

THE EMINENT

อริยะ-อภิปัญญา



LION YUWASIN
(THE LIBRARY)

THE EMINENT

อริยะ-อภิปัญญา

เขียน ยูวสินธุ์ ตะวงษา

พิมพ์ครั้งที่ 1 สิงหาคม 2569

ISBN 978-616-94568-3-4

กองบรรณาธิการ

วัลลภาพร อังก์สุรังสีพันธุ์

พิสูจน์อักษร

วัลลภาพร อังก์สุรังสีพันธุ์

จัดทำโดย บริษัท เดอะไลบรารีเลิร์น จำกัด (สำนักงานใหญ่)

975/16 ถนนลาดกระบัง แขวงลาดกระบัง เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร 10520

โทรศัพท์ 06-4196-0370 (คุณโส่ย)

พิมพ์ที่ บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด

45/12-14, 33 หมู่ 4 ตำบลบางขุนน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130

โทรศัพท์ 0-2879-9154-6

จัดจำหน่ายโดย บริษัท เดอะไลบรารีเลิร์น จำกัด (สำนักงานใหญ่)

975/16 ถนนลาดกระบัง แขวงลาดกระบัง เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร 10520

โทรศัพท์ 06-4196-0370 (คุณโส่ย)



KEYWORDS

A

1. Abstract ความเป็นนามธรรม	1
2. Academician นักวิชาการ	2
3. Accelerate การเร่งความเร็ว	3
4. Achievement การบรรลุผล	5
5. Advertising การโฆษณาชวนเชื่อ	6
6. Ambition ความทะเยอทะยาน	8
7. Animals สรรพสัตว์	9
8. Appreciate ความซาบซึ้ง	13
9. Awakening การตื่น	14
10. Awareness การมีสติ	16

B

1. Beautiful ความสวยงาม	19
2. Believe ความเชื่อ	20
3. Betraying การทรยศ	22
4. Boundaries ขอบเขต	24
5. Buddha พุทธะ	25
6. Book หนังสือ	28
7. Business ธุรกิจ	29

C

1. Chakra จักร	33
2. Challenge ความท้าทาย	36
3. Christ คริสต์	38
4. Clever ฉลาด	43
5. Consciousness จิตสำนึก	45
6. Controlling การควบคุม	49
7. Creativity ความคิดสร้างสรรค์	50
8. Crowd ผุ้ชน	51
9. Confidence ความมั่นใจ	52

D

1. Death ความตาย	55
2. Decision การตัดสินใจ	56
3. Depression ความเศร้าซึม	57
4. Dhama ธรรมะ	58
5. Discipline วินัย	60
6. Donation การกุศล	60
7. Duality การแยกเป็นสอง	61

E

1. Education การศึกษา	63
2. Efforts ความพยายาม	64
3. Emotion ความรู้สึก	65
4. Emptiness ความว่าง	66
5. Enjoyment การดื่มด่ำ	67
6. Enlightenment การตื่นรู้แจ้ง	68
7. Enneagram แอนเนียแกรม	71
8. Enthusiasm ความกระตือรือร้น	72
9. Explicate อธิบาย	73

F

1. Faith ศรัทธา	75
2. Fame ชื่อเสียง	76
3. Family ครอบครัว	77
4. Fear ความหวาดกลัว	78
5. Feeling การรู้สึก	78
6. Feminine พลังแห่งเพศหญิง	79
7. Focus การจดจ่อ	80
8. Food อาหาร	81
9. Future อนาคต	82
10. Flower ดอกไม้	83
11. Force กำลัง	83

G

1. Ghost ผี	86
2. Goal เป้าหมาย	87
3. God พระเจ้า	89
4. Government รัฐบาล	89
5. Grace พลังศักดิ์สิทธิ์	91
6. Greed ความโลภ	92
7. Guilt ความรู้สึกผิด	93

H

1. Happiness ความสุข	95
2. Head หัว	96
3. Healing การเยียวยา	96
4. Heart ใจ	98
5. Home บ้าน	99
6. Humans มนุษย์	99
7. Hunting การไล่ล่า	100

I

1. Imagination การจินตนาการ	103
2. Imbalance ความไม่สมดุล	103
3. Improvement การพัฒนา	105

4. Instinct สัมผัสชาตญาณ	105
5. Intelligence สติปัญญา	106
6. Irritation ความขุ่นเคือง	107

J

1. Jealous ความอิจฉาริษยา	109
2. Job การงาน	110
3. Jogging การวิ่ง	111
4. Journey การเดินทาง	111
5. Jail คุก	112
5. Jumping การกระโดด	113

K

1. Karma กรรม	115
2. Kindness ความใจกว้าง	116
3. Kindergarten โรงเรียนอนุบาล	117
4. Kinesthetic การรับรู้การเคลื่อนไหว	117
5. King พระราชา	118
6. Knowledge ความรู้	118

L

7. Language ภาษา	121
8. Law กฎระเบียบ	122
9. Leader ผู้นำ	122
10. LGBTQ+ เพศทางเลือก	123
11. Lie การโกหก	124
12. Longevity วิธีสู่อายุขัยและพละนาถัยอันยืนยาว	125
13. Love ความรัก	125
14. Lust กามตัณหา	126

M

1. Masculine พลังแห่งเพศชาย	129
2. Mantra มন্ত্রา	129
3. Meditation การทำสมาธิ	129
4. Mind จิต	131
5. Money เงิน	133
6. Monk พระ	134
7. Mindfulness สติ	135
8. Music ดนตรี	136

N

1. Nature ธรรมชาติ	139
2. Need ความจำเป็น	139
3. Neighbor เพื่อนบ้าน	140
4. Nest รัง	140
5. Nirvana นิพพาน	141
6. Noble silence การปิดวาจา	143
7. Nation ประเทศชาติ	145
8. Numb ความทึม	146

O

1. Observation การสังเกตการณ์	148
2. Omnipresent การอยู่ในทุกหนแห่ง	149
3. Oneness ความเป็นหนึ่งเดียว	149
4. Opportunity โอกาส	150
5. Occupation อาชีพ	151
6. Ordination การบวช	153

P

1. Pain ความเจ็บปวด	155
2. Past อดีต	156

3. Pietism ความกตัญญู	157
4. Physical กายภาพ	159
5. Power พลัง	160
6. Present ปัจจุบัน	160
7. Priest นักบวช	161
8. Psychology จิตวิทยา	161

Q

1. Quality คุณภาพ	164
2. Quantity ปริมาณ	165
3. Queen ราชีนี	165
4. Quests การแสวงหา	166
5. Question คำถาม	167

R

1. Rain ฝน	169
2. Religion ศาสนา	169
3. Renunciation การละทางโลก	171
4. Researching การวิจัย	172
5. Rest การพักผ่อน	173
6. Riot จลาจล	174

7. Ruin ความผุพัง	175
8. Relationships ความสัมพันธ์	176
9. Running การวิ่ง	176

S

1. Sadness ความเศร้า	179
2. Science วิทยาศาสตร์	180
3. Servant ผู้รับใช้	181
4. Sex เพศ	182
5. Shameless ความอับอาย	183
6. Silence ความเงียบ	184
7. Sincerity ความจริงใจ	184
8. Sins บาป	185
9. Sins Praying การสารภาพบาป	186
10. Sleeping การนอนหลับ	186
11. Society สังคม	187
12. Spirituality ความเป็นจิตวิญญาณ	188
13. Success ความสำเร็จ	188
14. Suffering ความทุกข์	189
15. Surrender การศิโรราบ	190

T

1. Tangible จับต้องได้	193
2. Tao วิถีแห่งเต๋า	193
3. Team ความเป็นทีม	194
4. Telephone โทรศัพท์	195
5. Television โทรทัศน์	196
6. Touch สัมผัส	197
7. Transmigration สังสารวัฏ	197
8. Treasure ทรัพย์สมบัติ	198
9. Transform การเปลี่ยนแปลง	201
10. True Friend กัลยาณมิตร	202
11. Truth ความจริง	203

U

1. Umbrella ร่ม	206
2. Undying ความไม่ตาย	206
3. Universe จักรวาล	207
4. University มหาวิทยาลัย	208
5. Unknown ความไม่รู้	209
6. Up ขึ้น	210

V

1. Vegetarian | มังสวิรัตติ 212
2. Violence | ความรุนแรง 212
3. Virtue | คุณธรรม 213
4. Visionary | ผู้เปี่ยมวิสัยทัศน์ 214
5. Visualize | การนึกภาพ 215

W

1. Walk | การเดิน 217
2. War | สงคราม 217
3. Water | น้ำ 219
4. Wealth | ความมั่งคั่ง 220
5. Weapon | อาวุธ 221
6. Wind | ลม 222
7. Wisdom | ปัญญา 223
8. Witness | พยานรับรู้ 224
9. Workout | การออกกำลังกาย 225
10. Worship | การบูชา 226

X

1. Xanadu | สถานที่ดังงาม 228
2. Xenos | คิดต่าง 228
3. X-out | ชีดฆ่า 229
4. X-ray | เอกซเรย์ 229

Y

1. Yell | ตะโกน 232
2. Yesterday | เมื่อวาน 232
3. Yin-yang | หยิน-หยาง 233
4. Young | ความหนุ่มสาว 234

Z

1. Zero | ศูนย์ 237



1. Abstract

ความเป็นนามธรรม

ความเป็นนามธรรมคือสิ่งที่จับต้องและวัดผลไม่ได้ คือสิ่งที่ทำให้โลกและชีวิตนี้งดงาม พร้อมทั้งผสานเข้ากับความรู้สึกกลับของสรรพสิ่ง อีกทั้งสัมผัสได้ด้วยความรู้สึกมากกว่าเหตุผลและตรรกะ

ความเป็นนามธรรมก่อให้เกิดดนตรี ศิลปะ การเชื่อมโยงพลังงานทางจิตใจของมนุษย์ ซึ่งข้าพเจ้าหมายรวมถึงการทำสมาธิที่นับว่าเป็นการค้นพบที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของมนุษย์ ซึ่งไม่ใช่การค้นพบด้วยการทำอะไรใด ๆ แต่เป็นการไม่ทำในสิ่งใดเลยเพื่อปล่อยให้จิตเกิดความว่างอย่างแท้จริง

เราอาจบอกได้ว่าสิ่งที่ป็นรูปธรรมนั้นมักจะถูกอธิบายในเชิงวิทยาศาสตร์ ซึ่งเกี่ยวกับสิ่งที่อยู่ภายนอกจิตของเราแทบทั้งสิ้น ในขณะที่โลกภายในของเรานั้นมีความละเอียดซับซ้อนจนไม่สามารถพิสูจน์และวัดผลได้ด้วยวิธีทางวิทยาศาสตร์ หลายครั้งที่มนุษย์พยายามทำให้ความเป็นนามธรรมในโลกภายในกลายเป็นรูปธรรม ผลสุดท้ายก็ดูเหมือนว่าเราจะไม่เข้าใจโลกภายในน้อยลงไปทุกที

ภูมิปัญญาของจักรวาลแบ่งออกเป็นสามประเภท ได้แก่ สิ่งที่เรา
สิ่งที่รู้ และสิ่งที่ไม่สามารถรู้ได้ สิ่งที่เราและสิ่งที่ไม่รู้นั้นคือสิ่งที่สามารถทำให้กลายเป็นความรู้ที่เป็นรูปธรรมจับต้องได้ แต่องค์ความรู้ประเภทสุดท้ายที่เป็นสิ่งที่ไม่สามารถรู้ได้นั้น ธรรมชาติจะยังคงดำรงไว้ให้มันเป็นสิ่งที่ไม่สามารถรู้ได้ และไม่สามารถทำให้มันถูกอธิบายด้วยความป็นรูปธรรม

ดังเช่นวิถีแห่งการตื่นรู้แจ้งที่ไม่สามารถอธิบายได้ด้วยภาษา หรือถ้าใช้ภาษาอธิบาย นั่นก็ไม่ใช่ความหมายของการตื่นรู้แจ้งที่แท้จริง ความหมายที่แท้จริงนั้นต้องเป็นการสัมผัสถึงการเป็นอยู่และการทำสมาธิของบุคคลผู้นั้น

จงดื่มด่ำไปกับความเป็นนามธรรมในโลกภายใน อย่าได้พยายามทำให้โลกภายในเป็นสิ่งที่วัดผลด้วยตัวเลขที่มาที่หลัง เพราะจะยิ่งทำให้บุคคลนั้นห่างไกลจากจิตวิญญาณของตนเองอย่างน่าเสียดาย

2. Academician

นักวิชาการ

เราต่างเคยถูกโปรแกรมความเชื่อนับไม่ถ้วนในตอนที่ยังเป็นเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งแนวความคิดจากนักวิชาการทั้งหลายที่พยายามหาหลักการ และข้อพิสูจน์เพื่อให้คนมีความคิดความอ่านที่เหมือน ๆ กัน ซึ่งดูเหมือนว่า นักวิชาการที่ว่าต่างมีอิทธิพลในการทำให้นมนุษย์ที่มีความคิดความอ่าน อันเป็นเอกลักษณ์ต่างกลายเป็นคนที่ถูกหล่อหลอมให้มีความคิดในการมองโลก ที่เหมือนกันไปเสียหมด ซึ่งเรานั้นเห็นว่าไม่ต่างอะไรจากหุ่นยนต์

นักวิชาการมีความฉลาดปราดเปรื่องจากการศึกษาตำราและประสบการณ์ ของบุคคลผู้ถ่ายทอดในอดีต ความฉลาดเหล่านั้นถูกพัฒนาจนกลายมาเป็น มาตรฐานการคิดคำนวณของมนุษย์ แต่ถึงอย่างนั้นข้าพเจ้าก็ไม่ได้เห็นว่าความฉลาด จะทำให้นมนุษย์ตื่นจากการหลับใหลจากอหังการและความทุกข์ ตรงกันข้าม ความฉลาดหลักแหลมเหล่านั้นกลับทำให้นักวิชาการทั้งหลายกลายเป็นคน ที่หยิ่งโส อีกทั้งคอยตัดสินความคิดของผู้อื่นว่าถูกหรือผิด

ช่วงแปลกยิ่งนักที่ความฉลาดที่มากขึ้นกลับนำมาซึ่งการตัดสินผู้อื่น ที่มากขึ้นตามไปด้วย นักวิชาการส่วนใหญ่จึงไม่ต่างจากการเป็นคนฉลาด แต่ขาดปัญญา พวกเขาเข้าใจทุกสิ่งยกเว้นเข้าใจตนเอง เพราะการเข้าใจโลกภายใน จิตใจนั้น ซับซ้อน ลึกกลับ และละเอียดยิ่งกว่าหลักการฟิสิกส์นับพันเท่า

หากท่านต้องการศึกษาศาสตร์เพื่อประกอบอาชีพไปจนถึงการเข้าใจ กฎระเบียบสังคมโลก นักวิชาการเหล่านั้นจะเป็นผู้ชี้แนะท่านได้เป็นอย่างดี แต่ถ้าหากท่านต้องการศึกษาโลกภายในจิตวิญญาณของท่าน จงหาครูที่ไม่สอนคน ด้วยคำพูด แต่สอนด้วยการเป็นอยู่ที่เป็นตัวอย่างแก่ศิษย์ หรือศึกษาจาก ปัญญาญาณภายในของท่านเอง

ความฉลาดจากห้วงคิดไม่สามารถทำให้นมนุษย์เข้าใจโลกภายในได้ แต่ด้วยสติปัญญาจึงจะสัมผัสได้ถึงการมีอยู่ของสิ่งนั้น



1. Beautiful

ความสวยงาม

ไม่มีสิ่งใดในจักรวาลที่ไม่สวยงาม ความงดงามและความอุดมสมบูรณ์คือเรื่องจริง ส่วนความน่าเกลียดและความขาดแคลนนั่น เป็นเรื่องเท็จที่มนุษย์หลงเชื่อกันอย่างมัวเมา

หากท่านมองไปรอบตัวโดยละเว้นการตัดสินใด ๆ ไม่ว่าจะเป็ธรรมชาติ ผู้คนรอบตัว หรือแม้แต่รถที่แล่นอยู่บนถนน ท่านจะเห็นเพียงแค่ธรรมชาติที่เต็มไปด้วยพลวัตที่มีการเปลี่ยนผ่านอยู่ตลอดเวลา นั่นคือความสวยงามของการรับรู้ผ่านจิตสำนึกอันจริงแท้ เมื่อเราไม่ตัดสินสิ่งใดและมองด้วยใจเป็นกลาง ท่านจะเห็นเพียงแค่ความจริง เมื่อนั้นความสวยงามและความไม่สวยงามจะไม่มีอยู่จริงเลย

ความสวยงามที่มนุษย์สร้างขึ้นนั้นส่วนใหญ่แล้วเป็นความสวยงามลงตา เพียงแค่เราพูดถึงเรื่องของความสวยหล่อให้ท่านได้เข้าใจ มันก็เพียงพอแล้วที่เราจะได้เห็นว่าแท้จริงนั้นไม่ได้มีสิ่งๆที่เรียกว่าความสวยความหล่อที่ว่าเลย

หากให้ดารามีหน้าตาสวยหล่อตามมาตรฐานของสังคมมายืนอยู่หน้าเหล่าสรรพสัตว์ที่ไม่ใช่มนุษย์ คงไม่ได้รู้สึกว่าคุณค่าเหล่านี้ช่างสวยหล่อยิ่งนัก! ตรงกันข้าม พวกมันก็จะมองว่าคุณค่าเหล่านี้ก็เป็นมนุษย์คนหนึ่งที่กำลังมาอยู่ตรงนี้ และเราอยากเข้าใจมนุษย์ที่เดียวดีเดียวร้ายพวกนี้ยิ่งนัก!

