



# มหัศจรรย์ แห่งการให้อภัย

สวดมนต์จิตตสปา

ชำระจิตพิชิตกรรมเวร

โดย... ปิยโสภณ



อ่านสิบรอบ คิดสิบหน ฟีกฝนปัญญา ฉลาดใช้ เฉลียวคิด ชีวิตมีสติ สนุก สุข สงบ เย็น



# มหัศจรรย์แห่งการให้อภัย

สวดมนต์จิตตสปา  
ชำระจิตพิชิตกรรมเวร  
โดย... ปิยะโสภณ

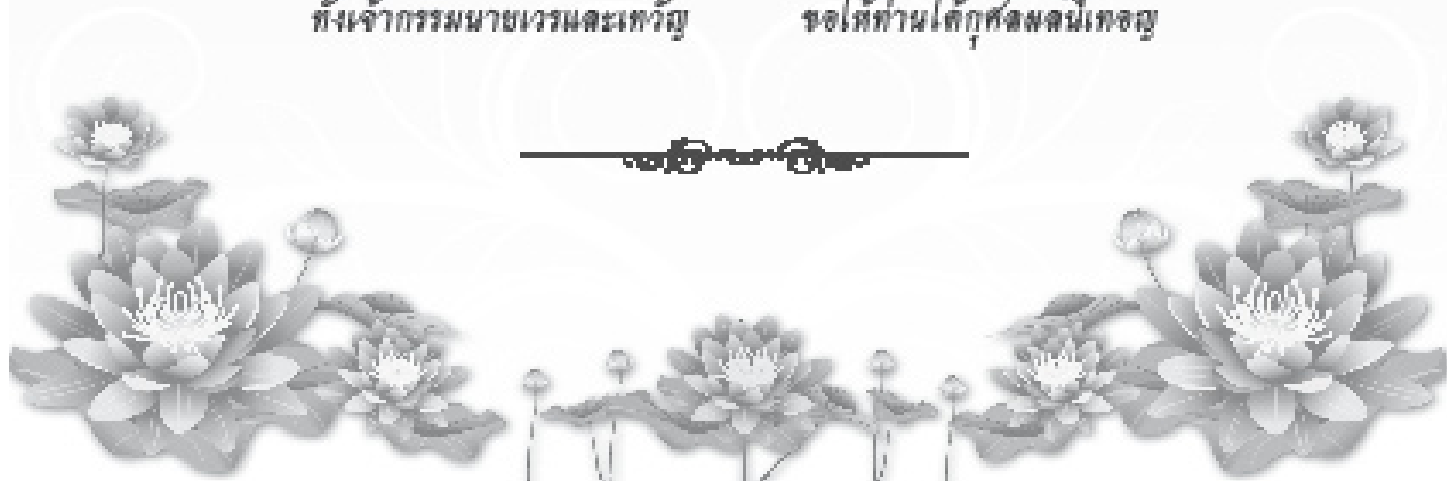


สร้างสรรค์โดย : สุภาภ หอมจิตร  
ภาพประกอบ : สมชาย ศรีสายศิลป์  
จัดรูปเล่ม : อิติ ศักดิ์ระวีลภะ

บรรณาธิการสาระ : ศกดิ์สิทธิ์ พันธุ์สัตย์  
ออกแบบปก : อนุชิต คำทองเมือง  
พิสูจน์อักษร : อธิญ มิพันธ์

ข้าพเจ้าขอตั้งจิตกุศล  
สืบปิตามารตาครุอาจารย์  
คนเคยร่วมทำนุบำรุงการทั้งหลาย  
ทั้งเจ้ากรรมนายเวรและเทวดา

บุญกุศลนี้แผ่ไปให้ไพศาล  
ทั้งลูกหลานญาติมิตรสหาย  
มีส่วนได้ในกุศลผลบุญอัน  
ขอให้ท่านได้กุศลผลนี้เทอญ



# งานสังสรรค์สร้างหนังสือ เป็นธรรมทาน

ท่านที่ถวายหนังสือธรรมะ หรือพิมพ์หนังสือธรรมะแจกเป็นธรรมทาน

ขอให้ท่านจงเกิดความภาคภูมิใจเกิดว่า

ท่านได้ทำสิ่งที่มีคุณค่า ๕ มงคล ดังต่อไปนี้

๑. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการรักษาพระพุทธศาสนาให้มีความยั่งยืน  
วัฒนาถาวร
๒. ได้ชื่อว่าเป็นผู้บำเพ็ญทานบารมีที่ยอดเยี่ยม คือ ธรรมทานบารมี
๓. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการเผยแพร่หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า
๔. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการสร้างความเห็นที่ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ)
๕. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมการปฏิบัติธรรมกรรมฐาน
๖. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างสันติภาพ และสันติสุขแก่ชาวโลก
๗. ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมอันดีงาม
๘. ได้ชื่อว่าเป็นผู้ส่งเสริมในการเลือกสรรสิ่งที่ดีให้แก่ผู้รับ (เป็นผู้ให้ที่ดี)
๙. ได้ชื่อว่าเป็นผู้แสดงออกถึงน้ำใจอันดีงามของภัคยาณมิตร (มิตรที่ดี)

