

## ปัญหา คือ การเรียนรู้ ?

นำเสนอเมื่อ : 4 ส.ค. 2552

[ปัญหา คือ การเรียนรู้ ?](#)

บางครั้งชีวิตคนเราก็เล่นตลกอย่างร้ายกาจ จนเราไม่สามารถที่จะรับได้  
แต่ความจริงก็คือความจริง เราจะหลีกเลี่ยงให้พ้นได้อย่างไร  
ปัญหาอยู่ที่ว่าจะทำใจได้อย่างไรมากกว่า  
บางคนบอกว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนั้น แล้วเรากลุ้มเพราะเราไปยึดติดกับปัญหา  
บางคนบอกว่าสิ่งที่เราทำผ่านมาไม่สามารถแก้ไขได้  
ฉะนั้นมันผ่านไปแล้วก็ให้มันผ่านไป

บางคนบอกว่าใดๆในโลกนี้ล้วนหนีจาง สังขารเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง  
แต่ถ้าถามจริงๆว่าเวลาตัวเราเองเกิดปัญหานั้นขึ้นมาแล้ว  
ทำใจได้อย่างคำพูดข้างต้นหรือเปล่า  
มันไม่ได้ง่ายอย่างที่คนแนะนำหรอก

แต่ก็ได้คำตอบกับตัวเองเช่นกันว่าเรามีความทุกข์กับปัญหานั้นนะ  
เราจะทำอย่างไรดีละ

คนหลายคนมีวิธีในการแก้ไขปัญหของตนเอง  
บางคนมีบ้าน แล้วต้องย้ายบ้านบ่อยๆเพราะไฟไหม้บ้านตลอด  
ทั้งๆที่ระวังเต็มที่แล้ว

ไฟจากบ้านคนอื่นยังมาโดนเลย อย่างที่เคยออกข่าวทีวี

บางคนมีสามี มีลูกแล้ว สุดท้ายสามีบอกลูกและทิ้งลูกไว้ให้

เพราะสามีเป็นคนหลายใจ มีเล็กมีน้อย  
บางคนทำงานอยู่ดีๆ เจ้านายก็บอกว่าวันนี้เป็นวันสุดท้ายของคุณแล้วนะ  
วิธีทำใจดังข้างต้น ก็คงช่วยให้จิตใจสบายขึ้น  
จากปัญหาที่ไม่สามารถแก้ไขได้ในตอนนั้น

และทำให้กลับมามีสติเหมือนเดิม แต่สุดท้ายทุกคนก็ต้องแก้ปัญหาดังกล่าวอยู่ดี  
ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น  
ถ้าคนเราเจอปัญหาแล้ว ทำให้เราล้ม หมดกำลังใจ ท้อแท้ และไม่ยอมมีชีวิตอยู่  
ต้องถามตัวเองว่า จะลุกขึ้นมาได้เมื่อไร เพราะสุดท้ายปัญหานั้นยังคงอยู่  
ไม่ว่าจะกินเหล้าเมายา หรือทิ้งมันไว้อย่างนั้น มันก็ยังคงอยู่

เวลาเพียงแต่ช่วยให้เราทำใจยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ง่ายขึ้นเท่านั้น  
อยากให้ลุกขึ้นสู้กับปัญหานั้นๆ สำคัญที่สุดคือ ต้องให้กำลังใจตนเอง  
ถ้าตัวเองดูถูกตัวเองแล้ว ก็จะไม่มีความปลุกปลอบใจให้เราเดินต่อไปหรอก  
คุณค่าของตัวเองอยู่ที่ตัวเราเอง อย่าให้เราโดนกำหนดคุณค่าโดยคนบางคนเลย  
เราสามารถลุกขึ้นยืนแล้วเดินต่อไปอย่างสง่างาม

ขอให้เดินหน้าสู้ปัญหาที่เกิดขึ้น ปัญหาทุกปัญหามีทางออกที่ดีเสมอ  
ปัญหาบางปัญหาดูใหญ่โตเสียเหลือเกิน ก็ลองให้มองดูเป็นส่วนๆ  
ก็จะเห็นได้ว่าปัญหานั้นเล็กลงอย่างเหลือเชื่อ  
ถ้าเหนื่อยหนักก็พักได้ เพราะปัญหาชีวิตไม่ใช่การวิ่งแข่ง  
ที่เราจะวิ่งรวดเดียวจนถึงเส้นชัย

ข้อสำคัญต้องมีสติ, เรียนรู้ปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นใหม่  
ว่ามีสาเหตุจากอะไรแล้วเราก็จะไม่ไปปฏิบัติอีก และลุกขึ้นมาสู้ให้เร็วที่สุด  
เราล้มก็ครั้งก็ได้ แต่ทุกครั้งเราต้องลุกขึ้นเสมอ เราต้องให้กำลังใจตนเองเสมอ  
แล้วชีวิตเราจะผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆไปได้ด้วยดี

ชีวิตมีอุปสรรคเสมอ

ปัญหาคือการเรียนรู้ที่จะเติบโตและเข้มแข็งพอที่จะต่อสู้กับชีวิตต่อไป