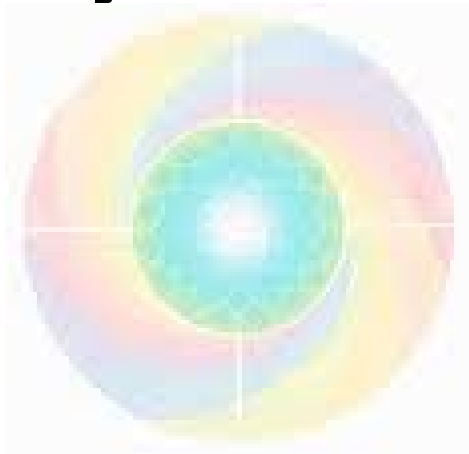


เอกสารธรรมสารสนเทศ  
ชุด  
พลังใจพลังชีวิต  
2553

**เรา  
กับ  
ลูกสองคน**



โดย  
ศาสตราจารย์ ดร.ชัยยงค์ พรหมวงศ์

เอกสารธรรมสารสนเทศ  
ชุด  
พลังใจพลังชีวิต  
2553



**เรา  
กับ  
ลูกสองคน**

โดย  
ศาสตราจารย์ ดร.ชัยยงค์ พรหมวงศ์

## คำนำ

เอกสารฉบับนี้ เขียนขึ้นจากประสบการณ์ที่เพิ่งเกิดขึ้นเมื่อไม่นานนี้เอง หลังจากค้นพบว่า

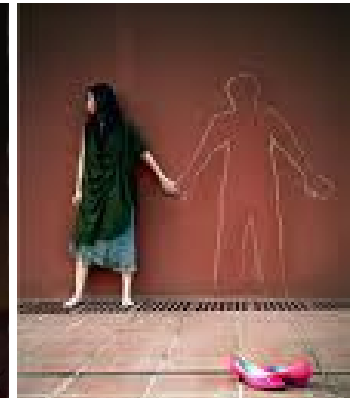
- 1) คนเราเป็นสภาวะที่ต่ำกว่า มนุษย์ เป็นคนเป็นได้ง่าย แต่เป็นมนุษย์ เป็นได้ยาก เพราะ คำว่า มนุษย์ (มน + ษย) แปลว่า ผู้มีจิตใจสูง
- 2) อັตภาพที่เรียกว่า เรา นี้ ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ เรา (ตน) จิต (ใจ) และกาย (ตัว) ความสับสนอยู่ที่การเรียกคำเหล่านี้ปนกันว่า ตัวตนบ้าง ตัวเราบ้าง ร่างกายบ้าง ทั้งๆ ที่ในความเป็นจริง "ตัว" คือร่างกาย "ร่าง" คือโครงภายนอกที่เราสามารถมองเห็นได้ เหมือนชุดประดาน้ำ ชุดอวกาศ ฯลฯ แต่ "กาย" เรามองไม่เห็น ยกเว้น กายหยาบที่อยู่แนบเนื้อชุดประดาน้ำ ทำให้เรามองเห็นหน้าตาของกันละกันได้  
กายคือตัวที่มีความละเอียดอ่อนตามสภาวะสัตว์นรก เปรต อสุรกาย เทพ และพรหม

- 3) พระมักจะสอนว่า เรา ประกอบด้วย รูปกับนามพระสงฆ์พยายามสอนให้เรา แยก รูปกับนามให้ได้ แต่พระไม่ได้ให้ความสำคัญกับ ดนะ (ตน) ซึ่งบาลี ตรงกับว่า "อิตตา" และไปใช้คำว่า อิตตาในความหมายไม่ดี ทั้งๆ ที่ไม่มีที่ใดในพระไตรปิฎกที่บอกว่า อิตตา ไม่ดี ตรงกันข้าม พระพุทธองค์บอกให้พวกเราว่า "จงฟังตนเถิด อย่าฟังสิ่งอื่นเลย" หรือ "ตนแลเป็นที่พึ่งของตน" ดังนั้นทุกคนจึงต้องพัฒนา "ตน" ให้สูงขึ้นเพื่อให้สว่างเรืองรองและลอยหลุดไปสู่อวกาศแห่งจักรวาล ที่เป็นศูนย์ความรู้หลัก หากเราสามารถเข้าไปสู่พระนิพพาน ก็เข้าสู่สภาวะความเป็นพุทธะ คือ เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

เอกสารนี้ จึงเสนอทัศนะหนึ่งเพื่อให้ผู้อ่านแยกให้ออกระหว่าง เรา ใจ และกาย โดยเสนอเรื่องราวเปรียบเทียบเป็นพอกับลูกสองคน คือ พ่อ กับลูกคนโตและลูกคนเล็ก สารของเอกสารเสนอให้เห็นพัฒนาการที่พ่อเริ่มจากความหลับไหล ปล่อยให้ลูกทั้งสองครอบงำตนจนกระทั่งรู้ตัวตื่นขึ้นในที่สุด

ท่านอาจจะอ่านไม่จบเพราะง่วง หรืออ่านจบแต่ไม่เข้าใจ ก็ไม่ต้องกังวลเพราะสภาวะธรรมภายในจะเก็บข้อมูลนี้ไปใช้ประโยชน์ในภายภาคหน้า.

ดร.ชัยยงค์ พรหมวงศ์  
15 มิถุนายน 2553



## สารบัญ

คำนำ	ก
สารบัญ	ค
บทที่	
๑ ปฐมบท	6
๒ รูปลักษณ์	8
๓ พี่กับน้อง	10
๔ หลับไหล	15
๕ สำคัญผิด	16
๖ ลำเอียง	19
๗ คอนโดสามชั้นกับดาษฟ้า	21
๘ ตื่นจากหลับ	25
๙ เนรคุณเราทั้งพี่ทั้งน้อง	30
๑๐ ชีวิตใหม่	32
คำปรารภท้ายบท	35
ประวัติผู้เขียน	38



### ๑ ปฐมบท

พระพุทธองค์ตรัสสอนว่า "จิตที่อบรมดีแล้ว นำความสุขมาให้" ก็มักจะสงสัยว่า "ใครอบรมจิต?" "จิตที่อบรมดีแล้ว นำความสุขมาให้ใคร?"

พระพุทธองค์ตรัสอีกว่า "ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว" ก็อดสงสัยต่อไปไม่ได้ว่า

"เมื่อใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว แล้วใครเป็นนายใจ?"

ท่านลองตอบคำถามทั้งสามข้อดูนะ

ถูกต้อง ท่านตอบถูกแล้วว่า "เรา"

"ใครอบรมจิต?" คำตอบคือ "เรา-เราอบรมจิต"

"จิตที่อบรมดีแล้ว นำความสุขมาให้ใคร?" คำตอบคือ

"เรา- จิตที่อบรมดีแล้ว นำความสุขมาให้เรา"

"เมื่อใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว แล้วใครเป็นนายใจ?"

คำตอบคือ "เรา- เราเป็นนายใจ"

แสดงว่า เรา มีความสำคัญมาก เราจึงควรเป็นผู้กำกับชีวิตของเรา ไม่ปล่อยให้ "ใจ" หรือ "กาย" มาเป็นนายเรา

บทความนี้ จึงเขียนขึ้นเพื่อให้ผู้อ่านแยกให้ออกว่า เรา ประกอบด้วย ใจ และกาย เทียบได้กับ พ่อหรือแม่ มีลูกสองคน คือ "ใจ" เป็นลูกคนโต "กาย" เป็นลูกคนเล็ก ใจ จึงเป็น "พี่" ส่วนกายเป็น "น้อง"

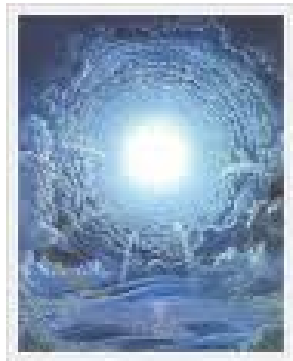
\*\*\*\*\*

คำว่า "เรา" แสดงความเป็นพหูพจน์ คือ มีมากกว่าหนึ่ง มักใช้กับกลุ่มผู้พูดซึ่งมีตั้งแต่หนึ่งคนขึ้นไป หากเป็น พระมหากษัตริย์ก็จะทรงใช้สรรพนามว่า "เรา" แทนพระองค์ มากกว่า คำว่า "ฉัน" หรือ "ข้าพเจ้า"

เมื่อพูดคุยกับเพื่อนสนิท ผู้หญิงบางคนก็ใช้สรรพนาม แทนตัวเองว่า เรา เช่น "เดี๋ยวเรามานะ"

หากใช้ในบริบททั่วไป ผู้พูดมักจะหมายถึง ตนเองหรือ ตัวเอง ในการสื่อสารส่วนบุคคล ก็มักแทนตนเองว่า เรา เช่น "เราไม่ควรทำอย่างนั้น เราควรทำอย่างนี้" เป็นต้น

ในบทความนี้ ผู้เขียนจะใช้ "เรา" แทนตัว เพราะเจตนา จะรำพึงรำพันกับตนเอง



## ๒ รูปลักษณ์

“เรา” ลืมตาขึ้นมาดูโลกพร้อมกับลูกสองคน  
นับตั้งแต่วันที่ลืมตาขึ้นมา เราก็ได้รับการดูแลอย่างดี  
จากผู้ให้กำเนิด ตั้งแต่ยังแบเบาะ คลาน เดิน พุดได้ เต็บโต เรา  
ก็รู้สึกว่าเป็นของตน ไม่ทราบเพราะแยกไม่ออกว่า ตน  
เกิดขึ้นมาพร้อมกับลูกสองคน จึงคิดว่า ร่างกายและจิตใจเป็น  
ของเราทั้งหมด

รูปลักษณ์ หมายถึง รูปร่างและลักษณะที่ปรากฏ เรา  
มองไม่เห็นโดยเฉพาะใบหน้าหรือด้านหลัง แต่หากส่องกระจก  
หรือดูรูปถ่ายก็ช่วยให้เห็นได้ แต่คนอื่นมองเห็นเราได้โดยตรง  
เราคิดว่า รูปลักษณ์ของตนก็คือรูปร่างของลูกคนเล็ก  
เพราะลูกคนเล็ก มีรูปลักษณ์มองเห็นได้ เราไปไหนมาไหนก็ไป  
กับลูกคนเล็กตลอดเวลา เรารู้จักหน้าตาลูกคนเล็กจากกระจกเงา  
และรูปถ่าย เราจึงถือเอารูปร่างหน้าตาลูกคนเล็กกว่า เป็นรูปร่าง  
หน้าตาของตน

อีกนัยหนึ่ง รูปร่างหน้าตาคือตัวของลูกคนเล็ก เราก็คิด  
ว่า นั่นคือตัวของเรา ที่ร้ายกว่านั้น พระภิกษุบางรูปก็เรียก เรากับ  
ตัวว่า “ตัวตน หรือ ตัวเรา” ทำให้เราแยกไม่ออกว่า ที่แท้ ตัวตน  
หมายถึง “ตัวของตน” หรือ “ตัวกับตน”

ส่วนตัวเรา ก็เข้าใจว่า เป็นเรา ที่จริง ตัวเราหมายถึง “ตัว  
ของเรา” พระบางองค์สอนว่า “ตัวเราไม่มี” คนส่วนมากเข้าใจว่า  
“เรา” ไม่มี ที่จริง “เรา” มี แต่ “ตัว” ไม่มี

