

ทุกสิ่งดีเสมอ

..... ขวัญ เพียงหทัย



ทุกสิ่งดีเสมอ
ขวัณ เพียงหทัย



ขอให้คุณมีความสุข

ทุกสิ่งดีเสมอ

ขวัญ เพียงหยัย

ภาพการ์ตูนประดับ : ภู ภูเพี้ย

ISBN : 978-616-374-458-6

พิมพ์ครั้งที่ 1 : พฤศจิกายน 2557

จำนวน 196 หน้า

ราคา 150 บาท

จัดพิมพ์โดย :

สำนักพิมพ์ เรือนธรรม

290/1 ถนนพิชัย

แขวงถนนนครไชยศรี เขตดุสิต

กรุงเทพฯ 10300

โทรศัพท์ : 02 243 1279

โทรสาร : 02 241 6622

บรรณาธิการ

พรจิตต์ พงศ์วราภา

จัดทำรูปเล่ม

ประทีป ปัจฉิมทีก

ออกแบบปก

ประสิทธิ์ เอนกอนันตพันธุ์

ภาพดอกไม้ท้ายบท

กรรต์น์ งามประสิทธิ์

พิสูจน์อักษร

เรวดี บุญยดิษฐ์

ผู้จัดการฝ่ายผลิต

รัตนา โค้ว

พิมพ์ที่ :

บริษัท โอเอส พรินต์ติ้ง เฮาส์ จำกัด

โทรศัพท์ : 02 434 6850-1

คุณมีชีวิตที่รื่นรมย์ได้
ด้วยความคิดความเชื่อมั่นที่ดั่งลม
ซึ่งอยู่ในใจของคุณ



6 ชั่วโมงหนึ่ง ขณะที่ฉันนั่งดูนิวฟิดในเฟซบุ๊ก มีเพื่อนคนหนึ่งโพสต์เพลง
ขึ้นไว้ให้ฟัง ฉันเปิดเพลงนั้น ปรากฏว่าเป็นเพลงของจาร์ส เศวตারণ
เพลงค่อยๆ บรรเลงไปอย่างเชื่องช้าในท่วงทำนองที่ยิ่งใหญ่กว้างไกล เปิด
บรรยากาศอิสระให้กับอารมณ์ราวกับบินไปในจักรวาลอันไพศาล ใน
บรรยากาศอันเย็นชื่นของยามเช้า ฉันนอนลงฟังอย่างมีความสุข อารมณ์ละมุน
และปล่อยวาง ภาพต่างๆ ในอดีตรวมทั้งภาพชีวิตคนที่ฉันรู้จักลอยเลื่อนเข้ามา
และผ่านไปเป็นเฟรมๆ เลื่อนไหลไปเรื่อยๆ ราวภาพยนตร์ ฉันรู้สึกได้เรียนรู้ว่า
ภาพเหล่านั้นเมื่อคราวที่อยู่ในเหตุการณ์มันอาจจะมีอารมณ์ มีความสำคัญ มี
สิ่งที่ต้องทำ มีสิ่งที่ต้องแก้ไขจัดการ มีสุขมีทุกข์ และมันจบลงไปแล้ว มาถึงตอน
นี้มันก็เป็นภาพที่ทำได้เพียงเล่าเรื่องที่จบไปแล้ว ไม่ว่าเรื่องจะดีเลวอย่างไรมัน
ก็จบลงได้ด้วยทางใดทางหนึ่งและหมดความสำคัญลงไป เลื่อนลอยไปในวัน
เวลาที่พามันไปฝังไว้ในห้วงคำว่าอดีต และให้ความรู้สึก ว่า ‘มันก็เท่านั้นเอง’
‘ไม่มีอะไรมากกว่านั้น’ ฉันรู้สึกเป็น ‘ผู้ดู’ อย่างมากและรู้สึกสบายปล่อยวาง
รู้สึกแยกจากเรื่องราวที่เห็นกำลังเลื่อนลอยผ่านไป แต่ละเฟรมๆ รู้สึกเข้าใจ
ว่าแท้จริงแล้วไม่มีอะไรที่สำคัญจริงๆ ด้วย มันเพียงเป็นไปตามวิถีที่มันจะ
เป็นและเราต้องยอมรับให้มันเป็น ฉันรู้สึกสบายอารมณ์มากและรู้สึกมีความ
อ่อนโยนเท่กลม่ออยู่ในจิตใจ เป็นเข้าที่ดีจริงๆ

ฉันรวบรวมต้นฉบับจากบทความที่เขียนลงในเฟซบุ๊ก ในส่วนที่เขียนเกี่ยวกับผู้คน ความนึกคิด ทศนคติที่ก่อเกิดเหตุการณ์ การพัฒนาความคิด ความเชื่อเพื่อชีวิตที่ดี ฯลฯ สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นรอบๆ ตัวเรา เพื่อสอนให้เราเรียนรู้ว่าวิถีมันเป็นเช่นนั้นเอง การสอนของมันจะทำงานได้ดีเมื่อเรื่องราวนั้นได้จบลงแล้ว ฉายภาพความเป็นไปทั้งหมดเข้าเป็นหนึ่งเรื่องราวให้เราเห็นบทสรุป สุดท้ายใครจะนำมาเทียบเคียงกับชีวิตตนเองเพื่อปรับให้ความรู้สึกดีขึ้น หรือเพียงรับรู้เข้าใจเรื่องราวของคนอื่นเพื่อเรียนรู้การปล่อยวางจากความคาดหวังอันยึดมั่นที่อยากให้สิ่งต่างๆ เป็นไปในวิถีที่ตนชอบ ซึ่งในที่สุดพบว่าไม่ได้ดังใจ การปล่อยวางนี้ทำให้ใจเป็นอิสระ ในบางด้านที่เราอาจเห็นว่าเป็นลบ เมื่อขยับกายส่งสายตาไปมองด้านอื่นเราจะพบว่ามันมีด้านดีด้วยเสมอ และสิ่งนั้นกลับช่วยพยุงใจให้เข้มแข็งพร้อมจะก้าวไปได้ดีกว่าเดิม เป็นการทำให้ได้มุมมองที่สว่างสดใส หากตระหนักได้เช่นนี้เราจะพบว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นดีเสมอ มันดีแล้วเหมาะสมแล้วกับทุกเหตุปัจจัยที่รวมกันให้เรื่องนั้นก่อเกิดขึ้นและมาให้เราเลือกที่เราจะมองมุมไหน อย่างไรก็ตาม ทุกเรื่องรอบตัวล้วนเป็นบทเรียน แม้แต่เรื่องตลกเล็กๆ น้อยๆ ก็ชี้ช่องได้ว่าชีวิตจะหาความเบิกบานได้อย่างไร นี่เป็นสิ่งที่ฉันอยากบันทึกไว้ในหนังสือเล่มนี้

ฉันรวบรวมภาพผู้คนไว้ในยามไปท่องเที่ยว ฉันชอบถ่ายภาพคนใน
ขณะที่เป็นตัวเขาอย่างแท้จริงไม่ได้โพสท่า ภาพเหล่านี้แทนเรื่องราวชีวิตที่เขา
ไม่ได้เล่าให้ฉันฟัง มันเป็นเพียงเสี้ยวหนึ่งในชีวิตของพวกเขา และเราเคย
พบกันวินาทีหนึ่ง แต่ฉันก็ประทับใจในวินาทีนั้นจึงขอนำมาแบ่งปันแก่ท่าน
ผู้อ่านด้วย

ขอขอบคุณ คุณภู ภูเพียร ที่มอบภาพการ์ตูนน่ารักๆ มาให้ประดับไว้
ในหนังสือเล่มนี้เป็นการเพิ่มสีสันที่น่าอึ้งใจยิ่ง

ฉันหวังว่าคุณจะได้รับความเพลิดเพลินจากการอ่านหนังสือเล่มนี้ และ
หากมันเป็นประโยชน์แก่คุณบ้าง ก็จะเป็นความดีใจยิ่งของฉัน

หากชีวิตคุณกำลังรุ่งเรือง ฉันขอส่งความปรารถนาดีมาให้คุณรุ่งโรจน์
ยิ่งขึ้น

หากคุณกำลังต้องการกำลังใจ ฉันขอเป็นกำลังใจให้คุณเข้มแข็งและ
พบยิ้มครั้งใหม่ ขอให้คุณเปิดใจแก่ชีวิต และคุณจะพบว่า ทุกสิ่งดีเสมอ

ด้วยความปรารถนาดีและขอบคุณ

ขวัญ เพียงหยั

facebook : ขวัญ เพียงหยั



ร้อยเรียงเรื่อง

- ขอบทางให้ความสุขหน่อยค่ะ 10
 - นกน้อยรำเริง 14
 - คิดถึงยาย 17
 - หลงรักเอย 22
 - แม่มัดแถวหน้า 25
 - เกลียดเธอ...ที่รัก 28
 - หัวใจแสนดี 32
- เจ้าจันทร์หนีไปแล้ว 37
- ทุกเวทมนตร์มีราคา 42
- วันเวลาอันว่างเปล่า 46
- โคลนตมกับดวงดาว 50
 - คีนชีวิต (1) 54
 - คีนชีวิต (2) 56
 - ลิงกำมือ 60
 - รตน์ชีวิต 62
 - เปลี่ยน 64
- ข้างหลังประตู 67
 - เพียงคำเดียว 70
- ถนนสายความเชื่อ 74
 - โอกาส 77
- รอยเท้าที่นำไป 80
- สมบัตินี้ใครครอง 84
- ศัตรู (ไม่ใช่) ของเรา 86
 - แล้วมันจะผ่านไป 90
- การฟังอย่างลึกซึ้ง 92



- บางสิ่งไม่ต้องตัดสิน 96
- นิ่งเสียคำสิ่งทอง 98
- เดอะ เมจิก 102
- ชูสีไทเฮา 106
- รู้ทุกซั้วธรรม 112
- ออสการ์ 116
- จิ๊จี้ 119
- คนดีของใคร 123
- ฝันที่เป็นจริง 125
- รักตัวเองบ้าง 130
- เงาที่ซ่อนอยู่ 134
- หัวใจทอง 138
- อศวินในรถแท็กซี่ 142
- คนดีที่หนึ่งเลย 146
- บังเกอร์ รอย เรียนรู้จากขบวนการตีเนปเล่า 149
- วันนั้นฉันพบเทวดา 158
- สากที่คอดกลาง 161
- ยิ้มให้ตัวเอง 164
- พ่อ 166
- ชีวิตเปี่ยมพลัง 170
- น้ำชาล้นถ้วย 174
- ความเชื่อใหม่ 177
- ความยิ่งใหญ่ของดอกหญ้า 182
- ความสำเร็จ 186
- เรือที่ไม่มีพาย 189

ขอทางให้ความสุขน้อยค่ะ

การพิสูจน์การทำงานของสมองให้บทสรุปมาว่า
สมองส่วนที่รับรู้ความทุกข์จะจำง่ายลืมยาก และส่วนที่รับรู้ความสุข
จะจำยากลืมง่าย

ดังนั้น เวลาเจอหน้าเพื่อนเราจะปรับทุกข์มากกว่าปรับสุข

แต่เขาก็สอนให้เราปรับทุกข์โดยอย่าไปสนใจมัน เวลามันมา
อย่าไปทักทายมัน ให้มันน้อยใจไปอย่างเศร้าสร้อย เฉยๆ หน้าที่กับมันตรงๆ
อย่างกล้าหาญแล้วมองมันด้วยดวงตาเฉยๆ ไม่ส่งความรู้สึกใดๆ ให้มันกิน
สักครู่มันจะลาไปตาย

แล้วตั้งบริษัทส่งเสริมความสุขขึ้นเพื่อสร้างร่องรอยให้สมอง ยังคิดถึง
เรื่องที่มีสุขรุ่งจะขยายขึ้นเรื่อยๆ เหมือนลำคลองที่ทางน้ำหลากมา
เรื่อยๆ ขยายกลายเป็นแม่น้ำ แล้วเราจะเป็นคนมีความสุขมากขึ้นเรื่อยๆ

หนึ่งในหลายวิธีที่เขาสอนนั้นคือ การระลึกถึงความสุขในอดีต

ให้คุณคิดถึงเรื่องหนึ่งในอดีตที่ทำให้คุณมีความสุขมากๆ ยกมันขึ้นมา
มาแล้วเข้าไปในรายละเอียดว่าเกิดอะไรขึ้นในวันนั้น มีใครบ้าง ทำอะไรบ้าง
สนุกยังงี้บ้าง รู้สึกอย่างไรบ้าง

เมื่อคุณนึก ความรู้สึกต่างๆ จะกลับมาโลดแล่นแบ่งบานราวกับกำลัง
เกิดขึ้นต่อหน้าต่อตา จงดื่มด่ำกับความรู้สึกนั้นให้เต็มที่ มีความสุขใจให้
เต็มที่ จนอาจจะหัวเราะออกมา

คุณอาจจะจดไว้ในบันทึก เล่าเรื่องอย่างละเอียดเก็บไว้ พร้อมกับความ รู้สึกเบิกบานในใจ โดยเขียนเป็นประโยคเหตุการณ์ปัจจุบันราวกับว่ามันกำลัง เกิดขึ้นเดี๋ยวนี้ ในวันที่คุณรู้สึกเหนื่อยหรือคิดอะไรไม่ออก หยิบบันทึกนี้ขึ้นมา อ่านอีกครั้ง และรีนรมย์กับมันอีกครั้ง

วันเวลาที่สนุกที่สุดในชีวิตของฉันคือช่วงเรียนเกษตรปี 1 เทอม 1
(จะเล่าเล็กๆ พอเป็นน้ำจิ้ม)

มันเป็นชีวิตที่หักมุมมาก จากเด็กมัธยมในโรงเรียนเล็กๆ ที่มีเพื่อน ร่วมชั้นเรียน 60 คน มาสู่เพื่อนร่วมรุ่น 1,400 คน เพิ่งหัดขี่จักรยานเป็น ต้อง ไปลงแปลงผักตอนเย็น และยกจอบไม่ค่อยไหว กลับมากินข้าวให้เสร็จให้ทัน เวลาที่จะเข้าแถวให้รุ่นพี่ว่าก เปลี่ยนตึกเรียนทุกชั่วโมงทั้งที่ยังจำตึกไม่ได้ว่า ไปทางไหน จำเนื้อเพลงเชียร์ให้ได้หมดรวมทั้งชื่อเพื่อนร่วมรุ่นให้หมดด้วย อย่าขี่จักรยานแข่งรุ่นพี่ ต้องร้องขออนุญาตก่อน เหยยคำ “สวัสดีค่ะ” กับรุ่นพี่ ทุกคนที่ขี่จักรยานสวนมา อย่าขึ้นตึกหอพักที่ประตูหน้า ให้วิ่งอ้อมปึกตึกยาวๆ ไปเข้าประตูด้านหลังที่อยู่ตรงกับประตูหน้านั้นแหละ ชักผ้ารัดผ้าเอง นั่งบน เติงให้ทันพี่หัวหน้าตึกมาเช็คตอนสองทุ่ม เวลาไปเชียร์รักบี้ที่สนามศุภชลาศัย มีเสียงเหลือกกลับมา ตะโกนออกไปให้หมด เวลาเข้าแถวฟังว่ากห้ามเกาขาที่ ยุ้งร้อยตัวกำลังรุมกัถ อยู่ในห้องประชุมเชียร์ต้องนั่งตัวตรงให้เรียบร้อย อย่า สบตารุ่นพี่ อย่ายิ้มให้รุ่นพี่หรือใครๆ ห้ามสบตกเกิน 50% ของหน่วยกิต ที่ลง ไม่งั้นถูกรีไทร์ได้ทุกเทอม

ชีวิตอะไรจะมันส์ขนาดนี้

วันหนึ่งขี่จักรยานตามหลังรุ่นพี่ ชะลอก็ไม่เป็น เบรกก็ไม่เป็น เบียง ก็ไม่เป็น จะชนอยู่แล้วอะ รุ่นพี่ขี่รถช้าได้ใจสุดๆ

เด็กใหม่ตะโกนออกไปคำไม่เพราะ “พี่คะ ขี่รถเก่งมั้ยคะ”

พี่ชายยังเฉย “ถ้าเก่งช่วยหลบหน่อยนะคำ เบรกไม่เป็น”

พี่ชายหลบวูบเข้าซอยไปเลย แหะ แหะ

ช่วงเปลี่ยนชั่วโมงเป็นช่วงที่บนถนนจุลมนยังกับมีตลาดนัด ฉันขี่ จักรยานไปด้วยความชำนาญน้อย ชะลอไม่ค่อยได้ กลุ่มรุ่นพี่กลุ่มใหญ่ยืนคุย

กันกลางถนนพร้อมด้วยจักรยานของแต่ละคน ทำให้พื้นผิวการจราจรจลาจล
มาก ฉันขี่เลียบข้างถนน ปลายสแตนด์ยื่นออกไปเกี่ยวเข้ากับจักรยานคันแรก
หัวแถวที่จอดเรียงกันอยู่ 10 คัน ทำให้แถวถล่มเป็นโดมิโน วินาทีที่หายไป
ต่อมานั้นฉันไม่รู้ไม่เห็นว่าจะเกิดอะไรขึ้น รู้แต่วินาทีต่อมา ตัวฉันกำลังนั่งพับ
เพียบอยู่บนพรมจักรยาน 10 คันที่นอนเรียงซ้อนกันอยู่ นั่งอยู่เป็นคุนหนูเลย

ดีใจที่เกะตกรักบัวศาสตร์ดีกัน อาจารย์พาเกษตรไปสงบสติอารมณ์
ที่ไร่สุวรรณ ปากช่อง มีแคมป์ไฟกันสนุกสนาน แคมป์ด้วยข้าวดีให้ยัดเวลาการ
ตรือปวิชาเคมีออกไปอีกสามวัน ใครลงไว้รีบไปตรือปเสียไวๆ ขอขอบคุณที่ดีกัน

ใต้แสงดาวระยิบระยับ นิสิตหนุ่มขี่จักรยานมารับนิสิตสาวที่หอพัก ชุด
สุทของหนุ่มกับชุดราตรีของสาวจับคู่ซ้อนท้ายจักรยานไปงานรับน้องที่หลังหอ
ประชุม เป็นบรรยากาศที่ตื่นเต้นและโรแมนติกมาก เป็นงานราตรีมีแต่คนแต่ง
ตัวสวยๆ ฉันเพิ่งเคยเห็นครั้งแรก เต็มร่ากันสนุกจนถึงเช้า

ไม่มีอะไรมันส์เท่าเชียร์รักบี้ไม่เคยตะโกนสุดเสียงเท่าเชียร์รักบี้ ไม่มี
อะไรสะใจเท่าชนะเสียงเชียร์ของฝ่ายตรงข้ามทั้งที่ไม่มีหลังคาอัฒจันทร์ช่วย
สะท้อนให้ก้อง

ความทรหดของคืนรับน้องอันยาวนาน เริ่มที่ความลำบากสุดๆ ในการ
ลุยบ่อโคลน ฯลฯ จนสุดท้ายนิสิตชายต้องปีนเสาโคลนเพื่อขึ้นไปเอาธงเขียว
ที่อยู่บนยอด แล้วจบลงด้วยยามเข้าอันรื่นเริงสนุกสนาน

ชีวิตจะมันส์อะไรได้ขนาดนี้ นับจากนั้นฉันก็อยู่หอพักตลอด 4 ปีรวม
ซัมเมอร์เลย ไม่เคยกลับบ้าน

เป็น 4 ปีที่ดีที่สุดในชีวิต

ฉันรักเธอ บางเซน

ทุกๆ ครั้งที่หัวใจอ่อนล้า เพียงคิดถึงวันวานเหล่านีก็เหมือนได้รับการ
ปัมหัวใจ

ขอบคุณ ขอบคุณ ขอบคุณ

เธอคือความสุขของฉันตลอดกาล





- เด็กสองคนนี้มาเที่ยวชมสวน ครั้นพอพบตู้โทรศัพท์ คนพี่ก็วิ่งปราดเข้าไป
ทำท่าโทรศัพท์ทันที คนน้องก็วิ่งตามเข้าไปแห่เล่น
ถ้าในความเป็นผู้ใหญ่ของเราเห็นอะไรเป็นเรื่องสนุกได้ง่ายๆ แบบเด็กๆ บ้าง
ชีวิตเราก็จะรื่นรมย์อยู่เสมอได้ไม่ยาก

นกน้อยรำเริง

วันที่พระเจ้าอารมณ์ดี ท่านจะนึกขึ้นมาได้ว่าท่านมัวแต่ปั่นมนุษย์ที่มีปัญหามากมาแล้ว ดังนั้น วันนั้นท่านก็จะปั่นคนอารมณ์ดีขึ้นมาให้ เพื่อให้ลงมาช่วยเหลือคนที่มาก่อนหน้าให้ไม่บ้าตายง่ายๆ ไปเสียก่อน

ตามสถิติมีคนอารมณ์ดีมีความสุขโดยธรรมชาตินั้นมันน้อยมาก และเขาไม่ค่อยเข้าใจหรอกว่าเรื่องที่คนอื่นเขาเครียดกันนั้นมันน่าเครียดตรงไหน และคนเหล่านี้คือคนน้อยในสวนมนุษย์

สมัยที่เรียนอยู่ ม.เกษตร มีปี 5 คนหนึ่งน่ารักมาก ใบหน้าดูละมุนมียิ้มนิดๆอยู่ตลอดเวลา ดูราวกับพระถังซัมจั๋ง เดินช้าๆ ที่ทำเย็นสบาย เพียงได้พบพานเมื่อใดก็รู้สึกดีขึ้นมาเมื่อนั้น พลอยมีความสุขไปด้วย

เขามีฉายาว่า เสลื้อย สามสสิ่ง

สมัยนั้นนิสิตส่วนใหญ่ที่จักรยาน มีจักรยานหลายพันคันว่อนอยู่ทั่วไป วันหนึ่ง พี่เสลื้อยขี่ลาเดินมา ห่มตัวด้วยผ้าห่มนอนสีเทา (แบบที่คนชอบเอาไปแจกชาวชนบทหน้าหนาว) สวมหมวกใบใหญ่แบบเม็กซิกัน ตอนนั้นเรียกว่าปานโซ วิลล่า

ใครที่ขี่จักรยานสวนมาก็อกหักหายพี่เขาทุกคน เขาก็ยิ้มละมุนไปเรื่อย เหมือนกำลังละเมอกับความสุขในความฝัน

เวลาซ่อมเชียร์ เขาจะไปช่วยลีดด้วยลีสลาต่างๆ ที่ละมุนละไม ไม่ฮึดฮัด แต่ก็เรียกเสียงกรี๊ดได้ทุกท่า

ยามที่อยู่ในสนามรักบี้ ก็แต่งตัวแปลกๆ มาลีดให้ เสียงเชียร์ให้กำลังใจ
ที่เปลือยดังพอๆ กับเสียงเชียร์รักบี้

เขาเป็นนกน้อยรำเริงที่ทำให้ใครๆ มีความสุขเสมอ

วงดนตรีดาวกระจย เป็นวงดนตรีลูกทุ่งของเกษตร เปิดแสดงที่ไรหอ
ประชุมแทบทั้ง ใครๆ ก็รอให้วงเล่น พี่ก็หยวนเดินออกมาจากหลังเวทีด้าน
ข้างมายืนนิ่งๆ อยู่หน้าไมโครโฟนกลางเวที ผู้ชมก็เริ่มหัวเราะกันคิกคัก พี่
เขาไม่ได้พูดหรือทำอะไรเลย แต่เสียงหัวเราะจะดังขึ้นเรื่อยๆ หัวหอประชุม

เขาเริ่มพูดว่า “นี่ยังไม่ได้พูดอะไรเลยนะ” ผู้ชมก็หัวเราะกันอีกกราว
ใหญ่ แล้วเขาก็พูดต่อว่า

“พยากรณ์อากาศวัดที่หนองคายวันนี้ ฝนจะตกวัดได้สามถึงสอง
กระป๋องสามหยด”

เพื่อนร่วมรุ่นชื่อศรเทพ เป็นหนุ่มหล่อมาก มีรอยยิ้มอยู่เสมอ เป็นนัก
กิจกรรม สมัครงานรุ่น เป็น ฯลฯ และ ฯลฯ

หนุ่มสร้างความสนุกสนานด้วยการไปปิดป้ายหน้าหอพักหญิง

“ผมรับสมัครแฟนครับ สนใจติดต่อได้ที่ศรเทพ”

แล้วทุกเช้าก็มายืนฟังจักรยานอยู่หน้าหอหญิง ยิ้มให้กับสาวๆ ทุกคน
ที่ออกจากประตูมา

เป็นที่เมาท์เพลินสนุกสนานในหอหญิง

(วันเลี้ยวรุ่นตอนอายุ 60 ฉันทยังแซวเขาเรื่องนี้ เขาเล่าว่ามีคนมาสมัคร
จริงๆ ด้วย 18 คน บางคนมาเพื่อด่า ด่าเสร็จก็กลับไป บางคนมาด้วยอยาก
สมัครจริง มีการสัมภาษณ์จนในที่สุดเหลือหนึ่งคน พาไปกินข้าวดูหนังครั้งหนึ่ง
เพื่อขอบคุณ แล้วก็จบไม่มีอะไร เขายกว่าเขากำลังทำวิจัย เพราะเห็นที่เมือง
นอกมี และอยากรู้ว่าถ้าทำเมืองไทยผลตอบรับจะเป็นอย่างไร)

ในห้องเรียนขณะที่กำลังรออาจารย์ เมื่อเวที่ยังว่าง เขาจะขึ้นไปจับ
ไม้ไผ่ลีลา ทำท่าสนุกๆ

หรือร้องเพลงบ้าง ไม่ให้เพื่อนเหงา

เทอมสองก็ทำเสน่ห์ด้วยการเลี้ยงหมาตัวเล็กพาใส่ตะกร้าหน้ารถ
จักรยานขี่ไปทั่ว บางวันก็ให้มันวิ่งตามหลังมาหน้าเรียด สาวๆ ก็มองตาม (หมา)

ด้วยความเอ็นดู

เวลาที่คิดถึงคนอารมณ์ดี ทำให้เราอารมณ์ดีไปด้วย มีความสุขเล็กๆ
ขึ้นในใจ ต้องขอบคุณที่พระเจ้าสร้างคนเหล่านี้มาช่วยชูชูใจ ทำให้โลกสดใส
ทำให้ได้ยินเสียงนกร้องเพลง

แล้วตัวเราเองเล่า จะสร้างบุญกุศลด้วยการทำให้จิตใจของเราดี สะอาด
ผ่องใส จนทำให้กลายเป็นคนอารมณ์ดี และพลอยทำให้คนอื่นๆ ที่พบพานเรา
มีอารมณ์ดีมีความสุขต่อไปด้วยได้ไหม

ถ้าชีวิตจะต้องมีเป้าหมาย สิ่งนี้จะเป็นเป้าหมายหนึ่งในหลายๆ เป้า
หมายของเราได้ไหม

ถ้ามีคนอยากทำมากๆ ถ้ามีคนทำสำเร็จมากๆ

สวนมนุษย์นี้จะเต็มไปด้วยนกน้อยน่ารัก



คิดถึงยาย

ยายเป็นคนจีนนำเข้า บ้านอยู่ไผ่หลวง ลงเรือมาจากซัวเถา ฉันไม่รู้ว่ายายมี
ตามาจากเมืองจีนด้วยกันหรือมาเจอกับตาที่เมืองไทย ตั้งแต่เริ่มจำความ
ได้ ฉันก็มีแต่ ‘คุณตาในรูปภาพ’ และยายที่ดูเป็นคนแก่

ยายแก่คลาสสิกมาก

ตั้งแต่เห็นยายตอนฉันเป็นเด็กเล็กจนฉันจบมหาวิทยาลัยเข้าทำงาน
แล้ว จนยายจากไป ยายแก่เท่าเดิมตลอด ไม่เคยสาวกว่านี้ ไม่เคยแก่กว่านี้
ไม่รู้ยายทำได้อย่างไร

ยายสวมเสื้อสีฟ้าอ่อนคอจีน แขนสามส่วน มีกระเป๋าสองข้าง กางเกง
แพรทรงเลี้น้ำ ทุกวันตลอดชีวิต

ยายผมยาว หวีผมเรียบ ม้วนปลายผมด้วยนิ้วจนเป็นเกลียวแล้วเหน็บ
เข้าใต้ปีกผมตรงท้ายทอย ไว้ทรงนี้จนฉันอายุ 33 ยายจึงยอมตัดเป็นทรงผม
สั้นปล่อยตามคำเรียกร้องของลูกสาว ซึ่งก็ก่อนที่ยายจะจากไปไม่นานนัก

ยายมีลูกสาวสามคน ลูกชายหนึ่งคน แนนอน ยายรักลูกชายมากที่สุด

ยายเคยอยู่แถวสะพานขาว ต่อมาย้ายมาเปิดร้านที่ถนนพหลโยธินเยื้อง
ซอยราชครู ขายอิฐหินปูนทราย และหล่อเสาเข็มกับถังกลมถังเหลี่ยมแบบที่
ใช้ทำท่อระบายน้ำข้างถนน

ลูกชายกับลูกสาวคนเล็กช่วยขายของอยู่กับยาย

ยายเป็นคนมีญาติเยอะ เวลาใกล้ตรุษจีน ยายจะทำขนมแข่งเป็นงาน

ใหญ่ ญาติหนุ่มสาวรุ่นลูกมาค้างที่บ้าน ทั้งคืนช่วยกันไม่แบ่งแบบโมหิณหมุน
จนเช้า เชือดเปิดไก่ทำพะโล้มากมาย มหกรรม

วันตรุษจีนมีแขกทยอยมาชื่นเจียอยู่อีกบายทั้งวัน สองสามวัน ของ
แดงปลิวว่อน

งานวันแฮยิดของยายเลี้ยงโตะเงินในบ้านร่วมสิบโตะ เป็นครั้งแรกที่
ฉันรู้จักงานแฮยิด

ยายเป็นคนขยัน ตรวจตราดูแลงานคนงาน ตอนเย็นลากสายยางไป
รดน้ำบรรดาลังที่หล่อแล้วเรียงไฉนบรื้อย เพื่อให้ถึงแข็งขึ้นเรื่อย ๆ

พวกคนงานชายประมาณ 6-7 คนชอบดุมวย กินข้าวเย็นเสร็จนำสาว
เปิดมวยให้ดู ยายก็ชอบดู เชียร์มวยไปกับเขาด้วย

นี่แหละ ยาย สนุกกับเวลาตรงหน้า

ฉันเคยอยู่บ้านยายตอนเด็กๆ

มีอยู่วันหนึ่ง น้ำชายเห็นฉันนอนกระดิกเท้าฟังเพลงอยู่ในห้องชั้นสอง
มองๆ แล้วก็ลงไปข้างล่าง

ฉันก็เลิกฟังเพลง ออกไปนั่งรืดผ่านอกห้อง ยายขึ้นมาดู เห็นฉันรืดผ้า
เสร็จแล้วฉันก็ลงไปชั้นล่าง ตักข้าวใส่ชามถือนั่งกินที่เก้าอี้หน้าบ้าน
มีความสุข

น้ำชายหันมั้งไฉ้ พูดว่าวันๆ ไม่ทำอะไร กิน

ยายบอกว่า มันรืดผ้า

แล้ว...ยายกับน้ำชายก็เถียงกันต่อเสียงดัง

น้ำสาวที่แสนฉลาดเป็นที่รักของฉันก็เตร่มายืนใกล้ๆ ฉันอย่างคาดเดา
เหตุการณ์ล่วงหน้า

“ไอ...นี่ทำให้กูเดือดร้อนเรื่อย” คำสุดท้ายของน้ำชายก่อนที่จะยื่นมือ
ลอดเอวนำสาวที่ยืนพิงเสาบ้านอยู่มาจับที่ท้ายทอยฉัน น้ำสาวออกแรงผลัก
เขาออกไปสุดฤทธิ์

ฉันร้องอ้าก ขามข้าวตกแตก ลูกกระโจนพรวดเดียวออกไปยืนตัวสั่น
อยู่นอกบ้าน สั่นนน

ยายหวดด้ามไม้ชนไก่ไปที่น้ำชายหลายทีตอนที่น้ำสาวออกโรงต่อสู้

ป้องกันฉัน

นี่แหละ ยาย

วันหนึ่งมีคนเอาตุ๊กเต๋ๆ ใบหนึ่งมาให้ยาย เปิดประตูเล็กๆ สองบานออกมาจะมีแถบเขียนตัวหนังสือข้างใน ยายตั้งไว้บนโต๊ะเตี้ยๆ

ทุกๆ วันยายจะมาเปิดประตูเล็กๆ สองบานนั้นออก นั่งพับเพียบ แล้วภาวนา

“ออแรง นำเมียว เงเคียว”

ภาวนายูนานนนน เลื่อนเม็ดประคำในมือไปเรื่อยๆ จนสุดพวง

นี่แหละ ยาย ตัดสินใจทำแล้วไม่เลิก

ยายชอบดูหนัง

ยายพาฉันไปดูหนังจีนที่ราชวงศ์ เป็นหนังโศกเศร้า นางเอกถูกรังแกประมาณพมมาน สว่างวงศ์นี่เป็นเศร้าระดับหลานไปเลย มีร้องเพลงแบบจ๊วด้วย ร้องให้กันทั้งโรง

ดูเสร็จ ยายรีบเผ่น ฉันว่าทำไมยายต้องเดินเร็วขนาดนั้น

เดินไปไหนหรือยาย

เสียเวลาตอบ ยายพาจ้ำอ้าวไปเรื่อยสักครู่ ก็ถึง...โรงหนังอีกโรง

ไปดูหนังต่อ

นี่แหละ ยาย แฟนพันธุ์แท้หนังโรง

ยายชอบนอนที่เก้าอี้เปลยาว

ฉันสอนให้ยายพูดไทยว่า “กาแพ”

ยายว่า “กาแฮว”

ฉันถามยายว่าไม่ยากกลับไปเมืองจีนมั่งหรือ

ยายส่ายหน้า “ไม่มีใครให้กลับไปหาแล้ว”

ตอนฉันจบมหาวิทยาลัย ยายถามว่าไปเรียนอะไรมา

“เรียนเลี้ยงไก่”

ยายงงมาก ยายเลี้ยงไก่ไม่ต้องเรียน ฉันหัวเราะ

“ไม่ใช่เลี้ยงไก่แบบนางเอกจอมใจจักรพรรดินะ เลี้ยงไก่สามเล้า เล้าละหมื่นตัว”

ยายงง แต่ก็หัวเราะ นึกภาพไม่ออก
ยายจากไปตอนที่ลูกชายฉันอายุประมาณแปดขวบ
คำวันหนึ่ง ลูกชายโทรศัพท์มาจากบ้านแม่ของฉันด้วยน้ำเสียงปกติ
(คือไม่เคยได้ยินลูกชายมีน้ำเสียงตื่นเต้นเลยสักเรื่อง)

“หม่าม้า อาเหล่าน้าที่อยู่บ้านฝั่งโน้นนะ เดดแระ”

ยายไม่ได้เรียนธรรมะ

ยายไม่เคยคร่ำครวญ มีเรื่องน้อยใจใดๆ ยายไม่เคยคร่ำครวญ
ยายให้ความช่วยเหลือ ยายไม่เคยทวงบุญคุณคนที่ได้ช่วยเหลือไปแล้ว
ยายฟังว่าสวดภาวนานั้นดี ยายภาวนาไปเรื่อยไม่เคยสงสัย
ยายไม่โลภมาก ไม่โกรธง่ายไม่ว่าจะแบบหายเร็วหรือหายช้า
ทั้งชีวิตมีชุดฟอร์มชุดเดียว ตุ่มหูคู่เดียว
มีมิตรภาพ ไปไหนใครๆ ชอบคุยด้วย และให้ความนับถือ
ใครเป็นใครยายไม่วิจารณ์ แต่ยายจะเป็นยายแบบที่ยายเป็น
คิดถึงยาย

หวนคิดถึงความหลังคะวันนี้





- ส่วนใหญ่แล้วคนที่โพสต์ท่ามักจะเป็นคนที่อยู่น้ำกลอง เพื่อให้รูปออกมาดูดี แต่ความเพลิดเพลินก็มีได้กับคนถือกล้องเช่นเดียวกัน ความรื่นรมย์มีได้ในทุกสถานะ

หลงรักเอย

๓ อนที่ฉันอายุ 10 ขวบ อยู่กับยาย มีญาติเป็นเด็กหญิงอายุใกล้เคียงมาอยู่ด้วย

วันหนึ่งเราได้ปฏิทินรูปภาพสวามิคนละใบ ดีใจกันนักหนา ม้วนแล้วเก็บไว้ในตู้

เป็นของรักของหวงที่นับตั้งแต่เก็บเข้าไปแล้วก็ไม่เคยเอาออกมาดู

จนถึงวันที่แม่มารับฉันไปอยู่ด้วย

เมื่อเตรียมข้าวของทุกอย่างเสร็จแล้ว ฉันก็นึกถึงรูปภาพนั้น

เธอยืนจ้องฉันอยู่นานแล้วโดยที่ฉันไม่รู้

ทันทีที่ฉันขยับตัว เธอก็ปราดเข้ามายืนบังประตูตู้พร้อมกับมองมาด้วย

ดวงตาแข็งกร้าว

ฉันไม่เข้าใจ เดินเข้าไปและเอื้อมมือไปที่ประตูตู้

เธอคว่ามือของฉันไปกีดจนเลือดออก

จ๊ากกกกก นั้นเสียงของฉันแหงๆ

ของรักของหวง

ไม่เห็นก็ลืมไป ถ้าจะหลุดไปเมื่อไหร่ก็รักเมื่อนั้น

สามสิบปีก่อน มีคนบอกว่าการสะสมอะไรสักอย่างเป็นเรื่องดีของชีวิต

ฉันก็เชื่อ

ฉันเลือกสะสมรองเท้าบูท

ไม่ใช่รองเท้าจริงๆ เป็นของที่ระลึก เซรามิกบ้าง ไม้บ้าง ทองเหลือง
สรรพวัสดุเก็บหมด

ที่ชอบมากเป็นเทียนสีตุ่นๆ แบนด้านหลังเพื่อไว้แขวนติดผนังได้ เป็น
รูปรองเท้าบูทสั้นเก่าๆ เทียบวันจนยับ แต่ยังพอทรงตัวอยู่ได้ มีดอกไม้เสียบ
อยู่ข้อหนึ่ง ได้มาจากร้านขายเทียนในสถานีรถไฟที่เยอรมนี

ฉันมีหลากหลายมาก ตั้งแต่ขนาดจิ๋วและใหญ่ขึ้นมาเรื่อยๆ มีทั้งตลก
หรรษา น่าทึ่ง แล้วแต่คนออกแบบจะคิด ก็สนุกดี

ต่อมาก็คิดว่าเก็บ ‘กล่องเก็บของ’ ดีกว่าจะได้ใช้ประโยชน์ได้ด้วย แต่
ไม่ได้ระดมเก็บเหมือนรองเท้าบูท ไปประเทศหนึ่งขอสักกล่องหนึ่งก็พอ เอา
ไว้เป็นที่ระลึก

คราวหนึ่งได้มีโอกาสฟังเทศน์เรื่องการสะสมของ และได้รู้ว่าการ
ถือศีล 8 นั้น มีอยู่ข้อหนึ่งที่มีข้อปลีกย่อยอยู่ในนั้นด้วย และหนึ่งในนั้นคือ
‘ไม่สะสม’

ฉันรู้ว่าตัวเองถือศีล 8 ได้ไม่ละเอียดหรอก ศีล 5 ก็พอแล้ว แต่ก็ถาม
ตัวเองว่าอะไรที่ทำได้บ้างละ พระท่านสอนว่าให้หัดทำแล้วเพิ่มเข้าไปเรื่อยๆ
ทำให้ได้มากที่สุดแหละ เราเด็กดีเชื่อพระหน่อย

เริ่มที่ตัวเองก่อน เลิกใส่ตุ้มหู เลิกใส่เครื่องประดับอื่นๆ สร้อยคอ สร้อย
ข้อมือ หยุดใช้น้ำหอม การสำรวจลามออกไปที่ตู้ เจอรองเท้าบูท
ไม่เห็นไม่รัก

โอย สวยอะ

หัวใจอ่อนยวบ ถักทอใยเป็นพัลวันเหมือนแมงมุม ที่จะยึดเยื่อเอาไว้
เฮ้ย อีกคนตวาด

แค่นี้ข้ามไม่ได้จะไปนิพพานได้ไง (ตอนนั้นเริ่มบ้านนิพพาน)

เสียงหลวงพ่อยอมพูดกับคนสูบบุหรี่

“บุหรืตัวแค่นี้กะก้าวข้ามไม่พ้น”

เอายังงี้ เลือกที่รักสุดๆ เลยนะเก็บไว้ นอกนั้นต้องไป

หลวงพ่อบุทธทาสเคยเทศน์ว่า

“งานศิลปินงานศิลปะทุกชนิดข้ามยากที่สุด เพราะมันอ่อนหวาน

อ่อนไหวหมดหัวใจให้หลงไหล มันจะยากกว่าการหักห้ามในเรื่องอื่นๆ” (ถ้อยคำ
ไม่เปรี๊ยะอย่างนี้หรือกนะคะ แต่ใจความนั้นแบบนี้เลย)

รองเท้าบูทไปจริง เหะ เหะ แต่ยังไม่หมด (เห็นแล้วก็ฮา)

ด้วยความเป็นคนราคะจริตคือชอบของสวยๆ มองเห็นของในตู้แล้วมัน
อาลัยอารมณ์มากมายจนนึกไม่ถึงว่าคนเราจะเป็นไปได้ถึงเพียงนี้ นึกถึงอำนาจ
ของกิเลสช่างเหลือร้ายอย่างมั่นคง ไม่ปล่อยให้นักบุญคนใดหลุดมือไปง่ายๆ
มันรู้ใจเรา มันทำให้เราหลงรักเสียเหลือเกิน

คิดใหม่

พระเจ้าต้องให้ทุกคนอยู่รอด ดังนั้นทุกคนต้องทำอะไรได้สักอย่างหนึ่ง
เพื่อเลี้ยงชีพ (คิดไปให้มันไกลๆ เล่น) ก็มีคนทำของสวยๆ เป็น และเขาก็ต้อง
คิดเข้าออกแบบเข้า ทำสุดชีวิตให้เราหลงรักให้ได้ จะได้ซื้อ ถ้าเราไม่ซื้อกันทุก
คนเลย เขาจะอดตาย ดังนั้น ก็ต้องมีสักชิ้นแหละที่เราจะหลงรัก เขาก็ขายได้

สามปีผ่านไปไหนเห็นชาวบ้านขายของ ความจริงไม่ได้อยากได้ “ช่วย
ซื้อเขาหน่อย”

คนไม่สนใจธรรมะก็ใจดีอย่างนี้แหละ เราสนใจธรรมะแต่ใจร้ายยย
ไม่ค่อยซื้อของที่มันอยากได้

เอาอย่างนี้ก็แล้วกัน ทางสายกลาง ซื้อมาแล้วนี่ ให้เป็นของขวัญเพื่อน
ไปให้หมด แล้วอย่าซื้อของใหม่มาอีกนะยะ

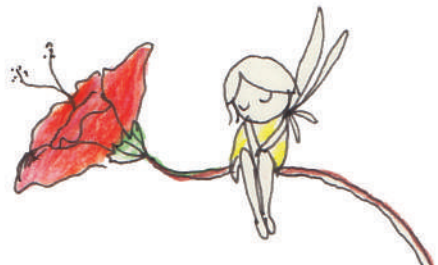
เห็นแล้วหลง

หลับตาเสีย

ไม่เห็นไม่รัก

ฉันยังตกผลึกเรื่องนี้ไม่ดีพอ ต้องฝึกอีกเยอะ

แต่ก็สนุกดี ดูใจ



แม่เมดแถวหน้า

นานมาแล้วฉันเคยดูสารคดีชุดหนึ่งกล่าวถึงเรื่องความสำคัญของแม่เมดและดาวร้ายในเทพนิยาย

“คุณลองคิดดูสิว่า สโนว์ ไวท์จะนำสงสารได้อย่างไร ถ้าไม่มีเรจินา แม่เมดร้ายมาคอยทำร้ายเธอ

เจ้าชายจะเก่งกล้าสามารถได้อย่างไร ถ้าไม่มีมังกรพ่นไฟใส่

ถ้าไม่มีกัปตันฮุกแล้วละก็ ปีเตอร์แพนก็คงได้แต่เที่ยวบินเร่ร่อนไปอย่างไร้ความหมาย”

จอห์น วอเตอร์ส คนทำหน้าที่เจ้าของฉายา ‘เจ้าชายแห่งหนังอวกแตก’ คือทำหน้าที่ได้เยี่ยมมากในสายตานักวิจารณ์ เขาให้สัมภาษณ์ว่าหนังในดวงใจคือ ‘พอมดมหัสจรรย์แห่งออสซู’

“ผมมักติดใจอะไรๆ ที่คนอื่นไม่ค่อยชอบ หรือกลัว หรือไม่สนใจ และผมก็มักคลั่งไคล้เรื่องราวต่างๆ ต้องห้ามมาตั้งแต่เด็กๆ The Wizard Of Oz เปิดโลกทัศน์ให้ผมเพราะเป็นหนังเรื่องแรกๆ ที่ได้ดู มันทำให้ผมรู้จักความเป็นตัวร้าย รู้จักการเขียนบท รู้จักคอสตูม ได้ซึมซับบทพูดดีๆ”

จอห์น คลั่งไคล้แม่เมดร้ายแห่งทิศตะวันตกและพยายามก๊อปปี้นางมาชั่วชีวิต นางสอนให้เขารู้จักความเป็นตัวร้ายและเห็นค่าของการสร้างสไตล์เฉพาะตัว ฉากที่เขาปลื้มมากที่สุดคือตอนที่โดโรธีสาดน้ำใส่แม่เมดร้าย แล้วนางกรีดร้องออกมาว่า

“ใครจะคิดว่าเด็กผู้หญิงแสนดีตัวเล็กๆ อย่างเธอ จะเป็นคนทำลายความชั่วร้ายที่แสนสวยงามของฉันได้”

จอห์นไม่เคยได้พบกับมาร์กาเร็ต แฮมิลตัน ผู้รับบทแม่มดร้าย แต่ก่อนตายไม่นาน เธอส่งรูปถ่ายพร้อมลายเซ็นมาให้เขา โดยสิ่งที่ทำให้จอห์นยังคงคลั่งหนักก็คือแทนที่จะเซ็นชื่อจริง เธอกลับเซ็นว่า www (The Wicked Witch of the West) ช่างเป็นของขวัญที่แสนวิเศษสำหรับจอห์นเหลือเกิน

แต่แม่มดไม่ได้มีไว้เพื่อสร้างสีสันให้เนื้อเรื่องเพียงอย่างเดียว แต่อาจทำอย่างอื่นได้อีกด้วย

จอห์นซื้อโปสเตอร์สุดเจ๋งมาใบหนึ่ง เป็นรูปแม่มดที่น่ากลัวมาก คนขายทำมาเพื่อให้เอามาแปะไว้ในห้องนอนเด็ก บนนั้นมีประโยคว่า

“แม่มดร้ายขอสิ่งไหนก็ทำความสะอาดห้องของแก ได้ยวนี้”

ตรงนี้เองที่ทำให้ฉันได้ความคิด บางทีเราอ่อนแอเกินไป บางทีเราอ้อยสร้อยเกินไป บางทีเราปกป้องตัวเองไม่ได้ เราต้องการความช่วยเหลือจากอีกด้านหนึ่งของตัวเรา ด้านที่ร้าย

หลายครั้งที่ความทุกข์เข้ามาครอบงำจิตวิญญาณแบบเมฆที่สร้างความอึมครึมไปทั่วท้องฟ้า เราเป็นราชินีดราม่าที่ช่วยตัวเองไม่ได้และเอาแต่นั่งสงสารตัวเองด้วยคำถามซ้ำซากว่า

“ทำไมเรื่องนี้ต้องเกิดขึ้นกับพจนาน”

“ทำไมเขาไม่เข้าใจดาวพระศุกร์บ้าง”

“มันเป็นกรรมของสร้อยฟ้าเอง ที่สร้อยฟ้าจะต้องก้มหน้ารับแม้จะต้องน้ำตานองหน้า ฮือ ฮือ”

ฯลฯ

ไม่มีใครดีร้อยเปอร์เซ็นต์หรอก ฉันว่าในส่วนลึกเรามีแม่มดอยู่ภายใน แต่ไม่ได้หมายความว่าเราจะร้ายกับคนอื่นในแบบที่ชั่วช้าเลวทราม เพราะแน่นอนเราต้องพยายามเป็นคนดี หรือฝึกฝัฝ่ายดี เราเพียงแต่ใช้อุบายนิดหน่อยช่วยตัวเราเองได้ไหม

เมื่อเราออกมาจากความเศร้าไม่ได้ เราจะปล่อยแม่มดออกมาขึ้น
แถวหน้า บังเราไว้ ปกป้องเราไว้จากกลุ่มเมฆของความเศร้า แล้วประกาศว่า

“แม่มดร้ายขอสั่งให้เจ้าความเศร้าสร้อยจงหายไปเดี๋ยวนี้ อย่ามายุ่ง
กับสร้อยฟ้าของฉันนะ”

