

เห็นถูก รู้แจ้ง ๒

หากเราสร้างเหตุในการอ่าน
ตั้งแต่หน้าแรกไม่มีหยุด ...
หน้าสุดท้ายต้องมาถึงแน่
โดยไม่ขึ้นกับเจตนาของผู้อ่าน
ว่าอยากจะให้ถึงหรือไม่อยากให้ถึง

อ.ประเสริฐ อุทัยเฉลิม



เห็นถูก รู้แจ้ง ๒
อาจารย์ประเสริฐ อุทัยเฉลิม



หนังสือดีลำดับที่ ๒๐๑

จำนวนพิมพ์ ๕,๐๐๐ เล่ม
มกราคม ๒๕๕๖

ชมรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง
จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐ โทรศัพท์ ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓

ภาพประกอบ

สุชัย ปรีชาธร

ศิลปกรรม

ศิริส วัชรสุขจิตกร

แยกสี

แคนนา กราฟฟิค โทร ๐๘๖-๓๑๔-๓๖๕๑

พิมพ์ที่

บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด
โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๐-๓

สัพพทานัง ชัมมทานัง ชินาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

www.kanlayanatam.com

www.suanyindee.net



คำนิยาม

หนังสือเล่มนี้จะแปลกหน้าย่อคือคำนิยามไม่ได้เขียนนิยามคนเขียน แต่ผู้เขียนนิยามคนทำหนังสือ

หนังสือเห็นถูก รู้แจ้ง ตั้งแต่เล่ม ๑-๓ นั้น จะไม่สามารถออกมาสู่สายตาผู้คนได้เลย

ถ้าไม่มีผู้ที่ดีริจัดทำเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้คน

ซึ่งหม่อจุ่ม ประธานชมรมกัลยาณธรรมและทุกท่านที่เกี่ยวข้อง

ซึ่งคงยากที่จะเอ่ยชื่อทั้งหมดในที่นี้ ทั้งตรวจรูป ทั้งถ่ายรูป และอื่น ๆ อีก

ที่ช่วยกันผลักดันให้หนังสือทั้ง ๓ เล่มออกมาได้

งานของชมรมกัลยาณธรรมเป็นงานที่หนักมีการประสานกับหลายคนหลายฝ่าย ทั้งภายในชมรมเองและภายนอกจึงทำให้เกิดแรงเสียดทานได้ตลอดเวลา

ซึ่งอาจนำมาซึ่งความเหน็ดเหนื่อยอ่อนแรงและท้อได้ในบางครั้ง

และข้อความนี้เป็นข้อความให้กำลังใจหมอบจุ่ม และถือเป็นการให้กำลังใจผู้ที่ทำงานเพื่อผู้คน ด้วยการอุทิศตนทุกคนในกัลยาณธรรมด้วย

“ทำดีเพื่อผู้อื่นให้ดีที่สุด พวกท่านไม่ใช่เนื้อตัวเล็ก ๆ หรอกช่วยคนได้เยอะ ชมรมกัลยาณธรรมมีสมาชิกผู้คนเข้ามาร่วมทางเดินมากแล้ว

จงใช้สิ่งนี้ได้มา ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

The Great Power comes with the Great Responsibility.

พลังอันยิ่งใหญ่ที่ได้มา มาพร้อมกับความรับผิดชอบอัน
ยิ่งใหญ่ต่อเพื่อนมนุษย์

วางตัวตนของเราลง แล้วอุทิศตนให้กับโลก แล้วยกความดี
ทั้งหมดให้โลกไปเลย

ความสุข สงบเย็น จะบังเกิดมีขึ้นอย่างแน่นอน”

ขออนุโมทนากับชาวภัลยาณธรรมและสมาชิกทุก ๆ ท่าน

ประเสริฐ อุทัยเฉลิม

สวนยินดีธรรม สุราษฎร์ธานี

www.suanyindee.net



คำนำ

ชมรมกัลยาณธรรม

ตลอดเส้นทางสายธรรมนี้ไม่เคยเจียบเหงา พระบรมศาสดา สัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบุกเบิกกรุยทางไว้ ๒๕๐๐ กว่าปีผ่านไป รอยพระบาทยังคงไม่จางหายไปกับกาลเวลา ด้วยอานุภาพแห่งธรรม ที่มีผู้ผ่านพ้นทุกข้ออย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ผู้เข้าถึงธรรมในระดับต่าง ๆ ยังคงมีอยู่ถึงกาลปัจจุบัน เป็นประจักษ์พยานเชื่อเชิญให้ทุกท่านมา พิสูจน์สังฆธรรมด้วยใจตัวเอง

พระพุทธองค์เคยตรัสถึงความปรากฏสิ่งที่หาได้ยากในโลก ๕ ประการไว้ในสารานทพสูตร อันประกอบด้วย ความปรากฏแห่งตถาคต อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ๑ บุคคลผู้แสดงธรรมวินัยที่ตถาคต ประกาศแล้ว (ผู้สอนธรรม) ๑ บุคคลผู้รู้แจ้ง (เข้าใจ, เข้าถึง) ธรรมวินัยที่ตถาคตประกาศแล้ว ๑ บุคคลผู้รู้แจ้งธรรมวินัยที่ตถาคต ประกาศแล้ว ซึ่งผู้อื่นแสดงให้ฟังแล้วปฏิบัติธรรม สมควรแก่ธรรม

(คนที่ได้ฟังคำสอนแล้วทำตามคำสอนอย่างจริงจัง) ๑ กัตถัญญกตเวทียุค ๑ (คนที่รู้จักบุญคุณคนอื่นแล้วตอบแทน) ท่านที่รู้ธรรมแล้วย่อมจะซาบซึ้งในคุณค่า มีความกตัญญูต่อธรรม และอุทิศชีวิตเพื่อช่วยผู้อื่น ครูบาอาจารย์จึงพยายามชี้ทางให้เราเสมอ แม้จะเหนื่อยยากเพียงไรและแม้เราจะอ่อนด้อยเพียงไร

ชมรมกัลยาณธรรมขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ประเสริฐ อุทัยเฉลิม ที่ให้โอกาสพวกเราได้ตอบแทนความเสียสละของท่าน แม้จะเหนื่อยยากเพียงไร อาจารย์ก็ยังคงอาจหาญ สงบ มุ่งมั่น ไม่ท้อถอยที่จะทำหน้าที่ชี้ทางธรรม ทำเพื่อคนอื่น ทำเพื่อสังคม ขอเป็น “ผู้ให้” จนกว่าลมหายใจสุดท้าย

ท่านเคยกล่าวไว้ว่าฮีโร่ของท่านคือ “พระองค์คุณสิริมาล” จึงไม่แปลกใจที่ลีลาการสอนธรรมของท่านจะเจ็บ ๆ คัน ๆ แสบ ๆ สะดุ้ง ๆ อย่างรู้ทันลีลาสารพัดกิเลสในยุคนั้น ชาวบ้านให้เรารู้จักตัวเองและพฤติกรรมของตัวเอง เหมือนอาจารย์เข้ามานั่งอยู่ในใจ เพื่อจะชี้ให้เราเห็นขยะปฏิกูลในใจของเรา ดังที่ท่านกล่าวว่า “หมอที่ดีต้องพูดความจริงกับคนไข้” หลายเรื่องที่คุณเคย สะท้อนสภาพสังคม เช่น เรื่องมหาอุทกภัย หลายเรื่องอ่านแล้วประทับใจ เช่น เรื่องของยายยิ้ม อยากจะเปรียบหนังสือของอาจารย์ เหมือนข้าวสวยร้อน ๆ กับน้ำพริก

ปลาทุ มีผักสด ๆ ที่เด็ดจากริมรั้ว พอเคี้ยวแล้วได้ทั้งความสด ความ
แซ่บ สะอาด และเอร็ดอร่อยอย่างมีคุณค่าโภชนาการทางใจอย่างยิ่ง
สิ่งสำคัญคืออาหารทางปัญญาரசเลิศที่ท่านกลั่นจากใจที่ออกเดินทาง
ไกลไประดับหนึ่งแล้ว หยิบเรื่องราวใกล้ตัว มากลั่นกรองเป็นคำชู
คำปลอบ คำเตือน และชวนให้ฉุกคิด ด้วยวิธีการสอนและลีลาการ
เขียนระดับ best seller ที่ปากกาคม ยากจะหาใครมีความสามารถ
เทียบได้ อ่านหลาย ๆ เรื่องแล้วก็ทิ้ง ว่า .."อาจารย์คิดได้ไงเนี่ย"

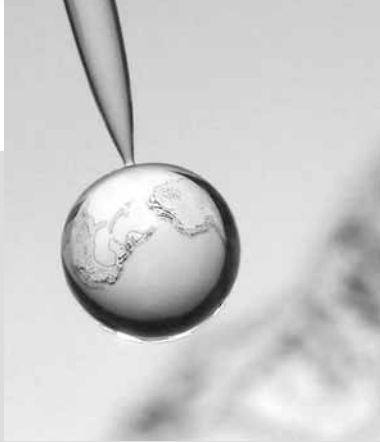
หากความเสียสละ ตรากตรำ เหนื่อยยากของอาจารย์ และ
การสานต่อธรรมทานของชมรมกัลยาณธรรม จะทำให้ใครสักคน มอง
เห็นตัวเองชัดขึ้น และมุ่งมั่นเดินตามมรรคอย่างไม่รีงรอ ไม่ท้อแท้
ไม่สงสัยและไม่ประมาท ..แค่นี้ อาจารย์ของเราก็คงจะยิ้มชื่นใจ และ
มีกำลังใจไม่น้อย

ไปกัน...เดินหน้ากันต่อไปเถอะ พวกเรา ก่อนที่รอยพระบาท
จะลบเลือน

กราบขอบพระคุณและอนุโมทนาทุกท่าน

ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ

ประธานชมรมกัลยาณธรรม



สารบัญ

ทุกข์เกิดตอนคิด (ปรุงแต่ง)	หน้า	๒๐
ผิดก็ทุกข์ ถูกก็ทุกข์	หน้า	๒๕
คิด ปรุงแต่ง ทุกข์	หน้า	๒๘
สาเหตุ ๕ ประการ ที่ทำให้ฟังธรรมไม่รู้เรื่อง	หน้า	๓๑
ภัยพิบัติ ไม่ได้อยู่ที่เหตุการณ์ภายนอก		
ภัยพิบัติจากจิตใจไปทุกข์เอง	หน้า	๓๓
เราฝึกปล่อยวาง...ไม่ใช่ปล่อยปละละเลย	หน้า	๓๕
ทำไมต้องเนกขัมมะ ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน		
อย่างธรรมชาติของเราไม่ได้เหวอ	หน้า	๓๗
ระหว่างพຽນนี้กับชาติหน้า อะไรมาถึงก่อน	หน้า	๓๙
เล่นบาร์บีด้วยจิตว่าง	หน้า	๔๑
มีก้าชໄໝ່ เพราะพຽນบໍ່ມ່ນເນ່	หน้า	๔๕
จดหมายจากเด็กคนหนึ่ง ที่เรียกน้ำตาของครูพี่เลี้ยง	หน้า	๕๕

รู้ลม...ทางเดินสู่พระนิพพาน	หน้า	๕๗
ผ้าปูที่นอนแสนรัก	หน้า	๖๓
ธรรมชาติจากหลวงปู่แบน	หน้า	๖๕
ละอกุศลแล้วจะโชคดี	หน้า	๖๘
กาลเวลากัดกินเราเพราะเรายึดมันไว้	หน้า	๗๐
ยายยิ้ม ผู้ที่นักปฏิบัติต้องคารวะ	หน้า	๗๓
Transformers	หน้า	๘๕
เมื่อไฟแดง	หน้า	๙๐
อย่าเป็นปรตเฝ้าเหตุเฝ้าผล (คำหลวงปู่หล้า)	หน้า	๙๔
ทางเลื่อนในสนามบินสุวรรณภูมิ	หน้า	๙๗
จะไปเที่ยวแล้ว	หน้า	๙๙
ปลวกขึ้นบ้าน	หน้า	๑๐๑
รถมีไหม?	หน้า	๑๐๕
สังสารเต็กทุกคน	หน้า	๑๐๗
ไต่กับพระอาทิตย์	หน้า	๑๑๒
ออกจากกามแบบอยู่กับกาม	หน้า	๑๑๕

ประทับใจเด็กญี่ปุ่น	หน้า ๑๑๘
Real Time	หน้า ๑๒๒
ทุกอย่างว่างจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน	หน้า ๑๒๖
น้ำแก้มเราหรือ?	หน้า ๑๓๑
กูว่าแล้ว	หน้า ๑๓๓
อยู่กับน้ำ ต้องเป็นน้ำ	หน้า ๑๓๕
น้ำราดมด	หน้า ๑๓๗
อย่าทิ้งธรรมยามน้ำท่วม	หน้า ๑๔๐
ภัยพิบัติ ๒๐๑๒	หน้า ๑๔๒
ประมาท	หน้า ๑๔๖
หึ่ง! กับน้ำท่วมบ้าน	หน้า ๑๔๘
ทำไมมหาบุรุษจึงมีพระสิริโฉมงดงาม	หน้า ๑๕๒
เราจะยิ้มให้กำลังใจทุกคน	หน้า ๑๕๔
จิตอาสาปีหนึ่งทำกี่ที	หน้า ๑๕๗
กลัวภัยพิบัติ กลัวตาย	หน้า ๑๖๑
ความลำบาก ต้องทุกข์หรือ	หน้า ๑๖๔



เกริ่นนำ

ตอนที่ฉันยังเด็ก เวลานั่งรถไปไหนมาไหนกับพ่อ ระหว่างที่
ขับรถไป พ่อจะคอยเล่าเรื่องต่าง ๆ ให้ฟังไปด้วยเสมอ เล่าเกร็ด
เล็กเกร็ดน้อย เล่าข่าว เล่าถึงความเป็นไปในโลกใบนี้ให้ฟัง เล่า
เรื่องยาก ๆ โดยอธิบายให้มันเข้าใจง่าย ๆ บางครั้งตอนจบเรื่อง
พ่อก็จะถามว่าฉันคิดอย่างไรกับเรื่องนี้ ฉันก็เหมือนเด็กทั่ว ๆ ไป
ที่ตอบออกไปอย่างที่คิด ถูกบ้างผิดบ้าง เข้าข้างตัวเองบ้างคนอื่นบ้าง
จะตอบอะไรออกไปบ้างนั้นฉันก็ไม่ค่อยจะได้แล้ว แต่อย่างหนึ่ง
ที่จำได้แม่นก็คือ...

“ลูกรู้ไหม ทำไมพ่อถึงเล่าเรื่องพวกนี้ให้ฟัง”

ตอนนั้นรถติดอยู่ รู่ ๆ พ่อก็หันมาถามฉันแบบนี้
ว่าแต่ฉันตอบหรือใช้เวลาคิดมากไปหน่อยก็มีอาจทำได้ แต่
ฉันจำคำต่อไปของพ่อได้

“เพราะพ่ออยากให้ลูกคิดเองได้ จริง ๆ แค่ออกคำตอบไป
เลยพ่อก็ทำได้ แต่ในอนาคตภายหน้า สักวันหนึ่งที่พ่อไม่อยู่บน
โลกใบนี้แล้ว พ่ออยากให้ลูกคิดเป็น วิเคราะห์เป็น แล้วก็เอาตัว
รอดอยู่ในโลกนี้ได้”

ตอนนั้นฉันก็ได้แค่ อืม อืมม แต่ตอนนั้นคำพูดนี้มันกระทบ
ใจเข้าอย่างจัง ตอนนั้นที่ฉันเริ่มโตเป็นผู้ใหญ่แล้ว มีอิสระในการใช้
ชีวิต ตัดสินใจให้ตัวเองในทุก ๆ เรื่อง ฉันรู้ซึ่งแล้วว่าพ่อหมายถึง
อะไร

“ล้มมาทฤษฎี เปลี่ยนการดำเนินชีวิต และทั้งชีวิตของเราได้”

ถึงตอนนั้นพ่อจะยังเป็นนักธุรกิจอยู่ก็ตาม (ตอนนั้นสิ่งที่พ่อทำ
ไม่ใช่ “ธุรกิจ” อีกแล้ว แต่คือธรรมะ เป็น**นักธรรมกิจ**) แต่ฉันคิดว่า
หัวใจของพ่อที่ต้องการจะสอนให้ลูกคิดเป็นและมีความสุขในชีวิตได้
ไม่ได้ต่างไปจากตอนนั้นเลย

หากเราคิดเป็น มีแนวคิดที่ถูกต้อง อย่างอื่นที่ดี ๆ ก็จะเกิดตามมาเอง เพราะถึงจะเกิดเรื่องเลวร้ายขนาดไหน แนวคิดของเราก็จะทำให้เรามองในมุมที่ดีกว่า และอาจจะยับยั้งการกระทำที่เราไม่ทันคิดไว้อีกด้วย (ถ้าสติมาทัน)

เรื่องราวต่าง ๆ ในหนังสือเล่มนี้ ให้ความรู้สึกเหมือนตอนที่พ่อสอน หากท่านเปิดใจให้กว้างพอ อาจจะได้มุมมอง แนวคิด การกระทำใหม่ ๆ ที่ท่านไม่เคยเห็นไม่เคยทำมาก่อนเลยก็เป็นได้ และยิ่งท่านได้นำไปใช้ในชีวิตประจำวันจริง ๆ แล้ว สิ่งที่พ่อสอนก็คงไม่สูญเปล่าแล้ว

ขออนุโมทนาแก่ทุกท่าน

รัชชิตา อุทัยเฉลิม

บรรณาธิการ



จดหมาย จากอาจารย์ประเสริฐ

วันนี้เป็นวันคล้ายวันเกิดของหลวงพ่อกับผมเพิ่งปิดคอร์สที่แพร่ จึงไม่ได้มีโอกาสไปร่วมงานในปีนี้นี้ ผมสำนึกในบุญคุณที่หลวงพ่อสอนสั่งมาโดยตลอด หลวงพ่อทำให้พระธรรมคำสอนของพระบรมศาสดาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นจริงขึ้นมา แม้เวลาล่วงไป ๒,๖๐๐ ปี แล้วก็ตาม ทำให้ผมและผู้คนที่เกิดความมั่นใจว่าหนทางแห่งการพ้นทุกข์จนถึงที่สุดนั้น ยังมีอยู่จริง ไม่เคยเปลี่ยนไปตามกาล หลวงพ่อเป็นหลักชัยให้นักปฏิบัติทั้งหลาย มุ่งมั่นเดินตามทางอันมีอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นแนวทางอย่างอาจหาญ ไม่ย่อท้อ เพื่อถึงสิ่งที่ยังไม่ถึง เพื่อให้บรรลุสิ่งที่ยังไม่บรรลุ ด้วยการเอาชีวิตเข้าแลก

ทุกครั้งที่กราบนิมนต์หลวงพ่อบุไปแสดงธรรม ไม่ว่าจะที่ไหน ไม่ว่าจะกับใคร ไม่ว่าจะช่วงนั้นหลวงพ่อบุจะเจ็บป่วยอยู่หรือไม่ หลวงพ่อบุไม่เคยปฏิเสธเลย แม้ล่าสุด ที่จะนิมนต์หลวงพ่อบุไปบรรยายให้คนเพียง ๔๐ คนฟัง ซึ่งเป็นผู้ตั้งใจปฏิบัติ การนิมนต์หลวงพ่อบุไปบรรยาย แม้เป็นการไปบรรยายเพียงคืนเดียว หลวงพ่อบุไม่เคยต้องคิด ถามเพียงว่า “เมื่อไหร่..ได้ หลวงพ่อบุว่า” แต่คำตอบสั้น ๆ นั้นมันหมายถึงว่า หลวงพ่อบุต้องตื่นแต่เช้ามีด เก็บข้าวของเดินทางจากเขา นั่งรถไปหาดใหญ่ นั่งเครื่องไปกรุงเทพ เดินทางไปปทุมธานี บรรยายเสร็จเช้าเดินทางกลับไปสนามบิน ต่อไปยังหาดใหญ่ นั่งรถกลับไปพัทลุง แล้วเดินขึ้นเขากลับวัด นั่นเป็นสิ่งที่ประทับใจศิษย์ทุกคนอย่างไม่มีวันลืม เพราะหลวงพ่อบุแสดงให้เห็นว่า พระธรรมสำคัญที่สุด ที่ทุกคนต้องรักษาไว้

คำสอนสั้น ๆ ของหลวงพ่อบุที่กินใจ บันทึกไว้ในใจของลูกศิษย์ทั้งหลายอย่างไม่มีวันลืมเลือน อาทิเช่น “ทำไมไม่เอาของเน่าไปแลกของดีล่ะ ภายของเรานั้นเน่าอยู่แล้ว เราตายแน่ ภายเรานั้นเน่าแน่นอน ทำไมไม่เอาของเน่าไปแลกสิ่งประเสริฐที่พระพุทธเจ้าให้ไว้”

เวลาที่ผมเดินทางประกาศธรรมในฐานะสาวก ไม่ว่าที่แห่งไหน ไหน ไม่ว่าผู้ฟังจะเป็นใคร ไม่ว่าจะลำบากเหนื่อยยากเพียงใด หลวงพ่อถามว่า “เหนื่อยไหม?” ผมตอบว่า “เหนื่อยครับ” หลวงพ่อจะให้กำลังใจว่า “ให้หายใจในปี่นะ” ผมน้อมรับและจดจำมาจนถึงวันนี้ คนทั่วไปเขาเหนื่อยเขาไปเที่ยวกัน เขาไปพักผ่อนกัน แต่เราเหมือนคนเป่าปี่ จะไม่สามารถวางปี่ลงได้ เราต้องอาศัยหายใจพักผ่อนไปในขณะที่กำลังเป่าปี่นะ

“จงมีชีวิตเพื่อผู้อื่น” เมื่อนั้นตัวตนเราจะสลายไป ความเห็นแก่ตัวจะไม่มี จะเห็นสรรพสิ่งเป็นอนัตตา จำไว้นะ หน้าที่ของเราให้ทำอย่างนี้ไปจนตาย ไม่มีใครดูแลก็ให้มันตายไปเลย ทำให้กับโลกอย่างเดียว พระพุทธเจ้าตรัสว่า การบรรลुरुธรรมสามารถเกิดขึ้นได้จากการแสดงธรรม

คำสอนทรงคุณค่าที่เปลี่ยนชีวิตผม คือคำที่หลวงพ่อกัณเฑียรธรรมนำไปด้วยกันคือ “เห็นใหม่ว่าตาไม่ใช่เรา” จากวันนั้น ผมจึงได้เห็นและเข้าใจ เป็นที่มาของความเข้าถึงความจริงอันยิ่งใหญ่

คำของพระพุทธเจ้าที่สั่งสอนสาวกเป็นอันมากและสั่งสอน
มาโดยตลอด คือคำว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นไม่เป็นเรา นั่นไม่ใช่อัตตาของเรา

นั่นคือสิ่งที่ผู้คนไม่เข้าใจ ในคำสอนที่กระชับแสนสั้นของ
หลวงพ่อกับที่พร่ำสอนศิษย์มาตลอด ให้ภาวนาว่า “ไม่ใช่กู” เพราะ
คำว่าไม่ใช่กูนี้ คือการย่อทั้ง ๓ ประโยค ที่พระพุทธเจ้าตรัสแก่
สาวกนั้น เข้ามาสู่คำ ๆ เดียว เพราะว่าเมื่อใครได้เข้าใจคำนี้ จนถึง
ที่สุดว่า แม้จิตใจเองก็ไม่ใช่ “กู” เมื่อนั้นจะถึงที่สุดแห่งทุกข์ หลุด
พ้นไป

กราบแทบเท้าหลวงพ่อด้วยใจเคารพอันหาที่สุดมิได้

ประเสริฐ อุทัยเฉลิม

สวนยินดีธรรม สุราษฎร์ธานี

www.suanyindee.net

๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๕๕





ทุกข์เกิดตอนคิด (ปรุงแต่ง)

เขียนเมื่อวันที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

วันนี้พวกเราที่เป็นทุกข์กันอยู่ ลังเกตดูเถอะ มันเกิดได้แต่ตอนคิด

ผมจะยกตัวอย่างให้ฟัง วันก่อนผมขับรถไปธุระ แล้วอยู่ดี ๆ ตอนผมเบรก มอเตอร์ไซค์ก็ชนโครมเข้าที่ท้ายรถผม ผมก็ขับต่อไป คนที่ไปด้วยกันก็ถามว่า ไม่หยุดลงไปดูหรือ ผมก็ตอบ ไม่เป็นไรหรอก เพราะถึงจอดลงไปดู ก็ต้องบอกกับมอเตอร์ไซค์ว่า “ไปเถอะ” อยู่ดี เสียเวลาและรถติดเปล่า ๆ

จากนั้นผมเข้าปั้ม จอดเติมน้ำมัน จึงเห็นว่ารถถูกชนแบบ กั้นชนเหล็ก ไฟแตกเลย คนที่ไปด้วยกันก็ถามว่า เห็นแล้วรู้สึกอย่างไร ก็รู้สึกว่ามันเสียหาย แต่ที่แน่ ๆ มันไม่ทุกข์ ก็เห็นเพียงว่าเพราะ มีเหตุ ผลจึงเกิด ไม่ได้รู้สึกหวั่นไหวอะไร คนที่ไปด้วยกันก็พูด ต่อว่ามอเตอร์ไซค์ผิดนะเพราะเขาชนท้าย ผมตอบว่า ใช้ในทาง กฎหมายนะเขาผิด แต่ในความเป็นจริงมันก็เพียงเราเบรกทัน แต่ เขาเบรกไม่ทัน เขาถึงชน คนที่ไปด้วยกันก็ยังคงแสดงความคิดเห็นว่าแต่อย่างไรเขาก็ผิดและไฟเราก็แตกด้วย ผมก็ตอบว่า เพราะ เราเบรกทัน แต่เขาเบรกแล้ว แต่เขาเบรกไม่ทัน รถเราเสียเราก็ ช่อมไป รถมอเตอร์ไซค์เขาก็คงเสียเยอะเหมือนกัน แล้วถ้าไม่มี เงินช่อมล่ะ? ก็รอจนมีเงินแล้วค่อยช่อม ใช้ไปก่อนก็ได้ ก็มัน ยังวิ่งได้นี้ กั้นชนแตก ใจไม่ได้แตก ที่ทนไม่ไหวเพราะใจมัน แตกไปด้วย แต่หากกรณีให้เห็นควรต้องเรียกร้องค่าเสียหายก็ทำได้นี้ กฎหมายก็ช่วยดูแลอยู่แล้ว ไม่เห็นมีอะไรต้องทุกข์ร้อนเลย

หลังจากนั้นก็เดินทางกันต่อ ลักพักผมจึงถามว่า ก่อนถูก ชน เราก็นั่งรถกันมาสบายดี คุยกันเป็นปรกติ ขณะนี้เราก็คุย กันตามปรกติ ก่อนมาไฟไม่แตก ขากลับไฟแตก แต่เห็นใหม่

มันไม่มีผลกับเราเลย ถ้าใจเราไม่ไปคิดถึงมัน เมื่อเราหวนคิดถึง
 กันชนแตก กันชนมันจะแตกทันที กันชนจะแตกก็เฉพาะเราคิด
 นั่นล่ะ แต่มันแตกจริง ๆ นะ ไข่ที่มันแตกนั้นนะอยู่ข้างนอก ไม่
 ได้เกี่ยวอะไรกับเรา **แต่เมื่อไหร่มันแตกในใจเรา เราทุกข์เลยเห็น
 ไหม นี่คือวิธีศึกษาด้วยการปฏิบัติ**

จากนั้นสิ่งที่จะต้องเกิดปัญญาให้ได้ต่อไปก็คือ **ไม่คิด-ไม่ทุกข์
 พอคิด-แล้วทุกข์** นี่ยังไม่เป็นวิปัสสนาหรอก แต่ก็ยังเป็นพื้นฐานของ
 สมณะที่สามารถทำให้ทุกข์ลดลงได้ระดับหนึ่งทีเดียว แต่มันยังไม่
 ถาวร จากนั้นหากเกิดการรู้แจ้งจริง ถึงคิดก็ต้องไม่ทุกข์ นั่นล่ะถึง
 จะของจริง แล้วจะเดินไปสู่จุดนั้นได้อย่างไร?

ลองหันไปดูต้นไม้ที่อยู่ข้างทางสิ มีทั้งที่สวยสดงดงาม เจริญ
 งอกงามดี และประเภทที่ถูกแมลงกัดกิน รวมถึงที่ล้มตายเพราะ
 หมดอายุขัย เราทุกข์ไปกับมันไหม คำตอบคือไม่ ทำไม? เพราะ
 มันไม่เกี่ยวอะไรกับเรา นั่นล่ะที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า นั่นไม่ใช่ของเรา
 นั่นไม่ใช่เรา นั่นไม่ใช่อัตตาของเรา นี่คือสัจจธรรมความจริง แต่
เมื่อเรามีความเห็นผิดที่สั่งสมมา เพราะเราไปยึดถือว่าจิตมีตัวตน

จิตจึงไปยึดถือว่าฉันท์ ๕ ที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เพราะมีเหตุ
ปัจจัยมาเป็นของเรา เมื่อฉันท์ ๕ ไปมีปฏิสัมพันธ์กับอะไรหรือ
กับใคร จิตจะยึดว่านั่นเป็นของเราในใจไปด้วยโดยอัตโนมัติไม่
ต้องสั่งเลย ความคิดทั้งหลายนั้นเรียกว่า สังขาร การปรุงแต่ง
ถ้าลำพังสังขารที่เป็นความคิดนั้นไม่ถูกปรุงแต่ง เราก็ไม่ทุกข์หรอก
แต่พอถูกปรุงแต่งขึ้นมา เราทุกข์เลย

ถูกปรุงแต่งอย่างไรจึงทุกข์?

