

ทุกข์ที่เกิดจาก ...การเอาแต่ใจตัวเองเป็นใหญ่
...เป็นอย่างไร?..>>เชิญอ่านดู...

นำเสนอเมื่อ : 4 พ.ค. 2552

ทุกข์ที่เกิดจาก การเอาใจเป็นใหญ่



ไม่มีใคร **'ได้ตั้งใจ'** ของใครเสมอไปหรอก...
ก็ขนาดตัวเราเองแท้ๆ ยังไม่ได้ตั้งใจตัวเองอยู่บ่อยๆ
แล้วจะให้คนอื่นทำอะไรให้ตั้งใจของเราตลอดเวลาได้อย่างไร

ความรู้สึก **'ไม่ได้ตั้งใจ'** นี้ คือทุกข์ของมนุษย์ค่อนโลก
พอไม่ได้ตั้งใจแล้ว แทนที่จะโทษว่าใจตัวเองไปหวังอะไรก็ไม่รู้ ลมๆ
แล้งๆ กลับไปโทษว่าคนอื่นไม่ได้ตั้งใจของเราเสียนี้
ก็แล้วใจเรามันใหญ่มาจากไหนกันล่ะ ถึงได้กะแก้งว่า

คนอื่นเขาจะต้องทำอย่างนั้นอย่างนี้ให้ถูกใจเราอยู่ฝ่ายเดียว

คนอื่นเขาก็มีหัวใจของเขานะ เรายังอยากให้ทุกเรื่อง
ทุกอย่าง ทุกคน
ได้ตั้งใจของเราเลย
แล้วคนอื่นเขาจะไม่อยากให้เป็นที่ตั้งใจของเขาบ้างหรืออย่างไร
เขาก็น่าจะอยากนะ ว่าไหม...

ความจริงของ 'คน' กับ 'ใจ'

ความจริงที่ต้องตระหนักก็คือ คนทุกคนต่างมี **'หัวใจ'**
เป็นของตัวเอง ในหัวใจของทุกๆ
คนต่างก็มีความรู้สึกและความประสงค์หรือความต้องการที่ต่างกันไป
เขาถึงมีคำว่า **'ต่างจิตต่างใจ'** ออกมาใช้กันอยู่ไงเล่า
ทุกคนจึงต่างกัน ต่างที่ตรงไหน ก็ที่ **'จิตใจ'** นี้เอง
จิตใจเป็นตัวกำหนดความต้องการ
ความต้องการเป็นตัวกำหนดการกระทำ
(เพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการนั้น) รวมๆ ทั้งหมดแล้วเรียกว่า
พฤติกรรม

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสอธิบายความต่างของคนเอาไว้ว่า
เป็นคนเหมือนกัน แต่กลับไม่เหมือนกัน เพราะแต่ละคนนั้น มี
'ความชอบ' ไม่เหมือนกัน มีพฤติกรรมไม่เหมือนกัน
โดยท่านทรงเรียกสิ่งนี้รวมๆ ว่า **'จริต'**

**คนทุกคนมีจริตต่างกัน จึงคิดต่างกัน เชื่อต่างกัน
และทำต่างกัน**

1. คนบางคนรักสวยรักงาม ชอบแต่งตัว ชอบประดิษฐ์
ทำงานซ้ำแต่ละเอียด คนประเภทนี้ท่านเรียกว่า คน**ราคจริต**

2. บางคนใจร้อน หงุดหงิด ชอบแสดงอำนาจเป็นนิสัย
ทำอะไรเร็ว พุดเร็ว ไม่สนใจเรื่องละเอียด คนประเภทนี้ท่านเรียกว่า
คน**โทสจริต**

3. บางคนชอบแสดงว่าตนไม่รู้อะไรไว้อ่อน เพราะปลอดภัย
เพราะกลัวผิด กลัวถูกตำหนิ กลัวถูกไซงาน การไม่รู้คือไม่ต้องทำ
เมื่อไม่ทำก็ไม่ผิด ท่านเรียกคนประเภทนี้ว่า คน**โมหจริต**

4. บางคนเชื่อง่าย ชื่นชมอะไรง่าย ๆ โดยไม่พิจารณา
หรือตำหนิง่าย ๆ แลวกลับชื่นชมอีกเมื่อคนอื่นชื่นชม แปลว่า
กลับคำได้ง่าย ทำตามคนอื่น
ไม่มีจุดคิดของตนเอง ท่านเรียกคนประเภทนี้ว่า คน**สัทธาจริต**

5. บางคนชอบคิด ชอบแสดงเหตุผล ชอบศึกษาเรียนรู้
ชอบหาความจริงของเรื่องนั้น ๆ เป็นนิสัย ไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ
จนกว่าจะเห็นได้ด้วยปัญญาของตน ท่านเรียกคนประเภทนี้ว่า
คน**พุทธิจริต**