เอ วิธีนี้ไม่มีในตำรา แต่ก็สนุกดีนะถ้าจะลอง

บางทีอาจจะได้ผล

จริงมะ จริงมะ

ขอให้เพื่อนๆ สนุกกับการกำจัดสิ่งที่ไม่ชอบใจ



เกลียดเธอ...ที่รัก

การมีชีวิตอยู่ร่วมชายคาเดียวกัน ไม่ได้หมายความว่าเราจะเข้าใจกันดีเสมอไป บ่อยไปที่คนนอกบ้านรู้ถึงความคับอกคับใจดีกว่าคนในบ้าน และถ้าหากมีความลับสุดยอต่ออะไรสำหรับคนในบ้านนั้นด้วยแล้ว คนอื่นจะรู้กันทั้งเมืองถึงความลับนี้โดยที่เจ้าตัวจะเป็นคนเดียวที่ไม่รู้

ทสิมมานะทำให้การ ‘คิดไปเอง’ ของเราสมบูรณ์แบบ

เราจะคิดไปเอง สงสัยเอง ไม่ถาม แต่สรุปเองว่าใช่ แล้วก็เจ็บปวดกับจินตนาการนั้นไปตลอดชีวิต

มาลีเป็นน้องที่เจ้าระเบียบ ข้าวของจัดเก็บเรียบร้อย ไม่ชอบไปเที่ยวไหนเพราะรู้สึกว่าการเที่ยวเป็นเรื่องไร้สาระ สิ้นเปลือง มาลีรู้สึกว่าตนเองเป็นคนมีเหตุผล และมาลียพี่สาวนั้นแหละที่ทำอะไรไม่เข้าท่า เป็นคนสบายไร้ระเบียบ น่าเบื่อที่ต้องคอยมาจัดเก็บให้

มาลียเป็นพี่ที่รักน้อง อยากชวนมาลีไปเที่ยว อยากคุยสนุกๆ กับน้อง แต่ไม่ว่าจะชวนไปไหนน้องก็ไม่ไป ทุกความเห็นที่บอกไป น้องจะอยู่ฝ่ายตรงข้ามเสมอ ทำให้เธอเบื่อกับที่จะอยู่บ้าน เพราะต้องทนเห็นหน้าบูดๆ ของน้องสู้ออกไปเที่ยวสบายใจกว่า และคุยกับเพื่อนสนุกกว่าทะเลาะกับน้อง

แต่ทั้งสองคนรู้สึก ‘ไม่มีอะไร ธรรมดา ก็เป็นอย่างนี้แหละ’

แล้วก็อยู่กันไปอย่างคิดว่าสภาพนี้ที่ทั้งคู่ไม่สบายใจนั้นเป็นเรื่องปกติที่ชีวิตจะต้องรับไว้

มาลิรู้สึกว่าชีวิตเป็นเรื่องเคร่งเครียด น่าเบื่อหน่าย

มาลิรู้สึกว่าไม่มีอะไรที่รับไม่ได้ ทุกอย่างผ่อนคลายเป็นได้ แต่จริงๆ แล้วเธอก็มีเรื่องเก็บกดเหมือนกัน

ตอนเด็กๆ แม่ของเธอขายกล้วยเตี๋ยที่หน้าโรงหนังตอนกลางคืน และพามาขายไปด้วย

มาลิรู้สึกว่าแม่ไม่รัก ทอดทิ้งให้เธออยู่บ้านกับยาย แม่กลับบ้านดึกมาก เธอต้องหลับไปคนเดียวอย่างว่าเหว เธอเหนื่อยใจและเก็บความรู้สึกนี้ไว้จนโต

บัดนี้เธออายุ 25 แล้ว เธอไม่เคยเล่าถึงความรู้สึกนี้ออกมา แต่มันแปรรูปเป็นการต่อต้านพี่สาว ทำให้ไม่ว่าพี่สาวจะเอ่ยอะไร เธอจะขัดหูไปเสียหมด ไม่ว่าพี่สาวจะทำอะไร เธอจะรู้สึกไม่ชอบไปเสียหมด เธออารมณ์เสียตลอดเวลา และไม่ชอบที่พี่สาวยังเอื้อระเหยออกไปเที่ยวคนเดียวได้ เธอเกลียดความเก่งกล้านี้

วันนี้มาลิเอ่ยความในใจนี้ออกมาเป็นครั้งแรกให้มาลิฟัง

ตอนแรกมาลียังทำตัวหัวเล็กๆ เหมือนเดิม ทำที่ไม่มีอะไรแบบที่เคยแสดง และแล้วเมื่อคุยกันนานขึ้น น้ำแข็งก็เริ่มละลายเป็นน้ำตา

“ทำไมคิดว่าแม่ไม่รัก พี่น่าจะอิจฉาเธอมากกว่าด้วยซ้ำ เพราะแม่รักนะซีถึงให้อยู่บ้านนอนสบาย ไปขายกล้วยเตี๋ยริมถนนนะอันตรายเพราะเธอยังเล็กมาก

เธอคิดว่าพี่ชอบเธอที่แม่พาไป พี่ไม่อยากไปหรอก ขายกล้วยเตี๋ยนะเหนื่อยจะตาย ไหนจะยกขามไปให้ลูกค้า ไหนจะล้างจาน แล้วก็ดึกมาก ต้องไปนั่งคุ้ยคูอยู่ข้างบันไดโรงหนังสัปดาห์อยู่ ยุ้งก็กัด ลำบากจะตาย รู้หรือเปล่า”

มาลิไม่เคยรู้เลย เธอคิดว่าพี่สาวได้ไปเพราะแม่รัก และที่เธอต้องอยู่บ้านนอนคนเดียวเพราะแม่ไม่รัก

การคิดไปเองของเธอสมบูรณ์แบบ และส่งผลกับชีวิตของเธอมากมายอย่างไม่น่าเชื่อ

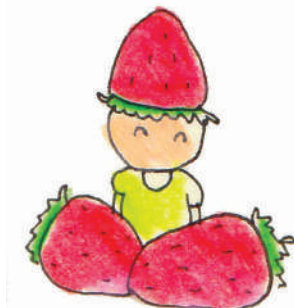
เธอไม่รู้่ว่าความจริงแล้วความรู้สึกของคนเรานั้นก็เหมือนเมล็ดพันธุ์พืช มันเติบโตได้ และค่อยๆ ฝังรากลึกลงไปในดินจนยากจะไถถอน และเมื่อมันฝังลงในใจ มันก็เติบโตจนหัวใจปริร้าวเมื่อได้ปุ๋ยคือเรื่องราวเล็กๆ ต่างๆ ที่

ค่อยๆ สะสมมาเป็นเวลานาน

ทั้งสองเข้าใจกันมากขึ้น มาลิรู้สึกรู้สึกว่าความเกลียดที่เคยแวบๆ อยู่ในใจ
ได้สูญสลาย เธอมองพี่สาวด้วยสายตาที่เปลี่ยนไป และเอ่ยขอโทษที่มองพี่สาว
ผิด เธอรู้สึกเหมือนภูเขาที่กดทับหัวใจมานานได้ถูกยกออกไป
เดี๋ยวนี้ใครๆ ก็เห็นว่าใบหน้าของมาลีสีรอยยิ้ม

คนใกล้กันมีอะไรในใจก็หาโอกาสทำความเข้าใจกันบ้างดีกว่าเก็บไว้
และการคิดไปเองนั้น โอกาสคิดผิดมีมากกว่าถูกเยอะ
ถามกันอย่างอ่อนโยนเพื่อเข้าถึงซึ่งกันและกันดีกว่า

ขอความอบอุ่นจมีแต่ครอบครัวของเพื่อนๆ ทุกคนนะคะ





- ขอขอบคุณที่เราได้มีชีวิตร่วมกันมานาน
ขอขอบคุณที่เราได้ดูแลซึ่งกันและกัน
ขอขอบคุณพรอันวิเศษที่เราได้ท่องเที่ยวไปด้วยกันในวันยามชรา

หัวใจแสนดี

ครั้งที่ได้เริ่มเรียนพระสูตรกับท่านอาจารย์วิน อินทสระ เมื่อปี 2544 ฉันได้เรียนถามท่านว่ากฎแห่งกรรมนั้น มันเปรี๊ยะๆ อย่างนั้นจริงหรือ ทำกรรมต้องชดใช้แบบนั้นๆ แน่ๆ เลยจริงหรือ เพราะเมื่อดูหลายเหตุการณ์ ตัวอย่างแล้ว รู้สึกวิบากไม่ยุติธรรม

ท่านตอบว่า มันมีเงื่อนไขหลายอย่าง ไม่ใช่ตรงๆ เช่นที่เขาพูดสั้นๆ ว่า ปลุกข้าวได้ข้าว ที่จริงก็ไม่แน่ ปลุกข้าวอาจไม่ได้ข้าว (ไปจำนำ) ก็ได้ น้ำอาจท่วม หรือฝนอาจแล้ง ไม่ได้ข้าว

พอท่านบอกว่าผลกรรมมีเงื่อนไข ซึ่งทำให้เราสร้างเหตุใหม่ในปัจจุบัน เพื่อผ่อนปรนวิบากได้ ฉันก็รู้สึกเหมือนทรงความคิดได้ถูกเปิดออก

หลังจากนั้นก็ยังมีอีกหลายครั้งที่ท่านอาจารย์เมตตาช่วยแนะสลักกรงใจให้เปิดออก

สิ่งที่ฉันยังไม่รู้คือ ความคิดความเข้าใจนั้นเราสามารถหาความรู้เพิ่มมาใส่ได้ แต่การถอดถอนออกจากสันดานตัวเองที่เรียกว่าอนุสัยนั้น...ยาก

ตอนที่เรียนนั้น สามีมองด้วยความแปลกใจ ตอนแรกคิดว่าเรียนเล่นๆ แต่สามปีแล้วก็ไม่เลิก หกปีแล้วก็ยังเรียนอยู่ แต่เขาก็ไม่ได้พูดอะไร อยากเรียนก็เรียน แต่เขาน่ะไม่เชื่อหรือเกรงเรื่องกรรม เขาว่าอย่างนั้น

เราคุยกันเล่นว่า แม่บ้านกับคนสวนที่เรามีอยู่นี้ดี ดูแลให้เราโดยที่เรา
ทั้งบ้านไว้ให้เขาเป็นเดือน แต่เขาก็ดูแลทุกอย่างดีและไว้ใจได้ แต่เห็นบอก
ว่าอีกสองปีจะกลับบ้าน เราจะพบใครที่ใช้อย่างนี้หรือ ถ้าหาไม่ได้ ฉันดูแล
คนเดียวไม่ไหวแน่

เขาพูดว่า “อีกสองปีค่อยคิด”

ฉันไม่รู้หรือว่า เขาได้ซึมซับจากสิ่งที่ฉันเล่าให้ฟังยามคุยกันเล่นบ้าง
หรือธรรมชาติของเขาเองได้เติบโตขึ้นจากประสบการณ์ในชีวิตประจำวัน

แต่วิธีคิดถึงเรื่องต่างๆ ของเขาในระยะหลังนี้ได้เปลี่ยนไป เขาไม่ได้
เรียนธรรมะ ไม่เคยอ่านเลย แต่สิ่งที่เขาทำ เขาเป็นตัวละครเสียเอง

เขาไม่กังวลอนาคตมากนัก เขาทำสิ่งที่อาจไม่ดีที่สุดแต่เหมาะสมกับ
เงื่อนไขปัญหาในปัจจุบันกาลแล้วไม่กังวลย้อนหลัง ถือว่าทุกอย่างถ้าใช่
มันมาเอง ถือว่าถ้าอะไรไม่ใช่มันไม่มา แถมถือว่าถ้าต้องเสียไปก็เพื่อให้สิ่งที่ดี
กว่าเข้ามา อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด ทุกอย่างถูกกำหนดไว้ให้แล้ว

ในขณะที่ฉันรักและสนใจ ไชว่คว่า เสาะหา สะสม แต่สิ่งที่ดีเหล่านี้
(พระธรรม คำเทศน์และถ้อยคำจากนักปราชญ์ นักกล่ที่คิดอะไรดีดี) เป็นได้
เพียงผ้าห่มที่คลุมกันหนาวให้ฉันเท่านั้น ฉันไม่อาจซึมซับ ออสโมซิสให้เข้าไป
เป็นเม็ดเลือดแดงเม็ดใหม่ในสายเลือดได้

หมายความว่า เมื่อมีปัญหา ฉันต้องคว้าคำสอนที่ตรงกับการแก้ปัญหา
นั้นมา แล้วยัดเข้าไปในสมองเพื่อให้คิดแบบนั้น จะได้ออกจากปัญหาได้

แต่หัวใจแสนดีก็จะต้องไปตื้อใหม่ ตื้อ ตื้อ เหนียวหนับ ปัญหาจบไป
แล้วก็ยังไม่ยอมปล่อย เหนียวเป็นใยแมงมุม

เมื่อฟังพระไพศาลเทศน์

“ทำไมเราโกรธ รู้ว่าโกรธแล้วไม่หายโกรธ

เพราะว่าเรามีความอยากหายโกรธ ซึ่งความอยากเป็นอกุศลอีกอย่างหนึ่งซ้อนเข้ามา

ทำให้ที่รู้ว่าโกรธยังไม่ใช่ ‘รู้’ ที่เป็นกุศลบริสุทธิ์ ยังมีอกุศลคือความอยากปนอยู่ เราต้องรู้ตัวที่สองนี้ด้วยจึงจะเป็นกุศลบริสุทธิ์เข้าสู่อุเบกขา ทำให้หายโกรธได้

ฉันคงเป็นทำนองนี้แหละ

ฉันไม่ค่อยตระหนักถึงสิ่งที่มี (ต้องคอยบอกเตือนว่าเรามีสิ่งที่ติดอยู่) แต่ใจคอยคิดถึงปัญหาที่ซ่อนอยู่ในอนาคตของสิ่งที่ติดนั้น และกังวล หรือกลัวมันก่อน บอกมันว่าอย่ากลัว มันก็ไม่เชื่อ

อาจารย์ท่านหนึ่งในสถาบันฝรั่งอธิบายเรื่องความกลัวว่า
ความกลัวมี 2 อย่าง กลัวจริง กับ กลัวในจินตนาการ

กลัวจริง คือกำลังมีคนเอาปืนมาจ่อหัวอยู่

กลัวในจินตนาการ คือนั่งเครื่องบินอยู่ กลัวว่าเครื่องบินจะตก แต่เครื่องบินไม่ได้ตก ยังบินดีอยู่

เป็นความกลัวเรื่องที่จินตนาการซึ่งไม่เกิดขึ้นจริง กลัวไปก่อน

ตรงกับพระธรรมที่ว่า อย่ากังวลเรื่องอนาคต

ฉันอยู่ประเภทนี้แหละ กลัวในจินตนาการ หรือ กังวลในเรื่องอนาคต
สมองรู้ว่าไม่ควรกลัว เพราะสุภาวิตีเบตบอกว่า

“ถ้าปัญหานั้นแก้ได้ จะกังวลไปทำไม

ถ้าปัญหานั้นแก้ไม่ได้ กังวลไปก็เท่านั้น ไม่มีประโยชน์”

สมองรู้ว่าไม่ควรกลัว

แต่หัวใจกลัว เหนียวหนึบเหมือนใยแมงมุม

ฉันสองคนในร่างเดียวกันปล้ำกันไปมาอยู่อย่างนี้แหละ รู้ซึ่งถึงคำว่า
อนุสัย หรือง่าย ๆ สันดาน

ทำไมฉันถึงไม่ค่อยจะมีความสุขกับความสุขที่มี แต่กลับมีความสุข
(ล่องหน้า) กับทุกข์ที่ยังไม่มา

ฉันบอกตัวเองว่า ก่อนอื่นต้องเลิกดี้อ พระท่านสอนยังงี้ทำตามอย่าง
นั้น หยุดความสงสัยไว้ก่อนแล้วทำไป

ท่านสอนให้ ‘รู้’ สิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในใจว่าใจรู้สึกอย่างไร กลัดกลุ้มมี
ลักษณะอย่างไร คุณเฉยๆ ไม่ต้องวิจารณ์ไม่ต้องอธิบาย สบายใจรู้สึกอย่างไร
สบายใจเมื่อก็กับเดี๋ยวนี้มันรู้สึกเท่ากันไหม ‘รู้’ ไปเรื่อยๆ

ทำตามไปก่อนแล้วกัน เลิกดี้อ เลิกสงสัย ทำตามอย่างเดียว



อย่าให้เสียที่ผ่านตำรามามากมาย เข้าทำนองความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่
รอดนั้นไม่ดี อย่างนี้จะก้าวหน้าได้อย่างไร แล้วถ้าไม่ก้าวหน้าเสียที จะไปเริ่มเมื่อ
ไหร่ เดียวตายก่อน จะทำไม่ทันนา

พอหัวใจยอมเลิกดิ้อ ก็ให้รู้สึกเบาสบาย อยากจะเป็นเด็กดีของครูบา
อาจารย์ขึ้นมาอย่างขมิขมัน รู้สึกมีความสุขที่จะทำแบบฝึกหัดต่างๆ ด้วยความ
สนุกสนานครื้นคริ้มใจ

หวังว่าชีวิตจะได้เปลี่ยนแปลงไปสู่ความสุขในไม่ช้า
ดีใจจังเลย



เจ้าจันทร์หนีไปแล้ว

วันแรกที่ฉันเห็นจันทร์ เธอเข้ามาช่วยสามีทำสวนเล็กๆ ข้างบ้านที่ฉันจ้างให้เขาดูแล เธอดูเจี๊ยบๆ คงเพราะยังไม่คุ้นเคยกัน

จันทร์เป็นสาวพม่า พูดไทยชัด เขียนอ่านไทยได้ หน้าตาสวยพอไปวัดตอนสายได้สบาย เธอมีลูกสาวคนหนึ่งชื่อการ์ตูน เป็นเด็กน่ารัก คล่องแคล่ว ระยะเวลาต่อมา เธอมาขอทำงานที่เรือนธรรม ฉันให้เธอดูแลห้องเก็บหนังสือที่มีหนังสือหลายปกวนเวียนเข้ามาและขายออกไปตามคำสั่งซื้อทางไปรษณีย์

ฉันประหลาดใจเมื่อพบว่าเธอแสดงศักยภาพได้ดีเยี่ยม เธอจัดหนังสือแต่ละเรื่องไว้เป็นตั่งๆ เรียบร้อยไม่ปะปนกัน มีใบติดยอหนังสือไว้ที่ผนัง ทุกครั้งที่ถามว่าเล่มนั้นเล่มนี้เหลือเท่าไร เธอจะตอบได้ทันที จัดส่งหนังสือที่ไปรษณีย์ จำหน้าของเธอ ส่งอย่างรวดเร็วไม่มีตกค้าง ในห้องเป็นระเบียบ ไม่รกรุงรัง

ฟังดูธรรมดา แต่พนักงานคนก่อนหน้านี้อำนาจไม่ได้

จันทร์เป็นคนไม่ดูตาย เวลาอาจารย์อบรมธรรมะมาถึงเรือนธรรมในตอนเย็นวันศุกร์ เธอจะช่วยขนกระเป๋าสัมภาระขึ้นไปส่งที่ชั้นห้า เวลาที่ร้านอาหารมาส่งกับข้าว จันทร์จะยกหม้อแกงขึ้นไปที่ชั้นสี่เอง เธอแข็งแรงมาก ยิ้มแย้มแจ่มใส เรียกใคร พี่จำ พี่จำ ตลอดเวลา

จันทร์ไม่รู้เรื่องธรรมะ แต่เธอใจเย็น อดทนกับคนที่มาเรียนธรรมะ

ที่บนเวลารู้สึกว่าอะไรไม่ถูกใจ ใครมีอะไรติดขัดบอก เดี่ยวจันทร์จัดการให้เรียบร้อย

อยู่กันจนคุ้นเคย เธอยังช่วยเหลือฉันเล็กๆ น้อยๆ ส่วนตัวด้วย เช่น ฉันโทรสั่งกับข้าวจากร้านอาหาร เมื่อมาส่ง จันทร์ซึ่งอยู่ชั้นล่างพบเข้าก็จะรับไว้ให้และจัดการใส่สำหรับยกขึ้นไปให้ฉันซะเลย

วันหนึ่งจันทร์ก็เดินหน้ามุ่มขึ้นมาหา เมื่อถามไถ่ก็ร้องไห้ด้วยความเหนื่อยใจ บอกว่าสามีไม่ช่วยกันเลย เอาแต่ใจตัวเอง ไม่สนใจความรู้สึกของเธอเลย ฉันปล่อยให้เธอพูด แล้วก็ปลอบใจ

อยู่กันมาได้สักสามปี จันทร์ก็ขอลาออก แต่ขออนุญาตตั้งแผงขายผลไม้หน้าเรือนธรรมนั่นเอง

การขอไม่ได้ของจริงจัง เข้าวันหนึ่งก็เห็นโต๊ะตั้งผลไม้ชนิดน้อยๆ พอพบฉันก็เอ่ยเล่นๆ ว่า

“พี่ หนูขอขายผลไม้หน่อยนะคะ”

ยอมรับว่าฉันไม่รู้จะพูดอย่างไร ก็เลยเออออไปตามเรื่อง

จากโต๊ะเล็กค่อยๆ ขยายยาวไปจนตลอดครัว ตั้งเตาต้มข้าวโพดได้ต้นไม้ แต่จันทร์ขยันมาก ขายอยู่คนเดียว วันๆ เฉาะมะพร้าวเอาเนื้อและน้ำใส่ถุง บอกว่าถ้าขายทั้งลูกลูกค้ากินไม่สะดวกซื้อก็ง่ายซื้อ บางวันนั่งกะเนื้อระก่าใส่ถุง ขายดิบขายดีเพราะเป็นแม่ค้าปากหวาน พี่จำ พี่จำ ตลอด ขายแต่เช้ายันมืด กลางคืนนอนหลับในรถ สามีขับไปตลาดไท พอถึงตลาด จันทร์ก็ตื่นขึ้นมาแล้วไปซื้อผลไม้ ปากหวานของเธอทำให้ซื้อได้ราคาถูก ซื้อเสร็จหลับในรถต่อจนถึงบ้านเที่ยงคืน

วันหนึ่งมาเกาะประตูบ้านร้องไห้ บอกฉันว่าสามีขู่ เขาว่าเขาทิ้งเมียมาเยอะแล้ว อย่าไปหือกับเขานะ

ฉันได้แต่ปลอบใจ

บางวันก็ดี พาลูกไปเที่ยวกันมา วันนั้นจันทร์ใส่สร้อยทองเส้นเล็ก กับสร้อยข้อมือทอง ฉันมองยั้มๆ ไม่ได้พูดอะไร วันหลังไม่เห็นใส่อีกเลย

สามีของจันทร์ทำได้ทุกอย่าง ช่างไฟ ช่างประปา จัดสวน ทาสี ซ่อมคอมพิวเตอร์ก็ยังเป็นเรียกว่าสารพัดช่าง

แต่เขาไม่ทำอะไร วันๆ นอนในห้องเก็บหนังสือของเรือนธรรม เปิดแอร์ เล่นคอมพิวเตอร์ และสपोर्टอย่างเหลือร้าย ญาติคนไหนมีปัญหามาก ขั้บรถไปหาถึงอุทัย ไม่ต้องขายของ จันทรั่งมาก

ผ่อนรถปิกอัพใหม่กัน ผ่อนมาสองปีกว่า ชื่อรถเป็นชื่อน้องชาย วันหนึ่งน้องสะใภ้มาเอารถไปบอกว่ารถนี้ชื่อสามีเขา เขาจะเอา แล้วขับไปเลย สามีจันทรหัสวาระเหะๆ

จันทรหัสวาระให้ทั้งคืน

แล้วจันทรหัสวาระก็ผ่อนมอเตอร์ไซด์มา หักขับ บอกว่าจะได้ไม่ต้องพึ่งพาสามี เวลาจะไปไหน

ไปซื้อผลไม้ก็เปลี่ยนมาซื้อตลาดมหานาคซึ่งใกล้มาก ซื้อขนมใส่สามล้อ เจ้าประจำมาส่งถึงหน้าบ้าน

แฝงผลไม้ซบเขาคนซื้อไม่รู้หายไปไหน จันทรหัสวาระขึ้น บางวันสองทุ่มแล้วยังนั่งขายอยู่

เช้าวันหนึ่ง ฉันทออกมาหน้าบ้านจะไปทำงาน ไม่เห็นจันทรหัสวาระ นึกในใจว่า เอ๊ะ หมู่นี้เที่ยวบ่อยแฮะ

ฉันทเดินไปร้านของเดือนซึ่งขายนมและขนมปังสังขยาอยู่ใกล้ๆ เพื่อซื้อนมถั่วหนึ่ง

เดือนถามว่า “พี่ จันทรหัสวาระยืมเงินพี่มั้งอะป่าวอะ”

“สองพัน ทำไมเหร”

“เนี่ยมันไปยืมเงินห้องแถวฝั่งโน้นทุกห้องเลย เจ๊จุกเขาไม่ให้ ร้านเสื้อโดนไปสองพัน”

ฉันท

“มันหนีไปแล้ว เข่าว่ามันเป็นหนี้เป็นแสน มันกลัวพวกหมวกกันน็อกมายิงเอามั้ง”

แถวบ้านฉันทมีพวกปล่อยเงินกู้เยอะ แต่ละวันมีชายชุดดำสวมหมวกกันน็อกมาเก็บดอกเบี้ย

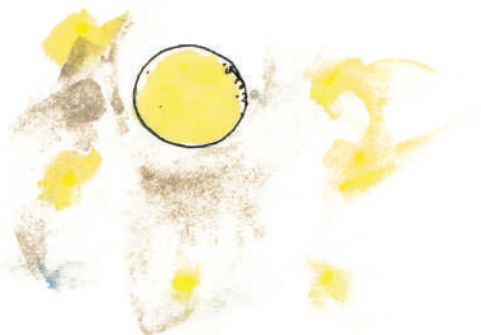
ฉันใจหาย จู่ๆ วันหนึ่งหน้าบ้านก็ว่างเปล่าเหมือนไม่เคยมีแผงขายผลไม้มาก่อน จู่ๆ เจ้าจันทร์ก็หายไปในอากาศ เงียบ ไร้ร่องรอย ไร้ข่าวคราวเหมือนฟองสบู่ที่ล่องลอยแล้วพลันก็แตกดับวับหายไปในฉับพลัน

ฉันรู้สึกคิดถึงจันทร์
เจ้าจันทร์หนีไปแล้ว

แถวบ้านฉันเป็นถนนสายเงียบๆ มีต้นไม้ริมทางสองฝั่ง มีร้านอาหารเยอะ มีเซเว่นทั้งสองฝั่ง ตอนเย็นมีรถเข็นขายอาหารใต้ต้นไม้ หัวถนนท้ายถนนมีร้านอาหารตามสั่ง บ้านส่วนตัวแต่ละหลังมีสนามและต้นไม้ใหญ่เป็นย่านที่ดูแล้วสงบสุข

ในความเงียบสงบนั้น
มีเรื่องราวของเจ้าจันทร์ซ่อนอยู่

ทุกชีวิตเป็นดังบทเรียน





- บริเวณนี้เป็นที่นั่งเล็กๆ หน้าประตูเข้าโบสถ์ที่มีภาพวาดอันงดงามประดับอยู่โดยรอบทั้งด้านนอกและด้านใน ในมุมเล็กๆ แบบนี้ การสนทนากันเบาๆ เป็นสิ่งรื่นรมย์

ทุกเวทมนตร์มีราคา

ฉันนั่งดูหนังสือเรื่อง once upon a time
หนังสือนี้เป็นการ์ตูนนางฟ้าหลายๆ เรื่องมารวมกัน โดยมี
จุดศูนย์กลางอยู่ที่สโนว์ ไวท์

ฝ่ายผู้ร้ายคือเรจิน่า แม่มดที่เคยให้แอปเปิ้ลสโนว์ ไวท์ กินแล้วกลับไป
แต่มีผู้ร้ายอีกคนคืออิมเฟิลสตีสกิน

หัวใจของเรื่องจริงๆ คือเด็กชายเฮนรี่ หลานของสโนว์ ไวท์ ที่เชื่อมั่น
ในความดีอย่างน่ามหัศจรรย์

เมื่อดูจบแล้วด้วยความสนุกสนานในความน่าฟังของคนเขียนบทว่าคิด
ออกมาได้อย่างไร แล้วก็ได้เห็นสิ่งหนึ่งที่นวนิยายนางฟ้าต้องการมาแต่ไหน
แต่ไร คือความดีจะชนะความชั่วเสมอ แม้ว่าฝ่ายชั่วจะเต็มไปด้วยเวทมนตร์
ขณะที่ฝ่ายดีเป็นคนธรรมดาที่ไร้พิษสง อ่อนแอ และมีความคิดอย่างเดียวว่า
อยากเปลี่ยนแม่มดให้เป็นแม่ชี

และประโยคที่พูดซ้ำซากในทุกสถานการณ์เมื่อเกิดการขอความ
ช่วยเหลือก็คือ

“ทุกเวทมนตร์มีราคา”

เมื่อคุณอยากขอให้ฝ่ายร้ายบอกอะไรหรือให้อะไรหรือทำอะไรก็ตาม
คุณต้องมีของแลกเปลี่ยน ทุกอย่างมีราคา ไม่มีอะไรฟรี

มองในมุมกลับ นั่นเป็นการวัดใจนานเอก

เมื่อเรจิน่าขอให้หุ้มเฟิสต์สกินบอกความลับอย่างหนึ่งที่เธอต้องการว่าอุปกรณ์ในการทำน้ำมันตวิเศษของเธอ เหตุใดมันจึงไม่ได้ผล เขาตอบว่า

“เพราะมันยังไม่มีค่าเพียงพอ เลือดที่มาจากหัวใจของม้า จะมีค่าอันใด ในเมื่อมันไม่ได้มีความหมายกับใคร”

“เงินเลือดของใครเล่าจะมีค่าพอ”

“ท่านจะสละได้มากแค่ไหนล่ะ”

“มากที่สุดเท่าที่จะต้องทำ”

ในที่สุด เพื่อให้ได้น้ำมันที่ปรารถนา เรจิน่าควักหัวใจของพ่อไปทำพิธีพ้อที่เรจิน่าเองก็รักนักหนา

เวทมนตร์เท่านั้นหรือที่มีราคา

ความจริงทุกอย่างที่คนธรรมดาทำก็มีราคาเช่นกัน

ผู้หญิงคนหนึ่งไปกราบหลวงพ่อบุญานันทะ เล่าเรื่องที่สามีไปมีคนอื่น หลวงพ่อสอนว่า

“เราควรดูแลตัวเองให้ดี ดูแลจิตใจของเราเอาไว้ ปฏิบัติตัวดีสมกับเป็นภรรยา เมื่ออยู่เรือนสามีก็เป็นของเรา ลงจากเรือนไปแล้วก็ไม่ต้องรู้สามีใคร”

ถ้าเราอยากรักษาสถาบันครอบครัวเอาไว้ เราต้องจ่ายด้วยการหลับตาอย่างอดทน

ถ้าเราต้องการก้าวหน้าในหน้าที่การงาน เราต้องจ่ายด้วยการพัฒนาตัวเองให้มีราคาพอที่บริษัทจะต้องหวงเราไว้ การนั่งลอยชายแล้วได้แต่บ่นว่าเงินเดือนขึ้นน้อย อยากทำงานน้อยได้เงินมาก เป็นความคิดของคนที่เป็นตัวอย่างของความล้มเหลวในชีวิต

เมื่อมีคนทำให้เราโกรธ แต่เราอยากมีความสุขสบายใจ เราต้องจ่ายด้วยการไม่ถือสา อภัยให้สำเร็จไม่ว่าจะด้วยอุบายความคิดอย่างใดก็สุดแล้วแต่จะสรรหามาประเคน ให้ใจเราปล่อยวางลงให้ได้

ความคาดหวังของใครหลายคนมักจะหวังพึ่งสิ่งภายนอกมาทำให้ตนสมหวัง เราคิดว่าอยากเอาเงินไปซื้อลอตเตอรี่เพราะผลตอบแทนมากกว่าที่ลงทุนไปเยอะ ยิ่งจนยิ่งอยากซื้อ บอกว่าดีกว่าวันๆ ไม่รู้จะหวังอะไร ซื้อ

ความหวังมาเก็บไว้ดูเล่นสักพัก ไม่ถูกก็ซื้อใหม่ ไม่เป็นไร ยังไงก็จนไม่เลิกอยู่แล้ว

คนที่รวยจริงโดยไม่ต้องหวังก็คือเจ้ามือ เขาเพียงแต่หวังว่าจะมีคนจนเยอะขึ้น จะได้มาซื้อมากขึ้น ซึ่งนั่นก็เป็นความหวังที่มีทางเป็นจริงมากกว่าความหวังของลูกค้าที่หวังว่าจะถูกรางวัล

หลวงพ่อบ้าเขียนสอนว่า “ให้เราพึงตัวเอง คนอื่นนั่นพึ่งไม่ได้ ยิ่งคาดหวังยิ่งผิดหวัง”

การจนไม่เลิกอาจเป็นเพราะว่าสิ่งที่เราจ่ายออกไปยังไม่คู่ควรกับสิ่งที่เราอยากได้

หรือเพียงแค่ถอยกลับมาเฝ้ามองในมุมใหม่ เรา ‘อยากได้’ อะไรเกินตัวไปหรือเปล่า เราขาดสิ่งที่กำลังโหยหานั้นไม่ได้จริงหรือ

เราเพียงแต่สร้างความพอใจในตัวเอง ดูแลตัวเองให้มีสุขภาพแข็งแรงดี มีความสงบดีไม่มีเรื่องร้ายในชีวิต เพราะไม่ได้ไปสร้างความระคายให้ผู้อื่น เรามีความสุขได้แล้ว

นักเขียนนาม โคม วุฒิชัย กล่าวว่า

“ผมมีความสุขง่ายเพราะกล่องความสุขของผมเล็ก”

ฉันยกให้เป็นคำกล่าวของศตวรรษสำหรับคนที่ต้องการชีวิตที่มีความสุข

เราร้ายเวทมนตร์ให้ตัวเองได้ เพราะเรารู้ว่าอะไรบ้างที่เราจ่ายได้ แต่เราก็ต้องรู้ว่าอะไรบ้างที่เราไม่จำเป็นต้องเสียเวลาขวนขวายไปจ่าย

มองดูและรู้จักตัวเองอย่างถ่องแท้และยอมรับความเป็นจริงที่อยู่ตรงหน้า

ไม่ต้องเปรียบเทียบกับใคร การเปรียบเทียบกับนั้นคือยาพิษที่ทำร้ายเราได้โดยเพียงสุดลมหายใจเข้าไปเบาๆ

เมื่อไม่เปรียบเทียบ ความสุขเล็กๆ จะเริ่มร้ายมนต์ให้เรารู้สึกโล่ง ปลอดโปร่ง

หลวงปู่ดูลย์ อตุโล สอนว่า
“ในทางโลก มี สิ่งที่มี
ในทางธรรม มี สิ่งที่ไม่มี”

ถ้าเราต้องการมาก เราก็จ่ายมาก
ถ้าเราต้องการน้อย เราก็จ่ายน้อย
ถ้าเราไม่ต้องการอะไรเลย เราก็ไม่ต้องจ่ายอะไรเลย
และนั่นเป็นบรมสุข



วันเวลาอันว่างเปล่า

ชายชราหนึ่งอยู่หน้าบ้านหลังใหม่ที่เพิ่งย้ายเข้ามาอยู่ เขายังไม่คุ้นเคยกับการอยู่ในความเงียบของบ้านเดี่ยวในหมู่บ้าน ตลอดชีวิตที่ผ่านมาเขาอยู่ห้องแถวร้านค้ามีการค้าขาย มีเพื่อนบ้านพูดคุย เดินไปมา มีผู้คนที่เห็นกันทุกวัน แม้ชีวิตช่วงปลายจะย้ายมาอยู่ทาวน์เฮาส์ในชอย แต่ก็ใกล้กับปากซอยที่เป็นห้องแถวร้านค้าเหมือนเดิม วันๆ ของเขาจึงไม่เปลี่ยนไปมากนัก

ชีวิตวัยหนุ่มของเขาอยู่ย่านสำเพ็ง พ่อมีร้านขายผ้าแบบขายส่ง ทั้งบ้านมีแต่ผ้าพับใหญ่ๆ ที่เตรียมไปส่งร้านขายผ้า แม่ของเขาจากไปแล้ว เขามีแม่เลี้ยงที่มีลูกชายสองคน

ตอนที่เขาแต่งงานโดยมีแม่สื่อชักนำ ชาวบ้านได้เห็นสะใภ้ใหม่แล้วพากันบ่นเสียดาย เพราะสะใภ้ใหม่หน้าตาดี ทำงานเก่ง นิสัยดี รู้กาลเทศะ ใครๆ ก็ชอบเธอ

ส่วนเขาทำอะไรไม่เป็น ชอบเที่ยวเล่น เป็นแชมป์โบว์ลิ่ง

เมื่อลูกสาวของเขาอายุห้าขวบ ภรรยาของเขาที่ซื้อห้องแถวห้องหนึ่งเปิดร้านขายอุปกรณ์เคหะภัณฑ์ ขายสี มือจับประตู เหล็กฉาก ตะปูทุกขนาด เป็นต้น

แม้ร้านจะขายของมานานแล้ว เวลาที่ภรรยาอยู่ในครัว ให้เขาเฝ้าหน้าร้าน ลูกค้ามาซื้อตะปูกลีหนึ่ง เขาขายไม่ได้ขายไม่เป็น ต้องเรียกให้เธอออกจากครัวมาขาย

ครอบครัวดำเนินมาได้โดยปกติสุข ทั้งเขา ลูกสาวและลูกชาย และร้านค้า โดยแรงฝีมือของภรรยาพานานนี้ไป จนลูกสาวจบมหาวิทยาลัย

ภรรยาของเขาป่วยด้วยโรคมะเร็งที่ลำคอ เลิกร้านค้า ย้ายมาอยู่ทาวน์เฮาส์ใหม่ในหมู่บ้านที่ห่างไปสิบกิโล

เขาทำอะไรให้เธอไม่ได้มากนัก พี่สาวคนโตของภรรยาที่อยู่ใกล้มาดูแลตลอดวัน อาการของเธอน่าสงสารมาก

เริ่มจากเจาะคอเพื่อหายใจ พูดไม่ได้ หูค่อยๆ ไม่ได้ยินจนดับไป สื่อสารกันด้วยการเขียน ต่อมาดวงตาก็มืดสนิท สื่อสารกันด้วยการเขียนบนฝ่ามือ ลูกไม่ไหวต้องนอนตลอด

ในความเจ็บและความมิดนั้น ไม่มีใครรู้ว่าเธอคิดอะไรบ้าง

เธออยู่คนเดียวกับพี่สาว ลูกๆ ไปเรียน และเขาไม่รู้จะทำอะไรนาน แล้วเธอก็จากไป

วันหนึ่ง เขาได้รับส่วนแบ่งบางอย่างจากบ้านญาติเป็นเงินสองล้าน

เขาไปเที่ยวบาร์และติดผู้หญิงคนหนึ่งซึ่งเขาคิดว่าเธอรักเขามาก

เขาใช้เวลาสองเดือนกับเธอ แล้วเธอก็จากไป เพราะเงินสองล้านหมดลงแล้ว

ลูกสาวแต่งงานแบบเงียบๆ เพียงมีครอบครัวของน้ำสองคนมาร่วมรับไหว้ รับเจ้าบ่าวเข้าบ้าน แล้วลูกสาวก็แยกเรือนไป เหลือเขาอยู่กับลูกชายในบ้านเดิม

ลูกชายไปทำงาน เขาไม่ได้ช่วยอะไรในบ้าน กินกาแฟแล้ววางถ้วยไว้จนถ้วยหมดตุ้ รอไว้ให้ลูกชายมาล้าง

ลูกสาวไม่ได้ส่งเงินมาให้ ลูกชายให้เงินใช้เดือนละสองพัน

เขาสบายดี วันๆ ไปนั่งเล่นแถวร้านห้องแถวหน้าปากซอย พี่สาวคนรองของภรรยาเปิดร้านขายของชำอยู่ เขาไปช่วยนั่งเฝ้าหน้าร้านบ้าง เดินเข้าไปหยิบบุหรี่ยี่สิบบ้าง เดินไปคุ้ยบ้านอื่นบ้าง

เวลาก็หมดไปวันหนึ่ง

ตอนนี้ลูกชายผ่อนบ้านเดี่ยวหลังใหม่ เขาต้องย้ายตามมาอยู่ด้วย

เจ็บเหลือเกิน อยู่คนเดียวกับความชรา โชคดีที่ยังแข็งแรงดีอยู่เป็นปกติ

เขากำลังทำความคุ้นเคยและหาวิธีที่จะมีเพื่อนคุย
คงไม่ยากหรอก...เขาคิด
ก็อยู่ๆ ไป

.....

ครั้งหนึ่งฉันเคยถามอาจารย์วดีน อินทสระว่า ฉันเคยพบคนข้างถนน
มอมแมมสกปรก ตัวดำผมยุง หัวถูขยະใหญ่ ทำไม่ไม่ตาย

อาจารย์ตอบว่า “บาปรักษา ตายไม่ได้”

ฉันมองดูชายชรา เขาดูปกติดี ไม่สำคัญแล้วว่าเขาทำอะไรไม่เป็น เขา
อยู่ได้เท่าที่เขาได้รับ ฉันไม่รู้หรอกว่าเขาทุกข์ใจหรือเปล่า เขาอาจจะไม่ทุกข์
ก็ได้นะ ฉันเดา ใจร้ายไหมถ้าจะคิดว่าเพราะเขาอยู่ในระดับที่พอใจได้โดยไม่
ต้องสอนให้พอใจในตัวเองเหมือนคนฉลาดมากๆ ที่ต้องกระหน่ำเตือนให้ตัว
เองพอใจในสิ่งที่มีซะที เขาพอใจเพราะไม่เคยคิดมากมาแต่ไหนแต่ไร

บางที่เขาอาจจะเห็นคุณค่าที่มาส่วยบุญของตัวเองอยู่ก็ได้ มีชีวิตไป
เพลินๆ ไม่รู้จักทุกข์ร้อน เขาอยู่ดีมีสุข และไม่เป็นภัยต่อใคร

ยามใดที่ฉันรู้สึกชีวิตลำบากจนมองไปในอนาคตอย่างเป็นห่วงเป็นใย
ฉันจะปล่อยวางโดยคิดถึงชายชราผู้นี้ ฉันจะบอกตัวเองว่า

“เราไม่เป็นที่รบกวน คุณสิ เขายังอยู่มาได้เลย ไม่เห็นเคยเป็นอะไร หรือ
เดือดร้อนอะไรเลย”

และเอ่ยขอบคุณเขาในใจทุกครั้ง

ชีวิตหนักหนาเมื่อเราคิดว่าหนักหนา

คลุมหายใจที่ยังมีอยู่

และคิดว่าชีวิตมันเบา

แล้วมันจะเบา





- ฉันเห็นภาพเขียนสีน้ำมันโบราณติดตามผนังห้องในพระราชวังที่ไปเที่ยวชม เป็นภาพผู้หญิงและเด็ก ซึ่งเส้นสายบนใบหน้าอ่อนละมุนเหมือนจิตรกรแก้มลิงวาด ดึงดงามอ่อนช้อยและอ่อนโยน ทำให้นึกถึงนางฟ้า เมื่อพบเด็กคนนี้ ฉันถึงได้รู้ว่า ใบหน้าแบบในภาพเขียนนั้นมีจริง และสวยจริง เมื่อขอถ่ายภาพเธอก็ยินดีและเมื่อ ถ่ายเสร็จฉันทำภาพย้อมมาให้เธอดู เธอก็สนใจมากเลย ชอบคุณสาวน้อยแสนสวย ผู้น่ารัก

โคลนตมกับดวงดาว

เราได้ยินกันมานานแล้วว่า
“สองคนยลตามช่อง
คนหนึ่งมองเห็นโคลนตม
อีกคนตาแหลมคม
มองเห็นดาวอยู่พราวพราย”

นี่เป็นเรื่องของคนมอง แต่เรากำลังจะพูดถึงตัวโคลนตมกับดวงดาว
ใครๆ ก็อยากรู้สึกตัวว่าตนเองมีคุณค่า แต่ความเศร้าของเราเกิดขึ้น
เพราะเราต้องรอให้คนอื่นบอกว่าเรามีคุณค่า ความรู้สึกของคนอื่นสำคัญ
เสมอ เป็นตัวชี้วัดความเป็นเรา ถ้าเขาบอกว่าเรามีคุณค่า เราก็จะมีความสุข
ถ้าเขาไม่บอกอะไร เราจะตีความว่าเราไม่มีคุณค่า แล้วเราจะเริ่มทุกข์
(หรือไม่ก็ทุกข์มาตั้งนานแล้ว)

พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล ท่านจึงเตือนให้เรารักตัวเองบ้าง

นิทานเรื่องหนึ่งของซอร์เฮ้ บูกาย เล่าว่า

ชายคนหนึ่งมาขอคำแนะนำจากอาจารย์ว่าเขาควรจะทำอย่างไรให้
คนอื่นเห็นคุณค่าในตัวเขามากขึ้น

“ผมรู้สึกตัวว่าตัวเองแทบไม่มีค่าอะไร ผมไม่มีกะจิตกะใจจะทำอะไร
แล้ว พวกเขาก็บอกว่าผมเป็นคนไม่เอาไหน ไม่มีอะไรดี เงาะงะและค่อนข้างโง่

ผมควรจะปรับปรุงตัวอย่างไรดี”

อาจารย์ถอดแหวนจากนิ้วก็อ้อยข้างซ้ายยื่นให้ แล้วพูดว่า

“เจ้าจงขี่ม้าไปยังตลาด ข้าต้องขายแหวนวงนี้เพื่อใช้หนี้ เจ้าต้องขายให้ได้ราคาสูงสุดเท่าที่จะทำได้ และอย่ารับสิ่งอื่นใดที่มีค่าน้อยกว่าเหรียญทองคำหนึ่งเหรียญ จงไปและกลับมาพร้อมเหรียญนั้นให้เร็วที่สุด”

ที่ตลาด เมื่อชายหนุ่มเอ่ยถึงเหรียญทองคำ บางคนหัวเราะ บางคนส่ายหน้า มีเพียงชายชราคนหนึ่งเมตตาสละเวลาบอกเขาว่าเหรียญทองคำนั้นมีค่ามากเกินกว่าจะแลกกับแหวนวงนี้ ใครคนหนึ่งเสนอเหรียญเงินและถ้วยทองแดงให้เพราะอยากช่วยเหลือ แต่เขาจำต้องปฏิเสธข้อเสนอดังกล่าว เขามิดหวัง ซี่ม้ายกลับมาหาอาจารย์

“อาจารย์ครับ ผมทำสิ่งที่ท่านขอไม่สำเร็จ ผมอาจหาเหรียญเงินมาได้สักสองสามเหรียญ แต่ผมคิดว่าไม่อาจหลอกผู้อื่นเรื่องมูลค่าแท้จริงของแหวนวงนี้ได้”

อาจารย์ตอบว่า “สิ่งที่เจ้าพูดสำคัญมากพ่อหนุ่ม อันดับแรก เราควรรู้มูลค่าแท้จริงของแหวนเสียก่อน เจ้าจงขี่ม้าไปหาพ่อค้าเพชรพลอย ใครจะรู้ดีกว่าเขาอีกเล่า ถามเขาว่าถ้าจะขายแหวนวงนี้ เขาจะให้เท่าใด และไม่ว่าเขาจะเสนอเท่าใดก็อย่ารับ จงนำแหวนกลับมา”

พ่อค้าเพชรพลอยสำรวจดูแหวนได้แสงตะเกียงใช้แว่นขยายส่องซึ่งน้ำหนัก แล้วกล่าวว่า

“จงไปบอกอาจารย์ว่า ถ้าจะขายแหวนในเวลานี้ ข้าให้ได้ไม่มากกว่าเหรียญทองคำห้าสิบแปดเหรียญหกองนะ แม้ว่าเวลาต่อไปจะเป็นหกสิบเหรียญ แต่ถ้ารับขายวันนี้ละก็...”

ชายหนุ่มดีใจมาก รีบกลับมาหาอาจารย์และเล่าเรื่องที่เกิดขึ้นให้อาจารย์ฟัง

“นั่งลงสิ” อาจารย์กล่าว

“เจ้าก็เปรียบประดุจแหวนวงนี้ เป็นอัญมณีมีค่าและไม่เหมือนใคร ดังนั้น คนที่จะตัดสินใจได้ก็มีแต่ผู้เชี่ยวชาญเท่านั้น เหตุใดเจ้าต้องเที่ยวพยายามให้ทุกคนค้นพบคุณค่าแท้จริงของเจ้าด้วยเล่า”

แล้วอาจารย์ก็สวมแหวนกลับคืนนิ้วก้อยข้างซ้ายตามเดิม

.....

