

# โลกที่ข้าพเจ้าไม่เคยรู้จักมาก่อน

วันทนา ปิณฑกานนท์

R9003

ดิฉันนางวันทนา ปิณฑกานนท์ รัชการการครูอยู่ที่โรงเรียนนวมินทราชูทิศ พายัพ ตำบลดอนแก้ว อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ ได้เดินทางมาปฏิบัติธรรมที่วัดอัมพวันครั้งแรก เมื่อวันที่ ๒๕ มีนาคม ถึง ๑ เมษายน ๒๕๓๘ เวลาที่ไปนั้นในหัวใจเต็มเปี่ยมไปด้วยความศรัทธาที่มีต่อ พระคุณเจ้าพระราชสุทธิญาณมงคล หรือ หลวงพ่อจรัญ ทั้งที่ดิฉันไม่เคยได้พบองค์จริงของพระคุณเจ้ามาก่อนเลย ดิฉันเดินทางด้วยรถโดยสาร บ.ข.ส. สาย ๙๙ จากจังหวัดเชียงใหม่ เวลา ๐๗.๐๐ น. ถึงวัดอัมพวัน จังหวัดสิงห์บุรี เวลา ๑๗.๐๐ น. รวมแล้วต้องใช้เวลาเดินทางถึง ๑๐ ชั่วโมงเต็ม ๆ ไม่มีเพื่อนหรือญาติพี่น้องร่วมเดินทางไปด้วย แต่ดิฉันก็ไม่ได้หวาดหวั่น หรือหวั่นหน้าพะวงหลังถึงสามี่และลูก ทั้งที่รู้ตัวว่าจะต้องจากกันถึง ๘ วัน ก่อนออกเดินทางดิฉันกราบระลึกถึงหลวงพ่อบอกขอให้ดิฉันเดินทางไปถึงวัดอัมพวันอย่างสะดวกและปลอดภัย ขอให้พนักงานขับรถ บ.ข.ส. ๙๙ มีน้ำใจจอดรถให้หน้าปากทางเข้าวัดซึ่งตามหลักแล้วไม่ใช่จุดจอดรถ พนักงานขับรถอาจจะไม่จอดให้ก็ได้ แต่ดิฉันก็ได้รับความสะดวกเกินความคาดหมาย พอพนักงานขับรถทราบว่าดิฉันจะไปปฏิบัติธรรมที่วัดอัมพวันก็แสดงไมตรีจิตอันดี (ทั้งที่พวกเขาก็ได้ศรัทธาวัดอัมพวัน ไม่รู้จักว่าการปฏิบัติกรรมฐานคืออะไร และจะได้รับประโยชน์อย่างไร) เพราะนอกจากรับปากว่าจะจอดรถให้ตามที่ขอแล้ว ยังชวนดิฉันรับประทานอาหารในห้องรับรองของบริษัท ซึ่งเป็นห้องปรับอากาศและมีอาหารอย่างดีหลายชนิดบริการให้เป็นพิเศษ พนักงานขับรถทั้งสองคนที่สับเปลี่ยนกันขับรถในเที่ยวนี้ มีน้ำใจอันดีงามต่อดิฉันมาก ให้คำแนะนำแม้กระทั่งวันที่จะกลับจากวัดนั้น ควรจะเดินทางอย่างไรจึงจะได้รับความสะดวกที่สุด

ทั้งหมดนี้ยิ่งทำให้ดิฉันศรัทธาต่อหลวงพ่อบุญและวัดอัมพวันมากยิ่งขึ้น เพราะเกิดความรู้สึกว่านี่เพียงดิฉันตั้งมั่นที่จะไปปฏิบัติธรรมเท่านั้น ดิฉันยังได้พบและได้รับความช่วยเหลือจากคนดีมีน้ำใจถึงเพียงนี้ ถ้าดิฉันได้ไปถึงวัดอัมพวันและได้ปฏิบัติธรรมอย่างตั้งใจตลอดไป ผลดีจะเกิดแก่ดิฉันสักเพียงใด

เมื่อดิฉันไปถึงวัดอัมพวัน และใช้ชีวิตอยู่ที่นั่น ดิฉันมีความรู้สึกเหมือนว่าได้ไปอยู่ในโลกอีกโลกหนึ่ง โลกที่ในชีวิตไม่เคยสัมผัสมาก่อน ที่นั่น สงบ ร่มเย็น สะอาด มีระเบียบวินัยในทุกขั้นตอนของกิจวัตรประจำวัน ทุกอริยาบถงดงามนุ่มนวล เกือบทุกชีวิตที่นั่น

