

ความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาท Love in Theravada Buddhism.

¹อาทิตย์ อินทรภักดี

Artit Intarapakdee

²พระใบฎีกาสมศักดิ์ จิตคุโณ

Phrabaidika Somsak Thitkunno

³พระปลัดฤทธิพร จารุวรรณโณ

PhrapaladRitthiporn Jaruwanno

⁴พระสมุห์ชนินสีห์ สุธติจิตโต

PhraSamuChaninsit Sutthichitto

หน่วยวิทยบริการ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จังหวัดสงขลา
Resources Faculty of Buddhism Mahachulalongkornrajavidyalaya University,
Songkhla Province

⁵ธเนศ นกเพชร

Thanet Nokpech

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมมาโคกราช

Mahamakut Buddhist University Srithammasokkaraj Campus

Corresponding author E-mail: intarapakdee312@gmail.com

Received: August 10, 2022; **Revised:** August 11, 2022; **Accepted:** August 20, 2022



บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาเรื่องความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาท โดยค้นคว้าจากพระไตรปิฎก หนังสือ และเอกสารที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาเรื่องความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า ความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นเรื่องที่มีความเกี่ยวข้องกับอารมณ์ และจิตใจของมนุษย์เป็นสำคัญ ดังนั้นจึงมีกลุ่มคำที่ใช้แทนความหมายของคำว่า “ความรัก” อยู่มากมายหลายคำ แต่เมื่อกล่าวโดยรวมแล้ว สามารถที่จะแบ่งความรักออกได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ 1) ความรักแบบตัณหา 2) ความรักแบบเมตตา โดยความรักทั้งสองนี้ถือว่าเป็นความรักที่มีทั้งคุณค่าและโทษอยู่ในตัวเอง เป็นความรักที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับ

มนุษย์เป็นอย่างมาก แต่ถือว่าความรักแบบตัณหานั้น นำมาซึ่งโทษภัยและความทุกข์ได้มากกว่า หรือยังเป็นความรักที่เจือปนด้วยกิเลสตัณหา ซึ่งอาจก่อให้เกิดความทุกข์ได้ง่าย เป็นความรักที่ต้องการได้จากผู้อื่นเป็นสำคัญ ส่วนความรักแบบเมตตา นั้น หากเราเข้าใจในความหมายและลักษณะที่แท้จริงของเมตตา รวมถึงมีการเกิดขึ้นเป็นกระบวนการแห่งความรักพรหมวิหาร โดยมีอุเบกขาธรรมเป็นตัวควบคุมอยู่ด้วยแล้ว ก็ย่อมที่จะนำมาซึ่งคุณประโยชน์หรือความสุขมากกว่าโทษภัยหรือความทุกข์ เพราะมีลักษณะที่สำคัญคือ เป็นความรักที่ต้องการให้ในสิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นเป็นสำคัญ

คำสำคัญ : 1. ความรัก 2. พระพุทธศาสนา 3. เถรวาท

ABSTRACT

This academic article have a purpose To study love in Theravada Buddhism by researching the Tripitaka, books and related documents The results of a study on love in Theravada Buddhism found that love in Theravada Buddhism is related to emotion. and the human mind is important. Therefore, there are many groups of words that represent the meaning of the word “love”. But when said overall Able to divide love into two main types: 1) lustful love 2) compassionate love By these two love is a love that has both value and blame in itself. It is a love relationship that is very much related to human beings. but consider that lustful love bring more harm and suffering Or is it still love mixed with passion which could easily cause suffering It is the love that is needed from others as important. As for mercy love If we understand the true meaning and nature of mercy including the occurrence of a dharma process of love for Brahma Viharn with the equanimity as the control It will surely bring benefit or happiness rather than harm or suffering. because there are important characteristics It is love that wants to give good things that are beneficial to others as important.

Keywords: 1. Love. 2. Buddhism. 3. Theravāda.

บทนำ

ในปัจจุบันเราจะเห็นว่าสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมไทย มักจะมีเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับความรักหรือการปฏิบัติต่อความรักของชายหญิง ที่เป็นไปในลักษณะของการก่อให้เกิดโทษทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม เช่น การทำร้ายร่างกายของตนเองและคู่รักรวมถึงบุคคลอื่น อันเนื่องมาจากความหึงหวงหรือการผิดหวังในความรัก โดยอาจทำให้เกิดการผูกใจเจ็บแค้น อาฆาตพยาบาททั้งในคู่รักและบุคคลอื่น ทำให้เกิดภาวะทางอารมณ์และจิตใจที่มีแต่ความโกรธแค้นชิงชัง และอาจนำไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรมที่ก้าวร้าวต่าง ๆ อีกทั้งความรักของชาย

หญิงนั้น มักจะเป็นไปในลักษณะของตัณหา อันทำให้เกิดความยึดมั่นถือมั่นในคนรัก จึงสามารถกระทำได้ทุกอย่างเพื่อเป็นการผูกมัดหรือไม่ให้คนรักจากไป แต่เมื่อต้องเลิกลาจากกันไปก็จะเป็นเกิดความเศร้าโศกเสียใจตามมา จึงทำให้เกิดการตัดสินใจแก้ปัญหาดังกล่าวโดยการกระทำในทางที่ผิด เช่น การคบเพื่อนต่างเพศใหม่ การเที่ยวกลางคืน การดื่มสุราและเสพสิ่งเสพติด รวมไปถึงการกระทำที่เป็นไปในลักษณะประชดชีวิตหรือหันไปพึ่งพาในสิ่งที่ก่อให้เกิดผลเสียในด้านต่าง ๆ ซึ่งบางคนอาจกลายเป็นคนที่ไม่มีความสนใจในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมเลยก็ได้ อีกทั้งความรักประเภทนี้เป็นความรักที่ไม่ให้ความสำคัญกับเรื่องของกามคุณเป็นหลัก จึงทำให้ง่ายต่อการกระทำผิดในทางศีลธรรม รวมทั้งอาจก่อให้เกิดปัญหาในด้านต่าง ๆ ที่จะตามมาอีกมากมาย

เมื่อก้าวเช่นนี้แล้วอาจจะทำให้มองเห็นว่า ที่จริงแล้วความรักนั้นไม่ได้เป็นไปในทิศทางที่จะก่อให้เกิดความสุขที่แท้จริงได้เลย โดยเฉพาะอย่างยิ่งความรักระหว่างชายหญิงหรือความรักที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศแล้วนั้น ก็ถือว่าเป็นการเพาะบ่มเชื้อหรือเหตุแห่งทุกข์ กล่าวคือ ยิ่งรักมากก็ยิ่งทุกข์มากนั่นเอง ในพุทธปรัชญากล่าวไว้ว่า “ความโศกย่อมเกิดแต่ความรัก ภัยย่อมเกิดแต่ความรัก ฉะนั้นผู้พ้นแล้วจากความรักย่อมไม่มีทั้งความโศกและภัย”(มหาเถรสมาคม, 2549) หรือ “ความโศกก็ดี ความรำไรก็ดี ความทุกข์ก็ดี มากมายหลายอย่างมีอยู่ในโลก เพราะอาศัยสัตว์หรือสังขารอันเป็นที่รัก”(มหาเถรสมาคม, 2549) เมื่อพิจารณาในส่วนนี้ จึงมีความสอดคล้องกับสำนวนคำพูดที่เรามักจะเคยได้ยินได้ฟังอยู่เสมอว่า “ที่ใดมีรัก ที่นั่นมีทุกข์” นั่นเอง เพราะฉะนั้นจึงถือว่าความโศกทั้งหลายมาจากความรัก หรือพูดกันอย่างง่าย ๆ ก็ว่าความรักนี้เป็นต้นเหตุของความโศกเศร้า ความกลัว ความอิจฉา ริษยา ความหึงหวงและความทุกข์อีกนานาประการนั่นเอง (พุทธทาสภิกขุ, 2549)