เราต้องการให้ ‘ทุกคน’ เห็นว่าเรามีคุณค่า แต่นั่นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ยังไปเจอคนที่เขาหวังว่าคุณค่าของเขาเองจะลดลงเพราะดันมาชมเชยเราล่ะก็ ยิ่งซ้ำใจกันไปใหญ่ เราแย่งกันมีคุณค่าต่อคนอื่น

แต่เราไม่กล้าเห็นคุณค่าของเราด้วยตัวเราเอง

ดังแหวนนั้นไม่มีคุณค่าในตลาด แต่กลับมีคุณค่าสำหรับพ่อค้าเพชรพลอย

แต่เราต้องรู้ว่าเรามีคุณค่าในเรื่องใดก่อน จริงๆ แล้วเราเป็นใคร เก่งทางไหน มองออกไปจากตัวเราเองบ้างว่า คนที่เราขอให้เขามาให้คุณค่ากับเรา คนคนนั้นก็ไม่ได้มีคุณค่าสำหรับทุกๆ เรื่องครบจักรวาล เขาก็มีคุณค่าในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเหมือนกัน

เรื่องนี้ทำให้ฉันแวบคิดถึงชายคนหนึ่ง ไม่แน่ใจเหมือนกันว่าจะเกี่ยวกับเรื่องนี้มั้ย เอาเป็นว่าเล่าสู่กันฟังเล่นๆ พอเพลินๆ

ในเล้าไก่ของบริษัทยักษ์ใหญ่ซึ่งมีเล้าไก่มหาศาลในหลายจังหวัดและหลายประเทศ

เขาเป็นคณงาน มีหน้าที่ดูแลเล้าไก่หนึ่งเล้า จูไก่หนึ่งหมื่นตัว

หน้าที่ประจำคือเก็บไข่ตอนเช้า และบ่าย ตัดหญ้าข้างเล้า กวาดหยากไย่ตามซอกใต้หลังคา ฯลฯ

คนดูแลเล้าไก่ส่วนมากเป็นผู้หญิง เล้าไก่สะอาดเรียบร้อย มีเวลาปัดกวาดหยากไย่ ทำงานสบายๆ ก็ทันเวลา

แต่เขาทำงานดูรีบเร่ง น่าเหนื่อย แต่กระนั้นหญ้าก็ยาวรดตัดไม่ทัน หยากไย่เต็มเพียบกวาดไม่ทัน เป็นเล้าที่ผู้จัดการสายหัวและรู้สึกเอือมระอาแต่ไม่ถึงกับอยากไล่ออก เพราะเขาก็ดูซื่อๆ และอารมณ์ดี

พอต้นปีมีการสรุปยอดจำนวนไข่ที่เก็บได้ตลอดปีที่แล้วจากแต่ละเล้า ไข่ที่ได้จากเล้าของเขามีจำนวนมากเป็นอันดับหนึ่งของเล้าไก่ทั่วเอเชีย

แล้วเราจะว่าอย่างไรละ เป็นเรื่องบังเอิญอย่างนั้นหรือ เขามีคุณค่าใหม่ แต่ไม่ได้หมายความว่าต่อไปนี้ทุกเล้าก็ให้มันรกรๆ บ้างหรอกระ มันเป็นเรื่องที่ผู้จัดการรงเต็ก

แต่คุณค่าของเขาก็คือ เขาไม่เคยรู้สึกว่าตัวเองไม่มีคุณค่าเลย เขามีความสุขดีกับชีวิตของเขาเอง

ถ้าเรารู้สึกอย่างเขาได้ นั่นแหละคุณค่าที่เราคู่ควร



คืนชีวิต (1)

พอล มีความใฝ่ฝันจะเป็นนักร้อง เขาเคยไปร่วมวงกับเพื่อนๆ เพื่อเปิดการแสดง หวังจะได้พบโอกาสเป็นวงที่สมบูรณ์มีชื่อเสียง แต่ในที่สุดวงก็สลายไป มีบางวันที่เขาไปไม่ทันด้วย

ทุกๆ คืนก่อนเข้านอน พอลจะมีสมุดรายการสิ่งที่จะต้องตรวจสอบ แก๊สปิดหรือยัง ก๊อกน้ำปิดหรือยัง เขาดูเฉยๆ ไม่ได้ มันไม่แน่ใจ เขาต้องเอามือไปรองที่ก๊อกเพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีน้ำไหลออกมา แม้ว่าจะดูมันเป็นครั้งที่สิบห้าแล้วก็ตาม สวิตช์ไฟกดลงแสดงว่าปิดไฟแล้ว แต่พอลต้องค้างนิ้วไว้ที่มันพร้อมกับนับ 1-4 แล้วจึงไปตรวจอย่างอื่นต่อได้ ก่อนจะกลับมาดูว่าสวิตช์ไฟปิดหรือยังอีกครั้งหนึ่งเป็นครั้งที่สี่

ตอนเด็กๆ เขาเคยออกไปข้างนอกบ้านและเดินสวนกับเด็กเพื่อนบ้าน ซึ่งบอกว่าเขาได้เปิดน้ำทิ้งไว้จนไหลนองไปทั่วบ้านแล้ว เขารีบวิ่งกลับบ้านและพบว่าพื้นบ้านเสียหายไปทั่ว

ความจริงพอลไม่ได้โกรธอะไรมากมาย แต่มันฝังเข้าไปในใจพอลว่าเขาอาจจะทำอะไรไม่ระวังและก่อให้เกิดความเสียหาย ทั้งยังอาจเป็นอันตรายกับผู้อื่น

เมื่อเขาขับรถไปห้างสรรพสินค้า พอลรถผ่านลูกระนาดบนพื้นถนน พอลคิดว่าเขาอาจชนคนนอนอยู่บนพื้นถนน เขาต้องจอดรถและเดินไปดูว่าไม่มีคนตายนอนอยู่ที่นั่น

หมอได้เข้ามาช่วยเหลือ

หมอให้พอลเปิดเตาแก๊สติดไฟทิ้งไว้ หมอให้เขาเปิดก๊อกน้ำทิ้งไว้โดยมีน้ำเป็นหยดๆ ออกมา ครั้งแรกๆ ทั้งคู่อยู่ในห้องครัว ต่อมาหมอพาพอลไปห้องอื่น

หมอตั่งกล้องไว้ที่ห้องนอนและห้องครัว เพื่อดูว่าเขาจะลุกมาดูกี่ครั้ง ปรากฏว่าเขาลุกมาดูทุกชั่วโมง พอลอยทำให้ภรรยาตื่นไปด้วย

เป็นสัปดาห์ที่พอลต้องอดกลั้นอย่างทรमानที่สุดทุกๆ คืน

ต่อมาหมอพาเขาไปที่ห้างสรรพสินค้า ขับวนผ่านพื้นถนนที่เป็นลูกระนาดอยู่หลายๆ รอบจนในที่สุดพอลไม่รู้สึกลอยากจะลงไปดูอีกแล้ว

เขาเริ่มรู้สึกกว่าวิธีของหมอได้ผล

วันสุดท้ายหมอพาพอล ภรรยา และแม่ของพอล ไปที่ร้านอาหาร ซึ่งมีเวที พอลได้ขึ้นไปร้องเพลงพร้อมกับเล่นกีตาร์เองไปด้วย เขารู้สึกมีความสุข และไม่ได้ห่วงกังวลถึงก๊อกน้ำที่เปิดให้น้ำไหลทิ้งเป็นสายเล็กๆ อยู่ในห้องครัวที่บ้าน

พอลรู้สึกมีความสุขมาก เขาบอกว่าเขาได้พบอิสระของชีวิตแล้ว



คืนชีวิต (2)

โรบิน กำลังกวาดอย่างขะมักเขม้นไปบนพื้นบ้านที่สะอาดสะอ้านเสร็จแล้ว เธอก็ค่อยๆ เอาส้อมมาวางขายครุยผ้าคลุมพนักโซฟา ก่อนที่จะไปเช็ดตู้เย็นใบโตที่เพิ่งเช็ดเสร็จไปเมื่อตอนเช้า

เธอยื่นกระดาษแผ่นเล็กๆ ให้สามี ลูกสาว และลูกชาย เพื่อให้ทำความสะอาดส่วนต่างๆ ที่เธอต้องการเช็ดในห้องของพวกลูกๆ

โรบินไม่เคยออกไปไหน เวลาตลอดวันหมดไปกับการทำความสะอาด แม้แต่เวลาที่ทุกคนกินข้าวร่วมโต๊ะกัน เธอก็ไปทำความสะอาดอยู่ที่ใดที่หนึ่งภายในบ้าน

ทุกคนรู้สึกทุกข์ระทมและสงสารโรบิน ในขณะเดียวกันทุกคนก็ไม่มีความสุขในส่วนที่ต้องทำเพื่อโรบินด้วย

ครอบครัวกำลังวิกฤตด้านจิตใจอย่างหนัก

โรบินเป็นโรคไอซิติ

เมื่อตอนที่เธออายุ 5 ขวบ เธอถูกล่วงละเมิดทางเพศและมีความฝังใจว่าเธอไม่สะอาด เธอทำความสะอาดอย่างหนักเพื่อให้คนอื่นรู้สึกว่าเขาไม่ได้สกปรก

เธอไม่อาจหยุดสิ่งที่ไอซิติสั่งให้ทำ เธอรู้ว่าทุกคนในบ้านพลอยได้รับผลกระทบไปด้วยและไม่มีความสุข เธอรู้ว่าส่วนอื่นๆ ของชีวิตหายไป เธอไม่สามารถร่วมสนุกกับครอบครัว ออกไปนอกบ้านไม่ได้ และหยุดทำ

ความสะอาดไม่ได้

หมอได้เข้ามาช่วยเหลือครอบครัวนี้

หมอให้ทุกคนในบ้านทำบ้านให้รัก หมอนอนตกลอยที่พื้น ผ้าคลุมพนักโซฟาเบียดตกขอบไปข้างหนึ่ง ตูเย็นไม่ได้เอี่ยม่อง โรบินเข้าไปจัดการอะไรไม่ได้แม้ว่าเธอจะกังวลมากมายเท่าใดก็ตาม เธอต้องอยู่กับสภาพความเป็นจริงนี้ให้ได้ตลอดเวลาของการบำบัด

สองสัปดาห์ต่อมา หมอพาโรบินไปที่ห้องน้ำสาธารณะซึ่งก็ดูสะอาดดี แต่สำหรับโรบินแล้ว เธอรู้สึกว่ามันสกปรกมาก ทั้งคู่นอนอยู่ตรงนั้นครึ่งใหญ่เพื่อให้โรบินตั้งตัวรับสภาพ

ถัดจากนั้น หมอให้โรบินตะแค้นลงที่ฝาครอบโถนั่ง นับ 1-7 ซึ่งสำหรับโรบินแล้วช่วงเป็นเวลาที่ยาวนานเหลือเกิน โรบินรู้สึกอยากล้างมือ หมอไม่ยอม แต่ปล่อยมือไว้ 3 นาทีแล้วจึงล้างได้ ทั้งหมดนี้เพื่อให้ความกลัวขึ้นถึงจุดสูงสุดและโรบินจะเห็นได้เองว่า แล้วความกลัวนั้นมันจะค่อยๆ ลดลงไปด้วยตัวมันเอง

สัปดาห์ต่อมา ทั้งครอบครัวไปเที่ยวสวนสนุก ซึ่งโรบินรู้สึกว่าเป็นแหล่งรวมเชื้อโรค เธอต้องสวมแว่นตาป้องกันเวลาเล่นเกม เธอขีดแว่นตาด้วยขายเสื้อ หมอถามว่าคุณทำอะไร

“ฉันขีดแว่นตา”

“แล้วคุณขีดอะไรอีกหรือเปล่า”

“เปล่าค่ะ”

“ดีมาก”

หลังจากนั้นหมอก็กลับไป เพื่อเปิดโอกาสให้ครอบครัวได้อยู่ร่วมกัน โรบินขับรถโกคาร์ทแข่งกับสามีและลูกๆ เธอรู้สึกปลดปล่อยและหัวเราะร่าเริง เธอไม่ได้หัวเราะมานานแล้ว

โรบินได้ชีวิตตัวเองคืนมาพร้อมทั้งมอบชีวิตชีวาให้กับครอบครัวด้วย

ดูสารคดีจากโทรทัศน์มาค่ะ อยากเล่าให้ฟัง เรื่องนี้ทำให้รู้สึกสองอย่าง อย่างแรกคือดีใจกับโรบินที่ได้ชีวิตคืนมา เธอและครอบครัวมี

ความสุขมาก ทำให้เรารู้ว่าเมื่อชีวิตมีความทุกข์เราแก้ไขได้ และการขอความช่วยเหลือจากหมอหรือครอบครัวเป็นสิ่งที่ไม่ควรหลีกเลี่ยง บางคนไม่ชอบขอความช่วยเหลือ แต่แท้จริงแล้วมีผู้ยินดีให้ความช่วยเหลือเราอยู่เสมอ

อย่างที่สองคือทำให้รู้ว่ายังมีคนอื่นมากมายที่แอบทนทุกข์อยู่โดยแก้ไขอะไรเพื่อช่วยตัวเองไม่ได้

และเมื่อเราเห็นอะไรที่ไม่สามัญในสายตาของเรา เรามักจะขำก่อนและรู้สึกแปลก โดยเราไม่ได้ย้อนมองว่านั่นเป็นสิ่งที่น่าเห็นใจ และเพียงเพราะว่ามันไม่ได้เกิดขึ้นกับเรา

ดังนั้น เราควรจะขำลงหน่อยถ้าจะตัดสินอะไร

และจะดีมากขึ้นอีกถ้าเราไม่ตัดสินอะไรเลย

คนทั้งหลายกำลังอยู่ในสนามรบของตัวเอง





- ทหารในแถวนี้ทุกคนมีบุคลิกแตกต่าง ซึ่งเป็นเรื่องปกติ แต่ฉันรู้สึกว่าพวกเขาเหมือนเดินออกมาจากการ์ตูนของวอลท์ ดิสนีย์ น่ารักจัง

ลิงกำมือ

ลิงตัวหนึ่งไปเจอกล่องเล็กๆ ใบหนึ่งที่มีรูอยู่ข้างบน ด้วยความอยากรู้อยากเห็น มันยกกล่องขึ้นมาส่องดู พบว่าภายในมีผลไม้สุกน่ากินอยู่ลูกหนึ่ง มันค่อยๆ เขี่ยดมือหย่อนลงไปในรู แล้วกำผลไม้ชิ้นไว้ด้วยความลึบโลดในใจ แต่มือที่กำผลไม้ชิ้นนั้นมีขนาดใหญ่กว่ารู มันเอามือออกมาไม่ได้ เว้นเสียแต่ว่ามันจะวางผลไม้ไว้แล้วเขี่ยดมือดึงออกมา ซึ่งแน่นอน รอให้โลกแตกก่อนเถอะ

นายพรานไม่ต้องทำอะไร ค่อยๆ เดินเข้าไปหาสิ่งอย่างใจเย็น แล้วก็จับมันไป

ไม่ใช่แต่ลิงหรือกิ้งกือที่ขี้กลัวปล่อยมือที่กำ คนเราก็ขี้กลัวปล่อยเรื่องที่เกิดขึ้นในใจเหมือนกัน

บางคนอาจจะตอบว่า

เพราะเรากลัวอดตาย แต่ก่อนหน้าที่จะพบผลไม้ชิ้นนี้เราก็ไม่อดตาย

เพราะเรากลัวหาผลไม้ชิ้นไม่ได้ ความจริงก็คือมีผลไม้อยู่มากมายเหลือเพื่อให้เราค้นพบ

เมื่อเราพบปัญหา ชีวิตอาจดูเหมือนมีเมฆหมอกมหาศาลครอบคลุมไปทั่วท้องฟ้า และฟ้าคงไม่มีวันสว่างแจ้งได้อีกแล้ว ซึ่งนั่นไม่จริง เป็นเพียงความกลัวที่เราสร้างขึ้นเองในจินตนาการ ทุกสิ่งย่อมเปลี่ยนแปลงเสมอ ไม่มีสิ่งใดหยุดนิ่งและดำรงอยู่อย่างนั้นนิรันดร์กาล มันมาแล้วต้องไป

เราเพียงแต่อยู่นิ่งๆ ใจเย็น อดทนรอ ไม่ตัดสินเรื่องราว ไม่ฟังซ่าน

คิดไปเอง สร้างบทละครเรื่องร้ายๆ ให้ระดมเข้ามาในความคิดแล้วนั่งกลัวเอง

ราตรีกาลไม่อาจยาวนาน รุ่งอรุณย่อมมาถึงเสมอ

และที่สำคัญ เราต้อง ‘ยอมปล่อย’ เรื่องนั้นให้มันผ่านไป เพราะบางทีเราเองนั้นแหละที่ไม่ยอมให้มันผ่านไป ความเจ็บปวดนี้มันก็คันๆ ดีเนอะ

ทันตแพทย์สม สุจิรา เคยเขียนไว้ว่า

“วิบากกรรมนั้นเหมือนรถเมล์ มันมาแน่ แต่มาแล้วเราจะขึ้นหรือไม่ (จะทุกขใจเศร้าโศกหรือไม่) นั้น เรื่องของเรา เราเลือกได้ เราตัดสินใจได้ จะขึ้นรถนั้นก็ดี ไม่ขึ้นก็ได้ หลังจากนั้นรถเมล์คันนั้นจะต้องเคลื่อนต่อไปไม่ว่าจะมีเราติดไปด้วยหรือไม่ก็ตาม”

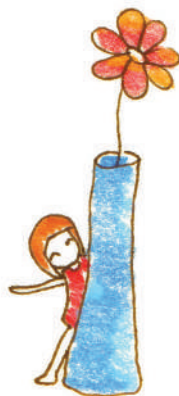
ดังนั้น กรรมใหม่คือเรื่องที่เราเลือกเอง

ในราตรีอันยาวนาน รถเมล์คันนั้นมาถึงแล้ว เรามีเรื่องในใจที่เรากำเอาไว้ในมือแล้ว

ตัดสินใจสิ

นั่งลงนิ่งๆ รอรุ่งรุ่ง รอให้รถเมล์เคลื่อนออกจากตรงหน้าเราไป ปล่อยมือที่กำไว้ทิ้งผลไม้ในมือนั้นไป เหยียดมือออกจะได้เอามือออกจากรูได้ ยังมีผลไม้อีกมากมายรอเราอยู่บนโลกใบนี้

แล้ววันดีๆ จะเข้ามาแทนที่พร้อมกับสายลมอ่อนโยนยามเช้า



รตน้ำชีวิต

ท่านชยสาโรเทศน์ไว้ในเรื่อง ‘รตน้ำชีวิต’ โดยเล่าถึงหมอชิวกว่าตอนที่อาจารย์สอบความรู้หมอชิวกโดยให้เดินทางไปหา ‘สิ่งที่ไม่ใช่ยา’ มาให้ หมอชิวหาไม่ได้ กลัวมากกว่าจะสอบตก แต่อาจารย์บอกว่ำนั่นแหละสอบได้แล้ว เพราะทุกอย่างเป็นยา

ท่านชยสาโรสอนให้เราอุปมาเปรียบเทียบกับชีวิตว่า

“สิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตเราที่ไม่ใช่ธรรมชาติ ไม่ใช่บทเรียน หรือไม่ใช่สิ่งท้าทาย ไม่มี

สิ่งที่เป็นพิษอย่างเดียว ไม่มี

ความสงบความสุขไม่ได้อยู่ที่การไม่มีปัญหา แต่อยู่ที่เราสามารถบริหารจัดการจิตใจของเราไม่เป็นทุกข์กับมัน

คือไม่ได้เป็นทุกข์เพราะสิ่งนั้น ไม่ได้เป็นทุกข์เพราะคนนั้น

แต่เราเป็นทุกข์เพราะปฏิบัติต่อสิ่งนั้นไม่ถูกต้องไม่ถูกหลัก

ถ้าเราจับหลักนี้ได้ เรามีความหวังขึ้นมาทันทีว่า ไม่มีอะไรในชีวิตเราที่เป็นทุกข์ในตัวของมัน

มันจะต้องมีความคิดผิด ความอยากได้อะไรอยากมีอะไรสักอย่างอยู่ในใจเรากับมัน มันจึงเป็นทุกข์”

เวลาที่เราคิดว่ามีปัญหา เราดันความมืดของความไม่มีสติไปเหมือน ‘ไส้เดือนตาบอดในเขาวงกต’ ตามชื่อหนังสือของ ‘วิริพร นิธิประภา’ เลย

ตัวเซ็นเซอร์ในดีเอ็นเอของเราจะบอกแต่ว่า “มีเรื่องไม่ชอบใจเข้ามา

แล้ว เตรียมพร้อมต่อต้าน ประจำสถานีรบ”

เราเป็นพลรบที่รับคำสั่งอย่างเดียวแล้วลุย ไปตาย !

ต่อไปนี้ให้รู้ว่า “ไม่มีอะไรที่ไม่ใช่ยา” -- “สิ่งที่เป็นพิษอย่างเดียว ไม่มี” --
“สิ่งที่ไม่ใช่ธรรมชาติ ไม่มี”

นั่งลง ~ หยุดดู ~ มองดูให้รู้จักว่าสิ่งที่เข้ามานั้นมันคืออะไร
~ อะไรทำให้มันขัดใจเรา ~ เราอยากได้อะไร ~ เราไม่อยากจะเป็นอย่าง
งี้ ~ ทำไมต้องอยากได้แบบนั้น ถ้าไม่ได้จะตายไหม ~ ตายด้วยวิธีใด
หรืออ้ออ้อ ~ แน่ใจว่าไม่มีทางออกหรือ ~ ยื้มก่อน แล้วหายใจลึกๆ ~
พระพยอมสอนว่า “ยอม หยุด เย็น ยอมไม่เป็น เย็นไม่ได้” ~ วิปัสสนาคือ
“รู้ทันสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นตามความเป็นจริง” ~ “บริหารจัดการใจของเราไม่เป็น
ทุกข์กับมันโดย...” ตามวิธีของเรา ~ ความสบายใจของเรามีความสำคัญ
อันดับแรก นอกนั้นไม่ใช่

ท่านชยสาโรให้บรรลือสีหนาท

“ ไม่ มี ใคร ทำ ให้ เรา ทุกข์ ได้ ”

เปลี่ยนความเชื่อใหม่ว่า เราคือนกอินทรีที่เห็นเหนือปัญหา ไม่มีใคร
ทำให้เราทุกข์ได้ เปลี่ยนความคิดใหม่ว่า ชีวิตเรามีนิพพานที่ปลายทาง ไม่มี
เวลามาเสียให้กับเรื่องโลกธรรมแปด หรือถ้าไม่ถึงขั้นอยากไปนิพพาน ก็
คิดว่า ชีวิตเรารู้ได้แต่ความรื่นรมย์ เรื่องลบเป็นคลื่นอื่นที่เราไม่มีเครื่องรับ
เราคือแม่น้ำใหญ่ที่ใครจะเอาคูปมาจุดให้ติดไม่ได้ และแม่น้ำใหญ่จะ
ไหลไปบนเส้นทางอันยาวไกลสู่มหาสมุทร คือความรื่นรมย์ของชีวิต

คุณที่กำลังมีความทุกข์ เหนื่อยหน่ายขึ้นเถิด หายใจเข้าลึกๆ ยื้มให้ตัวเอง
มองสิ่งที่กำลังมุ่งหวัง สลัดทิ้งสิ่งขัดขวางที่อยู่ในใจ มันไม่มีความสำคัญเท่าที่
คิด อย่ายึดไว้ จงปล่อยมันไปแล้วจะเบา

ชีวิตคุณต่างหากที่สำคัญ หัวใจคุณต่างหากที่สำคัญ คุณเท่านั้นที่ใส่
ความสุขลงในหัวใจได้ ความสุขไม่ใช่ฝันหวาน มันเป็นเรื่องจริง เรื่องจริงว่า
เรามีความสุขกันได้

จงบอกตัวเองว่าคุณเป็น ‘คนที่มีความสุข’

แล้วความสุขจะเข้ามาหาคุณทุกเรื่องทุกวัน



เปลี่ยน

ฉันดูหนังเรื่อง The Butterfly Effect หนึ่งชิ้นต้นด้วยทฤษฎีความโกลาหล “ว่ากันว่า แม้เพียงปีกผีเสื้อกระพือก็อาจเกิดพายุกระหน่ำแรงถึงครึ่งโลก”

อีแวน ตรีบอร์น เป็นโรคหูตึงตั้งแต่เด็ก ตื่นขึ้นมาเขาจะจำอะไรไม่ได้ หมอให้เขาเขียนบันทึกทุกวันเพื่อช่วยกระตุ้นความจำ

ต่อมาเมื่อเขาเป็นหนุ่ม วันหนึ่งเขาเปิดสมุดบันทึกอ่านโดยไม่ได้ตั้งใจ ปรากฏว่าเวลาอ่านมันสามารถพาเขากลับไปยังเวลานั้นได้ เขาทำสิ่งที่แตกต่างจากเหตุการณ์เดิมในวันนั้นแล้วทุกอย่างก็เปลี่ยนไปหมด ทั้งชีวิตของเขาเองและผู้คนรอบตัว ซึ่งมีแม่ของเขา เพื่อนของเขา คนรักของเขาและน้องชายของเธอ

แต่เมื่อมันเปลี่ยนไป มันเป็นไปในทางร้าย เขาจึงกลับไปอ่านใหม่เพื่อเปลี่ยนเหตุการณ์อีก

แต่ทุกครั้งที่เขาเปลี่ยนมัน เหตุการณ์กลับยิ่งเลวร้ายมากขึ้น

ในที่สุดเขาตัดสินใจกลับไปจุดเริ่มต้น วันที่เขาได้รับคำแนะนำให้รู้จักกับคนรักในวัยเด็ก เขาจึงเข้าไปพุดคุยเธอเพื่อจะได้ไม่ต้องเป็นเพื่อนกัน แล้วทุกอย่างก็เข้าสู่ความปกติ ซึ่งนั่นกลับดีที่สุด

เคยมีคนถามกันบ่อยๆ ว่าถ้าย้อนเวลากลับไปได้ มีอะไรไหมที่คุณอยากเปลี่ยน

คนตอบจะคิดถึงเรื่องที่คุณไม่ชอบและอาจจะอยากเปลี่ยน

ปัญหาก็คือ เราคิดถึงแต่ตัวเราเท่านั้น แต่ถ้าเปลี่ยนจุดนั้นก็คงดี โดยเราเข้าใจไปเองว่าในภาพทั้งหมดรอบตัวเรา มีเราเท่านั้นที่เปลี่ยนไป แต่ความจริงไม่ได้เป็นเช่นนั้น เมื่อเราเปลี่ยนไป ทุกอย่างรอบตัวจะเปลี่ยนไปด้วย ซึ่งถ้าพูดตอนนี้เดี๋ยวนี้เรานึกไม่ออกหรือกว่ามันจะเป็นอย่างนั้นได้อย่างไร

ทฤษฎีโกลาหลคือความสัมพันธ์ที่เกี่ยวเนื่องกันอย่างที่คุณเรามองแค่ภาพตรงหน้าจะมองไม่ออก เช่นเดียวกับที่เราไม่เข้าใจว่าเรารู้สึกร้อนนอนในห้องแล้วลุกไปเปิดแอร์ แล้วมันไปทำให้น้ำแข็งที่ขั้วโลกเหนือละลายเร็วขึ้นได้อย่างไร

ถ้าคุณได้ดูหนังเรื่องนี้ อาจจะช่วยให้คุณตระหนักได้ถึงที่น่าอ่อนใจของชีวิตที่สลับซับซ้อน

ดังนั้น ถ้าจะมีใครถามคำถามเดิมว่าถ้าเปลี่ยนไปได้จะกลับไปเปลี่ยนอดีตไหม คำตอบน่าจะเป็นไม่

บรรทัดนี้ไม่ได้อิงกับหนัง แต่ในความเป็นจริงคือไม่ว่าจะดีหรือเลวทุกอย่างมาตามครรลองที่สมควรกับสิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว

หลวงพ่อบอกว่า “อะไรที่เกิดขึ้น มันดีแล้ว มันเหมาะสมแล้วกับเงื่อนไขทุกอย่างตรงนั้นเวลานั้น”

ถ้าเราคิดว่าเหตุการณ์รอบตัวเราเวลานี้ดีแล้ว ก็ประทับใจประทับใจให้มันดีต่อไป ถ้าหากคิดว่ามันไม่ดี ก็เปลี่ยนมัน ไม่ใช่เปลี่ยนอดีต หากแต่เปลี่ยนปัจจุบันเพื่ออนาคตที่ดีขึ้น

หากแต่การเปลี่ยนปัจจุบันต้องเป็นทางที่ดีมีคุณธรรม เราต้องมีคำถามที่ดีก่อนจึงจะนำพาเราไปสู่ทางที่ดีได้ และการจะเปลี่ยนอะไรสักอย่างเป็นเรื่องที่ต้องใช้กำลังใจอย่างมาก

คนที่จมกับคำถามว่า “ทำไมจึงเกิดเรื่องนี้ขึ้นกับฉัน ทำไมต้องเป็นฉัน”

คำถามนี้จะไม่นำไปสู่คำตอบใดๆ นอกจากได้รับความเจ็บปวดมากขึ้น

เพราะมันจะทำให้เราพัวพันอยู่กับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นไปแล้ว คิดทบทวนซ้ำซาก เล่าให้ตัวเองฟังเป็นครั้งที่ร้อย และกังวลใจและเครียดหนักลงเรื่อยๆ จนในที่สุดก้าวเข้าสู่ความมืดสนิของการคร่ำครวญ

ถ้าเราจะเปลี่ยน สิ่งแรกที่ต้องทำคือ ‘หยุดคร่ำครวญ’ ถ้าออกมาจากคำว่า ‘ทำไม’

คุณไม่ต้องการมันอีกต่อไปแล้ว ไม่มีประโยชน์จะรู้ว่าทำไม เพราะมันเกิดไปแล้ว

นักธุรกิจหญิงคนหนึ่งเคยให้สัมภาษณ์ถึงเรื่องราวแต่หนหลังที่เธอต้องระหกระเหินหนีไปต่างประเทศเพราะถูกใส่ความ หลังจากสิบปีผ่านไปเธอกลับมาและสะสางเรื่องราวจนใสสะอาดพ้นมลทิน เธอทำธุรกิจต่อไปด้วยความเข้มแข็ง เธอบอกว่า

“ต่อไปนี้ไม่มีการถามว่า ‘ทำไม’ มีแต่ ‘จะอย่างไรต่อไป’ เท่านั้น เราต้องเดินไปข้างหน้า”

ฉันคิดว่าเป็นคำแนะนำที่ดีมากทีเดียว

ทุกอย่างเปลี่ยนได้

ไม่ต้องย้อนไปเปลี่ยนอดีตให้เสียเวลาหรอก เปลี่ยนวันนี้ให้ดีขึ้นได้เลยเร็วกว่าตั้งเยอะนะ



ข้างหลังประตู

เป็นเรื่องจริงที่ว่าเวลาเรามีปัญหา เราารู้สึกอยากพบทางออก เป็นเรื่องจริงอีกเหมือนกันที่ว่า ถ้ามีใครบอกทางออกให้เรา เราถึงเลที่จะลองทำเพื่อหลุดออกไป

เขาชี้ให้เราเห็นประตู เล่าว่าหลังประตุนั้นห้องฟ้าแจ่มใส แต่เราสงสัยว่าจะจริงได้อย่างไร

ราวกับว่าความทุกข์ของเรามีค่ามากจนต้องถนอมเวลาจะข้ามมัน ส่วนหัวใจที่บอบช้ำนั้นเป็นเรื่องธรรมดาที่เคยชินเสียแล้ว สามารถให้เป็นไปอย่างเดิมได้

เราจึงถอยห่างออกมาและไม่เปิดประตูบานนั้น

เราคิดว่าเราเป็นคนโชคร้าย เป็นราชินีดราม่าที่มีหยดน้ำตาเป็นไข่มุก เราไม่เข้าใจคนที่มีความสุขว่าเป็นอย่างนั้นได้อย่างไร เราคิดว่าเราไม่เหมือนใครในโลกและปัญหาของเราสลับซับซ้อนพิสดารเกินกว่าจะหวังให้ใครมาเข้าใจ

แต่ความจริงก็คือ ในโลกนี้ 93 เปอร์เซ็นต์ เป็นคนชอบเศร้า นี่เป็นสถิติที่เปิดเผยออกมาแล้ว และมันทำให้เรากลายเป็นคนธรรมดาเป็นคนส่วนใหญ่ของโลกใบนี้

มีหนังสือมากมายที่เราพบว่าเขาแนะนำวิธีปลดทุกข์ออกจากใจ แต่เราอ่านแล้วคิด พยายามนึกภาพ และมองไม่ออกว่ามันจะเป็นอย่างนั้นได้อย่างไร

เราจึงเก็บไว้หลังการอ่าน ไม่เคยลองทำเพราะไม่มีความเชื่อถือ แล้วเศร้าต่อไป
นี่เป็นเรื่องน่าเสียดาย

ฉันเคยแนะนำหนังสือเล่มหนึ่ง เดอะ เมจิก ให้แก่คนคนหนึ่งและบอก
ให้ลองทำ

สัปดาห์ต่อมาฉันถามว่าลองหรือยัง คำตอบคือยัง เพราะอ่านแล้วรู้สึก
ว่าเขียนเลิกละเลือนเกินไป และแบบฝึกหัดก็ดูไม่น่าจะให้ผลอย่างที่คุณได้ไว้ได้ เช่น

เรื่องความสัมพันธ์ที่เราคุยกับเพื่อนร่วมงาน เพียงแค่เขียนระบาย
ความรู้สึกลงในกระดาษ ความคับแค้นใจจะหายได้อย่างไร ในเมื่อคุณก็ยัง
เป็นอย่างเดิมอยู่ คำแนะนำดูไม่น่าเชื่อถือ

เพียงแค่เขียนขอบคุณเขาให้ได้ 10 ข้อจะทำให้มองเขาดีขึ้นได้อย่างไร
แล้วจะหาอะไรมาขอบคุณในขณะที่จะฆ่ากันตายอยู่แล้ว มองไม่ออก เป็นไป
ไม่ได้ ไม่ทำดีกว่า จบ

แล้วก็ยืนอยู่ตรงประตูที่ปิดตายนั้นต่อไป

เวลาที่เรารับปัญหา มันเหมือนกับคลื่นที่ซัดมา เราเปิกปอนอย่างช่วย
ไม่ได้ เราสงสารตัวเอง

แต่เวลาเราจะแก้ปัญหา เราไม่กล้าลองอะไร เราต้องรู้ก่อนว่าทำไม
ยังงั้นเพราะอะไร พิธีพิณมีคำถามมากมาย

เราไม่เชื่อว่าคนบอกเขารู้มากกว่าเรา ทั้งๆ ที่เราก็ไม่รู้อะไรเลย ไม่
อย่างนั้นเราคงไม่มีปัญหา

เมื่อปัญหาเกิดแล้ว ดำรงอยู่เนิ่นนานจนทำให้จิตใจเราฝกร้อน จะมี
อะไรเลวร้ายนักหรือถ้าจะลองสิ่งที่เขาลองกันมาจนจับเป็นสถิติได้กว่าจะ
รวบรวมความรู้มาบอกเล่าให้เราฟังด้วยความหวังว่าเราจะเป็นอีกคนหนึ่ง
ที่ได้รับผลดีเช่นเดียวกับคนอื่นๆ

ถ้าเปิดประตูออกไปเป็นฟ้ามืดจะเป็นอะไรเล่า ในเมื่อสำหรับเรา
ฟ้ามืดมีมานานแล้ว

ถ้าเปิดประตูออกไปเป็นฟ้าใสเล่า
นั่นคือสิ่งที่เราฝืนถึงไม่ใช่หรือ

จงกล้าที่จะเปลี่ยนแปลง
เพื่อชีวิตที่เปลี่ยนแปลงของเรา



เพียงคำเดียว

(ผู้ที่อายุแล้ว 60 กรุณาอ่านเป็นทำนอง อี้ อี้ มาร้องเพลงกัน)

เพียงคำเดียวที่ปรารถนา อยากฟังให้ชื่นอุรา ใจพะว้าพะวัง
นานเท่านั้นที่คอยจะฟัง คำนี้คำเดียวที่หวัง อยากฟังจากปากดวงใจ
คำ คำนี้มีค่าใหญ่หลวง พี่รักพี่ແหนพี่หวง เพียงดั่งดวงฤทัย
พี่ไม่เคยเฉลี่ยกับใคร แต่แล้วพี่บอกเจ้าไป เพื่อให้เจ้าตอบเช่นกัน
มีหลายคราที่เคย เหมือนเจ้าจะเอ่ยเปิดเผยเฉลยคำนั้น
โอ แล้วโยอัถอ้น มิกล้าจันรรจ้ กลับตื่นกลับตื่นทรงใน
ฤาเจ้ามีคู่เคียงอุรา เจ้ารักเป็นหนักเป็นหนา ตรึงติดตราหัวใจ
จึงจดจำถ้อยคำพี่ไว้ แอบเอาไปบอกคู่ใจ ทอดทิ้งพี่ให้ออกตรม
ฤาเจ้าลืมถ้อยคำคำนี้ จึงทำไม่รู้ไม่ชี้ ดังไม่มีเยื่อใย
แม่นเจ้าลืมเจ้าเลือนเคลื่อนคลាយ
พี่เตือนให้อีกก็ได้ ก็ ‘รัก’ อย่างไม่รู้เจ้าเอ๋ย

เวลาดูหนังฝรั่ง วินาทีที่จะหยุดเหตุการณ์บางอย่างได้ ก็คือนางเอก
(หรือพระเอก) เอ่ยออกมาราวกับกลัวทองจะหล่นจากปากว่า “ฉันรักคุณ”
ในคนหัวบางคน การไม่เคยเอ่ยคำว่า “รัก” เป็นเรื่องเท่
ในสายตาของใครบางคน การเอ่ยว่า “รัก” นั้น เป็นเรื่องหวานที่น่า
เอียน

คนที่ม่ผลล็กในใจม่ก่ล้าเอ่ยกับใครว่า “รัก”

คนที่ม่สาระบางคนเห็นการบอกรักเป็นเรื่งไร้สาระ (เช่นพระเอกใน
หนังเก๋า มาย แฟร์ เลดี้)

แต่ม่ว่าจะใส่เสื้อคลุมรูปแบบใด หรือสวมหมวกใบไหน จะเก็บงำหรือ
พูดพร่ำ จะเข้มแข็งหรืออ่อนแอ

ทุกคนต้องการถูกรัก

โดยเฉพาะจากคนที่ตัวเองรัก

ปฏิเสธไปเกิดเพื่อนรักถ้าเธออายุ ม่ม่ใครรู้ความลับในใจของเธอ
มีแต่เธอเท่านั้นที่รู้

ถ้าเธอต้องการให้หัวใจได้สัมผัสความรัก มีแต่เธอเท่านั้นที่อ่อนโยน
ให้ตัวเองได้

เมื่อให้ความรักออกไป เธอจะได้รับความรัก

เมื่อบอกรักออกไป เธอจะได้รับการบอกรัก

แม้ภูเขาจะย้งนึ่งสงบ แต่ดอกไม้จะผลิบานพลิวไหวในสายลมแห่ง
ความรัก

วันหนึ่งที่สามีนอนอ่านหนังสือให้ฟัง เราคุยกันต่อเรื่งอะไรม่รู้แต่มัน
พาเราไปถึงเรื่งความรัก

ฉันบอกเขาว่า ฉันรู้สึกดีเวลาที่เขาจูมมือฉัน อดีตนักกลอนเก๋ก็ร่ำว่า
“สัมผัสมือสื่อใจเราให้มัน

ย้มปลอบขวัญเปลื้องขมอาจสมหวัง...”

แล้วเราก้หัวเราะกัน

หลังจากนั้นเขาก็จะคอยจูมมือฉันเสมอ

วันหนึ่งเราไปยืนเลือกไอศกรีมในตู้หน้าร้าน คนที่อยู่ข้างๆ สามคน
หัวเราะกันกึกกัก

“จูมมือกันด้วย น่ารักจังเลย”

เราหัวเราะด้วย ม่เขินเลย มีความสุข

ไปตลาด คุณยายขายผลไม้หัวเราะเบาๆ ที่เห็นเราจูมมือกัน เรา
ยายพูดว่า

“เห็นคนมีความสุขแล้วชื่นใจ”

ยังไม่ได้ทำอะไรเลยก็ทำให้คนอื่นมีความสุขได้แฮะ

เวลาที่ชีวิตคู่ต่อสู้ร่วมกันมายาวนาน บางทีเราคิดถึงแต่เรื่องราวที่เคยเกิดขึ้น เรื่องร้ายๆ ที่เคยผ่านไป คนอื่นๆ ที่เคยช่วยเหลือ คนอื่นๆ ที่เคยทำร้ายเรา วันอันหดหู่ คำคืนที่แสนเศร้า ความอ่อนล้าที่ถาโถม วันที่ตั้งงม วันที่ลุกขึ้นยืน วันที่สมหวัง

เราลืมคนข้างๆ

เราลืมว่าเราไม่ได้ผ่านมากคนเดียว มีอีกคนที่เคยมีน้ำตาหยดต่อไปที่เราไม่เคยหันไปเห็น

เมื่อฤดูแล้งอันยากเข็ญของชีวิตผ่านไป เราลืมห่มผ้าห่มให้คนข้างตัวในฤดูหนาว

ความเคยชินที่ต่อสู้อยู่เคียงข้างกันบังตาไว้

ถ้าเราหันมาดูคนคนนี้ และคิดทบทวน

ทุกครั้งที่เราปวดร้าว เธอปวดร้าวด้วย

ทุกครั้งที่เราถอนใจ เธอกรีดน้ำตา

ทุกครั้งที่เราชื่นชมคนอื่น เธอนั่งยิ้ม

ทุกครั้งที่คนอื่นถอยห่าง เธอยังอยู่ที่เดิม

ตรงนี้ ข้างๆ เรา

วันที่สายลมราเเพยมาแผ่วเบา โบกไกววันอันอ่อนโยนใต้ฟ้าที่พายุผ่านพ้นไปแล้ว

เป็นเรื่องดีที่ชีวิตยังมีกันและกัน

ปรารถนาเบาบางที่แอบซุกซ่อนอยู่ในใจของเธอ

คือการจูบมือและเอ่ยคำสักคำ

เพียงคำเดียวก็พอ





- คุณปู่พาหลานชายน่ารักไปเดินเที่ยวป่า เป็นความสุขในยามบ่่ายของทั้งสองคน

ถนนสายความเชื่อ

อาจารย์วศิน อินทสระ ให้คำนิยามเรื่องความเชื่อไว้ว่า
“การเชื่ออะไรทุกอย่างเป็นความมกมายชนิดหนึ่ง”
และ “การไม่เชื่ออะไรเลย ก็เป็นความมกมายอย่างหนึ่ง”
ชายชราผู้หนึ่งได้รับอิทธิพลจากผู้นำที่เขาคลั่งไคล้มานานมากคนหนึ่ง
ผู้นำคนนั้นกล่าวว่า

“ศาสนาคือยาเสพติด ศาสนาทำให้คนมกมาย ทำอะไรไร้สาระ มี
พิธีกรรมที่มาจากความลุ่มหลง”

ชายชราต่อต้านการเข้าหาศาสนาทั้งที่ไม่รู้ว่าศาสนาสอนอะไร เขา
คิดว่าพิธีกรรมต่างๆ นั้นคือศาสนา ซึ่งมีแต่การไหว้เจ้า การฝันถึงสวรรค์
การบริจาคมากมาย ศาสนาคือรายจ่ายที่ไร้สาระ

เขาไม่เชื่ออะไรเลย และเขาไม่รู้นั่นเป็นความมกมายอย่างหนึ่งเหมือน
กัน

ทฤษฎีอีกชิ้นหนึ่งของฝรั่งกล่าวว่า

“ความมกมายเป็นความมกมายต่อเมื่อมันไม่ใช่ความมกมาย
ความมกมายไม่เป็นความมกมาย เมื่อมันเป็นความมกมาย”

เวลาที่คุณชัดเจนว่าอะไรเป็นความมกมาย มันไม่เป็นความมกมาย

ในชีวิตเราถ้าเราอยู่ในความมกมาย เราจะรู้สึกว่ามันปกติ

เช่น สมัยที่คนเชื่อว่าโลกแบน คนในสมัยนั้นไม่ได้มกมาย เพราะ

ความจริงสำหรับทุกๆ คนในยุคเดียวกันเชื่อว่าโลกแบน มันไม่ใช่ความมกมาย มันคือความจริง

เวลาคนเล่นเรือไปถึงจุดขอบฟ้า เขาจะต้องกลับมา ไม่งั้นเขาจะตกโลก ขอนี้พิสูจน์ได้ มีหลักฐานด้วย คือมีคนล่องเรือไปแล้วไม่กลับมา

ในหนังสือ ‘15 คำเตือน 11’ ตอนใกล้จบ มีฉากหนึ่งที่ชาวบ้านพากันวิ่งไปริมน้ำ เพราะไฟพญานาคเริ่มแล้ว ภาพที่ฉนั้นเห็นคงไม่ใช่ภาพที่ผู้กำกับตั้งใจนัก มันแวนเดียวสั้นมาก

ขณะที่ใครๆ วิ่งกันเต็มจอ หญิงชาวบ้านคนหนึ่งนั่งพับเพียบอยู่ที่พื้น ยกมือขึ้นพนมแล้วยกขึ้นจรดหน้าผากที่ก้มลงเล็กน้อยเพื่อแสดงความคารวะ สีนหน้าและแวตาบอความในใจถึงความศรัทธาเต็มเปี่ยม

ฉันรู้สึกว่ นี่คือชีวิตจิตใจของชาวบ้านที่ต้องการลิ่งยึดเหนี่ยวลัทธิอย่าง ในการดำรงชีวิต

เธอไม่รู้หรือกว่่าบั้งไฟพญานาคจริงมัย ทำไมจึงเกิดขึ้น เกิดแล้วให้อะไร เธอไม่ต้องการค้นหา แต่เธอศรัทธาและอาจจะอธิษฐานด้วยความศรัทธา นั้นเพื่อขอความคุ้มครอง แล้วเธอก็กลับไปดำรงชีวิตอยู่ในคลองธรรมที่เธอคิดว่าควรจะเป็น โดยมีสิ่งนี้ยึดเหนี่ยวเอาไว้ไม่ให้ทำสิ่งไม่ดี เพื่อตัวเองจะได้ดีพอที่จะได้รับความคุ้มครอง ทั้งหมดนี้เพียงพอแล้วสำหรับการมีชีวิตอยู่

นี่เป็นศรัทธา ไม่ใช่ความมกมาย

เราทุกคนมีความมกมายเล็กๆ อยู่ในใจ

ความเชื่อนี้พาเราอยู่ในจุดสองจุดที่บงการชีวิตของเราได้

จุดที่หนึ่ง เราตัดสินใจสิ่งหนึ่งตายตัว เช่น ถ้าใครมาถามว่่า เขาเป็นคนอย่างไร เราจะต้องเป็นแบบแผนตายตัวว่่า อ้อ เขาเป็นคนยาก ขี้โมโห ฯลฯ

เราจะไม่มียามอื่นสำหรับเขา เพราะอดีตเราคิดมาอย่างนั้น นี่เป็นความเชื่อของเรา

มันทำให้เราติดอยู่กับความเชื่อที่ตายตัว ไม่มีวันเป็นอย่างอื่นไปได้ ส่งผลให้เราเองเปลี่ยนแปลงไม่ได้ และคิดว่าเขาเปลี่ยนแปลงไม่ได้ ทุกอย่างจะเป็นเหมือนที่ผ่านมามาแหละ ชีวิตมีแค่นั้น

จุดที่สอง ชีวิตไม่ใช่เรื่องตายตัว ชีวิตเปลี่ยนแปลงได้

เราลองไปถามเพื่อนๆ ของเขาว่าเขาเป็นคนอย่างไร เราจะได้รับ คำนิยามใหม่จากพวกเขา ว่าเขาเป็นคนดี มีน้ำใจ คุยเล่นกับพวกเขาได้ดีนี้ ไม่เห็นมีอะไรเป็นปัญหา

ความมกมายเล็กๆ ของเรา เรามักจะเชื่อสิ่งหนึ่งตายตัว กาลิเลโอ บอกว่าโลกกลม แล้วทุกอย่างก็เปลี่ยนแปลงไป ถ้าเราบอกตัวเองว่าสิ่งที่เรา คิดอาจมีหลายรูปแบบได้ เราจะเข้าใจว่าชีวิตไม่ตายตัว ชีวิตเปลี่ยนแปลงได้ ความเชื่อเปลี่ยนแปลงได้ เราจะมีอิสระ ไม่ต้องติดอยู่กับอะไร

และถ้าเราติดความคิดโดยอยู่กับคนอื่น เราก็ยอมให้เขาเปลี่ยนแปลงได้ น้องคนหนึ่งเคยติดเหล้าในอดีต ต่อมาเขาเลิกเหล้าได้แล้ว วันหนึ่งไป เจอเพื่อนเก่าโดยบังเอิญ

เมื่อเขาบอกว่าเลิกเหล้าแล้ว เพื่อนไม่เชื่อ เพื่อนคิดว่าเขาไม่มีทางเลิก เหล้า เขามาคุยเล่นกับฉันว่า ทำไมคนจึงไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลงของเขา หรือไม่คิดว่าเขาจะเปลี่ยนแปลงได้

“การไม่เชื่ออะไร บางทีก็เป็นความมกมายอย่างหนึ่ง”

