

ข้อคิดคำนึงถึงเรื่อง “ไปปฏิบัติธรรม”

เมื่อวันที่ ๖ มกราคม ๒๕๕๐ มีคนไปปฏิบัติธรรมกันที่วัดป่าแห่งหนึ่งในจังหวัดราชบุรี
หลังปฏิบัติธรรมไปได้ ๒ วัน ก็มีคนถามคนไปปฏิบัติธรรมคนหนึ่งว่า พบอะไรที่ต้องการแล้วหรือยัง
คนไปปฏิบัติธรรมคนนั้นก็ตอบว่า พบแล้ว ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย ขอแบ่งส่วนบุญให้ด้วยนะ
คนที่ถามและได้รับฟังคำตอบเช่นนั้นก็อนุโมทนาบุญไปตามเจตนา
แต่ก็มีข้อคิดคำนึงต่างๆ ตามมาอีกเยอะ
เรื่องที่จะได้อ่านต่อไปนี้เป็นข้อคิดเหล่านั้น

ที่ตอบว่า “พบแล้ว” นั้น พบอะไร?

และที่ว่า ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลยนั้น อย่างไรเรียกว่าบุญว่ากุศล?

เรื่องนี้จำเป็นต้องถอยมาตั้งหลักถามกันใหม่อีกทีก่อนว่า

ก่อนจะไปปฏิบัติธรรมนั้นได้ตั้งความมุ่งหมายไว้อย่างไรบ้างหรือเปล่า

เช่นจะไปปฏิบัติธรรมเพื่อให้ได้อะไรขึ้นมา

หรือว่าหวังจะไปได้อะไร หรือจะไปพบอะไรในการไปปฏิบัติธรรมครั้งนี้ (หรือแม้แต่ครั้งไหนๆ ก็ตาม)

ต้องตอบคำถามนี้ให้ชัดเจนกันเสียก่อน

แต่เชื่อว่า ส่วนมากไม่ทันได้ตั้งความหวังหรือความมุ่งหมายอะไรไว้หรอก

ไป ตามที่ใจคิดอยากจะไปเสียมากกว่า

คือตัวเองมีใจชอบในทางนี้อยู่แล้ว

ใจก็เฝ้าคิดอยากจะไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่โน่นอยู่เรื่อยๆ

เรียกว่าใฝ่ฝันอยู่เสมอนั่นแหละ

พอมีโอกาส เช่นมีคนมาโฆษณาว่าที่สำนักนั้นสำนักโน้นเขาจะจัดปฏิบัติธรรมกัน

เมื่อนั้นเมื่อนี้ แล้วก็มีคนมาชวนว่า ไปด้วยกันไหมละ ...

เท่านั้นแหละ ก็ลิงโลดไปทันที

บางทีจะนึกกระหยิ่มใจด้วยว่า

... กำลังนึกอยากจะไปอยู่ที่เดียว ก็พอดีเหมือนเทวดาจะปราณี มีคนมาชวนไปจริงๆ เออ เรามีบุญนะ

ลิงโลดตามไปจนกระทั่งถามถามตัวเองว่า

ที่ว่าจะไปปฏิบัติธรรมนั้น จริงๆ แล้วอยากจะทำให้เกิดอะไรขึ้นมา

หรือตั้งใจจะไปเอาอะไร

พอมิใครทักถามเข้า ก็เลยตอบไม่ได้

กลายเป็นว่า ไปแบบไม่มีความมุ่งหมาย หรือไม่มีเป้าหมายอะไรเลย

ไปเพียงเพราะอยากจะไป

ไปเพียงเพราะว่ากิจกรรมแบบนี้ถูกกับอัธยาศัย

ไปเพียงเพราะเชื่อว่ากิจกรรมแบบนี้เป็นบุญเป็นกุศล

เรียกว่าทั้งคนจัดกิจกรรม ทั้งคนมาชวน ล่อได้ถูกเข้า ว่างั้นเถอะ

หรือบางคนอาจจะบอกเป้าหมายได้ ว่าไปเพื่อสิ่งนั้นสิ่งนี้

แต่ลองถามลึกลงไปอีกทีเถอะว่า **สิ่งนั้นสิ่งนี้** ที่ว่านั้นนะ

มันควรจะเป็นเป้าหมายที่ถูกต้อง

ตรงตามเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้าหรือเปล่า

หรือว่าเพียงแต่เข้าใจไปเองว่า นี่แหละคือเป้าหมายของการไปปฏิบัติธรรม

ผู้จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมนั้นเขาตั้งเป้าหมายของเขาไว้แล้วอย่างแน่นอน เช่น -

จะต้องมีคนเดินทางไปร่วมกิจกรรมเป็นจำนวนเท่านั้นเท่านั้น

จะได้เงินบริจาคเข้าสำนักเท่านั้นเท่านั้น

ความนิยมชมชอบในสำนักของเขา หรือชื่อเสียงของสำนักของเขา

จะแพร่หลายกระจายไปได้กว้างขวางเพียงนั้นเพียงนี้ ฯลฯ

คือเป็นเป้าหมายเพื่อตัวผู้จัดเองทั้งสิ้น

แต่จะมีใครยืนยันได้ไหมว่า มีเป้าหมายเพื่อประโยชน์ของผู้ไปปฏิบัติธรรม

อย่างบริสุทธิ์จริงใจจริงๆ อยู่สักเท่าไร

สำนักปฏิบัติธรรมที่บริสุทธิ์จริงใจนั้น จะต้องมียุ่อย่างแน่นอน

ขออนุโมทนาकारวะด้วยความจริงใจ

ขอได้โปรดจัดการปฏิบัติธรรมต่อไป

และโปรดให้สติปัญญาแก่ผู้ไปปฏิบัติธรรมด้วย

ว่าเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนานั้นคืออะไร

แต่สำนักปฏิบัติธรรมที่ปล่อยให้ผู้ไปปฏิบัติธรรมค้นหาเป้าหมายเอาเอง ก็คงมีบ้าง

เพราะความจริงเป็นเช่นนี้ ผู้ไปปฏิบัติธรรมจึงต้องตั้งเป้าหมายของตัวเองไว้ให้ดี

และให้ถูกต้องเสียก่อนจะไป

หาไม่แล้วก็จะเป็นอย่างที่ว่า

คือไปโดยไม่รู้แน่ว่าตัวเองต้องการจะไปแสวงหาอะไรให้แก่ชีวิต

และอย่างโชคร้ายที่สุด ก็จะกลายเป็นว่า ไปเพื่อไปเป็น “ปุ๋ย” ให้แก่ผู้จัดกิจกรรม

ไปเสริมความตั้งใจแก่สำนักแห่งนั้น หลวงพ่อองค์นี้

โดยที่ตัวผู้ไปนั้น ลงท้ายแล้วก็ไม่รู้ว่

ตัวเองได้ประโยชน์จากการปฏิบัติธรรมถูกต้องจริงๆ หรือเปล่า

หรือลงท้ายแล้วก็ได้แต่คำพูดที่ตัวเองสรุปเองว่า *ก็ดีนะ ไปแล้วก็สบายใจดี*

แต่ถ้าถามต่อไปว่า ที่ว่าสบายใจดีนั้นนะ มันคืออย่างไร ?

แล้วก็ความสบายใจที่ต้องการนั้น หาได้ในเฉพาะช่วงเวลานั้น

และจากสำนักนั้นแห่งเดียวเท่านั้นหรือ

วันเวลาอื่นหาไม่ได้

ที่อื่น โดยเฉพาะที่ที่เราใช้ชีวิตจริงของเราอยู่ทุกวันนี้ ก็หาไม่ได้เลยหรือ

ถ้าหาไม่ได้ เป็นเพราะมันไม่มี

หรือว่ามันมี แต่เราไม่รู้จักวิธีหาเอง

ถูกถามอย่างนี้ก็คงตอบไม่ได้

ที่ตอบไม่ได้ ไม่ใช่เพราะพูดไม่เป็น หรือพูดไม่เก่ง หรืออธิบายไม่เป็น

แต่ที่จริงแล้วก็คือ ตัวเองก็ไม่วู้นนั่นเองว่าเป้าหมายจริงๆ มันควรจะเป็นอะไร

และจะหาได้จากที่ไหน

ทั้งนี้เพราะไม่ได้เคยตั้งเป้าหมายอะไรเอาไว้ก่อน

ที่ไม่ได้เคยตั้งเป้าหมาย ก็เพราะไม่ได้เคยคิด

ว่าการไปปฏิบัติธรรมนี้ก็ต้องตั้งเป้าหมายกันด้วย

เข้าใจแต่เพียงว่าขอให้ได้ไปที่นั่น

ขอให้ได้ไปทำกิจวัตรกิจกรรมนั้นนี่ตามที่ถูกจัดเขากำหนดให้ทำ

เช่น ให้ตื่นนอนเวลานี้

ให้สวดมนต์เวลานี้

ให้ฟังธรรมเวลานี้

ให้นั่งสมาธิเวลานี้

ให้เดินจงกรมเวลานี้

ให้รับประทานอาหารเวลานี้

ให้นอนบนที่นอนหมอนมุ้งลักษณะอย่างนี้

ให้เข้านอนเวลานี้ –

เพียงเท่านี้ก็บุญได้กุศลเยอะแยะเลย

แล้วก็เลยสรุปเอาเองว่า นี่แหละคือเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม

และนี่แหละคือสิ่งที่ตนต้องการจะไปแสวงหา

และบัดนี้ก็ได้พบสมใจแล้ว

ประเด็นที่ว่า เมื่อได้ไปทำกิจกรรมหรือกิจวัตรอย่างนั้นๆ แล้ว

เพียงเท่านี้ก็บุญได้กุศลเยอะแยะเลย

เป็นประเด็นที่ควรซักถามเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง

เพราะความเข้าใจถูกต้องนี้ต่างหากที่เป็นตัวบุญตัวกุศลที่แท้จริง

ถามกันไปตั้งแต่ฉากแรกทีเดียว เช่น -

แค่นั่งขาวห่มขาว เป็นบุญหรือยัง?

บุญไม่ได้อยู่ที่สีและรูปร่างของเครื่องแต่งกายอย่างแน่นอน

จึงต้องรู้ความมุ่งหมายที่เขาให้แต่งอย่างนั้น

ความที่รู้นั้นแหละเป็นตัวบุญกุศล

ตอบได้หรือเปล่าว่า แต่งชุดขาวเขามุ่งหมายอะไร

ถ้าตอบไม่ได้ ได้แต่แต่งตามเขาไปโดยไม่เข้าใจอะไรเลย

ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย

แต่งชุดขาวทำไม แค่นี้ยังไม่รู้ แล้วจะเอาบุญมาจากไหน

ตื่นนอนตีสี่ เป็นบุญไหม?

เขากำหนดให้ตื่นแต่มีดปานนั้นเพื่อจะได้มีเวลาปฏิบัติธรรมมากขึ้น

ตามหลัก *กินน้อย นอนน้อย ปฏิบัติมาก*

ถ้าตื่นตีสี่ แล้วก็เอาแต่ปลื้มใจว่า เราปรับตัวได้เก่งนะ

อยู่บ้านนอนตื่นสาย มาปฏิบัติธรรมที่นี้ตื่นตีสี่ได้ ดีจัง

ปลื้มเสรีงก็นั่งง่วง ไม่ได้ปฏิบัติอะไร

ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย

ยิ่งถ้าตื่นขึ้นมาคุยกันนอกเรื่อง

นอกจากไม่ได้บุญแล้ว ยังจะเป็นบาปเอาด้วย

สวดมนต์เป็นบุญตรงไหน?

บุญของการสวดมนต์มี ๒ ชั้น

ชั้นนอก คือจิตเป็นสมาธิแน่วแน่จดจ่ออยู่กับมนต์คือข้อความที่สวด

ไม่ฟังชานไปในอารมณ์อื่น

ชั้นใน คือเข้าใจความหมายของมนต์ที่สวดว่า กล่าวถึงเรื่องอะไรอย่างไร

ถ้าสวดไป คิดฟุ้งถึงเรื่องอื่นไป อย่างนี้บุญชั้นนอกก็ไม่ได้แล้ว

ไม่ต้องหวังถึงบุญชั้นใน

ยิ่งถ้าสวดไป หงุดหงิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ไป เช่นรำคาญเสียงคนนั่งข้างๆ ไปด้วย

ก็ยังเป็นบาปเข้าไปอีก

ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศลเยอะเยอะเลย

ฟังเทศน์เป็นบุญตรงไหน?

บุญของการฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่ตรงที่ฟังแล้วเกิดปัญญาความรู้

ฟังแล้วไม่เกิดปัญญาอะไรเลย เพราะไม่รู้เรื่อง ก็ไม่เป็นบุญ

ไม่ไหวว่า ขอให้ได้นั่งประนมมือตรงหน้าสิ่งมีชีวิตที่สมมุติว่าเป็น “พระสงฆ์”

แล้วก็ให้เสียงของพระสงฆ์นั้นผ่านหูเข้าไป แค่นี้ก็ได้บุญแล้ว

บางที่ยึดติดถึงขนาดว่า

เสียงเทศน์นั้นต้องดังออกมาจากปากของพระสงฆ์เท่านั้นจึงจะเป็นบุญ

ถ้าออกมาจากปากฆราวาส หรือออกมาจากวิทยุ ไม่เป็นบุญ

บางคนฟังเทศน์จบไปได้แค่ชั่วโมงเดียว

ถูกถามว่าพระเทศน์เรื่องอะไร

ตอบว่าจำไม่ได้

เทศน์ว่าอย่างไร บอกแต่เนื้อหาสาระก็ได้

ก็บอกว่า นึกไม่ออกบอกไม่ถูก

ขนาดนี้ก็ยังไม่ออกสำหรับเชื่อว่า ที่ตนฟังเทศน์ไปเมื่อกี้นี้เป็นบุญ

ถ้าฟังแบบนี้ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศลเยอะเยอะเลย

นั่งสมาธิ เดินจงกรม เป็นบุญตรงไหน?

ก็ต้องศึกษาให้รู้ว่า สมาธิคืออะไร ทำอย่างไรจึงจะมีสมาธิ จะเอาสมาธิไปทำอะไร

ลองหัดถามหัดตอบตัวเองดู

แม้แต่คำว่า “นั่ง” ก็เอามาคิดให้เกิดปัญญาได้

เช่นคิดตรึกตรองดูว่า ทำไมชอบพูดกันว่า “นั่งสมาธิ”

ถ้าไม่นั่ง จะได้ไหม

แล้วเดินจงกรมล่ะ เดินทำไม เดินเพื่อให้เกิดอะไรขึ้นมา

เดินเพื่อฝึกให้สติจับอยู่กับอาการที่ร่างกายเคลื่อนไหว

รู้ตัวทุกระยะที่ยกขาก้าวเดิน

เพื่อที่ว่าเวลาไปทำอะไรในชีวิตประจำวันจะได้มีสติอยู่ทุกอิริยาบถ

ถ้าทำท่ามีสติเฉพาะเวลาเดินจงกรม แต่เดินเวลาอื่นไม่เคยคิดจะมีสติ

การเดินจงกรมนั้นก็เท่ากับเป็นการแสดงละครอะไรอย่างหนึ่งนั่นเอง

ยิ่งถ้าเดินกันไปคุยกันไป

ไปอยู่ตามสำนักป่า มีต้นไม้ มีภูเขา เดินไปพลาจชมนกชมไม้ไปพลาจ

ก็มีค่าเท่ากับเดินเที่ยวเล่น หรือเดินออกกำลังเท่านั้น

แล้วจะเอาบุญมาจากตรงไหน

เขาให้เดินก็เดินตามที่เขาสั่ง เขาให้นั่งก็นั่งตามที่เขาสั่ง โดยไม่รู้ความมุ่งหมาย

ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย

กางกลดนอนกับพื้นดินล่ะ เป็นบุญตรงไหน?

เป็นบุญตรงที่ควบคุมตัวเองให้เป็นคนอยู่ง่าย คือนอนง่าย กินง่าย ไม่เรื่องมาก

แล้วก็ไม่ใช่วางท่าเป็นคนกินง่ายนอนง่ายเฉพาะตอนไปปฏิบัติธรรม เพื่อจะเอาบุญ

ต้องมีสุขกับความง่าย ๆ ในชีวิตจริงได้จริงๆ ด้วย

ไม่ใช่ว่านอนกระหึ่มอิมบุญอยู่ได้กลด ว่าเรานี้แน่ นะ มานอนกลางดินกินกลางทรายได้

แต่พอกลับถึงบ้านก็มาหงุดหงิดกับความไม่สะดวกสบายในชีวิตจริงเหมือนเดิม

อย่างนี้ก็ไม่มีความสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย

ที่ว่ามานี้ยังไม่มีกิจวัตรตอนไหนเลยที่ชี้ชัดลงไปว่า ตรงนี้คือปฏิบัติธรรม

ถ้าเข้าใจไปว่า กิจวัตรทั้งหมดนั่นแหละรวมกันเรียกว่า ปฏิบัติธรรม

ก็ขอให้กลับไปทบทวนดูใหม่ว่า ที่คิดว่าไปปฏิบัติธรรมนั้น เอาเข้าจริงแล้วไปทำอะไร

แล้วในชีวิตจริงของเรา เราทำกิจวัตรพวกนั้นได้หรือเปล่า
คนที่อยู่บ้าน ก็คือตัวเรา
คนที่ไปสวนมนต์ ฟังเทศน์ นั่งสมาธิ เดินจงกรม ฯลฯ อยู่ที่สำนักปฏิบัติธรรมนั้น ก็ตัวเรา
เป็นเราคนเดียวกันนี่เอง ไม่ใช่เราคนละคนที่ไหนเลย
ถ้าตัว “เรา” ที่สำนักปฏิบัติธรรม ทำกิจวัตรพวกนั้นได้
ตัว “เรา” ที่อยู่บ้าน ก็ต้องทำได้เหมือนกัน
แล้วจะต้องไปแบ่งแยกการปฏิบัติธรรมออกจากชีวิตประจำวันทำไม
พูดให้ชัดๆ ว่า เราจะต้องจากบ้านไป ๓ วัน ๗ วันทำไม
ในเมื่อเราปฏิบัติเช่นนั้นในชีวิตจริงของเราได้อยู่แล้ว
ถ้าอ้างว่าสิ่งแวดล้อมไม่อำนวย ก็แปลว่าเรายังไม่เข้าใจแก่นแท้ของการปฏิบัติธรรม
คือไปยึดติดว่า การปฏิบัติธรรมขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม หรือรูปแบบ
เช่นต้องแต่งชุดขาว ไปจนถึง - ต้องนอนกลดกลางดิน

ถ้ายังไม่เข้าใจประเด็น ก็เห็นจะต้องเทียบให้ฟัง
ดูกันที่การรักษาศิลหรือถือศีล เป็นแนวเทียบ จะเห็นได้ชัด
แก่นแท้ของการถือศีลอยู่ตรงไหน?
อยู่ที่เจตนา คือความตั้งใจแน่วแน่ที่จะงดเว้นการกระทำบางอย่าง
เช่นการไม่ฆ่า ไปจนถึง ... การไม่เสพของมีนเมา
ทันทีที่จิตเจตนางดเว้นเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นเวลาไหนและไม่ว่าตัวเราจะอยู่ที่ไหน
ก็เป็นศีลไปเรียบร้อยสมบูรณ์แล้ว
แต่บางคน พูดอย่างนี้ไม่ได้ ไม่เข้าใจ และยอมรับไม่ได้เลย
การถือศีลจะต้องเริ่มต้นด้วยการไปวัด เอาดอกไม้ธูปเทียนไปบูชาพระเสียก่อน
จากนั้นก็ต่ออาราธนาศีล พระให้ศีล เราก็อำตามไปที่ละข้อๆ จนครบจบกระบวนการ
ต้องอย่างนี้จึงจะมีศีล หรือเป็นการถือศีลที่ถูกต้อง
ถ้าไม่ได้ทำตามที่ว่ามานี้ ก็ถือว่ายังไม่ได้ถือศีล เพราะยังไม่ได้รับศีลจากพระ
ถ้าไม่ได้ไปวัด หรือไม่มีพระมาให้ศีล ก็คิดว่าตัวเองไม่ได้ถือศีล
แม้จะได้ตั้งใจเจตนางดเว้นไว้แล้วเป็นมันคงก็ตาม - เชื้ออย่างนั้น
ที่เบาขึ้นมาหน่อย แม้ไม่ได้ไปวัด หรือไม่ได้รับศีลจากพระ ก็ใช้วิธีเปล่งวาจา
ท่องศีลออกมาดังๆ โดยเชื่อว่าต้องทำอย่างนั้นจึงจะเป็นการถือศีล
พอจะถือศีลกันทีก็จึงต้องเตรียมพิธีการกันเป็นการใหญ่

นี่แหละคือการถือศีลตามรูปแบบหรือตามสิ่งแวดล้อม
จึงไม่ต่างอะไรกับคนส่วนหนึ่งที่คิดว่า จะปฏิบัติธรรมได้ก็ต่อเมื่อได้ออกจากบ้าน
เดินทางไปยังสำนักที่เขาประกาศจัดให้มีเทศกาลปฏิบัติธรรม
ไปนุ่งขาวห่มขาว
ไปทำกิจวัตรต่างๆ ตามตารางเวลาที่ผู้จัดเขากำหนดไว้
จึงจะเป็นการปฏิบัติธรรม
ยิ่งถ้าได้ไปกางกลด ปูเสื่อนอนกับพื้นดิน ยิ่งเป็นการปฏิบัติธรรมชั้นเลิศ ได้กุศลแรง
ถ้าไม่ได้ไป หรือไม่ได้ทำอย่างที่ว่านี้ ก็ถือว่ายังไม่ได้ปฏิบัติธรรม
จึงไม่ต่างอะไรกับคนส่วนหนึ่งที่คิดว่า จะถือศีลได้ก็ต่อเมื่อมีพระมาให้ศีล
หรือไม่ก็ต้องเปล่งวาจาว่าคำสมาทานศีลออกมาดังๆ เสียก่อน
แบบเดียวกันไม่มีผิด

ที่ว่ามานี้มิได้แปลว่า การไปวัดไม่ดี การนุ่งขาวห่มขาวไม่ดี การทำวัตรสวดมนต์ไม่ดี การนั่งสมาธิไม่ดี การ
เดินจงกรมไม่ดี การรับศีลจากพระไม่ดี การท่องศีลออกมาดังๆ
ไม่ดี ฯลฯ
สิ่งเหล่านั้นดีแน่ๆ ใครทำได้ก็ขออนุโมทนาด้วยใจจริง
แต่ต้องเข้าใจให้ถูกต้องด้วย ว่า แก่นแท้ คือ “ดี” ของการถือศีลอยู่ตรงไหน
เป้าหมาย คือ “ดี” ของการปฏิบัติธรรมคืออะไร

เอาละ กลับมาพูดกันให้ชัดเจนว่า อะไรคือเป้าหมายที่ถูกต้องของสิ่งที่เรียกว่า
“การปฏิบัติธรรม” ในพระพุทธศาสนา?

เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนาก็คือ
การอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่าทัน
และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย
เมื่อมีทุกข์มากกระทบ ก็ดำรงชีวิตจริงอยู่ได้เป็นปกติ - ไม่ฟูบ ไม่ผลักไสหลีกหนี
หรือแม้มีสุขมาสัมผัส ก็ดำรงชีวิตจริงอยู่ได้เป็นปกติ - ไม่ฟู ไม่ไขว่คว้าตามหา

นี่คือเป้าหมายที่ถูกต้องของสิ่งที่เรียกว่า การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา

โปรดอ่านทวนอีกหลายๆ เทียว เพื่อจะได้แน่ใจว่าจำได้เข้าใจถูกต้องแล้ว

ขออย่าว่า ท่านที่เข้าใจว่าตัวเองเป็นนักปฏิบัติธรรม และเชื่อว่าตัวเองเป็นคนใจบุญ

ชอบแสวงบุญ ชอบการปฏิบัติธรรม

และกระหม่อมว่าตนเองเป็นคนมีศรัทธาแรงกล้าในพระพุทธศาสนา

อุตสาห์ลงทุนทั้งบ้านเรือนและคนที่เกี่ยวข้องไว้ ๓ วัน ๗ วัน

แล้วโลดแล่นไปมอบายมอใจให้กับกิจกรรมที่เรียกกันว่า การปฏิบัติธรรม –

ขออย่าว่า นี่คือนี่ที่ท่านจะพึงไปแสวงหาให้พบถ้าเชื่อว่าที่นั่นที่นี้ที่ตนตั้งต้น “ไปปฏิบัติธรรม” นั้นจะมีเป้าหมายที่ถูกต้องนี้ให้พบได้

ก่อนไปปฏิบัติธรรมก็ทะเลาะกับคนในบ้านอยู่เป็นประจำ

ไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน คุยอวดด้วยความกระหม่อมใจว่า พบแล้ว สบายใจดี

ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย

แต่พอกลับมาถึงบ้าน ก็มาทะเลาะกับคนในบ้านต่อไป

เท่าที่เห็นมักจะเป็นเช่นนี้

ถามว่า ๓ วัน ๗ วันที่เสียเวลาไปนั้น ได้อะไรที่เป็นแก่นสารบ้าง และคุ้มไหม

อาจจะมีคนตอบว่า ก็คุ้มนะที่หยุดการทะเลาะไปได้ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน

ก็ยังดีกว่าทะเลาะกันทุกวันมิใช่หรือ

ถ้าตอบอย่างนี้ ก็เสียใจที่จำจะต้องบอกกว่า

ท่านยังไม่รู้จักเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนาอยู่นั่นเอง

จึงไปหลงคว้าเอาความสบายใจ ๓ วัน ๗ วัน มาเป็นเป้าหมาย

ถ้ายังไม่เข้าใจ ก็คงจะต้องเปรียบเทียบให้ฟัง

ที่ปลายทางแห่งหนึ่ง มีน้ำอยู่หลายชนิด

น้ำจิตธรรมดา น้ำสุรากินแล้วแยะ น้ำแร่บำรุงกำลัง

ขอเชิญคนดีทั้งหลายเดินทางไปเลือกเอาเถิด

ใครไปถึงที่นั่นแล้วมีสิทธิ์เลือกน้ำได้ชนิดเดียว

คนที่มุ่งหน้าเดินทางไปยังปลายทางแห่งนั้น ดูจากรูปแบบภายนอกก็มีการเหมือนกัน
คือต้องเตรียมตัว ต้องเสียเวลาเดินทาง มุ่งหน้าไปในทิศทางเดียวกัน
เดินทางไปด้วยกิริยาอาการคล้ายๆ กัน ดูเหมือนไม่มีอะไรแตกต่างกัน
สิ่งที่แตกต่างกันมีอยู่อย่างเดียว คือเป้าหมายที่จะไปเอา
ถ้าเราเป็นคนหนึ่งที่เดินทางไปปลายทางนั้นเพื่อไปเอาน้ำสักชนิดหนึ่ง
เราควรจะต้องตั้งเป้าหมายไว้ที่น้ำอะไร
น้ำจิตธรรมตา ที่บ้านเราก็มีกิน ไม่จำเป็นต้องไปให้เหนื่อย
น้ำสุรา ถ้าเรารักความดี รักที่จะเป็นคนดี เราก็คงไม่ประสงค์
เว้นไว้แต่เราจะยอมรับว่าเราเป็นนักเลงเหล้า
น้ำแร่ นี่ต่างหากที่นำลงทุนเหนื่อย
ใครเลือกน้ำจิต ก็เสียท่า
ใครเลือกน้ำสุรา ก็แย
ใครเลือกน้ำแร่ ก็สุขภาพดี
ไม่ใช่ว่าเลือกน้ำอะไรๆ ก็ดีไปหมด

นักปฏิบัติธรรมที่โลดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
ดูจากรูปแบบภายนอกก็มีการเหมือนกัน
คือต้องเตรียมตัวออกจากบ้าน ต้องไปทำกิจวัตรอยู่ที่นั่นเหมือนๆ กัน
ต้องเสียเวลา ๓ วัน ๗ วันเท่ากัน
ดูเหมือนไม่มีอะไรแตกต่างกัน
สิ่งที่แตกต่างกันมีอยู่อย่างเดียว คือเป้าหมายที่ตั้งเอาไว้

จึงไม่ใช่ว่า อะไรๆ ก็ยกเอาขึ้นมาตั้งเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมได้หมด
เหมือนกับที่นักปฏิบัติธรรมชอบหลงละเมอเพื่อพากัน
เช่น เอาความสบายใจเป็นเป้าหมาย
พอไปปฏิบัติธรรมแล้วเกิดความสบายใจขึ้นมา
ก็เลยลึงโลดไปว่าตัวพบเป้าหมายแล้ว บรรลุเป้าหมายแล้ว
โดยลืมตรวจสอบติดตามผลต่อไปว่า
พ้น ๓ วัน ๗ วัน หลังจากกิจกรรมปฏิบัติธรรมจบลงแล้ว

ยังมีความสบายใจหลงเหลืออยู่บ้างหรือเปล่า

ถ้ายังเหลือ เหลือมากพอที่จะไม่ต้องไปทะเลาะกับคนในบ้านเหมือนเดิมหรือเปล่า
หรือว่าหมดเกลี้ยงไปตั้งแต่ก่อนที่จะย่างเท้าออกจากประตูวัดนั้นแล้ว

เหมือนคนที่ตั้งใจว่า จะใช้เวลาสัก ๓ เดือน ๖ เดือน หรือหนึ่งปี

ออกจากบ้าน ไปทำงานเก็บเงินให้ได้สักก้อนหนึ่ง

คิดแล้วก็ออกจากบ้านไป

ก่อนไป มีเงินติดตัวไป ๑๐๐ บาท

หางานทำเรื่อยไป ก็หาเงินได้มาเรื่อยไป จริงๆ

นี่กระหยิ่มใจว่าเรามาถูกทางแล้ว

แต่ในขณะเดียวกัน ในระหว่างนั้นก็ต้องกินต้องใช้ ต้องมีรายจ่ายเรื่อยไปด้วย

๓ เดือน ๖ เดือน หรือหนึ่งปีผ่านไป ก็กลับบ้าน

กลับมาถึงบ้าน นับเงินในกระเป๋าดู

ก็เหลือเงินอยู่แค่ ๑๐๐ บาทเท่าเดิม

หรืออาจจะเหลือไม่ถึง ๑๐๐ บาทด้วยซ้ำ

ถามว่า เสียเวลาไป ๓ เดือน ๖ เดือน หรือหนึ่งปี

กับการเหลือเงินเท่าเดิมนั้นมันคุ้มกันไหม

คนคนนั้นอาจจะตอบว่า *ก็คิดว่าคุ้มนะ*

ถึงจะเหลือเงินเท่าเดิม แต่ก็ได้ประสบการณ์เป็นกำไรชีวิต

ก็ไหนบอกว่าเป้าหมายคือ *จะไปทำงานเก็บเงิน*

แล้วไงกลับมาบอกว่า ได้ประสบการณ์ชีวิตก็คุ้มแล้ว

ตกลงว่า ตั้งใจจะไปหาเงินเก็บ หรือตั้งใจจะไปหาประสบการณ์ชีวิตกันแน่

ถ้าตั้งใจจะไปหาประสบการณ์ ก็บอกกันตรงๆ ตั้งแต่แรกเสียก็หมดเรื่อง

ว่าเป้าหมายอยู่ที่ต้องการไปหาประสบการณ์ชีวิต ไม่ใช่ไปหาเงินเก็บ

หรือไม่ก็บอกให้ชัดเจนไปตั้งแต่แรกเลยว่า ตั้งใจจะไปหาทั้งสองอย่าง

ได้อย่างไรไหนก็คุ้มทั้งนั้น แต่ถ้าได้ทั้งสองก็ยิ่งดี

ถ้าตั้งเป้าหมายไว้แบบนี้เสียแต่แรก

ถึงกลับเข้าบ้านจะเหลือเงินเท่าเดิมหรือแม้น้อยกว่าเดิม

แต่ได้ประสบการณ์ชีวิต ก็ถือได้ว่าไม่ผิดเป้าหมาย
แต่เมื่อตั้งเป้าหมายว่าจะไปทำงานเก็บเงิน
แต่พอไม่ได้ตามเป้าหมาย จะมาเลี้ยงไปว่าได้ประสบการณ์ก็คุ้ม
เลี้ยงยังไงๆ ก็ผิดเป้าหมายอยู่นั่นเอง

ชีวิตส่วนตัวของคุณคนนั้น

จะตั้งเป้าหมายว่าจะไปทำงานหาเงิน หรือไปหาประสบการณ์ชีวิต
ก็ไม่มีใครว่าอะไร
เพราะเป็นสิทธิส่วนตัวของเขาผู้นั้น
ใครอื่นไม่มีสิทธิ์ไปชี้ถูกชี้ผิดได้เลย
แต่การปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้านั้นจะมาตั้งเป้าหมายเอาตามใจชอบไม่ได้
เพราะเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องนั้นพระพุทธเจ้าท่านตั้งเอาไว้ให้แล้ว
ถ้าใครอยากจะทำเป้าหมายตามใจชอบ ก็ขอให้บอกกันตามตรงว่า
จะไปหาความสบายใจ
จะไปหาความรู้ หรือพอมีความรู้อยู่บ้างก็จะไปหาความรู้ที่สูงขึ้น
จะไปหาประสบการณ์
หรือจะไปทดลองพิสูจน์ความอดทนของตัวเอง อะไรก็ว่าไป
ไม่มีใครเขาว่าอะไร
แต่อย่ามาเอ่ยอ้างเป็นอันขาดว่า ไปปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้า
จะอ้างได้อย่างมากก็แค่ ว่า ไปปฏิบัติธรรมของสำนักนั้น ของหลวงพ่อนี้
แล้วก็อย่าละเมอไปว่า
ธรรมของสำนักนั้นของหลวงพ่อนี้ก็เป็นธรรมอันเดียวกับของพระพุทธเจ้านั้นแหละ
เพราะพระพุทธเจ้าท่านไม่เคยบอกว่า ธรรมของท่านนั้นปฏิบัติที่บ้านไม่ได้
ต้องไปปฏิบัติที่สำนักโน้น กับหลวงพ่อนั้นจึงจะได้

นี่ก็เพราะตั้งเป้าหมายผิด หรือเพราะไม่รู้จักเป้าหมายนั่นเอง

ที่กระหม่อมใจว่าไปปฏิบัติธรรมอยู่ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน ได้บุญได้กุศลเยอะเยอะเลย
ก็มีความหมายเพียงแค่ว่า – ไปเป็นผู้ร่วมแสดงให้แก่ผู้จัดกิจกรรมอยู่ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน
เท่านั้นเอง – เท่านั้นเองจริงๆ ด้วย

เพราะก่อนไปและหลังจากกลับมา ไม่ได้มีอะไรต่างกันเลย

ดีไม่ดีก็จะกลายเป็นการปฏิบัติธรรมแบบวิ่งหาห้องแอร์
หรือที่ยิ่งแย่ ก็คือปฏิบัติธรรมแบบคนติดยา !

เพราะฉะนั้น ลองถามตัวเองเป็นการทบทวนดูอีกครั้งว่า
เป้าหมายของการไปปฏิบัติธรรมครั้งไหนๆ ก็ตามนั้นคืออะไร
และได้ตั้งเอาไว้ถูกต้องตรงตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนหรือเปล่า
เป้าหมายที่เบี่ยงเบนมีอยู่เยอะ
ลองเทียบเคียงตรวจสอบดูก็ได้ ว่า เราก็คงหนึ่งหรือเปล่าที่ตั้งเป้าหมายเบี่ยงเบน
เช่น - มุ่งความสบายใจ ดังที่ว่ามาแล้ว นั่นคือเบี่ยงเบนไปแล้วอย่างหนึ่งละ
ลองถามไล่ไปว่า สบายใจแล้วยังไงต่อไป
คือจะเอาความสบายใจไปทำอะไร
แค่นี้ก็งงแล้ว เพราะไม่เคยนึกมาก่อน

บางคนบอกว่า อยากจะไปหาประสบการณ์
คืออยากจะไปหาความรู้ ว่าที่สำนักนั้นสำนักนี้เขาทำกันอย่างไร เขาสอนอย่างไร
พอลถามว่า ...

จะเอาประสบการณ์ที่ว่านั้นไปทำอะไร
พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้หรือ ว่าให้ปฏิบัติธรรมแบบหาประสบการณ์ไปเรื่อยๆ
แล้วเมื่อไรจึงจะไปได้ครบทุกสำนัก
เฉพาะในเมืองไทยก็มีเป็นร้อยๆ พันๆ สำนัก
แม้แต่หาประสบการณ์จากสำนักของหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้
แล้วประสบการณ์ตรงของสำนักพระพุทธเจ้าที่ท่านเป็นเจ้าของพระศาสนา
เป็นเจ้าของธรรมะตัวจริงล่ะ ไม่คิดจะแสวงหากันบ้างดอกหรือ
แล้วยังมีการปฏิบัติธรรมของศาสนาอื่นๆ อีกตั้งมากมาย
จะต้องไปหาประสบการณ์ด้วยหรือเปล่า
แล้วเมื่อไรจึงจะถึงเวลาปฏิบัติธรรมจริงๆ เพื่อความพ้นทุกข์เสียที
ตกลงจะเอาประสบการณ์ของสำนักไหน ศาสนาไหนมาเป็นหลักในการปฏิบัติกันแน่
หรือจะต้องหาประสบการณ์ไปจนกว่าจะตาย

และที่ว่อยากจะไปหาความรู้ว่าสำนักไหนเขาสอนอย่างไรนั้น

ก็คืออยากจะไปศึกษาคำสอนของหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้ ไซ้หรือไม่
เพราะมักจะกลับมาคุยกันว่า หลวงพ่อนั้นสอนอย่างนี้ หลวงพ่อนี้สอนอย่างนั้น
เลยกลายเป็นว่า หลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้ นี้เองเป็นเจ้าของคำสอนในพระพุทธศาสนา
ไม่เห็นมีใครถามกันบ้างเลยว่า
เจ้าของพระพุทธศาสนาตัวจริง คือพระพุทธเจ้า ท่านสอนว่าอย่างไร
แล้วเมื่อไปฟัง ไปศึกษาคำสอนของหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้แล้ว
รู้ได้อย่างไรว่าตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า
ถ้าไม่ศึกษาให้รู้ถ่องแท้เสียก่อนว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนว่าอย่างไร
แต่ถ้าศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าจนรู้ถ่องแท้แล้ว
ยังจะต้องไปแสวงหาคำสอนของหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้อยู่อีกทำไม
หรือเชื่อว่าหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้สอนธรรมะได้สูงกว่า เก่งกว่าพระพุทธเจ้า

ถ้าแย้งย้อนว่า ก็เพราะไม่รู้แน่ชัดว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนว่าอย่างไร
จึงต้องไปแสวงหาความรู้จากสำนักแห่งนั้นหลวงพ่อดังนี้
ก็จะต้องย้อนแย้งกลับไปหาคำถามเดิมนั้นเองว่า -
แล้วรู้ได้อย่างไรว่าสำนักแห่งนั้นหลวงพ่อดังนี้สอนตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า
ถ้าไม่ศึกษาให้รู้ถ่องแท้เสียก่อนว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนว่าอย่างไร

พอถูกถามเข้าอย่างนี้ ก็ซ้ก๊ง และออกจะเคืองๆ เอา

บางคนก็บอกว่า ต้องการจะไปทดลอง
คือได้รับรู้ว่า พระพุทธเจ้าท่านออกจากวังไปอยู่ตามป่าตามเขา
เรียกว่าไปนอนกลางดินกินกลางทราย
ตลอดจนได้ได้ยินได้ฟังมาว่า หลวงพ่อดังนี้เองคันท่านออกธุดงค์เดินป่า
เพื่อปฏิบัติธรรม
และท่านผู้นั้นผู้นี้ไปปฏิบัติธรรมอยู่ตามสำนักป่าๆ ทั้งหลาย มีความลำบากต่างๆ
ก็จึงอยากจะพิสูจน์ดูบ้างว่า ความลำบากตามสำนักป่าทั้งหลายนั้นเป็นอย่างไร
ตัวเองจะทนไหวไหม ทนได้ไหม
อยากจะได้ไปสัมผัสด้วยตัวเอง
พอลถามว่า

แต่ละสำนักก็ล้วนแต่มีความลำบากยากง่ายแตกต่างกันออกไป
สำนักที่ปฏิบัติยากๆ ต้องทนมากๆ ก็คงจะมีเป็นร้อยๆ พันๆ
แล้วจะต้องทดลอง ต้องพิสูจน์กันไปอย่างนี้อีกก็สำนักจึงจะเป็นที่ประจักษ์ใจตน
ถ้าพิสูจน์แล้ว สัมผัสแล้ว รู้แล้วว่า ทนได้ ทนไม่ได้ เป็นยังไง
แล้วจะทำอย่างไรต่อไป
คือจะเอาความรู้แล้วสัมผัสแล้วนั้นไปใช้ทำอะไรต่อไปอีก
หรือจะต้องพิสูจน์ ต้องทดลองกันไปตลอดชาตินี้และชาติหน้า
พระพุทธเจ้าท่านสละพระชนมชีพทดลองมาให้เราเสร็จเรียบร้อยตั้งนานแล้ว
ท่านบอกไว้ชัดเจนมาตั้งนานแล้วว่า ให้ปฏิบัติอย่างนี้ๆ อย่าปฏิบัติอย่างโน้นๆ
เราเป็นสาวกของท่าน ยังไม่เชื่อ ยังไม่แน่ใจดอกหรือ จึงจะต้องไปทดลองอะไรอยู่อีก
ลงมือปฏิบัติตามที่ท่านบอกไว้สอนไว้เสียเลย จะไม่สั้นกว่า ตรงกว่า ดีกว่าหรือ
พูดอย่างนี้ ก็ทำท่าจะโกรธเอาอีก

