

วารสาร มจร บาฬีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์

Journal of MCU Palisueksabuddhaghosa Review

ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม – ธันวาคม 2562)

Vol. 5 No. 2 (July – December 2019)

ISSN : 2539-5777

❖ วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นสื่อกลางในการแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ทางวิชาการและการวิจัยในสาขาที่เกี่ยวข้องกับด้านมนุษยศาสตร์ (ศาสนา ปรัชญา พระพุทธศาสนา ภาษาและวัฒนธรรม) ศึกษาศาสตร์ (จิตวิทยา บริหารการศึกษา การสอนสังคมศึกษา) และสหวิทยาการด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
2. เพื่อเป็นแหล่งเผยแพร่บทความทางวิชาการและบทความวิจัยและแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ระหว่างนักวิชาการ นักวิจัย จากสถาบันอุดมศึกษา องค์กรต่าง ๆ รวมทั้งนักวิชาการอิสระทั้งภาครัฐและเอกชน
3. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการผลิตผลงานทางวิชาการและงานวิจัยที่จะก่อให้เกิดความก้าวหน้าทางวิชาการและเกิดประโยชน์ต่อประเทศชาติโดยส่วนรวม

❖ กำหนดการเวลาเผยแพร่

วารสาร มจร บาฬีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์ กำหนดเวลาการออกวารสาร ปีละ 2 ฉบับ คือ

| | |
|-----------|--|
| ฉบับที่ 1 | มกราคม – มิถุนายน เผยแพร่ 30 มิถุนายน ปิดรับบทความ 31 มีนาคม |
| ฉบับที่ 2 | กรกฎาคม – ธันวาคม เผยแพร่ 31 ธันวาคม ปิดรับบทความ 31 สิงหาคม หากส่งภายหลังกำหนดจะได้รับการพิจารณาให้ตีพิมพ์ในฉบับถัดไป |

❖ ข้อกำหนดของบทความที่ตีพิมพ์

บทความทั้งหมดที่ตีพิมพ์ ได้ผ่านการพิจารณาเห็นชอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ (Peer Reviewed) ในสาขาวิชานั้น ๆ ไม่น้อยกว่า 2 ท่านต่อ 1 บทความ โดยเป็นการประเมินแบบ Double-Blinded Review

❖ วิธีพิจารณาบทความ

1. บทความที่ส่งมาขอรับการตีพิมพ์ในวารสาร มจร บาลีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์ จะต้องไม่เคยตีพิมพ์หรืออยู่ระหว่างการพิจารณาเพื่อตีพิมพ์ในวารสารอื่น
2. ผู้เขียนบทความจะต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การเสนอบทความวิชาการหรือบทความวิจัยเพื่อตีพิมพ์ในวารสาร มจร บาลีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์อย่างเคร่งครัด รวมทั้งระบบการอ้างอิงต้องเป็นไปตามหลักเกณฑ์ของวารสาร
3. บทความทุกบทความ จะมีผู้ทรงคุณวุฒิตรวจและประเมินอย่างน้อย 2 ท่าน ต่อ 1 บทความ แบบ Double-Blinded Review
4. บทความจากผู้นิพนธ์ภายในจะต้องผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิภายนอกมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ส่วนบทความจากภายนอกจะต้องผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิภายในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านไม่มีส่วนได้เสียกับผู้เขียนบทความ

| | |
|---|--|
| <p>❖ เจ้าของ สำนักวิชาการ วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 108/5 หมู่ที่ 2 วัดมหาสวัสดิ์ตึ้นาคพุฒาราม ซอยวัดมหาสวัสดิ์ ถนนศาลายา-นครชัยศรี ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน จังหวัดนครปฐม 73170 โทรศัพท์/โทรสาร: 0 3429 9357 www.journal-pali.mcu.ac.th www.ojs.mcu.ac.th/index.php/pali</p> | <p>❖ Owner Office of Academic Affairs, Pali Sueksa Buddhaghosa Nakhon Pathom Campus Mahachulalongkornrajavidyalaya University 108/5 Moo 2, Watmahasawatnakaputtaram, Soi Watmahasawat Salaya-nakornchaisri Rd., Homkred Sub-District, Sampran District, Nakhon Pathom Province, 73170, Thailand. Tel./Fax: +66 34 299 357 www.journal-pali.mcu.ac.th www.ojs.mcu.ac.th/index.php/pali</p> |
| <p>❖ ที่ปรึกษา อธิการบดี รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการทั่วไป รองอธิการบดี วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม</p> | <p>❖ Advisors The Rector Vice-Rector for Academic Affairs Vice-Rector for General Affairs Vice-Rector of Pali Sueksa Buddhaghosa Nakhon Pathom Campus</p> |

| | |
|--|---|
| <p>คณบดีคณะพุทธศาสตร์ คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส</p> | <p>Dean, Faculty of Buddhism Dean, Graduate School Director, Buddhist College</p> |
| <p>❖ บรรณาธิการบริหาร พระเทพสุวรรณเมธี, ดร. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม</p> | <p>❖ Executive Editor Ven. Phratabsuwannamethi, Dr. Mahachulalongkomrajavidyalaya University Pali Sueksa Buddhaghosa Nakhon Pathom Campus</p> |
| <p>❖ หัวหน้ากองบรรณาธิการ รองศาสตราจารย์ ดร.เวทย์ บรรณกรกุล มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม</p> | <p>❖ Chief Editor Assoc.Prof. Dr.Wate Bannakornkul Mahachulalongkomrajavidyalaya University Pali Sueksa Buddhaghosa Nakhon Pathom Campus</p> |
| <p>❖ กองบรรณาธิการ รองศาสตราจารย์ ดร.สุวิญ รักษัตย์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุษกร วัฒนบุตร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล สุวรรณภูมิ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัยณรงค์ กลิ่นน้อย มหาวิทยาลัยศิลปากร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุทัย สติมัน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ดร.สรณีย์ สายศร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ดร.จุฬารัตน์ วิชานาติ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร</p> | <p>❖ Editorial Board Assoc.Prof. Dr.Suvin Raksat <i>Mahamakut Buddhist University</i> Asst.Prof.Dr. Dr.BusakornWatthanabut <i>Rajamangala University of Technology</i> <i>Suvarnabhumi</i> Asst.Prof.Dr. Dr.Chainarong Klinnoi <i>Silpakorn University</i> Asst.Prof.Dr.Uthai Satiman <i>Suan Dusit University</i> Dr.Soranee Saisorn <i>Kasetsart University</i> Dr.Jularat Vichanati <i>Mahachulalongkomrajavidyalaya University</i></p> |
| <p>❖ ผู้ช่วยบรรณาธิการ พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธมฺมโสภโณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ดร.ธานี สุวรรณประทีป มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย</p> | <p>❖ Assistant Editor Ven. Phramaha Naronklit Dhammasobhano <i>Mahachulalongkomrajavidyalaya University</i> Dr.Thanee Suwanprateep <i>Mahachulalongkomrajavidyalaya University</i></p> |

| | |
|--|--|
| ❖ ฝ่ายประสานงานและจัดการ ทศพล ตันเสถียร สมโภช บินศรี | ❖ Coordination and Management Tossaphon Tansatian Sompoch Binsri |
| ❖ ออกแบบปก-ศิลปกรรม นพดล เพ็ญประชุม อุทัย ภูมิประมาณ | ❖ Cover Designed-Graphic Noppadol Penprachum Uthai Bhumi Paman |
| ❖ จัดรูปเล่ม พระวราราช วรญญู | ❖ Content Designed Phra Vorarach Varanyoo |
| ❖ พิสูจน์อักษร พระประเทือง ขนติโก สังวาล เสริมแก้ว | ❖ Proof Reader Phra Prathaung Khantiko Sangwan Sermkeaw |

ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ อนุมัติให้
 ทรยศและความคิดเห็นของผู้เขียนบทความ ถือเป็นความรับผิดชอบ
 ของผู้เขียนบทความนั้น และไม่ถือทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ อนุมัติ
 ของกองบรรณาธิการวารสาร มจร ราชภัฏศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์

❖ พิมพ์ที่

ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์

44/132 หมู่ที่ 6 ซอยกำนันแมน 36 ถนนกำนันแมน แขวงบางขุนเทียน เขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร
 10150

โทรศัพท์ 0 2812 2119, 08 1566 2540 <http://journal-pali.mcu.ac.th>

๒ บรรณาธิการแถลง

วารสาร มจร บาฬีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์ เป็นวารสารในกลุ่มมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ดำเนินการเพื่อส่งเสริมเผยแพร่ และเป็นสื่อกลางการแลกเปลี่ยน เรียนรู้ทางวิชาการด้านศิลปศาสตร์มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ของคณาจารย์ นักวิชาการ นักวิจัย นิสิต นักศึกษา และผู้สนใจทั่วไป ปีละ 2 ฉบับ คือ ฉบับที่ 1 เดือนมกราคม – เดือนมิถุนายน และฉบับที่ 2 กรกฎาคม – เดือนธันวาคมของทุกปี

กองบรรณาธิการหวังเป็นอย่างยิ่งว่า เนื้อหาและสาระของบทความทั้งหมดในฉบับนี้จะให้ประโยชน์แก่ผู้อื่นทั้งในด้านองค์ความรู้และโลกทัศน์ที่มีต่อเรื่องต่าง ๆ ตามที่ผู้เขียนแต่ละท่านได้ศึกษาค้นพบไม่มากก็น้อย และหากท่านประสงค์จะสมัครสมาชิกหรือเขียนบทความส่งมาเพื่อตีพิมพ์ในวารสาร มจร บาฬีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์ สามารถติดต่อได้ตามรายละเอียดที่อยู่ท้ายเล่มของวารสาร ท้ายที่สุดนี้ กองบรรณาธิการต้องขอขอบคุณสมาชิกวารสารทุกท่านที่ให้การสนับสนุนเป็นอย่างดีเสมอมาไว้เป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

(พระเทพสุวรรณเมธี, ดร.)

บรรณาธิการบริหาร

สารบัญ

| เรื่อง | หน้า |
|----------------|------|
| กองบรรณาธิการ | I |
| บรรณาธิการแถลง | V |

บทความวิชาการ: Articles

| | |
|--|----|
| ❖ การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์เพื่อการท่องเที่ยวที่ยั่งยืน: กรณีศึกษาเมืองดาร์จีลิง เวสต์เบงกอล, ประเทศอินเดีย | 1 |
| Creative Tourism for Sustainable Tourism: A Case Study Dargeeling Town West Bengal, India <i>ดร.สุธี แก้วเขียว และ ดร.ณัฐพงษ์ มะลิซ้อน</i> <i>Dr. Suthee Kaeokaew and Dr. Nutthapong Malisorn</i> | |
| ❖ วงจรวิบากตามหลักพระพุทธศาสนา | 13 |
| Circle of Kamma's Results in Theravada Buddhism <i>ผศ.ดร.อุทัย สติมันท์ ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง และ พระมหาวิรัชชัย วรินทร์, ดร.</i> <i>Asst. Prof. Dr. Uthai Satiman Asst. Prof. Dr. Viroj Koomkrong</i> <i>and Phramaha Weeratis Varindho</i> | |
| ❖ พินิจ “ขณะปัจจุบัน” ในฐานะสภาวะปรมาตถ์เพื่อการเจริญวิปัสสนา | 25 |
| Reconsidering “Momentariness” as Savabhava of Absolute Truth for Insight Cultivation <i>พระมหาจิต ฐานชิต และ รศ.ดร.สุกิจ ชัยมุสิก</i> <i>Phramaha Jit Thānjitto and Assoc. Prof. Dr. Sukit Jaimusik</i> | |

บทความวิจัย: Research Articles

| | |
|---|----|
| ❖ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจุสมุปบาทกับอริยสัจ 4 | 35 |
| Relationship between Patīcasamuppāda and Caturāriyasacca <i>ดร.ทรงวิทย์ แก้วศรี ดร.นวลวรรณ พูนวสุพลฉัตร และ รศ.กฤษณา เลิศสุขประเสริฐ</i> <i>Dr. Songvit Kaeosri Dr. Nuarhnwan Punwasuponchat</i> <i>and Assoc. Prof. Kritsana Lertsukprasert</i> | |

- ❖ วิเคราะห์แนวคิดเชิงปรัชญาชีวิตของไทย 47
 Analizar la filosofía de la vida tailandesa
ดร.สรวิชัย วงษ์สอาด ดร.สุภีร์ ทุ่มทอง และ พระปัญญารัตนากร,ดร
Dr.Soravijh Vongsaaād Dr. Subhee Dumdong and PhraPunyāratanaḡorn, Dr.
- ❖ ยุทธศาสตร์การสร้างรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพของครอบครัว
 และสังคมตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ 61
 The Strategy of Model in Promotion of Holistic Health for Families
 and Society according to Integrated Buddhist Psychology
พระครูสิริรัตนานุวัตร, ดร.
Phrakru Siriratananuvataḡa, Dr.
- ❖ สติปัญญาฐานกับการป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ 71
 Patिकासamuppada: A Stepping on the Complete Realization of the Buddha
 and Its Implementation for Solving Social Problems
พระสันต์ทัศน์ คมภีร์ปญโญ นายจिरพจน์ ขวัญคง และ นายชัยรัตน์ ทองสุข
PhraSundat Gambhīḡpuḡiḡo Mr.Jirapoj Kwankong and Mr.Chairut Thongsuk
- ❖ การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ 81
 A Development of the Enhancement Model of Elderly Persons Life Quality
 through Buddhist Participation
นายวุฒิชัย อัดถาพงศ์ พระมหาสมบูรณ์ วุฑฺฒิกโร,ดร. และ รศ.ดร. เวทย์ บรรณกรกุล
Mr. Vuthichai Authapong Phramaha Somboon Vudḡdhikaro, Dr.
and Assoc. Prof. Dr. Wate Bunnakornkul

บทวิจารณ์หนังสือ: Book Review

- ❖ Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment 91
ดร.ชัยชาญ ศรีหามู
Dr.Chaichan Srihanu
- ❖ คำแนะนำสำหรับผู้เขียน IX

การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์เพื่อการท่องเที่ยวที่ยั่งยืน: กรณีศึกษาเมืองดาร์จีลิง

เวสต์เบงกอล, ประเทศอินเดีย

ดร.สุธี แก้วเขียว¹ และ ดร.ณัฐพงษ์ มะลิซ้อน²

¹มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร ²มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

Email: momodorgee007@gmail.com

รับต้นฉบับ 6 กรกฎาคม 2562; แก้ไข 26 กรกฎาคม 2562; วันที่เผยแพร่ 31 ธันวาคม 2562

บทคัดย่อ

การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์เพื่อการท่องเที่ยวที่ยั่งยืน เป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่คำนึงถึงการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ โดยการมีส่วนร่วมของชุมชน และการท่องเที่ยวที่คำนึงถึงความยั่งยืน เพื่อให้แหล่งท่องเที่ยวที่ทำการศึกษาคือเมืองดาร์จีลิง เวสต์เบงกอล ประเทศอินเดีย เกิดรูปแบบการพัฒนาและสร้างวิธีการบริหารจัดการโดยชุมชนเป็นเจ้าของของสถานที่ สร้างจิตสำนึกด้านการท่องเที่ยวร่วมกับนักท่องเที่ยวอื่น ๆ ที่มาเยือนเมืองนี้ วิธีการศึกษา วิธีการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นจากเอกสาร และจากสื่อข้อมูลจากเว็บไซต์ และใช้วิธีการสัมภาษณ์นักท่องเที่ยวชาวอินเดียที่มาจากเมืองอื่น นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ และชาวพื้นเมืองดาร์จีลิงในหลากหลายอาชีพ เพื่อศึกษาข้อมูลด้านการท่องเที่ยว ศักยภาพของพื้นที่ สถานที่ท่องเที่ยวต่าง ๆ ความน่าสนใจในด้านประวัติศาสตร์ วิถีชีวิต วัฒนธรรม ประเพณี ศาสนา เป็นต้น

เมืองดาร์จีลิง มีประวัติความเป็นมาที่น่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง มีอากาศเย็นสบาย มีทิวทัศน์ที่สวยงาม ชาวพื้นเมืองมีอัธยาศัยเป็นมิตร มีวัฒนธรรมประเพณีที่เป็นวิถีชีวิตของตนเอง ที่แตกต่างไปจากเมืองอื่น ๆ มีสถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจ มีชาที่มีชื่อเสียงระดับโลก แต่เนื่องจากเมืองนี้เป็นที่สนใจของนักท่องเที่ยว จึงทำให้ศักยภาพในการรองรับนักท่องเที่ยว และระบบการบริหารจัดการเพื่อรองรับการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนยังไม่สมบูรณ์ จึงเห็นว่าควรที่จะมีระบบการบริหารจัดการเพื่อการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนให้เป็นรูปธรรมมากขึ้น ก็จะทำให้เมืองดาร์จีลิงคงมีมนต์เสน่ห์ดึงดูดนักท่องเที่ยวไปอีกยาวนาน

คำสำคัญ: การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ การท่องเที่ยวที่ยั่งยืน

**Creative Tourism for Sustainable Tourism: A Case Study Dargeeling Town
West Bengal, India**

Dr. Suthee Kaeokaew¹ and Dr. Nutthapong Malisorn²

¹Phranakhon Rajabhat University ²Phranakhon Rajabhat University

Email: momodorgee007@gmail.com

Retrieved July 6, 2019; Revised July 26, 2019; Accepted December 31, 2019

Abstract

Creative Tourism for Sustainable Tourism It is a form of tourism that takes into account ecotourism. By community involvement and sustainable tourism. To make the study Darjeeling, West Bengal, India Develop patterns and create community-owned management approaches. Raise awareness of tourism with other tourists visiting this city. How to study how to study preliminary information from the document, and from the media of the site. How to interview Indian tourists from other cities. Foreign tourists and Darjeeling natives in various occupations. To study tourism information. Potential of space Attractions in history, way of life, culture, traditions, religions etc.

Darjeeling the history is very interesting. It's have a cool weather and beautiful scenery. The natives are friendly, friendly. The culture is a way of life which different from other cities, there are interesting attractions. There is a world-famous tea. But since the city is of interest to tourists. Therefore, the potential to support tourists and the management system to cater for tourism is still incomplete. It should be seen that the management system for sustainable tourism should be more concrete. The city of Darjeeling will continue to attract tourists for a long time.

Keywords: Creative Tourism, Sustainable Tourism



1. บทนำ

การท่องเที่ยวรูปแบบใหม่ที่บูรณาการการท่องเที่ยวโดยชุมชน (Community Based Tourism: CBT) การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ (Ecotourism) และการท่องเที่ยวที่เน้นความยั่งยืน (Sustainable Tourism) หรือที่เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า Host Management ซึ่งดำเนินไปพร้อมกับการพัฒนาอย่างยั่งยืน (Sustainable Development) จนกลายมาเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน เป็นการรวมเอาการพัฒนาการท่องเที่ยวไว้ด้วยกัน ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความยั่งยืนด้านการท่องเที่ยว และถือว่าเป็นรูปแบบที่เราคุ้นเคยกันแล้ว ปัจจุบันการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ ถือได้ว่าเป็นรูปแบบของการท่องเที่ยวแบบใหม่ที่รวมเอาการพัฒนา การจัดการของชุมชน การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ และการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนไว้ด้วยกัน โดยตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวและชุมชน การสร้างวิธีการเรียนรู้ การสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างกัน การพักอาศัย และการมีกิจกรรม รวมถึงการตัดสินใจร่วมกับชุมชน ในพื้นที่ ๆ นักท่องเที่ยวเข้าไปสัมผัสจริง

1.1 แนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์

การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ เป็นการท่องเที่ยวรูปแบบใหม่ที่บูรณาการการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน การพัฒนา โดยมีชุมชนเป็นเจ้าของและดำเนินการเอง เพื่อให้ให้นักท่องเที่ยวหรือผู้มาเยือนเข้าใจถึงวัฒนธรรมความเป็นอยู่ วิถีชีวิตชุมชน ประวัติศาสตร์ โดยให้นักท่องเที่ยวเหล่านั้นมีส่วนร่วมกับการพัฒนาวัฒนธรรมความเป็นอยู่ที่แท้จริงของสถานการณื นั้น ๆ¹

องค์การศึกษาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (UNESCO) ได้กำหนดคำนิยามของ “Creative Tourism” การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ไว้ว่า การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ คือการท่องเที่ยวที่นำไปสู่ประสบการณ์ที่แท้จริง และมีการเชื่อมโยงการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วมในงานศิลปะ มรดก หรือคุณลักษณะพิเศษของสถานที่ และยังทำให้เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์กับผู้คนที่ยังอาศัยอยู่ในพื้นที่ ซึ่งเป็นผู้สร้างสรรค์วัฒนธรรมที่ยังมีชีวิตนั้นขึ้นมา การท่องเที่ยวในลักษณะนี้ จะทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดี ระหว่างนักท่องเที่ยวหรือผู้มาเยือนกับชุมชน ถือได้ว่าเป็นการท่องเที่ยวรูปแบบใหม่ที่บูรณาการและพัฒนาต่อยอดการท่องเที่ยวในรูปแบบอื่น ๆ เข้าด้วยกัน²

แนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์นี้³ นักวิจัยและผู้เชี่ยวชาญด้านการท่องเที่ยวรูปแบบใหม่ นี้ได้เรียกชื่อการท่องเที่ยวนี้ว่า “การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์” (Creative Tourism) และได้ให้คำนิยามว่า เป็นการท่องเที่ยวที่เปิดโอกาสให้ผู้มาเยือนได้พัฒนาศักยภาพในด้านการสร้างสรรค์แบบมีส่วนร่วม

การท่องเที่ยวอีกรูปแบบหนึ่ง ซึ่งเป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลายในเวลานี้คือ การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ (Ecotourism) เป็นการท่องเที่ยวที่มุ่งถึงการอนุรักษ์และการพัฒนาที่รับผิดชอบในท้องถิ่นและแหล่งธรรมชาติที่มี

¹ พิมพ์ดี โพธิ์สิทธิ์พรหม, “การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์เพื่อการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน”, วารสารวิชาการ FEU ACADEMIC REVIEW, ปีที่ 6 ฉบับที่ 2 ธันวาคม 2555 – พฤษภาคม 2556: 91-104.

² ภัทรพงศ์ อินทรกำเนิด และคณะ, รายงานการวิจัยเรื่อง ระบบนวัตกรรมรายสาขาเพื่อพัฒนาระบบเศรษฐกิจฐานความรู้และเชิงสร้างสรรค์: กรณีศึกษาอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์, (กรุงเทพมหานคร: สำนักนโยบายด้านการศึกษามหาภาค สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2553), หน้า 27.

³ Greg Richards, “Creativity and tourism: The state of the art”, *Annals of Tourism Research* 38, 4, 2011: 1225-1253.

เอกลักษณ์เฉพาะถิ่นนั้น ๆ และแหล่งวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับระบบนิเวศสิ่งแวดล้อมในพื้นที่ โดยมีการเรียนรู้ร่วมกันของผู้ที่เกี่ยวข้อง ภายใต้การจัดการท่องเที่ยวอย่างมีส่วนร่วมของชุมชนท้องถิ่น เพื่อให้ตระหนักถึงคุณค่าต่อการรักษาความสมดุลของระบบนิเวศและก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อประชาชนในท้องถิ่น⁴

จะเห็นได้ว่าจัดการการท่องเที่ยวที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมและระบบนิเวศ โดยคำนึงถึงความยั่งยืนของสิ่งแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม และชุมชน เข้ามามีส่วนร่วมในการร่วมคิด ร่วมวางแผน ร่วมปฏิบัติ ร่วมรับผิดชอบ และร่วมรับผลประโยชน์ เพื่อให้ชุมชนเป็นผู้รับประโยชน์สูงสุดที่เกิดจากการท่องเที่ยว โดยให้การท่องเที่ยวเป็นเครื่องมือในการพัฒนาชุมชน และสร้างการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างชาวบ้านในท้องถิ่นกับผู้มาเยือน รวมถึงเป็นเครื่องมือในการพัฒนา และส่งเสริมความเข้มแข็งของชุมชนในการจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยว สามารถแบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านสิ่งแวดล้อม เป็นการเรียนรู้ และร่วมมือกันอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม และทรัพยากรในท้องถิ่น รวมถึงการป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม 2. ด้านสังคม และวัฒนธรรม เป็นการจัดการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมและสร้างโอกาสในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของผู้มาเยือน ที่มีความแตกต่างทางวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิต รวมถึงรูปแบบความเป็นอยู่ เพื่อการแสวงหาประสบการณ์ใหม่ ๆ ตระหนักถึงคุณค่าของวัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตในแหล่งที่นักท่องเที่ยวมาเยือน และ 3. ด้านเศรษฐกิจชุมชน มีการกระจายรายได้ สู่ชุมชนเจ้าของแหล่งท่องเที่ยวอย่างเป็นธรรม สร้างงาน สร้างรายได้ให้กับประชาชนในแหล่งท่องเที่ยว⁵ ทั้งนี้การจัดการท่องเที่ยวต้องตระหนักถึงความสามารถในการรองรับนักท่องเที่ยว (Carrying Capacity: CC) ของพื้นที่ โดยการจัดการท่องเที่ยวลักษณะที่กล่าวมาแล้วนี้ เรียกว่า “การท่องเที่ยวโดยมีส่วนร่วมของประชาชนที่ยั่งยืนโดยมีชุมชนเป็นฐาน” (Community Based Sustainable Tourism: CBST)

1.2 คุณสมบัติของการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์

องค์การบริหารการพัฒนาพื้นที่พิเศษเพื่อการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน⁶ ได้แสดงคุณสมบัติของการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ ซึ่งแตกต่างจากรูปแบบการท่องเที่ยวอื่น 10 ประการ ดังนี้

1. ผู้ท่องเที่ยวและเจ้าของบ้านมีความผูกพันระหว่างกัน (Each engaging the other)
2. มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้ามวัฒนธรรมระหว่างผู้ท่องเที่ยวและเจ้าของบ้าน (Crosscultural engagement / cultural experience)
3. ผู้ท่องเที่ยวและเจ้าของบ้านมีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งซึ่งทางวัฒนธรรมของพื้นที่ที่ท่องเที่ยว (Spirit of place/deep meaning / understanding of the specific cultural of the place)
4. ผู้ท่องเที่ยวและเจ้าของบ้านมีประสบการณ์จากการมีส่วนร่วม (Hands-on experience)
5. ผู้ท่องเที่ยวและเจ้าของบ้านมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลระหว่างกัน/ส่งผ่านส่งต่อประสบการณ์ (Exchange information / transformation and transformative experiences)

⁴ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, รายงานขั้นสุดท้ายการดำเนินการกำหนด นโยบายการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์บริการวิชาการสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, 2542), หน้า 4.

⁵ วีระพล ทองมา, การจัดการการท่องเที่ยวเชิงเกษตรในภาคเหนือของประเทศไทย, (เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยแม่โจ้, 2559).

⁶ นนทวรรณ ส่งเสริม, การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, 2555), หน้า 9.

6. ผู้ท่องเที่ยวเป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าเป็นผู้ชม (More participate than observe)
7. ผู้ท่องเที่ยวมีโอกาสพัฒนาศักยภาพในการสร้างสรรค์ของตนเองและมีส่วนร่วมในการตัดสินใจร่วมกับเจ้าของพื้นที่ (Co-creating tourism experience)
8. เป็นความจริงแท้ทั้งในกระบวนการการผลิตและผลิตภัณฑ์ ประสบการณ์จริง (Authentic both process and product / genuine experience)
9. เป็นกิจกรรมที่น่าจดจำประทับใจและเข้าใจ (Memorable / I hear and I forget. I see and I remember. I do and I understand)
10. เป็นการท่องเที่ยวแบบจำเพาะเจาะจงของผู้ท่องเที่ยวแต่ละคน (Tailor-made approaches)

นอกจากนี้ การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์จะต้องประกอบด้วยคุณสมบัติในสองลักษณะ คือทั้งในเชิงพื้นที่และเชิงกระบวนการ⁷ คุณสมบัติในเชิงพื้นที่ คือมีความหลากหลายและโดดเด่นทางวัฒนธรรมหรือธรรมชาติ และมีความตระหนักรู้ในคุณค่าของชุมชนโดยเจ้าของวัฒนธรรม คุณสมบัติในเชิงกระบวนการ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้ามวัฒนธรรม มีประสบการณ์ตรงร่วมกับเจ้าของวัฒนธรรม มีกระบวนการที่นำไปสู่ความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในพื้นที่ท่องเที่ยว ไม่ทำลายคุณค่าของชุมชนและนำไปสู่สมดุลทางเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม

สรุปได้ว่า รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ถือเป็นกระบวนการทัศน์ใหม่ทางการท่องเที่ยวที่มีอิทธิพลต่อกรอบแนวความคิดและแนวทางการพัฒนาการท่องเที่ยว นักวิชาการจึงจำเป็นต้องศึกษาและปรับโมเดลการท่องเที่ยวให้มีความเหมาะสมกับรูปแบบการท่องเที่ยวให้ลงตัวมากยิ่งขึ้น และยังมีความสอดคล้องกับรูปแบบการท่องเที่ยว องค์การการท่องเที่ยวโลก (United Nation World Tourism Organization: UNWTO) ได้กำหนดรูปแบบการท่องเที่ยวไว้ 3 รูปแบบหลัก ตามลักษณะของแหล่งท่องเที่ยว ได้แก่ 1. รูปแบบการท่องเที่ยวในแหล่งธรรมชาติ (National Based Tourism: NBT) 2. รูปแบบการท่องเที่ยวที่เป็นแหล่งวัฒนธรรม (Cultural Based Tourism: CBT) และ 3. รูปแบบการท่องเที่ยวในความสนใจพิเศษ (Special Interest Tourism: SIT)⁸

2. ภูมิหลังเกี่ยวกับเมืองดาร์จีลิง

2.1 เมืองดาร์จีลิงและประสบการณ์ส่วนตัว

เกี่ยวกับเมืองดาร์จีลิง รัฐเวสต์เบงกอล ประเทศอินเดียนี้ จำได้ว่าเคยอ่านหนังสือของหลวงวิจิตรวาทการ สมัยที่ท่านดำรงตำแหน่งเป็นรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศ สมัยของท่าน จอมพล ป.พิบูลสงคราม เป็นนายกรัฐมนตรี ท่านได้ส่งลูกมาเรียนภาษาอังกฤษที่เมืองดาร์จีลิงแห่งนี้ และได้เคยฟังจากท่านพระมหาไพเราะกฤตยณาวดี ปัจจุบันคือพระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ เจ้าอาวาสวัดสระแก้ว จังหวัดอ่างทอง ประเทศไทย ผู้ที่นำพาให้ข้าพเจ้าจากจังหวัดสุพรรณบุรีได้มาเล่าเรียนที่กรุงเทพมหานครว่า ท่านเคยมาเรียนภาษาอังกฤษที่เมืองดาร์จีลิงกับ Miss Juli จนสามารถอ่านออก เขียนได้ และสามารถใช้ภาษาอังกฤษได้ จากความทรงจำในอดีตเกี่ยวกับเมือง

⁷ สุดแดน วิสุทธิลักษณ์ และคณะ, ต้นแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์, (กรุงเทพมหานคร: (รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์) องค์การมหาชน, 2554).

⁸ Goeldner and Ritchie, *Tourism: principles, practices, philosophies*, (The United States of America, 2009), หน้า 428.

นี้ ข้าพเจ้าได้มาเยือนเมืองนี้เป็นครั้งแรกในปี ค.ศ.2001 ราวปลายเดือนกุมภาพันธ์ โดยเดินทางมาจากพุทธ คยา โดยรถยนต์เช่า พร้อมกับคนไทย 2-3 คน จำได้ว่าพอขึ้นมานบนเมืองดาร์จีลิงแห่งนี้ สิ่งแรกที่พบคือบ้านคนจำนวนมากมาสร้างอยู่บนเทือกเขาที่สลับซับซ้อน มีผู้คนมากมายอย่างไม่น่าเชื่อ อากาศค่อนข้างหนาวเย็นทีเดียว ข้าพเจ้าต้องตระเวนหาที่พักอาศัยอยู่พอสมควร จำได้ว่าครั้งแรกมาพักที่บ้านของคุณป้า Samlok พักอยู่ได้เพียง 2-3 วันเท่านั้น ข้าพเจ้าคิดว่าอยากกลับบ้านประเทศไทยแล้ว เพราะอากาศหนาวเย็นมาก ไม่มีความสะดวกในหลาย ๆ เรื่อง เช่น การแปรงฟัน เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ โดยเฉพาะเวลาพระอาทิตย์ตกดิน เป็นช่วงเวลาที่ไมชอบเลย เพราะรู้ว่าจะต้องทุกข์ทรมานกับความหนาวเย็น แม้ว่าจะมีผ้าห่มหนา ๆ มีถุงเท้า มีถุงนํ้าร้อนกดเวลาหลับนอน แต่ก็อยากจะให้ถึงเวลาเช้าเร็ว ๆ เพราะยังมีความรู้สึกดี ๆ ในตอนกลางคืน ตอนนั้นรู้สึกว่าจะอยากกลับบ้านประเทศไทยมาก ๆ ซึ่งต่างกับที่คิดไว้ว่าจะมาเรียนภาษาอังกฤษที่นี่ และจะต้องขยันให้เต็มที่ แต่ผิดถนัดทีเดียว ทำอะไรไม่ได้เอาเลยเลย และดูเหมือนว่าจะเปลี่ยนที่พักไปที่ Bamjan Dhem ทางด้านล่างของเมือง บริเวณที่ จอดรถ เลยอดไปก็จะเป็นโรงเรียนเซ็นต์โยเซฟ และ Mount Hermon School เมื่อพักอยู่ได้ระยะหนึ่ง ได้มีโอกาสเข้าไปที่ Mount Hermon School ครั้งหนึ่งเพราะนักเรียนโรงเรียน Mount Hermon ชวนไปร่วมงานสังสรรค์ของโรงเรียน ได้พบนักเรียนไทย และทราบว่าเป็นลูกสาวของอาจารย์อภิชัย โพธิ์ประสิทธิ์ศาสตร์ อาจารย์สอนที่สภาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย มาเรียนประจำที่โรงเรียนแห่งนี้ และเดินทางกลับไปพุทธคยาเพื่อจะสอบ แต่ปรากฏว่ามีปัญหาบางอย่าง จึงเดินทางกลับประเทศไทย และกลับมาพุทธคยาอีกครั้งหนึ่งในเดือนกรกฎาคม ปี 2001 เพื่อทำการสอบที่มหาวิทยาลัยมคธ หลังจากสอบเสร็จแล้วตั้งใจมาเรียนภาษาอังกฤษอีกกรอบหนึ่ง กะไว้ว่าสัก 2-3 เดือน จึงจะกลับประเทศไทย เหตุการณ์ครั้งนี้จำได้แม่นยำทีเดียว ในขณะที่นั่งรถไฟจากสถานีที่ บัตนะมาที่ Siliguri เพื่อที่จะขึ้นเขา มาพักที่เมืองดาร์จีลิง ได้สั่งอาหารในรถไฟมากิน เพราะก่อนหน้านั้น 2-3 วัน เตรียมตัวสอบปริญญาเอก ไม่ค่อยได้กินอาหารสักเท่าไร และก็เพราะอาหารมีอันนี้เองที่ทำให้ชีวิตของข้าพเจ้าต้องเปลี่ยนไป กล่าวคือ หลังจากที่ได้ขึ้นมาบนดาร์จีลิงแล้ว ได้เรียนพิเศษเพียงประมาณ 1 เดือนเท่านั้น ข้าพเจ้าป่วยหนักบนดาร์จีลิงแห่งนี้ ไม่ทราบว่าเป็นอะไร ร่างกายพอมลง ๆ และไม่สามารถกินอะไรได้เลย แม้แต่น้ำเปล่า กินอะไรเข้าไปก็อาเจียนออกทั้งหมด และเวลาอาเจียนนั้นจะทรมานมาก ข้าพเจ้านอนอยู่ที่บ้านของ Bamjan Dhem อยู่หลายวัน ไม่มีเรี่ยวแรงเลย นึกถึงว่าร่างกายเราได้บริจาคไว้ที่โรงพยาบาลศิริราชแล้ว จึงเขียนจดหมายไว้ใกล้ ๆ หากมีคนพบเอกสารนี้จะได้ปฏิบัติต่อร่างกายของข้าพเจ้าได้ นำเอารูปภาพของหลวงปู่โตะที่นำติดตัวมาด้วยวางที่หัวเตียงนอน นักเรียนชาวเมืองดาร์จีลิงเอาดอกไม้มาใส่แจกันให้ และแวะเวียนมาดูแลกันตลอดเวลา ข้าพเจ้าคิดว่าจะกลับบ้านประเทศไทยอย่างไร พักอาศัยกับเพื่อนคนไทยอีก 1 คน และมีคนไทยที่มาเรียนภาษาอังกฤษที่นี่เพียง 3-4 คน และมีพระไทยอีก 2-3 รูป เรียกได้ว่าแทบจะนับคนไทยที่นี่ได้เลย เวลาเจอกันแต่ละครั้งจะดีใจมาก แต่เราก็มักจะไม่พักอาศัยอยู่ด้วยกัน เพราะจะทำให้พูดภาษาไทยมากกว่าภาษาอังกฤษ ความทรงจำในเรื่องของบุญคุณของชาวเมืองดาร์จีลิงที่มีต่อข้าพเจ้า ในขณะที่ข้าพเจ้าป่วย Miss Juli ซึ่งตอนแรกข้าพเจ้าตั้งใจจะเรียนกับท่าน แต่เพราะท่านไม่มีเวลาเพียงพอที่จะสอนได้ ได้ไปเยี่ยมและดูแลอาการเจ็บป่วย ข้าพเจ้าขออ้อนให้ติดต่อรถเพื่อเดินทางกลับไทย คุณยายที่บ้านพัก Bamjan เอายาเม็ดเล็ก ๆ มาให้กินก่อนเดินทางอีก 1 เม็ด และได้เดินทางลงเขาด้วยรถยนต์ไปที่ Siliguri ไปสนามบิน Bagdogra เพื่อเดินทางไปสนามบิน Kolkata และรอเครื่องบินเดินทางกลับไปรักษาตัวที่ประเทศไทย ในวันที่ 6 กันยายน ปี ค.ศ.2001 และหลังจากนั้นเพียง 4 วันเท่านั้น ก็เกิดโคกนาฏกรรมที่ยิ่งใหญ่ของโลกคือเครื่องบินชนตึก World Trade ที่สหรัฐอเมริกา ในวันที่ 11 กันยายน ข้าพเจ้ากลับไปพักรักษาตัวที่โรงพยาบาลและที่บ้าน จนถึงเวลาเปลี่ยนชีวิตใหม่ในวันที่ 25 ตุลาคม ปี ค.ศ.2001 นั่นเอง และรักษาตัวเองอยู่อีกประมาณ 5 เดือน จึงหายเป็นปกติ สรุปว่า

อาการเจ็บป่วยที่ข้าพเจ้าเป็นนั่นคือโรคดีซ่านที่ตับ หรือที่เรียกว่า Jaundice นั้นเอง และในปี ค.ศ.2015 (พ.ศ.2558) ได้มีโอกาสพาลานชาย คือ เด็กชายเทวภัทร แก้วเขียว (Master Tewapat Kaewkhiew) ชื่อเล่นว่า Cocoa อายุ 10 ปี เดินทางมาเรียนภาษาอังกฤษในช่วงปิดเทอมที่ประเทศไทย มาเรียนภาษาอังกฤษที่เมืองดาร์จีลิง เข้าพักที่บ้านของ Swastika ชาวพื้นเมืองดาร์จีลิง ใกล้กับ Darjeeling Station เข้าเรียนที่ DEC (Darjeeling English Center) ที่บ้านของ Uncle Micle และ Miss Pradhan หลังจากข้าพเจ้ากลับประเทศไทยแล้ว น้องโกโก้พักอาศัยอยู่เพียงลำพัง และจากนั้นได้ไปพักอาศัยอยู่กับ Dr. Waewsuda Lekchan หรือในกลุ่มคนไทยมักจะเรียกว่า “ดีออกเตอร์จอย” คนไทยที่มีความคุ้นเคยกันดีตั้งแต่ไปเป็นอาจารย์พิเศษที่มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร ซึ่งมาพักอาศัยอยู่ที่นี้ และรับนักเรียนไทยมาเรียนในโรงเรียนประจำและซัมเมอร์ครอส ช่วยดูแลจนถึงราวกลางเดือนพฤษภาคม จึงเดินทางกลับประเทศไทย ในช่วงที่หลานพักเรียนอยู่นั้น มีสถานการณ์แผ่นดินไหวที่เนปาล เป็นข่าวดังไปทั่ว บริเวณเมืองดาร์จีลิงสามารถรับรู้ได้ถึงแรงสั่นสะเทือนนี้เช่นเดียวกัน จากคำบอกเล่าของหลานชาย ตัวข้าพเจ้าเองนั้นไม่ทราบ เพราะเดินทางกลับประเทศไทยไปก่อน เพราะมีเวลามาส่งหลานได้เพียงไม่กี่วันเท่านั้น และจากการที่น้อง Cocoa มาพักเรียนภาษาอังกฤษที่เมืองดาร์จีลิงด้วยระยะเวลาสั้น ๆ ประมาณ 1 เดือนครึ่ง พอกลับไปประเทศไทย ขึ้นชั้นประถมปีที่ 5 เขาก็สามารถพูดภาษาอังกฤษได้แล้ว ทำให้หลาย ๆ คนสงสัยว่า ไปเรียนภาษาอังกฤษที่ไหนมา ทำไมจึงพูดได้

2.2 ดาร์จีลิงในปี ค.ศ.2018

การเดินทางมาเยือนดาร์จีลิงในครั้งนี้ ถือว่าเป็นความตั้งใจที่จะสละเวลา มาเขียนบทความทางวิชาการเป็นภาษาอังกฤษ ความจริงจะเดินทางมาตั้งแต่ปี ค.ศ.2017 แล้ว เพราะได้ติดต่อกับ Sonam Lepcha ไวลด์วงหน้า และนัดพบกันที่ประเทศไทย แต่ด้วยสถานการณ์ที่ยังไม่เอื้ออำนวย จึงยังไม่ได้เดินทางมาดาร์จีลิงได้ การเตรียมตัวเดินทางมาในครั้งนี้ได้ชวนหลานชายคือน้อง Cocoa มาด้วย และกว่าจะเดินทางมาได้ก็เสียเวลาช่วงที่มหาวิทยาลัยและโรงเรียนปิดไปแล้วหลายวัน กำหนดเดินทางมาในวันที่ 11 เมษายน แต่มีตัวบินวันที่ 10 เมษายน โดยสายการบินปารีลาของภูฏาน มาถึงสนามบิน Bagdogra เวลาประมาณ 10 โมงเศษ (เวลาที่สนามบิน 8.40 นาฬิกา เวลาที่สนามบินอินเดีย ช้ากว่าประเทศไทย 1.30 นาฬิกา) มี Sonam และ Kiran คนขับรถไปรอรับที่สนามบิน เดินทางขึ้นมานับดาร์จีลิงก็เกือบประมาณบ่าย 1 โมง ขนของขึ้นที่พักได้ทันที เพราะได้จองล่วงหน้าและจ่ายค่าที่พักไว้เรียบร้อยแล้ว จุดบริเวณที่พักคือ Chauk Bazaar, Dargeeling, West Bengal, INDIA บ้านพักนี้เป็นสถานที่เรียนของศูนย์เรียนภาษาอังกฤษของ Sonam ชื่อว่า ABC English Darjeeling เด็กนักเรียนไทยที่มาเรียนระยะสั้น ๆ ส่วนใหญ่จะพักที่บ้านของป้าอินทริรา (Auntie Inthira) เพราะรู้ข้อมูลอาศัยของคนไทยและเป็นที่พักที่ดูแลอย่างดี มีอาหาร ห้องน้ำ ทำความสะอาดห้องพัก และซักเสื้อผ้าด้วย โดยการประสานของ Sonam Lepcha และในคราวนี้ได้พื่อนักเรียนไทยสองพี่น้องมาสมัครเข้าเรียนประจำที่ Mount Hermon School ด้วย ได้แก่ เด็กหญิงกมลรัตน์ และเด็กชายอาทิตย์ แสงเทียน

ข้าพเจ้าได้ใช้เวลาส่วนใหญ่ไปตามสถานที่ต่าง ๆ ในเมืองนี้ ทั้งก่อนหน้าและปัจจุบัน รวมแล้วหลายแห่งด้วยกัน รู้จักคนในพื้นที่หลายคน ได้ร่วมกิจกรรมวันสำคัญหลายครั้ง มีกิจกรรมเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ได้เข้าไปศึกษากิจกรรมที่ Church และสังเกตแบบมีส่วนร่วมกับผู้คนในพื้นที่พอสมควร รวมถึงได้ทำการสัมภาษณ์ (Interview) ชาวต่างชาติที่เดินทางมาท่องเที่ยว ณ สถานที่แห่งนี้ ชาวอินเดีย และชาวพื้นเมืองเกี่ยวกับสภาพพื้นที่ วัฒนธรรมประเพณี อากาศ อาหาร วิถีชีวิต สถานที่ท่องเที่ยว ความน่าสนใจ สิ่งที่ควรปรับปรุง ความรู้สึกเกี่ยวกับคนไทย นักท่องเที่ยว และเมืองนี้

3. เมืองดาร์จีลิง จากการศึกษาสัมภาษณ์และวิเคราะห์

จากการได้ศึกษาประวัติความเป็นมาของเมืองดาร์จีลิงทั้งในอดีต และสภาพบริบทของพื้นที่ในปัจจุบัน และที่สำคัญได้สัมภาษณ์ชาวต่างชาติ ชาวอินเดียที่เดินทางมาจากเมืองอื่น ๆ ของประเทศอินเดีย นักเรียนชาวไทย ที่มาเรียนภาษาอังกฤษในช่วงซัมเมอร์ นักเรียนที่อยู่ในโรงเรียนประจำที่เมืองดาร์จีลิง และรวมถึงชาวพื้นเมือง ดาร์จีลิงแห่งนี้ ทำให้ทราบว่า ส่วนใหญ่จะชอบเมืองนี้ ประการแรกที่สุด คือมีอากาศดี มีวิวทิวทัศน์ที่งดงาม โดยเฉพาะในวันที่ท้องฟ้าเปิดสว่างสามารถมองเห็นเทือกเขาหิมาลัย ที่มีชื่อว่า Kanchenjunga ด้วยแล้ว เขาถือว่าเป็นความมั่งคั่งงามราวสวรรค์สร้างที่เดียว ส่วนตัวข้าพเจ้าเองก็รู้สึกตื่นตื้นเต้นเป็นอย่างยิ่ง ในวันที่สามารถมองเห็นเทือกเขาหิมาลัย ไม่ใช่แต่ตัวข้าพเจ้าเท่านั้น ชาวพื้นเมืองเองก็ยังออกมาชื่นชมความมั่งคั่งงามนี้ด้วยเช่นเดียวกัน มีอาหารของชาวพื้นเมืองที่รับประทานได้ง่าย รสชาติดี มีชาติที่มีชื่อเสียงระดับโลก และมีรสชาติดีเช่นเดียวกัน บวกกับอากาศเย็น ๆ และได้จับจิบร้อน ๆ มีกลิ่นหอม ทำให้เกิดความรู้สึกประทับใจกับวิวทิวทัศน์ที่เราจับจ้องอยู่เป็นอย่างมาก มีไร่ชาบนเนินเขาที่ตั้งงามยิ่งนัก ภาพงดงามภาพหนึ่งที่มีกพบเห็นเสมอคือภาพชาวพื้นเมืองกำลังเก็บใบชาบนเนินเขา และปรากฏเทือกเขาหิมาลัยเป็นหลังภาพ ภาพนี้ไม่ว่าจะเป็นภาพถ่ายหรือภาพวาดก็สามารถนำไปเป็นของขวัญของฝากได้เป็นอย่างดี ที่สำคัญคือเป็นภาพที่สามารถขายได้ด้วย ชาวพื้นเมืองส่วนใหญ่มีอัธยาศัยดี มีความเป็นกันเองกับผู้มาเยือน ให้ความเป็นกันเอง เมื่อถูกถามเรื่องราวใด ๆ มีความเต็มใจที่จะบอกจะเล่าให้ฟัง สามารถจดจำเราได้ เมื่อเราเดินผ่านหรือพบเจอกัน เขายินดีที่จะทักทายเราก่อนหรือยิ้มให้ บ่งบอกว่าเราเคยรู้จักกันแล้ว ส่วนตัวรู้สึกชื่นชมกับวัฒนธรรมวิถีชีวิตของชาวพื้นเมืองแห่งนี้ ถ้าจะเปรียบเทียบกับสังคมไทยในอดีต และน้อยครั้งมากที่จะเห็นครอบครัวชาวพื้นเมืองทะเลาะเบาะแว้งกัน เท่าที่เคยสังเกตในอดีตที่ผ่านมา เวลาพ่อบ้านแม่บ้านมีปัญหาขัดใจกันก็มักจะหลบเข้าไปที่ห้องพระ สวดมนต์ไหว้พระ หลังจากนั้นเหตุการณ์ก็เป็นปกติ ปัจจัยหลัก ๆ เหล่านี้ล้วนเป็นเสน่ห์ดึงดูดให้ชาวต่างชาติที่เดินทางมาท่องเที่ยวบ่อยต่อ ๆ กันไป จนทำให้เมืองนี้มีผู้คนเดินทางมากขึ้น ๆ ทุกปี และมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ยิ่งในช่วงฤดูร้อน ในประเทศอินเดียเองนั้นในช่วงฤดูร้อนอากาศจะร้อนมากกว่าปกติ และร้อนกว่าประเทศไทยด้วยซ้ำ จึงทำให้ชาวอินเดียที่อาศัยอยู่ในเมืองอื่น หรือแม้กระทั่งคนไทย นิยมเดินทางมาพักผ่อนและตากอากาศที่เมืองดาร์จีลิงกันมาก สอบถามจากชาวพื้นเมืองที่นับอกว่า คนที่เราพบเห็นเห็นส่วนใหญ่ไม่ใช่คนที่นี่ ซึ่งบางที่เรายังแยกแยะไม่ออกกว่าเป็นคนที่นี่หรือคนที่นี่

ผลจากการสัมภาษณ์ จะเห็นได้ว่าเมืองดาร์จีลิงเป็นเชิงบวกมากที่สุด จึงเห็นว่าพื้นที่เมืองนี้เหมาะสำหรับการจัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงนิเวศได้เป็นอย่างดี และการจัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ได้ (Creative Tourism) และกำหนดรูปแบบการท่องเที่ยวให้เป็นการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนด้วย (Sustainable Tourism) โดยมีคนในพื้นที่หรือชุมชนเมืองดาร์จีลิงเป็นผู้บริหารจัดการเอง

4. เมืองดาร์จีลิง เชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวใกล้เคียง

เมืองดาร์จีลิงถือว่าเป็นเป้าหมายหลักของนักท่องเที่ยวที่เดินทางมา ไม่ว่าจะมาจากแดนไกลหรือจากแดนใกล้ก็ตาม โดยเฉพาะในช่วงฤดูร้อน ทุกคนอยากเดินทางมาพักผ่อนที่เมืองนี้ ตั้งแต่เดือนเมษายน ถึงเดือนกรกฎาคม ประมาณนี้ สำหรับนักท่องเที่ยวที่มาช่วงระยะเวลาสั้น ๆ อาจจะไม่ได้เห็นเทือกเขาหิมาลัย อาจจะต้องพักตามโรงแรมหรือบ้านเช่าเพื่อรอจังหวะที่เหมาะสม การท่องเที่ยวในเมืองดาร์จีลิงใช้เวลาไม่นานนัก อาจจะประมาณ 1 อาทิตย์ หรือ 2 อาทิตย์ ก็จะหมดจุดท่องเที่ยวที่สำคัญ ๆ แล้ว แต่นักท่องเที่ยวสามารถใช้เวลาในเมืองนี้เป็น

ฐานเชื่อมโยงไปยังแหล่งท่องเที่ยวที่ใกล้เคียงแห่งอื่น ๆ ได้คือ Gangtok, Pelling, Kalimpong, Kurseong, Mirik, Rumtek, Lake Changu, Yumthang, Namchi เป็นต้น⁹ ซึ่งเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่อยู่ไม่ไกลมากนัก โดยเฉพาะที่ลิกซิม ก็เป็นอีกสถานที่หนึ่งที่นักท่องเที่ยวนิยมไป ต่อจากเมืองดาร์จีลิ่ง อาจจะไปโดยรถยนต์ หรือจากเครื่องบิน เฮลิคอปเตอร์จาก Siliguri เพื่อไปสัมผัสกับทิวทัศน์ที่เทือกเขาหิมาลัยได้อย่างน่าอัศจรรย์¹⁰

ด้วยเหตุนี้ เมืองดาร์จีลิ่งจึงถือว่าเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่นำมาสัมผัส สามารถเป็นสถานที่พักใจได้เป็นอย่างดี และยังสามารถเดินทางไปยังแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ได้อีกด้วย

5. เมืองดาร์จีลิ่ง โอกาสและความท้าทาย

ในด้านยุทธศาสตร์แล้ว ถือว่าเมืองดาร์จีลิ่งเป็นจุดยุทธศาสตร์ที่มีโอกาสมากกว่าสถานที่ท่องเที่ยวแห่งอื่น ๆ อาจจะสืบเนื่องมาแต่อดีตที่มีกลุ่มชนเผ่าเข้ามาอาศัยอยู่ และเรียกสถานที่แห่งนี้ว่าแดนดินแห่งสายฟ้า เพราะเท่าที่สังเกตจากการมาพักอาศัยที่นี่ มักจะมีฝนตกค่อนข้างบ่อย และทุกครั้งจะมีเสียงฟ้าร้องฟ้าคำรามอยู่เสมอ ๆ ชาวอังกฤษจึงเห็นว่าเมืองนี้เหมาะเป็นอย่างยิ่งที่จะใช้เป็นที่ เรื่องง่าย ๆ ที่จะสร้างทางรถไฟที่มีระยะทางที่ยาวพอสมควร และเป็นรถไฟขนาดเล็ก ซึ่งแตกต่างจากรถไฟในสถานที่อื่น ๆ องค์การ UNESCO ประกาศเป็นมรดกโลก เพราะเป็นสิ่งอัศจรรย์ ปัจจุบันก็ยังสามารถอำนวยความสะดวกแก่นักท่องเที่ยวได้เป็นอย่างดี รถไฟนี้มีชื่อเรียกว่า Toy Train เป็นรถไฟที่ใช้ถ่านหินเป็นเชื้อเพลิง ในอดีตนั้นเป็นสถานีรถไฟที่สูงที่สุดในโลก ตั้งอยู่ที่ดาร์จีลิ่งแห่งนี้ นั่นคือ GHUM Station มีความสูงจากระดับน้ำทะเลถึง 7,407 FT หรือประมาณ 2,258 เมตร¹¹ เมืองดาร์จีลิ่งจึงเป็นโอกาสและความท้าทายนักท่องเที่ยวทั่วโลกที่จะมาเยือนและสัมผัสกับสิ่งอันน่าอัศจรรย์ และเป็นประวัติศาสตร์ที่เป็นอารยธรรมของสถานที่แห่งนี้เมื่อ 100 กว่าปีมานี้

6. เมืองดาร์จีลิ่ง ปัญหาและอุปสรรค

เมืองดาร์จีลิ่งเชื่อว่าจะไม่มีปัญหาเสียทีเดียว ในมุมมองของผู้เขียนตั้งแต่คราวที่มาเยือนดาร์จีลิ่งครั้งแรกในปี ค.ศ.2001 นั้น สิ่งหนึ่งที่พบเห็นคือ ปัญหาทางด้านการเมืองที่มีอยู่เป็นระยะ ๆ บางช่วงเวลาก็ปิดเมืองร้านค้าถูกปิด ทำให้เป็นปัญหาอย่างหนึ่งสำหรับนักท่องเที่ยว จะเป็นด้วยเหตุใดไม่ทราบได้ และก็ยังคงมีปัญหาในลักษณะเดียวกันเป็นช่วง ๆ สิ่งหนึ่งที่พอมองเห็นได้ก็คือเรื่องวัฒนธรรมของอินเดียในส่วนของเมืองที่ปกครองกับเมืองดาร์จีลิ่งนี้มีความแตกต่างกัน ลักษณะวิถีชีวิตการเป็นอยู่แตกต่างกัน การมีวัฒนธรรมความเป็นอยู่ที่แตกต่างกันนั้น สิ่งสำคัญก็คือเรื่องสภาพทางภูมิศาสตร์ คืออากาศที่แตกต่างกัน ทำให้วิถีชีวิตแตกต่างกันไปด้วย เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่ทำให้เราเข้าใจเรื่องวัฒนธรรมวิถีชีวิตได้ชัดเจนมากขึ้น มีปัญหาที่เกิดจากภายนอก ส่วนปัญหาในเมืองดาร์จีลิ่งเอง อาจะเกิดจากการที่มีนักท่องเที่ยวเพิ่มมากขึ้น ศักยภาพในการรองรับนักท่องเที่ยว การบริหารจัดการเรื่องการจราจร ถนนหนทาง ปัญหาเรื่องความสะอาด ปัญหาเรื่องขยะ แม้ว่าจะมีพัฒนาการเกิดขึ้น เช่น มีห้องน้ำ

⁹ Milestone Himalayan Series, *Sikkim and the Dargeeling Hills, The Quick Guide and Map*, (Milestone Books, Calcutta: India, 2017).

