



ศึกษาหลักการสากลกับการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระธรรมทูตไทย
A study of international principles and the propagation of Buddhism by
Thai missionary monks

จันทรธรรม อินทรีเกิด¹, ณัฐปภัสร เทียรทอง²

Jundham Intheekred¹, Nutpaphat Tienthong²

¹บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

²สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนนทบุรี

¹Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

²Nonthaburi Provincial Education Office

Corresponding Author E-mail: Nutpaphat1536@gmail.com

Retrieved: June 15, 2026; Revised: June 30, 2026; Accepted: June 30, 2026;

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาความรักสากลในสังคมยุคใหม่และความรักสากลในพระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาการเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนา โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพด้านเอกสาร นำเสนอแบบพรรณนาโวหาร

ผลการวิจัยพบว่า ความรักสากลในสังคมยุคใหม่ต้องอาศัยเหตุปัจจัยหลายอย่างประกอบเข้าด้วยกันซึ่งจะประสบความสำเร็จเรื่องความรักต้องมีความละเอียดที่ควรทำเพื่อรักษาความสัมพันธ์ และความรักให้ยืนยาวมั่นคงสิ่งสำคัญที่ต้องส่งเสริมความรักในสังคมยุคใหม่ต้องประกอบด้วย 1. เปิดใจคุยกัน 2. โอนอ่อน 3. คิดก่อนพูด 4. เปิดเผยความในใจให้แก่นกันและที่สำคัญต้องมีเมตตาเป็นตัวยึดเหนี่ยวจิตใจที่จะสามารถจะช่วยเหลือเสริมสร้างความรักต่อกันในสังคมยุคใหม่ได้ ส่วนความรักสากลในพระพุทธศาสนามีคำสอนในเรื่องความรักเป็นการพัฒนาในแบบที่มองความรักให้เป็นเพียงปรากฏการณ์เกิดขึ้นมาแล้วเปลี่ยนไปตามสภาพของเหตุปัจจัย โดยใช้



“เมตตา” เป็นเครื่องยืนยันความรักที่จัดเป็นโมติปริประกอบไปด้วย 1. เสน่หา (ลิเนหะ) 2. เปมะ 3. เมตตา และ 4. เมตตาอัปมัญญา ซึ่งเป็นหลักการทางพระพุทธศาสนา

ส่วนการเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนานั้นพบว่า คนในสังคมต้องอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาส่งเสริมความรักให้ปฏิบัติเป็นระบบการควบคุมภายนอกและสามารถนำหลักธรรมมาใช้กับความรักชั้นต่างๆ ได้ เพื่อความรักตนเองความรักผู้อื่นและความรักแบบเมตตาได้ซึ่งเปรียบเสมือนเข็มทิศนำทางไปในทิศทางที่ดีที่ถูกที่ควรทั้งยังเป็นการพัฒนาชีวิตให้มีความเจริญก้าวหน้าทางกายทางวาจาและทางใจ ดังนั้นการเสริมสร้างความรักให้ยั่งยืนจึงเป็นสิ่งสำคัญซึ่งอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาอันเป็นเครื่องขัดเกลาทางสังคมและเพื่อเป็นประโยชน์แก่บุคคลนั้น ๆ พร้อมทั้งยังความเจริญมาให้ด้านความรักอย่างแท้จริงด้วยการใช้หลักอัปมัญญา คือ 1. รักตนเอง ซึ่งจัดเป็นความรักแบบลิเนหะ เป็นความรักที่เจือด้วยตัณหา 2. รักผู้อื่น จัดเป็นความรักแบบเปมะ หรือเคหสิตเปมะคือการได้อยู่ร่วมกันในชาติปางก่อน และด้วยการเกื้อกูลกันในชาติปัจจุบัน และ 3. ความรักแบบเมตตา เป็นความรักที่สม่าเสมอกันแบบไม่มีประมาณ ไม่มีจำกัดขอบเขต ไม่มีการแบ่งแยก เทาเทียมกัน เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “เมตตาอัปมัญญา”

คำสำคัญ : ความรักสากล; พระพุทธศาสนา; สังคมยุคใหม่

Abstract

This research article aims to: 1) to study the universal love in a modern society and Buddhism, and 2) to study the empowerment of universal love based on the Buddhist principles. This is a qualitative research done by studying related documentaries, Tipiṭaka, Commentaries and Sub-commentaries. In this research the descriptive method was used to provide the research findings.

In the research, it was found that the universal love in a modern society is obviously caused by various factors, especially proximity; such a love varies in terms of passionate love, lust, companionship, and friendship. Such love, if it needs to be the forever one, must be promoted through four kinds of conditions: 1) openness, 2) flexibility, 3) thinking before speaking, and 4) no inner secrecy. In strengthening it, both minds need to follow the principle of loving kindness. As regards the universal love in Buddhism, it appears that there

are many types of virtues where love can be cultivated; love is regarded as the impermanent phenomena arising depending upon the cause and effect, here it points to 'Metta' as the proof of love comprising of: 1) passion, 2) love, 3) will, and 4) loving kindness. They become important to love in Buddhism.

As far as an empowerment of universal love based on the Buddhist principles is concerned, it shows that since human beings come to live together as a community, then the universal love plays a crucial role in human society especially general youths and people; it needs certain principles to be used as guidelines where body and speech can be morally controlled so that it can leads to the good value called "love". Here the sublime states of mind are required to be applied into the love: 1) self-love; it embraces the passion, 2) other-love; it refers to love where they used to stay together in the past and thereby supporting one another in the present, and 3) love as the loving kindness; this kind of love is unlimited, unconditioned and undivided or called 'Mettaappamañña'.

Keywords: Universal love; Buddhism; Modern society.



บทนำ

ความรักเป็นคำที่ยากเกินกว่าที่เราจะให้คำนิยามได้ เพราะความรักนั้นทำให้เกิดแรงบันดาลใจและเป็นพลังให้เกิดทั้งแง่ลบและแง่บวก ความรักเป็นพลังที่อยู่ภายในจิตใจของมนุษย์และสัตว์ นอกจากนั้นความรักยังมีบทบาทสำคัญในชีวิตมนุษย์เป็นอย่างมากเพราะความรักเป็นสิ่งที่สวยงามที่ช่วยสร้างสรรค์ จรรโลงโลกให้เป็นไป ความรักถือเป็นนามธรรม ที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน ไม่เลือกชาติชนชั้นวรรณะทุกชาติภาษา ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์ หรือ สัตว์เลี้ยงทุกสิ่งต่างล้วนขับเคลื่อนด้วยความรัก จากคำกล่าวที่ว่า “มนุษย์เป็นสัตว์สังคม¹” มนุษย์ทุกคนจึงควรมีความรักมอบให้กับผู้อื่น หรือ อาจกล่าวได้ว่าทุกคนเกิดมาก็พบกับความรักแล้ว บางคนยังอยู่ในครรภ์ของมารดา มารดาก็พยายามส่งผ่านความรักมาให้กับลูกที่ยังอยู่ในครรภ์นั้นด้วยการคุยกับ

¹ จำนวน์ ทองประเสริฐ (ศ.พิเศษ, ป.๕.9, ราชบัณฑิต), **ปรัชญาตะวันตกสมัยโบราณ**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546), หน้า 231.

