

## การศึกษาเชิงวิเคราะห์พรหมวิหารธรรมตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท

### An Analytical Study of Sublime States of Mind

### According to Theravada Buddhist Philosophy

สิรินทร์ กัญยาวิริยะ

Sirin Ganyaviriya

เมธา हरिमเทพาธิป

Metha Harimtepathip

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

Graduate School, Suan Sunandha Rajabhat University

Email: sirin.cnt@hotmail.com

วันที่รับบทความ (Received) : 7 มิถุนายน 2565

วันที่แก้ไขบทความ (Revised) : 18 มิถุนายน 2566

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) : 18 มิถุนายน 2566

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์พรหมวิหารธรรมตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท ผลการศึกษาพบว่า พรหมวิหารธรรมเป็นธรรมเครื่องอยู่ของพรหม ประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา เมื่อวิเคราะห์ความหมายของพรหมวิหารธรรม พบว่า มีความหมายหลายนัย คือ 1) เป็นธรรมเครื่องอยู่ของพรหม 2) เป็นธรรมเครื่องอยู่ของผู้ประเสริฐ 3) เป็นธรรมเครื่องอยู่ของผู้เป็นใหญ่ เมื่อวิเคราะห์องค์ประกอบพบว่า 1) เมตตา คือ ความรัก ความปรารถนาดี ต้องการให้มีความสุข 2) กรุณา คือ ความสงสาร ต้องการช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ 3) มุทิตา คือ ความยินดี เมื่อประสบกับความสุขความสำเร็จ 4) อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง ไม่เอนเอียงไปตามอคติ ได้แก่ อคติเพราะพอใจ อคติเพราะไม่พอใจ อคติเพราะกลัวและอคติเพราะหลง

**คำสำคัญ:** พรหมวิหารธรรม, พุทธปรัชญา, เถรวาท

#### ABSTRACT

This study was the qualitative research conducted to analyze Sublime States of Mind According to Theravada Buddhist Philosophy. The result indicated that Sublime States of Mind literally means the dwelling place of brahmas, comprising loving-kindness, compassion, sympathetic joy, and equanimity. When analyzing the meaning of Sublime States of Mind, there are several meanings: 1) dwelling place of brahmas; 2) dwelling place of holy people; and 3) dwelling place of the Great Ones. After analyzing the elements, it was found that: 1) loving-kindness is

love, good wish for happiness; 2) compassion or sympathy and wish to help to end the suffering; 3) sympathetic joy is gladness when meeting happiness and success; and 4) equanimity is the neutral mind, not to be deviated by bias, e.g., satisfaction, dissatisfaction, fear, and misunderstanding.

**Keywords:** Sublime States of Mind, Buddhist Philosophy, Theravada

## 1. บทนำ

พรหมวิหารธรรม หรือพรหมวิหาร 4 เป็นหลักธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก เช่น ในพระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต (22/192/252) และในพระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี (34/190/75) เป็นต้น ตลอดถึงคัมภีร์ของพระอรชกถาจารย์ เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค (2/124) เป็นต้น ดังนั้น การศึกษาพรหมวิหารธรรมในพุทธปรัชญาเถรวาทจึงไม่ได้เป็นเพียงการศึกษาในแง่มุมใดแง่มุมหนึ่งอย่างคับแคบ เพราะมีความหมายหลายนัยหรือหลายบริบท รวมทั้งองค์ประกอบของพรหมวิหารธรรมมีอยู่ถึง 4 ข้อ ซึ่งแต่ละข้อนั้นก็ยังมีรายละเอียดที่น่าสนใจต่อการวิเคราะห์ให้เกิดความเข้าใจที่ละเอียดลึกซึ้ง เพราะหากยังวิเคราะห์ได้มากก็สามารถประเมินค่าออกมาได้มากขึ้น นำไปสู่การประยุกต์ใช้ได้อย่างกว้างขวางมากขึ้น ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวิเคราะห์พรหมวิหารธรรมตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาทเพื่อสร้างความเข้าใจในหลักธรรมให้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการนำไปประยุกต์ใช้ต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อวิเคราะห์พรหมวิหารธรรมตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท

