

สร้างปัญญาเพื่อแก้ปัญหาชีวิต

พระเทพสิงหนุราชาจารย์

P16016

ท่านผู้ปฏิบัติธรรมทุกท่าน การปฏิบัติธรรมะที่พระพุทธเจ้าสอนเรามาในการแก้ปัญหานั้น พระพุทธเจ้าท่านลำบากมามาก ท่านเรียนศิลปะศาสตร์ทั้ง ๑๘ ศาสตร์จบ เมืองตักศิลา อาจารย์ทิสปาโมกข์ ท่านก็มีแค่ ๑๘ ศิลปะศาสตร์เท่านั้น มีวิชา ๒ วิชา ที่ไม่มีใครสอน คือ

๑. วิชาแก้ปัญหาชีวิต ไม่มีใครสอน ต้องแก้เอาเอง ถึงจะแก้ได้

๒. วิชาบำบัดทุกข์ ให้เกิดสุข ก็ไม่มีใครสอน

อาตมาก็ขอให้ข้อคิดว่า การสร้างปัญญาให้แก่ตนเองจึงจะแก้ปัญหาก็ได้ วิชาการที่เราเรียนกันมาหลายเล่ม แก้ปัญหาไม่ได้ทั้งนั้น การที่พระพุทธเจ้าทรงเสด็จบรรพชา ก็เพื่อต้องการหาวิชามาแก้ให้ได้ เพราะท่านทรงเห็นทเวหะทูต พระเจ้าสุทโธณะพยายามสร้างปราสาทสามฤดู และพยายามหากามคุณให้มาก ห้ามไม่ให้เจ้าชายเสด็จออกไปนอกพระนคร พยายามหาแต่เฉพาะหนุ่มสาวเข้ามาอยู่ในวัง ไม่ให้เห็นคนแก่ แต่พระองค์ก็ทรงหนีออกไปได้ แล้วไปพบคนแก่ คนเจ็บ คนตาย ในระหว่างทาง และมีคนหามศพผ่านมาเรื่อยๆ พระองค์ก็ทรงคิดว่าจะหาวิชาอันใดมาแก้ปัญหาก็คือ แก่ เจ็บ ตาย แต่เจ้าชายก็มีพระราชบุตร ก็ทรงนึกว่ามีปวงผูกคอตาย และเห็นนางสนม นอนผ้าเล็ก เหงื่อ ไคลไหลหย้อย เห็นแล้วก็ไม่น่าดู อย่างนี้แหละที่เรียกว่า “เห็นทเวหะทูต” เมื่อพบวิชาแล้ว ก็ทรงมาโปรดพุทธมารดา และพุทธบิดานั้นทีหลัง เนื่องจากว่าแม่อุ้มท้องมา ต้องเอาแม่ออกมา หน้า ทรงบวชตั้ง ๖ ปี ทรงลองทุกอย่างแม้กระทั่งการอดอาหาร อาตมาไปเห็นโยมปฏิบัติธรรมตามวัดต่างๆ ไม่ทานข้าว ๓ วัน ๔ วันบ้าง ทำอย่างนั้นไม่ถูก พระพุทธเจ้าทรงทรมานพระวรกาย อดข้าว ผอมจนเหลือแต่หนังหุ้มกระดูก จึงรู้ว่ามันไม่ใช่วิถีทางที่ถูกต้อง จึงได้แว่วยินพินสามสาย ที่มี ดิ่งไป หย่อนไป

และตั้งพอดี จึงถือเอามัชฌิมาปฏิปทา เดินสายกลาง อดีตไม่เอา อนาคตไม่เอา เอา แต่ปัจจุบัน

แต่เราเข้าใจผิดกันว่า สายกลางคือ มรรค ๘ ซึ่งก็ถูกเหมือนกัน แต่ถูกไม่จริง ถูกจริงสายกลางต้องเดินกลางเลย เอาปัจจุบัน คือ กัมมัฏฐานต้องเอาปัจจุบัน อดีตอย่าไปเอา อนาคตยังไม่ถึง ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงหันกลับมาเสวยพระกระยาหาร พวกปัจวัคคีย์ จึงหนีหมด อาตมาจึงขอฝากไว้ว่า ความสำเร็จต้องคนเดียวเท่านั้น ไม่ใช่ทั้งตัวทั้งเมีย ความสำเร็จของชีวิตในแต่ละคนนั้น ใช้คนเดียว ใช้สมองคนเดียว สองคนสามีภรรยา เอาสมองกับสมองมาตีกัน ของภรรยาก็อย่าง ของสามีก็อีกอย่าง เหมือนกันไม่ได้ แต่พอดคิดแล้วก็เอามารวมกันปรึกษาหารือกัน ถึงจะถูกต้องไม่ใช่เอา ความคิดมาตีกัน มาทะเลาะกัน เอาความคิดมาพิจารณา โยนิโส มนัสสิการ นี้คือสายกลาง เอามารวมเป็นปัจจุบัน เขาจะไม่ทะเลาะกันเลย คนเราความเห็นไม่เหมือนกัน แล้วเราความเห็นมาตีความเห็น ก็ทะเลาะกัน เขาเห็นอย่างนั้น เขาเห็นอย่างนี้ ถ้าเราเจริญกัมมัฏฐานมีสติปัญญาความเห็นจะมีเป็นเหตุเป็นผล คนอื่นเห็นไม่ตรง แสดงว่าคนนั้นปัญญายังไม่ถึง