ในพระพุทธศาสนาเถรวาทคำว่ารักมีความหมายในหลายแง่มุม ซึ่งมีความลึกซึ้งและกว้างขวางแตกต่างกันออกไป ดังนั้นจึงยากต่อการอธิบายและให้คำนิยามที่เป็นรูปแบบเฉพาะเจาะจง ความรักจึงเป็นเรื่องของนามธรรมที่ไม่อาจมองเห็น ไม่อาจสัมผัสจับต้องหรือวัดปริมาณได้ แต่หากกล่าวไปแล้วสาระของความรักน่าจะมีอยู่หนึ่งเดียวก็คือ ฉันทะหรือความพอใจ แต่มีรูปแบบหลากหลายไปตามฐานะและบทบาทของผู้ที่มีความรัก เช่น ความรักของคนที่ยากเป็นสามภรรยา กัน เรียกว่า สีนเหา , ความรักแบบชอบพอกันของหนุ่มสาวหรือชายหญิงทั้งหลาย เรียกว่า ราคะ , ความรักของพ่อแม่ที่มีต่อลูก เรียกว่า เมตตา , ความรักของใครก็ตามที่แผ่ปกคลุมไปทั่วโลก ไม่แยกเขาแยกเรา รักแบบไม่มีเงื่อนไขใด ๆ เรียกว่า อปัมมัญญเมตตา (เมตตาอันไร้ขอบเขต) เหล่านี้คือรูปแบบของความรัก(พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาปัญโญ), 2551) เมื่อก้าวเช่นนี้แล้ว เราจึงเห็นได้ว่าความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาท มิได้กล่าวถึงแต่เฉพาะความรักในลักษณะความผูกพันกันระหว่างชายหญิง หรือความรักที่เกี่ยวข้องกับเรื่องเพศเท่านั้น แต่ยังเน้นย้ำหรือสั่งสอนเกี่ยวกับความรักที่สูงค่ากว่าความรักทั้งหลายใด ๆ นั้น

ก็คือ ความรักแบบเมตตา ซึ่งถือว่าเป็นความรักที่ไม่มีโทษและให้คุณเพียงอย่างเดียว หากเข้าใจและปฏิบัติต่อความรักประเภทนี้ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม อีกทั้งยังเป็นความรักที่คอยส่งเสริมและสนับสนุนในธรรม ที่จะนำไปสู่ความสำเร็จและความสุขในด้านต่าง ๆ อีกด้วย

ความหมายความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาท

คำว่า “ความรัก” เป็นคำภาษาไทย ซึ่งส่วนมากจะใช้ในการหมายของความรู้สึกชอบพอผูกพันกันระหว่างบุคคล พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 ได้ให้ความหมายของ “รัก” ไว้ว่า “ชอบอย่างผูกพันพร้อมด้วยชื่นชม”(ราชบัณฑิตยสถาน, 2525) ในส่วนนี้อาจทำให้เรามองเห็นภาพที่กว้างในความหมายที่เกี่ยวข้องกับความรักอยู่พอสมควร เมื่อพิจารณาตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาทแล้วความรักเป็นคำที่มีความหมายที่กว้างขวางและแตกต่างไปจากแง่มุมความคิดอย่างที่คนทั้งหลายเข้าใจ เนื่องจากมีคำศัพท์ที่ใช้ในความหมายเกี่ยวกับความรักนี้อยู่มากมาย เช่น เมตตา (ความรัก ความเอ็นดู)(มหาเถรสมาคม, 2549) กรุณา(ความรู้สึกเห็นใจ)(มหาเถรสมาคม, 2549) เปมะ (ความรัก)(มหาเถรสมาคม, 2549) กามะ (ความใคร่)(พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร รัตนวณโณ), 2552) รากะ (ความกำหนด)(พุทธทาสภิกขุ, 2549) ฉันทะ (ความพอใจ)(พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2552) เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีคำศัพท์ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทที่สามารถใช้แทนความหมายกันได้หรือเป็นไวยากรณ์กัน เช่น สีนหะ หรือ ความรักเสนหา ก็เป็นไวยากรณ์คำหนึ่งของตัณหา)(พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2552) นอกจากนี้ไวยากรณ์ของตัณหายังมีอีกมาก ได้แก่ โลภะ (ความอยากได้) รากะ (ความกำหนด) อนุนโย (ความคล้อยตามอารมณ์) อนุโรธะ (ความยินดี) นันทิ (ความเพลิดเพลิน) จิตตสส (ความกำหนดแห่งจิต) อิจฉา (ความอยาก)(มหาเถรสมาคม, 2549) เป็นต้น หรือคำที่เป็นไวยากรณ์ของฉันทะ ซึ่งบางครั้งก็มาเป็นกลุ่ม ดังข้อความว่า “ฉันทะ รากะ นันทิ ตัณหา อุปาทาน ... ไต่ ๆ ในจักขุ ในรูป ในจักขุวิญญาณ ในธรรมทั้งหลายที่พึงทราบด้วยจักขุวิญญาณ (และในหมวดอายตนะอื่นครบทั้ง 6) ... เพราะสลัดทิ้งได้ซึ่งฉันทะ...เหล่านั้นเราย่อมรู้ชัดว่าจิตของเราหลุดพ้นแล้ว”(มหาเถรสมาคม, 2549) (โดยทั่วไปท่านถือว่า ฉันทะ รากะ นันทิ ตัณหา อุปาทาน เป็นไวยากรณ์กันมีความหมายตรงกัน แต่ในบางกรณีต้องให้ความเห็นต่าง ท่านจะอธิบายความแตกต่างนั้นในแง่ระดับของความรุนแรง เช่น ฉันทะคือรากะที่มีกำลังน้อยบ้าง ฉันทะคือตัณหาที่ยังอ่อนกำลังบ้าง เป็นต้น)

ในส่วนนี้ พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาปญฺโญ) ได้กล่าวไว้ว่า “ความรักเป็นความรู้สึก เป็นอารมณ์ เป็นกริยาของจิต ของมนุษย์หรือสัตว์โลกทั่วไป แต่ยังบอกไม่ได้ว่าเป็นเรื่องของจิตล้วน ๆ หรือขึ้นอยู่กับวัตถุเงื่อนไขภายนอก”(พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาปญฺโญ), 2551) สอดคล้องกับ พันเอกปิ่น มุกทุกันต์ ที่ได้แสดงความเห็นไว้ว่า “ความรักเป็น