ลูก ทานอาหารที่เป็นประโยชน์ ไม่กระทำสิ่งใดที่เป็นโทษต่อร่างกายเพราะอาจกระทบถึงลูกในครรภ์เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นการแสดงความรักของแม่กับลูกทั้งสิ้น และยังมีความรักจาก พ่อ พี่น้อง ป้า น้า อา คนรัก รวมไปถึงบุคคลอื่นๆอีกที่มีความรักให้กับเรา เมื่อเราโตขึ้นไปพบ เพื่อน ครู อาจารย์หรือคนที่เรารู้จัก เราก็ยังต้องการความรักจากพวกเขาเช่นกัน แม้ว่าทุกคนกำลังรอคอยความรัก ซึ่งมีน้อยคนที่จะเข้าใจความรัก และต้องเรียนรู้เรื่องความรักให้แจ่มกระจ่างขึ้นในใจ ทำให้มนุษย์เข้าใจความรักคลาดเคลื่อน เข้าใจว่าความรัก คือ ความสุขกายสบายใจของตน² ที่ก่อเกิดมาแก่มนุษย์ในโลกใบนี้นั่นเอง

เมื่อมนุษย์เกิดขึ้นมาบนโลกใบนี้ มนุษย์ต้องอยู่ร่วมกันเป็นสังคม เพราะมนุษย์โดยเนื้อแท้แล้วเป็นสัตว์สังคมตามธรรมชาติ และมีนักปรัชญาให้เหตุผลสนับสนุน เพราะไม่มีใครสามารถอยู่ได้โดยไม่มีสังคม หรือถ้าทำได้เขาคงเป็นสัตว์หรือไม้ก็พระเจ้า มนุษย์จึงต้องอยู่เป็นสังคมเพื่อให้มีตัวตนและสร้างสุขขึ้นมาได้ และไม่ว่าจะทางชีววิทยาหรือจิตวิทยา มนุษย์ก็ต้องถูกบังคับให้อยู่เป็นสังคมอยู่ดีซึ่งปัญหาที่เกิดในเรื่องของความรัก ความรักจึงเป็นสิ่งที่สำคัญขั้นพื้นฐานที่กักเก็บอยู่ในจิตใจตั้งแต่วัยเด็ก และสามารถพัฒนาขึ้นมาเป็นความรักที่สมบูรณ์แบบได้ เพราะการอยู่ร่วมกันในครอบครัว ในกลุ่มสังคมเล็ก และกลุ่มสังคมใหญ่ย่อมมีการพึ่งพาอาศัยเกื้อกูลกัน การทำสิ่งหนึ่งยอมไปกระทบอีกสิ่งหนึ่งเสมอ ทำให้มนุษย์ควรตระหนักว่า การที่เราจะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะส่งผลกระทบต่อที่เป็นไปในทิศทางที่ทำให้คนอื่นเดือดร้อนหรือไม่ เกิดความทุกข์กับการกระทำของเราหรือไม่ เราควรมีความรักให้กันและกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ดังนั้น ความรักทางโลกก็เป็นเพียงความรักชั่วคราว ชั่วคราว ถ้าคู่รักตามใจ ทำสิ่งต่างๆ ตามที่ตนต้องการ ก็จะมีพอใจ รักใคร่ พร้อมทั้งจะจับจอง ยึดครองไว้เป็นของตนเอง เกิดความเห็นแก่ตัว เพราะต้องการครอบครอง ความเกลียด ความโกรธ ความพยายามจึงถูกแฝงในความรักที่ยึดครองไว้โดยไม่มีการยืดหยุ่นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นที่พึงอย่างสูงสุดของความรักที่เกิดขึ้นตามแนวทางพระพุทธศาสนาเป็นความรักที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข³ และยังเป็นความรักที่สม่ำเสมออีกด้วย ดังพระอานนท์ทูลถามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเรื่องที่พระเทวทัตเคยคิดร้ายกับพระองค์หลายประการ เช่น กลิ้งหินใส่พระองค์จนห้อพระโลหิต จ้างนายฆมังธนูมาปลงพระชนม์ ใส่ช้างธนบาลเพื่อปลงพระชนม์พระองค์ และองคูลีมาลที่เคยคิดจะปลงพระชนม์พระองค์ตอบว่า ทรงมีพระทัยสม่ำเสมอในสัตว์ทั้งปวง คือ ในพระเทวทัต นายฆมังธนู จีรองคูลี

² วติน อินทสระ, **ธรรมและชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: กมลการพิมพ์, 2527), หน้า 44.

³ อภ.วิ (ไทย) 35/643/427.

มาล พระราหุล และช้างธนบาล⁴ เพราะพระองค์ไม่ทรงโกรธในบุคคลที่มุ่งทำร้ายพระองค์ ความรักของพระองค์จึงเป็นความรักที่เปี่ยมไปด้วยพระเมตตา ที่ให้ความรักและอภัยแม้แต่กับผู้ทำร้ายพระองค์ ดังเช่น ความรักที่พระองค์ทรงรักพระราหุลที่เป็นพระราชโอรสนั่นเอง

ความรักคือความรู้สึกสภาพทางอารมณ์และเจตคติต่าง ๆ ของคนที่มีต่อกันซึ่งอาจมีตั้งแต่ความพอใจทั่วไปจนถึงความดึงดูดระหว่างบุคคลอย่างรุนแรงความรักของคนในสังคมเกิดจากการพึงพาอาศัยเกื้อกูลกันทั้งในชาติและในอดีตชาติ ไม่ว่าจะเป็นความรักของหนุ่มสาวหรือคนเฒ่าคนแก่ก็มีความรักที่มีต่อกันและกัน ซึ่งในปัจจุบันนี้คนในสังคมมีความบีบคั้นเรื่องต่างๆ มากมาย ซึ่งทำให้เกิดปัญหาหลายอย่างตามมาไม่ว่าจะเป็นเรื่องความรักที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อความรักของคนในสังคมปัจจุบัน โดยไม่มีความรู้ ไม่มีความเข้าใจที่แท้จริงต่อคนรักของคนในสังคมจึงทำให้คนในสังคมปัจจุบันที่แต่งงานกันไม่มีความรักที่ยืนยาวเนื่องจากคนในสังคมยังไม่มี ความเข้าใจในความรักที่แท้จริง จึงทำให้เกิดปัญหาการครองเรือนไม่สมหวัง สิ่งเหล่านี้ก็จะ ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา ผู้วิจัยมองว่า การเสริมสร้างความรักตามหลักพุทธศาสนาเป็นอีก วิธีการหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะส่งเสริมให้คู่รักใช้ชีวิตคู่ให้มีความรักที่ยืนยาวมีความ ร่มเย็นเป็นสุขเพราะมีการยึดเหนี่ยวหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาซึ่งเป็นสถาบันที่เก่าแก่แห่ง หนึ่งและมีความสำคัญต่อคนในสังคมโดยทำหน้าที่หล่อหลอมจิตใจของคนให้มีความอ่อนโยน เยือกเย็น มีเมตตาต่อกัน เช่น ความรักของวัยรุ่น หนุ่มสาว หรือ คนแก่ ที่จะต้องอยู่ร่วมกันโดย การแต่งงานโดยไม่มีการเลิกลากัน ไม่มีการทะเลาะกัน อยู่ด้วยกันจนแก่จนเฒ่าตรงซึ่งตรงกับคำ สุกาณิตที่ว่า “ไม่ทำยอหดทอง กระบองยอหดเพชร” คำว่า “มีลูกเต็มบ้าน หลานเต็มเมือง” เป็น ต้น ดังนั้นการส่งเสริมความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนาถือว่า เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ สามารถที่จะแก้ปัญหาความรักได้เป็นอย่างดีอีกทางหนึ่ง

จากสภาพปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยเห็นความสำคัญของปัญหานี้ จึงสนใจที่จะศึกษาวิจัย เรื่องนี้เพื่อต้องการหาวิธีการเสริมสร้างความรักตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีความ เหมาะสมสามารถที่จะนำไปประยุกต์ให้เกิดประโยชน์ต่อความรักของคนสมัยใหม่ได้อย่างยั่งยืน ต่อไป

⁴ ข.อ.ป. (ไทย) 32/585/84.

