม่ใช่ตัวตน’ ขึ้นมาชั่วขณะ

หากเกิดอุปสรรคหรือความว่างจากความรู้สึกว่าเป็นตัวตนได้ แปลว่า ๕๐ คำถามต่อไปนี้ใช้ได้สำหรับคุณ ขอให้อ่านบททวนทีละข้อตามลำดับบ่อยเท่าที่ต้องการ แล้วคุณจะรู้สึกถึงความแตกต่างไปเรื่อยๆทุกครั้งที่อ่านทวน

- ๑) หลังของคุณกำลังตรงหรืองอ?
- ๒) ใครเป็นคนกำหนดให้กายตั้งอยู่ในท่านี้?
- ๓) กายที่กำลังตั้งอยู่ในท่านี้ได้ยวนี้ ต้องการลมหายใจเข้า ลมหายใจออก หรือหยุดลมหายใจ?
- ๔) ร่างกายคุณต้องการลมหยุดนานแค่ไหน?
- ๕) คุณลากลมเข้ายาวๆสบายๆ หรือรีบเร่งเสียดจนห้วนสั้น?
- ๖) คุณหายใจตามความอยาก หรือร่างกายหายใจตามความต้องการของมันเอง?
- ๗) ลมหายใจเข้าลากยาวนานกว่าลมหายใจออกถึงสองเท่าตัวไหม?
- ๘) ความรู้สึกเป็นเจ้าของลมหายใจเกิดขึ้นตอนลมเข้าหรือลมออก?
- ๙) ขณะนี้คุณมีอาการใสใจลมมากหรือน้อยกว่าเมื่อครู่ก่อนเริ่มอ่านข้อแรก?
- ๑๐) ใครเป็นเจ้าของ ‘อาการใสใจ’ ที่กำลังเกิดขึ้นในขณะนี้?
- ๑๑) ระหว่างลมเข้ากับลมออก อย่างไม่ไหนทำให้คุณสบายหรืออึดอัดกว่ากัน?
- ๑๒) กายหรือใจกันแน่ที่เป็นตัวกำหนดระดับความสบายหรืออึดอัด?
- ๑๓) ในความรู้สึกสบายหรืออึดอัดขณะนี้ มีความผ่อนคลายหรือกำเริงตรงไหนบ้าง?
- ๑๔) เมื่อรู้สึกถึงความเกร็งส่วนใด ความเกร็งส่วนนั้นคลายลงหรือคงอยู่ต่อ?
- ๑๕) ในความผ่อนคลายสบายทั่วกาย มีความพอใจในสภาพเช่นนั้นนานเพียงใด?
- ๑๖) ช่วงระยะเวลาที่ยังพอใจ คุณเห็นความ ‘สบายที่ใจ’ ไหม?
- ๑๗) เมื่อดูความสบายใจ คุณเห็นรูปลักษณะหรือว่างจากรูปลักษณะ?
- ๑๘) ที่ปลายทางของความผ่อนคลายสบายใจ กลายเป็นความชัดเจนหรือค่อยๆอึดอัดขึ้นมา?
- ๑๙) ความเฉยหรือความอึดอัดนั้น เกิดขึ้นที่กายหรือที่ใจก่อนกัน?
- ๒๐) ขณะที่เฉยหรืออึดอัด กลางอกของคุณที่บตันหรือโปร่งโล่ง?

๒๑) ถึงขณะนี้ ระหว่างลมออกกับลมหยุด อย่างไหนทำให้กายและใจของคุณสงบระงับมากกว่ากัน?

๒๒) แต่แต่ละครั้งที่ลมหายใจระงับไปชั่วขณะ ในหัวของคุณเกิดความว่างหรือคลื่นความฟุ้งซ่านบ้าง?

๒๓) มีความแน่นอนไหมว่าระงับลมหายใจครั้งไหนจะว่างหรือจะฟุ้ง?

๒๔) จิตที่ว่างจากความคิด กับจิตที่ฟุ้งซ่านอ่อนๆนั้น เป็นจิตเดียวกันหรือคนละจิต?

๒๕) จิตที่ฟุ้งซ่านพาไปหาความมีสติหรือความเหม่อ?

๒๖) แต่แต่ละครั้งความเหม่อเอาเวลาของคุณไปนานเพียงใด ว่างเป็นช่วงการหายใจ คุณเหม่อแบบไม่รู้ทั้งเอือก หรือว่ารู้เฉพาะลมเข้า ไม่รู้ลมออก ไม่รู้ลมหยุด หรือว่าไม่รู้เลยไปหลายลมหายใจ?

๒๗) จิตที่เหม่อลอยพาไปสู่กายที่มีพลังกำลังหรือเฉื่อยชาลง?

๒๘) คุณเริ่มเห็นไหมว่าจิตกับกายมีความสัมพันธ์เป็นเหตุเป็นผลแก่กัน?

๒๙) ขณะนี้คุณเห็นชัดเจนไหมว่ากายกับจิตเป็นภาวะธรรมชาติที่เป็นต่างหากจากกัน?

๓๐) ในความเป็นต่างหากจากกัน คุณเห็นไหมว่าคุณบังคับบัญชากายหรือจิตได้มากกว่ากัน?

๓๑) ขณะนี้คุณมีความสนใจข้อความบนกระดาษ หรือใส่ใจภาวะที่เกิดขึ้นกับกายและจิตมากกว่ากัน?

๓๒) 'อาการใส่ใจ' เกิดขึ้นในหัวหรือในอก?

๓๓) ความใส่ใจในแต่ละข้อที่ผ่านมา เท่ากันหรือมากน้อยกว่ากัน?

๓๔) ในความไม่คงเส้นคงวาของความตั้งใจ อันไหนที่เป็นตัวคุณ ระหว่างสนใจมากกับสนใจน้อย?

๓๕) ขณะนี้คุณรู้สึกถึงน้ำหนักตัวของคุณ หรือรู้สึกถึงความเบาโล่งว่างวายเหมือนไม่มีอะไร?

๓๖) น้ำหนักตัวอยู่ที่กายหรือจิต? ความว่างโล่งอยู่ที่จิตหรือกาย?

๓๗) ระหว่างการมีน้ำหนักกายกับการว่างโล่งไม่มีอะไรในใจ อย่างไหนน่าพอใจกว่ากัน?

๓๘) ว่าง... ไม่มีคำถาม ไม่มีข้อสังเกต

๓๙) ในความพอที่ใจ ใจนิ่งสงบลง ตัวคุณจะไปอาศัยอยู่ตรงไหน ที่ความไม่เที่ยงของกาย หรือที่ความไม่เที่ยงของสุขทุกข์ หรือที่ความไม่เที่ยงของจิต หรือที่ความไม่เที่ยงของเจตนาที่คิด?

๔๐) เคยมีตัวคุณเกิดมาแน่หรือ?

## ❖ ไม่มีที่ใหฉันอยู่ เมื่อมีรัฐอยู่ตรงนี้

เมื่อจิตของฉันชื่อตรง  
รู้ชัดถึงความว่างจากคลื่นฟังในหัว  
ราวกับการเปิดกว้างของฟ้าโล่งใส  
มองออกมาจากความรู้สึกกลางอก  
อันปราศจากสิ่งห่อหุ้ม  
ปราศจากที่ตั้ง  
และปราศจากการเคลื่อนไหว  
โครงสร้างทางกายปรากฏให้รู้  
และในขณะแห่งการรู้กายนั้นเอง  
ตัวฉันก็ไม่อาจอาศัยกายเป็นที่ตั้ง  
กายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยระลึก  
ว่าไม่มีฉันตั้งอยู่ในกาย  
กายปรากฏเหมือนสิ่งถูกทิ้งร้าง  
ให้ว่างห่างออกไปไม่น่าไยดี

เมื่อจิตของฉันชื่อตรง  
รู้ชัดถึงความว่างจากการยึดกาย  
ดูจเดียวกับความเป็นอิสระจากเสาดรวน  
มองออกมาจากอิสระชนิดนั้น  
ความสงบสุขลึกซึ้งปรากฏตั้งมั่น  
และในขณะแห่งการรู้รสประณีตนั้นเอง  
ก็ไม่มีความรู้สึกว่าฉันเป็นสุข  
เหลืออยู่แต่ความสุขที่ปราศจากฉัน  
ความสุขปรากฏเหมือนทะเลทิพย์  
ที่ปราศจากผู้แหวกว่ายดื่มด่ำอมฤต

เมื่อจิตของฉันชื่อตรง  
รู้ชัดถึงความว่างจากการยึดสุข  
ดูจเดียวกับความเป็นอิสระจากทรายดูด  
มองออกมาจากอิสระชนิดนั้น

ความวางเฉยอันล้ำสไพศาลปรากฏแทน  
และในขณะรู้สึกถึงความเป็นกลางยิ่งใหญ่  
ก็หาได้เห็นว่าตัวฉันใหญ่ยิ่ง  
เหลืออยู่แต่ความหายไปของผู้ยิ่งใหญ่  
ปรากฏเพียงสภาพธรรมอันโอฬาร  
ที่ปราศจากใครเป็นเจ้าของครอบครอง

เมื่อจิตของฉันชื่อตรง  
รู้ชัดถึงความว่างจากการครอบครอง  
ดูจเดียวกับความเป็นอิสระจากใยแมงมุม  
มองออกมาจากอิสระชนิดนั้น  
ความว่างอันเป็นอิสระสูงสุดจึงปรากฏ  
หมดที่อยู่ให้ 'ฉัน' อาศัยอย่างสิ้นเชิง  
เพราะแม้ความว่างก็ไม่ใช่ฉัน  
ฉันไม่อาจปรากฏขึ้นในความว่าง  
เหลืออยู่แต่ความพ้นจาก 'เหตุแห่งการเกิด'  
กับความพ้นจาก 'ผลของการเกิด'  
มีเพียงความจริงอันปราศจากความดับสูญ  
เสมอภาคและปราศจากเราเขา

เหลือรู้อยู่ตรงนี้  
เป็นผู้เห็นสารพัดสิ่งไกลไกล  
ทั้งรูปและนาม  
ทั้งนอกตัวและในตัว  
สักแต่เป็นเครื่องอาศัยระลึก  
เพื่อความรู้จักว่าธรรมดานั้น  
สิ่งใดมีเกิดขึ้นสิ่งนั้นต้องดับลง  
สิ่งใดเป็นผลสิ่งนั้นย่อมมีเหตุ

เหลือรู้อยู่ตรงนี้  
เป็นผู้เห็นความว่างขั้นสุดท้าย  
ว่างวายยิ่งกว่าอากาศ

เมื่อไรแม่อากาศว่าง  
จึงไม่อาจเป็นที่ตั้งวางของกาย  
และเมื่อไรกาย  
จึงไม่มีที่อาศัยให้มนุษย์หรือสัตว์  
ณ ที่นั้นจึงเป็นจุดจบของความเป็น

เหลือรู้ยังตรงนี้  
เห็นแม่ความว่างขั้นสูงสุด  
ก็สักแต่เป็นเครื่องอาศัยระลึก  
สักแต่ให้รู้ชัด  
สิ่งใดไม่เกิดขึ้นสิ่งนั้นย่อมไม่ดับลง  
สิ่งใดไร้เหตุสิ่งนั้นย่อมขาดผล  
ณ ที่นั้นจึงเป็นจุดจบแห่งสภาพทุกข์ทั้งปวง

ด้วยจิตอันซื่อตรง  
เมื่อรู้สิ่งใด  
สิ่งนั้นย่อมไม่เป็นที่ยึดให้แก่ฉัน  
และเมื่อปราศจากฉัน  
รู้นั้นย่อมบริสุทธิ์บริบูรณ์  
มิใช่สูญเปล่าเหมือนความฝัน  
แต่รู้เพื่อหันสู่นิพพานสถานเดียว!

## ❖ วิชาอ่านใจของพระพุทธเจ้า

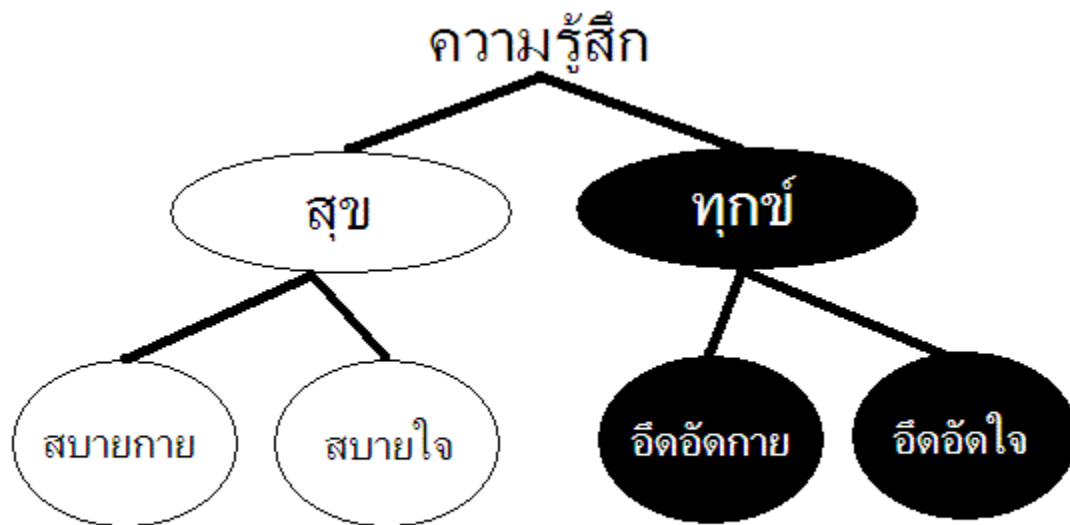
เรื่องแปลกแต่จริง คนเรามักอยากรู้ว่าคนอื่นคิดอะไร ทั้งที่ความคิดหรือกระทั่งความรู้สึก  
ของตนเองยังอ่านไม่ออก หรือบางที่อ่านออกนอกถูกแต่ก็ไม่ยอมรับ คิดอย่างนี้โกหกว่าคิดอย่างนั้น  
รู้สึกอย่างนั้นแต่หลอกว่ารู้สึกอย่างโน้น

ตัวเองยังไม่รู้จัก แล้วจะไปรู้ใจใครอื่นได้? แต่นั่นแหละที่คนกว่าครึ่งโลกอยากทำได้ และมัก  
ออกแนวชอบเดาใจมากกว่ารู้ใจใครจริง

พุทธศาสนามีชื่อเสียงว่าเป็นยอดแห่งศาสตร์ทางจิต จึงมักถามกันทั่วไปว่าพระพุทธเจ้าเคย  
สอนวิธีอ่านใจคนไว้ไหม? อันนี้ต้องตอบตามจริงว่าสอน และสอนไว้ในหลักปฏิบัติอย่างใหญ่ชื่อ

‘มหาสติปัฏฐานสูตร’ ใจความสรุปโดยย่อที่สุดคือ ‘ถ้าอ่านใจตัวเองออก ก็บอกได้ว่าใจคนอื่นเป็นอย่างไร’ เหตุผลคือใจเป็นธรรมชาติชนิดเดียวกัน ไม่ว่าจะภายในตนหรือภายนอกตน เมื่อรู้ข้างในนี้ได้ ก็ย่อมรู้ข้างนอกโน้นได้เช่นกัน

ธรรมชาติของใจนี้เป็นอย่างไร? ใจนี้มี ‘ความรู้สึก’ อย่างใดอย่างหนึ่งประกอบอยู่ด้วยตลอดเวลา ไม่สุขก็ทุกข์



‘ความรู้สึก’ เป็นเพียงคำกลางๆ แต่ ‘สุข’ กับ ‘ทุกข์’ นั้นเป็นแยกซ้ายแยกขวาของความรู้สึก กระแสสุขจะฉายสว่าง ส่วนกระแสทุกข์จะหดมืด ทุกคนสัมผัสได้ว่ายามสุขคล้ายตัวเองและใครๆ เรื่องแสงออกมา จะจัดจ้าหรือทวนอ่อนก็ขึ้นอยู่กับระดับความสุข แต่ยามทุกข์จะคล้ายตัวเองและใครๆ กระจายรังสีมืดดำออกมา จะเข้มหนักหรือเบาบางก็ขึ้นอยู่กับระดับความทุกข์

สังเกตให้ดี จะเห็นความสุขมาพร้อมกับกายที่ผ่อนคลาย ความรู้สึกในอกจะเปิดเผย กว้างขวาง ส่วนความทุกข์มาพร้อมกับกายที่เครียดเกร็ง ความรู้สึกในอกจะกดแน่นคับแคบ หากคุณจับได้ว่าความรู้สึกในอกตอนเปิดเผยเป็นอย่างไร ตอนปิดแคบต่างไปแค่ไหน คุณมองใครๆ บนถนนก็จะเริ่มสัมผัสได้ ว่าความรู้สึกที่กลางอกของแต่ละคนต่างกันไป บางคนเปิดกว้างสบาย บางคนปิดแคบอึดอัด

และหากสังเกตให้ละเอียดขึ้น คุณจะพบว่าความรู้สึกทางกายกับทางใจอาจคล้อยตามหรือขัดแย้งกัน เช่นบางคนนอนอยู่บนเตียงนุ่มในห้องแอร์ เหมือนกายพักสนิทแสนสบาย แต่ใจกลับวิ่งเต้นวุ่นวายหาความสงบเย็นมิได้ บางคนเสียอีก ที่เดินเท้าเปล่ากลางแดดเปรี้ยง เหงื่อกาฬไหล ไทรม แต่ใจกลับเจียบเจียบเรียบเย็นเป็นสุขไป



เมื่อแยกดูว่ากำลังเป็นสุขหรือเป็นทุกข์อย่างไร และใจกำลังเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ สอดคล้องหรือแตกต่างจากกาย คุณจะเห็นถนัดและแยกแยะดู ว่ากำลังเชื่อมโยงกับสิ่งใด แล้วใจกำลังผูกพันกับเรื่องดีร้ายประมาณไหน

อย่างเช่นกายวางนิ่งอยู่บนพูกนุ่ม ก็เกิดกระแสสบายทางกายในแบบผ่อนคลาย แต่ถ้าขณะนั้นใจกลับทะยานไปผูกโยงอยู่กับศัตรูคู่แค้น ก็เกิดกระแสความเร่าร้อนในแบบอาฆาตพยาบาท หากเป็นตัวคุณเองคุณย่อมรู้ว่ากำลังหมกมุ่นครุ่นคิดแค้นเคืองใคร แต่หากเป็นคนอื่น คุณอาจสัมผัสรู้เพียงไฟโทสะ ทว่าจะรู้หรือไม่ว่าใครกำลังปรากฏในห้วงมโนทวารของเขา ก็ขึ้นอยู่กับว่ามีสัมผัสละเอียดอ่อนเพียงใด ยิ่งใจคุณเย็นเป็นเมตตาประณีต ห่างไกลจากโทสะในตนเองเพียงใด ก็จะสามารถเห็นรายละเอียดของโทสะในคนอื่นชัดเจนขึ้นเพียงนั้น

คุณจะพบว่าความรู้สึกสุขทุกข์เป็นสิ่งที่รู้ได้โดยไม่จำเป็นต้องอาศัยमानญาณลึกซึ้งอันใด และความรู้สึกสุขทุกข์ก็เป็นสิ่งที่บังเกิดกับกายใจอยู่ตลอดเวลา อย่างเช่นในบัดนี้ เมื่อถามว่าตัวเองกำลังเป็นทุกข์หรือเป็นสุข คุณอาจถามแยกได้สองทาง

ทางที่หนึ่ง ถามว่าความรู้สึกทางกายเป็นอย่างไร **ทางเดียวที่จะทราบความรู้สึกทางกาย คือคุณต้องรู้เสียก่อนว่ากำลังอยู่ในอิริยาบถแบบไหน นั่งตรงหรือนั่งบิด ส่วนใดส่วนหนึ่งกำเริงหรือผ่อนคลายตลอดตัว** เมื่อทราบอาการทางกาย คุณย่อมทราบความรู้สึกที่เกิดขึ้นรวมๆ ว่าสบายหรืออึดอัด แม้อากาศร้อนจนเหนียวตัวก็พลอยรู้ หรือแม้อากาศเย็นสบายผิวก็พลอยเห็น

ทางที่สอง ถามว่าความรู้สึกทางใจเป็นอย่างไร **ทางเดียวที่จะทราบความรู้สึกทางใจ คือคุณต้องรู้เสียก่อนว่าใจกำลังผูกอยู่กับสิ่งใด** เช่นในที่นี้ใจคุณต้องผูกอยู่กับตัวหนังสือในแต่ละบรรทัด บรรทัดไหนอ่านแล้วเข้าใจ อ่านแล้วรับได้ ก็สบายใจ บรรทัดไหนอ่านแล้วสงสัย อ่านแล้วต่อต้าน ก็ไม่สบายใจ

หากไม่แน่ใจว่ากำลังเผชิญกับความรู้สึกทางใจแบบไหนแน่ ก็ให้มองว่ากลางอกแน่นทึบหรือโปร่งเบา ตอนอกทึบแน่น ให้บอกตัวเองเลยว่ากำลังเป็นทุกข์ คิดอะไรไม่ค่อยออก มองอะไรไม่ค่อยเห็น แต่หากหัวอกปลอดโปร่ง ให้บอกตัวเองว่ากำลังเป็นสุข หูตาจะกว้างขวาง จะคิดอ่านอะไรก็ง่ายดายเป็นระเบียบ

จะเกิดอะไรขึ้นหากคุณหมั่นสังเกตเข้ามาที่ความสุขความทุกข์ของตนเอง? คุณจะพบว่าความคิดฟุ้งซ่านลดระดับลง ความทะยานอยากออกไปนอกตัวจะอ่อนกำลังลง **และที่สำคัญที่สุดคือคุณจะเห็นความจริง ว่าสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี ล้วนแล้วแต่ตั้งอยู่ให้ดูแค่ครู่หนึ่ง เมื่อหมดเครื่องหล่อเลี้ยงแล้ว สุขและทุกข์นั้น ๆ ก็จางตัวหายไปเป็นธรรมดา**

สิ่งที่อาจทำให้คุณประหลาดใจคือเมื่อรู้จักหน้าตาของสุขทุกข์ชัดๆ กับทั้งเห็นว่าสุขทุกข์ไม่เที่ยง ใจคุณจะไม่ยึดติดสุข กับทั้งไม่ยอมอมทุกข์เอาไว้ คล้ายกับใจแยกออกไปเป็นผู้ดู ไม่ใช่ผู้ยินดียินร้ายกับสุขทุกข์อีกต่อไป

และสิ่งที่คุณอาจคาดไม่ถึง คือเมื่อใจเท่าทันและไม่ผูกยึดกับสุขทุกข์ทั้งปวงแล้ว มีความ  
วางใจเป็นกลางได้แล้ว ต่อไปเมื่อชำเลื่องแลคนอื่น จะได้ด้วยสายตาตรง หรือด้วยหางตากก็ตาม คุณ  
จะสามารถสัมผัสสำเนียงถึงกระแสสุขทุกข์ทางกายทางใจของพวกเขาได้ กับทั้งเห็นว่า  
ธรรมชาติสุขทุกข์ของผู้อื่นก็เหมือนสุขทุกข์ของตนเอง นั่นคือต้องมีเหตุปัจจัยอะไรสักอย่าง  
บันดาลให้เกิด แต่แล้วก็ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ต้องเสื่อมสลายหายไปพร้อมกับตัว  
ต้นเหตุนั่นเอง

ต่อให้คุณพบกับคนที่ดูเหมือนเปี่ยมสุขอย่างเหลือล้น สัมผัสที่ไวของคุณก็จะทราบว่าเขา  
ไม่ได้สุขคงเส้นคงวาตลอดเวลา เพียงแค่คิดหรือตั้งใจเพ่งเล็งบางสิ่ง ความสุขทางใจก็ถูกบีบให้แคบ  
ลงได้มากแล้ว

และเมื่ออ่านความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นออก คุณจะเห็นรายละเอียดมากขึ้นทุกที และ  
พบว่าอะไรในชีวิตมนุษย์รวมอยู่ที่นั่นทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นวิริจิต วิริพุด หรือวิธีลงมือกระทำการ  
ใดๆ หากใจเล็งในทางดีก็สบาย หากใจเล็งในทางร้ายก็อึดอัด ง่ายๆแค่นี้เอง คุณจะถือสาหาความ  
ใครต่อใครน้อยลงเรื่อยๆ แล้วหันมาโทษต้นเหตุคือวิริจิต วิริพุด และวิธีทำของตนเอง ที่ก่อให้เกิด  
ทุกข์ขึ้นอย่างสูญเปล่าโดยแท้

ตามดูตามรู้สุขทุกข์อยู่  
ในที่สุดจะเห็นความไม่เที่ยง  
ตามดูตามรู้ความไม่เที่ยงอยู่  
ในที่สุดจะเห็นความไม่น่ายึดมั่น  
ตามดูตามรู้ความไม่น่ายึดมั่นอยู่  
ในที่สุดจะเห็นนิพพาน!