¹⁰ Tashi Bhutia, *Application name: Darjmate*, (Dargeeling West Bengal: India, 2018).

¹¹ Khanna, K.K.Sawhney, S.R.Vashist, *Guide to Dargeeling Area*, (New Delhi: India, 2016).

สาธารณณะที่สะอาด แต่ก็ยังไม่เพียงพอ ยังคงมีห้องน้ำห้องส้วมรูปแบบเดิมที่ขาดการเอาใจใส่ดูแล ทำให้นักท่องเที่ยวที่รักความสะอาด หาใช้บริการสาธารณะที่มีสุขลักษณะได้ยาก บางที่ต้องไปใช้บริการในร้านค้าที่เปิดใหม่ ซึ่งยังไม่ตอบโจทย์เรื่องของการบริหารจัดการสาธารณูปโภคได้ และด้วยเหตุที่เมืองดาร์จีลิงมีฝนตกบ่อย ทำให้อุณหภูมิที่สภาพทรุดโทรมเต็มไปดด้วยน้ำและเกิดความสกปรก ไม่น่าที่จะเดินไปมาได้ และเอกลักษณ์อย่างหนึ่งของบริเวณ Chowrosta นั้น จะมีการให้บริการขี่ม้าชมวิว จึงทำให้เกิดปัญหาอย่างหนึ่งคือ การบริหารจัดการเรื่องคอกม้า และกลิ่นที่ไม่สะอาด ควรจัดโซนพักม้าให้ห่างไกลจากบริเวณจุดนัดพบ และจัดไม้คอกไม้ประดับในพื้นที่บริเวณนี้ให้ดูงดงาม สวมกับเป็นแลนด์มาร์กที่สำคัญของเมืองดาร์จีลิง

ปัญหาและอุปสรรคดังกล่าวนี้ สามารถจัดการได้ถ้ามีวิธีการบริหารจัดการที่ดี เพื่อให้เป็นสถานที่ที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ และเพื่อให้เกิดรูปแบบการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนต่อไปในอนาคต การที่จะให้เกิดความยั่งยืนได้นั้น ชุมชนท้องถิ่นของเมืองดาร์จีลิงควรจะต้องปลูกจิตสำนึกนักท่องเที่ยวและของชุมชนชาวพื้นเมืองเอง เพื่อประโยชน์ร่วมกันของทุกฝ่าย

7. บทสรุป

การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ เพื่อการท่องเที่ยวที่ยั่งยืน กรณีศึกษาเมืองดาร์จีลิง ทำการศึกษาโดยศึกษาข้อมูลพื้นที่ การมีส่วนร่วม และการสัมภาษณ์นักท่องเที่ยวชาวอินเดีย นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ และชาวพื้นเมืองดาร์จีลิง หลากหลายอาชีพ เพื่อทำการวิเคราะห์ศักยภาพพื้นที่ บริบทอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ เพื่อการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนต่อไปในอนาคต ผลจากการศึกษาพื้นที่เมืองดาร์จีลิง พบว่า เมืองดาร์จีลิงมีศักยภาพในการเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีคุณสมบัติครบถ้วน ทั้งในด้านประวัติศาสตร์ วิถีชีวิตวัฒนธรรม อากาศที่เย็นสบาย อุตสาหกรรมของชาวพื้นเมืองที่ดูเป็นมิตร มีทิวทัศน์ที่งดงามน่าดึงดูดใจ เพื่อให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืนโดยชุมชนชาวพื้นเมืองเอง ควรกำหนดรูปแบบการบริหารจัดการปัญหาและอุปสรรคที่มีอยู่ให้ลดน้อยลงไป และสร้างจิตสำนึกเรื่องการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนให้เกิดขึ้น ก็จะทำให้เมืองดาร์จีลิงยังคงมนต์เสน่ห์ไปอีกนาน



เอกสารอ้างอิง

- นนทวรรณ ส่งเสริม. การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยกรุงเทพฯ, 2555.
- พิมพ์ดี โพธิ์สิทธิ์พรหม. การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์เพื่อการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน. วารสารวิชาการ FEU ACADEMIC REVIEW. ปีที่ 6 ฉบับที่ 2 ธันวาคม 2555 – พฤษภาคม 2556, 91-104.
- ภัทรพงศ์ อินทรกำเนิด และคณะ. รายงานการวิจัยเรื่อง ระบบนวัตกรรมรายสาขาเพื่อพัฒนาระบบเศรษฐกิจฐานความรู้และเชิงสร้างสรรค์: กรณีศึกษาอุตสาหกรรมท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์. กรุงเทพมหานคร: สำนักนโยบายด้านการศึกษามหาภาค สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2553.
- วีระพล ทองมา. การจัดการการท่องเที่ยวเชิงเกษตรในภาคเหนือของประเทศไทย. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยแม่โจ้, 2559.
- สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย. รายงานขั้นสุดท้ายการดำเนินการกำหนดนโยบายการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์บริการวิชาการสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย, 2542.
- สุดแดน วิสุทธิลักษณ์ และคณะ. ต้นแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์. กรุงเทพมหานคร: (รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์) องค์การมหาชน, 2554.
- Goeldner and Ritchie. **Tourism: principles, practices, philosophies.** The United States of America, 2009.
- Greg Richards. "Creativity and tourism: The state of the art". **Annals of Tourism Research** 38, 4, 2011: 1225-1253.
- Khanna, K.K.Sawhney, S.R.Vashist. **Guide to Dargeeling Area.** New Delhi: India, 2016.
- Milestone Himalayan Series. **Sikkim and the Dargeeling Hills, The Quick Guide and Map.** Milestone Books, Calcutta: India, 2017.
- Tashi Bhutia. **Darjmate.** Dargeeling West Bengal: India, 2018.



วงจรวิบากตามหลักพระพุทธศาสนา

ผศ.ดร.อุทัย สติมันน์¹ ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง² และ พระมหาวิริษัณห์ วรินทร์โท, ดร.³

¹มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ²มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

³วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Email: koom-krong9@hotmail.com

รับต้นฉบับ 15 กรกฎาคม 2562; แก้ไข 31 กรกฎาคม 2562; วันที่เผยแพร่ 31 ธันวาคม 2562

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อแสดงให้เห็นว่า วิบาก คือ ผลที่เกิดจากกรรมที่ทำไว้ก่อน ประดุจเงาติดตามกรรม ในสังคิติสูตรแบ่งบุคคลที่จะต้องรับกรรม (วิบาก) ตามที่ตนได้กระทำไว้ 4 ประเภท คือ 1. ตโม ตมปรายโน คือ ผู้มีดีมา และมีดีไป 2. ตโม โชติปรายโน คือ ผู้มีดีมา แต่สว่างไป 3. โชติ ตมปรายโน คือ ผู้สว่างมา แต่มีดีไป 4. โชติ โชติปรายโน คือ ผู้สว่างมา และสว่างไป วงจรวิบากหรือเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกรรมเหล่านี้ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ตามเหตุปัจจัย ดังนั้น การทำกรรมดีที่จะสามารถส่งผลได้ดีหรือไม่นั้นจะต้องพิจารณาเรื่องสมบัติ 4 และวิบัติ 4 เป็นองค์ประกอบด้วย ส่วนวิบากตามที่พระพุทธองค์ทรงแสดงนั้นเป็นสิ่งที่สามารถให้ผลไปในลักษณะต่างๆ ตามกรรมที่ได้ก่อไว้ และเมื่อกรรมนั้นเกิดขึ้นมาต้องมีการตั้งอยู่และดับไปตามเหตุปัจจัย ดังพระพุทธพจน์ในนิพเพธิกสูตรว่า เรากล่าวเจตนาว่าเป็นตัวกรรม บุคคลคิดแล้ว จึงกระทำด้วยกาย วาจา ใจ สิ่งที่เกิดขึ้นโดยมีเจตนา จะทำให้เกิดกรรมอย่างแน่นอน และจะเป็นเหตุให้ต้องเสวยวิบากกรรมกันต่อไปตามกรรมที่ก่อไว้

คำสำคัญ: วงจรวิบาก, หลักพระพุทธศาสนา

Circle of Kamma's Results in Theravada Buddhism

Asst. Prof. Dr. Uthai Satiman¹ Asst. Prof. Dr. Viroj Koomkrong² and Phramaha Weeratis Varindho³

¹Suan Dusit University ²Mahachulalongkornrajavidyalaya University Palisuksa Buddhaghosa Campus

³Mahachulalongkornrajavidyalaya University Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College

Email: koom-krong9@hotmail.com

Retrieved July 15, 2019; Revised July 31, 2019; Accepted December 31, 2019

Abstract

The aim of this academic article is to visualize the results of Kamma referring to the fruits done in previous as shadows of actions. In Sangitisutta, there found 4 types person who must gain the fruits done by themselves; 1) the one who comes and goes with darkness, 2) the one who came with darkness but went with light, 3) the one who came with light but went with darkness, 4) the one who came and went away with light. The circle of kamma involves with action and its reaction depends on its conditions, therefore actions which will produce good or bad results relies on 4 properties and 4 factors as well. The results taught by the Buddha are seen in various outcomes due to each what type of kamma had been done. It is natural way that all actions fall into change, i.e. rise and fall because of its factors as the Buddha said 'volition is called as Kamma, having thought before, one commits to act through bodily, verbal and thought expression. Whatever was done with volition, surely it generates actions as well as its fruits of such actions which all actors must experience.

Keywords: circle of action, Buddhism



1. บทนำ

ในหลักปฏิจจสมุปบาท¹ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อิทัปปัจจยตา² มี 12 ประการแบ่งออกเป็น 3 พวก เรียกว่า ไตรวิฏฐิ หรือวิฏฐิ 3³ ประกอบด้วย คือ กิเลส กรรม วิบาก เมื่อบุคคลทำอะไรลงไป ไม่ว่าจะทางใด หากทำลงไปด้วยกิเลสที่อยู่ในใจ ก็จะก่อให้เกิดกรรม เมื่อเกิดกรรมก็จะเกิดวิบากกรรมคือผลตามมาวิบากหรือผลอันนี้ก็จะก่อให้เกิดกิเลสขึ้นอีก และกิเลสจะก่อให้เกิดกรรมขึ้นอีกกรรมนี้จะก่อให้เกิดวิบาก หรือผลขึ้นอีก วนเวียนไปอย่างนี้เรื่อย ๆ จนกว่าคนจะดับกิเลสหมดสิ้นจึงจะหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดคือ

(1) กิเลสวิฏฐิ หมายถึง วงจรของกิเลส เป็นตัวสาเหตุผลักดันให้คิดปรุงแต่งการกระทำต่าง ๆ ซึ่งประกอบด้วย อวิชชา ตัณหา อุปาทาน⁴

(2) กรรมวิฏฐิ หมายถึง วงจรกรรมเป็นกระบวนการกระทำหรือปรุงแต่งชีวิตให้เป็นไปต่าง ๆ ประกอบด้วย สังขาร และกรรมภพ⁵

(3) วิบากวิฏฐิ หมายถึง วงจรวิบาก คือ สภาพชีวิตที่เป็นผลแห่งการปรุงแต่งของการกระทำและกลับเป็นปัจจัยเสริมสร้างให้เกิดกิเลสต่อไปอีก ประกอบด้วยวิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ซึ่งแสดงออกในรูปปรากฏที่เรียกว่า อุปัตติภพชาติ ชรา มรณะ เป็นต้น⁶

วิฏฐิทั้ง 3 หรือไตรวิฏฐินี้ หมุนเวียนต่อเนื่องเป็นปัจจัยอุดหนุนแก่กัน ทำให้วงจรแห่งชีวิตดำเนินไปไม่ติดขัด คือ กิเลสเป็นเหตุให้ทำกรรม กิเลสจึงเป็นเหตุ กรรมจึงเป็นผลของกิเลสและกรรมนั่นเองก็เป็นตัวเหตุให้เกิดวิบากคือผล กรรมจึงเป็นเหตุ วิบากจึงเป็นผล และวิบากนั่นเอง ก็เป็นตัวเหตุ ก่อให้เกิดขึ้นอีกเมื่อเป็นดังนี้ วิบากนั้นก็ เป็นเหตุ กิเลสก็เป็นผลของวิบากเพราะฉะนั้น

กิเลส กรรม วิบาก จึงวนเวียนอยู่อย่างนี้ โดยที่บุคคลนี้เองหรือจิตนี้เองที่วนอยู่ในกิเลส กรรม วิบาก แล้วก็กลับเป็นเหตุก่อกิเลสกรรมวิบากขึ้นอีก สัตว์และบุคคลจึงวนเวียนอยู่ในกิเลส กรรม วิบาก

ฉะนั้น สังสารวิฏฐิ คือ การเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพภูมิต่าง ๆ ของสัตว์โลกด้วยอำนาจกิเลส กรรม วิบาก หมุนวนอยู่เช่นนั้นตราบเท่าที่ยังตัดกิเลส กรรม วิบากไม่ได้ ในบทความวิชาการนี้ผู้เขียนมุ่งอธิบายเฉพาะวิบากที่เป็น 1 ในสังสารวิฏฐิเท่านั้น

¹ ปฏิจจสมุปบาท หมายถึง สภาวะธรรมที่เป็นปัจจัย และสภาวะธรรมที่อาศัยปัจจัยเกิดขึ้นอันเป็นกระบวนการทางปัจจัยภาพ ซึ่งเป็นสภาวะที่ดำรงอยู่อย่างนั้น แม้ว่าพระตถาคตจะเสด็จอุบัติขึ้นหรือไม่ก็ตาม เช่น ชรามรณะมี เพราะชาติเป็นปัจจัย; ส.นิ. (ไทย) 16/21/38.

² อิทัปปัจจยตา แปลว่า ความที่สิ่งนี้อาศัยสิ่งนี้เกิดขึ้น หมายถึงสภาวะธรรมอันเป็นปัจจัยแห่งชราและมรณะ เป็นต้น เป็นชื่อหนึ่งของปฏิจจสมุปบาท; ส.นิ. (ไทย) 16/21/38.

³ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 12, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546), หน้า 19.

⁴ อ.ทสก.อ. (บาลี) 3/117-118/375.

⁵ อ.ทสก.อ. (บาลี) 3/117-118/375.

⁶ อ.ทสก.อ. (บาลี) 3/117-118/375.

2. ความหมายของวิบาก

คำว่า วิบาก มีรูปวิเคราะห์ว่า วิบุพฺพโก. ปจฺปาเก. โณ. จสฺส โโก แปลว่า ผลแห่งกรรมอันตนทำไว้แต่ปางก่อน⁷ ผู้เขียนจะได้นำเสนอต่อไป

(1) ในพจนานุกรม บาลี-ไทย ได้ให้ความหมายของคำว่า วิบากไว้ว่า วิบาก หมายถึง ผล. วิบาก⁸

(2) ในพจนานุกรม มคธ-ไทย ได้ให้ความหมายของคำว่า วิบากไว้ว่า วิบาก หมายถึง ภาวะอันสุกวิเศษ. ผล. วิบาก. การผลัดผลของกรรม⁹

(3) ในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ได้ให้ความหมายของคำว่า วิบากไว้ว่า วิบากหมายถึง ผล. ผลแห่งกรรมดีกรรมชั่วอันทำไว้ในอดีตเช่น กุศลวิบาก กรรมวิบาก¹⁰

(4) ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ ได้ให้ความหมายของคำว่า วิบากไว้ว่า วิบากวิภู หมายถึง วงจรวิบาก ประกอบด้วย วิญญาณ นามรูป สฬายณะ ผัสสะ เวทนา ซึ่งแสดงออกในรูปปรากฏที่เรียกว่า อุปัตติภาพชาติ ชรา มรณะ เป็นต้น¹¹

(5) พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. 9 ราชบัณฑิต ได้ให้ความหมายของคำว่า วิบากไว้ว่า วิบาก หมายถึง ผลกรรม ผลที่เกิดจากกรรมที่ทำไว้ก่อน ไม่ว่าจะเป็นกรรมดี หรือกรรมชั่ว ล้วนมีวิบากคือผลทั้งสิ้น โดยกรรมดีมีวิบากเป็นสุข กรรมชั่วมีวิบากเป็นทุกข์ ใช้ซ้ำกันเป็น ผลวิบาก หรือ วิบากผล ก็มีวิบาก โดยทั่วไปมักเข้าใจว่าหมายถึงผลทางชั่วคือทุกข์อย่างเดียว ส่วนวิบากทางดีไม่นิยมใช้พูดกัน เช่นพูดว่า วิบากกรรมตามทันแล้ว จึงทำให้เขาตกยากลงอย่างทันตากรรมวิบากเป็นเหตุให้ต้องตกนรก¹²

ฉะนั้น คำว่า วิบาก จึงแปลว่า ผลที่เกิดขึ้น หมายถึง ผลแห่งกรรม กรรมที่บุคคลประพฤติผ่านทางกาย วาจาและใจ ทั้งที่เป็นกุศลและอกุศล ย่อมมีผลแห่งการกระทำเสมอ วิบากจะเป็นประจวบเจตตามตามกรรม โดยมีกรรมเป็นเหตุและวิบากเป็นผลเสมอ

กรรมและวิบากย่อมติดอยู่ในใจบุคคลผู้กระทำความกรรม เปรียบดังโปรแกรมอันเป็นภาพแห่งการกระทำและภาพแห่งผลของการกระทำ เมื่อใดที่บุคคลฝึกฝนใจให้หยุดนิ่งเป็นสมาธิหลุดพ้นจากกิเลส เมื่อนั้นย่อมสามารถรู้และเห็นกรรมและวิบากที่มีอยู่ในใจของตนและคนอื่นได้ ทั้งกรรมที่มีมาแต่อดีต และวิบากกรรมที่จะส่งผลต่อไปในอนาคต

⁷ ป. หลงสมบุญ (ประยูรท์ หลงสมบุญ), พันตรี, พจนานุกรม มคธ-ไทย, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: เรื่องปัญญา, 2540), หน้า 655.

⁸ จำลอง สารพัดนึก, พจนานุกรม บาลี-ไทย, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: เรื่องปัญญา, 2548), หน้า 421.

⁹ ป. หลงสมบุญ (ประยูรท์ หลงสมบุญ), พันตรี, พจนานุกรม มคธ-ไทย, หน้า 655.

¹⁰ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น, 2542), หน้า 1122.

¹¹ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 100.

¹² พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. 9 ราชบัณฑิต, พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด คำวัด, (กรุงเทพมหานคร: วัดราชโอรสาราม, 2548), หน้า 906.

3. วงจรวิบากในพระไตรปิฎก

วงจรวิบากในพระไตรปิฎก หมายถึง กรรมที่ส่งผลตามวิบากในหลักสังสารวัฏที่ได้อธิบายไปแล้วว่า กิเลสเป็นเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดกรรม และกรรมจะให้ผลทำให้สัตว์โลกผู้ก่อกรรมนั้น ๆ ต้องพบกับวิบากกรรมของตนเองในอกุศลมูลสูตร¹³

พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึงกิเลสที่เป็นเหตุทำให้เกิดกรรมขึ้น และทรงแสดงถึงอกุศลมูล 3 ประการ คือ 1) อโลภะ (ความไม่ย่อภาค) 2) อโทสะ (ความไม่คิดประทุษร้าย) 3) อโมหะ (ความไม่หลง) ในฝ่ายอกุศลมูล 1) โลภะ (ความย่อภาค) 2) โทสะ (ความคิดประทุษร้าย) 3) โมหะ (ความหลง) ในฝ่ายอกุศลมูล¹⁴ คือ

(1) วงจรของวิบากสังคีติสูตรแบ่งบุคคลที่จะต้องรับกรรมตามที่ตนได้กระทำไว้ 4 ประเภท คือ

1. ตโม ตมปรายโน คือ ผู้มีตมา และมีตไป
2. ตโม โชติปรายโน คือ ผู้มีตมา แต่สว่างไป
3. โชติ ตมปรายโน คือ ผู้สว่างมา แต่มีตไป
4. โชติ โชติปรายโน คือ ผู้สว่างมา และสว่างไป¹⁵

การที่สัตว์โลกต้องเสวยกรรมในปัจจุบันนี้ ต้องเคยได้ทำสาเหตุให้เกิดกรรม หากว่าได้ทำกรรมดีเอาไว้ในชาติก่อน ก็จะทำให้เกิดมามีฐานะดี มีผู้คอยช่วยเหลือเป็นต้น ในชาติปัจจุบัน จึงเปรียบเสมือนผู้ที่สว่างมา แต่ถ้าเคยทำกรรมชั่วในชาติก่อน เกิดมาในชาติปัจจุบันอย่างอัศจรรย์ ชัดสน เสวยความทุกข์ แทบจะไม่มีโอกาสได้ทำความดี จึงเปรียบเสมือนผู้ที่มีตมา คือต้องเสวยกรรมชั่วที่ตนเองได้ก่อเอาไว้

(2) วงจรของวิบากคือ ผลของการทำกรรมใดมีแล้ว โดยลักษณะของกรรมก็คือกรรมที่ใดกระทำแล้ว ผลของกรรมใดมีแล้ว หมายความว่า กรรมในสังสารวัฏที่ใดทำแล้วก็ได้ให้ผลไปแล้ว แต่ในสังสารวัฏที่ยาวนานกรรมที่ใดทำแล้วจริง และผลของกรรมใดมีแล้วด้วยเช่น พระเจ้าอชาตศัตรู¹⁶ เป็นพระโอรสของพระเจ้าพิมพิสารด้วยความโลภอยากได้ราชบัลลังก์เป็นพระราชดั่งแต่ยังเป็นหนุ่มจึงได้มีรับสั่งให้ทหารนำพระบิดาไปขังไว้ในคุกมืดด้วยการโหดทารุณที่ละน้อยบาง งดการเยี่ยม งดการเสวยและเมื่อทราบวาพระบิดายังไม่สิ้นพระชนม์ก็ยังไม่หยุดเพียงเท่านั้น ยังดำเนินการขังตอนต่อไปคือลงมือปฏิบัติกรรมขั้นสุดท้าย ด้วยการสั่งให้ทหารก็ตรอยพระบาทพระบิดาของพระองค์เองแล้วโรยด้วยเกลือซึ่งเป็นการกระทำอย่างเหี้ยมโหดทารุณ ทรมานเป็นผลให้พระเจ้าพิมพิสารต้องสิ้นพระชนม์ ในเวลาต่อมา แต่หลังจากพระเจ้าอชาตศัตรูปลงพระชนม์พระบิดาของพระองค์ ความสุขน้อยหนึ่งมิได้เกิดขึ้นกับพระเจ้าอชาตศัตรู ถึงแม้วา พระเจ้าอชาตศัตรูจะไตร่ตรองสมบัติสมความปรารถนาแล้วก็ตามกรรมที่เป็นครุกรรมซึ่งเป็นกรรมที่ เรียกว่า ปตุฆาตกรรม ที่พระเจ้าอชาตศัตรูได้กระทำตอบุพพการีของพระองค์นั้นได้ส่งผลทำให้ พระองค์ไม่พ้นพระกรรมหนักหน่วงแต่สักงีบเดียว และต่อมาก็ได้มีโอกาสได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าก็ไม่สามารถ เขาใจหลักธรรมให้ทะลุปรุ โปร่งใส และด้วยผลกรรมหรือผลของการกระทำนี้เองทำให้พระองค์หลังจากสิ้นพระชนม์ต้องตกนรกเสวยวิบากแห่งกรรมที่ทำไว้ในนรกชื่อว่า โลกภูมิ

¹³ อจ.ทุก. (ไทย) 20/70/275-279.

¹⁴ อจ.ทุก. (ไทย) 20/70/275-279.

¹⁵ ที.ปา. (ไทย) 11/314/297.

¹⁶ วิ.จ. (ไทย) 7/339/185-186.

4. วงจรวิบากในอรรถกถา

วิบากหรือการให้ผลของกรรม เรียกว่า อีกอย่างหนึ่งว่า วิปาการกรรม แปลความหมายตามตัวอักษรก็คือ ผลของกรรม เป็นคำกลาง ๆ โดยผลของกรรมชั่วก็จะเรียกว่า อุกุศลวิปาการกรรม ถ้าเป็นผล ของกรรมดีก็จะเรียกว่า กุศลวิปาการกรรมซึ่งกรรมที่กระทำไปนั้นไม่ว่าจะเป็นผลของกรรมดีหรือ ผลของกรรมชั่วก็ตาม ตามกฎแห่งเหตุผล ของธรรมชาติแล้วย่อมมีเหตุปัจจัยช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้ดีขึ้นหรือเลวลง ฉะนั้นในที่นี้ผู้เขียนจะได้นำเสนอ ดังต่อไปนี้

(1) นิยาม 5 ประการของวงจรวิบากที่มีผลต่อการให้ผลกรรม

1) กรรมนิยาม พระอรรถกถาจารย์ได้ให้ความหมายคำนี้ว่า การให้ผลแห่งกุศลที่ไม่น่าปรารถนา การให้ผลแห่งอกุศลที่ไม่น่าปรารถนา¹⁷ พระอรรถกถาจารย์ได้ยกตัวอย่างสมมติว่า หญิงคนหนึ่งทะเลาะกับสามี ประสงค์จะผูกคอตายจึงสอดคอเข้าไปในบ่วงเชือก บุรุษคนหนึ่งลับมีดอยู่เห็นหญิงนั้นประสงค์จะตัดเชือก จึงวิ่งไป ปลอบหญิงนั้นว่าอย่ากลัว อย่ากลัว เชือกกลายเป็นอสรพิษรัดคอหญิงอยู่ บุรุษนั้นกลัวรีบหนีไป หญิงนั้น ตาย ณ ที่นั่นเอง ดังนั้นท่านจึงให้เหตุผลว่า กรรมนิยามนี้เป็นผลของการทำกรรมนั่นเอง อัมพร หุตะสิทธิ์ ให้ความเห็นเกี่ยวกับเรื่องกรรมนิยามว่า เป็นการกล่าวถึงความแน่นอนในการให้ผลของกรรมโดยอัตโนมัติ จึงเรียกว่า เป็นกฎธรรมชาติ หรือเราอาจเรียกว่ากฎแห่งกรรม ซึ่งแตกต่างจากกฎเกณฑ์ที่คนในสังคมสร้างขึ้น¹⁸ ดังนั้น กรรมนิยามจึงขึ้นอยู่กับผลกรรมที่ตนเองได้ก่อขึ้นเอง แล้วกรรมนั้นจะเสริมหรือลดทอนกรรมอื่น ๆ ตามคุณสมบัติของ กรรมนั้น ๆ

2) อุดุนิยาม พระอรรถกถาจารย์ยกตัวอย่างอธิบายว่า ในชนบทนั้น ๆ ในกาลนั้น ๆ การเก็บ ดอกไม้และผลไม้เป็นต้นต้น โดยตัดครั้งเดียวเท่านั้น ลมพัด ลมไม้พัด แดดกล้า แดดอ่อน ฝนตก ฝนไม่ตก ดอกบัว กลางวันแย้ม กลางคืนหุบ อย่างนี้เป็นต้น เป็นอุดุนิยาม”¹⁹ อุดุนิยามจึงเป็นเรื่องผลกระทบที่เกิดขึ้นกับธรรมชาติ ซึ่งอาจเกิดจากธรรมชาติเอง หรือจากการกระทำของมนุษย์ก็ได้ ดังที่พระพรหมคุณาภรณ์กล่าวไว้ว่า อุดุ คือเรื่อง อุดุนิยม สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ กฎเกณฑ์เกี่ยวกับดินฟ้าอากาศ พุดอย่างชาวบ้านก็เช่น อากาศร้อนขึ้น เราก็กิน เสื้อออก อากาศเย็นลง เย็นมาก ๆ เข้า น้ำก็กลายเป็นน้ำแข็ง หรือถ้าร้อนมากขึ้นน้ำก็กลายเป็นไอ นี้เรียกว่าอุดุนิยาม²⁰

3) พีชนิยาม พระอรรถกถาจารย์ยกตัวอย่างว่า ผลข้าวสาเลี่ยมเป็นผลจากพืชข้าวสาเลี่ยมอย่าง เดียว รสหวานเย่อมเป็นผลจากน้ำหวาน รสขมเย่อมเป็นผลจากพืชขม นี้เป็นพีช นิยาม²¹ พีชนิยามจึงเป็นกฎเกี่ยวกับการดำรงเผ่าพันธุ์ พีชนิยามจึงมีอิทธิพลต่อการให้ผลกรรมเช่นเดียวกัน

4) จิตตนิยาม พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า ธรรมคือจิตและเจตสิกดวงก่อน ๆ เป็นปัจจัย โดย อุปนิสัยปัจจัยแห่งธรรมคือจิตและเจตสิกดวงหลัง ๆ เพราะฉะนั้น การเกิดขึ้นแห่งสัมปฏิจจันนะเป็นต้นในลำดับแห่ง

¹⁷ ที.ม.อ. (ไทย) 13/56/100.

¹⁸ อัมพร หุตะสิทธิ์, “กรรม 12 และการให้ผล”, *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต*, (โครงการบัณฑิตศึกษา: สถาบันราชภัฏธนบุรี, 2546), หน้า 16.

¹⁹ ที.ม.อ. (ไทย) 13/56/101.

²⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), *เชื่อกกรรม รู้กรรม แก่กรรม*, (กรุงเทพมหานคร: เติสต์ไทย, 2551), หน้า 48.

²¹ ที.ม.อ. (ไทย) 13/56/101.

จักขุวิญญาณเป็นต้นนี้ เป็นจิตตนิยาม²² พระพรหมคุณาภรณ์ได้อธิบายว่า กฎเกณฑ์เกี่ยวกับการทำงานของจิต เช่น เมื่อจิตอย่างนี้เกิดขึ้นจะมีเจตสิกอะไรประกอบได้บ้าง ถ้าเจตสิกอันนี้เกิดขึ้น จะมีเจตสิกไหนเกิดร่วมได้ อันไหนร่วมไม่ได้ เมื่อจิตจะขึ้นสู่วิถีอภิสารมณ์ มันจะดำเนินไปอย่างไร ก่อนออกจากภวังค์ ก็มีภวังคเจตสิก (ภวังค์ไหว) แล้วจึงภวังค์บุ๋บเฉท (ตัดภวังค์) จากนั้นมีอะไรต่อไปอีกจนถึงชวณจิต แล้วกลับตกภวังค์อย่างเดิมอีก อย่างนี้เรียกว่ากฎแห่งการทำงานของจิต คือ จิตตนิยาม²³

5) ธรรมนิยาม พระอรรถกถาจารย์อธิบายว่า ความเป็นไปแห่งความหวั่นไหวในหมีนโลกธาตุ ในการเสด็จลงสู่พระนครภพมารดาแห่งพระโพธิสัตว์ทั้งหลายนี้ชื่อธรรมนิยาม²⁴ ส่วนพระพรหมคุณาภรณ์อธิบายคำว่า ธรรมนิยามครอบคลุมถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นเหตุและปัจจัยกัน โดยกล่าวว่า ธรรมนิยาม กฎแห่งธรรม คือ ความเป็นเหตุเป็นผลกันของสิ่งทั้งหลาย คือความเป็นไปตามธรรมดาแห่งเหตุปัจจัย เช่น คนเกิดมาแล้วก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย สิ่งทั้งหลายเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป เป็นต้น²⁵

วงจรวิบากหรือเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกรรมเหล่านี้ เป็นสิ่งที่จะเกิดขึ้นได้ตามเหตุปัจจัย ดังนั้น ในบางที่เราทำกรรมดีก็จริงอยู่ แต่ถ้าอยู่ในสภาพแวดล้อมที่กรรมดีนั้นสามารถส่งผลได้ พระพรหมคุณาภรณ์จึงให้พิจารณาเรื่องสมบัติ 4 และวิบัติ 4 ไปด้วยในขณะที่ทำกรรมดี²⁶ เพื่อไม่ให้เกิดมิจฉาทิฐิวินิจฉัยว่า ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป และเพื่อไม่ทำให้ตนเองตกอยู่ในอบายภูมิต่อไป

5. บทบาทหน้าที่ของวิบาก

วิบากตามที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงนั้นเป็นสิ่งที่สามารถให้ผลไปในลักษณะต่าง ๆ ตามกรรมที่ได้ก่อไว้ และเมื่อกรรมนั้นเกิดขึ้นมาก็ต้องมีการตั้งอยู่และดับไปตามเหตุปัจจัย ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสถึงกรรม และการปฏิบัติเพื่อให้ถึงความดับกรรมในนิพเพทิกสูตรว่า

เรากล่าวเจตนาว่าเป็นตัวกรรม บุคคลคิดแล้ว จึงกระทำด้วยกาย วาจา ใจ²⁷ สิ่งที่เกิดขึ้นโดยมีเจตนาจะทำให้เกิดกรรมอย่างแน่นอน และจะเป็นเหตุให้ต้องเสวยวิบากกรรมกันต่อไปตามกรรมที่ก่อไว้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสกับภิกษุทั้งหลายที่มีความสงสัยเรื่องการให้ผลของกรรมที่ปรากฏในเรื่องนายจุนทสุกริกว่า

ผู้ทำบาปเป็นปกติ ย่อมเศร้าโศกในโลกนี้ ละไปแล้วย่อมเศร้าโศก ย่อมเศร้าโศกในโลกทั้งสอง เขาเห็นกรรมเศร้าหมองของตนแล้ว ย่อมเศร้าโศก เขาย่อมเดือดร้อน²⁸ และในเรื่องอัมมิโกปาสก ว่า

²² ที.ม.อ. (ไทย) 13/56/101.

²³ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **เชื่อกกรรม รู้กรรม แก่กรรม**, หน้า 48.

²⁴ ที.ม.อ. (ไทย) 13/56/101.

²⁵ อ่างแล้ว.

²⁶ เรื่องเดียวกัน, หน้า 73-77.

²⁷ อจ.ฉก. (ไทย) 22/70/275.

²⁸ ขุ.ธ.อ. (ไทย) 40/11/173.

ผู้ทำบุญไว้แล้ว ย่อมบันเทิงในโลกนี้ ละไปแล้ว ก็ย่อมบันเทิง ย่อมบันเทิงในโลกทั้งสอง เขาเห็นความหมัดจดแห่งกรรมของตน ย่อมบันเทิง เขาย่อมรื่นเริง²⁹ ดังนั้นกรรมจึงเป็นสิ่งที่ตนเองได้ก่อไว้ซึ่งจะเป็นตัวกำหนดชะตาชีวิตของแต่ละบุคคล

วิบากกรรมคือความดีหรือความชั่วตลอดจนสภาพความเป็นอยู่ของมนุษย์นั้น ขึ้นอยู่กับการกระทำของมนุษย์ จากการศึกษาเรื่องกันของกรรมและการให้ผลของกรรมนี้ นับเป็นกระแสต่อเนื่องมาจากการกระทำของบุคคลที่ยังมีกิเลสตัณหา ดังพระพุทธพจน์ว่า

ตัณหายังคนให้เกิด จิตของคนนั้น ย่อมวิ่งพล่าน ลัทธิเวียนว่ายอยู่ไปสู่สังสาร กรรมเป็นที่พำนักของสัตว์³⁰ หมายถึง บุคคลที่ยังมีกิเลสตัณหาในดวงจิตอยู่ ก็ย่อมตกอยู่ใต้อำนาจการให้ผลของกรรมนั้น พระพุทธศาสนาเชื่อสิ่งทั้งหลายเกิดมาจากเหตุ ถ้าทำเหตุดี ผลดีก็ตามมา ถ้าทำเหตุชั่ว ผลชั่วก็ตามมา ถ้าไม่ทำเหตุเลย ผลก็ไม่มีเลยคือ

(1) วงจรของกรรมดี ผลดีที่ได้รับ (วิบากดี)

1) คนใจดีมีความสงสารสัตว์ เว้นจากการทำร้ายร่างกาย หรือการฆ่าชีวิตสรรพสัตว์ทั้งหลาย เกิดชาติหน้าจะเป็นคนมีอายุยืน

2) คนใจดีไม่เบียดเบียนสัตว์ ช่วยเหลือให้พ้นทุกข์ เกิดชาติหน้าจะเป็นคนมีโรคน้อย

3) คนใจดี ใจหนักแน่น ไม่โกรธง่าย เกิดชาติหน้าจะเป็นคนผิวพรรณดี

4) คนใจดี มีอิศนาริยาใคร ยินดีด้วยลาก เกิดชาติหน้าจะเป็นคนมีอำนาจมาก

5) คนมีใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความโอบอ้อมอารีให้ทานแก่สมณะพราหมณ์เป็นนิตย์ เกิดชาติหน้าจะเป็นคนร่ำรวย

6) คนที่ใจอ่อนน้อม มีความเคารพ กราบไหว้บูชานับถือบูชาสัตว์ทั้งหลาย เกิดชาติหน้าจะมีตระกูลสูง

7) คนผู้สนใจใฝ่หาความรู้ ชอบเข้าหานักปราชญ์ได้ถามปัญหาต่างๆ เกิดชาติหน้าจะเป็นคนฉลาด มีปัญญา³¹

(2) วงจรของกรรมชั่ว ผลชั่วที่ได้รับ (วิบากชั่ว)

1) คนมีใจดุร้าย ชอบฆ่าฟันทำลายชีวิต เกิดชาติหน้าจะมีอายุสั้น

2) คนใจร้าย ชอบทรมานสัตว์ให้ลำบาก เกิดชาติหน้าจะเป็นคนมีโรคมาก

3) คนมักโกรธ ถูกว่านินทาบ่อยก็โกรธ ชอบผูกอาฆาตพยาบาท เกิดชาติหน้าจะเป็นคนมีรูปร่างไม่สวย ผิวพรรณไม่ดี

4) บุคคลผู้มีใจริษยาต่อลาภ ยศ สรรเสริญหรือความสุขของคนอื่น เกิดชาติหน้าจะเป็นคนมีวาสนาน้อย

5) คนที่ตระหนี่ ไม่เคยให้สิ่งใดเป็นทาน ไม่เคยทำประโยชน์แก่สังคม เกิดชาติหน้าจะเป็นคนยากจน

²⁹ ชุ.ธ.อ. (ไทย) 40/11/179.

³⁰ ส.ส. (ไทย) 15/55/69.

³¹ แสง จันทร์งาม, พุทธศาสนวิทยา, (กรุงเทพมหานคร: บรรณาคาร, 2512), หน้า 167-168.

6) คนที่เยื่อหุ้มหัวใจไม่เคาะพกราบไหว้วบุคคลที่ควรเคาะพกราบไหว้ว เกิดชาติหน้าจะเป็นคนมีตระกูลต่ำ

7) คนที่ไม่สนใจใฝ่หาความรู้ ไม่ชอบเข้าไปหาสมณะพรหมณ์ ไม่ชอบได้ถามความรู้กับบัณฑิตทั้งหลาย เกิดชาติหน้าจะเป็นคนโง่ ไม่ฉลาด³²

กรรมดีกรรมชั่วกับผลที่ได้รับดังกล่าวมานี้ เป็นไปตามกฎแห่งกรรมนิยาม ซึ่งเป็นเรื่องเห็นกันอยู่ทั่วไปในสังคมปัจจุบัน ในความไม่เท่าเทียมกัน ไม่เหมือนกันของคนในสังคมทั่วไป ผู้สร้างเหตุดีย่อมได้รับผลดีตอบแทน ผู้สร้างเหตุไม่ดีย่อมได้รับผลไม่ดีตอบแทนดังพระพุทธพจน์ว่า

มานพ คนบางคนในโลกนี้ จะเป็นสตรีก็ตาม บุรุษก็ตาม เป็นผู้มักทำชีวิตสัตว์ให้ตกลงไป เป็นคนเหยียดโหด มีมือเปื้อนเลือด หมกมุ่นอยู่ในการประหารชีวิตสัตว์ ไม่เอ็นดูเหล่าสัตว์...หากตายไปยังไม่เข้าถึงอบายทุกคติ วิถีบาต นรก ถ้ามาเกิดเป็นมนุษย์ เกิด ณ ที่ใด ในภายหลัง ย่อมเป็นคนมีอายุสั้น³³

จากพระพุทธดำรัสที่กล่าวมานี้ชี้ให้เห็นว่า วงจรของกรรมและผลของกรรมมีความสัมพันธ์กัน เป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน ตามหลักกรรมนิยามขึ้นอยู่กับการกระทำของบุคคลผู้นั้น ใครทำกรรมใดไว้ก็ย่อมได้รับผลเช่นนั้น ทำให้คนเข้าใจเรื่องเหตุผลการการเกิดกรรม เข้าใจในชีวิตของตนเองมากขึ้น เหตุที่มีความแตกต่างกันนั้น เพราะกรรมและผลของกรรม เมื่อมีคนเข้าใจมากขึ้น ก็ย่อมจะประกอบกรรมปัจจุบันให้ดี เพราะผลของกรรมจะสัมพันธ์กับเหตุเสมอทำให้คนไม่เกิดความท้อถอยในชีวิต และมีความเข้มแข็งที่จะสู้ต่อไป

6. สรูป

วิบาก หมายถึงผลกรรมที่เกิดจากกรรมที่ทำไว้ก่อน ไม่ว่าจะป็นกรรมดี หรือกรรมชั่ว ล้วนมีวิบากเป็นผลทั้งสิ้น วิบากจะเป็นประดุจเงาติดตามกรรม โดยมีกรรมเป็นเหตุและวิบากเป็นผลเสมอ ในสังคิตีสูตรแบ่งบุคคลที่จะต้องรับกรรม (วิบาก) ตามที่ตนได้กระทำไว้ 4 ประเภท คือ 1. ตโม ตมปรายโน คือ ผู้มีตมา และมีตไป 2. ตโมโชติปรายโน คือ ผู้มีตมา แต่สว่างไป 3. โชติ ตมปรายโน คือ ผู้สว่างมา แต่มีตไป 4. โชติ โชติปรายโน คือ ผู้สว่างมา และสว่างไป การที่สัตว์โลกต้องเสวยกรรมในปัจจุบันนี้ ต้องเคยได้ทำสาเหตุให้เกิดกรรม หากว่าได้ทำกรรมดีเอาไว้ในชาติก่อน ก็จะทำให้เกิดมามีฐานะดี มีผู้คอยช่วยเหลือเป็นต้น ในชาติปัจจุบัน จึงเปรียบเสมือนผู้ที่สว่างมา แต่ถ้าเคยทำกรรมชั่วในชาติก่อน เกิดมาในชาติปัจจุบันอย่างอึดอัด ขัดสน เสวยความทุกข์ แทบจะไม่มีโอกาสได้ทำความดี จึงเปรียบเสมือนผู้ที่มีตมา คือต้องเสวยกรรมชั่วที่ตนเองได้ก่อเอาไว้วิบากหรือการให้ผลของกรรม เรียก อีกอย่างหนึ่งว่า วิปากกรรม แปลความหมายตามตัวอักษรก็ คือ ผลของกรรม เปนคำกลางๆ โดยผลของกรรมชั่วก็จะเรียกว่า อุกุศลวิปากกรรม ถ้าเป็นผล ของกรรมดีก็จะเรียกว่า กุศลวิปากกรรมซึ่งกรรมที่กระทำไปนั้นไม่ว่าจะเป็นผลของกรรมดีหรือ ผลของกรรมชั่วก็ตาม ตามกฎแห่งเหตุผลของธรรมชาติแล้วย่อมมีเหตุปัจจัยช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้ดีขึ้นหรือเลวลง

นิยาม 5 ประการของวงจรวิบากที่มีผลต่อการให้ผลกรรมคือ 1. กรรมนิยาม 2. อุตุนิยาม 3. พีชนิยาม 4) จิตตนิยาม 5, ธรรมนิยาม วงจรวิบากหรือเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกรรมเหล่านี้ เป็นสิ่งที่จะเกิดขึ้นได้ตามเหตุปัจจัย ดังนั้น ในบางที่เราทำกรรมดีก็จริงอยู่ แต่ถ้าอยู่ในสภาพแวดล้อมที่กรรมดีนั้นสามารถส่งผลได้ พระพรหม

³² แสง จันทรงาม, พุทธศาสนวิทยา, หน้า 167-168.