ก็ถูกปรุงแต่งว่านั่นเป็นของเรา นั่นเป็นเรา นี่ละจึงทุกข์ ขับ
รถผ่านรถที่เกิดอุบัติเหตุบนถนน เราทุกข์ไหม ไม่ อาจจะเห็นใจ
บ้างเล็กน้อย แต่ไม่ได้ไปทุกข์กับเขาด้วย ถูกไหม เพราะมัน
ไม่ยึดเป็นของเรา แต่พอรถเรา กั้นชนเรา ไฟท้ายของเรา นั่นทุกข์
ทันที เราไม่ได้ไปคิดเอามันไม่ใช่ของเรา แล้วจะหายทุกข์ เพราะ
หากให้ใครลองคิดดูก็จะพบความจริงว่าทุกข์ไม่ได้หายไปเพราะ
เราจะเถียงเองว่ามันเป็นรถเรานี่ ก็เราซื้อมา เราผ่อนมันมา คนไม่
เข้าใจจึงนึกว่า นี่คือปรัชญาหรือทฤษฎีที่ปฏิบัติไม่ได้จริงหรือต้อง
ฝึกคิดให้ได้

ที่พูดมาทั้งหมดมันเป็นเรื่องของจิต ต้องเกิดความรู้แจ้งขึ้นมาจากการสั่งสมความเห็นถูกคือสัมมาทิฏฐิให้มากให้บ่อย จนรู้แจ้งขึ้นมาจริง ๆ วันหนึ่งจิตจะเห็นว่าทุกอย่างเป็นธรรมชาติ ที่มีเหตุก็เกิด หมดยุติดับ และจุดหมายปลายทางที่จะถึงที่สุดแห่งทุกข์จริง ๆ คือเหตุเกิดของสรรพทุกข์ที่เกิดในใจของเรา คืออวิชชา **เมื่อดับเหตุเกิดคืออวิชชาได้ จะหมดเชื้อแห่งทุกข์ หยุดการปรุงแต่งทั้งความทุกข์จากคิดที่เป็นระดับหางแถว จนถึงการปรุงแต่งองค์ประกอบแห่งการปรากฏขึ้นแห่งขั้นนั้น นั่นละ จะถึงที่สุด ทุกอย่างเดินไปตามมรรค ก็จะมีรู้แจ้งขึ้นได้ในแต่ละระดับ**



ผิดก็ทุกข์ ถูกก็ทุกข์

เขียนเมื่อวันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

ผู้คนทั้งหลาย **หลงวนไปกับเนื้อเรื่อง** เรื่องราวที่กระทบกันจนน่ากลัว ทุกวันนี้เราทุกข์กันจนเป็นปกติ ชินกับความทุกข์นั้นไม่ได้แปลว่าไม่ทุกข์นะ ถ้ามีใครที่เขาเอามือจุ่มในน้ำร้อนจนชินชินจนรู้สึกว่าน้ำร้อนที่จุ่มอยู่นั้นเป็นน้ำธรรมดา ไม่รู้สึกร้อนกับมันเลย สรุปว่า น้ำนั้นร้อนหรือไม่ร้อน..ร้อน ไม่เชื่อลองให้คนที่เขาจุ่มในน้ำอุณหภูมิห้องจริง ๆ ไปจุ่มน้ำที่คนนั้นจุ่มดูซิ เขาจะบอกทันทีเลยว่า เธอจุ่มอยู่ได้อย่างไร มันร้อนจะตาย

**นี่คือสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า บุคคลผู้ไม่ได้สติบ
ไม่รู้จักทุกข์ เพราะชินไปกับทุกข์ เมื่อไม่เห็นโทษภัยในทุกข์ จิต
ก็ไม่ดิ้นรนแสวงหาหนทางแห่งการพ้นทุกข์**

สมัยเมื่อท่านยังเป็นเจ้าชายสิทธัตถะอยู่นั้น ท่านเพียงเห็น
คนแก่ เห็นคนเจ็บ เห็นคนตาย เห็นนักบวช จิตที่สั่งสมมาจน
บารมีเต็มเปี่ยม จึงเกิดความปรารถนาอย่างแรงกล้าขึ้นภายในที่
จะหาหนทางพ้นทุกข์ให้ได้ และวันนี้ท่านก็สามารถหาหนทางที่
สัตวิโลกจะพ้นจากการตาย-การเกิดได้จริง ๆ เพราะความเกิด แก่
เจ็บ ตายนั่นเป็นทุกข์ล้วน ๆ **เราจะไปจากสิ่งเหล่านี้ได้อย่างไร ใน
เมื่อเราไม่เห็นว่าเป็นทุกข์ เราจึงไม่เคยคิดจะไปจากมันเลย**

นี่คือสาเหตุที่แม้ความทุกข์ใจตั้งมากมายเหมือนน้ำร้อน
เกิดขึ้นในใจเราแล้ว แต่เรากลับไม่รู้สึกละเลยว่ามันทุกข์ ถ้ายก
ตัวอย่างสักเรื่อง เช่น เราโดนเจ้านายหรือเพื่อนร่วมงานต่อว่า
ทั้ง ๆ ที่เราไม่ผิด เราก็มานั่งทุกข์เสียใจ ดีใจเสียใจ เทียบแล้ว
เรื่องนั้นให้ใคร ๆ ฟัง (จริง ๆ เพื่อหาพวกให้เขาเข้าใจหรืออยู่ข้าง
เรา หรือไม่ก็ให้เขาปลอบประโลมใจ) คนที่ฟังต่อจากเรา เขาก็
เป็นทุกข์เพราะอินในเนื้อเรื่อง ส่วนใหญ่พอแสดงความคิดเห็น

ก็สูมไฟเพิ่มอีก คนที่ไม่เกี่ยวข้องมาเห็นเรื่องราวก็เป็นทุกข์ สรรูปแล้วลงนรกกันหมด เฮ้อ...พวกโกซึฟี่ เพราะแทนที่เห็นว่ามันทุกข์แล้วหาทางที่จะพ้นไปจากมัน กลับช่วยกันทำให้มันร้อนขึ้นไปกันใหญ่

โกซึฟี่ที่เลี้ยงในฟาร์ม จิกตีกัน แย่งอาหาร แย่งอาณาเขต แย่งตัวผู้ พอเขาจับขึ้นรถ ก็แย่งกันเข้าก่อน อยู่ในรถก็ทะเลาะกันเถียงกัน ถึงโรงงานแย่งกันออกก่อน พอถึงเวลาสังหาร ก็ตายแบบไร้การแจ้งล่วงหน้า สิ่งที่ได้ติดตัวไปคืออกุศลทั้งชีวิต ไปมีดทั้ง ๆ ที่ได้เกิดมากินดีอยู่ดี อย่าหลงวนในเนื้อเรื่องกันนักเลย อะไรที่ผ่านมาในชีวิต มันต้องผ่านไปให้สุด ลองนึกถึงวันที่เคยเจ็บปวดเป็นทุกข์ที่สุดในชีวิต วันนี้มันไปไหนแล้ว วันนั้นทำอะไรเป็นการก่อเวรทั้งไว้หรือเปล่า ทุกข์วันนี้หายไปแล้ว แต่วิบากกรรมที่สร้างไว้ยังคงอยู่รอผลนะ

ดังนั้นวันนี้อะไรผ่านมา ไม่ต้องดินหนี ถึงจะดินหนีมันก็ผ่านไปอยู่แล้ว จงเป็นไก่อสงบ ๆ เถอะ เพราะเมื่อวันนั้นมาถึงก็ต้องไปหมุนอยู่หน้าเซเว่นอยู่ดี จะได้เป็นไก่ ๕ ดาวอย่างแท้จริง เพราะที่หมุนอยู่นั้น มันเป็นแค่ซากที่เคยเป็นไก่ จะไปเดือดร้อนอะไร



คิด ประงแต่ง ทุกข์

เขียนเมื่อวันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

เพราะจิตโง่ไปยึดการประงแต่งว่าเป็นจริงเป็นจัง

สมมติกำลังนั่งประชุม อยู่ ๆ มีโทรศัพท์เข้ามาแต่เปิดระบบ
สั้นเอาไว้ โทรเข้ามาติดกันสัก ๓ ที พอหยิบมาดู เป็นเบอร์จาก
ที่บ้าน สายยังเข้ามาไม่หยุด แต่ก็ไม่สามารถรับได้ แต่ใจล่ะ? ตอน
นั้นเป็นอย่างไร มันปรุงไปไม่หยุดหย่อน รู้สึกบีบคั้นจนต้องออก
ไปรับข้างนอก เพราะทุกข์ ทนไม่ไหว พอไปรับ เขาบอกว่ามี
ข่าวดีอยากจะบอก...คุณอาจจะหัวเสีย ด่ากลับไปก็ได้ แถมนบอก
ว่า ตกใจหมดเลย..นึกว่ามีอะไร

อะไรมันเกิดขึ้น...รู้ไหม? โทรศัพท์ยังเข้ามาบ่อยครั้ง การปรุ้งแต่งก็เริ่มก่อตัวขึ้น จิตโง่เข้าไปยึดการปรุ้งแต่ง (สังขาร) ขึ้นมา สังขารชั้นนี้ทำหน้าที่ปรุ้งของเขาไป ถ้าเราไม่เข้าไปยึดมันขึ้นมาเป็นตัวตน มันจะแค่เกิด ๆ ดับ ๆ ไปเอง อีกนัยหนึ่งคือ เมื่อเราเห็นแต่เกิด-ดับ จิตจะเข้าใจเองว่า มันไม่มีตัวตน ดังนั้นที่เราทุกข์บีบคั้นจนทนไม่ไหว เพราะคิดเอาเองว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้จึงทุกข์ เพราะไปยึดการปรุ้งแต่งขึ้นมา ทุกข์เอง ปรุ้งเองแท้ ๆ เลย เห็นไหมล่ะว่า จิตนะโง่แค่ไหน

รู้หรือยังว่า “...ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้นนี้ทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์...” ได้อย่างไร

อีกสักตัวอย่าง ทานข้าวไข่ดาวน้ำปลาพริกอยู่ดี ๆ ได้ยินโต๊ะข้าง ๆคุยกันเรื่องคนที่ทำงานถูกรถชน เลือดไหลนองอยู่หน้าทำงาน หัวและสมองไหล กลืนดาวเหม็นคลุ้งไปหมดเลย เท่านั้นเอง ไข่ดาวในปากกลายเป็นเลือด เหม็นคาวจนแทบจะอาเจียนพุ่งออกมา หรือไม่ก็วางซ้อนแล้วนึกในใจว่า “มาเล่าเรื่องบ้าอะไรตอหนานข้าว (วะ)” ไข่ดาวกลายเป็นเลือดได้อย่างไร กินอยู่ดี ๆ แค่ว่าเล่าเรื่อง มันมาเป็นจริงเป็นจังในปากเราได้อย่างไร?

เขาเล่าก็เรื่องเขา เราเผลอไปสร้างกรรมตลอดเวลา ส่วนเรื่องข้างบน แล้วถ้าโทรศัพท์ที่เข้ามา เกิดเป็นเรื่องราวที่เกิดที่บ้านจริง ๆ ละ? จะโทรก็ไปโทรสิ ทำไมต้องทุกข์ด้วยละ การปฏิบัติไม่ได้เปลี่ยนวิถีของเรามากนักหรอก ที่เปลี่ยนคือที่เคยโง่ทุกข์เองข้างใน ส่วนที่จะเปลี่ยนอะไรไปมากกว่าที่เป็นอยู่นั้น คงจะต้องประกอบด้วยปัญญาเองละ

สรุปแล้ว คิด > ประงแต่ง > ไม่ยึด > ไม่ทุกข์ (รู้ทันว่ามันยึด วันหน้ามันก็ไม่ยึด)

รู้ทันนะ ไม่ใช่รู้แท้



สาเหตุ ๕ ประการ ที่ทำให้ฟังธรรมไม่รู้เรื่อง

เขียนเมื่อวันที่ ๔ เมษายน ๒๕๕๓

ภิกษุทั้งหลาย...บุคคลประกอบอยู่ด้วยเหตุ ๕ อย่าง แม้ฟังธรรมอยู่ ก็ไม่อาจจะก้าวลงสู่นิยาม คือความถูกต้องในกุศลธรรมทั้งหลาย เหตุ ๕ อย่างอะไรเล่า

๕ อย่างคือ หนึ่ง สนใจแต่คำพูด สอง สนใจแต่ผู้พูด สาม สนใจแต่ตัวเอง สี่ มีจิตฟุ้งซ่าน ไม่มีเอกัคคตาจิตฟังธรรม และห้า ทำในใจไม่แยบคาย

อีกปริยายหนึ่ง

หนึ่ง สนใจแต่คำพูด สอง สนใจแต่ผู้พูด สาม สนใจแต่ตัวเอง ลี เป็นคนโง่เง่าเงอะงะ ห้า มัวแต่สำคัญตนว่ารู้ในสิ่งที่ไม่รู้

อีกปริยายหนึ่ง

หนึ่ง เป็นผู้ลบหลู่ฟังธรรม สอง มีจิตมากไปด้วยความลบหลู่แข่งดีฟังธรรม สาม คอยจ้องจับความผิดพลาดในผู้แสดงธรรมด้วยจิตมุ่งร้ายแข่งกระด้าง ลี เป็นคนโง่เงอะงะ ห้า มัวแต่สำคัญตนว่ารู้ในสิ่งที่ไม่รู้

ภิกษุทั้งหลาย...บุคคลประกอบด้วยเหตุ ๕ อย่างเหล่านี้แล แม้ฟังธรรมอยู่ ก็ไม่อาจก้าวลงสู่นิยาม คือความถูกต้องในกุศลธรรมทั้งหลาย



ภัยพิบัติ ไม่ได้อยู่ที่ เหตุการณ์ภายนอก ภัยพิบัติ จากจิตโง่ไปทุกขเอง

เขียนเมื่อวันที่ ๒๘ กันยายน ๒๕๕๓

การเสวนาภัยพิบัติที่เพิ่งผ่านมา กล่าวโดยสรุป ทุกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นไปตามวิถีของธรรมชาติ ซึ่งวันนี้ไม่ว่าอะไร ๆ ก็เกิดจากการที่ทุกอย่างมีเหตุปัจจัยเป็นที่มาทั้งสิ้น จะบอกว่ามนุษย์เป็นคนทำก็ใช่ เพราะมนุษย์เป็นตัวเร่ง จะช่วยลดการใช้ นั่นก็ใช้ได้ แต่คงเป็นได้แค่การประคองหรือชลอ สิ่งที่เกิดจากธรรมชาติเอง นั้นก็มีอยู่เช่นกัน ดังนั้นวันนี้เราคงไม่อ้อมค้อม ต้องพุ่งมาแก้ที่เหตุในใจเป็นหลัก ข้างนอกทำอะไรได้ก็ทำไป

ในการเสวนา มีคำที่ผู้ร่วมเสวนาพูดขึ้นมาว่า แม้แต่พระ
สัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้เป็นเลิศแล้ว ท่านก็ยังคงต้องพบกับวิบากกรรม
ก่อนจะปรินิพพาน อาหารสุกรมั้ทวะเกิดเป็นพิษ จึงทำให้อาพา
หนัก จนดับขันธปรินิพพาน

ผมเคยพูดในคอร์สที่ไปเกาะเตนะว่า การที่เราต้องมาพบกับ
ความลำบาก ณ ที่นี้ เพราะเราเคยทำเหตุใด ๆ มากี่ตาม หากสิ่งนี้
เกิดขึ้นกับเราในชีวิตจริง คงจะทุกข์มากนะ เพราะอดอยาก เพราะ
ลำบาก อยู่ในเต็นท์ โดนพายุกระหน่ำ แต่เห็นใหม่ว่า ในตอน
นั้นจริง ๆ ไม่มีใครทุกข์ ไม่มีใครคร่ำครวญ ทุกคนกลับเกิดปัญญา
ที่สามารถอยู่ได้ในสถานการณ์เลวร้ายได้โดยไม่ทุกข์

ตกลงวิบากทำให้ทุกข์แน่หรือ? หากมีปัญญา วิบากทั้งหลาย
ก็ไม่สามารถทำให้เราเกิดทุกข์ได้ มันก็แค่นั้น มีเหตุก็เกิด หมด
เหตุก็ดับ เมื่อถึงที่สุด ใจไม่ยึดถือมันก็เกิด ๆ ดับ ๆ มา ๆ ไป ๆ
ตามเรื่องตามราวของมัน ทำอะไรได้ก็ทำ แก้ได้ก็แก้ เต็มที่เพื่อ
ทุกคน ว่างจากตัวตน



เราฝึกปล่อยวาง... ไม่ใช่ปล่อยปละละเลย

เขียนเมื่อวันที่ ๒๙ กันยายน ๒๕๕๓

น่าเสียใจที่นักปฏิบัติมักจะถูกมองว่าเห็นแก่ตัวเอาแต่ตัวเองรอด ไม่สนใจผู้อื่นหรือสังคม ซึ่งก็ต้องยอมรับในข้อนี้เหมือนกัน พวกเราคงต้องตระหนักในเรื่องนี้ให้มาก ในการทำความดีให้กับผู้อื่นอย่างต่อเนื่อง

ข้อคิดอย่างหนึ่งที่ได้จากคุณหญิงหม่อมพรทิพย์ในวันเสวนาร่วมกันคือ ท่านบอกตั้งแต่เป็นเด็กมา พ่อจะสอนให้ถือศีล ๕ อย่างเคร่งครัด รวมถึงการไม่ปล่อยปละละเลย เช่น เห็นแก้วแตกที่พื้น

ต้องเก็บ ไม่ว่าใครทำ ถ้าไม่เก็บบาป เพราะเราคือคนที่เห็นแล้ว
 ความรับผิดชอบอยู่ที่เรา ที่จะทำให้คนอื่นไม่บาดเจ็บต่อไป ถ้า
 ไม่เก็บ ถือว่าเราทำแตก ดังนั้นวันนี้คุณหญิงหมอจึงเห็นเรื่องไม่
 ถูกต้องที่เกิดขึ้นเป็นหน้าที่ที่ต้องทำ ไม่กลัวไม่ว่าต้องเผชิญกับอะไร
 ถ้าเราไม่ทำ ใครจะทำ

ดังนั้นวันนี้เราต้องฝึกนะ เห็นไฟเปิด แอร์เปิด ชยะอยู่ตรงหน้า
 คนอื่นรถเสีย (ผู้หญิงไม่ต้องก็ได้ นอกจากเห็นผู้หญิงรถเสียต้อง
 รีบช่วยนะ เต็มว่ามีมิถจาชีพจะจวดยโอกาส) ช่วยคนตกทุกข์ได้ยาก
 อย่าเสียดายเลยเงินทองนะ เกิดมาเพื่อมาเดินทางกลับ สร้าง
 บารมีให้มาก อย่าเอาแต่ทำบุญกับวัดกับพระอย่างเดียว วันไหน
 อยากกินอะไรแพง ๆ ก็เปลี่ยนเป็นกินแค่พอลิม เต็มก็ซื้ออก
 ไปหมอดอยดี เลือกสิ่งที่เป็นประโยชน์ ราคาไม่แพง จะได้เอาเงิน
 ส่วนที่เหลือ มาซื้อของช่วยคนอดอยาก หรือให้กำลังใจผู้คน เวลา
 ทานข้าวเสร็จ ก่อนลุก สั่งอีกห่อสองห่อติดมือไปด้วย เผื่อเจอใคร
 จะได้ให้เขา เช่น ผ่าน รปภ. ผ่านคนกวาดถนน ชื่อน้ำติตรถไว้
 เยอะ ๆ เปิดกระจกแจกไปเรื่อย ตำรวจบ้าง เด็กนักเรียนบ้าง

ทำไปเถอะทำให้คนเขารู้ว่าบ้าไปเลย จะได้ออกช่องทูล...ปลุกคนดี



ทำไมต้องเนกขัมมะ ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน อย่างธรรมชาติของเราไม่ได้เทรอ

เขียนเมื่อวันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๓

ได้ แต่สงสัยไหม ทำไมพระพุทธเจ้าจึงไม่สรรเสริญ แถมยังบอกทางสุดโต่งมี ๒ สาย คือ ๑. ตามใจกิเลส ๒. ทรมานร่างกาย

เรื่องทรมานกายตัดไปก่อนได้ เพราะเราเอาสบายเข้าว่าอยู่แล้ว เดินห้างก็คอยดูสภาวะ (จริง ๆ คือภาวะ เรียกผิदनะ) ที่เกิดขึ้นอย่างนี้ได้ไหม ทำไมพระพุทธเจ้าให้เนกขัมมะออกจากกาม ไม่ตามใจกิเลส ดูตัวอย่างนี้นะ

คนติดเหล้าเป็นโรคตับแข็ง จะตายเมื่อไหร่ไม่รู้ (เรานั้นล่ะ)
หมอมเสนอให้ ๓ ทางเลือก

ก. เลิกเลย ใช้ความอดทนอดกลั้น ไม่กลับไปดื่มมันอีก

ข. ขอดื่มไปก่อนแล้วจะพยายามค่อย ๆ ลด แต่ระหว่างนั้น
จะใส่ยาบำรุงตับลงไปในเหล้าด้วย

ค. ดับข้าใครอย่ายุ่ง ข้าจะดื่มของข้าไม่หนักอะไรใคร

เลือกเองนะ ถ้าหากคิดว่าเวลาที่เหลืออยู่นั้นเหลือเพื่อ



ระหว่างพຽ່ງนี้ กับชาติหน้า อะไรมາถึงก่อน

เขียนเมื่อวันที่ ๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๓

เวลาเราคุยโทรศัพท์กับเพื่อน แล้วนัดกัน ก่อนวาง ก็
บอกว่า..พຽ່ງนี้เจอกันนะ

ก่อนเรากลับจากที่ทำงาน เราก็จะบอกเพื่อน ๆ ที่ทำงาน
ว่า...พຽ່ງนี้เจอกันนะ

เวลาเราไปเดินห้างกับเพื่อน แล้วแยกกันตรงลานจอดรถ
เราก็จะบอกเพื่อนว่า...พຽ່ງนี้เจอกันนะ

ไปปาร์ตี้งานเลี้ยงสังสรรค์ ก่อนแยกย้ายกัน เราก็จะบอกเพื่อนว่า...พรุ่งนี้เจอกันนะ

ไปเที่ยวกับแฟน เขามาส่งที่หน้าบ้าน ก่อนที่เขาจะออกธไปเราก็จะพูดกับเขาว่า...พรุ่งนี้เจอกันนะ

จงจำไว้ให้ขึ้นใจว่า...ไม่มีใครรู้ว่า “ระหว่างพรุ่งนี้กับชาติหน้า
อย่างไรหนจะมาถึงก่อนกัน”



เล่นบาร์บี้ด้วยจิตว่าง

เขียนเมื่อวันที่ ๑๗ ธันวาคม ๒๕๕๓

เดินช้อปปิ้งด้วยจิตว่าง กินอร่อยด้วยจิตว่าง ต่ำว่าคนด้วยจิตว่าง งอนแฟนด้วยจิตว่าง เล่นเฟซบุ๊กด้วยจิตว่าง!

เด็กน้อยที่ชอบเล่นตุ๊กตาบาร์บี้ นั่งเล่นได้ทั้งวัน จับบาร์บี้ แต่งชุดนั้นเปลี่ยนชุดนี้อย่างมีความสุข ถ้าคุณแม่มาบอกหนูน้อยคนนั้นว่า เมื่อหนูโตขึ้น หนูจะไม่เล่นบาร์บี้นี้หรอก แม่รับรอง หนูน้อยจะไม่มีวันเชื่อคำพูดของแม่เด็ดขาด หรือหนูน้อยอาจจะมีความรู้สึกไม่อยากโตเป็นผู้ใหญ่ ด้วยความกลัวว่า วันหนึ่ง

ความสุขที่สุดของการเล่นบาร์บี้จะหายไป

๒๕ ปีผ่านไป...เด็กน้อยคนนั้นโตเป็นผู้ใหญ่ ลืมไปแล้ว ด้วยซ้ำว่าเคยมีบาร์บี้อยู่ วันนี้จัดห้องเก็บของ เจอลังตุ๊กตาบาร์บี้ หยิบขึ้นมาดูสักพัก แล้วก็เก็บลงลัง อาจจะคิดเอาไปบริจาค หรือ หากยังหวงอยู่ ก็เก็บมันต่อไปให้ปลวกแมลงสาบหนูกินจนพรุณก่อน ถึงจะทำให้ใจให้คนอื่นได้ (ตอนดี ๆ ให้ไม่ลง ซาตินี้จึงได้แต่ของไม่ดี)

วันนี้ให้เล่นอีกก็คงไม่เล่น ทำไม่ไม่เล่น คำตอบคือ “เสียเวลา” แต่ไปเดินช้อปปิ้งเป็นวัน ๆ ดูหนังเป็นสิบ ๆ เรื่อง ไม่เสียเวลา เพราะอะไร?

เมื่อไรก็ตามมี ราคะ นันทิ ตัณหาในสิ่งใด ๆ วิญญาณจะมีที่ตั้งอาศัย ทำไม่ผู้ใหญ่ไม่เล่นตุ๊กตา เพราะไม่มีราคะในตุ๊กตา คือความไม่มียินดีพอใจในตุ๊กตาแล้ว เมื่อไม่มีความยินดีพอใจในตุ๊กตาก็ไม่มีนันทิคือความเพลินในอารมณ์ แน่นอนตัณหาในตุ๊กตาจึงไม่เกิด แต่ไม่ได้หมายความว่าผู้ใหญ่จะเก่งหรือดีแล้ว เข้าถึงธรรมแล้ว เพราะเขาก็ไปเสพติดสิ่งอื่นแทน แล้วชอบไปฟังธรรม หรือไปเข้าคอร์ส ถือว่าเสพติดใหม่?...นี่เป็นคำถามที่ดี

นี่คือเหตุผลว่า ทำไมพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงให้ผู้คนทั้งหลายยึดกุศล ละอกุศลไว้ เพราะท่านทราบดีว่า จิตยังมีธรรมชาติยึดติดอยู่ จนถึงวันที่ชำระได้เบ็ดเสร็จเด็ดขาด ท่านจึงต้องบอกสอนไว้ว่า อะไรคือกุศล เช่น การคบมิตรดี การฟังธรรม การเจริญสติ การเจริญสมาธิ พุทฺธงาย ๆ ถ้าจะติดอะไรสักอย่าง ก็ให้เลิกติดกุศลไว้ก่อน ในสัมมาพยายามจะชัดเจนสำหรับผู้กำลังเดินทาง คือ ละอกุศล เจริญกุศลไว้ เพราะการยึดกุศลไว้ในเบื้องต้น จะไม่สร้างความทุกข์เดือดร้อน เมื่อเจริญสติต่อไปจะเห็นเองว่ากุศลก็เกิดดับไม่มีตัวตน จากนั้นปล่อยอีกครั้ง มีที่พึ่งอันเกษมมีที่พึ่งอันสูงสุด นั่นคือพระนิพพาน ซึ่งเป็นธรรมที่ไม่มี การเกิดดับอีก

แล้ววันหนึ่ง เมื่อละคราะ นันทิ ตัณหาได้ จะยังคงไปเดินชอบปิ้งไหม? ถ้าไปก็คงไปซื้อของ ไม่ได้ไปหาความสุขความเพลินแบบเล่นบาร์บี้อีก

ถ้าจะกิน ก็คงแค่พอเลี้ยงธาตุขันธ์ให้ยังอึดภาพไปได้ จะได้มีชีวิตต่อไปเพื่อผู้อื่น (วันไหนตายก็จบกัน ไม่มีห่วงไว้ เพราะไม่เคยอยู่เพื่อตนเอง)

ถ้าจะว่าผู้คนที่คงไม่ใช่เพราะโกรธ ที่มาทำให้เราชุ่น แต่เป็นความปรารถนาและเมตตาต่อคนอื่น ที่อยากให้เราได้ดี ไม่มีอารมณ์

ส่วนงอนไม่มี เพราะหากจะไม่พูด ก็เพราะไม่เห็นประโยชน์ที่จะพูด ไม่ต้องมีอารมณ์

เพชบุรีค! ไม่อยากพูด ตูกันเอาเองว่าโพสต์รูปเพราะอะไร เปิดทุกวันเพราะอะไร เวลาคนโพสต์ข้อความที่ชอบก็ปลื้ม โพสต์ไม่ถูกใจก็โกรธ หรือฆ่าเวลา? ฆ่าสิ่งมีค่าที่สุดของเรา ที่มีเหลืออยู่เพียงนิดเดียววันนี้หรือ?