ในเกมฟุตบอล มีคนดูกับคนเล่น

เมื่อคุณเป็นคนดู ไม่ว่าคุณจะชี้แนะอย่างไร ตะโกนบอกอย่างไร คุณ ไม่สามารถทำให้เกมเปลี่ยนได้ เช่นเดียวกับการมีความคิดที่ตายตัว ชีวิตจะ เปลี่ยนไม่ได้

เมื่อคุณเป็นคนเล่น คุณสามารถทำให้เกมเปลี่ยนได้ เช่นเดียวกับเมื่อ คุณปลดปล่อยตัวเองออกจากความเชื่อมกมายเล็กๆ ในหัวใจ แล้วปล่อยให้ ชีวิตเปลี่ยนแปลงได้อย่างอิสระ

หยุดความเชื่อใดๆ ที่ชะงักชีวิตของคุณไว้ แล้วเปิดโอกาสให้สิ่งใหม่ๆ เกิดขึ้นมาโดยไม่ต้องกังวลว่ามันคืออะไร (เพราะถ้ามันไม่ดี เราก็เปลี่ยนใหม่ อีกได้เรื่อยๆ)

แล้วคุณจะได้พบดอกไม้ดอกใหม่ที่แสนสวยงาม



โอกาส

ป ระภาส ชลศรานนท์ เขียนไว้ว่า
“มีคำอยู่สองคำที่จะทำให้คนเราประสบความสำเร็จในชีวิต นั่นคือคำ
ว่า ‘โอกาส’ และ ‘ความสามารถ’ สองคำนี้มีความสัมพันธ์กันและแตกต่างกัน
‘โอกาส’ เป็นของที่ไม่ใช่ของของเรา แต่เป็นของที่คนอื่นหยิบยื่นให้เรา
‘ความสามารถ’ เป็นของเรา ไม่ว่าจะมามีตั้งแต่เกิดหรือสร้างขึ้นมาเอง
‘โอกาส’ เป็นของที่เกิดขึ้นมาแล้วก็หายวับไปได้ เพราะมันเป็นของ
คนอื่น

‘ความสามารถ’ ต่างหากที่ไม่หายไปไหน เพราะเราสร้างมันขึ้นมาเอง
ได้ด้วยคาถาที่มีชื่อว่า ‘ความพยายาม’

การเกิดมาเป็น ‘คนด้อยโอกาส’ กลับไม่น่ากลัวเท่าการเกิดมาเป็นคน
‘ด้อยความสามารถ’

ความสัมพันธ์ที่น่าสนใจที่สุดของคำสองคำนี้ก็คือ ทุกครั้งที่ขีดความ
สามารถเพิ่มขึ้น โอกาสก็มักจะเพิ่มตามมาไม่ยิ่งหย่อนกว่ากัน”

.....
นี่เป็นอีกคนหนึ่งที่ฉันยอมรับในเรื่องความคิดเสมอเมื่ออ่านสิ่งที่เขา
เขียน

ข้อความดังกล่าวนี้ทำให้ฉันหวนคิดถึงผู้คนที่ฉันได้พบมา
เวลาที่เรารเรียนจบมาและไปสมัครงาน เราจะถูกปิดกั้นไปครึ่งหนึ่งจาก

คำว่า ‘ไม่มีประสบการณ์’

ดังนั้น สิ่งสำคัญในช่วงนั้นที่ทุกคนต้องการคือ ‘โอกาส’

หากได้รับโอกาสนั้นแล้วก็เหมือนว่าทางชีวิตได้ถูกเปิดขึ้น มีถนนที่ทอดยาวไกลให้เราเดินไปสู่ความมั่นคงของชีวิต

แต่คนเรามีความแตกต่างกันตรงจุดนี้

คนที่หนึ่ง โอกาสเพียงน้อยนิดเปิดไปสู่เส้นทางที่กว้างใหญ่ เราอ่านพบในประวัติคนที่ประสบความสำเร็จบ่อยๆ เช่น เริ่มจากคนล้างจาน ในที่สุดเป็นเจ้าของภัตตาคารหกแห่ง

คนเหล่านี้จะไม่เกียจงาน ไม่มองเพียงแต่ที่มีมือตัวเองทำ แต่มองที่มีคนอื่นทำด้วย ทุกๆ อย่างที่ผ่านสายตาคือโอกาสของเขา เขาไม่ได้มีโอกาสดังครั้งเดียวจากการรับเข้าทำงาน แต่ทุกๆ วันคือโอกาส โอกาสที่จะเรียนรู้งานของคนอื่น เรียนรู้การปกครองภายในร้าน เรียนรู้ความเป็นเจ้านายและความเป็นลูกน้อง เรียนรู้การจับจ่าย จุดดีและจุดบกพร่องของร้าน ฯลฯ

เวลาที่เขาออกจากร้านไปเปิดร้านเอง เขารู้ทุกอย่างที่ควรต้องรู้

คนที่สอง เริ่ม ‘ใช้ชีวิต’ เพราะมีงานทำแล้ว

คนพวกนี้จะสนใจชีวิตของตัวเอง กลัวจะไม่ได้เที่ยว กลัวจะต้องทำงานเกินเวลา กลัวเพื่อนจะได้หน้า กลัวที่ต้องทำงานแทนคนอื่น กลัวจะทำงานเกินเงินเดือน

ถ้าเขาออกจากร้านนี้ไป เขาจะทำอะไรไม่ได้มากกว่างานที่เขาเคยทำทุกวัน เขาจะไม่รู้อะไรเลยนอกจากเรื่องที่นั่งทานกันในร้าน

‘โอกาส’ แม้เป็นสิ่งที่คนอื่นหยิบยื่นให้ แต่เราก็สร้างโอกาสให้ตัวเองได้ ถ้าเราใส่ใจงาน ทำงานได้ดีก้าวหน้า เข้ากับเพื่อนร่วมงานได้ดี ไม่มีปัญหา โอกาสของเราก็คือเราจะไม่ต้องตกงาน

ยามที่ใครสักคนต้องถูกออกจากการงาน มักเป็นประเด็นขึ้นมา

- คนที่ถูกออกจากการงานมองว่าเขาไม่ได้รับความยุติธรรม เขาไม่ได้มีปัญหาอะไร คนอื่นต่างหากที่มีปัญหา เขาเป็นคนที่น่าเห็นใจในความเข้าใจผิดนี้

- คนทั่วไปที่ได้ข่าว จะมองว่าเจ้านาย ‘ไม่ให้โอกาส’

- ถ้ามีหัวหน้าหลายระดับ การให้ออกจะถูกส่งตบต้อๆ กันไปเรื่อยๆ เพราะไม่มีใครอยากเป็นดาบสุดท้ายที่แจ้งข่าว

แต่ความจริงก็คือความจริง

- ถ้าคนคนหนึ่งมีปัญหาในการทำงานร่วมกับหลายๆ คน แสดงว่าคนนั้นมีปัญหา

- การยอมรับว่าตนเองด้อยความสามารถเป็นเรื่องยาก และเป็นเรื่องที่คนอื่นก็ไม่อยากบรรยายให้ฟังเพราะกลัวจะเสียใจ

- แต่การให้ออกอาศัยการให้ทำงานต่อไป ก็เป็นการที่เจ้านายไม่ได้ดูแลคนอื่นหลายคนเหล่านั้เท่าที่ควร ทำให้คนหลายคนทำงานอย่างไม่มีความสุขและต้องอดทนต่อไปในการร่วมงานกับคนมีปัญหา

- คำตอบสำหรับคนที่ต้องออกจากงานคนนี้ ไม่ใช่ไม่ได้รับโอกาส เพราะเขาได้รับโอกาสมาตั้งแต่เข้าทำงานแล้ว เพียงแต่เขารักษาโอกาสนั้นไว้ไม่ได้ และตอนนี้โอกาสได้ผ่านไปแล้ว

ประกาศกล่าวว่า

“ทุกครั้งที่คุณขีดความสามารถเพิ่มขึ้น โอกาสก็มักจะตามมา”

นั่นเป็นเรื่องจริง

และความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมงานก็เป็นสิ่งสำคัญที่ขาดไม่ได้ เพราะมันจะทำให้โอกาสของเรายืนยาวขึ้นได้

ผู้รู้คนหนึ่งกล่าวไว้ว่า

“จงระวังความเจ็บของคนอดทน”



รอยเท้าที่นำไป

โบราณว่า “เดินตามผู้ใหญ่ หมาไม่กัด” (เพราะผู้ใหญ่โดนหมากัดไปก่อนแล้ว)

ด้วยคำพังเพยนี้ เราก็ดำเนินตามผู้ใหญ่โดยไม่ถามอะไร ทำตามไปเรื่อยๆ วันหนึ่งเมื่อมีคนถามว่าทำไมเราจึงทำอย่างนั้น เราก็จะตอบว่า “ไม่รู้ ก็ทำตามๆ กันมา”

ในหนังสือ ‘จะเล่าให้ฟัง’ ของมอร์เม่ บูกาย จิตแพทย์ที่เขียนหนังสือได้สนุกมาก (สำนักพิมพ์ผีเสื้อจัดพิมพ์) เป็นหนังสือที่เล่านิทานแทรกทุกบท มีบทหนึ่งที่น่าสนใจมาก ฉันจะเล่า (ต่อ) ให้ฟัง

ในวัดญี่ปุ่น หลวงพ่อเจ้าอาวาสจะนำพระสวดมนต์ทำวัตรเช้าเย็นที่ศาลา มีแมวดูหนึ่งชอบเข้ามาเดินไปมาในระหว่างแถวพระนั่ง ก่อให้เกิดความไม่สะดวกแก่พระ ต่อมาเจ้าอาวาสจึงพาแมวไปผูกไว้ที่เสาหน้าศาลา ทุกครั้งที่จะเริ่มสวดมนต์

กาลต่อมา เจ้าอาวาสได้เสียชีวิตลง มีเจ้าอาวาสคนใหม่ขึ้นมาแทน

ทุกวันก่อนนำสวดมนต์ เจ้าอาวาสคนใหม่ก็จะพาแมวไปผูกไว้ที่เสาหน้าศาลา เมื่อแมวดูนั้นตาย ก็หาแมวดูใหม่มาผูกไว้หน้าศาลาแทน

สมัยที่ฉันยังเป็นเด็ก เคยตามญาติไปทำบุญ เวลาที่ทำบุญเสร็จ ญาติก็จะลงไปกรวดน้ำที่ต้นไม้อีกๆ เอนั่งลงเตรียมเหน้าในคนโททองน้อยๆ นั้น

แต่ก็เอื้อมมือไปเด็ดใบไม้ใบหนึ่งมารองน้ำก่อนตกถึงพื้น

ฉันไม่ได้ถามว่าทำไม ได้แต่มองเงียบๆ

เวลาพระสวดกรวดน้ำและอวยพรหลังทำบุญ คนที่นั่งอยู่รอบๆ ก็จะขยับเข้ามาชิดๆ กัน ยื่นมือไปแตะตัวคนที่เหน้าในคนโทเพื่อกรวดน้ำ แตะตัวต่อๆ กันไปเป็นพรวน เพื่อจะได้ร่วมกรวดน้ำด้วย ใครเป็นคนแรกของวิธีนี้หนอ และเมื่อฉันไม่ขยับเข้าไปแตะตัว โดยเพียงพนมมือตั้งใจกล่าวคำในใจ ก็จะมีคนกระซิบกระซาบให้เข้ามาต่อแถวแตะตัว หันเรียกแล้วเรียกอีก ในที่สุดฉันต้องเข้าไปแตะตัว เพื่อยุติความวุ่นวายเล็กๆ ในเวลาอันไม่สมควรนั้น

มีเรื่องเล่าในหนังสือน่ารักเล่มหนึ่งที่อ่านนานมาแล้วจนจำชื่อหนังสือไม่ได้ แต่จำเรื่องราวได้ ดังนี้

คนเล่าซึ่งทำกับข้าวมือฉมัง ทำแกงด้วยหม้อขนาดกลางสองหม้อ วันหนึ่งมีเพื่อนถามว่าทำไมไม่ทำหม้อใหญ่หม้อเดียว เธอตอบว่าไม่รู้ แม่ทำมาอย่างนั้นแล้วอร่อยอะ ต่อมาได้โอกาสจึงกระซิบถามเคล็ดลับของแม่ แม่ตอบว่าเคล็ดลับอยู่ที่เครื่องปรุงที่สอนไว้แล้วไง ส่วนเรื่องที่ทำสองหม้อก็เพราะว่าตอนนั้นที่บ้านแม่มีหม้อกลางนี้เป็นหม้อใหญ่ที่สุดในตู้ ถ้าวันนี้มีหม้อใหญ่กว่าก็ใช้หม้อใหญ่ได้ ไม่เกียวยอะไรกัน

ฉันเข้ามาทำงานในห้องบัญชีโดยอาการตกกระไดพลอยโจน ฉันไม่รู้เรื่องกระบวนการทางบัญชี แต่หมุนเงินอย่างเดียว การจ่ายเงินเดือนให้พนักงานจะจ่ายผ่านธนาคาร แต่การจ่ายค่าคอมมิชชั่นจ่ายเป็นเช็ค สมัยนั้นฉันไม่ค่อยเข้าไปยุ่งกับวิธีจัดการ จึงไม่สงสัยอะไร คิดว่าเป็นระเบียบสรรพากร

วันหนึ่งมีน้องใหม่เข้ามาทำงาน การจ่ายเช็คทำให้ต้องใช้เอกสารประกอบหลายชิ้นเช่นสำเนาบัตรประชาชนผู้รับ ใบหักภาษี เป็นต้น เธอถามว่าทำไมเราไม่จ่ายค่าคอมมิชชั่นไปพร้อมเงินเดือน จะได้ยุติการทำใบเยอะเยะพวกนี้ ฉันถามคนทำเดิมว่าทำไม ได้รับคำตอบว่า “ก็เคยจ่ายคอมฯ ด้วยเช็คอย่างนี้มาตั้งนานแล้ว”

หลังจากวันนั้น ฉันลุยการทำเอกสารทุกเรื่อง อะไรที่ ‘เคย’ แต่ตัดสินใจเปลี่ยนได้ ‘เปลี่ยนซะ’

ฉันไม่ชอบทำอะไรเพราะ ‘เคย’ ชีวิตมีอะไรใหม่ให้ลองเยอะเยอะ ทำให้
ง่ายขึ้นหน่อย ทำให้วิธีสั้นลงนิด ทำให้งานน้อยลงเถอะ ฯลฯ

หลวงพ่อบุชราท่านทำความสะดวกสบาย ท่านไม่แน่ใจว่ามีรูปบูชา
หรือไม่ แต่ท่านมองไม่ถนัด ท่านจึงยกบาตรขึ้นสูงเพื่อส่องดู ถ้ามีรูปเล็กๆ แสง
ก็จะลอดเข้ามาได้ ทำให้ท่านเห็นว่าบาตรทะลุแล้วจะได้ซ่อมแซม

ลูกศิษย์เห็นหลวงพ่อบาตรก็ส่องบ้าง แต่ไม่รู้ว่าจะส่องทำไม คงเป็น
พิธีกรรมอะไรสักอย่างกระมัง

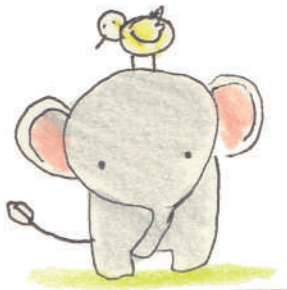
หลวงปู่ชรากราบพระแล้วยกตัวไม่ขึ้น จึงเมื่อกราบลงแล้ว ยามลูกก็ยืน
มือไว้ข้างหนึ่งก่อน แล้วยกตัวขึ้น เสร็จแล้วจึงยกมือข้างนั้นตามมา ต่อมาเกิด
วิธีการกราบแบบใหม่ หม่อมสาวกราบลงแล้วยกตัวขึ้นด้วยมือทั้งสองข้าง คิดว่า
เป็นวิธีการกราบพระที่ประณีตมากขึ้น

บ่อไปที่เราปล่อยให้ความไม่รู้ นำทาง ความไม่กล้าถามทำให้เราดำรง
อยู่ พิธีกรรมเพิ่มวิธีการมากขึ้นเรื่อยๆ ประเพณีค่อยๆ ทรงเครื่องจนรุงรัง ชีวิต
มีเรื่องให้ระวัง ‘การทำผิดจากเดิม’ มากยิ่งขึ้นจนหายใจลำบาก แต่เราจะไม่
กล้าฝ่าไป มันปลอดภัยดีที่จะทำสิ่งที่ ‘เขาบอก’ ไปเรื่อยๆ (‘เขา’ เนี่ย รู้มาก
ที่สุดเลย ถูกต้องที่สุดเลย)

จึงเดินไปเถิด ตามรอยเท้าที่นำไป

ไปหาแม่วัวใหม่มาผูกไว้ที่ศาลา

หรือเราควรจะปล่อยแม่วัวที่เคยผูกผูกไว้





- ฝรั่งเศสชอบพาลูกตัวเล็กๆ ไปเที่ยว และฉันก็ชอบถ่ายรูปพวกเขา เป็นความ
พึงพอใจอย่างยิ่ง ความสุข

สมบัตินี้ใครครอง

ปกติเวลาฉันนั่งรถแท็กซี่ ฉันไม่ค่อยคุยกับคนขับ แต่มีอยู่วันหนึ่งคนขับคุยกับฉันเป็นเรื่องเป็นราว เขาบอกว่าอยากจะผ่อนรถแท็กซี่สักคันเป็นของตัวเอง จะผ่อนรถมือสองดีมี๊ถูกหน่อย ฉันบอกว่ารถมือสองถูกก็จริงแต่มาถึงซ่อมเลย บางทีซ่อมไปแล้วอาจจะแพงกว่าซื้อมือหนึ่ง

เขาเล่าว่ามีคนบอกให้เขาซื้อรถเพราะอายุมากแล้วยังไม่มีสมบัติเป็นของตัวเองสักชิ้น ซึ่งเขากำลังคิดๆ อยู่

ฉันถามว่า มีสมบัติแล้วยังไง ผ่อนไป 4 ปีหมดก็จริง หลังจากนั้นเริ่มซ่อม ต่อให้เก็บไว้นานแค่ไหนวันหนึ่งก็หมดสภาพ เป็นสมบัติที่จอดไว้เฉยๆ มีประโยชน์ตรงไหนนอกจากว่ามัน ‘เป็นของเรา’

เขาขอความเห็นเพิ่ม ฉันจึงบอกว่า

“เป็นรถของเค้าแก่ แต่เราเอามาขับ ตอนขับก็เหมือนของเราแหละ เวลาเสียก็ไม่ต้องซ่อม และไม่ต้องหยุด เค้าแก่ก็เอาคันอื่นให้ขับต่อ พอรถเก่าเดี่ยวเค้าแก่ก็เปลี่ยนรถใหม่ให้ ถ้าเป็นรถของเรา ภาระพวกนี้ก็เป็นของเราด้วย ไม่เหนื่อยหรือ”

“นั่นสิ” เขาว่า “เมื่อกี้ต้องทำงานมาช่วยผ่อนด้วย” เสียงเขาไตร่ตรอง

“แต่คนจะว่าเอาว่าไม่มีสมบัติติดตัวสักชิ้น”

“คนที่ว่ามาช่วยผ่อนหรือเปล่าเล่า” ฉันสรุปเบาๆ “ยังมีเรื่องให้คนอื่นว่าอีกเยอะนะถ้าจะฟัง”

ฉันไม่รู้หรือว่าความคิดของเขาจะไปจบลงที่ตรงไหน แต่มันเป็น
ปัญหาของคนส่วนใหญ่ในสังคม

การมีสมบัติติดตัว

เมื่อก่อนตอนที่คิดกับสามีว่าจะขายบ้าน จะมีคำถามมาว่าไม่เสียตายน
บ้านของเราหรือ เรามาคิดอย่างปล่อยวางว่า ความจริงตลอดเวลาที่ผ่านมา
มันไม่เคยเป็นบ้านของเรา มันเป็นของแบงค์ เราทำงานงกๆ หลายสิบปีเพื่อ
จ่ายดอกเบี้ยให้แบงค์เป็นค่าเช่าที่ซุกหัวนอน อะไรซำรุดก็ต้องซ่อมแซมเอง

มีคนเล่าว่าในประเทศแถบเนเธอร์แลนด์ ผู้คนนิยมเช่าบ้านอยู่ตลอด
ชีวิต เพราะไม่รู้จะครอบครองไปทำไมใช้เงินเยอะโดยไม่จำเป็น ฉันคิดว่าแต่
ก็มีคนครอบครองบ้านที่ดินแหละนะ ไม่งั้นเขาจะเช่าใครเล่า แต่เขาหมายถึง
ความคิดของคนส่วนใหญ่ ฉันก็ไม่ว่าจริงหรือเปล่า แต่ก็น่าสนใจดี

คนรอบข้างตัวฉัน พี่น้องพนักงานล้วนแต่ผ่อนบ้านกันสามสิบบปีอย่าง
น่าเหน็ดเหนื่อย ฉันเองก็รวมอยู่ด้วย ไปตามครรลองที่เคยชินว่ามันต้องเป็น
อย่างนั้น

ก็แปลกดีนะ

คนอินเดียคนแดงบอกว่าไม่มีใครเป็นเจ้าของที่ดิน แผ่นดินเป็นของ
ธรรมชาติ อาณาเขตก็ไม่มี คนมาแบ่งเขตกันเองแล้วก็หวงเขตกันรบรากัน

ก็แปลกดีนะ

แล้วเราก็กออกไปจากชนบทเหล่านี้ไม่ได้

ก็แปลกดีนะ

แม้แต่เรื่องอย่างรถแท็กซี่ที่รู้ว่าถ้าเป็นของเราเองจะมีภาระมากกว่า
ขับให้เค้าแก่ ก็ยังอยากรับภาระนั้นไว้ เพื่อมี ‘สมบัติติดตัว’

แต่ตอบไม่ได้ว่า “ทำไมต้องมีสมบัติติดตัวหรือ รถเนี่ย”

“คนเขาว่าอย่างนั้น”



ศัตรู (ไม่ใช่) ของเรา

พระไพศาล วิสาโล เทศน์ว่า คนเรายึดติดกับสิ่งดีตินั้นยังพอทำเนา พอเข้าใจได้ แต่แม้เรื่องไม่ดี เราก็ก็นยึดไว้ไม่ยอมปล่อย ผ่านไปสี่สิบปีก็ยังเอามาเก็บไว้ หรือแม้แต่ศัตรูก็ยังบอกว่า “ศัตรูของเรา”

ยูเรก้า !

เออนะ ทำไมเราจึงเอา ‘ศัตรู’ มาเก็บไว้เป็นสมบัติส่วนตัว หวงด้วยไม่ยอมทิ้งหรอก ทำไม

นาที่นี้ขออยู่ในปัจจุบันขณะของการพิจารณาอดีตกันหน่อยเถอะ

เกือบทุกคนที่นึกย้อนหลังไปจะพบว่าตัวเองระลึกถึงสิ่งดีที่ทำให้มีความสุขกันน้อยมาก จนกว่าจะมีเหตุการณ์ที่เหมือนกันหรือวาระเฉพาะที่ตั้งใจกลับไปคิดเท่านั้นแหละจึงจะคุยกันว่าวันนั้นทำอะไรกับใคร รู้สึกดีมีความสุขอย่างไร

แต่สำหรับเรื่องหรือคนที่ทำให้เป็นทุกข์แล้วละก็ไม่ต้อง ขนาดฟังเทศน์อยู่บางที่ยังไหลเข้ามาถึงความคิดไปจนไม่ได้ยินเสียงเทศน์ที่ตั้งอยู่ข้างหูเลย รู้ตัวอีกทีเทศน์จบซะแล้ว

วิทยาศาสตร์ทางสมองก็ค้นพบเหมือนกันว่าความคิดดีจะเลื่อนไหลไปเหมือนเทปเลื่อนที่เคลือบกระตะ หอดอะไรก็ไม่ติดกันกระตะ ลื่นไหลไปสะดวก ง่ายดาย แต่ความคิดลบกลับติดหนึบเหมือนแถบตีนตุ๊กแกที่ใช้ติดฝากระเป๋าทิ้งพอจะใช้ก็ต้องออกแรงดึง มันเป็นธรรมชาติของสมอง ไม่รู้ทำไมธรรมชาติไม่ยอมให้เรามีความสุข หรือจะเป็นกฎป้องกันภัย ถ้ามนุษย์ (โบราณ) ล้มลาอยู่เรื่อยๆ เดียวเสื่อคาบไปกินง่าย

มีการสอนให้รู้ถึงธรรมชาติของน้ำว่าน้ำไหลไปทางใดบ่อยๆ จะเซาะให้คลองกลายเป็นแม่น้ำได้ และทางน้ำที่น้ำไม่ไหลมาต่อไปจะตื้นเขินจนหายไป ความสุขก็เหมือนกัน ถ้าเราคิดถึงความสุขบ่อยๆ ฝึกเข้าไว้ สมองจะจดจำความสุขขยายขึ้นเรื่อยๆ จนกลายเป็นคนที่มีสายน้ำแห่งความสุขติดสมอง รื่นรมย์ตลอด ความคิดลบจะค่อยๆ จางหายไปเพราะไม่ได้รับความสนใจ เลยน้อยใจตายไป

ดังนั้น ก้าวแรก เราจึงไม่ควรสะสม ‘ศัตรู’ ไว้เป็น ‘ของเรา’ ถอดเอาคำว่า ‘ศัตรูของเรา’ ออกจากพจนานุกรมประจำตัว

นึกภาพสวนดอกไม้สวยงามเป็นภาพใหญ่ในมโน ตัวเราเดินเข้าไปในสวนนั้น เห็นภาพศัตรูตัวเล็กกลงๆ ไปเรื่อยๆ จนตัวเท่าผงดินแล้วแทรกลงไป ในดินใต้กอดอกไม้ เป็นผงดินที่ไร้พิษสงเพราะไม่อาจรวมตัวเป็นกอบเป็นกำ เป็นรูปเป็นร่างที่จะมีกำลังพอจะมาเป็นศัตรูกับเราได้ หายไปเลยในพื้นที่ดินของสวนอันกว้างใหญ่ไพศาล หายไปเลยจากความสนใจของเรา

ท่านชยสาโรบอกให้เราบรรลุสี่หนาท

“ไม่มีใครจะทำให้เราทุกข์ใจได้”

เราต้องเชื่อท่านและทำตาม อย่าให้ความสำคัญกับใครขนาดนั้น ขนาดที่จะได้มาเป็น ‘ศัตรูของเรา’ สมัยคราวมาเราก็ไม่รับหรือจดตำแหน่งนี้

ต้องถามตัวเองว่า “ฉันคือใคร”

ถ้าตอบว่า “ฉันคือผู้เดินตามรอยพระพุทธรเจ้าสู่ความสงบแห่งนิพพาน”
ก็ต้องทำตามพระธรรมสอน คิดดี พูดดี ทำดี ทำจิตใจให้ผ่องใส คบคนดีๆ
ไปสู่สถานที่ดีๆ บำเพ็ญทานบารมี ศีลบารมี และภาวนาอย่าให้ขาดสติ

ท่านไม่ได้สอนให้สะสมศัตรู ทั้งชนะ

หนทางยังอีกยาวไกล มีเรื่องน่าสนใจต้องฝึกฝนทำแบบฝึกหัดอีก
มากมายน่าสนุก

ไม่มีเวลาจะมาเสียให้กับคนที่จะสมัครมาเป็น ‘ศัตรูของเรา’ หรือ

จงล้างศัตรูออกไปจากใจไม่ว่าจะเรื่องราวหรือผู้คนที่ทำให้เราสะทก
สะเทือน

การ ‘ให้ค่า’ กับสิ่งใด เราเท่านั้นเป็นผู้ตัดสิน

อย่าให้ค่านั้นมาฆ่าเรา

จงมีความสุขกับสิ่งดีๆ ที่เราเลือกแล้ว

และมีชีวิตที่รื่นรมย์





- ดูเด็กน้อยคนนี้นี่สิ เขากำลังเต้นร่าอย่างสนุกโดยไม่ต้องมีเสียงเพลง แต่มันเป็นเสียงอยู่ในหัวใจเขา เขากำลังเต้นรำกับความสุข

แล้วมันจะผ่านไป

นานมาแล้วเพื่อนคนหนึ่งเล่านิทานให้ฟัง สรุปลันๆ ว่า มีพระราชองค์หนึ่งเป็นคนชอบวิตกกังวลมากจนไม่มีความสุข ท่านปรึกษากับนักพรตผู้รู้แจ้งว่า

“เราอยากเป็นอย่างท่านบ้าง มีสิ่งใดจะช่วยให้เรามีความสงบและมีปัญญาได้”

นักพรตจากไปไม่นาน แล้วกลับมาพร้อมกับแหวนเกลี้ยงวงหนึ่ง มีอักษรสลักไว้ว่า

แล้วสิ่งนี้จะผ่านไปเช่นกัน

“สวมแหวนวงนี้ติดนิ้วไว้ตลอดเวลาไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น ก่อนที่พระองค์จะบอกว่ามันดีหรือไม่ดี ให้แตะแหวนแล้วอ่านคำที่สลักนี้ ด้วยวิธีนี้ความสงบจะเกิดขึ้นกับพระองค์”

แล้วสิ่งนี้จะผ่านไปเช่นกัน คำนี้ชี้ให้เราเห็นถึงความไม่จริง การตระหนักถึงสิ่งนี้นำไปสู่การไม่ยึดติด ทำให้ใจเราเป็นอิสระ

เมื่อมีเรื่องใดเกิดขึ้น เราจะรู้สึกทุกอย่างรอบตัวเรายิ่งเหยิง มีข้อมูลที่ไม่ได้เรียบเรียงและสิ่งต้องตัดสินใจมากมาย

หยุดสักนิด หายใจลึกๆ ยาวๆ จะเกิดความสงบขึ้นรอบๆ เรื่องราวนั้น แล้วนี่ “สิ่งนี้จะผ่านไปเช่นกัน”

เมื่อสติกลับมา ปัญหาจะค่อยๆ เรียงตัวหายยุ่งเหยิง ทำให้เรามองเห็น
ช่องทางจัดการ และไม่ว่าจะตัดสินใจไปอย่างไร เมื่อเวลาผ่านไป เรื่องราวนั้น
ก็จะผ่านไปในที่สุด

มีหลายเรื่องราวในชีวิตที่เมื่อมองย้อนกลับไป เราจึงได้เห็นจริงๆ ว่า เรื่อง
ราวต่างๆ เกิดขึ้นและจบลง (จนได้) ในแบบใดแบบหนึ่งอย่างที่มีมันเป็น อาจ
เหมือนใจเราหรือไม่เหมือน (เรื่องมันก็มีวิถีของมันเองเหมือนกัน) แต่มันก็
ผ่านไปแล้ว

การมองทบทวนอย่างนี้ช่วยให้เราเรียนรู้วิธีรับมือกับปัญหาใหม่ และ
สงบขึ้นเมื่อวางใจว่า

แล้วมันก็จะผ่านไป



การฟังอย่างลึกซึ้ง

นิทานเซนเรื่องหนึ่งที่ฟังมาจนคุ้นเคยและเก็บไว้สอนใจคือเรื่องของหลวงพ่อกุอิน

หลวงพ่อกุอินเป็นพระดีเป็นที่นับถือของชาวบ้านมานาน

วันหนึ่ง คนขายเนื้อจับได้ว่าลูกสาวตั้งครภร์ ก็คาดคั้นถามว่าใครเป็นพ่อเด็กในห้อง สาวเจ้าไม่อาจบอกได้ หลังจากคาดคั้นอยู่นาน สาวเจ้าจึงบอกว่าพ่อเด็กคือหลวงพ่อกุอิน

พ่อแม่ของเด็กสาวก็ไปพบหลวงพ่อกับด้วยความโกรธแค้น ตำว่ามากมาย และเขาก็แพร่ไปโดยไม่ชักช้า ไม่นานชาวบ้านก็รู้จักกันไปทั่วและขุนเคื่องพากันเลิกนับถือหลวงพ่อดังแต่นั้นมา

หลวงพ่อกุพูดคำเดียวว่า “เขาว่าอย่างนั้นหรอ”

เมื่อเด็กสาวคลอดบุตร พ่อกับแม่ก็เอาทารกไปให้หลวงพ่อเลี้ยงซะเลย หลวงพ่อก็รับเลี้ยงอย่างดี

เด็กสาวทนความรู้สึกผิดของตัวเองไม่ไหว จึงสารภาพว่า ทารกนั้นเป็นลูกของชายหนุ่มใกล้บ้าน มิใช่บุตรของหลวงพ่อดังแต่อย่างใด

พ่อแม่ของเด็กสาวรีบไปกราบขอโทษหลวงพ่อย่างเสียใจสุดแสน และขอรับทารกกลับไป

หลวงพ่อกุพูดว่า “เขาว่าอย่างนั้นหรอ”

เวลาที่เราได้ฟังเรื่องอะไร เรามักจะเชื่อข้อมูลแรก และตัดสินคนผิด

ทันที

ธรรมชาตินี้สร้างความเสียใจ และเรื่องน่าเสียใจมานานักต่อนักแล้ว แต่เรายังไม่ได้เรียนรู้จากมัน

ฉันค่อยๆ ซึมซับเรื่องการฟังจากเรื่องราวภายในบริษัทที่ทำงานอยู่ เมื่อแก่ได้ก็จะได้เห็นความสำคัญของการฟังมาพอสมควร

พนักงานคนหนึ่งทำงานกับบริษัทมานานกว่าสิบปี วันหนึ่งก็ลาออกไปทำงานที่บริษัทคู่แข่ง

เสียงลือที่กลับมาก็คือ บริษัทแย่ คนทำงานมานานยังต้องออก

ฉันนั่งฟังเงียบๆ และมองความจริงที่เกิดขึ้น

บริษัทก็ได้อดทนกับเขามานาน ความคิดไล่่ออกไม่เคยมี แต่ถ้าลาออกก็ไม่รู้

เรื่องนี้ขึ้นอยู่กับคนฟังว่ามีประสบการณ์ในการฟังแค่ไหน ถ้าบริษัทแย่ทำไมเขาอยู่มาตั้งนาน

อย่างดีบริษัทก็พูดได้คำเดียวว่า “เขาว่าอย่างนั้นแหละ”

พนักงานคนหนึ่งเป็นโสดจนเลยวัย ใส่ น้ำหอมหอมฉุย ฉันชม “หอมจังเลย”

เธอยึดอกท่าทางเชื่อมั่น ภูมิใจ

“พี่ขา นี่เป็นผิวนางสาวที่ยังไม่มีชายใดได้ชื่นชม”

น้องๆ ที่นั่งอยู่รอบฮัคกรีน คนหนึ่งส่งเสียงมา

“ทำไมไปโกหกพี่เขาอย่างนั้นล่ะคะ” ตามด้วยเสียงฮาอีกครั้ง

พนักงานคนนี้มีปกติที่เข้ากับใครไม่ได้เลย ทุกคนไม่ตีไปหมด ทุกคนโง่ไปหมด (เธอใช้คำว่า โง่ จริงๆ) แต่เธอหารายได้เข้าบริษัทเก่งมาก และก็มีปัญหาปวดหัวมาให้กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับงานของเธอมาตั้งแต่ชั้นผู้ร่วมงานไปจนถึงเจ้านาย แต่ทุกคนก็อดทนกับเธอด้วยการเลี่ยงไปเสียๆ

การดื่ม น้ำ ยังไงๆ ก็ต้องมีวันที่น้ำเดือด การอดทนก็เหมือนกัน

วันหนึ่งเธอมีข้อเสนอที่คุณปฏิเสธไม่ได้มาวางที่โต๊ะเจ้านาย แต่บังเอิญเธอไม่ใช่กอดฟาเตอร์อย่างมาลอน แบนโนโด เจ้านายจึงปฏิเสธไป เธอโกรธมากและยื่นเงื่อนไขลาออก ด้วยความคิดที่ว่าไม่มีใครจะมาหารายได้ขนาดนี้

ให้บริษัทได้หรอก

เจ้านายบอกว่า “เงินไม่สำคัญ ผมหาเองได้”

วันที่เธอออกจากบริษัท เธอยังไม่เคยรู้เลยว่าเจ้านายเป็นคนหาเงินเก่งขนาดไหน

เธอออกไปพบลูกค้าข้างนอกและด่าว่าเจ้านายและบริษัทเสียยับ ยับมากขนาดว่าเสียงนั้นสะท้อนกลับเข้ามาถึงบริษัท เจ้านายฟังแล้วก็เงียบๆ และพูดว่า

“เขาว่าอย่างนั้นหรอ?”

คนฟ้องบอกว่าลูกค้าที่ฟังก็เชื่อนะคะ เขาว่าบริษัทเสียคนเก่งไป เจ้านายบอกว่า

“เชื่อหรือไม่เชื่อ ขึ้นอยู่กับสติปัญญาของคนฟัง”

จบข่าว

การฟังที่ดีช่วยให้คนพูดสบายใจ ทานอย่างหนึ่งจึงสอนให้เราช่วยฟังคนที่ทุกข์ใจ

แต่การฟังไม่จำเป็นต้องตามด้วยการเชื่อร้อยเปอร์เซ็นต์ และไม่จำเป็นต้องตามด้วยการตัดสินหรือวิจารณ์อย่างมากมาย แม้จะทำให้คนทุกข์ใจรู้สึกดีขึ้นว่ามีคนเข้าใจ

ถ้ามีทางหาข้อมูลเสริมจากอีกฝ่ายได้ จะทำให้เห็นที่มาของปัญหาดีขึ้นและพบทางออกในการปลดปล่อยที่ปลอดภัยกว่า หรือปลดปล่อยข้อคิดทางธรรมก็อาจผ่อนคลายได้เช่นกัน

การฟังอย่างลึกซึ้งเป็นเรื่องจำเป็น

การถูกตัดสินจากคนฟังที่ไม่เป็นธรรมทำร้ายจิตใจคนถูกตัดสินไปนาน สิ่งที่เราควรตระหนักก็คือ ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งไม่มีคนผิดร้อยเปอร์เซ็นต์กับอีกคนหนึ่งถูกร้อยเปอร์เซ็นต์ แต่ในความรู้สึกของคนเราก็คือ คนของเรามักจะเป็นฝ่ายถูกและกำลังถูกรังแก และที่เกือบจะแน่ๆ ก็คือ คนของเราจะไม่พูดถึงข้อดีของอีกฝ่ายให้เราฟังและพูดถึงปัญหาที่คนของเราไปสร้างให้คนอื่นน้อยมาก

การฟังจึงขึ้นอยู่กับสติปัญญาของคนฟังคือเรานั้นเอง
ทำใจยากมั๊ยที่ยอมรับว่าคนของเราเป็นฝ่ายผิดทั้งๆ ที่นั่งปลอบใจเขา
อยู่ตรงนี้

นี่คือเรื่องยากของการเป็นคนฟัง
แต่เราจะไม่รู้หรือกว่าถ้าเราเอ่ยตัดสินใครออกไปแล้ว มันจะทำร้าย
เขาได้แค่ไหน

จนกว่าคนคนนั้นจะเป็นตัวเราเอง
ขอให้คุณรอดพ้นจากการถูกตัดสินแบบผิดๆ



บางสิ่งไม่ต้องตัดสิน

มีนิทานสองเรื่องที่คล้ายคลึงกันในการบอกเล่าให้เราไม่ต้องตัดสินสิ่งที่เกิดขึ้น
เรื่องแรกเป็นชายแก่ผู้มีม้ายู่ตัวหนึ่ง แล้ววันหนึ่งมันก็วิ่งลั่นหายเข้าไป
ในป่า

ชาวบ้านพากันสงสัยและพูดกับเขาว่า “แย่น้อยนะที่เสียม้าไป”
ชายชราเอ่ยว่า

“มันอาจจะดีก็ได้”

ไม่นานนักม้าหนุ่มก็กลับมา มีม้าสาววิ่งเหยาะๆ ตามหลังมาด้วย
ชาวบ้านพากันชื่นชมยินดี ต่างเข้ามาชมม้าใหม่ และพูดกับชายชราว่า “ดีจัง
ได้ม้ามาเพิ่มอีกตัวหนึ่ง” ชายชราเอ่ยว่า

“มันอาจจะไม่ดีก็ได้”

วันหนึ่งลูกชายขี่ม้าเล่น เกิดอุบัติเหตุตกม้าขาหัก ชาวบ้านเข้ามาช่วย
เหลือ และพูดว่า “แยจ้เลย ต้องมาขาหักอย่างนี้” ชายชราเอ่ยว่า

“มันอาจจะดีก็ได้”

ทางการส่งคนมาเกณฑ์เด็กหนุ่มไปเป็นทหาร แต่ลูกชายไม่ต้องไป
เพราะขาหักจึงได้อยู่กับพ่อต่อไป

อีกเรื่องหนึ่งเป็นชายหนุ่มผู้โชคร้าย เขาจับได้รางวัลรถยนต์มาคันหนึ่ง
เพื่อนๆ พากันชื่นชมยกใหญ่และมาชวนเขาไปเลี้ยงฉลองกัน เพื่อนๆ พูดว่า

“มันเยี่ยมจริงๆ เลยนะเนี่ย” เขาเอ่ยตอบว่า

“คงจั้นแหละ”

เขาขับรถคันนั้นอยู่สองสัปดาห์ก็มีคนมาขับรถมาชนรถเขาเสียยับ เขาเองบาดเจ็บต้องเข้านอนในโรงพยาบาล เพื่อนๆ พากันมาเยี่ยม และบ่นว่า “โชคร้ายจริงๆ เลยนะ” เขาเอ่ยว่า

“คงจั้นแหละ”

ระหว่างที่เขายังอยู่ในโรงพยาบาล คืบหนึ่งเกิดแผ่นดินถล่มจนบ้านทั้งหลังของเขามหาหายไปทะเล วันต่อมา เพื่อนๆ มาเยี่ยมเขาและบอกว่า “โชคคืบที่มานอนอยู่โรงพยาบาล เสียบ้านไปนะไม่เป็นไร” เขาเอ่ยว่า

“คงจั้นแหละ”

ทั้งสองเรื่องนี้สอนเราว่าไม่ต้องตัดสินสิ่งที่เกิดขึ้น เพียงแต่รับรู้และยอมรับว่ามันเกิดขึ้นแล้ว

เรื่องที่ผมเคยเล่ามาก่อนหน้านี้สองเรื่อง คือเรื่องของอาจารย์ฮาคุอิน ที่ตอบกับทุกเหตุการณ์ว่า “เขาว่าอย่างนั้นแหละ” กับเรื่องพระราชาที่ได้รับแหวนที่มีข้อความสลักว่า “แล้วมันก็จะผ่านไป”

รวมกับเรื่องนี้ “คงจั้นแหละ” หรือ “มันอาจจะดีก็ได้”

ทั้งสามเรื่องนี้คือ “ยังจั้นหรือ” แสดงให้เห็นความดีที่เกิดขึ้นจากการไม่ต่อต้านขัดขืนต่อเหตุการณ์ใดๆ หรือเป็นหนึ่งเดียวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

“คงจั้นแหละ” สะท้อนถึงปัญญาของการไม่ตัดสินสิ่งใด

“สิ่งนี้จะผ่านไป” ชี้ให้เห็นความไม่จีรัง การตระหนักถึงสิ่งนี้นำไปสู่การไม่ยึดติด

การไม่ต่อต้าน ไม่ตัดสิน ไม่ยึดติด คือลักษณะสามประการของชีวิตที่มีอิสระและตื่นรู้อย่างแท้จริง

เมื่อเราเลิกยึดมั่น (กับสิ่งที่เกิดขึ้นและอดีตของเรา) จิตสำนึกจะเป็นอิสระซึ่งจะก่อให้เกิดความว่างภายในที่มาในรูปของความนิ่ง และนั่นคือความสงบได้เกิดขึ้นในใจ

เรามาใช้สามประโยคนี้ให้เราไปสู่ความสงบใจกันนะละ



นั่งเสียตำลึงทอง

คุณธรรมสรณ์ ธรรม ได้ขึ้นหน้าเฟซบุ๊กจากหนังสือ มิตรไมตรีไม่มี
ประมาณ ดังนี้

๑ “ไม่ต้องอธิบาย หน้าทีของเราคือฟังว่าผู้อื่นรับรู้เกี่ยวกับตัวเราเช่นไร
เราจะไต่ถามมากขึ้น หากเราสามารถระงับความอยากชี้แจงแสดงเหตุ ปกป้อง
หรืออธิบายเกี่ยวกับตัวเรา

“หลายคนที่เคยทดลองปฏิบัติการงดเว้นการอธิบายตัวเองหนึ่งวัน
พบว่าเป็นแบบฝึกหัดที่น่าอัศจรรย์อย่างยิ่ง มันทำให้รู้สึกตกใจที่ได้ตระหนัก
ว่า เราอธิบายสิ่งที่ไม่ใช่เรื่องสำคัญบ่อยเพียงใด เพื่อหวังให้ผู้อื่นประทับใจใน
ตัวเรา โดยทั่วไปแล้ว การอธิบายมากเกินไป มักส่งผลในทางตรงกันข้าม
บ่อยครั้งทำให้คนรู้สึกไปในทางลบ”

เรื่องนี้ทำให้คิดถึงหลวงพ่อกุอินในนิทานเซน เจ้าของวลี “เขาวา
อย่างนั้นแหละ” เสร็จแล้วท่านก็ไม่อธิบายอะไรต่อ

เป็นการฝึกที่ยากมากที่จะพูดเพียงว่า “เขาวาอย่างนั้นแหละ” แล้วก็
ไม่อธิบายอะไรต่อ

เพราะว่าใจมันอยากอธิบายเหลือหลาย รากของมันคือความกลัว
ที่ฝังลึกอยู่ในใจ

กลัวตัวเองไม่ดีพอ กลัวดูไม่ดี กลัวไม่ได้รับความเห็นใจหรือความนับถือ
กลัวคนอื่นเสื่อมศรัทธาในตัวเรา กลัวเขาไม่รัก กลัวเสียเปรียบ กลัว ฯลฯ

มันอยากอธิบาย

เป็นการดิ้นรนจากการจมน้ำที่กำลังมีใครสักคนเอามือกดหัวเราไว้
อยากโผล่ขึ้นมาเหนือน้ำ อยากให้เจ้าของมือนั้นขอโทษเรา

มันอยากอธิบาย

ยิ่งอธิบายแล้วฝ่ายตรงข้ามและไปเลย ยิ่งอยากอธิบายใหญ่

ใครลองสำรวจลงไปลึกๆ ในใจก็ได้ ทบทวนความหลังดู ความรู้สึก
ยังอยู่ตรงนั้น แล้วดูต่อไปถึงเหตุการณ์ที่ตามมา

ไม่ค่อยมีความเข้าใจที่ถูกตรงตามมา อย่างแค้นแค้นยวนๆ กันไป แล้ว
ค้างคาอยู่ในใจทั้งสองฝ่ายด้วยเหตุผลที่ยังตรงกันข้าม...เหมือนเดิม

ผู้ใช้นามว่า “วาทกรรมสร้างสรรค์ลัทธิ” ได้ลงเฟสไว้ว่า

“อย่าได้พยายามอธิบายหรือโต้เถียงกับบุคคลที่ไม่ชอบท่าน หรือท่าน
ไม่ชอบพวกเขาให้เสียเวลาไปเลยนะ เพราะย่อมไม่มีใครฟังเหตุผลของใคร
หรอก เพราะทุกคนย่อมคิดว่าเหตุผลของตนถูกต้องที่สุด อยู่ห่างกันไปเลย
ดีกว่า แม่เมตตาและโอฬารกรรมต่อกันนั้นแหละ เป็นหนทางอันประเสริฐ
และสงบ”



เป็นคำสรุปที่ใช้เลยเมื่อพบทวนเหตุการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมา เป็นอย่างนั้นจริงๆ แต่อาจต้องอโหสิกรรมแต่เราฝ่ายเดียวหรือเปล่าไม่รู้ มีคนบอกว่าเขาไม่อโหสิกรรม นั้นเรื่องของเขา เราอโหสิกรรมก็แล้วกัน เพราะนี่เรื่องของเรา คิดแล้วจะได้สบายใจ

ดังนั้น สิ่งที่เราต้องฝึกหัดอย่างมากเลยก็คือ พยายามหยุดอยากอธิบายให้ได้

เพราะได้เห็นแล้วว่าเมื่ออธิบายแล้วไม่ได้ผล มันเหนื่อยขึ้นไปอีกนะ อยู่แบบหลงพ้อฮาๆ อธิบายว่า ไม่ต้องอธิบายอะไรให้เหนื่อยเลย อะไรจะเกิดก็เกิด พูดไปสองไฟเบ๊ย นิ่งเสียตำลึงทอง

อาจารย์เซนชื่อรินไซ ท่านสอนว่า “อย่าอยากอะไรเลย”

ทำให้เรายุติสมุทัยคือตัณหา เหตุแห่งทุกข์ ท่านหมายถึงความอยากทุกอย่าง

และวันนี้ขอเพิ่มอีกอย่างให้ตัวเราเองด้วย

“อย่าอยากอธิบายเลย”





- เขายืนเล่นดนตรีอยู่ที่ประตูนี้ให้คนที่ผ่านไปมาฟัง ใครจะให้เหรียญรางวัลเขาหรือไม่ให้ก็ได้ เขามีอารมณ์ดี เขากำลังให้ และหากใครให้เขา เขาก็พร้อมจะรับ หากใครไม่ให้ เขาก็ยินดีเป็นเพียงผู้ให้ฝ่ายเดียว

