



การจัดการความรักเชิงพุทธ
THE MANAGEMENT OF LOVE IN BUDDHISM

นางสาวรัสรีสา สุขุประการ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



The Management of Love in Buddhism

Miss Rasrisa Sukhuprakarn

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์
เรื่อง “การจัดการความรักเชิงพุทธ” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

.....
(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

..... กรรมการ
(ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์)

..... กรรมการ
(พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร.)

..... กรรมการ
(ผศ.ดร. แม่ชีกฤษณา รักษาโณม)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร. ประธานกรรมการ

ผศ.ดร. แม่ชีกฤษณา รักษาโณม กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

.....
(นางสาวรัศริสา สุขุประการ)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์
เรื่อง “การจัดการความรักเชิงพุทธ” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

กรรมการ

(ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์)

กรรมการ

(พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร.)

กรรมการ

(ผศ.ดร. แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร.

ประธานกรรมการ

ผศ.ดร. แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(นางสาวรัสรีสา สุขประการ)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การจัดการความรักเชิงพุทธ
 ผู้วิจัย : นางสาวรสรีสา สุขุประการ
 ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
 คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระราชปริยัติกวี (สมจินต์ สมมาปญโญ) ศ.ดร., ป.ธ.๙, ศษ.บ.
 (การสอนมัธยมศึกษา), พธ.ม. (พระพุทธศาสนา)
 Ph. D. (PaLi & Buddhist)
 : ผศ.ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม, ป.อบ. (ประกาศนียบัตร
 อภิธรรมบัณฑิต), บ.ศ. ๙ (บาลีศึกษา ๙ ประโยค)
 ศศ.บ. (ภาษาอังกฤษ), ศษ.บ. (ภาษาไทย),
 พธ.ม. (พระพุทธศาสนา), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

วันสำเร็จการศึกษา : ๗ เมษายน ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

การจัดการความรักมีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย ๒) เพื่อศึกษามิติของความรักในทางพระพุทธศาสนา ๓) เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ โดยออกแบบเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพใช้วิธีการศึกษาจากเอกสารและการสัมภาษณ์

ผลการศึกษาวิจัย พบว่า :

มิติทางด้านความรักที่มีปรากฏในทางพระพุทธศาสนานั้นมีทั้งหมด ๕ มิติ คือ ๑. ความรักแบบเปมะ หมายถึง ความรักเริ่มแรกที่ได้รับจากครอบครัว ๒. ความรักแบบเสนหา หมายถึงความรักของหนุ่มสาว ๓. ความรักแบบฉันทะ หมายถึง ความรักที่จะคงอยู่พึงพอใจที่จะอยู่ร่วมกัน ๔. ความรักแบบเมตตา หมายถึง ความรักที่ปรารถนาดีให้บุคคลที่ตนรักนั้นประสบแต่ความสุข และ ๕. ความรักแบบมหารุณาคิณ หมายถึงความรักที่ประเสริฐที่สุด รักทุกสรรพสัตว์เท่าเทียมกันไม่มีแบ่งแยกชนชั้นวรรณะ รวมถึงการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาเป็นแนวทางการแก้ไขบุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรัก

มิติความรักทางด้านจิตวิทยานั้นเน้นไปทางด้านความรู้สึกของบุคคลมากกว่าและสังคม วิทยานี้เน้นทางด้านความสัมพันธ์ของบุคคลในสังคม โดยทั้งสองศาสตร์นี้สามารถนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปแก้ไขบุคคลร่วมสมัยที่มีปัญหาทางด้านความรักได้ ซึ่งไม่ว่าจะเป็นศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาหรือศาสตร์ทางด้านสังคมก็สามารถที่จะนำหลักการต่างๆมาประยุกต์ใช้กับหลักการทางพระพุทธศาสนาได้ เพราะหลักการทางพระพุทธศาสนานั้นเป็นหลักธรรมที่เป็นจริงเสมอในทุกยุคทุกสมัยที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงได้ค้นพบและบอกแนวทางนั้นให้แก่บรรดาสรรพสัตว์ ให้พ้นทุกข์ สามารถที่จะนำมาประยุกต์ใช้ได้ทุกโอกาสและทุกเวลา

Thesis Title : The Management of Love in Buddhism
Researcher : Miss Rasrisa Sukhuprakarn
Degree : Master of Arts (Buddhist Educational Administration)

Thesis Supervisory Committee

: Phra Rajapariyatkavi, (Somjin Sammāpāṇṇo), Prof. Dr. Pali IX, B.Ed (Secondary Education), M.A. (Buddhist Studies), Ph.D (Pali & Buddhist Studies).
 : Asst. Prof. Dr.Maechee Kritsana Raksachom, Pali IX, B.A. (Abhidhamma Studies), B.A. (English), B.A. (Thai Language), M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : 7 April, 2018

Abstract

This thesis was aimed: 1) to study the dimension of love in contemporary society, 2 to study the dimension of love in Buddhism, and 3) to study the management of love in Buddhism . The design was qualitative research using documentary and interviewing methods.

The results of the research showed that:

The dimensions of love appearing in Buddhism are of five aspects: 1. love as Pema; it basically means the first love received from the family, 2. love as Saneha; it means crimping, 3. Love as Chanta; it means being happy in living together, 4. love as Mettā; it means expressing a good wish for the person one loves to be happy, and 5. Love as Mahākaruṇā; it means supreme love for all unconditionally. This includes the application of Buddhist virtues to solve one's problem of love.

The dimension of love in psychology and sociology can lead to the principles of Buddhism in order to solve contemporary problems caused by love. It is a way to understand the nature of love done by using the Buddhist approach to navigating to contemporary people. Whether it is a psychology or social sciences, the principles can be applied to the principles of Buddhism. The principle of Buddhism is a true principle in all ages; Lord Buddha has discovered and told the way to liberate human beings from suffering and those virtues can be applied to every opportunity and time.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จดังที่ปรากฏ จากการได้รับความเอื้อเฟื้อ ความเมตตาอนุเคราะห์ช่วยเหลือจากบุคคลผู้เกี่ยวข้องหลายฝ่าย ซึ่งผู้วิจัยขอเอ่ยนามแสดงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณ พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร. รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่ท่านได้เสียสละเวลาให้คำแนะนำปรึกษา แก่ไขปรับปรุงให้วิทยานิพนธ์สมบูรณ์ และขอขอบพระคุณ ผศ.ดร. แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และอาจารย์ที่ปรึกษา ที่ให้ความอนุเคราะห์ในด้านวิชาการและการจัดทำวิทยานิพนธ์ด้วยความเอื้อเฟื้ออย่างสูง รวมทั้งให้กำลังใจมาโดยตลอดจนวิทยานิพนธ์สำเร็จ

ขอขอบพระคุณ พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่กรุณาให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์และอนุมัติให้วิทยานิพนธ์สำเร็จลง และขอขอบพระคุณ คณาจารย์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ให้ความรู้ทางพระพุทธศาสนาด้วยความเมตตาธรรมและเอื้ออาทรยิ่ง

ขอขอบพระคุณ พระศรีวินยาภรณ์,ดร. ประธานคณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ พระราชปริยัติมุนี,ผศ.ดร. และ ผศ.ดร. วุฒินันท์ กันทะเตียน และ ดร.อรชร ไกรจักร์ คณะผู้ทรงคุณวุฒิที่เมตตาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย อีกทั้งเมตตาในการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์สำหรับงานวิจัยอย่างมาก พร้อมทั้งชี้แนะแนวทางปรับปรุงให้วิทยานิพนธ์สมบูรณ์ขึ้น

ขอขอบพระคุณ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี) ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย ที่ได้ให้ทุนการศึกษางานวิจัยในครั้งนี้และได้กรุณาให้สัมภาษณ์เก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย

ขอขอบพระคุณ พระมหาทวี มหาปัญญา,ผศ.ดร., ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร และผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์ ที่กรุณาให้สัมภาษณ์เก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย สุดท้ายนี้ขอขอบพระคุณพระมหาอดิเดช สติวโร,ดร. ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำแนวทางในการทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้

ขอขอบคุณ เพื่อนๆ นิสิตระดับปริญญาโท สาขาพระพุทธศาสนา รุ่นที่ ๒๙ ทุกคน และเจ้าหน้าที่ทุกๆ ท่านของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ให้ความช่วยเหลือสนับสนุนและเป็นกำลังใจมาโดยตลอด

ท้ายที่สุดนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณดีทั้งหลายที่เกิดจากการทำวิทยานิพนธ์นี้ น้อมบูชาคุณ พระรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณอุปฌาย์อาจารย์ และคุณของผู้มีอุปการคุณทุกท่าน

นางสาว รัสริสา สุขประการ

๗ เมษายน ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ช
สารบัญภาพ	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ญ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๕
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๕
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๕
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๐
๑.๘ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๑๑
๑.๙ ประโยชน์ที่ได้รับ	๑๑
บทที่ ๒ แนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย	๑๒
๒.๑ ความรักในทางด้านจิตวิทยา	๑๒
๒.๑.๑ ความหมายและต้นกำเนิดของคำว่ารักทางด้านจิตวิทยา	๑๒
๒.๑.๒ มิติของความรักทางด้านจิตวิทยา	๑๗
๒.๑.๓ ระดับของความรักในเชิงจิตวิทยา	๒๑
๒.๑.๔ สรุปความรักทางด้านจิตวิทยา	๒๗
๒.๒ ความรักทางด้านสังคมวิทยา	๒๘
๒.๒.๑ ความหมายและต้นกำเนิดของคำว่ารักทางด้านสังคมวิทยา	๒๘
๒.๒.๒ มิติของคำว่ารักทางด้านสังคมวิทยา	๒๙
๒.๒.๓ ระดับความรักทางด้านสังคม	๓๓
๒.๒.๔ สรุปความรักทางด้านสังคมวิทยา	๓๗
บทที่ ๓ มิติของความรักในทางพระพุทธศาสนา	๓๙
๓.๑ ความหมายและต้นกำเนิดของคำว่าความรัก	๓๙
๓.๒ ไพบูลย์ของคำว่ารักในทางพระพุทธศาสนา	๔๑
๓.๓ ประเภทและลักษณะที่เกี่ยวข้องกับความรักในพระพุทธศาสนา	๔๓

๓.๔ ความรักของบุคคลต่างๆที่มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา	๕๗
๓.๕ สรุปมิติความรักในทางพระพุทธศาสนา	๖๘
บทที่ ๔ การจัดการความรักเชิงพุทธ	๗๐
๔.๑ สภาพปัญหาที่เกิดจากความรัก	๗๐
๔.๑.๑ บุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรักทางด้านพระพุทธศาสนา	๗๐
๔.๑.๒ บุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรักทางด้านจิตวิทยา	๗๐
๔.๑.๓ บุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรักทางด้านสังคมวิทยา	๗๑
๔.๑.๔ บุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรักโดยผลจากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ	๗๑
๔.๒ การจัดการความรักเชิงพุทธ	๗๔
๔.๒.๑ การจัดการความรักทางพระพุทธศาสนา	๗๔
๔.๒.๒ การจัดการความรักทางด้านจิตวิทยา	๗๔
๔.๒.๓ การจัดการความรักทางด้านสังคมวิทยา	๗๗
๔.๒.๔ การจัดการความรักเชิงพุทธโดยผลจากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ	๗๙
๔.๓ สรุปการจัดการความรักเชิงพุทธ	๘๓
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๘๗
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๘๗
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๘๘
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ	๘๘
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	๘๙
บรรณานุกรม	๙๐
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสัมภาษณ์	๙๓
ภาคผนวก ข รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	๑๑๕
ภาคผนวก ค หนังสือออกในการดำเนินการวิจัย	๑๑๗
ประวัติผู้วิจัย	๑๒๖

สารบัญตาราง

เรื่อง	หน้า
ตารางที่ ๔.๑ เปรียบเทียบประเภทของความรักทางสังคมวิทยาและทางพระพุทธศาสนา	๗๔
ตารางที่ ๔.๒ ทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งรักของสเตอร์นเบิร์ก	๗๕
ตารางที่ ๔.๓ ความต้องการของมนุษย์ทางด้านจิตวิทยาของอีริก ฟรอมม์	๗๖
ตารางที่ ๔.๔ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของคู่รักทางสังคมวิทยากับทางพุทธศาสนา	๗๗
ตารางที่ ๔.๕ เปรียบเทียบความจำเป็นของความรักทางสังคมวิทยากับพระพุทธศาสนา	๗๘
ตารางที่ ๔.๖ การนำศาสตร์สมัยใหม่มาประยุกต์ใช้กับหลักทางพระพุทธศาสนา	๘๔
ตารางที่ ๔.๗ วิเคราะห์การจัดการความรักในมิติต่างๆ	๘๕

สารบัญภาพ

เรื่อง	หน้า
แผนภาพที่ ๑.๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๑๑
แผนภาพที่ ๒.๑ แสดงประเภทอารมณ์ทางจิตวิทยาของแต่ละบุคคลของพลูทซิด	๑๕
แผนภาพที่ ๒.๒ ทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งรักของสเติร์นเบิร์ก	๑๖
แผนภาพที่ ๒.๓ ความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์	๒๔

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังอักษรย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ส. (ไทย) ๙/๑๖๖/๕๓-๕๔ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๙ ข้อ ๑๖๖ หน้า ๕๓ ถึง ๕๔ ผู้วิจัยได้เรียงตามลำดับคัมภีร์ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

คำอธิบายคำย่อในภาษาไทย

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

พระวินัยปิฎก				
วิ. ม. (ไทย)	= วินัยปิฎก	มหาวรรค		(ภาษาไทย)
พระสุตตันตปิฎก				
ที.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.ส. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ข. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ติก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง. ปญจก (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ข. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.เถรี. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรีคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.เอกก.	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เอกกนิบาตชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.ทุก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ทุกกนิบาตชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.อป. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธมมปทปาลิ	(ภาษาบาลี)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง.(ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ (ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)

ข.คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

วิ.ม.อ. (ไทย)	= วินัยปิฎก	สมันตปาสาทิกา	มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
---------------	-------------	---------------	----------------	-----------

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

อง.ฉก.อ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ชาดกอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.อ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.ม.อ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ทุกชีวิตล้วนเกิดขึ้นจากความรัก ทุกชีวิตย่อมจะต้องประสบพบผ่านเหตุการณ์ที่เข้ามาในชีวิต และในทุกศาสนาล้วนแต่สอนเรื่องความรัก ในสมัยปัจจุบันผู้คนส่วนมากมักคิดว่าสาเหตุที่เป็นทุกข์ ล้วนแล้วเกิดจากความรัก แต่หารู้ไม่ว่า ความรักนั้นไม่ได้ทำให้เกิดความทุกข์ แต่เพราะอวิชชาต่างๆที่เข้ามาผูกไว้กับความรักต่างหากที่ทำให้เกิดความทุกข์ หรือภาษาคนร่วมสมัยที่เรียกว่า “รักแบบมีเงื่อนไข” หรือภาษาชาวบ้านที่เรียกว่า “รักแบบหวังผลประโยชน์” จะกล่าวคือ รักในรูปแบบของสังคมปัจจุบัน มีความเห็นแก่ตัวค่อนข้างสูง เนื่องจากในยุคสมัยนี้ ตั้งแต่คนเราเกิดมาก็มีการแก่งแย่งชิงดีกัน ไม่ว่าจะเป็นตั้งแต่การเลือกสถานพยาบาลการคลอดบุตร การเข้าเรียนสถานศึกษา ล้วนแต่ต้องการเข้าเรียนในสถานศึกษาที่มีชื่อเสียงเป็นที่ยอมรับในสังคม หลังจากที่เข้าศึกษาในสถานศึกษาที่ต้องการแล้ว ก็ต้องแก่งแย่งกับเพื่อนในห้อง เรื่องการสอบที่มีการจัดลำดับที่ เพื่อไม่ให้อายเพื่อนเวลาลำดับที่สอบผลออก และได้ปิดประกาศไว้ที่หน้ากระดานของห้องเรียน จนกระทั่งทำงานทุกคนล้วนแต่เฝ้าไฝ่ฝันเพื่อให้ได้งานในบริษัทที่มีชื่อเสียง ตำแหน่งที่ดี หรือแม้กระทั่งแก่งแย่งในการที่จะมีคู่ครองที่ดี ที่สมบูรณ์แบบในครอบครัวที่กำลังจะสร้างขึ้นในอนาคต ส่วนที่ว่าด้วยรักแบบไม่มีเงื่อนไขแบบที่ง่ายและเข้าใจที่สุดคือความรักแบบแม่ที่เมื่อคลอดลูกแล้วเห็นหน้าลูกก็เกิดความรักทันที โดยไม่มีเงื่อนไขหรือผลประโยชน์เข้ามาผูกมัดในความรักนั้นๆ อวิชชาเป็นปัจจัยที่เกิดมาพร้อมกับสัตว์ทุกชนิด เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาจากปัจจัยอื่นๆ เข้ามาเกี่ยวข้องทำให้เกิดความอยาก ความต้องการ อาจไม่ใช่ความรักอย่างแท้จริง

ผลของการนี้ธรรมชาติก็มีรางวัลให้คือ ความสุขจากการสมหวังนั้น แต่ในขณะเดียวกันความทุกข์ก็มาคู่กับความสุขด้วยเช่นกัน ในรูปของความไม่สมหวัง ดังนั้นความรักที่มาพร้อมอวิชชาจึงเป็นปฐมเหตุแห่งความทุกข์ ที่เกิดจากความไม่สมหวังเพราะคาดหวังการแก่งแย่ง แข่งขัน ปัจจัยแวดล้อมหลาย ๆ อย่างที่อาจเป็นเหตุสร้างเงื่อนไขที่มากมาย ในการแสวงหาคู่ ที่ทำให้ไม่สมหวัง ความรักกับความทุกข์เป็นของคู่กัน ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงทราบและให้ความสำคัญเป็นลำดับแรก ๆ ในการประกาศพระศาสนา ดังพระปฐมเทศนา กล่าวว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ขอนี้เป็นทุกขอริยสัจ คือ แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์ แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์ แม้ความเจ็บก็เป็นทุกข์ แม้ความตายก็เป็นทุกข์ ความประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความไม่ได้สิ่งที่ปรารถนาเป็นทุกข์ โดยย่ออุปาทานขันธ ๕ ก็

เป็นทุกข์”^๑

จากพุทธพจน์นี้ชี้ให้เห็นว่าความรักเป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ทั้งสองรูปแบบที่มักเกิดขึ้นกับมนุษย์ทุกคน เป็นรูปแบบปกติที่เกิดขึ้นทางธรรมชาติ ประเด็นแรก เป็นความทุกข์ที่เกิดตามธรรมชาติ ได้แก่ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย ที่ไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้ เป็นไปตามนั้น เมื่อเกิดมาแล้วมนุษย์ทุกคนพยายามที่จะปฏิเสธ ความแก่ ดังจะเห็นการใช้ยาบำรุง การทำศัลยกรรม การดูแลรักษาเพื่อปกปิดความแก่นั่น ความเจ็บเป็นเรื่องชัดเจนที่ทุกคนไม่อยากจะป่วย ไม่อยากทรมานกับโรคร้ายที่เกิดขึ้น ซึ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้เพราะความแก่ ความชรา ทำให้ร่างกายมีภูมิคุ้มกัน หรืออุบัติเหตุ ส่วนความตายที่ทุกคนไม่อยากจะเกิดขึ้นทั้งตนเองและคนที่รัก แต่ก็หลีกเลี่ยงไม่ได้ ประเด็นที่สอง ความทุกข์ที่เกิดจากการปรุงแต่งจิตที่ขาดวิชาหรือปัญญาที่จะรู้เท่าทันตามความเป็นจริงในสังขารธรรมของชีวิต จึงเกิดความทุกข์เพราะความพลัดพรากจากของที่รัก (วิภาวะตัณหา) อยู่กับสิ่งที่ไม่รักก็ทุกข์ (ภาวะตัณหา) และหวังแล้วไม่ได้ดังหวัง (กามตัณหา)^๒ นี่คือ พื้นฐานของมนุษย์ธรรมดาที่ต้องประสบทุกข์ความทุกข์จึงเกิดขึ้นกับมนุษย์โดยตลอด ตราบเท่าที่มนุษย์ยังไม่รู้ตามความเป็นจริงว่ามันเป็นทางธรรมที่มีอยู่แล้ว พระพุทธองค์เล็งเห็นประเด็นเหล่านี้ จึงหาหนทางที่จะต้องแก้ไขเพื่อให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ทรงค้นพบความจริงอันเป็นวิธิตัดที่เป็นมากกว่าแนวทางธรรมดาของสามัญ เป็นวิธิตัดแบบมีสติรู้เท่าทัน รู้ความจริงที่ทำให้เกิดทุกข์ รู้วิธีการวางใจให้เกิดความสงบสันติที่ปราศจากความทุกข์มารบกวน ในครั้งพุทธกาลคนส่วนใหญ่นิยมแสวงหาความสุข เพื่อเชื่อว่าความสุขนั้นเป็นสิ่งที่สามารถสร้างขึ้นได้ ความเชื่อเรื่องความสุขมีสองส่วน

ส่วนแรกเชื่อว่าการบริโภคบำรุงบำเรอทางกามคุณทั้ง ๕ ช่องทาง มี ทางตา-มองภาพสวยงาม มองสิ่งที่เราปรารถนาที่จะเห็น, ทางหู-การฟังเพลง การฟังคำพูดที่ไพเราะ, ทางจมูก-การได้รับกลิ่นที่หอม ที่ตรงใจ พอใจ, ลิ้น-การรับรสชาติของอาหารถูกลิ้นและทางกาย-การได้รับการสัมผัสที่อ่อนนุ่ม ที่ถูกใจตน สิ่งเหล่านี้เรามักจะเพลิดเพลินเรียกว่า กามคุณทั้ง ๕ ทำให้ยากนักที่จะสลัดหลุด เป็นอุปาทานที่เหนียวแน่น ยึดรั้งเราไว้จากตัณหา ส่วนที่สองเป็นความสุขที่เกิดจากการทนทุกข์ ผู้คนที่ต้องการแสวงหาทางพ้นทุกข์ในครั้งพุทธกาลมักนิยมทรมานร่างกาย โดยหลงคิดว่าการทนทุกข์นั้นคือการพ้นทุกข์อย่างหนึ่ง มีวิธีคิดว่าถ้าหากร่างกายจะได้รับการฝึกที่จะทนความเจ็บที่อาจเกิดขึ้นแล้ว จะไม่เป็นทุกข์ตามปกติวิสัยของคนทั่วไปเพราะชินแล้ว สามารถทนได้กับความเจ็บปวดนั้น เหมือนว่าฝึกให้ร่างกายเคยชินกับการเจ็บปวด เช่น พระพุทธองค์ทรงเคยทดลองทำมาก่อนในทุกริกิริยา ที่ทรมานตนเองจนเหลือแต่หนังหุ้มกระดูก ถึงที่สุดก็ตอบตนเองไม่ได้ว่านี่คือ ความสุขตามที่ปรารถนา เพราะจิตใจยังเร่าร้อนอยู่ไม่สงบสันติในจิตใจได้ เหมือนจับผู้ร้ายผิดตัว แทนที่จะฝึกที่จิตกับฝึกที่กายให้ดีเสียก่อน

หากเรามีความทุกข์ไม่ว่าจะเกิดจากปัญหาในเรื่องใดๆ ถ้าเราจัดการกับปัญหาได้ไม่ถูกทาง เราก็จะมีวิธีการดำเนินทางไปในทางที่ผิดเปรียบเสมือนคนตาบอดเดินโดยปราศจากไม้เท้า หลงผิดทางแก้ไขปัญหาแบบผิดๆ ผู้วิจัยจึงมีแนวคิดมาก่อนที่เราจะหาวิธีการแก้ปัญห เราควรสมารถที่จะแยกรูปแบบและสาเหตุของความทุกข์ที่เกิดขึ้นให้ได้ก่อน เพื่อให้มองรูปแบบปัญหาต่างๆ ว่าความมีวิธีแก้ไข

^๑ วิ. ม. (ไทย) ๔/๑๔/๒๑.

^๒ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๖๓.

ในรูปแบบของปัญหา และสาเหตุที่เกิดขึ้นแตกต่างกันเป็นเพราะเหตุใด

ในสมัยพุทธกาลก็มีปรากฏเกี่ยวกับผู้ที่เคยมีปัญหาด้านความรัก แต่ก็ที่จะสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ยกตัวอย่างเรื่องเรื่องพระกุนทลเกสึเถรี^๓ ธิดาเศรษฐีคนหนึ่งในกรุงราชคฤห์ มีอายุย่าง ๑๖ ปี บิดาและมารดาของเธอเลี้ยงดูเธอเป็นอย่างดี อยู่มาวันหนึ่งมีคนได้จับใจได้และกำลังนำไปประหาร แต่ยังไม่ได้ประหาร เพราะธิดากุนทลเกสึได้ยินเสียงฝูงชน เมื่อเข้ามาเห็นจึงกระทำการห้ามเสีย เมื่อนางได้เห็นโจรผู้หนึ่งนางเกิดความปรารถนาในโจรผู้นั้น นางได้บอกบิดามารดาของนางว่า ขาดชายผู้นี้นางอยู่ไม่ได้ บิดามารดาไม่สามารถห้ามนางได้ จึงยกลูกสาวให้กับโจรผู้นั้น หลังจากที่ถูกสาวได้ชายผู้เป็นโจรเป็นสามีแล้ว สามีผู้เป็นโจรของนางเกิดมีความคิดว่าทำอย่างไรถึงจะได้ทรัพย์สินของนาง จึงออกอุบายว่าจะไปบวงสรวงที่ภูเขาที่มีชื่อว่า “เขาทั้งโจร” โดยสามีของนางบอกให้เตรียมเครื่องประดับ ของมีค่าทั้งหลาย รวมถึงให้ภรรยาแต่งตัวให้สวยงามโดยเครื่องประดับที่มีค่าทั้งหลายในการไปบวงสรวง เมื่อถึงที่เขาทั้งโจร สามีของนางได้บอกให้คนที่ติดตามของนางรอที่เชิงเขา โดยที่เขากับภรรยาจะไปกันสองคน เมื่อถึงยอดเขาสามีที่เป็นโจรของนางกุนทลเกสึจะผ่านางเพื่อชิงเอาเครื่องประดับในตัวนาง และของมีค่าต่างๆที่ใช้ในการบวงสรวง เมื่อนางรู้ถึงความคิดของสามีว่าต้องการที่จะผ่านาง นางจึงบอกกล่าวสามีของนางว่า ท่านจะฆ่าเราทำไมกัน ในเมื่อทรัพย์สินที่เป็นของฉัน หรือตัวฉันก็เป็นของท่าน แต่สามีที่เป็นโจรของนางยังไม่คิดที่จะเปลี่ยนใจ นางจึงออกอุบายทำตามคำขอสุดท้ายของนางคือ ทำประทักษิณ ๓ ครั้ง การไหว้สามีเป็นครั้งสุดท้ายของชีวิต ขณะที่นางทำการไหว้สามีนางก็ได้ผลึกสามีของนางตกเขานางจึงรอดจากการถูกฆ่ามาได้ด้วยไหวพริบปณิธานของนางนั่นเอง หลังจากเกิดเหตุการณ์ดังกล่าวนางกุนทลเกสึได้ออกบวชและกลายเป็นผู้ที่เฝ้าตักค้ำด้านตรัสรู้เร็วพลัน

จากพุทธประวัติที่มีการถูกบันทึกก็ได้แสดงให้เห็นว่าในอดีตก็เคยมีผู้ที่หลงผิดเกี่ยวกับความรัก คิดว่าสิ่งนี้ สิ่งนั้น นั่นคือ ความรัก แต่สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ บุคคลที่เคยหลงผิดนั้นจะสามารถใช้ความคิดในการแก้ปัญหาได้ทันท่วงทีหรือไม่ ไม่หลงไหลไปตามอารมณ์ที่เข้ามาทำให้เกิดความรู้สึกต่างๆ ที่เรียกว่า การหลงผิด ผู้ที่หลงผิดอาจจะมองไม่เห็นถึงความผิดพลาดนั้น เพราะตนนั้นอยู่ใกล้เกินไปเปรียบดังคนตาที่อยู่ใกล้ตาแต่เรากล้ามองไม่เห็นคนตา เป็นเรื่องที่น่าแปลกว่า บางครั้งเจอความรักที่มีความทุกข์แต่เหตุใดเล่าทุกคนล้วนเฝ้าปรารถนาที่จะต้องการมัน แม้อาจเคยได้รับความทุกข์จากมัน ก็ยังที่จะแสวงหาไม่มีที่สิ้นสุด ปกติในความเป็นมนุษย์ที่เกิดมาบางครั้งพบเจอกับเหตุการณ์ต่างๆ จนกลายเป็นสิ่งที่เรียกว่า ประสบการณ์ ถึงแม้บางครั้งเป็นประสบการณ์ที่ไม่ดี ไม่น่าจดจำ ก็ยังที่จะต้องการสิ่งที่เคยชวนชวหรือสิ่งที่เคยต้องการได้รับจากประสบการณ์เดิมแต่ไม่พบเจอสิ่งนั้น บางคนเรียกเป็นภาษาพูดว่า เจ็บแล้วไม่จำนั่นเอง แต่อยู่ที่ว่าแต่ละบุคคลมีการจัดการแก้ปัญหาที่เกิดจากสิ่งนั้นได้อย่างไร ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการที่จะศึกษาสิ่งที่เรียกว่า ความรัก สิ่งนั้นทำให้เกิดเรื่องราวต่างๆต้นเหตุของสิ่งนั้นๆมันเป็นอย่างไร เพราะสาเหตุใดถึงทำให้รักและแต่ละบุคคลมีแนวทางการแก้ปัญหาอย่างไร

ในปัจจุบันก็มีผู้ที่มีปัญหาทางด้านความรักแต่แก้ปัญหาที่ผิดวิธีเช่นเหตุการณ์ของน้องปีทีฆ่า

^๓ พ.อ.บ. (ไทย) ๓๓/๒๒-๔๖/๔๕๘-๔๖๑.

ตัวตายเพราะความรัก ซึ่งเป็นเหตุการณ์เมื่อวันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๖๐^๔ โดยมีการเขียนจดหมายถึงหนุ่มที่มีชื่อว่า มาย ก่อนตาย ข้อความในจดหมายในตัดพ้อถึงความรักที่ไม่พึงประสงค์ โดยการฆ่าตัวตายนั้นเป็นลักษณะที่ผูกคอตายที่หน้าต่าพร้อมทั้งใส่เสื้อที่สกรีนรูปคู่ จากเหตุการณ์ดังกล่าวที่เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบัน ทางผู้วิจัยต้องการที่จะศึกษาบทบาทของความรัก หรือสิ่งที่บุคคลอื่นเฝ้ามองว่าสิ่งนั้นคือความรัก จึงต้องการที่จะหาแนวทางการจัดการทางด้านความคิดที่เกี่ยวข้องกับความรักและสามารถที่จะเผยแพร่แนวทางแก้ไขความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกวิธี

ผู้วิจัยมีความเข้าใจในด้านของความรักที่เกิดขึ้นนั้นอาจเกิดจากที่ทุกสรรพสิ่งเป็นสิ่งที่เอื้อต่อกันเป็นเหตุปัจจัยของกันและกัน ต้องการศึกษาค้นคว้าทำความเข้าใจว่าทำงานอย่างไร ทำให้เราสามารถหยุดยั้งความทุกข์นั้นลงได้หรือไม่ก็สามารถเยียวยารักษาใจได้ ธรรมชาติที่เกิดขึ้นมาในโลกนี้ สังคมนี้เป็นสิ่งที่เกิดมาจากการปรุงแต่งทั้งสิ้น ตราบใดที่มีการปรุงแต่งเกิดขึ้น และมนุษย์โลกจะมีแนวทางการจัดการกับปัญหานั้นอย่างไร

ปรากฏการณ์ทางด้านสังคม มีการบันทึกสถิติคนที่ฆ่าตัวตายอันเนื่องมาจากความรักนั้นมีเป็นจำนวนมากกล่าว สถิติตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ – ๒๕๕๓ พบว่า วัยทำงานอายุระหว่าง ๑๕- ๕๙ ปี เป็นกลุ่มคนที่มีอัตราการฆ่าตัวตายอยู่ที่ ๔.๖ คนต่อประชากร ๑ แสนคน ซึ่งมากกว่ากลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนที่มีอายุระหว่าง ๑๕ – ๒๙ ปี ที่มีอัตราการฆ่าตัวตายอยู่ที่ ๒.๒ คนต่อประชากร ๑ แสนคน สาเหตุอันดับ ๑ ที่ทำให้วัยรุ่นฆ่าตัวตายมากที่สุดคือผิดหวังในเรื่องความรัก, ประสบกับปัญหาการเล่าเรียนและปัญหาทางด้านครอบครัว^๕ ดูจากสถิติจะเห็นว่าเป็นตัวเลขที่มีนัยยะต้องแก้ไขปรับปรุงเพื่อเยียวยาบาดแผลทางใจอย่างเร่งด่วน เพราะคนวัยรุ่นเป็นกำลังของชาติต่อไปในอนาคต การสร้างจิตสำนึกอย่างมีเหตุผลย่อมการที่จะอธิบายเรื่องหลักธรรมให้กับคนรุ่นใหม่จึงต้องใช้การบูรณาการกับสภาพของการเรียนรู้ที่เขาคุ้นเคย เราไม่สามารถใช้หลักธรรมแบบตรงไปตรงมาได้ ต้องอธิบายในรูปแบบทำให้ประเทศชาติมั่นคง อีกทั้งช่วยให้เขามีอนาคตที่จะก้าวเดินต่อไปในวันข้างหน้าได้อย่างสมบูรณ์ ที่ให้เข้าใจได้อย่างง่าย ๆ ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าเรื่องนี้มีความสำคัญเป็นอย่างมากที่จะต้องศึกษาวิธีการสมัยใหม่เพื่ออธิบายหลักธรรมที่ใช้ในการป้องกันเยียวยาแก้ไขปัญหา และช่วยส่งเสริมชีวิตคู่ที่มีจุดกำเนิดมาจากความรัก เพื่อให้เป็นไปตามทางสายกลางโดยมีมรรค ๘ เป็นครรลองชีวิตกับหลักธรรมอื่นประกอบการจัดการจึงเป็นงานวิจัยที่เป็นการดูแลทั้งรักษา ป้องกันและเยียวยา มีความสำคัญอย่างหนึ่งในการใช้ชีวิต เพราะมนุษย์นั้นล้วนต้องพบเจอกับความรัก หรือปัญหาที่เกิดจากความรักด้วยกันทั้งสิ้น อยู่ที่เราจะหารูปแบบการจัดการ

^๔ ข่าวสด, นักศึกษาสาวเครียดวัย ๑๙ แพนทั้ง-ผูกคอตาย เขียนจน.ให้แฟนมาไหวศพไม่จันจะตามหลอกหลอน-เอาไปอยู่ด้วย, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.khaosod.co.th/breaking-news/news_190710 , [๑๑ มี.ค. ๖๐].

^๕ สำนักงานกองทุนสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาพ(สสส), ข่าวสร้างสุข, (ออนไลน์), แหล่งที่มา: <http://www.thaihealth.or.th/Content/2754-เผยสถิติฆ่าตัวตายผิดหวังรักมากที่สุด%20%20.html> [๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๙].

ความรักได้ถูกวิธีนั้นอย่างไร หรือสามารถให้คำปรึกษาบุคคลอื่นๆที่ประสบปัญหาที่เกี่ยวกับความรักนั้นได้อย่างไร งานวิจัยนี้ที่ผู้วิจัยได้จัดทำนั้นไม่ใช่แค่เพียงการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับความรักเพียงอย่างเดียว

ผู้วิจัยยังมีความสนใจศึกษาการจัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา โดยไม่ต้องรอให้ปัญหาความรักมีผลกระทบต่อชีวิตของผู้มีความรักและผู้ถูกกระทำจากความรักวิธีการคือ ศึกษาหลักการ วิธีการโดยยกตัวอย่างทั้งในอดีตและปัจจุบันเพื่อมองให้เห็นถึงรูปแบบของความรัก จะเห็นได้ว่าจากสถิติที่ทางผู้วิจัยนั้นได้ยกมาข้างต้นว่าปัญหาทางด้านความรักทำไมถึงทำให้ผู้ที่ได้มีการประสบกับทุกข์ที่เกิดขึ้นกับความรักถึงดำเนินการหาทางออกที่ผิดวิธี ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์อย่างยิ่งว่างานวิจัยเล่มนี้จะประโยชน์กับผู้ประสบความทุกข์ที่เกิดจากความรัก เพราะยังขาดการจัดการทางด้านความรักไม่เป็น อีกทั้งงานวิจัยเล่มนี้ยังใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ร่วมกับการจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับบุคคลนั้นๆที่ถูกเรียกว่า ความรัก ได้อย่างไร

๑.๒ วัตถุประสงค์

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษามิติของความรักในทางพระพุทธศาสนา
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการการทราบ

- ๑.๓.๑ ปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย
- ๑.๓.๒ ปัญหาที่เกิดขึ้นกับบุคคลที่มีความรักในทางพระพุทธศาสนา
- ๑.๓.๓ แนวทางในการแก้ปัญหาบุคคลที่มีความรักโดยการจัดการความรักเชิงพุทธ

๑.๔ ขอบเขตของงานวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัยจะทำการค้นคว้าศึกษาพฤติกรรมความรักของคนในสังคมปัจจุบัน ผลของความรัก การเยียวยา และแนวทางการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากความรักที่ไม่ประสบความสำเร็จ ตลอดจนการประดับประดาความรักจัดการเพื่อประยุกต์ใช้ในการอธิบายในแนวทางสมัยใหม่ เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเข้าถึงคนในปัจจุบันตลอดจนศึกษารูปแบบวิธีคิดที่แก้ไขปัญหาโดยใช้หลักธรรม เพื่อเยียวยา และป้องกันความทุกข์ที่เกิดจากความไม่สมหวังในความรัก

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเอกสาร

ผู้วิจัยจะศึกษาจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัทยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และหนังสือที่เกี่ยวกับความรัก

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านประชากร

ผู้วิจัยจะสัมภาษณ์เชิงลึก(In-depth Interview) นักวิชาการทางศาสนาจำนวน ๕ รูป/คน ดังนี้

๑. พระมหาทวี มหาบุญโญ,ผศ.ดร.
๒. พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี)
๓. ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ
๔. รองศาสตราจารย์.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร
๕. ผู้ช่วยศาสตราจารย์.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ ปัญหา หมายถึง สิ่งที่ทำให้เกิดความขัดข้องทางด้านจิตใจ

๑.๕.๒ หลักธรรม หมายถึง ข้อธรรมที่มีการถูกบันทึกไว้ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา

๑.๕.๓ การจัดการ หมายถึง การคิดวิเคราะห์จากสิ่งที่ต้องการศึกษา ทั้งยังสามารถจำแนกและแยกแยะได้อย่างแยบยล

๑.๕.๔ วิธี หมายถึง แนวทางการดำเนินการเพื่อการศึกษาสิ่งที่ต้องการจะศึกษา

๑.๕.๕ ปรากฏ หมายถึง สิ่งที่เปิดเผยตัวตนอยู่ให้เกิดการรับรู้ขึ้นสิ่งนั้น

๑.๕.๖ พฤติกรรม หมายถึง สิ่งที่บุคคลแสดงออกมาทางกาย และทางวาจาที่สามารถสัมผัสได้จากภายนอกด้วยการมองและการได้ยิน

๑.๕.๗ มิติ หมายถึง รูปแบบของสิ่งต่างๆที่ถูกแบ่งออกจากสิ่งที่มีความเหมือนกันหรือแตกต่างกันให้ออกมาได้หลากหลายรูปแบบจากสิ่งที่ต้องการจะศึกษา

๑.๕.๘ เยียวยา หมายถึง การดำเนินการเพื่อการนำไปสู่แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นนั้น

๑.๕.๙ การป้องกัน หมายถึง การไม่ให้สิ่งที่เคยเกิดขึ้นหรือสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้นที่ส่งผลไม่ดีไม่ให้เกิดขึ้นอีก หรือเกิดขึ้นครั้งใหม่

๑.๕.๑๐ ร่วมสมัย หมายถึง บุคคลที่ใช้ชีวิตในสังคมสมัยปัจจุบันที่อยู่ร่วมกันในสังคม ทั้งผู้สูงอายุ ผู้ใหญ่ละเด็ก

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ก) หนังสือและตำรา

๑.๖.๑. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวว่า

“เปมะ” เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “เคหสิตเปมะ” หมายถึง ความรักอันอาศัยเรือน ได้แก่ รัก

กันโดยฉันทเป็นเนื่องถึงกัน เป็นญาติกัน เป็นคนร่วมเรือนเดียวกัน ความรักฉันพ่อแม่ลูกใคร^๖

“เสนหา” ได้รับความหมายไว้ในพุทธธรรมว่า เสนหานั้นเป็นความรักฝ่ายอกุศลที่ตรงข้ามกับเมตตา เป็นไวพจน์คำหนึ่งของตัณหา คือ ความรักที่เจือตัณหาดังนั้นความรักแบบเสนหาจึงหมายถึงความรักใคร่เอื้อยเฉพาะบุคคล ความพอใจโปรดปรานส่วนตัว มุ่งแสวงหาความสุขและเกี่ยวกับการป้องกันรักษาตัวตน^๗ “ฉันทะ” หมายถึงความพอใจ ความชอบใจ ความยินดี ความต้องการ ความรักใคร่ใฝ่ปรารถนาในสิ่งนั้นๆ เป็นคำกลางๆ เป็นกุศลก็ได้ เช่น อวิหิงสาฉันทะ เป็นอกุศลก็ได้ เช่น กามฉันทะ^๘ “เมตตา” หมายถึง ความรัก ความมีเมตตริจิต ความปรารถนาดี ความอยากให้ผู้อื่นมีความสุข ประสพแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ เป็นความรักที่บริสุทธิ์ที่มีต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายในฐานะที่เป็นเพื่อนร่วมโลก หรือเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสังสารวัฏ เป็นความรักแบบกลางๆ อย่างแผ่ไพศาล ทำให้ใจเปิดกว้างออกไป และแผ่ไปใส่มนุษย์^๙ ความปรารถนาให้เขามีความสุข แผ่เมตตริจิตคิดจะให้สัตว์ทั้งปวงมีความสุขทั่วหน้า “เมตตาอัปมัญญา” ธรรมที่แผ่ไปแบบไม่มีประมาณ หมายถึง เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ที่แผ่ไปให้มนุษย์ และสัตว์ทั้งหลายไม่มีขอบเขต กว้างขวางเสมอกัน^{๑๐}

๑.๖.๒ พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้กล่าวว่าความหมายของ “ความรัก” ว่าพระพุทธเจ้าให้เห็นว่า “เมตตา” เป็นคำสอนที่สำคัญ ผู้เจริญเมตตาแม้ชั่วเวลาลัดนิ้วมือเดียวจัดเป็นผู้อยู่ในญาณ ชื่อว่าทำตามคำสอนและปฏิบัติตามโอวาทของพระศาสดารวมไปถึงการไม่เบียดเบียนสัตว์สิ่งแวดล้อม^{๑๑}

๑.๖.๓. พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) ให้คำนิยามไว้ว่า “ความรัก คือ ความใจกว้างเห็นแก่ผู้อื่นจนไม่มีตัวตนเหลืออยู่ ไม่มีเรา ไม่มีเขา ไม่เห็นแก่ตัว จึงเห็นแก่มนุษย์ทั้งหลาย เห็นแก่ความถูกต้องและรักผู้อื่นได้โดยธรรมชาติ เกิดเป็นบุญญตาว่างจากตัวตนและอันเดียวกันหมด”^{๑๒}

๑.๖.๔. พระราชปรีดีทิพย์, ศ.ดร. กล่าวว่าผู้มีพุทธภาชิตว่า “โลโกปตถมภิกขา เมตตา” แปลว่า ความรักคำจูนโลก โดยเฉพาะความรักที่แปลมาจากคำว่า “เมตตา” ที่ว่านั้นยังมีความรักในรูปแบบอื่นๆ อีก รักใคร่หลงใหล ซึ่งแม้จะไม่มีกำลังพอที่จะคำจูนโลก แต่ก็ทำให้โลกสดใส ขอเพียงมีสติ

^๖ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: เอส อาร์ พรินติ้ง แมส โปรดัก จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๕๒.

^๗ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๕๐๗.

^๘ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๖.

^๙ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๕๐๗.

^{๑๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๕๓๔.

^{๑๑} The Most Ven.Prof.Dr.Pradarmakosajarn (Prayoon Dhammacitto), **Dhamma and Environmental Preservation**, The International Council of the United Nations Day of Vesak (Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 2009), p.39.

^{๑๒} ศุภลักษณ์ สุวรรณเครือ, “มรรควิถีแห่งรักและเมตตาเพื่อรับใช้สังคมในทัศนะวิทยาการชาวพุทธ” วิทยานิพนธ์หลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๒), หน้า ๖๕.

ควบคุมดูแลให้ดีแล้วกัน โลกนี้เต็มไปด้วยความรักและความซิง กล่าวเฉพาะเรื่องความรักที่แม่ผลสรุปจะเป็นทุกข์ แต่น่าแปลกที่มีหลายคนที่สามารถหยิบฉวยความสุขจากความรักไว้ได้คราวแล้วคราวเล่า^{๑๓}

๑.๖.๕. พระมหาอุทัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี) กล่าวว่า “ความรัก” หมายถึงความปรารถนา ความต้องการ ความอยากได้ใคร่ครอบครอง ความจริงจัง คลั่งใคล้ หลงใหลซึ่งเรามีต่อคน สัตว์ สิ่งของ รวมทั้งภวธรรมต่าง ๆ เช่น ลัทธิ ศาสนา แม้กระทั่งหะวงค์การพระเจ้าเบื้องบน และยังกล่าวถึงความรักในพระพุทธศาสนาว่า “พุทธศาสนานี้เป็นศาสนาแห่งความรัก เริ่มต้นด้วยพระพุทธเจ้ารักในโพธิญาณ ห่มเพ็ญจยลงไปในโพธิญาณ เสด็จพุทธดำเนินไปทุกหนทุกแห่งเพื่อหว่านโปรยพุทธธรรมอันเป็นเครื่องมือ ที่จะนำชาวโลกไปสู่ความรักที่แท้^{๑๔}

๑.๖.๖ พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ให้นิยามไว้ว่า “เนื่องจากความรักประกอบด้วย ความเพลิตเพลนใจและความปรารถนาดี เราจึงได้คํานิยามว่า ความรัก คือ ศิลปะแห่งการให้และรับ (Love is the art of giving and taking) ซึ่งหมายถึง การให้และการรับสิ่งที่เพลิตเพลนใจและความปรารถนาดี”^{๑๕}

๑.๖.๗. พระพิพิธธรรมสุนทร (ญาณสุนทรโร) ได้กล่าวถึงความหมายของความรักว่า คำว่า “รัก” ให้ความหมายครอบคลุมก็ยากพอๆ กับการอธิบายว่า “บุญ” คืออะไร เป็นอย่างไร คำสองคำนี้กว้างขวางยิ่งใหญ่ลึกซึ้ง สูงส่งเกินกว่าใครๆ จะอธิบายได้ แต่คำว่า “รัก” ที่แสดงต่อใคร และอะไรแล้วย่อมเป็นความดีงามที่ได้รับจะมีความสุข และผู้ให้ย่อมมีหลายสถานะอีกหลายสถานะ เช่น ลูกรักพ่อแม่ ลูกคนนั้นเป็นลูกที่กตัญญูกตเวที ภรรยารักสามี ภรรยาเป็นเมียแก้ว สามีรักภรรยา สามีเป็นผัวแก่นักเรียนรักครู นักเรียนเป็นยอดศิษย์^{๑๖}

๑.๖.๘ พระมหาปรีชา ปริญาณจารี ได้กล่าวถึงความรักในวิทยานิพนธ์เรื่อง “ความรักในพุทธปรัชญา”^{๑๗} ความรักจำแนกเป็น ๔ ระดับ คือ ๑.ความรักตัวเอง ๒. ความรักคนใกล้ชิด ๓. ความรักสังคม ๔. ความรักบริสุทธิ์ ความรักในระดับ ๑ ถึง ๓ อยู่ในวิสัยปุถุชน ซึ่งพุทธปรัชญามีท่าทีปฏิเสธความรักชั้นสามัญทั้งหมด ส่วนความรักระดับที่ ๔ เป็นความรักชั้นสูง ถือว่าเป็นวิสัย และเป็นองค์คุณของพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์สาวกเท่านั้น

^{๑๓} พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร., **กฎแห่งความรัก**, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร: หจก.ภาพพิมพ์), ๒๕๕๑, หน้า ๑๗.

^{๑๔} ว.วชิรเมธี, **มัทศจรรยแห่งรัก**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เทพา จำกัด), หน้า ๕๖

^{๑๕} พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **ปรัชญาความรัก : ศิลปะแห่งการมอบและรับความรัก**, (กรุงเทพฯ: ธรรมสภา, ม.ป.ป.), หน้า ๑๓.

^{๑๖} พระพิพิธธรรมสุนทร (ญาณสุนทรโร), **ความรักในพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: กรองสถานการณ, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐๙.

^{๑๗} พระมหาปรีชา ปริญาณจารี, **ความรักในพุทธปรัชญา, วิทยานิพนธ์ศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕).

๑.๖.๙ พระมหาบุญเรียน ปภังกร (พิลาพันธ์) ได้กล่าวถึงความรักในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์แนวความคิดเรื่องเมตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท” ^{๑๘}เมตตาเป็นหลักธรรมแบ่งได้หลายระดับ ๑. ระดับพื้นฐาน เป็นหลักธรรมที่จะให้คนทั้งหลายเอื้อเฟื้อซึ่งกันและกันไม่ทำลายเบียดเบียนกันและกัน ยังทำให้คนทั้งหลายอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข และสร้างสันติภาพทำให้เกิดขึ้นแก่ชาวโลก ๒.ระดับกลาง เมตตาเป็นคุณธรรมที่ช่วยพัฒนาจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ลดกิเลส ลดปัญหา ขจัดความทุกข์ให้เบาบาง มีความเห็นแก่ตัวน้อยลง ยังเป็นประโยชน์ให้เกิดแก่ทั้งตนเองและสังคมส่วนรวม ๓. ระดับสูง เมตตาเป็นคุณธรรมที่ทำให้คนหมดตัวตน หมดกิเลส หมดปัญหา ไม่มีอาสวะเป็นเครื่องมียึดเหนี่ยวจิตใจ เป็นเมตตาที่สะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีผู้ให้และผู้ได้รับ หมายถึงการบรรลุพระนิพพาน เป็นเมตตาของพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งปวง

๑.๖.๑๐ พันเอกปิ่น มุกกันต์ ท่านได้อธิบายไว้ว่า “เนื่องจากความรักเป็นอาการจิต ความรักจึงมีการเปลี่ยนแปลงกลับกโลกยกย่อนมากมาย ถึงกับพระผู้มีพระภาคเจ้าต้องตั้งชื่อดอกเอาไว้เยอะๆ เพื่อใช้เรียกอาการที่ความรักเปลี่ยนแปลงลักษณะต่างๆ เพราะลำพังสัตว์หลายชื่อ คนหลายชื่อ หรือสิ่งของหลายชื่อก็น่าอยู่พออยู่แล้ว ที่นี้ความรักไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่สิ่งของ แต่เกิดมีหลายชื่อมันก็ยิ่งกว่าพวกนั้นหลายร้อยหลายพันเท่า” ^{๑๙}

๑.๖.๑๑ คาลิล ยิบราน ได้ให้คำนิยามไว้ว่า “ความรัก คือ ดอกไม้ที่เติบโตและเบ่งบานโดยไม่ต้องอาศัยความช่วยเหลือของฤดูกาล” ^{๒๐} จากนิยามนี้ ดอกไม้ที่ให้กลิ่นหอมและสวยงามนั้นจะเติบโตและเบ่งบานตามฤดูกาลของมันแต่ความรักจะเติบโตและเบ่งบานโดยอาศัยความรัก ความปรารถนาดี ความห่วงใย ที่คนรักแต่ละฝ่ายมีให้กัน ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การปลูกต้นรักต้องอาศัยปุ๋ยคือความรักที่มีให้แก่กันและกันเท่านั้น

๑.๖.๑๒ อิริค ฟรอมม์ ได้ให้คำนิยามไว้ว่า “ความรักที่มีวุฒิภาวะ” (mature love) ^{๒๑} นั้นเป็นพลังของการแสดงออกที่สร้างสรรค์ มีองค์ประกอบสำคัญพื้นฐาน คือ การให้ ความเอาใจใส่ ความรับผิดชอบ ความนับถือ และความเข้าใจในกันและกันอย่างลึกซึ้ง

๑.๖.๑๓ วิทยา นาควัชร ได้กล่าวถึงความรักไว้ในหนังสือเรื่อง “รู้ทันความรัก” ^{๒๒} ความรัก คืออารมณ์ ความรู้สึก ทศณคติที่ดีที่เกิดขึ้นกับคนรัก โดยปรารถนาให้คนที่รักมีความสุขเบิกบาน สดชื่น แจ่มใส สร้างสรรค์ เมื่อความรักเป็นอารมณ์จึงมีการเปลี่ยนแปลงได้เสมอ อาจมากขึ้น น้อยลง หรือหมดไปได้ การรู้เท่าทันความรักคือการรู้จักรักอย่างมีสติหากรู้เท่าทันธรรมชาติของความรักมากขึ้น แต่หากไม่รู้เท่าทันธรรมชาติของความรัก ก็จะทำให้เกิดความทุกข์จากความรักที่ไม่เป็น ซึ่งจะทำให้เกิด

^{๑๘} พระมหาบุญเรียน ปภังกร (พิลาพันธ์), “การศึกษาวิเคราะห์แนวความคิดเรื่องเมตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒).

^{๑๙} พันเอกปิ่น มุกกันต์, *ความรัก*, (กรุงเทพมหานคร: คลังวิทยา, ๒๕๒๓), หน้า ๖๐-๖๑.

^{๒๐} ไพโรจน์ อยู่มณเฑียร, *ขุมมุนวาทะปราชญ์*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สนพ.สุภาพใจ, ๒๕๔๑), หน้า ๗๙.

^{๒๑} Erich Fromm, *The Art of Loving*, p.34, Rom Harre and Roger Lamb, *The encyclopedia dictionary of psychology*, (Oxford : Basil Blackwell Publisher limited, 1983), p.360

^{๒๒} วิทยา นาควัชร, *รู้ทันความรัก*, ๒๕๔๘.

ความคิดและพฤติกรรมเกี่ยวกับความรักที่แสดงออกเบี่ยงเบนไปจากสิ่งที่ควรเป็น กลายเป็นความทุกข์ต่างๆ

๑.๖.๑๔ วิทยากร เชียงกูล ได้กล่าวถึงความรักไว้ในหนังสือ “ความรัก การสร้างสรรค์ และความสุข”^{๒๓} ความรักเป็นพฤติกรรมที่สำคัญที่สุด พฤติกรรมหนึ่งของมนุษย์ เป็นเรื่องของการรู้จักตนเองให้มีวุฒิภาวะทางอารมณ์และความรู้สึก มีจิตใจกว้างขวางที่จะยอมรับเอกลักษณ์และการเจริญเติบโตทางด้านจิตใจของผู้อื่น ความสัมพันธ์ของความรักที่แท้จริงคือ การบำบัดทางจิตซึ่งกันและกัน (Mutual Psychotherapy) เมื่อเราพบว่าคนที่เรารักมีความเข้าใจผิดหรือมีปัญหาบกพร่องทางจิตใจ เพื่อให้คนที่เรารักได้ก้าวไปสู่ความเจริญงอกงามทางจิตใจ

๑.๖.๑๕ นวลศิริ เปาโรหิตย์ ได้กล่าวถึงความรักไว้ในหนังสือเรื่อง “รักอย่างไร...รักให้เป็น”^{๒๔} ความรักเป็นสิ่งที่สวยงามที่มนุษย์ทุกคนแสวงหา แต่ก็แฝงด้วยความระทมทุกข์และขมขื่น หากไม่ระวังและไม่รู้เท่าทันกฎธรรมชาติอย่างเพียงพอ

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

๑.๗.๑. ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิได้แก่พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๔

๑.๗.๒ ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิได้แก่อรรถกถาภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปกรณ์วิเศษ หนังสือที่เกี่ยวกับความรัก งานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวกับความรัก

๑.๗.๓ สัมภาษณ์เชิงลึก(In-depth Interview) ประชากรจำนวน ๕ รูป/คน

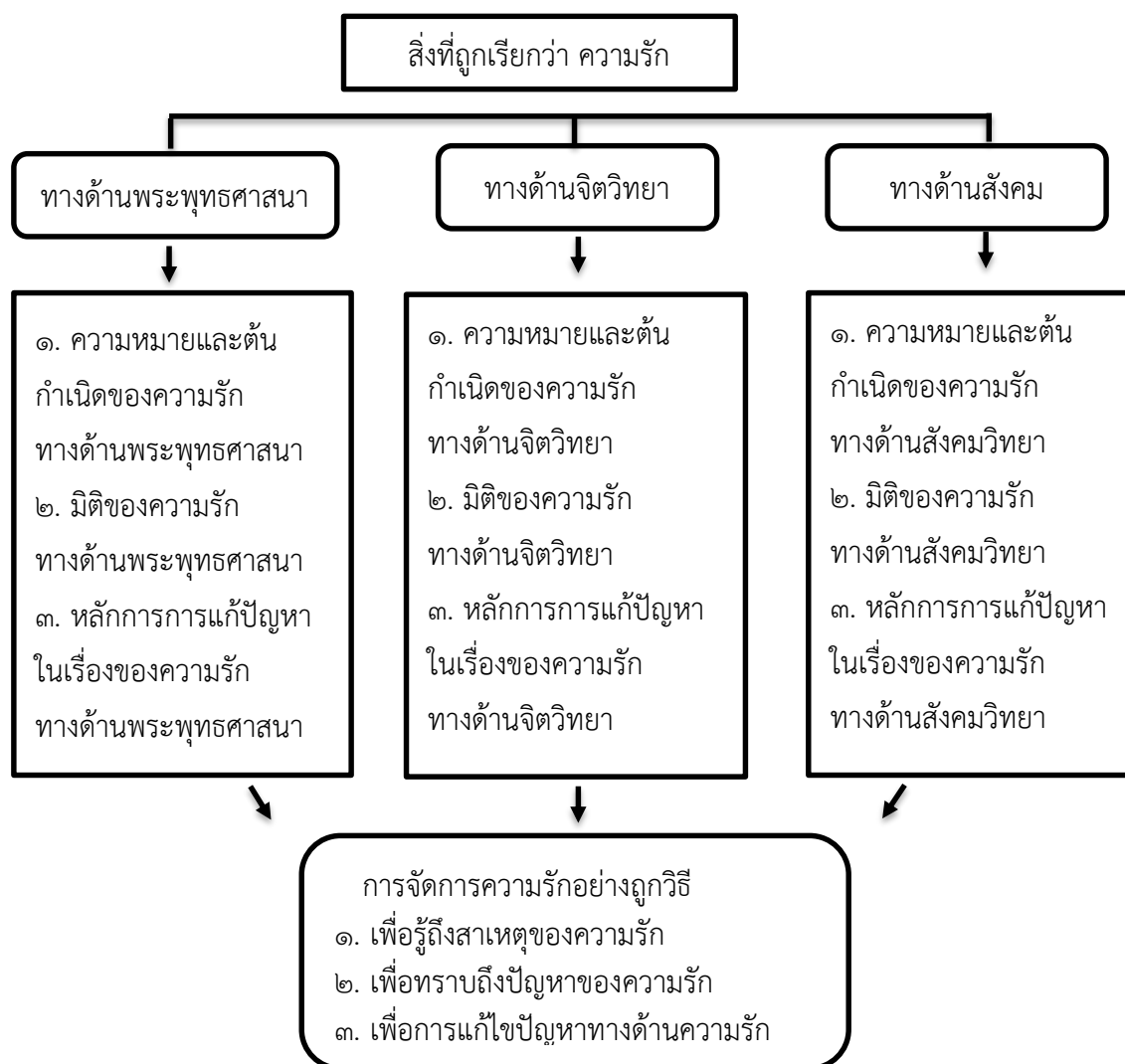
๑.๗.๔ วิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารและการสัมภาษณ์

๑.๗.๕ สรุปนำเสนอผลการวิจัยและข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

^{๒๓} วิทยากร เชียงกูล, *ความรัก การสร้างสรรค์ และความสุข*, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สายธาร, ๒๕๕๐).

^{๒๔} นวลศิริ เปาโรหิตย์, *รักอย่างไร...รักให้เป็น*, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ๑๐๘ สุดยอดไอเดีย, ๒๕๔๘).