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรักสากลในสังคมยุคใหม่และความรักสากลในพระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษาการเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนา

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และ การวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยมีการรายงานผลการวิจัยใช้วิธีการนำเสนอแบบพรรณนาโวหาร (Descriptive Method) ผู้วิจัยมุ่งศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลความรักสากลในสังคมยุคใหม่ และความรักสากลในพระพุทธศาสนา จากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา วรรณกรรมทางพระพุทธศาสนา ในส่วนแนวคิด ทฤษฎี หลักการที่เกี่ยวข้อง และจาก เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับความรักสากลสมัยใหม่ในพระพุทธศาสนา ความรักสากลที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ความรักสากลของบุคคลในสังคม ที่สืบค้นจากเอกสาร วารสาร บทความ และรายงานการวิจัย ทั้งที่มีการตีพิมพ์ในฐานข้อมูลระดับชาติและระดับนานาชาติ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นสารสนเทศ เพื่อให้มีความชัดเจน และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานต่อไปนี้

ระยะที่ 1 การศึกษาความรักสากลในสังคมยุคใหม่

ผู้วิจัยได้รับการศึกษาเอกสารแล้ววิเคราะห์เป็นกรอบแนวคิด เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลในการเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะที่ 2 มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ดำเนินการศึกษารักในหนังสือ ตำรางานวิจัยรวมถึงเอกสาร วารสาร และข้อมูลชนิดอื่น ๆ ซึ่งเป็นข้อมูลทางศาสตร์สมัยใหม่

ขั้นที่ 2 ดำเนินการสรุปผลการวิเคราะห์และนำข้อมูลเพื่อเป็นพื้นฐานในการวิเคราะห์ร่วมกันกับการศึกษาเอกสารต่อไป

ระยะที่ 2 การศึกษาความรักสากลในพระพุทธศาสนา

ผู้วิจัยได้รับการศึกษาเอกสารแล้ววิเคราะห์เป็นกรอบแนวคิด เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลในการเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะที่ 2 มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 ดำเนินการศึกษารักในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท โดยศึกษาข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) คือ ศึกษาเรื่องความรักจาก พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา เป็นต้น และข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) คือ หนังสือสำคัญทางพระพุทธศาสนา วารสาร เอกสาร สิ่งพิมพ์ วรรณกรรม และข้อมูลชนิดอื่นๆ ซึ่งเป็นข้อมูลปฐมภูมิที่ได้ตีพิมพ์

ขั้นที่ 2 ศึกษาความรักสากลที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา โดยศึกษาข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) คือ ศึกษาเรื่องความรักจาก พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา เป็นต้น และข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) คือหนังสือสำคัญทางพระพุทธศาสนา วารสาร เอกสาร สิ่งพิมพ์ วรรณกรรม และข้อมูลชนิดอื่นๆ ซึ่งเป็นข้อมูลปฐมภูมิที่ได้ตีพิมพ์

ขั้นที่ 3 ศึกษาหลักธรรมได้แก่ เมตตาธรรม โดยศึกษาข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา

ขั้นที่ 4 ดำเนินการสรุปผลการวิเคราะห์และนำข้อมูลเพื่อเป็นพื้นฐานในการวิเคราะห์ ร่วมกันกับการศึกษาเอกสารต่อไป

ระยะที่ 3 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องด้วยวิธีการวิจัยเชิงเอกสาร

ได้กำหนดเนื้อหาในการวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนที่เป็นแนวคิดเกี่ยวกับความรักสากลในพระพุทธศาสนา ที่ปรากฏในข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) และข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) โดยมีขั้นตอนในการวิจัยดังนี้

ขั้นที่ 1 กำหนดประเด็นในการศึกษาโดยให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย และปัญหาที่ต้องการทราบ

ขั้นที่ 2 การกำหนดฐานข้อมูลที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย ฐานข้อมูลที่ได้จากแหล่งปฐมภูมิ (Primary Source) คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา และฐานข้อมูลที่ได้จากแหล่งทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ เอกสาร หนังสือ บทความ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

ขั้นที่ 3 กำหนดกระบวนการในการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้วิธีการหลักในการทำให้ได้มาซึ่งข้อมูล ประกอบด้วย การลตทอนข้อมูล ตรวจสอบข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งกระบวนการทั้ง 3 กระบวนการนี้ได้ทำควบคู่ไปในกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

3.1 การลตทอนข้อมูล เป็นการนำข้อมูลจากการศึกษาเอกสารมาวิเคราะห์แล้ว จัดลงในหัวข้อที่เกี่ยวกับประเด็นที่ศึกษา ทั้งนี้เพื่อเป็นการเลือกหาจุดที่น่าสนใจของแต่ละตัวแปร ที่ศึกษาเพื่อให้เข้าใจง่าย

3.2 การตรวจสอบข้อมูล เป็นกระบวนการที่ใช้ในการตรวจสอบข้อมูลโดยพิจารณาถึงความถูกต้อง เพื่อเป็นการยืนยันข้อมูลที่ได้มาจากหลายๆ แหล่งในการเก็บรวบรวมข้อมูลในเรื่องเดียวกัน

3.3 การวิเคราะห์ข้อมูลเป็นการเก็บรวบรวมข้อมูล กรแยกแยะ การสังเขป หาข้อสรุป พิจารณาข้อมูลแล้วนำมาตีความ

ขั้นที่ 4 ดำเนินการสรุปผลการวิเคราะห์และนำเสนอเป็นแผนภาพประกอบความเรียงเกี่ยวกับความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนา

ระยะที่ 4 การเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนา

ขั้นที่ 1 สรุปประเด็นความรักสากลในสมัยใหม่ และ ความรักสากลในพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา รูปแบบความรักสากลของบุคคลและสังคม ความรักของบุคคลในสังคมถึงข้อมูลที่มีประโยชน์ต่อสังคม

ขั้นที่ 2 นำข้อมูลที่ได้จากการสรุปประเด็นทั้งหมดมาวิเคราะห์เพื่อหาวิธีการเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง

ขั้นที่ 3 สรุป วิเคราะห์ และ นำเสนอเพื่อเป็นประโยชน์ต่อวงวิชาการต่อไป

ผลการวิจัย

1. **ความรักสากลในสังคมยุคใหม่ พบว่า** การเกิดความรักมีปัจจัยหลายอย่างเกี่ยวข้องกับปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งคือความใกล้ชิด (proximity) คนเราโดยทั่วไปมักมีโอกาสรักคนใกล้ชิดมากกว่าบุคคลที่อยู่ห่างไกลซึ่งตรงกับคำกล่าวที่ว่า “ไกลตัวก็ไกลใจ” (out of sight, out of mind) เด็กเล็กยังไม่รู้เดียงสาไม่สามารถแยกแยะความรู้สึกที่เป็นนามธรรมได้แต่ก็ยังสามารถบอกได้ว่ามีความรักต่อแม่และบุคคลใกล้ชิดซึ่งให้การดูแลอุ้มชูความรักของเด็กเป็นแบบง่าย ๆ เป็นความรู้สึกต้องการพึ่งพิง (dependency) ต่อบุคคลที่รักนั้นเมื่อเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นความรักเริ่มมีความสัมพันธ์กับเรื่องเพศซึ่งโดยทั่วไปจะมีความสนใจรักใคร่เพศตรงข้ามดังนั้นความรักมีทั้งความรักแบบเสน่หา (passionate love) หรือความรักอ้างอิงความใคร่และความรักแบบไม่ต้องการความใคร่ (companionate love) หรือความรักอันมีมิตรภาพโดยมีความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องความรักความรู้สึกที่มีต่อความรักและพฤติกรรมด้านการแสดงออกของความรักซึ่งความรักอาจเริ่มต้นมาจากการเป็นเพื่อนที่ดีต่อกันโดยมีตัวแปรในด้านการมีเพศสัมพันธ์เข้ามาเกี่ยวข้องกับความรักการมีเพศสัมพันธ์กับคนรักเป็นการแสดงออกถึงรักแท้การเลือกคู่ครองควรมาจากความรักความเข้าใจเป็นอันดับแรกส่วนปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมให้คนเกิดความรักได้มากขึ้นคือภาวะตื่นเต้นเช่นความวิตกกังวลความกลัวความหึงหวงความเหงาความโกรธหรือแม้แต่ความโศกเศร้า ความรักของวัยรุ่นหรือของหนุ่มสาวที่จะส่งผลทำให้เกิดครอบครัวและครอบครัวนี้แหละเป็นสังคมพื้นฐานที่เล็กที่สุดแต่มีอิทธิพลมากที่สุด

ดังนั้นความรักสากลในยุคปัจจุบันต้องอาศัยเหตุปัจจัยหลายอย่างประกอบเข้าด้วยกัน ซึ่งจะประสบความสำเร็จเรื่องความรักต้องมีความละเอียดที่ควรทำเพื่อรักษาความสัมพันธ์ และ

