

กลับสู่ธรรมชาติแห่งกรุณา

ประมวล เพ็งจันทร์

กลับสู่ธรรมชาติแห่งกรุณา

กลับสู่ธรรมชาติแห่งกรุณา

แบ่งปันประสบการณ์โดย อาจารย์ ประมวล เพ็งจันทร์

ISBN : 978-616-393-173-3
บรรณาธิการต้นฉบับ : วรรณวิภา มาลัยนวล
กองบรรณาธิการ: เอกภพ สิทธิวรรณธนะ, ฐนิดา อภิชนะกุลชัย
ถอดเทป : ชนาพร เหลืองระฆัง , ศศิวิมล วงษ์สวัสดิ์
ภาพประกอบ ออกแบบจัดรูปเล่ม : วิจิตรา เตรตระกูล
พิมพ์ครั้งแรก : ธันวาคม 2561
จำนวน : 3,000 เล่ม
พิมพ์ที่ : สามลดา
จัดทำโดย : กลุ่ม Peaceful Death :
45/4 ซอยอรุณอมรินทร์ 39 แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ 10700
Facebook : Peaceful Death
Line ID : @peacefuldeath

สนับสนุนโครงการโดย : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)



บทนำ

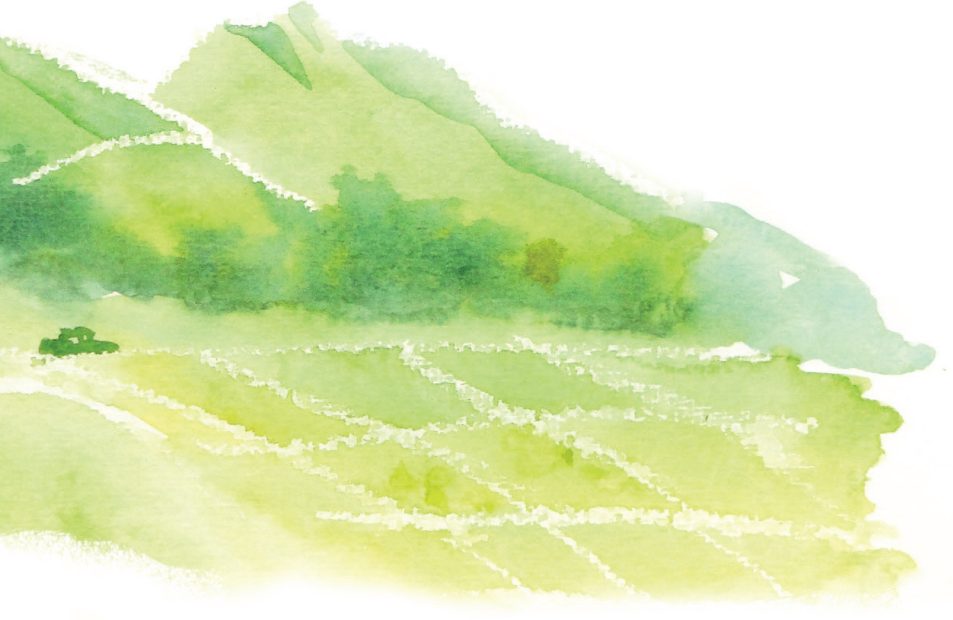
โครงการชุมชนกรุณา เพื่อการอยู่และตายดี กลุ่ม Peaceful Death ร่วมกับ เครือข่ายชีวิตสิกขา และกลุ่มชวนคิดชีวิตที่เหลือ จัดกิจกรรมสนทนาในหัวข้อเรื่อง “กลับสู่ธรรมชาติแห่งกรุณา” เมื่อวันเสาร์ที่ 4 สิงหาคม 2561 ที่บ้านพักกรุงเทพคริสเตียน ถ.สีลม กรุงเทพมหานคร โดยได้รับเกียรติจาก อาจารย์ประมวล เพ็งจันทร์ มาร่วมพูดคุยแบ่งปันประสบการณ์อันทรงคุณค่าและมีความหมายกับชีวิต

หนังสือเล่มนี้เกิดขึ้นจากการรวบรวมและเรียบเรียงการพูดคุยกันในวันนั้น ด้วยเห็นว่าสิ่งที่ท่านอาจารย์ได้พูดคุยนั้นมีประโยชน์ น่าจะนำมาบันทึกไว้ในรูปแบบของหนังสือเพื่อเผยแพร่ให้ผู้สนใจได้มีโอกาสอ่าน และนำไปประยุกต์ใช้กับการดำเนินชีวิต ที่จะมีส่วนให้คนในครอบครัว ชุมชน สังคมรอบตัว สามารถอยู่ร่วมกันด้วยความเมตตากรุณาและสันติ มีความสัมพันธ์เกื้อกูลทั้งต่อผู้ที่ยังอยู่และผู้ที่กำลังจากไป

ทางทีมงานผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ท่านที่ได้อ่านหนังสือเล่มนี้ จะได้กลับมาค้นพบต้นธารแห่งความกรุณาที่มีอยู่ในใจของตนเอง และปล่อยให้กระแสธารแห่งความเมตตากรุณาในใจนั้น ไหลเอิบอาบไปสู่จุดหมาย คือท้องทะเลที่หลอมรวมทุกชีวิตไว้ด้วยกัน

โครงการชุมชนกรุณา เพื่อการอยู่และตายดี







เกริ่นนำ

จากที่มีโอกาสได้ฟังอาจารย์ ประมวล เพ็งจันทร์ บรรยาย โดยดูจากคลิปวีดีโอที่อยู่บน Youtube ซึ่งอาจารย์ไปบรรยายที่โรงเรียนรุ่งอรุณ เกี่ยวกับเรื่องของเยาวชน 13 คน ที่ติดอยู่ในถ้ำขุนน้ำนางนอน เรื่องราวมีความน่าสนใจตรงที่เราได้มีโอกาสเรียนรู้ว่า มีผู้คนจำนวนมากมายทั้งในและต่างประเทศที่ส่งกำลังใจให้ อุปกรณ์และผู้เชี่ยวชาญจากหลายประเทศส่งทุกอย่างที่ทำได้มาสนับสนุน จนเยาวชนทุกคนสามารถที่จะได้รับการช่วยเหลือออกมาได้อย่างรอดปลอดภัย ด้วยความที่ทุกคนช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เรามีโอกาสได้เห็นความกรุณาที่มาจากทุกสารทิศ โดยไม่มีการแบ่งแยกเชื้อชาติเลย

ยังมีประเด็นที่ว่า ก็ยังมีเด็ก ๆ ที่เดือดร้อนที่หิวโหย อยู่ในอีกหลายประเทศที่เกิดสงครามอะไรแบบนี้ เหตุใดจึงไม่มีความกรุณาแบบนี้ไปถึงเด็กๆ แถวนั้นบ้าง เราก็รู้สึกว่าทำไมบางมุมคนถึงกรุณา? แล้วก็อยากจะช่วยเหลือแต่ในบางมุมถึงไม่มี มีอะไรเกิดขึ้นในจิตใจของพวกเราในแต่ละสถานการณ์ วันนี้ก็เลยมาชวนกันพูดคุยกับอาจารย์ประมวล ในเรื่องของความกรุณา หัวข้อคือ “กลับสู่ธรรมชาติแห่งกรุณา”

สารบัญ

ต้นธารของชีวิต (11)

ความฝันของแม่ (12)

ความกรุณาในจิตใจของเด็กทุกคน (14)

ความกรุณาของชายและหญิง (16)

ความเมตตา ความกรุณา เหมือนหรือต่างกันอย่างไร (24)

ความกรุณาที่ไม่แบ่งแยก (26)

เมตตาผู้อื่นแล้วไม่เมตตาตนเองหรือ (32)

รัศมีแห่งความกรุณา (34)

บ่มเพาะความกรุณาอย่างไร (40)

ไม่มีใครเป็นคนอื่น เอาความรู้สึกนี้มาจากไหน (42)

รู้สึกหมดศรัทธาก็เลยหมดกรุณา ทำอย่างไรดี (46)

เมตตาอย่างไรจึงจะไม่อึดอัด (56)

อุเบกขาธรรม จุดที่หยุดยืนของความกรุณา (58)

ทำไมจึงซวยขนาดนี้ (60)

จะสอนเด็กให้มีความกรุณาได้อย่างไร (70)

ชีวิตมีแต่ความเร่งรีบ มีแต่การแข่งขัน
ถ้าอยู่กับความกรุณาจะเอาชีวิตรอดหรือไม่ (78)

คู่ชีวิต คือคนเบื้องหน้าเรา ณ ปัจจุบัน (88)

ท่ามกลางความกลัว (94)

เป็นมิตรกับความกลัว (102)

ความถูกต้องที่ขาดกรุณา (110)

สิ่งที่เกิดขึ้นแล้วดีเสมอจริงหรือ (116)

ความตาย...พูดได้ (120)

ผู้ป่วย ผู้ดูแล และความกรุณาที่เชื่อมโยง (30)

เตรียมตัวตาย (134)

ชวนคิดชีวิตที่เหลือ (140)

ธรรมชาติแห่งสายธาร (148)

ข้ามพ้นความกลัว (156)



ต้นธารของชีวิต

คำว่า ‘ต้นธาร’ หมายความว่า ถ้าชีวิตของเราเปรียบประดุจดังแม่น้ำสักสายหนึ่งที่ไหลมา อาจจะเป็นแม่น้ำเจ้าพระยาที่ไหลผ่านกรุงเทพฯ หรือแม่น้ำสายอื่น มันมีจุดต้นกำเนิดแม่น้ำสายนั้น ซึ่งอาจจะเล็กมาก นึกถึงภาพนะครับ แม่น้ำเจ้าพระยาที่เราบอกว่ากว้างขวางใหญ่โตนี้ เมื่อตอนที่ผมไปเริ่มต้นการเดินทางที่ต้นน้ำปิงที่ไหลมาเป็นแม่น้ำเจ้าพระยา ต้นลำธารของแม่น้ำปิงเป็นลำธารเล็กๆ ต้นธารจริงๆ นั้นอยู่ในเขตแดนพม่า แต่ว่าผมเริ่มต้นไปเดินได้แค่เขตแดนไทย แต่ก็คือเป็นลำธารที่เล็กมากๆ ผมพูดแค่นี้ เพื่อให้เราเห็นภาพว่า *ต้นทางของแม่น้ำสายใหญ่ ก็เริ่มจากจุดเล็กๆ แต่จุดเล็กๆ นั้นคือต้นธารของแม่น้ำสายใหญ่ ชีวิตของพวกเราทุกคน ก็ล้วนมีต้นธารมาจาก* ***‘การุณยธรรม’*** *ซึ่งอยู่ภายในใจ*

ความฝันของแม่

ชีวิตของพวกเราทุกคน มีต้นธารมาจากการุณยธรรมที่เป็นความฝันของแม่ของพวกเรา ผมใช้คำว่า *'ความฝัน'* นะ เพราะตอนนั้นยังไม่มีตัวเรา แต่มีภาพความหมายบางอย่างเกิดขึ้นในใจของผู้หญิงคนหนึ่ง อันอธิบายด้วยเหตุผลไม่ได้ เป็นความหมายที่กลายมาเป็นพลังที่จะทำกิจกรรมอะไรต่างๆ มากมาย ในที่นี้มีจำนวนมากที่เป็นสุภาพสตรี และไม่น้อยกว่าครึ่งหนึ่งแล้วกระมังที่เป็นแม่ เราอธิบายด้วยเหตุผลไม่ได้ว่า ทำไมจิตดวงหนึ่งที่อาจจะไม่ได้มีการศึกษาอบรมบ่มเพาะอย่างเป็นกิจจะลักษณะ ไม่มีใครมาสอนว่าอะไรผิด อะไรถูก ไม่มีใครสอนว่าอะไรดี อะไรชั่ว แต่จิตดวงนั้นสามารถใช้พลังชีวิตทั้งหมดเพื่อก่อให้เกิดชีวิตอีกชีวิตหนึ่งได้ และโอบอุ้มคุ้มครองชีวิตที่เกิดขึ้นมาใหม่นั้น *โดยที่ไม่มีความคิดเชิงเหตุผลเลย มีแต่ความรู้สึกที่แม่มีต่อลูก นี่แหละครับ คือ การุณยธรรมหรือกรุณา ที่เป็นต้นธารของชีวิตพวกเราทุก ๆ คน*

ในตำนานธรรมทั้งหลายของพระมหาบุรุษ จะเริ่มต้นด้วยความฝันของแม่ แม้กระทั่งพระศาสดาของเราชาวพุทธ คือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เริ่มต้นจากพระนางสิริมหามายาทรงพระสุบินว่า มีช้างเผือกเข้ามาสู่พระครรภ์ แล้วพวกเราลองไปอ่านชีวิตของมหาบุรุษทั้งหลาย เริ่มต้นด้วยแม่ฝันว่าทั้งนั้นเลยครับ แต่บังเอิญว่าพวกเราแต่ละคนอาจจะไม่ได้ยิ่งใหญ่เพียง



พอที่จะได้เก็บบันทึกไว้ว่า แม่เราฝันว่าอย่างไร แต่ถ้าพวกเราใครยังมีคุณแม่อยู่ในปัจจุบัน กลับไปบ้านวันนี้ก็ถามเลยว่า ตอนที่หนูมาเกิดหรือผมมาเกิด แม่ฝันว่ายังไง? แล้วจริงๆแปลกมากเลยนะ เราจะมีความหมายนี้ หรือ พวกเราทุกคนที่นั่งอยู่ในที่นี้ สำหรับคนที่มีลูก อย่าลืมความฝันที่เกิดขึ้นในใจเราก่อนให้กำเนิดเกิดลูกคนนั้นนะครับ ผมกำลังพูดถึงประเด็นนี้เพื่อจะไม่ต้องนิยามอะไรมาก เพียงแค่บอกพวกเราทุกคนว่า *กรุณาหรือการุณยธรรม คือสภาวะจิตที่ไม่จำเป็นต้องมีความคิดเชิงเหตุผลและไม่มีคำถามว่า ทำไมต้องทำ?*

ความกรุณาในจิตใจของเด็กทุกคน

ผมเชื่อว่าคุณแม่ทุกท่านที่นั่งอยู่ในที่นี้ไม่มีคำถามเลยว่า เราจะเลี้ยงดูชีวิตนี้ไปทำไม ผมกล้าพูดนะ แม้ว่าผมจะเป็นผู้ชาย และผมเชื่อว่า นี่คือความหมายของชีวิตของเราทุกคน เพราะเราเกิดมาจากสิ่งนี้ครับ และสิ่งนี้คือต้นธารแห่งชีวิตของพวกเรา เพราะฉะนั้นจึงไม่ใช่เรื่องแปลก ที่ในใจของเราทุกคนก่อร่างสร้างรูปความเป็นตัวตนของเราบนฐานของความหมายนี้

เด็กทุกคนเกิดมามีความบริสุทธิ์ จึงเป็นเด็กที่มีความกรุณาอยู่ภายในแล้ว เพราะฉะนั้นเวลาเราบอกว่า เรากลับมาสู่กรุณาก็คือกลับบ้านนะครับ กลับไปสู่จุดเดิมที่เป็นบ้านเกิดของเรา และเมื่อเรากลับไปจุดเดิมที่เป็นบ้านเกิดเราจะพบความหมายที่มหัศจรรย์มาก

เมื่อสักครู่แนะนำเกี่ยวกับผมว่า ผมเดินทางด้วยเท้ากลับบ้านที่เกาะสมุยใช่ไหมครับ ใช่เลยครับ ตอนนั้นผมมีความรู้สึกว่าผมอยากกลับไปบ้าน บ้านที่ไม่ใช่อยู่ในความหมายเชิงกายภาพ แต่บ้านที่เป็นความหมายอยู่ในใจของผม ผมก็เกิดขึ้นมาจากความฝันของแม่เหมือนกัน และผมก็อยากกลับไปตามความฝันของแม่ และผมก็เชื่อว่าแม่ผมก็ยังมีฝันที่งดงามอยู่ภายในเมื่อให้กำเนิดเกิดผม

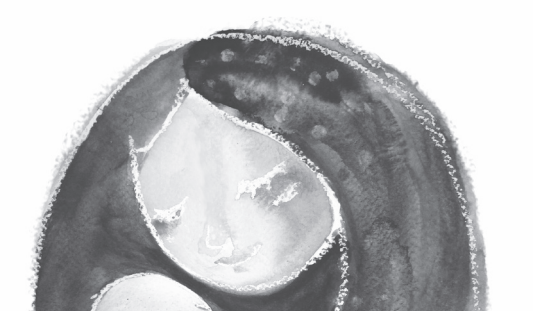


ผมเข้าใจว่า ทุกครั้งที่เราจะคุยกันในประเด็นนี้หลังจากนี้ไป *เราจะได้กลับไปสู่ต้นทางของการุณยธรรมที่ให้กำเนิดชีวิตของพวกเรา ต้นน้ำเล็กๆ ที่กลายมาเป็นแม่น้ำที่กว้างและลึก ลึกมากจนกระทั่งว่าหยั่งเกือบไม่ถึง และกว้างมากจนกระทั่งข้ามจากฝั่งหนึ่งไปอีกฝั่งหนึ่งไม่ได้*

ความกรุณาของชายและหญิง

ผมพูดถึงความเป็นหญิงเป็นชายก่อนนะ ซึ่งไม่ได้เกี่ยวกับเพศหญิงหรือเพศชายนะครับ เกี่ยวกับความเป็นหญิงและความเป็นชาย เราถือกำเนิดเกิดมาบนความเป็นหญิงนะครับ เพราะฉะนั้นเราจะกลับไปสู่จุดเริ่มต้นของความเป็นเราคือกลับไปสู่ความรู้ที่หยั่งถึงจุดกำเนิดของชีวิตซึ่งเป็นความรู้แบบหญิงครับ

สิ่งที่ผมเคยคุยกับพวกเราบางคนว่า สมัยที่ผมบวชและไปเรียนภาษาบาลี ผมพบความยุ่งยากอย่างหนึ่งในภาษาบาลี นั่นคือภาษาไทยไม่มีเพศ คำทุกคำในภาษาไทยไม่มีเพศ แต่คำในภาษาบาลีมีเพศ คำหนึ่งคำจะนำไปใช้ต้องเอาไปแจกวิภัตติหรือแจกศัพท์ ต้องแจกให้ถูกว่า ศัพท์นี้เป็นเพศไหน ผมก็เลยงงว่า แล้วผมจะรู้ได้อย่างไร



เขาเรียกว่าเป็นปุงลิงค์คือเพศชาย อิตถีลิงค์คือเพศหญิง นปุงสกลิงค์คือไม่มีเพศ ถ้าไม่มีเพศก็เช่น สิ่งของบางอย่าง ผมก็เลยไปถามครูที่สอนผมว่าแล้วผมจะรู้ได้อย่างไรครับ ว่าศัพท์ไหนเป็นเพศไหน ครูท่านก็ตอบไม่ค่อยถูก ท่านก็บอกว่าต้องจำเอา ผมก็เลยต้องจำนะครับ เพื่อที่จะท่องให้ถูก แน่นอนครับคำว่า บุรุษนี้เป็นเพศชายอยู่แล้ว ผมจะท่องถูกเวลานำไปใช้ ปุรุสหรือปุริสะ ก็ต้องท่องเป็นปุริโส ปุริสา ปุริเสหิ ปุริเสภิ ไปเรื่อย ๆ จนตอนนี้ยังจำอยู่เลย แต่ถ้าเป็นเพศหญิงอิตถีลิงค์ ก็ต้องเป็นอีกแบบหนึ่งครับ จะท่องไม่เหมือนกัน ที่นี้ผมก็เลยเก็บความสงสัยนี้ไว้

ต่อมาเมื่อโตขึ้นและเรียนอะไรมากขึ้น ผมไปอยู่ที่อินเดีย ซึ่งเป็นที่มาของคำศัพท์มีเพศ ผมยังพบว่ามันไม่ได้เป็นเรื่องที่กำหนดมาลอย ๆ แต่มาจากธรรมชาติที่แท้จริง เป็นธรรมชาติที่มีสภาวะความเป็นหญิงหรือเป็นชายอยู่

เมื่อสักครู่เราพูดถึงสิ่งของ พอเราพูดถึงสภาวะจิตใจอารมณ์ก็เหมือนกัน เมื่อเราพูดถึงความรู้ ความรู้ที่เป็นระดับต้นๆ นั้นจะเป็นหญิงหรือชายก็ได้ แต่ความรู้ชั้นสูงต้องเป็นหญิงเท่านั้น เช่น เมื่อเราไปเจริญสติปฏิบัติวิปัสสนา ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการเจริญวิปัสสนาจะเป็นความรู้ที่เป็นหญิง

ใช้คำว่า *'ญาณ'* เราจะมีคำว่า 'วิปัสสนาญาณ' เวลาใครไปปฏิบัติธรรม จะมีพระวิปัสสนาจารย์ท่านเทศน์ลำดับญาณให้เราฟัง ว่าคนปฏิบัติไปแล้วจะมีญาณอะไร *ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติวิปัสสนาทั้งหมด ที่เรียกว่า 'ญาณ' นั้นเป็นหญิงครับ ดังนั้นเราจะรู้เรื่องราวเหล่านี้ได้อย่างไร เราก็ต้องกลับมาเป็นหญิง จิตของเราต้องหยั่งมาสู่ความหมายที่เป็นหญิง*

ความรู้ที่เป็นความคิดจัดว่าเป็นชายนะครับ ปัจจุบันพวกเราไม่ว่าจะเป็นหญิงหรือชาย ถูกทำให้ความรู้ทั้งหมดเป็นความรู้แบบชาย เพราะทันทีที่เราเข้าโรงเรียน ยิ่งเรียนในมหาวิทยาลัย ยิ่งโคตรชายเลยครับ คำว่าโคตรชายนี่หมายความว่า ไม่ว่าจะเป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย ถูกทำให้มีความรู้แบบชาย เพราะความรู้แบบชาย เป็นความรู้ที่ต้องมีคำถามว่า เพราะอะไร? ทำไม? อยู่เสมอ เช่นจะทำอะไรสักอย่าง จะถามว่าทำไมต้องทำ? ทำไปทำไม? ทำเพื่ออะไร? เมื่อเป็นอย่างนี้ถ้าเราตอบขึ้นมาได้ นั่นก็เป็นความรู้แบบชาย

เพราะฉะนั้นผมจึงเอ่ยมาว่า ถ้าไปถามแม่ว่าทำไมต้องเลี้ยงดูลูก แม่อาจจะงงเลยนะ ว่าจะตอบว่าอย่างไร ถามว่าเลี้ยงไปเพื่ออะไร? เลี้ยงแล้วจะได้อะไร? แม่จะตอบไม่ได้ ถ้าแม่จะตอบได้ก็ต้องไปเรียนหนังสือ ก็ให้ไปเรียนหนังสือ ไปเรียนมหาวิทยาลัย ก็จะตอบได้เป็นฉาก ๆ เลยนะครับ



ความหมายที่กำลังพูดถึงนี้ *เรากำลังมาพูดถึงสิ่งที่หยั่งถึงด้วยสภาวะจิตที่ไม่ได้เป็นความคิด เพราะการคิดคือการปรุงอารมณ์ ความหมายที่เราปรุงขึ้นมานั้นปรุงจากระบบคิดเชิงเหตุผล และระบบคิดเชิงเหตุผลนั้นเอง ทำให้เราห่างจากต้นธารชีวิตของเรามาก ความคิดเชิงเหตุผลนั้น ทำให้เรายากที่จะหยั่งลงไปถึงจุดกำเนิดเกิดความเป็นตัวเราที่เรียกว่า 'การุณยธรรม'*

ผมไม่ได้หมายความว่าความคิดไม่ดีนะครับ แต่มีความหมายว่าถ้าเราไปคิด ก็ทำให้เราปรุงความหมายจากความคิด และ*ความหมายจากความคิดที่สร้างสรรค์ขึ้นมาภายในชีวิตของคนแต่ละคน เป็นความหมายที่ปรุงรสขึ้นมาแล้ว และพวกเราเองเสพติดรสชาติชีวิตที่ปรุงขึ้นมาโดยวิธีคิดแบบชาย เพราะฉะนั้นจึงทำให้เกิดคำถามว่า แล้วการุณยธรรมคืออะไร? กรุณาคืออะไร เพราะอะไรจึงต้องกรุณา? นั่นเป็นสิ่งที่เราใช้ความคิดเข้าไปกำกับ*

นึกถึงเวลาเราตำหนิว่าแม่บางคนน่ะ ทำไมเธอจึงเข้าข้างลูกเหลือเกิน เพื่อนบ้านรู้หมดแล้ว ลูกคนนี้ชั่ว มีแต่แม่คนเดียวนะที่ยังไม่รู้ *ก็เพราะความชั่ว หรือ ความดี เป็นผลของรสชาติชีวิต ถูกคิดขึ้นด้วยความคิดเชิงเหตุผล ไม่ยากเลยที่เราจะตัดสินว่า ใครคนหนึ่งชั่วหรือดี แต่ยากมากที่จะตัดสินว่า ตัวเองชั่วหรือดี เพราะตัวเราเองเป็นความรู้สึกภายในที่ลึก ๆ แล้วมันไม่ใช่เรื่องความคิด* ทุกครั้งที่เราทำอะไรแล้วเพื่อนบอกว่าไม่ดีเรามีเหตุผลที่จะอ้างเขานะ แต่วันใดเราไม่มีเหตุผลที่จะอ้าง เราจะเงียบ เพราะประเด็นเหล่านี้เป็นประเด็นที่ผมเข้าใจว่า นี่คือสิ่งที่เป็นโครงสร้างที่ต้องทำให้เกิดความหมาย



ผู้หญิง ผู้ชายที่พูดถึง มันหมายเพียงแค่สภาวะ ที่เป็นกลไกอยู่ในใจของเรา *สภาวะที่เราหยั่งลงไปในความหมายที่เป็นต้นธารต้นกำเนิดนั้นเป็นหญิง สภาวะที่ส่งออกไปเพื่อหาความหมายของข้างนอกนั่นเป็นชาย* และผมพบว่าไม่ใช่เฉพาะที่อินเดียนะครับ สายสกุลของพวกอินโดยูโรเปียน ภาษาที่ใช้อยู่ในยุโรป ก็มีความเป็นหญิงเป็นชาย พวกเราที่เคยเรียนภาษาอังกฤษมา คงทราบดีใช่ไหมว่า เวลาเราใช้คำบางคำ เช่น ใช้คำว่า ‘ประเทศ’ อย่างประเทศไทยนะครับ คำว่า ประเทศ คือแผ่นดินก็เป็นหญิงนะครับ เพราะฉะนั้นเวลาที่เราต้องการจะบอกว่า เขื่อนแตกที่ประเทศเพื่อนบ้านเราประเทศลาวนะครับ พอพูดเป็นภาษาอังกฤษ her neighbor นะ ไม่ใช่ his คำว่า her ก็เป็นหญิงน่ะครับ เพราะฉะนั้นนี่คือความหมายเดียวกัน คำว่า แผ่นดินคือธรณีในภาษาบาลีสันสกฤตก็เป็นหญิง แม่น้ำก็เช่นกันครับ เพราะฉะนั้นนี่ก็เป็นความหมายที่สำคัญ ในตำนานธรรมฮินดูจึงมีเพศ ทั้งที่เป็นเพศชายและเพศหญิง

ความหมายเรื่อง ‘เพศ’ นี้ มีนัยสำคัญทางพุทธศาสนาไม่ใช่น้อย ดังที่เรามีตำนานธรรมเรื่อง พระแม่ปรัชญาปารมิตาผู้เป็นพระพุทธมารดา ก็เพื่อให้หมายรู้ถึงความรู้ขั้นสูงสุด และมีตำนานธรรมเรื่อง พระแม่ตารา เพื่อให้หมายรู้ถึงเมตตาธรรมและการุณยธรรม อันเป็นอัปปมัญญา เรื่องเพศที่กำลังพูดถึงนี้จึงไม่ใช่เรื่องเพศสภาพทางกายภาพ แต่เป็นเรื่องทางจิตวิญญาน

แม่คือหมายความว่า เย็น สงบ ใช่ไหมครับ เพราะใกล้แม่เนี่ยเราจะไม่รู้สึกกังวลนะ แต่ถ้าใกล้พ่อเนี่ย จะอธิบายด้วยเหตุผลอย่างไร นึกถึงภาพสิถ้าเกิดเราไปทำอะไรผิด เช่น กลับบ้านไม่ตรงเวลา นึกถึงตอนเด็ก ๆ นะครับ ถ้าเจอพ่อเนี่ย โอ้โห! นึกภาพสิ (หัวเราะ) เยาวชนที่ติดถ้ำน่ะนะ พอถามว่า กลัวอะไร เขาก็กลัวว่า “กลับบ้านพ่อถล่มแน่” จากความหมายที่เราพูดถึงนี้ เราพูดถึงในธรรมชาติที่เป็นธรรมชาติลึก ๆ อยู่ในตัวเรานะครับ ผมเข้าใจว่าถ้าเรากลับมาภายในและเราจะใช้ความเป็นหญิงแสดงถึงความหมายนี้



ความเมตตา, ความกรุณา เหมือนหรือต่างกันอย่างไร

โดยความหมายพื้นฐานเดิม *สิ่งหนึ่งซึ่งเป็นสายธารของความหมายอยู่ในจิต ยังไม่ได้สำแดงออกมาให้ปรากฏเป็นกายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม สภาวะนั้นคือเมตตาธรรม แล้วทันทีที่ถูกทำให้มีพลัง กลายมาเป็นการกระทำแล้ว เราเรียกว่า กรุณา*

ลองนึกภาพสิ “กรุณาเปิดประตูหน่อย” ประมาณนี้นะ ก็คือ ไปช่วยเปิด ต้องเป็นกริยา เป็นการกระทำ ทีนี้ตัวเมตตาธรรมจริง ๆ แล้วมีความละเอียดครับ ละเอียดมากจนกระทั่งว่า เมื่อสักครู่ที่ผมพูดก็ล่วงล้ำเข้าไปพรมแดนในความหมายนั้นครับ แต่ว่าเนื่องจากในวันนี้ เรามาพูดถึงความกรุณาจึงใช้คำนี้

ในภาษาที่เราใช้ว่า มีพรหมวิหารธรรม เราจะมี เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา จริง ๆ ทั้งสี่อย่าง ที่เราตั้งชื่อเรียกนี้นะครับ ต่างก็เป็นแม่น้ำสายเดียวกัน ที่เปรียบประดุจดังแม่น้ำสายหนึ่งซึ่งมีชื่อเรียกหลายชื่อ ถ้าเรานึกถึงภาพแม่น้ำสายหนึ่ง ผ่านอำเภอไหนก็ชื่อนั้น ผ่านอำเภอท่าจีน ก็เรียกแม่น้ำท่าจีน แล้วแม่น้ำท่าจีนก็เป็นแม่น้ำสายเดียวกับแม่น้ำนครไชยศรีใช่ไหม

ผมเข้าใจว่าเวลาเราพูดถึงสายธารที่เราพูดถึงนี้นะครับ เมื่อมันไหลผ่านการกระทำของเราแล้วไม่ว่าจะเป็นมโนกรรม วจีกรรม หรือกายกรรม ตรงนั้นเราจะเรียกเป็น 'กรุณา' แล้ว แต่ตัวต้นธารที่ว่านี้จะเรียกชื่อว่า 'เมตตา'

ความหมายที่ผมพูดถึงวันนี้ เป็นความหมายที่เราพูดถึงสิ่งที่ชื่อเดียวกันนะครับ แต่เนื่องจากว่ากรุณาหรือการุณยธรรมนี้มันกระจ่างแจ้ง คำว่ากระจ่างแจ้งก็คือ เมื่อพระพุทธเจ้าทรงบรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว ในการพรรณนาคุณของพระพุทธเจ้า ก็บอกว่าพระองค์ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณนะครับ เพราะฉะนั้นความหมายที่ว่านี้ ก็ถูกใช้ในความหมายของพรหมวิหารธรรม ที่เริ่มต้นด้วยเมตตา แล้วก็กรุณา แล้วต่อมาจึงเป็นมุทิตา แล้วอุเบกขา

พรหมวิหารธรรม คือสภาวธรรมอันเป็นเครื่องอยู่ของจิตซึ่งเปรียบเหมือนบ้านที่อยู่อาศัย ซึ่งประกอบด้วยเสาบ้าน พื้นบ้าน หลังคาบ้าน ประตูบ้าน เป็นต้น ถ้าไม่มีองค์ประกอบอันเป็นโครงสร้างดังกล่าวแล้วจะเป็นที่อยู่อาศัยได้อย่างไร ธรรมอันเป็นเครื่องอยู่ของพรหมผู้สร้างสรรค์ก็เช่นเดียวกัน

ความกรุณาที่ไม่แบ่งแยก

พิธีกร : อาจารย์คะ มีคำถามฝากมาจากผู้เข้าร่วมค่ะว่าที่เราพูดกันว่า ‘สงสาร’ เหมือนกันกับกรุณาไหมคะ? แล้วเวลาบางทีก็พูดว่า ช่วยคนอื่นโดยที่ไม่สงสารตัวเอง แบบนี้ก็มีค่ะ

อ.ประมวล : คำว่า ‘สงสาร’ เป็นภาษาที่ค่อนข้างจะเป็นภาษาพูด ทีนี้เวลาเราใช้คำว่า กรุณา หรือเมตตาที่มันเป็นคำเชิงเทคนิคน่ะ มีความหมายเชิงวิชาการ จึงมีคำนิยามเรื่องความหมายของคำ พอมาเป็นสงสารเหมือนกับเป็นคำซึ่งแสดงอารมณ์ความรู้สึก เมตตาธรรม หรือการุณยธรรม ที่เราพูดถึงนะครับ ในช่วงที่เกิดขึ้นใหม่ยังมีพรมแดนของการแยกระหว่าง ‘ตัวฉัน’กับ ‘ตัวเธอ’ อยู่ แต่เมื่อเราบ่มเพาะไปถึงจุดหนึ่งจะเป็นอัปปมัญญา

‘อัปปมัญญา’ แปลว่า ประมาณนับไม่ได้ เป็นสิ่งที่มากเกินกว่าจะนับแล้ว ถ้าเราเจริญสิ่งเหล่านี้จนเป็นอัปปมัญญาธรรมแล้ว จะก่อให้เกิดการทำลายพรมแดนที่กั้นเรากับผู้อื่นไว้ เรียกว่า ‘สีมะสัมเภทะ’