คนที่เถียงเก่งๆ ลองนั่งกัมมัฏฐานได้ของจริงคือตัวปัญญา ว่าทำไมคนนี่ถึงเถียงเก่งนัก ทำไมถึงด่าสามี เราก็ไปไตร่ตรองดูก็จะเห็นว่า คนนี้เก่งเพราะละเอียดมาก สามีหยาบ ถึงได้รู้ว่าเขาเป็นคนถูก เขาด่าถูก การด่าคนนั้นมีทั้งผิดและถูก นี่แหละความเห็นของคน มันเหมือนกันหรือ ไม่ไต่ต่างปล้อง ฟัน้องต่างใจ ท้องเดียวกันยังเหมือนกันไม่ได้ เหมือนอย่างคู่แฝด ที่เกิดห่างกัน ๕ นาที ยังไม่เหมือนกัน คนเล็กจบปริญญาเอก ตั้งใจเรียนดี เวลาพูดกับแม่ก็พนมมือ แต่คนโตยื่นพูด เป็นนักเลงโต ทำไมไม่เหมือนกัน รูปร่างหน้าตาเหมือนกัน แต่นิสัยไม่เหมือนกัน เราจะพยายามเลี้ยงลูกเราคนนี่ให้มีนิสัยแบบนี้ มันเป็นไปได้ เพราะเขาเห็นของเขาอย่างนั้น แต่เราเจริญกัมมัฏฐานได้ปัญญา ปัญญาตัวนี้เห็นการณีกาล

การเจริญกัมมัฏฐาน ต้องการให้มีปัญญาสำหรับแก้ปัญหา ปัญญาตัวนี้เป็นพรอหวัดคนได้ และปัญญาตัวนี้ ก็บอกว่าใครมีนิสัยอย่างไร จะบอกได้ชัดเจนมาก

เช่น เจอคน คนหนึ่ง เรามองด้วยปัญญาก็จะรู้ว่า คนนี้นิสัยไม่ดีชอบพูดมาก พูดไม่เป็นเรื่องเป็นราว แล้วเรารู้แล้วเราก็นิ่งเสีย เราก็อย่าไปฟัง คนพูดมากมีความจริงน้อยมาก

การทำกัมมัฏฐานทำให้ใจแข็ง ไม่ใช่ใจอ่อน ผู้หญิงน่าเกลียดเพราะตามใจตัว ผู้หญิงถ้าตามใจตัวจะเสียคนหมด เราต้องใจแข็งด้วยการเจริญกัมมัฏฐาน ถ้าเราเจริญกัมมัฏฐานไม่ได้ขาดสติพักเดียวก็ใจอ่อนแล้ว ใครพูดอะไรก็เชื่อตามเขาไป เสียผู้เสียคนหมด

เพราะฉะนั้นการเจริญกัมมัฏฐานนี้ ทำให้จิตเรามั่นคง อดทนต่อไป จะเปลี่ยนนิสัยทันที วิสัยทัศน์กว้างไกล จะอดทนต่อไปในอนาคต ไม่ใช่นั่งกัมมัฏฐานเพื่อจะไปสวรรค์นิพพาน มันจะเพี้ยนไป บางคนนั่งแล้วทำปากมูบมิบ พอสอบอารมณ์ ก็บอกว่า “นานแล้วที่ไม่ได้เจอพระพุทธเจ้า ท่านชวนคุยชะนาน พระพุทธเจ้าถามว่าค้ำขายเป็นอย่างไร ถึงเศรษฐกิจตกก็ให้พยายามต่อไป แล้วพระพุทธเจ้าก็บอกคาถาให้” อย่างนี้เพี้ยนแน่นอน ทำอะไรให้พอดีอย่าให้เกิน อย่าให้มากเกินไป อย่าให้เหนื่อยเกินไป ส่วนมากจะเพี้ยน พอไปเห็นอะไรก็จะเพี้ยนเลย ต้องตั้งสติอดทนต่อไป เห็นหนอ ก็จรรู้ว่าเป็นนิมิตหลอกหลวง ล้างสมองเรา ทำให้ไขว่เขวสับสน ตัวมารทำให้เราสับสน พอเราสับสนก็จะเสียงาน เสียเงิน เสียทอง เสียเวลา ด้วย

