

เราแค่ “มหาประสบการณ์”

๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๒

สวัสดีค่ะอาจารย์ศุภวรรณ

กราบขอบพระคุณอาจารย์มากค่ะสำหรับคำเตือนสติเนื่องในวันปีใหม่นี้ หนูอยากขอบคุณสำหรับคำสอน คำแนะนำที่อาจารย์ได้ให้กับหนูตลอดเวลาสิบกว่าปีแล้วที่เริ่มรู้จักอาจารย์ สำหรับหนู คำสอนของอาจารย์ได้สร้างความผูกพันที่ละน้อย เหมือนน้ำซึมบ่อทราย มารู้อีกที หนูก็รักอาจารย์เหมือนเป็นแม่อีกคนไปแล้ว อาจารย์รักษาสุขภาพด้วยนะคะ ขอพลังจากจักรวาลเติมพลังให้อาจารย์อย่างเต็มที่ตลอดเวลา

ทุกวันนี้ หนูมีความสุขทางใจมากขึ้นค่ะ หนูชอบคำว่า “รักษาสมดุลของชีวิต” ไม่น่าเชื่อว่า จากคนที่เคยรู้สึกชีวิตช่างน่าเบื่อหน่าย เจอแต่ปัญหาจนเกือบลงมือฆ่าตัวตายเสียด้วยซ้ำ แต่กลับกลายเป็นว่า ทุกวันนี้หนูเห็นแต่สิ่งสวยงามที่อยู่รอบตัวเรา ก็เป็นเพราะรู้จักสภาวะผัสสะบริสุทธิ์ที่อาจารย์สอนนี่เอง ยิ่งได้ดูคลิปการสอนล่าสุดของอาจารย์เรื่อง “ก่อนอวิชชา” แล้ว ทำให้หนูมองโลกจากกรอบใหม่ เมื่อมีปัญหาเข้ามา หนูจะตั้งสติ เตือนตัวเองทันทีว่า เราแค่มาหาประสบการณ์เท่านั้น อะไรที่ต้องทำก็ทำไป คำว่า “มหาประสบการณ์” เป็นคำที่ติดปากหนูมากแล้วค่ะ เวลาสามีหนูจนเรื่องอะไรก็ตาม เรื่องงาน ลูก เมีย หนูมักจะพูดคำนี้เสมอ ก็ช่วยให้คุณสามารถสงบลงได้เหมือนกัน ทำให้หนูรู้สึกใจเบามากขึ้นจริงๆ

ขอบคุณสำหรับคำสอน คำเตือนให้อดทน ให้ระวังเรื่องกฎแห่งการดึงดูด จนทำให้หนูมีความสุขทางใจอย่างทุกวันนี้ ความสัมพันธ์ของหนูกับสามีก็ดีขึ้นเรื่อยๆค่ะ กราบขอบคุณอาจารย์อย่างสูงค่ะ ขอจักรวาลเมตตาให้อาจารย์มีสุขภาพแข็งแรง เป็นเสาหลักทางธรรม ทางใจ ให้เหล่าลูกศิษย์ไปนานๆนะคะ

I'm Nothing, I'm Everything

รักและเคารพอาจารย์เสมอค่ะ
น้ำฝน

๑ มกราคม ๒๕๖๓

สวัสดีค่ะน้ำฝน

ขอบคุณมากค่ะแฟนสำหรับของขวัญปีใหม่ที่มีมอบให้อาจารย์นะคะ
การรู้คำสอนของเราได้เปลี่ยนชีวิตของหญิงแม่บ้านคนหนึ่งที่เคยทุกข์ถึงขนาดอยาก
ฆ่าตัวตาย มาสู่สภาวะที่สามารถเห็นความสวยงามของสิ่งที่อยู่รอบข้างได้ นี่คือ
ของขวัญที่สุดยอดสำหรับอาจารย์แล้วค่ะ
เป็นกำลังใจให้อาจารย์ลุยงานนี้ต่อไปอย่างไม่เหน็ดเหนื่อย

ค่ะ...เรื่อง “ก่อนอวิชชา” นี้ อาจารย์ไม่คิดว่า ชาวพุทธจะรับเนื้อหาเหล่านี้ได้อย่างง่ายๆ
มันท้าทายมากที่ไปหยิบ “ไปไม้ในป่า” ขึ้นมาพูด จึงต้องมองนอกกรอบของพุทธ
อาจารย์จึงเน้นเรื่องการเปิดใจกว้างให้มากที่สุดก่อน ใครยังไม่พร้อมทำส่วนนี้
ก็ไม่ควรฟัง จะไปเพิ่มเจรีดำโดยไม่จำเป็น แต่อาจารย์ก็ทำด้วยเจตนาดี เห็นว่า
ความรู้เหล่านี้มากมายเหลือเกินในอินเทอร์เน็ตแล้ว และก็มีประโยชน์
หน้าที่ของอาจารย์เพียงเอามาเรียบเรียงให้พวกเราเข้าใจได้ง่ายขึ้นเท่านั้นเอง
เพราะส่วนมากก็ฟังผ่านหู แต่ไม่สามารถจับต้นชนปลาย
สร้างภาพใหญ่ให้เห็นอย่างชัดเจนได้ แม้อาจารย์เอง กว่าที่ความเข้าใจจะตกผลึกได้
ก็ล่อเข้าไปเกือบ ๑๐ ปี อาจารย์จึงรู้สึกเหมือนถูก “กดดันจากเบื้องบน” ด้วย
รู้ว่าท่านต้องการให้เราพูดเรื่องนี้ ถึงให้ชื่อเรื่องนี้มา “ก่อนอวิชชา”
อาจารย์ไม่ได้ตั้งเองหรอก ชื่อเรื่องประเภทหาหาใส่หัว ถ้าไม่แม่นยำจริง ตายลูกเดียว

