

เมตตาธรรม คำจุนโลก

Loving-Kindness Sustain The World

สิรินทร์ กันยาวิริยะ¹ และ ชิสา กันยาวิริยะ²

Sirin Gunyaviriya¹ and Chisa Gunyaviriya²

^{1,2}บริษัท ล.ธนวังศ์ (1997) จำกัด

^{1,2}Lor Yaowaraj Bangkok

Corresponding author, e-mail : ¹sirin.cnt@hotmail.com, ²chicsar@gmail.com

Received: March 13, 2024; Revised: March 30, 2024; Accepted: March 30, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิชาการฉบับนี้ มุ่งศึกษาวิเคราะห์ว่า เมตตาธรรมคำจุนโลกได้อย่างไร โดยใช้ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางเป็นพื้นฐานในการมองหลักพุทธธรรม เพื่อส่งเสริมให้เกิดการวิเคราะห์ตีความหลักพุทธธรรม ได้แก่ ความเมตตา เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและจิตใจให้เกิดความสุข สงบ ร่มเย็น และเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม ผลการศึกษาพบว่า เมตตา คือ ความรักที่ปราศจากราคะ เป็นความปรารถนาดีที่เกิดจากจิตอันเป็นกุศล ปรารถนาให้ตนเองและผู้อื่นมีความสุข เป็นคุณภาพความสุขบนพื้นฐานของปัญญา มีความเชื่อมโยงในลักษณะของการเกื้อกูล ช่วยเหลือ แบ่งปัน มีความใจกว้าง อ่อนโยน พร้อมเป็นพื้นที่ปลอดภัยให้กับบุคคลที่เข้ามาติดต่อสัมพันธ์ มีปัญหาในการทำความเข้าใจ ไม่ตัดสินด้วยอคติหรืออารมณ์แห่งโทสะ เมตตาเป็นกุศลธรรมที่สามารถคำจุนโลกได้ ดังพุทธสุภาษิตว่า “โลโก ปตมมภิกา เมตตา” (เมตตาธรรมเป็นเครื่องคำจุนโลก) เมื่อชาวโลกทั่วไป มีความรักความเมตตาต่อกัน ย่อมปราศจากความคิดที่จะมุ่งทำร้ายหรือทำลายซึ่งกันและกัน แต่จะคิดเพื่อสนับสนุนกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การทะเลาะบาดหมางอันเกิดจากการแบ่งแยก แข่งขัน การทำร้ายและสงครามจึงไม่เกิดขึ้น แต่หากบุคคลปราศจากเมตตาอันประกอบด้วยปัญญาแล้ว ย่อมมีโอกาสทำร้ายตนเองและคนรอบข้าง แม้แต่คนที่ควรรัก ได้แก่ บิดา มารดา หรือผู้มีพระคุณ ก็ไม่ยกเว้น ตรงกันข้าม บุคคลที่มีเมตตาย่อมเป็นผู้ไม่เบียดเบียน มีศีลสมบุรณ์ เพราะความเมตตาจึงละเว้นจากการฆ่าและทำร้ายร่างกายกัน เพราะความเมตตาจึงไม่ลักขโมยของใครให้เกิดความเดือดร้อน เพราะความเมตตาจึงไม่ย่ำยีจิตใจกันด้วยการล่วงประเวณีกับบุคคลต้องห้าม เพราะความเมตตาจึงเว้นจากวจีทุจริตทั้งปวงที่เป็นเหตุแห่งความวิบัติ เพราะความเมตตาจึงดำรงตนในความไม่ประมาท รักษาสติอยู่เสมอ ดังนั้น เมตตาธรรมจึงเป็นสิ่งที่คำจุนโลกไม่ให้เกิดภัยพิบัติ ไม่ให้เกิดสงครามนองเลือด ไม่ให้เกิดการเบียดเบียนที่ก่อให้เกิดความทุกข์ร้อนจนเกินไป ยิ่งเกิดเมตตาภายในจิตใจของชาวโลกมากเท่าใด โลกก็เข้าใกล้ความสงบร่มเย็นและเป็นประโยชน์มากเท่านั้น ทั้งยังเป็นกุศลธรรมที่เข้าสู่ความเย็นอันปราณีต เป็นเครื่องส่งเสริมสู่ความดับทุกข์ทั้งปวง

คำสำคัญ : เมตตาธรรม, คำจุนโลก, ธรรม, ความเมตตา

Abstract

This academic article aims to study and analyze how loving-kindness supports the world, utilizing the moderate post modern philosophy as a foundation for interpreting Buddhist principles. This analysis aims to promote a deeper understanding of Buddhist principles, particularly emphasizing Metta (loving-kindness) for the development of a happy, peaceful, serene, and beneficial life for all. The study finds that compassion, devoid of attachment, is a benevolent intention arising from a generous mind, desiring happiness for oneself and others, constituting the quality of happiness based on wisdom. It involves acts of generosity, assistance, sharing, broad-mindedness, gentleness, and providing a safe space for relational interactions. Compassion entails understanding without prejudice or emotional bias. Loving-kindness is a moral virtue capable of supporting the world, as stated in Buddhist scriptures : “Loving-Kindness Sustain The World” This suggests that when people on Earth cultivate love and compassion, they naturally refrain from thoughts of harming or destroying others but rather think to support and assist one another. Conflicts arising from division, competition, harm, and war are less likely to occur. However, individuals lacking compassion, despite possessing wisdom, are prone to harming themselves and others, including loved ones such as parents or benefactors. Conversely, compassionate individuals refrain from harming or injuring others physically or emotionally, refraining from stealing or causing agitation. Loving-kindness avoids deception, maintaining mental clarity. Therefore, compassion is a support system for the world, preventing disasters, wars, excessive suffering, and fostering peace and tranquility. The more compassion exists within the minds of people, the closer the world approaches peace and usefulness. It also serves as a moral virtue leading to ultimate tranquility and promotes the alleviation of all suffering.