ว่างจริงไม่ทำนะ ที่ทำอยู่ไม่ว่างจริง ทำอยู่ที่รู้นะ แต่รู้ไม่จริง... ถ้า “รู้” จริงไม่ทำ จะไปให้ถึงรู้จริง ละอารมณ์ให้ไว ๆ รู้ลมไว้เรื่อย ๆ ธรรมะที่ตื่น ๆ ง่าย ๆ แต่ลึกซึ้งที่สุด



มีก๊าซไข่น้ำ เพราะ พื้นบ่อมันเน่า

เขียนเมื่อวันที่ ๓ มีนาคม ๒๕๕๔

พื้นบ่อที่หมักหมมมายาวนานจนเกิดเป็นฟองก๊าซฟุดขึ้นมาเป็นระยะ ๆ ยิ่งน้ำร้อนก็จะยิ่งเกิดก๊าซฟุดขึ้นมาและถี่ขึ้นทำให้น้ำร้อนจึงเกิดมาก ก็เพราะเหตุปัจจัยมันไปทำให้เกิดปฏิกิริยามากขึ้น เมื่อมีใครไปเขี่ยพื้นบ่อให้ขี้เลนมันแตก ก็ยิ่งทำให้น้ำในบ่อน้ำนั้นเหม็นคละคลุ้งไปหมด

ทุกวันนี้พื้นบ่อที่ยังคงเน่าเสียอยู่ ก็เพราะในอดีตเกิดการทิ้งของเสียลงไปอย่างมากมาย จึงทำให้พื้นบ่อเน่า ส่งผลต่อมา

เป็นน้ำเริ่มสกปรก จนน้ำเริ่มเน่าตามไปด้วย ส่งสภาพเป็นน้ำครำ จากนั้นฟองก๊าซก็เริ่มปุดขึ้นปุดขึ้น เหมือนน้ำในแหล่งน้ำโสโครก กระบวนการเหล่านี้มาจากเหตุปัจจัยกระทบกันต่อเนื่องมา ไม่มีใครชอบหรือปรารถนาให้เกิดฟองก๊าซอันเน่าเหม็นส่งกลิ่นคละคลุ้ง ผู้คนจึงเริ่มเข้าไปพยายามที่จะจัดการกับฟองก๊าซที่ส่งกลิ่นเหม็น

เมื่อฟองก๊าซปะทุขึ้นลอยปุดออกมา จึงพยายามที่จะเปลี่ยนฟองก๊าซนั้นให้เป็นฟองก๊าซที่หอมละมุนแทน เพื่อจะได้ไม่เหม็น พวกเขาพยายามกันมาจากรุ่นสู่รุ่น เป็นเวลายาวนานตลอดสังสารวัฏที่เดินทางมา แต่ไม่มีใครทำสำเร็จ เพราะอะไรู้ใหม่ เพราะไม่มีใครคิดว่า หากจะจัดการกับก๊าซโช้เน่า น้ำโสโครก ต้องใช้กระบวนการ ๓ อย่างพร้อมกัน จึงจะสำเร็จอย่างรวดเร็วคือ ดูดน้ำออก ลอกพื้นคลองและศึกษากระบวนการ เพื่อไม่ให้เกิดเหตุการณ์นี้อีก ถ้ามีคนทำอย่างนี้ ฟองก๊าซจะหมดไป แรก ๆ ว่ามันเหม็น เมื่อเหม็นก็แก้ให้หอม เมื่อหอม การแก้ที่ดีที่สุดคือไม่มีกลิ่น ไม่มีฟอง เพราะพื้นบ่อสะอาดแล้ว หอมก็ไม่เอา อย่าว่าเหม็นเลย

พวกเราทุกคนเดินทางผ่านสังสารวัฏอันยาวไกล สัจสม

ความเห็นผิดกันมาตลอดเกิดเป็นนิสัยสันดานที่เห็นผิด หมักดอง
 สิ่งเหล่านี้ วัฏรอบแล้วรอบเล่า จนเกิดความเห็นผิดมากขึ้น ๆ ทุกที
 เมื่อเห็นผิด ก็คิดผิด เมื่อคิดผิดก็พูดผิด เมื่อพูดผิดก็กระทำการ
 ต่าง ๆ ผิดไปหมด เมื่อกระทำการต่าง ๆ ผิด การดำเนินชีวิตก็ผิด
 พาไปสู่ความทุกข์ทั้งหมด (อย่าเถียงว่างานที่ทำถูกกฎหมายนะ ต่อ
 ให้ใส่บาตร ก็ยังนิหนว่าร้าย ตีฉินได้ตลอดเวลา แล้วประสาอะไร
 กับแค้นงานภายนอก หรือจะบอกว่าเขาทำฉันท่อน ถ้าเห็นถูก ว่าการ
 กระทำของคนอื่นที่กระทำต่อเรา เป็นการนั่งกินชื้อ เพราะมีแต่
 อกุศลล้วน ๆ คนเห็นถูก (สัมมาทิฐิ) จะเข้าไปร่วมกินชื้อใหม่ล่ะ
 มีแต่จะเลื่องออกห่าง สงสารคนนั่งกินชื้อ ทำอย่างไรก็ไม่เข้าไปกิน
 ด้วยหรือ)

วันนี้ทุกข์ใหม่ นักปฏิบัติจะบอกว่าทุกข์ แถมทุกข์ไม่ได้หยุด
 ปฏิบัติไปก็เริ่มสุข สุขไปสุขมา สุขกลายเป็นทุกข์อีก ไล่ล่าหาสุข
 กันทั้งนักปฏิบัติและผู้คนที่มิได้สติ

ผู้คนที่มิได้สติ เมื่อแฟนหรือเพื่อนทำอะไรให้ไม่พอใจก็
 เป็นทุกข์ เอาไปเมาท์ให้เพื่อนฟัง พอมีคนเห็นใจ ช่วยดำคนนั้น
 ร่วมกันก็สบายใจ ใจเป็นสุขขึ้นมา (สุขมาจากไหน แต่ทุกข์ที่บีบคั้น

มันลดลง เพราะเหตุปัจจัยของมันลดลง ผลก็ลดลงเท่านั้น ทุกข์ไม่ได้ดับไปเลย)

ผู้คนที่มิได้ดับดับ เมื่ออยากได้สิ่งของสักอย่างก็เกิดตัณหา บิบบิ้น อยากรได้สิ่งนั้น นอนไม่หลับ หลงคิดถึงสิ่งนั้น วนเวียน เวียนวนอยู่ในใจไม่เลิกรา จนทนไม่ไหว ต้องไปซื้อหามา เมื่อได้มาก็มีความสุข มันสุขจริงหรือ? ก็วัน? (สุขมาจากไหน มาจากความบิบบิ้น มันลดลงหรือหมดไปชั่วคราว เพราะได้สิ่งของสมปรารถนา ได้เป็นสมปรารถนา สุขเพราะการให้ค่าปรุงแต่งสิ่งนั้นไว้ ได้มาก็พร่ำสรรเสริญ เมาหมกอยู่ซึ่งรูปนั้น ๆ) เมื่อเวลาผ่านไป ความหลงไหลได้ปลื้มก็หมดไป เกิดความปรารถนาทะยานอยากในสิ่งอื่นต่อไป...ต่อไป...จนถึงวันนี้ และจะมีต่อ ๆ ไปในกาลอันยืดยาวฝ่ายอนาคต..)

ชีวิตของผู้คนในโลกจึงเวียนวนในวังวนที่มีความเห็นผิดเป็นมูล สร้างเหตุปัจจัยในทุกข์ไม่สิ้นสุด แล้วหลงมาถามว่า “เราเกิดมาทำไม?” เราไม่ได้เกิดมาทำไมหรอก เราต้องถามว่า “ทำไมเราเกิดมา?” อย่างนี้ตอบได้ง่ายเลย เพราะมันมีเหตุให้เกิด อะไรเป็นเหตุเกิด ตอบตามพระพุทธองค์เลยคือ **ตัณหา** เป็นเหตุเกิด

ต้นหาสร้างภาพ ภาพสร้างชาติ ชาติสร้างทุกข์ ทุกข์วนเป็นอนวิชชา
 เพิ่มความเห็นผิดเพิ่มขึ้นอีก สร้างความเห็นผิดต่อไป แต่มากขึ้น
 กว่าเดิม แล้วก็มากขึ้นกว่าเดิมไปอีกเรื่อย ๆ ที่หมุนวนรอบแล้ว
 รอบเล่า สร้างสังขารทั้งหลายขึ้นมาคือขั้นที่ ๕ เมื่อมีขั้นที่ ก็เริ่ม
 ต่อเชื่อมกับโลกภายนอก ด้วยการสร้างรูปนี้ให้เชื่อมกับภายนอก
 โดยสร้างตา หู จมูก ลิ้น กาย กระทบมาถึงใจ ด้วยผัสสะ ๖ ใจจึง
 เกิดเป็นความรู้สึกสุข (พอใจ) ทุกข์ (ไม่พอใจ) เฉย ๆ (เพราะ
 ไม่ใช่พอใจและก็ไม่ใช่น่าพอใจ) เหมือนม้ากระดกที่เด็กเล่นนั้นละ
 เด็กนั่งคนละฝั่ง เมื่อข้างหนึ่งลงข้างหนึ่งก็ขึ้น มาดูที่แกนของม้า
 กระดกเป็นท่อนเดียว แกนด้านซ้ายเรียกทุกขเวทนา แกนด้านขวา
 ก็เรียกสุขเวทนา ตรงกลางเรียก อทุกขมสุขเวทนา คือมันไม่ซ้าย
 แล้วก็ไม่ขวา แต่ทั้งหมดก็แกนเดียวกันนั่นแหละ ไม่ได้ดีกว่ากันเลย

แล้วเวทนานี้มาจากไหนล่ะ? ด้วยความไม่รู้ว่าจะอะไรเป็นทุกข์
 อะไรเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ จากความสุขความพอใจ ก็จึงทะยานอยาก
 อยากได้มาเป็นเจ้าของตอบสนองสุข หากไม่พอใจ ไม่ชอบ ก็
 ดิ้นรนที่จะผลักไสออกไป ไม่อยากพบเจอ เป็นทุกข์เร้าร้อน เมื่อ
 เฉย ๆ ก็ไม่มีสติปัญญาที่จะรู้ว่าเป็นการเฉย เพราะมันไม่ได้พอใจ

และก็ได้ไม่พอใจ จึงโง่เฉย ๆ รอเวลาที่ใครมาเหยียบต่อม หรือ
 สิ่งกระทบ มากกระทบต่อม แล้วก็เคลื่อนไหวทันที เป็นสุขเป็น
 ทุกข์ต่อไป หมาดุนอนเฉย ๆ ไม่ได้แปลว่ามันไม่ดุนะ หมานิสัยดี
 พอโดนแย่งของก็กระโดดขึ้นมา กลายเป็นหมาดูได้ทันที สรุปล
 แล้วหมานั้นโง่ทั้งเพ เพราะถ้าไม่โง่ ก็ไม่มาเป็นหมา เดี่ยวหมา
 โกรธ เอาเป็นว่า ถ้าไม่โง่หลงมัวเมาไม่เป็นเดรัจฉานแล้วกัน เพราะ
 เดรัจฉานไปด้วยโມหะ (หนักกว่าเดิม)

แล้วจะแก้อย่างไร เราต้องไม่แก้ด้วยการปรับก๊าซเหม็นให้
 เป็นก๊าซหอมเพียงอย่างเดียว เพราะนั่นเป็นปลายเหตุจริงๆ เช่น สุข
 ทุกข์ เฉย ๆ โกรธ หงุดหงิด ชอบ อร่อย ฯลฯ อาการของจิตที่
 เกิดขึ้นนั้น เป็นเพียงฟองก๊าซที่เกิดจากการหมักหมมของพื้นบ่อ
 เท่านั้นเอง เปรียบคืออัสวะเครื่องหมักดองจิต นั่นเป็นการศึกษา
 ฟองก๊าซ ให้เห็นว่าฟองก๊าซเกิดขึ้นมาได้ ก็เพราะมีเหตุให้เกิดมา
 ไม่มีตัวตนที่จะเกิดขึ้นได้เอง ตัวมันเองไม่ได้อยากเหม็นหรือ
 อยากหอม มันเป็นของมันอย่างนั้น ก็พื้นมันหมักหมมมาเป็น
 อย่างนั้น การจะแก้ต้องลอกพื้น ถ่ายน้ำไปพร้อม ๆ กัน (ปรับน้ำ
 ใส่จุลินทรีย์ลงไป) ฟองก๊าซจะเริ่มดีขึ้นไม่เหม็นและสะอาดใสแจ่ม

ในที่สุดเพราะทำกระบวนการทุกอย่างครบถ้วนอย่างไม่ละทิ้งสิ่งใด

อุปมานี้ฉันใดอุปไมยก็ฉันนั้น จิตใจที่หมักหมมมาอย่างยาวนาน จะจัดการให้พ้นทุกข์เข้าสู่ทางสายกลางได้ ก็ด้วย ศีลสมาธิ ปัญญา หรือ มรรคมงคล ๘ นั้นเอง

ดังนั้น การเดินทางต้องทำทั้ง ๓ ส่วน สำหรับผู้ที่ยังศีลบกพร่องต้องใช้เจตนาเป็นเครื่องเว้น จนไม่ต้องเจตนาจะเว้นอีก คืออย่างไรก็ไม่ทำผิดอีก เพราะหากพลาด ทำผิดจะเป็นทุกข์ เมื่อเป็นทุกข์ ใจจะไม่สบาย จึงเกิดการสำรวจระวัง ที่จะไม่ให้ทุกข์ นี่คือปัญญาที่เกิดขึ้น มาช่วยชำระศีล ภาวนาของศีลก็ทำให้จิตใจตั้งมั่น เห็นความโลภ ความโกรธ ความหลง ขึ้นมาเป็นเครื่องสนับสนุน เกิดเป็นสมาธิ เมื่อมีสมาธิเพราะมีศีล สมาธิก็ช่วยชำระศีล ศีลก็ช่วยให้จิตใจตั้งมั่นไม่ทุกข์กับสิ่งกระทบหยาบ ๆ

ดังนั้น เมื่อเห็นว่านี่ทุกข์ นี่เหตุให้เกิดทุกข์ จึงเกิดความคิดในทางถูกที่จะไม่ทำให้เกิดเป็นทุกข์ในแบบต่าง ๆ การจะไม่ให้ทุกข์เกิดขึ้นมาได้ ก็เห็นแล้วว่า ความยึดติดเสพติดในกามคุณทั้งหลายทางตา หู จมูก ลิ้น กายนัย ล้วนเป็นทางมาแห่งทุกข์

ก็เริ่มวิริตติเนกขัมมะออก จนเห็นความจริงว่า การอยู่โดยอิสระจากการเสพติดในกามคุณเป็นความสุขอย่างแท้จริง (สมมุติติดยาอยู่ แล้วเห็นว่าโทษภัยของยามีมากกว่าความสุขเล็กน้อย จึงอดทนฝืนสู้เพื่อจะเลิก เมื่อนั้นจะเกิดอาการอยากยา ต้องอดทนมาก ๆ ไม่ย่อท้อ ไม่ถอยกลับ วันหนึ่งจะเลิกได้ เมื่อนั้นจะพบว่า ความเป็นอิสระนั้น สุขสงบเย็น เลิกได้แล้วจะงงนะ ว่าเราเข้าไปเริ่มใช้ยาเสพติดแต่แรกทำไม สุดท้ายต้องมานั่งเลิกอีก แล้วในชีวิตจริงเราหานั้นหานั้นมาให้มันติดทำไมล่ะ?)

ไม่พยายามทำอะไร ๆ ไม่เบียดเบียนใคร ๆ เมื่อนั้นผลจะเป็นอย่างไรล่ะ? คำพูดก็จะถูก คือไม่โกหก ไม่เสียดสี ไม่เพ้อเจ้อ ไม่หยาบคาย จากนั้นการกระทำจะถูกต้อง ไม่ทำผิดศีล การดำเนินชีวิตก็จะถูกต้อง ไม่เป็นมิจฉา หันมาเจริญสมาธิภาวนา ละอกุศลเจริญกุศล ตัดทอนจะเริ่มดับไป ห่างไปเป็นขณะ ๆ เมื่อตั้งมั่นมากขึ้น จะเห็นว่าสิ่งทั้งปวงเกิดขึ้นเพราะมีเหตุ ตั้งแต่ฟองก๊าซจนถึงน้ำถึงดิน เมื่อขุดลอกพื้นบ่อด้วย ทำน้ำให้ใสด้วย ฟองต่าง ๆ ก็จะเป็นฟองที่ดี จนในที่สุด สะอาดหมดจด ไม่มีอะไรให้ยึดถือ มีแต่ปล่อยวางลง จนพบกับนิโรธในที่สุด นั่นคือการดำเนินเดินทางด้วยศีล

สมาธิ ปัญญา หรือมรรคมีองค์ ๘ นั้นเอง

เอาแต่ศีล พันทุกข์หายาบ - *ไม่บรรลु*

เจริญสมาธิ จิตสงบ - *ไม่บรรลุ*

เจริญสติ แต่ไม่เข้าใจการเจริญสติ เอาแต่รู้ตัว (เอาแต่รู้ตัวกูจริง ๆ คือแขนง ขากู กูเดิน กูหิบบ ก็เลยได้แต่สมาธิ ไม่เกิดเป็นปัญญา) การเจริญสติเพื่อให้เห็นว่าขั้น ๔ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีอะไรน่ายึดถือ เพราะความจริงที่เราเข้าไปสังเกตเป็นผล เป็นอาการของจิต เป็นพฤติกรรมเท่านั้น นั่นคือน้ำเน่าและฟองก๊าซ เราจะได้ไปเข้าใจต้นตอ เมื่อนั้นจะถอดถอนความทุกข์แบบขุดรากถอนโคน จัดการที่ต้นเหตุ เมื่อหมดเหตุก็ดับ

เอาแต่ดูจิต แต่กลายเป็นดูอาการของจิต คือไล่ล่าเล่นกับฟองก๊าซ ไล่ไม่ยอมจบนะ หากพื้นบ่อยังเน่าน้ำก็เน่า อยากรจัดการได้ถึงต้นตอ ก็ต้องเดินตามมรรค นี้ละอานุภาพแห่งมรรค ต้องพร้อมสรรพ เมื่อนั้นไม่ต้องถามว่าจะบรรลุไหม

หากวันนี้ ถ้ายังใช้ชีวิตแบบใคร ๆ เห็นก็เอื่อม จะมานั่งพูดว่าเห็นโกรธนะ เห็นโลภนะ ใจสงบได้บ้างนะทำไม ในเมื่อยังไม่รู้สึก

เมื่อหน่วยในกามบ้างเลย ยังพยายามเบียดเบียนชาวบ้านชาวเมือง อยู่ ทางกายอาจไม่ แต่วากกับใจนี่สิ ไม่รู้ลี้กู้ลสาเลย ยังทำผิดศีล แบบไม่รู้ลี้ก้ออาย แถมมีเหตุผลมาสนับสนุนการกระทำของตนเองตลอดเวลา อย่างนี้ปฏิบัติไม่เข้าหรอก ละอกุศลนี้ หมายถึง ละทั้งกาย วาจา ใจนะ เจริญกุศล ก็เจริญทั้งกาย วาจา ใจ

เมื่อเดินตามมรรค (มรรคานูคา) จะพบอริยสัจ ๔

อวิชา หมายถึง ความไม่รู้อริยสัจ ๔

วิชา หมายถึง ความรู้ในอริยสัจ ๔

จะรู้อริยสัจ ต้องเดินตามมรรค



จดหมายจาก
เด็กคนหนึ่ง
ที่เรียกน้ำตา
ของครูพี่เลี้ยง

เขียนเมื่อวันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๔

ในหลักสูตร ยุวเนกขัมม์ เมื่อวันที่ ๑๐-๑๔ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๔ ซึ่งจัดที่ยุวพุทธ ๐๑ โดย อ.ประเสริฐนั้น มีกิจกรรมเขียนจดหมายแสดงความรู้สึกจากลูกถึงพ่อแม่ โดยหลวงพี่โอ จดหมายจะไม่ถูกส่งให้พ่อแม่ เพราะไม่ต้องเขียนชื่อผู้เขียน แล้วจดหมายทั้งหมดกว่า ๒๐๐ ฉบับก็ไปกองรวมกัน ครูพี่เลี้ยงได้พบจดหมายฉบับนี้ในกอง แล้วนำมามอบให้ เพราะจดหมายลงชื่อว่า...**มัดหมี่**

“ตั้งแต่เกิดมา ก็ต้องทำให้พ่อแม่เดือดร้อนมาตลอด เพราะต้องหาเงินมาเลี้ยงดู ส่งเสียเรื่องการเรียน ฯลฯ ตอนนี้ก็ยิ่งทำให้

พ่อแม่เสียใจอยู่ เถียงบ้าง ไม่พอใจอะไรบ้าง แสดงออกท่าทางที่ไม่ดีบ้าง

ตอนที่พ่อออกจากบ้านเพื่อมาสืบทอดพระศาสนา ตอนแรกก็เสียใจ ที่จะไม่ค่อยได้เจอหน้าพ่อแม่แล้ว แต่พอเห็นสิ่งที่พ่อทำให้พระพุทธศาสนา ก็รู้สึกดีใจมาก เหมือนกับคนที่ช่วยเหลือผู้อื่นแล้ว ไม่สนใจตัวเองขนาดนี้ มันหาไม่ได้ง่าย ๆ ในโลก เหมือนพ่อเกิดมาเพื่อช่วยเหลือคนทั้งโลก จนถึงตอนนี้ก็ยังภูมิใจอยู่ มากขึ้นทุก ๆ วัน พ่อสอนผู้คนโดยไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ เลย ถ้าเลือกได้ ก็อยากเกิดเป็นลูกพ่ออีก อยากให้พ่อช่วยหมუნกงล้อพระศาสนาต่อไป หนูไม่เคยรู้สึกอยากให้พ่อต้องอยู่กับหนู เพราะมันเหมือนพ่อเป็นบุคคลที่สำคัญมาก ถ้าพ่ออยู่กับหนู พ่อจะไม่ได้ไปช่วยเหลือคนอื่น ไม่สามารถช่วยชี้หนทางให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ได้

ตอนนี้กรอรูปที่พ่อให้ในวันเกิด ตอนพ่อเป็นพระ ก็ยังอยู่ในห้องตรงหัวนอน เวลาเห็น ก็จะมีสติตลอด เหมือนที่พ่อบอกไว้ว่า ใ้วางในที่เห็นบ่อย ๆ จะได้เตือนสติ

“รักพ่อ”



รู้ลม... ทางเดินสู่พระนิพพาน

เขียนเมื่อวันที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๔

ทะเลาะกับใคร ใจก็หวนคิดเรื่องนั้นไม่เลิก คิดถึงอะไรที่ทำให้เจ็บช้ำ เมื่อนั้นเป็นทุกข์...เรื่องอย่างนี้รู้กันดีไม่ต้องบอก แล้วรู้ลมทำไม?

เมื่อใจคิดถึงอะไร สักเกตใหม่ ว่ามันจะเกิดเป็นอารมณ์ สุข ทุกข์ เหยย ๆ สุขและเหยย ๆ คงไม่เท่าไร เธอแค่ทุกข์ก่อนแล้วกัน ไม่ได้ดูถูกนะ แต่เพราะดูถูกนั้นแหละ เลยเอาแค่ตัวเดียว พอรู้ตัวหนึ่ง ก็รู้ทั้งหมดนั้นแหละ เมื่อเกิดปัญญา

เพราะฉะนั้น คิด ทำให้ทุกข์...ถูกใหม่ ตรรกะง่าย ๆ ไม่คิด ไม่ทุกข์...ถูกใหม่ แต่ทำได้ใหม่ ไม่คิดนะ แล้วจริง ๆ มันก็ต้อง คิดด้วย ไม่คิด ก็ไม่ต้องทำมาหากินแล้ว ต่อให้พระไม่ต้องหากิน ก็ต้องคิด แต่เพราะมันหยุดคิดไม่ได้ มันทำไม่ได้...ถูกใหม่

จิตรับรู้ที่ละอารมณ์เดียว สรรพสิ่งเกิดขึ้นมากมายในแต่ละ ขณะ ลองไปที่โรงอาหารดู จะได้ยินเสียงต่าง ๆ อื้ออึงไปหมด... ถูกใหม่ เสียงช้อนล้อมกระทบจาน เสียงคนคุยกัน เสียงคนนินทา ฯลฯ ถ้าฟังเสียงคนนินทาเรา...โกรธนะ ฟังเขานินทาคนที่เราเกลียด...ชอบนะ ถ้าฟังรวม ๆ จะอื้ออึง...รำคาญนะ แต่ถ้าเราคุย กับเพื่อนที่ไปด้วยกัน ก็มีอารมณ์อยู่กับเรื่องที่คุยกัน แต่พอคุย ไม่ค่อยได้ยินเพราะในโรงอาหารเสียงดัง...โกรธนะ ดูเหมือนเรื่อง ปกติธรรมดาที่เกิดขึ้นทุก ๆ วันไม่ใช่หรือ?...ใช่ ธรรมทั้งหลายก็ เกิดเป็นธรรมดา ทั้งธรรมที่เป็นความจริงตามมุมมองที่มีวิชา และธรรมชาติเดิมแท้ที่เป็นเพราะวิชา มันเหมือนกัน ปนกัน อยู่ ที่ญาณทัศนะที่จะเห็น **สิ่งเดียวกัน แต่มองเป็นมีก็มี ไม่มีก็ไม่มี แต่ก็ไม่มีในมีนั้นแหละ และก็มีในไม่มี หรือที่พระพุทธองค์ตรัสว่า โสดาบันสามารถดูของที่เป็นปฏิกุลไม่เป็นปฏิกุล หรือจะมองสิ่ง**

ไม่เป็นปฏิภูลให้ปฏิภูลก็ได้ (เช่น คนสวยที่ใคร ๆ ก็หลงใหลชอบพอ แต่ท่านมองให้เป็นธาตุเป็นธุลีของเนาเหม็นมารวมกันไว้ มีรูให้ปฏิภูลไหลเข้าออกตลอดเวลาก็ได้...จนเกิดวิราคะ คือเบื่อหน่ายหมดความยึดถือไปเอง **ญาณทัศนะ** ไม่ใช่ความคิดแต่เป็นมุ่มมอง)

เมื่อจิตไปยึดในสิ่งต่าง ๆ จากสภาพคิดจึงเกิดเป็นความคิด ความคิดจะเกิดเป็นตัวตน เราให้จิตไปจับลม จิตต้องปล่อยคิดมาจับลม (เอาแค่นี้ ปล่อยคิดนะ มาจับลมแทน) แล้วด้วยความที่จิตเคยคุ้นกับการเสพความคิด ก็จะกลับไปยึดถือสภาพคิด จนก่อให้เกิดเป็นความคิดที่กุคิด เกิดเป็นอารมณ์ทันที **ดังนั้นการรู้ลมในเบื้องต้น** คือการละคิด เพราะคิดเกิดเป็นทุกข์ ความทุกข์จึงลดลง เพราะความคิดถูกจัดการไปที่ละเล็กละน้อย ไม่เข้าวังวนแห่งคิด ถูกสกัดให้ความคิดขาดเป็นท่อน ๆ กำลังของมันจึงอ่อนลง นี่เป็นการแก้แบบสมถกรรมฐาน นี่จึงเป็นการละอกุศลมาเจริญกุศล ในมรรคองค์ที่ ๖ สัมมาวายามะความเพียรชอบ เมื่อรู้ลมอยู่ จิตจะตั้งมั่นเกิดเป็นสัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ ขณะที่สติระลึกว่าคิดเกิดแล้วท่านจึงมารู้ลม วินาทีก่อนที่ท่านจะรู้ลม ท่านรู้แล้วใช้ใหม่ว่าคิดเกิด คือเปลอที่จะรู้ลม นี่เป็นสัมมาสติ สัมมาสติจะ

เพิ่มเติกรึขึ้นในหัวข้อต่อไป

เมื่อการรู้ลุ่มมากขึ้น จนเกิดเป็นการตั้งมั่นของจิต วินาทีที่สติระลึกว่าเพลินคิดแล้วมารู้ลุ่มนั้น ความคิดได้ดับบับลงไป เกิดเป็นสภาพรู้ที่ลุ่มขึ้นแทน ตรงนี้เป็นการเห็นการดับลงของอารมณ์ ความคิดดับ (จิตกำลังยึดถือสังขารการปรุงแต่งอยู่ แต่เมื่อสติระลึก จิตปล่อยสังขารมาจับที่รูปแทน คือวิญญูณมาเกิดที่รูป ตรงนี้ส่งผลเป็นอุเบกขา จิตจะตั้งมั่นขึ้น) แล้วจิตมาเกาะที่รูปแทน โดยอาศัยอานาปานสติหรือกายคตาสติ ซึ่งพระพุทธเจ้าให้จิตตั้งไว้ที่กาย เพื่อเดินทางต่อไปให้ถึงสุญญตา