ความรักให้ยืนยาวมั่นคง บางครั้งก็อาจมีเรื่องกระทบกระทั่ง ผิดใจกันเกิดขึ้นบ้าง ทั้งโดยที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจ จึงมีคำแนะนำดีๆ ในการรักษาความสัมพันธ์ และ รักษาความรักของเราให้ยืนยาว ปรับความเข้าใจระหว่างกัน เพื่อให้ความรักของเราตั้งอยู่บนพื้นฐานของความเข้าใจ สิ่งสำคัญที่ต้องส่งเสริมความรักในสังคมยุคใหม่ต้องมีสิ่งเหล่านี้ประกอบ ดังนี้

1. เปิดใจคุยกัน ด้วยความเข้าใจในชีวิตคู่ อาจเคยคิดไปเอง ว่ารู้จักคนๆ นี้ดีที่สุดควรเปิดใจพูดคุยกับคนรักอย่างตรงไปตรงมาสื่อสารกันตรงๆ ด้วยความเข้าใจ เพื่อที่ทั้งคู่จะได้เข้าใจซึ่งกันและกัน

2. โอนอ่อนผ่อนตามการบังคับให้อีกฝ่าย ยอมทำตามที่ตัวเองต้องการฝ่ายเดียว ขัดแย้งกับกฎแห่งความสัมพันธ์ระยะยาวอย่างไม่ต้องสงสัยและความรู้สึกและเคารพความต้องการของกันและกัน

3. คิดก่อนพูดคนเราเมื่ออยู่ด้วยกัน ย่อมมีบ้างที่เราจะคิดเห็นต่างกัน บางคนอาจพลั้งเผลอ พูดจาร้ายๆ หรือพูดอะไรที่ทำร้ายความรู้สึกกัน คำพูดแบบนี้ มักถูกกล่าวออกมาในเวลาที่เรากำลังอารมณ์ ความจริงแล้ว หากหยุดคิดสักนิด เราย่อมรู้ว่าไม่มีประโยชน์เลย ที่จะทำร้ายกันเองด้วยคำพูด ลองปลีกตัวไปเพื่อสงบสติอารมณ์ และกลับมาพูดคุยกันใหม่ด้วยเหตุผลจะดีกว่า

4. เปิดเผยความในใจให้แก่กันการเก็บความรู้สึกแย่ๆ ไว้ในใจเพียงลำพัง เป็นบ่อเกิดของความสัมพันธ์ที่ร้าวฉาน จนอาจเผลอระเบิดความรู้สึกออกมาในภายหลังได้ การมีคนรักอยู่เคียงข้าง นอกจากจะมีความสุขร่วมกันแล้ว คนรักของยังสามารเป็นที่พักพิง และเป็นกำลังใจ ในยามพบเจอกับปัญหาในชีวิตได้เรียนรู้ที่จะแบ่งรับแบ่งสู้ และก้าวข้ามผ่านอุปสรรคต่าง ๆ ไปด้วยกัน

สำหรับวิธีการเสริมสร้างความรักในสังคมยุคใหม่นั้นต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่าง ประกอบกันเพื่อสร้างความรักให้ยาวนานมั่นคงต่อกันซึ่งปัจจัยที่ว่านี้คือความเข้าใจต่อกันละกันระหว่างคู่รักกันมีความซื่อสัตย์ต่อกันรู้ให้อภัยและพร้อมปรับตัวเข้าหากันเอาใจเขามาใส่ใจเรา สำหรับความสัมพันธ์ของคนทั้งคู่ที่ต้องใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันและที่สำคัญต้องเมตตาเป็นตัวยึดเหนี่ยวจิตใจ ที่จะสามารถจะช่วยเหลือเสริมสร้างความรักต่อกันในสังคมยุคใหม่

2. **ความรักสากลในพระพุทธศาสนา พบว่า** แนวคิดพื้นฐานของความรักจัดว่าเป็นนามธรรมจับต้องไม่ได้แต่มนุษย์สามารถรับรู้ถึงความรักได้ด้วยโดยออกมาในรูปของความคิด ความพอใจความซาบซึ้งใจละความหมายของความรักได้จากคำเหล่านี้คือความรักที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาปรากฏเรื่องราวของความเสนาหา (ตัณหา) ดังนี้

1. ความสำคัญของเสน่ห์ ความรักแบบเสน่ห์เป็นความรักที่เจือด้วยตัณหา ความรักด้วยอำนาจของตัณหา มีลักษณะอาการยึดมั่น ยึดถือด้วยความปรารถนาที่แรงกล้าต่อสิ่งอันเป็นที่รัก สิ่งที่ปรารถนาทำให้บุคคลมีความสุข เพราะการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การได้สัมผัสและการนึกคิดเรื่องราวต่างๆ หรือการยึดถือว่าเป็นของเรา เช่น บุตรของเรา เงินของเรา บ้านของเรา เป็นต้น การที่บุคคลให้ความสำคัญต่อการยึดมั่นในสิ่งดังกล่าวเหล่านั้นนั้น เรียกว่า เป็นไปด้วยอำนาจแห่งตัณหา

2. ความสำคัญของเปมะ จากความหมายของคำที่กล่าวแล้วว่า เปมะเป็นความรักที่อาศัยเรือน เป็นความรักที่สืบเนื่องกัน เป็นญาติกัน เป็นคนร่วมเรือน

3. ความสำคัญของฉันทะ จากความหมายของฉันทะ ความรักที่ปรากฏเริ่มต้นมาจากความพอใจ (ฉันทะ) เป็นฐาน ดังปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาว่าความพอใจ (ฉันทะ) การทำความพอใจ (ฉันทิกตา) ความเป็นผู้ประสงค์ทำ (กัตตุกัมมตา) ความฉลาด (กุสโล) ความพอใจในธรรม (ธัมมัจฉันทะ) นี้เรียกว่าฉันทะดังนั้น “ฉันทะ” จึงมีความสำคัญจากความรักที่ปรากฏในเรื่องนางสิริมาความรักจึงเริ่มต้นจาก “ฉันทะ”

4. ความสำคัญของเมตตา เมตตามีความสำคัญดังปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาว่า “เมตตา” มีลักษณะอันเป็นไปในทางแห่งความประพฤติที่เป็นประโยชน์ แก่กุลน้อมนำเอาซึ่งสิ่งเป็นประโยชน์แก่กุลแก่สัตว์ทั้งหลายเป็นกิจ ปลดปล่อยความอาฆาต เป็นผลปรากฏ และมีความสงบแห่งความพยายามเป็นสมบัติ มีอันได้เห็นภาวะที่น่าเจริญใจของสัตว์ทั้งหลายเป็นบรรทัดฐาน

ทั้งนี้เพราะตนเป็นที่รักของตนมากกว่าสิ่งอื่นเสมอ ความปรารถนาสุข ก้าวทุกข์ที่มีประจำใจอยู่นั้นจะทำให้การนึกเปรียบเทียบระหว่างตนเองกับผู้อื่นเกิดขึ้นว่าสัตว์ทั้งหลายล้วนมีความปรารถนาเช่นเดียวกับตน ซึ่งเป็นเหตุสำคัญที่จะทำให้เมตตาจิตเกิดขึ้นได้ง่ายและตั้งอยู่มั่นคงถาวรจากนั้นจึงแผ่ไปยังคนที่รักที่เคารพ แผ่ไปยังเพื่อนที่รักกันมากเป็นลำดับที่สาม และคนทั่วไป (มัชฌันตบุคคล) เป็นลำดับที่สี่ สุดท้ายแผ่ไปยังคนที่ไม่รักกัน คนที่เกลียดชังกัน (เวริบุคคล) เป็นลำดับที่ห้า “เมตตา” จึงมีความสำคัญต่อความรักตนเอง ผู้ใกล้ชิด รวมไปถึงคนที่เกลียดชังกัน และสรรพสัตว์

3. การเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนา พบว่า การบูรณาการหลักธรรมเพื่อเสริมสร้างความรักเชิงพุทธบูรณาการนั้นถือว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างประการหนึ่งที่คนในสังคมต้องอาศัยพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาส่งเสริมความรักให้ประชาชนใน

