

บทที่ 3 ประเภทของกรุณา

จากการศึกษาวิเคราะห์ความหมายของกรุณา อองค์ธรรมของกรุณา ความแตกต่างระหว่างเมตตาและกรุณา รวมทั้งความจำเป็นของกรุณาในพระพุทธศาสนาเถรวาทแล้ว ทำให้ทราบว่า กรุณา มีความหมายที่กว้างขวาง ลึกซึ้ง แต่อย่างไรก็ตาม โดยนัยทางการปฏิบัติ ผู้วิจัยเห็นว่า กระบวนการปฏิบัติ กรุณา มี 3 ประเภท ดังนี้

3.1 กรุณาจิต

จิต คือ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ สภาพที่นึกคิด ความคิด ใจ¹ ความนึกคิดที่วิ่งไปมา ความดี วิ่งไปในความชั่วของตนเองและผู้อื่น²

กรุณาจิตคือ จิตที่รู้แจ้งอารมณ์ภายใน ประกอบกันด้วยการสงสาร กิริยาสงสาร ความสงสาร ในสัตว์โลกทั้งหลาย แล้วคิดหาทางช่วยเหลือ³ ให้เขาหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง ด้วยความไม่มีแวง ไม่มี การปองร้าย ไม่มีพยายบาท ไม่มีเบียดเบียน³

กรุณาจิตเป็นหนึ่งในพรหมวิหาร 4 ซึ่งเป็นอารมณ์ของสมถกรรมฐาน¹ ดังปรากฏในคัมภีร์ อภิธรรมมัตถสังคหะและคัมภีร์วิสุทธิมรรคซึ่งแสดงธรรมที่เป็นอารมณ์ของสมถกรรมฐานไว้ 40 อย่าง โดย

¹ อก.ปญจก. 22/79/91-93.

² หลวงพ่อเสือ, ธรรมบรรยายเรื่องเสรีธรรม (กรุงเทพมหานคร : ดวงดีการพิมพ์, 2530), หน้า 27.

³ อภ.วิ. 35/745/323.

⁴ สมถกรรมฐาน หมายถึง ข้อปฏิบัติที่เป็นเครื่องสงบระงับจิตใจ หรือธรรมที่ทำให้จิตสงบจาก นิวรณ์ปกิเลส ฉะนั้น การบำเพ็ญสมถกรรมฐานก็คือ การปฏิบัติอยู่ในจิตตสิกขา และจิตตสิกขานี้ก็คือ การทำสมาธิเพื่อกำจัดกิเลสอย่างกลาง นั่นเอง

แบ่งเป็น 7 หมวด ดังนี้

1. กสิณ 10
2. อสุภ 10
3. อนุสสติ 10
4. พรหมวิหาร 4
5. อาหาร ปฏิภูณสัญญา 1
6. จตุธาตุววัตถาน 1
7. อรูปธรรม 4⁵

ยังมีศัพท์ที่ใกล้เคียงกับกรุณาจิต ซึ่งถูกใช้อยู่ใน พระไตรปิฎกคือ

3.1.1 กรุณาเจตสิก

เจตสิกหมายถึง ธรรมที่ประกอบกับจิต อาการหรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต⁶ นั่นคือ เมื่อกระแสของจิตเกิดขึ้นทั้งทางปัญจทวารและมโนทวาร จะเกิดเจตสิกร่วมอยู่ด้วย ทำหน้าที่เสวยอารมณ์ความรู้สึกกับสิ่งที่มากระทบ

กรุณาเจตสิก หมายถึง ธรรมที่ประกอบกับจิตสงสารผู้ได้รับทุกข์ ปรรณนาจะให้เห็นพ้นจากกองทุกข์ คิดจะช่วยให้พ้นทุกข์ กรุณาเจตสิกเกิดขึ้นกับบุคคลผู้มีความสงสารสัตว์ผู้ตกทุกข์ได้ยากลำบากอยู่ ทนอยู่มิได้ ต้องมีการช่วยเหลือ เพื่อแผ่ สงเคราะห์ อนุเคราะห์ เอื้อเพื่อ อนุภูณ เป็นปัจจัยให้ท่องเที่ยวไปในภูมิท่ามกลาง และภูมิเบื้องสูง เป็นไปในวิญญะ จนกว่าจะออกจากการเวียนเกิดเวียนตายได้ หมายความว่า เมื่อได้เห็นปวงสัตว์ทั้งหลาย ผู้อนาถาหาที่พึ่งมิได้ถูกทุกข์ครอบงำแล้ว ย่อมมีกรุณาเจตสิกเกิดขึ้น แสดงลักษณะสงสาร ไม่ปรารณาที่จะเห็นเขาได้รับทุกข์ทรมานต่อไปอีก ยังผลให้ไม่

⁵ พระวิสุทธิกวี, คู่มือบำเพ็ญกรรมฐาน (กรุงเทพมหานคร : สภาการศึกษามหาวิทยาลัยราชวิทยาลัย, 2526), หน้า 20-22.

⁶ วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, จิตวิทยาพุทธศาสนา (นครปฐม : บริษัท เมดาร์ท จำกัด, 2528), หน้า 54.

เบียดเบียนต่อไปอีก เพราะความกรุณา คือ สงสาร หัวใจคิดที่จะช่วยปลดเปลื้องทุกข์ของผู้อื่น จนถึงกับพยายามช่วยเหลือเขาให้พ้นทุกข์ด้วยอุบายวิธีต่าง ๆ กรุณาเจตสิกมีปรากฏในอรรถาธิบายของผู้มีน้ำใจใหญ่ หรือผู้วิเศษ ดังภาษาบาลีที่ว่า "มหาปุริสสภาพัสสะลักขะณัง กรุณาสะโห อัจฉาศัยที่ทนไม่ได้ เพราะกรุณา เป็นลักษณะของมหาบุรุษ "

กรุณาเจตสิกเป็นหนึ่งในอัปมัชฌญาเจตสิก 2 จากปณิณณก โสภณเจตสิก 6 ซึ่งเป็นเจตสิกฝ่ายดีงาม จากเจตสิก 52 อย่าง ได้แก่

ก. อัญญาสมานาเจตสิก เจตสิกที่มีเสมอกันแก่จิตพวกอื่นคือ ประกอบเข้าได้กับจิตทุกฝ่ายทั้งกุศลและอกุศล มี 13 อย่าง

- 1) สัพพจิตตสาธารณเจตสิก 7 (เจตสิกที่เกิดทั่วไปกับจิตทุกดวง)
- 2) ปณิณณกเจตสิก 6 (เจตสิกที่เรียกรายแพร่กระจายทั่วไป)

ข. อกุศลเจตสิก เจตสิกฝ่ายอกุศล มี 14 อย่าง

- 1) สัพพอกุศลสาธารณเจตสิก 4 (เจตสิกที่เกิดทั่วไปกับอกุศลจิตทุกดวง)
- 2) ปณิณณกอกุศลเจตสิก 10 (อกุศลเจตสิกที่เกิดเรียกรายแก่อกุศลจิต)

ค. โสภณเจตสิก เจตสิกฝ่ายดีงาม มี 25 อย่าง

- 1) โสภณสาธารณเจตสิก 19 (เจตสิกที่เกิดทั่วไปกับจิตดีงามทุกดวง)
- 2) วิรตีเจตสิก 3 (เจตสิกที่เป็นตัวความงดเว้น)
- 3) อัปมัชฌญาเจตสิก 2 (เจตสิกคืออัปมัชฌญา)

พระอาจารย์ประเดิม (โกมลโลกิกขุ), อธิบายปรมัตถธรรม (พระนคร : โรงพิมพ์ บริษัท คณะช่าง จำกัด, 2499), หน้า 168-171.

* อัปมัชฌญาเจตสิก 2 ดวง เป็นเจตสิกที่มีสัตว์บุคคลเป็นอารมณ์ ไม่เกิดกับมหาวิบากจิต รูปาวจรปัญจมนาน อรูปาวจรจิต โลกุตตรจิต อัปมัชฌญาเจตสิก 2 ดวง คือ

1. กรุณาเจตสิก เป็นเจตสิกที่กรุณาสัตว์ที่เป็นทุกข์ มีการไม่เบียดเบียน เป็นอาการปรากฏ
2. มุทิตาเจตสิก เป็นเจตสิกที่ยินดีต่อสัตว์ที่เป็นสุขเป็นเจตสิกที่ตรงกันข้ามกับอริสตา

4) ปัญญาไตรยเจตสิก 1 (เจตสิกคือปัญญาไตรย)⁹

3.1.2 กรุณาภาวนา

ภาวนา แปลว่า การเจริญ มีรูปกิริยาศัพท์ว่า ภาเวติ แปลว่า วัฒนาหรือพัฒนา โดยทั่วไป ภาวนา แปลว่า การฝึกอบรม โดยสรุปแปลว่า การทำให้เกิด ให้มีขึ้น หรือ ทำให้มี ใให้เป็นขึ้น ตลอดจนการฝึกอบรม ทำให้เจริญเพิ่มพูนมากมาย งอกงาม ถือได้ว่าเป็นการพัฒนาตนเองอย่างหนึ่ง¹⁰

กรุณาภาวนา หมายถึงการทำให้มี การทำให้เกิดขึ้น ทำให้เจริญขึ้น การอบรม การบำเพ็ญ ด้วยกรุณาเป็นหลักธรรม ที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้เพื่อมุ่งชำระกิเลสอันเป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ เดือดร้อน และเพื่อมุ่งยกระดับจิตของผู้ปฏิบัติให้สูงขึ้นจนถึงขั้นพัฒนาจิตของตนให้สูงขึ้นและสมบูรณ์ ได้ในที่สุด

ในอัปมัถยานิเทศ กรุณาภาวนาคือ จิตที่ท่องเที่ยวไปด้วยกรุณา เป็นการแผ่กรุณาอย่างสืบเนื่องกันอยู่ ประพฤติเป็นไปอยู่ รักษาอยู่ เทียวไปอยู่ พกอยู่ที่สัตว์โลกทั้งหลายทุกหมู่เหล่าทุกทิศทาง ไม่มีประมาณ¹¹

วิธีปฏิบัติกรุณาภาวนา เริ่มต้นจากการทำจิตให้สงบ ตั้งมั่น โดยไม่ถูกรบกวน เมื่อได้เห็นหรือ ได้ยินบุคคลเจ็บ ไข้หรือบุคคลผู้ถูกความชราครอบงำหรือบุคคลผู้เต็มไปด้วยความละโมภแล้วพิจารณา ว่า บุคคลนั้นประกอบด้วยทุกข์ เขาจะหลีกเลี่ยงทุกข์ได้อย่างไร ? และหากมองเห็นหรือได้ยินบุคคลผู้ เป็นมิงฉาทิฎฐิ หรือบุคคลผู้ทำบุญแล้วในอดีต แต่ปัจจุบันนี้ไม่ฝึกฝนตัวเอง หรือถ้ามองเห็นหรือ ได้ยินบุคคลผู้ปฏิบัติกุศลธรรม และไม่ปฏิบัติกุศลธรรม หรือบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมที่ไม่น่าปรารถนา ไม่ปฏิบัติตามธรรมที่น่าปรารถนาแล้ว พึงพิจารณาว่า บุคคลนั้น ประสบทุกข์ เขาจะอยู่เป็นทุกข์ เขา จะหลีกเลี่ยงทุกข์ได้อย่างไร ? โดยอุบายวิธีเหล่านี้และกิจกรรมเหล่านี้ เจริญกรุณาจิต เพื่อบุคคลเหล่านี้ และเจริญบ่อย ๆ ก็จะทำให้จิตใจอ่อนนุ่มและสามารถรับอารมณ์ได้

⁹ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, หน้า 325-329.