บางที่ยังไม่ทันคิดเลย ทุกข์แล้ว...ใช่ สังขารการปรุงแต่งไม่ได้ออกมาในสภาพคิดอย่างเดียว บางที่เป็นภาพในสิ่งนั้นเช่นกัน แล้วปรุงเป็นภาพความคิด ตัวอย่างง่าย ๆ อย่างเวลาอ่านอะไร ภาพจะถูกสร้างตามมาเรื่อย ๆ ภาพถูกเปลี่ยนแปลงไปตามเนื้อเรื่องที่อ่าน แล้วเกิดเป็นอารมณ์ เวลาอ่านข่าวสยดสยอง ทำไม่ถึงสยดสยอง เพราะมันปรุงตาม แล้วยึดมันนะซิ เมื่อภาวนาถึงจุดหนึ่ง จะเห็นความจริงไม่ปรุง ไม่สยดสยองจนลุก แต่เข้าใจว่าโหดเหี้ยม

เมื่อเห็นสภาพเกิดดับมาก ๆ เข้า จะเกิดความเบื่อหน่าย คลายความยึดถือขึ้น เพราะการที่ไปเห็นสภาพเกิดดับของอารมณ์ กิเลส เห็นการเกิดดับของนามธรรม ความคิดปรุงแต่ง เห็นการเกิดดับของสุขทุกข์เฉย ๆ ทุกอย่างจึงหมดค่าลง (ตรงนี้เป็นสัมมาสติ พิจารณาเห็น กาย เวทนา จิต ธรรม ไม่มีตัวตน เป็นอนัตตา) ในที่สุดจิตจะหมดการให้ค่า เพราะทุกอย่างมันเป็นไปตามเหตุปัจจัย นั่นเอง ไม่มีเราตรงไหน อารมณ์ต่าง ๆ ล้วนมาจากความโง่เอง ที่ไม่ยอมรับความจริงว่าเมื่อมีสิ่งนี้ ๆ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น ทุกอย่างว่างจากตัวตน ตรงนี้ รู้แจ้งเป็นวิปัสสนา

เมื่อปัญญาอย่างนี้เกิดขึ้น สภาพจิตจึงมีไปตามธรรมชาติ แต่ไม่มีใครไปให้ค่ามันอีก จึงไม่เกิดเป็นสุข เป็นทุกข์ เป็นเฉย ๆ จึงกลับเป็นสภาพจิต ที่ไม่มีผู้คิด เกิดขึ้นมาตามปัจจัยที่สั่งสมมา ไม่มีผู้ยึดถือ จึงไม่เกิดเป็นเราเป็นของเรา ก็เลยไม่มีผู้ทุกข์ จะรู้ลมหรือไม่รู้ลมก็ไม่ทุกข์ แต่ยังคงรู้ลมต่อไป เพราะกายจะได้ไม่ลำบาก ตาจะได้ไม่ลำบาก เพราะกายกับใจไม่ใช่เรา ทำงานตามปัจจัย จิตสงบ กายสงบ กายสงบ จิตสงบ ผูกกันอยู่อย่างนี้ เพื่อความทรงอยู่ของชีวิต เพราะรูปขันธ์ยังคงดำรงอยู่ตามวาระ

ของมัน ช่วยดูแลกันตามควร แต่หากจะเป็นอะไร ๆ มันก็เช่นนั้นเอง...พอกันที หมดสนุกแล้วกับโลกนี้

น้ำจะท่วม ไฟจะใส ก็ทำหน้าที่กันไป ไม่ว่าจะอย่างไร วันนั้นมาถึงแน่ ถึงเมื่อไหร่ก็เมื่อนั้น ตายก่อนตาย ไม่เกิดอีก ไม่ตายอีก ไม่คิดเอาว่าจะไม่เกิด แต่เมื่อหมดเหตุเกิด แล้วจะเกิดได้อย่างไร ซาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ต้องทำ ได้ทำจบแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอนัตตังมิได้มีอีก ภาวนาไป พวกเราเป็นผู้เดินตามมรรค

มรรคมืองค์ ๘ ย่อลงมาเหลือ ๓ ก็คือ ปัญญา ศีล สมาธิ ย่อลงมาเหลือ ๒ คือ สมถะและวิปัสสนา แต่ต้องวงเล็บไว้ว่าศีลต้องบริบูรณ์มาก่อนแล้วนะ



ผ้าปูที่นอนแสนรัก

เขียนเมื่อวันที่ ๕ เมษายน ๒๕๕๔

ผ้าปูที่นอนเนื้อซาตินแสนสวย ชื้อจากห้างใหญ่ ในวันที่ บังเอิญไม่ลดราคา คืนหนึ่งขณะทำงานก่อนนอนคนเดียว พลาด ทำหมึกหยดลงไปบนผ้าปูที่นอนแสนรักผืนนั้น ทุกครั้งที่เดินผ่าน หรือคิดถึง ใจจะทนไม่ได้เลยกับรอยเปื้อนบนผ้าปูที่นอนนั้น ทั้ง ๆ ที่มีพื้นที่ที่ไม่เปื้อนอยู่มากกว่า ๙๙% อยากกำจัดผ้าปูมันไปให้พ้น ๆ หรือเอาไปทำผ้าเช็ดพื้นซะเลย

ตกลงรอยเปื้อนนั้น มันเปื้อนที่ผ้าหรือมันเปื้อนที่ใจ จะ
ลบรอยเปื้อน ควรลบที่ผ้าหรือที่ใจ หากผ้าลบได้ก็คงลบไปแล้ว
พอลบได้ก็ดีใจลิงโลด ดีใจทำไม มันแค่กลับมาเป็นเหมือนเดิม
ผ้าผืนอื่น ๆ ก็ไม่ได้เปื้อน เมื่อไม่เปื้อนก็ไม่ได้ลบ วันนีผืนอื่น ๆ
ไม่เปื้อน ทำไมไม่ดีใจละ ต้องรอให้เปื้อนแล้วลบได้จึงจะดีใจหรือ?

ทำไมไม่ลบที่ใจก่อน ลบให้สำเร็จ เมื่อลบสำเร็จ ใจจะไม่
ยึดถือสิ่งนั้น สิ่งนั้นจะไม่ทำให้เป็นทุกข์ ส่วนการลบบนผ้า ค่อย
ทำต่อมา ถึงแม้ใจจะไม่ทุกข์แล้วก็ทำต่อไป คราวนี้ ผลไม่ว่า
ลบรอยเปื้อนบนผ้าปูที่นอนนั้นได้หรือลบไม่ได้ จะไม่สามารถทำ
อะไรให้ใจเป็นทุกข์ได้อีก



ธรรมะจาก หลวงปู่แบน

เขียนเมื่อวันที่ ๒๔ เมษายน ๒๕๕๔

เช้าวันแรก ที่หลวงปู่แบนมาพักอยู่ที่สวนยินดีธรรม เมื่อท่านลงจากที่พัก ผมกับคุณแม่ยินดีได้เข้าไปกราบนมัสการท่าน ท่านจึงนั่งลง แล้วพูดขึ้นว่า “หลวงปู่หลับสบายเลย ตื่นขึ้นมา รู้สึกว่ายอมแพ้ใจคนสร้างสถานที่นี้จริง ๆ เหนื่อยนะนี่ สร้างชะสวยงามแบบนี้ ใครมาปฏิบัติแล้วทำไม่ดี ก็เหนื่อยนะ หลวงปู่เห็นแล้วเหนื่อย”

อ.ประเสริฐ: แต่หากมีปัญญา ทำแล้วก็จบไปจบไป ก็ไม่เห็นน้อยครับหลวงปู่

หลวงปู่แบน: ถึงมีปัญญาที่เห็น้อย ที่ล้าคัญใครละที่มีปัญญา หรือมีปัญญาจริง ๆ อ้อ แต่ถ้ามีปัญญาที่ไม่เห็น้อยนะ

หมายเหตุ

สาธุ จริงอย่างยิ่งครับหลวงปู่ ถือแก้วน้ำไว้ใบหนึ่งก็เห็น้อย ถึงมีปัญญาที่เห็น้อย (กาย) แต่ถ้ามีปัญญาจริง จะไม่เห็น้อย (ใจ) เพราะจะได้เอาน้ำที่ถือไว้แจกจ่ายคนกระหายน้ำ ทรายใบที่ขังไม่พ้นจากความเกิด ความแก่ ความตาย เมื่อนั้นก็ขังทุกข์

ขั้นที่ ๕ เป็นตัวทุกข์ หมอดูพาทานในขั้นนี้ ธรรมชาติของขั้นนี้ก็คงทุกข์อยู่นั่นเอง ธรรมชาติมันเป็นอย่างนั้น งงไหม?

ในการสนทนากับหลวงปู่แบน มีคำกล่าวที่น่าจะเป็นประโยชน์ ต่อนักปฏิบัติอย่างมากอีกบทหนึ่งก็คือ “...ไม่ว่าเราจะทำงานใด ๆ ให้เราบอกตนเองว่า เรากำลังปฏิบัติธรรม เวลาเราไปเยี่ยมญาติ เยี่ยมเพื่อนหรือไปที่ไหน ๆ ให้เราบอกตนเองว่า เราไปปลื้กวิเวกรู้ใหม่ เวลาเราพูดแบบนี้ สิ่งที่เรากระทบใจ มันจะเกิดเป็น

ความรู้สึกขึ้นมาแบบที่ต่างออกไป มันรู้สึกว่ ไม่ว่าจะทำอะไร จะไปไหน จิตใจของเราจะสงบและเป็นธรรม...”

สาธุ นักปฏิบัติทั้งหลายนำไปใช้นะ หลวงปู่แบนให้มา จึงนำมาฝากและแจกจ่าย

หลวงปู่เมตตาดีมาก ไร่เรียงเป็นที่สุด มีผู้คนในสุราษฎร์ฯ เข้ามาทำบุญใส่บาตรกับท่านที่สวนยินดีธรรมมีดีพำมั่วดินเลย ถือเป็นบุญของชาวสวนยินดีธรรมจริง ๆ

หลวงปู่แบนเดินทางมาพร้อมพระติดตาม ๖ รูป และขบวนญาติโยมอีก ๑๔ คัน ลากเทรลเลอร์ของแจกมาสุราษฎร์ฯ ๒ เทรลเลอร์ เป็นข้าวสาร ๑๐ ก.ก. ๔,๐๐๐ ถุง (๔๐ ตัน มูลค่าเป็นล้าน) ที่นอน มุ้งอีก ๔,๐๐๐ ชุด หลังจากแจกที่สุราษฎร์ฯ เสร็จไปแจกนครศรีธรรมราชต่อ ด้วยของจำนวนเท่ากันคืออีก ๒ เทรลเลอร์ หลวงปู่บอกว่า หลวงปู่มีอาชีพพิเศษมาด ก็ทำได้แค่นี้ ละ หลวงปู่ยังเมตตาช่วยผู้ประสบภัย ในการให้วัสดุเพื่อสร้างบ้านใหม่อีก ๑๐ หลัง สวนยินดีธรรมจึงร่วมทำบุญถวายหลวงปู่ไปด้วย ๕๐,๐๐๐ บาท ซึ่งก็เป็นเงินบริจาคของทุกคน เอ้า สาธุ



ละอกุศล แล้วจะโชคดี

เขียนเมื่อวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๔

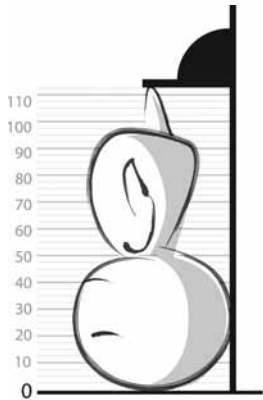
ละอกุศลทางกาย คือมีศีล ก็ต้องละที่ใจ (เจตนาเป็นเครื่องเว้น)
 ละอกุศลทางวาจา คือมีศีล ก็ต้องละที่ใจ (เจตนาเป็นเครื่องเว้น)
 มีศีลไว้ก็เริ่มหัดเว้นที่ใจ แล้ววันหนึ่งใจก็ตั้งมั่นขึ้น เพราะ
 มีศีล ฝึกตาในไว้ ก็จะเริ่มเห็นการเคลื่อนไหวภายใน

ละอกุศลในใจ ใช้เจริญภาวนา เจริญกุศลแทรกเข้าไป
 แทนที่อกุศล จิตก็จะปล่อยอกุศล ทำบ่อย ๆ จิตจะเกิดนิสัยใหม่

ไม่รับอกุศลเข้ามา ทุกอย่างมารวมกันอยู่ที่ใจ ใจไม่ดีก็ทำบาปทำชั่วทำผิดศีล ใจไม่ดีก็ด่าว่าโกหกได้สารพัด ผิดอะไรก็ได้ ไม่ว่าจะกาย วาจา ใจ ใจก็จะเป็นสุข เพราะทุกอย่างมารวมกันที่ตรงใจ ทำได้แค่นี้ก็สุขมากแล้ว ถ้าได้ตรงนี้ เขาไปต่อเองได้แล้ว

นี่ละเรื่องใหญ่ อย่าทำเรื่องใหญ่ให้กลายเป็นเรื่องเล็ก แล้วถนัดที่จะทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ ประเภทแม่ทัพแตกแล้วมันส์หัวเราะว่า ไล่ล่าหาที่อร่อย ๆ กิน เผลอเพลินไปกับการละเล่น การดู การฟัง ถ้าอธิบายไม่ต้องพูดกันเลย ไม่อย่างนั้นเมื่อวันที่ทุกอย่างดับลง ไม่ว่าจะไฟ (ฟ้า) จากภัยพิบัติภายนอกหรือไฟ (ชาติ) ภายใน เราจะกลับตัวไม่ทันแน่ จะเสียวสะดุ้งวูบใหญ่ ตกใจเมื่อเห็นไฟ (โลกันต์) พวยพุ่งขึ้นแทน

หากจะไม่ปฏิบัติอะไรเลย ก็ขอให้หยุดอกุศลทั้ง ๓ กาลเถอะ จะได้ชื่อว่าเกิดมาแล้วยังพอมีกาไรติดไม้ติดมือไปบ้าง นี่ขนาดชาตินี้ดีที่สุดในยุคนี้แล้วนะ ยังได้ไปแค่นี้ ตายจากชาตินี้ไปไม่รู้เมื่อไหร่จะมีโอกาสอย่างนี้อีก โชคดีไม่ได้แปลว่าได้เกิดมาร่วมชาติกับผู้ถึงธรรม ไม่ได้แปลว่าได้ไปทำบุญกับผู้ถึงธรรมนะ แต่**โชคดี**คือได้มีโอกาสทำให้ตนได้ไปถึงธรรมต่างหากละ...อย่าเข้าใจผิด



กาลเวลากัดกินเรา เพราะเรายึดมันไว้

เขียนเมื่อวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๕

สรรพลิ่งผ่านมาผ่านไป ตัวเราทำหน้าที่ของเราอย่างมีสติมีปัญญา เวลาสำหรับเราจะไม่มี เวลาจะกัดกินเราไม่ได้ ทุกข์ก็จะไม่มี ยกตัวอย่างเช่น ในหลักสูตรยุวเนกซัมม์ ในวันที่ ๒ ของการปฏิบัติ เด็กพูดขึ้นมาว่า เมื่อ ออยากกลับบ้าน การบรรยายจึงมุ่งไปให้เห็นความจริง สุดท้าย เด็กเริ่มเห็นว่าวันสุดท้ายมาถึงเอง ไม่ว่าจะอยากหรือไม่อยากให้ถึง วันสุดท้ายก็มาถึงแน่ ไม่มีไม่แน่ วันสุดท้ายเคลื่อนมา โดยไม่ขึ้นกับอยากหรือไม่อยากของใคร จะชอบหรือไม่ชอบ ก็ไม่มีอะไรเกี่ยวข้องกับเวลาเลย

แม้จะอยากให้ถึง เวลานั้นก็ไม่ได้เกี่ยวข้องกับด้วย มิหนำซ้ำ ใจกลับยิ่งทุกข์มากขึ้น เวลาจึงเหมือนมาทำร้ายเรา แต่จริง ๆ ก็ไม่ใช่ ถึงจะไม่อยากให้เวลานั้นหมดไป เพราะเกิดความสุขความพอใจ ไม่อยากให้เวลาดีอย่างนั้นผ่านไป เวลา ก็เหมือนทำให้เรามีความทุกข์อีก แล้วที่จริง เวลาทำให้เราทุกข์หรือ? หรือเราไปสร้างเวลามาฆ่าเรา แล้วเรากลับบอกว่า เราฆ่าเวลา

เวลาเขาไม่ได้เกี่ยวอะไรกับเราเลย เขาว่างจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน เขาเคยมีอยู่หรือ? เราให้ค่า เราทุกข์เอง รถติดไฟแดง กำลังจะไปไม่ทันนัดที่สำคัญมาก หงุดหงิดไหม หงุดหงิดทำไม ตัวเลขนับถอยหลังของไฟแดงที่จะเปลี่ยนเป็นไฟเขียว กลายเป็นระเบิดเวลาสำหรับคนนั้นไป จิตใจเราร้อนเพราะอะไร จริง ๆ แล้วมันไม่เกี่ยวกับทุกข์เลย ผลที่อาจไปทันหรือไปไม่ทันนั้น เราทำได้แค่ทำดีที่สุด แต่เราถลาละเลยไปถึงทุกข์ได้อย่างไร?

เราไหลลงไปสู่เวลา จึงได้เกิดเป็นกาลเวลา เมื่อมีกาลเวลานั้นจึงเกิดเป็นกรรม ภพชาติก็จึงเกิดขึ้น จิตขยับเคลื่อนไหวเป็นเหตุเกิดแห่งทุกข์ เกิดเป็นเราขึ้นในวินาทีนั้นทันที จึงมีกรรม มีผลแห่งกรรมที่ต้องรับคือทุกข์

กลับมารู้ลมไว้ ถ้าจะยังมีเวลา ให้มีเวลาปัจจุบันไว้ก่อน ถ้า
ยังยึดว่าเวลา มี ให้ใช้ปัจจุบันเป็นสรณะ แล้วจะพบความสุขสงบ
เป็นผล จนวันหนึ่งพบความจริง ปัจจุบันก็ไม่รู้อยู่ไหน เวลาใน
นาฬิกา ก็เดินไป แต่ไม่มีเวลาในใจของผู้ไม่ปรุปรอง ให้ค่าเวลาอีก
มันเลยสุขขึ้นไปอีก เพราะไม่ยึดถือสุขนั่นเอง

นัดใครก็โมงก็ยังไม่ตรงเวลา นาฬิกา ก็ดู รู้ตัวว่าก็โมง แต่
ไม่มีกาลเวลา อยู่กับปัจจุบันหรือ? จะอยู่กับอะไร ถ้าไม่มีทั้งใคร
และอะไร?



ยายยิ้ม

ผู้ที่นักปฏิบัติดีต่อคนระ

เขียนเมื่อวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๕๔

ยายยิ้ม หญิงร่างเล็ก หลังงุ้ม ใบหน้าเปื้อนรอยยิ้มสมชื่อ อาศัยในบ้านไม้ที่เกือบเสร็จ ท่ามกลางป่าเขา จ.พิษณุโลก อยู่ลำพังอย่างเดียวดาย ห่างไกลผู้คนและเจียบส่งัด เมื่อ ๒๐ ปีก่อน ยายมีบ้านอยู่ที่อำเภอพรหมพิรามกับลูกหลาน ตอนนั้นลูกชายคนเล็กตั้งใจจะมาบุกเบิกทำมาหากินบริเวณที่อยู่ปัจจุบัน แต่ด้วยปัจจัยหลายอย่าง ทั้ง ความไกล ไข้ป่า และความลำบาก ส่งผลให้ลูกชายของยาย เลือกว่าจะไปขับรถแท็กซี่ในกรุงเทพฯ และไม่ว่า

จะด้วยเหตุผลใด ๆ และการไม่ยอมเป็นภรรยาลูกหลานหรืออื่น ๆ ยายยิ้มจึงตัดสินใจครั้งสำคัญ ไปอาศัยอยู่ที่บ้านในป่าผืนนั้น นับแต่นั้นมา

ลูกหลานขอร้องให้ยายกลับมาอยู่บ้าน แต่ยายไม่กลับ ลูกหลานจึงได้แต่มาเยี่ยมยายเป็นระยะ รวมถึงการนำเสื้อผ้า ผ้าห่ม ข้าวสารอาหารแห้งมาให้ยาย ลูกชายคนที่ยังอยู่ในอำเภอพรหมพิราม บอกว่า “แม่เขาจะบอกว่าไม่ต้องเอามาให้มากนักะ ในชีวิตเขา แม่เขาไม่เคยอยากได้อะไรเลย เคยถามเขาก็บอกว่า เขาพอแล้ว สมัยยังเด็ก บ้านเราจนกันมาก พ่อก็ตายตอนที่เรายังเล็ก ๆ แต่แม่คนเดียวก็หาเลี้ยงลูกมาได้ มานี้ก็ดูแลตัวเองทำงานหนักมาก แม่ถึงเห็นสอนให้เข้มแข็ง หนักเอาเบาสู้ ไม่เลือกงาน”

ตลอดระยะเวลา ๒๐ ปีที่ผ่านมา ท่ามกลางขุนเขา ยายไม่มีนาฬิกา แต่ทุกเวลาล้วนมีคุณค่า การมีชีวิตอยู่ของยายหมดไปกับการปลูกต้นไม้ ทำฝายเล็ก ๆ ที่ยายได้อาศัยในยามหน้าแล้งและยังเป็นสายธารหล่อเลี้ยงบรรดาสัตว์ และต้นไม้บนผืนแผ่นดินนี้ ยายตั้งใจถวายให้ในหลวงและพระราชินี ยายรักในหลวงและพระราชินีมาก

ลำพังคนหนุ่มสาวจะให้เดินขึ้นลงเขา ลัก ๗-๘ กิโลเมตร ยังเล่นเอาเหงื่อตก แต่สำหรับยายยิ้มถือเป็นกิจวัตรสม่ำเสมอ ทุกวันโกนวันพระ เพราะไม่ว่าฝนจะตก ฟ้าจะร้อง ยายก็ต้องไปถึงวัดไม่เคยขาด

ระยะทางไกลที่เต็มไปด้วยหล่มโคลน ถนนเป็นร่องขรุขระ ยายยิ้มจะออกเดินเท้าจากบ้านตั้งแต่เช้ามีด เหนื่อยก็พัก ถึงวัดก็โหม่งไม่รู้ รู้แต่เมื่อถึงวัดก็เปลี่ยนชุดขาว สวดมนต์ ปฏิบัติธรรม ทำความสะอาดวัด ทำบุญ ก่อนจะเดินกลับบ้านในป่า ที่ยายเลือกใช้ชีวิตอยู่เพียงลำพังอย่างมีความสุขอีกครั้ง

เราขาดในสิ่งที่ยายยิ้มมี นั่นคือ ความพอเพียง ความศรัทธา ความไม่โลภ

เรามีในสิ่งที่ยายขาด นั่นคือ ความทุกข์

พิธีกร: **ข้าวสารอาหารแห้งเอามาจากไหน**

ยายยิ้ม: ลูกหลานเขาเอามาให้ เขาเอามาให้ก็ต้องกิน เขาจะไต่ได้บุญ และก็ต้องกินอย่างประหยัด ๆ ไม่ฟุ่มเฟือย

พิธีกร: **ฝนตกเปียกไหม (พูดถึงบ้านที่หลังคารั่วของยาย)**

ยายยิ้ม: ก็หลบ ๆ เอา ไม่ลำบาก อย่าคิดว่ามันลำบาก

พิธีกร: **เสื้อผ้า ขาดแล้วยังใส่อยู่**

ยายยิ้ม: ลูกหลานเขาเอามาให้ ใส่ไว้ เขาจะได้บุญ

พิธีกร: **แต่ลูกหลานอยากให้ไปอยู่ด้วยกัน**

ยายยิ้ม: ไม่ใช่ว่าจะไม่ฟัง แต่ให้หมดทำก่อนค่อยฟัง ป่วย
ไม่สบายไม่มีแรงค่อยไปฟังเขา

พิธีกร: **ทำผายไปให้ใคร**

ยายยิ้ม: ให้ในหลวงพระราชินี ท่านเป็นถึงเจ้าแผ่นดินยัง
ทำงาน เราก็คงทำให้ท่านบ้าง...ส่วนสิ่งที่ทำ ถึงในหลวงท่านไม่
เห็นแต่ผีสิงเทวดาก็เห็น

พิธีกร: **ได้ประโยชน์อะไรจากผาย**

ยายยิ้ม: ในหลวงบอกมีผายมีน้ำ มีป่า มีปลาเล็กเป็นอาหาร
นกอีกที่ รวมถึงได้ใช้ยามหน้าแล้ง

พิธีกร: **กลัวล้มไหม เวลาเดินไปไหน**

ยายยิ้ม: กลัวแต่ก็ต้องทำ ทำแล้วมีความสุข

พิธีกร: **เหนื่อยไหมที่ทำมา**

ยายยิ้ม: *เหนื่อย แต่ทำแล้วมีความสุข*

พิธีกร: **เดินไปวัดลำบาก เหนื่อยไหม**

ยายยิ้ม: *เหนื่อยก็พัก แล้วเดินต่อ **ทางไปสวรรค์มันรัก ทางไปนรกมันเรียบ** เห็นพระก็หายเหนื่อย*

พิธีกร: **สรุปว่าทุกอย่างอยู่ที่ใจ**

ยายยิ้ม: *คนอื่นเขาว่าลำบาก แต่ถ้าเราคิดว่ามันเป็นสวรรค์ มันก็ไม่ลำบาก*

พิธีกร: **ยายมาทำบุญทุกวันพระไหม**

ชาวบ้าน: *ยายมาประจำแหละ ยายแกชอบทำบุญ ได้เบี้ยเดือนละ ๕๐๐ แกยังทำบุญหมดเลย*

พระ (กางมุ้งให้ยายนอนในศาลาวัด): *ไม่บาปหรือยาย ช่วย ๆ กัน ดูแลกัน*

ยาย *นั่งยิ้มด้วยความจํานน*

ยาย *เอาเงินที่เก็บ ๆ รวมถึงเงินที่ชาวบ้านให้ไว้มาทำบุญ*

ยายอวยพรให้ และภาวนาให้คนที่ทำบุญด้วย

พิธีกร: **ยายรู้จักเขาหรือ**

ยายยิ้ม: (ยิ้ม) **ไม่รู้จักหรอก เห็นบอกว่าจะบวช ก็เลยทำบุญให้ยายทำบุญนะ (สงสัยจะเป็นเงินที่ทางรายการให้)**

พิธีกร: **ทำอะยาย ไม่ว่าอะไรหรือ**

พิธีกร: **ยายมีของแค่นี้หรือ (หยิบกระเป๋าใบเล็กที่บรรจุเสื้อผ้า หยูกยาที่จำเป็น และบัตรประชาชน)**

ยายยิ้ม: **แค่นี้แหละเตรียมไว้ เวลาเจ็บป่วยขึ้นมา เอาไปใบเดียว คนอื่นจะได้ไม่ลำบากหา**

พิธีกร: **จะไม่เป็นการแข่งตัวเองหรือ**

ยายยิ้ม: **ยิ่งเจ็บ ยิ่งต้องพึ่งตัวเอง ยิ่งต้องเตรียมตัว**

พิธีกร: **เวลายายไปตัดไม้ไผ่ ทำฝาย ไม่เกินกำลังหรือ เอาแรงมาจากไหน**

ยายยิ้ม: (หัวเราะเบา ๆ) มันเกินกำลังอยู่แล้วล่ะ แต่ต้องมีความพยายาม วันนี้อันตราย นอนพัก พรุ่งนี้แรงก็มาใหม่

พิธีกร: **ยายยังขาดอะไรอีกในชีวิต**

ยายยิ้ม: (ยิ้มสมชื่อ แล้วตอบอย่างภาคภูมิใจว่า) **ขาดความทุกข์**

เรื่องราวของยายยิ้ม เรียกน้ำตาของคนที่ได้อ่านมามากแล้วทำไมหรือ? เพราะสิ่งที่เราแสวงหาทั้งหมด มันกลับทำให้เราเป็นทุกข์ บ้างก็เห็นแจ้งว่ามันทุกข์จริง ๆ บ้างก็เป็นทุกข์อยู่แต่ไม่รู้ บ้างก็ว่า ฉันก็สุขดีกับเงินทองที่หามาได้ คนเมื่อเสียยานั้น จะแบ่งเป็นกลุ่มได้ดังนี้เช่นกัน ลังเกตดูเถิด คนติดยาประเภทไหนหรือที่เขาอยากจะเลิกยา แล้วประเภทไหน ที่ไม่คิดแม้แต่จะเลิก ตกหลงคนไหนโชคดีกว่ากัน ระหว่างคนทุกข์กับคนหลง?

