

ข้อคิดคำนึงถึงเรื่อง “ไปปฏิบัติธรรม”

ไม่ใช่ต่อต้านสำนักปฏิบัติธรรม

ไม่ได้คัดค้านท่านที่ชอบ

“ไปปฏิบัติธรรม”

เพียงแต่ขอให้เข้าใจให้ถูกต้องว่า

การปฏิบัติธรรมคืออย่างไร



โดย

นาวาเอก ทองย้อย แสงสินชัย

ข้อคิดคำหนึ่งถึงเรื่อง “ไปปฏิบัติธรรม”



โดย

นาวาเอก ทองย้อย แสงสินชัย





ข้อคิดคำนึงถึงเรื่อง “ไปปฏิบัติธรรม”

เมื่อวันที่ ๖ มกราคม ๒๕๕๐ มีคนไปปฏิบัติธรรมกันที่วัดป่า
แห่งหนึ่งในจังหวัดราชบุรี

หลังปฏิบัติธรรมไปได้ ๒ วัน ก็มีคนถามคนไปปฏิบัติธรรม
คนหนึ่งว่า พบอะไรที่ต้องการแล้วหรือยัง
คนไปปฏิบัติธรรมคนนั้นก็ตอบว่า พบแล้ว
ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย ขอแบ่งส่วนบุญให้ด้วยนะ
คนที่ถามและได้รับฟังคำตอบเช่นนั้น
ก็อนุโมทนาบุญไปตามเจตนา

แต่ก็มีข้อคิดคำนึงต่างๆ ตามมาอีกเยอะ
เรื่องที่จะได้อ่านต่อไปนี่คือข้อคิดเหล่านั้น

ที่ตอบว่า “พบแล้ว” นั้น พบอะไร?

และที่ว่า ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลยนั้น

อย่างไรเรียกว่าบุญว่ากุศล?

เรื่องนี้จำจะต้องถอยมาตั้งหลักถามกันใหม่อีกทีก่อนว่า

ก่อนจะไปปฏิบัติธรรมนั้น ได้ตั้งความมุ่งหมายไว้อย่างไรบ้าง
หรือเปล่า

เช่นจะไปปฏิบัติธรรมเพื่อให้ได้อะไรขึ้นมา





หรือว่าหวังจะไปได้อะไรหรือจะไปพบอะไร ในการไปปฏิบัติธรรม
ครั้งนี้ (หรือแม้แต่ครั้งไหนๆ ก็ตาม)

ต้องตอบคำถามนี้ให้ชัดเจนกันเสียก่อน

แต่เชื่อว่า ส่วนมากไม่ทันได้ตั้งความหวังหรือความมุ่งหมาย
อะไรไว้หรอก

ไปตามที่ใจคิดอยากจะไปเสียมากกว่า

คือตัวเองมีใจชอบในทางนี้อยู่แล้ว

ใจก็เฝ้าคิดอยากจะไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่โน่นอยู่เรื่อยๆ

เรียกว่าใฝ่ฝันอยู่เสมอนั่นแหละ

พอมีโอกาส เช่นมีคนมาโฆษณาว่าที่สำนักนั้นสำนักโน้น

เขาจะจัดปฏิบัติธรรมกันเมื่อนั้นเมื่อนี้

แล้วก็มีคนมาชวนว่า ไปด้วยกันไหมล่ะ ...

เท่านั้นแหละ ก็ลึง โลดไปทันที

บางทีจะนึกกระหยิ่มใจด้วยว่า

... กำลังนึกอยากจะไปอยู่ที่เดียว ก็พอดีเหมือนเทวดาจะปราณี

มีคนมาชวนไปจริงๆ เออ เรานี้มีบุญนะ ...

ลึง โลดตามไปจนกระทั่งลืมนถามตัวเองว่า

ที่ว่าจะไปปฏิบัติธรรมนั้น

จริงๆ แล้วอยากจะไปทำให้เกิดอะไรขึ้นมา





หรือตั้งใจจะไปเอาอะไร

พอมีใครทักถามเข้า ก็เลยตอบไม่ได้

กลายเป็นว่า ไปแบบไม่มีความมุ่งหมายหรือไม่มีเป้าหมายอะไรเลย
ไปเพียงเพราะอยากจะไป

ไปเพียงเพราะว่ากิจกรรมแบบนี้ถูกกับอัธยาศัย

ไปเพียงเพราะเชื่อว่ากิจกรรมแบบนี้เป็นบุญเป็นกุศล

เรียกว่าทั้งคนจัดกิจกรรม ทั้งคนมาชวน ล่อได้ถูกเป้า ว่างั้นเถอะ

หรือบางคนอาจจะบอกเป้าหมายได้ว่าไปเพื่อสิ่งนั้นสิ่งนี้

แต่ลองถามลึกลงไปอีกทีเถอะว่า สิ่งนั้นสิ่งนี้ ที่ว่านั้นนั้นะ

มันควรจะเป็นเป้าหมายที่ถูกต้อง

ตรงตามเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้าหรือเปล่า

หรือว่าเพียงแต่เข้าใจไปเองว่า นี่แหละคือเป้าหมาย

ของการ ไปปฏิบัติธรรม

ผู้จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมนั้นนะเขาตั้งเป้าหมายของเขาไว้แล้ว

อย่างแน่นอน เช่น –

จะต้องมีคนเดินทางไปร่วมกิจกรรมเป็นจำนวนเท่านั้นเท่านี้

จะได้เงินบริจาคเข้าสำนักเท่านั้นเท่านี้

ความนิยมชมชอบในสำนักของเขาหรือชื่อเสียงของสำนักของเขา



จะแพร่หลายกระจายไปได้กว้างขวางเพียงนั้นเพียงนี้ ฯลฯ
 คือเป็นเป้าหมายเพื่อตัวผู้จัดเองทั้งสิ้น
 แต่จะมีใครยื่นขึ้นได้ไหมว่ามีเป้าหมายเพื่อประโยชน์ของผู้ไป
 ปฏิบัติธรรม
 อย่างบริสุทธิ์จริงใจจริงๆ อยู่สักเท่าไร
 สำนักปฏิบัติธรรมที่บริสุทธิ์จริงใจนั้น จะต้องมีอยู่อย่างแน่นอน
 ขออนุโมทนาการระด้วยความจริงใจ
 ขอได้โปรดจัดการปฏิบัติธรรมต่อไป
 และโปรดให้สติปัญญาแก่ผู้ไปปฏิบัติธรรมด้วย
 ว่าเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนานั้น
 คืออะไร
 แต่สำนักปฏิบัติธรรมที่ปล่อยให้ผู้ไปปฏิบัติธรรมค้นหาเป้าหมาย
 เาเอง ก็คงมีบ้าง

เพราะความจริงเป็นเช่นนี้
 ผู้ไปปฏิบัติธรรมจึงต้องตั้งเป้าหมายของตัวเองไว้ให้ดี
 และให้ถูกต้องเสียก่อนจะไป
 หาไม่แล้วก็จะเป็นอย่างที่ว่า
 คือไปโดยไม่รู้แน่ว่าตัวเองต้องการจะไปแสวงหาอะไรให้แก่ชีวิต
 และอย่างโชคร้ายที่สุด ก็จะกลายเป็นว่า ไปเพื่อไปเป็น “ปุ๋ย” ให้แก่
 ผู้จัดกิจกรรม





ไปเสริมความดั่งให้แก่สำนักแห่งนั้น หลวงพ่อองค์นี้
 โดยที่ตัวผู้ไปนั้น ลงท้ายแล้วก็ไม่รู้ว่
 ตัวเองได้ประโยชน์จากการปฏิบัติธรรมถูกต้องจริงๆ หรือเปล่า
 หรือลงท้ายแล้วก็ได้แต่คำพูดที่ตัวเองสรุปเองว่า
 ก็ดีนะ ไปแล้วก็สบายใจดี

แต่ถ้าถามต่อไปว่าที่ว่าสบายใจดีนั้นนะ มันคืออย่างไร ?
 แล้วก็ความสบายใจที่ต้องการนั้น หาได้ในเฉพาะช่วงเวลานั้น
 และจากสำนักนั้นแห่งเดียวเท่านั้นหรือ
 วันเวลาอื่นหาไม่ได้
 ที่อื่น โดยเฉพาะที่ที่เราใช้ชีวิตจริงของเราอยู่ทุกวันนี้
 ก็หาไม่ได้เลยหรือ
 ถ้าหาไม่ได้เป็นเพราะมันไม่มี
 หรือว่ามันมี แต่เราไม่รู้จักวิธีหาเอง

ถูกถามอย่างนี้ก็คงตอบไม่ได้
 ที่ตอบไม่ได้ ไม่ใช่เพราะพูดไม่เป็น หรือพูดไม่เก่ง
 หรืออธิบายไม่เป็น
 แต่ที่จริงแล้วก็คือ ตัวเองก็ไม่นรู้นั่นเองว่าเป้าหมายจริงๆ
 มันควรจะเป็นอะไร
 และจะหาได้จากที่ไหน



ทั้งนี้เพราะไม่ได้เคยตั้งเป้าหมายอะไรเอาไว้ก่อน
 ที่ไม่ได้เคยตั้งเป้าหมาย ก็เพราะไม่ได้เคยคิด
 ว่าการไปปฏิบัติธรรมนี้ก็ต้องตั้งเป้าหมายกันด้วย
 เข้าใจแต่เพียงว่าขอให้ไปได้ไปที่นั่น
 ขอให้ไปได้ไปทำกิจวัตรกิจกรรมนั้นนี้ตามที่ผู้จัดเขากำหนดให้ทำ
 เช่น ให้ตื่นนอนเวลานี้
 ให้สวดมนต์เวลานี้
 ให้ฟังธรรมเวลานี้
 ให้นั่งสมาธิเวลานี้
 ให้เดินจงกรมเวลานี้
 ให้รับประทานอาหารเวลานี้
 ให้นอนบนที่นอนหมอนมุ้งลักษณะอย่างนี้
 ให้เข้านอนเวลานี้ - ...
 เพียงเท่านั้นก็ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย
 แล้วก็เลยสรุปเอาเองว่า นี่แหละคือเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม
 และนี่แหละคือสิ่งที่ตนต้องการจะไปแสวงหา
 และบัดนี้ก็ได้พบสมใจแล้ว

ประเด็นที่ว่า เมื่อได้ไปทำกิจกรรมหรือกิจวัตรอย่างนั้นๆ แล้ว
 เพียงเท่านั้นก็ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย
 เป็นประเด็นที่ควรซักถามเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง

-



เพราะความเข้าใจถูกต้องนี้ต่างหากที่เป็นตัวบุญตัวกุศลที่แท้จริง
ถามกันไปตั้งแต่ฉากแรกทีเดียว เช่น

แค้นงขาวห่มขาวเป็นบุญหรือยัง?

บุญไม่ได้อยู่ที่สีและรูปทรงของเครื่องแต่งกายอย่างแน่นอน
จึงต้องรู้ความมุ่งหมายที่เขาให้แต่งอย่างนั้น
ความที่รู้นั้นแหละเป็นตัวบุญกุศล
ตอบได้หรือเปล่าว่า แต่งชุดขาวเขามุ่งหมายอะไร
ถ้าตอบไม่ได้ ได้แต่แต่งตามเขาไปโดยไม่เข้าใจอะไรเลย
ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศล
เยอะเยอะเลย
แต่งชุดขาวทำไม แค้นนี้ยังไม่รู้ แล้วจะเอาบุญมาจากไหน

ตื่นนอนตีสี่ เป็นบุญไหม?

เขากำหนดให้ตื่นแต่มีดปานนั้นเพื่อจะได้มีเวลาปฏิบัติธรรมมากขึ้น
ตามหลัก *กินน้อย นอนน้อย ปฏิบัติมาก*
ถ้าตื่นตีสี่ แล้วก็เอาแต่ปลื้มใจว่า เราปรับตัวได้เก่งนะ
อยู่บ้านนอนตื่นสาย มาปฏิบัติธรรมที่นี้ตื่นตีสี่ ได้ดีจัง
ปลื้มเสร็จก็นั่งว่าง ไม่ได้ปฏิบัติอะไร
ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศล
เยอะเยอะเลย





ยิ่งถ้าตื่นขึ้นมาคุยกันนอกเรื่อง
นอกจากไม่ได้บุญแล้ว ยังจะเป็นบาปเอาด้วย

สวดมนต์เป็นบุญตรงไหน?

บุญของการสวดมนต์มี ๒ ชั้น

ชั้นนอก คือ จิตเป็นสมาธิแน่วแน่จดจ่ออยู่กับมนต์คือข้อความ
ที่สวด ไม่ฟุ้งซ่านไปในอารมณ์อื่น

ชั้นใน คือ เข้าใจความหมายของมนต์ที่สวดว่า กล่าวถึงเรื่องอะไร
อย่างไร

ถ้าสวดไป คิดฟุ้งถึงเรื่องอื่นไป อย่างนี้บุญชั้นนอกก็ไม่ได้แล้ว
ไม่ต้องหวังถึงบุญชั้นใน

ยิ่งถ้าสวดไป หงุดหงิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ไป

เช่น รำคาญเสียงคนนั่งข้างๆ ไปด้วย ก็ยังเป็นบาปเข้าไปอีก
ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า

ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศล

เยอะแยะเลย

ฟังเทศน์เป็นบุญตรงไหน?

บุญของการฟังเทศน์ฟังธรรมอยู่ตรงที่ฟังแล้วเกิดปัญญาความรู้

ฟังแล้วไม่เกิดปัญญาอะไรเลย เพราะไม่รู้เรื่อง ก็ไม่เป็นบุญ

ไม่ใช่ว่า ขอให้ได้นั่งประนมมือตรงหน้าสิ่งมีชีวิตที่สมมุติว่าเป็น



“พระสงฆ์”

แล้วก็ให้เสียงของพระสงฆ์นั้นผ่านหูเข้าไป แค่นี้ก็ได้บุญแล้ว
บางทียึดติดถึงขนาดว่าเสียงเทศน์นั้นต้องดังออกมาจากปากของ
พระสงฆ์เท่านั้นจึงจะเป็นบุญ

ถ้าออกมาจากปากฆราวาส หรือออกมาจากวิทยุ ไม่เป็นบุญ

บางคนฟังเทศน์จบไปได้แค่ชั่วโมงเดียว

ถูกถามว่าพระเทศน์เรื่องอะไร

ตอบว่าจำไม่ได้

เทศน์ว่าอย่างไร บอกแต่เนื้อหาสาระก็ได้

ก็บอกว่า นึกไม่ออก บอกไม่ถูก

ขนาดนี้ก็ยังอุตสาหะเชื่อว่า ที่ตนฟังเทศน์ไปเมื่อกี้นั้นเป็นบุญ

ถ้าฟังแบบนี้ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้

ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย

นั่งสมาธิ เดินจงกรมเป็นบุญตรงไหน?

ก็ต้องศึกษาให้รู้ว่า สมาธิคืออะไร ทำอย่างไรจึงจะมีสมาธิ

จะเอาสมาธิไปทำอะไร

ลองหัดถามหัดตอบตัวเองดู

แม้แต่คำว่า “นั่ง” ก็เอามาคิดให้เกิดปัญญาได้

เช่นคิดตริกตรองดูว่า ทำไมชอบพูดกันว่า “นั่งสมาธิ”

ถ้าไม่นั่ง จะได้อย่างไร





แล้วเดินจงกรมละ เดินทำไม เดินเพื่อให้เกิดอะไรขึ้นมา
 เดินเพื่อฝึกให้สติจับอยู่กับอาการที่ร่างกายเคลื่อนไหว
 รู้ตัวทุกระยะที่ยกขาก้าวเดิน
 เพื่อที่ว่าเวลาไปทำอะไร ในชีวิตประจำวันจะได้มีสติอยู่ทุกอิริยาบถ
 ถ้าทำท่ามีสติเฉพาะเวลาเดินจงกรมแต่เดินเวลาอื่นไม่เคยคิดจะมีสติ
 การเดินจงกรมนั้นก็เท่ากับเป็นการแสดงละครอะไรอย่างหนึ่ง
 นั่นเอง
 ยิ่งถ้าเดินกันไปคุยกันไป
 ไปอยู่ตามสำนักป่า มีต้นไม้ มีภูเขา เดินไปพลาจชมนกดชมไม้ไป
 พลาจ
 ก็มีค่าเท่ากับเดินเที่ยวเล่น หรือเดินออกกำลังเท่านั้น
 แล้วจะเอาบุญมาจากตรงไหน
 เขาให้เดินก็เดินตามที่เขาสั่ง เขาให้นั่งก็นั่งตามที่เขابอก
 โดยไม่รู้ความมุ่งหมาย
 ก็ไม่มีสิทธิ์ที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญได้กุศล
ทางกลคนอนกับพื้นดินละ เป็นบุญตรงไหน?
 เป็นบุญตรงที่ควบคุมตัวเองให้เป็นคนอยู่ง่าย คือนอนง่าย กินง่าย
 ไม่เรื่องมาก
 แล้วก็ไม่ใช่วางทำเป็นคนกินง่ายนอนง่ายเฉพาะตอนไปปฏิบัติธรรม
 เพื่อจะเอาบุญ
 ต้องมีสุขกับความง่าย ๆ ในชีวิตจริงได้จริงๆ ด้วย





ไม่ใช่ว่านอนกระหึ่มอิมบุญอยู่ได้ตลอดว่าเรานี้แน่ะ มานอน
กลางดินกินกลางทรายได้
แต่พอกลับถึงบ้านก็มาหงุดหงิดกับความไม่สะดวกสบาย
ในชีวิตจริงเหมือนเดิม
อย่างนี้ก็ไม่มีความหวังที่จะมาอวดว่า ไปปฏิบัติธรรมคราวนี้ได้บุญ
ได้กุศลเยอะแยะเลย

ที่ว่ามานี้ยังไม่มีกิจวัตรตอนไหนเลยที่ชี้ชัดลงไปว่า ตรงนี้คือ
ปฏิบัติธรรม
ถ้าเข้าใจไปว่า กิจวัตรทั้งหมดนั้นแหละรวมกันเรียกว่า ปฏิบัติธรรม
ก็ขอให้กลับไปทบทวนดูใหม่ว่า ที่คิดว่าไปปฏิบัติธรรมนั้น
เอาเข้าจริงแล้ว *ไปทำอะไร*
แล้วในชีวิตจริงของเราเราทำกิจวัตรพวกนั้นได้หรือเปล่า
คนที่อยู่บ้าน ก็คือตัวเรา
คนที่ไปสวดมนต์ ฟังเทศน์ นั่งสมาธิ เดินจงกรม ฯลฯ
อยู่ที่สำนักปฏิบัติธรรมนั้น ก็ตัวเรา
เป็นเราคนเดียวกันนี่เอง ไม่ใช่เราคนละคนที่ไหนเลย
ถ้าตัว “เรา” ที่สำนักปฏิบัติธรรม ทำกิจวัตรพวกนั้นได้
ตัว “เรา” ที่อยู่บ้าน ก็ต้องทำได้เหมือนกัน
แล้วจะต้องไปแบ่งแยกการปฏิบัติธรรมออกจากชีวิตประจำวัน
ทำไม





พูดให้ชัดๆ ว่าเราจะต้องจากบ้านไป ๓ วัน ๗ วันทำไม
 ในเมื่อเราปฏิบัติเช่นนั้นในชีวิตจริงของเราได้อยู่แล้ว
 ถ้าอ้างว่าสิ่งแวดล้อมไม่อำนวย

ก็แปลว่าเรายังไม่เข้าใจแก่นแท้ของการปฏิบัติธรรม
 คือไปยึดติดว่า การปฏิบัติธรรมขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม หรือรูปแบบ
 เช่นต้องแต่งชุดขาว ไปจนถึง - ต้องนอนกลดกลางคืน

ถ้ายังไม่เข้าใจประเด็น ก็เห็นจะต้องเทียบให้ฟัง
 คู่กันที่การรักษาстилหรือถือศีล เป็นแนวเทียบ จะเห็นได้ชัด

แก่นแท้ของการถือศีลอยู่ตรงไหน?