๑.๘. กรอบแนวความคิดการวิจัย



แผนภาพที่ ๑.๑ กรอบแนวความคิดการวิจัย

๑.๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ เพื่อให้ทราบถึงแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย
- ๙.๒ เพื่อให้ทราบถึงมิติของความรักในทางพระพุทธศาสนา
- ๙.๓ เพื่อการจัดการความรักเชิงพุทธ

บทที่ ๒

แนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย

รูปแบบของความรักที่มีปรากฏในสังคมร่วมสมัยในปัจจุบันนี้ ทางผู้วิจัยจะขอยกแนวคิดทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยาในเรื่องของความรักมาในบทที่ ๒ นี้เพื่อที่จะนำมาประยุกต์ใช้กับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาต่อไป โดยเพื่อศึกษาแนวความคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัยในประเด็นเหล่านี้คือ ความหมายของความรัก, ลักษณะความรัก, กระบวนการการเกิดของความรัก, องค์ประกอบความรัก รวมไปถึงจนกระทั่งการแก้ไขปัญหา ทั้งนี้เพื่อให้แนวทางกับผู้ที่ประสบปัญหาทางด้านความรัก ซึ่งความรักทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยามีการใช้ทฤษฎี, ความเชื่อ และหลักการทางวิชาการ

๒.๑ ความรักในทางจิตวิทยา

๒.๑.๑ ความหมายและต้นกำเนิดของคำว่ารักทางจิตวิทยา

ความหมายของคำว่าจิตวิทยา คำว่าจิตวิทยา (Psychology) มีรากศัพท์มาจากภาษากรีก ๒ คำ คือ

Phyche = วิญญาณ (Soul)

Logos = วิชา, ศึกษา (Study)^๑

ดังนั้นเมื่อมารวมกัน จิตวิทยา จึงหมายถึง การศึกษาเรื่องของวิญญาณ หรือจิต

ความหมายของคำว่ารักในทางจิตวิทยา ความรักคือ ความพึงพอใจ ความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียว เป็นพลังที่ประสมกลมกลืนกันอย่างงดงามของโลก

โรเบิร์ต แอนโทนี ให้ความหมายของความรักว่า ความรักคือ ความต้องการที่จะอยู่กับบุคคลผู้หนึ่งมากกว่าใครอื่นใด ต้องการที่จะสนับสนุนบุคคลผู้นั้นให้มากที่สุดเท่าที่ สุดเท่าที่ความสามารถของตนพึงมี^๒

โฮวาร์ด ซี. วอร์เรน นักจิตวิทยาชาวอเมริกันกล่าวว่า ความรักเป็นความรู้สึกหรือความรู้สึกผูกพันทางอารมณ์อย่างใกล้ชิดของบุคคล บ่อยครั้งที่เติบโตมาจากความดึงดูดทางเพศ

^๑ ผศ.สุชา จันทร์อม, จิตวิทยาทั่วไป, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด) ๒๕๓๑, หน้า ๒๓.

^๒ โรเบิร์ต แอนโทนี, วิธีสร้างความเชื่อมั่น, แปลโดย บุญย รัตนปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท ยูโรปา เพรส จำกัด, ๒๕๕๙), หน้า ๑๐๙.

ความสัมพันธ์ หรือสถานการณ์ และแสดงให้เห็นถึงความหลากหลายอย่างยิ่งของปรากฏการณ์ทางจิตวิทยาและสรีรวิทยา^๓

เค เคลลี นักจิตวิทยาตะวันตกในยุคปัจจุบัน กล่าวว่า มนุษย์เรียนรู้ความรักโดยผ่านความสัมพันธ์ระหว่างตัวเรากับพ่อแม่พี่น้อง เพื่อนและครู ประสบการณ์ในการเรียนรู้ความรักนั้นเริ่มต้นตั้งแต่วัยทารก วัยเด็ก และวัยรุ่น ซึ่งมนุษย์สามารถพัฒนาความรักและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีความสำคัญต่อชีวิตของเราตามลำดับเริ่มตั้งแต่ระหว่างบุคคลในครอบครัว เพื่อนเพศเดียวกัน และเพื่อนต่างเพศ^๔

สิ่งที่เราเรียกกันว่า ความรัก นั้น พรอยด์บอกว่ามันเป็นความใคร่ หรือ เซ็กซ์ ต่างหาก ส่วนความรัก หรือ เลิฟวิ่ง นั้น พรอยด์ว่า “เรายังรู้จักมันน้อยมาก...” นั่นหมายความว่า สิ่งที่เรียกว่า “ความรัก” ตามนิยามที่กล่าวมาแล้วนั้นเป็น “ความใคร่” ทั้งนั้นเลย และความใคร่มีมนุษย์ทุกรูปนามไม่ว่าชนชั้นใดก็ย่อมมีเป็นสมบัติติดตัวทั่วหน้าตั้งแต่เกิดจนตาย เด็กน้อยก็มี คนแก่เฒ่าเฒ่าหลอกก็ไม่น้อยหน้ากัน ต่างกันก็แต่ว่าใครจะแสดงออกซึ่งความใคร่ของตนได้นุ่มนวลหรือดิบด้านกว่ากันเท่านั้นเอง^๕ และพรอยด์ยังให้ทัศนะอีกว่า ความรักเริ่มต้นได้หลายทาง เบื้องต้นแรงดึงดูดอาจจะมีปรากฏเพียงผ่านความปรารถนา แรงดึงดูดของความรักของความรักถูกกระตุ้นด้วยพลังงานแรงขับจากจิตไร้สำนึก^๖ ซึ่งพรอยด์เรียกว่า ลีบิโด แรงขับเหล่านี้เป็นพัฒนาการทางเพศที่เริ่มตั้งแต่แรกเกิด

อิริค ฟอรัมม์ ความรักก็คือ มีความหมายได้กว้างขวาง ความรักมิได้มาจากเซ็กซ์ (ความใคร่) อย่างเดียว แต่มีที่มาจากหลายแหล่งต่าง ๆ กัน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความรักเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะทำให้มนุษย์เป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ และไม่ใช่วัตถุที่มีปัญหาต่อไป ความรักก็คือ เรื่องของการรักตัวเอง ใครอื่นมาทำให้เกิดความพึงใจได้ความรักก็เกิดขึ้น ความรักนอกจากจะมีเพื่อรักตัวเองแล้วยังมีเพื่อผู้อื่นด้วย และการรักตัวเองกับการรักผู้อื่นนั้นมีความสัมพันธ์กัน กล่าวคือ คนเราจะไม่รู้จักรักใครเลยถ้าไม่รู้จักรักตัวเองก่อน^๗

ความรักที่มีปรากฏทางด้านจิตวิทยานั้นมี นักจิตวิทยากล่าวไว้หลายท่าน ที่ว่าด้วยจิตของมนุษย์นั้นเกิดความรักได้อย่างไร หรือทางกระบวนการของจิตนั้นสิ่งใดที่เรียกว่าความรัก

^๓ Howard C. Warren, Dictionary of psychology, p.155.

^๔ Robert K.Kelly, Courtship, and the Family, p.214.

^๕ กิตติกร มีทรัพย์, ความหมายแห่งรัก, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ต้นหมาก), ๒๕๒๔, หน้า ๔๔.

^๖ นพ.ปราโมทย์ เชาวศิลา, คู่มือทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ พรอยด์, (กรุงเทพมหานคร: สหประชาพานิชย์, ๒๕๒๖), หน้า ๕๙.

^๗ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๓.

มอร์แกน กล่าวว่า จิตวิทยาเป็นศาสตร์ที่ว่าด้วยพฤติกรรมของมนุษย์และสัตว์^๘ เป็นสิ่งที่บ่งบอกว่าบุคคลนั้นจะดำเนินชีวิตของตนอย่างไร อยู่ที่จิตของบุคคลนั้น ที่จะแสดงสิ่งที่เรียกว่าพฤติกรรม อันเป็นลักษณะเฉพาะตัวเฉพาะตนนั่นเอง

จิตของมนุษย์นั้นเกิดมาจากการทำงานของสมองที่ เรียกว่า “การรู้คิดและปัญญา” พฤติกรรมเป็นเพียงผลผลิตของการทำงานของสมองหรือจิต เมื่อแนวคิดของจิตวิทยามนุษยนิยมและจิตวิทยาการรู้คิดและปัญญาได้รับการนิยมเผยแพร่ทำให้ “จิตวิทยา” มีความหมายในปัจจุบันว่า เป็นศาสตร์ที่ศึกษาถึงพฤติกรรมและกระบวนการทำงานทางจิตด้วยระเบียบวิธีทางวิทยาศาสตร์^๙

Lasswell^{๑๐} กล่าวว่า ความรักมีหลายแบบ ในช่วงเวลาที่ต่างกัน ในช่วงต้นของการจีบกัน ชายหญิงจะมีความรักแบบ โรแมนติก (Romantic Love), เมื่อเวลาผ่านไป ความรักที่มี เหตุผล (Logical - Sensible Love) ก็จะเกิดขึ้น, และเมื่อใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันนานวันเข้า ความรักฉันทเพื่อน (Lifelong Friendship) ก็จะเกิดขึ้นแทนที่

ในช่วงเริ่มจีบกันใหม่ ๆ ชายหญิงจะอยู่ในภาวะที่เรียกว่า "Idealization" คือ มองอีกฝ่ายหนึ่งเป็นอุดมคติ เห็นแต่คุณสมบัติอัน เลิศเลอ เพอร์เฟก ของคนรักตัวเองโดยไม่เห็นข้อบกพร่องใด ๆ (ไม่มีใครหล่อ รวย เก่ง ดี เท่าคนที่เรารักอีกแล้ว) บางครั้งจะมองเฉพาะสิ่งที่เขาอยากเห็น ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงของเขา, ต่างฝ่ายพยายามสร้างภาพลักษณ์ที่ดีขึ้นมาเพื่อให้อีกฝ่ายหนึ่งพึงพอใจ แต่เมื่อเวลาผ่านไป ความตื่นเต้นจะลดลงและความจริงก็จะชัดเจนขึ้น จนอาจทำให้ยอมรับข้อบกพร่องของกันได้ง่าย แต่หากความรักได้เติบโตและมีวุฒิภาวะที่มากขึ้น คู่รักก็จะยอมรับข้อบกพร่องของกันได้ เพราะรู้ว่าในโลกนี้ไม่มีใครที่สมบูรณ์แบบ ในหลายคู่ ความรักแบบโรแมนติกไม่ได้พัฒนาไปเป็นความรักที่ maturity จึงเกิดปัญหาตามมาหลายอย่าง เช่น เกิดความผิดหวังเสียใจที่เขาหัวล้าน พุงพลุ้ย รสนิยมไม่ดี ไม่หล่อ ไม่เท อย่างที่คิด จนต้องเลิกรากันไปในที่สุด

เอ็ดเวิร์ด ฮาร์ทมานน์^{๑๑} (Edward Hartmann ค.ศ. ๑๘๔๒-๑๙๐๖) นักปรัชญาชาวเยอรมัน ผู้เขียน Philosophy of the Unconscious เป็นอีกผู้หนึ่งที่ควรกล่าวถึง เขาเคยกล่าวบางสิ่งไว้ซึ่งพอจะเปรียบได้กับความคิดของฟรอยด์ด้วย คือ “ความรักก่อให้เกิด ความเจ็บปวด มากกว่าความพึงพอใจ ความพึงพอใจของมันเป็นเพียงสิ่งที่ลวงตา สามัญสำนึกอาจชี้ให้เรากระจำงในความรักได้ หากมันไม่ได้ดำเนินตามแรงขับทางเพศ เพราะฉะนั้นคงเป็นการดีที่สุดถ้าเราจะยอมให้ตัวเองถูกตอน”

^๘ Clifford T” Morgan and Richard A King, **Introduction of Psychology**, (New York: Mc Graw-Hill Book Co. Inc., 1971),p.4.

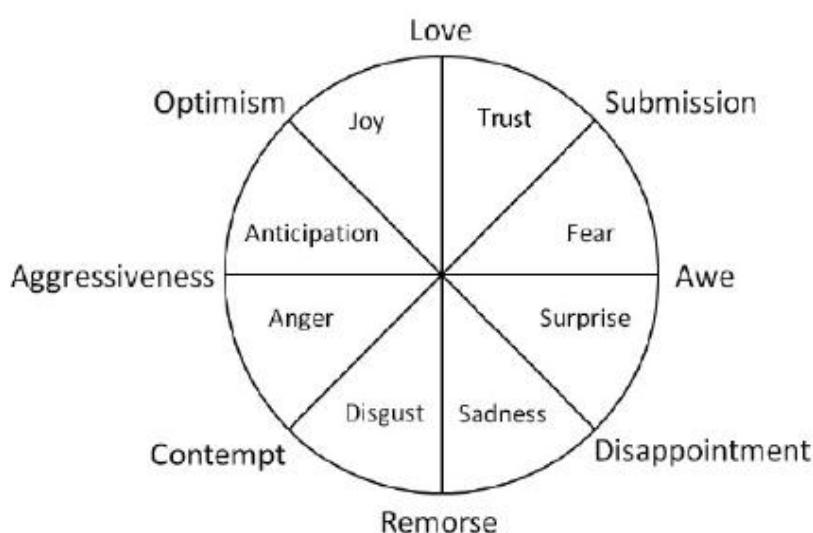
^๙ ดร.อุบลวรรณ ภาวนันท์ และคณะผู้เขียน, **จิตวิทยาทั่วไป**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๑), หน้า ๑๓๔.

^{๑๐} อาจารย์ดร.ปัญญา ประดิษฐ์บาทูภา, **ความรู้หลากหลาย**, GotoKnow, ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗, <https://www.gotoknow.org/posts/561277>

^{๑๑} เฉลิมเกียรติ ฝิ่นวอล แปลและเรียบเรียง, **จิตวิเคราะห์ของฟรอยด์**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สมิต, ๒๕๖๐), หน้า ๒๒.

ความรักนั้นเป็นความผูกพันทางอารมณ์ ที่แสดงออกใน ๓ ด้าน คือ ด้านความรู้สึก ความคิด และการกระทำ ด้านความรู้สึก เป็นความรู้สึกเป็นความรู้สึกรักใคร่ รู้สึกชอบ รู้สึกเป็นสุขที่ได้อยู่ใกล้ ด้านความคิด เป็นการมองผู้ที่ตนรักในแง่ดี มองเห็นเป็นคุณค่าและความหมายของผู้ที่เรารักปรารถนาจะให้คนที่เรารักมีแต่ความสุข ด้านการกระทำ เป็นการปฏิบัติต่อกันอย่างอ่อนโยน มีการดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน^{๑๒}

โดยที่กล่าวมาข้างต้นว่าความรักอาจมีการแสดงออกทางอารมณ์ร่วมด้วยโดยโรเบิร์ต พลูทซิค ได้แบ่งอารมณ์ที่ซับซ้อนแสดงความรู้สึกต่างๆ ดังนี้



แผนภาพที่ ๒.๑ แสดงประเภทอารมณ์ทางจิตวิทยาของแต่ละบุคคลของพลูทซิค

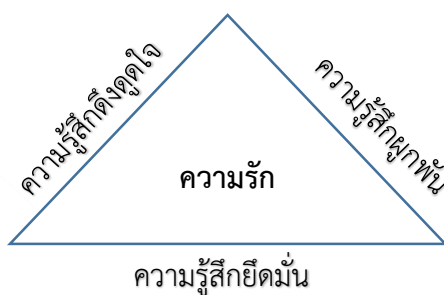
- ๑.วิตกกังวล มาจากกลัว โกรธ ไม่มีความสุข ความรู้สึกผิด หรือความละอายใจ
๒. ซึมเศร้า ไม่มีความสุข รวมกับความโกรธ ถูกกีดกัน ความรู้สึกผิด หรือความละอายใจ
๓. การมุ่งร้าย เป็นการรวมกันของความโกรธ ถูกกีดกัน และขยะแขยง
๔. ความรัก ความสนใจร่วมกับความสนุก^{๑๓}

^{๑๒} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: หจก. สามลดา), หน้า ๗๑.

^{๑๓} รศ.สิริอร วิชชาวุธ และคณะผู้เขียน, จิตวิทยาทั่วไป, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๗๗.

ดังจะเห็นได้ว่าในเรื่องของจิตวิทยาที่แสดงถึงความรู้สึกต่างๆ ยังมีการแสดงออกถึงสภาวะที่แสดงออกถึงความรัก ว่าบุคคลที่มีความรักเป็นอย่างไร ก็คือความสนใจในสิ่งนั้นๆ เมื่ออยู่กับสิ่งนั้นแล้วเกิดความเพลิดเพลินทางจิตใจ ทำให้ใจเราเป็นสุข

ต้นกำเนิดของความรักนั้นเกิดขึ้นได้อย่างไรนั้น มีนักจิตวิทยาชื่อโรเบิร์ต เจ. สเติร์นเบิร์ก ได้ให้หลักการสิ่งที่จะพัฒนาไปสู่คำว่ารักไว้ ๓ อย่าง ตามทฤษฎีสามเหลี่ยมและได้พัฒนามาตรวัดความรู้สึกของความรัก โดยการตอบแบบสอบถามที่สร้างขึ้นมาโดยเฉพาะเพื่อวัดระดับความรู้สึกของตนเองต่อคนอื่น ซึ่งเป็นคนที่เขาสนใจ ได้พบว่าคำนิยามของความรักไว้ ๓ องค์ประกอบคือ ความผูกพัน ความเอาใจใส่และความใกล้ชิด



แผนภาพที่ ๒.๒ ทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งรักของสเติร์นเบิร์ก

๑. ความผูกพัน (attachment) คือ ความต้องการสนับสนุนทางอารมณ์และทางกาย ความติดเนื้อติดใจ

๒. ความเอาใจใส่ (caring) คือ ความเป็นห่วงต่อความเป็นอยู่ของอีกคนหนึ่งต้องการให้มีความสุขและความความเป็นอยู่ที่ดี

๓. ความใกล้ชิด (intimacy) คือ ต้องการอยู่ใกล้ชิดกัน ไวใจกัน และรู้จักกัน สือถึงกันได้

ทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งความรัก (Triangular theory of love) คือ ทฤษฎีที่ว่าด้วยการศึกษาความรักในเชิงจิตวิทยาของนักจิตวิทยา โรเบิร์ต สเติร์นเบิร์ก (Robert Sternberg) โดยเขาได้กล่าวว่าความรักจะประกอบไปด้วย ๒ ส่วน ในบริบทที่เกี่ยวข้องกันของความสัมพันธ์ในรักระหว่างบุคคล ซึ่งทั้ง ๓ ส่วนจะประกอบไปด้วย

๑. ความใกล้ชิดผูกพัน (Intimacy) คือ ความรู้สึกใกล้ชิดเชื่อมโยงผูกพัน และห่วงใยในสวัสดิภาพของอีกฝ่ายหนึ่ง ต้องการให้อีกฝ่ายหนึ่งมีความสุข มีความเข้าใจกัน แบ่งปันซึ่งกันและกัน พูดคุยกันอย่างใกล้ชิด ให้การประคับประคองทางอารมณ์แก่กัน เห็นคุณค่าของกันและไว้วางใจซึ่งกันและกัน เป็นประสบการณ์ที่อบอุ่นในความสัมพันธ์ของความรัก การเปิดเผยความรู้สึกนึกคิดต่อกันอย่างอิสระ

๒. ความหลงใหล (Passion) คือความปรารถนา ที่ดึงดูดหญิงชายเข้าหากัน อารมณ์รักแสดงออกมาในรูปของความรู้สึกโรแมนติกความต้องการใกล้ชิดด้านกายภาพ กอด จูบ จับมือ รวมทั้งการมีเพศสัมพันธ์

๓. ข้อผูกมัด (Commitment) คือ การผูกมัดหรือตกลงใจเป็น ๒ ลักษณะ ๑. การผูกมัดระยะสั้น ๒.การผูกมัดระยะยาว การผูกมัดในช่วงระยะเวลานั้นที่บุคคลตัดสินใจรักกันหนึ่งอย่างแน่นอน และในระยะยาวบุคคลนั้นก็จะมีข้อผูกมัดต่อกันเพื่อที่จะรักษาความรักนั้นไว้ ในแง่มุมองค์ประกอบด้านการตกลงใจหรือการผูกมัดไม่จำเป็นที่จะต้องเกิดขึ้นด้วยกัน เพราะบางบุคคลอาจจะตกลงใจที่จะรักใคร่บางคนโดยปราศจากการผูกมัดเพื่อความรักระยะยาว หรือบางบุคคลอาจจะตกลงใจที่จะมีการผูกมัดในความสัมพันธ์กับใครบางคนโดยปราศจากการเรียนรู้ในความรักและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้น เช่น ในกรณีของการแต่งงานแบบคลุมถุงชน เป็นต้น^{๑๔}

ในทัศนะของ ซิกมันส์ พรอยด์ เห็นว่า มนุษย์นั้นชอบในสิ่งที่ตนเองไม่มี เพื่อที่จะมาเติมเต็มสิ่งที่ขาดหายไป จึงมีการโหยหาเพื่อความอบอุ่นทางใจ โดยอ้างตามทัศนะของอริสโตเติลว่า ธรรมชาติของมนุษย์สมัยเริ่มแรกไม่เหมือนกับสมัยนี้คือ สมัยนั้นมีอยู่สามเพศ ไม่ใช่เพียงสองอย่างเหมือนในสมัยนี้ นอกจากเพศชายเพศหญิงแล้ว ยังมีเพศที่สามอยู่ด้วย ซึ่งประกอบด้วยสองเพศแรกร่วมกันอยู่เท่าๆกัน เพศที่สามนี้ทุกสิ่งล้วนเป็นคู่ เช่น มีสี่มือ สี่เท้า สองหน้า สองระบบสืบพันธุ์ เป็นต้น ทั้งสามเพศเกิดจากพระอาทิตย์ โลก และพระจันทร์ ความทุกข์ของมนุษย์เกิดจากความทะนงในตัวเอง ดังนั้นเทพเจ้าซีอุสจึงทอนกำลังด้วยการตัดมนุษย์ออกเป็นสองส่วน และสั่งให้เทพเจ้าอพอลโลปั้นรูปร่างมนุษย์เสียใหม่ ตั้งแต่นั้นมานุษย์ก็มีความโหยหาอีกส่วนหนึ่งของตนที่ถูกตัดออกไป ความรักจึงมีความมุ่งหมายที่จะให้โลกมนุษย์กลับไปสู่สภาพดั้งเดิมคือ ความมีเอกภาพ ความรุนแรงของความรัก ไม่ใช่ความต้องการร่วมเพศอย่างเดียวเท่านั้น แต่เป็นความต้องการจะหลอมตัวเข้าเป็น คนๆเดียวกัน มนุษย์ควรเคารพเทพเจ้าแห่งความรัก เพื่อจะได้พบกับอีกส่วนหนึ่งของตนและบรรลุความเป็นเอกภาพ^{๑๕} สิ่งที่พรอยด์เน้นก็คือ เมื่อธรรมชาติทั้งปวงถูกแบ่งออกไปในลักษณะนี้ ทำให้มนุษย์แต่ละคนต่างถวิลหาส่วนของเขากลับมาอีกครั้งหนึ่ง ทั้งสองส่วนจะเข้าประสานรวมกันและปรารถนาจะเจริญร่วมกันอีกครั้งหนึ่ง

กล่าวโดยสรุปในเรื่องของความหมายของคำว่ารักและต้นกำเนิดของคำว่ารัก มีความหมายในเรื่องของความรู้สึกและการแสดงออกมาในพฤติกรรมของแต่ละบุคคล เป็นความรู้สึกที่ดีต่อบุคคลอื่น ความรักเป็นความรู้สึกพิเศษที่บุคคลมีต่อกับอีกคนหนึ่ง เมื่ออยู่ด้วยกันแล้วยอมรู้สึกดี มีความปรารถนาที่จะให้บุคคลนั้นอยู่ใกล้ตน เน้นไปทางด้านของความรู้สึก

๒.๑.๒ มิติของความรักทางจิตวิทยา

มิติของความรักในทางจิตวิทยา โดยมีนักจิตวิทยาแบบอภิปรัชญาแบบของความรักไปหลายทาง มีทั้งแบบเน้นเรื่องความรู้สึกรักของเฉพาะเพศตรงข้ามหรือหนุ่มสาว และความรักทุกรูปแบบที่บุคคลมีต่อกันไม่ใช่ความรักที่เน้นแค่คู่รักเท่านั้น

^{๑๔} ดร.อยุษกร งามชาติ, จิตวิทยาความรัก, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ภาพพิมพ์), ๒๕๕๘, หน้า ๑๒.

^{๑๕} ดูรายละเอียดใน ทฤษฎีความรักของเพลโต, พินิจ รัตนกุล, แปลจาก Symposium (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๒๖), หน้า ๒๖.

ทางผู้วิจัยของนำเสนอความรักในทัศนะของอิริค ฟรอมม์ ที่มองความรักมีหลายมิติตามความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นกับบุคคลในสังคม โดยทฤษฎีความรักของอิริค ฟรอมม์ จำแนกรูปแบบความรักตามสิ่งอันเป็นที่รักไว้ ๕ ประเภท คือ

๑. ความรักฉันทน์พี่น้อง เป็นความรักพื้นฐานที่ควรมีลักษณะของความรักฉันทน์พี่น้องในความรักทุกรูปแบบ หมายถึงลักษณะของความรับผิดชอบ การเอาใจใส่ ความนับถือ และความเข้าใจกันและกัน ความรักฉันทน์พี่น้องเป็นความรักสากลที่มีให้แก่มนุษยชาติทั้งหมด ความรักฉันทน์พี่น้องจะสร้างความรู้สึกเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ดังความรักที่ปรากฏในพระคัมภีร์ไบเบิลว่า “จงรักเพื่อนบ้าน เหมือนรักตนเอง”

๒. ความรักแบบแม่ ความรักแบบแม่เป็นความรักที่ไม่มีเงื่อนไข หากมีเงื่อนไขก็เพียงอย่างเดียวคือ ลูกนั้นเป็นลูกของแม่ เนื่องจากความรักแบบแม่นั้นเป็นสัญชาตญาณที่มีสัตว์เพศเมียทั้งหลายแต่มีมนุษย์นั้นมีความเหนือชั้นยิ่งกว่า เพราะนอกจากมีส่วนที่สัญชาตญาณแล้วยังมีส่วนของความเป็นมนุษย์ที่มีความรับผิดชอบในความรักแบบแม่ ความรักของแม่เป็นส่วนสำคัญต่อการหล่อเลี้ยงชีวิตของเด็ก การดูแลรักษาและรับผิดชอบต่อความมีชีวิตและเจริญเติบโตบ่มเพาะทัศนคติเด็กมีความรักชีวิตเห็นชีวิตเป็นสิ่งที่ดีงามด้วยความรักที่แม่มีต่อเด็กความเป็นแม่ที่สมบูรณ์นั้น ไม่ใช่เพียงเป็นแม่ที่ดี แต่ต้องเป็นแม่ที่มีความสุขด้วย เพราะอิทธิพลของผู้เป็นแม่ถ่ายทอดอย่างลึกซึ้งต่อผู้เป็นลูกด้วย

ความรักแบบแม่เป็นความรักที่สูงส่งที่สุด เป็นความรักที่ไม่มีเห็นแก่ตัวเอง รักและปรารถนาดีโดยไม่หวังผลตอบแทน ความรักแบบแม่มีลักษณะสำคัญที่แตกต่างจากความรักแบบเสน่หาคือ ความรักและความเอาใจใส่ของแม่นั้น เป็นไปเพื่อให้ลูกแยกเป็นอิสระจากแม่ ความรักแบบแม่จึงเป็นความรักที่แยกจากหนึ่งให้เป็นสอง ในขณะที่ความรักแบบเสน่หาเป็นความรักที่พยายามรวมจากสองให้เป็นหนึ่ง

ความรักที่มีคุณค่าอันนี้คือ ความรักของแม่ที่มีต่อลูกแบบไม่มีเงื่อนไข จึงไม่เพียงแต่ต้องอดทนกับการแยกจากลูกเท่านั้น ยังต้องตั้งใจมั่นที่จะให้ลูกแยกจากไป ต้องทำให้ลูกมีความรู้สึกว่าเป็นเจ้าของลูกให้ได้ ที่สำคัญคือ ต้องมีความสุขเพราะการได้รักเท่านั้น แม่จึงเป็นผู้หญิงที่มีความรักให้แก่ผู้อื่นอย่างแท้จริง เป็นผู้มีความสุขจากการให้มากกว่าการรับ เป็นผู้ที่ความเชื่อมั่นต่อการดำรงอยู่ของตนเอง

ความรักแบบแม่จึงเป็นความรักที่ยิ่งใหญ่ และยากลำบากต่อการลงมือปฏิบัติ ผู้ที่ความรักแบบแม่อย่างแท้จริงได้จะต้องเป็นคนที่รักสามีย่างถูกต้อง รักเด็กคนอื่นที่ไม่ใช่ลูกของเธอได้ สามารถรักคนแปลกหน้า รักเพื่อนมนุษย์ร่วมโลก ผู้หญิงที่ขาดคุณสมบัติเหล่านี้จะทำหน้าที่ได้ดีเฉพาะตอนที่ลูกยังเล็กอยู่เท่านั้น ข้อพิสูจน์เธอจะเป็นแม่ที่แท้จริงหรือไม่ ต้องพิจารณาจากความเต็มใจและความตั้งใจที่จะให้ลูกแยกไปจากตนโดยความรักของแม่ยังคงเต็มเปี่ยม

๓. ความรักแบบเสน่หา เป็นความรักที่มีธรรมชาติเฉพาะเจาะจง ในความปรารถนาที่จะหลอมรวมกับบุคคลที่รักอย่างเฉพาะเจาะจง เป็นความรูปแบบที่เบี่ยงเบนจากความรักมากที่สุด ถ้าความรักแบบเสน่หาไม่มีรากฐานของความรักฉันทน์พี่น้องด้วยแล้ว มันจะปราศจากความยั่งยืน และด้วยลักษณะที่เฉพาะเจาะจงของความรักแบบเสน่หานี้ ทำให้เกิดการตีความที่ผิดพลาดในการครอบครอง

ความผูกพัน เช่น ในเวลาที่คนหลงรักกัน เขารู้สึกว่าเป็นเจ้าของกันและกัน คนอื่นไม่เกี่ยวข้อง ซึ่งลักษณะเช่นนี้เป็นลักษณะของการหลงตัวเอง

ดังนั้นความรักแบบเสน่หาแม้จะเป็นความรักที่มีความเฉพาะเจาะจง แต่ความรักนั้นก็ยังต้องมีแก่นของความรักคือ การแสดงออกซึ่งเจตจำนงและการอุทิศตน ซึ่งเป็นพื้นฐานของความรัก

๔. ความรักตัวเอง ตัวเราเองเป็นสิ่งอันเป็นที่รักของตนเองเช่นเดียวกับสิ่งอันเป็นที่รักอื่นๆ ความสามารถที่จะเป็นที่รัก บ่อเกิดแห่งความมีชีวิต ความสุข ความเจริญเติบโต และความเป็นอิสระ หากบุคคลรู้จักรักอย่างสร้างสรรค์ บุคคลนั้นย่อมรู้จักรักตนเองด้วย แต่หากบุคคลใดรู้จักรักคนอื่น แต่ลืมรักตนเอง ความรักของบุคคลนั้นก็ไม่ใช่ความรักที่แท้จริง คนที่รู้จักรักคนอื่นเป็นนั้นต้องมีรากฐานมาจากการรักตัวเองก่อน

๕. ความรักของพระเจ้า ในทัศนะของฟรอมม์ ความรักของพระเจ้านั้นก็เป็นเช่นเดียวกับความรักในรูปแบบอื่นคือ ความพยายามของมนุษย์ที่จะเอาชนะความรู้สึกโดดเดี่ยว หรือถูกแยกออกจากผู้อื่น ด้วยการหลอมรวมตัวเองกับสิ่งอื่นในรูปแบบต่างๆ

ในศาสนาต่างๆ พระเจ้าเป็นตัวแทนสูงสุด ดึงดูด แต่ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับกลุ่มคนในกลุ่มต่างๆ ว่าปรารถนาสิ่งใด และเพราะพระเจ้าจะเป็นตัวแทนของความปรารถนาอันสูงสุดระดับความรักของพระเจ้าเป็นเครื่องบ่งชี้การเจริญเติบโตทางความคิดของมนุษย์ เมื่อมนุษย์เติบโตขึ้น มนุษย์จะเริ่มกลับมารักพระเจ้าที่อยู่ในตัวเอง สำนึกในศักยภาพที่พระเจ้าสร้างมนุษย์ขึ้นมา รวมทั้งลักษณะของความรักที่จะอุทิศให้แก่พระเจ้าด้วย

ในมุมมองของฟรอมม์ ความรักเป็นพลังงานที่แสดงออกในทางสร้างสรรค์ เป็นกิจกรรมที่ต้องลงมือปฏิบัติด้วยความใส่ใจ ความหลากหลายทางความรักขึ้นอยู่กับสิ่งอันเป็นที่รัก แต่อย่างไรก็ตาม ความรักที่เป็นพื้นฐานสากลที่ทุกรูปแบบความรักควรมี คือรูปแบบความรักฉันทันเอง เพราะเป็นพลังของการสร้างสรรค์ที่จะหลอมรวมบุคคลให้เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

นอกจากนั้น ความรักตัวเองก็เป็นพื้นฐานที่สำคัญของความรักในรูปแบบอื่น เนื่องจากบุคคลที่มีความสามารถรักตัวเองได้เท่านั้น จึงจะสามารถขยายความรักไปสู่ผู้อื่นได้ ความรักของแม่เปรียบดังของขวัญที่มาจากสรรค์ที่ประทานมาให้ หากบุคคลใดขาดความรักแบบแม่ที่มอบให้แล้ว ก็ยากที่จะหาความรักในรูปแบบอื่นมาทดแทนได้

ความรักในรูปแบบสุดท้ายในทัศนะของฟรอมม์คือ ความรักของพระเจ้า ฟรอมม์เห็นว่าความรักของพระเจ้าในแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกัน นั้นขึ้นอยู่กับความมีวุฒิภาวะของแต่ละบุคคล บางคนมีความรักต่อพระเจ้าที่ปรากฏอยู่ในตัวเองคือ การแสดงออกความรักของพระเจ้าแบบปราศจากความเห็นแก่ตัว เป็นความรักอย่างไม่มีเงื่อนไข เป็นลักษณะความรักที่ดี ในขณะที่บางคนมีความรักของพระเจ้าในลักษณะแบบพ่อแม่ ส่วนตนเองมีลักษณะของการพึ่งพิงพ่อแม่แบบทารก ไม่มีวุฒิภาวะ^{๑๖}

^{๑๖} ดร.อยุษกร งามชาติ, จิตวิทยาความรัก, หน้า ๖.

สเตรนเบิร์ก นำเสนอว่าสามารถนำองค์ประกอบทั้งสามมาผสมผสานเป็นความรักได้ ๘ รูปแบบหลัก ได้แก่

๑. **ความรักแรกพบ (infatuated love)** เป็นความรักที่มีแต่ความลุ่มหลงเพียงอย่างเดียว ปราศจากเหตุผล อยู่บนพื้นฐานของความต้องการและกิเลสตัณหา เกิดขึ้นได้ง่ายแต่ไม่อยู่คงทน ยาวนาน เว้นแต่จะเกิดความสนิทตามมาที่หลัง ความคลั่งไคล้นักร่อนนักแสดงก็จัดอยู่ในความรักแบบนี้

๒. **ความรักใคร่ชอบพอ (liking)** เป็นความรักที่เกิดจากความสนิทที่ได้ทำความรู้จักกับบุคคลอื่น

๓. **ความรักไร้สรหรือความรักว่างเปล่า (empty)** เป็นความรักที่มีแต่ความผูกพันเพียงอย่างเดียวโดยไม่มีความเสน่หาต่อกัน เช่น คู่รักที่ถูกคลุมถุงชน เป็นต้น

๔. **ความรักแบบเพื่อน (companionate love)** เป็นความรักที่ประกอบด้วยความสนิทและการผูกมัด ความรักเช่นนี้จะมีคามเหนียวแน่นกว่าความรักใคร่ชอบพอ ความรักแบบนี้อาจจะเกิดขึ้นกับคู่รักที่อยู่ด้วยกันมานานจนมีความเข้าใจ ซึ่งกันและกัน แม้ว่าความเสน่หาจะจางลงไปตามกาลเวลา แต่ทั้งคู่ก็มีความสนิทสนมกันมากขึ้นและอยู่ร่วมกันด้วยข้อผูกมัดบางอย่าง เช่น บุคคลที่ปราศจากซึ่งความสัมพันธ์กันแล้ว แต่คงอยู่ด้วยกันเพื่อลูก เป็นต้น

๕. **ความรักแบบโรแมนซ์ (romantic love)** เป็นความรักที่ประกอบด้วยความสนิทและความลุ่มหลง เกิดจากความกลมกลืนของความปรารถนาทางกายและความรักใคร่ชอบพอกับบุคคลที่รู้จักสนิทสนม ความรักที่เกิดในวัยหนุ่มสาวก็จัดอยู่ในรูปแบบนี้

๖. **ความรักแบบเพื่อเจ้าหรือความรักแบบไม่รอบครอบ (fatuous love)** เป็นความรักที่ประกอบด้วยความลุ่มหลงและการผูกมัด รูปแบบความรักประเภทนี้อยู่บนพื้นฐานของความปรารถนาทางกายและพันธะบางอย่าง พันธะในที่นี้โดยส่วนใหญ่จะเป็นพันธะซึ่งเป็นข้อผูกมัดทางสังคม พบได้ในคู่แต่งงานที่คบกันในเวลาไม่นาน ดังนั้น จึงจัดเป็นความรักที่ขาดเหตุผล

๗. **ความรักแบบสมบูรณ์แบบ (consummate love)** เป็นความรักที่ประกอบด้วยองค์ประกอบทั้ง ๓ ที่กล่าวมาแล้วข้างต้น สเตรนเบิร์ก ได้กล่าวว่าความรักแบบนี้เกิดขึ้นได้ยาก โดยส่วนใหญ่เกิดขึ้นในช่วงระยะเวลาสั้น ๆ แต่หากสามารถคงความสัมพันธ์ในระยะยาวได้ก็จะเป็นความรักในอุดมคติตามแนวคิดของเขา

๘. **ภาวะไร้รัก (none love)** เป็นภาวะที่บุคคลไม่มีองค์ประกอบใดเลย ซึ่งส่วนใหญ่คนเราจะเกิดความรู้สึกแบบนี้ต่อคนที่บังเอิญรู้จักกันหรือ รู้จักแบบผ่านๆ เช่น นั่งรถไฟตรงข้ามกันตกท้ายกันสองสามคำหรือพูดคุยกันบ้าง พอถึงที่หมายก็แยกทางกันไป เป็นต้น

ดังจะเห็นได้ว่า ประเภทของความรักนั้นที่กล่าวมา ๘ รูปแบบในทัศนะของท่าน สเตรนเบิร์ก เป็นรูปแบบในเรื่องของความรู้สึกกับบุคคลต่างๆที่เข้ามา มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน โดยความรู้สึกที่มีให้ในแต่ละบุคคลนั้นมีความแตกต่างกันออกไป

นักจิตวิทยากลุ่มหนึ่งได้จำแนกมิติของความรักใคร่ผูกพันในวัยรุ่นและหนุ่มสาวเป็น ๒ มิติ คือ ๑. ความรักใคร่ผูกพันที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล ๒. ความรักใคร่ผูกพันที่เกี่ยวข้องกับความต้องการหลีกเลี่ยง ความรักใคร่ผูกพันที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลเป็นผลมาจากการกลัวการถูกปฏิเสธหรือถูกทอดทิ้ง ทั้งยังมีความกังวลว่าตนเองจะไม่ได้ได้รับความรักคืนกลับมา ในขณะที่ความรักใคร่ผูกพันที่เกี่ยวข้องกับความต้องการหลีกเลี่ยงเป็นผลมาจากความกลัวว่าจะไปด้วยกันไม่ได้หรือเข้าใจกันไม่ได้ในความสัมพันธ์ใกล้ชิดของตนและคู่รัก ความรักใคร่ผูกพันใน ๒ มิติ ดังกล่าวสามารถจำแนกรูปแบบของความรักใคร่ผูกพันในวัยรุ่นและหนุ่มสาวได้เป็น ๔ รูปแบบในทัศนะของเบอร์แมน ดังนี้

๑. รูปแบบมั่นคง เป็นรูปแบบที่มีความวิตกกังวลต่ำและการหลีกเลี่ยงต่ำ เป็นรูปแบบที่คู่รักมีความใกล้ชิดกันและมีความสุขจากการอยู่ร่วมกัน ไม่หวาดระแวงกัน

๒. รูปแบบหมกมุ่น เป็นรูปแบบที่มีความวิตกกังวลสูงและหลีกเลี่ยงต่ำ มักแสดงออกด้วยการพึ่งพิงมากเกินไป อิจฉาคนอื่นที่จะเข้ามาอยู่ใกล้คนรักของตน เกะติดกันและรู้สึกไม่มั่นคง

๓. รูปแบบไม่ใส่ใจ เป็นรูปแบบหลีกเลี่ยงสูงแต่มีความวิตกกังวลต่ำ มักเป็นรูปแบบความสัมพันธ์ที่เย็นชา เห็นห่างกันและวางเฉยต่อกัน

๔. รูปแบบหวาดวิตก เป็นรูปแบบที่มีความวิตกกังวลสูงและหลีกเลี่ยงสูง แม้จะต้องการความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดแต่ก็หลีกเลี่ยงที่จะเข้าใกล้คนที่ต้องการใกล้ชิดเพราะกลัวจะถูกปฏิเสธ^{๑๗}

จะเห็นได้ว่าเบอร์แมนนั้นจะเน้นความรักที่เกิดจากความสัมพันธ์ที่ไม่มั่นคง เป็นความรู้สึกทางด้านลบมากกว่า ในการกังวลของความรัก ในการกังวลความไม่แน่นอนของความรัก หากเปรียบกับทางหลักทางด้านพระพุทธศาสนานั้นอาจเป็นไปตามกฎของไตรลักษณ์นั่นเอง ว่าทุกสรรพสิ่งบนโลกล้วนแล้วแต่อนิจจัง ความไม่แน่นอนนั่นเอง

๒.๑.๓ ระดับของความรักในเชิงจิตวิทยา

โรเบิร์ต สเติร์นเบิร์ก (Robert Sternberg, ๑๙๘๖) นักจิตวิทยาแห่งมหาวิทยาลัยแอสตนฟอร์ด ซึ่งโด่งดังจากการสร้างทฤษฎีที่อธิบายการทำงานของเขาวัวปัญญาในชื่อว่า "ทฤษฎีสามศร" (Triarchic theory of intelligence) ได้พัฒนาทฤษฎีสามเหลี่ยมของความรัก ท่านกล่าวว่าความรักของมนุษย์นั้นประกอบด้วย ๓ รูปแบบของความรัก ได้แก่

๑. ความรักในระดับเนื้อหนัง ซึ่งเกิดจากแรงขับที่มาจากภายในของมนุษย์ (Passion)

๒. ความรักในระดับความรู้สึกที่ใกล้ชิดกัน สนิทสนมชิดเชื้อ (Intimacy)

๓. ความรักในระดับของพันธะสัญญา หรือการให้คำมั่นสัญญาต่อกันที่จะรักษาสัมพันธภาพไว้ให้ยั่งยืน (Commitment)

^{๑๗} รศ. ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, หน้า ๕๓.

ในข้อความข้างต้นเป็นความรักระดับที่ ๑ ความรักระดับเนื้อหนัง เป็นความรักสวयรักงาม และประกอบด้วยความต้องการทางเพศ ระดับที่ ๒ ความรักที่เกิดขึ้นเมื่อใกล้ชิด เป็นความรักที่มาในรูปแบบของความผูกพันกันมานาน อยู่ใกล้ชิดกัน อยากอยู่ด้วยเมื่ออยู่ด้วยและรู้สึกอุ่นใจ และระดับที่ ๓ เป็นความรักที่มีคำสัญญาเหมือนกับความรักของหนุ่มสาวที่มีการจดทะเบียนสมรสเป็นพันธสัญญา

ในทัศนะของท่านโรเบิร์ต สเติร์นเบิร์กที่เกี่ยวข้องกับเรื่องของความรัก เป็นความรักที่เกี่ยวข้องของนั้นขั้นแรกทางด้านร่างกาย มีความต้องการทางร่างกาย ความตรงจริงใจ ความอยากได้มาครอบครอง ต่อมาก็เกิดแล้วซึ่งความผูกพัน จนสุดท้ายความมั่นคงทางด้านความรู้สึก

รอลโล เมย์^{๑๔} นักจิตวิทยาของสหรัฐ แบ่งความรักเป็น ๕ ระดับ ดังนี้ คือ

ระดับที่ ๑ คือ เช็กซ์ หรือ ตัณหาหาคะ

ระดับที่ ๒ คือ รักสร้างสรรค์ หรือ อีรอส

ระดับที่ ๓ คือ รักฉันทน์

ระดับที่ ๔ คือ รักเสียสละหรืออะกาเพ

ระดับที่ ๕ คือ รักรวมๆ ของบรรดาความรักทั้งสี่ระดับข้างต้น มิได้เป็นอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นพิเศษ เรียกว่ารักชนิดนี้ว่า ออเรนติก

ในทัศนะของท่านรอลโล เมย์ส่วนใหญ่จะกล่าวถึงความรักแบบหนุ่มสาวที่ประกอบไปด้วยตัณหา ความพึงพอใจในการอยู่ร่วมกัน และรวมไปถึงความรักที่จะเสียสละแทนบุคคลที่เรารักได้ เพื่อให้บุคคลที่เราารู้สึกรักรู้สึกปรารถนาดีนั้นมีความสุข

โดยรอลโล เมย์ ให้ความรักแบบเช็กซ์หรือความใคร่ อันนี้ถือเป็นความรักขั้นต่ำซึ่งปรากฏในคนทั่วไป ความรักชนิดนี้จะเน้นความพึงใจ สนุกสนาน ประเพทรักกันวันละสามเวลาหรืออาจใช้เป็นเครื่องมือทำให้คู่รักหรือผู้เกี่ยวข้องเจ็บปวดได้ต่างๆ นานา โดยสรุปก็คือ เป็นไปเพื่อผลประโยชน์ของตนเป็นที่ตั้ง ส่วนอีรอสหรือความรักแบบสร้างสรรค์ นั้น เป็นความรักที่ยกระดับของจิตใจสูงขึ้นอีกขั้นหนึ่ง ในขณะที่รักแบบเช็กซ์มุ่งระบายความเครียดที่มีอยู่ออกไป แต่ความรักแบบอีรอส จะมีจุดหมายหรือปรารถนาจะให้เกิดสิ่งใหม่หรือลูกหลานไว้สืบตระกูลต่อไป ความรักแบบอีรอสจึงเป็นเอกภาพของชายและหญิง ที่มีอารมณ์และความรู้สึกผูกมัดเข้าด้วยกัน โดยอาศัยความรักแบบอีรอสนี้เท่านั้นที่จะทำให้คู่สมรสได้ร่วมกันและรวมกัน เพื่อจะได้สิ่งใหม่ขึ้นมา

อีรอสนั้นเป็นความรักที่คงความอ่อนหวานนุ่มนวลแต่นับวันจะหายาก เช็กซ์กับอีรอส แท้จริงแล้วมักจะเลื่อนไหลไปด้วยกัน แต่ในชีวิตสมัยใหม่เช็กซ์ตีจากไปไกลมาก พฤติกรรมทางเช็กซ์กระทำได้อิสระกว้างขวางมากด้วยอำนาจการสนับสนุนของเทคโนโลยีเหล่านั้นจะขัดขวางความรักแบบนุ่มนวลของอีรอสไปเรื่อยๆ เป็นนัยว่าคนสมัยก่อนต้องการความรักแต่ปฏิเสธความใคร่ แต่คนสมัยใหม่ต้องการความใคร่โดยปฏิเสธความรัก

^{๑๔} กิตติกร มีทรัพย์, **ความหมายแห่งรัก**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ต้นหมาก, ๒๕๒๔), หน้า ๖๖.

สำหรับความรักกันฉันพี่น้องนั้น เป็นความรักที่พัฒนาสูงขึ้นไปอีกขั้นหนึ่ง และเป็นแนวทางให้พัฒนาไปถึงขั้นสูงสุดคือ ความรักชาติและประชาชน ซึ่งเป็นความรักที่ตัดความพึงใจส่วนตัวออกไป เป็นความรักที่เสียสละเพื่อให้เกิดความพึงใจเป็นสุขแก่ผู้อื่น ในโอกาสหนึ่งหรือสถานการณ์หนึ่งคนเราอาจมีระดับความรักขึ้นลงได้ระหว่างระดับต่ำและระดับสูง แต่ถ้าผ่านการเรียนรู้หล่อหลอมให้เกิดจิตสำนึก เป็นการยกระดับจิตใจขึ้น โอกาสที่ความรักของเขาจะถูกโยนกลับลงไปอยู่ที่ระดับต่ำอีกก็น้อยลง โดยจะคงที่อยู่ระดับสูงเอาไว้ได้นานแสนนาน ซึ่งข้อนี้ น่าสนใจสำหรับผู้ทะเยอทะยานทุกคน กล่าวคืออย่างน้อยๆ ก็ดีกว่าไม่ได้ฝึกหัดขัดเกลาให้รู้จักความหมายแห่งรักอันสูงส่งเสียเลย^{๑๙}

การกำเนิดของความรักคือ ความพยายามของชายและหญิงที่จะผนึกแน่นรวมเข้าด้วยกัน กล่าวคือ มนุษย์นี้แต่เดิมรวมเป็นเพศเดียวกันอยู่เป็นสหเพศหรือสมเพศ แต่แล้ววันหนึ่งก็ถูกอำนาจของเทพเจ้าองค์หนึ่งทำให้แยกออกจากกันเป็นเพศชายและเพศหญิง คนที่เคยอยู่ด้วยกันเมื่อพลัดพรากกันไปก็ย่อมจะหวนหาอาลัยต่อกัน และพยายามที่จะคืนกลับมาอยู่ด้วยกันอีก ด้วยประการนี้แหละ หญิงชายแต่ละคู่เมื่อพิจารณาคุณสมบัติและโทษสมบัติกันและกันแล้ว เห็นสมน้ำสมเนื้อกันถูกใจถูกตัวพอไปด้วยกันได้ ซึ่งอาจเรียกว่า สมพงศ์ (ร่วมพงศ์เผ่าเหล่ากอ) ก็จะรวมกันในลักษณะของอีรอส เพื่อจะได้เป็นสหเพศหรือสมเพศ (เป็นเพศเดียวกัน) ซึ่งเป็นสิ่งใหม่ขึ้นมา หรืออีกนัยหนึ่งหมายถึงการสืบลูกหลาน ซึ่งได้สิ่งใหม่เกิดขึ้นโดยแต่ละฝ่ายลงแรงกันคนละข้าง ฝ่ายชายให้น้ำเชื้อ ฝ่ายหญิงให้ไข่ผสมกัน ทารกจึงเกิดได้ปฏิสนธิขึ้นมา ณ บัดนั้น การร่วมเพศนั้น มิใช่รักแบบอีรอส แต่เป็นความใคร่หรือเซ็กซ์แต่อย่างเดียว ซึ่งอาจเปรียบได้กับบทที่ ๒ ที่ทางผู้วิจัยได้กล่าวมาแล้วนั้นในเรื่องของอัคคัณฺณสูตรพระสูตรที่กล่าวถึงการกำเนิดโลกและชีวิต

ความต้องการตามลำดับขั้น อับราฮัม มาสโลว์ เชื่อว่ามนุษย์มีความต้องการทั้งหมด ๕ ขั้น มีการเรียงลำดับขั้นต่ำสุดไปหาขั้นสูงสุด มนุษย์จะมีความต้องการในขั้นต่ำสุดก่อน เมื่อได้รับการตอบสนองความต้องการในขั้นนั้นจนเป็นที่พอใจแล้วก็จะเกิดความต้องการในขั้นสูงต่อไป ความต้องการในขั้นต่ำกว่จะต้องได้รับการตอบสนองจนเป็นที่พอใจเสียก่อนเสมอ มนุษย์จึงเกิดความต้องการขั้นสูงได้ ความต้องการทั้ง ๕ ขั้น เรียงลำดับจากขั้นต่ำสุดไปยังขั้นสูงสุด ดังนี้

๑. ความต้องการด้านสรีระ ความต้องการเพื่อสนองตอบแรงขับทางกายเพื่อความอยู่รอดของชีวิต เช่น น้ำ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย

๒. ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย ความต้องการปลอดภัยมีที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ปราศจากความกลัวการสูญเสียและภัยอันตรายทั้งปวง ความต้องการขั้นนี้ จะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการด้านสรีระได้รับการตอบสนองจนเป็นที่พอใจแล้ว

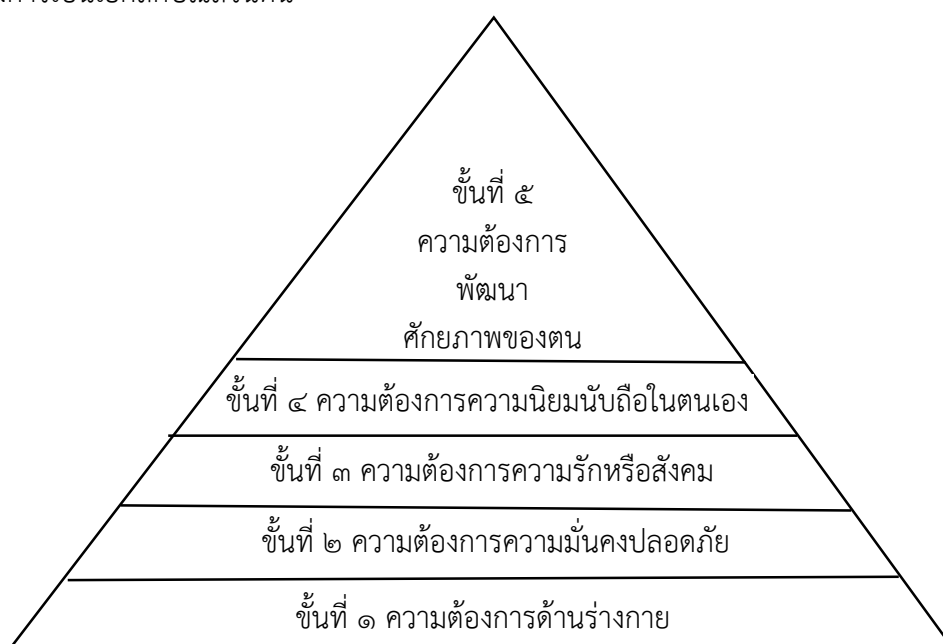
๓. ความต้องการความรักหรือสังคม ความต้องการสัมพันธ์กับผู้อื่น ความต้องการเป็นมิตรกับผู้อื่นความต้องการเป็นเจ้าของและมีเจ้าของความรักในรูปแบบต่างกัน เช่น ความรักระหว่าง คู่รัก

^{๑๙} เรื่องเดียวกัน, กิตติกร มีทรัพย์, ความหมายแห่งรัก, หน้า ๖๖.

พ่อ แม่-ลูกเพื่อน สามี-ภรรยา ความต้องการได้รับความชมเชยจากผู้อื่น ความต้องการขั้นนี้จะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการขั้นสองได้รับการตอบสนองจนเป็นที่พอใจ

๔. ความต้องการความนิยมนับถือในตนเอง ความภูมิใจตนเอง และผู้อื่นยกย่องนับถือตัวเรา ความต้องการมีเกียรติ มีศักดิ์ศรี

๕. ความต้องการพัฒนาศักยภาพของตน ความต้องการขั้นสูงสุดของมนุษย์และความต้องการนี้ยากต่อการบอกได้ว่าเป็นอะไร เราเพียงสามารถกล่าวได้ว่า ความต้องการพัฒนาศักยภาพของตนเป็นความต้องการที่มนุษย์ต้องการจะเป็น ต้องการที่จะได้รับผลสำเร็จในเป้าหมายชีวิตของตน และต้องการเป็นเอกลักษณ์ส่วนตัว^{๒๐}



แผนภาพที่ ๒.๓ ความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์^{๒๑}

จะเห็นได้ว่าในทางจิตวิทยานั้นในเรื่องของความรักมีปรากฏในความต้องการพื้นฐานทางด้านความรัก ตามทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้นของมาสโลว์เช่นกัน ในทุกชีวิตของมนุษย์นั้นล้วนแต่ต้องการความรัก ความนับหน้าถือตา ความเคารพด้วยกันในสังคมแล้วทั้งนั้น เพราะยังมีสิ่งที่มากระตุ้นให้เกิดความรู้สึกที่ดี เวลามีคนมาเข้าใจ เห็นด้วย มาดูแลให้ความรักแก่เราด้วยกันแล้วทั้งนั้น

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาของอีริก ฟรอมม์ แบ่งความต้องการของมนุษย์เป็น ๖ ประเภท

๑. ความต้องการมีความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกับคนอื่น คนเราทุกคนล้วนต้องการมีความสัมพันธ์และต้องการอยู่ร่วมกับคนอื่นทั้งสิ้นเพราะต้องการชนะความเจ็บเหงาและชนะการต้องการอยู่เพียงลำพังคนเดียว นอกจากนี้ยังสนใจธรรมชาติและตนเอง ต้องการอยู่กับธรรมชาติ และ

^{๒๐} รองศาสตราจารย์สิริอร วิชาวุธ และคณะผู้เขียน, จิตวิทยาทั่วไป, หน้า ๒๕๓.

^{๒๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๕๔.

ทุกคนต้องการทั้งเป็นผู้รับและผู้ให้ความรักและเอาใจใส่ดูแลคนอื่นรวมทั้งมีความรู้สึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มด้วย

๒. ความต้องการทำในสิ่งที่ดีกว่าและเป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพ คนเรามักต้องการเป็นผู้มีความคิดริเริ่มในบางสิ่ง แต่อย่างไรก็ตามด้วยความเป็นมนุษย์ซึ่งมีธรรมชาติในการเอาชนะสิ่งต่างๆ บุคคลก็จะพยายามจนเอาชนะตามลำพังด้วยความเข้มแข็งของตนเองหรือด้วยความช่วยเหลือของคนอื่น

๓. ความต้องการสร้างรากฐานที่มั่นคงและมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยว ตลอดชีวิตของแต่ละคนจะถูกแยกออกมาจากสิ่งยึดเหนี่ยว เช่น เมื่อแรกเกิดจะถูกแยกออกมาจากความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยจากครรภ์แม่ ครั้งต่อมาวัยเด็กตอนต้นต้องไปโรงเรียนเกิดความรู้สึกว่าถูกแยกออกมาจากบ้าน จนต่อมาวัยเด็กตอนปลายจะเริ่มรู้สึกความปลอดภัยที่เคยได้รับจากการดูแลเอาใจใส่จากพ่อแม่ค่อยน้อยลงไป และในวัยผู้ใหญ่ก็ต้องพึ่งตนเองให้มากขึ้นซึ่งต้องเผชิญกับอนาคตที่มองไม่เห็นตามลำพัง รวมถึงเวลาสุดท้ายของชีวิตที่ต้องเผชิญกับความตาย จึงเห็นได้ว่าตลอดชีวิตของคนต้องการสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ ต้องการวางรากฐานชีวิต และต้องการสถานที่ที่ให้ความมั่นคง ต้องการบ้านเพื่อความรู้สึกปลอดภัย ต้องการความรู้สึกผูกพันซึ่งกันและกันในครอบครัวและสังคม จึงเห็นได้จากการอยู่กันเป็นครอบครัวและการคบหาสมาคมกันเพื่อสร้างความสัมพันธ์ต่อกันและกัน

๔. ความต้องการมีเอกลักษณ์ของตนเอง คนเราต้องการมีความเป็นตัวของตัวเอง บางคนอาจมีเอกลักษณ์ด้วยการยอมตามกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง และการตัดสินใจเลือกเอกลักษณ์ของตนเองนั้นมักเกิดมาจากความรู้ ความถนัด ความชำนาญ และการเรียนรู้ของแต่ละคนเป็นสำคัญ

๕. ความต้องการความเข้าใจที่ชัดเจนและความรักที่ลึกซึ้ง คนเราโดยธรรมชาติคนเราโดยธรรมชาติต้องการความเข้าใจธรรมชาติ เข้าใจสังคม และสิ่งแวดล้อมของตน ต้องการมีชีวิตอยู่ด้วยความสงบสุข ต้องการอยู่อย่างมีค่ามีความหมายต้องการคาดคะเนความยุ่งยากสับสนในการดำรงชีวิตได้ ดังนั้นหากมีความเข้าใจที่ชัดเจนและความรักที่ลึกซึ้งย่อมจะทำให้เราทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างมีจุดหมายและระบบระเบียบได้เป็นอย่างดี

๖. ความต้องการแสวงหาสิ่งตื่นเต้นและสิ่งเร้าต่างๆ เนื่องจากสมองคนเราต้องทำงานอยู่ตลอดเวลา จึงต้องการสภาพและสิ่งแวดล้อมที่ท้าทายความสนใจ แต่ไม่ได้หมายความว่าต้องการอยู่ในสภาพนั้นยาวนาน^{๒๒}

จะเห็นได้ว่าทฤษฎีของอีริค ฟรอมม์ ที่แบ่งความต้องการของมนุษย์ใน ๖ ประเภท นี้มี ๔ ประเภทที่มีความต้องการที่มีความเกี่ยวข้องกับความรัก คือ ๑. ความต้องการมีความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกับคนอื่น ซึ่งหมายความว่าในเรื่องของจิตนั้นทุกคนในสังคมต่างมีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นที่มีความรักและความผูกพันต่อกันและกัน เพื่อเอาใจใส่ดูแลกันและกัน มีความอ่อนใจทุกครั้งมีอยู่ด้วยกัน ต่อมาในข้อที่ ๒ ความต้องการสร้างรากฐานที่มั่นคงและมีสิ่งที่ยึด ซึ่งมีความหมายต่อมา

^{๒๒} รองศาสตราจารย์ ดร.ลักขณา สริวัฒน์, มนุษย์สัมพันธ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส. พรีนติ้ง เฮาส์, ๒๕๕๖), หน้า ๖๗.