³³ ม.อ. (ไทย) 14/290/350.

คุณภรณ์จึงให้พิจารณาเรื่องสมบัติ 4 และวิบัติ 4 ไปด้วยในขณะที่ทำกรรมดี เพื่อไม่ให้เกิดมิจฉาทิฐิวินิจฉัยว่า ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป และเพื่อไม่ให้ตนเองตกอยู่ในอบายภูมิต่อไป วิบากตามที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงนั้นเป็นสิ่งที่สามารถให้ผลไปในลักษณะต่างๆ ตามกรรมที่ได้ก่อไว้ และเมื่อกรรมนั้นเกิดขึ้นมาก็ต้องมีการตั้งอยู่และดับไปตามเหตุปัจจัย ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสถึงกรรม และการปฏิบัติเพื่อให้ถึงความดับกรรมในนิพเพธิกสูตรว่า เรา กล่าวเจตนาว่าเป็นตัวกรรม บุคคลคิดแล้ว จึงกระทำด้วยกาย วาจา ใจ สิ่งที่เกิดขึ้นโดยมีเจตนาจะทำให้เกิดกรรมอย่างแน่นอน และจะเป็นเหตุให้ต้องเสวยวิบากกรรมกันต่อไปตามกรรมที่ก่อไว้



เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.
- _____. **อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. โรงพิมพ์วิญญูณ. 2532 – 2534.
- จำลอง สารพัดนึก. **พจนานุกรม บาลี-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: เรืองปัญญา. 2548.
- ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น. 2542.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). **เชื่อกกรรม รู้กรรม แก่กรรม**. กรุงเทพมหานคร: เคล็ดไทย. 2551.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์** พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2546.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. 9 ราชบัณฑิต. **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสตร์ ชุด คำวัด**. กรุงเทพมหานคร: วัดราชโอรสาราม. 2548.
- พันตรี ป. หลงสมบุญ (ประยุทธ์ หลงสมบุญ). **พจนานุกรม มคธ-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : เรืองปัญญา. 2540.
- พุทธทาสภิกขุ. **แกนพุทธศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา. 2540.
- แสง จันทร์งาม. **พุทธศาสนวิทยา**. กรุงเทพมหานคร: บรรณาคาร. 2512.
- อัมพร หุตะสิทธิ์. “กรรม 12 และการให้ผล”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. โครงการบัณฑิตศึกษา: สถาบันราชภัฏธนบุรี. 2546.



พินิจ “ขณะปัจจุบัน” ในฐานะสภาพปรมาัตถ์เพื่อการเจริญวิปัสสนา

พระมหาชาติ ฐานชิต¹ และ รศ.ดร.สุกิจ ชัยมุสิก²

¹มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

²มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Email: chan10880@gmail.com

รับต้นฉบับ 22 กันยายน 2562; แก้ไข 10 ตุลาคม 2562; วันที่เผยแพร่ 31 ธันวาคม 2562

บทคัดย่อ

บทความนี้ต้องการพิจารณาที่ *ปัจจุบันขณะ* ในส่วนของปรมาัตถ์และกระบวนการปฏิบัติโดยใช้ปัจจุบันขณะเป็นฐานของการพิจารณาขั้นห้าเพื่อให้เกิดปัญญาญาณเห็นไตรลักษณ์ซึ่งจะนำไปสู่การรู้แจ้งสภาพความเป็นจริงจนเกิดเปลี่ยนแปลงของจิต ความคิดและการแสดงออกทางกายกระทำทางกายและวาจา จุดยืนของพระพุทธศาสนาถือการยืนยันว่า *ความจริงปรมาัตถ์ดำรงอยู่เพียงชั่วขณะ* (Momentariness) ปัจจุบันขณะยังเป็นกุญแจสำคัญในการพัฒนาจิตตามหลักวิปัสสนาจนรู้แจ้งความเป็นจริงไม่ให้จิตหลงอยู่ในการยึดติดสิ่งต่าง ๆ ทั้งส่วนที่เป็นปัจจุบันหรือผูกพันอยู่กับภาคความคิดปรุงแต่งอดีตและอนาคตซึ่งผูกมัดจิตด้วยอำนาจของต้นหาความเห็น ปัจจุบันขณะเป็นฐานของการพัฒนาจิตเพื่อให้เกิดวิปัสสนาญาณ โดยพินิจดูจนรู้ความเป็นไปของสิ่งที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบันอย่างที่มีนัยเป็น (As they really appear) สรรพสิ่งถูกรวมอยู่ในช่วงเวลา *ขณะ* ที่เป็นปัจจุบันเท่านั้น หากเผลอหลงจนคิดเลยไปมากกว่าปัจจุบันขณะจะเกิดขึ้นเมื่อขาดสัมปชัญญะและสติตามกำกับภาวะของความเป็นปัจจุบันขณะ *ปัจจุบันขณะไม่ใช่เรื่องของเวลา* ซึ่งเป็นตัววัตถุวิสัยและสมมติ แต่เป็น *การทำงานของขั้นห้า* ซึ่งเป็นภาวะของการรวมปรากฏการณ์ทั้งหมดอยู่ใน *ช่วงขณะของจิตเกิดดับ* ในขณะที่ภาวะปัจจุบันขณะเป็นอตวิสัยและปรมาัตถ์ การคิดเอาปรากฏการณ์หนึ่งสืบเนื่องกันจนเกิดความเข้าใจผิดว่า *เป็นสิ่งมีอยู่อย่างหนึ่งในฐานะตัวตน* เมื่อปรากฏการณ์หนึ่งเกิดขึ้นก็ทำให้เกิดอีกปรากฏการณ์หนึ่งตามมาอย่างเป็นเหตุผลคือเป็นปัจจัยสืบต่อเนื่องกัน (สันตान) การเกิดของขณะหนึ่งและต่อเนื่องอีกขณะหนึ่งคือจิตรวมเป็นอันหนึ่งเดียวกับการเกิดดับ ไม่ใช่ผู้เข้าไปเห็นความเกิดดับ มิเช่นนั้นจิตจะหลงไปกับความคิดว่าตนเองเห็นความเกิดดับ ในการปฏิบัติจิตต้องเป็น *หนึ่งเดียวกับการเกิดดับ* ความจริงของปัจจุบันขณะจึงสิ่งจริงแท้ของจิตและสรรพสิ่ง ณ ขณะปรมาัตถ์ โลกและจิตจึงดำรงอยู่เพียงชั่วขณะซึ่งต้องเป็นประสบการณ์ที่เชิงอตวิสัยของผู้เจริญวิปัสสนาไม่ใช่วัตถุวิสัยซึ่งเกิดจากความคิดปรุงแต่งทั้งหลายเป็นเพียงสมมติบัญญัติภาษา

คำสำคัญ: ปัจจุบันขณะ ปรมาัตถ์ วิปัสสนาภาวนา อตวิสัย วัตถุวิสัย

Reconsidering “Momentariness” as Savabhava of Absolute Truth for Insight Cultivation

Phramaha Jit Thānjitto¹ and Assoc. Prof. Dr. Sukit Jaimusik²

¹Mahachulalongkornrajavidyalaya University Palisuksa Buddhagosa Campus

²Mahamakut Buddhist University

Email: chan10880@gmail.com

Retrieved September 22, 2019; Revised October 10, 2019; Accepted December 31, 2019

Abstract

This article aims to present the concept of ‘momentariness’ as the absolute truth analyzing both the principle and the process of mental development based on insight meditation in order to create wisdom, it is to experience Tilakkhana which will lead to enlightenment.

Buddhism ontologically stands on insisting the momentary absolute truth. It is the key for mental development for realizing the truth preventing delusion and attachment in both of past and future involvement caused by the power of desire, wrong view. The momentariness can be applied for seeing the coming and going objects presenting at right now as they really appear. It may find that everything is included within on moment. If one falls to follow the thought over the present moment, he will fall to grasp other emotions without mindfulness and awareness. The momentariness is not the time which is objective and conventional but the functioning of five aggregates included all phenomena within the moment of rise and fall of consciousness while the momentariness is subjective and absolute. Thinking on separating one situation to another situation continuously causes the wrong view on linking them as Self. It is obvious that one situation arises and falls, then generating another situation as one moment with consciousness. This is consciousness’ function not concern about the thinker who sees rise and fall. In practical aspect, there must be unity of all of rise and fall, world existence, thought, mind, matter as the absolute truth within one momentariness, therefore it must be subjective not objective (thought) caused by conventional language to practitioners.

Keywords: Momentariness, Absolute truth, Insight Development, Subjective, Objective



1. บทนำ

หลักความจริงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดของคำสอนพระพุทธศาสนา ซึ่งจำแนกเป็นทั้งส่วนที่เป็นจุดยืนของจิต และกระบวนการปฏิบัติ ภาวะของความเป็นจริงนี้มีลักษณะสำคัญคือ ต้องเป็นสิ่งที่มิได้อยู่จริงสำหรับคนเรา ซึ่งพระพุทธศาสนาถือว่า การรู้แจ้งความจริง คือกระบวนการสำคัญที่ทำให้เกิดพุทธวิมุตติธรรมทั้งส่วนที่เป็นหลักการ (Principle) และหลักการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การแจ้งความจริง (Process) ซึ่งมุ่งไปที่เป้าหมายคือการหลุดพ้นจากความไม่รู้หรือโมหะ ซึ่งทำให้เกิดการแสดงออกที่ผิดแปลกต่าง ๆ ทั้งทางกาย วาจา และใจ ความไม่รู้อะไรเป็นจริงทำให้เกิดการเห็นผิด ยึดถือผิด ๆ เกี่ยวกับปรากฏการณ์ทั้งส่วนที่เป็นตัวจิตของแต่ละคนและอารมณ์ของจิต ที่มีการทับซึ่งนำไปสู่การคิดว่า เป็นตัวตน เรา เขา และสิ่งที่เป็นภาวะของตัวตนอื่น ๆ ที่ปรากฏขึ้นในโลก การมีอยู่ของตัวเราในฐานะของผู้รู้ (Knower) หรือตัวรับรู้นี้เป็นฐานที่ตั้งและเป็นผู้ยืนยันการมีอยู่ของตัวมันเองในฐานะปรมาตม¹ และสิ่งที่เกี่ยวข้องกับตัวมันเองในรูปของ จิต เจตสิก รูป และนิพพาน ซึ่งปรากฏในฐานะสิ่งสมมติซึ่งจิตคิดและสละวางอยู่กับเรื่องราว (ความคิด) และเหตุการณ์ซึ่งปรากฏในลักษณะรูปร่างต่าง ๆ ที่ปรากฏเป็นความหลากหลาย เป็นวัตถุต่าง ๆ สภาพความเป็นจริงคือ “ขณะปัจจุบัน” ซึ่งได้รวมเอาภาวะของความเป็นจริงให้เป็นหนึ่ง (เอกัคคตา) ของจิตกับวัตถุ ซึ่งทำให้จิตเกิดกำลังและเป็นอิสระมีอำนาจในการก่อให้เกิดสติปัญญาอยู่กับตัวเอง ซึ่งเป็นเนื้อหาหลักของการพัฒนาให้จิตเกิดความรู้แจ้งจนเป็นวิปัสสนาญาณเพื่อนำไปสู่การยกจิตให้อยู่เหนืออารมณ์ของโลกแห่งปรากฏการณ์และความคิดขุ่นวาย โดยการใช้หลักการรู้ตัวแบบโยนิโสมนสิการเพื่อจำแนกให้รู้ความเป็นขั้นซึ่งเป็นที่กำลังปรากฏ ณ ขณะปัจจุบัน ขณะปัจจุบันจึงมีความสำคัญในฐานะจุดยืนยืนยันความเป็นปรมาตมภาวะและกระบวนการพัฒนาจิตให้พ้นจากความทุกข์ถือเป็นความจริงที่รวมเอาจุดเริ่มต้นและเป้าหมายไว้ในตัวเองของมันจนเกิดภาวะเหนือการมีอยู่ของเวลาและเทศะแบบไม่มีเบื้องต้นและที่สุด(อนมัตตัคคะ)

2. ความหมายของคำว่า ปัจจุบันขณะ

คำว่า ปัจจุบันขณะ เป็นคำภาษาไทยแต่มีรากคำมาจากภาษาบาลีทั้งสองคำ คือ ปัจจุบัน มาจากคำว่า ปติ + อุป + อี (ไป ดำเนินไป) + ต แปลว่า ที่ดำเนินไปอยู่เฉพาะหน้า คำว่า ปติ หมายถึง เฉพาะหน้าคือเฉพาะที่จิตรับรู้ต่อหน้า คำว่า อุป หมายถึงภาวะของจิตในฐานะผู้รับรู้สิ่งที่ปรากฏอยู่เฉพาะหน้า อี ชาติ หมายถึง ดำเนินไป เป็นไป เดินทางไป ต่อเนื่อง นำไป บ่งถึงภาวะของจิตที่นำสภาพของขั้นทำให้ดำเนินไป (ซึ่งเป็นเรื่องของสังขารในเชิงความคิด) ต ปัจจัย บ่งถึงอดีตกาล ซึ่งบ่งภาวะจิตที่มีลักษณะเกิดและดับไปแล้ว คือว่าจิตที่ระลึกภาวะเกิดดับของจิตเป็นส่วนที่เป็นอดีตซึ่งยังเป็นสังขารอยู่ ภาวะจิตก็ยังถือเป็นปรมาตมจริงแม้เมื่อมีการคิดอยู่ คำว่าปัจจุบันตรงกับภาษาอังกฤษคือ Present ซึ่งหมายถึง การปรากฏตัว การมีอยู่ ซึ่งสอดคล้องกับความหมายตามภาษาบาลี ส่วนคำว่า ขณะ มาจาก ขณฺุ หี สาย+อ ขณะ ช่วงขณะ ช่วงเวลาติดนิ้วมือ 10 ครั้ง ขโนตตีติ ขโน เวลาที่เปียดเปียน (ชีวิต สัตว์) ชื่อว่า ขณะ มีรูปวิเคราะห์ว่า เอตถาติ ขโน เวลาที่เป็นกาล เลื่อมอายุของสัตว์ ชื่อว่า ขณะ (ชฺิ ขเย+ยุ, อาเทศยุ เป็น อน, น เป็น ณ, ลบ สระ หน้า)² เป็นไปในความหมายว่า ลื่นไป³ และ ยุ ปัจจัยในนามกิตก์ แปลง

¹ ขุนสรพรภิกขโกศล (โกวิท บัทมะสุนทร), **ลักษณะที่จุดกึ่งแห่งปรมาตมธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์, 2549), หน้า 6.

² พระมหาสมปอง มุทิโต, **อภิธานวรรณ** (อุตรธานี: ศูนย์วิปัสสนากรรมฐานนันทารธรรม, 2558), หน้า 104.

³ <http://www.palidict.com/พจนานุกรมบาลีไทย>, 19 กุมภาพันธ์ 2562

ยุ เป็น อน หรือ อนน เป็นรูป ฌณ แปลว่า การสิ้นไป ช่วงขณะเวลาหนึ่ง ซึ่งตรงกับภาษาอังกฤษคือ momentariness ข้อนี้บ่งชี้ความเป็นขณะหนึ่ง ๆ ของจิตที่ถูกแบ่งโดยสังขารคือความคิดปรุงแต่งให้มีความเข้าใจ (คิดปรุงแต่ง) จึงเป็น บ่อให้เกิดความคิดเป็นเวลายคือ อดีต ปัจจุบัน และอนาคต แต่ตัวของจิตเองมีฐานะตัวรู้อันที่เป็นอยู่และดำรงอยู่ของ ตัวจิตเองโดยปราศจากความคิดเห็นใด ๆ ดังนั้น ปัจจุบันขณะจึงเป็นฐานของปรมัตถ์อารมณ์ที่สัมพัทธ์และละสลิม อำนาจในการดำรงอยู่และพิจารณา จำแนกอารมณ์ที่มาปรุงแต่งได้ดีที่สุดและมีกำลัง มีจิตปรากฏชัดเจน ไม่หลงไหลตามอารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบจิตให้ไขว่ไขว่ หลงคิดไปตามจนติดยึดด้วยอำนาจของความหลง

3. จิตคือฐานที่ตั้งของปรมัตถ์ซึ่งดำรงอยู่ในปัจจุบันขณะ

จุดยืนที่สำคัญที่สุดของพระพุทธศาสนาคือหลักของคำสอนซึ่งตรงกับความเป็นจริงที่ว่า *สรรพสิ่งมีเหตุ ปัจจัยให้เกิดขึ้น* การเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยเป็นหลักการและเป็นบ่อเกิดของความเห็นซึ่งมีอิทธิพลต่อจิตในการสร้าง โลกทัศน์ต่อตนเองและสิ่งต่าง ๆ เพื่อนำไปสู่การมีความเข้าใจ (Understanding) ของการคิดเพื่อหาเหตุผล (เหตุ ปัจจัย) ในระดับของความคิด ส่วนการรู้แจ้งเป็นปรากฏการณ์เชิงการประสบ (Experience) ซึ่งเกี่ยวข้องกับ คุณสมบัติของจิตซึ่งมีภาวะอัตตวิสัยในฐานปรมัตถ์ ซึ่งส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสภาพของจิต ดังนั้นการศึกษา ความรู้แจ้งปัจจุบันขณะเป็นกระบวนการสำคัญของหลักธรรมเพื่อให้เกิดความเข้าใจโลกและตนเองอย่างถูกต้องจน จิตรู้แจ้งแจ่มแจ้งซึ่งสังขารด้วยตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะเด่นชัดที่สุดของพระพุทธศาสนาที่ต่างจากหลักศาสนาอื่น ๆ ในขณะที่คำสอนอื่นต้องการให้เชื่อในบางสิ่งที่อยู่เหนือมนุษย์และปรากฏการณ์แต่พระพุทธเจ้าสอนไม่ให้เชื่อสิ่งใด แต่ต้องมีประสบการณ์ความจริงปรมัตถ์เพื่อให้เกิดความรู้แจ้งที่ถูกต้อง

ธรรมชาติของปัจจุบันขณะมีความใกล้ชิดกับหลักไตรลักษณ์ โดยเฉพาะความเป็นสิ่งไม่เที่ยง (อนิจจัง) ซึ่งปรากฏอยู่ในคัมภีร์สำคัญของพระพุทธศาสนา คือ พระไตรปิฎก และคัมภีร์ชั้นอรรถกถา *ความเป็นไตรลักษณ์คือ ธรรมชาติของจิต* ในส่วนของหลักคำสอนของพุทธศาสนาฝ่ายมหายานเน้นเรื่องการศึกษาความเป็นปรมัตถ์ของจิต ซึ่งอาศัยความรู้เชิงวิภาษวิธี (Dialectic) เพื่อไม่ให้จิตตกอยู่ในอำนาจควบคุมของความคิดปรุงแต่งโดยเฉพาะ โครงสร้างภาษา จึงไม่สนใจเรื่องหลักการปฏิบัติเชิงหลักการ เนื่องจากหลักการเป็นหลักของความคิด เมื่อความคิด ได้รับอิทธิพลของภาษาย่อมสร้างจินตนาการเพื่อให้ตนเองได้เป็นเจ้าของภาวะของความคิดจนลืมนำไปว่า สิ่งที่เป็น หลักการของความคิดนั้นเกิดจากภาษาซึ่งเป็นเพียงสิ่งบัญญัติเท่านั้น ไตรลักษณ์จึงไม่ใช่เพียงกฎเพื่อทำให้จิตรู้ตัว เองเท่านั้น แต่เป็นความจริงของจิตเองโดยตัวมันเอง ความคงอยู่ชั่วขณะและมีอยู่ ดับไปเป็นกระบวนการที่ สมบูรณ์สิ้นสุดในตัวมันเอง หลักปัจจุบันขณะจึงเป็นตัวปรมัตถ์ธรรมสมบูรณ์โดยตัวมันเอง ไม่ใช่เป็นเครื่องมือ นำไปสู่สิ่งอื่นใดทั้งสิ้น สภาพปรมัตถ์ธรรมคือ จิตซึ่งเป็นประธานของกิจกรรมและการมีอยู่ทั้งหลาย โดยปรมัตถ์ จิต คือ สภาพารมณ์ หมายถึง การรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มาปรากฏทางใจโดยผ่านทวารทั้ง 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ความจริงแล้วการเห็นคือ การที่จิตรับรู้โดยผ่านตา การได้ยินเป็นการที่ จิตรู้เสียงโดยผ่านหู การรู้กลิ่นเป็นการที่จิต รู้กลิ่นโดยผ่านจมูก การลิ้มรสเป็นการที่จิตรู้รสโดยผ่านลิ้น การสัมผัสเป็นการที่จิตรู้สัมผัสโดยผ่านร่างกาย และ การรู้มโนสัมผัสเป็นการที่จิตรับรู้โดยผ่านใจ

“ตถาคตเรียกสิ่งนี้ว่า จิตบ้าง มโนบ้าง วิญญาณบ้าง จิตเป็นต้นนั้นดวงหนึ่งเกิดขึ้น ดวงหนึ่งดับไป ตลอด ทั้งคืนและวัน เปรียบเหมือนสิ่งเมื่อเที่ยวไปในป่าเล็กละป่าใหญ่จับกิ่งไม้ ปล่อยกิ่ง นั้นแล้ว ย่อมจับกิ่งอื่น

ปล่อยทิ้งนั้นแล้วยอมจับกิ่งอื่นต่อไป ฉะนั้นตถาคตจึงเรียกสิ่งนี้ว่า จิตบ้างมโน บ้าง วิญญาณบ้าง จิตเป็นต้นนั้น
ดวงหนึ่งเกิดขึ้น ดวงหนึ่งดับไป ตลอดทั้งคืนและวัน”⁴

หลักการคิดเรื่อง การดำรงอยู่ของจิตชั่วขณะจึงเป็นจุดยืนสำคัญซึ่งบ่งภาวะอัตวิสัยซึ่งสอดคล้องกับ
ลักษณะความจริงที่ค้นพบโดยนักวิทยาศาสตร์ที่วิเคราะห์สภาพสิ่งปรากฏการณ์ภายนอกเป็นสิ่งแวดล้อมและ
เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาในรูปของควันทัมฟิสิกซ์ ซึ่งการปรากฏตัวของลักษณะดังกล่าวสอดคล้องกับการดำรง
อยู่ของสิ่งเคลื่อนไหวที่ชี้ไปที่ความเป็นสิ่งไม่เที่ยงของจิตในฐานะตัวรับรูปรูปปรากฏการณ์ข้างนอกซึ่งบ่งถึงความเป็น
ปริมาณ ขนาด จนมาสนใจธรรมชาติของจิตตัวผู้รู้จึงเป็นสิ่งสุดท้ายหรือเป้าหมายของการมองหาคคุณค่าหรือ
ความสำคัญกับจิต จิตกับอารมณ์ของจิตโดยปรมาัตถ์แล้วไม่แยกจากกันเป็นแต่เพียงความคิดเท่านั้นทำให้เกิดการ
แยกเป็นวัตถุและจิตต่างกัน จึงไม่จำเป็นต้องแสวงหาพระเจ้าผู้สร้างโลกหรือจักรวาลอย่างเช่นศาสนาในกลุ่ม
เทวนิยม เมื่อเป้าหมายไกลจากตนเองคือไม่ใช่จิตเองยอมเป็นการยากในการพบความบริสุทธิ์ของจิต

ราชกฤษณ์กล่าว “แนวคิดเชิงการเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง (หรืออนิจจัง) ซึ่งนำมาเปิดเผยโดย
พระพุทธเจ้าเมื่อ 2500 กว่าปีที่แล้ว ทำให้เราเข้าใจได้ลึกซึ้งซึ่งซึ่งได้มีการค้นพบโดยวิทยาศาสตร์สมัยใหม่และ
ความคิดท้าทายใหม่ ๆ สมัยปัจจุบันด้วย”⁵ ความเป็นอนิจจังของสรรพสิ่งจึงมีความเป็นสากลและเป็นสิ่งที่พิสูจน์ได้
ไม่ว่าจะเป็นคนชาติใดภาษาใด เผ่าพันธุ์ใดก็ตามยอมรับภาวะความเป็นจิตและการคิดได้ด้วยตนเอง นี่จึงทำให้หลักคำ
สอนของพระพุทธเจ้ามีความเป็นสากลและนำไปสู่ความพ้นจากมิชฌาทีฏฐิได้ อนิจจัง หมายถึงสิ่งที่ไม่เที่ยง ภาวะที่
เป็นอนิจจัง นั้น เรียกเป็นคำศัพท์ตามบาลีว่า อนิจจาตา หมายถึงลักษณะที่ แสดงถึงความไม่เที่ยงเรียกเป็นคำศัพท์
ว่าอนิจจลักษณะสังขารทั้งหลายเป็นทุกข

อนิจจัง เป็นลักษณะที่ 1 ในไตรลักษณ์ ซึ่งโดยทั่วไปถือเอา เป็นรากฐานของลักษณะที่ 2 และ ที่ 3 คือ
ทุกขังและอนัตตา⁶ เมื่อจิตเริ่มรู้เห็นความเป็นอนิจจังแล้วยอมนำไปสู่กระบวนการต่อไปคือ สภาพที่ทนอยู่อย่างเดิม
ไม่ได้นานาคือ ทุกขัง เมื่อเห็นความเปลี่ยนแปลง ชัดแย้งต่อความต้องการของตนยอมปล่อยวางไปสู่ภาวะของความ
เป็นของไม่ใช่ตน ไม่เกี่ยวข้องกับตน คือ อนัตตา ในเชิงหลักการ ส่วน ไตรลักษณ์ในเชิงปรมาัตถ์คือการปฏิบัติเป็น
ประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติเองเมื่อเห็นจิตและสรรพสิ่งรวมเป็นหนึ่งเดียวยอมไม่ดิ้นรนอยากให้เป็นไปตามอำนาจของ
ความอยากของตน เพราะสรรพสิ่งเชื่อมโยงหรือเป็นของจิตอยู่แล้ว พระพุทธเจ้าพระองค์ทรงได้สอนภาวะของความ
ไม่เที่ยง การดำรงอยู่ชั่วขณะของจิตและสรรพสิ่ง จนในสมัยต่อมาได้กลายเป็นหลักการปฏิบัติคือภาวะ “ปัจจุบัน
ขณะ” อย่างเป็นระบบเพื่อสร้างระบบปรัชญาแบบพุทธที่แตกต่างในรูปของกลุ่มคำสอนต่าง ๆ โดยหลักการทั่วไป
แล้วยังเหมือนกับต่างกันแต่วิธีการของการเข้าถึงการรู้แจ้ง จนได้พัฒนาการเป็นหลักคำสอนเชิงปรัชญาสมบูรณ์ใน
ภายหลังจากที่พระพุทธเจ้าทรงปรินิพพานแล้ว และส่งผลต่อมายังรุ่นหลังที่บ่งกันชัดเจนเป็นฝ่ายหินยานและ
มหายาน ในขณะที่หินยานยอมรับหลักการเดิมและใช้วิธีการเชิงปรัชญาขณิกวาท คือสรรพสิ่งดำรงอยู่เพียงชั่วขณะ
และแบ่งหลักการปฏิบัติไว้แยกต่างหากจนเป็นลักษณะฝ่ายบรรพชิตซึ่งเน้นการปฏิบัติเพื่อละทางโลก และฝ่าย
คฤหัสถ์ซึ่งยังติดอยู่ในโลก ทำให้เกิดการเน้นเรื่องการปฏิบัติเพื่อการรวมจิตให้เป็นหนึ่งก่อนพิจารณาเห็นไตรลักษณ์
ส่วนปัจจุบันขณะฝ่ายมหายานเน้นไปที่ความเป็นปรมาัตถ์ธรรมของจิตโดยตรง จึงไม่มีการแบ่งแยกออกเป็นสองฝ่าย

4 ส. น. (ไทย) 16/61/116.

5 S. Radhakrishnan, *Indian Philosophy*, Vol., I., Second Edition, (London: Oxford University Press), 2009, p. 367.

6 Malalasekera G.P., *Encyclopaedia of Buddhism Volume I*, (Srilanka: the Government of Ceylon, 1961), หน้า 657.

แต่เป็นลำดับขั้นของการรู้แจ้งสามารถเกิดขึ้นได้ทุกขณะไม่จำเพาะหรืออยู่ในภาวะใด โดยพัฒนาเป็นหลักสัญญาและจิตตามตราโดยเน้นไปที่หลักญาณวิทยาเน้นความรู้เชิงตรรกศาสตร์มากกว่าจริยศาสตร์ การเกิดขึ้นของการปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงนิพพานาจึงได้รับการพัฒนาช่วงหลัง⁷

หลักการเชิงเหตุผลของการนำเสนอหลักปัจจุบันขณะคือ การอ้างหลักการที่เกี่ยวกับการมีอยู่เพียงชั่วขณะหนึ่งตามหลักเหตุผล โดยความสามารถของภาวะที่เป็นการสร้างสิ่งหนึ่งให้เกิดขึ้นมีผลต่อสิ่งหนึ่งให้เกิดสืบเนื่องกันไปในฐานะของภาวะหนึ่ง (สัจ) ของสิ่งปรากฏ สิ่งที่ไม่เคยมีเลยเช่น หนวดเต่า เขากระต่ายไม่ไม่สามารถส่งผลให้เกิดสิ่งใด ๆ ได้ อย่างที่สองคือ ถ้าตัวตนเป็นสิ่งเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา คือทุกขณะ แล้วก็จะเป็นการยากในการอธิบายข้อเท็จจริงของภาวะความจำ (Memory) ซึ่งปรากฏการณ์ของปัจจุบันขณะเป็นสิ่งที่ทุกคนมีประสบการณ์และเป็นปัจจุบันเสมอ พิสูจน์ได้ด้วยตนเอง

ตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ถือว่า ไม่มีสิ่งที่เป็นภาวะ หรือตัวตนใดเป็นสิ่งคงอยู่ถาวรเกินขณะหนึ่งได้ มีแต่ภาวะแห่งความกลายมาเป็น (Becoming) อยู่ตลอดเวลา ภาวะที่คนเข้าใจว่าเป็นตัวตนนั้นเป็นสิ่งที่ไม่สามารถดำรงอยู่ได้คงเดิมตลอดเวลา แต่มีเหตุปัจจัยให้เกิดการเปลี่ยนแปลง คือการคิดปรุงแต่งและการกระทำ ซึ่งเป็นการแสดงออกของจิตอยู่ตลอดสืบเนื่องกัน จึงเป็นสิ่งดำรงอยู่เพียงชั่วขณะ เกิดแล้วก็ดำเนินไปสู่การเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งใหม่ มิใช่แต่ปรากฏการณ์ของจิตเท่านั้นสิ่งที่ดูเหมือนเป็นวัตถุภายนอกทั้งส่วนที่ไม่มีจิตวิญญาณและส่วนที่เป็นชีวิตมีจิตวิญญาณก็มีการเปลี่ยนแปลงไปด้วยตลอดเวลา แต่ในสภาพปรมาตมัยยังปรากฏเป็นความต่อเนื่องและเป็นอารมณ์ของจิต แต่คนที่ไม่เข้าใจหลักการและกำลังปฏิบัติวิปัสสนาย่อมไม่สามารถรู้แจ้งอารมณ์ความเป็นจริงดังนี้ได้ จึงเข้าใจว่ามีตัวตนถาวรซึ่งเป็นจุดยืนของการแสดงให้เห็นภาวะของมิจฉาปฏิริยาตามหลักพระพุทธศาสนาที่สำคัญยิ่ง และเป็นสิ่งที่จะต้องถูกเปลี่ยนแปลงให้เกิดสัมมาปฏิริยา⁸

“คำสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า ความจริง เปนกระบวนการปรุงแต่งซึ่งเป็นสังขตะ อาศัยสวप्นประกอบซึ่งแยกได้ 2 ส่วน ไคแก ความเปนอิสระและธรรมชาติ ที่เกิดขึ้นเองตามสภาพะ ถึงแมจะจะมีเหตุการณ์อยู่ในความยั่งยืนถาวรของชีวิต นั้นเปนเพียงสมมติ แต่เนื้อหาของหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับ อนิจจัง คือความไม่เที่ยง”⁹

อนิจจังลักษณะ คือ ลักษณะแห่งความไม่เที่ยงของ สิ่งทั้งหลาย ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม เมื่อเห็นความไม่เที่ยงของรูปธรรมนามธรรมแล้ว ก็จจะรู้ ต่อไปว่า ความไม่เที่ยงของรูปธรรมนั้น เปนความทุกข์ ของรูปธรรมอีกด้วย ซึ่งก็หมายถึง การมองเห็น ทุกข์ลักษณะพร้อมไปกับอนิจจังลักษณะด้วย ดังพระบาลีว่า ยทนิจจํ ตํ ทุกฺขํ สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้น เปนทุกข์ทุกข์ลักษณะจึงตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งอนิจจังลักษณะ¹⁰ อนิจจังลักษณะ และทุกข์ลักษณะที่มีปรมาตมอารมณ์นั้นเปนโฉน บุคคลใดเพียรเพ่งพิจารณาชั้น 5 อยู่อย่างไมขาดสาย จนเกิดความรู้สึกอย่างชัดเจนว่าเมื่อรูปกระทบตา อาการเห็นเกิดขึ้น ขณะหนึ่งแล้วก็ดับไป เมื่อกลิ่นกระทบจมูก อาการรู้สึกเกิดขึ้นขณะหนึ่งแล้วก็ดับไป เมื่อเย็น ร้อน อ่อน แข็ง กระทบกาย อาการสัมผัสเกิดขึ้นขณะหนึ่งแล้วก็ดับไป เมื่อธรรมารมณกระทบใจ

⁷ M. Hiriyanna, *Outlines of Indian Philosophy*, (New Delhi: Motilal Banarsidass Pub. 2005), p. 144.

⁸ Rhys Davids, *Early Buddhism*, (London: Constable@ company Ltd., 2016) pp. 56–57.

⁹ Jacobson Nolan Pliny, *Understanding Buddhism*, (Southern Illiniis University Press Carbondale and Edwardsville), 1986, p. 49.

¹⁰ ส.ช.(บาลี) 17/15/19, 18/1/1.

อาการรู้สึก เกิดขึ้นขณะหนึ่งแล้วก็ดับไป ธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นขณะหนึ่งแล้วก็ดับไป ดังกล่าวนี้อันนี้ ลักแต่ว่าเป็นสภาวะ หาใช้มีสัตว์บุคคลเป็นผู้เห็น ไตยีน โดกลีน รุส รุสสัมผัส โดณิกคิตตออย่างใดโม และโดยที่ สภาวะเหล่านี้เกิดขึ้นแล้วดับไปนี้แหละเรียกว่า อนิจจัง คือ ความไม่เที่ยง

แนวคิดเรื่องความเป็นอนิจจังปรากฏแม้ในสมัยกรีกโบราณคือ เฮราคลิตุสกล่าวว่า“ทุกสิ่งทุกอย่างเลื่อนไหลไป เบนกระแส” ดูดั่งสายน้ำลำธารที่นับวันแต่จะไหลไปอย่างไม่มีวันหยุดนิ่ง ในโลกนี้ไม่มีสิ่งใดเที่ยงแท้ คงที่แม้ชั่วเวลาอันสั้น เฮราคลิตุสอธิบายเรื่องนี้ไว้อย่างคมคายว่า “ทานไม่สามารถถ่วงลงในแม่น้ำสายเดียวกันได้ถึงสองครั้งเพราะน้ำไม่ไหลมาที่ตัวเราตลอดเวลา”¹¹ “อะไรก็ตามที่มีการเกิดล้วนมีความดับทำลายไปเป็นธรรมชาติ พระพุทธเจ้าพระองค์ทรงสร้างหลักสัมมาทิฐิทางตรรกะไว้กับหลักการดำรงอยู่ชั่วขณะของชีวิตและสรรพสิ่งในโลกไว้ในหลักคำสอนเรื่องอนิจจัง”¹²

หลักการพิสูจน์ความเป็นปัจจุบันขณะในรูปของอนิจจัง ปรากฏในคัมภีร์สำคัญที่บ่งภาวะของอนิจจังซึ่งเป็นหลักการเชิงสมมติบัญญัติเพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องคือ “ที่ชื่อว่าอนิจจัง ก็เพราะเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้ยั่งยืนคงอยู่ ตลอดไป(อนจนฺตนิคตตาย) และเพราะเป็นสิ่งที่มีความเริ่มต้นและความสิ้นสุด (มีจุดเริ่มและมีจุดจบ, อาทิอนฺตวนฺตตาย)”¹³ “ชื่อว่าอนิจจัง เพราะเกิดขึ้นเสื่อมสลายและกลายเป็นอย่างอื่น หรือเพราะมีแลแล้วก็ไม่มี (อุปฺปาทวญฺญตฺตมาวา หุตฺวา อภาวโต วา)”¹⁴ แต่ที่ถือว่าทานประมวลความหมายต่างๆ มาแสดงไว้โดยครบถ้วนก็คือ การแสดงอรรถแห่งอนิจจตาเป็น 4 นัย หมายความว่าอนิจจังด้วยเหตุผล 4 อย่างคือ 1) อุปฺปาทวญฺญตฺตโต เพราะเป็นไปโดยการเกิดและการสลาย คือเกิดดับ ๆ มีแลแล้วก็ไม่มี 2) วิปริณามโตเพราะเป็นของแปรปรวน คือ เปลี่ยนแปลงแปรสภาพไปเรื่อย ๆ 3) ตาวกาลิกโตเพราะเป็นของชั่วคราว อยู่ได้ชั่วขณะ ๆ 4) นิจฺจปฏิกฺเขปโต เพราะแยงต่อความเที่ยง คือ สภาวะของมันที่เป็นสิ่งไม่เที่ยงนั้นขัดกันอยู่ในตัวกับความเที่ยงหรือโดยสภาวะของมันเอง ก็ปฏิเสธความเที่ยงอยู่ในตัว เมื่อมองดู ฐเห็นตรงตามสภาวะของมันแล้ว ก็จะไม่พบความเที่ยงเลย ถึงคนจะพยายามมองให้ เห็นเป็นเที่ยง มันก็ไม่ยอมเที่ยงตามที่คนอยาก จึงเรียกว่ามันปฏิเสธความเที่ยง¹⁵

ไตรลักษณ์ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นการมองโดยลึกซึ่งถึงสภาพสังขารทั้งปวง โดยใชปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเช่น พิจารณาเบญจขันธ์ด้วยวิปัสสนา เช่น อนิจฺจํ (สิ่งที่ไม่เที่ยง) พิงฺทราบอนิจฺจตา (ความไม่เที่ยง) พิงฺทราบอนิจฺจานุสฺสนา (การพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง) พิงฺทราบอนิจฺจานุสฺสี(ผู้พิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง) กอนใน 4 บทนั้น อนิจฺจํ (สิ่งที่ไม่เที่ยง) ไตแกปญฺจขันธ์ อนิจฺจตา (ความไม่เที่ยง) ก็ไต่แกความคิดขึ้นเสื่อมไปและแปรอันไปหรือความที่มีแลแล้วก็ไม่มีแห่งปญฺจขันธ์เหล่านั้นและ อนิจฺจานุสฺสนา คือการพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยงในขันธ์ทั้งหลายมีรูป เสนอาทิ ด้วยอำนาจแห่งอนิจฺจตา เพราะไม่ได้มนสิการความเกิดและความดับเพราะถูกสันตติ คือความสับสนหรือความแปรไปอย่างต่อเนื่องปดบังไว้ อนิจฺจลักษณะจึงไม่ปรากฏ ดังพระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า “เมื่อใดอริยสาวก

¹¹ พระราชวรมุนี(ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **ปรัชญากรีก บ่อเกิดภูมิปัญญาตะวันตก**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สยาม, 2542), หน้า 53.

¹² S. Radhakrishnan, **Indian Philosophy**, Vol I, Second Edition, P. 368.

¹³ **วิสุทธิ.3/237.**

¹⁴ **วิสุทธิ.3/275.**

¹⁵ **วิสุทธิ.3/246**

พิจารณาเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง เมื่อนั้น ย่อมหน่ายในทุกข นั่นเป็นทางแห่งความบริสุทธิ์¹⁶

หลักการความเป็นจริงของปัจจุบันขณะซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับความเป็นจริงของจิตและสรรพสิ่งเชิงความเข้าใจหลักเพื่อความเข้าใจอย่างถูกต้อง นำไปสู่การกระบวนกรฝึกจิตให้เกิดสัมมาทิฐิและเป็นสิ่งเดียวกับภาวะแห่งปัจจุบันด้วยการรู้ความเป็นจริงโดยอาศัยการใช้สัมปชัญญะและสติให้เห็นภาวะของไตรลักษณ์

4. กระบวนกรพัฒนาจิตโดยการรู้ตัวอยู่ ณ ปัจจุบันขณะ

ในการพัฒนาจิตเพื่อให้เป็นหนึ่งเดียวกับปรมาตม์คือให้รู้ตนในภาวะของปัจจุบันขณะซึ่งเป็นปรมาตมธรรมนั่นเองไม่ต้องทำสิ่งอื่นใด เพียงแต่รู้มีสติสัมปชัญญะรู้ตัวเองทุกขณะโดยปราศจากเป้าหมาย รู้เท่าทันอารมณ์ ความคิดปรุงแต่ง หากจิตหลงไปกับความคิดถือเป็นเรื่องสมมติคือให้รู้ทั้งส่วนที่เป็นสมมติและปรมาตมธรรมกัน จิตก็จะไม่ติดคือหลงไปกับความคิดใด ๆ หรือทฤษฎีอื่นใดนอกจากการรู้ปรมาตมในปัจจุบันขณะที่เป็นอย่างที่มีนเป็นซึ่งเป็นการรวมเอาหลักไตรลักษณ์เข้าด้วยกัน

การกำหนดรู้อารมณ์กรรมฐานโดยละเอียด ตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงที่สุด ใน เวลา ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นอยู่ กับอารมณ์กรรมฐานในแต่ละขณะ โดยไม่หวนคิดถึงอารมณ์อื่น และไม่ควรใส่ใจต่อรูปร่างสัณฐานของร่างกายทั้งหมดหรือส่วนใด ส่วนหนึ่ง ควรปล่อยวางความรู้สึกที่มีตัวตน โดยกำหนดไม่ยินดียินร้าย เพียงแต่รับรู้สภาวะธรรมปัจจุบันเท่านั้น การกำหนดอารมณ์ทุกครั้งจัดเป็นการอบรมวิปัสสนาญาณให้เกิดขึ้นตามแนวของสัมมาทิฐิ¹⁷ การกำหนดอย่างนี้เป็นการกำหนดบัญญัติยังไม่จัดเป็นวิปัสสนาคือจะต้องให้ผู้ปฏิบัติทำการกำหนดอารมณ์บัญญัติไปก่อน มิฉะนั้นจิตจะไม่มีที่กำหนด เพราะสภาวะ ปรมาตมเป็นสิ่งที่เห็นได้ยาก ต่อเมื่อมีสัมมาทิฐิ คือ ปัญญาแก่กล้าขึ้น อารมณ์บัญญัติเหล่านี้จะหายไป เหลือแต่สภาวะปรมาตมล้วน ๆ อธิบายพอสังเขป ดังนี้ บัญญัติ คือ สิ่งที่เราสมมติขึ้นเป็นไปตามที่เราตกลงยินยอมกัน แยกเป็น 2 ประเภท ดังนี้ 1) นามบัญญัติ (สัททบัญญัติ) 2) อัตตบัญญัติ (สัณญลักษณ์)

ปัจจุบันขณะหรือสภาวะปรมาตมของจิตในฐานะประธานของธรรมที่เหลือ มีการตามรู้เท่าทัน โดยอาการของจิตคือ 1) เจตสิกเป็นสิ่งที่ต้องอาศัยจิตเกิดไม่ว่าจะเป็นความพอใจ ความไม่พอใจ ความรัก ความเกลียด ความสงบ หรือความฟุ้งซ่าน ล้วนเป็นคุณสมบัติของเจตสิกทั้งสิ้น แต่เจตสิกเกิดขึ้นเองและแสดงพฤติกรรมเองไม่ได้ต้องอาศัยจิตเป็นตัวแสดงพฤติกรรมแทน 2) รูป ธรรมชาติที่แตกสลายไป ด้วยอำนาจของความร้อนและความเย็นซึ่งทั้งสองนี้สรุปได้ว่า รูปก็คือธรรมชาติที่แตกดับนั่นเอง รูปปรมาตมมีวิเสสลักษณะ โดยมีลักษณะพิเศษ 4 ประการ คือ รูปปนลกขณะ มีการสลายแปรปรวน เป็นลักษณะ *วิกิรินรส* มีการแยกออกจากกัน (กับจิต) ได้ เป็นกิจ *อพยगतปจจุปฏฐาน* มีความเป็นอพยาगत เป็นอาการปรากฏ *วิญญาณปทฐฐาน* มีวิญญาณ เป็นเหตุใกล้ให้เกิด 3) นิพพานเป็นธรรมชาติที่พ้นจากรูปนามขันธ์ 5¹⁸ วิเสสลักษณะของนิพพาน มี 5 ประการ คือ *สนฺติ* *ลกฺขณ* มีความสุขสงบจากเพลิงทุกข์ เป็นลักษณะ *อจฺจฺตรส* มีความไม่เคลื่อนเป็นกิจ (สัมปติรส) *อนิมิตตปจจุปฏฐาน* ไม่มีนิมิต

¹⁶ ชุ.ธ. (ไทย) 25/277-279/118.

¹⁷ ม.ม. (ไทย) 12/89/81

¹⁸ อง. จตุกก. (ไทย) 21/179/252.

เครื่องหมายเป็นอาการปรากฏ (วา) *นิสฺสยณปจฺจุปฺปฏฺฐานา* (หรือ) มีความออกไปจากภพ เป็นผล *ปฏฺฐานน สพฺภา* ดี ไม่มีเหตุไกลให้เกิด เพราะนิพพานเป็นธรรมที่พ้น จากเหตุจากปัจจัยทั้งปวง

การรู้ปรมาตต์เป็นการรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อการเจริญวิปัสสนา ถ้าหากไม่รู้ปรมาตต์อย่าง ถูกต้อง และแจ่มแจ้งแล้วก็ไม่อาจนำไปสู่การเจริญวิปัสสนาให้เกิดผลได้ เพราะอารมณ์ของวิปัสสนา ที่ แท้จริงเป็นปรมาตต์ล้วน ๆ ย่นย่อลงเป็น 2 ประเภท คือ นามปรมาตต์ และรูปปรมาตต์ จิตและเจตสิก จัดเป็นนามปรมาตต์ รูป จัดเป็นรูปปรมาตต์ ที่ไม่รู้โลกุตตรธรรม (นิพพาน) สภาวะธรรม 4 อันได้แก่ จิต เจตสิก รูป นิพพาน จึงชื่อว่า ปรมาตต์” แม้อรรถกถาของ คัมภีร์กถาว่าตถุก็อธิบายเรื่องนี้ว่า “สภาวะ ที่ไม่ควรยึดถือ โดยอาการที่ไม่มีจริงเหมือนมายากล และพยับแดดเป็น ต้น ชื่อว่า สัจจิกฺกุสฺส (สภาวะที่ มีจริง) สภาวะสูงสุดที่ไม่ควรยึดถือ โดยเป็นสิ่งที่พึ่งต่อมา ชื่อว่า ปรมาตต์ เกี่ยวกับ สัจจิกฺกุสฺส (สภาวะที่แท้จริง) ว่า “อนึ่ง ชื่อว่า “สัจจิกฺกุสฺส” เพราะปรากฏจริงแก่ตนเอง และชื่อว่า “ปรมาตต์” เพราะ ประจักษ์แก่ตน พระพุทธเจ้าทรงตรัสคำนี้ไว้โดยหมายถึง ธรรมเหล่านั้น คือ ชั้น 5 อายตนะ 12 ธาตุ 18 อินทริย 22 รวมเป็นปรมาตต์ 57 ประการ ซึ่งเป็นอารมณ์ของการกำหนดรู้ตามหลักวิปัสสนาภูมิ ผู้บรรลุธรรมเป็น พระอริยบุคคลย่อมรับรู้มรรค ผล และ นิพพาน โดยประจักษ์ได้ ดังนั้น รูปนามทั้งหมดจึงเป็นสภาวะที่มีอยู่จริงซึ่ง เรียกว่า ปรมาตต์ เมื่อจิตจดจ่ออยู่กับสภาวะธรรมปัจจุบัน ก็จะเกิดจิตวิสุทธิ สามารถยังวิปัสสนามรรคให้เกิดขึ้น ความเพียรที่กำหนดสภาวะคิดฟุ้งซ่าน หรือสภาวะเจ็บปวดเป็นต้น คือ สัมมาวายามะ สติที่ระลึกรูปร่าง เวทนา จิต และสภาวะธรรมตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ สัมมาสติ ความตั้งมั่นของจิตในสภาวะธรรม คือ สัมมาสมาธิ หรือ วิปัสสนาขณิกสมาธิ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ทั้งสามอย่างนี้จัดอยู่ในหมวดสมาธิของอริยมรรค ถือเป็นการเจริญอริยมรรคครบทั้ง 8 โปในขณะรู้ปรมาตต์ธรรมในปัจจุบัน

การเจริญภาวนาด้วยการดำรงจิตให้อยู่ในภาวะปัจจุบันขณะซึ่งเป็นที่ยอมรับของปรมาตต์ธรรมทั้งปวง ดังพุทธพจน์ว่า “ขโน โว มา อุปจคา” แปลว่า ขณะอย่างล่องจิตท่าน หรือ หรือพุทธพจน์ที่พระพุทธเจ้าทรงตรัส เตือนพุทธบริษัทก่อนเสด็จดับขันธปรินิพพานว่า “ขวยธมฺมา สงฺขารา อปฺปมาเทน สมฺปาเทถ” แปลความว่า สิ่ง ประดูแต่งหรือสังขารทั้งหลายมีความลึกลับ (ขย) เสื่อมไป (วย) เป็นธรรมดา ท่านทั้งหลายจงดำเนินชีวิตให้ถึงพร้อม ด้วยความไม่ประมาท¹⁹ คือ การหลงลืมภาวะของความเป็นปรมาตต์ของจิตนั่นเอง ข้อนี้จึงบ่งถึงความบริบูรณ์ของจิต ของพระอรหันต์ซึ่งเป็นผู้มีสติสมบูรณ์ตลอดเวลา

5. สรุป

ปัจจุบันขณะคืออารมณ์รวมของปรมาตต์ภาวะของจิตและสิ่งที่เป็นอารมณ์ของจิต ซึ่งเป็นทั้งตัวหลักการ และกระบวนการของการเจริญวิปัสสนาภาวนาซึ่งสามารถนำไปสู่การการเป็นเอกภาพระหว่างจิตกับวัตถุซึ่งจำแนก ออกเป็นจิต เจตสิก รูป และนิพพานซึ่งมีจิตนั่นเองเป็นประธาน จิตที่ปราศจากการคิดปรุงแต่งใด ๆ ย่อมดำรงอยู่ เพียงขณะของปัจจุบันตลอดเวลาคือการหลุดพ้นจากการคิดปรุงแต่งซึ่งเป็นบ่อเกิดของสิ่งสมมติบัญญัติทั้งหลาย กระบวนการฝึกจิตเพื่อนำไปสู่การพัฒนาจิตให้รู้เห็นมีประสบการณ์กับการเกิดดับของจิตซึ่งเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีบุคคลหรือตัวตนใด ๆ เป็นผู้กระทำคือกระบวนการปฏิบัติโดยปราศจากผู้ปฏิบัติโดยการรับรู้ภาวะปรมาตต์ของ จิตและธรรมทั้งหลายคือวิธีและการดำเนินชีวิตไปสู่การดับทุกข์ในทางพระพุทธศาสนา



¹⁹ ที.ม. (ไทย) 10/218/166.