พอได้อ่านเรื่องยายยิ้ม หลายคนเปลอพุดคำว่า อิจฉายายยิ้มจัง! แน่นะ **ชีวิตนี้ถ้าเหลือเท่าที่ยายยิ้มมี จะยังสุขแบบยายยิ้มได้ไหมล่ะ ทำไมไม่ได้ล่ะ** เห็นหรือยังว่าวัตถุนิยมทั้งหมด ยายยิ้ม

วางลงแล้ว คนจนแบบไม่มีอะไรแบบยายยิ้มมีเยอะนะ แต่จิตใจของยายยิ้มไม่จนแล้ว จิตใจของยายเป็นมหาเศรษฐีแล้ว ยายยิ้มใจเต็มแล้ว ใจไม่มีหลุมที่จะต้องเติมอะไรลงไปอีก คนจนทั่วไปลองมีคนเอาอะไรต่ออะไรไปให้ จิตใจก็จะเริ่มหลงลำพอง เมื่อรวยขึ้นมากก็จะกลายเป็นหลงวัตถุนิยมต่อไป เหมือนคนโลก ๆ แต่ยายยิ้มได้แสดงให้เห็นในทุกการกระทำและทุกคำพูด

อ่านทุกคำหาความเห็นแก่ตัวไม่มี (เพราะไม่มีตัวแล้ว) ทุกคำแสดงถึงความหมดตัวตน มีเงินก็ให้คนอื่น ทำบุญจนหมด เสื้อผ้าใส่จนขาดไม่เปลี่ยนเพราะอะไร เพราะใส่ให้คนให้เขาได้บุญ ในกระเป๋ามีเงินน้อย ๆ มีบัตรประชาชนกับของเล็กน้อย พกไว้ทำไม เพราะถ้าตาย คนอื่นจะได้ไม่เดือดร้อนต้องไปหา ใครจะเอาอะไรไปให้ ยายบอกอย่าเอามาเลย ยายพอแล้ว เหนื่อยไหม...เหนื่อย แต่ถ้าไม่คิดว่าเหนื่อย มันก็ไม่เหนื่อย คนที่พูดอย่างนี้ ไม่ได้คิดแล้วมารู้ รู้แล้วละนะ แต่ว่างไปแล้ว พูดให้คนเข้าใจและทำได้เฉย ๆ คนที่ถึงธรรมอย่างเป็นเนื้อแท้ไม่ต้องอธิบาย มีแต่ความสุข **ไม่แปลกใจที่ยายบอกว่า ขาดอย่างเดียวคือความทุกข์**

ปฏิบัติไปแล้ว วันหนึ่งความมีกับความไม่มีจะไม่ต่างกัน ในการให้ความสุขแก่คนผู้นั้น เพราะฉะนั้นจะมีไปทำไม ในเมื่อไม่มีไม่เป็นภาระแล้ว มันสุขไม่ต่างกันแม้สัก ๐.๐๐๐๐๐๐๑ วันนี้ ท่านทั้งหลายมีของข้างนอก ก็ให้มีไว้ใช้ก็แล้วกัน แต่ใจอย่าไปยึดไปหวงเหวน ดูแลกันไปให้ดี เสมือนพระคุณแลบาทร ของทุกอย่างไม่เคยมีใครเป็นเจ้าของ แล้วบ้านที่ซื้อแล้วมีโฉนดละ แล้วรถที่ผ่อนเสร็จแล้วละ (ต้องผ่อนหมดแล้วด้วยนะ ดังนั้นที่ยังผ่อนอยู่อย่าหลงผิดนะ) จิปาถะที่ซื้อมาเป็นของเราละ ไม่ใช่หรือ?

เขาให้ยืมไว้ใช้ ใช้แล้วต้องดูแล แต่เราทำผิดเงื่อนไข คือคิดแต่จะปล้นมาเป็นของเราทั้ง ๆ ที่เอาไปไม่ได้ ทำไมจะไม่ทุกข์ล่ะ เศรษฐีที่เหนื่อยทั้งชีวิต มีปราสาทหลังใหญ่ ๆ เพียงแค่การทรงอยู่ได้ของชีวิต ต้องเหนื่อยขนาดนี้เลยหรือ ต้องทำบาปทำอกุศลอย่างนี้เลยหรือ ถามตนเองว่ายังมี ยิ่งอยากมีอีก หรือยังมี ยิ่งไม่อยากตายไหม เพราะหลงสุขที่ไม่ได้อยู่จริง จึงทำทุกอย่างเพื่อให้สุขมันจริง โดยไม่เห็นว่าสรรพสิ่งล้วนเกิดขึ้นแล้วดับไปเป็นธรรมดา เวรกรรมตามไปแน่ แต่ทรัพย์สิน แม้แต่คนรักสักคน ไม่มีทางชาติต่อไปคนที่เรารักอาจเป็นอะไรก็ได้ แล้วเราก็เช่นกัน หมา แมว

นก ปลา ฯลฯ ที่เลี้ยงอยู่วันนี้ คิดว่าเมื่อก่อนเขาเป็นอะไรหรือ แล้ววันหนึ่งถ้าเรายังหลงอยู่ ก็อาจจะมีคนรักหรือคนที่เราเคยดูแลอยู่วันนี้ มาเลี้ยงดูเราก็ได้

เป็นให้ได้ครึ่งหนึ่งของยายยิ้มนะ คือมีทรัพย์สินอยู่อย่างนี้แล้วสุขสักครึ่งหนึ่งของยายยิ้ม อยากรู้ได้เท่ายายยิ้มต้องหมดอยากแล้วไม่ว่าจะมีหรือไม่มี (ทรัพย์สินภายนอก) ก็มีความสุขเท่ากัน เพราะใจนั้นสงบเย็นไปแล้ว

ข้อคิด

จิตที่สุขสงบเย็นนั้น มาจาก ปราศจากกามสุขทางวัตถุมากระตุ้นให้อยาก (ตัณหา = สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์) หมดความยึดถือในขั้น ๕ เพราะตัวขั้นเองทั้งหมด ล้วนเกิดดับเป็นทุกข์ สิ่งเป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน เกิดตามเหตุเกิด หมดไปเมื่อหมดเหตุ เมื่อปล่อยวางขั้นจึงหมดเหตุเกิด นั่นเป็นนิพพาน ตอนเห็นอนัตตานั้นกำลังเห็นความจริงแล้ว การเห็นอนัตตาดังคร่อมกันระหว่างโลกและธรรมแท้ เมื่อปฏิบัติจนหมดเหตุในการสร้างตัวตนก็สงบเย็นในที่สุด

ทางไปสวรรค์มันรก ทางไปนรกมันเรียบ ทางไปนิพพาน
นั้นเจียบ เจียบได้เพราะเห็น เห็นแล้วคลายความยึดถือ คลาย
ความยึดถือจึงดับ เมื่อดับก็ว่าง เมื่อว่างก็สงบเย็น เมื่อสงบเย็น
ก็ไม่ยึดถือ เมื่อไม่ยึดถือก็สลัดคืน



Transformers

เขียนเมื่อวันที่ ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๕๔

หากใครประสบอุบัติเหตุ แต่ได้รับการเปลี่ยนอวัยวะเป็น
เครื่องคนเครื่องหุ่น เดียวนี้ก็คงพอจะเทียบกับพวก Transformers ได้

เมื่อก่อนผมไม่รู้ธรรมชาติใด ๆ แต่ผมเคยสงสัยมาก ๆ ว่า
อนาคตเมื่อวิทยาศาสตร์ก้าวหน้าขึ้น เมื่อแขนขาเราจะเปลี่ยน
แขนกลเข้ามาแทนได้ไหม ซึ่งทุกวันนี้ก็เห็นอยู่ว่าวิทยาการก้าวหน้า
ไปจนสามารถสร้างอวัยวะเทียมให้ใช้แทนที่อวัยวะของเราได้
ตอนแรกก็ใช้การบังคับเหมือนรีโมท แต่หลัง ๆ ทำท่าจะโยงสาย

ไปเชื่อมกับสมอง สมองสั่งให้ขยับเองได้ ซึ่งถ้าเรารู้ฝึกฝน วันหนึ่งก็จะใช้ได้อย่างกับของติดตัวมา แต่ผมก็สงสัยต่อไปอีกว่า แต่มันไม่รู้ลึกลงนี้ จะเหมือนกับแขนเราได้อย่างไร สมมุติเราจุดเทียน โดยใช้แขนกล ขณะจุดเทียน ไฟเกิดลุกมาโดนมือกล มือกลก็จะไม่รู้ อาจทำให้สายไฟภายในเสียหายได้ ไม่เหมือนมือเรา ถ้าร้อนเรารู้ เราจะชักมือออกทัน ก่อนไฟจะลวกมือเสียหาย ดังนั้น ถ้ามันสามารถทำตัวเซ็นเซอร์มาคอยจับความร้อนบ้างความเย็นบ้างที่จะทำความเสียหายให้แขนกลนี้ มันก็จะสามารถรักษาตัวเองได้ดีขึ้น

แต่เอ๊ะ...แขนเรามีเซ็นเซอร์รับสิ่งที่มากระทบ ก็เพราะมันเอาไว้รักษาตัวมันเองนี่ มันเกิดเป็นเวทนาที่คอยเตือนให้ร่างกายนี้ หลบหลีกจากภัย ไม่ได้มีไว้ให้สุขให้ทุกข์ ให้พอใจหรือไม่พอใจ วันนี้เรายึดถือมันเพราะความโง่ริเปล่านี้ พอเราหลงผิด ก็เลยคิดว่านั่นเป็นอาการของเราขึ้นมา หากแขนกลได้รับการติดตั้งเซ็นเซอร์ว่าเมื่อร้อนให้จืดที่สมอง พอจืดที่สมองก็จะได้ขยับมือออก นานไปนานไป เราก็คงจะชอบไม่ชอบการจืดนั้นขึ้นมาอีก เป็นสุขเป็นทุกข์กับมันขึ้นมาอีกแน่เลย

วันแรก ๆ เราคงไม่หลงเมื่อมันจืดขึ้นมา แกรมรู้สึกดีที่มันจืด เพราะมันช่วยเตือนจะได้รักษาอุปกรณ์นี้ไว้ได้ แต่นานไปเราคงจะไปหลงยึดแขนกลนี้เป็นเราเป็นของเราอีกแน่เลย แล้วก็พอใจไม่พอใจกับอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ความเป็นจริงร่างกายนี้ ก็สร้างขึ้นอย่างมีเหตุมีผลที่เรียกว่า **อิทัปปัจจยตา** (เพราะสิ่งนี้สิ่งนี้เป็นปัจจัย สิ่งนี้สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น) ด้วยสภาพของการดิ้นรนอยู่ของรูปนามเอง

อ้าว หรือว่าแขนจริงของเราก็ก่อเกิดกำเนิดขึ้นมาแบบแขนกลจากการดิ้นรนเพื่อความอยู่ให้ได้ของรูปนามนี้เท่านั้น มันสรรค์สร้างเวทนาและระบบประสาทมา เป็นเครื่องช่วยให้มันอยู่รอด โดยปราศจากเรา จากความไม่รู้ เราเลยไปยึดทุกอย่างมาเป็นเราเป็นของเรา จึงสุข ทุกข์ขึ้นมา

อยู่ไปอยู่มา เรามาจากไหนกันนี้ ถึงได้ไปเอา ตา (กล) หู (กล) จมูก (กล) ลิ้น (กล) กาย (กล) มายึดถือว่าเป็นของเรา ด้วยความที่รูปนามนี้ พัฒนาตัวเองมาอย่างยาวนาน โดยนามธรรมที่คอยสร้างรู้สึกขึ้นมาทีละเล็กทีละน้อย จนวิจิตรพิสดารในวันนี้ ด้วยความเป็นธรรมชาติที่ไม่มีเจ้าของ แต่จากความไม่รู้ จึงเกิดพลังงานไป

ไปถือครองทุกอย่างที่มีอยู่ เป็นเรา เป็นของเราไปหมดเลย วันนี้จะกลับไปเห็นแบบวันแรกสุดเลยนั้น ทำไม่ได้เสียแล้ว

เชื่อไหมว่า ทุกวันนี้ว๊วะทุก ๆ อย่างของเราก็คือ Transformers ที่โดนเรายึดเป็นของเราโดยเขาไม่รู้เรื่องด้วย สภาพไม่รู้เรื่องด้วยเขาเรียกว่า สุนัข (ว่างจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน) หุ่นเนื้อนี้โดนคนโง่ไปยึดถือว่าเป็นกายกู หุ่นก็ไม่ได้ว่าเราโง่ หุ่นก็ไม่ได้รู้สึกรู้สาไปด้วย วันหนึ่งจะเห็นถูกว่ากูโง่ไปยึด หุ่นเองก็ไม่สนใจเพราะว่างจากตัวตนของมันอยู่แล้ว จะบำรุงบำเรอหาสันทนาการให้พิสดารแค่ไหน หุ่นก็มีอายุของมัน ตามที่เหล็กจะอยู่ได้ หรือแบตเตอรี่ไฟยังไม่หมด

แล้วตกลงนี้ หุ่นไม่รู้เรื่องด้วย แล้วใครยึด มีธรรมชาติเดิมอย่างหนึ่งที่สมมุติชื่อว่า จิต จิตเป็นสภาพรู้ซื่อ ๆ จิตดันโง่ไปยึดถือตัวมันขึ้นมา เมื่อมันยึดถือตัวมัน จึงเกิดผลพวงไปยึดถือทั้งหุ่นทั้งความรู้สึกต่าง ๆ เป็นของเราไปหมด (ขั้น ๕) นี่คือที่มาของเรื่องวุ่นไม่รู้จบ แต่งหนังสือไม่ได้ไม่มีภาคจบ เพราะ Transformers นี้จะ Transform ตัวเองไปได้ไม่มีที่สิ้นสุด ไม่ว่า หมู หมา กา

ไก่อ คน เทวดา ลีตวันรกร อสุรกาย พรหม นิยายเรื่องนี้ไม่มีภาคจบ
ถ้าไม่มีพระพุทธรเจ้ามาตรัสรู้แล้วซึ่บอก จะไปยึดหุ่นมาเป็นเราทำไม
และที่สำคัญไ้อเจ้าความรู้สึ่กทั้งหลายนั้นก็ด้วย ปล่อยเขาไปเถอะ
จะได้กลับบ้านที่สงบเย็นตามพระบรมศาสดาไปกัน



เบื่อไฟแดง

เขียนเมื่อวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๔

ไฟแดงอีกแล้ว สงสัยออกจากบ้านก้าวเท้าผิด...มิน่า จึงจก
ทัก วันนี้เจอทั้งไฟแดงเจอทั้งรถไฟ

ใคร ๆ ก็ชอบไฟเขียว ตำรวจนี่โง่จริง ๆ ทำไมเรื่องแค่นี้ไม่รู้
ว่าคนชอบไฟเขียว ไม่ชอบไฟแดง น่าจะประชานิยมเสียหน่อย
เปิดไฟเขียวมันเสียทุกด้านทุกแยกเลย คนจะได้สรรเสริญ คนมี
ปัญญาก็จะรู้ละ ว่าอะไรจะเกิดขึ้น (ไม่มีปัญญาก็รู้ เรื่องแค่นี้) แล้ว
บ่นอะไร?

เวลาเราออฟไฟแดงมันหยุดหงิดร้อนใจ บางคนเถียงในใจว่าฉันไม่เห็นเป็นเลย ฉันทนเฉย ๆ จริงหรือ? เพิ่มโจทย์เข้าใจอีกหน่อยจะได้รู้จักกิเลส เอาคนที่คุณรักใส่เข้าไปในรถ แล้วกำลังป่วยหนัก ต้องถึงมือหมออย่างรวดเร็ว หรือมีนัดสำคัญที่พลาดไม่ได้ตอนนี้เป็นอย่างไร ถ้ายังไม่ขยับตอนไฟแดงที่หนึ่ง วิ่งไปลักพักแดงอีกแล้ว นานด้วยสิ ขยับไปนิดเดียวแดงอีกแล้ว คนเราเวลาโดนหมาล่าเนื้อขย้ำตัวแรกยังพอทน แต่พอตัวที่สองตัวที่สามมันจะหลดละที่นี้

ไม่เคยมีไฟแดงครั้งไหนไม่เขี้ยว ทำไมต้องแดงด้วย ตำรวจเองก็คงไม่อยากถูกด่าหрок เชื่อเถอะ **ทุกวันนี้เราได้สิ่งที่ไม่ควรจะได้มาจากความโง่ของเราเองคือทุกข์** คุณเคยทราบไหม ว่ามีคนมีความสุขจากไฟแดงมากมายบนท้องถนน จะด้วยมุมมองที่ถูกต้องหรือเหตุการณ์มันเป็นอย่างนั้นก็ตาม เช่น กำลังจะโทรหาลูกค้าหรือเจ้านาย บางคนเช็คเมลส่งเมลระหว่างรถติด หนุ่มสาวเพิ่งเดทกันนั่งจิบกัน บ้างป้อนข้าวลูก กินข้าวเช้า แต่งหน้า บัดชกนิ้วทาเล็บสารพัด คนเหล่านี้มีความสุขเวลารถติดไฟแดง แต่ก็โง่อยู่ดี เพราะอยากให้แดงนาน ๆ ทั้ง ๆ ที่รู้อยู่แล้ว ว่าไฟจะแดงจะเขี้ยว

มันไม่เกี่ยวกับอยากของใคร ทุกข์มาทั้งขึ้นทั้งล่องทั้งเฉย ๆ

ไฟเขียวมาถึงแน่โดยไม่ขึ้นกับอยาก (ให้เขียวไว ๆ ของใคร) หรือไม่ขึ้นกับไม่อยาก (ให้เขียวเพราะฐานะยังไม่เสร็จ) ดังนั้นทั้งอยากและไม่อยาก ไม่เกี่ยวกับไฟจะแดงไฟจะเขียวเลย ที่ต้องแดงก็เพราะมีเหตุให้เกิด สุดท้ายก็ต้องเขียวเพราะมีเหตุ ลมหายใจเข้าอึดอัด ลมหายใจออกผ่อนคลาย เอาการออกอย่างเดี๋ยวดี๋หมละะ เข้าใจโลกตามจริง อย่าตั้งค้ำอ่าหลงโลก เข้าใจสรรพสิ่งตามจริง ทุกข์ไม่เกิด โลกนี้ไม่ได้เป็นไปตามใจเรา เขาเป็นของเขาอย่างนั้น แคบั้งเอิญถูกใจเราที่ตั้งไว้เองจึงเกิดเป็นพอใจและไม่พอใจ หรือกลาง ๆ เท่านั้นเอง เมื่อวาง ไม่ยึดถือเข้าใจเหตุ จะเกิดการปล่อยความยึดถือ สภาพทุกอย่างจะเป็นไปตามเหตุปัจจัย เราทำได้เนด้วยการทำเหตุ ทำแต่เหตุที่เป็นกุศล ทำอะไรอยู่บนความถูกต้อง ลูกน้องนิสัยไม่ดี ลูกนิสัยไม่ดี ก็ต้องดูตั่งองว่า แต่ไม่ตั่งองไปโกรธไปแค้นให้ลงนรกทั้งเดี๋ยวนี้และอนาคต การปล่อยวางเขา ใช้วางความยึดถือภายใน ไม่ใช่วางการกระทำที่ถูกต้องภายนอก ถ้าวางการกระทำที่ถูกต้องนั้น เขาเรียกว่าปล่อยปลละเลย

ไฟแดงต้องเขียวแน่ ทำงานถ้ามี ๙ โมงเช้ามี ๕ โมงเย็นแน่
ไปห้องเที่ยววันแรก วันสุดท้ายมาถึงแน่ โดยไม่ขึ้นกับอยากให้ถึง
หรือไม่อยากให้ถึงของใคร แล้ววันสุดท้ายหรือวันตายมาถึงแน่ไหม
มาถึงแน่

แต่ความตายเป็นสิ่งแน่นอนไหม?...ก็ต้องแน่ซิ ใคร ๆ ก็
ต้องตาย...นั่นเป็นมุมที่มองจากฝั่งปุถุชน

เพราะในพระอรหันต์ เมื่อไม่มีผู้ตาย แล้วใครตายละ ความ
ตายจึงไม่แน่นอน เป็นอนิจจังเช่นกัน เพราะมีคนตาย เมื่อหลง
ว่ากูตาย ถ้าไม่มีกูตายแล้วใครจะตาย มันก็เป็นธรรมชาติของ
มันอย่างนั่นเอง



อย่าเป็นเปรต เฝ้าเหตุเฝ้าผล (คำหลวงปู่หล้า)

เขียนเมื่อวันที่ ๓ สิงหาคม ๒๕๕๔

เขาทำฉัน เขาทำฉันก่อน เขาไปกูกักกับคนอื่น ฉันไม่ยอม
ฉันไม่ผิด เขาผิด ใครผิดก็ว่าไป จะทำอะไรก็ทำไป

คนไม่ผิดไม่ควรทุกข์ลี ทำไมคนไม่ผิดทุกข์ละ ส่วนคนผิด
เขาทุกข์แน่ไม่ต้องห่วง ตอนนี้นั้นทุกข์แล้ว แต่บางคนมันยังไม่รู้
จนทุกข์แสดงผลอย่างรุนแรงนั้นแหละ เหมือนแผ่นดินไหว มัน
ไหวอยู่แล้วตอนนี้แต่ไม่รู้ ไม่รู้ไม่ได้แปลว่าไม่มี ทุกข์มีอยู่ ไม่รู้

ไม่ได้แปลว่าไม่มี ทุกข์สิ่งสมไว้ก็ไปทุกคติภูมิ คนรู้แล้วต้องรีบชำระ
 ไม่อย่างนั้นคนที่ว่าตัวเองไม่ผิด จะได้ไปนั่งมองตาปริบ ๆ กันอีก
 รอบในอบายกับคนที่เราว่าเขาผิดนะ คนผิดคือทุกข์อยู่แล้ว ไม่มี
 ไม่ทุกข์ เพราะทำผิดทางกาย วาจา ส่วนใจทำทุจริตกันตลอดก็
 ทุกข์ใจกันตลอด ไม่มีหยุด ละอารมณ์อกุศล แล้วมาอยู่กับลม
 หายใจไว้

อย่ามัวนั่งเฝ้าเหตุเฝ้าผลอย่างเปเรต ละไว ๆ พวกอารมณ์
 อกุศล ส่วนจะจัดการอย่างไรในส่วนเนื้อเรื่อง ก็ทำตามที่เห็น
 สมควร ความสมควรนั้น แต่ละคนมีได้ต่าง ๆ กันตามความ
 คิดตามนิสัยแต่ละคน อย่างถูกโง่ บางคนให้อภัย บางคนฟ้อง
 เพื่อไม่ให้เป็นเยี่ยงอย่างก็ว่ากันไป ขออย่าไปทุกข์กับสิ่งนั้นก็แล้ว
 กัน ไม่ว่าจะตัดสินใจแบบไหน จะฟ้องหรือจะไม่ฟ้อง ไม่ได้
 เกี่ยวกับมรรค มรรคมีได้ไปจัดการกับการตัดสินใจแบบนี้ อันนี้
 ขึ้นกับอุปนิสัย ลักษณะของคน ๆ นั้น มรรคจัดการที่ทุกข์ เมื่อ
 มีสติปัญญาแล้ว จะดำเนินอย่างไรก็ว่ากันไป ไม่ทำตามอารมณ์
 แต่ทำตามสติปัญญา

พระอรหันต์ก็ไม่ได้คิดเหมือนกันหรือทำเหมือนกัน พระอรหันต์มีอย่างเดียวที่เหมือนกันคือ ไม่ทุกข์อีกต่อไป ทำอะไรก็เป็นกุศล ไม่ได้ต้องเหมือนกันหรือดีแบบที่คนคิดว่าดี ท่านเป็นอย่างที่ท่านเป็น แต่ท่านไม่ได้เป็นอะไร อะไรมันก็เป็นของมัน มันสั่งสมมาอย่างนั้น มันก็เป็นไป ไม่มีใครไปยึดเป็นเราเป็นใคร แต่รับประกันได้ว่าท่านสร้างกุศลช่วยโลก ช่วยให้คนพ้นทุกข์ จนถึงที่สุดทุกองค์ ที่เหลือก็แล้วแต่ใคร ๆ



ทางเลื่อนใน สนามบินสุวรรณภูมิ

เขียนเมื่อวันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๕๔

ถ้าเราเดินอยู่ข้าง ๆ ทางเลื่อน ทางเลื่อนจะเลื่อนเร็ว (สำหรับ
เรา)

ถ้าเราวิ่งอยู่ข้าง ๆ ทางเลื่อน โดยเราวิ่งเร็วกว่า ทางเลื่อน
จะเลื่อนช้า (สำหรับเรา)

ถ้าเราเดินบนทางเลื่อน ทางเลื่อนจะเลื่อนช้า (กว่าเรา)

ถ้าเรายืนบนทางเลื่อน ทางเลื่อนจะดูเหมือนหยุด ไม่มีเร็ว ไม่มีช้า ไปกว่าเรา มันเป็นที่ของมันอย่างนั่นเอง

โลกนี้ไหลไปเรื่อยตามกระแสแห่งอิทัปปัจจยตา เป็นอนิจจัง เป็นทุกขัง เป็นอนัตตา เมื่อเราเข้าใจธรรมชาติตามความเป็นจริง จิตจะหยุด ไม่มีการมา ไม่มีการไป หมดการตื่น มันเป็นที่ของมันอย่างนั่นเอง หมดข้อสงสัย ทำสุดกำลังแต่ไร้แรงเสียดทาน เหนื่อย...พักได้ก็พัก พักไม่ได้ก็ไม่พัก ทำเสร็จไปทุกขณะ ตายตอนไหนก็เสร็จแล้วตอนนั้น ไม่เคยไม่เสร็จ...นั่นก็เสร็จแล้ว



จะไปได้เที่ยวแล้ว

เขียนเมื่อวันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๕๔

“นี่เธอ ฉันจองตั๋ววีไปเมืองนอกไว้ ช่วงปีใหม่ ๔ วัน”

“เธอ ดิฉัน ฉันก็ลงชื่อไปคอร์สเข้มไปเข้าป่าไว้เหมือนกัน ช่วงพฤศจิกายน คงตื่นตื่นน่าดู”

“อยากให้อะไร ะ จัง” ...พูดพร้อมกันทั้งคู่

อีกตั้ง ๓ เดือนแน่ะกว่าจะถึง

นี่ทุกซ์ ๓ เดือน แลกกับสุขที่ไม่รู้แน่หรือเปล่า เอ้า ต่อให้
สุขด้วย ยิ่งสุขกลับมา ยิ่งทุกซ์อีกหลังจากนั้น

อยู่วินาทีนี้ให้มีความสุขเลยเถอะ อย่ารอความสุขเอาป้ายหน้าเลย ถ้ามันมีจริง มันมาถึงแน่ จะได้ไม่ต้องโง่ทู่ขี้ฟรีจากการรอคอย

แต่ที่สำคัญ เราจะอยู่ถึงไหนนั่น ยังไม่แน่ แล้วทัวร์ที่จองไว้ คอร์สที่จองไว้ จะมีหมกก็ยังไม่วู้เลย เกิดน้ำท่วมขึ้นมา เจ้าภาพก็ยกเลิก หรือถ้าวิทายากรตาย เขาก็ยกเลิก เปลี่ยนเป็นงานศพแทนแน่ ๆ ตอนนั้น เลยหมดสนุกกัน

อย่าฝากชีวิตไว้กับสิ่งภายนอกเลย เพราะความสุขมันหาได้จากภายใน ของจริงมีแน่ก็แค่ตอนนี่ละ ส่วนอนาคตนั้นเผื่อรออยากให้มีมันถึง พอมันมาถึง มันก็คือตอนนี่ละ เห็นอย่างนี้แล้ว ก็จะทำตอนนี่ละ ให้หมดกังวลไปในอนาคต

ดังนั้น ในปัจจุบัน บุญทานการกุศล ช่วยเหลือผู้คนที่ต้องทำให้มาก เพราะยิ่งทำ ยิ่งสุขกายสบายใจ

ไปทำให้โลกมีความสุขกันเถอะ ด้วยการช่วยให้เขาพ้นทุกข์ ทุกที่ทุกอย่างก้าวที่มีโอกาส พวกเราจะทำความดี ช่วยคนอื่นให้มากที่สุด ก่อนที่จะไม่มีโอกาสได้ทำ



ปลวกขึ้นบ้าน

เขียนเมื่อวันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๕๔

ปลวกขึ้นบ้าน บ้านทุกซ์หรือเจ้าของบ้านทุกซ์?
 ปลวกขึ้นบ้านเช่า คนเช่าไม่ทุกซ์ แต่อยู่ไม่สบาย
 ปลวกขึ้นบ้านไม่มีเจ้าของและไม่มีคนอยู่ ต่อดีขึ้นจนบ้านพัง
 ก็ไม่มีใครทุกซ์

มีบ้านใหม่...มี

มีเจ้าของบ้านใหม่...มี

ทุกซ์ใหม่...ทุกซ์

กายมีใหม่...มี
มีเจ้าของใหม่...มี
ทุกข์ใหม่...ทุกข์

กายนี้ตาย หมดทุกข์ใหม่?
จะหมดได้อย่างไร มันมีเหตุให้ก่อร่างสร้างขั้นต่อไป
ชาติหน้าจะทุกข์ใหม่ เมื่อมีกายมีใจอยู่อย่างนี้
ชาตินี้เป็นอย่างไร ชาติหน้าก็เป็นอย่างนั้นนั่นแหละ

ตอนนี้รู้สึกอย่างไรกับตัวเอง...ก็ไม่มีปัญหาอะไร ทุกข์บ้าง
สุขบ้าง แล้วถ้าชาติหน้าเป็นหมาจะรู้สึกอย่างไร...ก็เหมือนตอนนี้
แต่คงจะทุกข์ แล้วคงลำบากกว่านี้

แล้วตอนนี้ไม่ทุกข์เหรอ? ไม่...ไม่เห็นอยากพ้นทุกข์
เด็ก ๆ เตือดร้อนกับการดิ้นรนออกจากทุกข์ใหม่...ไม่
เพราะเด็ก ๆ ไม่ได้ไปตริตรองถึงมันใช่ใหม่...ใช่
นั่นแปลว่าเด็ก ๆ ไม่ทุกข์ใช่ใหม่...ไม่ใช่
แปลว่าหากไม่คิดถึงสิ่งนั้นก็รู้ว่าทุกข์ ถูกใหม่...ถูก

ถ้าหมาไปตามสัญชาตญาณ ไม่ตริตรอนึกถึงมัน มันก็เป็นอย่างที่เขา ๆ เป็นกัน ดีไม่ดีมันไม่รู้ว่ามีมันทุกซ์นะสิ้ง...ใช่

แต่มันจะเป็นอนุสัยซ่อนอยู่ รอจังหวะที่จะเกิดต่อไปได้ ไม่มีวันหมด ถูกไหม เพราะไม่เคยรู้จักมัน

ดังนั้นจะเวียนว่ายไปหากไม่รู้ทุกซ์ ไม่รู้ว่าอะไรเป็นเหตุ ไม่รู้ว่าอะไรคือความดับ และไม่รู้ว่าจะอะไรจะเป็นหนทางสู่ความดับ ทุกซ์ทั้งมวล ทุกซ์จะเกิดขึ้นได้ตลอดอนันตกาล **ไม่รู้ ไม่ใช่ไม่มี แต่ความเคยชินและด้านชา จะพาให้เกิดอยู่รำไปไม่สิ้นสุด**

คนจึงต่างจากเดรัจฉานตรงนี้ ที่คนรู้ทุกซ์ได้ เกิดสติที่จะพรากจากสัญชาตญาณที่คอยลากเราไป...ถ้าคนเป็นอย่างที่กำลังพูดอยู่ นั่นแปลว่าเขากำลังจะเปลี่ยนเป็นมนุษย์ เขากำลังจะเปลี่ยนไปสู่ทางสายใหม่ ทางสายใหม่นี้ชื่อ **ทางสายกลาง**

ซื้อบ้านมาก็ต้องดูแลบ้าน ปลูกขึ้นบ้าน ก็ต้องจ้างคนมาฉีดยาฆ่าบ้าน...บาปไหม?