อยู่ที่เจตนา คือความตั้งใจแน่วแน่ที่จะงดเว้นการกระทำบางอย่าง
 เช่นการไม่ฆ่า ไปจนถึง ... การไม่เสพของมีนเมา

ทันทีที่จิตเจตนางดเว้นเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นเวลาไหน

และไม่ว่าตัวเราจะอยู่ที่ไหน

ก็เป็นศีลไปเรียบร้อยสมบูรณ์แล้ว

แต่บางคน พูดอย่างนี้ไม่ได้ ไม่เข้าใจ และยอมรับไม่ได้เลย

การถือศีลจะต้องเริ่มต้นด้วยการไปวัด

เอาดอกไม้รูปเทียนไปบูชาพระเสียดีก่อน

จากนั้นก็ต้องอาราธนาศีล พระให้ศีล เราก็อำตามไปที่ละข้อๆ

จนครบจบกระบวนการ



ต้องอย่างนี้จึงจะมีศีล หรือเป็นการถือศีลที่ถูกต้อง
ถ้าไม่ได้ทำตามที่ว่ามานี้ ก็ถือว่ายังไม่ได้ถือศีล

เพราะยังไม่ได้รับศีลจากพระ

ถ้าไม่ได้ไปวัด หรือไม่มีพระมาให้ศีล ก็คิดว่าตัวเองไม่ได้ถือศีล
แม้จะได้ตั้งเจตนาจนครบถ้วนแล้วเป็นมั่นคงก็ตาม - เชื่ออย่างนั้น
ที่เขาขึ้นมาหน่อย แม้ไม่ได้ไปวัด หรือไม่ได้รับศีลจากพระ ก็ใช้วิธี
เปล่งวาจาท่องศีลออกมาดั่งๆ โดยเชื่อว่าต้องทำอย่างนั้นจึงจะเป็น
การถือศีล

พอจะถือศีลกันทีก็จึงต้องเตรียมพิธีการกันเป็นการใหญ่

นี่แหละคือการถือศีลตามรูปแบบหรือตามสิ่งแวดล้อม

จึงไม่ต่างอะไรกับคนส่วนหนึ่งที่คิดว่า

จะปฏิบัติธรรมได้ก็ต่อเมื่อได้ออกจากบ้าน

เดินทางไปยังสำนักที่เขาประกาศจัดให้มีเทศกาลปฏิบัติธรรม

ไปนั่งขาวห่มขาว

ไปทำกิจวัตรต่างๆ ตามตารางเวลาที่ผู้จัดเขากำหนดไว้

จึงจะเป็นการปฏิบัติธรรม

ยิ่งถ้าได้ไปกางกลด ปูเสื่อนอนกับพื้นดิน ยิ่งเป็นการปฏิบัติธรรม

ชั้นเลิศ ได้กุศลแรง

ถ้าไม่ได้ไป หรือไม่ได้ทำอย่างที่ว่านี้ ก็ถือว่ายังไม่ได้ปฏิบัติธรรม

จึงไม่ต่างอะไรกับคนส่วนหนึ่งที่คิดว่า จะถือศีลได้ก็ต่อเมื่อมีพระ





มาให้ศีล

หรือไม่ก็ต้องเปล่งวาจาว่าคำสมาทานศีลออกมาดั่งๆ เสียก่อน
แบบเดียวกัน ไม่มีผิด

ที่ว่ามานี้มิได้แปลว่า การไปวัดไม่ดี การนุ่งขาวห่มขาวไม่ดี
การทำวัตรสวดมนต์ไม่ดี การนั่งสมาธิไม่ดี การเดินจงกรมไม่ดี
การรับศีลจากพระไม่ดี การท่องศีลออกมาดั่งๆ ไม่ดี ฯลฯ
สิ่งเหล่านั้นดีแน่ๆ ใครทำได้ก็ขออนุโมทนาด้วยใจจริง
แต่ต้องเข้าใจให้ถูกด้วย ว่าแก่นแท้คือ “ดี” ของการถือศีล
อยู่ตรงไหน

เป้าหมาย คือ “ดี” ของการปฏิบัติธรรมคืออะไร

เอาละ กลับมาพูดกันให้ชัดเจน

ว่า อะไรคือเป้าหมายที่ถูกต้องของสิ่งที่เรียกว่า
“การปฏิบัติธรรม” ในพระพุทธศาสนา?

เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนาก็คือ
การอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่าทัน

และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย

เมื่อมีทุกข์มากกระทบ ก็ดำรงชีวิตจริงอยู่ได้เป็นปกติ - ไม่ฟู

ไม่ปลั่งไสหลิกหนี

หรือแม้มีสุขมาสัมผัส ก็ดำรงชีวิตจริงอยู่ได้เป็นปกติ - ไม่ฟู



ไม่ใช่คิดว่าตามหา

นี่คือเป้าหมายที่ถูกต้องของสิ่งที่เรียกว่า การปฏิบัติธรรมใน
พระพุทธศาสนา

โปรดอ่านทวนอีกหลายๆ เทียว
เพื่อจะได้แน่ใจว่าจำได้เข้าใจถูกต้องแล้ว

ขอย้ำว่า ท่านที่เข้าใจว่าตัวเองเป็นนักปฏิบัติธรรม
และเชื่อว่าตัวเองเป็นคนใจบุญ

ชอบแสวงบุญ ชอบการปฏิบัติธรรม

และกระหยิ่มว่าตนเองเป็นคนมีศรัทธาแรงกล้าในพระพุทธศาสนา
อุทิศกำลังทุนทั้งบ้านเรือนและคนที่เกี่ยวข้องไว้ ๓ วัน ๗ วัน
แล้วโลดแล่นไปมอบกายมอบใจให้กับกิจกรรมที่เรียกกันว่า
การปฏิบัติธรรม -

ขอย้ำว่า นี่คือนสิ่งที่ท่านจะพึงไปแสวงหาให้พบถ้าเชื่อว่าที่นั่นที่นี้
ที่ตนคั่นคั่น “ไปปฏิบัติธรรม” นั้นจะมีเป้าหมายที่ถูกต้องนี้ให้พบได้

ก่อนไปปฏิบัติธรรมก็ทะเลาะกับคนในบ้านอยู่เป็นประจำ

ไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน คุยอวดด้วยความกระหยิ่มใจว่า

พบแล้ว สบายใจดี

ได้บุญได้กุศลเยอะแยะเลย





แต่พอกลับมาถึงบ้าน ก็มาทะเลาะกับคนในบ้านต่อไป

เท่าที่เห็นมักจะเป็นเช่นนี้

ถามว่า ๓ วัน ๕ วัน ที่เสียเวลาไปนั้น

ได้อะไรที่เป็นแก่นสารบ้าง และคุ้มไหม

อาจจะมีคนตอบว่า ก็คุ้มนะที่หยุดการทะเลาะไปได้ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน
ก็ยิ่งดีกว่าทะเลาะกันทุกวันมิใช่หรือ

ถ้าตอบอย่างนี้ ก็เสียใจที่จำจะต้องบอกว่า

ท่านยังไม่รู้จักเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง

ในพระพุทธศาสนาอยู่นั่นเอง

จึงไปหลงคว้าเอาความสบายใจ ๓ วัน ๗ วัน มาเป็นเป้าหมาย

ถ้ายังไม่เข้าใจ ก็คงจะต้องเปรียบเทียบให้ฟัง

ที่ปลายทางแห่งหนึ่ง มีน้ำอยู่หลายชนิด

น้ำจืดธรรมดา น้ำสุรากินแล้วแยะ น้ำแร่บำรุงกำลัง

ขอเชิญคนดีทั้งหลายเดินทางไปเลือกเอาเถิด

ใครไปถึงที่นั่นแล้วมีสิทธิ์เลือกน้ำได้ชนิดเดียว

คนที่มุ่งหน้าเดินทางไปยังปลายทางแห่งนั้น ดูจากรูปแบบภายนอก

ก็มีอาการเหมือนกัน



ก็ต้องเตรียมตัว ต้องเสียเวลาเดินทาง มุ่งหน้าไปในทิศทางเดียวกัน
เดินทางไปด้วยกิริยาอาการคล้ายๆ กัน ดูเหมือนไม่มีอะไรแตกต่าง
กัน

สิ่งที่แตกต่างกันมีอยู่อย่างเดียว คือเป้าหมายที่จะไปเอา

ถ้าเราเป็นคนหนึ่งที่เดินทางไปที่ปลายทางนั้น

เพื่อไปเอาน้ำสักชนิดหนึ่ง

เราควรจะต้องตั้งเป้าหมายไว้ที่น้ำอะไร

น้ำจิตธรรมคา ที่บ้านเราก็มีกิน ไม่จำเป็นไปให้เหนื่อย

น้ำสุรา ถ้าเรารักความดี รักที่จะเป็นคนดี เราก็คงไม่ประสงค์

เว้นไว้แต่เราจะยอมรับว่าเราเป็นนักเลงเหล้า

น้ำแร่ นี่ต่างหากที่น่าลงทุนเหนื่อย

ใครเลือกน้ำจืด ก็เสียท่า

ใครเลือกน้ำสุรา ก็แย่

ใครเลือกน้ำแร่ ก็สุขภาพดี

ไม่ใช่ว่าเลือกน้ำอะไรๆ ก็ดีไปหมด

นักปฏิบัติธรรมที่โลดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้

ดูจากรูปแบบภายนอกก็มีอาการเหมือนกัน

ก็ต้องเตรียมตัวออกจากบ้าน

ต้องไปทำกิจวัตรอยู่ที่นั่นเหมือนๆ กัน

ต้องเสียเวลา ๓ วัน ๗ วันเท่ากัน





ดูเหมือนไม่มีอะไรแตกต่างกัน

สิ่งที่แตกต่างกันมีอยู่อย่างเดียว คือเป้าหมายที่ตั้งเอาไว้

จึงไม่ใช่ว่าอะไรๆ ก็ยกเอาขึ้นมาตั้งเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมได้หมด

เหมือนกับที่นักปฏิบัติธรรมชอบหลงละเมอเพื่อพากัน

เช่น เอาความสบายใจเป็นเป้าหมาย

พอไปปฏิบัติธรรมแล้วเกิดความสบายใจขึ้นมา

ก็เลยถึง โลดไปว่าตัวพบเป้าหมายแล้ว บรรลุเป้าหมายแล้ว

โดยลืมตรวจสอบติดตามผลต่อไปว่า

พ้น ๓ วัน ๓ วัน หลังจากกิจกรรมปฏิบัติธรรมจบลงแล้ว

ยังมีความสบายใจหลงเหลืออยู่บ้างหรือเปล่า

ถ้ายังเหลือ เหลือมากพอที่จะไม่ต้องไปทะเลาะกับคนในบ้าน

เหมือนเดิมหรือเปล่า

หรือว่าหมดเกลี้ยงไปตั้งแต่ก่อนที่จะย่างเท้าออกจากประตูวัดนั้นแล้ว

เหมือนคนที่ตั้งใจว่า จะใช้เวลาสัก ๓ เดือน ๖ เดือน หรือหนึ่งปี

ออกจากบ้าน ไปทำงานเก็บเงินให้ได้สักก้อนหนึ่ง

คิดแล้วก็ออกจากบ้านไป

ก่อนไป มีเงินติดตัวไป ๑๐๐ บาท



หางานทำเรื่อยไป ก็หาเงินได้มาเรื่อยไป จริงๆ
 นี้กระหึ่มใจว่าเรามาถูกทางแล้ว
 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 หรือตั้งใจจะไปหาประสบการณ์
 ชีวิตกันแน่
 ถ้าตั้งใจจะไปหาประสบการณ์ ก็บอกกันตรงๆ ตั้งแต่แรกเสีย
 ก็หมดเรื่อง
 ว่าเป้าหมายอยู่ที่ต้องการไปหาประสบการณ์ชีวิต ไม่ใช่ไปหาเงินเก็บ



หรือไม่ก็บอกให้ชัดเจนไปตั้งแต่แรกเลยว่า ตั้งใจจะไปหาทั้งสองอย่าง
 ได้อย่างไหนก็คุ้มทั้งนั้น แต่ถ้าได้ทั้งสองก็ยิ่งดี
 ถ้าตั้งเป้าหมายไว้แบบนี้เสียแต่แรก
 ถึงกลับเข้าบ้านจะเหลือเงินเท่าเดิมหรือเม็่น้อยกว่าเดิม
 แต่ได้ประสบการณ์ชีวิต ก็ถือได้ว่าไม่คิดเป้าหมาย
 แต่เมื่อตั้งเป้าหมายว่าจะไปทำงานเก็บเงิน
 แต่พอไม่ได้ตามเป้าหมาย จะมาเลี้ยงไปว่า ได้ประสบการณ์ก็คุ้ม
 เสียยังงี้ๆ ก็ผิดเป้าหมายอยู่นั่นเอง

ชีวิตส่วนตัวของบุคคลนั้น

จะตั้งเป้าหมายว่าจะไปทำงานหาเงิน หรือไปหาประสบการณ์ชีวิต
 ก็ไม่มีใครว่าอะไร

เพราะเป็นสิทธิส่วนตัวของเขาผู้นั้น

ใครอื่นไม่มีสิทธิ์ไปชี้ถูกชี้ผิดได้เลย

แต่การปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้านั้น

จะมาตั้งเป้าหมายเอาตามใจชอบไม่ได้

เพราะเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องนั้น

พระพุทธเจ้าท่านตั้งเอาไว้ให้แล้ว

ถ้าใครอยากจะทำเป้าหมายตามใจชอบ ก็ขอให้บอกกันตามตรงว่า

จะไปหาความสบายใจ

จะไปหาความรู้ หรือพอมีความรู้อยู่บ้างก็จะไปหาความรู้ที่สูงขึ้น



จะไปหาประสบการณ์

หรือจะไปทดลองพิสูจน์ความอดทนของตัวเอง อะไรก็ว่าไป
ไม่มีใครเขาว่าอะไร

แต่อย่ามาเอ่ยอ้างเป็นอันขาดว่า ไปปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้า
จะอ้างได้อย่างมากก็แค่ ว่า ไปปฏิบัติธรรมของสำนักนั้น
ของหลวงพ่อนี้

แล้วก็อย่าละเมอไปว่า

ธรรมของสำนักนั้นของหลวงพ่อนี้

ก็เป็นธรรมอันเดียวกับของพระพุทธเจ้านั้นแหละ

เพราะพระพุทธเจ้าท่านไม่เคยบอกว่า

ธรรมของท่านนั้นปฏิบัติที่บ้านไม่ได้

ต้องไปปฏิบัติที่สำนักโน้น กับหลวงพ่อนั้นจึงจะได้

นี่ก็เพราะตั้งเป้าหมายผิด หรือเพราะไม่รู้จักเป้าหมายนั่นเอง

ที่กระหยิ่มใจว่าไปปฏิบัติธรรมอยู่ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน ได้บุญได้กุศล

เยอะแยะเลย

ก็มีความหมายเพียงแค่ว่า - ไปเป็นผู้ร่วมแสดงให้แก่ผู้จัดกิจกรรมอยู่

ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน

เท่านั้นเอง - เท่านั้นเองจริงๆ ด้วย

เพราะก่อนไปและหลังจากกลับมา ไม่ได้มีอะไรต่างกันเลย



ดีไม่ดีก็จะกลายเป็นการปฏิบัติธรรมแบบวิ่งหาห้องแอร์
หรือที่ยิ่งแย่ก็คือปฏิบัติธรรมแบบคนติดยา !

เพราะฉะนั้น ลองถามตัวเองเป็นการทบทวนดูอีกครั้งว่า
เป้าหมายของการ ไปปฏิบัติธรรมครั้งไหนๆ ก็ตามนั้นคืออะไร
และให้ตั้งเอาไว้ถูกต้องตรงตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนหรือเปล่า
เป้าหมายที่เบี่ยงเบนมีอยู่เยอะ

ลองเทียบเคียงตรวจสอบดูก็ได้ว่า
เราก็คคนหนึ่งหรือเปล่าที่ตั้งเป้าหมายเบี่ยงเบน
เช่น - มุ่งความสบายใจ ดังที่ว่ามาแล้ว
นั่นคือเบี่ยงเบนไปแล้วอย่างหนึ่งละ
ลองถามไล่ไปว่า สบายใจแล้วยังไงต่อไป
คือจะเอาความสบายใจไปทำอะไร
แค่นี้ก็งงแล้ว เพราะไม่เคยนึกมาก่อน

บางคนบอกว่า อยากจะไปหาประสบการณ์
คืออยากจะไปหาความรู้ ว่าที่สำนักนั้นสำนักนี้เขาทำกันอย่างไร
เขาสอนอย่างไร

พอลถามว่า ...

จะเอาประสบการณ์ที่ว่านั้นไปทำอะไร
พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้หรือ



ว่าให้ปฏิบัติธรรมแบบหาประสบการณ์ไปเรื่อยๆ

แล้วเมื่อไรจึงจะไปได้ครบทุกสำนัก

เฉพาะในเมืองไทยก็มีเป็นร้อยๆ พันๆ สำนัก

แม้แต่หาประสบการณ์จากสำนักของหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้

แล้วประสบการณ์ตรงของสำนักพระพุทธเจ้า

ที่ท่านเป็นเจ้าของพระศาสนาเป็นเจ้าของธรรมะตัวจริงล่ะ

ไม่คิดจะแสวงหากันบ้างดอกหรือ

แล้วยังมีการปฏิบัติธรรมของศาสนาอื่นๆ อีกตั้งมากมาย

จะต้องไปหาประสบการณ์ด้วยหรือเปล่า

แล้วเมื่อไรจึงจะถึงเวลาปฏิบัติธรรมจริงๆ เพื่อความพ้นทุกข์เสียที

ตกลงจะเอาประสบการณ์ของสำนักไหน ศาสนาไหนมาเป็นหลัก

ในการปฏิบัติกันแน่

หรือจะต้องหาประสบการณ์ไปจนกว่าจะตาย

และที่ว่าอยากจะไปหาความรู้ว่าสำนักไหนเขาสอนอย่างไรนั้น

ก็คืออยากจะไปศึกษาคำสอนของหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้ ใช่หรือไม่

เพราะมักจะกลับมาคุยกันว่า หลวงพ่อนั้นสอนอย่างนี้ หลวงพ่อนี้

สอนอย่างนั้น

เลยกลายเป็นว่า หลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้ นี้เองเป็นเจ้าของคำสอน

ในพระพุทธศาสนา





ไม่เห็นมีใครถามกันบ้างเลยว่า
 เจ้าของพระพุทธศาสนาตัวจริง คือพระพุทธเจ้า ท่านสอนว่าอย่างไร
 แล้วเมื่อไปฟัง ไปศึกษาคำสอนของหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้แล้ว
 รู้ได้อย่างไรว่าตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

ถ้าไม่ศึกษาให้รู้ถ่องแท้เสียก่อนว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนว่าอย่างไร
 แต่ถ้าศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าจนรู้ถ่องแท้แล้ว
 ยังจะต้องไปแสวงหาคำสอนของหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้อยู่อีกทำไม
 หรือเชื่อว่าหลวงพ่อนั้นหลวงพ่อนี้สอนธรรมะได้สูงกว่า
 เก่งกว่าพระพุทธเจ้า

ถ้าแย้งย้อนว่าก็เพราะไม่รู้นะซีว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนว่าอย่างไร
 จึงต้องไปแสวงหาความรู้จากสำนักแห่งนั้นหลวงพ่อกันนี่
 ก็จะต้องย้อนแย้งกลับไปคำถามเดิมนั้นเองว่า -
 แล้วรู้ได้อย่างไรว่าสำนักแห่งนั้นหลวงพ่อกันนี่
 สอนตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

ถ้าไม่ศึกษาให้รู้ถ่องแท้เสียก่อนว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนว่าอย่างไร

พอถูกถามเข้าอย่างนี้ ก็ชักงง และออกจะเคืองๆ เหา

บางคนก็บอกว่า ต้องการจะไปทดลอง



คือได้รับรู้ว่า พระพุทธเจ้าท่านออกจากวังไปอยู่ตามป่าตามเขา
เรียกว่าไปนอนกลางดินกินกลางทราย
ตลอดจนได้เห็น ได้ยิน ได้ฟังมาว่า
หลวงพ่อกันนั้นองค์นี้ท่านออกธุดงค์เดินป่า

เพื่อปฏิบัติธรรม

และท่านผู้นั้นผู้นี้ไปปฏิบัติธรรมอยู่ตามสำนักป่าๆ ทั้งหลาย
มีความลำบากต่างๆ
ก็จึงอยากจะพิสูจน์ดูบ้างว่าความลำบากตามสำนักป่าทั้งหลายนั้น
เป็นยังไง

ตัวเองจะทนไหวไหม ทนได้ไหม
อยากจะไปสัมผัสด้วยตัวเอง

พอลงถามว่า

แต่ละสำนักก็ล้วนแต่มีความลำบากยากง่ายแตกต่างกันออกไป
สำนักที่ปฏิบัติยากๆ ต้องทนมากๆ ก็คงจะมีเป็นร้อยละ พันๆ
แล้วจะต้องทดลอง ต้องพิสูจน์กันไปอย่างนี้อีกก็สำนัก
จึงจะเป็นที่ประจักษ์ใจตน

ถ้าพิสูจน์แล้ว สัมผัสแล้ว รู้แล้วว่า ทนได้ ทนไม่ได้ เป็นยังไง
แล้วจะทำอย่างไรต่อไป

คือจะเอาความรู้แล้วสัมผัสแล้วนั้นไปใช้ทำอะไรต่อไปอีก
หรือจะต้องพิสูจน์ ต้องทดลองกันไปตลอดชาตินี้และชาติหน้า



