

## พรหมวิหาร 4

### หลวงปู่เปลี่ยน ปัญญาปทีโป

เมื่อโอกาสแต่นี้ต่อไป พวกเราท่านทั้งหลายได้พากันตั้งจิต ตั้งใจ ตั้งโสตะเป็นภาคทองรองรับพระธรรมเทศนาอันพระบรมศาสดาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่าบุคคลเราที่เกิดมาได้เป็นมนุษย์ เมื่อได้มาเป็นมนุษย์ต้องการตั้งแต่ความสุขความเจริญมาสู่ตนเองกันทั้งนั้น แต่เหตุไฉนเล่าพวกเราท่านทั้งหลายที่ยังไม่เข้าใจจิตใจว่าเราจะทำอย่างไรจึงจะทำให้ตนเองมีความสุขความสบายทั้งกายและทั้งใจ อยู่ในปัจจุบันและอนาคตต่อไปในภายภาคข้างหน้า

เหตุฉะนั้นพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่าบุคคลตั้งอยู่ใน**พรหมวิหาร ๔** อยู่ในจิตใจของบุคคลใดแล้วจะนำตั้งแต่ความสุขความเจริญมาให้ทั้งนั้น เหตุฉะนั้นคนเราทุกคนก็ต้องการความสุขกันทั้งนั้นแหละ แต่เรายังไม่เข้าใจจิตใจว่าเราจะทำอย่างไรให้ตนเองมีความสุขจริงๆ เมื่อบางสิ่งบางอย่างที่เราทำไปแล้ว กระทำด้วยกายก็ดี พูดด้วยวาจาก็ดี

คิดอยู่ภายในจิตในใจนั้นก็ดี เมื่อไม่ถูกตามทำนองคลองธรรม คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า แล้วทำให้คิดก็คิดผิด พุตก็พุดผิด ทำก็ทำผิดศีลธรรมนั้นแหละ ก็นำความทุกข์ ความเดือดร้อนมาให้ตนและบุคคลอื่น

เราก็ยังไม่เข้าใจจิตใจ การที่เราไม่เข้าใจจิตใจในธรรม คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านี้แหละ ทำให้เราทั้งหลายวุ่นวาย กระเสือกกระสนดิ้นรน เดือดร้อน เป็นทุกข์ ไม่มีความสุขอยู่ทุกวันนี้ ก็เพราะเหตุเราทำนทั้งหลายที่ไม่เข้าใจในธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า การที่ธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ พระพุทธเจ้าสรรเสริญบุคคลตั้งอยู่ใน**ความเมตตา ความกรุณา ความมุทิตา อุเบกขา** ธรรมทั้ง ๔ อย่างนี้ หากบุคคลใดได้ตั้งจิตตั้งใจเอาไว้ในดวงจิตดวงใจของตนเองแล้ว จึงจะมีความสุขสบายทั้งกายและทั้งใจ นำให้มีความสุขทั้งตนและบุคคลอื่นเกิดขึ้น นี่แหละเราอยู่ด้วยกันในโลกนี้ ทุกคนก็ต้องการความสุข แต่ได้รับผลตั้งแต่ความทุกข์ ความเดือดร้อน วุ่นวาย

ไม่มีความสุขความสบายทั้งกายและทั้งใจ เพราะเหตุเราไม่ได้  
ตั้งอยู่ในธรรมทั้ง ๔ อย่างนี้

เมื่อไม่ได้ตั้งอยู่ในธรรมทั้ง ๔ อย่างนี้ ไม่มีเมตตาแก่สรรพ  
สัตว์ทั้งหลาย ทั้งตัวเล็กตัวใหญ่ สูงต่ำดำขาว ยาวสั้นก็ดี หรือ  
มนุษย์ด้วยกันนั้นก็ดี เราไม่มีเมตตาซึ่งกันและกันแล้ว ก็จะเป็น  
เหตุทำให้เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ฆ่าฟันรันแทงทุบตีกัน รบรา  
ฆ่าฟันกัน ไม่หยุดไม่หย่อน ไม่ผ่อนไม่ผัน จนชีวิตนั้นขาดสะบั้น  
หั่นแหลก หรือล่วงลับดับจากกันไป ให้มีความวุ่นวายอยู่ทุกวันนี้  
ก็เพราะเหตุอะไร เพราะเหตุเราขาดเมตตาธรรมนั่นเอง เมตตา  
ซึ่งกันและกันนั้นแหละ มันจึงมีความทุกข์เดือดร้อน

