

๔๕

ความสุขที่แตกต่าง

สันติสุขภายในและประโยชน์ที่ได้รับจากการทำสมาธิ
จะเกิดจากการทำสมาธิอย่างเดียวนั้นหรือไม่ เรา
สามารถทำกิจกรรมอย่างอื่นเพื่อให้ได้ผลเหมือนกันได้
หรือไม่

การทำกิจกรรมอย่างอื่น แล้วจะให้ได้ประโยชน์และสันติสุข
ภายในเหมือนกับการทำสมาธินั้น ไม่มี

ไม่ว่าเราจะใช้วิธีการใดก็ตาม ก็ไม่ได้มีความสุขภายในเท่ากับการ
ทำสมาธิ จะไปเที่ยวเตร่ ไปดูทีวีทัศน์ ได้พูดคุยกับคนที่ถูกใจ หรือจะ
ไปทำอะไรก็แล้วแต่ มันได้แค่สุขหรือสนุกเล็ก ๆ น้อย ๆ พอเพลิน ๆ
เท่านั้นเอง หรือแม้กระทั่งประสบความสำเร็จในชีวิต ในธุรกิจการทำงาน
การศึกษาเล่าเรียน สุขก็ยังได้ไม่เท่ากับสมาธิ ได้แค่ปลื้มเล็ก ๆ
ประเดี๋ยวเดียว แล้วก็จางหายไป

การทำสมาธิอย่างเดียวเท่านั้น

จึงจะได้สันติสุขภายในที่มั่นคง

และมีปริมาณความสุขมากกว่า

ความสุขที่ได้จากวิธีการอื่น...ได้แค่สุขเล็ก ๆ น้อย ๆ

ได้ปลื้มเล็ก ๆ แล้วก็จางหายไป...ไม่ยั่งยืน

๑๗ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๒