สังคมทั้งวัยรุ่นและประชาชนทั่วไปเพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องมีการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกัน เป็นสังคมการที่จะเป็นคนที่ได้นั้นต้องมีหลักธรรมประจำใจเป็นคำสอนและหลักปฏิบัติเป็นระบบ การควบคุมภายนอกเกี่ยวกับกายวาจาว่าด้วยความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกันเมื่อเกิดปัญญาย่อมรู้เข้าใจมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงเกิดความซาบซึ้งมีใจโน้มไปหาคุณค่าอันดีงามที่เรียกว่าคุณค่าอันอุดมสมบูรณ์และคุณค่าอันสมบูรณ์ที่เราเรียกว่า “ความรัก” เพราะเป็นความปรารถนาที่อยากให้ผู้อื่นมีความสุขทั้งมนุษย์ และสัตว์และเป็นสิ่งที่มนุษย์ไขว่คว้าความรักมิได้มีให้กับเฉพาะบุคคลใดบุคคลหนึ่งเท่านั้นแต่รวม หมายถึงส่งความรักต่อไปยังบุคคลอื่นๆด้วยที่อยู่ร่วมกันเป็นสังคมดังนั้นมีมนุษย์ที่มีองค์ประกอบ ของการอยู่ร่วมกันเป็นสังคมและการอยู่กันเป็นสังคมเป็นการอยู่ร่วมกันเป็นจำนวนมากควรมีสิ่ง ที่จะมากากับสังคมให้เป็นระเบียบที่เราเรียกว่า “อัปมัญญา” ซึ่งเป็นหลักธรรมคำสอนใน พระพุทธศาสนาและสามารถนำหลักธรรมมาใช้กับความรักขั้นต่างๆได้คือการนำหลักธรรมมาใช้ กับความรักตนเองความรักผู้อื่นและความรักแบบเมตตาได้ซึ่งเปรียบเสมือนเข็มทิศนำทางไปใน ทิศทางที่ดีที่ถูกที่ควรทั้งยังเป็นการพัฒนาชีวิตให้มีความเจริญก้าวหน้าทางกายทางวาจาและทาง ใจอีกด้วยสำหรับหลักธรรมที่เกี่ยวกับความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาทที่จะช่วยในการส่งเสริม ความรักให้กับคนในสังคมไทย มีอยู่ 3 ระดับคือ

1. หลักธรรมที่ใช้กับความรักตนเองเป็นหลักธรรมที่ใช้กับบุคคลและเหมาะกับการ งานต่างๆไปเพื่อเป็นประโยชน์แก่บุคคลนั้นๆพร้อมทั้งยังความเจริญมาให้ในปัจจุบันเป็นความรักที่ เป็นพื้นฐานของชีวิตมนุษย์ เป็นความรักใคร่เพื่อความพอใจส่วนตัว จัดเป็นความรักที่อยู่บน พื้นฐานของเสน่ห์ ดังที่ได้กล่าวไว้ในความหมายของคำว่าเสน่ห์เป็นไวพจน์หนึ่งของตัณหา

2. หลักธรรมที่ใช้กับความรักผู้อื่นเป็นหลักธรรมที่เหมาะสมกับความสัมพันธระหว่าง บุคคลต่างๆ เช่น มารดาบิดากับบุตรธิดาสามีกับภรรยาหรือคู่รักเพื่อนกับเพื่อนครูอาจารย์กับ ศิษย์ เป็นความรักที่เป็นความปรารถนาดี ที่ให้บุคคล สรรพสัตว์เป็นสุข มีลักษณะที่ประพฤติแต่ สิ่งที่เป็นประโยชน์เกื้อกูล น้อมนำเอาแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่สัตว์ทั้งหลายเป็นกิจ สามารถปลด เปลื้องความอาฆาตและระงับความพยาบาทได้ความรักผู้อื่นจัดอยู่ในความรักแบบเปมะ หมายถึง ความรักที่เป็นความรู้สึก หรืออารมณ์รักที่เกิดขึ้นภายในใจ มีลักษณะที่ประกอบด้วยตัณหา แต่ สูงส่งกว่าความรักตนเองเพราะมีคุณธรรมหรือความรับผิดชอบต่างๆ เข้ามาควบคุมจึงมีอิทธิพล อยู่เหนือความใคร่ เรียกว่า “ความรักแท้” เป็นความรักความผูกพันของบุคคลที่อยู่ครองเรือน หรือเกี่ยวเนื่องกับบุคคลในครอบครัว เช่น มารดาบิดา สามี ภรรยา บุตร ธิดา และญาติ พี่น้อง

และบุคคลที่เราปฏิสัมพันธ์ด้วย เช่นเพื่อน จึงเป็นความรักที่เกิดจากความพอใจ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “เคหสิตเปมะ”

จากที่กล่าวมาแล้วความรักผู้อื่น (เปมะ) เป็นความรักที่ประกอบด้วยตัณหา แต่สูงส่งกว่าความรักตนเอง (เสนหะ) เพราะมีคุณธรรมกำกับซึ่งมีอิทธิพลอยู่เหนือตัณหา เป็นความรักของบุคคลผู้ครองเรือน เช่นมารดาบิดา และบุตร สามีภรรยา และบุตร หรือบุคคลใกล้ชิด เช่นเพื่อนเป็นต้น

3. หลักธรรมที่ใช้กับความรักแบบเมตตาอัปปมัญญา ความรักแบบเมตตา อัปปมัญญา คือความรักที่แผ่ไปสู่มนุษย์และสัตว์ทั้งหมายด้วยความสม่ำเสมอโดยไม่มี ประมาณ ไม่จำกัดขอบเขต นอกจากนี้ยังไม่แบ่งแยกเชื้อชาติและชนชั้น ไม่จำกัดสีผิว ผู้หญิง ผู้ชายอีกด้วย ในพระอภิธรรมได้อธิบายคำว่าเมตตาอัปปมัญญาไว้ ดังนี้ “เมตตาอัปปมัญยานิเทศ” หมายถึง มีจิตสทรรคด้วยเมตตาแผ่ไปตลอดทิศหนึ่งอยู่ภิกขุมีจิตสทรรคด้วยเมตตาแผ่ไปยังสัตว์โลกทั้งปวง เหมือนคนเห็นคนผู้หนึ่งผู้เป็นที่รักเป็นที่ชอบใจแล้วพึงรักใคร่นั้น เมตตา หมายถึง ความรักใคร่ กิริยาที่รักใคร่ ภาวะที่รักใคร่ในสัตว์ทั้งหลาย เมตตาเจโตวิมุตติ และยังเชื่อมโยงมาถึงคำว่า “ จิต ” ซึ่งหมายถึงมโน มานัสหทัย ปันธุระ มโน มนายตนะ มนินทรีย์ วิญญาณ วิญญาณขันธ์ และมโนวิญญาณธาตุที่เหมาะสมกัน จิตนี้เป็นธรรมชาติสทรรค เกิดพร้อม ระคน สัมปยุตด้วยเมตตานี้เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่า มีจิตสทรรคด้วยเมตตา ให้น้อมจิตแผ่เมตตาไปทั่วทุกสารทิศในสัตว์โลกทั้งปวง เพราะเป็นผู้มีจิตเสมอในสัตว์ทุกหมู่เหล่าในที่ทั้งปวง อธิบายว่า คำว่า สัตว์โลกทั้งปวง เพราะเป็นผู้มีจิตเสมอในสัตว์ทุกหมู่เหล่าในที่ทั้งปวง นี่เป็นคำกล่าวกำหนดเอา สัตว์ทั้งหมด โดยประการทั้งปวงไม่มีส่วนเหลือ หาส่วนเหลือมิได้