Keywords : Mettadham, Sustain The World, Dhamma, Loving-Kindness

บทนำ

หลักเมตตาธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นหลักธรรมที่อยู่ในพรหมวิหารหรืออปัมัญญา คือความรักใคร่ กิริยาที่รักใคร่ ภาวะที่รักใคร่ในสัตว์ทั้งหลายความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับสุขทั้งทางกายและใจ ซึ่งเป็นความสุขที่ทุกคนปรารถนา (พระกิตติพงษ์ อภาธโร (ไลโรสงค์), 2564) เมตตาเป็นหลักธรรมที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา กล่าวคือ ในระดับพื้นฐาน เมตตาเป็นหลักธรรมในอันที่จะให้คนทั้งหลายเอื้อเพื่อซึ่งกันและกัน ไม่ทำลาย ไม่เบียดเบียนกัน ยังคนทั้งหลายให้อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข และ

สร้างสันติภาพให้เกิดขึ้นแก่ชาวโลก ในระดับกลาง เมตตาเป็นคุณธรรมที่ช่วยพัฒนาจิตให้สะอาดบริสุทธิ์ ลดกิเลส ลดปัญหา ขจัดความทุกข์ให้เบาบาง มีความเห็นแก่ตัวน้อยลง ยังประโยชน์ให้เกิดขึ้นทั้งแก่ตนเองและสังคมส่วนรวม ในระดับสูง เมตตาเป็นคุณธรรมที่ยังบุคคลให้หมดตัวตน หมดกิเลส หมดปัญหา ไม่มีอาสวะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวในจิตใจ เป็นเมตตาที่สะอาดบริสุทธิ์ไม่มีผู้ให้และผู้รับ หมายถึงการบรรลุพระนิพพาน เป็นเมตตาของพระพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทั้งหลาย เมตตานั้น เกิดขึ้นได้ 3 ทาง คือ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ เมตตาที่มีกิเลสครอบงำ หรือเมตตาที่ปราศจากปัญญา ย่อมเป็นสาเหตุให้เกิดโทษได้ ถ้าบุคคลเจริญเมตตาอย่างต่อเนื่องก็ย่อมได้รับอานิสงส์หรือคุณประโยชน์หาประมาณมิได้ บุคคลย่อมได้รับอานิสงส์ หรือคุณประโยชน์จากการเจริญเมตตา 2 ลักษณะ คือ (1) ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ บุคคลย่อมได้รับอานิสงส์หรือคุณประโยชน์ทางด้านจิตใจเป็นสำคัญ คือถ้าบุคคลมีจิตใจเต็มเปี่ยมไปด้วยเมตตาแล้ว กิจที่กระทำและคำที่พูดก็ย่อมประกอบไปด้วยเมตตา (2) หลังจากตายไปแล้ว บุคคลย่อมได้รับอานิสงส์ของการเจริญเมตตาในลักษณะต่าง ๆ ซึ่งติดตามไปในชาติต่อไปเหมือนเงาตามตัว เช่น ไปเกิดในพรหมโลก เป็นต้น (พระมหาบุญเรือน ปภกโร (พิลาพันธ์), 2556)

โลโก ปตถมภิกขา เมตตยา หมายถึง เมตตา เป็นเครื่องค้ำจุนโลก (สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, 2535) เพราะปราศจากความยึดมั่นถือมั่นในอคติ ส่วน กิรติ บุญเจือ (2545) กล่าวว่า ความยึดมั่นถือมั่นดังกล่าวนำมาซึ่งความแตกแยกและความขัดแย้ง ดังนี้

การยึดมั่นถือมั่น	เป็นเหตุให้เกิด	การแบ่งแยก
การแบ่งแยก	เป็นเหตุให้เกิด	การแข่งขัน
การแข่งขัน	เป็นเหตุให้เกิด	ความไม่ไว้ใจกัน
ความไม่ไว้ใจกัน	เป็นเหตุให้เกิด	การทำลายกัน

ส่วนการไม่ยึดมั่นถือมั่น เป็นการวางท่าทีด้วยจิตใจที่เป็นกลาง ไม่มีอคติ ไม่ยึดมั่นถือมั่น (เมธาหรือเมธาธิป, 2561) การไม่ยึดมั่นถือมั่น (detachment) เป็นเหตุให้เกิดสันติได้ก็ด้วยมีจิตใจที่กว้างขวางขึ้นอันเกิดจากจิตที่เมตตา ด้วยเหตุนี้ ปรัชญากระบวนการหลังนวยุคสายกลางจึงส่งเสริมการแก้ปัญหาด้วยการเสวนา (Dialogue) มีใจเปิดกว้าง ไม่ยึดมั่นถือมั่น ภายใต้บรรยากาศเอกภาพในความหลากหลาย (กิรติ บุญเจือ, 2545) นั่นก็เพราะ

ความไม่ยึดมั่นถือมั่น	นำไปสู่	การแบ่งหน้าที่กันรับผิดชอบ
การแบ่งหน้าที่กันรับผิดชอบ	นำไปสู่	ความสามัคคี
ความสามัคคี	นำไปสู่	ความไว้ใจกัน
ความไว้ใจกัน	นำไปสู่	ความช่วยเหลือกัน
ความช่วยเหลือกัน	นำไปสู่	สันติภาพ

อย่างไรก็ตาม การที่บุคคลจะถอดถอนความยึดมั่นถือมั่นในอคติออกไปได้ พื้นฐานจิตใจจะต้องมีเมตตาเสียก่อน ความเมตตาที่แท้จริงนั้นไม่ได้ยึดเอาความพอใจหรือไม่พอใจเป็นเงื่อนไขของความรัก มิฉะนั้นจะเป็นเพียง “การเลือกที่รัก มักที่ชัง” เท่านั้น แท้จริงแล้วความเมตตาอยู่บนพื้นฐานของความเข้าใจตนเอง เข้าใจเพื่อนมนุษย์ มนุษย์จะเข้าใจได้ต้องมีปัญญาในการเห็นความจริงหรือสัจธรรมในชีวิต

