การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีเมตตาโดยการคบคนดี

Adaptation Behavior for the Loving Kindness by Coordination with Good Man

พระจาตุรงค์ ชูศรี
PhraJaturong Choosri
วัดวิเศษการ กรุงเทพมหานคร
Visejkarn Temple Bangkok
E-mail : rong2553@yahoo.com

บทคัดย่อ

บทความนี้ผู้เขียนนำเสนอว่า “การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีเมตตาโดยการคบคนดี” เพื่อประโยชน์ต่อปัจเจกบุคคลจะได้มีที่พึ่งเป็นของตนเองคือเป็นบุคคลที่มีชีวิตที่สงบสุขภายใน และยังนำไปสู่การสร้างความกรุณาต่อผู้อื่นอีกด้วย แต่อย่างไรก็ตาม บางครั้งเป็นไปได้ยากที่ทุกคนจะสามารถดำรงตนอยู่อย่างมีหลักเมตตาธรรมในจิตของตนเองได้ จำเป็นที่จะต้องมีผู้อื่นคอยแนะนำ กล่าวเตือน นั่นก็คือ การคบคนดีหรือการมีกัลยาณมิตรอยู่เคียงข้าง

คำสำคัญ: การปรับเปลี่ยน, เมตตา, คนดี

ABSTRACT

This article present that is; Adaptation Behavior for the loving kindness by coordination with Good man for self individual benefit is inner peaceful and giving create compassion to other too. Also sometime difficult all people will being on own loving kindness, necessity will has other teach that is having good friend beside.

Keywords: Adaptation, loving kindness, Good Man

1. บทนำ

การกระทำไม่ว่าดีหรือไม่ดี ไม่ว่าจะเป็นทางตรงหรือทางอ้อม กล่าวคือ ทางกาย วาจาหรือจิตใจก็ตาม ในมุมมองทางพระพุทธศาสนานั้นมีมูลเหตุมาจากการที่สัตว์ทั้งหลายนั้นล้วนรักชีวิตเกลียดและกลัวความทุกข์กันทั้งนั้น โดยเฉพาะการอยากมีชีวิตที่ดีงาม รวมทั้งการมีความปรารถนาความยืนยาวของการมีชีวิตอยู่ในโลก ดังนั้นแล้ว การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองจึงเป็นไปเพื่อความอยู่รอด เมื่ออยู่รอดแล้วจะอยู่รอดอย่างไรเพียงอย่างเดียวก็คงไม่พอ หากแต่จะต้องเป็นไปเพื่อทำให้ตนเองเป็นบุคคลที่ดีงามและยังประโยชน์แก่บุคคลอื่นด้วยว่าตามหลักเมตตาธรรมแล้วพระพุทธศาสนานั้น เน้นหลักการนี้เป็นอย่างมาก หรือเป็นรากฐานความคิดพื้นฐานของพระพุทธศาสนาก็ว่าได้ เพราะหลักเมตตาธรรมนั้นนำไปสู่สิ่งที่ดีงามอย่างเดียวคือทำทั้งประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นอีกด้วย อย่างไรก็ตาม อาจเป็นไปไม่ได้ทั้งหมดที่มนุษย์ทุกคนจะสามารถดำรงตนอยู่อย่างมีเมตตาธรรมด้วยตนเอง พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงการคบค้าสมาคมหรืออยู่ร่วมกับคนดี หรือการมีกัลยาณมิตรก็จะย่อมทำให้ประสบกับสิ่งที่ดีงามหรือจะสามารถทำให้มนุษย์ในฐานะปัจเจกสามารถมีหลักเมตตาธรรมอยู่ในจิตจนกระทั้งผลิบานแก่บุคคลอื่นหรือสังคม ประเทศชาติต่อไป

ในพระพุทธศาสนาได้เน้นย้ำความสำคัญของการมีกัลยาณมิตรที่เปรียบเสมือนผู้ที่คอยชี้ขุมทรัพย์ให้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ความเป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีเพื่อนดี เป็นพรหมจรรย์ทั้งหมดทีเดียว (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 23/6/11) . . . ภิกษุผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีเพื่อนดี พึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ทำอริยมรรคมีองค์ 8 ให้มาก (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 15/129/152-153) . . . บุคคลพึงเห็นผู้มีปัญญามักชี้โทษ มักพูดปรามไว้ เหมือนผู้ชี้บอกขุมทรัพย์ (และ) พึงคบผู้ที่เป็นบัณฑิตเช่นนั้น เพราะเมื่อคบคนเช่นนั้น ย่อมมีแต่ความเจริญ ไม่มีความเสื่อมเลย (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 25/76/51)

ดังนั้น ในพระพุทธศาสนาการคบคนดีหรือการอยู่ร่วมกับคนดีจึงเป็นทั้งความงามเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุดของชีวิตเพื่อสนับสนุนต่อการเสริมสร้างการมีเมตตาธรรมของแต่ละบุคคล ทั้งยังเป็นการทำให้บุคคลที่เป็นปุถุชนไปสู่กัลยาณชนและสุดท้ายก็เป็นอริยชน (อรหันต์) ได้ สาระความสำคัญของการคบคนดีและการมีกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนาจึงไม่ใช่เรื่องที่จะพึงละเลยหรือละเว้นในการแสวงหาและอยู่ร่วมด้วย ทั้งการไปมาหาสู่และการสนทนาแลกเปลี่ยน

2. หลักเมตตาธรรมในมุมมองทางพระพุทธศาสนา

2.1 เมตตาธรรมในเบญจธรรม

คำว่า “เบญจธรรม (five ennobling virtues)” หรือเบญจกัลยาณธรรม สามารถเรียงตามลำดับให้เข้าคู่กับศีล 5 คือ 1. เมตตาและกรุณา 2. สัมมาอาชีวะ (บางท่านเลือกเอาหรือรวมเอาทานเข้าด้วย) 3. กามสังวร คือ ความรู้จักยับยั้งควบคุมตนในทางกามารมณ์หรือเรื่องรักใคร่ไม่ให้ผิดศีลธรรม (บางท่านเลือกเอาสทารสันโดษ คือความยินดีด้วยคู่ครองของตน) 4. สัจจะ 5. สติสัมปชัญญะ (บางท่านเลือกเอาอัปปมาทคือความไม่ประมาทซึ่งได้เกือบไม่ต่างกัน) (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), 2554, หน้า 773)