จากหลังที่บุคคลนั้นต้องการมีความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกับคนอื่นแล้ว ก็ต้องการที่จะมีความมั่นคงในความสัมพันธ์นั้นให้มั่นคงยืนยาว เกิดความรู้สึกปลอดภัยจากความรักที่ได้รับนั้น ให้เกิดความสุขทางด้านจิตใจได้ ในข้อที่ ๓ ความต้องการความเข้าใจที่ชัดเจนและความรักที่ลึกซึ้ง ซึ่งมีความหมายว่า ในทุกๆความสัมพันธ์นั้นล้วนต้องการความรักและความเข้าใจ เป็นสิ่งที่ต้องการจะแสวงหาซึ่งความรักที่แท้จริงด้วยกันทั้งนั้น และสุดท้ายในข้อที่ ๔ ความต้องการแสวงหาสิ่งตื่นเต้นและสิ่งเร้าต่างๆ ซึ่งหมายความว่าในทุกสิ่งๆที่เข้ามาทำให้เกิดความรู้สึกสนใจ ใคร่ปรารถนา ความพบเจอกับสิ่งแปลกใหม่ตลอดเวลาให้เกิดความคันคืด ว่าสิ่งที่เจอนั้นเป็นความรู้สึกแบบใด ใช้ความรักหรือไม่ หากเปรียบในทางพระพุทธศาสนา การเกิดความรู้สึกจากสิ่งที่มากระตุ้นให้เกิดความรู้สึกนั้น อาจเรียกในทางความรักนั้นได้ว่าเสนหา เพราะเกิดจากตัวตัณหานั้นเป็นตัวกระตุ้นความรู้สึกนั้น ในทางจิตวิทยาก็กล่าวสิ่งนั้นหรือเรียกสิ่งนั้นว่าสิ่งเร้านั่นเอง

ส่วนในทัศนะของนักจิตวิทยาอีกท่านหนึ่งคือ ฟรอยด์กล่าวว่าความพึงพอใจในส่วนต่างๆ ของร่างกายนี้ เป็นไปตามวัย เริ่มตั้งแต่วัยทารก จนถึงวัยผู้ใหญ่ อาจรวมไปถึงความสนใจในเพศตรงข้ามหรือจุดเริ่มต้นของความรักในทางทัศนะของฟรอยด์คืออย่างไร โดยแบ่งออกเป็น ๕ ชั้น คือ^{๒๓}

๑. ขั้นปาก (๐-๑๘ เดือน) ฟรอยด์เรียกขั้นนี้ว่า เป็นขั้นออโรล เพราะความพึงพอใจอยู่ที่ช่องปาก เริ่มตั้งแต่เกิด เด็กอ่อนจนถึงอายุราวๆ ๒ ปี หรือวัยทารก เป็นวัยที่ความพึงพอใจ เกิดจากการดูดนมแม่ นมขวด และดูดนิ้ว เป็นต้น ในวัยนี้ความคับข้องใจ จะทำให้เกิดภาวะที่เรียกว่า "การติดตรึงอยู่กับที่" (Fixation) ได้และมีปัญหาทางด้านบุคลิกภาพ เรียกว่า "Oral Personality" มีลักษณะที่ชอบพูดมาก และมักจะติดบูหรี่ เหล้า และชอบดูด หรือกัดอยู่เสมอ โดยเฉพาะเวลาที่มีความเครียด บางครั้งจะแสดงด้วยการดูดนิ้ว หรือดินสอ ปากกามีลักษณะแบบนี้อาจจะชอบพูดจาจากกลาง เหน็บแนม เสียดยสผู้อื่น

๒. ขั้นทวารหนัก (๑๘ เดือน – ๓ ปี) ฟรอยด์กล่าวว่า เด็กวัยนี้ได้รับความพึงพอใจทางทวารหนัก คือ จากการขับถ่ายอุจจาระ และในระยะซึ่งเป็นสาเหตุของความขัดแย้ง และความคับข้องใจของเด็กวัยนี้ เพราะพ่อแม่มักจะหัดให้เด็กใช้กระโถน และต้องขับถ่ายเป็นเวลา เนื่องจากเจ้าของความต้องการของผู้ฝึก และความต้องการของเด็ก เกี่ยวกับการขับถ่ายไม่ตรงกันของเด็กคือ ความอยากที่จะถ่ายเมื่อไรก็ควรจะได้ เด็กอยากที่จะขับถ่ายเวลาที่มีความต้องการกับการที่พ่อแม่หัดให้ขับถ่ายเป็นเวลา บางทีเกิดความขัดแย้งมาก อาจจะทำให้เกิด Fixation และทำให้เกิดมีบุคลิกภาพนี้เรียกว่า "Anal Personality" ผู้ที่มีพฤติกรรมแบบนี้ อาจจะเป็นคนที่ชอบความเป็นระเบียบเรียบร้อยเป็นพิเศษ และค่อนข้างประหยัด มัธยัสถ์ หรืออาจมีบุคลิกภาพตรงข้ามคือ อาจจะเป็นคนที่ใจกว้าง และไม่เป็นระเบียบ เห็นได้จากห้องทำงานส่วนตัวจะรกไม่เป็นระเบียบ

๓. ขั้นอวัยวะเพศ (๓-๕ ปี) ความพึงพอใจของเด็กวัยนี้อยู่ที่อวัยวะสืบพันธุ์ เด็กมักจะจำเป็นต้องถูกคลำอวัยวะเพศ ระยะนี้ ฟรอยด์กล่าวว่า เด็กผู้ชายมีปมเอดิพิุส (Oedipus Complex) ฟรอยด์อธิบายการเกิดของปมเอดิพิุสว่า เด็กผู้ชายติดแม่และรักแม่มาก และต้องการที่จะเป็น

^{๒๓} รศ.วิจิตพานิ เจริญขวัญ, ระบบและทฤษฎีทางจิตวิทยา, (กรุงเทพมหานคร: มหาลัยรามคำแหง, ๒๕๕๑), หน้า ๑๕๔-๑๕๖.

เจ้าของแม่แต่เพียงคนเดียว และต้องการร่วมรักกับแม่ แต่ขณะเดียวกันก็ทราบว่ามีแม่และพ่อรักกัน และก็รู้ว่าตนด้อยกว่าพ่อทุกอย่าง ทั้งด้านกำลังและอำนาจ ประกอบกับความรักพ่อ และกลัวพ่อ ฉะนั้นเด็กก็พยายามที่จะเก็บกดความรู้สึก ที่อยากเป็นเจ้าของแม่แต่คนเดียว และพยายามทำตัวให้เหมือนกับพ่อทุกอย่าง ฟรอยด์เรียกกระบวนการนี้ว่า “Resolution of Oedipal Complex” เป็นกระบวนการที่เด็กชายเลียนแบบพ่อ ทำตัวให้เหมือน “ผู้ชาย” ส่วนเด็กหญิงมีปมอีเล็คตรา (Electra Complex) ซึ่งฟรอยด์ก็ได้อธิบายมาจากนิยายกรีก เหมือนกับปมเอ็ดดิปัส ฟรอยด์อธิบายว่า แรกทีเดียวเด็กหญิงก็รักแม่มากเหมือนเด็กชาย แต่เมื่อโตขึ้นพบว่าตนเองไม่มีอวัยวะเพศเหมือนเด็กชาย และมีความรู้สึกอิจฉาผู้ชายที่มีอวัยวะเพศชาย แต่เมื่อทำอะไรไม่ได้ก็ยอมรับ และโกรธแค้นมาก ถอนความรักจากแม่มารักพ่อ ที่มีอวัยวะเพศที่ตนปรารถนาจะมี แต่ก็รู้ว่าแม่และพ่อรักกัน เด็กหญิงจึงแก้ปัญหาด้วยการใช้กลไกป้องกันตน โดยเก็บความรู้สึกความต้องการของตน (Repression) และเปลี่ยนจากการโกรธเกลียดแม่ มาเป็นรักแม่ (Reaction Formation) ขณะเดียวกันก็อยากทำตัวให้เหมือนแม่ จึงเลียนแบบ สรุปลงได้ว่าเด็กหญิงมีความรักพ่อ แต่ก็รู้ว่าแย่งพ่อมาจากแม่ไม่ได้ จึงเลียนแบบแม่คือ ถือแม่เป็นแบบฉบับ หรือต้นแบบของพฤติกรรมของ “ผู้หญิง”

๔. ขั้นแฝง (Latency Stage) เด็กวัยนี้อยู่ระหว่างอายุ ๖-๑๒ ปี เป็นระยะที่ฟรอยด์กล่าวว่า เด็กเก็บกดความต้องการทางเพศ หรือความต้องการทางเพศสงบลง (Quiescence Period) เด็กชายมักเล่น หรือจับกลุ่มกับเด็กชาย ส่วนเด็กหญิง ก็จะเล่น หรือจับกลุ่มกับเด็กหญิง

๕. ขั้นสนใจเพศตรงข้าม (Genital Stage) วัยนี้เป็นวัยรุ่นเริ่มตั้งแต่อายุ ๑๒ ปีขึ้นไป จะมีความต้องการทางเพศ วัยนี้จะมีอารมณ์สนใจในเพศตรงข้าม ซึ่งเป็นระยะเริ่มต้นของวัยผู้ใหญ่

ในเรื่องของฟรอยด์นั้นได้กล่าวระดับขั้นของความพึงพอใจนั้นเป็นระดับตามวัย ซึ่งแต่ละวัยมีความสุขที่แตกต่างกัน ตามความพึงพอใจต่างๆ จกระทั่งถึงในขั้นที่ ๕ เริ่มมีการสนใจซึ่งเพศตรงข้ามเมื่อวัยรุ่นเริ่มตั้งแต่อายุ ๑๒ ปีขึ้นไป อาจเป็นจุดเริ่มต้นความต้องการทางเพศหรือพัฒนาความรักไปในที่สุดก็ได้เช่นกัน

๒.๑.๔ สรุปความรักทางจิตวิทยา

ความรักในทางจิตวิทยามองว่าความรักเกิดขึ้นตามระยะเวลาของวัย แล้วแต่ละสิ่งที่เข้ามาให้เกิดปฏิสัมพันธ์ โดยอาจมีเรื่องของฮอร์โมนนั้นเข้ามาเกี่ยวข้องกับสิ่งที่มองว่าเป็นความรักจากการที่ถูกแสดงออกมาทางด้านพฤติกรรมของมนุษย์ มีความรักหลายรูปแบบ และหลายระดับ เช่นเดียวกับที่พบอยู่ในพระพุทธศาสนามีทั้งความรักที่เป็นขั้นพื้นฐานที่เป็นความรักในครอบครัว เพราะตัวของบุคคลหรือมนุษย์นั้นต้องได้รับความรักในครั้งเริ่มต้นจากครอบครัวจึงเกิดมาเป็นมนุษย์ได้ เลี้ยงดูจนเติบโตแล้วพอเติบโตตามวัยก็มีความพึงพอใจ ชอบใจต่างๆ ในสิ่งที่อยู่ด้วยแล้วนั้นเป็นสุข ดังจะเห็นได้ในทฤษฎีความต้องการพื้นฐานของมนุษย์นั้นก็ปฏิเสธไม่ได้ว่าความต้องการพื้นฐานของมนุษย์นั้นก็ยังต้องเป็นความรักที่มนุษย์เราทุกคนต้องการ เพราะเป็นความรู้สึกทางจิตใจที่มั่นคง รู้สึกถึงความปลอดภัย ทำให้เป็นผลดีต่อสภาพจิตใจของบุคคลนั้นๆ ไม่ว่าจะเป็นบุคคลที่ได้รับการรักหรือเป็นบุคคลที่ให้ความรัก แต่รูปแบบของความรักในทางจิตวิทยามองเป็นความพึงพอใจมากกว่า ที่

มนุษย์นั้นต้องการทางด้านจิตใจ แต่จะแบ่งความพึงพอใจที่จะรู้สึกดีหรือรู้สึกรักเป็นไปตามระยะเวลา หรือเป็นไปตามวัยมากกว่า เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

๒.๒ ความรักทางด้านสังคมวิทยา

๒.๒.๑ ความหมายและต้นกำเนิดของคำว่ารักทางด้านสังคมวิทยา

ในทางด้านความรักทางสังคมแน่นอน ว่าทุกสังคมนั้นมีความรัก แต่มีความรักนั้นหลายรูปแบบ มนุษย์นั้นก็เป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่ประกอบมาเป็นสังคมหนึ่งๆ ความรักจะเกิดขึ้นได้ต้องเกิดจากมนุษย์ที่อยู่ร่วมกันในสังคม

มนุษย์กับสังคมวิทยา มนุษย์ในทัศนะทางสังคมวิทยา หมายถึง พฤติกรรมของมนุษย์กับสังคม มนุษย์กับสังคมวิทยามีความสัมพันธ์ต่อกันในลักษณะโครงสร้างและหน้าที่ สถานภาพและบทบาทในฐานะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม^{๒๔}

“ความเป็นมาของมนุษย์กับสังคม มนุษย์มีความผูกพันกับสังคมอย่างใกล้ชิดตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ดังที่อริสโตเติลนักปรัชญาเมธีกรีกโบราณได้กล่าวว่า มนุษย์เป็นสัตว์สังคม คำว่าสังคม คำในภาษาบาลี แยกออกเป็น ๒ คำ คือ “สัง” กับ “คม” สัง แปลว่า ด้วยกัน, ร่วมกัน คม แปลว่า ไป, ดำเนินไป เมื่อนำ ๒ คำนี้มารวมกันจึงมีรูป เป็นสังคม แปลว่า ไปด้วยกัน ร่วมกัน”^{๒๕}

พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยาอังกฤษ-ไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน “สังคม คือ คนจำนวนหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ต่อเนื่องกันตามระเบียบกฎเกณฑ์ โดยมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน”^{๒๖}

ศ.พญ.อุทุมพร ตรังคสมบัติ ได้กล่าวว่า ความรักเป็นความผูกพันทางอารมณ์ที่แสดงออกใน ๓ ด้าน คอ ด้านความรู้สึก ความคิด และการกระทำ ด้านความรู้สึกใคร่ รู้สึกชอบ รู้สึกเป็นสุขที่ได้อยู่ใกล้ ด้านความคิด เป็นการมองผู้ที่ตนรักในแง่ดี มองเห็นคุณค่าและความหมายของผู้ที่เรารักปรารถนา จะทำให้คนที่เรารักมีความสุข ด้านการกระทำ เป็นการปฏิบัติต่อกันอย่างอ่อนโยน มีการดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน^{๒๗}

คงหลีกเลี่ยงไม่ได้ว่าในสังคมสมัยนี้เรียกว่า เช็กส์ ถือว่าเป็นการแสดงออกทางความรักรูปแบบหนึ่ง เช็กส์นั้นเป็นสิ่งสวยงาม ทั้งนี้เพราะมันเป็นความสอดคล้องกันของความสัมพันธ์ที่มีความรักเป็น

^{๒๔} ศ.น.ดร.อมรรักษ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, มนุษย์กับสังคม ฉบับปรับปรุง, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), หน้า ๑๙.

^{๒๕} จานงค์ อติวัฒน์สิทธิ์, สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๕๙.

^{๒๖} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยาอังกฤษ-ไทย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งศิลป์การพิมพ์, ๒๕๒๔), หน้า ๓๗๑.

^{๒๗} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: หจก.สามลดา), หน้า ๗๑.

พื้นฐาน^{๒๘} แต่ปัจจุบันนี้มนุษย์กำลังทำให้เช็กส์สกปรกโดยการมั่วสุมมั่วเมา ติดโรคและท้องแล้วทำแท้ง มนุษย์ทำให้เช็กส์ไร้ค่า ยินยอมที่จะเป็นวัตถุทางเพศ และขึ้นใช้ผู้ชายเป็นวัตถุทางเพศด้วย ทำให้ต่างคนต่างเป็นวัตถุทางเพศของกัน และการมีเพศสัมพันธ์ที่ไร้รัก นอกจากนี้ยังมีเพศสัมพันธ์โดยการขาดความรับผิดชอบ โดยการปล่อยให้ติดโรคและตั้งท้อง

เช็กส์นั้นเป็นศิลป์เพราะมันหมายถึงความมีสอดคล้อง ความสมดุลของความสัมพันธ์เช็กส์ที่ดีนั้นจะต้องปราศจากความรู้สึกผิด เมย์เคยกล่าวไว้ว่า “หลายคนได้สูญเสียความสามารถที่จะสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างมีวุฒิภาวะและด้วยความรัก เราได้สับสนเรื่องความรักกับเช็กส์ การมั่วเช็กส์ทำให้เราสูญเสียความรู้สึกมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ทำให้เราสูญเสียความสามารถที่จะปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างมีวุฒิภาวะและด้วยความรัก เราคิดว่าเช็กส์คือ ความรัก ผลสุดท้ายก็คือการเพิ่มของความรู้สึกแปลกแยกและความรู้สึกไร้ค่า”

๒.๒.๒ มิติของคำว่ารักทางด้านสังคมวิทยา

สังคมสมัยปัจจุบันเป็นยุคที่นิยมการอยู่ด้วยกันโดยไม่แต่ง ในสังคมตะวันตกการสำรวจยังพบว่าคู่ที่อยู่ด้วยกันโดยไม่แต่งหรืออยู่ก่อนแต่งจะมีอัตราการหย่าร้างสูงกว่าคนแต่งงานธรรมดา แต่สังคมไทยนั้นยังมีประเพณีที่รับการอยู่ด้วยกันก่อนแต่งไม่ได้ ที่น่าเศร้าคือ ฝ่ายหญิงมีแนวโน้มที่จะถูกทิ้งสูง ในขณะที่ชายยังหมายถึงจะมีเจ้าสาวเป็นเวอร์จินอยู่ชายหลายคนจึงอาจจะรังเกียจหญิงที่เคยผ่านผู้ชายมาแล้ว สรุปแล้วก็คือ ว่าฝ่ายหญิงเสียเปรียบเว้นแต่เธอพวกนั้นจะไม่แคร์^{๒๙}

ทางด้านสังคมจะแบ่งประเภทหรือรูปแบบของความรักเป็นในลักษณะของความสัมพันธ์ของคนในสังคม ที่ประกอบจากการอยู่ร่วมกัน การมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ในรูปแบบที่หลากหลายของกลุ่มผู้คนต่างๆ โดยมีสายเลือด หรือเป้าหมาย ความคิด และอุดมการณ์เดียวกัน ในให้เกิดการรวมตัวของกลุ่มคนนั้น โดยทางด้านสังคมจะแบ่งเป็น ๓ ประเภทใหญ่ๆ ตามกลุ่มคนที่อยู่ด้วยกัน ๑. ความรักของครอบครัว ๒. ความรักของเพื่อน ๓. ความรักของหนุ่มสาว จะอธิบายในต่อไปนี้

๑. ความรักของครอบครัว

ราชบัณฑิตสถาน ให้ความหมายของครอบครัวว่า หมายถึง สถาบันพื้นฐานของสังคม ประกอบด้วยสามี ภรรยา และหมายรวมถึงลูกด้วย

พรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ เห็นว่า ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมแห่งแรกที่มีมนุษย์สร้างขึ้นจากความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน เพื่อเป็นตัวแทนของสถาบันทางสังคมที่จะปลูกฝังความเชื่อ ค่านิยม และทัศนคติกับสมาชิกรุ่นใหม่ของสังคมที่มีชีวิตอยู่ดีขึ้นครอบครัว^{๓๐}

^{๒๘} รองศาสตราจารย์สิริอร วิชชาวุธ และคณะผู้เขียน, *จิตวิทยาทั่วไป*, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๓๔๗.

^{๒๙} รองศาสตราจารย์สิริอร วิชชาวุธ และคณะผู้เขียน, *จิตวิทยาทั่วไป*, หน้า ๓๔๘.

^{๓๐} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, *จิตวิทยาครอบครัวและครอบครัวศึกษา*, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : หจก.สามลดา), หน้า ๙.

สมาคมคหเศรษฐศาสตร์แห่งประเทศไทย ได้ให้ความหมายของครอบครัวในเชิงสังคมศาสตร์ ครอบครัวหมายถึง กลุ่มคนที่อยู่บ้านเดียวกัน มีปฏิสัมพันธ์สนใจทุกข์สุข ผูกพันกัน โดยไม่จำเป็นต้องสืบโลหิตเดียวกัน^{๓๑}

ความรักนั้นทางด้านสังคมวิทยาแล้วแต่เริ่มมาจากครอบครัว ซึ่งหากเปรียบในทางพระพุทธศาสนาแล้วก็เปรียบได้กับแปะ ความรักทางได้ความครอบครัวและเครือญาติ ครอบครัวเป็นสถาบันสังคมที่มีความสำคัญที่สุดในการอบรมบ่มเพาะบุคคลสัมพัทธภาพที่ระหว่างพ่อแม่ลูกและสมาชิกภายในครอบครัว เป็นพื้นฐานสำคัญในการเอื้อให้เกิดการพัฒนาบุคลิกภาพและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ต่างๆ ของเด็กแล้ววัยรุ่น สมาชิกที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวที่มีความรัก ความอบอุ่นได้รับการอบรมสั่งสอนให้รู้บทบาทหน้าที่สังคมให้มีคุณธรรมจริยธรรม สามารถพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพสุจริต ย่อมเป็นสมาชิกที่คุณภาพของสังคมและชุมชน พร้อมรับภาระหน้าที่ในการพัฒนาสังคมแทนคนรุ่นก่อน^{๓๒}

๒. ความรักของเพื่อน

กลุ่มเพื่อนนอกจากจะเป็นบรรทัดฐานทางสังคม กติกร มีทรัพย์ เห็นว่าการเข้ากลุ่มเพื่อนเป็นพัฒนาการทางสังคมที่สำคัญของวัยรุ่นทำให้สามารถตอบสนองความต้องการทางสังคมขั้นพื้นฐานและเสริมความมั่นใจในตนเอง กลุ่มเพื่อนจะทำให้รู้สึกอบอุ่น ไม่โดดเดี่ยว ในขณะที่การมีปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนมีผลต่อจิตใจและพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ วัยรุ่นที่ไม่เป็นที่นิยมในกลุ่มหรือมีความสัมพันธ์ภาพไม่ดีกับเพื่อนมักจะมีผลต่อการเรียนต่ำ มีอัตราออกจากโรงเรียนกลางคันและมีสัดส่วนในการยุวอาชญากรรมทั้งปัญหาทางอารมณ์และสุขภาพจิตในวัยผู้ใหญ่มากกว่าวัยรุ่นที่ได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

ความรักในรูปแบบเพื่อนอย่างที่เราผู้วิจัยได้กล่าวมาในข้างต้นนี้ว่า ความรักทางสังคมวิทยามองไปทางด้านความสัมพันธ์ต่อบุคคลมากกว่าความรู้สึก ซึ่งเป็นไปทางจิตวิทยา โดยประเภทของกลุ่มเพื่อนประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร^{๓๓} มีความเห็นว่ากลุ่มเพื่อนคือ กลุ่มบุคคลตั้งแต่สองคนหรือมากกว่าที่ปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน และได้จำแนกกลุ่มเพื่อนเป็น ๕ กลุ่ม

๑. กลุ่มเพื่อนเกลอ เป็นลักษณะของเพื่อนสนิทที่มี ๑-๒ คน กลุ่มเพื่อนแบบนี้จะมีความคิดเห็น ความสนใจแบบเดียวกัน ส่วนมากเป็นเพื่อนที่สนิทกันแต่เด็ก และมักเป็นเพศเดียวกัน

๒. เพื่อนสนิทกลุ่มย่อย เป็นกลุ่มเพื่อนที่มีขนาดใหญ่กว่ากลุ่มเพื่อนเกลอ มีขนาดตั้งแต่ ๒-๑๒ คน โดยเฉลี่ยประมาณกลุ่มละ ๕-๖ คน มีความสนใจเหมือนกันและมีการทำกิจกรรมทางสังคมร่วมกัน พบกันบ่อย เช่น กลุ่มฟุตบอล หรือกลุ่มเพื่อนในชั้นเรียนที่ติวและอ่านหนังสือด้วยกัน

^{๓๑} เรื่องเดียวกัน หน้า ๑๐.

^{๓๒} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: หจก. สามลดา), หน้า ๑๐๑.

^{๓๓} เรื่องเดียวกัน ๑๐๙.

๓. เพื่อนสนิทกลุ่มใหญ่ เป็นกลุ่มเพื่อนที่ใหญ่ขึ้นมาอีก อาจประกอบด้วยกลุ่มเพื่อนสนิทย่อยๆ หลายกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มมีความสนใจเหมือนกันและมักเข้าร่วมในกิจกรรมพิเศษ

๔. กลุ่มที่มาร่วมกันอย่างเป็นทางการ เป็นกลุ่มที่สมาชิกมาร่วมกันอย่างเป็นทางการตามสังคมกำหนด เช่น กลุ่มเพื่อนในโรงเรียนเดียวกัน ชุมนุมหรือชมรมต่างๆ ที่จัดกิจกรรมสังคมร่วมกัน กลุ่มแบบนี้ช่วยให้วัยรุ่นที่ไม่มีกลุ่มเพื่อนสนิทได้มีโอกาสปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทัศนคติต่างๆ

๕. กลุ่มแก๊ง เป็นกลุ่มที่รวมตัวกันเพราะถูกกันออกมาจากกลุ่มย่อยหรือกลุ่มเพื่อนกลุ่มใหญ่ มีทั้งเพศหญิงและเพศชายและมักมีพฤติกรรมต่อต้านสังคม

ในช่วงวัยรุ่นกลุ่มเพื่อนสนิทกลุ่มย่อยและเพื่อนสนิทกลุ่มใหญ่ มีความสำคัญในการช่วยให้วัยรุ่นมีพัฒนาการทางสังคมเป็นอย่างมาก โดยกลุ่มเพื่อนสนิทกลุ่มย่อย เป็นบริบทสังคมหลักในชีวิตประจำวันที่วัยรุ่นได้อยู่ร่วมกัน และมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนในกลุ่มนี้มากที่สุด ไม่ว่าจะเป็นการไปเที่ยวด้วยกัน การพูดคุยและสร้างสัมพันธภาพที่ใกล้ชิด นอกจากนี้กลุ่มเพื่อนสนิทกลุ่มย่อยยังมีขนาดเล็กพอที่จะทำให้ทุกคนในกลุ่ม รู้จักนิสัยใจคอกันเป็นอย่างดี ทำให้มีความสนิทสนมกันมากกว่าคนนอกกลุ่ม

จะเห็นได้ว่าแม้ทางด้านสังคมจะมองความรักรูปแบบของเพื่อนเน้นในเรื่องความสัมพันธ์ของบุคคลที่มีต่อกัน การอยู่ร่วมกัน เปรียบหลักตามทางพระพุทธศาสนา คือ ฉันทะ หมายถึงความพอใจในการอยู่ร่วมกันเช่นกัน แต่ในทางสังคมเป็นความรักที่มาจากการพึงพอใจเพื่อน หรือบุคคลที่มีลักษณะที่ตนต้องการที่จะอยู่ด้วยหรือบุคคลที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลนั้น เพื่อความเป็นกลุ่มก้อนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จึงเป็นความรักอีกรูปแบบหนึ่งที่มนุษย์เราขาดไม่ได้เช่นกัน นั่นคือความรักในรูปแบบของเพื่อนที่มีต่อกัน ดูแลกันและกัน และรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่กันในกลุ่ม

๓. ความรักของหนุ่มสาว

ศาสตราจารย์แพทย์หญิง อุมพร ตรังคสมบัติที่ปรึกษาของคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติแผนกเอเชียและแปซิฟิก องค์การสหประชาชาติ ได้กล่าวว่า ความรักหนุ่มสาวเป็นความผูกพันทางอารมณ์ ที่แสดงใน ๓ ด้านคือ ความรู้สึก ความคิด และการกระทำ ด้านความรู้สึกเป็นความรู้สึกใคร่ รู้สึกชอบ รู้สึกเป็นสุขที่ได้อยู่ใกล้ ด้านความคิด เป็นการมองผู้ที่ตนรักในแง่ดี มองเห็นคุณค่าและความหมายของผู้ที่เรารัก อยากทำสิ่งที่ดีให้ และปรารถนาจะให้คนที่เรารักมีความสุข ด้านการกระทำ เป็นการปฏิบัติต่อกันอย่างอ่อนโยน มีการดูแลเอาใจใส่ การสัมผัส กอดจูบและการมีเพศสัมพันธ์^{๓๔}

กรมสุขภาพจิตปี ๒๕๔๕ ได้จำแนกความรักมี ๒ ประเภท เพื่อให้เข้าใจความรักหนุ่มสาวมากขึ้นต่างจากความรักชนิดอื่น

^{๓๔} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, หน้า ๑๖๒.

๑. ความรักที่ไม่อิงอารมณ์ใคร่ เช่น ความรักระหว่างเพื่อน พ่อแม่ลูก พี่น้อง ญาติมิตร ความรักประเภทนี้จะมั่นคงยืนยาว และแตกต่างจากความรักหนุ่มสาวหรือคู่สามีภรรยา

๒. ความรักฉันทุ่รักหรือความรักด้วยความพิศواس เป็นความรักที่ผสมผสานระหว่าง อารมณ์รักใคร่และความดึงดูดทางสรีระ ความเย้ายวนทางร่างกาย ความรักแบบนี้จะทำให้ผู้อยู่ใน อารมณ์รักรู้สึกอ่อนไหว เปรียบบาง สามารถสร้างความรู้สึกตื่นเต้น แต่บางครั้งอาจมีความรู้สึกสับสน และความเจ็บปวดผิดหวังได้ง่าย

สรุปได้ว่า ความรักมี ๒ ประเภทใหญ่ๆ ได้แก่ ๑. ความรักแบบไม่มุ่งหวังผลประโยชน์เป็น ความรักแบบครอบครัว ซึ่งมีความรักที่ยาวนานและมั่นคง ๒. ความรักฉันทุ่รัก เป็นความรักที่ ประกอบด้วยความต้องการอยู่ในนั้น เมื่อผิดหวังมักจะทำให้เกิดความผิดพลาด

รูปแบบของคู่รักในสังคมที่มีปรากฏให้เห็นจะมีด้วยกัน ๒ ลักษณะ ที่มีความสัมพันธ์ใน การแสดงออกในการใช้ชีวิตคู่ของคนในสังคม ดังนี้^{๓๕}

๑. การแต่งงานแบบคลุมถุงชน เป็นการใช้ชีวิตคู่ของหนุ่มสาวที่ไม่ได้มีความรักด้วยกันมาก่อน เกิดจากความเห็นชอบของครอบครัวทั้งสองฝ่ายซึ่งยังมีปรากฏให้เห็นอยู่ในสังคมทุกวันนี้การ แต่งงานแบบคลุมถุงชนยังคงมีอยู่ในหลายประเทศและภูมิภาคพบว่า ๔๐ เปอร์เซนต์ของการแต่งงาน ในอินเดียเป็นการแต่งงานที่จัดการโดยพ่อแม่และคนอินเดีย ๗๑ เปอร์เซนต์เชื่อว่าการแต่งงานแบบนี้ จะประสบความสำเร็จมากกว่าการแต่งงานด้วยความรัก ส่วนในสังคมอิสลามเชื่อว่าการแต่งงานแบบนี้ ช่วยสร้างความเป็นปึกแผ่นของครอบครัวและถ้ามีปัญหาขึ้นในระหว่างคู่แต่งงาน ครอบครัวจะ สามารถช่วยกันปัญหาและความขัดแย้งได้ ในขณะที่การแต่งงานในประเทศยากจน เช่น อาฟกานิสถาน พ่อแม่จัดการแต่งงานแบบคลุมถุงชนระหว่างลูกสาวของตนกับชายสูงอายุที่สามารถหาเงินค่า สินสอดประมาณ ๕๐๐-๑,๕๐๐ ดอลลาร์ อเมริกาทำให้กับพ่อแม่เพื่อให้พ่อแม่มีเงินใช้หนี้ ดังนั้น เด็กสาวอายุราว ๑๑-๑๔ ปี ทั้งที่อยู่ในวัยที่ควรได้เรียนหนังสือแต่กลับถูกยกให้กับชายอายุราว ๔๐-๖๐ ปี ที่มีลูกโตแล้วและเธอต้องไปเป็นคนบริการรับใช้กับภรรยาคนอื่นๆ ของชายเหล่านั้น เป็นเรื่องน่าเศร้า ที่พวกเธอมักหนีการแต่งงานแบบคลุมถุงชนที่สร้างความทุกข์เหล่านี้ด้วยการราดน้ำมันและจุดไฟเผา ตัวเองเด็กสาวเหล่านี้ราว ๑๐๐ รายปี แม้สหประชาชาติพยายามรณรงค์และแทรกแซงการคลุมถุงชน ในลักษณะนี้เพื่อให้เด็กสาวเหล่านี้มีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่านี้ตลอดจนควรมีโอกาสได้รับการศึกษา แต่ดู จะเป็นสิ่งที่ทำได้ยากในเมื่อความยากจนยังดำรงอยู่และขนบธรรมเนียมดั้งเดิมที่พ่อแม่มีสิทธิ์เหนือ ชีวิตลูกและผู้หญิงเป็นสมบัติของผู้ชายยังได้รับการยอมรับอยู่ในสังคมเช่นนั้น

๒. การแต่งงานในกลุ่มเดียวกัน

เป็นแบบแผนการเลือกคู่ครองหรือแต่งงานยังสามารถจำแนกได้เป็น ๒ ลักษณะคือ การ เลือกคู่ครองในกลุ่มเดียวกันหรือการเลือกคู่ครองนอกกลุ่ม ในสมัยก่อนการเลือกคู่ครองในกลุ่ม เดียวกันเป็นการเลือกคู่ครองในเผ่าหรือหมู่บ้านเดียวกัน หรือวรรณะเดียวกัน ปัจจุบันอาจเป็นการ เลือกคู่ครองจากเชื้อชาติเดียวกัน ศาสนาเดียวกันหรือชนชั้นทางสังคมเดียวกัน ในขณะการเลือก

^{๓๕} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, หน้า ๔๔.

คู่ครองนอกกลุ่มอาจเป็นการแต่งงานกับคนที่อยู่ต่างเผ่า ต่างหมู่บ้าน ต่างวรรณะ ต่างเชื้อชาติ ต่างศาสนา เหตุผลของการแต่งงานในกลุ่มเดียวกันเพื่อสืบทอดสถานภาพทางสังคมต่อไปยังลูกหลานและรักษาแบบแผนดั้งเดิมของสังคมไว้ ในขณะที่การแต่งงานนอกกลุ่มก็เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างกลุ่มและแพร่กระจายทางวัฒนธรรม อย่างไรก็ตามยุคสมัยเปลี่ยนไป ในบางสังคมให้เสรีภาพในการแต่งงานกับคนนอกกลุ่มได้ แต่บางครั้งสังคมยังต้องรักษาจารีตให้แต่งงานกับคนในกลุ่มเท่านั้น ทำให้มีการแต่งงานในหมู่ญาติพี่น้องขึ้นด้วยในประเทศที่มีการพัฒนาอุตสาหกรรมแล้วมีกฎหมายและธรรมเนียมปฏิบัติที่จะห้ามไม่ให้มีการแต่งงานกับคนในครอบครัวหรือญาติใกล้ชิด แต่สังคมที่มีการแต่งงานกันในหมู่เครือญาติหรือคนกลุ่มเดียวกันพบในกลุ่มประเทศอาหรับ โดยประมาณ ๔๕ เปอร์เซ็นต์ ของคู่แต่งงานเป็นญาติกัน เช่นเดียวกับในอินเดียที่ห้ามการแต่งงานข้ามวรรณะ ในตุรกีแต่งงานในเครือญาติก็ยังมีอยู่มาก ด้วยเหตุผลว่าทรัพย์สินสมบัติจะไม่ตกเป็นของคนอื่นหรือพวกอื่น การแต่งงานในเครือญาติโดยเฉพาะอย่างยิ่งเครือญาติใกล้ชิด ทำให้เกิดปัญหาด้านโรคร้ายบางชนิด ในบางพื้นที่ของซาอุดีอาระเบีย ซึ่งคู่แต่งงานเป็นเครือญาติกันมากถึง ๕๕-๗๐ เปอร์เซ็นต์ พบความผิดปกติทางพันธุกรรมหลายประเภท อาทิ ธาลัสซีเมีย เบาหวาน อากาโรทูนวอด เป็นไข้ เซลล์ผิดปกติ และอื่นๆ ดังนั้นแม้คนมีการศึกษาที่รู้ปัญหาเหล่านี้พยายามไม่แต่งงานในเครือญาติแต่ทำได้ยากเนื่องจากวัฒนธรรม ความเชื่อที่ฝังรากลึกและผู้หญิงก็ไม่มีโอกาสทำความรู้จักคนอื่นนอกจากญาติเท่านั้น

๒.๒.๓ ระดับความรักทางด้านสังคม

ระดับของความรักในทางสังคมนั้นเริ่มรู้สึกชัดเจนมากขึ้น หรือมีการแสดงออกมากขึ้น เป็นไปตามวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของหญิงและชายที่มีการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจนมากขึ้น เมื่อถึงวัยที่เข้าสังคม ในช่วงต้นนั้นเมื่อวัยรุ่นยังไม่สามารถยอมรับกับความเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายที่เกิดขึ้นได้ มักจะเก็บตัวและไม่ค่อยแสดงออกสังคม เนื่องจากความอายหรือกังวลที่ตกเป็นเป้าสายตาคนอื่น ต่อเมื่อสามารถยอมรับหรือปรับตัวการเปลี่ยนแปลงของรูปร่างที่เปลี่ยนไปได้ก็จะเริ่มสนใจสังคมและเข้าสังคมได้มากขึ้น สำหรับเด็กหญิงบางคนอาจพยายามดึงดูดความสนใจของเพื่อนต่างเพศด้วยการแต่งตัวให้มากขึ้น^{๓๖} ทางด้านสังคมบางครั้งก็มองว่าความรักอาจเป็นการแสดงออกทางเพศก็ได้ เพราะเมื่อถึงวัยที่เข้าสังคม จะมีการแสดงออกทางความรักได้ชัดเจนที่สุดในการที่ให้ความสนใจต่อเพศตรงข้าม จึงไม่อาจที่จะกล่าวหลีกเลี่ยงได้ว่าระดับของความรักของคนในสังคมนั้นจะเน้นไปที่ความสัมพันธ์ ความผูกพันที่พัฒนาความสัมพันธ์เรื่อยๆไปตามกาลเวลา เพื่อให้ความรักหรือความสัมพันธ์นั้นยืนยาว คงอยู่กันได้ซึ่งความสุข

ระดับของการพัฒนาความรักของหนุ่มสาวจนกระทั่งไปถึงการสร้างครอบครัวมีทั้งหมด ๖ ระดับดังนี้^{๓๗}

ระดับที่ ๑ วัยหนุ่มสาว-ชีวิตก่อนแต่งงาน

เป็นช่วงที่เมื่อหนุ่มสาวเริ่มมีความรักปฏิสัมพันธ์ต่อกันแล้ว เริ่มแยกตัวออกจากบ้าน แต่ยังไม่สร้างครอบครัว ส่วนใหญ่จบการศึกษาแล้วและเริ่มทำงาน เริ่มพึ่งตนเองทางเศรษฐกิจได้ ขั้นตอนนี้

^{๓๖} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, หน้า ๑๙.

^{๓๗} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, หน้า ๒๖.

อาจรวมถึงคนที่แต่งงานแล้วแต่อายุน้อยและหย่าในเวลารวดเร็ว รวมถึงคู่ที่อยู่ด้วยกันก่อนแต่งโดยยังไม่ได้ผูกพันกันอย่างถาวร

เลวิสและสเปนเยร์ ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตสมรสจากงานวิจัยหลายเรื่องและสรุปว่าปัจจัยเกี่ยวกับคู่สมรสในระยะก่อนสมรส เป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการมีคุณภาพชีวิตสมรสที่ดี ได้แก่ หญิงชายควรมีความคล้ายคลึงกันหลายด้าน มีอายุที่เหมาะสม ได้คบหาเรียนรู้นิสัยใจคอกันก่อนสมรส มีบุคคลใกล้ชิดสองฝ่ายสนับสนุน และถ้ามีแบบอย่างการใช้ชีวิตสมรสที่ดีจากพ่อแม่ของตนจะทำให้ชีวิตสมรสมีคุณภาพมากขึ้น

คู่สมรสควรมีเหตุผลเหมาะสมในการใช้ชีวิตร่วมกัน เช่น การแต่งงานเพราะเห็นว่าผู้ที่ตนเลือกจะเป็นเพื่อนชีวิตที่ดีที่สุดของตน เป็นที่ปรึกษาช่วยตัดสินใจแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ มีความต้องการและพร้อมมีครอบครัว พร้อมเป็นพ่อแม่ที่ดี พร้อมรับผิดชอบลูกที่เกิดขึ้นมา ไม่ควรแต่งงาน เพราะความรักอย่างเดียว หรือแต่งงานเพราะอกหัก กลัวความเหงา กลัวการเป็นโสด แต่งงานเพื่อหนีความจน หรือเพื่อให้พ้นจากปัญหาบางอย่าง ล้วนเป็นเหตุผลที่ไม่เหมาะสมต่อการแต่งงานซึ่งต้องใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในระยะยาว การแต่งงานเปลี่ยนความสัมพันธ์จากคู่รักที่ยังมีความส่วนตัวไปสู่การรวมตัวกันของคนสองคนรวมทั้งครอบครัวสองครอบครัว ดังนั้นถ้าคู่รักทั้งสองยังไม่ได้แก้ปัญหของตนหรือเรื่องราวภายในครอบครัวของตน ปัญหาเหล่านั้นจะรบกวนหรือก่อให้เกิดความไม่สมดุลในชีวิตการสมรสต่อไปได้ ความพร้อมก่อนการมีชีวิตคู่เป็นเรื่องสำคัญ หญิงชายที่แต่งงานกัน ควรมีความพร้อมในด้านต่างๆ ก่อนการแต่งงาน เช่น ความพร้อมด้านเศรษฐกิจ มีงานทำ มีรายได้ที่เพียงพอในการเลี้ยงดูครอบครัวและพร้อมรับภาระต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ นอกจากนี้ต้องมีความพร้อมทางสุขภาพกาย จิตใจ และอารมณ์คือ มีสุขภาพจิตดี อารมณ์มั่นคง มีวุฒิภาวะ ดังนั้นก่อนการแต่งงาน หญิงและชายต้องมีการเตรียมการต่างๆ มากมายนอกจากความรักต่อกัน เมื่อเข้าสู่วัฏจักรชีวิตครอบครัวแล้ว จะสามารถร่วมกันฝ่าฟันอุปสรรคแต่ละขั้นตอนไปถึงขั้นสุดท้ายคือ การตายจากกันในวันยามชราได้

อนึ่งครอบครัวเดิมมีอิทธิพลในการส่งผ่านความรู้สึกนึกคิด แบบแผนพฤติกรรมต่างๆ ไปยังการสร้างครอบครัวใหม่ของคนหนุ่มสาว ดังนั้นการวิเคราะห์ทำความเข้าใจที่มาของตนเอง ก่อนที่จะพัฒนาสู่ความสัมพันธ์ใหม่ จะทำให้แต่ละคนพร้อมที่จะพัฒนา แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ตัวตนของเราคู่สมรสในชีวิตการแต่งงาน ทำให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน และแบ่งปันประสบการณ์กันได้มากกว่าความพยายามที่จะรักเพียงเพื่อต้องการได้รับคุณค่าจากอีกฝ่ายเท่านั้น

ระดับที่ ๒ การแต่งงาน เริ่มสร้างครอบครัว

ในการแต่งงาน การตัดสินใจไม่อาจตัดสินใจบนพื้นฐานแต่ละบุคคลได้อีกต่อไป เช่น การใช้เงิน การใช้เวลาในวันหยุดและอื่นๆ วงจรชีวิตการแต่งงานในยุคปัจจุบันเปลี่ยนไป ทั้งหญิงและชายมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น แต่งงานช้าลงกว่าแต่ก่อน การอยู่ด้วยกันก่อนแต่งงานมากขึ้น ทั้งหญิงและชายอาจมีเพศสัมพันธ์ลึกซึ้งกับหลายคนกว่าจะตัดสินใจแต่งงาน บางคนเลือกที่จะมีลูกช้า หรือบางคนเลือกที่จะไม่มีลูก นอกจากนี้ มีคู่รักหลายคู่ที่อยู่ด้วยกันโดยไม่แต่งงาน เพราะไม่ต้องไปเกี่ยวข้องกับครอบครัวของอีกฝ่าย อย่างไรก็ตาม อุดมคติของการแต่งงานยังคงเป็นแบบเดิม ผู้ชายควรจะมีสถานภาพสูงกว่า สามีควรจะมีฐานะดีกว่า มีการศึกษาสูงกว่า และมีรายได้สูงกว่า ซึ่งนำไปสู่การมีอำนาจเหนือกว่า

ภรรยา ในขณะที่การแต่งงานทำให้สุขภาพจิตและสุขภาพกายของผู้ชายดีขึ้น แต่อาจทำให้สุขภาพผู้หญิงแย่ลง ทั้งนี้เพราะผู้หญิงที่แต่งงานมีภาระหลายอย่างในครอบครัวที่จะต้องดูแลมากมาย

เมื่อแต่งงานการพึ่งพิงอีกฝ่ายหนึ่งจะเพิ่มขึ้น และตีความปัญหาในชีวิตสมรสในมุมที่เปลี่ยนไป ในช่วงจีบกัน ถ้าอีกฝ่ายมีท่าทีไม่สบายใจ อีกฝ่ายอาจคิดว่ามีสาเหตุหลายอย่างที่ทำให้คนเราเกิดความรู้สึกไม่สบายใจ ซึ่งอาจจะไม่เกี่ยวกับเราเลย สมมติฐานเช่นนี้ทำให้เราสามารถให้กำลังใจและตอบสนองอย่างเข้าใจต่ออีกฝ่ายหนึ่งได้ แต่เมื่ออยู่ด้วยกันนานขึ้น คู่สมรสก็มีแนวโน้มที่จะมองว่าการตอบสนองทางอารมณ์ เช่น การเศร้าซึมของอีกฝ่ายมีสาเหตุจากการกระทำของตนเข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น เป็นเพราะเราไม่ได้เป็นภรรยา หรือสามีที่ดี เมื่อเริ่มคิดในแง่นี้ จะทำให้เกิดความตึงเครียดมากขึ้น เพราะรู้สึกผิด รู้สึกตนเองไม่ดีพอ จึงเลี้ยงที่จะเผชิญหน้า เพราะไม่อยากถูกตำหนิ หรือในทางตรงกันข้าม อาจจะไม่อยากพูดอะไรมากเพราะกลัวจะทำให้อีกฝ่ายไม่สบายใจ หรือรู้สึกแย่ไปกว่าที่เป็นอยู่ สิ่งเหล่านี้จะทำให้การสื่อสารของทั้งสองคนติดขัดกัน ไม่สามารถคุยกันในเรื่องที่เป็นเหตุทำให้ไม่สบายใจได้ นอกจากนี้ในช่วงจีบกันทั้งสองฝ่ายมีแนวโน้มที่จะมองอีกฝ่ายอย่างดีมากเกินจริง จึงได้ละเลยด้านปัญหาในสัมพันธภาพ ดังนั้นในขณะที่ปีแรกของการแต่งงานจะเป็นช่วงที่หลายคู่พึงพอใจมาก แต่ก็ก็เป็นช่วงที่มีการหย่าร้างสูงด้วยเช่นกัน ขึ้นอยู่กับระดับของภาพลวงตาและความผิดพลาดที่แตกต่างไปจากช่วงจีบกันมากน้อยแค่ไหน ดังนั้นคู่รักที่มีความใกล้ชิดกันมากและมีสัมพันธภาพแบบเปิดเผยในช่วงจีบกัน จะมีสัมพันธภาพในการใช้ชีวิตแต่งงานที่ประสานกลมกลืนกันได้ดีกว่า โดยทั่วไปผู้หญิงมีความเต็มใจมากกว่าผู้ชายที่จะยอมรับปัญหา และแนวโน้มที่จะประเมินความสัมพันธ์ที่เป็นอยู่ว่าเป็นปัญหามากกว่าผู้ชาย ผู้หญิงยังพิจารณาเรื่องความซื่อสัตย์ของสามีเป็นเรื่องสำคัญ ในขณะที่ผู้ชายคาดหวังความซื่อสัตย์จากภรรยามากกว่าความหวังว่าตัวเองจะซื่อสัตย์ต่อภรรยา

กล่าวโดยรวมแล้วผู้หญิงต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงและมีความเครียดในวัฏจักรชีวิตครอบครัวมากกว่าผู้ชาย เพราะต้องเกี่ยวข้องและดูแลรับผิดชอบกับภาวะอารมณ์ของผู้อื่นที่อยู่รอบตัวมากกว่าผู้ชาย

ระดับที่ ๓ การเป็นพ่อแม่ : ครอบครัวที่มีลูกเล็กๆ

การเป็นพ่อแม่เป็นสิ่งที่ต้องเรียนรู้ไม่น้อยไปกว่าการเป็นสามีภรรยา เมื่อมีสมาชิกใหม่เพิ่มเข้ามา พ่อแม่เมื่อใหม่ก็ต้องเผชิญความวุ่นวายในการเลี้ยงดูลูก โดยเฉพาะในครอบครัวสมัยใหม่ที่เป็นครอบครัวเดี่ยว หากคนรับใช้หรือพี่เลี้ยงยาก สามีควรต้องเข้ามาแบ่งเบาภาระในการเลี้ยงดูลูก อาบน้ำ ป้อนนมในขณะที่ภรรยาต้องทำงานบ้าน พ่อที่มีทัศนคติต่อบทบาททางเพศสมัยใหม่คือ ยอมรับความเสมอภาคของบทบาทหญิงชาย ยอมรับการมีส่วนร่วมในการรับภาระเลี้ยงดูลูกและแบ่งเบาภาระงานบ้าน จะปรับตัวในการเป็นพ่อของลูกคนแรกได้ดี ไม่เกิดความเครียด ความรำคาญกับความเปลี่ยนแปลงกิจวัตรต่างๆ ที่เกิดขึ้นในบ้าน ซึ่งมีผลทำให้ภรรยามีสุขภาพจิตที่ดีขึ้นด้วย การมีสมาชิกใหม่ในบ้านเพิ่มขึ้นอาจทำให้การพูดคุย และการดูแลเอาใจใส่ระหว่างสามีภรรยาลดลงด้วยสามีภรรยาต้องหาเวลาในการอยู่ใกล้ชิดกันตามลำพังบ้าง เพื่อความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ระยะนี้จึงอาจเรียกได้ว่าเป็นความสุขบนความทุกข์ของพ่อแม่ก็ว่าได้ เพราะได้รับทั้งความสุขจากการมีลูก และความทุกข์จากการต้องปรับตัวจากสภาพการณ์ใหม่มากมาย การปรึกษากันในครอบครัวช่วงนี้ มีความ

ละเอียดยความรับผิดชอบในบ้าน การจัดการปัญหาด้านการเงิน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเลี้ยงดูเด็ก หลังการเกิดของเด็ก ช่วงสามเดือนแรกหลังคลอดเป็นช่วงที่สำคัญมาก มีการเปลี่ยนแปลงระดับฮอร์โมนซึ่งส่งผลต่อความรู้สึก ทำให้แม่รู้สึกไม่มั่นคง เป็นสาเหตุให้รู้สึกอ่อนไหวต่อการตอบสนองต่างๆของสามี คนในครอบครัวและลูก ดังนั้นการมีเด็กเพิ่มขึ้นหนึ่งคนอาจทำให้พ่อแม่รู้สึกไม่ได้รับการเอาใจใส่ โดดเดี่ยวขึ้นได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับแม่ ซึ่งมีการะงานเพิ่มที่หนักและซับซ้อนมากขึ้น และอาจมีความซึมเศร้าซึ่งเป็นปัญหาทางจิตใจที่เกิดจากสภาพสรีระของแม่ด้วย การมีเด็กเพิ่มมาหนึ่งคน จะดึงเวลาและความเป็นส่วนตัวของพ่อแม่ไปมาก แม้กระทั่งเรื่องในห้องนอน ส่งผลต่อความใกล้ชิดและอารมณ์ความต้องการในการมีเพศสัมพันธ์ที่แตกต่างกัน ผู้หญิงอาจมีความต้องการลดลงหรือมีเพื่อทำตามหน้าที่ ผู้ชายอาจต้องการความใส่ใจมากขึ้น ช่วงแรกของการเลี้ยงดูเด็ก ความสัมพันธ์ของทั้งสามคนอาจไม่เท่ากัน แม่และลูกอาจอยู่ใกล้ชิดกันมากกว่าพ่อ ซึ่งอาจถูกแยกให้อยู่ตามลำพัง อย่างไรก็ตาม ความผูกพันใกล้ชิดและความเข้าใจอย่างลึกซึ้งที่แต่ละฝ่ายมีต่อกัน จะช่วยให้แต่ละฝ่ายสามารถตอบสนองในการเป็นพ่อแม่ได้ดีขึ้น

ระดับที่ ๔ ครอบครัวที่มีลูกวัยรุ่น

ช่วงวัยรุ่นเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญ หากเด็กมีพ่อแม่ที่เข้าใจและให้กำลังใจ วัยรุ่นก็สามารถปรับตัวได้ดีโดยไม่มีปัญหาทางอารมณ์อย่างที่คนทั่วไปคาดคิด ระยะนี้วัยรุ่นต้องการความเป็นอิสระและอยู่ในช่วงการพัฒนาเอกลักษณ์เฉพาะตน จึงต้องการเรียนรู้โลกกว้าง กิจกรรมต่างๆ ตลอดจนการคบเพื่อนที่หลากหลาย บางคนอาจเริ่มสนใจเพศตรงข้าม ซึ่งเป็นไปตามระยะพัฒนาการและการกระตุ้นฮอร์โมนทางเพศ วัยรุ่นอาจมีเวลาให้ที่บ้านลดลง แต่ยังต้องการการดูแลให้คำปรึกษาและความรักความเอาใจใส่จากพ่อแม่เหมือนเดิม ซึ่งในช่วงนี้วัยรุ่นจะให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนมาก และต้องการอิสระจากพ่อแม่ ดังนั้นพ่อแม่จึงต้องหันมาปรึกษากัน ช่วยปรับระดับระครองครอบครัวไปตลอดรอดฝั่ง

ระดับที่ ๕ เมื่อลูกแต่งงานมีครอบครัว

เมื่อลูกแต่งงานมีครอบครัวแยกออกไป ชีวิตของพ่อแม่อาจเจียบเหงามากขึ้น เป็นระยะที่เรียกว่า “บ้านว่างเปล่า” พ่อแม่ต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงอีกช่วงหนึ่งคือ การเตรียมตัวเป็น ปู่ย่าตายาย ช่วงนี้เป็นช่วงที่สามีภรรยาเข้าสู่วัยชรา ปัญหาเรื่องการเปลี่ยนแปลงร่างกายของคู่สมรสในช่วงนี้คือ การหมดประจำเดือนในผู้หญิงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ ความรู้สึกทางเพศ ตลอดจนการตอบสนองทั่วไป ในผู้ชายมีการเปลี่ยนแปลงด้วยเช่นกัน แต่ไม่เด่นชัดเท่าผู้หญิง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และพฤติกรรมในวัยนี้ สำหรับผู้ชายอาจก่อให้เกิดความเครียดได้ การปรับตัวช่วงนี้คือการบริหารร่างกายและจิตใจ การให้กำลังใจและเอาใจใส่กัน ตลอดจนอุทิศตนเพื่อประโยชน์สังคมส่วนรวมจะช่วยให้ความรู้สึกต่างๆที่มีต่อตนเองและครอบครัวดีขึ้น

ระดับที่ ๖ ชีวิตบั้นปลาย

การศึกษาคู่สมรสที่อยู่ด้วยกันถึงช่วงสูงวัยหลายคู่พบว่า เป็นช่วงเวลาของการมีชีวิตคู่ที่มีความสุข คู่สมรสเหล่านี้มักมีสุขภาพดี สุขภาพจิตดี มีกำลังใจในชีวิต และสามารถเผชิญกับความเครียดในวัยนี้ได้ดี ในยามสูงอายุนั้นคู่สมรสผูกพันกันด้วยความรักใคร่เกื้อกูล ความมั่นคงทาง

อารมณ์ เห็นอกเห็นใจกัน ไว้วางใจกัน ให้ความสุขสบายแก่กันและพึ่งพากันได้ อย่างไรก็ตามช่วงนี้คู่สมรสและคนในครอบครัวอาจต้องพบกับการเสียชีวิตของเพื่อนและญาติรวมถึงคู่ครองของตนเองด้วย ดังนั้นจึงต้องปรับตัวและทำใจลำบาก โดยเฉพาะการเสียชีวิตของคู่สมรสที่อยู่ร่วมกันมานานและผูกพันมาก ต้องเตรียมใจว่าความพลัดพรากจะต้องมาถึงอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ คำสอนและหลักการทางศาสนาอาจช่วยได้ในการยอมรับความจริงของเรื่องนี้ การปรับตัวในความเป็นม่ายของหญิงชายมีความแตกต่างกัน ชายที่เป็นม่ายมักจะหาคู่ครองคนใหม่ ในขณะที่หญิงที่เป็นม่ายส่วนใหญ่จะคงความเป็นม่ายตามเดิม ซึ่งพบเห็นได้ทั่วไปในสังคมต่างๆ ผู้สูงอายุบางคนที่อยู่กับบุตรหลาน อาจช่วยให้คลายเหงาได้ จากการทำประโยชน์ให้กับครอบครัว ลูกหลาน เช่น การดูแลต้นไม้ ช่วยดูแลเด็กๆ ที่ไม่ต้องเป็นการรับภาระมากเกินไป การเล่นกับลูกหลาน ซึ่งเป็นการสร้างความผูกพันใกล้ชิดให้กับลูกหลาน และสร้างความอบอุ่นในครอบครัว^{๓๘}

กล่าวโดยสรุปถึงระดับขั้นทางความรักในมุมมองทางสังคม จะมองด้านความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกันมากกว่า ตั้งแต่เริ่มคบ สมรส มีครอบครัว จนกระทั่งแก่ชราไปด้วยกัน ซึ่งในทุกๆ ความสัมพันธ์นั้น มีระยะเวลาของตัวเอง ในการพัฒนาความสัมพันธ์ จะประสบผลสำเร็จหรือไม่สำเร็จขึ้นอยู่กับ การปรับตัวของคู่รักในแต่ละวัย

๒.๒.๔ สรุปความรักทางด้านสังคมวิทยา

ความรักนั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับสังคม เพราะการที่เราจะอยู่ร่วมกันได้นั้น เราต้องมีความเป็นหนึ่งเป็นเดียวกัน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน มีความรักใคร่ปรารถนาดีต่อกัน ไม่ว่าจะเป็นกับบุคคลที่เรารู้จักสนิทใกล้ชิดกันเป็นอย่างดี หรือบุคคลที่เราไม่ได้มีการรู้จักด้วยก็ตามแต่ ความรักนั้นสำคัญอย่างไรสำหรับคนในสังคม การแสดงทางความรักของบุคคลในสังคมนั้น เป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้น ดังเช่น ความรักของพ่อแม่ที่มีต่อบุตรคือ ให้การเลี้ยงดูที่ดีและส่งเสริมให้การศึกษาที่ดี เป็นอนาคตของประเทศชาติต่อไป, ความรักแบบเพื่อนคือ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สุขหรือทุกข์ด้วยกัน ไม่ทิ้งกันไปนินยาเพื่อนมีความยากลำบาก, ความรักแบบหนุ่มสาวคือ ความรักที่ต้องการให้บุคคลที่ตนรักมารักตนตอบ เมื่อมีเทศกาลสำคัญก็มักจะมีของขวัญหรือการพาไปเที่ยวที่ต่างๆ เพื่อแสดงถึงความรักว่าคู่รักนั้นความสัมพันธ์ยังคงดีอยู่นั่นเอง

จากที่กล่าวมาในข้างต้นจะเห็นว่ามิติความรักทางสังคมเป็นสิ่งที่แสดงออกมาจากภายนอกสัมผัสถึงความรักผ่านการแสดงออก ซึ่งในทางสังคมสังเกตได้ง่ายๆ ถ้าเจอคู่รักที่คบกันมานาน ไม่เหมือนคู่รักที่รักกันใหม่ๆ ไม่มีโอกาสสำคัญใดๆ บุคคลภายนอกบางท่านมองว่าคู่รักนั้นน่าจะมีความห่างเหิน ซึ่งความจริงแล้วคู่รักนั้นอาจยังรักกันดีอยู่ เพียงแต่ไม่ได้แสดงออกมา

ความรักนั้นจำเป็นต่อความสัมพันธ์และความรู้สึกทางด้านสังคมดังต่อไปนี้

๑. ความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องปากท้อง อาหาร เครื่องนุ่งห่ม จึงเกิดสถาบันเศรษฐกิจขึ้นเพื่อความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องนี้ได้รับการตอบสนอง

^{๓๘} รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร, จิตวิทยาในวัยรุ่น, หน้า ๓๒.

