



## **อิสสา คือริษยา**

อิสสาท่านแปลว่า “ริษยา” คือเห็นเขาได้ดีทนอยู่ไม่ได้ ที่จริงความหมายของคำว่าอิสสาริษยา ก็ให้ความเข้าใจที่ชัดเจนอยู่แล้วว่าเป็นความรอน เพราะมีความหมายว่า “ทนอยู่ไม่ได้” สิ่งที่ต้องทนนั้นถ้าพทนได้ก็แสดงว่าไม่ร้ายแรงหรือไม่หนักหนานัก

ความรู้สึกริษยาจนทนไม่ได้ ต้องให้ความรอนอย่างยิ่ง และผู้ที่ได้รับความรอนอย่างยิ่งนั้นก็มิใช่ผู้อื่น เป็นเจ้าตัวผู้มีความริษยาเอง

## **ความริษยา เป็นอาการอย่างหนึ่งของกิเลส**

ปุถุชนเป็นผู้มีกิเลส จึงเป็นธรรมดาย่อมไม่สามารถควบคุมความรู้สึกของตนให้เป็นไปอย่างผ่องแผ้ว ปราศจากกิเลสได้เสมอไป ความริษยาเป็นอาการหนึ่งของกิเลส ดังนั้นปุถุชนจึงยอมยากที่จะควบคุมไว้ได้ไม่ให้เกิด ความริษยาของปุถุชนจึงยอมเกิดได้เป็นระยะหรือเป็นครั้งคราว ต่อคนนั้นบ้างต่อคนนี้บ้าง

## **ผู้มีปัญญา แม้มีสามารถดับความริษยาได้จริง จึงแก้ไขป้องกันควบคุมมิให้เกิดง่ายและแรง**

แต่ผู้มีปัญญาเห็นโทษของความริษยาที่ตนได้รับว่า ยิ่งปล่อยให้มีความริษยามาก ตนก็จะได้รับโทษของความริษยามาก ผู้มีปัญญาจึงแก้ไขป้องกันควบคุมมิให้ความริษยาเกิดง่าย และเกิดแรง แม้ว่าจะไม่สามารถดับเสียได้จริงตลอดไป

## ผู้ขาดเมตตาต่อตน...เมื่อเห็นเขาได้ดีทนอยู่ไม่ได้

ผู้ที่เมื่อเห็นคนอื่นได้ดีแล้วเกิดความริษยา คืออริสสา ที่มักเรียกปนกันไปว่า อิจฉานั้น เป็นผู้ที่ขาดเมตตา มีเมตตาไม่พอ โดยเฉพาะแก่ตนเอง เพราะเมื่อความริษยาก่อให้เกิด ความร้อนใจ ผู้ยอมให้ความริษยาเกิดขึ้น ก็เท่ากับทำใจตนให้ร้อน ไม่มีความสุข จึงเท่ากับไม่มีเมตตาต่อตนเองนั่นเอง

แม้ความริษยาจะเป็นการขาดเมตตาแก่ตนด้วย ต่อผู้อื่นด้วย แต่บางทีความริษยาก็ให้ทุกข์แต่กับผู้มีริษยาเองเท่านั้น มิให้ทุกข์ถึงผู้ถูกริษยาด้วย เพราะบางทีความริษยานั้น ก็มีอาจปรากฏออกเป็นการกระทำคำพูดได้ ต้องอดแน่นเป็นความทุกข์ร้อนเร่าอยู่แต่ในหัวใจผู้มีริษยาเท่านั้น จึงพยายามไม่ให้ความริษยาเกิดขึ้นเสียดีกว่า

## ความริษยาเกิดแก่ผู้ใด

### ยอมให้ความทุกข์เร่าร้อนแก่ผู้ริษยาเอง

ผู้มีปัญญารู้ว่า ความริษยาเป็นความทุกข์เป็นความเร่าร้อนแก่ตนแน่นอน ตรงกันข้ามกับเมตตา ที่ทำให้ความสุขความเย็นแก่ตนแน่นอน และเมตตาก็ดับความริษยาได้ เช่นเดียวกับดับโกรธได้ ดังนั้นผู้มีปัญญาจึงอบรมเมตตา เพื่อให้เพียงพอสำหรับดับความโกรธและความริษยา

## ความคิดปรุงแต่งนั้นสำคัญนัก

### แม้การทำให้ความริษยาเกิดหรือทำให้ไม่เกิด

อริสสาและริษยานั้น จะเกิดได้ก็ต้องมีความคิดปรุงแต่งให้เกิด ถ้าคิดปรุงแต่งให้เมตตา ก็จะเกิดเมตตา ก็จะไม่เกิดอริสสา ความคิดปรุงแต่งจึงสำคัญนัก แม้ในการทำให้เกิดความริษยาหรือทำให้ไม่เกิด

