

## สร้างปัญญาเพื่อแก้ปัญหาวีชีวิต

พระเทพสิงหนราจารย์

P1616

ท่านผู้ปฏิบัติธรรมทุกท่าน การปฏิบัติธรรมะที่พระพุทธเจ้าสอนเรามาในการแก้ปัญหานั้น พระพุทธเจ้าท่านลำบากมามาก ท่านเรียนศิลปศาสตร์ทั้ง ๑๘ ศาสตร์ จบ เมืองตักศิลา อาจารย์ทิสปาโมกข์ ท่านก็มีแค่ ๑๘ ศิลปศาสตร์เท่านั้น มีวิชา ๒ วิชา ที่ไม่มีใครสอน คือ

๑. วิชาแก้ปัญหาวีชีวิต ไม่มีใครสอน ต้องแก้เอาเอง ถึงจะแก้ได้

๒. วิชาบำบัดทุกข์ ให้เกิดสุข ก็ไม่มีใครสอน

อาตมาก็ขอให้ข้อคิดว่า การสร้างปัญญาให้แก่ตนเองจึงจะแก้ปัญหาวีชีวิตได้ วิชาการที่เราเรียนกันมาหลายเล่ม แก้ปัญหาวีชีวิตไม่ได้ทั้งนั้น การที่พระพุทธเจ้าทรงเสด็จบรรพชา ก็เพื่อต้องการหาวิชามาแก้ให้ได้ เพราะท่านทรงเห็นเทวทูต พระเจ้าสุทโธทนะ พยายามสร้างปราสาทสามฤดู และพยายามหากามคุณให้มาก ห้ามไม่ให้เจ้าชายเสด็จออกไปนอกพระนคร พยายาม

หาแต่เฉพาะหนุ่มสาวเข้ามาอยู่ในวัง ไม่ให้เห็นคนแก่ แต่  
พระองค์ก็ทรงหนีออกไปได้ แล้วไปพบคนแก่ คนเจ็บ คน  
ตาย ในระหว่างทาง และมีคนหามศพผ่านมาเรื่อยๆ  
พระองค์ก็ทรงคิดว่าจะหาวิชาอันใดมาแก้ปัญหาก็คง แก่ เจ็บ  
ตาย แต่เจ้าชายก็มีพระราชบุตร ก็ทรงนึกว่ามีบ่วงผูกคอตาย  
และเห็นนางสนม นอนผ้าเล็ก เหงื่อ ไคลไหลย้อย เห็นแล้วก็ไม่  
น่าดู อย่างนี้แหละที่เรียกว่า **“เห็นเทวทูต”** เมื่อพบวิชาแล้ว ก็  
ทรงมาโปรดพุทธมารดา และพุทธบิดานั้นที่หลัง เนื่องจากว่า  
แม่อุ้มท้องมา ต้องเอาแม่ออกหน้า ทรงบวชตั้ง ๖ ปี ทรงลอง  
ทุกอย่างแม้กระทั่งการอดอาหาร อาตมาไปเห็นโยมปฏิบัติ  
ธรรมตามวัดต่างๆ ไม่ทานข้าว ๓ วัน ๔ วันบ้าง ทำอย่างนั้น  
ไม่ถูก พระพุทธเจ้าทรงทรมานพระวรกาย อดข้าว ผอมจน  
เหลือแต่หนังหุ้มกระดูก จึงรู้ว่ามันไม่ใช่วิถีทางที่ถูกต้อง จึงได้  
แว่วยินพิณสามสาย ที่มี ดิ่งไป หย่อนไป และดิ่งพอดี จึง  
ถือเอา**มัชฌิมาปฏิปทา เดินสายกลาง อดีตไม่เอา อนาคต  
ไม่เอา เอาแต่ปัจจุบัน**

แต่เราเข้าใจผิดกันว่า สายกลางคือ มรรค ๘ ซึ่งก็ถูก  
เหมือนกัน แต่ถูกไม่จริง ถูกจริงสายกลางต้องเดินกลางเลย  
เอาปัจจุบัน คือ กัมมัฏฐานต้องเอาปัจจุบัน อดีตอย่าไปเอา