พระพุทธเจ้าท่านสละพระชนมชีพทดลองมาให้เราเสร็จเรียบร้อย
ตั้งนานแล้ว

ท่านบอกไว้ชัดเจนมาตั้งนานแล้วว่า ให้ปฏิบัติอย่างนี้ๆ

อย่าปฏิบัติอย่างโน้นๆ

เราเป็นสาวกของท่าน ยังไม่เชื่อ ยังไม่แน่ใจดอกหรือ

จึงจะต้องไปทดลองอะไรอยู่อีก

ลงมือปฏิบัติตามที่ท่านบอกไว้สอนไว้เสียเลย

จะไม่สู้ดีกว่า ตรงกว่า ดีกว่าหรือ

พูดอย่างนี้ ก็ทำท่าจะ โกรธเอาอีก

บางคนก็บรรยายความประทับใจต่างๆ

เหมือนกับว่า นั่นแหละคือเป้าหมายที่ตนต้องการ ไปแสวงหา

และหาพบแล้ว

ลองฟังดูก็ได้ -

สำนักนั้นนะเธอ แหม บรรยากาศเขาร่มรื่นมาก ต้นไม้จึ้งครึมเย็นสบาย

สะ-โงบ-สงบ

มีเสียงนกร้องเบาๆ เสียงจักจั่นเรไรร้องระงมวังเวงชวนให้ดื่มด่ำ

แล้วก็กุฎิศาลาที่เขาจัดให้เราพักนะ สะ-อ้าด- สะอาด พื้นยังจึ้ง

เป็นเงาวับเขียว



ห้องน้ำก็สะอาดมากยิ่งกัห้องนอนนะเธอ
 แล้วก็หลวงพ่อกัมาสอนกรรมฐานให้พวกเรานะเธอท่านบรรยาย
 ดีมากยังงี้เลย

เก่ง ม-า-ก

แล้วก็ท่านสำ-ร่วม สำรวม

แล้วราศีท่านนะพูดอย่างบอกใครเชียว

แล้วเวลาท่านพูดนะเสียงท่านงี้กังวาน มีพลังน่าเลื่อมใสจริงๆ

คนงี้ฟังกันเงียบกริบเลย

เวลาท่านพาเราเดินจงกรมเรางี้ตื่นตาตื่นใจไปหมดเลย

เป็นไง ฟังแล้วอยากจะโลดแล่นไปมอบกายถวายชีวิตให้ในบัดดล
 นี้เลยไหม

ถามว่า

บรรยายกาสร่มรื่น สงบเสียงจ๊กจั่นเร ไรร้องระงมวังเวงชวนให้ดื่มค้ำ
 กุฎีศาลา สะอาด ห้องน้ำสะอาดมาก ยิ่งกัห้องนอน

หลวงพ่อบรรยายเก่ง ราศีพูดอย่าง เสียงกังวาน มีพลังน่าเลื่อมใส

คนฟังกันเงียบกริบ

อะไรเหล่านี้หรือ

คือสิ่งที่พระพุทธรเจ้าท่านสอนให้สละเวลา ๓ วัน ๗ วัน

โลดแล่นไปมอบกายถวายชีวิตให้เพื่อไขว่คว้าหามาชื่นชม

แล้วก็ปลื้มไปว่าตัวได้พบแล้วซึ่งเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม



ถ้าใครยังคิดว่านี่แหละคือเป้าหมายของการ ไปปฏิบัติธรรมละก็
 ขอบอกว่าอาจเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม
 ตามแบบของสำนักนั้นอาจารย์โน้น
 แต่ไม่ใช่เป้าหมายของการปฏิบัติธรรม
 ตามแบบของสำนักสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นเด็ดขาด
 เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนาก็คือ
 การอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่าทัน
 และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย
 เมื่อมีทุกข์มากกระทบ ก็ดำรงชีวิตจริงอยู่ได้เป็นปกติ
 ไม่ฟูบ ไม่คืนรน หลีกหนีไปไหน
 หรือแม้มีสุขมาสัมผัส ก็ดำรงชีวิตจริงอยู่ได้เป็นปกติ
 ไม่ฟู ไม่ไขว่คว้าวิงวาที่ไหน
 นี่คือเป้าหมายที่ถูกต้องของสิ่งที่เรียกว่า การปฏิบัติธรรม
 ในพระพุทธศาสนา

ถามอีกว่า

บรรยากาศร่มรื่น สงบเสียงจ๊กจั่นเร ไร้องระงมวังเวงชวนให้ดื่มด่ำ
 กุฎีศาลา สะอาด ห้องน้ำสะอาดมาก ยิ่งกับห้องนอน
 หลวงพ่อบรรยายเก่ง ราศีผุดผ่อง เสียงกังวาน มีพลังน่าเลื่อมใส
 คนฟังกันเงียบกริบ
 นี่เป็นชีวิตจริงของเราหรือ





ตื่นนอนตามเสียงระฆังปลุก
 เข้าคิวกันเข้าห้องน้ำ
 แต่งกายด้วยชุดขาว
 เดินก้มหน้าสำรวจกำหนดอาณัติกรรมฐาน
 กินสำรวจ
 แล้วไปทำวัตรสวดมนต์
 แล้วไปนั่งฟังบรรยายธรรม
 แล้วนั่งสมาธิ
 แล้วเดินจงกรม
 แล้วไปสวดมนต์
 แล้วไปนั่งสมาธิจน ๕ ทุ่ม
 แล้วเข้านอน
 แล้วตื่นนอนตามเสียงระฆังปลุก
 เข้าคิวกันเข้าห้องน้ำ
 แต่งกายด้วยชุดขาว

.....

ใครมีชีวิตจริงอย่างนี้บ้าง ยกมือขึ้น !
 นี้ยังไม่ได้เอ่ยถึงความพลาดพลั้งเป็นส่วนตัวของบางคนที่อาจจะมี
 ก็อย่างเช่นว่า -

-ไปเจอคนรู้จักกันเข้า



คุณป้าคนนั้นก็มา คุณพี่คนโน้นก็มา - ดีใจ – ดีใจ
 คุณยายนี้บ้านอยู่โน้น คุณน้าคนโน้นขายของอยู่นั้น
 คุณป้าคนนั้นอายุ ๖๕ มีลูก ๔ คน

ฯลฯ

เลยกลายเป็น - ไปปฏิบัติธรรมเพื่อสังสรรค์หาข่าวเรื่องของ
 ชาวบ้านไปฉิบ

- ผู้จัดกิจกรรมให้ความสนใจ

ตาย ตาย หลวงท่านรู้จักเราด้วยหรือ ทำไมท่านเรียกชื่อ
 เราถูก ปลื้มจัง

ตกใจแทบแย่เลยตอนที่หลวงพ่อชี้ให้เราบรรยายความรู้สึก
 ที่ได้มาปฏิบัติธรรมที่นี่แหม ใครๆ ก็มองเราใหญ่เลย เราจึงขาสั้น
 ตอนออกไปยืนพูด แต่ก็ชื่นใจนะที่ท่านให้เกียรติเรา

ตอนพักไปดื่มน้ำปานะ หลวงพ่อแวะมาคุยด้วย ดีใจจังเลย
 แอบหวังว่าจะได้นั่งตรงหน้าหลวงพ่อแหม เข้าวันนี้ท่าน
 เรียกให้เราไปนั่งข้างหน้าท่านจริงๆ ด้วย พูดแล้วยังขนลุก ยังกะ
 ท่านมีญาณ

อีตอนวันจะลาศิลาของเธอ หลวงพ่อท่านให้พรซาบซึ่งมาก
 คนจ้ร้องไห้กันทั้งศาลา ไม่มีใครอยากกลับบ้านเลย

เลยกลายเป็น - ไปมัวชื่นชมบารมีหลวงพ่อไปฉิบ



- ได้รับความหมายให้ทำหน้าที่

เช่น ให้เป็นคนนำสวดมนต์

ให้เป็นคนอ่านหนังสือให้ผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันฟัง

ให้เป็นคนรับผิดชอบเรื่องจัดโต๊ะอาหาร

ให้ดูแลเกี่ยวกับเอกสารต่างๆ ฯลฯ

เลยกลายเป็น - ไปเพื่อจะไปเป็นตัวแสดงอะไรสักอย่าง
หรือหลายๆ อย่าง

ยังไม่ได้เอ่ยถึงตัว “ธรรม” ที่อ้างว่าจะไป “ปฏิบัติ” เลยสักคำ
เปลือๆ อาจไม่สนใจด้วยซ้ำไปว่า ธรรมที่ว่านั้นคืออะไร
เพราะมัวไปจดจ่อใจอยู่กับเรื่อง -

ไปลงทะเลียนตรงไหน

ที่นอนอยู่ตรงไหน

ชุดขาวที่เตรียมไปจะสวมใส่ได้พอดีหรือเปล่า
ตื่นนอนแล้วจะไปใช้ห้องน้ำห้องส้วมกันยังไง

จะต้องไปทำวัตรสวดมนต์ตอนกี่โมง

เสร็จแล้วจะต้องฟังเทศน์ฟังธรรมอีกนานไหม

วันนี้หลวงพ่จะพาไปเดินจงกรมที่ไหน

เดินจงกรมกลับมาแล้วจะกินข้าวตอนกี่โมง

กินข้าวแล้วจะไปทำอะไรต่อ

วันนี้จะมีโอกาสไปไหว้พระตรงนั้นตรงโน้นไหม





จะต้องไปเข้าร่วมกันที่ศาลาตอนบ่ายก็โมง
 ปฏิบัติกรรมฐานไปจนถึงก็โมง
 หลังจากนั้นจะต้องไปไหนต่อไป

.....

สรุปว่า ใจไปมุ่งอยู่ที่ตัวกิจวัตรที่ทางสำนักกำหนดให้ทำ
 จนลืมไปว่า ธรรมที่ตั้งใจจะมาปฏิบัตินั้นอยู่ที่ตรงไหนกันแน่

รูปแบบของกิจวัตรที่ดี ลักษณะที่ไปกางกลดนอนกลางดิน
 กลางทรายก็ดี

ความรู้สึกสงบสบายใจก็ดี และความปลาบปลื้มดื่มด่ำส่วนตัวก็ดี
 เหล่านี้ สำหรับบางคน-

อาจถือเอาเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมไปเลย

สำนักนี้จัดที่ไร ไปทุกที่ และไปทันที

ใครหรืออะไรที่บ้าน ไม่ห่วงทั้งนั้น

ไปมอบกายถวายชีวิตให้สำนักนั้นทันที

ไปเพื่อไปเจอคนรู้จัก

ไปเพื่อให้หลวงพ่อกับเพื่อแสดงแก่ใครๆ ว่า ท่านรู้จักฉันนะ

ไปเพื่อเป็นคนนำสวดมนต์

ไปเพื่อจะได้เข้าร่วมกิจกรรมกิจวัตรตอนนั้นๆ ฯลฯ

หายได้เลยว่่านักปฏิบัติธรรมประเภทนี้

ถ้าไปแล้วไม่เจอคนรู้จัก หรือมีคนไปกั้นน้อย



ไปแล้วหลงพ่อไม่ทัก หรือไม่มีเวลาเข้ามาทักเป็นส่วนตัว
หรือไปแล้วไม่ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่อะไร
จิตใจก็จะท้อห่อเหี่ยว ไม่มีแรงที่จะปฏิบัติธรรมไปทันที

ก็คือที่อ้างว่าไปปฏิบัติธรรมนั้น ที่แท้ก็ไปเพื่อเพิ่มอรรถาต์วัฏของกู
ให้ใหญ่ขึ้น

หรือไปเพื่อจะไปตื่นตาดึ้นตื้นกับขั้นตอนต่างๆ ของกิจวัตร
ก็เลยโลดแล่นไปคนละทิศทางกับเป้าหมายของการปฏิบัติธรรม
ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนให้ปฏิบัติเพื่อลดหรือทำลายอรรถาต์วัฏ
ของกู

.....

ที่ว่ามาทั้งนี้อย่าเพิ่งอึดอัดขัดใจ

ใจเย็นๆ

การ “ไปปฏิบัติธรรม” ไปทำกิจวัตรกิจกรรมที่สำนักนั้นนี้กำหนด
ขึ้นมา นั้น เป็นของดี

ไม่ได้ว่าไม่ดีเลย

แต่ต้องเข้าใจว่า มันดีในฐานะเป็น แบบฝึกหัดเท่านั้น

มันไม่ใช่ชีวิตจริง

ผู้กำหนดกิจวัตรจัดกิจกรรมเขาเอามาให้เราฝึก

เพื่อให้เราเอาไปใช้ในชีวิตจริง





หรือพูดให้ถูกต้องก็คือ เพื่อเอาไปปรับใช้ในชีวิตจริงให้ได้
ไม่ใช่ให้มาปฏิบัติหัดฝึกกันแค่ ๓ วัน ๗ วัน
พอกลับถึงบ้านก็เลิกปฏิบัติ

แล้วลองถามตัวเองดูซิว่า

ตั้งแต่ตระเวนไปปฏิบัติธรรมตามสำนักต่างๆ เสียเวลาไปนานโขนั้น
เอากิจวัตรเหล่านั้นมาใช้ในชีวิตจริงได้บ้างหรือเปล่า
รื่อยทั้งรื่อย คือ เปล่า ไม่ได้เอามาใช้

แค่ไหว้พระสวดมนต์เพียงอย่างเดียวเท่านั้น ก็แทบจะไม่ได้ทำ
ทั้งนี้ไม่ได้แปลว่ากิจกรรมเหล่านั้นเอามาใช้ในชีวิตจริงไม่ได้
เพราะเป็นของหลอกหลวง - อะไรทำนองนั้น

มิได้หมายความว่าอย่างนั้นเลย

กิจกรรมเหล่านั้นเอามาใช้ในชีวิตจริงได้อย่างยิ่ง และได้แน่นอน
ถ้าผู้ไปปฏิบัติธรรมมีความคิดมีความตั้งใจที่จะไปเรียนรู้
เพื่อเอามาใช้ในชีวิตจริงจริงๆ

แต่แทบจะรื่อยทั้งรื่อยของผู้ไปปฏิบัติธรรม

ไม่ได้มีความคิดที่จะไปเอากิจกรรมเหล่านั้นมาปฏิบัติในชีวิตจริง
แต่อย่างใดทั้งสิ้น

หากแต่ไปเพื่อจะ ไปชื่นชมกับ -

บรรยากาศร่มรื่น สงบเสียงจ๊กจั่นเรไรร้องระงมวังเวงชวนให้ดื่มด่ำ
กุฎิศาลา สะอาด ห้องน้ำสะอาดมากยิ่งกว่าห้องนอน



หลวงพ่อบรรยายเก่ง ราศีผุดผ่อง เสียงกังวาน มีพลังน่าเลื่อมใส
คนฟังกันเวียบกริบ ฯลฯ

แล้วก็ไปเพื่อจะไปเพิ่มอรรถาของตัวเองให้ใหญ่ขึ้น - เท่านั้นเท่านั้น

อย่างฉลาดขึ้นมาหน่อยก็อาจจะคิดและเข้าใจไปว่า การทิ้งบ้านไป
ทำกิจกรรมเหล่านั้นย่อมเป็นความดีและเป็นบุญเป็นกุศล
อย่างน้อยก็ในช่วงเวลา ๓ วัน ๗ วัน ที่อยู่ที่นั่น

เพื่อจะได้มีแรงกลับมาทะเลาะกับคนในบ้านต่อไปอีก

แต่ถ้าถูกถามต่อไปอีกหน่อยว่าการไปทำกิจกรรมที่เรียกขานกันว่า
ปฏิบัติธรรมเหล่านั้นเป็นความดีอย่างไรและเป็นบุญเป็นกุศลอย่างไร
ก็เชื่อได้เลยว่า จะตอบไม่ได้

ที่ตอบไม่ได้ ไม่ใช่เพราะพูดไม่เป็น หรือพูดไม่เก่ง หรืออธิบายไม่เป็น
แต่เป็นเพราะว่าตัวผู้ปฏิบัติธรรมนั่นเองก็ 모르แน่่ว่า
ความดีของการปฏิบัติธรรมอยู่ตรงไหน และที่เรียกว่าบุญกุศลนั้น
คืออะไร

เรื่องก็วนมาลงตรงที่เดิมที่ว่า เพราะไม่รู้ว่าเป็นเป้าหมายของการ
ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนานั้นคืออะไรนั่นเอง

ไปปฏิบัติธรรมกลับมาแล้ว ถ้ามีใครบอกว่า

จะมีการปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้เมื่อนั้นเมื่อนี้ อีกจะไปอีกไหม
ส่วนมากก็จะตอบทันทีว่า **ไป ไปอีกแน่นอน ชอบ**





ไปด้วยความมุ่งหมายเดิม คือไปหาความสบายใจ
 ไปทำกิจกรรมกิจกรรมต่างๆ สวดมนต์ ฟังธรรม นั่งสมาธิ ฯลฯ
 บางทีก็เรียกเสียเพราะฝรั่งว่า *ไปเติมบุญ*
 โดยไม่เคยจุกคิดว่า เป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรมนั้น
 อยู่ตรงไหน คืออะไร
 จึงคอยรอเทศกาลเติมบุญ และ โลดเล่นหาสถานที่เติมบุญเรื่อยไป
 ถ้าเห็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมได้ชัดเจนแล้ว
 และรู้หลักการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องถ่องแท้แล้ว
 ก็ไม่มีความจำเป็นจะต้อง โลดเล่นไปเติมบุญที่ไหนอีกเลย
 แต่ที่อยากไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้อยู่เรื่อยๆ
 ก็เพราะไม่รู้จักเป้าหมายที่ถูกต้องนั่นเอง

ที่ต้องย้ำทำความเข้าใจตรงนี้ด้วย ก็เพราะอาจจะมีผู้คิดแย้งว่า
 ถ้าเป็นอย่างที่ว่านั่นแล้ว ไชรี การไปถืออุโบสถศีล นอนค้างที่วัด
 ตลอดวันหนึ่งและคืนหนึ่ง ก็ไม่จำเป็นด้วยนะซี
 เรื่องการไปถืออุโบสถศีล นอนค้างที่วัด
 กับการไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน ตามเทศกาลนั้น
 คู่เฟินๆ ก็จะเห็นว่าเหมือนกัน
 แต่เจตนาในการปฏิบัติต่างกันมาก
 การไปถืออุโบสถศีลนอนค้างที่วัดเป็นกิจวัตรปกติในชีวิตจริง
 คือในรอบ ๗ วัน ชาวพุทธจะหยุดงาน ๑ วัน เพื่อรักษาอุโบสถศีล



อุปมาเพื่อให้เห็นภาพง่าย ๆ ก็เหมือนคนที่ทำงาน
 เนื้อตัวเหนียวเหนอะหนะด้วยเหงื่อไคล สกปรกมาตลอดวัน
 ตกตอนเย็นก็อาบน้ำชำระร่างกายเสียทีหนึ่ง
 การอาบน้ำชำระร่างกายในรอบวันหนึ่งเป็นกิจวัตรปกติประจำวัน
 เช่นเดียวกับการรักษาอุโบสถศีลก็เป็นกิจวัตรปกติของชาวพุทธ
 ในรอบ ๗ วัน

การรักษาอุโบสถศีลจึงไม่ใช่การจัดจกให้ผิดไปจากชีวิตปกติ
 ตรงนี้แหละที่แตกต่างจากการ ไปปฏิบัติธรรมตามเทศกาลที่จัดขึ้น
 ตามสำนักนั้นนี่

เพราะการ ไปปฏิบัติธรรมแบบนั้น ผู้ร่วมกิจกรรมจะต้องงด
 หรือหยุดกิจกรรมที่จะต้องทำตามปกติไว้ทั้งหมด
 แล้วก็เอาตัวเอาชีวิตไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่จัดขึ้นเป็นพิเศษ
 และต้องกระทำกิจวัตรซึ่งตามปกติมิได้กระทำในชีวิตประจำวัน
 ของตนเลย

ถึงแม้บางท่านจะอ้างว่า ไปปฏิบัติธรรมปีละครั้งเป็นปกติ
 อะไรทำนองนี้

การ ไปปฏิบัติธรรมแบบนั้นก็ยังไม่ใช่วีชีวิตจริงหรือชีวิตประจำวัน
 ตามปกติอยู่นั่นเอง เพราะปฏิบัติแค่ ๓ วัน ๗ วัน
 หรืออย่างมากก็ ๑๕ วัน

แล้ววันคืนอีกตั้งประมาณ ๓๕๐ วันต่อปี ใ้ไปในการทำอะไร
 คิดดูก็จะเห็นได้เองว่า



การไปปฏิบัติธรรมแบบนั้นไม่ใช่ชีวิตตามปกติเลย
ซึ่งต่างจากการรักษาอุโบสถศีลที่เป็นการใช้ชีวิตตามวงรอบปกติ
อย่างแท้จริง

