

หลวงพ่อ



มอญ

มอญ



● มโนปุพพวงคมา ธมมา ●

สำนักคั่นคว่าทางวิญญาณ

หนังสือ

ผู้เขียน

ฉบับอิเล็กทรอนิกส์ครั้งที่ ๑

เจ้าของผลงาน

ผู้อำนวยการ

บรรณาธิการ

ผู้จัดการ

ผู้จัดทำทุน

ผู้จัดรูปเล่มหนังสืออิเล็กทรอนิกส์

ผู้ออกแบบปก

คณะพิสูจน์อักษร

ผู้ประสานงาน

ผู้ให้คำปรึกษาเรื่องหนังสืออิเล็กทรอนิกส์

เจ้าของลิขสิทธิ์

พลังทิพย์

พร รัตนสุวรรณ

มิถุนายน ๒๕๖๓

สำนักคั่นคว่าทางวิญญาณ

ศรีเพ็ญ จัตุฑะศรี

ผ่องผิว พัฒนประภาพันธุ์

ทวี สีลาเวชบุตร

ชลิกา โรจนโกศล

ศมานันท์ ถนัดธรรมกุล

มนตรา ธาดาชัยสินทวิ

สำนักคั่นคว่าทางวิญญาณ

สอาด แก้วเกษ

สุภาณี หงส์เงิน

ทวี สีลาเวชบุตร

กิตติ รัตนศรีวิจิตร

นริศ เรเชียงแสน

ศุภกฤต สีลาเวชบุตร

พงษ์เพชร อมรสิทธิ์

ดร.นันทพล โรจนโกศล

มูลนิธิพร รัตนสุวรรณ

๔๓/๒ ถ.สามเสน บางลำพู

กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐

โทร. ๐ ๒๒๘๒๒ ๒๐๒๕

พลังทิพย์



*** หนังสือ “พลังทิพย์” เล่มนี้จัดทำขึ้นใหม่ในรูปแบบของ
หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-Book)
ณ เดือนมิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๓

พลังกาย

ความสุขปีใหม่

แต่

ม่านมงคล

พ.ศ. ๒๕๖๖

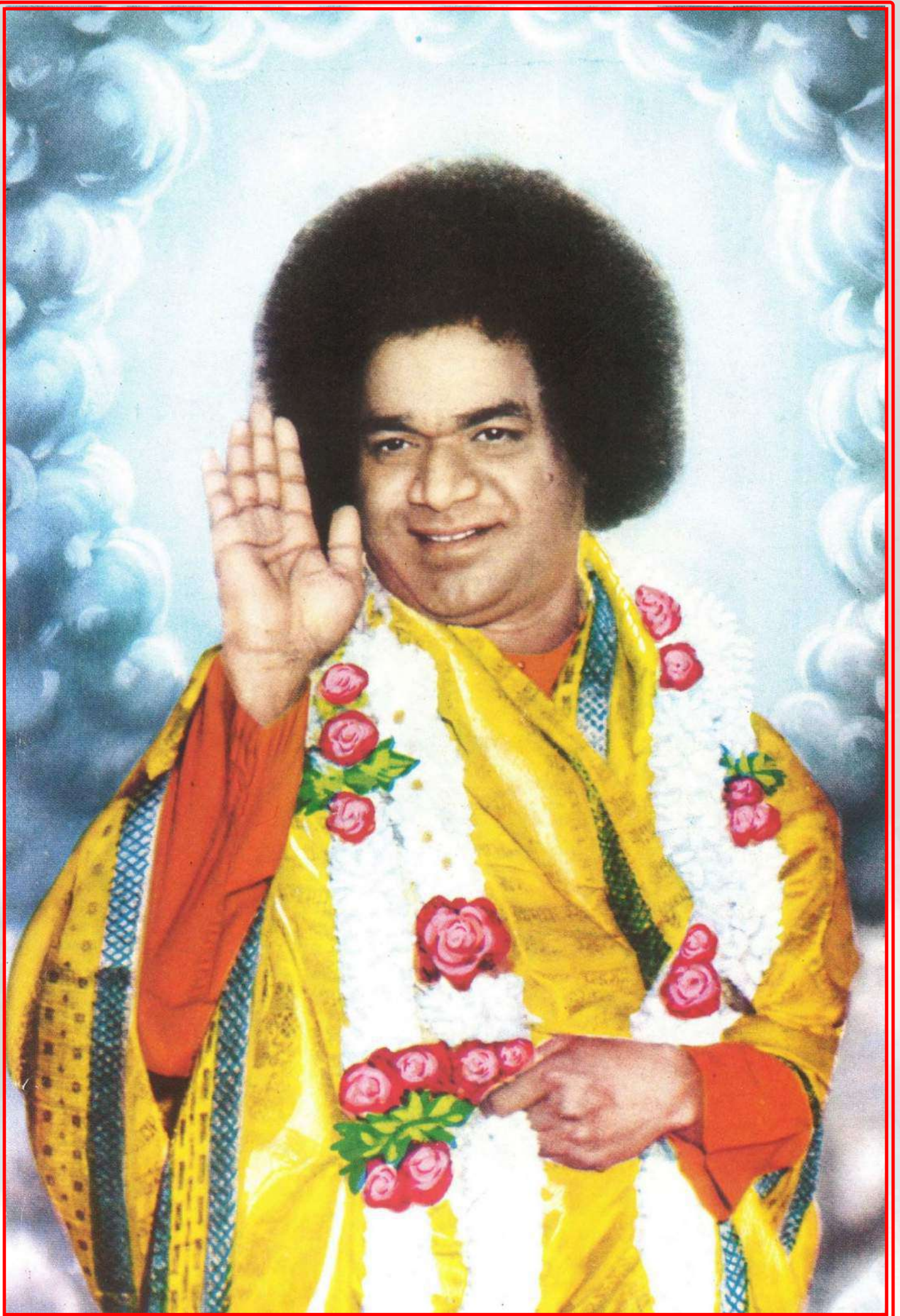
ขอ “พลัง	-ทิพย์” นี้	จงเป็น
ดั่งเช่น	ม่านมง-	คลไธ
สุกสกาว	วารว็บ	จับใจ
เพื่อให้	ผู้อ่าน	ทั้งปวง
ผ่านพ้น	ความโศก	โรคร้าย
ทุกข์ร้อน	ผ่อนคลาย	หายห่วง
รู้เท่า	ทันคน	กลลวง
ก้าวล่วง	บ่วงคล้อง	ผองมาร
แม่นยำ	เวียนเกิด	แก้ตาย
แหวกว่าย	ในวัฏ-	ฏะสงสาร
ขอกุศล	ผลบุญ	บันดาล
พบพาน	กัลยา-	ณะมิตร
ชักนำ	ทำดี	หนีชั่ว
ครองตัว	กลัวบาป	ทุจริต
ใฝ่ธรรม	ความดี	ชีวิต
แนบสนิท	จิตมุ่ง	เมตตา

ไม่ฉีก	เบียดนเบียด	เกลียดใคร
น้ำใจ	ไม่คิด	ริษยา
มุ่งจะ	อะนุ-	โมทนา
ร่วมแรง	แสวงหา	ความดี
ถึงคราว	มรณะ	ละโลก
จงอย่า	เศร้าโศก	หลีกหนี
ก้าวออก	จากร่าง-	กายนี้
โดยดี	ไม่ปล่อย	ให้พัง-
ทะลาย	ลงมา	ทับจิต
ชีวิต	ปลอดภัย	ทุกครั้ง
ทุกชาติ	วาสนา	มีพลัง
ใจตั้ง	สร้างมาน-	มงคล
คือเมต-	ตาธรรม	ค้ำจุน
เสริมสร้าง	ทางบุญ	กุศล
โอบเอื้อ-	เพื่อสัตว์	และคน
ให้พ้น	ผ่านพอง	ภัยพาล
ขอให้	ทุกท่าน	ก้าวย่าง
เดินทาง	ในวิญ-	ณะสงสาร
สวมเกราะ	พลังทิพย์	อภิบาล
ในมาน-	มงคล	นี้เทอญ.

- ไออริส

สำนักค้นคว้าทางวิญญาณ

พ.ศ. ๒๕๖๖



mona

พลังทิพย์

โดย

พร รัตนสุวรรณ



จัดพิมพ์

โดย

สำนักคัมภีร์ทางวิद्याณ

พลังอัน	สูงส่ง	ทรงฤทธิ์
พิชิต	มารร้าย	หายสูญ
เสริมส่ง	สุขให้	ไพบูลย์
เกื้อกูล	การุณย์	จุนเจือ
นั่นคือ	พลังแห่ง	เมตตา
แม่ไป	ทั่วหน้า	ไม่เหลือ
ทั้งศัตรู	และมิตร	ชิดเชื้อ
ทุกเมื่อ	เชิอวัน	และคืน
เป็นราก	ฐานของ	คุณธรรม
ชักนำ	บารมี	อื่นๆ
ผลิดอก	ออกผล	ยั่งยืน
บานชื่น	ชุบกาย	และใจ
เป็นพลัง-	ทิพย์อัน	บริสุทธิ์
แผ่แผด	ของผู้	“ใจใหญ่”
มุ่งประโยชน์	งดโทษ	ให้อภัย
หวังให้	สุขสงบ	พบนิพพาน.

-ไอริส สำนักคัมภีร์ทางวิญญาณ

พลังทิพย์

พลังทิพย์

เพราะพลังแห่งความชั่วร้ายนั้น มนุษย์ใน
โลกไม่เพียงแต่ได้รับจากมนุษย์ด้วยกันเท่านั้น
หากยังได้รับมาจากพวกโอปปาติกะที่ชั่วร้ายด้วย



“พลังทิพย์”

เป็นหนังสือที่เขียนขึ้นมาโดยมีความมุ่งหมายจะชี้ให้เห็นว่า พลังแห่งความเมตตาที่เกิดจากบุคคลที่ตั้งใจแผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายนั้น มีคุณค่าอันสูงส่งอย่างไร และมีความสำคัญยิ่งใหญ่มากเพียงไร ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ประเทศชาติจะรอดพ้นจากอันตรายและภัยพิบัติทั้งปวงได้อย่างแน่นอน ถ้าหากคนในประเทศส่วนใหญ่จะพึงแผ่เมตตาให้กับคนและสัตว์ทั้งหลายอยู่เสมอ

THE SONG OF LOVE

Scatter the seeds of Love in dreary desert hearts: then sprouts of Love will make the wastes green with joy, blossoms of Love will make the air fragrant, river of Love will murmur along the valleys, and every bird will beat, every child will sing the song of Love...

The service of man by man can lead to the discovery by man of the God that is his own reality.

SATYA SAI BABA

– From SAI BABA AVATAR

by *Howard Murphet*

Chapter II. Light in Western Windows

เพลงแห่งเมตตา

จงแผ่	เมตตา	ทั่วไป
ตลอดใน	ทะเล-	ทรายกว้าง
ดวงใจ	แห่งแล้ง	หลงทาง
จักได้	ปล่อยวาง	บาปกรรม
เมตตา	อำนวยการ	ช่วยให้
ดวงใจ	กลับคืน	ชื่นฉ่ำ
หายแห้ง	แล้งโศก	ระกำ
เกิดธรรม	คุ้มครอง	ผองใจ
แต่นั้น	จักมี	แน่เทียว
ความเขี้ยว	ขจี	สดใส
ทั้งบรร-	ยากาศ	และใน
หทัย	ทุกดวง	ปวงชน

พวงมณี
หอมกรุ่น ในอา- กาศทั่ว
ทุกตัว ประชา ทุกถนน
วิหค โผผิน บินวน
ผู้คน ไม่ทำ อันตราย
เด็ก ๆ ร้องรำ ทำเพลง
หอนเกรง ผองภัย ทั้งหลาย
นที ตีฟอง กระจาย
หุบเขา ป่าไม้ ร่มเย็น
เพลงแห่ง เมตตา พาชื่น
วันคืน ห่างทุกข์ ยุคเข็ญ
หากมนุษย์ ทำใจ ให้เป็น
ไม่เว้น ช่วยเหลือ เกื้อกูล
ซึ่งกัน และกัน ทุกเมื่อ
ช่วยเหลือ ให้ทุกข์ เสื่อมสูญ
เขาจะ พบความ ไพบูลย์
เป็นการ เทอดทูน พระองค์

พลังทิพย์

พระผู้	เป็นเจ้าของ	ในจิต
เขาจะ	ได้สนิท	สมประสงค์
พระผู้-	เป็นเจ้าของ	พระองค์
ซึ่งทรง	สถิตอยู่	ในใจ
ของเขา	นั่นเอง	แน่นอน
ไม่ต้อง	เดือดร้อน	ไปไหน
สักจรรรม	ลำเลิก	อยู่ใน
หทัย	ของเขา	นั่นแล.

- สัตยา ไส บาบา

- จาก ไส บาบา มนุषยมหัทศจรรย์ เล่ม ๓

บทที่ ๓๑ อาทิตยขึ้นทางตะวันตก

คำนำ



หนังสือเรื่อง **“พลังทิพย์”** เป็นหนังสือที่เขียนขึ้นมาโดยมีความมุ่งหมายจะชี้ให้เห็นว่า พลังแห่งความเมตตาที่เกิดจากบุคคลที่ตั้งใจแผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายนั้นมีคุณค่าอันสูงส่งอย่างไร และมีความสำคัญยิ่งใหญ่เพียงไร ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ประเทศชาติจะรอดพ้นจากอันตรายและภัยพิบัติทั้งปวงได้อย่างแน่นอน ถ้าหากคนในประเทศส่วนใหญ่จะพึงแผ่เมตตาให้กับคนและสัตว์ทั้งหลายอยู่เสมอ ซึ่งเรื่องนี้ คนทั้งหลายมักจะนึกไม่ถึงว่าคุณค่าแห่งความเมตตานี้มีคุณค่าถึงเพียงนี้

แต่อย่างไรก็ดี คนทั้งหลายที่เลื่อมใสในทางศาสนานั้น ทั้งที่ตนเองทำการแผ่เมตตาอยู่เสมอในเวลาจบการสวดมนต์ แต่ก็มีน้อยคนมากที่จะเข้าใจถึงเหตุผลและสาระประโยชน์ของการแผ่เมตตาจริงๆ ส่วนมากก็ทำตามๆ กันไป และ

สักแต่ว่าทำ ไม่ใช่ทำด้วยความจริงใจ ฉะนั้นผลต่างๆ ของ
การแผ่เมตตาจึงไม่ค่อยได้รับกันสมกับที่กล่าวไว้ในคัมภีร์

และอีกประการหนึ่ง คนทุกวันนี้มักจะคิดกันแต่
ในทางอกุศลหรือในทางทุจริตกันมาก มองคนอื่นแต่ในแง่
ไม่ดีกันมาก และมักจะนิยมเอาอย่างคนชั่วที่ได้ดีส่วนคนดีๆ
ทั้งที่ก็มีอยู่มาก แต่คนทั้งหลายก็ไม่ค่อยจะนิยมเอาอย่างคน
ประเภทนี้ ฉะนั้นความชั่วร้ายต่างๆ จึงได้มีมากขึ้น
ตามลำดับ ซึ่งถ้าหากไม่หาวิธีการที่จะยับยั้งในเรื่องเหล่านี้แล้ว
คนส่วนใหญ่ก็มักจะมีแต่ความเดือดร้อน การทุจริต-
คอร์รัปชันก็จะมีมากขึ้น และในที่สุดประเทศชาติก็ไปไม่รอด
อย่าไปหลงใหลและเข้าใจผิดว่า วิธีการต่างๆ ดังที่ใช้กันอยู่
ทุกวันนี้จะสามาถยับยั้งความชั่วหรือความทุจริต
ทั้งหลายได้ ตราบใดที่ยังไม่ได้คิดแก้ไขทางจิตใจ ปัญหา
ทุกอย่างก็แก้ไขไม่ได้

หนังสือเรื่อง **“พลังทิพย์”** ที่ได้เขียนขึ้นมานี้ก็เพื่อจะ
ให้เห็นว่า เรายังมีวิธีอีกอย่างหนึ่งซึ่งเป็นวิธีที่พระพุทธเจ้า

ได้ตรัสไว้ เป็นวิธีที่สามารถจะแก้ปัญหาความเดือดร้อน
ต่างๆ ที่มีอยู่ทุกวันนี้ให้บรรเทาลงได้และสามารถจะแก้ไข
หรือป้องกันมิให้ประเทศชาติต้องประสบกับชะตากรรม
อย่างชนิดที่คนทั้งชาติจะต้องเดือดร้อนกันไปทั่ว

การแผ่เมตตาจะมีผลจริงดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้
หรือไม่นั้น จำเป็นจะต้องศึกษาเรื่องพลังทิพย์ให้เข้าใจ
อย่างแจ่มแจ้ง ด้วยเหตุนี้จึงต้องอธิบายเรื่องนี้ค่อนข้าง
พิสดาร สำหรับผู้ที่เข้าใจเรื่องพลังทิพย์แจ่มแจ้งแล้วเขา
ย่อมจะเลื่อมใสในการแผ่เมตตา และมีศรัทธาที่จะพยายาม
ฝึกหัดแผ่เมตตาอยู่เสมอด้วย

โลโกปตถมฺภิกา เมตตา

เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก

อพฺยาบชฺชํ สุขํ โลกํ ปาณฺณฺเตสุ สญฺญมิ

การไม่เบียดเบียนคือการสำรวจหรือการระมัดระวัง
ในอันที่จะไม่ทำอะไรให้เป็นที่เดือดร้อนแก่สัตว์ทั้งหลายนั้น
เป็นความสุขในโลก

หลักธรรมในพุทธศาสนานี้ ทุกคนเห็นด้วยว่าถ้าทำได้อย่างนี้ โลกเป็นสุขแน่ แต่ปัญหามีอยู่ว่าจะทำอย่างไร หรือจะปฏิบัติอย่างไร จึงจะให้มามีผลเป็นจริงตามนี้หนังสือเล่มนี้คือคำตอบต่อปัญหานี้ แต่ก็ขอให้เข้าใจว่านี่เป็นแต่เพียงวิธีหนึ่งเท่านั้น ไม่ใช่เป็นวิธีทั้งหมดที่จะช่วยให้โลกรอดพ้นจากอันตราย แต่ถ้าไม่ใช้วิธีนี้เลยโลกก็พ้นจากภัยพิบัติไม่ได้ ฉะนั้นจึงได้เสนอเรื่องนี้ขึ้นมาก็โดยมีความมุ่งหมายดังที่กล่าวมานี้

รูปหน้าปกของหนังสือเล่มนี้ ก็คือ รูปพระเจดีย์อิสรภาพ อนุสรณ์สมเด็จพระนเรศวรมหาราช ซึ่งพระองค์รับสั่งให้สร้างขึ้นที่ในบริเวณที่ตั้งศูนย์พัฒนาศาสนา ตำบลแคมป์สน อำเภอหล่มสัก จังหวัดเพชรบูรณ์ พระเจดีย์ฯ ที่เห็นนี้เป็นรูปเขียน ไม่ใช่รูปถ่าย และที่ต้องเขียนก็เพราะถ่ายให้เป็นอย่างนี้ไม่ได้ พระเจดีย์องค์นี้ที่เห็นในโลกมนุษย์นั้น ยังไม่เสร็จบริบูรณ์ แต่ก็จวนจะเสร็จแล้ว แต่พระเจดีย์ที่เห็นในโลกทิพย์ซึ่งเป็นพระเจดีย์อย่างเดียวกัน แต่ใหญ่กว่าพระเจดีย์ในโลกมนุษย์หลายเท่า และซ้อนกันอยู่กับพระเจดีย์ในโลกมนุษย์นั้นสำเร็จบริบูรณ์มานานแล้ว ที่ยอด

ของพระเจดีย์ในโลกทิพย์นั้นมีรังสีเป็นสีรุ้ง ๗ สี แต่ละสีเข้มมาก ซึ่งรังสีเหล่านี้จะรวมตัวกันเป็นรูปธรรมจักรและที่ดุมของธรรมจักรนั้น มีมหามงกุฏ ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของพระมหากษัตริย์อยู่ด้วย ผู้ที่มีสมาธิดีจะมองเห็นรูปธรรมจักรและเห็นมหามงกุฏนี้อยู่เสมอไม่ว่าจะดูจากด้านไหนหรือมุมไหน รูปที่เขียนออกมานี้ อาจารย์ลาวัณย์ อุปอินทร์ เป็นผู้เขียน โดยเขียนตามคำบอกเล่าของ คุณศรีเพ็ญ จัตตะศรี แม้จะเขียนได้ไม่เหมือนของจริงแต่ก็ได้พยายามเขียนออกมาให้ใกล้เคียงความจริงมากที่สุดแล้ว ทำได้เพียงแค่นี้

อนึ่ง หนังสือเล่มนี้ ข้างในปกจะสอดรูป **องค์ภควัน** **ศรีสัตยาไส บาบา** ซึ่งเป็นรูปเดียวกับรูปที่เป็นลึอกเกิดหัวแหวน ซึ่งองค์ภควันได้เนรมิตจากอากาศมาสวมให้ข้าพเจ้า เมื่อคราวที่ข้าพเจ้าและคณะได้เข้ากราบนมัสการเมื่อวันที่ ๑๗ ธันวาคม ๒๕๒๔ ไว้ทุกเล่ม ทั้งนี้ก็เพราะองค์ภควันเป็นบุคคลคนเดียวที่เป็นองค์พยานได้เป็นอย่างดีว่า สำหรับผู้ที่อยู่ใกล้ทุกคนจะรู้สึกว่าคุณได้รับพลังแห่งความเมตตาจากองค์ภควันชัดเจนมาก ซึ่งทำให้เกิดความสงบ

