

รวม 40 ประสบการณ์จริง 40 เส้นทางสู่การตื่นรู้

ตื่นรู้ตัว

ชาตรี โภควนิช

November 27, 2019

“การตื่นรู้ ประกอบด้วยความสมบูรณ์แบบที่สุดของความเป็นมนุษย์ เป็นเหมือนเป้าหมายที่ทุกคนต้องทำให้สำเร็จ เหมือนการเลื่อนลำดับขั้นไปขั้นสุดท้าย และคำถามที่ยากที่สุดต่อจากนี้คือ การตื่นรู้เรื่องใดเป็นที่สุดในชีวิต”

ชาตรี โภควนิช ผู้ก่อตั้งบริษัทพัฒนาซอฟต์แวร์ ‘สร้างสรรค์เทคโนโลยีเพื่อชุมชน’ (วิสาหกิจเพื่อสังคม) จำกัด และ จิตอาสากระบวนการศิลปะ (Art Facilitator) อธิบายต่อว่า การเดินไปสู่คำถามนั้นเริ่มต้นง่ายๆ ด้วย 5 สเต็ปต่อไปนี้ คือ การรู้ว่าตัวเรานั้นเป็นใคร มาจากไหน มาทำอะไร ต้องไปไหน และสุดท้ายจะไปได้อย่างไร และเมื่อเราทุกคน หาคำตอบเหล่านั้นได้ครบ ปัญหาต่างๆ บนโลกใบนี้จะหมดไปทันที โดยเฉพาะปัญหาการแสวงหา ‘ความสุข’ เพราะทุกคนเข้าใจแล้วว่า ความสุขที่แท้จริงนั้นคืออะไร





“เราค้นหาคำตอบเพื่อออกแบบสร้างเงื่อนไขและบทบาทในชีวิตประจำวันให้ถูกต้องดึงมปราศจากผลกรรม ปราศจากการผูกอาฆาตพยาบาท ปราศจากอารมณ์ด้านลบ ปราศจากการก่อพันธกรรมใดๆ ทั้งสิ้น ที่สำคัญที่สุดคือการแสดง ‘ความรัก’ ได้ในทุกๆ สถานการณ์ ซึ่งถือเป็นหนึ่งในปัจจัยต่อการมุ่งไปสู่เป้าหมายสูงสุด ‘การเป็นผู้รู้’ และกลายเป็น ‘ผู้ตื่น’ ได้ตามความหมายที่แท้จริง”

+ การตื่นที่ไม่รู้ตัว

หลังจากช่วงเวลาที่เราได้ประสบกับการตื่นเพื่อรู้แบบไม่ได้ตั้งใจ นำมาสู่การเปลี่ยนแปลงตัวเองอีกระดับหนึ่ง หลังจากนั้น เขาก็ประสบกับการตื่นอีกรอบและครั้งนี้ทำให้เขาค้นพบความหมายของการตื่นจนนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงภายในตัวเองอย่างรอบด้าน เขาย้ำว่าตัวเองยังไม่ได้เข้าถึงการตื่นรู้อย่างสมบูรณ์แบบ



“ช่วงนั้นเรียนจบแล้ว เริ่มทำงานแล้วและมีฐานะบ้างแล้ว ผมคิดว่าต้องเลือกทางใดทางหนึ่งได้แล้ว ประกอบกับผมรู้สึกว่าเป็นอยู่ไม่ใช่ทางที่ถูกต้อง ผมมองเห็นโลกที่เป็นอยู่อุดมไปด้วยทุกข์ เบื่อหน่ายเต็มที ใจผมโหยหาช่วงเวลาที่ได้นั่งสมาธิ มันเป็นเวลาที่สูงบสุข เช้าวันนั้นผมตัดสินใจออกจากบ้านเพื่อไปบวชที่วัดป่าแห่งหนึ่งในต่างจังหวัด

“เช้าวันถัดมาบนสถานีรถไฟ ผมมองดูคนที่นั่งข้างๆ มองดูผู้คนที่กำลังเดินไปเดินมา เวลานั้นสภาวะของความสับสนท่ามกลางผู้คนก็เกิดขึ้นอีกครั้ง เสียงคำถามจากข้างในก็ผุดขึ้นมาว่า ‘นี่เรากำลังจะทำอะไร’ ‘โลกนี้มีอยู่แค่โลกเดียวนะ’ ‘สิ่งที่ต้องเผชิญก็อยู่ตรงหน้าอยู่แล้วนะ’ ‘จะไปแสวงหาจากที่ไหนกัน’

“วินาทีนั้น ผมแน่ใจว่าตัวเองกำลังทำบางสิ่งบางอย่างผิดพลาด ผมเริ่มแบ่งแยกตัวเองออกจากโลกแห่งความเป็นจริง โลกที่ผมคิดเองว่ามันเป็นโลก ‘ทางโลก’ โลกที่เต็มไปด้วยทุกข์ ผมกำลังกลัวความทุกข์ กำลังเป็นคนขี้แพ้ที่พยายามหลบหนี ผมกำลังโยยหาความสุขจากโลก ‘ทางธรรม’