เรื่องที่สลับซับซ้อน เพราะเป็นอาการอย่างหนึ่งของจิต แต่เป็นอาการที่เกิดขึ้นในส่วนลึกของจิตใจ แทรกซึมอยู่ในกระบวนการความคิด แต่มีอำนาจเปลี่ยนแปลงระบบความคิดของจิตใจได้เกือบจะหมดสิ้น ด้วยเหตุเพราะความรักเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับอาการของจิตเช่นนี้ ความรักจึงมีการกลั่นกรองยกยอขึ้น ทำให้ในทางพุทธศาสนามีชื่อเรียกความรักมากมาย เพื่อเป็นการครอบคลุมนิยามความรักให้ครบทุกด้าน(ปิ่น มุทุกันต์, 2516)

ความรักในพระพุทธศาสนาเถรวาทมีหลักในการอธิบายหัวข้อธรรมที่หมายถึงความรักอยู่มากมายหลายชื่อ ทั้งนี้ก็เพื่อที่จะเป็นการแสดงถึงลักษณะและอาการของความรักให้ครอบคลุมทั่วถึงมากที่สุด ความรักเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องเนื่องกับอารมณ์และจิตใจเป็นสำคัญนั่นเอง

ความรักแบบตัณหา

ความรักแบบตัณหาเป็นความรักที่ประกอบด้วยความกำหนัด มุ่งประสงค์เวทนาและจึงต้องการสิ่งสำหรับเอามาเสพสวैयाเวทนาหรือสิ่งที่จะคอยปรนเปรอตัวตนพัวพันเกี่ยวเนื่องอยู่กับตัวตน เอาอัตตาเป็นศูนย์กลางและนำไปสู่ปรีติสนาหรือการแสวงหา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2552) ในพระพุทธศาสนาเถรวาทได้กล่าวว่า ตัณหานี้เป็นมูลเหตุแห่งทุกข์เพราะทำให้เกิดภพใหม่ ประกอบด้วยความกำหนัดด้วยอำนาจแห่งความพอใจ มีความเพลิดเพลินยิ่งนักในอารมณ์นั้น ๆ อันประกอบด้วย กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา”(มหาเถรสมาคม, 2549) กล่าวคือ

1) กามตัณหา (Craving for sense-pleasure) ความทะยานอยากในกาม หมายถึง ความอยากในรูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ ที่น่าใคร่น่าพอใจ ยั่ววนให้เกิดความกำหนัด ซึ่งเกิดขึ้นด้วยอำนาจความอยากได้กามคุณ คือ สิ่งที่สนองความต้องการทางประสาทสัมผัสทั้ง 5

2) ภวตัณหา (Craving for self - existence) ความทะยานอยากในภพ หมายถึง ความอยากในภาวะของตัวตนที่จะได้จะเป็นอย่างใดอย่างหนึ่ง อยากเป็น อยากคงอยู่ตลอดไป ความติดใจอยู่ในรูปภพ อรูปภพ หรือติดใจในฉันทสมมติ ความกำหนัดนักแห่งจิตอันสหระคตด้วยภวาทิฏฐิหรือสัสตทิฏฐิ

3) วิภวตัณหา (Craving for non-existence or self-annihilation) ความทะยานอยากในวิ-ภพ หรือความทะยานอยากที่จะปราศจากภพ หมายถึง ความอยากในความพรากรพันไปแห่งตัวตน จากความเป็นอย่างใดอย่างหนึ่งอันไม่น่าปรารถนา อยากทำลาย อยากให้ดับสูญ ความกำหนัดนักแห่งจิตอันสหระคต ด้วยวิภวาทิฏฐิหรืออุจเฉททิฏฐิ

กามตัณหา คือ ความใคร่ ความพอใจ หรือความอยากในกามารมณ์ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่น่าใคร่น่าพอใจ เช่น อยากเห็นรูปที่สวยงาม ๆ อยากฟังเสียงที่ไพเราะ อยากสูด

ดมกลิ่นที่หอม อยากรับประทานอาหารที่มีรสอร่อย อยากสัมผัสถูกต้องสิ่งที่นุ่มนวล อยากจะประสบแต่อารมณ์ที่น่ายินดี ซึ่งความต้องการใครจะได้ดังกล่าวนี้นี้ล้วนแต่เป็นเหตุจะทำให้ลุ่มหลง ทำให้เกิดกิเลสขึ้นภายในจิตใจ จึงเรียกว่ากามตัณหา โดยในตอนนี้ผู้คนทั่วไปมักจะเข้าใจความหมายของกามตัณหา ไปในทางที่เกี่ยวกับเรื่องกามารมณ์หรือเพศสัมพันธ์

ภวตัณหา ในความหมายที่เราอาจจะได้เคยได้ยินได้ฟังกันบ่อย ๆ หมายถึง ความอยากเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เช่น อยากเป็นคนรวย อยากสวย อยากหล่อ อยากเด่น อยากดัง ซึ่งมีลักษณะของความอยากที่ไม่รู้จักพอ มีความต้องการอยู่ร่ำไปนี้ประการหนึ่ง ส่วนตามนัยความหมายของอภิชฌน ท่านกล่าวว่า ภวตัณหา หมายถึงความพอใจในภพ หรือในบางแห่งท่านแปล ภวตัณหาว่า ความทะยานอยากในภพ

วิภวตัณหา ได้แก่ ความไม่อยากเป็นนั่นเป็นนี่ หรือความอยากเพื่อจะไม่ใช่ เช่น อยากไม่เป็นคนจน อยากไม่เป็นคนขี้เหล้า อยากไม่เป็นคนต่ำต้อย เป็นต้น เป็นความอยากให้ตัวตนพ้นไป ขาดหาย พრაภหรือสูญสิ้นไปเสียจากสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือภาวะชีวิตอย่างใดอย่างหนึ่งที่ไม่ปรารถนา ตัณหาชนิดนี้แสดงออกในรูปที่หยาบ เช่น ความรู้สึกเบื่อหน่าย ความเหงา ความว้าเหว่ ความขังตัวเอง ความสมเพชตัวเอง ความอยากทำลาย เป็นต้น อีกนัยหนึ่ง วิภวตัณหา แปลว่า ความปราศจากภพ คือความอยากเพื่อความไม่เป็นอย่างนั้น หรือเพื่อความขาดสูญ

ความรักแบบตัณหา คือ ความรักประเภทนี้ยังเป็นความรักที่มีความปรารถนา ความอยาก ความพอใจ ความใคร่ ความกระหาย ความกระวนกระวายในอารมณ์ทั้ง 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสกายและธรรมารมณ์ ด้วยความไม่รู้จักอ้อม โดยมีลักษณะที่สำคัญคือต้องการหาความสุขให้แก่ตนหรือต้องการเอาความสุขเพื่อตนเองเป็นสำคัญ