## 3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เอกสารวิชาการ (Documentary Research) โดยเริ่มต้นจากการวางโครงสร้างการวิจัยประกอบด้วย

การวิเคราะห์พรหมวิหารธรรม ประกอบด้วยความหมายและองค์ประกอบของพรหมวิหารธรรม สำหรับในท้ายบทจะเป็นข้อสรุปและข้อเสนอแนะสำหรับผู้สนใจ

## 4. สรุปผลการวิจัย

พรหมวิหารธรรม เป็นธรรมหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา ซึ่งมีความหมายหลายนัย เช่น เป็นธรรมเครื่องอยู่ของพรหม เป็นธรรมเครื่องอยู่ของผู้ประเสริฐ เป็นธรรมเครื่องอยู่ของผู้เป็นใหญ่ เป็นต้น ซึ่งมีองค์ประกอบ 4 ส่วน ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ซึ่งแต่ละส่วนมีความหมายดังต่อไปนี้ 1) เมตตา คือ ความรัก ความปรารถนาดี ต้องการให้มีความสุข 2) กรุณา คือ ความสงสาร ต้องการช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ 3) มุทิตา คือ ความยินดี เมื่อประสบกับความสุขความสำเร็จ 4) อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง ไม่เอนเอียงไปตามอคติ ได้แก่ อคติเพราะพอใจ อคติเพราะไม่พอใจ อคติเพราะกลัว และอคติเพราะหลง

## 5. อภิปรายผล

จากสรุปผลการวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์พรหมวิหารธรรมตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท” สามารถอภิปรายผลได้ว่า สอดคล้องกับแนวคิดของ ราชบัณฑิตยสถาน (2548: 120-121) กล่าวว่า พรหมวิหารธรรมเป็นธรรมหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา ซึ่งมีความหมายหลายนัย คือ 1) เป็นธรรมเครื่องอยู่ของพรหม เครื่องอยู่