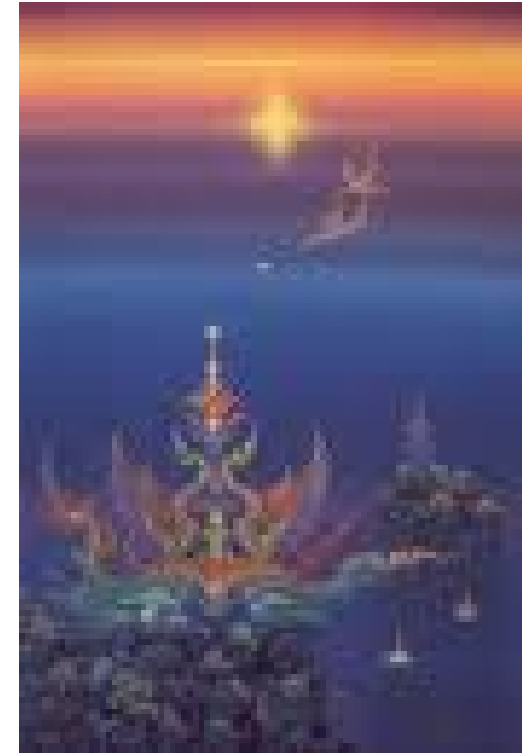
ยามหลับ ยามตื่น ยามกิน ยามนอน เราก็เห็นลูกคนเล็ก  
หลับ นอน ตื่น และกิน เราจึง คิดว่าลูกคนเล็ก เป็นรูปร่างของตน  
และบอกได้ว่า ตนเองมีลักษณะอย่างไร มีหัว มีหน้า มีลำตัว  
สองแขน สองขา ฯลฯ เมื่อมีแผลที่ขาหรือแขนก็ทำให้เราคิดว่า  
เป็นแผลของเรา

ด้วยเหตุนี้ เราจึงรู้สึกว่าลูกคนเล็กคือตัวของเรา เกาะกัน  
แน่นแนบ แยกกันไม่ออก ไปไหนมาไหน ก็อาศัยลูกคนเล็ก พา

ไปลูกคนเล็กแสดงอาการ ดีใจเราก็ตีใจ แสดงอาการโกรธ เราก็ตี  
โกรธ

*เราจึงเชื่อสนิทว่า ตนเองกับลูกคนเล็กเป็นคนเดียวกัน  
ลูกคนโต มีรูปลักษณ์อย่างไร เราไม่เคยเห็น เรารู้แต่ว่า  
ลูกคนโตก็อยู่กับเราอย่างแนบแน่น แยกกันไม่ออกเหมือนกัน  
ไปไหนมาไหนลูกคนโตก็ไปด้วย แม้จะมีบ่อยครั้งที่เขาหนีไป  
เที่ยว ปล่อยให้เราอยู่กับน้อง เมื่อลูกคนโตตีใจ เราก็ตีใจ เมื่อ  
เขาโกรธ เราก็ตีใจโกรธด้วย*

*เช่นกันเราก็ตีสนิทว่า ตนกับลูกคนโต เป็นคนเดียวกัน*



### ๓ พี่กับน้อง

ลูกคนโตคือพี่ ลูกคนเล็กคือน้อง บทนี้จะแสดงความสัมพันธ์ระหว่างพี่กับน้องที่มีอิทธิพลกับเรา

พี่กับน้องมีความสัมพันธ์กันแนบแน่นอย่างแยกไม่ออก พี่มักจะข่มน้องเสมอ ชอบสั่งให้น้องทำโน่นทำนี่ เพื่อความเพลิดเพลินของตนเอง น้องก็ไม่ขัด ทำตามที่พี่สั่งเสมอ ไม่กล้าโต้แย้ง เช่น อยากทานอาหารดีๆ อยากดูเสื้อผ้าสวยๆ อยากฟังเพลงเพราะๆ อยากดูสาวงามหรือหนุ่มหล่อ น้องก็รับใช้ พาไปดูหรือจัดหาให้ ต้องออกแรงกายแรงสมองทำงานหาเงิน เพื่อบำรุงบำเรอความพอใจของพี่คนโต

*ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างปรากฏการณ์ที่พี่บังคับให้น้องทำตามที่ตนชอบ*

#### **อยากกินทั้งที่ไม่หิว**

เมื่อท้องหิว น้องจะรับประทานอาหารเพื่อให้หายหิวและกินเป็นเวลา แต่พี่ "อยาก" กินโน่นกินนี่ตลอดเวลา อยากกินทั้งๆ ที่ท้องไม่หิว แม่กินอิ่มหรือจวนอิ่มแล้วพี่ก็ยังอยากกินอีก

วันหนึ่งพี่กับน้องไปทานอาหารบุฟเฟต์ที่โรงแรมแห่งหนึ่ง พี่บอกให้น้องหยิบจานตักอาหาร น้องตักข้าวเท่าที่คิดว่าจะพอ แต่พอเหลือบไปเห็นข้าวก๋วยเตี๋ยวก็สั่งให้จ้กเพิ่มจนเกือบพุงจวน หลังจากนั้นก็ตักอาหารแต่ละอย่าง จนแทบจะทุกอย่าง ยกเว้นตับ ไต เครื่องในและปลาหมึกเพราะพี่ไม่ชอบ

พี่ชอบอาหารและของหวานที่ปรุงจากกะทิ เช่น แกง เขียวหวาน พะแนง ฯลฯ ชอบไข่ ดังนั้นแกงเขียวหวานไข่ ต้มข้าวไข่ ทอดไข่ห่อใบเตย ลาบไข่ ฯลฯ จึงเป็นอาหารประเภทแรกๆ ที่น้องตักเพื่อตามใจพี่ หลังจากนั้นก็เป็นประเภทยา เช่น ยำวันเส้น ยำปลาทUNA และผัดผัก

ตักเต็มจานแล้ว ก็ไปนั่งกินที่โต๊ะอาหารที่อยู่ไม่ไกลจากเวทีที่มีดนตรีและนักร้อง เพราะพี่ชอบนักร้องที่หน้าตาสวย เสียงดี พี่ชอบร้องเพลงและมักจะให้น้องพาขึ้นไปร้องเพลงบนเวทีเสมอ โดยอาศัยเสียงของน้อง

เราก็ตามขึ้นไปร้องด้วย จนใครๆ ก็คิดว่าเราชอบร้องเพลง เสียงลูกคนเล็กไพเราะ ปนกันระหว่างเสียงคุณชรินทร์กับคุณทองศักดิ์ จึงเป็นที่ชื่นชอบของผู้ฟัง พี่มีความสุขมากเมื่อมีคนปรบมือและขอให้ร้องอีกเพลง

เราก็ตกใจกับการต้อนรับจากแขกที่มาพร้อมรับประทานเมื่อร้องเพลงเสร็จ ก็ลงมือรับประทาน

กินไปได้ครึ่งจาน น้องรู้สึกว่าจะอึด จึงบอกพี่ว่า "อึดแล้วนะ" พร้อมกับต่าหน้าว่า "ให้ตักมาทำไมมากมาย ทำให้เสียของ" พี่ก็บอกพี่ว่า "ก็เธอตักมาเองไม่ใช่หรือ" และบังคับให้กินให้หมด จนน้องอึดอัดมาก เริ่มเรอออกมา "ไม่ไหวแล้วนะพี่"

"ไม่ไหวได้ยังไงพี่ยังไม่ได้อาหารของหวานเลย ไปดูซิว่ามีอะไรบ้าง เมื่อก่อนก็เห็นมีกล้วยบัวต๋อ" พี่ออกอาการหงุดหงิด

น้องก็จำต้องลุกขึ้นไปที่มุมของหวาน แนนอนพี่ก็ตามไปด้วย สอดสายสายตาสำรวจอาหารที่วางไว้ เห็นกล้วยบัวต๋อตามที่พี่บอก จึงตักมาหนึ่งถ้วย พี่บอกให้หยิบจานแล้ว ก็บอกให้ตักขนมตะโก้ ขนมชั้น ขนมตาล และคัสตาดพุดดั่งที่พี่ชอบ

พี่ไม่ได้กล่าวคำขอขอบคุณใจน้องสักคำเดียว ตั้งหน้าตั้งตากินกล้วยบัวต๋อ กินไปชมไป ว่าอร่อย

"อร่อยมาก ตักมาให้พี่อีกถ้วยดิ" พี่บอก

"ไม่ไหวแล้วนะพี่ อึดอัดมาก แล้วขนมที่ตักมาละ ทำไมไม่ทาน เดียวก็ทานไม่หมดหรอก" น้องถาม

"เดี๋ยวค่อยทาน ขอกล้วยบัวต๋ออีกถ้วยก่อน" พี่รับเรา

น้องก็ลุกไปตักกล้วยบัวต๋อถ้วยที่สองให้ เมื่อพี่ทานเสร็จแล้ว ก็หยิบขนมชั้นและขนมตะโก้มาทาน ตักคัสตาดพุดดั่งมาทานได้ช้อนเดียวก็หยุด สั่งให้ไปนั่งชงกาแฟ และนำดื่มมาให้

ดื่มกาแฟและดื่มมาแล้วพี่ก็อยากกลับ

"อึดแล้ว อาหารมีอันนี้ใช้ได้ กลับกันเถอะ" พี่พูดพร้อมกับสั่งให้น้องลุกขึ้นไปจ่ายเงินที่เคาน์เตอร์

น้องเป็นคนขับรถ รถติดยาว น้องก็รู้สึกง่วง ขับรถกลับ ได้ประมาณเกือบชั่วโมง ก็ผ่านร้านส้มตำแม่ละม่อมที่เลื้อยไป เห็นพอดี อุทานด้วยความดีใจ...

“ร้านส้มตำแม่ละม่อม... ไม่ได้มาทานนานแล้ว อยากทานอีก ส้มตำปูเขาร่อย น้องแวะหน่อย” พี่สั่ง

“เอ้า ก็เพิ่งทานมาไม่ใช่หรอ เมื่อกี้ที่โรงแรม ก็มีส้มตำทำไมพี่ไม่ให้ตักมาทาน” น้องแย้ง

“มันไม่น่าทาน แซบสู้ร้านแม่ละม่อมไม่ได้ เธอก็รู้ อย่ายุดมาก แวะเลย...” พี่รับเรา

น้องก็หักพวงมาลัยแวะจอดรถที่ร้านส้มตำตามใจพี่

“อย่าให้เผ็ดนะพี่” น้องเตือนก่อนสั่ง เมื่อนั่งโต๊ะเพราะรู้สึกหิวดีว่าชอบทานเผ็ด

พี่ก็รับปาก แต่ความที่พี่ชอบรสจัดและ “แซบ” ส้มตำจึงมีรสเผ็ดจัด แต่พี่รู้สึกอร่อยจึงทานได้มาก น้องก็ทำอะไรไม่ได้แม่จะรู้สึกเผ็ดที่ปาก และแสบร้อนท้องยิ่งนัก

เย็นวันนั้น ท้องเสีย น้องก็ต้องขับรถไปโรงพยาบาล เราก็ต้องไปด้วยอย่างหลังๆ ตีนๆ

### **ชอบความสวยงาม**

พี่ชอบความสวยงาม บอกให้น้องไปที่สาธารณะเพื่อผู้ดูสินค้า ผู้คน รถยนต์ เคหสถาน และการแสดง อยู่บ้านก็ดูทีวี รายการแฟชั่น เพลง และละคร

พี่ชอบดูสินค้าตัวใหม่ๆ แฟชั่นเครื่องแต่งกายใหม่ๆ มียี่ห้อราคาแพง โดยเฉพาะที่มีข่าวว่าไฮโซคนนั้น คุณนายคนนั้นถือกระเป๋าใบราคาเป็นแสน ใส่เสื้อเวอซาเซราคาหลายหมื่น นาฬิกาเรือนละกว่าล้านบาท ขึ้นชมดารากาพย์ยนตร์ที่แต่งตัวตามแฟชั่นเกาหลี

นอกจากเครื่องประดับและเครื่องแต่งกายแล้วพี่ชอบดูแบบบ้านสวยๆ รถยนต์มียี่ห้อคันงาม เวลาผ่านเคหสถานบ้านใครสวยๆ ก็ปรารถนาจะได้อยู่ได้เป็นอย่างนั้นบ้าง จึงชอบบอกให้น้องไปที่ห้างพารากอน อิมพีเรียลหรือห้างสรรพสินค้าขนาดใหญ่