ทำไมหรือ ถ้าบอกว่าบาปจะไม่ฉีดยันหรือ? คำตอบก็มีอยู่ ที่คนถามอยู่แล้ว ถ้าไม่ผิดไม่ถามหรือก คนเรารู้กันทั้งนั้นละ

ว่าอะไรถูกอะไรผิด เคยมีใครถามไถ่มาว่า ชื่อของขวัญให้แม่มีความสุขในวันแม่ ดีไหม ไม่เห็นมีใครถาม

มีบ้านแต่ใจเหมือนอยู่บ้านคนอื่น แต่ดูแลบ้านให้เขาอย่างดี วันตายไป ก็ทิ้งไว้ล่ะ

แล้วถ้าเป็นมะเร็งล่ะ?...ก็ถ้าปลวกมันกินบ้านไม่มีเจ้าของ ใครจะทุกข์ล่ะ ดูแลไปตามที่ควรทำ ทำพอดี ๆ ดีไปก็ติด ทำไม่ดีก็ปล่อยปละละเลย แต่ยังไงก็ตาม ถึงวันหนึ่งแก้ไม่ได้ บ้านมันต้องพัง บ้านพังก็ไม่ใช่บ้านเราพัง ไม่มีเราแล้วมันจะมีของเราพังได้ไง ถ้าไม่มีใคร แล้วจะมีของใครมาจากไหน แล้วใครมันจะทุกข์ล่ะ มันไม่มีผู้ทุกข์ แต่มันมีสภาพทุกขังที่ซันท์เป็นอยู่อย่างนั้น ของมันเอง หมดเหตุเกิดแล้ว หมดอนาคตแล้ว หมดเหนือหมดตัวกันพอดี ไม่ยึดซันท์ ทางใครทางมัน (โอย เขียนยากจริง ๆ)

ตกลงจะบอกอะไร? ...บอกไปหมดแล้ว



รถมีไหม?

เขียนเมื่อวันที่ ๑๓ สิงหาคม ๒๕๕๔

คนมีรถ...มีรถ

ตอนกำลังอ่านอยู่วินาทีนี้ รถมีไหม.....มี ไม่มี (รถมีอยู่ แต่
ในใจไม่มีรถในขณะอ่าน) ตอนที่รถในใจไม่มี ไม่มีสุขไม่มีทุกข์กับ
มันเลยนะ ถูกไหม

ถ้าอยู่ ๆ ใครเอารถไปเฉี่ยว แล้วโทรมาวินาทีนี้เลย ทุกข์
ไหม...ทุกข์ เพราะรถข้างนอกถูกเฉี่ยว รถข้างในก็ถูกเฉี่ยว ใจแป้ว
เลย

ถ้าวันที่เห็นความจริงคือความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการแล้ว
เมื่อรถข้างนอกถูกเฉี่ยว มันไม่มีอะไรข้างในให้เฉี่ยว เพราะมัน
ไม่ได้ปรุงแต่งมาเป็นของเรา เสียหายก็ซ่อมไป มันก็เป็นของมัน
อย่างนี้แหละ ทุก ๆ อย่าง มีดีก็มีเสีย อุเบกขาอยู่ตรงนี้ ไม่
ทุกข์แล้ว แถมไม่ยึดอุเบกขาด้วย

ตกลงรถมีไหม?



ส่งสารเด็กทุกคน

เขียนเมื่อวันที่ ๒๑ สิงหาคม ๒๕๕๔

แม่ทำเพื่อลูกนะ แม่อยากให้ลูกได้ดี ลูกเรียนมาก ๆ วันหนึ่งลูกจะเก่ง ดุสิ แม่กลับมาจากที่ทำงาน เหนื่อยแล้วยังต้องมานั่งดูแลลูกทำการบ้านอีก เสร็จแล้วไปซัอมเปียโนก่อนอาบน้ำนะ แม่ยอมเหนื่อยเพื่อลูก แม่รู้ว่าตอนเล็ก ๆ แม่ขาดอะไร แม่จึงพยายามเติมเต็มทุกอย่างให้ลูก แม่ตอบได้ทุกอย่างที่ลูกคุยให้ฟังทั้ง ๆ ที่ยังไม่จบ แม่เก่งจริง ๆ...(เลยโวย)

ท่านฟารถติดไปทำงาน ลูกก็เบียดอยู่ในรถโรงเรียนหรือรถเมล์ ก่อนเข้าที่ทำงาน ท่านแวะซื้อลับประรด พอเมื่อท่านก็อาศัยเวลาวางนึ่งกินกับเพื่อน เม้าท์กันหน่อยเพื่อผ่อนคลาย ลูกก็อยากทำ แต่หากทำอย่างนั้นครูจะเรียกออกไปยืนหน้าห้องเพื่อทำโทษ ถ้านายเดินมาว่า ว่าท่านไม่สนใจหรือตั้งใจทำงาน ท่านจะโกรธ ถ้าหากนายมอบหมายงาน ๗ อย่างให้ท่านทำในหนึ่งวัน ท่านบ้าแน่ ทำได้ชั่วโมงหนึ่ง เดี่ยวเรียกไปถาม ว่างานที่ให้ไว้เมื่อเช้าเสร็จหรือยัง เดี่ยวอีกชั่วโมง จะใช้อีกโครงการหนึ่งนะ ท่านถูกลากไปลากมาทั้งวันตั้งแต่ ๔ โมงเช้า ถึง ๕ โมงเย็น (แต่ขอโทษลูกท่านเริ่มเข้าแถวตอน ๗ โมงครึ่ง) พอกลับถึงบ้าน นายโทรมาบอกให้ไปพบลูกค้าอีกรายก่อน เดี่ยวค่อยกลับ ท่านยอมผีนไปตามสั่ง เพราะไม่สามารถขัดขืนได้ เถียงไปก็โดนด่าโดนว่ากลับพอเสร็จงานทั้งหมด ท่านหมดแรง ได้แต่वादฝันว่า ถึงบ้านจะขอหยุดพักอยู่เฉย ๆ นอนเอกเขนก ดูทีวี ไม่รับโทรศัพท์ที่ใครอีก

โถ...นั่นยังไม่เท่าที่ลูกน้อยของเราต้องเจอเลย เขาเรียนวันละ ๗ ชั่วโมง เสร็จแล้วต่อด้วยเรียนพิเศษก่อนกลับ ถูกจับจ้องด้วย

สายตาของครูตลอด เดินเข้าห้องโน้นออกห้องนี้ สมองปรับไม่ทันเลย ว่าตอนนี้กำลังเรียนอะไรกันแน่ จบศิลปะจินตนาการยังค้างอยู่เปลี่ยนไปเรียนเลข พอครูถาม ตอบไม่ได้ก็ว่าโง่ วันนี้ท่านวางหูใครแล้วอารมณ์ดับไวดูจะกะพริบตาไหมละ แล้วลูกละ จบจากโรงเรียนที่แสนเหนื่อยในแต่ละวัน แม่บังคับให้ไปเรียนเปียโนเรียนพิเศษ โลกนี้เขามีสาร์อาทิตย์ไว้ให้พัก ไม่งั้นมันจะโอเวอร์ซีทแต่เปล่า ลูกมันเรียนไม่รู้เรื่อง ก็เลยต้องไปเรียนพิเศษเพิ่มอีกหน่อย ถ้าเสาร์อาทิตย์เจ้านายให้ท่านไปฝึกอบรมให้เก่งเท่าไอน์สไตน์เลยนั้นแปลว่าเจ้านายใจ (โคตร) ดี ไซ้ใหม่? เจ้านายพูดทวงบุญคุณทุกวันเลย ว่าเจ้านายรักเรา เลยอยากพัฒนาเรา เพื่อวันหนึ่งเราจะได้คิด $E=MC^2$ ได้เอง จะได้ไปอยู่กับ NASA ท่านถามตัวเองดูสิว่า ท่านจะพูดอย่างไร (ในใจ เพราะไม่กล้าพูดออกเสียงอยู่แล้ว)

แม่จ๋า...เอา “กู” ออกเถอะ เอาออกแล้ว จะร้องให้กับสิ่งที่ทำมา วันนี้แม่เก่งที่สุดในโลกเลยหรือ ท่านจะทำให้ลูกเก่งที่สุดในโลกเลยหรือ ในหนึ่งองค์กรมีคนเป็น ๑,๐๐๐ คน ท่านอยู่ลำดับไหนขององค์กร ลูกต้องอยู่ที่อันดับไหน เขาจึงมีความสุข

ท่านคิดว่าคนที่หนึ่งขององค์กรมีความสุขหรือ หากวันนี้ไม่สอน
ให้เขารู้จักความสุข เขาจะไม่พบกับความสุขเลยทั้งชีวิต เหมือน
กับ...แม่

ลูกเขาก็คิดเหมือนกัน ว่าบ้านจะเป็นที่ที่เป็นโลกส่วนตัว
ของเขา ได้พัก ได้โทรศัพท์คุยกับเพื่อน ได้หัวเราะ ได้กินขนม
บนเตียง ได้อ่านหนังสือการ์ตูน ได้เอาผ้าห่มมาทำเป็นบ้าน ที่
เขาได้เป็นเจ้าของบ้าง.. แต่อันิจจา เขาไม่เคยมีโอกาสทำอย่างนั้น
เลย เพราะ...แม่ เพราะแม่รักเขา (จนจะอ้วกอยู่แล้ว)

เมื่อไหร่ที่เขามีกำลังพอที่จะต่อต้าน แม่จะพูดเป็นเสียง
เดียวกันว่า ลูกฉันมีปัญญา...ไม่ใช่หรอก แม่นั่นล่ะที่มีปัญหา

แม่ทำดีนะดี แต่ทุกวันนี้มันแค่อยากให้ลูกเป็นอย่างที่เราคิด
เขาไม่ได้อยากได้ ทั้งลูก ทั้งสามีนั่นล่ะ เราจะมองการณ์ไกลแค่
ไหนก็เอาเถอะ แต่คิดถึงกาลปัจจุบันไว้บ้าง เพราะถ้ามันไม่รอด
ตั้งแต่กาลนี้ อย่าหวังว่ามันจะมีกาลข้างหน้า มันจะปลิ้น แดก
เสียตรงนี้ล่ะ คิดถึงหัวอกเขาหัวอกเราบ้าง แล้วจะพบความสมดุล

หากอะไร ๆ มันไม่เป็นไปอย่างหวัง ลูกเกิดไม่ประสบความสำเร็จ ไม่มีเงินไม่มีทอง ก็ขอให้สุขแบบยายยิ้มเถอะ หากต้องเป็นคนรับใช้ (ทุกวันนี้ก็คนรับใช้กันทุกคนนั่นล่ะ) ก็ขออย่างนางซุซซุตตราเถอะ หากจะร่ำรวย ก็ขออย่างนางวิสาขา หรืออนาถบิณฑิกเศรษฐี คนทั้งหมดนี้ เป็นอะไรก็ได้ทั้งนั้น เป็นอะไรก็ไม่มีวันทุกข์ มีแต่สุขโดยส่วนเดียว



ไต่กับพระอาทิตย์

เขียนเมื่อวันที่ ๒๗ สิงหาคม ๒๕๕๔

ไต่ขึ้น...พระอาทิตย์ขึ้น

ไต่ขึ้น...พระอาทิตย์ขึ้น

ไต่ขึ้น...พระอาทิตย์ขึ้น

ไต่ขึ้น...พระอาทิตย์ขึ้น

เพราะไต่ขึ้น พระอาทิตย์จึงขึ้น...เพราะสิ่งนี้เป็นปัจจัย สิ่งนี้
จึงเกิดขึ้น

“ปัญญา?”

ข้อระวัง

ระวัง “กู” คิดแล้ว หลงนึกว่าเกิดฉัมมวิจยะได้นะ แล้วเชื่อใหม่ว่า กูเก่ง กูรู้ ใครทักก็ไม่เชื่อ ก็มันเป็นเหตุเป็นปัจจัยกันเห็น ๆ จะเป็นมิจฉาได้อย่างไร นี่ละ สัมมาทิฏฐิ “ของกู”

มุมมอง: ไก่กับพระอาทิตย์

บนศาลพระภูมิ ขอให้ได้อ่าง...ได้อ่าง = พระภูมิทำ

ไปเข้าคอร์ส...รถชน = เพราะเข้าคอร์ส รถเลยชน (มันไม่คว่ำก็ตีแล้ว)

รู้โกรธ...โกรธดับ = เพราะรู้โกรธ โกรธจึงดับ บางวันพอรู้แล้วไม่ดับเลยหงุดหงิด เมื่อก่อนก็ไม่เคยรู้นะ ก็เห็นมันดับเองได้ เตะหมา หมาโกรธ เอาขนมโยนไปให้หมา หมากระดิกหาง หายโกรธ เกิดเป็นโลภแทน โกรธดับใหม่ละ ดับเอง ตามสัญชาตญาณหมาเองก็ไม่มีสตินี้ ทำไม่โกรธดับได้ละ

ก่อนไปนอน เห็นคนนั่งทำงาน ตื่นมาตอนเช้า เห็นเขายังนั่งทำงาน เลยถามว่า เมื่อคืนไม่ได้นอนเหรอ? เปล่า นอนหลังเธอ ๕ นาที แล้วเพิ่งมานั่งทำงานเมื่อกี้เอง ก่อนเธอมา ๕ นาที

อะไร ๆ ก็อาจใช่หรืออาจไม่ใช่ ใด ๆ ในโลกโดยเฉพาะสังขาร ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น มันอาจใช่และอาจไม่ใช่ ングไว้ แล้วจะหายง

ปัญญาที่แท้จริงมาจากสัมมาทิฐิ อย่าให้เป็นปัญญาแบบคนขายลูกเหม็น มีไว้ไอ้อวดสรรพคุณหลอกคนซื้อ แต่แมลงสาบกลับไม่กลัวเลย



ออกจากกาม แบบอยู่กับกาม

เขียนเมื่อวันที่ ๗ กันยายน ๒๕๕๔

วันนี้หากเราเอาธงพระนิพพานตั้งไว้ แล้วจะเดินทางไปให้ถึง เรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งที่ต้องดำริถึง คือการพรากออกจากกามหรือ เนกขัมมะ

วันนี้ทุกคนที่ใช้ชีวิตอยู่ทางโลกนั้น ไม่สามารถจะพราก ออกจากสิ่งยึดติดนี้ได้ หากเราพรากได้อย่างพระ การเดินทาง เข้าหาธงชัยนั้น ก็คงทำได้สะดวกขึ้น ดังนั้นใครก็ตาม ที่เห็น

ความจริงข้อนี้ จะเห็นความจริงในลำดับต่อไปว่า ถ้าเราเทียบความเป็นพระในธรรมวินัยของพระพุทธเจ้าแล้ว การเป็นพระ น่าจะเดินทางได้ง่ายกว่า (ต้องพระแท่นะ) เพราะการพราจากามแบบหักดิบ แล้วอดทนอดกลั้นฝืนทนจนเป็นปรกติ เหมือนกับคนจะเลิกยาเสพติด จะโหยหาหลงแดง ดังนั้นต้องอดทนอดกลั้นอย่างมาก แต่ผู้ที่อดทนจนเลิกไปได้แล้ว ก็จะเป็นกำลังใจและสรรเสริญการกระทำของบุคคลนั้น

ที่นี้กลับมาที่เรา ในเมื่อทำอย่างพระไม่ได้ เครื่องร้อยรัดก็เต็มไปหมด จึงต้องใช้ปัญญาในการพรากแทน พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า จะละจากสิ่งใด ให้ถอนฉันทราคะในสิ่งนั้น ฉันทราคะก็คือความยินดีพอใจในสิ่งนั้น สิ่งนั้นก็เลยกลายเป็นของว่างหมดอิทธิพลทางใจต่อเรา

ลองมาสังเกตดูว่า อะไรมีอิทธิพลต่อจิตใจของเราบ้าง อะไรทำให้ใจเราคอยโหยหา หวนหาอยู่เรื่อย ๆ เช่น อยากได้กระเป๋า ภาพกระเป๋าก็จะมานวนเวียนเวียนวนอยู่ ไม่หยุดหย่อน ชอบรับประทานของดี ๆ อร่อย ๆ เผลล ๆ ก็เลยอยากกินสิ่งนั้นอยู่เรื่อย ๆ

บางท่านอาจเห็นเป็นเรื่องเล็ก ๆ แต่เรื่องพวกนี้เมื่อสะสมไว้ จะกลายเป็นกำลังที่ทรงพลังของอวิชชา นี่คือเหตุผลว่า ทำไมพระพุทธเจ้าจึงสรรเสริญสาวกที่เห็นโทษภัยแม้เพียงเล็กน้อย

สมาธิระภาคะ ลองดูทีวีไปรู้ลุ่มไปลิ จะรู้เองเลยว่า ความสนุกหรือความพอใจมันหายไป เมื่อความตั้งมั่นมีอยู่ จะรู้เองว่า ขณะที่ยินดีพอใจนั้น ใจไหลไปกับระภาคะและความเพลิน ที่เราบอกว่าสุขนั้นเพราะเราติด เมื่อไม่ได้ก็ทุกข์ และถ้าไม่ได้ก็ออกผลในเรื่องนั้น ก็จะไปออกผลในเรื่องอื่นต่อไป

เนกขัมมะในชีวิตบ้าง อย่าปล่อยให้ไหลไปกับโลกมากนัก อย่าเจ้าเหตุเจ้าผลนักเลย เพราะเหตุผลทั้งหลายนั้นล้วนปกป้องแต่กิเลสทั้งสิ้น



ประทับใจเด็กญี่ปุ่น

เขียนเมื่อวันที่ ๗ กันยายน ๒๕๕๔

ด้านล่างเป็นบันทึกของชาวเวียดนามผู้หนึ่ง ซึ่งไปช่วยเหลือผู้ประสบภัยแผ่นดินไหวที่เมืองฟูกูชิมะ ๕ วันหลังจากเกิดมหาวิบัติภัย

ความประทับใจที่ได้รับจากเด็กญี่ปุ่น ๔ ขวบ (เหตุการณ์สึนามิเมื่อต้นปี พ.ศ. ๒๕๕๔)

“เมื่อคืนนี้ ผมถูกส่งไปที่โรงเรียนประถมแห่งหนึ่ง เพื่อช่วยหน่วยงานอาสาสมัครในการแจกจ่ายอาหารให้กับผู้ประสบภัยพิบัติ

ในหมู่ผู้เข้าคิวรอรออยู่นั้น ผมสังเกตเห็นเด็กชายอายุประมาณ ๙ ขวบคนหนึ่ง ซึ่งใส่เพียงเสื้อคอกลมและกางเกงขาสั้น อากาศขณะนั้นหนาวเย็นมาก และเขากำลังยืนคอยอยู่ท้ายแถว

ผมเป็นห่วงว่า อาจจะไม่มียาอาหารหลงเหลือพอ เมื่อถึงคิวของเขา ผมจึงเดินไปเพื่อคุยกับเขา เขาเล่าให้ผมฟังว่า แผ่นดินไหวและสึนามิเกิดขึ้น ขณะที่เขาอยู่ที่โรงเรียนในชั่วโมงพลศึกษา พ่อของเขา ซึ่งทำงานอยู่ใกล้ ๆ กัน มาหาเขาที่โรงเรียน เขามองเห็นคุณพ่อและรถของพ่อถูกน้ำพัดหายไปจากระเบียงชั้น ๓ ของโรงเรียน

คุณพ่อของเขาคงเสียชีวิตไปแล้ว...

เมื่อผมถามเขาถึงคุณแม่ เขابอกผมว่าครอบครัวของเขาอาศัยอยู่ริมทะเล ดังนั้นคุณแม่และน้องชายของเขา คงไม่สามารถหลบหนีได้ทัน แล้วเขาก็หันหน้าไปอีกทางหนึ่ง เพื่อเช็ดน้ำตาเมื่อถูกถามถึงญาติ ๆ ของเขา ผมเห็นว่าเขาคงหนาวอยู่ จึงถอดเสื้อโค้ทตำรวจคลุมร่างเขาไว้

ขณะเดียวกับที่อาหารมือเย็นที่ซุกอยู่ในกระเป๋าหล่นออกมา

ผมหยิบมันขึ้นมาแล้วส่งให้เขา พร้อมบอกเขาไปว่า “น้ำ เป็นห่วง ว่าอาจจะไม่มีอาหารเหลือถึงคิวของเธอ นี่เป็นส่วนของ น้ำ น้ำกินไปแล้วหน่อยนึง เธอกินส่วนที่เหลือให้หมดเถอะ”

เด็กน้อยยื่นมือมารับอาหาร แล้วค้อมตัวลงกล่าวคำขอบคุณ ผมคิดว่าเขาคงรีบกินด้วยความหิวในทันที

แต่...เปล่าเลย เขาถืออาหารชิ้นนั้น เดินตรงไปยังหัวแถวที่มีคนคอยแจกอาหารอยู่ แล้ววางอาหารที่ผมให้กับเขาลงในกล่องของอาหารที่กำลังได้รับการแจกจ่าย จากนั้นก็เดินกลับมาเข้าแถวดังเดิม

ผมประหลาดใจเป็นอย่างยิ่ง ผมจึงถามเขาว่าทำไมเขาไม่กินอาหารที่ผมให้ เขาตอบผมว่า “เพราะมีคนอีกมาก ที่อาจจะหิว ยิ่งกว่าผม ผม...วางไว้ที่นั่นเพื่อที่อาหารจะได้รับการแจกจ่าย อย่างเป็นทางการให้กับทุกคน”

เมื่อผมได้ฟังคำตอบ ผมต้องหันหน้าไปอีกทางหนึ่งเพื่อ แอบร้องไห้ไม่ให้คนอื่นเห็น

ผมรู้สึกตื่นตันใจ ผมไม่อยากจะเชื่อว่าเด็กชายอายุ ๙ ขวบ ซึ่งเรียนอยู่เพียงชั้นประถมปีที่ ๓ จะสามารถสอนบทเรียนล้ำค่าแก่ผมได้ในเวลาฉบับชั้นเช่นนี้ มันเป็นบทเรียนแสนสะเทือนใจของความเสียสละ ประเทศใดที่มีเด็ก ๆ อายุเพียง ๙ ขวบ ซึ่งเรียนรู้ที่จะอดทนกับความยากลำบากและเสียสละเพื่อผู้อื่นได้ ต้องเป็นประเทศที่ยิ่งใหญ่ประเทศหนึ่งอย่างไม่ต้องสงสัย

แม้ประเทศนี้กำลังอยู่ในสภาวะที่คับขันที่สุด แต่ประเทศนี้ต้องสามารถฟื้นคืนกลับมาแข็งแกร่งดังเดิมได้แน่นอน ทั้งนี้ด้วยเพราะประชาชนผู้รู้ที่จะเสียสละตัวเองให้กับผู้อื่น ดังเช่นเด็กชายน้อย ๆ ผู้นี้”

ที่มา : เฟซบุ๊กภายใต้ชื่อ “พระไพศาล วิสาโล”



Real Time

เขียนเมื่อวันที่ ๑๔ กันยายน ๒๕๕๔

ภพชาติมีจริงไหม? ทำผิดตกนรกหรือ? คิดชั่วตกนรกหรือ? คิดดีเป็นเทวดาหรือ?