กินน้อย นอนน้อย พุดน้อย ไบหน้าของทุกคนล้วนเปื้อนด้วยรอยยิ้มที่มีแต่หัวใจและความเมตตาต่อกัน ไม่มีการแก่งแย่งแข่งขัน ทุกคนรอได้คอยได้ เราตื่นนอนพร้อมกัน ทานข้าวพร้อมกัน ทำงานเสร็จพร้อมกัน และนอนพร้อมกัน กิจกรรมในแต่ละวันเหมือนกันทุกวันนี้ยกเว้นในวันพระ จะมีกิจกรรมที่เพิ่มขึ้นมาอีก ๒ อย่างคือ ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนจะได้มีโอกาสทำบุญ ตักบาตรในตอนเช้า และได้มีโอกาสฟังพระธรรมเทศนาจากหลวงพ่ोजรัญในตอนบ่าย

ในสายตาของคนทั่วไป ที่วัดอัมพวันดูเหมือนว่าจะน่าเบื่อหน่าย เพราะกิจกรรมในแต่ละวันซ้ำซาก วนเวียนครั้งแล้วครั้งเล่า ในด้านการกินการนอนก็ไม่น่าสุขสบายเลย เพราะผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนจะต้องถือศีลแปด ไม่ทานอาหารหลังเที่ยงจนกว่าจะถึงเช้า การนอนก็ต้องนอนกับพื้นกระดาน อีกทั้งเวลานอนก็ได้นอนน้อย ต้องตื่นอย่างช้าที่สุด เวลา ๐๓.๓๐ น. เพื่อให้ทันสวดมนต์เวลา ๐๓.๔๕ น. และเริ่มปฏิบัติธรรมโดยการเดินจงกรม (เดินสมาธิ) และการนั่งสมาธิสลับกันตามเวลาที่กำหนด ตั้งแต่ ๐๔.๐๐ น. และกว่าจะได้นอนอีกครั้งก็เวลาประมาณ ๒๒.๐๐ น. ของทุกวัน

ในท่ามกลางสายตาของคนทั่วไปไปตามที่ดิฉันกล่าวมานี้ แต่ในทางตรงกันข้าม ในสายตาของนักปฏิบัติธรรม กลับไม่มีอะไรน่าเบื่อหน่าย ไม่มีอะไรลำบากจนทนไม่ได้ สิ่งพิสดารข้อความนี้ก็คือ จากการที่ในทุกวันที่วัดอัมพวันจะมีคนเข้าและออกจากวัดห่มนเวียนกันไปตลอดทั้งปี มีทั้งเพศหญิงเพศชาย ทุกวัยตั้งแต่เด็กวัยรุ่นจนถึงวัยชรา โดยในวันหนึ่ง ๆ เท่าที่ดิฉันสังเกตดู จะมีคนห่มนเวียนเข้าอวันละประมาณ ๑๐๐-๒๐๐ คน ดิฉันเคยนับโต๊ะอาหารขณะที่เรารับประทานอาหารพร้อมกัน ไม่เคยน้อยกว่า ๒๐๐ คนเลย และยังมีที่สำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ ทุกคนสมัครใจมาจากทุกสารทิศ ไม่ได้มาเป็นหมู่คณะ ต่างคนต่างมา ต่างคนต่างไป นับว่าเป็นเรื่องน่าแปลกที่บุคคลต่าง ๆ มาอยู่รวมกันได้ ทั้งที่ก็มีพื้นฐานครอบครัว และสังคมที่แตกต่างกัน แต่กลับไม่สับสนวุ่นวาย เป็นโลกอีกโลกหนึ่งที่บริสุทธิ์งดงามมากทีเดียวในความรู้สึกของดิฉัน