ไม่มีกรุณาสงสารซึ่งกันและกัน ไม่สงสารแก่สัตว์ทั้งหลาย  
ไม่สงสารแก่เพื่อนมนุษย์ จะทำกิจการงานอะไร ใช้งานอะไรแก่  
สัตว์ทั้งหลาย ก็ไม่รู้ว่าหนักว่าเบา ว่ามีกำลังแค่ไหน ก็ใช้ให้มี  
ความทุกข์ทรมานจนเหนือปากว่าแรง จนสัตว์นั้นมีความทุกข์ความ  
เดือดร้อน จนถึงตายไปก็มี อันนี้คนที่ขาดความสงสารแก่สัตว์  
ทั้งหลาย แต่มนุษย์ก็ดี การใช้งานซึ่งกันและกัน ไม่คิดเห็นอก

เห็นใจ เห็นกำลังของกันและกัน ใช้กันทุกขทานจนเหนื่อยกว่า  
แรง จนจะโรคร้ายไข้เจ็บ จนจะล่องลับดับไป จนทำไม่ไหว จนถึง  
แก่ความตายนั้นก็มี เพราะเหตุอะไร เพราะเหตุขาดความสงสาร  
ซึ่งกันและกันนั้นแหละ

ข้อที่สาม ความ**มูทิตา** ไม่มีความพวยยินดีในเมื่อผู้อื่นได้ดี  
คิดอยากจะตัดรอนซึ่งกันและกัน และเบียดเบียนซึ่งกันและกัน  
หาหนทางขัดแย้งซึ่งกันและกัน เราจะเห็นได้อย่างนี้ เห็นมั้ย  
การค้าการขายก็ดี การเรียนรู้อันใดก็ดี แย่งแย่งซึ่งกันและ  
กัน เมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี ก็ไม่เห็นพลอยยินดีด้วย หากจะตัดรอนกัน  
ซึ่งกันและกันอยู่ตลอด นี้แหละ ความขาดการพลอยยินดีถึง  
ความดีของผู้อื่น อย่างนี้แหละ ก็ทำให้มีความทุกข์ความ  
เดือดร้อน

อีกอย่างหนึ่ง การที่บุคคลเราไม่รู้จักหนักจักเบา ไม่รู้จักวาง  
เป็น**อุเบกขา** การที่ไปยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แล้วไม่รู้จัก  
ปล่อยจักวางในสิ่งนั้น ท่านว่าเมตตาก็เมตตาชะจนตนเองมี  
ความทุกข์เดือดร้อนเกินไปนั้น ก็ไม่ได้ ความสงสารก็สงสารจน

ตนเองมีความทุกข์ความเดือดร้อนเกิดขึ้น มุทิตาความพลอย  
ยินดี ก็ยินดีคนอื่นตนเองจนไม่รู้จักปฏิบัติตนเอง อุเบกขาความ  
วางเฉย ไม่รู้จักการวางเฉย ไปยึดไปติด ไม่รู้จักของนั้นตั้งอยู่  
อย่างไร เสื่อมไปอย่างไร เป็นธรรมดา ก็ให้ตนเองติดในเมตตา  
จนมีความทุกข์อีกก็ได้ นี่อย่างหนึ่ง มันก็มีความทุกข์ความ  
เดือดร้อนเกิดขึ้น

เหตุฉะนั้นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงกล่าวว่า การ  
ที่บุคคลขาดจากเมตตา ขาดจากกรุณา ขาดจากมุทิตา ขาดจาก  
อุเบกขาความวางเฉยอย่างนี้ ทำให้ตนเองมีความทุกข์ความ  
เดือดร้อน ทั้งตนเองและบุคคลอื่นก็เดือดร้อนด้วย เหตุฉะนั้น  
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงกล่าวว่ามันมีความทุกข์ ถ้า  
บุคคลไม่ตั้งอยู่ในธรรม ๔ อย่าง เราเห็นได้ชัดเจนตั้งแต่  
ประเทศชาติบ้านเมือง บ้านเราก็ดี เมืองเราก็ดี ประเทศอื่นก็ดี  
หากขาดเมตตากันแล้ว ต้องแตกสามัคคีกัน รบราฆ่าฟันกันไม่  
หยุดไม่หย่อน ไม่สงบ มันก็มีความทุกข์ความเดือดร้อนเกิดขึ้น นี่  
เราให้เห็นชัด นี่อีกอย่างหนึ่ง