ดังนั้นกระบวนการเสริมสร้างความรักให้ยั่งยืนจึงเป็นสิ่งสำคัญเพราะขั้นพื้นฐานที่กักเก็บอยู่ในจิตใจตั้งแต่วัยเด็กและสามารถพัฒนาขึ้นมาเป็นความรักที่สมบูรณ์แบบได้โดยอาศัยหลักการทางจิตวิทยาและหลักพุทธธรรมอันเป็นข้อขัดเกลาทางสังคมและการอยู่ร่วมกันในสังคม ต้องอาศัยหลักธรรมที่ใช้กับรักตนเองนั้นเป็นหลักธรรมที่ใช้กับบุคคลและเหมาะกับการงาน ทั่วไปเพื่อเป็นประโยชน์แก่บุคคลนั้นๆ พร้อมทั้งยังความเจริญมาให้ในปัจจุบันเมื่อปัจจุบันเจริญขึ้นย่อมส่งผลไปยังอนาคตด้วยบุคคลควรมีศีลธรรมอารยธรรมที่เรียกได้ว่าเป็นอารยชนซึ่งเป็นคุณสมบัติที่น่าพาตนเองสู่ความเจริญด้านความรักอย่างแท้จริงด้วยหลักอัปปมัญญา คือ

1. รักตนเอง ซึ่งจัดเป็นความรักแบบเสนหะ เป็นความรักที่เจือด้วยตัณหา ประกอบไปด้วยคุณคือ ก่อให้เกิดความสุขแบบหยาบๆ เป็นความสุขขั้นต่ำของมนุษย์ที่เรียกว่าอัสสาทะ และโทษคือ เป็นความรักที่มีความทุกข์เจืออยู่ และก่อให้เกิดอคติ คือลำเอียงเพราะรักได้

2. รักผู้อื่น จัดเป็นความรักแบบเปเมะ หรือเคหสิตเปเมะ เกิดจากเหตุปัจจัย 2 ประการคือ (1) การได้อยู่ร่วมกันในชาติปางก่อน (2) ด้วยการเกื้อกูลกันโยชาติปัจจุบัน ประกอบไปด้วยคุณคือ เป็นความรักที่ตั้งอยู่บนรากฐานของคุณธรรม ย่อมก่อให้เกิดความโล่งโปร่งสบายภายในจิตใจ โทษก็คือเป็นความรักที่ยังตกอยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ ดังนั้นความไม่คงที่ ความเปลี่ยนแปลงย่อมก่อให้เกิดความทุกข์ ความรักชั้นกลางสามารถแบ่งได้เป็น 3 ระดับคือ (1) ความรักระหว่างพ่อ แม่และลูก (2) ความรักระหว่างสามีภรรยา (3) ความรักระหว่างเพื่อน

3. ความรักแบบเมตตา เป็นความรักที่สม่ำเสมอแบบไม่มีประมาณ ไม่มีจำกัดขอบเขต ไม่มีการแบ่งแยก เท้าเทียมกัน เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “เมตตาอัปมัญญา”

จากที่กล่าวมาพระพุทธศาสนามีคำสอนในเรื่องความรักเป็นการพัฒนาในแบบที่มองความรักให้เป็นเพียงปรากฏการณ์เกิดขึ้นมาแล้วเปลี่ยนไปตามสภาพของเหตุปัจจัย ให้ใช้“เมตตา” เป็นเครื่องยืนยันความรัก ที่จัดเป็นไมตรี และก่อกำเนิดเป็นมิตรภาพ จนกลายเป็นความรักระหว่างกันและกันในฐานะเป็นสมาชิกใกล้ตัว ครอบครัว ชุมชน และสังคมองค์กรวม และต้องเป็นความรักที่เมตตา ไม่หวังได้ ไม่คิดเอา นอกจากนี้พระพุทธศาสนายังสอนให้มองความรักผ่านประโยชน์อันพึงได้ในฐานะมนุษย์ว่า เป็นสิ่งที่กระทำได้ไม่ว่าจะเป็นอย่างไร ที่ไหน เมื่อไร แต่ในความเป็นจริงสิ่งที่เกิดขึ้นมีพัฒนาการและเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ความรักของชาวพุทธจึงต้องนึกถึงคนอื่น ถ้าเมื่อไหร่ก็ตามที่มนุษย์นึกถึงคนอื่นและปฏิบัติต่อคนอื่นด้วยความรักใส่ใจ มีเมตตา อดทนต่อสิ่งที่ปรากฏการณ์รอบข้างสังคมก็จะสงบสุข มนุษย์ในสังคมก็จะสงบสุขอยู่กันด้วยสันติภาพและความใส่ใจ

อภิปรายผลการวิจัย

1. **ความรักสากลในสังคมยุคใหม่ พบว่า** จากผลการศึกษาดังกล่าว สามารถอภิปรายผลโดยเชื่อมโยงกับแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้ว่า ความรักในสังคมยุคใหม่เป็นผลจากการผสมผสานของปัจจัยทางจิตวิทยา สังคม และคุณธรรมในการดำเนินชีวิตร่วมกัน โดยเฉพาะความใกล้ชิด การสื่อสาร ความเข้าใจซึ่งกันและกัน การให้อภัย และการมีเมตตาต่อกัน ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้ความสัมพันธ์ดำรงอยู่อย่างมั่นคงและยั่งยืน ทั้งนี้ผลการศึกษาสอดคล้องกับงานวิจัยของ สเติร์นเบิร์ก (Sternberg, 1986) ผู้เสนอทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งความรัก (Triangular Theory of Love) ซึ่งอธิบายว่า ความรักที่สมบูรณ์ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ประการ ได้แก่ ความใกล้ชิด (Intimacy) ความหลงใหล (Passion) และการตัดสินใจผูกพัน (Commitment) ผลการศึกษาที่พบว่าคู่รักควรเปิดใจพูดคุยกัน มีความเข้าใจ ให้อภัย และพร้อม

ปรับตัวเข้าหากัน สะท้อนถึงองค์ประกอบด้านความใกล้ชิดและความผูกพัน ขณะที่ความรักเชิงเล่นหาหรือความรักที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศก็สอดคล้องกับองค์ประกอบด้านความหลงใหลของทฤษฎีดังกล่าว สอดคล้องกับงานวิจัยของ แฮตฟิลด์ และแรปสัน (Hatfield & Rapson, 1993) ซึ่งศึกษาความรักในบริบททางสังคมและวัฒนธรรม พบว่า ความรักแบบเล่นหา (Passionate Love) มักเกิดร่วมกับภาวะตื่นตัวทางอารมณ์ เช่น ความวิตกกังวล ความหึงหวง ความเหงา หรือความตื่นเต้นต่าง ๆ ซึ่งผลการศึกษานี้ก็พบว่า ภาวะทางอารมณ์ดังกล่าวสามารถส่งเสริมให้บุคคลเกิดความรักหรือเพิ่มความผูกพันระหว่างกันได้มากขึ้น แสดงให้เห็นว่าความรักไม่ได้เกิดจากเหตุผลเพียงอย่างเดียว แต่ยังเกี่ยวข้องกับอารมณ์และประสบการณ์ร่วมของบุคคลด้วย และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ กอตต์แมน และซิลเวอร์ (Gottman & Silver, 1999) ซึ่งพบว่า ปัจจัยสำคัญที่ช่วยรักษาความสัมพันธ์ของคู่รักให้ยืนยาว ได้แก่ การสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ การรับฟังด้วยความเข้าใจ การควบคุมอารมณ์ การคิดก่อนพูด และการแสดงความเคารพต่อความรู้สึกของอีกฝ่าย ผลการศึกษาที่เสนอให้เปิดใจคุยกัน โอนอ่อนผ่อนตาม คิดก่อนพูด และเปิดเผยความในใจแก่กัน จึงมีความสอดคล้องกับข้อค้นพบดังกล่าว โดยชี้ให้เห็นว่าทักษะการสื่อสารและการจัดการอารมณ์เป็นหัวใจสำคัญของความมั่นคงในชีวิตคู่

โดยสรุป ผลการศึกษานี้สะท้อนให้เห็นว่า ความรักในสังคมยุคใหม่ไม่ได้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความรู้สึกเพียงอย่างเดียว แต่ต้องอาศัยองค์ประกอบด้านความใกล้ชิด ความผูกพัน การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ การให้อภัย การปรับตัว และการมีเมตตาต่อกัน ซึ่งสอดคล้องทั้งกับแนวคิดทางจิตวิทยาตะวันตกและหลักการดำเนินชีวิตร่วมกันในสังคมปัจจุบัน อันจะนำไปสู่การสร้างครอบครัวที่มั่นคงและเป็นรากฐานสำคัญของสังคมโดยรวม

