



ในรักนี้มีเธอ

ขวัญเพียงหทัย

ฉันมีความรัก
และในความรักนี้มีเธอ
สวนดอกไม้ของฉัน





หนังสือ : ในรักนี้มีเธอ

ภาพและเรื่องราว : ขวัญ เพ็ญหทัย

จัดรูปเล่ม : ประทีป ปัจฉิมทีก • สำนักพิมพ์เรือนธรรม : 914 ถนนพระราม 5 แขวงถนนนครไชยศรี เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300 • แยกสี : บริษัท กนกศิลป์ (ไทยแลนด์) จำกัด โทรศัพท์ 0 2215 1588 • พิมพ์ที่ : บริษัทโอเอส พรินติ้งเฮาส์ จำกัด 113/13 ซอยวัดสุวรรณคีรี ถนนบรมราชชนนี แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ 10700 โทรศัพท์ 0 2433 3653 • ราคา 200 บาท • Facebook : ขวัญ เพ็ญหทัย

ในรักนี้มีเธอ

ทุกๆเช้าที่บ้านสวนขวัญ เสียงนกโพระดกจะดังก้องมาท่ามกลางความเงียบ แสงแดดอ่อนๆค่อยๆคลี่มาน่าผ่านทิวเขาทางหน้าบ้าน ต้นไม้แสดงอาการตื่นขึ้นใบกไหวรับสายแดดและสายลมอ่อนๆ บรรยากาศสดชื่นมากทำให้ใจสุขสงบ

ทุกๆวันฉันอยู่กับความเงียบสงบนี้ พร้อมกับเรียนรู้คำตอบว่าควรจะมีมุมมองต่อชีวิตที่ผ่านมาแล้วอย่างไร เพื่ออยู่กับปัจจุบันอย่างสุขสงบ

ฉันก็เหมือนกับคนทั้งหลายที่ทำงานมากกว่าสามสิบปีและมีเรื่องราวบางอย่างที่ยังคงอยู่แม้เวลาจะผ่านไป เรื่องราวเหล่านี้อาจมีไม่มากเรื่อง แต่มีรายละเอียดของเรื่องมากและกระทบใจยาวนาน สิ่งที่เป็นธรรมดาคือมันจะผุดขึ้นมารบกวนปัจจุบันขณะของเราและฉุดรั้งการไปต่อของเราไว้ ฉันใช้เวลาอยู่กับความเงียบเนิ่นนานพร้อมกับรับฟังครุ่นต่างๆที่ผ่านเข้ามาสอนสั่งในห้วงเวลาอันเป็นวาระ ในที่สุดฉันก็ได้คำตอบสำหรับมุมมองต่างๆ ของชีวิต ซึ่งหากการฝึกฝนนั้นๆพบว่าได้ผล ฉันก็จะบันทึกและโพสต์ขึ้นในเฟสบุ๊กเพื่อหวังว่าจะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่มีปัญหาเดียวกัน จะได้ผ่อนคลายไปด้วยกัน

วิธีบันทึกของฉันจะอิงกับต้นไม้ ฉันรู้สึกมีความสุขที่ได้สัมผัสกับมวลไม้เหล่านั้น ทุกๆวันฉันจะไปเดินเล่นในสวนและดูวิถีการเป็นไปของต้นไม้ ชาบซึ่งกับธรรมชาติของแต่ละต้นที่มีความเป็นตัวเอง รู้สึกประทับใจกับธรรมชาติผู้สร้างสรรค์ ได้รับรู้ธรรมชาติที่ยิ่งใหญ่ขึ้นทุกวัน เกิดความเคารพในธรรมชาติ และเกิดความรักในสวนต้นไม้แห่งนี้ บ้านสวนขวัญ ต้นไม้ที่ซบซุดจิตวิญญาณให้ชุ่มชื้น อบอวน และอ่อนโยน

บัดนี้ฉันได้เรียนรู้ที่จะยอมรับกฎแห่งธรรมชาติ ปล่อยวาง รัก เมตตา อภัย อวยชัยให้พร รู้สึกอยากให้ทุกคนมีความสุขเกิดขึ้นในใจ เพราะได้รู้แล้วว่าความมีความสุข สะอาด สว่าง สงบ ในใจอย่างที่ท่านพุทธทาสสอนนั้นเป็นความสุขแท้จริงของชีวิต

หนังสือเล่มนี้เป็นเสมือนหนึ่งบันทึกทั้งภาพและเรื่องราวของต้นไม้และของตัวเอง แม้ว่าภาพอาจจะไม่สวยแบบที่ช่างภาพจะถ่ายทอด แต่ก็เก็บจากมุมมองและความประทับใจที่เกิดขึ้นในโมงยามนั้นๆ ประสงค์จะให้ เป็นหนังสือภาพต้นไม้เพื่อขอบคุณต้นไม้ทั้งหลายที่ให้ข้อคิด คำตอบ และความสุขแก่ฉัน และหวังว่าอาจเป็นความสุขแก่ผู้อ่านทุกท่านได้ด้วย

ขออวยพรจากใจจริงให้ทุกคนมีความสุขบอวลอยู่ในจิตใจเสมอ นะคะ

ด้วยรักและขอบคุณ

ขวัญ เพียงหยั

ฤดูหนาว 2565

บ้านสวนขวัญ ปากช่อง นครราชสีมา







ส ร้อย อิน ท นิ น

เมื่อฉันมาปลูกบ้านใหม่ ๆ ได้ไปร้านอาหารซื้อบ้านไม้ชายน้ำ พบว่าปากทางเข้าร้านมีสร้อยอินทนิลโรยเป็นสายพริ้ว ๆ ลงมาต้อนรับมากมายหลายสายคล้ายม่าน ฉันจึงตัดสินใจว่าหน้าห้องอาหารของสวนธรรมจะทำซุ้มร้านให้สร้อยอินทนิลโรยลงมาบ้าง ซึ่งต่อมาก็สวยสมใจ

บางครั้งเธอก็แห้งโรยราต้องปรับปรุงดินขนานใหญ่ให้ฟื้นขึ้นมา วันนี้ซุ้มดอกสร้อยอินทนิลเริ่มเขียวชะอุ่มอีกครั้ง ทั้งดอกลงมาเป็นสาย แม้จะยังไม่มากนัก แต่ก็ชื่นใจ คลายความแห้งกรอบจนเกือบจะเห็นแต่โครงไม้ระแนงลงไป มันบอกว่าอดีตเป็นคนละเรื่องกับปัจจุบัน วันนี้เมื่อปัจจัยเปลี่ยนไปมันก็เริ่มชีวิตชีวาใหม่ได้เต็มทีอย่างสมบูรณ์

สัปดาห์ก่อนฉันพบว่าในจิตใจมีความสงบ ไม่มีความคิดรบกวนใจใด ๆ เข้ามาในใจ ฉันรู้สึกยินดีกับภาวะนั้น เย็นวันหนึ่งฉันนั่งดูหนัง มีบางอย่างเข้ามาสะกิดให้นึกถึงเรื่องหนึ่งขึ้นมา แล้วมันก็เริ่มเล่าเรื่องนั้น ฉันรู้สึกไม่เป็นไร แต่ปรากฏว่ามันเล่าต่อไปจนกระทั่งเรื่องเริ่มมีความสัมพันธ์ถึงคนอื่นเข้ามา เนื้อเรื่องเริ่มมีประเด็นปัญหาที่เคยเกิดขึ้นเข้ามา ฉันเริ่มได้ตอบอารมณ์นั้นและเริ่มสั่นสะเทือน

ฉันหยุดมัน และเปลี่ยนอิริยาบถ มันจึงหายไป

วันรุ่งขึ้น ฉันทบทวนถามตัวเองว่าทำไมเรื่องนี้จึงกลับมา มันนานมากแล้ว มันไม่มีประโยชน์ มันแก้ไขไม่ได้ต่อให้เกิดขึ้นวันนี้มันก็ยังคงแก้ไขไม่ได้ ตอนนั้นมันจบไปเพียงเพราะว่าเวลาผ่านไป ฉันทึกว่าฉันควรให้อภัยคนเหล่านั้น แต่รู้สึกว่าการณ์ค้างคาจะอยู่ในใจฉันอยู่ดี

มีหลายเรื่องที่มีลักษณะคล้าย ๆ กันทำนองนี้ เมื่อทบทวนฉันจึงรู้ว่าทุกครั้งทุกวิธีที่ฉันอภัยแล้วรอดพ้นมาได้ นั้น เป็นการรอดพ้นจริง แต่เป็นการพ้นเฉพาะหน้าเท่านั้น ดังนั้น เมื่อมันมีโอกาสกลับมาฉันจึงยังสะทกสะเทือน

ฉันได้ฟังคลิปของคุณปริณ แก้ววัชรพล ผู้หญิงเก่งที่อ่านหนังสือมากมายจนรอบรู้และสามารถอธิบายได้ดีมาก มีหลายข้อที่เธอพูดบรรยายแล้วตรงกับที่ฉันฟังเป็นอย่างนั้นรวมทั้งฉันด้วย มีหลายอย่างที่คุณเคยอยากทำแต่ไม่กล้าแล้วเธอบอกว่าทำเถอะ

สองสามปีหลังที่ฉันค้นพบว่าการมองปัญหาของวันควรมองจากเก้าอี้คนดูแล้วนั่งดูคนอื่นเดินอยู่บนเวทีไป เข้าใจ และดึงตัวเองผ่านไป มันทำให้ฉันให้อภัยคนอื่นได้ง่ายขึ้น ทำให้เข้าถึงความธรรมดาของโลกมากขึ้น แต่ฉันก็มองพลาดไป

ฉันมองว่าเหตุการณ์นั้นฉันรู้สึกอย่างไร ตอบได้อย่างไร เจ็บอย่างไร นิ่งอย่างไร แต่กระนั้นสิ่งที่ยังมีอยู่คือ เขาผิด ฉันถูก มันจึงทำให้ยามที่เรื่องหวนกลับมาฉันก็ยังสะเทือน มันไม่ได้จบจริง

สิ่งที่ควรทำ คืออภัยตัวเองด้วยการกระทำของตัวเองในวันนั้น ในระดับปัญญาของวันนั้น เงื่อนไขของวันนั้น และแยกอีกคนหนึ่งในใจไปมองจากมุมที่ไกลขึ้นสูงขึ้น มองลงมาเห็นทั้งเขาและเราในวันนั้น เห็นเหตุการณ์ในวันนั้น และมองในแง่ที่ว่า

“เหตุการณ์นั้นจำเป็นต้องเกิดขึ้น เพื่อให้เราและเขาต่างได้เรียนรู้และยกระดับจิตใจขึ้นไปเพื่อไปเรียนรู้บทใหม่ต่อไปอีก ดังนั้น ในเหตุการณ์นั้นไม่มีใครถูกใครผิด มีแต่ครุมาเจอกัน ถ้าความรู้สึกของเราวันนี้เปลี่ยนไปจากวันนั้น แสดงว่าเราได้เรียนรู้แล้วและมีเหตุการณ์นั้นเป็นครู”

การให้อภัยเปลี่ยนแปลงได้แต่ชีวิตของเรา อภัยที่จบสิ้นคือความเข้าใจ เข้าใจว่า
“มนุษย์ย่อมตัดสินใจไปบนพื้นฐานของสติปัญญา ณ เวลานั้น”

“มนุษย์ทุกคนกำลังอยู่บนเส้นทางการเรียนรู้”

“มนุษย์ทุกคนผิดพลาดได้” ถ้าเราเข้าใจจุดนี้เราจะอนุญาตให้คนอื่นผิดพลาดได้ และเมื่อเราทำผิดเอง เราก็เรียนรู้กับมัน เราจะเจ็บปวด สำนักผิด ตรงนี้จะช่วยลดความคาดหวังของเราลงไป

“อภัยคือการปลดปล่อยตัวเอง ถ้าคุณเป็นคนให้อภัย คุณไม่ได้ให้ คุณกำลังปลดปล่อยตัวเอง”

“ทุกคนเกิดมาแสดงบนเวที เราเป็นนักแสดงรับเชิญ เดี่ยวก็ไปแล้ว ถ้ามองอย่างนี้เราจะไม่โกรธหรือ เราจะไม่หาเหตุผลไปให้อภัยใครและตัวเอง”

ฉันมองเรื่องนั้นอีกครั้ง อย่างภาพไกลๆ เล็กๆ เห็นเขาและฉันอยู่ในเหตุการณ์ เห็นปัจจัยที่ทำให้เกิด และไม่ตัดสิน “มันเป็นเรื่องที่จะต้องเกิดขึ้นเพื่อให้ฉันได้เรียนรู้” ฉันเรียนรู้อะไรบางอย่างจากเรื่องนั้น ฉันเห็นแล้วจากมุมไกลๆนี้ การมองคราวนี้ก็พบว่าไม่มีแรงใดๆจากเรื่องนั้นส่งออกมาเลย

สันติได้เกิดขึ้นแล้วในใจฉัน และฉันพบว่าเรื่องอื่นๆพลอยอยู่ในภาพที่เล็กลงไกลขึ้นและไม่มีแรงส่งใดๆมาอีกด้วย โดยไม่ต้องนึกทบทวนเป็นเรื่องๆ เหมือนว่าฉันได้เดินขึ้นมาจากบ่อแห่งอดีตแล้ว ขอขอบคุณ

ความรู้เหล่านี้ เป็นสิ่งที่ฉันเคยได้รับรู้มาแล้ว เคยใช้มาบ้าง แต่มันอาจจะไม่แจ่มชัดเหมือนคราวนี้ จากการศึกษามาก็คงเป็นธรรมดาที่เมื่อวันของเรามาถึงเราก็จะเห็นสิ่งที่ถืออยู่ในมือมานาน ใครๆก็คงเคยพบพานมาบ้าง แต่ก็ดีใจที่คราวนี้ได้พบการอภัยอย่างลึกซึ้งขึ้น ขอขอบคุณจริงๆ

สร้อยอินทนิลได้บอกแล้วว่า อดีตมันคนละเรื่องกับปัจจุบัน

วันนี้มีความสุขได้เหมือนสร้อยอินทนิลที่กำลังบาน 🌸



ฝ้ายคำ

ตอนที่เริ่มปลูกสวน เจ้าของที่ดินเดิมได้ให้ต้นฝ้ายคำสูง ๆ มาสองต้น ฉันแยกไปไว้คนละสวน อยู่ที่สวนธรรม
คันทน์หนึ่งและสวนเย็นใจคันทน์หนึ่ง

สวนเย็นใจเป็นสวนที่ปลูกต้นไม้เต็มพื้นที่ด้วยเจตนาปลูกต้นไม้กินเขาใหญ่ หวังความร่วมมือกันเพื่อเสริมความ
ชุ่มชื้นให้อากาศและสร้างออกซิเจนเพิ่ม จึงเป็นไม้พันธุ์พื้นบ้านทั่วไป เจตนาแค่นี้ไม่ได้คิดอะไรมาก คนงานจึงบอก
ว่าเจ้านายปลูกทำไม กินไม่ได้ เราเลยไม่แน่ใจว่าเราคิดผิดหรือเปล่า เคยอ่านความคิดของใครสองสามคนที่ปลูก
ต้นไม้โดยหวังแค่มียอดไม้เติบโตเท่านั้นก็ค่อยคลายใจตาม

ฝ้ายคำหรือสุพรรณิการ์ดอกสีเหลืองสวยงามมาก ยามเธอมาจะร่วงลงเกลื่อนพื้นสวย แต่มาปีละครั้ง ครั้ง
ละไม่นาน แต่ก็ชื่นใจ

เมื่อวานนี้ฉันได้พาตัวเองเข้าไปอาบสวน เพื่อรับพลังจากต้นไม้ใหญ่ ๆ สัมผัสลำต้นกว้างและกอดต้นสาละ
เดินมาพิจารณาฝ้ายคำ

ไม่รู้ทำไม ตั้งแต่ตอนปลูกแล้วที่เธอจะค่อย ๆ เติบโตอยู่เรื่อย เที่ยงจนต้องมาช่วยยกให้ตั้งตรงขึ้น แต่มารวัน
นี้อีกยังเอียงอยู่ดี แต่ตอนหลังก็ใหญ่เกินจะช่วยดันกลับให้ตั้งตรงแล้ว

วันนี้โคนต้นไม้ใหญ่อวบอ้วนขึ้นมากทีเดียว และเธอได้แสดงลีลาที่จะดูแลตัวเองด้วยการสร้างโค้งย้อนศูนย์เพื่อ
ประคับประคองให้อยู่ได้ ยอดสูงขึ้นไปบนฟ้าจนต้องแหงนหน้ามองจนคอตั้งบ่า แทรกไปกับใบกว้างที่ยื่นมาชนกัน
แล้ว ตอนที่ปลูกก็คิดว่าแต่ละต้นห่างกันมากพอแล้ว มาตอนนี้จึงรู้ว่ายังชิดกันเกินไป แต่ก็ทำอะไรไม่ได้แล้ว ต้อง
ปล่อยให้ดูแลตัวเองกันเองซึ่งเป็นธรรมชาติของต้นไม้อยู่แล้ว ฉันไม่หวังอะไรอะไรมากเหมือนเมื่อก่อน ต้นไม้บนภูเขา
ที่อยู่ทั่วอำเภอปากช่องได้บอกว่าไม่ต้องห่วงวิถีของป่า

ฉันมองลีลาของฝ่ายคำ ช่างสวยงาม กิ่งที่ต้องทอองศาเพื่อไม่ให้ล้มก็ใหญ่กว่ากิ่งข้าง ๆ ที่กลายเป็นเพียงกิ่งประดับหรืออย่างมากก็ช่วยส่งแรงสมดุลเล็กๆไปให้

กว่าที่มันจะสร้างกิ่งใหญ่เพื่อหาสมดุลได้ก็ใช้เวลานาน ค่อยๆป้อนความใหญ่หนาส่งไป ฉันคิดว่าเหมือนคนเรานั้นเองที่ตอนเป็นต้นอ่อนก็สบายไปเรื่อยจนพบว่าชีวิตเอียงไปมากแล้วก็ค่อยๆสร้างสมดุลให้ตัวเองด้วยการเลือกว่าจะต้องไปทิศไหนชีวิตจึงจะอยู่ได้ดี ยิ่งอายุมากก็ยิ่งคัดเลือกเส้นทางที่อยากจะดำรง ประสบการณ์ค่อยบอกว่าจะไรที่เป็นเราและอะไรที่ไม่ใช่ ค่อยๆคัดทั้งสิ่งที่เรียงรายมาในชีวิตและเลือกเพียงไม่กี่อย่างสำหรับวันเวลาที่เหลืออยู่

อายุมากขึ้นก็ตัวอย่างหนึ่งคือเมื่อเข้าใจชีวิตจากการที่เคยได้ผ่านมาแล้วก็เห็นถึงความไม่มีอะไรมากของโลก อย่างที่ครูสอนว่าโลกเหมือนโรงแรม เราเป็นเจ้าของโรงแรม ผู้คนและสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นเหมือนแขก แยกมาแล้วก็ไป ไม่ผูกพันอะไร เราก็ไม่ต้องผูกโยงอะไรไว้มากเพราะแท้จริงแล้วมันก็ไม่ได้ยอมให้เราผูกโยง ที่เรารู้สึกว่ามีอะไรผูกโยงนั้นเราโนไปเอง

เมอริธ สตีฟ เคยบอกว่า “ฉันแก่เกินกว่าที่จะกลัวใครโกรธแล้ว”

ฟังแล้วก็หัวเราะตาม ประโยคนี้ทำให้เราอิสระจากบ่วงทศนคติของคนอื่น ชีวิตกลับมาเป็นของเรา

ลีลาของฝ่ายคำงามจับใจ ฉันรู้สึกว่าเธอเท่มาก และไม่ต้องห่วงว่าเธอจะล้ม เธอสบายดี ยอดใบยังคุ้ยกับเมฆที่ลอยมาบนท้องฟ้าทุกวัน พอถึงเวลาเธอก็จะออกดอกและโปรยดอกสีเหลืองสดลงมาบนพื้นให้เราเก็บไปชื่นชม



ขอบคุณนะฝ่ายคำ ฉันดีใจที่มีเธอ 🥰





พ ว ง แ ส ด

สมัยก่อนคราที่ได้ไปเที่ยวทางเหนือ ฉันได้รู้จักพงแสงคารดาอยู่บนหลังคาบ้านและบนซุ้มศาลา หรือห้อยระย้าริมกำแพงยาวๆ ออกจะตื่นตื่นชื่นชมมาก ประทับใจในความงามของเธอ จนเมื่อมีบ้านสวนขวัญจึงอยากได้มาเชยชมบ้าง แต่มีปัญหาว่าเธอควรจะอยู่ตรงไหนดี

เนื่องจากจุดที่เป็นซุ้มได้ถูกขมนาม สร้อยอินทนิล และพวงชมพูจับจองไปหมดแล้ว ความไม่รู้จึงปลุกดันเล็กๆไว้ใกล้ต้นนางกวัก ด้วยว่านางกวักเป็นไม้ใบ เธอคงอยู่ร่วมกันและเป็นดอกแทนให้ได้ น่าจะสวยดี

วันหนึ่งขณะเดินออกกำลังกายมาตามถนนในบ้าน พบว่ามีพงแสงขึ้นไปโชว์หรืออยู่บนยอดพะยอม สวยงามเหลือหลาย ความสูงของเธอทำให้ฉันเกิดความโลภอยากให้มาคลุมหลังคาโรงรถ จึงร่วมมือกับน้องแม่บ้านและคนสวนช่วยกันย้ายอย่างทุลักทุเลมาปลูกปักลงหลังโรงรถ ประคับประคองให้ยืนอยู่ตรงนั้นหวังว่าเธอจะเลื้อยต่อขึ้นหลังคาไปเองในที่สุด ฉันจะได้หลังคาพงแสง น่าจะเลิศจรูลังการในหน้าหนาว เป็นความฝันที่ไม่เคยเกิดขึ้น เพราะเธออยู่ได้ไม่นานก็โบกมืออำลาจากไป ฉันยอมรับแต่โดยดี และได้พยายามสร้างความฝันนี้ขึ้นใหม่อีก

ส่วนพงแสงที่ได้ต้นนางกวักก็ค่อยๆเจริญเติบโต จากเส้นบางๆเหมือนยอดคำถึงมันค่อยๆเลื้อยลดเลี้ยวเกี่ยวเกาะขึ้นไปจนถึงยอด แทรกใบหนาแน่นของนางกวักไปซึ่สั่แสดงแล้วห้อยย้อยลงมาเป็นสายนิดหน่อย แต่นานเข้าเส้นบางๆของลำต้นอ่อนช้อยของมันก็เริ่มหนาเท่านิ้วโป้ง รัศรอบต้นนางกวัก

ฉันยืนมองตามเส้นที่เลื้อยพันรอบสูงขึ้นไปแล้วเกิดความสงสัย ด้วยเส้นของมันแนบชิดลำต้นเหลือเกิน ฉันถ่ายรูปส่งไปให้น้องที่เป็นนักปลูกป่าดูถามว่ามันรัดอย่างนี้แล้วนางกวักจะโตได้อย่างไร คำตอบน่าตกใจ

“อีกสองปีนางกวักจะตาย”

เขาบอกให้ฉันตัดมันออก ขุดรากขึ้นมาพร้อมเหลือลำต้นไว้สองฟุต เอาลงกระถางไว้สักสองเดือนจะเติบโตใหม่ค่อยย้ายไปลงดินในที่เหมาะสม

ฉันก็ทำตามนั้น ตอนย้ายได้แล้วก็นำไปลงริมรั้วคาวบอยท้ายบ้านรวมไปกับที่มีพวงแสดปลูกอยู่เดิม

ฤดูหนาวแล้ว แม่บ้านถ่ายรูปส่งมาให้ฉันดู เพราะเป็นช่วงที่ฉันอยู่กรุงเทพฯ ชื่นใจแท้ ส่วนใหญ่ดอกไม้จะบานเวลาที่ฉันไม่อยู่บ้าน เป็นชะอย่างนั้น แต่ก็ยังดีที่ออกดอกให้นะ

บทเรียนจากพวงแสดก็คือมันไม่ใช่ความผิดของเธอที่จะเจริญเติบโตแล้วเหมือนจะไปทำร้ายนางก๊ก เธอเพียงแค่เติบโต หากที่เกี่ยวกระหวัดเพื่อขึ้นไปที่สูงตามปกติธรรมดาของไม้เลื้อย เธอไม่รู้ว่าการกอดรัดนั้นจะทำให้นางก๊กตายได้

ยามที่คนเรากระทบกระทั่งกัน ผู้รับแรงกระแทกก็จะรู้สึกโกรธ เจ็บช้ำน้ำใจ เสียใจ โดยที่ผู้กระทำไม่ได้รู้สึก ว่าตัวเองมีเจตนาจะทำแบบนั้น เขาเพียงแค่ทำสิ่งที่เงื่อนไขรอบตัวของเขาบอกให้เขาดูแลตัวเองให้ดีที่สุดในช่วงเวลานั้นเท่านั้นเอง เขาไม่ได้คิดถึงผู้รับว่าจะรู้สึกอย่างไร

แต่โดยทั่วไปเราจะมีทัศนคติที่ว่าใครจะทำอะไรก็ต้องคิดถึงคนอื่นด้วยสิว่าจะรับความรู้สึกอะไร ถ้าไม่ดีก็ควรหยุดทำ

แต่มันอาจไม่ได้เป็นอย่างนั้นในทุกสถานการณ์

เนื่องจากบางอย่างค่อยเป็นค่อยไปเหมือนพวงแสดที่ค่อยๆ เลื้อยไปเรื่อยๆ อย่างแทบไม่รู้วิธีไหนก็เห็น แสงมาทางไหนก็เลื้อยไปทางนั้น รู้แต่ว่าองศาที่ยื่นหนวดใหม่ไปจะต้องสูงขึ้นเพื่อไปหาท้องฟ้า

บางทีคนเราก็ทำไปเรื่อยโดยไม่ได้สังเกตเหมือนกันจนในที่สุดเกิดภาวะความตึงเครียดทางอารมณ์อันเกิดจากการสะสมของผู้รับ และเลิกรามีมิตรภาพไปในที่สุด หากแต่นั้นเป็นกายภาพ ในใจยังคงจดจำภาพความหลังฝังใจและยังคงเจ็บใจทุกครั้งที่มีมันโผล่ขึ้นมาในหัวงำค้ำและทำร้ายจิตใจไปนาน



ฉันจะเล่าถึงประสบการณ์การปลดปล่อยตัวเองของผู้รับ

1 ให้เราปลดปล่อยผู้กระทำออกไปจากใจเราก่อน ด้วยคิดว่าเราทุกคนทำผิดพลาดได้ เราเองก็ผิดพลาดได้ เห็นใจคนด้วยกันฉันนอนอยู่ในสังสารวัฏนี้ ให้อภัยเขา เมตตาเขา อวยพรให้เขา เพราะถ้าเขาไม่รู้สัจธรรม เขาก็จะพบอะไรอีกมาก “สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม” พวกเรานำสงสารด้วยกันทุกคนแหละ ไม่มีใครดีหรือพ้นไปกว่าใคร เราปลดปล่อยเขาออกไปจากเรามากกว่าด้วยการอภัย ให้จบลงที่เราเถอะ อย่าเสียดายที่เราไม่ได้สร้างบาปกรรมใหม่ด้วยการตอบโต้กลับไป มองแล้วนี่เป็นการรักตัวเองมากกว่าการยอมอภัยเสียด้วยซ้ำ





2 ยามที่เรานึกถึงเรื่องนั้น ทั้งผู้กระทำและพฤติกรรมจะโผล่ขึ้นมาพร้อมกัน และเราจะเข้าโรมรันด้วยเหตุผลของเรา ทำให้ใจเราร้อนรนเจ็บปวด ลองหันกลับมาถามตัวเองดูใจตัวเองว่าที่ตอบโต้เถียงอยู่ในใจนั้นเพื่ออะไร เพื่อจะบอกตัวเองว่าเราถูกต้องกว่า เราดีกว่า เราเก่งกว่า หรือเปล่า นั่นเป็นอัตตาของเราเอง ไม่ได้เกี่ยวกับเขาเท่าไรเลย เขาเพียงมาแสดงเจตย์ให้เราเห็นว่าเรามีอัตตาอย่างไรบ้างต่างหาก เราเห็นตัวเราหรือไม่ และลดละอัตตาของเราลงได้หรือไม่ บางทีถ้าเรื่องนี้เกิดกับคนอื่นที่เขาจะมีระดับจิตที่สูงกว่าเรา เขาอาจจะมองเป็นเรื่องจิบจ้อยมากจนเห็นเราตลกไปเลยก็ได้ เราได้เรียนรู้ตรงนี้หรือยัง



3 มีคำสอนเกี่ยวกับการเรียนรู้เรื่องจิตใจของเราว่า ขอให้เรารับรู้ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นกับเราไม่ว่าดีหรือร้าย คนหรือสถานการณ์ ทุกสิ่งเกิดมาเพื่อสอนเรา ใน “วาระ” ที่สมควรแก่เรา ให้เราเรียนรู้และยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น แล้วคนนั้นสถานการณ์นั้นก็จะหมดหน้าที่ไปและจากไป “วาระ” เป็นเรื่องสำคัญเพราะไม่มีเรื่องบังเอิญ ถ้าไม่ใช่วาระสิ่งนั้นจะไม่เกิดขึ้น ดังนั้น เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ขอให้เราเรียนรู้และสอนใจตนเอง อย่าให้เสียโอกาสไป ทุกการเรียนรู้เกิดขึ้นเพื่อนำเราไปสู่ความสงบทางจิตใจ

4 การมองสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างเพ่งโทษ อะไร ๆ ก็ไม่ดีไม่ถูกใจไม่ถูกต้องไปเสียหมด ทำให้ใจหม่นหมอง เคร่งเครียด เมื่อความคิดใดเข้ามาก็ล้วนทำให้เกิดอกุศลจิต ถ้าชอบใจก็จะเกิดหวังว่าจะเสียไป เกิดอกุศลจิต ถ้าไม่ชอบใจก็เกิดความโกรธความหงุดหงิดเกิดอกุศลจิต พระท่านจึงสอนให้เราวางนาคตลอดเวลาเพื่อยังจิตใจนิ่งสงบให้มากเข้าไว้ เมื่อเข้าใจธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลงว่าเป็นธรรมดาแล้ว เราจะไว้วางใจในสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วว่ามันดีที่สุดแล้วสำหรับวาระนั้น ๆ แล้วสงบใจลง

