

กายภาพบำบัด กับ การปฏิบัติธรรมของข้าพเจ้า

บรรเจิด จันทร์เชื้อ

R20013

เมื่อปี ๒๕๑๓ ข้าพเจ้าอุปสมบทที่วัดเสมียนนารี เขตบางเขน กทม. ขณะอายุได้ ๓๗ ปี เมื่อครบกำหนด ๓ เดือน ๑ พรรษา จึงได้ลาสิกขากลับเข้ารับราชการตามเดิมที่การรถไฟแห่งประเทศไทย ขณะนั้นได้ตำแหน่งสำรองพนักงานขับรถ

วันหนึ่งได้ถามตัวเองว่า บวชแล้วได้อะไร เหล้าก็ยังดื่ม บุหรี่ก็ยังสูบ ดีที่ไม่เล่นการพนัน แต่ชอบเล่นหวย เพราะมันถูกร้อย สูงสุดรางวัลที่ ๕ ครั้งเดียวในชีวิต ลูกก็กำลังเรียนสูงขึ้น แล้วยังจะทำตัวให้ต่ำลงด้วยติดอบายมุข คิดได้ก็ตั้งสัจจะวันนี้ขอเลิกอบายมุข อันดับแรกคือเหล้า อันดับสองคือบุหรี่

บุหรี่เลิกได้โดยไม่ตั้งใจ มันเป็นผลพลอยได้จากการเลิกเหล้า ช่างเป็นบุญกุศลโดยแท้ ไม่มีอาการทรมานอะไรเลย จากการเลิกทั้งสองอย่าง แต่ก็เสียเพื่อนกินไปเยอะ ปัญญาเกิดขึ้นแล้วอย่างไร ไม่รู้ว่าถูกหรือผิด ข้าพเจ้าไม่ขอกินเนื้อสัตว์ทุกชนิด (ตัดปัญหาของแก้มเหล้า) ข้าพเจ้ากินเจอยู่เกือบ ๑๐ ปี ปัญญาสว่างขึ้นมาอีกหน่อยไม่ควรทำให้คนใกล้ตัวเดือดร้อน ต้องทำอาหารหลายอย่าง เพราะอาหารมันบำรุงเลี้ยงร่างกายให้คงสภาพอยู่ได้ ใจต่างหากเล่า ดีหรือชั่วมันส่งผลถึงตัวและครอบครัวและสังคม ส่วนรวม นับว่าเป็นบุญที่ข้าพเจ้าชอบอ่านหนังสือกฎแห่งกรรม-ธรรมปฏิบัติของหลวงพ่ोजรัญ และชอบสวดมนต์

มีเพื่อนชวนไปทำบุญที่วัดอัมพวัน ๒ ครั้ง ข้าพเจ้าไม่ได้ไป แต่ร่วมทำบุญด้วยใจศรัทธา ครั้งที่ ๓ จึงได้มีโอกาสไป และได้พบหลวงพ่อด้วย จากนั้นก็ไปอีกหลายครั้ง แต่ไม่ได้ปฏิบัติธรรม จนเดือนมิถุนายน ๒๕๔๕ ข้าพเจ้าได้ไปปฏิบัติธรรมเป็นครั้งแรก ๓ วัน ยังไม่รู้อะไร กฎแห่งกรรม นั้นมีแน่นอน แต่ธรรมปฏิบัติของข้าพเจ้ายังอ่อน จึงไปอีกเป็นครั้งที่ ๒ (รวม ๒ ครั้งเป็น ๖ วัน) เพราะรู้สึกจะดีขึ้น ด้วยร่างกายและจิตใจดีขึ้น และไปอีกเป็นครั้งที่ ๓ รวม เป็น ๙ วัน ถือว่าเป็นเลขมงคลที่ทำให้ไปติดต่อกันทุกเดือน จนบัดนี้จาก ๓ วันเป็น ๕ วันและ ๗ วัน มากขึ้นเป็นลำดับ