ดังนั้น เบญจธรรม หมายถึง ธรรม 5 บางทีเรียกว่า “เบญจกัลยาณธรรม” หมายถึง ธรรมอันดีงาม 5 ประการ คู่กับเบญจศีล เป็นธรรมเกื้อกูลแก่การรักษาเบญจศีล ผู้รักษาเบญจศีลควรมีไว้ประจำใจเป็นนิจ 5 ประการคือ 1. เมตตากรุณา ความรักใคร่ ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ความเจริญ ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ คู่กับศีลข้อที่ 1 2. สัมมาอาชีวะ การหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต คู่กับศีลข้อที่ 2 3. กามสังวร ความสำรวมระวังรู้จักยับยั้งควบคุมตนในทางกามารมณ์ ไม่ให้หลงใน รูป เสียง กลิ่น รส และผัสสะ คู่กับศีลข้อที่ 3 4. สัจจะ ความสัตย์หรือความซื่อตรง คู่กับศีลข้อที่ 4 5. สติสัมปชัญญะ ความระลึกได้และรู้ตัวอยู่เสมอ คือ ฝึกฝนให้เป็นคนรู้จักยั้งคิด รู้สึกตัวอยู่เสมอว่า สิ่งใดควรทำ ไม่ควรทำ ระวังไม่ให้ประมาท คู่กับศีลข้อที่ 5 (บุญมี แท่นแก้ว, 2539, หน้า 133)

อย่างไรก็ตาม มีผู้ให้นิยามหรือนัยของ “เมตตา” ไว้กล่าวคือ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2554, หน้า 507) กล่าวเรื่องเมตตาไว้ว่า เมตตา คือความรัก ความมีไมตรี ความปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข และประสบแต่สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์...ซึ่งเป็นความรักที่บริสุทธิ์ มีต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายในฐานะที่เป็นเพื่อนร่วมโลก หรือเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสังสารวัฏ เป็นความรักอย่างเป็นกลางๆ ทำให้ใจเปิดกว้างออกไปและผ่องใสเบิกบาน พระอรรถกถาจารย์เกรงความสับสนจึงพยายามกล่าวย้ำถึงลักษณะที่พึงสังเกตต่างๆ สำหรับป้องกันความเข้าใจเคลื่อนคลาด เช่น สมบัติหรือผลสำเร็จของเมตตาคือระงับพยาบาทได้ วิบัติหรือความล้มเหลวของเมตตาคือเกิดเสน่หา ความพยาบาทเป็นศัตรูห่างไกลของเมตตา ศัตรูใกล้ตัวของเมตตาที่พึงระมัดระวังอย่างยิ่งก็คือ ราคะ เพราะ เข้ามาง่าย เผลอเมื่อใดถึงตัวทันที พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาปญฺโญ) (2548, หน้า 129) กล่าวถึงเรื่องเมตตาไว้สรุปว่า แนวคิดเกี่ยวกับความรักในพระพุทธศาสนาชัดเจน แบ่งเป็นรักฝ่ายดีที่เรียกว่า “กุศล” เช่น เมตตา หมายถึง รัก ปรารถนาจะให้เป็นสุขกับรักฝ่ายชั่วที่เรียกว่าอกุศล เช่น ราคะกำหนัดยินดี ตัณหา ทะยานอยาก สิเนหา เป็นต้น และต้องเข้าใจไว้เสมอว่า “ดี หรือ กุศล กับคำว่า ชั่ว หรืออกุศล” ไม่ได้แยกกันอยู่คนละขั้วโดยเด็ดขาด เป็นคุณสมบัติติดตัวเรามาแต่

เกิด ไม่มีการพิพากษาว่าถูกหรือผิด อันนี้พูดเรื่องรักแบบโลกๆ เมตตาปรารถนาจะให้ผู้อื่นมีความสุข ถือเป็นความรักในอุดมคติตามหลักพระพุทธศาสนา ปิ่น มุทุกันต์ (2526, หน้า 204) กล่าวถึง “เมตตา” แปลว่า ความรักใคร่มีอยู่ 2 ประเภท คือรักด้วยอำนาจความกำหนัด เช่น ความรักระหว่างเพศ เป็นพวกราคะตัณหา ไม่ใช่ลักษณะของเมตตา ความรักที่เรียกว่าเมตตา ในที่นี้ หมายถึง ความหวังดี คือ ปรารถนาจะให้เขาเป็นสุข เช่น มารดารักบุตร มิตรสหายรักกัน ความรักที่เป็นราคะตัณหานั้นเป็นกิเลส...ส่วนความรักที่เรียกว่าเมตตานี้ พระพุทธเจ้าทรงสอนให้บำเพ็ญทั้งฆราวาสและบรรพชิต

ดังนั้น หลักเมตตาธรรมในมุมมองทางพระพุทธศาสนา มีอยู่ในจิตใจของบุคคลแต่ละคนซึ่งมีลักษณะที่แตกต่างกันออกไปมีทั้งส่วนที่เป็นกุศลและอกุศล หากแต่หลักเมตตาธรรมในมุมมองทางพระพุทธศาสนานั้น มีเป้าหมายสูงสุดคือการพัฒนาเพื่อให้ถึงเมตตาที่บริสุทธิ์ซึ่งสามารถพัฒนาให้เป็นไปได้

2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างเมตตากับกรุณา

เมตตากรุณา เป็นกัลยาณธรรม ธรรมที่งามหรือธรรมที่ทำให้เป็นกัลยาณชนคนงาม เมตตากรุณานี้เป็นมูลฐานให้เกิดศีลข้อที่ 1 และทำให้จิตใจงาม เป็นเหตุก่อการกระทำเกื้อกูลขึ้นอีก ดังเช่นไม่ฆ่าสัตว์มีศีล และเกื้อกูลสัตว์ด้วยมีธรรม คือ ความเมตตากรุณา การไม่เกื้อกูลใครไม่ทำให้เสียศีล เพราะไม่ได้ฆ่าใคร แต่ขาดธรรม คือ กรุณา ฉะนั้น จึงควรปลูกเมตตากรุณาให้มีคู่ไปกับศีล