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). **ลักษณะทิวตูกะแห่งปรมัตถธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์, 2549.

พระมหาสมปอง มุทีโต. **อภิธานวรรณนา**. อุดรธานี: ศูนย์วิจัยสันนากรรมฐานนวิหารธรรม, 2558.

พระราชวรมนี (ประยูร ฐมฺมจิตฺโต). **ปรัชญากรีก บ่อเกิดภูมิปัญญาตะวันตก**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศยาม, 2542.

Jacobson Nolan Pliny. **Understanding Buddhism**. Southern Illinois University Press Carbondale and Edwardsville, 1986.

M. Hiriyanna. **Outlines of Indian Philosophy**. New Delhi: Motilal Banarsidass Pub, 2005.

Malalasekera G.P. **Encyclopaedia of Buddhism Volume I**. Srilanka: the Government of Ceylon, 1961.

Rhys Davids. **Early Buddhism**. London: Constable@ company Ltd., 2016.

S. Radhakrishnan. **Indian Philosophy. Vol I**. Second Edition, London: Oxford University Press, 2009.

<http://www.palidict.com/พจนานุกรมบาลีไทย> 19 กุมภาพันธ์ 2562



ความสัมพันธ์ระหว่างปัจเจกสมุปปาตกับอริยสัจ 4

ดร.ทรงวิทย์ แก้วศรี¹ ดร.นवलวรรณ พูนวสุพลฉัตร² และ รศ.กฤษณา เลิศสุขขประเสริฐ³

¹มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

²มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

³มหาวิทยาลัยมหิดล

Email: nuarhnwan@gmail.com

รับต้นฉบับ 28 กันยายน 2562; แก้ไข 15 ตุลาคม 2562; วันที่เผยแพร่ 31 ธันวาคม 2562

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างปัจเจกสมุปปาตกับอริยสัจ 4” มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยคือ (1) เพื่อศึกษาว่าพระพุทธเจ้าตรัสรู้อะไรระหว่างปัจเจกสมุปปาตกับอริยสัจ 4 (2) เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจเจกสมุปปาตกับอริยสัจ 4 ระเบียบวิธีวิจัยได้แก่การวิจัยแบบเอกสาร โดยยึดเอาพระไตรปิฎกและอรรถกถาเป็นหลัก มีผลการศึกษาคือ ข้อที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้นั้น ตรัสรู้อริยสัจ 4 หรือปัจเจกสมุปปาต เพราะในมหาขันธกะ มหาวรรค พระวินัยปิฎก และในวิปัสสีสูตร นิตานวรรค สังยุตตนิกาย กล่าวถึงเหตุการณ์คืนตรัสรู้ ว่าพระพุทธเจ้าทรงพิจารณาปัจเจกสมุปปาตจึงได้ตรัสรู้ แต่ในมหาสังจกสูตรกล่าวถึงเหตุการณ์คืนตรัสรู้เช่นเดียวกัน โดยยามที่ 1 ทรงบรรลุพุทเพนิวาसानุสสติญาณ ยามที่ 2 ทรงบรรลุจตุปปาตญาณ และยามที่ 3 ทรงบรรลุอัสวักขยญาณ โดยถือว่า อาสวะคือกิเลสเป็นตัวยุข จึงต้องหาเหตุ และดับที่เหตุ และทางให้ถึงความดับ ซึ่งสรุปเป็นอริยสัจ 4 ดังนั้น เมื่อว่าโดยสรุป ปัจเจกสมุปปาตคืออริยสัจ 4 นั่นเอง ต่างกันเพียงบริบท คือปัจเจกสมุปปาตเป็นสภาวะธรรม แต่อริยสัจ 4 เป็นปรมัตถธรรม เทียบได้กับทฤษฎีและปฏิบัติ ซึ่งอิงอาศัยกันและกัน ปัจเจกสมุปปาตจะแสดงเหตุและผลของทุกข์ สมุทัยและนิโรธ ส่วนอริยสัจ 4 จะเน้นมีสมาธิมาปฏิบัติ ได้แก่ มรรคมีองค์ 8 โดยพระพุทธเจ้าทรงนำไปแสดงเป็น ปฐมเทศนาชื่อ ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร โปรดพระปัญจวัคคีย์เป็นครั้งแรก ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน แขวงกรุงพาราณสี ในวันอาสาฬหบูชา ก่อนเข้าพรรษาแรกหลังกาลตรัสรู้

คำสำคัญ: ปัจเจกสมุปปาต, อริยสัจ 4, ความสัมพันธ์ระหว่างปัจเจกสมุปปาตกับอริยสัจ 4

Relationship between Patīccasamuppāda and Caturāriyasacca

Dr. Songvit Kaeosri¹ Dr. Nuarnwan Punwasuponchat² and Assoc. Prof. Kritsana Lertsukprasert³

¹Mahachulalongkornrajavidyalaya University

²Mahachulalongkornrajavidyalaya University Palisuksa Buddhaghosa Campus

³Mahidol University

Email: nuarnwan@gmail.com

Retrieved September 28, 2019; Revised October 15, 2019; Accepted December 31, 2019

Abstract

This academic article entitled “Relationship between Patīccasamuppāda and Caturāriyasacca” is of two objectives to (1) Find out the answer to the question of what the Buddha enlightened, and (2) Relationship between Patīccasamuppāda and Caturāriyasacca. Research methodology is documentary research with focuses on Tipitaka and commentaries. Results of the research are found that: in Bodhikatha of Vinayapitaka Mahavagga and Vipassisutta Nidanavagga Samyuttanikaya State the events in the night of enlightenment that the Buddha took into thorough consideration on respective Patīccasamuppāda (The Dependent Origination) while in Mahasaccakasutta, Nidānasamyutta Samyuttanikāya, the Buddha attained Pubbenivāsānussatiñāna in the first period of night, attained Catupapātañāna in the second, and attained Āsavakkhayañāna (knowledge that the outflows are extinct in the third period of night. To distinguish outflows by the process of Caturāriyasacca (The Four Noble Truths). It is to be concluded that though different in contexts, they bare meaning in absolute truth. The Buddha speaks of Patīccasamuppāda in the light of theory of natural phenomena, while of Caturāriyasacca as the process of practice leading to get rid the outflows. It is appeared that the Buddha’s profound this concept to the first five monks Pancavaggiya in his first sermon known as Dhammacakkappavattanasutta, at the Deer Park, Varanasi, in the fulmoon night of the eighth month Asalha before the beginning of the first Buddhist retreat.

Keywords : Patīccasamuppāda, Caturāriyasacca, Relationship between Patīccasamuppāda and Caturāriyasacca



1. บทนำ

นักศึกษาวิชชาพระพุทธศาสนา เมื่อได้ศึกษาในระดับสูงขึ้นไปถึงระดับปริญญาเอก หรือในระดับที่ต้องศึกษาค้นคว้าข้อมูลในพระไตรปิฎกอย่างละเอียดกว้างขวาง มักมีเรื่องให้เกิดความสงสัย หรือไขว้เขวสับสนในความรู้อันเดิมที่ตนเคยเรียนรู้ศึกษามาก่อนว่าถูกต้องหรือไม่ ในเรื่องการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ต่อคำถามที่ว่า “พระพุทธเจ้าตรัสรู้อะไร” จะเคยชินกับคำตอบที่ว่า “พระพุทธเจ้าตรัสรู้อริยสัจ 4” ไม่เคยพบคำตอบว่า “พระพุทธเจ้าตรัสรู้ปัจจุสมุปบาท” แต่จากการศึกษาข้อมูลในพระไตรปิฎก เกิดความรู้อันใหม่ที่ว่า “พระพุทธเจ้าตรัสรู้ปัจจุสมุปบาท ไม่ได้ตรัสรู้อริยสัจ 4” หรือว่า “ปัจจุสมุปบาทคืออริยสัจ 4” ในความเป็นจริงแล้ว การที่ปุถุชนคนธรรมดาสามัญเช่นเราท่านทั้งหลายเกิดความสงสัยสับสนเช่นนี้ไม่น่าแปลกใจ เพราะแม้แต่พระอานนท์เถระซึ่งเป็นพระอริยบุคคลชั้นโสดาบันก็ยังเข้าใจว่า แม้ปัจจุสมุปบาทจะเป็นธรรมสัจซึ่ง แต่ถึงอย่างนั้นก็ปรากฏเหมือนกับว่าเป็นธรรมง่าย ๆ ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสเตือนว่า “อานนท์ อย่าพูดอย่างนั้น อานนท์ อย่าพูดอย่างนั้น ปัจจุสมุปบาทนี้เป็นธรรมสัจซึ่ง สุดจะคาดคะเนได้ ก็เพราะไม่รู้ ไม่เข้าใจ ไม่บรรลุธรรมนี้ หมู่สัตว์จึงยุ่งเหมือนขอดค้ายของช่างหูก เป็นปมยุ่งยุ่งเหมือนกับกระจุกค้าย เหมือนหม้อมุงกระต่ายและหย้าปล้อง ไม่ข้ามพ้นอบาย ทุกติ วินิบาต สงสาร”¹

จะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงใช้คำว่า “เพราะไม่รู้ ไม่เข้าใจ ไม่บรรลุธรรมนี้ หมู่สัตว์จึงยุ่ง” แต่ในมหาสังจกสูตร ที่พระพุทธเจ้าตรัสสนทนากับสังจกจะ นิครนถ์นาฏบุตร ที่ภูฏาการศาสดาในป่ามทวัน พูดถึงเหตุการณ์ที่พระองค์เสด็จออกบรรพชาจนถึงคืนตรัสรู้ ว่า ทรงบำเพ็ญฌานจนได้บรรลุฌานที่ 1-4 มีจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ทรงบรรลุอุปเพณีสถาสนสติญาณในปฐมยาม ทรงบรรลุจตุปปาตญาณในมัชฌิมยาม และทรงบรรลุอาสวักขยญาณในปัจฉิมยาม รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า

นี่ทุกข์ นี่ทุกขสมุทัย นี่ทุกขนิโรธ นี่ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา นี่อาสวะ นี่อาสวสมุทัย นี่อาสวนิโรธ นี่อาสวนิโรธคามินีปฏิปทา เมื่อเราเห็นอยู่อย่างนี้ จิตก็หลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป²

ตามความข้างต้นจะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าตรัสรู้อริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ดังนั้น จึงชวนให้สงสัยว่า พระพุทธเจ้าตรัสรู้อะไร ปัจจุสมุปบาทหรืออริยสัจ 4 หรือธรรมสองหมวดนี้คือธรรมเดียวกันต่างแต่บริบท แต่อย่างน้อยที่สุด ธรรมสองหมวดนี้มีความสำคัญที่สุดและมีความสัมพันธ์กันอย่างแน่นนอน

ดังนั้น จึงเป็นเรื่องที่น่าศึกษาคิเคราะห์ว่าปัจจุสมุปบาทก็ดี อริยสัจ 4 ก็ดี เป็นธรรมเครื่องตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าในคืนวันตรัสรู้หรือไม่ หรือมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันอย่างไร จึงเป็นที่มาและปัญหาที่จะต้องศึกษาคิเคราะห์ในบทความทางวิชาการเรื่องนี้

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาว่าพระพุทธเจ้าตรัสรู้อะไรระหว่างปัจจุสมุปบาทกับอริยสัจ 4
2. เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจุสมุปบาทกับอริยสัจ 4

3. วิธีการดำเนินการวิจัย/รูปแบบการวิจัย

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ใช้วิธีวิจัยแบบการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) โดยการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลจากพระไตรปิฎกและอรรถกถาเป็นหลัก และอ้างอิงปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาของไทย มีท่านพุทธทาสภิกขุ และสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต) เป็นต้น

¹ ส.นิ. (ไทย) 16/60/113.

² ม.ม. (ไทย) 12/386/417-418.

4. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยนี้ได้ค้นพบประเด็นที่ตอบวัตถุประสงค์ดังนี้

1. ปฏิจจสมุปบาท

ในที่นี้จะเริ่มกล่าวถึงความเป็นมาของปฏิจจสมุปบาทก่อน มีปรากฏในมหาขันธกะ โภติกถา ว่าด้วยเหตุการณ์แรกตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ณ ควงตันโพธิพฤกษ์ เรื่องทรงมนสิการปฏิจจสมุปบาท ในมหาวรรค ภาค 1 แห่งพระวินัยปิฎก³ เริ่มความว่า สมัยนั้น พระผู้มีพระภาคพุทธเจ้าเมื่อแรกตรัสรู้ ประทับอยู่ ณ ควงตันโพธิพฤกษ์ ใกล้ฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา เขตตำบลอุรุเวลา ครั้นนั้นพระผู้มีพระภาคได้ประทับนั่งโดยบัลลังก์เดียว ความว่า ประทับนั่งโดยบัลลังก์หนึ่งเท่านั้นตามที่ทรงคู้ คือทรงนั่งขัดสมาธิโดยไม่เสด็จลุกขึ้นเลย วัน⁴ เสวยวิมุตติสุขอยู่ ณ ควงตันโพธิพฤกษ์เป็นเวลา 7 วัน ที่นั่นพระผู้มีพระภาคทรงมนสิการคือทรงพิจารณาโดยถ้วนถี่ ใส่พระทัยโดยถ้วนถี่ พิจารณาโดยแยบคายซึ่งปฏิจจสมุปบาทโดยอนุโลมตลอดปฐมยามคือยามแรกแห่งราตรีว่า

ปฏิจจสมุปบาทโดยอนุโลม

| | |
|------------------------|---|
| เพราะอริชชาเป็นปัจจัย | สังขารจึงมี |
| เพราะสังขารเป็นปัจจัย | วิญญาณจึงมี |
| เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย | นามรูปจึงมี |
| เพราะนามรูปเป็นปัจจัย | สฬายตนะจึงมี |
| เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย | ผัสสะจึงมี |
| เพราะผัสสะเป็นปัจจัย | เวทนาจึงมี |
| เพราะเวทนาเป็นปัจจัย | ตัณหาจึงมี |
| เพราะตัณหาเป็นปัจจัย | อุปทานจึงมี |
| เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย | ภพจึงมี |
| เพราะภพเป็นปัจจัย | ชาติจึงมี |
| เพราะชาติเป็นปัจจัย | ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส จึงมี |

กองทุกข์ทั้งหมดนี้มี การเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนี้

ปฏิจจสมุปบาทโดยปฏิโลม

| | | |
|-------|------------------|--------------------------------|
| อนึ่ง | เพราะอริชชาดับไป | ไม่เหลือด้วยวิราคะสังขารจึงดับ |
| | เพราะสังขารดับ | วิญญาณจึงดับ |
| | เพราะวิญญาณดับ | นามรูปจึงดับ |
| | เพราะนามรูปดับ | สฬายตนะจึงดับ |
| | เพราะสฬายตนะดับ | ผัสสะจึงดับ |
| | เพราะผัสสะดับ | เวทนาจึงดับ |
| | เพราะเวทนาดับ | ตัณหาจึงดับ |
| | เพราะตัณหาดับ | อุปาทานจึงดับ |

³ วิ.ม. (ไทย) 4/1/1-3.

⁴ วิ.อ. (ไทย) 3/1/3.

| | |
|-----------------|--|
| เพราะอุปาทานดับ | ภพจึงดับ |
| เพราะภพดับ | ชาติจึงดับ |
| เพราะชาติดับ | ชรา มรณะ โสกะ ปริเวทะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส จึงดับ |

กองทุกข์ทั้งหมดล้วนมีการดับด้วยอาการอย่างนี้

ในพระไตรปิฎก ได้ยกเอาปัจจุจสมุปบาทมาบรรยายไว้ในวินัยปิฎก มหาวรรค ภาค 1 ตอน โภทิกถา ว่าด้วยเหตุการณ์แรกตรัสรู้ ณ ควงต้นโพธิพฤกษ์ เรื่องทรงมนสิการปัจจุจสมุปบาทในช่วงสัปดาห์แรกของการตรัสรู้⁵ ก็เป็นเพียงปัจจุจสมุปบาท ในฐานะหลักธรรมสำคัญที่ให้ถึงการตรัสรู้และจะต้องทรงทบทวนเพราะเป็นธรรมที่ละเอียดลึกซึ้งไม่ใช่ในฐานะเป็นปัจจุจสมุปบันนธรรม นอกจากนี้แล้วก็ทรงแสดงไว้ในพระสูตรตันตปิฎกเป็นส่วนใหญ่ ในพระอภิธรรมปิฎกมีบ้างโดยเฉพาะในปัจจุจสมุปปาตวิภังค์⁶ อนึ่ง ในพระสูตรตันตปิฎก มีกล่าวถึงเรื่องปัจจุจสมุปบาทปรากฏในสังยุตตนิกาย นิทานวรรค นิทานสังยุต โดยเฉพาะพุทธวรรค รวม 10 สูตร ได้แก่ ปัจจุจสมุปปาตสูตร, วิภังคสูตร, ปฏิปทาสูตร, วิปัสสิสูตร, ลีขีสูตร, เวสสภูสูตร, กกุสันธสูตร, โกนาคมนสูตร, กัสสปสูตร และโคตมสูตร ในบรรดา 10 สูตรนี้ 3 สูตรแรกเป็นเนื้อหาหรือหลักหัวข้อธรรมในปัจจุจสมุปบาท ส่วนอีก 7 สูตรหลัง กล่าวถึงพระพุทธเจ้า 7 พระองค์ เริ่มแต่พระวิปัสสิ, พระลีขี, พระเวสสภู, พระกกุสันธะ, พระโกนาคมนะ, พระกัสสปะ และพระโคตมพุทธเจ้าพระองค์ปัจจุบันเมื่อยังทรงเป็นพระโพธิสัตว์ในคืนก่อนตรัสรู้ ทรงมนสิการปัจจุจสมุปบาท จนได้ทรงรู้แจ้งด้วยปัญญา ได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ในประเด็นนี้ ขอยกเอาวิปัสสิสูตร มาแสดงไว้เพื่อพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ ในคืนสุดท้ายก่อนจะได้ตรัสรู้ ย่อมทรงมนสิการปัจจุจสมุปบาท ดังกรณีของพระวิปัสสิพุทธเจ้า ในวิปัสสิสูตร เป็นตัวอย่าง แม้พระองค์อื่น ๆ เช่น พระโคตมพุทธเจ้าของเราทั้งหลายก็เช่นเดียวกันนี้ ดังข้อความในวิปัสสิสูตร ดังต่อไปนี้

พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ได้ตรัสกะภิกษุทั้งหลายว่า

ภิกษุทั้งหลาย พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่าวิปัสสิก่อนแต่ตรัสรู้เมื่อเป็นพระโพธิสัตว์ ยังไม่ได้ตรัสรู้ ได้มีความคิดคำนึงอย่างนี้ว่า ‘โลก⁷ นี้ถึงความคับแค้น จึงเกิด แก่ ตาย จูติ และอุปบัติ ก็บุคคลไม่รู้อุบายสลัดออกจากทุกข์คือชราและมรณะนี้ เมื่อไรจึงจะพ้นจากทุกข์คือชราและมรณะนี้ได้’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี ชราและมรณะจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัยชราและมรณะจึงมี’ เพราะทรงมนสิการโดยแยบคาย จึงได้ทรงรู้แจ้งด้วยพระปัญญาว่า ‘เมื่อชาติมี ชราและมรณะจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชราและมรณะจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี ชาติจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย ชาติจึงมี’ ... ‘เมื่อภพมี ชาติจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี ภพจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย ภพจึงมี’ ... ‘เมื่ออุปาทานมี ภพจึงมี เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี อุปาทานจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี’ ... ‘เมื่อตัณหา มี อุปาทานจึงมี เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี’

⁵ วิ.ม. (ไทย) 4/1-3/1-6.

⁶ อภิ.วิ. (ไทย) 35/225-354/219-305.

⁷ โลก ในที่นี้หมายถึงสัตว์โลก (ส.นิ.อ. (ไทย) 2/4/24).

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี ตัณหาจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี’ ... ‘เมื่อเวทนา มี ตัณหาจึงมี เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี เวทนาจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี’ ... ‘เมื่อผัสสะมี เวทนาจึงมี เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี ผัสสะจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี’ ... ‘เมื่อสพายนะมี ผัสสะจึงมี เพราะสพายนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี สพายนะจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย สพายนะ จึงมี’ ... ‘เมื่อนามรูปมี สพายนะจึงมี เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สพายนะจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี นามรูปจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี’ ... ‘เมื่อวิญญาณมี นามรูปจึงมี เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี วิญญาณจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี’ ... ‘เมื่อสังขารมี วิญญาณจึงมี เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรมี สังขารทั้งหลายจึงมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย สังขารทั้งหลายจึงมี’ ... ‘เมื่ออวิชชา มี สังขารทั้งหลายจึงมี เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารทั้งหลายจึงมี’

อนึ่ง เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารทั้งหลายจึงมี เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี ฯลฯ ดังพรรณนามาจะนี้ ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ มิได้ด้วยประการฉะนี้

ภิกษุทั้งหลาย จักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา แสงสว่างในธรรมทั้งหลายที่ไม่เคยได้ฟังมาก่อนได้เกิดขึ้นแก่ พระวิปัสสิโพธิสัตว์ว่า ‘สมุทัย(ความเกิดขึ้น) สมุทัย(ความเกิดขึ้น)’

จากนั้น ทรงพระดำริว่า ‘เมื่ออะไรไม่มี ชราและมรณะจึงไม่มี เพราะอะไรดับ ชราและมรณะจึงดับ’ เพราะทรง มนสิการโดยแยบคาย จึงได้ทรงรู้แจ้งด้วยพระปัญญาว่า ‘เมื่อชาติไม่มี ชราและมรณะจึงไม่มี เพราะชาติดับ ชราและ มรณะจึงดับ’ ฯลฯ

พระสูตรนี้ทรงจับประเด็นของปฏิจลสมุปบาท เริ่มจากชาติ คือการเกิดเป็นตัวตั้งว่าเพราะมีชาติจึงมี ผลกระทบ ให้เกิดมีชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส มีการเชื่อมโยงเป็นห่วงโซ่ว่า เพราะอะไรเป็นปัจจัยจึงมีชาติ ซึ่งก็ โยงไปหาภพ-อุปาทาน-ตัณหา-เวทนา-ผัสสะ-สพายนะ-นามรูป-วิญญาณ-สังขาร-อวิชชา เมื่อบุคคลไม่รู้อุปายาสลัด ออกจากทุกข์ เมื่อไรจึงจะพ้นจากทุกข์ คือชราและมรณะเป็นต้นเหล่านี้ได้

2. อริยสัจ 4

มีข้อความปรากฏในมหาสังจกสูตร มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก ถึงเหตุการณ์คืนตรัสรู้ ซึ่งเกี่ยวกับอริยสัจ 4 พระสูตรนี้ทรงแสดงแก่สังจกจะ นิครนถนาฏบุตร ชื่ออัคติเวสณะ ณ ภูฏาคารศาลา ป่ามหาวัน เขตกรุงเวสาลี ตรัสเล่า ประวัติของพระองค์เริ่มแต่เสด็จออกผนวช ไปจนถึงการบำเพ็ญทุกรกิริยา แล้วต่อมาทรงเลิก ทรงหันมาเสวย พระกระยาหารอีก ทรงบำเพ็ญเพียรจนได้บรรลุพระสัมโพธิญาณ เหตุการณ์นี้ ตรัสเล่าไว้ดังนี้

อัคติเวสณะ เรากินอาหารหยาบให้ร่างกายมีกำลัง สกัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มี วิตก วิจาร ปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ แม้สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเช่นนั้น ก็ครอบงำจิตของเราอยู่ไม่ได้

เพราะวิตกวิจารสงบระงับไป เราบรรลุทุติยฌานมีความผ่อนคลายในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มี วิจาร มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ แม้สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเช่นนั้น ก็ครอบงำจิตของเราอยู่ไม่ได้

เพราะปิติจางคลายไป เรามีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยะทั้งหลาย สรรเสริญว่า ‘ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข’ แม้สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเช่นนั้นก็ครอบงำจิตของเราอยู่ไม่ได้

เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโหมนัสดับไปก่อนแล้ว เราบรรลุจุดตถุณานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติ บริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ แม้สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเช่นนั้น ก็ครอบงำจิตของเราอยู่ไม่ได้

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงตั้งเนน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ เรานั้น น้อมจิตไปเพื่ออุปเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ คือ 1 ชาติบ้าง 2 ชาติบ้าง ฯลฯ เพราะระลึกชาติก่อนได้หลายชาติพร้อมทั้งลักษณะทั่วไปและชีวิตประวัติอย่างนี้ เราได้บรรลุวิชชาที่ 1 นี้ ในปฐมยามแห่งราตรี กำจัดอวิชชาได้แล้ว วิชชาที่เกิดขึ้น กำจัดความมืดได้แล้ว ความสว่างก็เกิดขึ้น เหมือนบุคคลผู้ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ แม้สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเช่นนั้น ก็ครอบงำจิตของเราอยู่ไม่ได้

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงตั้งเนน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ เรานั้นน้อมจิตไปเพื่อจตุปปาตญาณ เห็นหมู่สัตว์ผู้กำลังจืด กำลังเกิด ทั้งชั้นต่ำและชั้นสูง งามและไม่งาม เกิดดีและเกิดไม่ดี ด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์ รู้ชัดถึงหมู่สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรม ฯลฯ เราได้บรรลุวิชชาที่ 2 นี้ในมัชฌิมยามแห่งราตรี กำจัดอวิชชาได้แล้ว วิชชาก็เกิดขึ้น กำจัดความมืดได้แล้ว ความสว่างก็เกิดขึ้น เหมือนบุคคลผู้ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ แม้สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเช่นนั้น ก็ครอบงำจิตของเราอยู่ไม่ได้

เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงตั้งเนน ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ เรานั้นน้อมจิตไปเพื่ออสาวิกขณญาณ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า ‘นี้ทุกข์ นี้ทุกข์สมุทัย นี้ทุกข์นิโรธ นี้ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา นี้อัสวะ นี้อัสวสมุทัย นี้อัสวนิโรธ นี้อัสวนิโรธคามินีปฏิปทา’ เมื่อเรารู้เห็นอยู่อย่างนี้ จิตก็หลุดพ้นจาก กามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้วก็รู้ว่า ‘หลุดพ้นแล้ว’ รู้ชัดว่า ‘ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป’

อัคคิเวสสนะ เราบรรลุวิชชาที่ 3 นี้ในปัจฉิมยามแห่งราตรี กำจัดอวิชชาได้แล้ว วิชชาก็เกิดขึ้นกำจัดความมืดได้แล้ว ความสว่างก็เกิดขึ้น เหมือนบุคคลผู้ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ แม้สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเช่นนั้น ก็ครอบงำจิตของเราอยู่ไม่ได้^๑

พระสูตรนี้ มีลักษณะคล้ายคลึงกับพระสูตรที่แล้ว แต่จับประเด็นเอาญาณเป็นตัวตั้ง เมื่อจิตเป็นสมาธิผุดผ่องแล้ว จึงทรงน้อมจิตไปเพื่ออุปเพนิวาสานุสสติญาณ ทรงบรรลุวิชชาที่ 1 นี้ในปฐมยามแห่งราตรีคืนตรัสรู้ ต่อมาทรงบรรลุจตุปปาตญาณ คือทรงได้ทิพพจักขุในทุติยยามแห่งราตรี และต่อมาทรงบรรลุอสาวิกขณญาณ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกข์สมุทัย นี้ทุกข์นิโรธ นี้ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา นี้อัสวะ นี้อัสวสมุทัย นี้อัสวนิโรธ นี้อัสวนิโรธคามินีปฏิปทา เมื่อทรงรู้เห็นอย่างนี้ จิตก็หลุดพ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ว่า “หลุดพ้นแล้ว” รู้ชัดว่า ชาติสิ้นไป อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป จะเห็นได้ว่า เมื่อบรรลุถึงวิชชาที่ 3 คืออสาวิกขณญาณ ก็หลุดพ้นจากอัสวะทั้งปวง พระสูตรนี้ถือว่าอัสวะคือกิเลสเป็นตัวทุกข์ จึงต้องหาเหตุเกิดอัสวะ เรียกอัสวสมุทัย เรียกทุกข์นิโรธว่า อัสวนิโรธ และสุดท้ายเรียก อัสวนิโรธคามินีปฏิปทา กล่าวคือพระสูตรนี้โยงเข้าหาอริยสัจ 4 ละปฏิจจนุปบาทไว้ในฐานะเป็นที่เข้าใจ

เรื่องอริยสัจ 4 อยู่ในอัมมจักกัปปวัตตนสูตรที่เป็นปฐมเทศนา ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงเป็นครั้งแรกโปรดพระปัญจวัคคีย์ ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน แขวงพาราณสี ในวันเพ็ญเดือน 8 ที่เรียกว่าอาสาฬหบูชา ในพรรษาแรกของการตรัสรู้ ทรงเริ่มจากการตำหนิทางสุดโต่ง 2 ทางคือกามสุขัลลิกานุโยคและอัตตกิลมณานุโยคว่าไม่ควรเสพ ก่อให้เกิดทุกข์ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และปรับแสดงมัชฌิมาปฏิปทาซึ่งไม่เอนเอียงไปเข้าใกล้ที่สุด 2 อย่างนั้น “ตถาคตได้ตรัสรู้ อันเป็น

^๑ ม.ม. (ไทย) 12/383-386/416-418.

ปฏิบัติทาก่อให้เกิดจักขุ [ปัญญาจักขุ] ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน”⁹ มัชฌิมาปฏิปทานั้น ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ 8 คือ

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1. สัมมาทิฏฐิ เห็นชอบ | 2. สัมมาสังกัปปะ คำริชอบ |
| 3. สัมมาวาจา เจรจาชอบ | 4. สัมมากัมมันตะ การทำชอบ |
| 5. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ | 6. สัมมาวายามะ พยายามชอบ |
| 7. สัมมาสติ ระลึกชอบ | 8. สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ |

พระพุทธเจ้าตรัสต่อไปว่า ข้อนี้เป็นทุกขอริยสังข์ คือแม้ความเกิดก็เป็นทุกข์ แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์ แม้เจ็บก็เป็นทุกข์ แม้ความตายก็เป็นทุกข์ ศพกับสิ่งไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความไม่ได้สิ่งที่ปรารถนาก็เป็นทุกข์ โดยย่นย่ออุปาทานชั้น 5 ก็เป็นทุกข์

ภิกษุทั้งหลาย จักขุเกิดขึ้นแล้ว ... ในธรรมทั้งหลายที่เราไม่เคยสดับมาก่อนว่า ทุกขอริยสังข์นี้ ควรกำหนดรู้... เราได้กำหนดรู้แล้ว... ควรละเสีย... เราได้ละแล้ว แม้ในทุกข์สมุทัยอริยสังข์ ทุกขนิโรธอริยสังข์ และทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา อริยสังข์ก็ทรงกำหนดรู้เช่นเดียวกันนี้ แล้วตรัสสรุปรว่า “นานาชาติคนตามเป็นจริงของเราในอริยสังข์ 4 เหล่านี้ 3 รอบ 12 อากาโรย่างนี้ ยังไม่หมดจดดีตราบใด เราก็กังไม่เย็นย่นว่า ผู้ตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาณอันยอดเยี่ยมในโลก กับทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก สัตว์พร้อมทั้งสมณะพราหมณ์ เทวดา และมนุษย์ตราบนั้น”¹⁰

3. ความสัมพันธ์ระหว่างปฏิจจสมุปบาทกับอริยสังข์ 4

ตามความในวิปัสสิสูตร ข้อที่พระพุทธองค์ทรงพิจารณาปฏิจจสมุปบาทในแง่สมุทยวาร เริ่มแต่ชรามรณะไปจนถึงอวิชชาว่ากองทุกข์ทั้งมวลเกิดขึ้นด้วยประการอย่างนี้ แล้วตรัสกะภิกษุทั้งหลายต่อไปว่า จักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา และอาโลกะคือแสงสว่างเกิดขึ้น (แก่พระวิปัสสิโพธิสัตว์) ว่า “สมุทัย (ความเกิดขึ้น) สมุทัย (ความเกิดขึ้น) และการพิจารณาในทางตรงข้าม เช่นว่าเพราะอะไรดับ ชรา มรณะเป็นต้นจึงดับ ไปจนถึงขั้นเพราะอวิชชาดับ เกิดจักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา และอาโลกะ (แสงสว่าง) ในธรรมทั้งหลายที่ไม่เคยได้ฟังมาก่อนได้เกิดขึ้นแก่พระวิปัสสิโพธิสัตว์ว่า “นิโรธ (ความดับ) นิโรธ (ความดับ)”

จะเห็นได้ว่า พระสูตรนี้เชื่อมโยงปฏิจจสมุปบาทเข้ากับอริยสังข์ 4 คือตัวสมุทัย ซึ่งตรงกับปฏิจจสมุปบาท สายสมุทยวาร และตัวนิโรธ ซึ่งตรงกับปฏิจจสมุปบาทสายนิโรธวาร ดังนั้นจะเรียกว่าพระพุทธเจ้าตรัสรู้ปฏิจจสมุปบาทก็ได้ จะเรียกว่าตรัสรู้อริยสังข์ 4 ก็ได้

ในหนังสือ “ปฏิจจสมุปบาทจากพระโอษฐ์” ท่านพุทธทาสภิกขุ แถลงไว้หัวข้อ “ปฏิจจสมุปบาทคือเรื่องอริยสังข์สมบูรณ์แบบ” ว่า

ผู้ศึกษาพึงสังเกตว่า คนทั่วไปล้วนแต่เข้าใจว่า อริยสังข์กับปฏิจจสมุปบาทเป็นคนละเรื่องกัน โดยเนื้อแท้แล้ว เรื่องปฏิจจสมุปบาทเป็นเรื่องอริยสังข์สมบูรณ์ ดังที่พระองค์ตรัสไว้ในติดถายตนสูตร¹¹ โดยพอแจกแจงทุกขสมุทัยและทุกขนิโรธออกไปอย่างละเอียดหรือสมบูรณ์ที่สุด โดยนัยแห่งสมุปบาท : แทนที่จะกล่าวสั้น ๆ ว่า ทุกขสมุทัยคือตัณหา ก็แสดงโดยละเอียดว่า ตัณหาคืออะไร เกิดมาจากอะไร และทำให้เกิดทุกข์ได้อย่างไร ถึง 11 ระยะ คือสายแห่งปฏิจจสมุปบาทฝ่ายสมุทยวาร สายหนึ่ง ; แทนที่จะกล่าวสั้น ๆ ว่า ทุกขนิโรธคือการดับตัณหาเสีย ก็ตรัสอย่างละเอียดถึง 11 ระยะอย่างเดียวกัน เป็นปฏิจจสมุปบาทฝ่ายนิโรธวาร ; ดังนั้นจึงเห็นได้ว่า การตรัสอย่างนี้ เป็นอริยสังข์

⁹ วิ.ม. (ไทย) 4/13/20.

¹⁰ วิ.ม. (ไทย) 4/15/22-23.

¹¹ อง.ติก. (ไทย) 20/62/240.

โดยสมบูรณ์ เราควรเรียกอริยสังข์ที่แสดงด้วยปฏิจจสมุปบาทว่า “อริยสังข์ใหญ่” และเรียกอริยสังข์ที่รู้จักกันอยู่ทั่ว ๆ ไปว่า “อริยสังข์เล็ก” กันแล้วกระมัง¹²

จะเห็นได้ว่าการมณสิการปฏิจจสมุปบาทของพระโพธิสัตว์ก่อนจะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า จะเริ่มขึ้นโดยวิธีการปฏิโลม จากกลางมาถึงบน นั่นคือจากเหตุปัจจุบันที่บุคคลประจักษ์คือ ชราและมรณะ เมื่อพิจารณาทบทวนย้อนขึ้นไปถึงต้นตอหรือต้นเหตุของชราและมรณะจึงทรงทราบเหตุคือชาติ และสืบสวนย้อนขึ้นไปจนถึงอวิชชา เรียกว่าจากปลายเหตุปัจจัยปัจจุบันไปจนถึงต้นตอเบื้องต้นคืออวิชชา แต่เนื่องจากปฏิจจสมุปบาทเป็นวัฏฏธรรม ไม่มีเบื้องต้นไม่มีที่สุดไม่ว่าจะหยิบยกข้อไหนมาเป็นเครื่องดับทุกข์ก็ได้ทั้งนั้น ในวัฏฏะ 3 หรือ ภวจักรนี้ อวิชชา ตัณหา และอุปาทาน เป็นกิเลสวัฏ คือวงจรกิเลสส่วนกรรมวัฏเป็นวงจรกรรม ประกอบด้วยสังขารและกรรมภพ วิปากวัฏเป็นวงจร วิบาก ประกอบด้วย วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ซึ่งแสดงออกในรูปปรากฏนี้จะเรียกว่าอุปบัติ ภพ ชาติ ชรา มรณะ เป็นต้น¹³

แนวทางการทำความเข้าใจในสารัตถะของปฏิจจสมุปบาท คงจะได้จากวิภังคสูตร ว่าด้วยการจำแนกปฏิจจสมุปบาท ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ขณะประทับอยู่ ณ พระเชตวัน อารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี โดยทรงอธิบายแต่ละหัวข้อของปฏิจจสมุปบาทจากกลางขึ้นไปหาบนตามลำดับ ชราและมรณะ ชาติ ภพ อุปาทาน ตัณหา เวทนา ผัสสะ สฬายตนะ นามรูป วิญญาณ สังขาร และอวิชชา

อวิชชา คือ ความไม่รู้ในทุกข์ ความไม่รู้ในทุกขสมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข์) ความไม่รู้ในทุกขนิโรธ (ความดับแห่งทุกข์) ความไม่รู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติที่ให้ถึงความดับแห่งทุกข์) นี้เรียกว่า อวิชชา

ภิกษุทั้งหลาย เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี

เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี

ฯลฯ

ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้ มีได้ด้วยประการฉะนี้

อนึ่ง เพราะอวิชชาดับไปไม่เหลือด้วยวิราคะ สังขารจึงดับ

เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ

ฯลฯ

ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้ มีได้ด้วยประการฉะนี้¹⁴

อนึ่ง ในนิทานวรรคแห่งสังยุตตนิกายนี้ยังมีปัจจัยสูตร ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงปฏิจจสมุปบาทในฐานะเป็นสภาวะธรรมที่เป็นปัจจัยการอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ดังเช่นในปฏิจจสมุปบาท อิกสถาณะหนึ่งตรัสเรียกธรรมหมวดนี้ว่า “ปฏิจจสมุปบันนธรรม” เมื่อทรงอธิบายในแง่ของไตรลักษณ์ คือ ข้อความกล่าวถึงชราและมรณะว่า “ชราและมรณะเป็นสภาวะไม่เที่ยง ถูกปัจจัยปรุงแต่ง อาศัยกันและกันเกิดขึ้น มีความสิ้นไป มีความเสื่อมไป มีความคายไป มีความดับเป็นธรรมดา”¹⁵ แม้ข้อธรรมอื่น ๆ ก็ทรงบรรยายในลักษณะเดียวกัน

¹² พุทธทาสภิกขุ, ปฏิจจสมุปบาทจากพระโอบยสูตร, (กรุงเทพมหานคร : คณะธรรมทานโชยา, 2521), หน้า 83-84.

¹³ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 36, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์พลีธัมม์, 2559), หน้า 100.

¹⁴ ส.นิ. (ไทย) 16/2/3-8.

¹⁵ ส.นิ. (ไทย) 16/20/35.

ในพระสูตรอื่น ๆ ที่อธิบายปัจจุสมุปบาท หรือธรรมข้อใดข้อหนึ่งของปัจจุสมุปบาทก็มักจะยึดสุดท้ายตามวิภังคสูตรที่ยกมาแสดงไว้เบื้องต้น ยกตัวอย่างเช่นในสัมมาทิฏฐิสูตร แห่งมัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก¹⁶ ที่พระพุทธเจ้าทรงอธิบายความเรื่องสังวร ซึ่งก็คืออริยสังข 4 เมื่อกล่าวถึงทุกข์ ก็คือทุกข์เพราะต้นเหตุของชาติ ชรา มรณะ ก็จะไปสู่ปัจจุสมุปบาท เมื่อกล่าวถึงสมุทัย เหตุเกิดแห่งทุกข์ก็จะวกไปหาวิภังค 3 อีก ดับเหตุเกิดทุกข์เสียได้ก็เป็นอันดับกองทุกข์ทั้งมวล ย้อนปฏิบัติข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ก็เป็นอริยมรรคมีองค์ 8 ในสูตรนี้การอธิบายหัวข้อก็เป็นไปตามปัจจุสมุปบาท เกี่ยวโยงกันไปทุกแห่ง แต่เมื่อขยายความนำมาปรับขยายหรือปรับใช้จะเรียกเป็นปัจจุสมุปบันธรรม กระบวนการปัจจุสมุปบาทอาจสงเคราะห์ลงในวิภังค 3 คือ กิเลส กรรม และวิบาก เรียกว่าภวัจกร อันทำให้เกิดภพเกิดชาติ การเวียนว่ายตายเกิด ซึ่งถือว่าเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ หากพิจารณาในแง่ทุกข์ ก็จะเกิดวิภังคจักร เพราะไม่รู้เหตุเกิดแห่งทุกข์ไม่รู้จักความดับทุกข์ โดยเฉพาะไม่รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ซึ่งก็เป็นเรื่องของอริยสังข 4 นั่นเอง

5. สรุป

สรุปความได้ว่า เมื่อวิเคราะห์ตามวิภังคสูตร มหาสังขจกสูตร ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร พอลงความเห็นได้ว่า ปัจจุสมุปบาทกับอริยสังข 4 เป็นเรื่องเดียวกัน การแคบบริบท ตามวิภังคสูตร ซึ่งก็สอดคล้องกับความในโพธิกถา วินัยปิฎก มหาวรรค ว่าพระพุทธเจ้าทรงพิจารณาปัจจุสมุปบาทโดยแยกคายจึงได้ตรัสรู้พระสัมมาสัมโพธิญาณ อนึ่งแล้ว หลังจากคืนตรัสรู้ ในสัปดาห์ต่อมาอีก 7 วัน ก็ยังคงประทับนั่งที่คควพระศรีมหาโพธิ์ ทรงพิจารณาปัจจุสมุปบาทโดยอนุโลมยามที่ 1 ทรงพิจารณาโดยปฏิโลมตลอดยามที่ 2 และทรงพิจารณาปัจจุสมุปบาททั้งโดยอนุโลมและปฏิโลมตลอดยามที่ 3 ปัจจุสมุปบาทนี้เป็นสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น เป็นธรรมดาของโลก เป็นกฎเกณฑ์ธรรมชาติ ไม่ว่าพระพุทธเจ้าจะเสด็จอุบัติหรือไม่ก็ตาม สภาวะธรรมนี้ก็ยังคงมีอยู่และเป็นไปอยู่ ผู้วิจัยเชื่อว่าปัจจุสมุปบาทเป็นเรื่องทฤษฎีของความจริง เป็นสังขธรรม ปัจจุสมุปบาททางฝ่ายสมุทยวารและมีนิโรธวาร เป็นเพียงตัวแสดงเหตุและผล เทียบกับอริยสังข 4 ปัจจุสมุปบาทเป็นเพียงอริยสังข 3 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ ว่าทุกข์เกิดขึ้นเพราะอะไร ดับไปเพราะอะไร แต่ไม่ได้ระบุว่าดับทุกข์ได้ด้วยวิธีใด คือขาดนิโรธคามินีปฏิปทา ได้แก่ทางดำเนินหรือข้อปฏิบัติที่จะให้ดับทุกข์ได้ ซึ่งได้แก่มรรคมีองค์ 8 จึงเห็นได้ว่า อริยสังข 4 เป็นเรื่องของความจริงภาคปฏิบัติเคียงคู่กับปัจจุสมุปบาทซึ่งเป็นความจริงภาคทฤษฎี และพระพุทธเจ้าทรงนำมาขยายเป็นภาคปฏิบัติตรัสแสดงแก่พระปัญจวัคคีย์เป็นครั้งแรกเรียกว่าปฐมเทศนา อันได้แก่ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจุสมุปบาทกับอริยสังข 4 จึงมีด้วยประการฉะนี้



¹⁶ ม.ม. (ไทย) 12/89-104/81-100.

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

พระพุทฺธโฆสจารย์. **คัมภีร์วิสุทธิมรรคภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 36. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์พลีธัมม์, 2559.

_____. **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ 46. กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก, 2559.

พุทธทาสภิกขุ. **ปฏิจาสมุปบาทจากพระโอยฐ์**. สุราษฎร์ธานี : คณะธรรมทานโชยา, 2521.



วิเคราะห์แนวคิดเชิงปรัชญาชีวิตของไทย

ดร. สรวิชัย วงษ์สอาด¹ ดร.สุกฤษ์ ทุ่มทอง² และ พระปัญญารัตน์นาคร,ดร³

¹มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

^{2,3}มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

Email: sompong_25@hotmail.com

รับต้นฉบับ 14 ตุลาคม 2562; แก้ไข 25 ตุลาคม 2562; วันที่เผยแพร่ 31 ธันวาคม 2562

บทคัดย่อ

จากการวิจัยพบว่า บรรยากาศการแสวงหาแนวคิดเชิงปรัชญาของคนไทย เป็นกิจกรรมทางด้านความรู้สึกนึกคิดที่คนไทยใช้เป็นเครื่องมือสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลินในการดำเนินชีวิต มิใช่กิจกรรมสำหรับแสวงหาเป้าหมายของชีวิตและสัจจะในสรรพสิ่ง ส่วนการแสวงหาเป้าหมายของชีวิตคนไทยอาศัยศาสนาเป็นหลัก การแสวงหาแนวคิดเชิงปรัชญาเป็นกิจกรรมซึ่งคนไทยกระทำควบคู่ไปกับกิจกรรมอื่นๆ ทางสังคม สำหรับกิจกรรมที่เกี่ยวข้องด้วยความเชื่อเรื่องวิญญาณเป็นพื้นฐานที่สำคัญต่อแนวคิดแบบจิตนิยม หากพิจารณาในแง่พัฒนาการ แนวคิดแบบจิตนิยมในสังคมไทยถึงขีดสูงสุดด้วยการแยกขวัญออกเป็นส่วนหนึ่งจากจิต แล้วอธิบายว่าขวัญเป็นสาร์ตอะของจิต ส่วนแนวคิดเชิงจักรวาลวิทยา คติความเชื่อเกี่ยวกับโชคกลาง เศรษฐกรรมเป็นพลังเร้นลับที่มีส่วนสัมพันธ์กับระเบียบบนท้องฟ้าและควบคุมความเป็นไปของจักรวาล ทำให้วิถีการโคจรของเทหะบนท้องฟ้ามีอิทธิพลต่อการดำรงอยู่ของสรรพสิ่ง สำหรับการประพฤติปฏิบัติอันเกี่ยวเนื่องด้วยหลักศาสนามีส่วนสำคัญในการกำหนดแนวคิดด้านญาณวิทยาและจริยศาสตร์ เนื้อหาด้านญาณวิทยา ความรู้ที่นับว่าประเสริฐสำหรับปวงชนคือความรู้เพื่อการดำรงชีพ ความรู้นอกนั้นถือว่าไร้แก่นสาร เนื้อหาด้านจริยศาสตร์มุ่งตัดสินคุณค่าของคนว่าดีหรือไม่ด้วยคำนิยาม ส่วนเนื้อหาทางด้านสุนทรียศาสตร์นั้นเน้นการสร้างความงาม มากกว่าการรู้จักหรือการทำความเข้าใจความงาม แนวคิดเหล่านี้ กระจายอยู่ในรูปแบบกิจกรรมต่างๆ ทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมทางศาสนา การประกอบอาชีพ บทเพลง การละเล่น การเมืองการปกครอง วัฒนธรรมประเพณี ตลอดจนถึงกิจกรรมการสร้างงานวรรณคดีทั้งในรูปแบบวรรณคดีมุขปาฐะและวรรณคดีลายลักษณ์ กวีนิพนธ์ในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของวรรณคดีจึงจำเป็นต้องอาศัยการศึกษาวิเคราะห์อย่างกว้างขวาง เพื่อสกัดเอาเนื้อแท้ของแนวคิดออกมา อันจะเป็นประโยชน์ต่อบรรยากาศการศึกษาแนวคิดเชิงปรัชญาของไทยต่อไป

คำสำคัญ: ปรัชญาชีวิต, ญาณนิยม, ความเชื่อ, โสยศาสตร์, ขวัญ, ลางสังหรณ์, ศาสนา

Analizar la filosofía de la vida tailandesa

Dr. Soravijh Vongsaañ¹ Dr. Subhee Dumdong² and PhraPunyāratanañkorn, Dr.³

¹Nakhon Pathom Rajabhat University

^{2,3} Mahachulalongkornrajavidyalaya University Palisuksa Buddhagosa Campus

Email: sompong_25@hotmail.com

Retrieved October 14, 2019; Revised October 25, 2019; Accepted December 31, 2019

Abstract

This research find out seeking the philosophical thinking of Thais is an emotional activity was used us an instrument to enjoy their life style. Not only be an activity to seek an objective of life or truth of everything in the world. As for an objective of life. Thais were depending mainly on the religion. To seek the philosophical thinking was an activity that Thais perform along with other social activities together. For animistic activities. it is an important basis in idealism. We consider in development. Idealism in Thai society developed by separating morale from a spirit. They explained that morale was an essence of a spirit. As for cosmological thinking. belief in the destiny. luck is a mystic power that relate with forms of sky and control original development of the universe. It made an orbit of a matter had an influence on the whole thing. The implement in religion is an important part to determine the thinking of epistemology and ethics. The knowledge of epistemology. is excellent for ordinary people for existence. knowledge are assumed to be not essence. Knowledge of ethics aims to decide value of human whether good or not with gossip. In the other hand. knowledge of aesthetics aims to create beauty more than to knowing or understanding beautifully. These thinking scatter in several forms of social activities. although in religious activities. occupation. songs. political affairs. custom. culture including activities to create the literatures both in Oral Literature and Writing Literature. Poems as a part of literatures. it has to depend on studying and analyzing broadly to find out an essence of thinking that will be an advantage for studying the philosophical thinking of Thais next

Keywords: Filosofía de vida, espíritu popular, creencia, superstición, moral, premonición, religión.