ฉันเป็นคนมีจิตว่าชอบคิดวิเคราะห์ความรู้สึกต่าง ๆ เมื่อเข้าใจแล้วจึงปล่อย แต่เพื่อนบางคนฝึกมาทางรู้สึกตัว ดังนั้นเมื่อรู้สึกตัว ก็ปล่อยทันที จบเลย โดยไม่ต้องคิดแบบฉัน นั่นก็เป็นหนทางที่เบาหน่อย เพราะกว่าฉันจะหลุดแนวความคิดออกมารับมือกับปัญหาแต่ละรูปแบบได้ บางทีก็ใช้เวลารวบรวมคำสอนทั้งหลายนาน แต่มันก็เป็นวิถีของฉันเอง จำต้องเป็นอย่างนั้น และทุกครั้งที่ได้คำตอบก็ทำให้เราเบาสบายใจ

ฉันคิดว่าการที่เรารู้จักตัวเอง และเลือกวิถีสำหรับตัวเองได้ จะทำให้การใช้ชีวิตแต่ละวันง่ายขึ้นมาก เหมือนพวงแสดยามออกดอกมาสดใสก็คุ้มค่าเวลาที่รอคอยมาปีละครั้ง ให้เราได้ชื่นใจ พวงแสดที่รู้เพียงว่าฤดูหนาวแล้ว ยามเช้าแล้ว เบ่งบานได้แล้ว และมีชีวิตสั้น ๆ ที่สวยงามเต็มที่ตามวิถีของตัวเอง และมีความสุขทุกนาทีที่เป็นนาทีของเธอเอง 😊



ส อ น

อาจารย์วสิน อินทสระ เคยสอนว่า “อย่าปลูกหญ้าให้เทียมตาล”

แต่ฉันปลูกหญ้าเทียมตาลอยู่บ่อย ๆ

อาจารย์ชัยยศ จิรพฤกษ์ภิญโญ สอนวิชาวนพลักษณ์บอกว่าฉันเป็นลักษณะหนึ่ง “ความสมบูรณ์แบบ” มีความทุกข์เพราะกลัวไม่สมบูรณ์แบบ กังวลสูง วิธีแก้คือยอมรับความบกพร่องของชีวิต

วิธีซ่อมถ้วยชามแบบโบราณของญี่ปุ่น ใช้ทองมาเชื่อมรอยร้าว ทำให้ได้ชามใหม่ที่ลายทองเดินไปทั่วชาม กลับสวยงามขึ้นกว่าเดิม เป็นความสมบูรณ์แบบของความบกพร่อง และทำความบกพร่องให้กลับสวยงามเหมือนชีวิตเราที่ความผิดพลาดต่างๆในอดีตเป็นมิดเกาะสลักให้ชีวิตวันใหม่มีความแข็งแกร่งอย่างงดงาม เป็นชีวิตที่กลับมีคุณค่าขึ้นมา

วัดโบราณที่เหลือแต่อิฐเป็นรูปทรงเจดีย์หัก แต่ดูงดงามได้เมื่อเรามองความเป็นเนื้อแท้ของทราภที่มี ความหลัง เป็นความไม่สมบูรณ์แบบที่สมบูรณ์แบบ คือแตกหัก เก่าแก่ แท้จริง งามสงบในกาลเวลา และงดงามเข้าไปใจที่เพ่งพินิจอย่างชื่นชมอดีตกาล

ฉันมีปัญหากับหญ้าของฉันที่ไม่เทียมตาลมาเสมอ ฉันรู้สึกผิดถ้าทำอะไรไม่ได้อย่างที่ควรจะทำและอยากให้มีมันถูก จนเมื่อมาเรียนรู้วิชา “ยอมให้บกพร่อง” ก็ปลดปล่อยตัวเองไปได้หลายๆข้อ

ตอนที่ฉันมาที่ดินแห่งนี้ มีต้นไม้เพียงสามต้น นอกนั้นเป็นทุ่งข้าวโพดร้าง ความที่ที่ดินเป็นรูปยาว เราจึงทำงานๆด้วยการแบ่งโซนเป็นช่วงๆเหมือนหั่นขนมปัง คิดง่ายๆว่า ช่วงแรกเป็นสวนธรรมชาติ ช่วงสองปลูกผลไม้ ว่าจะเอาผลไปแจกเด็กๆที่วัด ช่วงสามเป็นสวนต้นไม้ คิดง่ายๆว่าปลูกต้นไม้คืนเขาใหญ่ ช่วงสี่เป็นบ้าน

ในสวนธรรมชาติจึงคิดเพียงให้มีต้นไม้ แต่ทำไมไม่คิดว่าเป็นสวนผลไม้ได้ด้วยในตัวก็ไม่รู้ ก็ปลูกต้นไม้ให้ร่มเย็น เข้าไว้ มีปื๊ดเป็นหลัก เน้นเลือกต้นไม้ที่มีดอกหอมให้อวลสวน กับแนวไฟเพื่อเดินจงกรม แต่เอาเถอะแล้วไปแล้ว

สวนผลไม้ซื้ออิมใจ ก็ปลูกไปงั้นแหละ ดูแลก็ไม่เป็น ต้นไม้ดูแตกต่างกัน แต่เราปลูกรวมกัน ไม่ค่อยได้เรื่อง สวนต้นไม้ให้ชื่อว่าสวนเย็นใจ ปลูกต้นไม้อะไรก็ได้ให้เป็นป่า ว่าจะผลิตออกซิเจนและความชื้น คิดว่าโอเค แล้ว นานไปค่อยๆพบเรื่องราวของนักเกษตรท่านอื่นๆเข้ามา ว่าปลูกต้นไม้แก้ระดับและกินได้ทุกอย่าง อ้าว ให้นึกเสียใจ

เราซื้อต้นไม้มาลงเพราะสามีต้องการสวนป่าวันรุ่งขึ้น ไม่รอสิบปี กลัวไม่เห็น ตอนลงต้นไม้คนสวนพูดว่า นายปลูกอะไรอะ กินไม่ได้ ตอนนั้นเราเชื่อ เรบอกว่าการกินที่ใจ

ความที่ไม่เคยปลูกต้นไม้มาก่อน ทำให้ตอนเริ่มต้นก็กังวลมากมายจนนอนไม่หลับ ทั้งเรื่องดินที่ไม่สมบูรณ์ เรื่องการจัดการกับน้ำบาดาลที่มีหินปูนเยอะ ต้นไม้เป็นอะไรไหม ทำไมดูไม่สบาย เดินดูในสวนตลอดไม่รู้จะถามใคร ทำอะไรได้ก็ทำไปคิดว่าต้นไม้ก็เหมือนคน คนต้องการอะไรบ้างเล่า ทำไป ผ่านไปห้าปีก็บีบคั้น ตัดใจลาออกจากตำแหน่งผู้ดูแล ถือว่าต้นไม้น่าจะอยู่ได้แล้ว ฉันไม่ไหวแล้ว เลิกกังวล ยอมรับว่าต้นไม้ตายได้ ถ้าอยากตายก็ตามใจแล้ว

นี่ก็ผ่านไปสิบปีแล้ว ได้สำเร็จอย่างหนึ่งคือต้นไม้ไม่ตาย ยังอยู่ดี สูงขึ้นมาก สวยงามแบบสวนป่าน่าพอใจ

แต่ใจก็หวนนึกบ่อยเรื่องเสียตายปลูกต้นไม้ที่กินไม่ได้ อยากรู้อยากเห็น รู้สึกว่าตัวเองไม่ได้เรื่อง สามีบอกไม่เห็นเป็นไร เราไม่ได้ทำเกษตร เราทำอาชีพอื่น เอาเงินไปซื้อผลิตผลคนเกษตร ไม่งั้นเขาปลูกแล้วใครจะซื้อถ้าทุกคนปลูกเองหมด เออ สามีไม่เป็นไรทุกเรื่องอยู่แล้ว ดีไปอย่าง

ฉันต้องแก้ปัญหาเกี่ยวกับหญ้าที่ไม่เทียมตา ความที่หมกมุ่นอยู่แต่กับเรื่องนี้ทำให้ใจไม่สบาย ทั้งที่เวลาเข้าสวนต้นไม้ก็สวยเข้าในใจ

วันหนึ่ง จึงตั้งหลัก เดินออกมาข้างนอกใจก่อน ถามว่า ถ้าที่ดินนี้กลับว่างเปล่า เราจะทำพืชเก้าน้อยอย่างนั้นได้จริงหรือ แค่เดินคนน้ำบางต้นที่เล็กๆไม่ค่อยงามก็เห็นเยอะมากแล้ว ที่ครูทั้งหลายพูดนั้นท่านก็เก่งเอง ไม่ใช่เรา เราไม่มีมือปลูกหรือดูแลได้ขนาดนั้น ดูอย่างเพื่อนบางคนสิ เขามีใจอดสำหไปเข้าคอร์สปลูกผัก ทำปุ๋ยหมัก แต่เราไม่ใช่สายนั้น ก่อนอื่นต้องรู้จักและยอมรับตัวเองก่อน

เคยอ่านมาว่ามีผู้ชายชาวสวีเดนแลนด์คนหนึ่งมาอยู่เมืองไทยยี่สิบปีแล้ว ชื่อที่ดินกว้างใหญ่ไพศาลเพื่อปลูกป่า เพียงเพื่อต้องการให้แผ่นดินมีป่าเท่านั้น ไม่ต้องการอะไรนอกจากนั้น เขาก็ดูแลและมีความสุข อ่านแล้วก็สะท้อนใจ เออ ทำไมเราคิดเหมือนเขาไม่ได้ ต้องเอาไว้เป็นครู

หลวงพ่อบุญมาจากรัฐบาลประทวนก็ไปทำวัดที่มีสวนป่าเกือบร้อยไร่ที่อุทัยและสุพรรณก็ไม่ได้เป็นสวนป่ากินได้ไปเสียทั้งหมด แต่เป็นสวนป่าธรรมชาติเพื่อสัตว์ป่าหวนคืน สร้างป่ากินธรรมชาติเหมือนกัน ทำไมเราสุขใจกับท่านแต่ไม่สุขใจกับตัวเองเล่า

คนเราไม่ได้เกิดมาเพื่อทำทุกอย่างที่ขวางหน้า แต่คนเราเกิดมาเพื่อทำอย่างเดียว มีบางคนเท่านั้นที่ทำอะไรหลายอย่าง เราต้องยอมรับความจริงนี้

นี่ยังตกชีวิตอยู่เลย ที่ตอนเลือกเรียนนั้นหนีบัญชี กลับมาต้องหมุนเงินให้บริษัททุกวันสามสิบปี มันใช่ว่าอะไรที่เราเลือกที่ไหน

ตอนนี้ก็ไม่ใช่ว่าเวลาที่จะทำอะไรแบบนั้นแล้วที่จะเปลี่ยนสวนนี้ให้เป็นสวนเกษตรผสมผสาน เหตุปัจจัยไม่ครบสักอย่าง เหลือแต่ความคิดเท่านั้นที่ต้องมาเปลี่ยนให้ตามสภาพไป กลับไปยึดความคิดเดิมที่ว่าปลูกป่ากินเขาใหญ่ ก็ได้ทำแล้ว เป็นอันจบ ได้ไหม

ตกลงดินะ สอนตัวเองนี่มันยากจริง ๆ

นี่ถ้าเป็นลักษณะเจ็ด เห็นอะไรตกลงไปหมดก็คงสบายไปแล้ว

นี่ก็เป็นข้อบกพร่องของคนลักษณะหนึ่งไง ที่ปล่อยยาก บกพร่องอย่างสมบูรณ์แบบเขียว

ไม่รู้จะเหนื่อยใจไปทำไม ตกอีกแล้ว

น่าจะไปถอนหญ้าซะ

คุยเล่นคะ อย่าถือสา





อังกาบ

วันหนึ่งเมื่อสิบสองปีก่อน ฉันไปปล่อยปลาที่ทำน้ำเทพเวศร์ จากกลับเดินผ่านร้านต้นไม้ที่ทอดยาวเป็นแนวมาตามริมคลองผดุงกรุงเกษม ฉันเห็นต้นไม้กระถางหนึ่งสะดุดตามาก แม้มันจะเป็นต้นเล็กสูงแค่ศอกก็มีเพียงสองกิ่งบาง ๆ ยาว ๆ แต่มีใบโตขึ้นมาตามกิ่งบาง ๆ นั้นและทุกซอกใบมีดอกสีม่วงสวยงามแอบอยู่ เวลาเห็นสีม่วงฉันจะรู้สึกมีความสุขขึ้นมาในใจ แม้คำใจดีตกหายด้วยไมตรีบอกว่าเป็นคืออังกาบ ฟังชื่อก็รู้ว่าไม่ใช่ไทยโบราณ ฉันพามันกลับบ้านด้วยสามกระถาง วันนี้นั้นเป็นกอใหญ่มาก มันไม่ได้ออกดอกตลอดปีอย่างที่ควรและไม่ได้ออกแบบโตขึ้นมาตามกิ่งยาว ๆ แต่ออกดอกแฉะๆปลายกิ่ง แต่เมื่อรวมๆกันแล้วก็ยังเปล่งประกายสวยงาม ชื่นใจ

ขณะที่กำลังดูแลอังกาบ ความสดใสของมันชวนให้คิดถึงความสุขของใจคนยามที่ใจสะอาด ฉันเคยสัมผัสความรู้สึกสะอาดใจยามที่คิดเรื่องดี ๆ เลยไปถึงคำสอนเรื่องมูทิดา การชื่นชมยินดีกับความสำเร็จของผู้อื่น อันเป็นอีกทางหนึ่งที่ทำให้ใจเราเองรื่นเริง

ทีฮาร์ฟ เอกเคอร์ นักพัฒนาจิตที่มีชื่อเสียง เล่าถึงวันที่เขารู้สึกอิจฉา

“ขณะที่ผมนั่งกินข้าว ทีวีกีเปิดรายการของโอปรั้า วินฟรีย์ สัมภาษณ์เบอร์รี่ ฮัลลี่ ที่ได้รับค่าตัวสูงสุดเป็นประวัติการณ์คือ 20 ล้านดอลลาร์ ฮัลลี่บอกว่า เธอไม่แคร์เรื่องเงิน เธอแค่พยายามจะต่อสู้เพื่อให้ได้ค่าตัวสูงเพื่อจะเบิกทางให้ผู้หญิงคนอื่นได้ทำตามเท่านั้นเอง

พอผมได้ยิน ก็เกิดเสี่ยงกระแนะกระแหในตัวเอง อ้อเธอ นี่กว่าผมกับคนดูโง่หรือไง ถ้าอย่างนั้นน่าจะเจียดเงินก้อนโตไปให้ประชาสัมพันธ์ของคุณบ้างนะ เพราะนั่นเป็นสุนทรพจน์ที่ยอดที่สุดที่ผมเคยได้ยินมาเลย อารมณ์แบบว่า นี่ผู้จัดการสั่งมาให้พูดใช่ไหมเนี่ย

ตอนนั้นผมรับอารมณ์ด้านลบของตัวเองเต็มๆ

ผมไหวตัวทัน ผมบอก พอๆๆ ขอคุณนะที่แสดงความเห็นออกมา จากนั้นผมก็ตะโกนกับตัวเองให้มัน กลับเสียงอิจฉาธิยา ผมไม่อยากเชื่อเลยว่า เฮ้ย นี่นายสมองเงินล้าน (ชื่อหนังสือที่ชาร์ฟเขียน) นายขุนเคื่องฮัลล์ที่หาเงินได้ก่อนใครกว่านายมาก ผมตะโกนว่า

“เยี่ยมไปเลยน้องสาว สดขยอด คิดค่าตัวถูกไปนะเนี่ย น่าจะได้สัก 30 ล้านไปเลย คุณสมควรได้รับอยู่แล้ว” มันไล่ความคิดริษยาออกไป ผมรู้สึกดีขึ้นเยอะเลย ไม่ว่าอะไรจะเป็นจริงที่เธออยากได้เงินจำนวนนั้นหรือไม่ตามที่เธอพูด ปัญหามันอยู่ที่ผมต่างหาก มันไม่ได้เกี่ยวกับฮัลล์เลย มันเกี่ยวกับความรำรวยของผมเอง

ปรีณ แก้ววัชรพล นักจัดรายการชื่อดัง สรุปว่า อีกเรื่องที่ควรจำไว้คือ ความคิดและความเห็นไม่มีดีหรือเลว แต่มันสามารถบั่นทอนพลังที่นำคุณไปสู่ความสุขและความสำเร็จได้

เราวิจารณ์ใครหรือเปล่าโดยเฉพาะคนรวย บางทีคุณไม่ได้มีปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมของเขาโดยตรง คุณมีปัญหาเพราะเขารวย ถ้าเป็นอย่างนั้นคนนั้นเขาก็ไม่มีผลอะไรเกิดขึ้น ชีวิตเขายังดำรงต่อไปตามบุญบาปของเขา แต่ชีวิตคุณสิ ?

หนังสือพัฒนาชีวิตด้วยจิตใต้สำนึก โดย ทศยุทธ เรียบเรียง มีบทหนึ่งกล่าวว่า

“จำเป็นอย่างยิ่งที่นักธุรกิจผู้ประสบความสำเร็จควรทำจิตใจให้ครุ่นคิดอยู่กับความสุขซึ่งก่อให้เกิดความเรngerขึ้นเข้ามาแทนความหงอยเหงาเศร้าซึม คุณควรมีรัศมีแห่งความเบิกบาน มีความหวัง มีศรัทธา และความคาดหมาย ทำที่แห่งจิตใจที่เต็มไปด้วยความเรngerและความหวังเหล่านี้คือสิ่งที่ขาดไม่ได้สำหรับบุคคลต่างๆที่ต้องการประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างแท้จริงจนประกาศอิสรภาพให้กับตัวเอง

จงตระหนกอย่างแท้จริง ไม่ว่าใครจะเคยคิด พูด ทำอย่างไรก็ตาม บัดนี้คุณคือผู้ประสบความสำเร็จและไม่มีสิ่งใดซ่อนเร้นคุณจากการบรรลุถึงสิ่งดั่งาม พลังแห่งจักรวาลทั้งมวลอยู่ในตัวคุณแล้ว จงสัมผัสรับรู้ถึงพลังนั้นราวกับว่ามันมีตัวตนจับต้องได้ เริ่มขจัดความเชื่อผิดๆออกไปทีละประการ รวมทั้งแนวคิดต่างๆที่จำกัดขอบเขตของมนุษย์เอาไว้ไม่ว่าจะเป็นความยากจนหรือความทุกข์ ปฏิเสธที่จะคิดถึงความล้มเหลวหรือกลางแกลงสงสัยใน



พลังแห่งตัวคุณเอง มองแต่สิ่งที่คุณปรารถนาจะพาคุณไปพบประสบการณ์ เรากำลังปลดปล่อยความคิดติดขัดอยู่กับใครบางคนหรือบางสิ่ง จักรวาลมีพลังยิ่งใหญ่ไม่รู้จบไม่จำกัด เราไม่ได้ขึ้นอยู่กับต้นอ้อที่ลู่ไปตามแรงลม แต่ขึ้นอยู่กับกฎแห่งชีวิตอันเป็นกฎแห่งจักรวาลอันทรงพลานุภาพยิ่งใหญ่ที่รวมไว้ในจิตใจมนุษย์

ถ้าดูเหมือนว่าบุคคลหนึ่งกำลังจะพบกับความล้มเหลว เขาควรตระหนักว่าไม่มีความล้มเหลวในจักรวาลและควรหักล้างแนวคิดล้มเหลวให้หมดสิ้นไปโดยเร็ว เพราะถ้าบุคคลคิดว่าปีก่อนล้มเหลวปีนี้จะล้มเหลว ความคิดผิดๆ นั้นควรขจัดออกไป มูลเหตุหนึ่งที่ทำให้คนประสบความล้มเหลวคือความริษยา ตัวอย่างเช่น ถ้าคุณเห็นคู่แข่งมีเงินฝากก้อนโตในขณะที่คุณชักหน้าไม่ถึงหลัง คุณริษยาหรือไม่

วิธีการที่จะขจัดความริษยาก็โดยบอกตนเองว่า ฉันดีใจกับความสำเร็จของชายหญิงคู่นั้นและหวังว่าเขาจะร่ำรวยยิ่งขึ้นไป

ถ้าคุณเคยขุ่นข้องหมองใจต่อความสำเร็จของคนอื่น จงเปลี่ยนแปลงจิตใจทันทีให้มีความปรารถนาดี ขอให้เขาประสบความสำเร็จยิ่งขึ้นไปในทุกวิถีทาง

ซึ่งทำที่แห่งจิตใจนี้จะลบล้างความคิดในทางทำลาย เพื่อเปิดทางสะดวกให้กับความสำเร็จรุ่งเรืองร่ำรวยมหาศาลหลังไหลเข้ามาโดยผ่านกฎเกณฑ์แห่งจิตใจของตัวเอง

ในภาวะโลกที่เป็นอย่างนี้เราก็คงอยากรวยกันทุกคน แต่ก็ไม่ใช่ทุกคนจะรวยได้ทันที ในภาวะที่ยังเดินทางไปไม่ถึงจุดนั้นในทางกายภาพ ในทางจิตใจเราก็สามารถสร้างความร่ำรวยทางจิตวิญญาณไว้ก่อนได้ เป็นความจริงที่ว่ายังไม่ต้องรวยก็สุขได้ ส่วนจะรวยอย่างไรก็ค่อยทำตามมา ถ้าทั้งจนทั้งไม่สุขก็จะเป็นชีวิตที่หนักเกินไป

แต่จิตใจจะเป็นอย่างไรก็เป็นเรื่องที่เราต้องประคับประคองความคิดให้ดี เพราะจิตใจจะเป็นไปตามความคิด เมื่อคิดแต่เรื่องเศร้าหมองจิตใจก็จะเศร้าหมองตามไป แต่หากจิตใจแข็งแรงชุ่มชื้นก็กลับจะเป็นฝ่ายพาสิ่งดีงามเข้ามาให้กับสภาพแวดล้อมของเราทางกายภาพ ดังนั้นเราจึงเลือกได้ว่าจะให้จิตนำกายหรือกายนำจิต ครูสอนว่า

“ให้ใจ สุข าม สุข าม”

ความสุขไม่ว่าเราจะอยู่ในสถานะใด ก็มีช่องว่างให้ใจรับสุขได้ ถ้าเรายอมให้ความสุขเข้ามาในใจ อย่าทุกข์เสียจนปฏิเสธความสุขไปว่าไม่สมควรจะสุข อย่าถล่มใจตัวเองจนลึ้มไป กายจะเย็นขึ้นไม่ได้ถ้าใจเย็นขึ้นไม่ได้ เราต้องรู้ว่าไม่ว่ารอบตัวจะเป็นอย่างไรภายนอก แต่ใจมีสิทธิ์รับความสุขได้



อังกาบยังยืนรับแสงแดดอย่างเบิกบาน เจียบ ๆ และมีความสุข ยังเปล่งสีม่วงสดใสราวกับจะเรืองแสงได้ ต้นไม้ก็มีชีวิตและไม่ว่าดินฟ้าอากาศหรือพื้นดินจะดีหรือไม่ดีอย่างไร มันก็พยายามจะมีชีวิตอยู่ให้ได้ แต่มันไม่เคยคร่ำครวญ โขคิดที่อังกาบต้นนี้ยังแข็งแรงและออกดอกมาให้ชม ฉันทดน้ำที่ผสมน้ำส้มควันไม้ให้มัน มันก็ตอบรับด้วยการเพิ่มจำนวนดอกขึ้นมามากกว่าปกติ ฉันทขอโทษมันที่มักจะเดินผ่านไปต้นอื่นด้วยคิดว่ามันสุขสบายดีแล้ว ตอนนี้ฉันจึงแฉะมาทักทายมันบ่อยขึ้น หวังว่ามันจะมีความสุขขึ้นอีก

ขอบคุณอังกาบที่ร่ำรวยความสุขอยู่เจียบ ๆ ฉันดีใจกับความสุขของเธอนะ และจะดีใจกับความสุขของคนอื่น ๆ ด้วย พร้อมกับมีความสุขในใจของตัวเอง 🙏

ขอบคุณ ปรีณ แก้ววัชรพด www.MasterPrin.com



เบอรี่ บิวตี้

เบอรี่ บิวตี้ เป็นต้นไม้เล็กๆ สีส้มแดงและเขียวสดเหมือนมีฝุ่นบัง ดูอ่อนแรง แต่ก็ยังยืนอยู่ ฉันเคยย้ายมันไปอีกที่หนึ่งใกล้ๆ หวังว่ามันจะเป็นเพื่อนกับอีกต้นหนึ่ง แต่มันกลับแยลงกว่าเดิม ทำทำไมโปรดพื้นที่ใหม่ ฉันจึงย้ายกลับมาที่เดิม อย่างน้อยที่เดิมมันยังเคยออกดอกมาให้ชมหนหนึ่ง ตอนนั้นมันกลับฟื้นคืนดังเดิมแล้ว แต่ก็ยังดูใบไม้เขียวสดอยู่ดี หรือว่านี่คือตัวมันเองจริงๆ

ฉันคอยแะมารดน้ำให้มันอยู่เสมอดูรู้สึกผูกพันว่าอยู่กันมายาวนาน วันนี้มันออกดอกมาให้ชมอาจเพื่อเป็นกำลังใจให้ฉันว่ามันรู้ว่าฉันยังดูแลมันอยู่ ฉันขอบใจมันถ้ารูปเอาไว้ ยังสวยเหมือนเดิมนะเบอรี่ บิวตี้

ชีวิตคือวันนี้

อาจารย์วศิน อินทสระ เคยสอนว่า ชีวิตต้องตัดตอนให้เป็น อย่าผูกโยงอะไรให้ยืดยาวไปนัก จะหาความสุขไม่ได้

ฉันก็คอยคิดตามอาจารย์เสมอ แต่บางครั้งก็ไม่สำเร็จด้วยใจที่มักยึดเยื้อ ใจที่อยากรวบยอดให้ทุกสิ่งดีในคราวเดียว แต่ไม่มีอะไรแน่นอนได้ขนาดนั้น

ถ้าเราไม่ตัดตอน ความคิดมักจะนำไปสู่ด้านลบในที่สุด แล้วเราจะเศร้าหมอง บางทีจะอดคิดว่าทุกอย่างไม่ทะลุปรุโปร่งเท่าที่ใจต้องการ

คนโบราณทางปักษ์ใต้บ้านเรามีคำสอนไว้ว่า “เดินทีละก้าว กินข้าวทีละคำ ทำทีละอย่าง”

นั่นมีนัยยะของการตัดตอนอยู่เลาๆ มันช่วยจุดให้เราช้าลง ตัดกังวลถึงอนาคตที่พระพุทธเจ้าบอกให้เราอย่ากังวลถึง และให้มีความสุขกับสิ่งที่อยู่ตรงหน้า ดังเช่นที่ท่านดิช นัท ฮันท์ สอนให้อยู่กับปัจจุบันขณะ เช่นการกินส้ม ก็ให้จิตใจจดจ่อ สัมผัสรับรู้ถึงแค่รสสัมผัสที่อยู่ในปาก และดื่มด่ำ มีความสุขกับรสสัมผัสนั้น ทั้งชีวิตมีแค่นั้นเท่านั้น อย่างอื่นค่อยว่ากันตามวาระ

แต่การฝึกอยู่กับการทำทีละอย่าง บางทีก็ไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะใจเราเองที่มันขัดใจ
เมื่ออยู่ในภาวะอย่างนี้ก็ต้องคิดอะไรไปไกล มันจะไม่สบายใจไปเปล่าๆ แค่อยู่วันนี้ว่าเรื่องราวเรียบร้อย
ลงแล้ว เบาลงแล้ว เดินทีละก้าว และอยู่กับก้าวที่เดิน

เคยมีคนบอกว่า เมื่อคุณขับรถไปในความมืด แค่เห็นทางที่ไฟหน้ารถส่องไปถึงก็ไปได้แล้ว

ใช่ มันเป็นอย่างนั้นแหละ ชีวิตต้องตัดตอนความคิด ไม่อย่างนั้นจะหาความสุขไม่ได้

ทุกสิ่งในโลกไม่แน่นอน และชีวิตเดินอยู่ในความไม่รู้อยู่แล้ว

สุภาวดีเบตบอกว่า

“เมื่อปัญหาแก้ได้จะกังวลไปทำไม

เมื่อปัญหาแก้ไม่ได้กังวลแล้วได้อะไร”

อะไรแก้ได้ก็ทำไป อะไรแก้ไม่ได้ก็ไม่ต้องทำอะไร เมื่อไม่ทำอะไร ทุกอย่างไม่หยุดนิ่ง มันจะเคลื่อนไปตาม
แรงของการไม่ทำอะไร และเกิดสิ่งใหม่ที่เราอาจจะทำอะไรได้ก็ได้ ไม่ต้องกังวล

อาจารย์วศิน อินทสระ สอนว่า “เหมือนเรายืนอยู่กลางแจ้งตอนเที่ยง ดวงอาทิตย์อยู่ตรงหัว เราก็ร้อนมาก
แต่มันจะอยู่ตรงนั้นตลอดไปไม่ได้ มันต้องคล้อยลงและเย็นลงในที่สุด”

เบอร์รี่ บิวตี้ ไม่กังวลว่าฉันจะเดินมาคุยด้วยหรือเปล่า มันยังคงยืนสั่นโดยอยู่เงียบๆ เติบโตขึ้นช้าๆ เวลาสิบ
สองปีไม่ได้ทำให้มันสูงขึ้นเท่าไร แต่มันก็ยังมีชีวิตอยู่แบบของมัน บางทีวิถีของมันทำให้ฉันนึกถึงแม่พลอยที่นั่ง
ร้อยมาลัยสวยๆ ไปเรื่อยๆ ทุกวันอย่างสงบในมุมเงียบโดยไม่ต้องคิดว่าพรุ่งนี้จะเป็นอย่างไร ไม่ต้องกังวลว่าจะเกิด
อะไรขึ้นเพราะนั่นจะเป็นแค่จินตนาการที่เราสร้างขึ้นเองจากความว่างเปล่าและจากความฟุ้งซ่านของความคิด รอ
ดูของจริงดีกว่า เมื่อเกิดอะไรขึ้นก็จัดการไปตามที่ควร

