

# การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ

## An Empowerment Universal Love Based on the Integration Buddhist Principles

จันทร์ธรรม อินทรีเกิด Jundham Intheekred<sup>๑</sup>

ณัฐปภัทร์ เทียรทอง Nutpaphat Tienthong<sup>๒</sup>

Received: June 27, 2022

Revised: May 8, 2024

Accepted: August 24, 2024

### บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่องการเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการมีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาความรักสากลและแนวคิดทฤษฎีความรักสากล ๒) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างความรักสากล ๓) เพื่อเสนอแนวทางการเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยศึกษาจากเอกสารและการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน ๗ รูป/คน และ จำนวน ๓ องค์กร ผลการวิจัยพบว่า ความรักเป็นอารมณ์ชนิดหนึ่งที่มีต่อบุคคลอีกคนหนึ่ง ส่งผลให้เกิดความรู้สึกผูกพัน บรรณานัติและอยากใกล้ชิดต่อบุคคลอีกคนหนึ่ง สามารถเปลี่ยนแปลงทั้งทางสร้างสรรค์และทางเสื่อมได้โดยการปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์ที่เป็นสภาพและเจตคติที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคลสองคนโดยไม่จำกัดเพศและวัย ซึ่งความรัก นั้นยังสร้างความมั่นใจให้กับคู่ครองที่อยู่ร่วมกัน โดยการหล่อหลอมความรู้สึกนึกคิดของคนสองคนเข้าด้วยกัน เพื่อให้เกิดความรักที่ยั่งยืนและถาวร การเสริมสร้างความรักสากลที่จะให้มั่นคงมากยิ่งขึ้นต้องอาศัยความบริสุทธิ์ใจและใช้ปัญญาเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนให้เหมาะกับยุคสมัย พร้อมทั้งสร้างความสัมพันธ์ของคนสองคนโดยใช้เมตตาและขันติมาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ เพื่อที่จะช่วยเสริมสร้างความรักสากลที่เกิดขึ้นต่อกันและกันให้มั่นคงยิ่งขึ้นในการอยู่ร่วมกันในสังคม หลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างความรักสากล คือ การปฏิบัติตามหลักอแปปมัญญา ๔ ได้แก่ เมตตา หมายถึง ความรัก ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น กรุณา ได้แก่ ความสงสาร มุทิตา คือ ความพลอยยินดี มีจิตพองใส แ่มชื่น เบิกบานอยู่เสมอ อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง ไม่เอนเอียงด้วยความรักหรือชังและตามหลักคุณธรรมของพระโพธิสัตว์ ได้แก่ สุทธิ = บริสุทธิ์ ปัญญา รู้สิ่งที่ควรรู้

---

<sup>๑</sup> สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

Buddhist Studies, Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

skylove2521@gmail.com

<sup>๒</sup> สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษากรุงเทพมหานคร เขต 1. The Secondary Education Service Area Office Bangkok 1. kanokphon.tien@mcu.ac.th



เมตตา คือ รักชีวิตทุกชีวิต ขันติ คือ อุดกัลล ซึ่งถือว่า เป็นขั้นพื้นฐานที่จะส่งเสริมการสร้างความรักของตนเองที่ไม่เบียดเบียนไม่ทำร้ายผู้อื่น ทั้งทางกาย วาจา และใจ โดยการประยุกต์การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการของคนในสังคมที่อยู่ร่วมกันซึ่งต้องมีหลักธรรมประจำใจและหลักปฏิบัติที่เป็นระบบควบคุมภายนอกของกาย วาจา ใจ พร้อมทั้งสร้างความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์เพื่อให้เกิดปัญญาเข้าใจมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เกิดความซาบซึ้งใจ โน้มไปหาคุณค่าอันดีงามที่เรียกว่า “ความรัก” ที่เป็นการปรารถนาของมนุษย์และสัตว์ที่ต้องการอยากให้ผู้อื่นมีความสุขและเป็นสิ่งที่มนุษย์ไขว่คว้า เพื่อนำเมตตามาใช้กับความรักตนเอง และความรักของผู้อื่นนั้น ที่เปรียบเสมือนเข็มทิศนำทางในการพัฒนาชีวิตไปในทิศทางที่ดี ที่ถูกต้อง และมีความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้นไปอีกด้วย สำหรับแนวทางการเสริมสร้างความรักที่เป็นสากลที่ประกอบด้วยความรัก ความปรารถนาดี เพื่อให้ผู้อื่นและตนเองใช้เป็นแนวทางในการประยุกต์ต้องประกอบด้วย สุทธิ ปัญญา เมตตา ขันติ เพื่อการเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ พบว่า มีแนวทางการเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการที่เป็นแบบอย่างที่ดี ๒ ประการคือ ๑. การสร้างความรักสากลต่อองค์กรในสังคม ๒. การสร้างความรักสากลที่มีต่อเพื่อนมนุษย์ในสังคม เพราะความรักเป็นสิ่งสำคัญที่มีบทบาทในชีวิตมนุษย์ ซึ่งคนที่ต้องการความรัก ความเข้าใจที่เป็นสากล ต้องเป็นผู้มีเมตตา มีความเห็นอกเห็นใจ มีความปรารถนา มองทุกคนเป็นเพื่อน แสดงออกด้วยความจริงใจ ไม่ต้องการสิ่งตอบแทน มีความรักสม่ำเสมอทุกคน