‘สีมะ’ แปลว่าเขตแดน ‘สัมเภทะ’ แปลว่าการสลาย เพราะฉะนั้น *เมื่อเราเจริญ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ให้มาก จนกระทั่งมากพอแล้ว ก็จะทำให้ไม่มีความเป็นเราและไม่มีความเป็นเขา ประเด็นเหล่านี้เป็นประเด็นในเชิงสภาวะจิตใจภายใน แต่ผมเข้าใจว่าจริง ๆ ถ้าพอไปถึงจุด ๆ หนึ่ง เราจะเห็นความหมายนี้ ที่ต้องกลับไปดูต้นธารระหว่างแม่กับลูก พอเป็นระหว่างแม่กับลูกแล้ว จะกลายมาเป็นไม่มีพรมแดน*

ผมชอบเล่าเรื่องนี้และเล่าหลายที่ เล่าซ้ำก็ถือว่าฟังเพลงนะครับ ผมถือว่านี่เป็นภาพที่งดงามที่ผมไม่เคยลืมเลย เป็นภาพที่เกิดขึ้นในสมัยที่ผมยังเป็นครูสอนปรัชญาอยู่ในมหาวิทยาลัย แล้ววันหนึ่งผมมีความจำเป็นที่จะต้องส่งของทางรถทัวร์ ทีนี้พอส่งของทางรถทัวร์ เขาจะให้เราใส่กล่องกระดาษ ผมขับรถออกมาจากบ้านแล้วก็ต้องหากล่องกระดาษให้ได้ ก็รู้ด้วยประสบการณ์ว่า มีร้านขายกล่องกระดาษ อยู่หน้าสุสานหายยา ซึ่งเป็นสุสานของเทศบาลนครเชียงใหม่ ก็ขับรถไปที่นั่น แต่บังเอิญว่าช่วงนั้น มีปัญหาอยู่ในเมืองเชียงใหม่ คือเชียงใหม่พอเอาขยะไปทิ้งที่ไหนก็ไม่มีใครอยากให้ทิ้ง เทศบาลผู้มีหน้าที่เอาขยะไปทิ้ง ก็หาที่ไม่ได้ ก็ต้องไปพักขยะไว้ที่สุสานหายยา และร้านที่ผมต้องการไปซื้อกล่องกระดาษอยู่บนถนนหน้าสุสานนี้

ผมจอดรถเลยร้านไป เพราะหน้าร้านไม่มีที่จอด แล้วต้องเดินย้อนกลับมา ทางที่เดินย้อนกลับมาฟุตบาทแคบ ผมเดินสวนกับผู้หญิงคนหนึ่ง ซึ่งแต่งตัวแบบ ขอโทษนะครับ ใช้คำว่าสกปรกก็ได้ เรียกว่าโทรมมากเลย ผมก็นึกว่าผู้หญิงคนนี้น่าจะไปเที่ยวหาเศษขยะที่จะเอาไปขาย ให้มีรายได้นะ เมื่อผมเห็นผู้หญิงคนหนึ่งเดินมา ผมก็คิดว่าผมควรจะหลีกเพราะว่าเขาเดินมา ผมเลยหลีกเข้าไปในจุดที่มีพื้นที่ให้ผมหยุดยืนเพื่อหลีกทาง

ภาพที่ผู้หญิงคนนี้เดินไปบนฟุตบาทเพราะผมหลีกให้แล้ว เป็นภาพที่ผมจำตราตรึงจนถึงวันนี้ ผู้หญิงคนนี้อุ้มเด็กที่คิดว่าเป็นลูกของเธออยู่ในวงแขน เนื่องจากตรงนั้นเหม็นมาก ๆ เพราะมีกลิ่นขยะจากในสุสานโชยออกมา ขณะที่ผมยืนยังต้องเอามือปิดจมูกเลย เพราะช่วยบรรเทาอาการกลิ่นเหม็นได้ ผู้หญิงคนนี้อุ้มลูกมา มือขวาใช้ประคองลูกที่อยู่ในวงแขน มือซ้ายทำอะไรรู้ไหมครับ เอามาปิดจมูกลูก

ภาพที่ปรากฏต่อสายตาของผม ขณะที่ผมยืนอยู่นั้นนะครับ ทำให้ผมยืนนิ่งด้วยความรู้สึกบอกไม่ถูกเลย เป็นภาพงดงามที่สุดภาพหนึ่งที่ทำให้ผมเกิดความรู้สึกขึ้นมาได้ว่า นี่คือความหมายที่มหัศจรรย์มาก ผู้หญิงคนนี้เธอมีประสาทสัมผัสรู้ว่ากลิ่นเหม็น เธอรู้ว่ากลิ่นนี้ไม่พึงปรารถนา ทุกคนเดินไปก็ปิดจมูกไป แต่เธอมีมือว่างอยู่เพียงข้างเดียว จะปิดจมูกตัวเองก็ได้ แต่เธอรู้สึก

ว่าถ้าเธอไม่ปรารถนากลิ่นนั้น ลูกของเธอก็ไม่ปรารถนาเหมือนกัน และเด็กก็ไม่มีความสามารถจะปิดจมูกตัวเองได้ เธอจึงเอามือที่มีเหลืออยู่ไปปิดจมูกลูก

ผู้หญิงคนนี้เดินผ่านไปตั้งนานแล้ว ผมลืมไปเลยนะว่าผมจะไปซื้อกล่องกระดาษ ผมลืมไปเลย ภาพนั้นทำให้ผมกลับไปคณะ บอกน้องที่ทำงานฝ่ายการเจ้าหน้าที่ว่า ช่วยหาเหตุให้ผมลางานได้นานที่สุด เขาถามว่าผมจะไปทำอะไร ผมบอกว่า ผมจะไปทำงานวิชาการ เขาบอกก็ลาไปทำงานวิชาการอาจารย์มีสิทธิ์ลาได้ 1 ปี



ผมบอกเหรอ งั้นหาแบบฟอร์มให้ผม ผมจะลาไปทำงานวิชาการ แล้วผมก็ทำเรื่องลาในวันนั้นเลยครับ วิชาการอะไรยังไม่รู้เลย เป็นความผิดจนถึงปัจจุบันนี้นะครับ ผมลางานเพื่อกลับไปอยู่กับแม่ของผมที่เกาะสมุย ไม่มีอะไรเป็นเหตุผล มีแต่ความรู้สึกซึ่งปรากฏในใจของผม ผ่านการเห็นภาพของผู้หญิงคนหนึ่งที่อุ้มลูกไปพร้อมกับเอามือปิดจมูกลูก ความหมายที่เรากำลังพูดถึงนี้คือความหมายของคำว่า ‘ตัวเอง’ และ ‘ผู้อื่น’ที่เลือนหายไป

เมื่อเราพูดถึงสิ่งที่เรียกว่าเมตตาธรรม การุณยธรรม สิ่งที่เป็นความหมายซึ่งไปถึงจุด ๆ หนึ่งเราจะไม่มีตัวเองแล้วก็ผู้อื่นอีกแล้ว ไม่มีความหมายที่กลายมาเป็นพรมแดนทำให้เกิดผู้อื่น หรือทำให้เกิดเรา เหมือนกับห้องนี้คือถ้าเราเปิดม่านข้างหลังนั้นเราจะเป็นห้องเดียวกัน ไม่มีห้องนี้หรือห้องโน้น มีแต่ห้องนี้ห้องเดียว บังเอิญว่าเขาปิดห้องไป ทั้งที่จริง ๆ ตรงนี้ก็มีสามห้องเหมือนกันนะ ถ้าเราปิดตรงนี้ ผมจะนั่งอยู่ในห้องนี้ ท่านจะนั่งอยู่ในห้องโน้น คนละห้องกันนะครับ แต่ถ้าไม่มีฉากกั้น ไม่มีม่านกั้นตรงนี้เราก็อยู่ในห้องเดียวกัน

พรหมวิหารธรรมที่บำเพ็ญจนเป็นอัปปมัญญาธรรมจะสลายความหมายของความเป็น ‘ตัวเอง’ และ ‘ผู้อื่น’

จึงไม่ใช่เรื่องแปลกเลย ที่เรามีบุคคลในประวัติศาสตร์ที่ยอมสละทุกสิ่งทุกอย่าง อันเป็นความหมายส่วนตัว และเราก็มีคำถามว่า เขาทำได้อย่างไร? ถ้าไปถามบุคคลพวกนั้นน่ะ นึกถึงภาพสิ เราไปถามคุณแม่ซีเทเรซ่าว่าท่านทำได้อย่างไร? ท่านไม่ใช่คนอินเดีย ท่านไปอยู่กับคนอินเดียได้อย่างไร? ท่านอยู่กับผู้หญิงซึ่งเต็มไปด้วยปัญหา ท่านอยู่กับเด็กกำพร้า ความหมายแบบนี้น่ะครับปรากฏอยู่ทั่วไป ไม่จำกัดว่าศาสนาใดศาสนาหนึ่ง คน ๆ หนึ่งเมื่อไปถึงจุด ๆ หนึ่งแล้วจะเข้าถึงความหมายนี้

ความหมายก็คือ ลำธารที่หลั่งออกมาจากใจของเราถ้ามันใหญ่กว้างพอ จะกลับมาเป็นไม่มีเราและไม่มีผู้อื่น ไม่มีตัวเอง ไม่มีคนอื่น แต่ตอนนี้ถ้ายังมี 'เรา' อยู่ ก็เลยเป็นคำถามได้ครับว่า 'เรา' ควรจะเมตตา 'เขา'ไหม? ที่สำคัญคือ ประเด็นจะไม่ได้อยู่ที่ตัวเราหรือตัวผู้อื่น มันมีหลายสถานการณ์นะที่เราจะคิดถึงสิ่งนี้ แต่ให้กลับมาเถอะครับ สุดท้ายพอถึงจุด ๆ หนึ่ง เราจะมีความหมายของสิ่งที่เรียกว่าเมตตาธรรม เพื่อจะทำให้ผู้อื่นไม่ใช่ผู้อื่น และที่สำคัญคือ ตัวเราเองก็ไม่ใช่ตัวเราเอง



เมตตาผู้อื่นแล้วไม่เมตตาตนเองหรือ

ตรงนี้เป็นรายละเอียดที่ค่อนข้างจะชัดเจนสำหรับคนที่อยู่ในเงื่อนไข เช่น ผมยกตัวอย่างกรณีแม่ก็เลยไม่ใช่เรื่องแปลก ในหลายกรณีนะครับ ผมได้เจอคนน่าสะเทือนใจเป็นที่สุด ที่ทัณฑสถานหญิงแห่งหนึ่ง ผมได้เจอคุณยายท่านหนึ่ง ถูกจองจำอยู่ที่นั่น ถามว่าติดมากี่ปี เค้าบอกว่าตั้ง 20 ปี บอกว่า โห! นานมาก ผมถามว่า แม่ทำความผิดอะไรจึงมาอยู่ที่นี่ ท่านบอก แม่ไม่ได้ทำอะไร อ้าว! ไม่ได้ทำ มาอยู่ที่นี่ได้ยังไง บอกลูกทำ อ้าว! ลูกทำ แม่ต้องมารับติดคดียาเสพติด หลักฐานไปเจอว่าที่บ้านมียาเสพติด ท่านก็เลยรับสารภาพ เพราะท่านมีเหตุผลว่า ลูกต้องเลี้ยงดูหลาน ต้องทำงาน แม่ก็เลยมาติดแทน ท่านก็เลยสารภาพว่า ท่านเป็นคนทำเอง มีคนสารภาพแล้วบอกว่าเป็นบ้านของตัวเอง มีวัตถุต้องห้ามผิดกฎหมาย พอรับสารภาพมันก็จบ หาคนผิดได้แล้วใช่ไหมครับ

ความหมายก็คือ แม่ยอมไปอยู่ในพื้นที่ที่ถูกจำกัด เพราะว่าเป็นเรื่องที่ท่านไม่อยากให้ลูกของท่านต้องมาอยู่ในที่นี้ ความรู้สึกแบบนี้มันข้ามพ้นพรมแดนของตัวเองและผู้อื่น ถามว่าท่านไม่เมตตาตัวเองหรืออย่างนี้ แม่มีความสามารถที่จะแบกรับ สิ่งที่ท่านเองสามารถที่จะรับได้ดีกว่าที่จะให้ลูกแบกรับไว้



ความหมายแบบนี้เป็นความหมายที่เป็นสภาวะที่มีอยู่ในใจ ส่วนที่ว่าเราควรจะเมตตาตัวเอง หรือเมตตาผู้อื่นต้องเป็นอีกกรณีหนึ่งนะครับ นึกถึงภาพสิ ถ้ามีผู้หญิงคนหนึ่ง ถูกผู้ชายหลอกแล้วมานอนเจ็บปวดอยู่ในห้อง เพื่อนไปบอกว่า เฮ้ย! อย่าร้องไห้เลย การร้องไห้แบบนี้ ไม่ออกไปทำงานทำการ ไม่กินอาหาร นี่เท่ากับว่าไม่เมตตาตัวเองแล้ว ที่ว่าไม่เมตตาตัวเองเท่ากับลงโทษลงทัณฑ์ตัวเองใช่ไหม นี่เป็นภาษาสำนวนครับ แต่ในความหมายจริง ๆ เรากำลังจะพูดเพื่อให้เขาปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกที่มีต่อตัวเอง ให้มีความหมายที่ไม่เป็นผลร้ายกับตัวเอง ซึ่งประเด็นหลังนี้อาจจะเป็นสำนวนภาษา ที่ต้องทำความเข้าใจ เพราะคำว่า *'ไม่เมตตาตัวเอง' เท่ากับ ไม่ทำสิ่งที่เป็นความหมายที่ดีต่อตัวเอง*

รัศมีแห่งความกรุณา

เราคุยกันเริ่มต้นจากความสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูก ที่ผมอธิบายให้เห็นภาพว่า ไม่มีสิ่งที่เรียกว่าตัวแม่และตัวลูก เพราะฉะนั้น ในความหมายแบบที่ว่านี้ ยังมีความหมายแบบที่แม่ลืมความเป็นตัวแม่ไป แต่แม่ใส่ใจว่า ตัวแม่นั้นไปสถิตปรากฏอยู่ในตัวลูก ขอโทษเถิดนะครับ ความหมายนี้เป็นความหมายที่ยิ่งใหญ่มาก นึกถึงภาพนะครับว่าแม่ที่มีความขัดสนยากจนเงินทองมีจำกัด แม่สามารถที่จะใช้ชีวิตอย่างยากลำบากเพื่อให้เงินนั้นเป็นของลูก เพื่อลูกจะได้ใช้เงิน เพื่อลูกจะได้มีชีวิตที่สะดวกสบาย แม่จึงยอมแบกรับความยากลำบากนั้นเสียเอง



เอาตัวอย่างนี้มาพูดเพราะเป็นเรื่องค่อนข้างที่เป็นรูปธรรม ปัจจุบันมีเรื่องเช่นนี้อยู่ทั่วไป ที่แม่ทำเช่นนี้ได้เพราะแม่มีความสัมพันธ์กับลูก ในความหมายที่เรียกว่าเมตตาธรรมและการุณยธรรมซึ่งเต็มเปี่ยมอยู่ในใจของแม่ พอมีเมตตาธรรมและการุณยธรรมอยู่ในใจของแม่เต็มเปี่ยมแบบนี้ แม่จึงใช้ความสัมพันธ์นี้ ในความหมายที่ไม่ได้นำมาสู่ความหมายในเชิงตัดสินว่าผิดหรือถูก นึกถึงภาพแม่อาจจะมีความรู้สึกโอดโอยบ้าง ถ้าเธอไม่เรียนหนังสือฉันจะไม่ให้เงินเธอ ประมาณนี้น่ะนะครับ แต่ในความเป็นจริง ถึงเราจะเรียนหนังสือหรือไม่เรียนหนังสือ แม่ก็ยังมีใจที่จะช่วยเหลือ แต่ที่พูดเช่นนั้นขึ้นมาพูดเพื่อกดดันให้ลูกทำบางสิ่ง ที่คิดว่าจะเป็นคุณประโยชน์ที่ดีขึ้น จะก่อให้เกิดความหมายที่ดีขึ้นในชีวิตของลูก

ประเด็นนี้เรากำลังพูดถึง ‘ความสัมพันธ์’ ที่มีมาโดยกำเนิด แต่พอเรามาสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ ก็จะมีความหมายเหมือนกับเรามีพรมแดน ผมยกตัวอย่างหนึ่ง ผมไม่ค่อยได้ขึ้นรถไฟฟ้าบ่อยนัก แต่พอผมขึ้นไปครั้งหนึ่งแล้วมีคนลุกให้ ตอนแรกผมนึกว่าผมแก่แล้ว เพราะมีคนลุกให้ เอ๊ะ! กูแก่มากขนาดนี้ (หัวเราะ) แต่คนที่ลุกให้เขายกมือไหว้ บอกเชิญนั่งครับอาจารย์ พอพูดว่าเชิญนั่งครับอาจารย์ กลายเป็นคนที่รู้จักผม การที่เขาลุกให้ผม ก็ไม่แน่ใจเหมือน

กันว่า เขาลุกให้คนอื่นที่ไม่รู้จักหรือเปล่านะ แม้จะเป็นการรู้จักแต่เพียงฝ่ายเดียวก็เถอะ คำว่า ‘รู้จัก’ นะครับ ทำให้มีความหมายที่พิเศษขึ้นมาว่า อยากจะทำอะไรบางอย่างที่เป็นความหมายของเมตตาธรรมและการุณยธรรม

คำว่า ‘รู้จัก’ นี้ ทำให้เราสามารถสำแดงสิ่งนี้ออกง่าย นึกภาพสิครับ ผมเดินมา เขาก็ลุกขึ้นพร้อมกับยกมือไหว้ผม เชิญนั่งครับอาจารย์ ก็แสดงว่าถ้าเป็นตาแก่หนึ่งคนที่ไม่รู้จัก ไม่รู้จะลุกให้รึเปล่า ความรู้สึกน่าสงสารเกิดขึ้นง่ายแก่คนที่เรารู้สึกดีกับเขา



เหมือนกับที่ผมชอบเล่านะ ผมชอบเล่าเรื่องนี้ ผมมีความประทับใจรถเมล์ ขสมก. สาย 510 ไม่รู้มีคนไปนั่งรถเมล์สายนี้รึเปล่านะครับ เป็นรถปรับอากาศสายรังสิตนะครับ ออกจากอนุสาวรีย์ชัย พอขึ้นประตูหน้าปุ๊บผมนั่งเลยเก้าอี้ตัวแรกของแถวซ้ายมือ คนขับอยู่ขวามือ ก็มีกระเป๋ารถเมล์ผู้หญิงเดินมาหาผม ผมก็หยิบกระเป๋าสตางค์ดึงแบงก์ยี่สิบให้ เพราะรู้ว่าค่ารถไม่เกิน 20 บาท เธอรับไปแล้วก็บอกว่า คุณลุงมีสิทธิ์ลดราคาค่าโดยสารในฐานะผู้สูงอายุค่ะ ผมก็ถามว่าแล้วจะให้ผมทำยังไงครับ เธอขอบัตรประจำตัวประชาชน พอดีผมมีบัตรประจำตัวประชาชนในกระเป๋าดำๆ ซึ่งสอดติดกับเข็มขัดคาดเอวนี้นะ ผมก็ยื่นให้ครับ พอเธอรับบัตรก็ดูแล้วทอนสตางค์ให้แล้วก็คืนบัตรให้ผม ผมก็รับเอาบัตรประจำตัวประชาชน ในตอนนั้นกระเป๋าสตางค์ก็ยังถืออยู่ในมือผมนะ ผมก็ถือกระเป๋าสตางค์ไว้ แล้วเอาบัตรประชาชนใส่ในกระเป๋าดำคาดเอวอันนี้ เธอก็บอกว่า คุณลุงควรเก็บบัตรประจำตัวประชาชนไว้ในกระเป๋าสตางค์นะคะ แล้วเธออธิบายเสร็จเลยว่า บัตรประจำตัวประชาชนควรเก็บไว้ในกระเป๋าสตางค์ เพราะถ้าเราทำกระเป๋าสตางค์หล่นหาย คนที่เก็บกระเป๋าสตางค์เราได้ก็จะส่งคืนเราได้ถูก เธอมองโลกในแง่สวยมาก พอเธอเดินจากไป ผมก็เก็บกระเป๋าสตางค์ แล้วก็เก็บบัตรประจำตัวประชาชนที่เดิม (หัวเราะ)

ผมอยากจะลุกขึ้นไปอธิบายให้เธอรู้ความหมาย แต่เดี๋ยวจะเป็นเรื่องใหญ่เกินไป ผมอยากอธิบายให้เธอฟังว่า บัตรประจำตัวประชาชนของผมเป็นใบสุดท้ายแล้ว ในบัตรนี้เขียนว่าตลอดชีพ แล้วที่นี้ถ้าผมไปใส่ไว้ในกระเป๋าสตางค์นี่ต้องนั่งทับมันจะงอและเสื่อมสภาพเร็ว แต่ถ้ามาเก็บไว้ตรงนี้จะไม่งอ แต่ก็ไม่ได้อธิบายให้เธอฟัง แต่รู้สึกได้ถึงความหมายที่เป็นความกรุณาและเมตตา เพราะเธอจะเฉย ๆ ฉีกบัตรให้ผมไปอย่างผู้โดยสารปรกติธรรมดาก็ได้ แต่ด้วยความรู้สึกว่าเธอมีความรู้สึกที่ดี เพราะอยากให้คุณลุงได้ลดราคาเพราะการลดราคาเป็นสิทธิโดยชอบธรรม เธอเองก็เป็นพนักงานปฏิบัติงานเห็นผมเก็บบัตรประจำตัวไว้ในที่ที่หนึ่ง ก็ยังเตือนอีกให้ผมเก็บไว้ในกระเป๋าสตางค์ เพราะว่าคนแก่ ๆ มีสิทธิ์ที่จะทำกระเป๋าสตางค์หล่นหายใช่ไหม แล้วนึกถึงภาพ ถ้าเราไปเห็นกระเป๋าสตางค์ของลุงคนหนึ่งอายุมากแล้ว เราก็จะต้องส่งคืน ถ้าเป็นกระเป๋าสตางค์ของเด็กหนุ่มวัยรุ่นเราอาจจะไม่ส่งคืนก็ได้ (หัวเราะ) เราอาจจะเก็บเงียบ แต่พอเห็นคนแก่นะครับ เราส่งคืน



ความหมายแบบนี้มันขึ้นกับความหมายในใจเรา ว่าเรามีความสัมพันธ์กับคน ๆ นั้นอย่างไร ความหมายที่เรากำลังพูดถึงนี้ เราไม่สามารถทำให้เกิดรัศมีหรือปรากฏการณ์ของการกรุณาได้ เพราะถ้าเรารู้สึกว่าไม่เกี่ยวกัน เขาเป็นใครก็ไม่รู้ ที่สำคัญถ้าเรารู้สึกเคลือบแคลงสงสัยเขา เรายิ่งไม่มีพื้นที่ของการแสดงออกซึ่งเมตตาธรรมและการุณยธรรม ทีนี้ความหมายแบบนี้มันขึ้นอยู่กับความหมายเชิงความสำนึกรู้ ที่เราพูดถึงคำว่าอัปปมัญญา ความสำนึกของเรานี้มันกว้างหรือแคบขนาดไหน ถ้าความสำนึกของเราแคบ รัศมีแห่งการสำแดงออกก็แคบตามไปด้วย ถ้ารัศมีของเรากว้างการแสดงออกก็กว้างไปด้วย ***เพราะเหตุนี้ เราจึงต้องบ่มเพาะเมตตาธรรมและการุณยธรรมให้เป็นอัปปมัญญา คือไม่มีเขตแดนของความเป็นตัวเราและผู้อื่น ด้วยการตระหนักระลึกอยู่เสมอว่า สรรพสัตว์ทั้งหมดทั้งสิ้นล้วนเป็นญาติมิตรของเรา***

บ่มเพาะความกรุณาอย่างไร

ประเด็นเหล่านี้มันขึ้นอยู่กับพื้นที่ในใจเรา สิ่งที่เรากำลังพูดถึงนี้เรียกว่าความกรุณา ที่เราจะกลับไปดูฐานของกรุณาในวันนี้ ต้องทำความรู้สึกให้ได้นะว่า จริง ๆ แล้วมนุษย์หรือสัตว์ทั้งหมดทั้งมวลที่อยู่บนโลกใบนี้ไม่ได้เป็นอื่นเลย ในพระพุทธศาสนาหรือในศาสนาอื่นด้วยจึงพยายามหาวิธีที่จะให้เราได้เกิดความรู้สึก สัมพันธ์กับมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย ในความหมายไม่มีกำหนดประมาณ แม้กระทั่งพวกเราที่มาแผ่เมตตากันทุกครั้ง เราจึงแผ่เมตตาถึงสัตว์ไม่มีประมาณ พรรณนาเสียจนละเอียดเลย จนไม่มีอะไรเหลือเลย นึกถึงภาพสิ เป็นศัตรูกันก็ดี เป็นคนรักก็ดี สารพัดเป็น แผ่เมตตากันดูสิ ที่จริงแล้วคือต้องการให้เราแผ่ไปโดยไม่มีประมาณ ทีนี้คำว่า ‘ไม่มีประมาณ’ นี้อยู่ที่สำนึกของเรา จะทำให้เราเกิดมีเมตตาและมีกรุณาได้อย่างไม่มีขอบเขตนะครับ

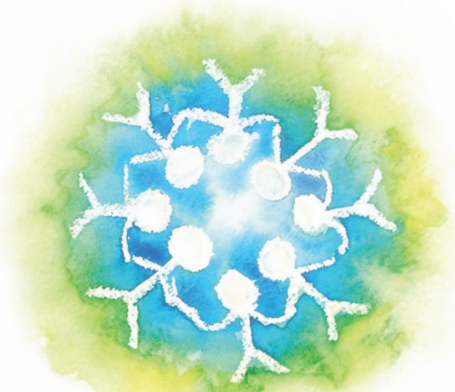
วิธีจะบ่มเพาะสิ่งนี้ จะบ่มเพาะอย่างไร *ง่ายที่สุด เจอใครก็อย่าไปคิดเป็นคนอื่น นี่คือความหมายที่ง่าย ๆ ยิ่งถ้ามีใครมาทำให้เราเจ็บปวด ยิ่งเป็นโอกาสทองที่เราจะได้บ่มเพาะเมตตากรุณาอันเป็นอัปปมัญญา เพราะถ้าเมตตาตรงนี้ได้ ไม่มีอย่างอื่นแล้วในโลกนี้ (หัวเราะ) เพราะฉะนั้น ถ้าใครมาทำให้เราเจ็บปวด และช่วงที่เจ็บปวดที่ว่านั้นเราสามารถทำให้เกิดเมตตาและกรุณาขึ้นได้ นั่นแหละครับคือสิ่งที่เป็นหัวใจสำคัญ*

ที่ผมใช้คำว่า *'โอกาสทอง'* ก็คืออย่าทำให้เขาเป็นอื่น อย่าทำให้เขาเป็นศัตรู เพราะฉะนั้นเวลาที่ผมพูดอะไรกับคนหนุ่มสาว ที่พูดเล่น ๆ ไปเรื่อย ๆ อย่างนี้นี่ ผมพูดจริงนะครับ ไม่ได้พูดเล่น เวลามีใครมาโอดโอยกับผมว่า รู้สึกชีวิตช่วงนี้เป็นช่วงตกต่ำหรือเจ็บปวด เพราะว่าถูกแฟนทิ้งไป อะไรแบบนี้ ผมก็เลยพูดจริงกับเขาในเชิงเล่นว่า คงจะลืมไปแล้วกระมัง? เขาก็ตกใจว่าลืมอะไร? ก็ก่อนจะมาเกิดบนโลกใบนี้ ต่างสัญญากันแล้วไม่ใช่หรือ? เขาก็งง ผมบอกก่อนที่จะมาเกิดบนโลกใบนี้ คุณทั้งคู่อยู่บนสวรรค์ แล้วตอนอยู่บนสวรรค์นั้น เกิดความรู้สึกสงสัยขึ้นมาว่า ความเจ็บปวดจากการอกหักนี้เป็นอย่างไร? โดยที่เทพธิดาบนสวรรค์ไม่มีสภาวะที่จะรู้ได้ เพราะตอนอยู่บนสรวงสรรค์นั้นเป็นช่วงของการเสพเสวยสุข ไม่มีทุกข์ เทพบุตรเทพธิดาคู่นี้จึงมีความรู้สึกว่าอย่ากระนั้นเลย เราแอบหนีจากสวรรค์มาเกิดเป็นมนุษย์กันเถิด ขอบคุณเขาสิเขาอุตส่าห์เสียเวลาเสพสุขบนสวรรค์ เพื่อมาเรียนรู้สิ่งนี้กับคุณ เขาไม่ได้ตั้งใจมา แต่ก็อุตส่าห์มา แล้วตอนนี้เขาทำหน้าที่นี้เสร็จแล้ว เขาก็กลับสู่สวรรค์ ไม่ใช่เรื่องใหญ่โตอะไรเลย ขอบคุณเขา แน่นอน คำพูดแบบนี้ดูเหมือนประหนึ่งว่าผมพูดเล่น แต่นั่น*คือความหมายที่แท้จริงอยู่ในใจเรา เพราะสิ่งที่มันอยู่ในใจเราก็คือ ไม่มีใครที่เป็นศัตรูของเรา ไม่มีใครที่เราต้องเกลียด*

ไม่มีใครเป็นคนอื่น เอาความรู้สึกนี้มาจากไหน

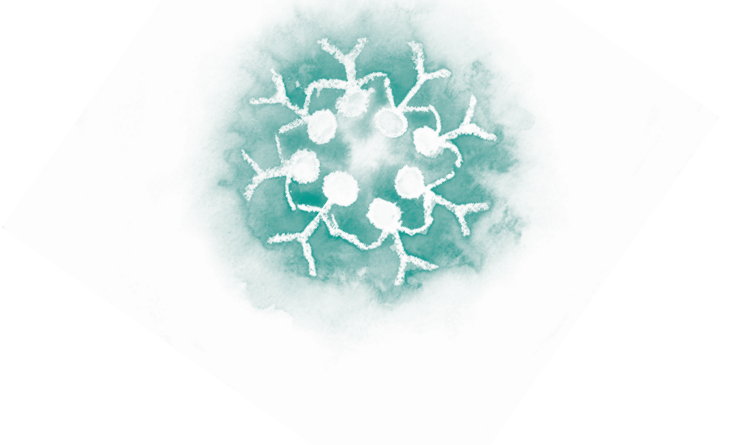
พอคุยเรื่องนี้แล้วมันก็มีพื้นที่มาก คือมีเรื่องให้คุยมาก ผมจำได้ ตอนนั้นเราไปคุยกัน มีคนหนึ่งถามผมว่า *“ไม่มีใครที่เป็นศัตรูของเรา ไม่มีใครที่เราต้องเกลียด อาจารย์ไปเอาความรู้สึกแบบนี้มาจากไหน?”* ผมบอกว่า มันเป็นเรื่องยากเกินไปหรือ? ผมแปลกประหลาดมหัศจรรย์มากหรือ? ความรู้นี้มาจากไหนไม่รู้แต่มันชัดเจนมาก เมื่อตอนผมอยู่ที่อินเดีย ผมศึกษาคัมภีร์มหากาพย์ของชาวอินเดีย คัมภีร์มหากาพย์นี้เป็นอาหารที่หล่อเลี้ยงจิตวิญญาณของชาวอินเดีย และผมก็แอบไปกินอาหารจานนี้เข้า เพราะผมไปอาศัยอยู่ที่นั่น และผมกินไปกินมา ผมก็เสพติดรสชาตินั้น

ผมก็เล่าให้เขาฟังว่า เมื่อตอนที่ผมศึกษามหากาพย์มหาภารตะ พวกเราคงทราบดีว่า ตัวละครในมหากาพย์มหาภารตะนั้นเข่นฆ่ากันนะครับ เบียดเบียนกันจนกระทั่งกลายมาเป็นศึกทำการรบกันที่ทุ่งกุรุเกษตร แล้วมันรู้สึกว่า โอ้โห! เกลียดคนนั้น รักคนนี้ คิดถึงภาพสิ ถ้าใครไปดูหนังซีรีส์ที่ฉายอยู่ตอนนี้ เราจะรู้สึกรักคนนั้น เกลียดคนนี้ใช่ไหม คนอย่างทุรโยธน์นี่มันโคตรชั่วเลย เกลียดใครต่อใครที่มันเต็มไปด้วยเล่ห์สารพัดนะครับ



แต่โปรดศึกษาให้จบนะครับ ฉากจบของมหาภารตะ เมื่อยุธิษเฐียร ซึ่งเป็นพี่น้องปานฑพคนสุดท้าย ซึ่งทำหน้าที่ปกครองเสร็จแล้วได้กลับคืนสู่สวรรค์ในยามบั้นปลายชีวิต เมื่อเขากลับถึงสวรรค์แล้ว บรรดาคนที่มายืนรอรับเขากลับคืนสู่สวรรค์ ทุรโยธน์นี่มายืนเป็นประธานเลยนะ ต้อนรับยุธิษเฐียรกลับสู่สวรรค์ นั่นคือความเป็นจริงในมหากาพย์ อันเป็นอาหารทางจิตวิญญาณที่เลิศรสของชาวอินเดียที่ผมไปเสพเสวยมาแล้ว และก็ติดรสชาตินั้นมาถึงปัจจุบันนี้ จึงมาคุยกับพวกคุณให้รู้ว่า คนที่คุณเจอบนโลกใบนี้ เป็นคนที่คุณจะต้องมีเมตตา เป็นบุคคลที่คุณจะต้องมีกรุณา เพราะคนเหล่านั้น ถ้าในคติธรรมทางพระพุทธศาสนา คนเหล่านั้นก็คือพ่อคือแม่ของคุณ คนเหล่านั้นคือญาติของคุณ ไม่มีใครเป็นคนอื่นอีกเลย