ความสบายใจ ความปลาบปลื้มใจ ความเลื่อมใส บางคนถึงกับน้ำตาไหลพราก ปราบฏุกการณ์อันนี้สามารถยืนยันได้จากคนทุกคนที่ไปนมัสการท่าน พลังแห่งความเมตตา นั้นมีจริง และมีคุณค่าสูงมาก ด้วยเหตุนี้จึงได้สอดรูปองค์ภควันไว้ทุกเล่ม เพื่อผู้ที่ได้รับไปจะได้เอาไว้บูชา

พร รัตนสุวรรณ

๑๗ ธันวาคม ๒๕๒๕

สำนักคัมภีร์ทางวิญญาณ (ชั่วคราว)

๔๓/๒ ถนนสามเสน บางลำภู กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐

โทร. ๐-๒๒๘๒-๒๐๒๕ เข้าตรอกข้างร้านตัดเสื้อมิตรชาย

ซึ่งอยู่ใกล้ๆ กับทางเข้าวัดสังเวช

*** หนังสือ “พลังทิพย์” เล่มนี้ จัดทำขึ้นใหม่ในรูปแบบของ

หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-Book) ณ วันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๓

พลังทิพย์

สารบัญ

	หน้า
ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นมาจากนามรูป	๑
จิตและเจตสิก	๓
พลังทิพย์คืออะไร	๑๒
สิ่งต่าง ๆ เกิดมาจากความคิด	๑๙
เหตุไรคนจึงรับความคิดจากคนอื่นไม่ได้ทุกอย่าง?	๒๒
คนดีรับสิ่งที่ดีได้ง่ายคนชั่วรับสิ่งชั่วได้ง่าย	๒๓
สื่อของพลังทิพย์	๒๕
ความคิดแล่นไปถึงผู้อื่นได้อย่างไร?	๒๖
พลังแห่งความคิดก่อให้เกิดวัตถุขึ้นมาได้	๒๙
การแผ่เมตตา	๓๕
บทแผ่เมตตา	๓๘
บทแผ่เมตตาตามนัยของเมตตสูตร	๓๙
อานิสงส์เมตตา ๑๑ อย่าง	๔๖
การแผ่เมตตาเป็นประโยชน์ต่อโลกอย่างไร?	๕๔
วิธีแผ่เมตตา	๓/๐

พลังทิพย์

แสงสดใส ไตรรัตน์ ดุจฉัตรแก้ว
สว่างแวว เพชรพุ่ม รุ่งผลาน
แผ่พลัง ปกป้อง ผองภัยพาล
สมัคสรสมาณ ด้วยจักรธรรม นำคุ้มครอง

รักเมตตา ปราณี ไมตรีจิต
จงสถิตย์ ในดวงใจ ไทยทั้งผอง
เป็นมนต์ขลัง “พลังทิพย์” ประทีปทอง
โลกเรืองรอง สุขदानต์ สราญรมย์

“พ่อผิว”

พลังทิพย์



ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นมาจากนามรูป

บรรดาสิ่งต่างๆ ที่เกิดมาในโลกนี้หรือในโลกไหนก็ตาม เมื่อกล่าวตามหลักพุทธศาสนาและเป็นการกล่าวโดยสรุปแล้ว สิ่งต่างๆ เหล่านี้ก็มีเนื้อแท้เพียง ๒ อย่างเท่านั้น คือ **นาม** กับ **รูป** และคำว่า **นาม** ในที่นี้ไม่ได้แปลว่าชื่อ แต่หมายถึงสิ่งที่เป็น **นามธรรม** และคำว่า **นามธรรม** ในที่นี้ก็หมายถึงเฉพาะเรื่อง **จิต** และ **เจตสิก** เท่านั้น ไม่ได้มีความหมายถึงสิ่งอื่นเช่นกฎเกณฑ์ของสิ่งต่างๆ เช่นกฎธรรมชาติ เพราะสิ่งที่คนทั้งหลายเรียกกันว่า กฎธรรมชาตินั้น ทางพุทธศาสนาไม่ได้ถือว่าเป็นนามธรรม ทางพุทธศาสนายอมรับว่า กฎธรรมชาตินั้นมีจริง แต่ก็เรียกกฎเหล่านี้ว่าธรรมเฉยๆ ดังเช่นข้อความซึ่งเคยได้ยินกันอยู่เสมอว่า:-

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ เพราะสังขารทั้งหลายมีการเกิดและการดับเป็นธรรมดา

ซึ่งคำพูดประโยคนี้แปลมาจากคำบาลีว่า :-

อนิจจา วต สงฺขารา อฺปฺปาทวยธมฺมิโน

ขอให้สังเกตคำว่า **อฺปฺปาทวยธมฺมิโน** ซึ่งมาจากคำ ๓ คำต่อกัน คือ **อฺปฺปาท + วย + ธมฺมิโน** **อฺปฺปาท** แปลว่า **การเกิด** **วย** แปลว่า **การดับ** **ธมฺมิโน** แปลว่า **เป็นธรรมดา** **ธมฺมิโน** คำเต็มก็คือ **ธมฺม** ซึ่งแปลว่า **ธรรม**

ฉะนั้นขอได้โปรดจำไว้ให้ดีกว่า คำว่า นามธรรมใน ความหมายของพุทธศาสนานั้น ไม่ได้หมายถึงกฎเกณฑ์ ของสิ่งต่างๆ ดังเช่นที่บางคนเข้าใจ เรารู้กันดีว่า สสารและ พลังงานทุกอย่างย่อมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ และการ เปลี่ยนแปลงนี้ก็มีระเบียบ ซึ่งระเบียบที่ว่านี้ก็มีลักษณะเป็น กฎตายตัวตลอดกาล เราเรียกระเบียบแห่งการเปลี่ยนแปลง อันนี้ว่า กฎธรรมชาติ หรือคุณสมบัติของสสารพลังงาน ซึ่งเป็น ที่รู้กันดีในทางเคมีและฟิสิกส์ และเรารู้กันว่ากฎธรรมชาติหรือ คุณสมบัติของสสารพลังงานนั้นไม่มีใครสร้างขึ้น มันเกิดขึ้นมาเองพร้อมกับการมีของสิ่งต่างๆ เหล่านั้น

จิตและเจตสิก

คำว่า **จิต** ในที่นี้หมายถึง **จิตใจ** หรือเรียกกันอีกอย่างหนึ่งว่า **วิญญาณ** ซึ่งคำว่าวิญญาณในที่นี้ก็ได้หมายถึงผีหรือหมายถึงคนที่ตายไปแล้ว เพราะสิ่งที่คนทั้งหลายเรียกกันว่าผีหรือวิญญาณนั้น ทางพุทธศาสนาเรียกว่า โอปปาติกะ ในทางพุทธศาสนา คำเหล่านี้มีความหมายเหมือนกัน คือคำว่า จิต วิญญาณ มโน ซึ่งทั้ง ๓ คำนี้แปลเป็นไทยว่า ใจ และคำว่าวิญญาณซึ่งหมายถึงจิตใจนั้น เราจะเห็นได้จากตัวอย่างดังต่อไปนี้เช่น : -

ที่เราพูดกันว่า ตาเห็น นั่นทางพุทธศาสนาถือว่า วิญญาณเป็นผู้เห็น เพราะการเห็นพระพุทธรูปเจ้าทรงเรียกว่า จักขุวิญญาณ ซึ่งตามศัพท์แปลว่าวิญญาณที่เกิดขึ้นทางตา หรือเกิดขึ้นเพราะอาศัยตา

หูได้ยิน ก็คือ วิญญาณได้ยินและเรียกว่า โสต-วิญญาณ สมอณิกคิด ก็คือ วิญญาณนึกคิด และเรียกว่า มโนวิญญาณ อย่างนี้เป็นต้น

ก่อนอื่นขอให้เข้าใจว่า จิตหรือวิญญาณตามหลักของ พุทธศาสนานั้นถือว่าเป็นสิ่งที่มีอีกอย่างหนึ่งนอกจาก ร่างกาย เหมือนกับน้ำในขวด น้ำกับขวดเป็นของคนละอย่าง ทั้งนี้ก็เพราะตามหลักพุทธศาสนาถือว่า คนเราเมื่อตายก็ ตายแต่ร่างกายเท่านั้น ส่วนวิญญาณไม่ตายไม่สูญ ในเมื่อ ยังมีกิเลส และวิญญาณอันนี้แหละก่อนที่ร่างกายจะตาย จริงๆ นั้น มันก็ต้องสร้างร่างกายขึ้นมาอีก ซึ่งร่างกายที่ เกิดใหม่และเกิดขึ้นได้ทันทีนี้เรียกว่า กายทิพย์ หรือ โอปปาติกะ

และอีกอย่างหนึ่งก่อนที่คนเราจะมีรูปร่างตัวตนเกิดขึ้น ในท้องแม่ ทางพุทธศาสนาก็สอนว่า จะต้องมิวิญญาณมา เกิดในท้องแม่ คือมาเกิดในไข่ที่ผสมเชื้ออสุจิไว้แล้ว ไม่เช่นนั้นไข่นั้นจะเจริญเติบโตขึ้นมาเป็นคนไม่ได้

และอีกอย่างหนึ่งดังได้กล่าวมาแล้วว่า ที่พูดกันว่า ตา เห็น หู ได้ยิน สมองนึกคิดนั้น ความจริงตาเห็นก็คือ วิญญาณเห็น หูได้ยินก็คือวิญญาณได้ยิน สมองนึกคิดก็คือ วิญญาณนึกคิด วิญญาณซึ่งเป็นสิ่งที่มีมาก่อนที่จะมี

ร่างกายเกิดขึ้นในท้องแม่นั้นวิญญาณอันนี้แหละคือตัวการสำคัญที่ทำให้วัตถุธาตุต่างๆ ซึ่งมีอยู่ในโลหิตของแม่ กลายเป็นอวัยวะต่างๆ เช่นทำให้แคลเซียมกลายเป็นกระดูกและฟันอย่างนี้เป็นต้น

และประการสุดท้ายการที่ร่างกายเคลื่อนไหวได้อวัยวะต่างๆ ทำงานตามหน้าที่ของตนเองได้ ทั้งหมดนี้ก็เป็นเพราะวิญญาณเป็นผู้บังคับควบคุม

ฉะนั้นเมื่อพิจารณาดูจากหลักต่างๆ ดังที่กล่าวมานี้ก็จะทำให้เข้าใจได้ดีว่า วิญญาณกับร่างกายไม่ใช่ของสิ่งเดียวกันแน่นอน คือวิญญาณเป็นนามธรรม ส่วนร่างกายเป็นรูปธรรม ตัวเราเกิดขึ้นมาจากสิ่งที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม

คำว่า **เจตสิก** คำนี้อีกคำหนึ่งซึ่งคนทั่วไปมักจะเข้าใจความหมายไม่ถูกต้อง ทั้งๆ ที่คำนี้มักจะพูดหรือเขียนกันอยู่เสมอ อันที่จริงคำบาลีที่ใช้กันอยู่ในภาษาไทยนั้นมีหลายคำซึ่งมีความหมายผิดไปจากเดิม เช่นคำว่า น้าเวทนา (อ่านว่า เวตทะนา) คนทั่วไปเข้าใจว่าหมายถึงน้าสงสาร ซึ่ง

ในความหมายเดิมที่ใช้ในคัมภีร์ของพุทธศาสนานั้น คำนี้หมายถึง ความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือรู้สึกเฉยๆ ซึ่งเรียก สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา (อ่านว่า เวทนา) ไม่ได้หมายถึงความสงสารเลย อย่างนี้เป็นต้น การศึกษาเรื่องธรรมะที่จะทำให้เข้าใจง่ายและถูกต้องนั้น ต้องจำไว้ให้ดีว่า ประการสำคัญอันแรก ก็คือ ต้องพยายามทำความเข้าใจความหมายของคำที่ใช้ให้ถูกต้องตามความหมายในคัมภีร์ อย่าแปลความหมายเอาเองตามความเคยชิน อันนี้สำคัญมากคนทั้งหลายที่ศึกษาธรรมะกันไม่ค่อยจะรู้เรื่องนั้นสาเหตุสำคัญมักจะเนื่องมาจาก เข้าใจความหมายของศัพท์ธรรมะไม่ถูกต้อง หรือเข้าใจไม่กระจ่าง ฉะนั้นจึงได้ขอเตือนเอาไว้ก่อน

เจตสิก ตามศัพท์แปลว่า สิ่งที่เกิดกับจิต หรือประกอบอยู่กับจิต ซึ่งคำว่าเจตสิกนี้ก็มีความหมายเพียง ๓ อย่างเท่านั้น คือหมายถึงเวทนา สัญญา และ สังขาร ในเรื่องชั้นหยาบ เวทนา ถ้าหมายถึง ความรู้สึกเป็นสุข ก็เรียกว่า สุขเวทนา ถ้าหมายถึง ความรู้สึกเป็นทุกข์ ก็เรียกว่า ทุกขเวทนา ถ้ารู้สึกเฉยๆ ก็เรียกว่า อุเบกขา-

เวทนา สัญญา หมายถึง ความจำหรือการกำหนดหมาย เพื่อให้จำได้ สังขาร หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่เป็นกุศล หรือเป็นอกุศล หรือพูดอีกนัยหนึ่งหมายถึง สิ่งที่เราเรียกกันว่า บุญ หรือ บาป คุณธรรม หรือ อธรรม ความดี หรือ ความชั่ว ซึ่งเป็นสิ่งที่มีอยู่ในใจหรือในสันดานของเรา ไม่ได้ หมายถึงร่างกายอย่างที่คนทั้งหลายมักจะเข้าใจกัน ต้องจำไว้ให้ดีๆว่า สังขารในที่นี้เป็นนามธรรม ฉะนั้นจะหมายถึง ร่างกายไม่ได้ และร่างกายในหัวข้อของธรรมหมวดนี้ พระพุทธเจ้าทรงเรียกว่า รูป แล้วคือตามหลักพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงแบ่งตัวเราออกเป็น ๕ ชั้นคือ ๕ ส่วน หรือ ๕ ประเภท ประเภทที่หนึ่งเรียกว่า รูป อีก ๔ ประเภท เรียกว่า เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ และได้กล่าว อีกว่า เวทนา สัญญา และสังขารนั้น รวมเรียกว่าเจตสิก ซึ่งแปลว่า สิ่งที่เกิดกับจิตหรือวิญญาณ ประกอบอยู่กับ วิญญาณ ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว หมายความว่าวิญญาณไม่ว่า จะอยู่ที่ไหนหรือไปไหน จะต้องมีสิ่ง ๓ อย่างนี้อยู่ด้วยเสมอ ขึ้นชื่อว่าวิญญาณในความหมายของพุทธศาสนานั้น วิญญาณจะอยู่อย่างโดดๆ โดยไม่มีเวทนา สัญญา สังขาร

อยู่ด้วยนั้นเป็นสิ่งที่มิได้ ทั้งนี้ก็เพราะทั้ง ๓ อย่างนี้เป็นคุณสมบัติประจำของวิญญาณ และวิญญาณจะเกิดขึ้นได้คือมีปรากฏการณ์เป็นการเห็น การได้ยิน การรู้สึกกลิ่น รู้สีกรส รู้สีสัมผัส และรู้สึกนึกคิดต่างๆ ขึ้นมาได้นั้นจะต้องอาศัย เวทนา สัญญาและสังขารเหล่านี้เป็นปัจจัยทำนองเดียวกับเมล็ดผลไม้ทุกชนิดจะงอกขึ้นมาได้จะต้องอาศัยคุณสมบัติภายในตัวของเมล็ดไม้นั้นเอง ถ้าเมล็ดผลไม้อันไหนขาดคุณสมบัติ เช่น เน่าเสีย ไม่สมบูรณ์ หรือตาย เมล็ดนั้นจะงอกขึ้นมาไม่ได้ จิตหรือวิญญาณนี้ก็เช่นเดียวกัน จะเกิดขึ้นมาได้คือมีปรากฏการณ์ดังที่กล่าวมาแล้วนั้นได้ จะต้องอาศัย เวทนา สัญญา และ สังขาร ทั้ง ๓ อย่างนี้แหละเป็นปัจจัยสำคัญยิ่ง จริงอยู่วิญญาณจะเกิดการเห็นขึ้นมาได้จะต้องอาศัยตา วิญญาณ จะเกิดความรู้สึกนึกคิดทั้งหลายขึ้นมาได้จะต้องอาศัยสมอง ถ้าขาดอวัยวะต่างๆ เหล่านี้แล้ว วิญญาณจะเกิดไม่ได้เหมือนเมล็ดผลไม้ จะเกิดขึ้นมาได้จะต้องอาศัยดินฟ้าอากาศที่เหมาะสม แต่ก็อย่าลืมว่า ดินฟ้าอากาศนั้นเป็นเพียงปัจจัยส่วนหนึ่ง ถึงจะสำคัญอย่างไร ก็ไม่สำคัญเท่ากับคุณสมบัติ

ภายในเมล็ด วิญญาณก็เช่นเดียวกัน ถ้าขาดคุณสมบัติทั้ง ๓ อย่างเหล่านั้น วิญญาณก็เกิดไม่ได้ แม้จะมีอวัยวะคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ สมอง บริบูรณ์ ซึ่งเรื่องเหล่านี้ทาง พุทธศาสนามีวิธีพิสูจน์ แต่ก็เป็นเรื่องที่ยากเกินไปสำหรับ คนทั่วไปที่จะเข้าใจเรื่องนี้เพราะผู้ที่เข้าใจเรื่องนี้ได้จริงๆ นั้น จะต้องเป็นคนมีสมาธิสูงมาก ไม่เช่นนั้นจะไม่อาจเข้าใจ หลักที่ว่า วิญญาณจะเกิดขึ้นมาได้จะต้องอาศัย เวทนา สัญญา สังขาร

อนึ่ง ควรจะทำความเข้าใจให้แจ่มแจ้งอีกครั้งหนึ่งว่า จิตหรือวิญญาณนี้เป็นนามธรรม คือ เป็นสิ่งที่ไม่มรูปร่าง ตัวตน ไม่มีน้ำหนัก ไม่มีขนาด ไม่กินเนื้อที่ จะชั่งหรือวัด เหมือนอย่างวัตถุไม่ได้ จะจับต้องหรือสัมผัสด้วยประสาท ทั้งห้าไม่ได้ และโดยปกติจิตหรือวิญญาณนี้มีอยู่ในสรรพสิ่ง ทั้งปวง แทรกซึมอยู่ในสรรพสิ่งทั้งปวงเหมือนกับความร้อน หรือไฟฟ้า ซึ่งมีอยู่ในสสารทุกชนิด แต่เรื่องนี้เข้าใจยากมาก คนส่วนมากจะไม่ยอมรับว่า ในสสารหรือในสิ่งที่ไร้ชีวิต เช่น ก้อนดิน ก้อนหิน กรวด ทราย แร่ธาตุต่างๆ มีวิญญาณอยู่ ภายในแต่อย่างไรก็ตามถึงแม้เราจะไม่เข้าใจเรื่องวิญญาณ

ลึกซึ้ง ถึงขนาดนี้ และไม่ยอมรับในเรื่องนี้ แต่ก็ควรจะ
เข้าใจไว้ด้วยว่า ในบรรดาสิ่งที่มีชีวิตทั้งหมดไม่ว่าจะเป็นพืช
เป็นสัตว์ หรือเป็นคน ชีวิตเหล่านี้มีวิญญาณทั้งสิ้น เพราะ
ในสิ่งที่มีชีวิตนั้น วิญญาณได้แสดงตัวหรือมีปรากฏการณ์
ออกมาให้เห็นได้แล้ว ซึ่งต่างกับวิญญาณในวัตถุ เพราะ
วิญญาณในวัตถุนั้นยังไม่มีปรากฏการณ์แสดงออกมาให้เห็น
คนที่จะหยั่งรู้เรื่องวิญญาณในวัตถุนั้นจะต้องมีความรู้
หลายด้าน และโดยเฉพาะจะต้องมีสมาธิที่ดีด้วยจึงจะหยั่งรู้
เรื่องนี้ ได้

อนึ่งควรจะจำไว้ให้ดีกว่า คนที่จะเข้าใจเรื่องพลังทิพย์ได้
อย่างแจ่มแจ้ง และยอมรับว่าพลังทิพย์มีจริงนั้นจะต้องมี
ความรู้ในเรื่องวิญญาณเป็นอย่างดี เช่นรู้ว่าร่างกายของเรา
เกิดมาจากวิญญาณของเราเอง ตัวธรรมชาติที่สร้าง
ร่างกายก็คือวิญญาณนั่นเอง ตาเห็นก็คือวิญญาณเห็น
หูได้ยินก็คือวิญญาณได้ยิน สมองนึกคิดก็คือวิญญาณนึกคิด
วิญญาณกับร่างกายไม่ใช่ของสิ่งเดียวกัน ทำนองเดียวกับ
น้ำในขวด น้ำกับขวดเป็นของคนละอย่าง ข้อมูลที่ทำให้รู้
เรื่องนี้อย่างแจ่มแจ้งก็คือคนเราเมื่อตายก็ตายแต่ร่างกาย

เท่านั้น ส่วนจิตใจหรือวิญญาณไม่ตาย ไม่สูญ เพราะทุกคน
ที่ตายนั้น ถ้าเป็นคนที่ยังมีกิเลสยังมีตัณหาไม่ใช่เป็นพระ-
อรหันต์ เวลาจะตายจริงๆ จะต้องมียาร่างกายเกิดใหม่เสมอ
ซึ่งร่างกายที่ว่านี่เป็นกายทิพย์หรือเป็นโอปปาติกะ เป็น
ร่างกายซึ่งเกิดจากจิตใต้สำนึกคือเกิดจากภวังคจิต คนที่
ได้สมาธิขั้นสูงจะสามารถมองเห็นกายที่ว่านี้ได้ทุกคน ซึ่ง
แสดงว่า ร่างกายไม่ใช่เกิดจากพ่อแม่โดยตรง และไม่ใช่
จะต้องเกิดจากการผสมพันธุ์เสมอไป และยิ่งกว่านั้นคนที่
เกิดมาแล้ว สำหรับคนที่ได้สมาธิขั้นสูงก็ยังสามารถระลึก
ชาติก่อนๆ ของคนเหล่านั้นได้อีก ซึ่งความสามารถที่ว่านี้
พระพุทธเจ้าทรงมีเป็นปกติ และมีมากกว่าพระอรหันต์
ใดๆ ทั้งหมด ขอให้นึกถึงเรื่องพระพุทธคุณ โดยเฉพาะคือ
คำว่า วิชชาจรณสมฺปนฺโน พระผู้มีพระภาคเป็นผู้สมบูรณ์
ด้วยวิชาและจรณะ วิชาในที่นี้หมายถึงอภิปัญญาทั้งหก
ไม่ใช่หมายถึงเฉพาะวิชาสามคือ บุพเพนิวาสานุสติญาณ
จตุปปาตญาณ และอัสวักขมญาณ เท่านั้น เพราะเหตุที่
พระพุทธเจ้าทรงมีความสามารถเช่นนี้ จึงได้ทรงรู้แจ้งว่า
วิญญาณเป็นสิ่งที่มิใช่อีกอย่างหนึ่ง นอกจากร่างกาย และ

ทรงรู้แจ้งว่า วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป คือ
วิญญาณเป็นตัวธรรมชาติสร้างชีวิต การเห็น การได้ยิน
เป็นปรากฏการณ์ของวิญญาณอย่างนี้เป็นต้น

พลังทิพย์คืออะไร?

