

## การยัดตีด

นำเสนอเมื่อ : 6 เม.ย. 2552

### การยัดตีด

นางสุด..ได้ เลขท้าย ๓ ตัวมาจากหลวงพ่อ เลยกแหงไป ๑๕ บาท ปรากฏว่าถูกแฝง ได้มา ๖๐๐ บาท เขาดีใจมาก  
เที่ยววัดใครต่อใครในหมู่บ้านว่าถูกห่วย แต่พอรู้ว่า คือนซึ่งเป็นเพื่อนบ้าน ก็แหงห่วย ๓ ตัวถูกเหมือนกัน แต่ได้เงินมากกว่าคือ ๒,๐๐๐  
บาท เพราะแหงมากกว่า สุดเลยยิ้มไม่ออก หงอยไปทั้งวัน แถมยังไม่โหดตัวเองที่แหงน้อยไป

ใจ..ไป เที่ยวในท่าบ่อ เห็นผ้าพื้นเมืองลายงาม ราคา ๕๐๐ บาท แต่เธอต่อได้ ๓๕๐ บาทจึงคว้าผ้าผืนนั้นกลับ  
บ้ร้อมด้วยความดีใจ แต่พอรู้ว่าไปเพื่อนรวมห้องก็ซื้อผ้าแบบเดียวกันมา แต่ได้ราคาถูกกว่า คือ ๓๐๐ บาท ใจก็หุบยิ้มทันที  
ไม่รู้สิไปปรตปรานผาของตนอีกต่อไป

แม้เราจะมี “โชค” หรือได้ของดีที่ถูกใจ

แต่หากไปเปรียบเทียบกับของคนอื่นเมื่อใด

สุขก็อาจกลายเป็นทุกข์ทันที หากรู้ว่าคนอื่นได้มากกว่า ได้ของดีกว่า

หรือได้ของที่ถูกกว่า ส่วนของดีที่เราได้มากล้บด้อยคุณค่าไปถนัดใจ

บางครั้งอาจทำให้เราทุกข์กว่าตอนที่ยังไม่ได้ของนั้นมาด้วยซ้ำ

ที่จริงไม่ต้องไปเทียบกับของคนอื่นก็ได้

เพียงแค่เห็นของรุ่นใหม่วางขายหรือโฆษณาตามสื่อต่างๆ

ก็เกิดความไม่พอใจในของเดิมที่มีอยู่ทันที

ทั้งๆ ที่มันก็ยังใช้ได้ดี ไม่มีปัญหาอะไรบวบใจ

ยกเว้นข้อเดียวคือ มันสู้ของใหม่ที่วางขายไม่ได้

ทั้งๆ ที่มีของดีอยู่กับตัว แต่คนเราแทนที่จะพอใจกลับรู้สึกเป็นทุกข์

เพียงเพราะใจไปจดจ่ออยู่กับสิ่งดีกว่า (หรือมากกว่า) ที่ตัวเองยังไม่มี

แต่เมื่อใดก็ตามที่ของชิ้นนั้นเกิดมีอันเป็นไป

เช่นทำตกหล่นหรือถูกขโมยไป เราก็จะกลับมาเห็นคุณค่าของมัน  
และนึกเสียใจที่เสียมันไป จะกินจะนอนก็ยังนึกถึงมันด้วยความเสียดาย  
ทั้งหมดนี้ไม่ได้เกิดขึ้นใน กรณีที่เป็นสิ่งของเท่านั้น  
แต่ยังเกิดกับกรณีที่เป็นคนด้วย เช่น คนรัก หรือแม่แต่พ่อแม่และลูก

ผู้คนจำนวนมากไม่เห็นคุณค่าหรือมีความสุขกับคนใกล้ชิด  
เพราะไปนึกเปรียบเทียบคนอื่นว่าเขาดีพ่อแม่ คนรัก หรือลูกที่ดีกว่าเรา  
แต่วันใดที่เราเสียเขาไป เราถึงจะกลับมาเห็นคุณค่าของเขา  
และเศร้าโศกเสียใจจนถึงกับกินไม่ได้นอนไม่หลับเลยทีเดียว  
เฝ้าหวนคำนึงถึงวันคืนเก่าๆ ที่เขาเคยอยู่กับเรา

คนเรามักทุกข์เพราะจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ยังไม่มี หรืออาลัยในสิ่งที่สูญหายไป

