

## ภาษาบาลี ๑ คำ คติธรรมประจำสัปดาห์

### “เมตตาพรหมวิหาร – ธรรมที่เป็นเครื่องอยู่ที่ประเสริฐคือเมตตา, เมตตาพรหมวิหาร”

**เมตตาพรหมวิหาร** อ่านตามภาษาบาลีว่า เมต-ตา-พฺรหฺมา-มะ-วิ-หา-ระ มาจากคำว่า เมตตา (ความเป็นมิตรเป็นเพื่อนหวังดี ไม่หวังร้าย) พฺรหฺม (ประเสริฐ) กับคำว่า วิหาร (ธรรมที่เป็นเครื่องอยู่) จึงรวมกันเป็น เมตตาพรหมวิหาร เขียนเป็นไทยได้ว่า เมตตาพรหมวิหาร แปลว่า ธรรมที่เป็นเครื่องอยู่ที่ประเสริฐคือเมตตา แสดงถึงความเป็นจริงของสภาพธรรมฝ่ายดีที่เกิดขึ้นเป็นไป มีความเป็นมิตรเป็นเพื่อนหวังดี ไม่หวังร้ายต่อผู้อื่น มุ่งประโยชน์เกื้อกูลแก่ผู้อื่น ดังข้อความในอัฐสาลินี อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก ทัมมสังคณปิฎก ที่อธิบายถึงความเป็นจริงของเมตตา ไว้ว่า

“เมตตา มีความเป็นไปโดยอาการที่เป็นประโยชน์เกื้อกูลเป็นลักษณะ มีการนำเข้าไปซึ่งประโยชน์เกื้อกูลเป็นกิจ มีการกำจัดความโกรธ ความอาฆาตเป็นอาการปรากฏ มีการมองเห็นสิ่งที่น่าพอใจของสัตว์ทั้งหลาย(คือไม่เป็นศัตรู)เป็นเหตุก่อให้เกิด เมตตานี้มีการสงบพยาบาลเป็นสมบัติ มีการเกิดขึ้นแห่งเสนาหา (ความติดข้อง หรือ โลกะ) เป็นวิบัติ”

ข้อความในปรมัตถทีปนี อรรถกถา ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ เมตตาวาสสูตร แสดงไว้ว่าเมื่อเมตตาเจริญขึ้น ก็เป็นเหตุให้พรหมวิหารประการอื่นๆ เจริญขึ้นด้วย ดังนี้ว่า

“เมตตานี้ มีความประพฤติดอาการอันเป็นประโยชน์เกื้อกูลในสัตว์ทั้งหลายเป็นลักษณะ มีการประมวลประโยชน์เกื้อกูล เป็นกิจ มีการปลดปล่อยความอาฆาตเป็นเครื่องปรากฏ ฉีว่าเมตตา อันบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้วโดยไม่ว่างเว้น เมื่อเป็นเช่นนั้น ภาวนา (การอบรมธรรมฝ่ายดี) มีกรุณาเป็นต้น ย่อมสำเร็จได้โดยง่ายทีเดียว เพราะเหตุฉะนั้น เมตตาจึงเป็นที่ตั้งแห่งพรหมวิหารธรรมนอกนี้”

-----

การที่กุศลประการต่าง ๆ จะเกิดขึ้น เจริญขึ้นในชีวิตประจำวัน เป็นเรื่องยากอย่างยิ่ง เพราะเป็นการทวนกระแสของกิเลสที่ได้สะสมมาอย่างเนิ่นนานในสังสารวัฏฏ์ การฟังพระธรรม ศึกษาพระธรรม เพื่อรู้ความจริง เห็นคุณของกุศล เห็นโทษของอกุศล รู้สิ่งที่ควรทำและรู้ในสิ่งที่ไม่ควรทำ จึงเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นอย่างมากในการอบรมเจริญปัญญา เพื่อความเข้าใจถูก เห็นถูกในลักษณะของสภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง ซึ่งทั้งหมดทั้งปวง ต้องอาศัยกาลเวลาอันยาวนาน เพราะธรรมฝ่ายที่เป็นอกุศลมีมากและสะสมมานาน จะขัดหรือกำจัดออกจากจิตใจอย่างรวดเร็วในทันทีทันใด ย่อมเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ต้องอาศัยกาลเวลาอันยาวนานในการสะสมปัญญาต่อไป