ก่อนที่คนเราจะมาเกิดในโลกนี้ ทุกคนได้เคยอยู่ใน
โลกทิพย์ คือในโลกของวิญญาณหรือในโลกของ
โอปปาติกะมาก่อนทั้งสิ้น และเมื่อตายแล้วก็กลับไปสู่
โลกทิพย์อีกทุกคน จะหมุนเวียนอยู่อย่างนี้ตลอดกาลไม่มี
เวลาสิ้นสุด หากผู้นั้นยังมีกิเลส คือตายแล้วเกิด เกิดแล้ว
ก็ตาย จะเป็นอยู่อย่างนี้ตลอดไป ข้อสำคัญต้องเข้าใจให้
ถูกต้องว่า ที่ว่าตายนั้น ตายแต่ร่างกายเท่านั้น วิญญาณไม่
ตายไม่สูญในเมื่อยังมีกิเลส และที่ว่าเกิดอีกนั้น
หมายความว่า ทันทีที่ตายจะต้องเกิดเป็นโอปปาติกะก่อน
ตายจากคนจะมาเป็นคนทันทีไม่ได้ หรือตายจากคนจะ
มาเกิดเป็นสัตว์ในโลกมนุษย์ทันทีก็ไม่ได้ ทุกคนจะต้องเกิด
เป็นโอปปาติกะก่อน อันนี้เป็นหลักตายตัวไม่มีข้อยกเว้น
คือเมื่อมาจากโลกทิพย์หรือโลกวิญญาณ ก็จะต้องกลับ

ไปสู่โลกทิพย์หรือโลกวิญญาณก่อนเสมอ แต่บางคน อาจจะเป็นโอบปาติกะอยู่ไม่นาน แล้วก็มาเกิดเป็นคนซึ่งดู คล้ายกับว่า ตายจากคนก็มาเกิดเป็นคนเลยอย่างนี้ก็มี แต่ ถึงแม้จะมาเกิดเป็นคนรวดเร็วอย่างไรก็ตาม ก็ต้องผ่านการ เกิดเป็นโอบปาติกะก่อนเสมอ ไม่มีข้อยกเว้น หลักอันนี้ สำคัญมาก

ถ้าต้องการจะเข้าใจให้แจ่มแจ้งว่า พลังทิพย์คืออะไร? สำคัญอย่างไรนั้น? ก่อนอื่นจะต้องเข้าใจอย่างชนิดมองเห็น ภาพในใจเลยว่า วิญญาณที่มากเกิดในท้องแม่ คือมาเกิดใน ไข่ที่ผสมเชื้อไว้แล้ว นั่นแหละคือพลังทิพย์ที่มองเห็นได้ง่าย ศึกษาให้เข้าใจได้ง่าย ข้อสำคัญอย่าหลงผิดว่า ในการเกิด ของคน ของสัตว์หรือสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลายนั้น ได้มีธรรมชาติ อย่างหนึ่งซึ่งเราไม่เข้าใจว่ามันหมายถึงอะไรเป็นผู้ที่สร้าง ร่างกายขึ้นมา และการที่คนทั้งหลายเข้าใจกันเช่นนี้ก็เพราะ สันนิษฐานกันเอาเองว่า การที่โลหิตของแม่ซึ่งเข้าไปหล่อ เลี้ยงชีวิตที่เกิดใหม่ แล้วกลายเป็นอวัยวะต่างๆ ขึ้นมานั้น มันเป็นเรื่องของธรรมชาติ ทำนองเดียวกับที่เรามองเห็นว่า เมล็ดผลไม้เมื่อเพาะลงไป在地 มันจะออกรากแล้วราก

จะดูดเอาอาหารต่างๆ ขึ้นมา และจากอาหารที่รากของมันดูดขึ้นมาี้แหละที่ได้กลายเป็นส่วนต่างๆ ของต้นไม้ซึ่งที่เป็นเช่นนี้เพราะอำนาจของธรรมชาติ ความเข้าใจอันนี้และยึดมั่นอยู่แต่ในความคิดอันนี้ นี้แหละที่ทำให้คนทั้งหลายเกิดความมืดบอด มองไม่เห็นอำนาจของวิญญาณที่เป็นตัวการสร้างชีวิต ซึ่งถ้าหากเราปิดคำว่าธรรมชาติออกไปเสียอย่าเอามาคิด แต่ให้คิดอย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า:-

“ดูก่อนอานนท์ ถ้าวิญญาณจักไม่ก้าวลงสู่ท้องของมารดา นามรูปจะพึงเกิดในท้องของมารดาได้หรือ?”

พระอานนท์ทูลตอบว่า “มิได้ พระพุทธเจ้าข้า”

“เพราะเหตุนี้แล อานนท์ เราจึงได้กล่าวว่ วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป”

โปรดสังเกตว่า เด็กทารกที่เกิดในท้องแม่นั้นพระพุทธเจ้าทรงเรียกว่า นามรูป

ถ้าหากเราเข้าใจหลักอันนี้ดี และยอมรับความจริงอันนี้แน่นอนเราก็จะมองเห็นถึง **อำนาจสร้างสรรค์ อำนาจ-**

บันดาล ความศักดิ์สิทธิ์ ความมหัศจรรย์ ของวิญญาณ
 ได้โดยไม่ง่าย และจะมองเห็นว่า ตัวเราคือร่างกายนี้
 โดยปกติธรรมดาที่เกิดมาจากพลังทิพย์ คือ พลังของ
 วิญญาณอยู่แล้ว และไม่ใช่ว่าแต่คนเท่านั้น สิ่งที่มี
 ชีวิตทั้งหมดก็เกิดมาจากพลังทิพย์ พลังทิพย์ก็คือ
 พลังวิญญาณ พลังวิญญาณเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ก็เพราะ
 พลังวิญญาณสามารถสร้างร่างกายของเราขึ้นมาได้ พลัง-
 วิญญาณสามารถทำการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ให้กลายเป็น
 สิ่งนั้นสิ่งนี้ได้ตามเจตจำนงของวิญญาณ ร่างกาย
 เคลื่อนไหวได้ มีชีวิตอยู่ได้ ร่างกายไม่เน่าไม่ผุพัง ไม่ตาย
 ก็เพราะยังมีวิญญาณอยู่ในร่างกาย ตาเห็นอะไรได้ หูได้ยิน
 อะไรได้ สมองนึกคิดได้ จำอะไรได้ ก็เพราะยังมีวิญญาณ
 อยู่ในร่างกาย พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า:-

อจิริ วตยัม กายโย ปฐุวี อธิเสสฺสตี

ฉุฑฺโท อเปตวิญญาโณ นีรตถํ ว กสิงฺคลํ

กายนี้อีกไม่นานเท่าไร ก็จะนอนทับถมแผ่นดิน กายนี้
 เมื่อปราศจากวิญญาณแล้ว ก็จะไร้ค่าเหมือนกับท่อนไม้

ข้อมูลจากร่างกายของเรา เป็นข้อมูลที่ชัดที่สุดที่แสดงให้เห็นถึงอำนาจของพลังทิพย์ คือพลังวิญญาณและแล้วจึงนึกต่อไปให้กว้างในโลกของโอบปาติกะ ซึ่งชีวิตในโลกนี้สิ่งต่างๆ ในโลกนี้ ล้วนแต่เกิดจากการเนรมิตหรือการบันดาลของวิญญาณทั้งสิ้น ยิ่งกว่านั้นในโลกทิพย์นี้ ทุกสิ่งทุกอย่างจะเห็นว่าเป็นสิ่งที่มีชีวิตและมีวิญญาณทั้งนั้น คือไม่ว่าจะเป็นแผ่นดิน แม่น้ำ ภูเขา ต้นไม้ บ้านเรือน ถนนหนทาง แร่ธาตุต่างๆ เช่น เพชร พลอย เงิน และอื่นๆ ซึ่งในโลกนี้ก็มีเหมือนกัน สิ่งเหล่านี้เห็นได้ชัดว่า ทุกอย่างเกิดจากวิญญาณและมีวิญญาณอยู่ในสิ่งเหล่านี้ด้วย โดยที่สุดแม้กระทั่งความรู้สึกนึกคิดต่างๆ ก็ปรากฏออกมาเป็นแสงสีต่างๆ เสียงที่พูด เสียงดนตรี ก็ปรากฏออกมาเป็นแสงร่างกายของแต่ละคนก็มีแสงปรากฏออกมาไม่เหมือนกัน สิ่งต่างๆ ในโลกนี้มีความแปลกประหลาด ผิดจากในโลกมนุษย์มากมาย จนถึงกับไม่อาจจะเชื่อได้ว่ามันเป็นเรื่องที่มีจริง แต่สำหรับผู้ที่มีความรู้เรื่องราวต่างๆ ในโลกทิพย์ และยอมรับถึงความมีอยู่ของโลกทิพย์นั้น เขาจะไม่รู้สึกแปลกประหลาด เพราะอะไร? ก็เพราะร่างกายของมนุษย์

ซึ่งเป็นสิ่งที่ทุกคนยอมรับว่ามีจริงนั้น สำหรับผู้ที่ศึกษาส่วนต่างๆ ของร่างกายโดยละเอียดและมีความรู้ในทางชีววิทยา ตลอดทั้งมีความรู้ในทางเคมี และฟิสิกส์เป็นอย่างดีนั้น ในเมื่อเขายอมรับว่าร่างกายเกิดมาจากวิญญาณจริง เขาก็ย่อมจะยอมรับว่า โลกทิพย์มีจริงแน่ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ซึ่งเป็นสิ่งที่เราสัมผัสได้ จับต้องได้ มองเห็นได้นี้ แต่เดิมมันก็ไม่ได้มีอยู่อย่างที่มีอยู่ขณะนี้ ขอให้นึกถึงตัวเราเมื่อแรกเกิดใหม่ๆ และแล้วในที่สุดก็ตาย ร่างกายสูญสลาย แต่ในเวลาเดียวกันก็มีร่างกายเกิดใหม่อีก มีเสื้อผ้าอย่างน้อยก็ชุดที่เกิดพร้อมกับกายทิพย์ สิ่งเหล่านี้มีขึ้นมาได้อย่างไร และแล้ววันหนึ่งสภาพของร่างกายในสภาพกายทิพย์ก็อันตรธานหายไปอีก แต่แล้วสภาพร่างกายอันนั้นก็มาปรากฏเป็นกายเนื้อให้เห็นในโลกมนุษย์อีก ปรากฏการณ์เหล่านี้ขอให้พิจารณาให้ละเอียด และขอให้ศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้วพิจารณาไปตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนไว้ โดยวิธีนี้ท่านก็จะเข้าใจถึงเรื่องพลังทิพย์อย่างแจ่มแจ้ง และยอมรับว่า **พลังทิพย์นี้สำคัญเหนือสิ่งอื่นใดทั้งหมด** พลังของวัตถุไม่ว่าจะเป็นพลังแสง พลังเสียง

พลังความร้อน พลังแม่เหล็ก พลังไฟฟ้า พลังงานปรมาณู หรือพลังอะไรก็ตาม ก็ไม่มีพลังอันไหนจะยิ่งใหญ่ไปกว่า พลังทิพย์พลังวิญญาน ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า

มโนปุพฺพพฺงคมา ฌมฺมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา

มโนคือวิญญาน เป็นสิ่งที่ไปก่อนหรือมาก่อนสิ่งทั้งหลาย คือเป็นรากฐาน เป็นมูลเหตุ เป็นที่มาของสิ่งทั้งหลาย วิญญานประเสริฐกว่าสิ่งทั้งหลาย สิ่งทั้งหลายสำเร็จหรือ เกิดมาจากวิญญาน

ต้องศึกษาเรื่องวิญญานดังที่ได้อธิบายมาโดยสังเขปนี้ ให้เข้าใจดีเสียก่อน ถ้าหากไม่เข้าใจเรื่องนี้เป็นอย่างดีแล้ว ก็เป็นอันรับรองได้ว่า เรื่องพลังทิพย์ เรื่องความศักดิ์สิทธิ์ ที่คนทั้งหลายชอบอ้างขอให้คุ้มครอง หรือขอให้บันดาล อย่างนั้นอย่างนี้นั้น จะไม่มีทางเข้าใจได้ด้วยตนเองเลย หรือ ถึงแม้บางคนจะยอมรับว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์มีจริง ก็ยอมรับไป อย่างนั้นเอง โดยที่ตัวเองก็ไม่เข้าใจและไม่แน่ใจว่า *สิ่งศักดิ์สิทธิ์คืออะไร? เป็นอย่างไร? มีความศักดิ์สิทธิ์จริงหรือไม่?* แต่ถ้าหากเข้าใจเรื่องวิญญาน เรื่องโลกทิพย์

ดั่งที่ได้กล่าวมาเป็นอย่างดีแล้ว เรื่องสิ่งศักดิ์สิทธิ์ก็จะสามารถเข้าใจได้ด้วยตนเองไม่ต้องเชื่อตามตำราหรือเชื่อตามคนอื่น

สิ่งต่างๆ เกิดมาจากความคิด

เพราะคิดอยากจะมีร่างกาย ร่างกายก็ได้เกิดขึ้นนี่คือ บทสรุปใจความของคำว่า วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป หลักอันนี้ขอให้พิจารณาดูให้ลึกซึ้ง สิ่งซึ่งมองไม่เห็น จับต้องไม่ได้ สัมผัสด้วยประสาททั้งห้าไม่ได้ แต่สิ่งนี้ก็จริง และสิ่งนี้สามารถก่อให้เกิดสิ่งที่มองเห็นได้ สัมผัสได้ จับต้องได้ นี่คือข้อมูลที่เห็นกันอยู่เป็นปกติ แต่เป็นเพราะไม่เคยคิดอย่างนี้ ไม่เคยรู้อย่างนี้มาก่อนจึงได้มองข้าม สิ่งศักดิ์สิทธิ์ คือสิ่งที่จะบันดาลให้เกิดอะไรก็ได้ให้เป็นอะไรก็ได้

อีกอย่างหนึ่งในโลกทิพย์นั้น ความคิดซ้อนกันไม่ได้ เพราะใครคิดอะไร ความคิดก็จะปรากฏออกมาเป็นแสงสีต่างๆ คำพูดหรือเสียงที่พูด โดยที่พูดเสียงดนตรีซึ่งเกิดจากความคิดของคนเล่น ก็ปรากฏออกมาเป็นแสงสีต่างๆ

เหมือนกัน ในโลกทิพย์ไม่จำเป็นต้องมีโทรศัพท์ วิทยุ โทรทัศน์ เพราะคนในโลกทิพย์นี้แม้จะอยู่ไกลกัน ก็ยังสามารถส่งความคิดถึงกันได้ บอกทางจิตให้มาหากันได้ มองเห็นกันได้ ความคิดในโลกทิพย์นั้นมีอิทธิพลมากที่สุด ส่วนในโลกมนุษย์ ขอให้สังเกตดูให้ดี ความคิดของคนเรามีอิทธิพลมาก นับตั้งแต่ทำให้เกิดร่างกายขึ้นมา ตา หู จมูก ลิ้น กาย สมอง เครื่องมือของจิตเหล่านี้ ก็เกิดมาจากความคิด มันเป็นเรื่องไม่น่าเชื่อ แต่ก็ขอให้พิจารณาดูให้ละเอียด แล้วจะเข้าใจได้ คำพูดของคนเรา การแสดง กิริยาอาการ การแสดงสีหน้า น้ำเสียง สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลต่อคนอื่น และบันดาลให้เกิดอะไรต่ออะไรอยู่เสมอในชีวิตประจำวันนั้น *เบื้องหลังของสิ่งเหล่านี้คืออะไร? จิตใจของคนเราโดยปกติตกเป็นทาสความคิดของคนอื่นอยู่เสมอ ใช้หรือไม่?* ไม่มีใครที่จะเกิดทำอะไรด้วยตนเองล้วนๆ โดยไม่ได้รับความคิดมาจากใครเลย ฉะนั้นขอให้สังเกตให้ละเอียดความคิดของตัวเองล้วนๆ โดยไม่ได้รับมาจากใคร หรือไม่ได้รับอิทธิพลมาจากใครเลยนั้นเป็นไปได้ อย่าคิดเข้าข้างตนเอง อย่าสำคัญว่าตัวเองเป็นใหญ่ อย่าสำคัญ

ว่าฉันเป็นตัวของตัวเอง เพราะโดยความเป็นจริงแล้วคน
อย่างนี้ไม่มี ฉะนั้นจึงขอให้สังเกตเอาไว้

กระแสความคิดของคนเราวิ่งถึงกันได้ ซึ่งวิธีปกติแล้ว
ต้องอาศัยการดูการฟัง หรือการสัมผัสทางใดทางหนึ่งเป็นสื่อ
แต่ความจริง คนที่มีสมาธิสูงนั้น แม้จะอยู่ห่างไกลก็
สามารถจะส่งความคิดไปถึงคนอื่นได้ และทั้งสามารถจะ
มองเห็นกระแสคลื่นแห่งความคิดต่างๆ ได้ด้วย เพราะไม่ว่า
ในโลกมนุษย์หรือในโลกทิพย์ ความคิดที่เกิดขึ้นแต่ละครั้งนั้น
จะมีปรากฏเป็นแสงด้วยทุกครั้ง ซึ่งแสงที่วามนี้ในโลกทิพย์
มองเห็นได้ง่าย ส่วนในโลกมนุษย์ต้องอาศัยคนที่จิตเป็น
สมาธิขั้นสูงจึงจะเห็นแสงนี้ได้ กระแสความคิดซึ่งปรากฏ
เป็นแสงและเป็นคลื่นนี้สามารถแล่นไปได้ไกลแค่ไหนก็ได้
ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับพลังจิตจะมีมากน้อยแค่ไหน คือถ้ามีน้อยก็
ไปได้ไม่ไกล ถ้ามีมากก็ไปได้ไกลมาก อย่างลึ้มว่า :-

โดยปกติของคนเรานั้นย่อมจะได้รับการกระแสความคิด
จากคนด้วยกันอยู่เสมอ ทางตรงก็คือผ่านทางประสาททั้งห้า
ทางอ้อมก็คือได้รับในลักษณะของการดลใจให้คิดอย่างนั้น

อย่างนี้โดยไม่รู้สึกรู้ว่า ตนได้รับความคิดมาจากผู้อื่น และคำว่า
ผู้อื่นในที่นี้ หมายถึงทั้งมนุษย์และพวกโอปปาติกะทั้งหลายด้วย

เหตุไรคนเราจึงรับความคิดจากคนอื่น

ไม่ได้ทุกอย่าง?