ท่านที่ได้บำเพ็ญธรรมทานบารมีดังกล่าวมาแล้ว ย่อมประสบแต่ความสุข  
ความเจริญรุ่งเรือง ทั้งในชาตินี้และชาติหน้า และเป็นผู้ปราศจากทุกข์ โศก โรค  
ทั้งปวง

อทชวา เอก์ เอกณจ พุทธรูป สมิ ลโย

สร้างอักษรธรรมหนึ่งอักษร เท่ากับสร้างพระพุทธรูปหนึ่งองค์

(ที่มา : ศาสนวงศ์ ฉบับพระปิฎกศาสน์, ๒๕๐๔)

## คำนำสำนักพิมพ์

การให้วัตถุดิบของต่างๆ เพื่อช่วยเหลือเกื้อกูลกันก็ดี จัดเป็นการให้ที่ดีเลิศ แต่ก็ยังไม่ประเสริฐเท่ากับการยอมให้อภัยในความผิดพลาดพลั้งที่ผู้อื่นทำต่อตน เพราะในบรรดาการให้ทั้งปวงนั้น ไม่มีอะไรที่จะยิ่งใหญ่เท่าการให้อภัยทาน

หนังสือ มหัศจรรย์ แห่งการให้อภัย เล่มนี้ เป็นผลงานของ ท่านปิย-โสภณ แสดงเรื่องราวเกี่ยวกับการให้อภัยทาน และการให้อโหสิกรรมแก่คนและสัตว์ เพื่อไม่ให้เป็นเวรเป็นภัยติดต่อกันข้ามภพข้ามชาติ รวมถึงวิธีแม่เมตตาให้ศัตรู และบทสวดมนต์จิตตสพาเพื่อชำระจิตพิชิตกรรมเวรมีเนื้อหาสาระที่สมบูรณ์ อ่านแล้วเข้าใจง่าย สามารถนำไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

หนังสือเล่มนี้มีไขยารักษาโรคที่กินแล้วหายทันที เป็นแต่เพียงบอกวิธีปฏิบัติง่ายๆ ให้เราท่านทั้งหลายนำไปปฏิบัติ เมื่อเราจะให้ “อภัยทาน” แก่ใครๆ ก็จะได้รู้หลักและวิธีการให้อภัยที่ถูกต้อง สมตามเจตนารมณ์ของผู้เขียนที่ได้แนะนำไว้ทุกประการ

ในการจัดทำครั้งนี้ได้จัดวรรคตอน ตั้งหัวข้อ จัดย่อหน้า พร้อมวาดภาพประกอบ และสรรคส์สารธรรมเพิ่มเติมจนสำเร็จเป็นรูปเล่มสวยงามดังที่ปรากฏนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จักเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านทุกท่านให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขตลอดไป

ด้วยกตัญญูตเวทิตาธรรม

สุภาพ หอมจิตร (น.ธ.เอก, ป.ธ.๗, ร.บ.)

รวบรวม/เรียบเรียง



โปรดใช้หนังสือเล่มนี้ให้คุ้มสุดคุ้ม & อ่านแล้ว -> แบ่งกันอ่านหลายๆ ท่านนะจะ  
อ่านสืบทอด ธรรมสอนองคิณสืบทน ฝึกฝนปัญญา พัฒนาการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน  
จัดรูปทำหนังสือธรรมสิ่ง ๑๓๓๕ ใช้ เติมนิเวศน์ ชีวิตจักสนุก สุข สงบ เย็น แลเกษมพระนิพพาน



## มหัสจรรย์ แห่งการให้อภัย



ทุกชีวิตล้วนมีภัย ภัยของชีวิต  
อาจเกิดขึ้นได้ทุกเสี้ยววินาที  
ภัยที่เกิดจากภายนอก  
ไม่ร้ายแรงเท่ากับภัยภายใน