นก สุนัข สุนัข วัว ควาย หรือจะเป็นสัตว์ใด ๆ ก็ตามที่ไม่ใช่มนุษย์ พวกมันไม่ได้มองโลกที่แบ่งแยกความสวยความหล่อ พวกมันมองโลกตามความจริงที่ไม่มีการแบ่งแยกสิ่งใด มีเพียงมนุษย์เท่านั้นที่พยายามยึดยึดความสวยความหล่อให้กันเอง จนกลับกลายเป็นว่าสิ่งนี้เปรียบเสมือนสถานะทางสังคมที่เรากลัวพอที่จะบอกกันโดยตรงว่า “ฉันจะรู้สึกดีมากกว่าหากฉันได้อยู่ใกล้ ๆ คนสวยคนหล่อ เพราะฉันจะได้ดูน่าสนใจไปด้วย”

ด้วยเหตุนี้ เราจึงบอกแก่ท่านว่า ความสวยงามที่จริงแท้ ก็คือความจริงแท้ของความเป็นธรรมชาติ อีกทั้งความจริงแท้นั้นก็ไม่ได้มีความสวยงามมาตั้งแต่แรก มันเป็นเพียงแค่ความจริง การที่มนุษย์ใช้ชีวิตเพื่อโอ้อวดความจริงนี้คือจุดมุ่งหมายสำคัญเพียงสิ่งเดียว และคำว่า “ความสวยงาม” ที่ว่านั้น ไม่เพียงพอที่จะอธิบายถึงความยิ่งใหญ่ของความจริงที่ว่านี้

2. Believe

ความเชื่อ

ในยุคสมัยของเรานั้น เราเห็นคนที่เต็มไปด้วยความเชื่ออันแรงกล้าเต็มไปหมด ตั้งแต่ความเชื่อในเรื่องของหลักการ วิทยาศาสตร์ การเมือง เชื้อชาติ ศาสนา และอีกมากมายนับไม่ถ้วน ที่พวกเขาเหล่านั้นใช้ความเชื่อที่ว่านั้น เป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจและตัวตน โดยไม่ได้ตระหนักเลยว่า ความเชื่อใด ๆ ก็ตามที่เราริเยกมันว่าความเชื่อ สิ่งนั้นเป็นเพียงเรื่องราวที่สนองอัตตาของมนุษย์ ให้พันธนาการตนมากยิ่งขึ้นกว่าเดิม

คนฉลาดใช้หลักการและความเชื่อ แต่คนฉลาดกับคนโง่นั้น เราเห็นว่าทั้งสองไม่ได้แตกต่างกัน ทั้งความเชื่อในเรื่องของวิทยาศาสตร์สำหรับโลกวัตถุ ไปจนถึงศาสนาสำหรับโลกภายใน ความเชื่อทั้งหมดเป็นเพียงเรื่องเล่า ที่เหล่าผู้มีอำนาจสร้างขึ้น มา เพื่อพยายามควบคุมฝูงชนผู้ที่ยังหลับใหลอยู่ก็เท่านั้น

เราจะอธิบายให้ท่านทั้งหลายได้เข้าใจ

ความเชื่อ คือ การติดยึดกับมุมมองและความทรงจำในอดีต การที่มนุษย์ใช้ความเชื่อในการดำรงชีวิตนั้น คือการที่เขาไม่ได้ดำรงชีวิตในปัจจุบันขณะ โดยแท้ และยิ่งความเชื่อนั้นทำให้บุคคลนั้นมีตัวตนมากเท่าไร เขาก็จะยิ่งเชื่อมั่นมากขึ้นจนสามารถทำให้คนรอบข้างมาเชื่อตามเขาได้มากเท่านั้น ความรู้สึกมีตัวตนจึงยิ่งเพิ่มมากกว่าเดิม กลายเป็นวัฏจักรแห่งอัตตาอันไม่รู้จบ

ความเชื่อนั้นจึงไม่ใช่สิ่งที่มีแก่นสารใด ๆ เป็นเพียงความทรงจำที่เกิดขึ้นและมีการผูกยึดไว้เพื่อจำกัดขอบเขตความไม่รู้ของบุคคลนั้น

ถึงอย่างไร เราไม่มองว่าคนที่ใช้ความเชื่อในการดำรงชีวิตเป็นคนเลว- แต่อย่างไร พวกเขาแค่ยังไม่ตื่น ยังติดอยู่ในวังวนแห่งความโง่เขลา ซึ่งสำหรับเรา คำว่าความโง่เขลาไม่ใช่คำด่า เป็นเพียงคำศัพท์คำหนึ่งที่สะท้อนสภาวะ คงเดิมของจิตใจมนุษย์

คำถามที่น่าสนใจ คือ หากเราไม่ใช้ความเชื่อ แล้วเราจะทำอย่างไร กันล่ะท่าน?

เราขอบอกแก่ท่านว่า ท่านไม่จำเป็นต้องมีความเชื่อในเรื่องใด ความเชื่อเป็นเพียงคำที่เราสร้างมันขึ้นมา ส่วนความจริงแท้เป็นเพียงความจริง ไม่จำเป็นต้องมีความเชื่อเข้ามาเกี่ยวข้อง

เราไม่จำเป็นต้อง “เชื่อ” ว่าดวงจันทร์นั้นมีอยู่จริงหรือไม่ เพราะเราเห็นได้ด้วยสามัญสำนึกของเราเอง

เราไม่จำเป็นต้อง “เชื่อ” ว่าถ้าเราง่วงแล้วเราจะต้องนอน เพราะมันเป็นคอกฎทางธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต

เราไม่จำเป็นต้อง “เชื่อ” ว่าถ้าเราหิว เราควรหาอาหารกิน เพราะมันเป็นธรรมชาติเช่นเดียวกัน

ท่านได้เห็นแล้วว่าหนทางสู่การตื่นรู้แจ้งนั้น คือการหลุดพ้นจากความเชื่อนานัปการ ซึ่งเมื่อเราหลุดพ้นจากความเชื่อได้แล้วนั้น เท่ากับว่าเรากำลังดำเนินชีวิตอยู่กับความไม่รู้ ไม่รู้อดีต ไม่รู้อนาคตจะเกิดอะไรขึ้น ช่วงขณะนี้เองที่ท่านได้อยู่กับปัจจุบันขณะ ช่วงขณะแห่งความเป็นไปได้ อันไร้ขอบเขต ท่านกำลังเปิดพื้นที่ให้จิตวิญญาณได้แสดงพลังศักดิ์สิทธิ์ออกมา ซึ่งออกมาในสิ่งที่เรานั้นเรียกว่าสติปัญญา

สติปัญญาไม่ใช่ความรู้จากการท่องจำตำรา ไม่ใช่ความฉลาดจากการมีหลักการที่ชัดแจ้ง แต่เป็นการมองเห็นถึงสัจธรรมอันจริงแท้ ไม่ยินดียินร้าย แต่รู้สึกซาบซึ้งใจต่อทุกสิ่ง เห็นถึงพลวัตในสิ่งที่มนุษย์ทั่วไปมองข้าม เป็นช่วงเวลาที่อยู่เหนือภาษาและคำพูดใดๆ เหล่านี้คือสภาวะของผู้ที่มีสติปัญญา



1. Chakra

จักระ

ในกายของมนุษย์เรานั้น มีจิตที่เป็นอิสระสถิตอยู่ภายใน มืออยู่เจ็ด
อาณาเขต ซึ่งมีพลังอันเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของตนเอง สิ่งนั้นเรียกว่า “จักระ”

จักระคือแหล่งกักเก็บพลังงานที่เป็นกายทิพย์หรือกายที่อยู่ลึกกว่า
กายหยาบที่จับต้องได้ด้วยสามัญสำนึก หากเราสามารถสร้างสมดุล
ให้จักระเหล่านั้นมีพลังงาน เราก็จะพบกับวิถีแห่งความสุขสงบทั้งทางโลก
และทางใจได้ เรานั้นเห็นด้วยอย่างยิ่ง หากมนุษย์จะเริ่มฝึกฝนให้จักระทั้ง
เจ็ดอาณาเขตของตนนั้นมีพลังและเคลื่อนตัวจากกายภาพไปสู่จิตวิญญาณ

จักระทั้งเจ็ดอาณาเขตนั้น เราจำแนกเป็นสามส่วนสำคัญได้แก่ ฐานกาย
ฐานใจ และฐานจิตวิญญาณ ซึ่งไล่ลำดับตั้งแต่ช่วยประสาทบริเวณอวัยวะ
ขึ้นไปจนถึงช่วยประสาทบนสุดของศีรษะมนุษย์ ทั้งสามส่วนนี้เกิดขึ้น
ตามวิถีแห่งธรรมชาติอันจริงแท้ เพราะเมื่อเรากำเนิดมาบนโลก เราจำต้อง
เรียนรู้การทำให้ร่างกายของเรามีพลานามัยแข็งแรงเพื่อที่จะมีชีวิตรอด
อาจเรียกได้ว่าเป็นข้อสอบชุดแรกแห่งชีวิตในการมาอยู่ในโลกนี้

เมื่อเรามีกายภาพที่มั่นคงแล้ว เราจึงเริ่มเรียนรู้การเข้าใจเรื่องของ
จิตภายใน เพื่อที่จะหลุดออกจากความเห็นแก่ตัวไปสู่การเข้าอกเข้าใจเพื่อนมนุษย์
และการเป็นตัวของตัวเองอย่างแท้จริง หรือพูดได้โดยง่ายว่าเราเริ่มที่จะเรียนรู้ที่
จะรักผู้อื่นและรักตนเอง เราจะรักทุกสรรพสิ่งได้ก็ต่อเมื่อเรารักตนเองเสียก่อน

หลังจากนั้น เมื่อเรามีความรักให้กับทุกสิ่งได้ เราจึงจะได้ค้นพบหนทาง
สู่การเป็นหนึ่งเดียวกับทุกสรรพสิ่ง เป็นหนทางแห่งการกลับบ้านที่จริงแท้
พลังจากจักระฐานกายและฐานใจเริ่มเดินทางสูงขึ้นไปสู่จักระฐานจิตวิญญาณ
บุคคลนั้นจะเริ่มเห็นวิสัยทัศน์แห่งการรู้แจ้ง หรือตื่นรู้จากความเท็จทั้งหลาย
ในทางโลก คำพูดหรือภาษาไม่สามารถใช้เพื่ออธิบายในสิ่งที่เขาค้นพบ
นอกเสียจากความเงียบที่มีพลังภายในตัวมันเอง

จนท้ายที่สุดบุคคลนั้นได้นำพาตนไปเป็นหนึ่งเดียวกับทุกสรรพสิ่ง ไม่มีสิ่งใดแยกจากกัน ไม่มีดีหรือชั่ว เพราะความชั่วและความดีคือสิ่งเดียวกัน ไม่สามารถแยกจากกันได้ ไม่มีความร้ายหรือความยากจน เพราะทั้งสองต้องพึ่งพาอาศัยกัน ไม่มีความทุกข์หรือสุข เพราะทั้งสองต่างดำรงรักษาไว้ซึ่งกันและกัน มีเพียงความว่างอันแท้จริงเท่านั้นที่เป็นสิ่งก่อกำเนิดสิ่งเหล่านี้ และความว่างที่ว่างนั้น ไม่มีชั่วตรงข้ามใด ๆ เหลืออยู่อีก

หนึ่งในรูปแบบการทำสมาธิของเรานั้น คือการตระหนักรู้ไปที่จักระแต่ละส่วน จนเมื่อจักระทุกส่วนได้รับพลังแห่งการตระหนักรู้ผ่านจิตสำนึกของเรา เราจะรู้สึกได้ถึงพลังที่ไหลเวียนอย่างสมดุล ไม่เจ็บไม่ป่วย มีความกระตือรือร้น ซาบซึ้งต่อชีวิต มีพลังในการพูดอันเปี่ยมบารมี มองเห็นวิสัยทัศน์ด้วยสติปัญญา จากนั้นจึงรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวอย่างแท้จริง

เริ่มต้นจากการที่ท่านทำสมาธิด้วยการอยู่กับปัจจุบันเป็นสิ่งแรก จนรู้สึกสงบ จากนั้นค่อย ๆ ส่งการตระหนักรู้ไปยังจักระฐาน ซึ่งเป็นข่ายประสาทที่อยู่กึ่งกลางระหว่างอวัยวะและก้นบองของท่าน หายใจโดยตระหนักรู้ถึงจักระนั้นสักสิบลมหายใจ เมื่อจักระนี้มีพลังที่สมดุล ท่านจะรู้สึกมีพละทานมัยแข็งแรง มีพลังทางกายภาพไม่เกียจคร้าน

จากนั้นจึงเลื่อนการตระหนักรู้ขึ้นมาที่บริเวณจักระท้องน้อยซึ่งเป็นข่ายประสาทที่อยู่ระหว่างท้องน้อย (สองถึงสามนิ้วใต้สะดือ) กับหลังส่วนล่างตระหนักรู้ถึงจักระนั้นสักสิบลมหายใจ เมื่อจักระนี้มีพลังที่สมดุล ท่านจะรู้สึกมีความมั่นใจผ่านพลังทางเพศ ซึ่งจะนำมาสู่ความกระตือรือร้น และความมั่นใจทางอารมณ์

จากนั้นจึงเลื่อนการตระหนักรู้ขึ้นมาที่บริเวณเหนือสะดือเล็กน้อย กึ่งกลางระหว่างสะดือกับแผ่นหลังส่วนกลางของท่านนี้ เป็นที่ตั้งของจักระสะดือ หายใจโดยตระหนักรู้ถึงจักระนั้นสักสิบลมหายใจ เมื่อจักระนี้มีพลังที่สมดุล ท่านจะรู้สึกถึงพลังภายใน รวมถึงรู้สึกว่าคุณมีอำนาจที่ทำให้ผู้อื่นรับรู้ได้ถึงพลังทางกายภาพอันแรงกล้าของตัวท่าน

จากนั้นจึงเลื่อนการตระหนักรู้ขึ้นมาบริเวณกึ่งกลางหน้าอกใกล้หัวใจ
ภายในนั้นมีขลุ่ยประสาทที่เรียกว่าจักรระหัวใจ เป็นจุดเริ่มต้นของการ
หลุดออกจากภาวะเห็นแก่ตัว ตระหนักรู้ถึงจักรระนี้สักสิบลมหายใจ เมื่อจักรระนี้
มีพลังที่สมดุล ท่านจะรู้สึกรัก ซาบซึ้งต่อชีวิต ละเว้นการตัดสินผู้อื่น
อยากทำบางสิ่งที่ดีงามโดยไม่หวังผลประโยชน์ตอบแทน

จากนั้นจึงเลื่อนการตระหนักรู้ขึ้นมาบริเวณจักรระคอ ซึ่งเป็นขลุ่ยประสาท
ที่อยู่กึ่งกลางระหว่างคอของท่านเอง หายใจโดยตระหนักรู้ถึงจักรระนี้
สักสิบลมหายใจ เมื่อจักรระนี้มีพลังที่สมดุล ท่านจะเจอวิถีของการเป็นตัวของตัวเอง
อย่างแท้จริง ท่านจะไม่พูดพร่ำเพรื่อ ทุกคำที่ท่านพูดจะเปี่ยมไปด้วยอำนาจ-
บารมีที่มีจิตวิญญาณ ท่านจะพูดความจริง ละเว้นการพูดเท็จที่ก่อให้เกิด
ภัยร้ายในภายหลัง

จากนั้นจึงเลื่อนการตระหนักรู้ขึ้นมาบริเวณจักรระตาที่สาม ซึ่งอยู่ภายใน
กึ่งกลางระหว่างคิ้วทั้งสองของท่านและหลังศีรษะ หายใจโดยตระหนักรู้ถึงจักรระ
นี้สักสิบลมหายใจ เมื่อจักรระนี้มีพลังที่สมดุล ท่านจะรู้สึกได้ถึงสติ
ปัญญาญาณ แนวความคิดอันเจิดจรัสที่ไม่ต้องพึ่งพาการคิดใด ๆ ท่านจะมองเห็น
สัจธรรมที่อยู่เหนือภาษาและถ้อยคำใด ๆ ที่มนุษย์สร้างขึ้น นี่คือนิวรณ์ที่เราได้
ตื่นรู้อย่างแท้จริง

สุดท้าย ท่านจงเลื่อนการตระหนักรู้ขึ้นมาบริเวณบนสุดของยอดศีรษะ
หายใจโดยตระหนักรู้ถึงจักรระนี้สักสิบลมหายใจ มันคือจักรระมงกุฏ จักรระนี้
จะมีพลังได้ก็ต่อเมื่อจักรระทั้งหมดของท่านสมดุลอย่างแท้จริง เพราะจักรระนี้คือ
ตัวแทนของความเป็นหนึ่งเดียวในทุกสรรพสิ่ง ไม่มีการแบ่งแยก
ไม่มีภาวะความเป็นขั้วใด ๆ อีกต่อไป ท่านจะเป็นหนึ่งเดียวต่อทุกสิ่ง
ไม่ว่าแม้แต่ความว่าง นี่คือนิวรณ์ที่ผู้ตื่นรู้แจ้งต่างได้สัมผัสและดำรงอยู่
กับภาวะนี้เป็นนิรันดร์

เราไม่จำเป็นต้องพูดว่าเราเชื่อหรือไม่เชื่อในเรื่องนี้ เพราะถ้ามัน
ดำรงอยู่ เราจะใช้คำว่าเชื่อได้อย่างไร

ท่านไม่จำเป็นต้องบรรลุผลใด ๆ ในชีวิต นอกเสียจากการทำสมาธิ



1. Death

ความตาย

เมื่อมีชีวิต จงดำรงอยู่กับชีวิต และเมื่อถึงคราวตาย จงโอบรับความตาย เรานั้นเห็นว่ามีความสอนให้มนุษย์จดจ่ออยู่กับเรื่องที่ว่าทุกคนนั้นต้องตาย แต่ความตายเป็นเพียงจุดหมายปลายทางของวิถีหนึ่ง เพื่อที่จะเปลี่ยนผ่านไปสู่วิถีใหม่

ตอนนี้ท่านยังมีชีวิตอยู่ ทำไมท่านถึงจะไม่ควรดำรงตนให้บริสุทธิ์ในชีวิตปัจจุบัน อย่าเอื้อนเอ่ยถึงความตายมากกว่าการดำรงอยู่ในช่วงขณะที่เรายังมีชีวิตอยู่ ส่วนเมื่อถึงคราวที่ต้องตายนั่น เพียงแค่โอบรับความตายอย่างสงบนิ่ง นั่นคือความงดงามที่ทำให้พลังชีวิตของเรามีความหมาย ดังนั้น ในยามที่เราต้องตาย ก็จงอย่าได้อาลัยอาวรณ์ถึงชีวิตที่เป็นอายุขัย ไม่มีสิ่งใดน่ากลัวเกี่ยวกับความตาย เพราะไม่ว่าอย่างไร เราทุกคนต้องสิ้นอายุขัยในร่างนี้ ร่างกายภาพของพวกเรานั้นต่างมีช่วงเวลาของมัน มันเป็นเพียงพลัดของธรรมชาติ และธรรมชาติมีปัญญาที่อยู่เหนือเหตุผลกว่าที่สามัญสำนึกของมนุษย์จะเข้าใจ

ท่านมาเพื่อเรียนรู้ชีวิต เข้าใจโลก เข้าใจที่จะรัก เข้าใจที่จะออกหัก แสวงหาความจริง เพื่อกลับสู่ความแท้จริงอันบริสุทธิ์ การเรียนรู้ทั้งหลายเหล่านี้คือการเดินทางอันงดงามของชีวิตมนุษย์ เราจึงต้องทดลองเสี่ยง ผิดพลาด ผิดพลาดใหม่ จนกว่าจะไม่ได้ทำผิดพลาดในเรื่องเดิม และถ้าไม่มีความตายมาเกี่ยวข้อง เราจะผัดวันประกันพรุ่งไปเรื่อย ๆ อีกทั้งยังขาดแรงบันดาลใจในการค้นหาธรรมะอันเป็นวิถีนำทาง เมื่อนั้นจิตใจของมนุษย์คงไม่มีทางค้นพบความซาบซึ้งใจในปัจจุบันขณะได้เลย

คนที่ใช้ชีวิตด้วยความกลัวหรือความหวาดระแวงในทุกเรื่องนั้น พวกเขาไม่ได้กลัวความตาย พวกเขากลัวปัจจุบันที่ดำรงอยู่ของตนเอง พวกเขากลัวความไม่รู้ จนมีอาจทนอยู่กับสภาวะเหล่านั้นได้ ซึ่งนั่นคือเหตุของความทุกข์ทั้งหลายทั้งปวง

ทุกสิ่งต้องเปลี่ยนแปลง ทุกสิ่งต้องตาย มีเพียงจิตสำนึกเอกภาพเท่านั้นที่ไม่เกิดและไม่ตาย ซึ่งจิตสำนึกที่ว่านั้นอยู่ในตัวท่าน อย่าได้ผัดผ่อนที่จะทำสมาธิยามใช้ชีวิต จงผัดผ่อนสิ่งอื่นไปให้หมด เพื่อมาใส่ใจที่จะอยู่กับปัจจุบัน เพื่อให้ท่านได้ค้นพบจิตสำนึกเอกภาพอันแท้จริง