เดอะ เมจิก

หลังจากที่อ่านหนังสือเกี่ยวกับการพัฒนาจิตมาหลายเล่มหลายแนวทาง ฉันรู้สึกสนุกกับความรู้ที่ได้รับ แต่หลังจากหนังสือหนาเป็นตั้งฉันก็พบว่าเริ่มซ้ำวนอยู่ในแนวเดิมที่เคยผ่านตามาแล้ว จึงคิดว่าจะไม่ซื้อเพิ่มอีก

วันหนึ่ง ฉันพบหนังสือเล่มหนึ่ง หยิบขึ้นมาเปิดๆ ดู แต่ไม่คิดว่าจะซื้อ แต่เห็นแปลกที่ทั้งเล่มเป็นแบบฝึกหัดและรอนด้า เบิร์น เป็นผู้เขียน จึงตัดสินใจซื้อ มา หนังสือเล่มนั้นชื่อ เดอะ เมจิก

รอนด้า เบิร์น เริ่มว่า เธอเข้าใจว่าตัวเองขอบคุณเป็น เมื่อใครทำอะไรก็รู้จักเอ่ยคำขอบคุณ แต่เมื่อเธอได้เรียนรู้อำนาจของการขอบคุณ เธอก็ได้รู้ว่าตัวเองขอบคุณไม่เป็น

การขอบคุณคล้ายๆ กับการคิดบวก แต่มีพลังมากกว่านั้น

การคิดบวกเป็นเพียงการ ‘พยายาม’ ที่มองสิ่งไม่ดีให้ดีขึ้น บางคราวต้องฝืนใจที่จะมองให้ดี แต่ก็คล้ายการออกกำลังกายที่เราต้องฝืนดึงเครื่องยึดให้ยืดออกเพื่อฝึกกล้ามเนื้อ มันเหนื่อย

แต่การขอบคุณเป็นการเข้าเผชิญหน้ากับปัญหา แล้วมองอย่างเป็นมิตร เพื่อหาสิ่งที่ควรขอบคุณที่ซ่อนอยู่ และได้ผลต่อความรู้สึกทันทีที่เราค้นพบสิ่งที่น่าขอบคุณนั้นโดยไม่ฝืนใจเลย

ในวันธรรมดาของชีวิต เราจะไม่รู้สึกว่ามีสิ่งใดน่าขอบคุณ ทุกวันธรรมดาออกจะซ้ำซากน่าเบื่อหน่ายเสียด้วยซ้ำ ถ้าโชราโทเน็นของเราลดลง เราจะซึมเศร้าไปเลย

หนังสือเล่มนี้บอกให้เราว่ามีอะไรบางอย่างที่เราจะขอบคุณได้ เมื่อเราทำตามดูแล้วจะกลับพบว่าชีวิตเรามีเรื่องให้ขอบคุณมากมาย ทำให้มีความสุขเกิดขึ้นในใจ

มีหลายส่วนของชีวิตที่เราจัดแบ่งมาขอบคุณได้ เรื่องสุขภาพ เรื่องเงิน เรื่องการบำบัดความสัมพันธ์ที่ไม่ดี การหลุดพ้นจากด้านลบ ผลลัพธ์อันดีเลิศ การแปลงความผิดพลาดไปสู่สิ่งดีๆ ฯลฯ

ตัวอย่างเช่น เรื่องการบำบัดความสัมพันธ์ที่ไม่ดี เวลาเรามีปัญหากับใคร ความรู้สึกของเราคือเป็นคู่ตรงข้าม เราจะเห็นแต่ความผิดของคนนั้น เห็นความทุกข์ปวดแปลบในใจของเรา เห็นแต่สิ่งที่เขาทำอันเราไม่ชอบ เราโกรธ ไม่อยากพบ และเฝ้าแต่เห็นสิ่งเหล่านี้ทุกครั้งที่เราแวบขึ้นมา

การบำบัดความสัมพันธ์ไม่ได้บอกให้คุณไปเผชิญหน้ากับคู่กรณี ไปขอโทษ ไปให้อภัย ไปฉันทันมือดีกัน

แต่เป็นการจัดการของเราคนเดียวโดยที่คู่กรณีไม่ได้รับรู้ ไม่มีการเผชิญหน้า เป็นการทำให้ความสบายใจของเราล้วนๆ เพราะนี่คือชีวิตของเรา

ง่ายๆ เขียนสิ่งที่น่าขอบคุณของคู่กรณีออกมาให้ได้สบบ้าง พูดอย่างนี้ครั้งแรกเราต้องคิดว่า จะบ้าเหวอ หมอนั่นมีอะไรดีกันเล่า แต่ใจเย็นๆ นั่งลงและมอง เราไม่ได้มองตรงๆ แบบที่เราเคยมอง แต่มองไปรอบๆ ตัวเขาและตัวเรา เช่น

หญิงที่สามีจากไป เธอเกลียดที่เขาทำร้ายจิตใจเธอมาตลอด แต่วันนี้ หลังจากเลิกกันหลายปี ความทรงจำอันเจ็บปวดที่ยังไม่ลบเลือน เวลาได้เยียวยา และวันนี้เธอ “ขอบคุณที่สอนให้ฉันรู้ว่าชีวิตที่ทุกข์ทนเป็นอย่างไร และวันนี้ฉันจึงได้เลิกทุกข์แล้ว ฉันมีอิสระแล้ว”

“ผลลัพธ์อันดีเลิศ” เป็นการแนะนำให้เราขอบคุณสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้นล่วงหน้า ขอขอบคุณขณะที่กำลังเกิดขึ้น และขอบคุณหลังจากที่เกิดขึ้นแล้ว การขอบคุณทำให้มีสิ่งดีๆ เกิดขึ้นอีกตามมาอย่างไม่น่าเชื่อ

ฉันจะไม่ให้ฟัง ตอนที่ฉันนั่งอยู่บนเครื่องบินกำลังจะไปยุโรป ฉันได้ทราบข่าวว่าอากาศหนาวมาก อุณหภูมิเป็นเลขตัวเดียว ฉันกลัวมากเลยว่า จะทนหนาวไม่ไหว ฉันนึกในใจ

“ขอบคุณผลลัพธ์อันดีเลิศในการเดินทางครั้งนี้ ที่อากาศอบอุ่นอย่างน้อยสิบห้าองศาและฟ้าใสไม่มีฝนตลอดทริปนี้ ขอขอบคุณ ขอขอบคุณ ขอขอบคุณ”

มันเป็นไปไม่ได้หรอกที่อากาศทั่วยุโรปหรือทั่วประเทศหรือย่อลงมามากน้อยทั่วอาณาเขตที่ฉันจะต้องผ่านไป จะอบอุ่นขึ้นมาเพื่อฉันคนเดียว จะบ้าเหอ เธอ เหน่า ก็แค่ปลอบใจตัวเอง ก็มันกลัวอะ

ก็ได้พูดอย่างแปลกใจในวันหนึ่งท้ายทริปว่า

“แปลกจังเลย ก่อนหน้านี้อากาศหนาวเป็นเลขตัวเดียว ประมาณเก้าองศาสูงสุดแล้ว แต่ทริปนี้อากาศสบายมากเลยนะคะสิบห้าองศาตลอดดีจังเลย”

ฉันมอบหนังสือเล่มนี้ให้คนที่มาปรึกษาความทุกข์ในใจไปหลายคนแล้ว พร้อมกับอธิบายขั้นตอนและเหตุผลว่าทำไมการขอบคุณจึงให้ผลได้และวิธีขอบคุณในหนังสือเล่มนี้ เราจะค้นพบวิธีของตัวเองได้อย่างไร

การขอบคุณและการค้นพบมุมที่จะขอบคุณ ทำให้จิตใจโปร่งเบาสบาย เป็นมิตรกับเรื่องที่เคยมีปัญหา ยิ่งขอบคุณได้มากเท่าไรยิ่งพบสิ่งดีๆ เข้ามาในชีวิตมากขึ้น

เราขอบคุณได้ทั้งวัน ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น ขอให้ขอบคุณเข้าไว้ แล้วสิ่งดีๆ จะตามมา





- ความสุขเล็กๆ ของหัวใจที่อบอุ่นในวันแดดใส

ซูสีไทเฮา

วันที่ 26 เมษายน 2557 ฉันไปดูละครเรื่อง ซูสีไทเฮา เดอะ มิวสิคัล ที่ยึดเนื้อเรื่องจากหนังสือของ ม.ร.ว. คึกฤทธิ์ ปราโมช โดยมีคุณสุรจทิพากรเสนี เขียนบทละคร คำร้อง ทำนอง และร่วมแสดงด้วย ซึ่งฉันชอบการร้องเพลงของคุณสุรจมากมา

ซูสีไทเฮา แสดงโดย กานดา วิทยานุกาพยีนยง แสดงได้ดีมากทุกอารมณ์และเสียงร้องของเธอเหมือนระฆังแก้วที่ส่งมาจากดวงดาว

ฉันตัดสินใจไปดูเมื่อได้เห็นเพลงโฆษณาในหน้าเฟซบุ๊กแหละ เป็นเพลงเอกของเรื่อง ฟังแล้วก็รู้สึกมีพลังตามทำนองที่ส่งมา และรู้สึกว่าจะถ้าไปดูแล้วคงได้อะไรกลับมาบ้าง

ถ้าดูจากสารคดีจะมีตอนที่เกี่ยวกับสงคราม แต่ในเรื่องนี้ท่านคึกฤทธิ์เน้นไปที่ชีวิตของพระนางซูสีไทเฮา ประวัติศาสตร์มีหลายเวอร์ชัน ดังนั้นเมื่อดูเวอร์ชันนี้ก็มีความเห็นกับเวอร์ชันนี้ จึงจะคุยกันรู้เรื่อง

เรื่องเริ่มที่ตอนพ่อของเย่เหอนาราดาย ทำให้ต้องอพยพไปอยู่กับญาติด้วยความยากจนทำให้นางอยากเป็นใหญ่เพื่อหนีความทุกข์เข็ญ

เมื่อมีขุนนางมาสรรหาสาวงามไปเป็นสนมในวัง ขุนนางถามว่ามีอะไรจะให้เขาได้บ้าง (ได้โตะมีตั้งแต่ตอนนั้นแล้ว) นางตอบว่าเป็นคนยากจน ไม่มีอะไรจะให้ นอกจากผ้าขาวผืนน้อยที่คล้องคออยู่เท่านั้น ขุนนางหัวเราะ

บอกว่าผ้าขาวนี้จะมีค่าเท่าใดเชียว

นางบรรยายว่า

“ผ้าขาวผืนน้อยมากมีประโยชน์ ยามหนาวใช้คล้องคอให้อุ่นสบาย หากพันคอหลวมๆ ไว้ทั้งยังสวยงาม แต่รัดแน่นเกินไปก็ทำให้ถึงชีวิตได้” (ประมาณใจความนี้)

(สุดแสนเสียดายที่จำเนื้อเพลงนี้ตามจริงไม่ได้ ความจริงน่าจะเอา มือถืออัดเพลงไว้ในอะ แม้เขาจะห้ามถ่ายวิดีโอ เพราะเนื้อเพลงดีมาก และ ไม่มีในสุจิตร์ให้ลอก)

ความหมายก็คือ ถ้าขุนนางช่วยเธอแล้วเธอได้ดี จะสนองบุญคุณให้มาก ขุนนางคนนี้ซื้อลิเลียนอิง ต่อมาเป็นคนสนิทของเธอที่ช่วยเธอและอยู่ข้างกายจนวันที่เธอตายและผูกคอตายตามเธอไป

ลิเลียนอิงช่วยให้เธอมีโอกาสดูกับพระเจ้าเสียนฟงฮ่องเต้ ซึ่งหลงรักเธอในทันที ให้คำสัญญาว่าจะรักเธอตลอดไป ยกขึ้นเป็นสนมเอก ทำให้เธอคิดว่าถ้ามีลูกชายก็อาจจะได้เป็นฮ่องเฮา จึงทำเป็นท้อง จนเมื่อถึงเวลาคลอด ก็ไปหาลูกคนอื่นมาเป็นลูก

พระเจ้าเสียนฟงดีใจมาก ยกนางขึ้นเป็นฮ่องเฮาตะวันตก และยกให้ชูฮั่นไทเฮาขึ้นเป็นไทเฮาตะวันออก

ทำให้ชูสีแค้นใจมากมายที่ไม่ได้เป็นหนึ่งเดียว แม้กระทั่งคำสัญญาจากปากฮ่องเต้ยังไม่เป็นไปตามคำที่ว่าจะรักเธอคนเดียว

“คำสัญญาที่ไร้ค่า คือแรงปรารถนาให้หงส์ฟ้าสยบพญามังกร”

นับแต่วันนั้นเธอไม่มีความรัก มีแต่จะนั่งบัลลังก์อย่างเดียว และด้วยความเฉลียวฉลาด เข้มแข็ง และเฉียบขาด ทำให้ฉากต่อๆ มาจึงเป็นการฆ่า นับตั้งแต่แม่ของเด็กที่ต้องฆ่าเพื่อเก็บความลับ, พระเจ้าเสียนฟงเมื่อป่วย ก็ให้ยาบำรุงอย่างแรงจนพานตายเร็วขึ้น, เสนาที่ท้านสั่งไว้ให้สำเร็จราชการแทนฮ่องเต้ใหม่วัยเยาว์ก็ถูกฆ่าตายอย่างถูกต้องตามราชโองการ (ที่ชูสีเขียนขึ้นเอง)

พระนางชูสีไทเฮาว์ราชการหลังม่านมาจนลูกชายเป็นหนุ่ม หาสะใภ้ให้ แต่ต่อมาสะใภ้ก็จะยึดอำนาจ จึงให้จับสะใภ้ไปขังไว้ สะใภ้ขัดขืนดิ้นรน ชูสีสั่งเฉียบขาด

“ทหาร ถ้าพระนางไม่ยอมไป ก็ให้ตัดพระเศียรนำไปก่อน แล้วค่อยมารับพระวรกายตามไป”

ลูกชายเป็นลมไปเลย พระนางจึงให้ลิเลี่ยนยิ้งใช้ผ้าขาว ‘ส่งสู่สวรรค’ ฝ่ายสะไห่ได้ข่าวจึงปลิดชีวิตตนเองตามไป

ซูสีเออาหลานอายุน้อยมานั่งบัลลังก์ ชื่อพระเจ้ากวางสูแล้ววาระการหลังมานต่อไป

ถึงวันตรุษมีการเซ่นไหว้ พอถึงเวลาพระนางซูสีก็เสด็จจากที่ประทับ นำหน้าพระนางซูอันไป พระนางซูอันขัดใจที่ผิดประเพณีเพราะนางใหญ่กว่า จึงต่อว่ารุนแรงต่อหน้าธารกำนัล

ซูสีแค้นใจ แต่บอกกับลิเลี่ยนยิ้งว่า ตอนนี้เหมือนมีเกราะ (เพราะใครๆ ก็เห็นว่าทะเลาะกัน) จำต้องทำลายเกราะเสียก่อน จึงแกล้งทำเป็นเสียใจมาก ให้สาวใช้เห็นและไปตามพระนางซูอันมา ซึ่งพระนางไม่ได้โกรธอีกแล้ว ก็ปลอบใจกันใหญ่และต่อมาด้วยการรักกันมากขึ้นให้คนเห็น วันหนึ่งพระนางซูอันไม่สบาย ซูสีให้นำอาหารไปให้ช้าเพื่อให้หิว แล้วลิเลี่ยนยิ้งก็นำซาลาเปาไปถวาย ด้วยความหิวก็กินเข้าไปโดยไม่รู้ว่ามียาพิษ จึงตายไป แต่ซูสีไม่ไว้วางใจ สั่งให้ลิเลี่ยนยิ้งใช้ผ้าขาว ‘ส่งสู่สวรรค’ อีกครั้ง

พระเจ้ากวางสูคบคิดขุนนางจับซูสีไปขังไว้เพื่อยึดอำนาจ พระนางรู้ทัน จึงเสด็จไปทอ้งพระโรงและประกาศว่าราชการเองอีกครั้ง

มีขุนนางคัดค้าน พระนางให้ประหารโดยตัดหัว พระนางซูอันขอร้องว่า เขาอยู่ในตระกูลเก่าแก่ รับใช้แผ่นดินมานาน จะเมตตาเขาหน่อยได้ไหม ซูสีตอบว่า ‘ได้’ แล้วดึงผ้าขาวออกมามอบให้

พอใกล้ถึงพิธีฉลองพระชนม์ 60 พรรษา ในวังเตรียมงานเป็นการใหญ่ พวกฮวนกั๊ก พระนางต้องอพยพเดินทางไปเมืองฮ่วยไต้ ต่อมาได้ข่าวฮวนกั๊กเผาวังและบ้านชาวบ้านมากมาย จึงให้ขุนนางไปเจรจาหย่าศึกเพราะสงสารชาวบ้าน

เมื่อปักกิ่งราบคาบลง พระนางก็กลับวังและป่วย

พระเจ้ากวางสูลุ่มหลงตะวันตก ยกเลิกประเพณีโบราณลงสิ้น พระนางเป็นห่วง จึงให้ลิเลี่ยนยิ้งนำยาพิษไปปลงพระชนม์พระเจ้ากวางสู จากนั้น

แต่งตั้งบูยี่ขึ้นเป็นกษัตริย์อายุ 3 ขวบ

รับสั่งกับลิเลียนอิงว่า “ขอบใจ” แล้วสิ้นพระชนม์ ลิเลียนอิงใช้ผ้าขาว
ตายตามไป

ชีวิตมีสามด้าน

ด้านที่ 1 สิ่งที่คนอื่นคิดว่าเธอเป็น - ประวัติศาสตร์ว่าเธอโหดร้าย บ้า
อำนาจ

ด้านที่ 2 สิ่งที่เธอคิดว่าเธอเป็น - คนที่ต้องเป็นใหญ่และมีชีวิตอยู่รอด
ให้ได้ในท่ามกลางขุนนางหลายฝ่ายหลายอำนาจที่จะเข้ามาโค่นเธอลง ทั้ง
กษัตริย์แต่ละรุ่นก็อ่อนแอเป็นที่พึ่งของเธอไม่ได้

ด้านที่ 3 สิ่งที่เป็นจริง ๆ - เธอเป็นคนเข้มแข็ง ฝ่าฟันขวากหนาม
ไปสู่ความฝันของตัวเองอย่างไม่ย่อท้อไม่กลัวเกรงสิ่งใด และรักษาชีวิตไว้ให้
ได้ให้ดี เป็นผู้ครองบัลลังก์ได้ยาวนานถึง 48 ปีและเป็นหญิงที่มีชื่อเสียงคู่
แผ่นดินจีนไปตลอดกาล

เพลง สุฟ้าเหนือบัลลังก์มังกร

อยู่คนเดียวท่ามกลางความมืดมัวหม่น

สับสน หัวใจไร้ที่พักพิง

ก่อนเคยมีเธอเหมือนมีทุกสิ่ง

นี่หรือรักจริงที่เธอสัญญา

เธอบอกว่ารักและมีแต่รักที่เธอให้หมดใจตราบนานที่ไร้ชีวา

และฉันก็รัก รักเธอยิ่งกว่า

เหตุใดรักมาเปลี่ยนแปรผันไป

สุดจะไขว่คว้าคืนกลับมาให้เหมือนเคย

ผ่านวันพันล่วงเลย รักพลันมาหน่าย

สุดจะทนแล้วโยหักใจไม่รู้วาย

ดังไฟรมสุมกาย รักมันแผดเผา

ต่อไปนี่ ไม่มีความรักจะให้
หมดแล้วศรัทธาหัวใจรักนั้น
ไม่สนไม่รักไม่ยอมยืดมัน
ไม่มีวันให้รักมาบั่นหัวใจ

จะไปไขว่คว้าเอา สิ่งที่เราหวังปอง
นั่งเหนือบัลลังก์ทอง ทุกคนสยบ
จะไปเป็นหงส์งาม แม้ปีกอยู่เหนือมังกร
ฟ้าโปรดจงให้พรให้เราได้ไปถึง
นี่คือนางหงส์งาม สูงส่งอยู่เหนือมังกร
สยายปีกถลาร่อนบินสู่จุดหมาย
สู่จุดหมาย
ที่ปลายฟ้า

ดูจบแล้วเดินออกมา รู้สึกเต็มอิ่มอยู่ในใจ
ขอบคุณทั้งคณะผู้จัดทำละคร
ฉันคิดว่า ความเข้มแข็งเช่นนี้ไม่ได้หาได้ง่ายในใครๆ
ถ้ากิเลสทั้งหลายคือขุนนางที่ร่ายรอบคอบหลอกล่อทั้งหวานทั้งขมเพื่อ
ฆ่าเราในที่สุด เราจะเข้มแข็งพอจะใช้ผ้าขาวกับมันทุกเรื่องไปได้ไหม
ทำไหวไหม
ถ้าทำได้ละก็
เราจะมีนิพพานที่ปลายฟ้า





- ในวาระหนึ่ง เราต้องเป็นผู้ฟังความในใจของเขา และในวาระนั้นเราผู้ฟังก็ได้ร่วมทุกข์สุขกับผู้เป็น ‘เพื่อน’

รู้ทุกข์รู้ธรรม

๑ ข้านี้ฟังพระอาจารย์ไพศาลเทศน์เรื่อง ‘รู้ทุกข์รู้ธรรม’ ซึ่งเป็นบทที่ชอบมาก ฟังมาหลายรอบแล้ว ขอสรุปให้เพื่อนๆ ฟังว่า

“ทุกข์ไม่ใช่สิ่งเลวร้าย มันสามารถนำสิ่งดีมาให้เรา มันช่วยให้เราเห็นธรรมได้ เวลาเจอทุกข์อย่าตอกชกหัวว่าทำไมต้องเป็นเรา แต่เราต้องมองหาประโยชน์จากมัน คือมันทำให้เราเห็นความจริงมากขึ้น

เราต้องรู้ทุกข์ ใคร่ครวญทุกข์ ไม่ใช่เป็นทุกข์ ถ้าเราเห็นทุกข์แล้วจะไม่เป็นทุกข์

เวลามีความโกรธแล้วเราทุกข์ เพราะเรามัวเคืองแค้นอยากเอาคืน อยากตอบโต้ทำให้ใจหมกมุ่นอยู่กับทุกข์โดยไม่รู้ตัวว่ากำลังทุกข์อยู่ ถ้ามีสติเห็นความโกรธนั้น ทุกข์จะเบาลงไป

พระพุทธเจ้าสอนให้รู้ทุกข์ การมีสติทำให้รู้ และรู้ด้วยว่าไม่ใช่เราโกรธ เป็นจิตที่โกรธ มันจะเริ่มแยกส่วน โกรธก็อันหนึ่ง จิตก็อันหนึ่ง

ยิ่งทุกข์ยิ่งต้องสลัดออก ไม่ใช่ดึงเข้ามาเป็นเรา เหมือนกองไฟ เราเอาตัวเข้าไปอยู่มันก็ร้อน เราต้องเดินออกมา กองไฟยังร้อนแต่เราไม่ร้อนแล้ว แล้วถ้าเราดูเฉยๆ กองไฟก็จะดับไปเอง แต่ที่เรายังร้อนอยู่เพราะเราไปเติมเชื้อฟืนให้มันเอง

เมื่อเราเห็นว่าทุกอย่างทุกข์ไปหมดเหมือนกองไฟ ใจก็ไม่อยากไปยึดแล้ว มันปล่อยเอง

นี่คือการปล่อยวาง เพราะเห็นว่าสิ่งทั้งปวงเป็นทุกข์ มันคอยบีบคั้นผู้ที่ไปยึดมัน

นี่คือความหมายของการรู้ทุกข์ พอรู้ทุกข์มันวางมันปล่อยเอง เกิดเป็นอิสระขึ้นมาคือพบธรรมะเห็นธรรมะเกิดปัญญา

ทุกข์จึงมีประโยชน์ ต่อไปอย่าหันหลังให้ทุกข์ ให้หันหน้าให้ทุกข์ เพื่อดูเพื่อใครครวญ แล้วเราจะได้ประโยชน์จากมัน”

เมื่อเรายังไม่ได้นำตัวเข้าสู่อ้อมธรรม วิสัยปุณฺณจะทำให้เราหมกมุ่นอยู่กับความทุกข์อย่างไม่ลืมหูลืมตา ทุกอย่างดูน่าเคียดแค้นต้องเอาคืน ไม่งั้นเสียศักดิ์ศรี เราจะรุ่มร้อนประเภท ‘สืบปีแก่แค้นไม่สาย’ เราคิดว่านั้นเป็นเรื่องถูก แต่มีคำที่ถูกอีกคำหนึ่งคือ “ถ้าคุณจะแก้แค้น ให้ชุดหลุมฝังศพไว้สองหลุม”

ธรรมะเป็นเรื่องสวนกระแส เราจึงรู้สึกว่ายากที่จะทำตาม ถ้าโกรธต้องตอบโต้ ธรรมะให้อภัย เมื่อเรารักธรรมะ เราต้องอภัยโดยสลัดความรู้สึกเสียศักดิ์ศรีออกไปด้วย ศักดิ์ศรีคือประตูละกอบานใหญ่ที่ลูกกุญแจมักจะหายไป

ธรรมะคือกุญแจดอกนั้น

เพียงแต่เราต้องยอมตัดสินใจไขมันให้เปิดออก เพื่อก้าวออกไปสู่สุขสันติ

พระพุทธเจ้าสอนให้เราทำจิตให้เหมือนแม่น้ำที่ใครจะเอาไฟมาจุดให้ติดไม่ได้ แม่น้ำจะพัดพาทุกสิ่งไม่ว่าดีหรือร้ายให้ลอยล่องไป ไม่หมกอยู่ ทำให้เกิดความสะอาดใจอยู่เสมอ

พระพุทธเจ้าสอนให้เราทำจิตให้เหมือนแผ่นดิน ที่ไม่ว่าใครทิ้งอะไรลงไป ดินก็จะเปลี่ยนให้กลายเป็นของดีในเวลาต่อมาเสมอ เมื่อเราทุกข์ มองทุกข์เห็นทุกข์ ประมวลแล้วรู้ว่าทุกข์ทำให้ร้อน ใจก็เบื่อหน่ายผละหลิ้ว แล้วก็ไม่ใช่เข้าจับยึด ไม่ทุกข์อีกต่อไป เปลี่ยนเป็นใจที่สงบเย็น รู้ทันโลกและธรรมดาของชีวิต เหมือนปุ๋ยสกรปรกแต่ทำให้ดินกลับดีแล้วต้นไม้ก็ออกดอกมาสวย

พระพุทธเจ้าสอนให้เราทำจิตเหมือนอากาศที่ใครจะมาเขียนสีให้ติดไม่ได้ ต้องตกลงไปเสมอ คือจิตที่รู้ทัน รู้จักเลือกรับหรือไม่รับสิ่งที่เข้ามาหา เราไม่จำเป็นต้องรับทุกข์อย่าง เราเลือกได้ เมื่อเป็นสิ่งไม่ดีเราก็ไม่รับ เหมือนอากาศ

ที่ใครจะมาวาดภาพไว้ไม่ได้

พระพุทธเจ้าสอนให้เราทำจิตให้เหมือนถุงหนังแมวที่อ่อนนุ่ม จะตีให้ดังไม่ได้ ใครจะมาทำร้ายใจเราให้เจ็บปวดไม่ได้ เพราะเรามีธรรมมีสติ มีเครื่องป้องกันอันศักดิ์สิทธิ์ปกป้องจิตใจ เราสยบเรื่องราวด้วยความสงบ

เมื่อมองย้อนไปในอดีต ดูแต่ละเรื่องด้วยสายตาอันเปลี่ยนไป จะทำให้เราเรียนรู้ สิ่งที่เคยทำให้ทุกข์นั้นกลับกลายเป็นข้อมูลตำราให้เห็นธรรมดาของชีวิตและทำให้ไม่คิดในรูปแบบเดิม นำเสียดายที่มันส่งต่อกันได้น้อยมาก ในการบอกกล่าว ทุกคนต้องเรียนรู้ด้วยตัวเอง

ขอบคุณความทุกข์ในอดีต ที่ทำให้มีใจที่เติบโตในวันนี้

ขอบคุณพระพุทธเจ้า

ขอบคุณพระธรรม

ขอบคุณพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล

ขอบคุณชีวิต

ขอพระธรรมคุ้มครองเพื่อนๆ ทุกคน

จงดำรงมั่นใหญ่ในฤๅณ





- เขาใจเย็นรอคอยลูกค้า เขานั่งเป่านกหวีดที่ขายไปเรื่อยๆ เมื่อใจเย็นก็เย็นใจ

ออสการ์

ฉันติดตามชมการประกาศรางวัลออสการ์ทางทีวีทุกปี แม้ว่าจะรู้จักหนังที่เข้ารอบบ้างไม่รู้จักบ้าง แต่ก็อยากดู สิ่งที่ผมอยากเห็นคือความสำเร็จของผู้ได้รับรางวัล

แม้ฉันจะไม่ชอบอเมริกาในหลายๆ เรื่อง แต่เรื่องหนึ่งที่ชอบคือหนังของฮอลลีวูด ก็เป็นเรื่องปกติ ที่ไม่มีอะไรเลวหมดหรือดีหมด ทุกอย่างย่อมมีสองด้านเสมอ

หนังที่เข้ารอบย่อมเป็นหนังที่ผ่านการคัดกรองมาแล้วว่าผลงานดี เมื่อเราได้ดูหนังเหล่านี้ เราจะได้อะไรมากกว่าการฆ่าเวลาแน่นอน บางทีเราได้ความประทับใจ บางทีเราได้เรียนรู้ไปพร้อมกับตัวละคร บางทีทำให้เราเรียนรู้มากกว่าตัวละคร (เช่น คิดอย่างนี้ทำให้เขาตาย เราจึงไม่ควรคิดอย่างนี้)

หนังดีนั้นเปิดมาดูแวบเดียวก็รู้ว่าหนังดี มันจะมีมุมกลองหรือองค์ประกอบในภาพ อารมณ์ในภาพ ที่บอกเราได้ทันที ถ้าเราพบหนังแบบนี้ เมื่อดูจบจะเห็นรายชื่อผู้ร่วมงานยาวเหยียด และนั่นคือความหมายของ ‘การทำงาน’

‘การทำงาน’ ของชีวิตนั้น ไม่ใช่การแต่งตัวมาที่ทำงานตอนเช้า ทำงานที่เคยได้รับการมอบหมายไป คุย เคี้ยวของว่าง พักเที่ยง กลับมาทำงานต่อ แล้วกลับบ้าน แต่นั่นจะเรียกว่าการทำงานเหมือนกันก็ตาม

แต่ ‘การทำงาน’ หมายถึงการทุ่มเทความคิดสร้างสรรค์ กำลังใจ

อดทน ไม่จู้จี้จุกจิกต่อปัญหา แก้ไขได้เสมอ ทำด้วยจิตวิญญาณทั้งตัวและหัวใจ
จนงานนั้นเสร็จสิ้นลง เมื่องานผ่านไปแล้วได้รับความรู้สึกที่ชีวิตได้รับการเติม
เต็ม นั่นแหละคือ ‘การทำงาน’

ถ้าคุณเคยดูเบื้องหลังของหนังใหญ่สักเรื่อง เขาจะแยกสัมภาษณ์แต่ละ
แผนก เช่น การคัดเลือกนักแสดง ออกแบบเสื้อผ้า ออกแบบฉาก ผู้กำกับ
 ฯลฯ แต่ละตอนนั้นมีรายละเอียดที่น่าแปลกใจอย่างนึกไม่ถึงมากมาย เช่น
หนังไททานิก ผู้กำกับต้องการลายของพรหมที่เหมือนของเดิมจากเรือที่ล่มไป
ความจริงในหนังจะเห็นลายนั้นได้อย่างไร นางเอกวิ่งไปมาบนพรหมคนดูจะ
เห็นลายบนพรหมนั้นหรือ

แต่เมื่อทุกอย่างที่ ‘สุดๆ’ นี้รวมเข้าด้วยกัน ผลที่ออกมาก็ยอดเยี่ยม
จนไม่มีใครปฏิเสธได้

หนังบางเรื่องฉากและรูปแบบปกติธรรมดาเหมือนในชีวิตประจำวัน
ของเรา แต่อารมณ์ตามท้องเรื่องนั้นก็ลึกซึ้งมาก จนได้รับการชื่นชม

ระยะหลังฉันมักจะเลือกดูหนังที่เกี่ยวกับชีวิตคน อาจเป็นคนจริงที่มี
ตัวตนหรือคนที่ถูกเขียนขึ้นก็ได้ เช่น เดอะบิเวอร์ หนังที่แสดงถึงผู้ชายที่เป็น
โรคซึมเศร้าอย่างหนัก หรือประวัติของอัลเฟรด ฮิตช์ค็อก

การดูชีวิตของคนอื่นแม้จะเป็นหนังที่เขียนขึ้น แต่ก็ทำให้เห็นชีวิตและ
ความคิดของตัวเราได้มากที่สุด และให้การเรียนรู้โลกว่าบางอย่างที่เราคิด
ว่าเราเป็นคนเดียวนั้น คนอื่นเขาก็เป็นและเป็นยิ่งกว่าเราที่มี อย่างน้อยเราก็
ไม่ได้เป็นมนุษย์ต่างดาวบนโลกนี้อีกต่อไป

แม้ทุกคนที่ร่วมงานในหนังจะทุ่มเทกันสุดชีวิตแล้วตามวิธีการทำงาน
ของฝรั่งที่นอกจากจะอยากทำงานอย่างดีแล้วยังกลัวตกรางด้วย แต่ที่สุดแล้ว
คนที่ได้รับรางวัลก็คือคนที่จะปลื้มใจในผลการทุ่มเทของตัวเองได้มากที่สุด

ดังนั้น คนที่ได้รับรางวัลจึงขึ้นไปด้วยความตื่นเต้นใจในชีวิตของตัวเอง
อย่างมากมาย

และทุกคนจะขอบคุณผู้เกี่ยวข้องที่ทำให้เขามีวันนี้
เพราะเขาตระหนักดีว่าเขามีวันนี้มาโดยลำพังไม่ได้

ซึ่งสิ่งนี้ก็เป็นที่เราควรจะได้เรียนรู้เพื่อลดอีโก้ที่เราแสดงฤทธิ์กันอยู่
บ่อยๆ เหมือนกัน

การได้ดูออสการ์เหมือนได้ให้สิ่งดีๆ กับวันของเราที่ได้เห็นและชื่นชม
กับความสำเร็จของคนอื่น เป็นโมฆะแห่งความงมงายของความสำเร็จ ทำให้
จิตใจของเราฉ่ำไปด้วยความยินดี

ปีละครั้ง เหมือนของขวัญวันปีใหม่

นี่เป็นสิ่งดีๆ ที่ไม่ต้องไขว่คว้าหามาเลย เพียงแค่เปิดทีวีดูก็ได้แล้ว

ขอบคุณผู้จัดการถ่ายทอดทีวีด้วยตรงนี้นะคะ

ขอบคุณค่ะ



ชิชี

ครั้งแรกที่ฉันไปยุโรปทีเดียวยหลายประเทศแบบที่ทัวร์นิยมจัดกัน คราวนั้นฉันได้ไปพระราชวังเชลบนของออสเตรียด้วย ระหว่างการเดินทางไปบนถนนเส้นสวยงามผ่านท้องทุ่งยุโรป ไกด์ก็เล่าเรื่องราวในอดีตให้ฟังได้ตลอดสามชั่วโมง

ในสามชั่วโมงนั้นมีความยิ่งใหญ่เกรียงไกรของพระนางเทเรซ่าผู้เชี่ยวชาญในการแผ่ขยายอำนาจราชอาณาจักร และเป็นแม่ยายของยุโรป เนื่องจากพระนางมีลูกสิบหกคนและลูกสาวถูกส่งออกไปแต่งงานกับบรรดาเจ้าชายของดินแดนต่างๆ

ในคำบรรยายเหล่านั้นมีประโยคสั้นๆ ประโยคเดียวที่พาดพิงถึงหญิงงามนามชิชีว่า

“เป็นเจ้าหญิงเสรีที่ชอบนั่งรถม้าออกไปเที่ยวตามชนบทตลอดปี”
ท่ามกลางสิบปีนั้นจะได้ที่ฉันกลับมาที่พระราชวังเชลบนอีกครั้ง
พระราชวังยังคงงามประทับใจเหมือนเดิม แต่มีดอกไม้ดอกหนึ่ง
เบ่งบานขึ้นมาท่ามกลางประวัติศาสตร์โบราณ ชิชี

ชิชี ไม่ได้มีคำนิยามเพียงประโยคเดียวอีกต่อไป

คราวนี้เธอมีทั้งนิทรรศการ ภาพที่ระลึก ตุ๊กตาตัวแทนของเธอ และอื่นๆ อีกมากมาย

ชิชีเป็นราชินีแสนสวยที่ครองราชย์คู่กับเจ้าชายบุตรของเทเรซ่าในยุค

ต่อมาจากแม่ และเมื่อฉันไปยังการี ได้เที่ยวที่ป้อมปราการชาวประมง ซึ่งมีวิหารแมทเธียสอยู่ในบริเวณเดียวกัน ก็ยังมีคำอธิบายจากไกด์ว่าเป็นวิหารที่ จิซึมาทำพิธีในวันสำคัญเสมอที่นี่ เธอเป็นราชินีในดวงใจผู้เป็นที่รักของชาว ยังการีด้วย และเธอยังเป็นราชินีสองมงกุฎเพราะปกครองทั้งออสเตรเลียและ ยังการีพร้อมกัน

ฟังดูเป็นคนสำคัญมากเลยแฮะ

พระราชวังเชิลบุนนั้นเก่าแก่ แนนอนนักท่องเที่ยวไม่ไปไม่ได้ แต่ กระนั้นก็ใช้จะหยิ่งอยู่กับสถานที่อย่างเดียว เขายังต้องหาจุดขายใหม่ๆ เพื่อความสดใสแปลกใหม่ให้ดึงดูดนักท่องเที่ยวด้วย

คราวหนึ่ง ฉันไปเที่ยวอยุธยาแบบวันเดียว อาจารย์ประวัติศาสตร์ผู้นำ การเที่ยวเล่าในระหว่างทางว่า

ที่พม่ามีจุดหนึ่งที่คนไทยชอบไปเที่ยวและทำให้พม่าสงสัยว่าเที่ยวอะไร คำตอบคือคนไทยไปดูสถานที่ที่คิดว่าจะเป็นที่อยู่ของพระนางสุพรรณกัลยา ผู้เป็นพี่สาวของพระนเรศวร พม่าไม่รู้จักพระนาง แต่ไม่เป็นไร ถ้าคนไทยอยาก เที่ยว เขาก็สร้างบ้านขึ้นมาหลังหนึ่งเลยแล้วบอกว่า นี่ไง บ้านที่พระนางอยู่ มาเที่ยวสิ แล้วพม่าก็รับทรัพย์ไปเพียบจากคนไทยที่แห่กันไปตรึม

นี่ก็เป็นจุดขายของพม่าเหมือนกัน

นี่เป็นปรากฏการณ์ของสังคม อนิจจัง ไม่เที่ยง

ยามมีชีวิตอยู่ สิ่งที่เราทำล้วนซ่อนเหตุผลอยู่ในใจ เรารู้ว่าเราทำอย่างนี้ไปเพราะเหตุนี้ เราทำอย่างนั้นไปด้วยเจตนาอย่างนั้น สิ่งที่แสดงออกไปเท่านั้นที่จรรีกรเป็นประวัติศาสตร์เกี่ยวกับตัวเรา ความลับยังเป็นความลับและ ตายไปพร้อมกับเรา

เมื่อเราตายไป ชีวิตเป็นของเรา แต่ประวัติของเราเป็นของคนอื่น

และมันเปลี่ยนได้

วันหนึ่งเธอเป็นสาวสวยที่ไม่ค่อยรับผิดชอบอะไร ชอบนั่งรถม้าเที่ยว ไปในชนบทตลอดปี



- ตุ๊กตาซีซี สัญลักษณ์แทนสาวงามที่เคยเป็นคนสำคัญ และเมื่อกาลเวลาผ่านไปวันนี้เธอกลับมาเป็นคนสำคัญอีกครั้ง และใครๆ ก็ยังรักเธอ

อีกวันหนึ่งเธอเป็นราชินีสองมงกุฏ เป็นราชินีในดวงใจ เป็นที่รักของ
ประชากรราษฎรทุกคน

เป็นดอกไม้ดอกใหม่จากรากของต้นเก่าในวันเวลาที่เชลขุนต้องการ
ให้เธอทำหน้าที่เรียกร้องความสนใจของนักท่องเที่ยวนะ

แต่เธอไม่ได้รับรู้ถึงเรื่องนี้หรอก

และไม่ว่าเธอจะเคยทำอะไรหรือไม่เคยทำอะไร เพราะอะไร

ความลับนั้นยังคงอยู่กับเธอตลอดไป

จ๊ะจ๋า



คนดีของใคร

อาจารย์วสิน อิศระ เคยตั้งคำถามให้ผู้เรียนธรรมะวันอาทิตย์อภิปรายกันว่า

‘ความดีคืออะไร’

สนุกสนาน แต่ละคนมีความคิดมาเสนอ เป็นการเรียนที่เพลิดเพลิน ไม่มีคำตอบที่ถูกต้องที่สุดหรอก เพราะความดีนั้นมันไม่ใช่ความจริงไม่เป็นสังขธรรม

สังขธรรมนั้นเที่ยงแท้ เกียจไม่ได้ ไม่มีภาษากำกับ เช่น ไฟร้อน ไม่ว่าจะเรียกภาษาอะไร ฟังกันไม่รู้เรื่อง แต่ลองเอามือแหย่เข้าไปสิ ทุกชาติทุกภาษาร้อนมือพองกันหมด นั่นคือความจริงแท้

แต่ความดีนั้นไม่ใช่ ความดีในความเห็นของคนหนึ่งอาจไม่ใช่ความดีของอีกคนหนึ่ง มันขึ้นกับปัจจัยหลายอย่าง และตามเงื่อนไขที่ต่างกัน

ความดี ความถูกต้อง คนดี เป็นนามธรรม จับต้องไม่ได้

เมื่อมีใครทะเลาะกันรุนแรง ต่างฝ่ายต่างว่าอีกฝ่ายผิด

มีคนถามฉันว่า ใครผิด

ฉันตอบว่า ‘ถูกทั้งคู่’ เขางงมาก มองหน้าฉันอย่างแปลกใจ

ก็จริง ถูกทั้งคู่ ถูกตามทัศนคติของตนเอง ความดีของอีกฝ่ายไม่มี ทั้งสองมีแต่ความเข้าใจมอบให้กัน

ต้องรอให้กาลเวลาเยียวยา เมื่อความเหงาตอบแทนการกระทำ เมื่อ

ความคุ้นเคยในชีวิตบางอย่างติดขัด ความดีบางอย่างที่เคยได้รับก็ลอยกลับเข้ามาในความคิด ทศนคติเริ่มมองเห็นทางออกที่หน้าต่าง หลังจากเพ่งอยู่แต่ประตูที่ปิดไว้

ชีวิตคู่ก็มีทะเลาะกันบ้าง หนังสือเรื่องหนึ่งเป็นประวัติของยิบมัน (อาจารย์ของบรูซ ลี) เล่าว่า ภรรยาของเขาเป็นคนพูดน้อย เธอบอกว่า

“ยิ่งพูดมากก็ยิ่งเจ็บปวดมาก”

ชีวิตคู่ก็เหมือนฤดูกาล

บางเรื่องต้องพูดมากอธิบายมากเหมือนใบไม้ร่วง

บางเรื่องต้องเก็บไว้เป็นฤดูหนาวอันเยียบเย็น ความอดทนคือเปลวไฟที่ช่วยพยุงใจ

บางเรื่องปลอบใจกันดูสายฝนอันฉ่ำเย็น

บางเรื่องเพื่อป้องกันภัยต้องปะทะจุดแดดเที่ยงในฤดูร้อน

ความดีที่มีให้กันสม่ำเสมอจะเท่กลมชีวิตคู่ให้อ่อนโยน

ต่างคนจะเห็นความดีร่วมกันได้

ที่สำคัญความดีของคนหนึ่งคือการยอมให้อีกคนหนึ่งภูมิใจในความดีของเขาเอง มนุษย์ทุกคนต้องการการชื่นชม และอยากแน่ใจว่าเขาเป็นคนดีของเรา แม้จะเป็นคนดีในแบบของเขาที่ไม่เหมือนใครก็ตาม

อาจารย์ระพี สาคริก เขียนไว้ในหนังสือ ปรัชญาธรรม ว่า

“ใครทำอะไรก็แล้วแต่

ผลที่ปรากฏย่อมอยู่ที่ใจตัวเอง

แล้วคงเห็นความจริงได้ว่า

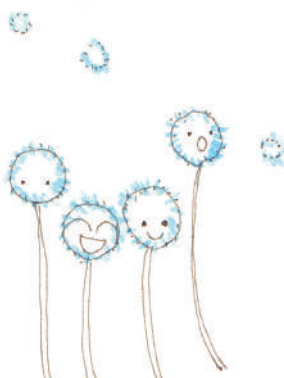
การถือสาหาความว่าสิ่งนั้นผิดสิ่งนี้ถูก

ในที่สุด ก็คงเปิดเผยออกมาให้รู้ความจริงว่า

ความถูกผิดไม่มีในโลก

คงเหลืออยู่แต่เพียงความจริง

ที่อยู่ในจิตใจของแต่ละคน”



ฝันที่เป็นจริง

หลายปีก่อน หนังสือที่ดังมากเล่มหนึ่งคือ เดอะ ซีเคร็ต ทำให้คนอ่านหาล้านคนตื่นตัวที่จะลุกขึ้นมาว่าความฝันที่ดูเหมือนจะเป็นจริงได้ง่ายๆ ด้วยการใช้กฎแห่งแรงดึงดูดที่ว่า ‘สิ่งที่เหมือนกันจะดึงดูดกัน’ หลังจากนั้นก็มีหนังสือตามมาอีกเป็นพรวนจากผู้ร่วมเป็นวิทยากรใน เดอะ ซีเคร็ต ที่ต่างก็ออกหนังสือมาขายดิบขายดีตามกระแสที่ยังเขียวแรง

และแม้กระแสจะเอื่อยอ่อนลงแล้ว ก็ยังมีออกมาเล่มสองเล่มประปรายเล่มล่าสุดออกมาในเดือนพฤษภาคม

โดยเนื้อหาส่วนใหญ่ก็ยังวนอยู่กับไม้หลักที่ปักไว้แต่แรกเริ่ม
สิ่งสำคัญที่พยายามบอกว่าเป็นความแตกต่างก็อยู่ที่ผู้เขียนใช้คำว่า ‘แรงด้าน’

ความจริงเรื่องแรงด้านนี้ก็มิเล่าๆ ไว้ในหนังสือเหล่านั้นแล้ว เพียงแต่ไม่ได้ใช้คำนี้

กระนั้นก็ตาม ก็ขอเอามาเล่ากันเล่นในยามบ่ายพอเพลินๆ

กฎของแรงดึงดูดบอกว่า สิ่งที่เหมือนกันจะดึงดูดกัน เช่น

- ถ้าคุณทุกขใจอยู่บ่อยๆ และเฝ้าวนเวียนอยู่กับเรื่องทุกขนั้น จักรวาลก็จะเข้าใจว่าคุณชอบ ดังนั้น มันก็จะดึงดูดเรื่องใหม่ๆ มาให้คุณได้ทุกขใจ
- ถ้าคุณเห็นคนอื่นประสบความสำเร็จแล้วร้อนใจอิจฉา ไม่มีความสุข

จักรวาลก็จะเข้าใจว่าคุณไม่ชอบความสำเร็จแบบนั้น ทำให้คุณทุกข์ใจทุกครั้งทีพบเรื่องราวความสำเร็จ มันก็จะดูแลคุณไม่ให้ต้องทุกข์ใจ ด้วยการไม่ยอมให้คุณประสบความสำเร็จ มันจะสร้างและนำพาอุปสรรคมาให้มากมาย จนกว่าคุณจะล้มเหลว

- ถ้าคุณคิดอย่างใดแล้วมีความสุขทุกวัน จักรวาลก็จะหาอะไรให้เข้ามาทำให้คุณมีความสุขเพิ่มขึ้น

ดังนั้น เขาจึงสอนว่า ให้เราตั้งจุดบรรทัดฐานในใจไว้ในเรื่องที่เราต้องการ เพื่อดึงดูดสิ่งที่เราต้องการเข้ามา

แล้ว ‘แรงต้าน’ คืออะไร

สมมุติว่าคุณอยากมีเงินห้าล้าน คุณประกาศส่งคลื่นความปรารถนาไปให้จักรวาลรับรู้ อาจจะโดยเขียนแปะไว้หน้ากระจกให้เห็นทุกวัน ซีร็อกซ์เช็คที่ลงชื่อคุณเป็นคนรับเงินตามจำนวนเงินที่ต้องการวันที่ที่คุณต้องการ

โดยทฤษฎี จักรวาลก็จะรับรู้คลื่นที่คุณส่งไป แล้วก็จะ ‘จัดสรรช่องทาง’ ต่างๆ ให้ค่อยๆ เข้ามาหาคุณ เช่น พบเพื่อนเก่าที่ห่างหายไปนานโดยบังเอิญ และเขาทำงานเกี่ยวกับงานที่คุณถนัด แล้วบังเอิญเขากำลังมีลูกค้ารายใหม่แนะนำให้คุณ ทำให้คุณสามารถสร้างเงินจากงานนั้นๆ ได้ คร่าวๆ ดังนี้ เป็นต้น