บางคนก็บรรยายความประทับใจต่างๆ
เหมือนกับว่า นั่นแหละคือเป้าหมายที่ตนต้องการไปแสวงหา
และหาพบแล้ว
ลองฟังดูก็ได้ -

สำนักนั้นนะเธอ แหม บรรยากาศเขาร่มรื่นมาก ต้นไม้ก็ครึ้มเย็นสบาย
สะ-โงบ- สงบ
มีเสียงนกร้องเบาๆ เสียงจิ้งจั่นเรไรร้องระงมวังเวงชวนให้ดื่มด่ำ
แล้วก็ภูคาสาลาที่เขาจัดให้เราพักนะ สะ - อ้าด- สะอาด พื้นยังจี๊เป็นเงาวับเขียว
ห้องน้ำก็สะอาดมากยังกับห้องนอนนะเธอ
แล้วก็หลวงพ่อกี่มาสอนกรรมฐานให้พวกเรานะเธอท่านบรรยายดีมากยังจี๊เลย
เก่ง ม-า-ก
แล้วก็ท่านสำ-รั้ม สำรวม
แล้วราศีท่านนะพูดผ่องอย่าบอกใครเชียว
แล้วเวลาท่านพูดนะเสียงท่านก็กังวาน มีพลังน่าเลื่อมใสจริงๆ คนนี้ฟังกันเงียบกริบเลย
เวลาท่านพาเราเดินจงกรม เรารั้ตื่นตาตื่นใจไปหมดเลย

เป็นไง ฟังแล้วอยากจะโลดแล่นไปมอบกายถวายชีวิตให้ในบัดดลนี้เลยไหม

ถามว่า

บรรยากาศร่มรื่น สงบ เสียงจิ้งจั่นเรไรร้องระงมวังเวงชวนให้ดื่มด่ำ

กุฎิศาลา สะอาด ห้องน้ำสะอาดมาก ยิ่งกับห้องนอน

หลวงพ่อบรรยายเก่ง ราศีมืดผ่อง เสียงกังวาน มีพลังน่าเลื่อมใส คนฟังกันเจียบกริบ

อะไรเหล่านี้แหละหรือคือสิ่งที่พระพุทธเจ้าท่านสอนให้สละเวลา ๓ วัน ๗ วัน

โลดแล่นไปมอบกายถวายชีวิตให้เพื่อไขว่คว้าหามาชื่นชม

แล้วก็ปลื้มไปว่าตัวได้พบแล้วซึ่งเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม

ถ้าใครยังคิดว่านี่แหละคือเป้าหมายของการไปปฏิบัติธรรมละก็

ขอบอกว่าอาจเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมตามแบบของสำนักนั้นอาจารย์นั้น

แต่ไม่ใช่เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมตามแบบของสำนักสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นเด็ดขาด

เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนาก็คือ

การอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่าทัน และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุด

จนถึงไม่มีทุกข์เลย

เมื่อมีทุกข์มากกระทบ ก็ดำรงชีวิตจริงอยู่ได้เป็นปกติ ไม่ฟูบ ไม่ดิ้นรนหลีกเลี่ยงหนีไปไหน

หรือแม้มีสุขมาสัมผัส ก็ดำรงชีวิตจริงอยู่ได้เป็นปกติ ไม่ฟู ไม่ไขว่คว้าวิงวาทที่ไหน

นี่คือเป้าหมายที่ถูกต้องของสิ่งที่เรียกว่า การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา

ถามอีกว่า

บรรยากาศร่มรื่น สงบ เสียงจิ้งจั่นเรไรร้องระงมวังเวงชวนให้ดื่มด่ำ

กุฎิศาลา สะอาด ห้องน้ำสะอาดมาก ยิ่งกับห้องนอน

หลวงพ่อบรรยายเก่ง ราศีมืดผ่อง เสียงกังวาน มีพลังน่าเลื่อมใส คนฟังกันเจียบกริบ

นี่เป็นชีวิตจริงของเราหรือ

ตื่นนอนตามเสียงระฆังปลุก

เข้าคิวกันเข้าห้องน้ำ

แต่งกายด้วยชุดขาว

เดินก้มหน้าสำรวจกำหนดอารมณ์กรรมฐาน

กินสำรวจ

แล้วไปทำวัตรสวดมนต์

แล้วไปนั่งฟังบรรยายธรรม

แล้วนั่งสมาธิ

แล้วเดินจงกรม

แล้วไปสวดมนต์

แล้วไปนั่งสมาธิจน ๕ ทุ่ม

แล้วเข้านอน

แล้วตื่นนอนตามเสียงระฆังปลุก

เข้าคิวกันเข้าห้องน้ำ

แต่งกายด้วยชุดขาว

.....

ใครมีชีวิตจริงอย่างนี้บ้าง ยกมือขึ้น !

นี่ยังไม่ได้เอ่ยถึงความปลาบปลื้มเป็นส่วนตัวของบางคนที่อาจจะมี
ก็อย่างเช่นว่า -

- ไปเจอคนรู้จักกันเข้า

คุณป้าคนนั้นก็มา คุณพี่คนโน้นก็มา - ดีใจ - ดีใจ

คุณยายที่บ้านอยู่โน้น คุณน้าคนโน้นชายของอยู่โน้น

คุณป้าคนนั้นอายุ ๖๕ มีลูก ๔ คน

ฯลฯ

เลยกลายเป็น - ไปปฏิบัติธรรมเพื่อสังสรรค์หาข่าวเรื่องของชาวบ้านไปฉิบ

- ผู้จัดกิจกรรมให้ความสนใจ

ตาย ตาย หลวงพ่อท่านรู้จักเราด้วยหรือ ทำไมท่านเรียกชื่อเราถูก ปลื้มจัง

ตกใจแทบแย่เลย ตอนที่หลวงพ่อดีให้เราบรรยายความรู้สึกที่ได้มาปฏิบัติธรรม

ที่นี่ แหม ใครๆ ก็มองเราใหญ่เลย เรายังขาล้นตอนออกไปยืนพูด แต่ก็ชื่นใจนะที่ท่านให้เกียรติเรา

ตอนพักไปดื่มน้ำปานะ หลวงพ่อแวะมาคุยด้วย ดีใจจังเลย

แอบหวังว่าจะได้นั่งตรงหน้าหลวงพ่อ แหม เช้าวันนี้ท่านเรียกให้เราไปนั่งข้างหน้าท่านจริงๆ ด้วย

พูดแล้วยังขนลุก ยังกะท่านมีญาณ

อีตอนวันจะลาศิลาของเธอ หลวงพ่อท่านให้พรซาบซึ่งมาก คนนี้ร้องไห้กันทั้งศาลาไม่มีใครอยากกลับบ้านเลย

เลยกลายเป็น - ไปมั่วขึ้นชมบารมีหลวงพ่อไปฉิบ

- ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่

เช่น ให้เป็นคนนำสวดมนต์

ให้เป็นคนอ่านหนังสือให้ผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันฟัง

ให้เป็นคนรับผิดชอบเรื่องจัดโต๊ะอาหาร

ให้ดูแลเกี่ยวกับเอกสารต่างๆ ฯลฯ

เลยกลายเป็น - ไปเพื่อจะไปเป็นตัวแสดงอะไรสักอย่างหรือหลายๆ อย่าง

ยังไม่ได้เอ่ยถึงตัว “ธรรม” ที่อ้างว่าจะไป “ปฏิบัติ” เลยสักคำ

เปลือๆ อาจไม่สนใจด้วยซ้ำไปว่า ธรรมที่ว่านั้นคืออะไร

เพราะมัวไปจดจ่อใจอยู่กับเรื่อง -

ไปลงทะเลเบียนตรงไหน

ที่นอนอยู่ตรงไหน

ชุดขาวที่เตรียมไปจะสวมใส่ได้พอดีหรือเปล่า

ตื่นนอนแล้วจะไปใช้ห้องน้ำห้องส้วมกันยังไง

จะต้องไปทำวัตรสวดมนต์ตอนกี่โมง

เสร็จแล้วจะต้องฟังเทศน์ฟังธรรมอีกนานไหม

วันนี้หลวงพ่อจะพาไปเดินจงกรมที่ไหน

เดินจงกรมกลับมาแล้วจะกินข้าวตอนกี่โมง

กินข้าวแล้วจะไปทำอะไรต่อ

วันนี้จะมีโอกาสไปไหว้พระตรงนั้นตรงไหนไหม

จะต้องไปเข้าร่วมกันที่ศาลาตอนบ่ายกี่โมง

ปฏิบัติกรรมฐานไปจนถึงกี่โมง

หลังจากนั้นจะต้องไปไหนต่อไป

.....

สรุปว่า ใจไปมุ่งอยู่ที่ตัวกิจวัตรที่ทางสำนักกำหนดให้ทำ

จนลืมไปว่า ธรรมที่ตั้งใจจะมาปฏิบัติกันนั้นอยู่ที่ตรงไหนกันแน่

รูปแบบของกิจวัตรที่ดี ลักษณะที่ไปทางกลตนอนกลางดินกลางทรายก็ดี
ความรู้สึกสงบสบายใจก็ดี และความปลาบปล้ำดื่มด่ำส่วนตัวก็ดี
เหล่านี้ สำหรับบางคนอาจถือเอาเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมไปเลย
สำนักนี้จัดที่ไร ไปทุกที่ และไปทันที
ใครหรืออะไรทางบ้าน ไม่ห่วงทั้งนั้น
ไปมอบกายถวายชีวิตให้สำนักนั้นทันที
ไปเพื่อไปเจอคนรู้จัก
ไปเพื่อให้หลวงพ่อตักเพื่อแสดงแก่ใครๆว่า ท่านรู้จักฉันนะ
ไปเพื่อเป็นคนนำสวดมนต์
ไปเพื่อจะได้เข้าร่วมกิจกรรมกิจวัตรตอนนั้นๆ ฯลฯ
หายได้เลยว่านักปฏิบัติธรรมประเภทนี้
ถ้าไปแล้วไม่เจอคนรู้จัก หรือมีคนไปกันน้อย
ไปแล้วหลวงพ่อก็ไม่ตัก หรือไม่มีเวลาเข้ามาตักเป็นส่วนตัว
หรือไปแล้วไม่ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่อะไร
จิตใจก็จะหดห่อเหี่ยว ไม่มีแรงที่จะปฏิบัติธรรมไปทันที
ก็คือที่อ้างว่าไปปฏิบัติธรรมนั้น ที่แท้ก็ไปเพื่อเพิ่มอัตราก้าว ของกู ให้ใหญ่ขึ้น
หรือไปเพื่อจะไปตื่นตาตื่นใจกับขั้นตอนต่างๆ ของกิจวัตร
ก็เลยโลดแล่นไปคนละทิศทางกับเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม
ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนให้ปฏิบัติเพื่อลดหรือทำลายอัตราก้าว ของกู

.....

ที่ว่ามาทั้งนี้อย่าเพิ่งอึดอัดขัดใจ

ใจเย็นๆ

การ ” ไปปฏิบัติธรรม ” ไปทำกิจวัตรกิจกรรมที่สำนักนั้นกำหนดขึ้นมานั้นเป็นของดี

ไม่ได้ว่าไม่ดีเลย

แต่ต้องเข้าใจว่า มันดีในฐานะเป็น **แบบฝึกหัด** เท่านั้น

มันไม่ใช่ชีวิตจริง

ผู้กำหนดกิจวัตรจัดกิจกรรมเขาเอามาให้เราฝึก เพื่อให้เราเอาไปใช้ในชีวิตจริง

หรือพูดให้ถูกต้องก็คือ เพื่อเอาไป**ปรับใช้**ในชีวิตจริงให้ได้

ไม่ใช่ให้มาปฏิบัติหัดฝึกกันแค่ ๓ วัน ๗ วัน พอกลับถึงบ้านก็เลิกปฏิบัติ

แล้วลองถามตัวเองดูซิว่า

ตั้งแต่ตระเวนไปปฏิบัติธรรมตามสำนักต่างๆ เสียเวลาไปนานโขนั้น

เอากิจวัตรเหล่านั้นมาใช้ในชีวิตจริงได้บ้างหรือเปล่า

ร้อยทั้งร้อย คือ เปล่า ไม่ได้เอามาใช้

แค่ให้พระสวดมนต์เพียงอย่างเดียวเท่านั้น ก็แทบจะไม่ได้ทำ

ทั้งนี้ไม่ได้แปลว่ากิจกรรมเหล่านั้นเอามาใช้ในชีวิตจริงไม่ได้

เพราะเป็นของหลอกหลวง - อะไรทำนองนั้น

มิได้หมายความว่าอย่างนั้นเลย

กิจกรรมเหล่านั้นเอามาใช้ในชีวิตจริงได้อย่างยิ่ง และได้อย่างแน่นอน

ถ้าผู้ไปปฏิบัติธรรมมีความคิดมีความตั้งใจจะไปเรียนรู้เพื่อเอามาใช้ในชีวิตจริงจริงๆ

แต่แทบจะร้อยทั้งร้อยของผู้ไปปฏิบัติธรรม

ไม่ได้มีความคิดที่จะไปเอากิจกรรมเหล่านั้นมาปฏิบัติในชีวิตจริงแต่อย่างใดทั้งสิ้น

หากแต่ไปเพื่อจะไปชื่นชมกับ -

บรรยากาศร่มรื่น สงบ เสียงจิ้งจั่นเรไรร้องระงมวังเวงชวนให้ดื่มด่ำ

กุฏิศาลา สะอาด ห้องน้ำสะอาดมากยิ่งกว่าห้องนอน

หลวงพ่อบรรยายเก่ง ราศีผุดผ่อง เสียงกังวาน มีพลังน่าเลื่อมใส

คนฟังกันเงียบกริบ ฯลฯ

แล้วก็ไปเพื่อจะไปเพิ่มอรรถาของตัวเองให้ใหญ่ขึ้น - เท่านั้นเท่านั้น

อย่างฉลาดขึ้นมาหน่อยก็อาจจะคิดและเข้าใจไปว่า การทิ้งบ้านไปทำกิจกรรมเหล่านั้นย่อมเป็นความดีและ

เป็นบุญเป็นกุศลอย่างน้อยก็ในช่วงเวลา ๓ วัน ๗ วัน ที่อยู่ที่นั่น

เพื่อจะได้มีแรงกลับมาทะเลาะกับคนในบ้านต่อไปอีก

แต่ถ้าถูกถามต่อไปอีกหน่อยว่าการไปทำกิจกรรมที่เรียกขานกันว่า**ปฏิบัติธรรม**เหล่านั้นเป็นความดีอย่างไร

และเป็นบุญเป็นกุศลอย่างไร

ก็เชื่อได้เลยว่า จะตอบไม่ได้

ที่ตอบไม่ได้ ไม่ใช่เพราะพูดไม่เป็น หรือพูดไม่เก่ง หรืออธิบายไม่เป็น

แต่เป็นเพราะว่าตัวผู้ปฏิบัติธรรมนั่นเองก็**ไม่รู้**แน่ๆ

ความดีของการปฏิบัติธรรมอยู่ตรงไหน และที่เรียกว่าบุญกุศลนั้นคืออะไร

เรื่องก็วนมาลงตรงที่เดิมที่ว่า เพราะ**ไม่รู้**ว่าเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง

ในพระพุทธศาสนานั้นคืออะไรนั่นเอง

ไปปฏิบัติธรรมกลับมาแล้ว ถ้ามีใครบอกว่า
จะมีการปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้เมื่อนั้นเมื่อนี้อีก จะไปอีกไหม
ส่วนมากก็จะตอบทันทีว่า ไป ไปอีกแน่นอน ชอบ
ไปด้วยความมุ่งหมายเดิม คือไปหาความสบายใจ
ไปทำกิจกรรมกิจวัตรเดิมๆ สวดมนต์ ฟังธรรม นั่งสมาธิ ฯลฯ
บางทีก็เรียกเสียเพราะฝรั่งว่า *ไปเติมบุญ*
โดยไม่เคยฉุกคิดว่า เป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรมนั้นอยู่ตรงไหน คืออะไร
จึงคอยรอเทศกาลเติมบุญ และโลดแล่นหาสถานที่เติมบุญเรื่อยไป
ถ้าเห็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมได้ชัดเจนแล้ว
และรู้หลักการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องถ่องแท้แล้ว
ก็ไม่มี ความจำเป็นจะต้องโลดแล่นไปเติมบุญที่ไหนอีกเลย
แต่ที่อยากไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้เรื่อยๆ ก็เพราะไม่รู้จักเป้าหมายที่ถูกต้องนั่นเอง

ที่ต้องย้ำทำความเข้าใจตรงนี้ด้วย ก็เพราะอาจจะมีผู้คิดแย้งว่า
ถ้าเป็นอย่างที่ว่านั่นแล้วไซ้ การไปถืออุโบสถศีล นอนค้างที่วัดตลอดวันหนึ่งและคืนหนึ่ง ก็ไม่จำเป็นด้วย
นะซี
เรื่องการไปถืออุโบสถศีล นอนค้างที่วัด
กับการไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน ตามเทศกาลนั้น
ดูเผินๆ ก็จะเห็นว่าเหมือนกัน
แต่เจตนาในการปฏิบัติต่างกันมาก
การไปถืออุโบสถศีลนอนค้างที่วัดเป็นกิจวัตรปกติในชีวิตจริง
คือในรอบ ๗ วัน ชาวพุทธจะหยุดงาน ๑ วัน เพื่อรักษาอุโบสถศีล
อุปมาเพื่อให้เห็นภาพง่ายๆ ก็เหมือนคนที่ทำงานเนื้อตัวเหนียวเหนอะหนะด้วยเหงื่อโคล สกปรกมาตลอด
วัน
ตกตอนเย็นก็อาบน้ำชำระร่างกายเสียทีหนึ่ง
การอาบน้ำชำระร่างกายในรอบวันหนึ่งเป็นกิจวัตรปกติประจำวัน
เช่นเดียวกับการรักษาอุโบสถศีลก็เป็นกิจวัตรปกติของชาวพุทธในรอบ ๗ วัน
การรักษาอุโบสถศีลจึงไม่ใช่การจัดฉาให้ผิดไปจากชีวิตปกติ

ตรงนี้แหละที่แตกต่างจากการไปปฏิบัติธรรมตามเทศกาลที่จัดขึ้นตามสำนักนั้นนี่ เพราะการไปปฏิบัติธรรมแบบนั้น

ผู้ร่วมกิจกรรมจะต้องงดหรือหยุดกิจกรรมที่จะต้องทำตามปกติไว้ทั้งหมด

แล้วก็เอาตัวเอาชีวิตไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่จัดขึ้นเป็นพิเศษ

และต้องกระทำกิจวัตรซึ่งตามปกติมิได้กระทำในชีวิตประจำวันของตนเลย

ถึงแม้บางท่านจะอ้างว่า ไปปฏิบัติธรรมปีละครั้งเป็นปกติ อะไรทำนองนี้

การไปปฏิบัติธรรมแบบนั้นก็ยังไม่ใช่ชีวิตจริงหรือชีวิตประจำวันตามปกติอยู่นั่นเอง เพราะปฏิบัติแค่ ๓ วัน ๗ วัน หรืออย่างมากก็ ๑๕ วัน

แล้ววันคืนอีกตั้งประมาณ ๓๕๐ วันต่อปี ใช้ไปในการทำอะไร

คิดดูก็จะเห็นได้เองว่า การไปปฏิบัติธรรมแบบนั้นไม่ใช่ชีวิตตามปกติเลย

ซึ่งต่างจากการรักษาอุโบสถศีลที่เป็นการใช้ชีวิตตามวงรอบปกติอย่างแท้จริง

และเป็นไปตามธรรมชาติของการดำรงชีพ

คือทำงานแล้วหยุดพัก เป็นการพักผ่อนทั้งทางร่างกายและจิตใจ ตามธรรมชาติ

ส่วนการที่ผู้รักษาอุโบสถศีลนิยมไปค้างคืนที่วัดนั้น

เป็นธรรมเนียมหรือจารีตที่เกิดขึ้นในภายหลังของชาวพุทธไทย

การรักษาอุโบสถศีลแต่เดิมจริงๆ นั้น รักษาอยู่กับบ้านนั่นเอง

แต่วัฒนธรรมของชาวพุทธไทยนิยมไปถวายทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ที่วัดในวันพระ ที่เรียกขานกัน

โดยทั่วไปว่า “ไปทำบุญ”

เมื่อถึงวันพระ ก็ย่อมจะต้องรักษาอุโบสถศีลกันอยู่แล้วตามปกติ

และเมื่อไปทำบุญที่วัดตอนเช้า ก็ถือโอกาสอยู่ที่วัดไปตลอดวัน

เพื่อจะได้ปฏิบัติกิจวัตรอันเป็นบุญอย่างอื่นอีก เช่น ไหว้พระสวดมนต์

ฟังเทศน์ฟังธรรม จำเรี่ยจิตภาวนา ฯลฯ ได้สะดวก

สำหรับผู้ที่ไม่กังวลด้วยกิจกรรมอื่น และเห็นว่าจะต้องเสียเวลาไปมาระหว่างวัดกับบ้าน

ก็มักนอนค้างที่วัดเสียด้วยเลย

เมื่อนิยมทำอย่างนี้ ก็จึงดูเป็นว่า การรักษาอุโบสถศีลนั้นต้องไปทำที่วัด

ต้องไปนอนค้างที่วัด

และดูคล้ายกับจะผิดปกติจากชีวิตประจำวันจริงๆ

แต่ถ้าเข้าใจความเป็นมาดังที่ว่ามานี้

ก็จะเห็นว่าไม่ใช่เรื่องผิดปกติจากชีวิตประจำวันแต่ประการใดเลย

ซึ่งแตกต่างจากการไปปฏิบัติธรรมที่จะต้องมียุติมากรรมที่มากกว่าการไปรักษาอุโบสถศีล

เป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้นชัดเจน แน่นอน และมีเพียงหนึ่งเดียว ไม่มีสอง

คือ **อยู่กับชีวิตจริงนั้นแหละที่ไม่มีทุกข์**

หมายถึง **แม้มีทุกข์มากกระทบ ก็ไม่กระเทือนไปกับทุกข์**

ที่เรียกกันว่า ความพ้นทุกข์

ถ้ามองเห็นเป้าหมายนี้ชัดเจนแล้ว

รับรองว่าจะไม่เกิดความรู้สึกอยากจะโลดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่โน่นที่นี้อีกต่อไป

เพราะเป้าหมายที่ว่ามันอยู่ที่ตัวเราเองนี่แล้ว

ไม่ได้อยู่ที่สำนักไหนๆ หรืออยู่ที่หลวงพ่อบุญใดทั้งนั้น

เมื่อมันอยู่ที่ตัวเราเอง พบได้ที่ตัวเราเอง แล้วทำไมจะต้องโลดแล่นไปแสวงหาที่อื่นเล่า

เหมือนหญิงคนหนึ่ง ตกหลงปลงใจ ตั้งความปรารถนาจะเป็นคู่ครอง

กับชายคนหนึ่งไว้เรียบร้อยแล้ว

อยู่มามีชายอีกคนหนึ่งมาชวนให้ตั้งความปรารถนาไปกับเขาบ้าง

หญิงคนนี้ก็รับคำชวนทันที

อยู่มามีชายอีกคนหนึ่งมาชวนอีก

ก็รับคำชวนอีก

มีใครมาชวนอีกก็คนก็รับหมด

เราจะเข้าใจหญิงคนนี่ว่ากระไร – เธอพบชายที่หมายใจจะเป็นคู่ครองกันแล้วหรือยัง?

การพบเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ก็เหมือนการตกหลงปลงใจตั้งความปรารถนาไปกับชายคนหนึ่งแล้ว

การอยากไปปฏิบัติธรรมที่โน่นที่นี้อีก แล้วพอมีคนชวนก็โลดแล่นไปกับเขา

ก็เหมือนหญิงที่ใจตั้งความปรารถนาไปกับชายคนหนึ่งแล้ว

แต่ก็ยังรับคำชวนของชายคนอื่นอีก

การโลดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่โน่นที่นี้เรื่อยๆไป

ก็เหมือนหญิงที่รับคำชวนของผู้ชายคนนั้นคนนี้เรื่อยๆไป

นักปฏิบัติธรรมที่บอกว่า เขาพบเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมแล้ว

แต่ยังเร่ร่อนไปปฏิบัติธรรมที่สำนักนั้นนี้อยู่เรื่อยไป
เราจะเข้าใจเขาว่าอะไรดี – เขาพบเป้าหมายที่ถูกต้องแล้วหรือยัง?

เหมือนคนเอาหิวเสียไว้บนศีรษะ แล้วลืม

ไปมัวหลงหาที่อื่นทั่วไปหมด

เมื่อเข้าไปนั่งที่ไหน ตอนสายไปบ้านใคร ตอนเย็นไปเดินแถวไหน

ตามไปค้นหาทั่วทุกที่

แต่ไม่คิดจะค้นหาบนหัวตัวเอง

เราจะเข้าใจเขาว่าอะไรดี – ชาตินี้เขาจะมีโอกาสพบหิวอันนั้นไหม?

อาจจะมีคนแย้งว่า การอยากไป และไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้

ไม่ได้แปลว่าเป็นคนหลายใจ

เพราะการปฏิบัติธรรมเป็นการแสวงบุญอย่างหนึ่ง

และมีได้มีข้อจำกัดว่า ต้องปฏิบัติที่สำนักไหนสักแห่งหนึ่งอยู่ที่เดียวจึงจะเป็นบุญ

ไปปฏิบัติที่สำนักอื่นไม่เป็นบุญ

ไปปฏิบัติที่ไหนก็ยอมเป็นบุญทั้งนั้น

ยิ่งไปปฏิบัติหลายสำนัก ก็ยิ่งได้บุญมากหลาย

ทั้งยังได้ประสบการณ์และความรู้เพิ่มขึ้น ก็ยิ่งเป็นความดี

ไม่เห็นจะเสียหายตรงไหนเลย

ถ้าแย้งอย่างนี้ ก็ต้องขอร้องให้พูดให้ถูกกับประเด็น

คือ บอกตรงๆ ว่า จะไปแสวงบุญ ไปเติมบุญ

หรือไปหาประสบการณ์อะไร ก็ว่าไปตรงๆ

แต่อย่าอ้างว่าไปปฏิบัติธรรม

และขอให้เข้าใจให้ถูกต้องด้วยว่า

เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมกับเป้าหมายของการแสวงบุญนั้น

เป็นคนละเป้าหมายกัน

การปฏิบัติธรรมมีเป้าหมายอยู่ที่การพ้นทุกข์

คืออยู่กับชีวิตจริง หรือที่เรียกกันว่าชีวิตประจำวัน โดยไม่เป็นทุกข์

แต่เป้าหมายของการแสวงบุญนั้นอยู่ที่ต้องการบุญ
หรือจะเรียกว่าเติมบุญ หรืออะไร ก็แล้วแต่จะสรรหาถ้อยคำมาเรียก
ซึ่งยังจะต้องถามกันต่อไปอีกว่า จะเอาบุญไปทำอะไรต่อไป

เมื่อถามว่า จะเอาบุญไปทำอะไรต่อไป

ถ้าตอบอย่างมีหลัก ก็ควรจะตอบว่า บุญคือความสุข

เมื่อเราไปแสวงบุญ เราก็ได้บุญ ก็คือเราได้ความสุข

จึงไม่ต้องมานั่งถามว่าจะเอาบุญไปทำอะไร

เพราะความสุขนี้มีใช่หรือคือเป้าหมายที่เราต้องการ

เมื่อตอบอย่างนี้ ก็เห็นจะต้องถามใหม่

คือถามว่า ที่ว่าทำบุญได้ความสุขนั้น ความสุขที่ว่านี้เกิดขึ้นตอนไหน

ก่อนทำ ขณะทำ หรือหลังทำ?

ก่อนทำ คงไม่ใช่ เพราะตอนนั้นบุญที่กำลังพูดถึงนี้ยังไม่มี

ขณะทำ ถ้ามีความสุข ก็คงมีอยู่ไม่เกิน ๓ วัน ๗ วัน ระหว่างที่กำลัง “ปฏิบัติธรรม” อยู่เท่านั้น

แล้วหลังทำละ เคยตรวจสอบวัดผลกันดูบ้างหรือเปล่าว่ายังมีความสุขติดตามมาอีก

กี่วันก็เดือนก็ปี?

แต่ที่มักเป็นกันก็คือ พอกลับถึงบ้านก็ปวดหัวกับชีวิตจริงทันทีเหมือนเดิม

คือมีความสุขเฉพาะในช่วงเวลาที่ไปปฏิบัติธรรมอยู่เท่านั้นเอง

อย่างดีก็มีความสุขต่อมาอีกพักหนึ่งเพราะบรรยากาศบุญยังสดใสรออยู่ในใจ

แต่หลังจากนั้นก็ทุกข์เท่าเดิม

ถ้าอยากมีสุขอีก ก็ต้องรอคอยเทศกาลแสวงบุญครั้งต่อไป

ตามที่สำนักนั้นนี้จะจัดขึ้นอีก

ถ้าบังเอิญปีไหนเดือนไหนไม่มีเทศกาลแสวงบุญ หรือมี แต่ตัวเองเกิดไม่สะดวกที่จะไปจะด้วยเหตุขัดข้อง

อะไรก็แล้วแต่

ก็เป็นอันว่าหมดโอกาสที่จะมีความสุข

แปลว่าต้องวิ่งตามหาบุญกันอยู่ตลอดชาติ ชีวิตนี้จึงจะมีความสุขกับเขาได้

แต่บางคนก็แย้งฟังดูเข้าที

คือบอกว่า ก็เหมือนคนป่วยไปหาหมอ

โรคบางชนิด ไปหาหมอครั้งเดียวก็หายป่วย
แต่โรคบางชนิด ต้องไปหลายครั้งจึงจะหาย
การไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้หลายๆ ครั้งนั้น
ก็เหมือนคนป่วยเป็นโรคชนิดที่ต้องไปหาหมอบ่อยๆ นั่นแหละ
ไปปฏิบัติธรรมครั้งเดียวจะช่วยให้พ้นทุกข์ได้อย่างไร
เมื่อไปหลายครั้ง ก็จะค่อยๆ กำจัดทุกข์ไปได้ครั้งเล็กครั้งละน้อย
ยิ่งไปมากครั้ง ก็จะยิ่งกำจัดทุกข์ให้หมดไปมากขึ้นจนกระทั่งหมดทุกข์ไปได้ในที่สุด
นี่แหละคือเหตุผลที่เราควรจะไปปฏิบัติกันให้มากๆ บ่อยๆ

ข้อแย้งนี้ฟังเผินๆ ก็ดูเข้าที่ตืออยู่

แต่ถ้าเข้าใจในหลักการกำจัดทุกข์ที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนา
ก็จะเห็นได้เองว่าเป็นคำแย้งที่ผิด

เริ่มต้นก็ควรจะพูดให้ถูกต้องว่า *ปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลส*

ไม่ใช่ *ปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดทุกข์*

เพราะกิเลสเป็นเหตุให้เกิดทุกข์

ทุกข์จึงเป็นผล กิเลสเป็นเหตุ

พระพุทธศาสนามีหลักการสำคัญคือ **ผลทุกอย่างมาจากเหตุ**

ต้องการให้ผลเป็นอย่างไร ก็ต้องไปทำเอา กับเหตุ

เมื่อจะพูดให้ถูก จึงต้องพูดว่า พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้สอนให้เรากำจัดทุกข์

แต่สอนให้กำจัดเหตุแห่งทุกข์

และเหตุแห่งทุกข์ ว่าตามหลักอริยสัจ ก็คือ *สมุทัย*

สมุทัยก็คือ ตัณหา ก็คือกิเลส นั่นแหละ

คราวนี้มาดูกันว่า การกำจัดกิเลส นั้นเป็นหน้าที่ของใคร

คำตอบง่ายมาก คือกิเลสของใคร คนนั้นก็ มีหน้าที่ต้องกำจัดเอาเอง

พระพุทธเจ้าท่านสอนวิธีกำจัดกิเลสที่ถูกต้องให้เราไว้แล้ว

แต่พระองค์มิได้มีหน้าที่กำจัดกิเลสให้ใคร

ดังที่ตรัสว่า **ตถาคตเป็นเพียงผู้บอก**

คือบอกทางหรือบอกวิธีให้

ส่วนการเดินทาง หรือการลงมือกระทำตามวิธีที่ทรงบอกนั้น

เป็นหน้าที่ของสาวก ที่จะต้องเดินเอง หรือทำเอาเอง
วิธีเดินทางหรือวิธีกำจัดกิเลส นั้นเรียนไม่ยาก
ในฐานะที่เราเป็นชาวพุทธ
และยังอ้างว่าเป็นคนไฝ่ธรรม หรือเป็นนักปฏิบัติธรรมด้วยแล้ว
ย่อมจะต้องเคยได้ยิน ได้ฟัง ได้เคยศึกษาเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลสกันมาแล้ว
ในระดับที่สามารถลงมือปฏิบัติได้แล้วอย่างแน่นอนโดยไม่ผิดพลาด
จึงอ้างไม่ได้ว่า ที่ไปปฏิบัติธรรมนั้นคือ *ไปศึกษาเรียนรู้วิธีปฏิบัติธรรม*
แต่จะต้องอ้างและยืนยันว่า *ไปเพื่อปฏิบัติธรรม*
คือไปลงมือกำจัดกิเลส ไม่ใช่มีไว้ไปเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลสกันอยู่นั้นแล้ว
หรือถ้าใครจะเสนอหน้ามาว่า ตนนั้นเป็นคนโง่ ยังไม่รู้วิธีกำจัดกิเลส
การไปปฏิบัติธรรมของตนจึงต้องถือว่าไปเพื่อเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลสไปก่อน
ก็คงจะยอมให้อ้างได้สักหนเดียว
คือไปปฏิบัติธรรมสักครั้งเดียวเท่านั้นก็รู้วิธีกำจัดกิเลสได้แล้ว
ไม่ว่าใครผู้ไหนจะโง่งงสักปานไรก็ตาม
ที่ยังกำจัดกิเลสไม่ได้ จึงไม่ใช่เพราะไม่รู้วิธี
หากแต่เป็นเพราะยังไม่ได้ลงมือทำนั่นเอง

การเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลส นั้น ถ้าจะเปรียบให้เข้าใจง่ายๆ
ก็เหมือนเรียนอ่านตัวอักษร เช่นอ่าน ก ไก่ เป็นต้น
คงไม่มีใครที่ต้องใช้เวลาเป็นเดือนเป็นปี หรือหลายเดือนหลายปีจึงจะจำได้ว่า
ตัวอักษรรูปร่างอย่างนี้เขาเรียกว่า ก ไก่
เมื่อจำ ก ไก่ ได้แล้ว คราวต่อไป พอเห็นปุ๊บ ก็รู้ปั๊บว่าตัวนี้ตัวอะไร
คงไม่มีใครที่เมื่อจำได้แล้วว่า ก ไก่ หน้าตาเป็นอย่างไร
แต่พอข้ามคืนก็ลืมไปแล้วว่า ก ไก่ หน้าตาเป็นอย่างไร
จึงต้องไปตั้งต้นเรียนอ่าน ก ไก่ กันใหม่ทุกวันไป

การเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลส ก็เหมือนการเรียนรู้ตัวอักษร
จนสามารถเอาตัวอักษรมาประสมกันให้เกิดเป็นข้อความเรื่องราวขึ้นมานั่นเอง
ความยาก จึงอยู่ที่การลงมือปฏิบัติกำจัดกิเลส
ซึ่งเปรียบเหมือนการลงมืออ่านหนังสือให้เข้าใจเรื่องราว

แล้วเอาเรื่องราวที่เข้าใจนั้นไปใช้ประโยชน์ต่อไป

ตรงนี้แหละยาก

เพราะส่วนใหญ่แล้วเรามักจะเฝ้าปฏิบัติกำจัดกิเลสด้วยตัวเอง

เหมือนคนไข้เฝ้าอ่านหนังสือนั่นแหละ

คอยหวังรอให้มีกิจกรรมปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้ เมื่อนั้นเมื่อนี้

แล้วก็ตื่นตื่นไปกัน ๓ วัน ๗ วัน

ด้วยหวังจะให้สำนักนั้นๆ หรือหลวงพ่อกันนั้นองค์นี้ช่วยกำจัดกิเลสให้

ด้วยการไปนั่งหมั่นชุตแบบนั้น สวดมนต์เวลานั้น นั่งสมาธิเวลานั้น นอนแบบนั้น ฯลฯ

โดยหวัง หรือเชื่อว่า เมื่อทำแบบนี้แล้ว กิเลสก็จะเบาบางหรือหมดไปได้เอง

การตั้งเป้าหมายไว้อย่างนั้นจึงผิดหลักการของพระพุทธเจ้าไปแล้วตั้งแต่เริ่มต้น

พระพุทธเจ้าท่านบอกว่า การกำจัดกิเลสเป็นหน้าที่ที่แต่ละคนจะต้องทำเอง

ไม่ใช่ให้คนอื่นมาช่วยทำให้

เพราะทำแทนให้กันไม่ได้อยู่แล้ว

เหมือนกินอาหาร ใครหิว ใครอยากอิม ตัวคนนั้นก็ต้องเป็นคนกินเอง

จะให้คนหนึ่งกิน แล้วอีกคนหนึ่งหายหิวนั้นไม่ได้

แล้วการกำจัดกิเลสนั้นก็ต้องทำที่ตัว ที่จิตของเราเอง

ไม่ใช่ไปทำที่อื่น

และจิตมันก็อยู่ที่ตัวเรานี่เอง

ไม่ได้อยู่ที่สำนักไหนๆ หรือที่หลวงพ่อกันไหนๆ เลย

จิตอยู่กับตัวเองแท้ๆ ไม่ต้องเสียเวลาไปตามดูที่ไหนเลย

ออกจากบ้านไปกินไปนอนอยู่ที่สำนักไกลบ้านตั้ง ๓ วัน ๗ วัน อย่างนี้มีเวลาไป

แต่ดูจิตตัวเองอยู่กับบ้านวันละชั่วโมงครึ่งชั่วโมงก็ประเสริฐนักแล้ว กลับไม่มีเวลาจะดู

กิเลสมันก็อยู่ที่จิตของเราเอง

แล้วจำเป็นอะไรหรือจึงจะต้องวิ่งไปกำจัดกิเลสกันที่สำนักโน้นสำนักนี้

ข้อเท็จจริงก็คือ ไม่มีสำนักไหนรับรองให้แก่ผู้ไปปฏิบัติธรรมได้เลย

ว่าปฏิบัติคราวนี้กำจัดกิเลสไปได้แล้วเท่านี้

คราวหน้าไปปฏิบัติอีก กำจัดกิเลสไปได้อีกเท่าโน้น

แม้แต่ตัวผู้ไปปฏิบัติเองก็พูดกันแต่ว่า - ไปแล้วก็สบายใจ

ได้บุญได้กุศลเยอะแยะ

แต่ไม่ได้สนใจด้วยซ้ำไปว่า ไปปฏิบัติธรรมครั้งไหนกำจัดกิเลสไปได้เท่าไร

เพราะฉะนั้นจึงต้องเปรียบใหม่จึงจะถูกกับหลักการ

คือ เปรียบเหมือนคนไปหาหมอ ซึ่งมีอยู่ ๒ จำพวก

คือ **ไปบำบัด** กับ **ไปบำรุง**

ไปบำบัด คือมีโรคร้ายเกิดขึ้น ไปเพื่อให้หมอรักษา

ส่วนไปบำรุงนั้น ไม่ได้เจ็บป่วยอะไร แต่อยากจะมีสุขภาพดี

จึงไปขอยาหรือขอวิธีบำรุงร่างกายให้แข็งแรง

การปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลสถ้าจะเปรียบก็เหมือนคนป่วยไปหาหมอเพื่อบำบัดโรค การปฏิบัติธรรมตามความเข้าใจของบางคนที่ว่าเป็นการไปเติมบุญ เปรียบเหมือนไปหาหมอเพื่อขอยาบำรุง

แต่การปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลสที่เปรียบเหมือนคนป่วยไปหาหมอเพื่อบำบัดโรคนั้นไม่ใช่การเปรียบเทียบที่ถูกต้องไปเสียทั้งหมด

เพราะการกำจัดกิเลสนั้นเจ้าของกิเลสต้องลงมือปฏิบัติจำกัดเอาเอง

จะให้ใครอื่นมาช่วยไม่ได้

ใครอื่นเช่นสำนักนั้นหลวงพ่อนี้ช่วยได้แต่เพียงเป็นผู้สอนวิธีปฏิบัติให้เท่านั้น

ถ้าช่วยกำจัดกิเลสให้ได้ ก็เก่งกว่าพระพุทธเจ้าเป็นแน่

ในแง่นี้แหละที่พอจะเปรียบเทียบได้กับโรคบางโรคที่หมอเป็นแต่เพียงให้ยาหรือบอกยาให้คนป่วยไป

ดำเนินการรักษาตัวเอง เช่นให้ยาไปกินที่บ้าน

กรณีนี้คนป่วยกินยาเองได้ ไม่ต้องให้หมอเป็นคนจับกรอกปาก

ถ้ารักษาแบบนี้ก็พอเปรียบได้กับผู้ปฏิบัติธรรมไปเรียนรู้วิธีปฏิบัติกำจัดกิเลสจากสำนักนั้นๆ แล้วไปลงมือ