ดังนั้น ความจริงเป็นสิ่งที่ต้องมีควบคู่กับความรักเสมอ เพราะความจริงที่ปราศจากความรักจะกลายเป็นเพียงความคิด อำนาง การตัดสินใจ เป็นความแห้งแล้งทางจิตใจ ส่วนความรักที่ปราศจากความจริงจะกลายเป็นเพียงความมกมาย เป็นความรักบนอคติที่ไหลตามความพอใจ ความไม่พอใจ ความเขลา (ขาดสติ) และความกลัว ดังนั้น ผู้เขียนจึงมีความสนใจศึกษาหลักความเมตตาเพื่อตอบโจทย์ที่ว่า เมตตาธรรม คำจุนโลกได้อย่างไร

แนวคิดเกี่ยวกับความเมตตา

พระวัฒน์ ฉัตรไทยแสง และ เศรษฐินดิภัทร พรหมชิน (2566) อธิบายว่า ความมีเมตตา ปราบปรามที่จะให้ผู้อื่นมีความสุขทั้งทางกายและใจ ผู้ที่มีความเมตตาจะเป็นคนที่มีความโอบอ้อมอารี ช่วยเหลือแบ่งปันสิ่งของแก่บุคคลอื่นให้มีความสุขเท่าที่จะทำได้ ไม่เบียดเบียนใครให้ได้รับความทุกข์เดือดร้อน เช่น การแสดงออกทางกายด้วยการให้สิ่งของทรัพย์สินแก่บุคคลที่ต้องการความช่วยเหลือ ไม่รังแกทำร้ายผู้อื่น และพร้อมที่จะปกป้องผู้ที่อ่อนแอกว่า ให้ความรักและความเอ็นดูต่อสัตว์ ไม่ทำร้ายรังแกสัตว์ให้ได้รับความเจ็บปวดทุกข์ทรมาน การเป็นเพื่อนบ้านที่ดีต่อกันและกัน หรือการแสดงออกทางวาจา การพูดจาสุภาพ ปรับทุกข์ให้คำแนะนำให้คำปรึกษาแก่ผู้ที่มีความทุกข์ทางใจ ควรใช้คำพูดที่ไพเราะ ไม่ควรใช้คำพูดที่เยาะเย้ย ถากถาง จนทำให้ผู้ที่มาขอคำปรึกษาท้อแท้ใจลงไปอีก การส่งความรักความปรารถนาดีต่อกันและกัน ไม่ผูกอาฆาตพยาบาทกัน พร้อมที่จะให้อภัยแก่ทุกคนและมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นด้วยเอาใจเขามาใส่ใจเรา จะทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขได้ ถ้าเรามีความรักเมตตา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน มองเห็นความทุกข์ยากของผู้อื่นเห็นผู้อื่นเดือดร้อนก็ให้ความช่วยเหลือโดยไม่นิ่งดูตาย และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน จะได้อยู่ร่วมอย่างสงบสุขในสังคมและประเทศชาติสืบไป เมื่อบุคคลมีเมตตาธรรมต่อกันแล้ว โลกใบนี้ย่อมจะอยู่ร่มเย็นเป็นสุข เมตตาเป็นความปรารถนาจะให้ผู้อื่นได้มีความสุขเป็นความรัก ที่ไม่เจือด้วยราคะ เป็นความรักที่เกิดขึ้นจากใจที่เป็นกุศลและเผื่อแผ่เอื้อเฟื้อ เป็นใจที่ไม่อาฆาตไม่พยาบาทจองเวร เป็นไปในลักษณะที่ปรารถนาดีและหวังดีต่อมนุษย์สัตว์ทุกถ้วนหน้า ผู้ที่มีเมตตาไมตรีเป็นอหยาศัยจึงเป็นคนที่มีความเป็นผู้นำใจเอื้อเฟื้อ มีความหวังดีต่อผู้อื่น ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน ด้วยเหตุที่ในปัจจุบันสภาพทางสังคมมีการแข่งขันกันมาก ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของหน้าที่หรือการทำงาน คุณภาพด้านความรู้ความสามารถอาจจะสูงเยี่ยม แต่คุณภาพทางศีลธรรมกลับลดต่ำลง ดังนั้นยิ่งโลกของเรามีความเจริญทางด้านวัตถุมากเท่าไร มนุษย์เราก็ยิ่งต้องแสดงเมตตาธรรมให้กันและกันมากเท่านั้น ดังพระบาลีได้กล่าวไว้ “โลโก ปตถมภิกา เมตตา - เมตตาธรรม คำจุนโลก” (สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, 2535)

พระครูสมุห์วิบูลย์ ชาติจิตโต และคณะ (2560) กล่าวถึง ประโยชน์ของการเจริญเมตตาพรหมวิหารไว้เป็นลำดับดังนี้

1. สามารถใช้พลังเมตตาที่มีความเย็นแผ่ให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลายและตนเอง เพื่อลดกิเลสหรือความเร่าร้อนได้ ทั้งของสรรพสัตว์และตนเอง

2. พลังเมตตา สามารถใช้ดับไฟในนรกภูมิได้ หรือ เปรต อสุรกาย และเดรัจฉานทั้งนี้ขึ้นอยู่กับพลังอำนาจตะบะตะเซ หรืออำนาจพลังจิต หรือ กำลังบุญบารมีของผู้นั้นเพื่อช่วยสัตว์นรกให้พ้นจากนรกขุมนั้นและเหตุปัจจัยหรือกรรมของสัตว์นรกเหล่านั้น หรือ เปรต อสุรกาย และเดรัจฉาน เหล่านี้ให้ลดความเร่าร้อนลงได้

3. สามารถผ่อนเวรกรรมของเจ้ากรรมนายเวร จากหนักเป็นเบาได้ หรืออาจจะเป็นโอฬาสกรรมได้

