

ความรัก : บำเหน็จทางสังคมกับคุณค่าที่แท้จริง

ธีรโชติ เกิดแก้ว*

บทคัดย่อ

ความรักจัดเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของจิตวิญญาณประการหนึ่งที่มนุษย์จำเป็นต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจ เนื่องจากความรักมีทั้งคุณและโทษที่สามารถสร้างปัญหาให้แก่มนุษย์และสังคมได้ ถ้าหากเราขาดสติปัญญา บทความนี้ ได้นำเสนอปัญหาเกี่ยวกับความรักที่ได้รับอิทธิพลจาก **บำเหน็จทางสังคม** หมายถึง **ปัจจัยทางสังคมทั้งตัวบุคคล สื่อ และค่านิยมที่คนในสังคมหยิบยื่นให้แก่กัน** ถ่ายทอดหรือรับช่วงต่อกันมาอย่างผิด ๆ โดยใช้แนวคิดทางพระพุทธศาสนาเป็นกรอบของการอธิบาย ซึ่งได้ชี้ให้เห็นถึงประเภทและความหมายของความรักที่ควรปลูกฝังและควบคุม ค่านิยมทางสังคมเกี่ยวกับความรักที่อาจนำไปสู่หายนภัยที่ต้องเฝ้าระวังและทางออกของปัญหาเกี่ยวกับเรื่องนี้ด้วยการสร้างความรักบนพื้นฐานของปัญญาที่มองเห็นค่า ความหมาย และแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องที่เรียกว่า **สัมมาทิฐิ** ตลอดจนแนวทางการป้องกันและปรับความรักที่เป็นอกุศลให้เป็นกุศลด้วยปัญญาและจาคะคือการเสียสละ โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ความรักสวยงาม และอำนวยประโยชน์ให้แก่ชีวิตและสังคม

คำสำคัญ : ความรัก บำเหน็จทางสังคม และคุณค่าที่แท้จริง



รูปภาพที่ 1 ดอกกุหลาบ สื่อแห่งความรักในปัจจุบัน
แหล่งที่มา : http://www.panmai.com/Garden-Song/Flower_04.htm 22 กุมภาพันธ์ 2549

ความรักจัดเป็นธรรมชาติประการหนึ่งของมนุษย์ที่สร้างสีสันให้แก่โลกและชีวิตอย่างมาก แต่จะสร้างสีสันในด้านใดนั้น ก็ขึ้นอยู่กับประเภทของความรักนั้น ๆ เนื่องจากความรักมีหลายประเภท ซึ่งในแต่ละประเภทก็อาจกลายเป็นปัญหาได้เช่นกัน ถ้าหากเราขาดความระมัดระวัง (สติ) และขาดปัญญา มีตัวอย่างมากมายที่ชี้ให้เห็นความจริงเรื่องนี้ เช่น พ่อแม่รักและสงสารลูกมากเกินไป พยายามหาวิธีการเพื่อช่วยเหลือลูกของตนที่กระทำความผิดให้หลุดพ้นจาก

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสาขาวิชามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ



อาณานิคมเมือง ชายคนหนึ่งใช้อาวุธปืนยิงแฟนสาวของตนแล้วฆ่าตัวเองตายด้วยปืนกระบอกเดียวกัน เนื่องจากหวาดระแวงว่าฝ่ายหญิงปันใจไปให้ชายอื่น ผู้บังคับบัญชาคนหนึ่งรัก เอ็นดูเฉพาะคนที่ประจบสอพลอ จึงปูนบำเหน็จรางวัลให้มากกว่าคนอื่น ก่อให้เกิดความไม่ชอบธรรมกับคนดีมีความสามารถหนุ่มสาวบางคู่ตกลงจะมีเพศสัมพันธ์กันในวันวาเลนไทน์ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การแลกคู่กันนอน เพราะบำเหน็จหรือค่านิยมทางสังคมเรื่องความรักและเรื่องเพศที่ผิด ๆ เป็นต้น

ตัวอย่างที่กล่าวข้างต้นนี้ชี้ให้เห็นว่าความรักถ้าขาดความระมัดระวังและปัญญา ก็สามารถนำไปสู่ปัญหาและส่งผลกระทบที่มีได้จำกัดอยู่เฉพาะบุคคลผู้ตกอยู่ภายใต้อำนาจของความรักเท่านั้น แต่ยังมีผลกระทบต่อบุคคลอื่นและสังคมด้วย ตัวอย่างเช่นปัญหาโรคเอดส์ที่มีมูลเหตุมาจากการมีเพศสัมพันธ์อย่างขาดความระมัดระวังหรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์ที่ระบาดไปยังกลุ่มชนต่าง ๆ โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่น ประเด็นนี้เองที่ผู้เขียนตระหนักเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเรื่องเหล่านี้เป็นปัญหาที่เรื้อรัง และน่าจะทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น ถ้าไม่มีการปรามหรือหาทางแก้ไขอย่างเหมาะสม จึงขอเสนอบทความนี้ที่ น่าจะให้แนวคิดและวิธีปฏิบัติต่อความรักได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมงดงาม ซึ่งแนวคิดและวิธีปฏิบัติที่จะนำเสนอในบทความนี้ก็คือแนวคิดในพระพุทธศาสนาที่กล่าวถึงเรื่องความรักไว้อย่างน่าศึกษาในหลายประเด็น และในแต่ละประเด็น เราสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ของสังคมโลกในปัจจุบันได้เป็นอย่างดี โดยมีลำดับของการนำเสนอต่อไปนี้

ประเภทและความหมายของความรักในพระพุทธศาสนา

ก่อนเข้าสู่รายละเอียดเกี่ยวกับแนวคิดเรื่องความรักในพระพุทธศาสนา ในเบื้องต้นขอให้ผู้อ่านทำความเข้าใจประเภทและความหมายของความรักก่อน เพื่อโยงเข้าหาประเด็นหลักต่อไป เนื่องจากมีผู้กล่าวและให้นิยามความหมายของความรักไว้มากมาย เช่น ความรักคืออุปมา (ดอกไม้) เป็นความรักที่สวยงามสดงดงาม และหวานซึ่งดูจืดน้ำผึ้ง ความรักเหมือนยาขม เป็นความรักที่ผิดหวังพลัดพราก ส่งผลให้เกิดความทุกข์ ระทม ชมชื่น เศร้าสร้อย หงอยเหงา เป็นต้น ในพระพุทธศาสนาเองก็ได้กล่าวถึงประเภทและความหมายของความรักไว้หลายประการ โดยขอสรุปไว้เป็นประเด็นของการศึกษา 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. ความรักที่เป็นกุศล หมายถึง ความรักที่มีพื้นฐานมาจากกุศลจิต ได้แก่จิตที่ดีงาม ส่งผลให้ความรักประเภทนี้โดยเนื้อแท้งดงามตามไปด้วย นอกจากนี้ยังก่อให้เกิดการกระทำที่สร้างสรรค์ ดีงามตามมากอีกมากมาย ในประเด็นนี้ขอกล่าวไว้ 4 ประการ คือ

1.1 เมตตา หมายถึง ความรัก ความปรารถนาดีต่อผู้อื่นในทุกเรื่อง ที่จัดเป็นความรักที่เป็นกุศล เพราะเมตตาเป็นธรรมชาติฝ่ายกุศลที่หล่อเลี้ยงจิตวิญญาณของคนให้ชุ่มชื้น และแสดงออกมาให้ผู้อื่นได้รับทราบใน 3 ทางประกอบด้วย

1.1.1 ทางกาย เรียกว่า เมตตา ภายกรรม หมายถึง การกระทำเรื่องต่าง ๆ ที่ดี มีประโยชน์โดยมีพื้นฐานของความรัก ความปรารถนาดีต่อผู้อื่นเป็นที่ตั้ง เช่น การช่วยเหลือเป็นหูเป็นตาให้แก่เพื่อนบ้านในการเฝ้าระวังภัยให้ การ



ที่พ่อแม่ทำงานหนักเพื่อหวังความสุขสบายแก่ลูก การที่ครูอาจารย์ทุ่มเท ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้แก่ศิษย์ เป็นต้น

1.1.2 ทางวาจา เรียกว่า เมตตา วจีกรรม หมายถึง การพูด การแนะนำ การพร่ำสอน ตักเตือน ให้ข้อคิดที่เป็นประโยชน์ โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของความรัก ความปรารถนาดีต่อผู้อื่น เช่น การห้ามปรามตักเตือนเพื่อนที่จะเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับสุรา ยาเสพติด การช่วยติวหนังสือให้แก่เพื่อน การให้คำแนะนำที่ถูกต้องเป็นประโยชน์แก่เพื่อนที่คิดจะทอดกายให้แก่ชายคนรักในวันวาเลนไทน์ เป็นต้น

1.1.3 ทางใจ เรียกว่า เมตตามโนกรรม หมายถึง การคิดเรื่องต่าง ๆ ที่จะเป็นประโยชน์ด้วยความรักและความปรารถนาดีต่อผู้อื่น เช่น คิดหาทางป้องกันเพื่อนหรือบุคคลอื่นในสังคมที่จะไปหมกมุ่นอยู่กับอบายมุขหรือสำล่อนทางเพศ คิดหาหนทางที่จะแก้ไขปัญหาและพัฒนาสังคมให้ดีขึ้น เป็นต้น และแสดงออกมาให้เป็นรูปธรรมด้วยการกระทำและคำพูดที่สร้างสรรค (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539 : 11/323/321)