2. ความรักสากลในพระพุทธศาสนา พบว่า ความรักสากลในพระพุทธศาสนาเป็นแนวคิดเชิงนามธรรมที่มนุษย์สามารถรับรู้ได้ผ่านความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมที่แสดงออกต่อกัน โดยพระพุทธศาสนาได้อธิบายระดับและลักษณะของความรักไว้อย่างหลากหลาย ตั้งแต่ความรักที่ประกอบด้วยตัณหา อันเป็นความยึดมั่นถือมั่นในบุคคลหรือวัตถุ ความรักในฐานะความผูกพันระหว่างเครือญาติและบุคคลในครอบครัว ความรักที่เกิดจากความพอใจอันเป็นแรงจูงใจในการกระทำความดี ตลอดจนความรักในระดับสูงสุดคือเมตตา อันเป็นความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุขโดยปราศจากเงื่อนไข ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับแนวคิดของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ที่อธิบายว่า ความรักในพระพุทธศาสนาสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ ความรักที่ประกอบด้วยตัณหา ซึ่งมีลักษณะยึดติดและมุ่งสนองความต้องการของตนเอง และ

ความรักที่ประกอบด้วยเมตตา ซึ่งเป็นความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับประโยชน์และความสุขอย่างแท้จริง ความรักที่เกิดจากตัณหาหยาบนำมาซึ่งความทุกข์เมื่อมีการพลัดพรากหรือไม่ได้สิ่งที่ปรารถนา ส่วนความรักที่เกิดจากเมตตาจะช่วยพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้นและนำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานศึกษาของ พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) ที่กล่าวว่า “ฉันทะ” เป็นความพอใจที่ถูกต้องและเป็นแรงผลักดันในการทำความดี แตกต่างจาก “ตัณหา” ซึ่งเป็นความอยากที่มุ่งตอบสนองความต้องการส่วนตน ผลการศึกษาที่พบว่า ความรักอาจเริ่มต้นจากความพอใจหรือฉันทะ จึงสะท้อนให้เห็นว่าความรักตามแนวพระพุทธศาสนาไม่ใช่สิ่งที่ควรถูกปฏิเสธทั้งหมด หากแต่ต้องได้รับการพัฒนาและยกระดับจากความรักที่มีอัตตาเป็นศูนย์กลาง ไปสู่ความรักที่ประกอบด้วยปัญญาและคุณธรรม อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาสมบุน္ฑโร วุฑฺฒิกโร ที่ศึกษาหลักพรหมวิหาร 4 ในการอยู่ร่วมกันของสังคม พบว่า เมตตาเป็นหลักธรรมสำคัญที่ช่วยสร้างความปรองดอง ลดความขัดแย้ง และส่งเสริมสัมพันธภาพอันดีระหว่างบุคคล โดยการเจริญเมตตาจะเริ่มจากการเห็นคุณค่าของตนเอง ขยายไปสู่บุคคลใกล้ชิด บุคคลทั่วไป และบุคคลที่เป็นศัตรู ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาที่พบว่า การแผ่เมตตาต้องเริ่มจากการตระหนักว่า “ตนเป็นที่รักของตน” ก่อนขยายความปรารถนาดีนั้นไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายโดยไม่เลือกที่รักมักที่ชัง

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า ความรักสากลในพระพุทธศาสนาเป็นกระบวนการพัฒนาทางจิตใจจากความรักที่มีพื้นฐานจากตัณหาและความยึดมั่น ไปสู่ความรักที่ตั้งอยู่บนฉันทะและเมตตา ซึ่งเป็นความรักที่มีปัญญากำกับ มุ่งประโยชน์และความสุขแก่ผู้อื่นอย่างแท้จริง อันจะนำไปสู่การสร้างสันติสุขทั้งในระดับครอบครัว สังคม และการอยู่ร่วมกันของมนุษยชาติ

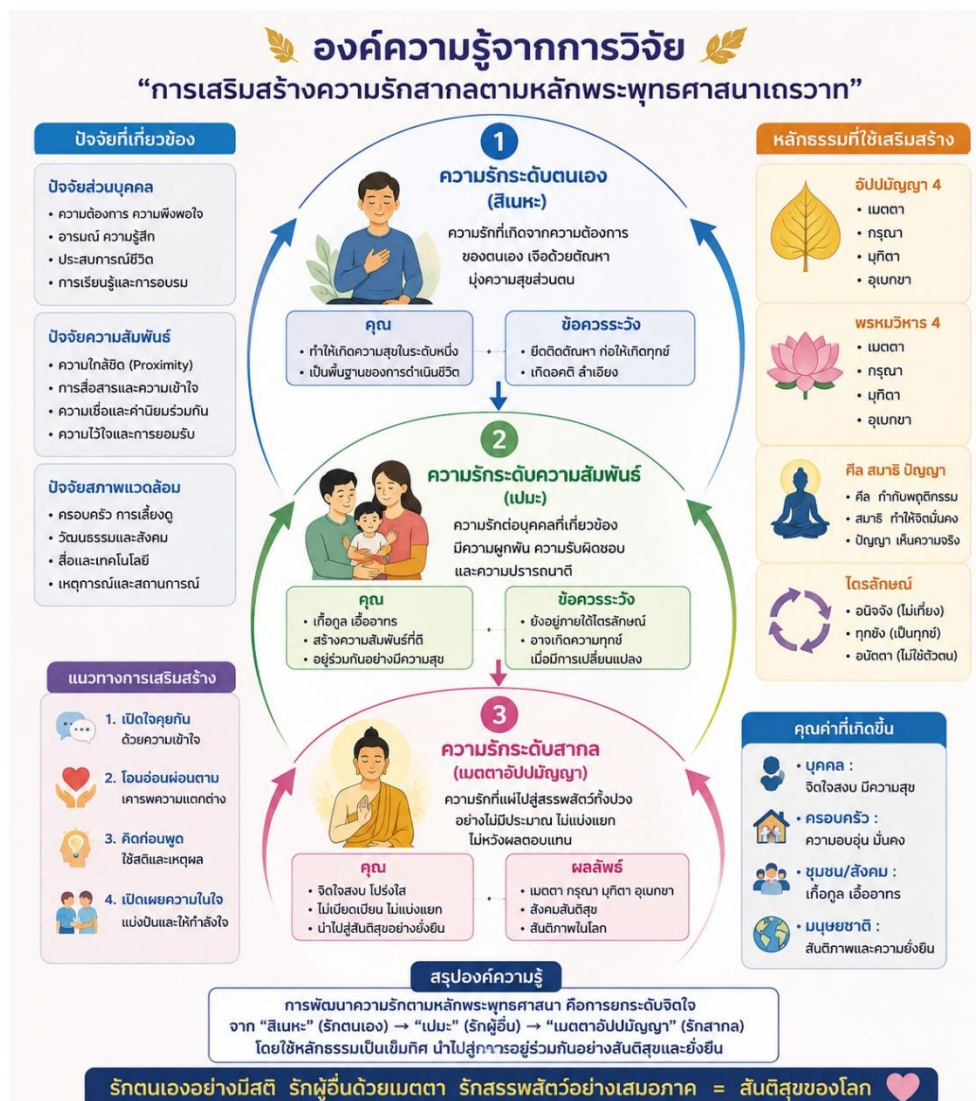
3. การเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนา พบว่า การเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนา จำเป็นต้องอาศัยการบูรณาการหลักพุทธธรรมเข้ากับการดำเนินชีวิตของบุคคลในสังคม โดยเฉพาะหลักอแปมัญญา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่มุ่งพัฒนาจิตใจของมนุษย์ให้ก้าวพ้นจากความรักที่ยึดติดอยู่กับตนเอง ไปสู่ความรักที่มีขอบเขตกว้างขวางครอบคลุมบุคคลรอบข้างและสรรพสัตว์ทั้งหลายอย่างไม่มีประมาณ ทั้งนี้ ความรักตามแนวพระพุทธศาสนาไม่ใช่เป็นเพียงอารมณ์ความรู้สึก แต่เป็นกระบวนการพัฒนาจิตใจที่ต้องอาศัยปัญญา ศีลธรรม และการฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดความปรารถนาดีต่อผู้อื่นอย่างแท้จริง ผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ที่อธิบายว่า ความรักที่สมบุนฺในพระพุทธศาสนาต้องเป็นความรักที่ประกอบด้วยปัญญาและ