เมตตา คือ ความคิดปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข คำว่าไมตรีจิต หรือมิตรจิตก็คือจิตใจที่ประกอบด้วยเมตตา คนที่มีมิตรจิตเรียกว่ามิตร ตรงกันข้ามกับศัตรูหรือไพรี ซึ่งมีจิตพยาบาทมุ่งร้าย เมตตาตึงตรงข้ามกับโทสะพยาบาท เมตตาเป็นเครื่องอุปถัมภ์ โทสะพยาบาทเป็นเครื่องทำลายล้าง ฉะนั้น เมื่อมีเมตตาต่อกันย่อมคิดจะเกื้อกูลกันให้มีความสุข ถึงจะประพฤติผิดพลั้งพลาดต่อกันบ้างก็ให้อภัยกันไม่ถือโทษ

กรุณา คือ ความคิดปรารถนาให้ผู้อื่นปราศจากทุกข์ เมื่อเห็นทุกข์เกิดแก่ผู้อื่นก็พลอยหวั่นใจสงสารเป็นเหตุให้คิดช่วยทุกข์ภัยของกันและกัน กรุณานี้ตรงกันข้ามกับวิหิงสาความเบียดเบียน สิ่งที่เป็นเครื่องช่วยเปลื้องช่วยบำบัดทุกข์ภัยทั้งหลาย เช่น โรงพยาบาล เป็นต้น ล้วนประกาศกรุณาของท่านผู้สร้าง (สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน), 2530, หน้า 193-254)

อย่างไรก็ตาม หลวงวิจิตรวาทการ (2518, หน้า 196) ได้กล่าวถึงเรื่องเมตตาไว้ว่า เมตตากับกรุณาไม่เหมือนกัน เมตตาหมายถึง ความปรารถนาที่จะให้โลกอยู่เป็นสุข ให้คนทั้งหลายได้รับความสุขทั่วกัน ทางพระพุทธศาสนาถือว่า เมตตาเป็นหลักธรรมที่สำคัญมาก พระพุทธเจ้าทรงสอนให้แผ่เมตตาจิตแก่ผู้พ่ายแพ้จนกระทั่งศัตรูกลายมาเป็นมิตร แต่ไม่ได้หมายถึงความคิดที่จะช่วยเหลือ ส่วนกรุณานั้นสูงขึ้นไปกว่าเมตตา คือมีความคิดที่จะช่วยเหลือด้วย ฉะนั้นท่านจึงอธิบายเมตตาว่าปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข และอธิบายกรุณาว่า คิดช่วยเหลือให้ผู้อื่นพ้นจากความทุกข์

โดยหลักความสัมพันธ์ระหว่างเมตตากับกรุณา (เบญจศีลกับเบญจธรรม) นั้นไม่สามารถแยกออกจากกันได้ กล่าวได้ว่าเป็นเสมือนเหรียญเดียวกันแต่คนละด้าน เมตตาเป็นสิ่งที่อยู่ภายในจิตซึ่งมิอาจหยั่งหรือวัดได้เป็นไปในด้านนาธรรม แตกต่างกับกรุณาซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ปรากฏให้เห็นได้เป็นรูปธรรมว่าเป็นไปเช่นไร ดังนั้นแล้ว พระพุทธศาสนาจึงไม่เพียงเห็นว่า สิ่งที่เป็นด้านในหรือนามธรรมจะสำคัญอย่างไรก็ย่อมที่จะต้องทำให้ปรากฏออกมาได้ด้วย หลักความสัมพันธ์ระหว่างเมตตากับกรุณา จึงไม่เป็นเพียงหลักการด้านในเท่านั้น แต่เป็นหลักปฏิสัมพันธ์ในการอยู่ร่วมกันของสังคมอย่างปรกติสุข

2.3 ประโยชน์หรืออานิสงค์ของเมตตา

ปัญหาต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น สงคราม การฆ่าสัตว์ การเบียดเบียน หรือปัญหาอาชญากรรมที่ร้ายแรงต่างๆ ที่เกิดขึ้นในโลก ล้วนมาจากการไม่ปฏิบัติหรือว่าล่วงละเมิดเมตตาเป็นเบื้องต้น ดังนั้นแล้ว หากบุคคลใน ชุมชน สังคม ปฏิบัติตามศีลห้าเป็นอย่างน้อย ศีลนั้นก็ย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม ดังนี้ “สีเลน สุคตึ ยนฺติ สีเลน

โภคสมฺปทา สีเลน นิพฺพุตึ ยนฺติ” ถอดความว่า (พันเอกปิ่น มุทุกันต์, 2514, หน้า 427-430) 1. สุคตึ ยนฺติ ทำให้เข้าถึงคติที่ดี (ไม่ตกไปสู่คติอันชั่ว) 2. โภคสมฺปทา ทำให้ได้โภคสมบัติ (ไม่ตกไปสู่ความวิบัติ) 3. นิพฺพุตึ ยนฺติ ทำให้ถึงความดับทุกข์ (ไม่จมดิ่งลงสู่ความทุกข์) อานิสงส์ 3 ทั้งประการนี้กล่าวได้ว่ามีเมตตาเป็นแม่บท ทั้งนั้น

อย่างไรก็ตามปรากฏว่า ในเมตตากถา ได้กล่าวถึงอานิสงส์ของการเจริญเมตตามี 11 ประการ ดังนี้ 1) หลับเป็นสุข 2) ตื่นเป็นสุข 3) ฝันดี 4) เป็นที่รักของคนอื่น 5) เป็นที่รักของอมนุษย์ทั้งหลาย 6) เทวดาคุ้มครอง 7) ไฟ ยาพิษ ศาสตราไม่กล้ำกราย 8) จิตตั้งมั่นโดยเร็ว 9) สีหน้าผ่องใส 10) เป็นผู้ไม่หลงใหลทำกาละ 11) เมื่อแทงตลอดคุณอันยิ่งจะเป็นผู้เข้าถึงพรหมโลก (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 31/22/460)

และในโอกขาสูตร มีปรากฏเรื่องอานิสงส์ของเมตตาว่า ในครั้งที่พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ . . . เขตกรุงสาวัตถี . . . “ภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดพึงให้ทานประมาณ 100 หม้อใหญ่ในเวลาเช้า บุคคลใดพึงให้ทานประมาณ 100 หม้อใหญ่ในเวลาเที่ยง บุคคลใดพึงให้ทานประมาณ 100 หม้อใหญ่ในเวลาเย็น บุคคลใดพึงเจริญเมตตาจิตในเวลาเช้าอย่างน้อยเพียงขณะการหยดน้ำนมโค บุคคลใดพึงเจริญเมตตาจิตในเวลาเที่ยงอย่างน้อยเพียงขณะการหยดน้ำนมโค หรือบุคคลใดพึงเจริญเมตตาจิตในเวลาเย็นอย่างน้อยเพียงขณะการหยดน้ำนมโค การเจริญเมตตาจิตนี้มีผลมากกว่าทานที่บุคคลให้แล้ว 3 ครั้งในวันหนึ่งนั้น” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 16/226/315)

ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า อานิสงส์ของการเจริญเมตตานั้น อาจกล่าวได้ว่ามี 2 ประการใหญ่ คือ 1. มีผลต่อตัวของผู้มีเมตตาจิตเอง และส่งผลต่อผู้อื่นอีกด้วยในขณะที่มีชีวิตอยู่ในปัจจุบันแต่อาจขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยอื่นๆ บ้าง และ 2. ส่งผลเมื่อสิ้นชีวิตไปแล้ว

3. สรุปการวิเคราะห์การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีเมตตาโดยการคบคนดี

หลักเมตตาดังที่กล่าวมา ประเด็นสาระสำคัญจึงเป็นเรื่องของจิตใจ หากบุคคลมีจิตใจดีก็ย่อมก่อเกิดผลดีต่อผู้มีหลักเมตตาธรรม แล้วนำไปสู่การเกื้อกูลหรือเกื้อหนุนต่อผู้อื่นต่อไป เรียกว่า “หลักกรุณา” ถึงกระนั้นก็ตามพุทธทาสภิกขุ (2549, หน้า 216 – 217) ได้กล่าวถึง “เมตตา” โดยสรุปได้ความว่า เมตตาคือความรักโดยธรรมะ ไม่เกี่ยวข้องกับเนื้อหนัง เนื้อหนังไม่ถูกต้องกันเลยก็ได้ก็สามารถมีความสุขถึงที่สุดได้ ความรักชนิดนี้เรียกว่าเมตตาซึ่งเป็นเรื่องของจิตลวนๆ เมตตาเป็นที่ตั้งแห่งความผาสุก และสันติภาพ อย่างไรก็ตามพุทธทาสภิกขุ ยังได้อธิบายถึงลักษณะของเมตตาผ่านตัวตนหรืออัตตา ซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ระดับ คือ

1) เมตตาขั้นต่ำ ที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติของสัญชาตญาณยังมีกิเลสอยู่ หรือไม่ได้ลดความเห็นแก่ตัวประการใด ตัวอย่างเช่น เมตตาของแม่ที่มีต่อลูกเพราะยึดมั่นถือมั่นอยู่ในตัวตนถือว่าลูกคือส่วนหนึ่งแห่งความเป็นตัวตนของคนเป็น แม่จึงรู้สึกเมตตาลูกจัดเป็นเมตตาที่มีอาสวะ

2) เมตตาขั้นกลาง มีสติและปัญญาคอยควบคุมปัญญาจะทำให้เมตตาจากธรรมชาติเกิดพัฒนาการเพื่อลดตัวตน และลดความเห็นแก่ตัวรวมทั้งกิเลสต่ำๆ ทั่วไป ตัวอย่างเช่น แม่ลูกอ่อนที่เลี้ยงดูให้น้ำนมเด็กทารกที่ถูกทอดทิ้ง เป็นการกระทำที่ต้องลดความเห็น แก่ตัวลงบ้างแล้ว จึงยินยอมให้ความช่วยเหลือเหลือผู้อื่นที่ไม่ใช่ญาติพี่น้องตนเองได้ หรือคิดว่าเป็นการช่วยเหลือเกื้อกูลบุคคลตกยาก เป็นการทำเพื่อปรารถนาบุญกุศลทำเพื่อตนเองให้ได้ไปเกิดในสวรรค จัดเป็น “เมตตารับจ้าง” ยังไม่ใช่เมตตาที่สะอาดอย่างแท้จริงยังมีอาสวะเจืออยู่

3) เมตตาขั้นสูงสุด คือตัวตนที่ถูกฝึกฝนให้ขึ้น สู่เมตตาที่สะอาดกว่า กำจัดความเห็นแก่ตนออกไปได้กระทั่งไม่ยึดถือว่ามีตัวตน ไมตองอาศัยอัตตาเป็นเมตตาที่สูงไปกว่าธรรมชาติ เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติแผ่ไปในสัตว์บุคคลอย่างหาประมาณไม่ได้หรืออัปปมัญญา ซึ่งมีปรากฏอยู่ในพระอรหันต์เท่านั้น สวนเมตตาในพระโพธิสัตว์อยู่ในช่วงเพาะปลูกให้งอกงามสูงสุดแบบพระอรหันต์ แต่ยังมีเจตนาอยู่คือเป็นไปเพื่อบ่มบารมี

อย่างไรก็ตาม พระพุทธเจ้าได้ชี้มูลเหตุแห่งปัญหาต่างๆ ไว้ว่าเกิดจาก “การทะเลาะ การวิวาท ความคร่ำครวญ ความเศร้าโศก ความตระหนี่ ความถือตัว ความดูหมิ่น และวาจาส่อเสียด มีมาจากสิ่งเป็นที่รัก การทะเลาะ การวิวาท ประกอบในความตระหนี่ มีมาจากสิ่งเป็นที่รัก เมื่อการวิวาทเกิดขึ้นแล้ว ก็มีวาจาส่อเสียดเกิดขึ้น... (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 25/869-870/708-709) “ภิกษุทั้งหลาย ถ้าเธอทั้งหลายพิจารณาเห็นมูลแห่งการวิวาทเช่นนี้ ภายในหรือภายนอก ในข้อนั้น เธอทั้งหลายพึงพยายามเพื่อละมูล แห่งวิวาทที่เป็นบาปภายในหรือภายนอกนั้นแล ถ้าเธอทั้งหลายไม่พิจารณาเห็นมูลแห่งวิวาทเช่นนี้ ภายในหรือภายนอกในข้อนั้น เธอทั้งหลายพึงปฏิบัติเพื่อความยึดเยื้อแห่งมูลเหตุแห่งวิวาทที่เป็นบาปนั้นแล การละมูลเหตุแห่งวิวาทที่เป็นบาปนั้นย่อมมีด้วยอาการอย่างนี้... (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 6 333/369/-334) “ท่านทั้งหลายจงเห็นความวิวาทโดยความเป็นภัย และเห็นความไม่วิวาทโดยเป็นทางเกษม แล้วจงกล่าววาจาอ่อนหวานอันสมัครสมานกันเถิด นี่เป็นคำสั่งของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 33/122/775)