ถ้าจะกล่าวถึงหมู่ชนกลุ่มใดไม่มีความเมตตาซึ่งกันและกัน ทำอันใดก็ทำให้มีความทุกข์ ความเดือดร้อนเหมือนกัน พูดถึงครอบครัวก็ดี ถ้าบิดามารดาไม่เมตตาแก่บุตร ธิดาของตนเอง แล้วนั้นก็ดี นี่ ไม่มีเมตตาซึ่งกันและกัน ทูบตีกัน ฆ่าฟันรันแทงกันอยู่ไม่หยุดไม่หย่อน ก็ทำให้มีความทุกข์ความเดือดร้อนในครอบครัวนั้นอีกอย่างหนึ่ง เรียกว่าขาดตั้งอยู่ในพรหมวิหาร

ทั้งครูบาอาจารย์ก็ดี อยู่ในวัดวาอาวาสใด สำนักใดก็ดี ที่ขาดจากพรหมวิหาร ๔ ขาดจากการตั้งเมตตาเอาไว้แก่ สัตถิงวิหาริกก็ดี หรือศิษยานุศิษย์ของตนเองนั้นก็ดี ไม่มีกรุณา สงสารแก่ศิษย์ของตนเองนั้นก็ดี มุทิตา เมื่อศิษย์ได้ดีก็ไม่พลอยยินดีด้วย นั้นก็ดี ไม่มีการอุเบกขาวางเฉย ยึดมั่นถือมั่นเกินไป ก็ทำให้ตนเองมีความทุกข์ บุคคลที่ไม่ตั้งอยู่ในอย่างนี้ นี่แหละเป็น อาจารย์ก็ดี ก็ทำให้มีความทุกข์ความเดือดร้อน ทั้งในวัดวา อาวาสศาสนานี้ ก็ไม่มีความสุขความเจริญ

นี่แหละเรามานิพิจารณาก็เข้าใจ อันบุคคลขาดจากความเมตตาธรรมค้ำจุนโลก เหตุฉะนั้นพระบรมศาสดา

สัมมาสัมพุทธเจ้าของเราจึงอยากให้พวกเราท่านทั้งหลายพากัน  
มาใคร่ครวญพิจารณาหรือตรึกตรองหาเหตุผล ค้นคว้า  
หาความสุขมาไว้เป็นที่พึ่งของตนเอง จึงอยากให้พวกเราเหล่า  
ท่านทั้งหลายนี้แหละพากันตั้งตนอยู่ในพรหมวิหาร ๔ คือ  
เมตตา ความรักใคร่ ความสนิทสนมกลมเกลียวให้เป็นอันหนึ่ง  
อันเดียวกัน นี้ข้อหนึ่ง กรุณา ความสงสารแก่สัตว์ทั้งหลาย หวั่น  
ใจเมื่อสัตว์ทั้งหลายตกทุกข์ได้ยากอยู่ ก็อยากให้สัตว์ทั้งหลาย  
นั้นพ้นจากทุกข์ไป ให้มีความสุขเหมือนอย่างตนเอง มุทิตา  
ความพลอยยินดีเมื่อบุคคลอื่นได้ดี ได้กระทำคุณงามความดี  
หรือได้ลาภสักการะอันใดก็ดี ยศถาบรรดาศักดิ์อันใดก็ดี ได้เงิน  
ได้ทอง ได้สิ่งได้ของก็ดี ก็พลอยยินดีกับคนอื่นที่ได้คุณงามความ  
ดีอันนั้น อุเบกขา ความวางเฉย ทำใจให้เป็นกลางๆ ไม่หลงรัก  
หลงชัง ไม่หลงโกรธหลงเกลียดแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายและมนุษย์  
เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน นี้เรียกว่าอุเบกขาความวางเฉย ทำให้ใจ  
เป็นกลางๆอยู่อย่างนี้

