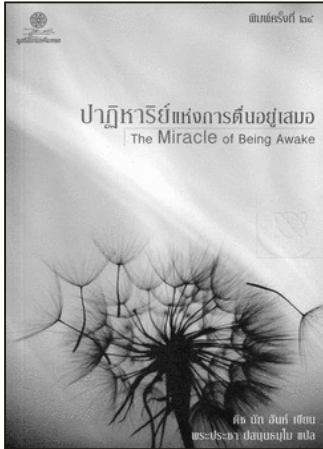




บทวิจารณ์หนังสือ
ปาฏิหาริย์แห่งการตื่นอยู่เสมอ
The Miracle of Being Awake

พิชัย สุขวุ่น
Pichai Sookwoon

หนังสือเรื่อง “ปาฏิหาริย์แห่งการตื่นอยู่เสมอ”
เขียนโดย ดิษ นัท อันท์ ท่านเป็นพระชาวเวียดนาม

นิกายมหายาน การสอนของท่านจึงเป็นไปตามธรรมเนียมของนิกายนี้คือ สอนโดยวิธีลัดตรงไปตรงมา บางครั้งใช้ภาษาในการอธิบายให้เข้าถึงความจริงที่ซับซ้อนเข้าใจยาก แต่ก็ เป็นปกติของการอธิบายความจริงของพุทธธรรม เพราะการเข้าใจสิ่งดังกล่าวย่อมอยู่เหนือ การบรรยายด้วยภาษาที่สื่อสารกันตามปกติ และเน้นการสอนให้ช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวัง ผลตอบแทน ถือเป็นการปฏิบัติตามแบบอย่างของพระโพธิสัตว์

เดิมทีฉันฉบับหนังสือเล่มนี้ ท่านเขียนเป็นภาษาเวียดนาม แล้วมีผู้แปลเป็น ภาษาอังกฤษ (แปลโดย โมบี ควิน ฮั่ว) จากนั้น พระประชา ปสนุณรมโม ได้แปลเป็น ภาษาไทย ในคำนำได้กล่าวถึงการชื่นชมการแปลเป็นภาษาไทยว่า แปลได้อย่างถูกต้อง งดงามกินความตรงกับความหมายที่ต้องการสื่อสาร ซึ่งน่าชื่นชมเป็นอย่างยิ่ง เพราะ ธรรมชาติของการสื่อสารให้เข้าใจความจริงของพุทธธรรม ธรรมดาก็มีความซับซ้อน ของ ภาษาอยู่แล้ว การแปลหนังสือประเภทนี้ จึงจำเป็นต้องอาศัยพื้นฐานความรู้ทางพุทธ ศาสนาพอสมควร ผู้แปล แปลได้ดีถึงขนาดมีผู้อ่านนำไปปฏิบัติแล้วเขียนมาขอบคุณ เพราะ สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

หนังสือเล่มนี้พิมพ์ครั้งแรก โดยมูลนิธิโกมลคีมทอง เมื่อเดือนธันวาคม พ.ศ. 2518 พอถึงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2519 ก็ต้องพิมพ์เป็นครั้งที่ 2 มูลนิธิโกมลคีมทอง จัดตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2516 มีวัตถุประสงค์ในการกระตุ้นเตือนและสนับสนุนให้บุคคลเสียสละเพื่อสังคม มีอุดมคติ และผู้นำในทางที่ถูกต้อง วัตถุประสงค์ของมูลนิธิดังกล่าวสอดคล้องกับเนื้อหาของหนังสือเล่มนี้เป็นอย่างยิ่ง เพราะเนื้อหาทั้งเล่มมีวัตถุประสงค์ให้ผู้อ่าน ได้ทำงานเพื่อสังคมและช่วยเหลือผู้อื่น และสิ่งที่น่าสนใจในหนังสือเล่มนี้ คือ การช่วยเหลือผู้อื่น แล้วตนเองได้สิ่งตอบแทนเป็นความหลุดพ้น (พบปาฏิหาริย์) ซึ่งเป็นหัวใจหลักของหนังสือเล่มนี้

ฉบับที่ผู้เขียนนำมาวิจารณ์ในครั้งนี้ เป็นการพิมพ์ครั้งที่ 26 เดือนกันยายน พ.ศ. 2554 ซึ่งจากคำนำของผู้แปลเป็นภาษาไทยได้อธิบายการพิมพ์ครั้งนี้ว่า เป็นการจัดพิมพ์เพื่อฉลองชาตกาล 100 ปี ของท่านพุทธทาสภิกขุ เพราะหนังสือเล่มนี้ท่านพุทธทาสภิกขุได้กล่าวชื่นชมท่านดิช นัท ฮันท์ ว่า “สามารถประยุกต์ได้อย่างสมสมัย” ด้วยการเขียนในลักษณะประยุกต์ธรรมให้เข้ากับช่วงเวลาสมัยใหม่ และเป็นจุดเด่นของหนังสือที่ทำให้ผู้ปฏิบัติงานในสังคมปัจจุบันเข้าใจธรรมะได้ง่ายขึ้น แต่ในความง่ายดังกล่าวก็มีธรรมะขั้นสูงสุดอยู่ในสิ่งนั้นด้วย เช่น ท่านกล่าวถึงการล้างจาน ซึ่งเป็นหน้าที่ธรรมดาที่เราทำอยู่เป็นประจำ แต่ท่านกลับกล่าวว่า การล้างจานก็เป็นสิ่งอัศจรรย์ที่ทำให้เราถึงความหลุดพ้นได้เช่นเดียวกัน นี่เป็นตัวอย่างของคำสอนแบบมหายาน ที่อาจทำให้กัง ว่าสิ่งธรรมดาจะเป็นสิ่งอัศจรรย์ได้อย่างไร แต่ผู้เขียนคิดว่าคำสอนดังกล่าวสอดคล้องกันเป็นอย่างดีกับคำสอนของท่านพุทธทาสภิกขุ ที่ท่านกล่าวว่า นิพพาน ความหลุดพ้น ความไม่ยึดถือ บางครั้งใช้คำว่า ตถตา อนัตตา อนิจจัง หรือสญญตา สิ่งเหล่านี้มีอยู่แล้วในสิ่งทั้งปวง มีอยู่ทุกพื้นที่ทุกเวลา แสดงว่าเมื่อการล้างจานกินทั้งพื้นที่และเวลา นิพพานก็หาพบได้จากการล้างจานในชีวิตประจำวัน แต่คนทั่วไปจะเข้าใจเรื่องนี้ได้ยาก เพราะคนส่วนใหญ่ได้แยกหน้าที่ระหว่างการทำงานกับการปฏิบัติธรรมออกจากกัน โดยเห็นว่าทำงานเป็นเรื่องของทางโลกที่ต้อง

ดิ้นรนต่อสู้ การทำงานจึงเป็นความทุกข์ชนิดแรกของมนุษย์ แต่หนังสือเล่มนี้กลับแสดงความลับให้เห็นว่า การทำงานนี่เองที่เป็นความสุขแท้จริง

ดังนั้นใครที่เป็นโรคเบื่องานที่ทำ เบื่อเพื่อนร่วมงาน เบื่อเจ้านาย หรือแม้กระทั่งเบื่อความเป็นไปของโลกปัจจุบัน ที่เต็มไปด้วยการต่อสู้แข่งขัน หนังสือเล่มนี้จะเหมาะสมอย่างยิ่ง เพราะไม่ได้สอนให้มนุษย์ถอยหนีจากปัญหาที่เราเผชิญ แต่เปลี่ยนปัญหาให้เป็นปัญญา และอยู่กับสิ่งเหล่านี้อย่างเข้าใจ ในทางกลับกันเราต้องขอบคุณหน้าที่การทำงานเสียด้วยซ้ำที่ทำให้เราพัฒนาตนเอง ไปพบกับปาฏิหาริย์ของการมีชีวิตที่ยังต้องเกี่ยวกับการทำงานและคนอื่น ผู้อ่านจะมองการทำงานของท่านเปลี่ยนไปจากเดิม ท่านจะรักการทำงานของท่านมากขึ้น และจะทำอย่างตั้งใจ เพราะหนังสือเล่มนี้เสนอว่า การทำงานก็คือตัวท่านเอง ถ้าท่านไม่ตั้งใจทำความเสียหายก็จะเกิดกับท่าน และผู้ทำงานนั้นๆ แทบจะไม่ได้ลิ้มรสปาฏิหาริย์ที่ปรากฏอยู่ในงานของท่านเลย

