

จดหมายถึงลูกรอคัก จากคุณครูไม่ใหญ่

ถึงลูกรอคัก แหมแป้นแห่งฝรั่งเศส

สวัสดีลูกรอคัก ครูไม่ใหญ่ดีใจมากที่ได้รับจดหมายจากครอบครัวแหมแป้นคาราเต้ ตอนสมัยเป็นวัยรุ่นครูไม่ใหญ่ก็เคยได้เรียนรู้เรื่องเหล่านี้จากรุ่นพี่มาบ้างเหมือนกัน แต่ก็ยังไม่เคยมีโอกาสดูฝึกเป็นจริงเป็นจังเหมือนอย่างลูกรอคักเลย แต่เราก็มีส่วนคล้ายกันคือขณะที่ลูกทุ่มเวลาให้กับการฝึกฝนคาราเต้ ครูไม่ใหญ่ก็ใช้ชีวิตวัยหนุ่มหมดไปกับการฝึกสมาธิ



อันที่จริงแล้วครูไม่ใหญ่คิดว่าศักยภาพในการเป็น
แชมป์โลกนี้มันอยู่ในตัวเรานะ แต่เราต้องรู้วิธีที่จะดึงพลังงาน
ตรงนี้มาใช้ซึ่งไม่ได้ยากอะไรเลย เอาใจไปอยู่ในแหล่งของ
พลังงานเท่านั้นเอง แหล่งของสติ แหล่งของปัญญา แหล่งแห่ง
แชมป์โลก ตรงศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ซึ่งเป็นตำแหน่งที่ถูกต้อง
เมื่อใจไปอยู่ที่ตรงนั้นแล้ว ดวงปัญญาจะสว่างไสว ความคิดคำพูด
และการกระทำก็จะมีคุณภาพ มีประสิทธิภาพเป็นแชมป์โลกได้
นะลูกนะ

เพราะฉะนั้น สมาธิ คือวิธีที่ง่าย ตรง ลัด เร็วที่สุด
ประหยัสดุประโยชน์สูง ไม่มีอะไรที่จะง่ายไปกว่านี้อีกแล้ว
การไม่ต้องทำอะไรเลย คือการกระทำที่ยิ่งใหญ่ สามารถดึง
เอาสิ่งดีๆ ในตัวออกมาใช้ได้ ดึงความเป็นแชมป์โลกมาใช้ได้



พอครูไม่ใหญ่ได้ทราบว่ารื้อคักก็ต้องตื่นนอนตั้งแต่ตี 4 เพื่อฝึกคาราเต้ วันละ 7 - 8 ชม. ตั้งแต่อายุน้อย ครูไม่ใหญ่ก็อดคิดไม่ได้ว่าถ้านั่งสมาธิได้วันละ 7 - 8 ชั่วโมง ป่านนี้คงได้เป็นแชมป์สมาธิแล้วเหมือนกัน ครูไม่ใหญ่เชื่อว่าการเป็นแชมป์ในเรื่องอะไรสักอย่างก็จะต้องอาศัยการฝึกฝนและความเพียรพยายามอย่างต่อเนื่องในเรื่องนั้นๆ และปรับปรุงเทคนิควิธีการขึ้นไปเรื่อยๆ อย่างเช่นการที่ลูกรื้อคักก็หันมาฝึกสมาธินั้นก็เป็นสิ่งที่ดีมาก แม้ว่าจะต้องพบกับความปวดเมื่อยและความคิด

ฟังชานอยู่บ้างก็ถือเป็นเรื่องปกติธรรมดาในฐานะ ที่ใจต้องคิด
เรื่องโน้นเรื่องนี้ เพราะเราคู่กันกับสิ่งนั้น คือใจผูกพันกับสิ่งใดก็
จะเก็บไว้ในรูปของความคิด เวลานั่งฝึกจิตความคิดก็ขยายตัว
ออกมาเท่านั้นเอง เราก็ปล่อยให้คิดไป แต่เราอย่าไปสนใจ
เหมือนแขกที่มาเยือนโดยไม่ได้รับเชิญ พอเราทำเฉยๆ เดี่ยว
เขาก็เก้อเขินกลับไปเอง เราก็ปล่อยใจนิ่งๆ อยู่ตรงกลางกาย
ทำความรู้สึกอยู่ตรงนั้น เดี่ยวความคิดจะค่อยๆ ลดน้อยลง
จนกระทั่งปลอดความคิด