อย่างพรหม และทำให้เป็นพรหมเสมอด้วยพรหม โดยมุ่งประเด็นที่ว่า เมื่อผู้บำเพ็ญสมาธิเจริญเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขาแล้วย่อมส่งผลให้บรรลุนานได้ตามลำดับ 2) เป็นธรรมเครื่องอยู่ของผู้ประเสริฐ ธรรมประจำใจ อันประเสริฐหลักความประพฤติที่ประเสริฐ เมื่อมีธรรม 4 ประการนี้ประจำใจ ย่อมมีความรักสรรพสัตว์ ปรารัณา ช่วยสรรพสัตว์ที่ประสบทุกข์ ให้พ้นทุกข์ไม่ริษยาในความได้ดีมีสุขของสรรพสัตว์และวางใจเป็นกลางได้เมื่อช่วยสรรพสัตว์นั้นๆ ไม่สำเร็จ 3) เป็นธรรมเครื่องอยู่ของผู้เป็นใหญ่ คือ ผู้นำหรือผู้ปกครองโดยมุ่งให้ผู้นำหรือผู้ปกครองมีความรัก ความปรารัณาต่อผู้ใต้บังคับบัญชา เป็นพื้นฐานช่วยเหลือเขาเมื่อเขาประสบความทุกข์ ยินดีด้วยเมื่อเขาได้รับความสำเร็จ และวางใจเป็นกลางไม่ตกอยู่ในอคติพรหมวิหาร 4 เรียกได้อีกอย่างหนึ่งว่า อัปมัญญา 4 เพราะมุ่งประเด็นที่ว่า แฝไปไม่จำกัดในมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย เป็นพรหมวิหารของพระอริยะ และสอดคล้องกับแนวคิดของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2552: 124-125) อธิบายว่า พรหมวิหาร 4 เป็นธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ มีองค์ประกอบ 4 ประการ ได้แก่ 1) เมตตา คือ ความรัก ความปรารัณาดี อยากให้เขามีความสุข 2) กรุณา คือ ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ 3) มุทิตา คือ ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดี มีสุข 4) อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง และสอดคล้องกับแนวคิดของ เนตรชนก โพธารามิก (2561: 8) อธิบายว่า พรหมวิหารธรรมมีคุณค่ากับการทำงานในสังคมไทยเป็นอย่างมาก เมื่อนำพรหมวิหารธรรมมาใช้ ในฐานะนักบริหาร เมตตา ได้แก่ ความรักความหวังดีที่ปรารัณาให้ผู้อื่นมีความสุข ใช้เพื่อให้รู้จักมองแง่ดีหรือ ส่วนที่ดีของเพื่อนร่วมงาน ถ้าพบส่วนเสียในตัวเขา นักบริหารต้องรู้จักมองข้ามและให้อภัย เมื่อพบส่วนดี ก็จดจำไว้เพื่อจะได้ใช้คนให้เหมาะสมกับลักษณะที่ดีของเขา กรุณา คือ ความสงสารเห็นใจ ปรารัณาให้ผู้อื่น พ้นทุกข์ ใช้เมื่อมองจุดด้อยของคนอื่น กล่าวคือเมื่อเพื่อนร่วมงานประสบเคราะห์ และสอดคล้องกับแนวคิดของ พระ ดร. พี วชิรญาณมหาเถระ (2559: 307-326) อธิบายว่า ในพระไตรปิฎกภาษาบาลี วิธีปฏิบัติและจุดประสงค์ ของการปฏิบัติธรรม 4 อย่างนี้ ท่านได้อธิบายไว้เป็นสูตรพิเศษโดยใช้ชื่อว่า “พรหมวิหาร” ดังนี้ “จตุตาโร พรหมวิหารา” ซึ่ง ณ ที่นี้ได้พบชื่อที่แท้จริง อนึ่ง พรหมวิหารธรรมเหล่านี้ท่านเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “อัปมัญญา” และสอดคล้องกับ พระครูวิวัฒน์ธรรมานุกุล (อ้อด ธรรมปาโล) และคณะ (2563: 33-34) อธิบายถึงกระบวนการ พัฒนาคุณลักษณะพรหมวิหารธรรมไว้ดังนี้ 1. การพัฒนาคุณลักษณะด้านมีความรู้ความสามารถตามหลัก พรหมวิหารธรรม 1) เมตตา ความรักปรารัณาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข ได้แก่ (1) มีการรับมอบหมายงานตรงกับความรู้ความสามารถ (2) มีการให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ วิธีการทำงานที่ถูกต้อง (3) เปิดโอกาสให้เสนอ ความรู้ใหม่ๆ ต่อโรงเรียน ที่จะทำให้เกิดโครงการทางการศึกษาที่ใหม่อยู่เสมอ 2) กรุณา ความสงสารคิดช่วยให้ พ้นทุกข์ ได้แก่ (1) มีการให้คำปรึกษาและส่งเสริมให้แก้ไข ปัญหาด้วยวิธีการที่ถูกต้องและเหมาะสม (2) เข้าใจ ต่อเอกลักษณ์บุคคลที่จะมอบหมายงานให้ทำตามความถนัดของแต่ละคน (3) มีการแนะนำและสอนงานที่ยาก ต่อการเข้าใจให้สามารถทำงานโดยประสบผลสำเร็จ 3) มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข ได้แก่ (1) มีการ ตีพิมพ์ผลงานในสื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆ เพื่อเผยแพร่ผลงาน เช่น วารสารของโรงเรียน (2) มีการให้โอกาสได้แสดงผล งานและความสามารถ (3) มีการสนับสนุนส่งเสริมให้มีโอกาสได้เลื่อนตำแหน่งหรือปรับระดับความสามารถ 4) อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง ได้แก่ (1) มีการประเมินผลงานตามความรู้ความสามารถอย่างเป็นธรรมให้แก่ ทุกคน (2) มีการมอบหมายหน้าที่พิเศษที่นอกเหนือจากหน้าที่หลักให้อย่างเป็นทางการ ตรงกับความสามารถ และไม่มากไม่น้อยจนเกินไป (3) มีความเชื่อมั่นในการตัดสินใจของตนเอง 2. การพัฒนาคุณลักษณะด้านมีวุฒิภาวะ