**คำสำคัญ :** ความรักสากล, การเสริมสร้างความรัก, พุทธบูรณาการ

### Abstract

In this dissertation, three objectives were purposely made: 1) to study the ideas and theories in empowering the universal love in Thai society, 2) to study the Buddhist principles in empowering the universal love in the present Thai society, and 3) to propose the integrated Buddhist guidelines in empowering the universal love. This research employed the qualitative research methodology where the descriptive explanation of its content was also used. In the research, it was found that when it comes to the empowerment of the universal love it basically means the confidence created by the couples who are engaged in living daily life together wherein feeling of both people is mutually united which would lead to the endless love and happiness. In forming the ways and love, the adaptation to the suitable period should be taken in order to strengthen the desired love. As far as the universal love is concerned, the universal love based on Buddhism consists in the close-relationship, self-devote, honest emotion,



forgiveness and adaptability where both can take one another's mind into account. Furthermore, while living together, both of them must express their loving kindness in order to make their love strong to each other in the modern society. They also need to follow the Buddhist principles where their mind-set would be empowered through the principle of purification, wisdom, loving kindness, patience and four kinds of holy abiding in resulting in yielding the endless love by means of three ways of the empowerment of the universal love as follows: 1) The empowerment of universal love in the form of affection; it becomes suitable for the self-love and it should be integrated through the principle of purification in order to benefit oneself where the prosperity would be raised in the present as the basic for human life; it is the self-love only. 2) The empowerment of universal love in the form of fondness; it becomes suitable for other-love and it should be integrated through the principle of wisdom and patience, fondness between mother, father and sons, husband and wife or friend, teacher and pupils; this kind of love embraces the happy wish for other people including animals. It can be said that this love brings about only the great deal of advantage to all people involved which could extinguish the hatred and ill-will respectively. 3) The empowerment of universal love in the form of loving kindness; it becomes suitable for people who really want to express the loving kindness to all sentient beings without any limitation; this could be done when people possess the equal mind toward all beings where borderless is present all the time. As far as the guidelines in empowering the universal love are concerned, they consist of 'Suddhi, Paññā, Mettā and Khanti'; this is the genuine love existing without any limitation, be it in human beings' or animals' realms, it could be utilized through the principle of four sublime states of mind and good friendship. Besides, it becomes true that love possesses the power residing in human beings' and animals' mind where it plays the most crucial roles in living together in the present society and it become crystal clear that people need the universal love: loving kindness and good wish and mutual understanding of each other where all are friends. Under this situation, the reciprocity is not needed any more. Therefore, when people possess certain love, they can live happily in the society, without love, living together would be impossible. To empower this kind of love, the application of the Buddhist principles should be made. Consequently, people can express their loving kindness toward one another bringing about the bodily, verbal and mental development to



the higher levels because such love services as the compass directing people to the right direction.

**Keywords:** universal love, Strengthen love, Integrative Buddhism

## ๑. บทนำ

คำว่า “รัก” เป็นคำที่ยากเกินกว่าที่เราจะให้นิยามได้ เพราะความรักนั้นทำให้เกิดแรงบันดาลใจและเป็นพลังให้เกิดทั้งแง่ลบและแง่บวก ความรักเป็นพลังที่อยู่ภายในจิตใจของมนุษย์และสัตว์ นอกจากนั้นความรักยังมีบทบาทสำคัญในชีวิตมนุษย์เป็นอย่างมากเพราะความรักเป็นสิ่งสวยงามที่ช่วยสร้างสรรค์ จรรโลงโลกให้เป็นไป ความรักถือเป็นนามธรรม ที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน ไม่เลือกชาติชนชั้นวรรณะทุกชาติภาษา ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์ หรือ สรรพสัตว์ ทุกสิ่งต่างล้วนขับเคลื่อนด้วยความรัก จากคำกล่าวที่ว่า “มนุษย์เป็นสัตว์สังคม”<sup>๓</sup> มนุษย์ทุกคนจึงควรมีความรักมอบให้กับผู้อื่น หรือ อาจกล่าวได้ว่าทุกคนเกิดมาก็พบกับความรักแล้ว บางคนยังอยู่ในครรภ์ของมารดา มารดาก็พยายามส่งผ่านความรักมาให้กับลูกที่ยังอยู่ในครรภ์นั้นด้วยการคุยกับลูก ทานอาหารที่เป็นประโยชน์ ไม่กระทำสิ่งใดที่เป็นโทษต่อร่างกายเพราะอาจกระทบถึงลูกในครรภ์เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นการแสดงความรักของแม่กับลูกทั้งสิ้นและยังมีความรักจาก พ่อ พี่ น้อง ป้า น้า อา คนรัก รวมไปถึงบุคคลอื่นๆอีกที่มีความรักให้กับเรา เมื่อเราโตขึ้นไปพบ เพื่อน ครู อาจารย์หรือคนที่เรารู้จักเราก็ก็นึกต้องการความรักจากพวกเขาเช่นกัน แม้ว่าทุกคนกำลังรอคอยความรัก ซึ่งมีน้อยคนที่จะเข้าใจความรัก และต้องเรียนรู้เรื่องความรักให้แจ่มกระจ่างขึ้นในใจ ทำให้มนุษย์เข้าใจความรักคลาดเคลื่อน เข้าใจว่า ความรัก คือ ความสุขกายสบายใจของตน<sup>๔</sup> ความรักเชิงพุทธบูรณาการ เป็นความรักที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข<sup>๕</sup> และยังเป็นความรักที่สม่ำเสมอของความรักเป็นอารมณ์ชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นจากสิ่งเร้า และหายไปได้เหมือนอารมณ์โกรธ เศร้า ดีใจ หรือ เสียใจ ถ้าสิ่งเร้านั้นหายไป และอาจเกิดขึ้นใหม่ได้ ถ้ามีสิ่งเร้าที่ถูกใจ ฉะนั้น ความรักจะเป็นนิรันดร์หรือไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าที่มีอิทธิพลต่อผู้ถูกเร้าแค่ไหน ความรักเกิดจากจุดศูนย์กลางที่ตนเอง แล้วขยายไปสู่บุคคลอื่น เหมือนความรักของ

<sup>๓</sup> จานงค์ ทองประเสริฐ (ศ.พิเศษ, ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), **ปรัชญาตะวันตกสมัยโบราณ**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๒๓๑.