ตอนที่ แบร์โตลุคชี่ (Bernardo Bertolucci)จะสร้างหนังเกี่ยวกับพระพุทธเจ้า (Little Buddha ปี 1993 ผู้กำกับ เบอร์นาโด แบร์โตลุคชี่ - ผู้ถอดเทป) เขาไม่รู้จะสร้างอย่างไร โจทย์ยากมากเลย กลัวจะสร้างไม่ดี เดี๋ยวชาวพุทธด่า สร้างให้ชาวพุทธเถรวาทพอใจ ชาวพุทธมหายานก็ไม่พอใจ ถ้าชาวพุทธมหายานพอใจ ชาวพุทธเถรวาทประท้วงอีก เพราะว่าไปแตะอะไรเขาใช่ไหมครับ แบร์โตลุคชี่ในความเป็นศิลปินนะครับ เขาทำดีมากเลย เขาเปิดฉากแรกหนังเรื่องนี้ขึ้นมาในวัดของลามะในธิเบต ที่ลามะผู้ใหญ่สอนเยาวชนที่เป็นลามะน้อย พูดถึงเรื่องในชาดก พูดถึงเรื่องแพะ การฆ่าแพะ และพูดให้เห็นว่าแพะกับคนฆ่าแพะนี้มีความหมายอย่างไร โอ้! เป็นการเปิดฉากที่ดีมาก เพื่อให้เรารู้ว่าสิ่งที่เรากำลังจะเรียนรู้ชีวิตความหมายของความเป็นพุทธะนั้น มันเริ่มก่อนหน้านี้ จุดที่จิตของเรามีการหยั่งลง เห็นสิ่งที่มันเป็นความเชื่อมโยงกันอันไม่รู้จบสิ้น



ด้วยความจำของเรามีข้อมูลอันจำกัด จำกัดมากเลยนะความจำปัจจุบันนี้ผมรู้แล้ว ความจำนี่มันไม่เที่ยงชัดเจนเลย ผมลืมอะไรได้ง่าย แล้วลืมจนน่าตกใจสำหรับคนอื่น แต่ผมรู้สึกดีเป็นที่สุดว่า โอ้! มันช่างน่ามหัศจรรย์เมื่อวานเกือบเกิดเรื่องใหญ่อยู่นะ คำว่าเกิดเรื่องใหญ่คือ ปรกติผมจะเดินสะพายเป้เข้าผ่าน security ในสนามบิน แล้วเอ้อระเหยเดินต่อไป พอเดินไปนั่งอยู่สักพักหนึ่ง เอ! มันมีอะไร? มันคืออะไร? ผ่านไปเกือบสิบนาทีนะ จึงนึกได้ว่าผมมีกระเป๋าอีกใบหนึ่ง จึงรีบวิ่งกลับไปที่ security ตรงช่องเอ็กซ์เรย์บังเอิญว่าเป้ยังวางอยู่เพราะไม่นานเกินไป ถ้านานเกินไปเขาต้องประกาศว่าผู้โดยสารท่านใดลืมกระเป๋าไว้ แต่ความหมายของผม โอ้! นี่คือความจำที่มันเลอะเลือน พวกเราทุกคนท่องไปในสังสารวัฏนี้ มีความจำที่เลอะเลือน จึงไม่รู้ว่าเพื่อนบ้านที่เราเกลียดขี้หน้าเป็นที่สุดน่ะ คือคนรักของเราในอดีต เลิกเกลียดเขา เลิกเกลียดเขา เพราะในอดีตตอนที่เขาจากไป ยังบอกพบกันอีกนะชาติหน้า ลองทำความรู้สึกแบบนี้ให้ได้ครับ ทำความรู้สึกแบบนี้ให้ได้ แล้วไม่มีใครจะเป็นบุคคลที่เราสมควรเกลียด มีแต่บุคคลที่เราสัญญากับเขาไว้ ว่าเราจะรักเขาและดูแลเขา และตอนนี้เขามาทวงสัญญานั้นแล้ว ในภาคของบุคคลแปลกหน้า ในภาคของบุคคลที่เรารู้สึกว่าเขาไม่น่าไว้ใจ

รู้สึกหมดศรัทธาก็เลยหมดกรุณา ทำอย่างไรดี

ใช้คำใหญ่ คือคำว่า ‘ศรัทธา’ เลยทีเดียว เป็นคำที่ใช้ถูกนะ *ศรัทธาคือความรู้สึกมั่นคง ไม่หวั่นไหว* เพราะมีกระแสคลื่นของความคิดเข้ามารบกวนเรา คือเวลาเราพูดถึงศรัทธา คือความมั่นคงที่ไม่หวั่นไหว ทีนี้ความหมายตรงข้ามกับศรัทธาคือ ความคิดว่าจะทำสิ่งนี้ทำไม? ทำไปเพื่ออะไร? ทำไมต้องทำ? ประมาณนี้นะครับ ที่เราคุยกันวันนี้เราอาจจะมีศรัทธาขึ้นมาในช่วงขณะนี้ แต่พอไปเจอสถานการณ์แบบที่ว่านี่นะครับ เพื่อนบ้านหรือเพื่อนร่วมงานคนที่ว่านี้ โห! ความเชื่อที่ว่า เราเป็นคนรักกันมาเก่านี่มันหายไปเลย ทีนี้ประเด็นที่ผมกำลังพูดถึงนี้ เราจึงพูดถึงเรื่องศรัทธา ที่ผมใช้คำว่าคำใหญ่ เพราะเป็นคำที่ผมจะต้องขออนุญาตที่จะพูดอะไรเล็กน้อย เพื่อให้เกิดความหมายของคำ ๆ นี้อย่างแท้จริงขึ้นมา คำว่า ศรัทธานี้ไม่ใช่เป็นคำในศาสนาใดศาสนาหนึ่งโดยจำเพาะนะครับ แต่เป็นคำที่ตั้งขึ้นมาเพื่อใช้กับสภาวะของความเป็นมนุษย์ ที่เราเป็นมนุษย์กันอยู่ทุกคนนี่นะครับ แล้วในทุกศาสนาจะมีเรื่องของศรัทธาเป็นเรื่องใหญ่ที่จะต้องบ่มเพาะให้งอกงาม

ผมมีเพื่อนคนหนึ่งซึ่งก็มาพบผม ลืมไปแล้วนะว่าเหตุการณ์เมื่อหลายปีที่ผ่านมานั้นเป็นอย่างไร เขาบอกอยากจะขอบคุณ ผมถามขอบคุณเรื่องอะไร? เขาถามจำได้ไหม วันที่เขาจะลาออกจากงาน เขาไปหาผมที่บ้าน ผมบอกจำได้ว่าเคยปรารภกับผมเรื่องลาออก แล้วเป็นอย่างไร เขาบอกเขาลาออกได้ด้วยคำพูดของผม เขาจดใส่สมุดบันทึกไว้เลย ผมถามว่าวันนั้นผมพูดว่าอย่างไร เขาบอกว่า ผมพูดถึงเรื่องศรัทธา แล้วเขาก็เอ่ยถึงคำพูดประโยคนั้นขึ้นมา เขาบอกว่าจำได้เลยตั้งแต่วันนั้น ผมก็อ๋อ ผมจำได้แล้วครับ คำพูดนี้มันไม่ใช่คำพูดผม คำพูดนี้เป็นพระวจนอยู่ในพระคัมภีร์ไบเบิล ที่กล่าวว่า

'ศรัทธาคือความเชื่อในสิ่งที่มองไม่เห็น แต่รางวัลของศรัทธาคือได้เห็นในสิ่งที่เชื่อ'



ผมไม่ได้อธิบายอะไรเลย เพราะผมก็ไม่มีความรู้อะไรมากมาย ผมจำมา แต่เพื่อนผมคนนี้เขารู้สึกประทับใจคำพูดนี้มาก และเขาก็ลาออก แล้วปัจจุบันเขาบอกว่า เขามีความรู้สึกดีกับการลาออกครั้งนั้นมากเลย แล้วเขาเห็นอะไรหลายอย่างที่กลายมาเป็นความหมายที่มันมหัศจรรย์จริง ๆ

ผมอยากจะกลับไปสู่ประเด็นว่า ถ้าเรามีเพื่อนร่วมงานหรือเรามีใครก็แล้วแต่ ที่อยู่ในโครงสร้างสำคัญ ๆ ในชีวิตเรา แล้วเรามีคำถามกับเขาว่า ทำไมฉันต้องเจอคนแบบนี้? ทำไมฉันต้องมาอยู่ในพื้นที่อย่างนี้? ***คำถามแบบนี้เป็นคำถามที่เป็นโอกาสที่เราจะได้สำรวจตรวจสอบ 'ศรัทธา' ที่เป็นสภาวะในใจของเรา***



เมื่อสักครู่เราพูดถึงเรื่องของอินเดีย แต่ทุก ๆ ศาสนาน่ะครับ ศรัทธาคือสิ่งที่มันยังมองไม่เห็น แต่ถ้าเรามีความมั่นคงว่า เราเกิดมาภพนี้ ชาตินี้ ก็เพื่อจะมาดูแลเขานี่แหละ มาดูแลเขาในพื้นที่การทำงานของเขานี้ ให้เขาได้มีความงอกงามเติบโต ให้เขาได้มีความมั่นคงขึ้นมาในชีวิตจิตใจของเขา มันไม่เคยหยุดนิ่ง มันเป็นหน้าที่ของเรา ไม่ต่างอะไรจากแม่ดูแลบุตรประมาณนี้น่ะนะครับ ในอดีตเขาเคยเป็นบุตรของเรา และเราเคยสัญญาไว้ว่า แม่ทำหน้าที่ไม่ดีในชาตินี้ แม่จะขอไปทำหน้าที่ให้ดีต่อในชาติต่อไป เราจึงเกิดมาเป็นหัวหน้างานของเขาในที่ทำงาน เพื่อจะได้ดูแล เขาคือบุตรของเรา ไม่มีคำถามว่า ทำไมเราต้องดูแลลูก เหมือนกับที่เราไม่มีคำถามเมื่อตอนต้นนะครับ เรามีหน้าที่ต้องดูแลเขา ไม่มีใครอื่นจะดูแลเขาได้ เราเท่านั้นนะเป็นผู้ดูแลเขา

ถ้าในภาษาที่นับถือพระผู้เป็นเจ้าก็ต้องบอก พระองค์ส่งเรามาดูแลเขาในนามของพระองค์นะครับ เพราะนี่คือความรักใช่ไหมครับ ความรู้สึกแบบนี้ดูเป็นเรื่องตลก แต่มันไม่ตลกเลย ถ้าเราพูดถึงสิ่งนี้ในความหมายที่เป็นจริงและความหมายที่เป็นจริงที่ว่านี้นะครับ จะทำให้เรามีพื้นที่ของการบ่มเพาะเมตตากรุณาอย่างไม่มีสิ้นสุด ไม่มีประมาณ โปรดทำความรู้สึกให้ได้นะครับว่าความหมายที่แท้จริงที่ผมพูดถึงแม่ซีเทเรซ่า ท่านมีศรัทธาที่เปี่ยมล้น มีศรัทธาที่ไม่หวั่นไหวไม่คลอนแคลน ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นนะครับ ท่านก็ทำกิจอันแสนประเสริฐนั้น ไม่มีคำถาม ไม่มีประเด็น ทีนี้ความหมายแบบที่ว่านี้ใช้คำใหญ่เพราะคำใหญ่คือ คำที่เปิดโอกาสให้เราได้คุยกันเรื่องนี้

สิ่งที่เราพูดนี้คือ เมตตา กรุณา นั้นยังงอกงามไม่ได้ถ้าเรายังมีความเคลือบแคลงหรือสงสัยในเชิงลดทอนพลังของการที่จะทำกิจของเรานะครับ สิ่งที่เป็นความหมายเช่นที่ว่านี้จะต้องบ่มเพาะขึ้นมา ถึงได้มีการบ่มเพาะสิ่งนี้ขึ้นมาในทุก ๆ ศาสนา จึงถูกทำให้มีกระบวนการในการบ่มเพาะ ที่นี้กระบวนการในการบ่มเพาะที่ว่านี้มีรายละเอียดเยอะมากเลย เดี๋ยวถ้าเรามีประเด็นไหนจะพาดพิงถึงที่อยากจะพูดถึงอีก ในประเด็นที่พูดถึงตรงนี้ก็คือ เราต้องมีการฟื้นฟูศรัทธาให้กลับมา ถ้านับถือศาสนาใด ก็ฟื้นฟูตามเทคนิควิธีของศาสนานั้น ๆ นะครับ เมื่อตะกี้ผมพูดถึงเทคนิควิธีของชาวพุทธ ผมพูดถึงเทคนิควิธีของชาวฮินดู หรือผมพูดถึงเทคนิควิธีของชาวคริสต์ ไม่มีประเด็นว่าวิธีไหนดีหรือไม่ดี ทุกวิธีถ้าสามารถทำให้ศรัทธางอกงามขึ้นมาได้ ดีหมดเลย *เพราะฉะนั้น สิ่งที่เป็นหัวใจสำคัญก็คือ ต้องทำให้เกิดความหมายที่ไม่เป็นเชิงคำถาม เพราะคำถามทำให้กลับไปสู่ประเด็นที่ถามขึ้นมาจากชุดความหมายเชิงความคิด ที่เป็นลักษณะของความเป็นชายนะครับ ความเป็นชายที่มีลักษณะที่หยาบแข็ง เพราะฉะนั้นกลับมาสู่ฐานของความเป็นหญิง ในการที่เราใช้จิตของเราหยั่งถึงสภาวะที่อยู่ในใจของเราเองที่มีต้นธารในความหมายของเมตตาและกรุณา เมื่อเรากลับไปสู่ความหมายนั้นได้เราจะมีพลัง พลังที่จะทำให้เกิดการอุ้มชูเขา พลังที่จะทำให้เกิดความเกื้อกูลเขา แล้วความหมายแบบนี้เป็นความหมายที่พิเศษมาก*



เพราะฉะนั้น คำถามที่ถามว่า เสียศรัทธาน่ะนะครับ เป็นคำที่เชิญชวนให้เราได้กลับมาสำรวจศรัทธา และศรัทธาก็เป็นความหมายที่สำคัญมากๆ ในปัจจุบันนี้ ขอโทษนะครับไม่ได้พูดเพื่อจะตำหนิ แต่พูดเพื่อให้เป็นข้อเท็จจริงว่า เราเกิดมาในยุคสมัยที่ไม่ค่อยได้มีโอกาสในการบ่มเพาะศรัทธา เพราะเทคนิควิธีบ่มเพาะในสังคมแบบเดิม ๆ ซึ่งมาในรูปแบบของจารีตประเพณีเราก็ห่างเหินมา ในขณะที่ในสังคมแบบใหม่ กระบวนการบ่มเพาะก็ไม่ค่อยเพียงพอ เพราะสิ่งที่เป็นปัญหาคือ ในปัจจุบันทุกท่านอาจจะต้องคิดถึงตัวเอง เพราะสุดท้ายแล้วสิ่งที่เรียกว่าศรัทธา ไม่ใช่จำเพาะความหมายที่หมายถึงคนอื่นนะครับ สุดท้ายแม้กระทั่งกับตัวเอง บางคนถึงกับตั้งคำถามว่า แล้วฉันจะมีชีวิตอยู่ทำไม? ฉันจะมีชีวิตไปเพื่ออะไร? นี่เป็นคำถามที่น่าตกใจมาก มีชีวิตก็เพื่อได้มีชีวิต เพราะชีวิตเป็นสิ่งมหัศจรรย์ที่ทำให้เราได้กระจ่างแจ้งถึงความหมายของการมีชีวิตอยู่ แล้วพอมาถึงวันหนึ่งเรากลับมีคำถาม คำถามที่ว่าเรามีชีวิตอยู่ทำไม? คำถามประเภทนี้เป็นคำถามที่บอกให้รู้ว่าเราสูญเสียศรัทธาไปเสียแล้ว *ความศรัทธาความเชื่อมั่นในชีวิตที่เรามีอยู่เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญ อย่าปล่อยให้สูญเสียไป*

ถ้าเราจะพูดภาษาทางศาสนาก็คือ ศรัทธาเป็นสิ่งประเสริฐ ที่ธรรมชาติ หรือพระผู้เป็นเจ้า หรือเทพเจ้าประทาน มอบให้กับเรามา ไม่มีอะไรที่ประเสริฐกว่านี้อีกแล้ว พระองค์มอบสิ่งนี้มาแล้ว รอเวลาให้เราได้บ่มเพาะ พระองค์เหมือนกับมอบเมล็ดพันธุ์อันวิเศษ วิเศษเหมือนกับเมล็ดพันธุ์ไม้ดอกที่งดงาม ซึ่งที่งดงามนั้นมันไม่ได้งดงามตอนที่มันเป็นเมล็ดอยู่ แต่ถ้าเอาไปเพาะ ไปดูแล จึงจะเกิดเป็นต้น เกิดเป็นกิ่ง เกิดเป็นใบ จากใบมาเป็นดอกไม้ที่งดงาม เชื่อมั่นในความหมายนี้สิครับ แล้วเราจะทำกิจของเรา ดำเนินชีวิตของเราไปในแต่ละวัน แต่ละวัน อย่างมีความสุข เพราะมันได้ทำให้เกิดความหมายขึ้น งดงามขึ้น ดอกไม้ยังรอวันบาน ในชีวิตจริง ๆ มันเบ่งบานทุกวัน และความหมายแบบนี้ครับ ที่ผมขออนุญาตที่จะใช้ศัพท์แสงทางศาสนา เพื่อจะใช้คำพูดว่า *ขอให้พวกเราทุกคนได้โปรดที่จะบ่มเพาะศรัทธาให้มั่นคง ถ้ามันเกิดขึ้นในตัวเราแล้ว เราจะมีความมั่นคงในความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ และเราจะมีความมั่นคงในการทำกิจอันยาก ๆ โดยไม่มีคำถามว่าทำไมต้องทำ? แต่มีความรู้สึกได้ถึงความหมายเหมือนกับแม่ที่ไม่มีคำถามที่ว่า ทำไมต้องดูแลลูก*



มีคนฟังบอกว่า แม่บ่น (หัวเราะ) แม้จะบ่นแต่ก็บ่นแล้วทำน่ะ ไม่ใช่บ่นแล้วไม่ทำ บ่นเพื่อจะทำน่ะนะครับ บ่นเพื่อให้มีสีสัน ไม่งั้นคนอื่นจะนินทาเอา แต่สุดท้ายก็ทำ ไม่เคยเลิก ไม่ว่าลูกของตัวเองจะเป็นเช่นไร ทำเช่นนั้นกับเพื่อนมนุษย์ทุกคน นั่นแหละครับ คือ ความหมายของสิ่งที่เรียกว่าเมตตาและกรุณา

แม้กระทั่งพระพุทธเจ้ายังไม่รู้จะใช้ถ้อยคำเช่นใด เวลาจะอธิบายเรื่องเมตตากรุณา ก็คงใช้คำว่า ให้กระทำประดุจดังมารดาปฏิบัติต่อบุตร นั่นน่ะ คือ ความหมายของจิตที่เรียกกันว่าเมตตาและกรุณา เพราะฉะนั้นความหมายที่เราพูดถึงนี่นะครับ ไม่ว่าใครเข้ามาในชีวิตของเรา ให้ปฏิบัติต่อเขาประดุจดังมารดาปฏิบัติต่อบุตร นั่นแหละ จะเป็นคำตอบที่ง่ายที่สุด ชัดเจนที่สุด



เมตตาอย่างไรจึงจะไม่อึดอัด

ทำเหมือนกับแม่ไปส่งลูกเข้าโรงเรียนอนุบาลวันแรกน่ะครับ เมื่อส่งลูกถึงมือคุณครูแล้ว ลูกร้องไห้เพราะไม่อยากจากแม่ แม่ไม่กล้าร้องไห้ แต่จริง ๆ ก็ไม่อยากจากลูก จึงไปแอบยืนในจุดที่ลูกมองไม่เห็น แอบยืนดูว่าลูกของเราจะเป็นอย่างไร นี่เป็นภาพที่พวกเราทุก ๆ คน แม้จะไม่เห็นเอง แต่เราไม่ถามนะครับ นี่คือความเป็นจริง แม่รักลูกเป็นที่สุด เป็นห่วงเป็นที่สุด ว่าลูกออกไปจากอ้อมอกของตนเองแล้วจะเป็นเช่นไร แต่แม่ก็รู้ดีว่า นี้คือการกระทำที่ทำให้ลูกเจริญงอกงามเติบโต แม่จึงยอมที่จะปล่อยให้ลูกไปอยู่ในมือคุณครู

แม้ว่าคุณครูจูงลูกร้องไห้ที่ไม่อยากจากแม่ แม่ก็คงยังที่จะไม่ไปขัดขวางกระบวนการเรียนรู้ของลูกให้สะดุดหยุดลง แม่จึงไปแอบยืนดูลูกตัวเองที่จุดใดจุดหนึ่งที่ลูกจะมองไม่เห็น ผมเข้าใจว่า แม่ที่ไปยืนแอบดูลูกในจุดใดจุดหนึ่งที่ลูกมองไม่เห็นนั้น คือความหมายที่มหัศจรรย์



ลองนำภาพนี้มาใช้กับเราที่ปฏิบัติกับเพื่อนเราทุก ๆ คนอยู่นะครับ บางครั้งเราก็ต้องแอบดูในจุดที่เขาก็มองไม่เห็นเราหรอก ไม่ใช่ต้องไปยืนเผชิญหน้ากันอยู่แล้วบอกว่า ฉันเห็นเธอ แต่กลับยืนแอบดูเขา เหมือนกับแม่ที่แอบดูลูก และผมเข้าใจว่า นั่นคือความหมายที่มหัศจรรย์มาก คำพูดที่ว่าประดุจดังมารดาปฏิบัติต่อบุตรก็ยังงดงามอยู่เหมือนเดิม ประดุจดังแม่ที่ไปยืนแอบดูลูก ที่ถูกครูดึงลากไปเข้าห้องเรียน ขณะที่เด็กก็ร้องไห้ด้วยความรู้สึกที่หวั่นไหวหวาดกลัวที่ต้องพลัดพรากจากแม่ไป ซึ่งแน่นอน คุณแม่ทุกคนเชื่อมั่นว่าวันหนึ่งลูกจะไม่ร้องไห้ แถมจะดีใจโบกมือบ๊ายบายเรา (หัวเราะ)

แล้วสุดท้ายถึงวันหนึ่ง ยามที่แม่ชราแล้วแม่ก็นั่งรอเมื่อไหร่ลูกจะมาหาแม่ ลูกลืมไปเลยนะครับไม่กลับมาหาแม่เลย แต่แม่ก็มีความรู้สึกที่ดีกับลูกอยู่เสมอ ผมเข้าใจว่านี่คือความหมายที่เป็นจริง เพราะฉะนั้นพวกเราทุกคนทำให้เหมือนประหนึ่งว่าเรากำลังทำคล้าย ๆ กันอย่างนี้กับเพื่อนมนุษย์ กับคนใดคนหนึ่ง ซึ่งวันหนึ่งก็อาจจะต้องทำแบบนี้ ทำแบบนี้ในความหมายที่ยืนแอบดูเขา และความหมายที่คล้าย ๆ กับแม่แอบดูลูกนะครับ

อุเบกขาธรรม
จุดที่หยุดยืนของความกรุณา

ตอนที่แม่ยืนดูลูกน่ะ คืออยู่ในอุเบกขาธรรม ก็คือจะไม่เอาตัวแม่เข้าไปขัดขวางสิ่งที่เป็นกระบวนการหรือสายธารของชีวิตอีกชีวิตหนึ่งที่จะต้องเติบโต แม่ต้องมีอุเบกขาในความหมายของการเจริญงอกงามเติบโต *เพราะฉะนั้น ในพรหมวิหารธรรมเราพูดถึงเมตตา กรุณา มุทิตา จึงมีอุเบกขาเป็นสภาวะสุดท้ายที่สำคัญ ไม่ใช่สุดท้ายหรือจบนะครับ แต่หมายความว่าต้องเป็นสภาวะที่ปรากฏอยู่ด้วยกัน*

สภาวะที่ปรากฏอยู่ด้วยกันนี้จึงเป็นพรหมวิหารธรรม และพรหมวิหารธรรมนี้จะต้องเป็นที่อยู่ของเรา คำว่า ‘ที่อยู่ของเรา’ คือจิตของเราต้องสถิตอยู่ในพรหมวิหารธรรม และเมื่อจิตของเราสถิตอยู่ในพรหมวิหารธรรมแล้ว ความหมายนี้จะชัดแจ้งและชัดเจนขึ้นมา



ทำไมจึงซวยขนาดนี้

การบ่มเพาะเมตตาธรรมและการุณยธรรมในเงื่อนไขทางสังคมคงจะไม่ใช่เรื่องง่าย ๆ ผมยกตัวอย่างแม่ต่อเลยนะ คือยกตัวอย่างแม่แล้วต้องยกตัวอย่างต่อไปเรื่อย ๆ มีประเด็นปัญหาหนึ่งที่เกิดขึ้นในแวดวงของชาวพุทธในสมัยที่พระพุทธองค์ยังมีพระชนม์ชีพ คือกรณีที่พระภิกษุจำเป็นต้องมีชีวิตอยู่อย่างอิงอาศัยชาวบ้านทั่ว ๆ ไป ในสังคมอินเดีย มีปัญหาเรื่องการทานอาหารที่ประกอบด้วยเนื้อสัตว์หรือไม่ประกอบด้วยเนื้อสัตว์ เมื่อพระพุทธองค์ต้องการให้พระภิกษุมีชีวิตอยู่อย่างเรียบง่าย ไม่สร้างเงื่อนไขให้เกิดเป็นปัญหากับประชาชนที่อยู่ด้วยก็เลยเปิดประเด็นว่า อยู่กับบุคคลเช่นไรก็ให้รับประทานอาหารที่เขาทานกัน มีคำถามถามว่า แล้วพระพุทธเจ้าไม่ห้ามหรือ ? เหมือนกับว่าถ้าอนุญาตให้พระภิกษุทานอาหารที่มีเนื้อสัตว์ ไม่เท่ากับว่าเป็นการส่งเสริมให้เกิดการฆ่าสัตว์หรือ? พระพุทธเจ้าจึงบอกว่า ให้พระภิกษุทานอาหารที่ประกอบด้วยเนื้อสัตว์ ประดุจดังมารดาทานอาหารที่ปรุงด้วยเนื้อบุตร โอ้โห! เป็นเรื่องใหญ่เลยทีนี้



มีนิทานอย่างนี้ครับ มีเรื่องว่ามารดาพาลูกจำนวนหลายคน เดินทางผ่านทะเลทรายที่แห้งแล้งยากลำบากแล้วขาดอาหาร สถานการณ์บีบคั้นถึงที่สุด แล้วลูกคนหนึ่งตายลง ก็ต้องเอาเนื้อลูกมาทำเป็นอาหารเพื่อให้ลูกคนอื่น ๆ และตัวเองจะได้มีชีวิตอยู่ต่อไปเพื่อจะพาลูกที่เหลือไปต่อ คือตอนที่แม่ทานอาหารที่มีเนื้อลูกของตน มันเป็นความรู้สึกที่สุดแสนจะบีบคั้นนะ แต่แม่ก็รู้ ถ้าแม่ไม่มีอาหาร ชีวิตนั้นก็อยู่ต่อไปไม่ได้ ต้องจบชีวิตลง ลูกคนอื่นที่ยังเล็กอยู่เมื่อไม่มีแม่ที่เป็นผู้ใหญ่นำทาง เขาก็จะต้องจบชีวิตลงเช่นเดียวกัน เพราะฉะนั้น ปัญหาที่เป็นโจทย์ในใจก็คือจะทำอย่างไร เพราะตัวเองก็ต้องมีภาระในการคุ้มครองปกป้องลูกที่ยังมีชีวิตเหลืออยู่ จึงทานอาหารซึ่งมีเนื้อของลูกผสมอยู่นั้น ด้วยความรู้สึกได้ถึงความหมายว่า ต้องมีชีวิตอยู่เพื่อดูแลลูกที่ยังมีชีวิตอยู่ให้รอดพ้นจากอันตราย จะทำอย่างไรอื่นได้ *ดังนั้น คำพูดที่บอกว่าประดุจดังมารดาที่รับประทานเนื้อบุตรนี้ มีความหมายที่สะท้อนความรู้สึกที่ลึกซึ้งยิ่งใหญ่ และความรู้สึกแบบนี้นะครับ เป็นความรู้สึกที่ทำให้เราตระหนักได้ถึงค่าของชีวิตว่าขณะที่เรามีชีวิตอยู่ในปัจจุบัน ถ้าเรารับประทานอาหารแล้วสำนึกได้ถึงความหมายว่า มีชีวิตหลายชีวิต ได้อุทิศชีวิตเพื่อให้เรามีชีวิตอยู่ต่อไป ความรู้สึกแบบนี้จะเป็นความรู้สึกที่บ่มเพาะให้เราเกิดเมตตาธรรมต่อสัตว์จำนวนหลากหลายอันไม่มีประมาณ*



นึกถึงภาพสิครับ ชีวิตเราชีวิตหนึ่งในขณะปัจจุบันนี้ เรามีชีวิตอยู่ได้ด้วยกฎของธรรมชาติ ที่มีชีวิตอื่นต้องจบชีวิตลงเพื่อให้ชีวิตเราอยู่ได้ต่อไป ผมจะเล่าเรื่องที่เกิดขึ้นซึ่งมีอยู่ในหนังสือที่ผมเขียนไว้ด้วยนะครับ เมื่อผมออกเดินทางได้ไม่นาน แล้วไปเดินอยู่ในอุทยานแห่งชาติแม่ปิง ได้เกิดปรากฏการณ์ที่มหัศจรรย์มากที่ผมไม่เคยมีความรู้สึกชัดเจนแบบนี้มาก่อนเลย ก็คือตอนที่ผมเดินไป ทำสมาธิภาวนาไป โดยไม่มีใครมารบกวนผมเลย และขณะที่เดินไป

ผมไปเจอไส้เดือนที่ถูกมดกัด แล้วไส้เดือนที่ถูกมดกัดเนี่ยมันดิ้นเพื่อที่เอาชีวิตรอด ผมหยุดดู ตอนที่หยุดจริง ๆ ผมยืนดูนะ แต่ผมอินกับเรื่องมดกับไส้เดือนนี่มาก ผมนั่งลงตอนไหนก็ไม่รู้ รู้แต่ว่าเมื่อสุดท้ายไส้เดือนก็ถูกมดลากไปจนสุดสายตาผม ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจ เหมือนกับผมได้หยั่งเห็นความมหัศจรรย์ของโลกใบนี้ ที่เรามีชีวิตอยู่ต่างอิงอาศัยซึ่งกันและกัน ตอนที่ผมยกมือไหว้ท่วมหัวนั้น ไม่ได้ไหว้ใครคนใดคนหนึ่ง ไม่ได้ไหว้มด ไม่ใช่ไหว้ไส้เดือนเป็นการจำเพาะ แต่มันเกิดความตระหนักขึ้นมาได้ว่า ไส้เดือนตัวนี้ได้อุทิศชีวิตเพื่อให้เป็นอาหารของมด และมดตัวนี้มันต้องจบชีวิตลง เพื่อสืบต่อห่วงโซ่แห่งอาหาร ที่สุดท้ายก็เป็นห่วงโซ่อาหารที่ผมบริโภคเพื่อจะมีชีวิตอยู่ต่อไป นี่คือความหมายอันแปลกมหัศจรรย์ ที่เรายังมีชีวิตอยู่บนโลกใบนี้และห่วงโซ่อาหารที่ช่วยเหลือจุนเจือกันเป็นที่สุด ขณะที่เรามีชีวิตอยู่เช่นนี้ เราจะมีชีวิตอยู่อย่างไรที่จะก่อให้เกิดความเกื้อหนุนจุนเจือซึ่งกันและกัน ความหมายนี้เป็นความหมายที่สำคัญ

ความหมายสำคัญตอนเริ่มเปิดประเด็นพูดคุยในวันนี้ เราพูดถึงเรื่อง 13 ชีวิตที่ติดถ้ำ แล้วถามว่าทำไมเราไม่คิดถึงชีวิตอื่น ๆ ประเด็นที่เป็นข้อบีบคั้นก็คือ ‘ช้าไม่ได้’ *ที่ว่าช้าไม่ได้ คือหัวใจสำคัญ เพราะชีวิตที่ไปติดอยู่ในถ้ำเนี่ย ถ้าช้าไปเพียงแค่สักวินาทีหนึ่ง อาจจะหมายถึงชีวิตต้องจบลง ทุกคนกุลีกุจอทำสิ่งที่เป็นภารกิจอย่างไม่มีเวลาต้องมานั่งตั้งคำถาม ทำๆๆ และทำ*

ปรากฏการณ์ที่สำคัญนี้จึงเป็นความหมายที่มีอยู่ในจิตใจของมนุษย์แต่ละคนว่า ไม่ใช่เรื่องของเชื้อชาติและศาสนา แต่รู้ว่ามีชีวิตๆ หนึ่งกำลังจะจบลง แล้วเรามีสิทธิ์จะช่วยได้ เรามีโอกาสจะช่วยได้ เรามีอำนาจจะช่วยได้ ทุกคนจึงไม่ลังเลที่จะมาช่วยกัน สถานการณ์ชีวิตที่บีบคั้นแบบนี้ ทำให้เกิดพลังและพลังแบบนี้มีอยู่ในใจเรา ผมเข้าใจว่าทุกขณะที่เรามีชีวิตอยู่ในปัจจุบันนี้ ถ้าเราเกิดความสำนึกแบบนี้ได้ เราจะมีชีวิตอย่างมีชีวิตชีวา เพราะเรามีศรัทธา

ศรัทธาที่เมื่อตะกี้เราพูดไปแล้ว ศรัทธาในความหมายของการมีชีวิตอยู่ เราจะไม่มีคำถามว่า ทำไมต้องมาอยู่กับคน ๆ นี้? ทำไมต้องมาอยู่กับลูกน้องคนนี้? ทำไมต้องมาอยู่คู่ชีวิตคนนี้? แต่เราจะมีความรู้สึกได้เลยว่าเราเกิดมาเพื่ออยู่กับคน ๆ นี้ มาทำงานเป็นเจ้านายของลูกน้องคนนี้ มามีชีวิตอยู่เพื่อจะเป็นสามีของผู้หญิงคนนี้ มาเป็นภรรยาของผู้ชายคนนั้น แล้วความรู้สึกแบบนี้เป็นความรู้สึกที่เป็นพลัง เพราะอะไรหรือครับ เพราะจริง ๆ เราไม่ได้เป็นเพียงแค่มีชีวิตอยู่นะครับ แต่เรากำลังเกื้อหนุนจุนเจือเขา กำลังช่วยเขาออกจากถ้ำ ก็ทุกคนติดถ้ำนะ ติดถ้ำแห่งความเคลือบแคลงสงสัย ติดถ้ำของความมืดดับอยู่ในชีวิต แล้วผมเข้าใจว่า *ชีวิตของเราแต่ละคน คือ ทีมกู้ชีพ เรากำลังกู้ชีพนะ กู้ชีพใคร? ก็กู้ชีพคนที่อยู่ข้างหน้าเรา กู้ชีพเขา ฟื้นฟูศรัทธาเขา เพราะเขาจะศรัทธาก็ต่อเมื่อเรามีศรัทธาของเราเองที่มั่นคง ศรัทธาในการมีชีวิตอยู่ ศรัทธาในการทำกิจทำหน้าที่*