ฉะนั้นแล้ว สาระสำคัญหรือมูลเหตุแห่งการวิวาทหรือวิวาทาธิกรณ์ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย: 2539, 6/216/332-334) มาจากความเป็นผู้มักโกรธ ผูกโกรธไว้ ลบหลู่ดูหมิ่นอีกฝ่ายอย่างไม่ให้เกียรติ ไม่ให้ความเคารพซึ่งกันและกัน ตีตนเสมอ อิจฉา ริษยาเป็นปกตินิสัย และยังตระหนี่ อวดดี ยึดมั่นถือมั่นในทิฏฐิของตน ดื้อรั้น ไม่ยอมสละสิ่งที่ตนยึด จึงนำไปสู่ความแตกแยกในสังคม ประเทศชาติอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่หากบุคคลที่มีเมตตาธรรมแล้วย่อมก่อให้เกิดสิ่งที่ตรงกันข้าม ดังกรณีของ นางอุตตราอุบาสิกามีเนื้อความพอสังเขปดังนี้

นางอุตตราเป็นธิดาของนายปุณณะ อาศัยอยู่ในบ้านสุมนเศรษฐี มีอาชีพรับจ้างในกรุงราชคฤห์ ในช่วงที่มีงานนักขัตฤกษ์ 7 วัน เขาขอยืมโคของสุมนเศรษฐีไปรับจ้างไถนา ในวันนั้นพระสารีบุตรเถระออกจากนิโรธสมาบัติ เห็นนายปุณณะและภรรยาเป็นผู้มีศรัทธา จึงเดินผ่านมาทางที่นายปุณณะไถนาอยู่ นายปุณณะดีใจที่ได้เห็นพระเถระ ก้มลงกราบแล้วถวายไม้ชำระฟันและน้ำฉัน แล้วท่านก็หลีกไป ได้พบภรรยาของนายปุณณะระหว่างทาง นางเกิดศรัทธาเต็มเปี่ยม จึงถวายอาหารที่เตรียมไว้สำหรับสามีแด่พระเถระจนหมด แล้วรีบกลับไปบ้านสุมนเศรษฐีเพื่อเตรียมอาหารอีกครั้งให้สามี กลับมาถึงที่นาก็ร้องบอกให้สามีทำจิตให้เลื่อมใสในบุญที่นางทำแล้วแด่พระเถระ ซึ่งนายปุณณะชื่นชมยินดีและเล่าให้นางฟังถึงบุญที่ตนทำแด่พระเถระเช่นกัน จากนั้นก็หลับอยู่บนตักนางด้วยความเหนื่อยอ่อน เมื่อตื่นขึ้นมาได้เห็นนาที่ไถแล้วเต็มไปด้วยทองคำ จึงนำไปถวายพระราชาและเล่าเรื่องราวให้ทรงทราบ พระองค์ตรัสสั่งทหารให้ขนทองคำทั้งหมดมา ทหารกล่าวว่าเป็นทองของพระราชา ทองคำกลายเป็นดินไปหมด เมื่อพระราชาสั่งให้พูดว่าเป็นทองของนายปุณณะ ดินทั้งหลายนั้นก็เปลี่ยนเป็นทองคำทันที กองอยู่หน้าพระลานหลวงสูงถึง 80 ศอก พระราชาจึงแต่งตั้งนายปุณณะให้เป็นเศรษฐีประจำเมืองพร้อมฉัตรประจำตำแหน่ง และยกที่ดินให้ปลูกสร้างบ้านเรือนหลังจากปลูกบ้านเสร็จภายใน 3 วัน นายปุณณะก็จัดงานฉลองตำแหน่งและขึ้นบ้านใหม่ ถวายภัตตาหารพระภิกษุ 500 รูป มีพระพุทธเจ้าทรงเป็นพระประมุข พระองค์ทรงแสดงธรรมโปรด ทั้งนายปุณณะ ภรรยา และธิดาคือนางอุตตรา ทั้ง 3 ก็ได้บรรลุธรรมเป็นโสดาบันบุคคล

ในพรรษานั้นนายปุณณะได้แต่งนางอุตตราให้กับเศรษฐีที่เป็นมิจฉาทิฏฐิ ทำให้นางรู้สึกอึดอัดที่ไม่ได้ถวายทานและฟังธรรม เพราะสามีไม่อนุญาต คงเหลืออยู่ 15 วันก็จะออกพรรษา นางจึงขอให้ปุณณเศรษฐีผู้บิดาช่วย จึงได้ว่าจ้างนางสิริมา หญิงงามเมืองมาบำเรอสามีแทนตน ถึงวันละ 1,000 กหาปณะ ตลอด 15 วัน เพื่อนางจะได้ถวายภัตตาหาร รักษาศีล 8 และฟังธรรม ซึ่งสามีก็ยินดี ขณะที่นางอุตตราง่วนอยู่กับงานครัวด้วยตัวนางเอง เนื้อตัวมอมแมมเปื้อนเหงื่อและเถ้าถ่าน สามีเห็นดังนั้นก็หัวเราะ ฝ่ายนางสิริมานึกหึงหวงด้วยความลืมตัว จึงคิดแกล้งนางอุตตรา ตักน้ำเนยใสที่กำลังเดือดพล่านเดินมาหา นางอุตตราเห็นดังนั้นนึกถึงความดีของ

นางสิริมา อธิษฐานว่าหากความโกรธไม่มีในใจเธอ ก็ขออย่าให้เนยใสที่เดือดพล่านนี้ลวกเธอเลย จงเป็นเหมือนน้ำเย็นแทน แต่นางสิริมายังตักน้ำเนยใสเดือดมาอีก บริวารของนางอุตตราต่างเข้ามากลุ้มรุมทำร้าย นางอุตตราห้ามไว้แล้วถามว่า เหตุใดจึงทำกรรมหนักเช่นนั้น แล้วให้โอวาทพร้อมให้อาบน้ำอุ่น ทาด้วยน้ำมันที่หุงแล้ว นางสิริมาได้สำนึก จึงหมอบแทบเท้าขอลุแก่โทษ นางอุตตราตั้งข้อแม้ว่า ถ้าพระพุทธเจ้าผู้เป็นศาสดายกโทษให้นางก็จะยอมยกโทษให้เช่นกัน