<sup>๔</sup> วติน อินทสระ, **ธรรมและชีวิต**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: กมลการพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๔๔.

<sup>๕</sup> อภิ.วิ, (ไทย) ๓๕/๖๔๓/๔๒๗.



พ่อ แม่ ลูก มักเป็นนิรันดร์ เพราะเป็นความเป็นพ่อแม่ลูกนั้น สืบต่อกันด้วยสายเลือด เป็นความสัมพันธ์ชนิดแน่นอนตายตัว แต่ความรักระหว่างคู่รักหรือสามี ภรรยา นั้นไม่แน่นอนตายตัวๆ เมื่อรักใหม่ สิ่งเรายังสวยงาม ความรักก็กำลังมีแรงเข้มข้น แต่นานวันเข้าสภาพของสิ่งเร้าเปลี่ยนแปลง เช่น ภรรยาอ้วนมากขึ้น แก่ลง สามีผอมร่วง พุงยื่น ฉะนั้น ถ้าใครยึดรูปกายเป็นสิ่งเร้าในความรัก ความรักก็จะสูญสิ้นไปเร็ว ถ้ายึดความดีหรือความประทับใจอย่างอื่นๆ ความรักนั้นจะอยู่ได้ยาวนานกว่า

เพราะมนุษย์ที่เกิดขึ้นมาบนโลกนี้ เป็นสัตว์สังคมตามธรรมชาติ เพราะไม่มีใครสามารถอยู่ได้โดยไม่มีสังคมหรือถ้าทำได้ เขาคงเป็นสัตว์หรือไม่ใช่เป็นพระเจ้า มนุษย์จึงต้องอยู่รวมกันเป็นสังคมเพื่อให้มีตัวตนและสร้างสงบสุขขึ้นมาได้ ไม่ว่าจะเป็นทางชีววิทยาหรือจิตวิทยา มนุษย์ก็ต้องถูกบังคับให้อยู่เป็นสังคมอยู่ดีซึ่ง ปัญหาที่เกิดในเรื่องของความรัก ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นขั้นพื้นฐานที่กักเก็บอยู่ในจิตใจตั้งแต่วัยเด็ก และสามารถพัฒนาขึ้นมาเป็นความรักที่สมบูรณ์แบบได้ เพราะการอยู่ร่วมกันในครอบครัว ในกลุ่มสังคมเล็ก และกลุ่มสังคมใหญ่ย่อมมีการพึ่งพาอาศัยเกื้อกูลกัน การทำสิ่งหนึ่งยอมไปกระทบอีกสิ่งหนึ่งเสมอ ทำให้มนุษย์ควรตระหนักว่า การที่เราจะทำได้สิ่งหนึ่งส่งผลกระทบที่เป็นไปในทิศทางที่ทำให้คนอื่นเดือดร้อนหรือไม่ เกิดความทุกข์กับการกระทำของเราหรือไม่ เราควรมีความรักให้กันและกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกันดังนั้น ความรักทางโลกเป็นเพียงความรักชั่วคราว ชั่วคราว ถ้ารักตามใจ ทำสิ่งต่างๆ ตามที่ตนต้องการ ก็จะพอใจ รักใคร่ พร้อมทั้งจะจับจอง ยึดครองไว้เป็นของตนเอง เกิดความเห็นแก่ตัว เพราะต้องการครอบครอง ความเกลียด ความโกรธ ความพยายามจึงถูกแฝงในความรักที่ยึดของบุคคลที่ต้องการครอบครองเพื่อให้เติมเต็มแก่ตนเอง ซึ่งมนุษย์กำลังรอคอยอะไรบางอย่างที่จะมาเติมตัวเองให้เต็ม เพราะมนุษย์คิดว่า ตัวเองยังไม่บกพร่องอยู่ สิ่งที่มีมนุษย์กำลังรอคอยนั้นแหละ คือ ความรัก ซึ่งเป็นความต้องการเพื่อเติมให้ชีวิตที่บกพร่องให้เต็ม การรอคอยโหยหาที่จะเติมให้เต็มนั้นแหละคือการแสวงหาความรักหรือที่พึง แม้ว่าทุกคนจะต้องการความรัก แต่ก็มีน้อยคนเหลือเกินที่จะเข้าใจถูกต้องเกี่ยวกับความรักและต้องการเรียนรู้เรื่องความรักให้แจ่มกระจ่างขึ้นในใจ<sup>๒</sup> จึงทำให้มนุษย์เข้าใจความรักคลาดเคลื่อน เข้าใจว่าความรักคือความสบายใจของคน มนุษย์จึงพยายามแสวงหาสิ่งต่างๆ เพื่อนำมาบำรุงบำเรอปรนเปรอความสุขของตน จนละเลยความสุขทุกข์ของคนอื่นซึ่งจะก่อให้เกิดปัญหาความขัดแย้งในสังคมปัจจุบัน ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นล้วนมาจากการกระทำของมนุษย์ที่ขาดความรักและความเข้าใจ เนื่องจากแสวงหาความรักแบบผิดนั้นเอง หากมนุษย์มีความรักอย่างถูกต้อง และมีความเข้าใจ ก็จะอยู่ด้วยกันอย่างสงบสุข นอกจากนี้ความรักยังเป็น

<sup>๒</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *ความรักจากวาเลนไทน์ สู่อุบัติเป็นไทย*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๙๗-๙๘.