ความสุขนี้ทำให้วันนี้เบอร์รี่ บิวตี้ ก็ออกดอกสวยงามมาอดโฉมประดับให้โลกสดใสสวยงาม

ขอบคุณ เบอร์รี่ บิวตี้ 🌸





บานเช้า

หน้าบ้านของฉันมีแนวต้นบานเช้าแนบผนังรั้ว คนที่มาช่วยจัดสวนครั้งแรกได้มาปลูกไว้และฉันชอบมาก ก่อนนั้นฉันไม่เคยเห็นดอกบานเช้า ได้ยินแต่ชื่อ ตอนหลังได้พบว่าเมล็ดพันธุ์ของมันเที่ยวได้ไปงอกตามต้นไม้ต่างๆ ครั้นชุดไปพร้อมกับพวกบางทีก็ติดบางทีก็ตาย มีกลุ่มหนึ่งที่สามารถพามาได้ปลูกไว้ได้ต้นต้นกลม สงสัยจะถูกใจมันจึงอยู่นานและงามขึ้นเรื่อย ๆ

บานเช้านี้งามเข้าจริง ๆ สีเหลืองสดบานรับอรุณ สาย ๆ ก็หุบไปดูไกล ๆ เหมือนไม่มีดอก เหมือนกับว่ามันได้กำหนดตัวเองว่าฉันชอบชีวิตยามเช้าและฉันจะบานตอนเช้าเท่านั้น

เรากำหนดตัวเองได้เท่าบานเช้าไหม

มีบางคนบอกว่าเขาสามารถกำหนดชีวิตตัวเองได้ ขณะที่พระสอนเรื่องกฎแห่งกรรม ทุกอย่างกรรมกำหนดเส้นทางเอาไว้แล้ว รวมทั้งเส้นทางของคนที่ยกกว่ากำหนดชีวิตตัวเองได้

กฎแห่งกรรมตามที่พระสอนคือ “ทำสิ่งใด ได้สิ่งนั้น”

“สิ่งที่เกิดขึ้นกับเราคือสิ่งที่เราเคยทำมาไว้ก่อน” ซึ่งข้อนี้แม้จะทำให้เรายอมรับและสงบลง แต่ก็นำไปสู่ความรู้สึกของการชดใช้กรรม อันทำให้ความรู้สึกหดหู่เกิดขึ้นในใจ ค่อนข้างหมดหวัง เหน็ดเหนื่อย ทดท้อ บางครั้งอาจรู้สึกอึดอัดถ้าความทุกข์ยาวนาน รุ่งอรุณไม่มาถึงสักที แต่พระธรรมไม่ได้หยุดแค่นั้น หัวใจพุทธศาสนาสอนว่า “ทุกสิ่งไม่ควรยึดมั่นถือมั่น” ซึ่งมีความหมายเดียวกับคำว่า “ปล่อยวาง” หรือระยะนี้มีศัพท์ล่าสุดว่า “ไว้ว่างใจ”

“ไว้ว่างใจ”

ว่าเมื่อเราทำดีต่อสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เราได้สร้างกรรมใหม่ที่ดีต่อเราในอนาคต

ว่าการทำดีของเราเป็นการก่อร่างสร้างใจให้แข็งแกร่งพอที่จะรับกรรมเก่าที่จะมาส่งผลวันนี้ได้ อย่างอ่อนน้อม ถ่อมตน

ว่าการทำดีของเราจะลดแรงพัดของกรรมเก่าหรือทำให้เลิกลงไปหรือสลายไปได้ วิชาที่ต้องมาตามหน้าที่และเวลาของมัน และมันต้องเคลื่อนออกไปตามกฎการเปลี่ยนแปลง เราเลือกได้ว่าตอนที่รับนั้นเราจะทุกข์ใจหรือไม่

กฎแห่งกรรม ไม่ใช่ว่าชาติก่อนทำอะไรไว้อย่างหนึ่งแล้วมาแสดงผลในชาตินี้ มีใครคนหนึ่งคอยจดไว้และส่งผลมา

อาจารย์วสิน อินทสระ เคยสอนว่า “คำว่าอดีต หมายถึงนาที่หลังจากที่เราหายใจออกยาวไปถึงอดีตชาติ” ปัจจุบันจึงคือลมหายใจใหม่นี้เท่านั้น

ดังนั้น การกระทำบางอย่างเมื่อวานก็อาจส่งผลบางอย่างให้เกิดกับเราได้ ไม่ใช่ไม่เสียทุกอย่าง แต่หมายถึงที่ดีด้วย ซึ่งก็ทำให้เราควรสนใจการตัดสินใจกับทุกเรื่องในแต่ละวันของเรา

การมีชีวิตอยู่ในสถานการณ์รอบตัว บางทีก็ดี มีโชคดีอันน่าประหลาดใจ บางทีก็ไม่ค่อยดี เราต้องปรับใจกายอาจสุขบ้างทุกข์บ้าง แต่ใจเราควรจะมีความสุข เราไม่รู้ว่าเราจะมีชีวิตไปอีกยาวนานแค่ไหน ระหว่างวันนี้ถึงวันนั้นเราจะเลือกทุกข์ใจไปเพื่ออะไร ในที่สุดเราก็จากไปและทิ้งทุกอย่างไว้ข้างหลัง

เมื่อกฎแห่งกรรมคุมเราอยู่ “ทำสิ่งใด ได้สิ่งนั้น”

ดังนั้น ชีวิตจึงอยู่ที่เราเลือกทำ วันแควลงมาอาจจะมองได้ว่า สิ่งที่เกิดขึ้นกับเราคือสิ่งที่เราเคยสร้างขึ้นเอง เราตัดสินใจทำมันให้เกิดขึ้นเอง ทุกๆสิ่งที่เราเคยทำได้ก่อให้เกิดผลเป็นวันนี้ และเราต้องรับผิดชอบ

เช่นเดียวกัน วันนี้เราเลือกทำอะไร เราเข้าสู่กฎ “ทำสิ่งใด ได้สิ่งนั้น” เราเลือกได้ทุกอย่างว่าเราจะทำอะไร เพื่อให้เกิดผลอะไรในกายหน้า หรือ เราต้องการผลอะไรในกายหน้า วันนี้เราจะทำอะไรบ้างเพื่อให้มันเกิดขึ้น

แล้วทุกกฎรอบด้านจะทำงาน คิดดีดึงดูดสิ่งดีๆเข้ามา เชื่อมั่นดึงดูดสิ่งที่ต้องการเข้ามา ใจเบิกบานดึงดูดความเบิกบานเข้ามาเพิ่มขึ้น ใจที่อวยพรดึงดูดสิ่งทั้งดงามเข้ามาเพิ่มขึ้น การสำนึกขอบคุณดึงดูดสิ่งที่น่าขอบคุณเข้ามาให้เราได้ขอบคุณเพิ่มขึ้น

ถามตัวเองว่าเราอยากมีชีวิตอย่างไรถ้าเราเหลือเวลาอีกอาทิตย์หนึ่งก่อนจะจากไป เราอาจสัมผัสคำว่าปล่อยวางหรือไว้วางใจได้มากขึ้นและสิ่งที่จะได้รับคือความเบิกบานใจ

มองดูรอบ ๆ ตัวและถามว่าอะไรบ้างเล็กน้อย ๆ ที่ทำให้รู้สึกมีความสุขได้ เริ่มจากเล็ก ๆ ก่อนเพื่อการเกิดขึ้นของสิ่งดี ๆ ที่ค่อย ๆ เพิ่มขึ้นเหมือนหิมะก้อนเล็ก ๆ ที่กลิ้งไปแล้วค่อย ๆ เป็นก้อนใหญ่ขึ้นเรื่อย ๆ ความสำเร็จเล็ก ๆ ของแต่ละสิ่งในวันที่ทำให้รู้สึกมีความสุข การตื่นเช้าพบว่ายังมีลมหายใจ การได้ตั้งใจลิ้มรสอาหารที่กำลังอยู่ในปาก การได้นอนฟังธรรมชาติจนหลับไปในคำคืนที่สงบ

เรารู้ไหมว่าเราต้องการอะไร หาว่่าจุดยืนของเราอยู่ตรงไหน เมื่อเราชัดเจนกับตัวเราเอง เราจะไม่สนใจทัศนคติของคนอื่น เราจะมีความสุขกับความเป็นตัวเราเอง

เหมือนดอกบานเช้าที่มันรู้ดีว่ามันจะบานตอนที่แสงแดดยามเช้ามาทักทายเท่านั้น มันจะสดใสเต็มที่และเบิกบาน เปล่งความงามออกไปให้โลกสดใส เพียงการมีชีวิตอยู่อย่างเบิกบานของมันก็ทำให้โลกมีความหมายมากขึ้นแล้ว และเมื่อฝนเช้า มันก็จะหุบลงอย่างมั่นใจ มันมีชีวิตที่เป็นของมันเอง

เรามีชีวิตที่เป็นของเราเองได้
เราปล่อยวางได้
เราไว้วางใจโลกและชีวิตได้
เราเบิกบานได้
ขอให้เชื่อในตัวคุณเอง





น้ำ ต า ตั น ไม้

ที่บ้านฉันมีเกาลัดต้นหนึ่ง แต่ไม่ใช่เกาลัดที่เขาเอาไปคั่วทรายคั่วขาย ฉันพบมันที่ร้านขายต้นไม้ ไม่รู้ตอนนั้นทำไมถึงซื้อเหมือนกันจำไม่ได้ ปกติไร่ข้างบ้านก็สูงพอสมควร แต่วันนี้มันสูงขึ้นเท่าตัวเพราะสูงแข่งกับจำปีต้นข้างๆ กิ่งยาวๆของมันยื่นออกไปคลุมต้นแก้วเจ้าจอมที่ยังเตี้ยกว่า ฉันจึงจำเป็นต้องตัดกิ่งที่ยื่นออกไปนั้นเพื่อเปิดแสงให้แก่เจ้าจอม

หลังจากนั้นฉันก็ได้เห็นสิ่งหนึ่งที่ไม่เคยรู้จักมาก่อน มีหยดน้ำเหนียวๆ ที่ชอบเปลือก ตอนที่เดินไปเห็น ผิวด้านนอกของมันแห้งหุ้มข้างในไว้แล้ว กดเบาๆรู้สึกหยุ่นๆ สีเหมือนอัญมณี ฉันประหลาดใจ คนสวนบอกว่าเคยเห็นมันหลังการตัดกิ่งไม้มาบ้าง

ฉันเรียกมันว่า น้ำตาต้นไม้

ฉันขอโทษที่ต้องตัดมัน มันคงเจ็บปวดเหมือนกัน มันต้องรักษาตัวเองไปอีกสักระยะหนึ่ง แต่ตอนนี้มันรับสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างเจ็บๆ

คุณสมบัติหนึ่งที่พระธรรมสอนเราคือความอดทน เราก็เหมือนต้นไม้ที่หลักเลียงไม่ได้ยามที่เราตัดมัน มีหลายกรณีในชีวิตที่สิ่งที่เกิดขึ้นมีลักษณะเหมือนเราได้แต่นั่งดูตาปริบๆ คนอื่นที่มองดูอยู่จะรู้สึกที่เราจะทำอะไรได้ แต่ในเงื่อนใจของเราจริงๆ เราทำอะไรไม่ได้ ต้องยอมให้มันเกิดขึ้นไปอย่างนั้น

สมัยก่อนฉันคิดว่าความอดทนคือการเก็บความรู้สึกทั้งหมดไว้ในอกเจ็บๆ พยายามไม่คิดถึงมัน พยายามลืมมันไป นานต่อมาจึงมีคนบอกฉันว่าการทำอย่างนั้นก็เหมือนปล่อยไฟไม่ลงไปดับที่ก้นถาร หนาขึ้นเรื่อยๆ และเน่าเสียต้นเต็มจนปะทุออกมาภายหลัง มันกดทับชีวิตจิตใจให้อยู่ในภาวะซึมเศร้าและเจ็บป่วยทางอารมณ์

ฉันได้เรียนรู้ความหมายใหม่ ๆ ของการอดทน มันเป็นการนั่งเจ็บอยู่อย่างเข้าใจ

- ว่าเรื่องราวต่างๆจำเป็นต้องเกิดขึ้นเพื่อให้เราเรียนรู้และพัฒนา เมื่อเรียนรู้แล้ว เข้าใจแล้ว ปล่อยวางไป ทำให้สะสมการรู้ทันชีวิตมากขึ้นเรื่อยๆ ไม่มีการเก็บกดอดกลั้นให้หนักใจ

- ว่าคือการดำรงอยู่อย่างสงบท่ามกลางความวุ่นวาย นึกภาพเขียนฝาผนังวัดด้านประตูทางออก ภาพพระพุทธรูปเจ้าผจญมาร ด้านหนึ่งเป็นมารพุ่งชัศอาวุธมาทางพระพุทธรูป อีกด้านหนึ่งอาวุธกลายเป็นดอกไม้บูชา อยู่กับเทพเทวารักษาพระพุทธรูป พุทธองค์ทรงสงบเย็นจนน่าประทับใจ ถึงเราจะไม่ได้เป็นอรหันต์ แต่เราก็ปฏิบัติตามพระพุทธรูปได้ ทำได้มากน้อยแต่ทำตามวิธี ท่านพุทธทาสใช้คำว่าน้ำแข็งกลางกองไฟ

- ว่าคือการเมตตาตัวเอง มองหาข้อดีของสิ่งที่เกิดขึ้น ทำให้ไม่ต้องกดดันตัวเองมากเกินไป
- ว่าคือการเมตตาต่อสิ่งที่เกิดขึ้น ทำให้เราอยู่กับมันได้สบายใจ

เมื่อได้เห็นเรื่องราวต่าง ๆ มาก ทำให้เรามีข้อมูลตัวอย่างจากอดีตมาทำความเข้าใจคำสอนได้ง่ายขึ้น นี่เป็นข้อดีจากการผจญภัยมานาน และเห็นด้วยกับข้อสรุปจากชีวิต ดังที่มีการทำทสรูปจากคนสูงวัยหลากหลายแล้วรวมมาเป็นคำแนะนำเรื่องชีวิต ซึ่งส่วนมากเมื่อฟังดูแล้ว คนวัยเยาว์ที่ยังไม่มีประสบการณ์มาก อาจจะมองว่าเป็นการมองชีวิตที่น่าเลื่อมใส ซึ่งเคยมีหนังสือญี่ปุ่นเล่มหนึ่งพูดว่า

“คุณไม่อาจส่งผ่านประสบการณ์ให้ใครได้ เขาต้องเรียนรู้ด้วยตัวเอง อาจด้วยระยะเวลาเท่า ๆ กับคุณ แม้คุณจะเล่าให้เขาฟัง แต่เขาจะคิดว่ามันจะไม่เกิดขึ้นกับเขา”

วันนี้ฉันได้บทสรุปหลายอย่างจากอดีตและบทเรียนของครูทั้งหลายของฉัน ฉันพบว่าเป็นความจริงดังกล่าวกวไว้ และน่าตลกที่เวลามีคลิปส่งมา อ่านแล้วเหมือนคนเห็นแก่ตัว เหมือนคนไม่เอาใคร เหมือนคนไม่สนใจใคร เหมือนคนไม่อดทน แต่ทว่ามันเป็นความจริง คนที่ผ่านมาแล้วเท่านั้นจึงจะยอมรับว่ามันเป็นอย่างนั้นจริงๆ คลิปล่าสุดที่ฉันได้รับ อ่านแล้วก็ตั้งใจเพราะเห็นด้วย และเหมือนมีคนมาบอกว่าเราสรุปได้เหมือนคนอื่น ๆ ไม่ได้เป็นมนุษย์ต่างดาว

สิ่งไม่จำเป็นสำหรับชีวิตควรตัดออกไป

- ไม่จำเป็นต้องรู้ไปหมดทุกอย่าง ถ้ารู้แล้วไม่สบายใจ
- ไม่จำเป็นต้องเก็บรายละเอียดทุกอย่างให้เปื่องพูนที่หัวใจ
- ไม่จำเป็นต้องใส่ใจคำวิจารณ์จากคนที่ไม่รู้จักเราจริง

- ไม่จำเป็นต้องอธิบายทุกอย่างให้ทุกคนฟัง
 - ไม่จำเป็นต้องตอบทุกคำถาม
 - ไม่จำเป็นต้องแบกรับทุกอย่าง ปล่อยางเสียบ้าง
 - ไม่จำเป็นต้องเปลี่ยนตัวเองเพื่อใคร
 - ไม่จำเป็นต้องฝืนใจ ถ้ามันไม่ใช่ตัวเอง
 - ไม่จำเป็นต้องดีที่สุดสำหรับใคร แต่ดีที่สุดสำหรับตัวเอง
 - ไม่จำเป็นต้องเหมือนคนอื่น
 - ไม่จำเป็นต้องมีเพื่อนเยอะ แต่มีเพื่อนที่จริงใจก็พอ
- เมื่อตัดสินใจไม่จำเป็นต้องออกไป เราจะมีความสุขเพิ่มขึ้น



ถ้าเป็นสมัยก่อน อ่านแล้วคงตกอกตกใจ เพราะเราเป็นตรงข้ามทุกอย่าง และคิดว่าถูกต้องแล้วที่จะเป็นแบบนั้น ก็ได้ผลตามนั้นคือชีวิตยุ่งจริงๆเลย แต่มาถึงวันนี้เข้าใจแล้ว พบว่าจริง แต่ก็ยังเป็นไปอย่างเข้าใจด้วยว่าทำไมมันถึงจริง ประสบการณ์ที่ผ่านมาจนช้านั้นเองที่บอกว่าจะจริงและเราควรสบายใจที่ทำอย่างนี้

น้ำตาฉันไม่ได้ไหลออกมาเพราะความเจ็บใจ อดทนเพราะหลีกเลี่ยงไม่ได้ มันเป็นน้ำตาแห่งการเยียวยา เป็นการปลอบตนเอง เป็นการรักตนเอง และเป็นการกลมกลืนกับธรรมชาติที่มันได้รับมา อีกไม่นานมันคงจะออกกิ่งอ่อนเล็ก ๆ ออกมาตามขอบเปลือก เพราะต้นไม้ไม่เคยหยุดการเติบโต

เราเองก็ไม่ควรหยุดการเติบโตเช่นกัน อดีตคือชั้นบันไดของปัจจุบัน เราจะอยู่บนขั้นที่ลื่นไม่ได้หากไม่ได้เริ่มต้นที่ขั้นแรก แต่ออกจากขั้นที่ลื่นแล้วจะเป็นสวนสวยหรือป่าที่บนนั้นก็อยู่ที่เราเลือกเลี้ยวไปทางไหน เราเลือกเอง

ถ้าเราเลือกให้ชีวิตคือของขวัญ

ชีวิตก็คือของขวัญ





ปี บ

เช้าวันนี้ฉันออกไปเก็บดอกปีบที่ร่วงพราวลงบนพื้นหญ้าเขียวที่ยังชุ่มฝนบาง ๆ เมื่อวานนี้เก็บมาใส่แจกันเล็ก ตั้งบนโต๊ะทำงาน ได้กลิ่นหอมอ่อน ๆ อวลมาทั้ง ๆ ที่ตอนหยิบมาดมติดจมูกนั้นเหมือนไม่มีกลิ่น กลิ่นหวาน ๆ นั้นชวนติดใจจนคิดอยากให้อวลมากขึ้น เช้านี้เลยลงไปเก็บใส่ชามผลไม้มากองใหญ่ แบ่งใส่แจกันได้หลายใบ แต่ก็เอามาตั้งรวม ๆ กันแถวโต๊ะ รอคูผลต่อไปว่าจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง เพิ่งสังเกตเห็นว่าความจริงเธอไม่ได้มีแต่กลีบขาวล้วน มีบางดอกที่มีสีชมพูอ่อนเรื่ออยู่บนแก้มดอกด้วย ความลับของดอกไม้

เมื่อวานเย็นคุยกับครูของฉันเรื่องสุชาวดีอีกครั้ง เธอถามฉันว่าเป็นอย่างไรบ้างเกี่ยวกับความคิดด้านต่าง ๆ ในชีวิตของฉัน เพราะฉันบอกเธอว่ากำลังสรุปจุดยืนให้ชีวิตอยู่ นำแปลกที่เธอตอบว่าเธอก็ภาวนาสวดพระนามพระอมิตาภะมาตั้งแต่เด็กแล้ว

เวลาคุยอุปประวัติของพระอมิตาภะและการตุนสุชาวดี ฉันรู้สึกสบายใจ รู้สึกถึงวิถีอันอ่อนโยนเรียบง่ายและมีความหวังความไว้วางใจ ซึ่งตอนนี้ฉันคิดว่าเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตมาก

แน่นอนวิถีเถรวาท หลักเกณฑ์คำสอนเกี่ยวกับการใช้ชีวิตเพื่อดำรงความถูกต้องเพื่อให้คุณภาพที่ดีกับชีวิตเรานั้นย่อมอยู่ในวิถีความคิดและการกระทำของเราอยู่แล้ว และมหายานซึ่งกลมกลืนอยู่ในวัฒนธรรมของใจคือความเมตตากรุณาอันมีเจ้าแม่กวนอิมเป็นหลักให้ใจฟุ้งฟุ้งทั้งเมตตาต่อตนเองและผู้อื่น

แต่มีเรื่องภาวานานี้เองที่ฉันรู้สึกสับสน ฉันรับคำสอนวิถีภาวานามาหลากหลาย และไม่สำเร็จ อ่อนด้อย ตอนนั้นพระผู้ใหญ่เผยคำสอนแบบว่า “ไม่ใช่ต้องนั่งสมาธิมาก แต่ให้มีสติในชีวิตประจำวันบ่อย ๆ” แต่กระนั้นก็ยังไม่วายคลายใจ ความทุกข์ใจที่ผ่านมามีทำให้กลัวเกิด แต่จะไม่เกิดก็ไม่ได้(ตามที่ท่านนิยามมา) กลายเป็นจุด “ติดแหง็ก”

ด้วยความไม่สบายใจ แต่สุชาวดีมีคำตอบ

เส้นทางของสุชาวดีคือ “เป็นดินแดนที่รับทั้งคนดีคนชั่ว ได้ไปเกิดในดอกบัว คนดีก็บัวบานเร็วหน่อย ได้ออกมาพบครูสอนสั่งจนเกิดปัญญาได้นิพพาน คนชั่วบัวก็อาจจะคลี่ช้าหน่อย แต่ก็คลี่และได้พบครูสอนเหมือนกัน”

อาจมีคำแย้งว่า ถ้าคนชั่วได้ไปสุชาวดี อย่างนั้นเขาก็จะชั่วตามสบายต่อไปอีก แต่ไม่ใช่อย่างนั้นหรอก คนเรามีพื้นฐานเป็นคนดีอยู่แล้วทุกคน ที่เป็นคนชั่วเพราะมีเหตุปัจจัยอื่นมาพาหลงไป แต่เขาก็รู้ว่าตัวชั่ว และเมื่อได้รับเมตตาให้ไปสุชาวดีได้เช่นกัน ก็ทำให้สำนึกขอบคุณที่ตัวเองมีโอกาสดังนั้นจะไม่อยากทำชั่วอีกต่อไป มันจะจิตไป

ในหนังสือสนทนากับพระเจ้ามีตอนหนึ่งที่พระเจ้าตอบคำถามว่ามีนรกไหม ท่านตอบว่าไม่มี ทำไมต้องมีนรกเพื่อให้เจ้าเจ็บปวด แค่นี้ให้ไปสวรรค์ยังไม่พออีกหรือ อืมม คำตอบนี้ก็เท่ดีนะ ฉันทว่า

อาจารย์ดอน ศุภโชค ชุมสาย ณ อยุธยา เล่าว่า คนที่จะมาทางสุชาวดีนั้น แม้วิธีการดูง่าย เพียงเอ่ยพระนามอมิตาภะ เท่านั้นก็ได้ไป แต่ความจริงไม่ง่ายเพราะกลับเป็นศรัทธาที่แน่วแน่มาก ศรัทธาเสียจนถ่ายถอนอะไรๆ ที่เป็นตัวเราทั้งหมด

มีอาจารย์เซนหลายท่านที่ต่อมาหันมานับถือสุชาวดี เป็นข้อสังเกตที่ทำให้ฉันคิดว่าครูเหล่านั้นท่านก็ปฏิบัติมานานและมากและท่านยอมรับได้ ฉันก็ว่าน่าสนใจ

ฉันถามตัวเองว่าจุดหมายที่เราต้องการคืออะไร ที่ศาสนามีมากมาย แต่ละศาสนามีหลายนิกาย มีรายละเอียดมากมายในนั้นเพื่ออะไร เพื่อใคร ทำดีเพื่อพระเจ้าหรือ สวดเพื่อพระพุทธเจ้าหรือ ไม่ใช่ ทำเพื่อสันติในตัวเองในที่สุดให้ได้อยู่ดี มีปกติสุข ตายดี ตายแล้วไปที่ดี ล้วนเพื่อเราเอง

ถ้าอย่างนั้นวันนี้เราเลือกเพื่อสันติในตัวเองเหมือนกัน ที่น่าสนใจคือมีพระท่านหนึ่งบอกว่าเราสวดพระนามอมิตาภะ ไม่ใช่เพื่ออ้อนวอนขอให้ไปสุชาวดีเมื่อเราตายแล้ว หากแต่เป็นการสวดพระนามเพื่อขอบคุณและเราอยู่กับอมิตาภะเดี๋ยวนี้เลย

หลวงปู่ขาว อนาลโย ท่านเคยกล่าวว่า “หากสวด พุทโธ ตลอดเวลาได้ก็นิพพานได้เหมือนกัน”

การสวดพระนามอมิตาภะก็สวดตลอดเวลาเหมือนกัน รวมแล้วคือให้เราอยู่กับคำภาวนาคำหนึ่งที่ตัดความคิดทั้งมวลของเราออกไป

เมื่อวานฉันบอกครูของฉันว่าฉันจบเรื่องนี้แล้วตรงนี้ จริง ๆ แล้วสิ่งที่ชีวิตแสวงหาคือสันติในใจ ความสงบจากการไม่ดิ้นรนมีคำถามอะไรมากมาย ถ้าสบายใจแล้วไม่ต้องรู้มาก็ได้ จบคำถามคำตอบที่วุ่นวายสับสนมากมายและซับซ้อนกันเสียที เหลือเพียงสิ่งเดียวที่เราเลือกดีกว่า

ฉันมีสุขาวดีของฉันอยู่ที่นั่นแล้ว ในสวนที่ดอกปีบกำลังร่วงพรมพื้นหญ้า ส่งกลิ่นหอมอวลทั่วสวน มันไม่เคยถามว่าใครจะได้กลิ่นบ้าง กลิ่นจะลอยไปทางไหน มันเพียงแต่ออกดอกมา เล่นลมอยู่บนปลายกิ่งไหว ๆ วันรุ่งขึ้นก็ร่วงลงมา ส่งกลิ่นหอมทั้งบนดินและบนพื้นดิน แล้วหมดหน้าที่ไปอย่างเบิกบาน เจียบ ๆ และงดงาม

ฉันมีสุขาวดีของฉันอยู่ที่นั่นแล้ว ในใจที่สงบเจียบ และมีเพียงหนึ่งเดียวที่พึงพิง พระอมิตาภะ พระอวโลกิเตศวรหรือเจ้าแม่กวนอิมแห่งมหาเมตตา และพระมหาสถามปราบแห่งปัญญา สามท่านแห่งสุขาวดีดินแดนที่อบอุ่นอ่อนโยน

ขอบคุณดอกปีบที่ร่วงลงมาให้ฉัน
เก็บมาใส่แจกันได้ง่าย ๆ และพามาหอม
ในห้องได้

ขอบคุณ กลิ่นของเธอสงบเย็นชื่น
ใจดีจริงๆ 🌸





ร า ต รี

วันนี้ดอกราตรีบานเต็มช่อ พุ่มชูออกจากกอต้นดูฟูเฟื่องเหมือนแต่ละกิ่งจะแข่งกันอวดโฉมกับท้องฟ้า เวลา
มันฟูฟ่องแบบนี้ช่างดูเบิกบานยิ่งนักพลอยให้คนที่เห็นรู้สึกเบิกบานตามไปด้วย

ในยามค่ำคืนที่ดวงอาทิตย์ลับไปเพื่อปลุกโลกอีกฟากหนึ่งให้เป็นยามเช้า ราตรีที่ซ่อนอยู่ในความมืดมิดก็ส่ง
กลิ่นหอมอบอวลให้ลอยฟุ้งไปในสายลมอ่อน ๆ มากล่อมนอนให้คนที่กำลังหลับไหลเหมือนจะบอกว่าจงชื่นใจไปโดย
ไม่ต้องรู้ว่ากลิ่นทิพย์นั้นมาจากไหน ขอเพียงจงชื่นใจและนอนหลับฝันดี

เราเป็นอย่างนั้นบ้างได้ไหมที่จะอวยพรไปให้คนอื่นในใจโดยไม่ต้องบอกกัน เพียงส่งความหวังดีให้เขาได้พบ
ชีวิตที่ดีโดยไม่ต้องรู้ว่าใครมอบให้มาพร้อมกับกลิ่นราตรี

ฉันยังคงฟังเสียงอ่านหนังสือชุด สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม อันเป็นประวัติหลวงพ่ोजรัญ จูฑธมโม แห่ง
วัดอัมพวัน ตอนนี้อยู่มาถึงเล่มวัฏจักรชีวิต เล่าถึงการรับผลกรรมที่ตอนเด็ก ๆ ท่านรับจ้างต้มเต่าและหักคอนก ทำให้
ท่านประสบอุบัติเหตุรถคว่ำ ท่านคอหักหนึ่งศักระเปิดถึงท้ายทอยจากกระดูกกระชก และเวลาที่เขาพาท่านนั่งหน้า
รถเพื่อไปโรงพยาบาล ฝ่าหมอน้ำของรถก็หลุดทำให้น้ำร้อนปลิวมาสาตรางท่านตลอดทาง ท่านบอกใคร ๆ ว่าท่านจะ
ต้องตายวันนั้น แต่ในที่สุดท่านก็ไม่ตาย

ผลใดที่เกิดขึ้นท่านมักจะบอกว่าไม่รักษาเพราะเป็นโรคกรรม เช่นท่านตกบันไดขาหักก็ไม่ไปโรงพยาบาล รอ
ให้หายเอง เพื่อชดใช้กรรมให้หมดไป โชคดีที่ท่านมีบุญญาในธรรมทำให้ท่านผ่านสรรพเรื่องสรรพสทั้งหลายนั่งได้ไหว

เนื้อเรื่องในหนังสือแต่ละบทจะกล่าวถึงคนที่มาหาท่านเพื่อแก้ทุกข์ ทำให้เราได้เห็นแง่มุมต่าง ๆ ของการสร้าง
กรรมและเห็นผลของกรรม ซึ่งก็ทำให้ตระหนักถึงสิ่งที่เกิดกับเราว่าเราได้ทำหรือไม่ได้ทำอะไรมาบ้าง