ภัยที่ผู้อื่นสร้างขึ้นกระทบเราน้อยกว่าภัยที่เราสร้างขึ้นเอง บางคนทำผิดแล้วกลับมานั่งเสียใจในภายหลังก็บ่อย ภัยทั้งหลายล้วนเป็นยาพิษที่ปลิดชีวิตจิตใจเราได้ทั้งสิ้น

มนุษย์อื่นทำลายเราก็ทำได้เพียงขณะหนึ่ง แต่จิตที่ตั้งไว้ผิด จะทำลายเราข้ามภพข้ามชาติ ด้วยเหตุนี้ท่านจึงสอนเรื่อง “อภัยทาน” คือการยกโทษแสดงอโหสิกรรมต่อกัน ไทยเรามีประเพณีอย่างหนึ่งคือเมื่อจุดธูปขอขมาศพก็จะขออโหสิกรรมต่อกัน คืออย่าได้มีเวรต่อกันในภพหน้า ให้ทุกอย่างจบลงที่ภพชาตินี้ แม้ศัตรูคู่อาฆาตก็ต้องอโหสิกรรมต่อกัน

บางครั้งพิธีสำคัญในชีวิต เรามักจะไปขอพรผู้ใหญ่และกล่าวว่า “กรรมใดที่เราได้ล่วงเกิน ขอให้ท่านยกโทษให้” คือให้สิ่งที่เราทำเป็นอโหสิกรรม ทำให้จิตใจเราว่างเพียงพอ เพื่อรองรับความดีที่กำลังจะเกิดขึ้นใหม่ เช่น พิธีบวช เป็นต้น



## “อภัย” ทำไมไม่ยาก ถ้าอยากจะทำ

การแสดงอภัยทาน  
เป็นการชำระใจ  
แม้จะดูยุ่งง่าย แต่ก็ทำได้ยาก  
หากไม่ฝึกทำจนเป็นปกติ  
เพื่อให้เข้าใจง่ายและอยากทำได้



ขอให้เรามาทพิจารณาเหตุผลถึงความต่อเนื่องของผลกรรมที่  
ให้ผลข้ามภพข้ามชาติว่า “ให้ผลแก่ใครนเพียงใด และยังเป็นผลที่เราหนี  
ไม่ได้อีกด้วย”

เราต้องถามตนเองก่อนว่า เราต้องการยุติการแผ่สัตผลของกรรม  
กับคนคนนั้นเพียงภพนี้ หรือต้องการจะพบเขาจะเจอเขาอีกในชาติต่อๆ ไป



เราต้องการระงับปัญหาเหล่านี้  
เพียงภพชาตินี้ หรือต้องการตากยาว  
ไปถึงภพชาติข้างหน้า  
เรามีสิทธิเสรีในตัวเรา  
ที่จะหยุดหรือสร้างเหตุต่อไปอีก

บางคนรักมาก หลงมาก เพราะเขาดีมาก ก็ปรารถนาให้พบกัน  
ทุกภพทุกชาติ



## ให้อภัยได้ คือจุดจบของปัญหา

บางคนก็อธิษฐานไม่ขอเดินร่วมทาง แต่ก็ไม่ยกโทษให้ ในที่สุดผลของการไม่ยกโทษคือไม่ยอมให้อภัย ก็เหมือนการผูกสิ่งที่เราไม่ชอบไว้ที่เอวตนเองตลอดเวลา

### การให้อภัย

จะทำให้เราสามารถยุติปัญหาค่างๆ ได้  
เหมือนคนล้างแก้วน้ำสะอาด  
ทำให้เหมาะสมที่จะรองรับ  
น้ำบริสุทธิ์ที่เทลงไปใหม่  
เหมือนการโยนของที่เราไม่ชอบทิ้งเสีย  
โดยไม่ต้องเสียกาย



การให้อภัย คือการแสดงกำลังใจที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของมนุษย์ อภัย-ทานนั้นเวลาจะให้ไม่ต้องไปขอใคร ไม่เหมือนใครมาขอเงินเรา เราต้องควักกระเป๋าให้ แต่ให้อภัยเราไม่ต้องหาจากไหน และไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นการสูญเสีย ขอให้เราภูมิใจเถิด เมื่อมีใครมาขอโทษ เมื่อมีใครให้อภัยเรา หรือเมื่อสำนึกได้ว่าเราได้ทำอะไรผิดพลาดไป ก็ขอโทษกัน