1. บทนำ

มนุษย์เราทุกเผ่าพันธุ์ย่อมมีปรัชญาเป็นของตนเอง ที่สั่งสมและพอกพูนพัฒนาขึ้นในสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติและสังคมของเผ่าพันธุ์ ปรัชญาเกิดจากความสงสัยและใคร่ที่จะเรียนรู้ธรรมชาติเพื่อนำไปแก้ปัญหาในการดำรงชีพในสังคมแต่ละยุคแต่ละสมัย จากการศึกษาวิชาปรัชญา มโนทัศน์ที่ได้ คือ ปรัชญาว่าด้วยทัศนะของมนุษย์ที่มีต่อโลกและชีวิต เป็นความเพียรพยายามของมนุษย์ในอันที่จะอธิบายความหมายของโลกและชีวิตตามที่มันเป็นและที่มนุษย์คิดว่ามันน่าจะเป็น ตลอดถึงความสัมพันธ์ระหว่างชีวิตกับจักรวาล เพื่อตอบสนองของความใคร่รู้ และกำหนดเป้าหมายวิถีชีวิตและสังคมมนุษย์ ในระยะแรกเริ่ม มนุษย์ให้ความสนใจเกี่ยวกับเรื่องธรรมชาติ ตลอดถึงปรากฏการณ์ที่อยู่เบื้องหลังธรรมชาติ โดยที่มนุษย์เชื่อว่าสิ่งที่ปรากฏผ่านประสาทสัมผัสเสมือนหนึ่ง อาจจะมี ความเคลื่อนไหวอยู่เบื้องหลัง การเข้าถึงปรากฏการณ์ที่อยู่เบื้องหลังธรรมชาติดังกล่าวนั้น น่าจะทำให้มนุษย์สามารถเข้าถึงความจริงอันสูงสุดได้ มนุษย์จึงเพียรพยายามสืบค้นหาความจริงอันสูงสุดจากธรรมชาติ และความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับความจริงอันสูงสุดที่ก่อให้เกิดกระแสความคิดด้านอภิปรัชญา (Metaphysic) ญาณวิทยา (Epistemology) และคุณวิทยา (Axiology) ขึ้น แนวคิดดังกล่าวนี้ ซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่งปรัชญาบริสุทธิ์ และเป็นฐานให้เกิดแนวคิดด้านปรัชญา ในยุคต่อมา ไม่ว่าจะเป็นด้านวัตถุนิยม (Materialism) จิตนิยม (Idealism) และทวินิยม (Dualism) ตลอดจนแนวคิดที่คลี่คลายไปสู่ความพยายามในอันที่จะเข้าถึงความหมายของชีวิตและสังคมมนุษย์อย่างสมบูรณ์

ดังนั้นผู้เขียนอยากทราบถึงปรัชญาชีวิตของบรรพชนไทยที่เกี่ยวข้องอยู่กับวิญญานนิยม โสยศาสตร์ ขวัญ และลางสังหรณ์ ตลอดจนหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อทางศาสนาว่า ดำรงอยู่อย่างไร ก่อนได้รับแนวคิดทางปรัชญาตะวันตก โดยศึกษาจากแหล่งข้อมูลทางวัฒนธรรมที่สำคัญ ที่จะนำเราไปสู่ความเข้าใจสังคมไทยและวิถีชีวิตของชาวไทยอย่างแท้จริง หลังจากที่มนุษย์ให้ความสนใจเกี่ยวกับเรื่องนอกตัว มนุษย์เริ่มหันกลับมาสนใจเกี่ยวกับเรื่องในตัวมนุษย์เอง พยายามค้นหาความหมายและจุดหมายสูงสุดของชีวิต ทำให้เกิดกระแสความคิดด้านจริยศาสตร์ สุนทรียศาสตร์ ปรัชญาศาสนา และปรัชญาการเมือง เป็นต้น เป็นการนำเอาปรัชญาบริสุทธิ์ไปประยุกต์ใช้ให้เป็นพื้นฐานการสร้างแนวคิดเพื่อสืบค้นถึงธรรมชาติ การกำเนิด และชะตากรรมของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย ตามแนวคิดด้านปรัชญาที่พยายามตีความชีวิตมนุษย์ เพื่อให้เข้าถึงความหมายที่แท้จริงของชีวิต และมีการสืบค้นหาที่มา คุณค่า และจุดหมายปลายทางของชีวิต โดยมีเป้าหมาย เพื่อให้ชีวิตเข้าถึงความสุข ปรัชญาชีวิตจึงเกิดขึ้น นั่นเอง

2. ชีวิตคืออะไร

คำว่า “ชีวิต” หมายถึง “ความเป็นอยู่ตรงข้ามกับความตาย” เพราะคำว่า “ชีวิต” มีรากศัพท์มาจากภาษาบาลีว่า “ชีวะ” แปลว่า “อยู่หรือเป็นอยู่” จึงหมายถึง ความเป็นไป ดำเนินไป เคลื่อนไหว นอกจากนี้คำว่า “ชีวิต” ตรงกับภาษาอังกฤษคำว่า “life” หมายถึง ความมีชีวิตชีวา ความร่าเริง. ความสนุกสนาน. ช่วงชีวิตของสิ่งมีชีวิตตั้งแต่เกิดจนตาย ตลอดชีวิต. ชั่วอายุ¹ ดังที่ปรากฏในอรรถกถาพระวินัยที่ว่า “ราวุนติ อาหุณฺติจาติ ภูตา ชายุนฺติ จขุมนฺติ ชาตา

¹ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, 2546), หน้า 383.

วฤตติตา วาติ อตฺโถ” แปลว่า “เพราะเกิดและเจริญเติบโต จึงชื่อเป็น คือ มีชีวิต ฉะนั้น” จึงนิยามความหมายของคำว่า “ชีวิต” ตามนัยคำสอนของพระพุทธศาสนาได้ว่า “ชีวิต” คือ สิ่งที่มีการเกิด การเจริญเติบโตและการตาย²

เพราะเหตุนี้ คำถามที่ว่า ชีวิตคืออะไร ? นี้ มันก็มีหลายแง่หลายมุมถ้ามองในแง่วัตถุ “ชีวิต” ก็มีความหมายอย่างหนึ่ง ถ้ามองในแง่จิตใจ ก็มีความหมายอีกอย่างหนึ่ง ถ้ามองในแง่ธรรมะสูงสุด มันก็มีความหมายอีกอย่างหนึ่ง แต่เราก็เอาความหมายธรรมดา ๆ นี้ว่า “ชีวิต” คือ ความที่ยังไม่ตายและยังมีชีวิตอยู่³ ดังนั้น คำว่า “ชีวิต” หมายถึง ธรรมชาติหรือภาวะอย่างหนึ่งที่ดำรงอยู่หรือเป็นอยู่ในปัจจุบันของมนุษย์และสัตว์ โดยมนุษย์และสัตว์เหล่านั้นมีลักษณะสำคัญ คือ ประกอบด้วยส่วนของกาย และส่วนที่เป็นจิต เพราะว่า กาย-จิตนั้น ตกอยู่ภายใต้กฎความเปลี่ยนแปลง กล่าวคือ การเกิดขึ้นดำรงอยู่ชั่วขณะและดับไป

3. อะไรคือปรัชญาชีวิต

อะไรคือปรัชญาชีวิต ? คำถามนี้ ดูเหมือนเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ยากยิ่ง ถึงแม้จะมีนักปราชญ์ทุกยุคทุกสมัยพยายามจะอธิบายความหมายของคำว่า “ชีวิต” แต่คำอธิบายเหล่านั้นก็ยังเป็นสิ่งที่คลุมเครือไม่แจ่มแจ้งพอที่จะทำให้เข้าใจได้ ถึงกระนั้น มนุษย์ก็พยายามอธิบายคำว่า “ชีวิต” ด้วยภาษาปรัชญา เพราะจะสะท้อนภาพชีวิตที่เป็นจริงและภาพชีวิตที่เป็นอุดมคติของมนุษย์ เพราะว่า เป็นแนวคิดของปรัชญาที่เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์ ที่แนบแน่นอยู่กับชีวิตประจำวันอย่างแยกออกจากกันไม่ได้ เพราะมนุษย์มีความเชื่อว่า จุดหมายปลายทางของชีวิต ก็คือ ความสุข เพราะมนุษย์จึงมีแนวคิดหรือโลกทัศน์และชีวิตทัศน์⁴ เป็นของตนเอง และดำเนินชีวิตไปตามวิถีทางของตน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อเข้าถึงความสุข แนวคิดหรือโลกทัศน์และชีวิตทัศน์ที่เชื่อว่า จะเป็นวิถีทางที่เข้าถึงความสุขได้ ที่เรียกว่า “ปรัชญาชีวิต” ที่หมายถึงหลักการในการดำเนินชีวิตให้เป็นไปตามเป้าหมายของตน เพื่อให้ชีวิตของตนเป็นสุข มนุษย์จึงเริ่มแสวงหาแสวงหาความหมายของคำว่า “ชีวิต” ตั้งแต่ปฐมวัยที่มีความอยากรู้อยากเห็นตั้งแต่ในวัยเด็ก นี้แหละเป็นบ่อเกิดความคิดแบบปรัชญา⁵

เพราะเหตุนี้ ธรรมชาติของมนุษย์นั้นเกิดจากการอยากรู้อยากเห็น และพยายามแสวงหาคำตอบที่ตนเองสงสัย⁶ โดยเริ่มจากความครุ่นคิดคำนึงที่มีต่อธรรมชาติ ความรู้สึกพิศวงในความร้อยเรียงเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง ตลอดจนถึงสภาพแวดล้อม สังคม และขนบธรรมเนียมประเพณี ซึ่งเป็นบริบททางด้านสังคมนั่นเอง ซึ่งเป็นเป้าหมายแนวคิดทางด้านปรัชญาชีวิตของปัจเจกบุคคลที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคมในการดำเนินชีวิตอย่างแยกออกจากกันไม่ได้ เพราะวิถีชีวิตของปัจเจกบุคคลดำเนินไปภายใต้อิทธิพลของขนบธรรมเนียมประเพณี ศาสนา ระบบค่านิยมในสังคม⁷ ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย ไม่ว่าจะเป็นการกระทำ คำพูด หรือความคิดอันเป็นพฤติกรรมพื้นฐานที่สำคัญๆ ล้วนออกมาจากทัศนคติอันเป็นพื้นฐานของสังคมที่เขาเป็นอยู่ โดยมีการสั่งสมและสืบทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนรุ่นหนึ่ง ด้วยวันและเวลาอัน

² สุชาวนัน พลอยชุม, **จริยศาสตร์แนวพุทธ**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: มหามงกุฎราชวิทยาลัย, 2537), หน้า 36.

³ พุทธทาสภิกขุ, **คู่มือมนุษย์ฉบับสมบูรณ์**, พิมพ์ครั้งที่ 9, (กรุงเทพมหานคร : คณะธรรมทานไชยา, 2544), หน้า 36.

⁴ วิทย์ วิศทเวทย์, ศาสตราจารย์ ดร., **ปรัชญาเบื้องต้น**, จัดพิมพ์เป็นครั้งที่ 14, (กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, 2540), หน้า 176. และดูใน ประเสริฐ ทรัพย์สุนทร, **ชีวิตทัศน์**, (พระนคร : มหาชน, 2492), หน้า 17.

⁵ พระราชวรมณี (ประยูร ธมมจิตโต), **ปรัชญากรีก**, (กรุงเทพมหานคร : ศยาม, 2540), หน้า 6.

⁶ กระแสร์ มาลาธารณ์ และคณะ, **มนุษย์กับวรรณกรรม**, (กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2528), หน้า 88.

⁷ บุญมี แทนแก้ว และคณะ, **ปรัชญาเบื้องต้น**, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2529), หน้า 155.

ยาวนาน หล่อหลอมขัดเกลาแนวคิดของปัจเจกบุคคล จนกลายมาเป็นปรัชญาชีวิตที่ยอมรับร่วมกันของคนในสังคม ในการเผชิญหน้ากับชีวิตและจักรวาลอันกว้างใหญ่ไพศาล เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ได้⁸

ดังนั้นคำถามที่ว่า อะไรคือปรัชญาชีวิต ? ผู้เขียนจึงเห็นว่า “ปรัชญาชีวิต” นั้นจึงเป็นหลักการในการดำเนินชีวิตของคน ๆ หนึ่งในรอบวงจรชีวิตเขา เริ่มตั้งแต่เกิดเป็นทารก เป็นเด็ก เป็นหนุ่มสาว เป็นผู้ใหญ่ การทำงาน ความคิด ความเชื่อ การเจ็บไข้ได้ป่วย และการตายเป็นกระบวนการสุดท้าย⁹ เป็นโลกทัศน์และชีวทัศน์ที่บุคคลมีต่อโลกและชีวิต อันว่าด้วยจักรวาลหรือสิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่มนุษย์มีความสัมพันธ์ด้วย เป็นระบบทั้งหมดของความคิด ความอ่าน ความเชื่อ ทัศนคติ ที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลในสังคมหนึ่ง ๆ มีร่วมกันอันเกี่ยวกับปัญหาทั้งหมดของชีวิตมนุษย์¹⁰ ซึ่งโลกทัศน์เป็นตัวกำหนดทิศทางของชีวิตแต่ละคนและเป็นตัวกำหนดทิศทางของสังคมมนุษย์ด้วย¹¹ ทำให้เข้าใจแนวทางในการดำเนินชีวิต ความสำเร็จในชีวิต ธรรมชาติของชีวิต การทำงาน ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติและมนุษย์กับโลก ซึ่งแสดงออกมาเป็นจุดยืนร่วมกันของสังคมนั้น ๆ มนุษย์ทุกคนผู้ทุกนามไม่ว่าจะมีการศึกษาหรือไม่ย่อมมีปรัชญาชีวิตด้วยกันทุกคน¹²

4. ลักษณะของปรัชญาชีวิตของไทยเป็นอย่างไร

นักปรัชญาในยุคโบราณ ไม่ว่าจะ เป็นของชนชาติใด ซึ่งมีเป็นจุดเริ่มต้นของแนวคิดทางด้านปรัชญาของตน ที่เรียกว่า ปรัชญาชาวบ้านหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งคือ “ภูมิปัญญาชาวบ้าน”¹³ ซึ่งเป็นรากฐานให้เกิดแนวคิดเชิงปรัชญาของมนุษย์ที่ประสพกับปรากฏการณ์ทางธรรมชาติต่าง ๆ เช่น พายุ ร่อง พายุ ฝนตก น้ำท่วม ฝนแล้ง และโรคภัยไข้เจ็บ เป็นต้น ที่ทำให้เกิดความเชื่อว่า ต้องมีวิญญาณอันทรงอำนาจคอยควบคุมธรรมชาติและสามารถดลบันดาลสิ่งดีและสิ่งร้ายให้เกิดขึ้นได้ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าร่องรอยแนวคิดด้านปรัชญาอันเป็นภูมิปัญญาของมนุษย์ยุคโบราณ ในการแสวงหาคำตอบ และกลวิธีในการต่อรองและควบคุมวิญญาณธรรมชาติ (Natural soul) ต่อมาเมื่อเกิดการกราบไหว้ วิญญาณบรรพบุรุษและเทพเจ้า วิญญาณก็จะถูกถือว่ามีอำนาจครอบงำธรรมชาติและครอบงำมนุษย์ในด้านวิญญาณนิยม (Animism) จึงเกิดขึ้น และยังมีการพัฒนามาเป็นแนวคิดทาง จิตนิยม (Idealism)¹⁴ กับวัตถุนิยม (Materialism) ทำให้เกิดทฤษฎีต่าง ๆ เพื่อยืนยันความถูกต้องในแนวคิดของตน

⁸ นภาเดช กาญจนะ, ดร., **ปรัชญาชีวิตยุค 2000**, (กรุงเทพมหานคร: สร้อยทอง, 2541), หน้า 22.

⁹ สุเมธ เมธาวิทยกุล, รองศาสตราจารย์, **ปรัชญาเบื้องต้น**, (กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2540), หน้า 90.

¹⁰ สมบัติ จันทรวงศ์, **โลกทัศน์สุนทรภู่**, (กรุงเทพมหานคร: มติชน, 2537), หน้า 1.

¹¹ วิทย์ วิศุทเวทย์, ศาสตราจารย์ ดร., **ปรัชญาเบื้องต้น**, พิมพ์ครั้งที่ 14, (กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, 2540), หน้า 176.

¹² สลิต วงศ์สวรรค์, รองศาสตราจารย์, **ปรัชญาตะวันออก**, (กรุงเทพมหานคร: รวมสาส์น, 2541), หน้า 116.

¹³ พระราชวรมณี (ประยูร ธมมจิตโต), **ปรัชญากรีก**, หน้า 9.

¹⁴ สมัคร บุราราศ, **วิชาปรัชญา**, (พระนคร: บริษัทแพรววิทยา จำกัด, 2511), หน้า 103.

ในขณะที่เดียวกันแนวคิดปรัชญาของไทย ซึ่งมีเท่าที่แห่งการประนีประนอมไม่ใช่จิตนิยมล้วน ๆ และไม่ใช่วัตถุนิยมล้วน ๆ¹⁵ แต่เป็นจิตนิยมผสมสารนิยมหรือวัตถุนิยม¹⁶ ดังนั้น นักปรัชญาของไทยมองว่า จิตและวัตถุนั้นเป็นอิสระโดยตัวของมันเอง แต่มีความสัมพันธ์ในลักษณะอาศัยซึ่งกันและกันจึงแสดงผลออกมาได้ และการที่จิตจะเป็นอิสระจากวัตถุได้อย่างสมบูรณ์ก็ต้องขึ้นอยู่กับการพัฒนา โดยเข้าสู่ระบบการศึกษาพัฒนาจิตตามหลักไตรสิกขาตามหลักพุทธปรัชญา จนเชื่อได้ว่า จิตที่ทรงอำนาจ คือ จิตของมนุษย์ แม้จิตและวัตถุจะอิงอาศัยซึ่งกันและกัน จึงเกิดการรับรู้ทางประสาทสัมผัส แต่วัตถุก็เป็นเพียงฐานให้จิตเข้าถึงความเป็นจริงของโลกและชีวิต ดังนั้นปรัชญาชีวิตของไทยจึงมีลักษณะความเชื่อมั่นพื้นฐานซึ่งเป็นรากฐานให้เกิดปรัชญาชีวิตของไทย ดังนี้

4.1 ปรัชญาชีวิตของไทยมีลักษณะเป็นวิญญาณนิยม

ปรัชญาชีวิตของไทยมีลักษณะเป็นความเชื่อมั่นพื้นฐานที่มาจากคนไทยเชื่อว่า โลกนี้มีใช้มีแต่เพียงสิ่งที่สัมพันธ์กันระหว่างสิ่งที่สามารถรับรู้ได้ด้วยประสาทสัมผัส เช่น มนุษย์ สัตว์ และต้นไม้ เป็นต้นเท่านั้น แต่สิ่งที่สามารถรับรู้ได้ด้วยประสาทสัมผัสยังมีส่วนสัมพันธ์เชื่อมโยงกับวิญญาณหรือผี ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่สามารถรับรู้ได้ด้วยประสาทสัมผัส เป็นความสัมพันธ์ในอีกมิติหนึ่งต่างหากนอกเหนือการรับรู้ เป็นความสัมพันธ์ที่อาจสะท้อนออกมาเป็นผลดีหรือร้ายแก่มนุษย์อันนำไปสู่การประพตติดีของมนุษย์ที่มีผลเชิงจริยศาสตร์ ตัวอย่างเช่น ชาวอีสานเชื่อว่าผีปู่ผีย่าคอยปกปักรักษา เมื่อชายหนุ่มล่วงเกินหญิงสาว ก็ถือว่า ผิดผี จึงต้องทำพิธี “เสียผี” โดยมีความเชื่อที่ว่า ผีมีจริง แต่จะรับรู้โดยประสาทสัมผัสไม่ได้ เป็นความเชื่อเชิงภววิทยา (Ontology)¹⁷ และความเชื่อดังกล่าว ส่งผลให้คนไม่กล้าทำความผิดเพราะเกรงอำนาจผีจะให้โทษ ในขณะที่เดียวกันก็พยายามทำความเข้าใจโดยเชื่อว่า ผีจะให้คุณ ทำให้เกิดระบบจริยธรรมขึ้นในสังคมไทย ซึ่งเป็นผลเชิงจริยศาสตร์(Ethics) เท่ากับว่าผีทำหน้าที่ในการควบคุมระบบศีลธรรม (Morality) ของคนไทย จะเห็นได้ว่า ความเชื่อที่เกี่ยวกับผีของคนไทยมีดังนี้ (1) ผีบ้าน ผีเมือง (2) ผีวงศ์สกุลหรือผีเจ้าบ้านหรือมหัศจรรย์ (3) ผีไร่ผืนนาหรือผีตาแฮก (4) ผีประจำเรือนหรือผีบรรพบุรุษ (5) ผีแม่ธรณี (6) ผีฟ้าผีแดน หรือผีปอบ ผีโพรง (7) ผีโป่งป่า หรือผีเทพารักษ์¹⁸

ดังนั้นแนวคิดเรื่องวิญญาณต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และทำให้เกิดประเพณีเลี้ยงผี เช่น ผีฟ้า ผีแดน ผีปู่ตา ผีตาแฮก การเรียกขวัญ และความเชื่อเรื่องโชคลางต่าง ๆ ขึ้นในชนชาติไทย โดยเชื่อว่าสิ่งเหล่านี้จะสามารถอำนวยความสุขให้ได้อย่าง ร่องรอยความเชื่อเรื่องวิญญาณของชนชาติไทย ปรากฏในจารึกพ่อขุนรามคำแหงมหาราช กล่าวถึง การเช่นสร้างทำพิธีกรรมต่อผีบางทิวว่า “เบื้องหัวนอนเมืองสุโขทัยนี้ มีภูเขาศิวพรอยู่ มีสิริตถกต มีป่าพร้าวป่าลาง มีป่าม่วง ป่าขาม มีน้ำโคก มีพระขงพูนี เทพดาในเขานันนั้นเป็นใหญ่กว่าทุกผีในเมืองนี้ ขุนผู้ได้ถือเมืองสุโขทัยนี้แล้ว ไหว้ดีพลีถูกเมืองนี้เที่ยง เมืองนี้ดี ผีไหว้ดีพลีถูก ผีในเขานันคุ้มบ่เกรงเมืองนี้หาย” นอกจากนี้ยังมีการจารึกปู่ขุนวัดขุนจอดกล่าวว่า “แม่ผู้โอบซ้อไซรให้ (ผี) มันทั้งเสื่อใหญ่ เขาพุดดา เขาผาดานผาแดง ผ่างแม่พระศักดิ์ พระสอ พระเสื่อทานยออง พานสถานปู่ชรมีน หมิ่นห้วยแสนดง ทั้งปู่เจ้าพระขงเขายรรยง พระศรีผีบางพระศักดิ์ อารักษ์ทุกแห่ง แต่งตาดู

¹⁵ วิชาน สุชีวกุปต์ และสนธิ์ บางยี่ขัน, **ปรัชญาไทย**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2537), หน้า 24.

¹⁶ ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรมศัพท์ปรัชญาอังกฤษ-ไทย**, (กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน, 2540), หน้า 61.

¹⁷ ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรมศัพท์ปรัชญาอังกฤษ-ไทย**, หน้า 74-47.

¹⁸ โพธิ์ แซ่มลำเจียก, **ผญา : มรดกภูมิปัญญาของบรรพบุรุษไทยพวน**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสามัคคีสาร(ดอกหญ้า) จำกัด, 2539), หน้า 139.

สองปู่หลานรักกัน ผีผู้ใดใครบ่เชื่อจึ่งผีผู้หนึ่งหักก้าน้ำคอบ ออย่าเป็นพระยา” จากการจารึกทั้ง 2 ข้างต้น แสดงให้เห็นถึงความเชื่อเรื่องวิญญาณของคนไทยที่มีอยู่อย่างกว้างขวาง บ่งบอกถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ซึ่งเป็นสิ่งกำกับวิญญาณเหนือธรรมชาติ (Supernatural Soul) ที่เป็นสิ่งไม่จำกัด เป็นสิ่งสมบูรณ์ (Absolute) มีพลังอำนาจไร้ขอบเขต เป็นความสัมพันธ์ในลักษณะของการเช่นสรวง และการคุ้มครองป้องกัน ตลอดถึงการให้ผลในทางดีหรือร้าย แสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาในอันที่จะอธิบายสิ่งที่อยู่นอกเหนือประสาทสัมผัส (Super Sensible) ของคนไทย แนวคิดทางปรัชญาของไทยที่ว่า “เป็นรากฐานแห่งการคิดนึกอย่างลึกซึ้งของไทย ปรากฏชัดอยู่ในศิลาจารึกหลักที่ 1 ของพ่อขุนรามคำแหง แห่งกรุงสุโขทัย... เพราะจารึกหลักนี้เป็นประจักษ์ของชมพูทวีปอันบริสุทธิ์ ที่แสดงความเป็นพุทธและความเป็นไทย โดยมีความเชื่อในเรื่องผีและประจักษ์วิทยาอย่างไสยศาสตร์เป็นองค์ประกอบ¹⁹ ถึงแม้ในปัจจุบันการเลี้ยงผียังปรากฏอยู่ในชุมชนชาวมุขเมืองน่าน เมื่อมีคนเจ็บไข้ได้ป่วย ชาวมุขเชื่อว่าถูกผีร้ายทำเอา จะต้องป้องกันแก้ไขและรักษาด้วยการตั้งพิธีบนบานศาลกล่าวเอาอกเอาใจด้วยการเช่นสังเวณีในรูปแบบต่าง ๆ ที่เรียกว่า เลี้ยงผี²⁰

4.2 ปรัชญาชีวิตของไทยมีลักษณะเป็นความเชื่อทางไสยศาสตร์ ขวัญ และลางสังหรณ์ ปรัชญา

ชีวิตของไทยมีลักษณะเป็นความเชื่อทางไสยศาสตร์ ขวัญ และลางสังหรณ์ กล่าวคือ ความเชื่อและความรู้สึก ที่เข้าใจว่า อยู่เหนือธรรมชาติ หรือในสิ่งที่ลึกลับอันไม่สามารถจะทราบด้วยเหตุผลตามหลักวิทยาศาสตร์และสิ่งนั้นอาจให้ผลดีหรือให้ร้ายแก่ผู้ที่มีความเชื่อ เมื่อมีความเชื่อและความรู้สึกเช่นนั้น เนื่องด้วยคาถาอาคมและเวทมนตร์ เพื่อเป็นการทำให้เราอำนวยความสะดวกแก่ตนทั้งในทางดีและทางชั่วได้²¹ ส่วนใหญ่คนไทยใช้ไสยศาสตร์ในการแก้ไขปัญหาชีวิตทั้งในระดับปัจเจกบุคคลและระดับการปกครอง ซึ่งเป็นการให้ขวัญและกำลังใจ ลักษณะของความเชื่อ เนื่องมาจากความเชื่อที่ว่า วิญญาณมีจริง เช่น คนอีสานมักใช้คาถาอ้อป่อง²² ในการช่วยความจำ เมื่อมีผู้เจ็บป่วยมักทำพิธีไล่ผี และพิธีบนบานศาลกล่าว คนไทยใช้ไสยศาสตร์เพื่อช่วยให้เกิดกำลังใจ และเป็นสื่อสัมพันธ์กับโลกวิญญาณ โดยเชื่อว่า มนุษย์มีวิญญาณที่สัมพันธ์กัน 2 ส่วน คือ

- 1) วิญญาณที่สิงสถิตตามธรรมชาติ ได้แก่ ผี และเทพารักษ์ เป็นต้น
- 2) วิญญาณในตัวมนุษย์ ได้แก่ ชีวิตหรือจิตใจ

จะเห็นได้ว่า วิญญาณธรรมชาติและวิญญาณในตัวมนุษย์มีส่วนทำให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ เพราะเหตุนี้ ไสยศาสตร์จึงมีพลังอำนาจในการควบคุมวิญญาณทั้งสองนั้นได้ ถ้าสามารถควบคุมวิญญาณธรรมชาติได้ก็สามารถควบคุมวิญญาณในตัวมนุษย์ได้ด้วย ดังคำสุภาษิตที่ว่า “อย่าผีเดมา อย่าเจ้ายีน” คำสุภาษิตนี้สะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อที่ว่า ถ้าเราเคารพผีแล้ว ผีก็จะทำให้มีชีวิตไปจนแก่เฒ่า ผีหรือวิญญาณธรรมชาติจึงมีส่วนสัมพันธ์ในการดำรงอยู่ของชีวิตมนุษย์ แต่เมื่อชีวิตดำรงอยู่แล้วจะดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับ “ขวัญ”

¹⁹ ส. ศิวลักษณ์ (นามแฝง), “แนวคิดทางปรัชญาไทย”, ใน *ความเป็นเลิศทางวิชาการ*, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มติชน, 2541), หน้า 106.

²⁰ ปราณี วงษ์เทศ, “พิธีฆ่าควายเลี้ยงผีของชาวมุขเมืองน่าน”, *ศิลปวัฒนธรรม*, ปีที่ 17 ฉบับที่ 11 (กันยายน 2539) : หน้า 117.

²¹ เสฐียรโกเศศ (นามแฝง), *ชีวิตชาวไทยสมัยก่อน และการศึกษาเรื่องประเพณีไทย*, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์คลังวิทยา, 2521), หน้า 222.

²² อ้อป่อง คือ ชื่อของคาถาอาคมที่ใช้บริกรรมก่อนศึกษาเล่าเรียนวิชาต่าง ๆ โดยเฉพาะชาวอีสาน ที่มีความเชื่อว่า อ้อป่องจะช่วยให้เกิดความจำในการศึกษาเล่าเรียนได้นั่นเอง

คำว่า “ขวัญ” หมายถึง “สิ่งที่ไม่ได้ตัวตน นิยามกันว่ามิอยู่ประจำชีวิตของคนตั้งแต่เกิดมา ซึ่งเชื่อกันว่าถ้าขวัญอยู่กับตัวก็เป็นสิริมงคล เป็นสุขสบาย จิตใจมั่นคง ถ้าคนตกใจหรือเสียขวัญ ขวัญก็ออกจากร่างไปเสีย ซึ่งเรียกว่าขวัญหาย ขวัญหนี ขวัญบิน เป็นต้น ทำให้คนนั้นได้รับผลร้ายต่าง ๆ และอนุโลมให้ไปถึงสัตว์หรือสิ่งของบางอย่าง เช่น ช้างม้าขาวเรื้อน ฯลฯ ว่ามีขวัญเช่นเดียวกับคนเหมือนกัน”²³ เพราะว่า คำว่า “ขวัญ” เป็นคำไทยที่พบเห็นในสำนวนไทยมากมาย เช่น ลูขวัญ พาขวัญ ข้าวขวัญ ไช้ขวัญ เรียกขวัญ ผูกขวัญ ทำขวัญ ตักขวัญ รับขวัญ ปลอดภัย ถนอมขวัญ ชูขวัญ มิ่งขวัญ เขย่าขวัญ สะเทือนขวัญ สยอขวัญ ชูขวัญ เกลิมขวัญ ดวงขวัญ ทรงขวัญ จอมขวัญ คำขวัญ คำเรียกขวัญ คำทำขวัญ ของขวัญ ข่มขวัญ คู่ขวัญ ทำลายขวัญ เพื่อนขวัญ ทับขวัญ เสียขวัญ ตลาดขวัญ ขวัญอยู่ ขวัญขาด ขวัญเพื่อน ขวัญดี ขวัญเสีย ขวัญหาย ขวัญผวา ขวัญเดียว สองขวัญ ขวัญตา ขวัญนภา ขวัญฟ้า ขวัญจิตต์ ขวัญแดขวัญใจ ขวัญฤดี ขวัญผม ขวัญเจ้าเอย ขวัญอ่อน ขวัญร้าย ขวัญกล้า ขวัญเกียง ขวัญป่า ขวัญบิน ขวัญทิว ขวัญกระเจิง ขวัญหนีดีฝ่อ ขวัญงู ขวัญกระเป่า ขวัญเกษม ขวัญแก้ว ขวัญชนก ขวัญชัย ขวัญชาติ ขวัญชาย ขวัญชีพ ขวัญทอง ขวัญทิพย์ ขวัญไทย ขวัญนคร กล่าวขวัญ ลูกแก้วเมียขวัญลูกแก้วลูกขวัญ ทุ่งแก้วทุ่งขวัญ บำรุงขวัญและกำลังใจ ปลุกขวัญและกำลังใจ ออกสิ้นขวัญแขวน ขวัญไปเที่ยวป่าเที่ยวเขา อายุมนขวัญยืน ขวัญมาอยู่กับเนื้อกับตัว ขวัญลาน ขวัญข้าวขวัญน้ำ ขวัญบ้านขวัญเมือง ขวัญข้างขวัญม้า แรกนาขวัญ ฯลฯ

เพราะเหตุนี้ คนไทยโบราณเชื่อว่า ชีวิตของมนุษย์สามารถดำรงอยู่ได้เพราะจิตวิญญาณ เพราะเหตุนี้จิตวิญญาณนั้น จะต้องขวัญเป็นสาร์ตและมียุทธิพลต่อภายใต้บริบทแห่งภาษา ซึ่งคนไทยพยายามอธิบายปรากฏการณ์ของจิตวิญญาณ และสามารถแยกขวัญออกจากจิตวิญญาณ เพราะว่า “ขวัญ” นั้น เป็นสาระสำคัญของชีวิตและวิญญาณ²⁴ เมื่อเด็กเกิดใหม่มักจะผูกแขนรับขวัญ ถ้าเด็กตกใจกลัวหรือร้องไห้ก็จะปลอบว่า “ขวัญเอ๋ยมาอยู่กับเนื้อกับตัว” ขวัญไม่ใช่ชีวิต ไม่ใช่จิตหรือวิญญาณ แต่ขวัญคือสาระสำคัญของชีวิตและวิญญาณที่ทำให้จิตวิญญาณมีความแข็งแรง ถ้าขวัญยังอยู่กับเนื้อกับตัว ก็มีแต่ความสุข จากความเชื่อข้างต้น สามารถแสดงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับขวัญได้

จะเห็นได้ว่า วิญญาณธรรมชาติ นั้น มีส่วนสัมพันธ์กับร่างกายและจิตใจที่มีผลโดยตรงต่อขวัญ และขวัญก็มีอิทธิพลต่อการดำรงอยู่ของมนุษย์ ถ้าขวัญอยู่ชีวิตก็จะดีตามไปด้วย ถ้าขวัญเสียชีวิตก็ตกต่ำ เป็นขวัญหนีดีจะฝ่อมีชีวิตก็สักแต่ดำรงอยู่เท่านั้น เมื่อทหารออกศึกจึงประกอบพิธี “ตัดไม้ข่มนาม”²⁵ ซึ่งเป็นพิธีทำลายขวัญหรือข่มขวัญฝ่ายตรงข้าม เพราะความเชื่อที่ว่าชีวิตมีสิ่งที่อยู่เหนือไปจากชั้น 5 และเป็นส่วนที่ทำให้ชีวิตดำรงอยู่อย่างมีความสุขราบรื่น ถึงแม้ชีวิตจะพบอุปสรรคทุกข์ท้อภัยจน ถ้าขวัญไม่หนีดีฝ่อ มีขวัญเป็นรากแก้วฝังลึกในจิตใจ มีสติปัญญามั่นคงคิดอ่านก็สามารถที่จะผ่านไปได้อย่างสุขุม แม้ทรัพย์สมบัติจะหมด เขาย่อมสามารถหาใหม่ได้ไม่ยากตรงกันข้ามถ้าไม่มีขวัญเป็นรากแก้วฝังลึกในจิตใจ ไร้อายุยืนที่มั่นคง ก็จะจมอยู่กับความหดหู่เศร้าหมอง จากความเชื่อในลักษณะนี้ คนแพ้งจึงต้องถูกปลอบขวัญ คนไปอยู่แดนไกลกลับบ้านจึงทำพิธีรับขวัญ เมื่อประสบอุบัติเหตุต้องทำพิธีเรียกขวัญ เป็นต้น

²³ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525, ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 6, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทอักษรเจริญทัศน์, 2539), หน้า 131.

²⁴ จินดา จันทร์แก้ว, “ปรัชญาไทย”, มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วิชาการศึกษา : ปรัชญาบูรพทิศ, ทรงวิทย์ แก้วศรี บรรณาธิการ, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2532), หน้า 119.

²⁵ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525, หน้า 337-338.

เพราะว่าความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ และขวัญแล้ว นอกจากนี้ คนไทยก็ยังเชื่อเรื่องโชคลางหรือลางสังหรณ์ มีทั้งฝ่ายดีและฝ่ายร้าย ถ้าฝ่ายดีเรียกว่าลางดี ถ้าฝ่ายร้ายเรียกว่าลางร้าย ซึ่งทั้งสองมีส่วนสัมพันธ์กับแนวคิดเชิงอภิปรายว่าด้วยความมีอยู่²⁶ ของวิญญาณเหนือธรรมชาติ คนไทยเชื่อว่าโลกนี้มีผีหรือเทวดาผู้ทำหน้าที่คุ้มครองไม่อาจสื่อสารกับมนุษย์ด้วยภาษาคน จึงแสดงออกด้วยภาษาลัญลักษณ์เพื่อให้มนุษย์ได้รู้ตัว เช่น บ้านล้มหรือเกิดเสียงดัง ถือว่าลางไม่ดี คิ้วกระหม่นลางไม่ดีจะมีเหตุร้าย การร้องเชื่อว่าจะได้รับข่าวจากทางไกล จึงจกทักมักมีเหตุ สัตว์ป่าเข้าบ้านจะเกิดเหตุร้าย เป็นต้น จึงเกิดมีพิธีเสียเคราะห์เพื่อให้หมดเคราะห์หมดโศก

นอกจากนี้ ความเชื่อว่า ลางสังหรณ์มักแสดงออกทางความฝัน ในสมันตปาสาทิกา ซึ่งเป็นคัมภีร์ที่อธิบายพระวินัยปิฎกได้แสดงเหตุที่ทำให้ฝันได้ 4 ประการ ดังนี้ (1) ธาตุกำเริบ (2) เคยทราบมาก่อน (3) เทวดาสังหรณ์ (4) บุพนิมิต²⁷ ดังที่ปรากฏเรื่องของเวสสันดรชาดก กัณฑ์มัทรีที่แต่งโดยเจ้าพระยาพระคลัง (หน) เมื่อนางมัทรีฝัน พระเวสสันดรได้ทำนายฝันว่า “บัดนี้เจ้ามาตกโร้นิราศปราศจากที่อันเจริญ ออกมาโคกค้ำยแสนกันดารเดินในดงดอนต้องแดดลม เสวยแต่ผลไม้อันเปรี้ยวขมเฟื่อนผาด นอนเหนือใบไม้ลาดล้นวงละของทราย เทพดาเจ้าย่อมยกย้ายซึ่งราตรี ธาตุทั้งสี่นั้นวิปริต จึงเสวยสุบินนิมิตผิดวิปริตลามก เจ้าจะสะดุ้งกลัวไปโยมี จงกลับไปยังต้นศุกฺกุญฺญ์โดยสำราญ” (ร้ายยาวเวสสันดรชาดก) โดยเฉพาะเทวดาสังหรณ์และบุพนิมิตนั้น มีส่วนสัมพันธ์กับความเชื่อเรื่องลางสังหรณ์ตามความเชื่อดั้งเดิมของไทย เช่น ฝันว่าฟันร่วง เชื่อว่า ญาติคนรักใคร่จะเจ็บป่วยหรือล้มตาย เป็นต้น

4.3 ปรัชญาชีวิตของไทยมีลักษณะเป็นความเชื่อทางศาสนา

ปรัชญาชีวิตของไทยมีลักษณะเป็นความเชื่อทางศาสนา กล่าวคือ อิทธิพลของศาสนานั้น มีความสำคัญมากต่อแนวคิดของคนไทย โดยเฉพาะศาสนาพราหมณ์และพระพุทธศาสนาที่กล่าวถึงแนวคิดพรหมลิขิตและกรรมลิขิตที่ทำให้เกิดกระแสความคิดแบบชะตากรรมขึ้น คนไทยมักพูดว่า “อะไรจะเกิดมันก็ต้องเกิด” ซึ่งเป็นการมอบชีวิตให้กับลิขิตของโชคชะตา เพราะเหตุนี้ คนไทยส่วนใหญ่เชื่อว่า พรหมและกรรมมีอยู่จริง เพราะโชคชะตาชีวิตของคนเรากำหนดโดยพรหมและกรรมไว้เรียบร้อยแล้ว

เนื่องจากพระพุทธศาสนาในสังคมไทยมีลักษณะสืบเนื่องด้านความคิดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนรุ่นหนึ่งไม่หยุดนิ่ง ซึ่งหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเป็นแนวคิดเชิงปรัชญา เพราะหลักธรรมหรือแนวคิดทางพระพุทธศาสนาได้ถูกนำมาใช้และตีความให้เข้ากับลักษณะและอุปนิสัยของคนไทย ดังคนไทยยอมรับกฎแห่งกรรม ซึ่งเป็นทฤษฎีเชิงอภิปรายในลักษณะเป็นกฎชะตากรรมโดยตีความให้สอดคล้องกับความเชื่อเรื่องโชคชะตาพรหมลิขิต และความสันโดษ หมายถึง ความพอใจในสิ่งที่หามาได้ตามกำลังความสามารถ ซึ่งเป็นทฤษฎีเชิงจริยศาสตร์ คนไทยยอมรับความสันโดษว่า “ตามบุญตามกรรม” แสดงถึงการยอมรับกรรมอย่างสิ้นเชิงที่เชื่อว่า กฎศีลธรรมที่ใช้อยู่กับเราจะเป็นกฎที่ไม่มีใครสร้างขึ้นไม่ได้ แต่เป็นกฎของพระผู้เป็นเจ้าซึ่งถ่ายทอดมาให้เราทางมโนธรรม พระผู้เป็นเจ้าจึงเป็นผู้วางกฎศีลธรรมของมนุษย์ แต่คนไทยมอบกฎศีลธรรมให้กับกรรม “ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว” กรรมทำหน้าที่ในการให้ผลแก่ผู้กระทำทั้งดีและร้าย กรรมจึงกำหนดการกระทำทุกอย่างและปรากฏออกมาเป็นวัฒนธรรมประเพณีต่าง ๆ ในสังคมไทย

²⁶ อมร โสภณวิเชษฐวงศ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์, **ปรัชญาเบื้องต้น**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2523), หน้า 236.

²⁷ มหามกุฏราชวิทยาลัย, **สมันตปาสาทิกา (แปล) เล่ม 1**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2528), หน้า 7-8.

นอกจากนี้ พระพุทธศาสนายังทำหน้าที่ในการกำหนดอภิปรัชญาแนวสังคมนิยมของคนไทย ซึ่งดำรงอยู่ในสังคมไทยมีลักษณะพื้นฐานที่สำคัญ 3 ประการ คือ

1) ลักษณะความเป็นจริงตามธรรมชาตินิยม คนไทยถือว่า มนุษย์และสรรพสิ่งเป็นสิ่งที่ปรากฏขึ้นจากองค์ประกอบของส่วนต่าง ๆ ที่ประชุมกันเข้า ตามหลักขั้นที่ 5 และปฏิจักษุสัมปาทและเมื่อถึงเวลาที่สิ่งเหล่านี้ไม่สามารถดำรงอยู่ตามสภาพได้ก็จะแตกสลายไปตามกฎไตรลักษณ์ คนไทยจึงมองว่า “อะไร ๆ ก็ไม่แน่นอน” ไม่ควรยึดถือว่าเป็นจริงเป็นจัง “อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด”

2) ลักษณะความเป็นจริงทางจิตนิยม การปรากฏของจิตเกิดขึ้นจากองค์ประกอบ หรืออารมณ์ จิตกระทบอารมณ์ภายนอกจึงเกิดความรู้สึกนึกคิด คนไทยมักพูดว่า “สำคัญที่ใจ” ซึ่งเป็นอิทธิพลมาจากความเชื่อในความเป็นใหญ่ของจิต

3) ลักษณะการตีความคำสอนพระพุทธศาสนาให้เข้ากับอุปนิสัยคนไทย หลักคำสอนพระพุทธศาสนาเป็นกรอบความคิดและพฤติกรรมสำหรับอ้างอิงเพื่อพิจารณาหรือตัดสินการกระทำทั้งระดับปัจเจกบุคคลและระดับสังคมของคนไทยมาช้านาน โดยเฉพาะโลกทัศน์เรื่องบุญกรรมตามที่คนไทยเข้าใจและตีความให้สอดคล้องกับค่านิยม “บ้านใคร ใครอยู่ อยู่ใคร ใครนอน” คนไทยเชื่อว่า คนเราเกิดมาเพื่อชดใช้กรรมที่ทำไว้แต่ชาติปางก่อน จะยากดีมีจนก็เพราะ “บุญทำกรรมแต่ง” ให้ชีวิตเป็นเช่นนั้น ชีวิตของแต่ละบุคคลมีกรรมเป็นของตนจึงควรหันหน้าไปตามกรรม และควรสะสมบุญกุศลเพื่อตนจะได้ไปเกิดที่สุขสบายในชาติหน้า

จะเห็นได้ว่า พระพุทธศาสนาทำหน้าที่กำหนดอภิปรัชญา ญาณวิทยา และคุณวิทยาของคนไทยเกือบจะสิ้นเชิงทีเดียว²⁸ แต่อย่างไรก็ตาม หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาก็ไม่ใช่กระบวนการที่คนใช้ อธิบายกฎศีลธรรม ความเชื่อเรื่องผียังมีส่วนสำคัญในการกำหนดกระบวนการทัศน์แบบกฎศีลธรรม ลักษณะความเชื่อมั่นพื้นฐานแนวคิดเชิงปรัชญาของไทยดังกล่าวนี้ ปรากฏอยู่ในวัฒนธรรมการสร้างงานวรรณคดีไทยทั้งวรรณคดีมุขปาฐะและวรรณคดีลายลักษณ์ โดยเฉพาะกวีนิพนธ์ไทยเป็นวรรณคดีลายลักษณ์ที่พัฒนารูปแบบและเนื้อหามาอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาถึงกรุงรัตนโกสินทร์ กวีนิพนธ์แฝงไว้ด้วย แนวคิด ค่านิยม ความเชื่อ ซึ่งสะท้อนหลักปรัชญาชีวิตอันเป็นแนวคิดพื้นฐานของสังคมไทย ตลอดจนความตกลงขบขันที่ผู้เล่าสอดแทรกเข้ามาเพื่อให้เกิดความเพลิดเพลินสนุกสนาน การจะทำความเข้าใจแนวคิดเชิงปรัชญาของไทยจึงไม่ควรละเลยการพิจารณาจากกวีนิพนธ์

4.4 ปรัชญาชีวิตของไทยมีลักษณะเป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

ปรัชญาชีวิตของไทยมีลักษณะเป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน กล่าวคือ ส่วนใหญ่คนไทยโดยทั่วไปไม่ชอบแสดงแนวคิดหรือโลกทัศน์ผ่านตัวหนังสือ และการถกเถียง แต่ชอบแสดงแนวคิดผ่านคำพูดตามสถานการณ์ที่เป็นไปในขณะนั้น ๆ ไม่มีรูปแบบตายตัว และคำพูดนั้นก็มักเป็นคำที่สละสลวยมีสำนวนโวหารคมคาย มีความสนุกสนาน และเป็นคำสอนไปพร้อมกันด้วย คำพูดเหล่านี้มักแสดงออกผ่านหลักการดำเนินชีวิตประจำวัน หลักและคติในการดำเนินชีวิตส่วนใหญ่ได้มาจากการสั่งสมประสบการณ์ในการดำเนินชีวิต และหลักคำสอนทางศาสนา เช่น “เป่าปีให้ควายฟัง และวัวเห็นแก่หญ้า ช้าเห็นแก่กิน” เป็นต้น เป็นการแสดงโลกทัศน์ของผู้พูดจากประสบการณ์ซึ่งมีพื้นฐานจากการดำเนินชีวิต “ตักบาตรอย่าถามพระ และทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว” เป็นต้น เป็นการแสดงโลกทัศน์ของผู้

²⁸ จินดา จันทรแก้ว, “ปรัชญาไทย”, หน้า 115.