อันคนที่มีสันดานชั่วนั้น จะสอนเพื่อจะให้เปลี่ยน
ความคิดและความประพฤติอย่างไร จะเห็นว่าทำได้ยาก
อย่างยิ่ง การที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะในขณะที่เขาฟังนั้น เขาจะ
คิดเหมือนอย่างที่ท่านเคยคิดอยู่ตลอดเวลา เขาจะคิดตาม
คนสอนไม่ได้ เมื่อละความคิดเดิมไม่ได้ ความคิดอันใหม่ซึ่ง
มีคุณลักษณะหรือมีคลื่นคนละอย่างกับของเขา จึงเข้าไปสู่
จิตใจเขาไม่ได้ ผลที่ได้รับก็เท่ากับเขาไม่ได้ฟังนั่นเอง
เหมือนเครื่องรับวิทยุซึ่งแม้แต่รับคลื่นใดคลื่นหนึ่งอยู่
ไม่ยอมเปลี่ยน ฉะนั้นคลื่นอย่างอื่นซึ่งไม่ใช่คลื่นอันเดียวกับ
ที่เขาจับอยู่ก็ย่อมจะเข้าไปในเครื่องรับอันนั้นไม่ได้ แต่ถ้า
เป็นคลื่นใกล้เคียงกัน ก็พอจะแทรกเข้าไปได้บ้าง ข้อนี้ฉันใด
คนที่เปลี่ยนความคิดเดิมไม่ได้ ก็เป็นในทำนองเดียวกันนี้

และจากข้อมูลอันนี้จะทำให้เข้าใจได้ง่ายว่า พลังแห่งความคิดหรือกระแสความคิดซึ่งจะมาจากใครก็ตาม บางคนรับได้ แต่บางคนรับไม่ได้ เป็นเพราะเหตุไร และถ้าคนไหนรับได้ก็เปลี่ยนความคิดไปตามกระแสที่เข้ามาใหม่นี้ได้ แต่ถ้าคนไหนรับไม่ได้ ตนเองเมื่อก่อนเคยคิดอย่างไร ประพฤติอย่างไร ก็จะเป็นไปเหมือนเดิม เพราะฉะนั้นก่อนอื่นจะต้องทำความเข้าใจในเรื่องนี้ให้ดีก่อน เพราะโดยปกติคนที่รับความคิดของใครได้นั้น ตนเองจะต้องมีพื้นที่ในทางนั้นอยู่บ้าง มิฉะนั้นแล้วจะรับอะไรไม่ได้เลย

คนดีรับสิ่งที่ดี ได้ง่าย คนชั่วรับสิ่งที่ชั่วได้ง่าย

เวลานี้คนในโลกส่วนใหญ่มักจะคิดกันแต่ในเรื่องชั่วร้าย เช่นคิดเบียดเบียนกัน เอาเปรียบกัน โกงกันฆ่ากัน อย่างนี้เป็นต้น ได้กล่าวมาแล้วว่า ความคิดทุกอย่างมีแสง และเป็นคลื่นสามารถวิ่งไปถึงจิตใจคนอื่นได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม เมื่อคนส่วนใหญ่นี้ มนุษย์ทั้งหลาย จึงได้รับอิทธิพลจากความคิดที่ชั่วร้ายกันมาก ผลที่เกิดขึ้นก็คือคนในโลกทำความชั่วกันมาก บังคับตนเองไม่ได้

เพราะพลังแห่งความชั่วร้ายนั้น มนุษย์ในโลกไม่เพียงแต่ได้รับจากมนุษย์ด้วยกันเท่านั้น หากยังได้รับมาจากพวกโอปปาติกะที่ชั่วร้ายด้วย นักการพนันที่เลิกเล่นการพนันไม่ได้ ซึ่งมักพูดกันว่า เป็นเพราะผีการพนันเข้าสิงนั้น ไม่ใช่เป็นเพียงคำเปรียบเทียบบ หรือพูดกันเล่นเฉยๆ เท่านั้น ความจริงก็เป็นอย่างที่ว่าด้วยเหมือนกัน กล่าวคือ คนที่เล่นการพนันนั้นมักจะมีผีนักการพนันเข้าสิงจริง ทั้งนี้ก็เพราะคนที่เคยเป็นนักการพนันนั้น เมื่อก่อนตายยังละนินสัยเติมไม่ได้ ตายแล้วนินสัยก็จะเหมือนเดิม คือยังชอบเล่นการพนันเหมือนสมัยเป็นมนุษย์ พวกนี้แหละจะคอยชักจูงจิตใจพวกนักการพนันทั้งหลายให้ต้องเล่นอยู่ตลอดไป เลิกไม่ได้ เพราะจิตของเขากับของผีรับความคิดซึ่งกันและกันได้ง่าย ในทำนองเดียวกัน คนที่ดีมีพื้นจิตใจดี มีความคิดที่ดีอยู่เสมอ ก็จะรับความคิดที่ดีจากผู้อื่นได้ง่าย ขอได้โปรดจำไว้ว่า คนที่อยู่คนละภุมินั้นโดยปกติย่อมจะพูดกันไม่รู้เรื่อง คำว่าคนละภุมินั้นในที่นี้หมายถึงภุมินในทางจิตใจ ไม่ได้หมายถึงชั้นของคนในสังคมซึ่งมักจะวัดกันด้วยฐานะทางการเงินหรือยศถาบรรดาศักดิ์ หรือวัตถุภายนอก

สื่อของพลังทิพย์

ได้กล่าวมาแล้วว่า โดยปกติของคนเราย่อมจะได้รับอิทธิพลมาจากความคิดของผู้อื่นอยู่เสมอ ไม่ทางตรงก็ทางอ้อม และสิ่งที่เป็นสื่อซึ่งจะทำให้ความคิดของเราไปถึงผู้อื่นหรือความคิดของผู้อื่นมาถึงเราได้ก็คือ คำพูดกิริยาท่าทาง สายตา น้ำเสียง สีหน้า ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสื่อที่จะทำให้ความคิดของฝ่ายหนึ่งไปถึงอีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งจะทำให้ผู้ที่ได้รับเกิดความคิดเห็น หรือเกิดความรู้สึกไปตามความคิดเห็นหรือความรู้สึกของผู้ที่ส่งมา เว้นไว้แต่ความคิดเห็น หรือความรู้สึกของผู้ส่งนั้นจะเข้ากันไม่ได้กับของผู้รับ ดังเช่นในกรณีของคนที่มีความรู้สึกนึกคิดอยู่กันคนละภูมิภาค หรือพื้นฐานทางจิตใจต่างกันมาก ในกรณีอย่างนี้ผู้ส่งจะไม่มีอิทธิพลต่อผู้รับ คือจะไปเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดของผู้รับไม่ได้ การส่งกระแสจิตจะไปถึงผู้รับหรือไม่ และจะมีอิทธิพลในมน้าวเขาได้หรือไม่ โปรดอย่าลืมข้อเท็จจริงอันนี้ ลำพังกำลังของสมาธิอย่างเดียวแม้จะสูงเพียงไร ก็ไม่ได้หมายความว่าสามารถเอาชนะใจคนอื่น หรือบังคับคนอื่นให้เป็นไปตามความประสงค์ของตนได้เสมอไป กระแสจิตของคนเราก็ก

คล้ายกับกระแสคลื่นวิทยุ ซึ่งถ้าเครื่องรับหมุนไม่ตรงกับคลื่นที่ส่งมา คลื่นนั้นก็เข้าไปในเครื่องรับไม่ได้ และยิ่งกว่านั้น กระแสจิตของคนเรามีความสลับซับซ้อนยิ่งกว่าคลื่นวิทยุ มากมาย ความเหมือนกันและต่างกันระหว่างความคิดเห็น ความรู้สึกนึกคิด สติปัญญา และคุณลักษณะอื่นๆ ของจิตใจของแต่ละคนนั้นมีมากมายยิ่งนัก คนที่จะพูดให้คนอื่น เข้าใจ เชื่อ และทำตามนั้น จะต้องรู้จักพูดในสิ่งที่เขามีพื้นพอดที่จะเข้าใจ เชื่อและทำตามได้ ถ้าพูดในสิ่งที่คนฟังไม่มีพื้นที่จะเข้าใจ หรือเชื่อได้แล้ว แน่จนคำพูดเหล่านั้นแม้จะดีเลิศสักเพียงใด ก็ย่อมจะไม่มีผลต่อผู้นั้น

ความคิดแล่นไปถึงผู้อื่นได้อย่างไร?

อนึ่ง ควรจะทำความเข้าใจในเรื่องนี้ให้กระจ่างแจ่มแจ้ง ขึ้นมาอีกชั้นหนึ่ง กล่าวคือ การที่เราพูดให้ใครก็ตามเกิดความเข้าใจได้ เชื่อถือเราได้นั้น จงสังเกตให้ดีว่า แม้ว่าคนฟังจะจำคำพูดของเราได้ทุกคำ และเข้าใจตามเราได้ทุกอย่างนั้น ก็ไม่ได้หมายความว่า ความรู้สึกนึกคิดของเราเข้าไปอยู่ใน

จิตใจของเขา ความจริงคำพูดของเราเป็นเพียงปัจจัยไปกระตุ้นให้ความรู้สึกนึกคิดในใจของคนอื่นเกิดขึ้น และการที่คนฟังจำได้แม่นยำใจตามเราได้ทุกอย่าง ก็เพราะเขามีพื้นในทางจิตใจเหมือนกับเราหรือใกล้เคียงกับเรา เขาจึงรับได้

สำนวนในคัมภีร์พุทธศาสนาใช้คำว่า **จิตไม่มีสังกมณะ** **สังกมณะ** แปลว่า **ก้าวไป** หรือ **กระโดดไป** จิตไม่มีสังกมณะ ก็เพราะจิตเกิดที่ไหนย่อมดับที่นั่น และจิตเกิดขึ้นมาเพียงชั่วขณะแล้วก็ดับ จิตที่ดับก็เป็นอันดับไป จิตที่เกิดใหม่ไม่ใช่ อันเก่า เหมือนกับเปลวไฟเกิดที่ไหนก็ดับที่นั่น เปลวไฟถึงแม้เราจะเห็นด้วยตาว่า มันสามารถกระโดดข้ามไปไหม้ที่อื่นได้โดยอาศัยลมพัดนั้น ถ้าคิดกันให้ละเอียดว่าเปลวไฟคืออะไร เกิดขึ้นมาได้อย่างไร ซึ่งถ้ารู้เรื่องนี้ละเอียด ก็จะยอมรับว่า เปลวไฟก็ไม่มีสังกมณะเหมือนกัน จิตก็เช่นเดียวกัน

ทั้งที่พิสูจน์ ได้ว่ากระแสจิตสามารถส่งไปถึงที่ไกลๆ ได้ก็จริง แต่ความจริงจิตเกิดที่ไหนก็ดับที่นั่น สังกมณะของจิตไม่มี เรื่องนี้ขอให้ทำความเข้าใจให้ดี เป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะผู้ที่รู้แน่นอนว่า กระแสจิตของตนจะมีอิทธิพลต่อคนอื่นมากน้อยเพียงไรนั้น จะต้องเข้าใจเรื่องนี้ดีมาก คนส่วนมาก

อยากจะส่งกระแสจิตของตนไปยังผู้อื่น และอยากให้ผู้อื่น
รับทราบกระแสจิตของตน แต่แล้วก็ไม่ได้ผลอะไรเลย ทั้งๆ
ที่ความจริงทุกครั้งเมื่อมีความคิดเกิดขึ้นในใจนั้น มันจะมี
กระแสพุ่งออกไปยังภายนอกด้วย และมันจะพุ่งไปยังบุคคล
หรือสิ่งของที่เรานึกถึง ซึ่งเรื่องนี้เคยกล่าวมาแล้ว และเป็น
เรื่องที่พิสูจน์ได้ว่าเป็นจริงตามนี้ การส่งกระแสจิตไม่เหมือนกับ
การส่งสิ่งของที่เป็นวัตถุไปยังคนอื่น แต่เหมือนกับครูให้
ความรู้แก่ศิษย์ความคิดของครูปรากฏรูปออกมาเป็นเสียง
เสียงไปเข้าหูคนฟัง เสียงที่เข้าไปถึงหูคนฟังและคนฟังๆ ได้ยิน
และรู้เรื่องด้วย ซึ่งคนฟังนั้นจะเกิดความเข้าใจ เกิดความรู้สึก
นึกคิดเหมือนผู้พูดหรือไม่ ย่อมขึ้นอยู่กับพื้นจิตใจของคนฟัง
เป็นปัจจัยสำคัญกว่าปัจจัยอย่างอื่นทั้งหมด การส่งกระแสจิต
ไปยังคนอื่นโดยผู้ส่งไม่ได้พูด ไม่ได้แสดงกิริยาอาการใดๆ เลย
และไม่เห็นตัวกันด้วย แต่ในบางกรณีคนรับก็รับได้นั้น เป็น
เพราะเหตุอะไรบ้าง และส่วนมากผู้รับจะไม่รู้สึกอะไรเลยนั้น
เป็นเพราะเหตุอะไรบ้าง ทั้งสองประเด็นนี้ต้องเข้าใจให้ดี
แล้วต่อไป จึงจะรู้ว่า พลังทิพย์ซึ่งจะอธิบายต่อไปข้างหน้า
นั้นจะมีผลต่อผู้รับจริงหรือไม่

ขออธิบายซ้ำอีกครั้งหนึ่งว่า โดยธรรมดาคนเราทุกคนย่อมจะได้รับกระแสความคิดจากผู้อื่นอยู่เสมอ ไม่ทางตรงก็ทางอ้อม ทางตรงคือผ่านทางสื่อคำพูด กิริยาท่าทาง น้ำเสียง สีหน้า เหล่านี้เป็นต้น ทางอ้อมคือไม่ผ่านทางสื่อเหล่านี้ แต่ได้รับในลักษณะของการดลใจและผู้ที่เกี่ยวข้องก็ส่งกระแสความคิดมาสู่มนุษย์อยู่เสมอ และมนุษย์ทั้งหลายก็ได้รับอิทธิพลจากกระแสความคิดของพวกเขา โอบปาทิกะทั้งหลายอยู่เสมอเช่นเดียวกัน ซึ่งคนที่จะรู้เรื่องนี้ดีนั้น จะต้องเป็นคนที่ได้สมาธิขั้นสูง ถึงขั้นที่มองเห็นกระแสความคิดที่ปรากฏออกมาเป็นแสงสีต่างๆ และสามารถมองเห็นพวกโอบปาทิกะทั้งหลายได้ด้วย

พลังแห่งความคิดก่อให้เกิดวัตถุขึ้นมาได้

พลังแห่งความคิดหรือกระแสจิตนี้ ถ้ามีความเข้มข้นมาก และสะสมวิบากมานาน เช่นอย่างพลังของจิตใต้สำนึกหรือภวังคจิตนั้น จะเห็นได้ชัดว่า สามารถบันดาลให้เกิดวัตถุ

ขึ้นมาได้ตามความต้องการ เช่นร่างกายของคนเราเกิดมาจากวิญญาณของเรา หรือสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นคน เป็นสัตว์ หรือเป็นพืช ชีวิตเหล่านี้เกิดมาจากวิญญาณของตนเองทั้งสิ้น

อันนี้ควรจะเข้าใจไว้ด้วยว่า พลังแห่งความคิด หรือพูดสั้นๆ ว่า พลังจิตสามารถจะบันดาลให้เกิดสิ่งต่างๆ ขึ้นมาได้หลายแบบ แบบหนึ่งซึ่งเป็นแบบที่เราคุ้นกันไปนั้น ต้องอาศัยการกระทำ อาศัยวัตถุ อาศัยเครื่องมือ เช่นคิดจะสร้างบ้าน ลำพังความคิดล้วนๆ ทำให้เกิดบ้านไม่ได้ และอีกแบบหนึ่งเรียกว่า **เนรมิต** คืออาศัยพลังจิตอย่างเดียวก็สามารถบันดาลให้เกิดสิ่งนั้นสิ่งนี้ขึ้นมาได้ และมักจะเกิดขึ้นทันที หรือไม่ทันที แต่ก็เร็วกว่าแบบที่ต้องอาศัยการกระทำ ด้วยความแตกต่างกันในเรื่องนี้อยู่ที่ พลังจิตมีมากหรือมีน้อยได้สะสมวิบากมานานพอหรือไม่ หลักอันนี้สำคัญมาก คนส่วนมากไม่ค่อยจะได้คิดกันถึงเรื่องนี้ ฉะนั้นจึงเชื่อกันแต่ในรูปที่ว่าต้องมีการกระทำด้วย ลำพังความคิดอย่างเดียวบันดาลให้เกิดสิ่งต่างๆ ไม่ได้ คนมีบุญมากมักจะได้อะไรต่างๆ ตามที่ต้องการโดยไม่ยาก ไม่ต้องออกแรงมาก

ไม่ต้องเหนื่อยมาก ก็ได้สิ่งนั้น ส่วนคนมีบุญน้อย กว่าจะได้
อะไรมา มักจะต้องออกแรงมาก เหน็ดเหนื่อยมาก และ
ถึงแม้จะได้ก็ได้อย่างไม่สมบูรณ์ ตัวอย่างเหล่านี้อย่า
มองข้าม ขอให้พิจารณาดูให้ละเอียดด้วยโลกมนุษย์กับ
โลกทิพย์นั้น โดยเนื้อแท้แล้วเหมือนกัน เช่นเดียวกับน้ำเหลว
น้ำแข็ง ใอน้ำ ทั้ง ๓ อย่างนี้ โดยเนื้อแท้แล้วเหมือนกัน ชีวิต
ในโลกมนุษย์กับชีวิตในโลกทิพย์ ของในโลกมนุษย์กับของ
ในโลกทิพย์ โดยเนื้อแท้เกิดขึ้นมาจากสาเหตุอย่างเดียวกัน
เพียงแต่ต่างกันในเรื่องเวลาเท่านั้น เช่นกายมนุษย์กว่าจะ
เกิดและสมบูรณ์ใช้เวลานานมาก ส่วนในโลกทิพย์เกิดเพียง
ชั่วขณะจิตเดียว คนมีบุญในโลกมนุษย์กว่าจะได้สิ่งของที่
ต้องการ จะต้องอาศัยการกระทำและใช้เวลานาน ส่วนคน
มีบุญในโลกทิพย์ต้องการสิ่งใด สิ่งนั้นเกิดได้ทันทีคนมีบาป
ในโลกมนุษย์กว่าจะได้รับผลของบาป บางทีก็นานมาก
ส่วนคนมีบาปในโลกทิพย์ได้รับผลของบาปทันทีไม่ต้องรอนาน

อภิญญาทางวัตถุหรืออภิญญาทางวิทยาศาสตร์ เช่น
วิทยุ โทรทัศน์ เรดาร์ คอมพิวเตอร์ เครื่องบิน เรือดำน้ำ
เหล่านี้เป็นต้นก็เกิดจากพลังจิตบันดาลให้มีขึ้น แต่ต้อง

อาศัยการกระทำ และอาศัยสิ่งอื่นๆ อีกหลายอย่าง ลำพังความคิดอย่างเดียวทำให้เกิดสิ่งเหล่านี้ไม่ได้ ส่วนอภิญญาทางจิต เช่นหุทิพย์ ตาทิพย์ อ่านใจคนอื่นได้ ระลึกชาติได้ ไปไหนได้ด้วยกายทิพย์ สิ่งเหล่านี้กว่าจะเกิดขึ้นมาได้ก็ต้องอาศัยการสะสมวิบากมานาน คือต้องฝึกหัดมาก แต่ในเมื่อเคยทำได้สักครั้งหนึ่งแล้วต่อไปก็ทำให้เกิดได้รวดเร็ว เพียงชั่วขณะจิตเดียวก็สามารถจะมีอภิญญาเหล่านี้ได้ ตัวอย่างเหล่านี้ก็ขอให้พิจารณาโดยละเอียด เพราะโดยเนื้อแท้แล้วอภิญญาทางวัตถุกับอภิญญาทางจิตนั้นมีต้นกำเนิดเหมือนกัน ข้อสำคัญอย่ามองผิวเผิน และจะต้องเข้าใจเรื่องวิญญาณอย่างลึกซึ้ง และรู้ละเอียดว่าวิญญาณได้แสดงสมรรถภาพออกมาในรูปแบบบ้าง จึงจะยอมรับว่า อภิญญาทางวัตถุกับอภิญญาทางจิตนั้นมีต้นกำเนิดเหมือนกัน และกล่าวได้อีกว่า คนที่มีพื้นสมาคีตี่ถึงขั้นที่จะได้อภิญญาทางจิตนั้น ถ้าไปเรียนและฝึกฝนทางวิทยาศาสตร์ เขาก็จะเป็นนักประดิษฐ์ชั้นยอดเยี่ยมของโลกทีเดียว สิ่งใดที่คนอื่นคิดทำขึ้นมาไม่ได้ แต่คนประเภทนี้จะคิดทำขึ้นมาได้ และในทำนองเดียวกัน คนที่มีสติปัญญาสามารถประดิษฐ์สิ่งมหัศจรรย์ขึ้นมาได้นั้น

ถ้ามาเรียนฝึกฝนในทางสมาธิ เขาก็จะสามารถเข้าสมาธิถึง
ชั้นฌานได้โดยไม่ยาก

อนึ่งขอได้โปรดเข้าใจด้วยว่า พลังจิตหรือสมรรถภาพ
ของจิต ซึ่งมีมาตั้งแต่กำเนิดและมีอยู่แล้วด้วยกันทุกคนนั้น
ถ้ารู้จักฝึกฝนให้ถูกทางแล้ว จะก่อให้เกิดประโยชน์ได้
มากมายยิ่งนัก เพราะเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสไว้ว่า:-

ดูกรภิกษุทั้งหลาย เรามองไม่เห็นเลยซึ่งธรรมอื่น
แม้สักอย่างเดียว ที่บุคคลอบรมทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไป
เพื่อประโยชน์อย่างใหญ่หลวง เหมือนนออย่างจิต ดูกรภิกษุ
ทั้งหลาย จิตที่อบรมทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์
อย่างใหญ่หลวง

และข้อความที่ตรงกันข้ามกับความหมายอันนี้
พระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสไว้เหมือนกันคือ:-