คำว่าปาฏิหาริย์นี่เองที่ท่านดิช นัท ฮันท์ เสนอว่า เราต้องพบสิ่งนี้ให้ได้จากงานที่เราทำ ตั้งแต่การเดิน การหายใจ การกินอาหาร การล้างจาน การดื่มชา คำถามที่หนังสือเล่มนี้ตั้งคำถามกับผู้อ่านอยู่เป็นระยะคือ เราทำสิ่งเหล่านี้ได้อย่างถูกต้องแค่ไหน โดยทั่วไปเราจะไม่ใส่ใจกับเรื่องเหล่านี้เท่าใดนัก เพราะเราเห็นเป็นของต่ำต้อย เราเดินอยู่ทุกวัน หายใจทุกวัน กินอาหารทุกวัน รวมทั้งการล้างจานด้วย แต่ท่านเสนอว่า มีปาฏิหาริย์อยู่ในนั้น ส่วนผู้เขียนเชื่อว่า คนส่วนใหญ่ทำสิ่งเหล่านั้นโดยไม่ลึกลับ ซึ่งบางครั้งเราไม่รู้ตัวด้วยซ้ำว่าขณะนี้เรากำลังทำอะไรอยู่ เพราะเรามัวแต่คิดถึงเรื่องอนาคต หรือคิดถึงโครงการสำคัญของชีวิต ด้วยความคิดเช่นนี้เราจึงไม่ได้ประโยชน์จากความสำเร็จอะไรก็ตามที่เราคิดว่าเป็นเรื่องสำคัญ เหตุเพราะเราไม่รู้จักรักสิ่งที่เรียกว่าความสำเร็จดีพอ หนังสือเล่มนี้กลับเสนอว่าถ้าเราเดินไม่เป็น หายใจไม่เป็น กินอาหารไม่เป็น และล้างจานไม่เป็น เราก็จะทำสิ่งอื่นไม่เป็นเช่นกัน ความหมายของคำว่าไม่เป็น คือ ไม่พบปาฏิหาริย์ในสิ่งที่กำลังทำนั่นเอง

คำว่าปาฏิหาริย์ก็คือความหลุดพ้น ปลอ่ยวาง ที่ได้จากการทำงานนั้นๆ การงานจึงมีคุณค่า ในฐานะเป็นสะพานเชื่อมเรากับปาฏิหาริย์ แต่ก็อย่าเข้าใจว่าปาฏิหาริย์กับงานที่ทำแยกออกเป็นสองเสี้ยวอีก เพราะหนังสือเล่มนี้ย้ำว่าผู้รู้กับสิ่งที่ถูกรู้เป็นสิ่งเดียวกัน เหมือนล้นที่ไม่อาจแยกออกจากการรับรสได้

แต่ในขณะที่เดียวกันผู้อ่านก็ไม่ควรเข้าใจว่าความหลุดพ้นเป็นสิ่งวิเศษ มีภาวะเหนือธรรมชาติใดๆ ทั้งสิ้น ความหลุดพ้น หรือปาฏิหาริย์ที่เราพบ เป็นได้แค่เพียงการปลอ่ยวาง โดยไม่ยึดถือเท่านั้น ไม่ได้ทำให้เราไปอยู่อีกโลกหนึ่ง หรือเป็นผู้วิเศษที่มีความสำคัญมากกว่าคนอื่น ความรู้สึกที่ได้พบกับปาฏิหาริย์ต้องระงับไว้ได้ ไม่เช่นนั้นจะกลายเป็นความยึดถืออย่างใหม่ขึ้นมา ในหนังสือเล่มนี้มีการกล่าวถึงอยู่หลายตอนที่กำชับว่าให้ระงับความรู้สึกแห่งปาฏิหาริย์ไว้ด้วย ไม่เช่นนั้นเราก็จะเข้าใจผิด และกลายเป็นสิ่งใหม่ที่ทำร้ายเรามากกว่าเดิม เพราะมันลึกซึ้งจนอาจมองไม่เห็นพิษของมัน มีสำนวนอยู่หลายตอนที่ป้องกันการเข้าใจผิดในเรื่องนี้ เช่น ได้เปรียบเทียบว่า “พระโพธิสัตว์แจวเรือนาสรรพสัตว์ข้ามไปยังฝั่งโน้น แต่ในความเป็นจริงไม่มีสรรพสัตว์ได้รับความช่วยเหลือไปยังฝั่งโน้น” ความหมายของการช่วยเหลือโดยพระโพธิสัตว์นั้น แม้ท่านจะช่วยเหลือสรรพสัตว์ให้ไปถึงซึ่งความหลุดพ้น แต่ท่านอยู่กับความจริงที่ว่า ต้องไม่ยึดถือสิ่งใด จึงใช้สำนวนว่าไม่มีสรรพสัตว์ที่ได้รับการช่วยเหลือ ด้วยการมองโลกอย่างไม่ยึดถือ จึงได้ชื่อว่าเป็นพระโพธิสัตว์ การไม่ยึดถือในสิ่งทั้งปวงจึงเป็นคำสอนสำคัญของหนังสือเล่มนี้ มีอยู่ในทุกบทแต่จะแตกต่างกัน ในการอธิบายถึงเรื่องต่างๆ โดยเน้นไปที่การช่วยเหลือสังคมเป็นด้านหลัก ความสำคัญ คือ เราจะช่วยเหลือสังคมอย่างไรที่ทำให้เรามีความสุขกับการช่วยเหลือผู้อื่น ช่วยอย่างมีสติและการช่วยเหลือผู้อื่น ผู้ช่วยเหลือเองกลับได้ผลประโยชน์อย่างมาก ที่ท่านเรียกว่าพบกับปาฏิหาริย์นั่นเอง โดยเริ่มจากการพบปาฏิหาริย์ได้ง่ายๆ จากการเดิน การหายใจ การล้างจาน และย้ำว่าถ้าหาปาฏิหาริย์จากเรื่องนี้ไม่ได้ การทำสิ่งอื่นๆ ก็ย่อมไม่พบปาฏิหาริย์เช่นกัน

ก่อนที่จะนำผู้อ่านไปพิจารณาเนื้อหาโดยรวม และจะเน้นบางตอนที่เป็นประโยชน์ต่อการทำงาน ในชีวิตประจำวัน จะขอกล่าวถึงที่มาของหนังสือเล่มนี้ โดยเริ่มต้นจากการที่อาจารย์สุลักษณ์ ศิวรักษ์ ได้รู้จักกับท่านดิช นัท ฮันห์ ได้เชิญท่านมาร่วมในการประชุมทางศาสนาที่วัดผาเลา จังหวัดเชียงใหม่ และได้ปรารภกับท่านว่า ในวงการพุทธศาสนานั้น ได้แยกปฏิบัติและปฏิบัติออกจากกัน โดยผู้ปฏิบัติธรรมมักจะเป็นผู้ที่ละโลก ไปอยู่นอกโลก หรือเหนือโลกเสียโดยมาก ท่าน ดิช นัท ฮันห์ ตอบว่าขณะนี้ได้เรียบเรียงคู่มือปฏิบัติธรรมสำหรับผู้มีกิจกรรมในสังคมขึ้น ซึ่งเป็นการเขียนเพื่อให้เยาวชนคนหนุ่มสาวในประเทศเวียดนามได้ใช้สำหรับการทำงานเพื่อสังคม จากนั้นอาจารย์สุลักษณ์ ศิวรักษ์ จึงได้รับต้นฉบับภาษาอังกฤษจากท่าน และขอร้องให้พระประชา ปสนนธมโม แปลเป็นภาษาไทย