ความรักประเภทนี้ แม้หลักการจะเป็นเรื่องของกุศลก็ตาม แต่ถ้าหากเราขาดความระมัดระวังหรือขาดปัญญาปล่อยให้จิตถูกโมหะ ความโง่เขลาหรืออคติคือความลำเอียง ขาดความเป็นกลางเข้าครอบงำ ก็จะส่งผลให้ความรักประเภทนี้แปรเปลี่ยนเป็นอกุศลแทน และนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ ได้ เช่น ครูอาจมีเมตตาเฉพาะศิษย์ของตน เมื่อจำเป็นต้องตัดสินเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่มีบุคคลอื่นที่ไม่ใช่ศิษย์ของตนอยู่ด้วย ครูอาจตัดสินเข้าข้างศิษย์ของตัวเองด้วยความรัก ส่งผลให้เกิดความไม่เป็น

ธรรมขึ้น เป็นต้น และความรักประเภทนี้ยังมีข้อจำกัดในตัวบุคคลหรือกลุ่มชน ยังไม่เป็นสากล ดังนั้น ความรักประเภทนี้ที่ถือว่าเป็นเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาจึงต้องเป็นความรักสากลที่เรียกว่า “อัปมัณฺญาเมตตา” เป็นความรักที่ไม่มีพรมแดนใด ๆ มาปิดกั้น ส่วนวิธีการปลูกฝังความรักประเภทนี้ให้เป็นสากลนั้นมีรายละเอียดมาก จะขอกล่าวไว้ในตอนการสร้างค่านิยมเรื่องความรักบนพื้นฐานของปัญญา

1.2 กรุณา หมายถึง ความสงสาร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นความรักที่สืบต่อมาจากเมตตาและตั้งอยู่บนพื้นฐานของการเสียสละ เมื่อเห็นผู้อื่นกำลังประสบปัญหา ได้รับความเดือดร้อน ก็เข้าไปช่วยเหลือเขาให้พ้นจากปัญหา หรือความทุกข์นั้น ๆ จัดเป็นความรักที่เป็นกุศล รายละเอียดของความรักประเภทนี้ก็คล้าย ๆ กันกับความรักประเภทเมตตา ข้อสรุปก็คือเราจะต้องสร้างความรักประเภทนี้ให้เป็นสากล เพื่อให้จิตวิญญาณของเราเปิดกว้าง ไม่คับแคบ ไม่จำกัดเฉพาะตัวเราและบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเราเท่านั้น แต่ต้องเป็นความรัก ความสงสารต่อมนุษยชาติ

1.3 ปิยะ หมายถึง ความรักที่เกิดจากความผูกพันกันทางสายเลือด เช่น บิดามารดา รักบุตร พี่รักน้อง น้องรักพี่ ความรักในเครือญาติ ถ้าพิจารณาในประเด็นนี้ ความรักประเภทนี้จึงยังมีข้อจำกัดเฉพาะคนที่ เป็นสายเลือดเดียวกันเท่านั้น แต่ในหลักการทางพระพุทธศาสนา มุ่งให้ความรักประเภทนี้เป็นสากล นั่นคือมนุษย์ต้องประพฤติตนให้เป็นที่รักของกันและกัน แม้จะไม่ใช่สายเลือดเดียวกันก็ตาม แต่เป็นความผูกพันกันทางธรรม เช่น หลักการในทศ 6 ที่มุ่งให้คน 6 กลุ่ม คือบิดามารดา กับบุตร ครูอาจารย์กับศิษย์



เพื่อนกับเพื่อน ผู้บังคับบัญชากับผู้อยู่ภายใต้การบังคับบัญชาหรือเจ้านายกับลูกน้อง พระสงฆ์กับอุบาสก อุบาสิกาต่างปฏิบัติหน้าที่ต่อกันตามหลักการที่วางไว้อย่างถูกต้อง สมบูรณ์ หรือหลักสังคหัตถุธรรมที่ว่าด้วยการสงเคราะห์ อนุเคราะห์กันด้วยธรรม อันเป็นการประสานหรือหล่อหลอมจิตวิญญาณให้คนในสังคมโลกมีความรู้สึกว่าเป็นเหมือนพี่น้องเดียวกัน ที่เรียกว่า ภราดรภาพ

1.4 ฉันทะ หมายถึง ความรักที่เกิดจากความพึงพอใจในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรือเรื่องใดเรื่องหนึ่ง และมุ่งที่จะกระทำเรื่องนั้นหรือสิ่งนั้นให้สำเร็จ ที่จัดเป็นความรักประเภทกุศล เนื่องจากฉันทะเป็นสภาวะธรรมที่ผลักดันให้คนทำเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่ดีงามให้สำเร็จ

ความรักทั้ง 4 ประเภทนี้ยังจัดเป็นเรื่องที่อยู่ในขอบข่ายของโลกียะ หมายถึง ยังมีการเปลี่ยนแปลง หรืออาจกลายเป็นปัญหาขึ้นได้ ถ้าหากบุคคลขาดปัญญา นั่นหมายความว่า เราจะต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจความรักทั้ง 4 ประเภทนั้นให้ถูกต้อง และสิ่งที่สำคัญยิ่งที่จะควบคุมความรักทั้ง 4 ประเภทนี้ให้เป็นไปอย่างถูกต้องเหมาะสม สวยงามก็คือปัญญา ดังเราจะเห็นตัวอย่างของปัญหาสังคมมากมาย เช่น แม่คนหนึ่งยอมขายทรัพย์สินของตนและไปกู้ยืมเงินเพื่อนบ้านเพื่อมาซื้อรถยนต์ให้ลูกสาวที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษา เพราะกลัวลูกจะอายคนอื่นส่งผลให้เป็นหนี้สินและยังทำให้ลูกของตนเอาแต่ใจตัวเอง ทั้งนี้เป็นผลมาจากความรักที่ขาดปัญญากำกับนั่นเอง

2. ความรักที่เป็นอกุศล หมายถึง ความรักที่มีพื้นฐานมาจากจิตที่เป็นอกุศล หรือจิตที่ถูกอำนาจฝ่ายต่ำครอบงำ ทำให้มองไม่เห็นโทษภัยที่จะเกิดขึ้น

ส่งผลให้เกิดปัญหาที่ตามมา แต่พึงทราบในเบื้องต้นก่อนว่า ถ้ามองในกระแสโลก ความรักประเภทนี้ก็ไม่ใช่เป็นเรื่องที่เสียหายอะไร ถ้าหากความรักประเภทนี้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของปัญญา และควบคุมให้อยู่ในขอบเขตของความถูกต้อง ดีงาม เหมาะสม แต่ถ้าหากพิจารณาในมุมมองตามกระแสธรรม ความรักประเภทนี้ก็จัดอยู่ในฝ่ายอกุศล เพราะความรักประเภทนี้ถูกผลักดันมาด้วยอำนาจของกิเลส มีอยู่ 2 ประเภท คือ

2.1 เปมะ หมายถึง ความรักระหว่างชายหนุ่มกับหญิงสาว ในสาเกตชาดก (มหาจุฬา-□ ลงกรณราชวิทยาลัย. 2539 : 27/174/111) ท่านแสดงถึงมูลเหตุของความรักประเภทนี้ไว้ 2 ประการ คือการได้เคยอยู่ร่วมกันหรือสร้างบุญกุศลร่วมกันในชาติปางก่อนที่เรียก “บุพเพสันนิวาส” ซึ่งถ้าพูดให้คนในสมัยใหม่ฟังดูเหมือนจะเป็นเรื่องที่ทำให้คนเห็นตามได้ยาก และการติดต่อสัมพันธ์ ไปมาหาสู่ แลกเปลี่ยนสิ่งของ หยิบยื่นสิ่งต่าง ๆ หรือช่วยเหลือกัน ตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงปัจจุบันที่เรียกว่า “เกื้อกูลกันในปัจจุบัน” (ปัจจุบันนิตตะ)

2.2 ลินหา หมายถึง ความรักที่เป็นความเชื่อใจ ถวิลหากัน เป็นความรักที่เกิดจากความพึงพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสของฝ่ายตรงข้าม เป็นความรักที่อยากเข้าไปครอบครอง จนกลายเป็นความหวงแหน ไม่ต้องการให้ใครเข้ามายุ่งเกี่ยวกับคนที่ตนรัก

ความรักทั้ง 2 ประเภทนี้ โดยเนื้อแท้แล้วเป็นธรรมชาติที่ตรงตาม เนื่องจากเป็นความรักที่บริสุทธิ์ แต่ก็เป็นเรื่องที่ต้องระมัดระวังให้ดี โดยเฉพาะความรักที่ผลักดันมาจากอกุศลจิตที่อาจนำไปสู่ปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อหลาย ๆ ด้านได้ อกุศลจิตที่เป็นแรงขับฝ่ายต่ำที่สนับสนุนความรักประเภทนี้