ดูกรภิกษุทั้งหลาย เรามองไม่เห็นเลยซึ่งธรรมอื่น แม้
สักอย่างเดียว ซึ่งถ้าหากไม่ได้อบรมทำให้มากแล้วย่อม
เป็นไปเพื่อความหายหน้าอย่างใหญ่หลวง เหมือนนออย่างจิตนี้เลย

ดูกรภิกษุทั้งหลาย จิตที่ไม่ได้อบรมทำให้มากย่อมเป็นไป
เพื่อความหายนะอย่างใหญ่หลวงทีเดียว

ข้อความทั้ง ๒ บทนี้ มีอยู่ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๐
หน้า ๖ และหน้า ๗ ข้อที่ ๒๘ กับข้อที่ ๒๙ ข้อความทั้ง ๒ บทนี้
ขอให้พิจารณาดูให้ละเอียด และขอให้นึกถึงพุทธพจน์ที่เคย
กล่าวมาแล้วบ่อยครั้งประกอบด้วย คือพุทธพจน์ที่ว่า
“วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามและรูป” “ตัวเราคือ
ร่างกายเกิดมาจากวิญญาณของเรา” “ทุกสิ่งทุกอย่างเกิด
มาจากวิญญาณ - มโนปุพฺพพฺพคฺมา ฅมฺมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา”
และขอให้นึกต่อไปถึงเรื่อง อภิญญาต่างๆ เช่น อิทธิวิธิ การ
แสดงอิทธิปาฏิหาริย์ต่างๆ หูทิพย์ ตาทิพย์ ฯลฯ สิ่งเหล่านี้
เกิดขึ้นก็เพราะอาศัยการอบรมจิต ซึ่งต้องทำมาก ทำมาแล้ว
หลายชาติ จึงจะสามารถมีอภิญญาเหล่านี้เกิดขึ้นได้ และ
ขอให้นึกต่อไปอีกถึงเรื่องที่ว่า อะไรคือต้นเหตุที่ทำให้คนเรา
ต้องไปสู่อบายภูมิ? และอะไรคือต้นเหตุที่ทำให้คนเราไปสู่
สุคติภูมิ? คนที่จะมีความสุขหรือความทุกข์ ความเสื่อม
หรือความเจริญแค่ไหนอย่างไร ในปัจจุบันนี้ได้มองเห็น
หรือไม่ว่า ต้นเหตุมันอยู่ที่ใจของคนเรานั้นเอง ซึ่งถ้า

พลังแห่งความคิดก่อให้เกิดวัตถุขึ้นมาได้

๓๕

มองเห็นถึงความจริงต่างๆ ดังที่ได้สรุปมาให้ฟังนี้แล้ว เราก็จะเห็นด้วยกับพุทธพจน์ทั้งสองบทดังที่ได้อ้างมาแล้วนั้น อย่างแน่นอน **“ทุกอย่างเกิดจากใจ สำคัญที่ใจ”** ฉะนั้น ในเมื่อจิตใจได้รับการอบรมอย่างดีแล้วก็ย่อมจะต้องได้รับประโยชน์อย่างมากมาย และตรงกันข้าม จิตใจของคนที่ไม่ได้มีการอบรมนั้น แน่แน่นอนผลเสียหายก็จะต้องมีมาก เช่นเดียวกัน

การแผ่เมตตา

พลังทิพย์ก็คือพลังวิญญาณ อันนี้โปรดจำไว้ให้ดีอย่าเข้าใจเป็นอย่างอื่น ร่างกายของเราเกิดมาจากพลังงาน วิญญาณ ตาเห็น หูได้ยิน สมองนึกคิด นี่ก็คือพลังวิญญาณ ได้แสดงปรากฏการณ์ออกมาให้เห็น หรือให้เรา รู้จักได้ อย่างชัดเจน ร่างกายเคลื่อนไหวได้ อวัยวะต่างๆ ทำงาน ตามหน้าที่ของตนเองได้ ก็เพราะยังมีวิญญาณอยู่ในร่างกาย เวลานอนหลับแล้วฝัน ตัวเราในความฝันเรื่องราวต่างๆ ในความฝันนั้นเกิดจากความรู้สึคนึกคิดของจิตได้สำนึก ซึ่งทางพุทธศาสนาเรียกว่า ภาวังคจิตหรือภาวังควิญญาณ

และบางคนก็ฝันแม่นและฝันเห็นได้ชัด ตื่นขึ้นมาแล้วยังจำ เหตุการณ์ในความฝันได้อย่างแม่นยำ นี่ก็คือสภาพของจิต ซึ่งในขณะที่นอนหลับนั้นมีลักษณะคล้ายกับคนที่ได้สมาธิ ขั้นลึก ซึ่งสามารถที่จะเนรมิตกายทิพย์ออกมาได้อย่าง สมบูรณ์ ฉะนั้นสิ่งที่พบเห็นได้ยินในขณะที่นอนหลับและฝันนั้น จึงมีลักษณะเหมือนกับพวกกายทิพย์หรือพวกโอปปาติกะ ทั้งหลาย คือพวกนี้เห็นอะไรหรือได้ยินอะไร ก็หมายถึงได้ เห็นของจริง ได้ยินของจริง ไม่ใช่นึกเอาเอง และอะไรก็ตาม ถ้าเห็นหรือได้ยินด้วย ตาทิพย์ หูทิพย์ คือตาหูอย่างของ พวกโอปปาติกะทั้งหลายนั้น จะจำได้แม่นจำได้นานมาก ผู้ที่สามารถระลึกชาติได้ก็เช่นเดียวกัน ที่ระลึกขึ้นมาได้นั้น ไม่ใช่ระลึกได้โดยอาศัยกายเนื้อ เพราะในขณะที่ระลึกชาติ ได้นั้น จิตจะต้องอยู่ในภาวะที่ไม่รู้สึกถึงกายเนื้อและสิ่ง ภายนอกอย่างสมบูรณ์มาก และในขณะที่ระลึกชาตินั้น วิญญาณได้อยู่ในร่างของกายทิพย์ ซึ่งเป็นกายทิพย์ที่ สมบูรณ์ เหมือนกับกายของเหล่าเทพเจ้าทั้งหลาย ซึ่งพวกนี้ สามารถระลึกชาติของตน หรือชาติของคนอื่นได้โดยไม่ยาก

อนึ่งในขณะที่คนเรากำลังจะตาย ทุกคนที่ไม่ใช่เป็นพระอรหันต์นั้นจะต้องมีกายทิพย์เกิดใหม่แทนกายเนื้อซึ่งกำลังจะตาย ซึ่งกายทิพย์ที่เกิดขึ้นนี้ก็เกิดจากจิตใต้สำนึก และผู้ที่มีฤทธิ์ทั้งหลายนั้นสามารถจะบันดาลให้เกิดอะไรก็ได้ โดยเฉพาะในโลกทิพย์นั้นการบันดาลให้เกิดสิ่งต่างๆ เป็นเรื่องปกติธรรมดา ผู้ที่มีฤทธิ์หรือผู้ที่ได้อภิญญา นั้น ก็คือผู้ที่สามารถละทิ้งกายเนื้อและเข้าอยู่ในกายทิพย์ได้ทันที ตามความตั้งใจทุกครั้งทุกขณะ ซึ่งถ้าเข้าใจตามนี้ ก็จะเห็นว่าเรื่องการแสดงอิทธิปาฏิหาริย์ต่างๆ นั้นไม่ใช่เรื่องผิดธรรมดา หรือไม่ใช่เรื่องเหลือวิสัย ผู้ที่รู้เรื่องกฎเกณฑ์ของวัตถุเป็นอย่างดีย่อมสามารถจะสร้างอภิญญาทางวัตถุขึ้นมาได้ เช่นสร้างวิหตุ สร้างโทรทัศน์ขึ้นมาได้เป็นต้นฉันใด ผู้ที่เข้าใจเรื่องชีวิตเรื่องวิญญาณอย่างดี ทั้งในโลกของมนุษย์และโลกของโอปปาติกะทั้งหลายนั้น เขาก็ย่อมจะรู้เป็นอย่างดีว่า การแสดงอิทธิปาฏิหาริย์ต่างๆ นั้นเป็นไปได้อย่างไร

จากเรื่องราวที่สรุปมาให้ฟังนั้น แสดงให้เห็นว่าพลังทิพย์หรือพลังวิญญาณนั้นมีความสำคัญยิ่งใหญ่เหนือสิ่งอื่นใด

ทั้งหมด ซึ่งเมื่อเข้าใจเรื่องต่างๆ เหล่านี้ดี ก็จะทำให้เข้าใจ เรื่องอำนาจของการแผ่เมตตา หรืออำนาจของการแผ่ส่วน กุศลว่าจะมีผลเป็นจริงดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้หรือไม่?

บทแผ่เมตตา

บทแผ่เมตตาที่ใช้กันทั่วไปนั้น ก็คือข้อความที่ว่า:-

สพฺเพ สตฺตา อเวรา อพฺยาปชฺฌา อนิฆา สุขี อตฺ ตานํ ปรีหฺรณฺตุ

สัตว์ทั้งหลาย ผู้เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่เจ็บตาย ด้วยกันหมดทั้งสิ้น ขออย่าได้มีเวรมีภัยต่อกันและกันเลย ขออย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย ขออย่าได้มีความ ทุกข์กายทุกข์ใจเลย ขอให้มีความสุขกายสุขใจ รักษาตน ให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเทอญ.

บทแผ่เมตตาอันนี้ใช้กันแพร่หลาย เป็นที่รู้จักกันทั่วไป แต่คำแปลของบทนี้อาจจะผิดแปลกแตกต่างกันบ้าง แต่ถึง กระนั้นใจความก็เหมือนกัน นอกจากนี้ในบทสวดมนต์คือ เมตตสูตร ซึ่งขึ้นต้นด้วยคำว่า กรณียมตุถกุสเลน ยนฺตุ

สนธิ์ ปทํ อภิสเมจฺจ ฯลฯ ก็เป็นบทแผ่เมตตาเหมือนกัน และ
เป็นบทที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ ขอให้พิจารณาดูคำแปล
โดยละเอียด แล้วจะทราบความหมายได้ดีว่า การแผ่เมตตา
นั้นหมายความว่าอย่างไร ผู้ที่เมตตาจะได้รับประโยชน์อย่างไร
และผู้ที่ได้รับจะได้ประโยชน์อย่างไร

บทแผ่เมตตาตามนัยของเมตตสูตร

กุลฺลบุตรผู้ต้องการจะบรรลุถึงทางสงบคืออนิพพานนั้น
พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้แผ่เมตตา คือให้อธิษฐานกล่าวในใจ
หรือจะกล่าวด้วยวาจาก็ได้ดังนี้:-

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้มีความสุข มีความเกษม
มีตนถึงซึ่งความสุขเถิด (สุขิโน วา เขมิโน โหนตุ สพฺเพ
สตุตา ภวนตุ สุขิตตุตา)

สัตว์เหล่าใดก็ตามซึ่งยังมีชีวิตอยู่ จะยังเป็นผู้สดุ้งอยู่
(คือยังมีตัณหา) หรือเป็นผู้มั่นคงแล้ว (คือไม่มีตัณหาแล้ว)
ก็ตาม (เยเกจิ ปาณญตฺตติ ตสา วา ธารว วา อนวเสสา)

สัตว์เหล่าใด ซึ่งจะเป็นชนิดตัวยาว (เช่นงู) หรือตัวใหญ่ (เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย) หรือจะเป็นชนิดปานกลาง หรือจะเป็นชนิดตัวสั้นตัวเล็กตัวน้อย อ้วนหรือผอมก็ตาม (ที่ฆ่า วา เย มหนตา วา มชฺฌิมา รสฺสกา อนุกถฺฐา) จะเป็นผู้ที่เราเคยเห็นหรือไม่เคยเห็นก็ตามจะอยู่ใกล้หรืออยู่ไกลก็ตาม (ทิวฺฐา วา เย จ อทิวฺฐา เย จ ทูเร วสนฺติ อวิทฺทูเร) ที่เกิดขึ้นมาแล้ว หรือกำลังแสวงหาภพเกิดก็ตาม (ภูตา วา สมภเวสี วา)

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงเหล่านั้น จงเป็นผู้มีตนถึงซึ่งความสุขเถิด (สพฺเพ สตฺตา ภวนฺตุ สุขิตตฺตา)

และขอให้สัตว์ทั้งหลายอย่าได้ข่มเหงทำร้ายซึ่งกันและกันเลย (น ปโร ปริ นิกฺุพฺเพถ ตามคฺัพท์ฺแปลว่า สัตว์อื่นอย่าพึงข่มเหงสัตว์อื่น)

และขออย่าได้ดูหมิ่นใครๆ ไม่ว่าในเรื่องอะไร และไม่ว่าที่ไหนๆ (นาติมณฺญฺเถ กตฺถจิ นํ กิณฺฺจิ อย่าพึงดูหมิ่นอะไรๆ เขาในที่ใดๆ เลย)

และขออย่าได้ปรารถนาความทุกข์ให้แก่กันและกัน เพราะความกริ้วโกรธ หรือเพราะความแค้นเลย (พฺยาโรสนา ปฏิฆสญญา นาณญมณญสฺส ทุกฺขมิจฺเจยฺย)

มารดาผู้มีบุตรซึ่งเกิดจากตนเพียงคนเดียว ย่อมจะมีเมตตาอย่างซาบซึ้งในบุตร และทนุถนอมบุตรนั้นด้วยชีวิตฉันใด ก็พึงมีใจเมตตาในสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงเหมือนมารดาเมตตาบุตร โดยไม่จำกัดว่าเป็นใคร หรือเป็นอะไรฉันนั้น (มาตา ยถา นิยํ ปุตฺตํ อายุสา เอกปุตฺตมฺนุรกฺเข เอวมปิ สพฺพญฺเตสุ มานสมฺภาวเย อปริมาณํ)

อนึ่งพึงมีใจประกอบไปด้วยเมตตา (คือแผ่เมตตาไป) โดยไม่มีประมาณ (คือไม่จำกัดขอบเขต) ไปในโลกทั้งสิ้น (เมตฺตญฺจ สพฺพโลกสฺมี มานสมฺภาวเย อปริมาณํ) ทั้งเบื้องบน (แผ่ไปยังสวรรค์หรือบุคคลที่สูงกว่า) เบื้องต่ำ (อบายภูมิหรือบุคคลที่ต่ำกว่า) เบื้องเฉียง (คือแผ่ไปในโลกมนุษย์ทุกทิศ) ซึ่งในการแผ่เมตตานั้น ขออย่าให้ทำใจคับแคบ อย่าให้ในใจมีความโกรธเคือง มีเวรมีภัยกับใคร เป็นศัตรูกับใครๆ (อุทฺธํ อโร จ ติริยญฺจ อสมฺพารํ อเวรํ อสฺปตฺตํ)

ผู้เจริญเมตตาจิตนั้น จะยืนอยู่ก็ดี หรือเดินอยู่ก็ดี หรือนั่งอยู่ก็ดี หรือนอนอยู่ก็ดี ตราบใดที่ไม่ง่วง ก็ขอให้ตั้งสติ อันนี้ไว้ (คือให้จิตมีแต่ความเมตตาอยู่ทุกอิริยาบถ) (ติฏฐุณฺวํ นิสินฺโน วา สยาโน วา ยาวตสฺส วิคตมิทฺโธ เอตํ สติง อธิฏฺฐุณฺย)

ผู้ที่มีใจประกอบด้วยเมตตาทุกอิริยาบถ ทั้งมีเมตตา ในสรรพสัตว์ทั้งหลายโดยไม่เลือกหน้าเช่นนี้ บัณฑิต ทั้งหลายย่อมกล่าวว่าผู้เป็นพรหมในโลกนี้ (พรหมเมตํ วิหาริ อิทฺมาหุ)

และผู้ที่มีเมตตาเช่นนี้ หากไม่เข้าถึงทิฏฐิ (คือไม่เป็น มิจฉาทิฏฐิ โดยเฉพาะคือลัทธิสัสตทิฏฐิ) เป็นผู้มิตีลถึงพร้อม ด้วยทัสนะ (คือได้โสดาปัตติมรรค) และกำจัดความกำหนัด ในกามทั้งหลายได้หมดแล้ว (คือตัดกามราคะ ปฏิฆะ สังโยชน์ได้ขาด) ก็จะไม่มานอนในครรภ์อีกต่อไป (คือจะไม่มา เกิดในโลกมนุษย์ ซึ่งจะต้องมาเกิดอยู่ในท้องแม่นอนในครรภ์ เพราะผู้ละสังโยชน์นี้ได้หมดแล้ว จะไปเกิดเป็นโอปปาติกะ อยู่ในพรหมชั้นสุทธาวาส และจะได้เป็นพระอรหันต์ ปรีนิพพานในโลกนี้ โดยไม่ต้องมาเกิดเป็นมนุษย์อีก)

(ทิวัญญิบจ ออนุปคฺมฺม ลีลวา ทสฺสเนน สมฺปนฺโน กาเมสุ
วิเนยฺย เคธํ น หิ ชาตุ คพฺภเสยฺยํ ปฺนเรตฺติ)

บทแผ่เมตตาทั้ง ๒ บทดังที่กล่าวมานี้ จะเห็นว่าการแผ่เมตตา ก็คือ การแพร่ความคิดอันประกอบไปด้วยความเป็นมิตร หรือความปรารถนาดีไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลาย ผู้ที่มีความเมตตา ก็คือ ผู้ที่ไม่คิดประทุษร้ายใคร ไม่คิดเบียดเบียนใคร ไม่คิดทำให้ใครเดือดร้อน และไม่โกรธไม่เกลียดใคร ไม่มีความริษยาใคร ไม่มีความอาฆาตพยาบาทใคร ไม่คิดจองเวรใคร ตรงกันข้ามในใจมีแต่ความปรารถนาดี คิดแต่จะให้คนและสัตว์ทั้งหลายมีความสุขความเจริญ มีความปลอดภัย พร้อมทั้งปรารถนาจะให้คนและสัตว์ทั้งหลายมีความคิดเหมือนกับตนด้วย นี่คือความหมายของการแผ่เมตตา

ปัญหามีอยู่ว่า เมื่อตนเองคิดอย่างนั้น แล้วจะเกิดผลดีอะไรขึ้นมาทั้งแก่ตนเองและคนอื่น?