‘แรงต้าน’ ก็คือ แม้คุณจะประกาศออกไปแล้ว แต่ลึกๆ ในใจคุณเองต่างหากที่แอบแย้งว่า “มันจะเป็นจริงได้อย่างไร” ซึ่งแรงต้านนี้มีพลังมาก มันทำให้ไม่มีอะไรเกิดขึ้น ซึ่งในที่สุดคนอ่านที่กระตือรือร้นทั้งหลายก็เริ่มคลายความตื่นเต็นลงและกลับไปมีชีวิตที่ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง

แน่นอน เป็นไปไม่ได้ว่าพอวันนี้คุณประกาศว่าฉันต้องการเงินห้าล้าน แล้วพรุ่งนี้ก็มีเงินห้าล้านมากองที่หน้าประตูบ้าน

มันมาตามความเป็นจริง มันใช้เวลา มันใช้ความเชื่อมั่นของคุณ มันใช้ความสังเกตเห็นสัญญาณที่จักรวาลส่งมา และถ้าคุณมันคงพอ มันจะตอบแทน

คุณอย่างที่คุณต้องการ

นี่คือสิ่งที่คุณต้องจ่าย ของทุกอย่างมีราคา ไม่มีอะไรฟรี

เคล็ดลับของการใช้ถ้อยคำ

เมื่อคุณพูดประโยคที่คุณคิดออกไป จักรวาลจะสนใจรับรู้เพียงคำที่เป็นใจความสำคัญ แต่ไม่รับรู้ความอยากไม่ยากของคุณ เช่น

ฉันไม่อยากไปสาย

ใจความสำคัญคือไปสาย จะอยากหรือไม่อยาก ไม่รับรู้ มันจะทำทุกอย่างให้คุณได้ ‘ไปสาย’

คุณต้องเปลี่ยนเป็น ‘ฉันอยากไปเช้า’ มันจะทำให้คุณได้ ‘ไปเช้า’

เราอยู่ในสังคมมาเนิ่นนานจนถึงวันนี้ กระแสของตัวเราดึงดูด ‘ความสอດคล้อง’ กับกระแสของคนอื่น ดังนั้นจึงมาอยู่ร่วมกันได้

หาก你不ชอบกลุ่มที่คุณอยู่ด้วย ไม่ใช่คุณจะไปเปลี่ยนคนอื่น แต่ต้องเปลี่ยนตัวเองให้ “สอດคล้อง” กับกลุ่มใหม่ที่คุณอยากไปอยู่ด้วย

คุณคิดว่าลูกน้องเอื่อยเนือยเหลือเกิน คุณเองก็เบื่อหน่ายและคิดว่าจะต้องเป็นเช่นนี้ไปอย่างไม่มีวันเปลี่ยนแปลง

ตัวคุณเองก็บ่นในใจแบบนี้ตลอด ดังนั้น คุณได้ส่งกระแสคลื่นออกไป และดึงดูดคนเอื่อยเนือยใหม่ๆ ให้เข้ามาสมัครงานอยู่กับคุณ

ถ้าคุณเชื่อมั่นไม่สงสัย (ไม่มีแรงต้าน) ส่งคลื่นชื่นชมคนเก่งๆ ออกไป เจอลูกน้องคนไม่เก่งก็ไม่เก็บมาซุกในใจกอดไว้แน่น จงปล่อยวาง ไม่นึกถึงเขา บ่อย หรือคิดถึงด้านดีของเขาแทน ไม่ต้องคิดส่งความชื่นใจออกไป รักษาใจตัวเองให้เบิกบานเข้าไว้ ชื่นชมคนที่เก่งอยู่ในใจเรื่อยๆ ลูกน้องใหม่ๆ จะดีขึ้นเรื่อยๆ หรือแม้แต่ลูกน้องเก่าจะดีขึ้นได้เหมือนกัน

ทุกอย่างอยู่ที่กระแสคลื่นที่คุณส่งออกไป

พูดง่ายๆ คุณเป็นคนเขียนแบบสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตคุณเอง

เอาธรรมะของเรามาใส่ก็คือ “พุทฺธิ คิตฺติ ทำดี จะพบแต่สิ่งดี” นั่นเอง

คุณโตม วุฒิชัย นักเขียน เคยเล่าว่า เขาเขียนไว้บนผนังบ้านว่า “ชีวิตฉันพบความสำเร็จมากขึ้นเรื่อยๆ” หลายปีผ่านไป สิ่งเหล่านั้นก็เกิดขึ้นจริงๆ ความสำเร็จทยอยมาเรื่อยๆ เรื่องแล้วเรื่องเล่า

ถ้าเรามีความฝัน เราต้องทำอะไรบ้างเพื่อแลกกับการได้ความฝันมา ไม่มีความฝันที่ผุดขึ้นมาเองโดยไม่มีที่มาที่ไป เมื่อต้องการผลย่อมต้องสร้างเหตุก่อน

คนที่ไม่ทำอะไรเลย ย่อมไม่ได้อะไรตอบแทน

คนที่ไม่เคยมุ่งมั่น ย่อมไปไม่ถึงไหน

คนที่ไม่อดทนพอ ย่อมได้อะไรน้อยกว่าที่อยากได้

คนที่อยากได้ของขวัญจากจักรวาล ย่อมต้องแสดงก่อนว่าตนเป็นผู้สมควรได้รับ

หลังจากนั้น

ความฝันจะกลายเป็นความจริง





- ในสวนสาธารณะเป็นที่พักผ่อนหย่อนใจ เมื่อมีเปียโนให้ ก็มีผู้เข้าไปเล่นเพลงเพิ่มความมีสีสันให้กับสวนทำให้มีความสุขเพิ่มขึ้น วันเวลาที่แสนดี

รักตัวเองบ้าง

พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล เทศน์ไว้ในบทชื่อ รักตัวเองให้เป็น ว่า
(ถอดความมา ไม่ใช่ถอดถ้อยคำ)

ถ้าเรารักตัวเองเราต้องไม่ยอมให้อารมณ์มาทำร้ายตัวเอง เช่น บางทีเรื่องผ่านไปแล้ว เราก็ไปติงกลับมาคิดแล้วทุกข์ หรือเรื่องยังไม่เกิด ก็คิดแล้วกังวลจนทุกข์ เวลาที่ทุกข์ใจใครมาชวนไปเที่ยวชวนไปออกกำลังกายหรือชวนไปไหนก็ไม่ไป อยากจะจมอยู่ในความเศร้านั้น

การรักตัวเองที่ถูกต้องกลับมาดูแลจิตใจ จึงต้องภาวนา หมั่นตามดูรู้ใจ เพื่อไม่ให้อารมณ์อกุศลเข้ามาทำร้ายจิตใจ เพื่อป้องกันหัวใจไว้ไม่ให้ต้องพบความทุกข์ เพื่อจำกัดขนาดของความทุกข์ไว้ไม่ให้ขยายตัว โดยรู้จักปล่อยวาง เช่นเงินหาย ก็ให้หายแต่เงินอย่าให้ใจแยไปอีก ขอให้ใคร่ครวญ ไม่ใช่คร่ำครวญ ใคร่ครวญหาว่าอะไรเป็นเหตุทำให้เงินหาย ต่อไปอย่าทำอย่างนั้นอีก

สติช่วยจำกัดความทุกข์ไม่ให้ลามถึงใจ

มีเหตุร้ายอย่าเอาสมาธิถมตัวเอง ปล่อยให้ผ่านไป ที่เราทุกข์เพราะเอาสมาธิกลับมาทับถมตัวเองเหมือนฉวยเศษแก้วมากำจนเล็ดไหล โทะษแก้วไม่ได้ แก้วมันอยู่เฉยๆ แต่เราไปกำมันไว้เองจึงเล็ดไหล คำพูดของคนอื่น ความจำอันเจ็บปวด เหล่านี้คือแก้ว เราต้องสลัดมันทิ้งออกจากมือ อย่าไปกำมัน นั่นคือสลัดอารมณ์อกุศลออกไปจากใจ ก็จะช่วยให้หายทุกข์ได้

นั่นคือเหตุผลที่เราต้องภาวนา

ฉันชอบบทเทศน์นี้มาก และยอมรับว่าที่คนเราทุกข์กันทุกวันนี้ก็เพราะเราเป็นอย่างที่ท่านเทศน์

ฉันเคยถามตัวเอง เราารู้สึกรักตัวเองบ้างไหม คำตอบคือ ถ้าเป็นความรู้สึกตรงๆ นะไม่เคย

แต่เรารักตัวเองในรูปแบบแฝงเร้น เช่น เราบอกว่าเรารักใครสักคน จังเลย ความรู้สึกของเราคือส่งความรู้สึกพุ่งไปที่เขา ดังนั้น เราจึงมีคำนิยามๆ ว่า “ฉันขาดเธอไม่ได้”

แต่ถ้าเราถามนิยามนั้นต่อ ถ้าขาดแล้วจะเป็นอย่างไร “ฉันจะตาย” เธอกลัวตายหรือกลัวขาดเขาเล่า

มันคือรูปหนึ่งของความรักตัวเองที่หลบอยู่อย่างมิดชิด ในที่สุดถ้าขาดเขาไปจริงๆ เราก็ไม่ตาย เพราะเรารักตัวเอง เราอยากมีชีวิตอยู่

วิทยากรคนหนึ่งของหนังสือดัง เดอะ ซีเคร็ต พูดเรื่องนี้ว่าเธอเคยเกลียดตัวเองมากในสมัยวัยรุ่น จากการที่เธอเป็นนักเรียนผิวดำผมหยิก แต่ต่อมาเธอได้เรียนรู้หลายอย่างที่จะเปิดชีวิตตัวเองและรักตัวเอง เธอมองตัวเองเปลี่ยนไป เธอเล่าว่า

“ฉันมองตัวเองในกระจก ฉันรักผมที่หยิกสวย ผมสีน้ำตาลของผม ฉัน รักแววตาที่สดใส รอยยิ้มที่เปิดความสว่างไสว ฉันรักเธอนะ” เธอพูดกับเงาในกระจก

แล้วเธอก็เป็นนักพูดให้กำลังใจที่มีงานมากมาย

ชีวิตของเราเป็นไปตามความคิด

วันหนึ่งฉันได้รับโทรศัพท์จากคนแปลกหน้า เป็นผู้หญิงเสียงเศร้า เธอเล่าเรื่องให้ฉันฟัง

เธอแต่งงานแล้ว และสามีไปมีความสัมพันธ์กับผู้หญิงคนหนึ่ง ในเวลาต่อมาไม่นาน สามีก็ออกจากบ้านไปอยู่กับผู้หญิงคนนั้นอย่างเปิดเผย นับว่าเล็กกับเธอไปโดยปริยาย

ผู้หญิงคนนั้นเก่ง ทำงาน และให้สามีอยู่บ้าน ไม่ต้องทำงาน

การที่เขามีเวลาว่างทั้งวันก่อนที่ภรรยาจะกลับจากทำงาน ทำให้เขา
หวนกลับมาหาเธออีก มาชวนไปกินข้าว ไปหาที่นั่งคุยกัน และเธอก็ไป

แต่เธอก็ไม่แน่ใจว่าชีวิตจะเป็นอย่างไร เธอคิดว่าจะไม่ไปอีก แต่พอ
เขามาเธอก็ไป

เธอถามความเห็นฉันว่าควรจะทำอย่างไรดี

ฉันตอบว่ามันเป็นชีวิตของเธอ เธอเลือกได้ คำตอบของฉันจะไม่มี
ประโยชน์อะไรถ้ามันไม่ตรงกับใจของเธอ เธอแน่ใจมัยว่าต้องการคำตอบ หรือ
เพียงต้องการคำสนับสนุนในสิ่งที่คิดไว้แล้ว

เอาเป็นว่าเรามาดูหลักการกันเฉยๆ ก็แล้วกัน

เราต้องตั้งเข็มทิศไว้ก่อนว่าเราจะให้ชีวิตที่ดีกับตัวเองมัย ถ้าเรา
ต้องการเราก็จะเดินไปตามทางนั้น ไม่ว่ามันจะถูกใจหรือไม่ก็ตาม และต้อง
ใช้นัยกับความเข้มแข็งพอสมควร

คุณเคยเป็นเมียหลวงและสามีมีชู้ วันนี้คุณเป็นคนโสด เราต้องยอมรับ
ว่าสถานะวันนี้เขาไปมีเมียใหม่แล้ว และที่แย่กว่านั้น คุณกำลังเป็นชู้กับเขา
แทนเสียแล้ว ถ้าคุณยังอยู่ในสภาพนี้ต่อไป วันหน้าคุณก็จะเป็นเมียน้อย

ผู้ชายที่ทิ้งคุณไปได้ ผู้ชายที่อยู่บ้านเฉยๆ ให้เมียเลี้ยงได้ ผู้ชายที่มา
แก้เหงากับคุณ เขาให้อะไรคุณมากกว่านี้ไม่ได้ ไม่มีวันที่เขาจะกลับมาเย
จกับคุณ เขาสบายแล้ว เพียงแค่เหงาวันละไม่กี่ชั่วโมง

คุณจะหวังอะไรจากเขาหรือ โรแมนติกไปวันๆ อย่างไม่ค่อยสบายใจ
ด้วย

ฉันรู้ว่าคนเราเวลาที่ใจมันรักมันผูกพันนั้นเป็นอย่างไร มันทรมาณ
แต่คุณยังสาว ยังมีชีวิตอีกนาน คุณจะให้ตัวเองอยู่ในสภาพนี้ไปนาน
เท่าไร

คุณคิดมัยว่าถ้าคุณเป็นอิสระจากเขา ทำชีวิตให้ดี ทำใจให้เข้มแข็ง
อยู่ด้วยตัวเองให้ได้ วันหนึ่งคุณอาจจะได้พบคนที่ดีกว่านี้ มีชีวิตที่ดีกว่านี้

ฉันหวังว่าคุณจะให้สิ่งดีๆ กับตัวเองได้

สายใยความรักในหัวใจคนเป็นเรื่องยากที่สุดที่มนุษย์จะพึงพบ

หรือบางทีอาจเป็นกฎแห่งกรรมที่ตามเรามา

สมัยเด็ก คนข้างบ้านฉันถูกผีวเตะทุกวัน ไม่ได้เตะทีเดียวนะ เสีย
ร้องให้คร่ำครวญดังมาอย่างน่าสงสาร แต่เธอไม่เคยหนีไปไหน นานๆ หนี
ไปต่างจังหวัด ไม่กี่วันผีก็ตามกลับมาอยู่ด้วยกัน บางวันนั่งชานบ้านคุย
กระหุงกระหิงรารรักกันปานจะกลืน พอเย็นๆ ก็ถูกเตะอีกหลายที

เรารักตัวเองกันมัย เราไม่ค่อยรู้สึกหอรก มันอ้อมไปไกล เรารู้สึกรักคน
อื่น รักอย่างอื่น รักของอื่น ทุ่มออกไปไกล เราไม่ค่อยจะจับได้ว่ารักของมัน
ที่ฝังอยู่ใต้ดินคือความรักตัวเอง

เรารู้แต่ว่าเราทุกข์เหลือเกิน จนกว่าเราจะได้อยู่ในอ้อมกอดของ
พระธรรม และมองดูตามที่ท่านชี้ว่าเราทุกข์เพราะรักตัวเองไม่เป็น เราต้อง
เชื่อธรรม ศรัทธาธรรม และทำตามที่ท่านสอน เราจึงจะรู้ว่ารักตัวเองนั้นทำ
อย่างไร รักตัวเองนั้นป้องกันทุกข์ใจให้ตัวเองได้อย่างไร และการสลัดอารมณ์
ทุกข้อออกจากใจนั้นวิเศษแค่ไหน และอย่างที่พระอาจารย์ไพศาลบอกไว้

นี่คือเหตุผลที่เราต้องภาวนา



เงาที่ซ่อนอยู่

เมื่อเรายืนอยู่ในแสงสว่าง เงาของเราจะทอดยาวอยู่เบื้องหลัง มีคำบอกว่า
6 เมื่อเราอยู่ในที่มืด เงาจะหายไป ความจริงเงาไม่ได้หายไปไหน มันยังคงอยู่
เพียงแต่เรามองไม่เห็นเพราะมันมีสีเดียวกับความมืด

หนังสือไรเตอร์ฉบับธันวาคม 2556 เป็นอีกหนึ่งความพยายามของ
คนทำสัมภาษณ์ที่จะมองให้เห็นเงาในความมืดของ ปกรณ์ พงศ์วรภา คนที่
ทำหนังสือด้วยจิตวิญญาณของคนรักหนังสือมายาวนานเกือบสี่สิบปี มีคนมา
สัมภาษณ์เขาหลายครั้งแล้ว แต่โฟฉายที่พกมาด้วยก็มักจะอ่อนแสง ใครเล่า
จะเห็นเงาในความมืดของเขา

และในอีกความจริง บทสัมภาษณ์ของทุกคนในโลกนี้ก็ล้วนไม่สามารถ
เห็นเงาในความมืดของผู้ให้สัมภาษณ์ได้

มีสาเหตุหลายประการที่ทำให้เป็นเช่นนั้น หนึ่งในหลายๆ สาเหตุนี้
เกิดจากทัศนคติของคนสัมภาษณ์ว่ามีระดับต้นเงินหรือลุ่มลึกเพียงใด และ
มาตรฐานของสังคมต่อเรื่องหนึ่งนั้นวางไว้อย่างสูงต่ำเพียงใด

จะเป็นการง่ายถ้าผู้ถูกสัมภาษณ์มีชีวิตอยู่ในส่วนบนของมาตรฐาน
สังคม บทสัมภาษณ์ที่ถูกจำกัดด้วยความยาวของหน้ากระดาษจะพอเพียงที่
ทั้งคนสัมภาษณ์และผู้อ่านจะมองเห็นบางส่วนของเงาในความมืดได้ชัดเจน

แต่ถ้าชีวิตของคนคนนั้นอยู่ใต้เส้นแดงของมาตรฐาน ก็เป็นเรื่องที่ยาก
มาก และสร้างคำถามค้างคาใจให้เกิดขึ้นมากมายตามมาหลังการอ่าน

เนื่องจากปรกรณ์ พงศ์วราภา ทำงานแบบเดินไต่อยู่บนเส้นสีแดงของ
มาตรฐานพอดี เขาจึงเห็นวิวของเส้นแดงนั้นได้มากกว่าใครๆ

ถ้าใครได้อ่านบทสัมภาษณ์ชิ้นนี้ จะเห็นความพยายามของคนสัมภาษณ์
ที่จะเข้าใจความนึกคิดของเขาในช่วงทำนิตยสาร ‘หนุ่มสาว’ หนังสือนู้ดในยุค
สมัย พ.ศ. 2520

สมัยนั้นนิตยสารเล่มนี้สร้างความปวดหัวให้วงการนักอ่านอย่าง
สนุกสนาน

เพราะมันเป็นหนังสือที่ - ผู้ชายอยากอ่านแต่ไม่กล้าถือ เมื่อซื้อแล้ว
ต้องซ่อน แต่ไม่สามารถไม่ซื้อได้ ด้วยความสวยงามของภาพนางแบบนั้นเกิน
จะห้ามใจ เขาต้องซื้อเพราะมันเติมเต็มความฝันเล็กๆ ในส่วนลึกๆ ของเขาได้
ภาพของผู้หญิงแปลกหน้าที่แสนสวย และสบตาเขาด้วยท่าทีเซ็กซี่ขนาดนั้น
เขาจะหาได้ที่ไหนในชีวิตจริง

เพราะมันเป็นหนังสือที่ - มีคอลัมน์ความรู้หลากหลายที่ผู้ชาย
ทันสมัยควรรู้ แลบทความดีๆ จากหนังสือนอกมาให้อ่าน เบื้องหลัง
ภาพยนตร์ ดนตรี หนังสือ ประวัติศาตร์หรือนักกีฬาหรือบุคคลที่ต่อสู้อาจ
ได้รับการยอมรับ สารคดีที่ดีๆ ฯลฯ สมัยนั้นข่าวสารส่งต่อความรู้ได้ด้วย
การแปล มีขั้นตอนที่เชื่องช้า การรวมสาระนั้นรู้ไว้ในที่เดียวกันจึงเป็นความ
สะดวกแก่ผู้อ่านอย่างมาก

ดังนั้น จะว่าเป็นหนังสือไร้สาระหรือมีแต่เรื่องประโลมโลกก็ไม่ใช้
มาตรฐานของวัฒนธรรมอยากจะเอ่ยว่ามันเป็นหนังสือดีถ้าไม่มีภาพนู้ด แต่
เขาเอ่ยว่ามันเป็นหนังสือดีไม่ได้ เพราะมันมีภาพนู้ด

เพราะมันเป็นหนังสือที่ - เป็นสนามเรื่องชั้นเยี่ยมที่นักเขียนต่างรอคอย
วันหนังสือออกกว่ามีเรื่องสั้นของตัวเองลงหรือไม่ ใครๆ ก็ฝันอยากเป็นนักเขียน
เรื่องสั้นและหลายคนก็ฝันจะได้ลงในนิตยสารเล่มนี้

สมัยนั้นการเขียนเรื่องสั้นเป็นกระแสมากจนกระทั่งมีการตั้งคณะ
กรรมการซึ่งเป็นนักวิจารณ์และผู้รู้ช่วยกันคัดเลือกเรื่องสั้นที่ได้รับการตีพิมพ์
ลงในหนังสือต่างๆ ในรอบเดือนโดยหนังสือนั้นไม่ต้องส่งประกวด

ปัญหาของคณะกรรมการก็คือ เรื่องสั้นที่ลงในนิตยสาร ‘หนุ่มสาว’ ได้

รับการคัดเลือกให้เป็นเรื่องสั้นดีเด่นประจำเดือนบ่อยมาก บ่อยมากจนต้องวิจัยกันเป็นบทความยาวๆ ขึ้นมาครั้งหนึ่งว่าทำไมจึงเป็นเช่นนั้น

แม้มาตรฐานของสังคมจะวางไว้ว่าการชอบภาพนู้ดเป็นเรื่องไม่ดี แต่ผู้ชายทุกคนก็ใฝ่ฝันจะได้ดูนางแบบ ทุกคนอิจฉาเขาพลางจินตนาการว่าวันๆ เขาคงจะเปลือยเปลือยกับการมีผู้หญิงมาถอดเสื้อผ้าให้ดูและอยากจะมีโอกาสอย่างนั้นบ้าง

เขาก็เหมือนคนอื่นๆ ตรงที่ชอบดูผู้หญิงสวยๆ และชอบหนังสือนู้ดสวยๆ ซื้อหนังสือเพลย์บอย เพนทีเฮาส์ เยอะมาก แต่เขาเป็นคนมีพรสวรรค์ เวลาที่เอเยนต์พาสาวๆ มาหาที่ออฟฟิศ เขามองปราดเดียวก็รู้ว่าคนไหนเป็นนางแบบได้หรือไม่ได้ เมื่อเขาตอบปฏิเสธไป คนที่มาก็จะว่า อะไรกัน ยังไม่ทันได้ดูเลยก็ว่าไม่ได้แล้ว ดูหน่อยสิ ด้วยความไม่อยากหักหาญน้ำใจ อยากให้ดูก็ดู จะได้รับๆ กลับไป มีงานอื่นให้ทำอีกเยอะ

ครั้งหนึ่งเขาเคยไปร่วมกองถ่ายที่รีสอร์ทแห่งหนึ่ง กว่าจะแต่งหน้าเสร็จก็สองชั่วโมงตามปกติ ตอนนั้นเขานั่งคุยเล่นกับช่างภาพเพื่อรอ หลังจากนั้นเป็นการเตรียมเสื้อผ้าแล้วเริ่มถ่ายทำ อ้าว เขาหายไปไหน เปล่า เขาไม่ได้หายไปไหน เพียงแต่เตียงของรีสอร์ทน่านอนมากเลย เขาหลับไปแล้ว

กลุ่มวัฒนธรรมออกมาบอกว่าผู้หญิงไม่ควรออกมาถ่ายนู้ด มันเป็นการไม่รักเกียรติ แต่เขาเห็นชีวิตของนางแบบที่ส่วนใหญ่ยอมรับว่าเป็นหญิงขายเวลามากมายและยอมรับความจริงว่าเรื่องนี้มันมีอยู่และมีมานานแล้ว มันไม่ใช่การส่งเสริมหรือเหยียบย่ำใดๆ มันเป็นงาน และมีความตั้งใจในการทำงานไว้ว่า หนึ่งภาพที่ออกมาต้องสวย มีระดับ เชิดชูและชื่นชมความงดงามแห่งสตรีที่ธรรมชาติสร้างมา สองจ่ายค่าเหนื่อยอัตราดี สามจ่ายทันที เพราะสาวๆ เหล่านี้มีเงินต่อชีวิตเพียงวันต่อวัน

ถ้าจะเถียงกันเรื่องวัฒนธรรม ผู้หญิงคนหนึ่งเคยพูดถึงชายที่กำลังออกทีวีอยู่ตรงหน้าและพูดเรื่องความดีงามของวัฒนธรรมที่ไม่มีโสเภณีว่า

“โธ่ พี่ ที่พูดอยู่นะ เขาเพิ่งลุกจากอกหนูไป”

มันเป็นเงาในความมืด

ปกรณ์ พงศวราภา มีความย้อนแย้งอยู่ในตัวเองในสายตาคนอื่น แต่

เขาเข้าใจตัวเองเสมอไม่เคยสับสน เขายอมรับความจริงของแต่ละชีวิตที่เดินสวนกันไปมาอยู่ในถนนสังคม

ก่อนหน้านั้นเขาเขียนเรื่องสั้นเกี่ยวกับชีวิตเล็กๆ ของโสเภณีมากมายหลายเรื่อง บางเรื่องได้รับการแปลเป็นภาษาต่างประเทศ ซึ่งได้ข่าวมาว่าผู้หญิงไทยคนหนึ่งพูดกับกลุ่มผู้ทำการแปลนั้นว่า

“ฉันไม่ชอบนักเขียนคนนี้ เพราะเขาเขียนแต่เรื่องโสเภณีในไทย ทำให้ประเทศไทยเสียหาย”

เธอคงไม่อยากให้ใครรู้ว่าในเมืองไทยก็มีโสเภณี

แต่เธอคงมองไม่เห็นความเศร้าและความเจ็บปวดที่ซ่อนอยู่ในชีวิตของผู้หญิงในเรื่องสั้นของเขา

เขา - ที่เข้าใจชีวิตของโสเภณี ทั้งชายและหญิง ชีวิตของนางงาม ตั๊กกระจก ชีวิตของคนเชียร์แขก รวมทั้งชีวิตของคนที่ใช้บริการ

เขา - ที่ยอมรับว่าชีวิตต้องเป็นเช่นนั้น แม้มันจะต้องอยู่ใต้เส้นสีแดงของมาตรฐาน แต่ก็ทำให้ดีได้ตรงจุดที่มันยืนอยู่

เขาพูดว่า “ถ้าคุณจะเป็นโสเภณี คุณต้องดูแลตัวเองไม่ให้เป็นที่บริการลูกค้าให้ดี ไม่ขโมยเงินลูกค้า แต่งตัวสะอาดสะอ้านดูดี คุณก็จะเป็นโสเภณีที่ดี ทุกอาชีพเป็นอาชีพที่ดีได้ ถ้าคุณเป็นนักการเมือง คุณต้องช่วยเหลือประชาชน คุณต้องไม่โกง ถ้าคุณเป็นนักการเมืองที่ไม่ดี ก็สู้เป็นโสเภณีที่ดีไม่ได้”

คนที่คุยกับเขา ถ้าตั้งเป้าหมายก่อนเลยว่าสิ่งนั้นดีสิ่งนี้ไม่ดี จะไม่เข้าใจเขา เพราะสำหรับเขาแล้ว มันไม่มีสิ่งใดที่ดีหรือไม่ดี มีแต่สิ่งที่เป็นไปได้ สิ่งที่ต้องเป็นไปได้ หรือสิ่งที่ยังคงเป็นไปได้

เขาพูดเสมอว่า “ทุกอย่างมันถูกกำหนดมาแล้ว”

เขาไม่สนใจว่าใครจะเข้าใจเขาหรือไม่เข้าใจเขา เขาไม่เคยวิ่งตามหาความเข้าใจจากใคร เขาไม่เคยหวังความเข้าใจจากใคร

ไม่มีใครเห็นเงาของเขาได้ เพราะมันเป็นสีเดียวกับความมืด



หัวใจทอง

ดี

กแล้ว รถแท็กซี่คันนั้นมาจอดที่หน้าบ้าน เขาดีใจอยากจะเข้าบ้านเร็วๆ ด้วยความรู้สึกอยากจะจบวันในห้องนอนอันแสนสุขเสียที วันนี้ยาวนานมากแล้ว

เขายื่นเงินให้คนขับหนึ่งร้อยบาท เพื่อจ่ายค่ารถที่ 95 บาท เขาเอ่ยว่าไม่ต้องทอน

แต่คนขับ่วนอยู่กับการค้นหาเศษสตางค์ทอนในซอกลิ้นชักเล็กๆ ในกระเป๋าางง ในกระป๋องเล็กใส่สตางค์ เขายังนับเงินทอนได้ไม่ครบ 5 บาท

เขาเอ่ยย้ำว่าไม่ต้องทอน แต่คนขับก็ยังคงค้นหาต่อไป และพูดว่า “ไม่ได้ครับต้องทอน ช่วยรอน้อย”

ทันใดนั้น เขาก็ตระหนักว่าเขาผิดไปเสียแล้ว คนขับเขากำลังทำสิ่งที่เขาคิดและเขากำลังทำหน้าที่ของเขาในการค้นหาเงินทอน และเขากำลังซื้อสัตย์ทั้งต่อตัวเองและผู้อื่น

ดังนั้น เขาจึงหยุดรอนรน นั่งคอยด้วยความสงบ จนคนขับรวบรวมเงินได้ครบแล้วยื่นให้เขา เขาจึงรับมา เอ่ยขอบคุณ แล้วลงจากรถ

ขณะเดินเข้าบ้าน เขาคิดทบทวนกรุ่นอยู่ในอก

บางคนเราให้ เขายังไม่รับ แต่บางคนเรบอกไม่ให้ ยังดี้อด้านที่จะขอรับไปให้จนได้ หรือบางคนก็เอาเปรียบเราไปเสียเลยอย่างเจี๊ยบๆ แถมยังคิดว่าถูกต้อง

เป็นความจริงที่น่าขมขื่นจริงๆ

มีอยู่วันหนึ่ง เขาไปถูระแวกคลองถม ยามจะกลับบ้านเป็นเวลาที่สุดโหด เขายืนเรียกรถแท็กซี่

มีแท็กซี่หลายคันที่แมนานนนๆ จะมาสักคัน แต่เมื่อเรียกแล้วก็ปฏิเสธที่จะไป เขายังคงรอคอยต่อไป

นานต่อมา มีแท็กซี่คันหนึ่งโฉบเข้ามา เขาบอกสถานที่ที่จะไป แล้วคนขับก็บอกว่าไม่ไป เขาเอ่ยบอกคนขับยี้มๆ ว่า

“ไม่เป็นไรครับ”

ครูใหญ่ๆ ผ่านไป แท็กซี่คันเดิมหวนกลับมารับเขา ขณะนั่งอยู่ในรถ เขาถามว่าทำไมจึงกลับมารับเล่า คนขับตอบว่า

“ผมคิดว่าจะกลับบ้านแล้ว แต่คุณไม่เหมือนคนอื่น คุณไม่มีอาการโกรธ คุณยิ้มแฉ่งยังพูดจาดีๆ ว่าไม่เป็นไร ไม่ได้ต่อว่าเหมือนคนอื่นๆ ผมขับรถไปแล้วไม่สบายใจ ผมทนที่จะให้คุณยืนรอต่อไปอย่างนั้นไม่ได้ ผมต้องกลับมารับคุณ”

เขาฟังแล้วก็รู้สึกประทับใจ ความจริงเขาพบเหตุการณ์ที่เรียกแท็กซี่แล้วไม่ไปบ่อยมาก จนเขาไม่เข้าใจว่าแล้วมาขับแท็กซี่ทำไม ถ้าไม่ไปแล้วจะไปไหน เขาเคยโกรธมากมายนะ เคยมีครั้งหนึ่งที่เรียกแท็กซี่ไม่ได้แล้วมีตุ๊กๆ คันหนึ่งแวะเข้ามาถามเขาว่าจะไปไหน เขาตอบว่าไป ไปที่ไหนก็ได้ที่คุณกำลังจะไปอยู่แล้ว (จะได้ไม่ต้องบอกว่าบ้านเราเขาไม่ไป) เพียงแต่พาผมออกไปจากตรงนี้ทีเถอะ

มีหลายเรื่องในสังคมนี้ที่เราไม่เข้าใจ

เราไม่เข้าใจว่าทำไมคนขับรถแท็กซี่จึงไม่ไป อ้างว่าส่งรถทั้งวัน

เราไม่เข้าใจว่าทำไมเขาจึงอารมณ์เสียเมื่อรถติด ในเมื่อมิเตอร์ก็ขึ้นตลอดเวลา คนอารมณ์เสียน่าจะเป็นผู้โดยสารที่ต้องเสียเงินเพิ่ม

เราไม่เข้าใจว่าทำไมในรถบางคนจึงเหม็นมาก ทั้งๆ ที่คนขับเองต้องนั่งดมอยู่ทั้งวัน

ซ้ำซ้ำ

มีอยู่วันหนึ่งฉันนั่งแท็กซี่ คนขับไม่รู้จักทางไปบ้านฉัน ต้องคอยบอกทางตลอด และตลอดทางเขาพร่ำบอกรายว่ารู้ทางดีแถบโน้นแถบนี้นะของกรุงเทพฯ ถ้าจะไปที่นั่นจะต้องผ่านที่ไหนไปเลี้ยวซ้ายเลี้ยวขวาที่ไหนทุกเลี้ยวจนถึงปลายทาง แล้วขึ้นทางไปย่านใหม่ บรรยายเหมือนเดิมอีกจนฉันหูอื้อ ภาวนาให้ถึงบ้านเร็วๆ และโทรทัศน์เองที่ไม่กล้าลงเปลี่ยนรถใหม่ (ไม่รู้เพราะอะไรเหมือนกัน คล้ายๆ เกรงใจ)

แต่ไม่ว่าเราจะแข่งกับพฤติกรรมของใคร เขาและฉันก็จะพากันนึกย้อนถึงแท็กซี่หัวใจทองที่ค้นหาเงินทองจนครบ 5 บาทให้ได้คนนั้นเสมอ รวากับว่าการกระทำของคนขับนั้นจะช่วยล้างความขุ่นข้องหมองใจที่คนอื่นกระทำแก่เราลงไปได้ด้วยอย่างน่ามหัศจรรย์ มันช่วยฟื้นฟูความรู้สึกดีดีให้ปรากฏขึ้นมาในใจของเรา และหลุดออกมาจากความขุ่นข้องหมองใจทั้งหลาย

เราไม่รู้ว่าคุณเป็นใคร อยู่ที่ไหน บัดนี้ยุติมีสุขหรือเปล่า แต่เราเชื่อว่าความดีที่อยู่ในใจของคุณจะคุ้มครองคุณให้พบแต่สิ่งดีดี และเราขออวยพรให้คุณพบแต่สิ่งดีดีด้วยอีกแรงหนึ่ง

ขอบคุณ ขอบคุณ และขอบคุณ





- ธรรมชาติมีวิธีแสดงพลังในรูปแบบที่น่าประหลาดใจเสมอ เมื่อฉันพบรากไม้บนกำแพงนี้ฉันรู้สึกถึงความมีพลังของธรรมชาติมากมาย ขอขอบคุณธรรมชาติ

อัศวินในรถแท็กซี่

นานๆ ครั้ง เขาจะแวบเข้ามาในความคิดคำนึง และทุกๆ ครั้งฉันจะสำนึกขอบคุณเขา ภาพที่ฉันไม่เคยลืม

เกือบสามสิบปีมาแล้ว ในบ่ายอันร้อนระอุ ฉันไปที่แห่งหนึ่งที่ถูกโอบล้อมด้วยกำแพงสูง มีเรื่องราวเล็กๆ ที่น่าตื่นตกใจเกิดขึ้นกับฉัน แต่ฉันขอผ่านจุดนี้ไป ฉันวิ่งอย่างรวดเร็วลัดเลาะไปตามอาคารจนถึงประตูใหญ่ในที่สุดฉันก็ถลาออกจากประตูมาสู่ถนนใหญ่ได้สำเร็จ

ความตกใจยังมีอยู่ ฉันบอกตัวเองว่าอยากออกไปจากที่นี่ให้เร็วที่สุดมองไปทางซ้าย พบตบาทึงทอดไปยาวไกล ผู้คนเดินขวักไขว่ ฉันหันมองไปทางขวา อีกไม่ไกล นิดเดียวก็จะเป็นโค้งถนนที่ไปสู่ถนนด้านข้างของกำแพงสูงนั้น บางทีจะหารถง่าย ฉันคิด แล้วออกวิ่งไปหาโค้งถนนนั้นทันที

ฉันหยุดที่มุมถนน ละล้าละลัง หรือจะข้ามถนนไปเลยดีกว่า เอาอย่างไรดีนะ

ทันใดนั้น เหมือนภาพสโลว์โมชั่นในหนัง

ฉันได้ยินเสียงแตรรถ บีบ บีบ ฉันหันไปตามเสียง แท็กซี่คันหนึ่งเลื้อนลอยมาช้าๆ เข้าสู่โค้งถนน ชายหนุ่มคนขับเอนร่างลงมา ยื่นหน้ามองเขม็งมาที่ฉันอย่างรอรับสัญญาณจากการตัดสินใจ

ฉันพยักหน้านิดหนึ่ง นิดเดียวเท่านั้น เขาก็พุ่งปราดมาจอดแนบฟุตบาท
ด้านหน้า

ฉันวิ่งถลาไปเปิดประตูรถ และทันทีที่เสียงปิดประตูรถดังขึ้น รถก็พุ่ง
ออกไปราวกับลูกธนู ความสโลว์โมชั่นหายไปทันที ฉันเอนกายลงเกือบจะนอน
เพื่อไม่ให้คนบนถนนมองเข้ามาเห็นฉัน รถยังคงแล่นต่อไปด้วยความเร็วจนพ้น
จากย่านนั้น แล้วเขาจึงกลับมาขับด้วยความเร็วปกติ ฉันหัดตัวขึ้นนั่งนิ่งๆ

ไม่มีคำถามว่าจะไปไหน ไม่มีคำถามว่าคุณเป็นอะไรหรือเปล่า มีแต่
ความเงียบ และความอบอุ่นใจ

รถแล่นต่อไปครู่ใหญ่ ฉันจึงเอ่ยบอกจุดหมายปลายทางแก่เขา

เราต่างอยู่ในความเงียบเหมือนเป็นเพื่อนกัน

ไม่นานนักเขาก็มาส่งฉันที่หน้าบ้าน ฉันยื่นเงิน 100 บาทให้เขาโดยไม่
ถามราคา คิดว่าเท่าไรก็ได้ เขารับและทอนเงิน ฉันรับเงินทอนโดยไม่ได้นับ
แล้วก็ลงจากรถ เขาแล่นรถออกไปเงียบๆ อย่างสบายๆ

เมื่อเข้าบ้านเรียบร้อยแล้ว ฉันจึงนับเงินทอนที่ทำได้

พระเจ้า เขาทอนมา 70 บาท ระยะทางนี้ปกติเวลาจะต้องไป ต้องต่อ
ราคากับคนขับอยู่นานกว่าจะได้ไปในราคา 50 บาท (สมัยนั้น) แต่เขาคิดฉัน
แค่ 30 บาทที่จะกระซอกฉันออกมาจากวิกฤต

ฉันไม่เคยสัมผัสภาพสโลว์โมชั่น ที่เขาเอนร่างเพื่อมองลอดหน้าต่างรถ
ออกมาดูว่าฉันจะขึ้นรถมั๊ย

ฉันไม่รู้หรอกว่าทำไมในชีวิตจริงจึงเกิดภาพสโลว์โมชั่นได้ ไม่ใช่ในหนัง
ซักหน่อย แต่มันก็เกิดขึ้นแล้ว

ในหนึ่งช่วงลมหายใจ ลมหายใจที่ว่าอุ่น กระวนกระวายและหวังว่าจะ
คิดอะไรออก หรือได้รับคำตอบอะไรสักอย่างที่เป็นการช่วยเหลือให้พ้นไปจาก
ภาวะนั้น ภาวະที่ร้อนเหมือนแดดบ่ายของวันนั้น

เมื่อมาคิดย้อนหลัง

คุณเฒ่ามากที่ให้นั่งขึ้นรถเลยโดยไม่ต้องยื่นต่อราคากันนอกรถ

คุณเฒ่ามากที่พุ่งรถออกไปทันทีที่ประตูปิด

คุณเท่มากที่ขับไปนานโดยไม่รู้ว่าจะไปไหน
คุณเท่มากที่ไม่ได้พูดอะไรเลย ปล่อยให้ฉันสงบสติอารมณ์
คุณเท่มากที่ไม่คิดราคาบ้ำระห่ำ (แต่ก็ถูกเกินไป)
คุณเท่มากในความเจ็บของคุณ

ไม่ว่าคุณจะเป็นใคร ขอให้รับรู้ว่าคุณชอบคุณมากอยู่ในใจนี้เสมอ ไม่
เคยลืม

ขอให้คุณมีความสุข มีชีวิตที่ดี และปลอดภัย

ฉันอยากเล่าเรื่องนี้ให้เพื่อนๆ ฟังค่ะ เพื่อเป็นกำลังใจว่า ยังมีคนดีๆ อยู่
ในสังคมนี้ และที่ธรรมะสอนให้เราพยายามทำดี บางทีความดีจะคุ้มครองเรา
ด้วยการส่งอศวินมาช่วย





- มีวิธีทำมหากินหลากหลายสำหรับผู้ที่ไม่แสวงหาหนทาง ความสามารถส่วนตัว เล็กๆ น้อยๆ เช่นการทำให้หุ่นเต้นไปกับเพลงนี้ ก็ทำให้ชีวิตของเขามีค่ากว่าการ ได้รับเหรียญมาโดยไม่ได้ทำอะไรเลย

คนดีที่หนึ่งเลย

คุณจุ่นเป็นนักกลอน เขียนกลอนมาตั้งแต่ยังหนุ่มจนบัดนี้ชราแล้วก็ยังเพลื่นกับการเขียนกลอน เวลาคุยกันในวงอาหารก็คุยกันแต่เรื่องกลอนมีความสุข

คุณปกรณ์เป็นเพื่อนกับคุณจุ่นมาตั้งแต่ยังหนุ่มจนบัดนี้ชราแล้วก็ยังเป็นเพื่อนกันอยู่ เวลาคุยกันในวงอาหารก็คุยกันแต่เรื่องความหลังครั้งกระโน้น มีความสุข

สมัยโน้นนน นานมาก

คุณปกรณ์ยากจนมาก ไม่มีเงินกินข้าว ไปหาคุณจุ่นซึ่งอยู่ร้านดังย่านวังบูรพาบ่อยมาก คุณจุ่นเป็นคนช่างเปิดในร้านที่โด่งดังเรื่องเปิดให้คุณจุ่นเลี้ยงข้าวหน้าเปิดทุกครั้งที่ได้ไปหา

40 ปีผ่านไป

วันหนึ่งคุณจุ่นแวะมาเยี่ยมเยียนคุณปกรณ์ที่สำนักงาน เขาเล่าว่า

“ผมอยากขอโทษคุณ มันยังติดค้างในใจผมอยู่ วันที่คุณไปกินข้าวร้านผม (แม้ไม่ใช่ร้านของคุณจุ่น แต่เรียกว่าร้านผม) แล้วตอนกลับคุณขอยืมเงินผมไปขึ้นรถกลับนครปฐม ผมมีอยู่ 10 บาท แล้วผมให้คุณไป 5 บาท ผมนึกขึ้นมาได้ว่าแล้วถ้าคุณไปมีเหตุอะไร คุณก็จะมีปัญหา ส่วนผมอยู่ที่ร้านนี้ไม่มีอะไรอยู่แล้ว น่าจะให้คุณไปทั้งหมด ผมวิ่งตามออกไป แต่คุณหายไปแล้ว

ผมรู้สึกผิดมาตลอด”

คุณปรกรณ์เคยถามถึงความฝันของคุณจูนว่ามีอะไรบ้าง เขาตอบว่า

“มีหลายเรื่อง แต่ก็มีความฝันของผม ไม่ใช่หน้าที่ของคุณที่จะมาทำความฝันของผมให้เป็นจริง ความฝันบางเรื่องก็ไม่ต้องทำก็ได้

เช่น คือน้ำหนึ่งที่เราสองเดินจากประตูน้ำไปตามถนนเพชรบุรีตัดใหม่ เข้าไปในสถานอาบอบนวดหลายแห่งเพื่อดูชีวิตของนางงามตุ๊กกระจก เข้าไปดูๆ แล้วก็ออกมา เข้าไปทุกแห่งเลย พอสุดย่านแล้วก็ข้ามถนน เดินเข้าไปดูทุกแห่งอีกเหมือนกันจนกลับมาถึงประตูน้ำอีก ระหว่างทางก็คุยกันเรื่องชีวิต เรื่องอะไรต่ออะไรในบรรยากาศเย็นๆ กลับมาถึงก็กินข้าวต้มอร่อยๆ ที่เชิงสะพานประตูน้ำ ผมยังชอบอยู่นะ อยากจะทำอีกสักครั้ง คุณจะไปกับผมมั้ย”

คุณปรกรณ์หัวเราะ “ผมไปไม่ไหวแล้ว”

คุณปรกรณ์เล่าว่า บางวันเดินบนสะพานประตูน้ำดูชีวิตคนบนเรือ ใต้สะพาน บางเรื่องนำไปเขียนเป็นเรื่องสั้น เขาบอกว่าคุณจูนช่วยเหลือเขาไว้มากทีเดียว แค่เรื่องเลี้ยงข้าวนี้ก็เหลือหลาย แล้วก็เล่าว่าคุณจูนชอบนาฬิกาไม้ได้มากเลย ฉันทถามว่าทำไมไม่ซื้อให้เลยละ

คุณปรกรณ์จึงมอบนาฬิกามีไม้ให้คุณจูนเป็นของขวัญจากใจ

คุณจูนไม่ยอมรับ ถามว่า “ให้ทำไม”

“ก็ตอนนั้นผมลำบาก คุณช่วยผมไว้เยอะ ผมอยากให้คุณบ้าง”

“ลำบากนั้นก็อีกเรื่องหนึ่ง ตอนนี้สบายแล้วก็ดีใจด้วย เรื่องนาฬิกาไม่เกี่ยวกับ ผมไม่รับ”

“คุณไม่รับผมก็ไม่สบายใจนา”

“อ้าว คุณเป็นคนให้คุณก็สบายใจสิ ผมคนรับผมไม่สบายใจอะ เอาอย่างนี้ผมมี 20,000 ผมให้ก่อน อีกหน่อยมีผมค่อยมาให้”

“ไม่เป็นไรนี่ผมบาร์เตอร์มา ไม่เสียเงินหรอก”

“บาร์เตอร์ก็มีต้นทุน”

“เอางี้ ต้นทุนก็ همینหนึ่ง ผมรับแค่นี้ คุณไม่ต้องมาให้เพิ่มอีก”

กว่าจะมอบของขวัญได้ เหนื่อยอยู่

ทุกครั้งที่คุณจูนมาเยี่ยมเพื่อนเก่าที่คบกันมา 50 ปี จะต้องหิวเปิดอย่าง

หมูแดงหมูกรอบมาด้วยเสมอ

เขาเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย มีมิตรภาพ เป็นเพื่อนที่คุณสบายใจ
ได้ว่าได้อยู่กับ ‘เพื่อน’ จริงๆ
เพื่อนที่เป็นคนดีที่หนึ่งเลย



บังเกอร์ รอย

เรียนรู้จากขบวนการตื่นเปล่า

ฉันได้ดูการสัมภาษณ์ บังเกอร์ รอย จากรายการ TED ฉันคิดว่าอยาก
จะถ่ายทอดสิ่งที่เขาพูดในวันนั้นให้เพื่อนๆ ฟังค่ะ อาจจะยาวสักหน่อย
เพราะเป็นการพูดประมาณ 18 นาที แต่ก็เป็นเรื่องที่มีค่าแก่การรับรู้

“ผมอยากพาคุณไปยังอีกโลกหนึ่งและผมก็อยากแบ่งปันตำนานรัก
45 ปีกับคนจนที่ใช้ชีวิตอยู่ด้วยเงินน้อยกว่าหนึ่งเหรียญต่อวัน

ผมได้รับการศึกษาแบบชนชั้นผู้ดีและมีราคาแพงมากในอินเดีย การ
ศึกษานั้นเกือบจะทำลายผม ผมพร้อมแล้วที่จะเป็นนักการทูต อาจารย์ แพทย์
พร้อมทุกอย่าง แต่แล้วผมก็ไม่ได้เป็น แต่ผมเป็นแซมเปียนสควอชติดกัน
สามปี โลกทั้งใบ ทุกอย่างร่อยุ่แทบเท้าผม ผมไม่มีทางทำอะไรผิด

