

การผูกอาฆาตพยาบาท จอเงเว ให้ผลขำภพขำชาติ...อภัยทาน..ดีกว่า..>>>

นำเสนอเมื่อ : 19 พ.ค. 2552

การผูกอาฆาตพยาบาท จอเงเว ให้ผลขำภพขำชาติ

จิตของเราเก็บเกี่ยวเกี่ยวโอบอารมณรัก โลภ โกรธ หลง อิจฉา นินทา อาฆาต พยาบาท ชุ้นแค้น ชัดเคื่อง นานาชนิดเอาไว้ ถ้าไม่มีวิธีชำระก็จะเกิดสนิมใจขึ้นมา กระทบไม่อาจนอนได้อย่างมีความสุขหากไม่ชำระร่างกายฉันใด ใจที่ไม่ถูกชำระจะทำให้ฉันร้าย อารมณหงุดหงิดหลับไม่สนิท ฉันนั้น

การแสดงอภัยทานเป็นการชำระใจ แม้จะดูพุดง่าย แต่ก็ทำได้ยากหากไม่ฝึกทำจนเป็นปกติ เพื่อให้เข้าใจง่ายและอยากทำได้ ขอให้เรามาพิจารณาเหตุผล ถึงความต่อเนื่องของผลกรรมที่มีผลขำภพขำชาติว่า ให้ผลเผ็ดร้อนเพียงใด และยังเป็นผลที่เราหนีไม่ได้อีกด้วย

เราต้องถามตนเองก่อนว่า เราต้องการยุติการุผลผลิตของกรรมกันคน ๆ นั้นเพียงภพนี้ หรือต้องการจะพบเขา จะเจอเขาอีกในชาติต่อ ๆ ไป เราต้องการจะยุติปัญหาเหล่านี้เพียงภพชาตินี้ หรือต้องการลากยาวไปถึงภพชาติข้างหน้า เรามีสิทธิเสรีในตัวเราจะหยุดหรือสร้างเหตุต่อไปอีก

บางคน รักมาก หลงมาก เพราะเขาดีมาก ก็ปรารถนาให้พบกันทุกภพทุกชาติ บางคนก็อธิษฐานไม่ขอรวมเดินทาง แต่ก็ไม่ยกโทษ ในที่สุดผลของการไม่ยกโทษ คือไม่ยอมให้อภัย ก็เหมือนการผูกสิ่งที่เราไม่ชอบไว้ที่เอวตนเองตลอดเวลา การให้อภัย จะทำให้เราสามารถยุติปัญหาต่าง ๆ ได้ เหมือนคนล้างแค้นน้ำสะอาด ทำให้เหมาะสมที่จะรองรับน้ำบริสุทธิ์ที่ไหลไปใหม่เหมือนการโยนของที่เราไม่ชอบทิ้งเสีย โดยไม่ต้องเสียตาย

การให้อภัยคือการแสดงกำลังใจที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของมนุษย์ อภัยทานนั้นเวลาจะให้ไม่ต้องไปขอใคร ไม่เหมือนใครมาขอเงินเรา เราต้องควักกระเป๋าให้ แต่ให้อภัย เราไม่ต้องหาจากไหน และไม่รู้สึกลงเป็นการสูญเสีย

ขอให้เราภูมิใจเถิด เมื่อมีใครมาขอโทษ เมื่อมีใครให้อภัยเรา หรือเมื่อสำนึกได้ว่า เราได้ทำอะไรผิดพลาดไป ก็ขอโทษกัน การขอโทษ หรือการให้อภัย มิใช่การเสียหาย หรือเสียรู้ มิใช่การรู้ได้เปรียบเสียเปรียบแต่อย่างใด หากแต่เป็นการชำระใจให้สะอาด เหมือนภาชนะสกปรก ก็ชำระล้างให้สะอาด ในชีวิตที่เหลืออยู่นี้ อาจจะดูเหมือนยาว แต่มีใครบอกได้ว่าเราจะอยู่ได้ปลอดภัยถึงวันไหน เราต้องการความทรงจำที่เลวร้าย หรือต้องการความทรงจำที่ดีในชีวิต

เราต้องการนั่งนอนอย่างมีความสุข
มีชีวิตอยู่ด้วยความอึดอัดหรือต้องการมีชีวิตอยู่ด้วยการถอนหายใจด้วยความทุกข์และกังวลใจ
สิ่งเหล่านี้กำหนดได้ที่ตัวเราเอง กำหนดวิธีคิดให้ถูกต้อง

ความคิดเป็นสิ่งที่ทรงพลังมาก สุขหรือทุกข์ของมนุษย์อยู่ที่วิธีคิด คิดเป็นก็พ้นทุกข์ คิดไม่เป็น
แม้แต่เรื่องมิใช่เรื่อง ก็อาจเกิดเรื่องได้ ขอให้เรามาคิดดูว่า ในชีวิตของเราคนหนึ่ง อย่างเก่งก็อยู่ได้ ๗๕ ปี
เกินนี้ไปถือเป็นการทำอะไรชีวิต ทำไมเราจะเสียเวลามาคิดเรื่องไร้สาระ
ทำไมเราจะต้องเสียเวลามาทำเรื่องที่ทำให้เกิดทุกข์