6. บางคนเป็นคนจับจด พุ้งซ่าน ชอบบ่น จู้จู้จุกจิก
ทำงานแบบหยิบโหยง ไม่จับอะไรเป็นชิ้นเป็นอัน
ชอบเป็นผู้ตามมากกว่าผู้นำ
คิดมากกังวลมาก ท่านเรียกคนประเภทนี้ว่า คน**วิตกจริต**

ที่ทรงตรัสสอนเรื่องนี้
ก็เพื่อให้คลายทุกข์ที่ผูกติดอยู่กับความเข้าใจผิดว่าคนทุกคนจะต้องคิด
เหมือนกัน ทำเหมือนกัน ฉะนั้น สิ่งที่เราคิด คนอื่นก็ควรจะคิด

สิ่งที่เราทำ คนอื่นก็ควรจะทำ สิ่งที่เรารู้ คนอื่นก็ควรจะรู้ สิ่งที่เรายาก คนอื่นก็ควรจะทำ เราจึงหลงเพื่อไปว่า เขาน่าจะทำได้ตั้งใจเราเสมอ ซึ่งมันไม่ใช่

คุณของ ‘จริต 6’

เรื่อง ‘จริต 6’ ที่ทรงตรัสสอนนี้

ทรงคุณในการสร้างปัญญาให้คน

เพื่อให้คนคลายหรือพ้นจากการยึดติด

แลว่ามีสติที่จะพิจารณาพิจารณาขอเท็จจริงที่เที่ยงแท้แน่นอนว่า

คนมีหลายประเภท แต่ละประเภทก็มีธรรมชาติของเขา

ซึ่งหากเราเข้าใจได้ดี

เราก็สามารถกำหนดวิธีที่จะมีปฏิสัมพันธ์ต่อเขาได้อย่างสอดคล้องกับจิตตของบุคคลนั้น

ปัญหาที่มักจะมีเกิดอย่างพร่ำเพรื่อหรือเกินจำเป็นก็จะได้ไม่เกิด

หรือปัญหาที่เกิดจากใจเราคิดไปเอง หวังไปเอง

กะแก้งไปเองก็จะได้ไม่เกิด ‘หวังผิด’ ก็ต้องลงเอยที่ ‘ผิดหวัง’

เป็นธรรมดา... จริงหรือไม่จริง...

ขณะเดียวกัน จริต 6

ก็ยังกระตุ้นเตือนให้เราทุกคนหันกลับมาพิจารณาตนเองด้วย ว่าเราก็มี

‘จริต’ ประจำตัวเหมือนกันนะ ไขว่ว่าเรานั้นจะวิเศษไปกว่าใครๆ

จริตประจำตัวของแต่ละคน มีทั้งข้อดีและข้อด้อย

อะไรเป็นข้อดีก็ให้กำหนดรู้เพื่อนำความดีไปสู่ผู้อื่น

และนำความดีมาสู่ตนเอง อะไรเป็นข้อด้อย

ก็ให้กำหนดรู้ด้วยความระมัดระวัง

และมันหมายว่าจะเปลี่ยนแปลงแก้ไขให้มีคุณกับชีวิตมากยิ่งขึ้น

ไม่ว่าจะเป็นชีวิตของเราหรือชีวิตของใครก็ตาม

จิตทั้งหลายจึงพัฒนาได้ เปลี่ยนแปลงได้
เชื่อว่าเคยเป็นอย่างไรก็จะเป็นอย่างนั้นไปตลอดชีวิต เพียงแต่จิตนี้เป็น
'ธรรมชาติที่ฝังรากลึก' หรือพูดด้วยภาษาทางโลก
ก็จะเรียกว่าเป็น **'กมลสันดาน'** ที่หากไม่ถึงขั้นชุดรากลอนโคน
ก็คงไม่หาย ไม่กลายเป็น ไม่เปลี่ยน

มนุษย์นั้นเจริญได้ด้วยวิวัฒนาการหรือพัฒนาการ
ทางแห่งศีลธรรมจึงถูกออกแบบไว้เพื่อให้เกิดการฝึกกาย วาจา ใจ
และจิต รวบรวมทั้งจิตตด้วย
ให้วิวัฒนาการสู่ความละเอียดประณีตตามวัยและการศึกษาที่ก้าวหน้าขึ้น
ตามสติที่แข็งแรงและปัญญาที่เรืองรองในตนเอง
หรือเกิดจากการชี้แนะแก่กันและกัน เมื่อเข้าใจเช่นนี้แล้ว
ก็โปรดหยุดทุกขระทมเพราะเหตุว่าคนก็ดี งานก็ดี ฐานะก็ดี
เกียรติยศชื่อเสียงก็ดี ลาภยศสรรเสริญก็ดี ไม่ได้ตั้งใจของเราเสียที่