ผลดีที่เห็นได้ชัดอย่างหนึ่ง ซึ่งจะเกิดกับผู้ที่มีจิตประกอบไปด้วยความเมตตาอยู่เสมอ นั่นก็คือ ในใจจะมีแต่

ความสุขความแจ่มใส ความเบิกบาน ความชุ่มชื้นอยู่เสมอ
ไม่ว่าจะมีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น คือถึงแม้ตนเองจะถูกเขาตำ
เขาว่า เขาตำหนิ หรือถูกเขาประทุษร้าย ถูกเขาแกล้ง
ได้รับความอับยติธรรม ผิดหวัง ถูกขัดใจ ประสบสิ่งที่ไม่พอใจ
หรือมีเหตุการณ์อะไรก็ตามที่จะทำให้เกิดความโกรธ ความ
ขุ่นเคือง ความไม่พอใจ ความก্লุ้มใจ หรือเกิดความแค้น
เกิดความอาฆาตพยาบาทนั้น สำหรับผู้ที่สามารถทำใจให้
ได้จริงๆ เหมือนอย่างในบทแผ่เมตตาานั้น ความทุกข์ต่างๆ
ดังกล่าวนั้นจะไม่เกิดขึ้นเลย และถ้าผู้ใดซึ่งเมื่อก่อนเป็นคน
ขี้โมโหโทโส โกรธง่าย ใจน้อย ถูกใครขัดใจ หรือขัดคอไม่ได้
ถูกว่าถูกตำหนิไม่ได้ เป็นต้องโกรธขึ้นมาทันทีนั้น ถ้าได้
พยายามหัดแผ่เมตตาบ่อยๆ ดังที่ได้กล่าวไว้ นั้นนิสัยที่ไม่ดี
อันนี้ก็จะค่อยๆ หหมดไป ในที่สุดก็จะกลายเป็นคนมีนิสัย
เยือกเย็น อารมณ์ขุ่นมัวไม่มีเลย อานิสงส์ที่ว่าจะต้อง
ได้รับอย่างแน่นอน ขอสำคัญขอให้คิดหรือกล่าวออกมา
ด้วยความจริงใจ อย่าสักแต่ว่าเมื่อเขาบอกให้แผ่เมตตา
อย่างไร ก็ทำไปอย่างนั้น หรือทำไปตามความเคยชิน ทำไป
ตามประเพณี เมื่อเขาแผ่เมตตาแก่กัน เราก็แผ่กับเขาบ้าง

ส่วนใจจริงนั้นมิได้มีความรู้สึกเมตตาต่อคนและสัตว์
ทั้งหลายเหมือนอย่างที่ถูก หรืออย่างที่คุณคิดแผ่ในใจนั้นเลย
ต้องจำไว้ให้ดีกว่า คนที่แผ่เมตตาซึ่งจะได้ผลจริงๆ นั้น
ข้อสำคัญต้องมีความจริงใจ ต้องหัดทำใจให้เกิดความรัก
ความปรารถนาดี เกิดความเอ็นดูเกิดความสงสาร
แม้กระทั่งคนที่เคยเป็นศัตรูกันมา และคนที่เราเคยโกรธ
เคยเกลียดเคยคิดอาฆาตจองเวรกับเขานั้น เราก็ต้อง
พยายามหัดลบล้างความรู้สึกเหล่านี้ให้หมดไปให้ได้

“มารดาผู้มีบุตรที่เกิดจากตนเพียงคนเดียวนั้น เขา
รักเอ็นดู เมตตาสงสารรักใคร่ลูกของเขาอย่างไร มีความ
อดทนต่อลูกของเขาอย่างไร ถ้าหากผู้ใดสามารถทำใจต่อ
ผู้อื่นได้เหมือนกับมารดาเมตตาบุตรเช่นนี้ ย่อมจะได้รับ
อานิสงส์ยิ่งกว่าที่กล่าวมาแล้วอีกมาก ขอได้โปรดศึกษา
เรื่องอานิสงส์ของเมตตา ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้
ดังต่อไปนี้ก่อน คือ:-

อานิสงส์เมตตา ๑๑ อย่าง

๑. หลับเป็นสุข
๒. ตื่นเป็นสุข
๓. ไม่ฝันร้าย
๔. เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย
๕. เป็นที่รักของอมมนุษย์ทั้งหลาย
๖. เทวดาทั้งหลายย่อมรักษา
๗. ไฟ ศาสดตรา หรือยาพิษใดๆ ไม่อาจทำอันตรายได้
๘. จิตเป็นสมาธิได้เร็ว
๙. สีหน้าผ่องใส
๑๐. ไม่หลงตาย
๑๑. แม้จะยังไม่ได้บรรลุมรรคผลนิพพาน แต่เมื่อตายแล้ว ก็จะได้ไปเกิดในพรหมโลก

คำว่า เมตตาเจโตวิมุติ นี้หมายถึง เมตตาที่บริสุทธิ์ คือเป็นความเมตตาที่ไม่หวังผลตอบแทน เป็นความเมตตาที่ไม่ประกอบไปด้วยกิเลส เช่น ราคะ หึงสาวกับชายหนุ่ม

ที่มีความรักต่อกันนั้น มักจะมีความเมตตาต่อกันอย่างลึกซึ้ง แต่ถึงกระนั้นความเมตตาเช่นนี้ก็ไม่ใช่บริสุทธิเพราะเจือปนไปด้วยราคะ พ่อแม่ย่อมมีเมตตาต่อลูกความเมตตานี้ค่อนข้างจะบริสุทธิก็จริง แต่ถึงกระนั้นก็ยังไม่บริสุทธิ เพราะถ้าลูกทำอะไรไม่ถูกใจ ชัดใจ ไม่ทำตามความประสงค์ ก็มักจะเกิดความโกรธ ความขุ่นเคือง หรือเกิดความเสียใจ เกิดความน้อยใจ ความเมตตาเหล่านี้ก็ยังไม่บริสุทธิหมดจดทีเดียว ความเมตตาเช่นนี้ก็ยังไม่เรียกว่าเป็นเมตตาเจโตวิมุติ

อนึ่ง โดยปกติผู้ที่จะมีความเมตตาชนิดที่เรียกว่าเป็นเจโตวิมุตินั้น จะต้องเป็นผู้ที่ได้ฌาน และจะต้องมีฌาน แก่กล้าด้วย คือจะต้องมีกำลังจิตหรือพลังจิตเข้มข้นมาก ในขณะที่ตั้งใจแผ่เมตตาไปยังผู้ใด หรือที่ไหนๆ ก็ตาม สำหรับผู้ที่มีสมาธิดี เขาจะสามารถเห็นแสงอันเกิดจากพลังจิตอันประกอบไปด้วยเมตตาที่ชัดเจนมาก ผู้ที่มีเมตตาสูงเช่นนี้เท่านั้น จึงจะได้รับอานิสงส์ครบทั้ง ๑๑ ข้อนั้น โดยเฉพาะข้อที่ ๗ ที่กล่าวว่า ผู้ที่มีเมตตาเจโตวิมุติ ไฟ ศาสดา หรือยาพิษใดๆ ไม่อาจจะทำอันตรายได้นั้น ข้อนี้จะได้ผลจริง

ก็เฉพาะผู้ที่มีเมตตาสูงและเป็นเมตตาที่บริสุทธิ์สะอาด
จริงๆ และข้อสำคัญคือต้องได้ฌานขั้นสูงด้วย อานิสงส์
เรื่องนี้จึงจะได้รับจริงๆ

ผู้ที่เห็นใครหรือนึกถึงใคร อยู่ร่วมกับใคร ก็มีแต่
ความหวังดี ความปรารถนาดีต่อผู้นั้นอยู่เสมอ ไม่เคยคิดให้
ร้ายหรือคิดในแง่ร้าย คิดในทางอกุศลกับใครๆ เลยนั้น
โดยส่วนตัวย่อมจะต้องได้รับผลดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้
นั้นอย่างแน่นอน และยิ่งกว่านั้น ถ้าใครทำอะไรที่ไม่ดีกับตน
ซึ่งโดยธรรมดาจะต้องเกิดความโกรธ ความเกลียด แต่แล้วก็
ให้อภัยได้เสมอ นั่น อานิสงส์ที่กล่าวนั้นย่อมจะเพิ่มพูนขึ้นอีก

แต่อย่างไรก็ดี คนทั้งหลายแม้จะทราบถึงอานิสงส์
เมตตาเช่นนี้ และเห็นด้วยทุกอย่างก็ตาม แต่แล้วก็ไม่มักจะ
ยอมปฏิบัติตาม ทั้งนี้ก็เพราะรู้สึกว่าการให้ความเมตตากัน
โดยไม่มีขอบเขตนั้น เป็นการกระทำที่ไม่ถูก เป็นการแสดง
ความอ่อนแอ แสดงความซื่อซลาด จะทำให้คนที่ทำผิดได้ใจ
ในเมื่อเขาทำอะไรผิดก็ให้อภัยกันเสียทั้งหมด คนที่ไม่คิดจะ
ฝึกหัดแผ่เมตตาจิตนั้น ส่วนมากก็มักจะคิดกันในทำนองนี้

แต่ความจริงแล้ว คนที่ไม่มีเมตตาคิดต่อคนอื่นหรือ
สัตว์อื่น ทั้งไม่คิดที่จะหัดด้วยนั้นเป็น เพราะนิสัยเดิมของตน
เป็นคนเห็นแก่ตัว ไม่มีความคิดที่จะเอื้อเพื่อเกื้อกูลใคร และ
เป็นคนมีนิสัยขี้โมโหโทโส หรือเป็นคนใจดำใจเหี้ยม ใครทำ
ร้าย หรือทำลายประโยชน์ ขัดขวางผลประโยชน์ ทำความ
เสื่อมเสียให้ เป็นต้องโกรธ คิดแก้แค้น ให้อภัยไม่ได้ นิสัย
ต่างๆ เหล่านี้ต่างหากที่ทำให้คิดเห็นไปว่า การให้อภัย การ
แผ่เมตตาคิดให้กับคนอื่นนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง และไม่
สมควรจะทำ

อันที่จริงคนที่ทำความผิด เขาก็จะต้องได้รับผลจาก
การกระทำผิดของเขาอยู่แล้ว โดยที่เราไม่ต้องไปซ้ำเติม
หรือไปแก้แค้นตอบแทน ซึ่งผลแห่งความผิดนั้นมันอาจจะ
ยังไม่ปรากฏให้เห็นได้ในปัจจุบัน หรือผลนั้นความจริงก็
ปรากฏให้เห็นอยู่แล้ว แต่เรามองไม่เห็นเอง จึงคิดว่าเรา
จะต้องเป็นผู้ลงโทษเสียเอง ไม่เช่นนั้นคนทำความชั่วทำ
ความผิดก็จะได้ใจ และบางคนอาจจะคิดไปถึงขนาดที่ว่า
ถ้าเราสอนให้คนภายในประเทศส่วนใหญ่เป็นคนมีเมตตา
แม้ต่อศัตรู ไม่คิดตอบแทน หรือไม่คิดที่จะทำการใดๆ อันจะ

เป็นการลงโทษศัตรูให้เข็ดหลาบ หรือกำจัดศัตรูให้หมดไปแล้ว
แม้แต่ทำใจดีกันอยู่นั้น ประเทศของเราจะต้องตกเป็นทาส
ของประเทศอื่นแน่นอน เพราะเวลาเกิดศึกสงคราม ศัตรูยก
กองทัพมาย่ำยี แต่แล้วคนภายในประเทศก็แม้แต่แม่เมตตาจิต
ไม่คิดต่อสู้ ก็เป็นการแน่นอนว่าประเทศชาติจะต้องตก
เป็นทาสเขาแน่นอน และการที่จะให้คนในชาติคิดต่อสู้
ทำการรบอย่างกล้าหาญไม่กลัวตายนั้น จำเป็นจะต้องปลุก
ให้คนในชาติรู้จักมีอารมณ์โกรธ เกลียด อาฆาต จ้องแค้น
ความรู้สึกลึกซึ้งนี้จะต้องรุนแรงจึงจะสามารถทำให้คนในชาติ
คิดต่อสู้ไม่ยอมใครได้ง่ายๆ บางคนคิดไกลไปถึงขนาดนี้
ทำนองเดียวกับบางคนคิดว่า ถ้าคนในชาติพากันบวชเสีย
ทั้งหมดแล้ว ชาติก็ต้องสูญอย่างแน่นอน หรือถ้าคนในชาติ
ถือศีลข้อปาณาติบาตกันทั้งหมดไม่มีใครยอมฆ่าสัตว์เลย
ก็เป็นการแน่ๆ ในแม่น้ำก็จะต้องหนาแน่นไปด้วยปลา
จนกระทั่งปลาเองก็จะต้องตายทำให้น้ำเน่า และสัตว์ป่าก็
คงจะต้องเข้ามาเพ่นพ่านอยู่ในเมือง พวกสัตว์ที่เป็น
อันตรายต่อมนุษย์เช่น หนู ยุง แมลงสาบ งู แมลงป่อง

ตะขาบ และสัตว์อื่นๆ ก็คงจะเต็มบ้านเต็มเมืองไปหมด แล้ว
คนเราจะอยู่กันได้อย่างไร

คนที่คิดดังที่กล่าวมานี้มีแน่ และอาจจะมีมากด้วย
ความจริงคนเหล่านี้คิดไปโดยที่ไม่ทราบว่าจะอะไรเป็นไปได้
อะไรเป็นไปไม่ได้ คิดไปตามตัวเลข คิดไปตามตัวหนังสือ
โดยไม่รู้ข้อเท็จจริงอย่างอื่น จึงได้วิตกกังวลเช่นนั้น เพราะโดย
ความเป็นจริงนั้นแม้แต่ในสมัยครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้า
ยังทรงมีชีวิตรอยู่ คนในสมัยนั้น ก็ไม่ได้พากันบวชหรือถือศีล
ดังที่กล่าวมานั้นทั้งหมด ในทำนองเดียวกัน ไม่ว่าเราจะ
สอนหรืออบรมกันอย่างไร มีวิธีการที่ดีพิเศษอย่างไร ก็ไม่
อาจจะทำให้คนทั้งหลายไม่โกรธ ไม่เกลียดใคร ไม่คิด
อาฆาตพยาบาทใคร ข้อนี้เป็นไปไม่ได้ เพราะนิสัยสันดานเดิม
ของคนเรามาตั้งแต่กำเนิดนั้น ไม่ใช่จะเปลี่ยนแปลงได้ง่ายๆ
และคนเราทุกคนเกิดมาต่างก็มีหน้าที่ๆ จะต้องทำไม่
เหมือนกัน เหมือนอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย ฉะนั้นจึงไม่
จำเป็นจะต้องวิตกกังวลคิดมากถึงขนาดนั้น

อันที่จริง คนเราซึ่งได้ชื่อว่าเป็นมนุษย์สูงกว่าสัตว์-
เดรัจฉานทั้งหลายนั้น ถ้าหากในชีวิตประจำวันคนส่วนมาก
ยังคงทำอะไรเหมือนกับสันดานของสัตว์ทั้งหลาย โลกนี้ก็
คงจะพินาศไปนานแล้ว เพราะการรบกวนการทำลาย
ของมนุษย์

และอีกอย่างหนึ่ง โดยธรรมดาคนที่ทำอะไรด้วย
ความโกรธความเกลียดนั้น ย่อมจะทำอะไรเกินพอดีหรือ
ทำอะไรผิดพลาดได้ง่ายมาก ตัวอย่างง่ายๆ เช่น คนสอง
คนเถียงกันทะเลาะกัน คนหนึ่งเถียงด้วยความโกรธ แต่อีก
คนหนึ่งใจเย็น ไม่โกรธ พูดด้วยใจเย็น เราก็จะเห็นว่าคนที่
โกรธนั้นจะต้องเสียเปรียบอย่างแน่นอนอนสติปัญญาไหวพริบ
ในการโต้ตอบ จะสู้คนใจเย็นไม่ได้ พ่อแม่ที่จะลงโทษลูกใน
เมื่อลูกทำความผิด ครูจะลงโทษศิษย์ก็เช่นเดียวกัน ไม่-
จำเป็นจะต้องมีอารมณ์โกรธหรือเกลียดก็ลงโทษว่ากล่าว
ตักเตือนได้ และจะได้ผลดีกว่าการลงโทษหรือการว่ากล่าว
ตักเตือนด้วยอารมณ์โกรธเสียอีก ในการทำศึกสงครามก็
เหมือนกัน ทหารที่ทำการรบด้วยความใจเย็น ไม่ได้ทำ
ด้วยอารมณ์โกรธ หรือเกลียดนั้น จะเป็นผลดีมากกว่า ยิ่งเป็น

แม่ทัพหรือเป็นผู้บังคับบัญชาด้วยแล้ว ในยามคับขัน จะต้องใจเย็นอย่างมาก จึงจะสามารถวางแผนรบได้ดี และอีกประการหนึ่งคนที่ใช้ชีวิตอยู่ด้วยอารมณ์ ทำอะไร ด้วยอารมณ์นั้น คือนอกจากจะเกิดความเสียหายได้ง่ายแล้ว สุขภาพทางร่างกายก็จะเสื่อมโทรมเร็วด้วย เพราะเหตุนี้ คนเราจึงจำเป็นที่จะต้องฝึกหัดบรรเทาความโกรธ ความเกลียด ความอาฆาตพยาบาทให้น้อยลงให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ซึ่งถ้าทำได้แล้วจะเป็นผลดีแก่ตนเองมากที่สุด ปัญหา สำคัญมีอยู่ว่า ทำอย่างไรเราจึงจะเป็นคนมีอารมณ์เยือก เย็น ไม่ขุ่นมัวง่าย จิตใจสดชื่นอยู่เสมอ อันนี้คือปัญหา สำคัญ เพราะฉะนั้นใครก็ตามเมื่อปรารถนาที่จะให้ตนเอง เป็นเช่นนี้ แล้วไม่คิดหัดแผ่เมตตา ดังที่พระพุทธเจ้าได้ ตรัสสอนไว้นั้นเรามีทางอื่นอีกหรือไม่ ที่จะฝึกหัดให้เราเป็น คนใจเย็นได้ดีเท่ากับการฝึกหัดแผ่เมตตา

การฝึกหัดแผ่เมตตาก็คือการฝึกหัดทำใจมิให้โกรธ เกลียดใคร มิให้คิดประทุษร้ายใครคิดเบียดเบียนใครไม่คิด ที่จะทำให้ใครเกิดความทุกข์เกิดความลำบาก ดังที่ได้ อธิบายมาแล้วนั้นจะเห็นว่า ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายนัก

ถ้าหากจะให้เกิดผลจริงๆ เพราะการแผ่เมตตา ซึ่งถ้าทำไปตามความเคยชิน ทำไปตามประเพณี ลึกแต่ว่าทำตามๆ กันไปนั้น ไม่เกิดประโยชน์อะไร ต้องฝึกหัดทำด้วยความจริงใจเท่านั้น จึงจะได้ประโยชน์จริงๆ ซึ่งขั้นตอนในการฝึกหัดมีอย่างไรบ้างนั้น จะนำไปอธิบายไว้ในตอนท้ายสำหรับในขั้นตอนนี้ ต้องการให้เข้าใจความมุ่งหมาย เหตุผลสาระประโยชน์ของการแผ่เมตตาว่ามีอะไรบ้างเสียก่อน และเท่าที่อธิบายมาก็เพียงชี้ให้เห็นเฉพาะในด้านที่เป็นประโยชน์แก่ตนเท่านั้น ยังไม่ได้อธิบายถึงประโยชน์ที่จะเกิดกับผู้อื่น หรือเกิดแก่ประเทศชาติว่ามีมากมายเพียงไร

การแผ่เมตตาเป็นประโยชน์ต่อโลกอย่างไร

มนุษย์เป็นสัตว์โลกที่ฉลาดกว่าสัตว์ทุกชนิด มนุษย์ได้ชื่อว่าเป็นทั้งผู้สร้างและผู้ทำลายโลก ฉะนั้นถ้ามนุษย์ทั้งหลายส่วนใหญ่ในโลกยังมีสันดานเหมือนสัตว์ ก็จงคิดว่าโลกนี้จะดำรงอยู่ต่อไป หรือว่าโลกนี้จะต้องพินาศ ขอให้นึกถึงอารูธต่างๆ ซึ่งประเทศใหญ่ๆ ได้สร้างขึ้นมานั้น ในปัจจุบัน

การแผ่เมตตาเป็นประโยชน์ต่อโลกอย่างไร?

๕๕

นี่ก็มีเกินพอที่จะทำลายล้างโลกให้หมดสิ้นไป แม้กระทั่ง สัตว์เล็กสัตว์น้อยก็จะมีเหลือ

ที่ว่า “ยังมีสันดานเหมือนสัตว์นั้น” ก็ขอให้พิจารณาดูว่า ในสังคมของสัตว์เดรัจฉานทั้งหลายนั้น มันมีความรักความเมตตาต่อกัน มีการเกื้อกูลกัน มีการให้อภัยกันหรือไม่? หรือว่ามีแต่การแย่งกันกินแย่งกันอยู่ สัตว์ใหญ่กินสัตว์เล็ก ปลาใหญ่กินปลาเล็ก ขอให้ดูสัตว์ที่ใกล้ๆ กับคน เช่น สุนัข แมว หรือสัตว์อื่นที่เราพบเห็นกันอยู่เสมอ สันดานของมันเป็นอย่างไรร

ถ้าเขาต่ำเรา เราก็ต้องต่ำตอบ เขาดีเรา เราก็ต้องดีตอบ เขาฆ่าเรา เราก็ต้องฆ่าตอบ สมมติในสังคมมนุษย์ส่วนใหญ่ เป็นเช่นนี้ และนอกจากนี้ยังมีการแย่งกันกิน แย่งกันอยู่ เอารัดเอาเปรียบกัน ขูดรีดกัน โกงกัน หลอกหลวงกัน และพยายามเอาอย่างกันและเลียนแบบกันด้วย ลองคิดซิว่า ในที่สุดโลกนี้จะเป็นอย่างไร ในสังคมของสัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย แม้ว่ามันเป็นเช่นนี้ แต่โลกก็จะไม่พินาศ เพราะถึงอย่างไรมันก็จะไม่ฉลาด ถึงกับคิดหาวิธีการทำลายล้างกัน

ซึ่งไม่ว่าจะทำอย่างไรมันก็ไม่อาจจะพัฒนาให้ดีขึ้นมาได้ หรืออาจจะทำได้ ก็ไม่ใช่เพราะการกระทำของมัน แต่จะต้อง เป็นการกระทำของมนุษย์ เช่นบางคนเอาสุนัข แมว เสือ ลิง หรือสัตว์อื่นๆ มาเลี้ยงร่วมกัน ให้กินนอนด้วยกัน ตั้งแต่ ยังกเล็กๆ ไร่เดียวสา ซึ่งสัตว์เหล่านี้เมื่อโตขึ้นมาแล้วรู้จัก รักกัน ไม่ประทุษร้ายกันตามธรรมชาติของมัน แต่ถึงกระนั้น ก็ยังไวใจตลอดไปไม่ได้อยู่นั่นเอง เพราะถึงอย่างไร สันดานเดิม ของมันก็ยังมียู่ เช่นเสือเมื่อหิวขึ้นมา หาอาหารอย่างอื่นไม่ได้ มันก็จะต้องกินเพื่อนของมันอย่างนี้เป็นต้น ส่วนมนุษย์นั้น สามารถจะพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้นๆ จนกระทั่งถึงขั้นเป็น พระอรหันต์บุคคล คือ เป็นบุคคลที่สามารถเอาชนะความชั่ว ได้หมดทุกอย่าง และเอาชนะได้อย่างเด็ดขาด จิตใจไม่มี ที่จะตกลงมาสู่ความชั่วอีกต่อไป

มนุษย์เป็นสัตว์โลกที่ฉลาดกว่าสัตว์อื่นๆ ทั้งหมด และ มนุษย์สามารถจะพัฒนาตนเองให้เป็นเทวดา เป็นพรหม เป็นพระอรหันต์ ตลอดจนกระทั่งเป็นพระพุทธเจ้าได้ และ สังคมต่างๆ ของสัตว์โลกจะเป็นไปในรูปไหนอย่างไร ก็สุด แล้วแต่การกระทำของสัตว์นั้นๆ สังคมไม่จำเป็นจะต้องมี