พูดจากพื้นฐานทางศาสนา ลักษณะแนวคิดดังกล่าว ถูกแสดงออกผ่านกิจกรรมการดำเนินชีวิตประจำวัน 3 ประการ คือ

1) ปรัชญาชีวิตไทยแสดงออกผ่านคำพูด เช่น ปริศนาคำทาย สุภาษิต คำพังเพย สำนวนโวหาร คำผญา เป็นต้น

2) ปรัชญาชีวิตไทยแสดงออกผ่านบทเพลงและการละเล่น

3) ปรัชญาชีวิตไทยแสดงออกผ่านนิทานชาวบ้าน

จะเห็นได้ว่า แนวคิดด้านปรัชญาเกี่ยวกับการดำรงอยู่ของชีวิตและสังคมมนุษย์ของคนไทยข้างต้น ไม่ว่าจะ เป็นแนวคิดเกี่ยวกับวิญญาณนิยม พรหมลิขิต ไสยศาสตร์ โชคชะตาเคราะห์กรรม ข้อประพฤติปฏิบัติทางศาสนา และหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ล้วนเป็นการแสดงออกถึงแนวคิดเชิงปรัชญาและวิธีปฏิบัติที่สัมพันธ์อยู่กับการ ดำรงชีวิตของคนไทย แนวคิดเหล่านี้ปรากฏในการสร้างงานของกวีสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ตอนต้นอย่างกว้างขวาง ซึ่งจะได้พิจารณาเนื้อหากรวีนิพนธ์ในยุคดังกล่าวนี้ต่อไป

5. สรุปวิเคราะห์แนวคิดเชิงปรัชญาชีวิตของไทย

จากการศึกษาวิเคราะห์แนวคิดทางปรัชญาชีวิตของไทย พบว่า แนวคิดปรัชญาชีวิตของไทยเกิดขึ้นจากการดำรงอยู่ของชีวิตทางความคิด ซึ่งสะท้อนความเพียรพยายามของมนุษย์ที่ต้องการอธิบายโลก ชีวิต และความสัมพันธ์ระหว่างชีวิตกับจักรวาล ตลอดจนการทำความเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง เพื่อกำหนด เป้าหมายชีวิตและสังคมของมนุษย์ ตามแนวคิดทางด้านของปรัชญาในระยะแรกเริ่มของมนุษย์ที่ให้ความสนใจ ธรรมชาติ และปรากฏการณ์เบื้องหลังธรรมชาติที่อยู่ห่างไกลจากตัวมนุษย์ ก่อนจะคลี่คลายไปสู่ความสนใจชีวิต และสังคมมนุษย์ แนวคิดด้านปรัชญาในยุคต่อมาจึงพยายามเข้าไปวิจารณ์พฤติกรรมมนุษย์ เพื่อให้เข้าถึง ความหมายที่แท้จริงของชีวิตและสังคม พยายามสืบค้นหาที่มา ธรรมชาติ คุณค่า การกำเนิด จุดหมายปลายทาง และชะตากรรมของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย เพราะคนไทยได้พัฒนาแนวคิดเชิงปรัชญาของตนขึ้นมาบน พื้นฐานทางวัฒนธรรมที่หลากหลาย แตกต่างกันไปตามลักษณะทางชนชาติ สภาพภูมิประเทศ ขนบธรรมเนียม ประเพณี และลัทธิศาสนาที่รับมาจากชนชาติอื่น ตลอดจนสภาพความเป็นอยู่ของสังคมในยุคนั้น ๆ ปรับปรุงคัด เค้นและพัฒนาขึ้นบนพื้นฐานแนวคิดวัฒนธรรมแบบสังคมไทย กลายเป็นหลักการประพฤติกการปฏิบัติใน ชีวิตประจำวันอันเกี่ยวเนื่องด้วยศาสนาเป็นพื้นฐานชีวิต ซึ่งรวมเอาความเชื่อ ทัศนคติ ตลอดจนค่านิยมต่าง ๆ ของ สังคมเข้าไว้ด้วย

จากแนวคิดทางปรัชญาชีวิตของไทยนั้น หมายถึง โลกทัศน์และชีวทัศน์ที่คนไทยมีต่อโลกและชีวิต เป็น หลักการดำเนินชีวิตหรือหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวันที่ว่าด้วยมนุษย์ สังคมและสรรพสิ่ง ตลอดจนทัศนคติที่มีต่อ จักรวาลหรือสิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่มนุษย์มีความสัมพันธ์ด้วย เป็นระบบทั้งหมดของค่านิยม คติ เจตคติ ความคิด ความอ่าน ความเชื่อ ที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลในสังคมมีส่วนร่วม แสดงออกเป็นหลักการในการดำเนินชีวิตในรอบ วงจรชีวิตตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย เป็นโลกทัศน์ในการกำหนดทิศทางชีวิตและสังคม อันเกี่ยวกับปัญหาทั้งหมดของ ชีวิตมนุษย์และสรรพสิ่ง ทำให้เข้าใจแนวทางในการดำเนินชีวิต ความสำเร็จในชีวิต ธรรมชาติของชีวิต ความสัมพันธ์ ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ และมนุษย์กับจักรวาล ซึ่งแสดงออกเป็นจุดยืนร่วมกันของสังคมโดยมีเป้าหมายเพื่อให้ ชีวิตเข้าถึงความสุข แนวคิดเหล่านี้ กระจัดกระจายอยู่ในรูปแบบกิจกรรมต่าง ๆ ทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมทาง ศาสนา การประกอบอาชีพ บทเพลง การละเล่น การเมืองการปกครอง วัฒนธรรมประเพณี ตลอดจนกิจกรรมการ

สร้างงานวรรณคดีทั้งในรูปแบบวรรณคดีมุขปาฐะและวรรณคดีลายลักษณ์ กวีนิพนธ์ในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของวรรณคดีจึงจำเป็นต้องอาศัยการศึกษาวิเคราะห์อย่างกว้างขวาง เพื่อสกัดเอาเนื้อแท้ของแนวคิดออกมา อันจะเป็นประโยชน์ต่อบรรยากาศการศึกษาแนวคิดเชิงปรัชญาของไทยต่อไป



เอกสารอ้างอิง

- กระแสร มาลาภรณ์ และคณะ. **มนุษย์กับวรรณกรรม**. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2528.
- จินดา จันทรแก้ว. “ปรัชญาไทย”. **มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย : ปรัชญาบูรพทิศ**. ทรวงวิทย์ แก้วศรี บรรณาธิการ. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2532.
- นภาเดช กาญจนะ. ดร.. **ปรัชญาชีวิตยุค 2000**. กรุงเทพมหานคร: สร้อยทอง, 2541.
- บุญมี แทนแก้ว และคณะ. **ปรัชญาเบื้องต้น**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2529.
- ประเสริฐ ทรัพย์สุนทร. **ชีวิตศน์**. พระนคร: มหาชน, 2492.
- ปราณี วงษ์เทศ. “พิธีช่าคอวาล์งฝึชองชาวขมุเมืองน่าน”. **ศิลปวัฒนธรรม**. ปีที่ 17 ฉบับที่ 11 เดือนกันยายน 2539.
- พระราชวรมุนี (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). **ปรัชญากรีก**. กรุงเทพมหานคร: ศยาม, 2540.
- พุทธทาสภิกขุ. **คู่มือมนุษย์ฉบับสมบูรณ์**. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร: คณะธรรมทานไชยา, 2544.
- โพธิ์ แซ่มลำเจียก. **ผญา : มรดกภูมิปัญญาของบรรพบุรุษไทยพวน**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสามัคคีสาร (ดอกหญ้า) จำกัด, 2539.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. **สมันตปาสาทิกา (แปล) เล่ม 1**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2528.
- ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525**. ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: บริษัทอักษรเจริญทัศน์, 2539.
- ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์, 2546.
- วิทย์ วิศทเวทย์. ศาสตราจารย์ ดร.. **ปรัชญาเบื้องต้น**. จัดพิมพ์เป็นครั้งที่ 14. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, 2540.
- วิชาน สุชีวคุปต์ และสนธิ์ บางยี่ขัน. **ปรัชญาไทย**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2537.
- ส. ศิวลักษณ์ (นามแฝง). “แนวคิดทางปรัชญาไทย”. **ในความเป็นเลิศทางวิชาการ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มติชน, 2541.
- สถิต วงศ์สวรรค์. รองศาสตราจารย์. **ปรัชญาตะวันออก**. กรุงเทพมหานคร: รวมสาส์น, 2541.
- สมบัติ จันทรวงศ์. **โลกทัศน์สุนทรภู่**. กรุงเทพมหานคร: มติชน, 2537.
- สมัคร บุรวาศ. **วิชาปรัชญา**. พระนคร: บริษัทแพรววิทยา จำกัด, 2511.
- สุเชาวน์ พลอยชุม. **จริยศาสตร์แนวพุทธ**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2537.
- สุเมธ เมธาวิทยกุล. รองศาสตราจารย์. **ปรัชญาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2540.
- เสฐียรโกเศศ (นามแฝง). **ชีวิตชาวไทยสมัยก่อน และการศึกษาเรื่องประเพณีไทย**. กรุงเทพมหานคร: คลังวิทยา, 2521.
- อมร โสภณวิเศษฐวงศ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์. **ปรัชญาเบื้องต้น**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2523.



ยุทธศาสตร์การสร้างรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรของครอบครัวและสังคมตามแนว

พุทธจิตวิทยาบูรณาการ

พระครูสิริรัตนานุกูตร, ดร.

วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Email: gurutawee@gmail.com

รับต้นฉบับ 25 ตุลาคม 2562; แก้ไข 10 พฤศจิกายน 2562; วันที่เผยแพร่ 31 ธันวาคม 2562

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรของครอบครัวและสังคมตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการและเสนอยุทธศาสตร์การเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรฯ เป็นวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้เครื่องมือแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นใช้พื้นที่ตัวอย่างโดย จ.ลำพูนแทนด้านกาย จ.พิษณุโลกแทนด้านจิต จ.ขอนแก่นแทนด้านปัญญาและจ.พิจิตรแทนด้านสังคมประชากรเป้าหมาย 20 คน ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบประเมินสุขภาวะทางกายใช้ศีล ระเบียบวินัย จรรยาบรรณการรณรงค์สิ่งแวดล้อม สุขภาวะทางจิตใจใช้วิธีปฏิบัติสมาธิ สวดมนต์ สุขภาวะทางปัญญาใช้วิธีศึกษารวม อบรมธรรม เข้าค่ายธรรมและสุขภาวะทางสังคมใช้สังคหวัดดู/สังคมสงเคราะห์ เสนอยุทธศาสตร์โดยใช้องค์ประกอบวิสัยทัศน์ ปรัชญา พันธกิจ ยุทธศาสตร์ 4 ด้านประกอบด้วยกลยุทธ์ กิจกรรม/โครงการ

คำสำคัญ: ยุทธศาสตร์การสร้างรูปแบบ, การเสริมสร้างองค์กรครอบครัวและสังคม, พุทธจิตวิทยาบูรณาการ

The Strategy of Model in Promotion of Holistic Health for Families and Society according to Integrated Buddhist Psychology

Phrakru Siriratananuvatara, Dr.

Buddhachinarai Buddhist College Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Email: gurutawee@gmail.com

Retrieved October 25, 2019; Revised November 10, 2019; Accepted December 31, 2019

Abstract

This research aims for assurance of model in promotion of holistic health for families and society according to integrated Buddhist psychology and presentation of strategy in promotion of holistic health. It is quality research which used by interview form in its 4 model areas : – Lamphoon as physical health, Phitsanulok as mental health, Khonkan as intellectual health and Phicit as social health, 20 of simple people. The research found that :– the model of assurance in physical health is specified by perception (Sīla), order, discipline, good conduct. The mental health by foundations of meditation with chanting. The intellectual health by training, learning, Dhamma camping. The special health is specified by acts of doing favors or as welfare. The presentation of strategy is specified by vision, philosophy, mission, 4 parts of strategy with action plan/project

Keywords: The Strategy of Model, Promotion of Holistic Health for Families and Society, Integrated Buddhist Psychology



1. บทนำ

การสร้างรูปแบบการเรียนรู้ตามครรลองของหลักคำสอน ความเชื่อ ความศรัทธาในชีวิตของบุคคล คำสอนในพระพุทธศาสนามีลักษณะเป็นองค์รวมในความหมายต่าง ๆ เมื่อย้อนไปพิจารณาตั้งแต่จุดเริ่มต้นของพระพุทธเจ้า มีลักษณะเป็นแบบองค์รวมไม่แยกไปทางมุ่งแสวงหาเสพแต่ความสุขทางกายหรือบำรุงบำเรอจนเกินพอดีที่เรียกว่า กามสุขัลลิกานุโยค¹ หรือมุ่งแต่ความหลุดพ้นอิสระทางใจ จนกระทั่งทำลายและจำกัดความต้องการความจำเป็นทางกายไป กลายเป็นว่า ความสมบรูณ์ทางกายเป็นอุปสรรคต่อชีวิตที่เรียกว่าอัสติกมกานุกโยค เจ้าชายสิทธัตถะทรงสละความสุขสุดโต่งทางกายมุ่งแต่ความความพ้นทางจิตใจถึงหกปี ก่อนที่จะเข้าใจว่าวิธีการที่ไม่สมดุลดังกล่าวก็ไม่ใช้ทางหลุดพ้น จึงหันมาดูแลสุขภาพทางกายเล็กทรมานตน ถือแนวสายกลางที่มีดุลยภาพ เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา² บนพื้นฐานของความเป็นจริง ตามกฎแห่งเหตุผลและความเป็นไปตามองค์ประกอบและตัวแปรที่เป็นองค์รวม

ด้วยเหตุผลดังกล่าว จึงต้องหาองค์รวมแห่งชีวิต 4 ด้าน คือด้านกาย จิตใจ ปัญญา และสังคม เป็นปัจจัยสร้างสุขภาวะในชีวิต ตามแนวพุทธการเสริมสุขภาวะทางพระพุทธศาสนา สุขภาวะกายใช้การรักษา ศิล มีระเบียบวินัยในตนเอง ดำรงศิลปวัฒนธรรม ธารณะเสริมสร้างสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและทางสังคม สร้างเสริมชุมชน วิสาหกิจ สุขภาวะจิตใช้การปฏิบัติสมาธิกัมมัฏฐานบริหารจิตใจ ปรับจริต 6 ให้สมดุลตามแนวกัมมัฏฐาน บริหารนิเวศน์ด้วยสติ สุขปัญญาใช้การศึกษาธรรม อบรมธรรม เข้าร่วมโครงการพุทธบุตร ค่ายพุทธธรรม อาศัยการฟัง การคิด การภาวนาให้มาก และสุขภาวะสังคม ใช้สังคหวัตถุ มีทาน ปิยวาจา อุตถจริยา และสมานัตตตา มีจิตสาธารณะ จิตอาสา ทำสังคมสงเคราะห์ ดังนั้น โดยหลักการของสุขภาวะนี้มีใช้เน้นแต่สุขภาพกายที่ไม่เจ็บป่วยไข้ที่การรักษาทางการแพทย์เท่านั้น แต่ยังหมายถึงสุขภาวะด้านอื่น ๆ ด้วยแม้แต่การบริการวิชาของมหาวิทยาลัยสงฆ์ก็ยิ่งใช้คำว่า บริการวิชาการอย่างมีสุขภาวะ

พุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (ตุลาคม 2559–2579) กำหนดให้มียุทธศาสตร์ 4 ด้าน คือ (1) ส่งเสริมสุขภาพและความป้องกันโรคเป็นเลิศ (2) บริการเป็นเลิศ (3) บุคลากรเป็นเลิศ (4) บริหารจัดการเป็นเลิศ มีวิสัยทัศน์ว่า “เป็นองค์กรหลักด้านสุขภาพ ที่รวมพลังสังคม เพื่อประชาชนสุขภาพดี” มีพันธกิจว่า “พัฒนาและอภิบาลระบบสุขภาพ อย่างมีส่วนร่วมและยั่งยืน” มีเป้าหมายว่า “ประชาชนมีสุขภาพดี เจ้าหน้าที่มีความสุข” มีค่านิยมว่า การเป็นผู้นำ สามารถควบคุมตนเองได้ ไม่หลงไปตามความโลภ ความโกรธ ความหลง การเป็นผู้ริเริ่มในสิ่งใหม่ นวัตกรรมใหม่ ๆ ให้ความสำคัญกับผู้ป่วย ผู้ป่วยคือศูนย์กลาง ความอ่อนน้อมถ่อมตน” มีจุดยืนขององค์กรว่า “ส่วนกลาง พัฒนานโยบาย กำกับ ติดตาม ประเมินผลส่วนภูมิภาค (เขตสุขภาพ) บริหารจัดการหน่วยบริการและขับเคลื่อนนโยบายสู่การปฏิบัติ” รายงานวิจัยนี้ มีผลการวิจัยจากการกำหนดยุทธศาสตร์และองค์ประกอบต่อไป

¹ วิ. ม. (ไทย) 4/13/18.

² วิ. ม. (ไทย) 4/14/18.

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ (1) ประเมินรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรของครอบครัวและสังคมตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ (2) เสนอยุทธศาสตร์การเสริมสร้างสุขภาวะองค์กรของครอบครัวและสังคมตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่องนี้ กำหนดรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพและใช้เทคนิคการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างกับประชากรในพื้นที่วิจัย 4 กลุ่ม/4 จังหวัด ทำการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purpose Sampling) จำนวน 20 คน โดยมีภาคีสมาชิกร่วมด้วยเพื่อหาลักษณะร่วม (Common Character) ข้อสรุปร่วม (Common Conclusion) และการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) ที่ครอบคลุมสุขภาวะ 4 ด้าน คือ ด้านกาย จ.ลำพูน กำหนดประชากรให้ข้อมูลสำคัญ 5 ท่าน คัดเลือกจากผู้แทนสาธารณสุข 2 ท่าน อสม. 1 ท่าน ผู้สูงอายุ 1 ท่าน และพระสงฆ์ 1 รูป ด้านจิตใจ จ.พิษณุโลก กำหนดผู้ให้ข้อมูล 5 ท่าน โดยคัดเลือกจากผู้แทนชุมชน 1 ท่าน ผู้สูงอายุ 1 ท่าน อสม. 2 พระสงฆ์ 1 รูป ด้านปัญญา จ.ขอนแก่น กำหนดผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 5 ท่าน คือ พระสงฆ์ 2 รูป อสม. 2 ท่าน ผู้สูงอายุ 1 ท่านและด้านสังคม จ. พิจิตร กำหนดประชากร 5 ท่าน โดยคัดเลือกจากผู้แทนชุมชน 2 ท่าน ผู้สูงอายุ 2 ท่าน พระสงฆ์ 1 รูป ผู้ศึกษาวิจัยใช้พื้นฐานแนวคิดทางศาสนาและวัฒนธรรมชุมชน แนวคิดยุทธศาสตร์การเสริมสร้างสุขภาวะ แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะ และแนวคิดอื่น ๆ ในการทำความเข้าใจปรากฏการณ์ตรวจสอบและวิเคราะห์ผลการศึกษาวิจัย

การได้มาของพื้นที่และประชากรกลุ่มตัวอย่าง โดยคัดเลือกคุณสมบัติที่สอดคล้องกับสุขภาวะองค์กร กล่าวคือ (1) เป็นชุมชนต้นแบบที่นำเอาทฤษฎีพุทธศาสนาและทางสังคมมาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรของชุมชนได้อย่างยั่งยืน (2) เป็นชุมชนต้นแบบที่ส่งเสริมปฏิบัติธรรม สมาธิ ดำรงวัฒนธรรมประเพณีและส่งเสริมครอบครัวและสังคมเกิดจิตสำนึกในชาติ ศาสนา ศิลปะวัฒนธรรม ก่อให้เกิดความ มั่นคงในการดำรงชีวิตอย่างยั่งยืน (3) เป็นชุมชนต้นแบบที่ส่งเสริมสุขภาวะด้านปัญญา ทำกิจกรรมโครงการค่ายพุทธธรรม อบรมประชาชน และเยาวชน ส่งเสริมสร้างศึกษาเรียนรู้การบริหารกาย วาจา จิตใจ สังคมให้มีความรู้ต่อเนื่อง (4) เป็นชุมชนเปิดที่เน้นการบริการวิชาการ ส่งเสริมอาชีพ และส่งเสริมสุขภาวะให้สังคมได้รับประโยชน์ โดยคัดเลือกจาก 4 จังหวัดพร้อมกับประชากรผู้ให้ข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล กำหนดการเก็บข้อมูลทั้งภาคเอกสารและภาคสนามในพื้นที่ตัวอย่าง 4 พื้นที่ คือ (1) ข้อมูลจากเอกสาร เป็นการเก็บข้อมูลระดับปฐมภูมิจากพระไตรปิฎกและทุติยภูมิจากหนังสือและเอกสารงานวิชาการต่าง ๆ สื่อสิ่งพิมพ์อิเล็กทรอนิกส์ (2) ข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่าง 4 จังหวัด คือ พิษณุโลก ลำพูน ขอนแก่น พิจิตร โดยมีขั้นตอน ดังนี้ (1) ขั้นตอนการสัมภาษณ์ ก่อนลงสนามในการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ผู้วิจัย เริ่มต้นด้วยการนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ (2) ขั้นตอนการสัมภาษณ์ ก่อนการสัมภาษณ์ผู้วิจัยจะสนทนาสร้างความคุ้นเคยกับผู้ให้สัมภาษณ์ แจ้งวัตถุประสงค์ของการสัมภาษณ์ อธิบายเหตุผลและขออนุญาตใช้เครื่องบันทึกเสียงในขณะสัมภาษณ์ (3) การสนทนากลุ่ม เจาะจงกลุ่มพระสงฆ์ ผู้นำชุมชน กลุ่มผู้นำชุมชน ผู้สูงอายุ กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุข นักวิชาการสาธารณสุข

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ศึกษาวิจัยได้ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นไปพร้อม ๆ กับการเก็บข้อมูล ทุกกระยะเชิงพรรณนา ซึ่งจำแนก แยกแยะตามประเด็นขอบเขตการสัมภาษณ์ โดยผู้วิจัยได้เรียบเรียงข้อมูลพร้อม กับการหาความหมายเบื้องต้นของข้อมูลตามประเด็นขอบเขตเนื้อหาที่กำหนดไว้ตั้งแต่แรก โดยใช้กรอบแนวคิดที่มี อยู่ในการอธิบายและหาความเชื่อมโยงของข้อมูลในแต่ละประเด็น รวมถึงการวิเคราะห์เพื่อสรุปผลการวิเคราะห์ และใช้ข้อมูลที่ได้จากการสนทนากลุ่มกับกลุ่มต่าง ๆ เช่น กลุ่มผู้นำชุมชน กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มอาสาสมัครสาธารณสุข และพระสงฆ์ในฐานะผู้นำชุมชน ซึ่งมีการตรวจสอบข้อมูลไปพร้อม ๆ กับการเก็บข้อมูลในแต่ละประเด็น

การเผยแพร่รายงานวิจัย ผู้วิจัยกำหนดเนื้อหาการนำเสนอ โดยเน้นการสร้างยุทธศาสตร์สุขภาพะย่อย ลงไปสู่ขั้นปฏิบัติการ คือ กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพรูปแบบต่าง ๆ ทั้งด้านกาย ด้านจิต ด้านปัญญา และด้าน สังคม มุ่งนำเสนอรายงานในลักษณะการพรรณนาความ ประกอบภาพถ่ายประกอบการบรรยาย เหตุการณ์ที่ เกี่ยวข้องกับการสร้างและการใช้องค์ประกอบและตัวชี้วัดการเสริมสร้างสุขภาพองค์รวม 4 ด้าน ดังกล่าวเพื่อให้ เห็นรูปแบบ แนวคิด รูปแบบ กระบวนการ การดำเนินชีวิตที่สมดุลด้วยสุขภาพะ สร้างความมั่นคงในครอบครัวและ สังคมและการบูรณาการกับศาสนาและวัฒนธรรมท้องถิ่น กำหนดรูปแบบการนำเสนอรายงานทางเวทียะระดับ นานาชาติ โดยใช้ภาษาอังกฤษเป็นสื่อกลางผ่านเครื่องมือสื่อเสนอ หรือลงตีพิมพ์วารสาร ภาษาอังกฤษ TCI ฐาน 1 ด้วยนอกจากนี้ ยังเผยแพร่ในรูปแบบของโบชัวร์ หรือโปสเตอร์ตามโอกาสที่ได้เผยแพร่รายงานวิจัยนี้ (2) เสนอ ยุทธศาสตร์การเสริมสร้างสุขภาพะองค์รวมของครอบครัวและสังคมตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ

4. ผลการวิจัย

ผลการศึกษา ประเด็นการประเมินรูปแบบการเสริมสร้างสุขภาพะองค์รวมของครอบครัวและสังคมตาม แนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ พบว่า หลักการแห่งยุทธศาสตร์ ประกอบด้วยปรัชญา ว่าความไม่มีโรคเป็นลาภอัน ประเสริฐ วิสัยทัศน์ ว่าสุขภาพกายแข็งแรงด้วยศีล สุขภาพจิตแข็งแรงด้วยสมาธิ สุขภาพปัญญาดีด้วยการศึกษา/ อบรม สุขภาพสังคมดีด้วยการสังคมเคราะห์ พันธกิจ ว่า สร้างกิจกรรมเสริมสุขภาพให้ทันการณ์ ฉลาดบริหาร อารมณ์ให้เป็นสุข เน้นยุคให้ค่านิยมบริการความรู้ ควบคู่ไปกับการประยุกต์ใช้พุทธธรรม ส่วนที่ 2 เป็นส่วนกลยุทธ์ และโครงการที่สำคัญเกี่ยวข้องกับสุขภาพะองค์รวมเป็นสำคัญที่ครอบครัวและสังคมสุขภาพะกาย โดยศีลหรือระเบียบ ข้อบังคับ โครงการความร่วมมือร่วมมือที่จะแสดงออกทางกายภาพ สุขภาพะจิตใจ โดยสมาธิหรือการปฏิบัติ กัมมัฏฐานซึ่งถือว่าเป็นทฤษฎีบริหารจัดการจิตใจ มีหลักธรรมที่จะปรับจิตใจให้เกิดความสมดุล คือ จริต 6 มีราคะจริต ที่ปรับแก้ด้วยอสุภกัมมัฏฐาน โทสะจริตที่ต้องปรับแก้ด้วยเมตตา โมหะจริตที่ต้องปรับแก้ด้วยปัญญาหรือการศึกษา เล่าเรียนหรือสัมมาทิฐิ ศรัทธาจริตที่ต้องแก้ด้วยอนุสสติ มีพุทธานุสสติ การระลึกถึงพระพุทธรูปหรือปัญญาคุณ เป็นต้น วิตกจริตที่ต้องแก้ด้วยอาณาปานสติ กำหนดลมหายใจเข้าออก รู้ตื่นอยู่ทุกเมื่อ พุทธิจริต ที่ต้องแก้ด้วย มรณานุสสติ คือให้ระลึกถึงความตายทุกเมื่อโดยไม่ฝืนธรรมชาติด้วยชีวิต เช่น การบำเพ็ญทุกรกิริยาของ พระพุทธรูปเจ้าในที่สุดต้องถอยเข้าสู่สายกลาง จนได้พบปัญญาตรัสรู้เป็นสัมมาสัมพุทธรูปเจ้าได้ อีกอย่างสภาพจิตที่ มักจะติดอยู่ในนิรวณ คือ กามฉันท์ พยาบาท ถีนมิทธะ อุททัจจุกุกกุจ วิจิกิจฉา ส่วนที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ ที่ได้จากการ ปฏิบัติสมาธิ คือ การบริหารอารมณ์ (Emotion Quotient =EQ) เพราะคนที่ผ่านการปฏิบัติสมาธิแล้วจะควบคุม อารมณ์ได้ดีกว่าคนที่ไม่ได้ปฏิบัติ ซึ่งเป็นผลมาจากจิตใจที่ผ่องใส (สจิตตปริโยทปน) นั่นเอง ดังกลยุทธ์ที่จะตั้ง ข้อบังคับ ทำกำหนดการระยะเวลาดำเนินการและโครงการต่าง ๆ ดังนี้

| | |
|---------------------------------|---|
| โครงการเกี่ยวกับสุขภาวะทางกาย | -โครงการหมู่บ้านศีล 5 -โครงการปลูกป่า/บวชป่ารักษน้ำ -โครงการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม -โครงการส่งเสริมอาชีพวิสาหกิจชุมชน -โครงการไบค๋อูนไอรัก / ไบค๋ออร์แตด/มอม |
| โครงการเกี่ยวกับสุขภาวะทางจิตใจ | -โครงการจิตภาวนา/ปฏิบัติธรรม/สมาธิกัมมัฏฐาน -โครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ |
| โครงการเกี่ยวกับสุขภาวะทางปัญญา | -โครงการค่ายพุทธธรรม -โครงการคุณธรรมจริยธรรม -โครงการสามเณรอบรมนักเทศ -โครงการช่างเผือก |
| โครงการเกี่ยวกับสุขภาวะทางสังคม | -โครงการสังคมสงเคราะห์ผู้ยากไร้ อนาคตา ในถิ่นทุรกันดาร -โครงการคิลาณุปัฏฐากพระสงฆ์อาพาธ พระสงฆ์ชราภาพ -โครงการทำทานแก่ผู้ป่วยติดเตียงหรือคนชรา -โครงการบริการเตาอบสมุนไพร/นวดสมุนไพร |

ตาราง แสดงยุทธศาสตร์และโครงการประกอบยุทธศาสตร์ 4 ด้าน

ที่มา : พระครูสิริรัตนาวุฒิ, 2661

โครงการเหล่านี้ เป็นตัวอย่างโครงการที่มีคุณค่าและความดีงามที่จรโลงชีวิตและวิถีชุมชนให้อยู่ร่วมกัน ร่วมกันได้อย่างกลมกลืนและสมดุล ภายใต้พหุวัฒนธรรม ประเพณี คนในแต่ละชุมชนจึงมีความเข้าใจในการทำสังคมสงเคราะห์ของพระสงฆ์หรืออาสาสมัครอย่างดีตลอดมาในประวัติศาสตร์อันยาวนาน เช่นชีวกโกมารภัฏ ที่รับรักษาพระภิกษุสงฆ์พระ จนมีผู้คนที่เป็นโรคต่าง ๆ ปลอดภัยหายไกล จนรักษาไม่ไหว จึงเข้าทูลร้องขอพระพุทธรเจ้าว่า ขอให้ห้ามบุคคลผู้เป็นโรค 5 ชนิดนี้ คือ โรคเรื้อน โรคฝี โรคกลาก โรคมองคลอ (ถุงลมโป่งพอง) และโรคบ้าหมู พร้อมไปกับการสั่งสม เรียนรู้ และการถ่ายทอดภูมิปัญญาที่แฝงไว้ด้วยระบบวิถีคิด ระบบคุณค่า การประยุกต์สร้างสรรคองค์ความรู้ในการอยู่ร่วมกับธรรมชาติเพื่อความสุภาพและใจของมนุษย์ในแต่ละสังคม เพื่อการดำรงอยู่ของคนในชุมชนให้มีสุขภาวะองค์รวมที่ดี ในการเสริมสุขภาวะองค์รวมของครอบครัวและสังคม ของชุมชนตัวอย่างในการดำเนินการวิจัย ได้แก่ ชุมชนวัดคลองกระจะ จังหวัดสุโขทัย พื้นที่ตัวอย่างสุภาพทางกาย ชุมชนหลายชุมพล พิษณุโลก พื้นที่ตัวอย่างสุภาพทางจิต และชุมชนแคมป์สน เพชรบูรณ์ พื้นที่ตัวอย่างสุภาพทางปัญญา และชุมชนวัดกระที่ง สามง่าม พิจิตร พื้นที่ตัวอย่างสุภาพทางสังคม ดังที่จะกล่าวต่อไป

ผลการศึกษา ประเด็นเสนอยุทธศาสตร์การเสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมของครอบครัวและสังคมตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ พบว่า กำหนดให้ยุทธศาสตร์ครอบคลุมสุขภาวะองค์รวม 4 ด้าน ๆ ละ 10 ยุทธศาสตร์ ได้แก่

| สุขภาวะองค์รวม 4 ด้าน | องค์ยุทธศาสตร์ |
|---|---|
| <p>สุขภาวะทางกาย (ศีล 5)</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. เสริมสร้างกิจกรรมสมาทานรักษาศีล 5 ด้วยการไม่เบียดเบียนคนอื่น ไม่ทุจริต ไม่ล่วงประเวณี มีวาจาสัตย์ และไม่ประมาท 2. เสริมสร้างกิจกรรมกิจกรรมบวชป่า สืบชะตาแม่น้ำ ดูแลต้นน้ำลำธาร 3. เสริมสร้างกิจกรรมอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่า อนุรักษ์ทรัพยากรชีวภาพ สิ่งแวดล้อม 4. เสริมสร้างกิจกรรมผลิตสินค้าโอท็อป (OTOP) เกษตรแปรรูป อาหารแปรรูป ผ้าทอพื้นเมือง ออมทรัพย์ เกษตรชีวภาพ 5. เสริมสร้างกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงนิเวศ เชิงศาสนา รักษามรดกชาติ สิ่งแวดล้อม 6. เสริมสร้างกิจกรรมสำนึกในความสามัคคีและร่วมมือในกิจกรรมของชุมชน 7. เสริมสร้างกิจกรรมพัฒนาภูมิทัศน์ในบ้านเรือน หมู่บ้าน ชุมชนด้วยสุขลักษณะ 8. เสริมสร้างกิจกรรมกำหนดสถาปัตยกรรมเสริมสร้างเอกลักษณ์ในท้องถิ่น 9. เสริมสร้างกิจกรรมรณรงค์โลกสีเขียว ห้างไกลยาเสพติดให้โทษ 10. เสริมสร้างกิจกรรมให้ความรู้วิถีชีวิต การวางแผนครอบครัว แม่วัยใส การทะเลาะวิวาทของในชุมชน |
| <p>สุขภาวะทางจิต (สมาธิ)</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. เสริมสร้างสถานปฏิบัติธรรมสำหรับพระสงฆ์และชาวบ้าน 2. เสริมสร้างกิจกรรมปรับเปลี่ยนจิตใจที่ฟุ้งซ่านให้มีจิตสมดุล 3. เสริมสร้างกิจกรรมปรับใช้ระคาะ โทสะ โมหะ พุทธิ วิตก ครัทธาจริตตามแนวกรรมฐาน 4. เสริมสร้างกิจกรรมปรับใช้อารมณ์สุข ทุกข์ ให้สมดุล 5. เสริมสร้างกิจกรรมปรับจิตที่ติดนิเวรณ 5 ให้สมดุล 6. เสริมสร้างกิจกรรมปรับจิตให้รู้ตัวตนว่าสักแต่ตัวตัวตน 7. เสริมสร้างกิจกรรมปรับจิตให้มีสติรู้ชัดว่ามีระคาะ โทสะ โมหะหรือไม 8. เสริมสร้างกิจกรรมปรับจิตให้รู้ชัดในชั้นธ 5 ภายตนะ 12 9. เสริมสร้างกิจกรรมปรับจิตให้รู้ชัดในโพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 10. เสริมสร้างกิจกรรมปรับจิตให้รู้ชัดในไตรลักษณ์ : อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา |
| <p>สุขภาวะทางปัญญา (ศึกษา/อบรมธรรม)</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. เสริมสร้างกิจกรรมค่ายคุณธรรมจริยธรรม 2. เสริมสร้างกิจกรรมเข้าวัดฟังธรรมตามโอกาสสำคัญทางศาสนา 3. เสริมสร้างกิจกรรมเรียนรู้จิตสำนึกในเทศกาลประเพณี 4. เสริมสร้างกิจกรรมเรียนรู้สถาปัตยกรรมที่สื่อธรรม 5. เสริมสร้างกิจกรรมโครงการปฏิบัติธรรม: ธรรมยาตรา 6. เสริมสร้างกิจกรรมอาสาสมัครวิทยากรธรรมในโรงเรียน 7. เสริมสร้างกิจกรรมธรรมบันเทิง : ประกวดร้องเพลงคุณธรรม 8. เสริมสร้างกิจกรรมเผยแผ่วิทยุสายธรรมในชุมชน 9. เสริมสร้างกิจกรรมสร้างหนังสือ สื่อการเรียนรู้แก่ชุมชน |

| สภาวะองค์รวม 4 ด้าน | องค์ยุทธศาสตร์ |
|-------------------------------|--|
| | 10. เสริมสร้างกิจกรรมสร้างสื่อการศึกษาในชุมชน/โรงเรียน ฯ |
| สภาวะทางสังคม (สังคมหัวตุ) | 1. เสริมสร้างกิจกรรมจิตอาสาสงเคราะห์ ช่วยเหลือคนยากจน อนาคต 2. เสริมสร้างกิจกรรมอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) 3. เสริมสร้างกิจกรรมให้ทุนการศึกษาแก่นักเรียน 4. เสริมสร้างกิจกรรมทำทานแก่เด็กไร้ที่พึ่ง 5. เสริมสร้างกิจกรรมทำทานแก่คนชรา คนพิการ 6. เสริมสร้างกิจกรรมทำทานให้อาหารสัตว์ตกยาก 7. เสริมสร้างกิจกรรมสงเคราะห์แก่ผู้ติดเชื้อเอดส์ 8. เสริมสร้างกิจกรรมสงเคราะห์บ้านเรือนแก่ผู้ประสบภัย 9. เสริมสร้างกิจกรรมสงเคราะห์แก่ผู้ป่วย หนีภัยสงคราม 10. เสริมสร้างกิจกรรมสงเคราะห์แก่คนตกอับ ถูกทอดทิ้ง คนชรา คนพิการ |

ตาราง แสดงยุทธศาสตร์และโครงการประกอบยุทธศาสตร์ 4 ด้าน

ที่มา : พระครูสิริรัตนานูวัตร, 2661

ประเด็นการประยุกต์ใช้ยุทธศาสตร์ฯ พบว่า หลักการสำคัญในการประยุกต์ใช้ยุทธศาสตร์แต่ละด้าน คือ ให้เน้นหาหลักธรรมพื้นฐานที่สอดคล้องกับวิถีชุมชนนั้น ๆ โดย สภาวะกาย เน้นศีล 5 ในฐานะหลักประกันชีวิตและทรัพย์สินอื่น ๆ จากนั้น จะร่วมกันรณรงค์อนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม รณรงค์ปลูกป่า บวชต้นไม้ รักษาแหล่งน้ำลำธาร โครงการแสดงกตัญญูทวดต่อบรรพบุรุษ โครงการรดน้ำดำหัวผู้หลักผู้ใหญ่ โครงการป้องกันยาเสพติด โดยสรุปคือ สภาวะจิตเน้นการปฏิบัติธรรม สภาวะปัญญาเน้นกิจกรรมพึ่งเทศน์ฟังธรรม สภาวะสังคมนั้นทำสังคมสงเคราะห์

5. อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาวิจัย รูปแบบยุทธศาสตร์การเสริมสร้างสภาวะองค์รวมของครอบครัวและสังคม พบว่า ชุมชนวัดคลองกระเจง สุขชัย ชุมชนวัดวังหิน พิษณุโลก ชุมชนวัดกระเทียม พิจิตร และชุมชนแคมป์สน เพชรบูรณ์ ได้เกิดการส่งเสริมสภาวะองค์รวม ประกอบไปด้วย สุขภาพกาย สุขภาพใจ ปัญญา และสังคมที่ดี นำไปประยุกต์ใช้สภาวะของครอบครัวและสังคม ขณะเดียวกันเกิดการบูรณาการพุทธจิตวิทยาในการส่งเสริมสภาวะองค์รวมของครอบครัวและสังคม นับเป็นการนำหลักพุทธจิตวิทยาในมิติใหม่ของสังคมปัจจุบันที่สามารถส่งเสริมสภาวะ ด้วยการนำหลักธรรมคำสอนมาบูรณาการกับในการเสริมสร้างสภาวะของตน สะท้อนให้เห็นซึ่งคุณค่าและความดีงามที่จรโลงชีวิตและวิถีชุมชนให้อยู่ร่วมกับธรรมชาติและสภาวะแวดล้อมได้อย่างกลมกลืนและสมดุล พร้อมไปกับการสั่งสม เรียนรู้อ และการถ่ายทอดภูมิปัญญาที่แฝงไว้ด้วยระบบวิถีคิด ระบบคุณค่า การประยุกต์สร้างสรรคองค์ความรู้ในการอยู่ร่วมกับธรรมชาติเพื่อความสุขทางกายและใจของมนุษย์ในแต่ละสังคม

ปรัชญาการพระราชบัญญัติการศึกษา พ.ศ. 2542 กล่าวว่า ความรู้คู่คุณธรรม (Knowledge with Virtue) แสดงว่า การที่เรามีความรู้เพียงเท่านั้น ยังไม่สมบูรณ์ เพราะการมีเพียงความรู้ จะกลายเป็นปัจจัยส่งเสริม

ความไม่สงบก็เป็นได้ การที่ไฮสไตน์ คิดทฤษฎีปรมาณูได้ ก็ดีในแง่ที่เป็นความสามารถทางสติปัญญา ดีในแง่ที่จะนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีคุณค่ามากขึ้น แต่จะเป็นผลเสียถ้านำทฤษฎีนี้ไปใช้ในการทำลายล้างชีวิตและทรัพย์สิน

พระพุทธเจ้าตรัสเรื่องอริปไตย ความยิ่งใหญ่ไว้ 3 ประการ คือ อุตตาริปไตย แปลว่า ถีอตนเป็นสำคัญ ตนมาก่อน ตนเป็นเครื่องวัดของทุกอย่าง ถ้านรอัน หิว ต้องการอย่างไร แสดงว่าคนอื่นก็ต้องเหมือนตน โลการิปไตย แปลว่า ถีอสังคมเป็นสำคัญ เป็นประชาริปไตย ใจกว้าง และธรรมาริปไตย แปลว่า ถีอความถูกต้องเป็นใหญ่ จะมองข้ามอุตตาริปไตย โลการิปไตย แต่อยู่บนข้อเท็จจริงหรือความเป็นจริงเท่านั้น ซึ่ง 2 ข้อแรกนั้น ดีคนละด้าน โดย อุตตาริปไตย จะมุ่งมั่นเห็นแก่งานเป็นใหญ่ จากความเชื่อมั่นในตนเอง คือได้งานแต่เสียสังคม เพราะให้ความสำคัญแก่โลการิปไตยน้อย ส่วนโลการิปไตย จะเห็นแก่สังคม เพื่อนฝูงเป็นสำคัญ คืองานได้สังคม แต่เสียงาน ส่วนธรรมาริปไตยนั้น จะได้ทั้งสองอย่าง แต่มีปัญหาวา จะหายากในตัวคนเดียว ถึงมีก็น้อย จึงสรุปว่า อุตตาริปไตย ได้งาน แต่เสียสังคม โลการิปไตย ได้สังคม แต่เสียงาน ธรรมาริปไตย ได้ทั้งงาน ได้ทั้งสังคม แต่หายากในตัวคนเดียว

วิธีประยุกต์ใช้ในเชิงสุขภาพ (บริการวิชาการคืออย่างมีสุขภาพ) คือ สร้างคุณภาพด้วยความรู้ ความเข้าใจยึดหลักสังคหวัตถุ 4 เพื่อสงเคราะห์ซึ่งกันและกันให้ชัยชนะทั้งสองฝ่าย (win win) อาจจะใช้คำว่า สายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) คือเป็นกลางระหว่างการปฏิบัติแบบสุดโต่งสองทาง คือ กามสุขัลลิกานุโยค กับ อุตตกิลมถานุโยค ตามทฤษฎีตะวันตกว่า มรรคมีองค์แปดหรือทางปฏิบัติกลาง ๆ ระหว่างวัตถุนิยม (Materialism) กับ จิตนิยม (Idealism) ดังนี้ รูปแบบของพุทธศาสตร์ก็เช่นเดียวกัน ต้องสามารถยืดหยุ่นได้ ปรับเปลี่ยนได้ตามสถานการณ์ ถ้าคิดว่าก้าวไปข้างหน้าไม่ได้ให้ถอยหลัง โดยไม่คิดว่าเสียศักดิ์ศรี แต่ถ้าไปได้ก็ไปอย่างสง่าผ่าเผย จึงสร้างองค์แห่งพุทธศาสตร์แห่งสุขภาพองค์รวมตามพุทธบูรณาการแบบเป็นหลักธรรมที่เป็นหลัก กับ หลักธรรมที่เป็นรอง



เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.



สถิติพื้นฐานกับการป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ

พระสันต์ทัศน์ คมกีรปญโญ (ลินสมบัติ)¹ นายจิรพจน์ ขวัญคง² และ นายชัยรัตน์ ทองสุข³

^{1,2,3} วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Email: santasmcu@gmail.com

รับต้นฉบับ 9 พฤศจิกายน 2562; แก้ไข 20 พฤศจิกายน 2562; วันที่เผยแพร่ 31 ธันวาคม 2562

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง สถิติพื้นฐานกับการป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุจากการวิจัย นี้เป็นงานวิจัยแบบกึ่งทดลองโดย อาสาสมัครผู้ให้ข้อมูลที่มีภาวะซึมเศร้า จากการวิจัยพบว่า 1) สุขภาวะของผู้สูงอายุโดยผลการวิเคราะห์ภาวะซึมเศร้าผู้สูงอายุ ก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติ คือ ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะซึมเศร้า 14.50 (SD = 4.89); โดยจัดเป็นภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย ร้อยละ 63.7 และซึมเศร้าปานกลางร้อยละ 16.7 ภายหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะซึมเศร้า 9.40 (SD = 4.78): จัดเป็นภาวะปกติร้อยละ 73.3 และภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย ร้อยละ 26.7 เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อน และหลังเมื่อทดสอบการกระจายตัวของข้อมูลด้วยสถิติ Komogorov Smimov test พบว่า มีการกระจายตัวเป็นได้ปกติจึง เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังได้รับการฝึกสถิติพื้นฐานโดยใช้สถิติที่ชนิดสองกลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน (paired t - test) พบว่าคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุภายหลังได้รับการฝึกได้รับการฝึกสถิติพื้นฐานลดลงต่ำกว่าก่อนการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สรุปว่าการฝึกสถิติพื้นฐานสามารถลดภาวะซึมเศร้าได้ 2) เสริมสร้างการฝึกสถิติพื้นฐานของ ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า ทำได้โดยการฝึกปฏิบัติธรรมดาตามหลักของสถิติ สามารถเสริมสร้างโดยให้ผลเป็นการป้องกันภาวะซึมเศร้าได้จริง โดยสรุปเชิงพรรณนา 2 ระดับคือ 1.ระดับไม่คงที่ ว่าด้วยกิจกรรมที่ส่งผลให้อารมณ์พอใจ 2.ระดับคงที่ ด้วยการปฏิบัติ ต่อเนื่องขึ้นไปตามตัวบุคคลไม่สามารถวัดผลแน่ชัดเพราะปัจจัยแปรผัน ผู้ปฏิบัติรู้ได้ด้วยตนเอง 3) ผลการศึกษวิเคราะห์ผลการใช้ การฝึกสถิติพื้นฐานในกับผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้านั้น มีความสัมพันธ์กับชีวิตของผู้สูงอายุโดยตรง และภาวะซึมเศร้ามสำหรับ ผู้สูงอายุเพศหญิงผู้นั้น สามารถป้องกันได้ด้วยการฝึกตามหลักสถิติพื้นฐานสามารถกระทำได้โดยการฝึกปฏิบัติธรรมดาตามหลักของสถิติ พื้นฐาน ด้วยกาย เวทนา จิต ธรรม โดยมุ่งเน้นที่การแสดงผลลัพธ์ผ่านภาวะที่เกิดขึ้นคือความซึมเศร้า ทั้งนี้เป็นหลักธรรมเพื่อการ ปฏิบัติที่เสริมสร้างป้องกันภาวะซึมเศร้าได้จริงหากทำเป็นกิจวัตร โดยส่วนมากผู้สูงวัยมีวิถีชีวิตผูกพันกับเรื่องของศาสนาเป็น ทุนเดิม มักมีทัศนคติที่ว่า เมื่อตนเข้าสู่วัยชราแล้วควรเตรียมเสบียงคือบุญกุศลต่อไปซึ่งเป็นเรื่องของกรยึดเหนี่ยวจิตใจในการ ดำเนินชีวิตทำให้ไกลจากภาวะซึมเศร้าได้

คำสำคัญ: สถิติพื้นฐาน, ภาวะซึมเศร้า, ผู้สูงอายุ

Satipattana with protect condition depress for elderly

PhraSundat Gambhīpuñño¹ Mr.Jirapoj Kwankong² and Mr.Chairut Thongsuk³

^{1,2,3}Buddhachinarai Buddhist College Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Email: santasmcu@gmail.com

Retrieved November 9, 2019; Revised November 20, 2019; Accepted December 31, 2019

Abstract

The results of the research on Satipatthana to protect a state of depression for the elderly. 1) The health of the elderly, by analysis results a state of depression before and after the practice was 14.50 (SD = 4.89). The state of depression was classified as few depression by 63.7% and intermediate 16.7%. After the experiment, the mean score was 9.40 (SD = 4.78), normal condition was 73.3% and few depression was 26.7%. When testing the distribution of data with the Komogorov Smirnov test, it was found that the distribution was a normal curve, thus comparing the mean score of depression among the elderly before and after receiving the training. The paired t-test showed that the mean score of depression of the elderly who received the training was lower than that of the non-paired t-test. The training was statistically significant at the .01 level, concluding that Satipatthana training can reduce depression. 2) Strengthen the training of the elderly with depression by Dharma practice according to Satipatthana, it could be augmented by providing results to actually protect a state of depression. In summary, 2 the qualification level was: 1. Non fixed level with activities which resulted in a pleasant mood, and 2. Constant level with the practice to follow the person who could not be measured precisely because of variability. Practitioners could know by themselves 3) The results of the study on the effects of Satipatthana to protect a state of depression for the elderly related directly to the life of the elderly, and the state of depression which the elderly faced it could be prevented by practicing Satipatthana. It could be done by practicing the principles of Satipatthana 4 (4 foundations of mindfulness) by practicing mindfulness as regards the body (Kayanupassana Satipatthana), as regards feeling (Vedanupassana Satipatana), as regard mental condition (Cittanupassana Satipatthana), as regards idea (Dhammanupassana Satipatthana). The focus is on showing results through depression. This is a good practice for strengthening and protecting a state of depression – can actually prevent depression. Most of the older people have a way of life binding with religion always have the attitude that when they go to old age, they should prepare the next merit, which is the mind bonding to the life away from the state of depression.

Keyword: Satipattana (foundations of mindfulness), a state of depression, Elderly.