และเป็นไปตามธรรมชาติของการดำรงชีพ

คือทำงานแล้วหยุดพัก

เป็นการพักผ่อนทั้งทางร่างกายและจิตใจ ตามธรรมชาติ

ส่วนการที่ผู้รักษาอุโบสถศีลนิยมไปค้างคืนที่วัดนั้น

เป็นธรรมเนียมหรือจารีตที่เกิดขึ้นในภายหลังของชาวพุทธไทย

การรักษาอุโบสถศีลแต่เดิมจริงๆ นั้น รักษาอยู่กับบ้านนั่นเอง

แต่วัฒนธรรมของชาวพุทธไทยนิยมไปถวายทาน รักษาศีล

เจริญภาวนาที่วัดในวันพระ ที่เรียกขานกันโดยทั่วไปว่า “ไปทำบุญ”

เมื่อถึงวันพระ ก็ย่อมจะต้องรักษาอุโบสถศีลกันอยู่แล้วตามปกติ

และเมื่อไปทำบุญที่วัดตอนเช้า ก็ถือโอกาสอยู่ที่วัดไปตลอดวัน

เพื่อจะได้ปฏิบัติกิจวัตรอันเป็นบุญอย่างอื่นอีก เช่น

ไหว้พระสวดมนต์ ฟังเทศน์ฟังธรรม จำเรณูจิตภาวนา ฯลฯ

ได้สะดวก

สำหรับผู้ที่ไม่กังวลด้วยกิจธุระอื่น

และเห็นว่าจะต้องเสียเวลาไปมาระหว่างวัดกับบ้าน

ก็มักนอนค้างที่วัดเสียด้วยเลย

เมื่อนิยมทำอย่างนี้ก็จึงดูเป็นการรักษาอุโบสถศีลนั้นต้องไปทำที่วัด

ต้องไปนอนค้างที่วัด



และคุณล้ายกับจะผิดปกติจากชีวิตประจำวันจริงๆ
 แต่ถ้าเข้าใจความเป็นมาดังที่ว่ามานี้
 ก็จะเห็นว่าไม่ใช่เรื่องผิดปกติจากชีวิตประจำวันแต่ประการใดเลย
 ซึ่งแตกต่างจากการไปปฏิบัติธรรม
 ที่จะต้องมีเป้าหมายที่มากกว่าการไปรักษาอุโบสถศีล

เป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้น
 ชัดเจน แน่นอน

และมีเพียงหนึ่งเดียว ไม่มีสอง

คือ อยู่กับชีวิตจริงนั้นแหละก็ไม่มีทุกข์

หมายถึง แม้มีทุกข์มากกระทบก็ไม่กระเทือนไปกับทุกข์

ที่เรียกกันว่า ความพ้นทุกข์

ถ้ามองเห็นเป้าหมายนี้ชัดเจนแล้ว

รับรองว่าจะไม่เกิดความรู้สึกอยากจะ โลดเล่นไปปฏิบัติธรรม
 ที่โน่นที่นี้อีกต่อไป

เพราะเป้าหมายที่ว่านี้มันอยู่ที่ตัวเราเองนี่แล้ว

ไม่ได้อยู่ที่สำนักไหนๆ หรืออยู่ที่หลวงพ่อก็คี่ไหนทั้งนั้น

เมื่อมันอยู่ที่ตัวเราเอง พบได้ที่ตัวเราเอง

แล้วทำไมจะต้อง โลดเล่นไปแสวงหาที่อื่นเล่า

เหมือนหญิงคนหนึ่งตกลงปลงใจตั้งความปรารถนาจะเป็นคู่ครอง





กับชายคนหนึ่งไว้เรียบร้อยแล้ว
 อยู่มามีชายอีกคนหนึ่งมาชวนให้ตั้งความปรารถนากับเขาบ้าง
 หญิงคนนี้ก็รับคำชวนทันที
 อยู่มามีชายอีกคนหนึ่งมาชวนอีก

ก็รับคำชวนอีก
 มีใครมาชวนอีกก็คนก็รับหมด
 เราจะเข้าใจหญิงคนนี้ว่าอะไร -
 เธอพบชายที่หมายใจจะเป็นคู่ครองกันแล้วหรือยัง?

การพบเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง
 ก็เหมือนการตกลงปลงใจตั้งความปรารถนา กับชายคนหนึ่งแล้ว
 การอยากไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
 แล้วพอมีกคนชวนก็โลดเล่นไปกับเขา
 ก็เหมือนหญิงที่ใจตั้งความปรารถนา กับชายคนหนึ่งแล้ว
 แต่ก็ยังรับคำชวนของชายคนอื่นอีก
 การโลดเล่นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้อยู่เรื่อยไป
 ก็เหมือนหญิงที่รับคำชวนของผู้ชายคนนั้นคนนี้อยู่เรื่อยไป
 นักปฏิบัติธรรมที่บอกว่าเขาพบเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมแล้ว
 แต่ยังไม่ร้อนไปปฏิบัติธรรมที่สำนักนั้นนี้อยู่เรื่อยไป
 เราจะเข้าใจเขาว่าอะไรดี - เขาพบเป้าหมายที่ถูกต้องแล้วหรือยัง?



เหมือนคนเอาหวีเสียบไว้บนศีรษะแล้วลืม
 ไปมัวหลงหาที่อื่นทั่วไปหมด
 เมื่อเข้าไปนั่งที่ไหน ตอนสายไปบ้านใคร ตอนเย็นไปเดินแถวไหน
 ตามไปค้นหาทั่วทุกที่
 แต่ไม่คิดจะค้นหาบนหัวตัวเอง
 เราจะเข้าใจเขาว่ากระไรดี - ชาตินี้เขาจะมีโอกาสพบหวีอันนั้นไหม?

อาจจะมีคนแย้งว่า การอยากไป และไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
 ไม่ได้แปลว่าเป็นคนหลายใจ
 เพราะการปฏิบัติธรรมเป็นการแสวงบุญอย่างหนึ่ง
 และมีได้มีข้อจำกัดว่าต้องปฏิบัติที่สำนักไหนสักแห่งหนึ่งอยู่ที่เดียว
 จึงจะเป็นบุญ
 ไปปฏิบัติที่สำนักอื่นไม่เป็นบุญ
 ไปปฏิบัติที่ไหนก็ยอมเป็นบุญทั้งนั้น
 ยิ่งไปปฏิบัติหลายสำนัก ก็ยิ่งได้บุญมากหลาย
 ทั้งยังได้ประสบการณ์และความรู้เพิ่มขึ้น ก็ยังเป็นความดี
 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
 เมื่อเราไปแสวงบุญเราก็ได้บุญ ก็คือเราได้ความสุข
 จึงไม่ต้องมานั่งถามว่าจะเอาบุญไปทำอะไร
 เพราะความสุขนี่มิใช่หรือคือเป้าหมายที่เราต้องการ

เมื่อตอบอย่างนี้ ก็เห็นจะต้องถามใหม่
 คือถามว่า ที่ว่าทำบุญได้ความสุขนั้น ความสุขที่ว่านี้เกิดขึ้นตอนไหน
 ก่อนทำ ขณะทำ หรือหลังทำ?
ก่อนทำ คงไม่ใช่ เพราะตอนนั้นบุญที่กำลังพูดถึงนี้ยังไม่มี
ขณะทำ ถ้ามีความสุข ก็คงมีอยู่ไม่เกิน ๓ วัน ๓ วัน



ระหว่างที่กำลัง “ปฏิบัติธรรม” อยู่เท่านั้น
แล้วหลังทำอะไรๆ เคยตรวจสอบวัดผลกันดูบ้างหรือเปล่า
ว่ายังมีความสุขติดตามมาอีกกี่วันที่เดือนที่ปี?
แต่ที่มักเป็นกันก็คือ พอกลับถึงบ้านก็ปวดหัวกับชีวิตจริงทันที
เหมือนเดิม
คือมีความสุขเฉพาะในช่วงเวลาที่เป็นไปปฏิบัติธรรมอยู่เท่านั้นเอง
อย่างดีก็มีความสุขต่อมามากพักหนึ่ง
เพราะบรรยากาศบุญยังสดใสอยู่ในใจ
แต่หลังจากนั้นก็ทุกข์เท่าเดิม
ถ้าอยากมีสุขอีก ก็ต้องรอคอยเทศกาลแสวงบุญครั้งต่อไป
ตามที่สำนักนั้นนี่จะจัดขึ้นอีก
ถ้าบังเอิญปีไหนเดือนไหน ไม่มีเทศกาลแสวงบุญ หรือมี แต่ตัวเอง
เกิดไม่สะดวกที่จะไปจะด้วยเหตุขัดข้องอะไรก็แล้วแต่
ก็เป็นอันว่าหมดโอกาสที่จะมีความสุข
แปลว่าต้องวิ่งตามหาบุญกันอยู่ตลอดชาติ ชีวิตนี้จึงจะมีความสุข
กับเขาได้

แต่บางคนก็แย้งฟังดูเข้าที่
คือบอกว่า ก็เหมือนคนป่วยไปหาหมอ
โรคบางชนิด ไปหาหมอครั้งเดียวก็หายป่วย
แต่โรคบางชนิด ต้องไปหลายครั้งจึงจะหาย



การไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้หลายๆ ครั้งนั้น
ก็เหมือนคนป่วยเป็นโรคชนิดที่ต้องไปหาหมอบ่อยๆ นั้นแหละ
ไปปฏิบัติธรรมครั้งเดียวจะช่วยให้ฟื้นทุกข์ได้อย่างไร
เมื่อไปหลายครั้ง ก็จะค่อยๆ กำจัดทุกข์ไปได้ครั้งเล็กครั้งละน้อย
ยิ่งไปมากครั้ง ก็จะยิ่งกำจัดทุกข์ให้หมดไปมากขึ้น
จนกระทั่งหมดทุกข์ไปได้ในที่สุด
นี่แหละคือเหตุผลที่เราควรจะไปปฏิบัติกันให้มากๆ บ่อยๆ

ข้อแย้งนี้ฟังเผินๆ ก็ดูเข้าทีคืออยู่
แต่ถ้าเข้าใจในหลักการกำจัดทุกข์ที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนา
ก็จะเห็นได้เองว่าเป็นคำแย้งที่ผิด
เริ่มต้นก็ควรจะพูดให้ถูกต้องว่า *ปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลส*
ไม่ใช่ *ปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดทุกข์*
เพราะกิเลสเป็นเหตุให้เกิดทุกข์
ทุกข์จึงเป็นผล กิเลสเป็นเหตุ
พระพุทธศาสนามีหลักการสำคัญคือ *ผลทุกอย่างมาจากเหตุ*
ต้องการให้ผลเป็นอย่างไร ก็ต้องไปทำเอากับเหตุ
เมื่อจะพูดให้ถูก จึงต้องพูดว่า
พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้สอนให้เรากำจัดทุกข์
แต่สอนให้กำจัดเหตุแห่งทุกข์
และเหตุแห่งทุกข์ ว่าตามหลักอริยสัจ ก็คือ *สมุทัย*



สมุทัยก็คือ ตัณหา ก็คือกิเลสนั้นแหละ

คราวนี้มาคุยกันว่า การกำจัดกิเลสนั้นเป็นหน้าที่ของใคร
 กำตบง่ายมาก คือกิเลสของใคร คนนั้นก็จะมีหน้าที่ต้องกำจัดเอา
 พระพุทธเจ้าท่านสอนวิธีกำจัดกิเลสที่ถูกต้องให้เราไว้แล้ว
 แต่พระองค์มิได้มีหน้าที่กำจัดกิเลสให้ใคร
 กังที่ตรัสว่า ตถาคตเป็นเพียงผู้บอก
 คือบอกทางหรือบอกวิธีให้
 ส่วนการเดินทาง หรือการลงมือกระทำตามวิธีที่ทรงบอกนั้น
 เป็นหน้าที่ของสาวก ที่จะต้องเดินเอง หรือทำเอาเอง
 วิธีเดินทางหรือวิธีกำจัดกิเลสนั้นเรียนไม่ยาก
 ในฐานะที่เราเป็นชาวพุทธ
 และยิ่งอ้างว่าเป็นคนใฝ่ธรรม หรือเป็นนักปฏิบัติธรรมด้วยแล้ว
 ย่อมจะต้องเคยได้ยิน ได้ฟัง ได้เคยศึกษาเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลสกันมาแล้ว
 ในระดับที่สามารถลงมือปฏิบัติได้แล้วอย่างแน่นอน โดยไม่ผิดพลาด
 จึงอ้างไม่ได้ว่า ที่ไปปฏิบัติธรรมนั้นคือ ไปศึกษาเรียนรู้วิธีปฏิบัติธรรม
 แต่จะต้องอ้างและยืนยันว่า ไปเพื่อปฏิบัติธรรม
 คือไปลงมือกำจัดกิเลส ไม่ใช่ไปเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลสกันอยู่นั่นแล้ว
 หรือถ้าใครจะเสนอหน้ามาว่า ตนนั้นเป็นคนโง่ ยังไม่รู้วิธีกำจัดกิเลส
 การไปปฏิบัติธรรมของตนจึงต้องถือว่า ไปเพื่อเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลส
 ไปก่อน





ก็คงจะยอมให้อ่างได้สักหนเดียว

คือไปปฏิบัติธรรมสักครั้งเดียวเท่านั้นก็รู้วิธีกำจัดกิเลสได้แล้ว

ไม่ว่าใครผู้ไหนจะโง่งเง่าสักปานไรก็ตาม

ที่ยังกำจัดกิเลสไม่ได้จึงไม่ใช่เพราะไม่รู้วิธี

หากแต่เป็นเพราะยังไม่ได้ลงมือทำนั่นเอง

การเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลสนั้น ถ้าจะเปรียบให้เข้าใจง่ายๆ

ก็เหมือนเรียนอ่านตัวอักษร เช่นอ่าน ก ไก่ เป็นต้น

คงไม่มีใครที่ต้องใช้เวลาเป็นเดือนเป็นปี หรือหลายเดือนหลายปี

จึงจะจำได้ว่า ตัวอักษรรูปร่างอย่างนี้เขาเรียกว่า ก ไก่

เมื่อจำ ก ไก่ ได้แล้ว คราวต่อไป พอเห็นปั๊บ ก็รู้ปั๊บว่าตัวนี้ตัวอะไร

คงไม่มีใครที่เมื่อจำได้แล้วว่า ก ไก่ หน้าตาเป็นอย่างไร

แต่พอข้ามคืนก็ลืมไปแล้วว่า ก ไก่ หน้าตาเป็นอย่างไร

จึงต้องไปตั้งต้นเรียนอ่าน ก ไก่ กันใหม่ทุกวันไป

การเรียนรู้วิธีกำจัดกิเลสก็เหมือนการเรียนรู้ตัวอักษร

จนสามารถเอาตัวอักษรมาประสมกันให้เกิดเป็นข้อความเรื่องราว ขึ้นมานั่นเอง

ความยาก จึงอยู่ที่การลงมือปฏิบัติกำจัดกิเลส

เปรียบเหมือนการลงมืออ่านหนังสือให้เข้าใจเรื่องราว



แล้วเอาเรื่องราวที่เข้าใจนั้นไปใช้ประโยชน์ต่อไป
 ตรงนี้แหละยาก
 เพราะส่วนใหญ่แล้วเรามักก็เกียจปฏิบัติกำจัดกิเลสด้วยตัวเอง
 เหมือนคนก็เกียจอ่านหนังสือนั่นแหละ
 คอยหวังรอให้มีกิจกรรมปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้ เมื่อนั้นเมื่อนี้
 แล้วก็คั่นคั่นไปกัน ๓ วัน ๗ วัน
 ด้วยหวังจะให้สำนักนั้นๆ หรือหลวงพ่อกันนั้นองค์นี้
 ช่วยกำจัดกิเลสให้
 ด้วยการ ไปนั่งห่มชุดแบบนั้น สวดมนต์เวลานั้น นั่งสมาธิเวลานั้น
 นอนแบบนั้น ฯลฯ
 โดยหวัง หรือเชื่อว่า เมื่อทำแบบนี้แล้ว กิเลสก็จะเบาบางหรือ
 หหมดไปได้เอง
 การตั้งเป้าหมายไว้อย่างนั้นจึงผิดหลักการของพระพุทธเจ้าไปแล้ว
 ตั้งแต่เริ่มต้น
 พระพุทธเจ้าท่านบอกว่า
 การกำจัดกิเลสเป็นหน้าที่ที่แต่ละคนจะต้องทำเอง
 ไม่ใช่ให้คนอื่นมาช่วยทำให้
 เพราะทำแทนให้กันไม่ได้อยู่แล้ว
 เหมือนกินอาหาร ใครหิว ใครอยากอิม ตัวคนนั้นก็ต้องเป็นคนกินเอง
 จะให้คนหนึ่งกิน แล้วอีกคนหนึ่งหายหิวนั้นไม่ได้
 แล้วการกำจัดกิเลสนั้นก็ต้องทำที่ตัว ที่จิตของเราเอง



ไม่ใช่ไปทำที่อื่น

และจิตมันก็อยู่ที่ตัวเรานี่เอง

ไม่ได้อยู่ที่สำนักไหนๆ หรือที่หลวงพ่อก็คี่ไหนๆ เลย

จิตอยู่กับตัวเองแท้ๆ ไม่ต้องเสียเวลาไปตามคูที่ไหนเลย

ออกจากบ้านไปกินไปนอนอยู่ที่สำนักไกลบ้านตั้ง ๓ วัน ๗ วัน

อย่างนี้มีเวลาไป

แต่คูจิตตัวเองอยู่กับบ้านวันละชั่ว โมงครึ่งชั่ว โมงก็ประเสริฐนักแล้ว

กลับไม่มีเวลาจะคู

กิเลสมันก็อยู่ที่จิตของเราเอง

แล้วจำเป็นอะไรหรือจึงจะต้องวิ่งไปกำจัดกิเลสกันที่สำนักโน้น

สำนักนี้

ข้อเท็จจริงก็คือ ไม่มีสำนักไหนรับรองให้แก่ผู้ไปปฏิบัติธรรมได้เลย

ว่าปฏิบัติคราวนี้กำจัดกิเลสไปได้แล้วเท่านั้น

คราวหน้าไปปฏิบัติอีก กำจัดกิเลสไปได้อีกเท่าโน้น

แม้แต่ตัวผู้ไปปฏิบัติเองก็พูดกันแต่ว่า - ไปแล้วก็สบายใจ

ได้บุญได้กุศลเยอะแยะ

แต่ไม่ได้สนใจด้วยซ้ำไปว่า

ไปปฏิบัติธรรมครั้งไหนกำจัดกิเลสไปได้เท่าไร

เพราะฉะนั้นจึงต้องเปรียบเทียบใหม่จึงจะถูกกับหลักการ

คือ เปรียบเหมือนคนไปพาหมอ ซึ่งมีอยู่ ๒ จำพวก

คือ **ไปบำบัด** กับ **ไปบำรุง**



ไปบำบัด คือมีโรคภัยเกิดขึ้น ไปเพื่อให้หมอรักษา
 ส่วนไปบำรุงนั้น ไม่ได้เจ็บป่วยอะไร แต่อยากจะมีสุขภาพดี
 จึงไปขอยาหรือขอวิธีบำรุงร่างกายให้แข็งแรง
 การปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลส ถ้าจะเปรียบก็เหมือนคนป่วย
 ไปหาหมอเพื่อบำบัดโรค
 การปฏิบัติธรรมตามความเข้าใจของบางคนที่ว่าเป็นการไปเติมบุญ
 เปรียบเหมือนไปหาหมอเพื่อขอยาบำรุง
 แต่การปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลสที่เปรียบเหมือนคนป่วยไปหา
 หมอเพื่อบำบัดโรคนั้น ไม่ใช่การเปรียบที่ถูกต้องไปเสียทั้งหมด
 เพราะการกำจัดกิเลสนั้นเจ้าของกิเลสต้องลงมือปฏิบัติกำจัดเอาเอง
 จะให้ใครอื่นมาช่วยไม่ได้
 ใครอื่นเช่นสำนักนั้นหลวงพ่อนี้
 ช่วยได้แต่เพียงเป็นผู้สอนวิธีปฏิบัติให้เท่านั้น
 ถ้าช่วยกำจัดกิเลสให้ได้ ก็เก่งกว่าพระพุทธเจ้าเป็นแน่
 ในแง่นี้แหละที่พอจะเปรียบเทียบได้กับโรคบางโรคที่หมอเป็น
 แต่เพียงให้ยาหรือบอกยาให้คนป่วยไปดำเนินการรักษาตัวเอง
 เช่นให้ยาไปกินที่บ้าน
 กรณีนี้คนป่วยกินยาเองได้ ไม่ต้องให้หมอเป็นคนจับกรอกปาก
 ถ้ารักษาแบบนี้ก็พอเปรียบได้กับผู้ปฏิบัติธรรมไปเรียนรู้วิธีปฏิบัติ
 กำจัดกิเลสจากสำนักนั้นๆ แล้วไปลงมือกำจัดกิเลสเอาเอง
 ซึ่งเป็นไปตามหลักการของพระพุทธศาสนา