ผมอยากให้ทุกท่านที่นั่งอยู่ในที่นี้ กลับมาสู่ประเด็นนี้ *อย่าทำให้เกิดคำถามที่จะลดทอนพลังในการมีชีวิตอยู่ แต่ทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคง ที่ทำกิจกรรมเหมือนกับที่แม่ไม่เคยมีคำถามกับลูก และเราจะไม่มีคำถามกับความเป็นสามีของเราที่มีต่อภรรยา หรือกับความเป็นภรรยาของเราที่มีต่อสามี*

นึกถึงภาพสิครับ ถ้ามีสามีคนหนึ่งหรือภรรยาคนหนึ่งถามว่า ทำไมกูซวยขนาดนี้วะ? (หัวเราะ) ให้เปลี่ยนเป็น เออ! ทำไมกูโชคดีขนาดนี้ที่ได้ดูแลเขา นี่คือโอกาสของเราแล้ว จะได้ดูแลให้เขาได้มั่นคงขึ้น ความรู้สึกแบบนี้นะครับคือความหมายที่มหัศจรรย์มาก เป็นความหมายที่ยิ่งใหญ่มาก *ไม่ต่างอะไรจากที่ทั่วโลกมุ่งหน้ามาช่วย 13 ชีวิตโดยไม่รู้จักกัน ไม่ได้มีความผูกพันสัมพันธ์อะไรกันในความหมายเชิงโครงสร้าง แต่มีความหมายความสัมพันธ์เชิงมนุษย์ และความสัมพันธ์เชิงมนุษยธรรมนี้เป็นปรากฏการณ์ที่ยิ่งใหญ่ เพราะฉะนั้น พวกเราก็ต้องไม่รีรอที่จะเป็นหน่วยกู้ชีพเพื่อกู้ชีวิตคนที่อยู่ใกล้ชิดเราที่สุด เพราะตอนนี้เขาติดถ้ำอยู่ ถ้ำนี้มืด ทึบ น่ากลัว และคนจำนวนมากติดถ้ำ จำไว้เลยนะครับ เพราะฉะนั้น เรามาช่วยกัน เราจะต้องดำน้ำ(หัวเราะ) เอาออกซิเจนมา เพราะชีวิตปัจจุบันนี้มันเหมือนขาดออกซิเจน ศรัทธาน้อยเหมือนมีออกซิเจนน้อย*

ตอนที่ผมไปเดินทางอยู่บนหิมาลัยรอบเขาพระสุเมรุแล้วออกซิเจนมีน้อย ขณะที่เดินอยู่บนที่สูง อากาศหนาวเย็น ตอนที่เดินต้องใช้ออกซิเจนเป็นกระป๋อง วันหนึ่ง เมื่อผมนอนพักค้างคืน ผู้นำทางเห็นว่าต้องใช้ออกซิเจนมากหน่อย เขาก็เลยเอาถังมาวางไว้ข้างที่นอน แล้วขอให้ผมสวมหน้ากากออกซิเจนครอบเข้าไป ผมก็ปฏิบัติตามคำแนะนำ เขาบอกว่า โอเค ไม่ต้องถอดแล้ว ขนาดนี้โอเคแล้ว ให้ผมทำหน้าที่แค่เปิดปิดวาล์วผมสวมหน้ากากออกซิเจนแล้วก็นอน เวลาที่จะนอนผมทำเป็นปรกติก็คือ เจริญอานาปานสติทุกครั้งที่จะนอนหลับ ผมจะกลับมาสู่การเจริญอานาปานสติ คืนนั้นเป็นคืนที่พิเศษมาก เมื่อผมนอนหลับตาลงแล้วอยู่กับลมหายใจเข้าออก มันเกิดสภาวะตื่นรู้ที่มหัศจรรย์มาก ลมเย็น ๆ เข้าไป ผมรู้สึกได้ถึงความเย็น แต่ที่มากกว่า คือความรู้สึกว่า ความเย็นมันคือพลัง พลังชีวิตที่มันเกือบจะมอดดับไปเมื่อตอนที่เราเดินมาทั้งวันแล้วออกซิเจนน้อย พอเราสูดเอาออกซิเจนเข้าไปเป็นพลังชีวิต เหมือนเปลวไฟตะเกียงที่ใช้น้ำมัน พอน้ำมันจะหมด เปลวไฟก็จะมอดลง

พอไปเติมน้ำมัน เปลวไฟก็ลุกโชนขึ้นมา ความรู้สึกตอนนั้นมันเกิดภาวะสว่างน้ำตาผมไหลออกมาด้วยความปีติตื้นตัน มีความรู้สึกได้ถึงความหมายของชีวิตที่เราถือครองอยู่ เราสูดดมเอาอากาศที่มีออกซิเจนเข้าไปหล่อเลี้ยงนับตั้งแต่วินาทีแรกที่เราลืมตาดูโลกใบนี้ ผ่านชีวิตมาถึงหกสิบปี ไม่เคยมีความรู้สึกถึงค่าของออกซิเจนได้ดีถึงเพียงนี้เลย การที่เราไม่เห็นค่าของออกซิเจนหมายความว่าเราไม่เห็นค่าของสิ่งที่หล่อเลี้ยงเรา ไม่เห็นค่าของสิ่งที่รวมมาเป็นชีวิตและมีสิ่งที่เกื้อหนุนจุนเจือ ให้เรามีชีวิตอยู่ สัตว์จำนวนมากมายสลายชีวิตไปเพื่อให้เรามีชีวิตอยู่ต่อไปได้ *เรามีเพื่อนมนุษย์จำนวนมากมายที่เรามีชีวิตอยู่ได้ด้วยการอิงอาศัยเขา ความรู้สึกแบบนี้เป็นความรู้สึกที่มหัศจรรย์มาก เป็นความรู้สึกที่ทำให้เราฟื้นฟูศรัทธาเกิดขึ้นมาในใจเรา ศรัทธาไม่ได้เป็นความเชื่ออย่างใดอย่างหนึ่งที่เป็นความหมายจำเพาะ แต่เป็นความรู้สึกได้ถึงความหมายของการมีชีวิตอยู่ และเป็นชีวิตอยู่ที่อิงอาศัยเกื้อหนุนจุนเจือซึ่งกันและกัน เราไม่ได้เกิดมาเพื่อเบียดเบียนซึ่งกันและกัน*

โลกใบนี้ใช้เวลานานไม่รู้กี่ล้านๆปีเพื่อสร้างเครือข่ายของการอุดหนุนจุนเจือกัน แล้วเราทุกคนต่างมีสิ่งที่เรียกกันว่า เมตตาธรรมและกาารุณยธรรมอยู่ในใจของเรา จึงไม่ใช่เรื่องแปลกที่จะมีคนจากทั่วโลกมาช่วย 13 ชีวิตที่ติดถ้ำหลวง *เพราะฉะนั้น เราก็จะต้องไม่ทำตัวแปลกแยก แต่จะต้องช่วยเหลือกัน เรามีโอกาสจะช่วยคนใกล้ชิดเราที่สุดที่อยู่เบื้องหน้าเราแล้ว อย่าปล่อยให้โอกาสนี้ผ่านไป นั่นแหละครับคือ ต้นธารที่ก่อให้เกิดแม่น้ำสายกว้างและลึก มันเริ่มจากลำธารเล็ก ๆ จากจุดตรงนี้น่ะครับ นั่นคือการที่เรากลับไปดูต้นธาร แล้วเราจะดูแลต้นธารนี้ ให้ไหลมาหล่อเลี้ยงชีวิตจิตใจเรา ให้กลับมามีชีวิตที่เป็นคน ๆ หนึ่ง ที่มีอะไรมากมายขึ้นมาในชีวิตนี้ มันมาจากจิตตรงนี้นะครับ ซึ่งตรงนี้คือหัวใจสำคัญของสิ่งที่เราคุยกันในวันนี้*



จะสอนเด็กให้มีความกรุณาได้อย่างไร

สำหรับคุณพ่อและคุณแม่ไม่ยากเลยครับ ก็คือว่าทุกขณะที่เราอยู่กับลูก เราจะต้องทำให้เกิดจิตที่มีความกรุณาที่ชัดในใจเรา แต่น่าเสียดายตรงที่ว่าบางครั้งเราเอาสิ่งอื่นเข้ามารบกวน เรื่องลูกนี้ต้องกลับไปสู่ประเด็นตั้งแต่ตอนที่อยู่ในครรภ์ของแม่ ซึ่งตรงนี้น่าสนใจมาก ผมไม่มีข้อมูลที่จะยืนยันได้ชัดเจน แต่ผมเชื่อว่ามันมีความหมายที่สำคัญกับคนแต่ละคน เมื่อผมโตมากขึ้น และมีชีวิตพลิกเปลี่ยนไปมาก ก็มักจะมีคนชอบมาพูดกับผมอยู่เสมอว่า ผ่าเหล่าผ่ากอ คำว่า ‘ผ่าเหล่าผ่ากอ’ คือ ทำไมพี่น้องคนอื่นถึงไม่เป็นอย่างนี้ คำว่าเป็นอย่างนี้ก็คือ ผมมีความรู้สึกที่แปลกไปจากพี่น้องคนอื่น เช่น มีความใฝ่ใจเรื่องศาสนา



วันหนึ่งผมก็เลยถามน้าสาวซึ่งเป็นผู้เลี้ยงดูผมว่าตอนที่แม่ตั้งท้องผม แม่ทำอะไรบ้าง? นี่เป็นความอยากรู้นะ เอามาเล่าตรงนี้เป็นแค่องค์ประกอบ ไม่ใช่เป็นคำตอบ ผมไม่กล้าถามแม่โดยตรง เพราะกลัวแม่จะมีอคติอะไรบางอย่างที่ต้องนึกถึงตัวเอง แต่ก็มีคำยืนยันตรงกันจากปากของป้าและน้าว่า ในช่วงที่แม่ตั้งท้องผมเป็นช่วงเข้าพรรษา แม่ตั้งครรภ์ไปทำงานอะไรไม่ได้ ทีนี้ในการเข้าพรรษานั้น ปกติผู้สูงอายุเขาจะต้องทำกิจกรรม เหมือนกับทำสิ่งพิเศษ คือการฟังการสวดหรือการอ่านคัมภีร์พระมาลัย แต่เนื่องจากว่าวัดที่นั่นไม่มีใครอ่าน เขาเลยเอามาอ่านกันเอง แต่คนที่จะอ่านคัมภีร์พระมาลัยได้ก็หาไม่ค่อยได้ในสมัยนั้น ถ้าเป็นพวกผู้ชายที่เคยบวช เคยเรียน เขาก็มีงาน เพราะการอ่านคัมภีร์ ต้องมาอ่านตอนหัวค่ำ แล้วบางทีเขาเหนื่อยๆ เขาก็ไม่อยากอ่าน

แม่ผมตั้งท้องผมหลายเดือนแล้ว ก็เลยไม่ต้องไปทำงานอะไร และเป็นผู้หญิงที่มีความสามารถในการอ่านหนังสือ ป้าอ่านหนังสือไม่ออก แม่ผมเป็นคนแรกที่เรียนจบแล้วก็อ่านหนังสือได้ และสอนภาษาไทยให้คนอื่นด้วย ตอนเป็นสาวๆ แม่เลยมีหน้าที่อ่านคัมภีร์พระมาลัยตลอดทั้งพรรษานั้นเลย พอออกพรรษาแล้วก็คลอดผม ผมได้คำตอบว่า อ๋อ! เพราะเหตุนี้นี่เองทำไมผมจึงเป็นคนฝักใฝ่ ที่จะโน้มไปสนใจเรื่องทางศาสนาอะไรประมาณนี้นะ เพราะอะไรครับ? เพราะในสมัยที่แม่อ่านคัมภีร์พระมาลัย แม้จะเป็นผู้หญิง แม้จะไม่ใช่เป็นพระ แม่ต้องอยู่ในพื้นที่ที่ถูกยกย่อง เพราะการฟังคัมภีร์พระมาลัย หมายถึงฟังคัมภีร์ที่ศักดิ์สิทธิ์ คนฟังบางคนต้องนั่งพนมมือไหว้ แล้วก็มีความรู้สึกอะไรบางอย่างที่เป็นความรู้สึกที่พิเศษเพราะมีความเชื่อ เขาถึงมาทำกิจกรรมนี้กันในช่วงเข้าพรรษา ความเชื่อที่มีความรู้สึกอะไรบางอย่างที่คนอื่นมีก็เข้าไปประทับอยู่ในใจของแม่ด้วย แล้วความรู้สึกนั้นน่ะ ผมเข้าใจว่ามันมีความหมายต่อต้นทางของสายธารชีวิตของผมไม่ใช่น้อย ที่เกิดมาในพื้นที่ที่ตอนนั้นสามารถรับรู้โลกผ่านใจของแม่ รับรู้สิ่งต่างๆ ผ่านแม่ ผมว่านี่คือตัวอย่าง ผมไม่ต้องการพูดว่าผมดีนะครับ แต่ต้องการเพียงแค่ยกตัวอย่างเข้ามาประกอบความหมายของสิ่งที่เป็นชีวิต



ผมเชื่อว่า พ่อและแม่ที่เป็นต้นทางจะต้องทำสิ่งหนึ่ง ก็คือ หย่อนเมล็ดพันธุ์ของความเมตตากรุณา ไม่ใช่ด้วยถ้อยคำนะครับ แต่ด้วยสภาวะจิตที่เรามีความยึดโยงผูกพันกับลูกของเรา ลูกของเราที่เรามีความยึดโยงสัมพันธ์แบบนี้ ไม่ต้องไปคิดปรุงแต่งอะไร เพราะเรามีธรรมชาติของความรัก ที่เรียกว่าเมตตาและกรุณาอยู่โดยธรรมชาติแล้ว ขอเพียงแค่อย่าให้สายลมแห่งความหงุดหงิดรำคาญเรื่องอื่นเข้ามาพัดผ่านให้มันกระทบกระเทือน ไม่ว่าชีวิตของเราจะเป็นเช่นไร เราต้องทำตรงนี้ เพราะฉะนั้นทุกครั้งที่ผมมีโอกาสสนทนากับใครที่อยู่ในช่วงวัยโดยเฉพาะกับคุณแม่ ผมจะพยายามสื่อสารสิ่งนี้ วันนี้คือโอกาสทอง หมายความว่า เราต้องปลูกฝังสิ่งนี้ลงไปในจิตของลูกของเรา นั่นก็คือ เราจะต้องมีเมตตากรุณากับสรรพสิ่งให้ได้ ตอนนั้นจะไม่นำเอาเรื่องของความโกรธ ความหม่นมัวใดๆ มาใช้ในความหมายแบบที่ว่านี้นะครับ

ผมถึงกับเคยขอลูกศิษย์คนหนึ่งซึ่งเขาตั้งครรภ์ โดยที่ฝั่งผู้ชายไม่รับผิดชอบจึงทิ้งเขาไป วันที่เขามาหาผม แล้วเขาถามผมว่า หนูควรจะปฏิบัติอย่างไรบ้าง ผมบอกเขาอย่างหนึ่งว่า ถ้าคุณมีความรู้สึกดีที่จะเชื่อผม โปรดทำสิ่งหนึ่งให้ได้ นั่นคือ อย่าปล่อยให้ความโกรธ ความเกลียดผู้ชายที่เป็นพ่อของลูกที่อยู่ในครรภ์ของคุณ เกิดขึ้นในใจคุณเป็นอันขาดนะ เขาบอกมันยาก ผมบอกถึงยากต้องทำ ผมก็ใช้ภาษาที่ผมใช้เมื่อตะกี้ โปรดทำความรู้สึกให้ได้ว่าคุณมีความปรารถนาจะเป็นแม่ แต่ว่าคุณเป็นแม่ไม่ได้นะ ถ้าไม่มีผู้ชายคนหนึ่งเข้ามาในชีวิตของคุณ แต่คุณมีความปรารถนาที่จะเกิดมาชาตินี้เพื่อ



จะเป็นแม่ รู้ดีว่าต้องเป็นแม่ ขนาดเรียนหนังสือไม่จบคุณยังเป็นแม่แล้ว ตอนนั้นเขาเรียนปีสาม และสุดท้ายผมบอกว่า เขาทำหน้าที่เขาเสร็จแล้ว เขาจึงจากคุณไป ขอบคุณเขาที่เขาได้เสียสละเวลา ขอบคุณเขาที่ได้ยอมเสียสละเพื่อมาทำหน้าที่ ปัจจุบันนี้คือคุณที่เป็นแม่ โปรดอย่าให้ความเกลียด ความโกรธปรากฏขึ้นในใจ จะโดยวิธีใดก็แล้วแต่ ถ้าจะเชื่อผมทำอุบายวิธีว่า คุณมีจิตปรารถนาและขอให้เขามา เมื่อกี้ผมเล่าว่าผมอ่านมหาภาพย์อินเดียเยอะ ในมหาภาพย์ทางอินเดีย เทพต้องมาสมภพ ก็คือ เทพต้องมาเป็นผู้ให้กำเนิด เพราะฉะนั้น เวลาเราพูดถึงพระเอกยุธิษเฐียร คือ ธรรมเทพหรือพระยายมเป็น

ผู้มาทำให้เขาเกิดครับ *เพราะฉะนั้นความหมายที่ว่านี้ เขาก็เป็นเทพที่มาให้สมภพลูกของคุณ คุณอย่าไปโกรธเขา ต้องทำให้เกิดความรู้สึกที่ดี เพราะความหมาย ผู้หญิงคนหนึ่งเกลียดโกรธผู้ชายไม่ใช่เป็นประเด็น แต่ถ้าลูกคนหนึ่งถูกมอบความโกรธความเกลียดนี้ไว้ในใจ ให้โกรธ ให้เกลียดพ่อ นั่นคือปัญหาชีวิตของเขาทั้งชีวิตนะครับ อย่าทำสิ่งนี้ให้เป็นปัญหากับลูกของคุณเป็นอันขาด* เขาเชื่อผมนะ แล้วนั่งลงประกอบพิธีกรรมก่อนที่จะสมาทานว่า นับตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป อะไรประมาณนี้ ซึ่งก็ดีนะผมเจอเขาทีไรเขาก็มาคุยกับผมโขมงโฉงเฉงเลยว่า ลูกเขาน่ารักมาก สิ่งแรกที่เจอเขาทุกครั้ง เขาจะต้องเปิดโทรศัพท์มือถือเพื่อจะให้ผมดูรูปที่ปรากฏอยู่บนหน้าจอ ซึ่งรูปนั้นก็คือรูปของลูกที่น่ารักมากๆ เป็นเด็กผู้ชายที่มีหน้าตาสดใส ไม่มีความรู้สึกว่าเขามีปัญหาอะไรเลย

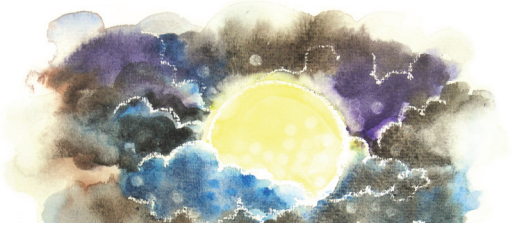
ที่พูดเช่นนี้เพื่อจะตอบคำถามนี้และเพื่อจะคุยกับคุณพ่อคุณแม่ทุกคนว่า *เราเกิดมาเพื่อจะเป็นพรหม เวลาเราพูดถึงพรหมวิหาร เราจะบอกว่าพวกเราต้องเป็นพรหมผู้ให้กำเนิดบุตรธิดาของเรา บุตรธิดาต้องเป็นบุตรของพรหม เพราะฉะนั้น ความหมายที่ว่านี้จึงเป็นความหมายที่ขอให้พวกเราทุกคนไม่ว่าจะดำรงตำแหน่งหน้าที่ทางสังคมเป็นอย่างไร แต่ในความหมายของชีวิตนี้ เราเป็นพ่อและเป็นแม่ คือเป็นพรหมของลูก เพราะฉะนั้นเราต้องบ่มเพาะให้เกิดเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ที่สมบูรณ์อยู่ในใจเรา อย่าปล่อยให้คลื่นลมของความรู้สึกขัดเคือง ความรู้สึกขุ่นมัวเข้ามาทำให้สิ่งเหล่านี้มันถูกบดบัง*



ชีวิตมีแต่ความเร่งรีบ มีแต่การแข่งขัน ถ้าอยู่กับความกรุณา จะเอาชีวิตรอดหรือไม่

ผมจะตอบใหม่ว่า *เราจะมีชีวิตรอดได้เพราะอยู่กับความเมตตากรุณานะ* คำว่า 'รอด' หรือ 'ความรอด' เป็นภาษาทางศาสนา ที่เราไม่รอดอยู่ในปัจจุบันเพราะว่าเราปล่อยเวลาให้กับเรื่องราวที่จริง ๆ แล้วไม่ใช่สาระสำคัญของชีวิตสักเท่าไร เรามีความหมายเชิงความหวั่นกลัว เชิงความรู้สึกกังวลกับอนาคต และความกลัวและกังวลกับอนาคตนี้ทำให้เราพลัดพรากห่างไปจากสายธารหรือต้นทางที่เป็นเมตตาธรรม และการุณยธรรม

ที่ผมพูดเช่นนี้ คือ พวกเราสัมผัสรสชาติของชีวิตผ่านการคิดตัดสิน เมื่อเช้าพูดถึงว่า *เราเสพติดรสชาติของชีวิตผ่านการคิดตัดสินว่า อะไรดี อะไรชั่ว อะไรผิด อะไรถูก และที่สำคัญ ความคิดตัดสินแบบที่ว่านี้ มันทำให้เราเกิดความรู้สึกเป็นเชิงปรารถนาหรือรังเกียจ พูดกันตรงๆ ว่าเรามีโลกซึ่งถูกผ่าเป็นสองซีก ซีกหนึ่งเราจะโอบกอดไว้ไม่ให้หลุดหายไปไหน อีกซีกหนึ่งเราจะผลักไสให้มันห่างไกลไปจากชีวิตของเรา แต่จริง ๆ โลกใบนี้เราไม่สามารถ*



ผ่าเป็นสองซีกได้ ขณะที่เรากำลังโอบกอดโลกที่เราปรารถนาไว้ เราก็โอบกอดโลกที่น่ารังเกียจในความรู้สึกของเราเช่นเดียวกัน หรือในขณะที่เราผลักไสอะไรบางอย่างซึ่งเป็นสิ่งที่เราไม่ปรารถนา เท่ากับเราผลักไสโลกส่วนที่เราต้องการโอบกอดเช่นเดียวกัน

เราจะต้องไม่เสพรสชาติของชีวิตผ่านการคิดเพื่อแยกโลกเป็นสองซีก *แต่ต้องทำให้เกิดความหมายที่เราเกิดมาสู่โลกใบนี้เพื่อจะโอบกอดโลกนี้ทั้งใบ คำว่า 'ทั้งใบ' ก็คือ ไม่ว่าจะเป็นความสำเร็จหรือความล้มเหลวที่เข้ามาสู่ชีวิตเรา นั่นคือสิ่งที่เป็นโอกาสอันประเสริฐที่เราจะได้เรียนรู้ ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเป็นความสมหวังหรือความผิดหวัง ขอให้เราเปิดประตูต้อนรับโอบกอดสิ่งนั้น* ความรู้สึกแบบนี้เป็นความรู้สึกที่เราปรุงขึ้นมาโดยความคิด ทำให้เกิดสิ่งที่เป็นสองส่วนนี้ชัดเจน และเราก็รู้สึกรังเกียจ เกลียดกลัวโลกฝ่ายที่เราไม่ปรารถนา และเราก็โหยหาโลกส่วนที่เราปรารถนา เพราะฉะนั้น ถ้าพวกเราใครนับถือ

พระพุทธศาสนา จึงไม่ใช่เรื่องแปลกเลย ที่ตอนเช้าเราสวดมนต์ทำวัตรเช้ากัน จึงมีข้อความว่า การประสบพบสิ่งที่ไม่น่าปรารถนานั้นก็เป็นทุกข์ พลัดพรากจากสิ่งที่ปรารถนานั้นก็เป็นทุกข์ นี้คือความหมายที่มีปรากฏอยู่ในคำสอนที่สวดสาธยายทุก ๆ เช้า เหมือนกับย้ำเตือนความรู้สึกของเรา เพราะฉะนั้นสิ่งที่เป็นความหมายของความปรารถนา มาจากความอยากที่เรากำหนดหมายของเราขึ้นมา และทำให้สิ่งที่สนองตอบความอยากได้นั้น เป็นสิ่งที่น่าปรารถนา สิ่งที่ไม่สนองตอบ คือขัดขวาง ก็เป็นสิ่งไม่น่าปรารถนา นึกถึงภาพเวลาที่เราเดินทางไป เราจึงพบกับสองสิ่งนี้เสมอ และเราก็มีความรู้สึกแย่ทุก ๆ ครั้ง เมื่อตะกี้ที่เราพูดถึงการเดินทางท่องเที่ยว *เราบอกว่าอย่าไปตั้งใจปรารถนาว่าจะต้องเห็นแต่ดอกไม้ เพราะบางทีสิ่งต่าง ๆ ข้างถนนอาจจะมีสิ่งอื่นที่ไม่ใช่ดอกไม้ แม้กระทั่งถังขยะที่เทศบาลวางไว้ข้างถนน ก็เป็นสิ่งที่น่าจะได้ชื่นชม ว่าเทศบาลเมืองนี้ทำถังขยะดีนะ อะไรประมาณนี้น่ะนะ แล้วถ้าเราทำจิตแบบนี้ เราก็จะมีความเพลิดเพลินกับการเดินทาง ที่บางส่วนอาจจะเป็นทุ่งดอกไม้ บางส่วนอาจจะเป็นพื้นที่ซึ่งมีขยะ แต่ไม่ว่าจะเป็นดอกไม้หรือเศษขยะ นั่นคือโอกาสของเราที่จะได้เห็น เพราะเราอาจจะไม่ได้เดินทางผ่านมาที่นี่อีกแล้ว เราจะไม่ได้เห็นถังขยะของเทศบาลนี้อีกแล้ว เราอาจจะไม่ได้เห็นต้นไม้ที่เทศบาลนี้ปลูกไว้อีกแล้ว เพราะฉะนั้น ขณะที่เราขับรถผ่านไปตรงนั้น โปรดชื่นชม!*

ผมเข้าใจว่าในชีวิตของเราก็เหมือนกัน *เราเหมือนกับสายธารลำน้ำที่ต้องไหลผ่านทั้งในแนวเขตป่าและเขตเมืองนะครับ และสุดท้ายสายน้ำก็ไหลไปๆ ไม่หยุด บางครั้งก็เป็นพื้นที่หน้าผาชัน ก็ยังกลายเป็นน้ำตกให้สวยงามได้ เมื่อไปถึงแอ่งที่น้ำต้องขังอยู่นานก็ยังเป็นอ่าง เป็นทะเลสาบ* เป็นอะไรก็ว่าไปใช่ไหมครับ? ถ้าเราทำให้เป็นความหมายนี้ได้ นั่นคือ โอกาสของเราที่จะได้มีชีวิต และชีวิตที่เรามีในความหมายนี้เป็นความหมายที่สำคัญ และตรงนี้คือหัวใจสำคัญที่เราต้องถ่ายโอนความรู้สึกแบบนี้ให้กับลูกของเรา



น่าเสียดายนะครับ น่าเสียดายเป็นที่สุด ที่ผมพูดเช่นนี้ไม่ได้คิดเอาเอง ผมพูดจากประสบการณ์ของครูที่สอนหนังสืออยู่ในระดับอุดมศึกษา ลูกศิษย์ของผมคือเยาวชนที่อยู่ในช่วงวัยหนุ่มสาว หนุ่มสาวที่ผ่านเข้ามาสู่การเรียนรู้ร่วมกันกับผมในสมัยที่เป็นครูอยู่ *สิ่งหนึ่งที่ผมพบ เยาวชนเหล่านั้นมีภาระหนักอึ้งกับการแบกความปรารถนาของพ่อแม่ เขาอยากปล่อยลง อยากวางทิ้ง แต่เขาก็ทำไม่ได้ ทำไม่เป็น ทั้งที่ความจริงนี่คือภาระอันหนึ่งเหมือนกันนะ อย่าให้ลูกต้องแบกภาระคือความอยากของเราเลย* เพียงแค่ว่าให้เขามีภาชนะหรือมีอุปกรณ์ที่จะบรรจุอะไรก็ได้ เหมือนกับให้เป้สักใบ ไม่ต้องใส่อะไรให้หนักมากก็ได้นะครับ นึกถึงภาพ ตอนที่ส่งลูกเรียนอนุบาล เขาต้องมีเป้ข้างหลัง แต่อย่าไปใส่อะไรให้หนัก หนังสือเรียนก็ไม่ต้องใส่นะครับ นึกถึงภาพเด็กอนุบาล เปิดกระเป๋าดูสิ จริง ๆ ไม่มีอะไรหรอก แต่ก็ต้องทำให้ทะมัดทะแมงใช่ไหมครับ ต้องมีเป้สะพายหลัง แต่เราจะเอาหนังสือไปใส่ในเป้นั้นไม่ได้หรอก เพราะถ้าเป็นหนังสือมันจะหนักเกินไป ให้เขาได้รู้สึกว่าเขามีเป้สะพายข้างหลัง แต่ไม่จำเป็นต้องมีอะไรซึ่งเป็นสัมภาระที่หนักเกินไป เราทำให้เกิดความหมายว่า เขามีใจของเขาที่พร้อมจะรับและเรียนรู้ อย่าไปด่วนสรุปให้เขารู้สึกได้ถึงความหมายซึ่งเป็นความอยากของเราเอง เปิดโอกาสให้เยาวชนคนหนุ่มสาวเติบโตแล้วมีความสามารถในการสรรสร้างความหมายแห่งชีวิตของเขา

ผมเข้าใจว่านี่เป็นรายละเอียดที่พ่อแม่รู้อยู่แล้ว ผมไม่มีลูกก็ย่อมจะไม่ค่อยรู้เท่าไรนะครับ แต่แม้จะไม่มีลูกเป็นตัวเป็นตนเป็นคนๆ เนี่ย แต่ความที่ไปอยู่ในมหาวิทยาลัยก็มีโอกาสพบลูกของเพื่อนมนุษย์ ที่ผมรู้สึกรักเขาไม่ต่างอะไรจากลูกผมเอง และผมพบว่าสิ่งที่น่าเห็นใจเป็นที่สุดก็คือ เยาวชนคนหนุ่มสาวเหล่านั้นต้องแบกภาระอะไรบางอย่าง ซึ่งเขาเองก็ไม่รู้ว่ามันคืออะไร เขาจึงมีคำถามว่า ต้องทำสิ่งนี้ทำไม? หรือ ต้องทำอย่างนี้ทำไม? ถ้าจะเปิดประเด็นให้เขาก็คือ ทำให้เขารู้ว่าเขามีชีวิต และเขาจะได้เรียนรู้ และความรู้สึกแบบนี้ที่ไม่ใช่เป็นคำตอบสำเร็จรูป จะทำให้เขามีความเชื่อมั่นว่าเขามีศักยภาพที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้มากมาย เพราะฉะนั้น *อย่ากลัวความล้มเหลวและอย่ากระหายความสำเร็จ จนกระทั่งทำให้ชีวิตนี้ต้องอยู่กับความกลัว*และความกังวล ให้เขามีความรู้สึกพร้อมที่จะประสบความสำเร็จและเขาพร้อมที่จะประสบความล้มเหลวอย่างไม่หวั่นไหว นึกถึงภาพนะครับ *ถ้าเราประสบความล้มเหลว ก็เป็นโอกาสที่จะได้เรียนรู้ว่าทำไมเราจึงไม่สำเร็จ แต่ถ้าเราประสบความสำเร็จก็จะได้เรียนรู้ ว่าทำไมเราถึงสามารถทำสิ่งนี้ได้สำเร็จ และผมเข้าใจว่าทุกครั้งที่ได้มีโอกาสแบบนี้ คือโอกาสอันประเสริฐ และโอกาสแบบนี้ ต้องมาจากใจของพ่อแม่ที่เข้าใจความหมายนี้ แล้วพอเข้าใจความหมายนี้เราก็จะอยู่กับลูกด้วยความรู้สึกที่มีเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขาด้วย*

ทำตัวเหมือนกับไปแอบดูลูกถูกครูจูงเข้าห้องเรียน ใจแทบขาดที่เห็นลูกร้องไห้ แต่ก็ปล่อยให้เหตุการณ์นี้เป็นไปโดยไม่ขัดขวาง ความหมายแบบนี้เป็นความหมายที่พวกเราทุกๆ คน จะสามารถทำให้เกิดชีวิตใหม่ ชีวิตอีกชีวิตของเรานี่แหละที่จะได้เดินทางท่องไปบนโลกกว้าง และก็ไม่รู้สึกรังเกียจเกลียดกลัวความยากลำบากที่เราเคยประสบมา *ปัญหาคือพ่อแม่เคยลำบากแล้วไม่อยากให้ลูกลำบากอีก ก็เลยมีอะไรที่ป้องกันความยากลำบากนั้นก็ทำเสีย ทำไปทำมากลายเป็นว่าลูกเกลียดกลัวความลำบากไปด้วย และกลายเป็นว่าเขาเลยกลัวไป ทั้งที่ความลำบากนั้นก็ยังมาไม่ถึง แต่เขารู้สึกกลัว กลัวจนกระทั่งกลายมาเป็นความหมายที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้*