สาเหตุที่ท่านดิช นัท ฮันห์ ต้องเขียนหนังสือเล่มนี้ เป็นเพราะสถานการณ์ในประเทศเวียดนามในขณะนั้นได้เกิดสงคราม ท่านต้องลี้ภัยไปประเทศฝรั่งเศส และมีผู้ลี้ภัยไปประเทศต่างๆ เป็นจำนวนมาก หนังสือเล่มนี้จึงเขียนขึ้นเพื่อให้เยาวชนคนหนุ่มสาวในประเทศเวียดนามได้ช่วยเหลือสังคม และนำประเทศไปสู่ความสงบ เน้นการให้อภัย ลดความเกลียดชัง เนื้อหาสำคัญคือให้กำลังใจ ให้คนในประเทศช่วยเหลือกัน แต่การจะช่วยเหลือผู้อื่นอย่างไร จึงจะพบปาฏิหาริย์ คือเนื้อความสำคัญของการนำเสนอ ท่านดิช นัท ฮันห์ เขียนในลักษณะเป็นจดหมายถึงลูกศิษย์คนหนึ่งชื่อว่า “ควง” (เป็นผู้หญิง) การเขียนทั้งหมดจึงเขียนมาจากกรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส เนื้อหาเหมือนกับการสอนให้ควงเข้าใจว่า คนเราจะมีชีวิตเพื่อพบปาฏิหาริย์อย่างไร เหมือนกับการส่งจดหมายถึงผู้รับที่ละฉบับ แต่มีกลวิธีในการเขียนโดยเขียนจากง่ายไปหายาก คือ นำเสนอเรื่องทีละเรียงง่ายธรรมดาทั่วไป เช่น การล้างจาน การกินส้ม การดื่มชา การช่วยเหลือสังคม การเชื่อมโยงกันของสรรพสิ่ง และสุดท้ายไปจบที่การหลุดพ้นหรือการพบปาฏิหาริย์ในชีวิต คำสอนดังกล่าวเมื่อเทียบกับการฝึกปฏิบัติธรรม ที่ได้สั่งสอนกันโดยทั่วไป คือ เริ่มจากฝึกจิตให้มีความสงบ

ความสงบที่แรงกล้าพอจะนำไปสู่การภาวนา และจากการภาวนาก็นำไปสู่การเข้าใจความจริง การไม่ยึดถือ การปล่อยวาง ซึ่งเป็นปลายทางของพุทธศาสนา แต่ท่านมีวิธีการสอนที่แยบยลมาก ผู้ปฏิบัติธรรม (การปฏิบัติงาน) แทบไม่รู้ตัว เพราะไม่ต้องเคร่งเครียดเพื่อให้ถึงเป้าหมาย หรือต้องการให้เกิดปฏิกิริยาอะไรขึ้นในตัว การไม่ต้องการอะไรนี่เองที่เป็นปฏิกิริยาที่แท้จริง และท่านมีเทคนิคตามแบบอย่างของพุทธศาสนาแบบมหายาน คือชี้ให้เห็นว่าความยิ่งใหญ่หรือปฏิกิริยาที่เราควรได้รับแท้จริงแล้วมีอยู่ในชีวิตประจำวัน และอยู่ในสิ่งที่ไม่น่าจะมีปฏิกิริยา

การกล่าวถึงสิ่งสูงสุดที่เรียกว่า การพบปฏิกิริยาหรือความหลุดพ้นที่อยู่ในหน้าที่และชีวิตประจำวัน ทำให้นึกถึงหนังสือของท่านพุทธทาสภิกขุเรื่อง “การทำงานทุกชนิดด้วยจิตว่าง” ท่านเสนอว่า การปฏิบัติงานคือการปฏิบัติธรรม ธรรมะกับหน้าที่ไม่ได้แยกออกจากกัน เราสามารถหาความว่างได้จากงานที่เราทำ ความว่างดังกล่าวก็หมายถึง ปฏิกิริยาที่ท่านติช นัท ฮันห์ กล่าวถึงในหนังสือเล่มนี้ การทำงานด้วยจิตว่าง ตามที่ท่านพุทธทาสภิกขุนำเสนอ อาจมีผู้คัดค้านเป็นจำนวนมากว่าทำไม่ได้ คนทั่วไปก็คิดเช่นนั้น ในสถานการณ์ปัจจุบันก็เป็นเช่นนั้น ในสถานที่ทำงานทุกแห่งจะเต็มไปด้วยธรรมชาติของการต่อสู้แย่งชิง มีการแข่งขันกันอย่างดุเดือด ความทุกข์ในการทำงาน ไม่ได้เป็นบทเรียนในการสอนคนเราเอาเสียเลย น่าสังเกตว่าทำไมเราไม่คิดกลับกันบ้างว่า ก็เพราะเราทำงานด้วยจิตที่ไม่ว่าง มีการยึดถือตัวตน อย่างเข้มข้นไข่มุขไหม จึงเป็นสาเหตุให้การงานที่ทำเต็มไปด้วยความทุกข์และศัตรู การอ่านหนังสือเล่มนี้จะเปลี่ยน ความทุกข์ให้เป็นความสุข เปลี่ยนศัตรูเป็นมิตร เปลี่ยนความตรงกันข้ามให้เป็นการพึ่งพา ความลับอยู่ที่การต้องมีสติในปัจจุบัน และเห็นความจริงว่าเราไม่อาจยึดถือสิ่งใดได้ แม้เราจะพยายามอย่างสุดกำลังก็ตาม การนำเสนอที่คล้ายกันของหนังสือทั้งสองเล่ม เป็นการยืนยันว่า การปฏิบัติงานเป็นเรื่องเดียวกับการปฏิบัติธรรม ในการทำงานจึงมีปฏิกิริยา มีนิพพาน มีความว่าง อยู่อย่าง

ครบถ้วน เราจึงควรหันมาพิจารณาการทำงานในชีวิตเสียใหม่ ว่ามันไม่มีเฉพาะความทุกข์อย่างเดียว

อย่างไรก็ตาม การอ่านหนังสือเล่มนี้ต้องคิดถึงบริบทในช่วงเวลานั้นว่า ท่านเขียนในฐานะเป็นผู้ลี้ภัย และประเทศเวียดนามกำลังเกิดสงคราม เนื้อหาจึงมีจุดมุ่งหมายที่จะให้เยาวชนคนหนุ่มสาวออกไปช่วยเหลือสังคม ในขณะที่เดียวกันท่านก็ต้องสอนให้คนเหล่านี้มีสติ และเข้าใจโลกตามความเป็นจริง คำบรรยายของท่าน จึงเต็มไปด้วยปาฏิหาริย์ หากเรารู้จักหน้าที่การงานที่เราทำอย่างแท้จริง

หลักสำคัญที่ท่านย้ำในทุกบท คือ มีสติกับสิ่งที่ทำโดยให้รู้ตัวว่าทำอะไรอยู่ เมื่อมีสติเพียงพอแล้วก็ลองพิจารณาสิ่งที่ทำว่ามีความเป็นตัวตนของสิ่งนั้นหรือไม่ ท่านเสนอว่าพิจารณาอย่างไรก็ไม่พบว่ามีความเป็นตัวตนที่เป็นอิสระของสิ่งนั้นๆ เช่น ต้นไม้ ไม่ได้เป็นต้นไม้ตามที่เราเห็น เพราะมันเป็นเพียงการรวมของสิ่งที่ไม่ใช่ต้นไม้เข้าด้วยกันอย่างแสงแดด อากาศ น้ำ ดิน เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นหนึ่งเดียวกับต้นไม้ทั้งสิ้น ฉะนั้นต้นไม้จึงเป็นแค่ผลรวมของสิ่งที่ไม่ใช่ต้นไม้ ตัวตนที่แท้จริงของมันจึงไม่มี นี่คือการพิจารณาให้เห็นความจริงของทุกสิ่งรวมทั้งการทำงานของเรด้วย สุดท้ายคือการปล่อยวาง ไม่ยึดถือในสิ่งที่ทำแม้มันจะสำเร็จหรือไม่ก็ตาม ความสำเร็จของงานที่ทำไม่ได้เกี่ยวข้องกับเราแต่ผู้เดียว แต่มีองค์ประกอบหลายอย่างที่ทำให้ปรากฏผลเช่นนั้น องค์ประกอบในขณะนั้นจะเป็นเช่นไรผลย่อมเป็นเช่นนั้น จึงไม่ควรเรียกว่าความสำเร็จหรือไม่สำเร็จ เพียงเราปล่อยวางได้ก็เพียงพอ แต่ท่านย้ำว่า อย่าเข้าใจให้เป็นทางตรงกันข้ามว่าทุกอย่างว่างเปล่าไม่มีอะไรเลย การเข้าใจอย่างนี้ก็ผิดพอๆ กับการเข้าใจว่า มีตัวตน เพราะการยึดถือว่าไม่มีก็แสดงว่ามีตัวตนของผู้ยึดถืออยู่เช่นเดิม เมื่อเข้าใจได้ดังนี้ ปัญหาการเกิดและการตายก็จะหมดไป เพราะธรรมชาติของสิ่งทั้งปวงย่อมมี 2 ด้านเสมอ ท่านเปรียบกับเหรียญ ถ้าไม่มี 2 ด้านจะไม่สมบูรณ์ เพราะมีการตายนั่นเอง จึงทำให้เข้าใจว่าการมีชีวิตอยู่มีความหมายมากเพียงใด