¹⁰ พระราชวรมุนี (ประยูรธรรมา ปยุตฺโต), พัฒนาการ (กรุงเทพมหานคร : พิษณุกรการพิมพ์, 2528), หน้า 25.

¹¹ อภ.วิ. 35/744-745/322-323.

การเจริญกรรมภาวนานั้น ควรเริ่มแผ่กรรมภาวนาในบุคคลที่ไม่เป็นโทษแก่ภาวนา ได้แก่ บุคคลที่ตนรัก มิตรสหาย บุคคลที่ไม่เป็นที่รัก ศัตรู เพศตรงข้าม บุคคลที่ไม่ควรแผ่กรรมให้ ดังนั้น พึงแผ่กรรมให้แก่สัตว์ทั้งปวงเหมือนกรรมาคนที่ยากแค้นเข็ญใจ คนกำพร้า คนพิการ โดยกล่าวว่า “สัตว์ผู้นี้ถึงซึ่งความทุกข์ยากหนอ โฉนเล่าหนอเขาจะพึงพ้นจากทุกข์นี้ได้” จากนั้นพึงแผ่กรรมแก่บุคคลผู้มีความสุขแต่มีภัยบาป จากนั้น จึงแผ่กรรมไปยังบุคคลที่รักกัน ในบุคคลกลาง ๆ บุคคลที่เป็นศัตรู

ในขณะที่ อรรถกถาอังคุตตรนิกาย กล่าวลำดับ(อารมณ์ของกรรมภาวนา) ไว้ว่า “พึงเจริญกรรมให้บุคคลที่เป็นศัตรูเป็นลำดับแรก จากนั้นจึงเจริญกรรมให้คนที่ เป็นทุกข์จากนั้นจึงเจริญกรรมให้บุคคลที่ตนรัก จากนั้นจึงเจริญกรรมให้ตนเอง”¹²

โดยทั่วไป การเจริญกรรมภาวนา เริ่มด้วยบพเมตตาดตน บพเมตตาสัตว์ แล้วเจริญกรรมแก่ สัตว์ทั้งปวง ดังนี้

เจริญกรรมด้วยบพเมตตาดตน

อะหัง สุขิโต โหมิ

ขอข้าพเจ้าจงมีความสุข

นิททุกโข โหมิ

จงเป็นผู้ปราศจากทุกข์

อะเวโร โหมิ

จงเป็นผู้ปราศจากเวร

อภัยปิซโณ โหมิ

จงเป็นผู้ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน

อะนีโณ โหมิ

จงเป็นผู้ไม่มีทุกข์กายทุกข์ใจ

สุขี อตตานัง ปะริหะรามิ

รักษาตนให้มีความสุขเกิด

ลำดับต่อไปเป็นการเจริญกรรมในบพเมตตาสัตว์

สัพเพ สัตตา สุขิตา โหนตุ

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็น

ผู้ถึงความสุข

สัพเพ สัตตา อะเวรา โหนตุ

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็น

ผู้ไม่มีเวร

สัพเพ สัตตา อภัยปิซณา โหนตุ

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็น

ผู้ไม่เบียดเบียนกัน

¹² มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์, วิสุทธิมรรคแปล ภาค 2 ตอน 1 ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2528), หน้า 200-204.

นอกจากนี้ ฟังเจริญกรรมแก่บุคคลอันกอรไปด้วยความสุขแต่ทว่าเป็นคนกระทำบาปหยาบช้า มีกายและวาจา จิตนिरาสจากกุศลธรรมสิ้นโดยน้อมซึ่งคนดั่งนั้นมาเคียงเข้าด้วยโทษในอนาคตแล้วเจริญกรรมว่า

"บุคคลผู้เป็นกำพร้านี้ แต่ในมนุษย์นี้ กอรไปด้วยความสุข
เสวยซึ่งโภคสมบัติล้วนแล้ว ด้วยความสุข แต่ทว่ากายทวาร
วจีทวาร มโนทวาร แห่งผู้นี้ จะมีเป็นกุศลแต่อันเดียวก็หาไม่ได้
แม้ดับชีวิตแล้ว ที่ไหนจะแคล้วอบายทั้ง 4 ก็จะช่วยแต่ทุกข์
โถม้นส จะนับมิได้ในอบายภูมิเพียงแท้"

จากนั้น ฟังเจริญกรรมไปยังบุคคลอันเป็นที่รักแล้ว เจริญกรรมไปยังบุคคลที่ไม่รักไม่ชัง ฟังกรรมไปยังบุคคลอันเป็นเวรแค้น ตามลำดับ โดยเจริญกรรมพรหมวิหารในสมณนิมิตนั้นแล้ว จึงเจริญกรรมไปก็จะถึงซึ่งอุปปมาฐาน¹⁵

3.2 กรณากิจ

กิจ หมายถึง งาน รุระ การงาน¹⁶ หรือหน้าที่

กรณากิจ หมายถึง งานที่กระทำด้วยกรรมหรือหน้าที่ของกรรม เริ่มตั้งแต่การเห็นสัตว์โลก ประสบทุกข์แล้ว มีความเอ็นดู สงสาร ปราณี คิดสงเคราะห์เขาด้วยจิตปรารถนาให้เขาพ้นจากทุกข์ตามฐานะที่ตนจะพึงทำได้ จากนั้น จึงคิดหาทางช่วยเขาให้พ้นจากทุกข์ นั้น

สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงมีพระกรณาอย่างหาที่เปรียบมิได้ พระองค์ทรงบำเพ็ญญาณกิจและกรณากิจ ดังนี้

1. ญาณกิจหมายถึง ปรีชากำหนดรู้กิจที่ควรทำในอริยสังข์ 4 แต่ละอย่าง คือรู้ว่า ทุกข์ควรกำหนดรู้ (ทุกข์ัง อริยะสังข์ัง ประิณญะยัง) สมุทัยควรละ (ทุกขะสะมุทะโย อริยะสังข์ัง ปะหาตัพพัง) นิโรธควรทำให้แจ้ง (ทุกขะนิโรโ อริยะสังข์ัง สังคิกาดัพพัง) มรรคควรเจริญ ควรปฏิบัติ (ทุกขะนิโรธคามินี อริยะสังข์ัง กาวตัพพัง) เหล่านี้เป็นงานที่ทรงบำเพ็ญด้วยพระญาณ

¹⁵ พระพุทธโฆษะ, พระวิสุทธิมรรค พระคัมภีร์ประจำครอบครัวชาวพุทธ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มูลนิธิธรรมิกชน, 2521), หน้า 339-347.

¹⁶ วิทย์ เทียงบูรณธรรม. พจนานุกรมไทยฉบับมหาวิทยาลัย, หน้า 62.

2. กรณากิจเป็นงานที่ทรงบำเพ็ญด้วย กระจกฐา ถึงความเป็นโลกนาลและปรหิตปฏิบัติ กรณากิจของพระพุทธรเจ้าที่ทรงบัญญัติคำสั่งสอนต่าง ๆ เพื่อหมู่มชนทุกชั้น วรรณะ โดยไม่จำกัด เพศ ฐานะ และชาติตระกูล เมื่อทรงพิจารณาว่า มุคคผลเหล่านี้ มีจริตควรแก่การรับธรรมระดับใด ก็ ทรงสั่งสอนธรรมระดับนั้นแก่บุคคลเหล่านั้น นับแต่พระองค์ทรงตรัสรู้ จวบจนกระทั่ง เสด็จดับ ขันธปรินิพพาน

พระองค์ทรงปฏิบัติพุทธกิจ กรณากิจหรือพุทธจริยา 3 ประการคือ

1. โลกัตถจริยา ทรงทำประโยชน์แก่โลกในฐานะที่ทรงเป็นสมาชิกคนหนึ่งของโลก
2. ญาติถถจริยา ทรงทำประโยชน์แก่พระประยูรญาติทั้งหลาย ในฐานะที่เป็นราชโอรสของ สากยสกุลและโกถยสกุล
3. พุทธถถจริยา ทรงทำหน้าที่ของพระพุทธรเจ้า ในตำแหน่งของศาสดาผู้เ็นคู่ต่อพุทธบริษัท ทั้งหลาย¹

พระพุทธรเจ้าทรงปฏิบัติกรณากิจโดยกำหนดเป็นเวลาและหน้าที่ประจำวันแบ่งเป็น 5 เวลา ดังนี้

1. ทรงแสดงธรรมก่อนเที่ยงวัน ตั้งแต่เวลาเช้าเสด็จออกรับอาหารบิณฑบาต (โปรดสัตว์) โดย พระบาทเปล่า ระหว่างทางหากจะทรงช่วยเหลือผู้ใดให้ได้รับความสุขทางธรรมก็ทรงช่วยเหลือมิได้เว้น หลังจากทรงเสวยพระกระยาหารแล้ว ก่อนเวลาเที่ยงวันเสด็จออกกับผู้เข้าฟังธรรม ผู้ใดมีจริตควรแก่ ธรรมชั้นใด ทรงประทานธรรมตามควรแก่จริตนั้นด้วยการยังบุคคลทั้งหลายให้มีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ที่ระลึก
2. ทรงแสดงธรรมหลังเที่ยงวัน กำหนดเป็นเวลาเย็น ก่อนถึงเวลาแสดงธรรมทรงพักก่อน พระอิริยาบถในพระคันธกุฎีพอควรแก่อัชยาศัยแล้ว จึงเสด็จออกทรงแสดงธรรมแก่มหาชนที่มาเฝ้าเป็น ประจำทุกวัน
3. ทรงแสดงธรรมเวลาหัวค่ำ กำหนดก่อนเที่ยงคืน (ระหว่าง 22-24 นาฬิกา) เป็นเวลาฟังธรรม ของภิกษุผู้มาเฝ้าจากต่างถิ่น
4. ทรงแสดงธรรมหลังเที่ยงคืน (ประมาณ 24-2 นาฬิกา) ทรงแสดงธรรมแก้ปัญหาซึ่งเทวดา และเหล่าทิพยบุคคลผู้อันบุคคลธรรมดาไม่สามารถเห็นได้ด้วยตาเปล่า ตามตำนานพุทธจริยาอธิบายว่า ทรงโปรดให้ผู้เป็นเทวดาเข้าเฝ้าได้ในเวลานั้น

¹ พระราชธรรมนิเทศ(ระแบบ จิตญาโณ), นิเทศธรรม, หน้า 325-328.

