

การปฏิบัติธรรมนำทางสู่ชีวิตที่ดีขึ้น

มนตรา ฝั่งเทศ

P18026

ครอบครัวของดิฉันเป็นครอบครัวใหญ่ มีอาชีพทำนา อยู่ที่จังหวัด กำแพงเพชร ดิฉันเป็นคนสุดท้อง มีพี่น้องทั้งหมด ๗ คน ตอนท้องดิฉันคุณแม่อายุสี่สิบกว่าแล้ว ตอนเด็กดิฉันเป็นคนขี้โรคเลี้ยงยาก เคยหยุดเรียนรักษาตัวเป็นเดือน พอโตรู้ความบ้างดิฉันก็ได้รับรู้ถึงปัญหาที่ทางบ้านประสบ โดยเฉพาะปัญหาทางเศรษฐกิจ พวกพี่ ๆ ต้องแยกย้ายกันออกไปทำงานนอกบ้าน เราอยู่กันอย่างประหยัด มีอยู่ครั้งหนึ่งอาหารที่หาได้มีเพียงปลาตัวเล็ก ๆ หัวโต ๆ ๑ ตัว คุณพ่อกินหัวปลาให้ดิฉันกินตัวปลา ผักก็กินแต่ก้านเก็บยอดไว้ให้ดิฉันกิน คิดที่ไรก็น้ำตาไหลทุกที

พอดิฉันเรียนมัธยม ทางบ้านก็เลิกทำนาเพราะคุณพ่อคุณแม่แก่แล้วไม่มีแรงทำนา จึงหันมาค้าขายแทน ตอนนั้นดิฉันยังไม่รู้จักการสวดมนต์ไหว้พระ อย่างมากก็แค่กราบพระก่อนนอน ไปทำบุญวันพระและใส่บาตร แต่จะเป็นที่เชื่อเรื่องกฎแห่งกรรมมาก เพราะคุณพ่อมักจะเล่านิทานเรื่องนรกสวรรค์ให้ฟังอยู่เสมอ ๆ จะสอนเรื่องกรรมดีกรรมชั่วไปพร้อม ๆ กับเล่าเรื่องกฎแห่งกรรมไปด้วย ว่าทำอย่างไรถึงจะได้ไปสวรรค์ และทำอย่างไรถึงต้องไปตกนรก ทำให้ดิฉันเชื่อเรื่องนรกสวรรค์มาก แต่ก็ยังไม่ได้นึกถึงไหว้พระสวดมนต์ปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง เพียงแค่มีความกลัวต่อบาป ช่วงที่เรียนอยู่มัธยมศึกษา โรงเรียนได้จัดอบรมปฏิบัติธรรมสองคืนสามวัน มีพระอุปัชฌาย์มาสอน ดิฉันได้สมัครเข้าปฏิบัติธรรมในครั้งนั้นด้วย แต่ก็ยังไม่เข้าใจลึกซึ้งนัก หลังจากมาก็ไม่เคยได้ปฏิบัติธรรมอีกเลย

จนเมื่อประมาณปี คุณแม่ป่วยเป็นโรคหอบหืด ต้องฉีดยาเกือบทุกวัน จนต้องพามารักษาตัวที่กรุงเทพฯ ดิฉันไม่ค่อยสบายใจ เห็นว่าปีนี้คุณแม่เป็นมากเหลือเกิน จึงนึกอยากสวดมนต์ขึ้นมา ซึ่งไม่เคยสวดมาก่อน แต่ชอบอ่านหนังสือธรรมะอยู่แล้ว ที่บ้านมีหนังสือสวดมนต์อยู่บ้าง จึงเริ่มสวดมนต์ตั้งแต่วันนั้น และได้แผ่เมตตาให้กรรมนายเวรของแม่ด้วย พอได้สวดมนต์แล้วรู้สึกสบายใจขึ้น จิตใจดีขึ้น จากนั้นก็สวดมนต์ทุกวัน ช่วงเช้าก่อนทำงาน ช่วงกลางวันหลังกินข้าว และก่อนนอน

วันหนึ่งเล่นอินเทอร์เน็ตแล้วเข้าในเว็บ (Web) ของวัดอัมพวัน ได้เข้าไปอ่านสัตร์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม รู้สึกอยากไปวัดอัมพวันมาก และได้อ่านเรื่องเกี่ยวกับกรรมฐานช่วยแม่ได้ ทำให้ดิฉันมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติธรรมที่วัดนี้มากทั้ง ๆ ที่ไม่เคยรู้จักวัดนี้มาก่อน แต่ด้วยจิตศรัทธาและอยากช่วยแม่จึงได้ชวนเพื่อนที่ทำงานไปด้วย พอได้ปฏิบัติก็ตั้งจิตอธิษฐานว่าการปฏิบัติธรรมครั้งนี้ขอให้คุณแม่หายจากโรคหอบหืด

ตั้งแต่ได้มาปฏิบัติธรรมที่วัดอัมพวันครั้งนั้น ดิฉันก็ตั้งใจปฏิบัติเรื่อยมา สวดมนต์เป็นประจำทุกวัน แต่การเดินจงกรม นั่งสมาธิ นั่งสมาธินั้นไม่ได้ทำทุกวัน ดิฉันรู้จักใช้เหตุผลใช้สติและปัญญาในการดำเนินชีวิตมากขึ้น และลดความใจร้อนลงมาได้

ปี ๒๕๔๖ ดิฉันได้ไปปฏิบัติธรรมที่วัดอัมพวันช่วงวันเกิดของดิฉัน หลังจากกลับ
จากวัด ดิฉันก็ได้ตั้งใจว่าตั้งแต่นี้เป็นต้นไปดิฉันจะปฏิบัติธรรม สวดมนต์ เติมน้ำใจ
และนั่งสมาธิทุกวัน และดิฉันก็ทำได้จริง ๆ ผลการปฏิบัติที่ได้รับนั้นคุ้มค่าเหลือเกิน
จิตใจของดิฉันนิ่งขึ้น ว่างขึ้น รู้จักปล่อยวางกับปัญหาอุปสรรคด้านมากขึ้น ปัญหาทาง
เศรษฐกิจก็ค่อยดีขึ้น ดิฉันและพี่ ๆ บางคนช่วยกันหาเงินสร้างบ้านให้คุณแม่คุณพ่อซึ่ง
ขณะนั้นอายุ ๗๕ ปีแล้วได้อยู่ ดิฉันมีความสำเร็จในหน้าที่การงาน การศึกษา มีความ
เป็นอยู่ที่ดีขึ้น ไม่ทุกข์ใจเหมือนที่ผ่านมา พบแต่กัลยาณมิตรซึ่งนำทางที่ดีงาม ชักชวนกัน
ทำแต่สิ่งที่เป็นบุญเป็นกุศล

ชีวิตของดิฉันจากนี้ไปจะประกอบแต่กุศลกรรม เพื่อทดแทนบุญคุณผู้มีพระคุณ
และพระพุทธศาสนา

ขอให้พระพุทธศาสนาอยู่คู่พุทธศาสนิกชนชาวไทยชั่วกาลนาน