รูปแบบตายตัว ที่จะต้องเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ตลอดกาล ในเมื่อ
จิตใจคนเปลี่ยนแปลงได้ สภาพของสังคมก็ย่อมจะต้องเปลี่ยนแปลงได้
พระพุทธเจ้าเคยตรัสถึงสังคมในโลกบางยุค ซึ่งคนในโลก
สมัยนั้นไม่มีการเบียดเบียนกันเลย ไม่มีการพุดเท็จ ไม่มี
การหลอกลวงกัน ไม่มีการเอาเปรียบกันเลย สังคมเช่นนี้
เคยมีมาแล้วและก็จะอาจจะมีขึ้นมาได้อีก ถ้าหากมนุษย์
ทั้งหลายจะได้พยายามช่วยกันพัฒนาจิตใจไปในทางที่ดี
โดยเฉพาะคือการพยายามหักแผ่เมตตาให้ซึ่งกันและกัน
และให้กับสัตว์โลกทั้งหมดด้วย ดังเช่นที่ได้กล่าวมาแล้ว:-

สพฺเพ สตุตา สัตว์ทั้งหลายผู้เป็นเพื่อนทุกข์เกิด แก่
เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น

อเวรา ขอบบ่่าได้มีเวรมีภัยต่อกันและกันเลย

อพฺยาปชฺฌมา ขอบบ่่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย

อนิฆฺมา ขอบบ่่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย

สุขี อตุตฺตานํ ปรีหรนฺตุ ขอบบ่่าได้มีความสุขกาย สุขใจ
รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเทอญ

บทแผ่เมตตาดังที่กล่าวมานี้ ขอให้ทำด้วยความจริงใจ ทำบ่อยๆ ทำจนเคยชินกลายเป็นนิสัย ซึ่งถ้ากลายเป็นนิสัยแล้ว ก็หมายถึงว่า โดยนิสัยของเราจริงๆ เราจะไม่คิดร้ายใคร ไม่คิดทำให้ใครเดือดร้อน ไม่คิดที่จะทำให้ใครได้รับความเสียหาย คือเสียสิ่งของ เสียชื่อเสียง หรือเสียชีวิต ทั้งไม่เคยคิดที่จะเอาเปรียบใคร โกงใคร หลอกหลวงใคร เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการและถึงแม้จะมีใครคิดร้ายต่อเรา หรือทำลายเรา ประทุษร้ายเรา หรือแสดงอาการดูหมิ่นดูถูกเรา หรือทำอะไรก็ตามซึ่งเป็นผลเสียหายต่อเรา แต่เราก็ไม่โกรธ ไม่คิดแก้แค้น ไม่คิดจองเวร ให้อภัยได้เสมอ นี่ก็คือคนที่หัดแผ่เมตตา และทำบ่อยๆ ทำด้วยความจริงใจ จนกระทั่งกลายเป็นนิสัย

โปรดอย่าลืมว่า การลงโทษ การตำหนิ การว่ากล่าว การต่อสู้เพื่อป้องกันอะไรก็ตาม ตลอดทั้งการกระทำที่จำเป็นที่จะต้องฆ่า ต้องประหารอะไรเหล่านี้ เราสามารถทำได้โดยที่ไม่จำเป็นต้องมีความโกรธ หรือความเกลียดด้วย และสามารถจะทำได้ดีกว่า ทำได้ถูกต้องกว่าด้วย ถ้าหากเราจำเป็นจะลงโทษใคร หรือตำหนิใคร หรือจะต้องต่อสู้กับใครก็ตาม ซึ่งในขณะที่ทำนี้เราไม่โกรธไม่เกลียดเขา “ดีด้วย

แม่เมตตาให้ด้วย” คนที่ฉลาดและมีคุณธรรมสูงนั้นเขาทำ
อย่างนี้ ได้ แต่คนที่ไม่ฉลาดจิตใจต่ำจะทำอย่างนี้ไม่ได้

อุปสรรคของการแผ่เมตตาทำอะไรบ้าง ได้อธิบายมาแล้ว
ซึ่งผู้ที่เข้าใจดีก็จะเห็นด้วยว่า การแผ่เมตตานี้เป็น
สิ่งจำเป็น และมีคุณประโยชน์มาก ฉะนั้นต่อแต่นี้ไป ขอให้
พิจารณาว่า “การแผ่เมตตาให้กับคนอื่น หรือสัตว์อื่นนั้น
จะมีผลดีต่อโลกโดยส่วนรวมอย่างไรบ้าง”

ขอได้โปรดย้อนไปอ่านข้อความในตอนต้นอีกครั้งหนึ่ง
และขอให้ศึกษาหัวข้อเหล่านี้ให้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งคือ:-

๑. พลังทิพย์ก็คือพลังจิตหรือพลังวิญญาณ

๒. ทุกขณะที่ความคิดเกิดขึ้น ซึ่งไม่ว่าจะคิดถึงใคร
คิดถึงเรื่องอะไร คิดในทางดีหรือทางชั่ว ความคิดเหล่านี้จะ
มีผลต่อคนอื่นเสมอไม่ทางตรงก็ทางอ้อม ไม่มากก็น้อย
ที่ว่ามีผลทางตรงก็คือ ความคิดที่แสดงออกมาเป็นคำพูด
ตัวหนังสือ หรือแสดงออกมาทางกิริยาอาการอย่างใดอย่าง
หนึ่ง ซึ่งคนที่ได้ยินได้ฟัง ได้พบเห็นนั้น ย่อมจะต้องมีอะไร
เปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในจิตใจของเขาบ้างไม่มากก็น้อย ซึ่ง

จะเป็นการเปลี่ยนแปลงไปในทางดีหรือไม่ดี ก็สุดแล้วแต่ความคิดที่แสดงออกมานั้นดีหรือไม่ดี และผู้รับมีพื้นฐานที่จะรับได้มากน้อยแค่ไหน นี่คือนิติผลแห่งความคิดจากผู้อื่นที่มาถึงผู้รับโดยตรง

ส่วนทางอ้อมนั้นก็คือ ทุกขณะที่ความคิดเกิดขึ้นจะต้องมีพลังของความคิดแพร่ออกมาในลักษณะเป็นคลื่นและมีแสงปรากฏด้วย ซึ่งจะไปได้ไกลหรือไม่ไกล ก็สุดแล้วแต่กำลังสมาธิของผู้คิดหรือผู้ส่ง และผู้รับจะรับได้มากน้อยเพียงไร ก็ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของผู้รับ การรับความคิดในลักษณะนี้ ผู้ที่ได้รับจะรู้สึกตัวเลยว่าตนเองได้รับความคิดอย่างนี้มาจากใคร หรือจากที่ไหนเพราะมันจะปรากฏออกมาในลักษณะของการดลใจ ทำให้ผู้นั้นคิดขึ้นมาเอง เหตุการณ์เช่นนี้คนเราได้รับกันอยู่เสมอทุกวันและบ่อยครั้งด้วย แต่ไม่ค่อยมีใครรู้สึกตัวกัน

๓. พลังความคิดก็คืออำนาจสร้างสรรค์ อำนาจบันดาลทุกอย่าง แม้กระทั่งร่างกายของคนเราก็เกิดมาจากพลังความคิดแห่งวิญญาณของเราเอง เหตุการณ์ โชคชะตา

วาสนา เคาระห์ดี เคาระห์ร้าย อุบัติเหตุ โดยที่สุดแม้กระทั่ง การสงครามก็เกิดมาจากพลังแห่งความคิด สิ่งประดิษฐ์ใดๆ ก็ตาม ก็ล้วนแต่เกิดมาจากพลังแห่งความคิดทั้งสิ้น

๔. การที่คนเราเลียนแบบกัน เอาอย่างกัน ไม่ว่าจะในทางดี หรือไม่ดี ก็ล้วนแต่เกิดมาจากพลังแห่งความคิดทั้งสิ้น

๕. นรกมี สวรรค์มี ทุกคติภูมิมี สุกคติภูมิมี สิ่งแวดล้อม ต่างๆ ในภูมิเหล่านี้ก็เกิดมาจากพลังแห่งความคิด ไม่มีสิ่งใด และไม่ว่าในโลกนี้หรือในโลกไหนๆ ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนแต่ เกิดมาจากพลังแห่งความคิดทั้งสิ้น

มโนปุพฺพํพงฺคมา ฐมมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา

๖. ในโลกของมนุษย์ ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดจากใจมองเห็น ได้ยาก เพราะในโลกของมนุษย์ลำพังความคิดอย่างเดียว ก่อให้เกิดสิ่งต่างๆ ขึ้นมาไม่ได้ ต้องมีการกระทำ และต้องมีเครื่องมือ มีวัสดุที่จะทำด้วย ส่วนในโลกทิพย์หรือในโลก ของวิญญาน ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดจากใจ มองเห็นได้ง่าย เพราะในโลกทิพย์ทุกสิ่งทุกอย่างจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว และเห็นได้ชัดว่าเกิดจากการเนรมิต หรือการบันดาล

๓. โลกมนุษย์กับโลกทิพย์ โดยเนื้อหาที่แท้จริงก็คือสิ่งๆ เดียวกัน เหมือนกับ น้ำเหลว น้ำแข็ง ไอน้ำ โดยเนื้อแท้ของ สิ่งเหล่านี้คือสิ่งๆ เดียวกัน ฉะนั้นการจะดูความเป็นไปใน โลกมนุษย์ให้เข้าใจแจ่มแจ้งจริงๆ นั้นจะต้องดูจากโลกทิพย์ด้วย

ข้อความโดยสรุปทั้ง ๓ หัวข้อนี้ได้อธิบายมาแล้วอย่าง ละเอียดพอสมควรในตอนต้น สำหรับผู้ที่เข้าใจสาระของ ข้อความเหล่านี้ทั้งหมดนั้น เขาจะมองเห็นผลของการแผ่- เมตตาอย่างชัดเจน การแผ่เมตตาที่ทำด้วยความจริงใจนั้น ไม่ใช่เป็นการกระทำที่ดูเหมือนไม่มีสาระประโยชน์ หรือไม่มี คุณค่าอะไรเลยนั้น แท้ที่จริงแล้ว มีคุณค่ามากที่สุดทั้งแก่ ตนเองและแก่คนอื่นๆ ด้วย

ความคิดที่แพร่ออกมาแต่เป็นความคิดที่ประกอบด้วย ความเมตตา นั้น มันจะมีผลคล้ายๆ อย่างนี้ คือ เมื่อเราเห็น คนอื่นยิ้ม เราก็มักจะยิ้มด้วย เมื่อเขาหน้าบึ้ง เราก็มักจะบึ้งด้วย ถ้าเขาโกรธเรา เราก็มักจะโกรธเขาด้วย หลักอันนี้ถึงแม้จะ ไม่ใช่เป็นหลักที่จะต้องเป็น เช่นนี้ทุกครั้งและทุกคนก็จริง แต่ก็เป็นหลักที่จะทำให้เรารู้ว่า กระแสความคิดที่แพร่ ออกไปนั้น ย่อมจะไปดึงหรือไปดลใจให้ความคิดแบบ

เดียวกันเกิดขึ้นมา นี่คือประเด็นที่สำคัญที่สุด ฉะนั้น ทุกครั้งที่เราแผ่เมตตาให้กับคนอื่นหรือสัตว์อื่นนั้น อย่างน้อยจะต้องมีคนหนึ่งที่ได้รับกระแสความคิดจากเรา ซึ่งผู้ที่จจะได้รับได้ง่ายที่สุดก็คือพวกโอบปาติกะที่อยู่ใกล้เรา และมีจิตใจใกล้เคียงกับเรา และเมื่อใครก็ตามได้รับกระแสความคิดอันนี้แล้ว เขาก็จะเกิดความคิดอย่างเดียวกับเรา และแล้วความคิดอันนี้จะแพร่ออกไปยังบุคคลอื่นหรือสัตว์อื่นกว้างขวางออกไปเรื่อยๆ ผลที่เกิดขึ้นจริงๆ ก็คือ กระแสความคิดที่ดีต่างๆ เหล่านี้ก็จะไปจุดหรือไปกระตุ้นให้ความคิดดีๆ ของคนอื่นให้เกิดขึ้น เพราะโดยปกติคนเราทุกคนก็ย่อมมีเชื้อแห่งความดีอยู่ในสันดานด้วยกันทุกคน “คบคนเช่นไร ย่อมเป็นเหมือนคนเช่นนั้น” ภาชิตนี้เป็นความจริง ก็เพราะคนเราทุกคนย่อมมีเชื้อทั้งดีและชั่วอยู่ในตัว ฉะนั้นเมื่ออยู่ใกล้สิ่งแวดล้อมที่ดี ความดีในตัวก็เจริญ เมื่ออยู่ใกล้สิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี ความชั่วในตัวก็เจริญ

โปรดพิจารณาบ่อยๆ พิจารณาให้ละเอียด การแผ่เมตตาด้วยความจริงใจนั้น ย่อมจะต้องมีผลดีต่อบุคคลอื่นอย่างแน่นอนด้วยเหตุผลดังที่ได้กล่าวมานี้ ฉะนั้นสำหรับ

บุคคลที่มีพื้นดี เป็นคนมีนิสัยเมตตากรุณาต่อบุคคลและสัตว์ทั้งหลายอยู่แล้วนั้น การแผ่เมตตาบ่อยทำได้ง่ายอยู่แล้ว ไม่ต้องฝืนใจ ฉะนั้นในกลุ่มของคนเหล่านี้ ซึ่งถ้าหากจะได้กระทำกันอยู่เสมอ ทำบ่อยๆ พลังแห่งความเมตตาที่สะท้อนย้อนรับกันนั้นก็จะมีพลังมากขึ้น และแผ่ไปได้ไกลยิ่งขึ้น “คนที่หูตึง หรือคนที่สนใจอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างหลงใหลนั้น เสียงที่ดังมากๆ ก็ยังทำให้คนเหล่านี้ได้ยินและหันมาสนใจกับเสียงนั้นได้ ในทำนองเดียวกัน พลังแห่งความเมตตา ซึ่งถ้ามีมากจริงๆ แม้แต่คนใจดำอำมหิต ก็ยังต้องพ่ายแพ้ต่ออำนาจนี้ แล้วกลับใจได้” ซึ่งตัวอย่างอันนี้ ในทางพุทธศาสนามีมาก เช่นจะดูได้จากตัวอย่างของพระเทวทัตกลับใจ พระองคุลิมาลกลับใจ ช้างนาฟ้าศิริกลับใจ เพราะพ่ายแพ้ต่ออำนาจเมตตาของพระพุทธเจ้า และในปัจจุบันจะเห็นตัวอย่างอันนี้ได้ชัดเจนมากจากคนทุกคนที่ได้เข้าใกล้หรือได้พบเห็น **องค์ภควัน ศรีสัตยา ไสบาบา** ทุกคนจะรู้สึกว่าได้รับพลังแห่งความเมตตาขององค์ภควัน ซึ่งในขณะนั้นความคิดที่เป็นอกุศลจะหายไปโดยอัตโนมัติ ทุกคนจะคิดแต่ในทางที่ดี ซึ่งแน่ละ คนไหนซึ่งถ้าพื้นเดิม

เป็นคนดีอยู่แล้ว เมื่อได้รับพลังจากท่าน ความคิดที่ไม่ดีซึ่งยังมีหลงเหลืออยู่ในใจนั้น มันก็จะหายไปได้อย่างรวดเร็ว และบางทีก็อาจจะหายไปจนตลอดกาล คือความคิดชั่วอันนั้นจะไม่เกิดขึ้นอีกเลย

เมื่อเรายืมให้เขา เขาก็อดที่จะยืมให้เราไม่ได้หลักอันนี้ พระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสไว้เหมือนกัน คือพระองค์ตรัสว่า:-

บุชโก ลภเต บุชชั วนุทโก ปฏิวนุทนั

ผู้บูชาเขาย่อมได้บูชาตอบ ผู้ให้เขาย่อมได้ให้ตอบ

หลักอันนี้ถึงแม้จะไม่เป็นจริงทุกครั้ง แต่ก็เป็นหลักที่ใช้ได้กว้างขวางมาก คนทุกวันนี้เห็นแต่ตัวอย่างที่ไม่ดีกันมาก แล้วก็คิดเอาอย่างกันโดยอัตโนมัติ ฉะนั้นพลังแห่งความคิดที่ชั่วซึ่งเกิดจากคนชั่วนั้น มองดูในโลกมนุษย์เห็นไม่ชัดแต่ในโลกทิพย์พลังแห่งความคิดที่ชั่วนั้นได้ปรากฏออกมาเป็นเมฆหมอกสีดำ ในที่ใดมีคนคิดชั่วทำความชั่วกันมาก ในสถานที่แห่งนั้นจะเห็นเมฆหมอกสีดำอันนี้แผ่ปกคลุมอยู่ในบริเวณนั้น และทุกวันนี้ในโลกโดยทั่วไป เมฆหมอกที่ว่านี้มีมากที่สุด มันก็คล้ายๆ กับในกรุงเทพฯ หรือในนครใหญ่ๆ

ทั่วโลกอากาศจะเป็นพิษมาก อากาศบริสุทธิ์มีน้อย เพราะแก๊สที่เกิดจากท่อไอเสียและกลิ่นควัน สิ่งสกปรกซึ่งมีอยู่ทั่วไปทำให้อากาศเป็นพิษ เพราะพลังแห่งความชั่วเห็นได้ชัดในโลกทิพย์นี้แหละ ในทางพุทธศาสนาจึงได้กล่าวไว้ว่า เมื่อถึงวันจะสิ้นโลกหรือสิ้นกัปปีนั้น เทวดาทั้งหลายจะลงมาประกาศให้มนุษย์ทั้งหลายได้รู้ล่วงหน้าก่อน ซึ่งจะนานเท่าไร ในคัมภีร์ไม่ได้บอกไว้ แต่ก็คงจะต้องนานพอสมควร นานพอที่จะให้มนุษย์ทั้งหลายกลับใจ เลิกละความชั่ว หันกลับมาประพฤติความดีกันได้ แต่เมื่อถึงคราวจะต้องสิ้นโลกจริงๆ แล้ว เทวดาทั้งหลายก็ช่วยไม่ได้ เพราะมนุษย์ส่วนใหญ่จะไม่ฟังเสียงของเทวดาให้เลิกละความชั่ว เขาทั้งหลายยังคงประพฤติความชั่วกันต่อไป มนุษย์ส่วนน้อยเท่านั้นที่เชื่อ แล้วก็พากันปลีกตัวออกห่างจากมนุษย์-ผู้ชั่วร้ายทั้งหลาย ไปอยู่ตามป่าตามเขาหรืออยู่ในที่ห่างไกลจากคนชั่วทั้งหลาย แล้วพากันถือศีลประพฤติธรรมไปจนกว่าจะตาย ซึ่งในเมื่อทุกคนในโลกต้องตายหมด เพราะไฟประลัยกัลป์ล้างโลกหรือน้ำท่วมโลก หรือตายตามอายุขัยของตนก็ตาม ผู้ที่ประพฤติชั่วก็จะต้องไปมีชีวิตเป็น

โอปปาติกะอยู่ในอบายภูมิส่วนผู้ประพาศิตความดี ก็ไปสู่
สุคติภูมิ

เรื่องทำนองนี้โปรดใส่ใจไว้บ้างว่า ไม่ใช่เรื่องนิยายเลย
แต่เป็นเรื่องจริงซึ่งอาจจะเกิดในชั่วระยะเวลาไม่เกินอายุขัยของ
มนุษย์สมัยนี้ก็ได้ เพราะจากเมฆหมอกสีดำในโลกทิพย์ซึ่ง
เทวดาทั้งหลายมองเห็นอย่างชัดเจนนั้น ขณะนี้มันก็ปกคลุม
แผ่ทั่วไปเกือบจะทั้งโลกอยู่แล้ว แต่พลังแห่งความเมตตา
หรือพลังแห่งความคิดอันสุจริต ซึ่งปรากฏออกมาในรูป
ของแสงสว่างนั้น ก็ยังมีให้เห็นอยู่ทั่วไปเป็นแห่งๆ เหมือนกัน
คือแปลว่าในโลกนี้คนดีๆ ก็ยังมีอยู่มากเหมือนกัน ฉะนั้น
ถ้าคนดีๆ ทั้งหลายเหล่านี้จะได้ช่วยกันเพิ่มพลังแห่งความคิด
ที่ดีให้มากขึ้นและให้เข้มแข็งยิ่งขึ้น พลังอันนี้ก็จะไปช่วย
ขจัดเมฆหมอกสีดำให้จางลงได้ หรืออย่างน้อยในเมฆ
หมอกสีดำนั้น ก็ยังมีแสงสว่างเรืองรองแทรกอยู่ เพียงแค่นี้
ก็ยังคงช่วยบรรเทาความชั่วร้าย ความเดือดร้อนให้น้อยลง
ไปได้บ้าง พลังทิพย์คือพลังแห่งความคิดอันประกอบไป
ด้วยเมตตา ซึ่งคนทั้งหลายได้พยายามช่วยกันแผ่ด้วยความ
จริงใจนั้น อย่างนี้กว่า จะไม่มีผล หรือมีผลน้อย เพราะ

ความคิดที่ประกอบด้วยความเมตตาซึ่งเกิดจากมนุษย์นั้น ผู้ที่จะรับได้งายที่สุดก็คือเทวดาทั้งหลาย ครั้นแล้วเทวดา เหล่านี้เมื่อได้รับแรงใจจากมนุษย์ ก็จะเพิ่มพลังอันนี้ ให้ มากขึ้นและแผ่กว้างออกไปอีก พวกโอบปาติกะด้วยกันก็จะ พलयได้รับด้วย อย่างลึ้มว่าพวกโอบปาติกะทั้งหลายนั้นก็ ไปจากมนุษย์ นิสัยสันดานติดไปจากมนุษย์ ฉะนั้นพวก โอบปาติกะที่ไม่ดีก็มีอยู่ไม่น้อย พวกเหล่านี้เมื่อได้รับพลังที่ดี จากพวกโอบปาติกะด้วยกัน ก็จะไปถึงส่วนที่ดีซึ่งมีอยู่ใน สันดานของเขาให้ออกมา ทำนองเดียวกันกับคนสันดานชั่ว บางคน ซึ่งถ้าเราพูดดีทำดีกับเขา เขาก็รู้จักทำดีพูดดีกับเรา ได้ เพราะส่วนที่ดีในสันดานของเขาก็มีเหมือนกัน