ให้กลายเป็นอนุกรมหลายประการ ขอยกตัวอย่างไว้เป็นกรณีศึกษา 3 เรื่อง คือ

1) โหมะ หมายถึง ความหลง ความเขลาขาดปัญญาในการพิจารณาเรื่องต่าง ๆ อย่างถี่ถ้วนส่งผลให้คนที่ตกอยู่ในห้วงแห่งความรักทุ่มเททุกสิ่งทุกอย่างให้แก่ชายหรือหญิงคนรักอย่างสุดกำลังที่เรียกว่า รักจนหลง รักแบบไม่ลืมหูลืมตา เช่น **หลงเมีย หลงตัวจนลืมพ่อแม่ของตน** สะท้อนถึงผู้ที่ตกอยู่ภายใต้อำนาจของโหมะจนทำให้มองไม่เห็นว่าจะไรดี อะไรชั่ว อะไรควร อะไรไม่ควร แม้บางครั้งจะรู้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว แต่ด้วยอำนาจของความรักที่ถูกโหมะครอบงำก็ยังฝืนทำ เหมือนบทเพลงตอนหนึ่งของคุณศิรินทรา นิยากรที่ว่า “รู้เขาหลง แต่เต็มใจให้หลง” นับว่าเป็นเรื่องที่ต้องระมัดระวังให้ดี

2) ตัณหา หมายถึง ความอยาก เป็นตัวการสนับสนุนให้บุคคลที่ตกอยู่ในห้วงแห่งความรักที่มีตัณหาเป็นแรงขับนั้นพยายามทำทุกวิถีทางเพื่อให้ได้บุคคลที่ต้องการมาครอบครอง โดยมีกระบวนการหรือลำดับของตัณหา 3 ประการ คือ ความอยาก ความพึงพอใจ ความติดใจในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสของฝ่ายตรงกันข้าม (กามตัณหา) ความอยากเข้าครอบครองเป็นเจ้าของ (ภวตัณหา) และความอยากจะทำลายล้างบุคคลที่เข้ามาเป็นคู่แข่งหรือความอยากจะหนีให้ห่างไกลเมื่อไม่ต้องการบุคคลนั้นอีกต่อไป เป็นลักษณะของความเบื่อหน่ายประการหนึ่ง ที่ต้องการหนีไปให้พ้นเพื่อไปหาคนอื่นต่อไป หรือเมื่อความรักไม่สมหวังก็ฆ่าคนที่ตนรักตายและฆ่าตัวเองตายตาม ตัวอย่างเช่น หญิงสาวคนหนึ่งได้ลวงเด็กหญิงที่มาพัวพันกับสามีของตนไปฆ่าทิ้ง (วิภวตัณหา)

3) ราคะ หมายถึง ความกำหนด เป็นแรงขับที่ผลักดันให้ความรักประเภทนี้เป็นความรักที่เห็นแก่ตัว ผู้ที่ตกอยู่ภายใต้อำนาจของแรงขับข้อนี้ มักจะหาวิถีทางเพื่อให้ได้ครอบครองฝ่ายตรงกันข้าม ซึ่งส่วนใหญ่มักไม่มีความจริงใจ ประเภทที่ชอบล่ำพรหมจรรย์หรือพรหมจารีของฝ่ายตรงกันข้าม ได้แล้วทิ้ง ไม่ยอมรับผิดชอบ ซึ่งทำให้เกิดปัญหาตามมามากมาย เช่น การฆ่าตัวตาย เพราะชายหรือหญิงคนรักตีตัวออกห่าง การทำแท้งเนื่องจากฝ่ายชายไม่ยอมรับผิดชอบลูกในครรภ์ เป็นต้น

จากความรักทั้ง 2 ประเภท และแรงขับที่สนับสนุนความรักทั้ง 3 ประการนี้ นับว่าเป็นเรื่องที่ต้องระมัดระวังเป็นอย่างมาก เนื่องจากอาจก่อให้เกิดผลเสียหายอย่างใหญ่หลวง เหมือนสำนวนไทยที่ว่า “ที่ใดมีรัก ที่นั่นมีทุกข์” หรือ “ความรักทำให้คนตาบอด” เนื่องจากเป็นแรงขับที่มุ่งให้คนแสวงหาผลประโยชน์ใส่ตัวเป็นสำคัญจัดเป็นความรักที่ไม่จริงยั่งยืนที่ทุกคนต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ และเมื่อกล่าวถึงความรักจากหลักการที่กล่าวมาทั้งหมดอาจสรุปได้ 2 ลักษณะคือ

1. **ความรักที่ไม่เห็นแก่ตัว** เป็นความรักที่มีพื้นฐานมาจากเมตตา ความรัก ความปรารถนาดีต่อกัน กรุณา ความสงสาร เห็นอกเห็นใจกัน ช่วยเหลือกัน การทำตัวให้เป็นที่รักต่อกันอย่างเสมอต้นเสมอปลาย โดยเฉพาะความรักระหว่างชายหนุ่มหญิงสาวจะต้องยึดหลัก **จาคะ** หมายถึง การเสียสละ เป็นความรักที่เสียสละ ไม่ใช่ความรักที่มุ่งผลประโยชน์ตอบแทนเป็นสำคัญ

2. **ความรักที่เห็นแก่ตัว** เป็นความรักที่แฝงเร้นด้วยกิเลส อันเป็นสาเหตุของความทุกข์



หรือความรักที่ผิดหวัง ไม่สมหวัง ความรักที่ไม่ลงตัว ความรักที่ต่างฝ่ายต่างหาประโยชน์ให้แก่ตัวเอง เนื่องจากเป็นความรักที่ถูกผลักดันด้วยอำนาจของโมหะ ความยินดีในกามารมณ์ ตัณหา และราคะ ทำให้คนขาดปัญญา มองไม่เห็นคุณและโทษของความรัก ซึ่งเราจะเห็นปรากฏการณ์ทางสังคมอยู่บ่อยครั้งที่หญิงสาวชายหนุ่มพากันฆ่าตัวตายหรือฆ่าชายหรือหญิงคนรักตาย เพราะผิดหวังในความรักหรือมีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งตีตัวออกห่างไปมีสัมพันธ์กับชายหรือหญิงคนใหม่

จะเห็นว่า ความรักแม้จะเป็นธรรมชาติประการหนึ่งของมนุษย์ แต่ก็เป็นเรื่องสำคัญที่เราจะต้องเรียนรู้ ทำความเข้าใจ เพื่อหาทางป้องกันความรักที่เป็นอกุศล และพัฒนาความรักที่เป็นกุศลเพื่อความเจริญมั่นคงของความรักที่สร้างสีสันให้แก่ชีวิตและสังคมอย่างถูกต้อง การขาดการศึกษาเรียนรู้เรื่องนี้อย่างถูกต้องก็เท่ากับเรากำลังเล่นกับไฟ ที่อาจเผาผลาญผู้ตกอยู่ภายใต้อำนาจของความรักที่มีโมหะเป็นพื้นฐานจนเกิดโศกนาฏกรรมกับชีวิตได้ เมื่อเป็นเช่นนั้นก็นับว่าน่าเสียดายยิ่งที่ความรักของคนน่าจะสดใส หวานซึ่งเหมือนกับน้ำผึ้งเดือนห้า หรือเป็นความรักที่สร้างประโยชน์ให้แก่ชีวิตและสังคม แต่กลับกลายเป็นยาพิษที่ปลิดชีพและจิตวิญญาณของคนอย่างไม่มีวันจบสิ้น

ความรักกับบำเหน็จทางสังคม : หายนภัยที่ต้องเฝ้าระวัง



รูปภาพที่ 2 ค่านิยมการให้ดอกกุหลาบสื่อแห่งความรัก

แหล่งที่มา : <http://www.reform.com/Valentine's%20day.html> 14 กุมภาพันธ์ 2548

ก่อนเข้าสู่รายละเอียดของข้อนี้ ผู้เขียนขออนุญาตและจำกัดขอบเขตของคำว่า “บำเหน็จ” ว่า หมายถึง บัณฑิตทางสังคมทั้งที่เป็นตัวบุคคล สื่อและค่านิยมเรื่องความรักและเรื่องเพศที่ผิด ๆ ที่เป็นผลมาจากการสร้างและถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งสู่คนอีกรุ่นหนึ่งซึ่งนับวันจะมีความรุนแรงมากขึ้น

ผู้อ่านอาจตระหนักถึงประเด็นเรื่องความรักได้กลายมาเป็นปัญหาสังคมที่หลายฝ่ายได้หยิบยกขึ้นมาพูด โดยเฉพาะความรักในวัยใสที่นับวันจะมีความรุนแรงมากขึ้น เช่น ปัญหาเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน การแลกคู่นอน และปัญหาอื่น ๆ ที่ตามมาจากปัญหาข้างต้น เช่น การทำแท้ง เด็กกำพร้า เด็กเร่ร่อนที่เกิดจากปัญหาครอบครัวแตกแยก เป็นต้น ที่สำคัญก็คือค่านิยมในเรื่องของความรักที่ผิด ๆ ได้ถูกปลูกฝังและถ่ายทอดกันอย่างแพร่หลาย ประกอบกับทุกสังคมมีสิ่งที่ย่อยกระตุ่น



ในเรื่องเพศมากมาย เช่น สื่อลามกอนาจาร แห่ลงอบายมุขต่าง ๆ เป็นต้น ส่งผลให้เกิดการเลียนแบบค่านิยมทางเพศอย่างผิด ๆ ซึ่งผู้เขียนถือว่าปัจจัยเหล่านี้เป็น**บ้ำาเหตุจที่คนในสังคมหยิบยื่นให้แกกัน** และจะนำไปสู่ทายนภัยที่ทุกคนต้องเฝ้าระวัง โดยเฉพาะเรื่องที่จะกล่าวต่อไปนี้