สิ่งที่เป็น*หัวใจสำคัญของพ่อแม่ก็คือ ทำอย่างไรที่จะมอบความกล้าหาญในการมีชีวิตอยู่ให้กับลูก* ที่นี้ความกล้าหาญที่จะมีชีวิตอยู่นั้น ต้องทำให้เกิดความรู้สึกว่า เหมือนกับเราไปเดินทางท่องเที่ยว เรามีความปรารถนาที่จะรู้ทุกสิ่ง ปัจจุบันเวลาผมมีโอกาสคุยกับคนที่เป็นแฟนกัน ผมจะยุเขา ต้องหาโอกาสไปเที่ยวบ้างนะ ถ้ามีตังค์มากก็ไปเที่ยวต่างประเทศ ถ้าไม่มีมากนัก ก็ไปเที่ยวต่างจังหวัด เขาถามว่าทำไมถึงต้องทำ ผมบอกว่า ไปเที่ยวเนี่ยให้ไปเที่ยวด้วยกัน เพราะตอนเราไปเที่ยวกันที่หนึ่ง เราไม่อาจรู้ได้ว่าสถานการณ์ข้างหน้าจะเป็นอย่างไร เราไม่สามารถจะตัดสินได้ว่าอะไรจะเกิดหรือไม่เกิด แต่เรามีความพร้อม ที่จะประสบพบมัน และพอเรามีความพร้อม ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น เราจะไม่โทษซึ่งกันและกัน แต่จะร่วมกันตัดสิน ว่าเราควรจะแก้ปัญหากันอย่างไร และสุดท้ายเราก็ช่วยกันแก้ปัญหา



นึกภาพสิ เวลาเราไปเที่ยว บางครั้งนอนที่ไหนยังไม่รู้เลยทั้งที่จะมืดแล้ว กินอะไรยังไม่รู้เลย ทั้ง ๆ ที่หิวแล้ว เพราะฉะนั้น การที่เรายังไม่รู้ว่าจะนอนที่ไหน ยังไม่รู้ว่าจะกินอะไร มันจะได้ช่วยกันคิด พอช่วยกันคิดเนี่ยนะ บางคนเป็นแฟนแล้วไปเที่ยวกันแล้วเลิกกันเลยก็มี ผมบอกนั่นแหละ คือไม่ได้เรียนรู้ไง เพราะสุดท้ายแล้วเวลาเราไปถึงจุด ๆ หนึ่ง คำว่า 'ช่วยกันคิด' คือไม่ใช่คิดเพื่อตัวเอง คนที่เป็นแฟนกันแล้วเลิกกัน เพราะคิดถึงแต่ตัวเอง คนเป็นแฟนต้องคิดถึงจิตอีกดวงหนึ่ง เวลานั่งลงที่โต๊ะอาหารแล้วก็ถามว่าจะกินอะไรเนี่ย แล้วต่างสั่ง คุณสั่งสิ เธอสั่งสิ แล้วสุดท้ายถ้าคุณสั่ง คุณต้องคิดถึงหัวอกของคนที่เป็นแฟนคุณว่าเขาชอบอะไร แล้วคุณสั่งที่เขาชอบสิ ที่เป็นปัญหาเพราะคุณสั่งที่คุณชอบ แล้วเขาไม่ชอบ แต่ถ้าเมื่อใดคุณสั่งอาหารที่คุณแอบรู้มาว่าแฟนชอบ สิ่งนี้แหละ ถ้ายังไม่รู้ก็ต้องไปหาความรู้มา ถ้าวันนี้ยังไม่รู้ พรุ่งนี้ต้องรู้ แล้วความหมายแบบนี้แหละคือโอกาสที่เราจะได้เรียนรู้เพื่อเป็นคู่ชีวิตที่ยั่งยืนมั่นคงในอนาคต *คนที่เป็นคู่ชีวิตที่ดี เขาจะทำสิ่งที่คู่ของเขามีความสุข จะงดเว้นไม่ทำสิ่งที่จะนำมาซึ่งความทุกข์ของจิตอีกดวงหนึ่ง อะไรจะยากสักเพียงใด ถ้าคู่ชีวิตมีความสุขจงทำสิ่งนั้น แม้จะง่ายและอยากทำมากเพียงไร แต่ถ้าคู่ชีวิตไม่เป็นสุข อย่าทำ นี่คือหลักการง่ายๆ ของการเรียนรู้เพื่อการมีชีวิตคู่ที่งดงาม*



คู่ชีวิต
คือคนเบื้องหน้าเรา ณ ปัจจุบัน

จริง ๆ แล้วไม่ใช่เฉพาะคู่ชีวิต ผมพูดคู่ชีวิตเพื่อให้มันง่าย ไม่สลับซับซ้อน และไม่ต้องตั้งคำถาม แต่หลักการปฏิบัตินี้ควรต้องปฏิบัติกับทุกๆ คน เวลาเราทำสิ่งนี้ได้แล้ว ก็ทำสิ่งนี้กับทุก ๆ คนนะครับ

ใครก็ตามทีที่มาอยู่เบื้องหน้าเรา ณ ปัจจุบันตอนนี้ เราจะทำสิ่งนี้กับคน ๆ นั้น อย่าไปคิดว่าค่อยทำกับคนต่อไป ไม่ใช่นะครับ ทำกับคนข้างหน้าเรานี่แหละครับ ความคิดที่ว่าพรุ่งนี้ค่อยทำน่ะไม่ได้ ต้องทำวันนี้และเดี๋ยวนี้นะครับ ภาษาที่เราใช้ว่า ทำที่นี่และเดี๋ยวนี้ และตรงนี้แหละครับ คือหัวใจสำคัญของการมีชีวิตอยู่ เพราะสุดท้ายแล้ว สิ่งที่มันเป็นปัญหาสำหรับมนุษย์ในปัจจุบัน คือความกลัวกับสิ่งที่จะเกิดในอนาคต เหตุการณ์ยังไม่เกิดแต่ความกลัวนั้นคุกคามเราแล้วครับ เพราะสิ่งที่เป็นความหมายที่สำคัญก็คือการ ที่เราอยู่กับปัจจุบันให้ได้

เมื่อเราเริ่มต้นด้วยกรณี 13 ชีวิตในถ้ำ คนคิดกันแทบเป็นแทบตายนะว่าจะช่วยเขาออกมาทีละคนสองคน จะให้ใครออกก่อน มีเสนอทฤษฎีเยอะ

เลย บ้างก็ให้คนอ่อนแอออกมาก่อน เพราะอ่อนแอ ร่างกายอ่อนแอแล้วควรจะได้รับการช่วยเหลือ บ้างก็บอกไม่ได้ ต้องให้คนเข้มแข็งออกก่อน เพราะตอนออกมาครั้งแรกจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ยังไม่รู้ว่าจะเป็นอย่างไรใช่ไหม เถียงกันแทบเป็นแทบตาย แต่วันที่เยาวชน 13 ชีวิตมานั่งให้สัมภาษณ์ คุณสุทธิชัยถามว่ามีหลักเกณฑ์ในการเลือกอย่างไร เขาบอกให้คนที่อยู่บ้านไกลได้ออกไปก่อน จะได้ปั่นจักรยานกลับบ้าน นึกถึงภาพ เขาคิดกันว่าใครบ้านอยู่ไกลออกไปก่อนจะได้ปั่นจักรยานกลับบ้าน ไม่ได้มีอะไรซับซ้อนเลย เขาไม่รู้นะว่าข้างนอกคนคิดกันแทบเป็นแทบตาย นี่คือเหตุผลและคำตอบว่า ทำไมเขาจึงมีชีวิตอยู่ในถ้ำถึงเก้าวันสิบวันได้ แน่นอนเขาอดอาหาร แต่ผมเข้าใจว่า เขามีสิ่งที่เป็นความหมายอะไรบางอย่างในใจของเขา เขาไม่ได้คิดอะไรที่ซับซ้อนในเชิงความหวั่นกลัว แน่นอน เขากลัวนะครับ แต่เขาควบคุมความกลัวนั้นได้ คำว่า ‘ควบคุมได้’ คือไม่ปล่อยให้ความกลัวนั้นคุกคาม นึกถึงภาพบางคนนี่นะครับ ไม่ต้องไปติดถ้ำถึงเก้าวันสิบวันนะครับ ถ้าถูกความกลัวคุกคาม แม้ช่วงสั้นๆ ในชีวิตยังแทบจะเอาชีวิตไม่รอด

ประเด็นนี้ คือหัวใจสำคัญที่เรากำลังพูดถึงพ่อแม่ที่กำลังให้กำเนิดเกิดชีวิตใหม่ คือลูกของเรา เราต้องให้กำเนิดเกิดชีวิตลูกของเราที่มีความหมายซึ่งเป็นมิติภายใน แน่นอนนะครับ บางท่านลูกท่านเติบโตแล้ว ท่านไม่สามารถกลับไปใหม่ได้ แต่โอเคนะครับ สิ่งที่เป็นปัจจุบัน ทำสิ่งที่ดี แต่ถ้าวันนี้ใครกำลังเริ่มต้นที่จะมีชีวิตใหม่ๆ เป็นลูกของเรา ก็โปรดทำความเข้าใจเถิดครับว่า *สิ่งที่เป็นหัวใจสำคัญคือปล่อยให้เขาได้มีโอกาสเรียนรู้*

ครั้งหนึ่งมีประสบการณ์จากกรณีที่มีเพื่อนซึ่งเป็นอาจารย์อยู่ที่มหาวิทยาลัยไปคลอดลูกที่โรงพยาบาลแม่และเด็กเชียงใหม่ เพื่อนของผมคนนี้แต่งงานมีสามีเป็นชาวออสเตรเลีย และพอไปคลอดลูกที่โรงพยาบาลก็ใช้วิธีผ่าตัดคลอดลูก พอคลอดลูกออกมาแล้วเขามีข้อบังคับว่า แม่ที่มาคลอดลูกทุกคนจะต้องให้ลูกดื่มนมจากถันของแม่ ห้ามไม่ให้ดื่มนมที่ผลิตขายในท้องตลาด นี่เป็นข้อบังคับเลย เพราะฉะนั้น ทุกคนเมื่อไปคลอดลูกที่นี่แล้ว คุณหมอจะมาบรรยายให้คุณพ่อคุณแม่ฟังถึงประโยชน์ คุณค่าของการเลี้ยงดูลูกด้วยนมของตัวเอง แต่บังเอิญว่าเพื่อนผมคนนี้พอผ่านการผ่าตัด นอนอยู่บนเตียงลุกขึ้นไปไหนก็ไม่ได้ จะให้สามีไปฟังก็ฟังไม่ได้เพราะเป็นชาวต่างชาติ ฟังไทยไม่รู้เรื่อง ผมยกมือไปในฐานะเพื่อน ผมจะไปฟังมาให้เอง แล้วผมจะกลับมาถ่ายทอดให้เขาฟัง ผมเลยได้เข้ารับฟังการบรรยายของคุณหมอพร้อม ๆ กับคุณพ่อคุณแม่คนอื่น ๆ หลายคนทีเดียว

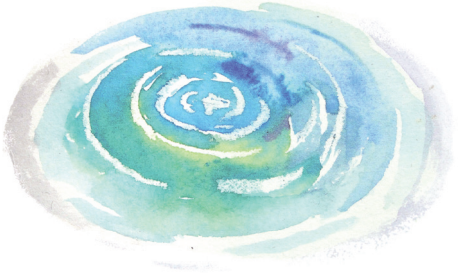


แล้วคุณหมอท่านก็บรรยายให้ฟังว่าการให้ลูกดื่มนมจากถันของแม่มีประโยชน์อย่างไร ท่านบรรยายว่า แม้จะมีความยุ่งยากในตอนแรก แต่อย่าใจอ่อนยอมให้ลูกดื่มนมจากขวดนม เพราะถ้าทำเช่นนั้นสักครั้งลูกจะติดกับความง่าย เพราะดื่มนมจากขวด มันมีหัวนมที่ออกแบบมาอย่างดี ให้พอเหมาะกับปากของเด็ก มีหลายเบอร์ให้เลือก เพียงแค่สอดเข้าไปในปาก น้ำนมก็จะไหลออกมาแล้ว แต่ถ้าดื่มนมจากอกของแม่ หัวนมแม่ก็ไม่ได้ออกแบบมาให้พอดีกับปากลูก บางทีที่สำคัญ ดูดดื่มไปนั้น นมก็ไม่มี เพราะพึ่งมีลูกคนแรก เพราะฉะนั้นเด็กจะรู้สึกยากลำบาก แต่ลูกก็จะดูดๆ ๆ ได้นมหรือไม่ได้นมไม่สำคัญ ที่สำคัญคือได้มีความเพียรพยายาม เด็กที่ดื่มนมจากขวดนมนะครับ

จะเป็นเด็กมักง่าย กลายเป็นคนที่ไม่กล้าเผชิญกับความยากลำบาก ปฏิเสธอะไรที่ยากลำบาก เพราะฉะนั้นต้องใจแข็ง ให้ลูกดื่มนมจากถันของแม่ ไม่ว่าจะมีน้ำนมหรือไม่มีน้ำนม 48 ชั่วโมง ทารกคนหนึ่งมีชีวิตอยู่ได้แม้จะไม่มีอาหารอะไรเลย เพราะเขาสั่งสมไว้มากพอ เหมือนกับจะออกไปผจญภัยในโลกกว้าง ใช่ไหม? ถึงเก็บสั่งสมไว้ตอนที่อยู่ในท้องแม่ 48 ชั่วโมงเลยนะ คุณหมอยืนยัน เพราะฉะนั้นสองวันเต็มๆ อย่าไปกังวล ที่สำคัญถ้าเกิดลูกคนแรกอาจจะต้องรอเวลาสักวันหนึ่ง เพราะฉะนั้น ผมจึงบอกเพื่อนผมว่า อย่าใจอ่อนเป็นอันขาด ลูกของอาจารย์จะต้องเป็นคนมีความกล้าหาญที่จะเผชิญกับความยากลำบาก อย่าทำให้เขาเสียโอกาส อย่าทำให้เขาเสียโอกาส

ข้อที่สอง สำคัญไม่น้อยนั้นก็คือ น้ำนมจากแม่ไม่มีรสชาติสักเท่าไร มีประโยชน์ก็จริงแต่ไม่มีรสชาติ แต่น้ำนมที่ไปซื้อมาให้เด็กที่เขาออกแบบมาสำหรับทารก ปรุงรสเรียบร้อยแล้ว ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกอร่อย และเมื่อเด็กได้ดื่มนมจากขวดนมแบบที่ว่ามาสักครั้ง เขาจะติดในรสชาตินั้น แล้วก็จะปฏิเสธการดื่มนมจากอกของแม่ตลอดไป หรือทันทีที่ไปดื่มปุ๊บเขาก็จะไม่ดูดนมแม่ แล้วเขาจะขอดื่มนมขวด แล้วแม่ก็จะใจอ่อน สุดท้ายการดื่มนมจากอกแม่ก็ไม่ประสบความสำเร็จ เพราะฉะนั้น อย่าใจอ่อนไปเผลอให้ทารกน้อยดื่มนมที่ผลิตจากโรงงาน เพราะเขาจะติดในรสชาติ เพราะสุดท้ายแล้วการเสพติดรสชาติทำให้เรารู้สึกเหมือนกับว่า เราเอารสชาติเป็นประมาณ ไม่ได้เอาคุณค่าของอาหารมาเป็นประมาณ ผมก็อธิบายให้เพื่อนผมฟัง คือ ตอนไปฟังผมได้

ความรู้เยอะเลย จนเพื่อนผมบอกว่าคุณหมอเขาพูดจริงหรือว่าอาจารย์พูดเอาเอง เขาชักไม่เชื่อแล้ว ผมบอกพูดจริง ๆ ไปถามเพื่อนๆ คนอื่นที่เขาไปฟังด้วยกันก็ได้ แต่ผมอาจจะพูดดีหน่อย ผมคิดว่าผมจับประเด็นได้ดี แต่ความหมายที่สำคัญที่กำลังพูดตรงนี้ให้พวกเราทุกคนฟังว่า จริง ๆ การเรียนรู้เริ่มต้นมาตั้งแต่ในครรภ์ และมาเรียนรู้ครั้งสำคัญเมื่อเราออกมาสู่โลกใบนี้ เพราะ*ทุกครั้งในการเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นในชีวิต ต้องเป็นโอกาสของการเรียนรู้ เรียนรู้วันนี้ก็ไม่สายถ้าท่านมีลูกซึ่งโตมาแล้ว ก็ยังไม่สายที่จะให้โอกาสเขาในการเรียนรู้ ที่สำคัญ ต้องมีความมั่นคง เชื่อมั่นในศักยภาพของการเรียนรู้ที่มีอยู่ในตัวของลูกอันเป็นสุดที่รักของเรา*



ท่ามกลางความกลัว

มีสองส่วนที่อยากพูด ส่วนที่หนึ่งที่อยากจะพูดก็คือ ธรรมชาติแท้จริงที่พูดถึงเมื่อเช้า ที่บอกว่ามีเมตตา กรุณาเป็นฐานอยู่ในใจ แต่ถามว่าธรรมชาติแท้จริงเป็นแบบนี้ แล้วทำไมปัจจุบันคนจึงไม่เมตตากรุณากัน เราพบคนที่มีเมตตากรุณามาเป็นร้อย แต่เราลืมหมดแล้ว แต่ถ้าเราพบคนที่เบียดเบียนเราสักครั้ง เราจะจำไม่ลืมเลย อาจจะลืมชื่อ ลืมเหตุการณ์ ลืมบุคคลไปหมดแล้ว แต่ความกลัวยังมีอยู่ในใจเรา

พวกเราแต่ละคนที่มีชีวิตอยู่ในปัจจุบันตอนนี้มีความกลัวหลายอย่างด้วย ที่เราก็ไม่รู้ว่ามันเกิดความกลัวนี้ขึ้นในใจได้อย่างไร *นั่นก็คือ เหตุการณ์ที่เป็นเหตุการณ์จริง ๆ ของโลกข้างนอกนั่น เราลืมหมดแล้ว แต่ความกลัวที่อยู่ในใจมันไม่ลืม มันตราตรึงจนกระทั่งเรากลายมาเป็นปมเหมือนกับถูกสาป* ผมใช้คำว่าเหมือนกับถูกสาป ก็คือไม่รู้ว่าทำไมฉันเป็นเช่นนี้



ผมเป็นโรคกลัวเข็มฉีดยา กลัวแบบสุดๆ กลัวแบบเห็นเข็มฉีดยาแล้วหน้ามืดเป็นลม ต่อมาผมก็ศึกษาว่า ทำไมผมจึงกลัวเข็มฉีดยามากขนาดนี้ ปรากฏว่าตอนที่ผมยังเป็นเด็กทารกเกิดออกมาจากแม่แล้วเนี่ยนะครับ ป่วยเป็นโรคอะไรก็ไม่รู้ เพราะในสมัยนั้นการดูแลรักษาแบบพื้นบ้าน จนกระทั่งสุดท้ายก็คือ พ่อแม่นึกว่าผมตายแล้ว คนบ้านนอกเขาไม่ได้มีที่นอนเป็นฟูกหนานะ เขานอนบนเสื่อ เพราะฉะนั้นเมื่อรู้ว่าผมตายแล้วเขาจึงเอาเสื่อที่ผมนอนม้วนห่อผมไว้เลย ด้วยหวังว่าสายๆ วันนี้จะได้เอาไปฝัง เพราะว่าเด็กตายเขาไม่เผา เขาต้องฝังนะครับ แต่เหมือนกับมีบุญซึ่งยังมีชีวิตต่อมาได้

นึกถึงภาพสิ บุญขนาดไหน ก็คือเกาะสมุยบ้านผมซึ่งเป็นชนบทห่างไกลมาก ๆ วันดีคืนดี รัฐบาลเขาก็ไปสร้างสุขศาลา ปัจจุบันคือสถานีอนามัย เมื่อก่อนเขาเรียกสุขศาลานะ สุขศาลาคือสถานที่ซึ่งเป็นเหมือนกับโรงพยาบาลนะครับ เมื่อสร้างสุขศาลาเสร็จแล้วต้องมีเจ้าหน้าที่อนามัยไปประจำที่สุขศาลา เขาก็มีกิจอันหนึ่งก็คือ ต้องไปทำความรู้จักกับบุคลากรพื้นถิ่น ที่มีหน้าที่ดูแลเรื่องสุขภาพ ผมมีลุงที่เป็นสามีของป้า เป็นหมอยาโบราณประจำหมู่บ้าน เพราะฉะนั้นเจ้าหน้าที่อนามัยคนนั้นจึงไปเยี่ยมลุง แล้วลุงก็ขอโทษขอโพยที่ไม่สามารถต้อนรับอย่างดีได้ คือปกติต้องต้อนรับทำอาหารเลี้ยงอะไรอย่างนี้นะ

แต่วันนี้เนื่องจากว่าหลานคนหนึ่งป่วยแล้วเพิ่งตายลงเมื่อเช้านี้เอง ทุกคนเลยวุ่นวายอยู่กับเรื่องนี้ เจ้าหน้าที่อนามัยเขาเลยอยากรู้ว่าเด็กตายด้วยเหตุอะไร จึงขอไปดู บ้านไม่ไกลกันไงครับ ลุงก็เลยพาไปดู พอพาไปดูเจ้าหน้าที่อนามัยบอกเด็กยังไม่ตาย ให้รีบพาไปสุขศาลาเดี๋ยวนี้เลย ให้เร็วที่สุด ลุงผมไม่รีรอเลยนะครับ เอาม้วนเสื่อที่มีผมอยู่ข้างในกระโดดลงจากบ้านไป แม่ผมนั่งร้องไห้ ก็บอกลุงว่า รอให้มาพร้อมกันก่อนแล้วค่อยพาไป ให้ญาติๆ มาพร้อมกันแล้วค่อยเอาผมไปฝัง เพราะเข้าใจว่าลุงจะเอาผมไปฝัง ลุงไม่สนใจจะตอบแม่ พาผมไปที่สุขศาลา แล้วก็ฉีดยา เจ้าหน้าที่อนามัยฉีดยาให้ ฉีดๆ ๆ ตามที่เขาเล่าให้ผมฟังว่า ผมเห็นเข็มฉีดยานี่ผมจะส่งเสียงหวีดร้องด้วยความกลัว ตัวสั่น แต่ก็ต้องยอมให้มีการฉีดยา แล้วความกลัวนั้นก็ตราตรึงอยู่ในใจผม จนกระทั่งเมื่อผมโตมากแล้ว ผมมาเห็นฤทธิ์ของความกลัวนี้เมื่อตอนไปเรียนหนังสือ แล้ววันหนึ่งครูบอกว่า นักเรียนทุกคนจะต้องฉีดวัคซีน แล้วก็ไปเข้าแถวฉีดวัคซีน ครูประจำชั้นบังคับให้ไปยืนเข้าแถวเรียงหนึ่ง ผมไปเข้าแถวแต่โชคดีหน่อย ตรงที่ว่าผมตัวเล็ก แถวก็เรียงจากคนสูง ทุกคนถลกแขนเสื้อ นึกถึงภาพแขนเสื้อถลกขึ้นมาแล้ว เพื่อนร่วมชั้นที่ตัวสูงก็เข้าไป พอเข็มปักลงมาตรงนี้นะครับ ผมนี่กลัวตัวสั่นเลย กลัวจนตัวสั่น จนกระทั่งผมแอบทรุดตัวลงแล้วคลานหนีไปเลย ถ้ารู้ข่าวว่ามีการฉีดวัคซีนเมื่อไรผมจะไม่ไปโรงเรียนอีกแล้ว แล้วผมก็ไม่เคยถูกฉีดวัคซีนเลยตั้งแต่นั้นมา





ผมมารู้สึกได้ถึงความหมายนี้แม้กระทั่งมาเป็นอาจารย์ที่มหาวิทยาลัยแล้ว เมื่อไปตรวจเลือด เวลาไปตรวจสุขภาพแล้วก็ต้องตรวจเลือดโดยเอาเข็มมาเจาะที่ปลายนิ้วผม ผมก็วูบเป็นลมไป ยกตัวอย่างนี้ให้ฟัง ความกลัวแบบนี้มาจากไหน ก็มาจากความรู้สึกกลัวที่มันฝังอยู่ในใจ แล้วความรู้สึกแบบนี้ พวกเราแต่ละคนที่ผ่านชีวิตมา เก็บสั่งสมความรู้สึกกลัวแบบนี้ไว้ภายในตัวเอง โดยที่ไม่รู้ว่าเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นเป็นครั้งแรก แต่ความกลัวแบบนี้มีอยู่ เพราะฉะนั้นสิ่งสำคัญก็คือ ทำอย่างไรที่จะทำให้เราสลายความกลัวนี้ นี่เป็นเรื่องราวรายละเอียดที่ต้องคุยกัน แต่ว่าตรงนี้ยกมาเป็นตัวอย่างว่า เรามีสิ่งซึ่งเป็นความรู้สึกแบบนี้อยู่ภายในใจของคนแต่ละคนไม่เหมือนกันนะครับ

บางคนกลัวที่สูง ผมเคยไปเที่ยวกับอาจารย์ท่านหนึ่ง ไปชมโบราณสถานบนยอดเขาวังที่เพชรบุรี เมื่อขึ้นไปยืนชมบนยอดภูเขาสูง แกวูบลงไปนั่งลงกับพื้น ผมถามอาจารย์เป็นยังไง แกบอกขอโทษผมลืมไป ผมถามอาจารย์ลืมอะไร ผมลืมว่าผมกลัวที่สูง คำว่ากลัวความสูงนี่เป็นความรู้สึกอันหนึ่งที่คนกลัวนะครับ เพราะฉะนั้นตอนเราเป็นเด็ก เราอย่าทำอะไรให้เกิดความกลัว ที่ผมพูดเช่นนี้ก็เพื่อจะบอกว่า ในใจเรามีสิ่งเหล่านี้อยู่นะครับ แล้วจะทำอย่างไรถึงจะชำระสะสางนั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

นึกถึงภาพอกหักครั้งหนึ่ง กลัวไปเลย ไม่กล้ามีแฟนใหม่อีกแล้ว มีน้องคนหนึ่ง เธอมายกมือไหว้ผม ขอบคุณนะอาจารย์ ผมถามขอบคุณผมเรื่องอะไร เขาขอบคุณว่าที่คุยกับผมมาหลายครั้ง มีสิ่งหนึ่งที่เขาก้าวผ่านได้แล้ว ก้าวผ่านอะไรผมถาม เมื่อก่อนหนูตั้งใจว่าจะไม่มีแฟนอีกแล้ว แล้วฟังอาจารย์พูดแล้วหนูเปลี่ยนใจ ตอนนี้รู้สึกอยากมีแฟนอีก ผมถามว่าทำไม เขาบอกว่า เขาอกหักครั้งแรกเขาก็เจ็บปวดมากเลย แล้วก็รู้สึกว่า ไม่มีผู้ชายที่ดี ๆ เลย ประมาณนี้นะครับ ผมก็บอกดีแล้วที่รู้เรื่องนี้ เพราะจริง ๆ น่ะ ผู้ชายคนนั้นที่ทำให้คุณกลัว เป็นเพียงให้คุณตระหนักได้ถึงคุณค่าของความรัก และจริง ๆ เขามาเพียงเพื่อจะบอกข่าวสาร ว่าถ้าจะรักให้ยั่งยืน มั่นคง จะทำอย่างไรบ้าง นั่นก็คือ ให้เปิดประตูต้อนรับ เหมือนมีคนมาหาเราที่บ้าน แต่อย่าไปคิดว่าเขาคือขโมย ถ้าคิดว่าเขาคือขโมยแล้วมันจะทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่ดีในการต้อนรับ

ประเด็นเหล่านี้เป็นประเด็นพูดเล่น แต่จริง ๆ ก็คือ *ทำอย่างไรที่เราจะต้องไม่ปล่อยให้ความคิดที่มีฐานของความกลัวมาปรุงรสของชีวิต อย่าทำเช่นนั้นนะครับ ทำอย่างไรที่รักษาใจของเราให้ปลอดพ้น ตอนที่ยังไม่ปลอดพ้นก็ต้องมีวิธีคิด ทำอย่างไรไม่ให้เกิดความกลัว ปัญหาของความกลัวคือปัญหาที่เราคิดปรุงแต่ง คิดปรุงแต่งจากบทเรียนหรือจากประสบการณ์ที่ผ่านมาในอดีตแล้วทำให้สิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตเต็มไปด้วยความน่ากลัว*

ผมมีคนรู้จักเป็นเพื่อนผู้อาวุโสกว่า แกรับราชการอยู่ที่เชียงใหม่เป็นหัวหน้าส่วนราชการ วันหนึ่งนั่งเครื่องบินการบินไทยกลับบ้านที่สุราษฎร์ธานี เครื่องบินไปตก พวกเราจำภาพเหตุการณ์ได้ไหม เครื่องบินการบินไทยไปตกที่ใกล้ๆ กับสนามบินสุราษฎร์ธานี เพื่อนผมเป็นหนึ่งในผู้รอด แล้วแกมาคุยให้ผมฟังว่า แกเนี่ยโชคดีการบินไทยให้แกเดินทางฟรีตลอดทั้งชีวิต แต่แกโชคร้าย แกไม่กล้าขึ้นเครื่องบินอีกแล้ว มันเป็นเรื่องตลกร้ายมากเลย ที่การบินไทยสมนาคุณผู้รอดชีวิตทุกคนให้สามารถเดินทางโดยการบินไทยไปที่ไหนก็ได้ฟรี แต่แกเองเนี่ยไม่กล้าขึ้นเครื่องบินอีกแล้ว ขอโทษนะครับ อยู่ถึงเชียงใหม่ต่อมาจนกระทั่งอายุมาก จะกลับไปปฏิบัติกิจอะไร เช่น มีญาติเสียชีวิตที่สุราษฎร์ธานี ยังขอให้ลูกขับรถพาไปเลย ไม่กล้าขึ้นเครื่องบินการบินไทย ทั้งที่ได้ขึ้นเครื่องบินฟรี ความหมายก็คือ เหตุการณ์ในครั้งนั้นทำให้แกกลัว กลัวจนกระทั่งไม่มีความสามารถที่จะขึ้นนั่งบนเครื่องบินได้อีก ไม่อยากนึกถึง มันน่ากลัวเป็นที่สุด ทีนี้ความรู้สึกน่ากลัวในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นครั้งหนึ่งนี่ *ถ้าพวกเราทำได้ก็ต้องทำให้มันเกิดความหมายที่ไม่ออกมาเป็นเครื่องปรุงรสชีวิตนะครับ เอาเครื่องปรุงรสแห่งชีวิตทิ้งไปเถอะครับ ปรุงรสของชีวิตขึ้นมาโดยอิสระดีกว่า แต่ทำไม่ง่ายนะครับ* ที่พูดมานี้ก็คือ *มีสิ่งสองสิ่งที่ควรระวังก็คือ มันมีเชื้อของความกลัวอยู่ภายใน แล้วเราเอาเชื้อของความรู้สึกนี้มาปรุงรส ทำให้เกิดความหมายที่น่ากลัวกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต คนจำนวนมากจึงกลัว มีชีวิตอยู่กับความกลัว ทั้งที่เหตุการณ์จะเกิดหรือไม่เกิดก็ไม่รู้ แต่ความคิดมันพาไปสู่ความกลัวจนได้*



เป็นมิตรกับความกลัว

คำถามในประเด็นนี้ เป็นเรื่องใหญ่มากของชีวิตเลยนะครับ *เพราะเราแต่ละคนทุกคนต่างก็มีความกลัวอยู่ในใจ อาจจะกลัวสิ่งที่ไม่เหมือนกัน กลัวคนละเรื่อง แต่ก็เป็นความหมายอันเดียวกัน คือทำให้เราสูญเสียความเบิกบานแช่มชื่น กล้าหาญ* ที่นี้ความกลัวเป็นสิ่งที่ไม่รู้ว่ามาสะสมไว้ในใจเราตั้งแต่เมื่อไหร่ จนถึงวันนี้ ใครอายุเท่าไรก็ไม่รู้ แต่ลองทบทวนดู เราจะมีความกลัวอะไรบางอย่างอยู่ในใจ *ทีนี้ความกลัวที่อยู่ในใจมันทำให้ชีวิตของเราที่ว่าเรามีเมตตากรุณาเป็นเจ้าเรือนอยู่นี่ถูกบดบัง เหมือนกับท้องฟ้าที่มีเมฆ ความกลัวนี่เปรียบประดุจดั่งเมฆหมอกที่พัดเข้ามา แล้วทำให้ท้องฟ้าที่แม้ว่าดวงอาทิตย์ยังส่องสว่างเจิดจ้า แต่ก็ทำให้พื้นที่ในกรุงเทพฯ วันนี้ก็จะเป็นพื้นที่ที่มืดได้นะครับ ไม่มีแสงแดด ไม่มีความสดชื่น แม้เรามองขึ้นไปบนท้องฟ้า ท้องฟ้าก็ไม่สวย*

ความหมายที่ว่านี้ คือความเป็นจริงของพวกเรา ที่มีความกลัวพัดผ่านบนน่านฟ้าแห่งใจของเราอยู่ แล้วจะทำอย่างไรให้ความกลัวนี้พัดผ่านไป

นี่คือปัญหาที่น่าใคร่ครวญเป็นที่สุดนะครับ แต่พอเราอยู่ในวังวนแล้วก็เหมือนกับว่าเราตกอยู่ในม่านหมอกนั้น แล้วไม่รู้จะทำอย่างไร ผมคิดว่า



ปัญหานี้ใหญ่และก็เป็นปัญหาที่สำคัญ พูดถึงหลักการไม่ยากหรอก บอกว่าทำลายความกลัวสิ มันก็พูดง่าย นึกถึงภาพสิ ว่าถ้าเรากลัวอะไร สมมุติว่าคนๆ หนึ่งกลัวผี เราบอกเรากลัวผีตั้งแต่เด็ก ปัจจุบันเรียนจบปริญญาตรี ปริญญาโท จบทางชีวะ เคมี วิทยาศาสตร์สาขาไหนก็ได้ ไม่มีเรื่องผีสักเรื่อง มีแต่บอกว่าไม่มีผี ใช่ไหมครับ การเรียนรู้แบบนั้นไม่เคยสลายความกลัวในใจเราได้เลย นึกถึงภาพนักวิทยาศาสตร์ยังกลัวผีเลย ทั้งที่ความจริงเขามีความรู้และเขาเชื่อมั่นในความรู้นั้นนะครับ *แต่ความรู้เรื่องโลกข้างนอก ไม่สามารถสลายความกลัวในใจได้* แล้วความกลัวแบบที่ว่านี้ ผมเข้าใจว่าเราอยู่กับมันจนกระทั่งเราชิน เหมือนกับเราอยู่ในพื้นที่ซึ่งมีเมฆดำทึบอยู่บนน่านฟ้ามาเป็นเวลานาน เราเลยไม่รู้ว่าวันที่ท้องฟ้าโปร่งมันจะเป็นอย่างไรใช่ไหมครับ?