แรงผลักดันให้มนุษย์สามารถพัฒนาศักยภาพของตนให้มีขีดสูงสุด เข้าถึงความจริงขั้นสูงสุดของชีวิต อันเป็นความสุขที่แท้จริง สมบูรณ์แบบและเป็นนิรันดร์เท่าที่มนุษย์จะสามารถพัฒนาได้”<sup>๗</sup> ผู้วิจัยมองว่า การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ เป็นวิธีการหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะส่งเสริมให้คู่รักใช้ชีวิตคู่ให้มีความรักที่ยืนยาวมีความร่มเย็นเป็นสุขเพราะมีการยึดเหนี่ยวหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีความสำคัญต่อคนในสังคมโดยทำหน้าที่หล่อหลอมจิตใจของคนให้มีความอ่อนโยน เยือกเย็น มีเมตตาต่อกัน ดังเช่น ความรักของวัยรุ่นหนุ่มสาวหรือคนแก่ที่จะต้องอยู่ร่วมกันโดยการแต่งงานโดยไม่มีการเลิกลากัน ไม่มีการทะเลาะกัน อยู่ด้วยกันจนแก่จนเฒ่า ถือว่าเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจสามารถที่จะแก้ปัญหาความรักได้เป็นอย่างดี

## ๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ” สำหรับวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำเสนอในบทความนี้มี ๓ ข้อ คือ

- ๑) เพื่อศึกษาความรักสากลและแนวคิดทฤษฎีความรักสากล
- ๒) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในการเสริมสร้างความรักสากล
- ๓) เพื่อเสนอแนวทางการเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ

## ๓. วิธีดำเนินการวิจัย/รูปแบบการวิจัย/ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) และ ลงภาคสนาม โดยผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูล ในด้านเนื้อหาและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพร้อมทั้งสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ วิธีวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) และ ลงภาคสนาม พร้อมทั้งศึกษาค้นคว้าข้อมูลในด้านเนื้อหาเอกสารและสัมภาษณ์ (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญเชิงลึก (Key Informants) เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับความรักสากล แนวคิดทฤษฎีความรักสากล แนวคิดทฤษฎีความรักทางพระพุทธศาสนา โดยผู้วิจัยได้คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน ๗ รูป/คน และ จำนวน ๓ องค์กรในการสัมภาษณ์ ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ คัมภีร์อรรถกถา ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พร้อมรวบรวมข้อมูลจากการศึกษาเอกสาร ตำรา บทความวิชาการ ผลงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ วารสารที่เกี่ยวข้องกับหลักการ แนวคิด ทฤษฎี ที่เสริมสร้างความรักสากลจากพระไตรปิฎก (The Pali Cannon) วรรณกรรม (Literature) โดยเน้นองค์ประกอบความรักสากลตามแนวคิดของพุทธ

<sup>๗</sup> พระเชมามันทะ, **ชีวิตและความรัก**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ๒๕๔๔), หน้า ๒๓.



ทาสถิกขุ ได้แก่ สุทธิ ปัญญา เมตตา ขันติ เพื่อนำมาศึกษาวิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปผล อธิปราชญ์ และนำเสนอด้วยวิธีพรรณนาโวหารต่อไป

ขอบเขตด้านผู้ให้ข้อมูลสำคัญ การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) และ ลงภาคสนาม พร้อมทั้งศึกษาค้นคว้าข้อมูลในด้านเนื้อหาเอกสาร และสัมภาษณ์ (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญเชิงลึก (Key Informants) เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับความรักสากล แนวคิดทฤษฎีความรักสากล แนวคิดทฤษฎีความรักทางพระพุทธศาสนา โดยผู้วิจัยได้คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน ๗ รูป/คน และ จำนวน ๓ องค์กร ในการสัมภาษณ์ครั้งนี้

#### ๔. ผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ” ผู้วิจัยขอสรุปองค์ความรู้ใหม่ดังต่อไปนี้หลักการเสริมสร้างความรักสากลนั้นเป็นการสร้างความมั่นใจให้กับคู่ครองที่จะมาอยู่ร่วมรักกันในชีวิตประจำวันเป็นการหล่อหลอมความรู้สึกนึกคิดของคนสองคนเข้าด้วยกันให้มีความรักที่ยั่งยืนตลอดกาลยังความสงบสุขพอเพียงให้เกิดขึ้นจนเป็นส่วนหนึ่งของความรักที่ถาวรในการสร้างรูปแบบและแนวทางในการสร้างความรักต้องปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับยุคสมัยเพื่อให้ความรักสากลที่มั่นคงสำหรับการเสริมสร้างความรักแบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนานั้น ประกอบด้วย คือ สุทธิ ปัญญา เมตตา ขันติ และหลักหลักอแปมัญญา ๔ ซึ่งจะว่าไปแล้วก็ถือเป็นปัจจัยสำคัญ ที่มีส่วนช่วยในการรักษาความรักและความสัมพันธ์ครั้งนี้ให้ยาวนานขึ้นต้องประกอบ ๔ ขั้นตอนในการเสริมสร้างความรักสากลให้กับคนในสังคม ๑. การเสริมสร้างความรักสากลต่อตนเอง ๒. การเสริมสร้างความรักสากลต่อผู้อื่น ๓. แนวทางการสร้างความรักสากลต่อองค์กรในสังคมในปัจจุบันเป็นความรักที่เป็นพื้นฐานของชีวิตมนุษย์ ๔. แนวทางการความรักสากลที่มีต่อเพื่อนมนุษย์ในสังคม ดังนั้นการเสริมสร้างความรักของคนในสังคมนั้นให้ยั่งยืนจึงเป็นสิ่งสำคัญเพราะขึ้นพื้นฐานที่กักเก็บอยู่ในจิตใจตั้งแต่วัยเด็ก และสามารถพัฒนาขึ้นมาเป็นความรักที่สมบูรณ์แบบได้ โดยอาศัยหลักการทางจิตวิทยาและหลักพุทธธรรม อันเป็นข้อขัดเกลากทางสังคมและการอยู่ร่วมกันในสังคมต้องอาศัยหลักธรรมที่ใช้กับรักตนเองนั้นเป็นหลักธรรมที่ใช้กับบุคคลและเหมาะกับการงานต่างๆไป เพื่อเป็นประโยชน์แก่บุคคลนั้นๆ ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่นำพาตนเองสู่ความเจริญด้านความรักอย่างแท้จริงโดยใช้หลักการทางพระพุทธศาสนาเป็นตัวกำหนดให้เกิดความรักที่แท้จริง ความรักที่สากลเมื่อบูรณาการกับพระพุทธศาสนาแล้วจะความเข้าความรักซึ่งกันและกันความรักมีอิทธิพลมากกับสังคมปัจจุบัน