๒. ความจำเป็นในเรื่องความต้องการทางเพศ การผลิตสมาชิกใหม่ให้กับสังคม จึงเกิดสถาบันครอบครัวขึ้น

๓. ความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องต้องการความมั่นคงปลอดภัย

๔. ความจำเป็นเรื่องความต้องการความมั่นคงทางจิตใจ

๕. ความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องความต้องการให้การฝึกอบรมสมาชิกของสังคมและการถ่ายทอดวัฒนธรรมทั้งทางตรงและทางอ้อม^{๓๙}

กล่าวโดยสรุปว่าความรักทางด้านจิตวิทยามุ่งเน้นทางด้านความรู้สึกนึกคิดของบุคคลที่นำความรู้สึกมาเป็นตัวแบ่งระดับความรักทางด้านจิตวิทยา ความรักทางจิตวิทยานั้นไม่คงที่ เพราะความรู้สึกของมนุษย์นั้นเปลี่ยนแปลงไปอยู่เสมอ ส่วนทางด้านสังคมวิทยานั้นมุ่งเน้นทางด้านความสัมพันธ์และสถานะทางสังคมของบุคคลที่อยู่สังคมที่ต้องมีการปฏิสัมพันธ์ต่อกันที่เป็นตัวแบ่งระดับของความรัก เพราะในทุกความสัมพันธ์ทางด้านสังคมวิทยานั้นมีการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงไปอยู่เสมอเช่นกัน

^{๓๙} คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, มนุษย์กับสังคม ฉบับปรับปรุง, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), หน้า ๕๙.

บทที่ ๓

มิติของความรักในทางพระพุทธศาสนา

ในบทที่ ๓ นี้ ผู้วิจัยจะศึกษาถึงความหมายของความรัก ประเภทของความรัก บ่อเกิดของสิ่งที่เรียกว่าความรักที่มีปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา รวมไปถึงตัวอย่างของบุคคลิฐานที่มีความรักที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาหลายรูปแบบ ล้วนเกิดจากปัจจัยหลายอย่างรวมกัน และเกิดขึ้นกับบุคคลในทุกๆสถานะได้ อยู่ที่ว่าเราจะใช้ความรักนั้นไปได้อย่างถูกต้องหรือไม่ แต่ที่จะนำมาศึกษาในวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ไม่ใช่แค่เพียงแต่รูปแบบหรือมิติของความรักเพียงเท่านั้น แต่ยังศึกษาถึงการจัดการความรักให้ถูกต้อง และนำไปสู่การนำมาประยุกต์ใช้กับศาสตร์มิติอื่นในสังคมร่วมสมัยได้

๓.๑ ความหมายและต้นกำเนิดของคำว่าความรัก

ความรักนั้นมีปรากฏคำศัพท์ในทางพระพุทธศาสนา ดังนี้ ศัพท์ที่เป็นนามนาม ได้แก่ เปม เมตตา สีนห ออนุราค มมตต ปิยายน, ศัพท์ที่ใช้เป็นคุณนาม ได้แก่ อาสตต อนุรตต สาอนุราค, ศัพท์ที่ประกอบรูปเป็นกิริยา ได้แก่ ปิยายติ เมตตยาติ เมชชติ, เปม พนธติ^๑

ความรักที่เกี่ยวข้องกับความรักแบบชายหนุ่มและหญิงสาว เป็นความรักในรูปแบบรักใคร่ มีปรากฏคำศัพท์ในทางพระพุทธศาสนาเช่นกัน ดังนี้ ศัพท์ที่เป็นนามนาม ได้แก่ กาม สีนห , ศัพท์ที่ประกอบรูปเป็นกิริยา ได้แก่ กามเมติ ปิยายติ มิชชติ สีนยหติ เกลายติ เมตตยาติ^๒

ต้นกำเนิดของความรักนั้น มีปรากฏในอัครคัมภีร์สูตร เนื้อหาของพระสูตรได้กล่าวถึงการกำเนิดของโลกและชีวิต โดยกล่าวว่ามนุษย์ได้มีความปรากฏเป็นเพศหญิงและเพศชาย ซึ่งในประเด็นนี้อาจสันนิษฐานได้ว่ามนุษย์เรานั้นเกิดมาเพื่อมาค้นหาอีกสิ่งหนึ่งที่ตนนั้นไม่มี เพื่อมาเติมเต็มสิ่งที่ขาดหาย ดังเนื้อความในอัครคัมภีร์สูตรว่า

“วาเสฏฐะและภารทวาชะ เมื่อสัตว์เหล่านั้นบริโภคน้ำข้าวสาลี ซึ่งเกิดสุกเองในที่ที่ไม่ต้องไถ มีข้าวสาลีนั่นเป็นภักขา มีข้าวสาลีนั่นเป็นอาหาร ได้ดำรงอยู่นานแสนนาน สัตว์เหล่านั้นจึงมีร่างกายหยาบขึ้น ทั้งผิวพรรณก็ปรากฏแตกต่างกันและอวัยวะเพศหญิงปรากฏแก่ผู้เป็นหญิง อวัยวะเพศชายปรากฏแก่ผู้เป็นชายกล่าวกันว่า หญิงเพ่งดูชายและชายก็เพ่งดูหญิงนานเกินไป เมื่อชนทั้ง ๒ เพศต่างเพ่งดูกันและกันนานเกินไป ก็เกิดความกำหนัดขึ้น ความเร่าร้อนก็ปรากฏขึ้นในกาย เพราะความเร่าร้อนเป็นปัจจัย ชนเหล่านั้นจึงได้เสพเมถุนธรรม”^๓

^๑ พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรม บาลี-ไทย, (กรุงเทพมหานคร: วัดราชโอรสาราม ราชวิหาร, ๒๕๕๙), หน้า ๕๘๐.

^๒ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๘๐.

^๓ ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๑๒๖/๙๒.

เดิมทีนั้นมนุษย์ในยุคเริ่มต้น อาจยังไม่มี การแบ่งเพศที่ชัดเจน ไม่มีซึ่งความแตกต่าง แต่เมื่อสิ่งที่แตกต่างกันปรากฏขึ้น จึงทำให้มองเห็นสิ่งที่ตนไม่มี จึงเกิดความอยากมีอยากได้ในที่สุด จนต้องการที่ครอบครองสิ่งนั้นในที่สุด เพื่อมาประกอบกันในส่วนที่ตนนั้นยังไม่มี เพื่อให้สมบูรณ์มากขึ้น

ความรักที่มีปรากฏในบุคลาธิษฐานในสมัยพุทธกาล หมายถึง ความผูกพัน ดังเรื่องของ หนู่มโฆสกะและธิดาเศรษฐีโดยที่ธิดาเศรษฐีได้ยินเพียงชื่อของฝ่ายชายเท่านั้นความรักก็เหมือนผิวน้ำหนึ่งแผ่ซาบซ่านไปถึงเหยื่อในกระดุก^๔ หรือว่าจะเป็นความปรารถนาที่ไม่สมหวัง ความปรารถนาที่ปราศจากสัมมาทิฐิ ดังเรื่องของพระโพธิสัตว์ในอดีตชาติกับนางกาญจนวดี^๕

จะเห็นได้ว่าเรื่องความรักนั้นไม่ใช่แค่อาศัยความพึงพอใจต่อกันและกันเท่านั้น แต่จะต้องอาศัยซึ่งความเห็นชอบ ประกอบด้วยความคิดที่ถูกต้อง ที่สมควร และที่ถูกทาง ถึงจะเป็นสิ่งที่นำพาให้บุคคลนั้นดำเนินชีวิตไปทางที่ดีขึ้นได้ เมื่อมีความรักและมีคู่ครองที่ดีก็ย่อมจะนำพาชีวิตไปพบแต่ความเจริญรุ่งเรือง ดังเช่น ความรักของพระเจ้าปเสนทิโกศลกับพระนางมัลลิกา^๖

ซึ่งพุทธพจน์ที่ให้ความหมายความรักได้หลายรูปแบบนั้นมีปรากฏในปิยวรรคคือ

มา ปิเยหิ สมากณฺธิ	อปปิเยหิ กุทาจนํ
ปิยานํ อทสฺสนํ ทุกฺขํ	อปปิยานณฺจ ทสฺสนํ
ตสฺมา ปิยํ น กยิราถ	ปิยาปาโย หิ ปาปโก
คนฺถา เตสํ น วิชฺชนติ	เยสํ นตฺถิ ปิยาปปิยํ

ไม่ว่าเวลาใดบุคคลไม่ควรติดพันกับสิ่งเป็นที่รักและไม่เป็นที่รักเพราะการไม่เห็นสิ่งเป็นที่รักเป็นทุกข์ การพบเห็นสิ่งไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ เพราะฉะนั้นบุคคลไม่ควรทำอะไรให้เป็นที่ยรัก เพราะการพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักเป็นทุกข์ระทม ผู้ที่ไม่มีสิ่งเป็นที่รักและไม่เป็นที่รัก ย่อมไม่มีกิเลสเครื่องร้อยรัด

เปมโต ชายเต โสโก	เปมโต ชายเต ภยํ
เปมโต วิบมฺพุตตสฺส	นตฺถิ โสโก กุโต ภยํ
ความโศกเกิดจากสิ่งเป็นที่รัก	ภัยก็เกิดจากสิ่งเป็นที่รัก
ผู้พ้นจากสิ่งเป็นที่รักได้เด็ดขาด	ย่อมไม่มีความโศกและภัยจากที่ไหนเลย ^๗

สรุปความหมายของคำว่าความรัก ความรักนั้นหมายถึงความปรารถนาดีที่บุคคลมีต่อกัน ความผูกพันเมื่อได้รู้จักกันแล้ว หลังจากที่เกิดขึ้นกับบุคคลใดบุคคลหนึ่งแล้ว การอยู่ร่วมกันหลังจากนั้นก็มีความสำคัญ ดังที่ปรากฏในพระพุทธานุสาสนา เรื่องการอยู่ด้วยกันของสามีภรรยา หรือภาษา

^๔ ชุ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๑๗๑.

^๕ พระสังฆการีวิปาก เล่ม ๑ เป็นเรื่องอดีตวงศ์ด้วย, (กรุงเทพมหานคร: สะพานยศเส, ร.ศ. ๑๒๖), หน้า ๖๐.

^๖ ชุ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๔๓๐.

^๗ ชุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๒๑๐-๒๑๒/๔๘. , ชุ.ธ.(บาลี) ๒๕/๒๖/๔๓.

ชาวบ้านที่เรียกว่า ศีลเสมอกัน หากความรักเกิดขึ้นและผูกพันกับบุคคลประเภทเดียวกันก็จะมีความสุขไร้ซึ่งความขัดแย้ง หากคนที่อยู่ด้วยกันแล้วประกอบด้วยคุณธรรมบางอย่างที่เหลื่อมล้ำกัน เช่น มีศีลที่ไม่เสมอกันนั้น ก็จะทำให้ผู้ที่อยู่ร่วมกันนั้นมีความทุกข์ ความขัดแย้ง และอาจก่อให้เกิดความไม่เข้าใจกันในที่สุดอาจนำไปสู่การแยกทาง จึงแสดงได้ว่าไม่ใช่แค่เพียงเหตุผลต่างๆในการที่บุคคลได้เจอกันได้พบปะและผูกพันกันเท่านั้น ที่แท้แล้วเพื่อให้ความสัมพันธ์นั้นยืนยาวต่อไป การปฏิบัติต่อกันด้วยความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลกันโดยสม่ำเสมอก็เป็นอีกปัจจัยในการประคองความรักที่สำคัญเช่นกัน

๓.๒ ไวยากรณ์ของคำว่ารักในทางพระพุทธศาสนา

คำว่าความรักมีคำที่มีลักษณะที่แสดงได้ถึงความรักโดยไม่ได้มีคำว่ารักร่วมอยู่ด้วย แต่เมื่ออ้างอิงจะนึกถึงเกี่ยวกับเรื่องของความรัก

๓.๒.๑ เปมะ

เปมะ นั้น เป็นความรักเริ่มแรกที่เกิดขึ้นกับตัวบุคคล เป็นปฐมความรัก เพราะเป็นรักที่เริ่มแรกมาจากครอบครัวหรือบุคคลที่คอยเลี้ยงดูพุ่มพักบุคคลนั้นให้เติบโตอยู่ในสังคมต่อไป ซึ่งเราไม่อาจจะปฏิเสธได้ว่ามนุษย์เราเติบโตมาได้ยังงหากปราศจากบิดามารดา มนุษย์นั้นไม่ได้มีสัญชาตญาณเหมือนกับสัตว์ที่ออกมาจากไข่แล้วหาทางเอาตัวรอดได้เอง หากมนุษย์นั้นหรือทารกไม่ได้รับการเลี้ยงดูพูกพักก็ไม่สามารถเติบโตได้ คำว่าความรักนั้นปรากฏอยู่ในอรรถกถาธรรมบท ซึ่งหมายถึงความรัก นั้นเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า เคหสิตเปมะ หมายความว่า ความรักอันอาศัยเรือน^๘ ได้แก่ ความรักฉันพ่อแม่ลูก ญาติพี่น้องและสามีภรรยา มีความเกี่ยวเนื่องเป็นคนร่วมเรือนเดียวกัน เป็นความรักใคร่ชื่นชมด้วยยึดถือในความสัมพันธ์ฉันญาติมิตรดังกล่าวและแยกจากกันไม่ได้^๙ เปมะ คือน่ารัก (หรือใช้ในภาษาไทยแท้ว่า เปรม นั้นแหละ)^{๑๐}

๓.๒.๒ สีนเหา

สินเหา นั้น เป็นความรักหรือความประสงค์อีกแบบหนึ่ง เมื่อเราได้ความรักจากครอบครัวแล้ว การที่เราได้อยู่ในสังคมพบปะผู้คนมากมายทำให้เกิดความประทับใจระหว่งกันในแรกพบหรือความตรึงตรึงใจในการที่บุคคลสองบุคคลได้มาเจอกันนั่นเอง เป็นความลุ่มหลงที่ปราศจากการกรองมาจากสติปัญญาหรือการใคร่ครวญให้ดีเสียก่อน สินเหานั้นเป็นคำไวยากรณ์คำหนึ่งของคำว่า ตัณหา^{๑๑}

^๘ วิ.ม.อ.(ไทย) ๑/๓/๑๑๗.

^๙ สุเชาว์ พลอยชุม (ผู้รวบรวม), ธรรมนุกรม : ประมวลจากพระนิพนธ์ของสมเด็จพระสังฆราช กรมหลวงวชิรญาณวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๗), หน้า ๓๔๙.

^{๑๐} พระศรีคัมภีร์ญาณ รศ.ดร., กฎแห่งความรัก, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ภาพพิมพ์), หน้า ๑๔๑.

^{๑๑} วิ.ม.(ไทย) ๔/๑๔/๒๑.

เป็นความรักฝ่ายอกุศล หรือความรักที่เป็นฝ่ายกิเลสเศร้าหมองแห่งจิตใจ^{๑๒} แน่นอนเมื่อบุคคลนั้นเติบโตใหญ่ล้นประสบพบกับเหตุการณ์หรือสิ่งต่าง ๆ มากมายเป็นไปตามสภาพแวดล้อมของสังคมที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่ ปัจจัยต่างๆ ที่เข้ามาปรุงแต่งให้เกิดความรักครั้งใหม่ ซึ่งต่างจากความรักอันบริสุทธิ์ของครอบครัว อาจมองสินะหาว่าเป็นรูปแบบของความรักที่มีตัวต้นเหตุเข้ามาเจือปนอยู่ก็เป็นได้

๓.๒.๓ ฉันทะ

ฉันทะ นั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากที่บุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์กัน เป็นความพึงพอใจในการอยู่ด้วยกันในระยะยาว หากบุคคลไม่มีความพอใจที่จะอยู่ในสถานะต่างๆ ก็เกิดการแตกแยกและเลิกรา ตัดขาดความสัมพันธ์ไปในที่สุด มนุษย์เราหรือสรรพสัตว์จึงต้องมีวิธีการที่จะรักษาน้ำใจอันดีต่อกันในการรักษาสิ่งที่ดีต่อกันนั้นให้คงอยู่ ไม่ใช่พบเพียงเพื่อจาก ฉันทะนั้น หมายถึงความพอใจ^{๑๓} ความชอบใจ, ความยินดี, ความต้องการ, ความรักใคร่ไฝปรารถนาในสิ่งนั้นๆ (เป็นกลางๆ เป็นอกุศลก็ได้ เป็นกุศลก็ได้)^{๑๔} ความพอใจคือ ต้องการที่จะทำ ไฝใจรักจะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะทำให้ได้ผลดียิ่งๆ ขึ้นไป^{๑๕} ในที่นี้ผู้วิจัยให้ความหมายฉันทะว่าความพอใจ พึงพอใจกับสิ่งที่เป็นอยู่ กับสถานะภาพปัจจุบัน เมื่อบุคคลมาเจอกันจากสภาพแวดล้อมหรือปัจจัยต่างๆ จากความแรกเริ่มพบด้วยความเสนาหา พอรู้จักคบหาด้วยกันก็จะเกิดความพอใจที่จะอยู่ด้วยกัน หรือการอยู่ร่วมกันในสังคม ทั้งในสถานะสามีภรรยา เพื่อน คนร่วมงาน หรือพอใจที่จะอยู่ในสถานะต่างๆ ซึ่งในที่นี้จะเรียกว่า ฉันทะ คือ ความพอใจในการอยู่ร่วมกัน ฉันทะ คือ ความพอใจใฝ่ดี (เรียกว่า กุศลฉันทะ)^{๑๖}

๓.๒.๔ เมตตา

คำว่าเมตตานี้ เป็นความรักในอีกระดับหนึ่งที่ยกขึ้นสูงกว่าฉันทะ เพราะไม่ใช่เพียงที่เราจะพึงพอใจอยู่ร่วมกัน อาจเป็นเพราะสิ่งที่ตนได้รับนั้นดีหรือผลประโยชน์ที่ได้รับนั้นดีอยู่แล้ว จึงพึงพอใจที่จะอยู่ในสถานะนั้นต่อไป ก็ไม่อาจกล่าวได้ แต่ความเมตตานี้จริงกว่าฉันทะ เพราะเป็นความรักในรูปแบบที่ไม่ได้หวังสิ่งใดมาตอบแทนความรักที่ตนมีความปรารถนาดีต่อผู้อื่น ด้วยความยินดีอย่างแท้จริง จากใจจริง ไม่มีสิ่งใดมาเจือปนทำให้ความหวังดีนั้นมีสิ่งอื่นที่แอบแฝงมาด้วย เมตตานี้มีความหมายในพระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ อรรถาธิบายถึง “เมตตา” ว่าเป็นความรักใคร่ กรียาที่รักใคร่ ภาวะที่รักใคร่ในสัตว์ทั้งหลาย เรียกว่า เมตตา และควรแผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์ เปรียบเหมือนกับเรา

^{๑๒} อภ.สง.(ไทย) ๓๔/๑๐๖๕/๒๗๒.

^{๑๓} อภ.วิ.(ไทย) ๓๕/๓๔๒/๓๒๙.

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๗๖.

^{๑๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๐.

^{๑๖} พระศรีคัมภีร์ญาณ, กฎแห่งความรัก, หน้า ๑๔๑.

แผ่เมตตาให้กับคนที่เรารัก คนที่เราชอบ^{๑๗} “ความรัก” ความมีไมตรี ความปรารถนาดี ความอยากให้ผู้อื่นมีความสุข ประสบแต่สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์ เป็นความรักที่บริสุทธิ์ที่มีต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายในฐานะที่เป็นเพื่อนร่วมโลก หรือเพื่อนร่วมทุกข์สังสารวัฏ เป็นความรักแบบกลางๆอย่างแผ่แผ่ ทำให้ใจเปิดกว้างออกไปและผ่องใสเบิกบาน^{๑๘} เมตตา คือ รัก ปรารถนาจะให้มีความสุข^{๑๙}

๓.๒.๕ มหากรุณาธิคุณ

คำว่ากรุณามีปรากฏในพระไตรปิฎกเรื่องของเจริญพรหมวิหาร ๔ ประการ กล่าวไว้ว่า มีกรุณาจิตแผ่ไปตลอดทิศที่ ๑... ทิศที่ ๒... ทิศที่ ๓... ทิศที่ ๔ ทิศเบื้องบน ทิศเบื้องล่าง ทิศเฉียง แผ่ไปตลอดโลกทั่วทุกหมู่เหล่าในที่ทุกสถาน ด้วยกรุณาจิตอันไพศาล เป็นมหัคคตะ ไม่มีขอบเขต ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียนอยู่^{๒๐} กรุณา คือ ความสงสารอันใหญ่หลวง ซึ่งทำให้เราไม่สามารถทำร้ายใครได้อีกเลย เพราะทอดตาไปทางไหนก็ล้วนแล้วแต่เป็นพี่น้องท้องเดียวกันกับเราทั้งสิ้น^{๒๑} กรุณา คือ สงสาร อยากจะช่วยให้พ้นทุกข์^{๒๒}

สรุปความหมายของคำว่ารัก ๑. เปมะ หมายถึง ความรักในปฐมบท ความรักเริ่มแรกที่ได้รับจากบุคคลในครอบครัว ๒. เสนหา หมายถึง ความรักเชิงคู่รักที่มีให้กันและมีความปรารถนาต่อกัน ๓. ฉันทะ หมายถึง ความพึงพอใจที่จะอยู่ด้วยกัน ความรักที่พอใจในสถานะนั้นๆ ๔. เมตตา หมายถึง ความรักที่ปรารถนาให้บุคคลที่ตนรักนั้นมีความสุข ๕. มหากรุณาที่ คุณ หมายถึง ความรักอันยิ่งใหญ่ ขึ้นสูงสุดของความรัก ความรักที่มีให้ทุกบุคคล ทุกตัวตน ทุกจำพวก ไม่มีแบ่งแยก ปรารถนาดีต่อทุกสรรพสัตว์อย่างเท่าเทียมกัน

๓.๓ ประเภทและลักษณะที่เกี่ยวข้องกับความรักในพระพุทธศาสนา

ประเภทของความรักมี ๕ มิติ ตามที่ผู้วิจัยได้กล่าวมาในข้างต้น มิติทั้ง ๕ นี้มีลักษณะของหลักธรรมที่เกี่ยวข้องในแต่ละมิติดังที่มีปรากฏในทางพระพุทธศาสนาที่เข้ามาเกี่ยวข้องด้วยกันดังต่อไปนี้

^{๑๗} อภิ.ว.(ไทย) ๓๕/๖๔๓/๔๒๗.

^{๑๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๕๐๗.

^{๑๙} เรื่องเดียวกันหน้า ๑๔๑.

^{๒๐} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๒๗/๒๕๖.

^{๒๑} ว.วชิรเมธี, LOVE ก้าวไปให้ถึงรักแท้ (ฉบับปรับปรุง), พิมพ์ครั้งที่ ๑ (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สัปปายะ, ๒๕๖๐), หน้า ๔๓.

^{๒๒} พระศรีคัมภีร์ญาณ, กฎแห่งความรัก, หน้า ๑๔๑.

๓.๓.๑ เปมะ

เปมะ นั้นเป็นหลักธรรมเริ่มแรก เพราะเป็นสาเหตุว่าทำไมจึงเกิดแล้วซึ่งความรักนั้น ซึ่งมีปรากฏเปมะ รูปแบบของความรักในพระพุทธศาสนาดังนี้

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงเหตุแห่งความรักแก่ภิกษุเหล่านั้นว่า “ความรัก” เกิดจากสาเหตุ ๒ ประการ คือ ๑. ด้วยการอยู่ร่วมกันในชาติปางก่อน ๒. ด้วยการเกื้อกูลกันในปัจจุบันเหมือนดอกอุบลเกิดขึ้นในน้ำ^{๒๓}

ดอกอุบลหรือดอกไม้ชนิดอื่นๆนั้นจะเจริญงอกงามเป็นดอกไม้ที่สวยงามนั้นได้นั้นต้องอาศัยน้ำ ซึ่งเปรียบเสมือนกับความรัก การที่จะเกิดเป็นสรรพสัตว์นั้นได้ด้วยเริ่มจากความรัก เกิดมาได้เพราะความรักจากมารดา บิดา หรือบุคคลในครอบครัว ซึ่งได้ชื่อว่า เชื้อสายเดียวกัน คอยเลี้ยงดู ดูแล พูมพิกจนเต็มใหญ่ เป็นความรักที่ได้หวังสิ่งตอบแทนใดจากการที่ได้รักนั้นเลย เพียงแค่ให้คนที่เรารักนั้นมีความสุขเราก็สุขตาม เป็นความรักที่บริสุทธิ์ เราไม่อาจปฏิเสธได้ว่า การที่มนุษย์เราได้ขึ้นนั้นเกิดขึ้นได้เอง เพราะเด็กทารกที่เป็นเผ่าพันธุ์ของมนุษย์นั้นไม่ได้มีสัญชาตญาณการเอาตัวรอดแบบสรรพสัตว์อื่นๆที่ไม่ต้องพึ่งคนเลี้ยงดูพูนพิกก็สามารถที่จะเจริญเติบโตได้เอง เมื่อทารกในเผ่าพันธุ์มนุษย์ล้มตาดูโลกก็ต้องพึ่งคนที่ตัดสายสะดือ ทำความสะอาดล้างตัว ป้อนนม เช็ดสิ่งปฏิกูลต่างๆ ยามหลับไหล หรือแม้แต่ดูแลในยามที่ทารกนั้นไม่สบาย หากปราศจากความรักขาดคนดูแลเอาใจใส่ ทารกในเผ่าพันธุ์มนุษย์คงหมดโอกาสในการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในอนาคต

ความรักแบบเปมะนั้นยังรวมไปถึงความรักที่เกี่ยวข้องกับบุคคลที่อยู่ในครอบครัวเดียวกัน หรือมีปฏิสัมพันธ์กัน ดังเช่น บิดา มารดา พี่ชาย พี่สาว น้องสาว น้องชาย ลุง ป้า น้า อา บุตร ฯลฯ

ทั้งนี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสเรื่องโทษของความรักว่า ความโศกเศร้าที่เกิดจากความผิดหวัง ความไม่สมหวังตามที่หมายไว้ ความพลัดพรากจากของอันเป็นที่รัก ความไม่แน่นอน

เปมสูตร ๔ ประการ สิ่งที่เกิดแก่ความรัก

๑. ความรักเกิดเพราะความรัก คนอื่นประพฤติดีสิ่งต่างๆ เช่น พุดจาด้วยถ้อยคำที่ดีงามต่อคนที่เรารักเรา ก็เลิรักคนอื่นด้วย

๒. ความชังเกิดเพราะความรัก คนอื่นพุดประพฤติดีสิ่งต่างๆ เช่น พุดจาด้วยถ้อยคำไม่ดีก็คิดประทุษร้ายคนอื่น

๓. ความรักเกิดเพราะความชัง คนอื่นประพฤติดีสิ่งต่างๆ เช่น พุดจาไม่ดีต่อคนที่ตนเกลียด ก็เลิรักคนนั้นด้วย

^{๒๓} ขุ.ชา.ทก.(ไทย) ๒๗/๑๗๔/๑๑๑.

๔. ความซังเกิดเพราะความซัง คนอื่นประพฤติสิ่งต่างๆ เช่น การพูดจาไม่ดีต่อคนที่ตนเกลียด ก็เลยเกลียดคนนั้นด้วย^{๒๔}

อธิบายเพิ่มเติมในข้างต้นว่า ๑. ความรักเกิดเพราะความรัก เมื่อเรารักผู้ใด เราก็มักหวังที่จะให้บุคคลอื่นรักละเมตตากับบุคคลที่เรารักด้วยเช่นกัน ยกตัวอย่างเช่น เรารักแฟนของเรา แล้วมีบุคคลที่มาเมตตาต่อแฟนเรา เราก็เคารพรักในบุคคลผู้นั้นด้วย ๒. ความซังเกิดเพราะความรัก เมื่อเรารักบุคคลใดและมีบุคคลอื่นมาทำร้ายบุคคลที่เรารักให้เกิดความไม่สบายกายและไม่สบายใจต่อบุคคลที่เรารัก เราจึงเกลียดบุคคลนั้น เช่น เมื่อเรามีเพื่อนสนิทแล้วเพื่อนสนิทเรามีศัตรูหรือมีคนินทาเพื่อนสนิทเรา เราก็มักจะเกลียดบุคคลนั้นด้วย ดังคำที่ว่า ศัตรูเพื่อนก็เหมือนศัตรูเรา ๓. ความรักเกิดเพราะความซัง ๓. ความรักเกิดเพราะความซัง เมื่อเราเกลียดบุคคลใด แล้วมีบุคคลอื่นมาร่วมในความเกลียดบุคคลนั้นด้วย เราจึงเกิดความรักต่อบุคคลนั้นเนื่องจากมีความเกลียดที่เหมือนกัน ๔. ความซังเกิดเพราะความซัง เมื่อเราเกลียดบุคคลใดแล้ว มีคนมาเข้าข้างคนที่เราเกลียดอยู่เราจึงเกลียดบุคคลนั้นด้วย เช่น เพื่อนของศัตรูก็เป็นศัตรูของเราด้วย

ทั้งนี้ความรักในรูปแบบของเปมะ หรือความรักแบบคนในครอบครัวนั้น ก็ไม่อาจหลีกเลี่ยงความทุกข์ซึ่งล้วนแล้วเป็นสิ่งที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้เช่นกัน ไม่สามารถฝืนกฎแห่งไตรลักษณ์ได้ กล่าวคือ ๑. อนิจจัง หรือความไม่เที่ยง ๒. ทุกขัง หรือ ทุกข์ (ความทุกข์ที่เกิดจากการพลัดพรากสิ่งที่เป็นที่รักยิ่ง) ๓. อนัตตา^{๒๕} หรือความไม่มีตัวตน (ทุกคนเกิดมาต้องตายไม่อาจหลีกเลี่ยงความจริงในข้อนี้แน่ได้) จึงจะเห็นได้ว่าทุกสิ่งนั้นอยู่ภายใต้กฎของวัฏสงสารเช่นกัน คือ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เมื่อบุคคลที่ยังไม่สามารถยอมรับความจริงในข้อนี้ได้ เกิดความยึดติดในสิ่งที่ตนรัก ยึดมั่นว่าเป็นของตน จึงทำให้เกิดความทุกข์ ดังเช่น ความทุกข์ดังนี้ โสกะ (ความเศร้าโศก) , ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ) , ทุกขะ (ความทุกข์ทางกาย) , โทมนัส (ความทุกข์ใจ) และอุปายาส (ความคับแค้นใจ) จากสิ่งที่ผู้วิจัยกล่าวมาทั้งหมดนั้นจะเห็นได้ว่าความรักแบบเปมะหรือความรักแบบครอบครัว ที่บางท่านอาจเข้าใจว่าเป็นรักที่บริสุทธิ์นั้น ก็ยังสามารถก่อให้เกิดความทุกข์นั้นได้ ถ้าหากเรายังยึดติดยึดมั่นในสิ่งนั้น แต่ถ้าเราไม่ยึดติดในสิ่งที่เป็นตัวตน ว่าสิ่งนั้นเป็นของเราเป็นนิรันดร์ เราก็จะพบความสุขทั้งกับตนเอง และผู้ที่อยู่ร่วมด้วย

ความรักแบบเปมะที่ก่อให้เกิดความทุกข์นั้นก็มี ผู้วิจัยขอยกตัวอย่างเรื่องของนางกิสาโคตมี^{๒๖} ที่มีความรักต่อบุตร ในสมัยก่อนนั้นสังคมอินเดียเน้นในการเลือกคู่ครองก็มีผล เดิมนางกิสาโคตมีไม่ได้เป็นบุตรที่เกิดในตระกูลร่ำรวย เมื่อแต่งงานเข้ามาในตระกูลของสามี ครอบครัวของสามีนางนั้นก็ได้มีความชอบนาง แต่เมื่อนางได้ให้กำเนิดบุตรชาย ทำให้ครอบครัวฝ่ายชายเมตตามากขึ้น นางจึงรักบุตรของนางมาก เพราะบุตรของนางทำให้นางรู้สึกมีค่ามากขึ้น เมื่อบุตรของ

^{๒๔} อก.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๒๐๐/๓๑๔.

^{๒๕} ส.ช.(ไทย) ๑๗/๗๗/๑๑๗.

^{๒๖} พุ.เถรี.(ไทย) ๒๖/๔๖๔/๔๑๒.

นางนั้นสิ้นอายุขัยก่อนวัยอันควร นางจึงรับไม่ได้ที่บุตรของนางนั้นต้องมาจากไปนางจึงอุ้มศพของลูกนางร้องไห้ ในขณะนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นทรงแสดงธรรมอยู่ นางจึงไปขอให้พระพุทธรูปนั้นช่วยชุบชีวิตลูกของนาง พระพุทธรูปจึงบอกให้นางไปหาเมล็ดผักกาดจากบ้านที่ไม่เคยมีคนตาย นางจึงไปหาสอบถามจากบ้านต่างๆ แต่ก็ไม่ได้เมล็ดดังกล่าว พระพุทธรูปจึงตรัสว่า บ้านที่ไม่มีคนตายนั้นไม่มี ทุกสรรพสิ่งนั้นเกิดมาล้วนต้องตาย เป็นสิ่งที่สรรพสัตว์นั้นไม่อาจจะหลีกเลี่ยงได้ จึงได้เกิดเป็นคาถาว่า “มฤตยูย่อมพาชนผู้มีมาในบุตรและสัตว์ของเลี้ยง ผู้มีใจชานไปในอารมณ์ต่างๆไป ดุจห้วงน้ำใหญ่ พัดชาวบ้านผู้หลับไหลไป ฉะนั้น”^{๒๗} ดังพุทธพจน์ที่ได้กล่าวมา หากบุคคลยังหลงอยู่ในอารมณ์หลงในบุตรหรือสัตว์เลี้ยง ก็เหมือนกับเป็นบุคคลที่หลับไหลที่ไม่ได้ตื่นมารู้ซึ่งความจริง

หลักจากได้ฟังธรรมนางจึงได้ตัดสินใจออกบวช เป็นภิกษุโคตรมีเถรี ผู้เป็นเลิศในด้านผู้ทรงจีวรเศร้าหมอง

จะเห็นได้ว่าความรักแบบครอบครัหรือเปะนั้นก่อให้เกิดความทุกข์ได้เช่นกัน หากบุคคลนั้นรักแบบไม่ถูกวิธี รักแบบมีสิ่งเข้ามาปรุงแต่งจิตใจ ไม่มองตามความเป็นจริงก็จะก่อให้เกิดความทุกข์ หากบุคคลนั้น รักตามความเป็นจริง ไม่ปรุงแต่งจิต มองภาพสิ่งต่างๆเป็นไปตามกฎของธรรมชาติ ตามกฎของความเป็นจริง ก็จะไม่เป็นทุกข์

๓.๓.๒ สีน่หา

สิน่หาเป็นรูปแบบของความรักที่มีตัวประกอบด้วยตัณหาเป็นตัวนำทางไป หากไม่ประกอบด้วยการใช้ปัญญาแล้วนั้นก็อาจก่อให้เกิดผลที่ร้ายแรงได้ ในพระสูตรตปิฎก ขุททกนิกาย ตัณหาวรรค มีพุทธพจน์ที่พระองค์ตรัสถึงเสน่หาว่า “สัตว์โลกผู้มีแต่โสมนัสซาบซ่านฉ่ำชื่นด้วยเสน่หามัวแต่แสวงหาความสุขกันอยู่ จะต้องเข้าถึงชาติและชราไป”^{๒๘}

นั้นอาจกล่าวได้ว่า “เสน่หา” เป็นความรักที่เจือด้วยตัณหา เป็นความรักฝ่ายอกุศล เป็นความรักที่เกิดจากเหตุปัจจัยต่างๆเข้ามาปรุงแต่ง จึงทำให้เกิดความคิดว่านั่นนั้นเป็นสิ่งที่ถูกเรียกว่าความรักนั่นเอง เป็นความรักที่ต้องการ ความอยากได้มาครอบครอง มีพื้นฐานมาจาก โลภะ

ตัณหาในทางพระพุทธศาสนามี ๓ ประการ

๑. ความกำหนัด ความกำหนัดนัก ฯลฯ ความกำหนัดนักแห่งจิตอันประกอบด้วยกามธาตุนี้เรียกว่า “กามตัณหา”

๒. ความกำหนัด ความกำหนัดนักแห่งจิต ฯลฯ อันประกอบด้วยรูปธาตุและอรุธธาตุเรียกว่า “ภวตัณหา”

^{๒๗} พุ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๖๕๔.

^{๒๘} พุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๓๔๑/๑๓๙.

๓. ความกำหนด ความกำหนดนัก ฯลฯ ความกำหนดนักแห่งจิตอันสพรคตด้วยอุจเฉท ทิฏฐิ นี้เรียกว่า “วิภวตัณหา”^{๒๙}

สรุปจากข้อความข้างต้นว่า ความรักที่เกิดจากการปรุงแต่งด้วยความเสนาหา ประกอบด้วย ปัจจัยที่เป็นตัวตันทา ๓ อย่าง ได้แก่ ๑. กามตัณหา หมายถึง ความอยากได้มาครอบครอง เช่น เมื่อมนุษย์เรานั้นรักใคร่แล้ว เป็นความรักที่เจือปนนั้น ย่อมอยากได้บุคคลที่ต้องการนั้นมาครอบครองเป็นของตน ๒. ภวตัณหา หมายถึง ความอยากเป็น เช่น การอยากเป็นรักของคนที่เรารัก หรือความอยากเป็นสิ่งอื่นที่เราต้องการที่จะเป็น เมื่อได้เป็นแล้วใจคงเป็นสุข ๓. วิภวตัณหา หมายถึง ความไม่อยากเป็น เช่น การที่เราไม่อยากเป็นคนที่ถูกทอดทิ้งหรือคนที่ไม่ได้รับซึ่งความรักจากบุคคลที่เราต้องการรัก

ดังนั้นจึงเห็นแล้วว่า สนิเหา เป็นสิ่งที่ถูกเรียกว่าเป็นความรัก จากปัจจัยที่ปรุงแต่งต่าง ๆ นานา เช่น ตัณหา ๓ ประการนั้น อันได้แก่ ความอยากมี ความอยากเป็น และความไม่อยากเป็นนั่นเอง

๓.๓.๓ ฉันทะ

ฉันทะนั้นเป็นความพึงพอใจในการอยู่ร่วมกัน เป็นตัวการที่ทำให้ความสัมพันธ์ของบุคคลที่ประสัจจะอยู่ด้วยกันในข้างต้นนั้นต้องแปรเปลี่ยน หากอยู่ด้วยกันแล้วไร้ซึ่งความพึงพอใจ ความสัมพันธ์นั้นก็ไม่ว่าจะยืนยาวได้

ก) การอยู่ร่วมกันของสามภรรยา

ที่ปรากฏคัมภีร์พระพุทธศาสนา ปฐมสังวาสสูตรนั้น คือ เมื่อสมัยที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จระหว่างเมืองมธราชกับเมืองเนรัญชา มีอุบาสก อุบาสิกามาเข้าเฝ้าพระพุทธองค์จำนวนมาก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมว่าด้วยเรื่อง “การอยู่ร่วมกัน ๔ ประการ คือ ๑. สามีผิอยู่ร่วมกับภรรยาผิ ๒. สามีผิอยู่ร่วมกับภรรยาเทวดา ๓. สามีเทวดาอยู่ร่วมกับภรรยาผิ ๔. สามีเทวดาอยู่ร่วมกับภรรยาเทวดา”^{๓๐}

ซึ่งในที่นี้อาจหมายความว่าดังนี้

๑. สามีผิอยู่ร่วมกับภรรยาผิ หมายถึง สามีผู้ที่ไม่ปฏิบัติต่อศีล ๕ อยู่ร่วมกับภรรยาผู้ไม่ปฏิบัติต่อศีล ๕ ดังเช่น สามีอยู่ในวงการพนัน วงสุรานั้น ก็ได้ภรรยาที่พบปะกันจากที่นั่น เข้ากันได้ดี เพราะมีความชอบเหมือนกัน แต่อยู่ด้วยกันแล้วพากันฉุดลงสู่ที่ต่ำลง

๒. สามีผิอยู่ร่วมกับภรรยาเทวดา หมายถึง สามีผู้ที่ไม่ปฏิบัติต่อศีล ๕ อยู่ร่วมกับภรรยาผู้ปฏิบัติต่อศีล ๕ ดังเช่น สามีชอบเที่ยวกลางคืน ชอบสังสรรค์กับเพื่อนฝูง ไม่ใส่ใจครอบครัวเท่าที่ควรนั้น ส่วนภรรยาเลี้ยงลูกอยู่บ้าน สอนให้ลูกเป็นคนดี ทำหน้าที่ภรรยาได้ไม่ขาดตกบกพร่อง ชอบไปเข้า

^{๒๙} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๖๓.

^{๓๐} อง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๕๓/๘๘.

วัดเมื่อมีโอกาส จึงทำให้หน้าที่ต้องมาตักหนักที่ภรรยา เพราะนอกจากดูแลลูกแล้ว ยังต้องกลับมาปวดใจกับพฤติกรรมของสามีและยังต้องมาดูแลสามีมากกว่าที่ควร

๓. สามีเหวดาอยู่ร่วมกับภรรยาผี หมายถึง สามีผู้ที่ปฏิบัติต่อศีล ๕ อยู่ร่วมกับภรรยาผู้ไม่ปฏิบัติต่อศีล ๕ ดังเช่น สามีเป็นคนขยันทำมาหากิน ดูแลครอบครัว ทำหน้าที่เป็นหัวหน้าครอบครัวที่ดี แต่ภรรยาคอยแต่เรียกร้องเงินจากสามี ไม่ช่วยทำมาหากิน ไม่ทำงานบ้าน ไม่ดูแลคนในครอบครัว ใช้เงินไม่ถูกทาง ชอบนำเงินของสามีไปเล่นการพนัน หรือซื้อของที่ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ ทำให้คนที่รับภาระหนักต้องเป็นหน้าที่ของสามี หาเงินมาเท่าไรก็เหือดหายเพราะได้ภรรยาที่ไม่ดี

๔. สามีเหวดาอยู่ร่วมกับภรรยาเหวดา หมายถึง สามีผู้ที่ปฏิบัติต่อศีล ๕ อยู่ร่วมกับภรรยาผู้ปฏิบัติต่อศีล ๕ ดังเช่น สามีกับภรรยา เป็นคนขยันทำมาหากิน หรือดูแลซึ่งกันและกันเสมอต้นเสมอปลาย ไม่เบียดเบียนไปให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งรู้สึกหนักใจ เป็นคนมีจิตใจดีต่อกัน ยินดีต่อกัน เมื่อมีสิ่งที่เป็นปัญหาเกิดขึ้นก็ช่วยกันแก้ไขในข้อบกพร่องนั้น ผ่านซึ่งความทุกข์และความสุขมาด้วยกันเป็นต้น

จะเห็นได้ว่าการอยู่ร่วมกันในสถานะสามีและภรรยา นอกจากมีความพึงพอใจที่จะอยู่ด้วยกันแล้ว การที่จะอยู่ด้วยกันให้ยืนยาว และอยู่ร่วมกันอย่างเป็นสุขควรมีศีลที่เสมอกันหรือพอกันไปในทางที่เจริญยิ่งขึ้นไป ก็จะทำให้การอยู่ร่วมกันไม่ใช่เพียงแค่เป็นการพอใจในช่วงขณะใดขณะหนึ่งเพียงเท่านั้น ยังทำให้เกิดความสุขในครอบครัว เกิดการพัฒนาทางด้านบุคคล ไม่ก่อให้เกิดปัญหาทางด้านสังคมภายหลัง ทำให้ครอบครัวแข็งแรงและสงบสุขร่มเย็นนั่นเอง

นอกจากนั้นที่ปรากฏในพระพุทธศาสนายังมีกล่าวเกี่ยวกับเรื่องของคู่ชีวิต ที่เป็นผู้หญิงเมื่อเข้ามาในหน้าที่ของภรรยาแล้วก็มีประเภทของภรรยาทั้งหมด ๗ ประเภท ดังนี้

๑. วธภริยา ได้แก่ ภรรยาเยี่ยงเพชฌฆาต คิดร้ายต่อสามี มิได้อยู่กินด้วยความพอใจ ยินดีในชายอื่น ชอบดูหมิ่นและคิดทำลายสามี

๒. โจริภริยา ได้แก่ ภรรยาเยี่ยงโจร คอยพลาญทรัพย์สินลักข้าวของของสามี

๓. อัยยาภริยา ได้แก่ ภรรยาเยี่ยงนาย เป็นคนเกียจคร้าน ไม่ใส่ใจการทำงาน กินจุ ปากร้าย หยาบคาย ใจเหี้ยม ชอบข่มสามี

๔. มาตาภริยา ได้แก่ ภรรยาเยี่ยงมารดา เป็นคนหวังดีเสมอ คอยห่วงใย เอาใจใส่สามี เหมือนมารดาปกป้องบุตร ประหยักรักษาทรัพย์ที่หามาได้

๕. ภคินีภริยา ได้แก่ ภรรยาเยี่ยงพี่สาวหรือน้องสาว เป็นคนสงเคราะห์สามี ดังพี่รักน้อง หรือน้องรักพี่ มีจิตใจอ่อนโยน รู้จักเกรงใจและคล้อยตามสามี

๖. สขีภริยา ได้แก่ ภรรยาเยี่ยงสหาย เป็นเหมือนเพื่อน พบสามีเมื่อใดก็ปร่าบปลื้มดีใจ เหมือนเพื่อนพบเพื่อนที่จากกันไปนาน เป็นคนมีการศึกษา ได้รับการอบรม มีกิริยามารยาท ประพฤติดี จงรักภักดีต่อสามี

๗. ทาสีภรรยา ได้แก่ ภรรยาเยี่ยงทาสี เป็นคนที่ยอมอยู่ในอำนาจสามี ถูกขู่ ตะคอกเยียนตี ก่อตบหน้ไม่โกรธตอบ^{๓๑}

หลังจากที่กล่าวถึงสถานภาพหรือรูปแบบของการอยู่ร่วมกันแล้ว หลักธรรมที่ใช้ในการอยู่ร่วมกันนั้นที่ขาดไม่ได้คือ ฆราวาสธรรม 4 (ธรรมสำหรับฆราวาส, ธรรมสำหรับการครองเรือน, หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์)

๑. สัจจะ (ความจริง ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พุดจริง ทำจริง)

๒. ทมะ (การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว, รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา)

๓. ขันติ (ความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย)

๔. จาคะ (ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนได้ใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมที่จะร่วมมือช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว^{๓๒})

และหลักธรรมที่จะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางด้านจิตใจเพื่อให้การครองเรือนของผู้ที่เป็นฆราวาสอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข ไม่ใช่เพียงดูแล รักษาเข้าใจแต่คู่ชีวิตของตนเท่านั้น ยังรวมไปถึงบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้อง ดังเช่น ครอบครัว,ญาติ และเพื่อนของผู้ที่เป็นคู่ชีวิตของตนนั้นคือ หลักธรรมสังคหวัตถุ ๔ : ธรรมเครื่องยึดเหนี่ยว

๑. ทาน การให้ เช่น ให้ของตอบแทนกับคนที่รักในเวลาที่เหมาะสม

๒. เปยยวัชชะ วาจาเป็นที่รัก เช่น การพูดจาที่ทำให้ผู้ฟังรู้สึกดี

๓. อตถจริยา การประพฤติประโยชน์ เช่น การช่วยเหลือผู้อื่นอย่างยินดี

๔. สมานัตตตา การวางตนสม่ำเสมอ เช่น การปฏิบัติสิ่งใด ให้ปฏิบัติสม่ำเสมอ^{๓๓}

จากหลักธรรมในการครองเรือนข้างต้น นอกจากเราพอใจที่จะอยู่ด้วยกันฉันสามีภรรยาแล้วที่ขาดไม่ได้เลยคือ หลักธรรมในการครองเรือนหรือหลักธรรมในการอยู่ร่วมกัน เพราะหากขาดหลักธรรมไป การอยู่ร่วมกัน ก็ไม่อาจที่จะอยู่ได้อย่างเป็นสุข เราจึงควรที่จะมีหลักธรรมในการอยู่ร่วมกันหรือหลักที่ควรปฏิบัติยึดถือซึ่งกันและกันนั่นเอง

^{๓๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๓๙-๒๔๐.

^{๓๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิศึกษาเพื่อสันติภาพ พระไตรปิฎก, ๒๕๕๙), หน้า ๑๑๓-๑๑๔.

^{๓๓} พุ.ช.(ไทย) ๒๕/๑/๗.

สมชีวิธรรม ๔ ประการ เป็นสิ่งที่สามีภรรยาหรือบุคคลที่ครองรักกันควรมีคู่กัน เพื่อความเหมาะสมและการชีวิตคู่ที่สมบูรณ์แบบ ไม่มีความขัดแย้งในอนาคต ครองคู่ชีวิตอย่างราบรื่น

๑. มีศรัทธาเสมอกัน มีความเชื่อที่เหมือนกัน หรือในเรื่องเดียวกัน
๒. ศิลที่เสมอกัน มีหลักธรรมหรือคุณธรรมทางใจที่เสมอกัน
๓. มีจาคะเสมอกัน มีความเสียสละที่เท่าเทียมกัน
๔. มีปัญญาเสมอกัน มีความรู้ที่เท่าเทียมกัน พุดคุยกันรู้เรื่อง ^{๓๔}

ในที่กล่าวมาในข้างต้นนั้น เรื่องของคุณสมบัติที่คู่ครองควรมีสมบัติที่เท่ากัน มีความเชื่อ, มีความคิด, มีความเสียสละ และมีความรู้ที่เสมอกัน เพื่อให้ชีวิตคู่ที่ราบรื่น ไม่เกิดความไม่เข้าใจหรือก่อให้เกิดความขัดแย้งในอนาคตได้

ข) การอยู่ร่วมกันแบบมิตรสหาย

ทั้งนี้นอกจากความพอใจที่จะอยู่ร่วมกันฉันสามีภรรยาแล้ว ยังมีความพอใจในการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่นอีกด้วย เพราะมนุษย์นั้นเป็นสัตว์สังคม ย่อมต้องการพบปะติดต่อกับสื่อสารกับบุคคลอื่นอย่างเสมอ จำเป็นไปไม่ได้ที่จะพอใจและมีความสุขเฉพาะการอยู่ร่วมกันฉันสามีภรรยา การมีความสุขหรือการพึงพอใจจากสถานะภาพอื่นๆก็เช่นกัน

ในพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงมิตรที่น่าคบหา ใน “มิตตสูตร ๓ ประการ คือ ๑. ให้สิ่งที่ให้ไดยาก ๒. ช่วยทำสิ่งที่ทำได้ยาก ๓. อุดหนุนสิ่งที่ทำได้ยาก” ^{๓๕}

ในที่นี้แปลความว่ามิตรที่แท้สามารถให้ได้แม้ในสิ่งที่ไม่น่าจะให้หรือทำในสิ่งที่เป็นไปได้ยากและมีความอดทนต่อสิ่งต่างๆได้ ไม่มีอะไรมาบั่นทอนความสัมพันธ์ได้

ซึ่งทางผู้วิจัยจะขอแบ่งมิตรเป็น ๒ ประเภท คือ ๑. มิตรแท้ ๒. มิตรเทียม

ก) มิตรแท้ ซึ่งมีปรากฏในพระคาถาต่อไปนี้ว่า บุคคลที่เป็นมิตรมีใจดี ๔ จำพวกนี้ คือ

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| (๑) มิตรอุปการะ | (๒) มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ |
| (๓) มิตรแนะนำประโยชน์ | (๔) มิตรมีความรักใคร่ |

บัณฑิตรู้อย่างนี้แล้ว

พึงเข้าคบหาด้วยความจริงใจ

เหมือนมารดาคบหาบุตรผู้เกิดแต่อกฉันนั้น

บัณฑิตผู้สมบูรณ์ด้วยศีล

ย่อมสว่างโชติช่วงดั่งดวงไฟ

เมื่อบุคคลสะสมโภคทรัพย์อยู่ดั่งตัวผึ้งสร้างรัง

^{๓๔} อัง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๕๖/๙๔.

^{๓๕} อัง.ติก.(ไทย) ๒๐/๑๓๖/๓๘๕.

โภคทรัพย์ของเขาก็ออมเพิ่มพูนขึ้น
 ดุจจอมปลวกที่ตัวปลวกก่อขึ้นฉะนั้น
 คฤหัสถ์ในตระกูล ผู้สามารถ
 ครั้นรวบรวมโภคทรัพย์ได้อย่างนี้แล้ว
 พึงแบ่งโภคทรัพย์ออกเป็น ๔ ส่วน
 คือส่วนหนึ่งใช้สอย ๒ ส่วนใช้ประกอบภาระงาน
 ส่วนที่ ๔ เก็บไว้ด้วยหมายใจว่าจะใช้ในยามมีอันตราย
 จึงผูกมิตรไว้ได้^{๓๖}

รายละเอียดการแบ่งมิตรที่ดีหรือมิตรแท้ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกดังนี้
 มิตรมีอุปการะ โดยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. ป้องกันมิตรผู้ประมาทแล้ว
๒. ป้องกันทรัพย์ของมิตรผู้ประมาทแล้ว
๓. เมื่อมีภัยก็เป็นที่พักพิงได้
๔. เมื่อมีกิจที่จำเป็นเกิดขึ้น ก็ช่วยโภคทรัพย์ให้ ๒ เท่าของทรัพย์ที่ต้องการในกิจนั้น^{๓๗}

มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ โดยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. บอกความลับแก่เพื่อน
๒. ปิดความลับของเพื่อน
๓. ไม่ละทิ้งในยามอันตราย
๔. แม้ชีวิตก็อาจจะสละเพื่อประโยชน์ของเพื่อนได้

มิตรแนะนำประโยชน์ โดยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. ห้ามมิให้ทำความชั่ว
๒. แนะนำให้ตั้งอยู่ในความดี
๓. ให้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง
๔. บอกทางสวรรค์ให้

มิตรมีความรักใคร่ โดยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. ไม่พอใจความเสื่อมของเพื่อน
๒. พอใจความเจริญของเพื่อน
๓. ห้ามปรามคนที่ินทาเพื่อน
๔. สนับสนุนคนที่สรรเสริญเพื่อน^{๓๘}

^{๓๖} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๖๕/๒๑๑.

^{๓๗} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๖๑/๒๐๙.

^{๓๘} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๖๐-๒๖๔/๒๐๙-๒๑๑.

จะเห็นได้ว่ามิตรแท้นั้น มีลักษณะเป็น ๔ ประการ ๑. มิตรที่มีอุปการะ คอยดูแลให้ความช่วยเหลือเมื่อมิตรเดือดร้อน โดยไม่หวังซึ่งผลประโยชน์ ๒. มิตรร่วมสุขร่วมทุกข์ มิตรที่อยู่กับมิตรทุกเมื่อไม่ว่ามิตรนั้นมีความสุขหรือความทุกข์ก็คอยอยู่เคียงข้างตลอด คอยเป็นกำลังใจให้กันและกันเสมอมา ๓. มิตรแนะนำประโยชน์ มิตรที่อยากให้มิตรตั้งอยู่ในความดี บอกทางที่ถูกที่ควรให้ ๔. มิตรรักใคร่ มิตรที่คอยสนับสนุนมิตร เมื่อมิตรนั้นทำดีและห้ามปรามบุคคลที่นินทามิตรของตน จึงเปรียบดังสุภาษิตที่ว่า “คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล”

ดังเรื่องของการคบมิตรของนางวิสาขา^{๓๙} สหายของนางวิสาขาต้องการดื่มสุราแต่กลัวจะดูไม่งามถูกสามีจับได้ จึงเกิดความคิดว่าจะนำสุราที่เหลือจากสามีไปดื่มที่สวน เพื่อไม่ให้สามีของพวกนางนั้นจับได้ แต่แล้วพวกนางที่ดื่มสุรานั้นก็ไปใช้จึงถูกสามีของพวกนางจับได้ว่าแอบไปดื่มสุรามา เมื่อหญิงเหล่านั้นเจอนางวิสาขาอีกก็ชวนให้นางวิสาขาพาไปสวนอีก แต่นางวิสาขาไม่พาไป เพราะครั้งที่แล้วที่พวกนาง(สหายของนางวิสาขา) ดื่มสุราและถูกจับได้ทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียง พวกนางจึงเปลี่ยนคำพูดที่พูดกับนางวิสาขาว่า พวกนางจะไปทำพุทธรูป นางวิสาขาจึงยินยอมพาไป เมื่อพาไปพบพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ได้แสดงธรรมว่าด้วยไพเราะ มี ๑๑ กอง หลังจากได้ฟังธรรมสหายของนางวิสาขาก็ได้บรรลุเป็นโสดาปัตติผล ดังจะเห็นได้ว่า มิตรอย่างนางวิสาขาเหมือนดังสุภาษิตที่ว่า “คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล” ดังที่ผู้วิจัยได้กล่าวมาในข้างต้น

จากที่กล่าวมาในเรื่องของมิตรจะเห็นแล้วว่า บุคคลบนโลกนั้นเมื่อเกิดมาแรกเริ่มได้รักความรักจากครอบครัว(พ่อแม่) พอเติบโตใหญ่เข้าสังคมก็มีการพบปะผู้คนเกิดความรักในอีกรูปแบบหนึ่งคือ ความรักแบบเพื่อน แต่เพื่อนนั้นมี ๒ ประเภท ตามที่ได้กล่าวมานั้น เพื่อเป็นแนวทางในการเลือกคบหรือหลีกเลี่ยงเพื่อนในแต่ละประเภท และมีลักษณะของมิตรที่ดี ที่พึงปฏิบัติที่เรียกว่า กัลยาณมิตร เป็นสิ่งที่เราต้องการให้ผู้อื่นปฏิบัติต่อเราในสถานะเพื่อน และจงอย่าลืมนะว่าเราต้องการให้ใครปฏิบัติต่อเราอย่างไร เราก็ควรที่จะปฏิบัติต่อบุคคลอื่นอย่างนั้นด้วยเช่นกัน จึงจะพร้อมด้วยกัลยาณมิตรอย่างแท้จริง

- ข) มิตรแท้ ซึ่งมีปรากฏในพระคาถาต่อไปนี้ว่า
บุคคลที่ไม่ใช่มิตรแท้ ๔ จำพวกนี้ คือ
(๑) มิตรที่ถือเอาแต่ประโยชน์จากผู้อื่นอย่างเดียว
(๒) มิตรดีแต่พูด
(๓) มิตรพูดประจบ
(๔) มิตรชักนำไปทางเสื่อม
บัณฑิตรู้อย่างนี้แล้ว พึงเว้นเสียให้ห่างไกล
เหมือนคนเว้นทางมีภัยเฉพาะห้าเสียนั้น^{๔๐}

^{๓๙} พุ.ธ.อ.(ไทย) ๒/๑๑๘/๙๔.

^{๔๐} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๕๙/๒๐๙.

มิตรที่ถือเอาแต่ประโยชน์จากผู้อื่นฝ่ายเดียว โดยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. เป็นผู้ถือเอาแต่ประโยชน์จากผู้อื่นฝ่ายเดียว
๒. เสียน้อย ประโยชน์จะได้มาก
๓. เมื่อตัวเองมีภัยจึงทำกิจของเพื่อน
๔. คบเพื่อนเพราะเห็นแก่ประโยชน์

มิตรที่ดีแต่พูด โดยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. กล่าวต้อนรับด้วยเรื่องที่เป็นอดีตไปแล้ว
๒. กล่าวต้อนรับด้วยเรื่องที่ยังมาไม่ถึง
๓. สงเคราะห์ด้วยสิ่งที่ยังหาประโยชน์มิได้
๔. เมื่อมีกิจเกิดขึ้นเฉพาะหน้าก็แสดงความขัดข้อง

มิตรที่ชอบพูดประจบโดยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. เพื่อนทำชั่ว ก็คล้อยตาม
๒. เพื่อนทำดี ก็คล้อยตาม
๓. สรรเสริญต่อหน้า
๔. นินทาลับหลัง

มิตรที่ชอบชักชวนในทางที่เสื่อม โดยเหตุ ๔ ประการ คือ

๑. เป็นเพื่อนที่ชักชวนให้หมกมุ่นในการเสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาท
๒. เป็นเพื่อนที่ชักชวนให้หมกมุ่นในการเที่ยวไปตามตรอกซอกซอย ในเวลากลางคืน
๓. เป็นเพื่อนที่ชักชวนในการเที่ยวดูมหรสพ
๔. เป็นเพื่อนที่ชักชวนให้หมกมุ่นในการเล่นการพนันอันเป็นเหตุแห่งความประมาท^{๔๑}

จะเห็นว่ามิตรเทียมนั้นจะมีคนอยู่ ๔ จำพวก ได้แก่ ๑. มิตรที่ถือเอาแต่ประโยชน์จากผู้อื่นอย่างเดียว เป็นมิตรที่เห็นแก่ได้ เห็นแก่ตัว หากบุคคลนั้นไม่มีผลประโยชน์ร่วมด้วยแล้วก็จะตีตนจากไป ๒. มิตรที่ดีแต่พูด เป็นมิตรที่คอยพูดแต่เรื่องที่ทำให้เพื่อนนั้นไม่มีความสุขสบายใจ พูดแต่เรื่อง หรือกระทำในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ๓. มิตรที่พูดประจบ เป็นมิตรที่ไม่มีความหวังดี คอยหาผลประโยชน์จากมิตร ๔. มิตรที่ชักชวนในทางที่เสื่อม เป็นมิตรที่คบแล้วจะนำไปซึ่งทางเสื่อม นั้นควรหลีกเลี่ยงทางนั้น จึงเปรียบดังสุภาษิตที่ว่า “คบคนพาล พาลพาไปหาผิด”

สรุปได้ว่าความรักแบบฉันทะคือ ความรักที่เกิดจากความพึงพอใจในสิ่งที่ตนเป็นและสถานะความสัมพันธ์ที่เป็นอยู่นั้น คืออยู่แล้ว ยินดีที่จะอยู่ร่วมกันทั้งในฐานะคนรักและสถานะของเพื่อนที่อยู่ร่วมกันในสังคมนั่นเอง

^{๔๑} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๕๕-๒๕๘/๒๐๗-๒๐๙.