5. ทรงตรวจโลก กำหนดใกล้รุ่ง ก่อนสว่าง ทรงประทับในฉานสมบัติ ทรงตรวจดูความเป็นไปของสัตว์โลก ผู้ใด ในที่ใด มีจิตควรแก่การได้รับอริยสังขาร ก็จักเสด็จไปแสดงธรรมโปรดในเวลาอันควร¹⁸

จะเห็นได้ว่า กิจที่พระพุทธองค์ทรงปฏิบัตินั้น ล้วนกระทำด้วยพระกรุณา คือ ความสงสาร หวังประโยชน์แก่สรรพสัตว์ทั้งหลายอย่างถ้วนหน้า ด้วยมุ่งหวังให้สัตว์เหล่านั้นได้หลุดพ้นจากวิฎฎสงสาร พระองค์ทรงบำเพ็ญกรณากิจเป็นนักวิภังชวาที ทรงประกาศคำสอนเพื่อความเข้าใจง่ายสำหรับผู้ฟัง โดยการจำแนกแจกแจงหลักธรรมได้อย่างดีเยี่ยม เพราะฉะนั้น ลักษณะคำสอนของพระพุทธศาสนาจึงเป็นการวิเคราะห์ออกเป็นข้อ ๆ อย่างละเอียดสุขุม และประสานสัมพันธ์กันเป็นระบบที่แน่นแฟ้น เช่น ถ้าจะอธิบายธรรมะข้อใดข้อหนึ่งก็สามารถอธิบายเกี่ยวโยงไปถึงธรรมะข้ออื่น ๆ ได้อย่างมีระบบ และสามารถเข้าใจได้ง่าย นี่คือพระมหากรณากิจของพระศาสดาแห่งพระพุทธศาสนา

ในคัมภีรบทแห่งธัมมปทัฏฐกถา ได้ระบุไว้ว่า "กรณาวคสมุสสาหิตมานโส" หมายถึง ผู้มีฉันทะมีใจอันกำลังเป็นเครื่องถึงแห่งความกรุณาให้อาจขึ้นพร้อมแล้ว ผู้มีใจอันกำลังแห่งความกรุณาให้อุดสาหะพร้อมแล้ว ผู้มีฉันทะมีใจอันกำลังกรุณาขมักเขม้นแล้ว¹⁹ เทียบได้กับคำว่า กรณาสมุสสาหิต แปลว่า (พระพุทธเจ้า) ทรงมีพระหฤทัยอุดสาหะขึ้นด้วยกำลังแห่งกรุณา จึงทรงแสดงธรรม

การประพุดติกรณา โดยอาศัยหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าได้บัญญัติและทรงปฏิบัติไว้เป็นแบบอย่างและแนวทางในการปฏิบัติ ทำให้พุทธศาสนิกชนในปัจจุบันได้ปฏิบัติกรณาอย่างแพร่หลาย ที่เห็นได้อย่างชัดเจน มีคุณค่าอย่างมหาศาล และที่สำคัญ คือ พระมหากรณากิจของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่ทรงบำเพ็ญอย่างมากมาย อย่างต่อเนื่องเช่น พระองค์ทรงบำเพ็ญทานบารมี ทั้งธรรมทานและวัตถุทาน ทรงพระราชทานพระบรมราโชวาทที่แฝงด้วยคติธรรม ทรงพระราชทานพระราชทรัพย์ทุนการศึกษา วัตถุสิ่งของต่าง ๆ และทรงเสียดสละเวลา พระปรีชาสามารถ รวมทั้งความสำราญพระราชหฤทัยส่วนพระองค์ ทั้งนี้เพื่อช่วยปลดเปลื้องทุกข์ บำรุงสุขให้แก่พสกนิกรผู้ยากไร้ ขาดแคลน ล้วนเป็นพระมหากรณากิจที่สำคัญยิ่ง

กรณากิจที่พบในบุคคลทั่วไป เริ่มตั้งแต่การเห็นสัตว์โลกเป็นทุกข์ ประสบทุกข์ หรือเห็นใครเดือดร้อน มีปัญหาขึ้นมาแล้ว เกิดความสงสาร เห็นใจ กรณากิจจึงเกิดขึ้นที่ เกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ เพราะเมื่อสงสารแล้วเขาย่อมไม่เบียดเบียนใคร การไม่เบียดเบียนนั้นเป็นศีลอยู่ในตัว เป็นคนไม่ดูดา

¹⁸ สุจิตรา (อ่อนค้อม) รณริน, ศาสนาเปรียบเทียบ, หน้า 36.

¹⁹ พระมหาศรี และพระธรรมดิลก, คัมภีรบทแห่งธัมมปทัฏฐกถา, หน้า 262.

ไม่นั่งเฉย ไม่ละเลยที่จะเข้าไปช่วยเหลือบุคคลอื่นอย่างบริสุทธิ์ใจ โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนหรือสงเคราะห์เขาด้วยจิตปรารถนาให้เขาพ้นจากทุกข์ตามฐานะที่ตนจะพึงทำได้

กรุณาจึงจะเกิดขึ้นกับบุคคลซึ่งเห็นผู้อื่นประสบความทุกข์ เห็นผู้อื่นมีปัญหาหรือข้อบกพร่องประการใดแล้ว มักเกิดความคิดช่วยเหลือทันที ด้วยลักษณะที่ทนอยู่ไม่ได้เมื่อเห็นคนอื่นเป็นทุกข์ หาที่พึ่งพิงไม่ได้แล้ว เกิดความสงสาร จะต้องเข้าไปช่วยเหลืออยู่เสมอ หรืออาจเป็นเพราะความคิดที่ว่า หากคนมีความทุกข์ก็ตั้งการพ้นจากทุกข์และชวนช่วยหาทางที่จะพ้นทุกข์ด้วยกรุณา ซึ่งเป็นเรื่องที่ต้องแสดงออกมาให้เห็นอย่างชัดเจน²⁰ มิใช่แค่ทางใจ แต่ต้องทั้งทางกายและวาจาด้วย เช่น เห็นคนถูกรถชนบาดเจ็บสาหัส ต้องรีบช่วยเหลือทันที มิใช่มีแวแต่นั่งแผ่เมตตากรุณาว่าจงเป็นสุขเป็นสุขเถิด จงพ้นจากทุกข์ทั้งปวงเถิด ก็จะทำให้เขาตายเสียเปล่า ๆ ที่ถูกที่ควรก็คือ ต้องรีบเข้าไปช่วยเหลือโดยนำพาเขาส่งโรงพยาบาลก็ถือว่า ปฏิบัติกรุณาแล้ว เหมือนกับมารดาที่มีความกรุณาต่อบุตร หากบุตรล้มลง มารดาต้องวิ่งเข้ามาช่วยเหลือทันที ด้วยการอุ้มขึ้นมาป้อนนมและช่วยรักษาเยียวยาบาดแผล เป็นต้น

3.3 กรุณาคุณ

คุณ หมายถึง อุปการะ ความเกื้อกูล สภาพที่เกื้อกูล ความดีงามที่มีประจำอยู่²¹

กรุณาคุณ หมายถึง กรุณาที่มีอุปการะ มีสภาพดีงาม เกื้อกูล เป็นประโยชน์

กรุณาคุณ แยกอธิบายเป็น 2 ประเด็น ดังนี้

3.3.1 พระมหากรุณาธิคุณ คือ กรุณาคุณของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และกรุณาคุณของพระมหากษัตริย์

3.3.2 กรุณาคุณ ซึ่งปรากฏในบุคคลทั่วไป

²⁰ พระราชันนันทมุนี (ปิ่น ปัญญานันโท), *ปาฐกถาธรรม* (กรุงเทพมหานคร : อักษรทองการพิมพ์, 2500), หน้า 518-519.

²¹ วิทย์ เทียงบุญธรรม, *พจนานุกรมฉบับมหาวิทยาลัย*, หน้า 133.

