

ค่าของใจ...สำคัญยิ่งกว่าความสมหวังทั้งหลาย..!!!

นำเสนอเมื่อ : 18 พ.ค. 2552



ค่าของใจสำคัญยิ่งกว่าความสมหวังทั้งหลาย

ใจเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ผู้มีปัญญาเห็นค่าของใจว่าสูงกว่าค่าของสิ่งอื่นใดทั้งสิ้น ดังนั้นผู้มีปัญญาจึงพร้อมจะเสียสละทุกสิ่งทุกอย่าง เพื่อเพิ่มพูนความดีงามให้แก่จิตใจตน สมเด็จพระบรมศาสดาก็ทรงเสียสละอย่างยิ่งยวดเพื่อค่าสูงยิ่งของใจ

คือเพื่อให้ทรงได้มาซึ่งใจที่พ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง ทรงเสียสละราชสมบัติ ทรงเสียสละพระมเหสี พระปิโยรสเพียงพระองค์เดียว ทรงสละความสุขมากมายเหลือจะประมาณ ซึ่งทรงอยู่เหนือมนุษย์ทั้งหลายเป็นอันมาก เพื่อความพ้นทุกข์ทางพระหฤทัย นี่ก็เพราะทรงเห็นค่าของใจสูงกว่าของทุกสิ่งทุกอย่างดังกล่าวแล้ว

ผู้ไม่สมหวังในเรื่องใดเรื่องหนึ่งแล้วเกิดความทุกข์เพราะความไม่สมหวังนั้น มีวิธีคิดที่นำไปสู่ให้เกิดประโยชน์แก่จิตใจของตนอย่างที่สุด คือคิดว่า ถ้านำความไม่สมหวังนั้นมาเป็นทางดำเนินทางดำเนินไปถึงความมีค่าเพิ่มพูนขึ้นของจิตใจ ก็จะได้ประโยชน์กว่า ถ้ามองแล้วจิตใจไม่มีค่าขึ้น คือไม่ดีขึ้นกว่าระดับเดิม

ความไม่สมหวังจะทำให้ค่าของจิตใจเพิ่มขึ้นอย่างไร เมื่ออธิบายดังนี้ ถ้าความไม่สมหวังเกิดขึ้น แล้วทำสติให้รู้ทัน ว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้ว ผ่านไปแล้ว ควรไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่น อย่าให้เกิดขึ้นเช่นนั้น แต่อย่าให้เกิดเป็นอีกอย่างหนึ่ง คือเป็นความสมหวัง เช่นนี้เรียกว่าเป็นการเพิ่มค่าให้แก่จิตใจ คือทำให้จิตใจไปลอยวางได้ ไม่ยึดมั่นถือมั่นใด

แม้เพียงในเรื่องเดียวก็นับว่าเป็นการดีอย่างยิ่งของจิตใจ ทำให้จิตใจดีขึ้น เพิ่มค่าขึ้น ดังนั้นเมื่อความไม่สมหวังเกิดขึ้นในเรื่องใด แทนที่จะปล่อยให้ตาลงเพราะความเสียใจ ก็ควรรีบคิดเสียในทันทีว่าค่าของใจสำคัญกว่าความสมหวัง ไม่ว่าในเรื่องยิ่งใหญ่เพียงใดทั้งนั้น แล้วรีบทำใจให้ยินดีที่มีโอกาสยกระดับของจิตใจให้เพิ่มขึ้น

โดยถือความผิดหวังนั่นเองเป็นบันได จะถือว่าเป็นเหมือนการตกกระไดพลอยโจนก็ยิ่งดี คือไหน ๆ ก็ผิดหวังแล้วคิดเสียให้ได้ว่าผิดหวังนั้นแหละดี ก็ไม่เป็นไรจะเป็นการตกบันไดพลอยโจนที่นาจะยินดีทำด้วยกัน ดีกว่าที่จะตกบันไดแล้วยังนำความเศร้าโศกเสียใจมาเป็นอาวุธตีแทงตนเองให้เจ็บปวดยิ่งขึ้นไปอีกเป็นไหน ๆ

พึงใช้สติใช้ปัญญาพิจารณาให้ดีในเรื่องนี้ เพราะมิใช่ไม่สำคัญ ความจริงเป็นเรื่องสำคัญของคุณ เพราะทุกคนต้องประสบความไม่สมหวังอยู่ตลอดเวลา ไม่นับเรื่องอื่นก็เรื่องอื่น หนุกบาง เบาบาง ต่างกันเท่านั้น การหาวิธีช่วยตนเองเพื่อป้องกันและเพื่อแก้ไขไม่ให้เกิดความทุกข์เพราะความไม่สมปรารถนา จึงเป็นสิ่งทีทุกคนไม่ควรละเลย ต้องถือเป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งจึงสมควร

ใจที่สงบเป็นใจที่มีค่า ความเสียสละเสียใจและความทุกข์ ความโกรธแค้น ชุนเคือง ล้วนเป็นเหตุแห่งความไม่สงบของจิตใจทั้งสิ้น แมดูใจตัวเองเพียงนิดเดียวก็จะแลเห็นว่า ความจริงมีอยู่เช่นนี้ เวลาเสียใจหรือเวลาโกรธจะไม่สงบ จะวุ่นวาย หัวใจไหว พยายามเชื่อว่าใจที่สงบเป็นใจที่มีค่า

เชื่อเมื่อไรแล้วก็ให้เชื่อต่อไปว่าความเสียใจก็ตามความไม่สบายใจก็ตาม นั้นแหละทำให้ใจไม่สงบ ทำให้ใจลดค่าลง เมื่อเชื่อเช่นนั้นแล้ว ก็ให้เชื่อต่อไปอีกว่าจะเกิดความผิดหวังอย่างมากมายเพียงใดก็ตาม ถารักษาใจให้สบายได้แล้ว นั้นแหละเป็นการยกระดับค่าของจิตใจตนให้สูงขึ้น เป็นการปฏิบัติที่ผู้มีปัญญาทั้งหลาย ปฏิบัติกันอยู่โดยทั่วไป

- : การบริหารจัดการสำหรับผู้ใหญ่
- : สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ที่มา วงล้อแห่งธรรม

ขอบคุณบทความจากพลังจิตตอคอตคอม