ฉันหวนนึกถึงเรื่องราวที่ผ่านมา ตอนนี้ฉันรู้แล้วว่าผู้คนที่ผ่านเข้ามาในชีวิตแต่ละวาระนั้นมาเพื่ออะไร
แรกคือมาเพื่อสอนให้ฉันเห็นว่าในช่วงเวลานั้น ๆ เรามีความจำเป็นต้องปกป้องผลประโยชน์ตนเองอย่างไร
โดยไม่ต้องคำนึงถึงคนอื่น และไม่จำเป็นต้องสนใจว่าสิ่งที่เขาเรียกร้องจากฉันนั้นฉันมีกำลังจะตอบสนองหรือไม่
ฉันไม่ใช่หน้าที่ของเขา

ความกดดันต่อการรับเหตุการณ์ทำให้ฉันอยากเล่าออกไปให้คนอื่นฟัง แต่วันนี้ฉันรู้แล้วว่า การเล่าออกไป
ไม่มีประโยชน์ เล่าเพื่ออะไร เพื่อให้คนอื่นรู้ว่าฉันรับอะไรที่ไม่เป็นธรรมมาหรือหนักหนาสาหัสหรือ มันกลายเป็นการ
คร่ำครวญอยู่ในหนองน้ำแห่งอดีต ซึ่งผู้ฟังก็ซึมซับไม่ได้ เพราะไม่ได้เกิดกับตัวเอง ย่อมนึกไม่ออกไม่เข้าใจ นั่น
เป็นเรื่องธรรมดาและทุกคนมีเรื่องของตัวเองมากพออยู่แล้ว อีกทั้งการเล่าก็ไม่จำเป็นเพราะมันผ่านไปแล้ว ความ
เข้าใจของใครไม่ส่งผลต่อใจเราเท่าความเข้าใจที่เรามีต่อตัวเอง

มีครูหลายท่านที่ให้คำแนะนำว่า

“อย่าเล่าอดีต ออกมาเสีย เดินไปข้างหน้ากับความหวังดี ๆ ที่มีให้ตนเอง”

ฉันทำตามและรู้สึกว้าวใจ เมื่อเหตุการณ์ผ่านไปแล้วและเราไม่มองมันอีก มันก็ลดความสำคัญลงไป มันสำคัญ
เมื่อเราให้ความสำคัญกับมัน ถ้าเราไม่สนใจมันก็ไม่มีพลังความหมายอะไรอีกต่อไป สิ่งที่เห็นได้อีกอย่างหนึ่งคือพอ
หมดวาระกันไป เขาก็ออกไปจากชีวิตเรา

สองคือนี่คงเป็นกฎแห่งกรรมอย่างหนึ่งที่หลวงพ่อพยายามสอน เราคงเคยทำอะไรแบบนี้มากับคนอื่น ท่านบอก
ว่าอะไรที่ไม่เคยทำจะไม่เกิดขึ้นกับเรา ถ้าเช่นนั้นจงรับไปแล้วเจียบ ๆ เสีย เมื่อเรื่องนั้น ๆ มันผ่านไปได้แสดงว่ามัน
จบแล้ว มันคงอยู่แต่ในความคิดที่เราเอื้อมมือไปรังแกเข้ามาเท่านั้น ปล่อยมือเสีย หมดกรรมกันแล้วเรื่องนั้น ๆ คงจะ
เป็นเรื่อง ๆ ไป เราคงเคยทำไว้เยอะเลยต่อเนื่องมายาวนาน แต่อย่างไรก็ตามมันต้องหมดไปจนได้ในที่สุด ถ้าเรา
รับผลเต็มครบและไม่สร้างใหม่ สร้างแต่สิ่งดี ๆ ผลดี ๆ ย่อมตามมาหาเรา เมื่อทำใจคิดแบบที่ท่านสอน การยอมรับ
ก็ทำให้ใจสงบลง

นอกจากจะนึกไม่เอาเรื่องเอาราวกับคนต่างๆแล้ว ยังรู้สึกอยากอวยพรให้เขาพบชีวิตที่ดีๆ เพื่อจะได้ไม่ต้องพบสิ่งที่เคยทำให้เราทุกข์มา ตอนนี้เราสบายใจแล้วก็อยากให้คนอื่นรับรู้สึกและรับความสบายใจบ้าง เราต่างฝันนอนอยู่ในสังสารวัฏด้วยกัน น่าเห็นใจ ขอให้มีความสุขเป็นสุขเกิด

ขอบคุณที่มาสอน ขอบคุณที่มาช่วยชำระล้าง ขอบคุณที่ทำให้เรารู้จักชีวิตว่าควรไปทางไหนอย่างไร ขอบคุณ

แม้จะไม่ได้หมกมุ่นจนเกินเลย แต่เมื่อเกิดเรื่องอะไรขึ้นในตอนนี้ฉันก็มักนึกว่าคงเป็นกรรมมา นึกเบาๆแล้วก็ปล่อยไป ทำให้รู้สึกไม่ค่อยมีอะไรเป็นสาระหนักนัก ยิ่งถ้าคิดเทียบกับที่หลวงพ่อดิเรกได้รับแล้วเรื่องของเรายังเบามากขอบคุณที่เราไม่ต้องพบอะไรแบบท่าน

เหมือนดอกราตรี ก็แค่หอมฟุ้งให้ลมพากลิ่นไปให้ใครก็ได้แล้วแต่จะพบพานโดยไม่ต้องรู้ว่ากลิ่นหอมนั้นมาจากไหนในมุมมืดของค่ำคืน จงมีความสุขกับความหอมและนอนหลับฝันดีเพื่อตื่นขึ้นมาพบกับยามเช้าของวันดี ๆ อันมีความสดชื่นเป็นของขวัญ

ขอบคุณกลิ่นหอมของราตรีนะ





ม อ ง

มีหินก้อนหนึ่งตั้งอยู่ในสวน ฉันไม่ได้เจตนามาตั้งไว้ตรงนั้น ตอนที่คนงานขุดมันขึ้นมา แล้วคงยกไปที่อื่นไม่ไหว มันตั้งไปทั่ว ฉันก็ปล่อยมันไว้

มันไม่ได้มีรอยแยกอะไรมากมาย แต่ก็มันไม่ไปขึ้นได้ ฉันไม่เข้าใจ ดันไม้บนพื้นดินเยอะเยอะที่ปลูกแล้วประคบประหงมรดน้ำให้ ไม่โต คอยทำท่าจะตาย แต่ดันนี้ทำท่าอยากโต เห็นแล้วสงสารมากกว่าเลยตัดทิ้งไป วันนี้มาดูใหม่ มีกิ่งใหม่แตกจากข้อเล็กๆ ดูสดชื่น แข็งแรง สดใส เอาจริงอะ ได้อาหารมาจากไหนเนี่ย ไม่ต้องการดินหรือ ไม่ต้องการน้ำหรือ มีร่มเงาขนาดบังแดดไม่เป็นไรหรือ ขึ้นเทพนะเนี่ย มีอะไรจะสอนฉันหรือ

บางแง่มุม ชีวิตเป็นสิ่งที่ไม่เข้าใจ ดูเหมือนมีหลายประเด็นที่คนเราต้องถกเถียงกันหรือต้องหาข้อสรุป แต่พอเราต้องเผชิญปัญหาที่มารอให้แก้ หลักการทั้งหลายก็กระเจิงไปหมด คู่กรณีไม่ต้องการหลักการแต่ต้องการคำตอบที่บางที่เราให้ไม่ได้ ในที่สุดต้องกลับไปสู่สามัญชีวิต

“ปัญหาที่แก้ได้ กังวลทำไม ปัญหาที่แก้ไม่ได้ กังวลแล้วได้อะไร”

ก็คือทำเท่าที่ทำได้ เท่านั้น ดังนั้น บางทีฟังมากไปก็เหนื่อย มีความรู้สึกว่าคุณไม่มีปัญหาหลายคนกำลังพูดให้คนที่ปัญหาฟังและคิดว่าเข้าใจแล้วและเข้าใจมากกว่าเจ้าของปัญหา ซึ่งมันไม่อาจให้คำตอบได้

ฉันตอบไม่ได้ว่าทำไมดันไม้เล็กๆ ดันนี้ถึงอยากเกิดที่นี่ มันไม่สนใจอนาคตเพราะมันคิดถึงอนาคตไม่เป็น มันแค่พบความเหมาะสมแล้วก็ออกมาจากเมล็ด เติบโตและเบิกบาน ไม่รู้ว่าจะตัวเองอยู่บนก้อนหินไม่ใช่พื้นดิน ฉันจะปล่อยมันไว้และดูอนาคตของมัน มันคงอยู่ได้ไปเรื่อย ๆ เหมือนดันไม้บนผาที่เคยเห็นในรูปภาพ

บางทีไม่ต้องรู้คำตอบก็ได้ ก็แค่ผ่านไปวันหนึ่ง ทุก ๆ วัน

ขอให้เพื่อนๆ มีวันที่ดีค่ะ 🌸



ห อ ม ห มั น ลี

สมัยที่เริ่มปลูกต้นไม้ใหม่ๆ แม่ค้าแนะนำซื้อต้นไม้ว่าหอมหมื่นลี้ก็ซื้อมา เคยได้ยินชื่อมาบ้างแล้วว่าอยู่ทางเหนือและเป็นไม้หอมไกล ผันเอาไว้ว่าจะได้โรแมนติคกับเขาบ้าง อยู่ด้วยกันมาสิบปีไม่เคยเห็นดอกเลยไม่เคยได้กลิ่น ถามคนสวนว่าเคยเห็นดอกบ้างไหม เขาตอบว่าเห็น มีกลิ่นหอมอ่อน ๆ ฉะนั้นก็ว่าก็ยังดี อย่างน้อยไม่ได้ผิดธรรมชาติอะไรไปมาก

วันหนึ่งไปรดน้ำให้จึงคุยด้วยว่า สิบปีแล้วนะยังไม่เคยเห็นดอกเลย ขอเห็นบ้างสิ ไหนว่าเป็นต้นไม้ที่ออกดอกทั้งปีไ้

หลายวันต่อมาฉันยืนชมวิวนระเบียง มองลงมาเห็นอะไรแปลกๆ นึกว่าสายตาคงคิดไปเอง ทันใดนั้นก็ขึ้นมาว่า หรือจะเป็นดอก ต้องวิ่งลงไปดูใกล้ๆ

นี่ก็เป็นครั้งแรกที่ได้เห็นของจริงของดอกหอมหมื่นลี้ ช่างเล็กเหลือเกิน สีเหลืองนวล แม้ไม่มากมายพุ่มฟายอย่างที่ดูในรูปของกูเกิล แต่ก็ดีใจ เข้าไปดมชดก็ยังไม่ได้กลิ่น หอมจางมาก อาจเป็นเฉพาะต้นนี้ ไม่จั่นคงไม่ได้ชื่อนี้มา ไม่เป็นไร แค่นี้ก็ดีแล้ว ชื่นใจ

ในทางธรรมเมื่อนึกถึงคำหอมหมื่นลี้ก็มีคำเดียวที่เชื่อมได้คือศีล ในตำราบอกว่กลิ่นศีลนั้นหอมไกล คงหมายถึงว่าคนมีศีลนั้น ใคร ๆ ก็พูดถึงด้วยความชื่นชมยินดี

แต่ก็ไม่ง่ายเลยที่จะมีศีลเพื่อรักษาใจตน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลาที่อยู่ในภาวะไม่ถื่นไหล เรามักจะเพเลียงพล้าในสัมมาวาจา อาจเป็นข้อดีของมือถือที่เรารับรู้การโพสของคนได้หลายคน มีคลิปดี ๆ ที่พยายามพูดให้กำลังใจคน

แต่ในการรับฟังก็ต้องตั้งสติพอสมควร รู้ว่าคนพูดนั้นพูดโรยไปกว้าง ๆ ไม่ได้พูดเพื่อเราคนเดียว บางคำอาจ

ไม่ครอบคลุมปัญหาของเรา เมื่ออ่านแล้วก็รีบผ่านก่อนที่จิตจะก่อโทษะ บางทีถ้าเหตุการณ์ดันมาก ๆ ก็อย่าฟังเลย มันจะไม่ช่วย สูดดมดอกไม้ให้ใจอยู่กับปัจจุบันขณะคือหอมกลิ่นดอกไม้ยังดีกว่า เช่น

คลิป : ชีวิตไม่ต้องการอะไรมาก กินข้าวจานเดียว นอนหลับเดียว ก็พอแล้ว อย่าไปโลภมาก มีอะไรเยอะตายแล้วก็เอาไปไม่ได้

555 ฟังแล้วเราไว้วางใจความคิดไม่ได้ ความคิดมันสวนเลย “ช่วยรับหนີไปแทนหน่อย แล้วผมจะไม่ต้องการอะไรอีกเลย” อ้าว ผิดศีลเลย เข้าข้อโทษะ เข้าข้อเสียศีล เข้าข้อเพื่อเจ้า ต้องรีบลากความคิดไปเก็บปิดปาก หันไปสวด “อมิตาพุทธ อมิตาพุทธ”

การมีศีลนั้นมีเพื่อรักษากายตนให้ไม่ก่อกรรมเพิ่มให้ตน และให้ชีวิตร่มเย็นเป็นสุข เมื่อมีศีลก็จะไม่เบียดเบียนใคร ทำให้ไม่มีแรงสะท้อนกลับมา มีชีวิตเป็นปกติดีคือธรรมดา

การมีธรรมนั้นมีเพื่อรักษาใจตนให้รับสิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างสงบ ยอมรับกฎแห่งกรรม สิ่งใดเกิดขึ้นเพราะเราเคยทำมา สิ่งใดไม่เคยทำมาจะไม่มีวันเกิดขึ้น เกิดแล้วรับแล้วจบไป สงบด้วยขันติ มีความเชื่อในธรรมว่า

“ธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม เหมือนร่มคันใหญ่ในฤดูฝน”

บางทีความสุขก็ซ่อนอยู่ในความเจ็บ ฟังมากก็ฟังช้านมาก ความสงบสุขเกิดเมื่อเราหยุดดิ้นรนหามัน แทนที่จะฟังคนอื่นไปทั่วจนมันหัวเพราะได้มือถือทั้งวัน ลืมตัวเองหายไป ลองฟังความเจ็บรอบ ๆ ตัวดูบ้าง อยู่กับตัวเองดูบ้าง เห็นตัวเองนั่งอยู่บนโลกใบนี้

บางทีจะได้กลิ่นหอมหมื่นลี้ไซ้มาเตือนว่ายังมีสิ่งดี ๆ อยู่รอบ ๆ ตัวเราเอง

ขอให้เพื่อน ๆ มีความสุขกับสิ่งใกล้รอบ ๆ ตัวละ ☺





นกน้อยนำโชค

สองปีก่อนตอนที่ฉันยังไปวัดสังฆทานสะดวก ฉันจะซื้อต้นไม้กลับบ้านมาด้วยเสมอ เป็นกระถางกลางๆราคาไม่แพง ตอนหลังทางวัดก็นำต้นไม้ที่ชำจากสวนเองมาขาย ราคาไม่แพงเหมือนกัน ครั้งล่าสุด สถานการณ์เริ่มเกิดขึ้น คนมาวัดน้อยลง พ่อค้าไม่มาขายต้นไม้ มีแต่ร้านตรงข้ามซึ่งเพิ่งจะมาขายเปิดอยู่ ฉันได้ต้นไม้มา 2 กระถางด้วยเห็นว่าสวยดี และรูปร่างแปลกดี แม่ค้าบอกว่าชื่อ นกน้อยนำโชค

ฉันนำมาปลูกลงในบ้านสวนขวัญ มันตั้งหลักอยู่พักใหญ่ และก็เริ่มออกดอกซึ่งก็มีรูปร่างแปลกๆอีก

นอกจากกลีบดอกที่ได้สีจากเขี้ยวมาชมพูเรื่อๆแล้ว ปลายที่แยกออกยังมีนกสีเขียวอยู่ในนั้น ดูโดดเด่นเหมือนนกจริง ๆ ธรรมชาติช่างมีเวลาว่างมาสร้างสรรค์ความคิดแปลกๆ ลงในกลีบดอกไม้ แผนกนวัตกรรมการสร้างศิลปะดอกไม้ของจักรวาล

คนก็ช่วยส่งเสริม ใครตั้งชื่อว่านกน้อยนำโชค อย่างแรกเลยก็นำโชคให้คนขาย

เดี๋ยวนี้ต้นไม้เปลี่ยนชื่อกันพัลวัน อย่างหูกะจกก็เรียกใหม่เป็นแปะบาร์มี ฉันไม่รู้ว่าจะสำเร็จไหม เพราะตัวเองก็ยังเรียกหูกะจกเหมือนเดิม ฉันว่าชื่อน่ารักดี สามี่เรียกผิดบ่อยๆว่าหางกระจก

เมื่อคืนนี้เพิ่งดูโน้ต อุดม ใหม่อีกรอบ เขาเล่าว่าในพันธทิพย์มีกระทู้นึงมีหัวข้อถกเถียงกันมาเรื่อยๆจนค่อยๆเปลี่ยนหัวข้อเดิมไปเป็นการเมืองได้ยังไงไม่รู้ จนคนลืมหั้วข้อกระทู้เดิมและเริ่มวุ่นวายกันใหญ่ จู่ๆก็มีคนโพสเข้ามาว่า “หูกะจกไม่ควรปลูกใกล้บ้าน” จบเลย เจียบไปหมด 555 ฟังแล้วตลกดี

เรื่องนี้ทำให้คิดถึงเรื่องชื่อ คนจีนจะตั้งชื่อให้เป็นมงคล เช่น หมู่บ้านจะตั้งว่าสระน้ำใส หรือชื่อนามสกุลก็จะริศมีรุ่งโรจน์ประมาณนั้น อวยพรกันเริ่มที่ชื่อ

สี่สิบปีที่แล้ว เพื่อนคนหนึ่งเล่าว่าตัวเองเคยเป็นข้าราชการอยู่พักหนึ่ง เกี่ยวข้องกับการตั้งนามสกุลให้ชาวบ้านที่มาขอจดทะเบียนนามสกุล เพื่อนของเขามักจะตั้งไปเล่นๆตลกๆ อย่างเช่น กางมุ้งคอย (จริงหรือเปล่าไม่รู้ หรือยกตัวอย่างเล่นๆ) เขาบอกเพื่อนว่า นี่ไม่ใช่เรื่องตลก เขาจะใช้นามสกุลนี้ไปชั่วลูกชั่วหลาน ต้องตั้งให้ดีหน่อย

เขาเองจึงคอยคิดนามสกุลอันเป็นคำมงคลให้ไป

เวลาขับรถเที่ยวไปในชนบท จะพบชื่อหมู่บ้านที่ไม่เป็นมงคล เข้าใจได้ว่าชื่อนั้น ๆ คงเกิดจากเคยมีเหตุการณ์ใดสักอย่างเกิดขึ้นแล้วเรียกขานกันแบบเป็นที่รู้กันว่าเป็นจุดใด แต่ก็เรียกกันมานานไม่เปลี่ยน แม้บ้านเมืองจะเติบโตขึ้นจนมีป้ายบอกทาง ก็ยังบอกชื่อเดิม คงความไม่เป็นมงคลเอาไว้ ความจริงน่าจะมีใครมาสำรวจและเปลี่ยนแปลงเสียบ้าง

จะว่ามีอิทธิพลไหม ฉันก็ไม่รู้เหมือนกันนะ แต่โชคที่ฉันอยู่กรุงเทพฯ ที่ถนนพิษภัย ฉันชอบชื่อนี้มาก ข้าง ๆ มีถนนนครไชยศรี มีร้านค้าคึกคัก คนเยอะ แต่...อีกข้างหนึ่งมีถนนอันวัยสงคราม เป็นถนนที่ค่อนข้างเงียบเหงา ชบเซา ไม่มีชีวิตชีวา โชคดีที่มันเป็นถนนสายสั้น ๆ พอสุดที่สะพานเกษะโกมลก็เป็นถนนเศรษฐศิริ ฉันชอบมากเลย พวกชื่อที่แบบโบราณช่างสรรหาคำมาที่ฟังดูง่ายแต่ความหมายสว่าง เช่น แจ่งวัฒนะ การเจริญเติบโตที่สว่างไสว เท่มาก กระชับมีพลัง อย่างน้อยชื่อก็สิ่งแรกที่เราสัมผัสจะด้วยตาคือการอ่านป้าย หรือหูคือการได้ยินการพูดถึง เมื่อ





สัมผัสแล้วก็รื่นรมย์ นั่นเป็นสิ่งดีที่ไม่ต้องมีใครบอกก็รู้ได้ และเป็นการอวยพรให้บ้านเมืองรุ่งเรืองอยู่เย็นเป็นสุข โดยยังไม่ต้องรู้ก็ได้ว่าจะเป็นจริงหรือไม่ อย่างน้อยก็ดีกับใจไปเรียบร้อยแล้ว

ขอบคุณนกน้อยนำโชคที่น่าสี่สนใหม่ ๆ มาสู่สวนของเรา เธอช่างสวยงามน่าหลงใหล น่าชื่นใจ

เพื่อนๆ ที่มาเที่ยวบ้านวันก่อนวัดวายกะคู่วิ้งกันมาก ตื่นเต้นยินดีกับนกน้อยตัวใหม่ๆ ที่กำลังผลิใบ แต่ฉันนี่ก็ได้สร้างรอยยิ้มไว้มากมายแล้ว นั่นคือสิ่งเล็กๆ ที่โลกต้องการ ความสุขใจ

ขอบคุณนกน้อยนำโชค

ขอให้ฉันโชคดีตลอดไป





ย า ง อี น เ ตี ย

ตอนที่ไฉ่ยางอินเตียคันนี้มา มันเป็นเพียงกระถางกลางๆ ลำต้นยาวพอม แต่ใบสวย ฉันทึ่งหาที่เหมาะสมๆให้มันอย่างซึ้งใจเพราะรู้ว่าอนาคตมันจะเติบโตมากแค่ไหน ต้องมีพื้นที่ให้มากมายทั้งบนดินและในอากาศ

มันสูงขึ้นอย่างรวดเร็วในลักษณะเหมือนกิปากระโดดสูงคือสูงไปเรื่อยแต่พอมเหมือนเดิม จนตัวเองเอาไม่อยู่ ฉันท้องหาไม้ยาว ๆ มาค้ำไว้ประคองไปเรื่อย ๆ เป็นปี ๆ กิ่งที่แตกออกสองข้างก็กางหลายกิ่งทำให้เหมือนจะล้มไปล้มมา ไม้ค้ำก็เอาไม่ค่อยอยู่ต้องคอยเปลี่ยนอยู่เรื่อยเพราะสูงไม่พอไม่มีแรงค้ำยัน มันเริ่มหยุดชะลอเมื่อได้แสงแดดในระดับที่พอใจแล้ว จากนั้นมันจึงเริ่มอ้วนขึ้น

ตอนนี้พื้นดินแถวรากของมันเดินไม่ได้ เพราะรากที่เลื้อยยั้วเยี้ย รากเส้นโตๆ ไขว่กันไปมาเต็มพื้น ใบแผ่อานาเขตเข้าโอบล้อมต้นชุมแสงที่ตอนแรกว่าปลูกไกลกันแล้วเชียวนา ตอนนี้อยู่ในอ้อมกอดยางอินเตียเรียบร้อย แทรกระหว่างต้นกร่างที่อยู่ข้างๆไปด้วย เดินที่ถนนเห็นใบสามแบบชะงักกวอดโฉมแข่งกันแย่งชินอยู่แต่ก็สวยดี

ไม่นานมานี้เองที่ฉันคิดว่าบริเวณนี้มันร่มรื่นพอจะมีต้นไม้ที่ชอบรำไรเข้ามาพักพิงได้แล้ว

ในสวนมีข้าหลวงหลังลายที่ถูกทิ้งไว้ให้เติบโตตามลำพัง ไม่ค่อยได้ดูแลด้วยว่าส่งมันมาพักฟื้นตามได้ต้นไม้ใหญ่อื่นๆ ตอนนี้นมันแข็งแรงขึ้นแล้ว จึงจับมาเรียงรายไว้ได้ต้นยางอินเตีย โอ้โฮ ได้ดังใจเลย คูชะอุ่มขึ้นมาทีเดียว เชียว มีความอบอุ่นเกิดขึ้นในมวลหมู่ต้นไม้

ยังไม่พอ ฉันทึ่งไปเอาสไปนางที่เพิ่งเริ่มจะแตกใหม่ ยังไม่สวยก็ไม่ใช่ไร ยังไม่ห้อยเป็นพวงอย่างในร้านอาหารก็ไม่ใช่ไร เอามาแขวนกับกิ่งยางอินเตีย ให้มันย่อย ๆ เล่น เสียตายถ่ายรูปแล้วไม่เห็นเหมือนเวลาตาเรามอง

จริง ไม่ค่อยเห็นการข้อยของสไบนางเท่าไร

ตอนนี้บริเวณนี้กลายเป็นบริเวณที่ร่มรื่นอบอุ่นน่ารัก ฉันชอบเดินมาชมเล่น
บางทีเราก็ไม่ทันคิดว่ารอบๆตัวเรามีอะไรที่มีอยู่แล้วและทำให้มันดีขึ้นได้ เปลี่ยนบรรยากาศได้ เพียงแต่มัน
ไม่ได้ถูกนำมาจัดวางให้เข้าที่เท่านั้นเอง

เหมือนชีวิตเรา บางทีมีเรื่องหลายเรื่องจนเราปวดหัวไปหมด พอมานั่งนิ่งแล้วมองเรื่องต่างๆ ลองแยกแยะดู
เรื่องของเรามีอะไรบ้าง เรื่องของคนอื่นมีอะไรบ้าง อย่าอย่าใหญ่ใจจนเดียว เอาเฉพาะเรื่องของเรา ก็ยังแบ่งได้อีก
นะ เรื่องหนึ่ง สอง สาม แต่ละเรื่องควรจัดการยังไง ปล่อยวางบ้าง ค่อยหายใจได้ดีขึ้น

เพราะอะไร เพราะไม่ว่าเราจะเจออนาคตยังไง มันก็ไม่ว่าจะเกิดแบบนั้นหรืออีก ยิ่งถ้าไปคิดแทนคนอื่น
ด้วยแล้วยิ่งเลือนลาง ทุกคนมีเงื่อนไขในตัวเองหลายข้อซึ่งเราไม่ต้องไปช่วยแก้ไข

ทำนองว่าทุกคนต้องมีประสบการณ์ของตัวเอง แต่ละบทที่เข้ามาในชีวิต เรียกมันว่าเกม เกมเขาให้เขาเล่น ถึง
ตาเราเล่นเราคอยดูหน้ากระดานว่าควรเล่นยังไง บางทีไม่ต้องเล่น มันก็ผ่านไปเองได้

การเดาอนาคตเป็นเรื่องเหนื่อยเกินไปแล้วตอนนี้ ให้มันเกิดเป็นปัจจุบันค่อยว่ากัน

บางทีสิ่งที่เห็นอยู่ตรงหน้าจะบอกเราได้ดีกว่าว่าควรทำอะไร

เหมือนยางอินเดีย ข้างหลังสไบนาง สไบนาง ที่ต่างคนต่างอยู่ตรงโน้นตรงนี้คนละที่ ถ้าไม่นึกมันก็อยู่ของ
มันดี ๆ ได้ แต่พอนึกมาวางรวมกัน มันก็ดีกว่าเดิมมากมาย บางทีชีวิตมันก็ง่าย ๆ แบบนั้นแหละ

มองหาสิ่งรอบๆ ตัวให้มาทำให้ชีวิตเราง่ายขึ้นและงดงามขึ้นกันเถอะ 🙏





โม ก ป่า

สิบสองปีก่อน ฉันไปที่ดงบัง นครนายก แหล่งต้นไม้เพื่อหาต้นไม้ ได้ต้นไม้มาแปดต้น ร้านทุกร้านขายต้นไม้ แต่มีหนุ่มคนหนึ่งรับจ้างขนต้นไม้ไปส่งที่บ้าน เรียกว่าเป็นอาชีพข้างเคียง เขาบอกฉันว่าซื้อต้นไม้เยอะนะ เพราะค่ารถเท่าเดิมจะได้คุ้ม ฉันเดินดูร้านอื่นๆที่อยู่ใกล้เคียงกัน ได้ต้นหอมเจ็ดต้นมาสองต้น และโมกป่าสูงลิ่วหนึ่งต้น ขณะที่คนขายขนต้นไม้ขึ้นรถ ฉันก็ผ่านไปเห็นต้นไม้ประหลาดต้นหนึ่ง ไม่มีใบเลย มีก้านอ่อนช้อยที่ปลายยกขึ้นเหมือนท่อนแขนนางรำ ตรงปลายทุกกิ่งมีดอกสีขาวแหลมๆตั้งอยู่ชูเด่น รวมๆแล้วรูปทรงเหมือนโครงต้นคริสมาสต์ สะดุดตามาก ครั้นลงไปถามปรากฏว่าเป็นจำปีนั่นเอง เจ้าของหาทางดึงดูดยาด้วยวิธีใหม่ แต่ก็น่ารักดี ต้นสูงกว่าฉันอีกเลยรับมาด้วย

ต้นโมกปายามที่มาถึง เธอหนึ่งจัน ทำท่าทางอิดโรย ผอมบาง ไม่ค่อยมีใบ ยืนนิ่งอยู่นานจนฉันคิดว่าคงไปไม่รอด แต่ก็ไม่มีอาการใดมากกว่านั้น อาจเป็นว่าต้นสูงมากแล้วหรือเปล่า ก่อนหน้านี้เธอพบอะไรมาบ้าง เชลล์ของเธอสั้นไหวงงงันหรือโยยหาบ้านเดิมที่จากมา ฉันปล่อยให้เธอได้พักผ่อนเจียบๆนานเป็นปีๆ เธอจึงค่อยมีอาการดีขึ้น บางครั้งฉันก็ลืมหันไป นานๆก็ไปทักทายสักที เธอดูดีขึ้นเรื่อย ๆ มีใบเพิ่มขึ้น

ความที่ฉันไม่ค่อยได้มาบ่อย มีบางช่วงที่ติดเรียนติดอบรมฉันแทบไม่ได้มาเลย คนสวนอาจจะได้เห็นความก้าวหน้าของเธอ แต่ฉันไม่เห็น

