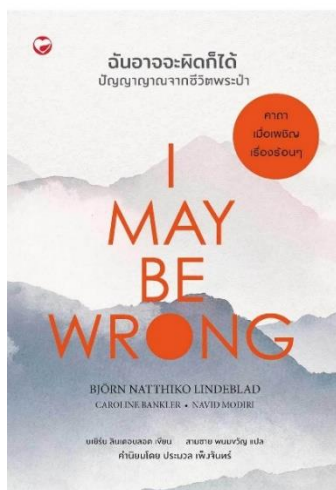


บทปริทัศน์หนังสือ (BOOK REVIEW)



I MAY BE WRONG ฉันอาจจะผิดก็ได้ ปัญญาญาณจากชีวิตพระป่า

ผู้แต่ง: เบียร์น ลินเดอบลัด
(2566, สำนักพิมพ์สุภาพใจ)

บทวิจารณ์โดย
วนิดา พลเดช¹

เบียร์น ฌักกูโก ลินเดอบลัด ผู้เขียนชาวสวีเดน ได้ละทิ้งอาชีพนักเศรษฐศาสตร์ที่กำลังก้าวหน้าไป บวชเป็นพระป่าสายปฏิบัติของหลวงพ่อยุ่นานถึง 17 ปี เมื่อท่านป่วยด้วยอาการเลือดไม่แข็งตัว จึงได้ลาสิกขาและตามด้วยการมีกิจการของโรคซึมเศร้าอีกประมาณหนึ่งปีครึ่ง ครั้นเมื่อเกิดปัญญาญาณผุดขึ้นท่านจึงปล่อยวางได้และกลับมาใช้ชีวิตในการสอนสมาธิ มีครอบครัว จนกระทั่งป่วยเป็นโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรง และเสียชีวิตไปเมื่อวันที่ 17 มกราคม 2565

ผู้เขียนได้แบ่งปันสิ่งที่ท่านได้เรียนรู้อย่างซื่อตรงและเต็มเปี่ยมไปด้วยอารมณ์ขัน เมื่อต้องเผชิญบททดสอบในเพศบรรพชิตที่ท่านไม่ได้เคร่งครัดจนมากเกินไป ตลอดจนประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตฆราวาส เช่น การเจ็บป่วย การสูญเสีย และการเผชิญความตาย ทำให้ผู้อ่านได้เรียนรู้ธรรมชาติของมนุษย์ที่ฝึกฝนตนเองได้อย่างแท้จริง เนื้อหาแต่ละบทมักจะขึ้นอยู่กับปัญญาญาณที่ผู้เขียนได้รับ และได้แบ่งปันความเข้าใจกับผู้อ่านจากการเล่าประสบการณ์ชีวิตของตน แสดงให้เห็นว่าชีวิตของคนเราล้วนไม่แตกต่างกันนักและมักเผชิญกับปัญหามากมายแบบเดียวกัน

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., อупนายกสมาคมการศึกษาและเรียนรู้อย่างอิสระเพื่อความยั่งยืน
email: nuwanida@hotmail.com

“อย่าเชื่อในสิ่งที่คิด” เป็นสิ่งที่ผู้เขียนให้ความสำคัญมากที่สุด จากการฝึกทางจิตวิญญาณในเวลาสิบเจ็ดปีเต็ม นั่นคือการไม่เชื่อทุกความคิดของตนอีกต่อไป วิธีเดียวที่จะจัดการกับความคิดที่ทำให้เราเป็นทุกข์ รู้สึกมีค่าน้อยลง แย่ลง โดดเดี่ยวมากขึ้น กลัวมากขึ้น เศร้ามากขึ้น โกรธมากขึ้น วิธีดังกล่าวก็เพียงแค่ปล่อยวาง ความคิด ความรู้ ความเชื่อเดิมที่ยึดติดมานาน แม้ว่าความคิดเหล่านั้นจะถูกก็ตาม โดยเฉพาะความคิดที่เราปล่อยวางได้ยากที่สุดนั้นมักจะเป็นความคิดที่ทำให้เรามีความทุกข์มากที่สุด พระอาจารย์ชยสาโร ผู้เป็นพระอาจารย์ของผู้เขียนได้มอบคาถาพิเศษแก่เหล่าศิษย์ว่า “ในครั้งต่อไปที่คุณเจอปัญหาแล้วคุณเริ่มรู้สึกไม่ดีกับคนบางคน ให้ท่องคาถานี้เบา ๆ ในใจด้วยความเชื่อมั่นไว้วางใจสามครั้ง แล้วปัญหาต่าง ๆ จะค่อย ๆ คลี่คลาย ด้วยคาถาพิเศษว่า “ฉันอาจจะผิดก็ได้”

