



มีคนถามผมบ่อยๆ ว่าในชีวิตการทำงานของผมอะไรคือปัญหาที่ใหญ่ที่สุดและมีวิธีการจัดการกับปัญหาอย่างไร ผมพยายามนึกว่าปัญหาใหญ่คืออะไร แต่ก็นึกไม่ออกทั้งนี้อาจเป็นเพราะผมเจอปัญหามากจนไม่รู้ว่าจะอะไรใหญ่อะไรเล็ก หรืออาจเป็นเพราะผมก็อายุมากแล้วคงจะหลงลืมไปหมดแล้ว ชีวิตผมชอบอยู่กับปัจจุบันและฝันสู่อนาคตมากกว่าหมกมุ่นอยู่กับอดีต ไม่ว่าจะดีจะดีหรือร้ายก็ตาม แต่อย่างไรก็ตามผมก็ไม่ปฏิเสธว่าปัญหามีผลกระทบต่อชีวิตเป็นช่วงๆ เมื่อผมใช้เวลาคิดทบทวนเกี่ยวกับปัญหา ผมพบว่าปัญหาที่ใหญ่ที่สุดคือ “ตัวผมเอง” หลายปีในชีวิตของผมที่มองไม่เห็นสาเหตุของปัญหาต่างๆ ไม่ว่าจะเกี่ยวข้องกับชีวิตส่วนตัว ชีวิตภายในครอบครัวหรือชีวิตในหน้าที่การงานว่าตัวเองคือศูนย์กลางของปัญหา และด้วยวิธีคิดเช่นนี้ผมจึงโทษปัจจัยภายนอกดำเนิน แค้นเคือง สภาพแวดล้อม สรุพบว่าที่ผมมีปัญหา มีความยากลำบากขณะนี้ เป็นเพราะสถานการณ์หรือเพราะบุคคลต่างๆ ผมคิดว่าถ้าเขาไม่ทำเช่นนั้น ไม่พูดเช่นนั้น ไม่แสดงอย่างนั้นอย่างนี้ ถ้าสถานการณ์ต่างๆ ไม่เป็นอย่างนั้น ผมคงจะสบายไปแล้ว ผมได้กลายเป็นเหยื่อของวิธีคิดที่ผิด ขณะนี้ผมมีอายุมากขึ้นและใช้สติ ใช้วิจารณ์ญาณ พร้อมทบทวนเหตุการณ์ต่างๆ ด้วยการจัดความออกใจออกไปแล้วก็พบว่า ตัวผมเองต่างหากที่เป็นปัญหา เพราะผมเชื่อสภาพแวดล้อมคือปัญหา ผมจึงพยายามไปแก้ภายนอก ถ้าแก้ไม่ได้ก็ขมขื่นแค้นเคือง บัดนี้ผมรู้ว่าจุดที่จะต้องได้รับการแก้ไขคืออะไร มันคือตัวผมเองเป็นจุดแรก

หลักการแก้ปัญหาจะต้องเริ่มจาก การแก้ไขคุณลักษณะ (Character) ของตนเอง เริ่มต้นจากวิธีคิด เราต้องเห็นความสำคัญของคุณค่าของการพัฒนาจิตใจตัวเองจากภายใน เช่น ความคิดในแง่ดี ความคิดในแง่บวก ความคิดสะอาด ความคิดสร้างสรรค์ สร้างและพัฒนาชีวิตให้มีความเพียรพยายาม มีความเอื้ออาทรมีนิสัยสร้างมิตร มีใจอกัย ฯลฯ สรุปก็คือสวมใส่พระลักษณะของพระคริสต์ให้เจริญเติบโตภายใน พระลักษณะชีวิตของพระคริสต์ถูกพัฒนาขึ้นภายในมากเท่าใด เราจะพบว่าปัญหาต่างๆ ภายนอกจะลดความรุนแรงลงมากขึ้นเท่านั้น ท่านอาจารย์เปาโลได้พูดถึงให้เราสวมใส่คุณลักษณะชีวิตตามแบบพระคริสต์ไว้ดังนี้

“...จงสวมความสงสาร ความกรุณา ความอ่อนโยน ความถ่อมสุภาพ ความอดทน จงอดทนอดกลั้นต่อกันและกัน และไม่ว่าท่านจะมีเรื่องข้องหมองใจประการใดต่อกันก็จงยกโทษให้กัน ท่านจงยกโทษให้กันและกันเหมือนองค์พระผู้เป็นเจ้าได้ทรงยกโทษให้ท่าน จงสวม

ความรักที่ครอบคลุมสิ่งเหล่านี้ทั้งหมดให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันอย่างสมบูรณ์”

คุณภาพชีวิตภายในสอนให้เราเห็นว่า เราต้องไม่เป็นคน Reactive เป็นคนประเภทไวต่อการตอบโต้กลับ ร้ายมาก็ร้ายตอบ แต่ต้องเป็น Proactive

เป็นพฤติกรรมที่รู้จักเลือกปฏิบัติอย่างเหมาะสมกับสิ่งที่เข้ามากกระทบชีวิตของเรา เราต้องเป็นคนคิดก่อนลงมือปฏิบัติ ไม่ใช่รับปฏิบัติโดยไม่คิดอย่างรอบคอบ เราเรียนรู้ว่าเราจะต้องไม่เพียงแต่ไม่แก้แค้นแต่จะกระทำคุณแก่บุคคลผู้ทำร้ายเรา ฉะนั้นหลักการแก้ปัญหาโดยใช้ปัญญาคือ เริ่มพัฒนาคุณลักษณะภายในแล้วปัญหากลางนอกจะค่อยๆ คลายหายไป

บทความจาก : ศจ.ดร.วีรชัย โกวินทร์