แต่แล้วผมก็คิดอยากรู้การใช้ชีวิตและทำงานในหมู่บ้านดูว่าเป็นยังไง

ดังนั้น ในปี 1965 ผมจึงไปที่ที่ถูกเรียกว่าทุพภิกขภัยที่รุนแรงที่สุดใน
อินเดีย ในแคว้นบิฮาร์ ผมเห็นคนอดอยาก คนตายจากความหิวโหยเป็นครั้ง
แรก มันเปลี่ยนชีวิตของผม

ผมกลับมาบ้าน บอกแม่ว่า “ผมอยากไปใช้ชีวิตและทำงานในหมู่บ้าน”
แม่โหม่ไปเลย

“นี่มันอะไรกัน โลกทั้งใบวางให้แก่ งานที่ดีที่สุดในโลกวางให้แก่ แล้ว
แกอยากไปทำงานในหมู่บ้าน แกมีอะไรผิดปกติไปหรือเปล่า”

ผมตอบว่า “เปล่าหรอก ผมได้รับการศึกษาที่ดีและผมก็อยากมอบอะไรกลับคืนในแบบของผม”

“แกอยากทำอะไรในหมู่บ้าน ไม่มีงาน ไม่มีเงิน ไม่มีความปลอดภัย ไม่มีอนาคต”

ผมพูดว่า “ผมอยากไปใช้ชีวิตและซุบ่อน้ำลึกห้าปี”

“ซุบ่อน้ำห้าปี แยกไปโรงเรียนและมหาวิทยาลัยที่แพงที่สุดในอินเดีย แล้วแกอยากไปซุบ่อน้ำบาดาล”

เธอไม่พูดกับผมเป็นเวลานานมาก เพราะแม่คิดว่าผมทำให้ครอบครัวผิดหวัง

แต่แล้วผมกลับได้เห็นความรู้และทักษะที่คนยากจนธรรมดาๆ มี ซึ่งไม่เคยได้รับรู้ในกระแส ไม่เคยถูกระบุ ไม่เคยได้รับความนับถือและประยุกต์ใช้ในวงกว้าง

ผมคิดว่าผมจะก่อตั้งวิทยาลัยตีนเปล่า วิทยาลัยสำหรับคนจนเท่านั้น สิ่งใดก็ตามที่คนจนคิดว่าสำคัญจะสะท้อนออกมาในวิทยาลัย

ครั้งแรกที่ผมไปหมู่บ้าน ผู้นำชุมชนมาหาผม ถามว่า

“คุณหนี้ยำรจมาหรือ” ผมตอบว่า “เปล่า”

“คุณสอบตกหรือ” ผมตอบว่า “เปล่า”

“คุณไม่ได้งานราชการหรือ” ผมตอบว่า “เปล่า”

“งั้นคุณมาทำอะไรที่นี่ คุณมาทำไม ระบบการศึกษาในอินเดียให้คุณมองปารีส นิวเดลี ชูริค คุณมาทำอะไรที่นี่ คุณมีอะไรผิดแปลกที่ไม่ยอมบอกเรา”

ผมบอกว่า “เปล่า ผมอยากก่อตั้งวิทยาลัยสำหรับคนจนเท่านั้น สิ่งที่คุณมองว่าสำคัญจะสะท้อนออกมาในวิทยาลัยนี้”

ผู้นำชุมชนจึงมอบคำแนะนำที่ดีและลึกซึ้งแก่ผม พวกเขาบอกว่า ขอรับรอง อยู่ๆเอาคนที่จบปริญญาแบบคุณมาอยู่ในวิทยาลัยของคุณ

ดังนั้น นี่จึงเป็นวิทยาลัยแห่งเดียวที่ถ้าหากคุณจบปริญญาเอก คุณจะไม่สามารถคัดเลือก คุณจะต้องเป็นคนที่ดีรอบเรียน ไร้อนาคต ถึงจะมาวิทยาลัยเราได้ คุณต้องทำงานด้วยมือเปล่า คุณต้องเคารพศักดิ์ศรีของแรงงาน คุณต้อง

แสดงให้เห็นว่ามีทักษะที่ช่วยชุมชนได้และบริการชุมชนเป็น เราก่อตั้งวิทยาลัย
ตีนเปล่าและมอบนิยามใหม่ให้กับคำว่า ‘มืออาชีพ’

มืออาชีพคือใครก็ตามที่มีส่วนผสมของความสามารถ ความมั่นใจและ
ความเชื่อ

หมอดูน้ำเป็นมืออาชีพ หมอดำเยตามประเพณีก็เป็นมืออาชีพ
ช่างปั้นหม้อตามประเพณีก็เป็นมืออาชีพ

มืออาชีพเหล่านี้อยู่ทั่วโลก คุณพบพวกเขาได้ในหมู่บ้านกันดารที่ไหน
ก็ได้ในโลก

เราคิดว่าคนเหล่านั้นควรออกมาในกระแสหลัก สาธิตให้เห็นว่า
ความรู้และทักษะนั้นเป็นสากล มันต้องถูกใช้ ต้องถูกประยุกต์ แสดงให้
โลกเห็นความรู้และทักษะเหล่านี้ มีประโยชน์แม้แต่นี้

ฉะนั้น วิทยาลัยจึงทำงานตามวิถีชีวิตและวิธีการทำงานของมหาตมะ
คานธี

คุณกินบนพื้น นอนบนพื้น ทำงานบนพื้น ไม่มีสัญญาที่เป็นลายลักษณ์
อักษร คุณอยู่กับผม 20 ปี แล้วพรุ่งนี้ก็ไปได้ และไม่มีใครได้เงินมากกว่า
100 เหรียญต่อเดือน

ถ้าคุณอยากได้เงิน คุณไม่มาที่วิทยาลัยตีนเปล่าหรอก

ถ้าคุณมาเพื่อทำงานและรับความท้าทาย ก็มาที่วิทยาลัยตีนเปล่า

นี่คือที่ที่เราอยากให้คุณพยายามสรรค์สร้างความคิด ไม่ว่าจะมีความ
คิดอะไร มาลองทำดู ไม่สำคัญว่าคุณล้มเหลว บาดเจ็บ ปวดร้าว คุณแค่
เริ่มต้นใหม่ นี่เป็นวิทยาลัยแห่งเดียวที่ครูคือนักเรียน และนักเรียนคือครู และ
เป็นวิทยาลัยแห่งเดียวที่เราไม่มอบประกาศนียบัตรให้ ประกาศนียบัตรคือ
ชุมชนที่คุณรับใช้ คุณไม่ต้องมีกระดาษแผ่นหนึ่งเพื่อพิสูจน์ว่าคุณคือวิศวกร
ดังนั้น พอผมพูดแบบนี้ พวกเขาก็บอกว่า

“โอเค แสดงให้เราเห็นสิว่าอะไรเป็นไปได้ คุณกำลังทำอะไรอยู่ ทั้งหมด
นี้เหลวไหลทั้งเพ ถ้าคุณแสดงให้เห็นจริงๆ ไม่ได้”

เราก็ก่อตั้งวิทยาลัยตีนเปล่าแห่งแรกขึ้นในปี 1986 สร้างโดย
สถาปนิกตีนเปล่าที่อ่านไม่ออก เขียนไม่ได้ ด้วยต้นทุน 1.50 เหรียญสหรัฐฯ

ต่อตารางฟุต คน 150 คนอยู่ที่นี่ ทำงานที่นี่

พวกเขาได้รับรางวัลสถาปัตยกรรมดีเด่น อากา คาน ในปี 2002
ผู้มอบรางวัลข้องใจ คิดว่าน่าจะมีสถาปนิกที่อยู่เบื้องหลัง ผมบอกว่า

“ใช่ สถาปนิกเขียนแบบ แต่สถาปนิกดินเปล่าคือคนที่สร้างวิทยาลัย
จริงๆ”

เราคือผู้ได้รับรางวัลกลุ่มเดียวที่คืนเงินรางวัล 50,000 เหรียญสหรัฐฯ
เพราะพวกเขาไม่เชื่อเรา เราคิดว่าพวกเขากำลังใส่ร้ายสถาปนิกดินเปล่า
ในติโลเนีย

ผมถามนักปาไม้ คนที่มีคุณสมบัติตามกระดาศ มีอิทธิพลสูงว่า
“คุณสร้างอะไรที่นี่ได้บ้าง”

เขามองดินแวนหนึ่งแล้วตอบว่า

“ลึ้มชะเถอะ ไม่มีทางเลย ไม่คุ่มที่จะทำ ไม่มีน้ำ ดินก็แข็งเป็นหิน”

ผมติดขัด ไปต่อไม่ได้ ผมบอกว่า โอเค ผมจะไปหาผู้อาวุโสในหมู่บ้าน
แล้วถามว่า

“ผมควรจะปลูกอะไรตรงนี้ดีครับ”

ผู้อาวุโสมองผมเจิบๆ แล้วตอบว่า “เธอสร้างนี่ เธอสร้างโน้น ปลูก
อันนี้ แล้วจะได้ผล”

วันนี้ที่มีหน้าตาเป็นอย่างนี้ ผืนดินเขียวข่มู่มริน

ผมไปบนหลังคา สุภาพสตรีทั้งหลายบอกว่า

“ออกไป ผู้ชายควรออกไปให้หมด เพราะเราไม่อยากแบ่งเทคโนโลยีนี้
ให้ผู้ชาย นี่คือการกั้นน้ำไม่ให้เข้าหลังคา”

พวกเธอใช้น้ำตาลทรายดิบผสมซีเมนต์ แล้วก็อะไรอีกหลายอย่างที่ผม
ไม่รู้ แต่หลังคานี้ก็กั้นน้ำได้จริงๆ ตั้งแต่ปี 1986 ไม่มีน้ำรั่วลงมา นี่คือเทคโนโลยี
ที่ผู้หญิงไม่ยอมบอกผู้ชาย

วิทยาลัยนี้เป็นแห่งเดียวที่ใช้ไฟฟ้าจากพลังแสงอาทิตย์ พลังงานที่ใช้
ทั้งหมดมาจากดวงอาทิตย์ แผง 45 กิโลวัตต์บนหลังคา ทุกอย่างใช้พลังแสง
อาทิตย์ตลอด 25 ปี トラバิดที่ดวงอาทิตย์ส่องแสง เราก็ไม่มีปัญหาพลังงาน
แต่สิ่งที่ดังมากคือ คนที่ติดตั้งระบบนี้คือพระ พระในศาสนาฮินดู ซึ่งจบ

การศึกษาแค่ชั้นประถมแปดปี ไม่เคยเรียนมอปลาย ไม่เคยไปวิทยาลัย เขา
รู้เรื่องพลังแสงอาทิตย์มากกว่าทุกคนที่ผมรู้จักบนโลกนี้ รับประกันได้

ถ้าคุณมาเยือนวิทยาลัย อาหารก็ปรุงด้วยพลังแสงอาทิตย์ แต่คนที่สร้าง
หม้อปรุงอาหารล้วนเป็นผู้หญิงที่อ่านไม่ออกเขียนไม่ได้ พวกเธอสร้างหม้อปรุง
อาหารพลังแสงอาทิตย์ที่เยี่ยมที่สุด

โซครายพวกเธอเกือบเป็นครึ่งเยอรมัน เพราะละเอียดเหลือเกิน คุณไม่
เจอหอรกครับ ผู้หญิงอินเดียที่ละเอียดขนาดนี้ เทียงตรงถึงนิ้วสุดท้าย พวกเธอ
สร้างหม้อนี้ได้และเรามีอาหาร 60 ชุด 2 มื้อต่อวัน ปรุงด้วยพลังแสงอาทิตย์

เรามีทันตแพทย์ ทันตแพทย์คนนี้เป็นยายคน ไม่รู้หนังสือ ดูแลสุขภาพ
ฟันให้เด็กๆ 7,000 คน

เทคโนโลยีดินเปล่า นี่คือปี 1986 ยังไม่มีวิศวกรหรือสถาปนิกคน
ไหนคิดออก แต่เราเก็บน้ำฝนจากหลังคาทั้งหมดเชื่อมต่อใต้ดินกับถังเก็บน้ำ
400,000 ลิตร ไม่สิ้นเปลืองน้ำเลย ถ้าเราเจอภัยแล้ง 4 ปีติดกัน เรายังมีน้ำ
ใช้ในวิทยาลัย เพราะเราเก็บน้ำฝน

เด็กร้อยละ 60 ไม่ไปโรงเรียนเพราะพวกเขาต้องดูแลสัตว์ แกะ แพะ
ช่วยทำงานบ้าน

เราก็เลยคิดสร้างโรงเรียนรอบดึกสำหรับเด็กๆ ช่วยให้เด็ก 75,000 คน
ได้ไปโรงเรียน เพราะมันสะดวกสำหรับเด็ก ไม่ใช่สะดวกสำหรับครู

เราสอนอะไรหรือในโรงเรียนเหล่านี้

สอนเรื่องประชาธิปไตย การเป็นพลเมือง วิธีวัดขนาดที่ดิน วิธีปฏิบัติ
ถ้าถูกจับ วิธีปฏิบัติถ้าสัตว์เลี้ยงป่วย

โรงเรียนทั้งหมดใช้ไฟพลังงานแสงอาทิตย์

ทุกๆ 5 ปี เราจัดการเลือกตั้ง เด็กที่มีอายุระหว่าง 6-14 ปีมีส่วนร่วม
ในกระบวนการประชาธิปไตย พวกเขาเลือกตั้งนายกรัฐมนตรี นายกคนนี้อายุ
12 ขวบ เธอดูแลแพะ 20 ตัวตอนเช้า เป็นนายกรัฐมนตรีตอนเย็น เธอมีคณะ
รัฐมนตรี มี รมต.กระทรวงศึกษาฯ รมต.พลังงาน รมต.สุขภาพ พวกเขาดูแล
และตรวจตราสอดส่องโรงเรียน 150 แห่ง มีเด็กรวมกัน 7,000 คน

เธอได้รับรางวัลเด็กแห่งโลกเมื่อ 5 ปีที่แล้ว เธอบินไปสวีเดนครั้งแรก

ในชีวิตที่ออกจากหมู่บ้าน ไม่เคยไปสวีเดนมาก่อน ไม่รู้สึกตื่นตะลึงอะไรเลย กับประสบการณ์

สมเด็จพระราชินีแห่งสวีเดนทรงอยู่ในงานด้วย หันมาถามผมว่า

“ช่วยถามเด็กคนนี้น้อยได้ไหมว่าเธอเอาความมั่นใจในตัวเองมาจากไหน เธออายุแค่ 12 ขวบเอง แต่ไม่ตื่นตะลึงกับอะไรเลย”

เสร็จแล้วเด็กคนนี้ ที่นั่งทางด้านซ้ายของพระองค์หันมาทางผม มองหน้าราชินีตรงๆ แล้วบอกว่า

“ช่วยบอกเธอหน่อยว่าหนูเป็นนายกรัฐมนตรีนะ”

ที่ไหนที่อัตราการไม่รู้หนังสือสูงมาก เราก็กู้ศิลปะหุ่นกระบอกสื่อสารด้วยหุ่นกระบอก

เรามี โจคิม ซาซา อายุราว 300 ปี ท่านเป็นนักจิตวิเคราะห์ของผม เป็นครูของผม เป็นหมอของผม เป็นทนายของผม เป็นผู้บริจาคเงินให้ผม ท่านระดมทุนได้จริงๆ แก้ปัญหาความขัดแย้ง แก้ปัญหาของผม

หากในหมู่บ้านเกิดความตึงเครียด ถ้าเด็กๆ ไปโรงเรียนน้อย และมีแรงเสียดทานระหว่างครูกับผู้ปกครอง หุ่นกระบอกก็จะเรียกครูกับผู้ปกครองต่อหน้าคนในหมู่บ้านทั้งหมดแล้วบอกว่า

“จับมือกันซะ อัตราการไปโรงเรียนต้องไม่ตก”

หุ่นกระบอกเหล่านี้ทำจากกระดาษรีไซเคิล เคยเป็นรายงานธนาคารโลก

วิธีการจ่ายศูนย์ที่ทำให้ความรู้ไม่ลืกลบของการติดตั้งพลังงานแสงอาทิตย์ให้กับหมู่บ้าน เราทำทั่วทั้งอินเดีย ตั้งแต่ลาดักห์ถึงกัวณา

ทำหมู่บ้านพลังแสงอาทิตย์ทั้งหลายโดยผ่านการอบรม

เราไปที่ลาดักห์ เราถามผู้หญิงคนหนึ่ง ที่อุณหภูมิติดลบ 40 องศา คุณต้องออกมาบนหลังคาเพราะไม่มีที่ยืน หิมะปกคลุมทุกด้าน เราถามว่า “คุณได้ประโยชน์อะไรจากไฟฟ้าพลังแสงอาทิตย์”

เธอหยุดคิดนิดหนึ่งแล้วตอบว่า “เป็นครั้งแรกที่ฉันได้เห็นหน้าตาสามีในฤดูหนาว”

เราไปที่อัฟกานิสถาน บทเรียนบทหนึ่งที่เราได้เรียนรู้ในอินเดียคือ

ผู้ชายฝึกไม่ได้ ผู้ชายไม่อยู่หนึ่ง ผู้ชายทะเลเยอทะเลยาน ผู้ชายอยากขยับฐานะทางสังคมและพวกเขาเหล่านั้นอยากได้ประกาศนียบัตรเพราะอยากออกจากหมู่บ้าน เข้าเมืองไปหางานทำ

เราเลยพบทางออกที่สที่สุดยอด ฝึกบรรดาคุณยายดีกว่า

วิธีสื่อสารที่ดีที่สุดในโลกตอนนี้คืออะไรครับ โทรศัพท์? ไม่ใช่โทรเลข? ไม่ใช่ โทรศัพท์? ไม่ใช่

บอกผู้หญิงสิ

เราเลยเข้าอัฟกานิสถานครั้งแรก เลือกผู้หญิงสามคน แล้วบอกว่าอยากให้พวกเธอไปอินเดีย คนอื่นบอกว่าเป็นไปไม่ได้ แค่ออกจากห้องยังไม่ยอมเลย ผมเลยอ่อนข้อให้พาสามีไปด้วยได้

ในเวลาหกเดือน เราเปลี่ยนผู้หญิงเหล่านี้ได้อย่างไร?

ภาษามือครับ เราไม่เลือกภาษาเขียนเราไม่เลือกภาษาพูด แต่ใช้ภาษามือ ภายในหกเดือน พวกเธอก็กลายเป็นวิศวกรพลังแสงอาทิตย์ กลับหมู่บ้านตัวเองไปติดตั้งพลังแสงอาทิตย์ ผู้หญิงสามคนฝึกผู้หญิงอีก 27 คน ทำให้หมู่บ้าน 100 แห่งในอัฟกานิสถานใช้พลังงานแสงอาทิตย์

ผู้หญิงคนนี้เป็นคุณยายที่สที่สุดยอดมาก ในวัย 55 ปี เธอทำให้บ้าน 200 หลังใช้พลังงานแสงอาทิตย์ในอัฟกานิสถาน

เราไปที่แอฟริกา ทำอย่างเดียวกัน ผู้หญิงทั้งหมดนั่งโต๊ะเดียวกันมาจาก 8-9 ประเทศ พวกเธอคุยกันไม่เข้าใจกันแม้แต่คำเดียวเพราะพูดคนละภาษา แต่ใช้ภาษากายสที่สุดยอดมาก พวกเธอคุยกันและเป็นวิศวกรพลังงานแสงอาทิตย์

ผมไปที่ประเทศเซียร์ราลีโอน

มีรัฐมนตรีชัชรถกลางดึกผ่านหมู่บ้านถามว่า เกิดอะไรขึ้น พวกเขาตอบว่า “ยายสองคนนี่”

“ยาย?” รมต.ไม่เชื่อตาตัวเองว่าเกิดอะไรขึ้น

“ยายไปไหน”

“ไปอินเดียแล้วกลับมา”

รมต.คนนั้นตรงดิ่งไปหาประธานาธิบดี “ท่านรู้ไหมว่ามีหมู่บ้านพลังงานแสงอาทิตย์ในเซียร์ราลีโอน”

ท่านเลยให้ตามตัวผมมา แล้วถามว่าจะอบรมยาย 150 คนให้ได้ไหม
ผมบอกว่าทำไม่ได้ แต่ยายทำได้

ท่านเลยก่อตั้งศูนย์อบรมตีนเปล่าให้ผมในเซียร์ราลีโอน แล้วหลังจาก
นั้น คุณยาย 150 คนก็ผ่านการอบรมในประเทศนั้น

แกมเบีย เราไปเลือกผู้หญิง ผมรู้ว่าอยากได้คนไหน แต่สามียุ่งยาก ผม
เรียกสามีมา เดินสายอาตๆ มาเหมือนนักการเมือง มือถือในมือ เขาพูดว่าเป็น
ไปไม่ได้ เพราะเธอสวย

“แล้วจะทำไมถ้าเธอหนีตามผู้ชายอินเดียไป”

นั่นคือความกลัวขั้นสูงสุด ผมตอบว่า

“เธอจะมีความสุข และจะโทรหาคุณ”

เธอออกจากประเทศไปเหมือนคุณยาย กลับมาเหมือนนางเงือก

เธอลงจากเครื่องบินแล้วพูดกับสื่อมวลชนราวกับผู้ชำนาญในเรื่องนี้
เธอรับมือกับสื่อระดับชาติและเป็นดารา

หกเดือนให้หลัง ผมกลับไป ผมถามว่า “สามีคุณอยู่ไหนล่ะ”

“อ้อ ก็คงอยู่แถวๆ นี้ ไม่สำคัญหรอก”

นี่เป็นเรื่องราวแห่งความสำเร็จ

ผมอยากสรุปด้วยการบอกว่า ผมคิดว่าคุณไม่ต้องมองหาทางออกจาก
ข้างนอก มองหาทางออกจากข้างในดีกว่าและฟังเสียงคนที่มีทางออก อยู่ตรง
หน้าคุณ พวกเขาอยู่ทั่วโลก

อย่าเป็นห่วงแม้แต่หน่อย อย่าฟังธนาครโลก ฟังคนที่อยู่ที่นั่น พวกเขา
มีทางออกทั้งหมดในโลก ผมอยากจบด้วยวาตะของมหาตมะ คานธี

“ชั้นแรกพวกเขาไม่แยแสคุณ จากนั้นพวกเขาก็หัวเราะเยาะคุณ จาก
นั้นพวกเขาก็ต่อสู้กับคุณ จากนั้นคุณก็ชนะ”





- มีความน่าพิศวงเสมอสำหรับเด็กน้อยผู้สนใจสิ่งรอบข้าง มีจินตนาการได้บ้างหนอในดวงใจของเขา เมื่อได้ใกล้ชิดกับช้างที่มีสีสันงูใจขนาดนี้ หัวใจเด็กน้อยคงกำลังรั้นเร่ง

วันนั้นฉันพบเทวดา

หลายปีมาแล้วที่เหตุการณ์นี้เกิดขึ้น แต่ฉันยังไม่ลืม พลบค่ำวันนั้นเรากลับจากแก่งกระจานจะมาชะอำ สามิฉันขับรดด้วยความเร็ว 100 กิโลเมตร ด้วยความเร็วนี้ปกติจะไม่รู้สึกว่าเป็นเร็ว แต่วันนั้นโดยตัวฉันเองรู้สึกว่าเป็นเร็วมาก ฉันบอกเขาสองครั้งว่ารู้สึกมันเร็วจริง ขับช้าลงหน่อยเถอะนะ แล้วเราก็กุญกันไปเรื่อยๆ

ทันใดนั้น ภาพที่ปรากฏตรงหน้าก็แปลกไปอย่างกะทันหัน เราสองคนงงมาก และร้องว่า “เฮ้ย อะไรนะ”

ถนนสีดำหายไป ช่องว่างอากาศบนถนนหายไป ภาพที่เห็นคือความสลัวต้นไม้ กิ่งไม้ รถแล่นบนทางลาดเอียง เรากำลังแล่นไปในป่า

สามิสติดีมาก เขาเจียบ เหยียบเบรกครั้งแล้วครั้งเล่า

ส่วนฉันโวยวายลั่นรถ “โอย โอย โอย โอย” เปล่าฉันไม่ได้เจ็บตัว แต่กลัว ฉันเห็นใบหญ้ายาวๆ ผ่านมามากมายเร็วๆ ที่กระจกหน้า ฉันทยกมือป้องราวกับว่ามันจะช่วยได้

นานในความรู้สึก แล้วรถก็หยุดลงได้สำเร็จ

ฉันนั่งคอยในรถ ขณะที่สามิเดินไต่เนินที่รถแล่นลงมาขึ้นไปบนถนน มีผู้ชายจอดมอเตอร์ไซค์ยืนดู ฉันเห็นว่านานจึงลงจากรถ ประตูเปิดไม่ได้ ต้องปีนไปออกด้านคนขับ ฉันมองขึ้นไป เห็นร่างคนนั้นเป็นเงาดำ จากนั้นมีคนขึ้นนั่งซ้อน แล้วมอเตอร์ไซค์ก็ขับออกไป

ฉันไม่ได้เห็นผู้ชายคนที่สอง จึงเข้าใจว่าสามีนั่งซ้อนรถไป ฉันตะโกนเรียกด้วยความตกใจออกไปหลายครั้ง ในที่สุด สามีก็ตะโกนตอบและวิ่งลงมาหา

“ฉันนึกว่าคุณซ้อนรถไป”

“ผมจะทิ้งคุณไว้คนเดียวได้อย่างไร”

นาน มีคนทยอยมาเรื่อยๆ ต่อมาก็มีรถยกมา

ครั้งแรกรถยกที่วิ่งของเราลอยขึ้นเหมือนหิวกระป๋อง สักครูก็วางลง ฉันเดินไปดูใกล้ขึ้น

สภาพถนนทอดเป็นเนิน รถของเราพุ่งจากเนินนั้นลงไปข้างทางวิ่งเข้าไปในป่า ที่เราเห็นถนนหายไปนั้นเพราะตัวถนนเลี้ยวซ้ายหักศอกจากเนินทันที ตอนนั้นพวกเขาလာรถกลับขึ้นมาถึงขอบถนนแล้ว แต่พื้นดินข้างขอบเนินนั้นชันเพราะเป็นส่วนสูงสุดของเนิน เป็นไปไม่ได้ที่จะให้รถขึ้นมาบนเนิน ฉันบอกกับผู้ชายคนหนึ่งที่ทำทางจะเป็นหัวหน้า

“ขอโทษนะคะ ขอออกความเห็นหน่อยค่ะ”

เขาพยักหน้าและเดินตามฉันมาทางข้างถนน ฉันชี้แนวเนินให้เขาดู

“ฉันคิดว่า เราต้องการพื้นดินรองรับล้อเมื่อเข็นรถมาให้น้ำหนักรถอยู่บนดินดีกว่าหิวลอย เราเข็นรถเลียบถนนด้านข้างนี้ไป พื้นหญ้าตรงแนวนี้สูงขึ้นเรื่อยๆ แต่พื้นถนนลาดต่ำลงเรื่อยๆ มันไปเสมอกันทางด้านซ้ายโน้น เราก็จะเอารถขึ้นถนนได้ค่ะ”

เขามองแนวข้างทางและพยักหน้า แล้วไปวางแผนกับเพื่อนๆ

ในที่สุด อย่างค่อยเป็นค่อยไป รถก็ขึ้นสู่ถนนได้ที่ปลายเนิน ซึ่งถนนกับไหล่ทางมาเสมอกัน

สามีฉันมอบเงินจำนวนหนึ่งให้เขาด้วยความเกรงใจอย่างยิ่ง เราขอบคุณเขามากมาย แต่เขาปฏิเสธ

“ไม่เป็นไรครับ มันเป็นเรื่องของผม”

เราไม่รู้ว่าเขาเป็นใคร ชื่ออะไร ทำไมมันจึงเป็นหน้าที่ของเขา พวกเขาพากันเกือบ 20 คน และบัดนี้กระจายหายไปกับสายลมตึกอย่างรวดเร็วด้วยความรีบเร่งทุกคน

เรายืนงงอยู่ด้วยความตื่นตันใจ
สามีขับรถต่อมาด้วยความเร็ว 60 เขาหันมาบอกว่า ยังรู้สึกสั้นๆ ใจ
มันใจเลย

เราคิดว่าจะกลับกรุงเทพฯ เลย แต่สักครูใหญ่ ฉันก็บอกเขาว่า
“กว่าจะถึงกรุงเทพฯ คงสัก 4 ชั่วโมงไม่ไหว หานอนแถวนี้ ที่ไหนใกล้”
เราตกลงไปดุสิตธานีกัน เพราะเป็นที่เดียวที่เรารู้จักในการนี้กตอนนั้น
และใกล้ที่สุดกับทางแยกนั้น สามีจอดรถหน้าล็อบบี้ ฉันนั่งคอยในรถ หนุ่ม
สาวกลุ่มหนึ่งเดินมาและแวะหยุดข้างรถคุยอะไรกันครู่หนึ่ง แล้วก็เดินต่อไป
ฉันจึงลงจากรถด้านคนขับ เดินอ้อมไปดูว่าพวกเขาทำอะไรกัน ฉันพบว่า
ประตูรถด้านที่ฉันนั่งบุบบี้เป็นแนวยาว นั่นทำให้ฉันเปิดประตูรถไม่ได้ มันคง
เปียกกับต้นไม้ใหญ่ตอนที่รถเราไถลลงไป ฉันมองรอยบุบบี้้นด้วยความตกใจ
สามีบอกว่าโรงแรมเต็ม แต่มีห้องหนึ่งที่แขกเพิ่งออกไปเมื่อสักครู
เขาจะจัดให้เราพัก แต่จะมีแขกเข้าพรุ่งนี้เที่ยง เราต้องออกตอนก่อนเที่ยง
อีกหนึ่งชั่วโมงต่อมาฉันก็ได้นอนอยู่ในห้องที่สงบและปลอดภัย

ผู้ชายแปลกหน้า 20 คน แยกที่เช็กเอาท์เร็วในตอนดึก พนักงานโรงแรม
ที่ช่วยเหลือ

เหล่านี้คือเทวดาของฉัน เทวดาแปลกหน้าผู้อาร์
ฉันขอบคุณมาก
มันทำให้ฉันตระหนักมากขึ้นว่า ยามที่คนเราเดือดร้อน เราต้องการ
ความช่วยเหลือมากแค่ไหน และรู้สึกดีแค่ไหนเมื่อได้รับการช่วยเหลือ
ฉันขอบคุณด้วยการให้ความช่วยเหลือคนอื่นต่อไป pay it forward
ขอบคุณชาวท่าช้าง เพชรบุรี สำหรับน้ำใจอันล้นเหลือ



สากที่คอดกลาง

วันหนึ่ง อาจารย์ยวดี อินทสระ ตอบคำถามลูกศิษย์ที่เล่าว่าการฝึกฝนตน
ไม่ค่อยพัฒนาไปไหนเลยว่

เห็นสากด้ามยาวที่คนอีสานใช้ตำข้าวไหม ตรงกลางที่รอบมือกำอยู่
ทุกวันมันจะคอดลงเรื่อยๆ

เราก็เป็นอย่างนั้นแหละ การฝึกฝนมันได้ผลทุกวันแต่สังเกตไม่ออก
แต่ความจริงมันมีความก้าวหน้าอยู่เสมอ

ถ้าดูอายุว่าฉันเลยวัยเกษียณแล้วแค่นั้น ก็อาจดูเป็นเรื่องน่าอาย
ถ้าจะบอกว่าเพิ่งเงยหน้าขึ้นมาเรียนรู้ชีวิตในช่วงนี้เอง เมื่อก่อนความที่มรสุม
ยังพัดแรงอยู่ก็ก้มหน้าฝ่าพายุ มองเห็นแต่ทางที่ทอดตัวยู่ตรงหน้าค่อยๆ
ก้าวไปที่ละก้าว ทั้งเปียกปอนหนาวสั่นจนไม่อาจเหลียวมองไปทางใดได้

ตอนนี้ฉันถอดทั้งตำรา และไอแพดไว้ฟังเสียงเทศน์ ทอดสายตามองดู
ชีวิตของคนรอบข้างและเรียนรู้ นิ่งพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเองในแต่ละวัน
แล้วพยายามเอาคำสอนมาใช้ ช่วงหลังได้ผลเป็นส่วนใหญ่ ยังมีบางกรณีคั่งค้าง
ก็ค่อยๆ สงบไป จนคิดว่าเหลือกรณีสุดท้ายที่หนักหนาแก้ไขไม่ตก

ไม่ได้กำลังคุยโวว่าบรรลุอะไร ยังไม่ได้บรรลุอะไรเลย

เพียงแค่พิจารณาจากหัวใจเวลามีเรื่องเข้ามา ว่ามันนิ่งได้หนักแน่น
กว่าเคย แม้อีกใจจะกังวลหรือสงสัยหรือวางแผนรับมือกับเรื่องนั้นๆ สองใจ
เหมือนต่างคนต่างทำหน้าที่ ใจหนึ่งคิดไปแต่ไม่ทุกข์ อีกใจหนึ่งดู ยังรู้สึกสบายๆ

ที่จะเล่าให้ฟังคือเรื่องที่พบมาไม่นานนี้

ก็กรณีสุดท้ายที่ยังคาใจนั่นแหละ มันเคยเคลียร์ใจตัวเองจนจบไปครั้งหนึ่งแล้ว มันหายหน้าไปเลย จนกระทั่งวันนั้น มีเหตุใหม่ แล้วมันก็ยื่นวงออกไปสาวเอาเรื่องเก่าๆ ขึ้นมาจากใต้ดินที่ฝังไว้ ค่อยๆ ออกมาทีละเรื่องจนมากองเต็มปากหลุมศพของความหลัง

จึงจมไปจนมิดหัว แล้วก็มีเสียงขึ้นในหัวว่า

“แยกเรื่องความหลังออกไป มันจบไปแล้ว ถ้าเอาไปบอกเล่ากับเขาวันนี้ เขาก็จะเถียงไปในแนวใหม่ ทำให้มีข้อมูลสำหรับเถียงกันใหม่ๆ เพิ่มขึ้น ไม่มีใครอยากถูกว่าหрок และจะให้ใครมาเห็นมุมเดียวกับที่เรามองก็เป็นไปไม่ได้ รังแต่จะเพิ่มเรื่องราวเป็นรอยร้าวมากขึ้น ไหนๆ มันก็จบไปแล้ว เจ็บเสียดีกว่า สิ่งที่เราจะต้องคิดก็คือเฉพาะเรื่องใหม่ที่เกิดขึ้นวันนี้ ว่าเราจะพาตัวออกไปได้อย่างไร”

ตั้งสติรับคำตัดสินแล้วก็นิ่งอยู่

แล้วก็เลยถามตัวเองขึ้นมาว่า “เป้าหมายของชีวิตเราคืออะไร”

คำตอบที่ให้ตัวเองก็คือ “ไปนิพพาน” (หมายความว่าไปทิ้งจุดหมายปลายทางนั้นเลย ไม่ว่าตอนนี้จะอยู่ที่ไหนก็ตามไกลเท่าไรก็ตาม)

“ถ้าอย่างนั้น สิ่งนี้แหละคือโซ่ที่พันข้อเท้าอยู่ คือนิเวศ คืออุปสรรค ในขณะเดียวกันคือแบบฝึกหัดด้วย

ถ้าข้ามสิ่งนี้ไปไม่ได้จะหลุดไปได้อย่างไร ถ้าเทียบกับนิพพาน (หมายความว่ายังมีเรื่องต้องฝึกอีกมาก) แล้ว สิ่งนี้เล็กน้อยมากนะ และไม่น่าสนใจอีกด้วย”

ในใจรู้สึกโล่งออกไป โซ่ที่เห็นพันข้อเท้าอยู่เมื่อครู่กลายเป็นโซ่กระดาก รู้สึกเกะกะน่ารำคาญ เป็นเรื่องเล็กๆ ที่ไร้ค่ามาก

ที่รีบเคลียร์ใจตอนเช้าก็เพราะว่าโศกหนักมาสองวันแล้ว (อีกใจก็เบื่อมากกับการครีดยในความคิด แต่มันไม่ยอมเลิกคิดเรื่องนั้นตลอดสองวัน) และกำลังจะออกไปทริบกับอาจารย์ท่านหนึ่งพาเที่ยวชมวัด บอกตัวเองว่าวันนี้เที่ยวจะต้องสนุก อย่าให้เสียโอกาส

ก็โชคที่ได้ความคิดพิจารณาตั้งเล่ามาช่วยไว้ได้ก่อนจะออกจากบ้าน

ไปทริป

โชคดีขึ้นไปอีก เมื่อเข้าไปในโบสถ์แล้วอาจารย์ก็บรรยายภาพฝาผนัง
เป็นรูปพระพุทธเจ้าปราบพญามาร แม่พระธรณีกำลังบีบมวยผมให้น้ำท่วม
ทัฬหมาร โดยพระพุทธเจ้านั่งสมาธิอยู่ตรงกลางภาพ ด้านขวาเป็นทัฬหมาร
ด้านซ้ายเป็นภาพทัฬหภูณน้ำท่วม

เห็นแล้วเป็นกำลังใจขึ้นมามากเลยว่า พระพุทธเจ้าทรงนิ่งมาก สงบ
ทำให้เราร้องโอโฮ โอโฮ อยู่ในใจ และรู้สึกที่เราคิดเมื่อตอนเช้านั้นถูกแล้ว
เรื่องอะไรๆ ทั้งหลายล้วนเล็กน้อย ถ้า-เราจะฝึกไปนิพพาน ไม่มีอะไรมีค่าพอ
ให้ต้องมาโคกพิไร

นี่ถึงคำหลวงพ่อบา สุภทโธ

“พระโยคาวจรเจ้าท่านทั้งอะไร ท่านทั้งหลายทุกอย่าง ทั้งหมดเลย”

“อาตมาตั้งใจกับตัวเองว่าต่อไปนี้ชีวิตจะมีแค่วันหนึ่งกับคืนหนึ่งเท่านั้น
อะไรๆ จะทิ้งให้หมด”

ได้กำลังใจมากมาย ต่อไปจะฝึกนิพพานเป็นอนุสติ ดูจะเป็นหลัก
หนักแน่นดี

เล่าประสบการณ์วันหนึ่งมาให้ฟังค่ะ



ยิ้มให้ตัวเอง

ในสายโทรศัพท์สนทนากับน้องที่คุ้นเคยคนหนึ่งในช่วงเช้าวันเสาร์ๆ เขาบอกกับฉันว่า

“ผมว่าพี่น่าจะมีความสุข พี่ลองนึกถึงเรื่องที่ผมภูมิใจได้สักเรื่องสิ ผมว่าคนเราต้องมีความภูมิใจในตัวเองบ้าง ชีวิตจึงจะมีความหมาย”

ฉันนั่งทบทวนความหลัง เปิดหน้ากระดาษกาลเวลา ค้นหาดวงดาวสักดวงที่อาจแอบซ่อนอยู่หลังเมฆบางเบาสักปุย

เช้าวันหนึ่ง ขณะที่ฉันเดินออกมาหน้าบ้าน ยืนคุยกับน้องที่มาเรียนธรรม มีชายหนุ่มคนหนึ่งเดินด้วยท่าทางกระฉับกระเฉงออกมาจากตึกเรียนธรรม เขาตรงรี่เข้ามาหาฉันเหมือนรู้จักกันดี พร้อมกับยกมือไหว้ ฉันยิ้มรับไหว้ ฉันไม่รู้จักเขา น้องที่ยืนคุยด้วยบอกว่าเขานำขนมมาให้ผู้เรียนธรรมะบ่อยๆ

“ผมดีใจพบคุณขวัญวันนี้ ผมอยากบอกว่าผมเลิกเหล้าได้เพราะหนังสือข้อปึงบุญ ตอนนี้มีโอกาส ผมจะเอาขนมมาให้ประจำ”

ฉันยอมรับว่าเป็นคนที่ทำอะไรได้ไม่คล่องตัวนัก มีข้อจำกัดมาก เคยก็น้อยใจอยู่เหมือนกัน แต่ก็จำคำของอาจารย์วชิร อินทสระ ที่สอนว่า

“ทำอะไรทำเท่าอานภาพของตัวเอง เช่น ม้าลากรถได้ แต่หนูลากรถไม่ได้ แต่หนูก็ทำบางอย่างที่ม้าทำไม่ได้”

ตอนหลังฉันจึงบอกตัวเองว่าทำเท่าที่ทำได้จริงๆ ก็พอ แม้จะเล็กน้อย แต่

ก็ให้พอใจกับความเล็กๆ นั้น

Small and beautiful

นั่นคือสิ่งที่ดีที่สุด ทำเล็กๆ และทำดีดี

เมื่อน้องพูดให้หาสิ่งที่ภูมิใจ ฉันก็เริ่มจากสิ่งนี้ อย่างน้อยฉันก็ทำให้ชายหนุ่มคนหนึ่งเลิกเหล้าได้ด้วยตัวเอง สิ่งที่ดีๆ ทำก็คือเขียนหนังสือออกไป ฉันชอบเขียนหนังสือ มีความสุขกับสิ่งนี้ และวันนี้เมื่อต้องมองหาความภูมิใจให้ตัวเองในวันเสาร์ๆ ฉันก็ได้ระลึกถึงชายหนุ่มผู้เฒ่ามาเยียว

ขอบคุณชายหนุ่มแปลกหน้า

ขอบคุณน้องที่ให้อำนาจและแนะนำ

ขอบคุณจักรวาลที่มอบความภูมิใจเล็กๆ นี้แก่หัวใจฉัน

ขอบคุณความรู้สึที่ดีที่เกิดขึ้นในหัวใจ

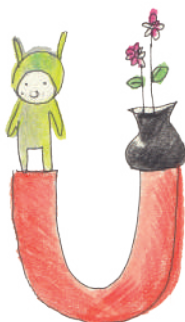
ที่ทำให้ฉันยิ้มให้ตัวเอง

ฉันจะลองมองหาดาวดวงอื่นๆ ว่ามีอะไรอีกในชีวิต

ที่พอจะทำให้ฉันรู้สึกภูมิใจในตัวเองได้บ้าง

แล้วฉันจะจดลงในสมุดบันทึกเล่มสวยๆ สักเล่มหนึ่งโดยตั้งชื่อให้มันว่า
“ชีวิตดีดี”

เพื่อนๆ มีไว้เก็บความภูมิใจของตัวเองสักเล่มสิคะ



พ่อ

อัลบั้มภาพกล่องนั้นซุกอยู่ในชั้นวางของมาตั้งแต่ตอนซ่อมบ้าน ฉันไม่เคยดูมันอีกเลยว่ามีชุดไหนบ้างที่เหลืออยู่ในกล่องนี้ หลังจากที่ฉันนั่งเลือกอัลบั้มจากกองที่ตั้งบนพื้นไปทำภาพใส่ไว้ในคอมพิวเตอร์แล้ว แม่บ้านก็มาบอกว่าเหลืออยู่กล่องเดียววางไว้ให้บนชั้นเก็บของห้อง浴室

วันหนึ่งฉันไปเปิดมันดูและมันนำความเปลี่ยนแปลงมาให้อย่างมหาศาล

หนึ่งในอัลบั้มนั้นเป็นรูปของพ่อตอนไปเที่ยวด้วยกันที่เมืองแกลยุโรปหลายปีมาแล้ว ตอนนั้นพ่อยังดูหนุ่มอยู่แม้จะอายุมากแล้ว

ประวัติของฉันกับพ่อไม่ค่อยดีนัก สิ่งที่ฉันจดจำได้มากมักเป็นเรื่องที่ฉันขัดใจ มันดูราวกับว่าพ่อไม่มีเรื่องดีเลย

เราพูดกันน้อยมาก จนพ่อบอกว่าฉันมันลูกแม่

คืนหนึ่งตอนจบจากมหา'ลัย ฉันไปกินอาหารค่ำกับกลุ่มเพื่อนแล้วเพื่อนคนหนึ่งเสนอว่าไปฟังเพลงกัน ตอนนั้น ตอน สอนระเบียบ กำลังดัง นั้นเป็นการเที่ยวกลางคืนครั้งเดียวในชีวิตช่วงนั้น

ดึกแล้วเพื่อนขับรถมาส่ง พ่อยืนคอยอยู่ที่เก้าอี้หน้าบ้าน ตะโกนข้ามถนนมาด้วยเสียงกัมปนาทไปในรัศมีหนึ่งกิโลเมตร เพื่อนส่งแล้วรีบผ่านไปเลย ฉันกับเพื่อนอีกสองคนที่มานอนค้างด้วยรีบเข้าห้องนอนปิดประตู เข้าเพื่อนก็รีบไป แม่ขึ้นมาหาบนห้องด้วยลักษณะของความเป็นคนกลางที่ไม่มีอำนาจ

ไกลเกลี่ย ฉันทเก็บเสื้อผ้าใส่กระเป๋าใบเล็กแล้วพรดลงบันไดไป เสียงพ้อไล่หลัง
“ปิกกล้าหาแข็ง”

ฉันทหายหัวไปสองเดือน

วันนี้ถึงวันนั้นแล้วก็ขำ ความจริงเราเองก็ ‘แยะ’ ด้วย

มีอีกหลายๆ วันที่พ้อทำ ‘เรื่องแยะๆ’ แต่ด้วยอิทธิพลของอัลบั้มเล่มนั้น
วันนี้ฉันทนึกเรื่องแยะพวกนั้นไม่ออกเลย เมื่อนึกพ้อมีแต่เรื่องดีๆ ที่เมื่อก่อนเคย
คิดว่าไม่มี

ภาพในอัลบั้มเป็นภาพพ้อที่ยืนแอ็คชั่นเบิกบาน บ้างก็แก้มแก้มตลก
พ้อเคยบอกว่า

“ชีวิตก็ต้องมีอารมณ์ขัน”

(แต่ภาพพจน์ของพ้อที่มีต่อคนในประเทศนี้คือดีมาก ลูกน้องฉันทไม่กล้า
มาบ้าน กระเจิงไปหลายคน ฮ่า ฮ่า ฮ่า)

เมื่อดูภาพพ้อหลายๆ หน้าเข้า เสียงของจักรวาลก็ส่งผ่านมาทาง
จิตใต้สำนึกทะเลลึกลับขึ้นมามีว่า

“เบื้องลึกของพ้อนั้นไม่มีอะไร พ้อเป็นคนไม่ซับซ้อน (เท่าฉันท ฮา) ความ
จริงพ้อเป็นคนน่ารักนะ ซ่อนอารมณ์ดีไว้ลึกไปหน่อย แต่ข้างใต้คืออารมณ์ขัน
คงเหมือนบ่อน้ำบาดาล ลึกแต่พ้อได้น้ำก็ชุ่มฉ่ำ”

มีรูปสมัยพ้อเป็นหนุ่มและรูปฉันทเป็นเด็กนักเรียนในชุดแสดงละครเวที
โรงเรียนที่จัดหาทุนให้โรงเรียน (ไม่ได้เก่งหรอก ที่ได้เล่นละคร เพราะเป็น
ลูกสาวครูใหญ่ที่กำลังละครนะค่ะ 555)

ความคิดก็ยาวต่อไปว่า ด้านดีของพ้อก็คือพ้อเป็นผู้กำกับที่เขียนบท
เอง เล่นเองด้วย เขียนโปสเตอร์ประชาสัมพันธ์ด้วย แล้วยังเล่นเปียโนและ
ร้องเพลงได้เลิศ วาดรูปบนฝาผนังบ้านได้ด้วย

สมัยนั้นรัฐบาลไม่ให้มีโรงเรียนจีน ดังนั้น โรงเรียนจีนที่ฉันทเรียนอยู่จะ
ต้องถูกยุบไป พ้อวิ่งเต้นติดต่อ พาคนในกระทรวงมาดูงานโรงเรียน ว่าเรามี
สอนภาษาไทยด้วย ฯลฯ และ ฯลฯ จนในที่สุดโรงเรียนก็ได้รับอนุมัติให้สอน
ต่อได้ เป็นความภูมิใจอย่างยิ่งของครูใหญ่คนหนึ่งที่ทำหน้าที่ให้โรงเรียนได้สำเร็จ

พ้อสอนหนังสือภาคค่ำด้วย ห้องอื่นๆ มีนักเรียนประมาณสิบคน แต่

ห้องพ่อลั่นออกไปแทบยืนเรียน พ่อไม่สอนตำราที่ให้สอน พ่อบอกว่านักเรียน เขาทำงานกันแล้วมาเรียนเพื่อไปใช้งาน จะมาเรียน ก.ข.กอกา (แบบจีน) อยู่ได้อย่างไร วันแรกพ่อสอนเขียนเลขแบบจีน สอนคำที่ต้องเขียนอยู่บน หน้า책 นักเรียนกลับไปอ่าน책คลุกค้ำออกทันที นักเรียนรักพ่อมาก ทุกๆ ปีจัดงานกินเลี้ยงต้องมีเทียบเชิญมา พ่อได้โอกาสขึ้นเวทีร้องเพลงอันเป็นสิ่งที่พ่อโปรดปรานอย่างยิ่ง ความสุขของพ่อ

ภาพเหล่านี้เหมือนฉายหนังย้อนหลังมาให้ฉันดูในบ่ายวันนั้น และทำให้ฉันรู้สึกดีกับพ่อขึ้นมาทันที ทั้งๆ ที่เรื่องเหล่านี้ฉันก็รู้มาตลอด แต่มันยืนแอบอยู่หลังเรื่องไม่ดีของพ่อ เสียงนั้นบอกว่า