## ☸ วุ่นวายไม่ว่าวุ่น

ความวุ่นวาย...  
เกิดขึ้นทุกหย่อมหญ้า  
แม้สายลมปะทะทิวไม้  
ก็จัดเป็นความวุ่นวายอย่างหนึ่ง  
เพราะเกิดความไม่สงบเกรียวกราว  
เกิดล้ำเสียงระงมแห่งใบไม้  
แทรกแทนคลื่นนิ่งในอากาศ

ความว้าวุ่น...  
เกิดขึ้นได้แต่ในใจ  
แม้ปราศจากแรงลมเข้าปะทะ  
ความว้าวุ่นก็บังเกิดขึ้นได้  
เพราะคลื่นความคิดระส่ำระสาย  
ไม่จำเป็นต้องอาศัยแรงกระทำอันใด  
มากไปกว่าแรงดันของใจเอง

ในบางความวุ่นวาย...  
หลายครั้งกลับชวนเพลิน  
แม้ทิวไม้ไหวเอนจากแรงลม  
ก็ดูกลมกลืนกัน  
ส่งสารพันสำเนียงไม้  
ประดุจงานประสานเสียง  
แห่งวงดนตรีธรรมดา  
แม้ว่าให้ฟังทั้งชีวิต  
ก็ยากจะมีใครคิดรำคาญ

ในหลายความว้าวุ่น...  
ไม่อาจสงบลงท่ามกลางความเจียบเจียน  
แต่กลับปล้นระงับดับสลาย  
เพียงเพราะสายลมรำเพยผ่าน  
มาชวนแลเหล่าใบไม้  
ที่วุ่นวายสะบัดพัดพลิว  
บ้างก็ร่วงปลิวหายไปกับสายลม  
ลากพาความว้าวุ่นให้หมุนหายตามกัน

ท่ามกลางความวุ่นวาย...  
ที่เต็มไปด้วยความเคลื่อนไหว  
ขอเพียงมีสติเป็นธงหลักปักนิ่ง  
อยู่ตรงศูนย์กลางความวุ่นวาย  
ความวุ่นวายนั้น

ก็เหมือนคลื่นความโกลาหล  
ที่ได้แต่ไหลวนรอบความเงิบ  
เป็นความเงิบภายใน  
ไม่มีใครเห็นด้วยตาเปล่า  
แต่สัมผัสรู้ได้ด้วยใจ  
ไม่ว่าใจตนหรือใจใคร

ใจกลางความว้าวุ่น...  
ที่ผู้อารมณ์โกลาหลม้วน  
อาจไม่มีอะไรอยู่ตรงนั้นเลย  
นอกจากภาพหลอน  
ส่งแรงสะท้อนซ้ำซาก  
จึงไม่มีสิ่งใดเกิดขึ้น  
มากไปกว่าความว้าวุ่นเปล่า  
ความว้าวุ่นนั้น  
ก็เหมือนไอร้อนอลวน  
ที่เกิดจากการคายพิษของจิตเอง  
และมีจิตเองเป็นผู้กลืนพิษนั้น

วุ่นวายโดยไม่ว่าวุ่นได้  
เพราะยอมรับกับธรรมดา  
ของความวุ่นวายในชีวิต

ว่าวุ่นทั้งที่ไม่วุ่นวายได้  
เพราะเอาแต่ยอมตามใจ  
ไม่ฝืนยอมตามจริง

ความจริงในโลกปรากฏอยู่ทุกหนแห่ง  
ความวุ่นวายเป็นเรื่องปกติของกาย  
แต่ความว้าวุ่นเป็นเรื่องผิดปกติของใจ

## นิมิตมงคล

หลายคนเล่าให้ญาติฟังด้วยความตื่นเต้นว่าคืนที่ผ่านมาฝันเห็นพระ โดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าฝันนั้นกระจ่างชัดและเต็มไปด้วยแสงสว่างเรืองรอง ก็จะมีรู้สึกพิเศษและเชื่อว่าฝันนั้นต้องมี ความหมายที่ไม่ธรรมดา องค์ท่านน่าจะมาจริง ต้องจดจำไว้เป็นครั้งหนึ่งในชีวิตว่ามีพระโปรดตน ขณะหลับ ประมาณว่าตนมีบุญญาริการใหญ่พอ ทำนองนั้น

พระที่มาโปรดในฝันอาจเป็นหลวงพ่อกุ หลวงปู่ หลวงตาชื่อดัง ซึ่งถ้าเป็นอย่างนั้นก็อาจกราบ เข้าไปกราบถามตัวจริงขององค์ท่าน ว่ามาเข้าฝันตนหรือเปล่า บางทีท่านปฏิเสธเรียบร้อยว่าเปล่า ท่านไม่ได้มีอาชีพเข้าฝันใครตอนกลางคืน ตกตึกท่านก็หลับนอนเหมือนคนธรรมดา ดีสามดีสี่ก็ลุก ขึ้นมาสวดมนต์ เติมน้ำมันสังฆาฏิ อันเป็นธรรมเนียมปฏิบัติมาตั้งแต่ครั้งพุทธกาล ทว่าคุณโยมนัก ทึกทักก็ไม่ยอมแพ้ อุตส่าห์กลับมานั่งคิณอนคิดที่ว่าท่านคงปฏิเสธเพราะเห็นคนอยู่เยอะ ไม่อยากให้ ใครเข้าใจว่าท่านลำเอียง สละเวลาตึกๆตื่นๆให้ความเมตตาโปรดเฉพาะตน

คนเราอยากปักใจเชื่ออย่างไร หัวเด็ดตีนขาดก็จะเชื่อเช่นนั้นอยู่วันยังค่ำ นั่นเพราะมนุษย์ เราเต็มไปด้วยข้อจำกัด เมื่อใช้ชีวิตมาถึงจุดหนึ่งที่รู้ตัวว่าตนเองเต็มไปด้วยความไม่รู้ และไม่มีวันรู้ อะไรได้หมดทุกอย่าง ก็ต้องหาทางออกกันด้วยการเลือกเชื่อในสิ่งที่ตนอยากจะเชื่อเท่านั้น

เมื่อเกิดประสบการณ์พบพระในฝันอย่างถนัดชัดเจนเป็นครั้งแรก ผลกระทบทางใจอาจ เป็นไปได้ต่าง ๆ นานา ตามภูมิหลังของแต่ละคน เช่นถ้าเป็นคนธรรมดาที่ยังไม่สนใจธรรมะ สนใจแต่ หวยและโชคกลาง ก็จะพยายามตีความตามหลักทำนายฝัน เล่นแร่แปรธาตุนิมิตมงคลให้กลายเป็น เลขท้ายตามอักษยาศัย

ส่วนพวกที่ใช้ชีวิตมาจนถึงจุดแข็ง ขี้เกียจเดินทางต่อ อยากหลับแล้วหลับเลยชั่วกาลนาน หากฝันพบพระก็อาจเกิดแรงบันดาลใจ ตื่นขึ้นมาด้วยความกระตือรือร้นใคร่ศึกษาธรรมะ อยากไป กราบหลวงพ่อกุที่เหมือนหรือใกล้เคียงฝัน ซึ่งสำหรับบางคนก็พบเรื่องมหัศจรรย์เฉพาะตัว กล่าวคือ ในเวลาต่อมาบังเอิญเห็นรูปของหลวงพ่อกุตามหน้าหนังสือพิมพ์หรือนิตยสารเข้าจริง ๆ ลองนึกดูว่า คุณจะมีรู้สึกอย่างไรหากฝันเห็นใครสักคนก่อนจะพบตัวจริงในภายหลัง แน่نونคุณต้องไม่เห็นเป็น เรื่องบังเอิญ และเริ่มเชื่อว่าปาฏิหาริย์นำทางมีจริง

แต่สำหรับพวกที่เข้ามาทางธรรมแล้วระยะหนึ่ง สนใจศึกษากับทั้งลงมือปฏิบัติ และอยาก เข้าให้ถึงแก่นธรรมอย่างแท้จริง การฝันว่าพบพระมักมาในรูปของการถามตอบปัญหาที่ข้องใจ บาง ฝันก็อาจคลายข้อสงสัยลงได้มาก แต่บางฝันอาจกลับเป็นปริศนาให้ขบคิด กลายเป็นโจทย์ชีวิตข้อ ใหม่ที่ต้องหาทางไขกันไป

ไม่ว่าใครจะมีพื้นภูมิหลังอย่างไร ต้องยอมรับว่าฝันทางศาสนาที่ชัดเจนสมจริงมักมีอิทธิพล กับชีวิตของคนเราเสมอ โลกนี้มีคนเป็นล้านที่อยู่ดี ๆ ก็ฝันเห็นทางสว่าง เห็นผู้นำทาง แล้วตื่นมาก็หัน หน้าเข้าหาศาสนาอย่างจริงจังทันที อนาคตของทางชีวิตหักเหไปอีกทางตลอดกาล

เมื่อความฝันมีบทบาทกำหนดทิศทางชีวิตเราเช่นนี้ ก็นำให้ความสำคัญกับมันเหมือนกัน และนำเสียตายที่ตามธรรมชาตินั้น 'ฝันเลือกคน' ไม่ใช่ 'คนเลือกฝัน' ฉะนั้นวันนี้มาดูกันว่าจะสลับบทเอาเราเองเป็นผู้เลือก แทนที่จะถูกเลือกได้อย่างไร วิธีการไม่ยุ่งยากสลับบัซซัน ไม่ต้องลงทุนลงแรงมาก แล้วก็ได้ผลเป็นความเบิกบานที่ประกอบพร้อมด้วยความเข้าใจ ไม่นำไปสู่ความหลงคิดงมงาย

อุปกรณ์ที่ต้องใช้ก็แค่เครื่องเล่นเสียงประเภท mp3 หรือ wma ที่เปิดต่อเนื่องกันได้ไม่ต่ำกว่า ๖-๗ ชั่วโมง กับไฟล์เสียงเทศนาธรรมของพระที่คุณเลื่อมใส เบื้องต้นอาจไปที่เว็บ <http://www.dhammathai.org/sounds/dhammasound.php> ซึ่งรวบรวมเสียงธรรมของพระดีไว้มากมาย แต่ถ้ายังไม่ตรงกับอัธยาศัยก็อาจค้นหาเพิ่มเติมได้จากคีย์เวิร์ด เช่น ดาวนโหลด + mp3 + ชื่อของบุคคลที่คุณเคารพเลื่อมใส ปัจจุบันมีการช่วยกันเผยแพร่ผ่านเน็ตกันมาก ทั้งแบบให้ดาวนโหลดและแจกแผ่นซีดีฟรี มีเยอะครับ ไม่ต้องกลัวน้อย

ถ้าคุณยังไม่รู้จัก ไม่รู้จะเลือกเสียงธรรมของพระผู้ใด ก็ขอแนะนำพระผู้มีภูมิจิตภูมิธรรมสูงๆ เช่น หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี, หลวงปู่สิม พุทธาจาโร, หลวงพ่อพุทธ ฐานิโย และหลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชโช เพราะจะได้ผลเร็วและชัดเจน ลองเลือกฟังหลายๆตอนจนกว่าจะเจอที่รู้สึกโดนใจ เลือกไว้หลายๆไฟล์และนำลงเครื่องเล่นเสียงของคุณ จะให้เปิดรวดเดียวได้ทั้งคืน

ใช้แล้วครับ สิ่งที่คุณจะทำคือผูกจิตของตัวเองไว้กับเทศนาธรรมทั้งคืน และไม่เจอะยามตื่นแต่เหมารวมเอายามหลับด้วย!

ระดับความสว่างของฝันจะแปรผันตรงกับความเบิกบานในการฟังธรรมก่อนหลับ ฉะนั้นถ้าเลือกบทเทศนาที่คุณฟังยามตื่นแล้วรู้สึกแสนดี ก็จะมีส่วนช่วยได้มาก และเมื่อได้อุปกรณ์พร้อมแล้ว ก็ลงมือง่ายๆแบบไม่ต้องมีพิธีรีตองเลยครับ เอาเครื่องเล่นเสียงมาตั้งไว้ที่หัวนอน เปิดฟังด้วยระดับเสียงพอดี ไม่แผ่วเกินไป แล้วก็อย่าให้ดังรบกวนโสตประสาท จากนั้นแค่ตั้งใจฟังเทศน์ให้รู้เรื่องไปจนกว่าจะหลับ อย่าไปกำหนดว่าฉันจะต้องฝันเห็นพระให้ได้ในคืนนี้ เพราะสิ่งที่เกิดขึ้นคือ **การบังคับใจ ไม่ใช่การเชื่อมจิตให้ผูกพันกับเสียงเทศนา**

ผลน่าจะเกิดตั้งแต่คืนแรก แต่ถ้าไม่ได้ผล ก็ฟังต่อไปเรื่อยๆจนกว่าใจจะค่อยๆจูนเข้าหาเสียงเทศน์ได้ดี ไม่เกินสามวันอย่างไรก็ต้องเกิดอะไรดีๆขึ้นแน่นอน กล่าวคือจิตที่ผูกพันกับเสียงเทศน์จะก่อนิมิตราวกับไปฟังเทศน์ด้วยตนเอง

ถ้าหากคุณตื่นขึ้นมากลางดึก แล้วได้ยินเสียงเหมือนๆจะเชื่อมต่อกันระหว่างเสียงในฝันกับเสียงจากลำโพง และแม้มลุกไปเข้าห้องน้ำน้ำกลับมากฟังแล้วหลับลงฝันต่ออีก อันนั้นแสดงให้เห็นว่าจิตเชื่อมต่อกับเสียงพระเทศน์แล้ว

อย่ากังวลว่าคุณจะหลับไม่ดีพอ ตรงข้าม ถ้าเครียดจากการงาน คุณจะพบว่าอุบายง่ายๆนี้ช่วยให้พักผ่อนราบรื่น ปราศจากฝันวุ่นหรือฝันร้ายแผ่วพาน หูของคุณจะปิดสนิทแล้วกุศลจิตของ

คุณจะทำงาน รูปและเสียงพระในห้วงมโนทวารจะชัดเจนเหมือนจริงมากขึ้นเรื่อยๆ หรือบางทีก็หลับ ลึกลงในความสว่างแบบที่ทั้งชีวิตคุณอาจไม่เคยได้สัมผัสมาก่อน

ปฏิกิริยาของคุณในฝันอาจขึ้นอยู่กับพฤติกรรมที่คุณมีต่อพระด้วยในยามตื่นด้วย เช่น ถ้า ระวังแกลงใจพระบ่อยๆ นึกก่อนและนินทาพวกท่านเก่งๆ แม้ในฝันท่านสอนดี คุณก็คิดเล็กคิด น้อยไปได้เรื่อย แต่โดยมากถ้าตั้งใจฟังด้วยความสบายใจก่อนหลับ คุณจะได้ยินได้ฟังคำเทศน์เป็น เหตุเป็นผลตรงกับจริตของตน และอาจเป็นคำเทศน์ที่ไม่เคยได้ยินได้ฟังที่ไหนมาก่อนเลย

สามีภรรยาที่ทะเลาะกันบ่อย นอนด้วยกันแล้วไม่เป็นสุข ก็น่าจะตกลงทำตามนี้ร่วมกัน บาง ที่อาจเกิดประสบการณ์ร่วมฝันฟังพระเทศน์ในเวลาอันรวดเร็ว ตื่นเข้ามาพวกคุณจะรู้สึกดีต่อกัน อย่างประหลาด (ขอให้เลือกพระที่ยอมลงให้ด้วยกัน เคารพนับถือเท่าๆกันด้วยนะครับ มิฉะนั้นอาจ เกิดความรำคาญกันและกันเข้าไปใหญ่)

คุณอาจได้ข้อสรุปที่ชัดเจนด้วย ว่าชีวิตยามตื่นเป็นอย่างไร ชีวิตยามฝันก็สะท้อนออกมา อย่างนั้น จะทุกข์หรือสุข จะหยาบหรือประณีต ก็ขึ้นอยู่กับทางเลือกผูกตัวเองไว้กับสิ่งใด หาใช่เกิด สิ่งใดขึ้นกับคุณ

*กลางวันหรือกลางคืนไม่สำคัญ*

*จิตผูกพันกับความสว่างหรือความมืด*

*ก็สวैयाภพมืดหรือสว่างตามนั้น*

## ❖ ชายไม่จริงกับหญิงเก่งกล้า

ผมต้องการผู้หญิงแสนดีสักคนเข้ามาในชีวิต ช่วยเป็นผู้หญิงคนนั้นให้ผมด้วยเถอะ

อี๋ม... มาขอตั้งชื่ออย่างนี้ฉันคงเห็นเหตุผลสมควรหรือกะ

เวลาเห็นหญิงดี ๆ ใจผู้ชายคิดอย่างนี้ทุกคน ผมแค่เป็นคนเดียวที่กล้าพูด กล้าขอ และคุณก็ ควรเห็นค่าของคนที่ปากตรงกับใจ

ปากกับใจตรงกันไม่ได้แปลว่ากล้าเสมอไป บางทีมันอาจหมายถึงการเป็นคนช่างตั้งชื่อ แล้วก็ชอบเรียกร้องความเห็นใจ!

แต่ผมก็น่าเห็นใจจริง ๆ เพราะเป็นฝ่ายถูกผู้หญิงทำร้ายจิตใจมาตลอด

ทำร้ายยังไง?

เย็นชา คำแหลก กลับไปกลับมา เปลี่ยนใจง่าย แล้วก็ทิ้งขยับทิ้งไว้แต่โลกที่ไม่เหลืออะไรให้ออยากอยู่ต่อ...

ผู้ชายต้องการอะไรจากผู้หญิงหรือ?

ความน่ารัก ความอ่อนหวาน ความเอาใจใส่ที่น่าอบอุ่น ความมีใจเดียวมั่นคง แล้ว... ถ้าเงินเดือนเยอะหน่อยก็ดี จะได้ช่วยๆกัน

หึหึ แล้วมีเหตุผลอะไรที่ผู้ชายควรได้สิ่งเหล่านั้นจากผู้หญิง?

ก็... เอ่อ... ผู้หญิงสมควรเป็นอย่างนั้นไม่ใช่หรือ? รูปร่างหน้าตาของผู้หญิงสวยอยู่แล้วว่าธรรมชาติออกแบบมาให้เป็นอย่างนั้น หรืออย่างน้อยก็ชวนให้ผู้ชายคาดหวังว่าเป็นอย่างนั้น

งั้นรูปร่างหน้าตาของผู้ชายก็บอก หรือชวนให้คาดหวัง ว่าควรเข้มแข็งกว่าผู้หญิงอย่างน้อยก็เป็นกำแพงปกป้องให้พึ่งพา เป็นหลังคาคุ้มแดดคุ้มฝนที่น่าอบอุ่น ทีนี้ฉันถามได้ไหมว่าคุณมีอะไรอย่างนั้นติดตัวอยู่หรือเปล่า?

เอ่อ... แต่ผมก็เป็นคนที่สมควรได้รับการเห็นใจจากผู้หญิงดี ๆ นะ ถ้าผมมีกำลังใจ ผมจะเป็นแมนกว่านี้ แต่ที่ผมถูกปล้นกำลังใจและความเชื่อมั่นในตัวเองไปหมดแล้ว โดยน้ำมือของผู้หญิงร้ายๆ!

สรุปคือมีคนผลักคุณหล้ม คุณกำลังนอนอยู่กับพื้น และต้องการให้ฉันช่วยจุด?

ถูกต้อง!

รู้ไหมฉันเห็นอะไร? ทันทที่ฉันจุดคุณขึ้นยืนได้ถนัด คุณจะกระโดดขีหลังฉันก่อนฉันหลบทัน หรือสถานเบาที่เอนตัวเซเป็นตุ๊กตายางที่อ่อนเปียก หวังใช้บ่าของฉันเป็นไม้เท้าค้ำรักแร้ช่วยเดินต่อ!

มันจะไม่เป็นอย่างนั้น คุณจะเห็นผมเป็นลูกผู้ชายที่แท้จริง เดินต่อได้ด้วยลำแข้งของตัวเอง!

แล้วทำไมไม่ลุกขึ้นมาเองตั้งแต่ยังนอนกองอยู่กับพื้นคะ? นิยามของลูกผู้ชายไม่ได้อยู่ที่การเดินต่อหลังรับการช่วยเหลือ เพราะผู้หญิงทุกคนก็ทำอย่างนั้นได้เหมือนกัน เป็นชายจะแท้หรือเทียมสมควรมีความแตกต่าง อย่างเช่นแข็งแรงพอจะลุกขึ้นมาเองได้ไหม!

นั่นเป็นความคาดหวังที่ไม่สมเหตุผลสมผลของผู้หญิง!

มันก็เหมือนกับความคาดหวังที่ไม่สมเหตุผลสมผลของคุณ คุณอยากให้ผู้หญิงน่ารัก อ่อนหวาน เอาใจใส่ อบอุ่น ซื่อสัตย์ แล้วก็ช่วยกันออกค่าใช้จ่ายคนละครึ่ง หรือเปลอ ๆ ก็เกินครึ่ง โดยไม่สนใจว่าผู้หญิงต้องการอะไรเป็นสิ่งแลกเปลี่ยน

มันแปลว่าผู้หญิงต้องเป็นฝ่ายได้รับการช่วยเหลือก่อนเสมอไปใช่ไหม? อย่างนี้ฟ้องความเห็นแก่ตัวของผู้หญิงหรือเปล่า?

คนเราเริ่มต้นชีวิตด้วยการพึ่งพาผู้อื่นทั้งนั้น พวกเราออกจากจุดเริ่มต้นของความเห็นแก่ตัวพร้อมกัน แต่อย่างน้อยก็ไปได้ถึงเส้นชัยของความเห็นแก่คนอื่น ตอนคุณเข้ามาขอความช่วยเหลือจากใครต่อใคร คุณเห็นแต่ความน่าเห็นใจของตัวเอง และจะไม่รู้สึกละอายว่านั้นคือความเห็นแก่ตัว!

ผมเริ่มสำนึกผิด... อย่างนี้แปลว่าเริ่มเห็นแก่ตัวน้อยลงแล้วใช่ไหม?



สำนึกผิดแล้วยังสงสารตัวเองอยู่หรือเปล่า?

สงสาร...

ฉันแปลว่าทั้งความเห็นแก่ตัวและความอ่อนแอยังอยู่ครบถ้วน

ผมอยากร้องไห้...

ถ้าร้องเดี๋ยวนี้ คุณจะเห็นฉันเดินหนีไปเดี๋ยวนี้!

โธ! ไม่ให้กำลังใจกันเลยหรือ? ผมกลายเป็นคนอ่อนแออย่างนี้เพราะชีวิตเต็มไปด้วยเรื่องน่าเจ็บปวด และขณะนี้ผมก็เจ็บปวดเหลือเกิน

อย่าเพิ่งพูดถึงความเจ็บปวดเลย คุณไม่รู้หรือว่าผู้หญิงต้องเจออะไรบ้าง ถ้าขอสลับบทกัน ขอให้คนซึ่งสงสารตัวเองอย่างคุณเป็นฝ่ายคลอคลุก เชื่อเถอะว่าคงแหกปากร้องจนขาดใจตาย!

ทุกคนที่กำลังเศร้ามีสิทธิ์ฟังคำปลอบดี ๆ บ้างไม่ใช่หรือ?

ฉันไม่ถนัดปลอบด้วยคำลวงเพื่อต่ออายุความอ่อนแอให้กับใคร แต่ชอบให้กำลังใจด้วยคำจริงเพื่อสร้างความเข้มแข็งขึ้นมา คุณเห็นเด็กที่ล้มแล้วไม่ร้องไห้ แถมยังลุกขึ้นเองได้ไหม? เด็กพวกนั้นจะได้รับการข่มขู่และอ้อมกอด ก็ต่อเมื่อล้มแล้วลุกขึ้นเดินหาพ่อแม่ได้เอง นั่นแหละวิธีที่พวกเขาโตขึ้นมา!

โอเค! ผมรู้สึกเข้มแข็งขึ้น แล้วก็สงสารตัวเองน้อยลงบ้างแล้ว

เปล่า... คุณแค่ได้คิดและรู้สึกดีขึ้น ถ้าพรุ่งนี้และวันต่อ ๆ ไปไม่วิ่งโร่หาที่พึ่ง นั่นแหละถึงค่อยมาอวดอ้างว่าคุณเข้มแข็งขึ้นและสงสารตัวเองน้อยลง!

การช่วยคนใกล้จมน้ำที่ดีที่สุด  
คือการตั้งตนอยู่ในที่ปลอดภัย  
และหาทางให้เขาช่วยตัวเอง  
โดยที่คุณไม่ต้องโดดลงไปทั้งตัว

## ☞ สุขสันต์วันเริ่มทุกข์

ในวันเกิดมา

ทุกคนร้องไห้จ้า

แสดงให้เห็น

ว่าความเกิดเป็นทุกข์

แต่คนที่อยู่ก่อน  
กลับยังมีรับทักทาย  
คล้ายเห็นความทุกข์ของคนอื่น  
เป็นความสุขสมของตน

ในวันเกิดมา  
ไม่มีใครใส่เสื้อแสง  
แสดงให้เห็น  
ว่าความเกิดเป็นของเปล่า  
ไร้สมบัติติดมือ  
มีแต่ตัวเองเป็นสมบัติ  
มีแต่ญาติมิตรเป็นเครื่องหุ้มห่อ  
มีแต่ฟ้าดินเป็นหลักแหล่งอาศัย

ในวันเกิดมา  
แต่ละคนไม่รู้อะไรเลย  
แสดงให้เห็น  
ว่าความเกิดเป็นของว่าง  
ไร้ความรู้ติดหัว  
มีแต่ความกลัวจะไม่ได้  
มีแต่ความอยากแค่จะเอา  
มีแต่ความไร้เดียงสาที่จะทำ

ในวันเกิดมา  
จะหาใครเอาตัวรอดเองได้  
แสดงให้เห็น  
ว่าความเกิดเป็นภาระ  
เป็นของหนักไม่ใช่เบา  
ต้องพึ่งพาผู้อื่น  
ต้องให้ใครต่อใครเลี้ยงดู  
ต้องเรียนรู้จากครูสอน

ในวันเกิดมา  
ทุกชาติทุกภาษาหาเจรจาไม่  
แสดงให้เห็น  
ว่าความเกิดเป็นของกลาง  
หาใช้สมบัติเฉพาะของถิ่นใด  
โตกับใครก็พูดแบบนั้น  
โตกับพาลก็ใช้คำเยี่ยงพาล  
โตกับบัณฑิตก็เจรจาเยี่ยงบัณฑิต

ในวันเกิดมา  
ไม่อาจตัดสินว่าใครดีใครชั่ว  
แสดงให้เห็น  
ว่าความเกิดเป็นทางสองแพร่ง  
เกิดแล้วต้องเลือกเอา  
ว่าจะทำชีวิตให้ดีขึ้นหรือแย่ลง  
ว่าจะอุทิศชีวิตเพื่อการเอาหรือการให้  
ว่าจะจบชีวิตอย่างมีเกียรติหรืออัปยศ

ในวันคล้ายวันเกิด  
แทบทุกคนคาดหวังจากคนอื่น  
รอคำแซ่ซ้องอวยพร  
รอของขวัญน่าแปลกใจ  
รอการเอาใจเป็นพิเศษ  
แสดงให้เห็นว่าคนเกือบทั้งโลก  
อยากรู้สึกว่าตนเองมีความหมาย  
อยากรู้สึกว่าทุกคนเห็นค่า  
อยากรู้สึกว่าชีวิตเกิดมาเพื่อได้รับ

ในวันคล้ายวันเกิด  
น้อยคนจะอาศัยเป็นเครื่องวัด  
ว่าจนถึงวันนี้มีดีอะไรแล้ว  
ว่าจนถึงวันนี้มีความรู้อะไรเพิ่ม

ว่าจนถึงวันนี้มีจุดหมายชัดหรือยัง  
แสดงให้เห็นว่าคุณเกือบทั้งโลก  
แค่เอื้อมกรายลอยชายไปวันวัน  
แค่ปลอบกันว่าเกิดมานะดีแล้ว  
แค่เกิดมาก็พอแล้ว

เกิดอย่างงง  
อยู่อย่างงง  
ก็ต้องตายไปอย่างงง  
แล้วการเกิดจะเป็นสุขได้อย่างไร  
ต้องเป็นทุกข์ต่างหากเล่า  
พากันคิดไปเองว่าการเกิดน่าสุขสันต์  
พากันคิดไปเองว่าวันเกิดควรมีบอย  
พากันคิดไปเองว่าแค่เกิดก็มีค่าอยู่ในตัว

คนเราช่วยประคองกันให้ฉีกยิ้ม  
ช่วยให้ห่อใจฉลองวันเริ่มทุกข์  
ช่วยให้เกียรติที่มาเป็นทุกข์ร่วมกัน  
แล้วจะหาวันใดในชีวิตเล่า  
ที่คนเราช่วยกันเตือนได้  
ให้ระลึกว่าความเกิดเป็นทุกข์  
ความต้องแก่ตัวลงก็เป็นทุกข์  
ความตายไปอย่างไร้รู้ยังเป็นทุกข์  
และไม่ควรต้องเป็นทุกข์อีก...

## ☞ ทำหน้าที่นี้ให้มีจริง

ตอนเป็นวัยรุ่นนี่เหงา หลายคนอาจชอบเดินชายหาดคนเดียว แล้วอุปาทานไปชั่วขณะ ว่ามี  
แต่ตนโดดเดี่ยวอยู่ในโลก ความรู้สึกแบบหนุ่มสาวยามเหงา ย่อมหนีไม่พ้นอารมณ์อ้อยอิ่งอยากมีคน  
รัก

อยากมีคนรัก ไม่ว่าจะรักคนเป็นหรือยัง...

อยากมีคนรัก ไม่ว่าจะพร้อมมีคนรักแค่ไหน...

