

แก้แค้นด้วยสมาธิ

Peace Revolution : ทำไมจึงเป็นเรื่องง่าย

สำหรับหลาย ๆ คน ที่ใช้การแก้แค้นแทนการให้อภัย

หลวงพ่อ : ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะ

๑. ภูมิด้านทานของใจเขาอ่อนแอ พลังแห่งความดีจึงไม่ได้ช่อง ความรู้สึกโกรธ ความผูกโกรธ ความพยาบาทจึงได้ช่อง เป็นแหล่งกำเนิดของความคิดที่ไม่ถูกต้อง คือ คิดที่จะทำร้ายเขา โดยเข้าใจผิดคิดว่าการแก้แค้นหรือทำร้ายเขานั้น จะทำให้สบายใจ แต่ความจริงแล้วไม่มีความสบายใจเกิดขึ้นทั้งสองฝ่าย

๒. เพราะขาดความรู้ที่สมบูรณ์ในเรื่องราวความเป็นจริงของชีวิตว่า ทำไปแล้วอะไรจะเกิดขึ้นต่อไปในชีวิตของเขา ทั้งชีวิตที่อยู่ในโลกมนุษย์นี้และชีวิตหลังจากตายแล้ว

๓. เขาไม่รู้วิธีที่จะทำให้ใจบริสุทธิ์ ผ่องใส จนทำให้ใจมีภูมิด้านทานที่สามารถเอาชนะความรู้สึกไม่ดีได้ ซึ่งสมาธิเป็นทางออก คือ ถ้าใจสงบนิ่งแล้วกลับเข้าไปสู่ภายใน ใจตั้งมั่นตรงนั้น ใจจะมีภูมิด้านทาน ความสุขจะเข้ามาแทนที่อยู่ในใจ

การแก้แค้นที่ถูกหลักวิชา คือ ต้องคลี่คลาย ต้องแก้ความ
โกรธที่ผูกไว้กับใจให้คลายออกมา ใจจะได้คลายจากความโกรธ
แล้วความสุขความสบายใจก็จะเกิดขึ้นในตอนนั้น

เมื่อเราสบายใจ ใจอยู่เหนือความรู้สึกที่จะแก้แค้น แล้วสัก
วันหนึ่งผู้ที่ทำร้ายเรา ก็จะเกิดความรู้สึกผิดขึ้นมาเอง แล้วสิ่งดี ๆ
จะตอบแทนเราอย่างมากมาย อย่างที่เรานึกไม่ถึงเลย

เพราะฉะนั้น สมาธิคือทางออก และเมื่อเราฝึกสมาธิมากเข้า
กระทั่งใจหยุดนิ่งถูกส่วนเข้าไปเห็นแสงสว่างภายใน เมื่อมองผ่าน
แสงสว่างภายในไปแล้ว ถึงดวงตะวันภายใน เราจะเข้าใจเรื่องราว
ความเป็นจริงของชีวิตได้ดียิ่งขึ้น

๑๘ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๒