“คนทุกคนไม่เพอร์เฟกต์ เราเองก็ไม่เพอร์เฟกต์ แล้วทำไมพ่อต้องเพอร์เฟกต์ พ่อมีไม่ดี แล้วพ่อก็มีดี เหมือนคนทั้งโลก แปลกตรงไหน แย่ตรงไหนหรือ ที่แน่ๆ แค่นี้ไม่เคยทำให้ใครเดือดร้อน”

ฉันเคยคิดว่าฉันดูแลพ่อได้แต่กายภาพเท่านั้น ส่วนเรื่องบาดหมางระหว่างเราคงหยุดแค่กรรมของแต่ละคน ตายแล้วก็ต่างคนต่างไป แม้เรื่องลบในใจจะจางหายจากการใช้พระธรรมคำสอนมาปลงลงแล้ว แต่ก็หยุดแค่เพียงเฉย คือจากลบมาศูนย์ ไม่อาจข้ามไปบวกได้

แต่วันนั้นฉันคิดว่า ฉันน่าจะข้ามไปเพราะยังไม่สาย พ่อยังอยู่ ฉันควรจะรักพ่อก่อน เราควรจะรู้สึกดีต่อกันก่อนที่จะไม่ได้รับรู้อะไร

ฉันเอารูปพ่อกลับมาบ้านด้วย เอาบอร์ดมาใบใหญ่ติดรูปพ่อที่ยิ้มร่าเรีงแอ็คชั่นเฮี้ยวๆ และเขียนข้อดีของพ่อแปะติดไว้ตรงกลาง

“ฉันต้องกล้ารักพ่อ มีแต่ความทรงจำดีๆ” ฉันเริ่มต้นอย่างนั้น

วันนี้ฉันนึกถึงเรื่องแย่ๆ ไม่ออกเลย มีแต่เรื่องวันดีๆ โชว์ขึ้นมาในมโนสำนึกซึ่งแต่ละเรื่องที่มันผุดขึ้นมานั้นมันทำให้ฉันเข้าใจทุกเรื่องเลย แต่สิ่งที่ควรเกิดขึ้นต่อไปคือฉันควรจะเข้าใจเรื่องแย่ๆ ได้ด้วยถ้ามันผุดขึ้นมาซึ่งมันจะเป็นเรื่องที่ดีมากทีเดียว

ฉันมีความสุข

ขอบคุณพ่อ





- ความศรัทธานำสุขสงบสู่ชีวิต น้ำศักดิ์สิทธิ์จากน้ำพุทำให้รู้สึกได้รับพรจากพระเจ้าอย่างใกล้ชิด และเมื่อคนเรามีสิ่งยึดเหนี่ยวที่มั่นคง ความสงบก็เกิดขึ้นในจิตใจ

ชีวิตเปี่ยมพลัง

ฉันไปเข้าอบรมในคอร์สของอาจารย์พันโท อานันท์ ชินบุตร ผู้มีสโลแกนประจำตัวว่า ‘ชีวิตเปี่ยมพลัง’

ฉันอ่านหนังสือแปลของอาจารย์ในช่วงเดียวกับหนังสือซีเคร็ต เป็นช่วงที่ฉันชอบหนังสือแนวจิตวิทยาและพัฒนาจิตจากร้านหนังสือเป็นตั้ง

หนังสือเหล่านี้สอนให้คิดดี ตั้งเป้าหมายสิ่งที่อยากได้ให้ชัดเจนแล้วจะได้ดังปอง ออกจากความโศกเศร้าทันทที ฯลฯ ล้วนให้สิ่งดีๆ กับชีวิตของคนใกล้เป็นโรคซึมเศร้า

ช่วงนั้นฉันตื่นเต้นมากกับความรู้ใหม่ๆ เพราะรู้สึกว่าคุณชีวิตตัวเองเหมือนถึงขยะอารมณ์ที่เต็มล้นและสกปรก

ฉันพยายามทำตามรวมทั้งกระหน่ำฟังเทศน์ฟังธรรมไปด้วย

มีอยู่คำหนึ่งที่ได้ติดมาจากห้องเรียนอภิธรรมสมัยก่อนหน้านั้น

‘เปลี่ยนอารมณ์’

ฉันลืมนี่เสมอ

ทุกครั้งที่เรื่องแย่ๆ เข้ามาในสมอง ฉันจะอ่อนแอ ไร้แรงต่อต้าน นั่งแบกอยู่กับพื้น ปลอ่ยให้มันย็นค้ำหัวพละมอยู่เป็นนาน มันจะพรวดเล่ารายละเอียดของเหตุการณ์ให้ฉันฟัง (ทั้งที่ฉันรู้อยู่แล้ว) อารมณ์ความรู้สึกที่เสียหาย ความอยุติธรรมที่ได้รับ แล้วฉันก็มีดลงๆ จนมันจบรายการ

สิ่งที่ฉันค่อยๆ เปลี่ยนแปลงมาเรื่อยคือการใช้คำจากพระธรรม และการ

วิเคราะห์ปัญหา แก้ไขโดยเปลี่ยนมุมมอง โดยตั้งคำถามให้ตรงประเด็น ฯลฯ

แต่เป็นการแก้ตอนที่เจ้าตัวร้ายไม่อยู่ ซึ่งทำให้ฉันมีเรี่ยวแรงพอที่จะเสริมกำลังตัวเองแล้วค่อยๆ ซ้ำมันไปอย่างเงียบๆ ทีละตัว ซึ่งได้ผลประมาณว่าตัดต้นไม้ล้ม หมายความว่ายังมีรากอยู่ แต่เป็นรากที่ไม่มีพิษสง ยกเว้นว่ามีเรื่องใหม่ๆ ที่มีน้ำหนักมากพอจะลากเอารากนั้นขึ้นมาเกี่ยวกระหวัดรัดฉันไว้อีกครั้ง แต่สติพอมีแล้ว ก็ไม่ให้มันอยู่นานได้ แบ่งเรื่องได้ เอาแค่เรื่องใหม่มาจัดการ ส่วนเรื่องเก่าหายไปอย่างรวดเร็ว

มันเหมือนรบทัพจับศึกไทยพม่า คือรบกันเป็นชาติ นานนนนน

คราวนี้ฉันพบคำนี้อีกแล้ว ‘เปลี่ยนอารมณ์’ แต่มาศัพท์ใหม่ ‘เปลี่ยนจุดโฟกัส’

อาจารย์ให้เอาดินสอไปถือตั้งไว้ใกล้แก้วน้ำ มองแก้วน้ำแล้วมองดินสอ สลับกันครู่หนึ่งแล้วมองแต่ดินสอ ประโยชน์ต่างๆ ของดินสอ คุณความดีของดินสอ ดินสอ ดินสอ ดินสอ ดินสอ ใจเราลืมหันไปเลย

อาจารย์บอกวิธีคิดหลายอย่างเพื่อให้เรานึกไปแล้วมีความสุข วิธีเรียกพลังให้เข้มแข็งสดชื่น และสอน Identity (ความเป็นตัวเรา) ให้เราคิดสร้างนิยามตัวเราใหม่ เช่น

อาจารย์บอกว่า “ผมเป็นวิทยากร” ไอ้คำใหม่ของอาจารย์คือ “ผมคือผู้แกะสลักจิตวิญญาณ”

ไอ้คำใหม่ที่เราบอกตัวเองจะทำให้เรามีพลังกว้างขึ้นมากขึ้นเป็นราชสีห์ไม่ใช่หนูอีกต่อไป มีสิ่งที่ต้องทำมหาศาลอย่างมีคุณค่า ไม่ใช่แค่ทำไปวันๆ อย่างซังกะตาย

การเปลี่ยนมุมมองอย่างฉับพลันและมองสิ่งที่มีความสุข ทั้งมีไอ้คำใหม่ที่ทำหาย ทำให้เรากำลังใจมาก

นี่คือการทำงานแบบจิตวิทยา ซึ่งถ้าฟังแล้วเราหัวเราะหะ หะ เรา ก็จะเหมือนเดิม เหมือนที่ฉันรู้คำว่า ‘เปลี่ยนอารมณ์’ มาเป็นสิบปีแล้ว แต่ก็ยังพ่ายแพ้กับอารมณ์ที่เกิดจากความคิดลบไปชั่วโมงหนึ่งทุกที

หนังสือญี่ปุ่นเล่มหนึ่งเขียนไว้ว่า

“คุณไม่สามารถเร่งประสบการณ์ของใครเพียงเล่าให้เขาฟัง เขาต้อง

ใช้เวลาสั่งสมนานเท่าที่คุณสั่งสมมาจึงจะเข้าใจได้”

บางทีจะเป็นเช่นนั้น

ตอนนั้นประสบการณ์การ ‘ลุกขึ้นมาหือกับชีวิต’ ของฉันคงยังไม่แข็งแรงพอ ฉันต้องค่อยๆ อ้อมไปละลายความทุกข์ในจิตใจด้วยวิธีอื่นๆ ไปพลางๆ ก่อน จนเดินมาถึงวันนี้ที่พร้อมแล้วจะรับประสบการณ์ใหม่ จึงทำให้ฉันเห็นได้ว่า “การเปลี่ยนจุดโฟกัสไม่ยากเท่าที่คิด แต่ต้องตามมาด้วยการเพิ่มพลังให้จิตใจโดยไม่ใช่เพียงหาเรื่องอื่นมาคิดแทน (ซึ่งจะอ่อนและทำให้ความคิดลบเดิมแทรกกลับเข้ามาอีกทันควัน)”

ฉันรู้สึกดี ฉันมีความคิดใหม่ๆ และมีความหวังใหม่ๆ ประสบการณ์ความรู้เดิมๆ วันนี้ได้รับการขัดเกลาให้วาววามและเนียนคมขึ้น ฉันรู้ว่าต้องทำอะไรจึงจะได้รับสิ่งที่ต้องการ

อาจารย์บอกฉันอีกครั้งตอนที่ฉันไปกล่าวสวัสดิ์ก่อนกลับ

“อยากให้ชีวิตประสบความสำเร็จ ต้อง feel good เข้าไว้ครับ”

ขอบคุณอาจารย์





- เธอไม่ใช่นางฟ้า แต่เธอแต่งชุดนางฟ้า และให้พรแก่ผู้ต้องการพรโดยการแตะตัวพร้อมทำมืออวยพรอยู่ในความเงียบ เพียงเท่านั้นก็สื่อสารกันเพียงพอแล้ว ที่ผู้รับพรจะหยอดเหรียญขอบคุณลงในกล่องข้างหน้า

น้ำชาล้นถ้วย

คุณคงเคยได้ยินคำนี้ ‘น้ำชาล้นถ้วย’
มันอยู่ในเรื่องเล่าของเซนที่ว่านักปราชญ์มาหาอาจารย์เซนพร้อม
ด้วยความรู้มากมายในหัว อาจารย์เทน้ำชาให้เขาแต่ก็ไม่หยุดเมื่อน้ำชา
ล้นถ้วย นักปราชญ์บอกท่านว่าล้นแล้ว ท่านจึงหยุด และบอกว่าอาจารย์ตอบ
คำถามอะไรให้เขาไม่ได้ เพราะเขามีความรู้เต็มเต็มอยู่แล้วเหมือนน้ำชาถ้วยนี้
ไม่มีที่ว่างเหลือพอจะรับคำตอบใดๆ ได้

เราทุกคนเป็นน้ำชาล้นถ้วย

รากของมันอยู่ในวิชาหน้ากาก 4 ชั้น เป็องหลังหน้ากากคือการ ‘ดูดี’

เราอยาก ‘ดูดี’ (Looking Good)

หน้ากาก 4 ชั้น

ชั้นที่ 1 หน้ากากสำหรับสังคม เราต้องการให้คนในสังคมเห็นเราดูดี
ยังไง แบบไหน เราทำตัวแบบนั้น

ชั้นที่ 2 หน้ากากสำหรับเพื่อนวงนอก

ชั้นที่ 3 หน้ากากสำหรับเพื่อนสนิท

ชั้นที่ 4 หน้ากากสำหรับตัวเอง

ฟังคำว่าหน้ากากแล้วน่ากลัวใช่ไหมคะ ดูเป็นคนไม่จริงใจไปเลย ปรับ
ความเข้าใจใหม่ คิดถึงหน้ากากการ์ตูนวิลสวอยๆ ของเวนีสก็ได้นะ เราใช้มันปิดบัง
ตัวเอง ไม่ใช่ใช้แบบสืบทอดมรดกทำนองนั้นหรอกค่ะ

ค่อยๆ คิดดูว่าจริงหรือเปล่าที่เรามีหน้ากากคาร์นิวัล

ผู้หญิงคนหนึ่งถูกจับแต่งงานแบบคลุมถุงชน การหย่าร้างเป็นเรื่อง ‘ดูไม่ดี’ ดังนั้น เธอจึงปฏิบัติตัวดี ดูแลบ้านดี ทำงานการดี แต่งตัวดี กิริยาดี ทุกอย่างดีพร้อมสมเป็นภรรยาที่ดีเป็นคนดีของสังคม ใครๆ ก็เห็น ใครๆ ก็ ยอมรับ เวลาผ่านไปทุกคนก็ยอมรับว่าเธอดีเกินกว่าจะอยู่กับสามีคนนี้ต่อไป

หน้ากากแต่ละชั้นมีไว้สำหรับกลุ่มคนแต่ละวง เป็นเรื่องปกติที่เราจะ เล่าเรื่องของเราให้เพื่อนสองคนที่ระดับความสนิทต่างกันฟัง คนที่สนิทที่สุด ย่อมได้รู้ลึกกว่า แต่กระนั้นก็ยังมิหน้ากากอยู่บ้าง เพราะแม้กับเพื่อนสนิท เราก็ก็นึกอยาก ‘ดูดี’

เรามีหน้ากากแม้แต่กับตัวเราเอง ทำให้เราแก้ปัญหาเรื้อรังบางอย่าง ไม่ได้ เพราะการยอมรับตัวเองในบางเรื่องนั้นขัดกับระดับถูกต้องของสังคม ทำให้เรารู้สึกว่าถ้าเรายอมรับกับตัวเองว่าอย่างนั้นแล้ว เราก็จะ ‘ดูไม่ดี’ สำหรับตัวเองด้วย

นี่คือเหตุผลที่เราเข้าไม่ถึง ‘เนื้อแท้’ ของตัวเราเอง และทำให้เราไม่พบ ต้นเหตุของปัญหาที่เรามีและทำให้แก้ไขไม่ได้

มันเป็นเพียงความลับที่ซ่อนอยู่ในกล่องของขวัญ

เราไม่รู้ว่าจะไรรอยู่ในกล่องของขวัญและสงสัยตลอดมา เมื่อเราเปิดดู ความสงสัยจะหายไปทันที

เมื่อเราพบต้นเหตุปัญหา ปัญหาจะหายไปทันทีเหมือนกัน

เราเป็นน้ำชาล้นถ้วยกันตรงนี้ ตรงที่เราไม่กล้าฟังเนื้อแท้ของใจเราเอง

เราไม่มี ‘ที่ว่าง’ สำหรับใส่คำตอบที่แท้จริง เพราะเรากลัวว่าคำตอบ นั้นทำให้เราไม่ ‘ดูดี’

วนกันไปวนกันมาอยู่ตรงนี้แหละ

ทำไมเราถึงไม่ชอบคนนี้ ?

เพราะเขาเป็น...อย่างนั้นอย่างนี้ โน่นนี่นั่น เขาทำอย่างนั้นๆ น่าจะทำ อย่างนี้ๆ (เรารู้ดีกว่าเจ้าตัว)

ก็เขาเป็นเขาแล้วยังไง เกี่ยวอะไรกับเราด้วย ทำไมเราระคายเคืองในใจ
เราไม่กล้าทิ้งหน้ากากชั้นในสุดที่ปิดบังตัวเอง พอเรากล้าๆ เปิดออกดู
“อิจฉาเขาใช่ไหม”

ต้องตอบว่า “ไม่ใช่” เพราะคำตอบว่า “ใช่” ทำให้เราดูแย่ สำหรับ
สังคมและตัวเองด้วย

ดูเข้าไปลึกๆ กล้าหาญหน่อย เปิดออกมาเลย ถ้าคิดว่าใช่ ตอบเลย
ว่า “ใช่”

เมื่อตอบว่า “ใช่” คำถามจะตามมา

“จำเป็นต้องอิจฉาเหรอ อิจฉาตรงไหน มีดีอะไรให้เราอิจฉา สิ่งที่เรา
อิจฉาเราทำไม่ได้จริงหรือ แล้วเราทำอะไรที่เขาทำไม่ได้บ้างไหม เราต่างมีดี
กันได้ไหม เราไม่มีสิ่งที่เขามีแล้วเราแย่มากจริงหรือ ชีวิตเราแย่มากจริงหรือ
เวลาอิจฉาเขาแล้วเย็นใจดีหรือ หรือว่าร้อนรนเป็นทุกข์ อยู่ดีๆ เอาก้อนไฟ
มาอมไว้ในอก ตรงนี้แย่มากกว่าไหม ฯลฯ”

เวลาเราก็มหันหน้าลงไปในโอง เราเห็นอะไรที่อยู่ในโองและคิดเหมือน
กบในกะลาว่าโลกมีแค่นั้น และความคิดทั้งหมดถูกต้อง ลองเงยหน้าขึ้นมาจาก
โองสิ เราบอกตัวเองว่าเห็นอะไรบ้าง รู้จักท้องฟ้ากว้างๆ สีฟ้าไหม

ตอนที่เรใส่หน้ากากของความกลัวดูไม่ตึ๋น หน้าเราอยู่ในโองแล้ว
เราไม่มีที่ว่างสำหรับคำตอบอื่นใด

เมื่อเรายอมรับ เมื่อเราตอบคำถามของตัวเอง เราจะพบว่าการอิจฉา
เขานั้นเป็นเรื่องเหลวไหล ไม่จำเป็น เมื่อก่อนเราไม่เคยคิดอย่างนั้นเลย
เมื่อก่อนเราไม่เคยคิดว่าเราก็มียุติเรื่องอื่น เราไม่เคยให้คุณค่ากับตัวเอง มนุษย์
ทุกคนมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ภูมิใจได้เสมอและเราต้องให้ค่ากับสิ่งนั้น เพราะนั่นคือ
ตัวเรา

เมื่อเราหยุดเป็นน้ำชาล้นถ้วย เมื่อเราเริ่มฟังตัวเอง เมื่อเราเข้าถึง
เนื้อแท้ของตัวเอง

เราจะารู้จักตัวเอง และมีความสุขเป็น



ความเชื่อใหม่

ฉันไปเข้าคอร์สอาจารย์พันโท อานันท์ ชินบุตร สารสำคัญสำหรับฉัน ในครั้งนี้อยู่ที่เรื่องความเชื่อ ซึ่งอาจารย์เริ่มด้วยเรื่องนี้อยู่ครั้งแรก เมื่อสอบถามทีละคนเรียงไปว่าตนเองเป็นอย่างไรมีอุปสรรคในชีวิตอย่างไร ปรากฏว่าส่วนใหญ่ถูกหมอดูจุดประกายมาทั้งนั้น

ฉันตอบอาจารย์ว่า ฉันมีหนี้มาก หมอดูเคยบอกว่าเป็นหนี้ตลอดชีวิต ฉันผ่านความยากลำบากมามากมาย จึงอาจจะเห็นคล้อยตามหมอดูและยอมทำใจตามนั้น แต่เมื่อทุกอย่างผ่านพ้นไป วันหนึ่งฉันนั่งมองย้อนหลัง ฉันบอกตัวเองว่า หมอดูพูดมาตั้งหลายข้อ ไม่เคยมีข้อใดถูก แล้วทำไมเฉพาะข้อนี้จะต้องถูกด้วย ดังนั้น ตอนนี้ฉันไม่เชื่อแล้ว

อาจารย์สอนว่าคนเราถูกความเชื่อครอบงำและชักจูงชีวิตไปในทุกด้าน วัฒนธรรม ประเพณี คำพังเพย ฯลฯ

อาจารย์เล่าว่าสมัยเรียนอยู่เมืองนอก อาจารย์ฟังเพื่อนนั่งคุยเรื่อง ไบเบิ้ล พอคุยเสร็จฝรั่งเอาเท้าปิดไบเบิ้ล ท่านบอกเพื่อนว่าบาปนะ เพื่อนงว่บาปยังงั้ ท่านจึงบอกว่าเท้าเป็นของต่ำไบเบิ้ลเป็นของสูง คนไทยถือฝรั่งบอกว่าทุกส่วนของร่างกายมีความสำคัญเท่ากัน ยุเอาหัวเดินได้มัย

นั่นเป็นการสั่นคลอนความเชื่อเดิมให้ฉุ่กคิดต่อไปถึงความเชื่ออะไรๆ อีกหลายอย่างเลย

ทฤษฎีหลักที่ว่า ‘ความคิดเปลี่ยน ชีวิตเปลี่ยน’ นั้นจริง

แต่ความคิดมีรากอยู่ที่ความเชื่อด้วย ดังนั้น ถ้าเชื่ออย่างไกรักคิดอย่างนั้น

ตรงนี้สำคัญ

เพื่อนๆ ลองกลับไปนั่งดูอดีตของตัวเองว่าอะไรทำให้คุณเป็นอย่าง
ทุกวันนี้ (ข้อที่ไม่สบายใจ)

คุณเชื่อว่าจะอย่างไรจึงทำให้คุณคิดอย่างนั้นแล้วส่งผลให้ทำอย่างนั้น
จนชีวิตเป็นอย่างนี้มาจนถึงวันนี้

ฉันเคยเชื่อว่าฉันไม่เก่งเรื่องตัวเลข เกลียดงานบัญชี หมุนเงินไม่เป็น
เขียนเช็คใบแรกมือสั่น หมอบอกว่าต้องเป็นหนี้ บริษัทมีปัญหาการเงินมาก
และฉันต้องทะเลาะหลวงปัญหาการเงินไปให้ได้ ที่สำคัญฉันรู้สึกว่าคุณเป็นคน
ไม่เก่ง มีคนอื่นรอบๆ ตัวที่เก่งกว่า ฉันรู้สึกด้อยและยอมรับชีวิตไปเสียๆ

เมื่อเรื่องราวผ่านพ้นไป

~ คนที่ทำงานใกล้ชิดในแผนกเดียวกันที่เห็นสภาพการทำงานของฉัน
มาตลอด เขาก็คุยกับฉันว่าเก่งนะที่ทำได้ขนาดนี้ (นี่ไม่ได้กำลังโม้ นะคะเพื่อนๆ
เพียงแต่จะชี้จุดแตกต่างให้เห็นเป็นตัวอย่างค่ะ)

~ เมื่อฉันต้องอธิบายเรื่องเงินให้คนที่ฉันยกย่องว่าเขาเก่ง เขาก็ฟังไม่
ค่อยรู้เรื่อง ฉันได้รู้ว่า ฉันก็เก่งในเรื่องของฉันพอๆ กับที่เขาเก่งในเรื่องของเขา
ต่างคนเก่งต่างสาขา ไม่ต้องเอามาเปรียบเทียบกัน ฉันก็ไม่รู้สึกด้อยอีกแล้ว

~ ฉันสำรวจไปรอบๆ ตัวในทุกๆ เรื่องก็พบคำตอบให้ตัวเองในทางที่
ดี โดยเฉพาะเมื่อมองตามแนวทางพัฒนาจิตที่ได้อุทิศสำหรับเรียนรู้จากหนังสือ
ต่างๆ มานาน ฉันมีชีวิตที่น่าพอใจ

เมื่อล้างความเชื่อเดิมๆ ได้หมด ฉันก็รู้สึกดีกับตัวเองมากทีเดียว

อาจารย์สอนว่า “เรามีความเชื่อความคิดลบใดๆ อยู่ เมื่อพบแล้ว
ให้คิดใหม่ทางบวกทันที ชีวิตเราจะเป็นตามนั้น”

สุภาชิตที่ว่า ‘ชีวิตต้องสู้’ ทำให้เราเหนื่อยมากมีเรื่องมาให้สู้อย่างหมด
เปลี่ยนความเชื่อให้เป็น ‘ชีวิตสบาย’ ได้ไหม เราคิดอย่างใดก็ได้เช่นนั้น

ความคิดที่เราส่งออกไปเป็นคลื่นพลังงานออกไปสู่จักรวาล มันจะไป
ค้นหาและนำพาสิ่งที่เหมือนกันกลับมาสู่เรา เมื่อเราคิดว่าสบาย มันก็จะพา
เรื่องสบายๆ เข้ามา

บางทีเมื่อเราลองทำ เราจะพบว่า เมื่อเราส่งความคิดใหม่ออกไปด้วย
ความหวังอันสดใสว่ามันจะเกิดขึ้น อีกเสี้ยวหนึ่งเล็กๆ ในความรู้สึกมันจะหาย
ทางตาลงไปมองในใจและพบว่า มีความลึกลับไม่เชื่อว่า เอ๊ะ จะเป็นไปได้หรือว่า
เราจะไม่กล้าทั้งความเชื่อหรือความคิดเดิมไป ทั้งที่รู้ว่ามันไม่ดี

อาจารย์บอกว่า “ให้ทิ้งมันไปเลย”

ถ้าเราอยากประสบความสำเร็จ เราต้องอีกเข็มใจพอที่จะ “ทิ้งมัน
ไปเลย”

ความอ่อนแอในใจเราต่างหากที่ทำให้เราไม่กล้าก้าวไปแม้จะรู้ว่ามันดี
และเราอยากได้

ฉันเคยอ่านพบประโยคหนึ่งว่า “คนส่วนใหญ่ยินดีจะทุกข์ยากอย่างเดิม
มากกว่าจะก้าวออกไปหาความสุข”

หลวงพ่อบุญมา สุภทโท สอนว่า “อย่าเสียดายความชั่ว”

ฉะนั้นพวกเราจง “ทิ้งมันไปเลย” กันเถอะ

การเปลี่ยนแปลงต้องอาศัยการต่อเนื่อง เมื่อเราเปลี่ยนความคิด
แน่นอนความคิดเดิมจะแวบเข้ามาเยี่ยมเสมอ เราก็จะต้องรีบนึกถึง ‘ความ
คิดใหม่’ ‘คติใหม่’ ของเราทันที ให้มันสลับไปเรื่อยๆ จนความคิดเก่าอ่อน
แรงและจางหายไปในที่สุด

เมื่อเราสนใจใส่ใจกับความคิดใหม่ ความคิดใหม่ย่อมสดใสแข็งแรง
ความคิดเก่าที่ไม่ได้รับความสนใจก็ย่อมอ่อนแอ ดูต้นไม้ที่เรารดน้ำทุกวัน
กับต้นไม้ที่ไม่รดน้ำมันจะเหี่ยวเฉาตายไปในที่สุด

แม้จะต้องใช้เวลา แต่เราต้องมีกำลังใจให้ตัวเอง

แต่การใช้เวลาจะสั้นหรือยาว เร็วหรือช้า ก็อยู่ที่ตัวเราเองว่าจะอ้อยอิ่ง
ขนาดไหน

มีครั้งหนึ่งที่มีคนพาลเล็กชานเดอร์มหาราชไปดูเสาต้นหนึ่งที่มีเชือกโยงมากมายและผูกรวมเป็นปมใหญ่ให้เขาแก้ปมนั้นออก อเล็กซานเดอร์ไม่แก้ แต่เอาดาบฟันปมปมนั้นเลย แก้ปัญหาที่เดียวอย่างเด็ดขาดเฉียบพลันจนเรื่องนี้ได้สมญาว่า ‘อเล็กซานเดอร์’ ส นี้อต’

เราจะเปลี่ยนชีวิต ไม่ใช่เรื่องเล็ก แต่เปลี่ยนชีวิตได้แล้ว นี่เป็นเรื่องใหญ่ ดังนั้น เราจะให้มันง่ายได้อย่างไร แต่...ถ้ารู้วิธีและมีความตั้งใจแล้วก็ไม่ใช่เรื่องยาก

วันนี้ฉันรู้สึกว่าการชีวิตเต็มเปี่ยม มีความพอใจมากขึ้น ความเชื่อใหม่ๆ ที่ดีๆ มีหลายข้อและทำให้มีความหวังสดใส

ความมั่นใจทำให้ฉันรู้สึกว่าการ ‘ทิ้ง’ ได้ง่ายขึ้น เชิดใส่ ไม่สนใจ และหยิ่งกับมันนิดๆ ด้วยว่าฉันทิ้งเธอได้นะเจ้าความเชื่อเลวๆ

คุณมีอะไรจะ ‘ทิ้ง’ บ้างล่ะ เพื่อให้ชีวิตมีแต่สิ่งดีๆ

คุณมีอะไรจะ ‘เชื่อใหม่’ บ้างล่ะ เพื่อให้ชีวิตรื่นรมย์





- เมืองโบราณสถาปัตยกรรมโบราณเป็นครูที่ดีแก่นักศึกษาที่กำลังฝึกวาดรูป เธอผู้นั่งสงบ และทอดรับความรู้สึก ชาบซึมจิตวิญญาณของตึกโบราณเข้าไว้ในใจ และถ่ายทอดมันผ่านปลายดินสอลงในกระดาษ นี่เป็นความสุขในโลกส่วนตัวโดยแท้

ความยิ่งใหญ่ของดอกหญ้า

ดอกหญ้าดอกเล็กๆ เป็นเหมือนปุ่มกลมๆ สีม่วงอ่อนสวยงามมาก มันไวก้านไปมาเล่นกับสายลมอ่อนๆ ที่โชยมา เราต้องก้มหน้าลงไปมองใกล้ๆ จึงจะได้เห็นรายละเอียดของดอกที่ฟูเหมือนขนมถั่วพู มันรำเริงเบิกบาน มันล้อเล่นกับแสงแดดยามเช้า มันแผ่ขยายความเล็กๆ ของมันไปทั่วท้องทุ่ง จนเห็นเป็นผืนพรมสีม่วง

มันไม่สนใจว่าดอกไม้อื่นใดจะใหญ่แค่ไหน มันไม่โอ้อวดว่าดอกอะไรจะหอมกว่าหอมไกล มันไม่ต้องพรับบอกว่ามันมีดีอะไรและไม่เคยรู้สึกว่าคุณมันมีแต่ความไม่ดีเพราะเป็นวัชพืช มันมีประโยชน์ในหน้าที่คลุมดินให้ชุ่มชื้น ถ้าพื้นที่ตรงไหนที่ต้องใช้งานหน้าที่อื่นที่มันทำไม่ได้ มันก็ไม่ว่าอะไรถ้ามันจะต้องจากไป ไม่มีอุปสรรคใดๆ ที่จะมีชีวิตอย่างเบิกบาน

มันคือความยิ่งใหญ่ของชีวิตของมันเองที่มีพิกัดต้องเทียบกับใคร มีความสุขทุกๆ วัน

ความยิ่งใหญ่ของดอกหญ้า

คนเราก็เบิกบานเหมือนดอกหญ้าได้ถ้าเรารู้สึกถึงคุณค่าในตัวของเรา เรายิ่งใหญ่ในอาณาจักรเล็กๆ ของความเป็นตัวเรา เรามีความสุขได้เต็มที่ในหัวใจของเรา มือของเราเองที่จะทำให้เกิดขึ้น

บางคนอาจพูดว่า “โลกสวย” ด้วยสำเนียงเย้ยหยัน มันหมายถึงไปว่า

เห็นอะไรก็สวayıไปหมดทั้งๆ ที่ไม่สวayı นับเป็นพวกมองข้ามความจริง เพราะความจริงนั้นโลกไม่สวayı

แต่มันมีอีกด้านของถ้อยคำ

คนเห็น ‘โลกสวayı’ นั้นมองอย่างมีความหวัง เขาเห็นสิ่งที่ไม่สวayıและคิดว่าน่าจะทำให้มันกลับสวayıได้ และเขาเห็นมันสวayıตั้งแต่ยังเปลี่ยนมันไม่เสร็จด้วยซ้ำ เขาทำไปเรื่อยๆ ในที่สุดสิ่งที่ไม่สวayıนั้นก็สวayıงามได้สำเร็จและในที่สุดโลกก็สวayıจริงๆ ดังภาพที่วาดไว้ แล้วความสำเร็จก็โบทโหวเร้งร่าอยู่ในสายลม

จงฝันและทำความฝันให้เกิดขึ้นจริงในชีวิตของคุณ ไม่ต้องสนใจถ้อยคำเย้ยหยันของใคร อย่าให้ใครมาเป็นอุปสรรคของเรา อย่าให้เขามีอิทธิพลกับเส้นทางของเราขนาดนั้น เขาไม่ได้มีอิทธิพลจริงๆ หรือ เราหลอกตัวเองต่างหาก ตัวเรานั้นเองที่มีอิทธิพลต่อเส้นทางความฝันของเรา

ต้นพวงแสดเป็นไม้เลื้อยที่ตอนต้นเล็กๆ ลำต้นบางอย่างกับเส้นไหม มันเหยียดวงอ่อนๆ ออกไปเกี่ยวกระหวัดรัดพันปุ่มปมบนผิวต้นไม้ใกล้ตัวจากพื้นดินค่อยๆ ปีนขึ้นไปบนยอดต้นไม้ นั่นมันไม่ยอมออกดอกจนกว่าจะขึ้นถึงยอด วันนี้นั้นมันแผ่คลุมยอดและออกดอกสีส้มแสดเป็นแพกว้าง มันนอนเอนแขนรับลมบนยอดไม้แล้วคุยกับสายลม อดดอกสวayıของมันกับแสงแดดยามเช้า

มันเป็นวิถีของไม้เลื้อยที่การปีนป่ายไม่ใช่อุปสรรค แต่เป็นเพียงเส้นทาง

ฉันไม่ได้กำลังแนะนำให้คุณเป็นไม้เลื้อยที่พึ่งพาและเบียดเบียนเหยียบบ่าใครเพื่อขึ้นที่สูง เพียงแต่บอกอีกด้านหนึ่งว่าทุกชีวิตมีวิถีธรรมชาติของตนเอง เราเองก็มีวิถีของตัวเองเช่นกัน

เมื่อเราศรัทธาในความดี เชื่อมั่นในวิถีของการทำดี คุณธรรมย่อมโอบกอดเราให้ได้พบคนดีๆ ที่จะช่วยเหลือให้เราทำสิ่งที่หวังได้สำเร็จด้วยความเต็มใจโดยไม่ต้องเบียดเบียนใคร สัมพันธภาพที่ดีเป็นเส้นทางที่อบอุ่น

อุปสรรคถ้าจะมีนั้นเกิดจากตัวเราเอง เพราะบางคนมีอุปสรรคง่าย

อาจารย์ยกตัวอย่างว่า สอนให้หลับตานึกภาพว่าเราสเลนเดอร์ยังไง พอได้ภาพแล้วให้นึกว่าเราสวมเข้าไปในร่างนั้น แล้วมีความสุขกับภาพนั้น คำตอบคือ “อาจารย์ขา หนูนึกภาพแล้ว แต่หนูอ้วน มันยัดเข้าไปในร่างนั้น ไม่ได้” สำหรับบางคน แม้ในจินตนาการก็ยังมีอุปสรรค

อาจารย์สอนว่าถ้าอยากมีเงินให้ออมเงิน หากกระปุกมาหยอดสตางค์ทุกวัน เดียวเงินจะดูตุงเงินมาโดยทางใดทางหนึ่งเอง “อาจารย์ขา หนูไม่มีกระปุกจะหยอด”

คนที่มีอุปสรรคง่ายจะหยุดที่อุปสรรคนั้นแล้วเลิกทำ เขาจะไม่ได้อะไรกลับมา วันๆ เขาจะพบแต่อุปสรรคไปทุกเรื่อง อุปสรรคเล็กน้อยเพียงใดก็หยุดเขาได้หมด

คุณดูน้ำสิ น้ำไม่เคยยอมหยุดกับอะไรที่มาขวางทางที่จะไหลไป ไบตรงไม่ได้ก็ไปซ้าย ไปซ้ายไม่ได้ก็ไปขวา มุดลอดไปก็ได้ ซึมลงล่างแล้วไปไหลที่อื่นก็ได้ ไม่มีอุปสรรคในพจนานุกรมของน้ำ

จงเป็นน้ำที่ไม่ยึดหระต่ออุปสรรค

จงเป็นพวงแสดที่ปั่นป่ายเดินหน้าไม่หยุด

จงเป็นตัวของคุณเองที่ฝันจะก้าวไกล

จงภูมิใจในคุณค่าของตัวเอง

จงยอมรับกับแสงแดดและเบิกบานกับสายลม

จงยิ่งใหญ่ในอาณาจักรใจของตัวเอง

ดุจดั่งความยิ่งใหญ่ของดอกหญ้า

ที่ลามไปทั่วท้องทุ่งไม่ว่าจะกว้างไกลเพียงใด





- ในวันธรรมดา ขอเพียงได้นั่งพักผ่อนกับเจ้าเพื่อนรัก ดูชีวิตที่ผ่านไปมาอย่างเจียบๆ ก็เป็นความสุขเพียงพอแล้ว เพราะวันที่ไม่มีอะไรร้ายแรงหรือเกิดเรื่องน่าปวดหัวนั้น นับว่าเป็นวันธรรมดาที่แสนดีที่สุดแล้ว

ความสำเร็จ

คนส่วนมากไม่ได้รู้สึกถึงความสำเร็จบ่อยๆ เพราะจะรู้สึกได้ต่อเมื่อเกิดเหตุการณ์สักอย่างเช่นเรียนจบ สมัยครงานได้ ได้เป็นดอกเตอร์ โน่นนี้นั้น ว่าไป ดังนั้น เราจึงไม่ค่อยมีวาระฉลองความสำเร็จ และความสำเร็จเป็นสิ่งที่ต้องรอคอย

เราไม่เรียกสิ่งเล็กๆ ว่าเป็นความสำเร็จ

แต่ในชั้นเรียนกับอาจารย์พันโท อานันท์ ชินบุตร ได้เห็นความสำเร็จง่ายๆ

อาจารย์บอกให้ทุกคนหยุดจด นั่งตัวตรง ครู่หนึ่ง บอกให้นักเรียนยกแก้วน้ำตรงหน้าขึ้นดื่ม ทุกคนทำตาม

อาจารย์ถามว่า “ดื่มน้ำสำเร็จไหม”

พวกเราหัวเราะ ใช่ เราดื่มน้ำสำเร็จ

อาจารย์บอกว่า บางคนดื่มน้ำไม่สำเร็จ หรือดื่มน้ำยาก ไม่มีแขนดื่มได้ มั้ยง่ายมัย เจ็บคอดื่มง่ายมัย

โบราณว่า ‘ถีลอดตาข้าง ห่างลอดตาเส้น’

ของที่เรทำทุกวันเราไม่นับเป็นความสำเร็จ ถือว่าแห้งอยู่แล้ว ทำให้เราไม่อาจพอใจในชีวิตง่าย เราต้องผ่านเรื่องยากๆ จึงจะนับว่าใช่

ท่านดิช นัท อันท์ เขียนไว้ในหนังสือ สันติสุขทุกลมหายใจ ให้เรา
ขอบคุณทุกอย่างที่เราได้ตั้งแต่ลมตาตื่นที่เดียว เรามีฟันให้แปรง (บางคนอาจ
ไม่มีแล้ว) ขอบคุณก๊อกน้ำ (ไม่ต้องไปแบกน้ำมาแต่ไกล)

เมื่อเรารู้สึกถึงสิ่งที่มี เราจะมีความสุขได้ง่ายๆ

รถคุณเก่าหรือ ถ้าไม่มีรถต้องขึ้นรถเมล์จะดีกว่ามั๊ย
มีเงินน้อยหรือ ถ้าไม่มีเงินเลยจะดีกว่ามั๊ย
งานน่าเบื่อหรือ ถ้าตักงานตลอดปีเลยจะดีกว่ามั๊ย

ดีพัค โขปรา บอกว่า การมองสิ่งที่ไม่ทำให้เรารู้สึกขาดแคลนอยู่ในใจ
ถ้าเราขอบคุณสิ่งเล็กๆ ที่เรามีอยู่แล้ว เราจะรู้สึกเหลือเฟือ

การยึดมั่นอยู่กับสิ่งที่ไม่ได้ดึงดูดความขาดแคลนเข้ามาเรื่อยๆ แม้ว่าเรา
จะได้รับสิ่งที่ต้องการแล้ว เรายังจะยังรู้สึกขาดแคลนอยู่ดี

การพอใจและขอบคุณสิ่งที่มีอยู่แล้ว การปล่อยวางทำให้ผ่อนคลาย
รู้สึกอุดมอิ่มเต็ม และดึงดูดความอุดมใหม่ๆ เข้ามาให้รู้สึกอิ่มเต็มยิ่งขึ้น

การมองเห็นสิ่งที่มีอยู่แล้วคือการพบความสำเร็จ เพราะเราเกิดมา
ตัวเปล่า เราไม่มีอะไรเลย และวันนี้เรามีทุกอย่างที่ทำให้เรามีชีวิตอยู่ได้

ถ้าเราเบื่องาน งานก็น่าเบื่อ

งานก็เบื่อเราด้วย งานมันมีชีวิตนะ ถ้าเราน่าเบื่อ งานมันจะยุ่งเหยิง
หัวฟู สกปรก รุงรัง ยาก ดื้อ เคยรู้สึกไหมวันๆ หมดไปกับการหาของ
(และหาไม่ค่อยเจอ แม้อันซึกจะเล็กนิดเดียว)

ถ้าเราไม่เบื่องาน งานจะน่ารัก สะอาดเป็นระเบียบ ขวนสร้างสรรค์ มี
ชีวิตชีวา งานจะเล่นสนุกกับเรา

งานกับเราอยู่ในสายตาของกันและกัน ถ้างานน่าเบื่อเราก็เป็นคน
น่าเบื่อด้วย

ลุกขึ้นมาสร้างสรรค์ความสำเร็จเล็กๆ ให้ตัวเองทุกวัน ขอขอบคุณ
ความสำเร็จที่เกิดขึ้น

ไม่ว่าจะดื่มน้ำสำเร็จ เดินสำเร็จ ขึ้นลิฟต์สำเร็จ (ไม่ติดอยู่ในลิฟต์)
ทำกับข้าวอร่อยสำเร็จ ปลอดภัยเพื่อนสำเร็จ ทำงานส่งก่อนเวลาสำเร็จ
แต่งตัวสวยสำเร็จ ตอนเย็นรถติดแต่กลับถึงบ้านปลอดภัยได้สำเร็จ ขายงาน
ลูกค้าได้สำเร็จ หัดยืมเก่งสำเร็จ อกภัยให้เพื่อนได้สำเร็จ

เรามีความสำเร็จมากมายทุกวัน

เรามาดลองความสำเร็จกันเถอะค่ะ



เรือที่ไม่มีพาย

เรือน้อยที่ไม่มีพายลำหนึ่งลอยไปตามกระแสน้ำ บางครั้งน้ำไหลเอื่อยอ่อนเรือลอยไปติดพงหญ้าข้างทาง มันโคลงเคลงไปตามแรงกระเพื่อมของน้ำ ในที่สุดก็หลุดมาจากพงหญ้า ล่องลอยตามสายน้ำต่อไป บางคราวถึงช่วงแก่งก็ถูกพัดพากระเด็นกระดอนไปตามกระแสน้ำ มันต้องไปตามแต่สายน้ำจะพาไป จนกว่าจะถึงทะเล

เรือลำนั้นคือชีวิตของเรา

เราเลือกไม่ได้ว่าชีวิตจะพบอะไร

เจ้านายที่ใจดีหรือวางอำนาจ

เพื่อนที่เอื้ออาทรหรือแอบแทงข้างหลัง

สุขภาพที่แข็งแรงหรือป่วยไข้

งานที่สำเร็จตามเป้าหมายหรือล้มเหลว

ความรักที่สดชื่นหรือทำให้หัวใจสลาย

มันเป็นเรื่องเจ็บปวดใช่ไหมที่เราไม่รู้สีกว่านี่คือชีวิตของเราเอง ทำไมเราจึงเลือกไม่ได้ ทำไมเราต้องพบกับสิ่งที่เราไม่ต้องการ

มันมากกว่านั้นอีกนะ แม้แต่ในตัวเราเอง เราก็ยังพบว่าเราควบคุม

ไม่ได้ เราจะงง เมื่อพระพุทธว่าตัวเราไม่ใช่ของเรา แต่เราก็อ้างเมื่อพระถามว่าถ้ามันเป็นของเราจริงก็ส่งมันสิ

สั่งให้มันอย่าป่วยไข้ สั่งให้มันเฝ้าวิญญูตลอดไป เปล่งปลั่งดังกุหลาบแรกแย้มอยู่เสมอชั่ววันนิรันดร์

เราทำไม่ได้หรอก อย่างน้อยที่สุดวันเวลาก็พารอยตีนกามาฝากไว้ที่ทางตาจนได้

ในความเยียบสงบของยามเช้า ลองนั่งให้สบาย หยุดความคิดถึงเรื่องราวต่างๆ ไว้ก่อน แล้วมองเรือลำน้อยของเรา

เราเป็นเพียงเรือน้อยที่ลอยล่องไปอย่างสิ้นหวังดุจใบไม้ใบหนึ่งล่องลำธารในป่าใหญ่

อหังการของใครบางคนบอกว่าลิขิตชีวิตเองได้ แท้แล้วเขาก็ถูกลิขิตโดยความอคติของลำธารนั่นเอง ถ้าบินขึ้นไปบนฟ้าแล้วมองลงมาสำรวจเส้นทางของลำธารนั้นก็จะเห็น

เราไม่ได้มองเพื่ออภิปรายชีวิต ถกเถียงด้วยความเห็นอันถูกเพาะบ่มมาแต่ด้วยเยาว์ หรือคัดค้านเพียงเพื่อชัยชนะในการโต้ว่าตี

หากแต่มองเพื่อเห็นภาพกว้างและตระหนัก ยอมรับความจริงของการเป็นเรือน้อยที่ไม่มีพายุจะพัดตนเองไปตามใจต้องการ หากเราได้เห็นและได้ตระหนักถึงความจริงนี้อย่างเข้าใจและยอมรับ ความรู้สึกที่จะได้กลับมาคือการปล่อยวาง

แต่จักรวาลไม่ได้ใจร้ายกับเรือเล็กๆ นี่มากเกินไปหรอก มันผ่อนคลายเราด้วยการให้ ‘ทางเลือก’ แก่ใจของเรา เราอาจควบคุมร่างกายไม่ได้ เราอาจควบคุมเหตุการณ์ไม่ได้ เราอาจควบคุมใครไม่ได้

แต่เราเลือกได้ว่าจะมองมุมไหน จะคิดอย่างไร รู้สึกอย่างไร เราเลือกได้เสมอ

เพื่อให้ใจเป็นสุข

เพื่อมีชีวิตที่ดีงาม

เพื่อพบความสว่างของเส้นทาง

เพื่อพบความสงบอันรื่นรมย์

ขอบคุณ คุณดั่งตฤณ ที่เขียนสอนเราไว้ว่า

คุณเลือกไม่ได้ที่จะต้องพบคนเลว

แต่เลือกได้ที่จะไม่เลวตาม

คนเห็นแก่ตัวมักฝากความเจ็บใจไว้กับคุณ

แต่คุณเลือกได้ว่าจะเก็บไว้หรือปล่อยไป

คนไม่ดีกระตุ้นความคิดไม่ดีขึ้นในหัวคุณ

มีแต่คุณที่ตัดสินใจคิดดีเองหรือคิดไม่ดีตาม

เพื่อเพิ่มคนไม่ดีขึ้นอีกราย

พระไพศาลเทสน์ไว้ในช่วงเข้าพรรษาปี 2555 ว่า

“ชีวิตมีทางเลือกเสมอ”

ตอนนี้เรารู้แล้วว่า แม้เราจะเป็นเรือที่ไม่มีพาย จะต้องล่องไปตาม
กระแสที่น้ำจะพัดพาไป

แต่อย่างน้อยเราก็เลือกได้ที่จะประคับประคองให้มันไปถึงทะเลได้โดย
ไม่รั่วหรือแตกหัก

เรายังสามารถรื่นรมย์กับธรรมชาติข้างทางยามที่มันผ่านช่วงเอื่อยอ่อน

เรายังสามารถเข้มแข็งและถือเป็นเรื่องสนุกท้าทายยามที่มันล่องแก่ง

แม้มันจะพาเราไปแต่เราก็มีส่วนพามันไปด้วย

และคงความเป็นเรือที่สมบูรณ์ในวันที่ไปถึงทะเล

แม้เราเป็นเพียงเรือลำน้อยของจักรวาล

ก็จงเป็นเรือลำน้อยที่สวยงาม





- เด็กๆ ไม่รู้หรือกว่าเนื่อนสาวรีย์ของใคร บางทีมันอาจจะสำคัญ แต่บางทีก็ไม่สำคัญ เพราะสิ่งสำคัญคือนาที่ปัจจุบันที่พวกเธอรู้สึกและได้รับอยู่คือ การเพลิดเพลินกับการเล่นกับหลักหินนี้ เป็นเรื่องธรรมดาที่สิ่งใดสิ่งหนึ่งจะสำคัญสำหรับคนหนึ่งและไม่สำคัญต่ออีกคนหนึ่ง นี่คือธรรมดาของชีวิต



.....

โลกสวย

เมื่อคุณมองเห็นว่า

โลกสวย