๓.๓.๔ เมตตา

เมตตาในความหมายของผู้วิจัยในที่นี้ หมายถึงการที่เรารักบุคคลใดบุคคลหนึ่งโดยไม่หวังสิ่งตอบแทนใดๆ เป็นความรักที่ไม่ต้องการให้ผู้ที่เรารักนั้น มารักตอบหรือสนองในความรัก เป็นความรักกับบุคคลที่ตนใกล้ชิดหรือรู้สึกสนิทชอบคอกัน อาจอาศัยหลักที่เรียกว่า พรหมวิหาร ๔ ในการแสดง ความเมตตานี้ ซึ่งความรักแบบเมตตาที่เรายังสามารถที่จะแผ่เมตตาไปยังบุคคลที่เราหวังดีนี้ได้โดยการ แผ่เมตตาแบบ “โอหิโส ฆรณา”

ก) พรหมวิหาร ๔

เป็นหลักในการปฏิบัติของความรักแบบเมตตา เพื่อให้บุคคลที่เราเมตตาหรือหวังดีนั้นได้ สิ่งที่ปรารถนาพรหมวิหาร ๔ ^{๔๒} (ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ, ธรรมประจำใจอันประเสริฐ, หลัก ความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธ์, ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจและกำกับความประพฤติ จึงจะเชื่อว่า ดำเนินชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ)

เมตตา (ความรักใคร่ ปรารถนาดีอยากให้เรามีความสุข มีจิตอันแผ่ไมตรีและคิดทำ ประโยชน์แก่มนุษย์สัตว์ทั่วหน้า)

กรุณา (ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ ใฝ่ใจในอันจะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยาก เดือดร้อนของปวงสัตว์)

มุทิตา (ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตผ่องใสบันเทิง ประกอบด้วยด้วยอาการแช่มชื่น เบิกบานอยู่เสมอ ต่อสัตว์ทั้งหลายผู้ดำรงในปกติสุข พลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญอกงาม ยิ่งขึ้นไป)

อุเบกขา (ความวางใจเป็นกลาง อันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือ มีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำ แล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันตนประกอบ พร้อมทั้งจะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตาม ธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับความรับผิดชอบของตน)^{๔๓}

ข) เจริญเมตตาในคนที่รัก

เมื่อโยคีบุคคลได้เจริญเมตตาในตน เพื่อให้สำเร็จเป็นสักขีพยานเป็นอันดับแรกด้วยภาวนา วิธี ดังแสดงมานี้แล้ว ต่อไปเจริญเมตตาไปในคนที่รักหรือคนที่เคารพเป็นอันดับที่สอง

เอส สปุริโส สุโขโต โหตุ, นิททุกโข โหตุ.

ขอท่านผู้เป็นสัตบุรุษนั้นจงมีความสุขความสุขเกิด, จงอย่างมีความสุขทุกขเลย หรืออีกแบบหนึ่งว่า

^{๔๒} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๒๗/๒๕๖.

^{๔๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๒๔.

เอส สปิริโส อเวโร โหตุ, อพฺยาปฺขโณ โหตุ,
อนิโฆ โหตุ, สุชี อุตฺตานํ ปรีหตุ
ขอให้ท่านสัตบุรุษนั้น จงอย่ามีเวรกับใครๆเลย,
จงอย่าเบียดเบียนใครๆเลย, จงอย่าได้มีความทุกข์เลย,
ขอให้มีความสุขประคองตนให้รอดเถิด
ทั้งนี้โดยการเพียรภาวนาซ้ำแล้วซ้ำเล่าร้อยครั้งพันครั้งหรือจนกว่าอัปนาสมาธิหรือเมตตาตามาน
จะบังเกิดขึ้น^{๔๔}

การเจริญเมตตากับบุคคลที่ตนรักหรือปรารถนาดีด้วยนั้นมีปรากฏในพระพุทธศาสนา เป็น
ความรักในรูปแบบที่ไม่ต้องการการตอบแทนจากความรักนั้น เป็นดังความรักที่เปรียบเสมือนรักที่เป็น
ผู้ให้มากกว่า แต่การที่เป็นที่ให้อีกในกรณีนี้ นั้นเป็นการที่เลือกให้เฉพาะบุคคลที่ตนมีความรู้สึกดีด้วยหรือ
ปรารถนาดีด้วย อยากที่จะให้ผู้นั้นพบเจอแต่สิ่งที่เรียกว่าความสุข ปราศจากแล้วซึ่งความทุกข์ ไม่มี
ผู้ใดมาจองเวรต่อผู้นั้น

ค) การแผ่เมตตาแบบ โออิโส ปรณา

เป็นการแผ่เมตตาแบบเฉพาะเจาะจงไปยังบุคคลและสรรพสัตว์ผู้ที่เราพึงปรารถนาดีด้วย
การแผ่เมตตา ดังต่อไปนี้

โออิโสปรณา นั้นเป็นการแผ่ไปโดยจำกัดบุคคล ๗ จำพวก คือ

สพฺวา อิตฺถิโย	เพศหญิงทั้งหลาย	โดย ลิงค์
สพฺเพ ปุริสา	เพศชายทั้งหลาย	
สพฺเพ อริยา	พระอริยทั้งหลาย	โดย บุคคล
สพฺเพ อนริยา	ผู้ไม่ใช่อริยทั้งหลาย	
สพฺเพ เทวา	เทวดาทั้งหลาย	
สพฺเพ มนุสสา	มนุษย์ทั้งหลาย	โดย ปฏิสนธิ
สพฺเพ วินิปาติกา	อบายสัตว์ทั้งหลาย ^{๔๕}	

จะเห็นได้ว่าเมตตานี้เป็นความรักที่ไม่หวังผลตอบแทนก็จริง เป็นความรักที่ปรารถนาดีที่
จะให้ผู้ที่ตนรักหรือสรรพสัตว์ที่ตนรักนั้นพบเจอแต่ความสุขและความเจริญ เป็นแบบเฉพาะต่อตัวตน
บุคคลเท่านั้นที่ต้องการหรือปรารถนาดีต่อผู้ที่เราผูกใจด้วย

๓.๓.๕ มหากุณานิคม

มีปรากฏในพระไตรปิฎกในตอนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงทางไปพรหมโลกพระผู้มี
พระภาคตรัสว่า “วาเสฏฐะ” ตถาคตอุบัติขึ้นมาในโลกนี้เป็นพระอรหันต์ตรัสรู้ด้วยตนเองโดยชอบ
 ฯลฯ ภิภุชชิวาสุมบุรณด้วยศีลเป็นอย่างนี้แล ฯลฯ เมื่อภิภุชชุนั้นพิจารณาเห็นนิรณ ๕ ที่ตนละได้แล้ว

^{๔๔} สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูร
วงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๔๘๒.

^{๔๕} มูลนิธิอิทธิธรรมมูลนิธิ, **ปริเฉทที่ ๙ กัมมัญฐานสังคหวิภาค**, หน้าที่ ๔๗.

ยอมเกิดความเบิกบานใจ เมื่อเบิกบานใจก็ยอมเกิดปิติ เมื่อใจมีปิติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบยอม
ได้รับความสุข เมื่อมีความสุข จิตย่อมตั้งมั่น

ภิกษุเหล่านั้นมีเมตตาจิตแผ่ไปตลอดทิศที่ ๑ ทิศที่ ๒ ทิศที่ ๓ ทิศที่ ๔ ทิศเบื้องบน ทิศเบื้องล่าง
ทิศเฉียง แผ่ไปตลอดโลกทั่วทุกหมู่เหล่าในที่ทุกสถาน ด้วยเมตตาจิตอันไพบุลย์ เป็นมหัคคตะ ไม่มี
ขอบเขต ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียนอยู่

วาเสฏฐะ กรรมที่ทำพอประมาณในเมตตาเจโตวิมุตติที่บุคคลอบรมแล้วอย่างนี้จะไม่
เหลืออยู่ในรูปาวจรและอรุปาวจร เปรียบเหมือนคนเป่าสังข์ผู้แข็งแรงพึงให้ผู้อื่นได้ยินตลอดทั้ง ๔ ทิศ
ได้โดยไม่ยาก วาเสฏฐะ นี่แลเป็นทางไปเพื่อความเป็นผู้อยู่ร่วมกับพรหมยังมีอีก วาเสฏฐะ ภิกษุมี
กรุณาจิต ฯลฯ มีมุทิตาจิต ฯลฯ มีอุเบกขาจิตแผ่ไปตลอดทิศที่ ๑ ทิศที่ ๒ ทิศที่ ๓ ทิศที่ ๔ ทิศเบื้อง
บน เบื้องล่าง ทิศเฉียง แผ่ไปตลอดโลกทั่วทุกหมู่เหล่าในที่ทุกสถานด้วยอุเบกขาจิตอันไพบุลย์ เป็น
มหัคคตะ ไม่มีขอบเขต ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียนอยู่

วาเสฏฐะ กรรมที่ทำพอประมาณในอุเบกขาเจโตวิมุตติที่บุคคลอบรมแล้วอย่างนี้ จะไม่
เหลืออยู่ในรูปาวจรและอรุปาวจรเปรียบเหมือนคนเป่าสังข์ผู้แข็งแรงพึงให้ผู้อื่นได้ยินตลอดทั้ง ๔ ทิศ
ได้โดยไม่ยาก วาเสฏฐะ นี่แลเป็นทางไปเพื่อความเป็นผู้อยู่ร่วมกับพรหมพระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า

“วาเสฏฐะ เธอเข้าใจเรื่องนั้นว่าอย่างไร
ภิกษุผู้มีปกติอยู่อย่างนี้จะมีเครื่องเกาะเกี่ยวหรือไม่มีเครื่องเกาะเกี่ยว”
เขาทูลตอบว่า “ไม่มีเครื่องเกาะเกี่ยว ท่านพระโคตม”
พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า “คิดจงเวรหรือไม่คิดจงเวร”
เขาทูลตอบว่า “ไม่คิดจงเวร ท่านพระโคตม”
พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า “คิดเบียดเบียนหรือไม่คิดเบียดเบียน”
เขาทูลตอบว่า “ไม่คิดเบียดเบียน ท่านพระโคตม”
พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า “มีจิตเศร้าหมองหรือไม่จิตไม่เศร้าหมอง”
เขาทูลตอบว่า “มีจิตไม่เศร้าหมอง ท่านพระโคตม”
พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า “บังคับจิตให้อยู่ในอำนาจได้หรือบังคับจิตให้อยู่ในอำนาจไม่ได้”
เขาทูลตอบว่า “บังคับจิตให้อยู่ในอำนาจได้ ท่านพระโคตม”^{๕๖}

จากที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงตรัสมาในเรื่องถึงกรณานั้น ไม่ที่สิ่งที่จะต้องยึดติดว่าสิ่งใด
เป็นสิ่งใดควรให้ความกรุณานั้นหรือไม่ ให้ความกรุณาอย่างเท่าเทียมกัน ไม่คิดจงเวรต่อกัน ไม่คิด
เบียดเบียนต่อกัน ไม่ว่าต่อสิ่งใด สิ่งที่ตนปรารถนาหรือสิ่งที่ตนไม่ปรารถนาก็ตาม เมื่อคิดแล้วจิตจะไม่
เศร้าหมอง หรือความรู้สึกที่ไม่ดีต่อบุคคลอื่น และสามารถที่จะบังคับจิตหรือความรู้สึกนั้นอยู่ได้ โดย
เป็นการรู้ตัวตลอดเวลาว่าตนทำอะไรอยู่นั่นเอง โดยสรุปว่าความกรุณานั้นเป็นความเมตตาจิตที่ไม่
มีขอบเขต ไม่มีแบ่งหมู่เหล่า หรือสถานที่ จึงเป็นสิ่งที่เรียกได้ว่าเป็นความปรารถนาดีที่แท้จริงต่อทุก
สรรพสัตว์อย่างเท่าเทียมกัน

^{๕๖} ที.สี.(ไทย) ๙/๕๕๖/๒๔๔.

๓.๔ ความรักของบุคคลต่างๆ ที่มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

๓.๔.๑ เปมะ

ความรักของบุคคลที่มีปรากฏในพระพุทธศาสนาในเรื่องของเปมะ เกิดจากสาเหตุ ๒ ประการดังนี้

ก) คู่ครองที่เกิดจากการอยู่ด้วยกันมาในปางก่อน

ว่าด้วยเรื่องความรักของธิดาคามิกเศรษฐี เมื่อชาติปางก่อนนางเคยอยู่ร่วมฉันทสามภรรยา กับนายโฆษกะ ในอดีตนั้นนางมีลูกกับสามีของนาง แต่ด้วยความยากจนจึงต้องเดินทาง เพื่อไปทำมาหากินในที่แห่งใหม่ ในขณะที่เดินทางสามีของนางผลัดกันอุ้มลูกแต่สามีของนางมองว่า การมีลูกนั้นเป็นภาระ ในขณะที่สามีของนางอุ้มนั้น ก็นำลูกไปทิ้ง ส่วนนางก็พอเห็นลูกไม่อยู่ก็ไปนำลูกกลับมา เป็นแบบนี้เรื่อยๆ แต่ด้วยระยะการเดินทางที่ยาวไกลจึงทำลูกของนางทนต่อการเดินทางและสภาพอากาศไม่ไหว ก็ได้ตายจากนางไปในที่สุด พอเดินทางมาถึงหน้าบ้านของเศรษฐี ก็ขอเข้าไปเป็นคนทำงานที่บ้านของเศรษฐี ในขณะที่กินข้าว สามีของนางแอบไปมองสุนัขที่เศรษฐีเลี้ยงไว้ เกิดความอิจฉาที่สุนัขของเศรษฐีมีข้าวดีกินทุกวัน ด้วยความที่อดอยากข้าวของสามีนาง ก็กินเข้าไปเยอะจนจุกตาย ในตอนที่ตาย เกิดดวงจิตที่คิดถึงสุนัขของเศรษฐีจึงไปเกิดในท้องของสุนัขตัวนั้น นางหลังจากที่สามีตายก็ได้มอบหัวใจให้เป็นพุทธรูป ทำบุญตักบาตร หลังจากที่มีลูกของนางเกิดเป็นลูกของสุนัขตัวนั้น ด้วยความที่เศรษฐีเลื่อมใสในพระพุทธศาสนาก็นิมนต์ปัจเจกพระพุทธเจ้ามารับฉันทภัตตาหารที่บ้านของเศรษฐีบ่อยๆ โคนเศรษฐีถ้าไม่มีเวลาก็ให้สุนัขไปนำทางปัจเจกพระพุทธเจ้ามา ถ้าหาจุดันทางและไม่ได้สุนัขตนนั้นจะเห่าเพื่อไล่สัตว์ร้าย เมื่อถึงตอนที่ปัจเจกพระพุทธเจ้าจากไปที่อื่น สุนัขนั้นก็เกิดความเสียใจ ขาดใจตาย ไปเกิดเป็นเทพบุตรบนสวรรค์ด้วยบารมีที่เคยเห่าป้องกันสัตว์ร้ายแก่ปัจเจกพระพุทธเจ้า แต่ด้วยความเพเลิดเพลินในกามารมณ์ก็สิ้นบุญมาเกิดในโลกมนุษย์ เป็นบุตรของหญิงโสเภณี จึงถูกนำมาทิ้งลงแม่น้ำ ในขณะที่นั้นบุโรหิตเมืองโกสัมพี ทำนายว่าจะมีบุตรชายที่เกิดในเมืองนี้จะเป็นมหาเศรษฐีในอนาคต เศรษฐีจึงให้คนไปตามหาทารกนั้น ในขณะที่ภรรยาตนตั้งครรภ์ ถ้าภรรยาตนคลอดเป็นลูกผู้หญิงจะให้แต่งงานกับทารกขายนั่น หากลูกของเศรษฐีคลอดบุตรชายจะฆ่าทารกนั้น โดยตั้งชื่อทารกนั้นว่า “โฆษกะ” หลังจากนั้นเศรษฐีก็ได้บุตรชาย จึงหาวิธีฆ่าทารกนั้น แต่ไม่สำเร็จ เพราะด้วยบุญที่โฆษกะเคยปกป้องพระปัจเจกพระพุทธเจ้า จึงรอดพ้นจากอันตราย มีครั้งหนึ่งตั้งใจจะลวงโฆษกะไปฆ่าให้ไปส่งของ แต่พอโฆษกะจะไปบุตรของเศรษฐีเองเล่นพนันแพ้ จึงขอให้โฆษกะเล่นพนันแทน ตนจะไปส่งของแทน ทำให้บุตรชายเศรษฐีตายแทน เศรษฐีจึงโกรธมากที่ฆ่าไปได้สักที จึงวางแผนให้ไปส่งจดหมายที่เมืองแห่งหนึ่ง โดยมีข้อความในจดหมายว่า เมื่อไปถึงให้ฆ่าทันที แต่ธิดาคามิกเศรษฐีก็ได้ขัดขวางแผนการนั้น เพียงเพราะความรักนั้นเกิดจากการได้ยินสาวใช้เรียกขายหนุ่มที่มาเยือนที่เรือนของตนว่า “โฆษกะ” เพียงเท่านั้น ได้ยินเพียงคำบอกอ้างเพียงชื่อเท่านั้น นางก็เกิดความรัก ดังที่นางกล่าวไว้ว่า ได้ยินเพียงชื่อของฝ่ายชายเท่านั้นความรักก็เหมือนผิวน้ำแผ่ซาบซ่านไปถึงเหยื่อในกระดุก^{๔๗} และอยากเห็นหน้าชายผู้นั้นทันทีทันใด ทั้งนี้นางได้แปลงสาสน์ในจดหมายว่าทันทีที่มาถึงให้จัดพิธีแต่งงานกับนาง เหตุนี้เกิดจากการที่นางเคยได้ครองรักเป็นคู่รักกับโฆษกะใน

^{๔๗} พุ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๑๕/๑๗๑.

อดีตชาติปางก่อน ความรักแบบนี้จะเกิดความผูกพัน หรือความรักที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้ตั้งใจ หรือไม่รู้ตัว ไม่ได้วางแผนไว้ล่วงหน้า เจอหน้าแล้วรู้สึกถูกชะตามีความรู้สึกดีๆ ให้แก่กันและกัน^{๔๘}

ข) ความรักที่เกิดจากการเกื้อหนุนกันมาในปัจจุบัน

ในที่นี้จะยกตัวอย่างในการเลือกคู่หรือคนรัก ในมโหสถชาดก เรื่องของการทดสอบ เขาวนปัญญาของคนที่จะมาเป็นคู่ครอง ว่าด้วยมโหสถบัณฑิตถึงวัยที่จะต้องหาคู่จึงได้ตามหาคู่ครอง จากหญิงที่ต้องใจ เมื่อเจอหญิงสาวที่มีความต้องใจด้วยแล้ว จึงได้ทำการทดสอบเขาวนปัญญาของนาง ดังเช่น การยกมือที่กำมืออยู่นั้น เป็นการถามหญิงสาวว่ามีสามีหรือยัง หญิงสาวนั้นก็เข้าใจความหมาย จึงแบมือกลับมา ซึ่งแปลว่านางเป็นอิสระไม่มีใครมาบังคับ นั้นแปลว่า นางยังโสดนั่นเอง และเมื่อ มโหสถบัณฑิตต้องการถามชื่อของนางต่อ นางจึงตอบว่า “นายท่าน สิ่งใดที่ไม่มีแก่ดิฉัน ทั้งในอดีต ในอนาคต และปัจจุบัน นั้นแหละเป็นชื่อของดิฉัน” มโหสถบัณฑิตจึงคิดก่อนตอบว่า “อ้อ ความไม่ตาย นั่นเอง สิ่งที่ไม่ตายย่อมไม่มีอยู่ในโลก” มโหสถบัณฑิตจึงกล่าวว่า “ถ้าเช่นนั้นเธอชื่อ อมรา ที่แปลว่าไม่ตาย ใช่หรือไม่” ถามต่อว่า “จะนำข้าวนี้อะไรไปให้ใคร” นางตอบว่า “จะนำข้าวนี้อะไรไปให้บุรพเทวดา” มโหสถบัณฑิตก็รู้คำตอบทันที “บิดาของเธอ” และก็ถามต่อว่า “บิดาของเธอทำงานอะไร” นางตอบกลับว่า “บิดาของฉันทำสิ่งหนึ่งโดยส่วนสอง” มโหสถบัณฑิตก็รู้คำตอบโดยทันทีว่า “โณนา” นางตอบว่า “ถูกแล้ว” หลังจากทดสอบเขาวนปัญญาแล้ว นางก็ได้บอกทางไปบ้านของนางแบบปริศนาให้หาคำตอบว่า

ร้านขายข้าวสัตต รานขายน้ำส้มสายชู และต้นทองกลางใบซ้อนที่มีดอกบานสะพรั่งมีอยู่ ณ ที่ใด ท่านจงไป ณ ที่นั้น ดิฉันถือภาชนะข้าวยาคุด้วยมือใด ดิฉันบอกทางด้วยมือนั้น ไม่ได้ถือภาชนะข้าวยาคุด้วยมือใด ไม่ได้บอกทางด้วยมือนั้น หนทางนั้นเป็นหนทางไปสู่บ้านของดิฉัน ซึ่งตั้งอยู่ในบ้านอุตตรยวัมมคัม ขอท่านจงทราบหนทางที่ดิฉันกล่าวเป็นปริศนานั่นเอง
เถิด^{๔๙}

แต่ด้วยปัญญาของมโหสถบัณฑิตก็หาทางไปยังบ้านของนางนั้นได้ ก็ได้ทำความรู้จักกันมาเป็นเนิ่นนาน ทดสอบเขาวนปัญญาที่เข้ากันได้เรื่อยมา มโหสถบัณฑิตจึงได้ตัดสินใจเลือกนางเป็นคู่ครอง เพราะนางเป็นหญิงที่มีเขาวนปัญญาและสามารถที่จะเข้าใจสิ่งที่มโหสถบัณฑิตต้องการจะสื่อเหมาะที่จะอยู่ร่วมกัน

ข้อความเบื้องต้นจะเห็นได้ว่า ในการเลือกคู่ครองนั้น บางครั้งอาจไม่ได้เกิดจากการรักแรกพบหรือการที่ผูกพันมากันในชาติปางก่อน อาจมาจากการถูกใจกันในชาติปัจจุบัน มีปัญญาที่เสมอกัน สามารถที่จะช่วยเหลือเกื้อหนุนกันได้ หรือที่คุ้นเคยกับคำที่ว่า ศีลเสมอกัน ดังที่ผู้วิจัยเคยจำแนกประเภทของคู่ครอง ๔ แบบ ส่วนคู่ของมโหสถบัณฑิตและนางอมรา เป็นในรูปแบบคู่ครองของสามีเทวดาอยู่ร่วมกับภรรยาเทวดา

^{๔๘} พ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๑๕/๑๖๙.

^{๔๙} พ.ชา.เอกก.(ไทย) ๒๗/๑๑๒/๔๖.

๓.๔.๒ สีนะหา

สินะหานั้นเป็นความรักในรูปแบบที่ต้องการอยากได้มาครอบครองประกอบด้วยตัณหาของผู้ที่อยากได้สิ่งนั้นมาเป็นของตน โดยไม่ประกอบด้วยเหตุผลหรือการใช้ปัญญาที่ผ่านการกลั่นกรองทางกระบวนการความคิดว่าสิ่งที่ตนกำลังทำนั้นถูกหรือไม่ ขอเพียงใจต้องการก็ลงมือทำลงไป โดยในทันทีทางผู้ทางผู้วิจัยจะขอแบ่งความรักแบบสินะหาดังนี้

ภิกษุรูปหนึ่งได้ฟังเรื่องราวการพรรณนาของหญิงงามที่ชื่อ นางสาวสิริมา หญิงงามนางหนึ่งแห่งกรุงราชคฤห์ก็ได้เกิดความรักจากการพรรณนาจากภิกษุรูปอื่น เกิดการจินตนาการอยากที่จะได้พบกับนาง สิริมา จนกระทั่งวันหนึ่งภิกษุรูปนั้นได้รับนิมนต์จากนางสิริมา แต่วันที่ท่านได้พบกับนางนั้นนางได้ป่วยกะทันหันพอดี แต่การป่วยของนางนั้น ก็ไม่ได้ทำให้ความงามของนางนั้นลดน้อยลง ภิกษุรูปนั้นจึงได้นึกคิดว่าขณะที่นางนั้นป่วยความงามของนางยังมากถึงเพียงนี้ หากนางไม่ล้มป่วยคงงดงามจนหาถ้อยคำที่บรรยายไม่ได้ ภิกษุรูปนั้นใจจดใจจ่อแต่เพียงความงามของนาง ไม่ยอมฉันภัตตาหาร ได้แต่จ้องมองนางด้วยความหลงใหล หลังจากนั้นไม่นาน นางก็ได้สิ้นอายุขัยลง ในแต่ก่อนนั้น นางสาวสิริมา เป็นหญิงโสเภณีชั้นสูงที่ราคาในการร่วมอภิรมย์กับนางค่อนข้างแพง เมื่อได้ถึงวันที่นางนั้นได้สิ้นอายุขัยลง พระราชาประกาศให้มารับศพนางก็ไม่มีใครมารับพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ตรัสกับภิกษุรูปที่หลงใหลในความงามของนางสิริมาจนกระทั่งฉันไม่ได้นอนไม่หลับว่า แม้ในร่างเดียวกันเพียงไม่กี่วันจากเดิมที่เคยมีบุคคลต้องการมาก ตอนนี้ให้ใครก็ไม่มีใครมารับ แล้วจึงตรัสต่ออีกว่า "ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงดูมาตุคามซึ่งเป็นที่รักของมหาชน ในกาลก่อน ชนทั้งหลายในพระนครนี้ แล ให้ทรัพย์ ๑,๐๐๐ แล้ว ได้ (อภิรมย์) วันหนึ่ง บัดนี้ แม้ผู้ที่รับเอาเปล่าๆ ก็ไม่มี, รูปเห็นปานนี้ ถึงความสิ้นและความเสื่อมแล้ว ภิกษุทั้งหลายเธอทั้งหลายจงดูอัฐภาพอันอาดูร"^{๕๐} ดังนี้แล้ว ตรัสพระคาถานี้ว่า

จงดูอัฐภาพที่ตกแต่งอย่างสวยงาม
แต่มีกายเป็นแผล มีกระดูกเป็นโครงร่าง
อันกระสับกระส่าย ทิ่มหาชนดำริหวั่งกันมาก
ซึ่งไม่มีความยั่งยืนความมั่นคง^{๕๑}

ข้อความข้างต้นกล่าวโดยสรุปว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านได้ทรงสอนถึงเกี่ยวกับเรื่องของสิ่งที่หลงใหลนั้น เป็นสิ่งของไม่เที่ยง ทุกชีวิตต้องให้ดวงมากแต่ไหนก็ไม่มีใครหลีกเลี่ยงความจริงที่ว่าสรรพสัตว์นั้นเกิดมามีต้องต้องประสบ แก่ เจ็บ และตายลงในที่สุด ล้วนแล้วทุกสิ่งนั้นเป็นอนิจจัง

เรื่องของพระโพธิสัตว์ในอดีตชาติกับนางกาญจนวดี เมื่อในสมัยนั้นพระโพธิสัตว์ได้เกิดอยู่ในตระกูลช่างทอง^{๕๒} ท่านเป็นบุรุษรูปงาม เมื่อนางกาญจนวดีได้เห็นรูปแล้วนางก็เกิดซึ่งความผูกใจรักใคร่ นางจึงได้จารึกอักษร นิตตะให้นายช่างทองไปรอนางอยู่บนต้นพฤษชาติในเวลาพลบค่ำ เมื่อถึง

^{๕๐} พุ.ธ.อ.(ไทย) ๒/๑๑๙/๑๐๑.

^{๕๑} พุ.ธ.อ.(ไทย) ๒/๑๔๓/๑๐๑.

^{๕๒} พระสังฆการีวิปาก เล่ม ๑ เปนเรื่องอดีตด้วย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทย สะพานยศเส ร.ศ.๑๒๖), หน้า ๖๐.

เวลาเลิกงานนายช่างทอง ก็ได้ไปรอบนต้นพุทธรักษา นางกาญจนวนตินั้นเกรงกลัวบิดาและมารดาจึงต้องรอให้ท่านทั้งสองนั้นหลับก่อน จึงจะสามารถออกจากปราสาทได้ ด้วยความที่ว่านายช่างทองนั้นทำงานหนักพอรอบนต้นพุทธรักษานานๆก็เพลอหลับไป พอนางกาญจนวนติมาถึงจุดที่ได้นัดกันไว้เห็นนายช่างทองหลับอยู่นั้นก็ไม่กล้าปลุก เพราะความที่ว่าลัทธินั้นถือว่าหากบุคคลหลับสนิท ผู้ใดปลุกให้ลุกขึ้นแล้ว คนผู้นั้นย่อมไปหม้อยู่ในไฟนรกยืนนานสิ้นกาลกัลป์หนึ่งดังนี้ นางจึงมีอาจบปลุกนายช่างทอง ได้แต่วางขันทองไว้และกลับไป พอนายช่างทองตื่นมาเห็นขันวางไว้ก็นึกเสียใจที่เพลอหลับไปก่อน วันต่อมาก็เป็นเช่นเดิม จนกระทั่งนายช่างทองกลับ หลังจากนั้นไม่นาน นางกาญจนวนติก็ได้สมรสแล้ว แต่ไม่ว่านายช่างทองก็ยังคิดถึงหญิงสาวผู้นั้นอยู่ จึงไปเฝ้ามหาอุปราช เพื่อให้ตนได้สมหวังในความรัก ความปรารถนาต่อนางกาญจนวนติ จึงได้ออกอุบายให้นายช่างทองแปลงตนเป็นชัฎยอนงค์ และให้นางกาญจนวนติดูแลนายช่างทองจนกว่ามหาอุปราชจะกลับมา และให้นางห่างจากสามีมาดูแลตนเป็นเวลา ๓ เดือน หลังจากชีวิตของนายช่างทองได้สิ้นสุดลง ได้ปฏิสนธิในอเวจีมหานรกใหญ่ ได้เสวยทุกข์เวทนายาวนานหมื่นปี^{๕๓} ดังจะเห็นได้ว่าความรักของนายช่างทองกับนางกาญจนวนติเป็นความรักที่เกิดจากความสืเนหา ความต้องการในกามตัณหา โดยไม่รู้ความผิดชอบชั่วดี ถึงนางจะมีสามีแล้วยังไม่ยับยั้งชั่งใจมีความต้องการในตัวนางอยู่ ความรักที่ประกอบด้วยมิถิภาณูญนั้นย่อมดำเนินไปในทางที่ไม่ถูกต้อง ก่อให้เกิดผลของกรรมตามมา ความรักนั้นจึงต้องประกอบด้วยซึ่งสัมมาทิฐิจึงจะเป็นความรักที่เหมาะสม ถูกสถานที่ ถูกแล้วซึ่งตัวบุคคล และถูกเวลา

๓.๔.๓ ฉันทะ

ความรักของพระเจ้าปเสนทิโกศลกับพระนางมัลลิกาเทวี^{๕๔} พระเจ้าปเสนทิโกศลเดิมนี้เป็นพระราชโอรสของพระเจ้ามหาโกศล เมืองสาวัตถี แคว้นโกศล เมื่อได้เจริญวัยได้ไปศึกษาศิลปวิทยาที่เมืองตักกสิลา เป็นบุคคลที่เอาความคิดของตนเป็นใหญ่ เพราะได้รับการเลี้ยงดูมาแบบผู้ที่จะต้องเป็นเจ้านายคนในต่อไป มีคนคอยตามใจดูแลไม่ขาดตกบกพร่อง เป็นคนที่มีปัญญามากอยู่พอควร ส่วนพระนางมัลลิกาเทวี เป็นบุตรของช่างทำดอกไม้และยังเป็นสาวิกาผู้บรรลุนิสิตาบันตั้งแต่อายุยังน้อย มีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัย เมื่อมาเป็นมเหสีของพระเจ้าปเสนทิโกศล ย่อมมีอิทธิพลต่อความเชื่อของพระราชสามีและแนะนำให้หันมานับถือพระพุทธศาสนาในที่สุด ที่ปรากฏเรื่องของความรักเมื่อพระเจ้าปเสนทิโกศลได้ตรัสถามมเหสีคือ พระนางมัลลิกาเทวีว่า “มัลลิกา ใครอื่นซึ่งเป็นที่รักยิ่งกว่าตนของเรามีบ้างไหม” พระนางได้ตอบกลับมาว่า “ขอเดชะใต้ฝ่าละอองธุลีพระบาท ใครอื่นซึ่งเป็นที่รักยิ่งกว่าตนของหม่อมฉันไม่มีเลย และใครอื่นซึ่งเป็นที่รักยิ่งกว่าตนของพระองค์มีอยู่หรือ” พระเจ้าปเสนทิโกศลได้ตรัสกลับมาว่า “มัลลิกา ใครอื่นซึ่งเป็นที่รักยิ่งกว่าตนของเราไม่มีเลย” ซึ่งในคำตอบของพระนางนั้นทำให้ที่เป็นสามีเกิดความเศร้าใจว่าพระนางนั้นรักตนเองมากกว่าผู้ที่เป็นสามีของนาง พระองค์จึงได้เสด็จเข้าเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงเรื่องที่พระองค์ไม่สบายใจว่า มเหสีของพระองค์นั้นรักตัวเองมากกว่าผู้ที่เป็นสามี พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสกับพระเจ้าปเสนทิโกศลว่าเป็นการดีที่มเหสีของพระองค์ไม่ตรัสความเท็จ ตรัสแต่ความจริง ทุกสรรพสิ่งนั้นเกิดมาย่อมรักตนเอง ซึ่งตัวตนเป็นเรื่องธรรมดาต่อมาเรื่องนี้ได้มีปรากฏในเรื่องของมัลลิกาสูตรดังนี้

^{๕๓} พระสังฆการีบาป เล่ม ๑ เปนเรื่องอดีตด้วย, หน้า ๗๑.

^{๕๔} พุ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๔๒๑.

บุคคลตั้งใจค้นหาทั่วทุกทิศ
ก็ไม่พบใครที่ไหนซึ่งเป็นที่รักยิ่งกว่าตนเอง
สัตว์เหล่านี้อีกรักตนมากเช่นนั้นเหมือนกัน
เพราะฉะนั้น ผู้รักตนจึงไม่ควรเบียดเบียนผู้อื่น^{๕๕}

ดังข้อความที่ปรากฏนั้นสามารถอธิบายได้ว่า ทุกคนไม่ว่าจะบุคคลใดล้วนรักแต่ตนเอง
ที่สุด สรรพสัตว์ทั้งหลายก็ล้วนแต่รักตนเองเป็นที่สุดด้วยกัน เพราะฉะนั้นเมื่อเรารักตนเองแล้ว เราไม่
ควรที่จะเบียดเบียนผู้อื่น ควรที่จะพึงพอใจในความรักที่มีให้ตนเอง เมื่อตนรักตนเองได้แล้ว ความรัก
นั้นก็สามารภที่จะรักไปยังผู้อื่นได้อีกด้วย

ความรักที่ทำให้บุคคลที่ตนรักนั้นเป็นไปทางที่ถูกต้องที่ควรดังเช่น ครั้นในสมัยของพระเจ้า
เจ้าปเสนทิโกศลได้มีพิธีบูชาของพวกพราหมณ์ สิ่งที่น่าไปประกอบพิธี ได้แก่ โคอุสละ ๕๐๐ ตัว ลูก
โคตัวผู้ ๕๐๐ ตัว ลูกโคตัวเมีย ๕๐๐ ตัว แพะ ๕๐๐ ตัว แกะ ๕๐๐ ตัว เหตุนี้เกิดเพราะพระเจ้า
ปเสนทิโกศลนั้นทรงพระสุบินที่ไม่สู้ดี เหตุที่ฝันร้ายเพราะท่านคิดที่จะแย่งภรรยาผู้อื่นมาเป็นของตน
นั่นเอง ซึ่งทำให้พระนางมัลลิกาเทวีเกิดความไม่สบายใจที่ต้องเห็นเหล่าบรรดาสัตว์ทั้งหลายต้องถูกฆ่า
ตายโดยไม่เป็นประโยชน์ จึงได้ไปปรึกษาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงเสนอให้พระสวามีทำอสุทิสถาน^{๕๖}
ซึ่งประกอบด้วยทรัพย์ประมาณ ๑๔ โกฏิ เป็นอันพระราชาทรงบริจาคโดยวันเดียวเท่านั้น ก็ของ ๔
อย่าง คือ (๑) เสวตฉัตร (๒) บัลลังก์สำหรับนั่ง (๓) เชิงบาตร (๔) ตั้งสำหรับเช็ดเท้า มีแต่พระพุทธรูป
ทุกๆพระองค์ ครั้นเดียวเท่านั้น สตรีท่านนั้นยอมจัดแจง (ทาน) เพื่อพระศาสนาและภิกษุทั้งหลาย ซึ่งพระ
สวามีของพระนางก็ได้ยินดีปฏิบัติตาม การกระทำครั้งนั้นทำให้บรรดาสัตว์หลายพันชีวิตรอดตายใน
ครั้งนั้น จึงเกิดคาถาที่ว่า “ถ้าสัตว์ทั้งหลายพึงรู้อย่างนี้ว่า ชาติสมภพนี้เป็นทุกข์ สัตว์พึงฆ่าสัตว์
เพราะว่าผู้ฆ่าสัตว์เป็นปกติย่อมเศร้าโศก”^{๕๗}

สมัยหนึ่งขณะที่พระพุทธรูปประทับอยู่ที่พระเชตวันมหาวิหาร พระเจ้าปเสนทิโกศลเสด็จ
พระราชดำเนินไปเฝ้าพระพุทธรูป ทูลปราศรัยถึงเรื่องต่างๆ ก่อนจะเสด็จกลับได้กราบทูลอาราธนา
พระพุทธรูปพร้อมทั้งภิกษุ ๕๐๐ รูปรับภัตตาหารในวันรุ่งขึ้นในพระราชมณเฑียร และตรัสชวนประชาชน
ที่มาฟังธรรมในพระเชตวันมหาวิหารให้ไปร่วมอนุโมทนาทานนั้นด้วย เมื่อถึงเวลาพระพุทธรูปกับ
พระภิกษุสงฆ์ทรงทำภักติกิจในพระราชวัง ชาวเมืองได้ไปร่วมอนุโมทนาด้วยอย่างมากมาย เมื่อเสร็จภักต
กิจแล้ว ชาวเมืองจึงกราบทูลอาราธนาพระพุทธรูปกับภิกษุ ๕๐๐ รูป ให้เสวยภัตตาหารในวันรุ่งขึ้น
และทูลเชิญเสด็จพระเจ้าปเสนทิโกศล พร้อมทั้งบริวารมาอนุโมทนาด้วย พระเจ้าปเสนทิโกศลกับ
ชาวเมืองผลัดกันเป็นเจ้าภาพเลี้ยงถวายภัตตาหาร และเชิญอีกฝ่ายหนึ่งมาร่วมอนุโมทนาอย่างนี้ถึง
ฝ่ายละ ๖ ครั้ง ต่อมาได้กลายเป็นแข่งขันกัน ชาวเมืองพยายามหาของดีๆ ของแปลกๆ เช่น พืช ผัก
และผลไม้ที่หายากมาถวาย พระเจ้าปเสนทิโกศลก็ทรงพยายามจัดหาของที่ดีและประณีตมาถวาย
เช่นกัน แต่ก็สู้ชาวเมืองไม่ได้สักครั้ง พระเจ้าปเสนทิโกศลทรงปริวิตกถึงเรื่องนี้ จึงตรัสเล่าให้พระนาง

^{๕๕} ส.ส.(ไทย) ๑๕/๑๑๙/๑๓๗.

^{๕๖} พ.ธ.อ.(ไทย) ๒/๑๔๖/๑๗๖.

^{๕๗} พ.ชา.(ไทย) ๒๗/๑๘/๕.

มัลลิกาเทวีทราบ พระนางมัลลิกาเทวีทรงหาวิธีที่จะให้พระเจ้าปเสนทิโกศลชนะชาวเมือง จึงจัดทานที่เรียกว่า “อสทิสทาน” แปลว่าทานที่หาผู้ทำเสมอมิได้ คือทานที่ไม่มีใครเหมือน พระนางมัลลิกาเทวีเป็นผู้ฉลาด แทนที่จะเอาชนะด้วยภัตตาหารที่แปลกที่ประณีตที่หายาก พระนางกลับเอาชนะด้วยพิธีการที่ยิ่งใหญ่จนชาวเมืองทำตามไม่ได้ คือให้สร้างพระมณฑปใหญ่สำหรับเป็นที่ฉันภัตตาหารสำหรับพระ ๕๐๐ รูปที่กลางสนามหลวง ที่อาสนะสำหรับพระแต่ละรูป มีช้างยืนถือเศวตรฉัตรบูชาพระอยู่เบื้องบน และให้เจ้าหญิงแห่งราชตระกูลเป็นผู้ถวายภัตตาหาร ชาวเมืองไม่มีช้าง ไม่มีเศวตรฉัตร ไม่มีเจ้าหญิง จึงไม่อาจแข่งขันกับพระเจ้าปเสนทิโกศลได้

อสทิสทานนั้นถือว่าเป็นทานครั้งยิ่งใหญ่ที่สุดเพียงครั้งเดียวเท่านั้นของพระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์ เพราะพระเจ้าปเสนทิโกศลอาศัยคู่ครองที่ดีคือพระนางมัลลิกาเทวีจึงได้ร่วมกันสร้างบุญใหญ่ เช่นนั้นได้ จะเห็นได้ว่าความรักและการมีคู่ครองที่ดีข้างต้นนั้น ย่อมจะนำพาให้เกิดการกระทำความดีต่างๆได้ อย่างเช่น อสทิสทาน ดังได้กล่าวมา

ถึงแม้ว่าความรักในรูปแบบนี้เป็นความรักในลักษณะของคู่ครองแบบสามีเทวดาอยู่คู่กับภรรยาเทวดา เนื่องด้วยเดิมพระนางมัลลิกาเทวีเป็นผู้มีปัญญา ปฏิบัติตนดี และเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา เมื่อสมรสไปอยู่กับสามีก็ชักนำสามีปฏิบัติไปในทางที่ถูกที่ควร จึงเป็นความรักที่พากันไปสู่แล้วซึ่งความดี ความเจริญ และแนะนำไปเป็นแบบอย่างที่ควรต่อการปฏิบัติตามของบุคคลที่อยู่ร่วมกันของคู่สามีภรรยาต่อไป

ต่อมาเมื่อพระนางมัลลิกาเทวีได้ตายจากพระเจ้าปเสนทิโกศลไป ทำให้พระเจ้าปเสนทิโกศลเศร้าพระทัยเป็นยิ่งนัก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ตรัสกับพระเจ้าปเสนทิโกศลว่า

ราชรถอันวิจิตรงดงาม ยังชำรุดได้
แม้แต่ร่างกายนี้ ก็ยังเข้าถึงชราได้
แต่ธรรมของสัตบุรุษ หาเข้าถึงชราไม่
สัตบุรุษกับสัตบุรุษ รู้กันได้อย่างนี้^{๕๘}

เมื่อคู่รักมีความพึงพอใจที่จะอยู่ด้วยกันแล้ว ย่อมมีความผูกพันในตอนที่อยู่ร่วมกัน เมื่อถึงเวลาที่ต้องแยกจากกันนั้นควรทำใจ เพราะไม่มีสิ่งใดหลีกเลี่ยงจากความตายนั้นไปได้ เพราะฉะนั้นเมื่ออยู่ด้วยกัน พึงพอใจในสถานะคนรักของตนแล้วควรปฏิบัติตนเป็นคนรักให้ได้ดีที่สุดที่ตนเอง

๓.๔.๔ เมตตา

ความเมตตานั่นคือ ความปรารถนาดีที่มีให้แก่กัน โดยที่ผู้นั้นไม่หวังผลตอบแทนใดๆจากผู้ที่ได้รับการเมตตาของตนนั้นเลย ทางผู้วิจัยจึงขอแบ่งเมตตาเป็น ๓ รูปแบบ

^{๕๘} พุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๑๕๑/๗๙.

ก) เมตตาแบบบิดามารดาเมตตาต่อบุตร

ในเรื่องนี้ผู้วิจัยจะขอยกตัวอย่างบุพกรรมของพระโมคคัลลานะ^{๕๙} ในอดีตชาติ ท่านเป็นชาวกรุงพาราณสี ท่านเป็นผู้คอยปรนนิบัติมารดาบิดามาโดยตลอด ด้วยความที่มารดาบิดากลับว่าลูกชายนั้นจะลำบาก ต้องมาคอยดูแลตนทั้งสองหาเวลาส่วนตัวไม่ จึงได้เอ่ยปากว่าจะไปขอหญิงมาเป็นสะใภ้เพื่อจะได้ดูแลลูกชายและมารดาบิดาได้ ลูกชายของตนจะได้ไม่ต้องเหนื่อย พอหลังจากที่ลูกชายนั้นได้แต่งงานแล้ว ภรรยาของลูกชายไม่ชอบการที่ต้องมานั่งดูแลผู้สูงวัยทั้งสอง จึงออกอุบายเพื่อให้สามี ยอมทิ้งมารดาบิดาของเขา โดยสามีของนางยินยอมทำตามเพราะตกอยู่ภายใต้อุบายของนาง วันต่อมาลูกชายนั้นได้บอกความแก่มารดาบิดาว่า “ข้าแต่พ่อแม่พวกราชยาตีในที่ชื่อโน้นหวังการมาของท่านทั้ง ๒ คนอยู่ ผมจัก(พา) ไปในที่นั้น” เมื่อมารดาบิดายอมไปตามคำพูดของลูกชาย ลูกชายก็ได้นำมารดาบิดาใส่รถลากแล้วพาไป พอถึงกลางดง ลูกชายก็บอกมารดาบิดาของเข่าว่า “คุณพ่อขอรับ ขอพ่อจงถือเชือกไว้ โคทั้ง ๒ ตัวจักไปด้วยสัญญาณแห่งปฏัก ในที่นี้มีพวกโจรชุมอยู่ ผมจะลงไป” แล้วมอบเชือกไว้ในมือบิดา แล้วลงจากไป เพื่อปลอมตัวเป็นโจรเพื่อมาทุบตีมารดาบิดาของตนเอง เมื่อมารดาบิดาได้ยินเสียงเหมือนพวกโจร มารดาบิดาจึงกล่าววาทว่า “พวกโจรชุมอยู่ ลูกเอ๋ยแม่และพ่อแก่แล้ว เจ้าจงรักษาเฉพาะตัวเจ้า (ให้พ้นภัย)เถิด” หลังจากนั้นพวกโจรก็ได้ทุบมารดาบิดาตายลงไปในที่สุด โดยที่ท่านทั้งสองได้หาไม่รู้ไม่ว่าโจรที่มาทุบตีท่านทั้งสองนั้นเป็นลูกชายแท้ๆของตนเอง

จากเรื่องทีกล่าวนี้อาจเห็นได้ชัดถึงความเมตตาที่คือ ความปรารถนาดีที่มีต่อบุคคลที่ตนรัก โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน เป็นรูปแบบของสิ่งที่เรียกว่า ความรักในอีกรูปแบบหนึ่งนั้นซึ่งหาได้ยากยิ่ง ในตัวอย่างที่ยกมานั้นจะเห็นได้ว่า แม้ตัวจะใกล้ตายก็มีความห่วงลูกชายของตนกลัวจะโดยพวกโจรทำร้าย จึงบอกว่า พ่อแม่นั้นแก่แล้ว จงรีบหนีไป เป็นความห่วงใย เมตตาต่อบุตรของตนตั้งแต่บุตรของตนนั้นแรกเกิด ฟุ่ฝึกเลี้ยงดูมาจนบุตรนั้นเติบโตใหญ่ จนกระทั่งแม่พ่อแม่จะตาย ความเมตตาปรารถนาดีที่มีต่อบุตรก็ไม่อาจเสื่อมคลายลงไปได้ ไม่มีสิ่งใดทำให้เสื่อมสลายไปได้เลย

ความเมตตาของบิดามารดานั้นย่อมเมตตาต่อบุตรไม่หวังผลใดๆตอบแทน บิดามารดา ย่อมหวังที่จะมีบุตรหรือให้บุคคลของตนเป็นคนดี ดังคาถาที่ปรากฏใน ตโยปุตตสูตร ว่า

บัณฑิตทั้งหลาย ย่อมปรารถนาอดิชาตบุตร
 อนุชาตบุตร ไม่ปรารถนาอวชาตบุตรผู้ตดสกุล;
 บุตรเหล่านั้น มีอยู่พร้อมในโลก. บุตรเหล่าใด
 เป็นอุบาสก มีศรัทธา ถึงพร้อมด้วยศีล
 รู้ถ้อยคำ (ของยาจก) ปราศจากจากความตระหนี่,
 บุตรเหล่านั้น ย่อมไฟโรจนในบริษัททั้งหลาย
 เหมือนพระจันทร์พ้นจากก้อนเมฆ ไฟโรจนอยู่^{๖๐}

คาถาที่กล่าวมาบุตรนั้นแบ่งได้เป็น ๓ ประเภท ๑. อติชาตบุตรนั้นเป็นบุตรที่เกิดมาเหนือกว่าพ่อแม่ เชิดชูวงศ์ตระกูล พัฒนาวงศ์ตระกูล ๒. อนุชาตบุตร เป็นบุตรที่เสมอพ่อแม่ รักษาสิ่ง

^{๕๙} พุ.ธ.อ.(ไทย) ๒/๑๑๓/๖๕.

^{๖๐} พุ.อิติ.(ไทย) ๒๕/๒๗๘.

ที่พ่อแม่ได้สร้างไว้ให้คงอยู่สืบไป ๓. อวชาตบุตร เป็นบุตรที่เกิดมาต่ำกว่าพ่อแม่ ทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล

บิดามารดาเมตตาต่อบุตรแล้วยังมีสิ่งที่ควรปฏิบัติดังนี้

๑. ห้ามไม่ให้ทำความชั่ว ควรห้ามปรามบุตรไม่ให้กระทำการที่ไม่ดี
๒. ให้ตั้งอยู่ในความดี ควรบอกทางที่ดีแก่บุตร ให้ปฏิบัติตนเป็นคนดี
๓. ให้ศึกษาศิลปวิทยา ให้ความรู้แก่บุตรที่เหมาะสม
๔. หากรรยา(สามี) ที่สมควรให้ เมื่อถึงเวลาที่เหมาะสม ควรหาคู่ครองที่เหมาะสมให้
๕. มอบทรัพย์สินสมบัติในเวลาอันสมควร^{๖๑} เมื่อถึงเวลาที่เหมาะสมก็มอบทรัพย์สินให้ตามสมควร

กล่าวคือ บิดามารดาในการที่จะเมตตาต่อบุตร ยังต้องเลี้ยงดูบุตร ไม่ให้ทำความไม่ดี ตั้งอยู่ในศีลธรรมคุณความดี ให้ความรู้ ให้การศึกษา ให้สถานที่ศึกษาที่ดี หาคู่ครองที่เหมาะสมเมื่อถึงเวลาในสมควร และให้ทรัพย์สินเมื่อถึงเวลาที่เหมาะสม

บุตรนั้นเมื่อเติบโตใหญ่ควรตอบแทนคุณบิดามารดาด้วยเหมือนกัน ควรปฏิบัติดังนี้

๑. ท่านเลี้ยงเรามา เราจักเลี้ยงท่านตอบ มีความรักตัญญูกตเวที เลี้ยงดูท่านเมื่อท่านชรา
๒. จักทำกิจของท่าน รู้จักทำการงานอย่างขยัน รู้หน้าที่ของตน
๓. จักดำรงวงศ์ตระกูล ทำให้วงศ์ตระกูลคงอยู่ ไม่มีทำให้เสื่อมเสีย
๔. จักประพฤติตนให้เหมาะสมที่จะเป็นทายาท ทำตนให้เหมาะสมกับลูกที่ดี
๕. เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน^{๖๒} เมื่อบิดามารดาจากไป หมั่นทำบุญให้ท่าน

ข) เมตตาแบบเพื่อนที่ควรมีต่อกัน

ผู้วิจัยขอยกตัวอย่างของพระสารีบุตรและพระโมคคัลลานะ^{๖๓} เนื่องจากท่านทั้งสองเป็นบุคคลที่มีชื่อเสียงในทางด้านพระพุทธศาสนาอย่างมาก โดยประวัติเดิมทั้งสองท่านเป็นบุคคลผู้ที่เกิดในตระกูลพราหมณ์ พระสารีบุตรเป็นบุตรของสารีพราหมณ์ ในตำบลอุปติสสคาม นามเดิมว่าอุปติสสะ ส่วนพระโมคคัลลานะ เป็นบุตรของโมคคัลลีพราหมณ์ ในตำบลโกลิตคาม นามเดิมว่าโกลิตะ โดยตระกูลพราหมณ์ทั้งสองตระกูลนี้มีความผูกพันกันมาช้านาน เมื่อทั้งสองเจริญวัยก็เป็นเพื่อนที่ดีต่อกันมาโดยตลอด มีปัญญา และสนใจในเรื่องเดียวกัน ทั้งสองจึงตั้งกติกาต่อกันว่า หากผู้ใดบรรลุมรรคธรรมก่อน ผู้นั้นจะบอกแก่อีกฝ่ายหนึ่ง มีอยู่วันหนึ่งอุปติสสะได้พบกับพระอัสสชิก็ได้เกิดความเลื่อมใส ต้องการที่จะพบท่าน ถามธรรมจากท่าน ถามว่าท่านบวชเพื่อใคร และใครหนอเป็นศาสดาของท่าน หลังจากฟังธรรมได้เพียง ๒ บทเท่านั้นก็ได้บรรลุเป็นโสดาปัตติผล ซึ่งธรรมที่อุปติสสะฟังเพียง ๒ บทเท่านั้นแล้วบรรลุโสดาปัตติผลมีดังนี้ว่า“ธรรมเหล่าใดเกิดแต่เหตุ พระตถาคตตรัสเหตุแห่งธรรมเหล่านั้น และความดับแห่งธรรมเหล่านั้น พระมหาสมณะมีปกติตรัสอย่างนี้”^{๖๔}

^{๖๑} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๖๖/๒๑๒.

^{๖๒} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๖๖/๒๑๒.

^{๖๓} ชุ.ธ.อ.(ไทย) ๑/๘๔.

^{๖๔} ชุ.อป.(ไทย) ๓๒/๒๘๖/๔๕-๔๖.

อุปติสสะก็บอกแก่พระอัสสชิว่าตนจะนำความไปบอกเพื่อนว่าตนนั้นได้บรรลุธรรมแล้ว เพื่อนที่จะไปบอกกล่าวนั้นก็คือ โกลิตะ หลังจากนั้นอุปติสสะกับโกลิตะก็ได้ชวนกันไปเข้าเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและก็ได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ที่มีความเป็นเลิศอยู่เคียงพระบารมีของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยอุปติสสะหลังอุปสมบท มีนามว่า พระสารีบุตรหลังจากนั้นก็ได้อุปสมบทเป็นเอตทัคคะผู้เป็นเลิศด้านปัญญา และเป็นพระอัครสาวกเบื้องขวา ส่วนโกลิตะหลังจากอุปสมบทแล้ว มีนามว่า พระโมคคัลลานหลังจากนั้นก็ได้อุปสมบทเป็นเอตทัคคะผู้เป็นเลิศด้านมีฤทธิ์มาก และเป็นพระอัครสาวกเบื้องซ้าย ซึ่งทั้งสองท่านนี้เป็นพระที่มีบทบาทสำคัญกับทางพระพุทธศาสนา

ความรักของทั้งสองท่านนอกจากจะเพื่อนที่ติดต่อกันแล้ว ยังเป็นมิตรที่จะพากันไปในทางที่ดี ที่ควร ที่เจริญ หากผู้ใดรู้ทางที่เจริญก็จะบอกกับเพื่อนให้ปฏิบัติตามอีกด้วย โดยไม่หวังผลประโยชน์ใดๆ จึงถือว่าเป็นการอยู่ร่วมกันของเพื่อนที่มีความเมตตาและปรารถนาดีต่อกันอย่างแท้จริง

หลักการปฏิบัติต่อมิตรสหาย ๕ ประการ มีปรากฏในพระไตรปิฎก ดังนี้คือ

๑. การให้ (การแบ่งปันสิ่งของให้) การรู้จักการแบ่งปันในสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์แก่มิตร
๒. กล่าววาจาเป็นที่รัก กล่าววาจาที่ดี ที่ทำให้ผู้ฟังรู้สึกดี
๓. ประพฤติตนให้เป็นประโยชน์ ปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น
๔. วางตนสม่ำเสมอ ปฏิบัติตนให้เสมอตนเสมอปลายที่เหมาะสม
๕. ไม่พูดจาหลอกลวงกัน^{๖๕} ไม่พูดให้ความเท็จต่อกัน

ค) เมตตาแบบคู่ครอง

ผู้วิจัยจะขอยกตัวอย่างเรื่องความรักแบบเมตตาของคู่สามีภรรยาของนกุลปิตาคหบดีและนกุลมาตาคหบดี เพราะทั้งสองท่านมีความรักที่เป็นแบบเมตตา มีความปรารถนาดีต่อกัน มีความหวังดีให้อีกฝ่ายมีความสุข ไม่หวังจะกอบโกยผลประโยชน์จากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ด้วยความรักที่มีให้กันอย่างมั่นคงและไม่ต้องการที่จะแยกจากกันไปมีคนอื่นอยากมีคู่ครองเป็นคู่สามีภรรยาตลอดไปในทุกชาติ โดยรักที่มีให้กันไม่อาจเปลี่ยนแปลงไปรักผู้ใดได้เทียบเท่าอีก ก็ได้ขอกราบทูลพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ นับแต่เวลาที่ข้าพระองค์นำนกุลมาตาคหบดีมา ข้าพระองค์ไม่เคยคิดที่จะประพฤตินอกใจนกุลมาตาคหบดี ไหนเลยจะประพฤตินอกใจด้วยกายเล่า พวกข้าพระองค์ปรารถนาที่จะพบกันทั้งในชาตินี้และชาติหน้า”^{๖๖}

ครั้งเมื่อนกุลปิตาคหบดีมีความเจ็บไข้ได้รับทุกข์เป็นไข้หนัก ครั้นนั้นนกุลมาตาคหบดีได้กล่าวเตือนนกุลปิตาคหบดีว่า “คหบดี ท่านอย่าได้ตายทั้งที่ยังมีความหวังไยเลย เพราะการตายของผู้ที่ยังมีความหวังไยเป็นทุกข์และพระผู้มีพระภาคก็ทรงติเตียน

^{๖๕} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๗๐/๒๑๔.

^{๖๖} ม.ม.(ไทย) ๑๓/๕๕/๙๓.

๑. ท่านมีความหวังไว้อย่างนี้หรือว่า เมื่อเราตายไปแล้ว นกุลมาตาคหปตานีจักไม่สามารถเลี้ยงทารกและครองเรือนอยู่ได้ ท่านไม่ควรคิดเห็นอย่างนี้ เพราะดิฉันเป็นคนฉลาดป็นฝ่าย ทำขณสัตว์เมื่อท่านตายไปแล้ว ดิฉันสามารถเลี้ยงดูทารกและครองเรือนอยู่ได้เพราะฉะนั้นแล ท่านอย่าได้ตายทั้งที่ยังมีความหวังไยเลย เพราะการตายของผู้ที่ยังมีความหวังไย เป็นทุกข์ และพระผู้มีพระภาค ก็ทรงติเตียน

๒. ท่านมีความหวังไว้อย่างนี้หรือว่า เมื่อเราตายไปแล้ว นกุลมาตา-คหปตานีจักได้ชายอื่นเป็นสามี ท่านไม่ควรคิดเห็นอย่างนี้ ทั้งท่านและดิฉันย่อมรู้ว่าได้อยู่ร่วมกันประพฤติเครงครัดต่อระเบียบประเพณีของผู้ครองเรือนตลอด ๑๖ ปี เพราะฉะนั้นแล ท่านอย่าได้ตายทั้งที่ยังมีความหวังไยเลย เพราะการตายของผู้ที่ยังมีความหวังไยเป็นทุกข์และพระผู้มีพระภาคก็ทรงติเตียน

๓. ท่านมีความหวังไว้อย่างนี้หรือว่า เมื่อเราตายไปแล้ว นกุลมาตา-คหปตานีจักไม่ต้องการเห็นพระผู้มีพระภาคไม่ต้องการเห็นภิกษุสงฆ์ท่านไม่ควรคิดเห็นอย่างนี้ เพราะดิฉันต้องการเห็นพระผู้มีพระภาคอย่างยิ่งต้องการเห็นภิกษุสงฆ์อย่างยิ่ง เพราะฉะนั้นแลท่านอย่าได้ตายทั้งที่ยังมีความหวังไยเลย เพราะการตายของผู้ที่ยังมีความหวังไยเป็นทุกข์และพระผู้มีพระภาคก็ทรงติเตียน^{๖๗}

นกุลปิตุสูตรมีทั้งหมด ๖ สูตรในงานวิจัยนำเสนอ ๓ สูตร เพื่อให้เห็นภาพของความรัก ความหวังไยที่มีให้แก่กันในยามที่ทุกข์ของคู่สามีภรรยาที่มีใจรักเดียวต่อกันเสมอมา

ฉะนั้นเมื่อบุคคลตัดสินใจที่จะใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันแล้วควรมีการปฏิบัติต่อผู้ที่เป็นคู่ชีวิตโดยพื้นฐานเพื่อให้ชีวิตของครอบครัวนั้นเป็นสุขดังที่มีปรากฏในพระไตรปิฎก ดังนี้

สามีควรบำรุงภรรยา ๕ ประการดังนี้

๑. ให้เกียรติยกย่อง หมายถึง ให้เกียรติภรรยา
๒. ไม่ดูหมิ่น หมายถึง ไม่ดูถูกภรรยา
๓. ไม่ประพัตินอกใจ หมายถึง ไม่มีผู้อื่นมาแทนที่ภรรยาของตน
๔. มอบความเป็นใหญ่ให้ หมายถึง ให้ภรรยาดูแลเรื่องในบ้าน
๕. ให้เครื่องแต่งตัว^{๖๘} หมายถึง ให้เสื้อผ้าหรือเครื่องประดับตามโอกาส

ภรรยาควรมีปฏิบัติต่อสามี ๕ ประการดังนี้

๑. จัดการงานดี หมายถึง การบริหารจัดการดูแลที่เหมาะสม
๒. สงเคราะห์คนข้างเคียงดี หมายถึง การดูแลบุคคลรอบข้าง
๓. ไม่ประพัตินอกใจ หมายถึง ไม่มีผู้อื่นมาแทนที่สามีของตน
๔. รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ หมายถึง เก็บออมไว้เผื่อใช้ในยามยากลำบาก

^{๖๗} อก.ฉก.อ.(ไทย) ๓/๑๖/๑๐๖.

