



การแผ่เมตตาปรารถนาดีต่อกัน

เมตตา มิตร ไมตรี สามคำนี้เป็นคำหนึ่งอันเดียวกัน

เมตตา คือความรักใคร่ปรารถนาจะให้เป็นผู้สุข

มิตร คือผู้มีเมตตาปรารถนาสุขประโยชน์ต่อกัน

ไมตรี คือความมีเมตตาปรารถนาดีต่อกัน

ผู้ปรารถนาจะปลูกเมตตาให้งอกงามอยู่ในจิต พึงปลูกด้วยการคิดแผ่ ในเบื้องต้นแผ่ไปโดยเจาะจงก่อน ในบุคคลที่ชอบพอ มีมารดาบิดา ญาติมิตรเป็นต้น โดยนัยว่าผู้นั้นๆ จงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียน ไม่มีทุกข์ มีสุขสวัสดิ์รักษาตนเถิด

เมื่อจิตได้รับการฝึกหัดคุ้นเคยกับเมตตาเข้าแล้ว ก็แผ่ขยายให้กว้างออกไปโดยลำดับดังนี้ ในคนที่เฉยๆ ไม่ชอบไม่ชัง ในคนที่ไม่ชอบน้อย ในคนที่ไม่ชอบมาก ในมนุษย์และดิรัจฉานไม่มีประมาณ

เมตตาจิต ย่อมให้ความสุขแก่ชนส่วนรวมตั้งแต่สองขึ้นไปด้วย คือหมู่ชนที่มีไมตรีจิตต่อกัน ย่อมหมดความระแวง มีโอกาสประกอบการงานอันเป็นประโยชน์แก่ตนเองและหมู่เดิมที มีความเจริญรุ่งเรือง และความสงบสุขโดยส่วนเดียว

๑ ผู้สุจริตย่อมเป็นสุขทั้งโลกนี้และโลกหน้า

เพราะเหตุนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้เป็นพระบรมศาสดาของเราทั้งหลาย ผู้ทรงมีพระเมตตาไมตรี มีมิตรภาพในสรรพสัตว์ ทอดพระเนตรเห็นการฉ้อโกง จึงได้ทรงประทานศาสนธรรมไว้หนึ่งฉันทลาคา แปลความว่า **บุคคลพึงประพฤติธรรมให้เป็นสุจริต ไม่พึงประพฤติธรรมให้เป็นทุจริต ผู้มีปกติประพฤติธรรมย่อมอยู่เป็นสุขในโลกนี้และในโลกอื่นดังนี้**

เพราะฉะนั้น ผู้ปรารถนาสุข เมื่อจับตัวเหตุการณ์แห่งความสุขและความทุกข์ได้แล้ว ควรเว้นทุจริตธรรมอันเป็นเหตุของความทุกข์ ควรประพฤติสุจริตธรรมอันเป็นเหตุของความสุข ถ้าประพฤติดังนี้ชื่อว่า ได้ก่อเหตุการณ์ของความสุขสมบัติไว้แล้ว

๑ ผู้ประพฤติธรรมสุจริตเป็นสุขทุกทิวาราตรีกาล

ถ้ามีปัญหาในชีวิตปัจจุบันของผู้ประพฤติสุจริตธรรม หรือทุจริตธรรมเกิดขึ้น พึงทราบว่า ในคราวที่สุจริตธรรมที่ได้ทำไว้แล้วกำลังให้ผลอยู่ ผู้ประพฤติทุจริตธรรมย่อมพรั่งพร้อมด้วยสุขสมบัติและความสดชื่น ร่าเริง อาจสำคัญทุจริตธรรมคุณน้ำหวาน และอาจเยี่ยหยันผู้ประพฤติสุจริตธรรมได้ แต่ในกาลที่ทุจริตธรรมของตนให้ผล ก็จักต้องประจวบทุกข์พิบัติชนเขาเศร้าหมอง คุณฉันไม้ในฤดูแล้ง

อนึ่ง ในคราวทุจริตธรรมที่ได้ทำไว้แล้วกำลังให้ผลอยู่ ผู้ประพฤติสุจริตธรรมก็ยังคงประสบทุกข์พิบัติชนเขาอับเฉาอยู่ก่อน แต่ในกาลที่สุจริตธรรมของตนให้ผล ย่อมเกิดสุขสมบัติอย่างน่าพิศวง คุณฉันไม้ในฤดูฝน แม้สุจริตธรรมจักยังไม่ให้ผลโดยนัยที่กล่าวนี้ กาย วาจา และใจ ของตนก็ย่อมปลอดโปร่งเป็นสุขสงบ เป็นผลที่มีประจำทุกทิวาราตรีกาล