ประเด็นที่ผมพูดถึง ผมพูดจากประสบการณ์ส่วนตัวของผมนะครับ ว่าสิ่งหนึ่งซึ่งมันเป็นปัญหาในใจของผมเสมอมาก็คือ ตอนที่เมื่อผมอายุครบห้าสิบปีสมบูรณ์ แล้วผมมีความรู้สึกได้ถึงความหมายของการที่ผมเป็นครูสอนวิชาพุทธปรัชญามานาน นานมากจนกระทั่งมีความรู้สึกเชิงทฤษฎีมาก แล้วเราก็รู้ว่าสิ่งที่เป็นความกลัวที่มีอยู่ในใจเราเนี่ย สามารถสลายได้โดยทฤษฎีที่เรารู้ แต่ทำไมเราจึงสลายไม่ได้ นั่นคือความหมายที่สำคัญ ประเด็นที่สำคัญ

ตรงนี้เป็นแรงผลักดันให้ผมคิดว่าเวลาที่เหลืออยู่ในชีวิต ไม่รู้ว่าเหลือเท่าไร หรอกนะ แต่มีความรู้สึกว่าคนเมื่ออายุถึงห้าสิบปี ชีวิตมันเป็นช่วงขาลง และจะลงเร็วลงช้า จะลงแบบขั้นบันได หรือตกหน้าผานี่เราไม่รู้ แต่สิ่งที่แน่ ๆ ก็คือ เราควรจะใช้เวลาช่วงที่เหลืออยู่นี้เพื่อจัดการกับสิ่งที่มีอยู่ในใจ นั่นจึงทำให้ผมตัดสินใจออกเดินทางเพื่อเรียนรู้ความกลัวในใจผมเอง



ผมจะเดินเข้าไปหาความกลัว ผมจะไม่วิ่งหนีมันอีกแล้ว แล้วปรากฏการณ์ที่เดินเข้าไปหาความกลัว ทำให้ได้เรียนรู้อะไรบางอย่างภายในใจเราเอง แล้วสุดท้ายพอมาถึงจุด ๆ หนึ่ง เราพบว่า ยามที่ท้องฟ้าโปร่ง ไม่มีเมฆหมอกบดบัง มันสวยงาม ผมไม่รู้จะใช้ภาษาว่ายังไงนะครับ มันเป็นความหมายที่งดงาม งดงามจนกระทั่งผมอยากจะพูดกับทุกท่านในวันนี้ที่มานั่งอยู่ที่นี่ ว่าจริง ๆ ผมไม่ได้มีภาระ หรือกิจอะไรที่จะต้องสื่อสารกับท่านมากไปกว่าการที่จะบอกท่านว่า ทำอย่างไรให้ความกลัวพัดผ่านไปเสีย หรือสลายไปเสีย แล้วชีวิตที่เหลือไม่มีอะไร ไม่มีอะไรที่น่ากลัว คำว่าไม่มีอะไรที่น่ากลัวพอพูดไปมันจะเว่อร์นะ แต่ความหมายก็คือ ทุกสิ่งที่มันจะเกิดนะ มันงดงาม มันงดงามไม่เว้นแม้กระทั่งความตายนะครับ

พวกเราเดี๋ยวตอนบ่ายจะทำสมุดเบาใจกันใช่ไหมครับ? ความตายช่างเป็นปรากฏการณ์ที่เชิญชวนท้าทาย พูดกันง่ายๆ คือ มันเป็นปรากฏการณ์มหัศจรรย์ ที่ในชีวิตนี้ ตอนเราเกิดมา เรารู้สึกอย่างไรเราไม่รู้ แต่ตอนตายเราจะได้รู้ ความรู้สึกแบบนี้อาจจะพูดจาวกวนเล่นสำนวน แต่ความจริงก็คือ ความกลัวทำให้เราสูญเสียความหมายที่งดงามในชีวิตไป ความกลัวตายทำให้ความหมายในชีวิตที่ควรจะเบิกบาน แช่มชื่นนั้น อับเฉา ขุ่นมัว และมืดทึบ แล้วจะทำอย่างไรให้ความเบิกบานในชีวิตกลับฟื้นคืนมา

พวกเราที่มาทำกิจกรรมกันทั้งหมดทั้งปวงนี้ จริง ๆ ก็ไม่ได้มีอะไรมาก ก็เพียงแค่ จะทำยังไงให้เมฆหมอกแห่งความกลัวนี่สลายไปจากใจ แล้วเราจะได้มีชีวิตที่เหลืออยู่อย่างไม่กลัว ชีวิตที่เรามีอยู่แล้วไม่กลัว มันมีความหมายอีกแบบหนึ่ง ผมไม่รู้จะใช้ภาษาว่ายังไงดี เพราะว่าพูดไป ก็เหมือนกับพูดเล่น แต่ความหมายที่แท้จริงก็คือ *ชีวิตนี้เมื่อเมฆหมอกแห่งความกลัวพัดผ่านไปแล้ว ช่างเป็นชีวิตที่งดงาม เพราะทุกสิ่งที่เกิดปรากฏขึ้นในชีวิต มันเปิดเผยความหมายที่งดงาม ควรจะได้รู้ ควรจะได้สัมผัส* ทีนี้ประเด็นเรื่องความกลัว มันผุด

ปรากฏขึ้นในหลายรูปแบบ กลัวโน่นกลัวนี่แต่สุดท้ายคือกลัวตาย ตอนที่ผมออกเดินแล้วผมมีความรู้สึกเหมือนกับต้องเผชิญกับความรู้สึกกลัวในหลายลักษณะ แต่สุดท้ายแล้วคือกลัวตาย ไม่ได้กลัวว่าไม่มีข้าวกิน แต่กลัวว่าจะตาย นี่คือความหมายที่ผุดปรากฏขึ้นในใจ ตอนที่ร่างกายขาดน้ำ ขาดอาหาร แล้วมีเหงื่อโทรม หน้ามืด โลกหมุนเคว้งคว้าง ดวงดาวระยิบระยับไปหมด ทั้งที่ดาวจริง ๆ ไม่มี นั่นรู้เลยว่ากำลังจะตาย ความรู้สึกตรงนี้มันเป็นลมเย็น เย็นวูบในความรู้สึก แต่ที่นี้ความรู้สึกแบบนี้เป็นความรู้สึกที่รู้สึกดี ที่ได้ผ่านเหตุการณ์แบบนั้น แล้วรู้สึกดีที่จะได้พบ แต่ที่พูดมาทั้งหมด ยังไม่ได้บอกเทคนิคเลยนะครับ ผมเปิดประเด็นเพื่อนำไปสู่การทำกิจกรรมและสนทนากันในภาคบ่าย *เพราะสิ่งที่เป็นความหมายของชีวิตก็คือความหมายที่เราจะออกมาเสียจากความกลัว ความกลัวตายเป็นความหมายที่สำคัญทำให้เราหวั่นไหว วิตกกังวล และทำให้สูญเสียความสดชื่น เบิกบานในการมีชีวิตอยู่ เพราะฉะนั้น ถ้าเราสามารถทำความกระจ่างตรงนี้ได้ ความหมายอื่น ๆ ที่เคยคลุมเครือจะเปิดเผยขึ้นมาได้*

ที่พูดทั้งหมดว่า *จะมีเมตตากรุณายังไง ถ้าเมื่อใดที่เรามาถึงจุดนี้แล้ว ไม่มีใครสักคนหนึ่งซึ่งเป็นศัตรูของเรา เราไม่ได้เกิดมาเพื่อจะเป็นศัตรูกับใคร เราเกิดมาเพื่อที่จะเปิดเผยเมตตา กรุณาที่มีอยู่และเชื่อมโยงสัมพันธ์กันด้วย เมตตา กรุณา เพราะฉะนั้น เมื่อความตายปรากฏขึ้น จึงมีพลังสลายความโกรธ ความเกลียดหมดเลยนะครับ เพียงแค่เราเห็นใครสักคนหนึ่งที่เขาจะเสียชีวิต จึงมีพลังของการแสดงออกซึ่งเมตตากรุณา จึงทำให้เกิดปรากฏการณ์สิบสามชีวิตที่ถ้ำหลวง เพราะนั่นคือ เรื่องของความตาย ความตายของคนอื่นทำให้เรามีความรู้สึกว่าเราอยากจะช่วย แล้วความหมายแบบนี้คือบทเรียน เพราะฉะนั้น ถ้าเราสามารถทำความกระจ่างเรื่องความตายทั้งในตัวเองและในเพื่อนมนุษย์ได้นี่นะครับ เราจะมีเมตตาธรรมและการุณยธรรมที่ฉายส่องปรากฏชัด*



ความถูกต้องที่ขาดกรุณา

มีคำถามถึงเรื่องการที่ผมบวช แล้วมีคำถามว่าผมเคร่งไหม ประมาณนี้นะครับ ผมก็เลยเล่าเรื่องหนึ่ง เรื่องนี้จริงๆ ผมเกือบลืมไปแล้ว แต่การที่เราไปเดินกันที่เกาะสมุย คุณอ๊อดก็ไปกับผมด้วย แล้ววันหนึ่งเมื่อเรามาพักในวัดที่ผมเคยบวชเป็นสามเณรอยู่ที่นั่น แล้วผมมีความรู้สึกว่า ผมควรจะเล่าเรื่องนี้เพื่อชำระเรื่องในใจผมเสียนะครับ ก็เลยเล่าเรื่องนี้ให้ฟัง

ตอนที่ผมบวช ผมอายุ 18 ปี จริงๆ ในวัยของผมตอนนั้น ผมเป็นผู้ใหญ่แล้ว เพราะเนื่องจากว่า ผมจบป.4 แล้วผมก็ออกไปใช้ชีวิตนอกเกาะสมุย ไปเป็นกรรมกรขายแรงงาน เพราะฉะนั้น ช่วงเวลาตั้งแต่อายุ 11 ปีจนถึงช่วงที่ผมอายุ 18 ปี เป็นช่วงเวลาที่ผมโตเกินกว่าอายุจริงแล้ว แต่วันหนึ่งเมื่อผมอยากจะบวช ซึ่งความรู้สึกศรัทธาอยากบวช แล้วก็มีความฝันเรื่องความเป็นนักบวช ขอโทษนะเหมือนกับรู้สึกว่า ถ้าบวชแล้วจะได้บรรลุพระนิพพาน จะทำพระนิพพานให้แจ้งเลยประมาณนี้ เพราะฉะนั้นเมื่อมาบวชแล้ว ผมก็ทำสิ่งหนึ่งที่เป็นความหมาย ที่ผมเจ็บปวดมากในวันนี้ ก็คือ มีสามเณรซึ่งอยู่ในวัยเดียวกับผม แต่ท่านบวชมาก่อนผมนาน ท่านจึงมีความรู้มากแล้ว และท่านก็เมตตาผม เพราะเป็นคนวัยเดียวกัน แล้วก็เป็นความรู้สึกที่ผมรู้สึกผิด จึงมาสารภาพให้บรรดาคนที่ไปเดินด้วยกันฟังว่า ณ ที่นี่ ผมทำความผิดใหญ่ไว้ครั้งหนึ่งในชีวิต

สามเณรรูปที่ผมพูดถึงนี้ ชื่อ สามเณรทวี ท่านเมตตาผมมาก เอื้อเฟื้อในฐานะที่ท่านบวชมานาน ก็ดูแลให้ผมมาอยู่กับท่านได้ เพราะท่านมีที่อยู่ของท่านแล้ว แต่ผมอยู่กับท่านไปได้ไม่นาน ผมก็ทำผิดครั้งสำคัญ โรงเรียนกับวัดนี้เป็นพื้นที่ที่เขาแบ่งครึ่งกัน คือประมาณว่าครึ่งหนึ่งเป็นวัด ครึ่งหนึ่งเป็นโรงเรียน ที่โรงเรียนเขาจะมีบ้านพักครู ที่ครูจะทำอาหารขายนักเรียนด้วย บ้านพักครูที่ทำอาหารขายนักเรียน ก็จะมีเด็กผู้หญิงคนหนึ่งมาเป็นเหมือนกับคนช่วยทำอาหาร ขายอาหาร พอตกเย็นๆ สามเณรทวีจะต้องไปนั่งคุยกับหญิงสาวผู้นี้เกือบทุกวัน ผมสังเกตเห็น และที่สำคัญคุยจนกระทั่งมืด เมื่อมืดแล้วไม่รู้ว่าคุยกันอย่างเดียวหรือทำอะไรด้วย



ผมก็รู้สึกว่าเขาทำผิด แย่มากเลย เป็นนักบวชทำไมทำอย่างนี้ ผมก็เลยเอาเรื่องนี้ไปเรียนให้อาจารย์ทราบ โดยที่ไม่ได้บอกอะไรมากมาย การไปเรียนอาจารย์ก็ไปเรียนเป็นความลับเป็นส่วนตัว แต่ผลที่ปรากฏก็คือ อาจารย์ที่เป็นผู้ดูแลเรียกสามเณรทวีไปพบ แล้วก็ไล่สามเณรทวีออกจากวัด วันที่สามเณรทวีกลับมาแล้วเก็บของ เป็นสามเณรไม่ได้มีของอะไรมาก มีของเล็ก ๆ น้อย ๆ และมีกระเป๋าสักใบหนึ่งนะ แล้วเขามาพูดกับผมบอกว่า คุณมวล ผมถูกอาจารย์ไล่ออกจากวัด ผมต้องออกไปจากวัดนี้แล้ว เหมือนกับว่าเขารู้สึกเสียดายที่ผมกับเขาได้อยู่กันเพียงแค่นี้ เขาถูกไล่ออกจากวัดแล้วแล้วเขาก็จากไป ตอนนั้นผมรู้สึกในใจก็สมน้ำหน้าแล้วนี่ ก็เป็นสามเณรที่ไม่เคร่งครัดอะไรอย่างนี้นะ มองไปโดยที่เขาก็ไม่รู้เลยนะว่าเหตุที่ทำให้เขาถูกไล่ออก แน่นอนเหตุก็มาจากการไปนั่งคุยกับผู้หญิง แต่เหตุที่มันปลายเหตุจริง ๆ ก็คือ ผมนะที่ไปร้องเรียน ผมก็เลยเหมือนกับมีความผิดนี้อยู่ในใจ ต่อมาผมบวชนานเข้า ผมยิ่งรู้สึกผิด ที่มีคนทำอะไรมากกว่าที่สามเณรทวีทำ ผมรู้สึกผิดมาจนกระทั่งถึงปัจจุบันที่ผมออกมาจากเพศนักบวชแล้ว ถ้าสามเณรทวีได้ยินเสียงผมนี้ และยังมีตัวตนอยู่ ผมขอโทษและรู้สึกแย่มากที่ผมไม่เข้าใจเรื่องราวอะไรมากเพียงพอ ถ้าตอนนั้นผมมีความเข้าใจอะไรเพียงพอ เราอาจจะนั่งคุยกัน ในฐานะที่เราอายุเท่ากัน แต่เราบวชต่างกัน เขาบวชมาตั้งแต่อายุสิบเอ็ด

หรือสิบสอง เขาบวชมาหลายปีแล้วตอนที่พบผม ผมพึ่งเข้ามาบวช แต่ที่เอาเรื่องนี้มาพูดคือ กำลังจะพูดถึงสิ่งๆ หนึ่งซึ่งมันเป็นกรอบความหมายของชีวิตที่สุดท้ายผมก็ไม่ได้งอกงามในพระศาสนาอะไรมากมาย นี่พูดตรง ๆ เลยนะ ไม่ได้งอกงามในพระศาสนามากมาย

ที่ผมพูดเช่นนี้ ก็พูดเพื่อจะบอกความหมายอย่างหนึ่งว่า สุดท้ายพอมาถึงวันหนึ่ง ผมก็มีความรู้ว่า ความเป็นสมณะที่แท้จริงคืออะไรและอยู่ที่ไหน ผมขออ้างถึงสาทิศ กุมาร วันที่สาทิศ กุมาร (Satish Kumar - ผู้ถอดเทป) ซึ่งเป็นนักบวชในศาสนาเชนลาสิกขาออกมา โดยที่ถูกสังคมปฏิเสธการต้อนรับเขานะครับ เมื่อสาทิศ กุมารไปพบท่านวิโนพา ภาเว (Vinoba Bhave- ผู้ถอดเทป) ซึ่งเป็นนักคิดทางสังคมและเป็นนักต่อสู้ คู่กับท่านมหาตมะ คานธี ท่านวิโนพาพูดกับสาทิศ กุมารว่า *บางครั้งการสละออกมาเสียจากสมณะเพศอาจจะทำให้เธอได้พบสมณะที่แท้จริงในตัวเธอก็ได้* ผมฟังแล้ว โอ้โห! คำพูดนี้มันอลังการมากเลยนะครับ ตอนที่ผมอ่านบันทึกการเดินทางของสาทิศแล้วผมชอบมากเลยคำพูดนี้จึงจำไว้ *'การที่เธอสละสมณะเพศมา บางทีหรือบางครั้งเธออาจจะได้พบสมณะที่แท้จริงที่อยู่ในตัวเธอก็ได้'*

ผมก็มีความรู้สึกคล้ายๆ กับความหมายแบบนี้ ผมรู้สึกดีกับการได้บวช รู้สึกดีกับการที่ได้ทำกิจของนักบวช และดีเมื่อได้กลับไปที่วัดที่ผมเคยทำผิดไว้ครั้งหนึ่ง และได้มาสารภาพให้ใครต่อใครฟัง ว่าที่วัดนี้ผมทำผิดมาก ผมขอโทษ ผมขอโทษ และผมอยากจะทำให้เพื่อนผมคนนั้นได้รู้ว่า นี่เป็นความหมายที่ผมได้เรียนรู้ว่า ผมไม่ควรทำ ไม่ได้หมายความว่า ผมจะส่งเสริมให้เพื่อนทำ แต่ผมเข้าใจว่าหน้าที่ของผมก็คือ จะทำอย่างไรที่เราจะได้สื่อสารกันเพื่อให้เขาไม่ทำ ธรรมดาคนหนุ่มนะครับ เขาไปคุยอะไรกัน แต่ผมมองลึกลับซับซ้อนเกินไป คิดมาก แล้วก็ที่สำคัญคือ ไม่ยอมให้สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเป็นการเรียนรู้ เดี๋ยวนี้ผมพยายามจะทำความหมายใหม่ เป็นการเรียนรู้โดยที่ไม่ต้องตัดสินพิพากษาใคร ผมไม่บวชเป็นพระภิกษุแล้ว แต่ผมกลับมีความรู้สึกใส่ใจสนใจกับความเป็นไปในแวดวงของพระศาสนา และที่สำคัญคือ ถ้ามีโอกาสได้สนทนากับผู้ที่อยู่ในแวดวงศาสนา ผมก็จะรู้สึกอยากจะสื่อสารอะไรบางอย่างเพื่อทำให้รู้ว่า ผมมีความรู้สึกได้ถึงความหมายที่ท่านต้องเผชิญอยู่นะ เพราะฉะนั้นจงรับความรู้สึกเห็นอกเห็นใจนี้ด้วยประมาณนี้นะครับ

พิธีกร : จำได้ค่ะว่าตอนที่ได้ฟังอาจารย์เล่าประทับใจมาก เพราะรู้สึกว่าเป็นบทเรียนที่หยุดเราจากการตัดสินอะไรต่าง ๆ อย่างเช่นว่า ตัดสินว่าเขาเป็นคนไม่น่ารักเลยไม่ต้องไปกรุณาเขา หรือเขาเป็นคนที่นิสัยไม่ดีเราไม่ควรจะกรุณาเขาอะไรอย่างนี้ค่ะ คือพอฟังแล้วว่า การตัดสินของเรามันอยู่ใน

กรอบความคิดของเรา แล้ว ณ วันนั้น พอเราอยู่ในกรอบใดกรอบหนึ่ง ภาพที่เรามองหรือวิธีที่เราจัดการกับเหตุการณ์ ก็ไม่ครอบคลุมทุกด้าน ก็เป็นบทเรียนที่ได้ฟังจากเรื่องนี้เหมือนกันว่าเราไม่ควรจะตัดสินใคร เราไม่เอากรอบของเราไปครอบ ควรจะมองเขาให้ทุก ๆ มุม แล้วสื่อสารกันด้วยความเมตตาความกรุณา ที่จะช่วยทำให้เรื่องราวผ่านไปได้ดี เราจะได้ไม่รู้สึกผิด ที่อาจารย์บอกว่า อาจารย์เก็บมาตั้งไม่รู้กี่ปี แล้วอาจารย์นำมาเล่าให้พวกเราฟังเพื่อเป็นการเรียนรู้ค่ะ



สิ่งที่เกิดขึ้นแล้วดีเสมอจริงหรือ

เล่าเรื่องล่าสุดเรื่องหนึ่ง เมื่อไม่นานมานี้ ผมได้รับแจ้งข่าวสารว่าเพื่อนที่เป็นพระภิกษุอยู่ที่จังหวัดเพชรบุรีท่านมรณภาพ ผมรีบไปทันที ผมไปเกือบไม่ทัน เพราะไม่รู้ว่าจะไปเพชรบุรียังไง วัดอยู่ที่อำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี คนที่รู้จักกันแนะนำให้ไปขึ้นรถที่สายใต้ใหม่ โดยเขาอาสาไปส่งผมตรงถนนบรมราชชนนี ผมลงจากรถที่เขาไปส่ง วิ่งไปเลยนะครับ ถามว่ารถตู้ไปทางไหน เขาบอกว่าฝั่งนี้ๆ ผมก็วิ่งไป พอวิ่งไปมีรถตู้เยอะเลย ผมไม่เคยรู้เลยว่ามีรถตู้เยอะขนาดนั้น ไปถึงเห็นรถตู้ไปปราณบุรี รถจะออกอยู่แล้ว ผมบอกผมจะไปท่ายาง เขาบอก มาเลย ท่ายางไปรถคันนี้แหละ ผมก็บอกว่า ซื้อตั๋ว เขาบอกไม่ต้องซื้อ ขึ้นไปบนรถเลย ไม่ต้องซื้อ ขึ้นไปนั่งเลย พอขึ้นไปนั่ง ผมมองไปที่คิวถัดไป เขาเขียนว่าท่ายาง ผมบอกว่านี่ถ้าไปรถคันนั้น มันก็ไปท่ายางโดยตรงนี่ ไปรถคันนี้ไปปราณบุรีใช่ไหม ผมกำลังจะเปลี่ยนใจ



ขณะที่คิดลังเลใจ รถตู้ไปท่ายางก็ออกไป ส่วนรถปราณบุรีที่บอกจะออก จะออกอยู่แล้ว ไม่ยอมออกเลย แต่ผมคิดในแง่ดี ทุกสิ่งเกิดขึ้นแล้วย่อมงดงามเสมอ ต้องมีอะไรบางอย่างที่ต้องไปกับรถตู้คันนี้ ปรากฏสักพักหนึ่งก็มีคนมาขับรถไปเลยนะ โอ้โห! คนขับรถนี่ ออกมาจากสายใต้ตรงถนนบรมราชชนนี ซึ่งออกมาสักนิดหนึ่งก็ต้องเลี้ยวซ้ายใช่ไหม? เพื่อจะไปถนนเพชรเกษมไปออกถนนพระราม 2 เขาแซงออกมาขวาสุด ออกมาเร็วเลย แล้วก็ตัดกลับมาแบบเร็ว แล้วก็ขับรถแซงทุกคันเลย รถท่ายางที่ผมจะขึ้นอยู่ตรงไหนไม่รู้ แต่รถปราณบุรีคันที่ผมขึ้นมาเนี่ย เขาขับเร็วมาก มาถึงท่ายางผมลงที่ปากทางสามแยก ผมเรียกรถมอเตอร์ไซค์ไปส่งวัดท่าคอย เขาก็ไปวัดทันทีเลยนะครับ ไปถึงปุ๊บ ผมเดินเข้าไปในศาลาบำเพ็ญกุศลศพ ซึ่งจะเป็นพิธีสวดพระอภิธรรมคืนสุดท้ายแล้ว พิธีกรในงานที่เป็นพระภิกษุเห็นหน้าผม บอกอาจารย์ประมวล เพ็งจันทร์มาร่วมงานด้วย พิธีกำลังจะเริ่มขอเชิญมาจุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย ผมรู้สึกได้ทันทีว่ารถตู้ปราณบุรีนั้นรอผมอยู่ เพื่อจะส่งผมให้ทันได้จุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัยในพิธีบำเพ็ญกุศลให้เพื่อนพระภิกษุของผม

ผมมาเล่าให้ทุกคนที่ไปอยู่ในงานนั้นฟังว่า ผมกับท่านบวชเป็นสามเณรที่วัดดอนธูปมาด้วยกัน ท่านเป็นเณรที่ซนมาก จนอาจารย์ไล่ออกจากวัด แต่ไม่ใช่องค์สามเณรทวีนะครับ ท่านเป็นมหาเปรียญ ต่อมาก็เป็นครูสอนบาลี ท่านก็อยู่เจริญงอกงามในพระพุทธศาสนา ผมเนี่ยเป็นเณรที่ดีมากเลย แต่ไม่เจริญงอกงามในพระศาสนาเลย อาจารย์บอกว่า สามเณรที่ซนช่วยดูแลมะพร้าวคนละต้น คำว่าช่วยดูแลมะพร้าวที่วัดดอนธูปที่คุณอ๊อดเห็นนะครับ ต้นไหนใครดูแลจะรับผิดชอบว่าลูกมะพร้าวที่บนต้นนั้นจะต้องไม่ถูกสอยลงมา ต้นไหนมะพร้าวไม่มีลูก แสดงว่าคนดูแลผิด ปรากฏว่าต้นของสามเณรบุญเสริมนี่ มะพร้าวไม่เหลือเลย อาจารย์ก็เลยต้องเอาผิดท่าน เพราะว่าท่านเป็นผู้ดูแล แล้วท่านก็สารภาพว่า ท่านนี่แหละเป็นคนสอยลงมา แต่ที่เล่าคือ ท่านสอยมะพร้าวไม่ใช่เรื่องใหญ่เลย สุดท้ายท่านก็ได้ไปบวชเป็นพระที่ทำงานสอนหนังสือในพระพุทธศาสนา มาจวบจนวาระสุดท้ายในชีวิตของท่าน

ท่านมรณภาพไปแล้ว พอพูดถึงท่าน ผมก็เลยสารภาพกับพระที่ไปอยู่ในงานวันนั้น หลังจากเสร็จพิธีกรรมแล้ว บอกว่านี่เป็นตัวอย่างอันหนึ่ง ว่าตอนสมัยที่เป็นสามเณรด้วยกัน ผมถูกมองว่าเป็นสามเณรที่ดีมาก แต่สุดท้ายผมก็ไม่ได้รับใช้พระศาสนาอะไรให้เป็นเรื่องเป็นราว สามเณรบุญเสริมดูเหมือนท่านชนเมื่อตอนท่านเป็นเด็ก แต่ท่านก็ได้อยู่องอกงามในพระศาสนามาจนวันนี้ จงตรวจดูเรื่องนี้เป็นตัวอย่างเถิด ถ้าในวัดใดวัดหนึ่งมีพระ มีเณรที่ไม่ค่อยเรียบร้อยมากนัก ก็อย่าไปว่าอะไรท่าน พระเณรที่เรียบร้อยอย่างผม ก็ไม่ได้รับใช้อะไรมากนัก พูดไปแต่ให้เกียรติกับผู้วายชนม์นะครับ ที่เล่าให้ฟังนี่ก็คือ เป็นตัวอย่างหนึ่งเพื่อจะบอกว่า รถตู้คันนั้นที่ไปปราณบุรี เหมือนกับจะรู้ว่าผมจะต้องไปให้ทัน ขับรถแซงทุกคันไม่ใช่แซงธรรมดานะครับ คุยโทรศัพท์ด้วยนะ มหัศจรรย์มาก



ความตาย...พูดได้

ประเด็นสำคัญที่อยากจะพูดคือ ความตายเป็นปรากฏการณ์ในชีวิตของทุกคน และเป็นความจริงในชีวิต ที่เราควรจะได้ประจักษ์แจ้งเรียนรู้ แต่น่าเสียดายที่ว่า ในปัจจุบันเรากลับมีท่าทีต่อความตายในลักษณะเป็นสิ่งแปลกปลอมในชีวิต แล้วพยายามที่จะเมินหน้าหนี หรือหันหลังให้ แต่การกระทำเช่นนี้จะเป็นความหมายว่าเราเกลียดกลัวปรากฏการณ์นี้ เราหลับตาด้วยหวังว่าจะหายกลัว แต่ความจริงแล้วนี้เป็นปรากฏการณ์ที่ไม่มีใครจะปฏิเสธได้ ประเด็นอยู่ตรงที่ว่า เราจะทำความคุ้นชิน รู้จักกับปรากฏการณ์นี้ในชีวิตของเราได้อย่างไร เพราะพูดไปแล้ว นี้คือหน้าสุดท้ายของชีวิต

ถ้าชีวิตของเราคือหนังสือสักเล่มหนึ่ง นี้คือหน้าสุดท้าย ปกตินักเขียนที่เขียนหนังสือ เขาต้องพิถีพิถัน บรรจงว่าจะเขียนหน้าสุดท้าย หรือประโยคสุดท้ายอย่างไร ให้มันเป็นประโยคที่มีความหมายที่หมดจดงดงาม เป็นความหมายที่ดีของหนังสือทั้งเล่มเลย เพราะฉะนั้นความหมายตรงนี้ เราในฐานะเป็นผู้เขียนหนังสือชีวิตเล่มนี้ เราไม่ควรที่จะเพิกเฉย เราควรจะกลับมาสู่การทำความหมายให้กระจ่างว่า จะเขียนข้อความในหน้าสุดท้ายนี้ให้มีความหมายที่หมดจดงดงามได้อย่างไร



ความรู้สึกแบบนี้ไม่ใช่เกิดขึ้นได้ทันทีทันใด เพราะฉะนั้น ในมิติทางสังคม เราควรจะได้เปิดพื้นที่ เพื่อทำให้เกิดการสื่อสาร เรียนรู้ พูดคุยกัน เพื่อจะทำให้เกิดความหมายเหมือนกับประหนึ่งว่า ความตายนี้ ไม่ใช่ศัตรูที่เราต้องปิดประตู สร้างกำแพงปิดกั้นไม่ให้เขาเข้ามา ตอนที่เราคุยกันครั้งก่อน ตอนนั้นคุยกันเรื่องแสงสุดท้าย ผมบอกว่า เราต้องทำให้คล้าย ๆ เหมือนกับตำนานธรรมทางพระพุทธศาสนา ตำนานของพระพุทธเจ้า ผู้เป็นพระศาสดาที่ว่า เมื่อพระองค์จะทำอะไรจะมีมารมาคอยขัดขวาง ขัดขวางตั้งแต่คิดจะบวช ก็มีมารมาบอกว่าอย่าออกไปบวชเลย อีกเจ็ดวันจะได้เป็นพระเจ้าแผ่นดิน ครอบครองแว่นแคว้นอาณาเขตไปจนจรดสี่มหาสมุทร

แม้เมื่อพระองค์มานั่งลงเพื่อทำสมาธิภาวนาที่ใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ นั่งลงไปแล้ว มารบอกนี่ ไม่ใช่ที่ของท่าน เป็นที่ของเรา ลุกขึ้นๆ ประมาณนี้นะ พระพุทธเจ้าก็นั่งอยู่องค์เดียวไม่รู้จะทำยังไง มารบอกว่ามีสักขีพยานเยอะแยะไปหมดเลย ที่เขาบอกว่านี่เป็นที่ของเรา ไม่ใช่ที่ของท่าน พวกสมุนมารก็ไชโยโห่ร้องบอกว่า นี่เป็นที่ของพญามารวสวัตตี ไม่ใช่ที่ของพระสิทธัตถะกุมาร เมื่อไม่รู้จะทำยังไง ไม่มีสักขีพยาน พระมหาบุรุษเอามือไปสัมผัสพระแม่ธรณี บอกว่าทุกครั้งที่พระองค์บำเพ็ญทาน คือบริจาคเสียสละสิ่งใด พระองค์ได้หลั่งทักษิโณทก ก็คือหลั่งน้ำเพื่อจะให้เป็นการแผ่ส่วนกุศล เพราะฉะนั้น ขอพระแม่ธรณี ได้โปรดเป็นสักขีพยานด้วย จึงเป็นเหตุให้พระแม่ธรณีปรากฏกายขึ้นมา แล้วกล่าวสัจจะวาจาว่า ทุกครั้งที่พระมหาบุรุษทำทานครั้งใด ได้หลั่งน้ำลงไปสู่แผ่นดิน เราได้เก็บน้ำนั้นไว้ ปัจจุบันนี้จะบีบมวยผมเพื่อให้น้ำนั้น หลั่งออกมาให้เป็นสักขีพยาน พระแม่ธรณีได้บีบมวยผมจนกระทั่งน้ำออกมาจากมวยผมของพระแม่ธรณี กลายเป็นท้องทะเลมหาสมุทร พัดมารไปจรดขอบจักรวาล แล้วหนีกลับเทวพิภพ





มารกลับไปแล้วยังไปนั่งเสียใจอยู่นะ เอาเท้าเขี่ยแผ่นดิน ลูกสาวก็มาถามว่า พ่อทำไมวันนี้ไม่สดชื่นเบิกบาน พ่อก็รำพึงรำพันว่า พระมหาบุรุษหลุดพ้นจากอำนาจของเราไปเสียแล้ว ลูกสาวบอกพ่ออย่าไปกังวลเรื่องง่ายๆ แค่นี้ หนูไปทำเอง ลูกสาวมารจึงมาพบพระพุทธเจ้าใหม่ในสัปดาห์ที่ห้า หลังจากตรัสรู้แล้ว หวังว่าจะมายั่วยวน ให้พระมหาบุรุษเปลี่ยนใจ ตอนนั้นเป็นพระพุทธเจ้าแล้ว พระพุทธเจ้าเห็นธิดามารมาเต้นยังไงก็ไม่สนใจแล้ว แต่มารไม่ไปไหนนะ วนเวียนไป วนเวียนมา มาบอกพระพุทธเจ้าที่ตรัสรู้แล้วว่า อย่าไปสอนใครเลย มันยากเกินไป ไม่มีใครเข้าใจหรอก รู้แล้วก็รู้เฉยๆ ต่อมาพรหมก็มาอาราธนาพระพุทธเจ้า ท้าวสหัมบดีพรหมมาอาราธนาพระพุทธเจ้าให้ทรงแสดงธรรมโปรดสัตว์



