

เมื่อเราขาดเมตตาต่อผู้อื่น..ย่อมเป็นการขาดเมตตาต่อตนเองด้วยเช่นกัน...

นำเสนอเมื่อ : 12 เม.ย. 2552



เมื่อเราขาดเมตตาต่อผู้อื่นย่อมเป็นการขาดเมตตาต่อตนเองด้วยเช่นกัน

พระนิพนธ์โดยสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช

โทสะคือความโกรธเปรียบได้ดังไฟ เพราะเมื่อความโกรธเกิดขึ้นเมื่อใด ความร้อนจะเกิดขึ้นพร้อมกันทันที ไม่วอนเพียงที่ใจยังร้อนถึงกายได้ด้วย มากน้อยตามแรงโทสะ ทุกคนชอบเย็นทุกคนไม่ชอบร้อน แต่ไม่ทุกคนที่รู้อริยว่า ความเย็นเกิดจากเมตตาจริงๆ และความร้อนเกิดจากโทสะจริงๆ

เมื่อความโกรธเกิดขึ้นต้องให้สติ ให้รู้ตัวว่ากำลังโกรธแล้ว ขณะเดียวกันก็ให้สังเกตว่าจิตใจหนวดาเนื้อตัวร้อนผิปกติหรือไม่ จะรู้สึกชั้วจิตใจหนวดาเนื้อตัวในเวลาโกรธนั้นร้อนผิปกติ นั่นคือเรื่องยืนยันว่าโทสะทำให้เกิดร้อน

เมตตาเปรียบได้ดั่งน้ำดับไฟร้อนแห่งโทสะให้มอดลง น้ำดับไฟได้ฉันท เมตตาก็ดับโทสะได้ฉันทนั้น เปรียบโทสะดั่งไฟเพราะไฟร้อนและโทสะก็ร้อน เปรียบเมตตาตั้งน้ำเพราะน้ำเย็นและเมตตาก็เย็น ความร้อนและความเย็นทั้งสองนี้จะปรากฏในจิตใจรู้ได้ด้วยตนเอง
ถ้าวรลึกรอนที่ใจเป็นประจักษ์ก็พึงรู้ว่าถูกโทสะครอบคลุมมากกว่าเมตตา
ถ้าวรลึกรอนที่ใจเป็นปกติก็พึงรู้ว่าตนมีเมตตาหอมลอมอยู่มากกว่าโทสะ

ทุกคนจะต้องประสบพบกับสิ่งไม่ต้องการไม่ต้องตาไม่ต้องใจมากมายในแต่ละวัน
ฟังเตือนตนให้อบรมเมตตาให้มากยิ่งขึ้น **ถ้าหยุดโกรธแค้นขุ่นเคือง นอยใจ เสียใจ รอนใจ เพราะเสียง
เพราะเรื่องที่กระทบใจเมื่อใด เมื่อนั้นจึงแสดงว่ามีเมตตาพอสมควร**
พอจะช่วยตนเองและช่วยผู้อื่นให้ร่มเย็นเป็นสุขได้ เมื่อนั้นทุกคนจะรู้สึกว่ามีเมตตาคุณค่าจุนโลกจริง

เมตตาช่วยตนก่อนจริง เมตตาใหญ่ยิ่งจริง เช่นช่างนาพาคีรีที่กำลังบ่าคั่งเมามัน
ยังพ่ายแพ้กษัตริย์เมตตาขององค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า
ไม่มีอำนาจร้ายแรงใดทานอำนาจแห่งเมตตาได้นี่เป็นสัจจะคือความจริงที่จะเป็นจริงเสมอไปไม่มีเปลี่ยนแปลง
พลังร้ายภายนอกที่มาแรงจะถูกพลังเมตตาที่แรงพอสยบพลังร้ายได้สิ้น และเมตตาเป็นบาทของศีล
เมตตาจะทำให้ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ทำความเดือดร้อนให้เกิดขึ้น

เมตตา กับ ศีล เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเสมอ ยากจะแยกจากกันได้ผู้มีศีลคือผู้มีเมตตา
ผู้มีเมตตายเป็นผู้มีศีล เพราะศีลคือความไม่เบียดเบียนด้วยประการทั้งปวง
ไม่เบียดเบียนทั้งตนเองและไม่เบียดเบียนทั้งผู้อื่น

การไม่เมตตาผู้อื่นเป็นการไม่เมตตาตนเองด้วย ศีลนั้นเกิดจากเมตตา เมตตาทำให้เกิดศีล
ทั้งสองเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ศีลของผู้ใดบกพร่อง แสดงว่าเมตตาของผู้นั้นก็บกพร่องด้วย
การเมตตาตนเองกับเมตตาผู้อื่น เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันแยกจากกันไม่ได้
การไม่เมตตาผู้อื่นก็เป็นการไม่เมตตาตนเองไปพร้อมกัน

ฟังคิดถึง **สังฆกรรม** ประการหนึ่งที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้คือ **“ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว”**
ผู้ใดทำกรรมใดไว้จะเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น เช่น ถ้าเราดีทำร้ายผู้อื่น ไม่ว่าจะป็นกรรมทางกาย ทางวาจา ทางใจ
เพราะเราขาดเมตตาต่อผู้อื่น กฎแห่งกรรมย่อมทำให้เราได้รับผลของกรรมที่เราได้ทำไว้แล้วนั้นแน่นอน
ทำกรรมอย่างไร ย่อมได้รับผลของกรรมอย่างนั้น เหมือนปลูกเมล็ดพืชชนิดใดย่อมได้พืชชนิดนั้น

เมื่อเราขาดเมตตาต่อผู้อื่นย่อมเป็นการขาดเมตตาต่อตนเองด้วยเช่นกัน
เมื่อทำร้ายผู้อื่นแล้วกรรมย่อมกลับมาให้ผลกับเราเช่นกัน
ซึ่งเป็นการขาดความเมตตาต่อตนเองด้วยทำให้ต้องได้รับผลของกรรมเช่นกัน
ผู้มีเมตตาหรือผู้มีศีลจึงเป็นผู้ค้ำจุนตนเองและค้ำจุนผู้อื่นทั้งหลาย (
การค้ำจุนตนเองคือการไม่ตองรับผลของกรรมที่ไม่ดีกับผู้อื่น ส่วนการค้ำจุนผู้อื่นคือการไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน
สูญเสีย บาดเจ็บ ตาย เป็นต้น)

เมตตาเป็นเหตุให้มีศีล ศีลเกิดจากเมตตา เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก
ก็คือศีลเป็นเครื่องค้ำจุนโลกเช่นกัน

ขออนุโมทนาบุญจากที่มา www.bloggang.com