ลักษณะของความรักแบบตัณหา

ลักษณะความรักแบบตัณหาโดยรวมได้ใน 3 ประการ คือ

(1) มีลักษณะมุ่งหมายเวทนา

ตัณหาเมื่อว่าโดยลักษณะแล้ว เป็นอาการของจิตที่ดิ้นรนทะยานอยาก ใครที่จะได้ในสิ่งที่ตนปรารถนา เมื่อได้สิ่งนั้นแล้วก็มีความเพลิดเพลินอยู่กับสิ่งที่ตนปรารถนานั้น ตามหลักปฏิจจสมุปบาท ตัณหาเกิดเพราะมีเวทนาเป็นปัจจัย มีอวิชชาเป็นต้นเหตุ ซึ่งคำว่า “เวทนา” หมายถึง ความเสวยอารมณ์ ความรู้สึกสุขทุกข์มี 3 อย่าง คือ (1) สุขเวทนา ความรู้สึกสุขสบาย (2) ทุกขเวทนา ความรู้สึกไม่สบาย (3) อทุกขมสุขเวทนา ความรู้สึกไม่ทุกข์ไม่สุข คือ เฉย ๆ หรือเรียกอีกอย่างว่า อุเบกขาเวทนา(พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2551) กล่าวคือ เมื่อบุคคลได้รับสุขเวทณาก็เกิดความพอใจ ติดใจ อยากได้ และอยากได้มากขึ้นอีกเรื่อย ๆ เมื่อได้รับทุกขเวทณาก็เกิดความขัดใจ อยากให้สิ่งนั้นสูญสิ้นไป อยากให้ตน

พ้นไปจากทุกเวทนา เมื่อได้รับอุเบกขาเวทนา คือ ก็รู้สึกเฉย ๆ ชวนให้เกิดอาการซึม ๆ เพลิน ๆ เรื่อยเรื่อยไป ในเมื่อตัณหาที่มีความมุ่งหมายเวทนาอย่างนี้ ตัณหาจึงรำนรนไปหาสิ่งที่จะให้เวทนาแก่มันได้ (โดยปกติแล้วตัณหา มักจะอยากเสพละเอียดสุขเวทนาเป็นสำคัญ) โดยสิ่งที่คอยตอบสนองเวทนาอันร่อยให้กับตัณหา มีอยู่ 6 อย่าง เรียกว่า อารมณ์ 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สิ่งที่ต้องกาย) ธรรมารมณ์ (สิ่งที่ต้องใจ) โดยมีอารมณ์ที่เด่นชัดเป็นรูปธรรม 6 ประการแรก เรียกว่า กามคุณ 5 เป็นสิ่งที่ตัณหาต้องการและเป็นที่เกิดของตัณหาโดยสำคัญ

(2) มีอัตตาเป็นศูนย์กลาง มุ่งที่จะเอาเข้ามา

เมื่อมีการเสพละเอียดเวทนาจากอารมณ์ดังกล่าวแล้ว ก็เกิดการสังสมความรู้สึกรู้สึกมีตัวตน หรืออัตตาของผู้เสพละเอียดเวทนาขึ้นด้วย ซึ่งเมื่อมีความเข้าใจเช่นนี้ก็จะเห็นว่าการที่จะได้เสพละเอียดเวทนาอีกต่อไป จะต้องมีความเห็นตัวตนผู้เสพละเอียดที่มีความเที่ยงแท้ถาวร ที่นี้จึงทำให้ความกระหายอยากในความมีอยู่เป็นอยู่ที่เที่ยงแท้ถาวรของอัตตาหรือผู้เสพละเอียด เกิดขึ้นควบคู่กันไปกับความเห็นว่ามีตัวตนที่เที่ยงแท้ถาวร เมื่อใดได้เสพละเอียดเวทนาที่ชื่นชอบใจ เมื่อนั้นความกระหายอยากในความเที่ยงแท้ถาวรของอัตตาก็ยังได้รับการเสริมย้ำให้แรงกล้า แต่เมื่อใดไม่ได้เสพละเอียดเวทนาที่ชื่นชอบใจ ความดำรงอยู่ของตัวตนก็จะดูไร้ความหมาย ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายเกลียดชัง ไม่ปรารถนาความดำรงอยู่แห่งตัวตน อยากให้ตัวตนพรากพันดับสิ้นไป โดยจะเห็นได้ว่าความรักแบบตัณหา มุ่งที่จะเอาอารมณ์หรือเวทนาเข้ามาหาตัวตนโดยมีอัตตาเป็นศูนย์กลางนั่นเอง

(3) นำไปสู่ปริเยสนาหรือการแสวงหา

เนื่องจากความรักแบบตัณหา มุ่งที่จะเสพละเอียดสุขเวทนา อันมีอารมณ์อันน่าปรารถนา 6 อย่าง เป็นเครื่องปรนเปรอให้ตัณหาได้เสพละเอียดสุขเวทนา โดยตัณหาที่มีอวิชชาเป็นตัวหนุน เมื่อได้เสพละเอียดสุขเวทนาแล้วก็เกิดการยึดมั่น เกิดความต้องการในอารมณ์ที่เป็นสุขหรือในสิ่งที่ปรนเปรอตนนั้นให้คงอยู่ตลอดไป (ภวตัณหา) แต่เมื่อหากไม่ได้ประสบกับอารมณ์ที่น่าใคร่ น่าปรารถนานั้นแล้วก็จะเกิดความเบื่อหน่าย อยากให้ตนพรากพันจากสภาวะนั้นไป (วิภวตัณหา) ฉะนั้น ความประสงค์ของตัณหาจึงอยู่ที่การได้ในสิ่งนั้น ๆ มา (สุขเวทนา) วิธีการใด ๆ ก็ตามที่จะให้ได้สิ่งนั้นมา เรียกเป็นคำเฉพาะในที่นี้ว่า ปริเยสนา หรือการแสวงหา ในตัณหามูลสูตรได้กล่าวถึงธรรมอันมีตัณหาเป็นมูล 9 ประการ มีความว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรมอันมีตัณหาเป็นมูลราก 9 ประการ คือ (1) เพราะอาศัยตัณหาจึงมีการแสวงหา (2) เพราะอาศัยการแสวงหาจึงมีการได้ (3) เพราะอาศัยการได้จึงมีการวิจจย ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรมอันมีตัณหาเป็นมูลรากมี 9 ประการนี้แล” (มหาเถรสมาคม, 2549) จะเห็นได้ว่า เพราะอาศัยตัณหาจึงเกิดการแสวงหา (ปริเยสนา) จึงอาจกล่าวได้ว่าการแสวงหาของความรักแบบตัณหา นี้ เป็นการแสวงหา

เพื่อต้องการเสวยเสพออย่างไม่มีที่สิ้นสุดหรือไม่รู้จักอิ่ม เพื่อเป็นการปกป้องรักษาหรือเสริมขยายความมั่นคงถาวรของอัตตา หรือลึกลงไปแม้กระทั่งการที่จะบีบคั้นลิดรอนอัตตาด้วยนั่นเอง