จากที่กล่าวมาแล้วนี้ ความรักที่เป็นสากลต้องประกอบไปด้วย “สุทธิ ปัญญา เมตตา ขันติ” เป็นความรักที่แท้จริง เป็นธรรมที่แผ่ไปโดยไม่มีประมาณ ไม่มีขอบเขตไปยังมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายโดยใช้ร่วมกับหลักอแปมัญญาทำให้กลายธรรมทั้งปวงสมบูรณ์ นอกจากนั้นความรักเป็นพลังที่อยู่ภายในจิตใจของมนุษย์ สัตว์ ที่เกิดขึ้นในโลกใบนี้อยู่แล้วซึ่งความรักยังมีบทบาท



สำคัญในชีวิตมนุษย์เป็นอย่างมากในสังคมยุคปัจจุบันคนต้องการความรักความเข้าใจซึ่งกันเป็นความรักแบบสากล คือ ความเมตตา ความปรารถนาดี ความเห็นอกเห็นใจ เป็นความรักที่หวังดีปรารถนาดีต่อบุคคลอื่นอย่างจริงใจ มองทุกคนเป็นเพื่อนและไม่ต้องการสิ่งตอบแทน

## ๕. อภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ” ผู้วิจัยขอสรุปอภิปรายผลการวิจัยในการเสริมสร้างความรักสากลในรูปแบบการเสริมสร้างความรักและแนวทางในการสร้างความรักเชิงพุทธบูรณาการที่จะต้องปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับยุคสมัยเพื่อให้ความรักสากลที่มั่นคงสำหรับการเสริมสร้างความรักแบบยั่งยืนตามหลักพระพุทธศาสนานั้น ประกอบด้วย คือ ความใกล้ชิดผูกพัน อุทิศตนต่อกัน และอารมณ์รักความซื่อสัตย์ต่อกันรู้ให้อภัยและพร้อมปรับตัวเข้าหากันเอาใจเขามาใส่ใจเราสำหรับความสัมพันธ์ของคนทั้งคู่ที่ต้องใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันและที่สำคัญต้องมีเมตตาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจที่จะสามารถจะช่วยเสริมสร้างความรักต่อกันในสังคมยุคใหม่ ส่วนหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เป็นมีส่วนแรงเสริมหรือเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจถือว่า เป็นองค์ประกอบในการเสริมสร้างความรักนั้น คือ สุทธิ ปัญญา เมตตา ขันติ และหลักหลักอแป่มัญญา ๔ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญ ที่มีส่วนช่วยในการรักษาความรักและความสัมพันธ์ครั้งนี้ให้ยาวนานขึ้น ซึ่งแบ่งเป็น ๓ ประเด็นหลัก ดังนี้

๑. ความรักสากล มีปัจจัยหลายอย่างเกี่ยวข้องกับปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งคือความใกล้ชิดคนเราโดยทั่วไปมักมีโอกาสรักคนใกล้ชิดมากกว่าบุคคลที่อยู่ห่างไกล โดยมีความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องความรัก ความรู้สึกที่มีต่อความรัก และพฤติกรรมด้านการแสดงออกของความรักซึ่งความรักอาจเริ่มต้นมาจากการเป็นเพื่อนที่ดีต่อกัน ซึ่งสอดคล้องกับ อับราฮัม มาสโลว์ ได้กล่าวถึงความรักสากลไว้ว่า คนเราต้องการความรักที่มั่นคง แต่คนที่เปลี่ยนไปมีรักใหม่อยู่เรื่อยๆ หรือตกหลุมรักบ่อยๆ เปนเพราะต้องการรักษาความรู้สึกตื่นเต้นเราใจให้คงอยู่ความรักมักจบลงเพราะความโกรธและความเบื่อหน่าย และความรู้สึกของอีกฝ่ายหนึ่งโดยเฉพาะเมื่อใดก็ตามที่จะต้องมีการตัดสินใจควรระมัดระวังอย่างมาก เพราะอาจเกิดผลกระทบตอ สัมพันธภาพระหว่างกันได้และสิ่งที่ควรระวังก็คืออย่าตัดสินใจแบบเผด็จการเนื่องจากจะทำให้อีกฝ่าย รู้สึกกดดันและเกิดความรู้สึกขุ่นเคืองคับข้องใจ<sup>๔</sup> และได้

<sup>๔</sup>กรมสุขภาพจิต, มิตรภาพและความรัก, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๔๕), หน้า ๑๙.