เมื่อก้าวถึงเมตตา แล้ว เป็นสภาพธรรมที่งดงาม เป็นสภาพจิตที่งดงามที่เกิดขึ้นในขณะที่มีความเป็นมิตร มีความเป็นเพื่อน มีความหวังดีปรารถนาดี ไม่หวังร้ายหรือมุ่งร้ายต่อผู้อื่น ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางใจ การที่เมตตาจะมีหรือจะเกิดขึ้นจนมีกำลังยิ่งขึ้นในจิตใจของแต่ละบุคคลได้นั้น ต้องอาศัยการศึกษาพระธรรมและค่อยๆ อบรมให้เจริญขึ้น ในเบื้องต้นต้องเห็นโทษของความโกรธ และเห็นคุณของความไม่โกรธ ประการที่สำคัญ คือ การได้ฟัง ได้ศึกษาพระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ดีแล้ว การที่บุคคลใดจะมีเมตตาเพิ่มมากยิ่งขึ้นได้นั้น ก็เป็นเพราะผู้นั้นอบรมเจริญปัญญารู้ว่า สภาพธรรมที่เคยยึดถือว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นตัวตนนั้น ก็เป็นแต่เพียงนามธรรมและรูปธรรม ซึ่งสมมติบัญญัติเรียกชื่อไปตามอาการที่ปรากฏต่างๆ กันเท่านั้น แต่โดยลักษณะที่แท้จริงแล้วเป็นสภาพธรรมแต่ละอย่างแต่ละประเภทที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยแล้วก็ดับไป สืบต่อกันอยู่เรื่อยๆ ในชีวิตประจำวัน ถ้าเป็นผู้มีเมตตาแล้ว ก็จะทำให้กุศลอีกหลายประการเกิดได้ แต่ข้อสำคัญต้องเป็นผู้ตรงจริงๆ เมตตาจึงเป็นธรรมเครื่องอยู่ที่ประเสริฐ ทำให้เป็นผู้อยู่ด้วยคุณความดี มีความเป็นมิตรเป็นเพื่อนหวังดี ถึงแม้ว่าจะมีใครกล่าวร้าย ว่าร้าย หรือว่ามีกิริยาอาการที่ไม่เหมาะสมประการใดก็ตาม บุคคลผู้นั้นก็ไม่หวั่นไหวได้

เมตตา ความเป็นมิตรเป็นเพื่อน เป็นสภาพธรรมที่เป็นประโยชน์ในทุกที่ทุกสถาน การที่จะมีเมตตา มีได้ทุกขณะเลยในขณะที่ไม่โกรธ หรือว่าไม่ขุ่นเคืองใจ เพราะฉะนั้น วันหนึ่งๆ ที่จะรู้ว่าตัวเองมีเมตตาเพิ่มขึ้นหรือไม่ ก็จะสังเกตได้ว่า ขณะใดที่โกรธ ขณะนั้นไม่มีเมตตา ขณะใดที่ขุ่นเคืองใจ แม้เพียงเล็กน้อย ขณะนั้นก็ไม่มีเมตตาต่อผู้อื่นแล้ว ถ้ารู้ตัวอย่างนี้ ความโกรธก็จะลดลง เมตตาก็จะเพิ่มขึ้นแทนความโกรธได้ ให้อภัยได้ทันที ใจไม่เป็นทุกข์ไม่มีความเดือดร้อน หรือแม้กระทั่งมีผู้ที่เข้าใจพระธรรมวินัยผิดคลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง กระทำในสิ่งที่ผิดมากมาย ทำลายคำสอนของพระสัมมาสัม

พุทธเจ้า ก็ไม่ใช่เรื่องที่เรจะต้องไปโกรธเขา เนื่องจากว่าขณะที่โกรธ โทษเกิดแล้วที่ตนเอง เพราะเหตุว่าเป็นธรรมดาที่เมื่อเขาไม่รู้เขาก็ทำสิ่งที่ผิดเป็นอย่างนี้เสมอไป ไม่ว่าที่ไหนทั้งสี่น หนทางเดียวที่จะช่วย ก็คือมีความเป็นมิตรเป็นเพื่อนหวังดี ใ้เขาได้เข้าใจพระธรรมวินัย ถูกต้องแล้วเขาก็จะรู้ว่าอะไรถูก อะไรผิด หน้าที่ของเรา ก็คือ ขอให้เราได้มีส่วนทำให้เขาได้มี ความเข้าใจถูกต้องในพระธรรมวินัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งกับเขาต่อไป

เมตตา ความเป็นมิตร ความเป็นเพื่อน ความหวังดี จึงเป็นสภาพธรรมที่ดียิ่งที่ควรอบรมเจริญขึ้นใน ชีวิตประจำวัน นอกจากจะเป็นประโยชน์แก่ตนเองแล้วยังเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อบุคคลอื่นอีกด้วย ขณะที่กุศลธรรมเกิดขึ้นเป็นไปนั้น เป็นมิตรแท้ เป็นเพื่อนที่แท้จริง ที่คอยจะนำแต่ประโยชน์เกื้อกูลมาให้ ไม่นำความทุกข์ความเดือดร้อนมาให้เลยแม้แต่น้อย เพราะฉะนั้นแล้ว เกิดมาแล้วทุกคนต้องละจากโลกนี้ ไปด้วยกันทั้งนั้น ไม่มีใครรอดพ้นจากความตายไปได้ แม้แต่ตัวเราเองก็ต้องตายเหมือนอย่างคนที่ตาย ไปแล้วนั้นแหละ จึงควรอย่างยิ่งที่จะสะสมกุศลธรรมเป็นที่พึ่งต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือ ปัญญา ความ เข้าใจถูกเห็นถูก ที่เจริญขึ้นจากการฟังพระธรรม ศึกษาพระธรรมในชีวิตประจำวัน ไม่ขาดการฟังพระ ธรรม ค่อยๆ สะสมความเข้าใจถูกเห็นถูกไปที่ละเล็กทีละน้อย เมื่อปัญญาเจริญขึ้น กุศลธรรมประการ ต่างๆ มี เมตตา เป็นต้น ก็จะค่อยๆ เจริญขึ้นตามระดับขั้นของปัญญาด้วย ซึ่งเป็นไปเพื่อขัดเกลาละคลาย กิเลสของตนเองโดยตลอด.

ชมรมบ้านธัมมะ มศพ. : [www.dhammahomefellowship.com](http://www.dhammahomefellowship.com), โทร. ๐๘๑-๘๓๒๐๕๗๗