เมื่อดิฉันอยู่ปฏิบัติธรรมครบ ๗ วัน และเดินทางกลับมาสู่โลกเดิมที่มีภาระหน้าที่ความรับผิดชอบรออยู่ บางทีก็รู้สึกคล้ายกับว่าดิฉันได้ฝันไป มีหลายสิ่งหลายอย่างที่เกิดขึ้นแก่ดิฉันแล้วราวกับว่าไม่ใช่ความจริง แต่มันก็เป็นความจริงอยู่นั่นเอง เพราะทุกเวลาขณะที่ผ่านไปดิฉันไม่ได้หลับ ดิฉันยืน เดิน นั่ง นอน อย่างมีสติ รู้ร้อน รู้หนาว รู้อิ่ม รู้หิว รู้สึกตัวอยู่ตลอดเวลาว่าพุดอะไร ทำอะไร เรื่องที่ดิฉันจะเล่าต่อไปนี้ ท่านผู้อ่านจะเชื่อหรือไม่ ก็เป็นสิทธิส่วนบุคคลของท่าน แต่ดิฉันก็เชื่อมั่นว่าอย่างน้อย ๆ ก็ยังมีบุคคลกลุ่มหนึ่งซึ่งนับจำนวนไม่ถ้วนเชื่อในสิ่งที่ดิฉันจะเล่า เพราะพวกเขาอาจจะเคยผ่านประสบการณ์นี้มาแล้ว และยังมีบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งที่จะเชื่อในอนาคต เมื่อพวกเขาได้มีโอกาสไปหาข้อพิสูจน์ด้วยตัวเอง

ดิฉันไปถึงวัดอัมพวันในตอนเย็น เข้ารับศีล ๘ ตอนค่ำ จากนั้นก็มีพระภิกษุมาสอน การเดินจงกรม และการนั่งสมาธิให้กับผู้ที่มาปฏิบัติใหม่ จนเวลาประมาณ ๒๑.๐๐ น. จึงเข้า ห้องพัก ในวันนี้จึงยังไม่ได้เริ่มปฏิบัติธรรมเลย ในตอนเช้าวันรุ่งขึ้นจึงได้เริ่มปฏิบัติเป็นวัน แรก ตั้งแต่เวลา ๐๔.๐๐ น. จนถึงเวลา ๐๗.๐๐ น. จึงหยุดพักรับประทานอาหาร เวลา ๐๘.๐๐ น. เริ่มปฏิบัติธรรมต่อจนถึงเวลา ๑๑.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน และดูแล ทำความสะอาดที่พักรวมเวลา ๑๔.๐๐ น. ก็เริ่มปฏิบัติธรรมต่อจนถึงเวลา ๑๗.๐๐ น. หยุดพัก ดื่มน้ำปานะ เมื่อถึงเวลาประมาณ ๑๘.๓๐ น. ปฏิบัติธรรมอีกจนถึงเวลา ๒๑.๐๐ น. เป็นดังนี้ ทุกวัน

ใน ๒ วันแรกและช่วงเช้าของวันที่ ๓ ที่ปฏิบัติธรรม ดิฉันปฏิบัติได้เป็นอย่างดี เครื่องวัดต่อเวลาที่กำหนดทุกครั้ง แม้ว่าจะปวดเมื่ออย่างไรก็อดทน นึกขอให้หลวงพ่ोजรรณู เทพกาหลง และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในวัดอัมพวันช่วยให้ดิฉันประสบผลสำเร็จ ปฏิบัติธรรมได้ตามที่ ตั้งใจ ขออย่าให้เจ็บไข้ได้ป่วย ง่วงหรือหิว จนปฏิบัติธรรมไม่ได้ จนล่วงเข้าช่วงบ่ายของวันที่ ๓ ขณะที่ดิฉันกำลังเดินจงกรมหรือเดินสมาธิอยู่นั้น ดิฉันก็เกิดภวังค์เห็นภาพนิมิตระลึกรกรรม บางอย่างได้ ภาพนั้นแวบเข้ามาเพียง ๒-๓ วินาที แล้วก็ไม่ปรากฏให้เห็นอีกเลย จากนั้นเป็น ต้นมาดิฉันก็ได้รับทุกขเวทนาเป็นอย่างมาก เกิดอาการคลื่นไส้อยากจะอาเจียนตลอดเวลา ตามร่างกายก็ปวดร้าวไปหมด ดิฉันเดินจงกรมไม่ได้จึงหะอย่างที่เคยทำ รู้สึกสะเปะสะปะ หมดเรี่ยวแรง เวลาที่นั่งสมาธิ ก็กำหนดพองหนอ ยุบหนอไม่ได้เลย เพราะเจ็บปวดตาม ร่างกายมาก แต่ดิฉันก็ยังทนเดินจงกรมและนั่งสมาธิจนครบเวลา ๒๑.๐๐ น. ทั้งหมดนี้ ใน ตอนแรกดิฉันเข้าใจว่าตัวเองคงเป็นไข้ไม่สบาย จึงไปเอายาแก้ปวดมาจากที่ทางวัดเตรียมไว้ ให้ แต่พอจะทานครั้งใด ก็รู้สึกตัวว่าดีขึ้นแล้ว เพราะช่วยที่จะทานยานั้น ก็ต้องเป็นช่วงพักที่ ออกจากกรรมฐานแล้วทำให้เกิดเฉลียวใจว่า หรือว่าดิฉันกำลังแก้กรรม นึกทบทวนดูทุกครั้ง ที่ออกจากกรรมฐานอาการดังกล่าวจะทุเลาลงจนหายสนิท และเริ่มมีอาการอย่างเดิมอีกเมื่อ เข้ากรรมฐาน ใจหวนนึกถึงภาพนิมิตที่เห็น ดิฉันก็กับความสงสัยไว้ไม่ได้ จึงเล่าเรื่องและ สอบถามผู้ปฏิบัติธรรมที่อยู่ห้องเดียวกัน คือ **คุณเพ็ญศรี ศรีจินดา** ซึ่งได้มาปฏิบัติธรรมที่ วัดอัมพวันแห่งนี้เป็นการครั้งที่ ๗ แล้ว ก็ได้รับคำยืนยันว่า ดิฉันกำลังแก้กรรม ให้อดทนแล้วจะดี ขึ้นเอง ระหว่างนี้ก็หมั่นแผ่เมตตา ขอโหสิกรรมจากเจ้ากรรมนายเวรทุกครั้งทีเข้ากรรมฐาน ดิฉันจึงไม่คิดจะกินยาที่นำมาอีกต่อไป