รักแผ่นดินไทย ส่งเสริมเด็กไทยให้ได้ไกลขีดธรรมะ ด้วยการพิมพ์หนังสือเล่มนี้  
แจกเป็นธรรมทานแก่เด็ก โรงเรียน มหาวิทยาลัย ห้างสรรพสินค้า สถานพยาบาล  
ร้านค้า โรงแรม ประชาบ้าน ฯลฯ เพื่อให้เด็กได้อ่านเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม







## อภัยทาน คือเครื่องมือต้านไวรัส

การขอโทษหรือการให้อภัย  
มีใช้การเสียหายหรือเสียรู้  
มีใช้การได้เปรียบเสียเปรียบ  
แต่อย่างไร หากแต่  
เป็นการชำระใจให้สะอาด  
เหมือนภาชนะสกปรก  
ก็ชำระล้างให้สะอาด



ใครจะคิดอย่างไรมีใช้ประเด็น แต่สำหรับผู้แสดงออกว่าเราให้อภัยในเรื่องนี้ต่อบุคคลผู้นี้แล้ว นั่นเป็นสิ่งสำคัญ เพราะสิ่งนั้นจะถูกบรรจุลงไปในเครื่องคอมพิวเตอร์คือจิตของเราทันที

ความอิจฉาริษยา โกรธ เกลียด  
ความคิดแก้แค้น หิฐิมานะ เป็นต้น  
เป็นเสมือนเชื้อไวรัส  
อภัยทานคือเครื่องมือแอนตี้ไวรัส  
ส่วนจิตของเราเหมือนคอมพิวเตอร์



## สุขหรือทุกข์ อยู่ที่วิธีคิด

ในชีวิตที่เหลืออยู่นี้อาจจะดูเหมือนยาว แต่มีใครบอกได้ว่าเราจะอยู่ได้ปลอดภัยถึงวันไหน เราต้องการความทรงจำที่เลวร้าย หรือต้องการความทรงจำที่ดีในชีวิต

เราต้องการนั่งนอนอย่างมีความสุข มีชีวิตอยู่ด้วยความอึดเอิบ หรือต้องการมีชีวิตอยู่ด้วยการถอนหายใจด้วยความทุกข์และกังวลใจ สิ่งเหล่านี้กำหนดได้ที่ตัวเราเอง กำหนดวิธีคิดให้ถูกต้อง ความคิดเป็นสิ่งที่ทรงพลังมาก สุขหรือทุกข์ของมนุษย์อยู่ที่วิธีคิด

คิดเป็นก็พ้นทุกข์

คิดไม่เป็น

แม้แต่เรื่องมีไข่เรื่อง

ก็อาจเกิดเรื่องได้

ขอให้เราคิดว่าในชีวิต  
ของเราคนหนึ่ง อย่างเก่งก็อยู่  
ได้ ๗๕ ปี เกินนี้ไปถือเป็นการ  
ชีวิต

ทำไมเราจะต้องเสียเวลา  
มาครุ่นคิดเรื่องไร้สาระ

ทำไมเราจะต้องเสียเวลา  
มาทำเรื่องที่ทำให้เกิดทุกข์



## ให้อภัยเท่ากับได้บำเพ็ญทานบารมี

การยอมกันเสียบ้าง ก็เป็นความสุขได้ไม่ยาก เราอาจคิดว่าการให้อภัยบ่อยๆ แก่คนบางคน เขาอาจจะไม่ปรับตัว ยิ่งก่อเหตุอยู่เสมอๆ งานก็ไม่สำเร็จ ยิ่งเหลวไหลอยู่เหมือนเดิม นั่นอาจเป็นเหตุผลในการทำงาน แต่สำหรับเหตุผลของใจนั้น เมื่อให้อภัยใจเราก็เบา

การยกโทษอาจดูเหมือนเรายอม เราไม่คิดใจ ไม่เอาเรื่อง แล้วจะทำให้เขากำเริบ ส่วนเราเสียเปรียบ

เราไม่คิดใจ ไม่เอาเรื่อง  
แล้วจะทำให้เขากำเริบ  
ส่วนเราเสียเปรียบ  
ความจริงไม่ใช่  
เรากำล้างป่าเหี้ยบารมีขั้นสูง  
คืออภัยทานอันเป็นทานบารมีที่สูงส่ง  
การยอมแพ้อาจะเป็นชัยชนะ  
ยิ่งใหญ่ข้ามภพชาติ



ขอให้สังเกตความเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ เวลาเราโกรธ เกลียด พยาบาทใคร สีหน้าของเราจะเปลี่ยน เลือดในร่างกายจะผิดระบบ เช่น เวลาโกรธจัด จิตที่ถูกครอบงำโดยอารมณ์ร้ายก็มีลักษณะเช่นเดียวกัน คือ ความร้อนรุ่ม ไม่พอใจ ทำอะไรก็กังวลเป็นทุกข์