1. สื่อต่าง ๆ เช่น ภาพยนตร์ ละครทีวี รวมถึงสื่อโฆษณาที่นิยมนำดารานายแบบ นางแบบวัยรุ่นมาเป็นพระเอก นางเอกจับคู่กันในละครทีวี และสื่อโฆษณาสินค้าต่าง ๆ ทำให้เกิดการเลียนแบบของเยาวชน เพื่อให้เห็นความจริงในเรื่องนี้ขอยกตัวอย่างสื่อที่เป็นมูลเหตุนำไปสู่ค่านิยมเรื่องเพศไว้เป็นกรณีศึกษา 2 ประเภท คือ

1.1 อินเทอร์เน็ตที่บริการให้โหลดภาพลามกอนาจาร ส่งผลให้เด็กวัยรุ่นสร้างค่านิยม โหลดภาพลามกอนาจารกันอย่างกว้างขวาง ที่น่ากลัวมากที่สุดก็คือภาพร่วมเพศหลากหลายท่าทางที่เรียกว่า “กามสูตร” โดยมีการโหลดภาพเหล่านี้มาจากเว็บไซต์และส่งให้กันเป็นทอด ๆ ผ่านทางโทรศัพท์มือถือ (ข่าวสด. 14 กุมภาพันธ์ 2548) ปรัชญาการณดังกล่าวเป็นสาเหตุให้เยาวชนบางส่วนที่ขาดวิจารณญาณหมกมุ่นในเรื่องเพศและแสดงความรักต่อกันอย่างไม่เหมาะสม นอกจากนี้ยังมีเว็บไซต์ที่แพร่ภาพลามกอนาจารทำนองนี้อีกมากมาย จัดเป็นสิ่งที่ผู้ปกครองต้องเฝ้าระวังเนื่องจากสื่อประเภทนี้จะทำให้เยาวชนได้แบบอย่างในการสร้างความรักประเภทกุกุศลขึ้นมา

1.2 หนังสือพิมพ์ที่แพร่ภาพและลงข่าวการกระทำที่ไม่สร้างสรรค์เกี่ยวกับเพศตัวอย่างเช่น เมื่อวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2548 มีหนังสือพิมพ์บางฉบับได้นำเสนอภาพข่าวที่บริษัทยูนิลีเวอร์ ประเทศฟิลิปปินส์ได้จัดกิจกรรม

“โลวาปา Luisa” หรือการจุมพิตหอม เพื่อฉลองวันแห่งความรัก (ข่าวสด. 14 กุมภาพันธ์ 2548) ในส่วนตัวของผู้เขียนเห็นว่าสื่อมวลชนไม่ควรนำกิจกรรมในลักษณะดังกล่าวมาเผยแพร่ เพราะไม่ใช่กิจกรรมที่สร้างสรรค์ ก่อให้เกิดความตึงเครียดหรือประเทืองสติปัญญาของคนในสังคม แต่เป็นเรื่องที่จะนำไปสู่การเลียนแบบและทำลายวัฒนธรรมอันล้ำค่าของบรรพบุรุษไทยและก่อให้เกิดกระแสค่านิยมแบบมิฉชาติฐิติว่า “ใครไม่ทำถือว่าเซย ไม่ทันยุคทันสมัย” ไปในที่สุด

2. ค่านิยมที่ผิด ๆ จากรุ่นพี่ ดังจะเห็นจากงานวิจัยหลายชิ้นที่ระบุว่า รุ่นพี่บางคนตามสถาบันต่าง ๆ ได้สร้างค่านิยมเรื่องเพศให้แก่รุ่นน้องอย่างผิด ๆ ไว้หลายเรื่อง เช่น การล่าคู่นอนใครทำได้มากที่สุดถือว่าเป็นผู้ที่เก่ง ใครไม่มีแฟนในขณะที่เรียนจะถูกมองว่าเซย การรับน้องด้วยการพาไปขึ้นครู เป็นต้น

3. ตัวแบบที่เยาวชนชื่นชอบ ส่วนใหญ่มักเป็นดารานักร้องที่ได้รับความนิยม ถือว่าเป็นแรงจูงใจสำคัญยิ่งที่ทำให้คนในสังคมจำนวนหนึ่ง โดยเฉพาะเยาวชนเลียนแบบในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการแต่งกาย ท่าทางของการแสดงออก รวมไปถึงเรื่องของการเลือกคู่ การแสดงออกทางเพศ ซึ่งเราจะเห็นว่าดารานักร้องมักจะตกเป็นข่าวเรื่องความรักมากกว่าบุคคลกลุ่มอื่น และมักจะออกมาในทำนองที่ว่า ดาราคนนั้นเป็นแฟนกับคนนี้ บางครั้งคนในสังคม ก็จับคู่รักให้กับดารานักร้องที่ตนชื่นชอบ โดยสรุปก็คือไม่ว่าดารานักร้องจะมีแฟน แต่งงาน เลิกหรือหย่าร้างกันก็มักจะเป็นข่าวใหญ่โต บางเรื่องก็ดูน่ากลัว ตัวอย่างเช่นนางแบบคนหนึ่งแสดงภาพยนตร์ลามก แต่กลับได้รับการชื่นชอบเห็นอกเห็นใจจากคนในสังคม



บางส่วน ที่สำคัญก็คือตัวนางแบบคนดังกล่าว กลายเป็นคนที่มีชื่อเสียงโด่งดัง มีเงินใช้อย่างสบาย เรื่องนี้อาจเป็นเรื่องหนึ่งสร้างค่านิยมใหม่แก่หญิงสาวบางส่วนที่คิดจะเอาแบบอย่างได้ในที่สุด

4. ค่านิยมเกี่ยวกับวันแห่งความรัก คือ วันวาเลนไทน์ ก่อให้เกิดค่านิยมที่ผิด ๆ ในหลายเรื่อง เป็นการแสดงความรักในวันวาเลนไทน์ที่ผิดเพี้ยนไปจากประวัติความเป็นมาและสาระสำคัญของวันนี้เป็นอย่างมาก กลายเป็นความบ้าคลั่งในความรักประเภทอกุศลมากกว่าเป็นการทุ่มเทให้แก่อารมณ์ที่เป็นกุศล ก่อนอื่นต้องทำความเข้าใจในเรื่องต้นกอนว่า วันนี้เป็นวันที่ชาวคริสต์ระลึกถึงคุณความดี ความกล้าหาญ และความเสียสละของนักบุญท่านหนึ่งชื่อ “วาเลนตินุส” บางแห่งเรียกว่า “เวเลนตินุส” ที่ถูกประหารชีวิตในข้อหาฝ่าฝืนคำสั่งของพระเจ้าคลอดิอุส (Claudius) ที่สั่งห้ามท่านแต่งงานให้กับหนุ่มสาว (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสิงห์บุรี. 14 กุมภาพันธ์ 2548)

จากประวัติความเป็นมาของวันวาเลนไทน์ ชี้ให้เห็นถึงความรักที่เราจะต้องพิจารณาและทำความเข้าใจในประเด็นหลัก คือ ความรักเพื่อนมนุษย์ ตรงกับหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ชื่อว่า เมตตา จัดเป็นคำสอนขั้นพื้นฐานของศาสนาคริสต์ที่มุ่งให้มนุษย์รักกันฉันพี่น้อง เนื่องจากมนุษย์ถูกสร้างมาจากพระเจ้าเป็นเจ้า และมาจากบรรพบุรุษคนเดียวกันคืออาดัมกับอีวา ด้วยการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน เหมือนอย่างนักบุญวาเลนตินุสได้ทำไว้ตามแนวทางของพระเจ้าเป็นเจ้าที่พระบุตรคือพระเยซูได้ทรงทำไว้เป็นตัวอย่าง

จากประเด็นของความรักข้างต้น ได้แปรเปลี่ยนมาเป็นความรักที่คนทั่วโลกให้ค่านิยมกัน

มากที่สุด ได้แก่ ค่านิยมเกี่ยวกับความรักฉันคู่สาว ถ้าพิจารณาให้ถี่ถ้วนก็เห็นว่าเกินเลยขอบเขตไปจากสาระสำคัญของวันวาเลนไทน์อย่างมาก เนื่องจากมีการสร้างค่านิยมที่เป็นปัญหาอยู่หลายประการ ซึ่งอาจกล่าวสรุปได้ในเรื่องต่อไปนี้

1) การให้สิ่งของแก่กัน โดยส่วนใหญ่ จะมอบดอกกุหลาบสีแดง ความจริงเป็นเรื่องที่ดี แต่ที่เห็นว่าสร้างค่านิยมแห่งความฟุ้งเฟ้อให้แก่อสังคามากเกินไป กรณีเช่น บริษัทมิสสิลลี่ จำกัด ได้จัดทำดอกกุหลาบช่อพิเศษขึ้น 108 ดอก เพื่อใช้สื่อความหมายว่า “คุณจะได้แต่งงานกับฉันใหม่” จำหน่ายในราคาดอกละ 32,999 บาท กุหลาบช่อพิเศษใช้สื่อความหมายว่า “ฉันรักเธอจนวันตาย” จำหน่ายในราคาดอกละ 29,999 บาท และอีก 36 ดอก ใช้สื่อความหมายว่า “ฉันยังจำความหลังอันแสนหวานได้” จำหน่ายในราคาดอกละ 10,999 บาท รวมทั้งยังให้บริการส่งกุหลาบถึงที่ แต่ลูกค้าต้องสั่งซื้ออย่างน้อย 5 ดอก โดยคิดราคาดอกละ 300 บาท (สัปดาห์สัญจร. 2548 : 9) ประเด็นนี้ชี้ให้เห็นถึงค่านิยมเกี่ยวกับความรักที่ทำให้คนฟุ้งเฟ้อไปตามค่านิยมของสังคมนอกไป