ใหญ่ เพื่อแวะร้านเครื่องประดับ เครื่องแต่งกายยี่ห้อดัง นาฬิกา ยี่ห้อแพงๆ ไม่มีเงินซื้อก็ขอให้ได้ดู น้องก็รับภาระ เดินทั้งวัน เหน็ดเหนื่อยก็ไม่บ่นแต่ประการใด

บ่อยครั้งที่อดใจอยากได้ไม่ไหวลูกคนโตก็บอกให้เราซื้อให้ เราก็อินดีอยู่แล้วเพราะเราคิดว่า เป็นความต้องการของตน อยากให้ตัวของตนดูดี เป็นที่ชื่นชมของผู้พบเห็นโดยเฉพาะเพศตรงข้าม

เราเสียทรัพย์ไปมากกับความต้องการของลูกคนโตที่จะตามแฟชั่น หรือหวาดตามกระแสนิยม มาทราบตอนหลังว่าลูกคนเล็กไม่ค่อยกระตือรือร้นเท่าไรนัก เพราะเมื่อพี่ต้องการความสวยงาม น้องก็เป็นภาระต้องแต่งหน้า แต่งตา ทาปาก แต่งเล็บ เสียเวลาและเหน็ดเหนื่อย ส่วนพี่ไม่เห็นทำอะไรสักอย่าง มีแต่ดีโนนดีนี่ ไม่ค่อยชม

เห็นข้อความขอบอื่นใดที่ขอบดูผู้หญิงสาวสวยๆ หรือผู้ชายมาดแมน ยิ่งเดี๋ยวนี้ สาวๆ ชอบใส่กระโปรงสั้น สายเดี่ยวผู้ชายก็เปลือยอก เห็นชนหน้าอกสฟรั่ง... พี่จะสั่งให้น้องไปยืนมองผู้คนที่เดินผ่านไปมาตามห้างสรรพสินค้า เช่น ลานคนเดินหน้าสถานีรถไฟฟ้าน้ำค้างโตคิว เมื่อเห็นหนุ่มหล่อหรือหญิงสาวสวยเดินผ่านมาก็ถือวิสาสะเข้าไปเชยชม และลวงเกินด้วยสายตาทะลึ่ง บ่อยครั้งที่พี่คนโตก็หลบหนีน้อง เข้าไปลูบไล้ ขณะที่หนุ่มๆ สาวๆ เหล่านั้นเดินผ่าน แต่ไม่มีใครมองเห็นสาวจึงไม่ทราบ ว่า ถูกลวนลามพี่จึงเข้าถึงหนุ่มหรือสาวเหล่านั้นโดยไม่โดนตบหน้า หรือโดนตำรวจจับ

พี่ถูกตามใจ จนยามใจ เห็นใครหล่อใครสวยก็ทำอย่างนี้เสมอ ไม่คำนึงว่า เป็นลูกใคร คู่ใครเมียใครที่สำคัญผิวดูดีว่าเป็นเป็นก็สามีหรือเป็นขู้ภรรยาคนอื่นเขาอย่างนี้สนุกดี ไม่ต้องรับผิดชอบอะไร ไม่โดนเมียหรือคู่เขามาเล่นงานตามตบตี และคิดว่า เป็นขู้ทางใจไม่ผิด เพราะมีเพลง “ขู้ทางใจ” หากผิดเขาก็คงไม่แต่งเพลงนี้ออกมาพี่ทำอย่างนี้ โดยไม่รู้สึกละอายหรือสะดุ้งสะเทือนจนทำให้เราผู้เป็นพ่อ/แม่เชื่ออย่างนั้นไปด้วย

เราผู้เป็นพ่อ/แม่ก็ถูกมอมเมาความรู้สึกนั้นจนเสพติดและไม่เคยทักทานลูกเลย เพราะเราก็คิดว่า ทั้งหมดนี้เป็นความรู้สึกของเราเอง แม้อกลับมาถึงบ้านพี่ก็ยังเก็บภาพหนุ่มหล่อ/สาวสวย

โสดหรือไม่โสดเหล่านั้นมาฉายภาพรักอีกครั้งแล้ว ครั้งเล่า โดยเราก็ไม่ได้ห้ามปรามหรือหักห้ามใจ

พี่ชอบดูละครโทรทัศน์เสนอเรื่อง "น้ำเน่า" สะท้อนสังคมแห่งความฟุ้งเฟ้อ อัจฉา ริษยา ตัวละครพูดจาไม่สุภาพ ใช้คำว่า แก เอง โวย เว้ย ฯลฯ เป็นเรื่องปรกติ ก็ทำให้พี่ยิ้มปากน้องพูดถ้อยคำไม่สุภาพบ่อยๆ พฤติกรรมของพี่กลายเป็นพฤติกรรมของเรา ทำให้คนอื่นหรือคนรอบข้างจะรู้สึกว่เราฟุ้งเฟ้อ เจ้าชู้ และพูดจาไม่ดี

## ๔ กลับไหล

ความตื่นความหลับเป็นของคู่กัน ความหลับไม่ได้หมายถึงนอนหลับตา บางทีตายังเปิดโพลง แต่หาได้มีแววที่จะมองเห็นอะไรตามสภาพที่เป็นจริงไม่ เช่น คืนนี้ ขณะนี้ท่านมองรอบตัวก็เห็นว่า มีแสงสว่าง แต่ที่จริงมีความมืดสลบความสว่าง 50 ครั้งต่อวินาที แต่ท่านกลับไม่เห็นความมืด

ขณะนี้ ท่านรู้สึกว่ท่านนั่งนิ่งๆ แผนดินไม่ได้สะเทือนไหว แต่ที่จริง ท่านกำลังเคลื่อนที่ไปพร้อมๆ กับโลกด้วยความเร็วถึง 1440 กิโลเมตรต่อวินาทีหรือประมาณ 5,184,000 กิโลเมตรต่อ....

ในบริบทที่อยู่ใกล้ตัว เราเพียงหลับไหลเพราะรู้ไม่เท่ากันว่ เราเกิดมาคนเดียวหรือเกิดพร้อมกับใคร เรามีคนเดียวหรือมีคนอื่นอยู่ด้วย นี่คืสิ่งที่เราค้นพบ....

ตั้งแต่เกิดมา เรามักจะหลับๆ ตื่นๆ ปล่อยให้ลูกคนโตและลูกคนเล็ก นำพาชีวิต จนทำให้เราเตือนรอนครั้งแล้ว ครั้งเล่า เราหลับไหลอยู่ตลอดเวลา อย่างน้อยก็จ้วเจีย

เราดำรงชีวิตแนบแน่นกับลูกคนโตและลูกคนเล็ก อย่างแยกไม่ออก จนในที่สุดเราก็หลับสนิท ปล่อยให้ลูกสองคนครอบงำ ดำเนินชีวิตตามที่ลูกทั้งสองคนปรารถนาตั้งแต่แบเบาะจนเติบโตใหญ่

เมื่อยังเป็นทารก เรามองเห็นตัวเองนอนแบเบาะ ห้อมล้อมด้วยเพื่อนๆ ที่เคยเห็นมาก่อนเกิด ทำทางใจดีหยอกล้อให้ยิ้มสู้กับชีวิตใหม่ ได้ยินคุณแม่ยิ้มและถามว่ "ลูกยิ้มกับใคร" บางครั้งเราก็มองเห็นตัวเองกำลังนอนดูดนมแม่

เมื่อโตขึ้น เราก็มองเห็นตัวเองกำลังหัดเดินและหัดพูด เราเห็นตัวเองเสียใจและโกรธ เพราะขัดใจไม่สมหวัง และเห็นตัวเองดีใจเพราะได้ในสิ่งที่หวัง

แต่ในความเป็นจริง คืลูกคนเล็กต่างหากที่หัดเดิน หัดพูด และลูกคนโตต่างหากที่เสียใจ ดีใจและสมหวัง



## ๕ สำคัญผิด

เราสำคัญผิดในความรู้สึกของลูกคนโตและอาการของลูกคนเล็กอยู่เสมอ

เมื่อถูกคนอื่นตำหนิ ลูกคนโตก็จะโกรธหรือไม่สบายใจ เมื่อพี่คนโตไม่สบายใจ น้องคนเล็ก ก็เซื่องซึม เมื่อพี่คนโตโกรธ น้องคนเล็ก ก็แสดงอาการสีหน้าไม่พอใจ ส่งเสียงเอะอะ โวยวาย ตาทอด้วยว้าจาหยาบคาย

เราเองก็เจ็บปวด และคิดว่า ความเดือดร้อนของลูกคนโต และการแสดงออกของลูกคนเล็กเป็นกิริยาอาการของตนเอง

เมื่อมีคำชมหรือสรรเสริญจากคนอื่น ๆ ลูกคนโตชอบใจ น้องก็จะยิ้มกริ่มแสดงอาการพึงพอใจ เมื่อพี่คนโตไม่สบายใจ น้องคนเล็ก ก็แสดงอาการเซื่องซึม เมื่อพี่คนโตโกรธ น้องคนเล็กก็จะแสดงอาการสีหน้าไม่พอใจ พุดจาไม่ไพเราะ

เราเองก็เราก็ภูมิใจและดีใจ และคิดว่า ความยินดีของลูกคนโต และการแสดงออกของลูกคนเล็ก เป็นกิริยาอาการของตนเอง

เมื่อมีอะไรมากระทบน้องคนเล็ก ทำให้เป็นบาดแผล เจ็บปวด พี่คนโตก็หงุดหงิด รำคาญ เพ้อปน กล่าวโทษน้องว่า สะเพร่า ไม่ระมัดระวัง หรือไม่ก็โทษคนอื่น แทนที่จะโทษตนเอง ว่า ที่น้องต้องเจ็บตัว อาจเป็นเพราะพี่ คือน้องทำตามคำสั่งของพี่ หรือเป็นเพราะพี่ไม่ใส่ใจดูแลน้อง ชอบบังคับให้น้องป็นรั้ว ปืนกำแพง ปืนหน้าต่างไปหาสาวที่เปิดหน้าต่างรอ หรือโทรไปหาหนุ่มเพราะทนคิดถึงไม่ได้ หรือบอกให้น้องไปลูบลักลัมเป็นมัดๆ ของหนุ่มหรือ ลูบแก้มสาวเพื่อให้สัมผัสความแมนของหนุ่มหรือความละมุนแห่งผิวสาว แล้วก็ถูกสาวตบหน้าทำให้น้องเจ็บ แสบพี่คนโตก็รู้สึกอับอาย เราก็เจ็บปวดรวดร้าวไปกับน้องด้วย

เมื่อน้องคนเล็ก เกิดโรคภัยไข้เจ็บพี่คนโต ก็เศร้าซึม คงไม่ใช่เป็นห่วงน้องหรอกนะ แต่กลัวจะสูญเสียหาสรบใช้ คือ น้องคนเล็กมากกว่า และตำหนิหาว่า น้องทำให้เสียเวลา เสียโอกาส

สนุกสนาน เพราะไปไหนๆ ไปเที่ยว ฯลฯ ก็ไม่ได้ แทนที่จะให้กำลังใจ ปลอบใจ และอัดฉีดพลังใจให้น้องต่อสู้กับความเจ็บปวด เพื่อเอาชนะโรคภัยที่เกิดขึ้น

เราเองก็รับเอาความรู้สึกเจ็บปวดไว้เต็มอก แทนที่จะให้กำลังใจลูกคนเล็ก เพื่อให้เอาชนะโรคภัย เราก็มักเข้าไปยุ่งๆ อย่างไร