การยอมกันเสียบ้าง ก็เป็นความสุขได้ไม่ยาก เราอาจคิดว่า การให้อภัยบ่อย ๆ แก่คนบางคน
เขาอาจจะไม่ปรับตัว ยิ่งก่อเหตุอยู่เสมอ ๆ งานก็ไม่สำเร็จ ยิ่งเหลวไหลอยู่เหมือนเดิม
นั่นอาจเป็นเหตุผลในการทำงานแต่สำหรับเหตุผลของใจนั้น เมื่อให้อภัย ใจเราก็เบา การยกโทษ
อาจดูเหมือนเรายอม เราไม่ตั้งใจ ไม่เอาเรื่อง แล้วยังจะทำให้เขากำเริบ ส่วนเราเสียเปรียบ ความจริงไม่ใช่

เรากำลังบำเพ็ญบารมีชั้นสูง คือ “ อภัยทาน ” อันเป็น “ ทานบารมี ” ที่สูงส่ง
การยอมแพ้อาจเป็นชัยชนะยิ่งใหญ่ข้ามภพชาติ

ขอให้สังเกตความเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ เวลาเราโกรธ เกลียด พยาบาทใคร
สีหน้าของเราจะเปลี่ยนไป เลือดในร่างกายจะผิดระบบ เช่น เวลาโกรธจัด จิตที่ถูกครอบงำโดยอารมณ์ร้าย
ก็มีลักษณะเช่นเดียวกันคือ ความรุ่มร้อนไม่พอใจ ทำอะไรก็กังวลเป็นทุกข์ แต่พอยกโทษให้ ก็จะรู้สึกทันทีว่า ยิ้มได้
จิตเบาสบาย ที่เปรียบกันว่าเหมือนยกภูเขาออกจากอก รู้สึกจิตเป็นอิสระทันทีเพราะหมดห่วง หมดทุกข์
หมดสนิมที่จะกัดกร่อนจิตใจ

วิธีคิด มีความสำคัญมากสำหรับชีวิตของคน เรามักได้ยินเสมอ ๆ ว่า แพ้หรือชนะอยู่ที่กำลังใจ
แท้จริงแล้ว คำว่า “ กำลังใจ ” ก็คือวิธีคิดนั่นเอง พลังที่ยิ่งใหญ่ของมนุษย์ คือการที่ใจมีกำลัง

มนุษย์เราจึงต้องสร้างกำลังใจให้แก่กันและกัน กำลังใจเป็นสิ่งที่ให้ไม่รู้จักหมด
ยิ่งเราให้คนอื่นได้มากเท่าไร กำลังใจก็จะยิ่งเกิดขึ้นแก่เรามากเท่านั้น เหมือนวิชาความรู้ ยิ่งให้ยิ่งพอกพูน
ยิ่งหวงไว้เฉพาะตัวก็ยิ่งหดหาย

การให้อภัย อาจพูดง่าย แต่ทำยาก แม้จะเป็นเรื่องยาก เพราะใจไม่ยอมยก
แต่ก็สามารถทำได้เมื่อเราตั้งใจทำ และจะเป็นความสุขใจในภายหลังเมื่อครวญคำนึงถึง การตอบรับซึ่งกันและกัน
ถ้าเป็นความดี เป็นความรัก ความอบอุ่นที่ดีไป แต่ถ้าวายเป็นความเกลียด ความโกรธ สิ่งที่จะตามมา
คือการรับรู้และเก็บอารมณ์ทั้งโกรธและเกลียดนั้นไว้ด้วยกันทั้งสองฝ่าย

เมื่อรู้แล้วก็ควรดูแลสุขภาพนั้นด้วยตัวเองก่อน เพื่อป้องกันจิตเรามีให้เป็นทุกข์เพราะคนนั้นเป็นเหตุ เราอาจคิดเสมือนหนึ่งไม่ได้มีเขาอยู่ในโลกนี้เลยก็ได้ การให้อภัยเขา คือคิดถึงเขาในฐานะเพื่อนรวมเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่สมควรจะไปยึดเป็นรักเป็นชัง ก็เมื่อแม่แต่รัก ท่านยังสอนให้เราละทิ้ง มิให้ยึดติด แล้วทำไมเราจะยังมองเห็นโกรธเป็นสิ่งที่จะต้องยึดมั่นอยู่ได้ อภัยท่านจึงเป็นทานที่หายากที่สุด ...

จากหนังสือ “ อภัยทาน ” (พระศรีญาณโสภณ สุนทรวิจิตร ปิยวิสุทธิ)