การเห็นความตายจะเป็นการสอนให้เห็นการเปลี่ยนแปลงของชีวิตและทุกสิ่งแม้เรายังไม่ตายก็ตาม การเห็นความตายจึงเห็นทุกอย่างของการมีชีวิตอยู่เช่นเดียวกัน และเนื่องจากเยาวชนคนหนุ่มสาวต้องออกไปช่วยเหลือผู้อื่นท่ามกลางสงคราม ความตายจึงไม่ใช่สิ่งแปลกแยกกับการมีชีวิตอยู่ การเผชิญกับความตายในขณะที่ต้องออกไปช่วยเหลือผู้อื่นจึงเป็นสิ่งปกติ

การกล่าวถึงการมีสติกับงานที่อยู่ตรงหน้า จนถึงการศึกษาความตายแม้ต้องออกไปช่วยเหลือผู้อื่น เป็นการแสดงให้เห็นเส้นทางของการสอนผ่านจดหมายถึงลูกศิษย์ที่ชื่อควง เพื่อให้ลูกศิษย์คนนี้พบกับปาฏิหาริย์ในทุกช่วงเวลาของชีวิต ที่กล่าวมาเป็นแต่เพียงภาพรวมของคำสอน หากได้อ่านรายละเอียดแต่ละเรื่องจะพบกับแง่มุมที่ลึกซึ้งอย่างน่าอัศจรรย์ หากผู้อ่านเข้าใจความหมายของคำสอน ชีวิตของท่าน ก็จะเต็มไปด้วยปาฏิหาริย์

เนื่องจากจดหมายที่เขียนนั้น มีเนื้อความสั้นๆ การอ่านเนื้อความแต่ละเรื่องจึงใช้เวลาไม่มากนัก แต่ความยากในการอ่าน คือ จะเข้าใจและเชื่อได้อย่างไรเราจะพบกับปาฏิหาริย์ในการอ่านแต่ละหน้า เพราะสิ่งที่กล่าวถึงล้วนเป็นเรื่องธรรมดาที่สุด เช่น เลี้ยงลูก การกวาดบ้าน ล้างจาน ตีมหา กินส้ม การที่ความเชื่อเราแต่เดิมได้แยกเรื่องราวในชีวิตออกจากกัน และให้ความหมายจัดลำดับความสำคัญ โดยเห็นว่างานที่มีผลต่อสังคมเท่านั้นที่เป็นเรื่องสำคัญ งานบ้านเป็นเรื่องธรรมดา แต่คำสอนดังกล่าวได้กลับด้านของความคิด โดยให้ความสำคัญกับเรื่องใกล้ตัวที่สุด เช่น การหายใจ การเดิน การทำงานบ้าน และยืนยันอยู่เสมอว่า ถ้าไม่พบปาฏิหาริย์จากเรื่องใกล้ตัว อย่าหมายจะพบจากเรื่องที่เราคิดว่ายิ่งใหญ่และมีคุณค่าตามที่เรากำหนดขึ้น อีกทั้งให้ความเห็นว่า ไม่ว่าเรื่องใกล้ตัวในชีวิตประจำวันหรือเรื่องที่เราคิดว่าสำคัญ แท้จริงแล้วมีค่าเท่ากัน เพราะทั้งหมดก็คือการดำเนินชีวิต ชีวิตสำคัญเท่ากันทุกช่วงเวลา ไม่ได้เอางานหรือปัจจัยอย่างอื่นมาแยกความสำคัญของเวลาทุกขณะที่เรามีชีวิตอยู่ ดังนั้น เราลองพิจารณาตนเองว่าเราให้

ความสำคัญกับทุกเวลาของชีวิต ทุกคนที่เราพูดคุยด้วย หรือเราเลือกใส่ใจกับชีวิตและคนอื่นเพียงบางเวลา การให้ความสำคัญที่ไม่เท่ากันเกิดจากมโนทัศน์ผิดๆ ของเราเท่านั้น การมีชีวิตอยู่ในแต่ละช่วงเวลาเรากำลังอยู่กับมโนทัศน์แบบต่างๆ หรืออยู่กับสติที่รู้เท่าทันว่ามันเป็นเพียงมโนทัศน์เท่านั้น หนังสือเล่มนี้อธิบายว่า มโนทัศน์ คือความคิด ความคิดก็มักจะแยกสิ่งต่างๆ ออกจากกันอย่างอิสระ คือ ไม่เห็นการเป็นเหตุปัจจัยของสิ่งนั้น เราจึงเข้าใจสิ่งต่างๆ อย่างผิดพลาด เพราะไม่มีอะไรเป็นอิสระในตนเองเลย แม้สิ่งที่เราเรียกว่าอิสระก็ต้องอาศัยความคิดที่ยึดถือ การรับรู้ความเป็นอิสระ หรือต้องมีมโนทัศน์แห่งความเป็นอิสระอยู่ดี ด้วยเหตุนี้จึงไม่ต้องกล่าวถึงสิ่งที่เป็นวัตถุ และมโนทัศน์ใดๆ การเห็นการเชื่อมโยงซึ่งกันและกันของสิ่งต่างๆ คือเห็นความไม่มีตัวตนของสิ่งนั้น ปาฏิหาริย์จึงเกิดขึ้นได้ และเกิดขึ้นได้ทุกที่ทุกเวลา เพราะความเชื่อมโยงกันมีอยู่ทุกที่ทุกเวลา เราจึงยึดถือสิ่งใดเป็นตัวตนไม่ได้ ด้วยการแสดงให้เห็นว่าไม่มีการแบ่งแยกความสำคัญในกิจกรรมแต่ละอย่างของชีวิต และปาฏิหาริย์ก็มีอยู่ทุกที่ผู้อ่านลองพิจารณาว่า ในชีวิตเราอยู่กับปัจจุบันหรืออยู่แต่ในโลกของอดีตกับอนาคต หรือมีชีวิตอยู่ด้วยความสำเร็จและบางโอกาสก็พบกับความล้มเหลว ท่านเคยที่จะอยู่เหนือมโนทัศน์เหล่านั้นหรือไม่ การก้าวให้พ้นมโนทัศน์ผิดๆ ก็คือการมีสติกับการหายใจ การเดิน การสัมผัสกับต้นไม้ ท้องฟ้า หรือสนใจความรู้สึกของคนใกล้ตัว เห็นปาฏิหาริย์ในสัตว์เลี้ยงที่เรารัก หรือการสัมผัสกับความทุกข์ยากของคนส่วนใหญ่ในโลกนี้ แล้วเราจัดการช่วยเหลืออย่างไม่ยึดถือ เพราะชีวิตของคนอื่นก็คือตัวเราเองด้วย ซึ่งเป็นไปตามความจริงว่าเราไม่สามารถมีชีวิตอย่างอิสระจากการเชื่อมโยง แม้สิ่งไม่มีชีวิตก็เป็นฐานให้สิ่งมีชีวิตดำรงชีวิตอยู่ได้ เช่น บ้านแม้ไม่มีชีวิตแต่ก็เป็นฐานสำคัญของสิ่งมีชีวิตอย่างเราไม่ใช่หรือ ปาฏิหาริย์จึงเกิดขึ้นเมื่อเรามีสติกับสิ่งที่ทำอยู่ในขณะนั้น ความยากในการอ่านจดหมายที่ละฉบับจึงอยู่ที่การทำความเข้าใจเนื้อหา เพราะความจริงที่ท่านบรรยายจะตรงข้ามกับสิ่งที่เราเคยมีมโนทัศน์ต่อการมีชีวิตและการมองสิ่งอื่นอย่าง

