

กรรมฐานรักษาโรค

ณัฐชไม เจื้อยนอก

R9007

ดิฉันมีโรคประจำตัวที่ทำให้ต้องเป็นทุกข์อยู่ในใจมานานกว่า ๑๐ ปี คือ มดลูกอักเสบ ง่าย ถ้าอันนี้สสาวะจะอักเสบทันที ปัสสาวะไม่ค่อยออก มีเลือดออกจาง ๆ และเจ็บแสบ ทรมาน รักษาประจำเดือนละ ๒-๓ ครั้ง มักจะเป็นตกขาวด้วย คือเป็นโรคปวดศีรษะ กระตุก คอทับเส้นประสาท ทำให้ปวดศีรษะมาก และปวดตลอดเวลา ภูมิแพ้-หวัดก็เป็นอยู่ประจำ แพ้ฝุ่น แพ้อากาศและควั่นรถยนต์ ริดสีดวงทวาร ความดันต่ำ หน้ามืดบ่อยมาก เพราะเลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ นอกจากนี้ยังมีโรคกระเพาะอาหาร เวลาโมโหหรือเครียดจะปวดท้องทันที มักจะปวดหลังปวดคอ และปวดขา ๒ ข้างมาก จนแสบร้อนน่าเบื่อมาก โรคใจทำให้นอนไม่ค่อยหลับทั้งคืนอยู่บ่อย ๆ กลางคืนจะปัสสาวะบ่อยมาก ถ้าอันนี้สสาวะกลางคืน ตอนเช้าจะอักเสบ โรคทุกอย่างที่กล่าวมาแล้วนี้ ทำให้ต้องพกยาไว้ตลอดเวลา ขาดไปอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้เลย เวลามีอาการเจ็บปวดก็แทบจะขาดสติไปเลย ดิฉันมาวัดอัมพวันทั้งที่มีทุกข์มากทั้งกายทั้งใจ จึงคิดที่จะฆ่าตัวตายโดยกินยาตาย กินแล้วก็ไปกราบพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ แม่กวนอิม รูปหลวงพ่ोजรัญที่มีอยู่ที่บ้าน บอกทุกข์ที่มีอยู่ในใจ และบอกท่านว่าลูกกลัวตกนรก และรู้ว่าบาปมากที่ฆ่าตัวตาย ขอพระพุทธเจ้าจงประทานอภัยให้ลูกด้วย ลูกไม่มีทางออกที่ดีกว่านี้ ขอย่าให้ลูกตกนรกเลย ลูกกลัวค่ะ เสร็จแล้วก็นอนดูอาการ แล้วก็เริ่มแน่นหน้าอก หัวใจเต้นเร็วมาก เต้นจนเหนื่อย จึงกำหนดลมหายใจเข้าออกนึกถึงพระพุทธเจ้า พุทโธ ๆ ๆ ๆ จนกระทั่งหลับไป พอตื่นขึ้นมา จิตได้สำนึกบอกว่าท่านช่วยให้เรารอดตายอย่างปาฏิหาริย์ ไม่ต้องไปตกนรก ท่านสงเคราะห์เราแล้ว อิกใจก็นึกถึงหลวงพ่ोजรัญ ว่าวันอาทิตย์นี้เราจะไปหาหลวงพ่อ เพื่อเข้ากรรมฐาน

ก่อนเข้าถึงวัดได้อธิษฐานจิตพูดกับหลวงพ่อและบอกทุก ๆ อย่างที่เราเป็นมา และทุกข์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ถ้าหากลูกย่างเท้าเข้าธรณีประตูวัดเมื่อใด ขอให้แก้กรรมได้ แก้ปัญหาเหตุแห่งทุกข์ทั้งหมดได้ด้วย มิฉะนั้นลูกจะเข้าป่าดงพงไพรไม่ขอกลับบ้าน และขอยุ่อย่างสงบตามป่าตามเขาอย่างเดียว และขูตัวเองอีกว่า ถ้าเราแก้กรรมไม่ได้จะไม่ขอมาวัดหลวงพ่ออีกเลย ใจก็นึกว่าดังนั้นเราต้องตั้งใจปฏิบัติให้เต็มที่ มิฉะนั้นอาจไม่ได้มาวัด มาหาหลวงพ่ออีก ด้วยความกังวลจะไม่ได้มาวัดทำให้ตั้งใจปฏิบัติอย่างมาก