4. เมตตาทำให้คลายโทสะ เพราะโทษของโทสะ ทำให้จิตใจขุ่นมัว เร่าร้อนกลัดกลุ้ม กินไม่ได้นอนไม่หลับ ถ้าขาดความยับยั้งใจแล้ว ก็ถึงขั้นทำลายสิ่งของทรัพย์สินสมบัติทำลายผู้อื่น ตลอดจนทำลายตนเอง ชีวิตและคุณงามความดีและเมตตานี้เป็นที่ตั้งมั่นแห่งขันติความอดทนอดกลั้นเพราะคุณของขันติ ทำให้มีความอดทนตรากตรำต่อความยากลำบาก อดทนต่อความทุกข์เวทนาอดทนต่อการกระทบทางใจอดทนต่อความย่ำแย่ของกิเลส

พระคันธสารภิกษุ (2547) กล่าวถึงความเมตตาในบริบทของการเมตตาตนเองและการแสดงความเมตตาให้ผู้อื่น ดังนี้

เมตตา (metta) และความรักความปรารถนาดี (loving-kindness) มีความหมายเช่นเดียวกัน เมตตาเป็นความปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุขที่ประกอบด้วยคุณค่าแห่งความรักและความเอื้ออาทร เป็นความปรารถนาดีโดยปราศจากเงื่อนไขที่จะทำให้ทุกชีวิตรวมทั้งตัวเองมีความสุขและปลอดภัย เมตตาเป็นสิ่งที่ เป็นสากล มิได้เป็นของกลุ่มชน เชื้อชาติหรือศาสนาใด ซึ่งนำความเยือกเย็นมาสู่ชีวิต การเจริญเมตตาเป็นการปลุกฝังทำให้เมตตาหยั่งลึกลงในจิตใจ เพื่อพัฒนาความสุขให้เกิดขึ้นในหัวใจ และความสงบเย็นทวีขึ้นและ ขจัดกิเลสนิวรณ์เหล่านี้ออกไปได้ นำพาจิตกลับสู่สภาพธรรมชาติของจิตใจอันบริสุทธิ์ที่ประกอบด้วย เมตตา เมื่อผู้ปฏิบัติเมตตาภาวนารู้ซึ่งถึงเมตตาในหัวใจของผู้ปฏิบัติแล้ว ย่อมเข้าใจคุณค่าที่แท้จริงของ เมตตา ก็สามารถที่จะแผ่เมตตานี้ให้กับผู้อื่นได้ การปฏิบัติเมตตาภาวนาเป็นการปฏิบัติสมาธิแบบ สมถภาวนา โดยท่องคาบบริกรรมทีละประโยคอย่างต่อเนื่อง ไม่ขาดสาย และต้องเข้าใจความหมายของคำ บริกรรมที่ท่องอยู่ด้วย

คำเจริญเมตตาให้ตนเอง : ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข ขอให้ข้าพเจ้าปราศจากความทุกข์ ไม่มีเวร ไม่มีภัย ไม่มี ความเบียดเบียน ไม่มี ความทุกข์กายทุกข์ใจ ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ ภัยอยู่เกิด

คำเจริญเมตตาให้ผู้อื่น : ขอให้ท่านทั้งหลายมีความสุข ขอให้ท่านทั้งหลายปราศจากความทุกข์ ไม่มีเวร ไม่มีภัย ไม่มี ความเบียดเบียน ไม่มี ความทุกข์กายทุกข์ใจ ขอให้ท่านทั้งหลายมีความสุขรักษาตนให้ พ้นจากทุกข์ภัยอยู่เกิดเมื่อพิจารณาจากประโยคข้างต้น จะเห็นว่าคำเจริญเมตตาดังกล่าวเป็นความ ปรารถนาครบถ้วนทุกด้านของชีวิต เป็นความปรารถนาความดีงามให้เกิดขึ้นกับตนและบุคคลอื่น ๆ โดย ไม่หวังสิ่งตอบแทน แม้การตั้งความปรารถนานี้อาจเป็นจริงหรือไม่เป็นจริง ในปัจจุบันหรือในอนาคต โดย ปราศจากความคาดหวังหรือหมายมั่น ด้วยจิตใจที่ยอมรับเบิกบาน และหากสามารถเมตตาตนเองอย่าง แท้จริง ก็จะสามารถมีความเมตตาให้แก่ผู้อื่นอย่างแท้จริงได้ และประเด็นสำคัญ ไม่มีบุคคลใดสามารถ

ฟังฟังอาศัยเมตตาจากปัจจัยภายนอกหรือจากชีวิตอื่นได้ เมตตาที่ให้กับตนเองนั้นเป็นเมตตาเดียวที่จะวางใจฟังฟังได้อย่างแท้จริงในสากลจักรวาลนี้

แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการ 5

ผู้วิจัยได้เรียบเรียงและตีความความเมตตา 5 กระบวนการนี้ไว้ดังนี้ (เมธา ทริมเทพาธิป และคณะ, 2564) กระบวนการ คือ ความเชื่อส่วนลึกพื้นฐานที่อยู่ในใจคน ใจคนแบ่งออกเป็น 2 ห้อง คือ ห้องของอารมณ์ กับ ห้องของความรู้สึก เมื่อต้องการเรียนรู้ใจคนจึงสามารถศึกษาความเชื่อพื้นฐานทางอภิปรัชญาและเกณฑ์ค่าประกันความจริงในทางญาณปรัชญาได้ ดังนี้

กระบวนการที่ 1 : กระบวนการยุคดึกดำบรรพ์

ความเชื่อพื้นฐาน ได้แก่ เชื่อว่า โลก จักรวาล และธรรมชาติไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวที่แน่นอน ดังนั้นหากใครหาทางสื่อน้ำพระทัยจากเบื้องบนที่ควบคุมปรากฏการณ์ของโลก จักรวาล และธรรมชาติได้ ชีวิตจะสามารถอยู่รอดปลอดภัยและได้เปรียบคนอื่น ครอบครัวอื่น