นี่แหละการที่เรามาพิจารณา ถ้าหากบุคคลเราทุกคน  
ตั้งอยู่ในความเมตตา ในพรหมวิหารนี้ การเมตตาจะให้ทำ  
อย่างไรแก่สัตว์ทั้งหลาย จึงจะได้ชื่อว่าเป็นผู้มีตั้งอยู่ใน  
ความเมตตาแก่สัตว์ทั้งหลายและเพื่อนมนุษย์ทั้งหลายด้วยกันนี้  
พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงสรรเสริญว่า ผู้ตั้งอยู่  
ในเมตตาธรรมนี้ เป็นผู้มีใจชุ่มชื่นเบิกบาน ทั้งนั่ง ทั้งนอน  
ทั้งยืน ทั้งเดิน หลับตื่นขึ้นมาก็คือเป็นสุข หนาวเย็นเย็นแจ่มใสชุ่ม  
ชื่นเบิกบานอยู่ตลอดบุคคลที่มีเมตตา

การที่บุคคลตั้งอยู่ในประเทศชาติบ้านเมืองอันใด ทั้งเมือง  
นอกและเมืองใน ประเทศของตนเองก็ดี หากมีเมตตาซึ่งกันและ  
กันแล้ว มีความรักสนิทสนมกลมเกลียวซึ่งกันและกันแล้ว ทั้ง  
เพื่อนมนุษย์ทั้งหลายก็รักชีวิตของมนุษย์ เพื่อนมนุษย์ทั้งหลาย  
และของตนเอง น้อมมาพิจารณาแล้วต้องการความสุขกันทั้งนั้น  
ต้องการอยู่ด้วยความสุข ไม่อยากให้เป็นทุกข์ซึ่งกันและกัน  
ไม่ทุบตีฆ่าฟันรันแทงซึ่งกันและกัน ไม่ล้างผลาญชีวิตซึ่งกันและ  
กันแล้ว มีความรักชีวิตของคนอื่นเหมือนชีวิตของตนเอง ทั้งอยู่



ในเมตตาแก่เพื่อนมนุษย์ทั้งหลายและสัตว์ทั้งหลายอย่างนี้ แล้วก็ไม่มีภาระที่จะเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ฆ่าฟันรันแทงซึ่งกันและกัน บ้านเมืองก็มีความสุข ความสบาย

นี่สำหรับความสงสาร หากบุคคลได้สงสาร และมีความห่วงใย เห็นคนอื่นมีความทุกข์เดือดร้อนก็ดี ก็อยากช่วยให้พ้นจากทุกข์ อยากให้มีความสุขเหมือนอย่างตนเองถ้าตนเองมีความสุข จะช่วยด้วยวิธีไหนก็ดี ช่วยด้วยการให้เงินให้ทองก็ดี ช่วยในการแนะนำสั่งสอนปฏิบัติเป็นคนดีนั้นก็ดี จะช่วยเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ให้หยุดให้ยากก็ดี หรือให้เอาเข้าโรงพยาบาลนั้นก็ดี ที่มีความสงสาร หรือคนตกน้ำอยู่ก็ดี สัตว์ทั้งหลายตกอยู่ในน้ำ ตกอยู่ในห่วงความทุกข์ ก็อยากช่วยให้พ้นจากทุกข์ มีความสงสารอยู่ห่วงใยอยู่ อยากให้สัตว์ทั้งหลายพ้นจากกองทุกข์นั้นไป ให้มีความสุขเหมือนอย่างตนเอง นี่ กรุณา คือ ความสงสาร หากบุคคลสงสารซึ่งกันและกันแล้วต้องช่วยกันดูแลกัน แนะนำสั่งสอนกัน ให้มีความสุขช่วยเหลือกันจนสุดความสามารถ นี่ เรียกว่ากรุณา คือ ความสงสาร เมื่อสงสารซึ่งกันและกันแล้ว ก็

ยอมไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน มีแต่ช่วยอยากจะทำให้มีความสุข  
เท่านั้น นี่แหละเรามาพิจารณาดูให้เข้าใจอย่างนี้ การที่บุคคลมี  
ความห่วงใยสงสารซึ่งกันและกันแล้ว เราจะเห็นได้ชัดอย่างนี้  
แหละ นี้อย่างหนึ่ง

มุทิตาความพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี หากบุคคล จะเป็น  
นักศึกษาเล่าเรียนนั้นก็ดี เค้่าสอบไล่ได้ ได้ชั้นขึ้นไปเรื่อยๆ เราก็  
มีความพลอยยินดีด้วย หากลูกหลานของเราปฏิบัติตนเอง เค้่า  
เป็นคนดี ก็ให้พลอยยินดีด้วย หรือคนอื่นก็ตาม ถ้าเค้่าทำตนเอง  
เค้่าเป็นคนดี ก็ให้พลอยยินดีด้วย หรือการค้าขายก็ดี บุคคล  
ค้าขายได้เงินได้ทอง ร่ำรวยมั่งมีศรีสุขสมบูรณ์ อยู่เป็นสุข มีทั้ง  
รถทั้งเรือ ตึกราบ้านช่อง สิ่งของอันใดมากมายกายกองก็ดี ก็ให้  
มีความพลอยยินดีด้วย หากบุคคลได้ยศถาบรรดาศักดิ์ก็ดี ชั้น  
โน้นชั้นนี้ก็ดีอย่างนี้ มีเงินเดือนสูงๆอย่างนั้น ก็ให้มีความพลอย  
ยินดีด้วยแก่บุคคลอื่นที่ได้ดีอย่างนั้น นั่นอย่างหนึ่ง เรียกว่า  
มุทิตา ความพลอยยินดี

แต่ข้อนี้เป็นข้อที่ทำได้ยาก หากบุคคลเราไม่ตั้งอยู่ในพรหม  
วิหารแล้ว ก็ไม่อาจสามารถที่จะมีความพลอยยินดีเมื่อคนอื่นได้  
ดีได้ ถ้าหากเรามีความตั้งใจตั้งใจเจตนาพิจารณาถึงอกเราอก  
เขาที่เราเกิดมาต้องการมีความสุข หากคนอื่นมีความสุขเราก็  
พลอยยินดีด้วย แต่ในข้อนี้มีคนที่ขัดข้องมาก เพราะไม่เข้าใจว่า  
ตนเองได้สร้างความดีอะไร หรือมุกิตาความพลอยยินดีอะไร ได้  
สงเคราะห์แก่กุลบุตร กุลธิดาลูกหลานให้ศึกษาเล่าเรียนก็ดี สอบ  
ได้ชั้นสูงๆขึ้นไปก็ดี หรือสงเคราะห์กุลบุตร กุลธิดาลูกคนอื่นก็ดี  
หรือคนอื่นให้ศึกษาเล่าเรียนจนสอบได้ชั้นสูงๆ จนสอบได้เข้าทำ  
การทำงานก็ดี ช่วยเขาจนหมดเงินหมดทอง หลายบาทหลาย  
สตางค์อย่างนี้ ช่วยเขาจนเขาได้ดีบได้ดี เขาได้  
ยศถาบรรดาศักดิ์

แล้วเมื่อเขาได้ฐานะดี ได้เงินเดือนดี อยู่เย็นเป็นสุขแล้ว เค้า  
ไม่ถามเรา เค้าไม่พูดกับเรา หรือเค้าไม่ได้ให้เงินคืนมาให้แก่เรา  
แล้วก็เสียใจ โศกเศร้าใจอย่างนี้ก็มี นี่เรียกว่าคนขาดความมุกิตา  
ความพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี เพราะเขาเหล่านั้น เขายังไม่รู้จัก

คุณของเราเป็นผู้สงเคราะห์ เป็นผู้อุปถัมภ์บำรุง เป็นผู้ส่งเสริม เป็นผู้ให้ความสุขแก่เขา เขาจึงสำเร็จได้ เขายังไม่เข้าใจอย่างนั้น เขาจึงไม่รู้จักบุญคุณของเรา

เมื่อเขาไม่รู้จักบุญคุณของเราอยู่ เราก็อย่าไปเสียใจซี เราเป็นผู้มีเมตตา เราเป็นผู้มีกรุณา เราสงสารแก่เขา เราจึงช่วยเขา ให้พ้นจากทุกข์ ให้มียศถาบรรดาศักดิ์ ช่วยคนให้เป็นคนดี ช่วยคนให้เป็นคนมั่งมี ช่วยคนให้เป็นคนมีความสุขความสบาย นี่เราทำความดี เราสั่งสอนคนให้เป็นคนดี เราช่วยเขาให้เป็นคนดี ช่วยเขาให้มีความสุข เราทำความดี คือเราช่วยคนให้พ้นจากทุกข์ ให้เขามีความสุข เรายินดีในความดีของตนเองตรงนี้ อย่าไปคิดรังเกียจเขา อย่าไปคิดเสียใจ ว่าทำไมเขาจึงไม่รู้ที่เราเป็นผู้ช่วยสงเคราะห์แล้ว เขาจึงไม่รู้จักเราเป็นผู้มีบุญมีคุณแก่เขา เราอย่าไปเศร้าใจอย่างนั้น ให้เราคิดเสียว่าเรานี้แหละ ได้สร้าง ความดีและแนะนำให้คนเป็นคนดี ได้ช่วยเขาให้พ้นจากทุกข์ ให้เขามีความสุข