วันนี้ฉันเดินออกกำลังกาย เมื่อผ่านมาทางถนนมองเข้าไปในสวนก็เห็นต้นอะไรหนอดอกขาวพราวเขียว ฉันอาจจำเธอไม่ได้ แต่ฉันจำตำแหน่งได้ว่าที่ตรงนี้ยืนต้นโมกไว้ โอ้ ดอกโมกป่ารี สวยจัง สิบสองปีเพิ่งได้เห็นเป็นครั้งแรก บางทีเธออาจจะเคยออกดอกมาแล้วแต่ฉันไม่มีโอกาสได้ชื่นชม เคี้ยววันนี้เธอยิ่งสูงเกินลั่นทมไปไกล ใบเขียวสดใส ดูชุ่มชื้นร่าเริงมีชีวิตชีวา เธอกลับเป็นตัวของเธอเองแล้วสินะ ดีใจจัง ทั้งดอกและใบสวยงามมาก ขอบคุณจริงๆ

ฉันเคยดูหนังประเภทคนมีภาวะความเหินห่างทางใจ หลบตัวอยู่ในที่โดดเดี่ยวเป็นเวลานาน ๆ สมัยนั้นฉันไม่เข้าใจ ฉันคิดว่าเป็นการหมกตัวไม่ยอมออกจากความหดหู่ของตัวเอง จนเมื่อได้พบกับตัวเองว่าฉันก็ใช้เวลาเป็นปีในการพักใจที่เก็บสะสมความเหนื่อยล้ามายาวนาน ได้มีโอกาสพักและพักยาวนาน ค่อย ๆ พิจารณาแต่ละเรื่องแต่ละอารมณ์ที่ยังค้างคาอยู่ในใจ ให้เปลี่ยนเป็นความเข้าใจชีวิตเข้าใจธรรมชาติธรรมดาของชีวิต และให้ความเจ็บของสวนเยียวยาการพักนี้ ให้ค่อย ๆ ฟุ้งตัวขึ้นมาและพบกับความรู้ใหม่ ทักษะคติใหม่ที่โอบอุ้มให้ฉันแข็งแรงขึ้นอีกครั้ง ตอนนี้ฉันมีความสุขมากขึ้น คงเหมือนโมกป่าที่ใช้เวลายาวนานในการพักจากการถูกโยกย้ายจากป่าบ้านเดิมมาไกล มาปรับตัวเข้ากับดินใหม่อากาศใหม่เพื่อนต้นไม้ใหม่ ตอนนี้เธอพร้อมแล้วที่จะมีชีวิตชีวาอีกครั้ง เธอจึงเริ่มเติบโตแผ่กิ่งก้านอีกครั้งและออกดอกจิว ๆ มาพราวต้นรับแสงแดด

บันทึกไว้เป็นความสำเร็จร่วมกันระหว่างเรานะโมกป่า ขอส่งภาพมาให้เพื่อนๆ ได้ชื่นชมด้วยเพื่อความเพลิดเพลินร่วมกัน ความสุขเล็กๆ ที่ต้องฉลอง ฉลองความร่าเริงของดอกโมกป่า 😊







แ ค น า

ฉันแค้นที่เรียงรายไปตามริมทางในสวนอยู่ในช่วงฤดูที่ใบร่วงหมดต้น มีฝักแห้งๆหยิกหยอยห้อยระย้ารอบๆ ต้นดูแล้วค่อนข้างแห้งแล้งในใจ เหมือนว่ามันกำลังตาย กิ่งก้านที่หักงอเห็นได้ชัดเจนถึงลีลาที่ป็นปายขึ้นไปหา ท้องฟ้า

เช้าวันนี้ฉันสังเกตว่ามีใบอ่อนสีน้ำตาลอมส้มเล็กๆ ปรปรายออกมาตามกิ่งทุกกิ่ง บางต้นก็มีใบที่เปลี่ยนเป็น สีเขียวแล้ว แถมยังมีดอกสีขาวร่วงปรปรายเล็กน้อยบนหญ้าได้ต้น เหมือนจะรีบดูแลคนที่อยู่ข้างล่างให้ได้อาหาร เร็วๆ ใจดีจริงๆ แม่บ้านที่ออฟฟิศฉันชอบนำไปจึมน้ำพริกกินมาก เวลามันหล่นดอกร่วงลงมาเยอะๆ ฉันมันจะ เก็บไปฝากเธอเสมอ

เดินเล่นไปดูแคนาไปก็ให้คิดว่าฉันไม่มีชีวิตไปตามฤดูกาล ตอนนี้นั้นสงบนิ่งหลังจากทิ้งใบทั้งหมดไป เหมือน จะจบชีวิตหลังฤดูฝนลง เข้ามานเสียดักพักจำศีลสักหน่อยเพื่อให้ได้พักหรือเพื่อคลายตามอากาศที่แห้งลง มันคง รู้ว่ามันควรจะพักบ้างในวาระหนึ่งปีที่ดูแลโลกมาด้วยการผลิตออกซิเจนให้ จึงหลับพักผ่อนในฤดูแห้งแล้ง แต่มัน รู้ว่าเมื่อฝนมามันจะเริ่มงานอีกครั้งด้วยการมีใบชุดใหม่และมีชีวิตชีวา

สองปีมานี้ฉันก็มีฤดูใบไม้ร่วงของชีวิต ใบร่วงหมดต้นและพักหยุดอยู่เฉิบๆ สิ่งที่แตกต่างกันกับแคนาคือฉัน ไม่รู้ว่าเมื่อฤดูฝนมาถึงจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง

ในระหว่างจำศีลทางกิจกรรม ฉันใช้เวลาพักผ่อนจิตใจและค้นหาคำตอบให้คำถามที่ค้างคาใจ แก่ใจ และ เปลี่ยนทัศนคติในมุมมองหลายด้าน ทำให้หัวใจได้เข้าใจเส้นทางของชีวิตเพิ่มขึ้น บางอย่างเพิ่งได้มาเรียนรู้เอาตอน

อายุเท่านี้ คิดไปก็น่าขำ แต่ก็เข้าใจได้ว่าที่ผ่านมามันตัวเองอยู่ในพายุหลายลูกจึงมัวแต่หมุนไปตามสภาพ ไม่มีเวลามาเรียนรู้หรือทบทวนอะไรมากนักในฝุ่นตลบนั้น และก็ดีที่เหตุการณ์ที่ผ่านไปได้แสดงภาพได้ชัดเจนตั้งแต่ต้นจนจบของแต่ละบท มาถึงวันนี้ก็จบไปอีกหนึ่งฤดูกาลแล้ว เหลือแต่ความจริงสรุปว่าเรากำลังยืนอยู่ที่จุดไหนล้วนๆโดยไม่ต้องหวนคิดถึงอดีตว่ามันก่อเกลียวอะไรมาให้เป็นวันนี้ ไม่มีอะไรสำคัญอีกแล้ว ทุกอย่างไปกับใบไม้ทุกใบที่ร่วงไปแล้ว

เช้าวันนี้ได้ฟังข่าวดี คุณเหมือนบางทีไปไม่ไปไหนของเราอาจจะกำลังผลิออกมา อย่างไรก็ตามชีวิตก็จะนำพาเราไปเสมอ ตั้งแต่ไหนแต่ไรมาเราก็ไม่เคยรู้ว่าพรุ่งนี้จะเกิดอะไรขึ้นบ้าง มันก็คงไม่ต่างกันหรอก สิ่งที่จะต่างกันก็คือความนิ่งที่เราได้สั่งสมมาอันจะทำให้เรารับได้ว่า ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับเรา ทุกสิ่งดีเสมอ

ใบของแคนาคอยๆฟูขึ้นเรื่อย ๆจนห่มคลุมต้น ทำให้กิ่งที่คดเคี้ยวขึ้นไปหาท้องฟ้าที่อาจดูแข็งแกร่งกลับดูสวยงามขึ้นกลายเป็นความอ่อนล้าเมื่อมีใบมาเสริมความงาม ความแข็งแกร่งกลับกลายเป็นความอ่อนช้อยของลีลาเคลื่อนไหวของกิ่งก้านใหญ่ๆที่ทรงพลังบอกความเป็นต้นไม้ที่สง่าสมภาคภูมิและโปรยดอกลงมาเป็นอาหารแก่คนข้างล่างอย่างเมตตา

ขอบคุณแคนาที่เป็นทั้งอาหารตา อาหารปาก อาหารของลมหายใจ และอาหารใจ

ขอบคุณ ขอบคุณ ขอบคุณ







แ ส ป ปี้ เ น ส

ฉันอยากมีดอกไม้สีชมพูให้ยืนอยู่ในจุดที่มองเห็นได้ง่าย จึงเลือกปลูกลงที่สนามหลังบ้านอันเป็นจุดที่มองเห็นลงไปจากกระเบื้องที่เรานั่งทานข้าวกัน โชคดีที่บริเวณนั้นเป็นที่โล่งจึงได้รับแสงแดดเต็มที่ไม่มีต้นไม้อื่นบัง

แสปี้เนสเป็นไม้พุ่มดูเหมือนกิ่งจะโอนเอนไม่แข็งแรง แต่ถ้าไปจับดูมันก็แข็งแรงอยู่เหมือนกันเพียงแต่ความยาวช่วยให้ทอดออกไปทางโน้นทางนี้จนบางทีดูเหมือนยุ่งเหยิง ยามที่ใบงามก็จะเป็นกลุ่มเป็นพุ่มเขียว ๆ ได้ โดยมีดอกสีชมพูโรยตัวชมวิวยู่ข้างบน เป็นสีชมพูที่มองเห็นครั้งใดหัวใจก็สดชื่นขึ้นครั้งนั้นเชียว

พี่สาวทางธรรมสอนให้ยิ้มบ่อย ๆ ยามที่ความคิดเริ่มยุ่งเหยิงก็ให้รู้สึกตัว แล้วยกจากมันด้วยการถามเข้าไปที่ใจตรงกลางออกว่า “ใครคิด” เพื่อให้หลุดจากกันแล้วอยู่กับความเจียวนั่นเป็นคำตอบที่กลางอก และยิ้มให้ตัวเอง การยิ้มเป็นอาการทางกาย เมื่อหน้าเรายิ้มสมองจะสนใจและปรับสมดุลว่า หน้ายิ้ม ใจก็ต้องรู้สึกดีสินะ จะจิตตกได้อย่างไร

เหมือนที่คุณดังตฤณสอนว่าเวลาเราพบเรื่องที่ทำให้จิตตก อาการตามธรรมชาติคือมันจะพาเรากลับหน้า หดหู่ ใจเสีย วิธีแก้ไขให้เปลี่ยนสิ่งหยาบคือร่างกายเรานี้เอง เพราะมันบอกเตือนร่างกายได้ชัดเจน ยามนั้นให้เงยหน้าขึ้นเป็นการนำก่อนเลย แล้วปรับอย่างอื่นต่อไป ฉันก็ใช้การยิ้มมาช่วย

หัดอยู่ แต่บางทีก็ลืม นึกขึ้นได้ก็ยิ้มให้ต้นไม้ การคุยกับต้นไม้ก็ดีนะ สบายใจ

เป็นยังไงบ้าง ออกดอกสวยเชียว ชอบคุณนะ ยิ้ม

ต้นนี้ละ วันนี้เริ่มออกดอกแล้วนะ ชอบคุณนะ ยิ้ม

คนอื่นมาเห็นอาจจะเตรียมอาหารเพื่อพาไปหาหมอ 555

แต่คุยแล้วสบายใจจริงๆนะ

เวลาที่มีความในใจว่า เอ เรื่องนี้ควรจะเป็นยังไงดี ไม่กล้าตัดสินใจ ยามหนึ่งที่สาธาก็คูญกับเทวดาเจ้าที่เจ้าทาง
เสียเลย อย่างน้อยท่านคงได้ยินเรา แม้จะช่วยไม่ได้เพราะมันเป็นวิถีกรรมของเราที่ตาม แต่การคุญก็ได้ออกจากอก
ไป เพราะบางเรื่องคุญกับคนแล้วกลับยาก ยาว และไร้ประโยชน์ ไม่ช่วยให้อะไรดีขึ้น

แต่การคุญกับดอกไม้สวย ๆ ทำให้สดชื่นขึ้นไปพร้อม ๆ กัน เคยอ่านแนวจิตวิทยาว่าด้วยสี เขาว่าสีชมพูเป็น
สีที่ช่วยเยียวยารักษาจิตใจ ห้องที่จะคุญเพื่อรักษาอารมณ์ของคนไข้ที่หุดหู่เมื่อลองใช้สีชมพูพบว่าจะมีปฏิกิริยาที่
ดีขึ้น ช่วยให้คนไข้สบายใจขึ้น ฉันคิดว่าอาจจะจริงเพราะเมื่อมองไปพบสีชมพูก็มีกระแสะกระเพื่อมเข้าไปในใจให้
รู้สึกสดชื่นขึ้นทันที

ฉันไม่รู้ว่ใครตั้งชื่อให้ดอกไม้ว่าแฮปปี้เนส ดอกไม้แห่งความสุข อาจเป็นชื่อทางการค้าแต่ก็เป็นที่ยอมรับ
แล้ว ง่าย ๆ ฉันกำลังคิดว่าอาจจะขยายเพิ่มขึ้นอีกให้กอกของมันเต็มขึ้นกว่านี้หรือขยายให้วงใหญ่กว่านี้จะได้เห็น
ชัดขึ้นเมื่อมองไกล ๆ

ขอบคุณโลกที่มีดอกไม้สวย ๆ มาจรรโลงใจให้เราได้มีความสุขกัน

ขอบคุณที่ใจเรามีความสุข

และขอส่งความรู้สึกสุขออกไปสู่ทุก ๆ คน

ขอให้ทุก ๆ คนทุก ๆ สรรพชีวิตมีความสุข สุขเทอญ

ขอให้เพื่อน ๆ มีแฮปปี้เนสในใจนะค่ะ 🌸





ค อ น ญ ู า แ ด ง

เมื่อปี 2540 ฉันมีส่วนในบ้านเป็นครั้งแรกที่ถนนพิษัย กรุงเทพฯ ฉันเริ่มไปสวนจตุจักรเพื่อหาซื้อต้นไม้ในวันพุธและพฤหัสบดีเป็นวันที่คนขายต้นไม้จากหลายจังหวัดมาตลาดนัดต้นไม้กัน

วันหนึ่ง ฉันเดินมาทางด้านที่มีกล้วยไม้ขายเรียงราย ฉันได้พบผู้หญิงคนหนึ่งกำลังดูต้นไม้ในกระถางขนาดกลาง มันเป็นต้นไม้ที่ฉันไม่รู้จัก แต่มันดึงดูดสายตาดีมาก ด้วยสีแดงที่ห่มคลุมเต็มกระถางแทบไม่เห็นใบสีเขียวที่มีโอกาสโผล่หน้ามาเพียงไม่กี่ใบ ผู้หญิงคนนั้นเดินจากไป ฉันจึงเข้าไปถามไถ่คนขายและรับมันกลับบ้าน มันคือคอนญาแดง ที่เห็นสีแดงนั้นเป็นรูปใบไม้ที่เปลี่ยนจากสีเขียวเป็นสีแดง และมีดอกจริงซึ่งเล็กจิ๋วนิดเดียวสีขาวอยู่กลางใบดอกสีแดงใบใหญ่สามสี่ใบ เป็นต้นไม้ที่สวยงามจับใจ

ปี 2552 ฉันพามันมาที่บ้านสวนขวัญ ปากช่อง ด้วยหวังว่ามันจะเติบโตขยายเป็นกอใหญ่เมื่อได้ลงดิน ฉันปลูกมันไว้ใกล้ตัวบ้านจะได้คุยกันบ่อย ๆ

ตอนแรกมันก็เบิกบานร่าเริงมาก สวยสมใจ ครั้นหลายปีผ่านไปต้นไม้ใหญ่รอบ ๆ เช่น จำปี นางกวัก เกล็ดกระโห้ เกาต์ด แก้วเจ้าจอม พวกมันเติบโตสูงใหญ่ บริเวณนั้นกลายเป็นหลุมอากาศที่มีเพียงคอนญาแดงที่ยืนอยู่ในหลุมนั้นด้วยมันไม่ใช่ไม้ใหญ่เหมือนต้นอื่น ๆ มันเริ่มพยายามมีชีวิตอยู่ ไม่มีดอก ใบน้อย เป็นกอสีน้ำตาลแห้ง ๆ ที่เป็นก้านเล็กเรียวพอม ๆ แต่ไม่ตาย ฉันคิดว่าการบำรุงคงทำให้มันอยู่ได้ดีเหมือนเดิม แต่มันปฏิเสธ มันไม่คุยกับใคร มันไม่สนใจใคร แต่มันไม่ตาย

วันหนึ่งเมื่อราวต้นปีนี้ ฉันมองมันจากระเบียงชั้นสอง เห็นมันเหงาหงอย และทรุดโทรม ความหวังที่จะได้เห็นดอกสีแดงน่าจะเป็นไปได้ยาก ในที่สุดวันหนึ่งมันคงจะตายจนได้

วันนั้นฉันตัดสินใจบอกคนสวนให้ช่วยย้ายมันออกไปหาแดดที่มันต้องการนักรหนา มันเป็นกอที่ฉันคิดว่าคงจะยกมาได้ทั้งกอ ซึ่งตอนนี้เหลือประมาณสี่ห้าต้นเท่านั้น แต่ปรากฏว่าคนสวนพามันออกมาได้เพียงต้นเดียว

ต้นที่ผิวทรุดโทรมดูราวเป็นแผล หักงอเหมือนไม้ชรา แต่การตอบสนองก็น่าชื่นชม ฉันคิดว่าการย้ายคงต้องทำให้มันตั้งหลักอยู่นาน แต่กลับไม่นานเท่าที่คิด มันออกดอกใหม่หลายดอกมากจนฉันดีใจที่เห็นมันกลับมาเริ่มเรื่องอีกครั้งหนึ่ง แต่เดือนต่อ ๆ มามันก็กลับโทรมอีกครั้ง ใบเป็นสนิม ไม่มีดอก กิ่งก้านดูชราามากกว่าเดิม ฉันคุยกับมันบ่อย ๆ ขอบคุ่มัน รดน้ำมัน แต่ดูราวกับมันจะทอดลอยกับการที่จะอยู่ต่อไป

ฉันกลับกรุงเทพฯ เพื่อทำธุระสองเดือน เมื่อกลับมาฉันได้พบว่าคนสวนได้ตัดกิ่งยาวแก้ง่ามของมันลงจนสั้น ผลก็คือมันแข็งแรงขึ้น และมีดอกเกือบทุกกิ่ง แม้จะเป็นดอกที่ไม่ได้เต็มสมบูรณ์เท่าที่เคยก็ตาม แต่ก็เป็ดอกสีแดงที่มีพล้งเล็ก ๆ ให้เห็นได้

นี่คงเหมือนใจเราที่เมื่อรับภาระความรู้สึกมาก ๆ และมีเชื้อโยกับทุกเรื่อง วันหนึ่งเราก็ก็น้อยล้า รับผิดชอบไม่ไหว และเริ่มถดถอยพล้ง เราต้องเรียนรู้ความจริงว่าเราแบกทุกเรื่องในโลกนี้ไว้ไม่ได้ เราต้องตั้งหลักใหม่เพื่อจะกลับมา มีพล้งอีกครั้ง ด้วยการมองดูเรื่องราวต่าง ๆ อย่างพิเคราะห์พิจารณาว่าเรื่องใดเป็นเรื่องของเรา และเรื่องใดเป็นเรื่องของคนอื่น ปล่อยให้เจ้าของเรื่องเขาเอาไปรับผิดชอบเองบ้าง เราต้องเชื่อว่าทุกคนจะดูแลตัวเองได้ในที่สุด เราเพียงแต่อยู่ห่าง ๆ ให้ความช่วยเหลือเมื่อจำเป็นหรือได้รับการร้องขอ เราค่อยช่วยอย่างเต็มที่ เมื่อช่วยแล้วก็ให้ผ่านไป ไม่ต้องเก็บมาคิดว่าเป็นบุญคุณหรือแม้เขาจะลืมเลือนสิ่งที่เคยได้รับจากเราก็ให้ปล่อยไป ไม่ต้องเก็บมาน้อยใจ เราได้ทำส่วนของเราแล้วก็ป็นอันจบกันไป ส่วนเราเองคอยดูแลเรื่องที่เป็นของเราจริง ๆ และจัดการสรุปให้กับชีวิตว่าเรื่องนั้น ๆ ควรสรุปว่าอย่างไร เหมือนกิ่งแก้ง่ามของคอนยู่วาที่คนสวนตัดทิ้งไป มันเหลือการดูแลแค่กิ่งสั้น ๆ ที่เหลืออยู่พอกำลังแก่การเติบโตครั้งใหม่ แล้วมันก็เริ่มงามขึ้น เราก็ก็นั่นกัน เมื่อได้ปรับปรุงความคิดให้ตัวเองใหม่แล้ว เราจะรู้สึกโล่งโปร่งสบายขึ้น สดชื่นขึ้น และมีพล้งใหม่ ๆ ที่เกิดจากภาระที่ลดลงและมีอิสระมากขึ้น

ฉันไม่รู้ว่าจะมีความหวังได้ไหมที่มันจะขยายตัวเองออกไปจนเป็นกอ แต่ก็ไม่เป็นไร แล้วแต่มันจะต้องการก็แล้วกัน มันมีชีวิตของมันเองและเป็นชีวิตที่ไม่ต้องขึ้นอยู่กับความคาดหวังของฉัน หน้าที่ของฉันก็แค่ดูแลมันเท่านั้นเอง ส่วนหน้าที่ของมันก็คือมีชีวิตอยู่อย่างว่ามันต้องการ

ขอบคุณนะคอนญาแดง ขอให้เธอมีความสุข
ขอบคุณความสุขที่เธอให้ฉันด้วยการให้ได้เห็นดอกสวยของเธอ
ขอบคุณวันนี้ที่เรายังมีกันและกัน
ขอบคุณ





ล ม แ ลี ง

สิบสองปีก่อน ฉันมาอยู่ที่ปากช่อง สามีมักจะขับรถเที่ยวไปตามถนนที่ผ่านทิวเขาและรีสอร์ท วันหนึ่งได้พบเพื่อนเก่าที่ไม่เจอกันมานานที่โลตัส เขาชวนไปเที่ยวบ้าน เราก็ไปกัน

บ้านของเขาปลูกต้นไม้มากจนน่าตะลึง ยิ่งกว่างั้น วันต่อมาเขายังได้ส่งต้นหางนกยูงวัยรุ่นมาให้เราสามต้น พร้อมกับต้นคริสมาสที่จะออกดอกสีขาวพราวต้นในเดือนธันวาคมมาให้เราปลูกเรียงรายไปตามรั้วด้วย

ตอนอยู่ที่บ้านเขา เขาเล่าให้ฟังว่า “เช้าวันหนึ่งเดินออกไปที่แถวแดงโม พบแดงโมลูกหนึ่ง รู้สึกดีใจมาก แดงโมในตลาดเยอะแยะไม่รู้สักดีเท่าแดงโมของเราลูกเดียว ตื่นเต้น”

เราจำความรู้สึกของเขานี้ไม่เคยลืม

เขานี้ฉันก็ตื่นเต้นเหมือนเขา

ฉันเดินออกไปดูลมแล้งหน้าบ้าน ต้นคูณหรือราชพฤกษ์ สีเหลือง วันก่อนเห็นออกดอกจิ๋วๆมาห้อยระย้าอยู่เบาๆ ปะห่อมปะแห่ม ดูเหมือนจะไม่ค่อยแข็งแรง ฉันคิดว่ามันจะไม่เบ่งบานด้วยว่าตอนนี้ไปที่ไหนต้นคูณริมทางก็พราวห่มเหลืองทั้งต้น ฉันเอาใจช่วยและบอกมันว่าแข็งแรงหน่อยนะ ออกดอกให้ดูหน่อยนะ ขอบคุณนะ

วันนี้นั้นรื่นเริง จัดงานเลี้ยงเหลืองอร่าม ฉันดีใจมาก แม้จะยังไม่เหมือนต้นคนอื่น ไม่เป็นไร ดอกคุณทั้งเมืองไม่ตีใจเท่าคุณต้นเดียวของเรา

เมื่อก่อนมีหกดต้น หลายปีก่อนเคยพราวขาวตามรั้ว แต่สองสามปีหลังไม่สบายไม่มีใบตลอดปี มีเพียงต้นแรกนี้ต้นเดียวที่ยังพอได้ สองสามเดือนก่อนจึงตัดสินใจตัดทิ้งลงเหลือแต่คอ แต่ก็ไม่น่ายินดี ตอนนี้ตอของมันผุดก้าน

ใหม่เล็กๆขึ้นมาแสดงว่ามันยังมีชีวิตอยู่ เพื่อนที่ปลูกป่าแนะนำว่าปล่อยให้มันขึ้นแข่งกันไปสักพัก ต้นไหนแข็งแรง
ดีค่อยตัดต้นอื่นๆออกไป ฉันคิดว่าน่าจะให้เวลามันอีกนานพอสมควร วันหนึ่งมันคงจะบอกเองว่าให้ทำอะไร

การได้เห็นดอกคุณเหลืออร่ามนั้นพาความสุใจมาให้ ด้วยลักษณะของดอกที่เป็นพวงระย้าเหมือนโคมพริ้ว
ไปมา ชอบความระย้าของมันที่ดูก็งอระระ เป็นข้อๆ อยู่ด้วยกันแต่ไม่รบกวนกัน นึกถึงความรักของคาลิล ยิบราน

“จงรักกันและกัน แต่อย่าสร้างพันธะแห่งความรัก
และขอให้ความรักนั้น เป็นเสมือนห้วงสมุทรอันเคลื่อนไหว อยู่ระหว่างฝั่งแห่งวิญญาณของเธอทั้งสอง
จงเติมถ้วของกันและกัน แต่อย่าดื่มจากถ้วเดียวกัน
จงให้ขนมปังแก่กัน แต่อย่ากัดกินจากก้อนเดียวกัน
จงร้องและเรีงรำด้วยกัน และจงมีความบันเทิง แต่ขอให้แต่ละคนได้มีโอกาสอยู่โดดเดี่ยว
ดังเช่นสายพิณนั้น ต่างอยู่โดดเดี่ยว แต่ว่าสั่นสะเทือนด้วยทำนองดนตรีเดียวกัน
จงมอบดวงใจ แต่มิใช่ต่ออีกฝ่ายหนึ่ง
เพราะหัตถ์แห่งชีวิตอมตะเท่านั้นที่จะรับดวงใจของเธอไว้ได้
จงยืนอยู่ด้วยกัน แต่ว่าอย่าไถลกันนัก
เพราะว่าเสาของวิหารนั้น ก็ยืนอยู่ห่างกัน
และต้นโพธิ์ ต้นไทร ก็ไม่อาจเติบโตได้ร่มเงาของกันได้”

ท่านดิช นัท ฮันท์ พยายามสอนเราเสมอว่าเรากับธรรมชาติเป็น “ดั่งกันและกัน” ความจริงธรรมชาติโอบ
เอื้อเราเสมอ มีแต่เราเองนั่นแหละที่แยกตัวออกมา และไม่ว่าเมื่อใดที่เราหันกลับไปหา ความรักของธรรมชาติก็
ยังตอบรับเราเสมอ

ต้นไม้อาจดูเหมือนยืนอยู่เฉยๆในความเงียบ แต่ก็พิสูจน์โดยนักวิชาการที่สนใจแล้วว่ามันมีชีวิตที่เคลื่อนไหว
ภายในตลอดเวลา รับรู้ คุยกัน เตือนกัน ดูแลกัน ระหว่างต้นไม้ด้วยกัน และความเป็นธรรมชาติของมันก็สอน





สัจธรรมให้เราดูตลอดเวลา การเกิดใหม่ของดอกไม้ การร่วงโรยของดอกไม้ การแตกใหม่จากตอที่ไม่ยอมตาย หมายความว่ายังมีชีวิตใหม่รอเราอยู่ข้างหน้าแม้ว่าวันนี้จะต้องเผชิญกับการตัดที่ดูเหมือนจะพาความตายมาให้ แต่ไม่จริง การตัดไม่ได้พาความตายมาให้เท่านั้น มันอาจพาโอกาสเกิดใหม่มาด้วยเช่นกัน การร่วงโรยของใบไม้ใบเก่า ที่ทำงานมานานพันฤดู หหมดหน้าที่ จากไป เหลือแต่ต้นโครงสร้างที่ยืนจำศีลรอเวลาให้ผ่านไปจนถึงฤดูที่จะผลิใบใหม่ทั้งหมดอีกครั้งแล้วร่ำเรียงต่อไปเหมือนไม่เคยโกรนมาก่อน

ถ้าเราสังเกตคำบอกเล่าของต้นไม้ เราจะมีกำลังใจให้ตัวเองมากขึ้นเกี่ยวกับเส้นทางชีวิตของเรา