1. บทนำ

ภาวะซึมเศร้า (Depression) หมายถึง กลุ่มอาการที่มีอารมณ์ผิดปกติเพียงด้านเดียว คือ มีแต่อารมณ์เศร้าเพียงอย่างเดียว ผู้ป่วยจะมีอาการซึมเศร้าเป็นอาการเด่นชัดร่วมกับมีอาการสำคัญอย่างอื่น เช่น มีความรู้สึกเบื่อหน่ายและหมดความสนใจในสิ่งต่าง ๆ หดหู่ ห่อเหี่ยวใจ สะเทือนใจร้องไห้ง่าย หมดอารมณ์สนุกสนาน รู้สึกหมดอาลัยในชีวิตเพื่ออาหารนอนไม่หลับ อ่อนเพลีย ไม่มีแรง รู้สึกไร้ค่าไม่มีกำลังใจ และมีความคิดอยากตาย เป็นต้น ซึ่งอาการเหล่านี้เป็นอยู่นานตั้งแต่ 2 สัปดาห์ขึ้นไป จนมีผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันของผู้ป่วย นับเป็นภาวะที่นำไปสู่โรคหรือเรียกว่าความบกพร่องไปจากความเป็นปกติ พบได้บ่อยในผู้สูงอายุรวมถึงความเสี่ยงในการทำร้ายตัวเอง (Suicidal Risk) ด้วยถือเป็นปัญหาสำคัญอันดับต้น ๆ ของผู้สูงอายุทั้งต่างประเทศและในประเทศไทย

สำหรับภายในประเทศไทยยังขาดข้อมูลเกี่ยวกับความชุกของกลุ่มโรคทั้งสองและภาวะความเสี่ยงในการทำร้ายตัวเองในกลุ่มประชากรผู้สูงอายุและยังต้องการการศึกษาเรื่องนี้อย่างจริงจังเมื่อเทียบกับขนาดของปัญหาและจำนวนประชากรผู้สูงอายุเนื่องมาจากหลายสาเหตุเช่นขาดบุคลากรบริการเชี่ยวชาญเฉพาะโรคจิตเวชผู้สูงอายุมีความขาดแคลนบุคลากรยังขาดองค์ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับอาการและอาการแสดงโรคร่วมและปัจจัยที่เกี่ยวข้องรวมทั้งไม่ทราบว่ามีข้อมูลในผู้สูงอายุไทยนั้นมีความคล้ายคลึงหรือแตกต่างหรือไม่อย่างไรเมื่อเทียบกับผู้สูงอายุในต่างประเทศทั้งยังขาดเครื่องมือที่พัฒนามาใช้กับผู้สูงอายุโดยเฉพาะทำให้งานวิจัยเกี่ยวกับโรคซึมเศร้ามีรายงานความชุกที่หลากหลายไม่ว่าจะเป็นเครื่องมือสำหรับคัดกรองหรือช่วยวินิจฉัย ซึ่งผู้ป่วยโรคซึมเศร้ามีคุณภาพชีวิตที่แย่กว่าประชากรทั่วไป และความรุนแรงของโรคซึมเศร้าเป็นปัจจัยหนึ่งที่สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตที่แย่ มีผลการศึกษาเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า MDD ชนิดเฉียบพลัน ซึ่งพบว่าไม่มีความแตกต่างกับกลุ่มที่เป็นชนิดเรื้อรัง แต่ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าชนิดเฉียบพลัน ได้แก่ ระดับความรุนแรงของอาการซึมเศร้าและการมีปัญหาค่าใช้จ่ายในการรักษาส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าชนิดเรื้อรังคือ การมีปัญหาค่าใช้จ่าย ระยะเวลาการป่วย และระดับความรุนแรงของอาการซึมเศร้า ในกลุ่มผู้สูงอายุพบว่าคุณภาพชีวิตแย่ แม้ขณะปกติผู้สูงอายุไทยก็มีคุณภาพชีวิตส่วนใหญ่อยู่ในระดับกลาง พบว่ามีปัจจัยที่เกี่ยวข้องหลายประการ เช่น บทบาทในครอบครัว¹ เป็นต้น

ในสถานการณ์ปัจจุบันผู้สูงอายุได้กลายเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของประเทศไทยมากขึ้นเรื่อย ๆ ทุกขณะเนื่องจากวิวัฒนาการความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์สาธารณสุขทำให้ประชากรมีอายุขัยยืนยาวขึ้นจำนวน ผู้สูง อายุจึงเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับ เรื่องผู้สูงอายุกำลังเป็นประเด็นใหญ่ทั่วโลก เพราะคนสูงอายุมีจำนวนมากขึ้น จึงเกิดความวิตกกังวลไปทั่วว่าจะทำอย่างไรประเทศไทยเริ่มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2548 ซึ่งเป็นผลมาจากอัตราการเกิดที่ลดลงและความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ทำให้ผู้สูงอายุ มีอายุยืนยาวขึ้น และแนวโน้มของโครงสร้างประชากรวัยสูงอายุในช่วงสิบปีที่ผ่านมา มีจำนวนและสัดส่วนประชากรที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไปในปี 2548 จากร้อยละ 10.3 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 11.8 ในปี 2553 และในปี 2559 มีผู้สูงอายุในประเทศไทย 10,783,380 คน และคาดว่าในปี 2564 จะมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอีก 20% และในอีกสิบปีข้างหน้าอัตราผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นเป็น 27% และในปี 2579 ประเทศไทยเราจะมีผู้สูงอายุสูงถึงหนึ่งใน

¹ นุชรีย์ แสงสว่างและ บุศรา แสงสว่าง, “ภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยผู้ใหญ่โรคโรคหืด: พยาธิสรีรวิทยา ผลกระทบปัจจัยที่เกี่ยวข้องและการดูแล”, **วารสารการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ**, บทความปริทัศน์สาขาพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, พ.ศ. 2560, หน้า 64.

² รองศาสตราจารย์นายแพทย์ทินกร วงศ์ปการันย์, ผลการรักษาโรคซึมเศร้าของผู้ป่วยจิตเวชในโรงพยาบาล: การศึกษาแบบติดตามไปข้างหน้าหน้า, **รายงานผลการวิจัย**, สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, พ.ศ. 2554, หน้า 17.

³ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ.ประเวศ วะสี, **การดูแลผู้สูงอายุแบบบูรณาการในชุมชน**, สำนักงานวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน (สพข.), (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ที.คิว.พี จำกัด), 2555, หน้า 6.

สามของประชากรทั้งประเทศ และซึ่งในปี 2583 องค์การสหประชาชาติประเมินไว้ประเทศไทยจะมีประชากรผู้สูงอายุสูงที่สุดในอาเซียนถึง 33%⁴ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางอายุของประชากรโครงสร้างทางอายุของประชากรแสดงด้วยสัดส่วนของประชากรในวัยต่าง ๆ เมื่อจำแนกประชากรออกเป็นกลุ่มอายุสามกลุ่มใหญ่ ๆ คือ ประชากรวัยเด็กวัยแรงงาน และวัยสูงอายุที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไปเห็นได้ว่า ในระหว่างปี พ.ศ.2553-พ.ศ.2583 สัดส่วนของประชากรวัยเด็ก และวัยแรงงาน มีแนวโน้มลดลง ในขณะที่สัดส่วนของประชากรสูงอายุ มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องและที่น่าสังเกตคือในปี 60 จะเป็นปีที่คาดว่าสัดส่วนของประชากรวัยเด็กจะเท่ากับสัดส่วนของประชากรวัยสูงอายุ สัดส่วนประชากรวัยเด็ก⁵ จากภาวะนี้ทำให้หลายประเทศในโลกรวมทั้งประเทศไทยด้วยที่มีความตื่นตัวและเตรียมการเพื่อรองรับและให้การดูแลประชากรกลุ่มนี้มากขึ้น การดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุนับว่าเป็นภารกิจที่สำคัญสำหรับครอบครัว ชุมชน และสังคมโดยรวม เพื่อให้เกิดการดูแล เอื้ออาทรแก่ผู้สูงอายุซึ่งนับว่าเป็นผู้ที่ทำคุณประโยชน์แก่ครอบครัว ชุมชนและสังคมมาก่อน จนถึงวัยที่ท่านสมควรได้รับการตอบแทน โดยการดูแล และห่วงใยท่านเช่นเดียวกับสิ่งที่ท่านได้ทำมา จึงเป็นสิ่งจำเป็นจะต้องมีความเข้าใจในธรรมชาติ และการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุและตระหนักว่าความสูงวัยเป็นภาวะที่จะต้องเกิดกับทุกคน การทำความเข้าใจความสูงวัย จะทำให้สมาชิกในครอบครัว สามารถปฏิบัติต่อผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม และนำมาซึ่งความผาสุกของผู้สูงอายุและสมาชิกทุกคนในครอบครัวด้วยเช่นเดียวกัน

ซึ่งในแผนการพัฒนาประเทศในระยะแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 12 เป็นจุดเปลี่ยนที่สำคัญ ในการเชื่อมต่อกับยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ในลักษณะการแปลงยุทธศาสตร์ระยะยาวสู่การปฏิบัติ โดยในแต่ละยุทธศาสตร์ของแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 12 ได้กำหนดประเด็นการพัฒนา พร้อมทั้งแผนงานโครงการสำคัญที่ต้องดำเนินการให้เห็นผลเป็นรูปธรรมในช่วง 5 ปีแรกของการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ชาติ เพื่อเตรียมความพร้อมคน สังคม และระบบเศรษฐกิจของประเทศให้สามารถปรับตัวรองรับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม สถานการณ์และแนวโน้มของสังคมไทยโครงสร้างประชากรไทยเปลี่ยนแปลงเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์เมื่อสิ้นสุดแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 12 โดยปี 2557 ประชากรวัยแรงงานจะมีจำนวนสูงสุดและเริ่มลดลงอย่างต่อเนื่อง คุณภาพคนไทยทุกกลุ่มวัยยังมีปัญหา คุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ของคนไทยยังอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ ในขณะที่คนไทยมีแนวโน้มเป็นโรคไม่ติดต่อมากขึ้น ซึ่งเป็นสาเหตุหลักของการเสียชีวิต รวมถึงปัญหาด้านสุขภาพในวัยผู้สูงอายุจะส่งผลกระทบต่อภาวะค่าใช้จ่ายภาครัฐ นอกจากนี้คนไทยส่วนใหญ่ยังมีปัญหาด้านคุณธรรมจริยธรรม และไม่ตระหนักถึงความสำคัญของระเบียบวินัย ความซื่อสัตย์และการมีจิตสาธารณะ⁶พร้อมกำหนดแนวคิดและกลไกการขับเคลื่อนและติดตามประเมินผลที่ชัดเจน เพื่อกำกับให้การพัฒนาเป็นไปอย่างมีทิศทางและเกิดประสิทธิภาพ นำไปสู่การพัฒนาเพื่อประโยชน์สุขที่ยั่งยืนของสังคมไทย ซึ่งภายใต้รัฐธรรมนูญและการเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีลักษณะโดยรวมเหมือนกันในทุกคน ทุกเชื้อชาติ ศาสนา อย่างไรก็ตามความสูงวัยย่อมเกิดอย่างแน่นอนเพียงแต่จะช้าหรือเร็วเท่านั้น ความสูงวัยนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลง 3 ด้านใหญ่ๆ ในผู้สูงอายุ ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม การเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดคือการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ซึ่งตัวผู้สูงอายุเองและบุคคลรอบข้างก็ควรให้ความสนใจการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ด้วย เพราะผู้สูงอายุมีเวลาเหลืออยู่น้อยต้องรีบทำสิ่งที่

⁴ อภาววรรณ โสภณธรรมรักษ์, **รับมือไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ**, <http://www.thaihealth.or.th/Content/33884.html>, เมื่อวันที่ 22 ธันวาคม 2559.

⁵ มูลนิธิพัฒนางานผู้สูงอายุ, **“สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย”**, Fopdev.or.th/สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย, เมื่อวันที่ 22 ธันวาคม 2559.

⁶ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, **สรุปสาระสำคัญแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12, (พ.ศ.2560-2564)**, หน้า 8.

จำเป็นและสิ่งที่มีผู้สูงอายุควรระวังเหมือนกันคือ อารมณ์เศร้า ซึ่งจะมีผลกระทบต่อร่างกายทั้งหมด ความกลัววิตกกังวล อดีตบางขนาดบ้าง ำแรงแต่พอเหมาะเป็นเรื่องดี⁷

การเปลี่ยนแปลงในสิ่งใดก็ตามถึงแม้แต่ช่วงวัยก็เป็นสิ่งที่ต้องขับเคลื่อนไปตามกาลเวลาเช่นกัน เมื่อวัยผลัดเปลี่ยนไปสังขารร่างกายจิตใจก็เปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติของสิ่งทั้งปวง จึงกล่าวสติสัมปชัญญะเป็นสิ่งสำคัญในกระทำสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาแล้วสติเป็นธรรมที่มีอุปการะมากต่อทุกสิ่งไม่ว่าจะในระดับใดก็ตาม เป็นองค์ธรรมที่มีผลต่ออุปการะในการทั้งปวงซึ่งต้องประกอบทั้งสติและสัมปชัญญะ ด้วยวัยของผู้สูงอายุแล้วประสิทธิภาพในการดำรงสติอาจถดถอยลงหากไม่ได้ฝึกปฏิบัติสติสัมปชัญญะต่อเนื่องก็อาจส่งผลให้เกิดความผิดพลาดในทุก ๆ กระทำของตน ฉะนั้นเมื่อจะหาสิ่งใดที่เป็นอุปการะแก่ตนเองได้แล้ว ย่อมต้องมองตนเองก็ตามพุทธพจน์ที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสแสดงในไว้ว่า “อตตาทิ อตตโนนาโถโกทิ นาโถ ปโร ลียา อตตนา หิ สุทฺถเตน นาถลภติ ทูลลภ” ตนแลเป็นที่พึ่งแห่งตน บุคคลอื่นใครเล่า จะเป็นที่พึ่งได้ เพราะบุคคลที่ฝึกตนดีแล้ว ย่อมได้ที่พึ่งอันดีโดยยาก⁸ คำว่า ตน นั้นแบ่งออกเป็น 2 คือ กายกับใจ ประกอบกันเข้า ใน 2 ส่วนนี้ ใจนับว่าเป็นใหญ่ เป็นประธาน เป็นความรู้สึกนึกคิด กายเป็นผู้กระทำตาม เพราะฉะนั้น พระพุทธองค์จึงทรงสอนให้ฝึกจิต อบรมจิตให้ตั้งอยู่ในกุศลธรรม คุณงามความดี พยายามอบรมบ่มนิสัยของตนด้วยตนเอง เพราะตนเท่านั้น เป็นที่พึ่งของตนได้ คือคนทุกคนย่อมจะสร้างบุญกุศล คุณงามความดีซึ่งได้ชื่อว่าที่พึ่ง เพราะคนอื่นไม่สามารถจะทำให้ที่พึ่งให้กับบุคคลอีกคนหนึ่งได้ ซึ่งในพัฒนาการแนวคิดทางพระพุทธศาสนาที่มีต่อการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่สำคัญจะได้นำไปสู่การป้องกันทั้งการเกิดซ้ำ หรือโรคแทรกซ้อนอื่น ๆ รวมถึงความเสียหายในระดับสังคม และประเทศชาติด้วยคณะผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงประโยชน์ความสำคัญที่จะเกิดกับผู้สูงอายุ โดยการสร้างความตระหนักถึงความสำคัญของการฝึกสติพื้นฐานให้บริบูรณ์เท่าที่จะสามารถฝึกได้ เพราะการปฏิบัติตนทำเช่นนี้จะส่งผลดีกับทั้งตัวผู้สูงอายุเองทั้งเรื่องของสุขภาพในชีวิต ทั้งยังส่งผลให้เกิดประโยชน์ที่ดีตามมา เป็นการใช้ชีวิตในช่วงบั้นปลายที่มีคุณค่า เป็นอยู่อย่างมีหลักการเป็นเครื่องปฏิบัติตน ส่งผลถึงบุคคลในครอบครัว และสังคมที่ดีขึ้น จึงได้จัดทำรายงานวิจัยเพื่อเป็นข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการนำไปใช้ศึกษาหรือเป็นแนวทางการปฏิบัติในองค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุโดยตรงซึ่งถือเป็นหัวใจสำคัญในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในสังคมไทย

2.วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในจังหวัดพิษณุโลก
2. เพื่อเสริมสร้างการฝึกสติพื้นฐานของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า
3. เพื่อศึกษาวิเคราะห์ผลการใช้การฝึกสติพื้นฐานในกับผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า

3. วิธีดำเนินการวิจัย

มีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1) ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นกรอบในการศึกษาและนามาสร้างเป็นแบบสอบถาม เพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มของตัวอย่างที่ได้คัดเลือก จำนวน 100 ชุด โดยเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2560 จนถึงเดือนธันวาคม 2560 โดยรวมระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งสิ้น 1 เดือน

⁷ วติน อินทาระ, **ธรรมสำหรับผู้สูงอายุ**, พิมพ์ครั้งที่ 1, (บริษัทพิมพ์ของอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด), 2556, หน้า 21.

⁸ ชุ.ธ. (ไทย) 25/159/82.

2) ตรวจสอบข้อมูลความถูกต้องและครบถ้วนสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้รับจากผู้ตอบแบบสอบถามก่อนจะนำมาประมวลผลในระบบ โดยได้รับคำปรึกษาจากที่ปรึกษาการศึกษาเฉพาะบุคคล

3) นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้อง ครบถ้วนสมบูรณ์ และทำการเลือกเฉพาะฉบับที่สมบูรณ์ มาลงรหัสตัวเลขในแบบลงรหัสสำหรับการประมวลผลด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรมSPSS ตามเกณฑ์ของเครื่องมือแต่ละส่วนแล้วจึงนำไปประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นต่อไป

4) การวิเคราะห์ข้อมูล ที่ได้จากการเก็บรวบรวมทั้งด้านเอกสาร และการสอบถามก่อนปฏิบัติและหลังปฏิบัติ เพื่อสรุปผลดำเนินการรายงานการวิจัย โดยสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Program for Social Science) Version 23 ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลนั้นเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Analysis) ข้อมูลเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) ใน 1 ส่วน คือ ส่วนของแบบสอบถามสุขภาพของผู้สูงอายุ สถิติที่ใช้ คือ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที่ (t-test) และในการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังได้รับการฝึกสติปัญญาเมื่อทดสอบการกระจายตัวของข้อมูลด้วยสถิติ Komogorov Smirnov test

4. สรุปผลการวิจัย

4.1 ผลการศึกษาภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในจังหวัดพิษณุโลก

จากการทำการศึกษาภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในงานวิจัยทดลองนี้ใช้พื้นที่กลุ่มตัวอย่าง คือ ตำบลบึงพระ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ซึ่งกำหนดเลือกพื้นที่โดยข้อกำหนดของการร่วมมือทางวิชาการร่วมกันระหว่างวิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราชและองค์การบริหารส่วนตำบลบึงพระ ซึ่งมีกำหนดผู้สูงอายุในชุมชนที่เหมาะสมกับการทำการศึกษาไปพร้อมกับบริการวิชาการต่อสังคมตามพันธกิจของสถาบันการศึกษา และจากการศึกษารายงานการวิจัยรวมทั้งเอกสารที่เกี่ยวข้องยังพบว่าในไทยนั้นยังชี้ให้เห็นถึงประเด็นปัญหาด้านผู้สูงอายุในประเทศไทยมีแนวโน้มที่เพิ่มมากขึ้น ด้วยวิวัฒนาการทางการแพทย์ประกอบกับอัตราการเกิดของประชากรไทยลดลงเป็นสิ่งสำคัญ เมื่อมองถึงแนวทางส่งเสริมในทางพระพุทธศาสนาแล้วมีหลักการที่สอดคล้องกับประเด็นสุขภาพของผู้สูงอายุนั้นคือ การปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญสติปัญญา ซึ่งจากการทำการศึกษาวิเคราะห์สุขภาพของผู้สูงอายุทำให้ทราบผลโดยสรุปเป็น 2 หัวข้อ เพื่อตอบโจทย์ของการศึกษาสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดพิษณุโลก ซึ่งมีกำหนดขอบเขตระบุจากข้างต้นโดยมีผลจากการศึกษาแบ่งเป็นผลการวิเคราะห์ภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ (ก่อนการฝึกปฏิบัติ) และผลการวิเคราะห์ภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ (หลังการฝึกปฏิบัติ) มีดังนี้ คือ

(1) ผลการวิเคราะห์ก่อนการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะซึมเศร้า 14.50 (SD = 4.89): โดยจัดเป็นภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย ร้อยละ 63.7 และซึมเศร้าปานกลางร้อยละ 16.7

(2) ผลการวิเคราะห์ภายหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะซึมเศร้า 9.40 (SD = 4.78): โดยจัดเป็นภาวะปกติร้อยละ 73.3 และภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย ร้อยละ 26.7

ในการเปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังได้รับการฝึกสติปัญญาเมื่อทดสอบการกระจายตัวของข้อมูลด้วยสถิติ Komogorov Smirnov test พบว่ามีการกระจายตัวเป็นโค้งปกติจึงเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังได้รับการฝึกสติปัญญาโดยใช้สถิติที่ชนิดสองกลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน (paired t – test) พบว่าคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุภายหลังได้รับการฝึกได้รับการฝึกสติปัญญาลดลงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จึงสรุปได้ว่าวิธีการฝึกสติปัญญาในกลุ่มผู้สูงอายุ สามารถช่วยลดภาวะซึมเศร้าได้

4.2 การเสริมสร้างการฝึกตามหลักสติปัฏฐานของผู้สูงอายุ

ผลจากการพัฒนาแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุด้วยการฝึกตามหลักสติปัฏฐาน 4 พบว่า การเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุด้วยการฝึกตามหลักสติปัฏฐานสามารถกระทำได้โดยการฝึกปฏิบัติธรรมตามหลักของสติปัฏฐาน ด้วยกาย เวทนา จิต ธรรม ที่เป็นไปกับแนวทางในการเสริมสร้างหรือเรียกว่าป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุได้จริง ซึ่งผลลัพธ์ที่ได้สรุปได้เป็นเชิงพรรณนา 2 ระดับ คือ (1) ระดับไม่คงที่ ด้วยกิจกรรมที่ส่งผลให้อารมณ์ดีที่เกิดจากความพอใจในอารมณ์และความรู้สึกนั้น ๆ (2) ระดับคงที่ ด้วยการปฏิบัติเป็นประจำต่อเนื่องส่งผลต่อภาวะระดับสติสมภาธิปัญญาให้สูงยิ่งขึ้นไป ซึ่งเป็นไปตามปัจเจกบุคคลไม่สามารถวัดผลได้แน่ชัดเนื่องจากมีปัจจัยอื่นแปรผันตามการปฏิบัติทั้งนี้ผู้ปฏิบัติสามารถรู้ได้ด้วยตนเอง การพัฒนาแนวทางการป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุด้วยการฝึกตามหลักสติปัฏฐาน พบว่า ภาวะซึมเศร้าสำหรับผู้สูงอายุที่เผชิญอยู่นั้น สามารถป้องกันได้ด้วยการฝึกตามหลักสติปัฏฐานสามารถกระทำได้โดยการฝึกปฏิบัติธรรมตามหลักของสติปัฏฐาน ด้วยกาย เวทนา จิต ธรรม โดยมุ่งเน้นที่การแสดงผลลัพธ์ผ่านภาวะที่เกิดคือความซึมเศร้า ทั้งนี้เป็นหลักธรรมที่เป็นไปกับแนวทางในการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุได้จริงแต่สำคัญโดยวิธีการปฏิบัติจะต้องฝึกปฏิบัติทุกวันและทำเป็นกิจวัตรประจำวัน

4.3 วิเคราะห์ผลการฝึกปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐานกับการป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ วิเคราะห์ผลการ

ฝึกปฏิบัติสติปัฏฐานกับการป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุทำให้ทราบผลโดยสรุปเป็น 2 หัวข้อ เพื่อตอบใจหัยของการศึกษาผลการฝึกปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐานกับการป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ โดยวิเคราะห์ศึกษาแบ่งเป็น ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังฝึกปฏิบัติสติปัฏฐานมีดังนี้ คือ

(1) วิเคราะห์ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 จำแนกรายด้านและรายข้อ สรุปได้ว่า ทุกด้านมีคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่คะแนนเฉลี่ยสุขภาพของผู้สูงอายุหลังการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 สูงกว่าก่อนการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 ใน

(2) ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 เพื่อตอบสนองมติฐานการวิจัยสรุปได้ว่า คะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่คะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุหลังการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ลดลงกว่าก่อนการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 แสดงว่า แสดงว่าการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 ทำให้ผู้สูงอายุมีภาวะซึมเศร้าของตนลดลง กล่าวคือสามารถป้องกันภาวะซึมเศร้าได้เมื่อปฏิบัติสติปัฏฐาน

สรุปได้จากกรวิเคราะห์ผลการฝึกปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐานกับผู้สูงอายุนั้น พบว่ามีความสัมพันธ์กันกับชีวิตของผู้สูงอายุโดยตรง อันเนื่องมาจาก แนวทางการฝึกปฏิบัติตนในทางพระพุทธศาสนาเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดของตนนั้น ไม่อาจพ้นไปจากการปฏิบัติสมณะวิปัสสนาตามกระบวนการแห่งสติปัฏฐานโดยคำนึงถึงประโยชน์สูงสุดคือความหลุดพ้น ส่วนผลประโยชน์ที่เห็นได้ปัจจุบันของการฝึกปฏิบัติคือ การพัฒนากายและจิตใจโดยตรง และโดยจากการสังเกต สอดถาม พูดคุย สนทนากับผู้สูงอายุนั้นพบว่า การปฏิบัติตนผ่านกิจกรรมที่มีความเกี่ยวข้องกับหลักศาสนาเป็นสิ่งที่พวกเขา รักและมีวิถีชีวิตผูกพันกับเรื่องของศาสนาเป็นทุนเดิม หากจัดกิจกรรมใดก็ตามเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ในเรื่องของ การปฏิบัติธรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนาจะมาเป็นข้อเสนอแนวคิดแรก ๆ เพราะผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ว่า เมื่อตนเข้าสู่วัยชราแล้วควรเตรียมเสบียงคือบุญทานการกุศลไว้ในภพชาติต่อไป ซึ่งเป็นเรื่องของการยึดเหนี่ยวจิตใจในผู้สูงอายุเหล่านั้นมีกำลังใจในการดำเนินชีวิตอยู่ต่อโดยห่างไกลจากโรคหรือภาวะซึมเศร้าได้

5. อภิปรายการวิจัย

ผลการวิจัยนี้ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และปัญหาการวิจัย โดยเริ่มจากปัญหาภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุโดยการวิเคราะห์ในลำดับขั้นข้อมูลจนสรุปกลับนกรองเพื่อนำเข้าสู่ขั้นการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อการส่งเสริมการปฏิบัติสติปัฏฐานผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า ซึ่งมีผลทดลองนับว่าเป็นวิธีหนึ่งในการป้องกันภาวะซึมเศร้านี้ แต่มีเงื่อนไขคือต้องฝึกปฏิบัติต่อเนื่องจึงจะรักษาสุขภาพภาวะของผู้สูงอายุได้

โดยศึกษาจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ตำรา เอกสาร รวมทั้งงานวิจัยและวรรณกรรมอื่นที่เกี่ยวข้อง พบว่าการเจริญสติปัฏฐานเป็นแนวทางการปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนาที่เป็นหัวใจหลักสำคัญที่ครอบคลุมเพื่อการขัดเกลาตนเองตามอันสัจของกฎปฏิบัติซึ่งมีผลต่อระดับ กาย เวทนา จิต ธรรม ของผู้ปฏิบัติไม่ว่าจะเป็นเพศวัยใดก็ตามรวมทั้งเป็นไปกับปัญหาของสุขภาพผู้สูงอายุที่รวมอยู่ในคุณสมบัติของผู้ปฏิบัติธรรมด้วยทั้งนี้จึงเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงเอกสารด้านสติปัฏฐาน ด้านภาวะซึมเศร้า รวมถึงข้อมูลด้านผู้สูงอายุ เพื่อใช้เป็นกรอบคิดการวิจัยซึ่งสรุปแนวทางส่งเสริมต่อการปฏิบัติได้แก่ หลักการเจริญสติปัฏฐาน ทั้งรูปแบบของกิจกรรมที่ให้อบรมแก่ผู้สูงอายุและชุดองค์ความรู้ทั้งนี้เพื่อนำผลที่ได้วัดด้วยการตอบแบบสอบถามด้านภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ เพื่อแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของแนวทางการป้องกันภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุที่อาจเกิดขึ้นและเพิ่มจำนวนขึ้นเรื่อย ๆ ในปัจจุบัน

การวิจัยนี้ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 คือเสริมสร้างการฝึกสติปัฏฐานของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าสามารถส่งเสริมการปฏิบัติสติปัฏฐานให้กับผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าได้อย่างไม่มีอุปสรรค โดยไม่ต้องใช้อุปกรณ์ เครื่องมือใด ๆ เพียงแค่ศึกษาวิธีการปฏิบัติสติปัฏฐานในพระพุทธศาสนา ซึ่งมีประโยชน์ต่อผู้ปฏิบัติในเชิงของกิจกรรมนับว่าสร้างแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตประจำวัน ผลจากการปฏิบัติปรับเปลี่ยนทัศนคติของผู้มีภาวะซึมเศร้าในทางบวก คือเห็นโลกและชีวิตตามความเป็นจริงได้งายขึ้นจากการดูกายดูใจของตนเองเป็นที่ตั้ง จนถึงระดับสูงสุดคือการทำลายความหลงผิดและประหารกิเลสเพียงแต่ความก้าวหน้าของแต่ละบุคคลอาจมีความแตกต่างกันไปเนื่องจาก ช่วงวัยและสุขภาพ รวมถึงระดับสติปัญญา ความสามารถในการเข้าใจและความสนใจใคร่ต่อการปฏิบัติตน และจะต้องมีวิริยะความเพียรต่อการปฏิบัติ และระดับของปัญญาแต่ละบุคคลที่จะเข้าใจในหลักการปฏิบัติสติปัฏฐาน การวิจัยนี้ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 คือศึกษาวิเคราะห์ผลการใช้การฝึกสติปัฏฐานในกับผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าโดยผู้วิจัยใช้ คือ One Group Pretest Posttest Design =แบบการทดลองก่อน-หลังในกลุ่มเดียวกัน มุ่งเน้นการดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองเพียงกลุ่มเดียว แต่ดำเนินการสังเกต (Observation=O) ผู้เข้าร่วมการทดลองก่อนและหลังการทดลอง (O1 และ O2) หลังจากนั้นจึงนำผลที่ได้จากการวัดหรือการสังเกตไปเปรียบเทียบกัน เพื่อทดสอบดูว่าแตกต่างกันหรือไม่อย่างไร การทดลองแบบนี้ แสดงผลให้สังเกตก่อนและหลังการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน (X) จำนวน 2 ครั้งด้วยกันซึ่งในกรณีนี้ O1 อาจเป็นแบบทดสอบก่อนฝึกปฏิบัติ (Pretest) และ O2 อาจเป็นแบบทดสอบหลังฝึกปฏิบัติ (Posttest) จึงสามารถนำคะแนนจากการสังเกตทั้ง 2 ครั้งไปเปรียบเทียบกัน ผลคะแนนที่เพิ่มขึ้นถ้าคะแนนลดลงแสดงว่าภาวะซึมเศร้านั้นลดลง

อาจจะสรุปได้ว่าเป็นผลมาจากอิทธิพลของการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐานที่ทำการทดลองอย่างไรก็ตามการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ก็อาจไม่สามารถสรุปได้อย่างเต็มที่ว่าเป็นผลมาจากการทดลองเพียงประการเดียว เนื่องจากอาจมีปัจจัยอื่น ๆ แทรกเข้ามาได้ เช่น ประสบการณ์ของกลุ่มทดลองที่มีความรู้เพิ่มขึ้น เนื่องจากมีตัวแปรทางด้านเวลาที่เกี่ยวข้องด้วยกลุ่มทดลองอาจได้รับข้อมูลจากแหล่งอื่น ๆ ขณะทำการทดลองด้วยก็ได้ เนื่องจากแบบแผนการทดลองแบบนี้กระทำกับกลุ่มตัวอย่างเพียงกลุ่มเดียวเท่านั้น ไม่มีการเปรียบเทียบผลการทดลองกับกลุ่มอื่น ๆ แต่อย่างใดแต่ถ้าเปรียบเทียบกับแบบแผนการทดลองแบบ One-Shot Case Study จะเห็นได้ว่าแบบแผนการทดลองแบบนี้สามารถกำจัดตัวแปรแทรกซ้อนได้ดีกว่า เนื่องจากมีการสังเกตทั้งก่อน-หลังทดลอง และสรุปได้ว่าแนวคิดเรื่องผู้สูงอายุ แนวคิดเรื่องภาวะซึมเศร้า แนวคิดและวิธีปฏิบัติสติปัฏฐานนั้น เมื่อนำมาพิจารณาจะเห็นถึงความสอดคล้องกัน ทั้งนี้ผู้วิจัยขอเสริมแนวทางจากประสบการณ์ของการนำสติปัฏฐานมาฝึกปฏิบัติกับผู้สูง ไม่ว่าจะประสบกับภาวะซึมเศร้าหรือไม่ก็ตามว่า ตามแนวทาง

การปฏิบัติในพระพุทธศาสนาที่ว่าด้วยเรื่องของสติปัญญาฐานนั้นค่อนข้างมีเนื้อหาที่ยากต่อการเข้าใจสำหรับผู้เริ่มต้นใหม่ เนื่องจากการฝึกปฏิบัตินั้นต้องอาศัยความรู้ที่เกิดจากการสั่งสมของแต่ละบุคคลซึ่งเป็นตัวแปรอิสระต่อการควบคุมซึ่งเป็นผลที่เกิดจากการปฏิบัติ ฉะนั้นการฝึกปฏิบัติและผลที่ได้ อาจเป็นไปได้ตามความสามารถระดับปัจเจกบุคคลที่ต้องอาศัยศรัทธาความเชื่อมั่นและอุปนิสัยที่ใคร่ศึกษาและปฏิบัติอย่างจริงจัง จึงเป็นความสำคัญที่ผู้ถ่ายทอดจะบ่มเพาะศรัทธาและปัญญาให้กับผู้ปฏิบัติไม่ว่าจะเป็นช่วงวัยใดก็ตามหรือแม้แต่ผู้สูงอายุก็สำคัญไม่ใช่น้อย นับว่าเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่จะต้องพัฒนาจัดการตัวเอง และปัจจัยภายนอกคือผู้ให้ความรู้ถ่ายทอดและอบรมจะต้องรู้จักการพัฒนาความรู้ที่เหมาะสมแก่ผู้ฟังเพื่อนำไปปฏิบัติโดยเฉพาะอย่างยิ่งคือศรัทธาและปัญญาที่ต้องคำนึงเป็นอันดับแรก เพราะทั้งสองส่วนนี้มีผลต่อบัจจัยภายในตัวบุคคลที่มารับการฝึกปฏิบัติอย่างมาก และไม่อาจวัดผลศรัทธาที่เต็มร้อยได้จากการเข้าร่วมเพราะศรัทธาเป็นนามธรรมที่ผันแปรได้ตามอารมณ์และปัจจัยเกื้อหนุนภายนอก นับเป็นภารกิจสำคัญของผู้ให้การฝึกปฏิบัติที่จะต้องพินิจและสังเกตการณ์ตลอดเวลาว่า เมื่อใดควรพัฒนาศรัทธาที่มีต่อการปฏิบัติและเมื่อใดควรพอกพูนปัญญาที่ส่งเสริมในการปฏิบัติสติปัญญา



เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538.
- ศ.เกียรติคุณ นพ.ประเวศ วะสี. **การดูแลผู้สูงอายุแบบบูรณาการในชุมชน สำนักงานวิจัยและพัฒนาาระบบสุขภาพชุมชน (สพข.)**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ที.คิว.พี จำกัด, 2555.
- วดีน อินทสระ. **ธรรมสำหรับผู้สูงอายุ**. พิมพ์ครั้งที่ 1. บริษัทชุมชนของอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด, 2556.
- รองศาสตราจารย์นายแพทย์ทินกร วงศ์ปการันย์. ผลการรักษาโรคซึมเศร้าของผู้ป่วยจิตเวชในโรงพยาบาล: การศึกษาแบบติดตามไปข้างหน้าหน้า. **รายงานผลการวิจัย**. สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, 2554.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรื, **สรุปสาระสำคัญแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (2560-2564)**.
- ประภัสสร กิมสุวรรณวงศ์. มปท. “การดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของผู้สูงอายุตามแนวคิดทางพระพุทธศาสนา”. **วารสาร MFU CONNEXION**. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น, มปท.
- นุชรีย์ แสงสว่างและ บุศรา แสงสว่าง. “ภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยผู้ใหญ่โรคโรคหืด: พยาธิ สรีรวิทยา ผลกระทบปัจจัยที่เกี่ยวข้องและการดูแล”. **วารสารการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ**. บทความปริทัศน์สาขาพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์, คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2560.
- อภาววรรณ โสภณธรรมารักษ์. “รับมือไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ”, <http://www.thaihealth.or.th/Content/33884.html>, 22 ธันวาคม 2559.
- มูลนิธิพัฒนางานผู้สูงอายุ. “สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย”. Fopdev.or.th/สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย, 22 ธันวาคม 2559.



การพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ

นายวุฒิชัย อรรถาพงศ์¹ พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิภิโร,ดร.² และ รศ.ดร. เวทย์ บรรณกรกุล³

¹มหาวิทยาลัยมหิดล ²มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

³มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

Email: rawuth05@gmail.com

รับต้นฉบับ 27 พฤศจิกายน 2562; แก้ไข 15 ธันวาคม 2562; วันที่เผยแพร่ 31 ธันวาคม 2562

บทคัดย่อ

บทความวิจัย เรื่อง การพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ มีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ 1) เพื่อศึกษาความต้องการคุณภาพชีวิตและการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ และ 2) เพื่อวิเคราะห์และพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ ดำเนินการโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research : PAR) ตามกรอบแนวคิดของ Horton and Zacharakis (1987) มีผลการวิจัย ดังนี้

การศึกษาค้นคว้าความต้องการคุณภาพชีวิตและการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วม เชิงพุทธ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่ม ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญมีความต้องการพื้นที่สนับสนุนทางสังคมสำหรับใช้เป็นแหล่งประโยชน์ในการทำกิจกรรมกลุ่มสร้างเสริมคุณภาพชีวิต ดังนั้น จึงได้จัดให้มีกิจกรรม “การสร้างเสริมสุขภาพวิถีพุทธ” โดยอาศัยแนวนโยบายหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบล (อปต.) ของมหาเถรสมาคม พ.ศ. 2546 เพื่อสนับสนุนการให้ใช้พื้นที่ของวัดในชุมชนสำหรับดำเนินกิจกรรม ภายใต้โครงการ “การพัฒนาวัดส่งเสริมสุขภาพวิถีพุทธ”

การวิเคราะห์และพัฒนาารูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ ดำเนินการโดยวิธีวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อสร้างองค์ความรู้เชิงกระบวนการกลุ่มปฏิสัมพันธ์แบบมีส่วนร่วมเชิงพุทธ ผลการวิจัยพบว่า กระบวนการที่สร้างขึ้นจากองค์ความรู้เชิงพุทธบูรณาการ มีลักษณะเป็นกระบวนการกลุ่มปฏิสัมพันธ์เชิงบวกแบบ “The 5-C Cycle” ซึ่งประกอบด้วยแผนปฏิบัติการและเทคนิควิธีการที่เหมาะสมสำหรับนำไปใช้จัดการความรู้ด้านการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

คำสำคัญ : คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, การมีส่วนร่วมเชิงพุทธ

A Development of the Enhancement Model of Elderly Persons Life Quality through Buddhist Participation

Mr. Vuthichai Authapong¹ Phramaha Somboon Vuḍdhikaro, Dr.²

and Assoc. Prof. Dr. Wate Bunnakornkul³

¹Mahidol University ²Mahachulalongkomrajavidyalaya University

³Mahachulalongkomrajavidyalaya University Palisuksa Buddhaghosa Campus

Email: rawuth05@gmail.com

Retrieved November 27, 2019; Revised December 15, 2019; Accepted December 31, 2019

Abstract

The research article on a Development of the enhancement Model of Elderly Person's Life Quality through Buddhist Participation. The objectives of this research is 1) to study the quality of life needs and to the enhancement model of elderly person's life quality through Buddhist participation and 2) to analysis and Development of the enhancement Model of Elderly Person's Life Quality through Buddhist Participation. Proceed by using Participatory Action Research (PAR), according to the conceptual framework of Horton and Zacharakis (1987). The results of this research show as follows:

The Study of quality of life needs and the enhancement model of elderly persons life quality through Buddhist participation, Data were collected by in-depth interviews and group discussions. The study indicated that the elderly person who provide key informant, have a need for social support areas for use as a useful source of activities to promote quality of life. Therefore, activities are provided. "Creating good health for the Buddhist way" by applying the policy of the District Public Training Unit of the Sangha Association, 2006 to support the use of the area of the temple in the community for carrying out activities under the project "A Development of Buddhist Health Promotion Measures"

Analysis and Development of the enhancement Model of Elderly Person's Life Quality through Buddhist Participation Processed by content analysis method to process-oriented knowledge groups, participatory-Buddhist interaction groups. The research found that Processes created from Buddhist integration It is characterized by a group of positive interaction processes, such as "The 5-C Cycle", which consists of an action plan and techniques that are suitable for the management of knowledge for enhancing the quality of life for the elderly.

Keywords: Quality of Life, Elderly Persons, Buddhist Participation

1. บทนำ

จากการสำรวจสถิติประชากรผู้สูงอายุของประเทศไทยที่พบว่ามีความเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง โดยเพิ่มจาก 2.8 ล้านคนหรือร้อยละ 5.6 ในปี พ.ศ. 2528 เป็นร้อยละ 6.1, 9.0, และ 9.8 ของประชากรทั้งหมด ในปี พ.ศ. 2533, 2543 และ 2548 ตามลำดับ และคาดว่าในปี พ.ศ. 2568 ประเทศไทยจะมีจำนวนผู้สูงอายุมากเป็นลำดับที่ 5 ในทวีปเอเชีย ซึ่งมีจำนวนประมาณ 13.9 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 14 ของประชากร¹ จำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นนี้ส่งผลกระทบต่อระบบบริการสุขภาพ และมีแนวโน้มเป็นปัญหาสาธารณสุขในระดับชาติ² ดังนั้นจึงได้มีการประกาศกฎบัตรกรุงเทพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพโลก (Bangkok Charter for Healthy Promotion in a Globalized World) ในปี พ.ศ. 2548 ณ กรุงเทพมหานคร ด้วยกลยุทธ์สร้างเสริมสุขภาพ 5 ประการ คือ 1) การชี้แนะ (Advocacy) เพื่อการสร้างเสริมพื้นฐานของสิทธิมนุษยชนและภราดรภาพ 2) การลงทุน (Invest) เพื่อการพัฒนานโยบายสร้างเสริมสุขภาพที่ยั่งยืน 3) การสร้างศักยภาพ (Building Capacity) เพื่อการบริหารจัดการความรู้และความแตกฉานด้านการสร้างเสริมสุขภาพ 4) กฎหมาย/กฎเกณฑ์/ระเบียบ (Regulation) เพื่อการคุ้มครองและส่งเสริมโอกาสการเข้าถึงบริการสุขภาพทั้งในระดับปัจเจก ระดับครอบครัว และระดับชุมชน และ 5) พันธมิตร (Partner) เพื่อส่งเสริมการสร้างเครือข่ายการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพที่ยั่งยืน³

จากการข้อมูลดังกล่าวจะเห็นว่าการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไม่ได้เป็นเพียงความรับผิดชอบของภาคส่วนที่ดูแลสุขภาพเท่านั้น แต่ยังมีมุ่งไปที่กระบวนการสนับสนุนให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีและเหมาะสมกับบริบทของสังคมผู้สูงอายุ เช่น การนำหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนามาใช้เป็นแนวทางปฏิบัติสำหรับการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตแก่ผู้สูงอายุในชุมชนและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรู้จักการครองตนด้วยสติและสำรวมระวังในความประพฤติทางร่างกาย วาจา คือ หลักไตรสิกขา ซึ่งประกอบด้วยหลักคำสอนสำคัญ 3 ประการ คือ ศีล สมาธิ และปัญญา⁴ ด้วยการถือปฏิบัติในศีลภาวนาและสมาธิภาวนาเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาจิตใจให้เข้มแข็ง และสามารถสร้างเสริมสุขภาพได้เป็นอย่างดี สำหรับการใช้หลักของปัญญาภาวนาในผู้สูงอายุ คือ ฝึกอบรมให้เจริญปัญญา รู้จักคิดพิจารณาแก้ปัญหาด้วยปัญญา มีจิตใจเป็นสุข ไร้ทุกข์ ปัญญาเป็นตัวแก้ปัญหาที่แท้จริงและช่วยให้บุคคลเกิดปัญญาในการดำรงชีวิตประจำวัน เมื่อผู้สูงอายุได้ปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา จึงนับได้ว่าได้เป็นการดูแลและสร้างเสริมคุณภาพชีวิตแบบองค์รวม⁵

¹ Jitapunkul, S. & Bunnag, S. *Ageing in Thailand 1987*. (Bangkok : Thai Society of Gerontology and Geriatric Medicine, 1988), p. 15.

² มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, *รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย 2551*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ทีคิวพี จำกัด; 2551), หน้า 10.

³ ปาณบตี เอกะจัมปา และนิธิศ วัฒนมะมะโน, *การสาธารณสุขไทย*, (นนทบุรี : โรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก, 2548-2550), หน้า 121-123.

⁴ พระครูใบฎีกาโสภา กิจจุลสาร (จันทร์เพ็ญ), “การประยุกต์หลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวันของกลุ่มผู้สูงอายุ ในเขตตำบลบ้านหว้า อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553), หน้า 2.

⁵ พระธรรมปิฎก (ปอ.ปยุตฺโต), *ทุกข์สำหรับเห็นแต่สุขสำหรับเป็น (แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา)*, พิมพ์ครั้งที่ 9, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสาร จำกัด, 2546), หน้า 50-51.

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจพัฒนา รูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตโดยเน้นกระบวนการมีส่วนร่วม เพื่อการแสวงหาจุดร่วมระหว่างการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวคิดในทางวิทยาศาสตร์ สู่สภาพกับการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตโดยการมีส่วนร่วมตามแนวทางในหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา สำหรับกระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มผู้สูงอายุ นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีและสามารถตอบสนองต่อความต้องการด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนได้อย่างแท้จริง มีการใช้แหล่งประโยชน์เพื่อปรับตัวและสร้างเสริมคุณภาพชีวิตตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในครอบครัวและชุมชนได้อย่างมีศักดิ์ศรีและมีคุณค่า สามารถดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนได้เป็นปกติสุขแบบยั่งยืน ตลอดจนผลที่ได้รับ การวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้สร้างการมีส่วนร่วมเพื่อสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนและ/หรือพื้นที่อื่นต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของคดียุทธินิพนธ์เรื่อง “การพัฒนา รูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ” สำหรับวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำเสนอในบทความนี้มี 2 ข้อ คือ

1. เพื่อศึกษาความต้องการคุณภาพชีวิตและการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ
2. เพื่อวิเคราะห์และพัฒนา รูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ

3. วิธีการดำเนินการวิจัย/รูปแบบการวิจัย

งานวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research : PAR) ตามกรอบแนวคิดของ Horton and Zacharakis⁶ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคือ ผู้สูงอายุในชุมชนวัดสามัคคีพัฒนาราม เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์เชิงลึก แบบสนทนากลุ่ม และแบบที่กการสังเกตแบบมีส่วนร่วม

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยที่ ว.14/2561 จากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แล้วจึงเก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบ่งเป็น 3 ระยะ ดังนี้

1. ระยะเตรียมการวิจัย (Pre-research Phase)

เก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกและ การสนทนากลุ่ม เพื่อศึกษาสภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมชุมชนสำหรับการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ดังนี้

1.1 ศึกษาสภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมชุมชน โดยสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับแนวทางจัดหาแหล่งประโยชน์ที่สนับสนุนพื้นที่ทางสังคมของผู้สูงอายุ สำหรับใช้ประกอบกิจกรรมการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตตามแนวนโยบายหน่วยงานบูรณาการประชาชนประจำตำบล (อปต.) ของมหาเถรสมาคม พ.ศ. 2546

1.2 ศึกษาความต้องการคุณภาพชีวิตอันพึงประสงค์ของผู้สูงอายุ โดยการสร้างกลุ่มปฏิสัมพันธ์ที่มุ่งเน้นกระบวนการสนทนาเชิงบวกเพื่อค้นหาความต้องการร่วมที่ใช้สร้างความสุขและการมีคุณภาพชีวิตที่ดี

⁶ Horton, A. and Zacharakis-Junz, J. Empowering the Poor: Participatory Research as Educational Tool, paper presented at the Annual Meeting of the American Associate for Adult and Continuing Education: Washington DC. (ERIC Document ED 287978), October. 1987.