หยุดร่ำบ่นพุ่มพวยถอนใจเอือมๆ ว่า มีลูก ลูกก็ไม่ได้ตั้งใจ
มีสามี สามีก็ไม่เอาไหน มีลูกน้อง ลูกน้องก็ไม่เอาอ่าว มีเจ้านาย
เจ้านายก็ไม่เอาทะเล นี่เราคิดจากใจเราเองทั้งนั้น
ไม่ได้คิดจากใจผู้อื่นหรือผู้เกี่ยวข้อง ไม่เอาใจเขามาใส่ใจเรา
เราใส่ใจแต่ใจและความต้องการของตัวเองเองทั้งหมด
จึงไม่ได้ตั้งใจสักที

ถอนทุกข์ออกจากใจ คือถอนใจออกจากทุกข์
ยังมีทุกข์ในโลกอีกมาก เกิดจากการที่เราเอา **'ใจ'** ของตัวเองเป็นใหญ่
ขอให้ตระหนักว่าใจนั้นยิ่งใหญ่ แต่จะยกให้มัน **'เป็นใหญ่'**
เสียทีเดียวก็คงไม่ได้... ใจเหมือนเข็มทิศชี้ทาง
แต่การเดินทางไปยังทิศที่หมายไว้นั้น ต้องกำหนด **'วิธี'** ด้วยสติปัญญา
จะบุ่มบวมเดินตามแต่ใจไปดื้อๆ ไม่ได้ เพราะมีโอกาสผิดพลาดเสียหาย
ล้มเหลว และเจ็บปวดผิดหวังได้อย่างง่ายดาย

เหมือนการดำเนินชีวิต ใจของเรามักเรียกร้องต้องการมากมาย
อยากมีบ้านสวยๆ ใหญ่ๆ โโก่งๆ อยากมีรถหรูๆ มีรายได้สูงๆ มีชื่อเสียง
มีคนนับหน้าถือตา มีความสำคัญ มีคนรัก มีครอบครัวที่อบอุ่น
วานอนสอนงาย ฯลฯ

ในจินตนาการหรือ **'ภาพที่ใจคิดขึ้น'**

เป็นอย่างนั้นได้และง่ายมาก
แต่ในการลงมือทำเพื่อให้ได้มาหรือเพื่อไปถึงสิ่งที่ใจอยากนั้น...ไม่ง่าย
เลย! หากรู้ความจริงข้อนี้ และไม่ปล่อยให้ใจคิดเพ้อ ก็จะไม่ทุกข์ขมขื่น
หรือหากใจมันอยากคิด ก็ให้มันคิดของมันไป
เพราะเป็นความสุขทางใจ แต่ในแง่ของความเป็นจริง
เราผู้เป็นเจ้าของชีวิตก็ต้องคิดให้แตกต่าง อะไรเป็นจริงได้
อะไรเป็นจริงยาก และอะไรไม่มีทางเป็นจริงได้
เพื่อจัดเรียงความสำคัญ
ก่อนจะทุ่มเททำเพื่อให้สิ่งที่ใจคิดฝันนั้นเป็นจริงตามเหตุและผล

วิธีที่เราจะถอนทุกข์ออกจากใจได้ประการหนึ่ง
คือดึงเอาใจออกมาจากกองทุกข์ให้ได้เสียก่อน
ใจที่ฝังจมกับความคาดหวัง หวังว่าชีวิตน่าจะเป็นอย่างนี้
คนอื่นน่าจะเป็นอย่างนั้น มันก็เป็นแค่ **'ความน่าจะเป็น'**
เราแขวนชีวิตไว้กับความน่าจะเป็นไม่ได้หรอก
ต้องเลือกว่าจะให้ชีวิตเป็นอย่างไร โดยต้องเป็นอะไรก่อน
เพื่อจะเป็นอะไรที่หลัง

อย่าเพื่อหวังว่าเราจะได้ทุกอย่าง

อย่างตั้งใจในเวลาเดียวกัน
มีหลายเรื่องราวในโลกที่ไม่ได้ขึ้นอยู่กับตัวเราคนเดียว
แต่ยังขึ้นอยู่กับคนอื่นด้วย นึกถึงความจริงข้อนี้ซะ
แล้วนึกถึงคนอื่นไปพร้อมๆ กัน จะได้เดินออกจากความเอาแต่ใจ
ไปสู่ความเข้าใจและความเห็นใจ ใจจะได้ผ่องแผ้วสดใส

และชีวิตก็เบาสบายขึ้น เพราะไม่ต้องทุกข์โดยมี **'ใจ'**
ของตนเป็นต้นเหตุ!!