สอดคล้องกับ ญัตติมา ชันติธรรมกุล กล่าวว่าความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นนามธรรมจับต้องไม่ได้ แต่มนุษย์สามารถรับรู้ถึงความรักได้ด้วยโดยออกมาในรูปของความคิด ความพอใจ ความซาบซึ้งใจ ฯลฯ ความรักในทางพระพุทธศาสนามีพื้นฐานมาจากโลกะ อันประกอบด้วยตัณหา ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา และสามารถแบ่งความรักได้เป็น ๓ ระดับคือ ๑.รักตนเอง ๒.รักผู้อื่น ๓.รักแบบเมตตา<sup>๙</sup>

๒. พุทธธรรมในการเสริมสร้างความรักสากล แนวคิดพื้นฐานของความรักจัดว่าเป็นนามธรรมจับต้องไม่ได้ แต่มนุษย์สามารถรับรู้ถึงความรักได้ด้วยโดยออกมาในรูปของความคิด ความพอใจ ความซาบซึ้งใจ ฯลฯ ความหมายของความรักได้จากคำเหล่านี้ คือ ความรักที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาปรากฏเรื่องราวของความเสน่หา (ตัณหา) ความรักแบบเสน่หาเป็นความรักที่เจือด้วยตัณหา ความรักด้วยอำนาจของตัณหา มีลักษณะอาการยึดมั่น ยึดถือด้วยความปรารถนาที่แรงกล้าต่อสิ่งอันเป็นที่รัก สิ่งที่ปรารถนาทำให้บุคคลมีความสุข เพราะการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การได้สัมผัสและการนึกคิดเรื่องราวต่างๆ หรือการยึดถือว่าเป็นของเรา เช่น บุตรของเรา เงินของเรา บ้านของเรา เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับ พุทธทาสภิกขุ กล่าวว่า ความรักสากลว่า “ศีลธรรม” ก็คือความรักสากล คือไม่เห็นแก่ตัวหรือไม่ทำอะไรเพื่อตัวกู ซึ่งเป็นสาเหตุของการแก่งแย่ง แข่งขันเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ถือว่าเป็นความรักสากล มีขอบเขตจำกัด<sup>๑๐</sup> ความรักที่อาศัยเรื้อน เป็นความรักที่สืบเนื่องกัน เป็นญาติกัน เป็นคนร่วมเรื้อน และความรักแบบเมตตา (อัปมัญญา) เป็นความรักที่ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข จัดเป็นความรักแบบเมตตาความรักในตนเองเป็นความพอใจในบุคคลหรือสิ่งที่จะเอามาบำรุงบำเรอความสุขของเรา และได้สอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้อธิบายถึงความรักไว้ดังนี้ “เสน่หา” เสน่หานั้นเป็นความรักฝ่ายอกุศลที่ตรงข้ามกับเมตตา เป็นไวพจน์คำหนึ่งของตัณหา คือความรักที่เจือตัณหาดังนั้นความรักแบบเสน่หาจึงหมายถึง ความรักใคร่เยื่อใยเฉพาะบุคคล ความพอใจโปรดปรานส่วนตัว มุ่งแสพเสวยเวทนา และเกี่ยวกับการป้องกันรักษาตัวตน ฉันทะ หมายถึงความพอใจ ความชอบใจ ความ

<sup>๙</sup> ญัตติมา ชันติธรรมกุล, “การศึกษาความรักในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

<sup>๑๐</sup> พุทธทาส, รักผู้อื่น: แก้ปัญหาได้ทุกเรื่อง, บทคัดย่อจากชุดสิ่งสำคัญที่พากันมองข้าม, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิเผยแพร่ชีวิตประเสริฐ, ๒๕๔๐).



ยินดี ความต้องการ ความรักใคร่ ใฝ่ปรารถนาในสิ่งนั้น ๆ เป็นค่ากลางๆ เป็นกุศลก็ได้ เช่น อวิชชาสันดาน เป็นอกุศลก็ได้<sup>๑๑</sup>

๓. แนวทางการเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ เป็นการบูรณาการหลักธรรมเพื่อเสริมสร้างความรักถือว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างประการหนึ่งที่คนในสังคมต้องอาศัยพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาส่งเสริมความรักให้ประชาชนในสังคมทั้งวัยรุ่นและประชาชนทั่วไป เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องมีการดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันเป็นสังคม การที่จะเป็นคนดีได้นั้นต้องมีหลักธรรมประจำใจเป็นคำสอนและหลักปฏิบัติเป็นระบบการควบคุมภายนอกเกี่ยวกับกาย วาจา ใจ ด้วยความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม ซึ่งสอดคล้องกับ พระติช นัท ฮันห์ ได้กล่าวไว้ว่าแนวทางการเสริมสร้างความรักสากลนั้นเป็นการนำเอาพระพุทธศาสนาเข้าไปผูกพัน (Engage) กับการแก้ปัญหาสังคมในโลกยุคใหม่ บนฐานของการมีสติระลึกถึงสิ่งที่กำลังดำเนินไปภายในตนและโลก ดังข้อความที่ว่า “สติจะต้องผูกพัน (กับสังคม)”<sup>๑๒</sup> โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกันเมื่อเกิดปัญญาย่อมรู้เข้าใจมองเห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เกิดความซาบซึ้งมีใจโน้มไปหาคุณค่าอันดีงามที่เรียกว่า คุณค่าอันอุดมสมบูรณ์ และคุณค่าอันสมบูรณ์ที่เราเรียกว่า “ความรัก” ซึ่งสอดคล้องกับ พระมหาสมยศ อภายุตโต กล่าวว่าพระอวโลกิเตศวรเป็นตัวแทนของการแสดงคุณลักษณะของมหายาน ซึ่งหมายถึงความกรุณาอันยิ่งใหญ่ที่มีต่อมหาชน แนวความคิดนี้ไม่เพียงแต่มีความสัมพันธ์กับปณิธานและปฏิปทาที่จะบรรลุพุทธภาวะ ส่วนปฏิปทาของพระโพธิสัตว์อันเต็มเปี่ยมด้วยความเมตตาและความเสียสละที่เป็นผลมาจากความประพฤติปฏิบัติจริง เป็นสิ่งที่ทำให้คำสอนที่เป็นนามธรรมแสดงออกมาให้ปรากฏเห็นเป็นรูปธรรม หลักธรรมดังกล่าวในพระพุทธศาสนาสามารถทำให้เห็นเป็นรูปธรรมโดยปรากฏเป็นผลที่เป็นจริง<sup>๑๓</sup> มีอยู่ ๒ ระดับ คือ