กำจัดกิเลสเอาเอง ซึ่งเป็นไปตามหลักการของพระพุทธศาสนา

แต่ที่เปรียบกับโรคบางชนิดที่ต้องไปหาหมอหลายครั้งจึงจะหาย

เหมือนไปปฏิบัติธรรมบ่อยๆ กิเลสก็จะค่อยๆ หหมดไปนั้น

เป็นการเปรียบเทียบที่ไม่ถูกไม่ตรงกับหลักการ

เพราะโรคบางชนิดคนป่วยรักษาด้วยตัวเองไม่ได้

ต้องให้หมอเป็นผู้รักษาให้สถานเดียว

จึงไม่เหมือนการกำจัดกิเลส

เพราะการกำจัดกิเลสนั้นเจ้าของกิเลสต้องลงมือปฏิบัติจำกัดด้วยตัวเอง

เหมือนโรคที่หมอให้ยาหรือบอกวิธีรักษาให้คนป่วยไปรักษาตัวเอง
ถ้าคนป่วยไม่กินยาเอง หรือไม่รักษาตัวเอง หมอเหวตาที่ไหนก็ช่วยไม่ได้
ถ้านักปฏิบัติธรรมคนไหนคิดว่าจะกำจัดกิเลสกันที่
ก็ต้องดันดันไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้กันที่
และเชื่อว่า ต้องไปบ่อยๆ หรือไปหลายๆ สำนัก จึงจะกำจัดกิเลสได้
ก็ควรจะเปรียบกับโรคที่หมอให้ยาไปกินที่บ้าน
แต่คนป่วยผู้นั้น พอจะกินยาที่ ก็หอบยาไปกินที่โรงหมอ
ใครทำอย่างนี้ก็เห็นจะป่วยเกินปกติไปแล้ว
ท่านนักปฏิบัติธรรมที่ปกติคงไม่อยากจะเป็นคนป่วยเกินปกติเป็นแน่

คราวนี้มาว่ากันในประเด็นที่ว่า ไปปฏิบัติธรรมเพื่อแสวงบุญ
ถ้าเชื่อว่าการไปแสวงบุญตามเทศกาล และเรียกกันว่า “ไปปฏิบัติธรรม” นั้น
เป็นการไปทำเหตุแห่งความสุข
ก็อยากจะเสนอแนะเอาบุญ
คือขอให้เอากิจกรรมหรือกิจวัตรที่ทำในระหว่าง ๓ วัน ๗ วัน ที่ไปปฏิบัติธรรมนั้น
มาพิจารณาดูว่า ทำอะไรบ้าง เช่น แต่งชุดขาว ทำวัตรสวดมนต์ ฟังเทศน์ นั่งสมาธิ
เดินจงกรม ฯลฯ
ก็คงไม่พ้นไปจากอะไรเหล่านี้แหละ
แล้วเราก็เอากิจวัตรแต่ละอย่างนั้นแหละมาทำที่บ้านเรา มาทำในชีวิตจริงของเรา
ก็เราเป็นคนพูดเองมิใช่หรือว่า **ปฏิบัติที่ไหนก็ย่อมเป็นบุญทั้งนั้น**
เราคงไม่เถียงตัวเองว่า ปฏิบัติที่บ้านไม่เป็นบุญ ต้องไปปฏิบัติที่วัด
และจะต้องเฉพาะวัดชื่อนี้ๆ เท่านั้นจึงจะเป็นบุญ
เพราะฉะนั้น เราก็เอากิจวัตรเหล่านั้นมาทำที่บ้านเรา
ถามว่า เอาอย่างนั้นได้ไหม และดีไหม?
ยังไม่ต้องรีบตอบก็ได้
แต่เชื่อเถอะ ลึกๆ ในใจ จะต้องตอบว่า ไม่เอา ไม่ดี เพราะไม่สนุก

มีข้อสังเกตนอกเรื่องนิดหนึ่ง ในคำพูดที่ว่า **ปฏิบัติที่ไหนก็ย่อมเป็นบุญทั้งนั้น**
คือคนที่อ้างแบบนี้มี ๓ ประเภท

ประเภทแรก ยังไม่ได้ไป และถูกชวน แต่ไม่อยากไป เพราะไม่มีศรัทธา ก็มักจะปฏิเสธแบบฟังดูน่าเกลียด น้อยหน่อย คือบอกว่า ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละ

ประเภทที่สอง ยังไม่ได้ไป และอยากจะไป แต่ไปไม่ได้เพราะเหตุอะไรก็แล้วแต่ ก็อ้างปลอบใจตัวเอง หรือ มีคนอื่น (เช่นคนที่ไม่อยากให้ไป) ช่วยอ้างให้ว่า ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละ(วะ)

ประเภทที่สาม ไปแล้ว และกำลังปฏิบัติธรรมอยู่ที่นั่น แต่ถูกเพื่อนพ้องที่ไม่ได้ไปด้วย ตัดพ้อต่อว่า เช่น ทำไมไม่ชวนกันบ้าง ทำไมหนิวัดนี้ไปทำที่วัดโน้นเสียละ ทำไมทิ้งกันไปเสียละ อะไร ทำนองนี้ ก็มักจะอ้างปลอบใจคนข้างหลัง และเพื่อให้ตัวเองพ้นข้อหาว่าทิ้งกันไป ว่า ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญ เหมือนกันทั้งนั้นแหละค่า

ประเภทที่สามนี่น่าจะฝากคำถามให้ตอบ

คือถามว่า ถ้า ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละค่า จริงแล้วไซ้

ตัวเองจะต้องดิ้นรนชวนขวายโสดแล่นออกจากบ้านไปสำนักโน้นสำนักนี้ซึ่งมักจะอยู่ไกลบ้าน ให้เหนื่อยยาก ทำไมกัน

ทำที่วัดใกล้บ้านหรือทำอยู่กับบ้านเสียเลย จะไม่สะดวกกว่าดอกหรือ

แสดงว่าจะต้องมีอะไรที่ ไม่เหมือนกัน หรือมีอะไรชุกซ่อนอยู่ในใจ ไซ้ใหม่

อะไรที่ ไม่เหมือนกัน และอะไรที่ชุกซ่อนอยู่ในใจนี้แหละที่นำศึกษาขิงนัก

พักไว้ก่อน แล้วค่อยค้นหากันดู

พูดไว้ข้างต้นว่า ไปปฏิบัติธรรมโดยเอาความสบายใจเป็นเป้าหมายนั้น

ดีไม่ดีจะกลายเป็นการ ปฏิบัติธรรมแบบวิ่งหาห้องแอร์

หรือที่ยิ่งแย่ ก็คือ ปฏิบัติธรรมแบบคนติดยา

หมายความว่าอะไร?

เรื่องนี้จะต้องสรุปความให้ชัดไว้เสียชั้นหนึ่งเสียก่อน

สรุปกันตรงๆ ก็คือว่า มีนักปฏิบัติธรรมจำนวนมาก

ที่ตั้งเป้าหมายของการไปปฏิบัติธรรมไว้ไม่ถูกต้องตามเป้าหมายในพระพุทธศาสนา

เช่น ไปปฏิบัติธรรมเพื่อความสบายใจ

เพื่อหาความรู้ หาประสบการณ์

หรือเพื่อเป็นการพิสูจน์ความอดทนของตัวเอง

หรือประทับใจกับกิจกรรมต่างๆ ที่กำหนดให้ทำ

ตลอดจน ไปเพื่อเสริมอัตตาของตัวเองและอัตตาของสำนักต่างๆ ให้ใหญ่ขึ้น

ล้วนแต่เป็นเป้าหมายที่เบี่ยงเบนไปหมดสิ้น

แม้แต่จะถามว่า ที่เรียกว่า ปฏิบัติธรรม ปฏิบัติธรรม นั้น คือทำอะไร ทำอย่างไร

แค่นี้ก็ตอบให้ถูกต้องไม่ค่อยจะได้อยู่แล้ว

บางคนก็ว่ากันซื่อๆ ว่า ปฏิบัติธรรมก็คือการแต่งชุดขาว

ถ้าเช่นนั้น แต่งชุดขาวอยู่กับบ้านก็ได้มิใช่หรือ

ทำไมจะต้องดั้นด้นไปแต่งชุดขาวอยู่ที่สำนักนั้นนี่

ถ้าการทำวัตรสวดมนต์คือการปฏิบัติธรรม

สวดมนต์อยู่กับบ้านก็ได้

ถ้าเถียงว่าอยู่บ้านมีงานยุ่ง ไม่มีเวลาสวด ก็ต้องถามเถียงกลับไปว่า

สวดมนต์อยู่กับบ้านแค่ครึ่งชั่วโมงหรืออย่างมากที่สุดชั่วโมงเดียว อ้างว่าไม่มีเวลาสวด

แต่ที่ออกจากบ้านไปอยู่สำนักนั้นนี่ไม่ใช่แค่ชั่วโมงครึ่งชั่วโมง แต่ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน

ทำไมมีเวลาไป?

จะตอบว่าอะไร

ก็บรรยากาศในบ้านมันไม่เอื้ออำนวยนี่นา

ที่สำนักนั้นนี่บรรยากาศเขาสงบดี

คนที่สามารถหาโอกาสทิ้งบ้านไปได้ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน

แต่สวดมนต์ในบ้านใช้เวลาเพียงแค่ชั่วโมงครึ่งชั่วโมง กลับไม่สามารถหาโอกาสได้

นี่มันไม่ใช่เรื่องของบรรยากาศในบ้านนอกบ้านหรอก

แต่เป็นเรื่องของการไม่รู้จักจัดระเบียบของตัวเองต่างหาก

จึงต้องดั้นด้นไปหาคนอื่นให้เขาจัดให้

หรือไม่ก็ มีความต้องการอะไรสักอย่างซ่อนเร้นอยู่ในใจ แต่ตัวเองไม่รู้

หรือรู้ก็บอกไม่ได้

เพราะมันอาจจะเป็นความต้องการที่ขัดแย้งกับเป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรม

เช่น ความต้องการจริงๆ ที่ซ่อนอยู่ลึกๆ ก็คือ -

อยากจะหนีสภาพความเป็นจริงของชีวิตประจำวันไปสักพักหนึ่ง
ไปที่ไหนก็ได้ ขอให้พ้นไปจากชีวิตจริงสิ่งแวดล้อมเก่าๆ นี้ก็แล้วกัน
เมื่อพ้นออกไปได้แล้วก็รู้สึกสบายใจ
คราวนี้ไปเจออะไรก็ดีหมดทั้งนั้น
ก็เลยเข้าใจว่าตัวเองสบายใจเพราะได้ปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
หรือได้บุญได้กุศลเยอะแยะเพราะได้ไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
ความจริงแล้วเป็นการหลอกตัวเอง
ที่รู้สึกสบายใจหรือเข้าใจว่าได้บุญได้กุศล ไม่ใช่เพราะได้ไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้หรอก แต่รู้สึกเช่นนั้นก็
เพราะได้พ้นไปจากสิ่งแวดล้อมเดิมๆ ต่างหาก
ควรจะสงสารตัวเองนะ

แล้วการปฏิบัติกรรมฐาน หรือที่ขอบพูดกันว่านั่งสมาธิละ เป็นการปฏิบัติธรรมใช้ไหม?

ถามอย่างนี้ทำท่าจะตรงประเด็นหน่อย

แต่ก็ต้องตั้งคำถามกลับไปว่า

ปฏิบัติกรรมฐานนั่งสมาธิอะไรนั้นต้องด้นด้นไปทำกันที่สำนักนั้นนี่ยังไงหรือ

จึงจะถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรม

ทำอยู่กับบ้านไม่ได้หรือ

ทำอยู่กับบ้านไม่เป็นการปฏิบัติธรรมหรือ

คงไม่อ้างอีกนะว่า บรรยากาศไม่เอื้ออำนวย

ส่วนกิจกรรมอื่นๆ เช่น ได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบเรื่องนั้นเรื่องนี้

หรือได้ไปไหว้พระที่โบสถ์วิหารวันละ ๓ เวลา

หรืออะไรก็แล้วแต่ ที่ไม่ใช่ตัว “ธรรมะ” ตรงๆ ที่ตั้งใจไป “ปฏิบัติ”

แต่ก็ปลื้มใจว่าได้ประกอบกิจอันเป็นบุญกุศล “ได้บุญเยอะแยะเลย” นั้น

เป็นอันไม่ต้องมานั่งเถียงกันอีกแล้วว่า ต้องด้นด้นไปทำที่สำนักนั้นนี่ย่านั้นหรือ

จึงจะเป็นบุญกุศล

เพราะกิจดังว่านั้นย่อมไม่ใช่เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมอยู่แล้ว

และกิจแบบนี้ทำที่วัดข้างบ้าน หรือวัดใกล้ๆ แบบสะดวกๆ และทำเมื่อไรก็ได้

ก็ย่อมจะเป็นบุญกุศลเหมือนกันโดยแท้

ยิ่งอยู่ใกล้บ้าน ยิ่งทำได้บ่อย ไม่ใช่แค่ ๓ วัน ๗ วัน เท่านั้น

แต่ทำได้ทุกวัน ถ้าอยากได้บุญได้กุศลเยอะแยะจริงๆ
หรือว่าธรรมะหรือบุญกุศลในพระพุทธศาสนานั้นมีอยู่เฉพาะในสำนักนั้นนี่เท่านั้น
ในวัดใกล้บ้านไม่มี?

ยังมีคำยืนยันอีกว่า ก็รู้ว่าธรรมะนั้นปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา
และบุญกุศลก็ทำได้ทุกวัดนั่นแหละ ไม่เถียงหรอก
แต่วัดใกล้บ้านไม่มีใครไป เพราะเขาไม่ได้จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมนี้น่า
ปีนี้หนึ่งเขาอุดรฯ ลงทุนจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมกันที่หนึ่ง ๓ วัน ๗ วัน ตามเทศกาล
เราก็น่าจะไปปฏิบัติธรรม เอาบุญเอากุศลใส่ตัวกับเขาบ้างมิใช่หรือ
ถือว่าเป็นพุทธบูชาด้วย

แย้งอย่างนี้ยิ่งน่าสงสาร
ใครเป็นคนบอกคนสอน หรือไปได้ความเข้าใจแบบนี้มาจากใคร
ว่าการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้นปฏิบัติได้ตามเทศกาลที่ใครๆ เขาจัดขึ้นเท่านั้น นอกเทศกาล
ปฏิบัติไม่ได้ และไม่ต้องปฏิบัติ
และต้องปฏิบัติกันเป็นจำนวนมากๆ คน เช่นต้องมีคนไปกันเป็นร้อย
หรืออย่างน้อยก็เป็นสิบ จึงจะเป็นการปฏิบัติธรรม
ทำคนเดียวไม่ใช่การปฏิบัติธรรม

พอพูดอย่างนี้ ก็มักเลี่ยงไปอีกว่า ก็อยากจะไปหาประสบการณ์ด้วย
แล้วก็อยากจะทำลองดูบ้างด้วย
คือวนกลับไปเป้าหมายเดิม ซึ่งไม่ใช่เป้าหมายที่ถูกต้องอีกนั่นเอง

อันที่จริง ผู้แย้งก็ย่อมรู้อยู่แก่ใจว่า คำแย้งของตัวนั้นฟังไม่ขึ้นเลย
แย้งออกไปแล้วก็แย้งตัวเองได้เองทันที ว่า มิใช่เช่นนั้นเลย
แต่เพราะได้สำแดงความนิยมในการปฏิบัติธรรมตามเทศกาลออกไปแล้ว
พูดกันตรงๆ ว่าได้ “โหด” ลงไปมีส่วนร่วมในขบวนการนี้เสียแล้ว
ก็จำจะต้องหาทางเถียงแย้งไปตามเรื่อง
จะยอมรับแต่โดยดีว่า ตัวเข้าใจพลาดไปเสียแล้ว ก็ดูขัดใจอย่างไรๆ อยู่

อย่างพาลหน่อยๆ ก็อาจจะเถียงว่า มันก็ไม่ใช่เรื่องเสียหายอะไรมิใช่หรือ
ที่คนเขาไปเที่ยวไปเตร่ หรือไปทำเรื่องไร้สาระ ทำไม่ไปกันได้โครมๆ
นี่เขาไปทำความดีแท้ๆ มันเสียหายตรงไหนจึงต้องมานั่งขัดคออยู่ได้

ถ้าจะเอาแง่นี้ขึ้นมาพูด ก็ไม่เป็นไร

ถ้าพอใจที่จะทำอย่างนั้น จะเอาอย่างนั้น

ก็เชิญไปกันเถิด

ไม่มีใครว่าอะไรหรอก

เพียงแต่ขอให้รู้ ให้เข้าใจให้ถูกต้องตามความเป็นจริง

ว่าเป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้นคืออะไร

และการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนานั้น

พระพุทธเจ้าผู้เป็นเจ้าของ “ธรรม” ที่ท่านเอ่ยอ้างว่าไปเพื่อ “ปฏิบัติ” นั้น

ท่านสอนให้ปฏิบัติที่ไหน เมื่อไร และอย่างไร

ต้องบอกลงไปให้ชัดด้วยว่า นี่เป็นการปฏิบัติธรรมตามแบบที่สำนักนั้น

หลวงพ่อนี้ท่านสอน ไม่ใช่ตามแบบของพระพุทธเจ้า

อย่าได้เที่ยวมาแอบอ้างเป็นอันขาดว่า

ต้องไปปฏิบัติที่นั่น เมื่อนั้น และอย่างนั้น ตามที่ท่านทำกันอยู่นั้นเท่านั้น

จึงจะเป็นการปฏิบัติธรรมตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอน

และแม้จะมาโมเมอ้างว่า ปฏิบัติแบบนั้นก็ดี ปฏิบัติแบบนี้ก็ได้

ถูกทั้งนั้นแหละ เป็นบุญเป็นกุศลทั้งนั้นแหละ –

อย่างนี้ ก็อย่าได้อ้างเป็นอันขาด

เพราะเป็นการบิดเบือน เบี่ยงเบน และกล่าวต่อคำสอนของพระพุทธเจ้า

เพราะพระพุทธเจ้าท่านไม่ได้บอก

ว่าธรรมของท่านต้องปฏิบัติที่สำนักนั้นในเทศกาลโน้นเท่านั้น

ปฏิบัติที่อื่น ในเวลาอื่นไม่ได้

แต่ท่านสอนว่า

ธรรมของท่านนั้นถ้าเข้าใจวิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง ก็สามารถปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา

ถ้าปฏิบัติแบบนั้นก็ดี ปฏิบัติแบบนี้ก็ได้ ถูกทั้งนั้นแหละ เป็นบุญเป็นกุศลทั้งนั้นแหละ

จริงอย่างที่อ้าง

ก็ไม่ต้องมีพระพุทธเจ้า

บรรดาหลวงพ่อกันกลายเป็นพระพุทธเจ้าเองไปเรียบร้อยแล้ว

ส่วนใครจะบอกว่า ตนนั้นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นเมื่อนั้นด้วย และที่อื่นเมื่ออื่นก็ปฏิบัติด้วย
ไม่ได้ละทิ้งเลย

ก็ขออนุโมทนา

แต่อยากจะชวนให้ถามตัวเองด้วย

ว่า ถ้า ที่อื่นเมื่ออื่นก็ปฏิบัติด้วย ไม่ได้ละทิ้ง จริงแล้วไซร้

ก็ต้องแปลว่าปฏิบัติอยู่แล้วเป็นประจำ ปีละ ๓๖๕ วัน ใช่หรือไม่

หมายความว่าท่านมิได้คอยจ้องรอปฏิบัติตามเทศกาลที่สำนักนั้นนี่เขาจัดขึ้น

แต่ท่านปฏิบัติของท่านอยู่แล้วตลอดเวลาไม่ว่าที่ไหนๆ

ถ้าอย่างนี้ ท่านก็ปฏิบัติถูกต้องตามหลักของพระพุทธศาสนาอยู่แล้ว

คือธรรมะนั้นปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา

แล้วท่านยังจะต้องโอดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้เมื่อนั้นเมื่อนี้อีกทำไม?