นี่ มุทิตา ความพลอยยินดีถึงความดีของตนเองที่ได้ช่วยคนอื่นให้พ้นจากทุกข์และมีความสุข เราจึงจะเป็นผู้มีมุทิตา ความพลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีได้ ใจก็สบาย ใจก็ชุ่มชื่นเบิกบานว่าตนเองได้แนะนำคนให้เป็นคนดี ช่วยคนให้เป็นคนดี พ้นจากทุกข์ มีความสุขอยู่สบาย นี่แหละจึงจะตั้งอยู่ในมุทิตาได้ นี่เห็นผู้อื่นได้ดี เราควรพลอยยินดีด้วย อย่าไปรังเกียจเขา เราจึงจะตั้งอยู่ในมุทิตา ความพลอยยินดีแก่สัตว์อื่นได้ดี หรือบุคคลอื่นได้ดี แม้เราไม่ได้ช่วยก็ดี บางบุคคล แต่เขาได้ดีมีเงินทอง มียศถาบรรดาศักดิ์สูง เราควรพลอยยินดีด้วย อนุโมทนาด้วย ว่าบุคคลนั้นได้ความดี ได้มีความสุข นี่จึงจัดได้เป็นผู้ตั้งอยู่ในมุทิตา ความพลอยยินดีได้

อุเบกขาความวางเฉย คำว่าความวางเฉย ทำใจให้เป็นกลางๆ ในข้อนี้ นั้นเราจะทำอย่างไรจึงจะทำได้ ทำใจให้เป็นกลางๆ เหตุว่าเรามีเมตตา มีความรักใคร่แก่สัตว์ทั้งหลายแล้ว เรามีกรุณา ความสงสาร ห่วงใจ อยากให้สัตว์พ้นจากทุกข์ไป เมื่อสัตว์กำลังต้องทุกข์อยู่ หรือเพื่อนมนุษย์กำลังต้องทุกข์อยู่

อยากช่วยให้พ้นจากทุกข์นั้น เรามาพิจารณาพิจารณาดูแล้วว่า เราก็รักชีวิตเขา เหมือนกับชีวิตของเรา เมื่อถูกเขาเจ็บป่วยนั้นก็ดี เราพยายามช่วยให้ไปหาหมอ หรือช่วยหาหมูกหายามาพยาบาล ช่วยเหลือ จนสุดความสามารถ หากเขานั้นล่วงลับดับไป เราก็ต้องวางเฉย เป็นธรรมดาในชีวิตที่เกิดมาแล้ว จะว่าความเกิดมาแล้ว ความตายก็ติดตามมา เป็นธรรมดาของสังขารร่างกายมนุษย์ และสัตว์ทั้งหลายย่อมเป็นไปอย่างนี้ เราก็วางเฉยเพราะเราช่วยไม่ได้

นี่อย่างหนึ่ง หรือว่าหากคนเราถูกวิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง แข็งหักขาหักก็ดีอย่างนี้ที่ใดที่หนึ่งชำรุดทรุดโทรมในร่างกาย สัตว์ทั้งหลายและมนุษย์ด้วยกันอย่างนี้ เราก็ช่วยเขาไปตามกำลังความสามารถ จะหาหมูกหายาหรือไปหาหมอก็ดี เข้าเฝ้าก็ดี ขอน้ำมนต์อันใดก็ดีที่จะต่อกระดูกให้เค้า เราก็ช่วยอย่างเต็มที่ แต่มันก็ไม่ดีเหมือนอย่างเดิม สุดความสามารถของเรา เราก็วางอุเบกขาเป็นธรรมดาของสังขารร่างกายถูกวิบัติต่างๆ ก็ยอมมีความชำรุดทรุดโทรมหักไปอย่างนี้ ไม่อยู่ได้