วัยรุ่นของคนส่วนใหญ่ มักเป็นวัยที่ 'พร้อมจะอยากได้' ไปหมด โดยไม่จำเป็นต้อง 'พร้อมจะได้อะไร' แม้แต่น้อย คือถ้าแหงนหน้ามองดาวแล้วเกิดมโนภาพเจ้าหญิงในฝันหรือหนุ่มในอุดมคติ ก็สำคัญไปว่าเขาหรือเธอเทียบเท่าดวงดาว สูงแค่ไหน จะคว้าได้หรือไม่ได้ อย่างน้อยแค่เพื่อฝันว่าสมอยากก็ยิ่งดี

ชีวิตมีหลายฉากให้ดูและรู้สึก เมื่อโตขึ้นชีวิตจะบีบทุกคนให้ต้องทำงานเลี้ยงตัวเอง นอกจากนั้นจะบีบให้อยากมีครอบครัวเพื่อพ้นจากภาวะตัวคนเดียว และถึงตรงนั้น ไม่ว่าจะได้อะไรที่ชอบหรือชัง มีครอบครัวที่ชวนให้หน้าชื่นหรืออกตรม อย่างไรก็ตามก็ต้องทนกล้ำกลืนกันอยู่ดี

ถึงจุดนั้น เมื่อได้เดินชายหาดตามลำพังอีกครั้ง ก็อาจพบว่าความรู้สึกของตนเปลี่ยนแปลงไปมากแล้ว ไม่เหมือนคนเหงาที่มีจินตนาการโดดเดี่ยววิมวาทะเลกว้างอีกต่อไป อย่างน้อยความอยากได้เกินตัวจะแห้งหาย เลิกฝันหาอะไรที่ไม่ตั้งอยู่ตรงหน้า จะพยายามเพื่อให้ได้สิ่งใดต้องแน่ใจว่าเป็นไปได้จริง และถ้าอยากมากพอ ต่อให้รอสิบปีก็เอา ขออย่างเดียวลงทุกลงแรงไปสุดท้ายต้องได้มาแล้วกัน

แต่อย่างเข้าวัยชรา ความโรยแรงอาจทำให้คนเราร้านแม้พยายามคว้าสิ่งที่อยู่ใกล้แค่ยื่นมือถึง ธรรมชาติแห่งวัยชรามักบีบให้อยากมีกิจกรรมทางความคิดมากกว่ากิจกรรมทางกาย เช่นหวนคิดถึงสิ่งที่ผ่านมาแล้ว หรือไม่ก็คาดหวังไปข้างหน้าว่าสิ้นภาระแบกกายนี้ จะได้เบาตัวหรือต้องลำบากแบกกายใหม่แบบไหน

รูปชีวิตแต่ละช่วงบีบให้มนุษย์เรารู้สึกและนึกคิดไปต่างๆ แต่ที่แน่ๆคือ **ไม่ว่าอยู่ในเพศไหนวัยใด จะมีเครื่องล่อใจเป็นอะไรสักอย่าง ยั่วหน้ายั่วหลังอยู่เสมอ มนุษย์จึงไม่ค่อยมีหน้าที่จริงจัง หน้าที่นี้แค่มิไว้ใช้จินตนาการถึงเหยื่อล่อในหน้าที่หน้าเท่านั้น!**

เมื่อได้สิ่งที่ปรารถนามา มนุษย์จะพอใจครู่หนึ่ง ลืมรสอมฤตของหน้าที่นี้ที่สนใจสักช่วงหนึ่ง เสร็จแล้วก็มีเหยื่อล่อในอดีตหรืออนาคต ก่อร่างสร้างจินตนาการขึ้นมาใหม่ในใจจนเวียนอยู่อย่างนี้ไปจนกว่าจะตาย

กล่าวโดยสรุปคือมนุษย์มีแต่อดีตและอนาคตอยู่ในหัว ไม่ค่อยมีปัจจุบันอยู่ในมือ!

มองรอบตัว คุณจะเห็นผู้คนหน้าดำคร่ำเครียดมากมาย และด้วยความเป็นเช่นนั้น ก็เชื่อว่าเขากำลังเป็นตัวของตัวเองอยู่กับปัจจุบัน จิตใจพวกเขาล่องลอยกลับไปในอดีต หรือไม่ก็พุ่งไปสู่อนาคตกัน รวากับโดนมนต์มายาภาพห่อหุ้มคลุมจิต บางคนอยากคืนดีกับคนรักเก่า บางคนอยากดูละครตอนจบคืนนี้ บางคนเสียดายที่ไม่ได้เล่นหุ่นยนต์ บางคนลังเลใจว่าจะเบนไปทุ่มเทกับงานใหม่เต็มตัวดีไหม ฯลฯ

ที่คนทีไรว่ามีภาพใดปรากฏอยู่ตรงหน้า?

ที่คนที่ไหวตัว ว่าชีวิตจะมีอยู่จริงก็ตอนกำลังหายใจ ไม่ใช่ช่วงที่เลิกหายใจแล้วเมื่อวาน หรือยังไม่ได้หายใจในวันพรุ่งนี้?

ที่คนที่เฉลียวคิดว่าจะอะไรจะเกิดขึ้น ถ้าได้เห็นตัวความอยากที่กลางอก แทนการเห็นจินตภาพเกี่ยวกับอดีตและอนาคต?

ที่คนที่อยากทราบว่าจะเกิดอะไรขึ้น หากรู้จักปฏิภพทางใจของตัวเองอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะชอบหรือชังสิ่งกระทบใจแบบไหน?

ชาวพุทธที่แท้จะได้รับการชี้บอก ว่าจิตที่ล้ำค่าอย่างแท้จริงสำหรับมนุษย์คนหนึ่ง มิใช่การพยายามถามหาสมบัติล้ำค่าในวันหน้าหรือปีไหน แต่เป็นการถามง่ายๆ สั้นๆ เช่น 'รู้หรือเปล่าว่ามีอะไรอยู่ในนาทีนี้บ้าง?'

คำถามชนิดนั้นนำไปสู่คำแนะนำขั้นต่อมา เช่นการให้สังเกตลมหายใจและความรู้สึกอันปรากฏจริงอยู่ในปัจจุบัน และเมื่อชาวพุทธคนใดตื่นตัว ลองสังเกตตามนั้นอย่างต่อเนื่อง ก็จะพบโลกใหม่อันน่าอัศจรรย์ โลกที่ปรากฏอยู่ตลอดเวลาแต่แทบไม่เคยมีใครเห็น เพราะนั่นเป็นโลกภายในที่กิเลสไม่สั่งให้ใครอยากฆ่าเลือดเข้ามาดู!

คุณเคยเห็นไหม ตอนกำลังคิดประทุษร้าย หรือตอนกำลังขยับปากด่าทอใคร จะเหมือนมีหลุมดำใหญ่ปรากฏขึ้นกลางอก?

คุณเคยเห็นไหม เมื่อผูกพยาบาทอาฆาตใครแรงๆ แล้วมีเหตุให้คิดตัดใจภัยคู่เวรเสียได้ จะเหมือนพระอาทิตย์ฉายสว่างออกมาจากกลางใจ?

ประสบการณ์สัมผัสความจริงในตัวเองนั้น หาใช้นานๆเกิดขึ้นที่ แต่มันเกิดอยู่ตลอดเวลาทุกนาที แม้วินาทีนี้ก็ยังคงอยู่ควบคู่ไปกับลมหายใจของชีวิต หาได้หายไปไหนไม่!

อะไรจะเกิดขึ้นถ้านาทีนี้มีอยู่จริงอย่างต่อเนื่อง?

คำตอบไม่อาจเป็นที่รู้สำหรับคนยังไม่ลอง แต่ก็ขอให้นึกดู คนเราเป็นทุกข์เพราะอะไร เพราะอาการดิ้นรน อาการทะยานอยากไปข้างหน้าหรือข้างหลังจริงไหม? คำตอบอยู่ตรงนี้เอง เมื่อใดจิตหยุดดิ้น เมื่อนั้นย่อมเกิดความสุขอันน่าพิงใจ ประมาณเดียวกับคนตากแดด ร้อนอบอ้าวเหลือทน ได้เข้าร่วมและแช่น้ำเย็นสนิทจะนั้น

ความพอใจอันเกิดจากจิตที่หยุดดิ้น และความสำราญอันเกิดจากการเป็นอิสระจากอดีตและอนาคตนั้น อยู่ตรงนี้ ที่คุณมีชีวิตอยู่จริง คว้ามาวไว้ในอุ้งมือได้จริงทันที ถ้าคิดว่ายากก็คงเป็นเรื่องน่าแปลก

ถ้าคุณครวญครางว่า 'ฉันไม่อาจหยุดความอยาก มันเป็นเรื่องยากเกินกว่าจะทำได้' อันนั้นแสดงว่าคุณไม่เข้าใจปัจจุบันอย่างแท้จริง เมื่อปัจจุบันของคุณเป็นทุกข์กับความอยาก แทนที่จะพยายามหยุดอยาก ก็ให้ดูความทุกข์อันเกิดจากความอยากนั้นแหละ เพราะไม่มีอะไรที่ 'จริง' และ 'มีตัวตนจับต้องได้' มากไปกว่าความทุกข์ทรมานในอกเดี๋ยวนี้อีกแล้ว

นี่อาจเป็นวินาทีแรกที่คุณเห็นความอยาก อันมีลักษณะเหมือนยางเหนียวสีดำ หรืออาจเป็นวินาทีแรกที่คุณเห็นความร้อนในอก อันมีลักษณะเหมือนน้ำเดือดพลุ่งพล่าน

และเช่นกัน นี่อาจเป็นประสบการณ์สัมผัสโลกภายในครั้งแรก เห็นความเปลี่ยนแปลงจากดำ เป็นขาว จากร้อนเป็นเย็น

และนี่ก็อาจเป็นวาระแรก ที่คุณตระหนักว่าพลาดคำสอนข้อสำคัญของพุทธศาสนาเข้ามา นานเพียงใด ถ้าวัดรักษาที่นี้ไว้ด้วยสติ ด้วยการระลึกถึงสิ่งที่ปรากฏจริงในขอบเขตกายใจไปสักระยะ หนึ่ง คุณจะออกจากโลกแห่งความฝันที่ไร้รากแก้วแห่งความสุข มาสู่โลกแห่งความจริงที่ว่างวาย จากเหตุแห่งทุกข์ เมื่อนั้นคุณจึงรู้ว่าจะใช้ชีวิตที่เหลือแบบไหนไม่ให้สูญเปล่าอีกต่อไป

ทุกข์เกิดขึ้น

เมื่อคุณเสียนาที่นี้ให้นาที่อื่น

ชีวิตเป็นได้แค่สิ่งลวงตา

ถ้าคุณไม่เคยมีนาที่นี้อยู่จริง

## อะไรจะเกิดขึ้นถ้า...

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าชาติก่อนมีจริง?

โลกจะยังเหมือนเดิม ผู้คนส่วนใหญ่ไม่มีความสามารถรับรู้ในอดีตชาติมี แต่ชนกลุ่ม น้อยจะรู้และสามารถอธิบาย 'ที่มา' ของมนุษย์กับสัตว์โลกได้ด้วยเหตุผลอันชัดเจน

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าชาติหน้ามีจริง?

โลกจะยังเหมือนเดิม ผู้คนส่วนใหญ่ไม่มีความสามารถรับรู้ในอนาคตชาติมี แต่ชน กลุ่มน้อยจะรู้และสามารถอธิบาย 'ที่ไป' ของมนุษย์กับสัตว์โลกได้ด้วยเหตุผลอันน่าสงสัย น้อยที่สุด

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าผลของกรรมจากอดีตชาติมีจริง?

หลักสูตรการเรียนการสอนทั่วไปจะยังเหมือนเดิม ไม่มีวิธีพิสูจน์ทราบด้วย เทคโนโลยีใดในปัจจุบันเหมือนเดิม แต่ผลกรรมจะยังทำหน้าที่ต่อไป เช่นคุณรูปให้ทรงอยู่ เป็นร่างมนุษย์ คุณสภาพความเป็นชายหรือเป็นหญิง คุณจังหวะชะตาชีวิตแต่ละช่วงให้ สอดคล้องกับอดีตกรรมที่ทำมาประจำ ตลอดจนคุณจากจบของชีวิตให้ดีร้ายสมน้ำสมเนื้อ กับอดีตกรรมที่ทำไว้กับคนอื่น

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าผลของกรรมในปัจจุบันชาติจะต้องเกิดขึ้นในอนาคต?

ทุกคนยังคงทำเหมือนที่เชื่อว่าควรทำต่อไป แต่ผู้มีศรัทธากรรมวิบากบางคน จะยุติ บาบบางอย่างด้วยความกลัวบทลงโทษทางธรรมชาติ ทว่าก็อาจเดินหน้าทำบาปบาง

ประการต่อไป ให้สมมติคำขวัญจากอบายกมุขที่ว่า ‘ลงนรกในวันหน้า ดีกว่าลงแดงตาย เพราะอดเป็นซู้ในวันนี้’ หากไม่เอาความทุกข์อันเผ็ดร้อนของไฟนรกมาแสดงให้ดูกันสด ๆ ก็อย่าหวังว่าจะเอาความโลภ ความโกรธ และความหลงเขลาของเผ่าพันธุ์มนุษย์ได้

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าหลักสูตรการเรียนการสอนทั่วโลกยืนพื้นอยู่บนหลักของกรรมวิบาก?

บรรดานักเรียนจะถามคำถามที่คุณครูส่วนใหญ่ตอบไม่ได้ แล้วเด็กส่วนใหญ่ก็จะไม่เชื่อสิ่งที่อยู่ในตำรา กระทั่งที่สุดกระทรวงศึกษาธิการของประเทศต้องยอมถอดหลักสูตรเกี่ยวกับกรรมวิบากทิ้ง ตามคำเรียกร้องของเหล่าครูผู้้อบอายุ ไม่อาจตอบคำถามชอกแซกที่ยิงมาเป็นปีนกลของนักเรียนในชั้นได้ไหว

อะไรจะเกิดขึ้นถ้ามีเทคโนโลยีพิสูจน์ว่าแรงกรรมเป็นแรงทางธรรมชาติขั้นพื้นฐาน ที่ควบคุมแรงอื่น ๆ ในจักรวาลให้เป็นไปดังที่กำลังปรากฏ?

สำหรับบางส่วนของนักวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยีดังกล่าวอาจเป็นเรื่องหน้าตื่นตื้นที่ ต้องถกเถียงหาข้อผิดพลาดและเผื่อใจไว้สำหรับทฤษฎีคั้งใหม่ ๆ ในอนาคต สำหรับบางศาสนา เทคโนโลยีดังกล่าวอาจถูกมองเป็นเพียงมายาเท็จเทียมชนิดหนึ่งซึ่งมีอันตรายและถูกส่งมาจากเบื้องต่ำ สำหรับบางลัทธิปรัชญา เทคโนโลยีดังกล่าวอาจถูกมองเป็นความเชื่อที่มีช่องโหว่ให้คัดค้านด้วยโวหารอันคมคาย สำหรับคนทั่วไป เทคโนโลยีดังกล่าวน่าจะถูกมองเป็นศาสตร์ยุ่งยากซับซ้อนที่เต็มไปด้วยข้อมูลและศัพท์แสง น่ากลัวเกินกว่าจะเอาตัวเข้าไปศึกษาให้รู้แจ้งเห็นจริง

อะไรจะเกิดขึ้นถ้ามีใครสักคนลุกขึ้นมาบอกว่ารู้แจ้งทุกสิ่ง?

คนส่วนใหญ่จะคิดทันทีว่าเป็นไปไม่ได้ แต่จะมีบางคนที่หันมาสนใจไถ่ถามข้อข้องใจของตน เช่น จักรวาลเกิดขึ้นเพราะอะไร ชาติแรกมีมาตั้งแต่เมื่อไหร่ จุดจบของสรรพสิ่งอยู่ที่ไหน ฯลฯ น้อยคนจะสนใจไถ่ถามว่าสำหรับผู้รู้แจ้งทางขาดทุกความจริงแล้ว ความจริงใดสำคัญและนำรู้ให้ได้อย่างที่สุด

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าผู้รู้แจ้งกล่าวว่า ‘ความจริงเกี่ยวกับทุกข์และการดับทุกข์สำคัญสูงสุด’?

คนส่วนใหญ่จะเข้าใจว่าเป็นแค่อบายวิธีดับทุกข์อย่างหนึ่ง ซึ่งมีการคิดค้นวิธีใหม่ ๆ กันทุกวัน คนส่วนน้อยจะเงี้ยวหูสดับรับฟังว่า ‘ทุกข์’ ที่ผู้รู้แจ้งกล่าวหมายถึงอะไร โดยเฉพาะอย่างยิ่งเป้าหมายของ ‘การดับทุกข์’ ก็นความหมายกว้างแคไหน ดับชั่วคราวหรือดับกันอย่างสิ้นเชิงเด็ดขาดถาวร

อะไรจะเกิดขึ้นถ้า ‘วิธีดับทุกข์ทางใจได้เด็ดขาด’ แพร่หลายกระจายออกไปสู่มหาชนรอบโลก ทุกคนรู้ ทุกคนเข้าใจ แล้วทุกคนก็เชื่อในวิธีดับทุกข์นั้น?

แม้รู้ แม้เข้าใจ และแม้แต่ต่อให้เชื่อกันหมดทั้งโลก ก็จะมีคนเพียงส่วนน้อย ที่ ‘พยายาม’ เพื่อความดับทุกข์ เนื่องจากขั้นต้นของการดับทุกข์ทางใจ อาจหมายถึงการงด



เว้นการเสพสุขทางกายตามที่ชอบ ๆ กัน อีกประการหนึ่ง น้อยนักที่จะไม่หันหลังหนีเมื่อตระหนักว่าการขูดรากถอนโคนความทุกข์ หมายถึงการหมดสิทธิ์เสพกามอย่างถาวรชั่วกาลนาน เพราะกามเป็นเครื่องอาลัยอันยิ่งยวด ทุกคนโหยหา ทุกคนอยากรักษาไว้ เมื่อใครมาบอกว่กามเป็นหนึ่งในเหตุแห่งทุกข์ เป็นห่วงโซ่หนึ่งในสายโซ่แห่งความทุกข์อันยืดยาว คนพึงยอมพร้อมจะปิดหูไล่มากกว่าเปิดใจรับ

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าบรมสุขเป็นสิ่งเปิดเผย ทุกคนรู้ว่าหลังถอนรากถอนโคนความทุกข์จากใจได้เด็ดขาด คือรสอันเยี่ยมที่ไม่มียิ่งกว่าบรมสุขนั้น?

ถ้าบรมสุขมีจริง และต้องเกิดขึ้นหลังขูดรากถอนโคนความทุกข์ทางใจได้สำเร็จ ก็แปลว่าเราไม่มีทาง ‘สมมุติว่าทุกคนรู้’ ได้เลย อย่างมากคนทั่วไปอาจอนุมานเอาจากอีกมุมมองหนึ่ง เช่น ‘อะไรจะเกิดขึ้นถ้าทุกข์เพราะความทะยานอยากไม่เกิดขึ้นอีกเลย?’ ถ้าหนีออกมาว่าหัวอกหัวใจน่าจะโล่งประมาณใด ก็มีสิทธิ์เริ่มลงมือเพียรพยายามเพื่อความพ้นทุกข์ทางใจกันได้แต่บัดนี้ ใครจะพยายามมากน้อย ใครจะพยายามได้ต่อเนื่องหรือชั่วคราวก็ขึ้นอยู่กับพื้นหลังของแต่ละคน

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าทุกคนในโลกเพียรพยายามเพื่อพ้นทุกข์ทางใจ ด้วยวิธีการอันถูกต้องตรงตามผู้รู้เปิดเผยไว้?

ทุกคนในโลกจะพ้นทุกข์ทางใจภายในชีวิตนี้ อาจช้าหรือเร็วต่างกัน เว้นแต่จะสร้างเหตุแห่งทุกข์ไว้หนักหนาเกินกว่ากำลังความเพียรใด ๆ จะเอาชนะ เช่นฆ่าพ่อฆ่าแม่ตาย เพราะอันนั้นเป็นกรรมที่ได้ชื่อว่าตัดรากเหง้าแห่งชีวิตตนเองทิ้งเสียแล้ว ไม่อาจเจริญงอกงามขึ้นใหม่ สมเกียรติภูมิมนุษย์ได้อีกแล้ว

อะไรจะเกิดขึ้นถ้าคนทั้งโลกพ้นทุกข์ทางใจพร้อมกัน?

โลกก็จะไร้กรรม เต็มไปด้วยความสุข และไม่มีใครทำตัวเป็นเหตุแห่งทุกข์ใหม่ ๆ อีก แม้การให้กำเนิด ‘ทุกข์ก้อนใหม่’ อย่างทารก ในที่สุดมนุษยชาติจะสูญพันธุ์ไปโดยไม่มีใครเดือดเนื้อร้อนใจ หรือมันหมายความว่า เป็นเรื่องสลักสำคัญระดับจักรวาลอันใด เพราะมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายมีเวลาที่จะสูญพันธุ์กันเองอยู่แล้ว และเป็นการสูญพันธุ์ด้วยความทุกข์ เต็มไปด้วยความเศร้าโศกเสียใจ อาลัยอาวรณ์ กับทั้งยังคงรักษาไว้ซึ่งความไม่รู้หรือ ‘อวิชชา’ กันถึงเผ่าพันธุ์มนุษย์หน้าอีกด้วย

แม้สัก ๆ คิด ๆ เอา

สมมุติว่ามีเหตุอย่างหนึ่ง

ก็ต้องสมมุติต่อไป

ว่าจะมีผลที่สมเหตุตามมาเสมอ

จะสมมุติให้มีแต่เหตุผลๆไม่ได้เลย

## ❁ เรื่องน่าสงสัย

เฮ้! ทำไมขมวดคิ้วนี้ว่าหน้าอย่างนั้นล่ะเพื่อน? อย่างกับโลกนี้มีอะไรให้สงสัยนักหนาตามนั้น! มองไปรอบๆสิ บอกซิว่ามีอะไรไม่น่าสงสัยบ้าง?

เอาน่า! ชี้สงสัยแล้วได้อะไรขึ้นมา... ว่าแต่วันนี้เจอเรื่องน่าสงสัยแบบไหนเข้าให้ล่ะ? เพิ่งเจอนางในฝันในซูเปอร์มาเก็ต เห็นแล้วเข้าอ่อน ของแทบหลุดจากมือ อ้อเฮอ! อากาศชัดมาก! แล้วทำไมไม่เข้าไปจับหือ ไม่กล้าหรือว่ามีปัญหาอะไร? ปัญหาคือลูกสี่สามี่หนึ่ง!

โอ! ชีวิต...

พูดก็พูดเถอะ ฉันสงสัยเหลือเกิน คนเราเหมือน ๆกัน เป็นเด็กแป็บหนึ่ง วัยรุ่นแป็บหนึ่ง หนุ่มสาวแป็บหนึ่ง กลางคนแป็บหนึ่ง แก่เฒ่าแป็บหนึ่ง สุดท้ายก็ตายเกลี้ยง แต่ระหว่างที่เป็นอะไรแป็บหนึ่ง ทำไมแต่ละคนมีโอกาสด่างกันเหลือเกิน โอกาสเหล่านั้นลอยมาจากไหน? อย่างนายเจอนางในฝันแล้วได้เธอเป็นเมีย ส่วนฉันเจอก็ที่มีลูกทุกครั้ง!

อ้อ... นายทำหน้าที่แบบว่าอยากได้คำตอบจากฉันเต็มทีเลยนะ ฉันเป็นเจ้าของเมีย ฉันยังไม่รู้เลยว่าทำไม

นั่นสินะ มนุษย์ตอบมนุษย์ อย่างมากก็ต่างคนต่างเอา... คิดไปคิดมาไม่น่าเชื่อเลย ทุกสิ่งทุกอย่างปรากฏอยู่ตรงหน้า เราเห็นได้ สังเกตให้ละเอียดลออแค่ไหนก็ได้ แต่ไม่มีทางรู้เบื้องหลังที่มาที่ไปจริง ๆเลย

แล้วจะบ่นไปทำไม? พวกเรานั้นผลผลิตชั้นจ้อยของธรรมชาติ ธรรมชาติเขายิ่งใหญ่ขนาดที่อนุญาตให้พวกเราเดาอย่างไรก็ได้ พอพยายามพิสูจน์ว่าการเดาของตัวเองถูกต้อง ก็จะพบร่องรอยให้ดูเหมือนใช้หมด เป็นต้นว่าชะตากรรมเนี่ย นายอยากจะเชื่อว่ามี 'อะไรบางอย่าง' วางแผนไว้ก็ได้ หรือถ้าอยากจะเชื่อว่าเป็นเรื่องบังเอิญ ก็ไม่มีใครว่านายถนัดๆเต็มปากเต็มคำหรอก

นายเป็นนักวิทยาศาสตร์ ทำไมพูดเหมือนคนเสื่อมศรัทธาจะหาความจริงอย่างนั้น?

ยังไม่เสื่อม แต่ความจริงเกี่ยวกับชะตากรรมอาจไม่ใช่อะไรให้ค้นหาในเวลานี้ ฉันรู้จักโครงสร้างสารพันธุกรรมที่กุมความลับของชีวิตดีขึ้นเรื่อยๆ และจากมุมมองนั้น ฉันเห็นชัดขึ้นเรื่อยๆ ว่าทุกอย่างในชีวิตถูกวางแผนไว้ล่วงหน้าตั้งแต่ระดับเซลล์ ทว่าสิ่งที่ฉันยังอ่านไม่ออกเลยก็คือ 'ใคร' หรือ 'อะไร' ที่เป็นคนออกแบบหรือวางแผนสารพันธุกรรม หากนายพูดว่า 'ความบังเอิญ' เป็นคนออกแบบ ฉันก็ไม่รู้จะเอาอะไรไปเถียง

สารพันธุกรรม ก็แปลตรงตัวอยู่แล้วว่า ‘เทือกเถาเหล่ากออันเกิดจากกรรม’ สรุปลคือกรรมนั้นแหละเป็นคนออกแบบ

นักวิทยาศาสตร์ตะวันตกไม่ได้คิดอย่างนั้น ฝรั่งเศสงงเป็นไก่ตาแตกถ้านายแปลคำว่า ‘พันธุกรรม’ เป็นภาษาอังกฤษตรงๆ เพราะเขามองว่ามันเป็นกรด เรียกว่า ‘กรดนิวคลีอิก’ ไม่เกี่ยวกับกรรมอะไรเลย คำว่า ‘พันธุกรรม’ หรือ ‘กรรมพันธุ์’ เป็นสิ่งที่ราชบัณฑิตไทยบัญญัติขึ้นมาด้วยความรู้เชิงพุทธ ที่เชื่อว่าสัตว์โลกมีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นทายาท

เพิ่งรู้แหละ... แต่ฉันเพิ่งได้ยินมาพอดีเลย มีหมอระดับโลกทำนายว่าต่อไปนักวิทยาศาสตร์จะค้นพบพลังอีกชนิดหนึ่งที่ควบคุมโลกและจักรวาลไว้ เพียงแต่ยังไม่มีการรู้จัก และไม่มีใครนึกถึงด้วยซ้ำว่ามีอยู่ ทั้งที่แสดงตัวให้เห็นได้ชัด ๆ ตรงหน้านี้แหละ พลังนั้นอาจหมายถึงพลังกรรมก็ได้!

ที่นายพูดเขาเรียกเสียงลือ คนเราชอบเรื่องลึกลับ ชอบความเชื่อที่ไม่ยินดีให้วิทยาศาสตร์พิสูจน์ เพราะมันสนุกที่จะคุยกันโดยไม่มีใครยืนยันได้ว่าผิดหรือถูก แล้วคำตอบสุดท้ายของจักรวาลก็ดันออกแนวนี้อยู่เรื่อย คือเข้าทางพวกชอบเรื่องลึกลับอย่างนาย!

แต่ถ้าพวกชอบพิสูจน์หาเหตุผลอย่างนายไม่มีวันหาคำตอบสุดท้ายเจอ อะไรจะเกิดขึ้น? ทำไมถึงมีเราอยู่อย่างนี้ได้? แล้วควรเอาอะไรมาคิดถึงจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดของจักรวาล?

จักรวาลเหรอ? จะว่าไงดีล่ะ... ว่ากันตามทฤษฎีการเกิดขึ้นของจักรวาล จักรวาลน่าจะเริ่มต้นจากจุดของความไม่มีอะไรเลย ทั้งกาลเวลา ทั้งอวกาศ และถ้าว่ากันตามทฤษฎีของการดับลงของจักรวาล ก็ต้องว่าจักรวาลอาจขยายออกไปจนหมดภาวะดึงดูดแม้ในระดับอะตอม ทุกอย่างกระจายหายไปเฉยๆ...