ทำไมท่านยังต้องไปที่สำนักนั้นเมื่อถึงเทศกาลนั้นอยู่อีกเล่า

ในเมื่อปฏิบัติได้ทุกที่ และทุกเวลาอยู่แล้ว

ลองถามตัวเองดูซิ

แสดงว่าจะต้องมีอะไรที่ *ไม่เหมือนกัน* หรือมีอะไรซุกซ่อนอยู่ในใจ ใช่ไหม

อะไรที่ ไม่เหมือนกัน และอะไรที่ซุกซ่อนอยู่ในใจนี้แหละที่ควรจะต้องเปิดเผยออกมาตรงๆ

อะไรที่ว่านี้ ไม่ใช่อะไรอื่น

ที่แท้ก็คือ ความต้องการพ้นไปจากสภาพเดิมๆ ดังที่กล่าวมาแล้วอย่างหนึ่ง

และอีกอย่างหนึ่งก็คือ *ความต้องการสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ* นั่นเอง

ที่ต้องการสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ก็เพราะไม่พอใจ หรือไม่อิมกับสิ่งแวดล้อมเดิมๆ

อย่าปฏิเสธว่าไม่ใช่

สิ่งแวดล้อมเดิมๆ ก็คือชีวิตจริง หรือชีวิตประจำวันของท่านนั่นเอง

อยากเปลี่ยนจากเสื้อผ้าแบบเดิมสีเดิม ไปเป็นชุดขาว

อยากสวดมนต์แทนนั่งอ่านหนังสือ

อยากนั่งสมาธิแทนนั่งเหยียบผ้า

อยากนอนใต้กลดแทนใต้มุ้งหลังเก่า ฯลฯ

ตลอดจนอยากจะได้พบได้เห็นผู้คนอื่นๆ แทนคนเก่าๆ
หรือถ้าท่านแต่งงานอยู่แล้ว ก็อยากเปลี่ยนสถานที่แต่งงาน
อยากเปลี่ยนที่สวนมนต์
อยากเปลี่ยนที่นั่งสมาธิ
อยากเปลี่ยนที่นอน ฯลฯ
อย่างน้อยสัก ๓ วัน ๗ วัน ก็ยังดี
อย่าปฏิเสธว่าไม่ใช่
ก็ในเมื่อท่านปฏิบัติธรรมได้ทุกที่ทุกเวลาอยู่แล้ว
และท่านยังบอกเองด้วยว่า *ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละ*
แล้วท่านจะต้องไปที่สำนักนั้นเมื่อถึงเทศกาลโน้นทำไมกันอีกเล่า
ถ้าไม่ใช่เพราะท่านอยากเปลี่ยนสิ่งแวดล้อม

ถ้าอยากจะเถียงอยู่อีก ลองอย่างนี้ก็ได้
เมื่อไปปฏิบัติธรรมครบ ๓ วัน ๗ วันแล้ว ขอให้ท่านอยู่ปฏิบัติธรรมต่อไปอีกสัก ๗ วัน
เพียง ๗ วันท่านอาจจะพอทนได้
ถ้าอยู่ไปอีกสักเดือนหนึ่งละ?
ตอนนี้ท่านอาจจะมีข้ออ้างในใจขึ้นมาแล้ว เช่น *ชักเป็นหวัดบ้าน*
ก็ลองเพิ่มระยะเวลาขึ้นไปเรื่อยๆ เป็น ๓ เดือน แล้วก็ ๖ เดือน
คราวนี้ ความเบื่อหน่าย หรือความเซ็งก็จะปรากฏชัดขึ้นทันที
ถามว่าเบื่ออะไร เซ็งอะไร
ก็เบื่อบรรยากาศเดิม สิ่งแวดล้อมเดิม กิจวัตรซ้ำซากเดิมๆ นั่นเอง
ใช่หรือไม่
ก็ไหนท่านบอกว่าอยากปฏิบัติธรรมไงล่ะ
ที่ท่านโลดแล่นไปที่นั่นก็เพราะอยากปฏิบัติธรรมมิใช่หรือ
ตอนนี้ท่านก็ได้ปฏิบัติธรรมสมอยากแล้ว
ท่านยังบอกด้วยว่า ปฏิบัติมาก ก็ยิ่งได้บุญมาก
ตอนนี้ก็ไม่มีใครมาห้ามไม่ให้ท่านปฏิบัติต่อไปให้มากๆ
ก็ท่านบอกว่าอยากได้บุญมากๆ มิใช่หรือ
ท่านจะเบื่อเสียทำไมล่ะ

คราวนี้ท่านจะบอกใครๆ หรือจะตอบตัวเองว่าอะไร
เห็นความต้องการที่แท้จริงของตัวเองชัดเจนไหมละ

เคยมีคนตอบปัญหาทำนองนี้ไว้ว่า ปฏิบัติธรรมอ้อมแล้วก็ต้องพักบ้าง จะฝืนปฏิบัติไม่ได้
เปรียบเหมือนกินข้าว เมื่ออ้อมแล้วก็ต้องหยุด จะฝืนกินก็ยอมไม่ได้

แต่ตอบอย่างนี้ผิดความจริง เพราะมีหลักคำสอนอยู่ว่า “อย่าสันโดษในกุศลธรรม”
แปลให้ตรงกับเรื่องนี้ก็คือ การปฏิบัติธรรมนั้นต้องไม่รู้จักอ้อม
เพราะฉะนั้น ยิ่งปฏิบัติมากก็ยิ่งดี
ไม่ใช่ยิ่งปฏิบัติมากก็ยิ่งเบื่อ
ถ้าท่านอ้างว่า ความอดทนของคนเราย่อมมีขีดจำกัด
เมื่อทำอะไรรานานๆ เข้าก็ต้องล้าต้องเหนื่อย และต้องเบื่อ เป็นเรื่องธรรมดา
ถ้าอ้างอย่างนี้ก็จะยิ่งแย่งหน้าเข้าไปอีก
เพราะแสดงว่าท่านเข้าใจวิธีปฏิบัติธรรมผิดไปไกลมาก

การปฏิบัติธรรมกับชีวิตจริงย่อมเป็นสิ่งเดียวกัน
คือเราเอา “ธรรม” มา “ปฏิบัติ” กับชีวิตจริง
ไม่ใช่เอาไปใช้ปฏิบัติกับอะไรรายอย่างอื่นนอกชีวิตจริงเลย
ถ้าท่านพูดว่า ท่านเบื่อการปฏิบัติธรรม
ก็เท่ากับพูดว่าท่านเบื่อชีวิตจริงของท่านนั่นเอง
นี่แปลว่า ท่านแยกเอาการปฏิบัติธรรมออกมาเป็นส่วนหนึ่ง
ชีวิตจริงของท่านก็เป็นอีกส่วนหนึ่ง
ก็แปลว่าในชีวิตจริงของท่านนั้นไม่ได้มีการปฏิบัติธรรม ไซ้ไหม
ดังนั้น ที่ท่าน “ไปปฏิบัติธรรม” อยู่ ๓ วัน ๗ วัน อะไรรันนั้น
มันก็เป็นเพียงการแสดงละครอะไรอย่างหนึ่งเท่านั้นเอง
ใช่หรือไม่
เพราะมันไม่ใช่ชีวิตจริงของท่านนี่

ที่ว่า การปฏิบัติธรรมกับชีวิตจริงย่อมเป็นสิ่งเดียวกันนั้น หมายความว่า
ธรรมะนั้นต้องปฏิบัติกันตลอดชีวิต ไม่ใช่ปฏิบัติแค่ ๓ วัน ๗ วัน

นี่เป็นหลักการของชาวพุทธอยู่แล้ว

ถ้าการสวดมนต์ ฟังเทศน์ฟังธรรม นั่งสมาธิ เดินจงกรม ฯลฯ

ซึ่งท่านอ้างว่า หรือเชื่อว่า เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติธรรม

เป็นกิจที่ท่านปฏิบัติเป็นประจำทุกวันอยู่แล้วในชีวิตจริง ปีละ ๓๖๕ วัน

การอยู่ปฏิบัติธรรมที่สำนักนั้น (ก็สำนักที่ท่านพอใจเลื่อมใส สมัยครใจไปมอบกายถวายชีวิตให้เองแท้ๆ นั้นแหละ) ต่อไปอีก ๓๐ วัน หรือ ๑๖๐ วัน หรือแม้แต่ตลอด ๓๖๕ วัน

ท่านจะเบื่อกิจวัตรนี้ได้อย่างไร ในเมื่อจำนวนวันที่ท่านจะต้องปฏิบัติกิจเช่นนั้น

มันก็อยู่ในจำนวน ๓๖๕ วันที่ท่านปฏิบัติอยู่แล้วตามปกตินั่นเอง

ไม่ได้งอกเพิ่มออกไปเลยแม้แต่วันทีเดียว

ตามเหตุตามผลที่กล่าวมานี้ ความเบื่อความเซ็งของท่านจึงย่อมจะไม่ได้เกิดจากการปฏิบัติธรรม

หากแต่เกิดจากความเบื่อสิ่งแวดล้อมนั่นเอง

ลองสมมุติใหม่ก็ได้ คือสมมุติว่า สำนักปฏิบัติธรรมนั้นเขาพาท่านปฏิบัติธรรมสัญจร

คือ ๗ วันแรกอยู่ป่า

๗ วันต่อมา พาไปอยู่ชายทะเล

๗ วันต่อไป พาลงเรือไปปฏิบัติธรรมกลางทะเล

๗ วันต่อไป พาไปปฏิบัติธรรมต่างประเทศ

อะไรทำนองนี้

เชื่อได้ว่าท่านจะไม่เบื่อเลย เฉลอๆ อาจจะรู้สึกว่าการที่อยู่ต่อนั้นน้อยไปด้วยซ้ำ

นี่ก็ย่อมแสดงว่า ความต้องการที่แท้จริงของท่านก็คือสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ นั่นเอง

การปฏิบัติธรรมมีค่าเป็นเพียงสื่อที่จะพาท่านไปหาสิ่งแวดล้อมที่ท่านต้องการเท่านั้น

ข้อพิสูจน์อีกอย่างหนึ่งที่ยืนยันว่า การไปปฏิบัติธรรมเป็นเพียงสื่อที่จะพาท่านไปหาสิ่งแวดล้อมที่ท่านต้องการ ก็คือ ขอให้ลองสมมุติว่า

สำนักที่จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมก็เป็นสำนักที่ท่านใฝ่ฝันที่จะไป

ช่วงเวลาที่จัด ก็เป็นเทศกาลที่เหมาะสมทุกอย่าง

ตัวท่านเองก็พร้อมที่จะไป ใครหรืออะไรที่จะทำให้ขัดข้องก็ไม่มี

ระหว่างอยู่ที่นั่นรับประกันความปลอดภัย ไม่ต้องกลัวอะไรเลย

เรียกว่าพร้อมทุกอย่าง

มีข้อแม้อยู่แต่เพียงว่า การปฏิบัติธรรมครั้งนี้มีท่านเพียงคนเดียวเท่านั้นที่ไปปฏิบัติ

ท่านจะไปไหม?

รับรองได้เลยว่าไม่มีใครไป

ทำไมจึงไม่ไป

ก็เพราะไปคนเดียวไม่สนุก อยู่คนเดียวไม่ได้

สวดมนต์คนเดียวไม่สนุก ฟังเทศน์คนเดียวไม่สนุก นั่งสมาธิคนเดียวไม่สนุก ฯลฯ

นี่ก็เพราะจริงๆ แล้วท่านก็ยังต้องการคนอื่นๆ มาเป็นสิ่งแวดล้อมให้ท่าน

พอไม่ได้สิ่งแวดล้อมที่ต้องการ ท่านก็ปฏิบัติธรรมไม่ได้

ทั้งๆ ที่การอยู่คนเดียวนั่นแหละคือสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมที่สุดสำหรับการปฏิบัติธรรม

การจัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม ย่อมจำเป็นสำหรับการปฏิบัติธรรมในขั้นการฝึกหัด

แต่การปฏิบัติธรรมที่แท้จริงต้องทำได้ในท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่มีอยู่จริงในชีวิตประจำวันนั่นเอง

ไม่ต้องไปจัดฉากขึ้นมาใหม่แต่ประการใดเลย

เพราะในชีวิตประจำวันจริงๆ ของเรา เราไม่สามารถที่จะไปจัดฉาก

หรือไปบังคับสิ่งแวดล้อมให้เป็นไปตามที่เราต้องการได้

เหมือนในช่วงเวลาที่ “ไปปฏิบัติธรรม”

การกำจัดกิเลสอันเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมนั้นคือการกำจัดกิเลสในชีวิตจริง

ไม่ใช่กำจัดเฉพาะกิเลสที่มีอยู่ในช่วงเวลา ๓ วัน ๗ วัน ที่ไปปฏิบัติธรรม

เมื่อเป้าหมายที่แท้จริงของการปฏิบัติธรรมอยู่ที่ชีวิตจริงท่ามกลางสิ่งแวดล้อมจริง

จึงไม่จำเป็นเลยที่จะต้องวิ่งไปหาสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ไหนอีก

ถ้าเรายังต้องวิ่งไปหาสำนักปฏิบัติธรรมที่โน่นที่นั่นอยู่จึงจะถือว่าได้ปฏิบัติธรรม

ก็แปลว่าเราเข้าใจผิดอย่างฉกรรจ์ในสาระสำคัญของการปฏิบัติธรรมนั่นเอง

สาระสำคัญของการปฏิบัติธรรมก็เหมือนกับสาระสำคัญของการกินอาหาร

ผู้รู้ท่านชี้ไว้ว่า คุณค่าของการกินอาหารมี ๒ อย่าง คือ *คุณค่าแท้* กับ *คุณค่าเทียม*

คุณค่าแท้ คือการที่สารอาหารเข้าไปหล่อเลี้ยงร่างกายเพื่อดำรงชีพ

และให้พลังงานเพื่อทำหน้าที่ต่างๆ ได้ต่อไป

ส่วนคุณค่าเทียม มีหลายอย่าง เช่น ความอร่อย ความหรูหรา บรรยากาศแวดล้อม ตลอดจนเป็นสื่อ

สัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้วยความมุ่งหมายต่างๆ เป็นต้น

คุณค่าแท้ของการปฏิบัติธรรม คือการอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่าทัน

และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย

ส่วนผลอื่นๆ นอกจากนี้ เช่นความสบายใจช่วงเวลา ๓ วัน ๗ วัน การได้ความรู้ ได้ประสบการณ์ การได้สัมผัสกับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ การได้สัมผัสกับปรากฏการณ์แปลกๆ บางอย่างในระหว่าง “ไปปฏิบัติธรรม” หรือแม้แต่สิ่งที่เราเรียกว่าบุญกุศล อันเกิดจากการปฏิบัติกิจวัตรต่างๆ ผลเหล่านี้หากมิได้มีส่วนก่อคุณให้เกิดคุณค่าแท้ดังกล่าวแล้ว ก็ถือว่าเป็นคุณค่าเทียมทั้งสิ้น

หากภายในบ้าน มีอาหารที่ให้คุณค่าแท้เพียงพออยู่แล้ว ถ้าคนในบ้านนั้นยังพากันออกไปกินอาหารนอกบ้าน ก็แปลว่า ได้เกิดความต้องการคุณค่าเทียมของอาหารขึ้นแล้ว

ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมในชีวิตประจำวันจริงๆ นั้นแหละ คือสถานที่ที่เราจะต้อง “ปฏิบัติธรรม” เพราะคุณค่าแท้ที่อยู่ที่นี่ ถ้าใครยังต้องการโลดแล่นไปปฏิบัติธรรมตามที่ต่างๆ ตามเทศกาลต่างๆ อยู่อีก ก็แปลว่า ได้เกิดความต้องการคุณค่าเทียมของการปฏิบัติธรรมขึ้นแล้ว

นอกจากนี้ การที่เราจะต้องวิ่งไปหาสำนักปฏิบัติธรรมตามเทศกาล ยังเป็นการฟุ้งอยู่ในตัวว่า เรายังไม่ได้ปฏิบัติธรรมจริง เราเพียงแต่ไปฝึกวิธีปฏิบัติธรรมเท่านั้น ข้อที่เรามักทำผิดอย่างน่าเสียดายก็คือ เรามักจะไม่ได้นำเอาวิธีฝึกปฏิบัติธรรมที่อุทิศส่ำหกลงทุนทั้งชีวิตจริงไป ๓ วัน ๗ วันนั้นมาใช้ปฏิบัติในชีวิตจริงเลย เพราะเข้าใจผิดคิดว่า ได้ *ไปปฏิบัติธรรม* มาเรียบร้อยแล้วแล้วตั้ง ๓ วัน ๗ วัน ทั้งๆ ที่ความจริงแล้วเราเพียงแต่ *ไปฝึกวิธีปฏิบัติธรรม* มาเท่านั้น

ทีนี้บางคนอาจจะบอกว่า ชีวิตจริงมันก็เป็นชีวิตของฉัน ฉันพอใจที่จะปฏิบัติเฉพาะที่นั่น เมื่อนั้น ๓ วัน ๗ วันเท่านั้นพอ ส่วนเมื่อกลับมาถึงบ้าน มาอยู่กับชีวิตจริงๆ แล้ว จะมาทุกข์ระทมจมปลักอยู่กับปัญหาชีวิตต่อไปตามเดิมอีกปีละเกือบ ๓๖๐ วัน

มันก็เป็นเรื่องของฉัน ใครไม่ต้องมาเสื่อ -
ฉันได้รับความสุขสงบใจได้ตั้งปีละ ๓ วัน ๗ วัน ฉันก็พอใจแล้ว
ดีกว่าไม่ได้อะไรเลยมิใช่รี

ใครคิดอย่างนี้ ก็เชิญตามสบาย
และตรงนี้แหละที่บอกไว้ว่า เป็นการปฏิบัติธรรมแบบเข้าห้องแอร์ หรือแบบคนติดยา

เมื่ออากาศภายในบ้านมันร้อน เราก็ยอมจะไม่ชอบ อยากจะพ้นไปจากความร้อน
อยากจะให้มันเย็นสบาย
พอมิใครมาบอกว่า ที่ตรงโน้นมีห้องแอร์ เขาจัดไว้สำหรับหลบร้อน นั่งได้คนละชั่วโมงเขาคิดไม่แพงหรอก
เข้าไปสิ
เราก็ดีใจมาก เข้าไปก็เย็นฉ่ำจริงๆ ดังที่เขาว่า สบายตัวมากเลย
หนึ่งชั่วโมงผ่านไปด้วยความเย็นฉ่ำขึ้น
ต้องออกเพราะหมดเวลา
ถึงมีเวลาก็อยู่ในนั้นทั้งคืนทั้งวันไม่ได้
เพราะกิจธุระการงานประจำวันที่จะต้องทำ มันอยู่ข้างนอก
เขาไม่ให้เอาเข้าไปทำในห้องแอร์
ออกมา กลับเข้าบ้าน แล้วเจออะไร
ก็เจอความร้อนภายในบ้านเหมือนเดิม เท่าเดิม ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง
แล้วก็ไม่ชอบ อยากจะพ้นไปจากความร้อนอีก
แล้วก็ต้องหาทางไปนั่งในห้องแอร์อีก เพราะรู้แล้วว่าในนั้นเย็นสบายดี
แล้วก็ออกมาเจอความร้อนนอกห้องแอร์อีก
แล้วก็อยากเข้าไปนั่งในห้องแอร์อีก
วนเวียนอยู่อย่างนี้โดยไม่มีวันจบสิ้น

ลองถามตัวเองดูซิว่า นี่เป็นวิธีแก้ปัญหาก็ถูกต้องหรือเปล่า
สาเหตุที่เราต้องไปเข้าห้องแอร์ก็เพราะอากาศข้างนอก คือในบ้านเรามันร้อน
วิธีแก้ปัญหาก็ถูกต้องก็คือ ต้องตามไปดูว่า ในบ้านเรามันร้อนเพราะอะไร
เมื่อพบสาเหตุที่ทำให้บ้านเราร้อนแล้ว ก็ต้องไปแก้ที่สาเหตุนั้น
ไม่ใช่แก้ด้วยการหลบไปเข้าห้องแอร์ อันเป็นการหลบเลี่ยงปัญหาซัดๆ

เมื่อสาเหตุแห่งความร้อนในบ้านเรายังไม่ได้ถูกแก้ไข ความร้อนมันก็ย่อมจะยังคงอยู่
เมื่อความร้อนยังคงอยู่ เราก็ต้องหลบไปเข้าห้องแอร์อยู่ร่ำไป
แต่เมื่อสาเหตุแห่งความร้อนถูกแก้ไขแล้ว ความร้อนในบ้านเราก็ย่อมจะหมดไป
เมื่อในบ้านไม่ร้อน เราก็อยู่ได้สบาย
อยู่ในบ้านเราเองก็เย็นสบาย เหมือนกับที่บ้านเราทั้งหลังเป็นห้องแอร์อยู่แล้วในตัว
เราก็ไม่จำเป็นต้องไปเข้าห้องแอร์ที่ไหนอีกต่อไป

ชีวิตจริง สิ่งแวดล้อมจริงในชีวิตประจำวันของเรา เปรียบเหมือนอากาศในบ้านเรา
การที่เรามีปัญหาสารพันนั้นในชีวิตประจำวันจนรู้สึกว่าจะไม่มีความสุขในชีวิตจริง
ก็เหมือนกับว่าอากาศในบ้านมันร้อน
การที่เราโลดแล่น “ไปปฏิบัติธรรม” ที่สำนักนั้นนี่
ก็เหมือนคนหลบความร้อนในบ้านไปนั่งในห้องแอร์
บางคนอาจจะมีวิธีหลบความร้อนแตกต่างจากเรา เช่นไปกินไปดื่มไปเที่ยวเตร่
แต่ไม่ว่าจะหลบด้วยวิธีไหน ความมุ่งหมายก็ตรงกันคือ ไปหาความสุขนอกบ้าน

ขอย้ำความเข้าใจไว้ตรงนี้อีกทีหนึ่งว่า
มาถึงตรงนี้เราเข้าใจตรงกันแล้วว่า เป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรมคือ
การกำจัดกิเลสในตัวเองจนลุล่วงความพันทุกข์
หรือที่กล่าวว่า **การอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่าทัน และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย** เท่านั้นเท่านั้น
อื่นจากนี้ไม่ใช่
แม้แต่ที่อ้างว่าเพื่อไปเพื่อแสวงบุญ หรือเติมบุญให้แก่ชีวิต ก็อ้างไม่ได้
เพราะบุญที่ว่ามันแสวงได้และหาเติมได้ทุกที่ทุกเวลา
โดยเฉพาะแสวงกันใกล้ๆ บ้านย่อมสะดวกกว่าและมีโอกาสแสวงได้มากกว่า
ดังที่ได้อภิปรายกันมามากแล้ว
จึงไม่ต้องมานั่งตะแบงเถียงอีกว่า **ฉันไม่ได้ไปปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลส**
แต่ไปเพื่อแสวงบุญให้แก่ชีวิตต่างหาก ...