2. Decision

การตัดสินใจ

ทุกชั่วขณะคือการตัดสินใจ แม้แต่การไม่ได้ตัดสินใจก็คือการตัดสินใจ อยู่ที่ว่าจะเป็นการตัดสินใจที่รู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็เท่านั้น ผู้ที่ใช้ชีวิตด้วยการตัดสินใจที่ไม่รู้ตัว ย่อมไม่ได้อยู่ในปัจจุบันขณะ จึงไม่แปลกหากพวกเขาเหล่านั้นจะรู้สึกว่าคุณชีวิตเต็มไปด้วยความทุกข์ระทม เพราะพวกเขาไม่รู้สึกว่าตนสามารถเลือกอะไรได้เลย

หนทางแห่งการตื่นรู้แจ้งกันว่าเป็นการตัดสินใจ เป็นการตัดสินใจที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของมนุษย์ มันคือการเลือกที่จะเดินออกมาจากคตมายาทั้งหลาย ในทางโลกเพื่อแสวงหาความจริง หากเราตัดสินใจเพียงเรื่องนี้เรื่องเดียว การตัดสินใจที่เหลือจะกลายเป็นเพียงการตัดสินใจขี้บอย ไม่มีการตัดสินใจไหนสำคัญไปกว่านี้อีกต่อไปแล้ว

ในยามที่ท่านเจอทางเลือกในชีวิต เราบอกท่านด้วยสัตย์จริงว่า ท่านไม่จำเป็นต้องตัดสินใจด้วยความคิด เพราะความคิดอันฟุ้งซ่านมักมีเงาของอึดตา จึงมักจะทำให้ท่านตัดสินใจพลาด ด้วยเหตุนี้ จงตัดสินใจด้วยปัญญา ซึ่งท่านเพียงมีสติก่อนจึงค่อยตัดสินใจด้วยปัญญาญาณ

ด้วยสติปัญญา ท่านจะไม่จำเป็นต้องคิดให้ปวดหัวเพลียแรงอีกเลย ท่านเพียงรับรู้ด้วยสภาวะของท่านว่า การตัดสินใจนั้นนำมาซึ่งความรู้สึกสุขใจหรือไม่ ความสุขใจนั้นเพียงพอแล้วที่จะทำให้ท่านตัดสินใจได้อย่างเฉียบคม

หากการตัดสินใจใด ๆ ไม่ได้นำมาซึ่งความสุข แต่นำมาซึ่งความทุกข์ อันน่าหนักใจ สติปัญญาของท่านจะบอกเองว่าท่านควรเลือกอีกทาง หรือแท้จริงอาจไม่จำเป็นต้องมีการตัดสินใจใด ๆ ตั้งแต่แรกเลย



1. Education

การศึกษา

คำว่า Education มีรากศัพท์มาจากภาษาละตินที่เน้นการดึงศักยภาพภายในตัวบุคคลออกมา หลัก ๆ มาจากคำว่า Educere (ดึงออก, ชี้ทาง) และ Educare (บำรุงรักษา, เลี้ยงดู) โดยมีความหมายโดยนัยถึงการพัฒนาผู้เรียนให้เจริญงอกงามทั้งทางร่างกายและจิตใจ ไม่ใช่เพียงแค่การเติมความรู้ลงไป ความหมายเหล่านี้คือสิ่งที่การศึกษาที่แท้จริงควรเป็น

แต่การศึกษาที่มนุษย์สร้างขึ้นจนกลายเป็นระบบนั้น ไม่ได้ดึงศักยภาพมนุษย์อันเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของแต่ละคนออกมา แต่กลับทำให้ทุกคนถูกหล่อหลอมให้กลายเป็นหุ่นยนต์ที่มีความคิดที่เต็มไปด้วยขนบธรรมเนียมและหลักการที่กลบเกลื่อนจิตวิญญาณของพวกเขา อีกทั้งระบบการศึกษายังมีพันธกิจที่จะต้องสร้างผลผลิตให้ตอบโต้กับระบบเศรษฐกิจ ซึ่งผลผลิตที่ว่าก็คือมนุษย์ทุกคนที่ได้เข้าไปอยู่ในระบบการศึกษาที่ว่านั่นเอง

ครูบาอาจารย์ที่ดำเนินตามธรรมชาติของตน ย่อมไม่สอนให้ศิษย์เก่งหรือฉลาดอย่างเดียว แต่จะสอนให้ศิษย์รู้จักใช้สติปัญญาในการขบคิดด้วยตนเอง มากกว่าที่จะให้คำตอบแบบถูกหรือผิด เพราะชีวิตจริงนั้น เราทุกคนจำต้องใช้ปัญญาภายในของตนเองในการดำรงอยู่ ซึ่งนั่นอาจหมายถึงการตั้งคำถามกับองค์ความรู้เก่า ไปจนถึงการกล้าพูดความจริงต่อผู้มีอำนาจทั้งหลาย เมื่อถึงเวลาอันสมควร เราต้องค้นพบศักยภาพผ่านปัญญาภายในเท่านั้นจึงจะกล้าทำสิ่งเหล่านี้

ทุกสิ่งที่เราสอนล้วนเป็นการให้การศึกษ การศึกษาที่แท้จริงคือการให้มนุษย์ได้ค้นพบอภิปัญญาของตนเอง ซึ่งอย่างแรกคือการนำเสนอความจริง และการให้รู้ว่าสิ่งใดเป็นเพียงเรื่องสมมติ

2. Efforts

ความพยายาม

เรื่องโกหกที่เราทุกคนถูกสอนมาตั้งแต่ยังเด็กกันแทบทุกคน คือ “ความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น” เหตุเพราะประโยคนี้คือจุดเริ่มต้นของการเป็นทาสแห่งความทะเยอทะยานของอัตตา วนเป็นวัฏจักรไม่จบไม่สิ้น อีกทั้งผู้ใหญ่ที่นำประโยคนี้มาสอนตัวเองก็แทบไม่มีใครที่มีปัญญามากพอที่จะมีวิสัยทัศน์มองเห็นความจริงของการพยายามที่ว่ำนั่นเลย

ชีวิตแห่งการดำรงอยู่อันบริสุทธิ์ ไม่มีความจำเป็นต้องใช้ความพยายาม มีเพียงแค่ความมุ่งมั่นของจิตเพียงเท่านั้น ท่านลองนึกถึงคนที่พยายามทำสมาธิทั้งวันทั้งคืนไม่หยุด กับคนที่ทำสมาธิด้วยจิตที่ว่างอย่างแท้จริงดูสิ แบบแรกเราเรียกว่าพยายาม แบบที่สองเราเห็นเพียงความมุ่งมั่นอันบริสุทธิ์

การดำเนินชีวิตไม่ควรเป็นการพยายามจนเกิดทุกข์ เพราะนั่นคือการฝืนตัวตนเดิมแท้ของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการทำงาน การเรียน ความรัก หรือแม้แต่จิตวิญญาณ มนุษย์สามารถสร้างสรรค์สิ่งเหล่านี้ได้ด้วยการดำรงอยู่ตามธรรมชาติของตน

ตรงกันข้าม เมื่อเราลุ่มหลงในการพยายามที่จะได้มาซึ่งทุกสิ่ง เรากำลังขับเคลือนตนเองด้วยไฟแห่งอัตตา

การควบคุม การตำหนิ การเอารัดเอาเปรียบ การฝืนชะตา เวลา และใจคน สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นกับผู้ที่พยายามเปลี่ยนแปลงทุกสิ่งตามความคิด อันเห็นแก่ตัว เพียงเพื่อสุดท้ายจะได้ค้นพบว่าผลลัพธ์ในอุดมคติที่อุตสาหะพยายามที่จะได้มันมานั้น สุดท้ายกลับกลายเป็นอุดมคติใหม่ที่จะต้องไปให้ไกลยิ่งขึ้นกว่าเดิม ยังมีมากเท่าไรก็ยังต้องการมันเพิ่มเท่านั้น

เราไม่สอนให้คนเป็นคนเกียจคร้าน แต่ในขณะเดียวกัน เราก็ไม่สอนให้คนฝืนธรรมชาติของตนเอง เราสอนเพียงให้คนขัดเกลาจิตสำนึกให้บริสุทธิ์ พร้อมทั้งแสวงหาวิถีการเปิดรับธรรมชาติของตน เพราะเมื่อเราค้นพบการดำรง



1. Faith

ศรัทธา

ศรัทธากับความหวังมีความเหมือนกันอย่างแยกไม่ได้ ผู้ที่มีศรัทธาก็คือผู้ที่มีความหวัง หากไร้ซึ่งศรัทธาก็ไร้ซึ่งความหวัง แต่ศรัทธากับความเชื่อนั้นแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง ผู้ที่ใช้ความเชื่อในการดำรงชีวิตก็ไม่ต่างจากคนที่ปิดหูปิดตาแต่ต้องการค้นพบความจริง ในขณะที่ผู้ที่มีศรัทธาคือผู้ที่มีความหวังท่ามกลางสภาวะที่ไม่แน่นอนที่ไม่สามารถคาดเดาสິงใด ๆ ได้เลย

ท่านผู้มีปัญญาทั้งหลาย หากท่านต้องการดำรงตนในธรรมะเพื่อการตื่นรู้แจ้ง ท่านจะต้องละทิ้งทุกความรู้ความเชื่อให้หมดสิ้น จากนั้นจึงใช้ความว่างทางจิตเพื่อให้สติปัญญานำทาง ซึ่งสภาวะที่วุ่นนี้เป็นสิ่งที่อันตรายมากแล้ว เพราะเมื่อเราละทิ้งความรู้ความเชื่อ เราจะกลายเป็นคนที่ไม่ยึดมั่นในอดีตอีกต่อไป เราจะไม่รู้อนาคต เรากำลังนำพาให้ตนเองมาอยู่ในสภาวะแห่งความไม่รู้ อัดตากลัวความไม่รู้เพราะมันควบคุมสิ่งใดไม่ได้เลย

แต่เราขอบอกแต่ท่านว่า ในสภาวะแห่งความไม่รู้ไม่แน่นอนเหล่านั้น จงมีศรัทธา จงศรัทธาว่าจักรวาลจะทำให้ท่านได้พบกับบางสิ่งที่กำลังโคจรตามหาท่านอยู่ มันคือประสบการณ์แห่งความแปลกประหลาดใจที่ยิ่งกว่าคำว่าปาฏิหาริย์ ท่านจะค้นพบประสบการณ์แห่งการรู้แจ้งโดยที่ไม่จำเป็นต้องออกตามหา นั่นคือรางวัลที่ผู้มีศรัทธาทั้งหลายได้รับ พวกเขาโอบรับช่วงขณะแห่งความไม่รู้ได้ ซึ่งนั่นหมายความว่าพวกเขากำลังดำรงสติอยู่ในปัจจุบันขณะอย่างแท้จริงด้วย

เพราะเหตุนี้เอง ท่านจึงจะไม่มีทางพบเห็นผู้ที่ไร้สุขจากการดำรงอยู่ในปัจจุบันได้เลย ท่านจะพบเห็นแต่ผู้ตื่นรู้ที่เปี่ยมล้นไปด้วยความสุขสงบใจ

2. Fame

ชื่อเสียง

บางสิ่งที่ดูเหมือนจะเป็นรางวัลในระยะสั้นแต่มักเป็นโทษทัณฑ์ในระยะยาวคือชื่อเสียง ผู้ที่มีชื่อเสียงส่วนใหญ่ไม่สามารถรักษาชื่อเสียงของตนเองไว้ได้ วันหนึ่งท่านจะได้ค้นพบว่าชื่อเสียงเป็นสิ่งที่นำมาซึ่งความทุกข์ได้ง่ายกว่าทรัพย์สินภายนอกใด ๆ หลายเท่าตัว

ชื่อเสียงไม่ควรเป็นเป้าหมายใด ๆ ของมนุษย์ทั้งสิ้น ผู้ที่ตั้งเป้าหมายว่าต้องการมีชื่อเสียงล้วนต้องพบจุดจบของความทุกข์ใจ เพราะเป้าหมายนั้นนำมาซึ่งการแข่งขัน การมีบุคลิกภาพที่ทำให้ผู้อื่นประทับใจ สุดท้ายจึงต้องพูดหรือต้องทำในสิ่งที่กระตุ้นให้คนหันมาสนใจโดยไม่สนว่าชื่อเสียงที่ว่านั้นเป็นคำชมหรือคำตำ แต่ทุกการกระทำต้องมีทั้งสองอย่าง ผู้ที่แสวงหาชื่อเสียงจึงหนีไม่พ้นกับการที่เป็นคนธรรมดา

ชื่อเสียงไม่ได้เป็นสิ่งที่เลวร้ายในตัวเอง เพราะชื่อเสียงเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติเมื่อเราได้พบปะผู้คนที่หลากหลายขึ้น เพียงแค่อดีตของมนุษย์นั้นไม่มีความสามารถในการอยู่กับมันอย่างสงบใจ อดีตต้องการชื่อเสียงที่มากขึ้น ความโดดเด่นที่มากขึ้น การถูกชื่นชมที่มากขึ้น ทั้งหมดคือวัฏจักรสู่การสนองอดีตที่ไม่มีทางพอ

ตัวเรานั้นก็เป็นผู้มีชื่อเสียง แต่เราไม่ได้สนใจมันแม้แต่น้อย ต่อให้มีหรือไม่มี เราก็ใช้ชีวิตตามเดิม พูดเหมือนเดิม กินนอนเหมือนเดิม ทำราวกับว่าชื่อเสียงนั้นไม่มีตัวตน ชื่อเสียงไม่อาจสำคัญไปกว่าการดำรงตนด้วยจิตสำนึกอันบริสุทธิ์ ดังนั้น ชื่อเสียงจึงเป็นเพียงพลังสะท้อนกลับมาในสิ่งที่เราส่งพลังออกไปเพียงเท่านั้น ไม่มีการตีความเป็นอื่นใด

ผู้ที่ไม่แสวงหาชื่อเสียง ทำสมาธิเป็นกิจ ใช้ชีวิตตามธรรมะ ย่อมมีชื่อเสียงโดยไม่ต้องแสวงหา เพราะพวกเขาจะมีบารมีทางจิตวิญญาณโดยไม่ต้องกู้ร้องประกาศก้องให้ผู้ใดมาพบเห็น แต่ผู้คนกลับจะอยากเข้าหาสนทนากับบุคคลผู้นั้น ท่านจงใช้ชีวิตด้วยการตระหนักรู้จิตสำนึกของท่านเถิด สิ่งอื่นใด



1. Ghost

ผี

ภูตผีวิญญาณ เป็นประสบการณ์ที่บางคนอาจได้พบ ในขณะที่บางคนอาจไม่เคยได้สัมผัสด้วยตนเองนอกจากการฟังเรื่องเล่าจากผู้อื่น จึงนับได้ว่าเป็นเรื่องลึกลับเรื่องหนึ่ง ซึ่งเราเองนั้นก็มีโอกาสที่ดูเหมือนได้เจอภูตผีวิญญาณเหล่านี้ แต่สิ่งนี้จะเรียกว่าจริงหรือไม่จริงนั้นไม่สำคัญ เพราะถ้าเราบอกว่าจริง ก็จะมีบางคนเอาไปทำให้เป็นเรื่องลึกลับใส่สีตีความมันยิ่งกว่าเดิม หรือถ้าหากบอกว่าไม่จริง ก็จะมีคนพยายามแย้งเราว่าตนเคยมีประสบการณ์อย่างนั้นอย่างนี้ ดังนั้น อย่าเสียเวลาเพื่อพิสูจน์ มันไม่ใช่เรื่องจำเป็นที่จะต้องรู้ นอกเสียจากจะรู้เพื่อความบันเทิงผ่านคนที่หากินกับผีก็เท่านั้น เรื่องภูตผีวิญญาณเป็นสิ่งที่ไม่ต่างจากฝุ่นละอองในอากาศ

ภูต ผีเปรต ผีกระสือ ไปจนถึงสัมภเวสีใด ๆ ก็ตามแต่ พวกเขาไม่มีความเกี่ยวข้องกับภพชาติของมนุษย์แล้ว หากเป็นผีก็มักจะเป็นวิญญาณที่อาฆาตมาดร้ายหรือยังติดพันอยู่กับอดีตทางโลก วิญญาณนั้นจึงไม่ยอมไปที่อื่น ยังคงคอยตามหลอกหลอนมนุษย์เพื่อที่วิญญาณของตนจะได้มีตัวตนให้คนหลงมาเคารพ กราบไหว้ด้วยความกลัว ส่วนสัมภเวสีนั้น เป็นวิญญาณที่ยังหาที่ไปไม่ได้ จึงยังล่องลอยอยู่ในภพภูมิมนุษย์ แต่ไม่ได้รับความให้ใครเดือดร้อน นอกเสียจากมนุษย์จะพยายามไปทำให้สัมภเวสีมีตัวตนด้วยการกราบไหว้บูชาพาเข้าศาล ดังนั้น ทั้งผีและวิญญาณ หากไม่ดำรงตนในธรรมะด้วยจิตอันบริสุทธิ์ในตอนเป็นมนุษย์ สุดท้ายก็จะต้องมาเวียนว่ายตายเกิดไม่รู้จบเป็นวัฏสงสารที่เกิดขึ้นเพราะอตฺตาและกิเลสตัณหา วนไปไม่จบไม่สิ้น

เราจึงขอบอกแต่ท่านทั้งหลายว่า ผู้มีสติปัญญาหลักเลียงข้างปามาเล่าเนื้ออย่างไร เขาก็ยอมหลักเลียงที่จะเข้าใกล้ภูตผีวิญญาณเหล่านั้น มนุษย์กับภูตผีวิญญาณไม่มีความเกี่ยวพันกันอีกต่อไป จงใช้ชีวิตดำรงตนในธรรมะอันบริสุทธิ์ อย่าได้ไปใส่ใจสิ่งเหล่านั้น มันเป็นความสนใจที่ฟุ่มเฟือย จงทำราวกับว่าเป็นเพียงฝุ่นละอองที่มาแล้วก็ไป หรือหากวิญญาณใดมารังควานท่าน จงอธิษฐานให้เขาได้ค้นพบธรรมะอันเป็นวิถีของตน

อย่าไปกราบไหว้บูชาภุมิวิญญานใด ๆ เพราะแทนที่วิญญานเหล่านั้นจะได้สำนึกในกรรมของตน กลับต้องมาติดพันอยู่กับอตตะจากการที่มนุษย์มาจุตรูปเทียนหรือเด็ดดอกไม้ในสวนมากกราบไหว้บูชา บ้างก็สร้างรูปปั้นใหญ่โตมนุษย์ที่ดำรงตนด้วยความมีเดบอดเหล่านี้ สร้างปัญหาหายนะยิ่งกว่าผีเสียอีกด้วยเหตุนี้ รูปปั้น ศาล หรือที่ใดที่มนุษย์ยินยอมให้วิญญานมาสถิตแล้วเรียกว่า “เจ้าพ่อเจ้าแม่ทั้งหลาย” เหล่านี้มีเพียงวิญญานที่ติดพันกับอตตะของตนเอง เพราะผู้ที่มีจิตสำนึกบริสุทธิ์ล้วนไปสู่ภพภูมิใหม่หรือนิพพานกันหมดแล้วเมื่อเป็นวิญญาน ดังนั้น ปลดปล่อยให้วิญญานเหล่านั้นได้สำนึกในปัจจุบันของตน เพื่อที่จะได้ค้นพบวิถีที่แท้จริงเพื่อไปสู่ภพภูมิใหม่ในภพภาคหน้า