ผ่านไปผ่านมารู้ไหมว่าพระพุทธเจ้ามีพระชนมายุจนถึง 80 ปี มารมาหาพระพุทธเจ้าอีก พระอานนท์ซึ่งเป็นพุทธอุปัฏฐาก ปฏิเสธไม่ให้มารเข้าพบพระพุทธเจ้า ด้วยเหตุผลว่า มารเป็นศัตรูกับพระพุทธเจ้า คือพระพุทธเจ้าอยู่ในคันธกุฎี พระอานนท์อยู่ด้านหน้า นึกถึงภาพว่า พระอานนท์เป็นเลขาฯอยู่หน้าห้อง เมื่อมาพบเลขาฯหน้าห้องก็แจ้งความประสงค์ว่าจะพบพระพุทธเจ้า พระอานนท์บอกว่า มารเป็นศัตรูกับพระพุทธเจ้า จึงไม่อนุญาตให้เข้าพบพระพุทธเจ้า มารจึงถามพระอานนท์ด้วยเสียงอันดังว่า นับตั้งแต่วันที่พระมหาบุรุษตรัสรู้ บรรลุเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว พระองค์ยังมีศัตรูเหลืออยู่หรือ? คำพูดเช่นนี้ได้ยินไปถึงพระพุทธเจ้า ท่านจึงกล่าวด้วยเสียงดังออกมาให้พระอานนท์ได้ยินว่า “อานนท์อนุญาตให้เขาเข้ามา เขาเป็นเพื่อนที่เรารอพบอยู่” มารจึงได้เข้าไป แล้วไปทูลเชิญพระพุทธองค์ให้เสด็จดับขันธ์เข้าสู่ปรินิพพาน ซึ่งตำนานธรรมตอนนี้ได้ปรากฏว่า พระพุทธองค์ทรงรับคำอาราธนาของมาร จึงได้ปลงอายุสังขาร

ผมประทับใจ ที่พระองค์บอกว่า “อานนท์อนุญาตให้เขาเข้ามา เขาเป็นเพื่อนที่เรารอพบอยู่” ความหมายที่สำคัญคืออะไรครับ มารที่เราพูดมาทั้งหมดมีหลายมารนะก็มี กิเลสมาร เทวปุตตมาร ขันธมาร มัจจุมาร ว่าไปเนี่ยผมไม่ต้องอธิบายเรื่องมารหรอก มันจะเป็นเรื่องอีกเรื่องหนึ่ง แต่ความหมายก็คือ *ขณะที่เรามีชีวิตอยู่ มันมีสิ่งที่ขัดขวางให้เราไม่สามารถมีชีวิตอยู่อย่างเบิกบาน แจ่มใส ทำอะไรให้เกิดความหมายที่งดงามได้ เพราะมันมีเรื่องกิเลส มีเรื่องการคิดปรุงแต่ง เทวปุตตมาร ก็คือการคิดในเรื่องที่มันเป็นความหมายอภิสังขารมารนี่เป็นเรื่องสำคัญเลยนะครับ เป็นความคิดปรุงแต่งเรื่องอะไรบางเรื่องที่เราคิดว่าดี แล้วเกาะยึดเหนี่ยวมันไว้ประมาณนี้ครับ ที่สำคัญคือขันธมาร ขันธมารคือเพื่อน เพราะฉะนั้นเวลาเราทำสมุดเบาใจ มันเป็นสัญญาณบอกให้รู้ว่า เรากับขันธ์ที่กำลังเสื่อมสลายเนี่ย ไม่ใช่ศัตรูของกันและกัน แต่เราจะเปิดประตูต้อนรับเขา เขาคือเพื่อนที่เรารอคอยเขาอยู่ เชิญเข้ามาเถิด ขันธมารคือความเสื่อมของร่างกาย เพราะฉะนั้นความเสื่อมของร่างกาย ไม่ใช่ศัตรูที่น่ากลัว แต่เป็นเพื่อนที่เรารอมานานแล้ว*

ผมมีเพื่อนคือขันธมารมาเยี่ยมทุกวัน จนกระทั่งมีความรู้สึก ช่างเป็นเพื่อนแท้จริง ๆ จะขึ้นเครื่องบินมากรุงเทพฯ ก็เอากระเป๋าไปวางลืมไว้ที่เอกซเรย์ นี่คือขันธมาร แต่พอได้คิดถึงมารในความหมายคือ เพื่อนที่กำลังบอกให้เรารู้ว่า เรากำลังก้าวเข้ามาสู่พื้นที่ที่เราต้องมีความรู้สึกดีกับการได้ทำความเข้าใจชีวิต เพราะเพื่อนที่เรานัดหมายกันไว้ และเรารอคอยเขาอยู่ เพราะฉะนั้น การทำสมุดเบาใจคือทำให้เป็นสัญลักษณ์ในเชิงความหมายว่า เราไม่ได้รู้สึกกลัว เพราะ*ถ้ากลัวเมื่อไรก็เท่ากับเป็น 'มาร' แต่ถ้าเรามีความรู้สึกดีที่จะได้พบนั้นคือ เป็น 'เพื่อน'*



เพราะเราทำให้สิ่งนี้เป็นเพื่อนที่เราจะได้มาพูดคุยกันได้สื่อสารกันในระหว่างพวกเรากันเองด้วย เพราะฉะนั้น การทำสมุดเบาใจนี้จำเป็นและสำคัญสำหรับพวกเรา ที่จะได้ทำให้สิ่งที่เป็นความหวั่นไหว ความหวาดกลัว ได้ถูกทำให้เปิดเผยและจางคลาย และสุดท้าย พอเราทำให้มีความหมายที่ดีแล้ว มันจะช่วยชุบชูความรู้สึก ดังที่เมื่อเช้าผมกล่าวไว้ว่า *ถ้าเมื่อใดที่เราทำให้เมฆหมอกแห่งความกลัวจางคลายผ่านไป ท้องฟ้าจะแจ่มใส ความหมายก็คือในใจของเราจะเบิกบาน แช่มชื่น แล้วเราจะรู้สึกได้ถึงความหมายของชีวิตที่เรามีอยู่ ณ ขณะปัจจุบัน* ขณะที่ผมจำอะไรเกือบไม่ค่อยได้ แต่ผมก็ยังจำอะไรได้ตั้งเยอะใช่ไหมครับ ยังจำคุณอ๊อดได้ จำพวกเราที่นี่ตั้งหลายคน มันเป็นความสุขเป็นล้นพ้นที่ผมยังจำคุณอ๊อดได้ พอไปรับผม ผมก็ไม่ได้ถามว่ามาหาใครครับ (หัวเราะ)

ขอพูดไว้ตรงนี้ ไม่กล้าเอ่ยชื่อท่าน แต่เล่าให้ฟังว่า มีเพื่อนคนหนึ่งเมื่อก่อนผมจะลงมากรุงเทพฯนะครับ เรานัดหมายกันว่าท่านอายุมากแล้ว ความจำเริ่มเสื่อม เราเจอกันเพื่อฟื้นความจำ ผมก็ไปรับท่าน พอไปรับท่านปุ๊บผมไปกับภรรยาผม ผมก็แปลกใจนะ ที่ท่านเรียกภรรยาผมว่าพี่ มาได้รับคำเฉลย เมื่อตอนที่ว่าไปถึงจุดที่นัดหมายแล้ว เพื่อนผมคนนี้เอ่ยชื่อคนอีกคนหนึ่งที่แกรู้จักสนิท เพราะแกไปเข้าใจว่าภรรยาผมคือคนๆ นั้น แสดงว่าแกความจำเลือนไป แต่เราก็มาเล่าปรารภให้ฟัง แล้วกระทั่งว่าเมื่อตอนกลับ แกก็ยังมีความเข้าใจว่า ภรรยาผมคือบุคคลคนนั้น เพราะผมบอกว่า เดี๋ยวไปด้วยกัน

กลับด้วยกัน หมายความว่ายังไงก็ต้องไปส่งคน ๆ นั้นอยู่แล้วครับ คือส่งภรรยาผม แต่จริง ๆ ไม่ใช่ เพราะภรรยาผมกับผมอยู่บ้านเดียวกัน เมื่อเราส่งท่านแล้วจึงกลับมา เป็นความหมายที่ว่า เขาเป็นอย่างนั้น เราก็จะเป็นอย่างนั้น คำว่าเราก็จะเป็นอย่างนั้น ไม่ได้หมายความว่าพูดด้วยความกลัว แต่พูดด้วยความรู้สึกที่ดี เพราะเราก็จะเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นในวันนี้ที่เรายังมีความจำความจำที่มีอยู่จึงเป็นความหมายที่งดงามอยู่ในชีวิตเรา เหมือนวันนี้เรายังมีชีวิต ชีวิตที่มีอยู่เป็นชีวิตที่งดงาม ผมจึงบอก ***ชีวิตที่มีอยู่ ไม่ใช่ชีวิตเพื่อจะมีอยู่กับศัตรู แต่เป็นชีวิตที่จะมีอยู่กับเพื่อน กับมิตร ชีวิตที่มีอยู่ไม่ใช่ชีวิตที่จะไว้เพื่อเกลียดโกรธใคร มีชีวิตไว้เพื่อจะเมตตาอาทร เลี้ยงดู เกื้อกูลกัน เพราะฉะนั้นนี่คือความหมายที่เป็นหัวใจสำคัญ แล้วผมเชื่อว่าถ้าไปถึงจุดนั้น นั่นแหละครับคือความงดงามของหน้าสุดท้ายของชีวิตของเรา***



ผู้ป่วย ผู้ดูแล
และความกรุณาที่เชื่อมโยง

เริ่มต้นสุดเลยคือ เราคนดูแลต้องรู้สึกไม่หวั่นไหว ไม่หวาดกลัว เพราะความรู้สึกหวั่นไหวและหวาดกลัวที่มีอยู่ในใจเรา ก็จะเป็นสิ่งที่ไปปรากฏอยู่ในใจของผู้ป่วยเหล่านั้นเหมือนกัน เพราะสิ่งหนึ่งที่ทำให้เกิดความหมายที่ดีงามขึ้นมาได้ คือเราต้องมีความรู้สึกดีที่ได้ทำหน้าที่ดูแล ไม่ได้หมายความว่าเราปรารถนาจะให้ท่านเป็นเช่นนั้น แต่มันต้องเป็นอย่างนั้นน่ะเมื่อท่านเป็น ถ้าเข้าใจประเด็นนี้ นั่นคือโอกาสที่เราจะได้ดูแลเกื้อหนุน เกื้อกูล มันเป็นโอกาสแล้วที่เราจะได้ดูแลท่าน ในยามที่ท่านต้องเผชิญกับความเจ็บป่วย

ปกติถ้าเราไม่เจ็บป่วยกัน เราก็ไม่ค่อยได้ดูแลกันสักเท่าไร แต่วันหนึ่งพวกเราที่อยู่ด้วยกัน แค่ป่วยเป็นไข้ เรายังเอาใจใส่เป็นพิเศษเลยใช่ไหม รีบกลับบ้านให้เร็วที่สุด รีบเตรียมอาหาร โปรดทำความรู้สึกให้เห็นเป็นโอกาส ที่เราจะได้ดูแล ได้เกื้อหนุน ได้เกื้อกูลท่าน ซึ่งเป็นบุคคลอันเป็นที่รักของเรา และสุดท้ายโอกาสแบบนี้ จะเป็นเครื่องช่วยเยียวยา ไม่ได้หมายความว่าเราปรารถนาจะให้เป็น แต่ว่านั่นคือเวลาที่เราจะได้ทำหน้าที่ของเรา *ขอโทษนะครับด้วยความสัตย์จริงก็คือ เป็นบุญของเราที่ได้มีโอกาสดูแลท่าน ท่านให้โอกาสเรานะครับ*

ความรู้สึกแบบนี้ เป็นความรู้สึกที่เป็น ‘โอกาส’ ที่เราจะได้ดูแลท่าน ทำให้เราเกิดความหมาย เหมือนกับเป็นการทดสอบว่า เราเคารพรักท่านเป็นที่สุดนะ ความเคารพรักของเราที่มีต่อท่านนั้น ไม่จำเป็นต้องให้ท่านเรียกร้องต้องการ แต่เรามีให้ และไม่จำเป็นว่าต้องการอะไรตอบคืน แต่เราพร้อมจะทำสิ่งนั้นโดยไม่หวังผลตอบคืน เพราะฉะนั้นนึกถึงภาพตอนที่เราทำดีกับท่านตอนที่ท่านยังมีสุขภาพแข็งแรง อาจจะหวังว่าเผื่อท่านจะมีอะไรให้เราบ้าง ตอนนี้ไม่ต้องหวังอย่างนั้นแล้ว ไม่ต้องหวังเช่นนั้น ทำความดีโดยความหมายว่า นี้คือโอกาสของเราที่จะได้ทำความดีกับบุคคลอันเป็นที่รัก และความรู้สึกแบบนี้เหมือนกับที่เราพูดถึงเมื่อตะกี้ว่า *สิ่งที่มันเป็นความเสื่อมต่าง ๆ นั้น ไม่ใช่ศัตรูที่เราต้องหวั่นกลัว แต่คือมิตรที่เข้ามาเปิดเผยความหมาย ให้ได้รู้ว่านี่คือโอกาสของเราที่จะได้ดูแลบุคคลอันเป็นที่รัก ในช่วงสุดท้ายของท่าน แล้วเราจะดูแลให้ดีที่สุด และความรู้สึกว่าเราได้ดูแลดีที่สุดนั้นจึงเป็นโอกาสที่สำคัญ* จะทำให้เรามีความหมายที่กลายมาเป็นภาวะที่สามารถระลึกนึกย้อนไปภายหลังต่อไปในอนาคต โอ้โห!.เราได้ทำสิ่งนี้ และความรู้สึกได้ทำสิ่งนี้ไม่ใช่เป็นเพียงแค่เกื้อหนุนเฉพาะคนที่เป็นผู้ซึ่งต้องจากเราไป แต่มันเป็นการ

แบ่งปันเกื้อกูลความหมายให้อบอวลไปในครอบครัว ในหมู่ญาติมิตรว่า การกระทำเช่นนี้จะเป็นแบบแผน แบบอย่างต่อไป

เมื่อเช้าเราพูดถึง การเลี้ยงดูและสั่งสอนลูกใช่ไหมครับ การกระทำเช่นนี้คือความหมายของการอบรมสั่งสอนที่วิเศษที่สุด เพราะสิ่งนี้ไม่ใช่หรือที่กลายมาเป็นจารีตประเพณี *จารีตประเพณีไม่ใช่เรื่องถูกบังคับให้ต้องทำ แต่มีความรู้สึกที่อยากทำ และความรู้สึกดีที่ได้ทำ มันจะต้องรู้สึกดีที่ได้ทำจริง ๆ เพราะสิ่งเหล่านี้จะกลายเป็นบรรทัดฐานของพื้นที่ในชีวิตของเรา เป็นความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และถ้าเราทำสิ่งนี้ เราทำสิ่งนี้กับคุณพ่อคุณแม่ของเรา แม้จะไม่คาดหวัง แต่ลูกของเราก็จะได้เห็นสิ่งนี้ แล้วก็จะเกิดความรู้สึก แล้วความรู้สึกอยากทำเหมือนที่พ่อแม่เคยทำ*

ไม่ใช่สิ่งที่น่าตื่นตระหนก ตกใจกลัว เมื่อยามที่คนๆ หนึ่งจะต้องวายชนม์ แต่เป็นความหมายให้รู้ว่า เราได้เกื้อหนุนจุนเจือกันมาตลอดทั้งชีวิต ได้ทำหน้าที่ของเราให้ดีจนกระทั่งถึงวันสุดท้ายของชีวิตของท่าน และตรงนี้คือความหมายอันงดงามของการมีชีวิตอยู่ โปรดอย่าปล่อยให้โอกาสอันงดงามนี้ผ่านเลยไป



เตรียมตัวตาย

ปัจจุบันนี้ ดูเหมือนจะถูกทำให้เห็นว่าสังคมผู้สูงวัยเป็นสังคมที่เป็นปัญหาประมาณนี้นะครับ ไม่ได้หมายความว่าผมพูดในฐานะเป็นคนแก่ แต่ *ความรู้สึกจริง ๆ คือสังคมผู้สูงวัยเป็นสังคมที่แสดงให้เห็นถึงความงดงาม ที่เราได้ดำรงชีวิตมาจนกระทั่ง รู้ว่าเราเหลือชีวิตของเราอยู่ไม่นานแล้ว ลูกหลานก็รับรู้ว่าพ่อแม่ของเราก็มาถึงช่วงสุดท้ายของชีวิตแล้ว ผมเข้าใจว่านั่นน่าจะเป็นสังคมของการเฉลิมฉลองความสำเร็จ ของบุคคลอันเป็นที่รักของเรา ที่ท่านสามารถธำรงชีวิตมาอยู่ได้ จากที่ท่านเคยเลี้ยงดูเรา แล้ววันนี้ท่านได้เปิดโอกาสให้เราเลี้ยงดูท่าน*

จากที่ท่านเคยอาบน้ำให้เรา เคยทำความสะอาดเนื้อตัวให้เรา วันนี้เราได้มีโอกาสทำสิ่งนั้นกลับคืนกับท่าน จากที่ท่านเคยป้อนข้าว ป้อนน้ำเรา วันนี้เราได้ทำหน้าที่นั้นกับท่าน นี่เป็นความหมายที่ควรจะทำให้ปรากฏขึ้น อย่าปล่อยให้ความหมายและคุณค่าของความเป็นมนุษย์ถูกกำหนดคุณค่าด้วยความสามารถในการผลิตในเชิงวัตถุ ปัญหาในสังคมยุคใหม่ที่น่าตกใจกลัวเพราะเราไปคำนวณค่าของความเป็นมนุษย์จากประสิทธิภาพของการทำงานหรือจากมูลค่าของแรงงาน เพราะฉะนั้นเมื่อคน ๆ หนึ่งไม่มีความสามารถที่จะทำงาน สิ่งที่มันเป็นมูลค่าตรงนั้นก็เลยต่ำลง พอต่ำลงปุ๊บทำให้เหมือนกับว่า

ท่านไม่มีคุณค่า ผมเข้าใจว่านี่เป็นวิธีคิดที่น่าตกใจมิใช่น้อยนะ เราต้องทำให้สิ่งที่มันเป็นความหมายชีวิตไม่ใช่เรื่องมูลค่า คือเรื่องเงินทองหรือรายได้ที่เป็นเงินทอง แต่เป็นเรื่องของคุณค่าทางจิตใจ ที่เราเป็นสังคมที่งดงามที่สามารถมีผู้สูงอายุมีชีวิตยืนยาวให้เราได้ดูแลรักษากัน และผมเข้าใจว่าบรรยากาศแบบนี้ที่เรามีปัญหา เพราะเราอยู่ในสังคมซึ่งเป็นสังคมปัจเจก ที่ต่างคนต่างมีชีวิตอยู่ และกลายมาเป็นภาระเพราะเราคิดว่ามันเป็นภาระนะครับ พอคิดว่าเป็นภาระมันเลยกลายเป็นเรื่องใหญ่ที่ต้องเตรียมการที่จะแบกรับภาระนี้ ความรู้สึกว่าเป็นภาระก็จะกลายเป็นความหมายที่เจ็บปวดอยู่เหมือนกัน

ประเด็นที่เรากำลังพูดถึงประเด็นนี้ *ผมเป็นแต่เพียงแค่อยากจะเชิญชวนพวกเราทุกคนกลับมาทำความรู้สึกร่วมกันเสียใหม่ว่า จริง ๆ สิ่งที่มันเป็นความหมายที่เราเรียกว่าสังคมผู้สูงวัย ไม่ใช่สังคมที่ต้องเกิดความรู้สึกในความหมายเชิงเป็นภาระ แต่ต้องรู้สึกในความหมายเชิงโอกาสที่เราจะได้ดูแลบุคคลอันเป็นที่รัก และทำให้เราได้สัมผัสความหมายของชีวิต ที่เรายังไม่ไปถึงจุดนั้น แต่เราก็ได้เรียนรู้จากบุคคลอันเป็นที่รักของเรา และยามที่เราอยู่กับบุคคลอันเป็นที่รักของเราในภาวะที่ท่านสูญเสียความสามารถ จึงเป็นความหมายที่สำคัญในการเรียนรู้ของเราเอง*

ความรู้สึกแบบนี้เป็นความรู้สึกที่เป็นโอกาสของเรา ที่เราจะได้ดูแล เราจะได้รู้สึกดีต่อกัน และความรู้สึกแบบนี้ นี่คือความหมายอันงดงามของชีวิต ที่เราแต่ละคนต่างได้เรียนรู้ โดยเฉพาะเมื่อตะกี้มีประเด็นคำถามว่า จะอยู่กับผู้สูงวัยอย่างไร ผมเข้าใจว่านั่นคือ ความหมายที่ดีที่สุด ของการที่เราก็จะได้เกิดความรู้สึกได้ว่า เราเองจะมีความหมายแบบนี้ แล้วเราเองจะได้ดูแลตัวเราเอง ตอนนี้เราก็ดูแลตัวเราเองนะ ดูแลคุณพ่อคุณแม่ ดูแลตัวเราเอง และสุดท้ายก็จะเกิดความรู้สึกที่อธิบายค่อนข้างยากนิดหน่อย เพราะเป็นความรู้สึก *แต่ถ้าเรามีความสัมพันธ์ที่ดี ความหมายนี้ก็จะเป็นความหมายที่ดี เพราะฉะนั้นถ้าดูแลแล้วเกิดความรู้สึกไม่ดี กลับมาถามตัวเอง ว่าเรามีความสัมพันธ์อย่างไร ฟื้นฟูความสัมพันธ์ที่บกพร่อง ฟื้นฟูความสัมพันธ์ซึ่งไม่ค่อยดีนักให้ดีคืนซะ ภายในเวลาที่มีอยู่เนี่ยนะครับแล้วเราจะพบว่า สุดท้ายแล้วสิ่งที่เป็นความหมายที่สำคัญตรงนี้คือการได้ฟื้นฟูความสัมพันธ์อันงดงามให้กลับคืนมา*

ผมมีความรู้สึกดีมากที่ผมก็ไม่รู้ว่าผมจะตายยังไง แต่มันคงเป็นความหมายที่งดงาม ที่วันหนึ่งคุณอ๊อดมานั่งข้างผม แล้วผมก็ไม่รู้ว่าเป็นใครแล้ว ไม่รู้ตอนนั้นจะรู้สึกยังไง แต่ความรู้สึกนี้ พูดไว้ตรงนี้เหมือนกับพูดเล่น แต่พูดจริงนะว่า*วันหนึ่งพวกเราก็คงได้รู้ข่าวว่าอาจารย์ประมวลจากเราไปแล้ว แต่อย่าไปเสียดายที่จากไปแล้ว ช่างดีเหลือเกินที่เราได้พบกันที่นี่ ได้คุยกันถึงเรื่องนี้ แล้วผมก็อยากบอกว่าผมรู้สึกมีความสุขเป็นล้นพ้น ที่เราได้พบกันในวันนี้ เพราะอีกไม่นานผมก็จะไม่มีความสามารถที่จะไปพบใครที่ไหนอีกแล้ว ผมไม่มีความสามารถที่จะเอ่ยวจีกรรมอะไรได้อีกแล้ว ความหมายในใจของผมก็ถูกลบทิ้งหมดแล้ว พูดอะไรไม่ได้ ความหมายอะไรก็ไม่มี โอ้...นี่ช่างเป็นปาฏิหาริย์ที่มหัศจรรย์*

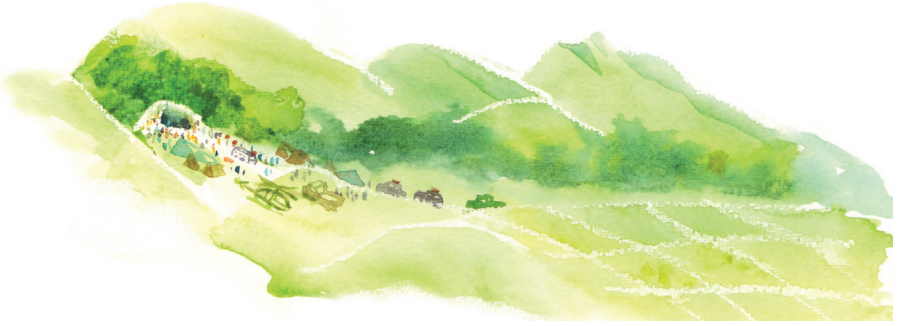


ผมจึงเปรียบเทียบเสมอนะครับว่า ไม่ต่างอะไรจากผมที่เป็นนักฟุตบอลอยู่ในสนาม ผมรู้นี่ครับว่า เกมฟุตบอลนี้เวลามีจำกัด ยิ่งตอนนี้เวลาใกล้จะหมด โอ้โห เกมมันขึ้นกับเวลาที่เหลือนี่แหละ เพราะฉะนั้น จึงเล่นฟุตบอลเต็มที่ ไม่ได้หมายความว่า กูไม่เล่นแล้วเพราะเวลาจะหมดแล้ว ไม่ใช่ครับ *ยิ่งเวลาใกล้จะหมด ยิ่งมีความหมายของเกมที่เข้มข้น เพราะอย่างนั้นพวกเราทุกคน ก็ไม่ต่างอะไรจากนักฟุตบอล ที่รู้อยู่ว่าเวลาถูกนับ count down ลดลงไปเรื่อย ๆ แต่เวลาที่เหลือนี่คือเวลาที่มีค่าที่สุด เวลาที่เหลือเนี่ยคือปาฏิหาริย์และมหัศจรรย์ที่สุด เพราะมันสามารถทำให้เกิดความหมายอะไรบางอย่างได้ บางทีเราอาจจะไม่ชนะก็ได้ แต่สามารถตีไข่แตกในวินาทีสุดท้ายอะไรอย่างนี้นะครับ* นึกถึงภาพสิเวลาเราดูเกมฟุตบอล คนที่แพ้แต่เขาชื่นชมกันที่สุดเลย วินาทีสุดท้ายยิงประตูเข้า ประมาณนี้นะ พวกเราก็สามารถทำปาฏิหาริย์นี้ได้ *เราสามารถทำสิ่งที่เป็นปาฏิหาริย์คือ มีความสุขเป็นล้นพ้นกับชีวิตที่มีอยู่ นั่นคือ ปาฏิหาริย์ของชีวิต มีความสุขกับชีวิตที่มีอยู่ ไม่มีอะไรมากไปกว่านี้*



ชวนคิดชีวิตที่เหลือ

พิธีกร : กลับมาถึงจุดที่ได้ยินเสียงของชีวิตกับเวลาที่อยู่คู่กัน อย่างที่อาจารย์พูดถึงเรื่องเด็กที่ติดอยู่ในถ้ำ อาจารย์บอกว่า การที่มีเรื่องราวของชีวิตที่เราต้องช่วยเหลือ กับเวลาที่บีบเข้ามา แล้วถึงมีคุณค่า มีความหมายที่ปรากฏออกมาแบบมีพลังค่อนข้างสูง เหมือนกับดึงให้เรา กลับมาอยู่กับชีวิตเราเหมือนกัน ถ้าชีวิตยังมีอยู่ แล้วมีเวลาที่บีบเข้ามา แล้วเรามีพลังกับมัน ก็จะมีความหมายที่บรรเจิดขึ้นมาแบบรุนแรง เหมือนพลังของความกรุณาที่เราเห็นผู้คนมีให้กับเยาวชน 13 คนในถ้ำนะคะ ว่าพลังอันนั้นมันมาจากไหน ก็คือเรื่องของเวลากับชีวิตที่คู่กันอยู่ตรงนั้นนะคะ ซึ่งเราสามารถทำชีวิตติดถ้ำของเรา ให้มันเกิดภาวะความหมายแบบนั้นได้เช่นกัน

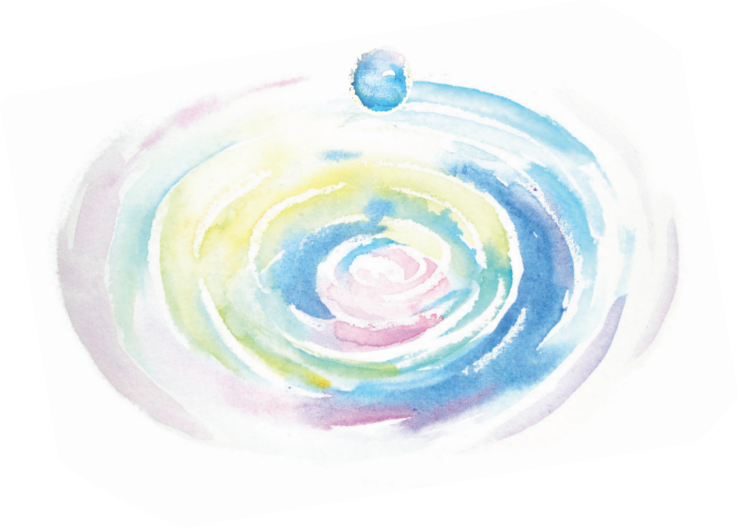


อ.ประมวล : *ทุกนาทีมีค่า ทุกวินาทีมีค่า ผมพูดอยู่เสมอ ทำตัวประดุจดังเราเป็นนักศึกษาที่เข้าไปนั่งในห้องสอบ แล้วถูกกรรมการคุมสอบบอกว่าเหลือเวลาสิบนาที* นึกถึงภาพสิ เราไม่อยากได้ยินคำพูดนี้หรอก แต่อาจารย์ที่คุมสอบก็พูดอยู่นั่นแหละ เดินไปด้วยขณะพูด แต่เดินไปพูดไป เหลือเวลาสิบนาที ตอนที่เหลือสิบนาที ขอโทษนะครับ จะมีนักศึกษาคนไหน ที่จะไปคิดอะไรอื่น ที่จะคิดไปกินหมูกระทะกันอะไรกัน ไม่คิด คิดแต่ว่าจะเขียนข้อความในกระดาษคำตอบให้งดงาม ให้เหมาะสม ให้ได้เกรด ให้ได้ดีอย่างไร ความรู้ทั้งหมดที่มีมาเนี่ย ต้องระดมมาใช้ในตอนนี้ ปัจจุบันนี้ได้ยินเสียงกรรมการเตือนว่าเหลือเวลาน้อยแล้ว ไม่ใช่สิบนาทีแล้ว ห้านาทีแล้ว สุดท้ายก็จะบอกว่าหมดเวลา ผมเข้าใจว่า *เวลาที่เราพูดถึงนั้นน่ะ มันเป็นเสียงที่ทำให้เรารู้สึกตื่นขึ้นมา เพื่อจะให้รู้ว่าความหมายของการเรียนรู้ที่จะสอบมันอยู่ตรงนี้นะ เพราะฉะนั้นอย่าปล่อยให้ความหมายเชิงความรู้ ถูกเบียดเบียนด้วยความคิดอื่น ๆ ด้วยการกระทำอื่น ๆ นึกถึงภาพสิเวลาช่วงนั้นเราลืมเรื่องอื่นทั้งหมดเลย เราจะเอาเวลาทั้งหมดมาอยู่กับการสอบ ชีวิตของคนเราเหมือนกับนักศึกษา ที่ต้องดึงความหมายอันงดงามของชีวิตออกมาให้ปรากฏ*

ผมใช้คำว่ามิติด้านใน *เพราะเราใช้เวลาในการท่องโลกกว้างข้างนอกมานานเพียงพอแล้ว นี้คือโอกาสที่เราจะได้กลับมาสู่โลกกว้างข้างในตัวเราเองแล้วเมื่อเรากลับมาสู่โลกกว้างเราจะพบว่า มีความหมายอะไรหลายอย่าง ที่เราไม่ได้สัมผัส รู้ความหมายนี้ เพราะเรามัวเผลอไปท่องโลกกว้างข้างนอก เราอยู่กับโลกของความคิดมานาน ปัจจุบันต้องกลับมาสู่ความหมายของความรู้สึกได้ ถึงความหมายที่อยู่ภายใน และความรู้สึกได้ของความหมายเหล่านี้เป็นความหมายเชิงสัมพันธ์ กับคนที่อยู่ด้วยกัน ความสัมพันธ์ที่มีความหมายงดงาม ความหมายที่ได้เกื้อกูลกันและกัน เราไม่มีเวลาที่จะมาทะเลาะกัน เราไม่มีเวลาที่จะมาเคลือบแคลงสงสัยใดใดกัน เราไม่มีเวลาที่จะทำอะไรที่เป็นความหมายเชิงลบ เรามีเวลาเพียงพอที่จะทำสิ่งที่บวก ๆ ๆ ให้เพิ่มขึ้นทุกวี่ทุกวัน* เพราะฉะนั้นในความหมายเช่นที่ว่านี้ ที่เป็นปรากฏการณ์ที่เป็นปาฏิหาริย์ในชีวิตจริง ๆ นะครับ เพราะฉะนั้นชีวิตจึงเป็นเรื่องราวที่มหัศจรรย์ ความเป็นจริงผมก็แก่ สังขารก็แย่แล้ว แต่ผมมีความรู้สึกดีทุกครั้งเวลาพบใครก็ไม่รู้ที่ไม่เคยรู้จักกันมาก่อน ตอนที่คุยนั่นน่ะ ผมบอกเรานัดหมายกันไว้ที่จะมาเจอที่นี่ อย่าไปสนใจอะไรมากมายเลย เพียงแค่เราลืมไปเท่านั้นเอง วันนี้เราได้พบแล้ว ตามที่สัญญาหมายกันไว้ จึงมีความสุขเป็นล้นพ้น ดีเหลือเกินที่จะได้มาคุยเรื่องเหล่านี้กันในวันนี้ เพราะฉะนั้นสิ่งเหล่านี้ เป็นปรากฏการณ์ที่เรากำลังกลับมาสู่หัวใจของการมีชีวิตอยู่

เมื่อตอนเช้าเริ่มต้นว่า เราเริ่มต้นชีวิตจากความฝันของแม่ ปัจจุบันนี้เรามาสู่ความฝันของเราเอง สายธารนี้กำลังมาถึงทางที่จะออกสู่ท้องทะเล คือมหาสมุทรแล้ว ขอโทษที ผมใช้ภาษากวีมากหน่อย ตอนที่ผมเขียนหนังสือ ‘เดินสู่อิสรภาพ’ ผมมีประเด็นจากปริศนาธรรมของชาวทิเบตว่า

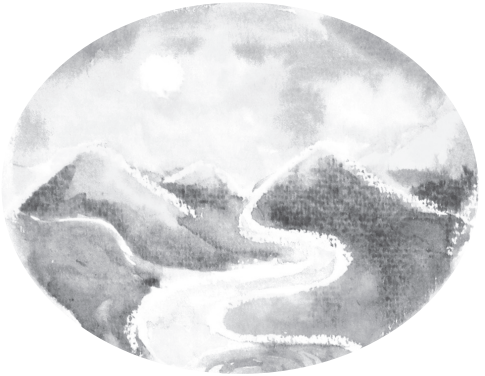
“จะทำน้ำหยดหนึ่งมิให้เหือดแห้งได้อย่างไร?”