“อยู่ร่วมกันเพื่อขัดเกลา” การอยู่ร่วมกันของพระป่า คือ การอยู่ร่วมกันโดยไม่แบ่งแยก ไม่จำเป็นต้องฉลาดปราดเปรื่อง ไม่จำเป็นต้องสมบูรณ์แบบ ไม่มีงานใดสำคัญกว่างานใด ไม่ว่าจะเป็นงานล้างจาน ทำความสะอาด กวาดลานวัด หรือการบรรยายธรรม ชุมชนพระป่าเปรียบเสมือนก้อนหินเล็ก ๆ ที่ถูกน้ำซัดตามชายฝั่ง ที่สภาพของก้อนหินก้อนหนึ่งทั้งหยาบและมีเหลี่ยมแหลมคม เมื่อถูกคลื่นซัด กระแทบ เสียดสีกับก้อนหินก้อนอื่น ๆ กระแทกกันไปมา จนขอบมุมที่เคยแหลมคมนั้นค่อย ๆ ถูกขัดเกลา ทำให้เรากลมเกลี้ยงมากขึ้น นุ่มนวลขึ้น เปล่งประกายขึ้น

“เริ่มที่ตัวเราก่อน” ความสัมพันธ์เดียวที่จะยังคงอยู่ตลอดชีวิต ก็คือ ความสัมพันธ์ที่มีกับตัวเอง โดยเริ่มต้นที่ตัวเราเองก่อน การให้ความรัก ความเมตตาการุณ พร้อมทั้งจะให้อภัย ลืมความผิดพลาดเล็ก ๆ น้อย ๆ ยอมรับในสิ่งที่เราบกพร่อง ให้อภัยแห่งพรหมผลิบันในใจเรา แล้วค่อย ๆ แผ่ขยายไปยังเพื่อนมนุษย์ ใครก็ตามที่พบคุณ เขากำลังอาจเผชิญสถานการณ์คับขันที่เราไม่อาจล่วงรู้ จึงควรมีเมตตาอยู่ตลอดเวลา

“บ่มเพาะปัญญาญาณ” การปล่อยวางความคิด ลดการควบคุม ทำได้ด้วยการฝึกอยู่กับปัจจุบัน ขณะที่อยู่กับลมหายใจอย่างรู้สึกตัวพร้อมด้วยสติสัมปชัญญะ เมื่อจิตสงบจากความคิด ปัญญาที่แท้จะผุดขึ้นให้เห็นว่า ทุกสิ่งอย่างนั้นล้วนไม่คงทนมีการแปรเปลี่ยนเป็นอนิจจัง ทุกอย่างก็จะผ่านพ้นไป มีความสุขสงบเป็นปกติ แม้ในยามความตายมาเยือน เราจะอยู่กับลมหายใจครั้งสุดท้ายได้โดยปราศจากความกลัว ปัญญาญาณอันชาญฉลาดของคุณจะบอกตัวคุณว่า “เมื่อทุกอย่างได้ตระเตรียมไว้ดีแล้ว คุณจะเผชิญความตายได้โดยปราศจากความโศกเศร้า ไม่ต้องกังวลสิ่งใด ๆ” มนุษย์จึงพึงเตรียมสร้าง “ปัญญาญาณ” ให้พร้อมอยู่เสมอ หากเราเปรียบมนุษย์เป็นเหมือนใบไม้บนต้นไม้ ถึงแม้ใบไม้ส่วนใหญ่จะคงอยู่จนกว่าจะเหี่ยวเฉาและเป็นสีน้ำตาล แต่บางใบกลับร่วงหล่นในขณะที่ยังคงเป็นสีเขียวอยู่

หนังสือ ‘ฉันอาจจะผิดก็ได้’ นั้นสามารถกล่าวได้ว่าเต็มไปด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนและความสง่างาม มีการเล่าเรื่องที่อบอุ่นและทำให้ผู้อ่านมีความรู้สึกร่วม เปรียบเหมือนว่าผู้เขียนนั่งเล่าเรื่องราวอยู่ข้าง ๆ ผู้อ่านและเป็นเพื่อนที่คอยเติมชีวิตให้เต็ม ให้ความรื่นรมย์ในยามที่มีสุข คอยปลอบประโลม และช่วยดึงความเชื่อมั่นกลับมาในยามที่มีทุกข์ หนังสือเล่มนี้จึงควรค่าแก่การอ่านอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่มีความกังวลและกำลังสงสัยว่าตนเองเผชิญสิ่งใดอยู่ ซึ่งอาจจะทำให้ได้มุมมองแบบที่ไม่เคยมองมาก่อนในการใช้ชีวิต