แต่ที่เปรียบกับโรคบางชนิดที่ต้องไปหาหมอหลายครั้งจึงจะหาย เหมือนไปปฏิบัติธรรมบ่อยๆ ก็เลสก็จะค่อยๆ หมดไปนั้น เป็นการเปรียบที่ไม่ถูกไม่ตรงกับหลักการ เพราะโรคบางชนิดคนป่วยรักษาด้วยตัวเองไม่ได้ ต้องให้หมอเป็นผู้รักษาให้สถานเดียว จึงไม่เหมือนการกำจัดกิเลส เพราะการกำจัดกิเลสนั้นเจ้าของกิเลสต้องลงมือปฏิบัติกำจัด ด้วยตัวเอง เหมือนโรคที่หมอให้ยาหรือบอกวิธีรักษาให้คนป่วยไปรักษาตัวเอง ถ้าคนป่วยไม่กินยาเอง หรือไม่รักษาตัวเอง หมอเทวดาที่ไหนก็ช่วยไม่ได้ ถ้านักปฏิบัติธรรมคนไหนคิดว่า จะกำจัดกิเลสกันที ก็ต้องคั่นคั่น ไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้กันที และเชื่อว่า ต้องไปบ่อยๆ หรือไปหลายๆ สำนักจึงจะกำจัดกิเลสได้ ก็ควรจะเปรียบกับโรคที่หมอให้ยาไปกินที่บ้าน แต่คนป่วยผู้นั้น พอจะกินยาที ก็หอบยาไปกินที่โรงหมอ ใครทำอย่างนี้ก็เห็นจะป่วยเกินปกติไปแล้ว ท่านนักปฏิบัติธรรมที่ปกติคงไม่อยากจะเป็นคนป่วยเกินปกติเป็นแน่



คราวนี้มาว่ากันในประเด็นที่ว่า ไปปฏิบัติธรรมเพื่อแสวงบุญ
 ถ้าเชื่อว่าการไปแสวงบุญตามเทศกาลและเรียกกันว่า
 “ไปปฏิบัติธรรม” นั้น
 เป็นการไปทำเหตุแห่งความสุข
 ก็อยากจะเสนอแนะเอาบุญ
 คือขอให้เอากิจกรรมหรือกิจวัตรที่ทำในระหว่าง ๓ วัน ๗ วัน
 ที่ไปปฏิบัติธรรมนั้นมาพิจารณาดูว่าทำอะไรบ้าง
 เช่น แต่งชุดขาว ทำวัดสวดมนต์ ฟังเทศ 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

มีข้อสังเกตนอกเรื่องนิดหนึ่งในคำพูดที่ว่า ปฏิบัติที่ไหนก็ย่อมเป็น



บุญทั้งนั้น

คือคนที่อ้างแบบนี้มี ๓ ประเภท

ประเภทแรก ยังไม่ได้ไป และถูกชวน แต่ไม่ยอมไป เพราะไม่มีศรัทธา ก็มักจะปฏิเสธแบบฟังดูน่าเกลียดน้อยหน้อย คือบอกว่าปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละ

ประเภทที่สอง ยังไม่ได้ไป และอยากจะไป แต่ไปไม่ได้ เพราะเหตุอะไร

ก็แล้วแต่ ก็อ้างปลอบใจตัวเอง หรือมีคนอื่น(เช่นคนที่ไม่อยากให้ไป) ช่วยอ้างให้ว่า ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละ(วะ)

ประเภทที่สาม ไปแล้วและกำลังปฏิบัติธรรมอยู่ที่นั่น

แต่ถูกเพื่อนพ้องที่ไม่ได้ไปด้วยตัดพ้อต่อว่า

เช่น ทำไมไม่ชวนกันบ้าง ทำไมหนีวัดนี้ไปทำที่วัดโน้นเสียละ

ทำไมทิ้งกันไปเสียละ อะไรทำนองนี้

มักจะอ้างปลอบใจคนข้างหลัง และเพื่อให้ตัวเองพ้นข้อหา ว่า

ทิ้งกันไป ว่า ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละ

ประเภทที่สามนี้น่าจะฝากคำถามให้ตอบ

คือถามว่า ถ้า ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละคำ จริง



แล้วไซ้

ตัวเองจะต้องคืนรณขวนขวายโอดแค้นออกจากบ้านไปสำนักโน้น
สำนักนี้ซึ่งมักจะอยู่ไกลบ้าน ให้เหนื่อยยากทำไมกัน
ทำที่วัดใกล้บ้านหรือทำอยู่กับบ้านเสียเลยจะไม่สะดวกกว่าดอกหรือ
แสดงว่าจะต้องมีอะไรที่ *ไม่เหมือนกัน* หรือมีอะไรซุกซ่อนอยู่ในใจ
ไซ้ไหม

อะไรที่ *ไม่เหมือนกัน* และอะไรที่ซุกซ่อนอยู่ในใจนี้แหละ
ที่น่าศึกษายิ่งนัก

พักไว้ก่อน แล้วค่อยค้นหากันดู

พูดไว้ข้างต้นว่าไปปฏิบัติธรรมโดยเอาความสบายใจเป็นเป้าหมายนั้น
ดีไม่ผิดจะกลายเป็นการ *ปฏิบัติธรรมแบบวิ่งหาห้องแอร์*
หรือที่ยิ่งแย่ก็คือ *ปฏิบัติธรรมแบบคนติดยา*
หมายความว่าอะไร?
เรื่องนี้จะต้องสรุปความให้ชัดไว้เสียชั้นหนึ่งเสียก่อน

*สรุป*กันตรงๆ ก็คือว่า มีนักปฏิบัติธรรมจำนวนมาก
ที่ตั้งเป้าหมายของการ ไปปฏิบัติธรรมไว้ไม่ถูกต้อง
ตามเป้าหมายในพระพุทธศาสนา
เช่น ไปปฏิบัติธรรมเพื่อความสบายใจ



เพื่อหาความรู้ หาประสบการณ์
 หรือเพื่อเป็นการพิสูจน์ความอดทนของตัวเอง
 หรือประทับใจกับกิจกรรมต่างๆ ที่กำหนดให้ทำ
 ตลอดจน-ไปเพื่อเสริมอรรถาของตัวองและอรรถาของสำนักต่างๆ
 ให้ใหญ่ขึ้น
 ล้วนแต่เป็นเป้าหมายที่เบี่ยงเบนไปหมดสิ้น
 แม้แต่จะถามว่า ที่เรียกว่า ปฏิบัติธรรม ปฏิบัติธรรม นั้น คือ
 ทำอะไร ทำอย่างไร
 แค่นี้ก็ตอบให้ถูกต้องไม่ค่อยจะได้อยู่แล้ว

บางคนก็ว่ากันชื่อๆ ว่า ปฏิบัติธรรมก็คือการแต่งชุดขาว
 ถ้าเช่นนั้น แต่งชุดขาวอยู่กับบ้านก็ได้มิใช่หรือ
 ทำไมจะต้องคั้นคั้น ไปแต่งชุดขาวอยู่ที่สำนักนั้นนี่
 ถ้าการทำวัตรสวดมนต์คือการปฏิบัติธรรม
 สวดมนต์อยู่กับบ้านก็ได้
 ถ้าเถียงว่าอยู่บ้านมีงานยุ่ง ไม่มีเวลาสวด ก็ต้องถามเถียงกลับไปว่า
 สวดมนต์อยู่กับบ้านแค่ครึ่งชั่วโมงหรืออย่างมากก็ชั่วโมงเดียว
 อ้างว่าไม่มีเวลาสวด
 แต่ทีออกจากบ้านไปอยู่สำนักนั้นนี่ไม่ใช่แค่ชั่วโมงครึ่งชั่วโมง
 แต่ตั้ง ๓ วัน ๗ วัน
 ทำไมมีเวลาไป?



จะตอบว่าอะไร

ก็บรรยากาศในบ้านมันไม่เอื้ออำนวยนี่นา
ที่สำนักนั้นนี่บรรยากาศเขาสงบดี

คนที่สามารถหาโอกาสทิ้งบ้านไปได้ตั้ง ๓ วัน ๓ วัน
แต่สวดมนต์ในบ้านใช้เวลาเพียงแค่ชั่วโมงครึ่งชั่วโมง
กลับไม่สามารถหาโอกาสได้

นี่มันไม่ใช่เรื่องของบรรยากาศในบ้านนอกบ้านหรอก
แต่เป็นเรื่องของการไม่รู้จักจัดระเบียบของตัวเองต่างหาก
จึงต้องคั่นคั่นไปหาคนอื่นให้เขาจัดให้
หรือไม่ก็ มีความต้องการอะไรสักอย่างซ่อนเร้นอยู่ในใจ

แต่ตัวเองไม่รู้ หรือรู้ก็บอกไม่ได้

เพราะมันอาจจะเป็นความต้องการที่ขัดแย้งกับเป้าหมายที่ถูกต้อง
ของการปฏิบัติธรรม

เช่น ความต้องการจริงๆ ที่ซ่อนอยู่ลึกๆ ก็คือ -

อยากจะหนีสภาพความเป็นจริงของชีวิตประจำวัน ไปสักพักหนึ่ง
ไปที่ไหนก็ได้ ขอให้พ้นไปจากชีวิตจริงสิ่งแวดล้อมเก่าๆ นี่ก็แล้วกัน
เมื่อพ้นออกไปได้แล้วก็รู้สึกสบายใจ
คราวนี้ไปเจออะไรก็ดีหมดทั้งนั้น





ก็เลยเข้าใจว่าตัวเองสบายใจเพราะได้ปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
 หรือได้บุญได้กุศลเยอะแยะเพราะได้ไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
 ความจริงแล้วเป็นการหลอกตัวเอง
 ที่รู้สึกสบายใจหรือเข้าใจว่าได้บุญได้กุศล
 ไม่ใช่เพราะได้ไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้หรอก
 แต่รู้สึกเช่นนั้นก็เพราะได้พ้นไปจากสิ่งแวดล้อมเดิมๆ ต่างหาก

ควรจะสงสารตัวเองนะ

แล้วการปฏิบัติกรรมฐาน หรือที่ขอบพูดกันว่านั่งสมาธิละเป็นการ
 ปฏิบัติธรรมใช่ไหม?

ถามอย่างนี้ทำท่าจะตรงประเด็นหน่อย

แต่ก็ต้องตั้งคำถามกลับไปว่า

ปฏิบัติกรรมฐานนั่งสมาธิอะไรนั่น

ต้องคืบคั้นไปทำกันที่สำนักนั่นนี่อย่างนั้นหรือ

จึงจะถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรม

ทำอยู่กับบ้านไม่ได้หรือ

ทำอยู่กับบ้านไม่เป็นการปฏิบัติธรรมหรือ

คงไม่อ้างอีกนะว่า บรรยากาศไม่เอื้ออำนวย

ส่วนกิจกรรมอื่นๆ เช่น ได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบเรื่องนั้นเรื่องนี้



หรือได้ไปไหว้พระที่โบสถ์วิหารวันละ ๓ เวลา
หรืออะไรก็แล้วแต่ที่ไม่ใช่ตัว “ธรรมะ” ตรงๆ ที่ตั้งใจไป “ปฏิบัติ”
แต่ก็ปลื้มใจว่าได้ประกอบกิจอันเป็นบุญกุศล
“ได้บุญเยอะแยะเลย” นั้น

เป็นอันไม่ต้องมานั่งเถียงกันอีกแล้วว่า
ต้องคืบคั้นไปทำที่สำนักนั้นนี่เท่านั้นหรือจึงจะเป็นบุญกุศล
เพราะกิจคั่งว่านั้นย่อมไม่ใช่เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมอยู่แล้ว
และกิจแบบนั้นทำที่วัดข้างบ้าน หรือวัดใกล้ๆ

แบบสะดวกๆ และทำเมื่อไรก็ได้
ก็ย่อมจะเป็นบุญกุศลเหมือนกันโดยแท้
ยิ่งอยู่ใกล้บ้าน ยิ่งทำได้บ่อย ไม่ใช่แค่ ๓ วัน ๗ วัน เท่านั้น
แต่ทำได้ทุกวัน ถ้าอยากได้บุญได้กุศลเยอะแยะจริงๆ
หรือว่าธรรมะหรือบุญกุศลในพระพุทธศาสนานั้น
มีอยู่เฉพาะในสำนักนั้นนี่เท่านั้น ในวัดใกล้บ้านไม่มี?

ยังมีคำข้อนแย้งอีกว่า ก็รู้ว่าธรรมะนั้นปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา
และบุญกุศลก็ทำได้ทุกวัดนั่นแหละ ไม่เถียงหรอก
แต่วัดใกล้บ้านไม่มีใครไปเพราะเขาไม่ได้จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมนี้

นี่ปีหนึ่งเขาอุทิศส่ำห้ลงทุนจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมกันที่หนึ่ง
๓ วัน ๗ วัน ตามเทศกาล





เราก็น่าจะไปปฏิบัติธรรมเอาบุญเอากุศลใส่ตัวกับเขาบ้างมิใช่หรือ
ถือว่าเป็นพุทธบูชาด้วย

แย่งอย่างนี้ยิ่งน่าสงสาร

ใครเป็นคนบอกคนสอน หรือไปได้ความเข้าใจแบบนี้มาจากใคร
ว่าการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้น

ปฏิบัติได้ตามเทศกาลที่ใครๆ เขาจัดขึ้นเท่านั้น

นอกเทศกาลปฏิบัติไม่ได้และไม่ต้องปฏิบัติ

และต้องปฏิบัติกันเป็นจำนวนมากๆ คน

เช่นต้องมีคนไปกันเป็นร้อยหรืออย่างน้อยก็เป็นสิบ

จึงจะเป็นการปฏิบัติธรรม

ทำคนเดียวไม่ใช่การปฏิบัติธรรม

พอพูดอย่างนี้ ก็มักเลียงไปอีกว่า ก็อยากจะไปหาประสบการณ์ด้วย

แล้วก็อยากจะทดลองดูบ้างด้วย

คือวนกลับไปที่เป็นเป้าหมายเดิม ซึ่งไม่ใช่เป้าหมายที่ถูกต้องอีกนั่นเอง

อันที่จริง ผู้แย่งก็ย่อมรู้อยู่แก่ใจว่า คำแย้งของตัวนั้นฟังไม่ขึ้นเลย

แย่งออกไปแล้วก็แย้งตัวเองได้เองทันที ว่า มิใช่เช่นนั้นเลย

แต่เพราะได้สำแดงความนิยมในการปฏิบัติธรรมตามเทศกาลออกไปแล้ว

พูดกันตรงๆ ว่าได้ “โคด” ลงไปมีส่วนร่วมในขบวนการนี้เสียแล้ว



ก็จำเป็นต้องหาทางเถียงแย้งไปตามเรื่อง

จะยอมรับแต่โดยดีว่า ตัวเข้าใจพลาดไปเสียแล้ว ก็ดูขัดใจ
อย่างไรๆ อยู่

อย่างพาลโง่หน่อยๆ ก็อาจจะเถียงว่ามัน ก็ไม่ใช่เรื่องเสียหาย
อะไรมิใช่หรือ

ที่คนเขาไปเที่ยวไปเตร่ หรือไปทำเรื่องไร้สาระ ทำไมไปกันได้โครมๆ
นี่เขาไปทำความดีแท้ๆ มันเสียหายตรงไหนจึงต้องมานั่งขัดคออยู่ได้

ถ้าจะเอาแง่นี้ขึ้นมาพูด ก็ไม่เป็นไร

ถ้าพอใจที่จะทำอย่างนั้น จะเอาอย่างนั้น

ก็เชิญไปกันเถิด

ไม่มีใครว่าอะไรหรอก

เพียงแต่ขอให้รู้ ให้เข้าใจให้ถูกต้องตามความเป็นจริง

ว่าเป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนานั้น
คืออะไร

และการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนานั้น

พระพุทธเจ้าผู้เป็นเจ้าของ “ธรรม” ที่ท่านเอ่ยอ้างว่าไปเพื่อ

“ปฏิบัติ” นั้น ท่านสอนให้ปฏิบัติที่ไหน เมื่อไร และอย่างไร

ต้องบอกลงไปให้ชัดด้วยว่า นี่เป็นการปฏิบัติธรรม





ตามแบบที่สำนักนั้นหลวงพ่อนี้ท่านสอน
ไม่ใช่ตามแบบของพระพุทธเจ้า

อย่าได้เที่ยวมาแอบอ้างเป็นอันขาดว่า
ต้องไปปฏิบัติที่นั่น เมื่อนั้น และอย่างนั้น ตามที่ทำกันอยู่นั้นเท่านั้น
จึงจะเป็นการปฏิบัติธรรมตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอน
และแม้จะมาโมเมอ้างว่า ปฏิบัติแบบนี้ก็ดี ปฏิบัติแบบนี้ก็ได้
ถูกทั้งนั้นแหละ เป็นบุญเป็นกุศลทั้งนั้นแหละ -
อย่างนี้ ก็อย่าได้อ้างเป็นอันขาด
เพราะเป็นการบิดเบือน เบี่ยงเบน และกล่าวต่อคำสอนของ
พระพุทธเจ้า

เพราะพระพุทธเจ้าท่านไม่ได้บอก
ว่าธรรมของท่านต้องปฏิบัติที่สำนักนั้นในเทศกาลโน้นเท่านั้น
ปฏิบัติที่อื่น ในเวลาอื่นไม่ได้
แต่ท่านสอนว่า
ธรรมของท่านนั้นถ้าเข้าใจวิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง
ก็สามารถปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา
ถ้าปฏิบัติแบบนี้ก็ดี ปฏิบัติแบบนี้ก็ได้ ถูกทั้งนั้นแหละ
เป็นบุญเป็นกุศลทั้งนั้นแหละ จริงอย่างที่อ้าง
ก็ไม่ต้องมีพระพุทธเจ้า
บรรดาหลวงพ่อกิ่งหลายเป็นพระพุทธเจ้าเอง ไปเรียบร้อยแล้ว



ส่วนใครจะบอกว่า คนนั้นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นเมื่อนั้นด้วย
และที่อื่นเมื่ออื่นก็ปฏิบัติด้วย ไม่ได้ละทิ้งเลย
ก็ขออนุโมทนา

แต่อยากจะชวนให้ถามตัวเองด้วย
ว่า ถ้า ที่อื่นเมื่ออื่นก็ปฏิบัติด้วย ไม่ได้ละทิ้ง จริงแล้วใช่
ก็ต้องแปลว่าปฏิบัติอยู่แล้วเป็นประจำปีละ ๓๖๕ วัน ใช่หรือไม่
หมายความว่าท่านมิได้คอยจ้องรอปฏิบัติตามเทศกาล
ที่สำนักนั้นนี่เขาจัดขึ้น

แต่ท่านปฏิบัติของท่านอยู่แล้วตลอดเวลาไม่ว่าที่ไหนๆ
ถ้าอย่างนี้ ท่านก็ปฏิบัติถูกต้องตามหลักของพระพุทธศาสนาอยู่แล้ว
คือธรรมะนั้นปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา
แล้วท่านยังจะต้อง โลดแล่นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้เมื่อนั้นเมื่อนี้อีก
ทำไม?