3.3.1 พระมหากุณาริคุณ

พระพุทธเจ้าเป็นผู้ประกอบด้วยพระมหากุณา และการที่ทรงบำเพ็ญบารมีเพื่อประโยชน์สุขของบุคคลอื่น ก็เพราะจะช่วยให้บุคคลในหมู่คณะอยู่ได้และให้ความทุกข์ลดลง พระคุณของพระพุทธเจ้า ที่มีต่อสัตว์โลกทั้งปวง นั้น มีเป็นอันมาก อย่างไม่มีที่สิ้นสุด ที่สำคัญมี 9 ประการ คือ

1. อระหัง เป็นพระอรหันต์
2. สัมมาสัมพุทธโธ เป็นผู้ตรัสรู้ชอบเอง
3. วิชชาจะระณะสัมปันโน เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ
4. สุคะโต เป็นผู้เสด็จไปดีแล้ว
5. โลกะวิทู เป็นผู้รู้แจ้งโลก
6. อนุตตะโรปริสตะทัมมะสาระถิ เป็นสารถิแห่งบุรุษพึงฝึกได้ ไม่มีบุรุษอื่นยิ่งไปกว่า
7. สัตถา เทวะมะนุสสานัง เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
8. พุทโธ เป็นผู้ตื่นแล้ว เป็นผู้เบิกบานแล้ว
9. ภาวะวา เป็นผู้มีโชค

พระพุทธคุณ ทั้ง 9 ประการนี้ โดยย่อมี 2 ประการ คือ

1. อุตตहितสมบัติ พระคุณสมบัติเฉพาะพระองค์ ทรงเกื้อกูลแก่พระองค์เอง พระคุณข้อนี้หมายถึงเอาพระปัญญาคุณ และพระวิสุทธิคุณ หรือในฐานะเป็นอัครตนาถะ ทรงพึงพระองค์เองได้อย่างแท้จริง พระวิสุทธิคุณ เป็นเหตุให้สำเร็จพุทธภาวะ
2. ปรีहितสมบัติ พระคุณสมบัติส่วนที่เป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่ผู้อื่น พระคุณข้อนี้หมายถึงเอาพระกรุณาคุณ เพราะเป็นเหตุให้สำเร็จพุทธกิจ ในฐานะทรงเป็นโลกนาถะ ที่พึงของชาวโลก²² ตลอดจักรวาล และอนันตจักรวาล ในไตรภพคือ กามภพ รูปภพ และอรุภพ พระมหากุณาคุณของพระพุทธเจ้าที่มีต่อสัตว์โลก ไม่มีประมาณ ไม่มีที่สิ้นสุด ตลอดจักรวาลและอนันตจักรวาล พระองค์ทรงเป็นครู และบรมครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหมด พระมหากุณาริคุณของพระองค์เหมือนเป็นเสาเอกค้ำจุนโลกไว้ไม่ให้จมดิ่งสู่หายนะ ลึกล้ำยิ่งมหาสมุทร สูงส่งยิ่งฟ้า กว้างไกลกว่าจักรวาล เป็นผู้

²² สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี, ทศบารมีในพุทธศาสนาเถรวาท (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2533), หน้า 172.

²³ พิชุร มลิวัดย์, แบบเรียนวิชาธรรมสำหรับนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นโท, หน้า 8-11.

บอกทาง เป็นผู้ชี้ทางให้ผู้เดิน ถึงจุดหมายปลายทางอันสันติ เป็นบ่อเกิดแห่งคุณทั้งหลายในโลก ถึงความสิ้นไปแห่งทุกข์ เป็นผู้พ้นแล้ว และดำเนินปฏิบัติเป็นแบบอย่างแห่งผู้นำที่หาผู้นำทางจิตวิญญาณอันยิ่งใหญ่ หาพระกรุณาใด ๆ เทียบเทียมพระองค์มิได้เลย²⁴

ในอรรถกถาธรรมสังคณี ชื่อ อฏฐุสาลินี อารัมภกถา ได้พรรณนาถึงมหากรุณาธิคุณของพระพุทธองค์ ดังนี้

“กรุณา วิยะ ตัดเศตุ ปัญญาอัสนะ มะเหลโณ ญะยะ
ธัมเมสุ สัพเพสุ ปะวัตติตถ ะถารุจี... พระสัพพัญญุตญาณ
ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้แสวงหาคุณอันใหญ่
เป็นไปทั่วในไฉยธรรมทั้งปวงตามความพอพระทัย ดูพระ
กรุณา ที่ทรงแผ่ไปในสัตว์ทั้งหลาย พระสัมมาสัมพุทธะ
พระองค์ใด มีพระทัยอันความกรุณานั้น ให้อดสาหะขึ้นด้วยดี
ในสัตว์ทั้งหลาย...ข้าพเจ้าขอน้อมนมัสการพระยุคลบาทของ
พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงมีพระสิริโสภาคย์พระองค์ นั้น
เมื่อใดกระทำปริกรรมด้วยกรุณา ฯลฯ”²⁵

พระมหากรุณาธิคุณนี้ จัดเป็นพระมหากรุณาคุณขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะหากพระองค์ไม่ทรงแสดงธรรมสั่งสอนผู้อื่น เราทั้งหลายก็จะไม่รู้จักพระพุทธศาสนา ไม่รู้หนทางแห่งการพ้นทุกข์ ก็อาจจะเป็นคนบอดมืดมดงาย ไม่อาจจะพบทางที่สว่างนำไปสู่สันติสุขได้ แต่นี้ด้วยพระมหากรุณาคุณของพระองค์ เราทั้งหลายจึงได้รู้จักพระพุทธศาสนา และได้มีโอกาสประพฤติธรรมของพระองค์ ฉะนั้น ความกรุณา จึงเป็นคุณธรรมอันประเสริฐประการหนึ่งของมนุษย์ และผู้ที่ประกอบด้วยกรุณาจึงเป็นผู้มีจิตใจสูง ควรแก่การเคารพบูชาของคนทั้งหลาย

²⁴ พระอาจารย์อินทร ปญญาวฒโณ, *รางวัลชีวิต* (ลำพูน : วัดสันป่าปางหลวง, 2530), หน้า 23.

²⁵ มหามกุฏราชวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์. *พระอภิธรรมปิฎก เล่มที่ 1 ภาคที่ 1 ธรรม-สังคณีและอรรถกถา* (กรุงเทพมหานคร : เฉลิมชาฎการพิมพ์, 2530), หน้า 7-10.

พระมหากษัตริย์คุณของพระพุทธเจ้า ส่งผลให้บุคคลโดยทั่วไป เล็งเห็นความสำคัญของการปฏิบัติกรรมา เห็นได้จากพุทธศาสนิกชนนับถือพระรัตนตรัยว่าเป็นที่พึ่งอันสูงสุดของเรา ดังในบทสวดที่ว่า "พุทธัง... ธัมมิง... สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ ข้าพเจ้าขอถึงพระพุทธ... พระธรรม... พระสงฆ์ว่าเป็นที่พึ่ง" เมื่อเรามีที่พึ่งอันประเสริฐคือพระรัตนตรัยแล้ว เราย่อมระลึกถึงพระมหากษัตริย์คุณของพระพุทธเจ้า หากผู้ใดระลึกถึงพระองค์บ่อย ๆ จะทำให้ผู้นั้นกล้าหาญ ไม่ท้อแท้ ไม่กลัวภัย เพราะเรามีที่พึ่งที่ประเสริฐคือพระพุทธเจ้า การระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้า ก็มีคุณคือ สามารถทำให้ใจเราสงบได้ 2 วิธี คือ

1. การระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้าโดยย่อ ได้แก่ระลึกถึงคุณ 3 ประการของพระองค์ อันรวมอยู่ในบทนะโมว่า "นะโม ตัสสะ อะระหะโต อริยะสสสัมพุทธานุสสะ" ซึ่งแปลว่า ข้าพเจ้าขอนอบน้อมระลึกถึงพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้เป็นพระอรหันต์ ผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ พระองค์นั้น"

การตั้งนะโม 3 ครั้ง มุ่งเน้นพระพุทธคุณทั้ง 3 ซึ่งเป็นพระพุทธจริยา ได้แก่

พระวิริยาริกะ ทรงบำเพ็ญพระวิริยะบารมีเป็นอย่างยิ่ง

พระสัทธาธิกะ ทรงบำเพ็ญพระศัทธาบารมีเป็นอย่างยิ่ง

พระปัญญาธิกะ ทรงบำเพ็ญพระปัญญาบารมีเป็นอย่างยิ่ง

อีกนัยหนึ่ง การตั้งนะโม 3 ครั้ง นั้น มุ่งเน้นผลคือ ทางพัฒนาจิตโดยลำดับ ดังนี้

ครั้งที่ 1 เป็นการบริกรรม คือ การทำกำหนดใจ งดอารมณ์อื่น

ให้จดจ่ออยู่กับการนมัสการ

ครั้งที่ 2 เป็นอุบาย คือ ทำจิตให้ใกล้ชิดแอบอิงบทนมัสการ

แต่ก็ยังหวั่นไหว

ครั้งที่ 3 เป็นอัปปนา คือ ทำจิตให้เข้าแอบอิงบทนมัสการ

สงบนิ่ง เป็นจิตที่บริสุทธิ์

เป็นพื้นฐานแห่งกุศล²⁶

นี่เป็นการสรุปถึงคุณของพระพุทธเจ้าทั้งหมดที่อยู่ในบทนะโม ซึ่งเราผู้เป็นพุทธศาสนิกชนเปล่งวาจา ระลึกถึงอยู่เสมอ แต่บางท่านมิได้รู้ความหมายอันซ่อนเร้นอยู่ในบทนะโมนี้ ที่จริงในบทนะโม มีพระคุณ 3 ประการของพระพุทธเจ้าปรากฏอยู่อย่างเห็นได้ชัด คือ

²⁶ บุญเรือง อินทวรินทร์, พระพุทธมนต์และคุณค่าทางจริยธรรม (กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์การพิมพ์, 2527), หน้า 19.

1.1 พระมหากุณาธิคุณ จากบทว่า ภาวะวะโต ผู้จำแนกธรรม คือ พระองค์ทรงมีความกรุณาจำแนกพระธรรมคำสั่งสอน เพื่อให้สัตว์โลกได้รู้ธรรม ถ้าหากว่าพระองค์ไม่ทรงมีพระมหากุณาธิคุณแล้ว เราทุกคนก็จะไม่รู้จักพระธรรม จะไม่เข้าใจคำสอนของพระองค์ การที่พระองค์ทรงมีพระมหากุณาธิคุณเช่นนี้ จึงอยู่ในพระคุณข้อที่ว่า ภาวะวะโต ซึ่งแปลว่า ผู้จำแนกธรรม

1.2 พระบริสุทธิคุณหรือพระวิสุทธิคุณ คือผู้ไกลจากกิเลสเป็นพระอรหันต์ จากบทพระคุณที่ว่า อระหะโต พระองค์ทรงห่างไกลจากกิเลสเป็นพระอรหันต์

1.3 พระปัญญาธิคุณ จากข้อที่ว่า สัมมาสัมพุทธัสสะ พระองค์ตรัสรู้เองโดยชอบ คือ พระพุทธเจ้าของเรานั้น ตรัสรู้พระธรรมขึ้นมาโดยไม่มีผู้หนึ่งผู้ใดสั่งสอน แต่พระองค์ได้ตรัสรู้ได้อย่างแท้จริง ด้วยปัญญาอันเยี่ยมของพระองค์ เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงชื่อว่า มีพระปัญญาอันเยี่ยม

สุชีพ ปุญญานุภาพ ได้กล่าวว่า พระพุทธคุณทั้ง 3 ประการนี้เป็นมาตรฐานที่ทุกคนควรยกระดับของตนเองขึ้นไปหา ยิ่งพยายามฝึกฝนอบรมตนปฏิบัติตามได้มากเท่าใด ยิ่งก่อให้เกิดผลดีกับตนยิ่งขึ้นตามนั้น²

2. ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าโดยพิสดาร เป็นการระลึกถึงพระคุณ 9 ประการ ของพระองค์ ตั้งแต่บทว่า ภาวะวะ พระองค์เป็นผู้จำแนกธรรม จนถึงบทว่า พุทโธ พระองค์เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น และผู้ปลุกผู้อื่นให้ตื่น พร้อมกันนั้นก็ให้ระลึกว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น เป็นบุคคลที่ควรเคารพน่าเลื่อมใสอย่างแท้จริง เพราะก่อนที่พระพุทธเจ้าจะได้ตรัสรู้หลักธรรม นำมาสั่งสอนชาวโลกนั้น ชาวโลกกำลังถูกไฟคือ เพลิงทุกข์ และเพลิงกิเลสเผาผลาญอยู่ ชาวโลกทั้ง ๆ ที่ถูกไฟคือเพลิงทุกข์ และเพลิงกิเลสเผาผลาญอยู่ ก็ยังไม่รู้ว่าเป็นไฟ แล้วจะดับไฟ คือเพลิงกิเลสที่เผาผลาญตนอยู่นั้นได้อย่างไร

คุณธรรมข้อกรูณานี้เป็นเหตุให้มีการแสดงออกซึ่งการช่วยเหลือต่าง ๆ เพราะฉะนั้นบรรดาผู้มีพระคุณทั้งหลายจึงยกเอาข้อกรูณานี้ขึ้นเป็นที่ตั้ง ดังพระพุทธเจ้าก็แสดงว่า มีพระมหากุณาธิคุณ เพราะพระพุทธเจ้า นั้น มีการแสดงออกด้วยการเสด็จจาริกไปทรงแสดงพระธรรมเทศนา สั่งสอน โปรดเวไนยนิกรให้พ้นทุกข์ ให้ประสบความสุขตามภูมิตามชั้นตลอดเวลา 45 พรรษาหลังจากที่ได้ตรัสรู้แล้ว ไม่มีหยุด เป็นการช่วยเหลือที่แสดงออกซึ่งพระมหากุณาธิคุณเนื่องมาถึงโลก ชาวโลกก็ได้รับพระคุณของ

² สุชีพ ปุญญานุภาพ, คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ เลียงเชียงธรรมประทีป, 2522), หน้า 36.

พระพุทธเจ้าจากพระกรณานิ ทั้งในส่วนที่พระองค์ทรงบำเพ็ญพระกรรมด้วยวิธีการต่าง ๆ จนกระทั่ง บรรลุธรรมอันเป็นคุณวิเศษแล้วทรงนำพระกรรม นั้น ไปสั่งสอนผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ ปราศจาก ความเดือดร้อนและให้ประสบความสำเร็จด้วยพระมหากรุณาธิคุณ ดังที่ชาวโลกทั้งหลายกล่าวสรรเสริญ พระพุทธเจ้าว่า

"มะหาการุณิก โคนาโถ หิตายะ สัพพะปาณินัง ปุเรตวา ปาระมี สัพพา ปัตโต สัมโพธิมุตตะมัง พระพุทธเจ้าผู้เป็นที่พึ่งของสัตว์ ทรง ประกอบด้วยพระกรุณาใหญ่ ทรงบำเพ็ญบารมีทุกประการ เพื่อ ประโยชน์แก่กุลแก่สรรพสัตว์ ทรงบรรลุพระสัมโพธิญาณ อัน สูงสุดแล้ว²⁸ ...มะหาการุณิก โคนาโถ พระองค์เป็นผู้ยิ่งใหญ่ด้วยความ กรุณา"²⁹

เพราะทรงเป็นที่พึ่งของชาวโลกทั้งหลาย โดยไม่ทรงคำนึงถึงความเหน็ดเหนื่อย และความยาก ลำบาก ในการเสด็จไปช่วยเหลือสั่งสอนผู้อื่น จนกระทั่งทรงประดิษฐานพระพุทธศาสนาได้ บัดนี้ ก็ ปรากฏเป็นพระพุทธศาสนาที่คงอยู่ ซึ่งพระมหาภคชัตริย์ก็ยกเอาพระกรณานิขึ้นเป็นที่ตั้งเช่นเดียวกัน

พระมหากรุณาธิคุณ อีกความหมายหนึ่งใช้เป็นคำนำหน้าพระมหาภคชัตริย์ เช่น ...ด้วยพระมหา กรุณาธิคุณฯ ที่พระองค์ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ คำว่า กรณานิ ก็เป็นการปฏิบัติที่ช่วยให้พ้นทุกข์ เป็นการปฏิบัติช่วยเหลือ ที่ได้ทำให้แก่ประชาชนในด้านต่าง ๆ แสดงออกซึ่งความกรุณา จึงมีธรรมะ หลายหมวดที่แสดงออกมาด้วยอำนาจของกรุณา เช่น ในสังคหวัตถุ 4 ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งความ ยึดเหนี่ยวหัวใจของกันและกัน ได้แก่

1. ทาน การให้ เป็นการเฉลี่ยเผื่อแผ่เจือจานความสุขของตนแก่ผู้อื่น
2. ปิยะวาจา เจรจาถ้อยคำอันเป็นที่รักจับใจ
3. อัถตะจะริยา ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่าง ๆ
4. สะมานัตตะตา ความวางตนสม่ำเสมอ เข้ากันได้กับหมู่ชนทั้งปวง เป็นผู้ไม่ถือตัว

²⁸ พระศาสนโศภณ, *สวดมนต์ แปล* (พระนคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2517), หน้า 108.

²⁹ พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญานันทภิกขุ), *ธรรมะกับชีวิตประจำวัน* (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, มปป.), หน้า 3.

ในทศพิธราชธรรม ซึ่งเป็นธรรมสำหรับพระมหากษัตริย์ มีคุณธรรมข้ออวิหิงสา ความไม่เบียดเบียน ได้แก่กรุณา จะเห็นได้ว่า พระมหากษัตริย์ราชไทยมีพระราชอัธยาศัยกอปรด้วยพระมหากรุณาธิคุณ ไม่ทรงปรารธนาต่อทุกข์แก่ผู้ใดผู้หนึ่ง ไม่ทรงเบียดเบียนพระราชวงศานุวงศ์ ไม่ตั้งพิภักดิ์ จัดเก็บภาษีอากรเกินขนาด ทรงปกครองประชาชนตั้งบิดาปกครองบุตร ดังนี้ จัดเป็นอวิหิงสา ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้ทรงประกอบด้วยพระมหากรุณาธิคุณดังที่กล่าวมานี้มีเป็นอันมาก

โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริต่าง ๆ ที่เป็นไป ล้วนเพื่อการอนุรักษ์แหล่งน้ำและอนุรักษ์สัตว์ เช่น โครงการอนุรักษ์ป่าและสัตว์ป่า การบำเพ็ญอสังหาริมทรัพย์ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งแผ่ไพศาลไปทั่วทุกแห่ง จึงปกป้องคุ้มครองชีวิต ไม่ว่ามนุษย์หรือสรรพสัตว์ ทุกชีวิตบนผืนแผ่นดินไทย³⁰

การสนับสนุนการรักษาความมั่นคงของชาติในพื้นที่ชนบทของประเทศ ของนักศึกษา ในแผนพัฒนาฯ ได้ระบุว่า ชนบทล้าหลังเป็นเขตที่มีคนไทยอีกประมาณ 10 ล้านคนที่ประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรมด้วยความขาดแคลน ขาดทุน และขาดรู้ อาชีพ ขาดความรู้และปัจจัยในการประกอบอาชีพ ขาดน้ำในการเกษตรและบริโภค ขาดแคลนที่ดินทำกิน และดินขาดความอุดมสมบูรณ์ ขาดการสาธารณสุข และถูกเบียดเบียนด้วยโรคภัยไข้เจ็บ พระองค์ทรงทราบปัญหาเหล่านี้ ทรงเสด็จไปทรงเยี่ยมเขียนราษฎรในภูมิภาคต่าง ๆ เป็นประจำ เพราะพระราชหฤทัยมุ่งมั่นที่จะแก้ปัญหาความเดือดร้อนให้แก่ประชาชนเหล่านี้ เสมือนเป็นความทุกข์ส่วนพระองค์ และที่สำคัญพระองค์ไม่ได้ทรงนึกแต่เพียงว่า ทรงเป็นประมุขของประเทศโดยนิตินัยหรือตามรัฐธรรมนูญอย่างประเทศอื่น ๆ เท่านั้น แต่พระองค์ทรงระลึกอยู่เสมอว่า พระองค์ทรงเป็นคนไทย จึงต้องร่วมทุกข์ร่วมสุขกับคนไทยทุกคนทั่วประเทศ ตั้งแต่ปี พ.ศ.2495 จนกระทั่งได้วางระบบดำเนินงานสนองพระราชดำริโดยออกระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี ว่าด้วยโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริพ.ศ.2524 ให้นำหน่วยงานในพื้นที่ต่าง ๆ ของประเทศไทย ได้ยึดถือปฏิบัติเป็นแนวทางในการบริหารโครงการ อันจะทำให้เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานและประชาชนในพื้นที่ได้มีความเข้าใจอันดีต่อกัน รู้จักช่วยเหลือซึ่งกันและกัน³¹ นี้คือ พระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของปวงชนชาวไทย

³⁰ วันเพ็ญ เช่นตระกูล, ทศพิธราชธรรม (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์ พรินติ้ง กรุ๊ป จำกัด, 2533), หน้า 48.

³¹ สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ), ทศบารมี ทศพิธราชธรรม (กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัดโรงพิมพ์ชวนพิมพ์, 2532), หน้า 204-208.