อนาคตยังไม่ถึง ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงหันกลับมาเสวยพระ  
กระยาหาร พวกปัจเจกคีย์ จึงหนีหมด อาตมาจึงขอฝากไว้ว่า  
ความสำเร็จต้องคนเดียวเท่านั้น ไม่ใช่ทั้งผิวทั้งเมียบ  
ความสำเร็จของชีวิตในแต่ละคนนั้น ใช้คนเดียว ใช้สมองคน  
เดียว สองคนสามมีภรรยา เอาสมองกับสมองมาตีกัน ของ  
ภรรยาก็อย่าง ของสามีก็อีกอย่าง เหมือนกันไม่ได้ แต่พอคิด  
แล้วก็เอามารวมกันปรึกษาหารือกัน ถึงจะถูกต้องไม่ใช่เอา  
ความคิดมาตีกัน มาทะเลาะกัน เอาความคิดมาพิจารณา  
โยนิโส มนัสสิการ นี่คือสายกลาง เอามารวมเป็นปัจจุบัน เขา  
จะไม่ทะเลาะกันเลย คนเราความเห็นไม่เหมือนกัน แล้วเรา  
ความเห็นมาตีความเห็น ก็ทะเลาะกัน เขาเห็นอย่างนั้น เขา  
เห็นอย่างนี้ ถ้าเราเจริญกัมมัฏฐานมีสติปัญญาความเห็นจะมี  
เป็นเหตุเป็นผล คนอื่นเห็นไม่ตรง แสดงว่าคนนั้นปัญญายังไม่  
ถึง

คนที่เถียงเก่งๆ ลองนั่งกัมมัฏฐานได้ของจริงคือตัวปัญญา  
ว่าทำไมคนนี่ถึงเถียงเก่งนัก ทำไมถึงด่าสามี เราก็ไป  
ไตร่ตรองดูก็จะเห็นว่า คนนี้เก่งเพราะละเอียดมาก สามีหยาบ  
ถึงได้รู้ว่าเขาเป็นคนถูก เขาด่าถูก การด่าคนนั้นมีทั้งผิดและ  
ถูก นี่แหละความเห็นของคน มันเหมือนกันหรือ ไม่ใ้ต่าง

ปล้อง ฟีน้องต่างใจ ท้องเดียวกันยังเหมือนกันไม่ได้ เหมือน  
อย่างคู่แฝด ที่เกิดห่างกัน ๕ นาที ยังไม่เหมือนกัน คนเล็กจบ  
ปริญญาเอก ตั้งใจเรียนดี เวลาพูดกับแม่ก็พนมมือ แต่คนโต  
ยืนพูด เป็นนักเลงโต ทำไมไม่เหมือนกัน รูปร่างหน้าตา  
เหมือนกัน แต่นิสัยไม่เหมือนกัน เราจะพยายามเลี้ยงลูกเราคน  
นี้ให้มีนิสัยแบบนี้ มันเป็นไปได้ เพราะเขาเห็นของเขาอย่าง  
นั้น แต่เราเจริญกัมมัฏฐานได้ปัญญา ปัญญาตัวนี้เห็นการณ  
ไกล

การเจริญกัมมัฏฐาน ต้องการให้มีปัญญาสำหรับแก้ปัญหา  
ปัญญาตัวนี้เป็นพรอหวัดคนได้ และปัญญาตัวนี้ ก็บอกว่าใครมี  
นิสัยอย่างไร จะบอกได้ชัดเจนมาก เช่น เจอคน คนหนึ่ง เรา  
มองด้วยปัญญาก็จะรู้ว่า คนนี้นิสัยไม่ดีชอบพูดมาก พูดไม่เป็น  
เรื่องเป็นราว แล้วเรารู้แล้วเราก็นิ่งเสีย เราก็อย่าไปฟัง คนพูด  
มากมีความจริงน้อยมาก

การทำกัมมัฏฐานทำให้ใจแข็ง ไม่ใช่ใจอ่อน ผู้หญิงน่า  
เกลียดเพราะตามใจตัว ผู้หญิงถ้าตามใจตัวจะเสียคนหมด  
เราต้องใจแข็งด้วยการเจริญกัมมัฏฐาน ถ้าเราเจริญกัมมัฏฐาน  
ไม่ได้ขาดสติพักเดียวก็ใจอ่อนแล้ว ใครพูดอะไรก็เชื่อตามเขา  
ไป เสียผู้เสียคนหมด

เพราะฉะนั้นการเจริญกัมมัฏฐานนี้ ทำให้จิตเรามั่นคง  
อดทนต่อไป จะเปลี่ยนนิสัยทันที วิสัยทัศน์กว้างไกล จะ  
อดทนต่อไปในอนาคต ไม่ใช่นั่งกัมมัฏฐานเพื่อจะไปสวรรค์  
นิพพาน มันจะเพี้ยนไป บางคนนั่งแล้วทำปากมูบมิบ พอ  
สอบอารมณ์ ก็บอกว่า “นานแล้วที่ไม่ได้เจอพระพุทธเจ้า ท่าน  
ชวนคุยชะนาน พระพุทธเจ้าถามว่าค้าขายเป็นอย่างไร ถึง  
เศรษฐกิจตกก็ให้พยายามต่อไป แล้วพระพุทธเจ้าก็บอกคาถา  
ให้” อย่างนี้เพี้ยนแน่นอน ทำอะไรให้พอดีอย่าให้เกิน อย่าให้  
มากเกินไป อย่าให้น้อยเกินไป ส่วนมากจะเพี้ยน พอไปเห็น  
อะไรก็จะเพี้ยนเลย ต้องตั้งสติอดทนต่อไป เห็นหนอ ก็รู้ว่า  
เป็นนิमितหลอกหลวง ล้างสมองเรา ทำให้ไขว้เขวสับสน ตัวมาร  
ทำให้เราสับสน พอเราสับสนก็จะเสียงาน เสียเงิน เสียทอง  
เสียเวลา ด้วย

