

## เมล์ดพันธุ์..ที่ไม่อยากขยายพันธุ์!!

นำเสนอเมื่อ : 8 ม.ค. 2552

### เมล์ดพันธุ์แห่งความทุกข์

ความทุกข์เกิดขึ้นได้ด้วยตัวเอง...

ก็เช่นเดียวกัน...ความทุกข์ก็ต้องดับด้วยตัวเอง

ทุกสิ่งทุกอย่างของโลก...เกิดขึ้น...ย่อมมีดับไป...ตามกฎแห่งโลก

ดังนั้นเมื่อเรามีความทุกข์...

ให้เราถามว่าทุกข์ที่เกิดขึ้นกับตัวเรานั้นเกิดขึ้นด้วยเหตุใด...เพราะอะไร...

เมื่อเราค้นพบแล้วเราอาจเห็นเหตุ...ของความทุกข์...

และเราอาจรู้วิธีดับทุกข์ที่เกิดขึ้นกับตัวเราได้ด้วยตัวเราเอง

#### เพราะเหตุใด

เพราะความทุกข์เกิดจากตัวเราเองทั้งนั้นเป็นผู้กระทำโดยแท้ เช่น...

ทุกข์เพราะไปรักเขาๆไม่รัก เราก็มานั่งคิดว่า เหตุที่เราไม่ได้รักจากเขาตอบ..

มันเป็นความทุกข์หนักหนาที่เขาทำให้เราทุกข์...

ทั้งที่บางทีเราอาจทำตัวเองด้วยซ้ำ เพราะ ดันไปรักคนอย่างเข้า

นี่คือการคิดแบบเข้าข้างตัวเองเพื่อไม่ให้ทุกข์ ( แต่ไม่ค่อยดี )

ให้เราคิดว่า คงไม่ได้ทำบุญร่วมชาติกับเขามาก่อน

นั่นก็คือวิธีการดับทุกข์ได้เช่นกัน

ทุกข์เพราะคำพูดคน เหตุนี้ทุกคนคงเคยพบเจอ

การดับทุกข์ข้อนี้ง่ายมากๆ คือ ถ้าไม่เป็นความจริงเราจะไปสนใจเขาด้วยเหตุใด เพื่ออะไร

ไม่มีใครกลายเป็นหมาหอก.. เมื่อถูกด่าว่าหมา... (จริงไหม)

แต่สำหรับคนที่แค้นในคำพูดของคนอื่นมากจนเกินไป นั่นก็เพราะคุณกำลังทำตัวคุณเองอยู่

ความทุกข์เกิดขึ้นเพราะเรา...และ...ความทุกข์ดับได้เพราะเรา

โคลนเกิดจากน้ำ น้ำนั้นแหละล้างโคลน

ทุกข์เกิดจากใจ ก็ใจนั้นแหละล้างทุกข์

ขอบคุณบทความจากทำดีต่อหัวใจ