การแผ่เมตตาชนิดที่ทำเป็นปกติในชีวิตประจำวัน ก็คือ เมื่อพบใคร พูดกับใคร อยู่ร่วมกับใคร นึกถึงใคร ก็ขอให้นึก คิดแต่ในทางที่ดีแก่ผู้นั้น ถึงแม้เราจะรู้หรือเห็นส่วนที่ไม่ดีใน ตัวเขาเราก็เพียงแต่จำไว้ เพื่อป้องกันมิให้เขาหลอกลวงเรา ทำให้เราเดือดร้อน แต่ใจจริงแล้วเราปรารถนาดีต่อเขาเสมอ และที่สำคัญยิ่งก็คือ ตัวเราเองต้องพยายามคิดแต่ในทาง สุจริตอยู่เสมอ แม้จะเห็นคนอื่นทำความทุจริตหรือทำการ

คอร์ปชั่นได้ผลดีอย่างไร เราก็ไม่นิยม ไม่ยินดี ไม่เอาอย่าง
พยายามทำให้เข้มแข็งอดทนเข้าไว้ วิธีนี้จะช่วยคนอื่นให้
เกิดความคิดเป็นกุศลได้มาก ซึ่งการกระทำเช่นนี้ คนที่มีพื้น
ดีจะทำได้ง่าย ไม่ต้องฝืนใจมาก ฉะนั้นถ้าคนที่มีพื้นดีเหล่านี้
จะได้ช่วยกันแผ่เมตตาให้กับสัตว์โลกทั้งหลายให้มาก ทำด้วย
ความจริงใจ และทำกันอยู่เสมอๆ แล้ว พลังทิพย์อันนี้จะ
สามารถช่วยคุ้มครองโลกให้รอดพ้นจากภัยพิบัติต่างๆ ได้
แน่นอน สัมกับหลักธรรมในพุทธศาสนาที่กล่าวไว้ว่า:-

โลโกปตถมุภิกา เมตตา

เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก

วิธีแผ่เมตตา

การแผ่เมตตาเป็นกัมมัญฐานข้อหนึ่งในเรื่องสมถกัมมัญฐาน
๔๐ พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้สาวกทั้งหลาย เจริญเมตตา
ความมุ่งหมายสำคัญ ก็เพื่อเป็นอุบายกำจัดความโกรธ
ความเกลียด ความอาฆาต ความพยาบาท อันมีอยู่ใน
สันดานของคนให้หมดไป ซึ่งไม่มีวิธี ไหนที่จะได้ผลดีเท่ากับ

การฝึกหัดแผ่เมตตา ฉะนั้นผู้ที่ทำการแผ่เมตตานี้สมควรจะต้องเข้าใจจุดหมายอันนี้ให้ดี เพราะผู้ที่ทำไปโดยไม่ได้เข้าใจวัตถุประสงค์อันนี้ ย่อมจะไม่ได้รับผล หรืออานิสงส์ใดๆ เลย และอุปสรรคสำคัญที่ทำให้เราแผ่เมตตาให้กับคนอื่นไม่ได้ ก็คือความโกรธหรือความเกลียด ความอาฆาตพยาบาท ฉะนั้นวิธีแผ่เมตตาตามที่กล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้น ท่านจึงสอนไว้ดังนี้

ก่อนอื่นให้เรานึกถึงตนเองเสียก่อน ซึ่งเมื่อนึกถึงตนเองเราก็จะรู้สึกได้ว่า โดยธรรมดาเราย่อมจะรักตัวเองยิ่งกว่าใครๆ ทั้งหมด ไม่ปรารถนาที่จะให้ตัวเองเกิดความทุกข์ ความเดือดร้อนใดๆ มีแต่ปรารถนาที่จะให้ตนเองมีความสุข มีความเจริญอย่างนั้นอย่างนี้ เรา รักสุขเกลียดทุกข์ฉันใด คนอื่นสัตว์อื่นก็ย่อมจะเกลียดทุกข์รักสุขฉันนั้น เราไม่ปรารถนาความเจ็บป่วย ความตาย ความตกต่ำฉันใด คนอื่นสัตว์อื่นก็ไม่ปรารถนาฉันนั้น ก่อนอื่นต้องพยายามทำความเข้าใจเปรียบเทียบในทำนองเอาใจเขามาใส่ใจเรา นึกถึงอกเขา อกเราอย่างนี้ให้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง และให้สังเกตว่า ความ-

ปรารถนาดีต่อตนเองนั้นรุนแรงมาก แต่ความปรารถนาดีต่อคนอื่นนั้นจะไม่รุนแรงหรือหนักแน่นเท่ากับที่มีต่อตน

อนึ่งขอให้สังเกตด้วยว่า เพราะเหตุที่คนเราย่อมนรักตัวเองมากยิ่งขึ้นกว่าใครๆ ทั้งหมด เพราะฉะนั้นจึงไม่โกรธหรือเกลียดตัวเอง ทั้งที่ตนเองทำความผิดหรือทำความชั่วก็ยังไม่อภัยตนเองได้เสมอ พ่อแม่ที่ให้อภัยลูกได้เสมอก็เช่นเดียวกัน คนเรามักจะเข้าข้างตนเองในเวลาทำความผิดคิดแต่ในแง่ดี เช่นเดียวกับพ่อแม่ที่รักลูกมาก เมื่อลูกทำผิดก็มักจะคิดแต่ในแง่ดี จะมองเห็นว่าลูกไม่ผิด หรือผิดแต่ก็ไม่เป็นไร ไม่ถือ ซึ่งพ่อแม่ทุกคนจะมีวิธีคิดเป็นของตัวเอง ซึ่งเป็นความคิดในทางที่จะไม่ให้เกิดความโกรธหรือความเกลียดต่อลูก กลไกของความรักรักความปรารถนาดีต่อลูกนั้นมันจะบันดาลให้รู้จักคิดในทางดีได้เสมอ ซึ่งตรงกันข้ามกับความเกลียด ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นในใจแล้ว มันก็จะสรรหาแต่แง่ที่ไม่ดีขึ้นมาพูด หรือทำให้คิดเห็นแต่ในแง่ที่ไม่ดีต่างๆ ฉะนั้นอุบายในการระงับความโกรธหรือความเกลียดก็คือ เมื่อเราโกรธใครเกลียดใคร ก็จงพยายามนึกแต่ในแง่ดี นึกถึงความดีของเขาที่เคยมีต่อเรา หรือที่มีต่อคนอื่น ความดีที่เขาได้อยู่จริงๆ

ไม่ใช่แก่งต่างขึ้นมาว่าเขาดี อย่างนั้นอย่างนี้ ซึ่งความเป็นจริงแล้วเรายังไม่เคยรู้หรือเคยเห็นว่าเขาดีอย่างนั้นอย่างนี้เลย

โดยธรรมดาคนเราทุกคนไม่ว่าจะเลวร้ายสักเพียงใด ถ้าจะคิดถึงในแง่ดีแล้ว ทุกคนย่อมมีด้วยกันทั้งสิ้นไม่มากก็น้อย โดยที่สุดคนซึ่งเลวสิ้นดี แต่สำหรับคนที่คิดจะฝึกหัดละความโกรธ ความเกลียดให้หมดไปจากสันดาน หรือผู้ที่ตั้งใจบำเพ็ญบารมีเป็นพระโพธิสัตว์นั้น เขาจะมองเห็นประโยชน์จากคนเลวได้อย่างมาก เช่นสมมติว่าคนเลวนั้นจะด่า จะประทุษร้าย หรือจะทำอันตรายใดๆ ก็ตาม ซึ่งเราจะมองหาความดีในตัวเขาไม่พบเลย แต่แล้วเขาก็จะมองเห็นว่าการที่เขาด่ามาว่าเรามาประทุษร้ายเรานั้น เป็นการดี เพราะเขาเป็นผู้มาฝึกหัดเรา ให้รู้จักหาวิธีละความโกรธ ความเกลียดได้อย่างดีมาก ซึ่งถ้าไม่มีคนอย่างเขามาฝึกหัดให้ ความโกรธความเกลียดในขั้นนี้ ซึ่งมันยังมีอยู่ในสันดานนั้นมันก็จะไม่หมดไป เหตุการณ์ยิ่งร้ายแรงเพียงไร ก็ยิ่งเป็นผลดีเพียงนั้น ฉะนั้นจะเห็นได้ว่า ถ้าคิดจะละความโกรธความเกลียดกันจริงๆ แล้ว คนที่เขาด่าเราว่าเราประทุษร้ายเรานั้น ก็คือคนที่ทำประโยชน์ให้กับเรานั้นเอง

ผู้ที่คิดจะหัดแผ่เมตตาจะต้องรู้จักอุปายในการลดความโกรธความเกลียดดังที่กล่าวมานี้ และนอกจากนี้สิ่งที่จะต้องระวังอีกแง่หนึ่งก็คือ การแผ่เมตตาให้กับคนที่เรารัก โดยเฉพาะเป็นเพศตรงกันข้าม อันนี้ต้องระวังให้มากเพราะความสวยงามหรือเพราะความน่ารักอะไรก็ตาม ซึ่งทำให้เรามีเมตตาต่อเขานั้น การแผ่เมตตาให้กับคนประเภทนี้โดยไม่ระมัดระวังใจของตน ก็เป็นการแน่นอนว่าราคะจะต้องเกิด เช่นเดียวกับการแผ่เมตตาให้แก่คนที่ศัตรูกับเรานั้น ความโกรธหรือความเกลียดก็จะเป็นอุปสรรคเสียก่อน ทำให้แผ่เมตตาจิตต่อเขาไม่ได้ ขอให้สังเกตว่า เมตตาที่ประกอบด้วยราคะนั้น เมื่อไม่สมหวังไม่ได้ตั้งใจ ก็จะทำให้เกิดความเสียใจ น้อยใจ กลุ้มใจ หรือบางทีก็ทำให้เกิดความโกรธ ความเกลียด การแผ่เมตตาเช่นนี้จะไม่มีผลอะไรเลย ตามความมุ่งหมายของกัมมัฏฐานข้อนี้ และเมตตาอย่างนี้ไม่ต้องสอน ทุกคนทำเป็นโดยธรรมชาติ แต่เมตตาอย่างนี้ในที่สุดแทนที่จะเป็นผลในทางกำจัดความโกรธความเกลียดให้หมดไปจากสันดาน มันกลับจะเป็นการเพิ่มพูนกิเลสอันนี้ให้มากขึ้นเสียด้วยซ้ำไป

ฉะนั้นตามหลักของการแผ่เมตตาตามที่กล่าวไว้ใน คัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้น ท่านจึงได้แนะนำว่า ครั้งแรกให้แผ่เมตตาให้กับตนเองเสียก่อน ดังที่กล่าวมาแล้ว และท่านยังสอนให้ภาวนาอย่างนี้ “อหิ สุขิตอ โหมิ” หรือ “อหิ นิททุกโข โหมิ” หรือ “อหิ อเวโร อพฺยาปชฺฌเณ อนฺนิโฆ สุขี อตฺตํ ปฺริหารามิ” บทใดบทหนึ่ง ซึ่งความมุ่งหมายสำคัญก็เพื่อเอาตัวเองเป็นหลักเป็นพยาน หรือเป็นตัวอย่างในการที่จะทำใจให้มีเมตตาต่อผู้อื่นนั้นต้องทำใจอย่างไร จึงจะนับว่าเป็น การแผ่เมตตา

เมื่อรู้จักคำว่าเมตตาในตนดีแล้ว ในขั้นต่อไปอย่าเพิ่งแผ่เมตตาให้กับคนที่เราเกลียด หรือคนที่เรารัก โดยเฉพาะเพศตรงกันข้ามดังที่กล่าวมาแล้วก่อน แต่จงแผ่เมตตาไปยัง พ่อ แม่ ครู อาจารย์ มิตรสหาย หรือบุคคลที่เรารักเคารพ นับถือ บุคคลที่มีคุณต่อเรา และให้สังเกตดูว่า ในเมื่อเรานึกถึงบุคคลเหล่านี้แล้วเรารู้สึกอย่างไร เรามีความรัก ความเมตตาในบุคคลเหล่านี้หรือไม่ เป็นความจริงใจหรือไม่ หรือแผ่ให้กับสัตว์ทั้งหลายที่เรารู้จัก และรู้สึกรัก-

ใคร่เอ็นดู เช่น สุนัข แมว หรือสัตว์อื่นๆ ข้อสำคัญต้องสังเกต
ดูว่า เรามีความรู้สึกรักเอ็นดูเมตตาสงสารในสัตว์เหล่านี้
จริงแค่ไหน ต้องจดจำความรู้สึกอันบริสุทธิ์นี้ไว้ให้แม่น
และต้องพยายามหัดแผ่เมตตาในบุคคลและสัตว์เหล่านี้
บ่อยๆ จนจำความรู้สึกอันนี้ได้ดี และทุกครั้งเมื่อนึกถึง
บุคคลและสัตว์เหล่านี้ก็เกิดความรู้สึกเมตตาอย่างนั้นทันที

เมื่อทำอย่างนี้ได้แล้ว ต่อไปก็หัดแผ่เมตตาให้กับคน
หรือสัตว์ที่เราเกลียดหรือที่เป็นศัตรูกัน ซึ่งครั้งแรกคง
จะต้องลำบากใจมาก คือคิดอย่างไรก็ปลงใจไม่ตก นึกถึง
คนหรือสัตว์ที่เป็นศัตรูนี้ที่ไร เป็นต้องเกิดความไม่ชอบ เกิด
ความโกรธ ความเกลียด หรือเกิดความอาฆาตพยาบาท
ฉะนั้นในตอนนี้น่าสนใจสอนให้รู้จักคิดในทางที่จะมิให้เกิด
ความโกรธ ความเกลียด เช่นพยายามคิดในแง่ดีของเขา
อย่างนี้เป็นต้น การคิดในทางที่จะมิให้เกิดความโกรธ
ความเกลียดนี้ มีเรื่องที่จะต้องอธิบายกันมาก ในหนังสือ
เล่มเล็กๆ นี้มีหน้ากระดาษไม่พอ จึงขอยุติไว้ก่อน ถ้ามี
โอกาสจะเขียนถึงอธิบายวิธี ในการละกิเลสเหล่านี้ ซึ่งจะต้อง
เป็นหนังสืออีกเล่มหนึ่งต่างหาก ในที่นี้เพียงแต่อธิบายให้

รู้จักขั้นตอนในการแผ่เมตตาที่จะให้ได้ผลโดยสงบเท่านั้น และในเมื่อสามารถทำใจมิให้เกิดความโกรธความเกลียดในบุคคลหรือสัตว์ที่เป็นศัตรูได้แล้ว ในขั้นต่อไปก็ให้แผ่เมตตาไปยังมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยไม่เลือกหน้า แผ่เมตตาจิตไปในโลกทุกทิศทุกทางดังที่กล่าวไว้ในเมตตาสูตร แต่ข้อสำคัญต้องพยายามศึกษาข้อความในพระสูตรนี้ให้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งและจำข้อความเหล่านั้นไว้ให้แม่นยำก่อน ซึ่งจะจำเฉพาะคำแปลที่เป็นภาษาไทยก็ได้ แต่ถ้าสามารถสวดเป็นภาษาบาลีได้โดยที่รู้ความหมายของคำบาลีทุกคำที่สวด ถ้าทำได้ดังนี้พร้อมทั้งทำใจได้เหมือนดังที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ ไม่ใช่สวดแผ่เมตตาสักแต่ทำไปตามประเพณีหรือตามความเคยชินแล้ว จะได้อานิสงส์มากมายดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ทุกประการทีเดียว.



รายนามผู้มีจิตศรัทธาร่วมทำบุญ

หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (E-Book)

(หนังสือ อ.พร รัตนสุวรรณ)

๑. ห้างทองเทพนำชัย (เตาปูน) โดยคุณแหลม-คุณชลิกา ไรจนโกศล และครอบครัว ๘,๐๐๐ บาท
๒. ห้างทองเทพนำชัย (นนทบุรี) โดยคุณชาญวิทย์ ถนัดธรรมกุล ๖,๐๐๐ บาท
๓. คุณอวยชัย-คุณศมานันท์ ถนัดธรรมกุล และครอบครัว ๑๔,๐๐๐ บาท
๔. ดร.นันทพล-คุณอโณทัย-คุณวันปิยะ ไรจนโกศล ๓,๐๐๐ บาท
๕. คุณพจน์-คุณกาญจน์ลภิณ-คุณกฤษณ์พีระ รัตนธรรมศรี ๓,๐๐๐ บาท
๖. คุณทศพล-คุณภาคมน-ด.ญ.สุภัทสร-ด.ญ.วรัปสร ถนัดธรรมกุล ๑๖,๐๐๐ บาท
๗. โรงงานทองเทพนำชัย ๑๕,๐๐๐ บาท
๘. คุณอภิรัตน์ ถนัดธรรมกุล ๓,๐๐๐ บาท
๙. คุณธงชัย-คุณนฤมล-คุณวรัญญา จึงประพฤติ และครอบครัว ๖,๐๐๐ บาท
๑๐. ครอบครัว ศรีสฤษ์ณลักษณ์ ๖,๐๐๐ บาท
๑๑. คุณฮั่ว-คุณพรมา หอมศิริวรรณ, คุณสิทธิชัย-คุณปาริชาติ-
ด.ช.วณฤทธิ์-ด.ญ.อุสา หอมศิริวรรณ และ
บริษัท สำนักกฎหมาย สิทธิชัยแอนด์แอสโซซิเอทส์ จำกัด ๑๕,๐๐๐ บาท
๑๒. คุณศักดิ์ดา-คุณรัชนี วงศ์กวีสกุล และครอบครัว ๑๕,๐๐๐ บาท
๑๓. คุณพ่อเม้งซี้ แซ่ไฉ้ว-คุณแม่อาบ๊วย แซ่ตั้ง ๓,๐๐๐ บาท
๑๔. คุณพ่อเล็ก-คุณแม่สินี ถนัดธรรมกุล ๓,๐๐๐ บาท
๑๕. คุณพ่อใจเกียง แซ่แต้-คุณแม่แจ็กเกี้ยว แซ่เลี้ยง ๓,๐๐๐ บาท
๑๖. คุณอรพรรณ-คุณรักษ์พงษ์ ถนัดธรรมกุล ๓,๐๐๐ บาท
๑๗. ห้างทองไทยศิลป์ ๑ โดยคุณวิศรุต-คุณรัชนี บุญบรรเจิดสุข ๕,๐๐๐ บาท

๑๘.	ห้างทองไทยศิลป์ ๒ โดยคุณสุวรรณ-คุณลภัก์ บุญบรรเจิดสุข และครอบครัว	๖,๐๐๐	บาท
๑๙.	ห้างทองไทยศิลป์ ๓ โดยคุณสุรชาติ-คุณกิตติมา บุญบรรเจิดสุข และครอบครัว	๖,๐๐๐	บาท
๒๐.	คุณฟอประเสริฐ-คุณแม่อาลัย บุญบรรเจิดสุข	๓,๐๐๐	บาท
๒๑.	คุณจีระชัย-คุณทัศนีย์ ไกรกังวาล และครอบครัว	๖,๐๐๐	บาท
๒๒.	คุณกิตติ-คุณวันทนีย์ รัตนศรีวิจิตร และครอบครัว	๖,๐๐๐	บาท
๒๓.	คุณตาชี่เอี้ยง แซ่ฉั่ว - คุณยายไซว แซ่ลิ้ม	๓,๐๐๐	บาท
๒๔.	คุณเอี้ยงฮวง บุญบรรเจิดสุข	๖,๐๐๐	บาท
๒๕.	คุณทวี-คุณนัยนา สีลาเวชบุตร	๓,๕๐๐	บาท
๒๖.	คุณศุภกฤต สีลาเวชบุตร และครอบครัว	๓,๐๐๐	บาท
๒๗.	คุณปริญญา-คุณลानी สีลาเวชบุตร	๓,๐๐๐	บาท
๒๘.	คุณกัญญาดา สีลาเวชบุตร	๓,๐๐๐	บาท
๒๙.	ครอบครัวอมรสิทธิ์	๘,๐๐๐	บาท
๓๐.	คุณชัชชัย จันทร์ศุภฤกษ์	๓,๐๐๐	บาท
๓๑.	บริษัท ปารมิตา สตูดิโอ จำกัด	๓,๐๐๐	บาท
๓๒.	ครอบครัวหงส์เงิน	๕,๐๐๐	บาท
๓๓.	คุณณัฐพล-คุณศุภาวณี ศรีสุชัญญลักษณ์	๓,๐๐๐	บาท
๓๔.	คุณนริศ เรเชียงแสน-คุณแม่บุญมี คำเยี่ยม	๓,๐๐๐	บาท
๓๕.	คุณสุวัชรী เล็กศรีสกุล และครอบครัว	๓,๐๐๐	บาท

ณ วันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๓



พลังทิพย์



พลังทิพย์