ข้าพเจ้าป่วยหนักเมื่ออายุ ๖๕ ปี ขณะปฏิบัติธรรมอยู่ที่วัดเสมียนนารี รู้สึกวูบไป แต่มีสติดี ค่อยๆนั่งลง ก่อนจะหมดความรู้สึกไป ๑ วัน ๑ คืน รักษาตัวที่โรงพยาบาลเอกชน อยู่ถึง ๔๘ วัน จึงต้องหัดเดินกันใหม่ และต้องทำกายภาพบำบัดครั้งละ ๕๐๐ บาท ทางออกที่ดีที่สุดของข้าพเจ้าคือไปปฏิบัติธรรมต่อทุกเดือน และเจาะจงขอพักที่อาคารปริยัติธรรมชั้น ๔ เป็นการกายภาพบำบัดไปในตัว เมื่ออยู่บ้านก็เดินเท้าเปล่า รอใส่บาตรพระตอนเช้า เมื่อไปวัด ก็ฝึกใจด้วยสติปัญญาอันดี มีเรื่องแปลกเล่าให้ฟังดังนี้

(๑) อาคารคามวาสี ไปปฏิบัติครั้งที่ ๒ ขณะยืนกำหนด ๕ ครั้ง เห็นพระภิกษุเดินเข้ามาปฏิบัติด้วย เมื่อลืมตาขึ้นก็ไม่เห็นมีอะไร หลับตาขึ้นกำหนดต่อเห็นประกายไฟสีขาวดังตีเหล็กไฟ พร้อมมีเสียงดังขึ้นในความรู้สึกว่า “ให้คนที่ตัวเองอย่าดูคนอื่น”

(๒) ที่อาคาร ร.๕ ก่อนหลับตาคำหนด เห็นผู้ปฏิบัติ ซึ่งแต่งชุดขาวเป็นชุดแดง ทั้งหมด ดั่งนักรบโบราณ

(๓) ที่อาคารภavana ๑ เติมนิจกรรมครบกำหนดแล้ว มีความรู้สึกอยากไปห้องน้ำ ที่ห้องน้ำชายหมายเลข ๖ ข้าพเจ้ามองเห็นเลข ๒ ตัว ตัวแรกอยู่ในกรอบสี่เหลี่ยม ตัวหลังไม่มีกรอบล้อมเหมือนตัวแรก ทั้งหมดเป็นตัวเลขอารบิก มองเห็นชัดเจนด้วยตาเนื้อ เพียงแวบเดียว เมื่อเอื้อมมือจับลูกบิด(ความจริงเป็นกลอนธรรมชาติ) ภาพนี้หายไป ที่เห็นบ่งบอกต้นไม้หรือกิ่งไม้ที่เป็นสีเขียว ยังไม่รู้จักวิธีกำหนด จึงไม่รู้ว่าจริงหรือหลอก และไม่ได้คาดคิดมาก่อน อาการที่เห็นเหมือนกิ่งฝืน

(๔) ที่สำคัญที่สุดคือ ตัดต้นไม้ที่หน้าบ้าน จำได้ว่าถือเลื่อยจะไปตัดกิ่งไม้ จากนั้นจำไม่ได้จนเป็นเหตุให้ลูกต้องพาไปหาหมอ “พ่อตัดกิ่งไม้ได้อย่างไร ตัดไม้เหมือนชาวบ้านเขาด้วย” คือตัดจากล่างขึ้นไปหาบน และยังมีเหลือตัดยอดอยู่อีก ๒ กิ่ง ข้าพเจ้าถามว่า “ใครตัดต้นไม้” ลูกๆบอกว่า “พ่อ” ถามเพื่อนบ้านก็บอกว่า “ลุง” ไปพบหมอแล้วหมอบอกไม่เป็นอะไร ข้าพเจ้าจึงมาตัดต่อและโค่นต้นทิ้งเลย ใครห้ามก็ไม่ฟัง คราวนี้มีสติปัญญาว่าจะตัดอย่างไรจึงจะ ไม่เป็นอันตรายทั้งคนตัดและรอบๆ บริเวณ แต่แปลกมีคนมาช่วยลากต้นไม้ไปที่ เพราะข้าพเจ้านึกถึงหลวงพ่อตลอดเวลา