ตอบด้วยความคิดก็ตอบมาได้ก่อนแล้วแหละ ว่าทำน้ำหยดหนึ่งให้เป็นท้องทะเล แต่วันหนึ่งเมื่อผมไปยืนอยู่ที่ชายทะเลที่ชะอำ ในยามเช้าตรู่ ที่พระอาทิตย์กำลังทอแสงสีทองในขอบฟ้าทิศตะวันออก แล้วผมยืนจ้องมองพระอาทิตย์ที่ค่อยๆ โผล่ขึ้นมา จนกระทั่งดวงอาทิตย์ขึ้นไปอยู่บนฟ้า ผมรู้สึกตื่นตะลึง อิ่มอยู่กับบรรยากาศเบื้องหน้า เป็นความรู้สึกได้ถึงความหมายที่ชีวิตของผมมาถึงจุด ๆ หนึ่งที่บรรลุถึงความรู้สึกได้ถึงความหมายของท้องฟ้าที่สว่าง น้ำหยดหนึ่ง ที่ผมเริ่มต้นมาจากแม่น้ำปิงที่เชียงใหม่ ตอนที่ผมหมดเรี่ยวแรงอยู่ที่แม่น้ำปิง ที่อำเภอสามเงา เพราะไม่มีอาหารกิน ผมนอนอยู่ริมแม่น้ำ แล้วโยนกิ่งไม้เล็ก ๆ กิ่งหนึ่งลงไปในสายน้ำ ทันทีที่โยนลงไปปุ๊บ มันก็ไหลจากผมไปอย่างรวดเร็ว ผมโบกมือว่าเจอกันที่อ่าวไทย ในความหมายของผมก็คือ น้ำทุกสายออกอ่าวไทยหมด

ผมได้ความคิดนี้มาจากหน่วยพิทักษ์ป่าคนหนึ่งซึ่งแกเมตตา กลัวผมจะหลงป่าที่อุทยานแห่งชาติแม่ปิง จะไปส่งผมให้ได้ ผมบอกไม่ต้องไปส่ง เพราะจริง ๆ ในใจลึก ๆ ของผม ผมอยากเดินคนเดียว ผมอยากจะทำสมาธิภาวนาของผม แต่พูดอย่างนี้ก็ไม่ได้ ผมบอกไม่ต้องไปส่ง คุณมีหน้าที่ดูแลป่า ก็ดูแลป่าไป สุดท้ายเมื่อผมไม่ยอม เขาเลยบอกว่า อาจารย์อย่าลืมนะ ถ้าอาจารย์เกิดหลงทาง เพราะทางนี่ไม่ได้เป็นถนนนะครับ คือทางเดินเท้านั้นเอง ถ้าหลงทาง อย่าลืม เดินไปพบลำธารเมื่อไร เดินตามสายน้ำไป น้ำทุกสายในอุทยานแห่งชาติแม่ปิงไหลไปพบกันที่ห้วยแม่พริก แล้วแกก็ปล่อยผมเดิน ตอน

ที่ผมเดินมา คำพูดของคุณศิริฤกษ์ ไม่ได้แนะนำเฉพาะทางในเชิงกายภาพนะเนี่ย คำพูดนี้มันมีปริศนาธรรมทางจิตวิญญาณเลยนะ เมื่อเราเกิดหลงทางเมื่อใด อย่าลืมหาสายน้ำให้เจอ แล้วเดินตามสายน้ำไป น้ำจะไปเจอกันในห้วยในทะเล ในอ่าวไทยนี่แหละ สายน้ำแห่งความฝันที่ผมพูดเมื่อเช้า ตอนนี้เป็นรูปเป็นร่างขึ้นมาแล้วนะครับ *อย่าหลงทาง เรามาจากต้นธาร คือเมตตากรุณาไหลไปตามสายธารแห่งเมตตากรุณา แล้วเราจะไปออกสู่สิ่งที่เรียกว่าท้องทะเล แล้วน้ำหยดหนึ่งหรือชีวิตเรา จะประสานเป็นหนึ่งเดียวกับท้องทะเล และไม่มีอะไรที่จะต้องเป็นความหวั่นไหว หรือต้องกลัวอีกต่อไป เมื่อใดที่เราทำให้น้ำหยดหนึ่ง กลายเป็นท้องทะเล* ตามคำเฉลยในปริศนาธรรมของพุทธศาสนาแบบวัชรยานในทิเบต



เพราะฉะนั้น *สายน้ำที่พูดถึงนี้ คือสายน้ำแห่งเมตตากรุณาที่เป็นต้นธารของชีวิตเรา แล้วเราต้องไหลไปตามสายน้ำนี้ เดินไปตามสายน้ำนี้ เดินไปตามสายน้ำแห่งเมตตาและกรุณา แล้วเราจะไม่หลงทาง แล้วเราจะพบความมหัศจรรย์ในชีวิต* สัมผัสแสงสีทองอันสดสวย และยืนตะลึง จนกระทั่งตาผมพร่าพรายเพราะแสงอาทิตย์มันจ้า ถึงขนาดผมต้องหลับตาลง แล้วหันหลังกลับไป มีผู้ชายคนหนึ่งยืนจ้องผมอยู่ แกคงนึกว่าตาบ้าคนนี้มายืนทำอะไรอยู่ตรงนี้ เพราะแกแอบดูมาตั้งนานแล้ว ตั้งแต่หัวรุ่งจนสาย พอผมหันกลับไป แกก็ยิ้มให้ผม พอผมยิ้มให้ แกจึงรู้ว่าผมไม่บ้า พอรู้ว่าไม่บ้าจึงเข้ามาคุย คุยไปคุยมา อยากจะหาอะไรให้ผมกิน ผมบอกไม่ต้อง เพราะร้านยังไม่เปิด ตอนนั้นที่ชะอำมันเช้าตรู่เกินไป แต่ความรู้สึกของผมดีมาก ที่หันกลับมาเจอผู้ชายคนนี้ รู้สึกดีที่เขาจะพยายามเดินไปหาร้านน้ำ เพื่อจะซื้อน้ำให้ผมสักขวดหนึ่ง แต่ก็หาซื้อไม่ได้ ผมเลยบอกแกว่า น้ำที่เป็นขวดไม่เป็นไร แต่น้ำใจที่แสดงให้ผมรู้นั้นมันยิ่งใหญ่มีค่ามาก ผมเลยดื่มน้ำยิ่งใหญ่อิ่มเอมแล้ว ไปเถอะผมจะไปต่อแล้ว นี่เป็นความรู้สึกที่ดีมาก ๆ ที่เจอคนๆ หนึ่งที่ยืนดูผมเหมือนกับคนบ้า แล้วก็จะซื้อน้ำให้ผมดื่ม เป็นความรู้สึกที่ดี *นี้เป็นความหมายที่เป็นเชิงภาษากวีไปหน่อย แต่ก็เดินตามสายน้ำแห่งเมตตากรุณาไปเถอะ แล้วชีวิตของเราจะเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ ซึ่งไม่มีคำว่าตาย*



ธรรมชาติแห่งสายธาร

คำถาม : จะทำอย่างไรให้เมฆหมอกแห่งความกลัวมันหายไปคะ

อ.ประมวล : คำถามที่ดีและง่าย แต่ตอบยากมาก เพราะถามว่าทำอย่างไร? เป็นคำถามเชิงความคิด ขอโทษนะครับ ความคิดนี่มันวกวน ผมต้องตอบในความหมายว่า *ทำตัวประดุจดังสายน้ำ ที่ไม่ต้องมีคำถามว่าจะไหลไปไหน จะไหลไปเพื่ออะไร ธรรมชาติของน้ำ คือไหลไป ไหลไปนะครับ และสุดท้ายก็ไปสู่ท้องทะเล แน่นอนคำพูดแบบนี้มันเป็นกวีโวหารมากไป แต่ความหมายที่ผมกำลังพูดคือ ความเป็นจริง*



เมื่อตอนที่ผมอยู่ในวัยหนุ่ม ผมอ่านหนังสือนวนิยายของเฮสเส คือ ‘สิทธารถะ’ สิทธารถะที่เป็นพระเอกของเรื่อง ได้ไปพบวาสุเทพซึ่งเป็นชายแจวเรือ และเกิดความรู้สึกได้ว่าชายผู้นี้ ช่างเป็นผู้มีความรู้ที่ลุ่มลึก จึงถามว่า ใครเป็นครูของท่าน? ท่านเรียนรู้สิ่งเหล่านี้มาจากไหน? วาสุเทพบอกว่า *แม่น้ำสายน้ำ เป็นครูของเรา เงี่ยหูสดับตรับฟังสายน้ำสิ สายน้ำจะบอกเราทุกอย่าง* แล้วสุดท้ายต่อมาสิทธารถะก็มาอยู่กับวาสุเทพ เป็นคนแจวเรือพาคนข้ามฟากหนึ่งไปสู่อีกฟากหนึ่ง แต่นี่เป็นนิยาย ผมอ่านนิยายด้วยความเคลิบเคลิ้ม เวลาอ่านนิยายอะไร ผมต้องเป็นพระเอกนะ ผมก็พยายามจะนั่งลงริมสระน้ำ เพื่อจะฟังเสียงสายน้ำ แต่ตอนหนุ่ม ๆ ฟังไม่เข้าใจ มันเข้าไม่ถึงความหมายนั้น มีความรู้สึกว่านี่คงเป็นเพียงแค่กวีโวหารของเฮสเส เขียนไปอย่างนั้นน่ะ ผมบ้ามาทำตามทำไม

วันหนึ่งช่างมหัศจรรย์ ในปี 2550 หลังจากผมผ่านการเดินทางในประเทศไทย แล้วผมได้กลับไปที่ประเทศอินเดีย ผมได้เดินทางไปสู่ต้นแม่น้ำคงคาที่คังโคตรี ในหุบเขาหิมาลัย ผมไปอยู่ที่นั่น เช้าวันหนึ่ง คือบนยอดภูเขาที่สูง กลางคืนมันก็ไม่มืด ผมเล่ายากเหมือนกันนะ ถ้าใครเคยไปเที่ยวก็คงจะรู้ จำได้ว่าผมออกไปจากที่พัก ประมาณสักตีสามตีสี่ ผมเดินไป จนกระทั่งไปหาก้อนหินก้อนหนึ่ง ที่มันเป็นก้อนหินแล้วมีน้ำ คือที่ต้นแม่น้ำคงคาที่ว่านี้ ไม่ใช่น้ำลึกมากอะไรนะครับ น้ำที่ไหลไปตามซอกหิน แล้วเวลามันเจอหินที่ต่างระดับกันน้ำก็จะตกลงมีเสียงดัง ผมไปนั่งอยู่บนก้อนหินที่มีเสียงน้ำดังตลอดเวลา แล้วผมสดับตรับฟังเสียงน้ำนั้น คำว่าสดับตรับฟังก็คือ โสตประสาทของผมอยู่กับสายน้ำนั้น โดยที่ไม่ส่งจิตไปคิดปรุงแต่งอะไร



ผมอยู่ในภาวะที่เอาเสียงน้ำเป็นอารมณ์ เสียงน้ำซึ่งเป็นเสียงที่ดังมาเนิ่นนานนักหนาแล้ว เป็นเสียงที่ถามว่า คืออะไรก็ไม่รู้ แต่เป็นเสียงที่มหัศจรรย์ที่ผมอยู่กับเสียงสายน้ำนั้น ผมรู้สึกได้ถึงความหมาย แต่ผมก็บอกไม่ได้ว่ามันคืออะไร นานมากจนกระทั่งว่า พอสมควรแล้วผมลืมตาขึ้นมา เพราะตอนที่นั่งหลับตา ผมต้องการปิดตา เพื่อที่ให้หูได้ยิน ขณะที่ผมลืมตา ผมแหงนหน้ามองไปที่ยอดภูเขาหิมาลัย มันเป็นช่วงเวลารุ่งอรุณ ที่ยอดหิมาลัยที่มีหิมะปกคลุมเป็นสีทอง ถ้าเวลาอื่นหิมะสีขาวก็คือสีขาว แต่ตอนเช้าดวงอาทิตย์ที่ส่องแสงมา แสงปรากฏ แต่ดวงอาทิตย์ยังไม่ปรากฏ แต่ว่ายอดหิมาลัยที่สูงเนี่ย นึกถึงภาพนะว่าโลกกลม ๆ นะ รับแสงอาทิตย์แล้ว ยอดหิมาลัยต้องแสงอาทิตย์ จะเป็นสีทอง มันมีความหมายที่หมดจด บอกไม่ถูก และบังเอิญว่าพอเป็นสีทองปุ๊บ หมายความถึงว่า ตะวันกำลังขึ้น เวลากลางวันมาถึงแล้ว



ในคติของชาวฮินดู เมื่อเราเห็นแสงสีทองเช่นนี้ เราจะสวดสรรเสริญอุษาเทวี ซึ่งเป็นธิดาแห่งท้องฟ้า ในบทสวดนั้นแปลเป็นไทยก็ต้องแปลว่า *ข้าขอน้อมคารวะสดุดีอุษาเทวี ผู้เป็นธิดาแห่งท้องฟ้า ผู้ซึ่งนำความงามมามอบให้แก่ข้า* โอ้...ตอนที่ผมระลึกนึกได้ถึงความหมาย ขณะจ้องมองไปที่ยอดหิมาลัย น้ำตาผมไหลออกมา ไม่น่าเชื่อเลยนะว่า อยู่ดี ๆ น้ำตาผมจะไหลออกมามากมายขนาดนั้น มันเป็นความรู้สึกได้ถึงความมหัศจรรย์ของชีวิต ชีวิตที่ผมสดับตรับฟังเสียงสายน้ำ จนผมหยั่งรู้ถึงความหมายที่ผมรู้เลยว่า *โลกที่มีอะไรที่ซับซ้อนจนกระทั่งเราไม่เข้าใจ หากเราใช้ความคิด แต่วันหนึ่งเมื่อเราหยุดนิ่ง แล้วก็สดับตรับฟัง เสียงนี้ช่างไพเราะ เสียงนี้ช่างงดงาม แม้เมื่อลืมตาขึ้นมายังเห็นยอดหิมาลัยที่สูง แล้วเรายังมีจิตระลึกนึกถึงอุษาเทวีผู้เป็นธิดาแห่งท้องฟ้า แถมบทสวดบอกว่า ขอบพระคุณที่นำความงามมามอบให้แก่ข้า มีชีวิตอยู่บนโลกใบนี้มาห้าสิบกว่าปี ไม่เคยมีความรู้สึกอย่างนี้มาก่อนเลย ความรู้สึกที่เราสัมผัสความงดงามที่มีปรากฏอยู่ทุกวี่ทุกวัน แต่ใจของเรา มันไม่ได้มีความสามารถที่จะสัมผัสรู้ได้ ใจของเราที่เต็มไปด้วยความคิด ความอยาก ทำให้ความงามไม่ปรากฏขึ้นภายในใจ*

นี่คือสิ่งที่มหัศจรรย์มาก แล้วความรู้สึกแบบนี้ ที่ผมไม่เคยเข้าใจ มันเกิดปรากฏแจ้งขึ้นมา เมื่อกี้ผมพูดถึงตำนานธรรมของพระพุทธเจ้า ผมไม่เข้าใจว่าทำไมพระพุทธเจ้า พอตรัสรู้ปุ๊บแล้วต้องพบกับมารเลย เรารู้จักท่านแล้ว ท่านจะไม่สามารถสร้างเรือนให้เราอยู่ต่อไปได้อีกแล้ว ยอดเรือนของท่านเรารื้อทิ้งไปซะแล้ว กลอนประตูกลอนหน้าต่างเราหักทิ้งหมดแล้ว นี่เป็นคำพูดของพระพุทธเจ้านะ มารที่พูดถึงนี่ก็คือกิเลสมาร คือ ตัณหา หรือความอยาก



เราอยู่ในโลกใบนี้ เราใช้ความอยากของเราเป็นผู้สร้างความหมาย เราอยู่ในเรือนของความอยาก เราอยู่ในบ้านของความอยาก เราไม่ได้อยู่ในบ้านของพรหม ที่เราพูดถึงเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา พอเราไปอยู่ในบ้านของมาร โลกมันถึงถูกผ่าเป็นสองซีก ซีกหนึ่งเราจะผลักทิ้ง ซีกหนึ่งจะกอบไว้ แต่เราทำไม่ได้ แล้วเราก็เจ็บปวด เจ็บปวดที่ต้องโอบกอดโลกที่เราไม่ปรารถนา เจ็บปวดที่โลกที่เราอยากจะดึงไว้มันหลุดหายไปจากมือเรา แต่วันหนึ่งเมื่อเราทำลายบ้านของมาร มาอยู่ในบ้านของพรหม คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ทำให้เรามีโอกาส ที่จะได้ยินเสียงสายน้ำ ที่จะได้เห็นความงามที่อุษาเทวีนำมามอบให้กับเรา

คำถามที่ว่าทำอย่างไร ตอบได้ง่าย ๆ เลยนะครับ คิดให้น้อยลง สัมผัสรู้โลกใบนี้ด้วยความรู้สึก อันประกอบด้วยพรหมวิหารธรรม รู้สึกกับเพื่อนบ้าน รู้สึกกับเพื่อน รู้สึกกับใครต่อใครทั้งหมดทั้งปวง ว่าเราเกิดมาสู่โลกใบนี้ เพื่อจะรับใช้ดูแลเขา เขาให้โอกาสเราที่จะได้ทำสิ่งนี้ ขอบคุณเขา แล้วทำสิ่งนี้ด้วยใจ



ข้ามพ้นความกลัว

ผมพูดเรื่องหนังสือนิดหนึ่ง ไม่ต้องกังวลเรื่องหนังสือครับ ผมคิดว่าผมทำเสร็จแค่ไหนก็คือแค่นั้น ผมเล่าเรื่องให้ฟังอีกเรื่อง ปรัชญาปารมิตาที่ผมทำนี่นะครับ ผมมีความเชื่ออะไรบางอย่างที่ละเอียด อย่าไปคิดเรื่องจริงเท็จนะครับ ผมศึกษามาพบว่า บรรดาครูบาอาจารย์ที่สำคัญในประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนา ต่างมีชีวิตช่วงสุดท้ายในการทำงานสักชิ้นหนึ่ง แล้วก็จากโลกนี้ไป ผมรู้สึกว่าผมควรจะทำอย่างนั้น

ผมยกตัวอย่างนะครับ ท่านสมณะเสวียนจ่าง หรือพระถังซำจั๋ง ท่านใช้ชีวิตเพื่อการเดินทางไปสืบเสาะ คำสอนคือคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาที่ประเทศอินเดีย ท่านใช้เวลาในชีวิตนานมาก ท่านมีความศรัทธาในปรัชญาปารมิตาสูตรมาก ถ้าเผื่อเราอ่านประวัติท่าน เมื่อท่านไปเจอภาวะที่บีบคั้น เช่น ไปอยู่ทะเลทราย น้ำก็ไม่มีดื่ม ประวัติที่ท่านบันทึกไว้ว่า ท่านได้เพียงแค่สาธยายมนต์ของปรัชญาปารมิตา แล้วก็ผ่านชีวิตนั้นมาได้ ผมเองเมื่อตอนที่ผมออกเดินทาง ผมมีความรู้สึกได้เพียงแค่ว่า แม้นไม่มีข้าวน้ำที่จะหล่อเลี้ยงชีวิตผมแล้ว ผมไม่มีอะไร แต่ผมจะหล่อเลี้ยงใจของผมด้วยการสาธยายมนต์แห่งปรัชญาปารมิตา ทำเหมือนกับพระถังซำจั๋ง ประมาณนั้น แต่ช่างเป็นความมหัศจรรย์ ว่าสุดท้ายแล้วสิ่งที่เป็นบทมนต์ ทำให้ผมประสบพบสิ่งที่มัน

ข้ามพ้นความกลัวได้ และพระถังซำจั๋ง เมื่อท่านกลับไปสู่ประเทศจีน งานชิ้นสุดท้ายที่ท่านทำก็คือ แปลปรัชญาปารมิตาหฤทัยสูตรเป็นภาคภาษาจีน เป็นงานชิ้นสุดท้ายแล้วท่านก็ละสังขารไป

ผมพบความมหัศจรรย์อีกครั้งเมื่อไม่นานมานี้ มีบุคคลเอางานชิ้นหนึ่งของท่านหลวงปู่ติช นัท ฮันท์ มาให้ผม แล้วบอกว่า นี้เป็นงานชิ้นสุดท้ายของหลวงปู่ หลวงปู่ได้แปลปรัชญาปารมิตาหฤทัยสูตรเป็นภาษาอังกฤษ แต่ว่าท่านคิดว่าที่แปลไว้นานแล้วนั้น ยังไม่สมบูรณ์เพียงพอ ท่านจึงปรับปรุงแปลใหม่ ทันทีที่ท่านแปลหรือปรับปรุงใหม่จบ ท่านก็มีภาวะอาพาธ ที่ไม่สามารถจะสืบสานงานนี้ได้อีกต่อไป ก็ถือว่าเป็นงานชิ้นสุดท้ายของหลวงปู่ติช นัท ฮันท์

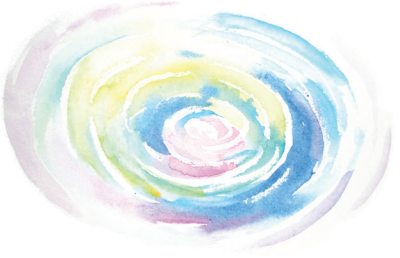
ผมได้ทำงานชิ้นนี้แล้วก็วันหนึ่งพวกเราก็จะได้อ่านงานชิ้นนี้ หลังจากที่ผมกลับสู่ธรรมชาติแล้วอะไรอย่างนี้นะครับ ความรู้สึกแบบนี้ มันเป็นความรู้สึกที่ดี มันไม่ได้เป็นสิ่งที่น่ากลัวอะไรเลย มันเป็นสิ่งที่งดงาม เป็นสิ่งที่บริสุทธิ์ ผมจะไม่ได้เขียนสมุดเบาใจ แต่ผมบอกไว้เลยว่า พอผมเป็นอะไรไป หนังสือเล่มนี้จะได้พิมพ์ และก็จะได้แจกจ่ายไปกับมวลมิตร เป็นความหมายในชีวิตที่ผมพยายามกลั่นออกมาเพื่อจะสื่อสารเท่าที่จะสื่อสารได้ เพื่อจะบอก เพราะ

ปรัชญาปารมิตาหฤทัยสูตร ก็คือการที่เรากลับคืนสู่ศูนยภาวะ หรือศูนยตา ศูนยตา คือ ความหมายที่ไม่มีบวก ไม่มีลบ มีค่าเป็นศูนย์

เมื่อตะกี้ที่เราบอกว่าเราผ่าโลกเป็นสองซีก ซีกหนึ่งมันบวก ซีกหนึ่งมันลบ เราอยากจะอยู่กับซีกบวก เราไม่อยากอยู่กับซีกลบ แต่จริง ๆ ทั้งบวกทั้งลบต่างก็เป็นสภาวะที่มีความหมายบีบคั้น สุดท้ายแล้วเราก็กลับไปสู่ความเป็นศูนย์ ศูนย์คือความหมายที่มันเป็นเลขศูนย์ สภาวะแบบนั้นเป็นสภาวะที่มหัศจรรย์ เราจะได้กลับคืนสู่ความเป็นศูนย์ขณะที่เรายังมีชีวิตอยู่ เพราะฉะนั้นความหมายที่ผมเดินไป แล้วผมรู้ว่า การภาวนาปรัชญาปารมิตามนต์มีความมหัศจรรย์ *มหัศจรรย์คือทำให้รู้สึกได้ถึงความหมายที่ข้ามพ้น ข้ามพ้นอะไรบางอย่าง ที่เมื่อก่อนเคยเป็นกำแพงสูงขังเราไว้ เมื่อเช้าผมใช้คำว่า 'ความกลัว' ขอใช้คำนี้อีกก็ได้ คือกำแพงของความรู้สึกกลัว แล้วความรู้สึกกลัวที่ว่านี้ทำให้เราอยู่ในโลกที่มืดทึบ หม่นหมอง แต่ถ้าเมื่อใดที่เมฆหมอกแห่งความกลัวสลายไป ท้องฟ้าจะแจ่มใส ท้องฟ้าที่แจ่มใส มองขึ้นไปเถอะครับไม่เห็นอะไร แต่มันสวยงาม ในขณะท้องฟ้าที่มีเมฆหมอก เต็มไปด้วยเมฆหมอก มองเห็นเป็นรูปเป็นร่างแต่ไม่สวยงาม เต็มไปด้วยความน่ากลัว แต่ยามใดท้องฟ้าแจ่มใส วันไหนท้องฟ้าแจ่มใส มองขึ้นไปบนท้องฟ้าสิครับ ไม่เห็นอะไรเลย เห็นแต่ความว่าง แต่ความว่างนั้นแหละครับ คือท้องฟ้าที่งดงาม*ในชีวิตของเรา ถ้าสามารถมองไปในชีวิต แล้วเราเห็นความหมายแบบนี้ จะรู้สึกได้ว่า “ช่างดีเหลือเกิน ที่วันนี้ได้พบกัน ได้พูดจาสื่อสารกัน”



พิธีกร : น่าเสียดายจริงๆ ที่เวลาของเราหมดแล้วสำหรับวันนี้นะคะ เวลาที่เราจะมีโอกาสได้อยู่กับครูของเราที่นี่ เวลาที่จะได้มีโอกาสฟังอาจารย์เล่าเรื่องราวต่าง ๆ มากมาย คิดว่าทุกคนในที่นี้คงได้มีโอกาสเห็นความหมายอะไรบางอย่างในชีวิตของตัวเองขึ้นมาบ้างแล้วนะคะ เมื่อเช้ามีโอกาสได้คุยกับอาจารย์ ตอนระหว่างที่เดินทางมาด้วยกัน ก็คุยกันถึงเรื่องคำถามค่ะ ว่าเราจะเลือกคำถามอะไรมาพูดคุยกันวันนี้บ้าง แล้วอาจารย์ก็บอกว่า คำถามที่จะชวนให้เราได้เข้าใจถึง 'หลักการ' อันนี้สำคัญมาก เพราะถ้าเราเข้าใจหลักการแล้ว การปฏิบัติมันไม่ยาก เทคนิคมันไม่ยาก เทคนิคเราไปหากันเองได้ แต่ถ้าเข้าใจหลักการแล้ว รู้ว่านี่คือสิ่งที่เราสามารถทำได้ เรามีศักยภาพทุก ๆ คน อาจารย์ทำได้ เราเป็นลูกศิษย์เราก็ทำตามครูได้ เพราะฉะนั้นขอให้เรามีความมั่นใจ มีศรัทธาในตัวของเราเองนะคะ และโอกาสนี้ก็ต้องขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ที่เมตตาพวกเราเสมอมาค่ะ แล้วทุกครั้งที่เราจัดงานแบบนี้ก็ได้เรียนรู้ได้เติมเต็มชีวิตของเราไปทีละจุด ๆ ก็หวังว่าพวกเราคงได้รับประโยชน์จากงานนี้มากเช่นกันนะคะ



โครงการชุมชนกรุณา เพื่อการอยู่และตายดี กลุ่ม Peaceful Death

ชีวิตและความตาย คือด้านทั้งสองของเหรียญเดียวกัน อาจกล่าวได้ว่า บุคคลจะเข้าถึงการตายดีก็ต่อเมื่อเขาผู้นั้นใช้ชีวิตได้เป็นอย่างดีในยามอยู่ ส่วนผู้ที่มีชีวิตอยู่ได้เป็นอย่างดีคือผู้ที่ไม่ประมาทในความตาย การเตรียมตัวตายและการอยู่อย่างดีจึงเป็นเรื่องเดียวกัน

อย่างไรก็ตาม การอยู่และการตายดีมิใช่เรื่องของปัจเจกบุคคลเท่านั้น เพราะมนุษย์ สัตว์ และธรรมชาติ ต่างเชื่อมโยงเกี่ยวพันกัน เป็นเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตายด้วยกัน การอยู่ที่ดีและการตายอย่างสงบของคนๆ หนึ่งจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเขาคนนั้นได้รับความรัก ความเข้าใจ ความช่วยเหลือจากสมาชิกคนอื่นๆ ในชุมชน รวมทั้งระบบสนับสนุนในระดับโครงสร้างของสังคม ซึ่งก็เป็นเรื่องที่เราทุกคนต้องเพียรสร้างขึ้นด้วยความรักเช่นกัน ดังนั้น ความกรุณา จึงเป็นคุณธรรมสำคัญที่หล่อเลี้ยงชีวิตของเราทั้งผอง ทั้งในยามอยู่และยามจาก

peaceful
death

โครงการชุมชนกรุณาเพื่อการอยู่และตายดี ดำเนินการโดยกลุ่ม Peaceful Death ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความรู้ และขับเคลื่อนปฏิบัติการชุมชนกรุณา ซึ่งหมายถึงการปลุกเร้าความกรุณาให้เกิดขึ้นในใจของแต่ละคน ให้เกิดความเห็นอกเห็นใจอย่างลึกซึ้งต่อผู้เผชิญความสูญเสีย และร่วมหนุนเสริมศักยภาพของเครือข่ายที่สนับสนุนผู้ป่วยและครอบครัวให้เข้มแข็ง จนพวกเขาสามารถเผชิญและผ่านพ้นกับภาวะวิกฤตของชีวิต การขับเคลื่อนปฏิบัติการดังกล่าวเน้นความกรุณาอาทร และส่งเสริมให้ลงมือปฏิบัติจริงแม้เพียงเล็กน้อย ตามความพร้อมและความถนัดของสมาชิกแต่ละหน่วยของชุมชน

ติดตามการดำเนินงานและสนับสนุนโครงการชุมชนกรุณา เพื่อการอยู่และตายดีได้ที่ www.facebook.com/peacefuldeath2011 หรือลงทะเบียนรับข่าวสารได้ที่ www.peacefuldeath.co

หนังสือและสื่อการเรียนรู้ ด้านการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายและการตายดี Peaceful Death



สมุดเบาใจ

พินัยกรรมชีวิต สื่อสารความต้องการเกี่ยวกับสุขภาพช่วงท้ายและการตายดี
เล่มละ 30 บาท



เกมไพ่ไขชีวิต

เกมสร้างบทสนทนาเรื่องชีวิตและความตายอย่างง่ายและสนุก
คำถามทั้ง 45 ใบ พร้อมกติกาการสร้างวงสนทนา จะช่วยให้คุณได้ทบทวนและวางแผนชีวิตในช่วงเวลาที่เหลืออยู่ร่วมกับคนที่คุณรัก รวมทั้งพัฒนาความสัมพันธ์ในระหว่างสนทนา
ชุดละ 160 บาท



add ความตายเป็น friend

หนังสือเล่มเล็ก ที่จะช่วยให้คุณมองความตายด้วยสายตาที่เป็นมิตร มองความตายเป็นครูที่เคี่ยวเข็นเราให้ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า ช่วยให้เราเข้าถึงจุดมุ่งหมายของชีวิต ที่แต่ละคนอาจจะลืมไป

เล่มละ 20 บาท



9 วิธีพูดเรื่องความตายกับแมว

หนังสือเล่มเล็กที่จะช่วยให้แนวทางการพูดคุยเรื่องชีวิตและความตาย เพื่อวางแผนการดูแลสุขภาพในช่วงท้ายกับคนที่คุณรัก

เล่มละ 30 บาท

หนังสือและสื่อการเรียนรู้ ด้านการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายและการตายดี Peaceful Death



วันนี้คือของขวัญของชีวิต

หนังสือรวบรวมประสบการณ์การเผชิญความเจ็บป่วยและการเป็นอาสาสมัครดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายของคุณจิ๋ม (อรทัย ชะฟู่)
เล่มละ 60 บาท



ความรักอยู่รอบตัวเรา

หนังสือเล่มที่สองที่พูดถึงประสบการณ์การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายของคุณจิ๋ม (อรทัย ชะฟู่)
เล่มละ 80 บาท

วิธีสั่งซื้อ

• แจ้งรายชื่อ จำนวนหนังสือที่ต้องการสั่งซื้อ และที่อยู่จัดส่งได้ที่ไลน์หรือเฟซบุ๊กด้านล่าง

• ทีมงานจะคำนวนราคาค่าหนังสือและค่าจัดส่งให้ท่าน

• โอนค่าหนังสือและค่าจัดส่ง ได้ที่ บัญชีออมทรัพย์ธนาคารกรุงไทย สาขาสี่แยกอรุณอมรินทร์ เลขที่บัญชี 157-0-19413-0 ชื่อบัญชี น.ส.วรรณา จารุสมบูรณ์

• ส่งหลักฐานการโอนเงินให้ผู้ประสานงาน เพื่อจัดส่งหนังสือในลำดับต่อไป

หมายเหตุ: ทีมงานจะจัดส่งสินค้าทางไปรษณีย์แบบลงทะเบียนและส่งภายใน 2-4 วันทำการ หากต้องการส่งด่วน กรุณาพูดคุยเพิ่มเติม

line:
@peacefuldeath

facebook:
Peaceful death





“ชีวิตของเราทุกคน
มีต้นธารมาจากการุณยธรรมที่เป็นความฝันของแม่
ผมใช้คำว่า ‘ความฝัน’ เพราะตอนนั้นยังไม่มีตัวเรา
แต่มีภาพความหมายบางอย่างเกิดขึ้นในใจของผู้หญิงคนหนึ่ง
อันอธิบายด้วยเหตุผลไม่ได้
เป็นความหมายที่กลายมาเป็นพลังที่จะทำกิจกรรมต่างๆ มากมาย
จิตดวงนั้นสามารถใช้พลังชีวิตทั้งหมดเพื่อก่อให้เกิดชีวิตอีกชีวิตหนึ่งได้
และโอบอุ้มคุ้มครองชีวิตที่เกิดขึ้นมาใหม่นั้น
โดยที่ไม่มีความคิดเชิงเหตุผลเลย มีแต่ความรู้สึกที่แม่มีต่อลูก
นี่แหละครับ คือ การุณยธรรมหรือกรุณา
ที่เป็นต้นธารของชีวิตเราทุกคน”

ประมวล เพ็งจันทร์

กลับสู่ธรรมชาติแห่งกรุณา
9 786163 931733
ราคา 120 บ.