อย่าใส่ใจในภุมิวิญญาน อย่าได้ไปกราบไหว้เคารพบูชา จงเคารพกราบไหว้ผู้ดำรงตนในธรรมะด้วยสติปัญญา ท่านจะได้รับคุณูปการมากกว่าเป็นร้อยเป็นพันเท่า เอกภพนี้ต้องการผู้มีสติปัญญา ไม่ต้องการภุมิวิญญานที่คลุ้มคลั่งในอตตะ เราจึงชี้แนะให้ท่านอย่าได้ไปใส่ใจสิ่งเหล่านี้

จงดำรงตนเองในธรรมะเต็มแท้ ทำสมาธิกับจิตสำนึกอันบริสุทธิ์เกิดผู้ที่ฟังคำเราย่อมได้พบอภิปัญญา อีกทั้งภุมิวิญญานร้ายจะไม่สามารถกระทำสิ่งใดกับเขาได้อีกเลย

2. Goal

เป้าหมาย

ชีวิตไม่จำเป็นต้องมีเป้าหมายที่ต้องบรรลุ ไม่มีสิ่งใดไร้สาระไปกว่าการมีเป้าหมายในอนาคตอีกแล้ว ที่น่าตลกคือเราเองก็เคยสอนสิ่งนี้ให้คนในตอนที่ยังติดพันอยู่กับทางโลก จนเมื่อได้รับรู้ถึงสภาวะการตื่นรู้แจ้งเราขอบอกว่าแท้จริงแล้วชีวิตไม่จำเป็นที่จะต้องมีความหมายใด ๆ ให้ท่านบรรลุ เพราะระหว่างการใช้ชีวิตที่ดำรงอยู่ในปัจจุบันขณะ มันคือผลรวมระหว่างการบรรลุและกระบวนการไปเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ศาสตร์พัฒนาตัวเองทั้งหลายคือศาสตร์ที่ทำให้คนเกิดความรู้สึกขาดแคลน นักพูด โค้ช วิทยากรทั้งหลายต้องการให้ผู้คนเกิดความรู้สึก ยิ่งขึ้น เพราะยิ่งคนจำนวนมากมีความรู้สึกขาดแคลนภายในใจมากเท่าไร คนเหล่านั้นก็ยังมืดแปดด้านก็จะเรียกร้องหาคนที่เรียกตัวเองว่าโค้ชเหล่านั้น นั่นคือเรื่องของผลประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากคนที่หากินกับความโลภหรือความทุกข์ของคน และดูเหมือนว่าจะทำได้เป็นกอบเป็นกำเสียด้วย

หากท่านอยากรู้อะไรบ้างสิ่งให้บรรลุ จงทำเพียงสองเรื่อง เรื่องแรกคือ การทำสมาธิเป็นกิจ ส่วนเรื่องที่สองคือการดำรงในธรรมชาติอันบริสุทธิ์ ที่เป็นตัวของท่านเอง เรื่องอื่นล้วนไม่มีความสำคัญอีกต่อไป ท่านเพียงแค่มีสติ ในธรรมชาติทุกชั่วขณะ เท่านั้นก็เพียงพอ

ผู้อุทิศตนในการทำสมาธิเป็นนิจย่อมค้นพบถึงการบรรลุนี้โดยไม่ต้องออกไปที่ใด พวกเขาได้ทุกอย่างโดยไม่ต้องครอบครองสิ่งใดและจิตก็ไม่ได้ถูกสิ่งใดครอบครอง เอกภพนี้อุดมสมบูรณ์ในความจริงแท้ ความขาดแคลนคือเรื่องของมายาคติ ซึ่งมันมักจะมาในรูปแบบสมมติมา โค้ช สื่อ หรืองานบรรยายทั้งหลาย ที่พยายามทำให้คนรู้สึกว่าชีวิตมีบางอย่างที่สูญหายไป

“แต่เดี๋ยวก่อนท่าน ข้าพเจ้าเห็นคนตั้งมากมายที่ชีวิตประสบความสำเร็จจากการมีเป้าหมายเหล่านี้ มันน่าจะดีต่อข้าพเจ้าบ้างสิ?”

หากมีบุคคลสำเร็จในเป้าหมายของเขา มันเป็นเรื่องที่ยอดเยียมอย่างยิ่ง ณ ช่วงเวลานั้น แต่หลังจากนั้นล่ะหรือ? เขาจะตั้งเป้าหมายใหม่เพื่อบรรลุ บางสิ่งเพิ่ม พวกเขาไม่สามารถดำรงอยู่ในสภาวะที่ไม่มีสิ่งใดให้ยึดเหนี่ยว พวกเขาจะต้องมีจุดหมายบางอย่างในอนาคตเสมอ มันแทบไม่ต่างอะไรจากการปฏิเสธชีวิตตนเองในปัจจุบัน อีกทั้งความจริงที่ท่านเองมักจะได้พบเจอในชีวิต คือ เมื่อพวกเขาล้มเหลว พวกเขาก็จะรู้สึกขาดและต้องการเอาชนะ และเมื่อบุคคลนั้นสำเร็จในเป้าหมายของเขาได้ เราไม่เคยเห็นใครที่บอกว่า “ฉันพอแล้ว” ไม่เคยแม้แต่คนเดียว เรานั้นพบเห็นแต่คนที่ทะเยอทะยานเพิ่ม และก็ติดพันอยู่กับอดีตตา วณเวียนอยู่กับวัฏจักรความทุกข์ - สุขของตนเองไม่รู้จบ ไม่เคยได้พบความสงบอันจริงแท้เลย ท่านว่ามีสิ่งใดที่น่าเวทนามากกว่านี้อีกหรือ?

บัดนี้ เราไม่สอนคนให้มีเป้าหมายใด ๆ ในอนาคต เราสอนให้คนรู้จักค้นพบสภาวะอุดมสมบูรณ์ภายในจิตวิญญาณ เราสอนให้คนมีอิสรภาพผ่านธรรมะของตนเอง เรามาเพื่อให้คนค้นพบอิสรภาพภายใน จากการทำสมาธิเป็นนิจ และทั้งหมดเพื่อให้พวกเขาได้ค้นพบปัจจุบันที่เป็นนิรันดร์ คนที่เลื่อมใสในเราย่อมเห็นว่า แท้จริงพวกเขามีทุกสิ่งแล้ว ไม่มีอะไรที่ขาดตกบกพร่องไป แม้แต่สิ่งเดียว พวกเขาไม่ได้สูญเสียความมุ่งมั่น ตรงกันข้าม พวกเขามีความกระตือรือร้นในชีวิตมากกว่าเดิมเสียอีก นั่นหมายความว่าทุกชั่วขณะในการดำรงอยู่ มันคือการบรรลุที่ไม่จำเป็นต้องมีเป้าหมาย มันคือความสุขที่ไม่ต้องแลกมาด้วยความทะเยอทะยานใด ๆ อีกเลย

3. God

พระเจ้า

-เราได้กล่าวถึงเรื่องนี้อย่างชัดเจนแล้วในหัวเรื่อง *Christ* (หน้า38.)

4. Government

รัฐบาล

รัฐบาลและนักการเมืองเป็นสองสิ่งที่อยู่คู่กัน หน้าที่หลัก ๆ ของพวกเขาไม่ใช่เรื่องของการบริหาร แต่เป็นเรื่องของการทำอะไรก็ได้ให้ประชาชนเห็นว่ามีวิฤตบางอย่างที่ต้องแก้ไข และมีเพียงพวกเขาเท่านั้นที่จะช่วยได้ นั่นคือกิจหลักของนักการเมือง เพราะหากประชาชนไม่เห็นว่ามีปัญหาอะไรให้ต้องแก้ไข นักการเมืองก็จะไม่มีที่ยืนอีกต่อไป

บ้านเมืองที่ถูกปลุกครองด้วยนักการเมืองที่ถูกเลือกหรือไม่ได้ถูกเลือก แต่ได้ทำหน้าที่นี้ เพราะอะไรนะหรือ? เพราะพวกเขามีความสามารถในการเล่าเรื่อง อีกทั้งผู้นำก็มีบารมีที่ทำให้คนรู้สึกว่าคุณกลุ่มนี้จะต้องมาทำให้ชีวิตของพวกเขาลืมตาอ้าปากได้แน่ ๆ ยิ่งนักการเมืองคนไหนมีวาทศิลป์และมีคนใหญ่คนโตคอยสนับสนุนมากเท่าไร ชัยชนะก็ย่อมเป็นของพวกเขา



1. Happiness

ความสุข

ความสุขคือชั่วตรงข้ามของความทุกข์ เมื่อมนุษย์แสวงหาความสุข เขาก็กำลังแสวงหาความทุกข์ในช่วงเวลาเดียวกันด้วย เราได้ค้นพบว่า เมื่อมนุษย์แสวงหาช่วงเวลาแห่งความสุขอันล้นปรี่ ตั้งแต่การไปท่องเที่ยว การกินอาหารเลิศหรู การได้รถหรือบ้านใหม่ เหล่านี้คือช่วงเวลาที่เราจะมีความสุขถึงจุดสูงสุด แต่แล้วหลังจากนั้น พวกเขาจะเจอสถานะที่เหวี่ยงมาที่ชั่วตรงข้าม นั่นก็คือความทุกข์ คู่รักที่พบช่วงเวลาอันน่าประทับใจ ต่อจากนั้นมักจะมีการทะเลาะครั้งใหญ่ คนที่ได้รับโชคลาภในทรัพย์สินครั้งใหญ่ จากนั้นจะเจอเหตุการณ์ที่นำมาซึ่งความโกรธแค้นหรือความสูญเสีย คนที่ได้เลื่อนยศลาบรรดาศักดิ์ จากนั้นจะเจอความทุกข์จากความรับผิดชอบที่เปลี่ยนไปแบบไม่ทันตั้งตัว

ยิ่งมนุษย์ติดพันกับความต้องการความสุขมากเท่าไร ความทุกข์จะยิ่งกลายเป็นเงาที่ตามมาในภายหลัง เราทุกคนจึงอย่าได้ยึดติดกับความสุขใด ๆ เพราะเมื่อเรายึดติดกับมัน มันจะเปลี่ยนด้านเป็นเงาแห่งความทุกข์ได้อย่างง่ายดาย ปลดปล่อยให้ความสุขเกิดขึ้น จากนั้นแค่ขอบคุณด้วยความซาบซึ้งใจ แล้วจึงกลับมาดำรงอยู่ในธรรมะ ณ ปัจจุบันขณะ แล้วความสุขหรือทุกข์ใด ๆ ก็จะไม่ได้มีผลต่อจิตใจของท่านอีกต่อไป เราไม่ใช่คนที่ด้านชาทางความรู้สึก เราเป็นเพียงคนที่ดำรงอยู่ในปัจจุบันขณะ และปัจจุบันล้วนเป็นความว่างที่ไม่สามารถยึดติดได้

ความสุขไม่ใช่สิ่งที่ต้องแสวงหา ความสุขใด ๆ ที่มนุษย์คิดว่าต้องแสวงหา ล้วนเป็นความสุขที่นำความทุกข์มาด้วย มันไม่ใช่ความสุขที่มีพื้นฐานจากความอุดมสมบูรณ์ มันเป็นความสุขที่มีพื้นฐานมาจากความขาดแคลนในบางสิ่ง และมันก็จะขาดแคลนต่อไปไม่ว่าจะบรรลุผลลัพธ์ใด ๆ ก็ตามที

ตัวเรานั้นไม่สอนให้คนหาความสุข แต่เราสอนให้คนมีความสุขด้วย



1. Imagination

การจินตนาการ

จินตนาการคือกระบวนการและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นเมื่อมนุษย์เปิดรับความสร้างสรรค์ ผู้ที่ขาดการเชื่อมต่อกับปัญญาญาณย่อมไม่สามารถเข้าถึงจินตนาการภายใต้ความสร้างสรรค์นั้นได้ ความรู้ก่อให้เกิดการแข่งขัน การพยายามไปให้ถึงจุดสูงสุดในทางโลก แต่จินตนาการก่อให้เกิดการรวมเป็นหนึ่ง อีกทั้งทำให้มนุษย์ค้นพบอิสรภาพที่แท้จริงที่ไม่ได้ติดพันอยู่กับมายาคติใด ๆ ที่มนุษย์สร้างขึ้นมาด้วยความรู้เชิงตรรกะเพื่อปิดกั้นจินตนาการมนุษย์ตนเอง

เมื่อท่านหลุดจากการคิดด้วยหัว แล้วมารับรู้สัญชาตญาณด้วยใจ เมื่อนั้นท่านจะเปิดรับการมีอยู่ของปัญญาญาณ หลังจากนั้นเองที่ท่านจะได้ค้นพบถึงความสร้างสรรค์ที่การคิดใด ๆ ก็ไม่สามารถหยั่งรู้ได้ มันคือสถานะที่อิมเมจอันท่วมท้น

2. Imbalance

ความไม่สมดุล

ความสมดุลคือสถานะที่เป็นธรรมชาติ ความสมดุลจึงเป็นภาวะพื้นฐานของทุกสิ่งในเอกภาพ ส่วนความไม่สมดุลคือสถานะที่ขัดแย้งต่อกฎธรรมชาติ ด้วยเหตุนี้ สิ่งใด ๆ ก็ตามที่อยู่ในสถานะไม่สมดุล สิ่งนั้นจะถูกธรรมชาติบังคับให้กลับมาอยู่ในจุดสมดุลดั้งเดิม

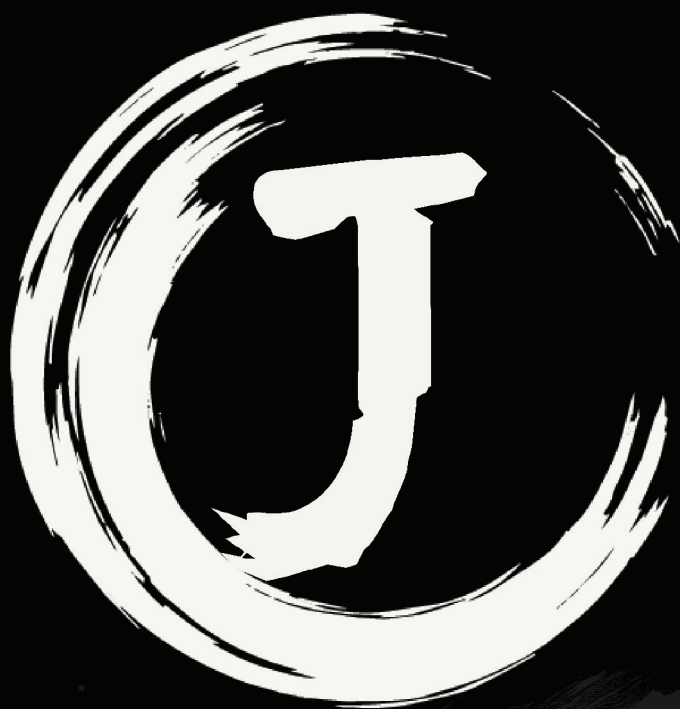
ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดซึ่งเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมนุษย์คือเรื่องของสงคราม สงครามเกิดขึ้นเมื่อมีความโกรธเคืองที่ปะทุขึ้นมาเรื่อย ๆ จนวันหนึ่งความโกรธเคืองนั้นเกินจุดสมดุลที่สามารถทนได้ เมื่อนั้นเอง การทำลายล้างและการใช้กำลังจึงตามมา ภายหลังจากสงครามจึงมีเพียงความสันติ

เมื่อมนุษย์เริ่มถูกรอบงำจากมายาคติทางโลกจนจิตใจเต็มไปด้วยความเศร้าซึม เมื่อนั้นอาการซึมเศร้าทั้งหลายจะตามมา มนุษย์จะเริ่มตั้งคำถาม

ถึงเหตุผลของการมีชีวิตอยู่ คนที่ไม่สามารถทนสภาวะเหล่านั้นได้อาจเลือกที่จะจบชีวิตของตน ส่วนผู้ที่ยังอยู่ต่อจะเริ่มแสวงหาทางเดินใหม่ที่ตรงต่อเจตจำนงเต็มแท้ของตนเอง จิตใจของมนุษย์กำลังถูกสภาวะของธรรมชาติบังคับให้เริ่มหาจุดสมดุลให้ตัวเอง และเมื่อมนุษย์กลับมาอยู่กับโลกภายใน ก็เท่ากับว่าพวกเขาเริ่มมองเห็นมายาคติทั้งหลายในทางโลก เมื่อนั้นเองที่เศรษฐกิจจะเกิดการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ เพราะคนจำนวนมากยึดติดกับวัตถุนิยมนอกลดลง การเดินทางสู่ธรรมชาติจะกลายเป็นสิ่งที่ถูกฉ้อฉลหามากที่สุดในช่วงเวลานั้น ตอนนี้องค์ที่มนุษย์กับธรรมชาติได้หลอมรวมกันเป็นหนึ่ง หลังจากทีสภาวะซึมเศร้าของมนุษย์ปะทุขึ้นอย่างบ้าคลั่ง

ด้วยเหตุนี้ เราไม่สอนให้คนเอนเอียง แต่ในขณะเดียวกัน เราก็ไม่สอนให้คนยึดมั่นว่าจะต้องเดินทางสายกลางตลอดเวลา มนุษย์ไม่สามารถทำแบบนั้นได้ ไม่มีทางที่เราจะควบคุมให้ตนเองอยู่ในภาวะที่สมดุลในทุกชั่วขณะ แต่เพราะความสมดุลเป็นเพียงพื้นฐานที่ทุกสิ่งจะกลับไปเป็นเช่นนั้น ด้วยเหตุนี้ ความสมดุลจึงไม่มีข้อตรงข้ามใด ๆ เราไม่ต้องทำสิ่งใดเพื่อที่จะไปยังจุดสมดุล แต่ในขณะเดียวกัน เราเพียงระมัดระวังที่จะไม่ทำในสิ่งใดอย่างสุดโต่งยาวนานเกินไป เพราะเมื่อเราทำสิ่งที่สุดโต่งมาอย่างยาวนาน จากนั้นเราจะต้องเอนเอียงกลับไปยังอีกฝั่งหนึ่งโดยไม่ทันตั้งตัว และปัญหาความทุกข์ใจหลายอย่างเกิดขึ้นเมื่อเราต่อต้านการจัดระเบียบใหม่ของจักรวาลอย่างฉับพลัน

ถึงแม้ท่านดำรงตนในธรรมะ มุ่งมั่นในการขัดเกลาจิตสำนึก แต่ก็จะมีบางครั้งที่ท่านไม่ได้อยู่ในความสมดุล นั่นไม่ใช่เรื่องผิดแต่อย่างใด มันเป็นเรื่องปกติอย่างยิ่ง เพียงแต่ขอให้ท่านรู้ว่าตอนนี้ การกระทำดังกล่าวยังเป็นจุดที่นำมาซึ่งความอบอุ่นจิตใจหรือไม่ หากท่านทำแล้วอบอุ่นจิตใจ นั่นเป็นช่วงเวลาที่ท่านสมควรที่จะทำมันต่อไป แต่ถ้าหากคำตอบคือไม่ นั่นถึงเวลาที่ท่านจะได้กลับมาทบทวนชีวิตตนเอง เพียงแค่ดำรงสติให้มั่นในช่วงเวลานั้น เพราะท่านกำลังเปิดพื้นที่ให้จักรวาลได้จัดระเบียบสมดุลให้แก่ชีวิตของท่านเอง ด้วยเหตุนี้ ท่านจึงไม่ต้องทำอะไรเป็นพิเศษเลย