^{๖๘} ที.ป.(ไทย) ๑/๒๖๙/๒๑๔.

๕. ขยันไม่เกียจคร้านในกิจทั้งปวง^{๖๙} หมายถึง มีความขยันหมั่นเพียรในทุกกิจการงาน

หากผู้ที่จะประสงค์ครองเรือนที่จะอยู่ด้วยกันนั้น ใช้หลักในการปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็น หน้า ที่ของสามีที่ควรปฏิบัติต่อภรรยา หรือ หน้า ที่ของภรรยาที่ควรปฏิบัติต่อสามี ก็จะทำให้การใช้ชีวิตคู่ หรือการครองเรือนนั้นประสบแต่ความสุขความเจริญ มีความร่มเย็นในการใช้ชีวิตร่วมกัน

๓.๔.๕ มหากรุณาธิคุณ

มหาบุรุษผู้มีซึ่งจิตใจประกอบด้วยมหากรุณาธิคุณอย่างแท้จริง โดยไม่แบ่งแยกชนชั้น ไม่แบ่งแยกเหล่าพันธุ์ คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่นเอง ท่านยังทรงสอนเกี่ยวกับความเมตตาของแต่ละบุคคลที่ไม่มีซึ่งขอบเขต และปรากฏใน ทุติยเมตตาสูตฺร ว่าด้วยผู้มีเมตตาจิต สุตฺรที่ ๒

ภิกษุทั้งหลาย บุคคล ๔ จำพวกนี้มีปรากฏอยู่ในโลก บุคคล ๔ จำพวกไหนบ้าง คือ

๑. บุคคลบางคนในโลกนี้มีเมตตาจิตแผ่ไปตลอดทิศ ๑ ทิศที่ ๒ ... ทิศที่ ๓ ... ทิศที่ ๔ ... ทิศเบื้องบน ทิศเบื้องล่าง ทิศเฉียงแผ่ไปตลอดโลกทั่วทุกหมู่เหล่าในที่ทุกสถานด้วยเมตตาจิตอันไพบุลย์ เป็นมหัคคตะ ไม่มีขอบเขต ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียนอยู่อย่างนี้ เขาพิจารณาเห็นธรรมทั้งหลาย คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณที่มีอยู่ในเมตตาจิตนั้น โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เสี่ยงทาง เป็นดังหัวผี เป็นดังลูกศร เป็นสิ่งที่คับแค้น เบียดเบียน ไม่เชื่อฟัง ต้องแตกสลายไป ว่างเปล่า ไม่อยู่ในอำนาจ หลังจากตายแล้ว เขาย่อมเข้าถึงความเป็นผู้อยู่ร่วมกับพวกเทวดาชั้นสุทธาวาส การเข้าถึงนี้ไม่ใช่มีอยู่ทั่วไปกับปุถุชนทั้งหลาย

๒. บุคคลบางคนในโลกนี้มีกรุณาจิต ฯลฯ

๓. บุคคลบางคนในโลกนี้มีมุทิตาจิต ฯลฯ

๔. บุคคลบางบุคคลในโลกนี้มีอุเบกขาจิตแผ่ไปตลอดทิศที่ ๑ ทิศที่ ๒ ทิศที่ ๓ ... ทิศที่ ๔ ... ทิศเบื้องบน ทิศเบื้องล่าง ทิศเฉียง แผ่ไปตลอดโลกทั่วทุกหมู่เหล่าในที่ทุกสถานด้วยอุเบกขาจิตอันไพบุลย์ เป็นมหัคคตะ ไม่มีขอบเขต ไม่มีเวร ไม่มีความเบียดเบียนอยู่อย่างนี้ เขาพิจารณาเห็นธรรมทั้งหลาย คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณที่มีอยู่ในเมตตาจิตนั้น โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เสี่ยงทาง เป็นดังหัวผี เป็นดังลูกศร เป็นสิ่งที่คับแค้น เบียดเบียน ไม่เชื่อฟัง ต้องแตกสลายไป ว่างเปล่า ไม่อยู่ในอำนาจ หลังจากตายแล้ว เขาย่อมเข้าถึงความเป็นผู้อยู่ร่วมกับพวกเทวดาชั้นสุทธาวาส การเข้าถึงนี้ไม่ใช่มีอยู่ทั่วไปกับปุถุชนทั้งหลาย

ภิกษุทั้งหลาย บุคคล ๔ จำพวกนี้แลมีปรากฏอยู่ในโลก^{๗๐}

กรุณาที่ปรากฏในพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีปรากฏในพระวินัยปิฎก มหาวรรค เรื่องของพรหมยาจนกถาเรื่องทรงพิจารณาเวไนยสัตว์เปรียบด้วยดอกบัว ๑. ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคทรงรับคำทูลอาราธนาของพรหมและเพราะอาศัยพระกรุณาในหมู่สัตว์ ทรงตรวจดูโลกด้วยพุทธจักขุ ๒. เมื่อทรงตรวจดูโลกด้วยพุทธจักขุได้เห็นสัตว์ทั้งหลายผู้มีธุลีในตาน้อยมีธุลีในตามาก

^{๖๙} เรื่องเดียวกัน หน้า ๒๑๕.

^{๗๐} อัง. ปญจก(ไทย) ๒/๑๒๖/๑๔๓.

๓. มีอินทรีย์แก่กล้ามีอินทรีย์อ่อน มีอาการดีมีอาการทราม สอนให้รู้ได้ง่าย สอนให้รู้ได้ยาก บางพวกมักเห็นปรโลกและโทษว่าน่ากลัวก็มี บางพวกมักไม่เห็นปรโลกและโทษว่าน่ากลัวก็มี อุปมาเหมือนในกออุบล ในกอปทุมหรือในกอบุณฑริก ดอกอุบล ดอกปทุม ดอกบุณฑริก บางดอกที่เกิดในน้ำ เจริญในน้ำ ยังไม่พ้นน้ำ จมอยู่ในน้ำ ดอกอุบล ดอกปทุม ดอกบุณฑริก บางดอกที่เกิดในน้ำ เจริญในน้ำอยู่เสมอน้ำ ดอกอุบล ดอกปทุม ดอกบุณฑริก บางดอกที่เกิดในน้ำ เจริญในน้ำ ขึ้นพ้นน้ำ ไม่แต่น้ำฉนใด พระผู้มีพระภาคทรงตรวจดูโลกด้วยพุทธจักขุได้เห็นสัตว์ทั้งหลายผู้มีรูลีในตาน้อย มีรูลีในตามาก มีอินทรีย์แก่กล้า มีอินทรีย์อ่อน มีอาการดี มีอาการทราม สอนให้รู้ได้ง่าย สอนให้รู้ได้ยาก ๔. บางพวกมักเห็นปรโลกและโทษว่าเป็นสิ่งน่ากลัวก็มี บางพวกมักไม่เห็นปรโลกและโทษว่าเป็นสิ่งน่ากลัวก็มี ฉะนั้น^{๗๑}

ในเรื่องของมหากรุณาธิคุณที่เห็นได้ง่ายที่สุดคือ เรื่องของพระเทวทัต ซึ่งหลังจากที่พระเทวทัตก่อกรรมหนักกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระเทวทัตเป็นช้อยู่ ๙ เดือน ในกาลสุดท้าย จึงต้องการที่จะขอเข้าเฝ้าพระศาสดาแต่สาวกต่างๆไม่เห็นด้วยกล่าวกับพระเทวทัตว่า “ในเวลาที่ยังสามารถ ท่านได้ประพฤติเป็นคนมีเวรต่อพระศาสดา พวกเราจึงไม่นำท่านไป ณ ที่ที่พระศาสดาประทับนั้น” พระเทวทัตจึงกล่าวตอบว่า “ท่านทั้งหลายอย่าให้ข้าพเจ้าฉิบหายเลย ข้าพเจ้าก่อความอาฆาตในพระศาสดา แต่สำหรับพระศาสดาหาความอาฆาตในข้าพเจ้าแม้ประมาณเท่าปลายเส้นผมไม่” จริยังอยู่พระผู้มีพระภาคนั้น ทรงมีพระทัยสม่าเสมอในบุคคลทั่วไป คือ “ในนายขมังธนู ในพระเทวทัต ในโจรอังคฺลิมาล ในช่างธนบาล ในพระราหุล”^{๗๒}

ดังพระสูตรจะเห็นได้ว่าพระศาสดาเราเป็นผู้ที่มีพระมหากรุณาธิคุณอย่างแท้จริง ถึงแม้จะมีผู้ที่ทำร้าย หรือคิดไม่ดีต่อพระองค์ แต่พระองค์ก็ทรงมีเมตตาต่อพระเทวทัตผู้ที่กระทำความกรรมหนักต่อท่านก็ตาม ก็เมตตาเท่ากับพระราหุล พระโอรสของท่านนั่นเอง เพราะท่านมองทุกๆชีวิตนั้นมีคุณค่า เมตตาต่อบุคคลนั้นๆเท่ากัน โดยไม่แบ่งแยกมิตรหรือศัตรู ซึ่งเป็นความรักที่ประเสริฐที่สุดของมิตีความรักทางพระพุทธศาสนาทั้งหมดที่ทางผู้วิจัยได้กล่าวมา ทั้งยังเป็นความรักที่ไม่มีการแบ่งแยกสรรพสัตว์ ไม่แบ่งชนชั้นวรรณะ หรือสายเลือดญาติพี่น้องแต่อย่างใด มองทุกสรรพสัตว์นั้นเท่าเทียมกันทั้งหมด ซึ่งเป็นพระมหากรุณาธิคุณที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงมีไว้เมตตาต่อเหล่าสรรพสัตว์นั่นเอง

๓.๕ สรุปมิตีความรักในทางพระพุทธศาสนา

ทุกสรรพสิ่งนั้นล้วนเกิดมาหรือมีความสัมพันธ์ต่าง ๆ นั้นเกิดขึ้นนั้นเกิดจากแรกเริ่มสิ่งที่เรียกกันว่าความรัก ความรักในครอบครัว เรียกว่า “เปมะ” เมื่อคนเราเกิดมาได้รับความรัก การพุ่มพักเลี้ยงดูจนเติบโตใหญ่ ออกไปเจอสังคมภายนอก เกิดความปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคม หลากๆบทบาทด้วยกัน แล้วจึงเกิดสิ่งที่เรียกว่า “เสนหา” ชอบใจ คบเพื่อน หรือคนรัก เกิดจากความชอบใจ ในสัมผัสแรกหรือชั่วความรู้สึกแรกที่เจอกัน พอหลังจากที่บุคคลแต่ละบุคคลเข้ามามีบทบาทในชีวิตหรือคบหาพัฒนาความสัมพันธ์กันมาสักระยะ เกิดความพึงพอใจในสถานะนั้น คิดว่าความสัมพันธ์นั้นกับบุคคลคนนั้นดีอยู่แล้ว เรียกว่า “ฉันทะ” พอเวลาที่บุคคลนั้นอยู่กับใครแล้วรู้สึกพึง

^{๗๑} วิ.ม.(ไทย) ๔/๙/๑๔.

^{๗๒} ขุ.อป.(ไทย) ๓๒/๕๘๕.

พอใจ สบายใจ รู้สึกปลอดภัย สงบสุขเมื่ออยู่ด้วย ก็เกิดความยินดีที่จะให้บุคคลที่เรารักหรือปรารถนาดีด้วยนั้น ประสบพบเจอแต่ความสุข ความเจริญ เรียกว่า “เมตตา” แต่การที่เราจะพัฒนาจิตใจของเรา ในโลกของความรัก ไม่รักเฉพาะบุคคลใด บุคคลหนึ่ง ที่มาแบ่งแยกว่าบุคคลคนนั้นเป็นเพื่อนเรา เป็นครอบครัวเรา เป็นคนรักของเรา หรือแม้แต่คนที่มิประโยชน์เกื้อกูลเรา หากบุคคลนั้นสามารถพัฒนาไปที่จะมีความรัก ความยินดี ความปรารถนาดี ต่อบุคคลอื่น ทุกตัวตน ทุกจำพวก ตลอดจนสรรพสัตว์ทั้งหลายนั้น เรียกว่า “มหากรุณาธิคุณ” จะทำให้บุคคลนั้น มีความสุขที่จะรัก ยินดีในสิ่งที่ผู้อื่นได้ ประสบผลสำเร็จหรือประสบความสุขนั้น โดยไม่หวังสิ่งตอบแทนใดๆ ถือว่าเป็นความรักในรูปแบบที่ประเสริฐที่สุดที่เคยมีมา ในการศึกษาหลักธรรมทางด้านความรักทางพระพุทธศาสนานี้ เพื่อนำไปใช้กับบุคคลในสังคมร่วมสมัยโดยใช้ศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาและทางด้านสังคมวิทยามาประยุกต์ใช้ต่อไป

บทที่ ๔

การจัดการความรักเชิงพุทธ

จากการศึกษาในบทที่ ๒ และบทที่ ๓ ผู้วิจัยค้นพบว่าบทที่ ๔ นี้ ทางผู้วิจัยจะวิเคราะห์การจัดการความรักในทางจิตวิทยาและสังคมวิทยามาประยุกต์ใช้กับหลักทางพระพุทธศาสนา เพื่อให้การจัดการความรักเชิงพุทธ สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องของความรักกับคนร่วมสมัยได้อย่างถูกต้อง

๔.๑ สภาพปัญหาที่เกิดจากความรัก

๔.๑.๑ บุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรักทางด้านพระพุทธศาสนา

ปัญหานั้นเกิดจากบุคคลนั้นเกิดความรักแบบยึดติด คิดว่าสิ่งนั้นเป็นของเรา ไม่มองไปตามความเป็นจริง ต้องการยอมรับในความคิดที่ทำให้ตนเป็นสุข ซึ่งในโลกนี้มีสิ่งที่เป็นจริงอยู่เสมอที่เราหลีกเลี่ยงไม่ได้ นั่นคือ ความตาย ต้องเข้าใจกฎของไตรลักษณ์ เพราะเป็นกฎของธรรมชาติที่ไม่สามารถที่จะหลีกเลี่ยงได้เช่นกัน ต้องเข้าใจก่อนว่าทุกสิ่งนั้นไม่แน่นอน มีความแปรเปลี่ยนไปได้ตลอดเวลา นั่นคือ อนิจจัง เมื่อสิ่งที่เคยได้ เคยมีนั้นเปลี่ยนแปลงไปก็ทำให้ความรู้สึกที่เคยเป็นสุขนั้นกลับเศร้าลงคือ ทุกข์ ทำให้จิตใจนั้นเศร้าหมองเมื่อนึกถึงความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไป และเมื่อสิ่งนั้นจากไปคือ อนัตตา ความไม่มีตัว ความไม่มีตน ตั้งอยู่แล้วดับไป เพราะบุคคลนั้นยึดติดไม่มองซึ่งความเป็นจริง จึงทำให้เกิดความทุกข์ภายในจิตใจ พอสะสมเป็นระยะเวลานาน จึงทำให้เศร้าหมอง จึงต้องอาศัยหลักธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงสอน ซึ่งหลักธรรมนั้นเป็นจริงอยู่เสมอในทุกช่วงเวลา

๔.๑.๒ บุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรักทางด้านจิตวิทยา

ปัญหาทางด้านความรักของบุคคลทางด้านจิตวิทยา มองว่า ความรู้สึกของมนุษย์เป็นตัวแบ่งแยกให้เกิดความคิดต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ เช่น ความต้องการทางด้านอาหารในการดำรงเลี้ยงชีพให้การดำรงชีวิตนั้นยืนยาวไปได้แล้ว ความต้องการทางด้านร่างกายอื่นๆก็เช่นกัน ความรักนั้นเป็นความต้องการทางด้านร่างกายของมนุษย์ ดังการปรนเปรอความสุขจากการร่วมเพศหรือการได้รับการดูแลจากบุคคลที่เรารัก และความต้องการทางด้านจิตใจ เมื่ออยู่กับบุคคลที่เรารักแล้วจะเกิดซึ่งความรู้สึกอุ่นใจ ความรู้สึกปลอดภัยที่อยู่ร่วมกับคนที่รักเรา จึงกล่าวได้ว่าความรักนั้นมีความจำเป็นกับมนุษย์เราทั้งทางด้านจิตใจและทางด้านร่างกายเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เช่นกัน จึงทำให้มนุษย์นั้นผูกติดกับความรู้สึกว่าต้องการซึ่งความรัก เมื่อไม่สมหวังก็เป็นทุกข์ใจ คอยแต่จะไขว่คว้ามาเป็นของตนเพื่อให้สมหวังในสิ่งที่ตนปรารถนานั่นเอง

๔.๑.๓ บุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรักทางด้านสังคมวิทยา

ปัญหาทางด้านความรักของบุคคลทางด้านสังคมวิทยามองว่า ความรักเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในสังคมที่มีต่อกันและมีการพัฒนา ซึ่งความสัมพันธ์และความผูกพันให้ก้าวหน้าไปได้จนอยู่ในสถานะต่างๆ มีหน้าที่ต่างๆ ซึ่งบุคคลหนึ่งคนนั้นอาจมีหลายสถานะเช่น ผู้หญิงเมื่อแต่งงานอยู่กับสามี มีสถานะเป็นภรรยา มีหน้าที่และปฏิบัติตนเป็นภรรยาที่ดี คอยดูแลงานบ้านและสามีไม่ให้ขาดตกบกพร่อง ต่อมาเมื่อมีบุตร ก็ปฏิบัติตนเป็นมารดาที่ดีต่อบุตร ดูแล เลี้ยงดูจนเติบโต และต้องไม่ลืมหน้าที่ของภรรยาที่ดีที่ต้องดูแลสามีด้วยเช่นกัน เมื่อออกไปทำงานมีตำแหน่งเป็นหัวหน้างานก็ต้องวางตนให้เหมาะสมกับงาน ทำงานนั้นให้เต็มความสามารถ พร้อมทั้งให้ความเมตตาต่อผู้ที่อยู่ใต้บังคับบัญชาของตน และเมื่อกลับมาบ้านก็มีหน้าที่ดูแลครอบครัวตามเดิม ซึ่งกล่าวได้ว่าในทุกๆความสัมพันธ์นั้นมีความรักตามความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้น เช่น สามีรักภรรยาเป็นความรักแบบคู่รัก มารดารักบุตรเป็นความรักแบบไม่หวังผลตอบแทนหรือรักที่บริสุทธิ์ เพื่อนรักเพื่อนเป็นความรักแบบมิตรสหายมีปรากฏอยู่ในทุกสังคมนั่นเอง

๔.๑.๔ บุคคลที่ประสบปัญหาทางด้านความรักโดยผลจากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

ก) บุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักที่ปรากฏในทางคัมภีร์พระพุทธศาสนา

ความรักที่มีปัญหานั้นเกิดจากบุคคลเหล่านั้นยังขาดสติและขาดปัญญา ไม่มีปัญญาจึงไม่สามารถบริหารจัดการครอบครัวได้ ในเรื่องของความรักนั้นยังต้องการสติในการความยับยั้งชั่งใจและต้องการทั้งปัญญาในการบริหารจัดการชีวิตคู่^๑

บุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักมีสาเหตุ ๒ ทาง คือ สาเหตุภายในตนเองและสาเหตุจากสิ่งแวดล้อมสาเหตุแรก มาจากความยึดถือยึดครองว่าเป็นตัวตนของตนเองมีตัณหาเป็นแรงผลักดัน ถ้าตัณหา มีความหยาบมาก เขาก็ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ ถึงขั้นก่อให้เกิดปัญหาที่ ผิดศีลธรรมได้ สาเหตุที่สอง บางคนได้รับความรักครอบงำตั้งแต่วัยเด็กน้อยเกินไป ทำให้ขาดความรัก บางคนได้รับความรักมากเกินไป ทำให้ไม่รู้จักราค่าของความรัก ซึ่งล้วนแต่ทำให้เป็นคนเห็นแก่ตัวในเรื่องความรัก^๒

ปัญหาทางด้านความรักในสมัยพุทธกาลนั้น อาจมีความเชื่อมโยงกับปัญหาทางด้านสังคมในสมัยนั้น การที่หญิงต้องเป็นม่ายนั้นอาจทำให้พวกเธอเหล่านั้นยึดติด ถ้อยมน่ว่า สิ่งที่ยึดมั่นมี

^๑ สัมภาษณ์ พระมหาวิฑูชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี), ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย, ๒๘ มกราคม ๒๕๖๑.

^๒ สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

ตัวตน หากขาดไปก็จะทำให้ชีวิตของเธอนั้นไร้ค่า จึงทำให้เป็นปัญหาของความรักในสมัยพุทธกาล^๓

ข) บุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักในจิตวิทยา

ในทางจิตวิทยา ความรักมันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ มนุษย์ทุกรูปทุกนามยังก็ต้องการมีความรัก มันเป็นธรรมชาติ ในทางสังคมวิทยา มองว่านั่นมนุษย์เป็นสัตว์สังคม เมื่อมนุษย์มันเป็นสัตว์สังคมยังก็โยยหาใครสักคนหนึ่งมาเป็นที่พึ่งพาอาศัยในทางจิตวิญญาณ มนุษย์มันจะขึ้นต่อใครคนใดคนหนึ่งเสมอในทางวิญญาณ เพราะธรรมชาติของมนุษย์เป็นสัตว์สังคม^๔

ในทางจิตวิทยามองว่า คนที่มีปัญหาในเรื่องความรักเป็นไปได้ทั้งพวกที่สมหวังและพวกที่ผิดหวัง พวกที่ผิดหวัง ก็ควบคุมความรู้สึกของตนไม่ได้ อาจทำอย่างใดอย่างหนึ่งที่ต่อความเดือดร้อนให้ตนเองหรือผู้อื่น ส่วนพวกที่สมหวัง อาจเป็นพวกที่มีความต้องการทางเพศรุนแรงมากเกินไป อาจควบคุมตนเองไม่ได้ ก่อเหตุต่างๆ^๕

จิตวิทยามองรักเป็นสารเคมีคือ เมื่อใดก็ตามที่มีความรักมันก็จะหลั่งสารชนิดหนึ่งออกมา เขามองแค่นั้น แต่เขาก็ไม่สามารถอธิบายไปได้ว่า ทำอย่างไรให้มันอยู่ไปเรื่อยๆ แล้วถ้ามันหายจะสร้างขึ้นได้อย่างไร สังคมวิทยาเป็นการมองมิติในการเชื่อมสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกันของชายหญิง ถ้ามองในทางตะวันตกจะมองสิทธิและความเสมอภาพ ชายหญิงอยู่ร่วมกันในเชิงสามีภรรยา กัน จะต้องทำหน้าที่เท่าๆกัน มีบทบาทเท่ากัน ไม่ใช่ชายเป็นช้างเท้าหน้า หญิงเป็นช้างเท้าหลัง ตามธรรมเนียมประเพณีไทย ^๖

ค) บุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักในสังคมวิทยา

คนในสังคมร่วมสมัยนั้นไม่ค่อยมีความเข้าใจในเรื่องของความรักและขาดสติในขณะที่รักขาดสติเวลารักจึงเกิดความยับยั้งชั่งใจ ขาดความเข้าใจจึงรักอย่างหึงหวง รักอย่างยึดติดถือมั่น รักแล้วก็หวังที่จะครอบครองและก็เอาความรักนั้นพอเราไม่มีความเข้าใจก็กลายเป็นความร้าย

^๓ สัมภาษณ์ ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์, อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^๔ สัมภาษณ์ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี), ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย, ๒๘ มกราคม ๒๕๖๑.

^๕ สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^๖ สัมภาษณ์ ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์, อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

กลายเป็นความความเกลียดชังก็หันมาทำร้ายซึ่งกันและกันฉะนั้นปัญหาของความรักผู้คนในสังคมร่วมสมัย^๗

ในสังคมร่วมสมัยมองว่าความรักเป็นสิ่งที่ต้องไขว่คว้า ต้องการที่จะค้นหา เห็นผู้อื่นมีบางก็อยากที่จะมี เพื่อมาลบลบด้อยของตน อยากมีในสิ่งที่ต้องการ ต้องการเป็นจุดเด่นของสังคม เพื่อให้ตนนั้นไม่รู้สึกกว่าขาด หรือมีเท่าเทียมคนอื่น^๘

ในทางสังคมวิทยา มองว่า คนที่มีปัญหาเรื่องความรัก เป็นพวกที่ได้รับการหล่อหลอมทางสังคมแบบมีปัญหา เช่น ขาดความอบอุ่นจากครอบครัวในวัยเด็กถูกทอดทิ้งหรือถูกเอาใจมากเกินไปจนหลงตัวเอง ค่านิยมทางสังคม แรงยุจากสื่อ ฯลฯ ความรักทางด้านสังคมวิทยา เป็นพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งที่มากระทบอันเนื่องมาจากประสบการณ์ในสังคมแล้วเกิดความพึงพอใจต่อบุคคลที่รู้จักในสังคม พฤติกรรมของความรักจะเป็นไปตามปัจจัยทางสังคม เช่น การอบรมเลี้ยงดูจากสถาบันครอบครัว ค่านิยมทางสังคม ผู้คนที่คบหา อิทธิพลจากสื่อ วัฒนธรรมประเพณี^๙

กล่าวโดยสรุปว่า ปัญหาของความรักที่เกิดมาจาก ๒ สาเหตุ คือ ๑. สาเหตุภายในตนเอง เพราะบุคคลนั้นขาดสติในการยับยั้งชั่งใจและขาดปัญญาในการกรองปัญหานั้นที่เข้ามาว่าเพราะเหตุใด จึงทำให้เกิดปัญหาสามารถแก้ได้ด้วยตัวของบุคคลนั้นเอง ๒.สาเหตุจากสิ่งแวดล้อมภายนอก เพราะในสังคมอาจไม่มีการยอมรับบางอย่าง หรือค่านิยมบางอย่างที่สืบทอดกันมาให้เข้าใจและปฏิบัติตัวไปตามสังคม เมื่อสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ไม่ดีที่สังคมเชื่อว่าสิ่งนั้นที่เกิดขึ้นนั้นผิด จึงทำให้เกิดปัญหาขึ้นเกิดการยอมรับไม่ได้ ซึ่งปัญหานั้นทำให้เกิดซึ่งภัยในภายหลัง ความรักในสังคมร่วมสมัยนี้ มองว่าการที่มีสิ่งที่คนอื่นมีนั้นดี เป็นไปในทางที่ถูกที่ควร เกิดความยึดมั่นถือมั่นว่าสิ่งนั้นเป็นของตน ขาดความยับยั้งชั่งใจเมื่อรัก รู้ว่าสิ่งนั้นผิด นำมาซึ่งความเสียใจ และการถูกตำหนิครวหลังก็ยิ่งจะทำเพราะความอยากได้ และยังขาดปัญญาในการคิดพิจารณาไตร่ตรองว่าสิ่งนั้นควรกระทำหรือไม่ หากกระทำแล้วจะได้ผลอย่างไร หากผู้คนร่วมสมัยนี้รู้จักการมีสติและการใช้ปัญญาคิดวิเคราะห์ปัญหาทางด้านความรักก็จะไม่เกิดขึ้น

^๗ สัมภาษณ์ พระมหาวิฑูชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี), ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย, ๒๘ มกราคม ๒๕๖๑.

^๘ สัมภาษณ์ ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ (ราชบัณฑิต), ที่ปรึกษาอธิการบดีกิตติมศักดิ์ และอุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^๙ สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๔.๒ การจัดการความรักเชิงพุทธ

๔.๒.๑ การจัดการความรักทางพระพุทธศาสนา

หากมองความรักในทางพระพุทธศาสนาจะมองเหตุทางด้านปัจจัย คือ สาเหตุที่เกิดขึ้นความรัก โดยความรักในทางพระพุทธศาสนานั้นเกิดได้ ๒ ทาง ดังนี้ ๑. ด้วยการอยู่ร่วมกันในชาติปางก่อน หรือที่เรียกกันว่าบุพเพสันนิวาส ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ เป็นการทำบุญหรือทำกรรมร่วมกันมาในชาติปางก่อน พอมาเจอกันชาตินี้ก็เกิดความผูกพันซึ่งกันและกันโดยที่ไม่ได้รู้จักกันมาก่อน เปรียบเสมือนกับรักแรกพบก็ว่าได้ ๒. ด้วยการเกื้อกูลกันในปัจจุบันเหมือนดอกอุบลเกิดขึ้นในน้ำ สาเหตุที่เกิดความรักนี้อาจมาจากการที่ทั้งคู่ช่วยเหลือเกื้อกูลกันมาในปัจจุบัน มีความปรารถนาดีต่อกัน จึงเป็นเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกดี ความผูกพัน แล้วเกิดซึ่งความรักในที่สุด ด้วย ๒ เหตุที่ผู้วิจัยได้กล่าวมาในข้างต้นว่าด้วยบ่อเกิดของความรัก ไม่ว่าความรักนั้นจะเกิดจากเหตุปัจจัยอย่างไรก็ต้องรู้จักปรับตัว และจัดการกับการแก้ปัญหาที่เข้ามาจากเหตุของความรักได้ เพราะทุกอย่างในโลกเราย่อมเปลี่ยนแปลงไป เป็นไปตามกฎของไตรลักษณ์ ๓ ประการดังนี้ ๑.อนิจจัง ทุกอย่างไม่เที่ยง ความรักหากได้มาปนกับเสน่ห์หรือตัณหา หากกล่าวเป็นภาษาคนร่วมสมัยก็อาจจะกล่าวได้ว่า ความรักที่เข้ามาเพื่อหวังผลประโยชน์ ๒. ทุกขัง เมื่อความรักแปรเปลี่ยนไปก็ก่อให้เกิดซึ่งความทุกข์ ๓. อนัตตา ทุกสรรพสิ่งนั้นไม่มีตัวตนตั้งแรก จงเข้าใจเมื่อความรักนั้นเลื่อนราลงหายไป แม้แต่ตัวเราก็ไม่มีตัวตนตายไปก็เอาร่างกายและทรัพย์สินสมบัติไปด้วยไม่ได้ หากเราเรียนรู้ที่จะรักและเข้าใจความรัก ความรักนั้นก็จะไม่ทำให้เกิดความทุกข์

๔.๒.๒ การจัดการความรักทางด้านจิตวิทยา

ความรักทางด้านจิตวิทยานั้นมองความรักเป็นทางด้านความรู้สึก, อารมณ์ และการแสดงออกทางพฤติกรรมเมื่อบุคคลนั้นๆเกิดความรัก มีความรักหลายระดับ แต่หากกล่าวโดยรวม ๒ ประเภท ๑.ความรักที่ไม่อิงอารมณ์ใคร่ เช่น ความรักระหว่างเพื่อน พ่อแม่ลูก พี่น้องญาติมิตร ความรักประเภทนี้จะมั่นคงยืนยาว และแตกต่างจากความรักหนุ่มสาวหรือคู่สามีภรรยา ๒. ความรักฉันทน์ คู่รักหรือรักด้วยความพิศواسปรารถนา เป็นความรักที่ผสมผสานระหว่างอารมณ์รักใคร่และความดึงดูดทางสรีระ ความเย้ายวนทางร่างกาย ความรักแบบนี้จะทำให้ผู้อยู่ในอารมณ์รักรู้สึกอ่อนไหวเปราะบาง สามารถสร้างความรู้สึกตื่นตัว แต่บางครั้งอาจมีความรู้สึกสับสนและความเจ็บปวดผิดหวัง

เปรียบเทียบประเภทของความรักทางจิตวิทยาวิทยาและทางพระพุทธศาสนา		
ลำดับ	จิตวิทยา	ทางพระพุทธศาสนา
๑.	ความรักที่ไม่อิงอารมณ์ใคร่	ปรากฏในเรื่องของ เปมะ (ครอบครัว), ฉันทะ (เพื่อน) และ เมตตา (ครอบครัว,อาจารย์กับศิษย์ และเพื่อน)
๒.	ความรักฉันทน์คู่รักหรือความรักด้วยความพิศวาส	มีปรากฏในเรื่องของเสนหา เป็นความรักที่มีกิเลสเข้ามาปรุงแต่ง

ตารางที่ ๔.๑ เปรียบเทียบประเภทของความรักทางสังคมวิทยาและทางพระพุทธศาสนา

จะเห็นได้ว่าทางด้านจิตวิทยามองในด้านความรู้ ความรักที่บริสุทธิ์จากบุคคลในครอบครัว และความรักที่ประกอบด้วยความต้องการทางด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย หรือด้านอื่นๆ เน้นทางด้านความรู้สึกที่มีต่อบุคคลนั้นๆ ที่มีให้กัน โดยให้หลักเรื่องการจัดการว่า การที่เราจะดูแลความรักให้คงอยู่ต่อความรู้สึกของมนุษย์นั้นที่เปลี่ยนแปลงไปทุกขณะนั้น หรือที่เรียกว่าจิตของคนเรานั้นไม่นิ่ง โดยใช้ทฤษฎีของสเตอร์นเบิร์กนักจิตวิทยาเรื่องความรัก เป็นความรู้สึกรักใคร่ รู้สึกชอบ รู้สึกเป็นสุขที่ได้ใกล้ชิด เป็นการมองผู้ที่ตนรักในแง่ดี มองเห็นคุณค่าและความหมายของผู้ที่เรารัก อยากทำสิ่งที่ดีให้ และปรารถนาจะให้คนที่เรารักมีความสุข และการกระทำ เป็นการปฏิบัติต่อกันอย่างอ่อนโยน มีการดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน การสัมผัส กอดจูบ จนกระทั่งถึงการมีเพศสัมพันธ์ ความรักนั้นจะต้องมีองค์ประกอบ ๓ ประการ ดังนี้

ทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งรักของสเตอร์นเบิร์ก		
ลำดับ	ทางจิตวิทยา	ทางพระพุทธศาสนา
๑	ความใกล้ชิดสนิทสนม	หลักของเปมะคือ การช่วยเหลือเกื้อกูลกันในปัจจุบัน
๒	ความเสน่หา	ความเสน่หาคือ การที่เกิดความรักจากต้นเหตุที่เข้ามา
๓	ความผูกพัน	หลักของเปมะคือ การที่เคยอยู่ร่วมกันในอดีต, ฉันทะ ความพึงพอใจที่อยู่ร่วมกันและเมตตา ความปรารถนาดีต่อผู้ที่อยู่ร่วมกัน ยินดีที่คนที่ตนรักมีความสุข

ตารางที่ ๔.๒ ทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งรักของสเตอร์นเบิร์ก

จากตารางในเรื่องทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งรักของสเตอร์นเบิร์ก ๑. ความใกล้ชิดสนิทสนม มีความรู้สึกอบอุ่น ความเข้าใจ ไว้วางใจ สนับสนุนช่วยเหลือและมีส่วนร่วมในความสัมพันธ์ภาพของคน ที่รัก ๒. ความเสน่หา เป็นลักษณะของการเร้าทางกาย ความปรารถนา ความตื่นเต้นและความต้องการ ความปรารถนาอยากมีความสัมพันธ์ทางเพศกับคนที่เรารัก ๓. ความผูกพันตน เป็นความรู้สึกที่มั่นคงและยังยืนและตัดสินใจที่จะอุทิศตนให้กับคนที่รัก อนึ่งการผูกพันตนเกี่ยวข้องกับมิติของการรู้คิด ในขณะที่ความใกล้ชิดสนิทสนมเกี่ยวข้องกับมิติทางอารมณ์ และความเสน่หาเกี่ยวข้องกับมิติของแรงจูงใจหรือแรงขับ ดังนั้นความรุ่มร้อนแรงของความรักหนุ่มสาวจึงมีที่มาจากความเสน่หา และความอบอุ่นใจอันมีที่มาจากความใกล้ชิด ในขณะที่การผูกพันตนสะท้อนการคิดและการตัดสินใจที่ไม่ใช่เรื่องของอารมณ์ ที่กล่าวมาทฤษฎีของสเตอร์นเบิร์ก ความรักขาดไม่ได้ที่จะใกล้ชิดสนิทสนม, ความเสน่หา และความผูกพัน จึงทำให้เกิดความรักที่ราบรื่นในทางจิตวิทยา โดยที่ขาดสิ่งใดสิ่งหนึ่งไปไม่ได้ รักกันต้องคุยกัน ใกล้ชิดกัน รักทางไกลมันไม่นาน ใจคนเปลี่ยนตลอดเวลา ต้องมีความต้องการทางด้านต่างๆจากบุคคลที่เรารัก ไม่ว่าจะเป็นความต้องการทางกาย และความผูกพันนั้นเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ เกิดจากความไวใจ อยู่ด้วยกันมานาน ความรู้ใจซึ่งกันและกัน มันดูแลกัน ความรักก็มั่นคงต่อไป

อิริค ฟอรัมน์นักจิตวิทยาได้กล่าวถึงความต้องการของมนุษย์ขั้นพื้นฐานนั้นก็มีความรักเป็นความต้องการในรูปแบบหนึ่งเช่นกัน

ความต้องการของมนุษย์ทางด้านจิตวิทยาของอีริค ฟรอมม์		
ข้อที่	รักทางด้านจิตวิทยา	รักทางด้านพระพุทธศาสนา
๑	ความต้องการมีความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกับคนอื่น	มีความเกี่ยวข้องกับความรักในรูปแบบเปมะ และฉันทะ
๒	ความต้องการทำในสิ่งที่ดีกว่าและเป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพ	ไม่มีความเกี่ยวข้องกับความรัก
๓	ความต้องการสร้างรากฐานที่มั่นคงและมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยว	มีความเกี่ยวข้องกับความรักในรูปแบบเปมะ
๔	ความต้องการมีเอกลักษณ์ของตนเอง	ไม่มีความเกี่ยวข้องกับความรัก
๕	ความต้องการความเข้าใจที่ชัดเจนและความรักที่ลึกซึ้ง	มีความเกี่ยวข้องกับความรักในรูปแบบเปมะ และเมตตา
๖	ความต้องการแสวงหาสิ่งตื่นเต้นและสิ่งเร้าต่างๆ	มีความเกี่ยวข้องกับความรักในรูปแบบเสน่หา

ตารางที่ ๔.๓ ความต้องการของมนุษย์ทางด้านจิตวิทยาของอีริค ฟรอมม์

จะเห็นได้ว่าทฤษฎีของอีริค ฟรอมม์ ที่แบ่งความต้องการของมนุษย์ใน ๖ ประเภท นี้มี ๔ ประเภทที่มีความต้องการที่มีความเกี่ยวข้องกับความรัก คือ ๑. ความต้องการมีความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกับคนอื่น ซึ่งหมายความว่าในเรื่องของจิตนั้นทุกคนในสังคมต่างมีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นที่มีความรักและความผูกพันต่อกันและกัน เพื่อเอาใจใส่ดูแลกันและกัน มีความอ่อนใจทุกครั้งมีอยู่ด้วยกัน ต่อมาในข้อที่ ๒ ความต้องการสร้างรากฐานที่มั่นคงและมีสิ่งที่ยึด ซึ่งมีความหมายต่อมาหลังจากที่บุคคลนั้นความต้องการมีความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกับคนอื่นแล้ว ก็ต้องการที่จะมีความมั่นคงในความสัมพันธ์นั้นให้มั่นคงยืนยาว เกิดความรู้สึกปลอดภัยจากความรักที่ได้รับนั้น ให้เกิดความสุขทางด้านจิตใจได้ ในข้อที่ ๓ ความต้องการความเข้าใจที่ชัดเจนและความรักที่ลึกซึ้ง ซึ่งมีความหมายว่า ในทุกๆความสัมพันธ์นั้นล้วนต้องการความรักและความเข้าใจ เป็นสิ่งที่ต้องการจะแสวงหาซึ่งความรักที่แท้จริงด้วยกันทั้งนั้น และสุดท้ายในข้อที่ ๔ ความต้องการแสวงหาสิ่งตื่นเต้นและสิ่งเร้าต่างๆ ซึ่งหมายความว่าในทุกสิ่งๆที่เข้ามาทำให้เกิดความรู้สึกสนใจ ใคร่ปรารถนา ความพบเจอกับสิ่งแปลกใหม่ตลอดเวลา ให้เกิดความคันคืด ว่าสิ่งที่เจอนั้นเป็นความรู้สึกแบบใด ใช้ความรักหรือไม่ หากเปรียบในทางพระพุทธศาสนา การเกิดความรู้สึกจากสิ่งที่มากระตุ้นให้เกิดความรู้สึกนั้น อาจเรียกในทางความรักนั้นได้ว่าเสน่หา เพราะเกิดจากตัวตณหานั้นเป็นตัวกระตุ้นความรู้สึกนั้น ในทางจิตวิทยาก็กล่าวสิ่งนั้นหรือเรียกสิ่งนั้นว่าสิ่งเร้านั่นเอง

จึงกล่าวสรุปในด้านการจัดการความรักทางด้านจิตวิทยาได้ว่า มิติความรักทางด้านจิตวิทยาอาจเน้นไปทางด้านความต้องการและความรู้สึกเริ่มแรกมนุษย์นั้นต้องการความรักจากครอบครัว พ่อโตวัยต้องการความรักจากเพื่อนหรือจากบุคคลในสังคม และพอถึงวัยที่ต้องมีครอบครัวเป็นของตนเองต้องการความรักจากคู่รัก แล้วพอให้กำเนิดบุตรวงจรของความรู้สึกที่เกี่ยวกับความรักจะกลับมาใหม่อีกครั้งนั่นเอง

๔.๒.๓ การจัดการความรักทางด้านสังคมวิทยา

ความรักทางด้านสังคมนั้น เน้นไปทางด้านความสัมพันธ์ของบุคคลที่อยู่ร่วมกันในสังคม โดยหน่วยเริ่มต้นของสังคมคือ ครอบครัว เป็นเหมือนกับวัฏจักรชีวิตหรือวงจรชีวิตของคนในสังคม ปัจจุบัน ที่เริ่มได้รับความรักจากครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู ฟูมฟัก ให้เติบโตใหญ่ ซึ่งมนุษย์นั้นไม่สามารถโตมาได้หากปราศจากคนเลี้ยงดู มนุษย์นั้นไม่เหมือนกับสัตว์บางชนิดที่เติบโตเองได้ด้วยตนเอง ตามสัญชาตญาณ เมื่อเข้าสังคมเริ่มมีเพื่อนที่สนิทที่ไว้ใจ ศึกษาด้วยกัน ช่วยเหลือกันในด้านการเรียน มีสังคมเพื่อน ไม่โดดเดี่ยว มีความรักพวกพ้อง และความเป็นหนึ่งอันเดียวกัน ทำให้เกิดความรู้สึกอุ่นในทุกครั้งที่อยู่ในกลุ่ม และมีครอบครัวเป็นของตนเองในที่สุดนั่นเอง การมีครอบครัวนั้น ต้องเริ่มมาจากการเลือกคู่สมรส การคบหากันของหนุ่มสาว เมื่อตกลงปลงใจกันได้แล้ว ก็สมรส เพื่อสร้างครอบครัวเป็นของตนเองต่อไป ต้องอาศัยซึ่งความรัก ความเข้าใจที่มีต่อกัน ในการประคับประคองชีวิตสมรสและครอบครัวให้อยู่รอด มีความสุขสงบร่วมเย็นหากมีปัญหาทางด้านความรัก ก็มักจะมีการปรับความเข้าใจกันของคู่สมรส หรือให้ผู้ใหญ่ของแต่ละฝ่ายมาคุยกัน เพื่อความปรองดองและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข หรือแม้แต่การวางแผนในการมีครอบครัวทางด้านสังคมก็มีให้ตั้งแต่ก่อนที่จะตัดสินใจในการตกลงการใช้ชีวิตคู่ร่วมกัน เพื่อให้สถาบันครอบครัวคงมีต่อไป มีหน้าที่มีบุตรหลานที่ออกมาพัฒนาประเทศชาติต่อไป เพราะไม่อาจปฏิเสธได้ว่าความรักในครอบครัวส่งผลต่อบุคคลที่เป็นอนาคตของชาติ เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพและมีคุณธรรมเพื่อพัฒนาประเทศแทนคนรุ่นเก่าต่อไป

ระดับขั้นทางความรักในมุมมองทางสังคม จะมองด้านความสัมพันธ์และการอยู่ร่วมกันมากกว่า ตั้งแต่เริ่มคบ สมรส มีครอบครัว จนกระทั่งแก่ชราไปด้วยกัน ซึ่งในทุกๆความสัมพันธ์นั้น มีระยะเวลาของตัวเอง ในการพัฒนาความสัมพันธ์ จะประสบผลสำเร็จหรือไม่สำเร็จขึ้นอยู่กับ การปรับตัวของคู่รักในแต่ละวัย

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของคู่รักทางสังคมวิทยากับมิติและทางพุทธศาสนา			
ลำดับ	ความสัมพันธ์ของคู่รักทางสังคม	มิติของความรักตามหลักพระพุทธศาสนา	หลักธรรมความรักตามหลักพระพุทธศาสนา
๑	การจีบกันใหม่ๆ	เปมะ/สีเนหา	๑. เกิดจากการอยู่ร่วมกันในอดีต ๒. การช่วยเหลือกันในปัจจุบัน
๒	สมรส	เสนหา/ฉันทะ	สมชีวิธรรม ๔ (หลักธรรมในการเลือกคู่ครองให้เหมาะสมกับตน)
๓	มีบุตรและมีครอบครัวที่สมบูรณ์	เปมะ/ฉันทะ/สีเนหา/เมตตา	ฆราวาสธรรม ๔ , มงคลสูตร ๓๘ ประการ , ทิศา ๖ และพรหมวิหาร ๔
๔	แก่ชรา	เปมะ/เมตตา	กฎของไตรลักษณ์ ทุกสิ่งนั้นไม่เที่ยง จึงเกิดความทุกข์ได้ มีอยู่แล้วดับไป และพรหมวิหาร ๔

ตารางที่ ๔.๔ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของคู่รักทางสังคมวิทยากับทางพุทธศาสนา

จากตารางความสัมพันธ์ของคู่รักทางสังคมวิทยากับทางพุทธศาสนา ความสัมพันธ์ของบุคคลนั้นเปรียบได้กับมิติของด้านความรักทางด้านพระพุทธศาสนาความรักเริ่มเมื่อพบเจอ อยากสนทนาวัยอยู่ในรูปแบบเสน่หาคือ การจีบกันของบุคคลในสังคมปัจจุบัน ไม่ว่าด้วยเหตุปัจจัยในอดีตที่ทำให้พบเจอกัน เพียงพบหน้ามีความต้องการที่จะสนทนาด้วยหรือเสน่หาจากการที่มาช่วยเหลือกันพอนานไปจึงกลายเป็นความรัก เมื่อมีความรักลงตัวมีความพึงพอใจที่จะใช้ชีวิตร่วมกันแล้วคือ ฉันทะต่อมาสร้างครอบครัวของบุคคลนั้นเกิดความรักในครอบครัวอยู่ในรูปแบบเปมะ เมื่ออยู่ด้วยกันนานผูกพันยาวนานจึงเป็นความเมตตา ปรารถนาให้บุคคลในครอบครัวของตนประสบแต่ความสุขและความเจริญนั่นเอง

ความรักนั้นจำเป็นต่อความสัมพันธ์และความรู้สึกทางด้านสังคมไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องปากท้อง อาหาร เครื่องนุ่งห่ม จึงเกิดสถาบันเศรษฐกิจขึ้นเพื่อความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องนี้ได้รับการตอบสนอง ความจำเป็นในเรื่องความต้องการทางเพศ การผลิตสมาชิกใหม่ให้กับสังคม จึงเกิดสถาบันครอบครัวขึ้น ความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องต้องการความมั่นคงปลอดภัย ความจำเป็นเรื่องความต้องการความมั่นคงทางจิตใจ และสุดท้ายความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องความต้องการให้การฝึกอบรมสมาชิกของสังคมและการถ่ายทอดวัฒนธรรมทั้งทางตรงและทางอ้อม เป็นเหมือนกับวัฏจักรชีวิตของบุคคลในสังคม เพื่อให้มีการขับเคลื่อนทางสังคมต่อไปครอบครัวมีหน้าที่ผลิตบุตรหลานที่มีศักยภาพในการพัฒนาประเทศต่อไป

ตารางเปรียบเทียบความจำเป็นของความรักทางสังคมวิทยากับพระพุทธศาสนา		
ลำดับ	สังคมวิทยา	พระพุทธศาสนา
๑.	ความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องปากท้อง อาหาร เครื่องนุ่งห่ม	เป็นความรักที่มีปรากฏในรูปแบบเปมะ เช่น ลูกเติบโตมาได้ด้วยรักจากมารดา
๒.	ความจำเป็นในเรื่องความต้องการทาง เพศ การผลิตสมาชิกใหม่ให้กับสังคม	เป็นความรักที่มีปรากฏในรูปแบบเสน่หา และเปมะ เช่น ความรักของหนุ่มสาวทำให้เกิด สมาชิกใหม่ในสังคม
๓.	ความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องต้องการ ความมั่นคงปลอดภัย	เป็นความรักที่มีปรากฏในรูปแบบเปมะและ ฉันทะ เช่น ความรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่กับ ครอบครัวและพวกพ้องของตน
๔.	ความจำเป็นเรื่องความต้องการความ มั่นคงทางจิตใจจำเป็นเรื่องความ ต้องการความมั่นคงทางจิตใจ	เป็นความรักที่มีปรากฏในรูปแบบเมตตา เช่น การได้รับความปรารถนาดีจากผู้อื่น หรือการ ศรัทธาก่อให้ใจรู้สึกมีที่พักพิง
๕.	ความจำเป็นของมนุษย์ในเรื่องความ ต้องการให้การฝึกอบรมสมาชิกของ สังคมและการถ่ายทอดวัฒนธรรมทั้ง ทางตรงและทางอ้อม	เป็นความรักที่มีปรากฏในรูปแบบเปมะ,ฉันทะ และเมตตา เช่น ครอบครัวให้การอบรมเลี้ยงดู เพื่อนสอนงานเพื่อน และอาจารย์สอนศิษย์ ด้วยความเมตตา

ตารางที่ ๔.๕ เปรียบเทียบความจำเป็นของความรักทางสังคมวิทยากับพระพุทธศาสนา

จากตารางความจำเป็นของความรักทางสังคมวิทยากับพระพุทธศาสนาจะเห็นได้ว่าความต้องการของมนุษย์ขั้นพื้นฐานทางด้านความเป็นอยู่ทางด้านสังคมวิทยานั้นมีความสัมพันธ์กับมิติของด้านความรักทางด้านพระพุทธศาสนา ไม่ว่าจะเป็นความรักแบบครอบครัว ในเริ่มต้นเพื่อให้กำเนิดบุคคล, ให้ความรักและการดูแลให้บุคคลนั้นเป็นอนาคตของประเทศชาติต่อไป ความสัมพันธ์ของบุคคลนั้นเมื่อเข้าสู่สังคมย่อมมีเพื่อนมีความเป็นมิตร และความอุ่นใจที่ได้การยอมรับจากกลุ่ม เมื่อถึงวัยเจริญพันธุ์พร้อมที่จะมีคู่ชีวิตและให้กำเนิดบุตรหลานให้เป็นบุคลากรที่เป็นกำลังในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป เป็นมิติวงจรชีวิตของบุคคลในสังคมที่มีความสัมพันธ์ต่อกันตลอดเวลาซึ่งมีความสัมพันธ์กับมิติทางด้านความรักของบุคคลในสังคมเช่นกัน

๔.๒.๔ การจัดการความรักเชิงพุทธโดยผลจากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

ก) การจัดการความรักทางด้านพระพุทธศาสนา

หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าเหมาะแก่การแก้ปัญหาแต่ละปัญหาซึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์และเงื่อนไขของปัญหา บุคคลที่มีปัญหาด้านความรักนั้นไม่เป็นบุพกรรมทั้งหมด ถ้าอย่างนั้นเราจะแก้ไขปัญหาชีวิตเราไม่ได้ในเรื่องบุพกรรม เวลามองต้องมองตามเหตุตามปัจจัย บุพกรรมก็อาจเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้คนนี้มีมีบุพเพสันนิวาสกับบุคคลหนึ่ง แต่ถ้าบุคคลทั้งสองมาเจอกันชาตินี้แต่บุคคลนั้นไม่คุยกัน บุพกรรมก็ส่งมาได้แค่นั้น ฉะนั้นเวลาพิจารณาบุพกรรมก็เป็นส่วนหนึ่ง เหตุปัจจัยเป็นส่วนหนึ่งที่มีผลต่อปัจจุบันมากกว่า หากต้องพิจารณานั้น ต้องพิจารณาด้วยกัน แต่ให้เหตุปัจจัยมากกว่า^{๙๐}

พระพุทธองค์ทรงสอนหลักธรรมที่เหมาะสมแต่ละบุคคลเสมอ เหมือนกับหมอที่ชาญฉลาดที่จะวินิจฉัยโรคที่ไม่ผิดพลาดทุกครั้ง เพราะฉะนั้นเรื่องการสอนของพระพุทธองค์นั้นเรื่องความรักพระพุทธองค์สอนแล้วได้ผลเสมอ^{๙๑}

ความรักนั้นเกิดด้วยเหตุปัจจัย ๒ ประการ คือ ประการที่ ๑ “บุพเพเว สันนิวา เสนะ ปัจจะบันนะ หิเตนะ วา” หมายถึงบุคคลที่เคยอยู่ด้วยกันในชาติก่อน ทำบุญร่วมกันมา ร่วมทุกข์ร่วมสุขด้วยกันมาในชาติปางก่อน หากปัจจุบันความรักนั้นไม่สมหวัง มีเหตุให้ต้องพลัดพรากกันไป ให้ถือว่าบุญที่ทำด้วยกันมาในชาติปางก่อน สิ้นสุดที่เท่านี้ เพื่อไม่ให้ปัญหาของความรักนำมาซึ่งบ่อเกิดทำลายสภาพจิตใจในปัจจุบัน ประการที่ ๒ คือ “ปัจจะ บันนะ หิเตนะ วา เอวันตัง ชะยะตา เปมัง” หมายถึงความรักอันเกิดมาจากการเกื้อกูลกันในชาติปัจจุบัน ความรักที่เหมือนดอกอุบลที่เกิดในน้ำ ก็อาศัยเปลือกตม เมื่อเกือหนุนช่วยเหลือกันไปก็เกิดซึ่งความหวังดีและความผูกพัน เป็นเหตุให้เป็นบ่อเกิดของความรัก จึงอาจสรุปได้ว่าการที่บุคคลนั้นได้มาพบ

^{๙๐} สัมภาษณ์ พระมหาทวี มหาปัญญา, ผศ.ดร., ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๙๑} สัมภาษณ์ พระมหาวิฑูชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี), ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย, ๒๘ มกราคม ๒๕๖๑.

เจอกันและทำความรู้จักกัน อาจเรียกได้ว่า เป็นบุพเพสันนิวาส แต่บุพเพสันนิวาสอย่างเดียวยังคงไม่พอ เมื่อได้รักกันแล้วต้องช่วยเหลือเกื้อหนุนกันไปด้วย ไม่ใช่หวังพึ่งความรักที่มาจากบุพเพสันนิวาส เพราะความรักแบบบุพเพสันนิวาสนั้นก็อาจหมดลงได้ ถ้าไม่ดูแลรักษาซึ่งความรักนั้นให้ดีและให้คงอยู่ซึ่งความมั่นคงในความรักต่อไป เราต้องพยายามปรับความเข้าใจให้มีคติร่วมกัน ต้องมีสมชีวิธรรม ๔ ประการ เป็นสิ่งที่สามภรรยาหรือบุคคลที่ครองรักกันควรมีคู่กันเพื่อความเหมาะสมและการชีวิตคู่ที่สมบูรณ์แบบ ไม่มีความขัดแย้งในอนาคต ครองคู่ชีวิตอย่างราบรื่น คือ ๑. มีศรัทธาเสมอกัน ๒. มีศีลที่เสมอกัน ๓. มีจาคะเสมอกัน ๔. มีปัญญาเสมอกัน ยกตัวอย่างเช่น ผมเป็นนักเรียนนอกเป็นดร.กลับมาได้สมรสกับภรรยาความรู้แค่ประถม ๔ จะพูดคุยกันไม่ค่อยรู้เรื่อง แต่ถ้าหากภรรยาประถม ๔ แต่พยายามศึกษาหาความรู้ จะพูดกันรู้เรื่องมากขึ้น และทำให้การครองรักยาวนานยิ่งขึ้น หลีกเลี้ยงการประสบปัญหาในชีวิตคู่^{๑๒}

พระพุทธศาสนาสอนว่าจะแก้ปัญหาเรื่องใด ต้องทำความเข้าใจเรื่องนั้นจะแก้ปัญหาเรื่องความรัก ก็ให้รู้เท่าทันว่าความรักเกิดจากตัณหาที่มีแรงปรารถนาที่มุ่งหมายจะเสพสุขเวทนา ฉะนั้น ควรใช้ความเมตตาเข้ามาร่วมพิจารณาปัญหา พุทธสอนให้มองกลับเข้าไปภายในตนเอง รู้จักพิจารณาวิเคราะห์ตนเอง ก็จะเข้าใจตนเองชัดขึ้น ถอนตัวจากปัญหา และไม่ต้องจมอยู่กับความทุกข์^{๑๓}

ในเรื่องของรักโดยการครอบครองเมื่อผิดหวังเราจะไม่รู้สึกทุกข์มาก แต่ถ้าวันใดตั้งใจหย่าร้างชีวิตทั้งหมดอยู่ที่เขา อยู่ที่คนรักของเรา นั้นมันแฝงตัณหาอุปาทานสูงมากต้องการครอบครองคนนี้ คนนี้ คนนี้ คนนี้เท่านั้น ขาดเขาเราก็ออยู่ไม่ได้ แบบนี้ไม่ได้ถูกต้อง ควรที่จะรู้จักปล่อยวางหรือถูกละวางด้วยความรู้ความเข้าใจในเชิงเมตตาและปัญญาเชิงพุทธเข้าไป คนที่มีความรักแบบยึดสูงมาก ต้องผ่านเมตตาแก้ปัญหา ปัญหาจะตามมา คือภาวะของปัญหาที่จะสูงตาม แต่ถ้าเกิดบุคคลนั้นเข้าใจความรักมีปัญหามากขึ้นมีเมตตามากขึ้นต่อคนรักเขาจะทุกข์น้อยคือไม่ได้หมายความว่าเราต้องเตรียม มองว่ารักมีปัญหาเสมอแต่ที่เราเตรียมว่าธรรมชาตินุษย์มันเป็นโลกธรรม คือ มีรักและมีจากเสมอ ไม่จากเป็นก็จากตาย^{๑๔}

กล่าวโดยสรุปว่าวิธีการสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นเป็นสิ่งที่ถูกต้อง ถูกเวลา ถูกสถานการณ์ และเหมาะกับบุคคลนั้น ได้ผลเสมอ เป็นครูของสรรพสัตว์ ไม่เคยผิดพลาดเพราะท่านนั้นรู้แจ้งแล้ว ดังที่มีปรากฏในพระคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาว่าความรักเกิดด้วย ๒ เหตุปัจจัย

^{๑๒} สัมภาษณ์ ศาสตราจารย์พิเศษ จ्ञานงค์ ทองประเสริฐ (ราชบัณฑิต), ที่ปรึกษาอธิการบดีกิตติมศักดิ์ และอุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๓} สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๔} สัมภาษณ์ ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์, อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๑. ที่ได้มาพบกันนั้นเป็นบุพเพสันนิวาส ๒. การเกื้อหนุนกันในปัจจุบัน ซึ่งทั้ง ๒ อย่างนี้เป็นเหตุของความรักจะขาดอย่างใดไปไม่ได้ เมื่อพบเจอแล้วควรรักษาซึ่งความรักนั้นให้คงอยู่ต่อไปเช่นกัน

ข) การจัดการความรักทางด้านจิตวิทยา

ในเชิงจิตวิทยาเราต้องส่งเสริมให้คนเรียนรู้ธรรมชาติของชีวิต เพราะในธรรมชาติของชีวิต ก็บอกว่า ชีวิตมีธรรมชาติอันหนึ่งก็คือ มนุษย์ทุกคนล้วนแต่โหยหาความรัก พอรู้จักธรรมชาติของชีวิต ก็จะได้เรียนรู้ธรรมชาติของความรัก ส่วนทางด้านสังคมอย่าเน้นเรื่องเรื่องพฤติกรรมล้วนๆ ต้องเรียนเรื่องธรรมชาติของชีวิตว่าต้องเรียนเรื่องธรรมชาติของชีวิตว่าชีวิตมีจุดอ่อนอย่างไร จุดแข็งอย่างไร และความรักแบบไหนคือ ธรรมชาติของชีวิต เรียนธรรมชาติของชีวิตแล้ว ก็มาเรียนรู้ธรรมชาติของความรัก จึงจะเข้าใจความรักได้อย่างไม่เป็นทุกข์ความรักมี ๔ ระดับ คือ ๑. รักอิงสัญชาตญาณ ๒. รักใคร่ปรารถนา ๓. รักมีแต่ให้ ๔. รักเมตตาอารีย์ เรื่องความรักเหมือนขั้นบันไดนะเราจะต้องฝึกให้ผู้คนในสังคมพัฒนาไปตามลำดับขั้นเหมือนเช่นที่กล่าวมานี้ ความรักในทางจิตวิทยาจะต้องพัฒนาไปให้ได้ ๔ ขั้น คนในสังคมจะต้องฝึกพัฒนาความรักให้เติบโตขึ้นไปครบทั้ง ๔ ขั้น^{๑๕}

ต้องให้บุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรัก ตระหนักถึงความรักตนเอง ไม่ปล่อยให้ตนเองจมดิ่งผูกความรักที่มีต่อคนอื่นจนไม่ให้อะไรตัวเอง ไม่ปล่อยให้ความรักนั้นทำลายตนเองและไม่ทำลายคนอื่น ครอบครัวและเพื่อนสนิท มีส่วนช่วยให้กำลังใจ ทำให้คนที่มีความรักหันกลับมามองตนเอง ควรกระตุ้นเตือนให้ผู้ที่มีความรักหันมาทำความรู้จักตัวเองให้มากขึ้น^{๑๖}

กล่าวโดยสรุปว่าการจัดการความรักทางด้านจิตวิทยานั้นมองไปทางด้านความเป็นธรรมชาติของความรู้สึกของมนุษย์ ความรักนั้นที่เป็นปัญหาเพราะความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไปในทุกขณะ มนุษย์นั้นจึงต้องทำใจที่จะยอมรับเมื่อความรู้สึกนั้นเปลี่ยนแปลงไปไม่เหมือนเดิม ต้องให้คุณค่าของตนเองมากขึ้น โดยการพัฒนาตนเองและไม่นำความรู้สึกของตนไปผูกกับผู้อื่น เมื่อเห็นคุณค่าของตนเองแล้วจะสามารถรักผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง ความรู้สึกที่ถูกพัฒนาไปตามลำดับจะไม่เกิดอันตรายเมื่อมีความผิดหวังเข้ามาทำลายความหวังนั้นลง

ค) การจัดการความรักทางด้านสังคมวิทยา

การแก้ปัญหาของบุคคลที่อยู่ร่วมกันนั้น ควรมองถึงสิ่งที่ร่วมกันตั้งแต่ต้น ว่าบุคคลนั้นเหมือนหรือต่างกันอย่างไรเข้าใจปัญหานั้นๆเกิดจากการที่บุคคลต่างกันมาอาศัยอยู่ร่วมกัน

^{๑๕} สัมภาษณ์ พระมหาวิมลชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี) , ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย, วันที่ ๒๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๑.