“ผมค้นพบความเป็นหนึ่งเดียว ไม่แบ่งแยกโลกออกเป็นสองโลกอีกต่อไป ผมเข้าใจแล้วว่าจะต้องทำอะไร เวลานั้นนั่นเองที่ผมเปลี่ยนความคิดแบบกระตั้นหัน ผมจะกลับไปเผชิญกับกรรมของผม ผมจะกลับไปแก้ไขเงื่อนไขในชีวิตของผมให้ถูกต้องดีงาม ผมจะกลับไปยกระดับจิตสำนึกผ่านบทบาทการใช้ชีวิตจริงเพื่อพิสูจน์ตัวเองว่าผมสามารถผ่านมันได้จากของจริง ผมอยากจะเรียกช่วงเวลานี้ว่าเป็นการ ‘ตื่นรู้’ แต่มันเป็นเพียงแค่การได้รู้วิธีการเท่านั้น”

+ กระบวนการอยู่กับทุกข์ให้มีความสุข

สำหรับอุปสรรคก่อนโตที่ขวางกั้นการไปสู่เส้นทางแห่งการตื่นเพื่อรู้ของชาตรี เขาบอกว่าเป็น ความคิดที่ ‘ยึดติดกับตัวเอง’ และ ‘ยึดติดกับผู้อื่น’ กล่าวคือ การถืออัตตาตัวเองไว้สูงท่วมหัวตัว ไม่ยอมลดตัวลงมา และมองว่าตัวเองด้อยกว่าผู้อื่น ทั้งสองอย่างได้กลายเป็นขวากหนามในใจที่ทำให้เขาไม่อาจตื่นเพื่อรู้ได้อย่างแท้จริง ฉะนั้น เพื่อเคลียร์พื้นที่ในใจตัวเอง ชาตรีบอกเล่าว่าเขาจึงอุปมาตัวเองเหมือนเป็น ‘น้ำ’



“น้ำมีความสำคัญกับมนุษย์ ถ้าขาดน้ำเพียงไม่กี่วันเราก็ตาย แต่น้ำไม่เคยสำคัญตนเองว่าสำคัญ น้ำในเมฆ น้ำในมหาสมุทร น้ำในลำคลอง น้ำในขวดน้ำหอม น้ำในก๊อก น้ำในท่อระบายน้ำหรือแม้กระทั่งน้ำในโถส้วม ต่างเป็นน้ำทั้งสิ้น ผมพร้อมที่จะเป็นน้ำในทุกบทบาท จะไม่รู้สึกล้นเนื้อตัวใจ ถ้าบางครั้งจะต้องไปอยู่ในสถานภาพที่ต่ำต้อย จะไม่หยิ่งผยองเมื่อมีใครมายกย่องว่าเป็นคนสำคัญ แต่จะตระหนักรู้อยู่เสมอว่าเรานั้นยิ่งใหญ่และสำคัญ”



ด้วยวิธีคิดดังกล่าวส่งผลให้วิถีชีวิตของชาติเปลี่ยนแปลงไป ตั้งแต่ภายในสู่ภายนอกและแพร่ต่อไปยังสังคมที่เขาอาศัย กล่าวคือ เมื่อเกิดการค้นพบจนเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตัวเองสู่การเปลี่ยนแปลงภายนอก คนที่เห็นได้รับพลัง และแนวคิดเชิงบวก นำประสบการณ์ดังกล่าวไปส่งต่อ เปรียบเสมือนปฏิกิริยานิวเคลียร์ต่อเนื่องกันเป็นลูกโซ่

“หลายปีที่ผ่านมา การตื่นเพื่อรู้ทำให้ผมได้เรียนรู้และยกระดับจิตสำนึกขึ้น ผมสามารถตรวจสอบตัวเองได้ ผมมองเห็นโลกตามความเป็นจริง สามารถเข้าใจคน เข้าใจสังคม แน่นนอนผลที่เกิดขึ้นกับตัวเองโดยตรงคือ ผมไม่มีโอกาสแสดงออกทางกาย วาจา และใจ ที่เป็นด้านลบครั้งใหม่ต่อใครหรือกับใคร ผมขอเพียงได้ส่งต่อสิ่งเหล่านี้ให้กับใครสักคน แล้วเขาได้รับประสบการณ์การตื่น รู้แล้วว่าการตื่นเพื่อรู้ดีขนาดไหน เขาจะกระตือรือร้นที่จะบอกต่อ ให้คนอื่นเกิดการตื่น ได้รับประสบการณ์เหมือนกับที่เขาเคยได้รับมาต่อไป”