นั่นไง... แปลว่าพวกเราคืออนุความฝันของจักรวาล จักรวาลนี้กำลังฝันไป และฝันก็เกิดขึ้นเพื่อดับลงเปล่า ๆ อย่างนั้นใช่ไหม?

ก็สุดแล้วแต่นายจะสรรคำพูดเอาเอง จักรวาลแค่นั้นอย่างที่มีมันเป็นอยู่ ส่วนนายก็มองและคิดเอาตามใจว่าจักรวาลมันเป็นยังไง

ถ้าตามใจฉัน ฉันคิดว่าน่ากลัวตายซักหน้าซี จักรวาลเกิดขึ้นจากความว่าง และจะดับลงไปสู่ความว่าง แล้วระหว่างนี้ฉันกับนายคืออะไร? โอกาสในชีวิตที่ต่างกันระหว่างฉันกับนายล่ะ? ความว่างเป็นตัวสร้างความบังเอิญต่าง ๆ ขึ้น จนเกิดระบบดวงตาที่สมจริง แค่เพื่อทำให้ใครคนหนึ่งดีใจ และทำให้ใครอีกคนเสียใจ จนต้องเอามาคุยปรับทุกข์กันอย่างนี้เองหรือ?

นายกำลังพูดถึงความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิต วิทยาศาสตร์ไม่ได้รับผิดชอบด้านนี้ เสียใจด้วย!

โธโฮ! สว่างวาบเลย ถ้าแก่นชีวิตพวกเรายอยู่ที่วิญญาณและความรู้สึก วิทยาศาสตร์ก็ไม่มีคำตอบสุดท้ายให้กับเราหรอก เผลอ ๆ พอไปถึงจุดหนึ่ง วิทยาศาสตร์อาจชวนให้หลงนึกว่าพวกเราเป็นแค่ความฝันของจักรวาลที่ไม่ต้องการเหตุผลใด ๆ ไม่ต้องมีที่มาที่ไปอะไรเลย พวกกันเกิดเปล่าตายเปล่าในท่ามกลางความแตกต่างเล่น ๆ เท่านั้น

คือ... วิทยาศาสตร์สอนให้นายเลิกพูดคำว่า 'เชื่อ' โดยปราศจากคำอธิบาย แต่วิทยาศาสตร์ก็ไม่ได้ยึดอกรับประกันความพอใจคำอธิบายนะ นายต้องเลือกวิธีหาคำอธิบายที่น่าพอใจเอาเอง ถ้านายมีความสุขกับการสำคัญตัวว่าเป็นแค่ฝันของจักรวาล นั่นก็คือคำตอบสุดท้ายสำหรับนาย ธรรมชาติไม่ว่าอะไร อย่างนี้ยังไม่ดีพออีกหรือ?

ถ้าฉันยังรู้สึกผิดที่จะฆ่าตัวตาย ฉันก็คงไม่ใช่แค่ความฝันหรอก ต้องมีอะไรบางอย่างที่เป็นเรื่องจริง มีเบื้องหลังความเป็นมาของพวกเราอยู่จริง และศาสดาองค์ใดองค์หนึ่งอาจพูดถูกมาแล้วเป็นพันปีก็ได้ เพียงแต่นายกับฉันอาจจะยังฟังทำนองน้อยเกินไปเท่านั้น

ศาสนาเป็นเรื่องน่าสงสัย  
เพราะยากจะพิสูจน์ให้เชื่อด้วยตา  
ส่วนวิทยาศาสตร์ก็เป็นเรื่องน่าสงสัย  
เพราะยากจะพิสูจน์ให้เชื่อด้วยใจ

## ☞ มนุษย์ล่องหน

มนุษย์ผู้มีกายล่องหน  
คนอื่นมองไม่เห็นและสำคัญว่าไม่มี  
ตัวของมนุษย์ล่องหนเองเท่านั้น  
ที่รู้สึกว่ามันมีอยู่  
ตนยังที่บออยู่  
และสามารถเคลื่อนไหวกระทำการ  
ปานประหนึ่งภูตผีหรือปีศาจ  
ที่ใครไม่อาจจับได้ไล่ทัน

มนุษย์ล่องหนมีอิสระ  
ในการเดินเหินเข้าออกนอกใน  
ไม่มีใครรู้

ไม่มีใครเห็น  
ไม่มีใครว่า  
อยากดูอะไรก็ดู  
อยากจับอะไรก็จับ  
อยากทำอะไรก็ทำ

มนุษย์ล่องหนคือตัณหาของคน  
สะท้อนให้เห็นอารมณ์ดิบของคน  
และตอบคำถามได้ชัดเจน  
ว่าถ้าพันชืดจำกัดทางกายหยาบ  
ตัณหาจะทำอะไรบ้าง  
ตัณหาเป็นกลางหรือดีร้าย  
ตัณหาเป็นอันตรายได้แค่ไหน

มนุษย์ล่องหนในนิยาย  
ต่างรายงานตรงกัน  
ว่าแรกเริ่มเดิมทีก็สนุก  
แต่ภายหลังจะมีทุกข์รออยู่  
อย่างไม่รู้ว่าเมื่อใดจึงยุติ  
ไม่รู้ต้องทำอะไร  
จึงกลับคืนสู่สภาพเดิมโดยดี

ส่วนมนุษย์ผู้มีใจล่องหน  
คนอื่นยังมองเห็นกายเขา  
และสำคัญว่ามีตัวตนของเขา  
แต่ผู้เป็นมนุษย์ล่องหนเองเท่านั้น  
ที่รู้สึกว่ามันไม่มีอยู่  
โปร่งใสไร้ความมีอยู่  
แม้ยังคงเคลื่อนไหวกระทำการ  
เพื่อรักษาภาพความมีความเป็น  
ไว้ในใจคนรอบข้างต่อไปตามปกติ

มนุษย์ล่องหนมีอิสระ  
ในการรับรู้ตามจริง  
ตลอดทั้งโลกเปิดเผยต่อเขา  
แจ่มชัดทุกสีสน้ไร้การปิดบัง  
ทั้งจากเมฆดำแห่งอารมณ์โลก  
และม่านควันไฟแห่งอารมณ์โกรธ  
เห็นว่าอะไรควรดูก็ดู  
เห็นว่าอะไรควรจับก็จับ  
เห็นว่าอะไรควรทำก็ทำ

มนุษย์ล่องหนคือปัญญาของคน  
ส่องให้เห็นว่าถ้าไม่มีต้นหา  
ปัญญาจะทำอะไรบ้าง  
ปัญญาเป็นกลางหรือดีร้าย  
ปัญญารักษาความปลอดภัยได้แค่ไหน

มนุษย์ล่องหนในโลกความจริง  
ต่างให้การตรงกัน  
ว่ายังคงความรู้สึกเต็มตัว  
แต่ว่างเปล่าจากความรู้สึกว่ามีตน  
เมื่อรับการกระทบกระทั่งนอกใจ  
แม้เกิดปฏิกิริยาทางใจ  
ก็สักว่าผ่านมาแล้วผ่านไป  
ไม่มีสิ่งใดติดค้าง  
จึงเป็นกลางสนิท  
ใจไม่ติดอยู่กับอะไรไหน  
ผ่องใสไร้ร่องรอยอาลัย  
แสนสบายอย่างคาดไม่ถึง  
จึงไม่มีผู้ใดคิดอยากกลับคืน  
พื้นตนเป็นมนุษย์ที่บันเทิงเริงใจ

มนุษย์ล่องหนคืองานผลิต

เป็นลิขสิทธิ์ของพุทธศาสนา  
มีทั้งมนุษย์ล่องหนสมัครเล่น  
ได้แก่พวกที่เริ่มเข้าใจว่าตัวตนไม่มี  
กับทั้งมนุษย์ล่องหนชั่วคราว  
ได้แก่พวกที่เห็นชัดว่าตัวตนไม่มี  
กับทั้งมนุษย์ล่องหนถาวร  
ได้แก่พวกที่ขาดสิ้นความรู้สึกมีตัวตน

เมื่อสิ้นความสับสน  
ตัวตนล่องหนหาย  
จิตกลายเป็นธรรมหนึ่งบริสุทธิ์  
ผูกโยงอยู่กับความเห็นว่าว่าง  
วางเฉยปราศจากอุปาทาน  
จึงประหารเหตุแห่งทุกข์ตลอดไป

## ๕ เกิดครั้งสุดท้าย... เพื่อรู้ว่าไม่มีใครเกิดมา

ว่าง  
กับไม่ว่าง  
ไม่เกินไปกว่านี้  
ธรรมชาติมีอยู่แค่นี้

ในความว่าง...  
ถ้าว่างจริงจะไม่มีสิ่งใดเกิดมา  
และจะไม่มีสิ่งใดหายไป  
ปรากฏแต่ความตั้งมั่นพิสุทธิ์  
อันคงไว้ซึ่งรสแห่งความไร้มลทิน  
เป็นธรรมชาติแท้เหนือคำบรรยาย

แต่ในความไม่ว่าง...  
ต้องมีอะไรอย่างหนึ่งเช่นดวงจิต

เกิดมาโดยไม่รู้จักความว่าง  
นอกจากนั้น  
ยังต้องปรากฏรูปลักษณะเช่นร่างกาย  
ถือกำเนิดเพื่อเป็นปฏิบัติกับความว่าง

จิตและกายเกิดดับสืบเนื่อง  
ประหนึ่งมีหน้าที่รักษาความไม่ว่าง  
และเพื่อปิดซ่อนความว่างไว้  
มิให้ถูกรู้โดยง่าย

ในความไม่ว่าง  
ย่อมมีเครื่องกระทบ  
ในความถูกกระทบกระทบ  
ย่อมกระตุ้นปฏิกิริยาอินทรีย์ในร้าย  
ในความอินทรีย์ในร้าย  
ย่อมขับดันให้ทำบุญทำบาป  
ในการทำบุญทำบาป  
ย่อมทอดเงาไปสู่ความน่ารักน่าชัง  
ในความน่ารักน่าชัง  
ย่อมก่อแรงดูดแรงผลัก  
ในแรงดูดแรงผลัก  
ย่อมเกิดความยึดติดถือมั่น

ความถือมั่น  
เป็นรากของความหลงเขลา  
แม้ไม่รู้ก็ถือมั่นว่ารู้  
แม้ไม่เที่ยงก็ถือมั่นว่าเที่ยง  
แม้ไม่ใช่ตนก็ถือมั่นว่าเป็นตน  
ทุกสิ่งเป็นจริงเป็นจังในเขตคูก  
อันมีความถือมั่นเป็นโช้ตรวน

ต่อเมื่อผ่านคูกแห่งความไม่รู้



ก้าวล่วงสู่อาณาจักรแห่งการตรัสรู้  
เริ่มจากการทำความเข้าใจ  
ว่าสิ่งใดเกิดมาแล้ว  
สิ่งนั้นย่อมเสื่อมลงเป็นธรรมดา  
เมื่อนั้นจึงเริ่มเห็นแต่ละขณะ  
ว่ามีบางสิ่งเกิดขึ้น  
แต่ไม่ใช่ว่ามีใครเกิดมา  
และมีบางสิ่งดับลง  
แต่ไม่ใช่ว่ามีใครตายไป

กายสักว่าตั้งอยู่ในอิริยาบถ  
แล้วเสื่อมจากอิริยาบถ  
ความรู้สึกมีได้แค่สุขทุกข์  
แล้วเสื่อมจากสุขทุกข์  
หาใครในอิริยาบถไม่เจอ  
หาบุคคลในสุขทุกข์ไม่ได้

แม้ความฟุ้งและความเหม่อ  
ก็มีรอบการมาของตัวเอง  
อาการเวทนาของสติรู้  
เกิดเองโดยไม่มีการเชื้อเชิญ  
จึงไม่มีใครในความเหม่อ  
และไม่มีบุคคลในความฟุ้ง

ธรรมดาจะกลายเป็นอัจจรรย  
เมื่อทันความจริงแต่ละสิ่ง  
ที่ตั้งอยู่เพียงให้อาศัยระลึก  
ว่านั่นเกิดขึ้น  
โดยไม่มีใครเกิดมา  
นั่นดับลง  
โดยไม่มีใครตายไป

เมื่อวางความถือนั้นเสียได้  
การเกิดครั้งสุดท้าย  
ยอมเป็นไปเพื่อรู้ว่าไม่มีใครเกิดมา  
ความไม่ว่างยอมยุติการสืบสาย  
สลายรวมเข้ากับความว่าง  
ดูภาพฝันอันเลื่อนหายในยามตื่น  
ยอมไม่ควรอ้างอีกว่าภาพฝันคือใคร  
หรือภาพฝันกลายเป็นใครไปแล้ว

## ๕ แก่เหม่อด้วยการเห็นความเหม่อ

อาการเหม่อเป็นเรื่องธรรมดาของคนธรรมดา จุดเริ่มต้นของความเหม่อคือการขาดสติ สติไม่อยู่กับเนื้อกับตัว ปล่อยจิตปล่อยใจเลื่อนลอยไปกับอารมณ์ที่ไม่ชัดเจน

เมื่อคุณเห็นใครสักคนตาลอย คุณอาจรู้สึกขึ้นมาชั่วขณะหนึ่งว่าตัวตนของเขาหายไปจากโลกนี้ชั่วขณะ จนอยากทักว่าใจลอยไปอยู่ไหน หรืออยากให้เขากลับมารับรู้เรื่องตรงหน้า ที่มีคุณเข้ามาร่วมโลก ร่วมหายใจอากาศเดียวกันกับเขาแล้ว

แต่เมื่อใดที่คุณเหม่อเสียเอง และไม่มีใครมาทักให้รู้เนื้อรู้ตัวจะท้ออย่างไร? บางคนขาดความสนใจโลก เอาแต่หมกมุ่นหุดหู่ก็เพราะเหม่อบ่อยนี่เอง

อาการเหม่อนั้น ถ้าเหม่อมากจนผิดปกติ ก็เรียกว่าโรคทางใจชนิดหนึ่งได้ คือโรคเหม่อ โรคขาดการติดต่อกับภายนอก (ถ้าพูดให้ครบก็ต้องว่าขาดการติดต่อกับภายในด้วย เช่นแม้มืดก็ไม่ทราบว่ามันกำลังคิดเรื่องอะไรอยู่) แล้วก็ขึ้นไปได้สูงที่โรคเหม่อจะพัฒนาเป็นโรคสงสารตัวเอง โรคซึมเศร้า ตลอดจนโรคอยากจบชีวิต

โรคเหม่อระยะเริ่มต้นอาจชวนคุณฝันกลางวัน วาดวิมานในอากาศ หากใครจินตนาการดี ฝันหวานเก่ง ก็มักติดใจ คือพอเกิดความคิดมาชักชวนใจให้ล่องลอยขึ้นสู่วิมานในอากาศ วาดเรื่องราวแสนดีที่ไม่มีทางเป็นจริง ใจก็กระโจนทะยานตามความคิดขึ้นสู่วิมานในอากาศไปเต็มๆ คงจำได้ว่าเมื่อติดอยู่กับวิมานในอากาศ คุณจะไม่อยากฝันห้ามตัวเอง และไม่ยากกลับคืนสู่สภาพอันแห้งแล้งของโลกความเป็นจริงอีก

นั่นเป็นเรื่องของโรคเหม่อขั้นเริ่มต้น แต่โรคเหม่อขั้นรุนแรงอาจชวนให้คุณปฏิเสธโลกความเป็นจริงอย่างสิ้นเชิง และอาจทักท้ออะไรไปต่างๆ นานาได้สารพัด โดยมากเป็นในทางแยะ นั่นก็เพราะความเหม่อเป็นอกุศลจิต อกุศลจิตมีลักษณะเศร้าหมอง มีดหม่น อับจนหนทาง ยากจะสว่างขึ้นมาเอง เปรียบเหมือนถูกขังอยู่ในห้องที่ปิดไว้หน้าต่าง เมื่อไม่เห็นแสง ไม่เห็นสีสน ไม่

เห็นความสวยงาม คุณก็ยอมจมแช่อยู่กับความมืด เห็นแต่สีดำ เห็นแต่ความน่าเกลียดน่ากลัวอัน ซ่อนเร้นอยู่ในกันบังของจิตที่ชุ่มกิเลส

วันไว้แต่คนมีความบกพร่องทางกาย โรคเหม่อไม่ใช่สิ่งติดตัวมาแต่เกิด มันเป็นอาการสัง สม ซึ่งหมายความว่าอาการเหม่อเป็นสิ่งที่เพิ่มได้ลดได้ ใครชอบเหม่อจัด ๆ ตอนนี้ แสดงให้เห็นว่าสัง สมอาการเหม่อมานาน แต่ใช้จะต้องเหม่อเรื่อยไป เพราะถ้าเลือกกว่าจากนี้คุณจะไม่เหม่อเลยลง ก็แค่ ทำความเข้าใจกับต้นสายปลายเหตุของความเหม่อ เพื่อขจัดสาเหตุที่นั่นทิ้งเสีย

สาเหตุหลักของความเหม่อได้แก่

๑) ความเหนื่อยอ่อนเปลี้ยเพลีย พุดง่าย ๆ คือความล้าทางกายบีบให้ห่อเหี่ยว หมดกำลังที่ จะตั้งสติรู้เห็นอะไรรอบตัว แต่ก็อาจยังไม่ถึงขนาดอยากหลับให้สิ้นเรื่องสิ้นราว จึงคาราคาซังอยู่กับ อาการหลับก็ไม่ใช่ตื่นก็ไม่เชิง ครึ่ง ๆ กลาง ๆ อยู่

คนที่จำเป็นต้องทำงานหนักและไม่เป็นเวลาบ่อย ๆ ร่างกายอ่อนแอลง ก็คงยากจะรักษาสติ ไว้ให้เข้มแข็ง ยิ่งถ้าเลิกงานแล้วหันมาทำเรื่องไร้สติ เช่นเหวี่ยงแหดูรายการทีวีหรือคลิกเลือก เว็บไซต์ไปเรื่อยแบบไม่มีจุดหมายชัดเจน จิตใจก็จะยิ่งคลุกเคล้าเข้ากับคลื่นความคิดปั่นป่วน เป็น ชนวนให้เกิดความเหม่อขึ้นหนักได้

การมีวินัยในการออกกำลังกายให้แข็งแรง ตลอดจนการกำหนดเวลาพักผ่อนให้ได้ความรู้สึก สดชื่นเต็มอิ่ม และหลีกเลี่ยงกิจกรรมชวนฟุ้งซ่านวอกวน นับว่ามีส่วนช่วยแก้เหม่อได้อย่างตรงกับเหตุ ความซีบะเอียดและความไม่เต็มใจจะทำอะไรให้ดีขึ้น ก็คือการเลือกสนับสนุนให้ตัวเองเหม่อหนักขึ้น เรื่อย ๆ

๒) จิตไม่มีงานหรือไม่มีจุดหมาย คือไม่มีเรื่องน่าสนใจให้กระตือรือร้นอยากรู้ อยากเห็น พุด ง่าย ๆ คือความรู้ที่ติดตัวของจิตทำให้จิตล่องลอยคล้ายว่าสายขาด เมื่อเคยชินที่จะปล่อยใจให้ลอยไป เรื่อยถึงจุดหนึ่ง ก็ยากแล้วที่จะดึงใจให้กลับมาตั้งอยู่กับปัจจุบันเฉพาะหน้า

งานบางประเภทเช่นที่มีลักษณะนั่งเฝ้าหรือยืนเฝ้านาน ๆ โดยไม่มีเหตุการณ์กระตุ้นความ สนใจ เข้าข่ายก่อให้เกิดภาวะจิตไม่มีงานโดยตรง นับว่าน่าเห็นใจ แต่ความจริงก็คือมนุษย์เรา สามารถสร้างจุดสนใจขึ้นมาได้ง่าย ๆ เสมอ ไม่ว่าใครจะมีอาชีพการงานแบบไหน

ทางพุทธเราถือว่าในเมื่อพลาดมีชีวิตขึ้นมาแล้ว ก็ต้องรับผิดชอบด้วยการ 'รู้' และ 'ดู' ชีวิต ตลอดไป การปล่อยให้ชีวิตคลาดสายตา หรือหลุดลอยไปสู่โลกของความเหม่อไร้สติ นับเป็น ความไม่รับผิดชอบที่มีโทษหนัก อย่างน้อยชีวิตก็จะไม่เป็นอย่างที่มันควรเป็น และพลาดหลาย โอกาสที่น่าเสียดาย อาจถึงขั้นกลายเป็นเหตุให้ตกต่ำอย่างคาดไม่ถึง

ยกตัวอย่างง่าย ๆ พอเหม่อบ่อยกำลังสติก็ถอย ระลึกถึงอะไรก็ยากขึ้น สมรรถภาพทาง ความจำเสื่อมถอย กลายเป็นคนขี้หลงขี้ลืมตั้งแต่ยังไม่แก่

หนักกว่านั้น พอเหม่อมากสมาธิก็สิ้น ตั้งใจทำอะไรได้ไม่นานก็สะดุด ความรู้สึกอยากทำ อะไรให้สำเร็จก็เหลือน้อย กลายเป็นคนขาดความเชื่อมั่นและไร้ความมุ่งมั่น กระทั่งรู้สึกว่าคุณเองไม่

สามารถทำอะไรสำเร็จได้สักอย่าง แม้เกิดอีดีนี่ก็อยากทำอะไรให้สำเร็จจริงจังสักที ก็จะมีออกแนวต้น  
แรงปลายแผ่วเสมอ ไปไม่ถึงดวงดาวเสมอ

พอเห็นโทษของความหม่อม คุณก็พร้อมจะจัดการกับความหม่อมมากกว่าตอนไม่ตระหนักถึง  
โทษของมัน **จะนั่นสรุปว่าการเห็นโทษของความหม่อม จะนำมาซึ่งความใส่ใจเฉพาะหน้า ซึ่ง  
ความใส่ใจนั่นเอง ที่จะขจัดภาวะ ‘จิตไม่มีงาน’ ไปเสียได้**

คำถามที่เหลือคือเราจะ ‘ใส่ใจอะไร’ ในระยะยาว คำตอบที่ง่ายเหมือนกำปั้นทุบดินคือใส่ใจ  
ว่าคุณกำลังหม่อมหรือไม่หม่อมอยู่นั่นเอง **เมื่อรู้ตัวว่ากำลังหม่อม คุณได้ชื่อว่าเห็นความหม่อม  
และทันทีที่เห็นความหม่อม ความหม่อมจะหายไป แล้วถูกแทนด้วยสติชั่วขณะหนึ่ง**

ปัญหาคือขณะหม่อมเต็มที่แปลว่าสติขาดหายอย่างสิ้นเชิง คุณจึงไม่มีสิทธิ์เห็นอะไรในขณะที่  
กำลังหม่อมอยู่ ต่อเมื่อหนีขึ้นได้ว่ากำลังอยู่ในอิริยาบถใด หายใจเข้าหรือหายใจออก หรือ  
กำลังอยู่ไหน เห็นหรือได้ยินอะไรตรงหน้า นั่นเองสติจึงกลับมา แม้ไม่เต็มบริบูรณ์ แต่ขอ  
เพียงครึ่ง ๆ กลาง ๆ ของสติ ก็เพียงพอแล้วที่จะทราบได้ว่าเมื่อครู่หม่อมไปแล้ว

แม้คุณจะเห็นความหม่อมได้แวบเดียว แต่ชั่วขณะนั้นก็ได้ตระหนักว่าความหม่อมทำให้โลก  
หายไปทั้งใบ ไม่ว่ากาย ไม่ว่าความรู้สึก ไม่ว่าสีสนหรือสำเสียงรอบข้าง ต่อเมื่อมีอาการระลึกได้ว่า  
กายอยู่ตรงนี้ ใจอยู่ตรงนี้ สภาพแวดล้อมอยู่ตรงนี้ คุณจึงทราบว่าเพิ่งล่องพ้นจากเขตแดนของความ  
ไม่รู้ไม่เห็นออกมาได้หยกๆ

เห็นบ่อยเข้าคุณก็จะตระหนักว่าธรรมชาติของใจต้องลอยหายไปเป็นพักๆ และคุณก็จะรู้สึก  
เหมือนตัวเองเป็นธรรมชาติอะไรอย่างหนึ่ง ที่ไม่เป็นตัวของตัวเองอยู่ตลอดเวลา ควบคุมไม่ได้ว่าจะ  
ให้มาหรือไป ควบคุมไม่ได้ว่าจะให้ตั้งอยู่นานแค่ไหน ระหว่างวันจะต้องเข้าสู่ภาวะหยุดรู้ หยุดฉลาด  
ที่บ่อยเพียงใด **คุณได้แต่ให้ปัจจัยของสติ คือพยายามระลึกบ่อยเท่าที่จะระลึกได้ว่าหม่อม  
หายไปแล้ว**

พอทำๆ ไป จะเกิดชั่วขณะที่คุณระลึกได้ว่าเอาอีกแล้ว หม่อมอีกแล้ว คุณอาจพบ ‘อะไร’ อีก  
อย่างหนึ่งที่ไม่ให้ความรู้สึกว่าเป็นคุณ เพราะมีแต่ภาวะรู้หรือว่างจากรู้ นั่นแหละจิต นั่นแหละที่ถูก  
สำคัญว่าเป็น ‘ตัวคุณ’ มาตลอด แท้จริงมันไม่ใช่ตัวใครเลย มากที่สุดที่มันเป็นได้คือจิตที่รู้สติและจิต  
ที่หม่อมลอยเท่านั้น

ข้อสรุปว่าจิตหม่อมไม่ใช่คุณนั่นแหละ ประโยชน์สุดยอดของการเห็นความหม่อม!