## ความยินดีด้วยเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี

### ยอมให้มีความสุขแก่เจ้าตัวก่อนแน่นอน

เมื่อเห็นผู้ใดดี ถ้าผู้นั้นเป็นผู้ที่รักที่ชอบพอ เป็นลูกหลาน ความคิดปรุงแต่งก็จะพาให้ความยินดีเกิดขึ้นด้วยในใจ ความคิดปรุงแต่งนั้นจะเป็นไปในทางชื่นชมยินดีในผู้ใดดี เช่นว่า มีความดีความเหมาะสมต่างๆ สมกับความดีที่ได้รับนั้นจิตใจของผู้ปรุงแต่งเช่นนั้น ก็จะพลอยเป็นความอิมเอบไปกับความคิดยินดีด้วยของตน

กล่าวว่าความยินดีด้วยเมื่อผู้อื่นได้ดี ให้ความสุขแก่เจ้าตัวก่อนแน่นอน เช่นเดียวกับความริษยา ที่ทำให้ความทุกข์แก่เจ้าตัวก่อนแน่นอน

## **ความคิดที่ไม่ประกอบด้วยเมตตาเพียงพอ ก็อาจพาให้เกิดความริษยาแก่ผู้อื่นได้**

เมื่อเห็นผู้ใดดี ถ้าผู้นั้นเป็นผู้อื่นหรือไม่ใช่ผู้เป็นที่รักที่ชอบพอ ความคิดปรุงแต่งที่ไม่ประกอบด้วยเมตตาเพียงพอ ก็อาจพาให้เกิดความริษยา ความคิดปรุงแต่งนั้นอาจเป็นไปในทางไม่ขึ้นขมยินดีไม่เห็นด้วยในผู้ใดดี เช่นว่า ไม่มีความดีความเหมาะสมกับความดีที่ได้รับนั้น คนอื่นหรือตัวเองดีกว่า เหมาะควรกว่า เป็นต้น

จิตใจของผู้ปรุงแต่งเช่นนั้น จะเป็นทุกข์เร่าร้อนด้วยความคิดริษยาของตน กล่าวหาความริษยานั้นให้ความทุกข์แก่เจ้าตัวก่อนแน่นอน เช่นเดียวกับความพลอยยินดีด้วย ที่ให้สุขแก่เจ้าตัวก่อนแน่นอน

ทั้งความพลอยยินดีด้วย และความริษยาเมื่อเห็นเขาได้ดี เกิดจากความคิดปรุงแต่งทั้งสิ้น แตกต่างกันที่เป็นความคิดปรุงแต่งที่ประกอบด้วยเมตตา และเป็นความคิดปรุงแต่งที่ไม่ประกอบด้วยเมตตา ทั้งเป็นความคิดปรุงแต่งที่ประกอบด้วยปัญญา และเป็นความคิดปรุงแต่งที่ไม่ประกอบด้วยปัญญาอีกด้วย

## **ควันอันเกิดจากไฟริษยา บดบังความประภัสสรแห่งจิต**

ริษยาเป็นไฟทำให้ใจร้อนใจไหม้ มีผลเป็นควันดลบอยู่ ควันนั้นจะบดบังความประภัสสรแห่งจิต ผู้ที่มีความริษยาแรงเท่าใด การจะแลเห็นความแจ่มใจ ประภัสสรสวยงามแห่งจิต ย่อมเป็นไปไม่ได้เพียงนั้น

## **ดับไฟริษยา ด้วยเมตตาและสันโดษ**

ความริษยาจะเกิดหรือไม่เกิด จะเกิดเบาหรือเกิดแรง ขึ้นอยู่กับความคิดปรุงแต่งทั้งสิ้น มิได้ขึ้นอยู่กับอะไรอื่น ผู้มีปัญญารู้ว่าจิตของตนมีความประภัสสรงดงาม แต่ควันแห่งไฟริษยาเป็นสิ่งหนึ่งที่จะปกคลุมไว้มิให้ปรากฏความประภัสสรงดงามล้ำค่าได้

ผู้มีปัญญาจึงพยายามควบคุมความคิดปรุงแต่ง ดับความคิดปรุงแต่ง ที่จะป็นเหตุให้ความริษยาเกิด ด้วยเมตตาและสันโดษ ผู้มีปัญญารู้จักสันโดษและโทษของความคิดปรุงแต่งเท่านั้น จึงจะได้รู้จักจิตอันแจ่มใสประภัสสร ซึ่งเป็นสมบัติแท้ๆ ของตนที่มีอยู่แล้ว

**..สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก.**