(๑) หลักธรรมที่ใช้กับความรักตนเอง ได้แก่ หลักคุณธรรมของพระโพธิสัตว์ (อวโลกิเตศวร) คือ สุทธิ ปัญญา เมตตา ขันติ ซึ่งเป็นคุณธรรมของพระโพธิสัตว์ตามแนว

<sup>๑๑</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), พิมพ์ครั้งที่ ๓๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๕๐๗.

<sup>๑๒</sup> Thich Nhat Hanh, Peace Is Every Step (New York: Bantam, 1991), P. 91. ในเอกสารประกอบการสอนรายวิชา “สัมมนาพระพุทธศาสนาเพื่อสังคม, รวบรวมจัดพิมพ์โดย พระมหาสมบูรณ วฑฒิกโร (พรธนา), ดร. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ๒๑ เซ็นจูรี, ๒๕๖๑): ๓-๔

<sup>๑๓</sup> พระมหาสมยศ อภายุตโต (เสนานุช), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวความคิดเรื่องพระอวโลกิเตศวรโพธิสัตว์ (กวนอิม) ในพระพุทธศาสนาหยาหน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

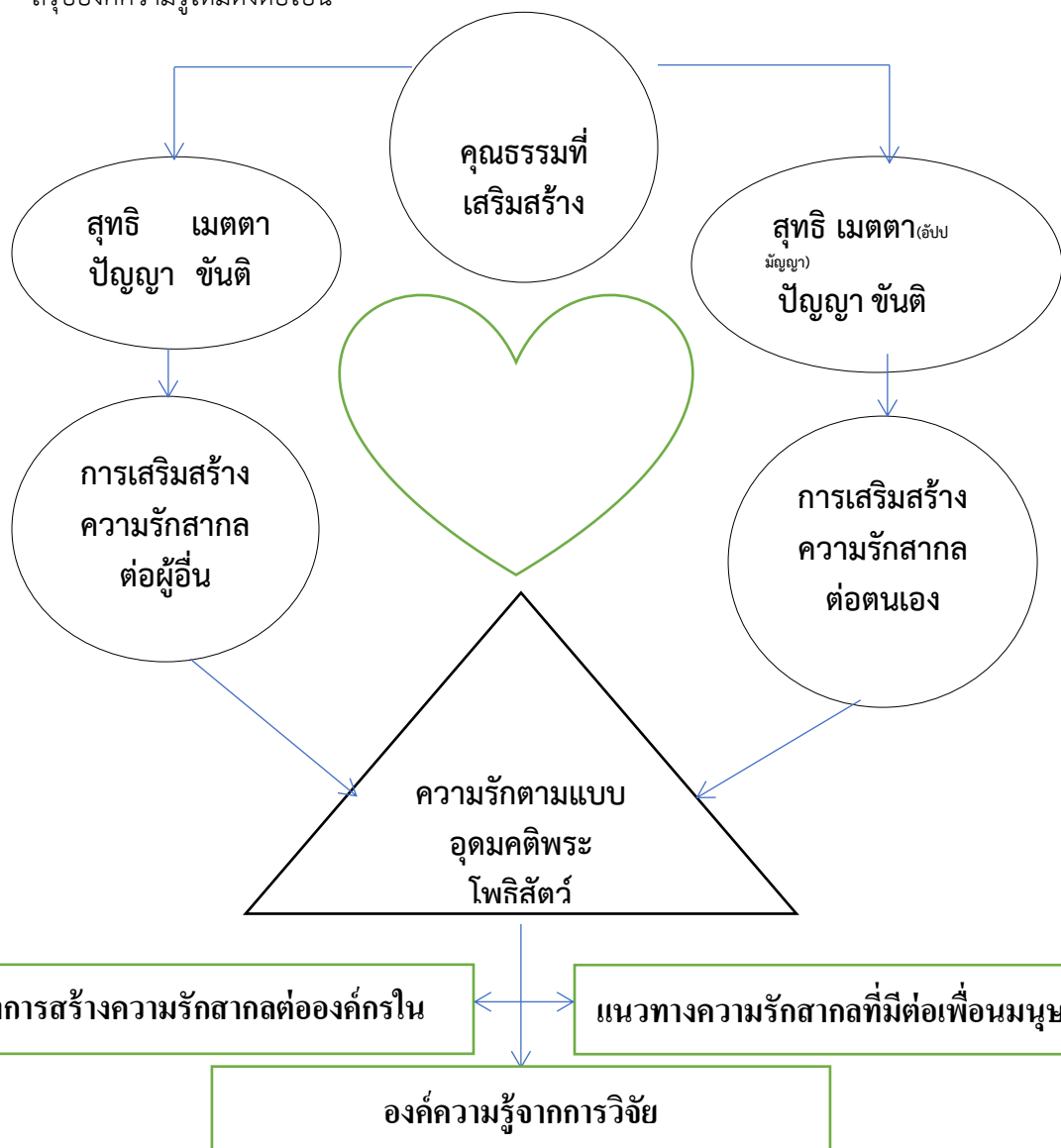


มหายานที่ได้กล่าวถึงความรักที่ยั่งยืนถาวร เป็นการแสดงออกซึ่งความรักสากลตามหลักการเป็นคุณธรรมของพระโพธิสัตว์