3.3.3 กรรณาคณในบุคคลทั่วไป

กรรณาคณที่เนื่องมาจากการอบรมจิตกรรณาของภิกษุ หรือบุคคลทั่วไปในอารมณัสมถกรรมฐาน เป็นการทำให้สมาธิ อบรมจิตให้สงบจากอกุศลทั้งหลายด้วยปัญญาที่รู้ถึงจิตสงบในขณะที่เห็น ๒ คติน ได้ กลิ่น ลิ้มรส รู้โผฏฐัพพะ และคตินี้ก³²

เหตุที่มนุษย์ปล่อยปละละเลยจิตของตน ไม่ให้ความสำคัญในการฝึกฝน ไม่บริหารจิตกรรณา ของตนเอง จึงปรากฏว่ามีคนในโลกเป็นจำนวนมาก อ่อนแอ ไร้ประสิทธิภาพ เช่น มักโกรธ กลัว ตกใจง่าย หรือเป็นโรคจิต โรคประสาท ไม่อาจจะพบความสุขที่สมบูรณ์ได้ แม้จะมีเงินทอง ทรัพย์สิน สมบัติ และเกียรติยศชื่อเสียง ก็ตาม เพราะจิตใจไม่ได้รับการบริหาร จึงเป็นจิตที่อ่อนแอ ทำให้กิเลส ครอบงำได้ง่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิหิงสาหรือความเบียดเบียน ซึ่งเป็นตัวขัดขวางการพัฒนาจิตเป็น อย่างมากเพราะเป็นกิเลสที่กัดกันไม่ให้ใจสงบสุข รังแต่จะทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อนหม่นหมอง ยกเว้นกรณีบุคคลปฏิบัติกรรณากาวนาอย่างถูกต้อง เต็มที่ ผลที่จะได้รับคือ การบรรลุคุณวิเศษอันเป็น โลกิยธรรมได้แก่ การบรรลุฌานและสามารถบรรลุโลกียอภิญา 5 อย่าง มีความรู้ที่ทำให้แสดงฤทธิ์ ต่าง ๆ ได้ มีญาณที่ทำให้มีหูทิพย์ กำหนดใจคนอื่นได้ ระลึกชาติได้ และมีตาทิพย์³³ ทั้งจะสามารถข่ม กิเลสต่าง ๆ ไร้ได้ด้วยอำนาจฌาน ผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานจนได้บรรลุฌานนั้น ก็จะได้สำเร็จเป็น ฌานลาภบุคคลเมื่อสิ้นชีวิตแล้วถ้าฌานไม่เสื่อมก็จะไปเกิดเป็นพระพรหมเสวยสุขอยู่ในพรหมโลก³⁴

กรรณาคณอันเนื่องมาจากการเจริญกรรณากาวนา ก่อให้เกิดคุณอันเป็นเครื่องปรากฏซึ่งอวิหิงสา หรือความไม่เบียดเบียน ดังนี้

"ดูกรราหุล เธอจงเจริญเมตตาภาวนาเถิด เพราะเมื่อเธอเจริญ เมตตา ภาวนาอยู่ จักละพยาบาทได้ เธอจงเจริญกรรณากาวนาเถิด

³² สุจินต์ บริหารวนเขตต์, *ปรมัตถธรรมสังเขป จิตตสังเขป และภาคผนวก* (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จางเจริญการพิมพ์, 2530) หน้า 504.

³³ ที.ปา. 11/431/264-265.

³⁴ พิพุทธ มลิวัลย์, *แบบเรียนวิชาธรรมสำหรับนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นเอก* (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, 2540), หน้า 38.

เพราะเมื่อเธอเจริญกรณากาวนาอยู่ จักละวิหิงสาได้"³⁵

การเจริญกรณากาวนา ก่อให้เกิดคุณเพราะเป็นเครื่องกำจัดราคะ โทสะ โมหะ ดังนี้
 "คูกรชีวก ภิกษุในธรรมวินัยนี้ อาศัยบ้านหรือนิคมแห่งใดแห่งหนึ่ง
 อยู่ เธอมีใจประกอบด้วยกรุณา... คูกรชีวก บุคคลพึงมีความไม่
 เบียดเบียน มีความไม่ยินดี มีความกระทบกระทั่งเพราะราคะ โทสะ
 โมหะใด ราคะ โทสะ โมหะนั้น ตลาคตละแล้ว มีมูลอันขาดแล้ว
 เป็นคัจฉาลยอดค้วน"³⁶

การบริกรรมกาวนาโดยมีกรุณาเป็นบทกรรมฐานเป็นเครื่องกำกับใจด้วยสติ มีคุณคือ ย่อมระงับ
 ความคะนองใจเพราะกิเลส เช่น ราคะ โทสะ โมหะ ถูกกำจัดให้หมดไป จึงไม่มีสิ่งใด ๆ มาทวนใจให้
 ฟุ้งซ่าน ในทางตรงกันข้าม กลับปรากฏความสงบสุขขึ้นที่ใจ³⁷

ในพรหมวิหารธรรม การแผ่กรุณาหรือการเจริญกรณากาวนาเริ่มตั้งแต่การนั่งสงบใจแล้วตั้งใจ
 ระลึกรู้ผู้มีความทุกข์ แล้วนึกกาวนากรุณาในใจ เมื่อนานเข้าจิตก็จะเป็นสมาธิ เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้วก็
 จะเกิดปัญญาหรือรู้แจ้งในสภาวะธรรม ในขณะที่เดียวกันหรือติดต่อกันเป็นกุศลธรรม หรือเป็นพื้นฐาน
 ของศีลก็จะเกิดขึ้นในใจ แม้กุศลธรรมอื่น ๆ เช่น ศรัทธา วิริยะ เป็นต้น ก็จะเกิดขึ้นในใจโดยอัตโนมัติ
 ดังนั้น การปฏิบัติกรรมฐานโดยเจริญพรหมวิหารธรรมจึงเป็นการพัฒนาจิต ทำให้จิตใจมีคุณภาพและมี
 คุณธรรม³⁸

การแผ่กรุณาจิตไปในทิศทั้ง 4 นั้น ก่อให้เกิดสมิขณนะหรือความสำเร็จของกรณามาได้ถึง
 ขณะที่บำเพ็ญกรุณา จิตย่อมเว้นจากการเบียดเบียนและจากการฆ่า บุคคลผู้บำเพ็ญกรณาย่อมปราศจาก
 ราคะอันไม่บริสุทธิ์ และไม่เป็นผู้ทุกข์

ในเมตตาสูตที่ 1 ได้พรรณนาเกี่ยวกับคุณของกรณากาน ไว้ว่า

"บุคคลบางคนในโลกนี้ มีใจประกอบด้วยกรุณา แผ่ไปตลอดทิศ
 หนึ่งอยู่ ทิศที่สอง ที่สาม ที่สี่ก็เหมือนกัน ตามนัยนี้ ทั้งเบื้องบน

³⁵ ม.ม. 13/145/115.

³⁶ ม.ม. 13/59/44.

³⁷ พระมหาบัว ญาณสัมปันโน, *ธรรมแท้ปรากฏที่ใจ* (กรุงเทพมหานคร : เอรารัณการพิมพ์, 2529), หน้า 72-73.

³⁸ พิชุร มลิวัดย์, *แบบเรียนวิชาธรรมสำหรับนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นตรี*, หน้า 79-80.

เบื้องล่าง เบื้องขวาง แผ่ไปตลอดโลก ทัวสัตว์ทุกเหล่าในที่ทุกสถาน ด้วยใจประกอบด้วยกรุณาอันไพบุลย์ ถึงความเป็นใหญ่ หาประมาณมิได้ ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียนอยู่ บุคคลนั้นพอใจ ชอบใจ กรุณา นั้น และถึงความปลื้มใจด้วยกรุณานั้น ยั้ยังอยู่ใน กรุณานั้น น้อมใจไปในกรุณานั้น อยู่จนคั่นด้วยกรุณานั้น ไม่เสื่อม เมื่อกระทำกาละ ย่อมเข้าถึงความเป็นสหายของเทวดาเหล่าอากัสสระ"³⁹

ในอังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต กยวรรคที่ 3 เมตตาสูตที่ 1 แสดงถึงผลของการอบรมเจริญพรหมวิหาร 4 ว่า การเจริญอบรมฌานจิตที่ประกอบด้วยเมตตาเมื่อไม่เสื่อมไป ก็จะเป็นปัจจัยให้เกิดในพรหมโลกชั้นพรหมกายิกาอายุประมาณ 1 กัปปี การเจริญอบรมฌานจิตที่ประกอบด้วยกรุณาเมื่อไม่เสื่อมไปก็จะเป็นปัจจัยให้เกิดในพรหมโลกชั้นอากัสสระอายุประมาณ 2 กัปปี การเจริญอบรมฌานจิตที่ประกอบด้วยมุทิตาเมื่อไม่เสื่อมก็จะเป็นปัจจัยให้เกิดในพรหมโลกชั้นสุกภินหะอายุประมาณ 4 กัปปี การเจริญอบรมฌานจิตที่ประกอบด้วยอุเบกขาเมื่อไม่เสื่อมก็จะเป็นผลให้เกิดในพรหมโลกชั้นเวทฬยะอายุประมาณ 500 กัปปี⁴⁰

อนึ่ง หากเจริญกรุณาหรือแผ่จิตออกไปด้วยกรุณา สงสาร ความเอื้ออารีคิดช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ เดือดร้อนต่าง ๆ จนถึงขั้นอุปป์มัญญา จิตก็จะพ้นจากความคิดเบียดเบียนต่าง ๆ ปราศจากความเศร้าโศก จิตย่อมบริสุทธิ์ด้วยความหลุดพ้นแห่งใจอีกข้อหนึ่ง เรียกว่า กรุณาเจโตวิมุตติ หมายถึง การหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจการฝึกกรุณาสมาธิ⁴¹ หรือความหลุดพ้นแห่งจิต การหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจการฝึกจิต เช่น สมาบัติ 8⁴² เป็นเจโตวิมุตติอันละเอียดประณีต (สันตเจโตวิมุตติ)⁴³

³⁹ อัง.จตุกก. 21/125/128.

⁴⁰ สุจินต์ บริหารวนเขตต์, เมตตา (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา, 2528), หน้า 51-52.

⁴¹ สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ). *ธรรมกถาในการอบรมกรรมฐาน*. (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2523), หน้า 62-63.