อำนาจของบุคคลผู้ใด ก็เป็นไปอย่างนี้ เราช่วยสุดสามารถ ถ้าช่วยไม่ไหวก็วางทำใจให้เป็นกลางเฉยๆ เพราะเป็นธรรมดา ก็สุดความสามารถ

มีอีกอย่างหนึ่ง หากกล่าวถึงว่าการเราแนะนำสั่งสอนคนอื่น ก็ดี หรือฝึกหัดสัตว์ทั้งหลายนั้นก็ดี ฝึกหัดไม่ได้ เราก็ต้องปล่อยวางหรือเราแนะนำสั่งสอนคนอื่น จะเป็นอาจารย์ เป็นครูสอนโรงเรียน สอนนักเรียนก็ดี สอนแล้ว มันก็ไม่เชื่อฟัง มันก็ไม่เข้าใจ สอนเท่าไรมันก็ยังไม่เข้าใจ สอนให้มันทำดี มันก็ยังไม่ทำดี เพราะมันไม่เข้าใจ อย่างนี้เราสุดความสามารถที่เราสอนอยู่ ก็เป็นธรรมดา ปัญญาของเขาอ่อน ช่วยเท่าไรก็ไม่ไหว ไม่เข้าใจ อย่างนี้ เราก็วางเป็นกลาง

เป็นธรรมดาของคนที่เกิดมาในโลกนี้ บางคนก็มีปัญญาว่องไว บางคนก็ขนาดกลาง บางคนก็ปัญญาอ่อน ย่อมแตกต่างกันอย่างนี้แหละ เราก็วางกลางไว้เป็นธรรมดา เหมือนกับหัดบุคคลที่คนทำบาปหยาบช้ำด้วยกาย วาจา ใจของเขา ฆ่าสัตว์ ตัดชีวิต เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลายอันใดทุกสิ่งทุกอย่าง กินเหล้า

เมาสุรา ก็ญชทายาผีเน เอพเฮโรอินผงขาวหรืออะไรก็ดี เป็นคน  
เหี้ยมโหด ใจเป็นผู้ตั้งอยู่ในตั้งแต่ความโกรธ หรือความ  
เบียดเบียนแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายอย่างนี้ คือเพื่อนไปด้วยโลหิต  
อยู่ตลอด เราก็แนะนำสั่งสอนให้เค้าละความชั่วอันนั้น

แต่เค้าก็ไม่ยอมละความชั่วนั้น จะสอนเท่าไร เค้าก็ไม่  
เข้าใจ สอนให้ละความโกรธ เค้าก็ไม่ละ สอนให้ละความโลภ  
เค้าก็ไม่ละ สอนให้เค้ามีปัญญา เค้าไม่หลงอย่างนั้น เค้าก็ไม่ละ  
เค้าก็ทำอยู่อย่างเดิม นี่เราสอน และเราปรารถนา อยากให้เค้ามี  
ความสุข แต่สอนเท่าไร เค้าก็ไม่เข้าใจ ก็ยังเหี้ยมโหดอยู่นั้น  
แหละอยู่อย่างเดิม นี่ถ้าเราสอนอย่างนั้น เขาก็ยังไม่เข้าใจอยู่  
เราก็อุเบกขา ความวางเฉย ทำใจให้เป็นกลางๆ เพราะกรรมของ  
เขาทำ เขาก็จะรับผลของกรรมของเขาเอง เขาจะได้รับทุกข์เอง  
อันนี้เราก็วางใจเป็นกลาง เราก็ไม่ทุกข์ด้วย เรียกว่าอุเบกขา  
ความวางเฉย ทำใจให้เป็นกลาง

นี่แหละ อันบุคคลตั้งอยู่ในธรรมทั้ง ๔ อย่างนี้ เราจึงจะมี  
ความสุขความสบาย เหตุฉะนั้นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ



เจ้าท่านจึงกล่าวว่าบุคคลตั้งอยู่ในความเมตตา ในพรหมวิหาร เป็นธรรมของผู้ใหญ่ แม้จะคนอยู่ในประเทศชาติก็ดีอย่างนี้ ถ้าหากคนตั้งอยู่ในธรรมขั้นนี้แล้ว ก็จะนำไปมีความสุข ความสบายใจ นี้อย่างหนึ่ง มีอีกอย่างหนึ่งถ้ากล่าวถึงว่า ในหมู่ใดกลุ่มใดก็ดี มีแต่ความตั้งอยู่ในความเมตตาพรหมวิหารแล้ว กลุ่มนั้นก็จะมี ความสุขความสบาย ครอบครัวยุติธรรมดี ถ้าบิดามารดาตั้งอยู่ใน พรหมวิหาร เป็นผู้ใหญ่อยู่ในครอบครัวคุ้มครองอยู่แล้ว ก็จะทำ ให้ครอบครัวนั้นมีความสุขความสบายเกิดขึ้น ตนเองก็มี ความสุขความสบาย

หากครูบาอาจารย์อยู่ในวัดวาอารามใดก็ดี ตั้งอยู่ในพรหม วิหาร ๔ มีเมตตาความรักใคร่แก่ศิษยานุศิษย์ของตนเอง มี กรุณาความสงสาร ความห่วงใยแก่ศิษย์ของตนเองอยู่ มีมุทิตา ความพลอยยินดีแก่ศิษย์ของตนเองที่เมื่อปฏิบัติได้ดีนั้นอยู่หนึ่ง อุเบกขาความวางเฉยแก่ศิษย์ของตนเองที่ช่วยไม่ได้ สุดกำลัง นั้นตนเองก็ตั้งอยู่ในพรหมวิหาร ๔ ที่จะนำไปมีความสุขความ เจริญ มีความสุข ความสบาย

เหตุฉะนั้นพุทธบริษัททั้งหลาย ที่เราต้องการความสุขความ  
สบาย ก็ให้พากันตั้งอยู่ในพรหมวิหาร ๔ เราจึงจะมีความสุข  
ความสบาย อันนี้แหละ ถ้าบุคคลขาดจากการตั้งอยู่ในพรหม  
วิหาร ๔ ผู้ใหญ่ก็ไม่ใช่ผู้ใหญ่ ผู้น้อยก็ไม่ใช่ผู้น้อย โลกมันก็มี  
ความทุกข์ความเดือดร้อน โลกก็วุ่นวาย มีแต่จะแตกสลาย  
พังทลายเท่านั้นแหละโลก เพราะขาดอะไร ขาดเมตตาธรรม คน  
ไม่มีเมตตาธรรมนั้นโลกจึงจะแตกสลาย วุ่นวายอยู่ไม่มีความสุข  
ทุกคนก็ต้องการความสุขความสบายกันทั้งนั้นแหละ แต่เราไม่  
เข้าจิตเข้าใจในการปฏิบัติของตนเองให้มีความสุขอันแท้จริง นี่!  
ถ้าหากเรารู้จักการปฏิบัติตนเอง ให้ตั้งอยู่ในธรรม ในพรหมวิหาร  
แล้ว เราจึงจะมีความสุขความสบาย

เหตุฉะนั้นพุทธบริษัททั้งหลาย ที่ธรรมเทศนาขององค์  
สมเด็จพระศาสดาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ว่าเมตตาธรรมค้ำจุน  
โลก จรรโลงโลกให้อยู่มีความสุขความสบาย เหตุฉะนั้นการ  
ธรรมเทศนามาแต่ต้นนี้ จนจะอวสานสิ้นสุดลงไปนี้ ให้พากันตั้ง  
จิตตั้งใจ ตั้งอยู่ในพรหมวิหาร ๔ หากบุคคลมีพรหมวิหาร ๔

ตั้งอยู่ในจิตใจในใจของตนเองแล้ว พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้ากล่าวว่ ธรรมเสริญเอาไว้ว่า ยืนก็เป็นสุข นั่งก็เป็นสุข นอนก็เป็นสุข หลับแล้วตื่นขึ้นมาก็เป็นสุข เดินไปที่ไหนก็มีแต่ความสุข หน้ายิ้มแย้มแจ่มใสชุ่มชื่นเบิกบานอยู่ตลอด บุคคลตั้งอยู่ในความเมตตา ดังองค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าได้สรรเสริญว่เมตตาธรรมค้ำจุนโลก จรรโลงโลกให้มีความสุขความสบาย

ที่มา: [https://youtu.be/Q-giO\\_zNco](https://youtu.be/Q-giO_zNco)