ทางสังคมและใจกว้างตามหลักพรหมวิหารธรรม 1) เมตตา ความรักปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข (1) รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง (2) มีกิริยา มารยาท สุภาพเรียบร้อย (3) มีน้ำใจไม่นิ่งดูตาย เมื่อเพื่อนร่วมงานต้องการความช่วยเหลือ 2) กรุณา ความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์ ได้แก่ (1) มีการให้คำปรึกษาและช่วยแก้ปัญหาเมื่อประสบปัญหาในการทำงาน (2) มีการให้โอกาสผู้ที่มีผลงานต่ำกว่ามาตรฐานการประเมินปรับปรุงตนเองและเข้าร่วมงานต่อ (3) มีการประชุมร่วมกันเพื่อหาวิธีแก้ไขข้อบกพร่องหรือปัญหาที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติงาน 3) มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีความสุข ได้แก่ (1) มีการแสดงความยินดีทุกครั้งเมื่อได้เลื่อน ตำแหน่ง (2) แสดงความยินดีเมื่อได้รับโอกาสหรือรับการคัดเลือกไปศึกษาต่อ หรือดูงานต่างประเทศ (3) มีการจัดงานวันเกียรติยศเพื่อมอบรางวัลให้เพื่อเป็นเกียรติในการปฏิบัติงานที่ดีหรือมีผลงานที่ดี 4) อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง ได้แก่ (1) มีกฎระเบียบ ข้อบังคับ บทลงโทษที่กำหนดไว้อย่าง ชัดเจน (2) เป็นคนใจกว้างยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น (3) มีการปกครองผู้ร่วมงานอย่างเป็นธรรม ปราศจากอคติ 3. การพัฒนาคุณลักษณะด้านมีความรับผิดชอบตามหลักพรหมวิหารธรรม ได้แก่ 1) เมตตา ความรักปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข (1) มีความร่วมมือ ร่วมใจในการทำงานเป็นอย่างดี (2) ให้ข้อมูลต่างๆ ในการทำงานแก่เพื่อนร่วมงานอย่างเต็มที่ โดยไม่ปกปิด (3) สื่อตรงต่อ ความดีมีคุณธรรมอยู่เสมอไม่ทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชาได้รับความเดือดร้อน 2) กรุณา ความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์ ได้แก่ (1) มีการจัดห้องพยาบาลและเจ้าหน้าที่พยาบาลไว้อำนวยความสะดวกและช่วยเหลือยามเจ็บป่วย (2) มีน้ำใจไม่นิ่งดูตาย เมื่อเพื่อนร่วมงานต้องการความช่วยเหลือ (3) จัดระบบรักษาความปลอดภัยทั้งชีวิตและทรัพย์สินให้ทุกคน 3) มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีความสุข ได้แก่ (1) พุดจายกย่องและชมเชยครูที่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติงาน (2) ให้แรงจูงใจในการปฏิบัติงานได้เป็นอย่างดี (3) มีการยกย่องผู้ที่ประพฤติตนเป็นคนดี และมีบทลงโทษผู้ที่กระทำความผิดตามความเหมาะสม 4) อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง ได้แก่ (1) มีการประชุมโดยส่วนรวม สร้างความเข้าใจก่อนมีการปรับเปลี่ยนโยกย้ายตำแหน่งทุกครั้ง (2) วางใจเป็นกลางในสิ่งที่ไม่สามารถดำเนินการได้ในขอบเขตอำนาจและหน้าที่ (3) มีการปฏิบัติหน้าที่อย่างเคร่งครัด เข้มงวดตรงต่อเวลา อยู่เสมอ 4. การพัฒนาคุณลักษณะด้านมีมนุษยสัมพันธ์ตามหลักพรหมวิหารธรรม 1) เมตตา ความรักปรารถนาดีอยากให้ผู้อื่นมีความสุข (1) พุดจาทักทายด้วยถ้อยคำที่ ไพเราะ อ่อนหวาน นำฟังแก่เพื่อนร่วมงาน (2) มีการจัดกิจกรรมสังสรรค์ปลายปี เพื่อมอบความสุขร่วมกันและ สร้างความสามัคคีในหมู่คณะ (3) มีการจัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ร่วมกับทางชุมชน 2) กรุณา ความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์ (1) มีการจัดกิจกรรมช่วยเหลือชุมชนบริเวณโรงเรียน (2) มีความกระตือรือร้นที่จะคอยช่วยเหลือ เพื่อนร่วมงานทุกครั้งที่มีโอกาส (3) มีความเห็นอกเห็นใจ และเข้าใจปัญหาของผู้ร่วมงาน 3) มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีความสุข (1) มีการสนับสนุนและส่งเสริมผลงานให้เป็น ประโยชน์ต่อสาธารณะ (2) ยอมรับในความสามารถของผู้ร่วมงานอยู่เสมอ (3) สร้างขวัญกำลังใจแก่ ผู้ปฏิบัติงานอยู่เสมอ 4) อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง (1) ไม่มีพฤติกรรมซ้ำเติมผู้ร่วมงานเมื่อเกิดปัญหาในการปฏิบัติหน้าที่ (2) ไม่มีพฤติกรรมแบ่งพรรคแบ่งพวก แบ่งฝักแบ่งฝ่ายกัน (3) ให้ความเป็นกันเอง ไม่ถือตัวแก่เพื่อนร่วมงาน