หยาบ ปาฏิหาริย์จะไม่เกิดกับคนที่ไม่มีสติกับสิ่งที่ทำอยู่ตรงหน้า และไม่เกิดขึ้นกับคนที่เห็นว่าโลกนี้มีแต่ความแตกต่าง ถ้าเรามีสติมากพอก็จะพิจารณาเห็นได้ว่า ทุกอย่างมีสภาพเหมือนกันคือ ไม่สามารถอยู่ได้ด้วยตัวมันเอง ด้วยเงื่อนไขที่ต้องพึ่งพากันและกัน ทั้งสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต เราควรมองสิ่งอื่นเสมือนเป็นตัวเราเอง เพราะการเปลี่ยนแปลงของสิ่งอื่นบนโลกนี้ย่อมมีผลต่อเราด้วย เราจึงต้องเอาใจใส่คนอื่นสิ่งอื่นเช่นเดียวกับการดูแลชีวิตเรา นี่คือการสอนที่เน้นว่าจงออกไปช่วยเหลือสังคม และเมื่อช่วยแล้วก็ต้องมีหัวใจแบบพระโพธิสัตว์ คือ ต้องไม่ติดยึดกับการช่วยเหลือ คำสอนเช่นนี้เป็นภาคต่อจากการมีสติ และเห็นสรรพสิ่งว่าไม่ใช่ตัวตนอย่างอิสระ เมื่อเป็นเช่นนั้นก็ย่อมเห็นความว่างในทุกสิ่ง เห็นความว่างจากเรื่องใกล้ตัว และความจำเป็นต้องช่วยเหลือผู้อื่นอย่างไม่ยึดถือว่าได้ช่วยเหลือเขา ไม่เช่นนั้นเราจะตกหลุมความดีที่ขูดขึ้นเองอย่างน่าเสียดาย การหลุดถึงความดีของตนอยู่บ่อยๆ ย่อมแสดงให้เห็นว่าคนนั้นย่อมไม่พบปาฏิหาริย์อย่างแน่นอน

ขอยกตัวอย่างสิ่งที่เข้าใจยากอีกข้อหนึ่ง มีจดหมายอยู่เรื่องหนึ่งที่กล่าวถึงการพบปาฏิหาริย์จากการล้างจาน และท่านกล่าวว่าถ้าเรามีสติกับการล้างจาน และล้างจานเพื่อการล้างจานเท่านั้น เพียงเท่านั้นเราก็จะพบกับปาฏิหาริย์และสัมผัสกับจักรวาลได้ทั้งหมด ผู้อ่านคงมีคำถามว่าปาฏิหาริย์และจักรวาลจะพบได้จากการล้างจานได้อย่างไร คำตอบคือ ถ้าเราล้างจานอย่างมีสติ รู้ตัวว่ากำลังล้างจาน ใจเราก็คืออยู่แต่เพียงการล้างจานอย่างเดียว นั้นแสดงว่าเราไม่ได้ยึดถือในสิ่งที่เรากำลังทำ จักรวาลก็มีสภาพเดียวกันคือ ว่างจากความยึดถือทั้งปวง การทำอย่างอื่นก็ให้เป็นไปในทำนองเดียวกับการล้างจาน คือเป็นหนึ่งเดียวกับสิ่งที่ทำ จักรวาลก็จะเคลื่อนที่มาหาเรา และแท้จริงแล้วการสัมผัสกับปาฏิหาริย์เช่นนี้มีขึ้นได้ทุกที่ ไม่ว่าเราจะอยู่ที่ไหน ทำอะไร แต่เราสัมผัสมันไม่ได้เอง เพราะไม่เห็นคุณค่าของสิ่งที่เราทำ ไม่มองสิ่งนั้นในฐานะมีปาฏิหาริย์อยู่ในนั้น กลับมองว่าสิ่งที่ทำมีเงินทองชื่อเสียงเป็นเดิมพัน ไม่พยายามค้นหาปาฏิหาริย์จากสิ่งนั้น และรักสิ่งที่ทำในฐานะเป็นสิ่งที่พาเราไปสู่ปาฏิหาริย์ โดยสนใจแต่คำชื่นชมและหัวน้ำหวานกับคำตำหนิของผู้อื่น เราจึงมี

ความทุกข์จากการทำงานอย่างแบบยลแทนที่จะพบปาฏิหาริย์ ทำให้เราละเลยสิ่งใกล้ตัว และคนในครอบครัว เราจึงมีชีวิตแปลกแยกจากสิ่งที่เราทำและคนที่ใกล้ชิดเราที่สุดก็เป็นได้ การให้สนใจสิ่งใกล้ตัวอย่างการหายใจ การเดิน การกวาดบ้าน หรือให้ใส่ใจกับสมาชิกในครอบครัว ก็เพราะว่าท่านต้องการให้อยู่กับปัจจุบัน ถ้าอยู่กับปัจจุบันไม่เป็น ก็อยู่กับอนาคตไม่เป็น ความสำเร็จยิ่งใหญ่ของคนเราที่ติดอยู่กับการยกย่องของคน อาจเป็นการทำร้ายตัวเราเองอย่างละเอียดลึกซึ้งก็เป็นได้ หากผู้อ่านเข้าใจเรื่องนี้ได้ การล้างจานครั้งต่อไปก็น่าจะเต็มไปด้วยปาฏิหาริย์บนดินที่น่าสัมผัสยิ่งนัก แต่ถ้าท่านอ่านเรื่องนี้ไม่เข้าใจก็อย่าติดค้างจนเกิดความขุ่นเคืองขึ้นในใจ ขอให้ลองอ่านเรื่องต่อไป ท่านก็จะพบว่ามืคำสอนในท่านองเดียวกัน แต่เปลี่ยนเรื่องเท่านั้น เช่น ให้มีสติกับการกินส้ม การดื่มชา การอยู่ในคุก โดยต้องมีชีวิตที่เป็นหนึ่งเดียวกับสิ่งที่เราสัมผัส แล้วค่อยกลับมาอ่านใหม่ เพราะปาฏิหาริย์ที่ว่่านั้น การอธิบายผ่านภาษาเพื่อให้เข้าใจสิ่งนั้นก็มิใช่ข้อจำกัดพอสมควร

ผู้อ่านลองทดสอบตัวท่านเอง เพื่อดูว่าในขณะที่ท่านอ่านบทวิจารณ์นี้ สติท่านอยู่กับตัวหนังสือแต่ละบรรทัดหรือไม่ และอ่านอย่างคาดหวังอย่างใดอย่างหนึ่งหรือไม่ ถ้าท่านรีบอ่านเพื่อจะไปทำอย่างอื่นต่อ ท่านก็จะอยู่ในอนาคตหาได้อยู่กับปัจจุบันไม่ แต่ถ้าท่านอ่านเพื่ออ่านเท่านั้นเท่ากับท่านเริ่มมีสติ และหากท่านพิจารณาให้เห็นความไม่เป็นอิสระของบทวิจารณ์นี้ เพราะบทวิจารณ์นี้คือ การรวมของสิ่งอื่นนับตั้งแต่ ท่านดิช นัท ฮันห์ มโนทัศน์ของท่าน กระดาษ ต้นไม้ แสงแดด น้ำ ท้องฟ้า สำนักพิมพ์ และท่านเห็นว่าบทวิจารณ์นี้แท้จริงไม่มีบทวิจารณ์นี้เลย เท่ากับท่านกำลังพบกับปาฏิหาริย์เข้าแล้ว และท่านจะพบกับความรู้สึกเช่นนี้กับสิ่งรอบตัวด้วย แต่ในทาง ตรงกันข้ามหากท่านอ่านเพื่อต้องการพบกับปาฏิหาริย์อย่างใจจดใจจ่อ ความจดจ่อของท่านได้บดบังปาฏิหาริย์อย่างมืดชิด เพราะความคาดหวังของท่านจะเป็นภูเขา ที่ขวางกั้นระหว่างท่านกับสิ่งที่เรียกว่าปาฏิหาริย์ เมื่อเป็น

เช่นนี้แสดงว่าเราสามารถทดสอบตัวเราเองได้กับทุกๆ สิ่ง เมื่อไหร่เราเห็นว่าสิ่งนั้นไม่ใช่สิ่งนั้น หรือไม่มีตัวตน เท่ากับปฎิหาริย์มาแสดงตัวแก่ท่านแล้ว

