

วิปัสสนากรรมฐาน คือ พลังของชีวิต

สุธิดา

P18016

ดิฉันอายุ 41 ปี ทำธุรกิจขายตรงกับบริษัทแห่งหนึ่ง ชีวิตของดิฉันประสบความสำเร็จทุกอย่างอย่างสาหัส เริ่มตั้งแต่ถูกข่มขืนโดยผู้มีพระคุณเมื่อมีอายุแค่ 10-11 ขวบ ตัดสินใจเล่าให้แม่ฟัง แม่ก็ช่วยไม่ได้ แม่เกลียดลูกผู้หญิง ที่บ้านมีพี่น้องรวมดิฉัน 8 คนผู้หญิง 3 คน แม่ชอบด่าว่ามีผู้หญิงเหมือนมีสัวมอยู่หน้าบ้าน แม่ตีไฟ ชีวิตของแม่ส่วนมากอยู่ในบ่อนไฟ พี่สาวเลี้ยงดูดิฉันช่วงสั้น พอพี่สาวออกเรือนไป พี่ชายคนโต เกเรมากชอบรังแกดิฉันเสมอ พี่ชายคนที่สองขยัน รักพ่อรักแม่และรับผิดชอบภายในบ้าน ชีวิตของดิฉัน พ่อ แม่ และน้องสาว ขึ้นอยู่กับพี่ชายคนนี้

มีเหตุการณ์ต่าง ๆ เข้ามาในชีวิตของดิฉันมาก ดิฉันเคยคิดถึงขั้นฆ่าตัวตาย ดิฉันมองโลกในแง่ร้าย ใช้อารมณ์เป็นใหญ่ เป็นคนเก็บกด ตื้อรั้น ก้าวร้าว พูดโดยไม่คิด บางครั้งเป็นการทำร้ายผู้มีพระคุณ แต่พอกลับบ้านดิฉันก็เป็นเหมือนเดิม แก้ไขปัญหาชีวิตไม่ได้ จนกระทั่งเดือนมีนาคม พ.ศ. 2543 ดิฉันขอให้เพื่อนช่วยเหลือ ดิฉันยอมแพ้แล้ว ดิฉันตกลงที่จะไปวัดอัมพวันตามที่เพื่อนบอก

ดิฉันอยู่ปฏิบัติวิปัสสนาเป็นเวลา 4 วัน สิ่งที่ได้รับมาและจดจำมาตลอด คือ ข้อความในแผ่นป้ายหน้าห้องลงทะเบียน ซึ่งเขียนไว้ว่า “อดทนได้ รอได้ สำเร็จได้” มีกฎระเบียบการปฏิบัติธรรม ไม่มีการเรียไรเงินทำบุญ มีชุดแจก มีข้าวให้กิน โดยไม่เสียเงิน มีแม่ครูคอยให้คำแนะนำดูแลการปฏิบัติอย่างใกล้ชิด รู้สึกประทับใจมาก

หลังจากครบ 4 วัน ดิฉันรู้แล้วว่าดิฉันเจอทางพ้นทุกข์แล้ว ต่อมากลางเดือน เมษายน พ.ศ. 2543 ดิฉันก็ไปอีกและไปอย่างต่อเนื่อง ดิฉันทำตามกฎระเบียบของวัด อัมพวัน ออกปฏิบัติทุกรอบไม่เคยเหลวไหล หรือแอบนอน ไม่เดินเฟ้นฟ่าน สิ่งที่ได้ยิน ในตอนนั้นบ่อยมาก แม่คือพระอรหันต์ แม่คือพระพรหม ถ้าอยากปฏิบัติได้ก้าวหน้า ให้ไปขอขมามารดา