(๒) หลักธรรมที่ใช้กับความรักผู้อื่น ได้แก่ หลักอัปมัญญา ๔ คือ อันเป็นธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐและปฏิบัติต่อสรรพสัตว์ทั้งหลายโดยชอบไม่มีขอบเขต เป็นหลักธรรมที่เหมาะสมกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่างๆ เช่น มารดาบิดากับบุตรธิดา สามีกับภรรยาหรือคู่รัก เพื่อนกับเพื่อน ครูอาจารย์กับศิษย์

## ๖. องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ” ผู้วิจัยขอสรุปองค์ความรู้ใหม่ดังต่อไปนี้





## ๗. สรุป

การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการคือ การเชื่อมโยงเมตตาอัปมัญญาให้เกิดขึ้นภายในจิตใจมนุษย์ หากมนุษย์ทุกคนไม่ฝึกฝนและเสริมสร้างเมตตาให้เกิดตามวิธีปฏิบัติ จะทำให้โลกนี้เต็มไปด้วยความสุขและสันติภาพอย่างแน่นอนจะเห็นได้ว่าการเสริมสร้างความรักสากลต้องทำไปพร้อมกันในทุกองค์ประกอบ โดยต้องฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่องและโดยการคบกับกัลยาณมิตรที่จะช่วยกันพัฒนาส่งเสริมให้เกิดความรักสากลในการอยู่ร่วมกันและทำงานในองค์กรผู้นำองค์กรควรมีวิธีการเสริมสร้างและพัฒนาความรักสากลทั้ง ๔ องค์ประกอบไปพร้อมกัน เพราะมีความสัมพันธ์กัน โดยการสร้างสถานการณ์ที่เอื้อต่อการพัฒนาและเสริมสร้างเพื่อให้การดำเนินงานสามารถพัฒนาไปพร้อมกันอย่างมีประสิทธิภาพ ความรัก เป็นอารมณ์ชนิดหนึ่งของมนุษย์ เกิดขึ้น พัฒนาเปลี่ยนแปลงได้ จากความรักแบบหนึ่งไปเป็นความรักอีกแบบหนึ่ง และหายไปได้ในที่สุด ภายใต้องค์ประกอบ คือ ความผูกพัน ความใกล้ชิด มิตรภาพ การยอมรับนับถือซึ่งกันและกัน และความยืดหยุ่นของความรักที่มีต่อกันในสังคมมนุษย์ใหม่ดังนั้นมนุษย์ทุกคนเกิดมามีความรัก ความรักจะมีความสลับซับซ้อนและเพิ่มกลุ่มคนที่จะรักมากขึ้น ขยายวงกว้างออกไปสู่สังคมเมื่อนุษย์เจริญเติบโตขึ้น จากครอบครัวสู่สังคมโรงเรียน เพื่อนที่ทำงานและที่สาธารณะต่างๆ โดยจะเริ่มต้นจากรักแบบไม่อิงอารมณ์ใคร่มาเป็นความรักฉันทที่คู่รักหรือรักด้วยใจพิศواسปรารถนาเพื่อเป็นการขยายความ และอธิบายหลักการ ทฤษฎีต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับความรักจากการศึกษาตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

## ๘. ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัย “การเสริมสร้างความรักสากลเชิงพุทธบูรณาการ” นั้นผู้วิจัยมองว่า ยังมีประเด็นสำคัญที่น่าสนใจในการนำมาศึกษาวิจัยเพิ่มเติมเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจมากขึ้น จึงขอเสนอแนะเป็นประเด็นการศึกษาดังนี้

๑. ครอบครัวควรส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการเสริมสร้างและประยุกต์หลักทางพระพุทธศาสนาด้วยความรักของบุคคลในครอบครัวเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข
๒. ครอบครัวควรนำหลักการเสริมสร้างความรักไปประยุกต์ใช้กับความรักของวัยรุ่นในสังคมอย่างจริงจังจึงจะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้
๓. องค์กรควรนำการเสริมสร้างความรักไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของบุคลากรในหน่วยงานนั้นๆ
๔. ภาครัฐเอกชนควรให้ความสำคัญเกี่ยวกับการเสริมสร้างความรักสากลของคนในสังคม



### บรรณานุกรม

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

จำนงค์ ทองประเสริฐ. ปรัชญาตะวันตกสมัยโบราณ, พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

วสิน อินทสระ. ธรรมและชีวิต. กรุงเทพมหานคร: กมลการพิมพ์. ๒๕๒๗.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). ความรักจากวาเลนไทน์ สู่ความเป็นไทย. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๔๕.

พระเชมนันทะ. ชีวิตกับความรัก. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ๒๕๔๔.

พุทธทาส. รักผู้อื่น: แก้ปัญหาได้ทุกอย่าง. บทคัดย่อจากชุดสิ่งสำคัญที่พากันมองข้าม. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิเผยแผ่ชีวิตประเสริฐ, ๒๕๔๐.

Thich Nhat Hanh, *Peace Is Every Step*. (New York: Bantam, 1991).