เราลองมาพิจารณาจดหมายฉบับต่างๆ โดยผู้เขียนจะเลือกบางเรื่องมานำเสนอ แล้วลองคิดร่วมกันว่าเราสามารถเข้าใจคำสอนในจดหมายได้หรือไม่ เพื่อให้สมจริงผู้อ่านอาจเปลี่ยนชื่อตัวเองสักระยะหนึ่งก่อน โดยสมมติว่าชื่อ “คง” และสมมติว่าท่านติช นัท ฮันห์ ได้ส่งจดหมายแต่ละฉบับถึงท่านผู้อ่านโดยตรง ท่านจะเข้าใจเนื้อความในจดหมายว่าอย่างไร

ฉบับแรกท่านตั้งชื่อว่า “ลมหายใจของชู” โดยท่านเริ่มเล่าว่าสติฟ มาพบกับท่านและเล่าถึงชีวิตครอบครัว ประเด็นสำคัญของการเล่าเรื่องชีวิตครอบครัวของสติฟอยู่ที่เขาค้นพบว่า การที่เขาแยกเวลาในการดูแลครอบครัวกับเวลาที่จะทำงานออกจากกันอย่างในอดีตนั้นทำให้เขามีความทุกข์ แต่ปัจจุบันในขณะที่สนทนากับท่านติช นัท ฮันห์ นั้น เขาเปลี่ยนความคิดเสียใหม่แล้ว โดยเห็นว่าทุกเวลาที่เขาดูแลครอบครัวเป็นเวลาของเขาด้วย ทุกสิ่งคืองานของเขาและคือชีวิตของเขา เขาจึงเป็นคนที่มีความอย่างไม่มีจำกัด การคิดได้เช่นนี้ทำให้เขามีความสุขกับการดูแลครอบครัว และไม่แยกชนิดของงานออกจากกัน การตั้งชื่อเรื่องว่าลมหายใจของชู ท่านตั้งชื่อตามชื่อลูกของสติฟ คนที่สอง เพราะการมีลูกเพิ่มอีกหนึ่งคนอาจทำให้สติฟมีงานเพิ่มขึ้น แต่เขาคิดเสียใหม่และนำเสนอว่า เวลาที่เขาใช้ในการเลี้ยงลูกคือเวลาของชีวิตเขาด้วย เมื่อเขาไม่แยกเวลาออกจากกัน จึงทำทุกอย่างอย่างมีสติ และเต็มใจทำอย่างดีที่สุด

เป้าหมายของการเล่าว่าสติฟได้ค้นพบว่าแท้จริงแล้ว ในอดีตการแยกเวลาออกเป็น ส่วน แยกเวลาทำงานนอกบ้านกับเวลาที่ต้องดูแลครอบครัว และรู้สึกว่าตนมีภาระเพิ่มขึ้น เมื่อเขามีลูกชายอีกคน ท่านติช นัท ฮันห์ บรรยายในจดหมายว่า สติฟเล่าเรื่องการมีเวลาของตนเองอย่างไม่มีจำกัดด้วยรอยยิ้ม เพื่อจะให้เห็นว่าเขาพอใจกับการค้นพบนี้มาก การบรรยายให้เห็นรอยยิ้มบนใบหน้าเป็นสัญลักษณ์สำคัญของการสอนอย่างหนึ่ง ในหลายตอน

ของหนังสือเล่มนี้ ท่านเสนอว่า เมื่อเรามีสติกับสิ่งที่ทำควรมีรอยยิ้มน้อยๆ เพื่อแสดงว่าเราพอใจและอยู่ในภาวะของการปล่อยวาง หรืออีกนัยยะหนึ่งคือการเห็นความจริงแท้ของสิ่งนั้นเสียแล้ว การเป็นไปของสรรพสิ่งจะไม่มีอันตรายต่อเราอีกต่อไป ภาวะนี้อาจตรงกันข้ามกับชีวิตประจำวันของคนส่วนใหญ่ เพราะนอกจากไม่มีรอยยิ้มแล้ว ใบหน้ายังเคร่งเครียดตลอดเวลา แล้วปาฏิหาริย์จะเกิดขึ้นกับสิ่งเหล่านี้ได้อย่างไร นี่เป็นสัญลักษณ์ภายนอกอย่างหนึ่งที่แสดงให้เห็นว่าเรายังอยู่กับขณะนั้นอย่างไม่ถูกต้อง

นอกจากนั้น เนื้อความในจดหมายฉบับนี้ ได้กล่าวถึงสติฟว่า แม้เขาไม่ได้นับถือพุทธศาสนา ไม่เคยอ่านพระสูตร แต่เขาสามารถเรียนรู้เรื่องนี้จากการแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวัน นั่นแสดงให้เห็นว่าการเข้าถึงคำสอนของพุทธศาสนา เพียงอาศัยการปฏิบัติงานในชีวิตประจำวันก็สามารถเข้าถึงได้ ด้วยเหตุนี้จึงเป็นเครื่องยืนยันว่าพุทธธรรมนั้นสามารถเข้าถึงได้จากการมีสติในชีวิตประจำวัน และพุทธธรรมมีอยู่ทุกที่ทุกเวลา สำคัญแต่เพียงว่าเราจะหาพบได้อย่างไร เมื่อหาพบปาฏิหาริย์ก็จะปรากฏขึ้นพร้อมกับรอยยิ้มน้อยๆ นี่เป็นจดหมายฉบับแรกที่เล่าถึงการสนทนาเกี่ยวกับประสบการณ์ของสติฟ เรื่องนี้อย่างน้อยทำให้คงได้เข้าใจว่า เราควรพิจารณาทุกเวลาในชีวิตประจำวันอย่างไร และการพิจารณา (ภาวนา) เรื่องธรรมดาสองอย่างการเลี้ยงลูก การซักผ้า การทำการบ้านกับลูก ในสิ่งเหล่านี้ได้มีพุทธธรรมอยู่ในนั้นด้วย ประโยคสำคัญ คือ เขามีชีวิตอยู่โดยไร้ขีดจำกัดของเวลา แสดงว่าเขามีอยู่ในทุกเวลาแม้เขาจะดำรงชีวิตอยู่หรือไม่มีชีวิตอยู่ก็ตาม

ผู้เขียนขอเล่าแทรกตรงนี้ว่า การบรรยายเกี่ยวกับจดหมายฉบับแรกเรื่องลมหายใจของชู ผู้เขียน เขียนได้เพียงย่อหน้าเดียวเท่านั้น แล้วมีอันต้องยุติชั่วคราวเพราะ มีภารกิจที่ต้องเดินทางไปต่างจังหวัด จึงต้องพักเอาไว้ราวสองวัน การพักการเขียนเอาไว้ก่อนหน้านี้ไม่ได้เป็นอุปสรรคในการเขียนแต่อย่างใด เพราะในหนังสือเล่มนี้ ไม่ได้แยกความสำคัญของการทำงานออกจากกัน การเขียนหนังสือมีค่าเท่ากับการปลูกผัก การล้างจาน การกวาด

บ้าน การล้ารถ เพราะหากปลูกผักหรือล้ารถไม่เป็นก็เท่ากับเขียนหนังสือไม่เป็นเช่นกัน การพบปฏิกิริยาก็มีอยู่ในทุกสิ่ง