1. Jealous

ความอิจฉาริษยา

ความอิจฉาเป็นธรรมชาติของมนุษย์ทุกคน ไม่มีใครไม่มีความอิจฉาริษยาตั้งแต่กำเนิด ซึ่งเมื่อเติบโตขึ้น ความสามารถในการรับมือกับสิ่งนี้จะกลายเป็นตัวชี้วัดผลลัพธ์ชีวิตของคน

ความอิจฉาริษยาไม่มีอะไรมากไปกว่าสัญชาตญาณของการเปรียบเทียบกับผู้อื่น เพื่อที่อึดตาจะได้รู้สึกว่ามันยังเหมาะสมที่จะได้รับการยอมรับจากสังคม และเมื่ออึดตาารู้สึกถึงความด้อยกว่าในการเปรียบเทียบกับนั้น ผลลัพธ์ก็คืออารมณ์ความรู้สึกดังกล่าว

จงมองความอิจฉาริษยาของมนุษย์เป็นเรื่องปกติ ไม่มีใครเป็นคนเลวร้ายเพียงเพราะรู้สึกถึงสิ่งนี้ มิฉะนั้นมนุษย์จะกลายเป็นสิ่งเลวร้ายกันหมดทุกคน แต่แท้จริงแล้วสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งคือความสามารถในการตอบสนองต่อจากนั้น

ผู้ที่ดำรงตนในปัญญาก็อาจมีความอิจฉาได้ แต่พวกเขาไม่ได้ใช้มันไปกับการแข่งขันเพื่อที่จะอยู่เหนือกว่า พวกเขาจะใช้มันเพื่อเป็นตัวสะท้อนว่ามีสิ่งใดเกิดขึ้นในจิตใจของพวกเขา และมันจะกลายเป็นสัญญาณที่บ่งบอกว่าในตอนนี้อย่างไรก็ได้เติบโตมาถึงจุดไหนแล้ว เพราะเมื่อวันหนึ่งที่ท่านสามารถเฝ้ามองดูความอิจฉานั้นจนมันดับสลายไปเองได้เมื่อไหร่ วันนั้นคือวันที่ท่านได้ตื่นรู้แจ้งในความจริงแท้ที่ว่า เราไม่ใช่อารมณ์ของเรา อารมณ์ทั้งหลายเมื่อเกิดขึ้นจนกลายเป็นเงาอันดำมืด และเมื่อมันถูกแสงแห่งการตระหนักรู้ส่องเข้าไป สักพักความมืดมนนั้นจะหายไปเอง

2. Job

การงาน

อาชีพการงานไม่ควรเป็นสิ่งที่ไต่ถามไปกว่าพื้นที่ของการสื่อสารตัวตนที่แท้จริงของตนออกไป ผ่านการสร้างสรรค์ การสื่อสาร หรือการสร้างบางสิ่งที่สะท้อนธรรมชาติของตน งานไม่ใช่พื้นที่แห่งการพันนาการใด ๆ

เป็นเรื่องที่น่าคิดอย่างยิ่งที่ปัญหาชีวิตส่วนใหญ่ของคนเกิดจากความทุกข์ในการทำงาน จากนั้นจึงนำความทุกข์เหล่านั้นมาลงที่ครอบครัว คนรอบข้าง ไปจนถึงทำร้ายตนเอง เหตุผลเป็นเพราะอะไร? เพราะวัฒนธรรมสมัยใหม่มุ่งเน้นให้การทำงานคือการบรรลุผลลัพธ์ตามเป้าหมายที่ต้อ้งวัดผลและจับต้องได้เป็นตัวเลข ใครที่ทำไม่ได้ถือว่าไม่ผ่านมาตรฐานตามอุดมคตินั้น และเมื่อเป้าหมายนั้นเกิดการบรรลุผล สิ่งตามมาไม่ใช่การเฉลิมฉลอง แต่เป็นเป้าหมายที่ท้าทายยิ่งขึ้นกว่าเดิม ผลสุดท้ายคือมนุษย์ก็จะต้องวิ่งเป็นหนูลิขิตจักรแห่งมายาคติต่อไปไม่จบไม่สิ้น

เราขอบอกแต่ท่านทั้งหลายว่า การทำงานเป็นได้ทั้งนรกและสวรรค์บนดิน มีเพียงท่านที่ต้องเลือก ซึ่งท่านสามารถเลือกได้ แม้คนส่วนใหญ่จะพร่ำบ่นว่าพวกเขาเลือกไม่ได้ แต่แท้จริงแล้วพวกเขาสามารถเลือกได้ แต่การเลือกสิ่งใด ๆ ด้วยตัวเองนั้นต้องใช้หัวใจและสติในการดำเนินชีวิต และคนส่วนใหญ่ นั้นขาดสติ แล้วจึงขาดปัญญาในการเลือกสิ่งที่ตรงกับตัวตนของตนเองไปด้วย

หากวันนี้ท่านกำลังเจองานที่ขัดแย้งกับธรรมชาติของท่าน เป็นเรื่องสมควรยิ่งที่ท่านจะทุกข์ใจกับงานนั้น จงพึงเสียงกระชิบ อย่าให้มันกลายเป็นเสียกริตรี่อง

ผู้ที่ดำรงสติ ทำสมาธิ ย่อมมีปัญญาญาณในการดำรงในธรรมชาติของตน จากนั้นงานที่เหมาะสมกับเขาจะเริ่มตามหา เขาจะไม่จำเป็นต้องทำงานที่ฝืนกับธรรมชาติของตนเองอีกเลย



1. Karma

กรรม

ทุกการกระทำ ทุกการคิด ทุกวาจาที่ถูกสื่อออกไป ล้วนมีผลที่ตามมา ทั้งสิ้น ไม่มีสิ่งใดหลบเลี่ยงกฎแห่งจักรวาลนี้ได้ พูดได้อย่างง่ายว่า กรรมเป็นผลลัพธ์ของการกระทำ และทุกการกระทำนำมาซึ่งผลที่ตามมาเสมอ เราทุกคนต้องยอมรับในผลที่ตามมา

เมื่อเราตำหนิใครบางคน เราได้ส่งคำตำหนิออกไป อีกฝ่ายรู้สึกเจ็บปวดกับคำตำหนินั้น กรรมก็ได้เกิดขึ้นแล้ว ที่เหลือก็เป็นผลที่ตามมาว่าเขาจะตอบสนองต่อคำตำหนิอย่างไร

เมื่อเราละเว้นการดำรงตนในธรรมะ เราได้ปฏิเสธเจตจำนงของเรา กรรมนั้นได้เกิดเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ผลที่ตามมาก็อาจนำมาซึ่งความรู้สึคว่ามีบางสิ่งที่ไม่ได้ถูกเติมเต็ม นี่ก็คือผลที่ตามมา

เมื่อมนุษย์ติดพันอยู่ในอัตตาของตัวเอง กรรมนั้นได้เกิดตั้งแต่วินาทีแรกของการเป็นอยู่แล้ว จากนั้นก็จะมีบางสิ่งตามมาเช่นเดียวกัน คือการวนเวียนอยู่ในมายาคติของตนไม่จบไม่สิ้น

เมื่อเราส่งพลังใด ๆ ออกไปให้กับจักรวาล เมื่อนั้นจักรวาลก็จะส่งพลังงานแบบเดียวกันกลับมาเช่นเดียวกัน ซึ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในทุกเสี้ยววินาทีล้วนเกิดพลังงานที่เปลี่ยนผ่านกันอยู่ตลอดเวลา นั่นหมายความว่ากฎแห่งกรรมนั้นทำงานอยู่ในทุกเสี้ยววินาที แม้ในตอนนั้น เราจะอยู่คนเดียวหรือไม่มีใครเห็นเลยก็ตาม

เมื่อท่านส่งความปรารถนาดีให้ใครสักคน ท่านได้ส่งพลังงานบริสุทธิ์ไป กรรมนั้นได้เกิดขึ้นแล้ว จากนั้นท่านก็จะได้รับผลกรรมดีที่ตามมา หรือเมื่อท่านดำเนินชีวิตด้วยธรรมะ ท่านจะรู้สึกได้ถึงสภาวะของความอุดมสมบูรณ์กลมเกลียวกับทุกสรรพสิ่ง นั่นก็คือเรื่องของกรรม

เราไม่สอนให้คนทำกรรมดีเพื่อคาดหวังผลในภายภาคหน้า เราสอนให้คนเข้าใจถึงกฎแห่งกรรมที่เกิดขึ้นในทุกชั่วขณะ สิ่งที่ต้องทำก็มีเพียงแค่ว่าทำตามในสิ่งที่ได้กระทำไปก่อนหน้านี้เท่านั้น กรรมจึงไม่ใช่สิ่งใดมากไปกว่าการกระทำบางสิ่งในตอนนั้น ผนวกเข้ากับผลที่จะตามมาในภายหลัง

สิ่งใดก็ตามที่เราทำ ไม่ว่าจะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่ว เราเพียงแค่ว่าต้องรับผลที่ตามมา ไม่มีสิ่งใดสำคัญไปกว่านี้อีกแล้ว

2. Kindness

ความใจกว้าง

ผู้ที่เปิดรับการดำรงอยู่ในปัจจุบันขณะคือคนใจกว้าง เพราะพวกเขาไม่ได้พันนาการตนเองไว้กับอดีตและอนาคต คนที่มีวามะโนอดีตจะต้องพยายามคาดเดาอนาคตด้วยประสบการณ์ในอดีตของตนเอง คนเหล่านี้จึงใช้ชีวิตวนเวียนอยู่ในประสบการณ์เดิม ๆ ปัญหาเดิม ๆ ความทุกข์แบบเดิม ส่วนความสุขได้กลายเป็นความเฉื่อยชา เพราะประสบการณ์ที่เคยใหม่ในวันนีกลายเป็นเรื่องที่ซ้ำซากจำเจไปจนหมดเสียแล้ว จนสุดท้ายพวกเขาก็กลายเป็นคนใจแคบโดยอัตโนมัติ

เมื่อท่านดำรงตนในธรรมะ อยู่กับปัจจุบัน ทำสมาธิเป็นกิจ ท่านจะกลายเป็นคนใจกว้างในฉับพลัน ขอบเขตทั้งหลายจะหายไป ท่านจะเป็นตัวตนของตัวเอง แต่ในขณะที่เดียวกันก็ไม่ได้มีตัวตนที่ตายตัวหรือคาดเดาได้แต่อย่างใด เหล่านี้คือความใจกว้างที่เต็มไปด้วยความซาบซึ้งอันเปี่ยมล้น



1. Language

ภาษา

มายาคติทั้งหลายในทางโลกถูกสร้างขึ้นมาจากภาษา ผนวกเข้ากับความสามารถในการใช้ภาษาของมนุษย์ ด้วยเหตุนี้ สิ่งใดก็ตามที่ถูกอธิบายด้วยภาษา จึงนับว่าเป็นเรื่องสมมติแทบทั้งสิ้น แม้แต่การอธิบายถึงจิตวิญญาณก็นับว่าเป็นเรื่องสมมติ เพราะเราจะไม่มีความเข้าใจการตื่นรู้แจ้งอย่างแท้จริงจนกว่าเราจะอุทิศตนเพื่อแสวงหาความจริง ซึ่งเมื่อเราได้สัมผัสถึงความจริงแท้นั้นแล้ว เราจะเข้าใจว่าเพราะอะไรสิ่งเหล่านี้จึงไม่สามารถอธิบายได้ด้วยภาษา

คัมภีร์เต๋า เต๋อ จิง ที่เล่าจื๊อได้ประพันธ์ไว้จึงกล่าวเอาไว้ว่า เต๋ออันแท้จริงไม่สามารถอธิบายได้ หากอธิบายได้ย่อมไม่ใช่เต๋อ ซึ่งเรานั้นขอเพิ่มเติมให้ว่า แม้แต่คำว่า “เต๋า” เองก็ไม่ได้ใกล้เคียงกับสภาวะที่ปรัชญาเต๋าได้พูดถึง เพราะการไปถึงจุดนั้นมันช่างละเอียดอ่อน ล้ำลึก ยากเกินกว่าที่จะบรรยายด้วยคำพูดใด ๆ ที่เราเคยร่ำเรียนมา

แต่ถึงอย่างนั้นแล้ว เราขอบอกแต่ท่านว่า จงอย่ายึดติดกับภาษาหรือถ้อยคำใด ๆ แม้บุคคลนั้นจะเป็นครูบาอาจารย์ของท่าน หากต้องการศึกษาในสิ่งใด จงเรียนรู้ด้วยประสบการณ์ ลองผิดลองถูก ทำผิดไปเรื่อย ๆ จนกว่าท่านจะได้รู้ถึงเหตุผลที่ไม่ควรทำผิดพลาดในครั้งต่อไป หากต้องการหาครูบาอาจารย์ จงหาครูบาอาจารย์ที่เป็นตัวอย่างให้แก่ท่าน เพราะตัวอย่างที่เห็นจะโดดเด่นยิ่งกว่าคำสอนใด ๆ

เอกภพไม่รู้จักภาษาไทย ภาษาอังกฤษ ภาษาสันสกฤต หรือภาษาใด ๆ ที่มนุษย์ประดิษฐ์ขึ้นมา ภาษาเหล่านี้เต็มไปด้วยโครงสร้างไวยากรณ์ ซึ่งนับว่าไร้จิตใจ แต่ภาษาที่ล้ำเลิศที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนผ่านพลังงานได้อย่างทรงพลังนั้น เราเรียกว่าดนตรี กับภาษาที่ยิ่งใหญ่ไร้ขอบเขต ไม่มีภาษาใดที่สื่อสารกับเอกภพได้ทรงพลังเท่านี้อีกแล้ว เราเรียกสิ่งนั้นว่า “ความเงียบ”

2. Law

กฎระเบียบ

กฎระเบียบเป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นเสมอเมื่อมนุษย์จำนวนมากต่างเลือกที่จะมาอยู่รวมกัน ยิ่งจำนวนคนขยายเพิ่มขึ้นมากเท่าไร กฎระเบียบก็จะยิ่งมีความหลากหลายและซับซ้อนมากขึ้นเท่านั้น

กฎระเบียบมีขึ้นเพื่อดำรงไว้ซึ่งสันติภาพระหว่างมนุษย์ หากไร้กฎระเบียบ สังคมจะเต็มไปด้วยความยุ่งเหยิง ความปลอดภัยจะกลายเป็นสิ่งที่หาได้ยากหากขาดกฎระเบียบ และถึงอย่างไรก็ตาม จงเป็นผู้ดำเนินตามกฎระเบียบที่ดี ขอทาน พระ ทาส ไพร่ ทหาร กษัตริย์ ทุกคนควรอยู่ในกฎระเบียบที่เท่าเทียมกัน ไม่ควรมีใครมีอภิสิทธิ์ที่จะไม่ต้องทำตามกฎระเบียบ นี่คือสิ่งที่กฎระเบียบทั้งหลายในทางโลกควรจะเป็น

เมื่อเราอยู่ในเกมที่ชื่อว่าสังคม เราก็ต้องเล่นเกมตามกฎระเบียบ แต่วินาทีที่ท่านตื่นรู้แจ้งแล้วต้องการที่จะละมายาคติทางโลก ท่านก็เพียงเลือกกฎที่ท่านเห็นว่าสมควรที่จะต้องเล่นเพียงเท่านั้น เพราะกฎระเบียบทั้งหลายในทางโลกไม่ใช่กฎระเบียบที่สอดคล้องกับธรรมชาติอย่างแท้จริง และที่สำคัญคือ บางกฎระเบียบ เราสามารถเลือกที่จะไม่เล่นได้ หากมันขัดกับธรรมชาติของเรา ซึ่งนี่คือการค้นพบอิสรภาพของการดำรงอยู่

3. Leader

ผู้นำ

ผู้นำมีไว้สำหรับคนที่หลงคิดว่าชีวิตนี้จะต้องมีใครสักคนคอยควบคุมอำนาจ หรือเป็นที่ยึดเหนี่ยวทิศทาง การดำรงชีวิต ทั้งคำว่าผู้นำและผู้ตาม จึงเป็นคำที่ควรถูกลบออกจากสารบบไปเสีย ทั้งคำว่าผู้นำและผู้ตามนี้ ก่อให้เกิดการเมือง การแข่งขันทางอำนาจ ก่อให้เกิดระบบต่าง ๆ ที่แบ่งแยก



1. Masculine

พลังแห่งเพศชาย

พลังแห่งความเป็นชายมักถูกแทนด้วยพลังของความมูทะลุ กล้าหาญ แข็งกร้าว เป็นการเผชิญหน้าเชิงรุกเป็นหลัก ซึ่งพลังนี้อยู่ภายในตัวเราทุกคน ไม่แตกต่างจากพลังงานของความเป็นหญิง

นั่นหมายความว่าอย่างไรกันนะหรือ? เราทุกคนมีความกล้าหาญภายในตนเอง เรามีพลังของนักผจญภัย นักเสี่ยงสู่ความไม่รู้ ด้วยเหตุนี้จึงไม่มีใครเป็นคนขี้ขลาดโดยไม่มี ความกล้าหาญ ทั้งความเป็นชายและความเป็นหญิง อยู่ในตัวพวกเราทุกคน นี่คือการอุดมสมบูรณ์ที่ธรรมชาติมีให้อย่างแท้จริง

2. Mantra

มนตรา

มนตรา การสวดมนต์ บทสวด บทภาวนา การอธิษฐาน คือเรื่องของมนตรา และมนตราทั้งหลายแท้จริงแล้วมีไว้เพื่อ 2 เหตุผล ประการแรก คือเพื่อทบทวนหรือท่องจำคำสอนของครูบาอาจารย์ เพราะสมัยก่อนการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรไม่ได้มีความสะดวกเท่าทุกวันนี้ การท่องจำอย่างแม่นยำในสิ่งที่ได้เรียนมาจึงเป็นเรื่องจำเป็น ส่วนประการที่สอง คือ ใช้เพื่อดึงให้จิตได้กลับมามีสติในปัจจุบันขณะ จุดประสงค์นอกเหนือจากนี้ไม่ใช่สิ่งที่เป็นแก่นสำหรับการท่องมนต์ใด ๆ

การสวดมนต์เป็นดาบสองคม โดยเฉพาะบทสวดที่บอกกล่าวกันว่า จะทำให้คนมีวิชาอาคม การสวดมนต์เพื่อแสวงหาวิชาอาคมเหล่านี้คือการพันนาการกับอึดตาของผู้สวดเอง นอกจากจะไม่เกิดปัญญาแล้ว ตัวบุคคลที่ลุ่มหลงในสิ่งนี้จะยิ่งมัวเมาในความอยากได้ออยากเป็นเพิ่มมากขึ้นไปกว่าเดิมเสียอีก



1. Nature

ธรรมชาติ

หากช่างภาพคนหนึ่งต้องการถ่ายรูปเหล่าสัตว์ป่า ทั้งนก กวาง เสือ หมี เขาจะอย่างไรหรือ? เขาก็จะทำให้ตนเองกลมกลืนกับธรรมชาติมากที่สุด เคลื่อนตัวให้น้อย และโฟกัสอยู่กับสิ่งตรงหน้าอย่างถึงที่สุด เขาไม่สามารถวิ่งไล่หาสัตว์ป่าเหล่านั้นเพื่อที่จะได้ภาพอันงดงาม มิฉะนั้นสัตว์ป่าเหล่านั้นก็จะวิ่งหนีหายไปจริงไหม?