ความรักแบบเมตตา

เมตตา หมายถึง ความรักที่ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุขโดยไม่หวังสิ่งตอบแทนใด ๆ (พระอาจารย์วิเชียร วชิรปญโญ, 2552) เป็นความอยากให้ผู้อื่นประสบแต่สิ่งที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ โดยไม่มีขอบเขตเฉพาะในผู้ที่เป็นที่รักที่ชอบใจของตนเท่านั้น แม้ผู้อื่นเมตตา ก็จะแผ่ไปครอบคลุมถึงได้ (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (สุวฑฒนมหาเถระ), 2552) เป็นความปรารถนาดีต่อผู้อื่นที่เราเกี่ยวข้องขยายออกไปจนถึงความปรารถนาดีต่อเพื่อนมนุษย์ตลอดถึงสังคมโลก คือทั้งในมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย เป็นความรักประเภทเสียสละ จัดเป็นความรักเพื่อที่จะให้ หวังความสุขความเจริญแก่ผู้อื่น ซึ่งการที่จะทำให้ผู้อื่นมีความสุขนั้น การกระทำที่สำคัญก็คือการให้ การให้เป็นปฏิบัติการที่ชัดเจนและต้องใช้มากที่สุดใน การทำให้ผู้อื่นมีความสุข ดังนั้นความรักประเภทนี้จึงมีความสุขที่จะให้และให้ด้วยความสุข (พระเทพเวที (ประยูรธ ปยุตโต), 2536) ความรักแบบเมตตานี้บางครั้งอาจจะมี ความเข้าใจสับสนปะปนกันกับความรักประเภทอกุศล เช่น เสน่หา เป็นต้น เพราะเสน่หา หรือ เสน่หา หมายถึง ความรักใคร่เยื่อใย แต่เป็นไปเฉพาะบุคคล เป็นความพอใจโปรดปรานส่วนตัว หรือเป็นความรักที่เจือด้วยความเห็นแก่ตัว ทำให้จิตใจคับแคบติดข้องมัวหมองลง ซึ่งตรงข้ามกับเมตตาซึ่งเป็นความรักบริสุทธิ์ที่มีต่อเพื่อนมนุษย์ และสัตว์ทั้งหลายในฐานะเพื่อนร่วมโลก เป็นความรักอย่างเป็นกลาง ๆ อย่างแผ่แผ่ ทำให้ใจเปิดกว้างออกไปและผ่องใสเบิกบาน ในส่วนนี้ พระอรรถกถาจารย์ท่านเลยกำหนดหรือกล่าวถึงลักษณะที่พึงสังเกต เพื่อเป็นการป้องกันความสับสนดังกล่าว เช่น สมบัติหรือความสำเร็จของเมตตา คือระงับความพยาบาทได้ วิบัติหรือความล้มเหลวของเมตตา คือเกิดเสน่หา และว่า ความพยาบาทเป็นศัตรูแห่งไกลของเมตตา ส่วนศัตรูใกล้ของเมตตาก็คือราคะ เพราะหากว่าเผลอสติ หรือไม่ทันระวังควบคุมจิตใจก็มักจะทำให้เกิดความรักแบบราคะได้ง่าย หรือราคะสามารถเข้ามาได้ง่ายนั่นเอง

จะเห็นได้ว่าความรักแบบเมตตานี้หมายถึง ความรักที่เกิดจากกุศลมูล หรือเป็นเมตตาต่อ โทสะ ประกอบด้วยองค์ธรรม คือ โทสะเจตสิก เป็นความรักความปรารถนาดีในการที่จะทำให้อื่นมีความสุข หรือนำประโยชน์สุขไปสู่สรรพสัตว์ทั้งหลาย ไม่เข้าไปยึดติดในอัตตา คือไม่มีการยึดว่าบุคคลนั้นเป็นของเราแต่ประการใด โดยประกอบด้วยองค์ธรรม คือ โทสะเจตสิก ซึ่งอาจเรียกได้ว่าเป็นเมตตาแท้ ซึ่งตรงข้ามกับความรักใคร่ชื่นชมที่ผูกพันไว้ด้วยอำนาจแห่งตัณหา หรือเสน่หา ซึ่งประกอบด้วยโลกเจตสิกหรือเรียกอีกอย่างว่าเมตตาเทียม

ลักษณะของความรักแบบเมตตา

เนื่องจากความรักแบบเมตตา เป็นความรักใคร่ปรารถนาให้ผู้อื่นตลอดจนสรรพสัตว์ ประสบความสุข ปราศจากเวรภัย ทุกข์โศก เป็นความผูกมิตร อนุเคราะห์ ตลอดจนความไม่ พยาบาทปองร้ายซึ่งกันและกัน ในคัมภีร์วิมุตติมรรคได้กล่าวถึงลักษณะของเมตตาไว้ว่า “การ ทำความปรารถนาดีให้เกิดขึ้นเป็นลักษณะของเมตตา”(พระอุปติสเสธ (รจนา), 2538) ความ รักแบบเมตตามีลักษณะดังนี้

(1) เป็นความรักที่มุ่งสร้างประโยชน์แก่บุคคลอื่นเป็นที่ตั้ง กล่าวคือ มิใช่มุ่งเพื่อให้ บุคคลอื่นมาสนองความต้องการของตน เป็นภาวะที่จิตยินดีในการดำรงอยู่ดีของมนุษย์และสัตว์ ทั้งหลายตามสภาพของมัน เป็นสภาวะจิตที่เป็นกุศล ดีงาม โปร่งสบาย ซึ่งภาวะจิตแบบนี้ จะ เกื้อกูลความสุขทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

(2) เป็นความรักบริสุทธิ์ที่มีต่อเพื่อนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายในฐานะที่เป็นเพื่อนร่วม โลก หรือเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสังสารวัฏ เมตตาเป็นคุณธรรมที่เปิดจิตให้กว้างขวาง พ้นความเห็น แก่ตัวและขยายความรู้สึกที่ดีงามออกไปทั่วทั้งโลก แผ่ออกไปถึงสรรพสัตว์ เมื่อจิตพ้นจากความ ยึดติดในตัวตนและสิ่งที่จะเอามาเป็นของตน ก็พร้อมที่จะรองรับและเปิดโอกาสให้คุณธรรมอื่น ๆ เจริญงอกงามขึ้นได้ คือพร้อมที่จะปฏิบัติคุณธรรมข้ออื่น ๆ ได้อย่างจริงใจและเต็มที่ (พระ ธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2542)

เมื่อกล่าวแล้ว เมตตา จึงหมายถึง ความปรารถนาดี ความมีเอื้อเอื้อ ปรารถนาให้ผู้อื่น ตลอดถึงสรรพสัตว์ ประสบความสุข ปราศจากเวรภัย ปราศจากทุกข์โศก ไม่มีอคติ ไม่ทำลายล้าง ไม่จองเวรซึ่งกันและกัน เป็นลักษณะที่เต็มเปี่ยมไปด้วยไมตรี มุ่งความสุขความเจริญเสมอ เหมือนกันหมด เมตตามีลักษณะที่เป็นนามธรรม และบุคคลสามารถกระทำให้ปรากฏเป็น รูปธรรมได้ ด้วยพฤติกรรมทางกายและวาจาที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความรัก และความปรารถนาดี โดยไม่มีเงื่อนไขใด ๆ