มาว่ากันต่อ

ปฏิบัติธรรมครบกำหนด ๓ วัน ๗ วัน กลับบ้าน

ก็เหมือนคนเข้าไปนั่งในห้องแอร์ แล้วก็ออกมาจากห้องแอร์
ไม่ต้องทายก็รู้ว่าจะกลับมาเจอกับอะไร
ก็มาเจอปัญหาสารพันนั้นนี่ในชีวิตประจำวันจนรู้สึกที่ไม่มีความสุขในชีวิตจริง
อันเป็นปัญหาเดิมที่มีอยู่ก่อนจะไปปฏิบัติธรรมนั่นเอง
ก็เหมือนคนที่ออกจากห้องแอร์มาเจอความร้อนนอกห้องแอร์อีกนั่นแหละ
พอเจอปัญหาสารพันนั้นนี่ในชีวิตประจำวันอีก
ก็อยากโลดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้อีก
เหมือนคนอยากจะหลบร้อนในบ้านเข้าไปนั่งในห้องแอร์อีก
วนเวียนอยู่อย่างนี้โดยไม่มีวันจบสิ้น

วิธีแก้ปัญหาที่ถูกต้องก็คือ หยิบยกเอาปัญหาสารพันนั้นนี่ในชีวิตประจำวันนั้นแหละ
ขึ้นมาคลี่ดูว่า ปัญหามันคืออะไรกันแน่ หรือมันคืออะไรกันบ้าง
สถานที่ที่เหมาะสมที่สุดที่จะหยิบยกเอาปัญหามันขึ้นมาคลี่ดูก็คือที่ที่ปัญหามันกำลังเกิดขึ้น
ซึ่งก็คือในบ้านเรา ในสิ่งแวดล้อมจริงของเราในชีวิตประจำวันของเรานั้นเอง
ก็ปัญหามันเกิดขึ้นที่บ้าน แต่เรากลับวิ่งไปแก้ที่สำนักปฏิบัติธรรมที่โน่น มันจะถูกที่หรือ
ปัญหาเกิดขึ้นแล้วเดี๋ยวนี้เอง แต่เรากลับรอให้ถึงเทศกาลปฏิบัติธรรมจึงจะแก้
มันจะทันการณ์ที่ไหน
ข้อเท็จจริงจึงปรากฏว่า คนที่ไปปฏิบัติธรรมกันนั้นไม่ได้เอาปัญหาในชีวิตจริงสิ่งแวดล้อมจริงไปแก้
แต่ไปได้สัมผัสกับอารมณ์ใหม่ ในสิ่งแวดล้อมใหม่
ซึ่งแตกต่างจากชีวิตจริงสิ่งแวดล้อมจริงเกือบจะโดยสิ้นเชิง
แม้แต่ในขณะจิตที่กำลังกำหนดอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง เช่นความเมื่อยความปวด
ที่เกิดขึ้นในระหว่างนั่งสมาธิ และเข้าใจว่านี่แหละคือตัว “ธรรม” ที่ตนกำลัง “ปฏิบัติ”
นั่นก็หาใช่ตัวปัญหาจริงในชีวิตประจำวันแต่อย่างใดไม่
มันเป็นแค่แบบฝึกหัด หรือฉากที่ถูกจัดขึ้นเท่านั้น
เพราะทั้งเหตุการณ์ สถานที่ และเวลา
ล้วนแต่ห่างไกลกับความเป็นจริงในชีวิตจริงทั้งสิ้น
เป็นการปฏิบัติแบบหนีปัญหา หรือทิ้งปัญหาโดยสิ้นเชิง

บางอาจารย์ถึงกับย่ำว่า ขอให้ลืมเรื่องราวปัญหาต่างๆ ที่บ้านให้หมด ทิ้งไว้ที่บ้าน
อย่าไปคิดคำนึงถึง ให้ใจจดจ่ออยู่กับอารมณ์ปัจจุบันขณะนี้เท่านั้น

แล้วก็วัดผลกันตรงที่ว่าใครจะล้มปัญหาในชีวิตจริงได้สนิทกว่ากัน
ใครล้มได้สนิทเท่าไร ถือว่าปฏิบัติธรรมได้ผลมากเท่านั้น
เป็นการปฏิบัติแบบหนีปัญหา หรือทิ้งปัญหาโดยสิ้นเชิง

ในหลักอริยสัจนั้น *ทุกข์* ก็คือตัวปัญหาต่างๆ ที่ประสบอยู่ในชีวิตจริง
และวิธีปฏิบัติต่อทุกข์นั้น คือท่านให้ “กำหนดรู้”

กำหนดรู้ คือทำอะไร

ก็คือหยิบยกเอาขึ้นมาคลี่ดูว่า ปัญหานั้นคืออะไรบ้าง หรือมันคืออะไรกันแน่ - ดังที่กล่าวแล้วนั่นเอง
ท่านให้กำหนดรู้ทุกข์ ไม่ใช่ให้หนีทุกข์ หรือให้ทิ้งทุกข์

หลักข้อนี้ปรากฏชัดอยู่ในคำสอนของพระพุทธเจ้า เช่นใน*ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร* เป็นต้นผู้ไปปฏิบัติธรรม
ส่วนมากสวดพระสูตรนี้ได้ (แม้จะกางหนังสือสวดก็ตามที)

บางท่านไม่ใช่แค่สวดเนื้อความของพระสูตรได้ แต่ยังสามรถเอื้อนเอ่ยบทนำ (หรือที่รู้จักกันว่า *บทชด
ธรรมจักร*) ของพระสูตรนี้เป็นทำนองสรภัญญะได้อย่างไพเราะเพราะพริ้งอีกด้วย
และส่วนมากคงจะเคยได้ฟังเขาบอกกัน (และตัวเองก็เชื่อ) ว่า สวดธรรมจักรแล้ว
มีอานิสงส์มากอย่างนั้นอย่างนี้

แต่ก็อาจจะเชื่อตามเขาแบบเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ คือเชื่อว่าสวดธรรมจักรแล้วก็จะดีเอง
โดยที่ตัวผู้สวดไม่ต้องทำอะไรอีก รอให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ดลบันดาลให้

มาเข้าเรื่องต่อ

เมื่อปัญหาในชีวิตประจำวันเป็นสิ่งที่จะต้องหยิบยกขึ้นมาพิจารณาดูให้เห็นถ่องแท้

เช่นนี้ เราจะต้องทิ้งชีวิตประจำวันไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน ที่ไหนกันอีกเล่า

เราอยู่ที่บ้านนั่นเองก็มี “ธรรม” ให้ “ปฏิบัติ” ได้ทันที

เป็นของจริง เป็นปัจจุบันทันด่วนที่ทั้งเหตุการณ์ สถานที่ และเวลา

ไม่ต้องไปแสวงหาอารมณ์ปัจจุบันที่ไหนอีกแล้ว

ถึงตรงนี้ก็คงจะมีบางท่านคิดแย้งว่า สิ่งแวดล้อมในชีวิตประจำวันไม่เอื้ออำนวย

ให้ปฏิบัติธรรมตามที่ว่านี้ได้ จึงจำเป็นจะต้องไปแสวงหาสถานที่ที่เอื้ออำนวย

เพื่อฝึกปฏิบัติธรรมให้มีจิตใจเข้มแข็งก่อน แล้วจึงจะนำมาใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริงต่อไป

อยู่ๆ จะให้ปฏิบัติธรรมที่บ้านทันทีคงจะไม่มีใครทำได้สักกี่คน

อันที่จริงความคิดแย้งนี้เป็นแนวคิดที่ได้อภิปรายมาบ้างแล้ว

แต่เอามาพูดกันให้ชัดอีกทีหนึ่งก็ได้

กล่าวคือ เมื่อท่าน “ไปปฏิบัติธรรม” นั้นท่านได้ตั้งเป้าหมายว่าจะไปฝึกวิธีปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลส

ภายในจิตใจของตน แล้วนำเอาวิธีนั้นมาใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริง

ท่านตั้งใจเช่นนี้หรือเปล่า ?

ส่วนมากจะคิดแต่เพียงว่า ไปปฏิบัติธรรมเพื่อให้ใจสบาย เพื่อหาความรู้

หาประสบการณ์ เพื่อเก็บเกี่ยวบุญกุศล ฯลฯ ดังที่ได้ชี้ให้เห็นมาแล้ว

และในเนื้อแท้ของกระบวนการ “ปฏิบัติธรรม” ก็แทบจะไม่ได้ชี้จุดลงไปไหนเลย

ว่าให้หยิบเอาปัญหาในชีวิตจริงขึ้นพิจารณาอย่างนี้ๆ นะ

อย่างที่ตรงจุดที่สุดตามหลักของการปฏิบัติธรรมก็คือสอนให้พิจารณาอารมณ์ที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งก็ต้องเป็น

ปัจจุบันที่กำลังนั่งปฏิบัติธรรมอยู่ที่สำนัคนั้น เช่นปัญหาเรื่องปวดเรื่องเมื่อยในขณะที่ “นั่ง”

ไม่ใช่ปัจจุบันที่ปัญหาได้เกิดขึ้นในสิ่งแวดล้อมจริงในชีวิตจริงที่บ้าน

ซึ่งในขณะที่ปฏิบัติธรรมอยู่นั้น ปัญหาในชีวิตจริงสถานที่จริงได้เกิดขึ้น

และผ่านพ้นไปแล้ว

และส่วนที่จะเกิดต่อไปก็ยังไม่เกิด

ต่อเมื่อนักปฏิบัติธรรมคนนั้นกลับไปถึงบ้าน ไปสู่ชีวิตจริงนั้นแหละ

จึงจะได้สัมผัสกับปัญหานั้นที่เป็นอารมณ์ปัจจุบันจริงๆ อีก

และตรงจุดนั้นแหละที่จะวัดผลกันว่า นักปฏิบัติธรรมได้นำเอากลวิธีแก้ปัญหา

ที่ควรจะได้จากการไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน ไปใช้ในชีวิตจริงได้จริงหรือเปล่า

ถ้านำไปใช้ได้จริง ผลที่ออกมาจะต้องปรากฏว่า ท่านผู้นั้นสามารถอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่า

ทัน และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย

ถ้าผิดไปจากนี้ เช่นยังทุกข์เพราะเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันเท่าเดิมเหมือนเดิม

หรือเปลืองๆ ทุกข์มากกว่าเดิม

ก็แปลว่า ที่ท่านอ้างว่าต้องไปแสวงหาสถานที่ที่เอื้ออำนวยเพื่อฝึกปฏิบัติธรรม

ให้มีจิตใจเข้มแข็ง แล้วจึงจะนำมาใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริงต่อไป นั้น

ท่านทำไม่ได้จริง หรืออันที่จริงก็คือไม่ได้ทำนั่นเอง

นักปฏิบัติธรรมส่วนมากจะเข้าใจว่า ตนได้ปฏิบัติธรรมเสร็จเรียบร้อยแล้ว

ภายใน ๓ วัน ๗ วัน ที่อยู่ที่นั่น

และได้บรรลุผลไปเรียบร้อยแล้ว คือได้ความสบายใจ ได้ความรู้

ได้ประสบการณ์ และได้บุญได้กุศลเยอะแยะไปเรียบร้อยแล้ว

เมื่อกลับมาถึงบ้าน ก็ไม่ต้องเอาอะไรมาทำอะไรอีก

นอกจากผลบุญกับสุขทุกข์อันเกิดจากปัญหาในชีวิตจริงเหมือนเดิม ด้วยอารมณ์เดิมเหมือนเมื่อก่อนจะไปปฏิบัติธรรม

แล้วก็รอคอยด้วยความหวังว่า เมื่อไรที่ไหนเขาจะจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมกันอีก

แล้วก็ภาวนาว่าขอให้ข้าพเจ้ามีโอกาสปลอดโปร่งได้ไปปฏิบัติธรรมกับเขาอีกด้วยเถิด

เพื่อที่จะได้อิ่มอกอิ่มใจเหมือนเดิม และกลับมาอีต้อัดขัดใจกับชีวิตจริงสิ่งแวดล้อมจริงเหมือนเดิมอีก

เป็นการปฏิบัติธรรมแบบหลบทุกข์ หรือกลบทุกข์

ไม่ต่างอะไรกับคนหลบร้อนที่บ้าน ไปนั่งห้องแอร์นอกบ้านนั่นเอง

และไม่ผิดอะไรกับคนที่เบื่อชีวิตจริงซึ่งมีแต่ปัญหา มีแต่ทุกข์

แล้วก็เลยใช้วิธีหนีปัญหาเข้าไปอยู่ในโลกส่วนตัว โดยใช้ยาเสพติด

ในขณะที่ยาออกฤทธิ์นั้น ชีวิตจริงซึ่งมีแต่ปัญหามีแต่ทุกข์ จะละลายหายวับไปกับตา กลายเป็นความเอิบอิมเหมือนอยู่ในแดนสวรรค์

คนเสพยาจะมีความสุขมากเหลือจะพรรณนา

แต่เมื่อยามหมดฤทธิ์ ความกลุ้ม ความทุกข์ ความเบื่อหน่ายอันเกิดจากปัญหาในชีวิตจริงก็จะกลับมาท่วมทับหัวใจอีก

เพราะข้อเท็จจริงก็คือ ปัญหาเหล่านั้นยังไม่ได้ถูกแก้ไขเลยแม้แต่น้อย

ยังมีอยู่เท่าเดิมเหมือนเดิม และมีแต่จะยิ่งมีมากขึ้นกว่าเดิมด้วยซ้ำไป

เมื่อปัญหายังไม่ได้ถูกแก้ไข

และใจที่รับกระทบตัวปัญหาก็ยังไม่ได้ถูกฝึกให้รู้เท่าทันความเป็นจริง

ความกลุ้ม ความทุกข์ก็ยังคงต้องเกิดอยู่ต่อไป เพราะเหตุของมันยังอยู่

เมื่อกลุ้ม เมื่อทุกข์ ก็หาทางหนีด้วยวิธีเดิม คือต้องเสพยาอีก

เมื่อเสพ ก็สุข

พอหมดฤทธิ์ยา ก็หมดสุข

ก็ทุกข์อีก

แล้วก็อยากเสพอีก สุขอีก

พอหมดสุข ก็ทุกข์อีก อยากเสพอีก

วนเวียนอยู่อย่างนี้โดยที่ตัวปัญหาหรือต้นตอของปัญหาก็ยังคงอยู่เหมือนเดิมนั่นเอง

นักปฏิบัติธรรมส่วนหนึ่งซึ่งอาจจะเป็นส่วนมากด้วย
นิยมใช้การปฏิบัติธรรมเป็นโลกส่วนตัวเหมือนคนใช้ยาเสพติด
คือเมื่อกลุ่มเมื่อทุกข์กับชีวิตจริง ก็หยุดชีวิตจริงไว้ชั่วคราว
โลดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้เหมือนไปเสพยา
ในช่วงเวลาที่ปฏิบัติธรรมก็เห็นผล เช่น จิตใจสงบเย็น นั่งสมาธิได้ตั้งนั่งแน่
อยู่ในสมาธิได้เนิ่นนาน มีความสุขดื่มด่ำลึกซึ้ง
จนเข้าใจว่าตนได้บรรลุธรรมอะไรสักอย่าง
เหมือนความสุขที่เกิดจากฤทธิ์ยา
แต่เมื่อครบกำหนด เวลาปฏิบัติธรรมสิ้นสุดลง กลับบ้าน
กลับมาอยู่กับชีวิตจริง เผชิญสถานการณ์จริงซึ่งยังไม่ได้รับการแก้ไขแต่ประการใด
และเผชิญด้วยความรู้สึกเดิมๆ เหมือนก่อนที่จะไปปฏิบัติธรรม
ความกลัว ความทุกข์ก็เข้ามาครอบงำจิตใจเหมือนเดิม
เปรียบเหมือนเมื่อยาหมดฤทธิ์ ความรู้สึกของคนเสพก็กลับมาหลุ่มมาทุกข์เหมือนเดิมเพราะปัญหาในชีวิตก็
ยังคงมีอยู่เหมือนเดิม ไม่ได้มีใครมาทำให้หายไปไหน
ความคิดจิตใจที่รู้สึกต่อปัญหานั้นก็ยังคงเป็นจิตใจเดิม
เป็นจิตที่ไม่เคยรู้เท่าทันปัญหา ไม่เคยรู้วิธีที่ถูกต้องในการจัดการกับปัญหา
และไม่เคยรู้วิธีที่จะปรับกระบวนการความคิดให้ถูกต้อง
เมื่อเผชิญปัญหาเดิม ก็ย่อมจะต้องทุกข์เหมือนเดิม

นักปฏิบัติธรรมเมื่อกลับมาทุกข์อีก ก็ถวิลหาวันเวลาที่จะได้ไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้อีกเพื่อจะได้ไปสัมผัส
ความดื่มด่ำลึกซึ้งจากการปฏิบัติธรรมอีก
เหมือนคนเสพยาที่ถวิลหาหาที่จะได้เสพอีก
เพื่อจะได้เข้าไปอยู่ในโลกแห่งความสุขอีก
โดยที่ไม่เคยคิดจะเอากลวิธีที่ได้จากการไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน
มาใช้กับชีวิตประจำวันจริงๆ
การปฏิบัติธรรมแบบคนติดยาจึงดำเนินไปด้วยประการฉะนี้

ก็มาถึงปัญหาที่ท่านคงจะอยากถามว่า แล้วจะให้ทำอย่างไร?
จะให้เอา “แบบฝึกหัด” ที่ได้จากการไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
มาใช้แก้ปัญหามในชีวิตจริงให้ได้ตรงกับเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมได้อย่างไรมึทราบ?