สรุป ข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษาในระยะเตรียมการวิจัย สามารถนำมาสรุปเป็นภาพสะท้อนที่ใช้อธิบาย การตอบสนองของความต้องการคุณภาพชีวิตและการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับ สภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมชุมชน

2. ระยะดำเนินการวิจัย (Research Phase)

ระยะดำเนินการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างองค์ความรู้ที่ใช้สำหรับพัฒนารูปแบบการสร้างเสริม คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยมีส่วนร่วมเชิงพุทธ มีวิธีดำเนินการ 3 ขั้นตอน ดังนี้

2.1 ขั้นตอนการศึกษา (Study) มีขอบเขตการศึกษาและวิธีดำเนินการ ดังนี้

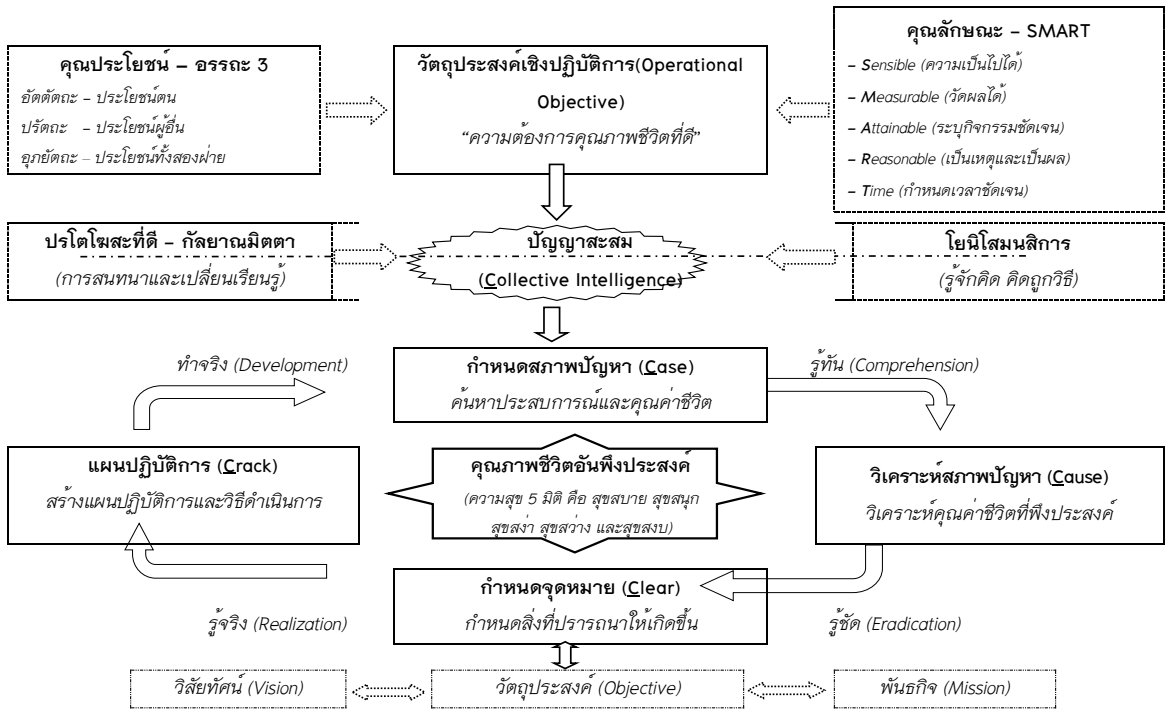
2.1.1 ศึกษาหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับกระบวนการสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวกที่ใช้สนับสนุน การแลกเปลี่ยนประสบการณ์และคุณค่าชีวิตของผู้สูงอายุในฐานะปัจเจกบุคคลกับกลุ่มกัลยาณมิตร โดยมุ่งเน้น วิเคราะห์เทคนิควิธีการสังเกตและกระบวนการค้นหาพลังความสามารถของปัจเจกบุคคลในการคิดที่ถูกต้อง มี ระเบียบ และมีเหตุผล ตามหลักโยนิโสมนสิการ

2.1.2 ศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์ปัจจัยพื้นฐานสำหรับการดำรงชีวิตให้มีความสุข เพื่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยมุ่งเน้นศึกษาความสุขใน 5 มิติ คือ สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ และการวิเคราะห์ความต้องการคุณภาพชีวิตอันพึงประสงค์ของผู้สูงอายุ

2.1.3 ศึกษาทฤษฎีจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) โดยมุ่งเน้นศึกษาเทคนิคการสร้างปฏิสัมพันธ์ เชิงบวกตามแนวคิดสุนทรียสาธก (Appreciative Inquiry)⁷ ที่ให้ความสำคัญต่อการสังเกตและค้นหาพลังความสามารถ ของผู้สูงอายุในฐานะปัจเจกบุคคล โดยใช้ศิลปะการสร้างคำถามเชิงบวกเพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้บอกเล่า ประสบการณ์และคุณค่าชีวิตซึ่งประทับใจอย่างที่สุด (Peak Experience) แล้วนำเอาประสบการณ์นั้นไปกำหนด แนวทางปฏิบัติและเทคนิควิธีดำเนินการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตอันพึงประสงค์

⁷ Cooperrider, D.L., Whitney, D., & Stavros, J.M. *Appreciative Inquiry handbook*. Bedford Heights, (OH: Lakeshore Publishers, 2003).

สรุปองค์ความรู้เชิงพุทธบูรณาการที่ได้จากการศึกษาสามารถสรุปเป็นกรอบแนวคิดเชิงกระบวนการกลุ่มปฏิสัมพันธ์แบบมีส่วนร่วมเชิงพุทธ ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดเชิงปฏิบัติการของรูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ

2.2 ขั้นตอนการวิเคราะห์ (Reflection) เป็นขั้นวิเคราะห์แผนปฏิบัติการกลุ่มปฏิสัมพันธ์แบบมีส่วนร่วมเชิงพุทธสำหรับการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

2.2.1 การวิเคราะห์วัตถุประสงค์เชิงปฏิบัติการ เป็นเทคนิควิธีการที่ใช้กำหนดประเด็นสำคัญที่ต้องการให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน โดยพิจารณาว่าประเด็นสำคัญนั้นการวิเคราะห์มีประโยชน์ที่เหมาะสมกับใคร? (เพื่อประโยชน์ของตนเอง, เพื่อประโยชน์ของผู้อื่น หรือเพื่อประโยชน์ทั้งสองฝ่าย) พร้อมกับพิจารณาว่ารูปแบบดังกล่าวนี้ควรมีคุณลักษณะที่สำคัญอย่างไรบ้าง (ความเป็นไปได้, วัดผลได้, ระบุกิจกรรมชัดเจน, เป็นเหตุและเป็นผล และกำหนดเวลาชัดเจน)

2.2.2 การวิเคราะห์เนื้อหาและการจัดการความรู้ เป็นการวิเคราะห์เทคนิควิธีการที่ใช้สร้างกระบวนการกลุ่มปฏิสัมพันธ์แบบมีส่วนร่วมเชิงพุทธบูรณาการที่มุ่งเน้นการพัฒนาปัญญาสะสม (Collective intelligence)^๑ ให้มีแนวทางปฏิบัติที่สอดคล้องและสัมพันธ์กับวัตถุประสงค์เชิงปฏิบัติการ เพื่อกระตุ้นและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุในฐานะปัจเจกบุคคลได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์คุณภาพชีวิต และมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มกัลยาณมิตรผู้ซึ่งมีประสบการณ์และโลกทัศน์เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกันให้ได้ร่วมกันค้นหาคำตอบ และบทสรุปอันเป็นที่ยอมรับร่วมกันของทุกฝ่าย

^๑ วิวัฒน์ มีสุวรรณ, “ปัญญาสะสมกับสุนทรียสนทนาแบบเอลด์ คาเฟ่”, วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย นครสวรรค์, ปีที่ 17 ฉบับที่ 1 (มกราคม – มีนาคม 2558): 162–168.

2.1.3 การกำหนดเกณฑ์การวัดและประเมินผล เป็นขั้นตอนดำเนินการสร้างเกณฑ์ที่ใช้ประเมินวัตถุประสงค์ และเทคนิควิธีการที่ใช้จัดการความรู้ด้วยกระบวนการกลุ่มปฏิสัมพันธ์แบบมีส่วนร่วมเชิงพุทธ โดยประยุกต์ใช้ มาตรฐานการประเมินอภิมานของ The Joint Committee on Standards for Education Evaluation⁹ สำหรับพิจารณา คุณภาพด้านอรรถประโยชน์ (Utility) ความเป็นไปได้ (Feasibility) ความเหมาะสม (Propriety) และความถูกต้อง (Accuracy)

สรุปแผนปฏิบัติการกลุ่มปฏิสัมพันธ์แบบมีส่วนร่วมเชิงพุทธมีลักษณะเป็นกระบวนการสร้างปฏิสัมพันธ์และ เทคนิควิธีการจัดการความรู้ที่มุ่งเน้นการสนับสนุนพลังความสามารถของผู้สูงอายุให้เข้าร่วมกลุ่มและมีปฏิสัมพันธ์กับ กัลยาณมิตรผู้ซึ่งมีประสบการณ์และโลกทัศน์เกี่ยวกับการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน เพื่อให้ได้มาซึ่ง บทสรุปสำหรับการนำไปปฏิบัติที่เหมาะสมและเป็นที่ยอมรับร่วมกันของทุกฝ่าย

2.3 ขั้นตอนการปฏิบัติ (Action) เป็นขั้นร่างรูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วม เชิงพุทธ โดยกำหนดให้มีแผนปฏิบัติการพร้อมทั้งรายละเอียดของเทคนิควิธีการและช่วงเวลาที่ใช้ดำเนินการให้ สอดคล้องและสัมพันธ์กัน

สำหรับการตรวจสอบคุณภาพ ดำเนินการโดยผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องในเบื้องต้น แล้วจึงได้นำไป ตรวจสอบความสอดคล้องของเนื้อหาโดยผ่านความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ และนำไปทดลองใช้ในพื้นที่เป้าหมาย การวิจัยเพื่อตรวจสอบการใช้สำนวนภาษา การนำเสนอเนื้อหา และการจัดกิจกรรม การใช้เวลาในการปฏิบัติ กิจกรรม เพื่อประเมินคุณภาพตามเกณฑ์การประเมินด้านอรรถประโยชน์ (Utility) ความเป็นไปได้ (Feasibility) ความเหมาะสม (Propriety) และความถูกต้อง (Accuracy)

4. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยนี้ได้ค้นพบประเด็นที่ตอบวัตถุประสงค์ดังนี้

1. ผลการศึกษาความต้องการคุณภาพชีวิตและการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิง พุทธ พบว่า ผู้สูงอายุที่เป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัยครั้งนี้ต้องการพื้นที่ให้การสนับสนุนทางสังคม สำหรับใช้เป็น แหล่งประโยชน์ในการจัดกิจกรรมสร้างความสุขที่สนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตดี โดยต้องการปรับปรุงสภาพ ภูมิทัศน์ของวัดสามัคคีพัฒนารามให้มีสภาพที่เหมาะสมแก่การจัดกิจกรรม “การส่งเสริมสุขภาพดีวิถีพุทธ” เช่น กิจกรรมเนื่องในโอกาสวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา กิจกรรมสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ กิจกรรมการปลูกผัก ปลอดสารพิษเพื่อสุขภาพและเสริมรายได้ เป็นต้น

ดังนั้น ผู้วิจัยและกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนจึงได้ขอความอนุเคราะห์จากเจ้าคณะอำเภอนาดี พร้อมด้วย พระสงฆ์ในสังกัดวัดสามัคคีพัฒนาราม และได้ประสานความร่วมมือกับผู้อำนวยการโรงพยาบาลนาดี อำเภอนาดี จังหวัดปราจีนบุรี เพื่อเสนอข้อสรุปความต้องการและแนวทางสนับสนุนการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ ขอรับการสนับสนุนเชิงนโยบายในการดำเนินกิจกรรม “การส่งเสริมสุขภาพดีวิถีพุทธ” ตามนโยบายหน่วยอบรม

⁹ Stufflebeam Daniel, L., **The CIPP Model for evaluation**, In an International Seminar on New Directions in Educational Research, Measurement and Evaluation: The 16th Thailand educational research, measurement and evaluation get-together the 41st anniversary Faculty of Education, Naresuan University,(Phitsanulok: Faculty of Education Naresuan Uniserity. 2008), p.21

ประชาชนประจำตำบล (อปต.) ของมหาเถรสมาคม พ.ศ. 2546 โดยขออนุญาตพัฒนาพื้นที่บางส่วนของวัดสามัคคีพัฒนารามให้มีสภาพภูมิทัศน์ที่เหมาะสมแก่การจัดกิจกรรมภายใต้โครงการ “วัดส่งเสริมสุขภาพดีวิถีพุทธ” พร้อมทั้งให้ช้คำถามถึงเป้าหมายโครงการและผลลัพธ์ที่ผู้สูงอายุในชุมชนจะได้รับ เพื่อให้ทุกฝ่ายตอบคำถามในใจได้ว่าทำไมจะต้องมาร่วมมือกัน

2. การวิเคราะห์ห้วงศักราชและพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ สรุปดังนี้

2.1 การวิเคราะห์เนื้อหาความรู้ พบว่า มีลักษณะเป็นองค์ความรู้เชิงบูรณาการที่ใช้สร้างกระบวนการกลุ่มปฏิสัมพันธ์แบบมีส่วนร่วมเชิงพุทธ โดยมุ่งเน้นการกระตุ้นและสนับสนุนพลังความสามารถของปัจเจกบุคคลในการคิดที่ถูกต้อง มีระเบียบ และมีเหตุผล ตามหลักโยนิโสมนสิการ และเทคนิควิธีการวิเคราะห์ความต้องการคุณภาพชีวิตอันพึงประสงค์ของผู้สูงอายুর่วมกับกลุ่มกัลยาณมิตร

2.2 การพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธ พบว่า มีลักษณะเป็นกระบวนการกลุ่มปฏิสัมพันธ์เชิงบวกที่ใช้พัฒนาปัญญาสะสม (Collective intelligence) โดยให้ความสำคัญต่อการเปิดพื้นที่สนับสนุนให้ผู้สูงอายุในฐานะปัจเจกบุคคลได้มีโอกาสร่วมแลกเปลี่ยนโลกทัศน์ของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีร่วมกับกลุ่มกัลยาณมิตร พร้อมทั้งกำหนดแผนปฏิบัติการและรายละเอียดของเทคนิควิธีดำเนินการและช่วงเวลาที่ใช้ปฏิบัติการให้สอดคล้องและสัมพันธ์กัน สำหรับการวัดและประเมินผลใช้เกณฑ์มาตรฐานอภิมานในด้านอรรถประโยชน์ ความเป็นไปได้ ความเหมาะสม และความถูกต้อง

5. สรุป

ผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้ได้รูปแบบการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตโดยการมีส่วนร่วมเชิงพุทธที่เป็นชุดความรู้ซึ่งประกอบด้วยแผนปฏิบัติการและเทคนิควิธีการสำหรับใช้จัดการความรู้ด้วยกระบวนการกลุ่มปฏิสัมพันธ์เชิงบวกที่มุ่งเน้นการมีส่วนร่วมและการสนับสนุนพลังความสามารถผู้สูงอายุในฐานะปัจเจกบุคคลให้ร่วมกับกลุ่มกัลยาณมิตรผู้มีประสบการณ์และทักษะชีวิตที่แตกต่างกัน เพื่อตั้งข้อสังเกตและค้นหาคุณภาพชีวิตอันพึงประสงค์ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้เหมาะสมกับบริบทของสังคมผู้สูงอายุ



เอกสารอ้างอิง

ปานบตี เอกะจัมปา และนิธิศ วัฒนมะมะโน. **การสาธารณสุขไทย**. นนทบุรี : โรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก, 2548–2550.

พระครูใบฎีกาโสภณ กิจจสาริ (จันทร์เพ็ญ). “การประยุกต์หลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนาใช้ในชีวิตประจำวันของกลุ่มผู้สูงอายุ ในเขตตำบลบ้านหว้า อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.

พระธรรมปิฎก (ปอ.ปยุตฺโต). **ทุกข์สำหรับเห็นแต่สุขสำหรับเป็น (แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา)**. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสาร จำกัด, 2546.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. **รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย 2551**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ที่คิวพี จำกัด, 2551.

วิวัฒน์ มีสุวรรณ, “ปัญญาสะสมกับสุนทรียสนทนาแบบเวสต์ คาเฟ่”. **วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร**. ปีที่ 17 ฉบับที่ 1 (มกราคม – มีนาคม 2558): 162–168.

Cooperrider, D. L., Whitney, D., & Stavros, J. M. **Appreciative Inquiry handbook**. Bedford Heights. OH: Lakeshore Publishers, 2003.

Horton, A. and Zacharakis–Junz, J. **Empowering the Poor: Participatory Research as Educational Tool**. paper presented at the Annual Meeting of the American Associate for Adult and Continuing Education: Washington DC. (ERIC Document ED 287978), October. 1987.

Jitapunkul, S. & Bunnag, S. **Ageing in Thailand 1987**. Bangkok : Thai Society of Gerontology and Geriatric Medicine, 1988.

Stufflebeam Daniel, L. **The CIPP Model for evaluation**. In an International Seminar on New Directions in Educational Research, Measurement and Evaluation: The 16th Thailand educational research, measurement and evaluation get-together the 41st anniversary Faculty of Education. Naresuan University. Phitsanulok: Faculty of Education Naresuan University, 2008.

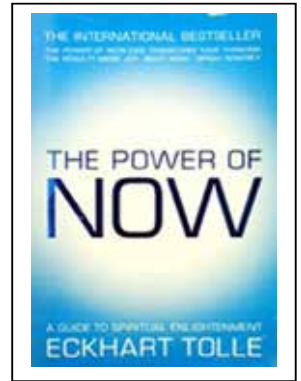


วิจารณ์หนังสือ

Power of Now: A Guide to Spiritual Enlightenment

แต่งโดย Eckhart Tolle

ดร.ชัยชาญ ศรีทานุ



หนังสือเล่มนี้มีเป้าหมายเพื่อนำเสนอวิธีการดำเนินชีวิตโดยวิธีวิธีการลดทอนความเครียด ซึ่งเป็นหลักสำคัญในการดำรงสติ ณ ขณะปัจจุบัน และไม่ทำจิตให้ติดอยู่กับความคิดถึงอดีตและชีวิตในอนาคต ได้มีการพิมพ์ครั้งแรกในปี 1997 ต่อมาพิมพ์ที่เมืองแวนคูเวอร์ ประเทศอเมริกาและมียอดจำหน่ายมากที่สุดตามบัญชีของนิตยสารไทม์มากกว่า 30 ล้านเล่ม จนได้มีการพิมพ์เผยแพร่และแปลเป็นภาษาต่างประเทศถึง 33 ภาษาทั่วโลก และเป็นที่กล่าวถึงอย่างมากทั้งดารา นักแสดง พิธีกรที่มีชื่อเสียงของโลก เช่น Oprah Winfrey, Meg Ryan ได้ยกย่องหนังสือเล่มนี้ว่าเป็นคำสอนที่เป็นประโยชน์มากสำหรับการดำเนินชีวิตให้มีความสุขมากในปัจจุบัน แม้ว่านักวิจารณ์หนังสือบางสำนักกล่าวถึงวิธีการเขียนหนังสือไม่ได้โดดเด่นมากนัก แต่เนื้อหาถือว่าดีเยี่ยม หนังสือ The Independent กล่าวว่า หนังสือเล่มนี้ไม่ได้มีอะไรใหม่มากนักแต่เป็นยุคใหม่ของการนำหลักคำสอนแบบเซนมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะกับยุคสมัย

Eckhart Tolle มีเชื้อสายเยอรมันอาศัยที่ประเทศแคนาดา ถือว่าเป็นนักเขียนที่มีอิทธิพลด้านจิตของโลก แต่เขาไม่ได้สังกัดกลุ่มแนวคิด หรือศาสนาใด เขาได้รับอิทธิพลและพยายามผสมผสานหลักคำสอน แนวคิดด้านจิตวิญญาณจากทุกศาสนาทั่วโลก เขาได้เล่าเรื่องการมีประสบการณ์กับความเปลี่ยนแปลงด้านจิตอย่างลึกซึ้งซึ่งมาก่อนที่จะกลายมาเป็นครูด้านจิตวิญญาณ จากนั้นก็ได้เริ่มให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาและคนทั่วไปที่เขาพบปะสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดและหลักการดำเนินชีวิตโดยเน้นการย้ำเรื่องการดำเนินชีวิตตามวิถีแห่งจิตวิญญาณซึ่งเหนือกาลเวลา ซึ่งเป็นสาระสำคัญของทุกศาสนาในโลก สาเหตุหลักที่ทำให้คนเราดำเนินชีวิตปราศจากความสุขไม่ใช่เป็นเพราะหรือมีสาเหตุมาจากเหตุการณ์หรืออิทธิพลภายนอกใด ๆ แต่เกิดจากความคิดเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ เท่านั้น หลักแนวคิดสำคัญคือการเปลี่ยนผ่านของจิต คือการตื่นรู้ซึ่งเป็นพัฒนาการขั้นต่อไปของมนุษย์ จะทำให้ความขัดแย้ง สงครามสิ้นสุดลงได้และทำให้ปัจเจกชนมีความสุขอย่างแท้จริง จะเห็นได้ว่าแนวคิดหลักเหล่านี้ได้รับอิทธิพลของพระพุทธศาสนานิกายเซน ซูฟี ฮินดูและไบเบิล วิลเลียม บลูม กล่าวว่า Tolle ได้สังเคราะห์หลักคำสอนด้านจิตวิญญาณของนักปราชญ์ตะวันออก และนำมาผสมอย่างลงตัวกับวัฒนธรรมตะวันตก

หนังสือได้อธิบายถึงความหลากหลายด้านการพัฒนาจิตวิญญาณแบบตะวันออกเพื่อนำมาอธิบายให้เกิดความเข้าใจเรื่อง *การดำเนินชีวิต ณ ขณะปัจจุบัน* ประเด็นปัญหาคือว่า ปัญหาด้านอารมณ์ของคนทั่วไป เกิดมาจากการสร้างตัวตนกับจิตของตนเอง ดังนั้นแต่ละคนควรมีสติสัมปชัญญะอยู่กับขณะปัจจุบัน แทนที่จะหลงลืมตนเองจนเกิดความวิตกกังวลและความวุ่นวายกับอดีตและอนาคต หนังสือมีเนื้อหาประกอบด้วย เรื่องตัวเราไม่ใช่ความคิดของเรา การมีสติคือวิถีออกจากทุกข์ การมุ่งตรงต่อขณะปัจจุบัน วิธีการที่จิตหลีกเลี่ยงขณะปัจจุบัน ภาวะของสิ่งปรากฏ ภายในภาวะสัมพันธ์เชิงหยั่งรู้ เหนือความสุขและความทุกข์ สันติ และ ความหมายของการยอมรับ บทต่าง ๆ เน้นหลักปรัชญาของการทำลายภาวะความคิดเชิงลบและการยึดติดอัตตาที่จะอยู่เหนือกายิกทุกข์ หลักการดังกล่าวมุ่งตรงไปที่การแนะนำให้ปฏิบัติธรรมด้วยสติปัญญา การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องคือการดำรงอยู่ ขณะปัจจุบัน โดยไม่ตกไปคิดเรื่องอดีตและอนาคตซึ่งถูกสร้างขึ้นมาจากความคิดนั้นเอง ความคิดว่าตนเองกำลังควบคุมชีวิตของตนเองคือความหลงซึ่งนำมาแต่ความทุกข์ นอกจากนั้นยังได้กล่าวถึงวิธีการผ่อนคลายและการทำสมาธิเพื่อให้จิตสงบนิ่งกับขณะ ปัจจุบัน คำแนะนำประกอบด้วย การใช้ชีวิตอย่างช้า ๆ โดยหลีกเลี่ยงการเสพอารมณ์ต่าง ๆ เช่น สื่อสาร สื่อสังคม ใช้ชีวิตกับธรรมชาติ และปล่อยวางความคิดวิตกกังวลเกี่ยวกับอนาคต เนื้อหาหลักจึงเป็นเรื่องของตัวความคิดยึดติดอัตตาผลของการคิดเชิงลบที่มีผลต่อการดำรงชีวิต

เนื้อหาของหนังสือแบ่งออกเป็น 10 บทคือ บทนำ Tolle ได้เล่าประสบการณ์ด้านจิตที่เกิดขึ้นกับตนเองทั้งด้านความเครียดวิตกกังวลที่ตนเองประสบมาเป็นเวลายาวนานจนต้องทนทุกข์ทรมาน จากนั้นเมื่อเขาอายุได้ 29 ปี ได้เกิดความเข้าใจเฉพาะตน ว่า เขาได้ยินคำที่กล่าวถึงภาวะไม่มีอะไรซึ่งราวกับว่าเกิดจากอกของตน คือเขาได้ประสบกับภาวะสูญญตาจนกระทั่งเกิดภาวะอยู่เหนือความหวาดกลัวใด ๆ ทั้งสิ้น

บทที่ 2 ว่าด้วย จิต ซึ่งเป็นกระบวนการดับทุกข์ บทนี้ได้นำผู้อ่านให้เข้าใจและวิเคราะห์ความยึดติดอัตตาของแต่ละคน ซึ่งปราศจากความคิดว่ามีตัวตนซึ่งนำไปสู่การยืนยันหรือการทำลายตัวตน และยังได้กล่าวถึงความไร้เป้าหมายของความเจ็บปวดทางใจและความเกลียดกลัวซึ่งทุกคนได้พยายามกอดรัดไว้อย่างเหนียวแน่นอย่างไม่ยอมปล่อยวาง ความทุกข์ทางกายประกอบด้วยพลังชีวิตที่กระจายออกจากสนามพลังทั้งหมดและกลายเป็นภาวะของตนชั่วขณะ โดยผ่านกระบวนการของการเป็นตัวเองกับความคิดซึ่งขัดกับธรรมชาติ ธรรมชาติของความทุกข์สามารถดำเนินต่อไปได้ด้วยความทุกข์เท่านั้น คือเมื่อยังมีความคิดว่าตนเป็นทุกข์ ความทุกข์ก็จะยิ่งเพิ่มมากขึ้น ความทุกข์จะไม่เกิดขึ้นเมื่อมีความปิติสุขอยู่ คนทั่วไปจึงถูกขังด้วยความทุกข์ทรมานในความคิดซึ่งโง่เขลาและทำร้ายเขาอยู่

ตลอดเวลาจนทำให้พลังชีวิตถูกปล่อยทิ้งไปอย่างไร้ประโยชน์ นี่คือสาเหตุของความเจ็บปวดและภาวะไร้สุขที่เจียบงันซึ่งคอยทำร้ายคนเราในรูปของความคิด

บทที่ 3 ว่าด้วยการมุ่งตรงสู่ภาวะ ขณะปัจจุบัน กล่าวถึงสภาพของจิตที่อยู่ภาวะปุถุชน หรือการยึดติดกับความคิดหรือภาวะที่ยังไม่หยั่งรู้ กำลังและศักยภาพเชิงสร้างสรรค์ซึ่งดำรงอยู่ใน ขณะปัจจุบัน ถูกปิดบังด้วยเวลาทางจิตวิทยา การตกอยู่ในภาวะดังกล่าวทำให้ไม่สามารถรู้จักตนเองด้วยการย้อนกับคิดถึงตัวตนในอดีตหรือการสร้างตนเองเพื่อความสืบต่อในอนาคต คนเราสามารถจะค้นพบตนเองที่แท้จริงได้โดยการดำรงอยู่ ณ ขณะปัจจุบันเท่านั้น ชีวิตคือ ขณะปัจจุบัน เมื่อดำรงอยู่ ณ ขณะปัจจุบันความคิดเรื่องเวลาที่จะหายไปไม่ว่าจะเป็นตัวตนในอดีตและตัวตนในอนาคต

บทที่ 4 ยุทธวิธีการเลี้ยงขณะปัจจุบันของจิต การเกิดขึ้นของเรื่องในอนาคตไม่ใช่ตัวปัญหา แต่เป็นความหลงที่เปลี่ยนแปลงเพียงเหตุการณ์ ภาวะการณ์และอารมณ์ ให้เข้าสู่ภาวะทุกข์และความไร้สุข ซึ่งเรียกว่า ภาวะกำลังรอภาวะจิตที่รีบออกจากตัวเอง สิ่งที่เป็นตัวของเราเองไม่ว่าจะอยู่ไหนเราก็อยู่ที่นั่น ซึ่งอดีตไม่อยู่ในภาวะปัจจุบัน

บทที่ 5 ภาวะของการมีอยู่ของปัจจุบัน กล่าวถึงความมีอยู่ที่แท้จริงของปัจจุบันไม่ใช่ความคิด เมื่อจิตพบความสงบนิ่งในภาวะรอ สิ่งที่จะเกิดตามมาคือการรู้แจ้งจิตเดิมแท้ที่บริสุทธิ์ ซึ่งในคริสต์ศาสนาเรียกว่า ความเป็นจริงของการปรากฏการณ์เชิงทิพย์

บทที่ 6 ภายใน คือภาวะที่เป็นตัวตนที่แท้จริงส่วนในลึกสุด ซึ่งอยู่เหนือถ้อยคำทั้งปวง ภาวะนี้ไม่มีใครปฏิเสธได้ ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ด้วยการปล่อยวาง ผ่านการฝึกจิตให้รู้ภาวะปัจจุบันเช่นการรู้ลมหายใจ การฝึกหัดจิตต่อการฟังสิ่งที่จิตคิดและรู้สิ่งต่าง ๆ เพื่อให้จิตรู้ตัวเองที่ทำให้เกิดภาวะความเป็นหนึ่งตลอดเวลา

บทที่ 7 ประตูลู่ภาวะหนึ่งเดียว กล่าวถึงการเข้าสู่ภายใน ซึ่งเป็นเรื่องของพลัง ภาวะการหลับสนิทไม่ฝัน ความเจียบสงบ ความเป็นจริงของเทศะและเวลา ความตายแบบรู้ตัว

บทที่ 8 ภาวะสัมพันธ์แบบหยั่งรู้ คือการเข้าสู่ภาวะปัจจุบัน ความสัมพันธ์ของความรัก/เกลียด เหตุผลที่ผู้หญิงอยู่ใกล้ต่อการหยั่งรู้

บทที่ 9 การอยู่เหนือความสุขและทุกข์ กล่าวถึงภาวะจิตดีที่สูงอยู่เหนือความดีและชั่ว ที่สุดของชีวิตขัดแย้งและภาพของการดำเนินชีวิต ความไม่เที่ยงและสังสารวัฏฏ์ ความรักเมตตาที่จะเกิดเมื่อจิตอยู่เหนือความดี/ชั่ว

บทที่ 10 ความหมายของการยอมรับภาวะปัจจุบันขณะ โดยการปล่อยวาง ซึ่งจะนำไปสู่การหยั่งรู้ความเป็นจริงซึ่งจะนำไปสู่การดำรงอยู่อย่างสงบ และจบลงด้วยอำนาจของการเลือกดำรงชีวิตสมบูรณ์

จะเห็นได้ว่าลักษณะแนวคิดของ Tolle ได้รับการต้อนรับทั้งหลักการศาสนาตะวันตกและตะวันออก ซึ่งเน้นเรื่องปัญหาของมนุษย์เราเองอยู่ในจิตของแต่ละคนซึ่งเกิดจากความหลงเข้าใจผิดว่าความคิดเป็นตนเอง การเดินทางออกจากภาวะหลงดังกล่าวก็คือการดำรงอยู่ขณะปัจจุบัน ซึ่งทำให้จิตรู้ตัวเองท่ามกลางความหลากหลายและเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม ขณะปัจจุบันนี้เท่านั้นเป็นสิ่งที่จะนำพาให้พบตัวตนแท้จริงซึ่งอยู่เหนือร่างกาย อารมณ์หรือความคิดต่าง ๆ หลักแนวคิดดังกล่าวเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความเข้าใจและมองเห็นประตูออกจากความหลงซึ่งเป็นสภาพที่คนเราดำเนินชีวิตอยู่ทุกคนจนทำให้เกิดปัญหา แต่ภาวะการรู้และเข้าใจอย่างแจ่มชัดภาวะปัจจุบันต้องมีการฝึกอบรม การปฏิบัติหรือวิถีดำเนินชีวิตที่ถูกต้องชัดเจน ไม่ใช่เพียงแค่การคิดรู้อะไรเท่านั้น ประสบการณ์ที่เกิดจากรู้เข้าใจจึงต้องอาศัยจิตที่เป็นกุศลและเข้าใจความไม่เที่ยงของอารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบจิต การนิยามจิตว่าเป็นตัวตนอีกที่บริสุทธิ์เกิดจากการการคิดต้องการกระตุ้นให้แต่ละคนดิ้นรนให้ตนเองได้ตัวตนแท้จริงนั้นก็จัดเป็นความคิดและยึดถือตัวตนซ้อนตัวตนนั่นเอง นี่อาจเป็นข้อบกพร่องของข้อจำกัดในการเขียนหนังสือเพื่อเพิ่มความสนใจหรือสนองความต้องการของคนทั่วไป ความคิดเรื่องจิตบริสุทธิ์เป็นสิ่งเฉพาะตน ควรยืนยันภาวะความเป็นจริงเท่านั้นเพื่อนำไปใช้ที่ภาวะการรู้แจ้งความเป็นจริงของสรรพสิ่งเชิงปรมาตม์ การดำเนินชีวิตตามมรรควิถีที่มีความงามเบื้องต้น ท่ามกลางและเบื้องปลายเป็นสิ่งจำเป็นและเป็นธรรมชาติอย่างเสรีก็จะสร้างสรรค์วิถีที่ถูกต้องแก่สังคมและปัจเจกชน

ส่วนด้านกลวิธีในการนำเสนอ Tolle ใช้วิธีการการถาม-ตอบ ซึ่งชวนให้ผู้อ่านได้คิดถามเพื่อนำไปสู่จุดประสงค์ในการนำเสนอเนื้อหาของตนเองซึ่งเป็นวิธีการคล้ายการถาม-ตอบที่นักปรัชญาทั่วไปมักใช้กันเพื่อชักชวนให้คนทั่วไปตั้งคำถามโดยอัตโนมัติ จากนั้นจึงนำไปสู่การทำทำความเข้าใจภาวะของ ปัจจุบันขณะอย่างชัดแจ้ง นอกจากนั้นก็นำหลักคำสอนของศาสนาต่าง ๆ มาสนับสนุนเพื่อให้เกิดความเชื่อมโยงซึ่งนำไปสู่การตีความใหม่ของหลักคำสอนเดิมที่แต่ละคนซึ่งต้องการและมองหาทางออกที่สมบูรณ์ที่สุดอย่างสมเหตุสมผล

คำแนะนำ

กองบรรณาธิการได้กำหนดระเบียบการส่งต้นฉบับไว้ให้ผู้เขียนยึดเป็นแนวทางในการส่งต้นฉบับสำหรับการตีพิมพ์ลงวารสาร มจร บาฬีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์ และกองบรรณาธิการสามารถตรวจสอบต้นฉบับก่อนการตีพิมพ์ เพื่อให้วารสารมีคุณภาพสามารถนำไปใช้อ้างอิงได้

1. การเตรียมต้นฉบับ มีรายละเอียดดังนี้

1.1 **ขนาดของต้นฉบับ** พิมพ์หน้าเดียวบนกระดาษสันขนาดเอ 4 โดยเว้นระยะห่างระหว่างขอบกระดาษด้านบนและซ้ายมือ 3.17 เซนติเมตร ด้านล่างและขวามือ 2.54 เซนติเมตร

1.2 **รูปแบบอักษรและการจัดวางตำแหน่ง** ใช้รูปแบบอักษร TH Niramit AS พิมพ์ด้วยโปรแกรมไมโครซอฟท์เวิร์ด โดยใช้ขนาด ชนิดของตัวอักษร รวมทั้งการจัดวางตำแหน่งดังนี้

1.2.1 **ขนาดกระดาษ** ประกอบด้วย

1) ชื่อเรื่องต้นฉบับของผู้เขียน ขนาด 16 ชนิดตัวธรรมดา ตำแหน่งชิดขอบกระดาษด้านซ้าย

2) เลขหน้า ขนาด 14 ชนิดตัวธรรมดา ตำแหน่งชิดขอบกระดาษด้านขวา

1.2.2 **ชื่อเรื่อง** (ภาษาไทย) ขนาด 20 ชนิดตัวหนา ตำแหน่งกึ่งกลางหน้ากระดาษ

1.2.3 **ชื่อเรื่อง** (ภาษาอังกฤษ) ขนาด 20 ชนิดตัวหนา ตำแหน่งกึ่งกลางหน้ากระดาษ

1.2.4 **ชื่อผู้เขียน** ขนาด 14 ชนิดตัวหนา ตำแหน่งชิดขอบกระดาษด้านขวา ได้ชื่อเรื่อง (ในกรณีที่ไม่มีอาจารย์ที่ปรึกษาให้ลงชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาด้วย)

1.2.5 **ที่อยู่หรือหน่วยงานสังกัดของผู้เขียน** ขนาด 14 ชนิดตัวหนา ตำแหน่งชิดขอบกระดาษด้านขวา ได้ชื่อผู้เขียน

1.2.6 **หัวข้อของบทความย่อไทย/อังกฤษ** ขนาด 18 ชนิดตัวหนา ตำแหน่งกึ่งกลางหน้ากระดาษ ได้ที่อยู่/หน่วยงานสังกัดของผู้เขียน

1.2.7 **เนื้อหาบทคัดย่อภาษาไทย/ภาษาอังกฤษ** ขนาด 16 ชนิดตัวธรรมดา จัดพิมพ์เป็น 1 คอลัมน์ บรรทัดแรกเว้น 1 แท็บ (Tab) จากขอบกระดาษด้านซ้าย และพิมพ์ให้ชิดขอบทั้งสองด้าน

1.2.8 **หัวข้อของคำสำคัญ ภาษาไทย** ขนาด 18 ชนิดตัวหนา ตำแหน่งชิดซ้ายหน้ากระดาษ ได้บทคัดย่อภาษาไทย

1.2.9 **หัวข้อของคำสำคัญภาษาอังกฤษ** ขนาด 18 ชนิดตัวหนา ตำแหน่งชิดซ้ายหน้ากระดาษ ได้บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

1.2.10 **หัวข้อเรื่อง** ขนาด 18 ชนิดตัวหนา ตำแหน่งชิดขอบกระดาษด้านซ้าย

1.2.11 **หัวข้อย่อ** ขนาด 16 ชนิดตัวหน้า ระบุหมายเลขหน้าหัวข้อย่อโดยเรียงตามลำดับหมายเลขตำแหน่งเว้น 1 Tab จากขอบกระดาษด้านซ้าย

1.2.12 **เนื้อหา** ขนาด 16 ชนิดตัวธรรมดา จัดพิมพ์เป็น 1 คอลัมน์ และพิมพ์ให้ชิดขอบทั้งสองด้าน

1.3 **จำนวนหน้าต้นฉบับ** ควรมีความยาวประมาณ 8-10 หน้า

2. การเรียงลำดับเนื้อหาต้นฉบับ

เนื้อหาภาษาไทยที่มีคำศัพท์ภาษาอังกฤษ ควรแปลเป็นภาษาไทยให้มากที่สุด (ในกรณีที่คำศัพท์ภาษาอังกฤษเป็นคำเฉพาะที่แปลไม่ได้ หรือแปลแล้วไม่ได้ความหมายชัดเจนให้ทับศัพท์ได้) และควรใช้ภาษาที่ผู้อ่านเข้าใจง่าย ชัดเจน หากใช้คำย่อต้องเขียนคำเต็มไว้ครั้งแรกก่อนเนื้อหาต้องเรียงลำดับดังนี้

2.1 **ชื่อเรื่อง** (title of the article) ควรสั้น และกะทัดรัด ความยาวไม่ควรเกิน 100 ตัวอักษร ชื่อเรื่องต้องมีทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ โดยให้นำชื่อเรื่องภาษาไทยขึ้นก่อน

2.2 **ชื่อผู้เขียน** เป็นภาษาไทย และระบุตำแหน่งทางวิชาการ (ถ้ามี)

2.3 **ที่อยู่** ระบุชื่อหน่วยงาน หรือสถาบัน

2.4 **บทคัดย่อ** (Abstract) เขียนทั้งภาษาไทย และภาษาอังกฤษ เขียนสรุปสาระสำคัญของเรื่องอ่านและเข้าใจง่าย ความยาวไม่ควรเกิน 300 คำ โดยให้นำบทคัดย่อภาษาไทยขึ้นก่อน บทคัดย่อภาษาอังกฤษ (Abstract) ซึ่งแปลจากบทคัดย่อภาษาไทยเป็นภาษาอังกฤษต้องมีเนื้อหาตรงกัน ใช้อักษรตัวตรง

2.5 **บทนำ** (Introduction) เป็นส่วนกล่าวนำโดยอาศัยการปริทรรศน์ (review) ข้อมูลจากรายงานวิจัย ความรู้ และหลักฐานต่าง ๆ จากหนังสือหรือวารสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ศึกษา และกล่าวถึงเหตุผลหรือความสำคัญของปัญหาในการศึกษาคั้งนี้ สมมติฐานของการศึกษา ตลอดจนวัตถุประสงค์ของการศึกษาให้ชัดเจน เป็นส่วนของเนื้อหาที่บอกเหตุผลนำไปสู่การศึกษางานวิชาการหรืองานวิจัย และควรอ้างอิงงานวิชาการหรืองานวิจัยอื่นที่เกี่ยวข้องประกอบ

2.6 **วัตถุประสงค์** (Objective) ให้ชี้แจงถึงจุดมุ่งหมายของการศึกษา

2.7 **วิธีการศึกษา** (methods) ต้นฉบับด้านศาสนา และปรัชญา รวมถึงพระพุทธศาสนาที่บูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ ควรอธิบายรายละเอียดของวิธีการศึกษาประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา และวิธีการศึกษาที่ใช้ในการวิจัยให้ละเอียดพอที่ผู้อ่านสามารถทำการศึกษาซ้ำได้ รวมทั้งสถิติที่นำมาวิเคราะห์ข้อมูล

2.8 **ผลการศึกษา** (Results) เป็นการเสนอสิ่งที่ได้จากการวิจัยเป็นลำดับอาจแสดงด้วยตาราง กราฟ แผนภาพประกอบการอธิบาย ทั้งนี้ถ้าแสดงด้วยตาราง ควรเป็นตารางแบบไม่มีเส้น ขอบตาราง

ด้านซ้ายและขวา หัวตารางแบบธรรมดา ไม่มีสี ตารางควรมีเฉพาะที่จำเป็น ไม่ควรมีเกิน 5 ตาราง สำหรับรูปภาพประกอบควรเป็นรูปภาพขาว-ดำ ที่ชัดเจนและมีคำบรรยายใต้รูป กรณีที่จำเป็นอาจใช้ภาพสีได้ และภาพประกอบ(Figure) และตาราง(Table) ควรมีเท่าที่จำเป็น โดยพิมพ์หน้าละ 1 ภาพ หรือ 1 ตาราง สำหรับคำบรรยายภาพและตารางให้พิมพ์ใต้ภาพหรือตาราง

2.9 สรุปผล (Conclusion) และข้อเสนอแนะ (Conclusion) เป็นการสรุปผลที่ได้จากการวิจัย ควรมีการอธิบายผลการวิจัยว่าเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ หรือไม่เพียงใด และควรอ้างทฤษฎีหรือเปรียบเทียบการทดลองของผู้อื่นที่เกี่ยวข้องประกอบ เพื่อให้ผู้อ่านเห็นด้วยตามหลักการ หรือคัดค้านทฤษฎีที่มีอยู่เดิม รวมทั้งแสดงให้เห็นถึงการนำไปใช้ประโยชน์ และการให้ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต หรือ

วิจารณ์ (Discussion) เป็นการอธิบายผลจากข้อมูลที่ได้มาจากการวิเคราะห์ของผู้นิพนธ์ นำมาเปรียบเทียบกับผลการทดลองของผู้อื่น เพื่อให้มีความเข้าใจหรือเกิดความรู้ใหม่ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนั้น รวมทั้งข้อดี ข้อเสียของวิธีการศึกษา เสนอแนะความคิดเห็นใหม่ ๆ ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ เพื่อเป็นแนวทางที่จะนำไปประยุกต์ให้เกิดประโยชน์ด้วย

2.10 กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement) เป็นการแสดงความขอบคุณแก่ผู้ช่วยเหลือให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เพียงสั้นๆ (อาจมี หรือไม่มีก็ได้)

2.11 เอกสารอ้างอิง (References) เป็นการอ้างอิงเอกสารในเนื้อหาให้ใช้ระบบตามที่มหาวิทยาลัยกำหนด และแนวทางการอ้างอิงแนวการเขียนตำราของมหาวิทยาลัย และการอ้างอิงคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาให้ใช้ตามที่มหาวิทยาลัยกำหนด โดยใช้รูปแบบการอ้างอิงตามมาตรฐานของคู่มือการทำวิทยานิพนธ์ของบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สามารถสืบค้นได้จาก <http://www.mcu.ac.th/site/provide>

3. ประเภทของบทความที่ลงตีพิมพ์ในวารสาร

วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตีพิมพ์บทความประเภทต่าง ๆ ดังนี้

1. บทความพิเศษ บทความทางวิชาการพิเศษ ที่เสนอเนื้อหาความรู้วิชาการอย่างเข้มข้น และผ่านการอ่านและพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาวิชานั้นๆ มีกลุ่มเป้าหมายเป็นนักวิชาการในวงการวิชาการ/วิชาชีพ

2. บทความทางวิชาการ ที่เสนอเนื้อหาความรู้ วิชาการไม่เข้มข้นนัก เน้นกลุ่มเป้าหมายที่เป็นประชาชนทั่วไป

3. บทความวิจัย (Research article) ได้แก่ รายงานผลงานวิจัยใหม่ที่เป็นประโยชน์ ซึ่งไม่เคยตีพิมพ์ในวารสารใด ๆ มาก่อน

4. บทความปริทรรศน์ (Review article) เป็นบทความที่รวบรวมความรู้จากตำรา หนังสือ และวารสารใหม่ หรือจากผลงานและประสบการณ์ของผู้นิพนธ์มาเรียบเรียงขึ้น โดยมีการวิเคราะห์ วิจัยเปรียบเทียบกัน

5. ปกิณกะ (Miscellany) ได้แก่ บทความทบทวนความรู้ เรื่องแปล ย่อความจากวารสาร ต่างประเทศ การแสดงความคิดเห็น วิจัย และแนะนำเครื่องมือใหม่ ตำราหรือหนังสือใหม่ที่น่าสนใจ หรือข่าวการประชุมทั้งระดับชาติและระดับนานาชาติ

4. การส่งต้นฉบับ

ผู้เขียนส่งต้นฉบับที่พิมพ์ตามข้อกำหนดของรูปแบบวารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิราวุฒิศาสตร์ จำนวน 2 ชุด พร้อมแผ่นดิสก์ ส่งด้วยตนเอง หรือทางไปรษณีย์ลงทะเบียนมาที่

กองบรรณาธิการวารสาร มจร ภาวศึกษาศาสตร์สุโขทัยปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตภาวศึกษาศาสตร์สุโขทัย นครปฐม 108/5 หมู่ 2 ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน จังหวัดนครปฐม 73110

กรณีที่บทความได้รับการพิจารณาให้ตีพิมพ์ บรรณาธิการจะแจ้งให้ผู้นิพนธ์ส่งบทความต้นฉบับที่แก้ไขครั้งสุดท้าย พร้อมซีดีรอม (CD ROM) ที่บรรจุเนื้อหาและข้อมูลที่มีอยู่ในบทความทั้งหมดที่ได้แก้ไขแล้ว ทั้งนี้ผู้นิพนธ์ต้องมีสำเนาเก็บไว้ด้วยเพื่อการอ้างอิง

5. การตรวจสอบบทความและพิสูจน์อักษร

ผู้นิพนธ์ควรตระหนักถึงความสำคัญในการเตรียมบทความให้ถูกต้องตามรูปแบบของบทความที่วารสารกำหนดตลอดจนตรวจสอบความถูกต้องแน่นอนรวมทั้งพิสูจน์อักษรก่อนที่จะส่งบทความนี้ให้กับบรรณาธิการ การเตรียมบทความให้ถูกต้องตามข้อกำหนดของวารสารจะทำให้การพิจารณาตีพิมพ์มีความรวดเร็วมากยิ่งขึ้น และทางกองบรรณาธิการขอสงวนสิทธิ์ที่จะไม่พิจารณาบทความจนกว่าจะได้แก้ไขให้ถูกต้องตามข้อกำหนดของวารสาร

6. การอ่านประเมินต้นฉบับ

ต้นฉบับจะได้รับการอ่านประเมิน โดยคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ (Peer Review) จากภายนอกและภายในมหาวิทยาลัย ในสาขาวิชานั้น ๆ จำนวน 2 ท่าน ต่อเรื่อง และส่งผลการอ่านประเมินคืน ผู้เขียนให้เพิ่มเติม แก้ไข หรือพิมพ์ต้นฉบับใหม่แล้วแต่กรณี

7. ลิขสิทธิ์

ต้นฉบับที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสาร มจร ภาวศึกษาศาสตร์สุโขทัยปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตภาวศึกษาศาสตร์สุโขทัย นครปฐม ถือเป็นกรรมสิทธิ์ของมหาวิทยาลัย

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ห้ามนำข้อความทั้งหมดหรือบางส่วนไปพิมพ์ซ้ำ เว้นเสีย แต่ว่าจะได้รับอนุญาตจากมหาวิทยาลัยฯ เป็นลายลักษณ์อักษร และเพื่อให้เป็นไปตามกฎหมายลิขสิทธิ์ ผู้พิมพ์ทุกท่านต้องลงลายมือชื่อในแบบฟอร์มใบมอบลิขสิทธิ์ บทความให้แก่วารสาร พร้อมกับบทความต้นฉบับที่ได้แก้ไขครั้งสุดท้าย นอกจากนี้ ผู้พิมพ์ทุกท่านต้องยืนยันว่าบทความต้นฉบับที่ส่งมาตีพิมพ์นั้น ได้ส่งมาตีพิมพ์เฉพาะในวารสารมหาจุฬาวิชาการ เพียงแห่งเดียวเท่านั้น

8. ความรับผิดชอบ

เนื้อหาต้นฉบับที่ปรากฏในวารสาร มจร บาฬศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เป็นความรับผิดชอบของผู้เขียน ทั้งนี้ ไม่รวมความผิดพลาด อันเกิดจากเทคนิคการพิมพ์

แบบฟอร์มการส่งต้นฉบับเพื่อพิจารณานำลงวารสาร มจร ภาพีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

1. ข้าพเจ้า (นาย/นาง/น.ส.).....

2. วุฒิการศึกษาชั้นสูงสุด..... ตำแหน่งวิชาการ (ถ้ามี).....

3. สถานภาพผู้เขียน

อาจารย์ในสถาบันการศึกษา (ชื่อสถาบัน).....
โปรแกรม..... คณะ.....

บุคคลทั่วไป (ชื่อหน่วยงาน)

4. ขอส่ง

ต้นฉบับ (Original Article) เรื่อง.....

5. ชื่อผู้เขียนร่วม (ถ้ามี)

6. ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้สะดวก เลขที่

แขวง/ตำบล..... เขต/อำเภอ.....

จังหวัด..... รหัสไปรษณีย์.....

โทรศัพท์..... โทรศัพท์มือถือ..... โทรสาร.....

E-mail

7. สิ่งที่ส่งมาด้วย แผ่นดิสก์ข้อมูลต้นฉบับ ชื่อแฟ้มข้อมูล.....

เอกสารพิมพ์ต้นฉบับ จำนวน 2 ชุด

ข้าพเจ้าขอรับรองว่าบทความนี้ยังไม่เคยลงตีพิมพ์ในวารสารใดมาก่อน และไม่อยู่
ระหว่างการพิจารณาของวารสารอื่น

ลงนาม.....ผู้เขียน

(.....)

วันที่...../...../.....

ลงนาม.....อาจารย์ที่ปรึกษา(ถ้ามี)

(.....)

วันที่...../...../.....