ถ้าสติกับจิตอยู่ด้วยกัน จะมีปัญญาและสามารถแก้ไขปัญหาได้ในปัจจุบันนั้น ให้ทำจนเคยชิน พอเคยชินแล้ว พอเห็นใครมันเกิดรู้โดยอัตโนมัติ โดยไม่ต้องภาวนาว่า เห็นหนอ พอเห็นตั้งแต่ศรีษะลงปลายเท้า ปลายเท้าถึงศรีษะ แล้วจะมาบอกเราที่ลิ้นปี ว่านิสัยคนนี้เป็นอย่างไร เวลากินข้าวคนไม่ดี กับคนดี กินข้าวร่วมกันได้ ทำงานร่วมกันได้ แต่จะเอาจิตไปรวมกับคนเลวนั้นไม่ได้ กินข้าวร่วมกันได้หมายความว่า แต่ละคน ต่างคนต่างเติมกันเองได้ เราก็อย่าไปเติมรสแบบเขา เราก็เติมรสแบบของเรา คบกันได้ แต่จะมาผสมกันไม่ได้ คนที่ฉลาดจะใช้คนได้ทุกประเภท คนดีอบางที่เราพูดด้วยปัญญาใช้งานได้ดี ถ้าเราไปดูดำใครเขาจะไปชอบ ต้องให้ไพเราะ คนหัวดี หัวแข็ง ต้องพยายามยกย่องให้เกียรติเขา หนักเข้าเดี๋ยวเขาก็อ่อนตาม เหมือนเช่นพระพุทธเจ้า ยักษ์จะทำร้ายพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าก็เฉยจะทำอะไรก็ทำไป แต่ท่าน

มีเมตตาอย่างเดียว ทำให้ยักษ์ต้องอ่อนน้อม จึงตั้งนะโม ตัสสะ ภควะโต อ่อนน้อม ต่อพระพุทธเจ้า

ทำกรรมฐานอย่าไปหวังผลนิพพาน บางแห่งหวังแต่ญาณต่างๆ ทำกรรมฐาน ให้รู้ ๓ อย่าง ก็พอ คือ

๑. ระลึกชาติของชีวิต
๒. รู้กฎแห่งกรรม จากการกระทำของตัวเอง
๓. แก้ปัญหาชีวิตได้ และรู้จักพอ

ดังนั้นสรุปรายการ กรรมฐานที่ดีที่สุด ทำให้สื่อสารงานเดิน ดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง และก็ไม่บ่นไม่จู้จี้ คนที่บ่นจู้จี้ ลูกไม่มาหลานจะไม่มาสู๋ แล้วจะหว่าเหว่ ถ้าลูกมาหา หลานมาสู๋ทำให้อากงอาม่า อายุยืน อิมอกอิมใจ ดังนั้นให้ทำลมหายใจให้ยาวๆ จะ ทำให้ไม่โมโห คนที่โมโหเก่งจะมีอายุไม่ยืน โรคแทรกซ้อน ถ้าอารมณ์ดี จะอายุยืน โรคไม่แทรกซ้อน ซึ่งข้อเท็จจริงฐานะในทางจิตใจไม่มีตัวตนให้จับต้องได้ อารมณ์ดี หรือไม่ดี มันไม่มีหลักฐานอะไรยืนยัน แต่ถ้าเราฝึกไปเรื่อยมันก็มีหลักฐานยืนยัน จะ อยู่คงที่และทำให้เกิดปัญญา ปัญญาตัวนี้จะไปแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าได้ ใน ปัจจุบันได้ ไม่ต้องไปคิดแก้ปัญหาในวันรุ่งขึ้น ทำได้เลยเพราะมีตัวกำหนด ตัวกำหนด นี้เป็นตัวตั้งสติ ให้เรารู้ว่าสติเสียไปแล้ว สติตกไปแล้ว และเมื่อสติขาดไปแล้ว มันจะ คิดเรื่อยเปื่อยไม่มีหลัก ไม่มีกฎไม่มีเกณฑ์ ทำอะไรไม่ระเบียบ กลายเป็นคนไม่มี หลักฐานไป บางครั้งเกิดปิติขึ้นมากก็ต้องกำหนดรู้หนอๆ ที่ลึนปี เดียวก็รู้จริงขึ้นมา ส่วน รู้ปลอมก็จะหายไป