เนื่องจากคำว่าเมตตานี้ยังมีหัวข้อธรรมอื่นที่มาด้วยกัน หรือมักจะกล่าวเป็นชุดธรรม เดียวกัน แต่มีขอบเขตความหมายหรือลักษณะที่แตกต่างกันออกไป กล่าวคือ หลักพรหมวิหาร 4 หมายถึง ธรรมเครื่องอยู่ของพรหม ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หรือธรรมประจำใจของท่านผู้ มีคุณความดียิ่งใหญ่ มี 4 ประการ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา หรืออาจเรียกอีกอย่างว่า อปัมมัญญา 4 เพราะแผ่ทั่วไปทั้งในมนุษย์และสัตว์ทุกถ้วนหน้า ไม่มีขอบเขต

คุณค่าของความรักแบบเมตตา

ความรักในฝ่ายกุศลที่สำคัญนั้นเป็นความรักในกลุ่มพรหมวิหาร 4 หรืออปัมมัญญา 4 โดยมีเมตตาเป็นพื้นฐาน เนื่องจากเพื่อให้เกิดความเข้าใจในความเป็นคุณโทษอันเกิดจากความ

รักในฝ่ายกุศลที่มีความหมายตรงข้ามกับความรักในฝ่ายกุศลนี้อย่างชัดเจน คือระหว่างตัณหาและเมตตา ทำให้ในที่นี้จะมุ่งศึกษาถึงคุณค่าของความรักฝ่ายกุศลในกลุ่มพรหมวิหาร 4 ที่มีความรักแบบเมตตานี้เป็นสำคัญ ซึ่งคุณค่าหรืออานิสงส์ของความรักดังกล่าวมีปรากฏอยู่ในพระสูตรเป็นส่วนมาก ในที่นี้จึงจะขอยกนำมาแสดงอธิบายเพื่อให้เป็นที่เข้าใจ

ในเมตตาสูตร พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงคุณค่าหรืออานิสงส์จากการเจริญเมตตา ซึ่งสามารถหวังผลแห่งเมตตานั่นได้ 11 ประการ (พระอาจารย์วิเชียร วชิรปญฺโญ, 2552)

(1) กลับเป็นสุข

ผู้เจริญเมตตานี้ แม้ในคราวที่ตนเองนอนหลับก็หลับอย่างสบาย โดยปราศจากความวิตกกังวลจิตใจ เหตุเพราะที่ตนไม่ได้ไปสร้างศัตรูคู่อริที่ไหน และยังมีความปรารถนาดีให้บุคคลทุกคนมีความสุขด้วย จิตไม่ประกอบไปด้วยความริษยาใคร ไม่ผูกเวรกับใคร เพราะเหตุที่เราไม่ได้ไปสร้างความขุ่นมัวใจให้กับใคร เราเองก็กลับเป็นสุขสดชื่น หรือคนในครอบครัวก็หลับอย่างสบายใจ แม้จะเข้าสู่ความหลับที่นานกว่าเปรียบเหมือนผู้เข้าสมาบัติ คือ หลับไปอย่างสงบ

(2) ตื่นก็เป็นสุข

ผู้เจริญเมตตา ย่อมตื่นเป็นสุข เพราะเมื่อหลับนอนไปแล้วหลับด้วยร่างกายและจิตใจที่สบายมีความสุข เมื่อตื่นขึ้นมาก็ย่อมมีความสุขสดชื่นกระปรี้กระเปร่า ไม่มีความขุ่นข้องหมองใจ เพราะเหตุที่ตนไม่ได้ไปสร้างศัตรูคู่อาฆาตที่ไหน เมื่อตื่นขึ้นมาแล้วก็ไม่ต้องกลัวที่ว่าจะพบเจอกับปัญหาหรือสิ่งที่ไม่ดีใด ๆ

(3) ไม่ฝันร้าย

ผู้เจริญเมตตา ย่อมไม่ฝันร้าย แม้ในคราวหลับก็ฝันแต่ในสิ่งที่ดีเป็นมงคล คือฝันในสิ่งที่ทำให้ตนเองมีความสุข เพราะเหตุว่ามีจิตใจที่คิดปรารถนาดีต่อคนอื่น ความดีทั้งหลายย่อมซึมซาบลงไปในห้องแห่งจิตของเขา แม้เวลานอนหลับก็ทำให้ฝันถึงแต่สิ่งดี ๆ เช่น ฝันว่าคนนำทรัพย์มาให้ ฝันว่าคนกราบไหว้บูชา หรือฝันว่าได้พบกับครูบาอาจารย์ที่ตนเคารพนับถือ ความฝันเช่นนี้ย่อมจะนำมาซึ่งความสดชื่นมีกำลังใจในการที่จะประกอบคุณงามความดีและประโยชน์เกื้อกูลแก่ผู้อื่นต่าง ๆ

(4) เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย

ผู้เจริญเมตตา ย่อมเป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย เพราะคุณของเมตตาคือความเย็น เมื่อมีเมตตาที่ใดก็มีความเย็นที่นั่น ผู้มีเมตตาหรือผู้ให้เมตตาเป็นผู้เย็นเพราะไม่มุ่งร้ายผู้ใด มุ่งแต่ปรารถนาให้เขามีความสุข เมื่อความมุ่งร้ายไม่มี ความร้อนก็ย่อมที่จะไม่มีแก่ผู้อื่นเป็นธรรมดา และเพราะความรักเมตตานี้ไม่สร้างความเดือดร้อน ไม่สร้างความแตกแยกทั้งความคิดและการเป็นอยู่เพียงเพื่อประโยชน์แห่งตน กระทำสิ่งใดเพื่อส่วนรวมเป็นหลักไม่ยึดเอาเข้ามาใส่ตน ผู้มีความรักเมตตานี้จึงเป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลายเพราะเหตุแห่งเมตตาดังกล่าวนั่นเอง

(5) เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย

ผู้เจริญเมตตา ย่อมเป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย โดยคำว่า “มนุษย์” นี้ หมายถึงสัตว์โลกที่ไม่ใช่มนุษย์ทั้งหลาย เช่น สัตว์เดรัจฉาน เทวดา มาร พรหม เปเรต อสุรกาย เป็นต้น เพราะความรักแห่งเมตตานี้เป็นอัมมัญญา มีความปรารถนาให้ทุกชีวิตมีความสุข ไม่ทำลายดูหมิ่นดูแคลน อีกทั้งมีการอุทิศเพื่อแผ่ในบุญกุศลหรือแผ่เมตตานี้ให้แก่เหล่ามนุษย์ทั้งหลาย ทำให้ผู้มีความรักเมตตานี้ย่อมเป็นที่รักใคร่ของเหล่ามนุษย์ทั้งหลาย