2) การพลีกายให้กับหญิงหรือชายคนรัก เป็นการสร้างค่านิยมที่ผิดอีกประการหนึ่ง ความจริงเรื่องพรหมจรรย์หรือพรหมจารีถือว่าเป็นศักดิ์ศรีของลูกผู้ชายและลูกผู้หญิง เห็นได้จากสุภาษิตไทยโบราณที่ใช้พร่ำสอนลูกหลานไทยมานาน เช่น “อย่าชิงสุกก่อนห่าม” “อดเปรี้ยวไว้กินหวาน” เป็นต้น การพลีกายให้กับชายหรือหญิงคนรักอย่างไม่ถูกต้องก็เท่ากับเป็นการไม่รักศักดิ์ศรีของตนเอง ค่านิยมเรื่องนี้ศึกษาได้จากผลการสำรวจของเอแบคโพลล์ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ ที่ได้ทำการสำรวจหนุ่มสาว โดยเฉพาะเยาวชนอายุ



15-24 ปี พบว่ามีสถิติการมีเพศสัมพันธ์กันในวันวาเลนไทน์มากกว่าในเทศกาลอื่นจึงทำให้มีการบัญญัติวันนี้ว่า**วันเสียตัวแห่งชาติ** (คมชัดลึก. 14 กุมภาพันธ์ 2548)

3) ผู้ใหญ่ในสังคมมีส่วนช่วยปลูกกระแสค่านิยมเรื่องราคะ ตันหาเกี่ยวกับทางเพศให้แก่คนในสังคม ตัวอย่างเช่น นายวรพจน์ อินทลักษณ์ ผู้อำนวยการเขตบางรักเปิดเผยผ่านหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ว่า เขตบางรักจัดงานใหญ่ในการจดทะเบียนสมรสให้แก่หนุ่มสาว ผู้ที่จดทะเบียนสมรสคู่แรกจะได้รับใบทะเบียนสมรสทองคำไว้เป็นที่ระลึก คาดว่าในวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2548 จะมีหนุ่มสาวมาขอจดทะเบียนสมรสประมาณ 1,000 คู่ (เดลินิวส์. 14 กุมภาพันธ์ 2548) ถ้าพิจารณาในแง่หนึ่งก็ดูเหมือนว่าเป็นการดีด้วยซ้ำที่ทำให้หญิงชายใช้ชีวิตคู่อย่างถูกต้องตามกฎหมาย แต่ถ้ามองในอีกแง่หนึ่งก็เป็นการสร้างค่านิยมเรื่องของเพศว่าวันนี้เป็นวันที่ชายหญิงพร้อมที่จะเสียตัวให้แก่กัน นอกจากนี้ยังมีการจัดงานในลักษณะนี้ในหลายท้องที่ บางสถานที่มีการจัดกิจกรรมพิเศษ เช่น การแข่งขันการกอดแบบมาราธอนของคู่รัก ใครกอดกันได้นานที่สุดจะเป็นฝ่ายชนะ เป็นต้น จัดเป็นค่านิยมที่ล้นวงกระตุ้นให้เกิดการเลียนแบบของการแสดงความรักต่อกันอย่างผิด ๆ ได้

4) ผู้ฉกฉวยโอกาสจากวันแห่งความรัก ซึ่งก็มีอยู่หลายกลุ่มที่คอยจ้องหาผลประโยชน์จากวันนี้ และเป็นผู้ที่สนับสนุนให้วัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์กัน เช่น ผู้ประกอบการโรงแรมหรูหลายแห่งพากันลดราคาค่าบริการ บางแห่งแจกถุงยางอนามัยให้แก่ผู้เข้าไปใช้บริการเป็นของแถมด้วยการโฆษณาว่าจะไม่มีการแอบถ่ายเพื่อให้ลูกค้าวัยรุ่นที่เข้าไปใช้บริการเกิดความมั่นใจ (คมชัดลึก.

14 กุมภาพันธ์ 2548) แต่ยั้งดีที่ว่าในปีนี้ผู้ใหญ่ทางบ้านเมืองได้ให้ความสนใจออกตรวจตราตามโรงแรมหรูเพื่อป้องกันมิให้วัยรุ่นที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปีมาใช้บริการ

จากประเด็นเนื้อหาที่กล่าวมาทั้งหมดอาจทำให้ผู้อ่านเห็นถึงปัจจัยคุกคามทางสังคมที่ผู้เขียนใช้คำว่า **บ่าเหน็จทางสังคม** ที่คนในสังคมป้อนให้แก่กัน ซึ่งได้สะท้อนให้เห็นถึงภาวะทางจิตวิญญาณของคนในสังคมไทยประการหนึ่งที่พระพุทธศาสนา มองว่าเป็นมิจฉาทีฐิ ดังข้อสรุปที่พิทักษ์ ไทรวงาม (อ้างในกรมโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์. 2548 : 15) ได้ชี้ให้เห็นถึงปมสำคัญของเรื่องเช็กซีไว้ว่า *“ค่านิยมที่เด็กสมัยนี้ไม่รู้ลึกลับกว่าผิดกับการเริ่มมีเช็กซี ในวัยรุ่น สะท้อนให้เห็นถึงสังคมผิดปกติในเรื่องการอบรมเลี้ยงดูที่สังคมไทยหลงลืมสอนเรื่องการรักษานวลสงวนตัวไปเสียแล้ว”* จากคำกล่าวนี้ บ่งชี้ถึงมิจฉาทีฐิที่เป็นตัวการสำคัญของการสร้างค่านิยมเรื่องความรักและการมีเพศสัมพันธ์อย่างผิด ๆ และนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ เช่น การทำแท้ง เด็กถูกทอดทิ้งจากพ่อแม่ที่ไม่มีความพร้อมหรือไม่ยอมรับผิดชอบ โรคเอดส์ เป็นต้น ดังนั้นการที่จะแก้ไขปัญหานี้ให้สำเร็จด้วยดีนั้นจำเป็นต้องหาวิธีการทำให้จิตวิญญาณของคนได้รับการพัฒนาด้วยปัญญา โดยเฉพาะผู้ใหญ่ ได้แก่ ผู้ปกครองที่จะต้องเป็นตัวอย่างทางเพศที่ดีให้แก่ลูก และสามารถให้คำแนะนำที่ถูกต้องเหมาะสมแก่ลูกได้ โดยเฉพาะเรื่องการรักษานวลสงวนตัวของลูกผู้หญิง และการรู้จักให้เกียรติสุภาพสตรีของลูกผู้ชาย

สัมมาทีฐิ : การสร้างค่านิยมเกี่ยวกับความรักบนพื้นฐานของปัญญา

จากเนื้อหาที่นำเสนอข้างต้น จะเห็นว่า



เรื่องความรักเป็นอีกเรื่องหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาขึ้นในสังคม แม้ว่าโดยหลักการของความรัก รักจะเป็นเรื่องของสีสัน ความมั่งคั่ง แต่ถ้าความรักเหล่านั้นถูกกระตุ้นจากแรงขับฝ่ายลบ หรือถูกกลบด้วยโมหะ กามราคะ และตัณหา ก็จะทำให้ผู้ตกอยู่ภายใต้ห้วงแห่งความรักเหมือนกับคนตาบอดมองไม่เห็นความถูกต้องเหมาะสม กลายเป็นการสร้างค่านิยมหรือปัญหาใหม่ให้แก่คนในสังคม ดังนั้นแนวคิดทางพระพุทธศาสนาจึงสอนกระบวนการของการใช้ปัญญาเป็นหลักในการดำเนินชีวิตในทุก ๆ เรื่อง โดยเฉพาะเรื่องความรัก จำเป็นต้องใช้ปัญญากำกับ เพื่อให้ความรักเป็นไปอย่างสร้างสรรค์จำเป็นต้องมีหลักการที่ถูกต้อง ในหัวข้อนี้ขอเสนอแนวทางการสร้างความรักที่เป็นกุศลตามประเภทของความรักต่อไปนี้

1. วิธีการสร้างความรักแบบเมตตา กรุณา

เมตตาและกรุณาจัดเป็นความรักที่เป็นกุศล หรือความรักฝ่ายที่สร้างสรรค์ หากความรักประเภทนี้ตั้งอยู่บนพื้นฐานของปัญญา เพื่อให้เห็นว่าการความรักประเภทนี้เป็นสิ่งที่สร้างโลกและชีวิตให้งดงาม ขอนำเสนอกระบวนการสร้างความรักประเภทนี้ไว้ดังต่อไปนี้

1.1 กระบวนการคิดแบบโยนิโส-มณสิการ เป็นวิธีการใช้ความคิดตรวจสอบเรื่องต่าง ๆ อย่างละเอียดถี่ถ้วน หรือพูดอย่างง่าย ๆ ก็คือการใช้ปัญญาพิจารณาอย่างถี่ถ้วนนั่นเอง เมตตาหรือความรักก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่จำเป็นต้องใช้กระบวนการข้อนี้ อย่างง่าย ๆ เลยก็นั่นคือความรักประเภทนี้ต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของเหตุและผล มิฉะนั้นอาจกลายเป็นปัญหาเหมือนอย่างที่ได้กล่าวไว้แล้วในตอนต้น