เมื่อผู้เขียนจำเป็นต้องทำงานอื่นๆ และยุติการเขียนไว้ชั่วคราว หากต้องการทำตามคำสอนในหนังสือเล่มนี้ ก็ต้องทำทุกอย่างอย่างมีสติ และเป็นงานที่มีความสำคัญเท่ากัน ในขณะที่ผู้เขียนขับรถอยู่นั้น แต่เดิมเมื่อรถติดไฟแดง คนทั่วไปรวมทั้งผู้เขียนด้วยย่อมหงุดหงิดคิดว่าไม่ยุติธรรมหรือโชคไม่ดี และไฟแดงที่เราติดมักจะยาวนานกว่าอีกด้านหนึ่งเสมอแม้เวลาจะเท่ากันก็ตาม แต่ผู้เขียนไม่ได้พิจารณาความเป็นไฟแดงเหมือนที่แลมาแล้วกลับคิดว่าโชคดีที่เราเห็นไฟแดง และทำให้เรารู้ว่าเราต้องขับรถอย่างมีสติ ไม่ควรคิดถึงเรื่องอื่นๆ แม้เรื่องที่ยังเขียนไม่เสร็จก็ไม่ควรคิด เพราะหากคิดถึงอนาคตรถกับเราก็ไม่是一件เดียวกัน ด้วยการที่ไม่อยู่กับสิ่งที่เราทำอาจทำให้เกิดอันตรายได้ และเป็นครั้งแรกที่ผู้เขียนติดไฟแดงด้วยความเข้าใจมัน และเห็นบางอย่างมากกว่าเป็นสัญญาณจราจร โดยลองพิจารณาว่าในขณะที่ไฟแดงดับลงและไฟเขียว ส่องสว่างขึ้นมาแทน แล้วไฟแดงหายไปไหน ปรากฏว่าได้คำตอบว่ามันไปส่องสว่าง อยู่อีกฟากหนึ่ง เพื่อให้รถอีกด้านหนึ่งหยุดด้วยเหตุนี้ไฟแดงได้แสดงให้เห็นว่าไม่ได้ยุติไปไหน トラบใดที่มีกระแสไฟหรือมีความเหมาะสมก็จะมีอยู่ทุกที่ มโนทัศน์และวัตถุก็เป็นเช่นเดียวกับไฟแดงดังกล่าว สิ่งเหล่านี้ไม่ได้มาและไม่ได้ไป แต่ถ้าเราตัดออกจากกัน เราก็เข้าใจการมีอยู่ของไฟแดงอย่างผิดๆ จะเห็นว่าเป็นเพียงสัญญาณไฟและหงุดหงิดทุกครั้งที่ส่องสว่าง แทนที่จะขอบใจไฟแดงในฐานะเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงให้เกิดปฏิกิริยา การเขียนบทวิจารณ์หนังสือกับการขับรถจึงมีความหมายเท่ากันเพราะเหตุนี้

ด้วยเหตุนี้งานทุกอย่างในชีวิตประจำวันย่อมมีค่าเท่ากัน งานของคนกวาดถนนจึงมีค่าเท่ากับงานของรัฐมนตรี หากเราได้ทำงานเหล่านั้นอย่างมีสติ ถ้าผู้อ่านคิดว่างานที่ตนทำอยู่เป็นงานทั่วไปไม่มีความสำคัญ ขอให้คิดเสียใหม่ว่า แม้งานของรัฐมนตรี ถ้าทำไม่เป็นก็มีแต่ความทุกข์ และมีผลร้ายต่อชีวิตในภายหลังได้ ตรงกันข้ามงานที่เราคิดว่าไม่สำคัญ

เช่น งานกวาดถนน การทำงานบ้าน หากเรารู้จักคุณค่าของงานดีพอ มีสติกับสิ่งที่ทำ และปล่อยวางได้ แม้งานกวาดถนนก็พบปาฏิหาริย์เช่นกัน ถ้าผู้อ่านคำนึงอยู่ในใจว่าไม่น่าจะถูกต้อน โปรดทบทวนสิ่งที่กล่าวไว้ตอนต้นว่า “แม้พระโพธิสัตว์จะเจอเรื่อนำสรรพสัตว์เพื่อข้ามไปฝั่งโน้น แต่พระโพธิสัตว์ไม่คิดว่าจะมีการเจอเรือและมีสรรพสัตว์ได้ถึงฝั่งโน้น” ที่ไหนมีการเปรียบเทียบที่นั่นย่อมมีการยึดถือ ที่ไหนมีการยึดถือที่นั่นไม่มีปาฏิหาริย์

ลองพิจารณาจดหมายอีกฉบับหนึ่งชื่อว่า “ล้างจานเพื่อล้างจาน” ท่านเริ่มเล่าว่ามีเพื่อนสนิทคนหนึ่งชื่อ จิม ฟอเรสต์ เขาเคยแสดงความคิดต่อต้านสงครามเวียดนาม โดยการเผาไหมยเกณฑ์ทหาร ผลคือเขาต้องติดคุกอยู่ปีกว่าๆ ในขณะที่อยู่ในคุก ครูได้เขียนจดหมายสั้นๆ ฉบับหนึ่ง เตือนให้เขานึกถึงกลีบส้มที่เคยแบ่งกันกินว่า “การอยู่ในคุกของเรอก็เหมือนกับกลีบส้มนั้น กินมันและเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับมัน วันพรุ่งนี้จะไม่มีอีกแล้ว”

เราลองพิจารณาว่าความหมายของคำว่า “กินมันและเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับมัน วันพรุ่งนี้จะไม่มีอีกแล้ว” หมายความว่าอย่างไร ผู้อ่านเมื่อพบกับข้อความนี้อาจเข้าใจยาก โดยความหมายจะสัมพันธ์กับเรื่องแรก เมื่อสติฟมีชีวิตโดยไม่ใช้ชีวิตจำกัดของเวลา หรือเรื่องของไฟแดงที่ผู้เขียนกล่าวถึง ไฟแดงเมื่อดับลงเพื่อให้ไฟเขียวได้ส่องสว่าง ตัวไฟแดงเองก็ไปส่องสว่างอีกด้านหนึ่ง ซึ่งก็ปรากฏอยู่ตลอดเวลาเช่นกัน คำว่าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับมันหมายความว่า เป็นเนื้อเดียวหรือกลืนกินสภาพแวดล้อมนั้น เพราะเป็นส่วนหนึ่งของตัวเราด้วย เราต้องอยู่กับมันอย่างเข้าใจ การทำงานก็เป็นคุกขังหลายๆ คนเอาไว้มเพราะเรามีความทุกข์ หากเราเป็นหนึ่งเดียวกับงานที่ทำและปล่อยวางได้ งานนั้นก็เต็มไปด้วยบทเรียนให้เข้าถึงปาฏิหาริย์ได้ เมื่ออยู่ในคุกอย่างมีสติ ก็เท่ากับว่าเราไม่ได้อยู่ในคุกและไม่ได้อยู่ที่ไหนทั้งสิ้น เพราะทุกเวลาคือเวลาเดียวกัน ถ้าไม่อย่างนั้นเวลาในขณะที่สอนการบ้านลูก กับเวลาซักผ้า หรือเวลาที่ทำงานวิจัยก็ต้องเป็นคนละเวลา แต่สติฟแสดงให้เห็นว่าทุกเวลาคือเวลาเดียวกัน ดังนั้นการอยู่ในคุกหรือนอกคุยก็น่าจะเป็นเวลาเดียวกัน

คำว่าวันพรุ่งนี้ไม่มีอีกแล้ว ความหมายว่า ไม่มีความแตกต่างระหว่างวันนี้กับวันพรุ่งนี้ ท่านผู้อ่านลองเทียบกับชีวิตเรา ดูว่าเราจะตื่นตื่นกับความแตกต่างแต่ละช่วงเวลา เราอาจเห็นว่าการประชุมเพื่อทำงานเชิงนโยบายน่าจะสำคัญกว่าการทำงานบ้านหรือตรวจงานนักศึกษา แต่แท้จริงแล้วถ้าเราเข้าใจตามที่ท่านดิช นัท ฮันท์ กล่าวถึง เราจะทำทั้งสองอย่างด้วยความรู้สึกเดียวกัน และเข้าใจความหมายของคำว่า วันพรุ่งนี้ไม่มีอีกแล้ว เพราะเหมือนกันหมดทุกวัน

แต่จดหมายฉบับนี้เรื่องสำคัญอยู่ที่การสอนเรื่องการล้างจาน ในตอนต้นที่กล่าวถึงวิธีอยู่ในคุกโดยความไม่เป็นทุกข์ เป็นเพียงการเกริ่นนำประสบการณ์อย่างหนึ่งของจิมเท่านั้น แท้จริงแล้วท่านจะสอนควงให้มีสติกับงานที่ทำ โดยยกตัวอย่างการล้างจานซึ่งเป็นงานในชีวิตประจำวันที่แสนธรรมดา โดยวันหนึ่งจิมได้เดินทางมาหาท่าน และเวลานั้นท่านกำลังล้างจานอยู่ จิมออกปากว่าจะช่วยท่านล้างจาน ท่านจึงสอนวิธีล้างจานที่ถูกต้อง และอธิบายว่าการล้างจานมีสองวิธี วิธีแรกคือล้างจานเพื่อความสะอาด วิธีที่สองคือล้างจานเพื่อล้างจาน ซึ่งจะได้ผลมากกว่าความสะอาด จิมได้เลือกวิธีที่สองคือล้างจานอย่างมีสติรู้ตัว กำลังล้างจาน ไม่ต้องรีบล้างเพื่อไปทำอย่างอื่นต่อ หรือคาดหวังให้ใครชม และท่านก็อธิบายว่า การล้างจาน ดูผิวเผินเป็นเรื่องธรรมดา อาจจะเห็นว่าเป็นเรื่องโง่เขลาที่ไปให้ความสำคัญกับสิ่งธรรมดา แต่นั่นกลับเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เพราะขณะที่ครู(ท่านดิช นัท ฮันท์) ยืนล้างจานอยู่นั้น ครูเป็นตัวของตัวเองอย่างสมบูรณ์ ตามลมหายใจอยู่ตลอดเวลา รู้ตัวเองว่าอยู่กับปัจจุบัน ใจของครูไม่มีทางที่จะแกว่งไปแกว่งมา เหมือนขวดแกว่งบนยอดคลื่น และไม่มีอะไรทำให้หัวน้ไหวได้ เหมือนฟองบนผิวน้ำที่ซัดกระแทกกับหน้าผา