พี่คนโตกับน้องคนเล็กทำงานเป็นทีม สนิท แนบแน่น พี่เป็นผู้วางแผน เตรียมการ และสั่งให้น้องเป็นผู้ทำ โดยไม่โต้แย้ง น้องอาจทักท้วงบ้าง ท้ายสุดก็ทำตามพี่ที่สั่งอยู่ดี เรียกได้ว่าพี่เป็นนายน้องเป็นบ่าว น้องรับใช้ตามใจ จนทำให้พี่ได้ใจ

พี่ทำอะไรเองไม่เป็น ใต้แต่คิดและวางแผนอย่างเดียว ส่วนน้องเป็นคนลงมือทำ เมื่อน้องทำอะไรไม่ถูกใจพี่ก็หงุดหงิด

พี่ไปไหนเองไม่ได้ ต้องให้น้องพาไป บางครั้งน้องไปอยู่กลางแดด ร้อนจนเหงื่อโทรมตัวพี่ก็อึดอัด ไม่พอใจ บังคับให้น้องหลบแดดหรือไปอยู่ในที่ร่มไม่หนาว แม้ที่บ้าน เราก็ต้องติดแอร์เพื่อให้ลูกอยู่เย็น แต่พี่ก็ไม่เป็นสุข เพราะพี่มักเป็นเจ้าความคิด และมักจะคิดอยากได้เกินตัวเสมอ ผู้ที่สนองความต้องการคือน้อง และเรา

พี่ชอบฟังเสียงเพราะๆ เราและน้องก็ต้องพาไปฟังเพลง

พี่ชอบดูสิ่งสวยงาม เราและน้องก็ต้องพาไปเที่ยวชมโน่นชมนี้ ที่จริงพี่ไม่สนใจธรรมชาติเท่าไร สนใจอยากเห็นผู้หญิงสวยสาว/หนุ่มหล่อมากกว่า เมื่อเห็นหนุ่มหล่อ/สาวสวย ก็มักเข้าไปลูบลักลัม เล้าโลม สมสู่ ทำให้เราและน้องเกิดอคติ ความรู้สึกชู้ช่าไม่ได้ บางทีพี่ก็สั่งให้น้องไปจับเนื้อต้องตัวหนุ่มหรือหญิง หรือไปชื่นใจหนุ่มหรือหญิงอื่น โดยน้องไม่มีทางขัดขึ้น เมื่อถูกตำรวจจับตัวไปซึ่งพี่ก็ลอยตัวเพราะพี่ไม่ได้เข้าไปยุ่งในท้องถิ่นด้วย แม้จะเสียใจ เศร้าใจ หงุดหงิดและโกรธ คนถูกจับคือน้อง ส่วนพี่เศร้าซึมประเดี๋ยวเดียวก็ลืมและหนีไปเที่ยวอีก เพราะสามารถไปไหนมาไหนได้เพียงด้วยความคิด

น้องมีความต้องการน้อย น้องจะกินเมื่อหิว เมื่อรู้สึกว่าจะอิ่มน้องจะหยุดกิน แต่ส่วนใหญ่จะหยุดไม่ได้เพราะพี่ยังอยากทาน น้องก็ต้องกินต่อเพื่อสนองความต้องการของพี่

ด้านกามฉันทะ น้องจะมีความต้องการไม่บ่อย เราเคยไปปฏิบัติสมาธิที่ต้องถือศีล 8 และเคยไปบวชเป็นพระสงฆ์อยู่ 15 วัน ลูกคนโตก็ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี ไม่อยากกินโน้นกินนี่ ไม่ตริกในกามารมณ์ น้องก็แทบจะไม่มีความต้องการเลย ไม่รู้สึกหิวในตอนบ่ายๆ หรือตอนเย็น จึงมีคำตอบที่เคยสงสัยว่าพระภิกษุท่านอยู่ได้อย่างไรเมื่อเคร่งครัดในพรหมจรรย์ แต่เมื่อออกจากศีล 8 หรือสึกออกมา ความหิวก็ครอบงำทั้งๆ ที่ก่อนสีกจะไม่รู้สึกหิวเลย แต่นี่ทันทีที่ผ้าเหลืองพ้นจากตัว ความรุ่มร้อน ความหิว และกามฉันทะก็กลับครอบงำมาอีก

เราและลูกคนเล็กจึงตามใจลูกคนโตอยู่เสมอตั้งแต่เกิดจนเจริญวัยขึ้น ผลจึงปรากฏว่า เราได้รับความเดือดร้อนไม่หยุดหย่อน จะมีความสุขอยู่บ้างก็ไต่ตั้งใจหรือสุขกาย คือ ได้อยู่บ้านสวย มีรถยนต์คันงาม แต่กระนั้น ลูกคนโตก็ไม่พอใจ กระเสือกกระสนที่จะมีบ้านหลังใหญ่ขึ้น เปลี่ยนรถยนต์ราคาแพงขึ้น แต่เมื่อผิดหวัง ถูกตำหนิ ดิเตียน ลูกคนโตก็จะโกรธ ไม่พอใจ เก็บไปคิดแล้วคิดอีก ลูกคนเล็กก็เดือดร้อนไม่เป็นอันหลับนอน

ชีวิตเราดำเนินอย่างนี้มาตลอดชีวิต สุขปนทุกข์ ไม่เว้นแม้แต่วันเดียว แต่ทุกข์นั้นแหละมากกว่าสุข!

## ๖ ลำเอียง

เมื่อความหลงผิดที่ทำให้เราติดแน่นกับลูกคนโตและคนเล็กอย่างแยกกันไม่ออกเช่นนี้ ผลเสียก็เกิดขึ้น คือเราลำเอียงเพราะให้ความสนใจรูปลักษณะของลูกคนเล็ก และมักมีคนอื่นชมว่า ใส่เสื้อผ้าสวย ทรงผมเก๋ แต่งเล็บงาม รองเท้าจ๊าบ ฯลฯ เมื่อมีคนชมรูปร่างของน้องคนเล็ก พี่คนโตก็พอใจ เราก็พลอยปลื้มไปด้วย

ลูกคนเล็กจะแต่งเนื้อแต่งตัวตามความอยากสวยอยากงามของลูกคนโต เราก็เลยถือเป็นภาระที่จะต้องดูแลให้ลูกคนเล็กดูดี ถูกบังคับให้ดูแลรูปร่างลูกคนเล็กด้วยการอาบน้ำ หา เครื่องประดับและเครื่องแต่งกายอย่างดี ราคาแพง และลืมนดูแลลูกคนโต เราจึงกลายเป็นคนลำเอียงเพราะความหลงและความอ่อนแอบังคับลูกคนโตไม่ได้

เราอาบน้ำให้ลูกคนเล็กวันละสองเวลา แต่ไม่เคยดูแลให้ลูกคนโตอาบน้ำเลย ลูกคนโตไม่มีรูปร่าง จึงชำระล้างด้วยน้ำาธรรมดาไม่ได้ ต้องใช้น้ำพระธรรมคือบุญเท่านั้น เมื่อเราเจอพาลูก คนโตไปอาบน้ำ (ชำระใจ) ที่วัด พุทธสถาน โบสถ์ หรือมัสยิด เขาก็จะฮึดฮัด ต่อต้าน หาเหตุผลร้อยแปดที่จะไปไม่ไป เราก็อ่อนแรง สุดจะบังคับเขาได้ ดังนั้นจึงได้แต่ชำระลูกคนเล็กให้สะอาด

ลูกคนโตก็ได้แต่หมักหมมความสกปรกให้พอกพูนขึ้นทุกขณะ ลูกคนโตชอบเงินทอง ความร่ำรวย และออกจะชอบทำอะไรเอาหน้า ชอบคำเยินยอ เมื่อมีใครชมก็หน้าบานด้วยความดีใจ ด้วยความที่ยังคิดว่าใจคือตนเอง เราก็เลยสกปรกมอมแมมตามลูกคนโตไปด้วย คือตกอยู่ในความหลงว่า อำนาจและเงินตราคือทุกอย่าง ทำเพื่อให้ได้ตำแหน่งที่จะมีคนนับหน้าถือตา สรรเสริญ และได้ลาภยศ เราจึงต้องทำงานหนักเมื่อจะได้เงิน และได้อำนาจ เมื่อมีคนขัดขวางให้เราพ้นจากตำแหน่ง เราก็จะโกรธและไม่พอใจ สั่งสมอำนาจและเงินทองอย่างไม่รู้จักพอตามความต้องการของลูกคนโต

เพื่อจะให้दनดูดี เท่ และสง่า เราต้องหาเงินซื้อเสื้อผ้าราคาแพงให้ลูกคนเล็กสวมใส่ตามบัญชาของลูกคนโต แต่ไม่ได้

ดูแลหาเครื่องประดับปกป้องลูกคนโตเลย เขาเป็ลือยเปล่า ขาดสิ่งใดมาครอบให้พ้นจากการถูกระทบกระแทก ทำให้ลูกคนโตประมาท หลงละเล็งในแสงสี ชอบฟังเพลง เทียวคลับเที่ยวบาร์ ฯลฯ ดูแคลนเพื่อนๆ ที่เขาไปวัดฟังธรรมะ และปฏิบัติภาวนา เพื่อกันคนอื่นเขาอบรมลูกคนโตและลูกคนเล็กให้อยู่ในโอวาทได้ แต่เราทำไม่ได้เลย ผลที่เกิดขึ้นคือเราประสบความเดือดร้อน เสียชื่อเสียง เสียทรัพย์ และเสียความเป็นมนุษย์เพราะพฤติกรรมของลูกคนโต

สรุปก็คือ เรากลายเป็นคนล่าเหยียดโดยไม่ได้ตั้งใจ เพราะประพฤติปฏิบัติเหมือนคนอื่น ๆ ที่อยู่รอบตัว เพราะเรามีดูแลลูกคนเล็กและปล่อยให้ลูกคนโตเติบโตใหญ่ตามยะถากรรม เขาจึงมอมแมม หนักอึ้ง มองอะไรไม่เห็น หลง โกรธและโลภ.

## ๗ คอนโดสามชั้นมีดาษฟ้า

วันหนึ่งเราได้พบกับผู้รู้คนหนึ่งที่เคยสำคัญผิด ถูกครอบงำด้วยลูกคนโตเหมือนเรา เขาชี้ทางให้เราแยกแยะความจริงว่า ตั้งแต่เกิดมาเราหลับไหลหรือหลับๆ ตื่นๆ ตลอดเวลา เขาพาเราไปพบหลวงพ่อกะเจ้อาจารย์

จากการปฏิบัติตามคำแนะนำของหลวงพ่อกะเจ้อาจารย์ เราได้คิดว่า การปฏิบัติเพื่อเข้าสู่ความหลุดพ้น เทียบได้กับคอนโดหลังหนึ่ง ซึ่งมีใต้ถุน เป็นอาคารสามชั้นและมีดาษฟ้า ผู้คนส่วนใหญ่อาศัยอยู่ใต้ถุนคอนโด จึงไม่ได้แสงสว่าง จึงอยู่ใต้เงาคอนโด หน้าจึงมืด พระจึงเรียกคนเหล่านั้นว่า “ปลุกชน” (ผู้ยังมีมืด)

คำถาม-ทำไมจึงอยู่ใต้ถุน ทำไมไม่เดินขึ้นข้างบน?  
คำตอบ-ที่ขึ้นข้างบนไม่ได้เพราะไม่มีแรงเดินขึ้นบันไดไปยังชั้นสองหรือชั้นที่สูงขึ้น ที่เดินขึ้นบันไดไม่ได้เพราะเป็นบันไดพิเศษมี 16 ชั้น ก้าวขึ้นได้ยาก ที่ก้าวเท้าขึ้นไปได้ยากเพราะลูกคนโตมีน้ำหนักมาก เพราะลที่ยาวได้หอบหิวอะไรต่ออะไรไว้เต็มไปหมด แคจะเคลื่อนไหวไปมาบนพื้นดินธรรมดาถ้าลำบากแสนเข็ญ ไหนเลยจะสามารถก้าวขึ้นบันไดไปได้แม้เพียงชั้นเดียวก็เกอะแกมยังมีน้องคนเล็กเป็นแฝดคู่อีกด้วย หากจะก้าวขึ้นชั้นแรกได้ พี่คนโตก็ต้องแยกตัวเองออกจากรองคนเล็กก่อน จะคอยเป็นนายใช้สอยให้น้องทำโน่นทำนี่ให้ตนอีกไม่ได้