การเป็นหนึ่งในเดียวกับธรรมชาติก็เช่นเดียวกัน เราไม่สามารถเข้าถึงภาวะเอกภาพได้ด้วยการไล่ล่าหรือไปในสถานที่อื่นใดในโลกภายนอก แต่เราเพียงหยุดการกระทำทุกอย่าง ตระหนักรู้ถึงการเปลี่ยนผ่านในชั่วขณะนั้น และหลังจากนั้น ความเป็นธรรมชาติจะตามหาเราจนเจอ นั่นคือสภาวะของการทำสมาธิ

เรากำลังกลายเป็นธรรมชาติเดิมแท้ของเรา

2. Need

ความจำเป็น

เมื่อเราสามารถแยกแยะระหว่างความอยากกับความจำเป็นได้ เราจะค้นพบว่าแท้จริงแล้วความยุ่งเหยิงทั้งหลายในชีวิต เกิดจากการที่เราเอาของที่เรอยากได้เข้ามา มากกว่าของที่จำเป็น เพื่อที่วันหนึ่งเราจะต้องนำของที่ไม่มีควมจำเป็นออกไป

ความจำเป็นไม่ใช่เพียงสิ่งที่เป็นปัจจัยสี่ในการดำรงชีวิต แต่อาจหมายรวมถึงบางสิ่งบางอย่างที่บุคคลนั้นจำเป็นต้องมีต้องใช้ เพื่อที่จะผจญไปสู่ห้วงประสบการณ์ธรรมะของตนเอง

ส่วนความอยากนะหรือ? เมื่อเราเกิดความอยาก เราจะคิดภาพถึงการได้รับการยอมรับจากการที่เราได้มีสิ่งนั้นสิ่งนี้ ซึ่งภายหลังแล้วความอยากดังกล่าวจะไม่มีทางถูกเติมให้เต็มได้เลย

3. Neighbor

เพื่อนบ้าน

หากท่านมีลูกสักคน ลูกของท่านได้เข้าโรงเรียนแห่งหนึ่ง วันหนึ่งลูกของท่านมาบอกว่ารู้สึกไม่ชอบคนรุ่นราวคราวเดียวกันที่อยู่ต่างโรงเรียนเพราะพวกเขาไม่เหมือนลูกของท่าน คำถามคือท่านจะให้คำแนะนำว่าอย่างไร?

ท่านคงให้คำแนะนำว่า ลูกของท่านไม่จำเป็นต้องไปคิดร้ายกับพวกเขา ลองพูดคุยสนทนาด้วยความเป็นมิตร แล้วจะเข้าใจกันมากขึ้นใช่หรือไม่?

แล้วทำไมเราถึงไม่ได้ทำสิ่งนี้ในชีวิตของการเป็นผู้ใหญ่ เมื่อเราอยู่คนละโรงเรียนที่เรียกว่าศาสนา นอกเหนือจากการที่เราจะไม่พยายามทำความเข้าใจกันแล้ว เรายังก่อสงครามระหว่างกันเพียงเพราะความขัดแย้งและผลประโยชน์แฝงทั้งหลาย เราไม่สอนผู้ใหญ่กันเองบ้างหรือว่า จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง แม้เพื่อนบ้านนั้นจะไม่มีสิ่งใดเหมือนเราเลยก็ตาม

สิ่งที่เยซูแห่งนาซาเร็ธได้ตรัสไว้ว่า “จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง” เป็นประโยคที่น่าเลื่อมใสอย่างยิ่ง เพียงแต่คนมาที่หลังอาจยังไม่ได้ตระหนักว่า จงรักตนเองเสียก่อน แล้วจากนั้นเราจึงจะรักเพื่อนบ้านได้ทุกผู้ทุกนาม

การรักตัวเองเริ่มต้นจากการทำสมาธิเข้ามาในโลกภายในของตน

4. Nest

รัง

นกทำรังไว้เพื่อหลบซ่อนในตอนกลางคืน เป็นที่กักเก็บอาหาร และเมื่อแสงอาทิตย์ฉายขึ้นบนแผ่นดิน พวกมันก็จะออกไปผจญภัยสยายปีกไปในทุกที่ที่มันอยากไป รังจึงมีไว้พักผ่อนชั่วคราวเท่านั้น มันไม่ได้ตกแต่งรังให้



1. Observation

การสังเกตการณ์

สติปัญญาของมนุษย์ ขี่วัดได้ด้วยการแยกแยะว่าช่วงเวลาไหนควรเป็นผู้กระทำ และช่วงเวลาไหนควรเป็นเพียงผู้สังเกตการณ์ ความสามารถในการหยั่งรู้ถึงสองสิ่งนี้คือตัวกำหนดระหว่างความสุขสงบกับความโกลาหลภายในจิตใจมานานับครั้งไม่ถ้วน

ช่วงเวลาที่เราควรลงมือทำ เราควรลงมือด้วยใจจดจ่อ มุ่งมั่น มันคือการลงมือกระทำด้วยสัญชาตญาณบริสุทธิ์ ไม่มีการให้ความคิดเข้ามาครอบงำให้เกิดความลังเลสงสัย ผู้ที่ลงมือทำด้วยสัญชาตญาณจึงมักจะดูเต็มเปี่ยมไปด้วยพลังและบาร์มี

แต่ในภาวะที่เราควรเป็นเพียงผู้สังเกตการณ์ เรามีหน้าที่แค่ตระหนักรู้ในสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นโดยไม่เข้าไปใส่สติความเพื่อที่จะแบ่งแยกให้กลายเป็นขาวหรือดำ ผู้สังเกตการณ์คือผู้ที่สามารถปล่อยให้ธรรมชาติเกิดการจัดระเบียบให้กับตัวเองโดยไม่ต้องเข้าไปมีส่วนร่วมทางกายภาพใด ๆ ท่านสามารถเรียกสิ่งนี้ได้ว่าการกระทำโดยไม่กระทำ

เมื่อเราลงมือทำในช่วงที่เราควรสังเกตการณ์ การกระทำนั้นจะนำมาซึ่งภัย เช่น การเข้าไปก้าวก่ายการเรียนรู้ในขณะที่เด็กกำลังทดลองผิดถูก และเมื่อเราเอาแต่สังเกตการณ์โดยไม่ลงมือกระทำเลย เราจะเต็มไปด้วยหวาดกลัว เช่น การเอาแต่ยืนมองเด็กที่กำลังวิ่งไปยังกลางถนนที่เต็มไปด้วยอันตราย

ดังนั้น ทั้งการสังเกตการณ์หรือการลงมือทำ ต่างควรมีช่วงเวลาที่เหมาะสมเป็นของตนเอง แต่เราบอกท่านได้ว่า จงหัดเป็นผู้สังเกตการณ์ก่อนที่จะคิดพูด หรือทำสิ่งใด ๆ เพราะเมื่อเราสังเกตสภาวะรอบตัวก่อนเริ่มลงมือทำ เราจะทำได้อย่างไหลลื่นและเป็นไปตามสัญชาตญาณมากขึ้น การสังเกตการณ์ที่สำคัญที่สุดไม่ใช่การสังเกตการณ์สภาพแวดล้อม แต่มันคือการสังเกตสภาวะภายในของท่าน ซึ่งหนึ่งในนั้นคือการทำสมาธิ

2. Omnipresent

การอยู่ในทุกหนแห่ง

เมื่อเราทำสมาธิ เรากำลังหลุดออกจากพื้นที่และกาลเวลาใด ๆ จิตสำนึกของเราในช่วงเวลานี้กำลังทำให้เราหลุดออกจากการเป็นบางคน เป็นบางสิ่ง อยู่บางที่ อยู่บางเวลา ไปสู่สภาวะของการไร้พื้นที่ ไร้ตัวตน ไร้เวลา ไร้สถานที่ ไร้สิ่งใด เมื่อเราเข้าสู่ห้วงของความว่างอันเป็นนิรันดร์นี้ได้แล้ว เราจะเดินทางเข้าใกล้สภาวะของความเป็นเอกภาพ เรากำลังเข้าสู่ห้วงของการเป็นทุกสิ่ง เป็นทุกตัวตน อยู่ทุกที่ทั้งมิติและปริภูมิ อดีต ปัจจุบัน อนาคตกำลังหายไป เหลือเพียงความว่างที่ไร้กาลเวลา เวลาจึงเป็นดังสูญญากาศในชั่วขณะนั้น

เมื่อเราทำสมาธิ เราจึงไม่ได้อยู่ที่ใดอีกเลย และด้วยเหตุนี้ เราจึงพร้อมแล้วในการดำรงอยู่ในทุกหนแห่ง นั่นคือสภาวะของการเป็นหนึ่งเดียวกับเอกภาพหรือพระเจ้า

3. Oneness

ความเป็นหนึ่งเดียว

กาลครั้งในเรื่องราวของมิลินทปัญหา เป็นเรื่องราวการวิเสชาถาม-ตอบ ระหว่างพระเจ้ามิลินท์กับพระนาคเสน ครั้งแรกที่ทั้งสองคนได้พบกัน พระเจ้ามิลินท์ได้เริ่มเอย่ถามพระนาคเสนด้วยความทะยานอยากรู้ถึงสัจธรรม

“เดี๋ยวก่อน พระรูปนั้น! ท่านเป็นใครกันหรือ?”

“เราเป็นพระ คนเรียกเรว่านาคเสน” พระนาคเสนตอบกลับ

“นาคเสนอย่างนั้นหรือ เรานั้นอยากเจอท่านยิ่งนัก เรานั้นหาผู้รู้มาตั้งมากมาย แต่ไม่มีใครตอบข้าได้ ข้าพเจ้าอยากปรึกษาปัญหากับท่าน ส่วนไหนของท่านที่เรียกว่านาคเสนหรือ? มือ เท้า แขน หัวใจ สายตาที่มองเห็น



1. Pain

ความเจ็บปวด

ไม่มีใครหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดได้ เกิด แก่ เจ็บ และตาย เป็นสัจธรรมเดิมแท้ของชีวิต เพียงแค่เราจำต้องฝึกฝนไม่ให้ตนเองไปใส่สี่สีตีความให้กับความเจ็บปวดที่เกิดขึ้น เพราะความเจ็บปวดไม่ได้นำมาซึ่งความทุกข์ จิตของเราที่พยายามเล่นแร่แปรธาตุความเจ็บปวดเหล่านั้นต่างหากที่นำมาซึ่งทุกข์

เราไม่สอนให้คนบิดเบือนความจริงใด ๆ เพื่อหลีกเลี่ยงความเจ็บปวด เราสอนให้คนโอบรับความเจ็บปวด การโอบรับคือการส่องแสงไปยังความมืด จากนั้นความมืดจะค่อย ๆ มลายหายไป

ไม่มีเทคนิคพิเศษใด ๆ ที่ทำให้ความเจ็บปวดหายไปได้ จนกว่าเราจะเลือกโอบรับหันหน้าเข้าหามัน ดังนั้น สิ่งแรกที่ต้องทำไม่ใช่การเยียวยารักษา แต่เป็นการเผชิญหน้ากับความจริงที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวดเหล่านั้น

เมื่อเราเจ็บปวดจากความสัมพันธ์ ยอมรับในความเจ็บปวดที่ทำให้ท่านขุ่นเคืองใจ จากนั้นจงเผชิญหน้าพูดคุย แน่ใจว่าหลายครั้งไม่ใช่เรื่องง่าย แต่การปล่อยให้ความเจ็บปวดนั้นดำเนินต่อไปเรื่อย ๆ ก็เป็นเรื่องยากเช่นเดียวกัน อยู่ที่ว่าเราจะเลือกความยากแบบยาวนานหรือยากที่เดียวและเห็นความเป็นไปได้ใหม่

เมื่อเราเจ็บปวดจากทุกด้านของชีวิต ยอมรับในความขุ่นเคืองใจทั้งหลาย จากนั้นท่านจะเห็นความจริงว่า สุดท้ายแล้วทุกความเจ็บปวดที่ยืดเยื้อยาวนานในชีวิต เราต่างมีส่วนรับผิดชอบต่อสิ่งเหล่านั้นทั้งสิ้น หลายครั้งเกิดจากการที่เรายังไม่เผชิญหน้ากับความจริงมากพอ

มนุษย์กลัวความเจ็บปวด และการเผชิญหน้ากับความจริงก็นำมาซึ่งความเจ็บปวดที่มากกว่าเดิมในช่วงแรก แต่หลังจากนั้นเราจะพบการเยียวยารักษา ที่แม้แต่สุดยอดหมอก็มไม่สามารถทำได้ มันคือการเผชิญหน้ากับความจริง

2. Past

อดีต

อดีตคือสิ่งที่ผ่านไปแล้ว จากนั้นจึงเข้ามาอยู่ในความทรงจำ ไม่สามารถกลับไปสัมผัสประสบการณ์ในอดีตได้แล้ว เราไม่สามารถเหยียบแม่น้ำสายเดิมได้ฉันใด เราก็ไม่สามารถกลับไปจับต้องอดีตที่ผ่านมาได้้อีกแล้ว บริบทไม่ต่างกัน ด้วยเหตุนี้ การติดพันในอดีตทั้งหลายล้วนเป็นการติดอยู่ในมายาคติที่เป็นเพียงเรื่องที่ไม่มีอยู่จริง

หากเรามีบุคลิกภาพตายตัว แสดงว่าที่ผ่านมาเรายังติดอยู่กับอดีต

หากเราเจอปัญหายืดเยื้อซ้ำเดิม และดูเหมือนอนาคตก็จะเป็นเช่นนี้ต่อไป แสดงว่าที่ผ่านมาเรากียังติดอยู่กับอดีตไม่ไปไหน

คนจำนวนมากเหลือเกินที่ติดอยู่ในอดีตของตนเอง คนเหล่านี้จึงมีความคิดตายตัว เพราะความคิดเหล่านั้นมาจากสิ่งที่ได้เรียนรู้ในอดีต อีกทั้งคนเหล่านี้ก็จะเจอชีวิตเดิม ๆ ความเบื่อเดิม ๆ ความเจ็บปวดเดิม ๆ ทั้งหมดนี้คือผลของการติดอยู่กับอดีตทั้งสิ้น

เหตุผลอะไรกันหรือที่ความคิดติดอยู่ในอดีต? คำตอบนั้นง่ายมาก นั่นคือ เพราะพวกเขาเหล่านี้ยังไม่ได้อยู่กับปัจจุบัน เพราะเมื่อเราอยู่กับปัจจุบัน เราจะลืมอดีต เราจะไม่รู้อนาคต ความเป็นไปได้ต่าง ๆ สามารถเกิดขึ้นได้ และเรานั้นไม่สามารถหยั่งรู้ได้เลย เหล่านี้คือสถานะของผู้ที่ดำรงอยู่ในปัจจุบัน พวกเขาจึงไม่มีบุคลิกภาพที่ตายตัว วันนี้กับวันพรุ่งนี้อาจมีนิสัยที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง

การทำสมาธิคือเพื่อนร่วมทางที่จะทำให้ท่านได้มีสติ ดำรงอยู่กับปัจจุบัน เมื่อนั้นเองที่อดีตทั้งหลายที่เคยทำให้ท่านเจ็บปวดจะกลายเป็นเพียงเรื่องสมมติที่ไม่ได้อยู่ในจิตสำนึกของท่านอีกเลย



1. Quality

คุณภาพ

ชีวิตที่มีคุณภาพคือชีวิตที่ผ่านการพิจารณาไตร่ตรองด้วยสติปัญญา จนเราได้ตกผลึกแนวทางการดำรงตนในธรรมะอันแท้จริงของเรา ไม่มีสิ่งใดที่จะสะท้อนถึงชีวิตที่มีคุณภาพไปมากกว่านี้อีกแล้ว

จุดแรกเริ่มของการมีชีวิตคือการพิจารณาไตร่ตรอง ดังที่โสเครตีสได้กล่าวเอาไว้ว่า “ชีวิตที่ขาดการพิจารณาไตร่ตรองล้วนไร้คุณค่า” เพราะเมื่อเราได้สังเกตการณ์และไตร่ตรองทุกประสบการณ์ที่เคยเกิดขึ้น เราจะได้ตกผลึกการตกผลึกเหล่านั้นเองจะก่อให้เกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญาเราจะมองเห็นความจริงแท้ที่ไม่ใช่มายาคติที่สังคมตั้งกรอบเอาไว้ให้ และหลังจากนี้เองที่การมีชีวิตจะเริ่มแปรเปลี่ยนไปสู่ห้วงของการใช้ชีวิตอย่างแท้จริง

น่าเสียดายอย่างยิ่งที่มนุษย์มากมายดำรงตนด้วยการมีชีวิตแต่ไม่เคยได้ใช้ชีวิตอย่างแท้จริง นั่นจึงเรียกได้ว่าชีวิตที่ยังไม่ได้พัฒนาไปสู่ชีวิตที่มีคุณภาพอย่างแท้จริง

จงเริ่มต้นจากการพิจารณาไตร่ตรอง ไม่ใช่เพราะผู้อื่นบอกให้ทำ แต่ต้องทำด้วยจิตใจที่เห็นว่าทุกประสบการณ์ล้วนมีความหมายอันควรค่าแก่การใช้สติปัญญาในการพิจารณาอย่างลุ่มลึก เหล่านี้คือวิถีแรกสู่การมองเห็นความจริงที่อึดตาพยายามปิดบังมาอย่างยาวนาน

2. Quantity

ปริมาณ

สิ่งที่ควรมีปริมาณมากในชีวิตไม่ใช่วัตถุหรือทรัพย์สินใด ๆ แต่มันคือเรื่องของการประสบการณ์ ไม่มีสิ่งใดที่ควรมีมากไปกว่าประสบการณ์อีกแล้ว ส่วนสิ่งอื่นที่ไม่ใช่ประสบการณ์เป็นสิ่งที่ควรมีเพียงเพราะจำเป็นเท่านั้น

ประสบการณ์คืองานวิจัยของชีวิตที่เราจะได้เรียนรู้ ตกผลึก ท้ายที่สุดจึงนำเรื่องราวทั้งหมดนี้มาตกตะกอนเป็นปรัชญาหรือหลักการในการดำเนินชีวิตของตนเอง เราจะไม่มีความรู้ธรรมะที่ชัดเจนได้จนกว่าเราจะมีประสบการณ์ชีวิตที่เพียงพอในระดับหนึ่ง ซึ่งระดับหนึ่งที่ว่านี้ก็ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นจะเรียนรู้จากประสบการณ์แต่ละครั้งได้มากน้อยแค่ไหน หากมีสติรู้ตัวในทุกชั่วขณะเราก็จะเรียนรู้จากประสบการณ์หนึ่ง ๆ ได้มากขึ้นหรือรวดเร็วขึ้น แต่หากไม่มีสติรู้ตัวเมื่อกำลังพบกับประสบการณ์นั้น เราก็อาจต้องใช้เวลาลองผิดลองถูกอยู่หลายครั้งจนกว่าจะได้รู้ถึงแนวทางที่เราควรจะทำตามอย่างแท้จริง

ด้วยเหตุนี้ ประสบการณ์จึงควรเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นปริมาณที่มากอย่างน้อยก็ควรมากกว่าการไล่ล่าไขว่คว้าวัตถุภายนอกที่ยังมีมากเท่าไรเราก็จะยิ่งอยากได้มันเพิ่มมามากขึ้นเท่านั้น

