

บทที่ ๓ สิ่งแวดล้อม

นอกจากพิจารณาที่มา ที่เป็น ที่ไป จะทำให้หายกังวลเรื่องงานชามได้แล้ว ยังมีประเด็นที่ชวนให้คิดต่อไปอีกว่า

ถ้าฉันวางถ้วยกาแฟใบสุดท้ายไว้บนโต๊ะ แล้วแมวเกิดวิ่งมาชนถ้วยตกแตก ฉันถามตัวเองว่าฉันจะโกรธแมวมั้ย จะดุด่าแมวหรือรู้สึกไม่พอใจแมวมากเท่ากับที่เพื่อนร่วมชาคาเดียวกันของฉันทำแตกมั้ย ตอบอย่างซื่อสัตย์ต่อตัวเองที่สุดได้ว่า ฉันจะไม่โกรธแมว แต่จะโกรธเพื่อน ว่าทำไมไม่ระวัง ไม่ดูแลสมบัติของฉันให้ได้อย่างแน่นอน

คิดได้อย่างนี้ทำให้เห็นว่าบางอย่างไม่ถูกต้อง ทำไมเราไม่โกรธแมวแต่โกรธเพื่อนล่ะ ทั้งที่ทั้งคู่ทำด้วยเราแตกเหมือนกัน ลองคิดต่อว่า ถ้าถ้วยแตกเพราะแผ่นดินไหว หรือเพราะลมพัดตกลงมาล่ะ เราก็คงไม่โกรธเช่นกัน เพราะอะไรนะ...

เพราะฉันไม่คาดหวังในตัวแมว และไม่เอาผิดจากการกระทำของธรรมชาติเพราะเป็นสิ่งที่ฉันควบคุมไม่ได้

ฉันคิดทบทวนไปมาก็พบว่า จริงๆแล้วเพื่อนก็ไม่ต่างจากแมว ไม่ต่างจากการเกิดแผ่นดินไหว หรือลมพัดเลย เพื่อนก็เป็นสิ่งแวดล้อมอย่างหนึ่งของฉัน เป็นธรรมชาติรอบๆตัวฉัน ที่ฉันไม่อาจบังคับ ควบคุมหรือคาดเดาได้ร้อยเปอร์เซ็นต์เช่นกัน

ในทางกลับกัน ฉันก็เป็นสิ่งแวดล้อมของเพื่อนเช่นกัน แล้วฉันอยากทำตัวฉันให้เป็นสิ่งแวดล้อมที่ดี หรือเป็นแบบที่เต็มไปด้วยมลพิษให้กับเพื่อนดิฉัน

TIP: “ ฉันพบว่าเราจะเป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีของผู้คนรอบข้างได้เราต้องรู้จัก เอาใจเขามาใส่ใจเรา’ นั่นเอง จริงๆแล้วฉันรู้จักคำนี้มานานมากแล้วแต่เพิ่งจะรู้จักนำมาใช้ในชีวิตจริงเมื่อไม่นานมานี้เอง สิ่งที่สำคัญที่สุดคือเราต้องมองเห็นใจตัวเองก่อน”

นึกถึงคราวที่ฉันทำแก้วของแม่แตกด้วยความซุ่มซ่าม ย้อนดูว่าฉันคิดอะไรในตอนทำแก้วแตก พบว่าแต่ละครั้งฉันไม่ได้ตั้งใจทำแตก แต่ก็พลาดทำแตกจนได้ เพราะฉันก็เป็นคนหนึ่งที่ยังมีความพร่องอยู่ เมื่อเห็นใจตัวเองก็เห็นใจเพื่อนว่า ถ้าเพื่อนทำแก้วของฉันแตก เขาก็พลาดได้เช่นกัน ถ้าเราไม่เคยคิดแบบนี้ เราก็อาจคิดปรักปรำเพื่อนได้ว่าเขาไม่ระมัดระวัง อาจจะต่อว่าเพื่อนแรงๆเพื่อความสะใจ แต่ฉันจำได้ว่าครั้งที่ฉันทำแก้วแตกแล้วโดนคุณก็เสียใจ ถ้าฉันต่อว่าเพื่อนเพื่อนก็ต้องเสียใจเช่นกัน

การที่ฉันยอมรับความผิดพลาดหรือความพร่องของตัวเองก่อน ฉันก็จะยอมรับความผิดพลาดหรือความพร่องของคนอื่นและจะเลิกจับผิดผู้อื่น เพราะฉันและเขาก็ไม่ต่างกัน ฉันจึงไม่คิดจะต่อว่าเพื่อน แต่จะหันกลับมาดูว่ามีอะไรที่สามารถปรับแก้ไขได้บ้างในสถานการณ์นั้นๆ และมีความจริงอะไรที่สามารถนำมาเป็นหลักฐานสอนใจตัวเองได้จากสิ่งที่พลาดไปแล้ว