หากวันนี้ทุกอย่างเกิดแบบ Real Time จริง ๆ เช่น นั่งเบื่อนั่งเปลอ ๆ เหม่อ ๆ ภูมิของเราคือเดรัจฉาน ลองนึกภาพว่านั่งอยู่ที่เก้าอี้ตอนนี้ แล้วสภาพร่างกาย (หยาบ) ของเราเริ่มแปลงร่างไปเป็นหมา นั่งเป็นหมาแทน (นึกภาพหมานั่งดูทีวี ตอนนี้เราเปลี่ยนไป

เป็นหมาแล้ว นั่งเป็นหมานานแค่นี้แหละ แล้วแต่แต่ละคน) อยู่ ๆ สติระลึกว่าเปลวไฟ ก็กลับมาเป็นคนอีก

นั่ง ๆ ไปสักพัก ชักหิว อยากกินส้มตำรสแซบ ๆ กลิ่นมะนาวนำออกแนวเปรี้ยวหวาน กุ้งแห้งตัวโต ๆ ผัดพ้อได้เลย (ตอนนี้กลิ่นออกมาจากหนังสือแล้ว น้ำลายสอเลย ประงมไหมล่ะ?) ตอนนี้กายหยาบของเรากำลังแปลงร่างเป็นเปรตแล้ว สังเกตดูว่าลำตัวของเรายืดออก ขาที่เคยสั้น ๆ เริ่มยาวกว่าขาแก้อีแล้ว แขนก็ยาว เกินกว่าจะวางบนโต๊ะได้

หากนั่ง ๆ อยู่มีใครทำให้ไม่พอใจ กายของเราก็จะเปลี่ยนไปตามใจอีกคือ โกรธ แค้น เริ่มเปลี่ยนเป็นสัตว์นรกแล้ว ใจร้อน ผ่าวบีบคั้น เหงื่อแตก มือสั้น ภูมิจึงรุนแรงเพราะเห็นใหม่กว่ากายมันจะเปลี่ยนจริง ๆ เพื่อให้เป็นสัตว์นรก ตัวแดง ควันออกหู

เมื่อจิตใจของเราอยู่ในภุมิใด ภาพของเราในขณะนั้นก็จะเป็นอย่างนั้นจริง ๆ เชื่อไหมล่ะ ถ้าไม่เชื่อ ย้อนดูตัวเองนะว่า เวลาเพื่อนให้ของขวัญมา เราชอบใจมีความสุขกับของนั้น วันใดที่เพื่อนเราเผาเรือน เราโกรธเพื่อน หากเห็นของชิ้นนั้นอีก เราจะไม

อยากมองเลย หรืออยากเอาออกไปให้พ้น ๆ ตามจริง ๆ เอะอะว่า ของขวัญมันเปลี่ยนไปจากวันแรกอย่างไรหรือ...เปล่าเลย ใจเรา ต่างหาก แปลว่าหากใจเราเป็นอย่างไร โลกรอบตัวเรา (ภพ) จะ เป็นอย่างนั้นไปด้วย วันไหนทะเลาะกับแฟน เวลาไปทำงานจะ รู้สึกว่าที่ทำงาน หรือคนที่เราพูดคุยด้วย มันขวางหูขวางตาไปหมด นั่นคือใจท่านอยู่ในภุมิสัตว์นรก ภพรอบตัวท่านก็เป็นภพของ สัตว์นรก ถ้านับกันที่จิตล้วน ๆ ท่านอยู่ในภพภุมิสัตว์นรกแล้ว ถ้านับรวมกายเข้าไปด้วย มันจะกึ่ง ๆ เพราะกายหายเปลี่ยนแปลง ไม่ได้ทันที จึงยังคงรูปของคนไปก่อน จนกว่ากายนี้หมดอายุขัย แต่ คงไม่ต้องสงสัย ว่าพอหมดสภาพแล้ว ท่านจะกลายเป็นอะไร กายที่สมควรจะก่อร่างสร้างขึ้นมาจากที่สั่งสมไว้ ไม่เคยหายไปไหน ทั้ง ๆ ที่ตอนนั้นท่านก็คงลืมเรื่องนั้นไปหมดแล้วด้วยซ้ำ มันจะ ได้โอกาสที่จะเปลี่ยนแปลงไปสู่กายที่สมควร โดยก่อร่างสร้างขึ้นมา จากที่สั่งสมไว้ไม่เคยหายไปไหน เพราะสิ่งเหล่านั้นถูกบันทึกไว้ในจิตวิญญาณ

วันนี้ท่านเป็นมนุษย์หรือยัง ท่านเลือกเกิดเองนะ จัดการ ได้ก็ไม่จัดการ มัวแต่ไปโทษคนอื่น

แล้วเกิดมีใครปล่อยวางความยึดถือ เห็นแล้วว่า เราไม่มี
 กายไม่ใช่เรา จิตไม่ใช่เรา ไม่เกิดความรู้สึกปรุงแต่งให้เห็นผิดเป็น
 เราอีก เขาผู้นั้นจะไม่ทุกข์กับอะไร ๆ ได้อีกเลย ภพตอนนั้นเขา
 จะเป็นอะไรดี ภูมิของเขาควรจะเป็นอะไร แล้วเขาจะเกิดเป็น
 อะไรอีก หากเขาไม่เป็นอะไร ไม่เอาอะไร อะไรจะเป็นเชื้อเกิด

รู้แล้วนะ ว่าเราควรละอะไร ละเปรต ละอสุรกาย ละ
 สัตว์นรก ละเดรัจฉานในสัตว์ สร้างภูมิมนุษย์ ภูมิเทวดา สร้าง
 พรหมให้เกิดในใจ แล้วปล่อยวางภูมิทั้งหลายที่เป็นกุศลอีกครั้ง
 แต่ไม่เลิกทำกุศล (อย่าเข้าใจผิด) เห็นแจ้งในความจริงว่า (ใจ) ยึด
 อะไรก็ทุกข์ทุกที (ใจ) ไม่ยึดไม่ทุกข์ (ใจ) ยึดดี ติดดี ก็ยังไม่พ้น
 เหนือดี ไม่เอาดี แต่ไม่เลิกทำดี เมื่อนั้นละละดีจริง



ทุกอย่างว่างจาก ความหมายแห่งความเป็นตัวตน

เขียนเมื่อวันที่ ๒๙ กันยายน ๒๕๕๔

อ่านไป คิดไป ดีแล้ว เข้าใจแล้ว แต่ ๓ วันลืม ไม่ต้องอะไร
มาก ที่อ่านผ่านมานั้น จำอะไรได้บ้าง ในข้อคิดเพื่อปัญญานี้ได้
สัก ๑๐% ก็เก่งแล้ว ที่เราจะเข้าถึงคำสอนได้คือ รู้แจ้งที่จิตใจของ
แต่ละตนเองนะ จะทำอะไร อย่างไร แบบไหน อย่างมัวเถียงกันให้
เสียเวลา (จะตายกันอยู่แล้ว) จะทำอะไรกันก็ตามที่ เพราะอ่าน
กันมามาก ฟังกันมาเยอะ ถนัดทำแบบไหนก็เชิญ ทำให้เห็นให้
ว่าสรรพสิ่งทั้งปวง (รูปธรรม นามธรรม) ทั้งภายนอก ภายใน

๑. ล้วนเกิดขึ้นแล้วดับไปเป็นธรรมดา

๒. สรรพสิ่งที่เกิดขึ้นก็พยายามรักษาสภาพแต่ก็ทำไม่ได้ เปลี่ยนแปลงไปตลอด เหมือนการเดินทางประคองกะละมังที่เต็มไปด้วยน้ำ ให้น้ำไม่กระเพื่อมไม่กระหกนั้น เป็นไปไม่ได้ ไม่ว่าจะร่างกาย สิ่งของหรือจิตใจ ล้วนอยู่ในสภาพเดียวกัน (เห็นภาพน้ำในกะละมังที่กระเพื่อมไหม เมื่อก็...นั่นละ สังฆารการปรุงแต่งทำงานไว้นะ)

๓. สรรพสิ่งล้วนเกิดขึ้นเพราะมีเหตุ ดับไปเพราะหมดเหตุ (มีเหตุให้ดับหรือเหตุเท่ากับศูนย์) เมื่อเห็นดังนี้ จะเห็นเองว่าสิ่งนั้นเป็นอนัตตา

เมื่อเห็นดังนี้ด้วยตัวเองในทุกสรรพสิ่ง จิตจะคลายความยึดถือ ทำไม่จึงเห็นทั้ง ๓ อย่างในทุกสรรพสิ่งล่ะ เพราะพระพุทธเจ้าสอนหรือ? เปล่า เพราะทุกสรรพสิ่งในโลกนั้น เป็นเพียงรูปและนามว่างจากตัวตน เป็นอย่างนั้นจริง ๆ ทุกอย่างเลย รวมพวกเรากับไม่มียกเว้น ดูจริง ๆ ก็เห็นเอง แต่ถูกยึดถือ จึงเกิดการบดบังแบบบังมิด ทั้ง ๆ ที่มันก็เห็น ๆ อยู่ใจ้ง ๆ แต่โดนความปรุงแต่ง

พาแฉลบไปเห็นอย่างอื่นแทน นี่ก็เพราะความที่ไม่รู้ว่า นี่ทุกข์
นี่เหตุให้เกิดทุกข์ นี่เป็นความดับแห่งทุกข์ นี่คือหนทางให้ถึง
ความดับแห่งทุกข์ จึงเข้าไปยึดถือสิ่งต่าง ๆ เรื่องของเรื่องเพราะ
ไปยึดชั้น ๕ เป็นเรานี่ละ เลยไปกันใหญ่

ในความเป็นจริง ทุก ๆ อย่างในโลกว่างจากตัวตน เชื่อไหม?
ไม่ต้องเชื่อ คนอ่านอยู่ก็ด้วย คนเขียนก็ด้วย (ตอนเขียนถึงตรงนี้
ยังเขียนอยู่ แต่ตอนอ่านถึงตรงนี้เขียนเสร็จแล้ว ตอนที่พิมพ์เนี่ย
ยังไม่ได้อ่านแต่พิมพ์ไปก่อนว่าอ่านแล้ว แต่พออ่านนั้นนะพิมพ์
เสร็จแล้ว ตอนที่อ่านนั้นเป็นอนาคตของการพิมพ์ หากเห็นอย่างนี้
จะเข้าใจได้ว่า ทำไมเทวดาจึงเห็นอดีต อนาคต ปัจจุบันอยู่ในเวลา
เดียวกัน) กลับมาที่เรื่องว่างจากตัวตน แม่พ่อ แม่ ปู่ ย่า ป้า น้ำ อา
ต้นไม้หน้าบ้าน ช้างวัว ก้อนหิน สุนัขที่เล่นอยู่ที่บ้าน ที่วัด ปลาใน
น้ำ ไก่ในเล้า ฯลฯ ล้วนว่างจากตัวตนกันทั้งนั้น ไม่ได้คิดจะ
อธิบายให้เข้าใจหรอก เพียงให้ท่านเก็บไว้เป็นข้อมูล ไม่ได้บอก
ให้เชื่อ เพราะหากพิสูจน์ถูกต้องตามคำสอนในองค์มรรค ก็จะได้เข้าใจได้

แต่คำว่า “ว่างจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน” นี้คนมัก
จะคิดกันไปเอง ว่าสภาพนี้เป็นอย่างไร โดยดูจากคำ แล้วมา

ตีความหมายเอาเอง จึงนั่งถกเถียงกัน เสียเวลาทั้งคนคิดและ
คนอธิบาย

ลองดูตัวอย่างง่าย ๆ ดูนี่ จะพอเข้าใจได้ไหม ต้นไม้ในบ้าน
ถ้าเปลี้ยกินจนใบร่วง ทุกข์ไหม?.. ทุกข์ ต้นไม้ กทม. ที่ปลูกไว้
ข้างทางโดนเปลี้ยกิน ทุกข์ไหม?..ไม่ทุกข์ เพราะไม่ยึดเป็นของเรา
เออะ นั่นเรามองในมุมของเรา

ที่นี้เรามามองในมุมของต้นไม้บ้าง ตกกลางต้นไม้ของกทม.ที่
เราไม่ยึดมันอยู่ได้ไหม อยู่ได้ทั้ง ๆ ที่เราไม่ได้เข้าไปยึด ต้นไม้ใน
บ้านเรา ถ้าเราขายบ้านแล้ว มันอยู่ได้ไหม ทั้ง ๆ ที่ไม่เป็นของ
เราแล้ว มันอยู่ของมันได้ไหม ตอนเราอยู่ เรารดน้ำใส่ปุ๋ยให้มัน
มันก็อยู่ดีเพราะได้ธาตุอาหาร ถ้าเราไปแล้ว มันก็ดิ้นรนอยู่ของมัน
ดิ้นสุดขีด แล้วอยู่ไม่ได้ ก็ตายไปตามธรรมดา มันเคยเป็นของ
เราตอนไหนหรือ?

แล้วกายใจละ ถ้าไม่ยึดเป็นของเรา เวลาปวดจีเราต้องสั่งใหม่
ให้ไปจี เวลาหิวต้องสั่งใหม่ ให้มันออกแสวงหา ต้องสั่งหายใจใหม่
เขาทำโดยไม่ต้องมีเจตนาก็ได้ อาจงงสักนิด เพราะเรานึกเสมอ

ว่ามีเราจึงไม่รู้ว่าความจริง เหตุการณ์มากมายในชีวิตที่เขาทำโดยไม่มีเรา แต่เรานึกเองว่าเราทำ จึงตีขลุมเป็นเราทำ เลยดูไม่ออก

ตกลงไม่ยึดว่าเป็นต้นไม้เรา รดน้ำได้ไหม? ได้ รดเพราะต้นไม้จะได้โต ไม่ได้รดเพราะเป็นต้นไม้เรา เคยซื้อปุ๋ยใส่ต้นไม้ข้างถนนที่ไม่ใช่ของเราไหม? ถ้าซื้อใส่แล้ว มันจะกลายเป็นของเราไหม?

รู้แจ้งเกิดปัญญาและปล่อยวางได้เมื่อไหร่ เมื่อนั้นหมดทุกข์ เพราะฉะนั้นที่พูดกันว่า ปล่อยวาง ๆ นั้นมีตั้งแต่ระดับหนูน้อย จนถึงขั้นสุดยอดเลยนะ ทำเถอะ ทำอะไรได้รีบทำ เดียวก็ตายแล้ว ถ้าตายจะไม่ได้ทำอะไรเลย รู้ลมสักทีก็ยิ่งดี (เอาตรงนี้เลย) คนเราเดี๋ยวตายแน่ะ หากเราต้องตายตอนวินาทีที่ ๖๐ วินาทีที่ ๕๙ ยังบอกไม่ได้เลยว่าจะตายเมื่อไหร่ ตอนวินาทีที่ ๕๙ อาจยังไม่รู้เลยนะ ว่าอีกวินาทีเดียวเราจะตายแล้ว ดังนั้นตอนนี้เราไม่รู้ที่เราอยู่วินาทีที่ ๕๙ รีบปล่าณะ เราจะทำกุศล ไม่ทำกุศลทั้งภายนอกและภายในใจทุก ๆ วินาทีนะ แต่พอวินาทีที่ ๖๐ มาถึง มันจะกลายเป็นปัจจุบัน ตอนนี่ละ ตอนนี่ก็ปัจจุบัน ตอนนั้นก็ปัจจุบันเหมือนกัน



น้ำแก้งเราหรือ?

เขียนเมื่อวันที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๕๔

น้ำวางจากตัวตน ไหลไปเรื่อยตามเหตุของมัน ไม่ได้จะทำลายใคร หรือทำให้ใครเสียใจ วันก่อนหน้านี้ก็อยากให้ฝนตก ชำน้ำในเขื่อนไม่พอ ชาวบ้านแย่งน้ำกัน วันนี้ข่าวเขื่อนทุกเขื่อนเก็บน้ำไม่ไหวแล้ว ต้องรีบปล่อย ชาวชาวบ้านแย่งกันพังคันกันน้ำ เพราะไม่ยอมให้น้ำแล้ว

เขาไหลไปเรื่อย ๆ ไปตามทางตามช่องที่ไปได้ พอไหลหมดเต็ยวก็หน้าแล้งแย่งน้ำกันอีก

หลังสวนยินดีธรรม น้ำในคลองขึ้น ๆ ๆ ๆ ๆ จนสุดแล้ว
น้ำก็ลง ๆ ๆ ๆ ๆ ๆ จนสุดแล้วก็ขึ้น ๆ ๆ ๆ ๆ ๆ จนสุดแล้ว
ก็....อย่างนี้มาตลอด **ใครยี้ดว่าตรงไหนคือดีที่สุดก็คงต้องทุกข์
ตลอดกาล เพราะมันเป็นคือธรรมะ**



กว่าแล้ว

เขียนเมื่อวันที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๕๔
ช่วงมหาอุทกภัยกรุงเทพฯ

หลวงพ่อบอกว่า เวลาหีบแก้วกินน้ำ ก็ให้คิดเอาไว้
เลยว่าแก้วนี้แตกแล้ว เมื่อวันใดที่มันแตก เราก็จะรู้สึกขึ้นมาเองว่า
กว่าแล้วมันแตกแน่ จะไม่ทุกข์เพราะเตรียมใจไว้แล้ว ที่แท้คือเห็น
ความเป็นอนิจจัง จิตเลยไม่ยึดมั่นมาก

ท่านอาจารย์พุทธทาสบอกว่า ให้ตายก่อนตาย นั่นละนิพพาน

วันนี้มองดูรถ หรือเฟอร์นิเจอร์ หรืออะไรต่ออะไรไว้แล้ว
เตรียมใจไว้ว่า น้ำท่วมแน่ วันไหนน้ำท่วมเต็มบ้านแล้ว ก็มองดูมัน
จากมุมเดียวกัน แล้วบอกว่า ภูเขาแล้ว มันท่วมแน่...ไม่คร่ำครวญ
ได้จิตเข้มแข็งไว้เป็นรางวัล น้ำหรืออะไรก็ตามทำอะไรเราไม่ได้หรอก
เพราะไม่มีเราแล้ว (หัวเราะเลย)



อยู่กับน้ำต้องเป็นน้ำ

เขียนเมื่อวันที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๕๔

ช่วงมหาอุทกภัยกรุงเทพฯ

น้ำทำทุกคนอ่วมเลยช่วงนี้ เห็นภาพทั้งคนรวยคนจนโดนกันถ้วนหน้าไม่มียกเว้น หมู่บ้านรวย หมู่บ้านจน โดนน้ำกลืนหายไปเหมือนกัน น้ำสอนบทเรียนเรา เราก็จะเอาบทเรียนจากน้ำมาใช้

น้ำใสแจ๋กัันก็อยู่เป็นรูปแจ๋กััน น้ำใสขวิดก็เป็นขวิด ใสแก้วก็ เป็นแก้ว น้ำอยู่ในภาชนะไหนก็เป็นอย่างนั้น

วันนี้เคยมีอะไรแล้วมันเสียไป สูญเสียไปก็อยู่ได้ในสภาพใหม่ อยู่ให้ได้อย่างไม่ทุกข์ มีใจเป็นอุเบกขากับความเข้าใจในการเห็น สภาพความเป็นจริง สรรพสิ่งล้วนเกิดขึ้นแล้วดับไป เปลี่ยนแปลง ไปเป็นธรรมดา สภาพภายนอกจะไม่มีปัญหาใด ๆ สำหรับเราถ้า สภาพภายในเราเป็นปกติ โวยวายไปก็เท่านั้น ร้อนใจไปก็เท่านั้น อยู่แบบถ้าทำอะไรได้เราก็ทำเต็มที่ เมื่อทำอะไรไม่ได้ เข้าเซฟเข้าสู่ รักษาใจตัวเองไว้บ้าง รู้ลมไว้...สู้ ๆ



น้ำราดรด

เขียนเมื่อวันที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๕๔
ช่วงมหาอุทกภัยกรุงเทพฯ

วันนี้ได้แต่แสดงความเห็นใจกับทุก ๆ คน ภัยพิบัติน้ำท่วมในครั้งนี้จะส่งผลกระทบไปเป็นวงกว้าง ไม่จำกัดอยู่เพียงคนที่โดนเท่านั้น เมื่อทุกภาคส่วนโดน พื้นที่เกษตรโดน โรงงานอุตสาหกรรมก็โดน คนก็ไปทำงานไม่ได้ อาหารก็ขาด ไฟก็ต้องดับ พวกเราจะได้พบกับสภาพที่เราไม่เคยคิดว่ามันจะเกิดขึ้นเห็นภาพแล้วเหมือนกับคนเอาน้ำถังใหญ่ราดรดที่ระเบียงหน้าบ้าน

แล้วมดพยายามหาก้อนหินเล็กก้อนกรวดเล็ก ๆ ก็นำเอาไว้ แต่ในที่ที่สุดมดก็อ่อนแรง แล้วยอมรับในความยิ่งใหญ่ ที่มดเคยคิดว่าสามารถควบคุมให้ทุกอย่างอยู่ภายใต้บังคับได้ทั้งหมด

นี่ก็เห็นได้แล้วในวันนี้ ปีหน้า ปีต่อไป ปริมาณขนาดนี้ก็ยังคงมีอยู่ ทุกคนคงจะมีของชิ้นลางน้อยลงมาก ของส่วนใหญ่จะไปกองกันอยู่ชั้นบนของบ้าน ไม่ใช่ว่าน้ำมันจะเยอะปีนี้เป็นปีเดียว โลกนี้เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย ภัยนี้ก็เป็นที่ไปตามเหตุปัจจัย อากาศและกระแสน้ำเปลี่ยนไป สภาพแวดล้อมและผลก็เกิดตามเหตุ ดังนั้นเมื่อน้ำมาก มากขึ้น มากที่สุด ก็จะเปลี่ยนเป็น น้อยลง น้อยลงเรื่อย ๆ เพราะสรรพสิ่งปรับไปตามสภาพที่ดิ้นรน เป็นอนิจจัง

ภัยเวร ๕ ประการที่พระพุทธองค์กล่าวเตือนไว้ เราคงพอจะเห็นภาพได้ไม่ยากแล้ว ทุกคนที่บ้านช่องทรัพย์สินโดนภัยพิบัติ คงไม่มีใครมาเจริญภาวนากัน ไม่มีกะจิตกะใจแล้ว ท่านจึงให้ทุกคนไม่ประมาท รีบทำให้แจ่มก่อนที่จะเกิดขึ้น ครั้งนี้น่าจะเป็นเผ่าหลอก เผาจริงเมื่อไหร่ น้ำตาคงจะยิ่งท่วมเข้าไปอีก ผมเองวางหนังสือกองไว้สารพัดที่ชั้นลางของบ้าน ไม่ว่าจะของหลวงพ่อเอี้ยน

หรือหนังสือธรรมะต่าง ๆ รวมทั้งดูจิตหนึ่งพรรษา กลัวเกิดไม่
กลัวตาย ฯลฯ จะท่วมก็ไม่มีปัญหา เพราะแม้จะดูวามน้ำไปบ้าง
แต่ก็อ่านออกสบายมาก คราวก่อนหนังสือดูจิตหนึ่งพรรษาโดน
ปลวกกินเป็นรู ๆ เต็มไปหมด คนยังแย่งกันเลย เอาแต่ที่ปลวก
กิน หว่าดูขลังดี จะเปลี่ยนเอาเล่มดี ๆ ให้ก็ไม่เอา ในวิภทฺธิมี
โอกาสอยู่ ดูดี ๆ

ได้แต่ขอเป็นกำลังใจให้ทุกคน บททดสอบนี้จะผ่านหรือไม่
ก็ขึ้นกับแต่ละคน ความจริงของทั้งหมดก็คือ สิ่งต่าง ๆ มันก็เกิด
ของมัน เราแค่ทำให้ดีที่สุด ไม่ใช่ทำใจแล้วไม่ทำการใด ๆ ทำการ
ใด ๆ ให้เต็มกำลังภายใต้จิตใจที่เข้มแข็ง เสียก็ยอมรับว่าเสีย
แล้วค่อยแก้เท่าที่แก้ได้ แก้ไม่ได้ทุกเรื่อง ก็แก้ไขไปที่ละเรื่อง ช่วย
ทุกคนที่ช่วยได้ อยู่กับภัยด้วยใจสงบ อยู่เป็นหลักให้คนรอบข้าง
ไม่หวั่นไหว ขอให้จิตใจและความปรารถนาดีของพวกเขาทุกคน
ช่วยให้ทุก ๆ คนที่กำลังลำบากได้พ้นภัยด้วย เทอญ



อย่าทิ้งธรรมยามน้ำท่วม

เขียนเมื่อวันที่ ๒๕ ตุลาคม ๒๕๕๔

ช่วงมหาอุทกภัยกรุงเทพฯ

ช่วงที่น้ำท่วม ทุกคนก็บริโภคข่าวสารเกี่ยวกับน้ำท่วมกันมากมาย ถึงแม้มันจะจำเป็น ด้วยเหตุผลที่ว่าเราต้องรู้ไม่อย่างนั้นจะยิ่งลำบาก แต่ต้องรู้ล่ะว่าเมื่อบริโภคข้อมูลเข้าไป ความรู้ทั้งหลายนั้นมันสร้างภาพชาติส่งผลเป็นทุกข์ตามมา ดังนั้นเอาแค่พอดี ๆ นะ แค่อ่านเข้าใจสถานการณ์ อย่าอินไปกับมันมาก เพราะยึดข้อมูลมาเป็นตัวตน เราจึงเครียด

วิธีลดความเครียดสำหรับนักปฏิบัติที่ง่ายมาก ๆ วิธีหนึ่งคือ เปิดฟังธรรมะจากครูบาอาจารย์องค์ไหนก็ได้ หรือฟังบทสวดก็ได้ เพราะจิตจะได้มาเกาะที่เสียงธรรม และจะมีข้อความคำสอนมา กระทบใจ ทำให้ปล่อยวางเรื่องที่กำลังทุกข์อยู่ได้...เชื่อเถอะ อยู่กับเสียงธรรมไว้แล้วจะไม่...ตกน้ำ

ตอนนี้ตกน้ำอยู่ แต่ดูไม่ออก เพราะตัวมันแห้ง แต่ใจมัน ล้ำลึกน้ำ



ภัยพิบัติ ๒๐๑๒

เขียนเมื่อวันที่ ๒๖ ตุลาคม ๒๕๕๔
ช่วงมหาอุทกภัยกรุงเทพฯ

ถึงวันนี้ เมื่อหยุดแล้วถอยหลังมาดูสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นกับประเทศไทย ก็คงเห็นความทุกข์ยากที่เกิดขึ้นกับพี่น้องคนไทยไม่ว่าที่ไหน ๆ ในปี ๒๐๑๑ นะ ถ้าจินตนาการต่อไปว่า ๒๐๑๒ มันเลวร้ายกว่านี้ มีแผ่นดินไหว แผ่นดินแยก น้ำท่วมไปทุกหัวระแหง เท่านี้คนก็ทุกข์แย่แล้ว หากวันนั้นเกิดขึ้นมันจะขนาดไหนนะทุกคนคงทุกข์กันมากจากการพลัดพราก จากการสูญเสียทั้งชีวิต

ของคนที่รัก หรือสูญเสียอวัยวะหรือชีวิตของตัวเอง หลายคนติด
 อยู่ใต้ซากที่ไม่มีมีใครมาช่วย ต้องอยู่กับความมืดจนตาย จากนั้น
 คนที่รอดก็ติดเชื่อจากโรคระบาด ผู้คนหนีตายกันไปในที่ที่พอจะ
 หออะไกรกินได้บ้าง ไปกองกันอีกจนขาดแคลน ทุกคนจะเห็นแก่ตัว
 ไม่มีการเกื้อกูลต่อกรรมาวนาอีกต่อไป

ในวันที่เสวนาภัยพิบัติที่ยุวพุทธ พิธีกรคุณแทนคุณได้ถาม
 ว่า ถ้าอาจารย์มีโอกาสเลือก อาจารย์จะเลือกไปอยู่ที่ไหน ผมตอบ
 ว่า เรื่องที่จะหนีไปไหนคงไม่มี เพราะตอนนั้นผมไม่รู้ว่าจะมบรยาย
 หรือเปิดคอร์สอยู่ที่ไหน **ไม่ว่าจะมีบ้านที่ไหน ก็ไม่ได้แปลว่าจะไป
 ได้ และจริง ๆ ก็ไม่เคยคิดจะไปไหน เพราะอยู่ที่ไหนก็ได้ แต่
 ทำหน้าที่เท่านั้นเอง** มันทำให้นึกถึงความผันหนึ่งซึ่งแปลกดี แล้ว
 ก็เข้ากับเหตุการณ์ตอนนี้อย่างน่าประหลาด

ครั้งหนึ่งเกิดเหตุการณ์ภัยพิบัติรุนแรงมาก หลังจากนั้นเกิด
 โรคระบาดรุนแรงที่ไม่สามารถรักษาได้ ต้องกักบริเวณผู้ติดเชื้อ
 ประมาณ ๖,๐๐๐ คน ซึ่งผมเป็นหนึ่งใน ๖,๐๐๐ คนนั้นด้วย

จากนั้น เขาได้ให้คนทั้งหมดเข้าไปในโรงยิมเพื่อจะทำลายทิ้ง เหมือน
ไก่เป็นไขหัวदनกแล้วถูกฆ่าแบบเดียวกันเลย เขามีเตียง ๒ ชั้น
ให้นอนกันเต็มโรงยิม แล้วการนับถอยหลังก็เริ่มต้นขึ้น เพื่อจะ
ระเบิดโรงยิมปลิดชีวิตผู้ติดเชื่อทั้งหมด ทุกคนนอนร้องไห้กันระงม
จมอยู่ในความเศร้าโศกกันมาก ผมจึงตะโกนขึ้น เพื่อให้ทุกคน
ได้สติ และพูดธรรมะให้ทุกคนฟัง ส่วนมากเริ่มสงบลง หลายคน
เข้าใจก็ปล่อยวาง บางคนก็ทำใจไม่ได้ ยังคงร้องไห้กลัวตายและ
คิดถึงคนข้างนอก ผมจึงเดินไปปลอบใจและให้ทุกคนรู้ลมและ
วางกายนี้ เพื่อความสุขสงบ มีสุคติภูมิเป็นที่หมาย ลักพักผม
ได้ยินเสียงประกาศทางไมโครโฟนอย่างเกรี้ยวกราด ให้คนที่เดิน
ไปอยู่ที่เตียงคนอื่นซึ่งหมายถึงผม กลับไปนอนที่เตียงของตัวเอง
การนับถอยหลังดำเนินมาจนถึง ๓...๒...๑...เมื่อการนับถอยหลัง
มาถึงศูนย์ แทนที่ผมจะได้ยินเสียงระเบิดดังกึกก้อง ผมกลับรู้สึก
ทุกอย่างรอบตัวเงียบสงบ ทุกอย่างสลายไป ทุกอย่างสงบเย็น
จากนั้นผมลืมตาตื่นขึ้นมาพร้อมรอยยิ้ม ด้วยความรู้สึกว่า น่าจะ
เป็นความจริงไปเสียเลย

แม้จะเป็นเพียงฝันฝันหนึ่ง แต่ผมก็รู้สึกภูมิใจ ที่แม่แต่ในฝัน ผมก็ยังคงทำหน้าที่ของผมไปจนหมดลมหายใจ **ดังนั้นไม่ว่าปี ๒๐๑๒ จะเกิดอะไรขึ้น ผมจะยังคงทำหน้าที่ต่อไป โดยไม่สะทกสะท้านกับความตาย ขอรับใช้พระศาสดา ตอบแทนที่พระองค์ทรงเหนื่อยยาก จนมาเป็นคำสอนถึงพวกเราในวันนี้ คำหนึ่งที่ตั้งก้องอยู่ในใจผมเสมอคือ**

“เธอจงอย่าเป็นสาวกคนสุดท้ายของเราเลย”



ประกาศ

เขียนเมื่อวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๔
ช่วงมหาอุทกภัยกรุงเทพฯ

สังเกตไหม ว่าทุกเช้าที่เปิดทีวีดูข่าวน้ำท่วม จะได้ยินประโยคนี้ทุกที่ที่น้ำไปถึง "น้ำมาเร็วมากเก็บของไม่ทัน" มันเริ่มท่วมมาเป็นเดือนแล้วไม่ใช่หรือ? ถ้าบ้านเขาไม่มีที่ที่ให้ขนของหลบไปจริง ๆ ก็พอเข้าใจได้ แต่คนที่บ้านมีชั้นสองนี่ ฟังไม่ขึ้นเลยจริง ๆ

มันสื่อไปถึงทุกอย่างของการใช้ชีวิตรู้ไหม? เคยซื้อกล้วยน้ำว้าไหม? กล้วยหวีหนึ่ง ส่วนใหญ่กินกันไม่ทันหรอก แต่จะไม่ให้ใคร จนกว่ามันงอมจนแทบกินไม่ได้แล้ว หรือสุดท้ายโยนทิ้งถึง

ขยะ (วันที่ซื้อบอกแม่ค้าหั่นครึ่งหัวเลย แล้วยื่นให้คนกวาดถนน วินมอเตอร์ไซด์ ยามหน้าหมู่บ้าน ตำรวจจราจรไปเลย) เสื้อผ้าในตู้ที่มีเยอะมาก วันไหนที่ใจกรุณาขึ้นมา หยิบตัวที่ไม่เคยใส่มาเลยทั้งปีว่าจะบริจาค แต่สุดท้ายก็ยังหวงใส่กลับไปในตู้อีก ได้บริจาคจริง ๆ ไม่ก็ตัว มันตัดอะไรไม่ขาดสักอย่าง จะยกจะขนของหนักก็กลัวน้ำหนักจะไม่ท่วมเตี้ยยกเก้อ เอาแค่นี้ก่อนเตี้ยน้ำหนักจริง ๆ แล้วค่อยยกอีกที ฉันทว่าคงไม่ท่วมขนาดนั้นหรอก ถ้ามันไม่ท่วมก็รอดไป แต่ทำไมไม่คิดว่าถ้ามันท่วมล่ะ..ประมาทจริง ๆ

วันที่น้ำหนักบอกว่าไม่ได้เตรียมตัวทั้ง ๆ ที่มันท่วมเห็น ๆ ใจมันไม่เคยคิดว่าจะเป็นเรา เพราะมันเห็นทุกอย่างเป็นนิจจัง ไม่เปลี่ยนแปลงจากวันที่ดี ๆ ของเราหรอก ขนาดน้ำหนักเห็น ๆ ยังคิดไม่ออก

คนทุกคนต้องตายใช่ไหม? แล้ววันที่ความตายมาถึง คนจะพูดว่าอย่างไรรู้ไหม?

