

๔๘

การแผ่เมตตา คือความรักสากล

ชาวต่างชาติท่านหนึ่งมาฝึกสมาธิที่เมืองไทย ได้ฝากคำถามถึงคุณครูไม่ใหญ่มาว่า การแผ่เมตตา คือการหลอกตัวเองหรือเปล่า เพราะความจริงแล้วเราก็ไม่ได้รักทุกคนขนาดนั้น

เราไม่ได้หลอกตัวเอง แต่ที่เราแผ่ความรักความเมตตาให้ทุกคน แม้เรายังไม่ได้รักทุกคนจริง ๆ แต่เรากำลังสะสมความรู้สึกที่ดี เพื่อยกใจเราให้สูงส่งยิ่งขึ้นไปเรื่อย ๆ จนถึงระดับที่เป็นความรู้สึกที่ดีอย่างนั้นจริง ๆ ที่สามารถรักทุกคนในโลกได้จริง เพราะจะทำให้เรามีความสุขเพิ่มขึ้น ที่ความรักสากลออกจากหัวใจของเราอย่างแท้จริง

๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๔