แต่พอยกโทษให้ก็จะรู้สึกทันทีว่า ยิ้มได้ จิตเบาสบาย ที่เปรียบกันว่าเหมือนยกภูเขาออกจากอก รู้สึกจิตเป็นอิสระทันที เพราะหมดห่วงหมดทุกข์ หมดสนิมที่จะกัดกร่อนจิตใจ



## กำลังใจ ยิ่งให้ยิ่งเพิ่มพูน

วิถีคิดมีความสำคัญมากสำหรับชีวิตของคน เรามักได้ยินเสมอๆ ว่าแพ้หรือชนะอยู่ที่กำลังใจ แท้จริงแล้วคำว่า “กำลังใจ” ก็คือวิถีคิดนั่นเอง พลังที่ยิ่งใหญ่ของมนุษย์คือการที่ใจมีกำลัง มนุษย์เราจึงต้องสร้างกำลังใจให้แก่กันและกัน

กำลังใจเป็นสิ่งที่ได้ไม่รู้รักหมก  
ยิ่งเราให้คนอื่นได้มากเท่าไร  
กำลังใจก็จะยิ่งเกิดขึ้น  
แก่เรามากเท่านั้น  
เหมือนวิชาความรู้  
ยิ่งให้ ยิ่งพอกพูน  
ยิ่งหวังไว้เฉพาะตัว ก็ยิ่งหลกหาย



แม้จะเป็นเรื่องยากเพราะใจไม่อยากทำ แต่ก็สามารถทำได้ เมื่อเราฝืนใจทำ และจะเป็นความสุขใจในภายหลังเมื่อครวญคำนึงถึง ยิ่งไปกว่านั้นบางคนต้องทุกข์เพราะคนใกล้ตัว ทุกข์เพราะคนที่เรารัก ที่เป็นตัวชีวิตของเราเอง เช่น มีลูกเกเรทำให้พ่อแม่เสียใจ ผลาญทรัพย์ ไม่อยู่ในโอวาท เป็นลูกอกตัญญูทำสายซื่อเสียงวงศ์ตระกูล พ่อแม่คิดถึงลูกที่ไรก็มีแต่เรื่องร้อนใจตลอดเวลา

...จิตใจที่สะสมความดีงามหรือบุญไว้ทุกๆ วัน ก็จะเป็นจิตใจที่มีบุญมาก เจริญเติบโต เข้มแข็ง มีความอดทนอดกลั้นได้ดี ที่สำคัญคือจะสามารถต้านทานต่อสู้กับโรคของจิตใจ คือกิเลสต่างๆ ได้ดี สามารถเอาชนะความรัก ความโลภ ความโกรธ และความหลงได้ไม่ยากนัก อันนั้น...

วิวัฒน์



## อโหสิกรรม ลดกรรมทันตา

บางครั้งก็ครุยอมอธิษฐานจิต  
 แห่งความพยายามให้มาเกิด  
 เป็นลูกของเรา เป็นหลานของเรา  
 เป็นญาติของเรา  
 เป็นผู้ได้บังคับบัญชาเราก็มี  
 เพื่อเขาจะได้ทำถาปน้าใจ  
 ชื่อเสียงวงศ์สกุลของเราให้ถึงที่สุด  
 นั่นเป็นเพราะเราไม่ให้อโหสิกรรมต่อเขา  
 หรือไม่ได้แสดงอภัยทานต่อเขาจากชาติที่แล้วๆ มานั่นเอง



เราจะเห็นว่าบางครอบครัวญาติพี่น้องจ้องทะเลาะกันเหมือน  
 เป็นข้าศึกศัตรูกันมาหลายภพหลายชาติ บางที่ต้องฆ่ากันเป็นทอดๆ

ถามว่า สิ่งเหล่านี้คืออะไร ?

ปัญญาธรรมชาติของมนุษย์อย่างพวกเรา พอจะทำความเข้าใจได้  
 หรือไม่ ?

กฎหมายที่มีอยู่สามารถคลี่คลายปมปัญหาได้ไหม ?

คำตอบคือ ยาก !

เพราะนี่เป็นเรื่องของเศษกรรมที่ยังมิได้รับ "อโหสิ" ระหว่าง  
 เราและเขา



...ทุกครั้งที่เราจะทำอะไรนั้นสติต้องมาก่อน สติมาป็นเราก็จะบังคับจิตใจของเรา  
 เอาไว้ ก็ลดความชั่วทิ้งไป...