ด้วยเหตุนี้ ลูกคนโตจึงไม่ยอมที่จะแยกน้องคนเล็กให้ห่างตนเอง ร้ายกว่านั้น บรรดาสิ่งของที่หอบไว้มากมายจนหนักอึ้ง ลูกคนโตก็ไม่ยอมปล่อยให้วางจึงก้าวขึ้นข้างบนไม่ได้สักที

หลวงพ่อกะเจ้อาจารย์อธิบายให้ฟังว่า บันได 16 ชั้น ประกอบด้วย 3 ช่วง คือ

*ช่วงแรก 4 ชั้น (ชั้นที่ 1-4) เป็นชั้นที่เราจะต้องหัดแยกลูกคนโตออกจากลูกคนเล็ก (แยกรูปจากนาม หรือ กายกับจิต) เหมือนกับพิจารณาให้เห็นชัดว่า คนขับรถกับรถยนต์เป็นคนละส่วนกัน*

*ช่วงกลาง 7 ชั้น (ชั้นที่ 5-11) เป็นช่วงที่ผู้เดินเห็นชัดเจนแล้วว่า ใจและกายเป็นคนละส่วนกัน เทำเดิน แต่ใจต้องคอยมีสติเตือน ให้ต้องระวังภัยและโทษที่จะเกิดขึ้นจากการเดินขึ้นบันได เดินขึ้นมาได้พักหนึ่ง ก็เกิดความเบื่อหน่ายพยายามจะขึ้นไปให้พ้นแต่ก็ทำไม่ได้ เหมือนคนขับรถที่เห็นโทษเห็นภัยที่เกิดจากการขับรถ เกิดความเบื่อหน่ายในการนั่งอยู่ในรถ อยากจะออกจากรถ พยายามจะเปิดประตูรถ แต่เปิดไม่ได้จึงทำใจวางเฉยทนนั่งอยู่ในรถและขับรถต่อไป แต่รู้ตัวแล้วว่า จะต้องขับรถไปตามถนนที่ดี ไม่เที่ยวขับสะเปะสะปะ ชิงหน้าชิงหลังอีกต่อไป*

*ช่วงที่สาม 5 ชั้น (ชั้นที่ 12-16) เป็นชั้นที่ผู้เดินจะต้องออกแรงมากขึ้นด้วยความมุ่งมั่น ทำลายความสังเล ความเกียจคร้านให้หมดไปจนสามารถก้าวไปถึงบันไดชั้นที่ 16 แล้วก็นั่งบนพื้นชั้นที่สอง มองลงมาดูบันไดทั้ง 16 ชั้น ทบทวนความยากลำบากระหว่างเดินขึ้น และมีความภาคภูมิใจที่ปีนขึ้นมาได้สำเร็จ เหมือนกับคนขับรถที่เมื่อไม่สามารถเปิดประตูรถออกมาได้ จะด้วยเหตุผลใดก็ตาม เขาก็จะมุ่งมั่น ขับรถไปสู่เส้นทางที่ควรจะไป ไม่ขับรถลงห้วยลงเหวหรือฉวัดเฉวียน ไม่ซ้่าก็ขับรถมาถึงอุ้งล้งรถ คนขับก็นำรถเข้าไปล้าง เสร็จแล้วก็นำรถไปเข้าห้องอบรถ ทำให้เชื้อโรคถูกเผาผลาญไป เมื่อขับรถออกมาแล้วก็ปรากฏว่า สามารถเปิดประตูออกจากรถได้ จึงสัมผัสความปลอดภัยไปร่องอย่างบอก สบายไร้การบีบคั้น เมื่อออกมาจากรถได้ก็พิจารณาเส้นทางตั้งแต่ก้าวขึ้นรถ สตาร์ทเครื่องและขับรถยนต์มาจนถึงเป้าหมาย*

หากเป็นการปฏิบัติการเดินทางไปถึงชั้นสองของคอนโดฯ ก็เรียนกว่า ได้บรรลุเป็นพระโสดาบัน

จากชั้นสองขึ้นไปชั้นสาม ก็มีบันได 16 ชั้นเช่นกัน หากปีนขึ้นไปถึงชั้นสามก็บรรลุเป็นพระสกิทานาคามี

*บันไดชั้นสู่ชั้นสามแต่ละชั้นก็ประสบความสำเร็จเช่นกัน แต่หนักหน่วงกว่าการเดินทางชั้นที่สอง*

จากชั้นสามขึ้นไปชั้นสี่ ก็มีบันได 16 ชั้นเช่นกัน หากปีนขึ้นไปถึงชั้นสี่ก็บรรลุเป็นพระอนาคามี  
*บันไดชั้นสู่ชั้นสี่แต่ละชั้นก็ประสบความสำเร็จเช่นกัน แต่หนักหน่วงกว่าการเดินทางชั้นสาม*

จากชั้นสี่ขึ้นไปตาดฟ้า ก็มีบันได 16 ชั้น เช่นกัน หากปีนขึ้นไปถึงชั้นตาดฟ้าก็บรรลุเป็นพระอรหันต์  
*บันไดชั้นสู่ตาดฟ้าแต่ละชั้นก็ประสบความสำเร็จเช่นกัน แต่หนักหน่วงกว่าการเดินทางชั้นสี่*

เพื่อให้สามารถเดินขึ้นบันไดสุคอนโดฯ ชั้นสอง สาม สี่ และตาดฟ้า เราต้องปฏิบัติกับหลวงพ่อบ้านแนะนำให้เข้าปฏิบัติธรรมในสายเอกคือสายวิปัสสนา ที่มุ่งให้แต่ละคนแยกรูปและนาม คือแยกกายออกจากใจ ในขณะที่เดินจงกรมและนั่งสมาธิ โดยการพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม

เราพิจารณากายว่า กำลังนั่ง นอน เดิน วิ่ง เดิน เราพิจารณาเวทนา คือ ความรู้สึก ว่า เมื่อย ล้า เหนื่อย สุข ทุกข์ หรือไม่สุข ไม่ทุกข์ เราจะรู้สึกดี หากรู้สึกเฉยๆ คือ "ไม่สุข ไม่ทุกข์"

เราพิจารณาจิต โดยดูอาการของจิต ว่า กำลังคิด ใคร่ครวญ วิดก กังวล ห่วง หวง เสียใจ อยากได้ อยากมี อิจฉา ริษยา เสียใจ น้อยใจ ขุ่นเคือง โกรธในสิ่งที่คนอื่นว่าร้าย ตน เศร้าใจ เสียใจ หรือจิตกำลังมีอาการอย่างไร เราจะรู้สึกดี เมื่อจิตไม่คิดอะไรเลย

เราพิจารณาธรรมโดยดูสภาวะในภาพรวมว่า เรายังชอบความสวยงามอยู่หรือไม่ มีความอยากสวยอยากงามหรือไม่ มีใจผูกพยาบาท แค้นเคืองใคร รังงเหงาวชมเขา ฟุ้งซ่าน หรือสงสัยลังเลในทางแห่งความดีหรือไม่ เราจะรู้สึกดีเมื่อ เราไม่รักสวยรักงาม ไม่แค้น ไม่ง่วง ไม่ฟุ้งซ่าน และไม่สงสัยลังเลในแนวปฏิบัติตามทางสายเอก เราสรุปได้ว่า เดินอย่างเดียว นั่งอย่างเดียว อย่างสม่ำเสมอโดยกำกับดูแลใจให้รู้เท่าทันอาการทางกายและ

ความคิดของตนเองก็จะพาเราให้พ้นจากสภาพบีบคั้นที่ยากจะทนคือพระนิพพาน

เราได้เข้าปฏิบัติธรรมกับหลวงปู่ทองแห่งวัดพระธาตุศรีจอมทอง อำเภอจอมทองจังหวัดเชียงใหม่ บนทาง “สายเอก” และประสบความสำเร็จ ทำให้เราสามารถแยกตนออกมาจากครอบงำของลูกคนโตและลูกคนเล็ก ไม่ว่าลูกคนโตจะคิดจะรู้สึกอย่างไร เราก็แยก “ตน” ออกจากลูกทั้งสอง จนเรียกได้ว่าขณะนี้เรากำลังจะตื่นจากหลับแล้ว

## ๘ ตื่นจากหลับ

บัดนี้และวันนี้ เราได้ตื่นจากหลับแล้ว แม้จะยังไม่ตื่น ไม่เบิกบาน หรือยังไม่รู้แจ้งเต็มที่ เรายังมีราคะและภีคะ แต่ตั้งใจแน่วแน่ว่าจะต้องตัดให้หมดสิ้น ผู้ที่จะช่วยให้เป็นจริงได้คือลูกคนโต เพราะจะเป็นพาหนะนำเราไปสู่เป้าหมาย แต่เราต้องอบรมลูกคนโตอีกมากในการภาวนา บริกรรมและอธิฐานจิต และอาศัยกายคือลูกคนเล็กในการเดินจงกรม เพื่อให้จิตคือลูกคนโตรู้เท่าทันสิ่งที่กายคือลูกคนเล็กแสดงอาการนั่ง นอน ยืน เดิน วิ่ง กิน และ กระทำอาการต่างๆ ....

เราเห็นความจริงอย่างเด่นชัดว่าตลอดเวลาที่ผ่านมา เราถูกลูกชายคนโตครอบงำตลอดเวลา เราหลงผิดคิดว่า ความรู้สึกนึกคิดที่ลูกคนโตมีคือความรู้สึกนึกคิดของตน เวลาอากาศร้อนเหงื่อไหล เราก็คิดว่า เราเดือดร้อน ที่จริงลูกคนเล็กต่างหากที่รู้สึกร้อน แต่ผู้ที่เดือดร้อนคือลูกคนโต เพราะเขาไปรับอารมณ์ความรู้สึก จึงบอกให้น้องพราบ่น เพราะไม่อยากรู้สึกร้อน เวลาอยู่ในห้องแอร์อากาศเย็นมาก ลูกคนโตก็บ่น

บัดนี้ เรารู้แล้วว่า เรา ลูกคนโต และลูกคนเล็กเป็นคนละส่วนกัน แต่พึ่งพาอาศัยกัน เราต้องพึ่งพาลูกคนโตเพื่อเป็นพาหนะนำเราลอยให้สูงขึ้น เราต้องอาศัยลูกคนเล็กเพื่อเป็นเครื่องมือปฏิบัติเพื่อสร้างความเข้มแข็งให้ลูกคนโต เพราะหากไม่มีลูกคนเล็ก ลูกคนโตก็ทำอะไรเองไม่ได้ เราก็เดือดร้อน

...เราได้ค้นพบความจริงแล้วว่า เราต้องอบรมลูกคนโตให้รู้ดีรู้ชั่ว รู้ถูกรู้ผิด รู้ควรไม่ควร เราต้องอบรมลูกคนโตไม่ให้เอารัตเอาเปรียบน้องคนเล็กเพื่อใช้สอยหรือบังคับให้ลูกคนเล็กมองหาความสวยงาม ความไพเราะลึมรสอร่อย ดมกลิ่นหอม หรือสัมผัสความละมุนละไม

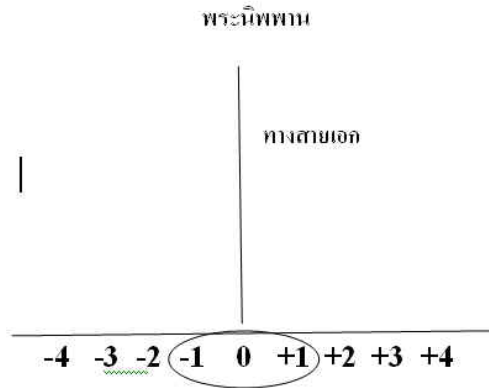
...เราตระหนักแล้วว่า ทางเดินของเรามีเพียงเส้นเดียว เป็นทางสายเอก ทำไมหรือ?