วันรุ่งขึ้น นางสิริมาและบริวาร 500 คน นำข้าวของสักการะมาส่งให้นางอุตตราใส่บาตรภิกษุสงฆ์ที่มีพระพุทธเจ้าทรงเป็นประมุข เสร็จภัตกิจแล้ว นางสิริมาและบริวารหมอบลงแทบเท้าพระพุทธองค์ ทวนเงื่อนไขของนางอุตตราในการที่จะยอมยกโทษให้นาง พระองค์ตรัสถามความรู้สึกของนางอุตตรา นางก็กล่าวสดุดีบุญคุณอันยิ่งใหญ่ของนางสิริมา ที่ทำให้เธอมีโอกาสถวายทาน รักษาศีลและฟังธรรมในพรรษาที่เหลือนี้ จึงไม่มีความโกรธเลยที่จะโดนเนยใสเดือดพล่านรดใส่ กลับอธิษฐานให้เนยใสนั้นเย็นแทน และแผ่เมตตาแก่นางสิริมาด้วย (คณะกรรมการแผนกตำรา มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์, 2547, หน้า 258-271)

จากกรณีนี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “บุคคลพึงชนะความโกรธด้วยความไม่โกรธ พึงชนะคนไม่ดีด้วยความดี พึงชนะคนตระหนี่ด้วยการให้ พึงชนะคนพูดเหลาะแหละด้วยคำสัตย์ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 25/223/102)

จากกรณีนางอุตตราอุบาสิกา นี้ทำให้เห็นได้ว่าหลักเมตตานั้นสำคัญอย่างยิ่งเป็นรากฐานของสันติภาพทั้งแก่เจ้าตัวและผู้อื่นหรือบริบทแวดล้อมอีกด้วย และยังเป็นอุทาหรณ์ บทเรียนให้เรียนรู้ได้อย่างดียิ่งอีกด้วยว่าหลักเมตตานั้นสำคัญยิ่งควรทำให้มีหรือให้เกิดขึ้นให้ได้แก่คนทุกคนหรือทุกชาติชั้นวรรณะ เพราะหลักเมตตาที่ก่อเกิดแก่ใครแล้วย่อมอำนวยประโยชน์คือความชุ่มชื่นแก่จิตของผู้มีเป็นอันดับหนึ่งแล้วจึงแผ่ขยายกระจายไปสู่บุคคลอื่น หรือสังคม แต่หากตรงกันข้ามบุคคลใดที่ไร้เมตตาจิตก็ย่อมได้รับความทุกข์แก่คนและอาจทำให้ขยายผลไปสู่บุคคลอื่นด้วย แต่อย่างไรก็ตามในพระพุทธศาสนาเน้นที่ปัจเจกบุคคลเป็นอันดับหนึ่งก่อนว่าบุคคลหว่านพืชเช่นไรย่อมได้ผลเช่นนั้น บุคคลทำกรรมใดเจ้าของย่อมได้รับผลนั้น

ดังนั้น การที่บุคคลใดที่ไร้เมตตาโดยไม่ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนก็ย่อมได้รับผลเหล่านั้นเองดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ใน อาฆาตวัตถุสูตร 9 ประการ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 23/29/491) ดังนี้

(1) บุคคลนั้นได้ทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อตน
(2) บุคคลนั้นกำลังทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อตน
(3) บุคคลนั้นจะทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อตน
(4) บุคคลนั้นได้ทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของตน
(5) บุคคลนั้นกำลังทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของตน
(6) บุคคลนั้นจะทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ แก่คนผู้เป็นที่รักที่ชอบพอของตน
(7) บุคคลนั้นได้ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของตน
(8) บุคคลนั้นกำลังทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของตน
(9) บุคคลนั้นจะทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ แก่คนผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่ชอบพอของตน

จากอาฆาตวัตถุสูตร 9 ประการ จึงเห็นได้ว่า ผลอันเกิดแต่การไร้เมตตานั้นเจ้าตัวของแต่ละบุคคลย่อมรับผลนั้นตั้งแต่เริ่มแรกและจวบจนสุดท้ายอีกด้วย ฉะนั้นแล้ว การไร้หลักเมตตาจึงไม่มีคุณมีแต่โทษอย่างเดียว

ในขณะเดียวกันกรณีของนางอุตตราอุบาสิกานั้นมีกัลยาณมิตรที่ดีหรือการคบคนดี ก็คือพระพุทธเจ้าหรือคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ใช้เป็นแนวทางจึงทำให้ได้พบหรือประสบกับสิ่งที่งามหรือการมีเมตตาจิตเป็นหลักในใจของตน

ส่วนคนดีในมุมมองพระพุทธศาสนา มีรายละเอียดดังนี้ คนดีมีนัยที่สำคัญ คือ คำว่า “กัลยาณมิตร” (ในที่นี้ผู้เขียนใช้คำว่า “กัลยาณมิตร หรือ สัตบุรุษ”) กล่าวคือ คำว่า “กัลยาณมิตร” แปลความหมายคำ “กัลยาณ” ว่า หมายถึง งาม ดี และ “มิตร” หมายถึง เพื่อนรักใคร่ที่สนิทสนมคุ้นเคย ดังนั้น กัลยาณมิตร จึงมีความหมายว่า เพื่อนที่ดี เพื่อนที่งามหรือเพื่อนที่รักใคร่คุ้นเคยที่ดี เพื่อนรักใคร่คุ้นเคยที่งาม หรือ มิตรผู้มีคุณอันบัณฑิตพึงนับ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2554, หน้า 15)

หลักเกณฑ์ตัดสินความเป็นกัลยาณมิตร (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2554, หน้า 176) ดังนี้