ถ้าสติกับจิตอยู่ด้วยกัน จะมีปัญญาและสามารถแก้ไข  
ปัญหาได้ในปัจจุบันนี้ ให้ทำจนเคยชิน พอเคยชินแล้ว พอ  
เห็นใครมันเกิดรู้โดยอัตโนมัติ โดยไม่ต้องภาวนาว่า เห็นหนอ  
พอเห็นตั้งแต่ศีรษะลงปลายเท้า ปลายเท้าถึงศีรษะ แล้วจะมา  
บอกเราที่ลิ้นปี ว่านิสัยคนนี้เป็นอย่างไร เวลากินข้าวคนไม่ดี  
กับคนดี กินข้าวร่วมกันได้ ทำงานร่วมกันได้ แต่จะเอาจิตไป

รวมกับคนเหล่านั้นไม่ได้ กินข้าวรวมกันได้หมายความว่า แต่  
ละคน ต่างคนต่างเติมกันเองได้ เราก็อย่าไปเติมรสแบบเขา  
เราก็เติมรสแบบของเรา คบกันได้ แต่จะมาผสมกันไม่ได้ คน  
ที่ฉลาดจะใช้คนได้ทุกประเภท คนดีบางอย่างที่เราพูดด้วยปัญญา  
ใช้งานได้ดี ถ้าเราไปดูดำใครเขาจะไปชอบ ต้องให้ไพเราะ  
คนหัวดีหัวแข็ง ต้องพยายามยกย่องให้เกียรติเขา หนักเข้า  
เดี๋ยวเขาก็อ่อนตาม เหมือนเช่น พระพุทธเจ้า ยักษ์จะทำร้าย  
พระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าก็เฉยจะทำอะไรก็ทำไป แต่ท่านมี  
เมตตาอย่างเดียว ทำให้ยักษ์ต้องอ่อนน้อม จึงตั้งนะโม ตัสสะ  
ภควะโต อ่อนน้อมต่อพระพุทธเจ้า

ทำกัมมัฏฐานอย่าไปหวังผลนิพพาน บางแห่งหวังแต่ญาณ  
ต่าง ๆ **ทำกัมมัฏฐานให้รู้ ๓ อย่าง** ก็พอ คือ

๑. ระลึกชาติของชีวิต

๒. รู้กฎแห่งกรรม จากการกระทำของตัวเอง

๓. แก้ปัญหาชีวิตได้ และรู้จักพอ

ดังนั้นสรุปรายการ กัมมัฏฐานที่ดีที่สุด ทำให้สื่อสารงานเดิน  
ดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง และก็ไม่บ่นไม่จู้จี้ คนที่บ่นจู้จี้ ลูกไม่มา  
หลานจะไม่มาสู่ แล้วจะหว่าเหว่ ถ้าลูกมาหา หลานมาสู่ทำให้  
อากงอาม้า อายุยืน อิมอกอิมใจ ดังนั้นให้ทำลมหายใจให้

ยาวๆ จะทำให้ไม่โมโห คนที่โมโหเก่งจะมีอายุไม่ยืน โรค  
แทรกซ้อน ถ้าอารมณ์ดี จะอายุยืน โรคไม่แทรกซ้อน ซึ่ง  
ข้อเท็จจริงฐานะในทางจิตใจไม่มีตัวตนให้จับต้องได้ อารมณ์ดี  
หรือไม่ดี มันไม่มีหลักฐานอะไรยืนยัน แต่ถ้าเราฝึกไปเรื่อยๆ  
ก็จะมีหลักฐานยืนยัน จะอยู่คงที่และทำให้เกิดปัญญา ปัญญา  
ตัวนี้จะไปแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าได้ ในปัจจุบันได้ ไม่  
ต้องไปคิดแก้ปัญหาในวันรุ่งขึ้น ทำได้เลยเพราะมีตัวกำหนด  
ตัวกำหนดนี้เป็นตัวตั้งสติ ให้เรารู้ว่าสติเสียไปแล้ว สติตกไป  
แล้ว และเมื่อสติขาดไปแล้ว มันจะคิดเรื่อยเปื่อยไม่มีหลัก ไม่มี  
กฎไม่มีเกณฑ์ ทำอะไรไม่ระเบียบ กลายเป็นคนไม่มีหลักฐาน  
ไป บางครั้งเกิดปิติขึ้นมากก็ต้องกำหนดรู้หนอๆ ที่สิ้นปี เดียวก็  
รู้จริงขึ้นมา ส่วนรูปปลอมก็จะหายไป