*ความหม่อมเป็นสิ่งน่ารังเกียจ*

*แต่ก็น่าเห็นให้ได้*

*เพราะเป็นทางเดียว*

*ที่จะไม่ต้องอยู่กับมัน*

## ❖ ลมหายใจแห่งความรู้

ทุกคนรู้ว่าการอยู่กับปัจจุบันเป็นของดี เพราะภาวะของจิตที่อยู่กับปัจจุบันก็คือสมาธินั่นเอง สมาธิคือจิตตั้งมั่น สามารถทำงานได้อย่างเต็มที่ ไม่ฟุ้งซ่านไปข้างหลัง ไม่คาดหวังไปข้างหน้า เลิกเก็บอดีตที่ล่วงไปแล้วมาคิด และหยุดทะยานอยากไปสวอปามอนาคตที่ยังมาไม่ถึง

แต่ความยากลำบากของคนเริ่มฝึกที่จะอยู่กับปัจจุบัน ก็คือไม่มีอะไรตรงหน้าที่ล่อหลอตาได้ แรงพอให้เกิดความใส่ใจได้ต่อเนื่อง ตราบเท่าที่ฝากใจไว้กับวัตถุหรือเรื่องราวนอกตัว คุณจะไม่มีทางเป็นสมาธิได้อย่างสม่ำเสมอเลย เพราะโลกความเป็นจริงจิตซัดเกินไป พักช่วงสั้น รั้งใจนานเกินไป

แนวการมีชีวิตอยู่กับปัจจุบันแบบพุทธนั้น ถ้าเข้าใจถูกต้องจะต้องตรงกัน คือเริ่มต้นรับรู้ ออกจากวินาที่นี้ของกายและใจเราเอง เอาคนที่ของจริงภายใน ไม่ใช่เรื่องสมมุติภายนอก แรกเริ่มอาจดูหน้าเบื่อ ไม่เห็นมีอะไร แต่ดูไปเรื่อย ๆ จะยังพบความอัศจรรย์ของแก่นแท้ชีวิตจริงมากขึ้นตามลำดับ

พระพุทธเจ้าทรงเน้นเรื่องการตั้งหลักภูกันที่ลมหายใจ เพราะลมหายใจเป็นสิ่งที่มิอยู่ตลอดเวลา และสำคัญกว่านั้นคือเป็นเครื่องล่อจิตให้สนใจได้อย่างต่อเนื่อง ยิ่งรู้สึกถึงลมหายใจมากขึ้นเท่าใด คุณก็จะยิ่งมีความตั้งมั่นอยู่กับปัจจุบันมากขึ้นเท่านั้น

ลมหายใจยังเป็นหลักประคองให้คุณเข้าถึงภาวะต่างๆ ของตนเอง ทั้งทางกายและทางจิต เมื่อสังเกตเข้าไปจะพบว่าลมหายใจถูกจำแนกได้คร่าว ๆ ดังนี้

### ๑) ลมหายใจแห่งความไม่รู้

การไม่รู้ในที่นี้หมายถึงไม่รู้อะไรเลยที่กำลังปรากฏอยู่จริงในนาที่ปัจจุบัน นับตั้งแต่ภาพเสียงตรงหน้า ความเป็นภายในอริยาบถนี้ ตลอดจนกระทั่งลมหายใจที่เข้า ออก หรือหยุดลงในกายนี้

ลมหายใจแห่งความไม่รู้ เป็นลมหายใจที่แผ่วสั้น เพราะลมแผ่วสั้นคุณถึงแทบไม่รู้สักว่าตัวเองหายใจเอาเลย นี่คือความจริง หากลมหายใจยาวขึ้น คุณจะต้องมีสติรู้สึกถึงลมหายใจเสมอ

เมื่อถูกกระตุ้นให้ยอมรับตามจริงได้ว่าคุณกำลังมีลมหายใจแห่งความไม่รู้ อาจมีใครเตือนหรือคุณเตือนตนเอง ทันทีนั้นจะเห็นลมหายใจที่แผ่ว พร้อมลักษณะจิตที่เป็นความเหม่อลอยขึ้นมา ชั่วขณะหนึ่ง ว่ามีลักษณะบาน ๆ ลอย ๆ ไร้น้ำหนัก และแวบนั้นคุณจะรู้สึกอยากหายใจให้ยาวขึ้น นั่นแหละที่เรียกว่าเกิดภาวะจิตตื่นรู้ขึ้นมาวูบหนึ่ง หลังจากหลงหลับไปครู่เล็กหรือครู่ใหญ่

ปัญหาคือเพียงด้วยความรู้สึกตัวเล็กๆ น้อยๆ เท่านั้น ไม่อาจรักษาจิตของคุณไว้กับปัจจุบันได้นาน ครู่เดียวก็จะแปรเป็นจิตเหม่อ จิตฟุ้ง จิตห่อเหี่ยวหมกมุ่นในอดีตอนาคตเหมือนเดิม ลมหายใจจึงกลับไปเป็นลมที่ไม่ถูกรู้ สั้นหายาบ และไม่อาจเป็นหลักเกาะของสติตั้งเคย

## ๒) ลมหายใจแห่งความอยาก

ความอยากในที่นี้หมายถึงอยากโน่นอยากนี่ เราชี้ชัดได้ว่าขณะหนึ่งๆใจมีอาการอยากจากแรงดันในอก หรือความเสียดแทงทางความคิดในหัว พุดง่าย ๆ คือมีอาการแล่นทะยานไปจับยึดอะไรอย่างหนึ่ง ทำให้เนื้อตัวกำเริง เป็นส่วนเกินของอาการปกติ

ลมหายใจแห่งความอยากจะมีลักษณะห้วน ไม่นิ่มนวล แม้นยาวก็ยาวแบบอึดอัดคับอก เพราะรีบร้อนหายใจ ไม่เป็นไปเพื่อความสบายเนื้อสบายตัว ดังนั้นเมื่อทำความรู้สึกเข้ามาที่ลมหายใจ จึงเห็นเป็นลมหายใจที่ไม่น่าดู และคุณก็ไม่อาจฝากใจไว้กับลมที่น่ารังเกียจได้นานนัก หากลมหายใจของคุณมีความนุ่มนวล คุณจะรู้สึกพึงพอใจ เมื่อพึงพอใจก็ย่อมอยู่กับสิ่งที่ทำให้พึงพอใจได้นานขึ้น

ลมหายใจที่นุ่มนวลต้องมาพร้อมกับความผ่อนคลายสบายใจ ความผ่อนคลายสบายใจจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อคุณเป็นอิสระจากความอยาก แม้แต่อยากรู้ลมหายใจ อยากรีบดึงลมหายใจเข้า อยากระบายลมหายใจออก

เช่นกัน ปัญหาคือเพียงด้วยความรู้สึกตัวเล็กๆ น้อยๆ เท่านั้น ไม่อาจรักษาจิตของคุณไว้กับปัจจุบันได้นาน ครู่เดียวก็จะแปรเป็นจิตดีนรน จิตทะยาน ลมหายใจจึงกลับไปเป็นลมที่ห้วนสั้น บางทีมีกระซอกเข้ากระซอกออกอย่างไม่เป็นไปตามจังหวะธรรมชาติ ไม่น่าดูน่าชมอีกเช่นเคย

## ๓) ลมหายใจแห่งความรู้

ความรู้ในที่นี้หมายถึงสติ หมายถึงความสามารถระลึกได้ถูกต้องตามจริง ว่ากำลังเกิดอะไรขึ้น เป็นความรู้ที่จิตไม่ได้เจืออยู่ด้วยความคาดหวัง จึงไม่มีแรงทะยานอยากใด ๆ เป็นส่วนเกินของปกติจิตแม้แต่ชนิดเดียว กายจึงพลอยสบายไม่เครียดเกร็งไปด้วยเช่นกัน

ลมหายใจแห่งความรู้อาจเป็นเข้าหรือออกก็ได้ อาจจะยาวหรือสั้นก็ได้ อาจกระด้างหรือนิ่มนวลก็ได้ แต่สำคัญคือเป็นลมหายใจที่มาพร้อมกับสติรู้ตามจริง ว่ากำลังเกิดอะไรขึ้นกับระบบทางเดินหายใจ

ลมหายใจอันเป็นไปตามธรรมชาติ เกิดขึ้นจากความต้องการทางกาย โดยไม่ถูกแทรกแซงด้วยอาการทางใจ คุณจะรู้สึกถึงความสม่ำเสมอของจิต รู้สึกเข้ามาที่จิตว่าเป็นผู้รู้ลมหายใจอยู่ ไม่ใช่ผู้ควบคุมบังคับลมหายใจให้เป็นอย่างไร ๆ

ที่ตรงนั้นลมหายใจดี ๆ จะเป็นอัตโนมัติขึ้นมาเอง ยาว ละเอียด ผ่อนสั้นผ่อนยาวตามจังหวะอันสมควร โดยมีจิตตั้งมั่นรับรู้เยี่ยงผู้สังเกตการณ์ภายนอกเท่านั้น และในความรับรู้ที่บริสุทธิ์และสม่ำเสมอ คุณจะพบว่าลมหายใจเป็นเสมือนประตูเข้าสู่มิติของปัจจุบัน เมื่อจิตพบประตูแล้ว ก็ยอมไม่หลงทางไกลไปจากปัจจุบันไกลนัก เดี่ยวเดี๋ยวก็กลับมาสู่ปัจจุบันได้ถูก

ลมหายใจแห่งความรู้ที่ต่อเนื่องพอ จะพาให้คุณรู้สึกถึงอิริยาบถปัจจุบัน รู้ถึงความอึดอัดหรือความสบายทางกาย แล้วค่อยๆรู้สึกลงไปถึงความอึดอัดหรือสบายทางใจ เห็นเหตุเห็นผลต่าง ๆ นานาของความอึดอัดและความสบายแต่ละชนิดอย่างแจ่มแจ้ง

ไปถึงตรงนั้น คุณจะมีทุนสำหรับการทำความเข้าใจแก่นสำคัญของพุทธศาสนา ที่พระพุทธเจ้าทรงชี้ให้ดูว่า ความอยากเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ เมื่อละความอยากเสียได้ ทุกข์ก็หายไปเป็นธรรมดา นี่เป็นการเห็นของจริงที่ง่ายตายจนคุณอาจมองว่าง่ายเกินไป แต่เมื่อเฝ้ารู้เฝ้าดูความง่ายตายเช่นนี้ไปเรื่อยๆ คุณก็จะยิ่งเห็นจริงเข้ามาในจิต เห็นความจริงทางจิต กระทั่งหายสงสัยในสิ่งที่พระพุทธเจ้าค้นพบอย่างสิ้นเชิง ในวันที่ใจคุณไม่ยึด ไม่อยาก ไม่ถือเอาอะไรๆเป็นที่ตั้งของความยึดความอยากอีกเลย

*เมื่อไม่เหม่อและไม่อยาก*

*ลมหายใจแห่งความรู้จะปรากฏ*

## ๘ โลกของเด็ก

**อ้าว! ทำไมมานั่งทำหน้าละห้อยอยู่คนเดียวในห้องจ๊ะ ไม่ไปกินข้าวล่ะ?**

ผมไม่อยากเจอเพื่อนๆ คุกรับคุณครู

**มีเรื่องอะไรกับใครหรือ? เธอเป็นที่รักของทุกคนมาตลอดนี่นา แถมเป็นหัวหน้านั้นที่ทุกคนออกจะเชื่อฟัง**

ผมไม่ได้มีเรื่องกับใคร แต่พวกเขาเป็นเรื่องกันเอง และต่างก็พยายามให้ผมเข้าข้าง พอผมไม่เข้าข้างใคร เขาก็หาว่าเข้าข้างอีกฝ่าย และพากันหยุดคุยกับผมหมด!

**โธ่เอ๊ย... เด็กหนอเด็ก!**

ตอนคุณครูเป็นเด็ก เพื่อนๆก็พากันไร้เหตุผลอย่างนี้หรือเปล่าครับ?

ครูก็เคยตกอยู่ในสถานการณ์ลำบาก กลืนไม่เข้าคายไม่ออกแบบเรานั้นแหละ แล้วยิ่งถ้าเราเป็นเหมือนเครื่องยืนยันความถูกต้องให้กับคนอื่น ernes พวกเขาก็จะยิ่งต้องดึงเราไปเข้าข้างให้ได้ ถ้าไม่สำเร็จก็มีโทษสถานเดียวคือเป็นศัตรูกัน!

ผมอยากโตไวๆ จะได้ไม่ต้องทนอยู่ท่ามกลางความเอาแต่ใจของเด็กๆด้วยกันอีก พอโตแล้วทุกอย่างคงดีขึ้นใช่ไหมครับครู?

**จะเอาคำปลอบหรือจะเอาความจริง?**

เอาความจริงสิครับ!

พอเธอโตขึ้น ทุกอย่างก็จะเหมือนเดิมนั้นแหละ ช้าร้ายอาจยิ่งแยกว่านี้อีก!

เอ๊ะ! ในหนังสือเรียนบอกว่าผู้ใหญ่คือคนที่มีการศึกษา มีเหตุผล และมีความสามารถในการแก้ปัญหามากกว่าเด็กๆไม่ใช่หรือครับ?

ในโลกความจริง ห้อยคนจะโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ส่วนมากพากันโตขึ้นเป็นเด็กไม่ยอมโตนะ

ทำไมถึงเป็นอย่างนั้นล่ะครับ?

เพราะความเอาแต่ใจไม่ลดลง กลับจะมีเรื่องให้เอาแต่ใจเพิ่มขึ้น

แปลว่าส่วนใหญ่เป็นเด็กไม่ยอมโตไปจนตายหรือครับ?

เอาเป็นว่า... โลกนี้เต็มไปด้วยการเอาแต่ใจ แล้วก็แบ่งข้างกันไม่ต่างเพื่อน ๆ ของเธอนี้แหละ จะมีแค่บางคนอย่างเธอ ที่พยายามเข้าข้างเหตุผล สนับสนุนความถูกต้อง และวางตัวเป็นกลาง

เป็นกลางเพื่อถูกรังเกียจจากทั้งสองข้าง?

ถ้าจะกลัวถูกเกลียด ก็ขอให้กลัวถูกตัวเองเกลียดยิ่งกว่าใครอื่นใดเถอะนะ เพราะคนอื่นเกลียดเราที่ไม่เข้าข้างเขา แต่ทำไม่รู้ไม่ชี้ก็สิ้นเรื่อง แต่หากเราเกลียดตัวเองที่ลำเอียงอย่างไม่ถูกต้อง เราอาจนอนไม่หลับ และมองตัวเองในกระจกได้ไม่เต็มตาตลอดไป

ขอบคุณครับ ผมกำลังสงสัยว่าผมทำผิดหรือเปล่าอยู่พอดี

ตรงข้ามเลย เธอควรภูมิใจที่เป็นผู้ใหญ่ตั้งแต่ตอนนี้ ต่างจากอีกค่อนโลกที่ไม่เคยได้เป็นผู้ใหญ่ไปจนตาย!

ผมลงไปหมดเลยครับ โลกนี้เป็นโลกของเด็กๆหรือ? มองไปนี่ก็เต็มไปด้วยผู้ใหญ่เสียอีก

เอาเป็นว่าอย่าประหลาดใจ ถ้าวันหนึ่งจะมีคนตัวโต ๆ บอกว่าเธอผิดเพราะไม่ถูกใจเขา และอีกวันหนึ่งอาจบอกว่าเธอถูกเมื่อช่วยให้เขาพ้นจากความผิด!

เหมือนที่เพื่อนๆผมเอาแต่จะให้ตัวเองถูก โดยไม่ต้องสนใจว่าทำอะไรแย่ๆไว้บ้างใช่ไหมครับ?

อย่างนั้น!

ครูสอนให้พวกเขา มีเหตุผลขึ้นมาบ้างสักนิดไม่ได้หรือครับ? เผื่อว่าจะได้ไม่ต้องโตขึ้นเป็นเด็กไม่ยอมโตกัน

โรงเรียนจ้างครูมาสอนให้พวกเธอคิดเอาตัวรอด ถ้าจะสอนให้คิดอย่างดีมีเหตุผลอันชอบธรรมกันจริง ๆ ก็คงต้องแย่งเวลาเรียนเกินกว่าครึ่งมาจ้ำจี้จ้ำไช นั่นหมายความว่าพวก



เธออาจสอบเลขและภาษาแข่งกับโรงเรียนอื่นไม่ได้ แล้วครูก็จะโดนไล่ออก กลายเป็นแม่พิมพ์ตงงานที่หมดสิทธิ์สอนไปเลยล่ะ!

โลกเป็นอย่างไรเพราะความผิดของใครครับ?

ถ้าเธอจะมองปัญหาในระดับโลก เธอต้องไม่ถามหาความผิดความถูก และไม่ยกให้เป็นความรับผิดชอบของใคร แต่เธอต้องทำความเข้าใจว่าทุกสิ่งเป็นผลที่ไหลมาจากเหตุ หากขาดเหตุจะไม่เกิดผลใด ๆ ปรากฏขึ้นได้ เมื่อฝึกมองไปเรื่อย ๆ อย่างนี้ เธอจะตั้งคำถามใหม่ เป็นเรื่อง ๆ เช่น เพราะอะไรคนส่วนมากถึงพอใจทำตามอารมณ์มากกว่าทำตามเหตุผล

เพราะอะไรหรือครับ

คำตอบแฝงอยู่ในคำถามนั้นแหละจ๊ะ เพราะคนเรา ‘พอใจ’ ที่จะยกอารมณ์ให้อยู่เหนือเหตุผลไง!

แล้วจะทำให้ทุกคนพอใจในเหตุผลมากกว่านี้ไม่ได้หรือครับ?

ได้ล่ะได้อยู่ แต่ขี้เกียจทำให้มันได้ล่ะซี หลายครั้งเมื่อยืนอยู่ข้างเหตุผลและความชอบธรรม คนเราจะเสียผลประโยชน์ไปมากมายเกินทำใจรับ ครูเองก็ยอมรับว่าต้องฝึกเป็นผู้ใหญ่อยู่ทุกวันนี้แหละ วันไหนก็กลายเป็นเด็กวันนั้น อย่างนี้กว่าเป็นผู้ใหญ่เต็มตัวกันได้ง่าย ๆ

ทำไมชีวิตถึงน่าเศร้าอย่างนี้ล่ะครับ?

ถ้าเธอมองชีวิตให้ชัดขึ้น ก็จะได้รู้ว่ามันน่าเศร้าตั้งแต่เริ่มต้นนั่นแหละ เกิดมาก็ร้องไห้ให้กับตัวเองแล้ว และถึงแม้สุดท้ายเธอตายพร้อมรอยยิ้ม ก็จะมีใครบางคนร้องไห้ให้กับเธออยู่ดี!

แล้วอย่างนั้นผมเกิดมาจะมีประโยชน์อะไร?

เพื่อเรียนรู้ว่าแม้ชีวิตน่าเศร้า เราก็ไม่จำเป็นต้องเศร้าตามชีวิต เมื่อเธอเห็นชีวิตมีอยู่ตามเหตุตามผล ไม่ใช่ตามอารมณ์หรือการบัญชาของใคร เธอจะได้เชื่อว่ายืนอยู่ข้างความจริง และเป็นอิสระจากความเศร้า การมีจิตใจที่ปราศจากความเศร้าหมองได้สำเร็จนั่นแหละ ถือว่าคุ้มค่าสูงสุด ได้อะไรไปมากที่สุดจากการเกิดมาเป็นมนุษย์ครั้งนี้!

ผู้ใหญ่คือคนมีใจใหญ่

เกินอารมณ์และความเห็นแก่ตัว

## ❖ บรรดาศักดิ์แห่งการเข้าถึงความไม่เป็น

ยศศักดิ์ที่เราคุ้นเคยกันในยุคมนุษย์เงินเดือน คงได้แก่ลูกน้องและหัวหน้า ซึ่งส่วนใหญ่ในทางปฏิบัติก็จะมีอำนาจหน้าที่ตามนั้นจริงๆ เช่นหัวหน้ามีสิทธิ์สั่งให้ใครทำอะไรหรือไม่ทำอะไร รับผิดชอบงานชิ้นไหน กำหนดส่งงานเมื่อใด ฯลฯ ถ้าคุณลูกน้องไม่อยู่ สั่งงานให้ลูกน้องทำไม่ได้ ในที่สุดก็หมดภาวะความเป็นหัวหน้า ต้องกลายเป็นคนอื่นโดยปริยาย

ถัดจากความเป็นหัวหน้างาน ก็เป็นเรื่องของหัวโขน โดยมากจะขึ้นต้นด้วยคำว่า ‘ผู้จัดการ’ ซึ่งจะจัดการอะไร ฝ่ายไหนสาขาใด ก็ขึ้นอยู่กับแต่ละองค์กรจะจัดสรรกัน โดยในความเป็นจริงอำนาจของผู้จัดการอาจต่างกันเป็นคนละเรื่อง แม้ได้ชื่อว่าผู้จัดการเหมือนกัน ทว่าคนหนึ่งอาจจัดการได้เกินกว่าที่ตำแหน่งระบุไว้ ในขณะที่อีกคนอาจไม่มีสิทธิ์จัดการอะไรเลย เหมือนมีตำแหน่งไว้พิมพ์นามบัตรแหกตาญาติเล่นมากกว่า

นอกจากนั้นความสามารถอันเป็นตัวตนที่แท้จริงของผู้จัดการ ยังอาจผิดกันสุดฟ้าสุดเหว เช่นผู้จัดการในบริษัทหนึ่งอาจหมายถึงคนเก่งกล้าสามารถรอบด้าน คุณคนหลายสิบได้อยู่มีมือ ลงรายละเอียดเชิงเทคนิคได้ราวกับผู้เชี่ยวชาญ มีเสน่ห์และสื่อสารกับลูกค้าเก่ง ตลอดจนเข้าประชุมเสนอแนะทางทำกำไรใหม่ๆ ได้ไม่มีที่สิ้นสุด ราวกับแก้วสารพัดนึกประจำองค์กรก็ไม่ปาน

แต่ผู้จัดการในอีกบริษัทหนึ่งอาจจะได้ตำแหน่งมาแบบไม่เป็นธรรมชาติ เช่นเป็นลูกหลานเจ้าของ หรือไม่ก็เป็นคนลงทุนทำเอง อาจเก่งแค่บางเรื่อง แต่รู้จักคนน้อย พูดจาไม่น่ารัก แล้วก็ใจแคบ อ่านเกมธุรกิจของตัวเองไม่ขาด แถมวางแผนผิดพลาดๆ ตั้งเป้าว่าจะได้กำไรร้อยล้านกลับกลายเป็นขาดทุนร้อยล้าน บีบให้พนักงานพากันตั้งหน้าตั้งตาหาโบนัสด้วยการโกงบริษัท แทนการรอหรือขอกันดี ๆ จากผู้จัดการ

สรุปคือยศศักดิ์ในองค์กรทั่วไปอาจบอกหรือไม่บอกอะไรเลยเกี่ยวกับความสามารถและอำนาจหน้าที่ของคนๆหนึ่ง ขึ้นอยู่กับว่าองค์กรนั้นๆเป็นระบบเพียงใด แต่ละตำแหน่งมีความศักดิ์สิทธิ์ในการตกไปอยู่ในมือใครขนาดไหน

ทุกยุคทุกสมัยมียศศักดิ์เป็นเครื่องแบ่งระดับมนุษย์เสมอ อีกทั้งแต่ละยศแต่ละศักดิ์ก็มียรายละเอียดเบื้องหน้าเบื้องหลังซับซ้อน เช่นขุนนางไทยในอดีตแม้มี ‘บรรดาศักดิ์’ เป็นชั้นยศสมเด็จพระเจ้าพระยา เจ้าพระยา ออกญา จมื่น หลวง ขุน หมื่น พัน และนาย แต่ก็ใช่ว่ายิ่งยศใหญ่ตัวตนก็ยิ่งโตเป็นเงาตามตัวเสมอไป ต้องดูศักดิ์นาประกอบด้วย เช่นเจ้าพระยามีศักดินา ๓,๐๐๐ ไร่ ถือว่าต่ำกว่าจมื่นที่มีศักดินา ๕,๐๐๐ ไร่ เป็นต้น

คนเราได้ยศได้ศักดิ์มาเพราะเข้าถึงความเป็นอะไรอย่างหนึ่ง เช่นคุณได้ศักดิ์ความเป็นพี่ เพราะเกิดก่อนน้อง หรือคุณอาจได้ยศเป็นนายพลเพราะทำความดีความชอบเกินใคร และแม้คุณ

จะอมมือทำอะไรไม่ทำอะไรเลย ไม่อยากเป็นอะไรเลย คนรอบข้างก็อาจประเคนตำแหน่งจอม  
ซีเกียจประจำบ้านให้คุณอยู่ดี

ถ้ามองว่าพุทธเราคือองค์กรหรือบริษัทแห่งหนึ่ง คนในบริษัทก็คือพุทธบริษัทนั่นเอง ใน  
องค์กรพุทธแบ่งออกเป็นฝ่ายพระและฝ่ายชาวบ้าน เบื้องต้นจะนับถือกันว่าพระมีศสูงกว่าชาวบ้าน  
ตามกติกาของบริษัทที่รู้จักกันคือถ้าชาวบ้านเจอพระ หน้าที่ไหว้จะตกเป็นของชาวบ้าน ส่วนพระต้อง  
นั่งเป็นคุณธิอย่างเดียว ห้ามไหว้ชาวบ้านกลับ มิฉะนั้นถือว่าผิดกฎ ผิดธรรมเนียม ทั้งนี้เพราะพระ  
มีหน้าที่โดยตรงในการรักษาบริษัทไว้ หากขาดพระก็เท่ากับขาดกรรมการบริหาร ขาด  
ผู้จัดการ ตลอดจนขาดพนักงานประจำที่ทำเต็มเวลา

แตกต่างจากชาวบ้าน ที่แม้เป็นพนักงานบริษัทอยู่ด้วย ก็อาจทำแบบมาๆไปๆ เป็น  
พนักงานไม่เต็มเวลา หรือกระทั่งลึบๆล่อๆ ไม่ได้เซ็นสัญญาเต็มใบว่าจะใส่เครื่องแบบของบริษัท  
เสมอ วันดีคืนดีอาจแอบใส่เครื่องแบบของบริษัทอื่น ไปร่วมร้องรำทำเพลงในตึกของบริษัทอื่นเอา  
ง่ายๆ

อย่างไรก็ตาม นอกจากแบ่งกันด้วยความเป็นพระและชาวบ้านแล้ว พุทธเรายังจำแนกระดับ  
ของพนักงานตามภูมิจิตภูมิธรรมอีกด้วย โดยมีเกณฑ์ง่าย ๆคือใครปฏิบัติหน้าที่ได้ใกล้สำเร็จถึง  
เป้าสูงสุดของบริษัทมากขึ้นเท่าใด ยศศักดิ์ก็ยิ่งสูงขึ้นเท่านั้น ไม่สำคัญว่าเป็นพระหรือ  
ชาวบ้าน

เป้าหมายสูงสุดของพุทธบริษัท คือทำลายเหตุแห่งทุกข์ทางใจของตนเองให้สิ้น ชนิดที่ทุกข์  
ไม่อาจกลับกำเริบขึ้นที่ใจได้อีก และทางเดียวที่จะถึงความเป็นเช่นนั้น ก็คือต้องทำลายอุปาทาน  
ทั้งหลายให้พินาศ กระทั่งใจหมดอาการทะยานยึดทะยานอยากลงสิ้น

ตำแหน่งของชาวพุทธมิใช่รางวัล แต่เป็นเครื่องหมายบอกความเข้าถึง คือใครปฏิบัติเพื่อ  
เห็นความไม่ใช่ตัวตนไปถึงไหนแล้ว ยิ่งใครรู้แจ้งเห็นจริง เข้าใจจริงๆในความไม่เป็นตัวเป็นตนลึกซึ้ง  
ขึ้นเท่าไร ยศศักดิ์ก็ยิ่งสูงส่งขึ้นเท่านั้น แม้ยังเป็นชาวบ้าน ยังเป็นฝ่ายพนมมือไหว้ แต่ถ้าเข้าถึง  
ความไม่เป็นตัวไม่เป็นตนได้จริง ท่านก็ให้นับว่ามียศศักดิ์ที่เหนือกว่าพระ ส่วนพระแม้หุง  
จีวร แต่ไม่มีความรู้ความสามารถในการทำกิจอันควรของพระ ก็อาจนับว่าต่ำกว่าชาวบ้าน  
ธรรมดาเสียอีก ค่าที่หลอกกินข้าวชาวบ้านเฉย ๆ

ศักดิ์แห่งความสามารถปฏิบัติธรรมล้างผลาญกิเลส เรียงตามลำดับจากต่ำไปหาสูงได้ดังนี้

๑) โสดาบัน การเข้าถึงภาวะโสดาบันคือการที่จิตเห็นชัดว่ากายใจไม่ใช่ตัวตน และแน่วแน่  
อยู่กับการเห็นจนเป็นอนุเบกขา เข้าถึงสมาธิระดับฌาน เห็นนิพพานอันเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ต่างหาก  
จากกายใจ และนับจากการเห็นนิพพานด้วยจิตเป็นวาระแรกนั้น ก็จะเลิกหลงผิด เลิกสำคัญมั่น  
หมายผิดๆว่ากายใจถูกถืออ้างได้ว่าเป็นตน แต่เพราะยังมีราคะและโทสะอยู่ จึงยังมีอุปาทาน ยังหลง  
ยึดว่ามีตนที่อาศัยกายใจนี้เสพโลก

๒) สกทาคามี การเข้าถึงภาวะสกทาคามีนั้นเหมือนเมื่อครั้งเข้าถึงภาวะโสดาบันทุกประการ คือเห็นนิพพานเหมือนกัน ต่างก็แต่ว่ามีความเข้าใจที่ชัดเจนกว่า ปลอยวางความถือมั่นในกายใจได้ลึกซึ้งกว่า ความรู้สึกอันเป็นไปในทางราคะและโทสะจึงเหลือน้อยกว่า จิตจึงอยู่เป็นต่างหากจากความกระทบกระทั่งดีร้ายมากกว่าเดิม