เกณฑ์ค่าประกันความจริง ได้แก่ อำนาจลึกลับจากเบื้องบน

ดังนั้น หากตีความเพื่อหาคำตอบว่า เมตตาธรรมค้ำจุนโลกได้อย่างไร คนที่มีความเชื่อบนพื้นฐานกระบวนการยุคดึกดำบรรพ์อาจตอบว่า ต้องอาศัยความเมตตาของอำนาจเบื้องบนแต่เพียงอย่างเดียว เพราะเบื้องบนมีอำนาจสิทธิ์ขาดที่จะตัดสินใจว่ามนุษย์และสัตว์ในโลกนี้ควรได้รับความสุขหรือความทุกข์

กระบวนการที่ 2 : กระบวนการยุคโบราณ

ความเชื่อพื้นฐาน ได้แก่ เชื่อว่า โลก จักรวาล และธรรมชาติมีกฎเกณฑ์ตายตัวแน่นอน ดังนั้นผู้ใดรู้กฎเกณฑ์ดีทีสุดจะสามารถแสวงหาความสุขในโลกนี้ได้มากที่สุด

เกณฑ์ค่าประกันความจริง ได้แก่ เจ้าสำนัก เจ้าลัทธิ หรือนักปราชญ์ ที่มีความรอบรู้ในกฎเกณฑ์ของโลก จักรวาล และธรรมชาติ

ดังนั้น หากตีความเพื่อหาคำตอบว่า เมตตาธรรมค้ำจุนโลกได้อย่างไร คนที่มีความเชื่อบนพื้นฐานกระบวนการยุคโบราณอาจตอบว่า ต้องอาศัยความเมตตาของเจ้าสำนักหรือเจ้าลัทธิที่มีปัญญาเข้าไปรับรู้กฎธรรมชาติช่วยถ่ายทอดกฎเกณฑ์เหล่านี้ให้คนทั่วไปได้รู้ ด้วยความเมตตาดี มนุษย์จะสามารถแสวงหาความสุขในโลกนี้ได้มากขึ้น เพราะความเมตตาที่แท้จริงต้องเดินตามกฎธรรมชาติ

กระบวนการที่ 3 : กระบวนการยุคกลาง

ความเชื่อพื้นฐาน ได้แก่ เชื่อว่า โลกหน้ามืออยู่จริง ความสุขในโลกหน้ามืออยู่จริง นอกจากนี้ความสุขในโลกหน้ายังมีความยั่งยืนกว่าความสุขในโลกนี้ ความสุขในโลกนี้เป็นเพียงความสุขชั่วคราวเท่านั้น

เกณฑ์ค่าประกันความจริง ได้แก่ คำสอนในศาสนาต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับโลกหน้าและความสุขในโลกหน้า หรือความสุขที่พ้นจากโลกนี้

ดังนั้น หากตีความเพื่อหาคำตอบว่า เมตตาธรรมค้ำจุนโลกได้อย่างไร คนที่มีความเชื่อบนพื้นฐาน กระบวนทรรศน์ยุคกลางอาจตอบว่า ต้องอาศัยความเมตตาของศาสนาที่ชี้ทางแห่งความสุขหรือทางพ้นทุกข์ จากโลกนี้เพื่อเข้าสู่ความสุขในโลกหน้าที่มีความจริงยั่งยืนมากกว่า มีคุณภาพที่ปราณีตยิ่งกว่า

กระบวนทรรศน์ที่ 4 : กระบวนทรรศน์ยุคใหม่หรือนวยุค

ความเชื่อพื้นฐาน ได้แก่ ความเชื่อพื้นฐาน 4 ประการ คือ

1) เชื่อว่า ความเป็นจริง ได้แก่ โลก จักรวาล และธรรมชาติมีกฎเกณฑ์ตายตัว
2) เชื่อว่า ปัญญามนุษย์สามารถเข้าถึงความจริงที่ตรงกับความเป็นจริงของโลก จักรวาล และธรรมชาติได้

3) เชื่อว่า ภาษาอุดมการณ์ (ภาษาวิชาการ) ของมนุษย์สามารถสื่อความจริงจากบุคคลหนึ่งสู่อีกบุคคลหนึ่งได้ตรงตามความเป็นจริงของโลก จักรวาล และธรรมชาติได้

4) ทั้ง 3 ระบบตรงกัน คือ ความเป็นจริง ปัญญา และภาษา

เกณฑ์ค้ำประกันความจริง ได้แก่ กระบวนการหรือวิธีการทางวิทยาศาสตร์ 5 ขั้นตอน คือ

- 1) การสังเกตและกำหนดปัญหา
- 2) การตั้งสมมติฐาน
- 3) การทดสอบสมมติฐาน
- 4) การวิเคราะห์ข้อมูล
- 5) การสรุปผลและนำไปใช้

ดังนั้น หากตีความเพื่อหาคำตอบว่า เมตตาธรรมค้ำจุนโลกได้อย่างไร คนที่มีความเชื่อบนพื้นฐาน กระบวนทรรศน์นวยุคอาจตอบว่า ความเมตตาต้องมาจากความมีเหตุผล เป็นเหตุผลที่ทำให้มนุษย์สามารถสร้างความสุขในโลกนี้ได้โดยไม่ต้องอ้างถึงหรือคาดหวังความสุขจากโลกหน้า เพราะเมตตาของนักวิทยาศาสตร์ที่ทุ่มเทอุทิศเวลาเพื่อการวิจัยนั้นจะเป็นไปเพื่อความสุข สะดวกสบายเพื่อทุกคนในโลกนี้ อย่างเป็นสากล

กระบวนทรรศน์ที่ 5 : กระบวนทรรศน์ยุคหลังสมัยใหม่หรือหลังนวยุค

กระบวนทรรศน์ที่ 5 แบ่งออกเป็น 2 สาย คือ สายสุดขั้ว กับ สายกลาง

อเมริกา เรียกหลังนวยุคสายสุดขั้ว ว่า extreme postmodern เรียกหลังนวยุคสายกลาง ว่า moderate postmodern

ฝรั่งเศส เรียกหลังนวยุคสายสุดขั้ว ว่า deconstruction เรียกหลังนวยุคสายกลาง ว่า re construction