อาจารย์คิดเหมือนหนูว่า หากเราสามารถมองชีวิตว่าเป็นเรื่อง “มหาประสบการณ์”
ตามบทละครที่เราได้เลือกมาเล่นแล้วละก็
เราจะยอมรับทุกอย่างที่เข้ามาในชีวิตได้ง่ายขึ้น ดีขึ้น
ไม่ว่าจะเป็นเหตุการณ์แบบบวกหรือลบ เพียงการรู้ว่า ทุกอย่างเป็นมายา
มันก็ยังมองไม่ออกว่าเป็นมายา มันไม่จริงอย่างไร
เพราะเรารู้สึกถึงความทุกข์ในใจได้จริงๆ ในขณะที่ทุกข์ใจ
มันไม่ได้รู้สึกว่าเป็นมายาแต่อย่างใด มันเจ็บจริงๆ เจ็บมากด้วย
เจ็บถึงขนาดที่คนมากมายต้องไปฆ่าตัวตาย เพราะ มองมายาไม่ออก
พระพุทธเจ้าจึงมานั่งส่วนที่ถอนธนูออกจากอกนี้เอง
โดยให้เรื่องสติปัญญานี้กับชาวโลก ซึ่งช่วยเรื่องการดับทุกข์ได้สุดยอดจริงๆ
แต่ถ้าเรารู้เรื่องสาเหตุก่อนมีอวิชชา
ก็น่าจะช่วยให้เราไม่ต้องเดินมาถึงจุดที่ต้องมาดึงธนูออกจากอกก็ได้ เพียงรู้ว่า โลกนี้คือ
เวทีละครที่เรามาเล่นบทบาทต่างๆ เพื่อหาประสบการณ์ที่หลากหลาย เสร็จแล้ว
ก็กลับบ้านเดิมได้ทั้งนั้น อาจารย์เห็นว่า ส่วนนี้จะช่วยให้เรามองทุกอย่างเป็นบวก
ความเชื่อเก่าๆที่คิดว่า การไปนิพพานเป็นเรื่องยากเย็นแสนเข็ญ
ต้องปฏิบัติแบบทุกข์ทำไป เราก็จะคลายความตึงเครียดเหล่านั้นลงมาได้บ้าง
แต่ไม่ใช่หย่อนจนซี้เกียจ ไม่ทำเลย เพราะยังไปนิพพานได้ ก็ไม่ใช่เช่นนั้น
ก็ลองไม่ทำดูสิ จะเห็นว่าเจรีก็มายึดบ้านเราไปอย่างรวดเร็ว
การปฏิบัติพาตัวใจกลับบ้านยังคงทำเหมือนเดิมทุกอย่าง เพียงแต่ว่า
เรามีกำลังใจทำมากขึ้น รู้ว่า ยังไงต้องได้กลับบ้านแน่

ที่สำคัญกว่านั้นคือ

การได้จมกับความสวยงามของทุกอย่างเบื้องหน้าโดยเฉพาะหากอยู่กับธรรมชาติด้วยแล้ว ตรงนี้จะเป็นโบนัสของชีวิตทีเดียว ที่ได้ไปเติมๆ ในขณะนี้ ที่นี้ เดียวนี้ ผัสสะบริสุทธิ์คือ สิ่งที่เราเลือกมาเกิดบนโลกนี้เพื่อหาประสบการณ์ที่หลากหลาย

เป้าหมายของการมาเกิด

นี่คือ แต่เราลืมไป

จึงลืมเรื่องเอาบทละครติดตัวมาเล่นบนเวทีใหญ่ของโลกนี้

ที่จริงพระพุทธเจ้าท่านก็บอกแล้วว่าเป็นมายา

แต่เราเข้าใจไม่ได้หมด

เพราะท่านไม่ได้บอกเรื่อง

เราลืมที่มาที่ไปของตนเอง

อย่างไรก็ตาม

หากเราสามารถตีמד

ซาบซึ้ง

กับทุกสิ่งอย่างที่อยู่เบื้องหน้าเราได้

ตั้งแต่การหายใจของเรา การเดินเองได้ การเห็นได้ ตมกลืนได้ รุสได้ สัมผัสทุกอย่างได้

นี่คือ

โบนัสของชีวิตอย่างแท้จริง

เพียงการรับรู้ทุกอย่างอย่างเป็นผัสสะบริสุทธิ์เท่านั้นแหละ

ชีวิตก็เต็มเปี่ยมตรงนั้นแล้ว

เหมือนถูกลืตเตอร์

ทุกลมหายใจเข้าออก

อาจารย์อยากเชื่อว่า

การอธิบายส่วนนี้ในเรื่องก่อนอวิชชาจะสามารถเติมส่วนความเข้าใจที่พร่องอยู่ให้เต็มไ

ด้

และสามารถตีמדกับสภาวะผัสสะบริสุทธิ์ได้เร็วขึ้น

ง่ายขึ้น

ลดความเครียดในการปฏิบัติเพื่อไปนิพพานด้วย

ดังเช่นความสัมพันธ์ของหนูกับสามีกิติขึ้นอย่างเห็นได้ชัด สาธุค่ะ ดีใจกับหนูด้วย

อาจารย์จึงขอถือโอกาสอธิบายเพิ่มเติมให้หนูและกลุ่มลูกศิษย์มา ณ ที่นี้เนื่องในวันปีใหม่ คำเตือนปีใหม่ที่ส่งออกไปเมื่อวานนี้ ไม่ได้เพียงครอบคลุมปี ๒๕๖๓/2020 เท่านั้นนะคะ แต่เป็นคำเตือนตลอดชีวิตคะ

เมตตา

อาจารย์ศุภวรรณ