

ชีวิตออกแบบได้

ช่วงวันหยุดสงกรานต์หลายวัน ถือเป็นโอกาสที่ดีจะได้ไปกราบขอพรจากผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือ โดยเฉพาะบิดามารดา หากท่านอยู่ต่างจังหวัดด้วยแล้ว ท่านมักจะรอคอยลูกหลานในช่วงสงกรานต์ของทุกปี หลายครอบครัวถือเป็นวันรวมญาติ ได้มาเจอเจอ กันปีละครั้งก็ยิ่งดี ผมได้มีโอกาสไปกราบขอพรท่านผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือ ท่านให้พรมาว่า “ขอให้ได้เป็นนายพล” ปากเร็วกว่าความคิดตอบไปว่า แค่น.อ.พิเศษ ยังยากเลยครับ อ้าว...เห็นคุณเป็น น.อ.มานานแล้ว นึกว่าได้เลื่อนเป็น น.อ.พิเศษ ไปแล้ว สติทำให้ผมกลับมาฉุกคิดได้ เกิดอะไรขึ้นกับเรานะ ในฐานะลูกศิษย์คนหนึ่งของหลวงพ่ोजรัญฯ แห่งวัดอัมพวัน ฯ สิงห์บุรี เคยฝึกสติสมาธิ มามากมายหลายสำนัก ทำไมมาขาดสติพูดแบบไม่ยั้งคิดได้ ทำให้เป็นที่มาของบทความ “ชีวิตออกแบบได้” ใครขอแบ่งปันเป็นแง่คิดให้กับผู้ที่ยังเชื่อเรื่องการทำดี และการทำไม่ดี อยู่บ้าง

ในชีวิตนี้เคยสงสัยว่าทำไมบางคนถึงโชคดี มีชีวิตที่ราบรื่นสมหวังไปหมดทุกอย่าง แต่บางคนกลับต้องฟันฝ่าอุปสรรคสารพัดชนิด หลายคนคงคิดเช่นนี้มาตลอดแต่ก็ไม่ได้คำตอบ แต่ถ้าใครศึกษาคำสอนในพระพุทธศาสนา ก็จะพบว่าเรื่องนี้ มีเบื้องหลังอยู่ หากเชื่อว่า กว่าเราท่านจะได้มาเกิดเป็นมนุษย์ทุกวันนี้ เราเวียนว่ายตายเกิดมานับภพ นับชาติไม่ถ้วน ตายแล้วไปเกิดเป็นเทวดาบ้าง เป็นสัตว์บ้าง เป็นมนุษย์ที่ยากจนบ้าง ร่ำรวยบ้าง ชีวิตขึ้นๆ ลงๆ สุขบ้าง ทุกข์บ้าง ซึ่งส่วนใหญ่ว่าแล้วจะทุกข์มากกว่าสุข นั่น ทุกอย่างล้วนมีเหตุผลมาจากการกระทำของเราทั้งสิ้น ทั้งในอดีตและปัจจุบันชาติ ล้วนเป็นเรื่องของกรรมดี กรรมชั่วตามกฎแห่งเหตุผล ซึ่งเราไม่สามารถหนี กฎแห่งกรรมไปได้

เมื่อเราเข้าใจหลักของกฎแห่งกรรมไม่ว่าเราจะเชื่อหรือไม่ก็ตาม เราก็สามารถเอาหลักการนี้มาใช้ประโยชน์ในการออกแบบชีวิตได้ ว่าเราควรทำหรือไม่ควรทำอะไร ขอยกตัวอย่างตามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน จุฬกัมมวิภังคสูตร ดังนี้

คนโหดเหี้ยม ชอบฆ่าสัตว์ ชอบเบียดเบียนทรมาณสัตว์ ถ้าได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็จะ อายุสั้น โรคภัยเบียดเบียน

คนมักโกรธ อาฆาต พยาบาท ถ้าได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็จะ ผิวนพรรณทราม

คนที่มีใจอิจฉาริษยา มุ่งร้าย ถ้าได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็จะ ไร้อำนาจ

คนที่จิตใจคับแคบ ไม่ชอบให้ทาน ไม่ชอบช่วยเหลือผู้อื่น ถ้าได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็จะ ไร้ทรัพย์

คนที่กระด้าง เย่อหยิ่ง ไม่เคารพผู้ควรเคารพ ถ้าได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็จะเกิดในตระกูลต่ำ

คนที่ไม่ชอบคบบัณฑิต ถ้าได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็จะไร้ปัญญา

ในทางตรงกันข้าม คนที่เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ ไม่เบียดเบียนสัตว์ ไม่มักโกรธ ไม่อิจฉาริษยา ชอบให้ทานแก่ผู้ทรงศีล มีคุณธรรม ไม่กระด้างเย่อหยิ่ง เคารพคนที่ควรเคารพ ชอบคบหากับบัณฑิต เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์จะมีอายุยืน โรคภัยไม่เบียดเบียน มีคนเคารพนับถือ มีอำนาจ มีทรัพย์มาก เกิดในตระกูลดี และเป็นคนมีปัญญา ตามลำดับ

คำสอนในพระสูตรนี้ ชี้ให้เห็นชัดเจนว่า ถ้าต้องการความปลอดภัยในชีวิต ต้องเลือกทำแต่กรรมดี เพราะทุกครั้งที่เราทำกรรมดี เช่น ทำทาน รักษาศีล เจริญสมาธิภาวนา ก็จะมีบุญเกิดขึ้นอย่างมหาศาล บุญจะหล่อเลี้ยงชีวิตเราให้มีความสุข ความ

เจริญ ช่วยแต่งเติมชีวิตเราให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป ทุกภพทุกชาติ
เส้นทางในสังสารวัฏของเรา ก็จะราบรื่น สะดวกสบาย ไม่ต้อง ขึ้น
ๆ ลง ๆ อีกต่อไป

ใครที่ล้มลุกคลุกคลานกับชีวิต ก็อย่าเพิ่งคิดว่าเรานั้นโง่
เขลา หรือเราไม่ดีพอ เพราะ ทั้งความฉลาดและความโง่ ความดี
และความไม่ดีนั้น แอบซ่อนอยู่ในใจของเราเอง เมื่อใดที่เรา
มีความสบายใจ เราก็เหมือนมีมนต์วิเศษ ที่จะเรียกเอาสิ่งดีๆ ที่มีอยู่
ในตัวเราออกมาใช้ได้ทันที ใจที่สบาย เป็นใจที่มีฤทธิ์ เมื่อใจ
สบาย เราย่อมพบกับความสำเร็จได้โดยง่าย ไม่ว่าจะพูด จะทำ
อะไร ก็พลอยดีไปหมด ใจเป็นธาตุบริสุทธิ์ ใจยิ่งเบาสบาย
มากเท่าไร ใสสะอาดมากเท่าไร ยิ่งมีฤทธิ์มากเท่านั้น มาก
ขนาดสามารถฆ่ากิเลสให้หมดจดได้ จนบรรลุมรรคผลนิพพานได้

ฉะนั้นจึงขอเชิญชวนทุกคน มาทำใจ รักษาใจให้เบา
สบาย ทำใจให้ใสสะอาดตลอดเวลาทั้งนี้ เกิด เพราะพระพุทธรองค์
ทรงชี้ทางสว่างให้เราเห็นแล้วว่า ชีวิตจะเป็นเรื่องง่ายก็เมื่อใจเรา
สบายนั่นเอง

น.อ.ปภัณคัก สาย

แจ้จ