(6) เทวดาย่อมรักษา

ผู้เจริญเมตตา เทวดาทั้งหลายย่อมรักษา เพราะเหตุว่าเทวดาทั้งหลายย่อมปกป้องคุ้มครองรักษาผู้ที่ประพฤติดี ผู้ที่มีความเมตตาย่อมเป็นผู้ที่ประกอบคุณงามความดี ช่วยเหลือผู้อื่นอยู่เสมอ แม้จะไม่มีใครรู้ไม่มีใครเห็นเพราะเป็นผู้ทำดีไม่หวังผล แต่เทวดาท่านก็เห็น อีกทั้งผู้นั้นยังเป็นผู้หมั่นทำความดีอุทิศเพื่อแผ่บุญกุศลให้แก่เหล่าเทวดาทั้งหลายอีกด้วย เพราะความที่ตนเป็นคนที่มีจิตใจอันประกอบไปด้วยเมตตาพรหมวิหารนี้ จึงทำให้เป็นที่รักของเทวดาและเทวดาย่อมรักษาคุ้มครอง

(7) ไฟ ยาพิษ หรือศัสตราไม่กล้ากรายผู้นั้น

ผู้เจริญเมตตา ไฟ ยาพิษ หรือศัสตราย่อมไม่กล้ากรายผู้นั้น ก็คือการไม่ได้รับความเดือดร้อนจากจิตใจของผู้ที่มีความรู้ร้อนแห่งกิเลสเปรียบเหมือนเพลิงที่ไหม้ไหม้จิตใจ จิตใจของผู้ที่มีเมตตาย่อมอยู่อย่างเยือกเย็น ไม่มีความรู้ร้อนในแรงริษยาต่อผู้ใด อีกทั้งผู้ที่มีความรักแบบเมตตานี้ ย่อมอยู่อย่างปราศจากศัตรูและคนที่จะอาฆาตพยาบาท จึงทำให้เป็นผู้อยู่ห่างหรือย่อมปลอดภัยจากไฟ ยาพิษและสรรพอาวุธทั้งหลายที่จะมาจากหมู่อริหรือศัตรูผู้ที่จ้องทำลาย

(8) จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้เร็ว

ผู้เจริญเมตตา จิตย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิได้เร็ว จิตที่ตั้งพร้อมอยู่ในพรหมวิหารธรรมมีเมตตา ความรักความปรารถนาดีเป็นพื้นฐานนี้ จิตเขาย่อมมีความตั้งมั่นไม่กระสับกระส่าย วุ่นวาย มีสติติดตามอยู่ตลอดเวลา เพราะความไม่มีอะไรที่ค้างคาอยู่ภายในจิตใจ จิตใจย่อมผ่อนคลาย ความตั้งมั่นในความสงบสุขย่อมเกิดขึ้นได้เร็ว เพราะไม่มีสิ่งที่จะมาทำให้จิตใจของเขานั้นเกิดความฟุ้งซ่านวุ่นวายหรือต้องคอยกังวลระวังในเวรภัยใด ๆ

(9) สีนหน้าผ่องใส

ผู้เจริญเมตตา ย่อมมีผิวหน้าผ่องใส เพราะผู้ที่มีความรักเมตตานี้ ย่อมมีจิตใจเบิกบาน ผ่องใสไร้ความวิตกกังวลต่าง ๆ การแสดงออกของใบหน้าที่อัมเอิบไปด้วยคุณงามความดีที่ได้สั่งสมได้กระทำมาก็ย่อมจะเห็นได้อย่างชัดเจนทางใบหน้า แม้ผิวพรรณอาจจะดูคล้ำเพราะถูกแดดหรือไม่ได้แต่งหน้าทาแป้งบนใบหน้า แต่ความมีราศี ความมีใบหน้าอัมเอิบย่อมแสดงให้เห็นทางใบหน้าของผู้ที่มีเมตตาธรรมเป็นพื้นฐาน

(10) ไม่หลงทำกาละ

ผู้เจริญเมตตา ย่อมไม่หลงในเวลาตาย คือถึงแม้ในคราวที่ตนจะต้องตายจากโลกนี้ไปก็ตาม เมตตาธรรมที่ตนได้ฝึกฝนได้สั่งสมกระทำไว้ดีแล้ว ก็ย่อมจะเป็นสิ่งที่คอยรักษาดูแลดวงจิตของเขาให้มีสติมีความรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา จิตไม่หวั่นไหวถึงความตาย ไม่กระวนกระวายหรือทรมันทรมายในการที่ตนเองจะต้องตายเพราะเป็นผู้ไม่มีเวรแก่ใคร จิตจึงมีแต่ความสงบเยือกเย็นที่แสดงออกมาแม้กระทั่งในเวลาที่จะตาย

(11) เมื่อยังแทบตลอดคุณธรรมที่สูงขึ้นไปไม่ได้ ย่อมเข้าถึงพรหมโลก

ผู้ที่เจริญเมตตาจนได้ฌานหรือเจริญเมตตาเจโตวิมุตติ นี้ ท่านกล่าวว่าถ้ายังไม่บรรลุธรรมเบื้องสูงหรือยังไม่สามารถไปสู่มรรคผลนิพพานได้ ก็ย่อมจะได้ไปสู่สถานที่อันมีความสุข คือพรหมโลก เพราะเหตุแห่งฌานที่เขาเจริญอยู่นั้นย่อมยังไม่เสื่อม เมื่อใกล้จะตายเขาจึงอาศัยฌานนั้นไปเกิดในสวรรค์ชั้นพรหมโลก หากบุญชดเชยที่ยังไม่ได้ฌาน ถ้าตายไปแล้วก็ย่อมไปเกิดตามภพภูมิอื่นตามผลกรรมที่ตนได้สร้างได้กระทำมา แต่บุคคลที่เจริญเมตตาเป็นปกตินี้ ถึงแม้จะไม่ได้ฌานเมื่อจุติจากโลกนี้ไปแล้ว ก็ย่อมจะไปเกิดในที่ที่มีความสุขอย่างแน่นอน เช่น เกิดในสวรรค์ชั้นกามาพจรชั้นใดชั้นหนึ่ง เพราะประกอบด้วยธรรม 10 ประการที่จะได้ไปสวรรค์ เช่น เว้นจากการฆ่าสัตว์ เป็นผู้ไม่เพ่งเล็งอยากได้ เป็นผู้มีจิตไม่ปองร้ายเป็นต้น ถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็เกิดในที่ที่ดี มีความสุข เพราะจิตใจที่ผ่องใสและเหตุแห่งบุญกุศลที่ได้สร้างได้สั่งสมไว้จากการประกอบด้วยเมตตานั่นเอง

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ถือว่าเป็นอานิสงส์หรือคุณค่าจากการเจริญเมตตาหรือการฝึกฝนอบรมให้เกิดมีความรักแบบเมตตาอยู่ภายในจิตใจ ซึ่งความหมายแห่งความรักแบบเมตตานี้ ในบางส่วนท่านก็หมายรวมถึงพรหมวิหารธรรม 4 หรืออัมปิณฺณญา 4 ด้วย เพราะเหตุว่าองค์ธรรมทั้ง 4 กล่าวคือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขานั้น ย่อมต้องอาศัยกันเกิดขึ้นร่วมกันเป็นกระบวนการธรรมเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์แห่งความรักแบบเมตตาอย่างแท้จริง