คำตอบก็อยู่ที่ว่า ท่านเข้าใจถึงเนื้อหาของสาระของการปฏิบัติธรรมว่าอย่างไร
ชี้ให้ตรงลงไปก็คือ ท่านมองเห็นเป้าหมายของกิจกรรมต่างๆที่ท่านกำหนดให้ท่านปฏิบัติในระหว่างที่ท่าน “ไป
ปฏิบัติธรรม” อยู่ที่นั่นชัดเจนและถูกต้องแค่ไหน
ก็อย่างที่เคยชี้ชวนให้ท่านคิดมาแล้วข้างต้น เช่น
ท่านแต่งชุดขาวเพื่ออะไร ท่านสวดมนต์เพื่ออะไร ท่านฟังเทศน์ฟังธรรมเพื่ออะไร
ท่านนั่งสมาธิเพื่ออะไร ท่านเดินจงกรมเพื่ออะไร ท่านกินข้าววันละมื้อเดียวเพื่ออะไร ทำไมจึงใช้กะละมังใส่
ข้าว ท่านนอนในกลดเพื่ออะไร ท่านนอนกับพื้นดินเพื่ออะไร ฯลฯ
ถ้าท่านตีปัญหาเหล่านี้แตก ท่านก็จะรู้ได้ทันทีว่า ในชีวิตจริงในสิ่งแวดล้อมจริง ท่านควรจะทำตัวทำใจ
อย่างไรจึงจะมีทุกข์น้อยที่สุดจนถึงไม่มีทุกข์เลย

จะลองตีปัญหานำทางให้เล็กน้อยก็ได้

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องนั่งขาวห่มขาวตลอดเวลา
แต่ถ้าท่านมีปัญหาน้อยที่สุดกับเรื่องเสื้อผ้าอาภรณ์
อะไรก็แต่งได้ ขอให้ถูกกาลเทศะเป็นอันใช้ได้ ไม่มากเรื่อง
ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้ข้อหนึ่งแล้ว ท่านก็มีทุกข์น้อยลงไปเรื่องหนึ่งละ

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องสวดมนต์ทุกวัน วันละ ๒ เวลา
แต่ถ้าท่านทำงานประจำวันด้วยจิตใจที่แน่วแน่มั่นคง ไม่ฟุ้งซ่าน
มีความสุขกับงาน และเข้าใจถึงคุณค่าแท้และคุณค่าเทียมของงาน
*เช่นงานตัดเย็บเสื้อผ้า คุณค่าแท้คือความประณีตบรรจง ได้รูปทรงตามต้องการ
ทนทานตามสภาพการสวมใส่ ส่วนค่าจ้างการตัดเย็บเป็นเพียงคุณค่าเทียม* อย่างเป็นต้น
เมื่อใดที่ท่านทำงานได้ในลักษณะดังกล่าวนี้ แม้ท่านจะไม่มีเวลาสวดมนต์เลย
ท่านก็มีความสุขกับการทำงานประจำวัน
เมื่อนั้นก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้ข้อหนึ่ง

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องฟังเทศน์ฟังธรรมทุกวัน
แต่ถ้าท่านหมั่นศึกษาหาความรู้ทางธรรมทั้งทางตรงและทางอ้อม
แม้แต่การพูดคุยสนทนากับใครๆ ในชีวิตประจำวันตามปกติ
ถ้าท่านรู้จักขบคิดเรื่องที่พูดคุยกันให้ได้ข้อคิดในทางธรรม

แล้วนำเอามาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตัวเองให้ตรงตามประเด็นขึ้น
ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่งเหมือนกัน

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องกินวันละสองมื้อหรือมื้อเดียว
หรือจะต้องใช้กะละมังใส่อาหารเหมือนกับตอนที่ท่านไปอยู่ปฏิบัติธรรมที่นั่นที่โน่น
แต่ถ้าท่านฝึกให้เป็นคนกินง่าย
อะไรที่ไม่เป็นโทษต่อร่างกาย ท่านกินได้หมด ไม่มากเรื่อง
เสียเวลากับเรื่องกินให้น้อยที่สุด
เพื่อที่ท่านจะได้มีเวลาทำกิจอย่างอื่นให้ได้มากขึ้น
ทำได้แบบนี้ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่ง
เป็นการปฏิบัติจริง ไม่ใช่จัดฉาก

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องกางกลดนอนบนผ้าอย่างที่ปูกับพื้นดิน
แต่ถ้าท่านฝึกตัวเองให้เป็นคนนอนง่าย ไม่ติดความสบายในการนอน
ไม่เห็นแก่นอน ไม่เอาแต่นอน
แต่นอนเพื่อให้ร่างกายได้พักผ่อนให้เต็มที่ มีกำลังเร็วแรงที่จะทำงานในวันต่อไปได้
ทำได้แบบนี้ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่ง
เป็นการปฏิบัติจริง ไม่ใช่จัดฉาก

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องนั่งสมาธิทุกวัน
แต่ถ้าท่านรู้จักปิดอารมณ์ของท่านมิให้แส่ออกไปรับเรื่องราวภายนอก
ไม่ว่าจะเป็นอะไรก็ตามที่มา “กระทบ”
เช่น
เสียงดังข้างบ้าน
ความเอะอะอีกทีกรอบๆ ตัว
ความร้อน ความเย็น ความอบอ้าวของอากาศ
เหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้น
คำพูดของใครๆ ที่ท่านได้ยิน
การกระทำของใครๆ ที่อยู่รอบตัวท่าน
และแม้แต่กิริยาท่าทางของใครบางคนที่เข้ามาสัมผัสกับท่าน

ๆ

ทั้งหมดนี้คือที่พระท่านเรียกว่า *รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส*

รวมตลอดไปถึงความคิดทุกอย่างที่เกิดขึ้นมาในใจของท่านเอง

ถ้าท่านรู้จักหยุดใจตัวเองไม่ไปอกรับสิ่งทั้งปวงเหล่านี้

คือไม่ไปรู้สึกชอบ รู้สึกชัง

ควบคุมอารมณ์ให้ตั้ง นิ่ง แน่วแน่อยู่กับกิจที่ท่านกำลังทำอยู่เพียงอย่างเดียว

เหมือนกับว่าไม่มีสิ่งเหล่านั้นเกิดขึ้นเลย มีแต่ท่านอยู่เพียงผู้เดียวเท่านั้น

ทำได้แบบนี้ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่งเหมือนกัน

ในชีวิตจริง มิใช่ว่าท่านจะต้องเดินจงกรมทุกวัน

แต่ถ้าท่านฝึกตัวเองให้มีสติอยู่ในทุกอิริยาบถ

ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน หยิบ จับ เขี่ยต งอ เหลียวแล เคลื่อนไหวมือเท้าแขนขา

หรือแม้จะนั่งๆ ได้แต่หายใจกับกระพริบตา ท่านก็มีสติกำกับอยู่ทุกลมหายใจ

และที่สำคัญที่สุดก็คือ

ในขณะที่ท่านทำ พูด คิด อะไรกับใคร หรือกับเรื่องราวเหตุการณ์ใดๆ ก็ตาม

ท่านรู้ตัวอยู่ตลอดเวลาว่าท่านกำลังทำอะไร พูดอะไร คิดอะไร

กำลังชอบ กำลังชัง หรือกำลังเฉย

ใช้สติระงับตัวเองไปทุกขณะจิต

เหมือนกับมีใครอีกคนหนึ่งกำลังจับตาดูท่านอยู่ตลอดเวลา

ทำได้แบบนี้ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่งเหมือนกัน

และเป็นข้อที่วิเศษมากๆ ด้วย

คือท่านจะสัมผัสอยู่กับความเป็นจริงในชีวิตโดยที่เดือดร้อนน้อยที่สุด

หรือแทบจะไม่เดือดร้อนอะไรเลย

เหมือนกับว่าท่านเป็นเพียงผู้ดู ไม่ใช่ผู้ที่กำลังโอดลงไปคลุกกับเหตุการณ์

เมื่อท่านเป็นผู้ดู ท่านก็จะมีสติปัญญา

มองเห็นจุดดีจุดด้อยจุดอ่อนจุดแข็งในเหตุการณ์นั้นๆ

จนสามารถบอกตัวเองได้ว่า

ควรทำ ควรพูด ควรคิดอย่างไรกับเหตุการณ์ที่ท่านกำลังประสบอยู่

จึงจะเกิดผลดีมากที่สุด และเกิดผลเสียน้อยที่สุด

และตรงนี้แหละคือสิ่งที่ต้องประสงค้ในชีวิตประจำวัน

และเป็นเป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรม

.....

นี่ก็คือการถอดเอาสาระจากการไปปฏิบัติธรรมมาใช้ในชีวิตจริง

นี่คือการ “ปฏิบัติธรรม” ที่ตรงที่สุด

คือปฏิบัติกับชีวิตจริงๆ สิ่งแวดล้อมจริง ที่เราสัมผัสพบเห็นจริงๆ อยู่ทุกเมื่อเชิ้อวัน

โดยไม่ต้องหลบไปหาสิ่งแวดล้อมใหม่ที่ไหน

และไม่ต้องไปจัดฉากให้ผิดไปจากความเป็นจริงในชีวิตประจำวันของเราแต่ละคน

เหมือนคนอยู่ในบ้านที่ร้อน ก็เอาความร้อนในบ้านนั้นเองขึ้นมาพิจารณา

ลองดูออกไปข้างนอกก่อน เช่น ดูว่าสาเหตุความร้อนอยู่ที่ไหน

ความร้อนมันมาจากไหน มาได้อย่างไร ต้นตอจริงๆ มันอยู่ตรงไหน

จะแก้ไขหรือขจัดปิดเป่ามันให้หมดไปได้หรือไม่

ถ้าแก้ไขได้ จะต้องทำอะไร ใครจะเป็นผู้ทำ

จะต้องเกี่ยวข้องกับใครและอะไรอีกบ้าง ฯลฯ

ถ้าแก้ไขอะไรไม่ได้เลย ทางออกควรจะเป็นอย่างไร

ต่อจากนั้นก็ลองหันกลับเข้ามาดูข้างในจิตใจตัวเอง

ว่ามันร้อนอย่างไร ร้อนแค่ไหน

ลึกลงไปจนถึงความรู้สึกของตัวเองที่สัมผัสความร้อน ว่ารู้สึกอย่างไร

เดือดร้อนขนาดไหน ไม่ชอบขนาดไหน

ลึกลงไปอีก ดูไปที่ตัว “ไม่ชอบ” ว่าหน้าตามันเป็นอย่างไร

แล้วจะจัดการอย่างไรต่อไปกับความไม่ชอบนี้ ฯลฯ

วิธีมองปัญหาในชีวิตประจำวัน หรือชีวิตจริงๆ ของเรานั้น มักจะมีเป็น ๓ แบบ

แบบที่หนึ่ง ต้องการเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์ เปลี่ยนแปลงคนอื่น สิ่งอื่น หรือเรียกรวมๆ ว่า “สิ่งแวดล้อม”

ให้เป็นไปตามที่เราต้องการ เช่น -

หน้าบ้านติดถนน หนวกหูเสียงรถยนต์ อยากจะให้รถไปวิ่งที่อื่น จะได้ไม่หนวกหู

บ้านข้างเคียงส่งเสียงเอะอะ อยากจะให้ทุกคนรอบคร้วอยู่กันอย่างสงบ

คนที่อยู่ในบ้านเดียวกันนิสัยไม่ดี อยากจะให้เขาเปลี่ยนนิสัยเสียใหม่

ฯลฯ

วิธีนี้ทำได้ยากมาก ใครที่ว่าเก่งๆ ก็ยังทำให้สำเร็จได้ยาก ไม่ต้องกล่าวถึงคนทั่วไป เพราะฉะนั้นจึงมักจะไม่มีใครเลือกใช้วิธีนี้

แบบที่สอง ย้ายตัวเองออกไปจากสิ่งแวดล้อมที่ไม่น่าพอใจอย่างถาวร เช่น -
บ้านอยู่ตรงนี้ไม่มีความสุข ก็ย้ายบ้านไปอยู่ที่อื่น
อยู่จังหวัดนี้ไม่สบายใจ ย้ายไปอยู่จังหวัดอื่น
อยู่กับคนนี้ไม่สบายใจ ก็หาทางปลีกตัวออกจากคนนี้ไปเสีย ไปอยู่กับคนอื่น

ฯลฯ

วิธีนี้ทำได้ แต่ก็ค่อนข้างลำบาก

การย้ายที่อยู่ หรือการตัดความสัมพันธ์กับคนที่อยู่ด้วยกันมานานเป็นเรื่องใหญ่
ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ ก็ไม่มีใครอยากทำ

แล้วก็รับประกันไม่ได้ว่าจะไม่เป็นการหนีเสือไปปะจระเข้

ถ้าเป็นอย่างนั้นก็จะต้องหนีกันเรื่อยไป ไม่สนุกแน่

วิธีนี้ก็จึงไม่ค่อยมีใครอยากใช้

แบบที่สาม หลบไปหาที่สบายๆ ชั่วครั้งชั่วคราว เช่น -

อากาศในบ้านร้อน ก็หลบไป “เดินห้าง” อาบแอร์เย็นๆ สักชั่วโมงสองชั่วโมง

อยู่บ้านเบื่อๆ ก็ชวนกันไปเที่ยว หรือไปพักผ่อนพักร้อนสักพักหนึ่ง

บรรยากาศในบ้านมันตึงเครียดนัก ก็หลบไปหาความสุขนอกบ้านสักครึ่งวันหรือครึ่งคืนพอให้ใจสบายค่อย
เข้าบ้าน

รวมทั้งรู้สึกเบื่อๆ เครียดๆ กับชีวิตประจำวัน จึงหาโอกาส “ไปปฏิบัติธรรม” ที่สำนักโน้นสำนักนี้สัก ๓ วัน
๗ วัน พอให้สบายใจ

ฯลฯ

วิธีนี้ทำได้ง่าย คนจึงนิยมใช้กันมาก

ก็คือที่เรียกว่า วิธีหนีร้อนไปนั่งห้องแอร์นั่นเอง

ขอให้สังเกตว่า ไม่ว่าจะเป็วิธีไหน ก็ล้วนแต่เป็นการมองออกไปที่ข้างนอกทั้งสิ้น

คือมุ่งจะไปแก้ไขที่ข้างนอก

ไม่ได้คิดจะแก้ไขที่ภายในตัวเอง คือใช้วิธีจัดการกับความรู้สึกของตัวเอง

ปัญหาทั้งปวงที่พระท่านเรียกว่า “ทุกข์” นั้น ความรู้สึกของเราเป็นตัวรับรู้

แต่เรามักไม่ค่อยได้ศึกษาเรียนรู้ให้รู้จักเจ้าตัว “ความรู้สึก” ของเรากันให้กระจ่างแจ้ง
ว่าหน้าตามันเป็นอย่างไร
ทำไมเราจึง “รู้สึก” อย่างนั้น
สิ่งที่เราไปรู้สึกนั้น จริงๆ แล้วมันคืออะไรกันแน่
และสมควรหรือไม่ที่เราจะไปเกิด “รู้สึก” อย่างนั้นกับมัน

ยกตัวอย่างเช่น เรา*รู้สึก*รำคาญเสียงดังข้างบ้าน

วิธีการกับความ*รู้สึก*ก็คือ บอกตัวเองว่า

เสียงดังที่เรา*รำคาญ*นั้นมันก็เป็นเพียง “เสียง” ชนิดหนึ่ง

เจ้าตัว “เสียง” นี้มันไม่มีชีวิตจิตใจ

มันไม่รู้หรือกว่าตัวมันไปทำความทุกข์หรือความสุขให้ใครบ้างหรือเปล่า

ตัวเราที่ส่งใจออกไปรับเสียงนั้นต่างหากเล่าที่ปรุงแต่งให้เกิด*ความรู้สึก*สุขทุกข์

ถ้าเราไม่ส่งใจออกไปรับ เสียงมันก็ทำให้เราสุขทุกข์ไม่ได้

หรือถ้าจำเป็นจะต้องได้ยิน

เราก็ตั้งสติรู้เท่าทันเจ้าตัวเสียงนั้นว่า มันก็เป็นแค่เสียงชนิดหนึ่ง

ถ้าเราไม่ปรุงแต่งให้เป็นเสียงนั้นเสียงนี้เสียงดีเสียงร้าย เสียงมันก็ทำอะไรเราไม่ได้

เราจะไปบังคับไม่ให้เสียงมันดังขึ้นมา เราจะทำได้หรือ

ถึงบังคับเสียงนี้ได้ ก็คงจะต้องมีเสียงนั้นเสียงโน้นดังขึ้นมาทำให้เรา*รำคาญ*อีก

ก็ต้องเที่ยวตามไปบังคับกันไม่รู้จักจบจักสิ้น

เป็นอันขาดนี้ไม่ต้องทำกิจธุระอะไรอื่นกันละซี

แต่เจ้าตัว “*ความรู้สึก*” นี้มันเกิดอยู่กับจิตใจของเรา*นี่เอง* ไม่ได้เกิดที่อื่น

แล้วทำไมเราจะต้องเที่ยววิ่งไปแก้ที่อื่นเล่า

ทำไมไม่แก้ที่จิตใจของเราเอง

ถ้าเราปรับแก้จิตใจของเราจนรู้ทันความเป็นจริงของเจ้าตัวเสียงเสียแล้ว

ว่ามันก็เป็นเพียงธาตุอะไรอย่างหนึ่งเท่านั้น

คราวนี้ไม่ว่ามันจะเกิดขึ้นเมื่อไร ที่ไหน ต่อให้มันเป็นเสียงดังขนาดไหน

เราก็จะไม่*รู้สึก*เดือดร้อน*รำคาญ*อะไรเลย

อยู่กับมันได้อย่างไม่มีทุกข์

หรือหากจะยังมีบ้างตามวิสัยปุถุชน ก็มีทุกข์น้อยที่สุด

นี่คือวิธีแก้ไขภายใน ซึ่งทำได้ทันที ไม่ต้องรอให้ใครมาช่วย
แต่ในขณะเดียวกัน เรายังต้องอยู่ในสังคม เรายังไม่ได้ตัดโลกภายนอกไปไหน
เพราะฉะนั้นก็ยังเป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องพิจารณาตัวปัญหานั้นด้วย
แต่คราวนี้เรารู้ทันตัวปัญหานั้นแล้ว
เราไม่ได้ปล่อยให้ความรู้สึกชอบชังมาเป็นผู้บังการความคิดอีกต่อไป
หากแต่เราจะคิดพิจารณาด้วยสติและด้วยปัญญา
เช่น ดูว่าเสียงนั้นมาจากไหน มาได้อย่างไร ต้นตอจริงๆ มันอยู่ตรงไหน
จะแก้ไขหรือขจัดปิดเป่ามันให้หมดไปได้หรือไม่
ถ้าแก้ไขได้ จะต้องทำอะไร ใครจะเป็นผู้ทำ
จะต้องเกี่ยวข้องกับใครและอะไรอีกบ้าง ฯลฯ
และถ้าแก้ไขอะไรไม่ได้เลย ทางออกควรจะเป็นอย่างไร

นี่คือวิธีแก้ปัญหแบบเผชิญหน้ากับปัญหาอย่างรู้เท่าทัน
ไม่ได้แปลว่าให้เราจมอยู่กับปัญหา และทนอยู่กับปัญหา
สยบอยู่กับปัญหา โดยไม่ต้องคิดหาทางทำอะไร
ตรงกันข้าม มีแต่สอนให้คิดหาทางแก้ไขตามความเป็นจริง
แก้ไขตามความเป็นไปได้ ตามหลักเหตุผล
คือหลักที่ว่า *ผลมาจากเหตุ*
อยากให้ผลเป็นอย่างไร ก็ต้องไปจัดการที่ตัวเหตุ
ไม่ใช่หวังผล แต่ไม่ทำเหตุ
หรือหวังผลอย่างหนึ่ง แต่ไปทำเหตุอีกอย่างหนึ่ง

วิธีหยิบยกเอาปัญหาขึ้นมาพิจารณาเช่นนี้ จะนำไปสู่การแก้ปัญหาได้ในที่สุด
ถึงแม้ยังแก้ไขไม่ได้หมด หรือแม้แต่แก้ไขไม่ได้เลย
เราก็จะอยู่กับชีวิตจริง สิ่งแวดล้อมจริงอย่างมีสติ
เพราะเรารู้แล้วว่าความเป็นจริงมันคืออะไร และเราควรจะทำใจกับมันอย่างไร
เมื่อเรารู้เท่าทันปัญหา เราก็มียุทธวิธีอย่างหนึ่ง
คือถึงจะถูกปัญหาในชีวิตประจำวันเข้ามากระทบ แต่เราก็ไม่กระเทือน
หรือกระเทือนน้อยที่สุด
และในขณะเดียวกันนั่นเองเมื่อเราไม่ต้องเสียพลังไปกับความทุกข์ความเดือดร้อน

เราก็จะมีพลังเหลือมากพอที่จะใช้ไปในการปฏิบัติหน้าที่ในชีวิตประจำวัน
และแม้แต่ใช้ไปในการคิดหาวิธีแก้ไขปัญหที่กำลังเผชิญอยู่นั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ คราวนี้แหละเราก็จะ
อยู่กับชีวิตจริงได้อย่างปกติสุข
ไม่ต้องเบียดชีวิตจริง เบียดสิ่งแวดล้อมจริง แล้ววิ่งไปหาสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ อีกต่อไป

ความร้อนในบ้านจะแก้ไขได้หรือไม่ก็ได้ก็ตาม

เมื่อทำความเข้าใจกับมันจนรู้เท่าทันความเป็นจริง
และรู้วิธีปรับความคิดจิตใจที่จะออกไปรับรู้ รับรู้สีกกับมันได้แล้ว
ก็ไม่ต้องหนีร้อนไปนอนห้องแอร์อีกต่อไป

เมื่อเข้าใจที่ไปที่มาของปัญหาชีวิตจนรู้เท่าทันชีวิตได้แล้ว
ก็ดำรงชีพอยู่ได้ตามปกติ ทำหน้าที่ในชีวิตประจำวันไปตามปกติ
ไม่ต้องหนีปัญหาโดยใช้ยาเสพติดอีกต่อไป

เมื่อปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันอยู่ตลอดเวลาแล้ว
ก็ไม่จำเป็นต้องรอวันเวลาที่จะโลดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่ไหนอีกต่อไป
เป็นการปฏิบัติธรรมอย่างตรงประเด็นตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง

หน้าที่ของนักปฏิบัติธรรมที่จะต้องทำต่อจากนี้ไป ก็คือ –
ข่มขี้ใจหนึ่กจิตของตนให้นิ่ง ให้ขาว ให้สะอาด ให้ใส ให้สว่างไสว
ด้วยสติ ด้วยปัญญา ด้วยการรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งปวง
ในท่ามกลางสิ่งแวดล้อมจริงในชีวิตจริงของตนนั่นเอง

ข้อคิดคำนึงถึงเรื่อง **“ไปปฏิบัติธรรม”**

โดย

นาวาเอก ทองย้อย แสงสินชัย

วันอุโบสถ ขึ้น ๘ ค่ำ เดือน ๓

๒๖ มกราคม ๒๕๕๐