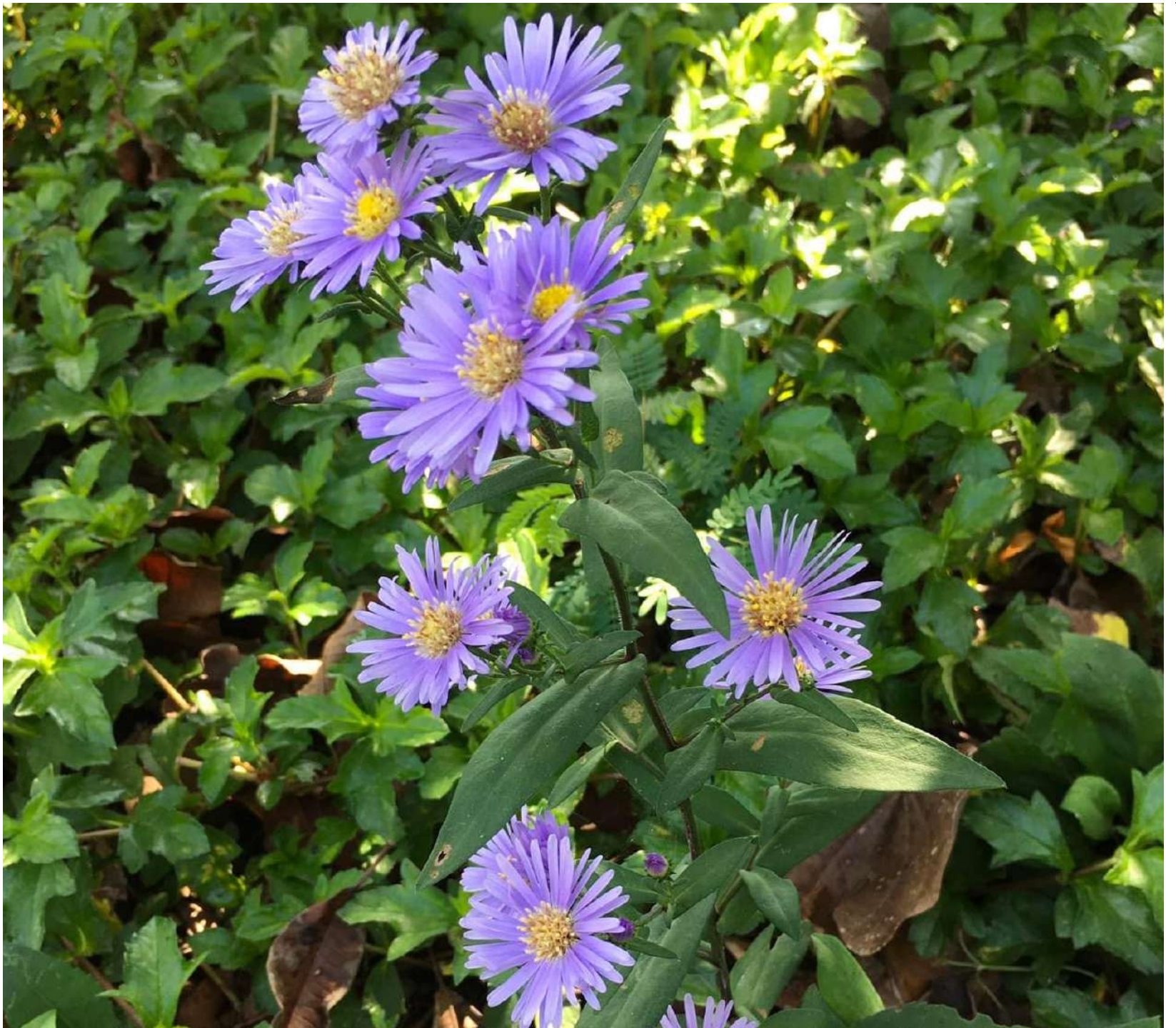
แม้ต้นไม้จะเหมือนรู้ว่าเดือนไหนฤดูใดชีวิตใหม่จะเป็นอย่างไร แต่เราไม่รู้

แต่บางอย่างเราก็ทำเหมือนต้นไม้ได้ เช่นใบเก่าที่ร่วงไปแล้ว ให้มันสลายกลายเป็นปุ๋ยบำรุงดินให้ต้น เป็นอาหารให้เสริมสร้างใบใหม่ ไม่เคยกลับมาทำร้ายต้น ทุกขั้นตอนทำหน้าที่แล้วจบไป ใบไม้ใบใหม่เริ่มเรียงกับงานใหม่ เพิ่มความสูงความเติบโตความร่ำเรียงให้ต้นใหม่ เราก็เช่นกัน เช่นกันทุกอย่าง

สิ่งที่เคยเกิดกับเราในวันหนึ่งที่ผ่านไปแล้ว มันจำเป็นต้องเกิดขึ้นเพื่อสอนเรา ไม่เช่นนั้นเราจะเรียนรู้จากอะไร เมื่อผ่านไปแล้วเราเติบโตขึ้นอีกนิด แล้วให้มันจบไป แล้วเราจะได้ทัศนคติใหม่ เป็นใบไม้ใบใหม่ ร่ำเรียงกับแสงแดดใหม่ของวันใหม่และมีชีวิตใหม่ ๆ ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นก็เป็นการเรียนรู้ใหม่ ๆ ไม่ว่าจะอย่างไรชีวิตก็จะนำพาเส้นทางมาสู่เราเสมอ และไม่ว่าเส้นทางนั้นจะคืออะไร มันก็คือสิ่งที่ต้องเกิดกับเรา เพื่อให้เราแข็งแรงและก้าวต่อไป สิ่งที่ผ่านมาไปแล้วนั้นมันกลับมาไม่ได้ถ้าเราไม่นำมันกลับมาคิดเอง และมันจะไร้น้ำหนักลงไปเรื่อย ๆ เองตามกาลเวลา ปุ๋ยย่อมย่อยสลายกลายเป็นดิน มันเป็นธรรมชาติ ธรรมชาติที่ดูแลเราเสมอเมื่อเรายอมให้มันดูแล ดังนั้น จงเป็นดั่งกันและกันกับธรรมชาติ อ้อมกอดของธรรมชาติอบอุ่นเสมอ

และสดใสเหมือนดอกกุหลาบ หรืออีกชื่อหนึ่ง ลมแดง ที่บอกว่าแม้อายุจะแดง จันก็ยังสดใส และทำให้ฤดูดูสดชื่น ดอกไม้เหลืองสดใสให้ชีวิตชีวาแก่ฤดูร้อนอันแห้งแล้ง

ขอให้เรามีความสุข สดใส ร่ำเรียง เหมือนดอกกุหลาบแห่งฤดูร้อน 🌻



มาร์กาเร็ต

นับเป็นเวลาสักเจ็ดแปดปีที่ฉันได้มาร์กาเร็ตมาปลูกในสวน

ครั้งแรกปลูกรอบก้อนหินหน้าบ้านที่มีแสงแดดตลอดวันด้วยไม้ต้นไม้อื่นอยู่ใกล้ๆ แต่เธอก็ออกดอกอยู่ไม่นานก็เหี่ยว รกร้าง ไม่งาม ฉันย้ายไปปลูกที่สวนธรรม วางไว้ใต้ต้นพะยอมเม่ออายุ 50 ปี แล้วก็ลืมไป จนวันหนึ่งได้เดินเที่ยวชมความเติบโตของต้นไม้พบว่าเมื่อเธอเปล่งปลั่งงามตระการอยู่เป็นดั่งใต้ต้น พุทิม่วงห่มคลุมดิน ฉันดีใจมาก แต่ปีถัดมาเธอก็เหี่ยวอีก คนสวนนำมาลงใกล้ชมพู่มะเหมี่ยวที่มีดินเป็นพื้นว่างอยู่ส่วนหนึ่งให้เธอครอบครอง เธอขึ้นหนาแน่นสมกับที่คนขายบอกว่าขยายได้เร็วมากจนเขาเก็บขายไม่ทัน แต่เธอก็ไม่ออกดอกอีกเช่นเคย คงจะร่มเกินไป คนสวนคนใหม่นำมาปลูกริมทางถนนในบ้าน ปลูกยาวได้แนวต้นสนฉัตร เธอก็งามพอสมควรและแน่นหนา โห่วใบ เจริญอยู่

เดือนที่แล้ว คนสวนรื้อทั้งหมดออกมาแล้วปลูกใหม่ให้มีระยะห่าง เธอตัดลีนใจอยู่ไม่นานแล้วก็อวดสวยออกมา มาร์กาเร็ตออกดอกแล้ว อาจเป็นเรื่องปกติของเธอ แต่ไม่ปกติของเรา ฉันดีใจที่เธอกลับเป็นตัวเองอีกครั้ง

ฉันเคยเล่าถึงบทประพันธ์ของ คาลิล ยิบราน ว่า

จงเติมถ้วยของกันและกัน แต่อย่าดื่มจากถ้วยเดียวกัน

จงให้ขนมปังแก่กัน แต่อย่ากัดกินจากก้อนเดียวกัน

จงร้องและเร่ร่ำด้วยกัน และจงมีความบันเทิง แต่ขอให้แต่ละคนได้มีโอกาสอยู่โดดเดี่ยว

มาร์กาเร็ตเรียกร้องช่องว่าง ความอบอุ่นที่มากเกินไปก็ร้อนได้ เวลาคนเราจะมอบความรักให้กันจึงต้องไม่อบอุ่นจนร้อน ในการกอดกันถ้ารักมากกอดจนแน่น คนถูกกอดก็หายใจไม่ออก กอดกันเบาๆดีกว่า

ในครอบครัว เพื่อนรัก คนรัก มีความห่วงใยอันเกิดจากความรัก มีการส่งความห่วงใยให้กัน แต่ก็ส่งได้เพียงคำแนะนำที่อ่อนโยน ส่วนคนฟังจะเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยขึ้นอยู่กับทัศนคติส่วนตัวของเขาและเงื่อนไขของเขา

อย่าคิดว่าเรารู้เงื่อนไขในใจเขาทั้งหมด เมื่อบอกไปแล้วเขาไม่เชื่อ อย่าเพิ่งสรุปว่าเขารักเขาแต่เขาไม่รักเรา อย่า
เพิ่งสรุปว่าเขาอึดอัดสูงพูดไม่ฟัง เราเองก็อึดอัดสูงหรือไม่ที่พูดแล้วเขาต้องฟัง

ขอให้แต่ละคนได้มีโอกาสอยู่โดดเดี่ยว

เสาของวิหารยังต้องอยู่ห่างกันเพื่อรับหลังคาเอาไว้ได้ อากาศที่เป็นช่องว่างระหว่างกันนั้นคือลมหายใจที่จะทำให้ทั้งสองฝ่ายได้ตั้งสติและดูความเป็นไปได้ของสิ่งที่กำลังแนะนำกัน

เป็นความจริงที่ว่า ไม่ว่าคำตอบจะออกมาอย่างไรก็จะนำเราไปสู่จุดหนึ่งซึ่งเป็นทางแยก เป็นจุดเริ่มต้น
ของถนนสายใหม่ เลี้ยวซ้ายหรือขวา เมื่อเลือกแล้วก็เดินไป พบประสบการณ์กับผลของการเลือกนั้น และถึงจุด
หนึ่งก็อาจพบการเลือกอีกครั้ง ก็เลือกไป ชีวิตจะต้องพบการเลือกเสมอ ประสบการณ์จะสอนให้เราเติบโตเอง ยิ่ง
ประสบการณ์เข้มข้นเรายังเติบโต นั่นคือสิ่งที่ชีวิตต้องการ

คนที่ให้คำแนะนำมักจะคิดว่าเพื่อป้องกันคนที่เรารักให้ปลอดภัย เพื่อพาเขาไปสู่สิ่งที่ดีกว่า ไม่มีอะไรรับ
ประกันได้ว่าจะจะเป็นไปตามนั้น ทุกคนมีวิถีชีวิตของตัวเอง สิ่งที่เกิดกับคนหนึ่งอาจจะไม่ได้เกิดกับอีกคนหนึ่งก็ได้
ไม่มีใครรู้หรอก และอย่าพูดคำว่า “บอกแล้ว” มันแสดงใจ มันทับถม มันเหยียบย่ำซ้ำเติม ยามใดที่คุณอยากจะ
หลุดปากคำว่า “บอกแล้ว” นั่นอาจจะหมายความว่าสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ใช่ความสุข ยามนั้นเราควรเปลี่ยนคำพูดกับคน
ที่เรารักว่า “ไม่เป็นไร เริ่มกันใหม่” “โชคดีแล้วที่มันไม่แย่กว่านี้”

มันก็ได้ไม่ได้แปลว่าทางเลือกใหม่จะให้ผลเป็นลบเสมอไป มันอาจจะดีก็ได้ มีนิทานเรื่องหนึ่งเล่าไว้ เรื่องชาย
ชรา กับม้าที่หายไป ชายชราบอกว่ามันอาจจะดีก็ได้ แล้วมันพาม้าตัวใหม่กลับมา ลูกชายขี่มันไปและตกลงมาขาหัก
ชายชราบอกว่า มันอาจจะดีก็ได้ มีการเกณฑ์ทหารจากชายหนุ่มในหมู่บ้าน ลูกชายขาหักจึงไม่ต้องไปรบ

เรื่องทุกเรื่องมีมุมให้มองในทางดีเสมอ เมื่อมองมุมนั้นทำให้ใจพินทุจขึ้น ไม่จำเป็นต้องจมอยู่กับมุมที่เห็น
ว่าไม่ดี เพราะ “มันอาจจะดีก็ได้”

มาร์กาเรตเลือกแล้วว่าวันนี้จะออกดอก แม้จะไม่ออกดอกมานานแต่ผลงานยังเหมือนเดิม สวยแพรวพราว
ขอบคุณนะมาร์กาเรต สวยงามชื่นใจ ☺





สั ม เ ช้ า

ฉันถ่ายรูปต้นไม้ที่ยืนอยู่ริมรั้วมานาน น่าจะตั้งแต่เริ่มปลูกต้นไม้ในบ้านด้วยซ้ำ ฉันเดินผ่านทุกวันโดยไม่รู้ชื่อของมัน ฉันส่งรูปไปถามน้องผู้เชี่ยวชาญ เขาตอบกลับมาว่า “ส้มเช้า”

“ห๊ะ จริงหรือคะ” ฉันถามกลับไปด้วยความแปลกใจระคนขำ คู่มือค่อยเข้ากันกับรูปทรงของมันเสียเลย ส้มเช้าน่าจะเป็นชื่อต้นไม้ที่เป็นเส้นอ่อน ๆ ยาว ๆ ละเอียด ๆ แก่งไกวกับสายลมเล่นมากกว่าจะบึกบึนแบบนี้ เขายังบอกด้วยว่ามันอยู่บนเขาหินปูน ฟังดูแล้งเขียว

ฉันลองค้นหาที่มาของชื่อนี้ พบว่าส้มเช้ามีเอกลักษณ์เฉพาะตัว คือใบของส้มเช้าจะมีรสเปรี้ยวจัดในตอนเช้าและมีกลิ่นหอมเฉพาะตัวทำให้ชวนรับประทาน พอช่วงสายความเปรี้ยวจะค่อย ๆ อ่อนลงและจะค่อย ๆ หดความเปรี้ยวไปในที่สุดในช่วงก่อนเที่ยง หลังจากนั้นใบของส้มเช้าจะมีรสเปรี้ยวจัดอีกครั้งเมื่อถึงตอนเช้าของวันรุ่งขึ้น เป็นอย่างนี้เรื่อยไป จึงถูกเรียกชื่อว่า ส้มเช้า

ฉันไม่มีความทรงจำเกี่ยวกับการมาของเธอเลยแม้แต่น้อย ไม่เคยมีภาพอยู่ในหัวว่าไปร้านต้นไม้แล้วยกกระถางมา รู้แต่ว่าวันหนึ่งก็เห็นเธออยู่ริมรั้ว ดันเล็กกว่าตอนนี้มากกว่าครึ่งหนึ่ง บางทีผู้รับเหมาส่งบ้านอาจจะเอามาปลูกให้ เขาให้ต้นไม้มาหลายต้นเหมือนกัน

ภาพจำไม่เคยอยู่ที่เธอ ทุกครั้งที่ฉันเห็นเธอ กลับมีแต่ความรู้สึกว่า

“ตอนเด็ก ๆ อยู่บ้านยายมีต้นแบบนี้อยู่ต้นหนึ่ง อยู่ใกล้ทางเดินเล็ก ๆ ที่ย้ายไปไหว้ศาลพระภูมิที่ริมรั้วมุมหนึ่ง ห่างออกไปจากตัวบ้านค่อนข้างมาก”

คล้ายคล้ายคลึงคลึงว่าจะมีดอกเล็ก ๆ สีเหลือง แต่ฉันยังไม่เคยเห็นที่นี่

เดี๋ยวนี้เธอสูงใหญ่ดูแข็งแรง หลังจากที่เราตัดกิ่งนางกวักที่ยืนอยู่ข้าง ๆ ออกไป ทำให้แสงแดดส่องมาทางใต้หมู่ใบได้มากขึ้น ส้มเช้าก็ได้แสงแดดมากขึ้นด้วย และเธอแสดงความเบิกบานออกมาอย่างเห็นได้ชัด

สืบ นาคะเสถียร บอกไว้ว่า “เราไม่ต้องทำอะไร เพียงปล่อยให้ต้นไม้ได้เติบโตก็เพียงพอแล้ว”

แต่เราเป็นมนุษย์ที่มีกิเลส เรามีความคาดหวัง เมื่อมีต้นไม้ เราจะคิดว่ามันมีอะไรพิเศษบ้างนอกจากเป็นต้นไม้ หมอชีวโกมารภัทรบอกต้นไม้ทุกต้นเป็นยาได้ แต่เราก็อ่อนด้อยเรื่องความรู้ด้านนั้น คั่นกุเกิดบอกว่ามันมีสรรพคุณทางยาถึง 16 ประการ และความพิเศษที่สำคัญใบอ่อนใช้รับประทานสดเป็นผักร่วมกับน้ำพริกได้ หรือนำมาใช้แทนใบเมี่ยง ห่อเนื้อปลาหนึ่ง ใส่พริกขี้หนูสด แง่ตะไคร้สด กระเทียมกลีบสด มะนาวสดที่หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ นำมาเคี้ยวกินเป็นคำ ให้รสชาติอร่อยมาก นี่เป็นสิ่งที่คาดหวังได้จากส้มเช้า

สิ่งที่เราควรจะหยุดคิดและไตร่ตรองคือ ทำไมเราต้องคาดหวังกับส้มเช้า เหมือนที่ทำไมเราต้องคาดหวังกับตัวเองจนแทบอยู่ไม่ได้ เราเป็นแค่เราบ้างได้ไหม เหมือนที่ส้มเช้าคงไม่เคยถามและด้อยค่าตัวเองว่ามันเป็นที่คาดหวังอะไรได้บ้าง มันเชิดสง่าและร่าเริงกับแสงแดดทุกวัน





เมื่อวานนี้มีคลิปเก่าจากเพจนักเดินทางด้านใน เคยโพสเมื่อปี 62 ฉันทเคยดูแล้ว เมื่อขึ้นมาใหม่ก็ดูใหม่ ได้พบกับความรู้เดิม ประโยคเดิมหรือแม้แต่ฉันเคยบอกคนอื่นด้วยซ้ำ แต่ก็กลับกระตุ้นให้เห็นชัดเจนและเกิดการตระหนักใหม่ขึ้นมาในใจ เป็นเรื่องการเรียนรู้เช่น

นักเรียนดาบเซนไปขอเรียนกับอาจารย์ เขาจะถูกจัดให้ไปอยู่ในครัว หุงข้าว ล้างจาน นานเป็นปี ๆ โดยไม่ได้เรียนอะไรเลย แต่ระหว่างช่วงเวลาเหล่านั้นบางทีอาจารย์ก็จะยอมมาตีเขาอย่างแรง หลายครั้งเข้า เขาเกิดความหวัง ตัวมากตลอดเวลา คอยดูว่าอาจารย์จะแอบอยู่ตรงไหนได้บ้างที่จะออกมาแอบตีเขา แต่อาจารย์ก็ยังสามารทที่จะตีเขาจากด้านหลังได้อีก ในที่สุดเขาเลิกหวังแล้วเพราะไม่มีประโยชน์ ตอนนั้นแหละที่อาจารย์ก็เริ่มสอนเขา เพราะ

“ณ ขณะที่ปล่อยวางตัวตน จะเกิดประสบการณ์แห่งการละวาง เลิกยึดถือ นั่นคืออิสรภาพอันสมบูรณ์ อิสระจากการปิดกั้นใด ๆ

เมื่อช่วงแห่งการปล่อยวางมาถึง เมื่อเราเห็นชัดว่าทุกขณะของชีวิตคือสิ่งนั้น ชีวิตไม่ใช่การไขว่คว้าสิ่งใดใน



อนาคต แต่ชีวิตคือปัจจุบันขณะ ทุกๆขณะไม่ว่าจะธรรมดาสามัญเพียงใด ล้วนเป็นคำตอบต่อคำถามที่ว่าเราเกิดมาเพื่ออะไร”

ลักษณะของเซนคือ “การอธิบายนามธรรมต่างๆด้วยเหตุการณ์” หรือ “ประสบการณ์ที่สัมผัสได้โดยตรง” เพราะ “มีเพียงเหตุการณ์ตรงหน้าเท่านั้นที่เป็นของจริง” เมื่อมีคนถามว่าทางบรรลุอยู่ที่ไหนใด อาจารย์เซนจึงชี้นิ้วขึ้นไปบนฟ้า และชี้นิ้วลงที่แจกัน

“เมฆอยู่บนฟ้า น้ำอยู่ในแจกัน”

ดังนั้น จากบทนี้ที่ข้าเตือนให้เราพิจารณาความเป็นจริงว่า ชีวิตเรา แม้เราจะเถียงว่าเราต้องวางแผนในอนาคต ก็ทำได้และควรทำ แต่คิดเผื่อไว้หลายทางหน่อย คิดแล้วปล่อยไว้ ไม่ต้องคาดหวังว่าจะเกิดจริงตรงตามแผนเป๊ะๆ ถ้าเราเป็นแบบนั้นชีวิตเราจะเครียดมากเพราะโอกาสพลาดมีสูง

เมื่อวางแผนคร่าวๆพอเห็นภาพแล้วก็ปล่อย ไปหาอะไรกินซะ หรือไปเที่ยวพักผ่อนซะ เพื่อจะได้มีแรงรับมือเมื่อเรื่องราวมาถึงจริงๆ แล้วเราคิดอีกทีตอนที่สิ่งนั้นเกิดขึ้น จุดนั้นคือ “เรื่องจริง” ข้อมูลสุทธิ เหตุการณ์ที่ต้องการคำตอบที่ต้องตรงแล้วว่าจะทำอย่างไร ตอนนี้แหละคือความจริงที่ว่าเมฆอยู่บนฟ้า น้ำอยู่ในแจกัน

คำสำคัญที่บทพจนฉนคราวนี้คือ

“ชีวิตไม่ใช่การไขว่คว้าสิ่งใดในอนาคต”

อาจเป็นเพราะการฟังคลิปราวนั้นกับคราวนี้ห่างกันนาน ระหว่างนั้นได้พบสิ่งที่เกิดขึ้นมากมายและแสดงให้เห็นถึงประโยชน์ชัดเจน ฟังคราวนี้จึงยอมรับแล้วอย่างศิโรราบ

ล้มเข้าข้างไม่เคยวางแผนอนาคตใดๆ มันรู้เพียงว่าถ้าพรุ่งนี้เข้ายังมีแสงแดดส่องมา มันก็จะปรุงอาหารของมันต่อไป และคุยกับสายลม มันจะเติบโตขึ้นทุกวัน อย่างเงิบๆ และสง่างาม

ขอบคุณส้มเช้าที่สวยงามอย่างมีพลังของการเติบโตเห็นได้ชัด เพียงมองดูเธอก็ได้รับพลังเข้ามาในหัวใจแล้ว
จริงอย่างที่สืบ นาคะเสถียร บอกไว้

“คุณไม่ต้องทำอะไร เพียงแต่ปล่อยให้ต้นไม้ได้เติบโตก็พอแล้ว”

ขอบคุณส้มเช้าที่งดงามและเปี่ยมพลัง 🍊



แ ก้ ว มุ ก ด า

ฉันมีแก้วมุกดาอยู่สองคันในสวนด้านข้างบ้าน คันหนึ่งเล็กกระดืบเลยความสูงของฉันไปหน่อยเดียว ส่วนอีกคันหนึ่งสูงมากและขยายกิ่งแผ่กว้างตามโอกาสที่จะได้รับแสงแดด แม้มันไม่ได้ยืดยาวจนเต็มดวงแต่ก็แผ่ใบจนมาชนกัน ทำให้การแผ่ขยายจึงออกไปอีกด้านหนึ่ง เธอเงิบมาก ท่าทางสุขุม ใบสีเขียวเข้มดูหนักแน่นขริบขลิ้งวันนี้เธอเรียงดอกประดับไปตามแนวยาว ฉันลงไปยืนใต้ต้น ค่อยๆละเลียดมองไล่ไปตามกิ่งที่ยื่นยาวสูงดูสวยงามประหลาดใจและได้ตระหนักว่าเธอสูงใหญ่กว่าเดิมมาก ฉันไม่ได้แวะไปสังเกตเธอมานาน จึงไม่รู้ว่าเธอเติบโตไปมากแล้วอย่างเงิบ ๆ

ดอกสีขาวขนาดกลาง ๆ สวยเรียบ ๆ คุ่มนวล กลีบไม่บางนัก ส่งความรู้สึกหนักแน่นเหมือนคนที่นั่งลงแล้วลองดมที่ดอกโดยตรงไม่หอม แต่ก็ยังมีภรมอบินตอม

เมื่อเราค่อยๆทำชีวิตให้นิ่งลง เราจะรู้สึกอยากเงิบๆเหมือนแก้วมุกดา

แต่ก็จะมีบางเรื่องราวกว่นใจอยู่ในความเงิบนั้น หลายๆครั้งที่เราฝึกลมองเรื่องต่างๆให้ตกอยู่ในห้วงความธรรมดา หรือปล่อยปลงลงเป็นยอมตามกฎแห่งกรรมว่าทุกอย่างมีสาเหตุที่เราเคยทำมาจึงต้องเกิดขึ้น หรือมองแนวจักรวาลว่าทุกเรื่องเกิดขึ้นมาเพื่อให้เราเรียนรู้ การมองเห็นความธรรมดาเหล่านี้ช่วยให้เราศิโรราบลงด้วยความเข้าใจแล้วว่าเป็นกฎที่ยิ่งใหญ่กว่าเรามาก ๆ เราจะนิ่งลงได้ถ้าเข้าใจวิถีเพียงเท่านั้นและยอมรับกฎด้วยความเข้าใจไม่ใช่เพราะหือไม่ขึ้น

ฉันลองมองตามกฎยามที่มีเรื่องใดผุดขึ้นมาในความคิด ก็ได้พบว่าความเข้าใจนี้สามารถสะสางคราบรอยที่ทับถมมานานออกได้ ฉันค่อยๆได้เห็นว่เมื่อล้างด้วยวิธีนี้ ความคิดเดิมกับคนเดิมเรื่องเดิมได้หายไปหมดพล้งไป แม้หวนนึกขึ้นมาทดสอบดูก็พบว่ามันไม่มีพลังขึ้นมารบกวนใจ มันเหมือนเป็นเพียงหินเล็ก ๆ ก้อนหนึ่งที่นอนสงบอยู่ในสวน ไม่ได้เป็นปฏิกษัยใด ๆ ต่อกัน

สัปดาห์ก่อนฉันได้พบว่ามีคนหนึ่งที่มาแทรกอยู่ในความคิดและก็ยังทำให้ใจกระเพื่อมรุนแรง ฉัน

จึงจับสังเกตว่าทำไมคนนี้ไม่หลุด เพราะอะไร ฉันเคยเอ่ยกับตัวเองว่ายกโทษให้ อโหสิกรรม แต่ก็ไม่หยุดใจที่กระเพื่อมลงได้ อภัยไม่จริง แค่วุดไปนึกไป

ฉันค่อย ๆ มองลำดับของความคิด พบว่าเมื่อใดที่มันผุดขึ้นมา ฉันจะเข้าโรมรันในจุดที่ทำให้ฉันรู้สึกซ้ำใจมากที่สุด ฉันจะยั่ววนอยู่กับสิ่งที่เขากระทำนั้นจุดเดียว ฉันรู้สึกถูกทำร้ายจิตใจ ไม่ได้ได้รับความเข้าใจจากเขาเท่าที่ควร เขาจึงทำอย่างนั้น คู่กรณีของฉันได้พูดจาบางอย่างอันส่งผลกับคนที่ฉันต้องพึ่งพาอย่างมากให้ต้องเดินจากไป ความคิดของฉันจึงเจ็บช้ำอยู่ที่คู่กรณี เท่านั้น เสมอมา

ครูของฉันบอกว่า สิ่งที่เกิดขึ้นในจักรวาลนี้หมุนวนมาตามวาระ คำว่า “วาระ” มีความสำคัญ ใครจะทำอะไรหรือไม่ทำอะไรก็มีวาระ เรื่องใดจะเกิดขึ้นบรรจบพอดีกับเรื่องใดก็ตามตามวาระ ถ้าวาระไม่ใช่ เรื่องนั้น ๆ ก็ไม่เกิดขึ้น ไม่มีเรื่องใดบังเอิญเกิดมาลอย ๆ

ฉันฉกคิดขึ้นมาว่า

“บางทีนี่อาจเป็นวาระของคนที่ฉันพึ่งพา ว่าเขาต้องจากไปแล้ว และสิ่งใดเล่าที่จะมาเป็นสาเหตุให้จากไปได้ คู่กรณีของฉันจึงก้าวเข้ามาเป็นอุปสรรคแห่งวาระ ส่งคำพูดที่ทำให้เขาอยากจะเดินจากไป แล้วเขาก็เดินจากไป มันเป็นวาระของฉันที่ต้องสูญเสียเขาไป”

ความคิดเช่นนี้ ทำให้คู่กรณีของฉันลดความสำคัญลงทันที มันจืดไปเลย

คำพูดที่เขาส่งไปทำร้ายนั้นเป็นอุปนิสัยของเขา ซึ่งฉันได้ผ่านแบบฝึกหัดมาแล้วว่า “อุปนิสัยของคนอื่น ไม่ใช่ปัญหาของเรา” ดังนั้น ใครทำอะไรได้ อย่างนั้น ทุกการกระทำมีผล ผู้ทำย่อมรับผลเองโดยกฎแห่งกรรม ไม่ใช่หน้าที่ของเราจะไปตัดสินหรือแสดงผลให้ เราได้แต่ดูแลรักษาใจของเราไว้ให้ดีเท่านั้น

แต่ฉันไม่ได้ทำตามนั้น ฉันตัดสินเขา ลงโทษเขา ฉันจึงยังคงความซอกซำใจมาถึงเดี๋ยวนี้ ฉันก็รับผลการกระทำของตัวเองอยู่เหมือนกัน

จบลงแล้ว เรื่องนี้หดเล็กลงกลายเป็นใบไม้ใบหนึ่งที่หล่นร่วงอยู่ในสวน ฉันไม่รู้สึกมีรอยกระเพื่อมใด ๆ อีก สงบเย็น เบาสบาย ขอขอบคุณครูที่แนะนำเรื่อง “วาระ”

แก้วมุกดา งามเหมือนหญิงสงบสง่าที่พันแรงกระเพื่อมใด ๆ เธอเพียงสวยงามอยู่ในกลีบขาวนวลอันสงบ

ยื่นส่งความงามเ็นตาเ็นใจแก่ผู้พบเห็น หากใครจะรับรู้การสื่อสารถึงความสงบเ็นหรือเพียงผ่านไปเฉยๆ ก็ไม่
เป็นไร เพราะนั่นไม่ใช่หน้าที่ของเธอ

ขอบคุณความสงบเ็นของแก้วมุกดาที่หอมชื่นใจ

ขอบคุณครูนำทาง

ขอบคุณความเข้าใจใน “วาระ” ของฉันที่ช่วยปลดปล่อยฉันลง

ขอบคุณ ขอบคุณ ขอบคุณ





พุดน้ำบุศย์

เช้าวันนี้ฉันได้รับของขวัญจากสวนคือพุดน้ำบุศย์ออกดอกเต็มต้น มีสีเหลืองและสีส้มพราวอยู่กับใบสีเขียวสด อร่ามงามเข้าไปในใจ ฉันรู้สึกราวกับเป็นงานเฉลิมฉลองของดอกไม้