สรุป

ความรักแบบตัณหา นี้ ถือว่าเป็นสาเหตุที่สำคัญที่จะทำให้เกิดความทุกข์แก่มนุษย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งความทุกข์ทางใจ (เจตสิกทุกข์) เพราะมนุษย์จะเข้าไปสัมพันธ์กับมนุษย์ สัตว์ และสิ่งของด้วยท่าทีอย่างใดอย่างหนึ่งดังกล่าว คือ อยากได้ อยากมี อยากเป็น แล้วเบียดเบียนซึ่งมีจุดศูนย์กลางอยู่ที่ตัวมนุษย์แต่ละคน ซึ่งมีความต้องการให้เป็นไปหรือไม่ให้เป็นไปอย่างใดอย่างหนึ่ง บางทีตรงหรือสอดคล้องกับความเป็นจริง มนุษย์จึงมีความพอใจระดับหนึ่งเรียกว่า สุขสมหวัง บางทีความต้องการดังกล่าวไม่ตรงหรือไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง มนุษย์ก็อาจมีความไม่พอใจไม่สมหวัง เกิดเป็นความทุกข์หรือได้ในสิ่งที่ไม่ต้องการ สิ่งที่ต้องการกลับไม่ได้ เป็น

เช่นนี้อยู่ต่อไป มนุษย์จึงอาจเกิดความเบื่อหน่ายกับภาวะเช่นนั้น ซึ่งถือว่าเป็นความทุกข์ทางใจ เช่นกัน กล่าวคือความรักแบบต้นหานี้เป็นความรักที่ยังมีความต้องการแลกเปลี่ยน หรือยังต้องการการตอบสนองกลับจากคนที่ตนรัก เป็นความรักที่หวังผลหรือเป็นความรักที่ยังแอบแฝงอยู่ในประโยชน์จากบุคคลที่ตนรัก จึงทำให้เกิดเป็นความยึดมั่นผูกพันในบุคคลหรือสิ่งที่ตนรัก กลายเป็นความรักที่ต้องการเป็นเจ้าของหรืออยากครอบครองในสิ่งที่ตนรักตนพอใจ ซึ่งสิ่งนี้ไม่ใช่ความรักที่แท้จริง ไม่ใช่ความรักที่มีความปรารถนาดีต่อกัน แต่เป็นความรักที่ยังอยากได้จากผู้อื่น ซึ่งในบางครั้งหากไม่ได้ในสิ่งที่ตนปรารถนาแล้ว ก็อาจจะนำมาซึ่งการจ้องทำลายกันในฝ่ายตรงข้าม จนกลายเป็นความรักที่ขาดความเมตตาสงสารซึ่งกันและกัน คิดแต่ว่าเขาจะต้องอยู่กับเราและเป็นของเราตลอดไป ความรักเช่นนี้จึงเป็นความรักที่น่ากลัว เพราะยอมที่จะนำมาซึ่งโทษภัย อันได้แก่ความทุกข์นานาประการที่จะติดตามมาได้นั่นเอง

ส่วนความรักแบบเมตตาตานี้ เป็นความรักความปรารถนาดีต่อผู้อื่น เช่น เมื่อเราเกิดความรักความพอใจใครสักคนหนึ่ง แล้วเรามีความปรารถนาดีต้องการให้คนที่เรารักเราพอใจนั้นมีความสุข เขาก็จะทำได้ด้วยการให้โอกาสมอบแต่สิ่งที่ดี ๆ สร้างความเข้าใจซึ่งกันและกัน มีความสงสารและปรารถนาให้คนที่ตนรักมีความสุขโดยไม่คำนึงถึงผลประโยชน์ในฝ่ายตัวเอง ว่าตนเองจะต้องได้ในสิ่งตอบแทนจากเขาอย่างนั้นอย่างนี้ กล่าวคือเป็นความรักที่มุ่งจะนำประโยชน์หรือสิ่งที่ดีงามทั้งหลายเข้าไปให้ในผู้อื่นหรือคู่รักเป็นสำคัญ โดยไม่หวังในผลตอบแทนใด ๆ เป็นความรักที่มุ่งหวังให้ผู้อื่นมีความสุข ไม่มีความเบียดเบียน ไม่มีความริษยาอาฆาตต่อกัน ความรักแบบนี้จึงเป็นความรักที่บริสุทธิ์ เป็นความรักที่ไม่ผูกมัดไม่กักขังไว้ พร้อมทั้งจะเปิดโอกาสให้ผู้ที่ตนรักไปสู่สิ่งที่ดีงาม และยอมที่จะช่วยเหลือในการที่จะทำให้คนที่ตนรักประสบแต่ในสิ่งที่ดีงามเช่นกัน เป็นความรักที่จะให้ซึ่งความไว้วางใจกัน ไม่มีการหลอกลวงหรือหวังผลประโยชน์ใด ๆ ที่ไม่ดีแอบแฝงอยู่ ความรักแบบเมตตาหรือความรักแห่งพรหมวิหารนี้ จึงเป็นความรักที่จะทำให้บุคคล ครอบครัวและสังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขร่มเย็น ซึ่งถือว่าเป็นความรักที่มีคุณค่าและมีประโยชน์อย่างมหาศาลแก่มนุษย์โลกและสรรพสัตว์ทั้งหลายทุกหมู่เหล่าถ้วนทั่วกัน

เอกสารอ้างอิง

ปิ่น มุฑกันต์. (2516). *ความรักของพันเอกปิ่น*. กรุงเทพมหานคร : สกัณตระ.

พระเทพเวที (ประยุทธิ์ ปยุตโต). (2536). *ความรักจากวาเลนไทน์สู่ความเป็นไทย*.

กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2542). *บุญ-บารมี ที่จะกู้แผ่นดินไทย*, กรุงเทพมหานคร : พุทธธรรม.

พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จตฺตนาโณ). (2552). *กฎแห่งกาม*. กรุงเทพมหานคร : กรีน – ปัญญา
ญาณ.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์
ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร : เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2552). *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*. พิมพ์
ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปโย). (2551). *กฎแห่งความรัก*. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพมหานคร : ชันนุนทรี.

พระอาจารย์วิเชียร วชิรปโย. (2552). *ธรรมะธรรมใจ*. กรุงเทพมหานคร : ปราชญ์.

พระอุทิศสเถร (รจนา). (2538). *วิมุตติมรรค*, แปลจากต้นฉบับภาษาอังกฤษโดยคณาจารย์
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พุทธทาสภิกขุ. (2549). *กามารมณ์และชีวิตสมรสตามอุดมคติพุทธศาสนา*. พิมพ์ครั้งที่ 2.

กรุงเทพมหานคร : ประพันธ์สาส์น.

มหาเถรสมาคม. (2549). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับเฉลิมพระเกียรติ*. กรุงเทพมหานคร :
อัมรินทร์พรินติ้ง