เยอรมัน เรียกหลังนวยุครวม ๆ กันว่า แฟรงค์เฟิร์ตสคูล (Frankfurt School)

1) หลังนวยุคสายสุดขั้ว

ความเชื่อพื้นฐาน ได้แก่ ล้มล้างความเชื่อพื้นฐาน 4 ประการของกระบวนทรรศน์นวยุค คือ

(1) ไม่เชื่อว่า ความเป็นจริง ได้แก่ โลก จักรวาล และธรรมชาติมีกฎเกณฑ์ตายตัว เป็นสากล

(2) ไม่เชื่อว่า ปัญญามนุษย์สามารถเข้าถึงความจริงที่ตรงกับความเป็นจริงของโลก จักรวาล และธรรมชาติได้

(3) ไม่เชื่อว่า ภาษาอุดมการณ์ (ภาษาวิชาการ) ของมนุษย์สามารถสื่อความจริงจากบุคคลหนึ่งสู่อีกบุคคลหนึ่งได้ตรงตามความเป็นจริงของโลก จักรวาล และธรรมชาติได้

(4) ไม่เชื่อว่า ทั้ง 3 ระบบตรงกัน คือ ความเป็นจริง ปัญญา และภาษา
เกณฑ์ค่าประกันความจริง ได้แก่ เกณฑ์เฉพาะส่วนบุคคลตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น (สัมพัทธ์นิยม)

2) หลังนวยุคสายกลาง

ความเชื่อพื้นฐาน ได้แก่

(1) ความเป็นจริงเป็นอย่างไรไม่รู้

(2) ไม่เชื่อว่าปัญญาของมนุษย์โดยทั่วไปสามารถเข้าถึงความจริงได้ทั้งหมด ควรเปิดพื้นที่ให้มีการเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้งในส่วนความจริงสากล (Universal) และความจริงเฉพาะ (Individual) เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

(3) ไม่เชื่อว่า ภาษาอุดมการณ์ (ภาษาวิชาการ) ของมนุษย์สามารถสื่อความจริงจากบุคคลหนึ่งสู่อีกบุคคลหนึ่งได้ตรงตามความเป็นจริงของโลก จักรวาล และธรรมชาติได้ทั้งหมด ควรเปิดพื้นที่ให้กับภาษาสามัญได้ทำหน้าที่ในการสื่อความจริงสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิต

เกณฑ์ค่าประกันความจริง ได้แก่ การตีความด้วยหลักอรรถปริวรรตศาสตร์อย่างมีวิจารณ์ญาณ ส่วนหลักการ วิธีการ และเป้าหมายของกระบวนการหลังนวยุคสายกลางนั้น สามารถสรุปได้ดังนี้

ก. หลักการของปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง สามารถสรุปได้เป็น 4 ประเด็น คือ

1) **ไม่ยึดมั่นถือมั่น** หมายความว่า การวางท่าที่ด้วยจิตใจที่เป็นกลาง ไม่มีอคติ ไม่ยึดมั่นถือมั่น (detachment) ว่าสิ่งที่ตนเชื่อเท่านั้นถูกต้องทั้งหมด คนอื่นที่มีเชื่อต่างไปจากตนถือว่าผิดหมด ในทำนองที่ว่า “อิหะ เมวะ สัจจัง โมฆะมัณฺญญัง” (ของฉันทันั้นเท่านั้นจริง ของคนอื่นที่เห็นต่างไปจากนี้ถือว่าผิดหมด) เพียงแต่ให้ “ยึดเหนี่ยว แต่ไม่ยึดติด” มีใจเปิดกว้างในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ รับฟังความคิดของผู้อื่น ไม่ด่วนตัดสิน แต่ให้เกียรติ ให้การยอมรับ ทำความเข้าใจในความรู้และความสามารถที่หลากหลายของมนุษย์ ตลอดจนเปิดโอกาสให้กับตนเองและผู้อื่นได้ตั้งข้อสงสัยในสิ่งที่ตนเชื่ออยู่ เพื่อจะได้พิสูจน์ความจริงในสิ่งที่ตนเชื่ออยู่ว่าสามารถนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตได้จริงหรือไม่ เพียงใด และในขณะเดียวกัน ก็พิจารณาในส่วนดีของทุก ๆ ทางเพื่อนำไปประยุกต์ใช้

2) **แสวงหาจุดร่วม สงวนจุดต่าง** หมายความว่า สิ่งใดที่เห็นร่วมกันก็นำมาปฏิบัติร่วมกัน ส่วนใดที่เห็นต่างก็ให้ถือว่าเป็นพรสวรรค์ของแต่ละฝ่าย

เมื่อใดก็ตามที่พลังสร้างสรรค์ของเราไปกระทบคุณภาพชีวิตของคนอื่นให้ได้รับความเดือดร้อน พลังที่สำคัญจึงได้แก่ พลังปรับตัว เพื่อปรับและเปลี่ยนวิถีบางอย่างให้เกิดเหมาะสมและสมดุลกับทุก ๆ ฝ่าย ก็จะสามารถทำให้เกิดพลังร่วมมือขึ้นมาได้

ความร่วมมือกันของทุก ๆ ฝ่ายที่จะหันหน้าเข้าหากัน โดยใช้วิธีเสวนา (dialogue) โดยเปิดโอกาสให้พิจารณาประเด็นที่ได้จากทุกทาง บนฐานแนวคิดที่ว่า “แสวงหาจุดร่วม” ในสิ่งที่เห็นร่วมกัน เพื่อนำมาปฏิบัติให้เป็นไปในทิศทางเดียวกันคือ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งส่วนตัวและส่วนรวม และ “สงวนจุดต่าง” ในสิ่งที่เห็นต่างกัน โดยให้ถือว่าเป็นพรสวรรค์ของแต่ละฝ่าย เพื่อนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิต

3) ย้อนอ่านใหม่หมด ไม่ทิ้งสิ่งใด หมายความว่า การเปิดใจกว้างเพื่อย้อนอ่านความคิดของมนุษย์ทั้งโลกทุกวัฒนธรรมและทุกวิถีความเชื่อ โดยถือนโยบายว่า “ย้อนอ่านใหม่หมด ไม่ทิ้งสิ่งใด” (reread all, reject non) (Steven Best and Douglas Kellner, 1999) ดังนั้น เมื่อเตรียมตัวพร้อมแล้วก็จะย้อนอ่าน (re-read) ทุกอย่างทีละขานหน้า เพื่อเลือกประเด็นที่สนใจมาคิดใหม่ (re-think) และเสนอเพื่อการนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งโดยส่วนตัวและส่วนรวม

4) มององค์รวม ไม่แยกส่วน หมายถึง การมองด้วยโลกทัศน์แบบเชื่อมต่อกัน (connect) ไม่แยกส่วน เป็นมุมมองที่เชื่อว่าโลก ระบบจักรวาล ทุกสรรพสิ่ง รวมทั้งพลังงานเชื่อมต่อกันเป็นหนึ่งเดียว เชื่อว่ารูปแบบพื้นฐานของการรวมตัวของทุกสรรพสิ่งจะทำให้เกิดการแตกตัวขยายไปไม่มีที่สิ้นสุด

ข. วิธีการของหลังนวยุคนิยมสายกลาง ก็คือ การตีความภาษาด้วยหลักอรรถปริวรรต บนพื้นฐานของกระบวนการ 5 ด้วยวิธีการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (critical thinking)

การใช้วิจารณญาณ (critical mind) ในภาษาอังกฤษประกอบด้วย “หลัก 3A” ในภาษาไทย ศาสตราจารย์กิติ บุญเจือ ราชบัณฑิต ได้กำหนดเป็น “หลัก 3 วิ” เพื่อให้ล้อกับหลัก 3A ได้แก่

1) วิเคราะห์ (Analytic) คือ การจำแนกแจกแจงประเด็นที่เกี่ยวข้องกับปัญหาให้ตรงประเด็น

2) วิจักษ์ (Appreciative) คือ ประเมินค่าแต่ละประเด็นที่แจกแจงออกมา

3) วิชาน (Applicative) คือ การประยุกต์ใช้ เป็นการลงมือทำการอย่างมีวิธี โดยเลือกเอาเฉพาะที่เห็นว่าจะเป็นคนมาใช้ตามเป้าหมาย

ค. เป้าหมายของหลังนวยุคนิยมสายกลาง ก็คือ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ได้แก่ การพัฒนา “สัญญาตญาณปัญญา” ให้สูงขึ้น เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขทั้งโดยส่วนตนและส่วนรวม สัญญาตญาณปัญญานี้มีพลังทำการอยู่ 4 อย่างคือ พลังสร้างสรรค์ พลังปรับตัว พลังร่วมมือ และพลังแสวงหา

ดังนั้น หากตีความเพื่อหาคำตอบว่า เมตตารธรรมค้ำจุนโลกได้อย่างไร คนที่มีความเชื่อบนพื้นฐานหลังกระบวนการนวยุคสายกลางอาจตอบว่า ความเมตตาเป็นพลังสร้างสรรค์ที่ช่วยลดทอนความทุกข์หรือปรับเปลี่ยนความทุกข์ให้เป็นความสุขจากจิตที่ปรารถนาดี คิดถึงใจเขาใจเราในเชิงของการเกื้อกูลร่วมกัน ปรารถนาให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการสร้างสรรค์ ร่วมมือ และแสวงหาสิ่งที่เป็นประโยชน์สุขแบ่งปันกันและกันด้วยความจริงใจ โดยใช้วิจารณญาณในการสร้างความเมตตาต่อตนเองและผู้อื่นอย่างสมดุล เพื่อให้พลังของความเมตตาช่วยค้ำจุนความสุขทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

กุศลธรรมในที่นี้ ได้แก่ ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ศีล ความเสียสละ และปัญญา และหากโลกหน้ามีจริง ความสร้างสรรค์จากกุศลธรรมเหล่านี้ก็จะติดตัวไปในภพหน้า ได้รับความสุขในโลกหน้าที่ช่วยเกื้อกูลไปสู่ความสุขสูงสุด (ปรมัตถประโยชน์) ในอนาคตกาลด้วย

3. เมตตาธรรม คำจูนโลกภายใน ในที่นี้หมายถึง ความเมตตาเป็นเหตุให้เกิดการดูแลตนเองใน 3 มิติ ได้แก่ 1) มิติสุขภาวะทางกาย คือ การมีพฤติกรรม (behavior) ที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิต เช่น การรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยหรือสภาพร่างกาย เป็นต้น 2) มิติสุขภาวะทางอารมณ์ คือ การมีจิตใจ (mental) ที่มั่นคง ไม่กลัวเกรงต่อปัญหาหรืออุปสรรคที่เข้ามากระทบ มีจิตตั้งมั่น แน่วแน่ คงเส้นคงวา มีความอดทน มีความขยันหมั่นเพียรต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต 3) มิติสุขภาวะทางปัญญา คือ การมีทัศนคติที่ถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิ (right view) ฉลาดในกุศล รู้จักวางใจให้เป็นกุศล มีความเข้าใจในปัญหา กล้าหาญต่อการเผชิญปัญหาอย่างสร้างสรรค์ คือรู้วิธีแก้ปัญหาในแต่ละระดับ รู้วิธีการป้องกัน และรู้แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างสร้างสรรค์

