



๒๕

สมาธิช่วย

คุณยายสอนวิศวกรก่อสร้างท่านหนึ่งว่า
เวลาเราคิดอะไรไม่ออก
ให้หลับไปเฉยๆ ไปนั่งสมาธิ
เอาใจรวมเข้าไปในตัว
แล้วรวมงานทั้งหมดของเราเข้าไปไว้ใน
ตัวด้วย

เราจะคิดออก
เราจะจัดแผนงานของเราออก
ว่าจะต้องทำอะไร ทำยังไง จะเห็นชัด
นั่งสมาธิทำให้เกิดปัญญา
ยายยังใช้วิธีนี้เหมือนกัน

คำสอนของยาย ๓



งานในครัวมีปัญหาตรงไหน
ยายจะกลับเข้าไปในกุฏิ
นั่งเจียบบๆ ลักพัก
ก็จะคิดวางแผนออก
ว่าจะแก้ปัญหายังไง

๙ สิงหาคม ๒๕๓๔