^{๑๖} สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

หากเราเข้าใจธรรมชาติแล้วว่าไม่มีบุคคลใดเหมือนกันได้ตลอด ขนาดฝาแฝดเกิดมาด้วยกัน อยู่ด้วยกันตลอดนิสัยยังไม่เหมือนกันเลย คนทุกคนมีตัวตนเฉพาะบุคคล หากเข้าใจแบบนี้แล้ว ปัญหาทางด้านความรู้สึกและการอยู่ด้วยกันในสังคมจะลดน้อยลง ต้องเรียนรู้ที่จะเข้าใจมากกว่าการที่เอาตัวเองเป็นใหญ่ในความคิด^{๑๗}

ในการแก้ปัญหาเรื่องรักในทางสังคม แต่ว่าสังคมไทยมีผนวกพุทธไปด้วยเพราะความเป็นอยู่ในวัฒนธรรมไทย สังคมไทยมันบ่มเพาะมาจากพุทธศาสนามานาน เรื่องปัญหาของความรัก แม้ว่า นักจิตวิทยาหรือนักสังคมวิทยาส่วนใหญ่จะเป็นคนไทยและคนพุทธ เขาใช้อุบายวิธีในการสนทนาในการช่วยหาทางออกในทางจิตวิทยาปนกับแนวพุทธด้วย เช่น รักอีกไม่ก็ร้อยปีก็ตาย จะไปยึดมันอะไรมากาย แพนคนเดียวหาใหม่ก็ได้ คือแม้จะใช้วิธีการทางจิตวิทยาและสังคมวิทยา แต่แอบผสมความเชื่อทางศาสนาเข้าไปในเรื่องของอายุไม่ยืน เรื่องทุกคนมีเกิดแก่เจ็บตายเป็นเรื่องธรรมดา ย่อมเป็นธรรมดาที่จะต้องมีการการพลัดพรากกันไปเป็นเรื่องปกติของมนุษย์ที่ต้องพบเจอ ถ้าใช้จิตวิทยาล้วนโดยไม่มีวัฒนธรรมพุทธมาผสมอาจจะไม่เข้ากับคนไทยเพราะคนไทยยังมีวัฒนธรรมความเชื่อทางพระพุทธศาสนามายาวนาน นักจิตวิทยาและสังคมวิทยาที่ดีต้องรู้จักการสอนที่เข้ากับสังคม ว่าสังคมแบบไหนควรใช้หลักการหรือวิธีการอย่างไรให้เกิดความเข้าใจและไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้งกับหลักความเชื่อเดิมของสังคมนั้น^{๑๘}

กล่าวโดยสรุปการจัดการความรักทางด้านสังคมวิทยาว่า การที่บุคคลต่างครอบครัวมาอยู่ด้วยกันนั้นอาจเกิดปัญหาได้ เพราะต่างพ่อแม่ ต่างที่อยู่ ต่างนิสัย มาอยู่ร่วมกันย่อมเกิดปัญหาได้ ต้องเกิดซึ่งการเรียนรู้ การปรับตัวอยู่ตลอดเวลา เพราะมนุษย์ขึ้นชื่อว่าเป็นสัตว์สังคม การเลือกเพื่อนหรือคนรักนั้นมีความสำคัญเช่นกัน เพื่อนที่ดีนำไปสู่สิ่งที่ดี เช่นเดียวกับการเลือกคู่ครองต้องเลือกคนที่เหมาะสมกับตนเช่นกัน ไม่ใช่แค่ความรักอย่างเดียวจะเอาชนะได้ทุกอย่าง เพราะสิ่งที่อยู่หลังจากนั้นต่างหากที่สำคัญกว่า จะทำให้คนเราอยู่ร่วมกันได้หรือไม่ได้อย่างไร โดยทุกคนในสังคมนั้นมีปฏิสัมพันธ์กันอยู่ตลอดเวลา มีสถานะต่างๆเข้ามาตลอดเวลาเป็นไปตามระยะเวลา ตอนวัยเด็กมีสถานะเป็นบุตรที่ดี ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน พอโตวัยเริ่มเข้าสังคมมีสถานะเป็นเพื่อนที่ดี เป็นเจ้านายและลูกน้องที่ดี เมื่อเข้าสู่วัยที่ออกเรือนมีสถานะเป็นสามีภรรยาที่ดี เมื่อออกเรือนไปแล้วย่อมมีบุตรเป็นของตน มีสถานะเป็นบิดามารดาที่ดี เมื่อแก่ชรามีสถานะเป็นคุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยายที่ดี เป็นแบบอย่างที่ดีและอยู่เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรแก่บุคคลในครอบครัวต่อไป

^{๑๗} สัมภาษณ์ ศาสตราจารย์พิเศษ จ्ञานงค์ ทองประเสริฐ (ราชบัณฑิต), ที่ปรึกษาอธิการบดีกิตติมศักดิ์ และอุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๘} สัมภาษณ์ ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์, อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตรมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๔.๓ สรุปการจัดการความรักเชิงพุทธ

ให้คนที่มีความรักฝึกการเจริญสติพัฒนาสติ เพื่อเวลาที่มีความรักสติจะได้ตามทัน สัญชาตญาณพัฒนาปัญญา เพื่อที่เวลาที่มีความรักจะรักด้วยสมองนะ ความรักต้องการทั้งสติและต้องการทั้งปัญญา ความรักที่มาพร้อมสติจะไม่ใช่ความหลงมกมาย และความรักที่มาพร้อมปัญญาจะเป็นการรักอย่างมีเหตุมีผล เมื่อรักด้วยสติและปัญญาความรักก็จะเป็นที่มาของความสุขแต่ความรักที่ขาดทั้งสติและปัญญาก็จะเป็นที่มาของความทุกข์^{๙๙}

ในทุกสิ่งที่เกิดขึ้นมาล้วนมีผลมาจากการกระทำ หากกระทำแล้วไม่ได้ดี ทางสังคมจะมองว่าทำดีแล้วไม่ได้ดี แต่ทำชั่วแล้วได้ดีมีถมไป บางคนมีคนรัก รักมากดูแลทุกอย่างแต่เขาก็จากไป อย่าไปนึกเสียใจให้มาลองพิจารณาดูว่าสิ่งทำนั้นเหมาะสมถูกต้อง ดังหลักธรรมที่ว่าด้วยสมบัติ ๔ อย่าง อันได้แก่ คติสมบัติ, อุปธิสมบัติ, กาลสมบัติ และปโยคสมบัติ หากมีสมบัติ ๔ อย่างนี้ การจะกระทำการอันใดก็ย่อมที่จะประสบผลสำเร็จ^{๑๐๐}

ให้บุคคลที่มีปัญหาเรื่องความรักลองวิเคราะห์ตนเองว่า การใช้ชีวิตของเขาขณะที่เขากำลังมีปัญหาความรักเป็นไปในทางใด หรือมีผลกระทบใดๆหรือไม่ ให้เขากลับมามองดูตัวเอง ดูสิ่งที่ดีในตนเองวิเคราะห์ตนเองในสิ่งที่ผ่านมา มองธรรมชาติรอบตัวก็จะช่วยให้เขาค้นพบตนเองมากยิ่งขึ้นการประยุกต์หลักคำสอนก็คือ ให้รู้เท่าทันความรัก มองความรักแต่พอดี ไม่คาดหวังกับความรักจนเกินไป อยู่กับตัวเองได้ ไม่ใช่ความรักเป็นเครื่องผลักดันพฤติกรรมที่จะเอาจะมีจะเป็นจะครอบครองให้มองความรักเป็นเรื่องปกติธรรมดา ใช้ความเมตตาแบบไม่เจาะจงให้มากขึ้น ลดความต้องการในชีวิต ให้น้อยลง ลดความรู้สึกว่าเป็นตัวตนลง เพิ่มความปรารถนาดีต่อบุคคลและสังคมให้มากขึ้น ไม่ริษยาใคร พลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้รับสิ่งที่ดี และอยากช่วยเหลือเมื่อคนอื่นประสบความลำบาก สิ่งดังกล่าวจะช่วยลดทอนความรู้สึกรักทุกข์ในปัญหาความรักลงได้ เพราะปัญญาไม่ถูกปิดกั้น^{๑๐๑}

หลักคำสอนทางด้านพระพุทธศาสนานั้นเป็นจริงเสมอสามารถใช้ได้กับทุกยุคทุกสมัยจึงเปรียบหลักคำสอนทางด้านพระพุทธศาสนาเป็นยาในการใช้รักษาบุคคลที่ประสบปัญหา แต่สิ่งที่จะมาเป็นสารเคลือบให้ตัวยานั้นดียิ่งขึ้นโดยใช้นักจิตวิทยาและนักสังคมวิทยาที่จะเอาตัวยาไปประยุกต์ใช้ให้เข้ากับสังคมร่วมสมัย ต้องรู้วิธีการเคลือบดี การสอดแทรกตัวยา ถ้าบุคคลนั้นได้

^{๙๙} สัมภาษณ์ พระมหาภูติชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี) , ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย, วันที่ ๒๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๑.

^{๑๐๐} สัมภาษณ์ ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ (ราชบัณฑิต), ที่ปรึกษาอธิการบดีกิตติมาศักดิ์ และอุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

^{๑๐๑} สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

นำตัวยานั้นไปพัฒนาได้ก็จะทุกข์น้อยลงทางพระพุทธศาสนาไม่ได้ใช้คำว่าไม่มีทุกข์ มีแต่คำว่าทุกข์น้อยเท่านั้น^{๒๒}

การนำศาสตร์สมัยใหม่มาประยุกต์ใช้กับหลักทางพระพุทธศาสนา			
ลำดับ	พระพุทธศาสนา	จิตวิทยา	สังคมวิทยา
เรื่อง	กฎไตรลักษณ์	ความรู้สึก	ความสัมพันธ์
๑	อนิจจัง	ความรู้สึกที่เปลี่ยนไปตามเวลา	ความสัมพันธ์เปลี่ยนแปลงไป
๒	ทุกขัง	เกิดความทุกข์	เป็นทุกข์
๓	อนัตตา	ไม่มีความรู้สึกนั้นอีก	จากกันไปในที่สุด

ตารางที่ ๔.๖ การนำศาสตร์สมัยใหม่มาประยุกต์ใช้กับหลักทางพระพุทธศาสนา

สรุปจากตารางว่าการจัดการความรักเชิงพุทธสามารถที่จะนำศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาและศาสตร์ทางด้านสังคมวิทยาประยุกต์ใช้กับหลักธรรมทางด้านพระพุทธศาสนา โดยใช้กฎของไตรลักษณ์นั้น ถือว่าเป็นกฎแห่งความจริงประกอบด้วย ๑. อนิจจัง เป็นความไม่เที่ยง ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไป และความสัมพันธ์ที่เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาเช่นกัน เมื่อเกิดความเปลี่ยนแปลงแล้ว บุคคลนั้นยอมรับซึ่งความเปลี่ยนแปลงนั้นไม่ได้ก็เกิดซึ่งความทุกข์ ๒. ทุกขัง ความทุกข์จากการไม่ยอมรับความเป็นจริงนั่นเอง ๓. อนัตตา ก่อนที่จะเกิดขึ้นนั้นสิ่งนั้นเคยไม่มีมาก่อน ไม่เคยรู้สึกมาก่อน พอมาจากไปอีกครั้งความรู้สึกกลับไม่เหมือนตอนแรกที่ไม่เคยมีมาก่อน บุคคลนั้นต้องทำใจยอมรับว่าทุกสรรพสิ่งนั้นย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาเสมอ ในการแก้ไขบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรัก เนื่องจากเป็นหลักธรรมที่เป็นจริงเสมอในทุกยุคทุกสมัยที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบซึ่งความจริงนั้น ถึงปัจจุบันโลกจะมีการพัฒนามีการค้นคว้าการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆตลอดเวลา แต่หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาก็ยังเป็นจริงอยู่เสมอ จึงสามารถที่จะนำศาสตร์สมัยใหม่อย่างทางจิตวิทยาและสังคมวิทยาที่คนร่วมสมัยเข้าใจกันที่จะนำมาประยุกต์ใช้ให้เข้ากับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาได้ เพื่อให้แนวทางในการแก้ไขปัญหาบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักได้ผลยิ่งขึ้น

^{๒๒} สัมภาษณ์ ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์, อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

วิเคราะห์การจัดการความรักในมิติต่าง				
ลำดับ	เรื่อง	พระพุทธศาสนา	จิตวิทยา	สังคมวิทยา
๑	กำเนิดความรัก	๑. กรรมที่เคยทำร่วมกัน มาในอดีต ๒. กรรมที่ทำร่วมกันมา ในชาติปัจจุบัน	เกิดจากความรู้สึก ทางใจ ผูกพัน รู้สึก ดี ความใกล้ชิด เมื่อ อยู่ด้วยแล้วมี ความสุข	เป็นความต้องการ ของมนุษย์ในการ สร้างครอบครัว การดำรงเผ่าพันธุ์
๒	ปัญหาของความรัก	ทุกสิ่งนั้นไม่เที่ยงเป็นไป ตามกฎของไตรลักษณ์ เมื่อมี ย่อมจากไป เป็น ธรรมดาของโลกมนุษย์	เป็นความรู้สึกเปื้อน หนายทางอารมณ์ ความไม่มั่นคง รู้สึก นั้นเปลี่ยนแปลงไป ตามสภาพแวดล้อม	ปัญหาทางด้าน ครอบครัว เกิดจาก เหตุปัจจัยด้าน การศึกษา ชาติพันธุ์ การเงิน และการไม่ ใส่ใจกันและกัน
๓	วิธีการแก้ปัญหา ในเรื่องความรัก	มองไปตามความเป็น จริงเข้าใจธรรมชาติของ ความรักและใช้ หลักธรรมช่วยให้เข้าใจ มากขึ้น	เข้าใจความรู้สึกคน เวลามีความรัก และ ให้คุณค่ากับตนเอง มากขึ้น	ปรึกษากันเกี่ยวกับ ปัญหาที่เกิดขึ้น และร่วมมือกัน เพื่อให้ได้ทางแก้ไข ที่ดี ทำให้ครอบครัว นั้นเป็นสุข

ตารางที่ ๔.๗ วิเคราะห์การจัดการความรักในมิติต่างๆ

สรุปจากตารางการจัดการความรักเชิงพุทธ ในเริ่มแรกการที่บุคคลทั้งสองที่ไม่เคยพบเจอกันมาก่อนจะมารักกันนั้นต้องอาศัยการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันให้คงอยู่และมีการพัฒนาไปเป็นความรักในที่สุดมีปรากฏทั้ง ๓ มิติ ทั้งทางด้านพุทธศาสนา จิตวิทยาและสังคมวิทยา แต่ทางด้านพระพุทธศาสนามีเพิ่มเข้าในเรื่องการที่เคยอยู่ร่วมกันมาในชาติปางก่อน ถึงแม้จะเคยอยู่ร่วมกันในชาติปางก่อนความรักก็ไม่อาจที่จะก้าวหน้าได้หรือพัฒนาซึ่งความสัมพันธ์นั้นได้ต้องอาศัยการช่วยเหลือเกื้อกูลกันด้วย ต่อมาเป็นปัญหาทางด้านความรัก เมื่อมีสิ่งที่มีเข้ามา ก็ย่อมเปลี่ยนแปลงไปและจากไปเช่นกัน มีปรากฏอยู่ในทุกมิติ ทางพระพุทธศานามองเป็นกฎของไตรลักษณ์นั้นคือกฎของความเป็นจริงนั่นเอง จิตวิทยามองว่าความรู้สึกเปลี่ยนแปลงได้ทุกขณะ และสังคมวิทยามองความสัมพันธ์หรือปัญหาที่เข้ามาในชีวิต จะเห็นได้ว่าทุกอย่างนั้นไม่คงทนมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาตั้งที่กล่าวมาทั้ง ๓ มิติ จึงต้องนำมิติทั้ง ๓ มาประยุกต์ใช้เพื่อแก้ปัญหา ทางด้านจิตวิทยามองว่าบุคคลต้องเข้าใจธรรมชาติของความรู้สึกและให้คุณค่ากับตนเองให้มากขึ้น เพื่อสามารถนำไปรักบุคคลอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ส่วนทางด้านสังคมวิทยานำไปในเรื่องการช่วยกันแก้ปัญหาโดยการที่ทั้งสองฝ่ายหันมาร่วมรับฟังสาเหตุของปัญหาแล้วช่วยกันหาทางในการแก้ปัญหานั้น หากความสัมพันธ์ในครอบครัวแข็งแกร่งชีวิตการทำงานหรือสิ่งภายนอกที่เข้ามาในชีวิตจะไม่สามารถทำลายความรักและความผูกพันนั้นได้

ชีวิตย่อมมีความเป็นอยู่ที่มีความสุขยิ่งขึ้นเป็นจริงในทุกยุคทุกสมัย ส่วนสุดท้ายคือ การแก้ปัญหาโดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ซึ่งไม่ว่าจะปฏิเสธได้ว่าหลักธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงตรัสรู้นั้นแม้จะเป็นระยะเวลาที่นานแต่หลักธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงตรัสรู้นั้นเป็นจริงอยู่ในช่วงเวลา จึงเป็นการดีที่จะนำการแก้ไขปัญหาทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยา มาประยุกต์ใช้กับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เป็นจริงอยู่ในทุกยุคทุกสมัย ให้มาปรับใช้กับบุคคลในสังคมร่วมสมัย หากสมัยนี้สอนว่าด้วยเรื่องของหลักธรรมอย่างเดียวอาจไม่เข้าใจและทำให้เกิดความเบื่อหน่ายได้โดยง่าย แต่ถ้านำหลักการแก้ปัญหาทางจิตวิทยาและสังคมวิทยานั้นมาประยุกต์ใช้ด้วยจะได้ผลที่ดียิ่งขึ้น เพราะเป็นศาสตร์สมัยใหม่ที่มีบุคคลร่วมสมัยนั้นให้ความสนใจ ทั้งนี้การที่นำศาสตร์สมัยใหม่นั้นมาประยุกต์ใช้กับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นการเผยแพร่หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาอีกด้วย ทางผู้วิจัยจึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าวิทยานิพนธ์การจัดการความรักเชิงพุทธเล่มนี้จะนอกจากจะจัดการความรักโดยนำศาสตร์สมัยใหม่มาประยุกต์ใช้กับหลักธรรมธรรมทางพระพุทธศาสนา ยังหวังเป็นอย่างยิ่งที่จะมีส่วนในการเผยแพร่หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “การจัดการความรักเชิงพุทธ” ผู้วิจัยได้ตอบปัญหาที่ต้องการทราบตามที่ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ ๓ ข้อ คือ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย ๒) เพื่อศึกษามิติของความรักในทางพระพุทธศาสนา ๓) เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ

จากการศึกษาพบว่า ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย ซึ่งในทางด้านจิตวิทยานั้นความรักในทางจิตวิทยามองว่าความรักเกิดขึ้นตามระยะเวลาของวัย แล้วแต่ละสิ่งที่เข้ามาให้เกิดปฏิสัมพันธ์ โดยอาจมีเรื่องของฮอร์โมนนั้นเข้ามาเกี่ยวข้องกับสิ่งที่มองว่าเป็นความรักจากการที่ถูกแสดงออกมาทางด้านพฤติกรรมของมนุษย์ มีความรักหลายรูปแบบ และหลายระดับ เช่นเดียวกับที่พบอยู่ในพระพุทธศาสนามีทั้งความรักที่เป็นขั้นพื้นฐานที่เป็นความรักในครอบครัว เพราะบุคคล หรือมนุษย์นั้นต้องได้รับความรักในครั้งเริ่มต้นจากครอบครัว จึงเกิดมาเป็นมนุษย์ได้ เลี้ยงดูจนเติบโต แล้วพอโตเต็มใหญ่ตามวัยก็มีความพึงพอใจ ชอบใจต่างๆ ในสิ่งที่อยู่ด้วยแล้วนั้นเป็นสุข ดังจะเห็นได้ในทฤษฎีความต้องการพื้นฐานของมนุษย์นั้นก็ปฏิเสธไม่ได้ว่าความต้องการพื้นฐานของมนุษย์นั้นก็ยังคงต้องเป็นความรักที่มนุษย์เราทุกคนต้องการ เพราะเป็นความรู้สึกทางด้านจิตใจที่มั่นคง รู้ลึกถึงความปลอดภัย ทำให้เป็นผลดีต่อสภาพจิตใจของบุคคลนั้นๆ ไม่ว่าจะเป็นบุคคลที่ได้รับความรักหรือเป็นบุคคลที่ให้ความรัก แต่รูปแบบของความรักในทางจิตวิทยามองเป็นความพึงพอใจมากกว่า ที่มนุษย์นั้นต้องการทางด้านจิตใจ แต่จะแบ่งความพึงพอใจที่รู้สึกดีหรือรู้สึกรักเป็นไปตามระยะเวลาหรือเป็นไปตามวัยมากกว่า เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ส่วนทางด้านสังคมนั้นความรักนั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับสังคม เพราะการที่เราจะอยู่ร่วมกันได้นั้น เราต้องมีความเป็นหนึ่งเป็นเดียวกัน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน มีความรักใคร่ปรารถนาดีต่อกัน ไม่ว่าจะเป็นกับบุคคลที่เรารู้จักสนิทใกล้ชิดกันเป็นอย่างดี หรือบุคคลที่เราไม่ได้มีการรู้จักด้วยก็ตามแต่ ความรักนั้นสำคัญอย่างไรสำหรับคนในสังคม

กล่าวโดยสรุปความรักทางด้านจิตวิทยามุ่งเน้นไปทางด้านความรู้สึกนึกคิดต่อบุคคลอื่นๆ แต่ความรักทางด้านสังคมมุ่งเน้นไปทางด้านความสัมพันธ์ของบุคคลนั้นๆ ในสังคมที่จะต้องมีการปฏิบัติต่อกันตลอดเวลา เป็นวงจรชีวิตของบุคคลในสังคม

๒) เพื่อศึกษามิติของความรักในทางพระพุทธศาสนา คือ ความรักนั้นมีหลายรูปแบบและมีหลายระดับ ทุกสรรพสิ่งนั้นล้วนเกิดมาหรือมีความสัมพันธ์ต่าง ๆ นั้นเกิดขึ้นนั้นเกิดจากแรกเริ่มสิ่งที่เรียกกันว่าความรัก ความรักในครอบครัว เรียกว่า “เปมะ” เมื่อคนเราเกิดมาได้รับความรัก การพุ่มพักเลี้ยงดูจนเติบโต ออกไปเจอสังคมภายนอก เกิดความปฏิสัมพันธ์กับบุคคลในสังคมหลายๆ บทบาทด้วยกัน แล้วจึงเกิดสิ่งที่เรียกว่า “เสนหา” ชอบใจ คบเพื่อน หรือคนรัก เกิดจากความชอบใจ

ในสัมผัสแรกหรือชั่วความรู้สึกแรกที่เจอกัน พอหลังจากที่บุคคลแต่ละบุคคลเข้ามามีบทบาทในชีวิตหรือคบหาพัฒนาความสัมพันธ์กันมาสักระยะ เกิดความพึงพอใจในสถานะนั้น คิดว่าความสัมพันธ์นั้นกับบุคคลคนนั้นดีอยู่แล้ว เรียกว่า “ฉันทะ” พอเวลาที่บุคคลนั้นอยู่กับใครแล้วรู้สึกพึงพอใจ สบายใจ รู้สึกปลอดภัย สงบสุขเมื่ออยู่ด้วย ก็เกิดความยินดีที่จะให้บุคคลที่เรารักหรือปรารถนาดีด้วยนั้น ประสบพบเจอแต่ความสุข ความเจริญ เรียกว่า “เมตตา” แต่การที่เราจะพัฒนาจิตใจของเราในเลือกของความรัก ไม่รักเฉพาะบุคคลใด บุคคลหนึ่ง ที่มาแบ่งแยกว่าบุคคลคนนั้นเป็นเพื่อนเรา เป็นครอบครัวเรา เป็นคนรักของเรา หรือแม้แต่คนที่มิประโยชน์เกื้อกูลเรา หากบุคคลนั้นสามารถพัฒนาไปที่จะมีความรัก ความยินดี ความปรารถนาดี ต่อบุคคลอื่น ทุกตัวตน ทุกจำพวก ตลอดจนสรรพสัตว์ทั้งหลายนั้น เรียกว่า “มหากุณาธิคุณ” จะทำให้บุคคลนั้น มีความสุขที่จะรัก ยินดีในสิ่งที่ผู้อื่นได้ประสบผลสำเร็จหรือประสบความสำเร็จนั้น โดยไม่หวังสิ่งตอบแทนใดๆ ถือว่าเป็นความรักในรูปแบบที่ประเสริฐที่สุดที่ทางผู้วิจัยได้กล่าวมาทั้งหมด

กล่าวโดยสรุปคือ ความรักมีหลายระดับและมีหลายหลายรูปแบบเราต้องเข้าใจความรักนั้นการที่รักแบบไม่ยึดติด ยึดมั่นนั้นดีที่สุด เพราะไม่ต้องเสียใจภายหลังหากความรักนั้นไม่ประสบซึ่งผลสำเร็จ

๓) เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ ในสังคมไทยนั้นมีความผูกพันกับทางด้านพระพุทธศาสนาмаยาวนาน ถึงเป็นสังคมร่วมสมัยสิ่งที่สอนหรืออ้างถึงยังเป็นหลักการทางหลักพระพุทธศาสนาอยู่ เพราะหลักทางพระพุทธศาสนาเป็นจริงทุกเมื่อ ทุกกาลเวลา การที่นำศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยามาประยุกต์ใช้ได้ จึงทำให้บุคคลที่อยู่ในสังคมไทยเข้าใจในความรักได้ดียิ่งขึ้นเหมือนเรามีพระพุทธศาสนาเป็นยาดี ทำอย่างไรที่จะนำยานั้นไปใช้ได้ดียิ่งขึ้น คือการนำศาสตร์สมัยใหม่มาประยุกต์ใช้ หรือเป็นสารเคลือบตัวยานนั้น

กล่าวโดยสรุปการจัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนานั้นสามารถที่จะนำมาประยุกต์ใช้กับศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อให้บุคคลที่อยู่ในสังคมร่วมสมัยได้เข้าใจ เพราะหลักธรรมทางพระพุทธศาสนานั้นเป็นจริงเสมอไม่ว่าจะอยู่ในยุคสมัยใด

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

ความรักเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้กับบุคคลทุกประเภทที่เกิดมาบนโลกมนุษย์นี้ แต่ความรักมีรูปแบบหรือลำดับขั้น ตามความรู้สึกหรือความสัมพันธ์ต่อสถานะของบุคคลนั้นๆ ว่าการให้ความรักกับบุคคลนั้นควรวางความรักแบบใดและการปฏิบัติตัวตนอย่างไรจึงจะถูกต้อง เมื่อความรักนั้นทำให้เกิดความทุกข์ บุคคลนั้นๆจะมีวิธีการแก้ปัญหาอย่างไร เมื่อเกิดความทุกข์บุคคลนั้นจะเยียวยาความทุกข์อย่างไร และจะมีการปฏิบัติตนอย่างไรเมื่อเกิดความรักครั้งใหม่ป้องกันความผิดหวังอย่างไร

จากการศึกษาผู้ศึกษามีความคิดเห็นว่า ความรักนั้นจะไม่ก่อให้เกิดซึ่งความเสียใจหรือความทุกข์ที่จะตามมาจากรักนั้นคือ การที่รักบุคคลนั้นโดยไม่ยึดติดว่าบุคคลนั้นเป็นของเรา เอาชีวิตทั้งหมดไปฝากไว้กับอีกหนึ่งบุคคลที่เราเฝ้าปรารถนาถึง การที่เรารักผู้อื่น คาดหวังต่อบุคคลที่นั้นไม่ใช่สิ่งที่ไม่ดี แต่ต้องมีหลักของความเมตตา ไม่ใช่ว่าเมื่อไม่ได้ในสิ่งที่เรารักนั้น ความรักก็ก่อตัวเป็นความเกลียดชัง แต่จงเรียนรู้ที่จะรักเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิต ทุกอย่างก่อนที่จะมีตัวตนมา ก็เคยไม่มีตัวตนมาก่อน บุคคลที่อยู่คนเดียวมานานพอมีใครคนหนึ่งเข้ามาใช้ความรักในทางที่ผิด ทุ่มเททั้งชีวิตให้ เพื่อคาดหวังให้บุคคลนั้นรักตนตอบ แต่ถ้าเรารักแบบเข้าใจเมื่อมีก็ยอมมีจากไป รักแบบให้เห็นคุณค่าของตนเอง ความรักนั้นก็จะเป็นสิ่งที่สวยงามคงอยู่เป็นสิ่งที่ดีงามในสังคมต่อไป เพราะความรักนั้นเป็นส่วนหนึ่งในการขับเคลื่อนทางสถาบันทางสังคม จำเป็นต่อการผลิตบุคคลากรในการพัฒนาประเทศต่อไป เป็นความรู้สึกที่มั่นคงเมื่อบุคคลนั้นท้อแท้ เมื่อกลับไปครอบครัวหรือเพื่อนก็มีความรู้สึกอุ่นใจที่ยังมีคนที่รักบุคคลนั้นอยู่ จึงปฏิเสธไม่ได้ว่าความรักนั้นเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องพบเจอนั่นเอง

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

ยังมีประเด็นที่น่าศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับการจัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา ดังนี้

๑. ปัญหาทางด้านความรักมีผลต่อบุคคลในสังคมอย่างไร
๒. สามารถที่จะนำการจัดการความรักเชิงพุทธไปใช้กับบุคคลที่มีปัญหาในด้านครอบครัวอย่างไร เพื่อลดปัญหาการหย่าร้างของคนในสังคมไทย

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย:

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

พระสัทธัมมโชติกะ อัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๙ เล่ม ๑ สมถกรรมฐานที่ปณี.**

กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ, ๒๕๔๗

สุเชาว์ พลอยชุม (ผู้รวบรวม). **ธรรมนุกรม : ประมวลจากพระนิพนธ์สมเด็จพระสังฆราช กรม**

หลวงวชิรญาณวงศ์, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๗.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๓

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ)**.

กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒.

พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร. **กฎแห่งความรัก**. กรุงเทพมหานคร: หจก.ภาพพิมพ์, ๒๕๕๑.

พระพิพิธธรรมสุนทร (ญาณสุนทร). **ความรักในพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: กรอง

สถานการณ์, ๒๕๔๖.

ไพโรจน์ อยู่มณเฑียร. **ขุมขุมวาตะปราชญ์**. กรุงเทพมหานคร: สนพ.สุขภาพใจ, ๒๕๔๑.

วิทยากร เชียงกุล. **ความรัก การสร้างสรรค์ และความสุข**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สายธาร,

๒๕๕๐.

ผศ.สุชา จันทรเฒ. **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิชจำกัด, ๒๕๓๑.

โรเบิร์ต แอนโทนี. **วิธีสร้างความเชื่อมั่น**. แปลโดย บุญย์ รัตนปัญญา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์

บริษัท ยูโรปา เพรส จำกัด, ๒๕๕๙.

ราชบัณฑิตสถาน. **พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยาอังกฤษ-ไทย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งศิลป์

การพิมพ์, ๒๕๒๔.

รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร. **จิตวิทยาครอบครัวและครอบครัวศึกษา**. กรุงเทพมหานคร:

หจก.สามลดา, ๒๕๖๐.

กิตติกร มีทรัพย์. **ความหมายแห่งรัก**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ต้นหมาก, ๒๕๒๔.

นพ.ปราโมทย์ เชาวศิลา. **คู่มือทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของซิกมันด์ ฟรอยด์**. กรุงเทพมหานคร: สหประชา

ชาพาณิชย์, ๒๕๒๖.

รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร. **จิตวิทยาในวัยรุ่น**. กรุงเทพมหานคร: หจก.สามลดา, ๒๕๖๐.

ดร.อยุษกร งามชาติ. **จิตวิทยาความรัก**. กรุงเทพมหานคร: หจก. ภาพพิมพ์, ๒๕๕๘.
 รศ.วิจิตาภาณี เจริญขวัญ. **ระบบและทฤษฎีทางจิตวิทยา** ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยรามคำแหง.กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๕๑.
 จำนง อติวัฒน์สิทธิ์. **สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ
 ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.
 ราชบัณฑิตสถาน. **พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยาอังกฤษ-ไทย**.กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งศิลป์
 การพิมพ์, ๒๕๒๔.
 รองศาสตราจารย์ ดร.อุสา สุทธิสาคร. **จิตวิทยาครอบครัวและครอบครัวศึกษา**. กรุงเทพมหานคร:
 หจก.สามลดา, ๒๕๖๐.

(๒) วิทยานิพนธ์:

พระอานาจ เขมปญโญ (ยอดทอง). “การเปรียบเทียบปรัชญาความรักในพุทธปรัชญาเถรวาท
 และงานเขียนซิมโฟนีของเพลโต.” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิต
 วิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.
 พระมหาปริชา ปริญญาจารย์. **ความรักในพุทธปรัชญา**. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**.
 บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.
 พระมหาบุญเรือน ปภังกร (พิลาพันธ์). “การศึกษาวิเคราะห์แนวความคิดเรื่องเมตตาในพุทธ
 ปรัชญาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
 ศุภลักษณ์ สุวรรณเครือ, “มรรควิธีแห่งรักและเมตตาเพื่อรับใช้สังคมในทัศนะวิทยาการชาว
 พุทธ”. **วิทยานิพนธ์หลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:
 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๒.
 นางสาวณัฐมา ชันติธรรมกุล. **การศึกษาความรักในพุทธศาสนา**. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร
 มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

(๓) สื่ออิเล็กทรอนิกส์:

สสส. “เผยสถิติฆ่าตัวตายผิหวังรักมากที่สุด.สำนักงานกองทุนสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาพ(สสส)”
 สสส.[ออนไลน์]. แหล่งที่มา: [http://www.thaihealth.or.th/Content/2754-เผยสถิติ](http://www.thaihealth.or.th/Content/2754-เผยสถิติฆ่าตัวตายผิหวังรักมากที่สุด%20%20.html)
 ฆ่าตัวตายผิหวังรักมากที่สุด%20%20.html [๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๙].
 ข้าวด้วน. “นักศึกษาสาวเครียดวัย ๑๙ แพนทั้ง-ผูกคอตาย เขียนจม.ให้แฟนมา
 ไขว้ศพไม่เง้นจะตามหลอกหลอน-เอาไปอยู่ด้วย”. **ข่าวสด** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:
https://www.khaosod.co.th/breaking-news/news_190710 , [๑๑ มี.ค.๖๐].

(๔) สัมภาษณ์:

สัมภาษณ์ พระมหาทวี มหาปัญญา,ผศ.ดร., ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี), ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย, ๒๘ มกราคม ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ (ราชบัณฑิต), ที่ปรึกษาอธิการบดีกิตติมศักดิ์ และอุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร, อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

สัมภาษณ์ ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์, อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์, ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑.

๒. ภาษาอังกฤษ :

The Most Ven.Prof.Dr.Pradarmakosajarn (Prayoon Dhammacitto), **Dhamma and Environmental Preservation**, The International Council of the United Nations Day of Vesak (Bangkok : Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 2009), p.39.

Erich Fromm, **The Art of Loving**, p.34, Rom Harre and Roger Lamb, The encyclopedia dictionary of psychology, (Oxford : Basil Blackwell Publisher limited, 1983), p.360.

ภาคผนวก ก
แบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์เพื่อวิทยานิพนธ์ เรื่อง การจัดการความรักเชิงพุทธ

คำชี้แจง :

แบบสอบถามสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย ฉบับนี้จัดทำขึ้นโดยมี วัตถุประสงค์ของงานวิทยานิพนธ์ คือ

๑. เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย
๒. เพื่อศึกษามิติของความรักในทางพระพุทธศาสนา
๓. เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ

ในงานวิจัยฉบับนี้เพื่อสัมภาษณ์ความเห็นเรื่องการจัดการความรักเชิงพุทธ ผู้สัมภาษณ์จึงใคร่ขอสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

แบบสัมภาษณ์ แบ่งเป็น ๒ ส่วน คือ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ส่วนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์

.....
(นางสาว รัศริสา สุขุประการ)
นิสิตปริญญาโท พุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

แบบสัมภาษณ์

ผู้ทรงคุณวุฒิ นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ ประวัติส่วนตัว และประวัติการทำงานอย่างย่อของผู้ถูกสัมภาษณ์

๑.๑ ประวัติส่วนตัว :

- ๑) ชื่อ..... ฉายา/นามสกุล.....
สมณศักดิ์.....
๒) เพศ.....อายุ.....พรรษา.....

๑.๒ ประวัติการทำงาน

- ๑) ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง.....
อายุการทำงาน.....ปี.....เดือน
๒) ตำแหน่งอื่นๆ (เช่น เป็นกรรมการ หรือตำแหน่งอื่น ๆ ที่ภาคภูมิใจ ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานพระพุทธศาสนา)

- ๒.๑)
๒.๒)
๒.๓)

๑.๓ สถานที่และเวลาสัมภาษณ์

- ๑) สถานที่สัมภาษณ์ ณ.....
อายุการทำงาน.....ปี.....เดือน
๒) เวลาสัมภาษณ์ ในวัน.....ที่.....เดือน.....พ.ศ.....
เวลาที่สัมภาษณ์.....น. ถึง เวลา.....น. รวม..... (ชม./นาที)

ส่วนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์

๒.๑ เพื่อศึกษามิตติของความรักในทางพระพุทธศาสนา

ก) ท่านมีทัศนคติต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักที่ปรากฏในทางคัมภีร์พระพุทธศาสนา
อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ข) ท่านมีทัศนคติต่อหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ใช้สอนบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย

ก) ท่านมีทัศนคติต่อความรักในด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ข) ท่านมีทัศนคติต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักในสังคมร่วมสมัยอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๒.๓ เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ

ก) ท่านมีทัศนคติในการแก้ไขปัญหาบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

.....

.....

.....

.....

.....

[illegible][illegible]

.....

นิสิตปริญญาโท รุ่นที่ ๒๙ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

คำให้สัมภาษณ์ พระมหาทวี มหาปัญญา,ผศ.ดร.

เรื่อง การจัดการความรักเชิงพุทธ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ได้แก่ ประวัติส่วนตัวและประวัติการทำงานอย่างย่อของผู้ให้สัมภาษณ์

๑.๑ ประวัติส่วนตัว:

ชื่อ พระมหาทวี มหาปัญญา

๑.๒ ประวัติการทำงาน

ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง สัมภาษณ์ พระมหาทวี มหาปัญญา,ผศ.ดร., ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑.๓ วันที่ให้การสัมภาษณ์

วันอังคารที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

ส่วนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์เพื่อการจัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา

๒.๑ เพื่อศึกษามิติของความรักทางด้านพระพุทธศาสนา

ก) ท่านมีทัศนะต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักที่ปรากฏในทางคัมภีร์พระพุทธศาสนาอย่างไร

พระมหาทวี มหาปัญญา,ผศ.ดร. : เบื้องต้นต้องนิยามถึงคำว่า “ความรัก” บุคคลที่มีปัญหา มีหลายประเภท

ข) ท่านมีทัศนะต่อหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ใช้สอนบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักอย่างไร

พระมหาทวี มหาปัญญา,ผศ.ดร. : หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าเหมาะแก่การแก้ปัญหาแต่ละปัญหาซึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์และเงื่อนไขของปัญหา

ให้สัมภาษณ์ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี)

การจัดการความรักเชิงพุทธ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ได้แก่ ประวัติส่วนตัวและประวัติการทำงานอย่างย่อของผู้ให้สัมภาษณ์

๑.๑ ประวัติส่วนตัว:

ชื่อ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี

๑.๒ ประวัติการทำงาน

ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง ประธานและผู้อำนวยการมูลนิธิวิมุตตยาลัย

๑.๓ วันที่ให้การสัมภาษณ์

วันอาทิตย์ที่ ๒๘ มกราคม ๒๕๖๑

ส่วนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์เพื่อการจัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา

๒.๑ เพื่อศึกษามิติของความรักทางด้านพระพุทธศาสนา

ก) ท่านมีทัศนะต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักที่ปรากฏในทางคัมภีร์พระพุทธศาสนาอย่างไร

พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี : ก็เป็นเพราะบุคคลเหล่านั้นยังขาดสติและปัญญาในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับความรักเช่นคนที่ไปรักกันแล้วมีเรื่องมีราว เช่น นางปญจามรา รักกันหนาเลยต้องพากันหนี และก็ความรักของลูกธิดาเศรษฐี อีกคนหนึ่งซึ่งเห็นโจรก็รักเลยแล้วก็ไปแต่กับโจรแล้วต่อมาก็ถูกโจรหลอกแล้วต่อมาก็กลายมาเป็นภิกษุณีเป็นพระอรหันต์ด้วยเนื้อคือ ความรักยังงี้ มันเป็นความรักที่เกิดจากบุคคลเหล่านั้นยังขาดสติพอขาดทั้งสติมันก็ให้ความรักนำทางไม่ฟังพ่อแม่และหนีตามผู้ชายไปแต่กับโจรก็มี และก็ขาดปัญญา ไม่มีปัญญาจึงไม่สามารถบริหารจัดการครอบครัวได้สุดท้ายก็ทิ้งพ่อแม่ไปเพื่อไปอยู่กับคนรักและมีชีวิตครอบครัวที่ล้มเหลว ในความรักคือ ต้องการสติ คือความยับยั้งชั่งใจและการทั้งปัญญาในการบริหารจัดการชีวิตคู่

ข) ท่านมีทัศนะต่อหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ใช้สอนบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักอย่างไร

พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี : พระพุทธองค์ทรงสอนหลักธรรมที่เหมาะสมแต่ละบุคคลเสมอ เหมือนกับหมอที่ชาญฉลาดที่จะวินิจฉัยโรคที่ไม่ผิดพลาดทุกครั้ง เพราะฉะนั้นเรื่องการสอนของพระพุทธองค์นั้นเรื่องความรักพระพุทธองค์สอนแล้วได้ผลเสมอ เช่น กรณีของนางปญจามราที่ผิดหวังต่อความรักมาใช้ใหม่ ผิดหวังมาๆมาหาพระองค์พระองค์ก็สอนให้ได้สติตื่นรู้ขึ้นมาเลย เธอจะร้องไห้ นะ ถ้าเธอยังไม่เข้าใจความรักนั้นน้ำตาของเธอมากกว่าน้ำในมหาสมุทรทั้งสี่เอนามากองรวมกัน ซึ่งร้องไห้มากี่ภพกี่ชาติแล้วเธอยังจะร้องอยู่อีกหรือ พอพระพุทธเจ้ากล่าวแค่นี้นางก็สว่างเลย และสอนความรักแก่นางก็สาโคตมีที่รักลูกมากก็ให้ไปเอาเมล็ดผักกาดกับบ้านที่ไม่มีคนตายใช้ใหม่ ก็เปะ การจัดการความรักของพระพุทธเจ้าก็สามารถเยียวยาความรักได้เสมอ ใช้เหมาะกับบุคคลมาก

๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย

ก) ท่านมีทัศนะต่อความรักในด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร

พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี : ในทางจิตวิทยา ความรักมันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ ใช่ไหม มนุษย์ทุกรูปทุกนามยังงี้ก็ต้องมีความรัก ใช่ไหม มันเป็นธรรมชาติอันเป็นธรรมดาตามาก ไม่ใช่เรื่องแปลกประหลาดเลยนะ ในทางสังคมวิทยาก็เหมือนกัน มองว่านั่นมนุษย์เป็นสัตว์สังคม นั่นมนุษย์มันเป็นสัตว์สังคมยังงี้ก็โหยหาใครสักคนหนึ่งมาเป็นที่พักอาศัยในทางจิตวิญญาณ มนุษย์มันจะขึ้นต่อใครคนใดคนหนึ่งเสมอในทางวิญญาณ เพราะธรรมชาติของมนุษย์เป็นสัตว์สังคมถูกต้องไหม

ข) ท่านมีทัศนะต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักในสังคมร่วมสมัยอย่างไร

พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี : คนมันไม่ค่อยมีความเข้าใจและไม่ค่อยมีสติ ขาดสติเวลารักจึงเกิดความยับยั้งชั่งใจ ขาดความเข้าใจก็จึงรักอย่างหึงหวง รักอย่างยึดติดถือมั่น รักแล้วก็หวังที่จะครอบครองและก็เอาความรักนั้นพอเราไม่มีความเข้าใจก็กลายเป็นความร้าย กลายเป็นความความเกลียดชังก็หันมาทำร้ายซึ่งกันและกันฉะนั้นปัญหาของความรักผู้คนในสังคมก็มีสองเรื่องเท่านั้นเองก็คือ หนึ่งรักเพราะขาดสติจึงขาดความยับยั้งชั่งใจ ถ้ายับยั้งชั่งใจเวลารักกันจะต้องพากันไปทำสิ่งดีๆ ใช่ไหม อดได้ ทนได้ รอได้ ใช่ไหมและพอขาดความเข้าใจมันก็เลยโกรธเกลียดซึ่งกันไปหมดทุกอย่างที่รักมันไม่ใช่รักมันคือ ความเห็นแก่ตัว แต่ถ้าเรามีความเข้าใจเราจะรักอย่างคนที่เรารักของเรายังคงเป็นตัวของตัวเองอยู่ ไม่ครอบครอง รักแล้วก็มีเสรีภาพ มีช่องว่างที่จะพูดที่จะคุยสื่อสารกันอยู่ นี่ถ้าได้อย่างนี้ความรักก็จะถึงจะตลอดรอดฝั่ง

๒.๓ เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ

ก) ท่านมีทัศนะในการแก้ไขปัญหาบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี : ในเชิงจิตวิทยาเราต้องส่งเสริมให้คนเรียนรู้ธรรมชาติของชีวิต เพราะในธรรมชาติของชีวิต ก็จะต้องบอกว่า ชีวิตมีธรรมชาติอันหนึ่งก็คือ มนุษย์ทุกคนล้วนแต่โหยหาความรัก ถูกต้องไหม พอรู้จักธรรมชาติของชีวิต ก็จะได้เรียนรู้ธรรมชาติของความรัก ต้องส่งเสริมให้การเรียนจิตวิทยานะให้อย่าเรียนแต่เรื่องพฤติกรรมล้วนๆต้องเรียนเรื่องธรรมชาติของชีวิตว่าต้องเรียนเรื่องธรรมชาติของชีวิตว่าชีวิตมีจุดอ่อนอย่างไร จุดแข็งอย่างไร และความรักอยู่ในซับเซ่ไหน ธรรมชาติของชีวิต เรียนธรรมชาติของชีวิตแล้ว ก็มาเรียนธรรมชาติของความรัก ว่าถ้ารักแล้วมันมีสิทธิ์ที่หน้ามืดตามัวได้นะ ถ้าปราศจากสติปัญญาละ ความรักมันใกล้เคียงกับกามารมณ์มากนะ ความรักมันยึดติดถือมั่นมากๆจากราคะมันกลายเป็นโลภะได้นะ และมันเป็นที่มาของอันตราย รักมากหรือมากรักเนี่ยตายได้ทุกเมื่อนะ ใช่ไหม รักมากมายมันพลิกเป็นเกลียดมากมายนี่คือ จิตวิทยาของความรักก็ต้องสอนให้รู้ทันในเบื้องต้นเนี่ย เบื้องแรกเนี่ย ต้องสอนให้รู้จักธรรมชาติของชีวิต เพราะความรักมันเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต พอรู้จักธรรมชาติของชีวิตว่าชีวิตเป็นอย่างนั้นชีวิตเป็นอย่างนี้ ชีวิตจะมีความโลก จะมีความโกรธ จะมีความหลง จะมีราคะ จะมีกามารมณ์ จะมียึดติดถือมั่น ฉะนั้นก็เจาะลงไปทีความรักให้รู้จักว่า ออรักมันมีตั้งหลายแบบนะ รักแบบราคะก็เป็นดำฤคณา รักแบบเมตตาก็คือเอ็นดู สงสาร รักแบบฉันทะก็คือ ปรารถนาดี อยากให้ทุกสิ่งมันสวยงามมันเข้าที่เข้าทางเห็นโลกที่ประเสริฐเลิศล้ำและก็รักแบบการุณคือ เบิกบานในการรับใช้เพื่อนมนุษย์เหมือนพี่ตุน และก็รักแบบ

ปัญหารักแบบผู้ที่พ้นไปแล้วจากปัญหาอุปทานทั้งหมด เป็นความรักอันบริสุทธิ์ดุจน้ำค้างต้องการแต่จะช่วยเหลือผู้อื่นล้วนๆ เพราะไม่มีตัวกูของกูให้เป็นห่วงอีกแล้วบุคคลนิพพานทำการเพื่อโลก ปลายทางของรักแท้เป็นเช่นนั้นมันเชื่อมกันได้หมด คุณไม่สามารถแยกแ่งมุมทางจิตวิทยาออกจากสังคมวิทยาได้ เพราะมนุษย์มันอยู่ในสังคมและสังคมมันก็ต้องมีมนุษย์ฉะนั้นเราสามารถพิจารณาไปพร้อมๆ กันได้เลยคนๆ หนึ่งก็คือ หน่วยหนึ่งของสังคม ถูกต้องไหม เพราะฉะนั้นศึกษาสองอย่างเนี่ยบางทีมันกายมันเกยกันแทบแยกไม่ออก อย่างเช่นพระอาจารย์เนี่ยก็คือ หน่วยหนึ่งของสังคม หนูก็คือ หน่วยหนึ่งของสังคม ความรักของหนูก็คือ ความรักที่อยู่ในคนของสังคมด้วย ถูกต้องไหม เพราะฉะนั้นสองมิติเนี่ยก็ศึกษาร่วมกันไปได้เลย เพียงแต่ว่าเราจะต้องส่งเสริมความเข้าใจเกี่ยวกับความรักที่ถูกต้องให้กับผู้คนในสังคมมากขึ้นอย่างน้อยให้คนในสังคมแยกออกกว่าอันไหนที่เรียกว่า รักอะ อันไหนที่เรียกว่า ฉันทะ อันไหนที่เรียกว่า เมตตา อันไหนที่เรียกว่า กรุณา อันไหนที่เรียกว่า ปัญญา ความรักมันมีหลายรูปแบบคนในสังคมจะต้องรู้ เพื่อจะได้เท่าทันมายาการณ์ของความรัก พระอาจารย์ลองพิจารณาว่าความรักมี ๔ ระดับ รักเมตตาอารีย์ รักมีแต่ให้ รักใคร่ปรารถนาอะเอาใหม่นะ อะรักใคร่ปรารถนา รักเมตตาอารีย์ รักมีแต่ให้ยังไม่ครบ มันมี ๔ ข้อ ลองช่วยคิดสิ ในหนังสือ พระอาจารย์พูดไว้หมด ลองดูสิ อะครบแล้ว คือรักตัวกลัวตาย คือรักอิงสัญชาตญาณ Instinction มีเหมือนกันทั้งหมดทั้งสี่มีเหมือนกันไม่ต้องเข้าโรงเรียนที่ไหนอะ คนสัตว์มีเสมอกันเป็นความรักระดับสัญชาตญาณรักเพื่อที่จะเอาตัวรอดถ้ามากเกินไปทำร้ายคนอื่น เพื่อให้ตัวเองรอดได้ ความรักปรารถนาก็เป็นรักอิงสัญชาตญาณดำรงเผ่าพันธุ์ มากเกินไปก็หึงหวงก็เป็นอันตรายได้นะ รักเมตตาอารีย์ก็เป็นความรักที่เกิดจากเมตตาความสงสารความเห็นอกเห็นใจ ไม่ตรีจิตมิตรภาพ ความรู้สึกดีงามต่อคนอื่นนะ แต่ก็ยังมีอันตรายอยู่เช่นคนไทยรักเฉพาะคนไทย คนพุทธก็รักเฉพาะคนพุทธมันยังก้าวข้ามเรื่องผิวเรื่องเผ่าพันธุ์ เรื่องพรรค เรื่องลัทธิินกายไม่ได้ ต้องไปหารักสุดท้าย รักมีแต่ให้ซึ่งใช้ปัญญาล้วนๆ พอปัญญาพาข้ามสมมุติทุกอย่างได้แล้วที่นี้เราก็อารักคนทั้งโลกเหมือนโลกทั้งสองเป็นพี่น้องกัน เรื่องความรักเหมือนขึ้นบันไดนะ เราจะต้องฝึกให้ผู้คนในสังคมพัฒนาไปตามลำดับขั้นเหมือนเช่นที่กล่าวมานี้ ความรักในทางจิตวิทยาจะต้องพัฒนาไปให้ได้ ๔ ขั้น คนในสังคมจะต้องฝึกพัฒนาความรักให้เติบโตขึ้นไปครบทั้ง ๔ ขั้น

ข) ท่านมีทัศนะในการแก้ไขปัญหามนุษย์ที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักพระพุทธศาสนาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

พระมหาวิมลชัย วชิรเมธี : มันก็พอจะอธิบายได้ พระอาจารย์ว่ามันจะยกให้บุพกรรมทั้งหมดคงไม่ได้หรอก ถ้าอย่างนั้นเราจะใช้ชีวิตเราไม่ได้สักอย่างเลยในเรื่องบุพกรรม ใช่ไหม จินตนาการต้องมองตามเหตุตามปัจจัย บุพกรรมก็อาจเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้คนนี้มีบุพเพสันนิวาสกับคนนี้ แต่ถ้ามันมาเจอกันชาตินี้และมันไม่คุยกันเลยนี้ บุพกรรมมันก็ส่งมาได้แค่นั้น ฉะนั้นเวลาพิจารณาอะบุพกรรมก็ส่วนหนึ่ง เหตุปัจจัยก็ส่วนหนึ่งที่จะพิจารณาร่วมกันนะ แต่พระอาจารย์ให้น้ำหนักกับเหตุปัจจัยมากกว่า

ค) ท่านมีทัศนะทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยานั้นสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับหลักคำสอนทางด้านพระพุทธศาสนาในการจัดการบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักในสังคมสมัยปัจจุบันได้อย่างไร

พระมหาภูติชัย วชิรเมธี : ก็ให้คนที่มีความรักฝึกการเจริญสติพัฒนาสติให้มากๆ เพื่อเวลาที่มีความรักสติจะได้ตามทันสัญชาตญาณพัฒนาปัญญาให้มากๆ เพื่อที่เวลาที่มีความรักจะได้ไม่รักขึ้นสมอง แต่จะรักด้วยสมองนะ ความรักต้องการทั้งสติและต้องการทั้งปัญญา ความรักที่มาพร้อมสติจะไม่ไปเป็นความหลงมกมาย และความรักที่มาพร้อมปัญญาจะเป็นการรักอย่างมีเหตุผล จะไม่ใช่รักขึ้นสมองแต่จะเป็นรักด้วยสมอง เมื่อรักด้วยสติและปัญญาความรักก็จะเป็นที่มาของความสุขแต่ความรักที่ขาดทั้งสติและปัญญาก็จะเป็นที่มาของความทุกข์ ประมาณนี้นะโอเครไหมลูก

คำให้สัมภาษณ์ ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ(ราชบัณฑิต)

เรื่อง การจัดการความรักเชิงพุทธ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ได้แก่ ประวัติส่วนตัวและประวัติการทำงานอย่างย่อของผู้ให้สัมภาษณ์

๑.๑ ประวัติส่วนตัว:

ชื่อ จำนงค์ นามสกุล ทองประเสริฐ

๑.๒ ประวัติการทำงาน

ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง ที่ปรึกษาอธิการบดีกิตติมศักดิ์และอุปนายกสมาคมมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑.๓ วันที่ให้การสัมภาษณ์

วันจันทร์ที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

ส่วนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์เพื่อวิธานนิพนธ์เรื่องการจัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา

๒.๑ เพื่อศึกษามิติของความรักทางด้านพระพุทธศาสนา

ก) ท่านมีทัศนะต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักที่ปรากฏในทางคัมภีร์พระพุทธศาสนาอย่างไร

ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ : ถ้าเป็นเรื่องอุปสรรคผมก็ไม่ทราบ เพราะตัวเองก็ไม่เคยมีอุปสรรค พระพุทธเจ้าท่านกล่าวเอาไว้แล้วว่าความรักมี ๒ ทาง บุพเพวะ สันนิวา เสนะ ปัจจะ บันนะ หิเตนะ วา ว่าหนึ่งความรักเนี่ยทำให้เกิดบุพเพสันนิวาสเคยอยู่ร่วมกันมาชาติก่อน ปัจจะ บันนะ หิเตนะ วา ด้วยการเกื้อกูลกันในปัจจุบัน บางทีก็มาเรียนหนังสือด้วยกันมารู้จักกันคุ้นเคย เป็นที่ช่วยเหลือกันทำให้เกิดความรักได้แต่บางทีก็เกิดทั้งสองอย่าง อาจจะเป็นบุพเพสันนิวาสกันมาแล้วก็มาชาตินี้มาเกื้อกูลกันมันก็เลยความรักเกิดขึ้น พุทธเจ้าบอกว่าเหมือนกับดอกบัวที่มันเกิดในน้ำเนี่ยมันอาศัยเปลือกตม และอาศัยน้ำ

ข) ท่านมีทัศนะต่อหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ใช้สอนบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักอย่างไร

ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ : “บุพเพวะ สันนิวา เสนะ ปัจจะ บันนะ หิเตนะ วา” บุพเพวะ สันนิวา เสนะ นี้คือ บุพเพที่เคยอยู่ด้วยกันในปางก่อน ปัจจะ บันนะ หิเตนะ วา เกื้อกูลกันปัจจุบัน เอวันตัง ชะยะตา เปมัง ความรักที่เคยจากมาด้วยเหตุ ๒ ประการ อุปะลัง ะยะโส ะกะ เหมือนดอกอุบลที่เกิดในน้ำ ก็อาศัยเปลือกตม

๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย

ก) ท่านมีทัศนะต่อความรักในด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร

ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ : ก็ไม่หนึ่ที่พระพุทธเจ้าสอนหรือ เรื่องของจิตวิทยาอะไรเนี่ยคือ บางคนมีจิตวิทยาไปหลอกเขาก็มีใช้ใหม่เนี่ยคือ รู้ว่าคนนี้ชอบยังงี้เราก็จุดเออ

