

๕๕

เมตตา

มารดาผู้ถนอมกล่อมเกลี้ยงแต่บุตรที่เกิดในตนผู้เดียว ยอมพรว่า
ชีวิตของตนได้ด้วยความรักลูกแม่ฉันใด บุคคลผู้ประกอบเมตตา บุคคลผู้ตั้ง
ในเมตตา บุคคลผู้เจริญเมตตาพึงตั้งจิตดวงนั้นไว้ จิตดวงของมารดาที่พรว่า
ชีวิตแทนบุตรของตนได้นะ บุคคลผู้ประกอบด้วยเมตตาพึงตั้งจิตดวงนั้นไว้

นักปราชญ์ทั้งหลายกล่าวว่า กิริยาของจิตเช่นนั้นแหละ ชื่อว่าเป็น
พรหมวิหารในพุทธศาสนาทีเดียว

ตรงนี้ต้องจำ มารดาผู้ถนอมบุตรของตนผู้เกิดในตนผู้เดียว ด้วยยอมพรว่า
ชีวิตของตนได้ ผู้ประกอบด้วยจิตเมตตาพึงรักษาจิตดวงนั้นไว้ บัณฑิตทั้งหลาย
กล่าวว่ากิริยาของจิตเช่นนั้นแหละ เป็นพรหมวิหารในพุทธศาสนา

จิตดวงนั้นให้รักษาไว้ รักษาอย่างไร? จิตที่รักษารูป เสียง อิมเอิบซาบซึ่ง
ในใจนั้นแหละ อย่าใช้จำเพาะลูกของตัวเอง เมื่อใช้ในลูกของตัวเองจิตสงบดีแล้ว ใช้
จิตที่ซาบซ่านอย่างชนิดนั้นให้ทั่วไป แก่คนอื่นไม่จำเพาะลูก ให้ทั่วไปแก่คนอื่น

เหมือนอยู่ในวัดนี้ ถ้าจะแผ่เมตตาก็เหมือนกันหมด เห็นหญิงก็ดี ชายก็ดี
ภิกษุสามเณร เอาใจของตัวเอง จิตของตัวเองที่เอิบอาบซึมซาบในลูกที่เกิดในอกของ
ตนนั้นแหละ จำได้รสชาติใจนั้นแน่ เอาใจดวงนั้นแหละ เอาไปรักใคร่เข้าไปในบุคคล
อื่นทุกคนเหมือนกับลูกของตน ให้มีรสมีชาติอย่างนี้

ถ้ามีรสมีชาติอย่างนั้นละก็ เมตตาพรหมวิหารของตนเป็นแล้ว

จากพระธรรมเทศนาเรื่อง “กรณีเมตตาสูตร”

๑ มิถุนายน ๒๔๙๗