เป็น “ทางสายเอก” เพราะมีลักษณะสำคัญ 5 ประการ คือ (1) เส้นทางนี้เป็นคำสอนของพระพุทธองค์ (2) มีใน

พระพุทธศาสนาเท่านั้น (3) เป็นทางด่วนเส้นทางเดียวที่จะนำไปสู่สถานี่ปลายทางคือ แดนสงบ (นิพพาน) ที่จะให้เราอยู่เหนือความแตกดับ (โลกุตตระ) มีชีวิตนิรันดร์ ไม่แปรปรวน ไม่กำเริบ เป็นดินแดนที่ไม่มีต้นไม้ ไม่มีแม่น้ำ ไม่มีทะเล ไม่มีดาว ดวงจันทร์ ดวงตะวัน (4) ทางด่วนสายนี้มีจุดเริ่มต้นเป็นทางขึ้นที่ชมพูทวีป (คือดินแดนที่เป็นที่ตั้งของ ไทย ลาว เขมร พม่า และมอญ-ไมใช่อินเดียหรือเนปาลเพราะเป็นพาหิราประเทศหรือประเทศวงนอก) (5) เป็นทางด่วนที่ระหว่างทางมีเฉพาะทางลงแต่ไม่มีทางขึ้น ยกเว้นแห่งเดียวที่มีทางขึ้นคือบนรูปพรหมชั้นสุทธवास เท่านั้น

ผู้เข้าสู่ทางสายเอกแล้วอาจจะเดินทางต่อไปได้จนถึงจุดหมายหรือป้ายสุดท้ายในชาตินี้ หรืออาจลงไปหยุดพักได้ 7 ป้าย (เจ็ดชาติ) แต่ต้องย้อนกลับไปขึ้นทางด่วนที่จุดเริ่มต้น ...เรารู้แล้วว่า ประตูที่เข้าสู่แดนนั้นมีขนาดเล็ก เส้นผมผ่าสามซีกก็ยังไม่เข้าไปได้ ดังนั้นเราจึงเอาอะไรไปด้วยไม่ได้เลยเมื่อเข้าสู่แดนสงบ

เรานึกถึงเรขาคณิตที่แสดงเส้นตรงเส้นหนึ่ง ตั้งอยู่บนเส้นตรงอีกเส้นหนึ่ง จุดจัดคือ 0 บนเส้นระดับด้านซ้ายจะเป็นลบ คือ -1 -2 -3 -4 ...ด้านขวาเป็นบวก +1 +2 +3 +4 ....



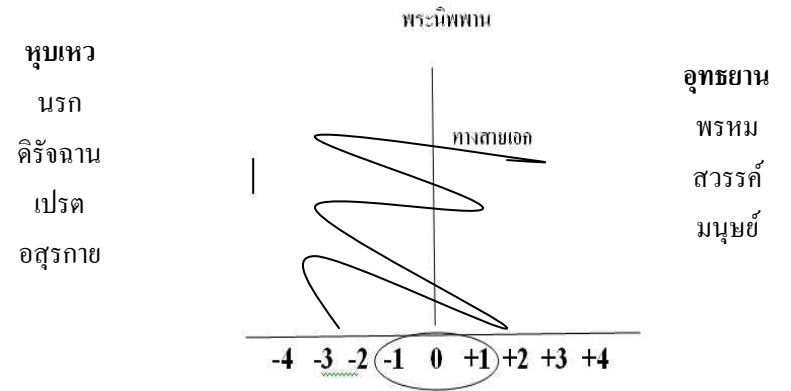
เส้นดิ่งที่จุด 0 คือ ทางสายเอก ซึ่งเป็นทางด่วน สองข้างของทางเส้นนี้ ด้านซ้ายเป็นหุบเหว ทุรกันดาร ร้อนระอุ ด้วยไฟ ที่เผาผลาญตลอดเวลา เผลอประเดี๋ยวเดียว ลูกคนโตและลูกคนเล็กก็จะพาเราไปสู่ความเดือดร้อน คือไปสู่ทุกข์ ด้านขวามือ เป็นอุทยาน มีพืชไม้ดอกนานาพันธุ์ หลากสี หลากรูป ลูกคนโตและลูกคนเล็กก็ชอบแวะป้ายรถเมล์เหล่านี้ บางทีก็เผลอยุ่อาศัยเป็นเวลาแสนนาน เรียกว่า ไปสู่สุคติ

ตั้งแต่เล็กจนถึงเดี๋ยวนี้ เราปล่อยให้ลูกทั้งสองพาเราหักเหจากทางสายเอกไปทางซ้ายบ้าง คือ ทางชั่ว ไปทางขวาบ้าง คือ ทางดี ทำให้เสียเวลาวนเวียนกว่าจะพบทางสายเอก

เราก็ค้นพบความจริงเช่นกันว่า ในอดีตกาลนานแสนนานหลายพันหลายหมื่นภพชาติ เราก็คงถูกลูกคนโตพาเราท่องเที่ยวไปในวิภังค์สาร ทั้งที่เป็นทุกข์และสุคติ

ทุกข์คือการท่องเที่ยวไปในหุบเหวแห่งความทุกข์ทรมาน เพราะลูกคนโตคิดไม่ดี พุดไม่ดี ทำไม่ดี จึงตกนรกหมกไหม้เป็นเวลายาวนาน เรียกว่า ใช้ชีวิตตามด้านซ้ายของทางสายเอกซึ่งเต็มไปด้วยหุบเหว ปล่อยภูเขาไฟ และลาวาที่ร้อนระอุ

สุคติคือ การท่องเที่ยวไปเสวยทุกข์ในดินแดนที่น่ารื่นรมย์คือ อรูปพรหม รูปพรหม สวรรค์ และมนุษย์



หลังจากตื่นจากหลับ เราใช้เวลายาวนานเดินทางบนทางสายเอก ด้วยการอบรมลูกคนโตและลูกคนเล็ก

เราพยายามรักษาฐานะให้ลูกคนโตเกาะเลขศุนย์ ไม่ให้กลิ้งลงมาเกิน -1 และไม่ให้เลื่อนขึ้นไปเกิน +1 (ยินดียินร้ายได้เล็กน้อย)

แรกทีเดียว เราก็พยายามให้ลูกคนโตอยู่หนึ่งด้วยการเดินบ้างนั่งบ้าง หายใจเข้าออกบ้าง ท้ายสุดก็พยายามตามดูลูกทั้งสอง เหมือนดูเด็ก ไม่ให้เดินออกนอกทาง โดยการพิจารณาลูกคนเล็ก ดูความรู้สึกว่า มีอะไรมาบีบบังคับลูกหรือไม่ พิจารณาอารมณ์ของลูกคนโตว่า ห่วง กังวล เสียดาย เศร้าโศก ขุ่นเคืองหรือไม่ ท้ายสุดก็ระวังไม่ให้ลูกคนโตติดในความสวยงาม ไม่ให้พยายาม กว่งเหงา ฟุ้งซ่าน และลิ่งเลโลเล ไม่เชื่อที่เราบอกเราแนะนำ ปราสาธอน

เป็นเวลากว่าห้าปีที่เราอบรมลูกคนโตและลูกคนเล็ก แทบจะบอกได้ว่า ตอนนี้ เราเป็นอิสระจากการครอบงำของลูกทั้งสองแล้วอย่างชัดเจน

แต่ก็มีบางครั้งที่เราก็ติดจริตเดิม คือ คิดหรือทำอะไรตามความเคยชินจนลูกทั้งสองประท้วงว่า ทำไมพ่อทำในสิ่งกำชับพวกเขาไปแล้วว่า ไม่ให้ทำ จึงเกิดความละอายลูกทั้งสอง อยู่บ่อยครั้ง โดยเฉพาะลูกคนโต เช่น ความอยากดูภาพยนตร์ เราชอบดูภาพยนตร์มาก เมื่อมีภาพยนตร์เรื่องใหม่ๆ มา เราก็จะไปดู ทั้งๆ ที่ก็เคยสอนลูกๆ ว่า อย่าเที่ยวดูหนัง ฟังเพลง เพราะทำให้เสียเวลา แต่เรากลับไปดูเอง ก็เลยไม่แน่ใจว่า ที่อยากดูหนังหรือฟังเพลงเป็นเพราะ เราอยากดู หรือเราถูกลูกคนโตครอบงำ *กระนั้นเมื่อทำอะไรที่เคยห้ามลูกไม่ให้ทำ เราก็รู้สึกอายลูกทั้งสอง ก็คงจะเป็นการ "ละอายใจตนเอง" เหมือนที่ชาวบ้านเรียกกัน เพราะพวกเขาไม่ทราบว่ ใจ คือ ลูกคนโต*

## ๙ เนรคุณเราทั้งพี่ทั้งน้อง

**เราตื่นแล้ว ตระหนักแล้วว่า ลูกทั้งสองเนรคุณเรา มาทั้งชีวิต**

ลูกคนโตทำอะไรก็ไม่เคยนึกถึงเรา บังคับให้เราและน้องสนองความต้องการของตน ให้เราบำเรอความสุขด้วยการให้ดูสิ่งสวยงาม ฟังเสียงไพเราะ ลิ้มรสอาหารอร่อย ดมกลิ่นหอมและสัมผัสเนื้อหนังมังสาอันละมุนละไม เขายังไม่ทราบว่ สิ่งเหล่านี้เป็นเพียงภาพลวงตา และเป็นอารมณ์ลวงความรู้สึกให้อยากเพลิดเพลีนไปกับอาการป่วยหรือพยาธิสภาพที่เกิดจากไวรัสใจ คือ ความหลง ความโกรธ และความโลภ

ลูกคนโตเนรคุณเรา ด้วยอาการ 5 ประการคือ (1) ยัดเยียดอารมณ์สุขทุกข์ซึ่งไม่มีจริงให้เรา เขาทำให้พ่อหลงคิดว่าอำนาจและเงินตราคือความสุข พ่อต้องกระเสือกกระสนทำงานเพื่อให้ได้เงินและอำนาจ เขาทำให้พ่อหลงดีใจว่า เมื่อได้เงินแล้ว เงินซื้ออำนาจได้ เมื่อมีอำนาจความสุขก็จะตามมา ที่จริงเงินนำความทุกข์ต่างหาก เพราะพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า เงินคือยาพิษ *เพื่อนของพ่อบางคนถูกลูกคนโตหลอกให้แสวงหาเงินไม่รู้จักพอ มีเงินเป็นร้อยล้านพันล้านก็ไม่หยุด ยังคิดโกงบ้านเมือง เอารัดเอาเปรียบลูกค้ำจนมีเงินเป็นหมื่นล้านแสนล้าน ได้ใช้เงินตั้งพรรคการเมือง ซื้อสิทธิขายเสียง จนได้อำนาจรัฐ แต่สุดท้ายเขาก็ไม่มีแผ่นดินจะอยู่* เราเองไม่ถึงขนาดนั้น แต่ลูกคนโตก็ทำให้เราทุกทรมานจนแทบจะจมดิ่งสู่อบายภูมิ (2) ลูกคนโตสมหัวกับน้องชายพาพ่อไปทำไม่ดีในที่โอโคจร ได้แก่ ไปสถานเริงรมย์ แหล่งอบายมุขต่างๆ เขาพาพ่อดื่มสุรา เคล้านารี เล่นม้า และเล่นการพนัน ทำให้เสียเงิน เสียทรัพย์สิน เสียชื่อเสียง เพื่อนของพ่อบางคนถูกตำรวจจับ บางคนไปเสริงสรวยจนติดโรคเอดส์ บางคนเล่นการพนันจนหมดตัว ผู้หญิงบางคนถูกพาไปเล่นการพนันหมดตัวต้องกู้เงิน และชดใช้หนี้ ด้วยการขายตัวบำเรอเจ้าของเงิน (3) ลอยแพพ่อในยามวิกฤต เช่น เมื่อพ่อจะต้องทำกิจการบางอย่างให้แล้วเสร็จ ลูกคนโตก็มัวหนีไปเที่ยวหรือทำกิจกรรมที่ตนชอบ ปล่อยให้พี่น้องคนเล็กช่วยพ่ออยู่ฝ่ายเดียว มีหน้าซ้ำเมื่อน้องบอกว่า กว่งหรือเหน้อย พี่ก็จะยอมให้น้องหยุดทำงานของพ่อ ไม่ช่วยกระตุ้นน้องทำงานให้แล้วเสร็จ ทำให้เสีย