## 6. ข้อสรุปและข้อเสนอแนะ

พรหมวิหารธรรมเป็นธรรมที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้และต่อยอดในการศึกษาเชิงวิชาการได้อย่างกว้างขวาง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะไว้ดังนี้

### ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้งาน

1. ผู้บริหารองค์กร สามารถนำหลักพรหมวิหารธรรมไปทำการวิจัยต่อยอดเพื่อกำหนดยุทธศาสตร์ด้านการบริหารธุรกิจเชิงพุทธ สร้างประโยชน์สุขให้เกิดแก่องค์กร สร้างวัฒนธรรมแห่งความรักความเข้าใจ ให้กำลังใจ ให้ความชื่นชมยินดีซึ่งกันและกัน และสร้างระบบการบริหารที่เป็นธรรม มีธรรมาภิบาล

2. นักวิชาการ สามารถนำหลักพรหมวิหารธรรมไปศึกษาวิจัยเพื่อนำไปสู่การพัฒนาเชิงพื้นที่เพื่อสร้างชุมชนที่เต็มไปด้วยความรักความเมตตา เกื้อกูล ช่วยเหลือ มีน้ำใจ สร้างสังคมแห่งการแบ่งปัน และสนับสนุนกันและกัน ด้วยความจริงใจ มีระบบการบริหารอย่างเป็นธรรม เพื่อสร้างความสุขบนพื้นฐานของความเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา

### ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

ผู้วิจัยขอเสนอแนะพอเป็นตัวอย่างเพื่อการวิจัยครั้งต่อไปตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. การบริหารองค์กรด้วยหลักพรหมวิหารธรรม
2. การสร้างภาวะผู้นำด้วยหลักพรหมวิหารธรรม
3. การบริหารธุรกิจตามหลักพรหมวิหารธรรมเพื่อความสุขที่ยั่งยืน

### บรรณานุกรม

การศาสนา, กรม. (2525). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับหลวง**. กรุงเทพฯ: กรมการศาสนา.

เนตรชนก โพธารามิก. (2561). **พรหมวิหารกับคุณค่าในสังคมไทย**. วารสารศิลปการจัดการ ปีที่ 2. ฉบับที่ 1. (มกราคม-เมษายน).

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2552). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2548). **พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสาทุก อังกฤษ-ไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัด อรุณการพิมพ์.

พระครูวิวัฒน์ธรรมานุกุล (อ้อด ธรรมปาโล) และคณะ. (2563). **การพัฒนาคุณลักษณะพรหมวิหารธรรม สำหรับผู้บริหารสถานศึกษา**. วารสารครุศาสตร์ปริทรรศน์. ปีที่ 7. ฉบับที่ 1. (มกราคม-เมษายน).

พระ ดร. พี วชิรญาณมหาเถระ. (2559). **สมาธิในพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.