ดิฉันอยู่ปฏิบัติที่วัดอัมพวันอย่างเคร่งครัด และพอมีเวลาก็กวาดลานวัด กำหนดกวาดหนอ ๆ ๆ กำหนดกวาดหนออย่างเดียว แล้วก็คิดว่า มันก็เหมือนนิกเลสของเรา ถ้าไม่กวาด

มันก็จะสกปรก ไม่น่าดูเหมือนใจเรา ดิฉันเดินจงกรมและนั่งกรรมฐานจาก ๓๐ นาที ก็เลื่อนไปจนกระทั่งเดิน ๑ ชั่วโมง กำหนดพองหนอ ยุบหนอก็รู้สึกว่ามันไม่ชิน เจ็บซีโครงทั้งสองข้าง เพราะปกติเคยแต่ปฏิบัติกรรมพุทโธมา มันง่ายดี แต่พอทำไปเรื่อย ๆ ก็รู้สึกดีขึ้น และไม่เจ็บซีโครงอีก ผลจากการปฏิบัติกรรมฐานตอนเดิน ๑ ชั่วโมง ทำให้ปวดแขนทั้งสองข้าง ปวดมากจนแทบหลุดออกจากกัน การนั่งก็เจ็บมากขึ้นเรื่อย ๆ ตามระยะเวลา เมื่อปวดก็กำหนดปวดหนอ ปวดหนอ ดูอาการเวทนาไป มันก็ไม่หายและกลับเพิ่มทวีมากขึ้นเรื่อย ๆ จนเกือบทนไม่ได้ จิตใต้สำนึกจึงคิดขึ้นมาว่า พระพุทธเจ้าท่านทรงมานมากกว่าเรามาก และหลวงพ่อก็สอนให้เราอดทนให้ถึงที่สุด ให้ตายเป็นตาย จะได้ไม่เสียเที่ยวที่มาหาหลวงพ่อกับมาเพื่อปฏิบัติกรรมฐาน ณ วัดอัมพวัน จะตายก็ให้ตายไป เราช่างไม่มีความอดทนเลย จะได้ดีได้อย่างไร จะได้เห็นของจริงหรือ เมื่อดิฉันคิดได้ดังนี้ ก็มีกำลังใจสู้กับเวทนา กำหนดปวดหนอ ปวดหนอ ต่อไป ยิ่งนานก็ยิ่งปวดมากขึ้น ปวดจนตัวสั่น แต่ดิฉันก็สู้ สู้จนเกิดนิมิตเห็น ภาพวูบ ๒ ตัวปรากฏขึ้น มันสะบัดหน้าส่ายไปมาอย่างทรมานเจ็บปวด อยู่อย่างนั้น และสักครู่ก็เห็นปลาตุ๊กมากมาย จิตใต้สำนึกก็บอกออกมาว่า เมื่อตอนเราเป็นเด็กเรา ฆ่าปลาตุ๊กมากมาย ชอบเอาเม็ดปลาไหลหมก ๆ เสียบที่หัวมัน ความทรมานทำให้ดิฉันแทบทนไม่ได้