รุ่งเช้ามีดของวันที่ ๔ จากเวลา ๐๔.๐๐ น. จนถึงเวลา ๐๗.๐๐ น. และจากเวลา ๐๘.๐๐ น. จนถึงเวลา ๑๑.๐๐ น. ดิฉันได้รับทุกขเวทนาจนถึงที่สุด อาเจียนทั้งที่ไม่มีอาหาร ในท้องจนเหนื่อย ตามร่างกายก็เจ็บปวดมาก โดยเฉพาะบริเวณหลัง ปวดมากราวกับกระดูก

จะแตกเป็นเสียง ๆ ในช่วงเวลาดังกล่าวนี้ดิฉันทนไม่ไหว จึงออกจากกรรมฐานเข้าไปในห้องพักด้วยเหตุผล ๒ ประการ ประการแรกเพื่อไม่ให้เป็นการรบกวนผู้อื่นจากเสียงอาเจียนของดิฉัน ประการที่สอง ดิฉันอยากร้องไห้ เพราะสวดจะทนทานต่อความเจ็บปวด ดิฉันเดินจงกรมและนั่งสมาธิในห้องพักตามลำพัง น้ำตาร่วงตลอดเวลา เพราะไม่ว่าจะอยู่อิริยาบถไหนก็ไม่ดีขึ้น จนถึงเวลา ๑๑.๐๐ น. เพื่อนที่อยู่ห้องเดียวกันเป็นห่วง มาตามไปทานข้าว เมื่อดิฉันออกจากกรรมฐานและไปรับประทานอาหาร ในช่วงนี้อาการต่าง ๆ ละลายหายไปจนเกือบเป็นปกติ นับว่าเป็นเรื่องที่ตัวดิฉันเองก็ไม่อยากจะเชื่อเลย แต่มันก็เกิดขึ้นแล้วจริง ๆ ในช่วงบ่ายเมื่อเริ่มปฏิบัติธรรมอีก คราวนี้อาการทุเลาลงมาก ยังเจ็บปวดอยู่แต่ก็พอทนได้จากนั้นมาในวันที่ ๕-๖-๗ ก็ดีขึ้นเรื่อย ๆ จนหายเป็นปกติ

จากประสบการณ์ทั้งหมดนี้ หลายท่านคงมีความคิดเห็นแตกต่างกันออกไป ตามความเชื่อและศรัทธาของแต่ละคน หลายท่านอาจคิดว่าเป็นอุปาทานของคนจิตอ่อน อาจเป็นเหตุบังเอิญ อาจเป็นธรรมดาของร่างกายและจิตใจที่เกิดความเครียด จึงปรากฏการณ์ต่าง ๆ ออกมา ทั้งนี้ก็สุดแล้วแต่เหตุผลของแต่ละคน ส่วนสำหรับตัวของดิฉัน คิดว่าได้พยายามอย่างที่สุดแล้ว ที่จะถ่ายทอดประสบการณ์นี้แก่ผู้อื่น เพื่อให้ได้เห็นกฎแห่งกรรม และประโยชน์อันจะได้รับจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