๓) อนาคามี การเข้าถึงภาวะอนาคามีคือการเห็นนิพพานเหมือนกับโสดาบันและสกทาคามีต่างกันตรงที่มีความตั้งมั่นมากกว่า ความรู้สึกอันเป็นไปในทางราคะจึงดับสูญ ความขัดเคืองใดๆ กระทบใจไม่ได้ เพราะใจมีความรู้ อยู่เท่าทันสิ่งกระทบอยู่ จิตจึงเป็นต่างหากจากความกระทบกระทั่งดีร้ายอย่างเด็ดขาด เพียงแต่ยังเหลือความรู้สึกว่าเป็นตนอยู่ในจิต จึงยึดภาวะชั้นสูงบางอย่างไว้ แต่ก็เบาบางและเหลือความหลงผิดน้อยลงทุกที

๔) อรหัตต์ การเข้าถึงภาวะอรหัตต์คือการเห็นที่แจ่มแจ้งหมดจด กล่าวคือเห็นกายเป็นทุกข์ เห็นจิตเป็นทุกข์ เพราะล้วนเป็นของหนักที่ต้องปรวนแปรไปเป็นอื่น ส่วนนิพพานเท่านั้นที่เป็นสุข เพราะเบาอยู่เป็นนิตย์ด้วยความหายไปของตัวตน ปราศจากความเลอะเลือนเป็นอื่น จิตเป็นอิสระและสลัดคืนทุกสิ่ง มีความเป็นไปเอง ไม่ต้องตั้งใจ ไม่ต้องกำหนดสติ ไม่ต้องคิดหาอุปายแบบกายใดๆ เพื่อตะล่อมให้เชื่อว่าไม่มีตัวตน จิตปราศจากกายใจ ไม่เกาะเกี่ยวกับกายใจเหมือนต่างคนต่างอยู่อย่างสิ้นเชิง นับเป็นความเกษมอันชวนฉงนอันพระอรหัตต์เท่านั้นที่ทราบว่าเป็นคนละโลกปานใด

สรุปแล้ว แต่ละชั้นแต่ละยศที่มากฎทางของชาวพุทธ จึงสวนกันเป็นคนละทิศกับยศศักดิ์แบบโลกๆ ที่รังแต่จะก่อให้เกิดตัวตนและการแบ่งฝักแบ่งฝ่าย แบ่งเขาแบ่งเรา หากเจริญชวนกันได้ระดับเลื่อนชั้นเลื่อนศักดิ์ตามเกณฑ์ของพระศาสดาแล้ว บริษัทพุทธเราก็จะเจริญรุ่งเรือง ผลิตบุคลากรยศสูงเช่นโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และอรหัตต์กระจายออกไปขยายอาณาจักรได้ทั่วถึง ทั้งระดับประเทศจนถึงระดับโลกในที่สุด

แต่หากชวนกันไต่ระดับเลื่อนยศแบบโลกๆ เป็นไปเพื่อตัวตน เป็นไปเพื่อแบ่งฝักแบ่งฝ่าย แบ่งเขาแบ่งเรา ไม่ว่าจะฝ่ายการตลาดโฆษณาดีเพียงใด บริษัทก็ต้องปิดตัวลงในที่สุด โทษฐานที่ดำเนินการผิดจุดประสงค์ของผู้ก่อตั้ง ชนิดกลับซ้ำจากเหนือเป็นใต้กัน

ที่ยังทุกข์

เพราะมีตัวผู้ทุกข์

ที่หมดทุกข์

เพราะไร้ตัวผู้ทุกข์

ไร้ศไร้ตำแหน่ง

อันนำไปสู่การหวังทุกข์แล้ว

## ❁ รบกับความโกรธ อัยรบกับตัวเอง

มีคนจำนวนไม่น้อยที่เริ่มไหวทัน รู้ตัวว่าเป็นข้าทาสรับใช้ความโกรธมาเสียนาน เห็นโทษ และเริ่มเห็นหน่ยหน่ยเติมทนกับการเป็นขี้ข้าของมัน เพราะหลายครั้งโกรธหัวฟัดหัวเหวียงเป็นวรรค เป็นแวน ก็ไม่เห็นได้อะไรขึ้นมา คนถูกโกรธยังสบายดี แต่ตัวเองต้องเดินเร่ร่อนตลอดวันตลอดคืน ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง แม้กระทั่งยามนอนที่ควรเป็นช่วงผ่อนพักสบายที่สุดของชีวิต ก็ยังต้องอุตุสำหรับรู้สึก เหมือนไก่อ่างบนตะแกรงจนได้

ตามธรรมชาติธรรมดาของจิตนั้น ความโกรธมีโทษทุกระดับ สถานเบาคือเผาใจให้เป็นทุกข์ สถานกลางอาจผลัดกันให้สังหารผู้อื่น สถานหนักก็ถึงขั้นฆ่าได้ไม่เว้นแม้แต่ตนเอง!

เผาใจตัวเองก่อน พอมอดไหม้ทั้งดวงจนทนไม่ไหว จึงทำลายกายตัวเองตาม...

พระพุทธเจ้าตรัสว่าบุคคลที่ยังมักโกรธอยู่ ไม่ควรคู่กับการได้เป็นพระอรหันต์ นั้น หมายความว่าแม้ใครอ้างว่าตนเองเข้าใจธรรมะถ่องแท้แล้ว และกำลังคร่ำเคร่งบำเพ็ญเพียรภาวนา ปฏิบัติธรรมอยู่ แต่หากเป็นผู้หุดหงิดง่าย คลายโทสะยาก ผูกใจเจ็บได้แม้ด้วยเรื่องน่าขัดเคืองเพียง เล็กน้อย ก็ให้พยากรณ์ตนเองได้เลย ว่ายังห่างไกลจากเป้าหมายสูงสุด ไม่มีสิทธิ์เลื่อนชั้นเป็นพระอรหันต์ผู้บริสุทธิ์องค์หนึ่งในโลกอย่างแน่นอน

ผู้หวงความโกรธไว้ ได้ชื่อว่าหวงทุกข์ไว้ ผู้ยินยอมเปล่งคำพูดและลงมือกระทำการเพื่อรับใช้ความโกรธ ย่อมได้ชื่อว่ายังทำตัวเป็นบ่าวไพร่ของโทสะ ยากจะเอาชนะเพื่อเลื่อนชั้นขึ้นเป็นนายของกิเลส ไม่อาจลิ้มรสความเยือกเย็นอันเป็นอมตะตามพระผู้สิ้นโกรธได้

ปัญหาคือแม้คนเราจะเล็งเห็นโทษของความโกรธ แต่ก็ยังไม่เห็นประโยชน์ว่าจะเลิกโกรธไปทำไม ในเมื่อโลกนี้ยังเต็มไปด้วยเรื่องน่าโกรธ และนำไปแสดงความโกรธอยู่ชั่วนาตาปี

น่าเศร้าใจกว่านั้นคือแม้บางคนตั้งใจเด็ดเดี่ยวแน่วแน่แล้วว่าเอาชนะความโกรธให้จงได้ แต่ก็ทำไม่สำเร็จเสียที แม้ผ่านไปหลายปีก็ไม่มีความสำเร็จ ราวกับว่าตัวเองกระจอกเกินกว่าจะขึ้นไปเสนอหน้าแข่งกับความโกรธ

คุณอาจคิดว่าศัตรูเช่นความโกรธนั้นแก่งกาจเกินต้านจริง ๆ แต่จำไว้เถิดว่าศัตรูไม่ว่าหน้าไหนก็แพ้ได้หมด ขอแค่รู้วิธีรบให้ถูกฝ่าถูกตัว ก็แม้แต่ธรรมชาติที่บันดาลการเกิดและการตาย มนุษย์ผู้เป็นมหาบุรุษยังยิ่งใหญ่พอจะประกาศเอาชนะมาแล้ว และก่อตั้งศาสนาเพื่อล้มล้างความทุกข์แห่งการเกิดตายได้สำเร็จแล้ว สำหอะไรกับการเอาชนะเพลิงทุกข์แห่งความโกรธ ที่ถือว่าเป็นแค่ลูกสมุนของความเกิดความตายเล่า?

ที่คนเราตั้งใจรบกับอะไรรู้แล้วไม่ชนะนั้นมีอยู่เหตุผลเดียว คือรบผิด!

เมื่อตั้งใจจะรบกับความโกรธ แทนที่จะเห็นตัวความโกรธและเข้ารบกับมัน หลายคนกลับหลงผิด หันมารบกับตัวเองแทน!

ทันทีที่คุณตั้งใจว่า ‘ฉันจะต้องไม่โกรธ’ นั้นแหละเท่ากับถูกหลอกให้เชื่อว่าตัวคุณเป็นความโกรธ ความโกรธเป็นตัวคุณแล้ว พอรูปอันน่าขัดเคืองกระทบตา เสียงอันน่ารำคาญกระทบหู แล้วจิตติดไฟโกรธ ลุกฮือถึงขั้นนือดหลุด สำแดงกิริยาปึงปึงออกไป ก็ต้องมานั่งเสียวอกเสียวใจ โกรธตัวเอง หรือกระทั่งซ้ำเติมตัวเอง คำที่ ‘ตัวคุณ’ เป็นฝ่ายแพ้ โดนชนะนี่ก็ ไม่แน่ว่าจะได้รับการยกย่องว่า ‘ตัวคุณ’ เป็นนักปฏิบัติธรรมมือพระกาฬที่กิเลสทุกเหล่ายอมสยบให้

บางคนอาจเปรียบเทียบความโกรธคล้ายโรคบางชนิด ที่หายหน้าหายตาไปนานแรมปีราวกับสิ้นโรคสิ้นภัยเด็ดขาดแล้ว แต่วันดีคืนดีก็อาจโผล่กลับมาใหม่ ทำความเข้าใจให้อย่างแสนสาหัส เพราะเท่ากับ ‘ตัวคุณ’ ยังต้องเหนื่อยให้ยาหรือหาทางเอาชนะโรคเดิม ชนิดไม่มีวันจบวันสิ้น

ทางที่ถูกต้องทำความเข้าใจไว้ให้ดีตั้งแต่แรกว่า **ความโกรธ ความขัดเคือง หรือความเกลียดความกลัวทั้งปวงนั้น หาใช่ตัวเราไม่**

โทษะเป็นเพียงความกระเพื่อมไหวของจิต มิใช่ตัวจิตเอง เปรียบเหมือนคลื่นไม่ขึ้นน้ำ เป็นแค่อาการกระเพื่อมไหวของน้ำเท่านั้น

เมื่อมองเห็นความจริงเช่นนี้แล้ว ก็ถึงขั้นของการ ‘เข้าสนามรบ’ เพื่อเผชิญหน้ากับศัตรูให้ถูกตัว คือลงมือกำหนดสติให้เท่าทันขณะแห่งความโกรธกันจริงๆ ยุทธวิธีที่จะเอาชนะได้อย่างเป็นขั้นเป็นตอนคือ

๑) อย่าตั้งใจว่า ‘จะไม่โกรธ’ เพราะการพูดหรือการแสดงกิริยาใด ๆ ในทันทีที่โกรธ ย่อมเป็นไปเพื่อโหมไฟโกรธให้แรงขึ้นเสมอ วิธีที่ถูกต้องคือให้ยอมรับตามจริงว่าโกรธไปแล้ว ไม่ใช่ไม่โกรธ แต่ขณะเดียวกันก็ตั้งใจว่ายามโกรธจะไม่พูด และไม่แสดงอาการเพื่อส่งเสริมความใด ๆ เลย เว้นแต่จะแน่ใจว่าจะขยับเขยื้อนเคลื่อนที่ให้หลุดจากสภาพขื่นเกร็งเคร่งเครียดเสีย เช่นเปลี่ยนจากยืนจ้องถ่มมิ่งทิงเป็นนั่งลงผ่อนคลายสีหน้าแทน

๒) อย่าคิดว่า ‘เราจะเก็บความโกรธไว้ในใจ’ เพราะการกักความโกรธจะทำให้เก็บกดและรู้สึกอึดอัด เป็นไปเพื่อความเครียดและรอนาที่ระเบิดแบบเดียวกับลูกโป่งแตก วิธีที่ถูกต้องคือให้ตั้งใจว่าจะดูระดับความโกรธในใจ ว่ามากเองน้อยเองได้ไหม ตลอดจนกระทั่งหายไปเองได้แบบเดียวกับไฟหมดเชื้อหรือไม่ ขอให้คิดว่าแม้แต่ไฟป่าที่ลุกลามกินอาณาบริเวณไพศาล พอป่าหมดเชื้อ ไฟก็มอดลงวันยังค่ำ

กล่าวโดยสรุปคือการรบกับความโกรธที่ดีที่สุด คือการไม่คาดหวังเอากับตัวเองว่าจะไม่โกรธ และเมื่อโกรธแล้วก็ให้ยอมรับตามจริง เมื่อยอมรับตามจริงก็ย่อมเห็นความจริงอันไม่ควรยึดมั่นถือมั่น

คุณอาจพบข้อขัดขัดในระยะยาว คือวันนี้เข้าใจและรู้วิธีดูความโกรธ แต่อีกหลาย ๆ วันอาจลืมแล้วพลุ่งพล่าน เต็มแรงเต็มกาไปตามไฟพิโรธโกรธกริ้วที่ลนเฝ้า จนเหมือนทั้งชีวิตคงต้องแพ้

ความโกรธหมดรูปไปเรื่อย หากเป็นเช่นนั้นก็อย่าเพิ่งท้อใจ เพราะพวกเราเป็นข้าราชการใช้ความโกรธมา แต่เกิด อย่างไรก็ตามก็ต้องเกรงใจมัน อยากปรับใช้มันอยู่เสมอ แต่ใช้ว่าจะต้องยอมจำนนตลอดไป

ขอเพียงทบทวนบ่อยๆ ตั้งป้อมเป็นฝ่ายรู้ฝ่ายดู ไม่ช่วยโหม ไม่ฝืนต้าน เมื่อผ่านไปนานวัน นานเดือนเข้า ก็เห็นความก้าวหน้าอย่างเป็นไปเองทีละน้อย นั่นคือคุณเรียนรู้ที่จะตั้งจิตไว้อีกแบบ ใช้ชีวิตอีกแบบ เลิกยึดมั่นถือมั่นว่าคุณต้องดี คุณจะเอาดี แต่เปลี่ยนเป็นรับสภาพตามจริงว่า **จิตไม่จำเป็นต้องดี จิตไม่ได้มีไว้เพื่อเอาดี** จิตเป็นเพียงธรรมชาติที่ถูกกระทบได้ เกิดความกระเพื่อมไหวได้ แล้วกลับสงบลงได้เอง

ขอเพียงไม่เอา 'ตัวคุณ' เป็นที่ตั้งของการรบ วันหนึ่งการรบจะสิ้นสุด โดยไม่มีใครแพ้ ไม่มีใครชนะ มีแต่สภาพทุกข์คลี่คลายไปสู่ความดับสนิท เย็นสนิท เป็นบรมสุขเหนือภาวะเราร้อนใดๆ

โกรธอย่างรู้

ดีกว่าหายโกรธอย่างไม่รู้

## ๘ อยู่ที่จิต

จิตอยู่ของเขาดีดี

คนเราก็ไปคิดแย่งแย่ง

พลอยทำให้จิตย่ำแย่ไปด้วย

เมื่อจิตไม่อยู่อย่างดี

เอาแต่อยู่อย่างแย่ง

ก็เป็นแต่ก่อความคิดแย่งแย่งออกมา

จิตอยู่ของเขาดีดี

คนเราก็หมั่นพูดหยาบคาย

พลอยทำให้จิตหยาบกระด้างไปด้วย

เมื่อจิตไม่อยู่อย่างดี

เอาแต่อยู่อย่างหยาบ

ก็เป็นแต่ก่อความคิดหยาบหยาบออกมา

จิตอยู่ของเขาดีดี

คนเราก็ชอบทำเรื่องร้ายร้าย

พลอยทำให้จิตร้อนร้ายไปด้วย  
เมื่อจิตไม่อยู่อย่างดี  
เอาแต่อยู่อย่างร้าย  
ก็เป็นแต่ก่อเรื่องร้ายร้ายออกมา

จิตไม่ใช่คน  
คนเราไม่ใช่จิต  
คนเราเป็นเพียงภพหนึ่ง  
จิตเพียงเข้ามาเสวยภพชั่วคราว  
ชั่ววินาทีหนึ่ง  
ชั่วเดือนหนึ่ง  
ชั่วปีหนึ่ง  
ชั่วชีวิตหนึ่ง  
หาได้มีภพของความเป็นคนเราตลอดไป  
กายคนเราเกิดขึ้นเมื่อไร  
ภพของความเป็นคนเราก็เกิดขึ้นเมื่อนั้น  
กายคนเราแตกดับเมื่อไร  
ภพของความเป็นคนเราก็แตกดับเมื่อนั้น

จิตเป็นองค์แรกแห่งภพ  
เมื่อคิดอย่างมนุษย์  
ก็สมควรเสวยภพมนุษย์  
เมื่อคิดเยี่ยงสัตว์  
ก็สมควรเสวยภพสัตว์  
ง่ายง่ายแค่นี้

เมื่อเสวยภพมนุษย์  
แต่กลับล่ากระทำตนเยี่ยงสัตว์  
จิตก็ยากไปเป็นสหายกับสัตว์  
ไม่มีอะไรจับซ่อน

เมื่อเสวยภพสัตว์



แต่กลับล่ากระทำตนตั้งมนุษย์  
จิตก็ยากไปเป็นสหายกับมนุษย์  
นับว่าธรรมดา

จิตไม่ได้มีหน้าตา  
แต่หน้าตาเกิดขึ้นจากจิต  
จิตเป็นอย่างไร  
หน้าตาก็เป็นอย่างนั้น

ต่อเมื่อจิตหัดรู้เข้าข้างใน  
เห็นความไม่มีหน้าตาของตน  
เห็นแต่ความเป็นกุศลสว่างไสว  
แล้วเห็นอกุศลมืดทึบปรากฏแทน  
เกิดขึ้นโดยความเป็นอย่างหนึ่ง  
แล้วดับลงสู่ความเป็นอีกอย่างหนึ่ง  
ตามแต่จะคิดพูดทำไปอย่างไร  
เมื่อนั้นยอมคิดได้  
หายอยากที่จะพูดหยาบ  
ทำบาปแล้วไม่นึกชอบ  
เห็นรอบแล้วรู้สึกใหม่  
ไม่มีสิ่งใดคงทน  
ไม่มีตัวตนให้ยึดถือ  
ทั่วทั้งโลกคือมายา  
หาเหตุให้จิตคิด  
ประติษฐ์คำให้ปากพูด  
มีเรื่องให้ลงมือ  
ย้อจิตให้ตีตน  
จึงควรดิ้นรนหาทางออก  
สารอกกิเลสทั้ง

เมื่อเห็นจิตจนวางเฉย  
รู้แล้วว่าจิตไม่เคยเป็นใคร

และไม่มีสิ่งใดน่าพิสมัย  
จิตก็รู้อยู่กับจิต  
จิตก็รู้ว่าตัวเองรู้  
รู้ว่าไม่มีผู้ใดอยู่ในจิต

จิตอยู่ที่ดี  
ไม่มีอะไรเสียหาย  
ไม่มีผู้ใดเกิดขึ้น  
ไม่มีผู้ใดดับลง  
คงไว้แต่ความเห็น  
ว่าไม่เป็นไรเลย  
ไม่ต้องเป็นอะไรเลย...

## ๕ สงบในความเรียบง่าย

ถึงวันนี้  
ความเรียบง่าย  
ปรากฏดูอาหารที่หลายคนหิว  
เพราะห่างหาย  
ไม่ได้ดื่มกินมานานเต็มทน

โลกกำลังปรากฏ  
ประดุจหวังจินตนาการซับซ้อน  
ของคนฟังसानใกล้บ้า  
เต็มไปด้วยเรื่องตลกที่น่าเศร้า  
กับเรื่องเศร้าที่น่าตลก  
ทุกหนแห่งวุ่นวาย  
กระทั่งอารมณ์อยากหัวเราะ  
แทบแยกไม่ออกจากสีหน้าใกล้ร้องไห้

ความเรียบง่ายตั้งอยู่ตรงหน้า

แต่ยากที่ใครจะชายตาสังเกต  
ความราบคาบของแผ่นน้ำเรียบ  
ความเงียบเขียบของกลุ่มเมฆขาว  
ความวิเวกของเหล่ารวงดาว  
ความยืดยาวของทิวไม้ใหญ่  
สารพันความเรียบง่ายที่ถูกมองข้าม  
จะโทษใครเมื่อไม่สำเหนียกสังเกต

เลิกสังเกต  
หรือสังเกตไม่เป็น?

ใจคนถูกจุดหาย  
เข้าไปในจอแก้วและจอเงิน  
ตั้งแต่ยังเดินไม่ได้  
จนเดินได้  
กระทั่งจะไม่ได้เดินอีก  
เอาเวลาที่ไหนไปรังใจ  
ให้กลับคืนมาอยู่กับเนื้อกับตัว  
และนั่นเอง  
จึงยากนักที่คนจะรู้จักความเงียบ  
อันเกิดแต่ใจสงบ  
เมื่อใจยากจะสงบเงียบ  
ก็ไม่มี ความเรียบง่ายอันใด  
เข้ามาอยู่ในใจได้

กระทั่งศรัทธาโดยศิโรราบ  
หมอบกราบนิพพานด้วยใจซื่อ  
เปื้อนอาการพยศแห่งพายุคาม  
หมดแรงตามเติมไฟพยับบาท  
จึงเริ่มมีแกใจ  
ตั้งหลักแลดูดูเงียหูฟัง  
เห็นสรรพสิ่งประกาศตน

ว่าไม่เคยเป็นของใคร  
มีไว้ให้แลตาตู่เงี้ยวหูฟัง  
ด้วยใจเฝ้ารู้  
จนกว่าจะเห็นความจริง  
จนกว่าจะยินสัจจะ

ความเรียบง่ายมีอยู่แค่นี้  
ลมหายใจก็เรียบง่าย  
เข้ามาแล้วออกไป  
ออกไปแล้วหยุดอยู่  
เพียงครู่ก็เข้าใหม่  
สังเกตอยู่  
ความเรียบง่ายก็ปรากฏ

ความเรียบง่ายมีอยู่แค่นี้  
หัวถึงเท้าก็เรียบง่าย  
อยู่ในท่าหนึ่งแล้วต้องเปลี่ยนไป  
แม้ไม่มีใครอยากให้เปลี่ยน  
เป็นท่อนศพค่อยเล็กลงเปลี่ยน

ความเรียบง่ายมีอยู่แค่นี้  
สุขทุกข์ก็เรียบง่าย  
วามสุขแล้วแผ่วหาย  
วามทุกข์แล้วซาลง  
จะรบกวนใจได้สักกี่น้ำ  
ถ้าใจไม่แส้ไปเอาทุกข์มาอมเอง

ศิโรราบกับความเรียบง่าย  
อยู่เพื่อตายอย่างไม่เกิด  
ทุกสิ่งเป็นไปเองและหายไปเอง  
โดยไม่มีใครเป็นไปและหายไป

## ❖ การตัดสินใจครั้งสำคัญ

อัลโหล! ว่าไงจะสุดที่รัก โทร.มาแต่เช้าเลย

ฉันมีเรื่องต้องคุยกับคุณ!

ให้ผมไปหาไหม?

ไม่ต้อง! ฉันอยากคุยทางโทรศัพท์นี่แหละ

ทำไมล่ะ?

เพราะถ้าคุยเสร็จแล้วคุณไม่พอใจ เราจะได้ตัดสัญญาณโทรศัพท์แล้วหายไปจากกัน  
เงียบ ๆ ง่าย ๆ ไม่ต้องมัวพรีพรีไรตอละห้อย

อย่าบอกว่าคุณโทร.มายกเลิกงานแต่งงาน?

เปล่า... ถ้าคุณไม่เป็นฝ่ายยกเลิก ฉันก็จะยังแต่งงานกับคุณอยู่!

อ้อ... แล้วเรื่องอะไรล่ะเนี่ย?

ฉันไม่อยากมีลูก!

หา?

ความจริงฉันควรจะบอกคุณก่อนยอมตกลงแต่งงานกับคุณไปเมื่อวาน แต่รู้สึกไม่กล้า  
บอกในตอนนั้น เพราะทราบดีว่าคุณอยากมีลูกมาก วางแผนให้ฉันฟังเป็นคั้งเป็นแควที่เดียว  
แต่ถ้าแต่งงานแล้วคุณถึงค่อยรู้ความตั้งใจของฉัน ก็อาจโมโหหนัก หรืออาจเกิดปัญหาเกี่ยวกับญาติ ๆ  
ที่อยากอุ้มหลาน สู้บอกตอนนี้ให้ตัดสินใจใหม่ดีกว่า

เดี๋ยวก่อน! ค่อยๆพูดกัน บอกได้ไหมว่ามีปัญหาอะไรถึงไม่อยากมีลูก?

เพราะรู้ตัวว่าฉันเป็นแม่ที่ดีไม่ได้!

รู้ได้ไง?

เพราะฉันฟังแม่เล่าให้ฟังมาเยอะ จนเข้าใจชัดพอว่าการเป็นแม่คน ไม่ใช่แค่การยอม  
เจ็บเพื่อให้ลูกเกิดมา แต่เป็นการเต็มใจที่จะแบ่งชีวิตครึ่งหนึ่งให้ลูกด้วย!

แล้วคุณไม่พร้อมจะแบ่ง?

ใช่! ฉันเป็นคนเห็นแก่ตัว อยากมีแต่ตัวเองอยู่ในความคิด ยังไม่พร้อมจะคิดเพื่อลูก  
ในครั้งแรก แล้วค่อยคิดเพื่อตัวเองในครั้งหลัง!

อ้าว! ขนาดลูกยังไม่ได้แล้วผมล่ะ จะเข้าไปขอส่วนแบ่งพื้นที่ความคิดของคุณได้แค่ไหน?

ดูใจตัวเองแล้ว ตอนไปเที่ยวด้วยกันฉันเต็มใจจ่ายค่าน้ำมันให้เป็นบางครั้ง แสดงว่า  
คุณมาอยู่ในความคิดของฉันมากพอจะยอมแต่งงานด้วยได้

โอ้โฮ! หลักการพิจารณาของคุณหรือนี่?

ฉันเป็นจิตแพทย์เด็ก และอาจเห็นมามากจนหนักแล้ว พวกสิงห์เอาแต่ได้ คิดว่า  
อุตสาหกรรมทำให้เกิดให้ชื่นใจแล้ว ถือว่าพ่อแม่ติดหนี้ตัวเอง ฉะนั้นต้องร้องทวงทุกวันตามแต่จะ  
พอใจ!

ไม่เคยรู้เลยนะว่าคุณเกลียดเด็ก

จะรักเด็กถ้าให้อุ้มแค่ห้านาที ไม่ใช่อุ้มอยู่เก้าเดือน!

เอาล่ะ คุณโทร.มาเพื่อเรื่องนี้โดยเฉพาะ ต้องถือว่าซีเรียส ผมก็จะพูดจริงจังล่ะ บ้านผมถ้า  
ใครแต่งงานต้องมีลูก ไม่งั้นถือว่าผิดปกติ แล้วก็โดนจิก โดนถามไม่เว้นแต่ละวัน พี่ชายผมเจอ  
มาแล้ว

คะ! ทราบ... ที่โทร.มาก็เพื่อบอกให้ตรงตี่ ๆ เพราะนี่เรื่องใหญ่ และฉันก็จะไม่  
เปลี่ยนใจเพื่อใคร!

เฮ้อ! สวรรค์ไร้ไรแท้ ๆ ทำท่าจะดับวูบตี่ ๆ เสียแล้ว คุณคิดอย่างนี้ไม่ได้หรอก การที่เราจับคู่  
กันแต่งงาน ถือว่าเปิดโอกาสให้คนที่เขาเหมาะจะอยู่กับเราได้มาเกิด ถ้าเล่นปิดประตูทางเข้าเสีย  
อย่างนี้ เมื่อไหร่เขาจะเจอพ่อแม่คู่เหมาะจะกับเขาอีก?