จนกระทั่งวันหนึ่งของการปฏิบัติ ดิฉันไม่ได้ตั้งใจจะไปหาหลวงพ่อกับมาเพียงแค่นั่งไปดูหนังสือที่หน้ากุฏิท่าน ก็พอดีท่านลงมานั่งรับญาติโยม ดิฉันเลยเข้าไปฟังกับเขาบ้าง ท่านก็คุยของท่านไปเรื่อย ๆ สอนเด็กสาว ๆ ว่าอย่าเถียงพ่อเถียงแม่ และท่านก็เทศน์สอนเรื่องหน้าที่ของพ่อแม่ ทำเอาดิฉันต้องนึกเสียใจแอบนั่งก้มหน้าร้องไห้ฟังท่านเทศน์ ท่านเทศน์เหมือนขอขมาบิดบาปต่อดิฉันไม่ให้ทิ้งลูก ควรเลี้ยงลูกให้เป็นคนดี พ่อแม่ไม่ควรทิ้งลูก ทำให้ลูกขาดความอบอุ่น ทำให้ลูกไม่มีที่พึ่ง ทำเอาดิฉันต้องยอมแพ้และละพยศลงทันที เพราะเดิมทีดิฉันมีความตั้งใจว่าจะทิ้งลูกกับสามี เพราะได้ตั้งใจไว้นานแล้ว ทำให้จิตพลันเกิดสงสารลูก คิดถึงลูก ยอมติดต่อกลับไปบอกสามี ซึ่งพอสามีรู้ว่าดิฉันอยู่ที่วัด ก็รีบมารับดิฉันกลับบ้าน

หลังจากกลับจากวัด มดลูกก็ไม่มีอาการอักเสบอีก ไม่ต้องกินยาแก้อักเสบ กระดูกดอทับเส้นประสาทก็หาย อาการปวดหลังก็มีนิด ๆ หน่อย ๆ ไม่สร้างความรำคาญใจให้อีก อาการปวดศีรษะก็มีบ้างเล็ก ๆ น้อย ๆ ถ้ายังมีอาการปวด ก็จะอาศัยการกำหนดปวดหนอ ปวดหนอ สักครู่หนึ่งอาการปวดก็หายไปเอง อาการไข้หวัดก็หาย และเมื่อไม่เป็นหวัดก็ไม่มีอาการภูมิแพ้ ไม่ต้องทานยาประจำอีกต่อไป ปากที่ชอบเป็นแผลบ่อย ๆ ทอนซิลที่ชอบอักเสบ เจ็บคอ พอเวลามีอาการ ก็จะกำหนด กลืนน้ำลาย กลืนหนอ แสบหนอ เจ็บหนอ พอทำงานอย่างอื่นก็กำหนดอย่างอื่นต่อไป พอหวนกลับมาอีกที อาการเจ็บคอก็หายแล้ว

แผลในลำคอก็หาย แผลในปากก็หาย โรคริดสีดวงที่เป็นก่อนไปวัด และตั้งใจว่าจะหาเวลาไป ผ่าตัด ต่อมาเมื่อปฏิบัติแล้ว โรคริดสีดวงก็หายดีเป็นปกติ ไม่ต้องผ่า เพราะมันยุบไปเอง

เมื่อโรคทางกายดีขึ้น โรคทางใจก็ดีขึ้นด้วย นอนก็หลับสนิท ไม่ฟุ้งซ่านอีก ไม่พยายามทำอะไร ให้อภัยคนได้ง่ายขึ้น ไม่คิดละโมภโลภมากอยากได้ของใคร แม้แต่ของสามีก็ดี เรารักตัวเองอย่างไรก็รักคนอื่นอย่างนั้น มีความอดทนต่อทุกขเวทนามากขึ้น และใจที่คิด อกุศลก็ลดน้อยลงไปมาก ทำให้ไม่ปรุงแต่งฟุ้งซ่าน

หลังจากนั้นดิฉันก็พิมพ์หนังสือพุทธคุณแจกเพื่อน ๆ และเล่าอาการที่เกี่ยวกับดิฉันให้ เขาฟัง ดิฉันจะขอจดจำคำสอนของหลวงปู่ไว้ตลอดชีวิต