งานและล้มเหลว (4) ใฝ่ต่ำ ทำตามบัญชาของกิเลสและตัณหา ด้วยการยกเหตุผลที่จะไม่ทำดี เช่น พ่ออยากไปวัดฟังธรรมะฟังเทศน์ ลูกคนโตก็จะอ้างว่า ไม่สบาย การบ้านยังไม่เสร็จ มีนัดกับเพื่อน ฯลฯ เพื่อนของพ่อบางคนจะบ่นว่าลูกคนโต เห็นคนอื่นสำคัญกว่าแม่ เช่นนี้คิดว่าแม่ไปโน่นไปนี่ แต่พอเพื่อนโทรมาชวนไปร่วมกิจกรรมก็บอกเลิกแม่เอาดีๆ ทำให้แม่เป็นทุกข์และเสียใจ และ (5) ความมักใหญ่ใฝ่สูงไม่ประมาณตน ทำให้ลูกคนโตนำความหายนะมาสู่พ่อและครอบครัว เช่น อยากรับเป็นนักการเมือง ก็นำเงินที่พ่อส่งสมมาทั้งชีวิตไปใช้ในการหาเสียงเลือกตั้ง อยากรวยก็ไปเล่นหวยเล่นหุ้น ไม่ถูกหวยหรือหุ้นตกก็หมดตัว ก็ต้องไปกู้ยืมมา พ่อก็ต้องเป็นคนหาเงินมาใช้คืน

*ลูกคนโตทำความเดือดร้อนให้พ่อทำประการเช่นนี้ ไม่มีที่สิ้นสุด แล้วอย่างนี้จะไม่เรียกว่า เนรคุณได้อย่างไร เพราะเขาก็เหมือนฆ่าพ่อให้ตายทั้งเป็นในชาติหนึ่งและจะต้องหมกไหม้ในนรกชั่วกาลนาน ดินะที่เราเริ่มต้นและรู้ทันก่อนที่จะชวนเข้ล้มลง*

ลูกคนเล็กก็สมหัวกับลูกคนโตเนรคุณพ่อ จะอ้างว่า พี่คนโตสั่งก็แก้ตัวไม่ได้ พ่อชำระกายให้อย่างน้อยวันละสองครั้ง ลูกคนเล็กก็เนรคุณด้วยการปล่อยให้ผิวหนังที่เต่งตึงเหี่ยวแห้งปล่อยให้เชื้อราเข้ามาทำให้เป็นผดผื่นคัน ปล่อยให้เชื้อโรคเข้าทำให้เป็นโรคนั้นโรคนี่ไม่หยุดหย่อน คนที่พ่อรู้จักบางคน ปล่อยให้ไวรัสเข้ามาในร่างกายจนภูมิคุ้มกันตกต่ำกลายเป็นโรคเอดส์ และท้ายสุดก็เนรคุณด้วยการทิ้งพ่อไปอย่างไม่ใยดี เหลือแต่ซากศพ

ลูกคนเล็กก็ตระหนักดีแล้วว่า พ่อต้องอาศัยร่างของลูกเพื่อดำรงชีพต่อไป ลูกก็เนรคุณพ่อด้วยการมาเจ็บ มาแก่ และมาตาย อย่างนี้จะไม่ให้เรียกว่า ลูกคนเล็กเนรคุณพ่อได้อย่างไร

**จบแล้วสำหรับลูกเนรคุณทั้งสอง เราตื่นแล้ว เราจะไม่ยอมให้ลูกคนโตทำร้ายเราด้วยอาการห้าประการ และเราก็คงจะช่วยไม่ให้ลูกคนเล็กจะปล่อยเนื้อปล่อยตัว เป็นเรือนของโรค จนเจ็บไข้ได้ป่วย เราก็จะอบรมลูกคนโตให้ดูแลลูกคนเล็ก ช่วยกันประคับประคอง เพื่อนำไปสู่ชีวิตใหม่ที่เราจะหลุดพ้นไม่ต้องพึ่งพาลูกสองคนอีกต่อไป.**

## ๑๐ ชีวิตใหม่

บัดนี้ เราได้ชีวิตใหม่แล้ว เพราะเราอบรมลูกคนโตได้ดีขึ้นมาก เป็นชีวิตที่ไม่มีอายุเป็นปัจจัย มองเห็นสิ่งรอบตัวเป็นเพียงทางผ่าน เหมือนสองข้างทางด่วนที่เราเห็นเมื่อนั่งอยู่บนรถยนต์ เราเห็นต้นไม้ บ้านเรือน ผู้คนที่เดินผ่าน ลูกคนโตซึ่งแต่ก่อนมักกระโดดตามสิ่งที่เห็น ก็ยังอยู่กับเรา ลูกคนเล็กก็อยู่กับเราตลอดเวลา

สิ่งที่เปลี่ยนไป ทำให้เราพบตน รู้จักตน และพึ่งตนได้ดีขึ้น

เมื่อลูกคนโตโกรธ เราก็ไม่โกรธตาม เมื่อลูกคนเล็กเจ็บ เราก็ไม่เจ็บตาม หรือแม้จะยังรู้สึกเจ็บ แต่ลูกคนเล็กก็จะไม่โอดโอย ลูกคนโตก็ไม่หงุดหงิด รำคาญ สามารถรักษาอารมณ์ให้ปราศจากความขุ่นเคืองได้ดีขึ้นตามลำดับ

เมื่อมาถึงวันนี้ สิ่งที่เกิดคือ เราไม่ยินดียินร้ายกับอะไรทั้งสิ้น แม้จะหัวเราะ แสดงอาการดีใจก็เป็นไปตามจริตเดิม ความรู้สึกที่เกิดขึ้นคือ *ทุกข์ไม่เอา สุขก็ไม่เอา จนไม่เอา รวยไม่เอา ร้อนไม่เอาหนาวก็ไม่เอา บาบไม่เอา บุญก็ไม่เอา บาบไม่ทำ แต่บุญต้องทำ...* ความที่ไม่ยินดียินร้าย จึงทำให้เรา รับประทานอาหารได้หมดทุกอย่าง ลูกคนโตและลูกคนเล็กอยู่ด้วยกันอย่างดี พี่ก็ไม่ได้เอาไรต์เอาเปรียบน้อง ไม่บังคับให้น้องปรนเปรอพี่อีกต่อไป

เราจึงดำรงชีพอยู่อย่างพอเพียง มีเพียงสามพ่อลูกที่จะช่วยประคับประคอง เดินทางไปสู่จุดหมายปลายทางบนทางสายกลางคือ พระนิพพาน

เราตั้งเป้าหมายว่า เมื่อวันนั้นมาถึง เราต้องขึ้นทางด่วน เราต้องบอกาลูกคนเล็ก ณ สถานีต้นทาง เมื่อถึงปลายทางเราก็ต้องบอกาลูกคนโต และขอบอกขอบใจที่ลูกทั้งสองประคับประคองจนเราเดินทางมาถึงเป้าหมาย ถึงสถานีสุดท้าย



เราก็จะต้องลงจากยานแต่ผู้เดียว ปล่อยให้ใจกลับไปช่วยเหลือผู้อื่นให้เดินทางมายังสถานีปลายทางนี้

สถานีปลายทางคือแดนสงบหรือพระนิพพานนั้น เราไปได้เพียงผู้เดียว คือ "ตน" ไม่สามารถนำ "ตัว" ไปได้เลย

คำว่า ตัว เป็นภาษาบาลี มาจากคำว่า ตฺวะ แปลว่า เธอ คนอีสานแผลงสระอุ เป็นสระโอะ กลายเป็น "โตะ" และยังใช้เรียกเพื่อนหรือผู้ที่มีอายุน้อยกว่า เช่น *โตะไปไหนมา?*

ชาวอินโนนีเซียซึ่งมีบรรพบุรุษไปจากภาคอีสานแถวจำปาศักดิ์ ก็เปลี่ยนคำว่า ตฺวะ เป็น Tu แปลว่า เธอ ใช้เรียกเพื่อนหรือญาติสนิท

ส่วน ตน ก็เป็นภาษาบาลี มาจาก ตนฺ แผลงเป็น ตน เป็น ตนะ

เรา คือ "ตนะ" หรือ ตน เมื่อแปลคำว่า ตน เป็นภาษาบาลี คือ คำว่า อัตตา เช่น *อัตตาหิ อัตตาโนวาโก* (ตนแลเป็นที่พึ่งของตน) ท่านก็จะเห็นความแตกต่างระหว่างคำว่า "ตัว" กับ "ตน" อย่างชัดเจน เพราะ ตัว คือร่างของลูกคนเล็ก ส่วน ตน ไม่มีรูป ว้างเปล่า มองไม่เห็น แต่ "มี" อยู่ในสภาวะนิพพาน ตนคือ อัตตา ไปนิพพานได้ แต่ตัว ไม่ใช่อัตตา เป็น "อนัตตา" ไปนิพพานไม่ได้

จำภาพยนตร์เรื่อง "อวตาร" ได้ไหม เมื่อพระเอกกับนางเอก เจอกัน นางเอกจะพูดว่า "I See you" (ฉันเห็นตนในตัวคุณ) พระเอกก็ตอบว่า "I See you" (ฉันเห็นตนในตัวคุณ) เช่นกัน

*ที่พวกเรามองเห็นกันได้ทุกวันนี้ ส่วนใหญ่เห็น "ตัว" ไม่ใช่เห็น "ตน" แม้จะมีคนพูดว่า "ฉันเห็นก่าพิตเธอแล้ว...." ก็ยังหมายถึงเห็นตัวอยู่ดี เพราะเป็นส่วนหนึ่งของลักษณะนิสัยที่ติดตัว ส่วนตนเป็นลักษณะที่ดี เป็นฝ่ายสูง เป็นที่พึ่งของเราที่พระพุทธองค์สรรเสริญว่า "จงพึ่งธรรมะเถิด อย่าพึ่งสิ่งอื่นเลย จงพึ่งตนเถิด อย่าพึ่งสิ่งอื่นเลย" จะเห็นได้ว่า พระพุทธองค์ให้ความสำคัญกับ ตนหรืออัตตา เช่นเดียวกับธรรมะ เพราะสภาวะสูงสุดของอัตตาที่ต้องพัฒนาให้ถึง คือ ตนที่เรื่องปัญญา*

*(Illuminated Self) หมายถึงผู้ได้ปัญญาคือธรรมะ หรือรู้เท่าทันสภาพที่เป็นจริง*

บัดนี้ เราอบรมดูแลลูกคนโตและลูกคนเล็กได้แล้ว หวังว่า สักวันหนึ่งเราก็คงจะต้องทิ้งทุกอย่างเพื่อให้ตนเบา จะได้ลอยเลื่อนเคลื่อนตนให้สูงขึ้นจนไปถึงพระนิพพานในที่สุด