ทำไมท่านยังต้องไปที่สำนักนั้นเมื่อถึงเทศกาลนั้นอยู่อีกเล่า
ในเมื่อปฏิบัติได้ทุกที่ และตลอดเวลาอยู่แล้ว
ลองถามตัวเองดูซิ

แสดงว่าจะต้องมีอะไรที่ ไม่เหมือนกัน หรือมีอะไรซุกซ่อนอยู่ในใจ
ใจ ใช่ไหม

อะไรที่ ไม่เหมือนกัน และอะไรที่ซุกซ่อนอยู่ในใจนี้แหละที่ควรจะ





เปิดเผยออกมาตรงๆ

อะไรที่ว่านี้ ไม่ใช่อะไรอื่น

ที่แท้ก็คือ ความต้องการผันไปจากสภาพเดิมๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว
อย่างหนึ่ง

และอีกอย่างหนึ่งก็คือ ความต้องการสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ นั่นเอง
ที่ต้องการสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ก็เพราะไม่พอใจ
หรือไม่อึดกับสิ่งแวดล้อมเดิมๆ

อย่าปฏิเสธว่าไม่ใช่

สิ่งแวดล้อมเดิมๆ ก็คือชีวิตจริง หรือชีวิตประจำวันของ
นั่นเอง

อยากเปลี่ยนจากเสื้อผ้าแบบเดิมสีเดิม ไปเป็นชุดขาว

อยากสวมมนต์แทนนั่งอ่านหนังสือ

อยากนั่งสมาธิแทนนั่งเย็บผ้า

อยากนอนใต้กอดแทนใต้มุ้งหลังเก่า ฯลฯ

ตลอดจนอยากจะได้พบได้เห็นผู้คนอื่นๆ แทนคนเก่าๆ

หรือถ้าท่านแต่งชุดขาวอยู่แล้ว ก็อยากเปลี่ยนสถานที่แต่งชุดขาว

อยากเปลี่ยนที่สวมมนต์

อยากเปลี่ยนที่นั่งสมาธิ

อยากเปลี่ยนที่นอน ฯลฯ

อย่างน้อยสัก ๓ วัน ๗ วัน ก็ยังดี

อย่าปฏิเสธว่าไม่ใช่



ก็ในเมื่อท่านปฏิบัติธรรมได้ทุกที่ทุกเวลาอยู่แล้ว
และท่านยังบอกเองด้วยว่า
ปฏิบัติที่ไหนก็ได้บุญเหมือนกันทั้งนั้นแหละ
แล้วท่านจะต้องไปที่สำนักนั้นเมื่อถึงเทศกาลโน้นทำไมกันอีกเล่า
ถ้าไม่ใช่เพราะท่านอยากเปลี่ยนสิ่งแวดล้อม

ถ้าอยากจะเถียงอยู่อีก ลองอย่างนี้ได้
เมื่อไปปฏิบัติธรรมครบ ๓ วัน ๓ 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 มีใช้หรือ
ท่านจะเบียดเบียนทำอะไรละ
คราวนี้ท่านจะบอกใครๆ หรือจะตอบตัวเองว่าอะไร
เห็นความต้องการที่แท้จริงของตัวเองชัดเจนไหมละ

เคยมีคนตอบปัญหาทำนองนี้ไว้ว่า ปฏิบัติธรรมอิมแล้วก็ต้องพัก
จะฝืนปฏิบัติไม่ได้

เปรียบเหมือนกินข้าว เมื่ออิมแล้วก็ต้องหยุด จะฝืนกินก็ยอมไม่ได้
แต่ตอบอย่างนี้ผิดความจริง เพราะมีหลักคำสอนอยู่ว่า

“อย่าสันโดษในกุศลธรรม”

แปลให้ตรงกับเรื่องนี้ก็คือ การปฏิบัติธรรมนั้นต้องไม่รู้จักอิม

เพราะฉะนั้น ยิ่งปฏิบัติมากก็ยิ่งดี

ไม่ใช่ยิ่งปฏิบัติมากก็ยิ่งเบียด

ถ้าท่านอ้างว่าความอดทนของคนเราย่อมมีขีดจำกัด

เมื่อทำอะไรนานๆ เข้าก็ต้องล้าต้องเหนื่อย และต้องเบียด

เป็นเรื่องธรรมดา

ถ้าอย่างนั้นก็ยิ่งแย่นักเข้าไปอีก

เพราะแสดงว่าท่านเข้าใจวิธีปฏิบัติธรรมผิดไปไกลมาก

การปฏิบัติธรรมกับชีวิตจริงย่อมเป็นสิ่งเดียวกัน



คือเราเอา “ธรรม” มา “ปฏิบัติ” กับชีวิตจริง
 ไม่ใช่เอาไปใช้ปฏิบัติกับอะไรอย่างอื่นนอกชีวิตจริงเลย
 ถ้าท่านพูดว่า ท่านเพื่อการปฏิบัติธรรม
 ก็เท่ากับพูดว่าท่านเพื่อชีวิตจริงของท่านนั่นเอง
 ที่แปลว่า ท่านแยกเอาการปฏิบัติธรรมออกมาเป็นส่วน
 ชีวิตจริงของท่านก็เป็นอีกส่วนหนึ่ง
 ก็แปลว่าในชีวิตจริงของท่านนั้นไม่ได้มีการปฏิบัติธรรม ไร้ใหม่
 ดังนั้น ที่ท่าน “ไปปฏิบัติธรรม” อยู่ ๓ วัน ๗ วัน อะไรนั้น
 มันก็เป็นเพียงการแสดงละครอะไรอย่างหนึ่งเท่านั้นเอง
 ใช่หรือไม่
 เพราะมันไม่ใช่ชีวิตจริงของท่านนี้

ที่ว่า การปฏิบัติธรรมกับชีวิตจริงย่อมเป็นสิ่งเดียวกันนั้น
 หมายความว่า
 ธรรมะนั้นต้องปฏิบัติกันตลอดชีวิต ไม่ใช่ปฏิบัติแค่ ๓ วัน ๗ วัน
 นี้เป็นหลักการของชาวพุทธอยู่แล้ว
 ถ้าการสวดมนต์ ฟังเทศน์ ฟังธรรม นั่งสมาธิ เดินจงกรม ฯลฯ
 ซึ่งท่านอ้างว่า หรือเชื่อว่า เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติธรรม
 เป็นกิจที่ท่านปฏิบัติเป็นประจำทุกวันอยู่แล้วในชีวิตจริง
 ปีละ ๓๖๕ วัน
 การอยู่ปฏิบัติธรรมที่สำนักนั้น (ก็สำนักที่ท่านพอใจเลือกใสรสสมัครใจไป



มอบกายถวายชีวิตให้เองแท้ๆ นั้นแหละ) ต่อไปอีก ๓๐ วัน หรือ ๑๖๐ วัน หรือแม้ตลอด ๓๖๕ วัน
 ท่านจะเบื่อกิจวัตรนี้ได้อย่างไร
 ในเมื่อจำนวนวันที่ท่านจะต้องปฏิบัติกิจเช่นนั้น
 มันก็อยู่ในจำนวน ๓๖๕ วันที่ท่านปฏิบัติอยู่แล้วตามปกตินั่นเอง
 ไม่ได้งอกเพิ่มออกไปเลยแม้แต่วินาทีเดียว
 ตามเหตุตามผลที่กล่าวมานี้
 ความเบื่อความเซ็งของท่านจึงย่อมจะไม่ได้เกิดจากการปฏิบัติธรรม
 หากแต่เกิดจากความเบื่อบรรยากาศลุ่มนมนั่นเอง

สองสมมุติใหม่ก็ได้คือสมมุติว่า
 สำนักปฏิบัติธรรมนั้นเขาพาท่านปฏิบัติธรรมสัตถุจร
 คือ ๗ วันแรกอยู่ป่า

๗ วันต่อมา พาไปอยู่ชายทะเล

๗ วันต่อไป พาลงเรือไปปฏิบัติธรรมกลางทะเล

๓ วันต่อไป พาไปปฏิบัติธรรมต่างประเทศ

อะไรทำนองนี้

เชื่อได้ว่าท่านจะไม่เบื่อเลย

เปลอๆ อาจจะรู้สึกว่ามันที่อยู่ต่อนั้นน้อยไปด้วยซ้ำ

นี่ก็ย่อมแสดงว่า ความต้องการที่แท้จริงของท่านก็คือสิ่งแวดล้อม
 ใหม่ๆ นั่นเอง



การปฏิบัติธรรมมีค่าเป็นเพียงสื่อที่จะพาท่านไปหาสิ่งแวดล้อม
ท่านต้องการเท่านั้น

ข้อพิสูจน์อีกอย่างหนึ่งที่ยืนยันว่า การไปปฏิบัติธรรมเป็นเพียงสื่อ
ที่จะพาท่านไปหาสิ่งแวดล้อมที่ท่านต้องการ

ก็คือ ขอให้ลองสมมุติว่า

สำนักที่จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมก็เป็นสำนักที่ท่านใฝ่ฝันที่จะไป
ช่วงเวลาที่จัด ก็เป็นเทศกาลที่เหมาะสมทุกอย่าง

ตัวท่านเองก็พร้อมที่จะไป ใครหรืออะไรที่จะทำให้ขัดข้องก็ไม่มี
ระหว่างอยู่ที่นั่นรับประกันความปลอดภัย ไม่ต้องกลัวอะไรเลย
เรียกว่าพร้อมทุกอย่าง

มีข้อแม้อยู่แต่เพียงว่า การปฏิบัติธรรมครั้งนี้มีท่านเพียงคนเดียว
เท่านั้นที่ไปปฏิบัติ

ท่านจะไปไหม?

รับรองได้เลยว่าไม่มีใครไป

ทำไมจึงไม่ไป

ก็เพราะไปคนเดียวไม่สนุก อยู่คนเดียวไม่ได้

สวดมนต์คนเดียวไม่สนุก ฟังเทศน์คนเดียวไม่สนุก นั่งสมาธิ

คนเดียวไม่สนุก ฯลฯ

นี่ก็เพราะจริงๆ แล้วท่านก็ยังต้องการคนอื่นๆ มาเป็นสิ่งแวดล้อม
ให้ท่าน





พอไม่ได้สิ่งแวดล้อมที่ต้องการ ท่านก็ปฏิบัติธรรมไม่ได้
 ใดๆ ที่การอยู่คนเดียวนั่นแหละคือสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมที่
 สำหรับการปฏิบัติธรรม

การจัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะ ย่อมจำเป็นสำหรับการปฏิบัติธรรม
 ในขั้นการฝึกหัด

แต่การปฏิบัติธรรมที่แท้จริงต้องทำได้ในท่ามกลางสิ่งแวดล้อม
 ที่มีอยู่จริงในชีวิตประจำวันนั่นเอง

ไม่ต้องไปจัดฉากขึ้นมาใหม่แต่ประการใดเลย

เพราะในชีวิตประจำวันจริงๆ ของเราเราไม่สามารถที่จะไปจัดฉาก
 หรือไปบังคับสิ่งแวดล้อมให้เป็นไปตามที่เราต้องการได้
 เหมือนในช่วงเวลาที่ “ไปปฏิบัติธรรม”

การกำจัดกิเลสอันเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติธรรมนั้นคือการกำจัด
 กิเลสในชีวิตจริง

ไม่ใช่กำจัดเฉพาะกิเลสที่มีอยู่ในช่วงเวลา ๓ วัน ๗ วัน ที่ไป
 ปฏิบัติธรรม

เมื่อเป้าหมายที่แท้จริงของการปฏิบัติธรรมอยู่ที่ชีวิตจริงท่ามกลาง
 สิ่งแวดล้อมจริง

จึงไม่จำเป็นเลยที่จะต้องวิ่งไปหาสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ ที่ไหนอีก

ถ้าเรายังต้องวิ่งไปหาสำนักปฏิบัติธรรมที่โน่นที่นั่นอยู่จึงจะถือว่า
 ได้ปฏิบัติธรรม



ก็แปลว่าเราเข้าใจผิดอย่างฉกรรจ์ในสาระสำคัญของการปฏิบัติธรรม
นั่นเอง

สาระสำคัญของการปฏิบัติธรรมก็เหมือนกับสาระสำคัญของ
การกินอาหาร

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

คุณค่าแท้ คือการที่สารอาหารเข้าไปหล่อเลี้ยงร่างกายเพื่อดำรงชีพ
และให้พลังงานเพื่อทำหน้าที่ต่างๆ ได้ต่อไป

ส่วนคุณค่าเทียม มีหลายอย่าง เช่น ความอร่อย ความหรูหรา
บรรยากาศแวดล้อม ตลอดจนเป็นสื่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้วย
ความมุ่งหมายต่างๆ เป็นต้น

คุณค่าแท้ของการปฏิบัติธรรมคือ การอยู่กับความเป็นจริงของชีวิต
อย่างรู้เท่าทัน และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุดจนถึงไม่มีทุกข์เลย

ส่วนผลอื่นๆ นอกจากนั้น เช่นความสบายใจชั่วเวลา ๓ วัน ๗ วัน
การได้ความรู้ได้ประสบการณ์ การได้สัมผัสกับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ
การได้สัมผัสกับปรากฏการณ์แปลกๆ บางอย่าง

ในระหว่าง “ไปปฏิบัติธรรม”

หรือแม้แต่สิ่งที่เราเรียกว่าบุญกุศล





อันเกิดจากการปฏิบัติกิจวัตรต่างๆ
ผลเหล่านี้หากมิได้มีส่วนเกื้อกูลให้เกิดคุณค่าแท้ดังกล่าวแล้ว
ก็ถือว่าเป็นคุณค่าเทียมทั้งสิ้น

หากภายในบ้าน มีอาหารที่ให้คุณค่าแท้เพียงพอลงแล้ว
ถ้าคนในบ้านนั้นยังพากันออกไปกินอาหารนอกบ้าน
ก็แปลว่า ได้เกิดความต้องการคุณค่าเทียมของอาหารขึ้นแล้ว
ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมในชีวิตประจำวันจริงๆ นั้นแหละ
คือสถานที่ที่เราจะต้อง “ปฏิบัติธรรม”
เพราะคุณค่าแท้ที่อยู่ที่นี่
ถ้าใครยังต้องการ โลดเล่น ไปปฏิบัติธรรมตามที่ต่างๆ ตามเทศกาล
ต่างๆ อยู่อีก
ก็แปลว่า ได้เกิดความต้องการคุณค่าเทียมของการปฏิบัติธรรมขึ้นแล้ว

นอกจากนี้ การที่เรายังต้องวิ่ง ไปหาสำนักปฏิบัติธรรมตามเทศกาล
ยังเป็นการฟ้องอยู่ในตัวว่า เรายังไม่ได้ปฏิบัติธรรมจริง
เราเพียงแต่ไปฝึกวิธีปฏิบัติธรรมเท่านั้น
ข้อที่เรามักทำผิดอย่างน่าเสียดายก็คือ เรามักจะไม่ได้นำเอาวิธีฝึก
ปฏิบัติธรรมที่อุทิศส่ำห้ลงทุนทั้งชีวิตจริงไป ๓ วัน ๓ วันนั้นมาใช้
ปฏิบัติในชีวิตจริงเลย
เพราะเข้าใจผิดไปว่า ได้ไปปฏิบัติธรรม มาเรียบร้อยแล้วแล้วตั้ง ๓



วัน ๗ วัน

ทั้งๆ ที่ความจริงแล้วเราเพียงแต่ไปฝึกวิธีปฏิบัติธรรมเท่านั้น

ที่นี้บางคนอาจจะบอกว่า ชีวิตจริงมันก็เป็นชีวิตของฉัน

ฉันพอใจที่จะปฏิบัติเฉพาะที่นั่น เมื่อนั้น ๓ วัน ๗ วันเท่านั้นพอ

ส่วนเมื่อกลับมาถึงบ้าน มาอยู่กับชีวิตจริงๆ แล้ว

จะมาทุกข์ระทมจมปลักอยู่กับปัญหาชีวิตต่อไปตามเดิมอีก

ปีละเกือบ ๓๖๐ วัน

มันก็เป็นเรื่องของฉัน ใครไม่ต้องมาเสีย -

ฉันได้รับความสุขสงบใจได้ตั้งปีละ ๓ วัน ๗ วัน ฉันก็พอใจแล้ว

ดีกว่าไม่ได้อะไรเลยมิใช่รี

ใครคิดอย่างนี้ ก็เชิญตามสบาย

และตรงนี้แหละที่บอกไว้ว่าเป็นการปฏิบัติธรรมแบบเข้าห้องแอร์

หรือแบบคนติดยา

เมื่ออากาศภายในบ้านมันร้อน เราก็ย่อมจะไม่ชอบ

อยากจะพ้นไปจากความร้อน

อยากจะให้มันเย็นสบาย

พอมีใครมาบอกว่า ที่ตรงโน้นมีห้องแอร์ เขาจัดไว้สำหรับหลบร้อน

นั่งได้คนละชั่วโมง เขาคิดไม่แพงหรอก เข้าไปสิ

เราก็ดีใจมาก เข้าไปก็เย็นฉ่ำจริงๆ ดังที่เขาว่า สบายตัวมากเลย





หนึ่งชั่วโมงผ่านไปด้วยความเย็นฉ่ำชื่น
 ต้องออกเพราะหมดเวลา
 ถึงมีเวลาก็อยู่ในนั้นทั้งคืนทั้งวันไม่ได้
 เพราะกิจกรรมประจำวันที่จะต้องทำมันอยู่ข้างนอก
 เขาไม่ให้เอาเข้าไปทำในห้องแอร์
 ออกมา กลับเข้าบ้าน แล้วเจออะไร
 ก็เจอความร้อนภายในบ้านเหมือนเดิม เท่าเดิม
 ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง
 แล้วก็ไม่ชอบ อยากจะพ้นไปจากความร้อนอีก
 แล้วก็ต้องหาทางไปนั่งในห้องแอร์อีก
 เพราะรู้แล้วว่าในนั้นเย็นสบายดี
 แล้วก็ออกมาเจอความร้อนนอกห้องแอร์อีก
 แล้วก็อยากเข้าไปนั่งในห้องแอร์อีก
 วนเวียนอยู่อย่างนี้โดยไม่มีวันจบสิ้น

ลองถามตัวเองดูซิว่า นี่เป็นวิธีแก้ปัญหาก็ถูกต้องหรือเปล่า
 สาเหตุที่เราต้องไปเข้าห้องแอร์ก็เพราะอากาศข้างนอก คือในบ้าน
 มันร้อน
 วิธีแก้ปัญหาก็ถูกต้องก็คือ ต้องตามไปดูว่า
 ในบ้านเรามันร้อนเพราะอะไร
 เมื่อพบสาเหตุที่ทำให้บ้านเราร้อนแล้ว ก็ต้องไปแก้ที่สาเหตุนั้น



ไม่ใช่แก้ด้วยการหลบไปเข้าห้องแอร์ อันเป็นการหลบเลี่ยงปัญหาซัดๆ
 เมื่อสาเหตุแห่งความร้อนในบ้านเรายังไม่ได้ถูกแก้ไข
 ความร้อนมันก็ย่อมจะยังคงอยู่
 เมื่อความร้อนยังคงอยู่เราก็ต้องหลบไปเข้าห้องแอร์อยู่ร่ำไป
 แต่เมื่อสาเหตุแห่งความร้อนถูกแก้ไขแล้ว
 ความร้อนในบ้านเราก็ย่อมจะหมดไป
 เมื่อในบ้านไม่ร้อน เราก็อยู่ได้สบาย
 อยู่ในบ้านเราเองก็เย็นสบาย
 เหมือนกับที่บ้านเราทิ้งหลังเป็นห้องแอร์อยู่แล้วในตัว
 เราก็ไม่จำเป็นจะต้องไปเข้าห้องแอร์ที่ไหนอีกต่อไป

ชีวิตจริง สิ่งแวดล้อมจริงในชีวิตประจำวันของเราเปรียบเหมือน
 อากาศในบ้านเรา
 การที่เรามีปัญหาสารพันนั้นในชีวิตประจำวัน
 จนรู้สึกว่าจะไม่มีความสุขในชีวิตจริง
 ก็เหมือนกับว่าอากาศในบ้านมันร้อน
 การที่เราโลดแล่น “ไปปฏิบัติธรรม” ที่สำนักนั้นนี่
 ก็เหมือนคนหลบความร้อนในบ้านไปนั่งในห้องแอร์
 บางคนอาจจะมีวิธีหลบความร้อนแตกต่างจากเรา
 เช่นไปกิน ไปดื่ม ไปเที่ยวเตร่
 แต่ไม่ว่าจะหลบด้วยวิธีไหน ความมุ่งหมายก็ตรงกัน



คือ ไปหาความสุขนอกบ้าน

ขอย้ำความเข้าใจไว้ตรงนี้อีกทีหนึ่งว่า

มาถึงตรงนี้เราเข้าใจตรงกันแล้วว่า เป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรมคือ การกำจัดกิเลสในตัวเองจนลุล่วงถึงความพ้นทุกข์ หรือที่กล่าวว่า การอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่าทัน และมีทุกข์กับชีวิตจริงน้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย เท่านั้นเท่านั้น

อื่นจากนี้ไม่ใช่

แม้แต่ที่อ้างว่าเพื่อไปเพื่อแสวงบุญ หรือเติมบุญให้แก่ชีวิต ก็อ้างไม่ได้ เพราะบุญที่ว่ำนั่นแสวงได้และหาเติมได้ทุกที่ทุกเวลา

โดยเฉพาะแสวงกันใกล้ๆ บ้านย่อมสะดวกกว่า และมีโอกาสแสวงได้มากกว่า ดังที่ได้อภิปรายกันมามากแล้ว

จึงไม่ต้องมานั่งตะแบงเถียงอีกว่า

ฉันไม่ได้ไปปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลส

แต่ไปเพื่อแสวงบุญให้แก่ชีวิตต่างหาก ...