พอมาปลายปี พ.ศ. 2544 ดิฉันก็ได้ทำสิ่งที่มีค่ายิ่ง คือ ได้มีโอกาสปฏิบัติดูแล แม่อย่างใกล้ชิด เพราะแม่ป่วยหนัก ในขณะที่พี่น้องต้องทำงาน ดิฉันโชคดีที่สุด ดิฉัน คิดเสมอตอนดูแลแม่คอยเปลี่ยนแพมเพอร์ส (ผ้าอ้อมผู้ใหญ่) เช็ดอุจจาระ ให้แม่ช็อค พาไปอาบน้ำ แม่ให้ชีวิตดิฉันเกิดมาหนี้บุญคุณนี้ใช้จนตายก็ไม่หมด อาการแม่เริ่มทรุดหนัก จากพลิกตัวได้ก็ไม่ได้ จากนั้นก็ไม่ได้ ตอนดึกตี 1 ตี 2 เคยร้องหิวก็ไม่มีเสียง ระบบภายในร่างกายไม่ตอบรับ ถ่ายตลอด ดิฉันจับพลิกซ้าย อุจจาระออกมาเป็น เลือด พลิกขวาก็ออกมาเป็นเลือด จนวันสุดท้ายแม่ก็จากไปอย่างสงบกับอกของดิฉัน ดิฉันสวดมนต์อธิษฐานใส่กรอบไม้ได้นับ นี่คือนี่ที่ดิฉันได้จากการปฏิบัติวิปัสสนา กรรมฐาน ดีใจได้ทำหน้าที่ของลูกด้วยความรัก ด้วยความเต็มใจ ดิฉันได้ใจพี่น้อง เกือบทุกคน ถ้าดิฉันไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ดิฉันคงคิดว่าทำไมดิฉันต้องเป็น คนดูแลแม่ และดิฉันคงต้องตกนรกทั้งเป็นด้วย ความออกตัญญูอย่างแน่นอน

หลังจากเสร็จงานศพแม่ ดิฉันก็ไปปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างต่อเนื่อง การ ปฏิบัติค่อย ๆ ดีขึ้น ลมหายใจละเอียดขึ้น ได้รู้มากขึ้นถึงการทำบุญให้ได้ความสุข ใจ เย็นขึ้น มีสติมากขึ้น สุขภาพดีขึ้น ภูมิแพ้หาย ท้องไม่ผูก จากคนอ้วนกลายเป็นไม่อ้วน ดิฉันกลายเป็นอ่อนโยนอ่อนน้อมถ่อมตน เริ่มได้คุณสมบัติมนุษย์เพิ่มขึ้นทีละนิด

ดิฉันปฏิบัติอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ ได้รับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นขณะปฏิบัติ ดิฉันได้ไปปฏิบัติธรรมทั้งที่วัดอัมพวันและที่ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน จังหวัดขอนแก่น โดยมีท่านพระครูเป็นผู้แนะนำและควบคุมการปฏิบัติ เมื่อกลับบ้านก็ปฏิบัติอย่างต่อเนื่องไม่เคยขาด ยิ่งปฏิบัติก็ยิ่งรู้มากขึ้น สวดมนต์พุทธชัยมงคลคาถา และอิติปิโส 108 จบ ก่อนนอนและตอนเช้า เริ่มมีสิ่งดี ๆ เข้ามาในชีวิต การมองคนในแง่ร้ายหายไป รู้จักคิดก่อนพูด ความก้าวร้าวในตัวหายไป ได้พบกัลยาณมิตร

ดิฉันมีวันนี้ได้เพราะมีหลวงพ่อบุญเป็นที่พึ่งและกำลังใจ หลวงพ่อบุญเป็นทั้งผู้ให้และช่วยเหลือตลอดมา พระคุณของหลวงพ่อบุญมากล้นสุดพรรณนาได้ ดิฉันขอกราบพระเดชพระคุณหลวงพ่อบุญ ขอให้หลวงพ่อบุญมีสุขภาพแข็งแรง และอยู่เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรของทุก ๆ คนตลอดไป