ผู้อ่านลองพิจารณาดูว่า ขณะที่ท่านล้างจานหรือทำงานใดๆ ขณะนั้นท่านสัมผัสความรู้สึกต่อสิ่งที่ท่านทำและเป็นหนึ่งเดียวกับจักรวาล และไม่หัวน้ไหวต่อความเป็นไปของโลก หรือท่านล้างจานด้วยความทุกข์อย่างเต็มที่ ถ้าเลือกได้ก็ไม่อยากล้างจาน แต่ความจริงแล้วท่านหนีหน้าที่ของความเป็นสิ่งมีชีวิตไม่พ้น ถ้าไม่ล้างจานท่านก็ต้องทำงานอย่าง

อื่น เพราะในขณะที่มีพื้นที่และเวลาอยู่ท่านต้องทำสิ่งต่างๆ ตราบเท่าที่มีชีวิตอยู่ ความลับสำคัญคือถ้าล้างจานไม่เป็นก็มีชีวิตอยู่ไม่เป็นด้วย ท่านดิช นัท ฮันท์ จึงรักการล้างจานและงานอื่นๆ ของท่านมาก ทุกงานจึงเป็นงานเดียวกันเวลาเดียวกัน ท่านจึงใช้คำว่ารู้สึกเหมือนฟองคลื่นกระทบกับหน้าผา เพราะคลื่นย่อมทำอะไรหน้าผาไม่ได้ การล้างจานของท่านถูกปล่อยวางเรียบร้อยแล้ว วิธีอยู่กับงานและมองสรรพสิ่งบนโลกนี้ของท่านจึงแตกต่างจากคนทั่วไปอย่างตรงกันข้าม ผู้เขียนหวังว่าการล้างจานครั้งต่อไปของผู้อ่านคงพบปาฏิหาริย์ได้เช่นกัน เมื่อพบจากการล้างจานได้ก็พบได้จากทุกงานของชีวิต

ผู้เขียนขอยกตัวอย่างอีกเรื่องหนึ่ง ซึ่งเป็นจดหมายที่ต่อเนื่อง การสอนให้มีสติกับสิ่งที่กำลังทำ จดหมายฉบับหลังๆ เป็นการสอนต่อเนื่องจากการมีสติ หลังจากที่มีสติเราแรงกล้าพอแล้ว สติ ภาวนา และสัจธรรม จะกลายเป็นเรื่องเดียวกัน เรื่องนี้เป็นคำตอบว่าเหตุใดเราต้องทำงานทุกอย่างอย่างปล่อยวาง ท่านให้ชื่อว่า “ต้นอัลมอนต์ ที่สนามหน้าบ้านของเธอ” โดยท่านทบทวนเรื่องที่ท่านเล่ามาก่อนหน้านี้ ด้วยการแสดงสัจธรรมว่าไม่มีสิ่งใดเป็นตัวของมันเองอย่างอิสระ ทุกสิ่งย่อมมีส่วนอื่นที่ไม่ใช่ตัวมัน ตามที่ได้ยกตัวอย่างว่าต้นไม้ย่อมเกิดจากสิ่งที่ไม่ใช่ต้นไม้ ทุกอย่างบนโลกนี้จึงเหมือนกันหมดเพราะเหตุนี้ และการที่ไม่มีอะไรดำรงอยู่ได้อย่างอิสระ ก็เป็นความจริงว่าเรากับสิ่งแวดล้อมและคนอื่น ย่อมมีผลต่อกันราวกับเป็นคนเดียวกัน การเห็นว่าทุกคนเป็นคนคนเดียวกันจึงเป็นฐานสำคัญของคำสอนที่ให้เยาวชนคนหนุ่มสาวในเวียดนามต้องออกไปช่วยเหลือคนอื่น โดยเฉพาะอยู่ในภาวะสงคราม ความทุกข์ของคนอื่นก็คือความทุกข์ของเราด้วย ความคิดนี้ตรงกันข้ามกับสังคมปัจจุบันที่เราสนใจตัวเองมากกว่าคนอื่นและสังคมโดยรวม แต่ในไม่ช้าเราก็จะได้รับผลกระทบจากการไม่เห็นตนเองเชื่อมโยงกับสิ่งอื่นๆ เพราะเราหนีไปจากโลกนี้ไม่ได้

จดหมายฉบับนี้เป็นการเตือนว่า ให้ระวังอย่าติดอยู่แค่การเห็นสิ่งทั้งหลายว่าไม่ใช่ตัวตน ภาษาง่ายๆ คืออย่าติดอยู่กับปาฏิหาริย์ หรือความหลุดพ้น สิ่งนี้ที่เราพบดังกล่าว

อาจเป็นการกักขังตัวเองได้อย่างง่ายดาย โดยปรากฏการณ์ธรรมชาติมีอยู่สามประการ
หนึ่งสิ่งที่เราจินตนาการขึ้นเอง สองการที่เราเห็นความต่อเนื่องอย่างเดียวกับการเห็นต้นไม้
จากสิ่งที่ไม่ใช่ต้นไม้ และสามเห็นสวรรค์หรือปาฏิหาริย์ แต่ปาฏิหาริย์ก็ไม่ใช่สิ่งที่เราจะ
ยึดถือมันไว้ได้ ท่านอธิบายเพิ่มเติมว่า ในเวลาที่ท่านแปลจดหมายของเด็กกำพร้าที่ขอรับ
ความอุปถัมภ์ ครูไปพ้นจากการแบ่งเขาแบ่งเรา ครูไม่เห็นเด็กผู้ได้รับความช่วยเหลือ “เด็ก
และครู” เป็นหนึ่งเดียวกัน ไม่มีผู้ส่งสาร ไม่มีผู้ขอความเห็นใจ ไม่มีงานเพื่อสังคม ไม่มีความ
สว่างแห่งปัญญา เมื่อเราสัมผัสกับภาวะธรรมชาติของปรมาต্ম์ ต้นอัลมอนด์ที่สนามหญ้า
หน้าบ้านเธอ ก็เปิดเผยธรรมชาติแห่งความเป็นหนึ่งเดียวกันอย่างสมบูรณ์

นี่คือคำสอนสูงสุดที่ย้ำว่า การดำรงอยู่ในชีวิตประจำวัน มีปาฏิหาริย์อยู่เสมอ แต่
ท่านมองไม่เห็นเอง ผู้เขียนเห็นว่าการมีสติกับสิ่งที่ทำอยู่ในปัจจุบันเป็นต้นทางสำคัญของ
การปลดปล่อยตัวเอง ต่อไปในหน้าที่การงานที่ท่านทำอยู่คงไม่ก่อให้เกิดความทุกข์เหมือนที่
ผ่านมา และท่านต้องเห็นความทุกข์ยากของคนอื่นเสมือนเป็นของตนเอง ปาฏิหาริย์อยู่ใน
ตัวท่านแล้ว เพราะผู้รู้กับสิ่งที่ถูกรู้คือสิ่งเดียวกัน หนังสือเล่มนี้จึงมีประโยชน์อยู่เสมอ トラバ
ไคที่มนุษย์ยังมีอยู่บนโลกนี้ และมนุษย์ยังต้องดำเนินชีวิต เพราะชีวิตกับการทำงานและ
สรรพสิ่งไม่ได้แยกออกจากกัน ขอให้ทุกท่านพบกับปาฏิหาริย์ในทุกที่ทุกเวลา ความหนา
ของหนังสือเล่มนี้มีเพียง 161 หน้าเท่านั้น ควรหามาอ่านเป็นอย่างยิ่ง