1.2 การปลูกถ่ายโอรักให้แก่กัน ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค (พระพุทธโฆษาจารย์. 2531 : 93) ได้กล่าวถึงขั้นตอนของการสร้างความรักประเภทนี้ไว้ 2 ขั้นตอน คือ

1.2.1 การสร้างหรือการแผ่เมตตาให้ตัวเอง เป็นขั้นตอนของการทำความเข้าใจชีวิตของเราเป็นสำคัญ กล่าวคือธรรมชาติทางจิตวิญญาณของเราต้องการความสุข ไม่ต้องการความทุกข์ ไม่ต้องการมีเวร มีภัย กับผู้ใด เป็นต้น และธรรมชาติภายนอกคือร่างกายที่ต้องเป็นไปตามกฎธรรมชาติคือ แก่ เจ็บ ตาย พัลตพจากจากของรัก ของหวงแหน ไม่มีใครหนีพ้น โดยมีวัตถุประสงค์สำคัญเพื่อให้เราเห็นค่าของชีวิตเราจะได้รักตัวเอง ไม่ทำลายตัวเอง การที่คนทำลายชีวิตของตัวเองได้ ก็เพราะมองไม่เห็นค่าในชีวิตของตน ในขณะที่เดียวกันก็จะหาทางพัฒนาชีวิตและจิตวิญญาณของตนให้เจริญขึ้น

1.2.2 การสร้างหรือแผ่เมตตาให้แก่ชีวิตอื่น เป็นขั้นตอนของการถ่ายโอนรัก คือการตั้งความรัก ความปรารถนาดีไปยังบุคคลอื่นที่ไม่จำกัดอยู่เฉพาะพวกพ้องของตัวเอง แต่เป็นสรรพชีวิตทั้งคน สัตว์ เทวดา เปรต อสุรกาย สัมภเวสี และสัตว์นรกทุกประเภท อันจะส่งผลให้เราเข้าใจชีวิตอื่นทั้งทางด้านจิตวิญญาณและธรรมชาติทางร่างกายที่มีความสอดคล้องกับเราตามที่กล่าวไว้ในข้อ 1.2.1 และจะทำให้เราเห็นคุณค่าของชีวิตอื่น เมื่อมีการกระทบกระทั่งกันก็จะนำไปสู่ข้อยุติคือการให้อภัยต่อกัน ในขณะเดียวกันก็จะทำให้เราได้แนวทางที่จะทำ พูด คิดต่อผู้อื่นด้วยความรัก ความปรารถนาดีเป็นที่ตั้ง

1.3 การสร้างความรักให้เป็นค่านิยมแบบสากล ความรักประเภทนี้ต้องได้รับการสืบสาน



อย่างถูกต้อง และต้องสืบต่อให้เป็นค่านิยมทางสังคมจนกลายเป็นพลังสากล ที่เรียกว่า “พลังแห่งความรักสากล” (อัปป์มัญญาเมตตา) และพลังแห่งความสงสารสากล (อัปป์มัญญากรุณา) อันจะเป็นพลังที่ทำให้เกิดสิ่งอัศจรรย์ที่เป็นประโยชน์อย่างใหญ่หลวง คงไม่ต้องไปดูอะไรให้ไกลนัก ผู้เขียนเข้าใจว่าผู้อ่านคงได้เห็นพลังของความรักประเภทนี้แล้ว เมื่อครั้งที่เกิดพิบัติภัยจากคลื่นยักษ์สึนามิถล่ม 6 จังหวัดทางภาคใต้ของประเทศไทย ที่คนไทยทั่วประเทศและคนในประเทศต่าง ๆ ได้ส่งกำลังใจ สิ่งของ บริจาคเงิน และเดินทางไปช่วยเหลือผู้ประสบเคราะห์กรรมอย่างล้นหลาม เรื่องนี้ชี้ให้เห็นถึงประโยชน์ของพลังแห่งความรักประเภทนี้ได้เป็นอย่างดี เพราะความรักประเภทนี้เป็นความรักที่ประสานความสุขของเราด้วยความสุขของผู้อื่นเข้าด้วยกัน ดังข้อสรุปของพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538 : 33) ที่ว่า “เมตตา (กรุณา) เป็นความรักที่ทำให้ความสุขของเราด้วยความสุขของผู้อื่นประสานสัมพันธ์เข้าด้วยกัน เพราะความสุขของเราอยู่ที่เห็นผู้อื่นมีความสุข เมื่อเขามีความสุข เราก็มีความสุขด้วย”

ความรักประเภทนี้ใช่หรือไม่ที่ทุกฝ่ายควรส่งเสริมให้เป็นค่านิยมของทุกสังคมจนกลายเป็นค่านิยมของสังคมโลก ไม่ใช่ไปสร้างค่านิยมเรื่องความรักที่กระตุ้นให้คนเมามัว หรือหมกมุ่นในเรื่องเพศที่จบลงด้วยความสูญเสียและพยายามป้องกันค่านิยมหรือบำเพ็ญทางสังคมที่เป็นปัจจัยคุกคามและก่อให้เกิดปัญหาแก่คนอื่นและสังคมต่อไป

2. การสร้างความรักแบบปิยะ

ความรักประเภทนี้ เป็นความรักอีกประเภทหนึ่งที่สำคัญยิ่งในทุกสังคม เพราะเป็น

หลักการที่จะเชื่อมประสานหรือหลอมรวมคนเข้าเป็นหนึ่งเดียวกันได้ เนื่องจากทุกคนเป็นที่รักของกันและกัน โดยมีกระบวนการสร้างความรักประเภทนี้ ตามแนวความคิดทางพระพุทธศาสนาหลายประการ ตัวอย่างเช่น

2.1 การสร้างความรักบนพื้นฐานของทาน การให้เป็นเรื่องแรกในอนุพุทธิกถาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่บุคคลต่าง ๆ เพื่อชี้ให้เห็นว่า ทานเป็นพื้นฐานสำคัญของชาวโลก และโลกเราขาดหลักการข้อนี้ไม่ได้ เหตุผลที่กล่าวเช่นนี้ก็คือมนุษย์ไม่สามารถที่จะใช้ชีวิตตามลำพังเพียงผู้เดียวโดยไม่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น การที่มนุษย์จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยกัน อยู่รวมกันเป็นหมู่เหล่า จำเป็นต้องมีหลักการพื้นฐานข้อนี้ ไม่โดยตรงก็โดยอ้อม ดังนั้นการให้จึงเป็นหลักการข้อหนึ่งที่จะทำให้ผู้ให้เป็นที่รักของผู้รับ เนื่องจากเป็นหลักธรรมที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจคนประการหนึ่งตามหลักสังคหวัตถุธรรม นอกจากนี้การให้ยังขยายวงกว้างออกไปถึงการให้ความรู้ คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ (ธรรมทาน) และการให้อภัยไม่ถือโทษโกรธ อาฆาต พยาบาทจองเวรกันด้วย (อภัยทาน) เรื่องเหล่านี้ล้วนเป็นหลักที่สร้างคนให้เป็นที่รักของกันและกันทั้งสิ้น

2.2 การสร้างความรักบนหลักการของศีล ศีลเป็นหลักการอีกข้อหนึ่งที่ทำให้ยังคงอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข ปราศจากการเบียดเบียน ล่วงละเมิดในสิทธิอันชอบธรรมของกันและกัน และศีลนี้เองถ้ามุ่งไปที่ปัจเจกชนก็จะได้ข้อสรุปเป็น 2 ประเด็นหลัก คือเป็นข้อฝึกหัดกาย วาจา ของคนให้เป็นปกติ และเป็นหลักการที่พัฒนาคนให้เป็นคนที่มีความงาม และคนที่มีความงาม



ด้วยศิลปะนี้เองย่อมเป็นที่รักใคร่ของคนดีโดยทั่วไป เนื่องจากบุคคลที่มีศิลปะจะมีพฤติกรรมที่ไม่เบียดเบียน หรือล่วงละเมิดชีวิต ทรัพย์สิน คู่ครองของผู้อื่น ไม่โกหก หลอกลวงผู้อื่น และไม่ทำลายตัวเองด้วยการเสพสิ่งมีค่า ส่งผลให้บุคคลที่ตั้งมั่นอยู่ในศิลปะเป็นที่รัก เคารพนับถือของคนทั้งหลาย