อันที่จริงดิฉันก็ได้มุ่งหวังถึงว่าจะระลึกกรรมได้ และได้มีโอกาสแก้กรรมดังที่เล่ามาทั้งหมด ดิฉันหวังเพียงความสงบสุขทางใจ ในขณะที่ต้องดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอันวุ่นวายท่ามกลางกิเลส ตัณหา ภายในใจคน ซึ่งไม่เว้นแม้แต่ตัวของดิฉันเอง ที่ต้องต่อสู้กับกิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลง และดิฉันก็ไม่ผิดหวังเลยที่ได้พบพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ หลวงพ่อจรัญเสมือนพ่อผู้นำแสงสว่างให้กับดิฉันได้พบพระธรรมอันวิเศษสามารถป่ายปีนขึ้นจากห้วงวิบากกรรมอันพาดิฉันว่ายวนอยู่ตลอด ๒-๓ ปีที่ผ่านมา

ปัจจุบันนี้ จากเดิมที่ดิฉันเคยเป็นคนอาฆาตพยาบาท ใจร้อน มุทะลุ ไม่ยอมใคร โกรธ และเกลียดคนง่าย แต่หลังจากที่ดิฉันได้ศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ และเริ่มต้นเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามคำสั่งสอนของหลวงพ่ोजรัญ อย่างจริงจังแล้ว ดิฉันกลายเป็นคน

- ไม่อาฆาตพยาบาท (เพราะรู้แล้วว่าเป็นกรรม เป็นความทุกข์)
- มีความอดทนขึ้น รอได้ ทนได้
- ไม่ปรุงแต่งอารมณ์ ไม่โกรธใครง่าย อดกลั้นได้มากขึ้น
- เกิดความเมตตา และให้อภัย แก่ผู้ไม่รู้กรรมของตน

- ลดกิเลสตัณหาในอารมณ์ตนได้ เข้มแข็งต่อสิ่งเฝ้ายวนได้มากขึ้น
- และในประการสำคัญที่สุด ดิฉัน เกิดปัญญาในการคิดแก้ไขปัญหาชีวิตได้ทุกเรื่อง มีกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคด้วยความเชื่อมั่นในคุณธรรมความดีว่า จะสามารถเอาชนะทุกสิ่งทุกอย่างได้

ทำยที่สุดนี้หลังจากที่ดิฉันเขียนบทความนี้จบลง ดิฉันมีกำหนดการที่จะไปปฏิบัติธรรมที่วัดอัมพวันอีกครั้ง ในวันที่ ๒๒-๒๙ เมษายน ๒๕๓๘ พร้อมกับสามี ซึ่งก่อนหน้านี้ แม้ขณะที่ดิฉันเดินทางไปวัดอัมพวันในครั้งแรกเมื่อปลายเดือนที่แล้วนี้ เขาก็ยังมีได้แสดงความสนใจหรือศรัทธาในเรื่องของการเจริญวิปัสสนากรรมฐานแม้แต่น้อย แต่ด้วยเพราะบารมีของหลวงพ่ोजรัญ เพราะหลังจากที่เขาได้ฟังธรรมคู่มือ จากเทปที่ดิฉันซื้อมาจากวัดอัมพวันไปฝากได้อ่านหนังสือ กฎแห่งกรรม – ธรรมปฏิบัติ บางเล่มซึ่งหลวงพ่อดีเขียนไว้ เขาจึงเกิดศรัทธา ดิฉันจึงมีโอกาสที่จะได้ไปวัดอัมพวันอีกครั้งอย่างไม่คาดฝัน และด้วยความสุขใจอย่างยิ่ง พระคุณของพระคุณเจ้าพระราชสุทธิญาณมงคล หรือหลวงพ่ोजรัญ จิตฺตมโฆ แห่งวัดอัมพวัน จึงมากมายมหาศาล จนดิฉันไม่สามารถที่จะหาถ้อยคำใด ๆ มากล่าวได้ เช่นเดียวกับที่ไม่อาจทดแทนพระคุณนี้ได้หมดแม้ชั่วชีวิตนี้ ดิฉันคงทำได้แต่เพียงขอตั้งปณิธานว่าจะประพฤติตนอยู่ในศีลธรรมอันดีงามตลอดไป พร้อมทั้งจะมีความหมั่นเพียรในการที่จะสั่งสอนบุตรหลาน และเยาวชนของชาติให้เป็นคนดีของครอบครัว สังคมและประเทศชาติ ตามที่หลวงพ่อดีมีปณิธานอันมั่นคง ในการที่จะพัฒนาคนให้สูงขึ้นด้วยคุณธรรมตลอดมา