1. คุณลักษณะแห่งกัลยาณมิตร 8 ประการ คือ

1. มีศรัทธาคือเชื่อการตรัสรู้ของพระตถาคต เชื่อกรรมและผลของกรรม 2. มีศีล คือเป็นที่รัก เป็นที่เคารพ เป็นที่นับถือของสัตว์ทั้งหลาย 3. มีสุตะ คือ กล่าวถ้อยคำที่ลึกซึ้งที่สัมปยุตด้วยสัจจะและปฏิจจสมุปบาท 4. มีจาคะ คือ ปรารถนาน้อย สันโดษ ชอบสงัด ไม่คลุกคลีด้วยหมู่ 5. มีความเพียร คือ ปรารภความเพียรในการปฏิบัติเพื่อเกื้อหนุนแก่ตนและเกื้อกูลแก่ผู้อื่น 6. มีสติ คือ มีสติตั้งมั่น 7. มีสมาธิ คือ จิตตั้งมั่นไม่ฟุ้งซ่าน 8. มีปัญญา คือ รู้อย่างไม่วิปริต ใช้สติพิจารณาคติแห่งกุศลธรรมและอกุศลธรรม รู้สิ่งที่เกื้อกูล และสิ่งไม่เกื้อกูลแห่งสัตว์ทั้งหลายด้วยปัญญาตามความเป็นจริง มีจิตเป็นหนึ่งในอารมณ์นั้นด้วยสมาธิ เว้นสิ่งที่ไม่เกื้อกูล ประกอบสิ่งที่เกื้อกูลด้วยความเพียร (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 23/37/57)

2. องค์คุณของกัลยาณมิตร มี 2 พระสูตร คือ

(2.1) ปฐมมิตตสูตร (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 23 /36/56) ว่าด้วยองค์ 7 ประการแห่งมิตรผู้เป็นที่น่าคบหา คือ 1. ให้สิ่งที่ให้ได้ยาก 2. ทำสิ่งที่ทำได้ยาก 3. อดทนถ้อยคำที่อดทนได้ยาก 4. เปิดเผยความลับแก่เพื่อน 5. ปิดความลับของเพื่อน 6. ไม่ทอดทิ้งในยามวิบัติ 7. เมื่อเพื่อนสิ้นโภคสมบัติก็ไม่ดูหมิ่น พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่าในฐานะทั้ง 7 นี้ หากปรากฏมีอยู่ในบุคคลใดก็ตามในโลกนี้ บุคคลนั้นจัดเป็นมิตรที่ควรแก่การคบหา

(2.2) ทุติยมิตตสูตร (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 23/37/57) ว่าด้วย “กัลยาณมิตรธรรม 7” คือองค์คุณของกัลยาณมิตร หรือคุณสมบัติของมิตรดีหรือมิตรแท้ คือท่านที่คบหรือเข้าหาแล้วจะเป็นเหตุให้เกิดความดีงามและความเจริญ ในที่นี้มุ่งเอามิตรประเภทครูหรือพี่เลี้ยงเป็นสำคัญ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2551, หน้า 204) คือ

ก) ปิโย หมายถึง น่ารักด้วยมีเมตตา เป็นที่สบายจิต สนิทใจ ชวนให้อยากเข้าไปหาและปรึกษาไต่ถามปัญหาขัดข้องใจต่างๆ เพราะมีคุณลักษณะแห่งกัลยาณมิตร 8 ประการดังที่ได้กล่าวไปแล้วข้างต้น

ข) ครุ หมายถึง น่าเคารพด้วยความประพฤติหนักแน่นอันสมควรแก่ฐานะ เป็นที่พึ่งอาศัยได้ คือให้ความรู้สึกอบอุ่นใจ และความรู้สึกปลอดภัย

ค) ภาวนีโย หมายถึง น่าเจริญใจ น่ายกย่องด้วยความเป็นผู้รู้และเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ สมควรแก่การเอาอย่าง ปฏิบัติตาม ทำให้ระลึกและเอ่ยอ้างด้วยความซาบซึ้งภูมิใจ

ง) วตฺตา หมายถึง รู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจ เป็นที่ปรึกษาที่ดี รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไรบ้าง และคอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือนรู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ ช่างเจรจาปราศรัย ถูกโอกาส ถูกกาลเทศะ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไรอย่างไร คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี

จ) วจนกฺขโม หมายถึง อดทนต่อถ้อยคำต่างๆ คือ พร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษา ซักถาม คำเสนอ และวิพากษ์วิจารณ์ อดทนฟังได้โดยไม่เบื่อ ไม่ฉุนเฉียว ผู้ที่เป็นกัลยาณมิตรที่แท้จริงย่อมไม่หวั่นไหวต่อคำพูดสบประมาท หรือคำพูดที่หมายจะลองภูมิลองปัญญา เป็นต้น

ฉ) คมฺภีรญฺจ กถำ กตฺตา หมายถึง แถลงเรื่องล้ำลึกได้ สามารถอธิบายเรื่องยุ่งยากซับซ้อนให้เข้าใจ และให้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป กล่าวได้ว่าหมายถึงความเป็นผู้ที่กล่าวคำที่ลุ่มลึกให้เข้าใจง่าย หรือทำเรื่องยากให้เป็นเรื่องง่าย

ช) โน จฏฺฐาเน นิโยชเย หมายถึง ไม่ชักนำในอฐาน คือ ไม่ชักจูงไปในทางเสื่อมเสียหรือเรื่องเหลวไหลไม่สมควร ไม่เกิดประโยชน์เกื้อกูล มีคติเป็นทุกข์ แต่ชักนำไปในทางตรงข้ามคือทางที่ทำให้เกิดประโยชน์เกื้อกูลและมีคติเป็นสุข

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่ากัลยาณมิตรผู้มีคุณสมบัติ 7 ประการนี้ เป็นผู้ที่ควรเสพ ควรคบ และควรเข้าไปนั่งใกล้ แม้จะถูกขับไล่ก็ตาม ในทางพระพุทธศาสนาเรียก ว่าการมีกัลยาณมิตรหรือการมีปัจจัยภายนอกที่ดีที่เรียกว่า “ปรโตโฆสะ” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 20/126-127/115) (เสียงจากผู้อื่นหรือเสียงบอกจากผู้อื่น) พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2554, หน้า 622-623) ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์กำลังจะอุทัย ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิต ฉันใด กัลยาณมิตตตา (ความเป็นผู้มีมิตรดี) ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิต เพื่อความเกิดขึ้นแห่งอริยมรรคมีองค์ 8 ฉันนั้น ภิกษุผู้มีกัลยาณมิตร (มิตรดี) พึงหวังข้อนี้ได้ว่า ‘จักเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ทำอริยมรรคมีองค์ 8 ให้มาก’ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539, 19/49/43) “ภิกษุทั้งหลาย เราไม่พิจารณาเห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นเหตุให้อริยมรรคมีองค์ 8 ที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น หรือเป็นเหตุให้อริยมรรคมีองค์ 8 ที่เกิดขึ้นแล้วถึงความเจริญเต็มที่เหมือนกัลยาณมิตตตา (ความเป็นผู้มีมิตรดี) นี้ ภิกษุผู้มีกัลยาณมิตรพึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ทำอริยมรรคมีองค์ 8 ให้มาก” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 19/77/53). . . ภิกษุทั้งหลาย เราไม่พิจารณาเห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นเหตุให้อริยมรรคมีองค์ 8 ที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น หรือเป็นเหตุให้อริยมรรคมีองค์ 8 ที่เกิดขึ้นแล้วถึงความเจริญเต็มที่ เหมือนกัลยาณมิตตตา (ความเป็นผู้มีมิตรดี) นี้ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 19/77/53) หรือในกรณีของพระปุณณมันตานีบุตรเถระที่ได้กล่าวคาถาไว้ว่า “บุคคลพึงสมาคมกับสัตบุรุษทั้งหลาย ผู้มีปัญญาชี้แนะแค่ประโยชน์ถ่ายเดียว เพราะสัตบุรุษทั้งหลายเป็นปราชญ์ ไม่ประมาทเห็นประจักษ์แจ้งด้วยปัญญา ได้บรรลุประโยชน์อันใหญ่หลวง ลึกซึ้ง เห็นได้ยาก ละเอียดและสุขุม” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 26/4/304)