นานมาแล้วฉันเคยได้มีโอกาสไปทานอาหารที่ร้านริมน้ำแห่งหนึ่งในอยุธยา ตรงประตูทางเข้ามีต้นพุดน้ำบุศย์ที่สูงเลยศีรษะขึ้นไปมากและกิ่งก้านยาวแผ่ขยาย ฉันจึงได้รู้ว่าเธอเป็นต้นไม้สูงไม่ใช่ไม้พุ่มอย่างที่ฉันเข้าใจว่าเธอคงจะเป็น วันนั้นฉันเกิดความตั้งใจขึ้นมาว่าถ้ามีโอกาสได้ปลูกต้นไม้ก็น่าจะเลือกพุดน้ำบุศย์นี้ไว้สักต้นหนึ่งและปล่อยให้สูงแบบต้นนี้ เมื่อมีโอกาสได้ปลูกต้นไม้ที่บ้านสวนขวัญฉันจึงนำเธอมาไว้ที่สวนหลังบ้าน เพื่อให้เธอมีที่ทางสำหรับสูงใหญ่และฉันสามารถมองเห็นเธอได้จากกระเบื้องบนบ้าน

ตามตำราต้นไม้บอกว่าเธอเป็นต้นไม้ที่ออกดอกตลอดปี แต่เธอต้นนี้เป็นไม้นอกตำรา มัวแต่ลือลมเล่นจนลืมออกดอก ตอนที่สูงเท่าเอวเคยออกดอกครั้งแรกเต็มต้น แม่บ้านถ่ายรูปส่งไปให้ดู ฉันตื่นเต้นมาก แต่เมื่อถึงวันสุดสัปดาห์ที่ฉันกลับบ้าน เธอก็หนีไปกับสายลมหมดแล้ว

เดี๋ยวนี้เธอสูงมากแล้ว เคยเห็นออกดอกบ้างแต่ก็นาน ๆ ครั้งจนเกือบลืม เช้าวันนี้ฉันบังเอิญเดินมาตามคนสวนว่าจะไปตัดกิ่งไม้กั้นก็มาเจ้เธอกับเธอ พุดน้ำบุศย์ที่ดอกพราวต้น ฉันตื่นเต้นกับเธอราวกับเป็นสิ่งมหัศจรรย์ เพราะเมื่อสัปดาห์ก่อนนี้เองที่อาจารย์มาจัดคอร์สการจัดดอกไม้ที่บ้านและเธอไม่มีดอกเลย ทำให้รู้สึกเสียใจมาก ฉันพ้อกับเธอว่า

“ไหนว่าเป็นต้นไม้ที่ออกดอกตลอดปีไป ช่วยออกดอกหน่อยนะจ๊ะ”

ไม่เป็นไร ยิ่งใจครวนี้ฉันก็ได้ถ่ายภาพเธอเก็บไว้ด้วยตัวเองแล้ว เพื่อน ๆ อาจจะว่าบ๊อง ๆ กระจ่าง ๆ แค่ดอกไม้ ออกดอกก็ตื่นเต้น ความจริงคือมันชื่นใจนะค่ะที่ว่าวันนี้มีอะไรแตกต่างจากเมื่อวาน

นึกถึงหมีพูห์ที่อยากทำให้เกิดวันดี ๆ อยากไปหาเพื่อนเพื่อคุยเล่นกัน แล้วเพื่อนก็ถามว่า
“แต่จะไปเนื่องในโอกาสอะไรล่ะ”

หมีพูห์ตอบว่า “ก็ฉลองที่วันนี้เป็นวันพฤหัสบดีได้เนอะ”

น่ารักมาก บางทีเรารู้สึกแปลกแยกเกินไปถ้าจะทำอะไรที่มันแตกต่างออกไปจากความคุ้นเคย จะฉลองอะไร
ก็ต้องมีวาระสำคัญๆ เท่านั้น แต่งาน วันเกิด ฯลฯ ถ้าปกติฉลองก็จะดูแปลกๆ แต่ถ้าเราคิดแบบหมีพูห์ เราก็จะ
มีเรื่องฉลองได้ทุกวัน

สมาชิกท่านหนึ่งของคุณปริณ แก้ววัชรพล ส่งคอมเมนต์เข้ามาในรายการว่า

“เมื่อวานพี่ฉลองที่ได้หยุดงาน(วันอาทิตย์) วันนี้พี่ฉลองที่ได้ไปทำงาน(วันจันทร์) 555”





การฉลองอะไรสักอย่างเล็กๆทำให้หัวใจสดชื่นกระปรี้กระเปร่าได้ ท่านปล้นโนเคยเทศน์ว่า

“ความสุขในใจไม่ใช่ว่าอยู่ดี ๆมันจะเกิดขึ้น เราต้องยกจิตขึ้นมาเพื่อการมีความสุข”

ไม่มีใครทำให้เรารู้สึกมีความสุขได้นอกจากตัวเราเอง และความรู้จากตำราเต๋าที่คุณนี้วกลมอ่านหนังสือ เต๋าแบบหมี่ฟูห์ ก็บอกถึงคำคำหนึ่ง อู่เหว่ย วิธีที่ทำให้ชีวิตพบความสุขได้ง่าย ๆ

“อู่เหว่ย คือการไม่กระทำ ไม่เริ่ม ไม่สร้าง ให้พยายามน้อยที่สุด ให้ชีวิตไหลไปตามสิ่งที่เกิดขึ้น

ความทุกข์เกิดจากการที่เราพยายามไปคาดคั้นสิ่งต่าง ๆ แต่ถ้าเราไม่ได้ทำ ไม่ได้พยายาม เราจะไหลไปตามเหตุปัจจัยแล้วทำในสิ่งที่ตัวเองทำได้ ปล่อยวางผลลัพธ์ สุดท้าย แล้วเราจะเจอคำตอบเมื่อเหตุปัจจัยพร้อม”

เราอย่าพยายามคาดคั้นกับชีวิตเลย มันทำให้ทุกข์ล่องหน้าตั้งแต่เริ่มคาดหวังให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นตามที่เราต้องการ ทุกอย่างมันจะเกิดขึ้นเองเมื่อเราสมควรได้รับ ตามจำนวนที่เราควรจะได้รับ ในเวลาที่เราควรจะได้รับ ฉะนั้น



ได้พบได้พิสูจน์แล้วหลายครั้ง

ฉันเคยคิดป้ายเล้ก ๆ บนต้นไม้ในสวน เป็นถ้อยคำสอนของหลวงพ่ocha สุภัทโร ว่า

“อย่าพยายามเป็นอะไรเลย”

ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับฉันในสองปีนี้ได้สอนให้ฉันเห็นถึงธรรมชาติของการเกิดขึ้นของเรื่องต่างๆที่เราไม่อาจควบคุมได้ เพียงแต่ดูใจเย็น นิ่งและพยายามเข้าใจอย่างยอมรับ วันนี้ฉันได้พบว่ามันสอดคล้องกับหนังสือเต๋าแบบหมี่พูห์เล่มนี้

“ไม่ต้องการเป็นอะไร เพียงแค้อยู่ตรงนั้น เป็นตัวเอง ทำความเข้าใจตัวเอง ทำความเข้าใจทุกอย่าง แล้วทุกอย่างก็เพียงแคปรากฏขึ้น ทุกอย่างจะปรากฏขึ้นตรงหน้า สถานะนั้นคือการกลับสู่เต๋าคืออีกครั้งหนึ่ง”

ฉันยังไม่ได้ศึกษาเต๋า แต่วันนี้กลับรู้สึกว่บางทีฉันจะได้เดินตามมาแล้วโดยไม่รู้ตัว ทำให้ฉันรู้สึกดีขึ้นมากเหมือนมีที่พึ่งอีกทางหนึ่ง ฉันควรจะเริ่มอ่านเต๋าบ้างแล้ว

การสอดคล้องกับธรรมชาติธรรมดาของวิถีชีวิตทำให้เส้นทางง่ายขึ้นและเราสามารถทำแบบที่ปรัชญาเต๋าบอกว่า

“เพิลิดเพลินกับระหว่างทางด้วย ไม่ใช่มุ่งรอจะเพิลิดเพลินเมื่อถึงจุดหมายแล้ว”

เมื่อคิดถึงว่ เราไม่ต้องอยากเป็นอะไรกับอะไร มีวิถีสำหรับเราอยู่แล้ว โดยไม่ต้องพยายาม เราจะได้รับในสิ่งที่ควรได้รับ ตามจำนวนที่เราจะได้รับ ในเวลาที่เราจะได้รับ ทำวันนี้ให้ดี ปล่อยวางผลลัพธ์ ฉันเริ่มรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกับโลก(หรือจักรวาล)

ต้นไม้ดูสวยขึ้นกว่าเดิม ดอกพุดน้ำบุศย์ดูสวยงามมากมายน่าเบิกบานใจ และเพิลิดเพลินกับชีวิตด้วยการหาเรื่องฉลองง่าย ๆ เป็นน้ำหวานของชีวิต ฉันรู้สึกว่วันนี้ฉันมีการฉลองอยู่ในหัวใจ ฉลองต้อนรับดอกพุดน้ำบุศย์ฉลองที่ได้พึ่งเต๋าแบบหมี่พูห์ที่น่าทึ่งมาก ขอขอบคุณคุณนี้ว่กลม ฉลองที่ฉันได้รู้สึกเข้าใจวิถีธรรมชาติของชีวิตขึ้นมาอีกระดับหนึ่ง ขอแบ่งปันความสุขนี้กับเพื่อน ๆ ทุกคนนะคะ

ขอให้เพื่อน ๆ พบวิถีของตัวเองที่มีความสุขค่ะ 🌸



ห นู ม า น นั ง แ ท น

ริมทางเดินในสวนมีกระถางต้นไม้สีด้าวางอยู่โดยไม่รู้ว่ามาอย่างไร มาตั้งแต่เมื่อไหร่ ใครนำมา แผลงมากที่บ้านมักจะเป็นอย่างนี้ มีของเข้ามาโดยไม่รู้วิธีไหนไหน และมีของหายไปแบบอันตรธานและถ้าถามหาที่มักจะเหมือนว่ามันเป็นความฝัน ไม่เคยมีมันมาตั้งแต่ต้น

ในกระถางมีต้นไม้แปลกหน้าต้นเล็ก ๆ ที่ไม่รู้จักชื่อ จนกระทั่งวันหนึ่งเมื่อเข้าคอร์สดอกไม้ของคุณระพีพรรณ ภิรมย์ไชย จึงได้รู้จักกันเป็นครั้งแรกด้วยนามกรอันน่าทึ่ง หนูมานนังแท่น

น้องผู้เข้าร่วมคอร์สเป็นคนพินิจพิจารณาดอกอันมีรูปทรงประหลาดของมันอย่างละเอียดละออ ดอกของมันเล็กจิ๋วมาก ๆ น้องผู้อ่อนโยนชาวซึ่งน้ำตาซึมด้วยความประทับใจในผลงานสร้างสรรค์ของธรรมชาติว่าทำไมถึงสวยได้ขนาดนี้ นั่นทำให้ฉันประทับใจและประหลาดใจมากเมื่อวันหนึ่งต้นเล็ก ๆ ในกระถางดำใบนั้นออกดอกสีขาวในสายแดดและเผยโฉมว่ามันคือ หนูมานนังแท่น

ฉันฉงนใจว่าเหตุใดมันจึงได้รับชื่อนี้ ไม่มีอะไรสื่อเค้าหนูมานเลยสักนิด คำว่านังแท่นหมายถึง ดำรงตำแหน่งที่มีอำนาจวาสนา แต่ไม่พบคำอธิบายใด ๆ ว่าชื่อนี้เธอได้แต่ใครมา ประโยชน์ทางยามีมากมาย และโทษมีสาหัส เม็ดของเธอร้อย กินสามเม็ดตายได้ โอ้ ระวัง ไม่ได้พูดเล่น

ฉันปล่อยเธอไว้อย่างนั้น เธอสูงขึ้น มีใบใหญ่และดอกสวย บางทีใบก็ร่วงโรยไปเกือบหมด แล้วก็ค่อยกลับมาใหม่ ฉันได้แต่มองและปล่อยให้เธอดูแลตัวเองด้วยว่าทำทางเธอสบายดี ไม่ได้เรียกร้องอะไร เหมือนจะบอกว่าไม่ต้องเป็นห่วง

ฉันไม่ได้ห่วงเธอ และพยายามเลิกห่วงต้นไม้ในสวน ด้วยว่าก็โตกันเต็มที่แล้ว ดูแลตัวเองได้ ตอนปลูกใหม่ๆฉันเป็นห่วงจนนอนไม่หลับ กลัวต้นไม้ป่วย กลัวมันตาย ฉันทุกข์กับความห่วงต้นไม้ด้วยไม่เคยปลูกต้นไม้มาก่อนและไม่มีความรู้เรื่องต้นไม้ บางคนเมื่อต้องทำสิ่งที่ไม่รู้ก็ศึกษาจนชำนาญ แต่ไม่ใช่ฉัน เวลาผ่านไปนานแต่

ความรู้ฉันเพิ่มน้อยมาก และเพิ่มมาจากประสบการณ์ตรง ๆ ว่าต้นไม้เคยเป็นอย่างไรพบสิ่งนี้แล้วเป็นอย่างไร มันเคยผ่านอะไรมาได้ เรียนรู้ไปพร้อมกับสิ่งที่ต้นไม้บอก ตอนนี้ฉันเลิกกังวลกับต้นไม้แล้ว และถ้ามันจะตายฉันก็ยอมรับให้มันตายได้

ฉันพยายามเรียนรู้ที่จะเลิกห่วงคนอื่นด้วย คุณบอกฉันว่าทุกคนได้ตั้งเป้าหมายมาก่อนเกิดว่าจะมาเรียนรู้อะไรจะมีชีวิตอย่างไร อยากจะพบอยากจะมีประสบการณ์อะไรบ้างเพื่อพัฒนาระดับจิตวิญญาณ และต้องเป็นไปด้วยตัวเขาเองเท่านั้น หากจะมีการช่วยเหลือกันก็แปลว่าเคยตั้งใจมาด้วยกัน แต่ก็ต้องปล่อยให้เป็นตัวของตัวเองด้วย ดังนั้น ความห่วงใยที่เราอาจมีต่อกันตามธรรมชาติไม่ได้ช่วยให้สิ่งที่จะเกิดขึ้นเปลี่ยนแปลงไป วิธีของแต่ละคนยังคงดำเนินไปตามที่เขาขอมา ไม่อาจแทรกแซงกันได้ ทุกคนมีชะตาชีวิตของตัวเอง ความห่วงใยจากใจของเราส่งไปถึงเขา เขาก็ไม่อาจรับทราบลึกซึ้งหรือแม้ทราบก็ไม่ช่วยให้ความรู้สึกลึกที่เขากำลังมีนั้นดีขึ้น สมมติว่าคนที่เราห่วงใยกำลังเสียใจ ความห่วงใยที่เราส่งไปให้ ไม่อาจลดความรู้สึกนั้นลงได้ มันยังคงอยู่ในใจเขา และใจเราเองก็ย้ายไปพร้อมกัน

ไม่ได้หมายความว่าต่อไปนี้ให้เราสนใจแต่ตัวเอง ตัดคนอื่นออกจากเส้นทางโดยสิ้นเชิง ไม่ใช่ เราคงไม่อาจฝึกใจจนถึงขั้นนั้นได้ เรายังคงอยู่ในฐานะเดิม เป็นคนที่ห่วงใยกัน ดูแลกัน ประคับประคองกันเท่าที่จะทำได้ แต่ก็มีระยะห่างที่ต้องพองใจตนเองไว้ด้วย ยอมรับว่าทุกคนมีเส้นทางของตัวเองที่จะก้าวไปตลอดชีวิต ยอมรับว่าเราต้องเชื่อในศักยภาพของเขาที่จะดูแลตัวเองได้ด้วย และได้แต่อวยพรให้กันด้วยความหวังดีเพื่อส่งคลื่นดี ๆ ไปให้เขา ความห่วงใยกลับเป็นอารมณ์ลบลู่อารมณ์ลบที่เราส่งไปให้เขาซึ่งไม่ได้เป็นคลื่นดีทั้งแก่เขาและตัวเราเอง

ถ้าจะเปรียบไปก็เช่นเราอาจจะเป็นห่วงลูกของเราที่กำลังวิ่งแข่งอยู่ในตู เราได้แต่ยืนเชียร์เขี้ยว ๆ ยืนนอกเส้นกัน สงก่าลังใจให้ ถ้าลูกหกล้มเราจะเห็นเขาพยายามลุกขึ้นมาวิ่งต่อไป เขาจะมีวิธีของเขาเอง เราไม่อาจเข้าไปวิ่งแทนเขาได้ เขาจะได้เรียนรู้ทุกอย่างด้วยตัวเขาเองรับประสบการณ์ด้วยตัวเขาเองและเติบโต

ยิ่งห่วงมาก ยิ่งต้องดูแลตัวเองให้ดีมากขึ้น เมื่อเราแข็งแรงดี อยู่ดี เขาจะได้ไม่ต้องมาห่วงเรา เขาจะได้ดูแลตัวเองได้เต็มที่ นั่นคือความรักของเราที่มีให้เขาได้

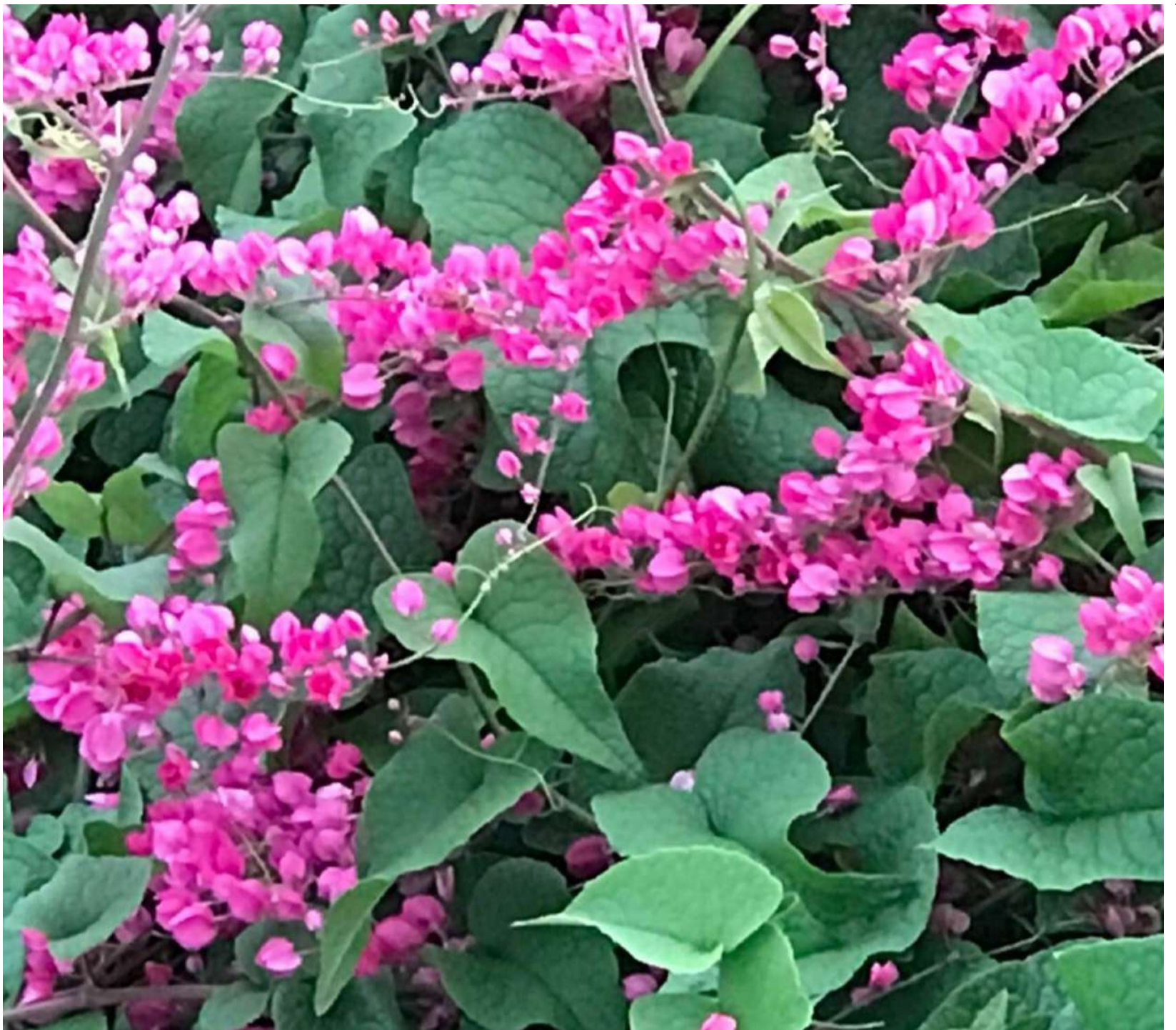
ฉันคงต้องขอบคุณต้นไม้เล็กๆนี้ หนูนานั่งแท่น ที่ฉันไม่เคยต้องห่วยไ้มันเลย มันดูแลตัวเองได้ดี ชูดอก
รับแสงแดดรำไรที่ทอดผ่านกิ่งไม้สูงๆริมทางลงมา เดี่ยวดอกก็โรย เดี่ยวก็ผลิใหม่ตามประสา แต่ก็ยังคงสวยงาม
แข็งแรง เป็นตัวของตัวเองอยู่อย่างเบิกบาน

เราอยู่ด้วยกัน และให้อิสระต่อกัน

เราจึงมีความสุขด้วยกัน

ขอบคุณ ขอบคุณ ขอบคุณ





พ ว ง ช ม พู

ฉันปลูกพวงชมพูไว้ริมบันไดทางเดินขึ้นบ้าน มีเสาอยู่ใกล้ ๆ ต้นหนึ่งให้มันเลื้อยขึ้นหลังคาที่ทอดยาวตลอดทางเดิน ไม่นานมันก็คลุมเต็มพื้นที่ ทำให้ได้สวนพวงชมพูอยู่บนหลังคาเพื่อยืนชมได้ที่ระเบียงชั้นสอง ดอกเล็กๆที่ร้อยกันเป็นพวงชูช่อ แม้บอบบางเป็นเส้นอ่อนแต่ก็แข็งแรงชูช่อได้ ดูรวมๆแล้วก็เหมือนผีเสื้อชมพูบนใบสีเขียวที่รองรับโอบอุ้มอยู่ด้วยความรักเหมือนเด็กน้อยในอ้อมอกแม่ ในข้อสี่ชมพูจริง ๆ แล้วประกอบด้วยดอกจิ๋ว ๆ น่ารักเหมือนจะบอกว่าพลังแห่งความสดชื่นนั้นเริ่มที่ความงามเพียงเล็กๆจิ๋ว ๆ มารวมกันนั่นเอง

ชีวิตก็เหมือนกัน ความงามความสดชื่นเล็กๆที่คนหยิบยื่นให้กัน ทำให้สังคมน่าอยู่ สิ่งดีงามเล็กๆเกิดขึ้นได้ถ้าเราได้ตระหนักรู้ถึงความสำคัญของมัน

เมื่อวานนี้ฉันไปที่ห้างสรรพสินค้า ก่อนที่จะเข้าไปในห้าง ฉันยืนนั่งอยู่ครู่หนึ่งพลางนึกในใจว่า

“ขอบคุณความโชคดีในวันนี้ ธุระหลายเรื่องของฉันสำเร็จราบรื่นดีทุกประการ”

จากนั้นฉันก็เดินเข้าห้างไปที่ร้านขายสัญญาณโทรทัศน์ ฉันกำลังมีปัญหาเกี่ยวกับเครื่องเล่นที่ถือติดมือมาด้วยพนักงานสาวท่าทางแคล่วคล่องมาต้อนรับฉัน ฟังฉันเล่าเรื่องราวอย่างสนใจและรับนำเครื่องจากฉันไปทำการตรวจสอบและปรับคลื่นให้ทันที ด้วยท่าทางรื่นเริงและเต็มใจ เธอใช้เวลาไม่นานก็แก้ปัญหายุ่งยากอย่างให้ฉันได้ คนที่ไม่ทันเทคโนโลยีอย่างฉันโล่งใจมาก นึกถึงความเรียบร้อยของอุปกรณ์ที่ป่วนมาหลายวันแล้วรู้สึกโลกสวยขึ้นมาเลย ฉันขอบคุณเธอมากมายและบอกว่าเธอคือนางฟ้าของฉันวันนี้

ฉันเดินต่อไปที่ธนาคาร พบเจ้าหน้าที่ฝ่ายต้อนรับและบอกปัญหาบนมือถือของฉัน เธอสุภาพเรียบร้อยและมีอัธยาศัยดี เธอรับมือถือไปปรับปรุงรายการที่ฉันมีปัญหาย่อยและแล้วเสร็จในเวลาหนึ่งนาที เธอยิ้มแย้มเมื่อฉันขอบคุณเธอ ฉันรู้สึกโล่งใจอีกครั้ง

จากนั้นฉันก็ไปที่บริษัทประกันซึ่งอยู่ไม่ไกล มีความห่วงใยถึงข้อโต้แย้งที่อาจมี เนื่องจากตอนโทรมาติดต่อสอบถามล่วงหน้าได้รับคำตอบที่น่ากังวล

เมื่อเดินเข้าไป ฉันได้พบพนักงานสาวที่ทำทางกระตือรือร้นเข้ามาสอบถามและรับเอกสารไปตรวจสอบ เธอพูดคุยดีและให้คำปรึกษาที่น่าสบายใจ การดำเนินเรื่องใช้เวลาสิบห้านาทีทุกอย่างก็เรียบร้อยจนฉันประหลาดใจ

ฉันขอบคุณทุกอย่างในวันนี้ที่ราบรื่นเรียบร้อย จบปัญหาที่กังวลและติดขัดมาตลอดสัปดาห์ให้หายวับไป และได้พบความช่วยเหลือจากคนดี ๆ จากนางฟ้าทุกคนที่โอบอ้อมเข้ามาจัดการให้ เป็นความรู้สึกที่ดีจริงๆ





ความจริงพนักงานทุกคนก็ได้รับมอบหมายให้ดูแลลูกค้าเหมือนกัน ดูเป็นเรื่องปกติ แต่ก็อาจพบได้ว่าบางคนสร้างปัญหาเพิ่มให้ลูกค้าไม่ว่าจะด้วยกิริยาท่าทาง คำพูด หรือทำเรื่องให้มีเงื่อนไขติดขัดเพิ่มขึ้น แต่จะพูดได้ว่าเราผู้มีอาชีพทุกคนสามารถทำงานของตนเป็นบุญได้ด้วยการให้ความช่วยเหลือจากเนื้อหาของตน จากอรรถาศัยของตน จากความเอื้อเฟื้อในจิตใจ จากความเต็มใจช่วยเหลือ ทุกๆความเกื้อกูลเล็กๆที่อยู่ในหน้าที่ที่สามารถสร้างสีสันอันสดชื่นได้ แม้เป็นเพียงการหยิบยื่นให้ลูกค้าแต่ละรายดุจดอกไม้เล็กๆแต่ละดอกที่สวยงาม นับดูเถอะว่าวันหนึ่งๆเรายื่นดอกไม้ให้ลูกค้าได้วันละกี่คนเดือนละกี่คน รวมแล้วเป็นช่อดอกไม้ รวมแล้วเป็นพุ่มพรมดอกไม้ที่สร้างโลกให้สวยงาม เราสามารถเป็นคนที่ลูกค้าดีใจที่ได้พบ เราสามารถเป็นโชคดียิ่งของลูกค้าได้ และนั่นเป็นโชคดียิ่งของเราที่เราได้ทำสิ่งนี้

ในฐานะผู้รับความเอื้อเฟื้อ ฉันรู้สึกซาบซึ้งใจมาก เพราะการที่เรามีปัญหาที่เราแก้ไขไม่ได้ แม้ดูเหมือนเป็นเรื่องเล็กน้อยสำหรับคนอื่น แล้วได้รับความช่วยเหลือปัดเป่าให้ได้พบความราบรื่นนั้นเป็นดั่งหยดน้ำที่รินสู่ผู้มีล้าคออันแห้งผากทีเดียว ผู้ที่มีปัญหาต้องการความช่วยเหลือย่อมเข้าใจความรู้สึกนี้ได้ดี

ขอบคุณนางฟ้าทุกคนที่ฉันได้พบ เรื่องดงามเหมือนดังพวงชมพูแสนสวยที่ร่าเริงของฉัน ขออวยพรให้เธอพบความราบรื่นในทุกๆเรื่องเช่นกัน ขออวยพรให้เธอมีความสุขทุกวัน

สวัสดีพวงชมพูของโลก 🌸



เกล็ดกระหำ

คราวที่ไปร้านต้นไม้เมื่อสิบปีก่อน พบต้นไม้แปลกหน้าต้นหนึ่งใบใหญ่ดูแข็งแรง แม่ค้าบอกว่าชื่อเกล็ดกระหำ เห็นว่าแปลกดีจึงพามาบ้าน ด้วยไม่รู้ขนาดที่แท้จริงจึงปลูกไว้ข้างต้นนางกวัก ปรากฏว่าสูงไม่หยุด วันนี้นั้นมาเยี่ยม หน้าเหนือระเบียบชั้นสองแล้ว ใบเขียวยังสวยเหมือนเดิม ยิ่งใบใหม่สีอ่อนยิ่งสวยงามมาก มองเห็นลูกเยอะเป็นคุ่มกลมๆ เวลาหล่นแตกจะแยกเป็นแฉกเหมือนมะเขือเปราะที่เราจักขอบหยักๆ วางไว้ข้างถ้วยน้ำพริก ส่วนดอกนั้นไซ้โฉม น้อยมาก ไม่ค่อยได้เห็น อาจเป็นเพราะเรองามมากก็เป็นได้ สวยละมุนเหมือนสาวงามผู้สงบเสงี่ยม

ยามที่มานั่งดูเกล็ดกระหำ ฉันจะนึกถึงเพื่อนที่ร่วมเรียนจัดดอกไม้ด้วยกันเสมอ วันนั้นเป็นวันที่อาจารย์ให้ เรารอกไปโนสวนเพื่อเลือกตัดกิ่งไม้มาจัดแจกัน เพื่อนคนนีเฝ้าหมายตาคิ่งเกล็ดกระหำ แต่ด้วยความเป็นไม้ใหญ่ จึงถึงเลที่จะตัด อาจารย์กลับบอกว่าถ้าอยากจะตัดก็ให้ตัดเลย เธอตัดกิ่งมาใหญ่พอสมควรนำมาจัดในแจกันใบใหญ่ ที่รับกัน ได้แจกันดอกไม้ออกมาสวยงามสมใจ