มาว่ากันต่อ

ปฏิบัติธรรมครบกำหนด ๓ วัน ๗ วัน กลับบ้าน

ก็เหมือนคนเข้าไปนั่งในห้องแอร์ แล้วก็ออกมาจากห้องแอร์

ไม่ต้องทนายก็รู้ว่า จะกลับมาเจอกับอะไร



ก็มาเจอปัญหาสารพันนั้นในชีวิตประจำวันจนรู้สึกว่าจะไม่มีความสุข
ในชีวิตจริง

อันเป็นปัญหาเดิมที่มีอยู่ก่อนจะไปปฏิบัติธรรมนั่นเอง
ก็เหมือนคนที่ออกจากห้องแอร์มาเจอความร้อนนอกห้องแอร์
อีกนั่นแหละ

พอเจอปัญหาสารพันนั้นในชีวิตประจำวันอีก ก็อยากโลดแล่น
ไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้อีก

เหมือนคนอยากจะหลบร้อนในบ้านเข้าไปนั่งในห้องแอร์อีก
วนเวียนอยู่อย่างนี้โดยไม่มีวันจบสิ้น

วิธีแก้ปัญหาที่ถูกต้องก็คือ หยิบยกเอาปัญหาสารพันนั้นในชีวิต
ประจำวันนั้นแหละขึ้นมาคลี่ดูว่า

ปัญหามันคืออะไรกันแน่ หรือมันคืออะไรกันบ้าง
สถานที่ที่เหมาะสมที่สุดที่จะหยิบยกเอาปัญหามันขึ้นมาคลี่ดู
ก็คือที่ที่ปัญหามันกำลังเกิดขึ้น

ซึ่งก็คือในบ้านเรา ในสิ่งแวดล้อมจริงของเรา

ในชีวิตประจำวันของเรานั้นเอง

ก็ปัญหามันเกิดขึ้นที่บ้าน แต่เรากลับวิ่งไปแก้ที่สำนักปฏิบัติธรรม
ที่โน่น มันจะถูกที่หรือ

ปัญหาเกิดขึ้นแล้วเดี๋ยวนี้เอง

แต่เรากลับรอให้ถึงเทศกาลปฏิบัติธรรมจึงจะแก้





มันจะทันการณ์ที่ไหน

ข้อเท็จจริงจึงปรากฏว่า คนที่ไปปฏิบัติธรรมกันนั้น

ไม่ได้เอาปัญหาในชีวิตจริงสิ่งแวดล้อมจริงไปแก้

แต่ไปได้สัมผัสกับอารมณ์ใหม่ ในสิ่งแวดล้อมใหม่

ซึ่งแตกต่างจากชีวิตจริงสิ่งแวดล้อมจริงเกือบจะโดยสิ้นเชิง

แม้แต่ในขณะจิตที่กำลังกำหนดอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง

เช่นความเมื่อยความปวดที่เกิดขึ้นในระหว่างนั่งสมาธิ

และเข้าใจว่านี่แหละคือตัว “ธรรม” ที่ตนกำลัง “ปฏิบัติ”

นั่นก็หาใช่ตัวปัญหาจริงในชีวิตประจำวันแต่อย่างใดไม่

มันเป็นแค่แบบฝึกหัด หรือฉากที่ถูกจัดขึ้นเท่านั้น

เพราะทั้งเหตุการณ์ สถานที่ และเวลา

ล้วนแต่ห่างไกลกับความเป็นจริงในชีวิตจริงทั้งสิ้น

เป็นการปฏิบัติแบบหนีปัญหา หรือทิ้งปัญหาโดยสิ้นเชิง

บางอาจารย์ถึงกับย่ำว่า ขอให้ลืมเรื่องราวปัญหาต่างๆ ที่บ้านให้หมด
ทิ้งไว้ที่บ้าน

อย่าไปคิดคำนึงถึง ให้ใจจดจ่ออยู่กับอารมณ์ปัจจุบันขณะนี้เท่านั้น

แล้วก็วัดผลกันตรงที่ว่าใครจะลืมปัญหาในชีวิตจริงได้สนิทกว่ากัน

ใครลืมได้สนิทเท่าไร ถือว่าปฏิบัติธรรมได้ผลมากเท่านั้น

เป็นการปฏิบัติแบบหนีปัญหา หรือทิ้งปัญหาโดยสิ้นเชิง



ในหลักอริยสัจนั้น ทุกข์ ก็คือตัวปัญหาต่างๆ ที่ประสบอยู่ในชีวิตจริง และวิธีปฏิบัติต่อทุกข์นั้น ก็ของท่านให้ “กำหนดรู้”

กำหนดรู้ คือทำอะไร

ก็คือหยิบยกเอาขึ้นมาคิดว่า ปัญหานั้นคืออะไรบ้าง

หรือมันคือ อะไรกันแน่ - ดังที่กล่าวแล้วนั่นเอง

ท่านให้กำหนดรู้ทุกข์ ไม่ใช่ให้หนีทุกข์ หรือให้ทิ้งทุกข์

หลักข้อนี้ปรากฏชัดอยู่ในคำสอนของพระพุทธเจ้า เช่นใน

ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร เป็นต้น

ผู้ไปปฏิบัติธรรมส่วนมากสวดพระสูตรนี้ได้(แม้จะกางหนังสือ สวดก็ตามที)

บางท่านไม่ใช่แค่สวดเนื้อความของพระสูตรได้แต่ยังสามารถ เอื้อนเอ่ยบทนำ(หรือที่รู้จักกันว่าบทชดธรรมจักร)ของพระสูตรนี้

เป็นทำนองสรภัญญะได้อย่างไพเราะเพราะพริ้งอีกด้วย

และส่วนมากคงจะเคยได้ฟังเขาบอกกัน (และตัวเองก็เชื่อ) ว่า

สวดธรรมจักรแล้วมีอานิสงส์มากอย่างนั้นอย่างนี้

แต่ก็อาจจะเชื่อตามเขาแบบเชื่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์

คือเชื่อว่าสวดธรรมจักรแล้วก็จะดีเอง

โดยที่ตัวผู้สวดไม่ต้องทำอะไรอีก รอให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์บันดาลให้ มาเข้าเรื่องต่อ

เมื่อปัญหาในชีวิตประจำวันเป็นสิ่งที่จะต้องหยิบยกขึ้นมาพิจารณา



ดูให้เห็นถ่องแท้ เช่นนี้

เราจะต้องทิ้งชีวิตประจำวันไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน
ที่ไหนกันอีกเล่า

เราอยู่ที่บ้านนั่นเองก็มี “ธรรม” ให้ “ปฏิบัติ” ได้ทันที
เป็นของจริง เป็นปัจจุบันทันทั่วที่ทั้งเหตุการณ์ สถานที่ และเวลา
ไม่ต้องไปแสวงหาอารมณ์ปัจจุบันที่ไหนอีกแล้ว

ถึงตรงนี้ก็คงจะมีบางท่านคิดแย้งว่า สิ่งแวดล้อมในชีวิตประจำวัน
ไม่เอื้ออำนวยให้ปฏิบัติธรรมตามที่ว่านี้ได้

จึงจำเป็นจะต้องไปแสวงหาสถานที่ที่เอื้ออำนวย
เพื่อฝึกปฏิบัติธรรมให้มีจิตใจเข้มแข็งก่อน

แล้วจึงจะนำมาใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริงต่อไป

อยู่ๆ จะให้ปฏิบัติธรรมที่บ้านทันทีคงจะไม่มีใครทำได้สักกี่คน

อันที่จริงความคิดแย้งนี้เป็นแนวคิดที่ได้อภิปรายมาบ้างแล้ว

แต่เอามาพูดกันให้ชัดอีกทีหนึ่งก็ได้

กล่าวคือ เมื่อท่าน “ไปปฏิบัติธรรม” นั้นท่านได้ตั้งเป้าหมายว่า

จะไปฝึกวิธีปฏิบัติธรรมเพื่อกำจัดกิเลสภายในจิตใจของตน

แล้วนำเอาวิธีนั้นมาใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริง

ท่านตั้งใจเช่นนี้หรือเปล่า ?



ส่วนมากจะคิดแต่เพียงว่า ไปปฏิบัติธรรมเพื่อให้ใจสบาย เพื่อหาความรู้หาประสบการณ์ เพื่อเก็บเกี่ยวบุญกุศล ฯลฯ ดังที่ได้ชี้ให้เห็นมาแล้ว

และในเนื้อหาของกระบวนการ “ปฏิบัติธรรม”

ก็แทบจะไม่ได้ชี้จุดลงไปที่ไหนเลย

ว่าให้หยิบเอาปัญหาในชีวิตจริงขึ้นพิจารณาอย่างนี้ๆ นะ

อย่างที่ตรงจุดที่สุดตามหลักของการปฏิบัติธรรมก็คือสอนให้พิจารณา

อารมณ์ที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งก็ต้องเป็นปัจจุบันที่กำลังนั่งปฏิบัติธรรม

อยู่ที่สำนึกนั้น เช่นปัญหาเรื่องปวดเรื่องเมื่อยในขณะที่ “นั่ง”

ไม่ใช่ปัจจุบันที่ปัญหาได้เกิดขึ้นในสิ่งแวดล้อมจริงในชีวิตจริงที่บ้าน

ซึ่งในขณะที่ปฏิบัติธรรมอยู่นั้น ปัญหาในชีวิตจริงสถานที่จริง

ได้เกิดขึ้น

และผ่านพ้นไปแล้ว

และส่วนที่จะเกิดต่อไปก็ยังไม่ได้เกิด

ต่อเมื่อนักปฏิบัติธรรมคนนั้นกลับไปถึงบ้าน ไปสู่ชีวิตจริงนั้นแหละ

จึงจะได้สัมผัสกับปัญหานั้นที่เป็นอารมณ์ปัจจุบันจริงๆ อีก

และตรงจุดนั้นแหละที่จะวัดผลกันว่า

นักปฏิบัติธรรมได้นำเอากลวิธีแก้ปัญหานั้นที่ควรจะได้จากการไป

ปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน ไปใช้ในชีวิตจริงได้จริงหรือเปล่า

ถ้านำไปใช้ได้จริง ผลที่ออกมาจะต้องปรากฏว่า ท่านผู้นั้นสามารถ

อยู่กับความเป็นจริงของชีวิตอย่างรู้เท่าทัน และมีทุกข์ กับชีวิต



จริงน้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย

ถ้าผิดไปจากนี้ เช่นยังทุกข์เพราะเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน
เท่าเดิมเหมือนเดิม

หรือเปลอๆ ทุกข์มากกว่าเดิม

ก็แปลว่า ที่ท่านอ้างว่าต้องไปแสวงหาสถานที่ที่เอื้ออำนวย
เพื่อฝึกปฏิบัติธรรมให้มีจิตใจเข้มแข็ง

แล้วจึงจะนำมาใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริงต่อไปนั้น

ท่านทำไม่ได้จริง หรืออันที่จริงก็คือไม่ได้ทำนั่นเอง

นักปฏิบัติธรรมส่วนมากจะเข้าใจว่า

ตนได้ปฏิบัติธรรมเสร็จเรียบร้อยแล้ว

ภายใน ๓ วัน ๗ วัน ที่อยู่ที่นั่น

และได้บรรลุผลไปเรียบร้อยแล้ว คือได้ความสบายใจ ได้ความรู้

ได้ประสบการณ์ และได้บุญได้กุศลเยอะแยะไปเรียบร้อยแล้ว

เมื่อกลับมาถึงบ้าน ก็ไม่ต้องเอาอะไรมาทำอะไรอีก

นอกจากผจญกับสุขทุกข์อันเกิดจากปัญหาในชีวิตจริงเหมือนเดิม

ด้วยอารมณ์เดิมเหมือนเมื่อก่อนจะ ไปปฏิบัติธรรม

แล้วก็รอคอยด้วยความหวังว่า เมื่อไรที่ไหนเขาจะจัดกิจกรรม

ปฏิบัติธรรมกันอีก

แล้วก็ภาวนาว่าขอให้ข้าพเจ้ามี โอกาสปลอดโปร่ง

ได้ไปปฏิบัติธรรมกับเขาอีกด้วยเถิด





เพื่อที่จะได้อ้อมอกอ้อมใจเหมือนเดิม
และกลับมาอี้อัดขัดใจกับชีวิตจริงสิ่งแวดล้อมจริง
เหมือนเดิมอีก

เป็นการปฏิบัติธรรมแบบหลบทุกข์ หรือกลบทุกข์
ไม่ต่างอะไรกับคนหลบร้อนที่บ้าน ไปนั่งห้องแอร์นอกบ้านนั่นเอง
และไม่ผิอะอะไรกับคนที่เปื้อชีวิตจริงซึ่งมีแต่ปัญหามีแต่ทุกข์
แล้วก็เลยใช้ชีวิตหนีปัญหาเข้าไปอยู่ในโลกส่วนตัว โดยใช้ยาเสพติด

ในขณะที่ยาออกฤทธิ์นั้น ชีวิตจริงซึ่งมีแต่ปัญหามีแต่ทุกข์จะละลาย
หายวับไปกับตา กลายเป็นความเอิบอ้อมเหมือนอยู่ในแดนสวรรค์
คนเสพยาจะมีความสุขมากเหลือจะพรรณนา
แต่เมื่อยาหมดฤทธิ์ความกลุ้มความทุกข์ความเปื้อหน้ายอันเกิดจาก
ปัญหาในชีวิตจริงก็จะกลับมาท่วมทับหัวใจอีก
เพราะข้อเท็จจริงก็คือ ปัญหาเหล่านั้นยังไม่ได้ถูกแก้ไขเลยแม้แต่น้อย
ยังมีอยู่เท่าเดิมเหมือนเดิม และมีแต่จะยิ่งมีมากขึ้นกว่าเดิมด้วยซ้ำไป
เมื่อปัญหายังไม่ได้ถูกแก้ไข และใจที่รับกระทบตัวปัญหาก็ยังไม่ได้ถูก
ฝึกให้รู้เท่าทันความเป็นจริง
ความกลุ้ม ความทุกข์ก็ยังคงต้องเกิดอยู่ต่อไป
เพราะเหตุของมันยังอยู่
เมื่อกลุ้ม เมื่อทุกข์ ก็หาทางหนีด้วยวิธีเดิม คือต้องเสพยาอีก
เมื่อเสพ ก็สุข



พอหมดฤทธิ์ยา ก็หมดสุข ก็ทุกข์อีก
 แล้วก็อยากเสพอีก สุขอีก
 พอหมดสุข ก็ทุกข์อีก อยากเสพอีก
 วนเวียนอยู่อย่างนี้ โดยที่ตัวปัญหาหรือต้นตอของปัญหาก็ยังคงอยู่
 เหมือนเดิมนั่นเอง

นักปฏิบัติธรรมส่วนหนึ่งซึ่งอาจจะเป็นส่วนมากด้วย
 นิยมใช้การปฏิบัติธรรมเป็นโลกส่วนตัวเหมือนคนใช้ยาเสพติด
 คือเมื่อกลุ้มเมื่อทุกข์กับชีวิตจริง ก็หยุดชีวิตจริงไว้ชั่วคราว
 โลกแล่นไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้เหมือนไปเสพยา
 ในช่วงเวลาที่ปฏิบัติธรรมก็เห็นผล เช่น จิตใจสงบเย็น
 นั่งสมาธิได้คั้งนี้แน่
 อยู่ในสมาธิได้เนิ่นนาน มีความสุขดื่มด่ำลึกซึ้ง
 จนเข้าใจว่าตนได้บรรลุธรรมอะไรสักอย่าง
 เหมือนความสุขที่เกิดจากฤทธิ์ยา
 แต่เมื่อครบกำหนด เวลาปฏิบัติธรรมสิ้นสุดลง กลับบ้าน
 กลับมาอยู่กับชีวิตจริง เषชัญสถานการณ์จริงซึ่งยังไม่ได้รับการแก้ไข
 แต่ประการใด
 และেষชัญด้วยความรู้สึกเดิมๆ เหมือนก่อนที่จะไปปฏิบัติธรรม
 ความกลุ้ม ความทุกข์ก็เข้ามาครอบงำจิตใจเหมือนเดิม
 เปรียบเหมือนเมื่อยาหมดฤทธิ์ ความรู้สึกของคนเสพก็กลับมากลุ้ม



มาทุกข์เหมือนเดิม เพราะปัญหาในชีวิตก็ยังคงมีอยู่เหมือนเดิม
ไม่ได้มีใครมาทำให้หายไปไหน

ความคิดจิตใจที่รู้สึกต่อปัญหานั้นก็ยังคงเป็นจิตใจเดิม
เป็นจิตที่ไม่เคยรู้เท่าทันปัญหา ไม่เคยรู้วิธีที่ถูกต้องในการจัดการ
กับปัญหา

และไม่เคยรู้วิธีที่จะปรับกระบวนการความคิดให้ถูกต้อง
เมื่อเผชิญปัญหาเดิม ก็ย่อมจะต้องทุกข์เหมือนเดิม

นักปฏิบัติธรรมเมื่อกลับมาทุกข์อีก ก็ถวิลหาวันเวลา
ที่จะได้ไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้อีก
เพื่อจะได้ไปสัมผัสความดีมดำลึกซึ่งจากการปฏิบัติธรรมอีก
เหมือนคนเสพยาที่ถวิลหายาที่จะได้เสฟอีก
เพื่อจะได้เข้าไปอยู่ในโลกแห่งความสุขอีก
โดยที่ไม่เคยคิดจะเอากลวิธีที่ได้จากการไปปฏิบัติธรรม ๓ วัน ๗ วัน
มาใช้กับชีวิตประจำวันจริงๆ

การปฏิบัติธรรมแบบคนติดยาจึงดำเนินไปด้วยประการฉะนี้

ก็มาถึงปัญหาที่ท่านคงจะอยากถามว่าแล้วจะให้ทำอย่างไร?
จะให้เอา “แบบฝึกหัด” ที่ได้จากการไปปฏิบัติธรรมที่นั่นที่นี้
มาใช้แก้ปัญหาในชีวิตจริงให้ได้ตรงกับเป้าหมายของการ
ปฏิบัติธรรมได้อย่างไรมีทราบ?