คำบรรยายประสบการณ์จากสมาธิของโรคก็นั้น ดูเหมือนจะเป็นคำสาบทที่ครูไม่ใหญ่ได้ยินจนคุ้นเคย ไม่ว่าจะนั่งที่ประเทศไหนทุกภูมิภาคทั่วโลกเมื่อใจหยุดก็จะเห็นเหมือนกัน ส่วนองค์พระและดวงแก้วที่เห็นในสมาธินั้นก็อย่าให้หายไปไหนนะลูก ท่านคือที่พึ่ง ที่ระลึกที่สำคัญ ให้รักษาเอาไว้ให้ดีทีเดียว แล้วก็พยายามทำซ้ำๆ ให้ชำนาญ ให้นิ่ง แน่นเข้าไปเรื่อยๆ จะได้มั่นคง เพราะกว่าใจจะนิ่งได้นั้น เราต้องผ่านขั้นตอนการปวด ความเมื่อย ความง่วง ความฟุ้ง และความท้อต่างๆ มากมาย เมื่อทำได้แล้วก็ต้องรักษาเอาไว้ อย่าประมาท นี่เป็นเรื่องที่สำคัญ อย่าประมาท มีหลายคนที่ไม่ประมาท พอได้แล้ว

ก็คิดว่าเราจะทำอีกเมื่อไรก็ได้ แล้วก็ละใจ ไม่ปฏิบัติต่อ
ใช้วันเวลาผ่านไปด้วยการทำกิจอย่างอื่น พอกาลเวลาผ่านไป
ถูกกระตุ้นให้หันกลับมาปฏิบัติธรรมใหม่ ตอนนั้นความอยากก็
นำหน้าแล้ว ใจไม่อินโนเซ็นเหมือนเดิม อยากจะให้ได้เหมือนเดิม
แต่ตัวไม่ทำต่อเนื่องกันมา ก็ปรากฏว่าทำไม่ได้แล้ว เพราะจะมี
ภาพต่างๆ เกิดขึ้นจากกาลเวลาที่ผ่านไป เป็นเรื่องภารกิจารงาน
ที่เราได้เคยไปเกี่ยวข้องกับคน สัตว์ สิ่งของ อะไรต่างๆ เหล่านั้น
มาฉายให้เห็น ก็เลยพยายามลุ่น เริง เฟ่ง จ้อง แล้วในที่สุด
ก็ไม่สมหวัง กว่าที่พ้นฟูได้ก็ยาวนานทีเดียว



ครูไม่ใหญ่เคยถามผู้ที่เคยทำได้อย่างนี้นีก่อนว่า ทำไมเราเคยได้อย่างนี้มา เราเคยเจอสิ่งที่ดีที่สุด หรือมีความสุขที่สุดแล้ว ทำไมทอดทิ้งไป ปล่อยวันเวลาไป เพื่อทำอย่างอื่น เขาตอบครูไม่ใหญ่ว่า

1). มั่นใจว่าเคยทำได้เดียวเราก็ทำได้อีก

2). อยากเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ในโลกใบนี้ อยากจะไปรู้ว่าเป็นอย่างไร แล้วครูไม่ใหญ่ก็ถามต่อว่าแล้วมันเป็นอย่างไร เขาก็ตอบว่า ไม่ได้มีอะไรเลยครับ ไม่ได้มีสิ่งอะไรใหม่ในโลกนี้ เป็นแต่เพียงเรามาเกิดใหม่แล้วก็เรียนสิ่งเก่าๆ ที่เราเคยรู้เห็น มีประสบการณ์ผ่านมานับภพนับชาติไม่ถ้วนแล้ว แต่เพราะเราไม่รู้เราจึงมีความรู้สึกที่ว่า เราต้องแสวงหาสิ่งใหม่ๆ แล้วก็ชะล่าใจว่าเราจะหวนคืนไปสู่ประสบการณ์ที่ดีดังเดิมได้ นี่คือคำตอบที่ครูไม่ใหญ่ได้รับมา

เพราะฉะนั้น ลูกหรือคักเองแม้จะได้เห็นองค์พระแล้ว ก็อย่าประมาทชะล่าใจนะ เรื่องของความไม่ประมาทเป็นสิ่งที่ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงประทานปัจฉิมโอวาทเอาไว้ จึงนับเป็นเรื่องสำคัญ หมายความว่า เราเกิดเพื่อแสวงหา พระนิพพาน สลัดตนให้พ้นจากกองทุกข์ เราก็ต้องทำเพื่อการนี้ เพื่อวัตถุประสงค์นี้

สุดท้ายนี้ครูไม่ใหญ่ก็ขออวยพรให้ลูกหรือคักเป็น แหมแป้นตลอดกาลนะลูก เป็นทั้งแหมแป้นคาราเต้ แล้วก็แหมแป้นสมาธิด้วย ถ้ามีโอกาสเมื่อไรอย่าลืมแวะมาเยี่ยมครูไม่ใหญ่บ้าง แล้วเอาองค์พระใส่ๆ หรือดวงแก้วใส่ๆ ในกลางตัวมาฝาก ครูไม่ใหญ่ด้วย

ครูไม่ใหญ่'