เมตตา มิใช่เป็นเพียงความรักที่เกิดจากตัณหาหรือความยึดติดในบุคคลและวัตถุเท่านั้น โดยเมตตาเป็นความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ส่วนปัญญาจะช่วยกำกับไม่ให้ความรักกลายเป็นความลุ่มหลงหรือก่อให้เกิดความทุกข์ ดังนั้น การพัฒนาความรักจากระดับลิเนหะไปสู่เมตตา อปัมัญญาจึงเป็นการยกระดับคุณภาพจิตใจของมนุษย์ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับแนวคิดของ พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต) ที่กล่าวว่า หลักพรหมวิหาร 4 โดยเฉพาะเมตตา เป็นธรรมที่ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติ เพราะเป็นหลักแห่งการประพฤติปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความปรารถนาดี ความเข้าใจ และการไม่เบียดเบียน ผลการศึกษาที่พบว่า ความรักควรเริ่มต้นจากการรักตนเองอย่างถูกต้อง ขยายไปสู่ความรักต่อบุคคลใกล้เคียง และพัฒนาไปสู่ความรักที่ไม่มีขอบเขต จึงสะท้อนกระบวนการพัฒนาจิตตามแนวคิดดังกล่าวอย่างชัดเจน อีกทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส ที่ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อสร้างสันติสุขในสังคม พบว่า เมตตาและอปัมัญญาธรรมเป็นกลไกสำคัญในการลดความขัดแย้ง สร้างความเข้าใจระหว่างบุคคล และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคมพหุวัฒนธรรม เนื่องจากเมตตาเป็นความรักที่ปราศจากอคติ ไม่แบ่งแยกเชื้อชาติ ศาสนา หรือสถานภาพทางสังคม ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาที่พบว่า ความรักแบบเมตตาอปัมัญญาเป็นความรักที่เสมอภาค ไม่มีประมาณ และครอบคลุมสรรพสัตว์ทั้งปวง

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า กระบวนการเสริมสร้างความรักสากลตามหลักพระพุทธศาสนา เป็นการพัฒนาความรักอย่างเป็นลำดับขั้น จากความรักตนเอง (ลิเนหะ) ที่ยังมีตัณหาเป็นองค์ประกอบ ไปสู่ความรักต่อบุคคลรอบข้าง (เปมะ) ที่มีคุณธรรมและความรับผิดชอบกำกับ และพัฒนาไปสู่ความรักระดับสูงสุด คือ เมตตาอปัมัญญา อันเป็นความรักที่ปราศจากการยึดมั่นถือมั่น ไม่หวังผลตอบแทน และมุ่งประโยชน์สุขแก่ผู้อื่นอย่างไม่มีขอบเขต ความรักในลักษณะดังกล่าวจึงเป็นรากฐานสำคัญของการสร้างครอบครัว ชุมชน และสังคมที่สงบสุข อันจะนำไปสู่สันติภาพและการอยู่ร่วมกันอย่างยั่งยืนในสังคมมนุษย์

องค์ความรู้จากการวิจัย

ความรักเป็นกระบวนการพัฒนาทางจิตใจของมนุษย์ที่มีพัฒนาการจากระดับพื้นฐานไปสู่ระดับสูงสุด โดยอาศัยทั้งปัจจัยทางจิตวิทยา สังคม และหลักพุทธธรรมเป็นเครื่องหล่อหลอมและกำกับทิศทางของความรักให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น องค์ความรู้ที่ค้นพบสามารถอธิบายได้เป็น “รูปแบบการพัฒนารักสากลตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท” (Theravāda Universal Love Development Model: TULD Model)



รูปภาพที่ 1 รูปแบบการพัฒนารักสากลตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท

สรุป

ความรักเป็นปรากฏการณ์ทางจิตใจที่มีพัฒนาการเป็นลำดับขั้น เริ่มต้นจากความรักในระดับพื้นฐานที่มนุษย์มีต่อตนเอง อันเป็นความรักที่เจือด้วยตัณหาและความยึดมั่นถือมั่น เรียกว่า “ลิเนะ” ซึ่งแม้จะก่อให้เกิดความสุข แต่หากขาดการกำกับด้วยปัญญาย่อมนำไปสู่ความทุกข์ได้ ต่อมาเป็นความรักต่อบุคคลอื่นหรือ “เปมะ” ซึ่งเป็นความรักที่มีความผูกพัน ความรับผิดชอบ และคุณธรรมเข้ามากำกับ เช่น ความรักระหว่างบิดามารดากับบุตร คู่ครอง ญาติ และมิตรสหาย อย่างไรก็ตาม ความรักในระดับนี้ยังอยู่ภายใต้ความไม่เที่ยงแห่งไตรลักษณ์ ส่วนความรักขั้นสูงสุดคือ “เมตตาอัปมัญญา” ซึ่งเป็นความปรารถนาให้สรรพสัตว์ทั้งหลายมีความสุขอย่างเสมอภาค ปราศจากอคติและการแบ่งแยก โดยอาศัยหลักพุทธธรรมเป็นแนวทางในการพัฒนาจิตใจ จากผลการวิจัยจึงสรุปได้ว่า พระพุทธศาสนามีได้ปฏิเสธความรัก แต่เสนอแนวทางในการยกระดับความรักจากความรักที่มุ่งสนองตนเอง ไปสู่ความรักที่ตั้งอยู่บนคุณธรรมและปัญญา จนเกิดเป็นความรักสากลที่มุ่งประโยชน์สุขแก่ผู้อื่นและสังคมส่วนรวม อันจะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติ เกื้อกูล และยั่งยืน ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน และสังคมโลก

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

- 1) รัฐบาลควรนำหลักธรรมไปใช้กับความรักของวัยรุ่นในสังคมอย่างต่อเนื่อง
- 2) รัฐบาลควรส่งเสริมและสนับสนุนหลักธรรมในการเสริมสร้างความรักของคนในสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ
- 3) รัฐบาลควรมีนโยบายเพื่อนำหลักธรรมเกี่ยวกับความรักมาประยุกต์ใช้กับความรักของคนในสังคมต่อไป

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ศึกษาการประยุกต์การใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการส่งเสริมความรักของคนในสังคมไทย
- 2) ศึกษาวิเคราะห์เปรียบเทียบความรักทางพระพุทธศาสนากับความรักของคนในสังคมปัจจุบัน
- 3) ศึกษาสภาพปัญหาการการมีความรักของคนในสังคมตามขนบธรรมประเพณีของสังคมไทย

บรรณานุกรม

- กอดด์แมน, จอห์น เอ็ม. และ นาน ซิลเวอร์. **หลัก 7 ประการเพื่อชีวิตคู่ที่มีความสุข**. แปลโดย ศิริลักษณ์ ตันศิริ. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์, 2547.
- จำนงค์ ทองประเสริฐ (ศ.พิเศษ, ป.ธ.9, ราชบัณฑิต), **ปรัชญาตะวันตกสมัยโบราณ**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546), หน้า 231.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 34. กรุงเทพมหานคร: พลิขัณม์, 2559.
- พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร. “การประยุกต์ใช้หลักพรหมวิหาร 4 เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในสังคมไทย.” **วารสารพุทธศาสตร์ศึกษา** 8, ฉบับที่ 2 (2560): 45–58.
- พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส. “พุทธสันติวิธีกับการสร้างสันติสุขในสังคมไทย.” **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์** มจร 3, ฉบับที่ 1 (2558): 1–15.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. โรงพิมพ์วิญญาน, 2532–2534.
- วสิน อินทสระ. **ธรรมและชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ 2, กรุงเทพมหานคร: กมลการพิมพ์, 2527.
- Hatfield, Elaine, and Richard L. Rapson. **Love, Sex, and Intimacy: Their Psychology, Biology, and History**. New York: HarperCollins College Publishers, 1993.
- Sternberg, Robert J. “A Triangular Theory of Love.” **Psychological Review**. 93, no. 2 (1986): 119–135.