คำตอบก็อยู่ที่ว่า ท่านเข้าใจถึงเนื้อหาสาระของการปฏิบัติธรรมว่าอย่างไร

ชี้ให้ตรงลงไปก็คือ ท่านมองเห็นเป้าหมายของกิจวัตรต่างๆ ที่เขากำหนดให้ท่านปฏิบัติในระหว่างที่ท่าน “ไปปฏิบัติธรรม” อยู่ที่นั่นชัดเจนและถูกต้องแค่ไหน

ก็อย่างที่เคยชี้ชวนให้ท่านคิดมาแล้วข้างต้น เช่น

ท่านแต่งชุดขาวเพื่ออะไร ท่านสวมมนต์เพื่ออะไร ท่านฟังเทศน์ฟังธรรมเพื่ออะไร ท่านนั่งสมาธิเพื่ออะไร

ท่านเดินจงกรมเพื่ออะไร ท่านกินข้าววันละมื้อเดียวเพื่ออะไร

ทำไมจึงใช้กะละมังใส่ข้าว ท่านนอนในกลดเพื่ออะไร

ท่านนอนกับพื้นดินเพื่ออะไร ฯลฯ

ถ้าท่านตีปัญหาเหล่านี้แตก ท่านก็จะรู้ได้ทันทีว่า ในชีวิตจริงในสิ่งแวดล้อมจริง ท่านควรจะทำตัวทำใจอย่างไรจึงจะมีทุกข์น้อยที่สุด จนถึงไม่มีทุกข์เลย

จะลองตีปัญหานำทางให้เล็กน้อยก็ได้

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องนุ่งขาวห่มขาวตลอดเวลา

แต่ถ้าท่านมีปัญหาน้อยที่สุดกับเรื่องเสื้อผ้าอาภรณ์

อะไรก็แต่งได้ ขอให้ถูกกาลเทศะเป็นอันใช้ได้ ไม่มากเรื่อง



ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้ข้อหนึ่งแล้ว
ท่านก็มีทุกข์น้อยลงไปเรื่องหนึ่งละ

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องสวดมนต์ทุกวัน วันละ ๒ เวลา
แต่ถ้าท่านทำงานประจำวันด้วยจิตใจที่แน่วแน่มั่นคง ไม่ฟุ้งซ่าน
มีความสุขกับงาน และเข้าใจถึงคุณค่าแท้และคุณค่าเทียมของงาน
เช่นงานตัดเย็บเสื้อผ้า คุณค่าแท้คือความประณีตบรรจง ได้รูปทรง
ตามต้องการ ทนทานตามสภาพการสวมใส่ ส่วนค่าจ้างการตัดเย็บ
เป็นเพียงคุณค่าเทียม อย่างนี้เป็นต้น
เมื่อใดที่ท่านทำงานได้ในลักษณะดังกล่าวนี้
แม้ท่านจะไม่มีเวลาสวดมนต์เลย
ท่านก็มีความสุขกับการทำงานประจำวัน
เมื่อนั้นก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่ง

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องฟังเทศน์ฟังธรรมทุกวัน
แต่ถ้าท่านหมั่นศึกษาหาความรู้ทางธรรมทั้งทางตรงและทางอ้อม
แม้แต่การพูดคุยสนทนากับใครๆ ในชีวิตประจำวันตามปกติ
ถ้าท่านรู้จักขบคิดเรื่องที่พูดคุยกันให้ได้ข้อคิดในทางธรรม
แล้วนำเอามาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตัวเอง ให้งดงามประณีตขึ้น
ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่งเหมือนกัน





ชีวิตจริง มิใช่ว่าท่านจะต้องกินวันละสองมื้อหรือมื้อเดียว
หรือจะต้องใช้กะละมังใส่อาหาร
เหมือนกับตอนที่ท่านไปอยู่ปฏิบัติธรรมที่นั่นที่โน่น
แต่ถ้าท่านฝึกให้เป็นคนกินง่าย
อะไรที่ไม่เป็นโทษต่อร่างกาย ท่านกินได้หมด ไม่มากเรื่อง
เสียเวลากับเรื่องกินให้น้อยที่สุด
เพื่อที่ท่านจะได้มีเวลาทำกิจอย่างอื่นให้ได้มากขึ้น
ทำได้แบบนี้ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่ง
เป็นการปฏิบัติจริง ไม่ใช่จัดฉาก

ในชีวิตจริง มิใช่ว่าท่านจะต้องกางกลดนอนบนฟ้ายางที่ปูกับพื้นดิน
แต่ถ้าท่านฝึกตัวเองให้เป็นคนนอนง่าย ไม่ติดความสบายในการนอน
ไม่เห็นแก่นอน ไม่เอาแต่นอน
แต่นอนเพื่อให้ร่างกายได้พักผ่อนให้เต็มที่มีกำลังเร็วแรง
ที่จะทำงานในวันต่อไปได้
ทำได้แบบนี้ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่ง
เป็นการปฏิบัติจริง ไม่ใช่จัดฉาก

ในชีวิตจริง มิใช่ว่าท่านจะต้องนั่งสมาธิทุกวัน
แต่ถ้าท่านรู้จักปิดอารมณ์ของท่าน
มิให้แผ่ออกไปรับเรื่องราวภายนอก



ไม่ว่าจะเป็นอะไรก็ตามที่มา “กระทบ” เช่น
เสียงดังข้างบ้าน ความเอะอะอีกทีกรอบๆ ตัว
ความร้อน ความเย็น ความอบอ้าวของอากาศ
เหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้น
คำพูดของใครๆ ที่ท่านได้ยิน
การกระทำของใครๆ ที่อยู่รอบตัวท่าน
และแม้แต่กิริยาท่าทางของใครบางคน que เข้ามาสัมผัสกับท่าน ฯลฯ
ทั้งหมดนี้คือที่พระท่านเรียกว่า *รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส*
รวมตลอดไปถึงความคิดทุกอย่างที่เกิดขึ้นมาในใจของท่านเอง
ถ้าท่านรู้จักหยุดใจตัวเองไม่ไปออกรับสิ่งทั้งปวงเหล่านี้
คือไม่ไปรู้สึกชอบ รู้สึกชัง
ควบคุมอารมณ์ให้ตั้ง นิ่ง แน่วแน่อยู่กับกิจที่ท่านกำลังทำอยู่
เพียงอย่างเดียว
เหมือนกับว่าไม่มีสิ่งเหล่านั้นเกิดขึ้นเลย
มีแต่ท่านอยู่เพียงผู้เดียวเท่านั้น
ทำได้แบบนี้ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่งเหมือนกัน

ในชีวิตจริง มิใช่ที่ท่านจะต้องเดินจงกรมทุกวัน
แต่ถ้าท่านฝึกตัวเองให้มีสติอยู่ในทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง
นอน หยิบ จับ เขี่ย ดอง เหลียวแล เคลื่อนไหวมือเท้าแขนขา
หรือแม้ยู่หนึ่งๆ ได้แต่หายใจกับกระพริบตา



ท่านก็มีสติกำกับอยู่ทุกลมหายใจ
 และที่สำคัญที่สุดก็คือ ในขณะที่ท่านทำ พูด คิด อะไรกับใคร
 หรือกับเรื่องราวเหตุการณ์ใดๆ ก็ตาม
 ท่านรู้ตัวอยู่ตลอดเวลาว่าท่านกำลังทำอะไร พูดอะไร คิดอะไร
 กำลังชอบ กำลังชัง หรือกำลังเฉย
 ใช้สติระงับตัวเองไปทุกขณะจิต
 เหมือนกับมีใครอีกคนหนึ่งกำลังจับตาดูท่านอยู่ตลอดเวลา
 ทำได้แบบนี้ก็เท่ากับท่านปฏิบัติธรรมได้อีกข้อหนึ่งเหมือนกัน
 และเป็นข้อที่พิเศษมากๆ ค่ะ
 คือท่านจะสัมผัสอยู่กับความเป็นจริงในชีวิต
 โดยที่เดือดร้อนน้อยที่สุด
 หรือแทบจะไม่เดือดร้อนอะไรเลย
 เหมือนกับว่าท่านเป็นเพียงผู้ดู
 ไม่ใช่ผู้ที่กำลังโผล่ลงไปคลุกกับเหตุการณ์
 เมื่อท่านเป็นผู้ดู ท่านก็จะมีสติปัญญา
 มองเห็นจุดดีจุดด้อยจุดอ่อนจุดแข็งในเหตุการณ์นั้นๆ
 จนสามารถบอกตัวเองได้ว่า
 ควรทำ ควรพูด ควรคิดอย่างไรกับเหตุการณ์ที่ท่านกำลังประสบอยู่
 จึงจะเกิดผลดีมากที่สุด และเกิดผลเสียน้อยที่สุด
 และตรงนี้แหละคือสิ่งที่ต้องประสงค์ในชีวิตประจำวัน
 และเป็นเป้าหมายที่ถูกต้องของการปฏิบัติธรรม



.....

นี่ก็คือการถอดเอาสาระจากการไปปฏิบัติธรรมมาใช้ในชีวิตจริง
นี่คือการ “ปฏิบัติธรรม” ที่ตรงที่สุด
คือปฏิบัติกับชีวิตจริงๆ สิ่งแวดล้อมจริง ที่เราสัมผัสพบเห็นจริงๆ
อยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน
โดยไม่ต้องหลบไปหาสิ่งแวดล้อมใหม่ที่ไหน
และไม่ต้องไปจัดฉากให้ผิดไปจากความเป็นจริงในชีวิตประจำวัน
ของเราแต่ละคน

เหมือนคนอยู่ในบ้านที่ร้อน

ก็เอาความร้อนในบ้านนั่นเองขึ้นมาพิจารณา
ลองดูออกไปข้างนอกก่อน เช่น คว้าสาเหตุความร้อนอยู่ที่ไหน
ความร้อนมันมาจากไหน มาได้อย่างไร ต้นตอจริงๆ มันอยู่ตรงไหน
จะแก้ไขหรือขจัดปิดเป่ามันให้หมดไปได้หรือไม่
ถ้าแก้ไขได้ จะต้องทำอะไร ใครจะเป็นผู้ทำ
จะต้องเกี่ยวข้องไปถึงใครและอะไรอีกบ้าง ฯลฯ
ถ้าแก้ไขอะไร ไม่ได้เลย ทางออกควรจะเป็นอย่างไร
ต่อจากนั้นก็ลองหันกลับเข้ามาดูข้างในจิตใจตัวเอง
ว่ามันร้อนอย่างไร ร้อนแค่ไหน
ลึกลงไปจนถึงความรู้สึกของตัวเองที่สัมผัสความร้อน ว่ารู้สึกอย่างไร



เค็ดรื้อนขนาดไหน ไม่ชอบขนาดไหน
ลึกลงไปอีก ดูไปที่ตัว “ไม่ชอบ” ว่าหน้าตามันเป็นอย่างไร
แล้วจะจัดการอย่างไรต่อไปกับความไม่ชอบนี้ ฯลฯ

วิธีมองปัญหาในชีวิตประจำวัน หรือชีวิตจริงๆ ของเรานั้น
มักจะมีเป็น ๓ แบบ

แบบที่หนึ่ง ต้องการเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์ เปลี่ยนแปลงคนอื่น
สิ่งอื่น หรือเรียกรวมๆ ว่า “สิ่งแวดล้อม” ให้เป็นไปตามที่เรา
ต้องการ เช่น -

หน้าบ้านติดถนน หนวทหูเสียงรถยนต์ อยุากจะให้รถไปวิ่งที่อื่น
จะได้ไม่หนวทหู

บ้านข้างเคียงส่งเสียงอะอะ อยุากจะให้ทุกครอบครัวอยู่กันอย่างสงบ

คนที่อยู่ในบ้านเดียวกันนิสัยไม่ดี อยุากจะให้เขาเปลี่ยนนิสัยเสียใหม่
ฯลฯ

วิธีนี้ทำได้ยากมาก ใครที่ว่่าเก่งๆ ก็ยังทำให้สำเร็จได้ยาก

ไม่ต้องกล่าวถึงคนทั่วไป

เพราะฉะนั้นจึงมักจะไม่มีใครเลือกใช้วิธีนี้

แบบที่สอง ย้ายตัวเองออกไปจากสิ่งแวดล้อมที่ไม่น่าพอใจอย่าง



ถาวร เช่น -

บ้านอยู่ตรงนี้ไม่มีความสุข ก็ย้ายบ้าน ไปอยู่ที่อื่น

อยู่จังหวัดนี้ไม่สบายใจ ย้ายไปอยู่จังหวัดอื่น

อยู่กับคนนี้ไม่สบายใจ ก็หาทางปลีกตัวออกจากคนนี้ไปเสีย
ไปอยู่กับคนอื่น ฯลฯ

วิธีนี้ได้ แต่ก็ค่อนข้างลำบาก

การย้ายที่อยู่ หรือการตัดความสัมพันธ์กับคนที่อยู่ด้วยกันมานาน
เป็นเรื่องใหญ่

ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ ก็ไม่มีใครอยากทำ

แล้วก็รับประกันไม่ได้ว่าจะไม่เป็นการหนีเสือไปปะจระเข้

ถ้าเป็นอย่างนั้นก็ต้องหนีกันเรื่อยไป ไม่สนุกแน่

ฯลฯ

วิธีนี้ก็จึงไม่ค่อยมีใครอยากใช้

แบบที่สาม หลบไปหาที่สบายๆ ชั่วครั้งชั่วคราว เช่น -

อากาศในบ้านร้อน ก็หลบไป “เดินห้าง” อาบแอร์เย็นๆ สักชั่วโมง
สองชั่วโมง

อยู่บ้านเบื่อๆ ก็ชวนกันไปเที่ยว หรือ ไปพักผ่อนพักร้อน สักพักหนึ่ง

บรรยากาศในบ้านมันตึงเครียดนัก ก็หลบไปหาความสุขนอกบ้าน

สักครึ่งวันหรือครึ่งคืนพอให้ใจสบายค่อยเข้าบ้าน

รวมทั้งรู้สึกเบื่อๆ เครียดๆ กับชีวิตประจำวัน



จึงหาโอกาส “ไปปฏิบัติธรรม” ที่สำนักโน้นสำนักนี้
 สัก ๓ วัน ๗ วัน พอให้สบายใจ ฯลฯ
 วิธีนี้ทำได้ง่าย คนจึงนิยมใช้กันมาก
 ก็คือที่เรียกว่า วิธีหนีร้อนไปนั่งห้องแอร์นั่นเอง

ขอให้สังเกตว่า ไม่ว่าจะเป็วิธีไหน
 ก็ล้วนแต่เป็นการมองออกไปที่ข้างนอกทั้งสิ้น
 คือมุ่งจะไปแก้ไขที่ข้างนอก
 ไม่ได้คิดจะแก้ไขที่ภายในตัวเอง
 คือใช้วิธีการกับความรูู้สึกของตัวเอง

ปัญหาทั้งปวงที่พระท่านเรียกว่า “ทุกข์” นั้น ความรูู้สึกของเรา
 เป็นตัวรับรู้
 แต่เรามักไม่ค่อยได้ศึกษาเรียนรู้ให้รู้จักเจ้าตัว “ความรูู้สึก” ของเรากัน
 ให้กระจ่างแจ้ง
 ว่าหน้าตามันเป็นอย่างไร
 ทำไมเราจึง “รูู้สึก” อย่างนั้น
 สิ่งที่เราไปรูู้สึกนั้น จริงๆ แล้วมันคืออะไรกันแน่
 และสมควรหรือไม่ที่เราจะไปเกิด “รูู้สึก” อย่างนั้นกับมัน

ยกตัวอย่างเช่น เรารูู้สึกรำคาญเสียงดังข้างบ้าน



วิธีจัดการกับความรูสึกก็คือ บอกตัวเองว่า
 เสียงดังที่เรารำคาญนั้นมันก็เป็นเพียง “เสียง” ชนิดหนึ่ง
 เจ้าตัว “เสียง” นี้มันไม่มีชีวิตจิตใจ
 มันไม่รู้หรือกว่าตัวมันไปทำความทุกข์หรือความสุขให้ใครบ้าง
 หรือเปล่า
 ตัวเราที่ส่งใจออกไปรับเสียงนั้นต่างหากเล่าที่ปรุงแต่ง
 ให้เกิดความรู้สึกสุขทุกข์
 ถ้าเราไม่ส่งใจออกไปรับเสียงมันก็ทำให้เราสุขทุกข์ไม่ได้
 หรือถ้าจำเป็นจะต้องได้ยิน
 เราก็ตั้งสติรู้เท่าทันเจ้าตัวเสียงนั้นว่า มันก็เป็นแค่เสียงชนิดหนึ่ง
 ถ้าเราไม่ปรุงแต่งให้เป็นเสียงนั้นเสียงนี้เสียงดีเสียงร้าย
 เสียงมันก็ทำอะไรเราไม่ได้
 เราจะไปบังคับไม่ให้เสียงมันดังขึ้นมา จะทำได้หรือ
 ถึงบังคับเสียงนี้ได้ ก็คงจะต้องมีเสียงนั้นเสียงโน้นดังขึ้นมา
 ทำให้เรารำคาญอีก
 ก็จะต้องเที่ยวตามไปบังคับกันไม่รู้จักจบจักสิ้น
 เป็นอันชาตินี้ไม่ต้องทำกิจธุระอะไรอื่นกันละซี
 แต่เจ้าตัว “ความรู้สึก” นี้มันเกิดอยู่กับจิตใจของเราเอง
 ไม่ได้เกิดที่อื่น
 แล้วทำไมเราจะต้องเที่ยววิ่งไปแก้ที่อื่นเล่า



ทำไมไม่แก้ที่จิตใจของเราเอง
 ถ้าเราปรับแก้จิตใจของเราจนรู้ทันความเป็นจริงของเจ้าตัวเสียง
 เสียงแล้ว
 ว่ามันก็เป็นเพียงธาตุอะไรอย่างหนึ่งเท่านั้น
 คราวนี้ไม่ว่ามันจะเกิดขึ้นเมื่อไร ที่ไหน
 ต่อให้มันเป็นเสียงดังขนาดไหน
 เราก็จะไม่รู้สึกเดือดร้อนรำคาญอะไรเลย
 อยู่กับมันได้อย่างไม่มีทุกข์
 หรือหากจะยังมีบ้างตามวิสัยปุถุชน ก็มีทุกข์น้อยที่สุด

นี่คือวิธีแก้ไขภายใน ซึ่งทำได้ทันที ไม่ต้องรอให้ใครมาช่วย
 แต่ในขณะที่เดียวกัน เรายังต้องอยู่ในสังคม
 เรายังไม่ได้ตัดโลกภายนอกไปไหน
 เพราะฉะนั้นก็ยังเป็นหน้าที่ของเรา
 ที่จะต้องพิจารณาตัวปัญหานั้นด้วย
 แต่คราวนี้เรารู้ทันตัวปัญหานั้นแล้ว
 เราไม่ได้ปล่อยให้ความรู้สึกชอบชังมาเป็นผู้บงการความคิดอีกต่อไป
 หากแต่เราจะคิดพิจารณาด้วยสติและด้วยปัญญา
 เช่น ดูว่าเสียงนั้นมาจากไหน มาได้อย่างไร
 ต้นตอจริงๆ มันอยู่ตรงไหน
 จะแก้ไขหรือขจัดปิดเป่ามันให้หมดไปได้หรือไม่



ถ้าแก้ไขได้ จะต้องทำอะไร ใครจะเป็นผู้ทำ
 จะต้องเกี่ยวข้องกับใครและอะไรอีกบ้าง ฯลฯ
 และถ้าแก้ไขอะไร ไม่ได้เลย ทางออกควรจะเป็นอย่างไร
 นี่คือวิธีแก้ปัญหาแบบเผชิญหน้ากับปัญหาอย่างรู้เท่าทัน
 ไม่ได้แปลว่าให้เราจมอยู่กับปัญหาและทนอยู่กับปัญหา
 สยบอยู่กับปัญหา โดยไม่ต้องคิดหาทางทำอะไร
 ตรงกันข้าม มีแต่สอนให้คิดหาทางแก้ไขตามความเป็นจริง
 แก้ไขตามความเป็นไปได้ตามหลักเหตุผล
 คือหลักที่ว่า *ผลมาจากเหตุ*
 อยากให้ผลเป็นอย่างไร ก็ต้องไปจัดการที่ตัวเหตุ
 ไม่ใช่หวังผล แต่ไม่ทำเหตุ
 หรือหวังผลอย่างหนึ่ง แต่ไปทำเหตุอีกอย่างหนึ่ง

วิธีหีบขยักเอาปัญหาลึ้นมาพิจารณาเช่นนี้
 จะนำไปสู่การแก้ปัญหาได้ในที่สุด
 ถึงแม้ยังแก้ไขไม่ได้หมด หรือแม้แต่แก้ไขไม่ได้เลย
 เราก็จะอยู่กับชีวิตจริง สิ่งแวดล้อมจริงอย่างมีสติ
 เพราะเรารู้แล้วว่าความเป็นจริงมันคืออะไร
 และเราควรจะทำใจกับมันอย่างไร
 เมื่อเรารู้เท่าทันปัญหาเราก็มีทุกข์น้อยอย่างยิ่ง
 คือถึงจะถูกปัญหาในชีวิตประจำวันเข้ามากระทบ





แต่เราก็ไม่กระเทือน
หรือกระเทือนน้อยที่สุด
และในขณะที่เดียวกันนั่นเองเมื่อเราไม่ต้องเสียพลังไปกับ
ความทุกข์ความเดือดร้อน
เราก็จะมีพลังเหลือมากพอที่จะใช้ไปในการปฏิบัติหน้าที่
ในชีวิตประจำวัน
และแม้แต่ใช้ไปในการคิดหาวิธีแก้ไขปัญหา
ที่กำลังเผชิญอยู่นั้น ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
คราวนี้แหละเราก็จะอยู่กับชีวิตจริงได้อย่างปกติสุข
ไม่ต้องเบียดชีวิตจริง เบียดสิ่งแวดล้อมจริง
แล้ววิ่งไปหาสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ อีกต่อไป

ความร้อนในบ้านจะแก้ไขได้หรือไม่ก็ได้ก็ตาม
เมื่อทำความเข้าใจกับมันจนรู้เท่าทันความเป็นจริง
และรู้วิธีปรับความคิดจิตใจ
ที่จะออกไปรับรู้ รับรู้สีกกับมันได้แล้ว
ก็ไม่ต้องหนีร้อนไปนอนห้องแอร์อีกต่อไป

เมื่อเข้าใจที่ไปที่มาของปัญหาชีวิตจนรู้เท่าทันชีวิตได้แล้ว
ก็ดำรงชีพอยู่ได้ตามปกติ ทำหน้าที่ในชีวิตประจำวันไปตามปกติ
ไม่ต้องหนีปัญหาโดยใช้ยาเสพติดอีกต่อไป



เมื่อปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันอยู่ตลอดเวลาแล้ว
ก็ไม่จำเป็นต้องรอวันเวลาที่จะโลดเล่นไปปฏิบัติธรรมที่ไหน
อีกต่อไป

เป็นการปฏิบัติธรรมอย่างตรงประเด็น
ตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง

หน้าที่ของนักปฏิบัติธรรมที่จะต้องทำต่อจากนี้ไป ก็คือ -

ชะมักเขม้นฝึกจิตของตนให้นิ่งให้ขาว ให้สะอาด ให้ใส
ให้สว่างไสว

ด้วยสติ ด้วยปัญญา ด้วยการรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งปวง
ในท่ามกลางสิ่งแวดล้อมจริงในชีวิตจริงของตนเอง

.....

ข้อคิดคำนึงถึงเรื่อง "ไปปฏิบัติธรรม"

โดย

นาวาเอก ทองย้อย แสงสินชัย

วันอุโบสถ ขึ้น ๘ ค่ำ เดือน ๓

๒๖ มกราคม ๒๕๕๐