เธอเล่าว่า สิ่งที่ได้กลับเป็นเรื่องในใจที่มีค้างคามานาน และตกตะกอนอยู่ในวันเวลามาเสมอ เธอมักชอบ ที่จะดูแผลดอกไม้ที่อ่อนแรง ขณะที่ดอกสดอื่น ๆ ถูกเลือกไปแล้ว เหมือนในชีวิตจริงของเธอที่เฝ้าดูแลคนอื่น และ เก็บชะลอความผันถึงชีวิตตัวเองเอาไว้ แต่ก็มักกวนในใจอย่างไม่มีข้อสรุป เมื่อสรุปว่าเธอจะตัดและเมื่อตัดกิ่ง เกล็ดกระหำลงมา เธอรู้สึกว่าได้ตัดก่อนตะกอนนั้นออกไปด้วย วันนั้นเธอรู้สึกเป็นอิสระ ฉันยินดีด้วยกับเธอ

โอโซบอกว่าสัจจะความจริงนั้นมีหนึ่งเดียว ไม่เหมือนปรัชญาที่เป็นไปได้มากเท่าที่ต้องการ

เพื่อนของฉันเชื่อว่าทำสิ่งที่ถูกต้องแล้ว ซึ่งก็น่าชื่นชม แต่มีความจริงอีกอย่างซ่อนอยู่ในความผัน

โอโซกล่าวว่า “ท่านไม่สามารถสร้างสัจจะความจริงแท้ขึ้นได้ มันทำให้ท่านอ่อนล้า และเมื่อท่านไม่สามารถ หาข้อสรุปได้ ท่านก็จะรู้สึกไม่ลงตัว รู้สึกเหมือนแขวนไว้ การถูกแขวนไว้อยู่ตรงกลาง ห้อยโคงเตง นี่คือสิ่งที่หลัก

ปรัชญาทำให้เกิดขึ้นมาในตัวคน เขาอาจจะรู้สึกตัว แต่ลืกลงไปในตัวเขา เขารู้ดีว่าเขาไม่รู้อะไรเลย และนี่เป็นภาวะที่เครียดมาก จิตแบ่งแยก หาข้อสรุปไม่ได้ ทำให้ท่านแว้งคว้าง คนเราต้องการเข้าถึงสิ่งจะความจริงอันสมบูรณ์”

ไอโซเล่าเรื่องราว

ในโรงแรมแห่งหนึ่ง ผู้จัดการขอโทษเชลแมนที่เป็นลูกค้ายาไม้อาจให้ห้องที่เหลือห้องเดียวแก่เขาได้ เพราะห้องนั้นอยู่บนชั้นสองซึ่งตรงกับห้องชั้นล่างที่มีนักการเมืองพักอยู่ เขาอาจจะทำเสียงดัง ทำให้นักการเมืองไม่พอใจ

เชลแมนบอกว่า ตอนกลางวันเขาออกไปทำงานข้างนอก จะกลับมาพักตอนกลางคืนซึ่งเขาก็จะเข้านอนทันที ไม่ให้รบกวน ผู้จัดการจึงตกลงให้ห้องเขา

กลางดึก เชลแมนกลับมาด้วยความอ่อนล้า เขาถอดรองเท้าแล้วโยนลงพื้น ทันใดเขาก็นึกขึ้นได้ว่าต้องไม่ทำเสียงดัง เขาถอดรองเท้าอีกข้างหนึ่งแล้ววางลงอย่างแผ่วเบา จากนั้นเขาก็นอนหลับไปทันที

หนึ่งชั่วโมงผ่านไป นักการเมืองมาเคาะประตู เขาเปิดประตูออกมา ภาพที่เห็นนั้นคล้ายคนบ้าที่หน้าแดงก่ำด้วยความโกรธ เขาไม่เข้าใจ

“ได้เท่า ผมทำอะไรผิดหรือครับ ผมขอประทานโทษจริงๆ”

นักการเมืองพูดว่า “นั่นไม่ใช่ประเด็น ข้าอยากทราบว่าเกิดอะไรขึ้นกับรองเท้าอีกข้างหนึ่ง เจ้าทำให้ข้าตื่นมาหนึ่งชั่วโมงแล้ว ข้าได้ยินเสียงรองเท้าข้างหนึ่งตกลงบนพื้น ข้าพูดว่า อ้อ ชายคนนี้น่ากลับมาแล้ว หลังจากนั้นข้าก็คอยข้างที่สอง และแล้วเวลาผ่านไป ข้าจะเป็นบ้าอยู่แล้ว ข้าหลับไม่ได้ เกิดอะไรขึ้นกับรองเท้าข้างที่สอง”

นี่คือสิ่งที่เกิดขึ้นกับจิตที่ชอบคิด มันมักอยู่ในภาวะหาข้อสรุปไม่ได้ บางสิ่งบางอย่างแขวนอยู่กลางอากาศ ท่านไม่เข้าใจความยากลำบากของนักการเมืองผู้นั้น ถึงเขาจะพยายามข่มตาให้หลับแต่เขาก็เห็นแต่ภาพรองเท้าข้างที่สองแขวนลอยอยู่กลางอากาศ “เกิดอะไรขึ้น”

จิตที่ชอบคิดจะพักผ่อนสงบได้ก็ต่อเมื่อมีข้อสรุปแล้วเท่านั้น

หลักปรัชญาไม่เคยนำข้อสรุปใดมา มีแต่ความจริงแท้เท่านั้นที่สรุปได้ มีแต่ประสบการณ์ตรงเท่านั้น มีแต่การดำรงอยู่เท่านั้นที่สรุปได้

ยามใดที่เพื่อนๆ มีข้อกังขาในใจ ขอให้รับพิจารณาไตร่ตรองและค้นหา “ความจริง” เพื่อให้ได้ข้อสรุปออก

มา แล้วจะได้มีความสงบสุข

จิตจะพักผ่อนสงบได้ก็ต่อเมื่อมีข้อสรุปแล้วเท่านั้น

อันนี้จริงเลย ฉันพบด้วยตัวเองมาแล้วหลายครั้ง

เกล็ดกระหิ์ยังคงเบิกบานรับแสงแดดอ่อนยามเช้า ท่าทางของมันสงบ เบิกบาน มันคงไม่มีอะไรสงสัยอีกแล้ว พลังสงบอิมเมของมันเป็นสัมผัสได้เพียงแค่เข้าไปยืนมองใกล้ๆ

สุขใจจริงนะ เกล็ดกระหิ์

ขอบคุณ





ส ว ส น ท ร า ย

ครั้งแรกที่ได้รู้จักสาวสันทรายคือตอนที่ไปบ้านลูกค้า เรามีบ้านเป็นเรือนไทยและเชิงบันไดมีดอกไม้ที่สวยงาม พรวนชูชอยู่ ชื่อของเธอทำให้นึกถึงสาวเมืองเหนือ และรูปลักษณะเหมือนช่อดอกไม้ไหวประดับมวยผม ฟุ้งาม ทำให้หัวใจคนชมพูตามไปด้วย เมื่อเริ่มปลูกดอกไม้ในบ้านจึงเพียรตามหาเธอมาโชวีโฉมให้แขกที่เข้าห้องพักภวานา ได้ชื่นชมก่อนเข้าบ้าน แต่เธอมาโชวีโฉมแค่ปีละครั้งเท่านั้น ทำให้การรอคอยมีค่า และการได้ชื่นชมก็เป็นของขวัญ แก่ใจเรา

เราทุกคนคงเคยมีช่วงเวลาแห่งการรอคอย บางครั้งก็ยาวนานและเริ่มทำให้เราเพ่งมองที่จุดหมายมากขึ้น ก่อให้เกิดความรู้สึกคาดหวังและผิดหวังในคราวเดียวกัน ถึงจุดที่มีคำถามว่าจะต้องใช้ความอดทนมากแค่ไหนหนอ

หายใจลึก ๆ สักครั้ง และค่อย ๆ มองกลับไปดูข้างทางที่รถไฟของเราวิ่งผ่าน เราไม่ได้อยู่ที่จุดเริ่มต้น เราผ่าน มาหลายสถานีแล้วใช่ไหม เพียงแต่ยังไม่ถึงปลายทาง คำถามคือแล้วเราผ่านมาได้อย่างไร มันดีแค่ไหนที่เรามาถึง สถานีนี้แล้ว การมุ่งคอยแต่จุดหมายทำให้เรามองสถานีที่ผ่านไปอย่างไรค่า

บางที่เราคิดว่าเราผ่านมาอย่างโดดเดี่ยว แต่จริงๆ แล้วเรามีพลังที่มองไม่เห็นช่วยเหลือเราอยู่ มีปาฏิหาริย์ เล็ก ๆ สนับสนุนอยู่รอบ ๆ เพียงแต่เราต้องเชื่อใน “วาระ”

แปลกแต่จริง ที่ยามมีเหตุการณ์เข้มข้น ประเภทต้องลุ้นว่าสิ่งที่ต้องการจะมาทันมั๊ย ถ้าไม่ทันจะอย่างไร ถ้าไม่มาเลยจะอย่างไร ทำยังไงได้บ้างที่มันจะมาและมาให้ทัน เมื่อใดที่เกิดโมกขามแบบนี้ เราจะพบสิ่งที่พระ เรียกว่ามารพจญเข้ามาทดสอบความอดทนของเรา ฉันทพบลักษณะนี้มาหลายครั้ง และให้ความอดทนเป็นอาหาร ของมารน้อย ๆ ตัวนี้

บริษัทของเราได้รับเงินค่าประกันไฟฟ้าคืนจากการไฟฟ้า เงินก้อนนี้อยู่ในธนาคารซึ่งเมื่อได้รับใบอนุญาตจากการไฟฟ้าธนาคารควรจะจ่ายเงินให้เราทันที เพราะเป็นเงินของเราที่มาฝากเพื่อค้ำประกัน

พนักงานสาวชื่อ จ. บอกว่าต้องเสนอไปสำนักงานใหญ่ อาจใช้เวลาหนึ่งเดือน ซึ่งเราไม่เข้าใจว่าทำไม
หลังจากหนึ่งเดือนเรื่องยังเงียบ น้องของฉันโทรตามหลายครั้งได้รับคำตอบว่าทางอาร์เอ็มยังไม่แข็งแรงอะไรมา
เราไม่รู้ว่อาร์เอ็มคืออะไร ขอเบอร์โทรเพื่อคุยเองก็ไม่ให้ ไม่มีคำตอบว่าเมื่อไหร่

วันหนึ่งโทรหาผู้จัดการสาขา ผู้จัดการกลับโอนสายไปที่คุณ จ. อีก 555

ผ่านไปอีกครั้งเดือน

วันหนึ่งก็ถึงวาระของเรา

วันนั้นน้องโทรไป คุณ จ. คิดสายอื่น เปิดโอกาสให้เราได้คุยกับคนอื่น น้องเล่าให้ฟังว่าติดต่อยาร์เอ็มไม่ได้
เขาตอบว่า ไม่เห็นต้องเกี่ยวกับอาร์เอ็มเลย

คนรับสายดำเนินการอยู่พักหนึ่ง แล้วบอกว่า “พรุ่งนี้มารับได้เลยค่ะ”

โอ้ พระเจ้า ปาฏิหาริย์ได้เกิดขึ้นแล้ว ความอิมคริมที่ไม่รู้สาเหตุได้สิ้นสุดลงแล้วเหมือนเมฆดำลอยพ้นดวง
อาทิตย์

บางที่เราอาจคิดว่าเรื่องธรรมดา ในที่สุดมันก็ต้องจบลงสิน่า ไม่มีปาฏิหาริย์อะไรหรอก การรอคอยย่อมต้อง
มีที่สิ้นสุด

ฉันได้พบมาหลายครั้งแล้ว ทำให้นึกถึงหนังเรื่องหนึ่งที่ลูกสาวนางเอกป่วย และตลอดทางการไปรักษามีคน
แปลกหน้าคอยช่วยเหลือตลอดให้ผ่านอุปสรรคต่าง ๆ มาได้ คนเหล่านี้คือผู้ที่จะเกื้อกูลให้เราข้ามพ้น “มารผจญ”
มาได้

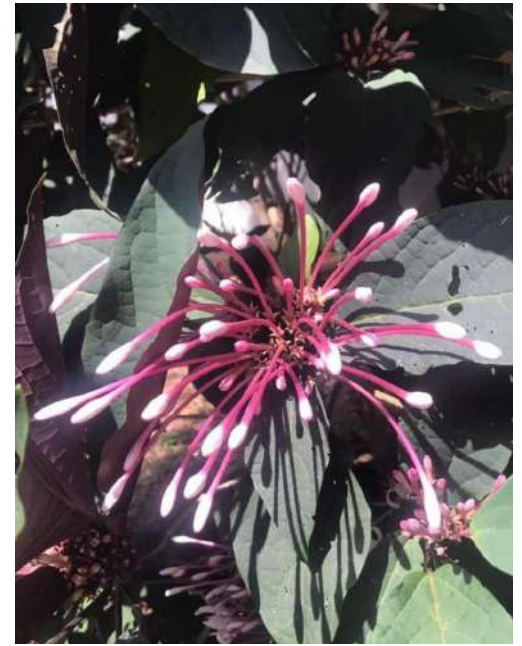
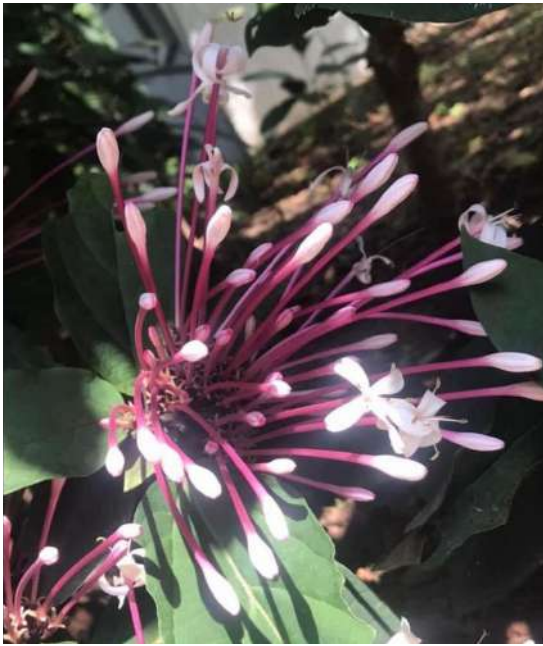
และขอให้เรามีกำลังใจว่าเหล่าเทวดานางฟ้าจะอยู่เคียงข้างเรา

เราไม่ได้โดดเดี่ยว

และขอให้เรามีโอกาสได้เป็นนางฟ้าของคนอื่นด้วย ได้มีโอกาสทำให้คนอื่นพบวันดี ๆ

ทุกครั้งที่คุณทำสิ่งใด ขอให้ตรวจสอบระลึกว่าเราไม่ใช่อุปสรรคของใคร

หากคุณกำลังมีวันฝนตก ขอให้กำลังใจนะค่ะ คุณผ่านมาได้หลายสถานี่แล้ว มองดูสถานที่ที่ผ่านไปด้วย



การมองเห็นความงามของความสำเร็จเล็กๆที่เราทำและได้รับการโอบอุ้มจากทุกคนด้วย ขอขอบคุณสิ่งที่เกิดขึ้นไปแล้ว
ขอขอบคุณสิ่งดีที่กำลังจะเกิดขึ้น ขอขอบคุณพลังแห่งรักที่มีในจักรวาล ขอให้ทุกคนมีความสุข ยิ่งวันหนึ่งเราต้องได้ไป
ถึงสถานที่ที่เป็นจุดหมายปลายทางของเรา แต่เราพบมุมมองดี ๆ มาตั้งแต่เดินทางแล้วทุกสถานี ขอให้เป็นการสะสม
ประสบการณ์ป้าภูหริย์ของเราและขอบคุณชีวิตดี ๆ ที่เรามี

ถ้าคุณปรารถนาความสุข ขอให้คุณได้พบความสุข
หากคุณมีความสุขอยู่แล้ว ขอให้คุณมีความสุขยิ่งขึ้นไป
ขอให้คุณได้พบคนดี ๆ และวันดี ๆ
ขอให้คุณได้เป็นวันดีของคนอื่นทุก ๆ คนค่ะ
ขอให้ชีวิตงดงามดังสาวสันทรายที่งามดังเครื่องประดับมวยผม อันมีแต่นำความสดชื่นมาสู่ใจนะค่ะ 🌸



แ พ ง พ ว ย

แพงพวยเป็นต้นไม้เล็กๆที่ร่าเริง สีสันสดใสรับแสงแดดราวเด็กน้อยที่วิ่งเล่นในทุ่งโล่งอย่างอิสระ เธอส่งประกายความเรียบง่ายออกมาได้อย่างเจิดฉาย คุณเป็นดอกไม้พื้นบ้านที่เหมือนร้านต้นไม้จะไม่สนใจนำมาขาย แม่บ้านของฉันผู้ชอบการปลูกต้นไม้ไปขอเมล็ดพันธุ์จากเพื่อนบ้านมาปลูกไว้รายรอบสนามทำให้บ้านสดชื่นขึ้นอย่างมาก หากเราซื้อต้นไม้เล็กๆพวกดอกไม้สีสันสด ๆ งดงามหลายพันธุ์ในร้านขายดอกไม้ที่ทำให้หัวใจเราละลายด้วยความตื่นตาในสีสัน แต่เพียงสองสามเดือนมันก็จะตายต้องไปซื้อใหม่ แม่ค้าต้นไม้บอกฉันว่า

“พอย่าซื้อพวกนี้เลยมันอยู่ไม่นาน ต้องซื้อใหม่เรื่อย ๆ ปลูกแบบต้นไม้ที่อยู่นานดีกว่าค่ะ”

แต่แพงพวยที่แม่บ้านปลูกนั้นเพาะมาจากเมล็ดธรรมชาติไม่ผ่านการทำหมัน มันสามารถมีลูกหลานต่อไปได้เรื่อย ๆ ตั้งแต่เริ่มปลูกมา มันก็ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนงอกใหม่เจริญเป็นพุ่มพงสดใสราวโลกเป็นของมัน หรือถ้าจะอยากปลูกที่ใดเพิ่มก็เพียงตัดกิ่งมันนำไปปักดินไว้ในที่ที่ต้องการก็ได้ต้นใหม่แล้ว

ฉันมีต้นทอมอยู่ต้นหนึ่ง ใต้ต้นเป็นดินแห้ง หญ้าไม่งอกทั้งที่แดดส่องถึง ดินแห้งकुแล้งใจ กวาดใบไม้มาทับถมไว้โคนต้นหวังให้ดินอ่อนชุ่มชื้นก็ไม่ได้ผล วันหนึ่งจึงลองเอาแพงพวยมาปักดู ตอนแรก ๆ จะงักงันไปเหมือนกัน ฉันเอาใบไม้มาช่วยคลุมดินรอบ ๆ ให้แต่ละกิ่ง รดน้ำให้ชุ่มหน่อย ไม่นานเธอก็ตั้งตัวได้ และต่อ ๆ มาก็ได้คงพุ่มสวยงามจนเห็นแล้วตื่นใจ

แพงพวยสวยงามเรียบๆและดูเหมือนไม่ใช่ดอกไม้พิเศษ แต่ฉันก็รักเธอมาก ทุกครั้งที่เห็นก็รู้สึกจิตใจชุ่มชื้นขึ้น กระปรี้กระเปร่าขึ้นทันที ความเรียบง่ายคือความสุขเล็กๆ ที่ส่งมากับสีสวยเข้ามาประทับในใจอย่างนุ่มนวลงดงาม ไม่ต้องยิ่งใหญ่ เพียงปล่อยให้ความสัมพันธ์ของเราเป็นไปโดยธรรมชาติอย่างอ่อนน้อมถ่อมใจเข้าหากัน มันทำให้ฉันคิดถึงความเป็นเตาของเหลาจื่อที่นายแพทย์สันต์ ใจยอดศิลป์ แปลเอาไว้อย่างงดงาม

ปล่อยวางความคิดทิ้งไปจากใจปล่อยหัวใจให้อยู่ในความสงบ ฝึมองดูความยุ่งเหยิงของการมีชีวิตอยู่ต่าง ๆ แต่ใคร่ตรงถึงการกลับคืนสู่ต้นกำเนิดของมัน แต่ละชีวิตในจักรวาลนี้ ล้วนวนกลับสู่รากเหง้าเดิมเดียวกัน การกลับสู่รากเหง้าเดิมเป็นความสุขเย็นอย่างยิ่ง ถ้าเจ้าไม่รู้จักรากเหง้านี้ เจ้าก็จะสะดุดล้มอยู่ในความสับสนโศกเศร้า ต่อเมื่อเจ้าตระหนักว่าเจ้ามาจากไหน เจ้าจึงจะกลายเป็นคนอดทน รู้จักอภัย ขบขัน ใจดี มีเมตตา รวยอายุ มีสง่า ราศี ราวกับศรัณีย์ จมอิมอยู่ในอัสจรรย์แห่งเต๋า เจ้าจะรับมือกับอะไรก็ตามที่ผ่านมาในชีวิตของเจ้าได้ และเมื่อความตายมาถึง เจ้าก็พร้อม

หยุดคิดเสีย ปัญหาของเจ้าก็จะหมดไป “ใช่” กับ “ไม่ใช่” ต่างกันตรงไหน “สำเร็จ” กับ “ล้มเหลว” ต่างกันตรงไหน ทำไมต้องให้ราคาสິงที่คนอื่นเขาให้ราคากันด้วย หลบเลี่ยงสิ่งที่คนอื่นเขาหลบเลี่ยงด้วย ช่างไม่เข้าท่าสินดี คนอื่นเขาตื่นตื่นยินดีราวกับเจ้าขบวนแห่ แต่ข้าคนเดียวไม่ตื่นตื่นอะไร ข้าคนเดียวไม่แสดงออกอะไร ราวกับทารกตอนก่อนที่จะเริ่มยิ้มเป็น คนอื่นเขาเสาะหาสิ่งที่เขาอยากได้ ข้าคนเดียวไม่ครอบครองเป็นเจ้าของอะไร จับจัดไปราวกับคนไร้ที่อยู่ ข้าเหมือนคนปัญญาอ่อน ใจข้าว่างเปล่าจากความคิด คนอื่นเขาเจตจำ ข้าคนเดียวมีดมืด คนอื่นเขาเฉียบแหลม ข้าคนเดียวทึบทึม คนอื่นเขามีเป้าหมายชีวิต ข้าคนเดียวไม่รู้จัก ข้าลอยฟ่องไปเหมือนฟองคลื่นบนผิวมหาสมุทร โบกพัดไปอย่างไร้จุดหมายเหมือนกระแสดม ข้าแตกต่างจากคนทั่วไปตรงที่ข้าดื่มจากเต้าของแม่ผู้ยิ่งใหญ่

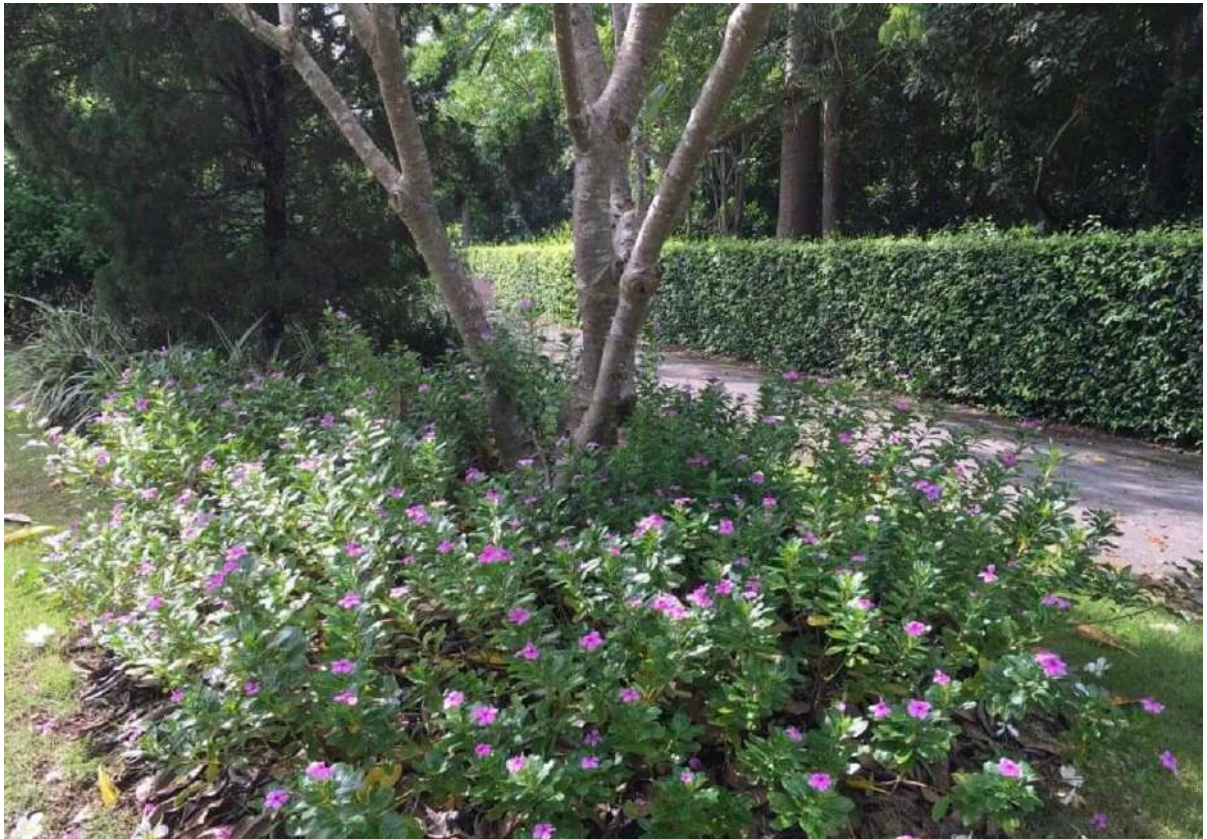
ลงมือทำให้เต็มที่แล้วเจียบเสีย จงเป็นเหมือนแรงธรรมชาติ เมื่อมันพัดมีแต่ลม เมื่อตกลงมา มีแต่น้ำฝน เมื่อเมฆผ่านไป มีแต่แสงอาทิตย์ ถ้าเจ้าเปิดตัวเองสู่เต๋า เจ้าก็จะเป็นหนึ่งเดียวกับเต๋า รับเอามันมาไว้ในตัวเจ้าอย่างสมบูรณ์ ถ้าเจ้าเปิดตัวเองสู่ปัญญาญาณหยั่งรู้ เจ้าก็จะเป็นหนึ่งเดียวกับความหยั่งรู้ แล้วเจ้าก็จะใช้มันได้เต็มที่ ถ้าเจ้าเปิดตัวเจ้าต่อความสูญเสีย เจ้าจะเป็นหนึ่งเดียวกับความสูญเสีย และเจ้าก็จะยอมรับความสูญเสียได้อย่างสมบูรณ์ เปิดตัวเจ้าเองสู่เต๋าและเชื่อมั่นในการสนองตอบตามธรรมชาติของเจ้า แล้วทุกอย่างจะเข้าที่เอง

นักเดินทางที่ดีที่ไม่มีแผนตายตัวและไม่จงใจว่าจะถึงที่ไหนเมื่อไร ศิลปินที่ดีปล่อยให้ปัญญาญาณของตัวเองพาตัวเองไปที่ไหนก็ตามที่มันอยากพาไป ผู้แสวงหาที่ดีปลดปล่อยตัวเองจากความคิดและเปิดใจรับอะไรก็ตามที่จะเกิดขึ้น ดังนั้นผู้รู้จึงเป็นประโยชน์แก่ทุกคน ไม่ปฏิเสธใคร พร้อมใช้ประโยชน์จากทุกสถานการณ์ ไม่ทิ้งอะไรไปอย่างเปล่าประโยชน์ อย่างนี้จึงจะเรียกว่ารู้แจ้ง

คนดีจะเป็นอะไรนอกไปจากการเป็นครูของคนชั่ว..ได้หรือ

คนชั่วจะเป็นอะไรนอกไปจากการเป็นอุทาหรณ์ให้คนดี..ได้หรือ

ถ้าเจ้าไม่เข้าใจตรงนี้ เจ้าก็หลงทาง มิใช่ว่าเจ้าจะฉลาดเพียงใด นี่เป็นความลับที่ยิ่งใหญ่



บางที่อ่านเต้าแล้วเหมือนจะทำตัวเป็นคนเฉยเมยว่างเปล่า แต่พิจารณาชีวิตจริงๆแล้วเต้ากลับให้ความรู้สึก
สุขแบบเรียบง่าย ฉันทอาจไม่เข้าถึงได้มากนัก แต่ก็รู้สึกอยากเข้าถึงภาวะอันสงบนี้ ฉันทหวังว่าจะเรียนรู้ปรัชญานี้ได้
ลึกซึ้งขึ้นเรื่อยๆ

ความสวยงามแบบเรียบง่ายของแพงพวย ชีวิตที่อ่อนโยนต่อโลก แค่นี้ก็คิดเป็นต้นใหม่ ไม่ยุ่งยาก
งอแง ไม่ต้องการการโอ้อวดยุ่งยาก ไม่ต้องการการประคบประหงมมากมายกว่าจะประดับโลกได้ ช่างเกื้อกูลกรุณา
ที่จะเพิ่มความสดใสแก่ผืนดิน งดงามเบิกบานหักทลายแสงแดดและล้อเล่นกับสายลม มีชีวิตที่เรียบง่ายงดงามเป็น
ตัวอย่างแก่เรา

ขอบคุณแพงพวยที่ร่าเริง ขอบคุณความเรียบง่ายที่เป็นต้นแบบการเรียนรู้การมีชีวิตที่อ่อนน้อมต่อโลก
ขอบคุณความสุขง่ายๆในใจฉัน ขอบคุณสรรพสิ่งที่ประกอบกันเป็นความสุขง่ายๆ ขอบคุณธรรมชาติทั้งมวลอันเป็น
คุณอนันต์ ขอบคุณโลก ผืนดิน แสงแดด สายลม สายฝนอันชุ่มเย็น ที่ให้ชีวิตฉัน

ขอบคุณ ขอบคุณ ขอบคุณ