สรุปได้ว่า อย่างไรก็ตาม การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีเมตตาโดยการคบคนดี เป็นการเน้นความมีเมตตากรุณาในจิต และทำให้ตระหนักได้ถึงคุณค่าและโยชน์ของทุกสรรพสิ่งที่อยู่รอบด้าน โดยทั้งสองประเด็นนี้กล่าวได้ว่า วางอยู่บนรากฐานความคิดของพระพุทธศาสนาที่ต้องการให้เห็นว่า มนุษย์นั้นมีธรรมชาติภายในที่ไม่ได้แตกต่างไปจากสิ่งที่มีชีวิตอื่นในแง่ของการต้องการอยู่รอดให้ยาวนาน ขณะเดียวกันต้องการดำรงเผ่าพันธุ์ของตนต่อไปอย่างยั่งยืน ส่วนประเด็นที่สอง สรรพสิ่งเป็นสิ่งที่มีคุณค่าในตนเอง และเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์ทั้งตนเองและสิ่งอื่นๆ ด้วย ไม่ว่าจะทางตรงหรือทางอ้อม ในประเด็นนี้จะพบว่า พระพุทธศาสนามองเห็นว่าธรรมชาติของมนุษย์และสิ่งภายนอกของมนุษย์นั้นล้วนอิงอาศัยกันและกัน ไม่มีสิ่งใดดำรงอยู่หรือมีอยู่อย่างไม่เกื้อกูลหรือเกื้อหนุนต่อกัน หากแต่การเป็นไปของสิ่งต่างๆ นั้น บางอย่างเป็นสิ่งที่อาจง่ายต่อการสัมผัสหรือรับรู้ด้วยอายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย หากแต่มีสิ่งอื่นๆ อีกที่อาจสัมผัสด้วยอายตนะอีกอย่างหนึ่งคือใจ ดังนั้น การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีเมตตาโดยการคบคนดี หรือการมีกัลยาณมิตรจะมีส่วนในการสนับสนุนให้เกิดมีหลักเมตตามากขึ้นอีกด้วย เพราะบุคคลบางคนอาจไม่สามารถตระหนักรับรู้การมีหลักเมตตาด้วยตนเอง

(ขาดโยนิโสมนสิการ) หลักเมตตาธรรมดังกล่าวนี้เป็นเหตุ(Cause) ซึ่งจะนำไปสู่การกระทำที่ผลิผล(Effect) ที่เป็น “กรุณา” อย่างดีงามต่อไป อย่างมิรู้สิ้นสุด

บรรณานุกรม

คณะกรรมการแผนกตำรา มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์. (2547). **พระธัมมปทัฏฐกถาแปล ภาค 6.** นครปฐม : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.

บุญมี แท่นแก้ว. (2539). **จริยศาสตร์.** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.

ปิ่น มุทุกันต์. (2526). **บันทึกธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์คลังวิทยา.

_____. (2514). **แนวสอนธรรมะ ตามหลักสูตรนักธรรมตรี.** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์คลังวิทยา.

พุทธทาสภิกขุ. (2549). **ธรรมคือสิ่งที่จำเป็นสำหรับมนุษย์.** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ธรรมสภา.

พันตรี ป. หลงสมบุญ. (2540). **พจนานุกรม มคธ-ไทย.** กรุงเทพฯ : อาทรการพิมพ์.

พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาจันทบุรีนฤนาถ. (2520). **ปทานุกรมบาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย.

พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ สมฺมาปญฺโญ). (2548). **ฉันเข้าใจสรรพสิ่งเพราะฉันรัก.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ออฟเซทครีเอชั่น.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2550). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : เลี่ยงเชียง.

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2554). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ.** พิมพ์ครั้งที่ 20. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2554). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่ม ช่วงที่ 1/ยุติ).** พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา.

_____. (2554). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ 16. กรุงเทพฯ : บริษัท เอส. อาร์.พริ้นติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด.

พระมหาโมคคัลลานะ (ผู้รจนา). (2547). **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**, พระมหาสมปอง มุทิโต (แปลและเรียบเรียง), พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : บริษัท ประยูรวงศ์พริ้นติ้ง จำกัด.

พระสัทธัมโชติกะ ธัมมาจริยะ. (2525). **ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธัมมัตถสังคหะฎีกา ปริเฉทที่ 5 เล่ม 2.** กรุงเทพฯ : สุทธิสารการพิมพ์.

พระอุดรคณาธิการ (ชวินทร์ สระคำ) และ รศ.ดร. จำลอง สารพัดนึก. (2530). **พจนานุกรมบาลี-ไทย ฉบับนักศึกษา.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.** กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน). (2530). **หลักพระพุทธศาสนา.** พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

หลวงวิจิตรวาทการ. (2518). **ศาสนาสากล เล่ม 3.** พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : ลูก ส.ธรรมภักดี.

http://oknation.nationtv.tv/blog/pierra/2007/07/31/entry-1. เข้าถึงข้อมูลเมื่อวันที่ 19 มีนาคม 2559.

http://www.mcu.ac.th/En/thesiscontent_desc.php?ct=1&t_id=2. เข้าถึงข้อมูลเมื่อวันที่ 20 กรกฎาคม 2559.