ฉันยังไม่พร้อมเลย...(ใครถาม?) น้ำท่วมรู้ล่วงหน้าก่อนสักอาทิตย์ แต่ “ตาย” นี้รู้ล่วงหน้ามาตั้งแต่เกิดเลยนะ



ทิ้ง! กับ นำท่วมบ้าน

เขียนเมื่อวันที่ ๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๔
ช่วงมหาอุทกภัยกรุงเทพฯ

เหตุใดพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงให้ห้ามรณสติให้มาก เพื่อวันที่มันมาถึงจะได้ไม่สะดุ้งหวาดเสียว เพราะมันจะทำให้สูญเสียความมีสติไป ความสะดุ้งหวาดเสียวเป็นผลหรือเป็นอาการของความยึดมั่นในขันธ เมื่อไหร่เกิดปัญญาหมดอุปาทาน ความสะดุ้งจะหมดไป พุดง่าย ๆ ความไม่รู้ ความไม่มีสติ ความที่ยังไม่เกิดปัญญา ไม่เห็นความจริง ทำให้เกิดความสะดุ้ง หวาดเสียว ทิ้ง ประหลาดใจ ทั้งหลายนี้เป็นผล

ลองนึกภาพคนที่เห็นเหตุการณ์ตามจริง เช่น เรื่องน้ำท่วม พุดกันตรง ๆ ไม่มีปฏิกิริยาเลย น้ำไหลผ่านพื้นที่ต่าง ๆ เพื่อลงต่ำ คือลงทะเลในที่สุด แต่การไหลผ่านนั้นสร้างความทุกข์ ความยากลำบากในการเดินทางของผู้คน จึงเกิดเป็นทุกข์ตามมา

ความทุกข์กายต้องเกิดแน่ ๆ ไม่ว่าจะเป็นอย่างใดก็ตาม จากสิ่งที่เห็นกันอยู่ แล้วเลี่ยงก็ไม่ได้ ที่ทำกันอยู่ก็แค่ประคองสถานการณ์ไม่ให้ลำบากเกินไปเท่านั้น แต่ความทุกข์ใจนี่สิที่จะต่างกัน ผู้ที่เห็นความจริง ยอมรับความจริง ไม่คร่ำครวญให้ทุกข์เพิ่ม เพราะนั้นไม่ได้ทำอะไรดีขึ้นแต่อย่างไร พลิกวิกฤตินี้มาเห็นความจริง เพื่อปล่อยความยึดมั่นว่าสรรพสิ่งเป็นอัตตธาตุอยู่ภายใต้ความควบคุมของเรา

ที่ผ่านมาก็ไม่เคยมีอะไรที่เราควบคุมได้เลยแม้แต่อย่างเดียว แต่เผชิญว่าใจเราไปตรงกับสิ่งนั้นเอง เปรียบเสมือนนักแสดง ผาดโผนผู้เดินบนเส้นลวดที่ขึงไว้ระหว่างตึกสูงสองตึก ระหว่างเขาเดินอยู่บนลวดที่แกว่งไปแกว่งมาอย่างน่าหวาดเสียว โดยมีไม้ยาวเพียงอย่างเดียวที่ช่วยในการทรงตัว แต่สิ่งที่ไม่อยู่ในการเตรียม

ตัวในการแสดงวันนั้นคือลมกรรโชกเข้ามาพร้อมเมฆฝนดำทะมึน ยิ่งทำให้ลวดที่ยาวแกว่งตัวไปมาตามแรงลม นั้นสร้างความน่ากลัวกับภาพที่เห็นมากขึ้นไปอีก ทุกวินาทีผ่านไปอย่างยากเย็น นักแสดงคนนั้นเดินอยู่บนความเป็นและความตาย คนดูลั่นลั่นระทึกทีก พอลมพัดเข้ามาแรง ๆ เขาก็ชวนเซทำท่าจะตก คนดูกรี๊ดร้องกัน อย่างตื่นตระหนกและอื้อวอนภาวนาขออย่าให้ตกเลย ยิ่งใกล้ ปลายทางยิ่งใจหายใจคว่ำ ใจทุกคนยิ่งลั่นระทึก ยิ่งใกล้กลับเหมือน ยิ่งไกล จนเขาเดินไปถึงปลายทางได้ คนดูถอนหายใจอย่างโล่งอก โล่งอก มันเกี่ยวกันตรงไหน ระหว่างนักแสดงกับคนดู? แล้วคนอ่านไปเกี่ยวอะไรกับเขาด้วย ทำไมหวาดเสียวตามไปด้วย เพราะเห็นภาพการปรุงแต่งในใจเราไหม เราเกิดเป็นอารมณ์ ก็เพราะเรา ไปยึดถือภาพนั้น จึงเกิดเป็นอารมณ์ตามไปด้วย

ทุกขณะเป็นแบบนี้ ทั้ง ๆ ที่ไม่ต้องมีทุกข์ก็ได้ เพราะภาพที่เราเห็นนั้นถูกยึดเป็นของเราโดยเราไม่รู้ตัว รู้ลมแล้วตีขึ้นได้บ้าง บางทีก็ไม่ได้ เพราะปัญญามันยังไม่เกิด ยังยึดเหนี่ยวแน่น ใครพูดอย่างไรก็ไม่ฟัง ต้องเห็นเอง เข้าใจเอง แจ้งเอง แล้วจะวางวางเมื่อเห็นว่า...ทุกข์ฟรี

ทำอย่างดีที่สุดในการดำเนินชีวิตโดยไม่ทุกข์ก็ได้ นี่ละการปฏิบัติธรรม ต้องอดทน มันล้งสมมานาน ถ้าเราได้เด็กเหลือขอนิสัยไม่ดี สร้างความเอือมระอาให้กับคนเลี้ยงเป็นอย่างมาก คนเลี้ยงต้องอดทนค่อย ๆ ปรึบ ค่อย ๆ เปลี่ยนนิสัยให้เป็นคนดีซึ่งต้องใช้เวลา หากถอดใจเสียกลางคัน เด็กคนนั้นก็ต้องเผชิญชะตากรรมที่เขาทำต่อไป ดังนั้นต้องอดทนเพื่อให้เด็กคนนั้นรอดพ้น

หากท่านเป็นคนดูแลเด็กคนนั้น ท่านจะอย่างไร? หากท่านรู้ความจริงว่า **คนดูแลกับเด็กเหลือขคนนั้น เป็นคนเดียวกัน**



ทำไมมหาบุรุษจึงมี พระสิริโฉมงดงาม

เขียนเมื่อวันที่ ๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๔

ครั้งหนึ่งมีผู้ทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า เพราะเหตุใด พระองค์จึงมีดวงตาที่งดงามยิ่งนัก และเพราะเหตุใดพระองค์จึงเป็นผู้มีพระเศียรงดงาม

“ตถาคตมีพระเนตรดำสนิทและแจ่มใสดุจตาลูกโคเพียงตลอด นี่คือการวิบากจากการไม่ถลึงตา ดู ไม่ค้อนตา ดู ไม่ชำเลื่องตา ดู ใคร ๆ ด้วยอำนาจความโกรธ เป็นผู้ตรง มีจิตใจตรงเป็นปรกติ แลดู ใคร ๆ ตรง ๆ ด้วยดวงตาที่แวววาวรักใคร่เมตตา...”

“...ยิ่งไปกว่านั้น ตถาคตยังมีเคียงรามบริบูรณ์ดุจกรอบ พักตร์เป็นเครื่องประดับ ก็ด้วยเพราะวิบากจากการเป็นผู้นำ มหาชนในกิจอันเป็นกุศล เป็นประธานของมหาชนด้วย กายสุจริต วจีสุจริต และมโนสุจริต ในการบำเพ็ญทาน ในการตั้งใจรักษาศีล ๕ ศีล ๘ ในความเป็นผู้ปฏิบัติดีต่อมารดาบิดา ในความเป็นผู้ปฏิบัติดีต่อสมณะ ในความเป็นผู้ปฏิบัติดีต่อพราหมณ์ ในความเคารพต่อผู้ใหญ่ในสกุล รวมทั้งเป็นผู้ นำในกิจการมหากุศลอื่น ๆ”

พวกเราจะมีศรัทธาในพระพุทธเจ้า จงดำเนินตามรอยของ พระองค์ เพื่อความสุขในกายนี้จากการมีจิตที่ตั้งไว้ดี และพ้นไป จากทุกข์ภัยในอนาคต อันมาจากการปฏิบัติตามมรรค เพื่อจะ ได้มีที่พึ่งอันเกษม จากการที่จิตหลุดพ้นจากอาสวะ



เราจะยิ้ม ให้กำลังใจทุกคน

เขียนเมื่อวันที่ ๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๔
ช่วงมหาอุทกภัยกรุงเทพฯ

สิ่งหนึ่งที่เป็นปรากฏการณ์ใหม่ท่ามกลางวิกฤติน้ำท่วมครั้งนี้ที่ทำให้คนกรุงเทพฯ เริ่มหันมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นที่ไม่รู้จักคือ เจอใครเขาก็ถามว่า “บ้านอยู่ไหน? น้ำท่วมไหม? ยังดีนะ โอ้โห..ของฉันนี่.....”

เมื่อก่อนคนกรุงไม่ค่อยกับคนไม่รู้จัก ไม่ทักทายใคร ใครทักก็มองแบบหมิ่น ๆ (ใช้ดวงตาทำกรรม) มองหน้าแล้วเดินไป แต่วันนี้ทุกคนพูดคุยกัน เห็นอกเห็นใจกัน

หลายคนทำหน้าที่เป็นทุกข์ประกอบการพูด เพื่อให้ผู้ฟังได้
เกิดอารมณ์ร่วมว่าฉันทุกข์จริงนะ ไม่เชื่อดูหน้าฉันสิ

แต่พวกเราจะเปลี่ยนใหม่ พูดด้วยหัวใจที่เบิกบาน ยิ้มไป
พูดไป ไม่ว่าจะเล่าถึงสภาพที่ย่ำแย่เพียงไรที่เกิดขึ้นกับบ้านเรา
แต่จงประกาศก้องออกไปทางสีหน้าแววตา ให้ผู้ฟังได้รู้ว่า อุทกภัย
นี้ทำร้ายได้แต่บ้านเรือน แต่ทำร้ายจิตใจเราไม่ได้ No Problem!

จงประกาศออกไปอย่างอาจหาญว่า เรายังละ ไม่สะทกสะท้าน
เราจะเป็นตัวอย่างให้คนรอบข้าง ให้โลกได้เห็น ว่า ปฏิบัติธรรม
แล้วอยู่เหนือโลก อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นสิ่งเราเรียนรู้แล้ว
เราอมรับแล้ว สิ่งต่าง ๆ มีสภาพเป็นทุกข์ เราอยู่อย่างผู้เห็นทุกข์
รู้ทุกข์ วางทุกข์ลงได้ ไม่เอาทุกข์มาเป็นของเรา เติบลุยน้ำอย่าง
มีความสุข (ถ้าน้ำลึก ป้อนกันบ้างนะ) ยิ้มให้กำลังใจทุกคน ให้
กำลังใจคนอื่น ทำให้คนอื่นคลายทุกข์ลงบ้าง เราไม่เป็นไร สบาย
มาก อย่าห่วง (หนักกว่าเธอก็เจอมาแล้ว เจ็บอีกทีจะล้าเท่าไร?)

จงเรียนรู้และยอมรับมัน แล้วใจเราจะบอกเองว่า มันก็แค่นั้นเอง วันที่เกิดมาเสียผ้ายังไม่มียเลย วันตายก็เอาอะไรไปไม่ได้ วันที่มีอยู่ ก็สะสมไว้เยอะเกินอยู่แล้ว ที่เกินมากก็ล้นทำให้ไปยึดติด เป็นทุกข์ ลด ๆ ลงบ้างก็อยู่ได้ ไม่เห็นเป็นไร มันอาจจะเจ็บบ้างวันนี้ วันหน้าจะได้สบายเมื่อเกิดปัญญา...ยิ้มสู้



จิตอาสา ปีหนึ่งทำกี่ที

เขียนเมื่อวันที่ ๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๔

เสาร์อาทิตย์นี้ไปรอกถุงทราย ไปปั้น EM Ball ไปช่วย
แจกของ สาธุ...

จิตอาสา นั้น ช่วยให้คุณไม่เคยทำได้มีสำนึกสาธารณะ ก็คือ
เห็นคนอื่นบ้าง ฝึกวันนี้เพื่อที่วันข้างหน้าจะได้ทำสิ่งนี้จนเป็นนิสัย
ทำจนทำได้ในชีวิตของตนเอง จนฝังรากลึกเป็นบารมีต่อ ๆ ไป
ส่วนคนที่เขาทำของเขาทุกวัน นี่ก็เป็นแค่อีกวันหนึ่ง ที่มีโอกาสทำ
คนเหล่านี้ต้องอนุโมทนาตั้ง ๆ

ผมไม่ขวางโลกหรอก ผมยินดีในการเห็นทุกคนออกไป
ทำความดี ถึงจะออกไปทำเอาหน้าบ้าง เห็นคนอื่นทำก็เลยทำบ้าง
เอาไว้มีอะไรลงเฟซบุ๊กให้เพื่อน ๆ อนุโมทนากันบ้าง นั่นก็ยังดี
กว่าไม่ช่วยอะไรใคร ไม่อย่างนั้นมันจะมีแต่วัน ๆ ที่แสวงหาใส่ตน
เพราะไม่ว่าใครก็ตามเมื่อทำไปแล้ว ก็จะได้ไปเห็นเองว่า ผู้รับเขา
ได้พ้นจากทุกข์ทางกายบ้าง มีใจที่เข้มแข็งขึ้นบ้าง ว่าเพื่อน ๆ ไม่
ทอดทิ้งกัน จนผู้ให้เองก็เกิดปีติจากการให้ไปด้วย จนอาจติด
เป็นนิสัยต่อ ๆ ไปจนทำไม่หยุด เพราะฉะนั้นทำไปไม่หยุดในทุก ๆ
วัน ให้คนทุกวัน ดีกับทุกคนทุกวัน ช่วยคนทุกวันไม่มีใครต้อง
มาบอก ว่าต้องทำอะไร ไม่สนว่าใครจะเห็น

เคยมีผู้ปฏิบัติมาแล้วให้ผมฟังว่า เขาเห็นคนใส่บาตร เขาจึง
เริ่มใส่บาตร เมื่อใส่บาตรในวันแรกเขามีความสุขมาก จากนั้นเขา
ใส่บาตรทุกวัน ติดต่อกัน ๖ เดือน แต่แล้ววันหนึ่งเป็นวันที่ทุก
อย่างเปลี่ยนแปลง เขาใส่บาตรเหมือนเดิม แต่ใจเขาไม่มีความสุข
เหมือนเคย จากวันนั้น เขาจึงตัดสินใจเลิกใส่บาตร นี่คือเรื่องจริง
ที่เกิดขึ้นกับเขาคนนั้น ทำไม?

เขาใส่บาตรเพราะความสุขที่เขาได้หรือ? ไม่ใช่เพราะพระจะรับอาหารไปฉันหรือ?

เราทำดีเพราะอะไร เพราะอยากให้ตัวเองได้บุญ อยากให้ตัวเองมีความสุข วันที่เราไม่ได้รับความสุข เราเลิก เพราะ “เราเห็นแก่ตัว ทำบุญก็เห็นแก่ตัว เอาของไปให้เขา แต่แอบเอาเหมือนเดิม” เราเคยให้อะไรใครจริง ๆ บ้างไหมชีวิตนี้เคยปรารถนาว่า การกระทำของเราจะทำให้ผู้อื่นพ้นทุกข์จริง ๆ บ้างไหม?

ในการทำจิตอาสาในยุคปัจจุบันนี้ กำลังกลายเป็นรูปแบบหรือแฟชั่น ดีไหม...ดี...แต่อย่าไปผิดทาง เหมือนการไปทำบุญวันสำคัญ แต่ในชีวิตประจำวันไม่ทำ อยากรู้ใหม่ว่ารูปแบบของจิตอาสาจริง ๆ เป็นอย่างไร ถ้ายกตัวอย่างสักคนก็ “ยายยิ้ม” นั่นแหละ ยายยิ้มนี้ละจิตอาสา ทำไปเรื่อย ๆ ทั้งชีวิต ไม่เปลี่ยนแปลง ไม่ได้เรียกร้อง ไม่สนใจว่าใครจะเห็นไหม ทำเพราะมุ่งมั่นว่าสิ่งนี้ดี สิ่งนี้เป็นประโยชน์

วันหนึ่งที่มีผู้คนเข้าไปเห็น นำเรื่องราวมาบอกกล่าว แล้ว
วันนี้สิ่งนั้นก็ผ่านไป เธอก็ยังคงทำสิ่งที่เธอทำต่อไปจนถึงวันสุดท้าย
เพราะว่าสิ่งนั้นดีมีประโยชน์ ถ้าจะได้อะไรมาที่ผู้ทำข้างก็คือ ลด
ตัวลดตน นั่นก็เกินพอแล้ว เพราะหมดเมื่อไหร่ก็หมดทุกข์ได้
โดยไม่ต้องเอา



กล้วยภัยพิบัติ กล้วยตาย

เขียนเมื่อวันที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๔

ข่าวคราวเรื่องภัยพิบัติมีเยอะ ออกมามากจากหลายแหล่ง
จริงไม่จริงผมว่าคงไม่ใช่สาระละ เพราะหากเดือนกันยายนที่ผ่านมา
ใครมาบอกว่าน้ำจะท่วมสนามบินดอนเมือง วิวาดีจะกลายเป็น
คลอง คนกว่าล้านจะต้องอพยพ น้ำหน้าบ้านจะสูงถึงหน้าอก ใคร
จะเชื่อ? เพราะในชีวิตรุ่นปู่ย่ายังไม่เคยเกิดให้เห็นเลย...เพื่อเจ้า ถึง
ตอนนี้แล้วยังไง เราอยู่กับคิด โดยที่ความจริงไม่ได้ขึ้นกับความ
คิด ความจริงไม่ได้เกิดขึ้นเพราะใครจะคิดอย่างไร ถ้าเขาจะเกิดก็

คงเกิดตามเหตุและปัจจัย ไม่ได้เกิดตามความเห็นถูกหรือเห็นผิด
ของใครเลย ใครจะเห็นว่าอะไรก็ได้

หากเกิดภัยพิบัติจริงแบบที่เขายพยากรณ์กัน ทุกคนหนีตาย
กลัวตาย ดิ้นรน ถามว่าจะไปอยู่ที่ไหน? อยู่ที่ไหนก็ตายอยู่ดี (หรือ
ไม่จริง) หากไม่กลัวตาย อยู่ที่ไหนก็ไม่กลัวตาย ทำไมเรากลัว
ตายกันจัง

ท่านเกิดวันที่เท่าไร? (สมมุติว่าเป็น ๑ ม.ค.) ผมถามว่าก่อน
๑ ม.ค. นั้นท่านอยู่ที่ไหน? อยู่ในท้องแม่ ก่อน ๑ ม.ค. เก้าเดือน
อยู่ที่ไหนก่อนมาอยู่ในท้องแม่ คงเป็นวันตายของชาติก่อนหน้านั้น
แต่เป็นอะไรไม่รู้ แล้วถอยไปจนถึงวันเกิดในชาติก่อน แล้วถอย
ต่อไปก่อนวันเกิดในชาติก่อนละ ก็คงเป็นวันตายของชาติก่อน
หน้านั้นไปอีก

เออละ ทีนี้ถ้าหากท่านตายในเหตุการณ์ภัยพิบัติ ๒๐๑๒ จริง
วินาทีหลังจากตาย ท่านจะเป็นอย่างไรต่อ?...เกิด

พอเกิดแล้วยังไง ก็คงดำเนินชีวิตต่อไป...

จนถึงเมื่อไหร่?...จนตาย

แล้วหลังจากตายล่ะ?...เกิด

จะเกิดเป็นอะไรไม่รู้ล่ะ ขนาดเป็นมนุษย์ก็ยังไม่รู้ขนาดนี้
กลัวไม่มีที่สิ้นสุด หากอยู่ในหุบศตวรรษก็คงยิ่งลำบาก ถึงอยู่บนสวรรค์
แต่หากใกล้วันสุดท้าย ก็คงรู้สึกไม่ต่างจากตอนนี้อย่างไร การเกิด
ทุกคราว เป็นทุกข์ซ้ำไป

อย่าหวังเรื่องตายเลย เพราะแค่ ๒ ขณะจิตก็เกิดใหม่แล้ว
หวังว่าทำอย่างไรจะไม่เกิดดีกว่า...ที่ผ่านมายังไม่พออีกหรือ?



ความลำบาก ต้องทุกข์หรือ?

เขียนเมื่อวันที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๔

เมื่อสัปดาห์ที่ผ่านมา มีหลักสูตรของนักศึกษา ม.หอการค้า ซึ่งมีกิจกรรมจิตอาสาไปโรงพยาบาลเด็ก โดยมี ๓ วอร์ดคือ มะเร็ง อายุรกรรม ศัลยกรรม พวกเราได้เตรียมตุ๊กตา ข้าวของ ขนม นม ไปแจก แต่สิ่งที่เด็กต้องการจริง ๆ กลับเป็น “เพื่อน”

ข้าวของตุ๊กตาของเล่นนั้นก็พอมี แต่ “เพื่อน” ไม่มี คนที่จะพูดคุยหรือเล่นด้วยไม่มี เด็กมีตั้งแต่ ๒ ขวบถึง ๑๐ ขวบกว่า ทุกคนน่าเห็นใจมาก ต้องให้ใครตั้งแต่เด็ก ๆ เป็นมะเร็งผมร่วง

ตั้งแต่อายุน้อย ต้องมาผ่าตัด เจ็บป่วยกันหนัก ๆ นักศึกษาไป
 อยู่หนึ่งคุย ปลอดภัย หนึ่งฟังปัญหา พูดคุย เล่นเกม อยู่ ๓ ชั่วโมง พอ
 จะกลับเด็กร้องไห้ ถามว่าเมื่อไหร่จะมาหาเขาอีก มันเศร้าจริง ๆ
 เด็ก ๆ ลำบาก เขาทุกข์ เราก็ทำได้แค่เท่าที่เราไปอยู่เป็นเพื่อน
 เพียงชั่วครู่ ทำจิตอาสาแล้วก็จากมา เด็ก ๆ เหล่านั้นก็ต้องอยู่ต่อไป
 เราจะมาพูดมาหาความสุขอย่างนั้นอย่างนี้จากการได้ไปช่วยเด็ก
 น้อยผู้ห่างสารเหล่านั้นหรือ? เราไปทำจิตอาสากันทำไม? เราไป
 ช่วยคน ช่วยเท่าที่เราช่วยได้ ไม่ได้ไปเพราะพวกเราจะมีความสุข
 แต่เป็นเพราะพวกเขาจะได้พ้นทุกข์ ไม่ว่าจะทางกายหรือทางใจ
 หากจะภาคภูมิใจที่ได้มีโอกาสได้ช่วยเขาให้บรรเทาเบาคลายไปบ้าง
 แล้วเกิดเป็นความภาคภูมิใจ เป็นปิติ มีความสุขเอิบอิมั้น นั่น
 เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเอง

แต่หากมองในส่วนของเด็กน้อยทั้งหลาย การไปของพวกเขา
 เราเปรียบเสมือนลมเย็น ๆ ที่พัดผ่านเด็กน้อยรูปเดียว แล้วก็หายไป
 โดยไม่รู้ว่เมื่อไหร่จะมีลมพัดมาอีก

ทุกข์กาย >ทุกข์ใจ เป็นสิ่งเกิดคู่กันมาเป็นอัตโนมัติ

กลับมาจากโรงพยาบาล ผมถามนักศึกษาว่า “เด็ก ๆ ที่เจ็บป่วย เป็นมะเร็งบ้าง เป็นโรคร้ายอย่างอื่นบ้าง ภาพที่เห็นนั้นเขาทุกข์ไหม? ส่วนมากทุกข์ บางส่วนก็ดูว่าเรงก็มี ผมเปิดคลิป ๆ หนึ่งที่คนพิการขาขาดแขนขาด เล่นดนตรีให้นักเรียนโรงเรียนหนึ่งที่อเมริกา ฟัง เขามีความสุขว่าเรงมาก (ถ้าใครเคยเข้าคอร์สคงจำได้) ผมถามนักศึกษาว่าถ้าเป็นเรา วันนี้เกิดอะไรขึ้น แล้วขาขาดแขนขาดอย่างที่เราเห็นนี้จะทุกข์ไหม? ทุกคนบอกว่า “ทุกข์” ผมถามว่าแล้วทำไมคนนั้นไม่ทุกข์ ตกกลางความลำบากกายหรือความทุกข์กายนั้นใจต้องทุกข์ด้วยจริงหรือ? ทุกข์อยู่ที่ไหน? นักศึกษาทุกคนตอบว่า “อยู่ที่ใจ” วันนี้ พวกเรามีใครขาขาดจากนี้ท่วมไหม?

คนพิการในคลิป เขาเคยมาศึกษาอริยมรรคมีองค์ ๘ หรือ? เขาจึงไม่ทุกข์...นี่ยังไม่ต้องถึงระดับศีล สมาธิ ปัญญาเลย? เขายังไม่ทุกข์เลย ยังไม่ต้องมาอ้างชื่อ ว่าเป็นนักปฏิบัติธรรมหรอก แต่ความเข้าใจและยอมรับในระดับพื้น ๆ ความทุกข์กายก็ทำอะไรใจเขาไม่ได้แล้ว แล้วเรานักปฏิบัติ ไม่อ่ายบ้างหรือ? ยายยิ้ม กายก็ลำบากแต่ทำไมสุข สุขมันอยู่ที่ไหน?

วันนี้ฝืนทนความเห็นผิดขึ้นมา อุดหนุนผู้ ไม่ย่อท้อ ไม่
คร่ำครวญ ทำทุกวินาทีอย่างดีที่สุดเพื่อคนอื่น แล้วเจริญมรรค
แทรกเข้าไป ท่านจะเป็นผู้หนึ่งที่ยืนยันคำสอนของพระศาสดา
ให้ชาวโลกได้ประจักษ์ ถึงจะต้องตายไป ก็จะไม่มีการยอม
ทำบาปทำอกุศลเด็ดขาด

อย่าทลวงวนในเนื้อเรื่องกันนักเลย
อะไรที่ผ่านมากในชีวิต มันต้องผ่านไปไ้ที่สุด
ลองนึกถึงวันที่เคยเจ็บปวดเป็นทุกข์ที่สุดในชีวิต
วันนี้มันไปไหนแล้ว
วันนั้นทำอะไรเป็นการก่อเวรทั้งไว้หรือเปล่า
ทุกวันนี้หายไปแล้ว
แต่วิบากกรรมที่สร้างไว้
ยังคงอยู่รอผลนะ

ไฟฉายฉายไปที่พื้น ที่โต๊ะ ที่ผนัง เกิดแสงสว่างขึ้น
เพราะพื้น โต๊ะ ผนังล้วนเป็นฉากทำให้เกิดแสงขึ้น
แต่หากฉายไฟเข้าไปในจักรวาลอันมืดมิด
นั่นหาทำให้จักรวาลสว่างขึ้นมาได้เลย

นั่นเป็นเพราะเมื่อไม่มีฉากขึ้นมาเป็นที่ให้แสงกระทบ
แสงจึงหาไม้ค่าไม่
เปรียบเสมือนเมื่อเรายังมีความยินดีพอใจคือราคะ
ความเพลิดเพลินในอารมณ์คือฉันทิ
ความทะยานอยากคือตัณหาแล้วไซ้
ฉากอันเป็นที่ตั้งแห่งวิญญูญาณจะปรากฏมีขึ้น
นั่นเป็นเหตุก่อให้เกิดภพชาติ



www.suanyindee.net
www.kanlayanatam.com