ฉันศรัทธาในการช่วยคน แต่ไม่มากพอจะเสียสละครึ่งหนึ่งของชีวิตตัวเองเพื่อคนอื่น  
ฉันรู้ว่าเก้าเดือนที่เขามาอยู่ในท้องฉัน จะทำให้ฉันรู้สึกผูกพันและเห็นเขามีค่ามากขึ้นทุกที  
แต่พอลืมตาดูโลกในสภาพอ้อมองอ่ำ แบบไม่รู้เบื้องหน้าเบื้องหลังว่าใครลำบากมา  
อย่างไร เขาก็ทำอะไรไม่เป็นมากไปกว่าชี้หน้าสั่งให้ฉันทำโน่นทำนี่ จะเอานม จะเอาดั่งค์ จะ  
เอาเวลา คุณลองนึกถึงคนแปลกหน้าที่เข้ามาขอกันตี่ ๆ หลายล้านเป็นสิบล้านปี มันทำให้ไหม  
ล่ะ?

มันเป็นธรรมชาติไป ที่พวกเราจะต้องตอบแทนพ่อแม่ด้วยการรับใช้คนอื่นบ้าง!

ฉันเรียนรู้อย่างหนึ่ง แค่ตัดความอยากมีลูกได้ เราก็ยังไม่ต้องใช้หนี้ใครในชาตินี้!  
แล้วสมัยนี้ก็เหมาะกับการมีลูกหรือ คุณต้องทำงาน ฉันก็ต้องทำงาน ไม่มีใครเฝ้าบ้าน  
เฝ้าเรือนเหมือนยุคโบราณ

ก็เป็นยุคใหม่ที่ต้องช่วยกันเลี้ยงลูกไงล่ะ!

จะร่วมกันเที่ยวยังไม่ค่อยมีเวลาเลย แน่ใจหรือว่ามีเวลาสำหรับช่วยกันเลี้ยงลูก?

คิดจุกจิกจัง ทำไมไม่คิดบ้างล่ะ สมมุติว่าเราบันทึกข้อความโต้ตอบครั้งนี้เอาไว้ แล้วในที่สุด  
คุณใจอ่อนมีลูกกับผม อีกสิบปีต่อมาลูกได้บ่งเญมาพบข้อความโต้ตอบนี้ เขาจะรู้สึกแบบไหน อาจ  
น้อยใจที่คุณเห็นเขาเป็นคนอื่นตั้งแต่แรก คิดมากจนกลายเป็นเด็กมีปัญหาไปเลยก็ได้

เขาจะไม่มีโอกาสได้เกิดมาอ่านต่างหาก!

อือม... ชักรู้สึกว่าโชคดีแล้วซี นี่ถ้าแม่ผมคิดแบบคุณ ป่านนี้ผมคงต้องเร่ร่อนไปเกิดท้องคน  
อื่น ซึ่งก็รู้ว่าชะตาจะดีเท่ากับที่เป็นอยู่หรือเปล่า

พอเกิดมาแล้ว มนุษย์ไม่มีวันรู้หรือกว่าตัวเองโชคดีหรือโชคร้าย จนกว่าจะได้ข้อ  
เปรียบเทียบ มีสองชีวิตในชาติเดียว ชีวิตหนึ่งอยู่กับพ่อแม่แสนดี อีกชีวิตหนึ่งอยู่กับพ่อแม่ที่  
เลวร้ายหรือกำพร้าพ่อแม่ไปเลย

คุณก็มีพ่อแม่ที่ดี แล้วก็เป็นลูกที่ดี แถมมีคนดี ๆ อย่างผมเป็นเจ้าบ่าว แล้วจะต้องกลัวอะไร  
ลูกน่าจะเกิดมาเป็นคนดีพอแหละน่า

คุณพูดถูกแค่บางส่วน ฉันมีพ่อแม่ที่ดี แต่ก็รู้ว่าเคยเป็นเด็กเลวขนาดไหนสำหรับ  
พ่อแม่... ฉันกลัวกรรมสนอง!

ดูเหมือนคุณเต็มใจไปด้วยความกลัวนะ ไม่กลัวเหงาบ้างหรือ? ตอนแก่ๆ เนี่ย ความว่าเหว  
เป็นเรื่องน่ากลัวติดอันดับโลกเลยนะ!

ยอมรับก็ได้ว่าฉันขี้กลัว ขี้ระแวง แต่แทนที่จะกลัวเหงา ฉันกลับกลัวจะเป็นแม่ที่ดี  
ไม่ได้ หรือได้ลูกเกอร์เหมือนที่ฉันเคยเป็น ฉันกลัวลูกตายระหว่างทางไปเรียน แล้วฉันก็  
อาจจะกลัวล่วงหน้าไปอีกนิด เช่น กลัวลูกจะไม่มาเยี่ยมในวันแม่... ฉันเห็นกับตามาเยอะ  
จนซึมซับความเศร้าของยาย ๆ หลายคนได้นะ มีลูกแล้วลูกไม่มาหา สู้ไม่มีเสียเลยยังจะรู้สึก  
ดีกว่า!

วันแม่

ไปหาแม่

แล้วจะรู้ค่าของตัวเองมากขึ้น

## ❖ ถ้าคิดจะทิ้งทุกซ์ อย่าเสียตายเหตุแห่งทุกซ์

หันคุณกำลังจะทำอะไร?

ก็เห็นอยู่ ผมกำลังเผาเงินทิ้งนะซี!

มันเรื่องอะไรต้องไปเผา เงินทองหายากจะตาย เสียสติไปแล้วหรือ?

ใครบอกว่าเสียสติ ผมเพิ่งได้สติต่างหาก!

ได้สติยังไง?

วันนี้ผมอ่านหนังสือธรรมะมา ท่านว่า ‘ถ้าคิดจะทิ้งทุกซ์ อย่าเสียตายเหตุแห่งทุกซ์’ ผมเลยได้  
สติขึ้นมาทันที ทุกวันนี้ก็ลุ้นใจก็เรื่องเงินตัวเดียวเลย พอตั้งใจไม่เสียตายเงิน ความทุกซ์ก็หมดไป  
จากใจทันที ได้ผลทันตาจริงๆ!

ปิดໂຮ່คุณ! มันไม่ใช่อย่างนั้น... ผมก็อ่านที่คุณอ่านนะ แต่สงสัยคุณเพิ่งอ่านแค่หัวเรื่องแ่ๆเลย ไม่ได้อ่านเนื้อหาข้างในใช่ไหม?

ผมไม่จำเป็นต้องศึกษาละเอียดหรอก เพราะเป็นพวกเริ่มแรกก็แตกฉาน เริ่มแรกก็แหลกลาญนะซี ธรรมะไม่ใช่ขนมถ้วยนะคุณ กินคำเดียวหนักว่าหมดแล้วหรือ?

คำเดียวหรือก็คำ ขอให้ผมก็พอใจแล้ว เพราะเป็นพวกปฏิบัติจริง เอาจริง แล้วก็เห็นผลจริง คงไม่เหมือนอย่างคุณที่ทำทางจตจ้องจ้อง ยังเสียดายเหตุแห่งทุกข์ไม่หาย ถึงเห็นผมเสียดิตตอนเผา มันทิ้ง!

คุณกำลังกลุ้มเรื่องเงิน เลยคิดว่าเหตุแห่งทุกข์คือเงินหรือ?

ถูกต้อง!

แล้วนี่เผาเงินจนหมดกระเป๋าเรียบร้อย?

ที่เป็นเหรียญก็โยนทิ้งน้ำไปแล้ว ไม่เหลือแม้แต่บาทเดียว!

เย็นนี่เอาอะไรกิน?

ก็ไม่ต้องกิน!

แล้วถ้าเป็นทุกข์เพราะหิว คุณจะเผาความหิวอันเป็นเหตุแห่งทุกข์ตัวใหม่ยังงัยล่ะ?

อย่างมากก็เข้าป่า ขุดเผือกขุดมันกินเท่านั้น

โอเคเลย! ถ้าคิดจะเข้าป่าก็แล้วไปเถอะ เงินทองคงไม่มีความหมายในป่าในดงหรอกว่าแต่ที่ผ่านมาเดินไปซื้อข้าวที่ตลาดกับเซเว่นอีเลเว่นเป็นประจำ แล้วจะเอาตัวรอดในป่าได้งัยล่ะ ถ้าขุดแล้วไม่เจอเผือกเจอมัน เตรียมตัวรับมือความทุกข์จากการค่อย ๆ ตายเพราะอดข้าวไว้หรือยัง?

ยัง... แต่ไม่เป็นไร ถ้าไม่รอดก็ไม่ต้องมีชีวิตต่อ

อ้า! เพิ่งเห็นลันไก่ ที่แท้ก็เป็นพวกกะตัดช่องน้อยแต่พอตัวนั่นเอง!

ถ้ามีชีวิตแล้วเป็นทุกข์ สู้ไม่มีมันเลยดีกว่า ผมไม่หวังทุกข์อยู่แล้ว! ธรรมะก็ยืนยันอยู่ว่าชีวิตเป็นทุกข์!

ศึกษาธรรมะมาถึงวันนี้ คุณได้แค่ข้อสรุปว่าชีวิตเป็นทุกข์ แล้วเงินเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์กระนั้นหรือ?

ผมศึกษาธรรมะจากชีวิตจริงเป็นหลัก ไม่ค่อยชอบเอาความจริงจากหนังสือเป็นสื่อกระดาษ!

เคยได้ยินไหม? ก่อนพบธรรมะ พวกเราโดนชีวิตหลอกเอาด้วยความจริง!

ไม่เคยได้ยิน!



งั้นก็ได้ยินเสียวันนี้แหละ! เราทุกคนถูกหลอกด้วยสิ่งที่ตาเห็นอยู่จริง ๆ และสิ่งที่หูได้ยินอยู่จริง ๆ ต่อหน้าตัวเอง

หลอกยังไง?

หลอกให้คิดออกนอกตัวใจ! แก่นแท้ของชีวิตอยู่ที่ใจ ไม่ใช่วัตถุ แต่เมื่อคุณถูกดึงดูดให้สนใจแต่เรื่องวัตถุ ไม่หันมามองความจริงทางใจของตัวเองเอาเลย ก็เท่ากับคุณลอยไกลไปจากแก่นมากขึ้นทุกที!

คุณรู้ความจริงเกี่ยวกับใจตัวเองดีแล้วว้างั้นเถอะ?

อย่างน้อยก็เริ่มต่างจากคุณหน่อย เช่นเห็นชัดว่าต้นเหตุแห่งทุกข์ไม่ได้อยู่ที่เงิน แล้วอยู่ที่ไหน?

อยู่ที่ความไม่พอของใจไงล่ะ! เงินน้อยหรือเงินมากไม่ได้ทำให้คุณเป็นทุกข์เสมอไป แต่ความไม่พอของใจจะก่อทุกข์ให้คุณเสมอ!

ใครจะสั่งได้ทำให้ใจมันพอบ่อยตลอดเวลาเล่า?

คนที่เข้าใจธรรมะจริง ๆ ไงล่ะ! คนที่รู้ว่าแก่นธรรมะอยู่ที่ใจ แล้วรักษาใจ ตลอดจนเฝ้าดูความจริงทางใจ กระทั่งได้คำตอบอันเป็นยอดสุดของชีวิต คืออยากเมื่อไรทุกข์เมื่อนั้น อยากน้อยทุกข์น้อย อยากมากทุกข์มาก ไม่อยากเลยคือไม่ทุกข์เลย

มีหรือ คนที่ไม่อยากเลย?

ถ้าไม่มีเลย ศาสนาพุทธก็อยู่มาถึงวันนี้ไม่ได้หรอก แต่คุณหัดรู้ความอยากของตัวเองไปเรื่อย ๆ พักหนึ่ง แม้ความอยากยังคงอยู่ที่นั่น แต่คุณก็จะไม่หลงไปเป็นพวกเดียวกับมัน เห็นมันเป็นส่วนเกินของใจผู้รู้ผู้ดู ความดั่งต้นอยากเอาให้ได้จะหายไป เหลือแต่ความปรารถนาจะทำกิจที่ควรทำ ซึ่งก็เท่ากับเหลือแค่จิตที่ว่างจากทุกข์ร้อนเท่านั้น!

น่าลองเหมือนกันแะ แต่ไม่อยากจะเชื่อเลยให้ตายเถอะ!

ถ้าลองก็จะเชื่อ ที่ไม่เชื่อเพราะไม่ลอง! ชีวิตที่เหลือจะเป็นสุข แค่รู้ว่าควรจะมีใจตัวเองตอนไหน

ตอนไหน?

ตอนที่มันไม่พอ ตอนที่มันทะยานอยาก ตอนที่มันดิ้นรนจะกระโจนออกนอกตัวใจ! การเห็นตัวดิ้นรนทुरายเหมือนปลาถูกทุบอยู่ในอกนั้นแหละ เรียกว่าเห็นของจริงในตัวเอง ไม่ใช่ของปลอมข้างนอก!

เห็นแล้วความอยากจะหายไปหรือ?

เปล่า! แต่เห็นให้รู้ว่าคุณไม่ได้อยากเท่าเดิมตลอดเวลา ถึงแม้คุณไม่บังคับให้มันแผ่ว เต็มวันนั้นก็แผ่วเอง และถึงแม้คุณบังคับให้มันแรง มันก็แรงไม่ได้นาน ความอยากเหมือน

สัตว์ที่มีชีวิตได้และถูกขังอยู่ในอกคุณมานาน คุณป้อนอาหารให้มันวันละหลายรอบ มันก็มีกำลังดีไม่เล็ก ต่อเมื่อคุณเฝ้าดูเฝ้าดูธรรมชาติของมัน คุณก็จะไม่เห็นประโยชน์กับการตามใจมัน เลิกป้อนอาหารให้มัน และเมื่อไหร่ที่มันตาย คุณก็จะพบกับสันติสุขทางใจอย่างไม่เคยพบเคยเจอมาก่อน!

แม้แต่อยากหายทุกข์  
ก็ได้ชื่อว่ารักษาเหตุแห่งทุกข์ไว้

## ❖ ความคิดบ้า ๆ

คุณคิดยังไงถึงมาสมัครทำงานบริษัทเราในตำแหน่งต่ำกว่าเดิม แถมบริษัทเก่าของคุณก็ดีกว่า ให้โบนัสแน่นอนกว่า?

**คิดว่าผมจะมีโอกาส ‘คิด’ มากกว่าอยู่บริษัทเก่าครับ!**

ที่เก่าดีกรอบความคิดในการทำงานจนคุณอึดอัดตั้งนั้นหรือ?

เอาเป็นว่าบริษัทเก่าของผมแข่งขันทางความคิดน้อยไปก็แล้วกัน

ฮะ ๆ เข้าใจพูดให้ฟังดิเนะ แข่งขันทางความคิดน้อยไป พูดตรง ๆ ให้ฟังง่ายคือเจ้านายเก่าชอบให้เลี้ยววงนั้นเถอะ?

**ก็อาจจะไม่ถึงขนาดนั้น อี๋ม... คิดอีกที่อาจจะเป็นอย่างนั้นเป๊ะเลยก็ได้!**

ผมชอบคนพูดเปิดอก มาคุยกันตรง ๆ แบบเป็นกันเองเถอะ ทำไมถึงมาสมัครบริษัทคู่แข่งที่มีแต่อดีต ไม่ค่อยมีอนาคตอย่างนี้ คุณมีเรื่องแค้นเคืองกับที่เก่าหรือเปล่า?

**ความแค้นไม่มี แต่อาจมีความไม่พอใจ พวกเขาไม่ชอบคนคิดบ้า ๆ แบบผม!**

อ้อ! นี่แปลว่าบริษัทเรานิยมคนมีความคิดบ้า ๆ แบบคุณล่ะสิ?

**ใช่!**

ดูจากตรงไหนไม่ทราบ?

**ผลงานที่ผ่านมา และผมก็เคยติดตามศึกษารายละเอียดของบริษัทคุณมานาน!**

เอาล่ะ! ผมยอมรับว่าบริษัทเราเต็มไปด้วยคนมีความคิดบ้า ๆ ก็แล้วกัน และการที่คุณเลือกมาอยู่กับบริษัทที่ด้อยกว่าอย่างเรา ก็จัดเป็นความคิดบ้า ๆ ชนิดหนึ่ง น่าจะไปกันได้!

**แปลว่าผมได้งานใหม่แล้วใช่ไหม?**

คุณรู้ตั้งแต่ก่อนเข้าประตูมาแล้วนี่ คุณสมบัติขนาดนี้ไปที่ไหนใครเขาก็รับ ผมอาจคิดบ้า ๆ เป็นประจำ แต่ก็ไม่มีขนาดปฏิเสธบุคคลสำคัญของบริษัทคู่แข่งหรอกน่า!

**ขอบคุณ!**

เล่าให้ฟังก็ได้ ก่อนคุยกับคุณวันนี้ผมสับสนแล้วว่าคุณมีเรื่องกับบริษัทเก่าหรือเปล่า ปรากฏว่าเขากำลังจะเลื่อนขั้นให้คุณด้วยซ้ำ เลยแน่ใจว่าการมาขอทำงานที่นี่ไม่ใช่मुखเก็บกดหรือประชดใคร

เปลืองแรงสืบท่าไม่ ถามดี ๆ ก็ตอบได้ สิ่งที่เขาอยากให้ผมทำมันไม่ถูกต้องนัก แต่เขามองว่าทำได้แต่ไม่ทำถือว่าบ้าเท่านั้น และก็มองด้วยว่าถ้าผมไม่รับจะนับว่าบ้าสุด ๆ เช่นกัน ไหนจะตำแหน่งผู้บริหาร ไหนจะหุ้นบริษัท ไหนจะสิทธิ์ซึ่งเก้าอี้ประธานในอนาคต

ก็นั่นนะซี... ต่อไปนี่ถือเป็นการคุยทำความรู้จักก็แล้วกัน นอกจากคิดบ้า ๆ มาสมัครบริษัทเราแล้ว คุณยังมีความคิดบ้า ๆ อะไรในชีวิตอีกบ้างไหม?

**อืม... หลายอย่าง**

ยกมาสักอย่างซี

ผมคิดเป็นฝ่ายให้ คิดยอมเป็นฝ่ายเสียเปรียบ แล้วก็คิดจะสละอะไรสำคัญ ๆ ในชีวิตออกไปให้คนอื่นทีละอย่างสองอย่าง

การเสียสละเป็นเรื่องสูงส่งน่าสรรเสริญ ทำไมคุณถึงจัดเข้าเป็นความคิดบ้า ๆ ละ?

ตอนคุยกันเล่นทุกคนจะบอกว่าเป็นความคิดที่น่าสรรเสริญ แต่พอผมลงมือทำจริง ๆ คนรอบข้างจะถามว่า ‘คิดอะไรบ้า ๆ อย่างนั้น?’ อยู่เรื่อย ทำไปทำมาผมเลยจำว่าเป็นความคิดบ้า ๆ อย่างหนึ่ง!

ต้องพูดให้ครบด้วยว่าเป็นความคิดบ้า ๆ ในสายตาชาวโลก ไหน... ยังมีความคิดบ้า ๆ อะไรอีกไหม?

ก็... คิดจะซื้อ คิดจะไม่โกหก แล้วก็คิดจะไม่ทำร้ายใครตอบ

ฮะ! แต่เวลานั้น... อ้อ ๆ เข้าใจละ ตอนคุยกันเล่นทุกคนจะบอกว่าเป็นความคิดที่น่าสรรเสริญ แต่พอทำจริง ๆ คนรอบข้างจะถามคุณว่า ‘คิดอะไรบ้า ๆ อย่างนั้น’ ไซ้ใหม่?

**ถูกต้อง!**

โอเค! แล้วสรุปคือชีวิตคุณได้อะไรจากความคิดบ้า ๆ บ้าง?

มันทำให้ตัวตนของผมเบาบางลง และผมก็สบายใจกว่าแต่ก่อน!

อืม... ความสุขคือยอดปรารถนาของคุณสินะ

สมัยก่อนผมนึกไม่ออกหรอกว่ายอดปรารถนาคืออะไร กระทั่งวันหนึ่งเมียผมทักว่า ‘รู้ตัวไหมเธอกำลังจะเป็นบ้า?’ นั่นแหละผมถึงได้สติ ย้อนดูใจแล้วตระหนักและตระหนักว่าที่ผ่านมามาตัวเองเป็นทุกข์ขนาดไหน วันนั้นผมได้เป้าหมายที่แท้จริงของชีวิต โจทย์ง่าย ๆ คือ ‘ทำยังไงจะเป็นทุกข์น้อยลง?’

‘ไม่ใช่ ‘ทำยังไงจะเป็นสุขมากขึ้น’ หรือหรือ?

นั่นเป็นความคิดบ้า ๆ เป็นโจทย์ที่ทำให้ผู้คนคว้าน้ำเหลวกันทั้งชีวิตต่างหากล่ะ!

คนเรานะ แค่เป็นสุขสมหวังวันเดียวก็พร้อมจะกระวนกระวายในรุ่งขึ้นแล้ว กระวนกระวายว่าจะรักษาสิ่งที่ได้มาไว้อย่างไร กระวนกระวายว่าจะเอาใหม่ให้ยิ่งกว่าเดิมด้วยท่าไหน

อาการอิมเมมเปรมปริดีนะของปลอม ส่วนอาการตะกายไม่เลิกนั้นแหละของจริง

คุณจะบอกว่าความสนใจไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง?

เราจะเป็นสุขได้ยังไงถ้าต้องอยู่กับต้นเหตุทุกข์ไม่รู้จบ คนทั้งโลกติดกับกันหมด ทุกคนมีความทะยานอยากเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ และทุกคนก็เห็นดีเห็นงามว่าควรเพิ่มความทะยานอยากให้ยิ่งขึ้นไป!

เอ้อ... สรุปลแล้วคนเราคิดบ้า ๆ กันหมด เสร็จแล้วพอเจอใครเริ่มทำตัวให้หายบ้า ชักเริ่มไม่เหมือนตัวเอง ก็ไปหาว่าเขาบ้ากัน งั้นใช่ไหม?

ความจริงแบอยู่ตรงหน้า ถ้าเปิดตาตาก็จะรู้ว่าเป็นอย่างนั้นหรือเปล่า!

‘ไม่มีใครบ้ามาแต่เกิด

แต่แต่วันแรกที่เกิดมา

ทุกคนก็เริ่มคิดบ้า ๆ แล้ว

## ❁ รักแต่ละทีไม่เคยมีบังเอิญ

รักที่เกิดจากการสบตาครั้งแรก เป็นรักที่ลึกกลับที่สุด และอาจทำให้มนุษย์เจ้าเหตุผลหลายคนจำต้องคิดถึงสิ่งไร้เหตุผลต้นปลาย หรือไม่ก็จำนนให้กับความเชื่อเรื่อง ‘ต้นเหตุที่ถูกกลืน’ เช่น อดีตชาติ เพราะความรักชนิดนี้อาจพาไปสู่การร่วมอยู่กินตลอดชีวิต เพียงด้วยความรู้สึกตั้งแต่แรกพบว่า ‘คนนี่คู่เรา’ และพบในนาทีสุดท้ายยามตายจากกันว่า ‘อย่างนี้ก็มีจริง’ น้ำตาอาลัยและความมั่นใจว่าจะได้พบกันอีก คือบทสรุปที่ทำให้รักลึกกลับชนิดนี้เป็นที่กระจ่างขึ้น

รักที่เกิดจากการเกื้อกูลกันและกัน เป็นรักที่เริ่มจากความปรองดอง มีความรู้สึกแสนดีอบอุ่น และสุขสบายภายในรัศมีสายตาของอีกฝ่าย อย่างว่าจะไม่ทอดทิ้งกัน มีความเสมอภาค รักชนิดนี้เป็นสิ่งมีที่ไปที่ไป และชวนให้เห็นว่าความรักหาใช่สิ่งมหัศจรรย์เกินความเข้าใจ ปัญหาก็คือชั่วชีวิตคนๆหนึ่ง อาจไม่พบใครที่เต็มใจให้ความร่วมมือเกื้อกูลกันมากพอเลยสักครั้งเดียว

รักที่เกิดจากความใกล้ชิด เป็นรักที่อาศัยการอยู่ด้วยกันบ่อย ๆ ใกล้กระแสนกายกระแสนใจของอีกฝ่ายแล้วไม่รู้สึกขัดแย้ง ไม่เกิดความรังเกียจ หญิงชายที่เข้าชายดั่งกล่าว จะพบว่าเพียงใกล้กาย

ธรรมชาติระหว่างเพศก็ทำงานแล้ว ดึงดูดให้อยากประกบติดกันได้แล้ว รักชนิดนี้อาจดูเป็นจริงเป็นจังและมีตัวตนจับต้องได้ ต่อเมื่อลองพยายามจับต้องให้มันมือ จึงรู้ว่าจริงหรือเก๊ แข็งหรือเหลว คงทนหรือละลายเร็วทันแน่

**รักที่เกิดจากการคุยถูกคอ** เป็นรักที่นับว่ามีพื้นฐานดีระดับหนึ่ง เพราะการคุยกันถูกคอก็คงหมายถึงการพูดกันรู้เรื่อง รวมทั้งมีเรื่องที่สามารถแลกเปลี่ยนกันได้ แต่การพูดคุยมิใช่ทั้งหมดของการอยู่ร่วมกัน หากความแตกต่างด้านอื่นชวนให้ไม่สนุก เกิดความสนุกจากการคุยอย่างเดียว ในระยะยาวจะคุยแล้วสนุกน้อยลงเรื่อยๆ หรือกระทั่งยิ่งคุยยิ่งเป็นทุกข์ อยากเหม็นหนีออกไปทุกที

**รักที่เกิดจากการคุยแบบไม่เคยเจอตัว** เป็นรักที่มีเสน่ห์วาบวาม เพราะอาจไม่ต้องยืนพื้นอยู่บน 'โลกความจริง' ใดๆ อาศัยเพียงจินตนาการอันเกิดจากลีลาเจรจาทำเฉียวพอ ปัจจุบันอินเทอร์เน็ตกลายเป็น 'อีกโลกความจริงหนึ่ง' ที่รักชนิดนี้เกิดขึ้นที่โน่นที่นี้ และอาจพังลงด้วยความหนาวเย็นเพียงเมื่อปรากฏ 'ที่สุดของความจริง' ยามเจอตัวกัน น้อยนักที่ความจริงกับเรื่องเหนือจริงในจินตนาการจะประจบกันได้สนิท

**รักที่เกิดจากความเห็นใจ** เป็นรักที่น่าสับสน เพราะคนเรามักแยกไม่ออกว่า 'ความรัก' กับความ 'สงสารมาก' ต่างกันตรงไหน คนบางคนสมควรได้รับการสงสาร ไม่ใช่เพราะเรียกร้องความสงสาร แต่เพราะเหมือนเป็นคนดีตกยาก เหมือนลูกหมาลูกแมวน่ารักที่ถูกรัดตุ๋นเห่าหาคนเลี้ยงดู เมื่อตรงมาทางเราแล้วปฏิเสธ ก็เหมือนใจไม่ใส่ระกำจนชวนให้รู้สึกผิดรุนแรง ไม่อาจทนดูตาย รักที่มีแต่ความสงสารและเห็นใจอย่างเดียว อาจจบลงด้วยโศกนาฏกรรมในทางใดทางหนึ่ง ไม่ทางกายก็ทางจิตวิญญาณ เพราะในระยะยาวมนุษย์ทุกคนต้องเห็นใจตัวเองก่อนคนอื่น ไม่อาจทนเสียสละให้กับความน่าสงสารของคนอื่น แล้วปล่อยให้ทั้งชีวิตของตนเต็มไปด้วยความน่าสงสารนานปีการไหว