⁴² สมาบัติ ภาวะสงบประณีต ซึ่งพึงเข้าถึง สมาบัติมีหลายอย่าง เช่น ฌานสมาบัติ ผลสมาบัติ อนุปปทวิหารสมาบัติ เป็นต้น สมาบัติ 8คือฌานสมาบัติ ได้แก่ รูปฌาน 4 และอรุฌาน 4 ถ้าเพิ่มนิโรธสมาบัติ ต่อท้ายสมาบัติ 8 นี้ รวมเรียกว่า อนุปปทวิหารสมาบัติ 9

ลักษณะของกรุณาเจโตวิมุตติ มีปรากฏในพระอภิธรรมปิฎก ที่ว่า

"กรุณาจิตเมื่อธิบายว่า กรุณาเป็นจิตที่เรียกว่า การสงสาร กิริยาที่สงสาร ความสงสารในสัตว์ทั้งหลาย กรุณาเจโตวิมุตติที่เรียกว่า กรุณาจิต เป็นจิตกรุณาที่กว้างขวาง หาประมาณมิได้ จิตนั้น 'ไม่มีเวร ไม่มีพยาบาท'⁴³ กรุณาเจโตวิมุตติเป็นเครื่องสลัดออกซึ่งวิหเสา"⁴⁴

ในพระไตรปิฎก ได้พรรณาคณะของกรุณาเจโตวิมุตติ ดังนี้

"ศาสดาผู้นำศาสนาที่มีสาวกมากมาย เป็นผู้ปราศจากกามราคะ ด้วยกำลังเจโตวิมุตติ ประกอบด้วยกรุณาคุณ ตั้งสอนลัทธิเพื่อเข้าร่วมกับพรหม ทำให้สาวกไปสวรรค์ได้มากมาย นับว่าเป็นผู้ประเสริฐมากอยู่แล้ว แต่บุคคลผู้เป็นโสดาบันแม้ยังมีกามราคะอยู่ ก็ประเสริฐยิ่งกว่าศาสดาเหล่านั้น"⁴⁵

กรุณาเจโตวิมุตติ เมื่อบุคคลเสพอแล้ว เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ทำให้เป็นดุจยาน ทำให้เป็นที่ตั้งให้ตั้งมั่นโดยลำดับ สังสมติแล้ว ปรารถด้วยดีแล้ว ทำให้บริบูรณ์แล้ว พึงเกิดอานิสงส์ 11 ประการดังต่อไปนี้

1. ย่อมหลับเป็นสุข
2. ย่อมตื่นเป็นสุข
3. ย่อมไม่ฝันลามก
4. ย่อมเป็นที่รักแห่งมนุษย์ทั้งหลาย
 1. ย่อมเป็นที่รักแห่งมนุษย์ทั้งหลาย
6. เทวดาทั้งหลายย่อมรักษา
7. ไฟ ยาพิษ ดาบ หรือศาสตรา ย่อมไม่กล้ากรายได้
8. จิตย่อมตั้งมั่นโดยรวดเร็ว

⁴³ อก.ทก. 20/276/58.

⁴⁴ อภิ.วิ. 35/745/323.

⁴⁵ ที.ปา. 11/320/216.

⁴⁶ อก.ฉก. 22/325/335-338.

9. สีน้าข้อมผองไส
10. เป็นผู้ไม่หลงทำกาละ
11. เมื่อไม่แทงตลอดคุณอันยิ่งข้อมเป็นผู้เข้าถึงพรหมโลก⁴⁷

อานิสงส์หรือคุณของภรรณาทั้ง 11 ประการนั้น มีอธิบาย ดังนี้

1. ข้อมหลับเป็นสุข หมายความว่า บุคคลผู้ไม่ได้เจริญภรรณา จิตข้อมสะสมด้วยความโลก ความโกรธ และความหลง เป็นจิตที่ระวนกระวายกระสับกระส่ายอยู่เสมอ ดังนั้น เมื่อถึงเวลาที่จะหลับจึงเป็นเหตุให้หลับได้โดยยาก ตรงกันข้ามกับบุคคลที่อบรมภรรณาจิตข้อมสงบเพราะไม่มีเหตุที่จะทำให้สะดุ้ง หวาดหวั่นทั้งภายในและภายนอก ดังนั้น เวลานอนก็นอนด้วยอาการสงบ นำเลื่อมใส ไม่มีอาการสะดุ้งหวาดผวาช้าในยามหลับ เพราะบุคคลที่เจริญภรรณาข้อมมีลมหายใจเข้าออกเดินสะดวก ไม่มีอึดอัดขัดข้อง จึงนอนหลับอย่างสงบไม่ทรนทรายทั้งมีอาการโล่งโปร่งใจ ก็นับว่าหลับเป็นสุข⁴⁸ เพราะอาศัยการเจริญภรรณา ความโลก ความโกรธ ความหลง ก็ถูกกำจัดให้สิ้นไปแล้ว ไม่มีเวร ไม่มีภัยกับใครให้อภัยหมด จิตข้อมสงบสามารถเข้าสู่ภวังค์และหลับได้อย่างเป็นสุขปานดังท่านเข้าสมาบัติ ฉะนั้น

2. ข้อมตื่นเป็นสุข หมายความว่า เมื่อบุคคลได้เจริญภรรณาจนนอนแล้ว จิตข้อมบริสุทธิ์ ใบบน้าผองไส ไม่ตกเป็นทาสของการนอนหลับ รู้สึกเบิกบาน เหมือนดอกประทุมที่แย้มบานฉนั้น จึงชื่อว่าตื่นเป็นสุข เช่น ไม่มี ความโกรธค้างอยู่ในใจ จิตใจจึงไม่เศร้าหมอง ไม่ทอดถอนพลิกตัวไปมา ไม่มีมึนง ไม่ทรนทราย ไม่หงุดหงิด เคียดแค้น ชิงชัง ไม่สงบเพราะใจขุ่นมัว ไม่มีอาการแปลกประหลาด

2. ข้อมไม่ฝันลามก หมายถึง ไม่ฝันถึงสิ่งอันเป็นอกุศลทั้งหลาย อันสืบเนื่องมาจากการ สะสมอกุศลจิต คิดฟุ้งซ่านไปต่าง ๆ เมื่อฝันก็ฝันร้าย ฝันเห็นแต่สิ่งไม่ดี ไม่เป็นมงคล⁴⁹ เช่น ฝันว่าถูก โจรปล้น ถูกสัตว์เบียดเบียนหรือฝันว่าตกลงมาจากที่สูงและประสบอันตราย ตรงกันข้ามกับ บุคคลที่ อบรมจิตภรรณาให้มากนั้น ข้อมเป็นผู้มีจิตอันอบรมดีแล้ว จิตจึงปราศจากความไม่พอใจ ตกใจ หรือ สะดุ้งกลัวสิ่งต่าง ๆ และเมื่อเขาหลับจึงเป็นสุขด้วยความฝันที่ดี

⁴⁷ อก.เอกาทสก. 24/222/361.

⁴⁸ ปาน จันทรานูตร, แก่ปัญหาชีวิตด้านธรรมะ (กรุงเทพฯ : อมรรการพิมพ์, 2502), หน้า 107.

⁴⁹ สุจินต์ บริหารวนเขตต์, เมตตา, หน้า 62.

4. ย่อมเป็นที่รักแห่งมนุษย์ทั้งหลาย หมายความว่า บุคคลที่ปฏิบัติกรณาย่อมมีอำนาจจิตสูง มีเสน่ห์หานิยมสำหรับดึงดูดใจให้คนอื่นได้เข้ามาใกล้ซัด รัก และนับถือ เนื่องจาก ผู้บำเพ็ญกรณาคือผู้อื่น ย่อมเป็นคนใจดี ใจห้อย ใจไมโกรธ แต่มีความรักต่อคนทั้งหลาย มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ โอบอ้อมอารี จะพูดจะทำจะคิดอะไรก็ประกอบด้วยจิตที่กรุณา เกื้อกูล อนุเคราะห์ ปรารถนา และคิดหาทางช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์อยู่เสมอ หวังประโยชน์สุขแก่ผู้อื่น เช่น เห็นผู้อ่อนแอกว่าอย่างเด็ก และคนชรากำลังจะข้ามถนน ก็จะรีบเข้าไปช่วยพาเด็กและคนชราข้ามถนน ให้ที่นั่งแก่หญิงมีครรภ์ และช่วยเหลือผู้ประสบอุบัติเหตุบนท้องถนน จิตใจที่แผ่ไปด้วยความรักบริสุทธิ์ต่อคนทั้งหลายเช่นนี้ เป็นการหยิบยื่นแต่สิ่งดีที่สุดในแก่ผู้อื่น เขาจึงเป็นบุคคลที่มีคุณประโยชน์ และเป็นที่รักของคนทั้งหลายเปรียบประดุจแก้วมุกดาหรือเพชร ย่อมเป็นที่ขบใจของมนุษย์ทั้งหลาย โดยที่เขาไม่จำเป็นต้องไปทำเสน่ห์เล่ห์กลที่ไหนอีก เพราะเขาข่มได้ชื่อว่า เป็นผู้มีความดีอย่างสูง มนุษย์ทั้งหลายจึงไว้วางใจ และมีความยินดีที่จะเข้ามาคบหาสมาคม รวมทั้งให้ความรักและปรารถนาดีต่อเขาอยู่ตลอดเวลา

5. ย่อมเป็นที่รักแห่งอมมนุษย์ทั้งหลาย คำว่า "อมมนุษย์" หมายถึงสัตว์โลกที่ไม่ใช่มนุษย์ทั้งหลาย เช่น สัตว์เดรัจฉาน เทวดา เปรต อสุรกาย (ผี) เป็นต้น เพราะพลังแห่งกรุณาได้ซึมซาบเข้าไปในจิตใจของอมมนุษย์เหล่านั้น ทำให้อมมนุษย์ทั้งหลายเกิดความรักใคร่ขึ้นมา เช่น การให้อาหารและช่วยรักษาบาดแผลของสุนัขที่ถูกรถชน ทำบุญอุทิศส่วนกุศลไปยังเปรตอสุรกายผู้ยากไร้ต่าง ๆ ด้วยใจกรุณา เขาข่มเป็นที่พึ่งพอใจและเป็นที่รักของอมมนุษย์ทั้งหลายเหล่านั้น เพราะยังมีความกรุณามากขึ้นเพียงใด จิตกรุณา ก็จะดึงดูดให้สรรพสัตว์ รวมทั้งภูติผีปิศาจเข้ามานิยมชมชอบ ห้อมล้อมเขามากขึ้น ด้วยความรักใคร่ ไม่ทำร้าย แม้จะไปที่แห่งใดก็ตาม ตัวอย่าง พระกรรมฐานอยู่ในป่า ไม่ได้รับภัยจากอมมนุษย์ โดยเฉพาะสัตว์ร้าย เช่น งูและเสือด่า เป็นต้น แม้จะมีหูกหมูนในเขตป่าบางแห่ง ซึ่งสัตว์ป่าบางชนิดก็ชอบมาอยู่ใกล้ ๆ ทั้งนี้ก็เพราะการที่ท่านเจริญกรณาภาวนาเป็นประจำ นั่นเอง