เรื่องการสวดมนต์ ข้าพเจ้าชอบสวดมนต์มาแต่เด็กแล้ว เพราะยายเป็นคนสอน ยายชื่อทุเรียน ชื่อโบราณ หวานจนไม่มีอะไรเทียบ และก็เป็นคนโบราณจริง เพราะอ่านหนังสือไม่ออก แต่สวดมนต์เก่ง เพราะความจำดี สวดอิติปิโสเท่าอายุหรือมากกว่า ข้าพเจ้าอ่านพบในหนังสือเล่มเล็กๆ หลวงพ่อบอกว่าใครสวดได้มากกว่ายิ่งดี ข้าพเจ้าสวดร้อยแปดจบ เท่าลูกประจำเป็นประจำ และก็คงไม่ใช่ข้าพเจ้าคนเดียว

ข้าพเจ้าอ่านพบในหนังสือของหลวงพ่อ อย่างน้อยก็ ๒ ท่านที่สวด ๑๐๘ จบ ข้าพเจ้า รู้สึกปลื้มปีติอย่างยิ่ง สวคมนตรีเป็นนิจ อธิษฐานจิตเป็นประจำ ผลที่ได้มีเมตตาแคล้วคลาดดีเหลือเกิน เดียวนี้ข้าพเจ้าสวคมนตรีคาถากันโรคภัยไข้เจ็บถวายหลวงพ่อเป็นประจำ ตั้งแต่รับหนังสือกฎแห่งกรรมเล่ม ๑๕ จากมือหลวงพ่อเป็นต้นมา สวดทั้งบาลีและคำแปลภาษาไทย เป็นมงคลดีจริงๆแก่ตัวเองด้วย ข้าพเจ้าทำกายภาพบำบัด ด้วยการขึ้นลงจากอาคารปริยัติ ๔ วัน วันละ ๔ รอบ เพื่อไปฝึกสติปัญญาฐานสี่ที่อาคารภavana ๑ ด้วยวัย ๗๓ ปี ไม่ย่อท้อ ข้าพเจ้าอธิษฐานไว้ให้ได้เท่าอายุ หรือมากกว่ายิ่งดี ตอนนี่เพิ่ง ๔๐ ขอพรจากหลวงพ่อที่เคารพสูงสุด ให้กระผมมีความสุขภาพแข็งแรงได้มาปฏิบัติธรรม เพื่อเพิ่มพูนบารมีและสติปัญญา

สรุปว่าเมื่อเลิกอบายมุขได้โดยเด็ดขาดแล้ว ฐานะ ทางครอบครัวก็ดีขึ้น ลูกๆก็เรียนสำเร็จปริญญาตรี ๔ คน ปวส. ๓ คน ม.๖ อีก ๑ คน ก่อนเกษียณราชการ เมื่อ ๒๕๓๗ มีที่ดินเป็นสมบัติแห่งความมานะ ๒ แปลง ยังขายไม่ได้จนบัดนี้ แต่จิตใจยังเหมือนเดิม ยังเป็นเครื่องเบนชินอยู่ เมื่อรู้ตัวว่าย่างอ่อนธรรมะก็เร่งปฏิบัติ จึงมีแววดีขึ้น เปลี่ยนเป็นเครื่องดีเซลยิ่งวิ่งยิ่งร้อน หมายถึงการปฏิบัติต้องใช้เวลา เวลาถึงจะแก่แล้วก็ยังไม่สายที่จะทำความดี ด้วยการปฏิบัติธรรมะที่วัดอัมพวัน คือจุดมุ่งหมายของข้าพเจ้า ทุกสิ่งทุกอย่างดีขึ้น