4. เมตตาธรรม คำจูนโลกภายนอก ในที่นี้หมายถึง ความเมตตาเป็นเหตุให้เกิดการดูแลผู้อื่นและสังคม ตลอดถึงสิ่งแวดล้อม เพราะเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งว่ามนุษย์ไม่สามารถดำรงชีวิตอย่างปัจเจกได้ตลอดเวลา การตัดขาดจากสังคมและสิ่งแวดล้อม ไม่ช่วยกันดูแลสังคมและสิ่งแวดล้อม เพิกเฉย ไม่ร่วมกันสร้างเหตุให้เกิดความสร้างสรรค์เพื่อการแก้ปัญหาและพัฒนาาร่วมกัน สุดท้ายแล้ว สิ่งที่เป็นทุกข์โทษทั้งหลายก็จะย้อนกลับมาสู่ตนไม่ทางตรงก็ทางอ้อม ดังนั้น ผู้มีปัญหาที่มีเมตตาต่อตนเอง รักตนเองได้แล้วก็เพื่อแผ่ความรักนั้นสู่คนรอบข้างอย่างเป็นธรรมชาติ คนรอบข้างก็สามารถสัมผัสถึงความจริงใจนั้นได้ ไม่ว่าจะแสดงออกมาจากภายใน เช่น ความใส่ใจ (caring) หรือแสดงออกมาจากภายนอก เช่น การแบ่งปัน (sharing) พลังแห่งความเมตตาจะมีแรงสั่นสะเทือนที่สร้างความร่มเย็นแก่ผู้ที่มีความทุกข์ร้อน สร้างความอุ่นใจแก่คนที่กลัวกังวล สร้างความอบอุ่นแก่คนที่เดือดเนื้อร้อนใจ บุคคลที่มีเมตตาจะมีศีลธรรมครบถ้วนบริบูรณ์อย่างเป็นธรรมชาติ เพราะเมตตาจึงไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤตินิดในกาม ไม่ลักขโมย ไม่ประมาทในชีวิต เพราะเมตตาจึงมีจิตเอ็นดู เกื้อกูล ดูแล เห็นใจเขาใจเรา เป็นที่พึ่งแก่ตนเองได้แล้วก็เป็นที่พึ่งแก่ผู้อื่นต่อไปได้อีก ทำให้ผู้อื่นสามารถพึ่งพาตนเองได้ มีคุณธรรมติดตัวที่จะช่วยให้เกิดประโยชน์ได้ทั้งในโลกนี้ โลกหน้า ทั้งแก่โลกภายใน โลกภายนอกต่อไปตามลำดับ

บทสรุป

บทความวิชาการฉบับนี้ มุ่งศึกษาวิเคราะห์ว่า เมตตาธรรมคำจูนโลกได้อย่างไร โดยใช้ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางเป็นพื้นฐานในการมองหลักพุทธธรรม เพื่อส่งเสริมให้เกิดการวิเคราะห์ตีความหลักพุทธธรรม ได้แก่ ความเมตตา เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและจิตใจให้เกิดความสุข สงบ ร่มเย็น และเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม ผลการศึกษาครั้งนี้ ได้สร้างองค์ความรู้ใหม่จากการประเมินค่าสิ่งที่เป็นคุณประโยชน์จากทุกกระบวนการแล้วนำสิ่งที่ได้ประเมินค่านั้นมาสังเคราะห์ในกระบวนการหลังนวยุคสายกลาง ซึ่งเป็นองค์ความรู้ใหม่ที่สร้างประโยชน์สุขให้เกิดขึ้นด้วย “รูปแบบเมตตาธรรมคำจูนโลก” อันประกอบด้วย เมตตาธรรม คำจูนโลกนี้ เมตตาธรรม คำจูนโลกหน้า เมตตาธรรม คำจูนโลก

ภายใน และเมตตาธรรม คำจูนโลกภายนอก ทั้งนี้ เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ได้รับความสุขแท้ตามความเป็นจริง คือ เป็นความสุขที่ไม่เบียดเบียน เป็นความสุขที่ได้รับร่วมกัน

บรรณานุกรม

- กิริติ บุญเจือ. (2545). *เริ่มรู้จักปรัชญา (ชุดปรัชญาและศาสนาเซนต์จอห์น เล่มต้น)*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยเซนต์จอห์น.
- พระกิตติพงษ์ อภากรโร (ไลโซสงค์), สมเดช นามเกต, พระครูจิรธรรมธัช. (2564). การประยุกต์ใช้หลักเมตตาธรรมเพื่อลดความรุนแรงในชุมชนบ้านสร้างก่อ ตำบลสร้างก่อ อำเภอกุดจับ จังหวัดอุดรธานี. *วารสารปัญญาปณิธาน*, 6(1), 201-214.
- พระครูสมุห์วิฑูฒิ ชิตจิตโต, พระมหาดวงเด่น ฐิตญาโณ, และบรรพต ต้นธีรวงศ์. การประยุกต์หลักเมตตาในพระพุทธศาสนาเถรวาทเพื่อจัดการความขัดแย้ง. *วารสารสันติศึกษาปริทัศน์ มจร.*, ฉบับพิเศษ , 150-161.
- พระคันธสารวิภาวดี. (2547) *เมตตาทาวนา*. กรุงเทพฯ : พิมพ์อำเภอ.
- พระมหาบุญเรือน ปภังโกโร (พิลาพันธ์). (2556). วิเคราะห์แนวความคิดเรื่องเมตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*. พระนครศรีอยุธยา : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พีระวัฒน์ ฉัตรไทยแสง และ เซษฐ์นิตภัทร พรหมชิน. (2566). เมตตาทพรมวิหารธรรมสร้างสันติสุขให้สังคม. *วารสารธรรมเพื่อชีวิต*, 29(1), 111-124.
- เมธา หริมเทพาธิป, รวิช ตาแก้ว และคณะ. (2564). “สังคมแห่งการแบ่งปันตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง : การศึกษาเชิงวิเคราะห์ วิจัย และวิธาน”. *รายงานการวิจัย*. กรุงเทพฯ : ศปป. 5 กอ.รมน. และ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- เมธา หริมเทพาธิป. (2561). การมีส่วนร่วมในมุมมองหลังนวยุค. *รมยสาร*, 16(3), 63-77.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส. (2535). *พุทธศาสนสุภาษิตเล่ม 1*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ, โรงพิมพ์เลียงเชียงจงเจริญ.
- Best, S. and Kellner, D. (1999). *Postmodern Theory*. New York : The Guilford Press.