3. Queen

ราชินี

ราชินีเป็นคำแทนความงดงามที่เต็มไปด้วยพลังของความเป็นหญิง ความเป็นราชินีคือตัวแทนของความอ่อนโยน เนิบช้า แต่แฝงไปด้วยพลังที่มีอิทธิพลต่อจิตใจผู้อื่น

เมื่อเราสามารถโอบรับพลังแห่งความเป็นหญิงที่ดำรงอยู่ในตัวเราทุกคนได้ เรากำลังกลายเป็นราชินีในชีวิตของเราเอง



1. Rain

ฝน

ฝนสามารถเป็นได้ทั้งโอกาสและอุปสรรค เมื่อฝนตกใส่คนที่กำลังเดินทางไปทำงาน ฝนจะกลายเป็นอุปสรรค ถ้าฝนตกใส่ผืนนาที่แห้งแล้ง ฝนจะกลายเป็นโอกาสที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับชาวไร่ชาวนาที่รอคอยหยาดน้ำมาสู่ผืนดิน

โอกาสต่าง ๆ ในชีวิตก็อาจกลายเป็นอุปสรรคได้ในแง่มุมที่ไม่ทันคาดคิด แต่ในขณะเดียวกัน อุปสรรคก็ย่อมต้องซ่อนโอกาสบางอย่างไว้เฉกเช่นเดียวกัน

เรื่องของความสุขและความทุกข์ก็เป็นแบบเดียวกัน... ทั้งสองต่างมีชั่วตรงข้ามซ่อนอยู่ด้วยกัน ไม่ได้แบ่งแยกออกจากกัน ทั้งสองสิ่งจึงเป็นเอกภาพอันเป็นหนึ่งเดียว

2. Religion

ศาสนา

ศาสนาที่แท้จริงคือวิถีของการค้นพบสภาวะหรือตัวตนธรรมชาติเดิมแท้ที่อยู่ภายในตัวตนของเรา ซึ่งสภาวะเดิมนั้นเราเรียกว่า “จิตวิญญาณ” การเดินทางใด ๆ ก็ตามที่มีจุดประสงค์ของการค้นพบจิตวิญญาณซึ่งเป็นคำแทนของสภาวะธรรมชาติเดิมนั้น ล้วนเป็นเรื่องของศาสนาทั้งสิ้น

น่าเสียดายที่สังคมเอาคำว่า “ศาสนา” มาแปลความหมายให้เป็นเรื่องของคำสั่งสอน ข้อบังคับ หรือแนวทางความเชื่อโดยรวมที่มีหลักปฏิบัติที่ศักดิ์สิทธิ์จนห้ามละเมิด ความหมายเหล่านี้คือศาสนาที่เป็นเรื่องของเล่ห์เพทุบายทางการเมือง ซึ่งนับว่าเป็นอาชญากรรมอย่างหนึ่งที่เอาไว้ควบคุมฝูงชนจากผู้มีอำนาจ ไม่ใช่วิถีของการค้นพบจิตวิญญาณ

คำสอนของเรานั้นไม่อิงกับศาสนาใด ๆ ในทางโลก เพราะศาสนาในทางโลกไม่ใช่ศาสนาที่แท้จริง อาจบอกได้ว่าเป็นเพียงการใช้อำนาจควบคุมฝูงชนแบบเบียด ๆ โดยเอาคำว่าศาสนามาเป็นฉากบังตาเพียงเท่านั้น และอันที่จริงแล้ว คำว่าศาสนาก็ไม่ได้มีชื่อเรียกว่าศาสนา เราเพียงแทนคำว่าศาสนาให้เป็นวิถีที่แท้จริงของการดำรงตนเพื่อค้นพบจิตวิญญาณภายใน ซึ่งวิถีเหล่านี้คือวิถีที่ศาสดาทุกคนต่างสอนสั่งให้ลูกศิษย์ค้นพบด้วยตนเอง แต่คนรุ่นหลังต่างเอามาเป็นหลักการที่ตายตัว จนผู้เลื่อมใสไม่มีโอกาสได้แสวงหาด้วยสติปัญญาของตนเอง

แม้แต่เรื่องของสมาธิเองก็ไม่ได้เกี่ยวข้องกับศาสนาใด ๆ ในทางโลก เช่นเดียวกัน เพราะสมาธิคือเรื่องของ การปฏิบัติและการค้นพบผลลัพธ์ด้วยสติปัญญา ไม่ใช่การท่องจำหรือฟังจากประสบการณ์ของผู้อื่น สมาธิคืออภิปัญญาจากเอกภาพที่มนุษย์ได้ค้นพบ ใครที่เอาศาสนาของตนมาอ้างความเป็นเจ้าของสภาวะธรรมชาตินี้ ล้วนเป็นคนโง่เขลาที่ยังไม่หลุดพ้นจากกิเลสตัณหาของตนเอง

เราทุกคนต่างจะได้ค้นหาศาสนาของตนเอง และศาสนาที่ว่าต้องอุทิศตนเพื่อค้นพบจิตวิญญาณ ศาสนาจึงไม่ใช่หลักการคำสอน แต่มันคือเรื่องของการเดินทาง มันคือการเดินทางที่เต็มไปด้วยความไม่รู้ แต่ความไม่รู้เหล่านี้คือความมั่งงายยิ่งกว่าความรู้ความเข้าใจใด ๆ ที่ศาสนาในทางโลกพยายามสอนสั่งเรามาตั้งแต่เยาว์วัย

วิทยาศาสตร์คือโรงเรียนสำหรับโลกภายนอกหรือโลกกายภาพ ส่วนศาสนาก็ควรเป็นโรงเรียนสำหรับโลกภายในจิตใจ ไม่มีสิ่งไหนเลิศเลอกว่ากัน ทั้งสองจำต้องอยู่ด้วยกัน เราไม่สามารถทิ้งกายภาพเพื่อเข้าถึงจิตวิญญาณได้ เราเพียงดูแลอย่างสมดุล เพียงแต่ไม่ได้ยึดติดให้ทุกอย่างเป็นไปตามที่เรต้องการก็เพียงเท่านั้น

แต่สุดท้ายแล้ว เหนือกว่าวิทยาศาสตร์หรือศาสนา มันคือความว่างอันเป็นนิรันดร์ ที่ก่อให้เกิดสรรพสิ่งนี้มา สิ่งนี้ไม่สามารถเรียกได้ด้วยภาษาใด ๆ



1. Sadness

ความเศร้า

ความเศร้าคือสัญญาณของการเป็นในสิ่งที่ขัดแย้งกับธรรมชาติของตนเอง ยิ่งเราต่อต้านการดำรงในวิถีธรรมชาติของตนเองมากเท่าไร เรา就越รู้สึกเศร้ามากขึ้นเท่านั้น

ประการแรก มนุษย์ทุกคนในเอกภพนี้มีวิถีธรรมชาติอันเป็นเอกลักษณ์ของตน การที่ไม่ได้ดำรงชีวิตตามธรรมชาติคือการปฏิเสธจิตวิญญาณภายใน การปฏิเสธจิตวิญญาณภายในมักจะนำมาซึ่งการพยายามบรรลุเป้าหมายในอนาคตผ่านความเจ็บปวดในอดีต นั่นหมายความว่าพลังงานชีวิตทั้งหมดจะติดพันอยู่กับอดีตและอนาคต ไม่มีพลังงานใด ๆ เหลือในปัจจุบัน ยิ่งพลังงานในปัจจุบันถูกลิตรอนไปมากเท่าไร สภาวะแห่งความเศร้าโศกไปจนถึงหมดอาลัยตายอยากก็กลายเป็นสิ่งที่ตามมามากเท่านั้น

ประการที่สอง ความรู้สึกเศร้าคือกัลยาณมิตรที่มาเคาะประตูบ้านเพื่อบอกว่ามีบางสิ่งที่ไม่ใช่วิถีเดิมแท้ที่เป็นธรรมชาติของเรา การที่เราารู้สึกเศร้าเป็นเรื่องปกติของการเป็นมนุษย์ ส่วนการตอบสนองที่นำมาซึ่งการหลุดพ้นคือการฟังเสียงกระซิบแห่งความเศร้า เพราะถ้าหากเราเลือกที่จะปฏิเสธเสียงกระซิบจะแปรเปลี่ยนเป็นเสียงกรีดร้อง สิ่งที่มาคือสภาวะที่หดหู่ที่สุดเท่าที่เราระงับจนการได้ ซึ่งส่วนใหญ่คนจะเริ่มสร้างการเปลี่ยนแปลงบางอย่างในชีวิตก่อนจะไปถึงจุดนั้น แต่คนที่ยังปฏิเสธเสียงนี้จนถึงที่สุดภายหลังจะพบกับการไม่ยอมมีชีวิตอยู่อีกต่อไป

วัฏจักรแห่งความสุขและความทุกข์คือสายน้ำที่วนเวียนกันไปเรื่อย ๆ อย่างไม่รู้จบ ความทุกข์ที่แท้จริงเกิดจากการพยายามไขว่คว้าเพียงความสุข แต่ปฏิเสธทุกอย่างที่ดูเหมือนความทุกข์ เพราะธรรมชาติของการเรียนรู้ชีวิตที่แท้จริงคือการโอบรับความแตกต่างทั้งสองขั้วนี้ด้วยการศิโรราบ เมื่อเราเข้าถึงสภะนั้นได้ เราจะเห็นว่าแท้จริงแล้วไม่มีสิ่งใดเป็นจริงอย่างแท้จริง เพราะสิ่งที่เกิดขึ้นในตอนนี้อย่างจะกลายไปเป็นอดีตที่ไม่ได้มีผลเท่ากับปัจจุบัน



1. Tangible

จับต้องได้

สิ่งที่จับต้องได้ด้วยประสาทสัมผัส ล้วนได้รับอิทธิพลจากสิ่งที่จับต้องไม่ได้เสมอ ทั้งพลังงาน จิตสำนึก ผู้สังเกตการณ์ ความว่าง สิ่งที่ไม่จับต้องไม่ได้มีความไร้พรมแดนยิ่งกว่าสิ่งที่จับต้องได้เป็นอนันต์ การดำเนินสู่การตื่นรู้แจ้ง คือการใช้กายสัมผัสสิ่งที่จับต้องได้ และในขณะเดียวกันก็เริ่มใช้จิตสัมผัสถึงสิ่งที่จับต้องไม่ได้ จากนั้นเราจะพบว่า ทุกความนิ่งในโลกที่จับต้องได้ ล้วนมีพลวัตที่แปรเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลาในโลกที่จับต้องไม่ได้

เหล่านี้คือความมหัศจรรย์ที่เอกภพสร้างขึ้นมา เป็นสิ่งที่ไม่สามารถรู้ได้ อย่างน้อยก็ด้วยสามัญสำนึกในโลกที่จับต้องได้ของเรา

2. Tao

วิถีแห่งเต๋า

คัมภีร์เต๋าที่ถูกประพันธ์โดยเล่าจื๊อ นับได้ว่าเป็นคัมภีร์ที่อธิบายถึงความจริงแท้ได้อย่างลุ่มลึก ไม่มีการเอาอภินิหารใด ๆ มาใส่สีตีความ ไม่มีการใช้อุบายหรือตำนานใด ๆ ให้คนเชื่อ เป็นคัมภีร์ที่ถูกเขียนขึ้นเพื่ออธิบายถึงความเป็นธรรมชาติที่ธรรมดา แต่แฝงไปด้วยรายละเอียดที่ต้องใช้สติปัญญาในการทำความเข้าใจอย่างยิ่ง

เล่าจื๊อ ผู้ประพันธ์ไม่ได้พยายามที่จะทำให้เต๋าเป็นศาสนา เพียงแต่คนรุ่นหลังที่มีเพียงความเชื่อความศรัทธา แต่กลับขาดปัญญาในการเข้าใจถึงความจริงแท้ของธรรมชาติ เลือกเอาไปทำเป็นศาสนาเพื่อรวบรวมฝูงชน (จากนั้นศาสนาที่ว่าก็ถูกแยกเป็นนิกาย) ซึ่งศาสนาเหล่านี้นับว่าไม่ใช่เต๋า เพราะเต๋าที่แท้ไม่สามารถถูกแทนด้วยพิธีกรรมทางศาสนาใด ๆ

ผู้ที่ค้นพบหรือดำเนินตามธรรมะเดิมแท้ของตนคือผู้ที่ดำเนินตามวิถีแห่งเต๋า เท่านั้นก็นับว่าเพียงพอแล้ว

ความเป็นเต่าไม่อาจถูกอธิบายได้ หากอธิบายได้นับว่าไม่ใช่เต่า การจะเข้าใจเต่าอย่างถ่องแท้ต้องใช้สติปัญญา ไม่ใช่ด้วยการใช้ความคิดหรือวิชาการในอดีต ซึ่งเมื่อเราใช้สติปัญญาในการร้อยเรียงความเป็นเต่า เราจะสัมผัสได้ถึงเต่า แต่เราจะไม่สามารถอธิบายได้ เพราะเมื่อเราอธิบาย เรากำลังทำให้เต่าเป็นเพียงมายาคติที่ออกมาจากวัจนภาษาของเรา

จนกว่าเราจะดำเนินชีวิตด้วยปัญญาญาณ ดำรงตนในธรรมะเดิมแท้ เมื่อถึงจุดนี้เราจะเริ่มสัมผัสถึงความเป็นเต่า เราจะกลายเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติและสิ่งทีก่อให้เกิดธรรมชาติ เรากำลังกลายเป็นหนึ่งเดียวกับสิ่งที่เรียกว่าเต่า จากนั้นเต่าจะเป็นเพียงคำสมมติที่เป็นตัวแทนของความเป็นเอกภพนั้น เมื่อถึงจุดนี้ การถ่ายทอดความเป็นเต่าจะไม่มีทางเหมือนกันเลยสำหรับจิตวิญญาณของแต่ละคน

3. Team

ความเป็นทีม

สังคมมนุษย์มีความต้องการให้ฝูงชนมีความสามัคคี หรือเรียกได้ว่ามีจิตสำนึกของความเป็นทีม มากกว่าที่จะสอนให้มนุษย์เห็นถึงอิสรภาพเดิมแท้ที่ทุกคนมีอยู่ในจิตวิญญาณ การสอนสิ่งเหล่านี้คือบ่อเกิดของปัญหาที่ทำให้มนุษย์จำนวนมากเอาแต่เฝ้ารอความช่วยเหลือ หรือเมื่อเห็นบางสิ่งไม่ได้ตั้งใจก็จะเริ่มกล่าวโทษคนรอบข้าง เพราะพวกเขาถูกสอนว่าสังคมนั้นมีระบบอย่างนั้นอย่างนี้ มีคนทำหน้าที่นั้นหน้าที่นี้ หากต้องการความช่วยเหลือใครคือคนที่สามารถรับผิดชอบเรื่องนี้ เราต่างใช้เวลาส่วนใหญ่รำเรียนสิ่งเหล่านี้แต่กลับไม่ได้ถูกสอนให้ใช้ศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่ น้อยคนเหลือเกินที่จะกล้าสื่อสารในเรื่องนี้ออกไป

การเอาแต่สอนเรื่องระบบสังคมที่กระจายความรับผิดชอบคือการบอกว่า “พวกท่านจะได้รับความช่วยเหลือ โดยไม่ต้องทำอะไรเพื่อ-

ตัวเอง มันเป็นหน้าที่ของคนอื่น ท่านแค่ต้องจำว่าใครมีหน้าที่ช่วยเหลือเรื่องต่างๆบ้าง!” การสอนสิ่งเหล่านี้เองที่ทำให้เราได้เห็นคนที่เอาแต่กล่าวโทษกล่าวอ้างความทุกข์ยากในชีวิตไปให้คนอื่น แต่กลับไม่เคยเข้ามาดูถึงความรับผิดชอบของตน เหตุเพราะตั้งแต่เล็กจนโตสถาบันพยายามสอนให้คนยึดติดกับความเป็นทีม มากกว่าที่จะสอนให้คนเริ่มรับผิดชอบตนเอง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเล็กหรือเรื่องใหญ่

สังคมไม่ได้สอนให้คนรู้จักขอความช่วยเหลือเมื่อเจอปัญหา แต่กลับสอนให้รอความช่วยเหลือ เพราะมันเป็นหน้าที่ของคนอื่นที่ทำงานนั้นๆ อยู่แล้ว เราจึงพบเห็นคนที่เจอปัญหาแต่ไม่กล้าขอความช่วยเหลือ เพราะเชื่อว่าตนต้องได้รับความช่วยเหลือโดยไม่ต้องทำอะไร เรานั้นไม่เห็นสิ่งใดมากไปกว่าการทำให้คนหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบที่แท้จริงของตนเอง

เมื่อมนุษย์รับผิดชอบชีวิตตนเองอย่างเต็มที่ เมื่อเจอปัญหาก็เต็มใจขอความช่วยเหลือมากกว่าที่จะเอาแต่รอ ตอนนี้เองที่พวกเรากำลังสร้างพื้นที่ให้คนได้ใช้สติปัญญา เมื่อนั้นเราทุกคนจะทำให้เกิดสังคมที่ไม่ต้องมีการเมือง ไม่ต้องมีศาสนาทางโลก ไม่ต้องมีใครมาใช้อำนาจกดขี่สรรพภาพกันเอง เรากำลังกลายเป็นสังคมที่เต็มเปี่ยมไปด้วยพลวัตทางจิตวิญญาณอย่างแท้จริง

4. Telephone

โทรศัพท์

ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กำลังถูกบั่นทอนลงไปเรื่อย ๆ กับสิ่งที่อยู่ติดตัวเราตลอดเวลา ซึ่งนั่นคือโทรศัพท์ เราใช้เวลาจ้มมือถือถึงในขณะที่ยืนตรงหน้ากำลังต้องการสื่อสารหรือปฏิสัมพันธ์กับเรา เมื่อพฤติกรรมเหล่านี้เกิดขึ้นบ่อยครั้ง มนุษย์จะเริ่มสนใจแต่มือถือมากขึ้น เพราะมันไม่ทำให้พวกเขารู้สึกประหม่า ไม่รู้สึกกดดันเท่ากับการพูดคุยกับคน แต่หาว่าไม่ว่าการหลีกเลี่ยงความกดดันเหล่านี้ คือการหลีกเลี่ยงการเรียนรู้ที่สำคัญอย่างยิ่งในชีวิต



1. Umbrella

ร่ม

ผู้มีสติปัญญา อุปมาเปรียบได้ดังผู้ที่มีร่มกันฝนติดตัวไปทุกที่ ไม่ว่าจะเจอความร้อนจากแสงแดด หรือความเปียกชื้นจากฝน ก็ย่อมมีร่มที่คอยกำบังให้ปราศจากความไม่สบายกายไม่สบายใจทั้งหลาย

บุคคลที่ดำรงตนด้วยสติปัญญา ย่อมสามารถปกป้องตนเองให้พ้นจากความแปรปรวนที่เกิดขึ้นตลอดวันตลอดคืน ด้วยเหตุนี้ ผู้ที่ใช้สติปัญญาจนค้นพบธรรมะเดิมแท้ของตน ย่อมไม่พ่ายให้กับภัยใด ๆ ในชีวิตอีกเลย

2. Undying

ความไม่ตาย

ไม่มีสิ่งใดตายอย่างแท้จริง เพราะพื้นฐานแล้วทุกสรรพสิ่งแค่มีการถ่ายเทพลังงานจากสิ่งหนึ่งไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง ไม่เคยมีสิ่งใด ๆ หายจากไปเอกภพนี้มีเพียงการจัดระเบียบที่แสดงออกมาให้เราเห็นในรูปแบบของการเปลี่ยนแปลงก็เท่านั้น