พูดให้ครอบคลุมกว่านั้นก็คือ

ทุกข์เพราะใจยังติดยึดอยู่กับอนาคตและอดีต

อนาคตและอดีตที่ว่ามีได้หมายถึง

สิ่งดีๆ ที่ยังไม่มีหรือที่เสียไปเท่านั้น

แต่ยังรวมถึงสิ่งไม่พึงปรารถนาที่ (คาดว่า) รออยู่ข้างหน้า

เช่นอุปสรรค และสิ่งไม่พึงปรารถนาที่พานพบ คำต่อว่า หรือการกระทำที่น่ารังเกียจ

คำตำหนิติเตียนไม่ว่าจะรุนแรงแค่ไหน แต่ก็ทำอะไรเราไม่ได้

หากเราไม่เก็บเอาความคิดซ้ำคิดซาก คำพูดเหล่านั้นผ่านพ้นไปนานแล้ว

แต่ที่ยังบาดใจเรายู่ก็เพราะเราไม่ยอมปล่อยให้วางมันต่างหาก

ยิ่งคิดคำนึงถึงมันมากเท่าไรก็ยิ่งซ้ำเติมตัวเองมากเท่านั้น

การเอาเปรียบ กลั่นแกล้ง ทรมาน หักหลัง ก็เช่นกัน

แม้เป็นอดีตไปนานแล้ว แต่เราก็กังขังอยู่กับเหตุการณ์ดังกล่าว

ไม่ใช่เพราะเขายังทำเช่นนั้นกับเรายู่

แต่เป็นเพราะเราชอบย้อนภาพอดีต

กลับมาฉายซ้ำในใจอย่างไม่ยอมเลิกกรา

ย้อนแต่ละทีก็เหมือนกับกริดแผลลงไปที่ใจ

หยุดย้อนอดีตเมื่อใดใจก็หายเจ็บเมื่อนั้น

อดีตเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว ส่วนอนาคตยังไม่ถึง

แต่จะมาถึงหรือไม่ ไม่มีใครรู้ได้

แต่บ่อยครั้งเรากลับยึดมั่นสำคัญหมายอย่างเป็นจริงเป็นจัง

ว่ามันจะต้องเกิด ขึ้นแน่ เท่านั้นยังไม่พอถ้าเป็นเรื่องแง่ลบด้วยแล้ว

เรามากจะวาดภาพไปในทางเลวร้าย

แล้วก็ยึดมั่นเอาไว้ไม่ให้คลาดไปจากใจ ทั้งๆ ที่ยิ่งคิดก็ยิ่งทุกข์

ชายผู้หนึ่งเดินขึ้นตึกไปหาหมอ เพื่อฟังผลตรวจโรค

พอมอบบอกว่า พบก้อนมะเร็งระยะที่สองในปอดของเขา

เขาก็ถึงกับท้อ เขาอ่อนเดินไม่ได้ กลับถึงบ้านก็กินไม่ได้

นอนไม่หลับ ซึมไปเป็นเดือน

ส่วนหญิงผู้หนึ่งป่วยกระเสาะกระแสะอยู่นานหลายสัปดาห์

แล้ววันหนึ่งหมอก็บอกว่า เธอเป็นมะเร็งระยะสุดท้ายที่ตับ

จะอยู่ได้ไม่เกิน ๓ เดือน ปรากฏว่าผ่านไปแค่ ๑๒ วัน เธอก็สิ้นใจ

ทั้งสองกรณีไม่ได้ท้อฮวบเพราะโรคมะเร็งเล่นงาน

แต่เป็นเพราะใจเสีย ทันทันที่ได้ยินข่าวร้าย

ใจก็นึกภาพอนาคตของตัวเองไปในทางเลวร้าย

ยิ่งผู้ป่วยรายที่สองด้วยแล้ว

เธอนึกไปถึงวันตายของตัวเองเลยที่เดียว

แถมยังปรุงแต่งไปในทางที่มีดมน

เท่านั้นไม่พอเธอยังหมกมุ่นกับภาพดังกล่าวไม่หยุดหย่อน

ทั้งๆ ที่มันยังไม่เกิดขึ้น ผลก็คือถูกความทุกข์ท่วมทับจนมีอาจทานทนต่อไปได้

บ่อยครั้งเราเป็นทุกข์เพราะเรื่องที่ยังมาไม่ถึง

เช่น การสอบไม่ติดหรือตกงาน

โดยตัวมันเองไม่ก่อปัญหาแก่เรา มากเท่ากับใจที่ปรุงแต่งไปล่วงหน้า  
ว่านับแต่เข้าไปชีวิตจะลำบากยากแค้นเพียงใด แล้วจะอยู่ดูโลกนี้ต่อไปได้อย่างไร  
แต่เมื่อเวลาผ่านไปก็อาจพบว่าที่แท้เราติดทนก่อนไขไปเอง  
เพราะปัญหาต่างๆ ที่ตามมาไม่ได้หนักหนาสาหัสอย่างที่คิด  
สามารถแก้ไขให้ลุล่วงไปได้ในที่สุด

อย่างไรก็ตาม เราไม่ได้ปรุงแต่งเหตุการณ์ที่ยังมาไม่ถึงเท่านั้น  
กับสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า บางครั้งเราก็ปรุงแต่งให้เลวร้ายเกินจริง  
เช่น อยู่รีสอร์ทคนเดียวกลางดึก ได้ยินเสียงผิปกติ  
ก็ปรุงแต่งไปทันทีว่าถูกผีหลอก หรือไม่ก็มีคนจะมาทำร้าย  
เห็นคู่รักกำลังคุยอย่างสนิทสนมกับชายหนุ่มในร้านอาหาร  
ก็คิดไปทันทีว่า เธอกำลังนอกใจ

การคิดปรุงแต่งที่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงนั้น  
เป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ แต่เมื่อใดที่เราหลงยึดว่ามีเป็นเรื่องจริง  
เราก็กำลังก่อทุกข์ให้กับตัวเอง  
แถมยังสามารถสร้างปัญหาให้แก่คนอื่นได้ด้วย

ที่มา เทศนาของพระไพศาล วิสาโล