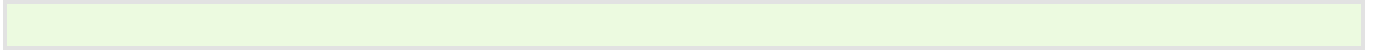


ทางตัน...

นำเสนอเมื่อ : 8 มี.ค. 2552





เชื่อหรือไม่ว่า...เวลาเราเจอปัญหาหรือแก้ไขไม่ได้...

เรามักขาด "สติ" สิ่งที่เกิดขึ้นตามาคือ "คำถาม"

และคำตอบก็คือ "ความว่างเปล่า"...

ผลที่ได้รับจากความว่างเปล่านั้นก็คือ "ความฟุ้งซ่าน"

บ่อยครั้งที่ใครหลาย ๆ คนฟุ้งซ่านไปกับการคิดอะไรไม่ออกเมื่อต้องเผชิญกับปัญหา...

ไม่ว่าจะเป็นเรื่องงาน เรื่องเงิน ๆ ทอง ๆ หรือเรื่องความรัก...

แม้ว่าบางคนพยายามจะเป็นนักแก้ปัญหาที่ดี แต่ยังคงทำให้ออกไม่ออก...

"เหตุผลเดียวที่แก้ปัญหาไม่ได้คือ การใช้อารมณ์และความรู้สึกแก้ปัญหา..."

เวลาที่เราใช้อารมณ์เป็นที่ตั้ง...เรามักจะทำอะไรโดยไม่มีเหตุผล เหมือนคนบ้า

เหมือนคนปัญญาอ่อน พุดง่าย ๆ ก็คือ "ใจเฝ้า"...

เลยทำให้คำตอบของทุก ๆ คำถามคือความว่างเปล่า...

ไม่มีทางออกใด ๆ ให้กับปัญหานั้น ลองเปรียบเทียบดูว่า

ระหว่างคนสองคนที่เจอทางตันเป็นกำแพงสูงใหญ่

คนแรกทำทุกวิถีทางที่จะทุบกำแพงนั้น...

ในขณะที่อีกคนพยายามหาวิธีปีนกำแพงเพื่อจะข้ามไปได้...

อยากถามว่าวิธีไหนจะได้ผลกว่ากัน..

การแก้ปัญหาที่ดีจึงควรมีสติเป็นตัวช่วยเสมอ...

เจอปัญหาที่ยากยิ่งมูทะลุ...อย่าโยยวาย...อย่าทำให้ตัวเองเครียดกับปัญหานั้น ๆ

ทุบกำแพง ก็เหมือนทำร้ายตัวเองทางอ้อม เหนื่อยก็เหนื่อย เจ็บตัวอีกต่างหาก

ลองถอยหลังออกมาทีละก้าว ๆ เราจะได้มีเวลาสำรวจดูว่า

กำแพงนั้นสูงใหญ่แค่ไหน กว้างแคไหน ลึกแคไหน มีหนทางปีนป่ายข้ามมันไปได้อย่างไร...

ทุกปัญหาย่อมมีทางออกเสมอ..เหมือนคำกล่าวที่ว่า..

"จะกลัวความมืดไปทำไม...พຽงนี้ก็เข้แล้ว..."

บางที่ปัญหาที่ต้องอาศัยเวลาเป็นตัวขับเคลื่อน ให้เกิดความคิดที่จะหาหนทางแก้ไข..

เมื่อเราคิดอย่างถี่ถ้วน...เราจะรู้ว่าควรทำอะไร ไม่ควรทำอะไร ทำอะไรก่อน ทำอะไรหลัง...

และเราควรจะใช้เวลาแก้ไขปัญหาให้มากที่สุดเพียงใด...

เร็วไปก็ไม่เกิดประโยชน์ ช้าไปก็อาจทำให้ปัญหานั้นบานปลาย และแก้ไขไม่ได้...

เชื่อมั่นเถอะว่า...มีสติเมื่อไหร่ เราก็จะพบทางออกเมื่อนั้น...

บางที่ทางที่มันตันก็จะช่วยสอนให้เราว่า...

ถ้าไม่ประมาทกับการใช้ชีวิต เราก็จะไม่ประมาทกับการแก้ไขปัญหา

และเมื่อใดที่เรารู้จักแก้ไขปัญหาด้วยความรอบคอบ เราจะรู้จักคุณค่าที่มีอยู่ในตัวเอง...

อ่านเจอข้อความดี ๆ จากหนังสือมันไม่ไกลแล้วไปถึง

ของอาจารย์สมชาติ กิจยรรยง เขากล่าวไว้ว่า...

"ปัญหา ทั่วไปที่เราเข้มแข็ง
เวลาทำที่เราเชื่อวชาญ
สถานการณ ทำใ้เรารู้จักแก้ไข
การตัดสินใจ ทำใ้เราว่าถูกหรือผิด
ความคิด ทำใ้เราเลื้ทางปัญหา..."

หากวันหนึ่งเจอทางตัน...ถอยหลังก้าวออกมาอย่างมีสติ...

แล้วเราจะค้นพบอะไรบางอย่าง...อะไรที่ว่ามัน...

มันอยู่ในความคิดที่นิ่งสงบของเราแล้วนั่นเอง...

ขอขอบคุณที่มา

[หัวข้อบทความ](#)