6. เทวดาทั้งหลายย่อมรักษา ค้ำครอง หมายความว่า เทวดาหรือเทพซึ่งเป็นผู้ประเสริฐทั้งหลาย เมื่อได้รับกรุณาจิตแล้ว ก็จะรักษาผู้เจริญกรณาเหมือนกับมารดาบิดารักษาบุตร ซึ่งตามหลักพระพุทธศาสนาถือว่าเทวดานั้นมีจริง และมีอยู่หลายประเภท เป็นเทวดาที่อยู่ในโลกนี้ก็มี เช่น ภูมิเทวดา เทวดาที่อยู่ประจำภาคพื้นดิน รุกขเทวดา เทวดาที่อยู่ใต้ดินไม้ เทวดาที่อยู่ในอากาศ เป็นเทวดาบนสวรรค์ชั้นกามาพจร 6 ชั้น เช่น เทวดาชั้นดาวดึงส์ ชั้นดุสิต เป็นต้นก็มี เป็นเทวดาในชั้นพรหมโลกที่เรียกว่าพระพรหมก็มี เทวดาทุกประเภทเป็นพวกอภิสमानกายคือมีกายละเอียดจนมนุษย์ไม่สามารถจะมองเห็น ได้ด้วยมังสจักษุ (ตาเนื้อ) สามารถไปได้รวดเร็วในอากาศ และสามารถให้การคุ้มครอง รักษา

มนุษย์ผู้ประพฤติกดี เช่น ผู้เจริญกุณาจิต เป็นต้น ให้พ้นจากอันตรายประสบความสำเร็จในชีวิตและ
 การงานได้

7. ไฟยาพิษ หรือศาสตรา ย่อมไม่กล้ากราย หมายความว่า บุคคลผู้มากด้วยกุณาแม้ยังไม่ถึงอุچارสมาธิหรืออัปนาสมาธิ ก็อาจทำให้แค้นกลัวคลาดจากภัยอันตรายต่าง ๆ ได้ เพราะขณะนั้น เป็นกุศลจิตที่มั่นคงถึงขั้นอัปนาสมาธิที่ประกอบด้วยกุณา ไฟ ยาพิษ หรือศาสตราที่ย่อมไม่อาจที่จะ
 กล้ากรายผู้นั้นได้ หรือเหตุที่เขาเป็นผู้ที่ทนน้ำไม่ไหลตกไฟไม่ไหม้ ก็เพราะเขาเป็นผู้ตั้งซึ่งโทษล่วงเกิน
 อันเนื่องมาจากความโลภ โกรธ หลง เนื่องจากเขาได้ปิดฉากแห่งอกุศลกรรมแล้ว อันตรายใด ใด
 อันเนื่องมาจากอกุศลกรรมดังกล่าวย่อมไม่เกิดขึ้นกับเขา ด้วยเหตุนี้เขาจึงสามารถรอดพ้นจากอันตราย
 ต่าง ๆ ได้ด้วยอำนาจของกุณา

8. จิตย่อมตั้งมั่นได้เร็ว หมายความว่า ใครก็ตามที่ทำสมาธิ ถ้าจิตกุณาแล้ว จิตที่เป็นกุศลนี้
 สามารถสำรวม ระวังตั้งมั่นเป็นสมาธิได้โดยง่าย รวดเร็ว ไม่ชักช้า เฉื่อยช้า เพราะฉะนั้น ในการเจริญ
 จิตตภาวนาในพระพุทธศาสนา ท่านจึงสอนให้ทำจิตเบื้องต้นของตนเสียก่อนประการหนึ่ง ด้วยการ
 เจริญกุณาเพื่อกำจัดอหิงสาและพยาบาท เป็นต้น ต่างกับผู้ที่ไร้ความกุณา จิตใจของเขาจะไม่สงบ
 กระสับกระส่าย คั่นรน ฟุ้งซ่าน ด้วยอกุศลกรรมย่อมทำจิตให้เป็นสมาธิได้ยาก

จิตที่เป็นสมาธิ มีลักษณะสำคัญ คือ ตั้งมั่น บริสุทธิ์ ผ่องใส ควรแก่การงาน ตั้งมั่น
 ไม่หวั่นไหว ปราศจากอุปกิเลสอ่อน ไม่มีกิเลส⁵⁰ ลักษณะจิตดังกล่าวนี้เหมาะแก่การนำไปใช้งานได้ดี
 ที่สุด โดยเฉพาะงานทางด้านการพิจารณาให้เกิดปัญญา รู้แจ้งสภาวะธรรมที่ถูกต้องตามความเป็นจริง
 รวมทั้งเหมาะกับการใช้งานทางด้านการใช้พลังจิตเพื่อให้เกิดอกุญาสมาบัติต่าง ๆ อีกด้วย⁵¹ การเพ่งกุณาจิต
 ย่อมเกิดคุณ ดังความบางตอนในบทสวดพระคาถามหากรุณาธารณี ซึ่งเป็นคัมภีร์พระพุทธศาสนา
 มหายาน บัญญัติว่า ความหลงผิดคิดผิดเกิดขึ้นก็คือเวลาที่โรคเกิดขึ้น ฉะนั้น หมอที่ดีจึงรักษาโรคทาง

⁵⁰ ที.สี. 9/131-138/72-78.

⁵¹ เรื่องฤทธิ์ แสตนवल, "การศึกษาเชิงวิเคราะห์การปฏิบัติสมาธิของสำนักต่าง ๆ ในประเทศ
 ไทยกับการปฏิบัติสมาธิในพระไตรปิฎก", วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 2533, หน้า 6.

กาย ในขณะที่ ท่านอริยะรักษาโรคทางจิต สอนให้คนเราลดกิเลสโดยการเพ่งจิต จนกระทั่งรู้ว่าจิตเรานี้ เป็นสิ่งที่หาให้พบไม่ได้ โรคทางจิตก็จะหายไป⁵²

9. สีน้าข้อมฟ่องไส หมายความว่า ผู้ภรรยาข้อมมีผิวพรรณฟ่องไส เหมือนดังลูกตาลสุกที่ หล่นจากขั้วใหม่ ๆ แม้ผิวพรรณโดยทั่วไปก็เปล่งปลั่งฟ่องไส มีน้ำมีนวล ทำให้น่ารักน่าเข้าใกล้ เนื่องจากเขามีจิตที่ไม่คิดเบียดเบียน หรือคิดแก้แค้นผู้ใด ดังนั้นเขาจึงมองโลกในแง่ดีอยู่เสมอ ด้วยเหตุนี้ จึงทำให้เขามีสีหน้าอ้อมเอิบ ฟ่องไส สวยงาม แม้ว่าจะเป็นคนมีใบหน้าอัปลักษณ์ปานใด หากเขาเป็นผู้ ภรรยาแล้ว ความอัปลักษณ์ นั้น ข้อมถูกลบเลือนไปด้วยจิตใจที่เต็มเปี่ยมด้วยภรรยา ส่งผลให้ดวงหน้า ของเขาอ้อมเอิบ ยิ้มแย้ม แซ่มชื่น มีสง่าราศรีงดงาม และเป็นผู้มีอารมณ์ดี ต่างจากคนที่ไร้ความภรรยา มักมีความโกรธเป็นประจำ หน้าตาจะหมองคล้ำ ผิวพรรณไม่ฟ่องไส ทำให้เป็นคนแก่เร็ว หรือหม่น หมอง ก็เพราะขาดภรรยาที่คอยชะโลมจิตใจ นั่นเอง

10. เป็นผู้ไม่หลงทำกาละ หมายความว่า ผู้ที่อบรมจิตภรรยาอยู่เสมอจนถึงเมื่อถึงเวลาจะตาย เขา ไม่พินเพื่อน คลั่งเพ้อหรือหลงสติ ก็เพราะเขาระวังแล้วซึ่งความเบียดเบียน ระวังซึ่งความพยายาม เขา ข้อมไม่ตกเป็นทาสของทุกขเวทนาทั้งหลาย เมื่อเขาอบรมจิตให้ตั้งมั่นด้วยภรรยาแล้ว เขาข้อมมีสติ เอาชนะทุกขเวทนาเหล่านั้นได้ ในช่วงเวลาที่เขาจะตาย เขาจึงมองเห็นแต่กรรมดีที่เขาเคยกระทำ บางทีมองเห็นไปว่า มีเทวดานำรถพิภย์มารับ จิตของเขาจึงเอิบอ้อม ในเวลาจวนจะตาย เขาจึงตายด้วยความสงบ ไม่หลงสติตาย

11. เมื่อไม่แทงตลอดคุณอันยิ่ง ข้อมเป็นผู้เข้าถึงพรหมโลก หมายความว่า สำหรับผู้เจริญภรรยา หรือแม่ภรรยา ถ้ายังไม่บรรลุนิพพานเบื้องสูงคือพระอรหันต์ เมื่อตายจากโลกนี้ ก็ไปบังเกิดในพรหมโลก ข้อมนี้หมายถึงท่านผู้ได้ฌานโดยเฉพาะ และเมื่อโลกนี้จะตายนั่น ฌานยังไม่เสื่อม จึงไปเกิดในสวรรค์ชั้น พรหมโลกได้ ถ้าฌานเสื่อมเสียแล้ว หรืออุปถุชนที่ยังไม่ได้ฌานทั่วไป ถ้าตายจากโลกนี้ก็กลับมายังโลก นี้ใหม่ หรือไปเกิดในภพอื่นตามกรรมของตน คือถ้าทำกรรมชั่วก็ไปเกิดที่ชั่ว ถ้าทำดีก็ไปเกิดที่ดี แต่ คนที่เจริญภรรยาจิตเป็นประจำนี้ แม้ไม่ได้ถึงขั้นฌาน เมื่อตายจากโลกนี้ไป ก็ไปบังเกิดในที่ดีมีความสุข อย่างแน่นอน เช่น เกิดในสวรรค์ชั้นกามาพจร 6 ชั้น ชั้นใดชั้นหนึ่ง ถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็เกิดในที่ดีมี ความสุข เพราะมีจิตฟ่องแผ้วหรือเพราะผลแห่งการเจริญภรรยา นั่นเอง

⁵² พระอาจารย์จันทนาคณิศ์จันทนาค (เข็นบุญ), มหาภรรยาธรรม (กรุงเทพมหานคร : พุทธบริษัท สี่, 2527), หน้า 146.