เมื่อเราสิ้นอายุขัย ร่างกายของเราก็เพียงเปลี่ยนรูปไปสู่เจ้าสุตินั้นจึงกลับไปรวมกับผืนดินและธรรมชาติที่ก่อร่างสร้างกายขึ้นมา ส่วนจิตวิญญาณก็จะดำเนินไปสู่วิถีใหม่ที่นับว่าเป็นการเดินทางที่ลึกลับเป็นการเดินทางที่จักรวาลไม่ยอมให้เราได้รู้ เป็นองค์ความรู้ประเภทที่ไม่สามารถรู้ได้ แต่เรานั้นบอกได้ว่า จิตวิญญาณเราจะเดินทางไปที่ไหน จิตวิญญาณไม่เคยตาย และจิตวิญญาณของเราก็ไม่เคยเกิดเช่นเดียวกัน

สิ่งที่สำคัญคือ ในตอนที่เรายังมีชีวิตในทางกายภาพอยู่นั้น เราได้รับรู้การมีอยู่ของจิตวิญญาณมากน้อยแค่ไหน เราได้ฟังเสียงแห่งเจตจำนงที่จิตวิญญาณสื่อสารบ้างหรือไม่ ผู้ที่ทำความดีเป็นกิจย่อมมีโอกาสได้เข้าใจและสัมผัสในประสบการณ์เหล่านี้

จนกระทั่งมนุษย์คนใดที่ได้ค้นพบธรรมะและจิตวิญญาณของตนในตอนที่ยังมีอายุขัย เมื่อกายจากโลกนี้ไป จิตวิญญาณจะดำเนินไปสู่วิถีแห่งความสุขสงบ เป็นดินแดนที่เราอาจเรียกว่าสวรรค์ อาตมน์ หรือความเป็นเอกภาพกับพระเจ้าหรือจักรวาลใด ๆ แล้วล้วนเป็นจุดหมายปลายทางที่สงบนิ่ง เป็นความว่างอันนิรันดร์ที่ก่อให้เกิดสรรพสิ่ง

ส่วนผู้ที่ละเลยการทำสมาธิ ย่อมขาดสติในปัจจุบันขณะได้ง่ายด้วยเหตุนี้ เขาย่อมมีอาจเข้าใจความจริงแท้ของประสบการณ์ในชีวิตได้จนกระทั่งเมื่อกายจากโลกนี้ไป จิตวิญญาณก็จะต้องวนเวียนกลับมาเรียนรู้เหตุผลอันจริงแท้ของการเกิดมาเป็นมนุษย์ใหม่ วนเวียนซ้ำไปมาจนกว่าจะได้เข้าใจอย่างแท้จริง

3. Universe

จักรวาล

เอกภพ จักรวาล พระเจ้า ธรรมชาติ เป็นสิ่งที่ไม่ได้แตกต่างกันแต่อย่างใด เมื่อเราเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ เรากำลังกลายเป็นหนึ่งเดียวกับจักรวาล เรากำลังกลายเป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้า เมื่อเราเข้าถึงตัวตนบริสุทธิ์อย่างแท้จริง เราจะเข้าสู่สภาวะของความเป็นเอกภาพ กายภาพของเราอาจไม่มีสิ่งใดเปลี่ยนแปลงไปในตอนนั้น แต่จิตของเราจะค่อย ๆ มองเห็นถึงความเป็นหนึ่งเดียว และมองเห็นถึงความรู้สึกระของ ความขัดแย้งในทางโลกทั้งหลาย ในจุดนี้เองที่เราได้มองเห็นถึงความจริงแท้

ไม่มีสิ่งใดแบ่งแยกออกจากจักรวาลมาตั้งแต่แรก มีเพียงแค่อดีตตามนุษย์ที่สร้างการแบ่งแยกเหล่านั้นขึ้นมาเอง



1. Vegetarian

มังสวิรัต

เป็นเรื่องปกติที่บางคนจะกินมังสวิรัต ทั้งความมุ่งมั่นที่จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับเนื้อสัตว์หรือผลผลิตจากสัตว์ หรือความมุ่งมั่นต่อสุขภาพตามธรรมชาติของตน ไม่มีสิ่งใดแปลกประหลาดในการเลือกวิถีมังสวิรัตนี้ ธรรมชาติของมนุษย์ล้วนมีเอกลักษณ์ที่ไม่มีทางซ้ำกันเหมือนลายนิ้วมือ และธรรมชาติของการเลือกกินก็เป็นการแสดงถึงความแตกต่างที่เป็นเอกลักษณ์เหล่านั้นเช่นเดียวกัน

หากอยากค้นหาประสบการณ์ที่แตกต่างจากเดิม การทดลองกินมังสวิรัตเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ควรค่าอย่างยิ่ง เพราะเราจะได้มองเห็นวิถีของคนที่มีความคิดความเชื่อแตกต่างจากคนส่วนใหญ่ เราอาจจะตัวเบาลง รู้สึกอึดอัดใจมากขึ้น หรืออาจจะรู้สึกโหยหาธรรมชาติการกินแบบเดิมของเรามากขึ้น แต่ไม่ว่าผลลัพธ์จะเป็นอย่างไรก็ตาม สุดท้ายเราจะได้เห็นว่าธรรมชาติแบบไหนที่เหมาะสมกับตัวเราอย่างแท้จริง

2. Violence

ความรุนแรง

ความรุนแรงไม่เคยแก้ปัญหาใด ๆ นอกเสียจากการทำให้ปัญหานั้นถูกเก็บเอาไว้ด้วยความกลัว ความรุนแรงทั้งทางกาย วาจา หรือแม้แต่การคิดปองร้าย คือการส่งพลังแห่งความเกลียดชังออกไปให้กับจักรวาล สุดท้ายพลังที่ถูกส่งออกไปก็จะเริ่ม “วนกลับมาหา” คนที่ส่งพลังแห่งความเกลียดชังนั้นออกมา เราไม่เห็นว่าจะมีคำใดอธิบายได้มากไปกว่าเวรกรรม ที่หมายถึงกรรมแห่งความชั่วร้ายที่ก่อให้เกิดเวรแห่งความพยายาม “วนไปไม่จบไม่สิ้น”

คนที่ใช้วาจาทำร้ายผู้อื่น คือคนที่ใช้ความรุนแรงด้วยภาษาและคำพูด คนเหล่านี้มักจะเจอภัยจากความสัมพันธ์ที่เต็มไปด้วยการทรยศ อีกทั้งดึงดูดคนที่มระดับความคิดความอ่านแบบเดียวกัน ซึ่งในภายหลังชีวิตก็จะเต็มไปด้วยความขัดแย้งที่พยายามเอาชนะกันอยู่เรื่อยไป ความทุกข์ใจคือผลกรรมเดียว



1. Walk

การเดิน

ทุกการเดินคือโอกาสของการทำสมาธิ ผ่านการเคลื่อนไหวที่เป็นธรรมชาติเดิมแท้ของเรา ทุกย่างก้าวจึงไม่ใช่เพียงแค่การเคลื่อนไหวจากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่ง แต่เป็นช่วงเวลาที่เราจะได้ตระหนักรู้ถึงบางสิ่งที่กำลังอยู่ในจุดศูนย์กลาง และไม่เคยเคลื่อนไหวแม้ร่างกายของเราจะแปรเปลี่ยนไปตามกาลเวลา

ท่านจงใช้เวลาเดินในทุกวันอย่างสม่ำเสมอเถิด ทั้งการเดินเล่นในป่า การเดินเล่นรอบที่พักอาศัย หรือแม้แต่การเดินไปทำงานที่มีจุดมุ่งหมาย จงทำให้การเดินของท่านเป็นของขวัญอันประเสริฐ ท่านกำลังได้สัมผัสถึงร่างกายที่กำลังเคลื่อนที่ และในขณะเดียวกัน เรานั้นขอให้ท่านได้ตระหนักรู้ถึงจิตวิญญาณของท่านในระหว่างที่กายกำลังขยับด้วยเช่นเดียวกัน จากนั้น ท่านจะพบเห็นถึงความนิ่งสงบจากจุดศูนย์กลางภายใน

แม้ว่ารอบตัวท่านจะเต็มไปด้วยพลวัตแห่งความอึกทึกก็ตามที แต่ท่านจะไม่เป็นไปตามเงื่อนไขภายนอกเหล่านั้นอีกเลย เมื่อท่านค้นหาความนิ่งสงบภายในจนเจอ

2. War

สงคราม

ประวัติศาสตร์ส่วนใหญ่ล้วนเป็นเรื่องเกี่ยวข้องกับสงครามทำไมกัน? เพราะสงครามคือผลสุดท้ายจากความทะยานอยากของมนุษย์ที่ต้องการแย่งชิงอำนาจหรือควบคุมอิสรภาพของมนุษย์กันเอง เหล่านั้นเราเรียกว่า การเมือง การเมืองทั้งหลายคือการแข่งขันแย่งชิงอำนาจ เพื่อปกครองฝูงชน แต่การเมืองทั้งหมดนั้นคือเรื่องฝืนธรรมชาติอย่างแท้จริง เพราะแท้จริงแล้ว



1. Xanadu

สถานที่งดงาม

ในวันที่เรากันพบธรรมะ เราจะค้นพบประสบการณ์แห่งการตื่นรู้แจ้งที่เกิดขึ้นอย่างฉับพลัน เมื่อเรากันพบประสบการณ์นี้ มุมมองที่เรามีต่อชีวิตไปจนถึงเอกภพจะเปลี่ยนไปอย่างสิ้นเชิง เราจะไม่แสวงหาสิ่งใด ๆ ในภายนอก เราจะใช้ชีวิตกับสิ่งที่จำเป็นสำหรับเรา เราจะเห็นว่าทุกสถานที่ที่ไป ไม่มีที่ไหนงดงามยิ่งกว่าโลกภายในที่เป็นความว่างอันนิรันดร์

วัตถุที่เรามี สถานที่ภายนอกที่เราไป เรายังซาบซึ้งกับสิ่งเหล่านี้ แต่เราจะไม่มีความต้องการผูกมัดกับสิ่งเหล่านี้อีกต่อไป เมื่อถึงจุดแห่งการค้นพบความจริงแท้ที่อยู่เหนือมายาคติทั้งหลายทั้งปวง มีเพียงสถานที่แห่งจิตวิญญาณภายในเท่านั้น ที่เป็นตัวแทนหนึ่งเดียวแห่งความงดงามอันแท้จริง

2. Xenos

คิดต่าง

ผู้ที่คิดต่างคือผู้ที่กล้าตั้งคำถามต่อแนวความคิดเดิม การคิดต่างที่สร้างสรรค์คือการร่วมกันค้นหาความจริงในแต่ละหลักการที่ยังดูเต็มไปด้วยความคลุมเครือ หากสังคมขาดคนที่กล้าคิดต่าง การวิวัฒนาการของมนุษยชาติย่อมต้องถูกแช่แข็ง

ประวัติศาสตร์ได้เขียนถึงยุคสมัยที่หลาย ๆ ดินแดนไม่สามารถสร้างความก้าวหน้าได้ เหตุผลเป็นเพราะผู้มีอำนาจกลัวคนที่คิดต่าง คนเหล่านี้ตั้งคำถามกับระบบ ซึ่งทำให้คนตั้งคำถามต่อการมีอยู่ของพวกผู้มีอำนาจเหล่านั้น สิ่งที่เกิดขึ้นต่อมาคือ เหล่าผู้คิดต่างต้องถูกไล่ล่า บังคับประหาร บังคับเนรเทศ บางคนอาจเก็บความคิดต่างของตนเอาไว้เงียบ ๆ และผลลัพธ์สุดท้าย เมื่อสังคมขาดคนคิดต่าง ผู้มีอำนาจเหล่านั้นก็เริ่มกลายเป็น



1. Yell

ตะโกน

“ผู้ที่ตะโกนย่อมไม่มีใครได้ยิน ผู้ที่กระซิบคือผู้ที่ส่งเสียงไปได้ไกล” คำกล่าวนี้ไม่เกินความจริงท่ามกลางคนที่เต็มไปด้วยพลังทางเพศที่พยายามตะโกนเรียกร้องความสนใจ นักการเมือง ดารา อินฟลูเอนเซอร์ หรือแม้แต่คนส่วนใหญ่ในสังคม ต่างต้องการมีตัวตนให้คนได้เห็นได้ยิน แต่น้อยคนนักที่จะตระหนักว่า การเรียกร้องความสนใจด้วยการตะโกนตัวตนออกไปเหล่านี้นั้น ภายหลังจะนำมาซึ่งการแข่งขันแย่งชิงอันไม่จบไม่สิ้น

ผู้มีสติปัญญาย่อมไม่พยายามตะโกนเพื่อครอบงำหรือเรียกร้องสิ่งใด ๆ นอกเสียจากการตะโกนเพื่อแสดงความซาบซึ้งใจต่อบางสิ่งอย่างถึงที่สุด ผู้ที่เข้าถึงจิตวิญญาณของตนเองย่อมเข้าถึงจุดที่รับรู้ได้ว่า ภาษาหรือคำพูดต่อให้จะใช้มากเท่าไร มันก็จะไม่สามารถสื่อสารพลังออกไปได้เทียบเท่ากับจิตที่ดำรงอยู่ในปัจจุบัน

เมื่อมีคนตะโกนใส่ท่าน ท่านจงกระซิบใส่เขา กระซิบด้วยความเมตตา สื่อสารด้วยสติปัญญา เปรียบดั่งสายน้ำอันแสนอ่อนโยนที่ไหลผ่านก้อนหินที่แข็งกระด้าง น้ำจะเปลี่ยนรูปร่างที่แสดงถึงความยืดหยุ่นได้เสมอ แต่หินจะถูกความยืดหยุ่นอันอ่อนโยนค่อย ๆ เปลี่ยนรูปทรงจนกลายเป็นหนึ่งเดียวกับน้ำได้ในที่สุด

2. Yesterday

เมื่อวาน

เมื่อวานคือสิ่งที่ยอดเยี่ยมที่เคยเกิดขึ้น และตอนนี้มันกลายเป็นเพียงอดีตที่ดำรงอยู่ในความทรงจำ เมื่อวานจึงไม่ใช่ความจริงอีกต่อไปแล้ว ทั้งประวัติศาสตร์ วิชาการ หรือแม้แต่ประสบการณ์ในอดีต สิ่งเหล่านี้

ไม่ใช่สิ่งที่สำคัญที่สุดอีกต่อไป หวนรำลึกได้ ศึกษาได้ แต่อย่าได้ยึดติดเพื่อที่จะเอาอดีตมากำหนดอนาคต เพราะมิดะนั้นเราจะเพลอสร้างวัฏจักรชีวิตที่วนเวียนแบบซ้ำเดิมไม่จบสิ้น เหล่านี้คือเหตุผลที่คนจำนวนมากที่ล้มเหลวที่ยังหลบลี้หนี ไม่สามารถสร้างความเป็นไปได้ใหม่ ๆ ในชีวิตของตัวเอง

เมื่อวานคืออดีต และอดีตจะกำหนดอนาคตสำหรับคนที่ยังไม่แสวงหาธรรมชาติของตน ส่วนผู้ที่เข้าถึงธรรมชาติแท้ ย่อมต้องดำรงอยู่ในปัจจุบันขณะเป็นนิรันดร์ ผู้ที่ดำรงอยู่ในปัจจุบันขณะจะค่อย ๆ เป็นสายน้ำที่ไหลไปสู่มหาสมุทรอันกว้างใหญ่โดยไม่ต้องพึ่งแผนที่ใด ๆ และในระหว่างการเดินทางธรรมชาติเดิมแท้ในใจพวกเขาจะเริ่มเข้าสู่สภาวะแห่งความไม่รู้ ลืมอดีต ละเว้นการคาดเดาอนาคต จนเหลือเพียงความว่าง ว่างพอที่จะเปิดพื้นที่ให้ทุกความเป็นไปได้อันนิรันดร์ดำรงอยู่ในจิตนั้น

ไม่มีเหตุผลใดที่เราจะยึดติดอยู่กับเมื่อวาน ต่อให้เป็นวันที่บรรลุบางสิ่ง หรือแม้แต่เป็นวันที่ได้ชมพระอาทิตย์ตกดิน ก็ไม่ได้งดงามมากไปกว่าปัจจุบันขณะ ปัจจุบันขณะคือความจริงเดียวที่กำลังอยู่กับเรา ในตอนนี้ อย่าได้หลุดออกจากสิ่งนี้เพื่อไปอยู่กับความไม่จริงเลย

3. Yin-yang

หยิน-หยาง

สัญลักษณ์หยิน - หยาง นับว่าเป็นสัญลักษณ์ที่สื่อถึงธรรมชาติเดิมแท้ได้อย่างงดงามที่สุด ความเรียบง่ายที่อธิบายว่าในขาวย่อมมีดำ และในดำย่อมมีขาว เราจำเป็นต้องทวนได้ว่าสิ่งนี้เป็นตัวแทนแห่งความเป็นเอกภาพอย่างแท้จริง

ในความเป็นชาย ย่อมมีความเป็นหญิงซ่อนอยู่

ในความสุกสัน ย่อมมีความทุกข์วนเวียนอยู่

การจะรู้ความจริง ย่อมต้องรับรู้ถึงความไม่จริงเป็นเช่นไร



Zero

ศูนย์

สภาวะแห่งความว่างอันเป็นนิรันดร์ไม่ใช่เพียงความเป็นศูนย์ ความเป็นศูนย์เป็นเพียงส่วนหนึ่งของความว่างที่ว่างนั้น ความว่างอันเป็นนิรันดร์มีทุกความเป็นไปได้ดำรงอยู่ ไม่ใช่เพียงศูนย์ แต่ทุกสรรพสิ่งที่เราจินตนาการได้ เมื่อเราทำสมาธิ เรากำลังสร้างพื้นที่ที่จิตเข้าสู่สภาวะแห่งความว่างนั้น เรากำลังทำให้ทุกความเป็นไปได้ค่อย ๆ เกิดขึ้นในช่วงเวลาเดียวกัน นั่นคือปัจจุบันขณะ

จงเรียนรู้ที่จะดำรงอยู่ในความว่าง อย่าติดพันอยู่กับกิจที่ไม่จำเป็น มีเพียงปัจจุบันขณะเท่านั้นที่จะทำให้เราเข้าถึงสภาวะแห่งความว่างอันแท้จริงได้

การทำสมาธิไม่มีสิ่งใดสำคัญ เพราะการทำสมาธิเป็นการปล่อยวางทุกสิ่งแม้แต่สิ่งที่เราคิดว่าเป็นสิ่งสำคัญ และจากนั้นเมื่อเราปล่อยให้ทุกอย่างอยู่ในความว่างอย่างแท้จริงได้แล้ว เมื่อนั้นเรากำลังจัดเตรียมให้ความอุดมสมบูรณ์เข้ามาแทนที่ จากนั้นเราจะรับรู้ได้ถึงความปีติสุข ซึ่งนับว่าเป็นความสุขอย่างแท้จริงที่ไม่มีขีดตรงข้ามเฉกเช่นความทุกข์

ทั้งหมดนี้เกิดขึ้นเมื่อเราเข้าใกล้สภาวะแห่งความว่าง จากนั้นเราจะเข้าสู่สภาวะแห่งความเป็นเอกภาพได้ในบัดดล