อ่านมาถึงบันทึกนี้ ท่านบอกได้แล้วหรือยังว่า *เรา คือใคร ลูกคนโตและลูกคนเล็ก เป็นอะไร* ทำไมการแยก "เรา" ออกจากลูกคนโตและลูกคนเล็กจึงมีความจำเป็นในการเดินสายกลางที่จะช่วยให้เราหนีความตายเพราะไม่ต้องกลับมาเกิดอีก นั่นคือ การหลุดพ้นจากสังสารวัฏฏะ คือ วงจรแห่งการเวียนว่ายตาย และเกิด คือเข้าสู่นิพพาน

**ข้อสำคัญคือ พวกเราจะต้องไม่ทำบุญเพื่อจะให้มีความสุขที่ไม่จริง คือ สุขประเดี๋ยวประด๋าว เป็นสุขในโลกมนุษย์ แต่ควรมุ่งความสุขแท้ คือ บรมสุขในพระนิพพาน นั่นคือ พวกเราควรมุ่งไปนิพพาน ไม่ใช่มุ่งไปสวรรค์ชั้นใดชั้นหนึ่ง เพราะจะทำให้เราหนีไม่พ้นวงจรเวียนว่ายตายเกิดอย่างไม่มีที่สิ้นสุด.**

## คำปรารภท้ายเล่ม

เอกสาร เรื่อง “เรากับลูกสองคน” เป็นเล่มแรกชุดพลังใจพลังชีวิตที่ข้าพเจ้าเขียนขึ้น หลังจากว่างเว้นมานาน นับตั้งแต่การเผยแพร่ทฤษฎีพลังแลลรี เพื่อให้ผู้อ่านได้มอง “ตัว” ทะลุไปถึง “ตน” และมองเห็นสภาวะที่เป็นจริงภายในตน ภายในใจ และภายในตัว หลังจากเกิดความสับสนในชีวิตมากมายตั้งแต่เด็กจนสูงวัย

เมื่อพวกเราเป็นเด็กปู่ย่าตายายมักเล่าเรื่องราวต่างๆ ที่คละเคล้าด้วยปาฏิหาริย์ความมหัศจรรย์และความเหลือเชื่อต่างๆ

เมื่อได้ศึกษาคำสอนของศาสนาที่มีเรื่องราวที่พวกเราสัมผัส และพิสูจน์ไม่ได้ อาทิ นรก สวรรค์ ชาตีก่อน ชาตินี้ ปาฏิหาริย์ ที่ศาสนาทั้งหลายกล่าวถึง พวกเราก็รับฟังเชื่อและสงสัย

แต่เมื่อเติบโตใหญ่ขึ้น ได้รับการศึกษาเล่าเรียนตามหลักสูตร และเนื้อหาสาระแบบตะวันตก ความเชื่อของพวกเราเริ่มลางเลือนและหายไป ยิ่งสำเร็จปริญญาได้ไปเรียนต่อเมืองนอก หวนนึกถึงสิ่งที่ ตนเองเชื่อก็คอดเข้าไม่ได้ว่าทำไมถึงโตงโตยขนาดนั้น กระหม่อมลำพอง และภาคภูมิใจว่าตนเองได้ประสบความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ไม่ไปหลงเชื่อสิ่งที่คนรุ่นก่อนและพระสงฆ์พร่ำสอน ร่ายกว่านั้นหลายคนหัวเราะ เยาะกฏแห่งกรรม และความเชื่อที่ว่า “ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว”

เส้นทางชีวิตที่ผ่านมาเปรียบได้กับการเดินทางสู่ยอดเขาที่มองเห็นสว่างเรืองรองจากข้างล่างด้วยความมุ่งมั่นที่จะแสวงหาความร่มเย็นและชีวิตที่ประเสริฐในบั้นปลาย พวกเราจึงมุ่งหน้าสู่เชิงเขา และตั้งหน้าตั้งตาปีนภูเขาสูงนั้น ตามที่ผู้คนทั้งหลายเดินทางล่าหน้าเราไป เมื่อมองหันหลังก็มีคน อื่นและรุ่นน้องเดินตามมาเป็นแถวยาวเหยียดเส้นทางแห่งการปีนสู่ยอดเขาก็แสนยากลำบาก

แต่เมื่อขึ้นไปสู่ยอดเขา แล้วจึงทราบว่ ภูเขาสูงนี้หาใช่สว่างเรืองรองไม่ ทว่าเต็มไปด้วยความมืดมนร้อนรุ่ม หลากคนพลาดตกหล่มหรือตกลงไปในเหว ส่วนแสงสว่างที่เห็นกลับ

เป็นภูเขาสูงหนึ่งยอดเขาที่เห็นดวงประทีปสว่างไสวหาได้เป็นยอดเขาที่ตนได้อดส่ำเสียเวลา แรงกายแรงใจปีนป่ายขึ้นมาไม่ภูเขาอีกลูกหนึ่งต่างหากที่เป็นจุดหมายของเรา เมื่อได้คิดจึงหันกลับ และรีบเดินทางสายใหม่แทนเพื่ออนบางคนที่ต้องเสียเวลาเหมือนตนเองและอาจจะได้บรรลุ จุดหมายปลายทางระดับหนึ่งไปแล้ว

ข้าพเจ้าเป็นผู้หนึ่งที่ได้ประสบความจริงในชีวิตข้อนี้ หลักจากการเห็นห่างจากความเชื่อที่เป็นความจริงและเรื่องถูกตราว่า งมมาย ข้าพเจ้าก็กลับมาสนใจเรื่องราวคำสั่งสอนที่เคยได้ยินได้ฟังมา แต่ก็ยังหาคำตอบไม่ได้ว่าปรากฏการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นและไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ที่สนใจสถาบันการศึกษานั้นมีอะไรอยู่เบื้องหลังที่พอจะอธิบายได้ จนกระทั่งข้าพเจ้าได้เกิดความคิดเกี่ยวกับชีวิต 6 ประการ ที่เรียกว่า “ทฤษฎีแลลรี” เกิดความมั่นใจว่าปรากฏการณ์ทั้งหลายทั้งปวงนั้น ที่จริงเป็นสิ่งที่จะสามารถพิสูจน์ได้ด้วยกระบวนการทางจิตโดยอาศัยพลังชีวิตเป็นการขับเคลื่อน

หนังสือชุด “พลังใจพลังชีวิต” นี้ เกิดจากผลการเดินทางเส้นใหม่ ที่จะนำชีวิตไปสู่จุดหมายปลายทางแม้ในขณะนี้ก็ยังเดินได้ไม่เต็มทีเพราะยังมีภาระกิจทางโลกที่จะต้องกระทำให้สำเร็จลุล่วงไป แต่ก็เชื่อมั่นว่า วันหนึ่งก็คงสามารถถอนเท้าทั้งสองข้างขึ้นจากบ่อโคลนแห่งนี้ได้

เมื่อกว่า 15 ปีมาแล้ว ข้าพเจ้าได้รับเชิญให้ร่วมรายการวิทยุ “ลมหายใจของชีวิตและสิ่งแวดล้อม” ของสตูดิโอ 107 ที่มีคุณสุพร มณีเวทย์พันธ์ เป็นผู้ดำเนินรายการเมื่อวันศุกร์ที่ 3 กุมภาพันธ์ 2538 เวลา 13.10 น.-14.20น. และรายการ “มิติไนท์สเปเชียล” ในคืนวันที่ 12 และ 19 กุมภาพันธ์ 2538 ในหัวเรื่อง “แลลรี-ทฤษฎีพลังจิต” ทางสถานีกระจายเสียง FM 97.0 กรมประชาสัมพันธ์ ได้มีผู้ฟังโทรศัพท์ และเขียนจดหมายขอเอกสารเกี่ยวกับเรื่องนี้เป็นจำนวนมาก ข้าพเจ้าได้นำหนังสือเขียนและตีพิมพ์ตั้งแต่ พ.ศ. 2522 มาจัดพิมพ์เป็นฉบับสำรองให้ได้ศึกษา

กันก่อนส่วนฉบับสมบูรณ์อยู่ระหว่างการรวบรวมและเผยแพร่ในภายหลัง

หวังว่าหนังสือเล่มนี้คงเป็นประโยชน์เป็นฐานการสร้างศรัทธา ที่มุ่งมั่นสั่งสมบารมี ขัดไข่นิกรรม และเตรียมจิตเพื่อการเดินทางสู่ภพชาติที่ประเสริฐกว่า จนบรรลุเป้าหมายสูงสุดคือ "พระนิพพาน"โดยทั่วกัน.

**ดร. ชัยยงค์ พรหมวงศ์**  
085-905-8301  
[chaiyong@irmico.com](mailto:chaiyong@irmico.com)  
[cbrahmawong@hotmail.com](mailto:cbrahmawong@hotmail.com)  
[www.chaiyongvision.com](http://www.chaiyongvision.com)  
[www.buddhabirthplace.com](http://www.buddhabirthplace.com)

**ประวัติผู้เขียน**  
**ศาสตราจารย์ ดร.ชัยยงค์ พรหมวงศ์**



ศาสตราจารย์ระดับ 11 (สาขาการศึกษา)  
รองอธิการบดีฝ่ายการศึกษาทางไกล  
มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี  
นายกสโมสรวโรตารีวิวัฒนาในพระอุปถัมภ์พระเจ้าฟ้างแผ้ว

**การศึกษา**

- เตรียมอุดมศึกษา-กรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย (2501-03)
- ค.บ. (มัธยมศึกษา-การสอนภาษาอังกฤษและคณิตศาสตร์)  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2503-07
- ค.ม. (โสตทัศนศึกษาและบริหารการศึกษา)  
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2507-09
- M.S. in Ed. (School Administration and Supervision)  
School of Education, University of Southern California (USC) 1967-68;
- Ph.D. in Education (Instructional Technology)  
Graduate School, University of Southern California (USC) 1968-72.

**ประสบการณ์**

- 1) อาจารย์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รองศาสตราจารย์ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2515-25 ทน.ศูนย์โสตทัศนศึกษากลางจุฬาฯ
- 2) หนึ่งในกลุ่มผู้ก่อตั้งมสธ.
- 3) ผอ.สำนักเทคโนโลยีการศึกษา มสธ.
- 4) ผู้เชี่ยวชาญด้าน ฝึกอบรม การศึกษาทางไกล และ สื่อสารการศึกษาของ UNDP/UNESCO ที่อินโดนีเซีย ศรีลังกา มัลดีฟส์ อินเดีย ปากีสถาน ญี่ปุ่น ลาว ฟิลิปปินส์
- 5) ผู้พัฒนาระบบการสอน "แผนจุฬา" "แผนมสธ." ระบบการสอน แบบศูนย์การเรียน และการสอนแบบอิงประสบการณ์ (EBA)
- 6) ผู้อำนวยการ โครงการศึกษาไร้พรมแดน มหาวิทยาลัยสุรนารี
- 7) รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- 8) ผู้อำนวยการสำนักฝึกอบรม เผยแพร่และประชาสัมพันธ์ สถาบันพระปกเกล้าฯ

**ผลงานด้านการศึกษาพระพุทธศาสนา**

- 1) ปฏิบัติธรรม มาตั้งแต่ พ.ศ. 2519
- 2) ผู้ค้นพบทฤษฎีพลังแลวี (Life Vitality-LV) เมื่อ พ.ศ. 2522
- 3) วิทยากรรายการวิทยุ "พลังใจ พลังชีวิต" ทาง FM 97.0 MHz 2538-39
- 4) ศึกษาวิจัยพระพุทธภูมิและยืนยันการค้นพบว่า พระพุทธเจ้าประสูติในชมพูทวีปที่เป็นที่ตั้งของประเทศไทย ลาว เขมร พม่า และมอญ ไม่ใช่อินเดียหรือเนปาล ([www.buddhabirthplace.com](http://www.buddhabirthplace.com))