**รักที่เกิดจากความคิดอยากตอบแทน** เป็นรักที่มาพร้อมกับความรู้สึกถูกรู้สึกผิด โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากตระหนักว่าทางเดียวที่จะตอบแทน คือการมอบความรักความพิศواسให้กับผู้ทรงพระคุณซึ่งมาสนใจตน ภาคหนึ่งของความรู้สึกจะถูกต้อง ในขณะที่อีกภาคจะบาดใจและเต็มไปด้วยความ 'ผิดปกติ' รักชนิดนี้เหมือนการหลอกตัวเอง หลอกคนอื่น กระทั่งนานถึงจุดหนึ่งจะรู้ซึ่งว่ารักหลอกเป็นอย่างไร ทรมานใจได้แค่ไหน

**รักที่เกิดจากการได้รับความเอาใจใส่ยิ่งยวด** เป็นรักที่อีกฝ่ายยอมตนเป็นข้าทาส ปล่อยให้ตนเอาแต่ใจได้ทุกอย่าง รักชนิดนี้เป็นอารมณ์ใจอ่อนและไม่มีความเลือกอื่นที่ดีกว่า หรือรู้สึกผิดเกินกว่าจะหลอกใช้โดยไม่ให้อะไรตอบแทน ก้ำกึ่งอยู่ในระหว่างการเห็นค่า กับการไม่เห็นค่าอีกฝ่ายอยู่ในสายตาแม้แต่นิดเดียว รู้เพียงถ้ามีอีกฝ่ายอยู่ ตนจะได้ทุกสิ่งราวเจ้าชายหรือเจ้าหญิง แต่ก็พร้อมจะเย็นชาหรือเมินหน้าหนีเสมอ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อพบตัวเลือกอื่นที่คุณสมบัติพร้อมกว่ากัน

**รักที่เกิดจากความหลงรูปสมบัติภายนอก** เป็นรักที่ปล่อยให้อิทธิพลของรูปร่างหน้าตา น้ำเสียง หรือลักษณะทางกายภาพอื่นๆ เข้าครอบงำ รักชนิดนี้ไม่มีหลักคำ ไม่มีฐานยืน เลื่อนลอย

และต้องออกแรงจนเลือดตาแทบกระเด็น เพื่อหาเหตุผลสนับสนุนว่าเป็นรักที่สมควรแล้ว ซึ่งเพียงไม่กี่วันก็อาจพบว่ามันไร้เหตุผลสิ้นดีกับการรักษาความรักไว้เพื่อความเหนื่อยเปล่า

รักที่เกิดจากความติดใจคุณสมบัติเด่น เป็นรักที่เต็มไปด้วยแรงดึงดูดและความตรึงใจ อาจจะมาจากการฟังลีลาการพูด หรือการเห็นความสามารถในทางใดทางหนึ่ง หรือการพลอยปิดแรงไปกับความสำเร็จรุ่งเรืองส่งกลิ่นหอมหวานจรจายของอีกฝ่าย รักชนิดนี้มักขาดๆเกินๆ เต็มไปด้วยก้าวกระโดด แบบกระโดดมาแล้วกระโดดไป ไม่ค่อยยืนอยู่บนความเข้ากันได้ หลายปีผ่านไป อาจต้องตระหนักว่าความเด่นเป็นแค่เครื่องล่อความสนใจในระยะแรก หาใช่องค์ประกอบแห่งรักในระยะยาวไม่

รักที่เกิดจากการหลงภาพลวงตา เป็นรักที่ยืนอยู่บนมายา ฝ่ายหนึ่งอาจหวังผล จึงสร้างนิรันดร์นำใครขึ้นมาล่อตาล่อใจให้หลงติด รักชนิดนี้อาจเรียกแรงทะยานได้ขนาดถูกจุดให้หัวปักหัวปำ ยิ่งถลาลึกลงไปในกับดักหรือเหยื่อล่อมากขึ้นเพียงใด หูตาก็ยิ่งมีดมีว เห็นผิดเป็นชอบ เห็นกงจักรเป็นดอกบัวมากขึ้นเท่านั้น รู้ทั้งรู้อยู่ในส่วนลึกว่าถูกหลอกใช้ แต่ความคิดก็ถูกดึงให้ปักใจศรัทธาในเรื่องหลอก ขอให้ได้บอกตัวเองว่าอีกฝ่ายรักตน แคร่ตนเท่านั้นพอ จะยอมบุกน้ำลุยไฟหรือกระทั่งตกนรกทั้งเป็นก็ยิ่งไหว

รักที่เกิดจากความเกลียด เป็นรักที่ซับซ้อน อาจเริ่มมาจากความเหนื่อยล้า เคยแค้นมาก จ้องจับผิดมาก ต่ำมาก กระทั่งใจผูกอยู่กับอีกฝ่ายอย่างเหนียวแน่น และบีบให้ต้องรู้รายละเอียดของอีกฝ่ายมากขึ้นเรื่อยๆ จนต้องยอมรับข้อดี แล้วเกิดแรงดันของความอยากขอภัย หรืออยากให้อภัย หรืออยากญาติดีกัน นั่นเองพลังความเกลียดหรือความแค้นเก่าๆจึงแปรตัวเป็นราคะ เพราะไฟโทสะเป็นญาติสนิทกับไฟราคะ ต่างก็เป็นไฟมีดด้วยกัน มีกิจเป็นการเผาผลาญให้ใจเกิดความร้อนรุ่ม เหมือนๆกัน เคยเกลียดแค้นแค่ไหนก็กลายเป็นราคะแค้นนั้น รักชนิดนี้อาจเต็มไปด้วยความไม่ได้อย่างใจ ระหองระแหง กลับไปกลับมาระหว่างเห็นข้อดีและจับผิดเฟ่งโทษ

รักยังมีเหตุอีกมาก แต่บางความรักก็ไม่ใช่ความรัก เช่นรักความรวยนั้น เป็นคนละเรื่องกัน กับรักคนรวย ความรวยอย่างเดียวไม่มีทางเป็นเหตุแห่ง 'ความรู้สึกรักคน' ได้เลย

รักระหว่างหญิงชายจะเกิดจากเหตุอันใด ยืนพื้นอยู่บนบุญบาปแบบไหนก็ตาม ทำยสุดก็มีฤทธิ์ผูกใจไว้ ไม่ให้ได้เป็นไทในตนเอง จนกว่าใครจะแสวงหา 'ความรักอิสระภาพทางใจ' และพบกับรักชนิดนั้นจริง จึงยุติการสร้างเหตุแห่งทุกข์รูปแบบใดรูปแบบหนึ่งลงเสียได้อย่างถาวร

*ถ้ายังไม่มีความรัก*

*เรารู้แน่ที่จะต้องทุกข์แบบเหงา*

*แต่ถ้าจะฝืนมีความรักให้จงได้*

*เราไม่รู้เลยว่าจะต้องทุกข์แบบไหนแน่*

## ☺ คู่แท้

ไม่ได้มานั่งดูทะเลตอนกลางคืนอย่างนี้นานแล้วนะคะ  
ก็นั่งดูกันตอนกินข้าวเช้าอยู่เกือบทุกวันแล้วนี่  
มันก็ต่างกันนะ

**คุณชอบทะเลกลางคืนมากกว่าทะเลเช้าตรู่หรือ?**

เปล่า... เป็นความต่างที่เติมความรู้สึกให้เต็มนะคะ ทะเลเช้าตรู่ทำให้ฉันรู้สึกถึงชีวิตใหม่  
ร่วมกับคุณ ส่วนทะเลกลางคืนทำให้ฉันรู้สึกว่าแม่ใกล้จับชีวิตของวันนี้ ก็ยังมีคุณอยู่ไม่ไปไหน  
ที่รัก นี่ไม่ได้แกล้งหลอกนะ ผมสาบานว่าจะอยู่กับคุณไปจนแก่  
ฉันเชื่อค่ะ เพราะเดือนหน้าคุณก็แก่แล้วนี่

ฮะ ๆ ใช้... เดือนหน้าผมกำลังจะเป็นตาแก่อายุ ๖๐! เวลาผ่านไปเร็วหรือช้าก็ไม่รู้นะ  
จำได้แค่เราอยู่ด้วยกันมาเกือบสี่สิบปีเท่านั้น

สามสิบห้าปี สี่เดือน กับอีกสิบสองวัน ฉันนับมาระยะหนึ่งแล้ว...

อือม... โรแมนติกกว่านั่งนับดาวแบบหนุ่มสาวตั้งแยะ ดวงดาวเป็นแค่ความฝัน  
จำนวนปีต่างหากคือความจริง!

ตอนคุณพาฉันไปเที่ยวทะเลครั้งแรก ฉันรู้สึกเหมือนตกอยู่ในความฝันจริงๆ ฝันว่าเราจะได้อยู่ด้วยกันตลอดไป

**ครั้งแรกที่ไหนนะ?**

หาดชะอำ

โอ้ใช่! ขอโทษ ผมไม่เคยจดจำละเอียดได้เท่าคุณสักเรื่อง

แค่ทำให้ฉันมีความทรงจำดีๆ ก็ขอบคุณแล้วค่ะ คนจำเก่งไม่ได้ทำให้เกิดเหตุการณ์น่าจดจำ  
เสมอไป

สมัยสาว ๆ ไม่พูดอย่างนี้ทีไร ผมลืมนั่นหุดนี่หน้อยคุณงอนไปเจ็ดวัน

ช่วงต้นชีวิตคนเราไม่ค่อยรู้หรอกว่าอะไรมีความหมายอย่างแท้จริง

ถ้าเรามาไม่ถึงวันนี้ ผมก็คงไม่ได้เรียนรู้แง่หนึ่งของชีวิต... การอยู่กับคู่แท้จะช่วยให้  
เรามีความรู้สึกเหมือนเป็นหนุ่มสาวอยู่เสมอ!

หึหึ ก็แค่ตอนนั่งชมทะเลกันในเงามืดมั้งคะ ถ้าจะให้รู้สึกเป็นหนุ่มเป็นสาวได้จริงๆ คุณต้อง  
ทุบกระเจกเงาทุกบานทิ้งให้หมด และเวลาอาบน้ำห้ามก้ม ต้องเงยหน้าอย่างเดียว!

ผมเชื่อในสิ่งที่ใจรู้สึก ไม่ศรัทธาสิ่งที่ตาเห็นหรอก! หนุ่มสาวนั่งชมทะเลนะเนะ อย่าง  
มากก็ฝันหวานถึงการอยู่ร่วมกันตลอดไป แต่มีไม่กี่คู่หรอกที่รู้ว่าการอยู่ร่วมกันตลอดไป  
มันเป็นยังไง

แล้วเรา... รู้หรือคะ?

**อ้าว! หรือคุณว่านี่ไม่ใช่?**

การอยู่ร่วมกันตลอดรอดฝั่งทำให้เราได้ชื่อว่าเป็นคู่แท้ แต่ความเป็นคู่แท้ไม่ได้ช่วยให้เราเป็นอมตะ ในที่สุดการหายไปของอีกคนจะฝากไว้แต่ร่องรอยของการเคยอยู่ร่วมกันมา มีอะไรบ้างเป็นหลักฐานของการอยู่ร่วมกันตลอดไป?

ความรู้สึกว่ามีเราอยู่ด้วยกันตลอดไป ไม่ได้หยุดอยู่แค่ที่ร่างกายและความทรงจำนะ คุณยังไม่เห็นหรือว่าระหว่างเราคือโซ่ทองสายยาวไม่รู้จบ ร่างนี้เป็นแค่อีกห่วงโซ่หนึ่งเท่านั้น

ก็คล้าย ๆ จะเห็นอยู่...

**ถ้าเป็นคู่แท้ที่พร้อมจะอยู่ร่วมกันเสมอ ถึงจำกันไม่ได้ก็พร้อมจะรักกันได้!**

ถ้าการนั่งดูทะเลด้วยกันในคืนแรกเป็นสิ่งเดียวที่ความรักหยิบยื่นให้ ก็คงน่าดีใจอยู่หรอก แต่ถึงตอนนี้ฉันเหนื่อยๆลงนะ เพราะเรียนรู้แล้วว่าความรักให้ของกำนัลอะไรกับเราบ้าง ทั้งความเหนื่อยจากการปรับตัวเข้าหากัน ทั้งความเหนื่อยจากการมีลูก และทั้งความเหนื่อยจากการเฝ้าดูกันและกันแก่ตัวลง

ผมก็เหนื่อย... แต่ยังไม่เบื่อนะ อย่างน้อยเข้าใจล่ะว่าธรรมชาติจะไม่ใจดำปล่อยให้เหนื่อยยึดเยื้อไม่จบสิ้น ความลึกลับและร่างใหม่จะช่วยให้เราเกิดความรู้สึกใหม่ เหมือนที่ชีวิตนี้เราหลงเข้าใจว่า 'เพิ่งเกิดมา' แท้จริงการเกิดใหม่ก็คือการทิ้งความเบื่อบ่าไหล่และความเหน็ดเหนื่อยไว้ในโลกก่อนเท่านั้น

ฉันนึกถึงตอนตายแล้วมองย้อนกลับมา ทั้งหมดที่กำลังเห็นอยู่นี้คงไม่ต่างจากฝันดี ถ้ามีบุญพอฉันคงตื่นขึ้นในอีกฝันดีหนึ่ง บางทีก็อยากรู้ว่าสายโซ่ทองของคู่เราจะคลี่คลายไปถึงที่สิ้นสุดสักเมื่อไหร่

**คุณไม่อยากเที่ยวไปกับผมแล้วหรือ? การมีกันและกันไปชั่วกาลนานคือสิ่งที่คนทั้งโลกต้องการนะ**

ฉันอยากเที่ยวกับคุณ แต่ฉันไม่อยากเกิดอย่างคนความจำเสื่อม และมีร่างที่เสื่อมลงสู่ความแก่...

ก็น่าเห็นใจนะ ตอนร่างกายพยศหนัก ๆ คงไม่มีใครคิดว่าชีวิตน่าพิสมัยสักเท่าไร

แม้แต่ความน่าพิสมัยระหว่างการอยู่ด้วยกันก็เถอะ... จะเอาอะไรเป็นหลักประกันให้ได้ใจอีก เจอแล้วจำกันได้ ไม่ต้องผ่านช่วงของการขัดใจ ช่วงของการทะเลาะเบาะแว้ง ช่วงของการลึงเลตัดสินใจเลือก ตลอดจนช่วงของการปรับตัวเข้าหากันหลังแต่งงาน แค่วิตนี้เราก็ก้าวผ่านช่วงแยะๆมาจนย้อนนึกแล้วรู้สึกว่ามันน่าเช็ด...

**ธรรมชาติต้องการให้เราลืมนกัน เรียนรู้ที่จะปรับตัวเข้าหากันใหม่ แล้วจะฝืนใจธรรมชาติไปทำไม?**



น่าจะถามว่า ‘ทำไมต้องตามใจธรรมชาติ?’ มากกว่า คุณและฉันจะต้องทนเจ็บปวดๆแอดๆ ด้วยสารพัดโรคอีกกี่ครั้ง เพียงเพื่อพบแล้วจากกันเข้าไปเข้ามาเท่านั้นหรือ?

ถ้าคุณต้องการหยุด ผมก็จะหยุดตาม! เพราะไม่มีคุณผมก็ไม่รู้จะท่องเที่ยวไกลไปทำไมตามลำพัง แต่คุณก็รู้แหละว่าแค่ ‘อยากหยุด’ มันไม่ทำให้หยุดได้ง่าย ๆหรอก

แค่เราตั้งใจร่วมกันก็ได้นี่คะ เรารู้จักความรู้สึกแสนดีแสนร้ายของการเป็นคู่แท้มามากพอจะ อืมเสียที่ไหน? เริ่มจากเวลาที่เหลือน้อยของชีวิตนี้ ใช้ความเป็นคู่แท้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด แสงทางยุติร่วมกัน!

คู่แท้

คือคู่ที่ทุกข์ร่วมกันไม่เลิก

## ❖ ตอนสุดท้ายไม่มีผู้ร้ายได้ไหม?

พระเอกคือใคร? พระเอกคือฝ่ายคิดถูก ฝ่ายทำดี ฝ่ายแก้ไขปัญหา ฝ่ายช่วยคนตกทุกข์ได้ยากให้กลับเป็นสุขสบาย ฝ่ายปกป้องคุ้มครองคนอ่อนแอกว่าตน

ตำรวจเป็นพระเอกเมื่อพิชิตโจร ถ้าโลกนี้ไม่มีโจรก็ไม่มีตำรวจ ยิ่งโจรร้ายกาจสุดฉลาดปราบยากขึ้นเท่าไร พระเอกยิ่งดูเก่งกล้าขึ้นเท่านั้น หมอเป็นพระเอกเมื่อพิชิตโรค ถ้าโลกนี้ไม่มีโรคก็ไม่มีหมอ ยิ่งคนไข้รื้อแร่ใกล้ตายหายจากโรคยากขึ้นเท่าไร พระเอกยิ่งดูอัจฉริยะขึ้นเท่านั้น

ผู้ร้ายคือใคร? ผู้ร้ายคือฝ่ายคิดผิด ฝ่ายทำชั่ว ฝ่ายสร้างสมปัญหา ฝ่ายแกล้งคนสุขสบายให้กลับตกทุกข์ได้ยาก ฝ่ายรุกรานรังแกคนไม่มีทางสู้ตนได้

โจรเป็นโจรเมื่อปล้นฆ่าข่มขืน โลกนี้ไม่จำเป็นต้องมีตำรวจก็มีโจรได้ ยิ่งคิดชั่วร้ายขึ้นเท่าไร โจรก็ยิ่งเป็นภัยได้มากขึ้นเท่านั้น โรคเป็นโรคเมื่อทำผู้คนเจ็บป่วย โลกนี้ไม่จำเป็นต้องมีหมอก็มีโรคได้ ยิ่งลุกลามรวดเร็วและแพร่ระบาดกว้างไกลเพียงใด โรคก็ยิ่งเป็นมหันตภัยกับมนุษยชาติได้หนักหนาขึ้นเท่านั้น

แต่ในใจเรา ใครเป็นศัตรูคนนั้นคือผู้ร้าย ส่วนตัวเราเอง แม้จะไม่ใช่พระเอกก็ต้องบอกว่าดีกว่าผู้ร้ายวันยังค่ำ นิสัยเข้าข้างตัวเองของมนุษย์ทำให้โลกนี้เหมือนมีแต่ผู้ร้าย หาพระเอกแทบไม่ได้เลยสักคน

เร็วๆนี้ผมได้ดูหนังเช้าเรื่อง **Children of Men** ซึ่งดัดแปลงมาจากนวนิยายที่เขียนไว้เมื่อเกือบยี่สิบปีก่อนของนักเขียนหญิงชาวอังกฤษนามว่า **ฟิลลิส โดโรธี เจมส์ (Phyllis Dorothy James)** ไอเดียของเรื่องจะเกี่ยวกับวันสิ้นเผ่าพันธุ์มนุษย์ โดยอิงหลักความจริงทาง

ธรรมชาติคือเมื่อเผ่าพันธุ์ใดจะต้องสูญพันธุ์ เพศเมียของเผ่าพันธุ์นั้นจะไม่สามารถตั้งครภภ์ได้อีก แม้ท้องก็ต้องแห้ง โดยไม่มีสิ่งใดเป็นพระเอกขี่ม้าขาวมาช่วยได้

ประเด็นของ **Children of Men** คือการตั้งคำถามว่า ‘อะไรจะเกิดขึ้น ถ้าผู้หญิงทั้งโลกตั้งท้องไม่ได้อีกเลยแม้แต่คนเดียว?’ คำตอบแรกๆที่ไม่ต้องคิดมากคือเหล่ามนุษย์ยอมรัฐชะตากรรม ว่าเผ่าพันธุ์ของตนกำลังจะต้องสิ้นสุดลงภายในเวลาไม่เกินร้อยปี

รู้อย่างนั้นแล้วจะเป็นอย่างไร? มนุษย์ควรรู้สึกอย่างไรต่อ? คำตอบอาจคลุมเครือไม่แน่นอน เพราะเรื่องสมมุติยังไม่เกิดขึ้นจริง เลยไม่ทราบว่าพอมนุษย์ตระหนักว่าพวกตนจะถูกกวาดล้างให้สิ้นไปจากโลกใบนี้ เขาจะคิดอะไร พุดอะไร และทำอะไรเป็นปฏิกิริยาตอบสนองกับความรู้ที่นั่นบ้าง

นวนิยายและภาพยนตร์อนุญาตให้คาดเดา กับทั้งแสดงภาพไปต่างๆนาๆ ซึ่งก็ปรากฏให้ชมในหนังเรื่องนี้ ยกตัวอย่างเช่นหนังบอกว่าการหวัดจะแผ่เงามืดปกคลุมไปทั่วทุกหย่อมหญ้า แทบทุกคนจะดำรงชีวิตกันแบบรู้เต็มอกว่าอีกไม่นานแล้ว พวกตนจะไม่หลงเหลืออยู่ในโลกแม้แต่คนเดียว

คนที่ไม่สำคัญ คนที่ไม่มีความหมาย ก็กลายเป็นคนสำคัญและมีความหมายขึ้นมาอย่างที่คุณจะนึกไม่ถึงภายใต้สถานการณ์ปกติ เช่นแทนการใส่ใจบันทึกสถิติผู้มีอายุสูงสุดกันเหมือนทุกวันนี้ พวกเราก็จะพากันให้คำกับมนุษย์อายุน้อยที่สุดแทน

ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น? เราจะทราบคำตอบตั้งแต่ต้น เพราะฉากแรกของหนังประเดิมด้วยข่าวใหญ่ เด็กอายุน้อยที่สุดในโลกถึงแก่ความตาย ทุกหนทุกแห่งเต็มไปด้วยความเศร้าสลดหดหู่ แทบจะไม่เป็นอันทำงานกัน ด้วยความรู้สึกว่าเด็กที่เกิดในช่วงท้ายๆ สมควรมียุ้ยย่นยาวไปเป็นตัวแทนมนุษยชาติได้นานกว่าใครๆ ถ้ากลับต้องมาตายทั้งยังเป็นวัยรุ่น ก็ยอมกระทบความรู้สึก ซ้ำเติมความโศกเศร้าให้กับมวลมนุษย์ที่มีอยู่แล้วให้หนักขึ้นกว่าเดิม

การจบชีวิตต่างๆของตัวละครต่างๆ อาจสร้างความรู้สึกให้กับคุณได้สักวูบหนึ่ง ว่าท้ายสุดของชีวิตไม่มีใครเป็นผู้ร้ายเลยสักคน ก็แค่เคราะห์ร้ายต้องตกมาอยู่ภายใต้ชะตากรรมบีบคั้นเหมือนกัน...

ตัวหนังมีความโดดเด่นในตนเอง นอกจากแง่คิดที่กระตุ้นความรักเผ่าพันธุ์มนุษย์ได้อย่างเป็นจริงเป็นจังแล้ว ยังถ่ายทอดด้วยฝีมือชั้นอ่อง หลายฉากสงครามเป็นแบบซื่อตเดียวยาวๆ เห็นต้นเห็นปลายตลอดสายไม่มีการตัดต่อ จงใจให้คุณรู้สึกราวกับเข้าสู่สถานการณ์ระทึกด้วยตนเอง นักวิจารณ์ ๙๐% พร้อมใจกันยกนิ้วให้ว่าเป็นหนังครบรส นับว่ารับกล่องกันยิ้มแฉ่งฉีก เสียตายก็แต่ว่าหนังทำเงินไม่คุ้มทุน เพราะไม่สนองความต้องการของตลาดใหญ่เอาเลย

ผมรู้สึกที่ **Children of Men** เป็นหนังที่ดีที่สุดเรื่องหนึ่งเท่าที่เคยดูมา เพราะครบเครื่องทั้งความน่าติดตามของเนื้อหา ทั้งความสมจริงของภาพเสียง และทั้งความเก่งของนักแสดง ทุกคนไม่ว่าตัวหลักหรือตัวประกอบ นอกจากนั้นยังกระตุ้นให้คิด ยั่วแหย่ให้อยากช่วยออกความเห็นแตกต่างจากหนังทั่วไปที่ดูจบอารมณ์ก็จบ

หากคุณดูอาจเห็นแง่มุมต่างๆหลากหลาย สำหรับผมจะเห็นว่าเรื่องนี้มีผู้ร้ายอยู่สองคน คนหนึ่งคือมนุษย์ อีกคนหนึ่งคือธรรมชาติ

เมื่อคนใจร้ายกับคน เช่นฆ่าหรือไม่ให้ความช่วยเหลือกัน ก็กลายเป็นผู้ร้ายให้ต้องรบรา ต่อต้านกัน แต่ถ้าธรรมชาติใจร้ายกับเรา เช่นฆ่าเราโดยปราศจากความปรานีปราศรัย เราก็ได้แต่คอย ตก และเริ่มรู้ตัวว่าไม่มีใครเป็นพระเอกได้จริงสักราย จะเก่งหรือฉลาดปราดเปรื่องแค่ไหน ก็ยังต้อง งงเซ่อมืออ่อนเท้าอ่อนอยู่ดี ลงถ้าธรรมชาติเขาตั้งใจเอาจริง ปิดทางสู้ทุกประตูจริงๆ ใครหน้าไหนจะ ลุกขึ้นหือต่อกรกับธรรมชาติได้

นั่นทำให้ฉันคิดว่าบางทีเราอุปโลกน์ให้บางคนเป็นผู้ร้ายทั้งที่เขาไม่ได้ร้ายอะไร ก็แค่มีความ เชื่อหรือความเห็นที่แตกต่างจากเรา เราพร้อมจะยึดเยียดให้คนอื่นเป็นผู้ร้ายเพื่อให้ตัวเราเอง กลายเป็นพระเอกเท่านั้น โดยเฉพาะเมื่อต้องโต้เถียงกันเรื่องความเชื่อ คนคิดไม่เหมือนเรามักเจอ ข้อหาเป็นอันตรายต่อโลก ต่อศาสนา ต่อระบอบการปกครอง และต่อมวลมนุษยชาติเสมอ

คนธรรมดาทั่วไปที่ไม่ใช่โจรโจนนะครับ เป็นพระเอกในบางครั้ง พลัดพลั้งเป็นผู้ร้ายในบาง คราวกันหมดแหละ ความต่างอาจอยู่ที่ว่าใครเป็นผู้ร้ายแล้วสำนักผิดแค่ไหน ยังย่ำคิดย่ำทำแบบ ผู้ร้ายไปเรื่อยๆได้สักกี่น้ำ

ทางพุทธซึ่งมุ่งพูดถึงโลกความจริงตามธรรมชาติ มองว่าตอนสุดท้ายมีแต่ผู้เคราะห์ร้าย เหมือนกันหมด คือตายอย่างไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ตายอย่างไม่เข้าใจว่ามีเหตุผลใดชีวิตถึงต้อง เกิดขึ้นแล้วดับลง

ในความรู้ เมื่อลองถามเข้าไปในส่วนลึกที่สุดของจิตตัวเองดู บางทีคุณอาจเกิดสัมผัส ความเป็นความเป็นชีวิตนี้มากขึ้น ทำไมเราถึงกลัวการดับสูญของเผ่าพันธุ์มนุษย์ ทำไมเราจึงเห็น การดับสูญของเผ่าพันธุ์มนุษย์เป็นเรื่องใหญ่กว่าความตายของตัวเอง?

คำตอบเรียบง่ายแต่เห็นจริงยาก... เพราะเราอาจกลัวการหมดโอกาสกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ อีก และนั่นอาจหมายถึงการต้องซัดเซพเนจรไปรวมพวกรวมเหล่ากับสัตว์ที่ขาดอารยธรรม โลกนี้ ช่างดูไร้ความหมายเสียจริงๆ เมื่อปราศจากโอกาสเรียนรู้และทำความเข้าใจกับสาระของการเกิด ตาย

ทุกคนรู้ตัว

ว่าเคยเป็นผู้ร้าย

แต่แทบไม่มีใครรู้ตัว

ว่ากำลังเป็นผู้เคราะห์ร้าย