2.3 การสร้างความรักบนพื้นฐานของภาวณา เป็นการสร้างความรักที่มุ่งถึงความงดงามด้านจิตใจเป็นสำคัญ โดยมีหลักการสร้าง 2 ประการใหญ่ ๆ คือ หลักของสมถกรรมฐาน เป็นวิธีหรืออุบายที่จะสร้างความมั่นคงทางจิตหรือทำให้จิตเกิดสมาธิ ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ซึ่งมีทั้งหมด 40 ประการ ส่งผลให้ผู้ฝึกมีจิตเป็นสมาธิ มีจิตที่เข้มแข็ง สามารถต่อสู้กับปัญหาและอุปสรรคของชีวิต ควบคุมอารมณ์ของตนได้เป็นอย่างดี ตลอดจนกระทั่งรักษาคุณภาพของจิต ไม่ให้ซ้นลงไปตามอำนาจของอารมณ์ทั้งเชิงบวกและลบ และวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การพัฒนาจิตที่เป็นสมาธิให้เกิดปัญญาจนเข้าถึงความเป็นจริงในสภาวะธรรมทั้งปวง รู้เท่าทันความเป็นจริงในเรื่อง หลุดพ้นจากความยึดติดในสิ่งทั้งปวง และสามารถสลัดกิเลสอันเป็นต้นเหตุของความทุกข์ทั้งมวลของชีวิตได้ ถือว่าเป็นผู้ที่เปี่ยมล้นด้วยความรักอย่างสูงสุดที่แสดงออกมาในรูปของกรุณา คือการเข้าไปช่วยเหลือผู้ที่ประสบกับความทุกข์ ให้หลุดพ้นจากความทุกข์ เหมือนอย่างพระพุทธรูปเจ้าทรงมีพระมหากรุณาธิคุณต่อสรรพสัตว์นั้น (รวมเมตตาอยู่ในกรุณาด้วย)

พื้นฐานของความรักคือทาน ศิล และภาวณาที่กล่าวแล้วนี้ ถ้าจะให้ได้อย่างสมบูรณ์ จำเป็นต้องปลูกถ่ายให้เป็นค่านิยมของสังคมไปโดยปริยาย หมายความว่าทุกฝ่ายต้องให้ความสนใจ

และหามาตรการในการรณรงค์การสร้างค่านิยมความรักแบบปิยะให้ถูกต้องตามหลักการที่กล่าวมา ซึ่งก็จะช่วยให้สังคมดีขึ้นในหลายด้าน

3. วิธีการสร้างความรักแบบฉันทะ

การสร้างฉันทะ หรือความรัก ความพึงพอใจที่จะทำเรื่องที่ดีงาม ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตัวเอง ผู้อื่น และสังคมให้สำเร็จ ถ้าพูดในบริบทของความรักฉันทะหนุ่มสาวก็จะได้ครอบคลุม ๆ ว่า คู่รักจะต้องทำสิ่งที่ดีงาม สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อกัน โดยมีกระบวนการสร้างความรักประเภทนี้ดังต่อไปนี้

3.1 ขั้นที่หนึ่ง เป็นขั้นของการใช้ปัญญามองให้เห็นคุณค่าของความรักประเภทนี้ว่ามีผลดีอย่างไร ก่อให้เกิดประโยชน์อย่างไร แนวคิดนี้สามารถศึกษาได้ในหลักจากอิทธิบาท 4 คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา ขั้นตอนของการใช้ปัญญาในอิทธิบาท 4 อยู่ในข้อวิมังสา เนื่องจากเนื้อหาของธรรมะข้อนี้มุ่งให้คนใช้ปัญญาดูตรวจสอบในทุกกระบวนการของการทำเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างถี่ถ้วน

3.2 ขั้นที่สอง เป็นขั้นที่ลงมือปลูกฝังความรักให้เป็นมโนสำนึกโดยผ่านมิติของการมองเห็นคุณค่า ซึ่งจะทำให้เราเกิดความบากบั่นที่จะสร้างความรักประเภทนี้ขึ้นมาอย่างสมบูรณ์สามารถแปรผลออกมาเป็นพฤติกรรมที่สร้างสรรค์เรื่องที่ดีงามต่าง ๆ ได้อย่างลงตัว ถูกต้องเหมาะสมอย่างต่อเนื่อง (ขั้นตอนของวิริยะและจิตตะ)

3.3 ขั้นที่สาม เป็นขั้นที่ถ่ายทอดความรักให้แก่คนอื่น หมายถึง การสร้างค่านิยมเกี่ยวกับฉันทะให้แก่บุคคลอื่น เริ่มต้นจากบุคคลที่ใกล้ชิดจนถึงคนอื่น ๆ ในสังคม ตรงนี้ทุกฝ่ายต้องลงมาช่วยกันหมด เริ่มต้นตั้งแต่พ่อแม่ต้องเป็นแบบอย่าง



ที่ดีของความรักประเภทนี้ทั้งในแง่ของพฤติกรรมทางกาย และการให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์ ถูกต้องแก่ลูก สถาบันการศึกษาต้องเน้นให้กระบวนการศึกษาโดยทุกเนื้อหาวิชามุ่งสร้างจิตสำนึกให้คนเกิดฉันทะ กลุ่มเพื่อนต้องปลูกถ่ายค่านิยมเรื่องฉันทะให้แก่เพื่อน ภาครัฐที่เป็นผู้กำหนดนโยบายควรเน้นหนักไปที่นโยบายที่จะทำให้คนเกิดค่านิยมเรื่องฉันทะ มิใช่ค่านิยมแห่งการรอคอย เพื่อฝันหรือยึดติดกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่มีอำนาจเหนือชีวิต จนกลายเป็นชีวิตที่หยุดนิ่ง ไม่มีความพยายามที่จะลุกขึ้นสู้

หลักการสร้างความรักที่เป็นกุศลทั้งหมดที่กล่าวมาจะเกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรมได้หรือไม่ นั้น ข้อสำคัญอยู่ที่ผู้อ่านจะเห็นคุณค่าของความรักทุกข้อที่กล่าวมาหรือไม่ อย่าลืมว่าถ้าเรามองไม่เห็นคุณค่าที่แท้จริงของเรื่องใดก็ตาม การที่เราจะลงลึกเข้าไปถึงขั้นของการปฏิบัติตามเรื่องนั้นก็จะเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก ดังนั้นเรื่องการใช้ปัญญาพิจารณาความรักที่เป็นกุศลจนมองเห็นคุณค่าของความรักจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนคนนั้นสร้างพลังแห่งความรักเหล่านี้ขึ้นมา และถ้าทุกคนเห็นร่วมกัน การที่จะสร้างค่านิยมเรื่องความรักเหล่านี้ให้เป็นค่านิยมของคนในสังคมก็เป็นเรื่องที่ทำได้ไม่ยาก และจะเป็นพลังแห่งความรักที่นำประโยชน์มาให้แก่มวลมนุษยชาติและสังคมโลกอย่างมหาศาล เพราะความรักนั้นเป็นความรักสากลที่เต็มไปด้วยมิตรภาพและรอยยิ้ม ปราศจากพรมแดนหรืออำนาจผลประโยชน์ใดมาขวางกั้น

4. การสร้างความรักแบบเปมะและลิเนหา

ผู้อ่านคงได้ทราบถึงปัญหาที่เกิดจากความรักประเภทเปมะและลิเนหาในหัวข้อเรื่อง

ประเภทและความหมายของความรักไปแล้ว ความรักประเภทนี้แม้จะถูกกล่าวว่าเป็นอกุศลก็ตาม แต่ถ้ามองในแง่ของโลกปุถุชนก็ดูเหมือนว่าไม่ใช่เป็นเรื่องที่เสียหายอะไร แต่ความรักประเภทนี้ก็ต้องมีขอบเขตอยู่เหมือนกัน แม้ว่าจะเป็นเรื่องของธรรมชาติของมนุษย์ปุถุชนก็ตาม ถ้านำแนวคิดทางพระพุทธศาสนามาพิจารณาแล้วก็จะได้อธิบายว่าความรักประเภทนี้ก็สามารถทำให้เป็นความรักประเภทกุศลได้เช่นกัน โดยขอเสนอแนวทางการสร้างความรักประเภทนี้ให้ถูกต้อง สวยงาม ไว้เป็นกรณีศึกษา 2 ประเด็นด้วยกัน คือ

4.1 ความรักต้องอยู่บนพื้นฐานของเหตุผลที่ถูกต้อง หมายความว่า กระบวนการของความรักจะต้องอยู่ในกรอบของตัวปัญญาที่ต้องพิจารณาอย่างรอบคอบ ถ้าเราพูดในบริบทของวัฒนธรรมไทยก็จะพบหลักการที่สอดคล้องกับเรื่องที่ว่าบรรพบุรุษไทยได้สอนให้ชายหญิงดูใจหรือศึกษากันและกันให้ดีก่อน บางรายศึกษาดูใจกันหลายปี จึงตกลงใช้ชีวิตร่วมกันฉันสามีภรรยา ถ้านำประเด็นนี้มาเปรียบเทียบกับแนวคิดทางพระพุทธศาสนาก็จะเข้ากับหลักสมชีวิติธรรม เป็นหลักธรรมที่จะทำให้ชีวิตคู่ยั่งยืนตลอดไป เนื่องจากเป็นหลักที่เน้นให้คนใช้ปัญญาพิจารณาบุคคลที่จะมาเป็นคู่ครองของตน ซึ่งจะต้องมีอะไรหลายอย่างที่ไปด้วยกันได้ ซึ่งในหัวข้อธรรมนี้ท่านแสดงไว้ 4 ประการ คือ

1) มีความเชื่อเหมือนกัน (สมสัทธา) หมายถึง มีความเชื่อที่ประกอบด้วยปัญญาเหมือนกัน ไม่มีความขัดแย้งกันเรื่องความเชื่อ เช่น นับถือศาสนาเดียวกัน เป็นต้น

2) มีความประพฤติดีเหมือนกัน (สมศีลา) หมายถึง เป็นผู้ที่ตั้งมั่นอยู่ในศีล ในระเบียบวินัย กฎกติกาอันชอบธรรมของสังคม



3) มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เหมือนกัน (สมจาคา) หมายถึง มีจิตใจที่เต็มเปี่ยมด้วยน้ำใจ พร้อมทั้งจะเสียสละสิ่งของให้แก่ผู้ที่ตกทุกข์ได้ยากตามความเหมาะสมเหมือนกัน

4) มีปัญญาเสมอกัน (สมปัญญา) หมายถึง มีเหตุผล ยอมรับเหตุผล พุดจากันด้วยเหตุผล สามารถเป็นที่ปรึกษา ให้คำแนะนำแก่กันได้อย่างดี (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539 : 21/55/93-94)

หลักการทั้ง 4 ข้อนี้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการที่เราจะเลือกใครสักคนมาเป็นคู่ชีวิตอันจะสร้างความรักให้มั่นคง ยืนยาวตราบนานวันตาย ซึ่งเป็นเรื่องที่จะต้องใช้ปัญญาเลือกบุคคลให้ดี มิฉะนั้นจะกลายเป็นความรักแบบฉาบฉวย ประเภทเจอบีบรักบีบเลย อาจทำให้ความรักนั้นไม่มั่นคง กลายเป็นความรักจอมปลอมที่แฝงด้วยผลประโยชน์ที่ต่างฝ่ายหรือฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งจ้องจะแสวงหา

4.2 ความรักต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของจาคะ เป็นการสร้างความรักที่พร้อมจะให้ พร้อมทั้งจะเสียสละ แต่มิใช่เสียสละแบบขาดปัญญา ก่อนอื่นต้องทำความเข้าใจคำว่า “จาคะ” ให้ถูกต้องเสียก่อน จาคะในที่นี้มีอยู่ 2 ประการ

4.2.1 การสละหรือให้สิ่งของ (อามิสจาคะ) หมายถึง การให้สิ่งของเป็นการแลกเปลี่ยน ยึดเหนี่ยว สานสัมพันธ์ความรักให้แน่นแฟ้น มั่นคง รวมถึงการให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ เท่าที่จะทำได้ แต่ในเรื่องนี้ต้องทำความเข้าใจให้ดี การให้ต้องมีขอบเขต มิใช่ให้ทุกสิ่งทุกอย่าง แม้กระทั่งร่างกายตัวเอง จริงอยู่ในบางแห่งจะเห็นหลักคำสอนเรื่องนี้ว่า คนที่รักกันก็พร้อมที่จะเสียสละให้แก่กัน แม้กระทั่งชีวิต

ซึ่งดูเหมือนว่าค่านิยมของคนทั่วไปเกี่ยวกับเรื่องความรักมักจะมุ่งไปในประเด็นนี้เป็นสำคัญซึ่งเป็นค่านิยมที่ดูเหมือนว่าจะขาดปัญญาไปในบางเรื่องบางประเด็น ก็ส่งผลให้เกิดปัญหาขึ้น แต่แนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องตามหลักการข้อนี้ก็คือการให้ต้องมีวิจารณญาณ เหมือนอย่างที่เราพุทธเจ้าได้ตรัสว่า “การเลือกให้เป็นสิ่งที่พระองค์ (พระสุคต) ทรงสรรเสริญ”

4.2.2 การสละความไม่ดี ความชั่วร้ายภายในจิตใจ (กิเลสจาคะ) หมายถึง คนที่มีความรักต้องคำนึงถึงข้อนี้เป็นสำคัญ และดูเหมือนว่าจะเป็นเรื่องหลักที่พระพุทธศาสนาเน้นหนัก เนื่องจากเป็นหลักการที่จะทำให้ชีวิตคู่หรือคนที่เริ่มมีความรักต่อกันสานสัมพันธ์กันต่อไปอย่างยั่งยืน เช่น สละความเกียจคร้าน ความมักง่าย ความเห็นแก่ตัว ความขี้หงุดหงิด อิจฉาริษยา เป็นต้น เมื่อถูกอีกฝ่ายหนึ่งขอ เช่น ฝ่ายหญิงขอให้ชายคนรักเลิกจากอบายมุข ถ้าฝ่ายชายรักฝ่ายหญิงอย่างจริงใจจะต้องจากคือเลิกจากอบายมุขตามที่ฝ่ายหญิงขอร้องได้ เป็นต้น

จากหลักการสร้างความรักแบบจาคะทั้ง 2 ประการนี้ เรื่องที่ต้องรณรงค์หรือสร้างค่านิยมให้เป็นบรรทัดฐานด้านความรักของคนในสังคมก็คือความรักที่พร้อมที่จะสละความไม่ดี ไม่งาม ความเร็วในตัวของแต่ละคนออกไป เพื่ออนาคตที่ก้าวหน้าและความรักที่สดใส ยั่งยืน มิใช่หลงประเด็นไปสร้างความรักที่มีโมหะเป็นพื้นฐาน อันจะนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ แต่ต้องประดับประดาเรื่องความรักให้เป็นไปอย่างถูกต้องเหมาะสม เป็นไปเพื่อการถนอมความรัก มิใช่ปล่อยให้ความรักเกินขอบเขต แต่ต้องมีสติ และสามารถห้ามใจตัวเอง อย่าให้ตกเป็นทาสของตัณหาและราคะที่



จะผลักดันให้ความรักลงเอยด้วยความใคร่คือการมีเพศสัมพันธ์กัน

สรุป จากหลักการที่กล่าวมาทั้งหมด อาจกล่าวได้ว่า ความรักทุกประเภทในพระพุทธศาสนาจัดเป็นเรื่องธรรมชาติที่มนุษย์ต้องเรียนรู้ และทำความเข้าใจ เนื่องจากความรักทุกประเภทย่อมมีอิทธิพลต่อความเจริญก้าวหน้าและความถดถอยของชีวิตได้ทั้งสิ้น แต่เมื่อก้าวสรุปแล้ว ความรักที่ถูกต้องในทัศนะของพระพุทธศาสนาจะต้องเป็น

ความรักที่เป็นกุศลที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของปัญญา ไม่ใช่เป็นเรื่องของอารมณ์หรือความรู้สึกเพียงอย่างเดียว ส่วนความรักที่เป็นอกุศลเป็นเรื่องที่เราจะต้องระมัดระวัง หาทางป้องกันและปรับให้เป็นความรักที่เป็นกุศลแทน เพื่อไม่ให้ความรักประเภคนี้กลายมาเป็นยาพิษที่ทำลายชีวิตและสังคม เมื่อนั้นเราก็จะเห็นความรักที่ก่อให้เกิดประโยชน์สร้างสรรค์ เป็นความรักที่บริสุทธิ์ใจที่จะสร้างสันติให้แก่ชีวิตและสังคมได้อย่างงดงามยิ่ง

บรรณานุกรม

- กรมโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์. (11-17 กุมภาพันธ์ 2548) “รักใส ๆ กับวาเลนไทน์แนว” **สยามรัฐ สัปดาห์วิจารณ์**. 51 (38) : 15.
- “คุมเข้า ‘เข้ามานรูด’ โจ้ เข้มวาเลนไทน์” (2548) **เดลินิวส์**. [ออนไลน์] แหล่งที่มา : [http : www.dailymews.co.th.today/each.asp?newsid=45247](http://www.dailymews.co.th.today/each.asp?newsid=45247) (14 กุมภาพันธ์ 2548)
- “นร.ฮิต จอมือถือ “กามสูตร” แท้โหลดคาพอุปาทวี ครูไวย หมกมุ่นไม่เรียนถึงขั้นห้ามพกเข้า ร.ร.” (2548) **ข่าวสด**. [ออนไลน์] แหล่งที่มา : [@sk="@s__tag=...](http://www.maticho.co.th/khaosod/khaosod.php?sectionid=0301) (14 กุมภาพันธ์ 2548).
- “รักกับเซ็กซ์” ของคู่กันวันวาเลนไทน์” (2548) **คมชัดลึก**. [ออนไลน์] แหล่งที่มา : [http : www.Komchadluek.net.news/2005/02-14/soc-16397027.html](http://www.Komchadluek.net.news/2005/02-14/soc-16397027.html) (14 กุมภาพันธ์ 2548)
- “ลุยตรวจวาเลนไทน์ เตือนหญิงอย่างง่าย มานรูดเหนือหั้นราคา การันตีไม่มีการแอบถ่าย” (2548) **คมชัดลึก**. [ออนไลน์] แหล่งที่มา : <http://www.komchaadiuek.net.news/2005/02-14/p1-7996.html> (14 กุมภาพันธ์ 2548)
- พระธรรมปิฎก. (ป.อ. ปยุตโต) (2538) **ความรักจากวาเลนไทน์สู่ความเป็นไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 14. กรุงเทพฯ-มณฑลนคร : สหธรรมิก.
- พระพุทธโฆษาจารย์. (2531) **วิสุทธิมคฺคสฺส นาม ปกรณวิเสสสฺส ทฺติโย ภาโค**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539) **พระไตรปิฎกภาษาไทย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- สัปดาห์ลัทธิธรรม. (11-17 กุมภาพันธ์ 2548) “ศึกคักรับวาเลนไทน์” **สยามรัฐ สัปดาห์วิจารณ์**. 51 (38) : 9.
- สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสิงห์บุรี. (2548) “วันวาเลนไทน์ [Valentine]” [ออนไลน์] แหล่งที่มา : [http : sing-reform.com/Valentine's%20day.html](http://sing-reform.com/Valentine's%20day.html) (14 กุมภาพันธ์ 2548)