ออกไปก็ชอบ แต่บางคนเราไปพูดความจริงเขาไม่ชอบใช้ไหม เจิงสังคมก็คือ เราอยู่ร่วมกันในสังคมนี้นั้นมนุษย์เป็นสัตว์สังคมนี้อยู่ ในสังคมนั้นมนุษย์เราก็มีจิตใจต่างหากกัน นี่เราต้องรู้ว่าคนนี้มีจิตใจหรือความรู้สึกอย่างไร กับเราเนี่ยมีความรู้สึกอย่างไร เข้ากันได้ไหม เนี่ยมันก็จะมีความที่เอ่อ อะไร ผมเคยไปให้โอวาทพวกที่เขาจะแต่งงานลูกศิษย์ เนี่ยพระพุทธเจ้าเขาสอนแล้วว่าในการที่เราจะอยู่ร่วมกัน เป็นสามีภรรยาหรือเป็นคนรัก รักกันตลอดไปเนี่ย มันมีองค์ประกอบ ๔ อย่าง ธรรมศรัทธา เรามีศรัทธาเสมอกัน สะมะเนี่ยไม่ใช่สมนะ ผมก็ถือศาสนาพุทธคุณก็ถือศาสนาพุทธ เราก็ถือศาสนาเหมือนกันเนี่ย ก็มีศรัทธาเหมือนกัน แต่ถ้าผมถือศาสนาพุทธ คุณนับถือศาสนาคริสต์นั้นมันก็จะขัดแย้งกัน ธรรมศรัทธา ก็ต้องมีศีลเสมอกัน คนหนึ่งมีศีล คนหนึ่งทุศีล มันก็อยู่ด้วยกันไม่ได้ ธรรมจาคาก็มีความเสียสละพอๆกัน ไม่ใช่เป็นคนเห็นแก่ตัว ธรรมปัญญาที่ต้องมีปัญญาพอๆกัน พูดกันรู้เรื่อง

ข) ท่านมีทัศนะต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักในสังคมร่วมสมัยอย่างไร

ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ : กันนี้แหละ เห็นคนนั้นเขามิเราก็อยากจะมีบ้าง ไม่งั้นรู้สึกว่าเป็นปมด้อย ว่าทำไมยังไม่มิลักที่นั้นะ ก็ยากจะสร้างความเด่น ยิ่งรู้สึกมีคนมารักมากรู้สึกโอ้เราโก้เหลือเกิน แต่บางทีก็อันตราย ถึงบอกว่าต้องดู ธรรมศรัทธา ธรรมศรัทธา ธรรมศรัทธา ธรรมศรัทธา ธรรมศรัทธา ถ้าหากว่ามี ๔ อย่างนี้เสมอกันก็อยู่ร่วมกันได้สบาย

๒.๓ เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ

ก) ท่านมีทัศนะในการแก้ไขปัญหาบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ : เนี่ยเราก็ต้องรู้ เพราะว่าคนที่เป็นสามีภรรยากันนี้ บางทีมันทะเลาะกันอยู่เรื่อยเพราะอะไร พระพุทธเจ้าบอกว่ามี ๔ ประเภท ถ้าผู้ชายเป็นอสูร แต่ผู้หญิงเป็นเทพธิดา รสนิยมไม่ตรงกัน แต่ถ้าหากว่าผู้ชายก็อสูร ผู้หญิงก็อสูร ถึงเลวด้วยกันก็อยู่ด้วยกันได้ อันนี้ตรงกันข้าม ถ้าผู้ชายเป็นฝ่ายเทวดา แลผู้หญิงเป็นอสูร อันนี้ก็ขัดแย้งกัน แต่ถ้าผู้ชายเป็นฝ่ายเทวดา ผู้หญิงเป็นฝ่ายเทพธิดาก็อยู่ร่วมกันได้

ข) ท่านมีทัศนะในการแก้ไขปัญหาบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักพระพุทธศาสนาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ : เราต้องพยายามปรับความเข้าใจให้มันมีคติร่วมกัน เนี่ยต้องมีธรรม ๔ อย่างเนี่ย อย่างสมมุติว่าผมเป็นนักเรียนนอกเป็นดร.กลับมาภรรยาความรู้แค่ประถม ๔ อย่างนี้ ยางที่มันคุยกันไม่ค่อยรู้เรื่อง แต่อย่างนี้ถ้าหากภรรยาประถม ๔ แต่พยายามศึกษาหาความรู้ ซึ่งไม่จำเป็นต้องจากมหาลัยหรอก มีความรู้พอๆกันก็พูดกันรู้เรื่อง

ค) ท่านมีทัศนะทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยานั้นสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับหลักคำสอนทางด้านพระพุทธศาสนาในการจัดการบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักในสังคมร่วมสมัยได้อย่างไร

ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ : ความรักที่ทำให้เกิดทุกข์เนี่ย พระพุทธเจ้าก็สอนไว้เหมือนกัน ปิยโต ขายเต โสโก ปิยโต ขายเต ภยัความโสภยัอมเกิดจากความรัก ภยัก็เกิดจากความรัก ปิยโต วิปมุตตสส นตถิ โสโก กุโต ภยั ถ้าไม่มีความรัก ความโสภยัก็ไม่มี ภยัก็ไม่มี ทั้งนี้การ

จะมีความรักนั้นต้องประกอบด้วย บุพเพชะ สันนิวา เสนะ ปัจจะ บันนะ หิเตนะ วา นั้นต้องมาประกอบกันเยอะ ทุกศาสนานั้นก็สอนให้คนเป็นคนดีทั้งนั้นและ เราต้องรู้ว่าในแต่ละศาสนาเนี่ยเขาเน้นในเรื่องอะไร เรื่องที่มันไม่ตรงกันเราก็ไม่ต้องมาพูด เพราะสิ่งที่ตรงกันมีเยอะแยะ เช่น ในศาสนาคริสต์เขามีพระเป็นเจ้า มีgod เพราะพระเป็นเจ้านั้นสร้างทุกสิ่งทุกอย่าง สร้างโลก สร้างมนุษย์ สร้างอะไรต่างๆ อันนี้ผมก็เคยไปเรียนที่เมืองนอกก็เคยถามว่า ในการที่เรามาต่างชาติดังศาสนาที่อยู่ร่วมกันเนี่ยเราก็ต้องพูดในเรื่องที่เข้ากันได้ เรื่องที่มันขัดแย้งกันเราก็ไม่มาโต้เถียงกัน เพราะว่าต่างคนก็ต่างไม่รู้ลึกซึ้งอะไรหรอก ที่เถียงกันเนี่ยเพราะบางทีไม่รู้ละ อย่างศาสนาคริสต์ก็สอนให้คนมีศรัทธาของเราก็สอนให้คนมีศรัทธา แต่ว่าศรัทธาของเขา กับศรัทธาของเราไม่เหมือนกัน เพราะว่าอย่างศาสนาคริสต์เนี่ยคุณต้องมีศรัทธาในพระเจ้า ถ้าเชื่อพระเจ้าเนี่ยสร้างเรา สร้างทุกสิ่งทุกอย่าง เนี่ยผมเรียนทางปรัชญามาก็มีทั้งปรัชญาทางตะวันตกเนี่ย เขาก็ถามที่พระเจ้าสร้างทุกสิ่งทุกอย่าง สร้างอาหาร ให้แก่มนุษย์ เนี่ยก็แสดงว่าพระเจ้านั้นเมตตาใช้ไหม เนี่ยถ้าพระเจ้าสร้างจากความไม่มีอะไรได้ เนี่ยแสดงว่าพระเจ้านั้นมีอำนาจใช้ไหม ก็ต้องว่าใช่ เนี่ยถ้าพระเจ้านั้นมีอำนาจและก็มีเมตตา และทำไมสร้างให้คนบางคนเนี่ย หนึ่งรูปร่างก็สวย สองสติปัญญาที่ดี สามก็เกิดในตระกูลมั่งมี หรืออุดมสมบูรณ์อะไรเงี้ยนะ แต่ว่าบางคนเกิดมาก็ยากจน รูปร่างก็ชั่วร้าย ปัญญาก็ทรมาน ทำไมไม่ให้มันพอๆกันละ ก็แสดงว่าถ้าพระผู้เป็นเจ้ามีอำนาจก็ไม่มีเมตตา ถ้าพระเจ้านั้นมีเมตตาทำไมได้ก็แสดงไม่มีอำนาจ แต่พระพุทธรูปเจ้ากลับสอน น ชจจา วสโล โหติ น ชจจา โหติ พราหมโณ คนเราจะเป็นคนโง่หรือคนดีไม่ได้ อยู่ที่ชาติกำเนิดนะ กมมุนา วสโล โหติ กมมุนา โหติ พราหมโณ บุคคลจะเป็นคนโง่ หรือคนเลว หรือจะเป็นพราหมณ์เป็นผู้ดี ไม่ได้อยู่ที่ชาติกำเนิด เพราะกรรมคือ การกระทำ เราเกิดมาในตระกูลที่ยากจน เราอาจจะกลายเป็นเศรษฐีก็ได้ และคนที่เกิดในตระกูลเศรษฐีอาจจะกลายเป็นยากจนต่อไปก็ได้ เพราะกรรมการกระทำของเขา คือหลักธรรมในพระพุทธศาสนา มันลึกซึ้งต้องศึกษาดีๆ ไม่ใช่ว่าทำได้ดี ทำชั่วได้ชั่วเท่านั้น บางคนก็ถามทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป นี่ก็ชั่ว นั่นก็ชั่ว แหม มาเป็นรัฐมนตรี มาเป็นเสนาดีย่างงี้ แล้วก็จริงด้วยทำไมละ เนี่ยต้องศึกษาเรื่องกรรมให้ลึกซึ้ง นี่ว่าที่เราทำดีได้ดีมันถูกกับสถานที่หรือเปล่า ถูกจังหวะเวลาไหม มันถูกกับบุคคลไหม ถ้ามีเทคนิคหรือศิลปะในการทำมากแค่ไหน ถ้าหากว่าคบอย่างงี้เค้าเรียกว่ามีสมบัติ ๔ อย่าง คติสมบัติ อุปธิสมบัติ กาลสมบัติ ปโยคสมบัติ คราวนี้ที่เราทำดีแต่ไม่ได้ผลเพราะอะไร มันคือ วิบัติ ทำผิดสถานที่ ทำผิดจังหวะ ทำผิดบุคคล เทคนิคศิลปะในการทำไม่ดีมันก็เลยไม่ได้ผลเราสามารถเอาธรรมกับโลกมาประยุกต์กันได้ อย่างเราไปสอนชาวนาเนี่ย เอาธรรมประกอบกับการทำนาว่าโออย่างนี้เหมือนกันอย่างนั้นจนกระทั่งชาวนาได้ฟังแล้วได้ตาสว่างได้เป็นพระโสดาบันคือ มันอยู่ที่ว่าเราต้องปรับตัวเข้ากัน

คำให้สัมภาษณ์ รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร

เรื่อง การจัดการความรักเชิงพุทธ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ได้แก่ ประวัติส่วนตัวและประวัติการทำงานอย่างย่อของผู้ให้สัมภาษณ์

๑.๑ ประวัติส่วนตัว:

ชื่อ สมิทธิพล นามสกุล เนตรนิมิตร

๑.๒ ประวัติการทำงาน

ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรราชวิทยาลัย

๑.๓ วันที่ให้การสัมภาษณ์

วันศุกร์ที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

ส่วนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์เพื่อวิธานนิพนธ์เรื่องการจัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา

๒.๑ เพื่อศึกษามิติของความรักทางด้านพระพุทธศาสนา

ก) ท่านมีทัศนะต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักที่ปรากฏในทางคัมภีร์พระพุทธศาสนาอย่างไร

รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร : บุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักมีสาเหตุ ๒ ทาง คือ สาเหตุภายในตนเองและสาเหตุจากสิ่งแวดล้อม สาเหตุแรก มาจากความยึดถือยึดครองว่าเป็นตัวตนของตนเองมีตัณหาเป็นแรงผลักดัน ถ้าตัณหามีความหยาบมาก เขาก็ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ ถึงขั้นก่อปัญหาผิดศีลธรรมได้ สาเหตุที่สอง บางคนได้รับความรักคนรอบข้างตั้งแต่วัยเด็กน้อยเกินไป ทำให้ขาดความรัก บางคนได้รับความรักมากเกินไป ทำให้ไม่รู้จักคุณค่าของความรัก ซึ่งล้วนแต่ทำให้เป็นคนเห็นแก่ตัวในเรื่องความรัก

ข) ท่านมีทัศนะต่อหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ใช้สอนบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักอย่างไร

รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร : พระพุทธศาสนาสอนให้รู้เท่าทันความรัก ความรักที่เกิดจากตัณหา ย่อมรู้สึกอยากได้มาครอบครองและปกป้องตัวตนที่คิดจินตนาการขึ้นผู้ที่ประสบปัญหาเรื่องความรักมักเกิดโทษตามมาเมื่อไม่สมปรารถนา พวกที่สมปรารถนา แต่มักมากก็จะดิ้นรนแสวงหาความรักไปเรื่อยๆ ไม่รู้จักพอ ความรักจะไปปิดกั้นการใช้ปัญญาและอาจมีพฤติกรรมที่เกิดจากความลำเอียง(อคติ)ไปทางใดทางหนึ่ง คือ รักมากโกรธมาก หลงมาก กลัวมาก สิ่งเหล่านี้อาจนำไปสู่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้

๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย

ก) ท่านมีทัศนะต่อความรักในด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร

รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิต : ความรักในทางจิตวิทยา เป็นปฏิกิริยาที่ตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้นหรือกระทบทางประสาทสัมผัส แล้วตอบกลับในลักษณะทางอารมณ์พอใจ เกิดจากสัญชาตญาณ เป็นการแสดงออกของแรงปรารถนาทางเพศ

ความรักทางด้านสังคมวิทยา เป็นพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งที่มากระทบอันเนื่องมาจากประสบการณ์ในสังคมแล้วเกิดความพึงพอใจต่อบุคคลที่เรารู้จักในสังคม พฤติกรรมของความรักจะเป็นไปตามปัจจัยทางสังคม เช่น การอบรมเลี้ยงดูจากสถาบันครอบครัว ค่านิยมทางสังคม ผู้คนที่คบหา อิทธิพลจากสื่อ วัฒนธรรมประเพณี ฯลฯ

ข) ท่านมีทัศนะต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักในสังคมร่วมสมัยอย่างไร

รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิต : ในทางจิตวิทยามองว่า คนที่มีปัญหาในเรื่องความรักเป็นไปได้ทั้งพวกที่สมหวังและพวกที่ผิดหวัง พวกที่ผิดหวัง ก็ควบคุมความรู้สึกของตนไม่ได้ อาจทำอย่างใดอย่างหนึ่งที่ต่อความเดือดร้อนให้ตนเองหรือผู้อื่น ส่วนพวกที่สมหวัง อาจเป็นพวกที่มีความต้องการทางเพศรุนแรง มากมาก อาจควบคุมตนเองไม่ได้ ก่อเหตุต่างๆ

ในทางสังคมวิทยา มองว่า คนที่มีปัญหาเรื่องความรัก เป็นพวกที่ได้รับการหล่อหลอมทางสังคมแบบมีปัญหา เช่น ขาดความอบอุ่นจากครอบครัวในวัยเด็กถูกทอดทิ้งหรือถูกเอาใจมากจนหลงตัวเอง ค่านิยมทางสังคม แรงยุจากสื่อ ฯลฯ

๒.๓ เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ

ก) ท่านมีทัศนะในการแก้ไขปัญหาบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิต : ต้องให้บุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรัก ตระหนักถึงความรักตนเอง ไม่ปล่อยให้ตนเองจมดิ่งถูกความรักที่มีต่อคนอื่นดูดดึงจนไม่ดูแลตัวเอง ไม่ปล่อยให้ความรักนั้นทำลายตนเองและไม่ทำลายคนอื่น ครอบครัวและเพื่อนสนิท มีส่วนช่วยให้กำลังใจ ทำให้คนที่มีปัญหาความรักหันกลับมามองตนเอง ควรกระตุ้นเตือนให้ผู้ที่มีความรักหันมาทำความรู้จักตัวเองให้มากขึ้น

ข) ท่านมีทัศนะในการแก้ไขปัญหาบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักพระพุทธศาสนาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิต : พระพุทธศาสนาสอนว่าจะแก้ปัญหาเรื่องใด ต้องทำความเข้าใจเรื่องนั้นจะแก้ปัญหาเรื่องความรัก ก็ให้รู้เท่าทันว่าความรักเกิดจากตัณหา มีแรงปรารถนาที่มุ่งหมายจะเสพสุขเวทนา ฉะนั้น ควรใช้ความเมตตาเข้ามาร่วมพิจารณาปัญหา พุทธสอนให้มองกลับเข้าไปภายในตนเอง รู้จักพิจารณาวิเคราะห์ตนเอง ก็จะเข้าใจตนเองชัดขึ้น ถอนตัวจากปัญหา และไม่ต้องจมอยู่กับความทุกข์

ค) ท่านมีทัศนะทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยานั้นสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับหลักคำสอนทางด้านพระพุทธศาสนาในการจัดการบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักในสังคมร่วมสมัยได้อย่างไร

รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิต : ให้บุคคลที่มีปัญหาเรื่องความรักลองวิเคราะห์ตนเองว่า การใช้ชีวิตของเขาขณะที่เขากำลังมีปัญหาความรักเป็นไปในทางใด หรือมีผลกระทบใดๆหรือไม่ ให้เขากลับมามองดูตัวเอง ดูสิ่งที่ดีๆในตนเองวิเคราะห์ตนเองในสิ่งที่ผ่านมา มองธรรมชาติรอบตัวก็จะช่วยให้เขาค้นพบตนเองมากยิ่งขึ้นการประยุกต์หลักคำสอนก็คือ ให้รู้เท่าทันความรัก มองความรักแต่พอดี ไม่คาดหวังกับความรักจนเกินไป อยู่กับตัวเองได้ ไม่ใช่ความรักเป็นเครื่องผลักดันพฤติกรรมที่จะเอาจะมีจะเป็นจะครอบครัวยให้มองความรักเป็นเรื่องปกติธรรมดา ใช้ความเมตตาแบบไม่เจาะจงให้มากขึ้น ลดความต้องการในชีวิตให้น้อยลง ลดความรู้สึกว่าเป็นตัวตนลง เพิ่มความปรารถนาดีต่อบุคคลและสังคมให้มากขึ้น ไม่ริษยาใคร พลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้รับสิ่งที่ดี และอยากช่วยเหลือเมื่อคนอื่นประสบความลำบาก สิ่งดังกล่าวจะช่วยลดทอนความรู้สึกทุกขในปัญหาความรักลงได้เพราะปัญญาไม่ถูกปิดกั้น

ให้สัมภาษณ์ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์

เรื่อง การจัดการความรักเชิงพุทธ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ได้แก่ ประวัติส่วนตัวและประวัติการทำงานอย่างย่อของผู้ให้สัมภาษณ์

๑.๑ ประวัติส่วนตัว:

ชื่อ มนตรี นามสกุล สิริโรจนานันท์

๑.๒ ประวัติการทำงาน

ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
ท่าพระจันทร์

๑.๓ วันที่ให้การสัมภาษณ์

วันเสาร์ที่ ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

ส่วนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์เพื่อวิทยานิพนธ์เรื่องการจัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา

๒.๑ เพื่อศึกษามิติของความรักทางด้านพระพุทธศาสนา

ก) ท่านมีทัศนคติต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักที่ปรากฏในทางคัมภีร์
พระพุทธศาสนาอย่างไร

ผ.ศ.ดร. มนตรี สิริโรจนานันท์ : บุคคลที่มีปัญหาด้านความรักที่ปรากฏในคัมภีร์มีใครบ้าง ก่อนจากการศึกษา ๑. นางกิสาโคตรมี มีปัญหาด้านความรักระหว่างแม่กับลูก จริงๆความรักของแม่กับลูกไม่ได้มีปัญหา เพราะเป็นปกติของแม่กับลูกทุกคนล่ะที่รักลูก แต่ที่มีปัญหาคือแม่ที่ไม่รักลูกต่างหาก ถ้าจะเรียกว่าปัญหาทางด้านความรักนั้นคือ ปัญหาแม่ที่ไม่รักลูก แต่ว่ากรณีกิสาโคตรเนี่ยมีแม่รักลูกไม่ใช่ปัญหา แต่ปัญหาเกิดจากเมื่อลูกจากไปความรักนั้นก็มีปัญหานั้นเอง เออต้องทำความเข้าใจก่อนจริงๆกรณีกิสาโคตรมีนะเหตุผลทำไมถึงทุกข์ ทุกข์หรือมีปัญหาด้านความรักที่มีต่อลูกมากกว่าคนอื่นหรือมากกว่าคนทั่วไปไปตามความเข้าใจของสังคมไทยเพราะสังคมอินเดียและในยุคที่นางกิสามีชีวิตอยู่เนี่ย ๒๕๐๐ ปีที่แล้วมีปัญหาด้านความเชื่อและวัฒนธรรมสูงมาก ผมเชื่อว่าในยุคนี้ก็ยังมียุคแต่อาจจะไม่สูงเท่ายุคนี้หมายความว่าคนอินเดียมีความเชื่ออยู่หนึ่งอย่างที่สำคัญเกี่ยวกับผู้หญิงในฐานะแม่คือต้องการให้มีลูกชายเพื่อสืบสกุลแต่การสืบสกุลไม่ได้แค่สืบสกุลธรรมดา มันยังพ่วงไปด้วยวัฒนธรรมทางศาสนาที่ว่าลูกชายสามารถช่วยพิธีในการประกอบศาสนาบางอย่างและทำให้พ่อแม่ได้ขึ้นสวรรค์เนี่ยละคือ โอเคสำคัญในความเชื่อเรื่องลูกชายเพราะฉะนั้นเดิมเนี่ยนางกิสาก็ไม่ใช่คนสวยงามมากและก็วรรณะตระกูลก็ไม่ได้ดีมาก ตอนแต่งงานไปทีแรก ญาติๆสามีและพ่อแม่สามีไม่ค่อยชอบใจอาจจะไม่พอที่ชอบแต่ญาติๆไม่ชอบ เพราะเธอไม่ค่อยมีวรรณะสูงละก็ยศตำแหน่งอะไรก็ไม่ค่อยมีทุกคนดูหมิ่นเธอแต่พอได้ลูกชายปั๊บ ลูกชายคลอดออกมาทุกคนยกย่องเพราะลูก เธอก็รู้สึกตัวเองได้ความนับถือ ได้ความมีเกียรติขึ้นมาในครอบครัวนี้เธอก็ปลื้มกับลูกมากแล้วผนวกกับความเป็นแม่ ลอง

นิกภาพดู คนที่เป็นแม่จะนิกภาพออกลูกค่อยๆโตขึ้นมาจากจากแบบเบาเริ่มคลานเริ่มนั่งเริ่มยืนลูกชาย เธอเสียชีวิตตอนเริ่มเดินกำลังน่ารักที่สุดอะแล้วทั้งความรักที่มีต่อลูก ทั้งเกียรติยศที่ได้จากครอบครัว สามีผสมกันแล้วลูกก็มาตายตอนนี้ทุกซ่มักนางก็สาโคตรมีทุกซ่มัก ทุกซ่มัก ทุกซ่มัก ทุกซ่มักที่สุดจนไม่อาจจะยอมรับความจริงว่าลูกตายจริงๆเนี่ยคือ ปัญหาของเธอ เราต้องปูพื้น ไม่งั้นเราก็นึกถึงทำไมอะ ลูกตาย ก็เข้าใจได้ แต่เธอเข้าใจลูกตาย แต่เธอไม่อยากให้ลูกเป็นอย่างนั้น จึงคิดว่าน่าจะเห็นทางรักษา ได้ใหม่ อาจจะไม่ได้คิดถึงการรักษาจริง แต่คิดว่าอย่างน้อยถ้าศพลูกชายยังอยู่เธอก็ยังได้รับเกียรตินั้น อยู่ใหม่ อันนี้คือภาพที่ความคิดในเชิงวิเคราะห์ห็นเธอยังได้ชื่อว่ามีลูกอยู่ตราบใดที่ยังไม่เผา ใช้อย่าง เป็นเชิงสัญลักษณ์อยู่แต่ไม่ได้อยู่ตลอดเวลาเนะ โชคดีที่ผมก็เคยเป็นคนเขียนเรื่องนี้โอเคอันนี้คือ เรื่องก็ สาโคตรมีนั้นปัญหาเนี่ยโชคดีที่เธอเจอพระพุทธรเจ้าเลยแก้ได้ ถ้าไม่ได้เจอเธอก็คงทุกข์ระทมไปอีกนาน ว่า ทำไมหนอเราเป็นคนมีเวรมีกรรม ทำไมเรากำลังจะได้ดี ลูกชายก็พาแม่ได้เป็นคนมียศมีชื่อเสียงใน ตระกูลนี้แล้ว แล้วก็มาเสียชีวิตมันก็คงวนอยู่ในหัว ทำไม ทำไม ทุกวัน ไม่อยากรับความจริง จนไปเจอ พระพุทธรเจ้า พระพุทธรเจ้าก็ต้องหาวิธีให้ว่ายังไม่บอกทันที โอเคเดียวของพระพุทธรเจ้าก็ดีมาก ไม่บอกว่า โอ้ยมันตายแล้วจะอ้อมไปทำไม ผังไว้เถอะ ไม่ ท่านก็บอกว่า เอาจ้ะ เอาลูกชายฝากไว้ก่อนไปหาสิ่งของ บางอย่าง เพื่อที่ ทำให้ลูกฟื้นได้คือเมล็ดผักกาดแต่ว่ามีเงื่อนไข ๒ ข้อ เมล็ดผักกาดนั้นจะต้องได้จาก บ้านที่ไม่เคยมีคนตายนะครับและบ้านที่มีคนตายใช้ไม่ได้ที่จริงก็ข้อเดียวเวลาเธอเดินไปบ้าน บ้านไหน ที่เป็นบ้านตระกูลใหม่ๆยังไม่มีคนตาย ส่วนใหญ่ตระกูลใหม่ๆจะไม่ค่อยเก็บเมล็ดพันธุ์ผักกาดไว้ เพราะว่าเขายังใหม่ต่อการเพราะปลูกหรือว่าอาจจะยังไม่มีประสบการณ์เขาก็ไม่มีคนตายและไม่มี เมล็ดผักกาดก็ไม่ได้ถ้าไปบ้านตระกูลเก่าๆที่มีเมล็ดผักกาดเก็บไว้เยอะพอไปขอไปเขาก็ให้ แต่ว่าพอ ถามว่าเคยมีคนตายไหม ก็บอกว่าเมื่อไม่กี่วันนี้แม่ก็เพิ่งเสีย ยาก็เพิ่งตายเมื่อปีก่อน เงื่อนไขนี้ก็ใช้ไม่ได้ เธอก็ถามไปเรื่อยๆบ้านใหม่ๆก็ไม่มีคนตาย ไม่มีเมล็ดผักกาด บ้านเก่าๆ ส่วนใหญ่ตระกูลเก่าๆจะมีคน เคยตายมาแล้วทั้งนั้นสุดท้ายเธอก็ยอมรับความจริงว่ามัน เรื่องตายเป็นเรื่องธรรมชาติ กลับมาก็ไม่ได้ อ้อมลูกอีกแล้ว ไม่ๆอ้อมลูกต่อไปจริงๆนะ อ้อมลูกไปด้วยนะไม่ได้ฝากไว้ไม่ได้วาง ก็วาง ก็ทิ้งไปหา พระพุทธรเจ้าอีกรอบครับ โอเค นี่คือ วิธีแก้ปัญหา ๒. ธิดาเศรษฐี สาวงามกับชายอสูร เพราะชาย ไม่ได้มีโปรไฟล์อะไรเลยกรณีลูกสาวเศรษฐีกับนายโสมพะ เป็นบุพเพสันนิวาสโดยตรงมากๆเนี่ยครับ เขาไม่เคยเจอหน้าเจอตากันมาก่อนเจอกันครั้งแรกก็รักเลยนะครับ เจอครั้งแรกก็รักทันทีและก็เป็นคู่บุญ คู่บารมีก็จะช่วยกันตลอดไปคู่นี้จริงๆไม่มีปัญหา เขาเจอครั้งที่หนึ่งเขาก็รักแล้วก็รักอย่างประมาณว่า ประทับใจสุดๆอะ ถ้าเราอ่านประวัติเขาต่อไปลูกสาวเศรษฐีจะช่วยนายโสมพะได้เยอะเลย เขาได้เป็น เศรษฐีก็เพราะภรรยา คือลูกสาวเศรษฐีช่วย ก็เข้าใจคอนเซ็ปต์แล้วนะ คือเขามาเป็นแบบบุพเพสันนิวาส ช่วยเหลือซึ่งกันและกันด้วยนะครับ ๓. นางกุนทลเกสี ไม่แน่ใจว่าเรียกว่าคู่เวรคู่กรรมเป็นกึ่งบุพเพ แต่ ว่าเป็นคู่เวรคู่กรรมมากกว่านะครับ อาจจะเป็นเพราะนางกุนทลเกสีเป็นสาวไร้ประสบการณ์พอเห็น คนนั้นมันหล่ออย่างเดียวเลยมันเลยปลื้มอะก็เลยต้องได้ต้องคนนี้แต่ลืมดูอุปนิสัยใจคอแล้วก็ด้วยความที่ เคยสร้างเวรสร้างกรรมด้วยกันมาแต่ว่าในคัมภีร์ไม่ได้ย้อนอดีตไปว่าเคยสร้างเวรกรรมอะไรกันมา แต่ ว่าพอนางกุนทลเกสีได้แต่งงานกับโจร โจรประหารชีวิตเนี่ยต้องไถ่ตัวมานะไถ่ตัวมาเพื่อแต่งงาน แต่ โจรก็ไม่ได้กลับตัวสุดท้ายโจรก็พยายามจะฆ่าลูกสาวเศรษฐี นางกุนทลเกสีคนนี้เพื่อเอาสมบัติ หา อุบายไปฆ่า จนพากันไปบนยอดเขาและนางกุนทลเกสีก็หาอุบายจนผลึกโจรตกเหวตายได้ ในเรื่องนี้ กุนทลเกสีก็ให้ข้อคิดบางอย่างว่า บางทีการเลี้ยงลูกแบบเข้มงวดกรวดขันมากเกินไปลูกก็ไร

ประสบการณ์แล้ว ทำให้พอเขาเจอคนที่เขาชอบจริงๆ เขาก็ไม่มีวิจารณ์ญาณในการเลือกได้นะครับ และก็อีกประเด็นหนึ่งข้อดีที่นางคุณพลเกสี้เป็นคนฉลาดสามารถเอาตัวรอดได้ ก็ไม่ถูกโจรทำร้ายแต่สามารถทำลายโจรไปได้

ข) ท่านมีทัศนคติต่อหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ใช้สอนบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักอย่างไร

ผ.ศ.ดร. มนตรี สิริโรจนานันท์ : ทั้งสามท่านที่ได้กล่าวมาก่อนหน้านี้คือ ถ้าพูดถึงหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่สอนบุคคลในเศสทั้งสามมีศาสนางิกสาโคตมิกคนเดียวที่พระพุทธเจ้าท่านสอนที่เหลืไม่ได้สอนนระครับ กรณิโฆษกะเศรษฐีเรื่องความรักของหนุ่มสาวคู่นี้พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนความรักอะไรกับโฆษกะเศรษฐีเลยนระครับ เขาไม่ได้เจอตอนมีปัญหหรือตอนรักกันแต่เจอตอนโฆษกะเศรษฐีเป็นเศรษฐีไปแล้ว แล้วมาได้มาทำบุญ ส่วนมณฑลเกสี ตอนที่เขามีประเด็นมีความรักกับชายที่กำลังจะถูกประหารและก็นางกุนทลเกสีก็ได้ปลักชายคนนี้ตกเขาไป นางกุนทลเกสีก็ไม่สามารถกลับบ้านไปหาพ่อแมได้เพราะฆ่าสามิตนเอง ก็เลยระเหเร่รอนไปอาศัยบวชเป็นนักบวช อาชีวกบ้าง ปาริกภาชิกากบ้าง ไม่กลับบ้าน เพราะจริงๆ อันนี้มันสะท้อนวัฒนธรรมอินเดียบางอย่างว่าผู้หญิงที่สามิตายที่เป็นม่ายเนี่ย ก็จะได้ร้ค่านะครับ ไม่โดยหลักแล้วเนี่ย เขาไม่ค่อยนิยมผู้หญิงหม้าย ผู้หญิงม่ายก็เท่ากับถ้าเทียบกัยบุญนี้ก็คือต้องถือพรหมจรรย์ไปตลอด ไม่ควรแต่งงานใหม่ อันนี้และ นางกุนทลเกสีก็เลยต้องระเหเร่รอนไปเป็นนักบวชหญิงแต่โชคดีเป็นคนมีความรู้ก็ไปเจอพระสารีบุตร พระสารีบุตรก็ได้ชักชวนไปบวช ไม่ได้ช่วยในเรื่องความรัก คนที่ช่วยจริงๆคือ กรณินางกิสาคโคตรมีครับ พระพุทธเจ้าได้ช่วยเอ่อนางกิสาคโคตรมีช่วยด้วยการหาอุบายให้เธอคลายความทุกข์จากการเสียลูก ความรักที่เธอมีต่อลูก พระพุทธเจ้าช่วยได้โดยะช่วยโดยไม่ได้สอนโดยตรงๆถ้าดูโอเดียเนี่ยบางทีเรื่องคนที่ผิดหวังจากความรักไม่ว่ารักจากชายหญิงก็ดี รักแบบลูกก็ดี รักแบบพ่อแบบแมก็ดีความผิดหวังอันนี้ ความสูญเสียอันนี้ บางทีอาจต้องใช้อุบายถ้าคนที่ยังไม่สามารถทำใจได้จริงๆใช้อุบายวิธี แต่ว่าอุบายวิธีแต่ละคนที่จะสอนคงไม่มีใครเทียบพระพุทธเจ้าได้อยู่แล้วนระครับ ไม่สามารถจะช่วยให้ไปหาแม่ลัดฝักกาดอีกได้อีกเสมอไป ฉะนั้นคนที่สอนเก่งๆจริงก็หาอุบายใหม่ พระพุทธเจ้าก็ช่วย แต่ว่าถ้าพูดถึง หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่เอ่อ มองเรื่องความรักจริงๆ พระพุทธเจ้าสอนให้ระวัง ให้ระวังเรื่องความรักคือ พระองค์จะบอกว่าที่ใดมีรักที่นั่นมีทุกข์ ถ้าผมจำพุทธพจน์ไม่ผิดนะ น่าจะเป็น ปิยโต ชายเต โสโก ความโศกยอมเกิดจากสิ่งที่รัก ผมเคยคุยเรื่องกับฝรั่ง ฝรั่งไม่เก้จอะ เพราะฝรั่งเขาเป็นคริสต์ไง เขาเม่นคอนเซ็ปเขาคือ ความรักและพอเราไปพูดว่าความรักก่อให้เกิดทุกข์เขาไม่เก้จ บางทีสังคมตะวันตกหรือสังคมไทยก็จะไม่เก้จ รักทำให้ทุกข์เราก็ต้องขยายความต่อจริงๆพระพุทธเจ้าต้องการจะบอกว่าเมื่อใดก็ตามที่รักประกอบด้วยความยึดมั่น ตัณหา อุปทานอย่างสูง ยึดมาเป็นเจ้าของ เมื่อนั้นทุกข์จะตามมาทันที รักต้องระวังเรื่องความมีสติเตรียมตัว ความพลัดปรากเป็นเรื่องธรรมชาติ ความผิดหวังเป็นเรื่องปกติมันละ พระพุทธเจ้าจึงให้ระวังเรื่องที่ใดมีรักที่นั่นมีทุกข์นระครับ รักไม่ใช่ความผิดแต่รักที่มีตัณหา มานะ ทิฏฐิสูง ยึดมั่นสูง กรณินางกิสาคโคตรมี ก็เพราะยึดมั่นสูงเนี่ยละ จึงมีปัญหแต่ถ้าเธอปล่อยวางได้เมื่อใดความรักก็จะทุกข์น้อยโอเคครับ

๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความรักในสังคมร่วมสมัย

ก) ท่านมีทัศนคติต่อความรักในด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร

ผ.ศ.ดร. มนตรี สิริโรจนานันท์ : ด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยาก็ไม่ค่อยมีความรู้เท่าไรนะ เอาแบบคร่าวๆก็คือ สังคมและจิตวิทยาของผมเคยมีประสบการณ์เล็กน้อยเคยพรีเซ็นต์ร่วมกัน ถ้าจิตวิทยาเขามองรักเป็นสารเคมีคือ เมื่อใดก็ตามที่มีความรักมันก็จะหลั่งสารชนิดหนึ่งออกมา เขามองแค่นั้น แต่เขาก็ไม่สามารถอธิบายไปได้ว่า ทำอย่างไรให้มันอยู่ไปเรื่อยๆสารชนิดนี้แล้ว ถ้ามันหายจะสร้างขึ้นได้อย่างไรก็อาจจะมองได้คร่าวๆว่าเขาเน้นเรื่องเชิงวิทยาศาสตร์มากกว่าในทางจิตวิทยา สังคมวิทยาเป็นการมองมิติในการเชื่อมสัมพันธ์แล้วก็การอยู่ร่วมกันของชายหญิง แล้วก็ชายหญิงที่อยู่ร่วมกัน ถ้าเป็นมองในแนวสมมุติ ส่วนใหญ่ก็จะมองในเรื่อง ถ้ามองในทางตะวันตกจะมองสิทธิและความเสมอภาพ ชายหญิงอยู่ร่วมกันในเชิงสามีภรรยา ก็ต้องทำหน้าที่เท่าๆกัน มีบทบาทเท่าๆกัน ไม่ใช่ชายเป็นช้างเท้าหน้า หญิงเป็นช้างเท้าหลัง ตามธรรมเนียมประเพณีไทย เขาก็จะไม่ค่อยชอบไอเดียแบบนี้โอเค

ข) ท่านมีทัศนคติต่อบุคคลที่มีปัญหาทางด้านความรักในสังคมร่วมสมัยอย่างไร

ผ.ศ.ดร. มนตรี สิริโรจนานันท์ : ขอดตอบด้วยกรอบของพระพุทธศาสนาและกันคือ ย้อนกับไปคำถามก่อนหน้านี้ได้คุยไว้ว่า ความรักพระพุทธเจ้าสอนให้ระวัง เพราะมันจะก่อให้เกิดทุกข์รักที่มีทุกข์คือ รักที่เกิดจากตัณหา ความยึดมั่น อุปาทาน ความมีมานะสูงนะครับ ตัวกิเลสตัณหาเหล่านี้ที่มันก่อความรัก ซึ่งขาดเมตตาพอเวลามันมีปัญหาเล็กน้อยใดๆก็ตาม ซึ่งขาดเมตตาและปัญญาเข้ามาเนี่ยความรักนั้นก่อทุกข์ทันทีเลย ทุกข์มากทุกข์น้อยขึ้นอยู่กับวิธีคิดและก็ขึ้นอยู่กับปัญหา อุปาทานขึ้นอยู่กับแต่ละคนกันไปยึดต่อความรักอันนั้นไว้ ถ้าพูดในเชิงปรมัตถสัจจะจริงๆ ทุกคน มนุษย์เป็นเพียงขั้น ๕ อันนี้พูดแบบคล้ายอุปาทานนะ อุปาทานให้น้อยแต่มนุษย์ในสังคมไม่ค่อยรู้จักเรื่องนี้ไม่ค่อยเอาไปพูดก็จะงงได้ แต่ให้เข้าใจว่าวิธีทำใจ วิธีทำใจที่จะไม่ให้รักมีปัญหาก็คือ ต้องมองให้ ให้มนุษย์เป็นเพื่อนร่วมโลก มีเกิดแก่เจ็บตาย มีพลัดพรากเป็นเรื่องธรรมดา ครับ เราจะต้องคลายความยึดมั่นลง คลายตัณหาลง มีรักด้วยเมตตาให้มากขึ้นรักด้วยปัญญาให้มากขึ้น นะครับ ใช้เหตุผลในความรักให้มากขึ้นปัญหาในเรื่องรักจะน้อยลงครับ

๒.๓ เพื่อศึกษาการจัดการความรักเชิงพุทธ

ก) ท่านมีทัศนคติในการแก้ไขปัญหาบุคคลที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักจิตวิทยาและสังคมวิทยาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

ผ.ศ.ดร. มนตรี สิริโรจนานันท์ : จริงๆเขาก็ติงในการแก้ปัญหาเรื่องรักในทางสังคม แต่ว่าเท่าที่สัมผัสโดยสังคมไทยเราก็มีผนวกพุทธไปด้วยเสมอละ มันไม่มี pure side ว่าสังคมวิทยาล้วนหรือจิตวิทยาล้วน เพราะด้วยความที่เราอยู่ในวัฒนธรรมไทย สังคมไทยมันปูพื้นมาจากพุทธศาสนามานานมาก พอเวลาเราพูดถึงโอเคเดียวในการทำจิตใจในเรื่องความรักในเรื่องปัญหาของความรักแม้ว่าจะใช้โอเคเดียวในด้านจิตวิทยา แต่นักจิตวิทยาหรือนักสังคมวิทยาส่วนใหญ่จะเป็นคนไทยและก็นักพุทธเราพูดเอาเจาะๆก็คือ เขาก็จะใช้อุปมาวิธีในการสนทนาในการช่วยหาทางออกในทางจิตวิทยาบางที่

มันก็แอบปนพุทธไปหน่อยๆเช่น รักอีกไม่กี่ร้อยปีก็ตาย จะไปยึดมันอะไรมากมาย แฟนคนเดียวหาใหม่ก็ได้คือ แม้จะใช้ไฉเดียจิตวิทยา สังคมวิทยาก็จริง แต่วามันก็แอบผสมความเชื่อทางศาสนาเข้าไปนะ ครบคือ เรื่องอายุไม่ยืน เรื่องทุกคนมีเกิดแก่เจ็บตายเป็นเรื่องธรรมดา แบบนี้เป็นต้น จริงๆเป็นไฉเดียที่ดีในแง่ที่ควรจะผสมผสานกันคือถ้าใช้ธรรมล้วนในการไปแนะนำคนที่มีปัญหาเขาก็ไม่ยากฟังนะครับ ถ้าใช้จิตวิทยาล้วนโดยไม่มีวัฒนธรรมพุทธอะไรมาผสมเลยมันก็เข้ากับคนไทยไม่ได้ เพราะคนไทยยังมี วัฒนธรรมความเชื่อทางพุทธมานานนะ มันก็ต้องผสมกันไป คนที่ผสมได้ดีที่สุดคือ คนที่ประสบความสำเร็จในการให้คำแนะนำ เพราะฉะนั้นเวลาเราทำเรื่องนี้แล้วเรามีเพื่อนมีคนที่รู้จักมีปัญหาเชิงความรักแบบนี้ก็ควรใช้ไฉเดียผสมผสาน มีทั้งไฉเดียเชิงพุทธอ้อมไม่ได้ทำบุญร่วมกันมานะชาตินี้ เจอกันชาติหน้าแล้วกันผสมกันไป ชาตินี้เรารักเขาให้เขาไปประสบความสำเร็จในชีวิต รักโดยไม่ต้องครอบครองก็ได้ อะไรก็ว่าไปครับ

ข) ท่านมีทัศนะในการแก้ไขปัญหามนุษย์ที่มีปัญหาในเรื่องความรักตามหลักพระพุทธศาสนาอย่างไร เช่น ทางด้านตัวบุคคล, ครอบครัว และด้านอื่นๆ

ผ.ศ.ดร. มนตรี สิริโรจนานันท์ : คือจริงปัญหาด้านความรักเนี่ยในคำว่าปัญหามันไม่ค่อยมีมิติอื่นนอกจากชายหญิง ชายหนุ่มหญิงสาว คำว่าชายหนุ่มหญิงสาวก็คือ ชายกับหญิงนั่นแหละ ไม่ค่อยมีปัญหาในเชิงเพื่อนชาย ในเชิงแม่กับลูกเท่าไหร่น้อยมาก เพราะฉะนั้นมิติในเชิงพุทธในการที่จะช่วยแก้ปัญหามันก็ต้องมองไปที่ชายหญิงเนี่ยละเป็นหลักนะครับ คงจะพูดคล้ายๆกับที่พูดมาแล้วว่าวิธีการแก้ปัญหาก็จะต้องมองมาที่พื้นเดิม พื้นในการมองความรักเป็นแบบไหน ของแต่ละคนคือ ถ้าแต่ละคนเข้าใจว่าคือรักของเราเนี่ยมันไม่ใช่รักเพื่อครอบครองคือ ไฉเดียพวกนี้มันช่วยได้จริงๆ แม้ว่าเราจะพยายามพูดว่าเรื่องที่เข้าใจง่ายๆแต่จริงๆมันคือ เรื่องที่เน้นย้ำถ้าเราไม่รักโดยการครอบครองเมื่อผิดหวังเราจะไม่รู้สึกรู้สึกทุกข์มาก แต่ถ้าวันใดคือ เราตั้งใจหย่า รักชีวิตทั้งหมดอยู่ที่เขาอยู่ที่คนรักของเรา นั้นมันแฝงตัณหาอุปาทานสูงมากต้องการครอบครองคนนี้ คนนี้ คนนี้ คนนี้เท่านั้นขาดเขาเราก็อยู่ไม่ได้ จริงๆไฉเดียแบบนี้มันไม่ได้ถูก เอ่อ ปล่อยวางหรือถูกละวางด้วยความรู้ความเข้าใจในเชิงเมตตาและปัญญาเชิงพุทธเข้าไป คนที่มีความรักแบบยึดสูงมาก เขาก็จะผ่านเมตตากับปัญญา ปัญหาก็จะตามมาคือภาวะของปัญหาก็จะสูงตาม ปัญหาและอุปาทานนั่นแหละ แต่ถ้าเกิดเค้าเข้าใจความรักมีปัญญามากขึ้นมีเมตตามากขึ้นต่อคนรักเขาจะทุกข์น้อยคือ ไม่ได้หมายความว่าเราต้องเตรียม เรามองว่ารักมีปัญหาเสมอแต่เราเตรียมว่าธรรมชาติมนุษย์มันเป็นโลกธรรมเนี่ยคือ มันมีรักและมันก็มีจากเสมอแหละ ไม่จากเป็นก็จากตาย ไฉวันนี่ไปวันหน้าก็ต้องไป ไม่มีใครอยู่คู่ฟ้า ใช้ไหม

ค) ท่านมีทัศนะทางด้านจิตวิทยาและสังคมวิทยานั้นสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับหลักคำสอนทางด้านพระพุทธศาสนาในการจัดการบุคคลที่ประสบปัญหาในเรื่องความรักในสังคมสมัยปัจจุบันได้อย่างไร

ผ.ศ.ดร. มนตรี สิริโรจนานันท์ : จริงมองถูกต้องเลย ก็แต่ว่าไฉเดียเนี่ยมันต้องเกิดจากนักจิตวิทยาและนักสังคมวิทยาที่จะเอาตัวยาไปใช้พวกท่านเป็นคนรู้วิธีการเคลือบตี เรานะมีแต่ตัวยาแต่ว่าไหนจะลองช่วยเคลือบไปก่อนก็ได้ก็คือ เราต้องมีตัวยาที่สำคัญคือ รักต้องเข้าใจ รักที่ผู้วิจัยเขียนมาเท่าที่มีเห็นพื้นแว็บๆมันมันมีเลเวลของมัน มันมีรักแบบตัณหารักแบบเมตตาและรักแบบปัญญา ถ้าเราจัดเลเวลความรักแบบนี้ได้อันนี้คือ เป็นตัวยา ความรักเป็นตัณหาคือ รักลุ่มรักหลงรักเอาเป็นเอา

ตาย รักเขาเราขาดไม่ได้พวกนี้ต้องการตัวยาคือ ปัญญาสูงนะครับ เมตตาสูง แต่ว่าก็ต้องการจิตวิทยา เพื่อเคลือบตัวยาด้วยเช่นกัน ถ้าบอกตรงๆเมตตาเขาเยอะ เมตตาเขาเยอะ มันก็ไม่ขัดใช้ไหม จั๊น นักจิตวิทยาจะช่วยในแง่ที่ว่า จริงๆสังคมมนุษย์ต้องอยู่แบบพึ่งพาอาศัยกันสรุปว่า ถ้าเขาจะเคลือบการ มีเมตตาต่อกันมันก็จะเป็นการเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ความรักไม่จำเป็นต้องครอบครองก็ได้ไหม รักแบบ แอบปลื้มยินดี เมื่อเขาประสบความสำเร็จก็ได้ นะครับนี่คือ จิตวิทยาและสังคมวิทยาก็ช่วยแง่ที่ว่าเขา ได้ดีเราก็พลอยยินดีประมานนี้นะครับ แต่ว่าตัวสำคัญของมันคือ ตัวเมตตาและปัญญาที่จะเป็นตัวยา ในแง่ที่จะไปช่วย ช่วยผ่อนเบาต้นเหตุ และก็พัฒนาให้รักมันเกิดแบบเมตตา และรักแบบปัญญาให้รัก มากขึ้นเรื่อยๆให้ได้ ถ้าเราพัฒนาได้ก็จะทุกขน้อยพระพุทธศาสนาไม่ได้ใช้คำว่าไม่มีทุกข์ ทุกขน้อยนะ ครับ เรายังเจออยู่ แต่เราไม่ทุกข์แบบสิ้นหวัง เอาชีวิตไม่รอดแต่ถึงแบบเอ่อเดี๋ยวมันก็ผ่านไปนะครับ และเราก็ผ่านไปได้เป็นการเอาตัวรอดหรือการหาวิธีอยู่กับความรักอย่างให้ทุกขน้อยที่สุด

ภาคผนวก ข
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

ผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา

๑) พระราชปริยัติมุนี, ผศ.ดร.

คณบดีคณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ฝ่ายการศึกษา
 ป.ธ.๙, M.A. (Pali & Sanskrit), Ph.D. (Pali)

๒) ผศ.ดร.วุฒินันท์ กันทะเตียน

รองหัวหน้าภาควิชามนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
 ประธานหลักสูตรปริญญาโทศาสนากับการพัฒนา มหาวิทยาลัยมหิดล
 ป.ธ.๙, พธ.บ. (ภาษาอังกฤษ) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 อ.ม. (ศาสนาเปรียบเทียบ) มหาวิทยาลัยมหิดล
 พธ.ด. (พระพุทธศาสนา) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๓) ดร.อรชร ไกรจักร์

อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 กรรมการ/ผู้จัดการสหกรณ์โรงพยาบาลสำโรงการแพทย์
 บธ.บ. (การตลาด) บธ.ม. (การตลาด)
 ป.บัณฑิต (พระไตรปิฎกศึกษา) พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

ภาคผนวก ค
หนังสือออกในการดำเนินการวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐ ภายใน ๑๑๓๓, ๑๑๒๗

ที่ ศธ ๖๑๐๑.๑/ว ๑๒

วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

นมัสการ พระราชปรีดีธำนิ,ผศ.ดร.

ด้วย นางสาวรสรีสา สุขประการ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๕๐๑๘ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการ
ความรักตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการค้นคว้าวิจัยเอกสาร
(Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview) เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย
ได้ออกแบบสอบถามเครื่องมือวิจัยขึ้นมาใหม่ และเพื่อความถูกต้องของเนื้อหาแบบสอบถามเครื่องมือวิจัย
จึงเห็นควรให้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขแบบสอบถามเครื่องมือวิจัย

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยเห็นว่า ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัยสามารถ
ให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความ
สมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงนมัสการมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ภาคพิเศษ

ประสานงาน :

นางสาวรสรีสา สุขประการ โทร. ๐๘๐-๐๖๑๒๓๔๕

ได้ส่งให้ รสรีสา สุขประการ
กรณการสอบเครื่องมือวิจัย

ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม

ผู้ทรงคุณวุฒิ

๒๓ ม.ค. ๖๑

ที่ ศธ ๖๑๐๑.๑/๑๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ผศ.ดร.วุฒินันท์ กันทะเตียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นางสาวรสรีสา สุขประการ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๕๐๑๘ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการ
ความรักตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการค้นคว้าวิจัยเอกสาร
(Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview) เป็นเครื่องมือในการทำ
วิจัย ได้ออกแบบสอบถามเครื่องมือวิจัยขึ้นมาใหม่ และเพื่อความถูกต้องของเนื้อหาแบบสอบถามเครื่องมือ
วิจัย จึงเห็นควรให้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขแบบสอบถามเครื่องมือวิจัย

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยเห็นว่า ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัย
สามารถให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย
เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.แมชีกฤษณา รักษาโณม)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ภาคพิเศษ

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร./โทรสาร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐ <http://gds.mcu.ac.th>, E-mail: grads@mcu.ac.th

ผู้ประสานงาน : นางสาวอารยา ทองโชติ โทร. ๐๘๑-๔๘๕๐๓๔๑

นางสาวรสรีสา สุขประการ โทร. ๐๘๐-๐๖๑๒๓๔๔

รับ ๓๐.๑๒.๒๕๖๐
๒๓.๐๑.๒๕๖๑
๐๓.๐๒.๒๕๖๑



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐ ภายใน ๑๑๓๓, ๑๑๒๗

ที่ ศธ ๖๑๐๑.๑/ว ๑๒

วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ดร.อรชร ไกรจักร์

ด้วย นางสาวรสรिता สุขุประการ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๔๐๑๒๐๕๐๑๘ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการ
ความรักตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการค้นคว้าวิจัยเอกสาร
(Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview) เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย
ได้ออกแบบสอบถามเครื่องมือวิจัยขึ้นมาใหม่ และเพื่อความถูกต้องของเนื้อหาแบบสอบถามเครื่องมือวิจัย
จึงเห็นควรให้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขแบบสอบถามเครื่องมือวิจัย

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยเห็นว่า ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัยสามารถ
ให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความ
สมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

เรียน ผู้สํานักงาน ศธ
ได้ทราบแล้ว
๗ มิถุนายน ๒๕๖๑
เรียน ร.๐๐
๒๖ มิถุนายน ๒๕๖๑
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโณม)
ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ภาคพิเศษ

ประสานงาน :

นางสาวรสรिता สุขุประการ โทร. ๐๘๐-๐๖๑๒๓๔๔



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐ ภายใน ๑๑๓๓, ๑๑๒๗

ที่ ศธ ๖๑๐๑.๑/ว ๑๐

วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

นมัสการ พระมหาทวี มหาปัญญา,ผศ.ดร.

ด้วย นางสาวรสรีสา สุขุประการ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๕๐๑๘ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การ
จัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการ
ค้นคว้าวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview)
ต่อ key informants เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนดำเนินการสัมภาษณ์
ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้ สามารถให้ข้อมูล
และคำแนะนำแก่นิสิตได้เป็นอย่างดี จึงนมัสการมาขออนุญาตให้ นางสาวรสรีสา สุขุประการ ได้
ดำเนินการสัมภาษณ์ท่านเพื่อรวบรวมข้อมูลประกอบการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป
ส่วนวัน เวลา และสถานที่ให้สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานงานมาด้วยตนเอง

จึงนมัสการมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

ใบให้สัมภาษณ์
นางสาวรสรีสา สุขุประการ
๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ภาควิเศษ

ประสานงาน :

นางสาวรสรีสา สุขุประการ โทร. ๐๘๐-๐๖๑๒๓๔๕

ที่ ศธ ๖๑๐๑.๑/ว ๑๑



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เพื่อทำวิจัย

นมัสการ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์ จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นางสาวรสรีสา สุขุประการ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๕๐๑๘ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการ
ความรักตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการค้นคว้าวิจัยเอกสาร
(Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview) ต่อ key informants เป็น
เครื่องมือในการทำวิจัย ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนดำเนินการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการ
ทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้ สามารถให้ข้อมูลและ
คำแนะนำแก่นิสิตได้เป็นอย่างดี จึงน้อมการมาขออนุญาตให้ นางสาวรสรีสา สุขุประการ ได้ดำเนินการ
สัมภาษณ์ท่านเพื่อรวบรวมข้อมูลประกอบการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป ส่วนวัน เวลา
และสถานที่ให้สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานงานมาด้วยตนเอง

จึงน้อมการมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ และขอกราบขอบพระคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้

กราบนมัสการด้วยความเคารพอย่างสูง

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์.ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโณม)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ภาควิเศษ

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร./โทรสาร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐

<http://gds.mcu.ac.th>, E-mail: grads@mcu.ac.th

ผู้ประสานงาน : นางสาวอารยา ทองโชติ โทร. ๐๘๑-๔๘๕๐๓๔๑

นางสาวรสรีสา สุขุประการ โทร. ๐๘๐-๐๖๑๒๓๔๔



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐ ภายใน ๑๑๓๓, ๑๑๒๗

ที่ ศธ ๖๑๐๑.๑/ว ๑๐

วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

เรียน ศาสตราจารย์พิเศษ จำนงค์ ทองประเสริฐ

ด้วย นางสาวสรริสา สุขประการ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๕๐๑๘ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การ
จัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการ
ค้นคว้าวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview)
ต่อ key informants เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนดำเนินการสัมภาษณ์
ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้ สามารถให้ข้อมูล
และคำแนะนำแก่นิสิตได้เป็นอย่างดี จึงเรียนมาขออนุญาตให้ นางสาวสรริสา สุขประการ ได้
ดำเนินการสัมภาษณ์ท่านเพื่อรวบรวมข้อมูลประกอบการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป
ส่วนวัน เวลา และสถานที่ให้สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานงานมาด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโณม)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ภาควิชา

ศาสตราจารย์พิเศษ
จำนงค์ ทองประเสริฐ

ประสานงาน :

นางสาวสรริสา สุขประการ โทร. ๐๘๐-๐๖๑๒๓๔๕



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐ ภายใน ๑๑๓๓, ๑๑๒๗

ที่ ศธ ๖๑๐๑.๑/ว ๑๐

วันที่ ๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

เรียน รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร

ด้วย นางสาวรัสรีสา สุขประการ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๙๐๑๒๐๕๐๑๘ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การ
จัดการความรักตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่าง
ค้นคว้าวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview)
ต่อ key informants เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนดำเนินการสัมภาษณ์
ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้ สามารถให้ข้อมูล
และคำแนะนำแก่นิสิตได้เป็นอย่างดี จึงเรียนมาขออนุญาตให้ นางสาวรัสรีสา สุขประการ ได้
ดำเนินการสัมภาษณ์ท่านเพื่อรวบรวมข้อมูลประกอบการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป
ส่วนวัน เวลา และสถานที่ให้สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานงานมาด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

วิไลวรรณ

วิไลวรรณ
๒๓ ก.พ.๖๑

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโณ)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ภาควิเศษ

ประสานงาน :

นางสาวรัสรีสา สุขประการ โทร. ๐๘๐-๐๖๑๒๓๔๔

ที่ ศธ ๖๑๐๑.๑/ว ๑๑



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

๒๓ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เพื่อทำวิจัย

เรียน ผศ.ดร.มนตรี สิริโรจนานันท์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์ จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นางสาวรสรีสา สุขุประการ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๕๐๑๒๐๕๐๑๘ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การจัดการ
ความรักตามหลักพระพุทธศาสนา” โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการค้นคว้าวิจัยเอกสาร
(Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview) ต่อ key informants เป็น
เครื่องมือในการทำวิจัย ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนดำเนินการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการ
ทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยเห็นว่าท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้ สามารถให้ข้อมูลและ
คำแนะนำแก่นิสิตได้เป็นอย่างดี จึงน้อมการมาขออนุญาตให้ นางสาวรสรีสา สุขุประการ ได้ดำเนินการ
สัมภาษณ์ท่านเพื่อรวบรวมข้อมูลประกอบการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป ส่วนวัน เวลา
และสถานที่ให้สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานงานมาด้วยตนเอง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ และขออโนทนาขอบคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์.ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโณม)

ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา ภาควิเศษ

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร./โทรสาร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐

<http://eds.mcu.ac.th>, E-mail: grads@mcu.ac.th

ผู้ประสานงาน : นางสาวอารยา ทองโชติ โทร. ๐๘๑-๔๘๕๐๓๔๑

นางสาวรสรีสา สุขุประการ โทร. ๐๘๐-๐๖๑๒๓๔๔

ผศ.ดร.มนตรี
สิริโรจนานันท์

๓ ก.พ. ๖๑

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล	: นางสาวรสรีสา สุขประการ
วัน เดือน ปีเกิด	: วันพฤหัสบดีที่ ๑๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๓๓
สถานที่เกิด	: กรุงเทพมหานคร
การศึกษา	: - ปริญญาตรี คณะวิทยาศาสตร์ประยุกต์ สาขาสถิติ ประยุกต์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้า พระนครเหนือ - มัธยมศึกษา ๑ – ๖ โรงเรียนสารวิทยา กรุงเทพฯ - ประถมศึกษา ๓ – ๖ โรงเรียนสมิทธิโชติ กรุงเทพฯ - อนุบาลศึกษา-ประถมศึกษา ๒ โรงเรียนอมาตยกุล กรุงเทพฯ
ประสบการณ์	: ๒๕๕๕-๒๕๖๑ เจ้าหน้าที่ขายและโอเนกรรรมสิทธิ์ บริษัท ทีพีซี แอสเสท จำกัด ในเครือไทยโพลีคอน จำกัด มหาชน
ที่อยู่ปัจจุบัน	: เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร