

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์

Journal of MCU Dvavati Review

ISSN 2985 - 0967 (Print) ISSN 2985 - 0991 (Online)

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน 2566 Vol. 2 No. 1 January - June 2023





วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์

Journal of MCU Dvavati Review (JMDR)

ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน 2566

Vol.2 No.1 January - June 2023

เลขมาตรฐานสากล:

ISSN 2985-0967 (Print)

ISSN 2985-0991 (Online)

วัตถุประสงค์และขอบเขตของวารสาร:

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ (Journal of MCU Dvavati Review) มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการศึกษา ค้นคว้า และเพื่อเผยแพร่บทความวิจัย บทความวิชาการ บทความวิจารณ์หนังสือ และบทความปริทัศน์ ในสาขาที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้ สาขาศาสนาและเทววิทยา สาขาพระพุทธศาสนา สาขาปรัชญา สาขาศิลปศาสตร์ และสหวิทยาการ ด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ทุกบทความที่ตีพิมพ์เผยแพร่ได้ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิ อย่างน้อย 3 ท่าน เปิดรับบทความทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

กำหนดการเผยแพร่ ปีละ 2 ฉบับ

ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน

ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม

ประเภทของผลงานที่ตีพิมพ์ในวารสาร:

- 1) บทความวิชาการ (Academic Article)
- 2) บทความวิจัย (Research Article)
- 3) บทความวิจารณ์หนังสือ (Book Review)
- 4) บทความปริทัศน์ (Review article)
- 5) บทความอื่น ๆ ที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของวารสาร

การพิจารณาและคัดเลือกบทความ:

บทความแต่ละบทความจะได้รับพิจารณาจากคณะกรรมการกลั่นกรองบทความวารสาร (Peer Review) จำนวนไม่น้อยกว่า 3 ท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง และได้รับความเห็นชอบจากกองบรรณาธิการก่อนตีพิมพ์ โดยการพิจารณาบทความจะมีรูปแบบที่ผู้พิจารณาบทความไม่ทราบชื่อหรือข้อมูลของผู้เขียนบทความ และผู้เขียนบทความไม่ทราบชื่อผู้พิจารณาบทความ (Double - Blind Peer Review)

บทความที่ส่งมาตีพิมพ์ในวารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ จะต้องไม่เคยตีพิมพ์ หรืออยู่ระหว่างการพิจารณาของวารสารอื่น ๆ ผู้เขียนบทความจะต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขที่วารสารกำหนด

ทัศนะและความคิดเห็นที่ปรากฏในบทความวารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ถือเป็นความรับผิดชอบของผู้เขียนบทความนั้น และไม่ถือเป็นทัศนะและความรับผิดชอบของกองบรรณาธิการวารสาร

ที่ปรึกษาวารสาร

พระธรรมวัชรบัณฑิต, ศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระเทพปวรเมธี, รศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระธรรมวชิราวุฒิวัด, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระเทพวัชรจารจารย์, รศ. ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระสุวรรณเมธาภรณ์, ผศ.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระราชวัชรสารบัณฑิต, รศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระเทพเวที,รศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระโสภณวชิราภรณ์, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระสุธีรัตนบัณฑิต,รศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาสมบุรณ์ วุฒติกโร, รศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
รองศาสตราจารย์ ดร.สุรพล สุขะพรหม	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

กองบรรณาธิการ

บรรณาธิการ:

พระมหาบุญเลิศ อินทปญโญ, ศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
-------------------------------	------------------------------------

หัวหน้ากองบรรณาธิการ:

พระเจริญพงษ์ วิชัย, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
-------------------------	------------------------------------

กองบรรณาธิการ

พระครูพิพิธวรกิจงานุกร, รศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาหมขวินทร์ ปุริสุตโตโม, ผศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาประกาศิต สิริเมโธ, ผศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พระปลัดประพจน์ สุภาโต, ดร.

พระครูวินัยธรสุริยา สุริโย, ดร.

ศ.ดร.จ้านงค์ อติวัฒน์สิทธิ์

ศ.ดร.กรกช อุตตวิริยะนุภาพ

รศ.ดร.มานพ นักการเรือน

รศ.ดร.อภิเศก ปั่นสุวรรณ

รศ.ดร.อำนาจ ยอดทอง

ผศ.ดร.กังวล คัชฌิมา

ผศ.ดร.สุมาลี ลีประเสริฐ

ผศ.ดร.อุทัย สติมัน

ผศ.ดร.ไกรฤกษ์ ศีลาคม

ผศ.ดร.โยตะ ชัยวรรณกุล

ผศ.ดร.สมชาย ดำเนิน

ดร.กฤติยา ถ้ำทอง

Prof. Dr. Chai Ching Tan

Ven. Dr. Budi Utomo

Prof. Dr. Shulan Zhao

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศิลปากร

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศิลปากร

มหาวิทยาลัยมหิดล

มหาวิทยาลัยศิลปากร

มหาวิทยาลัยศิลปากร

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สมาคมนักวิจัยแห่งประเทศไทย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Rajamangala University of

Technology Rattanakosin Thailand

Samaratungga Buddhist College,

Indonesia

International Collaborations Office,

Yunnan Academy Social Sciences, China

ผู้ช่วยกองบรรณาธิการ:

พระมหาภิกขิตถิณัฐ สุภิตติเมธี

ฉัตรระวี มณีชาติย์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ฝ่ายกฎหมาย:

ผศ.ดร.ภุริวัจน์ ปุณยวุฒิปรีดา

นักกฎหมายอิสระ

ฝ่ายออกแบบปกและจัดรูปเล่ม:

นวลกัญญา ชมภูพิน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สำนักงาน:

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

เลขที่ 51 หมู่ที่ 2 ตำบลไร่ขิง อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม 73210

E-mail : charoenphong.wi@mcu.ac.th / โทร : 062-254-9416

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทบรรณาธิการ	(ก)
สารบัญ	(ง)
ผลงานที่เผยแพร่	
บทความวิจัย	
1. ประเพณีกล้วยสลาก: ประวัติศาสตร์ คุณค่า และการสร้างสรรค์วัฒนธรรมจังหวัดลำปาง โดย พระครูสังฆรักษ์ศุภณัฐ ภูริวฑฒโน	1
2. การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อเยียวยาผู้ป่วยระยะสุดท้าย โดย เขมจิรา พิทักษ์ราษฎร์	11
3. ประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรณาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ วัดไตรรัตนาราม (ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร โดย จุฑารัตน์ พวงสมบัติ, ศุภกาญจน์ วิชานาติ	21
4. การมีส่วนร่วมของประชาชนในการกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดย ชูตินันท์ มุณีสุวรรณ	30
บทความวิชาการ	
5. แนวทางเพื่อการเยียวยาผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าด้วยธรรมะ : ธรรมชาติตามแนววิถีพุทธ โดย พระปลัดมณู ฐานจาโร	40
6. ศึกษาวิเคราะห์คัมภีร์สุขาติวายุหสูตรพุทธศาสนามหายาน โดย พระบุญช่วย จิตจิตโต	50

ประเพณีก๋วยสลาก: ประวัติศาสตร์ คุณค่า และการสร้างสรรค์วัฒนธรรมจังหวัดลำปาง
KUAY SALAK FESTIVAL: HISTORY, VALUE AND CULTURAL CREATION
OF LAMPANG PROVINCE

พระครูสังฆรักษ์ศุภณัฐ ภูริวัตตโน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Phrakrusangkarak Suphanut Phuriwattano
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Supanatkumchum๗๙@gmail.com



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยเน้น การศึกษาวิเคราะห์ และตีความ ข้อมูลจากการวิจัยภาคสนามเป็นหลัก ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ประกอบการตีความ และวิเคราะห์ และการสังเกตแบบมีส่วนร่วม โดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักประกอบด้วย พระสงฆ์ นักวิชาการ ประชาชนชาวบ้าน และผู้ที่มีส่วนสำคัญในการส่งเสริมอนุรักษ์ประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง ผลการวิจัยพบว่า ประเพณีตานก๋วยสลาก คือ การทำบุญสลากภัตในล้านนาไทย สำหรับจังหวัดลำปางเรียกประเพณีทำบุญสลากภัตว่า งานทำบุญทานข้าวสลาก ตานก๋วยสลาก หรือ กินก๋วยสลาก ซึ่งได้ยึดถือปฏิบัติกันมาเป็นเวลายาวนาน ทั้งนี้เพื่ออุทิศส่วนบุญส่วนกุศลให้กับผู้ล่วงลับ ให้กับตนเองใน ภายภาคหน้า หรือให้กับเทวดา ฟาดินไป ตลอดจน เจ้ากรรมนายเวร จะนิยมเริ่มทำกันในช่วงกลางพรรษาในราวปลายเดือน สิงหาคม กันยายน ตุลาคม จากสภาพการณ์ของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง ด้านครอบครัวและเครือญาติ บริบทชุมชนในจังหวัดลำปาง เริ่มมีแนวโน้มเป็นสังคมเมืองมากขึ้น โครงสร้างของครอบครัวโครงสร้างครอบครัวเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงจากเดิม การปลูกฝังวัฒนธรรมและค่านิยมประเพณีกลับอ่อนแอลงความสัมพันธ์ลง ประกอบกับการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ และสังคมหันมาบริโภคนิยม และวัตถุนิยม จึงส่งผลกระทบต่อประเพณีตานก๋วยสลากที่มีพื้นฐานมาจากสถาบันครอบครัวและเครือญาติ ดังนั้น ประเพณีตานก๋วยสลากจึงค่อยหายไปจากชุมชนในบางพื้นที่ในจังหวัดลำปาง สำหรับการสร้างสรรค์วัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากให้มีความยั่งยืนคือการสร้างอัตลักษณ์ร่วมกันผ่านกระบวนการสร้างความรู้ ความเข้าใจผ่านประชาชน และนักท่องเที่ยวที่เข้ามาเที่ยว ให้เล็งเห็นถึงคุณค่าและความสำคัญของประเพณีตานก๋วยสลาก และสามารถสร้างอัตลักษณ์ร่วมได้โดยการถ่ายทอดวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากลงสู่ชุมชน และวัดต่างๆ ในพื้นที่จังหวัดลำปาง

คำสำคัญ : ประเพณีก๋วยสลาก, ประวัติศาสตร์, คุณค่า, การสร้างสรรค์วัฒนธรรม

Abstract

This research paper is qualitative research with an emphasis on analytical study and mainly interpret data from field research. Study the information from the document. And various researches, including interpretation and analysis, and participatory observation. By collecting data from a group of key informants consisting of monks, academics, village philosophers and those who play an important role in promoting and conserving the Tan Kuay Salak tradition in Lampang Province The results showed that:

The tradition of Tan Kuay Lottery is a merit-making ceremony in Lanna Thai. For Lampang province, the tradition of making merit in the lottery is called. A merit-making event, eating lottery tickets, Tan Kuay Lottery, or eating noodles, which has been practiced for a long time. This is to dedicate the merit to the deceased. For themselves in the future or to the gods, heavens and the earth, as well as the lord It is popular to start doing it in the middle of the Buddhist Lent around the end of August, September, October.

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

From the situation of cultural change and tradition of Tan Kuay Salak in Lampang Province Family and kinship Community Context in Lampang Province began to tend to be more urban society Family structure, family structure began to change from the original. The instillation of culture and traditions has weakened the relationship. Coupled with economic changes and society turned to consumerism and popular raw materials Thus affecting the tradition of Tan Kuay Salak, which is based on family and kinship institutions. Therefore, the tradition of Tan Kuay Salak has gradually disappeared from communities in some areas in Lampang Province. For the creation of a sustainable Tan Kuay Slak culture is to create a common identity through the process of creating knowledge. Understanding through the people and tourists who come to visit to realize the value and importance of the Tan Kuay lott tradition and can create a common identity by transferring the culture and traditions of Tan Kuay Salak into communities and temples in Lampang Province.

Keywords: Kuay salak festival, History, Value, Cultural Creation.

บทนำ

ประเพณีอารยธรรมล้านนาและเรื่องราวตำนานนับเป็นสิ่งที่มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน โดยตรง โดยประเพณีอารยธรรมคือ สิ่งที่มีการปฏิบัติสืบทอดกันมา อาจแบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ คือ ขนบประเพณี หมายถึง ประเพณีที่สังคมร่วมกันกำหนดขึ้นว่าควรจะทำปฏิบัติให้เป็นแบบแผนเช่นใด เมื่อใด ที่ไหน และอย่างไร และอีกลักษณะหนึ่ง คือ จารีตประเพณี คือ ประเพณีที่สังคมถือว่า ถ้าผู้ใด ผิดฝืนหรือดื้อไม่กระทำตามจะเป็นความผิดที่รุนแรง ทั้งนี้มักเกี่ยวข้องกับศีลธรรม บทบัญญัติ หรือ กฎหมายที่สังคมให้ความเชื่อถือถือปฏิบัติปรากฏเป็นความผิดในลักษณะต่างๆ เช่นผิดผี ผิดริต หรือ ผิดฮีต (ขวัญ ภา สุขคร, และคณะ, ๒๕๕๗)

ท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วของสังคมและวัฒนธรรม ในปัจจุบันทำให้ประเพณีหลายอย่างเริ่มเปลี่ยนแปลง และสลายหายไปจากสังคมของล้านนา เช่น ประเพณีปอย น้อย หรือ ปอยบวชลูกแก้ว (บรรพชาสามเณร) แต่เดิมนั้นในท้องถิ่นล้านนามีวัดเป็นแหล่งการศึกษา เรียนรู้สำหรับเด็กผู้ชาย ชาวบ้านในชุมชนนิยมให้ลูกชายได้บวชเรียน เพื่อศึกษาเรียนรู้ และสืบทอด พระพุทธศาสนา รวมทั้งถ่ายทอดภูมิปัญญาต่าง ๆ แต่ปัจจุบันระบบการศึกษาของประเทศไทยได้เน้นการจัดการเรียนการสอนในโรงเรียนเป็นหลัก พ่อแม่จึงนิยมส่งเสริมลูก ให้เรียนในระบบของโรงเรียน มากกว่าการบวชเรียน ทำให้มีเด็กผู้ชายบวชเรียนตามประเพณีแต่เดิมในแต่ละวัดลดลง ทำให้การจัด งานประเพณีปอยน้อยลดลงไปด้วย อีกประเพณีหนึ่งคือประเพณีสงกรานต์ ที่คนหนุ่มสาวส่วนใหญ่มุ่งแต่กิจกรรมการเล่นสาดน้ำที่สนุกสนานมากกว่าการทำบุญตามความเชื่อดั้งเดิม รวมทั้งประเพณีรดน้ำคำหัวพระสงฆ์เถระ ผู้สูงอายุ ที่เป็นที่เคารพนับถือของชุมชนและครอบครัวก็มีการเปลี่ยนแปลงไปด้วย (นิรันดร์ ภัคดี, ๒๕๕๐) และอีกประเพณีที่สำคัญประเพณีหนึ่งที่มีการรื้อฟื้นขึ้นมาเพื่อการอนุรักษ์ไว้ให้ชนรุ่นหลัง คือ ประเพณีตานก๋วยสลาก

ก๋วยสลากหรือสลากภัต เป็นรูปแบบของการถวายทานอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับบุคคลต่าง ๆ มากมาย คัมภีร์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้กล่าวถึงลักษณะของความเชื่อที่เป็น จุดเริ่มต้นและพัฒนาการของสลากภัตว่า มีมูลเหตุมาจากความเชื่อของมนุษย์ในยุคสมัยพุทธกาลที่มี ความเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา ต้องการจะทำนุบำรุงอุปฐากพระภิกษุสงฆ์ซึ่งเป็นตัวแทนของ พระพุทธศาสนาดังที่เคยได้ถือปฏิบัติมา แต่มีเหตุที่ทำให้การบำรุงพระศาสนาและการอุปฐาก พระภิกษุสงฆ์ต้องมีการหยุดชะงักไป เพราะเกิดภาวะวิกฤติจากภัยธรรมชาติ ข้าวยากหมากแพงไม่ สามารถที่จะทำบุญให้ทานได้อย่างที่เคยปฏิบัติมา ดังความปรากฏในคัมภีร์พระวินัยปิฎกได้กล่าว เอาไว้ว่า ในสมัยพุทธกาลขณะที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเสด็จประทับอยู่ ณ กรุงราชคฤห์ ในเวลานั้น เกิดข้าวยากหมากแพงทำให้ผู้ที่ศรัทธาเลื่อมใสในพระพุทธศาสนาไม่สามารถถวายสังฆทาน เพื่ออุปถัมภ์บำรุงพระภิกษุสงฆ์ได้ จึงพากันคิดจะถวายทานตามความสามารถที่ตนพอจะกระทำได้ ครั้งนั้น ภิกษุทั้งหลายจึงนำความนั้นขึ้นกราบบังคมทูลพระผู้มีพระภาคเจ้า พระพุทธองค์จึงทรงอนุญาตให้ พระสงฆ์รับภัตได้ ๗ อย่าง ในจำนวนภัตทั้ง ๗ อย่างนั้น สลากภัตจัดอยู่ในอันดับที่ ๔ ที่พระพุทธองค์ ทรงอนุญาต ภัตทั้ง ๗ อย่าง มีปรากฏในพระวินัยปิฎก เล่มที่ ๗ จุลวรรคภาค ๒ เป็นชื่อของทานและ เป็นพุทธานุญาตภัตทั้ง ๗ อย่าง ที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้กับพระสงฆ์ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙) ประกอบด้วย

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

๑. สังฆภัตต หมายถึง อาหารที่นำมาถวายสงฆ์
๒. อุทเทศภัต หมายถึง อาหารอุทิศสงฆ์
๓. นิมนต์นภัต หมายถึง อาหารที่เขาถวายในที่นิมนต์
๔. สลากภัต หมายถึง อาหารถวายตามสลาก
๕. ปักขิกภัต หมายถึงอาหารที่เขาถวายปักข์ละครั้ง คือ สิบห้าวันครั้งหนึ่ง
๖. อุโปสถิกภัต หมายถึง อาหารที่เขาถวายในวันอุโปสถ
๗. ปาฏิปติกภัต หมายถึง อาหารที่ถวายในวันที่พระภิกษุมีความยากลำบาก

นอกจากที่ปรากฏในพระวินัยที่ถือว่าเป็น พุทธบัญญัติ แล้วยังมีปรากฏอยู่ในอรรถกถา ขุททกนิกาย เกี่ยวกับเรื่องของสลากว่า ในสมัยพุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญพระอรหันตสาวก ชื่อ พระโกณฑธานเถระซึ่งเป็นผู้โชคดีในการจับสลากได้ทีหนึ่งทุกครั้ง พระสาวกทั้งหลายมีความสงสัย ว่า ทำมาทำงานจึงมีความโชคดีเช่นนั้น พระพุทธเจ้าตรัสบอกแก่ภิกษุทั้งหลายทั้งหมดว่า พระโกณฑธาน เถระเป็นผู้ที่ชอบทำบุญสลากภัต จึงทำให้ท่านเป็นคนที่มีโชคดี(มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙) อีกเรื่องหนึ่งที่ปรากฏในอรรถกถา ขุททกนิกายธรรมบทว่า ในสมัยพุทธกาล ขณะที่ พระพุทธเจ้าประทับ ณ พระเชตะวันมหาวิหารนั้น วันหนึ่งนางกุมารีผู้หนึ่งได้อุ้มลูกชายวัยหนึ่งขวบ ยักยอกนมผู้เฒ่าต่อหน้า หลายชาติแล้ว ติดตามมาจะทำร้ายลูกของนาง นางเห็นจวนตัวจะวิ่งหนีไปที่อื่น ไม่ได้ จึงพาลูกวิ่งเข้าไปในวัดพระเชตะวัน ในพระวิหารขณะที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมอยู่ นางเอาลูกน้อยวางแทบพระบาทแล้วกราบพูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ขอทรงโปรดเป็นที่พึ่งแก่ลูกชาย ของหม่อมฉันเกิดพระเจ้าข้า” พระพุทธเจ้าหยุดพฤติกรรมที่จองเวรของนางกุมาริกา และนางยักยอกนม ด้วยการตรัสคำสอนว่า “เวรย่อมไม่ระงับด้วยเวร” แล้วทรงให้นางทั้งสองเห็นผิดชอบชั่วดี นางยักยอกนม รับศีล ๕ แล้วนางก็ร้องไห้สะอึกสะอื้น กราบพูลพระพุทธเจ้าว่านางไม่รู้จะไปทำมาหากินอย่างไร เพราะรักษาศีลเสียแล้ว นางกุมาริกาจึงรับอาสาจะพานางไปอยู่ด้วย นางได้รับอุปการะจากนางกุมาริกา หลายประการ นึกถึงอุปการะอยากจะทำบุญคุณ จึงเป็นผู้พยากรณ์บอกกล่าวเรื่อง ลมฟ้า อากาศ คือบอกให้นางกุมาริกาทำนาในที่ดอนในปีฝนมาก ทำนาในที่ลุ่มในเวลาฝนแล้ง นางกุมาริกา ได้ปฏิบัติตามทำให้ฐานะร่ำรวยขึ้น คนทั้งหลายมีความสงสัยจึงมาถามหาสาเหตุ นางจึงบอกว่า นางยักยอกนมเป็นผู้บอกกล่าวให้ คนทั้งหลายจึงพากันไปหานางยักยอกนมขอให้พยากรณ์ให้ตนบ้าง คนทั้งหลาย ได้รับอุปการะจากนางยักยอกนมมีฐานะร่ำรวยไปตาม ๆ กัน ด้วยความสำนึกในบุญคุณ จึงพากันนำเอาเครื่องอุปโภคบริโภคอาหารการกินเครื่องใช้สิ่งของเป็นอันมาก มามอบให้ นางจึงนำมาทำเป็น สลากภัต โดยให้พระสงฆ์กระทำการจับตามเบอร์ด้วยหลักของอุปโลกนกรรม คือ ของที่ถวายมีทั้งของ มีราคามาก ราคาน้อย พระสงฆ์องค์ใดได้ของมีค่าน้อยก็อย่าเสียใจ ให้ถือว่าเป็นโชคของตนดีหรือไม่ดี การถวายแบบจับสลากของนางยักยอกนมนี้เป็นครั้งแรกแห่งประเพณีทำบุญสลากภัต หรือทานสลาก ในสมัยพุทธกาล (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙)

จะเห็นได้ว่าประเพณีทานกัวยสลาก เป็นกุศโลบายอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา ที่ บรรพชนได้มีการสืบทอดอนุรักษ์ สืบสานมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลอย่างยาวนาน ตามหลักการทางพระพุทธศาสนา เพื่อให้เกิดความสามัคคี เพราะเหตุที่มนุษย์มีความต้องการความสัมพันธ์ที่ดีในการอยู่ร่วมกันเป็นหมู่คณะอย่างสันติสุข เริ่มตั้งแต่ที่ตัวเรา ครอบครัว ตลอดจนถึงสังคมโลก นอกจากนั้นแล้ว ก็ยังมีหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาที่สะท้อนให้เห็นถึงความสัมพันธ์ในสังคมได้อย่างชัดเจน ประการแรกก็คือหลักของ “ทานคือการให้” ในทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงทาน มี ๒ อย่างคือ อามิสทาน และธรรมทาน (พระลือชัย อินทโยโส (นราทอง), ๒๕๔๙) การให้ทานเป็นการแสดงออกซึ่งความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความกตัญญู ที่ได้พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน สร้างความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันระหว่างวงศาตคณาญาติ เพื่อน และ กลุ่มคนในสังคมทำให้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันของมนุษย์ในสังคม เป็นประโยชน์แก่กุลเกการดำรงชีวิตของชุมชน การให้ทานตามประเพณี ถือเป็นหลักการครองคนในสังคมได้อีกทางหนึ่ง และสามารถผูกมิตรไมตรี ความรักความสมัครสมานสามัคคีร่วมน้ำหนึ่งใจเดียวกันให้เกิดขึ้นในสังคมเพราะ “ทานเป็นเนื้อหาเบื้องต้นที่ทุกคนต้องเกี่ยวข้องและปฏิบัติ ก่อนที่จะเข้าถึงเนื้อในคือ คำสอนที่แท้จริง ของศาสนา” (พระมหาสง่า ไชยวงศ์, ๒๕๔๑) ผู้ให้ยอมได้ชื่อว่าเป็นที่รักที่พอใจของคนทั้งหลาย เพราะผู้รับยอมเป็นที่ชื่นชอพอใจใน เมตตาธรรมของผู้ให้เสมอ และผู้ให้ทานยังได้ชื่อว่าเข้าถึงประโยชน์และความดีงามขั้นสูงสุดในทาง พระพุทธศาสนา ดังปรากฏในอังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาตว่า (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙)

๑. ผู้ให้ทาน ย่อมเป็นที่รักของคนหมู่มาก
๒. บัณฑิต ย่อมคบหาผู้ให้ทาน
๓. ชื่อเสียงของผู้ให้ทานย่อมขจรไป
๔. ผู้ให้ทาน ย่อมไม่เหินห่างจากฆราวาสธรรม
๕. ผู้ให้ทาน เมื่อสิ้นชีวิตไปแล้ว ย่อมเข้าถึงคติโลกสวรรค์

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

จากพุทธวจนะนี้ ทำให้ทราบถึงประโยชน์ของการให้ทาน ๒ ส่วน คือ ประการที่หนึ่ง ส่งผลให้ผู้ให้ทานมีความก้าวหน้าในทางธรรม และเป็นปัจจัยให้มีความสมบูรณ์ด้วยโภคะ เป็นพื้นฐานรองรับคุณธรรมที่จะส่งเสริมให้ได้บรรลุเป้าหมายสูงสุดในชีวิตคือพระนิพพาน และเป็นปัจจัย สนับสนุนให้บรรลุเป็นพระพุทธเจ้า เมื่อตายไปแล้วย่อมไปบังเกิดในสุคติ ประการที่สอง ส่งผลให้แก่ สังคม ทำให้สังคมมีความโอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ สร้างความรักความสามัคคีและผูกไมตรีกับคน ทั้งหลายไว้ได้ (พระมหาอาณนัท ขวนาภิภู (แสนแป้), ๒๕๔๘) นอกจากนี้เรื่องของท่านแล้วยังมีหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับความเชื่อ ความกตัญญู กตเวทิตะที่มีคุณธรรมที่เสมอกัน (สมธรรม ๔) การประพฤติตนตามหลักศีล ๕ ที่สอดคล้องกับความเชื่อถือตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในเรื่องของบุญกิริยาวัตถุ ซึ่งหมายถึง “บุญสำเร็จด้วยการ บริจาคทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา” มี ๓ ประการ ประกอบด้วย ทานมัย ศีลมัย และภาวนามัย (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔) ซึ่งหลักธรรมเหล่านี้ล้วนแล้วแต่สร้างจิตสำนึกในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดี เป็นการสร้างความสมานฉันท์เพื่อการปรองดองของคนในสังคมได้เป็นอย่างดี

ในอดีตการให้ทานสลากตามพระบรมพุทธานุญาตในสมัยพุทธกาล ที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกในเวลานั้น เกิดข้าวยากหมากแพง ทำให้ผู้ที่ศรัทธาเลื่อมใสในพระพุทธศาสนาไม่สามารถถวาย สังฆทาน เพื่ออุปัถฐัมภ์บำรุงพระภิกษุสงฆ์ได้ จึงพากันคิดจะถวายทานตามความสามารถที่ตนพอจะ กระทำได้ วิกฤตทั้งหลายจึงนำความนั้นขึ้นกราบบังคมทูลพระผู้มีพระภาคเจ้า พระพุทธองค์จึงทรงอนุญาตให้พระสงฆ์รับภัตได้ ๗ อย่าง ๑ ในภัต ๗ อย่างนั้น มีสลากภัต และที่ปรากฏในคัมภีร์ขุททก นิกายธรรมบท เกี่ยวกับนางยักษิณี ที่มีผู้เอาอาหาร ข้าวของเครื่องใช้มามอบให้เพราะความที่นาง ยักษิณีมีพระคุณต่อพวกเขา ที่บอกวิธีการทำไร่นาจนประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ทำให้ ข้าวของมีมากมาย นางยักษิณีจึงนำมาทำเป็นสลากภัต โดยให้พระสงฆ์กระทำการจับตามเบอร์ด้วย หลักของอุปโลกนกรรม คือ ของที่ถวายมีทั้งของมีราคาแพง ราคาแพง พระสงฆ์องค์ใดได้ของมีค่าน้อย ก็อย่าเสียใจ ให้ถือว่าเป็นโชคของตนดีหรือไม่ดี การถวายแบบจับสลากของนางยักษิณีนี้นับเป็นครั้งแรกแห่งประเพณีทำบุญสลากภัต (ตายก้วยสลาก) ปัจจุบันการทำบุญสลากภัต (ก้วยสลาก) ได้มีการพัฒนารูปแบบการถวายการทำสลาก และเรียกชื่อสลากไปตามลักษณะที่ทำในแต่ละท้องถิ่น ซึ่งน้อยคนนักที่เข้าใจในวัตถุประสงค์ ของการถวายทานสลาก และพัฒนาการของสลากในปัจจุบัน

สำหรับในประเทศไทย ประเพณีสลากได้ปรับประยุกต์มาจากประเพณีสารทด้วยการรับ เอาอิทธิพลของลัทธิฮินดู นำมาผสมกับความเชื่อพื้นฐานดั้งเดิมคือ “ลัทธิเชื่อผีสาร” และผนวกเข้ากับคติทางด้านพระพุทธศาสนาโดยเฉพาะการสอนให้รู้บุญคุณคนและรู้จักทำตอบแทนบุญคุณคน อันถือ เป็นคุณสมบัติของคนดี ได้หลอมหลวมกันเข้าเป็นคติไทย ปรากฏเป็นแนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับประเพณีพิธีกรรมต่าง ๆ อย่างที่ปรากฏในปัจจุบัน (ประพันธ์ กุลวินิจฉัย, ๒๕๕๕) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในล้านนา ประเพณีนี้ เรียกว่า ประเพณีถวายทานสลากภัต หรือ “ตานก้วยสลาก” เป็นบุญประเพณีของชาวไทยภาคเหนือหรือล้านนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่จังหวัดลำปาง จะมีการจัดประเพณีนี้ทั้งจังหวัด ประเพณีการถวายทานสลากภัต หรือเรียกตามภาษาพื้นถิ่นว่า “การทำบุญทานก้วยสลาก” เป็นประเพณีที่ถือปฏิบัติสืบทอดกันมาตั้งแต่สมัยโบราณ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาประวัติความเป็นมาของประเพณีตานก้วยสลากในจังหวัดลำปาง เพื่อศึกษาสภาพการณ์ของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีตานก้วยสลากในจังหวัดลำปาง

วัตถุประสงค์การวิจัย

๑. เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาและพิธีการของประเพณีตานก้วยสลากในจังหวัดลำปาง
๒. เพื่อศึกษาสภาพการณ์ของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีตานก้วยสลากในจังหวัดลำปาง

การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยเรื่อง ประเพณีก้วยสลาก: ประวัติศาสตร์ คุณค่า และการสร้างสรรค์วัฒนธรรมจังหวัดลำปาง ได้สืบค้นเอกสาร บทความ การวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเพื่อแสดงให้เห็นถึง “ช่องว่างของความรู้” (knowledge gap) ที่ยังไม่ถูกพิจารณา ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ได้นำแนวคิดประเพณีล้านนา แนวคิดการขัดเกลาทางสังคม ตลอดจนแนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อและพิธีกรรมใช้เป็นพื้นฐานในการวิเคราะห์และจัดระบบความสัมพันธ์ของผลการวิจัยที่ศึกษา ซึ่งอธิบายพอสังเขปได้ดังนี้

๑. ประเพณีความเชื่อเป็นสิ่งที่แสดงออกถึงความเป็นเอกลักษณ์เป็นรากฐานความมั่นคงของชาติแสดงออกถึงความ เป็นสังคมที่มีการอยู่ร่วมกัน เป็นสิ่งที่แสดงถึงขนบธรรมเนียมที่ดีที่คนไทยต้องปฏิบัติสืบทอดกันไปสืบ ประเพณีในภาคเหนือของชาวล้านนานั้นมักมีประเพณีที่หลากหลายเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของภาคเหนือที่มีความภาคภูมิใจในภาคที่มีวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามสืบทอดความเป็นชาติ

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

๒. กระบวนการขัดเกลาทางสังคม เป็นกระบวนการนำสังคมกับวัฒนธรรมไปสร้างรูปแบบของบุคลิกภาพ โดยผ่านการถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง ระบบของสังคมนั้น ๆ เปรียบดังเครื่องจักรอันสลับซับซ้อน คอยผลิตสินค้า คือ มนุษย์ให้ได้มาตรฐาน หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า กระบวนการขัดเกลาทางสังคมเป็นกระบวนการแปรรูปจากสัญชาตญาณของคนให้มีความเป็นมนุษย์ในสังคม

๓. ความเชื่อและพิธีกรรมนั้นนอกจากจะเป็น ส่วนหนึ่งของภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมชุมชน เป็นส่วนหนึ่งของชุมชนแล้ว ยังมี การเรียนรู้ถ่ายทอดสืบทอดกันมาและเป็นส่วนที่สำคัญอย่างมากในการพัฒนาสังคมและชุมชน ให้มีศักยภาพ มีความเข้มแข็งและสามารถดำรงอยู่ได้อย่างปกติสุข ฉะนั้นความเชื่อและพิธีกรรมไม่ได้เป็นเรื่องไร้สาระหรือเป็นเรื่องความมกมาย หากแต่เป็นระบบคุณค่าที่สำคัญทางสังคมของชุมชน เพราะความเชื่อและพิธีกรรมเกิดขึ้นพร้อมกับการมีมนุษย์มีสังคมมนุษย์ขึ้นมาและไม่เคยปรากฏว่ามีสังคมมนุษย์ใดในโลกนี้ที่ไม่มีความเชื่อและพิธีกรรม จึงกล่าวได้ว่าความเชื่อและพิธีกรรมเป็นส่วนหนึ่งของความเป็นมนุษย์อย่างมีอาจแยกออกจากกันได้

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ประเพณีก๋วยสลาก: ประวัติศาสตร์ คุณค่า และการสร้างสรรค์วัฒนธรรมจังหวัดลำปาง กำหนดรูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยเน้น การศึกษาวิเคราะห์ และตีความข้อมูลจากการวิจัยภาคสนามเป็นหลัก ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ประกอบการตีความ และวิเคราะห์ และการสังเกตแบบมีส่วนร่วม โดยเก็บข้อมูลจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักประกอบด้วย พระสงฆ์ นักวิชาการ ประชาชนชาวบ้าน และผู้ที่มีส่วนสำคัญในการส่งเสริมอนุรักษ์ประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง โดยมีขั้นตอนดังนี้

๑. สัมภาษณ์ ในการจัดเก็บข้อมูล ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบมี โครงสร้าง และการสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง คือ ใช้การสนทนาทั่วไป โดยสัมภาษณ์ทั้งแบบเดี่ยว และแบบกลุ่ม โดยตั้งประเด็นคำถามต่าง ๆ เช่น ประวัติความเป็นมาของประเพณีตานก๋วยสลาก ความสำคัญของงาน อุดมคติความเชื่อทางศาสนา หลักพุทธธรรม ภูมิปัญญา รูปแบบการจัดงานตานก๋วยสลาก คุณค่า และความสำคัญของงานที่มีต่อ สังคมและวัฒนธรรมในด้านต่าง ๆ ได้แก่ การพัฒนามนุษย์ การสร้างอัตลักษณ์ และการลดช่องว่างทางสังคม บริบทที่เกี่ยวข้อง วิถีชีวิต ความเชื่อเกี่ยวกับประเพณี และวัฒนธรรมชุมชนท้องถิ่นของจังหวัดลำปาง

๒. การสังเกต ผู้วิจัยใช้วิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วม และไม่มีส่วนร่วม กล่าวคือ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation) ผู้วิจัยสังเกตการณ์เตรียมงานตานก๋วยสลากของวัด กิจกรรมพิธีกรรมต่าง ๆ ในส่วนการเตรียมงานของชาวบ้าน ผู้วิจัยได้เข้าร่วมในการทำกิจกรรม สอบถาม พูดคุย ถามถึงวิธีการท า ส่วนการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non-participant Observation) ผู้วิจัยได้สังเกตการณ์เตรียมจัดงาน ระหว่างการจัดงาน พิธีกรรม ทุกขั้นตอน และสังเกตพฤติกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิต รวมทั้งบริบทต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยใช้ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร ใช้วิธีการวิเคราะห์เอกสารเนื้อหา (Content Analysis) นำเสนอข้อมูลด้วยวิธีการพรรณนา และข้อมูลที่ ได้จากการสัมภาษณ์ (Interview) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ใช้วิธีการวิเคราะห์แบบอุปนัย (Analytic Induction) โดยนำข้อมูลมาเรียบเรียงและจำแนกอย่างเป็นระบบ จากนั้นนำมาตีความหมาย เชื่อมโยงความสัมพันธ์และสร้างข้อสรุปจากข้อมูลต่างๆ ที่รวบรวมได้ โดยทำไปพร้อมๆ กับการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งนี้เพื่อจะได้ศึกษาประเด็นต่างได้ลึกซึ้ง เมื่อประเด็นใดวิเคราะห์แล้วไม่มีความชัดเจนก็จะตามไปเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในประเด็นต่างๆ เหล่านั้น เพื่อตอบคำถามหลักตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อมูลเชิงคุณภาพได้นำมาวิเคราะห์เพื่อหาความเชื่อมโยงความสัมพันธ์เชิงทฤษฎี และการสร้างบทสรุปและการพิสูจน์บทสรุป เป็นการนำแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยต่างๆ ทางวิชาการ มาสร้างเป็นบทสรุปพร้อมกับข้อมูลที่เชื่อถือได้อีกครั้งหนึ่ง โดยเน้นความเชื่อมโยง เพื่อนำไปสู่การพิสูจน์ที่เป็นรูปธรรมและตรงต่อข้อเท็จจริงที่ปรากฏ

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อที่ ๑ ประวัติความเป็นมาและพิธีการของประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง

ประเพณีตานก๋วยสลาก คือ การทำบุญสลากภัตในล้านนาไทยมีชื่อเรียกแตกต่างกันไปตามท้องถิ่น บางแห่งว่า “กีนก๋วยสลาก” บางแห่งเรียก “กีนสลาก” บางแห่งว่า “ตานก๋วยสลาก” มีความหมายเป็นอย่างเดียวกัน ประเพณีกีนสลากหรือตานก๋วยสลากเป็นประเพณีเก่าแก่ที่เกิดขึ้นในพระพุทธศาสนาตั้งแต่พุทธสมัยที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์อยู่ดังปรากฏในพระธรรมบทพุทธทศกนิชาว่าพระพุทธองค์ทรงสรรเสริญพระสาวกอรหันต์ของพระองค์คือพระโกณฑธานเถระ ซึ่งเป็น

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ผู้โชคดีในการจับสลากได้ที่หนึ่งทุกครั้งแม้พระพุทธรูปเจ้าก็สู้ท่านไม่ได้เหล่าพระสาวกทั้งหลายมีความสงสัยว่าทำไมท่านจึงมีโชคเช่นนั้น พระพุทธรูปทรงตรัสบอกแก่ภิกษุสงฆ์ทั้งหมดว่า โภจนทานปรารถนาว่าถ้าเลือกอะไร แข่งขันอะไร ขอให้ได้ที่หนึ่งเสมอ ดังนั้นในชาตินี้ โภจนทานจึงเป็นคนโชคดี

จังหวัดลำปางเรียกประเพณีทำบุญสลากภัตว่า งานทำบุญทานข้าวสลาก (ทานกล้วยสลาก) หรือกินกล้วยสลาก ซึ่งได้ยึดถือปฏิบัติกันมาเป็นเวลายาวนาน ทั้งนี้เพื่ออุทิศส่วนบุญส่วนกุศลตามแต่ จุดประสงค์ของผู้ทำบุญ เช่น ทานให้กับผู้ล่วงลับให้กับตนเองในภายภาคหน้า หรือให้กับเทวดา ฟาดินไปตลอดจนถึงเจ้ากรรมนายเวร จะนิยมเริ่มทำกันในช่วงกลางพรรษาในราวปลายเดือน สิงหาคม กันยายน ตุลาคม และจะกินกันมากในเดือนกันยายนหรือราววันเพ็ญเดือนสิบสองเหนือและสิ้นสุดในเดือนกึ่งยดับ เพราะถือว่าเดือนนี้เป็นเดือนที่ว่างจากการทำไร่ทำนาของชาวบ้าน และด้วยเหตุหลายประการ ซึ่งจะอยู่ประมาณเดือนมกราคม ด้วยเหตุนี้จึงถือว่าในระหว่างเดือนเหล่านี้เป็นเดือนที่พืชผักผลไม้กำลังสุกหรืออุดมสมบูรณ์พอดี และในภาคเหนือนี้มีความเชื่อว่าเดือนสิบสองนี้เป็นเดือนแห่งการปล่อยผีปล่อยเปรต คนทั่วไปก็พากันคิดถึงผีที่เป็นญาติพี่น้องก็คงจะอดอยากกลับมาจากการปล่อยตัวหวังว่าพ่อแม่พี่น้องที่ตายไปแล้วกลับมาทั้งทีก็กลัวจะไม่มีเครื่องอุปโภคบริโภค จึงรวมกันจัดพิธีทำบุญทานข้าวสลากจัดข้าวปลาอาหารของกินของใช้ไปถวายแก่พระภิกษุสงฆ์เพื่ออุทิศส่วนบุญให้แก่ญาติที่ล่วงลับไปแล้ว การทำบุญทานข้าวสลากมีพิธีการตามติดกับการทานในโอกาสอื่นตรงที่ไม่จำเพาะเจาะจงแก่สงฆ์รูปใดองค์ใด โดยทำเป็นสลากไปรวมปะปนกันให้พระภิกษุสามเณรจับสลากหรือฉลาก หากกล้วยสลากหรือภาชนะที่บรรจุเครื่องไทยทานตกที่พระภิกษุหรือสามเณรรูปใดก็จะยกกล้วยสลากถวายแก่รูปนั้น ในวันงานทานข้าวสลากชาวบ้านจะนัดหมายตกลงกันว่าวันใดจะเป็นวันทานข้าวสลากโดยจะเริ่มจากวัดสำคัญที่สุดในละแวกนั้นเสียก่อน ซึ่งการจัดงานนั้นจัดให้ มีงาน ๒ วัน คือ วันแต่งดาหรือวันสุกดิบวันหนึ่ง และวันทานหรือวันถวายทานอีกวันหนึ่ง ในวันแต่งดานั้นทุกหลังคาเรือนจะจัดหาวัสดุ ข้าวของ ของกินของใช้ตามกำลังศรัทธา ญาติพี่น้องที่อยู่ต่างบ้านไม่ว่าไกลหรือใกล้ เมื่อรู้ข่าวก็จะพากันมาฮ้อม คือมาร่วมบริจาคจตุปัจจัยสมทบในการบำเพ็ญทานตามสายญาติของตน (พวงเพ็ญ เนื่องนิตย์ และคณะ, ๒๕๔๖)



ภาพประกอบที่ ๑ กล้วยสลาก



ภาพประกอบที่ ๒ เส้นสลากที่ชาวบ้านนำมารวมกันเพื่อคัดเลือกด้วยวิธีการสุ่มถวายแด่พระสงฆ์

วัตถุประสงค์ข้อที่ ๒ สภาพการณ์ของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง

สภาพการณ์ของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง ผู้วิจัยได้ จำแนกออกเป็น ๓ ด้าน ประกอบด้วย ด้านครอบครัวและเครือญาติ, ด้านความสัมพันธ์ในชุมชน และด้านเศรษฐกิจ ซึ่งอธิบายได้ดังนี้

ด้านครอบครัวและเครือญาติ บริบทชุมชนในจังหวัดลำปาง เริ่มมีแนวโน้มเป็นสังคมเมืองมากขึ้น โครงสร้างของครอบครัวโครงสร้างครอบครัวเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงจากเดิมในอดีตซึ่งเคยเป็นครอบครัวขยายที่ประกอบด้วยพ่อแม่ลูกและเครือญาติมีสายใยความผูกพันต่อกันสูงแต่จากผลการพัฒนาประเทศที่มุ่งเน้นการพัฒนาเศรษฐกิจเป็นหลักเกิดการเคลื่อนย้ายแรงงานจากภาคชนบทสู่เมืองใหญ่ส่งผลให้ระบบครอบครัวของชุมชนในจังหวัดลำปางในปัจจุบันต่างได้รับผลกระทบจึงทำให้รูปแบบของครอบครัวซึ่งเคยเป็นครอบครัวขยายกลายเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น และสถาบันครอบครัวซึ่งเคยเป็นทุนทางสังคมมีระบบเครือญาติที่มีความผูกพันอย่างใกล้ชิดมีความเกื้อกูล เอื้ออาทร มีการอบรมขัดเกลาบุตรหลาน แต่ในปัจจุบันการปลูกฝังวัฒนธรรมและค่านิยมประเพณีกลับอ่อนแอลงความสัมพันธ์ จึงส่งผลกระทบต่อประเพณีตานก๋วยสลากที่มีพื้นฐานมาจากสถาบันครอบครัวและเครือญาติ ดังนั้น ประเพณีตานก๋วยสลากจึงค่อยหายไปจากชุมชนในบางพื้นที่ในจังหวัดลำปาง

ด้านความสัมพันธ์ในชุมชน ปัจจุบันชนบทเริ่มนิยม ประเพณี วัฒนธรรม จารีต ในอดีตค่อย ๆ ลบเลือนหายไปจากชุมชนเนื่องจากกลุ่มคนวัยทำงานไม่สามารถสืบทอดประเพณีวัฒนธรรมอันดีงามที่มีมาตั้งแต่อดีตได้ ความสัมพันธ์ของคนในชุมชนจึงค่อยๆ เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เนื่องจากสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมจึงทำให้กลุ่มวัยทำงานขาดการอนุรักษ์คุณค่าวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากของท้องถิ่นได้ประกอบกับปรับค่านิยมชนบทเริ่มนิยมประเพณีต่างประเทศหรือเลียนแบบสังคมตะวันตกมากขึ้นทำให้ประเพณีตานก๋วยสลากในพื้นที่จังหวัดลำปางบางชุมชนลดน้อยลงไป อีกทั้งประชาชนชาวบ้านในชุมชนทยอยเสียชีวิตและไม่มีใครสืบทอดประเพณี ตลอดจนคนในชุมชนไม่รู้ขั้นตอนการจัดประเพณีที่แท้จริงจึงทำให้ขั้นตอนบางอย่างขาดหายไป

ด้านเศรษฐกิจ จากอิทธิพลของการบริโภคนิยมและวัตถุนิยมส่งผลให้สังคมมีการแข่งขันประกอบกับความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีซึ่งส่งผลต่อค่าครองชีพ ผลกระทบดังกล่าวทำให้คนในชุมชนจังหวัดลำปางมีแนวโน้มประสบปัญหาทางเศรษฐกิจ และเมื่อในชุมชนจัดประเพณีตานก๋วยสลากในแต่ละครั้งต้องใช้จ่ายเงินจำนวนมากที่ต้องซื้อของนำไปทำบุญให้แก่บรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง มีแนวโน้มของพลวัตที่สูงเนื่องด้วยปัจจัยในด้านต่างๆ เช่น ด้านครอบครัวและเครือญาติ ด้านความสัมพันธ์ในชุมชน และด้านเศรษฐกิจ ทำให้ประเพณีตานก๋วยสลากลดลงไปเรื่อยๆ และบางในพื้นที่ก็ไม่พบเห็นแล้ว

สำหรับการสร้างสรรค์วัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง ให้ความยั่งยืนคือการสร้างอัตลักษณ์ร่วมกันผ่านกระบวนการสร้างความรู้ ความเข้าใจผ่าน เยาวชน ประชาชน และนักท่องเที่ยวที่เข้ามาเที่ยวในพื้นที่จังหวัดลำปางให้เล็งเห็นถึงคุณค่าและความสำคัญของประเพณีตานก๋วยสลาก และสามารถสร้างอัตลักษณ์ร่วมได้โดยการถ่ายทอดวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากสู่ชุมชน และวัดต่างๆ ในพื้นที่จังหวัดลำปาง

อภิปรายผลการวิจัย

งานวิจัยนี้พบว่า ประเพณีตานก๋วยสลาก คือ การทำบุญสลากภัตในล้านนาไทยมีชื่อเรียกแตกต่างกันไปตามท้องถิ่น บางแห่งว่า “กินก๋วยสลาก” บางแห่งเรียก “กินสลาก” บางแห่งว่า “ตานก๋วยสลาก” จังหวัดลำปางเรียกประเพณีทำบุญสลากภัตว่า งานทำบุญทานข้าวสลาก (ตานก๋วยสลาก) หรือกินก๋วยสลาก ซึ่งได้ยึดถือปฏิบัติกันมาเป็นเวลายาวนาน ทั้งนี้เพื่ออุทิศส่วนบุญส่วนกุศลตามแต่ จุดประสงค์ของผู้ทำบุญ เช่น ทานให้กับผู้ล่วงลับ ให้กับตนเองในภายภาคหน้า หรือให้กับเทวดา ฟาดินไปตลอดจนถึงเจ้ากรรมนายเวร จะนิยมเริ่มทำกันในช่วงกลางพรรษาในราวปลายเดือน สิงหาคม กันยายน ตุลาคม และจะกินกันมากในเดือนกันยายน เพราะถือว่าเดือนนี้เป็นเดือนที่ว่างจากการทำไร่ทำนาของชาวบ้าน และในภาคเหนือมีความเชื่อว่าเป็นเดือนแห่งการปล่อยผีปล่อยเปรต และผีบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้วกลับมาหา จึงรวมกันจัดพิธีทำบุญตานก๋วยสลากจัดข้าวปลาอาหารของกินของใช้ไปถวายแก่พระภิกษุสงฆ์เพื่ออุทิศส่วนบุญ ให้แก่ญาติที่ล่วงลับไปแล้ว ซึ่งสอดคล้องกับ พระมหาสง่า ไชยวงศ์ (๒๕๔๑) ได้ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องทานในพระพุทธศาสนาไว้ว่า ทาน แปลว่า การให้ การแบ่งปัน การแสดงออกถึงความโอ้อ้อมอารีย์ในจิตใจแล้วเจือจานออกมาภายนอกให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจ และเต็มใจทานแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ การให้วัตถุสิ่งของเรียกว่า อามิสทาน และการให้คำแนะนำสั่งสอน ชี้นำ ศิลปะ วิทยาการต่าง ๆ เรียกว่า ธรรมทาน ซึ่งพระพุทธศาสนาถือว่ามิตุณามากกว่าอามิสทานเมื่อกล่าวโดยลักษณะแล้วทานมี ๒ ลักษณะ คือ ทานที่ให้โดยเจตนาผู้รับเรียกว่าปฏิบัติกุศลทานและทานที่ให้โดยไม่เจตนาผู้รับเรียกว่าสังฆทานได้รับยกย่องว่ามีอานิสงส์มากที่สุด การทำบุญตานก๋วยสลากมีพิธีการตามติดกับการทานในโอกาสอื่น ๆ ตรงที่ไม่จำเพาะเจาะจงแก่สงฆ์รูปใด โดยทำเป็นสลากไปรวมกันให้พระภิกษุสามเณรจับสลากที่ทำจากใบลานหรือใบตาล หากก๋วยสลากหรือภาชนะที่บรรจุเครื่องไทยทานตกที่พระภิกษุหรือสามเณรรูปใดก็จะยกก๋วยสลากถวายแก่รูปนั้น ในวันงานตานข้าวสลากชาวบ้านจะนัดหมายตกลงกันว่าวันใดจะเป็นวันตานก๋วยสลากโดยจะเริ่มจากวัดสำคัญที่สุดในละแวกนั้นเสียก่อน ซึ่งการจัดงานนั้นจัดให้ มีงาน ๒ วัน คือ วันแตงดา และวันตานหรือวันถวายทานอีกหนึ่งวัน ในวันแตงดานั้นทุกหลังคาเรือนจะจัดหาข้าวของเครื่องใช้ตามกาลังศรัทธาญาติพี่น้องที่อยู่ต่างชุมชนหรือต่างถิ่นไม่ว่าไกลหรือใกล้ เมื่อรู้ข่าวก็จะพากันมา “หอม” หรือมาร่วมบริจาคจตุปัจจัยสมทบในการทำบุญ

จากสภาพการณ์ของการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากในจังหวัดลำปาง ด้านครอบครัวและเครือญาติ บริบทชุมชนในจังหวัดลำปาง เริ่มมีแนวโน้มเป็นสังคมเมืองมากขึ้น โครงสร้างของครอบครัวโครงสร้างครอบครัวเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงจากเดิม ในอดีตซึ่งเคยเป็นครอบครัวขยายมีสายใยความผูกพันต่อกันสูง แต่จากผลการพัฒนาประเทศที่มุ่งเน้นการพัฒนาเศรษฐกิจเป็นหลักเกิดการเคลื่อนย้ายแรงงานจากภาคชนบทสู่เมืองใหญ่ส่งผลให้ระบบครอบครัวของชุมชนในจังหวัดลำปางในปัจจุบันต่างได้รับผลกระทบจึงทำให้รูปแบบของครอบครัว และสถาบันครอบครัวซึ่งเคยเป็นทุนทางสังคมมีระบบเครือญาติที่มีความผูกพันอย่างใกล้ชิดมีความเกื้อกูล เอื้ออาทร มีการอบรมขัดเกลาบุตรหลาน ซึ่งสอดคล้องกับ ฉัตรทิพย์ นาถสุภา (๒๕๔๐) กล่าวว่า ชุมชนมีวัฒนธรรมของตนเองที่เน้นให้ความสำคัญกับความเป็นคน ความผสมกลมกลืนกันในชุมชน ความเป็นญาติมิตร ความมีน้ำใจช่วยเหลือซึ่งกันและกันเรียกว่า ความเป็นชุมชน และ อภิชัย พันธเสน (๒๕๕๐) ยังกล่าวอีกว่า วัฒนธรรมชุมชน (Folk Culture) คือ ระบบคุณค่า (Value system) ที่รวบรวมมาได้จากประวัติศาสตร์เป็นคุณค่าทั้งทางเศรษฐกิจ การเมืองและสัมพันธ์กันเป็นโครงสร้างมีผลต่อพฤติกรรมของคนในฐานะปัจเจกชน และคนในชุมชนทั้งหมด และวัฒนธรรมในปัจจุบันการปลูกฝังวัฒนธรรมและค่านิยมประเพณีกลับอ่อนแอลงความสัมพันธ์ลง ประกอบกับปัจจุบันชนบทรธรรมนิยม ประเพณี วัฒนธรรม จารีต ในอดีตค่อย ๆ ลบเลือนหายไปจากชุมชนเนื่องจากกลุ่มคนวัยทำงานไม่สามารถสืบทอดประเพณีวัฒนธรรมอันดีงามที่มีมาตั้งแต่อดีตได้ ความสัมพันธ์ของคนในชุมชนจึงค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เนื่องจากสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมหันมาบริโภคนิยม และวัตถุนิยม จึงทำให้กลุ่มวัยทำงานขาดการอนุรักษ์คุณค่าวัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากของท้องถิ่นได้ประกอบกับรับค่านิยมชนบทรธรรมนิยมประเพณีต่างประเทศหรือเลียนแบบสังคมตะวันตกมากขึ้นทำให้ประเพณีตานก๋วยสลากในพื้นที่จังหวัดลำปางบางชุมชนลดน้อยลงไป อีกทั้งการจัดประเพณีตานก๋วยสลากมีค่าใช้จ่ายที่สูงเป็นการเพิ่มภาระให้กับครัวเรือน ซึ่งสอดคล้องกับ พระณัฐวุฒิ ทานตร (๒๕๔๘) ได้ศึกษาเรื่อง ผลกระทบของงานปอยหลวงที่มีต่อชุมชนท้องถิ่นกรณีศึกษาเทศบาลตำบลสันกำแพงจังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนในเขตเทศบาลตำบลสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ ขาดความรู้ความเข้าใจในจุดหมายที่แท้จริงของงานปอยหลวงเกิดผลกระทบทั้งทางโลกและทางบวผลกระทบทางลบคือเป็นงานที่มีค่าใช้จ่ายสูงเป็นการเพิ่มภาระค่าใช้จ่ายของครัวเรือน ตลอดจนปราศรัยชาวบ้านในชุมชนทยอยเสียชีวิตและไม่มีใครสืบทอดประเพณี ตลอดจนคนในชุมชนไม่รู้ขั้นตอนการ

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

จัดประเพณีที่แท้จริงจึงทำให้ขั้นตอนบางอย่างขาดหายไป จึงส่งผลกระทบต่อประเพณีตานก๋วยสลากที่มีพื้นฐานมาจากสถาบันครอบครัวและเครือญาติ ดังนั้น ประเพณีตานก๋วยสลากจึงค่อยหายไปจากชุมชนในบางพื้นที่ในจังหวัดลำปาง

ข้อเสนอแนะ

งานวิจัยเรื่อง ประเพณีก๋วยสลาก: ประวัติศาสตร์ คุณค่า และการสร้างสรรค์วัฒนธรรมจังหวัดลำปาง ได้ข้อค้นพบที่สำคัญ คือ การสร้างสรรค์วัฒนธรรมประเพณีตานก๋วยสลากต้องสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องด้วยการจัดทำองค์ความรู้เกี่ยวกับประเพณีตานก๋วยสลากลงสู่เยาวชน ชุมชน ตลอดจนหน่วยงานการศึกษา ภาครัฐและเอกชน อย่างเป็นระบบ เพื่อให้กลุ่มคนเหล่านี้เข้าใจถึงความเชื่อและจิตวิญญาณของประเพณีนี้ เมื่อกลุ่มคนเหล่านี้เข้าใจประกอบกับหน่วยงานองค์กรภาครัฐสนับสนุนสิ่งที่ตามมาคือ ความคิดที่สร้างสรรค์ของเยาวชน ประชาชน ที่ระดมความคิดอนุรักษ์ประเพณีตานก๋วยสลากให้คงอยู่ในจังหวัดลำปางในท่ามกลางสภาวะการปัจจุบัน สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับนโยบายเกี่ยวกับศิลปวัฒนธรรมประเพณีในจังหวัดลำปาง การบรรจุประเพณีตานก๋วยสลากเป็นประเพณีประจำจังหวัด ผ่านนโยบายของหน่วยงานราชการ เช่น วัฒนธรรมจังหวัด เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- ขวัญณา สุขคร และคณะ. (๒๕๕๗). *ประเพณี อารยธรรมล้านนา คุณค่าศรัทธาและความเชื่อ*. โครงการเสริมสร้างและปรับแต่งอัตลักษณ์ (Identity) เพื่อสร้างเสน่ห์การท่องเที่ยว การค้าและการลงทุนโดยการมีส่วนร่วมของชุมชนกิจกรรม ตามรอยอารยธรรมล้านนา ปีงบประมาณ ๒๕๕๗.
- ฉัตรทิพย์ นาถสุภา. (๒๕๔๐). *วัฒนธรรมไทยกับขบวนการเปลี่ยนแปลงสังคม*. กรุงเทพมหานคร. สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิรันดร์ ภัคดี. (๒๕๕๖). บทบาทและคุณค่าของงานปอยหลวงต่อสังคมวัฒนธรรม จังหวัดเชียงใหม่ และ ลำพูน. *วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, ๒๕๕๖
- ประพันธ์ กุลวินิจฉัย. (๒๕๕๕). *เทศกาลและพิธีกรรมพระพุทธศาสนา*. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- พระมหาสง่า ไชยวงศ์. (๒๕๔๑). การศึกษาวิเคราะห์เรื่อง “ทาน” ในพระพุทธศาสนา. *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พระมหาอานนท์ ชวนาภิภู (แสนแป้). (๒๕๔๘). การศึกษาเรื่องทานในพระไตรปิฎกที่มีอิทธิพลต่อสังคมไทย. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระลือชัย อินทโยโส (นราทอง). (๒๕๔๔). ศึกษาการให้ทานของชาวพุทธในจังหวัดเลย. *วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (๒๕๓๙). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- อภิชัย พันธเสน. (๒๕๕๐). *สังเคราะห์องค์ความรู้เศรษฐกิจพอเพียง*. กรุงเทพมหานคร. กองทุนสนับสนุนการวิจัย.



การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อเยียวยาผู้ป่วยระยะสุดท้าย
AN APPLICATION OF THE BUDDHADHAMMA PRINCIPLES
TO HEAL THE TERMINAL STAGE PATIENTS

เขมจิรา พิทักราษฏร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Khemjira Pitakrad
Mahachulalongkomrajavidyalaya University
taty_kham@hotmail.com



บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการคือ ๑) เพื่อพัฒนาระบบบริการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชน ๒) เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิต และ ๓) เพื่อพัฒนาต้นแบบในการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อเยียวยาผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชน การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการกับกลุ่มผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในเขตเทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี จำนวน ๒๐ คน และกลุ่มพระสงฆ์ในเขตเทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี จำนวน ๑๑ รูป

ผลของการศึกษา พบว่า ระบบบริการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชน มี กระบวนการดังนี้ ๑) ประเมินปัญหาและความต้องการของครอบครัว ๒) การวางแผนเพื่อช่วยเหลือครอบครัว ๓) การปฏิบัติตามแผน ๔.การประเมินผล เพื่อให้เกิดการพัฒนาระบบบริการ ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายอย่างครบวงจรคือ ด้านกาย ด้านใจ และด้านจิตวิญญาณ ตลอดจนถึงการพัฒนา แนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิต

แนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิต ผลการศึกษา พบว่า การตรวจเยี่ยมบ้านของกลุ่มผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย และพระสงฆ์มีการ ผสมผสานกันระหว่างการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายและประเพณีพิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น พิธีผูกข้อมือ, การให้ศีลให้พร และการเทศนาธรรม เรียกว่า “ธรรมมหาวิทยาลัย”

การพัฒนาระบบต้นแบบเพื่อติดตามและขยายการศึกษาต่อไป ผลการศึกษาพบ ว่า การทำงานบริการดูแลแบบ ประคับประคองผ่านกิจกรรมทางศาสนาของพระสงฆ์ ส่งผลให้ผู้ป่วยและญาติของผู้ป่วยรู้สึกมีที่พึ่งทางจิตใจ ผู้ป่วยเสียชีวิตอย่างสงบสุข และเสริมสร้างขวัญกำลังใจของผู้ป่วยให้ดีขึ้น

คำสำคัญ : ผู้ป่วยระยะสุดท้าย, การเยียวยา, พุทธธรรม

Abstract

This research has 3 objectives: (๑) to improve care for patients with the terminal Stage of life in the community, (๒) to develop guidelines and care and support for patients and their families to prepare for death and (๓) to develop a model for applying the principles of Buddhism to heal the terminal Stage patients in the community. This research is an action research group consists of ๒๐ people and the Care Giver Group in the District Administrative Office of the Panusnikom. Chonburi ๑๑ people.

The study shows that palliative care services in the community. The process is as follows: ๑. Family Assessment, ๒. Planning, ๓. Intervention and ๔. Evaluation of palliative care service development is the integration of body, mind and spirit as well as the development of best practices and patterns. Care Support patients and their families to prepare for the death of the Terminal Stage Patients.

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

Care practices and patterns help patients and relatives to prepare before death the results showed that the home of the group Care Giver and the monks are a mixture of the final patient care and traditions , such as a hand-bound ceremony, blessing, and teaching.

The development of a prototype system for monitoring and further study. The study found that working palliative care services through religious activities of monks As a result, the patient and its relatives feel mentally reliant. The patient died peacefully and improved the morale of the patient.

Keywords: The Terminal Stage Patients, Heal, Buddhhadhamma

บทนำ

ในสถานการณ์ปัจจุบันพบว่าสภาวะสุขภาพของประชากรไทย มีแนวโน้มการเจ็บป่วยทั้งเสียชีวิตด้วยโรคเรื้อรังและไม่เรื้อรังเพิ่มมากขึ้น ทำให้มีการต้องการด้านการบริการการดูแลแบบประคับประคองมากขึ้น และในทางเศรษฐศาสตร์พบว่าค่าใช้จ่ายของบุคคลในช่วงหกเดือนสุดท้ายของชีวิตมีมูลค่าสูงกว่าช่วงใดๆ ของชีวิต คิดเป็น ร้อยละ ๘-๑๑ ต่อปี ของค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ และเป็นร้อยละ ๑๐-๒๙ ของค่าใช้จ่ายผู้ป่วยใน (กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข อ่างใน ชุตติมา อรรถสิทธิ์, ๒๕๕๓) จากเหตุผลดังกล่าว การดูแลผู้ป่วยในระยะสุดท้ายของชีวิตอย่างเป็นองค์รวมที่มีการดำเนินอย่างเป็นระบบ มีคุณภาพ รวมถึงการดูแลผู้ป่วยที่บ้าน จะเป็นการลด ภาระค่าใช้จ่ายทั้งของสถานพยาบาล และ ของครอบครัว ที่สำคัญ การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองจะทำให้ผู้ป่วย มีคุณภาพชีวิตที่ดี แม้จะเป็นระยะท้ายของโรค จนไปสู่การตายดีสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

ผู้ป่วยระยะสุดท้ายหรือผู้ป่วยที่อยู่ในช่วงสุดท้ายของชีวิต (Terminal stage) หมายถึง ผู้ป่วยที่มีอาการต่าง ๆ ของโรค ลูกหลานจนรักษาไม่หายและแพทย์ไม่มีแผนการรักษา เฉพาะโรคนั้น ๆ อีกต่อไป และโดยส่วนใหญ่ผู้ป่วยมักจะเสียชีวิตในเวลาที่คาดการณ์ได้ เช่น ผู้ป่วยโรคมะเร็ง (Turk DC, Feldman CS, ๑๙๙๒) ผู้ป่วยจะมีอาการของโรคต่าง ๆ ลูกหลานจนรักษาไม่หายและแพทย์ไม่มีแผนการรักษาเฉพาะโรคนั้น ๆ อีกต่อไป นอกจากการรักษาดูแลแบบประคับประคองอาการจวบจนเสียชีวิตหรือผู้ป่วยที่ป่วยด้วยโรคคุกคามต่อชีวิต ไม่ว่าจะเป็นโรคที่มีอาการหนักอย่างเฉียบพลันและโรคเรื้อรังในระยะท้ายของโรค ซึ่งคาดการณ์ได้ มีเหตุผลตามเกณฑ์การวินิจฉัยโรคและการรักษาที่ดีที่สุดว่าผู้ป่วยจะเสียชีวิตในเวลาไม่นาน (รุ่งนิรันดร์ ประดิษฐ์สุวรรณ, ๒๕๕๒) ดังนั้น การเตรียมผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย เป็นเรื่องจำเป็นมาก เพราะต้องเป็นผู้มีเวลาให้กับผู้ป่วย มีความเมตตาต่อผู้ป่วย และเป็นผู้ที่ทั้งผู้ป่วย ครอบครัว และทีมแพทย์/พยาบาลไว้ใจได้

การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่ดีที่สุด คือ การดูแลแบบประคับประคอง (Palliative Care) มีความหมายครอบคลุมตั้งแต่เริ่มวินิจฉัยและเจ็บป่วยครั้งแรกที่คุกคาม ถึงชีวิตและครอบครัวและสิ้นสุดเมื่อสามารถช่วยเหลือครอบครัวในการปรับตัวหลังการเสียชีวิตของผู้ป่วย โดยการดูแลระยะสุดท้ายของชีวิตเป็นส่วนหนึ่งของการดูแลแบบประคับ ประคอง (กิตติกร นิลมานัต, ๒๕๕๕) มีการศึกษาพบว่าผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาโรคร่วมกับ การดูแลแบบประคับประคองด้วยตั้งแต่เริ่มแรกจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่า มีปัญหาทางด้าน จิตใจ โดยเฉพาะซึมเศร้า น้อยกว่าและมีช่วงชีวิตที่เหลืออยู่มากกว่าผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบ ประคับประคองล่าช้า (Temel JS, Greer JA, Muzikansky A, Muzikansky A, Gallagher ER, Admane S, et al., ๒๐๑๐) ดังนั้น การเป็นญาติจึงช่วยผ่อนคลายปัญหาทั้งกับผู้ป่วยและผู้ดูแลได้ระดับหนึ่ง แต่ถ้าไม่มีญาติ คงต้องหาจากสถานฝึกอบรมการพยาบาล ต่างๆ และค่อยๆ เลือกดูคุณสมบัติของผู้ดูแล ซึ่งควรต้องเริ่มหาผู้ดูแลตั้งแต่เนิ่น ๆ ตั้งแต่เมื่อ ผู้ป่วยได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่า เป็นผู้ป่วยระยะสุดท้าย ซึ่งการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ควรต้องดูแลทั้งผู้ป่วย และผู้จะมาดูแลผู้ป่วย ซึ่งผู้ดูแลผู้ป่วยเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการ ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย โดยเฉพาะในขณะที่อยู่ที่บ้าน บุคลากรทางการแพทย์จึงควรให้ความสำคัญกับสุขภาพของผู้ดูแลผู้ป่วย (caregiver's health) ก่อนเกิดการเหนื่อยล้าจากการดูแล (burden) จนกระทั่งไม่สามารถดูแลผู้ป่วยได้อีกต่อไป (burnout) (สายพิณ หัตถ์รัตน, มนชรัตน์จินดา, ดาริน จตุรภัทรพร, เบญจมา มานะทวีวัฒน์, ปณิธิพูน เพชรรัตน์, เกียรติภูมิ สุทธิ วงศ์ และคณะ, ๒๕๕๓)

ด้วยเหตุที่สถานพยาบาลมักมีจำนวนเตียงนอนรักษาจำกัด ประกอบกับผู้ป่วย ส่วนใหญ่หากรู้ตัวมักมีความต้องการกลับไปเสียชีวิตที่บ้านท่ามกลางบรรยากาศที่ตนคุ้นเคย ได้รับการดูแลจากญาติพี่น้อง ตลอดจนชุมชน และจากไปโดยสงบปราศจากอาการทุกข์ ทรมานทางกายและจิตใจ ได้ชำระสะสางสิ่งที่ค้างคาใจหรือสิ่งที่ทำให้วิตกกังวลทั้งผู้ป่วยและ ญาติ และที่สำคัญให้ผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายได้ยอมรับความจริง ผ่านกระบวนการสูญเสียคนอันเป็นที่รักได้รวดเร็วขึ้น(ขั้นการปฏิเสธ

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ความจริง ชั้นตกใจ ชั้นโกรธ ชั้นต่อรอง ชั้นเศร้าโศก เสียใจ ซึมเศร้า ชั้นเห็นสังขรณ์) ดังนั้น การดูแลแบบประคับประคองที่บ้านและชุมชนจึง มีความหมายสำหรับผู้ป่วยและญาติอย่างยิ่ง ด้วยวิธีการดูแลแบบองค์รวมซึ่งหมายถึงการดูแลครอบคลุมทางกาย ทางสังคม ทางจิตใจ และทางจิตวิญญาณหรือความเชื่อ ความศรัทธาต่อสิ่งยึดเหนี่ยว ในฐานะที่ประชากรส่วนใหญ่ในพื้นที่เทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี นับถือศาสนาพุทธและมีต้นทุนทางสังคมในเรื่องของกิจกรรมการช่วยเหลือด้านสวัสดิการแบบพหุภาคีอยู่แล้ว ทางทีมผู้วิจัยจึงมีความสนใจประเด็นการนำเอาหลักพุทธธรรมเข้ามาผสมผสานการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชน ผ่านกระบวนการพิธีกรรมทางศาสนาตามความ เชื่อทางท้องถิ่นซึ่งแฝงไว้ด้วยแนวคิด ปรัชญาทางพระพุทธศาสนา ตามความเชื่อวัฒนธรรม วิถีชีวิตของประชากรในพื้นที่อำเภอพนัสนิคม จะให้ความสำคัญกับการจากไปของผู้ป่วยและผู้ที่เกี่ยวข้องอย่างมาก ซึ่งเมื่อสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักมักมีความเชื่อเรื่อง”กรรม”ที่สอดคล้องกับแนวคิด ทางพระพุทธศาสนา ถ้าบุคคลปฏิบัติตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือทำความดี บำเพ็ญบุญ ทำนุบำรุงศาสนาก็จะไปเกิดหรือสถิตอยู่บนสวรรค์ หากมีภพหน้าก็จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ที่มีเพียงพร้อมด้วยบุญบารมีด้วยความเชื่อ ความศรัทธาในสิ่งนี้จึงมีพิธีกรรม เช่นการเยี่ยมบ้านโดยพระภิกษุสงฆ์ การผูกข้อมือ การ เรียกขวัญ การเทศน์ธรรมมหาวิภาค ขณะเดียวกันการให้พระภิกษุสงฆ์สามารถมีบทบาทในการ “จัดการกับการทำพินัยกรรมทางวาจาได้” สิ่งเหล่านี้ที่แฝงด้วยหลักคิดและขณะเดียวกัน ก็เป็นกระบวนการที่เป็นการจัดการกับภาวะการสูญเสียความสมดุลทางจิตใจให้กลับมาสู่ ภาวะปกติของญาติได้และเข้าสู่ภาวะการยอมรับความจริงหรือสังขรณ์ของญาติ สำหรับผู้ป่วยมักจะมีภาวะทนทุกข์ทรมาน ด้านกาย ด้านจิตใจ ด้านจิตวิญญาณ และด้านสังคม มีความ วิตกกังวล มีความกลัว มีความท้อแท้ มีภาวะที่ค้างคาใจ ทั้งความรู้สึก ทั้งการจัดการกับหนี้สิน (ในบางราย) ขาดที่พึ่งด้านจิตวิญญาณ ดังนั้นหากจะพัฒนาระบบการดูแลแบบองค์รวม เพื่อให้การตายของผู้ป่วยระยะสุดท้ายสงบสุขจึงควรมีการดูแลทั้งระบบจิตวิญญาณ กาย จิตใจ สังคมไปแบบองค์รวม ด้วยเหตุนี้จึงได้มีโครงการวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการดูแลนี้เพื่อนำไปเป็นแนวปฏิบัติต่อไปและเป็นต้นแบบในการศึกษาต่อยอด

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อพัฒนาระบบบริการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชน
๒. เพื่อพัฒนาแนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิต
๓. เพื่อพัฒนาต้นแบบในการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อเยียวยาผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชน

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ(Experimental Research) โดยการนำเอาหลักสูตรการคำปรึกษาและการเยี่ยมบ้านตามหลักศาสนา จัดพิมพ์โดย เครือข่าย องค์กรศาสนาด้านเอชไอวี/เอดส์ในประเทศไทย และหลักสูตรคู่มือดูแลสุขภาพกาย สุขภาพใจ สำหรับผู้ติดเชื้อและผู้ป่วยเอดส์ในระดับชุมชน ไปพัฒนาร่วมกับข้อมูลจากการสัมภาษณ์ เชิงลึกประเด็นปัญหาและความต้องการของผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในเขตเทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี ทำให้ได้แนวทางปฏิบัติ (practical Guideline) เพื่อนำไปฝึกอบรมผู้นำศาสนา แกนนำชุมชน/อาสาสมัคร และผู้ดูแล(Care Giver) หลังจากอบรมแล้วให้นำไปปฏิบัติ จริกกับผู้ป่วยระยะสุดท้าย จากนั้นนำผลที่ได้มาทบทวนเพื่อปรับแนวทางปฏิบัติอีกครั้งหนึ่ง จัดให้มีการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการใช้การสัมภาษณ์แนวลึก (in-depth interview) การ สนทนา กลุ่มย่อย (Focus Group)กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูล (informants) ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่ง เป็น ๒ ประเภท คือ

๑. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก (key informants) ได้แก่

- ผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Care Giver) ในเขตเทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี จำนวน ๒๐ คน

๒. พระสงฆ์ที่ได้รับการพัฒนาและให้คำปรึกษา เยี่ยมบ้าน ผู้ป่วยระยะสุดท้าย โดย มีคุณสมบัติคือผ่านการอบรมตามหลักสูตรการเยี่ยมบ้านและการให้คำปรึกษาตามแนวศาสนา ครบจำนวนชั่วโมงที่กำหนด ในเขตเทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี จำนวน ๑๑ รูป

๓. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลร่วม (General informants) ได้แก่ ญาติของผู้ป่วยระยะ สุดท้ายที่ได้รับการเยี่ยมบ้านหรือได้รับคำปรึกษาจากผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Care Giver) และพระสงฆ์ที่ผ่านการอบรมตามหลักสูตร โดยยินยอมและให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูล

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ผลการวิจัย

เทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี ได้มีการรวมกลุ่มกันภายใต้ชื่อ “อาสาบ้านसानใจเมืองพระรถ” ชมรมอาสาบ้านसानใจเมืองพระรถ เทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี ตั้งขึ้นครั้งแรก ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗ สมาชิก เริ่มต้น ๘๐ คน ปัจจุบันมี ๒๐๐ คน เป็นชมรมที่เกิดการรวมตัวของจิตอาสาจากกลุ่มต่าง ๆ ของพื้นที่ เทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี เพื่อทำงานด้านต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคล ชุมชน และสังคม สร้างการมี จิตอาสาในการดูแลสุขภาพของคนในชุมชน ด้วยคนในชุมชนโดยอาศัยกลไกการสร้างการมี ส่วนร่วมของทุกภาคส่วน ก่อให้เกิดการดำเนินงานในรูปแบบของอาสาสมัครที่มีจิตอาสาสามารถรวมตัวกันเป็นกลุ่ม จัดกิจกรรมอันก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ตนเองและ ส่วนรวม โดยสมาชิกชมรมอาสาบ้านसानใจเมืองพระรถ เทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี ลงพื้นที่ ช่วยเหลือ ดูแล แบ่งปัน ความสุขให้กับ ผู้สูงอายุ ผู้พิการ ผู้ด้อยโอกาส ในพื้นที่ทั้ง ๑๑ ชุมชนในเขตพื้นที่เทศบาลเมืองพนัสนิคม โดยมีภารกิจหลัก ๔ ด้าน ประกอบด้วย ๑.การรักษาพยาบาลเบื้องต้น ๒.สุขภาพจิตสิ่งแวดล้อม ภายในบ้าน ๓.สุขภาพจิตสิ่งแวดล้อมนอกบ้าน และ ๔.การรวบรวม และจัดเก็บข้อมูล สำหรับ การลงพื้นที่ปฏิบัติงาน ในวันเสาร์ที่ ๒ และที่ ๔ ของทุกเดือน

ในเขตเทศบาลเมืองพนัสนิคมมีประชากรมากกว่า ๑๐,๕๖๗ คน โดยมีผู้สูงอายุจำนวน ๒,๖๑๐ คน ซึ่งเป็นตำบลที่มีผู้สูงอายุมากที่สุดในอำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี มีผู้ป่วยระยะสุดท้าย จำนวน ๑๐ คน มีผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย หรือ Care Giver (CG) จำนวน ๒๖ คน และชมรม อาสาบ้านसानใจเมืองพระรถ จำนวน ๒๐๐ คน ในการลงพื้นที่เพื่อสนทนากลุ่มย่อยกับผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตัวแทนชมรมอาสาบ้านसानใจเมืองพระรถเมื่อวันที่ ๒๗ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ พบว่า ใน ระบบดูแลนี้ยังขาดมิติด้านจิตวิญญาณและผู้นำศาสนาก็ยังไม่ได้เข้ามามีส่วนร่วมในขบวนการดังกล่าวอย่างที่ควรจะเป็น เนื่องจากประสบการณ์ของทีมเยี่ยมบ้าน จะพบว่าเมื่อไรก็ตามที่ทีมเยี่ยมมีพระสงฆ์ไปเยี่ยมด้วย ผู้ป่วยจะดีใจ ยิ่งพระสงฆ์ผูกข้อมือนี้อะไรดีใจ นอกจากนั้นในช่วงที่ไปเยี่ยมบ้าน พบว่ามีผู้สูงอายุหลายคนที่ไม่ได้ไปวัดแล้ว เวลาได้ยินเสียงประกาศ ก็จะไปทำบุญด้วย โดย เหตุอันใดจึงจำเป็นต้องมีพระสงฆ์เป็นทีมเยี่ยมบ้านด้วย ส่วนหนึ่งเป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับพระสงฆ์กับศรัทธาโยมด้วย เพราะหลายคนมีปัจจัยที่ทำให้ไม่สามารถไปงานได้ นอกจากนี้พระสงฆ์เองก็จะได้สำรวจด้วยว่า ปัจจุบันญาติโยมเรายังสบายดีอยู่หรือไม่ แต่อย่างไรก็ตามในกระบวนการเยี่ยมบ้านหรือการให้คำปรึกษาที่บ้าน พระสงฆ์ทีมเยี่ยมบ้านจะต้องรู้จักครอบครัวเป็นอย่างดี เข้าใจปัญหา และสามารถหาสาเหตุของปัญหา และสนับสนุนให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการวางแผนแก้ไขปัญหามาตามความเหมาะสม สม การบริการดูแลครอบครัว ควรมีการดำเนินการเป็นขั้นตอนต่อเนื่องกันตามลำดับ ดังนี้ ๑) ประเมินปัญหา และความต้องการของครอบครัว (Family Assessment) ๒) การวางแผนเพื่อช่วยเหลือครอบครัว (Planning) ๓) การปฏิบัติตามแผน (Intervention) ๔) การประเมิน ผล (Evaluation) เพื่อให้เกิดการพัฒนากระบวนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายอย่างครบวงจร คือ ด้านกาย ด้านใจ และด้านจิตวิญญาณ ตลอดจนถึงพัฒนาแนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือ ผู้ป่วยและญาติในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิต

การพัฒนาระบบบริการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชนของตำบลพนัสนิคมโดย ฝ่ายสวัสดิการสังคม สำนักปลัดสำนักงานเทศบาลเมืองพนัสนิคม จะมีระบบในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในระดับเทศบาลเองจะมีบริการลงทะเบียน ผู้สูงอายุรายใหม่ และผู้สูง อายุที่ย้ายภูมิลำเนาเข้ามาใหม่ เพื่อขอรับเงินเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ โดยผู้มีสิทธิจะได้รับเงินเบี้ย ยังชีพผู้สูงอายุ ต้องเป็นผู้มีคุณสมบัติและไม่มีลักษณะต้องห้าม ดังต่อไปนี้ ๑) มีสัญชาติไทย ๒) มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตเทศบาลเมืองพนัสนิคม ๓) มีอายุหกสิบปีบริบูรณ์ขึ้นไป ซึ่งได้ลงทะเบียน และยื่นคำขอรับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุต่อองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ๔. ไม่เป็นผู้ได้รับสวัสดิการ หรือสิทธิประโยชน์อื่นใดจากหน่วยงานของรัฐ รัฐวิสาหกิจ หรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ได้แก่ ผู้รับบำนาญ เบี้ยหวัด บำนาญพิเศษ หรือเงินอื่นใดในลักษณะเดียวกัน ผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ของรัฐหรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้ได้รับเงินเดือน ค่าตอบแทน รายได้ประจำ หรือผลประโยชน์ตอบแทนอย่างอื่นที่รัฐ หรือ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจัด ให้เป็นประจำ ยกเว้นผู้พิการและผู้ป่วยเอดส์ ตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยการจ่ายเงินสงเคราะห์เพื่อการยังชีพขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. ๒๕๔๘ เทศบาลจะแบ่งออก เป็น ๒ ช่วง ดังนี้ ช่วงที่ ๑ ตั้งแต่เดือนตุลาคม – เดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๓ ช่วงที่ ๒ ตั้งแต่เดือน มกราคม – เดือนกันยายน ๒๕๖๔ ทั้งนี้ ในเดือนธันวาคม ๒๕๖๔ จะมีการงดการลงทะเบียน ขอรับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

นอกจากนี้ทางเทศบาลเมืองพนัสนิคม ยังได้จัดตั้ง “ชมรมอาสาบ้านसानใจเมืองพระรถเทศบาลเมืองพนัสนิคม” ภายใต้สโลแกน “คนเทศบาลเมืองพนัสนิคมไม่ทอดทิ้งกัน” เมื่อวันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗ ซึ่ง ตรงกับวันมาฆบูชา ชมรมอาสาบ้านसानใจเมืองพระรถ เป็นชมรมจิตอาสา ประชาชนที่ร่วมเป็นสมาชิกล้วน เป็นจิตอาสา จิตสาธารณะ กิจกรรมของชมรมฯ ลงพื้นที่ช่วยเหลือ ดูแลผู้สูงอายุ ผู้พิการและ ผู้ด้อยโอกาสในพื้นที่เมืองพนัสนิคม มีกระบวนการช่วยเหลือ ดูแล และ ภายภาพบำบัดเบื้องต้น แก่ผู้สูงอายุ และผู้ป่วยในพื้นที่ โดยมีภารกิจหลัก ๔ ด้าน ประกอบด้วย ๑.การรักษาพยาบาล เบื้องต้น ๒.สุขภาพสิ่งแวดล้อมภายในบ้าน ๓.สุขภาพสิ่งแวดล้อมนอกบ้าน และ ๔.การรวบรวม และจัดเก็บข้อมูล สำหรับการลงพื้นที่ปฏิบัติงาน ในวันเสาร์ที่ ๒ และที่ ๔ ของทุกเดือน

ผู้ป่วยระยะสุดท้ายจำนวน ๑๐ คน มีผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย หรือ Care Giver (CG) จำนวน ๒๖ คน และ ชมรมอาสาบ้านसानใจเมืองพระรถจำนวน ๒๐๐ คน ในการลงพื้นที่เพื่อสนทนากลุ่มย่อยกับผู้ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตัวแทนชมรมอาสาบ้านसानใจเมื่อวันที่ ๒๗ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๖๒ พบว่า ในระบบดูแลนี้ยังขาดมิติด้านจิตวิญญาณ และผู้นำด้านศาสนาก็ยังไม่ได้เข้ามีส่วนร่วมในขบวนการดังกล่าว อย่างที่ควรจะเป็น เนื่องจากประสบการณ์ของทีมเยี่ยมบ้าน จะพบว่าเมื่อไรก็ตามที่ทีมเยี่ยมมีพระสงฆ์ไปเยี่ยมด้วย ผู้ป่วยจะดีใจ ยิ่งพระสงฆ์ผูกข้อมอให้จะยิ่งดีใจ นอกจากนี้ในช่วงที่ไปเยี่ยม พบว่ามีผู้สูงอายุหลายคนที่ไม่ได้ไปวัดแล้ว เวลา ได้ยินเสียงประกาศ ก็จะฝากทำบุญด้วย โดย เหตุอันใดจึงจำเป็นต้องมีพระสงฆ์เป็นทีมเยี่ยมบ้านด้วย ส่วนหนึ่งเป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับระหว่างพระ กับ โยม ด้วย เพราะหลายคนมีปัจจัยที่ทำให้ไม่สามารถไปงานได้ นอกจากนี้พระสงฆ์เองก็จะได้สำรวจด้วยว่าปัจจุบันญาติโยม เรายังสบายดีอยู่หรือไม่ แต่อย่างไรก็ตาม ในกระบวนการเยี่ยมบ้านหรือการให้คำปรึกษาที่บ้าน พระสงฆ์ทีมเยี่ยมบ้านจะต้องรู้จักครอบครัวเป็นอย่างดี เข้าใจปัญหา และสามารถหาสาเหตุของปัญหา และสนับสนุนให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการวางแผนแก้ไขปัญหามาตามความ เหมาะสม การบริการดูแลครอบครัว ควรมีการดำเนินการเป็นขั้นตอนต่อเนื่องกันตามลำดับ ดังนี้ ๑. ประเมินปัญหา และความต้องการของครอบครัว (Family Assessment) ๒. การวางแผนเพื่อช่วยเหลือครอบครัว (Planning) ๓. การปฏิบัติตามแผน (Intervention) ๔.การ ประเมินผล (Evaluation) เพื่อให้เกิดการพัฒนาาระบบบริการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายอย่าง ครบวงจร คือ ด้านกาย ใจ และจิตวิญญาณ ตลอดจนถึงพัฒนาแนวปฏิบัติและรูปแบบการ ดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิต รวมถึงเป็นต้นแบบใน การพัฒนาระบบการดูแลและขยายการศึกษาต่อยอด

อภิปรายผล

การพัฒนาระบบบริการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชนเพื่อเตรียมความพร้อม ก่อนเสียชีวิตใน “ช่วงวาระสุดท้าย ก่อนตาย” ที่ต้องอาศัย “การดูแลแบบประคับประคอง” เป็นช่วงสำคัญที่ผู้ป่วย ญาติ และแพทย์ ต้องตัดสินใจร่วมกันว่าจะยื้อหรือยุติการรักษา ซึ่งส่งผลต่อเวลาและทุนทรัพย์ที่จะเพิ่มขึ้นตามมา การหยิบเรื่องนี้มาพูดคุยและเตรียมการไว้ ล่วงหน้าจึงเป็นเรื่องสำคัญไม่ต่างจากการวางแผนชีวิตในช่วงอื่น การเตรียมการที่ดีจะช่วย ให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลและเสียชีวิตไปอย่าง ที่คาดหวัง ที่สำคัญที่สุดคือ การลดความทุกข์ จากการทรมานจากการเจ็บป่วย ผู้ป่วยและครอบครัวสามารถบริหารจัดการทางการเงิน ลดความเสี่ยงของการสิ้นเนื้อประดาตัวเพราะค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ซึ่งค่าใช้จ่ายใน การรักษาพยาบาล ในช่วงระยะท้ายของชีวิตมีสัดส่วนที่สูงมากเมื่อเทียบกับช่วงอื่น ๆ ตัวอย่าง กรณีคนไข้โรคมะเร็งของสิทธิหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า ค่ารักษาพยาบาลในเดือนสุดท้ายก่อนเสียชีวิตประมาณ ๔๕,๐๐๐ บาท หากรับการดูแลในโรงพยาบาล และ ๒๗,๐๐๐ บาท หาก รับการดูแลที่บ้าน จะเห็นได้ว่าค่าใช้จ่ายในการดูแลที่บ้านจะต่ำกว่า อีกทั้งการรับบริการที่บ้านยังช่วยลดอัตราการครองเตียงในโรงพยาบาล ซึ่งสอดคล้องกับผลการสำรวจว่าหากเลือกได้ผู้สูงอายุมักเลือกบ้านเป็นสถานที่สุดท้ายของชีวิต สอดคล้องกับงานศึกษาของ เต็มศักดิ์ พึ่งรัตติ กล่าวถึงหลัก การของ Palliative Care หรือ การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ซึ่งในทาง ปฏิบัตินั้น คงไม่ต้องรอให้หมดหนทางรักษาเสียก่อน แล้วจึงพิจารณาเรื่องนี้เป็นเรื่องสุดท้าย สามารถให้ Palliative care ที่ดีแก่ผู้ป่วยได้ตั้งแต่ในระยะแรกของโรคพร้อมไปกับการรักษา หลักอื่น ๆ ซึ่งหลักการสำคัญสามารถสรุปสั้นๆ ได้เป็น “๔ C” ดังนี้ C ๑ Centered at patient and family: ให้ความสำคัญกับตัวผู้ป่วยและครอบครัวเป็นหลัก C ๒ Comprehensive : ครอบคลุมความต้องการทุกด้าน ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ C ๓ Coordinated : เป็นการปฏิบัติงานร่วมกันของบุคลากรทางแพทย์ ครอบครัวและสังคม C๔ Continuous : มีความต่อเนื่องและการประเมินผลอย่าง

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

สม่ำเสมอ (เต็มศักดิ์ พึ่งรัศมี, ๒๕๕๐: ๒๐) ดังนั้น การดูแล หรือ การเตรียมผู้จะมาดูแลผู้ป่วยที่สำคัญ คือ ให้ความรู้ในเรื่องต้นเรื่องโรค และ อาการของผู้ป่วย ระบุหน้าที่ของผู้ดูแลต่อผู้ป่วยอย่างชัดเจน ให้ค่าตอบแทนที่เหมาะสมกับ ภาระงาน รวมทั้งมีเวลาให้ผู้ดูแลได้พักผ่อนตามควร อาจต้องช่วยแก้ปัญหาในครอบครัวของ ผู้ดูแล เพื่อช่วยให้มีเวลาในการดูแลผู้ป่วย และควรให้ผู้ดูแลมีความเข้าใจว่า เป็นการดูแลเพื่อ คุณคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยจากโรคที่คุกคามต่อชีวิต โดยให้การป้องกันและบรรเทาความทุกข์ ทรมานต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับผู้ป่วยและครอบครัว โดยใช้การดูแลปัญหาสุขภาพทุกด้านไป พร้อมกัน ได้แก่ กายใจ จิตวิญญาณ และครอบครัวผู้ป่วย การดูแลด้านจิตใจ อารมณ์ และ จิตวิญญาณ ที่สำคัญ คือ

๑. Supportive therapy: ส่งเสริมการดูแลด้านจิตสังคม ช่วยเสริมพลังให้กับ ผู้ป่วยและครอบครัว ได้แก่ family – centered care, การให้ข้อมูลที่ถูกต้อง ความเข้าใจ การให้ผู้ป่วยหรือครอบครัวได้มี โอกาสตัดสินใจในการเลือกการรักษา การเล่น ให้ความ รักและความเห็นใจ ความรักและกำลังใจจากลูกหลาน ญาติมิตร และผู้ดูแล เป็นสิ่งสำคัญ เพราะสามารถลดทอนความกลัว และช่วยให้ผู้ป่วยเกิดความมั่นคงทางอารมณ์และจิตใจได้

๒. แผนการรักษาอีกมิติหนึ่งของ palliative care คือ ส่งเสริมด้านจิตวิญญาณ เพื่อทำจิตใจมั่นคง สงบ และยอมรับอุปสรรคที่เข้ามาในชีวิต หนึ่งในหกอันดับแรกความ ต้องการของพ่อแม่เมื่อลูกอยู่ในภาวะวิกฤตใกล้ตาย คือต้องการให้ พระสงฆ์หรือผู้นำทางศาสนา มาช่วยชี้ทางให้วิญญาณไปสู่ภพภูมิที่ดี ช่วยให้ผู้ป่วยยอมรับความตายที่จะมาถึงเป็นกระบวนการที่ต้องใช้เวลา โดยควรเริ่มก่อนถึงวาระสุดท้าย อาจต้องบอกความจริงเรื่องโรค และให้เวลาฟังความรู้สึกจากผู้ป่วย ข้อนี้ต้องอาศัยสัมพันธภาพที่ดีของผู้ดูแลด้วย

๓. ใช้ความคิดและจินตนาการของผู้ป่วยในการนำพาตนเองออกจากความเจ็บ ปวดไปสู่สิ่งที่พึงพอใจ ได้แก่ distraction, imagery, hypnosis, music ช่วยให้จิตใจจดจ่อ กับสิ่งดีงาม อาจน้อมนำได้หลายวิธี เช่น นำสิ่งที่ผู้ป่วยเคารพนับถือมาไว้ที่ห้องเพื่อให้ระลึกนึกถึง ขวนให้สวดมนต์ตามหลักศาสนา

๔. การช่วยลดเปลื้องสิ่งที่ค้างคาใจ ได้แก่ ภาระกิจการงานที่ยังค้างค้ำ ทรัพย์สินสมบัติที่ยังไม่มีผู้จัดการ หรือมีความรู้สึกผิดบางอย่างอยู่ในใจ

๕. Behavioral therapy: การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดปวด ได้แก่ การฝึก สมาธิ การฝึกการหายใจเพื่อความผ่อนคลาย แนะนำให้ผู้ผู้ป่วยปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ ผู้ป่วยมักยังยึดติดกับบางสิ่งบางอย่าง ทำให้เกิดความกังวลควบคู่กับความกลัวที่จะต้องพลัดพรากสิ่งอื่น เป็นที่รัก ผู้ดูแลต้องแสดงให้ผู้ผู้ป่วยมั่นใจว่า มีผู้จัดการสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นให้เรียบร้อยได้ และพยายามช่วยให้ผู้ป่วยปล่อยวางความรู้สึกไม่ยึดติด

๖. สร้างบรรยากาศที่สงบและเป็นส่วนตัว งดการเสียงกัน ร้องไห้ ให้ผู้ป่วยเห็น หรือได้ยิน อาจใช้วิธีทางศาสนา มาช่วยสร้างบรรยากาศได้ เช่น เปิดบทสวดสรรเสริญพระเจ้า (ในชาวคาทอลิก) การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Terminal care)

๗. กล่าวคำอำลา ขณะที่ผู้ป่วยกำลังจากไป และสัญญาซื่ออ่อนลงเป็นลำดับ หากลูกหลานญาติมิตรปรารถนา จะกล่าวคำอำลา ขอให้ตั้งสติระงับความโศกเศร้า จากนั้นกระซิบข้างหูพูดถึงความรู้สึกดี ๆ ที่มีต่อเขา ชื่นชมและขอบคุณในความดีที่เขาได้กระทำ พร้อมทั้งขอขมาในกรรมใดที่ล่วงเกิน จากนั้นน้อมจิตผู้ป่วยให้เป็นกุศลยิ่งขึ้น โดยแนะนำ ให้เขาปล่อยวางในสิ่งต่าง ๆ ทั้งหลายลงเสียอย่าได้มีความเป็นห่วงกังวลใด ๆ อีกเลย แล้วให้ ระลึกถึงพระรัตนตรัยหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่เขานับถือ (กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๕๗)

จากผลของการศึกษาถึงแนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและ ญาติในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิตในพื้นที่เขตเทศบาลเมืองพนสนิมคม ตำบลพนสนิมคม อำเภอพนสนิมคม จังหวัดชลบุรี พบว่า ในการปฏิบัติโดยสืบเนื่อง จากกระบวนการเยี่ยมบ้านโดย Care Giver และพระสงฆ์ นั้น Care Giver จะมีบทบาทสำคัญในการประเมินความต้องการจำเป็นของผู้ป่วยและญาติ เชื่อมประสานความร่วมมือ ติดตามประเมินผล พิทักษ์สิทธิ์ เพื่อให้ได้มาซึ่งบริการหรือ ทรัพยากรที่จำเป็นต่อการคลี่คลายปัญหาอันซับซ้อนของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย จากนั้นจึงมีการประสานงานกับพระสงฆ์ที่เยี่ยมบ้านเพื่อเข้าไปเยี่ยมและให้บริการที่สอดคล้องและ ตอบสนองความต้องการของผู้ป่วยและญาติของผู้ป่วย ไม่ว่าจะเป็นการผูกข้อมือ การเทศน์

ธรรมมหาวิภากรมีการแต่งวรรณกรรมที่มุ่งเน้นด้านหลักธรรม ความเชื่อ และความศรัทธาใน พระพุทธศาสนา โดยผสมผสานกับการดำเนินชีวิตของคนในท้องถิ่น ที่มีความเกรงกลัวต่อบาป อุกุศลต่าง ๆ เพราะพระพุทธศาสนาได้ซึมซับอยู่

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ในวิถีชีวิตของสังคมล้านนา มาเป็นระยะเวลาที่ยาวนาน และพระพุทธศาสนายังเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ ที่พึ่งทางใจพุทธศาสนา จึงก่อกำเนิดความศรัทธาจนสร้างแรงบันดาลใจนำไปสู่การสร้างสรรค์ผลงานทางด้านวรรณกรรม สอดคล้องกับแนวคิดของ พระไพศาล วิสาโล กล่าวถึง การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ หลักการที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้อย่างเหมาะสม โดยสรุปได้ว่า การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธี แบบพุทธพุทธ หลักการที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ป่วยระยะ สุดท้ายได้อย่างเหมาะสม โดยสรุปได้เป็นหัวข้อ ดังต่อไปนี้ ๑) ให้ความรักและความเห็นอก เห็นใจ ๒) ช่วยให้ผู้ป่วยยอมรับความตายที่จะมาถึง ๓) ช่วยให้จิตใจจดจ่อกับสิ่งดีงาม ๔) ช่วย ปลดปล่อยสิ่งค้างคาใจ ๕) ช่วยให้ผู้ป่วยปล่อยวางสิ่งต่างๆ ๖) สร้างบรรยากาศแห่งความสงบ และ ๗) กล่าวคำอำลา เพื่อปล่อยให้ผู้ป่วยจากไปอย่างสงบท่ามกลางลูกหลานญาติมิตรที่ร่วม กันสร้างบรรยากาศอันเป็นกุศลสำหรับผู้ป่วยเพื่อ ไปสุคติ (พระไพศาล วิสาโล, ๒๕๕๒) ในขณะเดียวกันการใช้หลักการความเชื่อในท้องถิ่นในการดูแลผู้ป่วยระยะ สุดท้ายของ พระสงฆ์เองไม่ว่าจะเป็น การผูกข้อมือ การให้พร การสืบชะตา รวมถึงการเทศนา ธรรมมหาวิภาตามความเชื่อและวิถีปฏิบัติ สำหรับผู้ป่วยและญาติ มีความสอดคล้องกับงานศึกษาของ สอาด มุ่งสิน ได้ทำการศึกษา การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามวิถี ชุมชนในสังคม วัฒนธรรมอีสาน : กรณีศึกษาชุมชนตำบลโพธิ์ใหญ่ อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี พบว่า การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามวิถีชุมชนในสังคมวัฒนธรรมอีสาน เป็นส่วนหนึ่งของ วิถีการดำเนินชีวิตที่สะท้อนให้เห็นถึงความ พยายามที่จะยึดชีวิตของผู้ป่วยให้อยู่ได้นานที่สุด โดยใช้ความเอื้ออาทรของคนในชุมชนเป็นกลไกหลักในการแสวงหาแนวทางการดูแลผู้ป่วย ที่สอดคล้องกับความเชื่อ ประเพณีและวัฒนธรรม อันเป็นเอกลักษณ์ของชาวอีสาน จากการ ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อค้นหาแนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายของชุมชนตำบลโพธิ์ ใหญ่ อำเภอวารินชำราบ จังหวัด อุบลราชธานี ทำให้ได้ค้นพบวิธีการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ในรูปแบบของ “พิธีกรรม” ที่หลากหลายทั้งรูปแบบและ จุดประสงค์ที่สามารถจำแนกตาม ช่วงเวลา ได้เป็น ๓ ระยะ คือ ๑) ระยะ “คุ้มโฮม” ๒) ระยะ “อยู่ก็สบาย” และ ๓) ระยะ “ไปก็ สงบ” ซึ่งแต่ละระยะก็จะแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงของวิถีปฏิบัติในแต่ละพิธีกรรมกับผลที่ คาดหวังที่จะให้บังเกิดขึ้น ต่อตัวผู้ป่วย นอกจากนี้ยังทำให้เกิดความเข้าใจมากยิ่งขึ้นถึง “ความหวัง” ของผู้ป่วย ครอบครัวและชุมชน ที่พบว่าไม่มีวันที่จะ สิ้นสุดจนกว่าจะหมดลมหายใจ แม้จะได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์แล้วว่าหมดหนทางที่จะรักษาให้หายขาดได้ ผลจากการเรียนรู้ ในครั้งนี้จะนำไปสู่การเชื่อมประสานแนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิทยาการสมัย ใหม่กับแนวปฏิบัติที่มาจากความ เชื่อ ประเพณีและวัฒนธรรมของผู้ป่วย ครอบครัวและชุมชน (อาด มุ่งสิน, ๒๕๕๘) และงานศึกษาของ วิไลลักษณ์ ต้นติ ตระกูล ซึ่งพบว่า ความ รุนแรงของการเจ็บป่วย การปฏิบัติที่สัมพันธ์กับกิจกรรมทางศาสนา และแรงสนับสนุนทาง สังคม สามารถร่วมกันพยากรณ์ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้ โดยเฉพาะในสังคมไทย ศาสนาเป็นสิ่งที่มีความ เกี่ยวข้องผูกพันกับวิถีชีวิตของชาวพุทธนับ ตั้งแต่เกิด บุคคลที่มีความเชื่อมั่น ศรัทธาในศาสนาจึงปฏิบัติตน ตามความเชื่อ ตามหลักศาสนา ในวิถีพุทธ เพื่อให้เกิดความสงบ คลายความทุกข์และเกิดความสุขในจิตใจ ดังนั้นผู้ป่วยระยะสุดท้ายซึ่งได้รับความ เจ็บปวดและทุกข์ทรมานจากโรค จึงมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยว จิตใจของผู้ป่วยทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจ และเกิดความผาสุก ทางจิตวิญญาณ (วิไลลักษณ์ ต้นติ ตระกูล, ๒๕๕๒) นับเป็นแนวทางหนึ่ง ในการพัฒนาระบบบริการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ใน ชุมชน และการพัฒนาแนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิตโดยใช้ การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมพร้อมกับการใช้ภูมิปัญญา ท้องถิ่นเพื่อเยียวยาผู้ป่วยระยะสุดท้ายในชุมชนต่อไป

การพัฒนาแนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติในการเตรียม ความพร้อมก่อนเสียชีวิต พบว่า “ช่วงวาระสุดท้ายก่อนตาย” ที่ต้องอาศัย “การดูแลแบบประคับประคอง” เป็นช่วงสำคัญที่ผู้ป่วย ญาติ และแพทย์ ต้อง ตัดสินใจร่วมกันว่าจะยื้อหรือยุติการรักษา ซึ่งส่งผลต่อเวลาและทุนทรัพย์ที่จะเพิ่มขึ้นตามมา การหยิบเรื่องนี้มาพูดคุยและ เตรียมการไว้ล่วงหน้าจึงเป็นเรื่องสำคัญไม่ต่างจากการวางแผนชีวิตในช่วงอื่น การเตรียมการที่ดีจะช่วยให้ผู้ป่วยได้รับการดูแล และเสียชีวิตไปอย่างที่ดีที่คาดหวังที่สำคัญที่สุดคือ การลดความทุกข์จากการทรมานจากการเจ็บป่วยผู้ป่วยและครอบครัวสามารถ บริหารจัดการทางการเงิน ลดความเสี่ยงของการสิ้นเนื้อ ประดาตัวเพราะค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ซึ่งค่าใช้จ่ายในการ รักษาพยาบาลในช่วงระยะ ท้ายของชีวิตมีสัดส่วนที่สูงมากเมื่อเทียบกับช่วงอื่น ๆ ตัวอย่างกรณีคนไข้โรคมะเร็งของสิทธิ หลัก ประกันสุขภาพถ้วนหน้า ค่ารักษาพยาบาลในเดือนสุดท้ายก่อนเสียชีวิตประมาณ ๔๕,๐๐๐ บาท หากรับการดูแลใน โรงพยาบาล และ ๒๗,๐๐๐ บาท หากรับการดูแลที่บ้าน จะเห็นได้ว่าค่าใช้จ่ายใน การดูแลที่บ้านจะต่ำกว่า อีกทั้งการรับ

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

บริการที่บ้านยังช่วยลดอัตราการครองเตียงในโรงพยาบาล ซึ่งสอดคล้องกับผลการสำรวจว่าหากเลือกได้ ผู้สูงอายุมักเลือกบ้านเป็นสถานที่สุดท้ายของชีวิต

ผลของการศึกษาถึงแนวปฏิบัติและรูปแบบการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติ ในการเตรียมความพร้อมก่อนเสียชีวิตในพื้นที่เขตเทศบาลเมืองพนัสนิคม ตำบลพนัสนิคม อำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี พบว่า ในการปฏิบัติโดยสืบเนื่องจากกระบวนการเยี่ยมบ้านโดย Care Giver และพระสงฆ์นั้น Care Giver จะมีบทบาทสำคัญในการประเมินความต้องการจำเป็นของผู้ป่วยและญาติ เชื่อม ประสานความร่วมมือ ติดตามประเมินผล พิทักษ์สิทธิ์ เพื่อให้ได้มาซึ่งบริการหรือทรัพยากรที่จำเป็นต่อการคลี่คลายปัญหาอันซับซ้อนของผู้ป่วยและญาติผู้ป่วย จากนั้นจึงมีการประสาน งานกับพระสงฆ์ที่เยี่ยมบ้านเพื่อเข้าไปเยี่ยมและให้บริการที่สอดคล้องและตอบสนองความต้องการของผู้ป่วยและญาติของผู้ป่วย ไม่ว่าจะเป็นการผูกข้อมือ การเทศน์ธรรมมหาวิภาวดี การแต่งวรรณกรรมที่มุ่งเน้นด้านหลักธรรม ความเชื่อ และความศรัทธาในพระพุทธศาสนาโดยผสมผสานกับการดำเนินชีวิตของคนในท้องถิ่น ที่มีความเกรงกลัวต่อบาป อุกุศล ต่าง ๆ เพราะพระพุทธศาสนาได้ซึมซับอยู่ในวิถีชีวิตของสังคมท้องถิ่นเมืองพนัสนิคมเป็นระยะเวลาที่ยาวนาน และพระพุทธศาสนายังเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ ที่พึ่งทางใจ พุทธศาสนาจึงก่อกำเนิด ความศรัทธาจนสร้างแรงบันดาลใจนำไปสู่การสร้างสรรคผลงานทางด้านวรรณกรรม

ข้อเสนอแนะ

๑. ข้อเสนอแนะเชิงพัฒนาและการนำไปใช้

๑.๑ สถาบันสงฆ์ในระดับอำเภอ ควรให้ความสำคัญเรื่องการส่งเสริมบทบาท พระสงฆ์ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการทำงานร่วมกับกลุ่มต่าง ๆ ในชุมชน ตลอดจนถึงมีกองทุนที่ สามารถสนับสนุนให้พระสงฆ์มีความสามารถในดูแลสุขภาพชุมชนและพระสงฆ์ โดยใช้ธรรมานุสสุภาพพระสงฆ์มาใช้ขับเคลื่อนอย่างจริงจัง

๑.๒ ให้มีการจัดเก็บข้อมูลพระสงฆ์ที่ทำงานร่วมกับชุมชนอย่างเป็นระบบ เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการวางแผน และพัฒนา กระบวนการด้านการส่งเสริมสุขภาพชุมชนโดยพระสงฆ์ อย่างครบวงจร โดยอาจพัฒนาอาสาสมัครสมัคร สาธารณสุข ซึ่งเป็นคนในชุมชนเก็บข้อมูลพระ สงฆ์ในพื้นที่ทำให้เข้าถึงพระสงฆ์ได้ง่าย

๑.๓ ในวิถีปกติ ชุมชนมีการเยี่ยมบ้านอยู่แล้ว โดยเฉพาะแกนนำอาสาสมัคร สาธารณสุข แต่จะอย่างไร ให้มีการบูรณาการร่วมกันระหว่าง Care Giver กับพระสงฆ์ ซึ่ง ถือว่าเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณ ซึ่งจะช่วยให้กระบวนการเยี่ยม บ้านครอบคลุมมิติกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ

๑.๔ ให้มีการฟื้นฟูการนำเอาหลักความเชื่อ หลักการทางศาสนา ตลอดจนถึง พิธีกรรมแบบล้านนามา ประพฤติปฏิบัติและมีการถ่ายทอดส่งต่อให้กับพระสงฆ์รุ่นใหม่อย่าง เป็นระบบ

๒. ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

๒.๑ ควรศึกษาเปรียบเทียบระหว่างทีมเยี่ยมบ้านที่มีพระสงฆ์เป็นทีมเยี่ยม และได้รับการส่งเสริมพัฒนา พัฒนาศักยภาพและทีมที่ไม่มีพระสงฆ์เป็นทีมเยี่ยมและไม่ได้รับการส่งเสริมพัฒนา ศักยภาพอย่างเป็นระบบเพื่อให้เห็นความแตกต่าง

๒.๒ ควรศึกษาเปรียบเทียบระหว่างการทำงานในพื้นที่ในเขตเมืองและเขต ชนบทเพื่อให้เห็นความแตกต่างระหว่างบริบทของพื้นที่ที่ต่างกัน เพื่อพัฒนาเป็นต้นแบบหรือ แนวทางในการให้บริการต่อไป

เอกสารอ้างอิง

กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (๒๕๕๓). *แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย*. กรุงเทพมหานคร:

กระทรวงสาธารณสุข.

กิตติกร นิลมานันต์. (๒๕๕๕). *การดูแลระยะสุดท้ายของชีวิต*. สงขลา : ออเรนจ์มีเดีย.

เต็มศักดิ์ พึ่งรัศมี. (๒๕๕๐). *การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษร สัมพันธ์จำกัด.

พระไพศาล วิสาโล. (๒๕๕๒). *การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ*. ใน: ประเสริฐ

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

เลิศสงวนสินชัย, อิศรางค์ นุชประยูร, พรเลิศ ฉัตรแก้ว, ฉันทชาย สิทธิพันธ์, บรรณาธิการ. *การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย*.

กรุงเทพมหานคร: อักษรสัมพันธ์.

รุ่งนรินทร์ ประดิษฐ์สุวรรณ. (๒๕๕๒). Living will : มุมมองทางการแพทย์เวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. ในแสงบุญ. วารสาร มจร.

วิชาการ. ๑๗(๑): ๑๑๘.

เฉลิมวิภา และไพศาล ลีสมิต. *ก่อนวันผลัดใบ*. นนทบุรี: ศูนย์กฎหมายสุขภาพและ นิติศาสตร์คณะนิติศาสตร์

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วิไลลักษณ์ ตันติตระกูล. (๒๕๕๒). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย.

รายงานวิจัย. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สอาด มุ่งสิน และจรรยาศรี มีหนองหว้า. (๒๕๕๘). *การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามวิถีชุมชนใน สังคม วัฒนธรรมอีสาน :*

กรณีศึกษาชุมชนตำบลโพธิ์ใหญ่ อำเภวารินชาราบ จังหวัดอุบลราชธานี. วารสารมนุษยศาสตร์และ

สังคมศาสตร์. ๖ (๑): ๘๙ - ๑๐๔.

สายพิน หัตถิรัตน์ และคณะ. (๒๕๕๓). *คู่มือการดูแลสุขภาพครอบครัว*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

Turk DC, Feldman CS. (๑๙๙๒). *Noninvasive approaches to pain control interminal illness: The contribution*

of psychological variables. Hosp : J ๑๙๙๒.

Temel JS, Greer JA et al.. (๒๐๑๐). *Early palliative care for patients with metastatic non-small cell*

lungcancer.

N Engl : J ๒๐๑๐.



ประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์เรื่องมรรยาทชาวพุทธ
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร
THE EFFICIENCY OF ONLINE TEACHING AND LEARNING MANAGEMENT USING VIDEO MEDIA ABOUT
BUDDHIST ETIQUETTE OF STUDENTS IN GRADE ๕
WAT TRAI RATTANARAM SCHOOL (CHUN CHU JAI RAT UTHIT) BANGKOK

จุฑารัตน์ พวงสมบัติ^๑ และ ศุภกาญจน์ วิชานาติ
วิทยาลัยการฝึกหัดครู มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
Jutharat Phuangsombat and Suphakan Wichanati
College of Teacher Education Phranakhon Rajabhat University
E-mail. chutharat.ttuk@pnru.ac.th^๑



บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เพื่อศึกษาประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพฯ โดยเป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Research) ซึ่งมีกลุ่มเป้าหมายในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ห้อง ๑ จำนวน ๓๐ คน วิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๔ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพฯ ซึ่งผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling)

ผลการวิจัยพบว่า คะแนนสอบหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน(ค่าเฉลี่ยผลต่าง/ $\bar{X}_i= ๒.๙$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ (ค่า t-test = ๔.๘๔) ส่วนประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โดยภาพรวม ๔ ด้าน พบว่า อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}= ๔.๔๙$) รายด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ด้านการใช้สื่อวีดิทัศน์ใน ด้านวิธีการสอน ($\bar{X}= ๔.๕๑$) ด้านการวัดและประเมินผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}= ๔.๕๑$) การจัดการเรียนการสอน ($\bar{X}= ๔.๕๐$) และด้านบรรยากาศในการเรียนการสอน ($\bar{X}= ๔.๔๓$) ตามลำดับ

คำสำคัญ: ประสิทธิภาพ สื่อวีดิทัศน์ การเรียนการสอนออนไลน์

Abstract

This research was to study the effectiveness of online teaching and learning management. using video media on Buddhist etiquette of students in grade ๕, Wat Trai Rattanaram School (Chun Chu Jai Rat Uthit), Bangkok, which is mixed research (Mixed Research), which the research target is ๓๐ students in Grade ๕, Class ๑ Buddhism subject on Buddhist manners, semester ๑, academic year ๒๐๒๑, Wat Trai Rattanaram School (Chuenchu Jai Rat Uthit), Bangkok, where the researcher used purposive sampling method.

The results showed that The test scores after school were significantly higher than before (mean difference/ $\bar{X}_i= ๒.๙$) with statistical significance at the ๐.๐๕ level (t-test = ๔.๘๔). By using video media on Buddhist etiquette of Prathomsuksa ๕ students, overall in ๔ aspects, it was found that it was at a high level ($\bar{X}= ๔.๔๙$). Each aspect was at the highest level. including the use of video media in Teaching methods ($\bar{X}= ๔.๕๑$), measurement and evaluation were at a high level ($\bar{X}= ๔.๕๑$), teaching-learning ($\bar{X}= ๔.๕๐$), and teaching-learning atmosphere ($\bar{X}= ๔.๔๓$.) respectively.

Keywords: efficiency, video media online teaching

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

บทนำ

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๑๕๔๒ มาตรา ๒๒ การจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้พัฒนาตนเองได้และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุดกระบวนการจัดการเรียนการสอนต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ (กระทรวงศึกษาธิการ, ๒๕๔๒)

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (Coronavirus Disease ๒๐๑๙ : COVID-๑๙) ทำให้เกิดการปรับตัวเป็นวิถีชีวิตแบบใหม่ โดยเฉพาะสถาบันทางการศึกษาที่ไม่สามารถจัดการเรียนการสอนแบบปกติได้ จึงจำเป็นต้องใช้รูปแบบการเรียนการสอนแบบออนไลน์ เพื่อให้การเรียนรู้เกิดความต่อเนื่อง ดังนั้นการเรียนการสอนแบบออนไลน์ (Online Learning) จึงได้เข้ามามีบทบาทต่อการเรียนการสอนในการศึกษาทุกระดับชั้นทั้งประถมศึกษา มัธยมศึกษา อุดมศึกษา และการศึกษาในทุกรูปแบบกระบวนการจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์มีองค์ประกอบได้แก่ ผู้สอน ผู้เรียน เนื้อหา สื่อการเรียนและแหล่งการเรียนรู้ กระบวนการจัดการเรียนรู้ ระบบการติดต่อสื่อสาร ระบบเครือข่ายเทคโนโลยีสารสนเทศ การวัดและประเมินผล รูปแบบการเรียนการสอนมีหลากหลายวิธี

ในปัจจุบันวิดิทัศน์เข้ามามีบทบาทในชีวิตของเรามากขึ้น เป็นสื่อที่เหมาะสมสำหรับใช้เพื่อการจัดการเรียนรู้ เพราะวิดิทัศน์เป็นสื่อที่ทำให้ผู้เรียนเห็นภาพได้ชัดเจน ซึ่งอาจเป็นภาพนิ่ง หรือภาพเคลื่อนไหว สื่อวิดิทัศน์สามารถใช้ในกาสาธิตเป็นสิ่งที่สามารถช่วยให้ผู้เรียนเห็นสิ่งที่ควรเห็น ผู้สอนสามารถสร้างสื่อการสอนในรูปแบบวิดิทัศน์วันพเสนอได้หลายรูปแบบ ประกอบกับเทคโนโลยีในปัจจุบันที่หามาใช้ได้ไม่ยากพร้อมกับโปรแกรมที่ใช้ในการตัดต่อวิดิทัศน์ก็มีให้เลือกใช้มากมายและไม่ยากเกินไปที่จะเรียนรู้ เช่น เป็นวิดิทัศน์โดยตรง เป็นภาพวิดิทัศน์ประกอบโปรแกรม PowerPoint เป็นภาพวิดิทัศน์ประกอบใน Website เป็นต้น

ดังนั้นมรรยาทชาวพุทธจึงมีความสำคัญต่อสังคมไทย เพราะมรรยาทชาวพุทธนับว่าเป็นวัฒนธรรมที่มีแบบแผนในการปฏิบัติประพฤติ ซึ่งเป็นแนวปฏิบัติที่ทำให้สมาชิกในสังคมสามารถดำรงอยู่ร่วมกันได้อย่างดี โดยเฉพาะมรรยาทชาวพุทธที่หล่อหลอมมาจากหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา เป็นกริยาวาจาที่บุคคลในสังคมพึงปฏิบัติต่อกัน อันจะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม จนนับเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมทางศาสนาที่มีลักษณะเฉพาะของชาวพุทธในประเทศไทย แม้จะไม่ใช่สำคัญเท่ากับหลักธรรมคำสอนโดยตรง แต่ก็มีส่วนในการสร้างความรัก ความสามัคคี อันเป็นเอกลักษณ์สำคัญของสังคมไทยที่คนไทยทุกคนควรประพฤติปฏิบัติและสืบทอดต่อไป

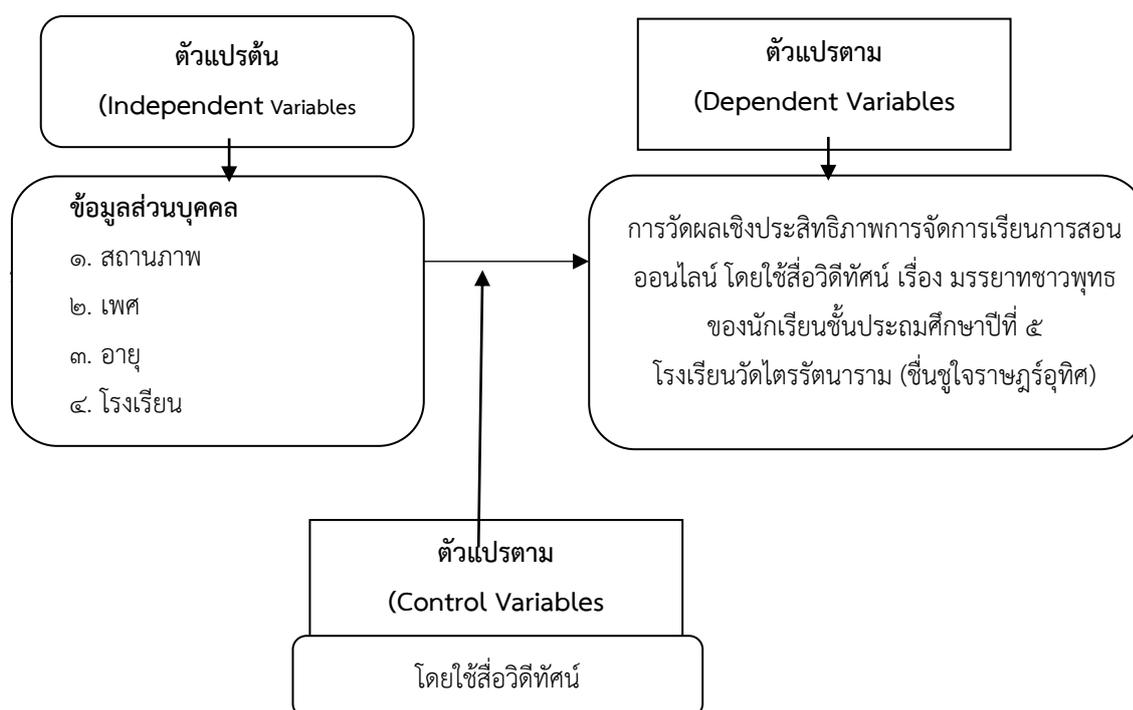
จากปัญหาดังที่กล่าวมา วิจัยจึงมีความสนใจในการวัดผลเชิงประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวิดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชินชูใจราษฎร์อุทิศ) เพราะเนื่องด้วยสถานการณ์ที่มีโรคระบาดทำให้จัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบปกติไม่ได้ จึงจำเป็นต้องใช้รูปแบบการเรียนการสอนแบบออนไลน์ เพื่อให้การเรียนรู้เกิดความต่อเนื่อง และการใช้สื่อวิดิทัศน์เป็นสื่อที่ทำให้ผู้เรียนเห็นภาพได้ชัดเจน ซึ่งอาจเป็นภาพนิ่ง หรือภาพเคลื่อนไหว สื่อวิดิทัศน์สามารถใช้ในการสาธิตเป็นสิ่งที่สามารถช่วยให้ผู้เรียนเห็น ผู้สอนสามารถจัดเตรียมและจัดทำวิดิทัศน์ได้อย่างถูกต้อง ก่อนนำไปใช้จริง ดังนั้นจึงทำให้เห็นผู้เรียนสนใจ มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาของบทเรียน ด้วยหลักการและเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้ผู้วิจัยได้แนวทางในการวัดผลเชิงประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวิดิทัศน์ในรายวิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ให้นักเรียนในระดับชั้นอื่นๆ ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ก่อนเรียนและหลังเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชินชูใจราษฎร์อุทิศ)
๒. เพื่อพัฒนาประสิทธิภาพการเรียนการสอนออนไลน์โดยใช้สื่อวิดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ให้มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ ๘๐/๘๐

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีการดำเนินการวิจัย

๑. แบบแผนการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Research) ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลอง โดยใช้แผนการวิจัยแบบหนึ่งกลุ่มสอบก่อนสอบหลัง (One Group Pretest Posttest Design) ดังนี้

ตารางที่ ๑ แสดงแบบแผนการของการวิจัย (One Group Pretest Posttest Design)

ประชากรกลุ่มตัวอย่าง	ทดสอบก่อนเรียน	ทดลอง	ทดสอบหลังเรียน
E	T๑	X	T๒

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการของการวิจัย

E	แทน	ประชากรกลุ่มตัวอย่าง
X	แทน	การทดลองโดยใช้สื่อวีดิทัศน์
T๑	แทน	การทดสอบก่อนเรียน
T๒	แทน	การทดสอบหลังเรียน

๒. กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มเป้าหมายในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ห้อง ๑ จำนวน ๓๐ คน ในรายวิชาพระพุทธศาสนา เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๔ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชั้นชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร ซึ่งผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling)

๓. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย แบบทดสอบกึ่งทดลองเชิงประสิทธิภาพ

๔. สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล

- ๑) การหาค่าแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

$$P = \frac{f \times 100}{N}$$

เมื่อ P แทน ค่าร้อยละ
f แทน ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นร้อยละ
n แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

๒) การหาค่าความตรงตามเนื้อหา (content-validity)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC คือ ดัชนีความสอดคล้อง
 $\sum R$ คือ ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
N คือ จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

๓) การหาค่าความยากง่าย (Level of difficulty)

$$P = \frac{R}{N}$$

เมื่อ P แทน ความยากง่ายของแบบทดสอบ
R แทน จำนวนคนที่ทำข้อสอบถูก
N แทน จำนวนคนที่ทำข้อสอบทั้งหมด

๔) การหาค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) คำนวณจากสูตร

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

เมื่อกำหนดให้ \bar{x} แทน คะแนนค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
 $\sum x$ แทน ผลรวมทั้งหมดของคะแนน
n แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

๕) การหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) คำนวณจากสูตร

$$S.D. = \frac{\sqrt{n \sum x^2 - (\sum x)^2}}{n(n-1)}$$

เมื่อ S.D. แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง
 $\sum x^2$ แทน ผลรวมทั้งหมดของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
 $(\sum x)^2$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
n แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง

๖) การหาประสิทธิภาพของสื่อวีดิทัศน์ตามเกณฑ์มาตรฐาน ๘๐/๘๐

คำนวณจากสูตร E๑ E๒ โดยใช้สูตร

$$\text{สูตร } E๑ = \frac{\sum x_1}{N \times A} \times 100$$

เมื่อ E๑ แทน ประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ ได้จากคะแนนการทำกิจกรรมระหว่างเรียนได้ถูกต้อง โดยเฉลี่ยร้อยละ ๘๐

$\sum x_1$ แทน คะแนนรวมของนักเรียนทุกคนที่ได้จากแบบทดสอบก่อนเรียน
A แทน คะแนนเต็มของแบบทดสอบ
N แทน จำนวนผู้เรียนในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

	สูตร	$E_2 = \frac{\sum x_2}{N \times B} \times 100$
เมื่อ	E_2	แทน ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ที่ได้จากคะแนนเฉลี่ย จากแบบทดสอบหลังเรียน โดยเฉลี่ยร้อยละ ๘๐
	$\sum x_2$	แทน คะแนนรวมของนักเรียนทุกคนที่ได้จากแบบทดสอบหลังเรียน
	B	แทน คะแนนเต็มของแบบทดสอบ
	N	แทน จำนวนผู้เรียนในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

ดำเนินการวิจัยเรื่อง การวัดผลเชิงประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่องมรรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชินชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

จากการวิจัยเรื่อง การวัดผลเชิงประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชินชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร มีผลการวิจัยเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่องมรรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชินชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชินชูใจราษฎร์อุทิศ) โดยภาพรวม ๔ ด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ด้านการใช้สื่อวีดิทัศน์ในการจัดการเรียนการสอน ด้านวิธีการสอน ด้านการวัดและประเมินผล รายด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ด้านบรรยากาศในการเรียนการสอน ตามลำดับ

๑. ด้านการใช้สื่อวีดิทัศน์ ในการจัดการเรียนการสอน ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด รายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ความเหมาะสมของการจัดวางตัวอักษร สวยงาม อ่านง่ายชัดเจน รองลงมาได้แก่ความเหมาะสมของภาพและเนื้อหาที่ใช้ประกอบ รองลงมาได้แก่ความถูกต้องของเสียงอธิบายตามหลักภาษา และรายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ระดับเสียงที่ชัดเจน เสียงดนตรีใช้ประกอบเหมาะสม รองลงมาได้แก่ ความเหมาะสมของการเชื่อมโยงเนื้อหาภายในหน่วยการเรียนรู้ ตามลำดับ

๒. ด้านบรรยากาศในการเรียนการสอน ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด รายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ สร้างบรรยากาศให้นักเรียนเกิดความสนใจในการเรียน รองลงมา ได้แก่ เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นได้ รายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ ให้ความสนใจนักเรียนอย่างทั่วถึง รองลงมา ได้แก่ เน้นเนื้อหาสาระอย่างเหมาะสมในการเรียนการสอน รองลงมา ได้แก่ มีความเข้าใจในการใช้สื่อมาสร้างบรรยากาศการสอนได้ดี ตามลำดับ

๓. ด้านวิธีการสอน ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด รายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ จัดเนื้อหาการเรียนให้เหมาะสมกับเนื้อหาของชั้นเรียน รองลงมา ได้แก่ นำวิธีการสอนโดยกระตุ้นให้ผู้เรียนสนใจ รายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน รองลงมา ได้แก่ นำเข้าสู่บทเรียนด้วยวิธีการสอนที่น่าสนใจ รองลงมา ได้แก่ นักเรียนมีส่วนร่วมในการยกตัวอย่างในขณะที่สอน ตามลำดับ

๔. ด้านการวัดและประเมินผล ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด รายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ มีการทำแบบฝึกหัดแบบทดสอบ รองลงมาได้แก่ มีการทดสอบการอ่าน เขียน วิเคราะห์ รองลงมา ได้แก่ มีการแจ้งผล/รายงานผลการส่งงานนักเรียน รายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด ได้แก่ จัดรูปแบบเหมาะสมกับระดับชั้นของนักเรียน รองลงมา ได้แก่ มีการสังเกตพฤติกรรมมีส่วนร่วมในชั้นเรียน ระหว่างครู – นักเรียน ตามลำดับ

แบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ชินชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร ผลการวิเคราะห์พบว่าแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ห้อง ๑ มีคะแนนแบบทดสอบหลังเรียน มากกว่าคะแนนแบบทดสอบก่อนเรียน วิเคราะห์จากค่าเฉลี่ย (\bar{X}) คะแนนแบบทดสอบก่อนเรียน มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ ๕.๕๓ มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ ๑.๗๙๕ และคะแนนทดสอบหลังเรียน มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) เท่ากับ ๘.๓๖ มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) เท่ากับ ๑.๗๑๒ และค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของผลต่าง ๒.๘ จากผลเปรียบเทียบแสดงให้เห็นว่านักเรียนมีพัฒนาการเรียนมากขึ้น หลังจากได้รับการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรรยาทชาวพุทธ

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ผลเปรียบเทียบคะแนนแบบทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ห้อง ๑ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ซึ่งชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร ผลการวิเคราะห์พบว่าผลการทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ห้อง ๑ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ซึ่งชูใจราษฎร์อุทิศ) กรุงเทพมหานคร เมื่อเปรียบเทียบระหว่างคะแนนสอบทั้งก่อนเรียนและหลังเรียน พบว่า คะแนนสอบหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนวัดไตรรัตนาราม (ซึ่งชูใจราษฎร์อุทิศ) จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นต่อประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่ได้ตั้งไว้แต่ต้น โดยมีความคิดเห็นว่า รูปแบบการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ โดยใช้สื่อวีดิทัศน์ เรื่อง มรยาทชาวพุทธ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ เป็นการจัดการเรียนการสอนที่เหมาะสมและสอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบันที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ ๒๐๑๙ สอดคล้องกับ นายทัตเทพ วงศ์แก้ว (๒๕๕๘) ได้ทำการวิจัย ประสิทธิภาพการจัดการเรียนแบบบูรณาการตามทัศนะของนักเรียนการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ของศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช

ผลการวิจัยพบว่า ๑) ประสิทธิภาพการจัดการเรียนแบบบูรณาการตามทัศนะ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีโดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับดี ๒) ผลการเปรียบเทียบประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการตามทัศนะของการศึกษานอกระบบ ไม่แตกต่างกันตามตัวแปรเพศ แต่นักศึกษาที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีทัศนะต่อประสิทธิภาพการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการในภาพรวมต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ด้านครูผู้สอนที่ระดับ .๐๕ และด้านกระบวนการเรียนการสอนที่ระดับ เช่นเดียวกับ พระพิติพร วิชชากร (ชินธนนท์) (๒๕๖๐) ได้ทำการวิจัย ประสิทธิภาพการสอนวิชาพระพุทธศาสนาของพระสอนศีลธรรมในโรงเรียนประถมศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ

ผลการวิจัยพบว่า ๑) นักเรียนมีความคิดเห็นต่อประสิทธิภาพการสอนวิชาพระพุทธศาสนาของพระสอนศีลธรรมในโรงเรียนประถมศึกษา การวัดประเมินผล อยู่ในระดับมากที่สุด และที่เหลือน้อยอยู่ในระดับมาก ได้แก่ ด้านการสอน ด้านการสร้างบรรยากาศในห้องเรียน และด้านการใช้อุปกรณ์ในการสอนตามลำดับ ๒) แนวทางการพัฒนาการสอนวิชาพระพุทธศาสนา มีดังนี้ ๒.๑ การวัดประเมินผล จัดรูปแบบในการวัดผลและประเมินผลตามลักษณะของท้องถิ่นเป็นแบบมาตรฐานในทุกระดับชั้น ๒.๒ ด้านวิธีการสอน มีวิธีการ กระบวนการหรือสิ่งประดิษฐ์ใหม่ๆ มาใช้ในการจัดการเรียนรู้ในการแก้ไขปัญหาหรือพัฒนาการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ ๒.๓ ด้านการสร้างบรรยากาศในห้องเรียน จัดบรรยากาศการเรียนการสอนให้มีสภาพแวดล้อมที่สะอาด สงบ ปลอดภัยไร้มลพิษทั้งทางกาย วาจา และจิตใจ เพื่อนำไปสู่การเรียนวิชาพระพุทธศาสนา ๒.๔ ด้านการใช้อุปกรณ์ในการสอน ใช้สื่อที่ทันสมัยมีความหลากหลายเหมาะสมกับวัยของผู้เรียนประกอบเนื้อหาบทเรียนและให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการใช้สื่อการสอน นอกจากนี้ อติศร พิงศรี (๒๕๖๑) ได้ทำการวิจัย การพัฒนาบทเรียนวีดิทัศน์ออนไลน์ วิชาถ่ายภาพ เรื่อง Advance Flash Photography

ผลการวิจัยพบว่า ๑) ประสิทธิภาพของบทเรียนวีดิทัศน์ออนไลน์ ค่าคะแนนเฉลี่ยผลการปฏิบัติงานระหว่างเรียน เท่ากับ ๓๖.๔๘ คิดเป็นร้อยละ ๙๑.๐๘ ค่าคะแนนเฉลี่ยผลการทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียน เท่ากับ ๒๗.๘๗ คิดเป็นร้อยละ ๙๒.๘๙ แสดงให้เห็นว่าบทเรียนวีดิทัศน์ที่สร้างและพัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพ เท่ากับ ๙๑.๐๘/๙๒.๘๙ ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ ๘๐/๘๐ ๒) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตที่เรียนด้วยบทเรียนวีดิทัศน์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ๓) นิสิตมีความเห็นที่ดีต่อบทเรียนวีดิทัศน์ ซึ่งสอดคล้องกับวิจัยของ ศุภเศรษฐ์ พิงบัว (๒๕๖๒) ได้ทำการวิจัย การพัฒนาบทเรียนออนไลน์ วิชาอินเทอร์เน็ตด้วยแอปพลิเคชัน Google classroom สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ผลการวิจัยพบว่า บทเรียนออนไลน์ วิชาอินเทอร์เน็ต ด้วยแอปพลิเคชัน Google classroom สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ที่สร้างขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ E๑ มีค่า เท่ากับ ๘๒.๐๖, E๒ มีค่าเท่ากับ ๘๑.๑๐ ซึ่งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า หลังเรียนสูงกว่า ก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ และความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการเรียน หลังเรียน อยู่ในระดับมากที่สุด

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งมีข้อเสนอแนะที่ควรปรับปรุงและสามารถนำไปปรับใช้กับสถานศึกษาได้อย่างดี เช่น การนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ผลการวิจัยในนี้สามารถนำไปปรับใช้กับสถานศึกษาที่มีปัญหาในด้านต่างๆ

๑. ด้านการใช้สื่อวีดิทัศน์ ในการจัดการเรียนการสอน ครูควรมีการพัฒนาในการใช้สื่อเทคโนโลยีการสอนที่ทันสมัย ควรจะจัดหาสื่อที่หลากหลายเข้ามาใช้ในการเรียนการสอนมีสื่อใหม่ๆ เป็นอุปกรณ์มาสอนทุกครั้งใช้สื่อการสอนที่เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน สื่อการสอนมีการประกอบอธิบายเนื้อหาบทเรียน ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการเรียนการสอน

๒. ด้านบรรยากาศในการเรียนการสอน ครูควรมีการดูแลเอาใจใส่ ครูควรดูแลเอาใจใส่บรรยากาศ เพื่อให้นักเรียนได้รับความสุขในการเรียน นอกจากนี้ครูควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นและการยอมรับความคิดเห็นของผู้เรียน

๓. ด้านวิธีการสอน ครูควรส่งเสริมการเรียนรู้ให้แก่ นักเรียน มีการปรับปรุงวิธีการสอนให้เหมาะสมกับยุคสมัยใช้วิธีการสอนที่หลากหลายด้านในการพัฒนาทักษะต่างๆให้กับนักเรียน ใช้วิธีการสอนที่เหมาะสมกับนักเรียนให้เห็นภาพได้ชัดเจน และมีการกระตุ้นให้วิธีการสอนน่าสนใจ

๔. ด้านการวัดและประเมินผล ครูควรจัดรูปแบบในการวัดและประเมินผลตามลักษณะสถานการณ์ปัจจุบันให้เป็นมาตรฐานในทุกระดับชั้น มีการเพิ่มแบบทดสอบการอ่าน การเขียน และควรเพิ่มแรงจูงใจเพื่อให้นักเรียนมีการนำผลการเรียนไปปรับปรุงพัฒนา

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

๑. ศึกษาวิจัยในเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอนวิชาพระพุทธศาสนา

๒. ศึกษาเทคนิคการสอนของครูการจัดการเรียนการสอนโดยใช้สื่อวีดิทัศน์

๓. ศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนต่อพฤติกรรมการสอนของครู

เอกสารอ้างอิง

กิตานันท์ มลิทอง. (๒๕๔๘). *เทคโนโลยีการศึกษาร่วมสมัย*. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

_____. (๒๕๔๘). *การใช้วีดิทัศน์*. คณะศิลปกรรม. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

กระทรวงศึกษาธิการ. (๒๕๕๑). *หลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม*.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม. (๒๕๖๐). *คู่มือการดำเนินงานตามโครงการพระสอนศีลธรรมใน*

โรงเรียน. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.สพ.).

กฤษณา ลิกขามาน. (๒๕๕๔). *การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาการสื่อสารภาษาอังกฤษธุรกิจโดย*

ใช้การสอนแบบ E-Lerning. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีปทุม.

กฤษมันต์ วัฒนารงค์. (๒๕๕๔). *ความหมายของประสิทธิภาพ*. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์.

เกศินี โชติเดสนีย์. (๒๕๓๖). *การผลิตเทปโทรทัศน์เพื่อการศึกษาและมีคอมพิวเตอร์*. กรุงเทพมหานคร :

โอเดียนสโตร์

จารุวรรณ กาฬภักดี. (๒๕๕๙). *แนวคิดและทฤษฎีประสิทธิภาพ*. กรุงเทพมหานคร : เพ็ญฟ้า พรินต์ติ้ง.

ชัยยงค์ พรหมวงศ์. (๒๕๔๐). *เอกสารประกอบการสอนวิชา ๑๑๒ ๗๐๓ การผลิตวีดิทัศน์เพื่อการศึกษา*. ขอนแก่น : สาขาวิชา

เทคโนโลยีการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์.

ไชยยศ เรืองสุวรรณ. (๒๕๖๖). *เทคโนโลยีการสอน: การออกแบบและพัฒนา*. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์.

ทัตเทพ วงศ์แก้ว. (๒๕๕๘). *ประสิทธิภาพการจัดการเรียนแบบบูรณาการตามทักษะของนักเรียนการศึกษานอกระบบ*

ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ของศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอทุ่งสง

จังหวัดนครศรีธรรมราช. สารนิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพัฒนาหลักสูตรและการสอน.

วิทยาลัยเทคโนโลยีภาคใต้.

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ทิตินา แคมมณี. (๒๕๖๑). *ศาสตร์การสอน : ทางเลือกที่หลากหลาย*. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

บุญเที่ยง จุ้ยเจริญ. (๒๕๔๓). *โทรทัศน์เพื่อการศึกษา หน่วยที่ ๙*. เอกสารการสอน สาขาศึกษาศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

ประหยัด จิระวรพงศ์. (๒๕๒๘). *หลักการทฤษฎีเทคโนโลยีทางการศึกษา*. คณะเทคโนโลยี. กรุงเทพมหานคร: บาร์เทอร์ ออฟ เซ็นต์.

พระปิตพ วิชากร (ชั้นฉันทน์). (๒๕๖๒). *ประสิทธิภาพการสอนวิชาพระพุทธศาสนาของพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน* ประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ. *ภาคนิพนธ์ครุศาสตร์* มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา.

วิจิตร ภัคศิริตัน. (๒๕๒๕). *วิทยุกระจายเสียง วิทยุโทรทัศน์กับการศึกษา*. กรุงเทพมหานคร : บาร์เทอร์ออฟ เซ็นต์

วิสันต์ อติศัพท์. (๒๕๒๖). *การผลิตวีดิทัศน์เพื่อการศึกษา*. สงขลา : มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ศุภเศรษฐ์ พึ่งบัว. (๒๕๖๒). *การพัฒนาบทเรียนออนไลน์ วิชานเทอร์เน็ตด้วยแอปพลิเคชัน Google classroom สำหรับนักเรียน*

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑. *วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะศึกษาศาสตร์*. มหาวิทยาลัยบูรพา.

สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงวัฒนธรรม. (๒๕๕๑). *มารยาทไทย*. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

สุวัฒน์ บันลือ. (๒๕๖๓). *รูปแบบการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ที่เหมาะสมสำหรับมหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี*.

วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาการคอมพิวเตอร์. มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.

อดิศร พึ่งศรี. (๒๕๖๑). *การพัฒนาบทเรียนวีดิทัศน์ออนไลน์ วิชาถ่ายภาพ เรื่อง Advance Flash Photography*.

สาขาวิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา มหาวิทยาลัยนเรศวร.

อนงค์ บัวทองเลิศ. (๒๕๕๐). *การพัฒนาผลการเรียนรู้ เรื่องหน้าที่และมารยาทชาวพุทธของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ โดยจัดการเรียนรู้ด้วยเทคนิค STAD และ TGT*. *วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการนิเทศ*. มหาวิทยาลัยศิลปากร.

อภิญา ปัญญาสิทธิ. (๒๕๕๕). *ประสิทธิภาพการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย กรุงเทพมหานคร*. *ปริญญาเศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต คณะเศรษฐศาสตร์* มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

Howell. (๑๙๗๐). *Evaluation of Intensive Television for Teaching Basic Electricity*," *Audio-Visual Communication Reiveqw*. ๘(๕) : ๑๐-๑๓.



**การมีส่วนร่วมของประชาชนในการกำจัดขยะมูลฝอย
ในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี**
**PEOPLE'S PARTICIPATION TO SOLID WASTE DISPOSAL IN AREA OF THUNG SUBDISTRICT
ADMINISTRATION ORGANIZATION,
CHAIYA DISTRICT, SURAT THANI PROVINCE**

ชุตินันท์ มุณีสุวรรณ
Chutinun Muneesuan
มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์
Southeast Asia University
E-mail: chutinun_๑๑๙@hotmail.com



บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑. ศึกษาระดับการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง ๒. เปรียบเทียบการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง และ ๓. ศึกษาปัญหาอุปสรรคต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี เน้นการมีส่วนร่วม ๓ ประการ คือ (๑) การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ (๒) การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ (๓) การมีส่วนร่วมในผลประโยชน์ ใช้วิธีวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) กำหนดประชากรในการศึกษา คือ ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ตำบลทุ่ง ทั้ง ๘ หมู่บ้าน กำหนดกลุ่มตัวอย่าง ๓๗๑ ราย สุ่มตัวอย่างแบบสะดวก ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ จำนวน ร้อยละ และวัดระดับการมีส่วนร่วมนำเสนอด้วยคะแนนเฉลี่ย (Mean: \bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) ทดสอบสมมติฐานโดยสถิติเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง กับข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ การทดสอบค่า Independent Sample t-Test และการทดสอบค่า F-Test ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance : ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ จึงทำการทดสอบรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffe'

ผลการศึกษาพบว่า การมีส่วนร่วมของประชาชนในการกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง โดยภาพรวมการมีส่วนร่วมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๕๒$) เมื่อพิจารณาแต่ละลักษณะการมีส่วนร่วม พบว่า การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติการ มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{X} = ๒.๘๔$) อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๕๗$) และมีส่วนร่วมในผลประโยชน์ มีคะแนนเฉลี่ยน้อยสุดอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๔๒$) ในการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า เพศ อายุ ระดับการศึกษา จำนวนสมาชิกในครัวเรือน อาชีพต่างกันส่งผลต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ส่วนรายได้ของครอบครัว และระยะเวลาที่อาศัยอยู่ท้องถิ่นไม่ส่งผลต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ในขณะที่ปัญหาและอุปสรรคหลักคือ ประชาชนให้ความร่วมมือในการจัดการขยะที่มีผลต่อสิ่งแวดล้อมน้อย ในขณะที่องค์การบริหารส่วนตำบลยังขาดประสิทธิภาพการบริหารจัดการ ทั้งด้านกำลังคน งบประมาณ หลักวิธีการ จึงมีข้อเสนอแนะจากการศึกษาว่าควรให้ความสำคัญต่อการณรงค์ให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในชั้นวางแผนพัฒนาท้องถิ่น มีส่วนร่วมในการคัดแยกขยะ และรับผลประโยชน์จากความสะอาด สภาพแวดล้อมของชุมชนทั้งปัจจุบันและอนาคต

คำสำคัญ: การมีส่วนร่วม, ขยะมูลฝอย, องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง

Abstract

The purpose of this study is to ๑. investigate corporation of population with solid waste management in area of Thung Subdistrict Administration Organization ๒. compare corporation of population with solid waste management in area of Thung Subdistrict Administration Organization ๓. examine obstacles forward corporation of population with solid waste management in area of Thung Subdistrict Administration Organization, Chaiya District, Surat Thani Province emphasizing on three important aspects of participation; (๑) participation in decision-making (๒) participation in workforce (๓) benefits of participation. The survey research was employed and the sample group of this study were ๓๗๑ Thung citizens selected by a convenience sampling. The study was conducted by using descriptive statistics as percentage and the levels of participation were assessed by mean (Mean: \bar{X}) and standard deviation (Standard Deviation: S.D.). Mean group comparison was used for assessing corporation of population with solid waste management and personal information was conducted by independent sample t-Test, F-test and one-way analysis of variance (ANOVA). Scheffe's multiple comparison procedure was used when significance level of .๐๕ was indicated.

The overall result of the study showed that the corporation of population with solid waste management in area of Thung Subdistrict Administration Organization was in the low level ($\bar{X} = ๒.๕๒$) when sorting each aspect of corporation found that participation in workforce was highest ($\bar{X} = ๒.๘๔$) at the middle level; participation in decision-making was at the low level ($\bar{X} = ๒.๕๗$), and benefits of participation was lowest ($\bar{X} = ๒.๔๒$) at the average level. Corporation of population with solid waste management in area of Thung Subdistrict Administration Organization, Chaiya District, Surat Thani Province classified by personal factors found that gender, age, educational level, the number of household members, and occupation were significantly different at .๐๕ level, whereas household income and the period of living were not significantly different for corporation of population with solid waste management in area of Thung Subdistrict Administration Organization, Chaiya District, Surat Thani Province. The main factors and obstacles was the less of corporation of population with solid waste management affecting environment, while the subdistrict administration organization lacks effectiveness in workforce, budget, and management methods. Emphasizing on corporate campaigns is recommended for people's corporation to decision-making in development plan, solid waste management, and benefits of the present and future demanding for a clean environment and community.

Key Word: Participation, Solid Waste, Thung Subdistrict Administration Organization

บทนำ

การขยายตัวทางเศรษฐกิจ และการเพิ่มจำนวนประชากรในหลายท้องถิ่น ได้ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรม และสภาพแวดล้อมในหลายด้าน โดยเฉพาะด้านขยะมูลฝอยและสิ่งปฏิกูล ที่จะทวีปัญหารุนแรงกว้างขวางมากขึ้น ทั้งในระดับชุมชน หมู่บ้าน ตำบล อำเภอ และระดับจังหวัด หากไม่มีการจัดการอย่างเป็นระบบ ครบวงจรด้วยวิธีที่เหมาะสม และการได้รับความร่วมมือจากประชาชนอย่างแท้จริง ดังที่เคยกรณีตัวอย่างในจังหวัดทางภาคเหนือ คือ มีการร้องเรียนจากประชาชนเรื่องปัญหาขยะที่ทวีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างมาก มีการนำขยะไปทิ้งใกล้บริเวณชุมชน ซึ่งก่อให้เกิดปัญหามลพิษจากขยะ ได้แก่ มลพิษทางอากาศ คือ ส่งกลิ่นเหม็นสร้างความรำคาญ มลพิษทางน้ำ ชาวบ้านที่ใช้น้ำในลำธารหรือน้ำใต้ดินไม่สามารถนำมาอุปโภคและบริโภคได้ดั้งเดิม มลพิษทางดิน มีการแทรกซึมของสารเคมีที่ปนมากับขยะ จึงเป็นแหล่งแพร่เชื้อโรคนานาชนิดได้อย่างดี ในขณะที่รูปแบบการแก้ไขปัญหามา หรือการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น แม้ว่ารัฐบาลได้กระจายอำนาจการบริหารงานเรื่องขยะมูลฝอยและสิ่งปฏิกูลให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการควบคุม ดูแล และจัดการ แต่จากนโยบายการกระจายอำนาจสู่ท้องถิ่นเป็นเรื่องที่ยังมีปัญหามากมาย ด้าน เช่น ด้านการบริหาร ด้านบุคลากร ด้านงบประมาณ ด้าน

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

กฎหมายที่เกี่ยวข้อง ซึ่งไม่สามารถนำไปสู่การปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมที่ชัดเจนได้ แผนการจัดการที่มีประสิทธิภาพ รวมถึงการมีส่วนร่วมของประชาชนในท้องถิ่นต่อการจัดการปัญหาที่เกิดขึ้น การขาดความรู้ ความตระหนักของชุมชน ได้ส่งผลกระทบต่อให้เกิดปัญหาสำคัญคือ ปัญหาขยะมูลฝอยที่เป็นต้นตอของปัญหาสิ่งแวดล้อม

จังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นจังหวัดที่มีการพัฒนาในด้านต่างๆ อาทิ ด้านการท่องเที่ยวทางธรรมชาติและโบราณวัตถุ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจที่มีการลงทุนจากภาคเอกชน จึงทำให้มีประชาชนเข้ามาอาศัย เป็นจำนวนมาก มีรูปแบบสังคมเป็นทั้งสังคมเมืองและสังคมชนบท และมีปริมาณมูลฝอยตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๒-๒๕๕๔ คิดเป็น ๕๙๘, ๕๙๖ และ ๖๘๑ ตัน/วัน ตามลำดับ แต่มีความสามารถในการจัดเก็บได้เพียง ๕๔๕.๐๔ ตัน/วัน (ร้อยละ ๘๐) ของปริมาณขยะที่เกิดขึ้น สาเหตุที่ไม่สามารถจัดเก็บได้หมด เนื่องจาก การขาดแคลนพื้นที่ในการกำจัดขยะ มีการต่อต้านการใช้สถานที่ในการกำจัดขยะจากประชาชนในพื้นที่ และมีการจัดการขยะที่ไม่เป็นระบบครบวงจร (สำนักงานจังหวัดสุราษฎร์ธานี, ๒๕๕๔) กรณีที่น่าสนใจว่า อำเภอไชยา เป็นอำเภอที่มีสถานที่ท่องเที่ยวที่สำคัญของจังหวัดสุราษฎร์ธานี อาทิ วัดพระบรมธาตุไชยา สวนโมกขพลาราม การผลิตไข่เข็ญ ไชยา มีประชากรอาศัยอยู่จำนวนมากทำให้มีปัญหาในเรื่องการจัดการมูลฝอย และเป็นปัญหาที่สำคัญที่ต้องได้รับการแก้ไข (อำเภอไชยา, ๒๕๕๓) ประกอบกับตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี มีเนื้อที่ประมาณ ๘๔ ตารางกิโลเมตร หรือ ๕๒,๕๐๐ ไร่ และเป็นร้อยละ ๘.๓๖ ของพื้นที่ส่วนใหญ่มีลักษณะที่ราบลุ่ม จึงเป็นที่ตั้งชุมชนและพื้นที่เกษตรกรรม ส่วนทางด้านตะวันออกเป็นพื้นที่ป่าสงวนแห่งชาติ ด้วยความเจริญที่เริ่มเข้ามาประกอบกับพื้นที่ที่อยู่อาศัยมีอย่างจำกัด และมีการเพิ่มของประชากรอย่างรวดเร็ว เมื่อจำนวนประชากรเพิ่มมากขึ้น สิ่งตามมาเกิดแหล่งสาธารณสุขโรคตามมาด้วย ได้แก่ เป็นตลาด ร้านจำหน่ายสินค้าจำเป็นในชีวิตประจำวัน สิ่งเหล่านี้เป็นที่มาของจำนวนขยะมูลฝอย โดยประเภทมูลฝอย อาทิ เศษอาหาร กระดาษ โลหะ พลาสติก ของขม และจากการสัมภาษณ์ประชาชน ถึงวิธีการทิ้งมูลฝอยในชุมชน พบว่า ไม่มีการคัดแยกมูลฝอยก่อนทิ้ง วิธีการกำจัดมูลฝอยประเภทเศษอาหารเหลือทิ้งจากการบริโภค ให้สัตว์เลี้ยง หรือนำไปทิ้งบริเวณพื้นที่ว่างรอบบ้าน หรือมีการทิ้งใส่ถุงพลาสติก มัดปากถุง แล้วทิ้งลงถังมูลฝอย ร่วมกับเศษกระดาษ ถุงพลาสติก กระป๋อง หรือของที่ไม่ใช้แล้ว ถึงขยะส่วนใหญ่ใช้ถังเพียงใบเดียว ไม่มีการใช้ถุงรองด้านในเพื่อรองรับมูลฝอย การทิ้งมูลฝอยตามที่สาธารณะหรือพื้นที่ว่างของผู้อื่น รวมถึงการเผาในที่กลางแจ้ง ซึ่งมีทั้งมูลฝอยอินทรีย์ เช่น กิ่งไม้ เศษใบไม้ ยังมีมูลฝอยทำลายชั้นบรรยากาศ เช่น โฟม ถุงพลาสติก นอกจากนี้บางส่วนมีการทิ้งในแม่น้ำ ลำคลอง รวมถึงการขาดการบริหารการจัดเก็บมูลฝอย ขององค์การบริหารส่วนตำบล (สุภานี มาโตเม, ๒๕๕๒) และตามพระราชบัญญัติการกระจายอำนาจไปสู่องค์กรปกครองท้องถิ่นได้เริ่ม มีผลบังคับใช้ บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต่อการจัดการระบบสุขภาพ จึงต้องมีชุมชนร่วมด้วยตามเจตนาแห่งรัฐธรรมนูญ ที่ระบุไว้ว่า รัฐต้องมีการส่งเสริม การบำรุงรักษา และการคุ้มครองคุณภาพสิ่งแวดล้อม ตามแนวทางของหลักการพัฒนายั่งยืน ตลอดจนการควบคุมและกำจัดมลพิษที่มีผลต่อด้านสุขภาพ ด้านสวัสดิภาพ และด้านคุณภาพชีวิตประชาชน (ประภาพร ชำดี, ๒๕๕๗) ปัญหามูลฝอยในชุมชน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องยังไม่มีระบบการจัดการ และภาคประชาชนยังขาดการมีส่วนร่วมที่ชัดเจนในการจัดเก็บก่อนทิ้ง

จากสภาพดังกล่าว จึงจำเป็นต้องเริ่มที่ต้นเหตุ ตั้งแต่การเกิดมูลฝอยจนกระทั่งการกำจัด มูลฝอยของประชาชนในชุมชน โดยเน้นการมีส่วนร่วมของชุมชน การนำแนวคิดการมีส่วนร่วมของชุมชน เป็นการดึงศักยภาพของชุมชนมาพัฒนาและสร้างประโยชน์ให้แก่ชุมชนเอง เพราะชุมชนเป็นกลุ่มเป้าหมาย ที่มีความสำคัญมากในดำเนินงานต่างๆ เมื่อชุมชนเข้มแข็งเท่ากับเป็นการสร้างอำนาจและพัฒนากองทัพตนเอง ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงเกิดแนวคิดที่ว่าปัญหาเรื่องมูลฝอยในชุมชนเป็นปัญหาที่จำเป็นต้องมีการแก้ไข ตั้งแต่ต้นเหตุในการเกิดมูลฝอย นั่นคือ ประชาชนในชุมชนต้องตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นและเข้ามามีส่วนร่วม ปัญหาที่นั่นจึงจะได้รับการแก้ไข ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการมีส่วนร่วมของประชาชนในองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ในการระดมความคิดเห็นจากผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทุกกลุ่มเพื่อคิดกิจกรรมในการแก้ไข ปัญหาและพัฒนาระบบการจัดการมูลฝอย ในการแสวงหากลยุทธ์เพื่อนำมาสร้างกิจกรรมให้เกิดประโยชน์ ต่อปัญหาการจัดการมูลฝอย ให้ประชาชนสามัคคี มีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง และหาแนวทางในป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาอุปสรรค และเสนอแนะวิธีการจัดการขยะมูลฝอยที่สามารถนำไปสู่การปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมในแต่ละพื้นที่อย่างเป็นรูปธรรม ทำให้เกิดการพึ่ง ตนเองจนเกิดเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

(๑) เพื่อศึกษาระดับการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

(๒) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

(๓) ศึกษาปัญหา อุปสรรคต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดเกี่ยวกับขยะมูลฝอย

การเกิดขยะมูลฝอย

การเกิดขยะมูลฝอยของมนุษย์นั้นจะแตกต่างกันไปตามเชื้อชาติ ศาสนา ลักษณะการดำเนินชีวิต พฤติกรรมประจำวัน โดยปกติทั่วไป คนไทยมีอัตราการผลิตมูลฝอยอยู่ระหว่าง ๐.๕-๑.๔ กิโลกรัม/คน/วัน หรือประมาณ ๐.๘๒ กิโลกรัม/คน/วัน (กรมควบคุมมลพิษ, ๒๕๕๐: ๑๖)

ปริมาณขยะมูลฝอยชุมชน

ปริมาณขยะมูลฝอยเกิดขึ้นทั่วประเทศประมาณ ๑๕.๐๔ ล้านตันหรือวันละ ๔๑,๒๑๓ ตัน เพิ่มขึ้นจากปี ๒๕๕๐ ประมาณ ๐.๓๒ ล้านตัน หรือร้อยละ ๒.๑๘ โดยในเขตกรุงเทพมหานครมีปริมาณขยะที่เกิดขึ้นได้ประมาณวันละ ๘,๙๗๐ ตัน เขตเทศบาลเมืองและเมืองพัทยาคาดว่าวันละ ๑๔,๗๖๖ ตันและนอกเขตเทศบาลประมาณวันละ ๑๗,๔๗๗ ตัน ด้านการจัดการขยะมูลฝอย พบว่ามีขยะที่ได้รับการจัดการอย่างถูกต้องประมาณ ๑๕,๔๔๔ ตันต่อวัน หรือร้อยละ ๓๗ ของปริมาณขยะทั่วประเทศ ในเขตกรุงเทพมหานครสามารถกำจัดขยะมูลฝอยได้ทั้งหมด ในเขตเทศบาลเมืองและเมืองพัทยามีสถานที่กำจัดมูลฝอยที่ถูกหลักสุขาภิบาลและสามารถเดินระบบได้แล้วจำนวน ๑๐๗ แห่ง สามารถกำจัดได้ประมาณ ๕,๒๔๐ ตันต่อวัน (ร้อยละ ๓๕ ของปริมาณขยะในเขตเทศบาล) ส่วนนอกเขตเทศบาล สามารถกำจัดขยะมูลฝอยอย่างถูกหลักสุขาภิบาลได้เพียง ๑,๒๓๔ ตันต่อวัน (ร้อยละ ๗ ของปริมาณขยะนอกเขตเทศบาล) สำหรับการใช้จ่ายขยะมูลฝอยในปีนี้ คาดว่ามีการนำขยะมูลฝอยชุมชนกลับมาใช้ประโยชน์ใหม่ประมาณ ๓.๔๐๕ ล้านตัน หรือร้อยละ ๒๓ ของปริมาณที่เกิดขึ้นทั้งหมด ๑๕.๐๔ ตัน โดยมีการคัดแยกและนำกลับคืนขยะรีไซเคิล ประเภทเศษแก้ว กระดาษ เหล็ก อะลูมิเนียม ผ่านกิจกรรมต่างๆ เช่น ศูนย์วัสดุรีไซเคิลชุมชน ธนาคารขยะรีไซเคิล การนำขยะอินทรีย์มาหมักทำปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยชีวภาพ และการนำขยะมูลฝอยมาผลิตพลังงานไฟฟ้า (กรมควบคุมมลพิษ, ๒๕๕๐: ๑๕)

ปริมาณขยะมูลฝอยต่อวัน

ในเขตกรุงเทพมหานคร มีปริมาณขยะมูลฝอยที่เกิดขึ้นได้ประมาณวันละ ๘,๔๗๓ ตัน คิดเป็นร้อยละ ๒๑ ในขณะที่ปริมาณขยะมูลฝอยในเขตเทศบาลและเมืองพัทยาเกิดขึ้นประมาณวันละ ๑๒,๙๑๒ ตัน คิดเป็นร้อยละ ๓๒ และนอกเขตเทศบาลซึ่งครอบคลุมพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทั้งหมด เกิดขึ้นประมาณวันละ ๑๘,๖๙๗ ตัน คิดเป็นร้อยละ ๔๗ ของปริมาณขยะที่เกิดขึ้นทั่วประเทศ ข้อมูลจาก สรุปลสถานการณ์มลพิษของประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๕๐

อัตราการเกิดขยะมูลฝอย จากรายงานโครงการศึกษาทบทวนอัตราการเกิดขยะมูลฝอยขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ทั่วประเทศ ปี ๒๕๕๔ ของสำนักจัดการกากของเสียและสารอันตราย กรมควบคุมมลพิษ พบว่าอัตราการเกิด ขยะมูลฝอยเฉลี่ยขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในระดับต่างๆ เป็นดังต่อไปนี้

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	อัตราการเกิดขยะมูลฝอย (กก./คน/วัน)
เทศบาลนคร	๑.๘๙
เทศบาลเมือง	๑.๑๕
เทศบาลตำบล	๑.๐๒
องค์การบริหารส่วนตำบล	๐.๙๑
เมืองพัทยา	๓.๙

ที่มา : สำนักจัดการกากของเสียและสารอันตราย กรมควบคุมมลพิษ (๒๕๕๔)

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมของประชาชน

Cohen & Uphoff (๑๙๘๐; อ้างถึงใน กัญญาณีย์ กาฬภักดิ์, ๒๕๕๗: ๑๑) ได้แบ่งการมีส่วนร่วมออกเป็น ๓ แบบ คือ

๑. การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ (Decision Making) ประกอบด้วย ๓ ขั้นตอนคือ ริเริ่ม ตัดสินใจ และตัดสินใจ ปฏิบัติการ
๒. การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติการ ประกอบด้วย การสนับสนุนด้านทรัพยากรการบริหาร และการประสานความร่วมมือ
๓. การมีส่วนร่วมในผลประโยชน์ เช่น ผลประโยชน์ทางด้านวัตถุ ผลประโยชน์ทางสังคม หรือส่วนบุคคล

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาเรื่อง การมีส่วนร่วมของประชาชนในการกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอยะยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ดำเนินการด้วยรูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ประชากรคือ ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ตำบลทุ่ง ใน ๘ หมู่บ้าน กำหนดกลุ่มตัวอย่างด้วยใช้สูตรการคำนวณของ Taro Yamane (๑๙๗๓: ๕๘๓) ได้จำนวนตัวอย่าง ๓๗๑ คน การสุ่มตัวอย่างแบบสะดวก (Convenience Sampling) เครื่องมือรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ๓ คน ประกอบด้วย ผู้มีความเชี่ยวชาญความรู้ด้านเนื้อหา ความรู้ด้านสถิติและการวิจัย และมีความรู้ด้านภาษาไทยและสำนวนท้องถิ่น เมื่อเครื่องมือได้รับการตรวจสอบแล้วได้นำทดลองใช้ (Try Out) กับประชาชนองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๓๐ คน เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม ด้วยการหาค่าหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) โดยใช้สูตร ครอนบาช (Cronbach) ซึ่งผลที่ได้มีค่าเท่ากับ .๘๗ สามารถใช้เป็นเครื่องมือรวบรวมข้อมูล และดำเนินการประมวลผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางคอมพิวเตอร์ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติทดสอบค่า t-Test และ One Way Analysis of Variance : ANOVA เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปรอิสระ กับตัวแปรตาม หากพบความแตกต่างที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ จึงจำแนกความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของ Scheffe

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ ๑ สรุปได้ว่า ระดับการมีส่วนร่วมของประชาชนในการกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอยะยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยภาพรวมการมีส่วนร่วมอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๕๒$) เมื่อพิจารณาลักษณะการมีส่วนร่วม พบว่า มีส่วนร่วมในการปฏิบัติการ มีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{X} = ๒.๘๔$) อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๕๗$) และมีส่วนร่วมในผลประโยชน์ มีอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๔๒$)

ตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ ๒ ได้ว่า การเปรียบเทียบการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอยะยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล พบว่า เพศต่างกันส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งแตกต่างกัน อายุต่างกันส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ และต่อภาพรวมการมีส่วนร่วมในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งแตกต่างกัน ระดับการศึกษาต่างกันส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในผลประโยชน์ของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งแตกต่างกัน จำนวนสมาชิกในครัวเรือนต่างกันส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ส่วนร่วมในผลประโยชน์ และภาพรวมการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งแตกต่างกัน อาชีพต่างกันส่งผลต่อการมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ และภาพรวมการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ส่วนรายได้ของครอบครัว และระยะเวลาที่อาศัยอยู่ในท้องถิ่นต่างกัน ไม่ส่งผลต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งแตกต่างกัน

ตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ ๓ พบว่า ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะแนวทางการจัดการขยะมูลฝอยขององค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอยะยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี สรุปได้ดังนี้

(๑) ปัญหาพฤติกรรมประชาชน ไม่ให้ความร่วมมือต่อการจัดการขยะ ยังไม่มีจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อม ทำให้ปริมาณขยะมีจำนวนมาก ส่วนหนึ่งมาจากการบริหารจัดการขยะมูลฝอยยังไม่เป็นระบบ ประกอบกับพนักงาน อบต. มีจำนวน

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

น้อย งบประมาณน้อย ทำให้การบริการเก็บขน กำจัดไม่ทั่วถึง ปริมาณขยะเพิ่มมากขึ้น วิธีการกำจัดขยะแต่ละชนิดยังไม่ถูกหลักการ อีกทั้งเครื่องมือ อุปกรณ์ ที่นำมาใช้ยังไม่เหมาะสม

(๒) อุปสรรคที่มีต่อการจัดการขยะขององค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง คือ พฤติกรรมของคนในชุมชน ยังขาดความร่วมมือ ให้การสนับสนุนช่วยเหลือทางราชการ ไม่เข้ามามีส่วนร่วม อีกทั้งความรู้ของพนักงานรับผิดชอบเกี่ยวกับขยะมูลฝอย ยังไม่มีขีดความสามารถและประสบการณ์ที่เพียงพอ ประกอบกับระบบการบริหารรูปแบบขององค์การบริหารส่วนตำบลที่ เชื้องช้า ไม่ทันสมัยการรวมถึงการขาดการสนับสนุนจากภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนลักษณะพื้นที่ของตำบลทุ่ง ไม่เอื้อต่อการบริหารจัดการ

(๓) ข้อเสนอแนะแนวทางจากผู้ตอบแบบสอบถามสำหรับการจัดการขยะมูลฝอยขององค์การบริหารส่วนตำบล ทุ่ง คือ ธรณกรให้ประชาชนมีส่วนร่วมกับการบริหารจัดการขยะมูลฝอย เพื่อลดปริมาณขยะด้วยการเก็บไปใช้ใหม่หรือนำมาผลิตใหม่ หรืออาจขายเป็นของเก่า โดยให้คนท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการจัดการขยะมูลฝอยมากยิ่งขึ้น ควรกำหนดกฎวิธีหรือจัดทำโครงการเพิ่มมูลค่าขยะ สร้างรายได้จากขยะอย่างจริงจัง กำหนดกระบวนการจัดเก็บอย่างเคร่งครัด โดยค้นหาแนวทางการกำจัดขยะด้วยเทคโนโลยี และมีการวิจัยเพื่อสร้างนวัตกรรมใหม่ๆ พร้อมทั้งวางแผนพัฒนาระบบการจัดการขยะมูลฝอย รวมทั้งจัดสรรงบประมาณที่เหมาะสมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติตามเป้าหมายขององค์การบริหารส่วนตำบล

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย มีประเด็นสนับสนุนข้อค้นพบที่น่าสนใจสามารถนำมาอภิปรายผลเพิ่มเติมดังนี้

การมีส่วนร่วมของประชาชนในการกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง โดยภาพรวมการมีส่วนร่วมอยู่ในระดับน้อย อาจเป็นเพราะเขตปกครองขององค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง มีข้อจำกัดหลายประการ โดยพิจารณาข้อมูลปัญหาอุปสรรคจากการวิจัย อาทิ การกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง ประชาชนขาดความร่วมมือในการจัดการขยะ อาจเป็นเพราะยังไม่เห็นถึงผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม เพราะเป็นเขตชนบท ทำให้ปริมาณขยะมีจำนวนมาก ส่วนหนึ่งมาจากการบริหารจัดการไม่เป็นระบบ ประกอบกับพนักงาน อบต. มีจำนวนน้อย งบประมาณน้อย ทำให้การบริการเก็บไม่ทั่วถึง การขนย้าย ไม่ทันในแต่ละวัน จึงมีปริมาณขยะสะสมเพิ่มขึ้น อีกทั้งไปกำจัดยังไม่ถูกหลักการ อีกทั้งเครื่องมือ อุปกรณ์ ที่ใช้อยู่ยังไม่เอื้อต่อกิจกรรม นอกจากนี้ยังมีอุปสรรคต่อการกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง กล่าวคือ คนในชุมชนยังขาดการสนับสนุนให้ความช่วยเหลือ ไม่เข้ามามีส่วนร่วมต่อทางราชการ อีกทั้งพนักงานรับผิดชอบในการจัดการขยะมูลฝอย มีประสบการณ์ค่อนข้างน้อย ภายใต้ระบบบริหารแบบ อบต. ที่ไม่เอื้อทันสมัยการรวมถึงการขาดการสนับสนุนจากภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนลักษณะพื้นที่ของตำบลทุ่ง ไม่เอื้อต่อการบริหารจัดการ ส่งผลให้องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง ได้รับการมีส่วนร่วมของประชาชนอยู่ในระดับน้อย สอดคล้องกับการศึกษาของ Akhtar (อ้างถึงใน วัชรวิลาศ เหลือ, ๒๕๔๕) ศึกษาถึงการมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาชนบทในประเทศกำลังพัฒนา พบว่า สาเหตุสำคัญยิ่งประการหนึ่งของความล้มเหลวของโครงการพัฒนาชนบท ในประเทศกำลังพัฒนาคือ ประชาชนมิได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาชนบท จึงขาดสำนึกในการเป็นเจ้าของโครงการ และสอดคล้องกับการศึกษาของ ศุภชัย ไชยลังกา (๒๕๔๕) เรื่อง การศึกษาเพื่อจัดทำแผนปฏิบัติการจัดการขยะมูลฝอย ในเขตเทศบาลตำบลแม่สาย อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย ผลการศึกษาพบว่า ประชาชนในชุมชนเขตเทศบาลตำบลแม่สาย มีพฤติกรรมการจัดการขยะมูลฝอย เช่น การเผา การนำไปทิ้งในที่สาธารณะ คราวเรือนส่วนใหญ่ยังไม่มีการคัดแยก การเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการขยะมูลฝอยยังอยู่ในระดับต่ำ ทำให้ปริมาณขยะมูลฝอยมีแนวโน้มสูงขึ้นตามการเพิ่มขึ้นของประชาชน การจัดการขยะมูลฝอยของเทศบาลตำบลแม่สาย ยังมีข้อจำกัดในด้านการบริหารบุคลากร งบประมาณ เครื่องมือเครื่องใช้ ยานพาหนะ

นอกจากนี้ มีข้อเสนอแนะจากผู้ตอบแบบสอบถามสำหรับการจัดการขยะมูลฝอยว่า ควรธรณกรให้ประชาชนมีส่วนร่วมกับการบริหารจัดการขยะมูลฝอย เพื่อลดปริมาณขยะ ซึ่งข้อเสนอแนะนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ สุกันยา บัวลาด (๒๕๖๐) เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อการจัดการขยะมูลฝอยที่มีประสิทธิภาพของประชาชนในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลท่าสองคอน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม โดยเสนอแนะว่า ควรมีการให้ความรู้ประชาชนเกี่ยวกับการจัดการขยะมูลฝอยอย่างถูกวิธี สร้างความเข้าใจอย่างต่อเนื่องเกี่ยวกับผลกระทบของปัญหาขยะมูลฝอย รวมทั้งเสนอให้มีโครงการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของประชาชนที่สามารถจัดการขยะได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงข้อเสนอแนะที่ว่า องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง ควรประชาสัมพันธ์วิธีการเพิ่มมูลค่าขยะ สร้างรายได้จากขยะอย่างจริงจัง สอดคล้องกับข้อเสนอแนะในการศึกษาของ นันทน์ภัศ คำแดง (๒๕๕๙) เรื่องการบริหารจัดการขยะมูลฝอยของชุมชนต้นแบบ เทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ได้เสนอว่า ควรนำหลักการบูรณาการร่วมกันของยุทธศาสตร์พัฒนาด้านเศรษฐกิจ สังคม สาธารณสุข และสิ่งแวดล้อม รวมถึงด้านการเมือง การบริหาร มีการสอดแทรกกิจกรรมลดและคัดแยกขยะเข้าไปตามแนวทางการพัฒนาต่างๆ มีกิจกรรมรณรงค์ที่หลากหลาย เช่น ธนาкарขยะ ร้านค้าศูนย์บาท ขยะขายได้แลกไข่ เลี้ยงไส้เดือนเพื่อกำจัดขยะเปียก ขยะออมบุญ ขยะขายไม่ได้แลกปุ๋ย เป็นต้น ประเด็นสำคัญของการยกระดับการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดการกำจัดขยะมูลฝอยขององค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งอยู่ในระดับน้อยให้เพิ่มสูงขึ้นได้ จำเป็นต้องจัดซื้อเทคโนโลยี และสร้างนวัตกรรมเกี่ยวกับการจัดการขยะใหม่ๆ ข้อเสนอแนะนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ชัชวาล พลายนันท์ (๒๕๕๓) ศึกษาเรื่อง ความสามารถในการจัดการขยะมูลฝอยขององค์การบริหารส่วนตำบลในเขตอำเภอเมืองปราจีนบุรี จังหวัดปราจีนบุรี ได้เสนอแนะไว้ว่า ควรมีการนำอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ และเทคโนโลยีที่ทันสมัยและมีประสิทธิภาพมาใช้ในการปฏิบัติงานบริหารจัดการกาขยะมูลฝอย

สรุปองค์ความรู้

จากผลการวิจัย ค้นพบองค์ความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อการจัดการขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งอำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ดังนี้

๑. การกำจัดขยะมูลฝอยในเขตพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง จำเป็นต้องส่งเสริมให้ประชาชนในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งเกิดจิตสำนึกการมีส่วนร่วมในการกำจัดขยะมูลฝอย โดยเฉพาะการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติการ และมีส่วนร่วมในผลประโยชน์ โดยมีการรณรงค์ต่อประชาชนร่วมรักษาสภาพสิ่งแวดล้อม ด้วยการร่วมลดปริมาณ ควบคุมการวางแผนพัฒนาท้องถิ่น และบริหารจัดการขยะมูลฝอยอย่างเป็นระบบ รวมทั้งยกระดับขีดความสามารถแก่พนักงานผู้รับผิดชอบ ให้เรียนรู้วิธีการกำจัดขยะแต่ละชนิดได้อย่างถูกต้องหลักการ ตลอดจนจัดหาเครื่องมือ อุปกรณ์มาใช้ให้เหมาะสม

๒. การกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง ควรกำหนดวิธีการเพิ่มมูลค่าขยะ อาทิ การสร้างรายได้จากขยะ จัดวิธีการจัดเก็บอย่างเป็นระบบ จัดซื้อเทคโนโลยีที่เหมาะสม รวมทั้งจัดจ้างบริษัทเอกชนในการกำจัดขยะ ตลอดจนทำการวิจัยให้เกิดนวัตกรรมเชิงบริหารและจัดการขยะมูลฝอย ตลอดจนจัดทำแผนพัฒนาระบบการจัดการขยะมูลฝอย พร้อมทั้งจัดทำงบประมาณสำหรับการจัดการขยะมูลฝอยทั้งระบบ

๓. หากองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง ต้องการรณรงค์ ประชาสัมพันธ์เพื่อให้ความรู้ด้านการลดปริมาณขยะมูลฝอย ชุมชน และกำจัดขยะมูลฝอยอย่างถูกต้อง ควรทำความเข้าใจปัจจัยส่วนบุคคลโดยจำแนกให้ความรู้ตามเพศ กลุ่มอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ ขนาดครอบครัว ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการกำจัดขยะมูลฝอยให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน

๔. การแก้ไขปัญหาการจัดการกำจัดขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง โดยการลดปริมาณขยะควรเริ่มจากปลูกจิตสำนึกให้แก่ประชาชนมีส่วนร่วมช่วยคัดแยกขยะ ตามหลัก ๓R+๒ (Reduce Recycle Reuse + Rethink และ Refill) ควบคู่กับการประสานความร่วมมือจากหน่วยงานเพื่อให้ได้รับการสนับสนุนจากภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง

๕. การขจัดอุปสรรคต่อการจัดการขยะมูลฝอยในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง ควรปรับปรุง ระบบการบริหารจัดการขยะมูลฝอยทั้งระบบให้มีความคล่องตัว พัฒนาระบบการการจัดเก็บขยะให้เหมาะสมกับลักษณะพื้นที่ อบต.ทุ่ง อย่างเท่าทันต่อปรากฏการณ์สิ่งแวดล้อม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยเพื่อนำผลไปใช้ ทั้งในระดับการวางแผนพัฒนาระบบการจัดการขยะมูลฝอยสำหรับอนาคต และระดับปฏิบัติ โดยเน้นแนวทางการจัดการขยะมูลฝอยในชุมชนขององค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี ให้มีประสิทธิภาพ โดยมีข้อเสนอแนะการนำไปใช้ตามลำดับดังนี้

๑. สร้างวินัยชุมชนให้เกิดการคัดแยก การทิ้งขยะในชุมชน อย่างเป็นระบบ โดย อบต.จัดหาอุปกรณ์ที่มีรูปทรง สี สันนิษฐานข้อความคำแนะนำต่อการทิ้งขยะสำหรับบริการเฉพาะในชุมชน อีกทั้งส่งเสริมให้เกิดความร่วมมือคุณภาพสิ่งแวดล้อม สร้างความเป็นระเบียบและภาพลักษณ์ เป็นต้น

๒. รณรงค์ให้ประชาชนทุกคนในชุมชนมีจิตสำนึกในการคัดแยกขยะมูลฝอย รณรงค์ให้เห็นประโยชน์จากการแยกขยะ และปฏิบัติตามแนวคิด ๓R คือ Reduce Reuse Recycle เน้นความ สำคัญภาคครัวเรือน

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

๓. สร้างเสริมการพัฒนา R ที่ ๔ คือ Rethink คือ การปรับเปลี่ยนทัศนคติและค่านิยมต่อขยะ โดยเปลี่ยนความคิด การใช้วัสดุ สิ่งของเครื่องใช้ที่ไม่เพิ่มปริมาณขยะ ตัวอย่างเช่น การใช้วัสดุบรรจุอาหารที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม กล่าวคือ พัฒนาแนวคิดการใช้ผลิตภัณฑ์เมื่อทิ้งเป็นขยะเฉพาะที่ย่อยสลายได้ หรือขยะไม่ส่งผลต่อสิ่งแวดล้อมภายในชุมชน

๔. องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดสุราษฎร์ธานี กำหนดยุทธวิธีหรือจัดทำโครงการเพิ่มมูลค่าขยะ ด้วยการสร้างรายได้จากขยะ ให้ความรู้ความเข้าใจแก่ประชาชนในชุมชน ให้เปลี่ยนพฤติกรรมทิ้งขยะอย่างเป็นระบบ มีระเบียบ โดยอาศัยบทบาทของผู้นำชุมชน

๕. มูลค่าขยะตามแนวคิด ๓R + ๑R หรือ R ทั้ง ๔ อาจนำไปสร้างงานที่มีมูลค่าได้ ส่วนขยะต้องทิ้ง ควรเพิ่มจำนวนคนงานคัดแยกขยะ อาชีพคนเก็บขยะชาย เพื่อนำขยะไปใช้ประโยชน์ ด้านเชื้อเพลิง ปุ๋ย ส่วนผสมไม้อัด อิฐมวลเบา ฯลฯ

๖. องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดสุราษฎร์ธานี ควรเปิดโอกาสให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนการจัดการขยะ โดยกำหนดไว้ในแผนพัฒนาท้องถิ่นองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง และให้ประชาชนมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นต่อแผนยุทธศาสตร์การจัดการขยะ และแผนพัฒนาท้องถิ่นระยะ ๓ ปี เป็นต้น

๗. องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่ง อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดสุราษฎร์ธานี อาจใช้มาตรการทางกฎหมาย มาใช้บริหารจัดการขยะชุมชนอย่างเหมาะสมกับบริบทของชุมชน เพื่อควบคุมปริมาณ และใช้ประโยชน์จากขยะมูลฝอยชุมชนได้อย่างสมดุล

เอกสารอ้างอิง

- กรมควบคุมมลพิษ. (๒๕๖๑). *รายงานสถานการณ์มลพิษของประเทศไทย ปี ๒๕๖๐*. กรุงเทพฯ: บริษัทวงศ์สว่าง พลับบิขซึ่ง แอนด์พริ้นติ้ง จำกัด.
- กัญญารามณี ภาพภักดี. (๒๕๕๗). การมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดทบทวนชุมชนบ้านไม้รูด ตำบลไม้รูด อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดตราด. *วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการภาครัฐและภาคเอกชน วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ, มหาวิทยาลัยบูรพา*.
- ชัชวาล พลายนันท์. (๒๕๕๓). ความสามารถในการจัดการขยะมูลฝอยและสิ่งปฏิกูลขององค์การบริหารส่วนตำบลในเขตอำเภอมืองปราจีนบุรี จังหวัดปราจีนบุรี. *การค้นคว้าอิสระรัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการปกครองส่วนท้องถิ่น มหาวิทยาลัยขอนแก่น*
- ธนภฤต บวกขุนทด. (๒๕๕๓). *การศึกษารูปแบบการจัดการการจัดเก็บขยะชุมชน กรณีศึกษา: องค์การบริหารส่วนตำบลโนนเมืองพัฒนา อำเภอด่านขุนทด จังหวัดนครราชสีมา*. คลังปัญญา: มหาวิทยาลัย เทคโนโลยีสุรนารี.
- นันทน์ภัส คำแดง. (๒๕๕๔). การบริหารจัดการขยะมูลฝอยของชุมชนต้นแบบ เทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอกาชา จังหวัดลำปาง. *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*.
- ปภาวิน เติตขุนทด. (๒๕๕๔). ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมของประชาชนในการจัดการขยะมูลฝอยในชุมชนขององค์การบริหารส่วนตำบลสำนักตะคร้อ อำเภเทพารักษ์ จังหวัดนครราชสีมา.
- ศุภชัย ไชยลังกา. (๒๕๕๕). *การศึกษาเพื่อจัดทำแผนปฏิบัติการจัดการขยะมูลฝอย ในเขตเทศบาลตำบลแม่สาย อำเภอมแม่สาย จังหวัดเชียงราย*. การค้นคว้าอิสระศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการมนุษย์ กับสิ่งแวดล้อม, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุกัญญา บัวลาด. (๒๕๖๐). ปัจจัยที่มีผลต่อการจัดการขยะมูลฝอยที่มีประสิทธิภาพของประชาชนในเขตพื้นที่ องค์การบริหารส่วนตำบลท่าสองคอน อำเภอมือง จังหวัดมหาสารคาม. การประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ ๒ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
- อาณัติ ต๊ะปิตตา. (๒๕๕๓). ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการจัดการขยะมูลฝอย. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Bualaad, S. (๒๐๑๗). *Factors Affecting Effective Waste Management of People in the Area. Tha Song Khon Subdistrict Administrative Organization, Muang District, Maha Sarakham Province. Symposium offers ๒nd Graduate Research Results Maha Sarakham Rajabhat University*

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

- Buakkhantod, T. (๒๐๑๐). *A Study of Community Waste Collection Management Model: Case Study: Non Muang Phatthana Subdistrict Administrative Organization*. Dan Khun Thot District Nakhon Ratchasima Province. Suranaree University of Technology.
- Chailangka, S. (๒๐๑๒). *Study for the preparation of solid waste management action plans in the municipality of Mae Sai Subdistrict, Mae Sai District, Chiang Rai Province*. Independent Research Master of Arts Department of Human and Environmental Management, Chiang Mai University.
- Cohen M. John and Norman T. Uphoff. (๑๙๘๐). *Participation's Place in Rural Development : Seeking Clarity Through Specificity*. World Development, ๒๑(๘).
- Cronbach, L. J. (๑๙๙๐). *Essentials of Psychological Testing*. (๕th ed.) New York : Haper Collins. Yamane, T. (๑๙๗๓). *Statistics: An introductory analysis*. New York: Harper and Row.
- Heedkunthod, P. (๒๐๑๑). *A study of people's behavior in municipal solid waste management of Samnak Takro Subdistrict Administrative Organization*. Thepharak District Nakhon Ratchasima Province.
- Kanphakdi, K. (๒๐๑๔). *People's Participation in Organizing the Ban Mai Rut Community Plan, Mai Rut Subdistrict, Klong Yai District, Trat Province*. *Master of Public Administration Thesis*. Public and Private Sector Management Program College of Public Administration, Burapha University.
- Khamdaeng, N. (๒๐๑๖). *Solid waste management of Ton Bae community. Koh Kha Subdistrict Municipality, Koh Kha District, Lampang Province*. *Master of Arts thesis Department of Human and Environmental Management*, Chiang Mai University.
- Plainan, C. (๒๐๑๐). *The capacity of solid waste and sewage management of the Sub-District Administrative Organization in Mueang Prachinburi District. Prachinburi Province*. Independent Research *Master of Public Administration Department of Local Government* Khon Kaen University
- Pollution Control Department. (๒๐๑๘). *Thailand's Pollution Situation Report ๒๐๑๗*. Bangkok: Wong Sawang Plub Bishing and Printing Co., Ltd
- Tapinta, A. (๒๐๑๐). *Basic knowledge of solid waste management*. Bangkok: Chulalongkorn University.



แนวทางเพื่อการเยียวยาผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าด้วยธรรมะ: ธรรมชาติตามแนววิถีพุทธ
THE WAY TO HEAL SUFFERING REMEDY FOR PEOPLE WITH DEPRESSION BY DHARMA: NATURE
ACCORDING TO THE BUDDHIST WAY

พระปลัดมณู ฐานจาโร
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Phrapaladmanu Thanacharo (Manu Chouykit)
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
sanmontree๕๕๕@gmail.com



บทคัดย่อ

บทความนี้มุ่งแสดงให้เห็นถึงการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในการเยียวยาและพัฒนาจิตใจมนุษย์ ภาวะซึมเศร้าเป็นความผิดปกติทางอารมณ์ โดยแสดงออกให้เห็นถึงอารมณ์ซึมเศร้า มีความรู้สึกเบื่อหน่าย ท้อแท้ สิ้นหวัง การเคลื่อนไหวช้า เชื่องซึม เบื่ออาหาร น้ำหนักลด นอนไม่หลับ พบในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และพบได้ในทุกช่วงอายุ ตามแนววิถีพุทธมีความเชื่อว่าภาวะซึมเศร้าเป็นความรู้สึกที่เกิดจากความคิดฟุ้งซ่านที่ไม่มีสติ ในการควบคุมระวางความคิด เมื่อไม่มีแนวทางในการดับความคิดหรือความทุกข์นั้นทำให้เกิดติด จนเกิดภาวะซึมเศร้าได้ การฝึกสติเป็นวิธีแก้ไข โดยให้บุคคลอยู่กับปัจจุบันซึ่งจะเป็นการหยุดความคิดซ้ำ ๆ ที่ทำให้เกิดความทุกข์ใจ และกังวลใจ จนก่อให้เกิดภาวะซึมเศร้า ชาวพุทธส่วนใหญ่ใช้ หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวในการดำเนินชีวิต ความเชื่อทางศาสนามีผลต่อความรู้สึกและการกระทำของมนุษย์ ช่วยทำให้ชีวิตมีความสุข จิตใจสงบเย็น และมีกำลังใจที่จะต่อสู้ กับอุปสรรคต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต การป้องกันภาวะซึมเศร้าโดยอาศัยธรรมะและ การนำหลักธรรมชาติของชีวิตตามแนววิถีพุทธมาใช้ จะช่วยเยียวยาตนเองให้ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้าได้

คำสำคัญ : ภาวะซึมเศร้า, ธรรมะ, ธรรมชาติตามแนววิถีพุทธ

Abstract

This paper aims at indicating the application of Buddhist Philosophy in the remedy of human mind and the cultivation of psychological well-being. Depression is an emotional disorder which will be expressed with a depressed mood, a feeling of boredom, discouragement, hopelessness, lethargic, drowsiness, loss of appetite, weight loss, and insomnia. Depression has been found in females more than males and in all ages. Based on Buddhism perspective, depression is believed to be a feeling caused by lack of consciousness in controlling thoughts. When there is no way to eliminate thoughts or suffering, it can cause feeling down leading to depression. Mindfulness practice is a way to abolish cause of depression by helping person living in the present and controlling or stopping repeated suffering thoughts. Most of Buddhists hold on to religious doctrine as an anchor in their lives. Religious beliefs affect human feelings and actions, help making life happy, and peaceful mind, and offer encouragement to fight the obstacles that come through their life. Preventing depression by using Dharma and applying the natural principles of life in line with Buddhist practices will help patients to heal themselves and keep them from depression.

Keywords: Depression, Dharma, Nature according to the Buddhist way

บทนำ

ภาวะซึมเศร้า (Depression) เป็นปัญหา สุขภาพจิตที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย โดยกรมสุขภาพจิต รายงานว่าคนไทยมีภาวะ ซึมเศร้าครั้งแรกประมาณช่วงอายุ ๑๕ ปี ขึ้นไป (กรมสุขภาพจิต, ๒๕๕๒) ซึ่งปัจจุบันยังไม่สามารถ บอกสาเหตุที่แท้จริงของโรคนี้อันได้ทั้งหมด (มาริสสา อุทยาพงษ์, ๒๕๖๐) องค์การอนามัยโลกคาดการณ์ว่า ในปี พ.ศ. ๒๕๖๓ โรค ซึมเศร้านั้นเป็นสาเหตุอันดับ ๒ ที่นำไปสู่การเสียชีวิตจากการฆ่าตัวตายได้ ปัจจุบัน มีประชากรกว่า ๓๐๐ ล้านคน ที่มีภาวะ ซึมเศร้า หรือร้อยละ ๔ ของประชากรโลกเป็นโรคซึมเศร้า และเสี่ยงฆ่าตัวตายสูงถึงร้อยละ ๒๐.๔ ผู้ป่วยโรค ซึมเศร่ากลุ่มวัยรุ่น อายุ ๑๕ - ๑๙ ปี เสี่ยงฆ่าตัวตาย สูงกว่ากลุ่มผู้สูงอายุ (World Health Organization [WHO], ๒๐๑๘) สำหรับประเทศไทย พบผู้ป่วยโรคนี้นี้ ๑.๕ ล้านคน หรือร้อยละ ๒.๕ ของประชากรไทย และ ยังพบว่าผู้หญิงเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคซึมเศร้า มากกว่าผู้ชายถึง ๑.๗ เท่า (ธรรณิษฐ์ กองสุข และคณะ, ๒๕๕๑) ซึ่งภาวะซึมเศร่า นั้นอาจเกิดขึ้นได้ ตั้งแต่ภาวะซึมเศร้า ธรรมดาจนถึงภาวะซึมเศร้า รุนแรง โดยภาวะซึมเศร้าส่งผลให้มีอาการต่าง ๆ เช่น รับประทานอาหารได้น้อย เบื่ออาหาร นอน ไม่หลับ สิ้นหวัง วิตกกังวล มองโลกในแง่ร้าย มีความรู้สึกผิด ไร้ค่า ต่ำหนืดตนเอง และมีอาการอยู่คนเดียวไม่มีที่ท่า ว่าจะดีขึ้น จนกระทั่งมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ความคิด ความจำ จิตใจ อารมณ์และสังคมอย่าง ชัดเจน (กรมสุขภาพจิต, ๒๕๕๒) สภาพสังคมปัจจุบันที่อยู่ในยุคโลกาภิวัตน์ มีความเจริญทางด้านวัตถุทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคมเทคโนโลยีและการสื่อสาร พบว่าหลายคน ไม่สามารถปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้ ทำให้เกิดความทุกข์ทางจิตใจในเรื่องต่าง ๆ อันได้แก่ ความเครียด-ความเหนื่อยล้าในการทำงานที่เร่งรีบ และมีการแข่งขันสูง ความอยากได้ อยากมี อยากเป็นที่เกินสถานะ ความ เบื่อหน่ายในสิ่งแวดล้อม รอบตัว เป็นต้น ความทุกข์ทางจิตใจสามารถป้องกัน และดับได้โดยง่ายด้วยการปฏิบัติธรรมในชีวิต ประจำวัน การมีสติในการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ที่เข้ามา กระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กายโดยที่ใจหรือ จิตไม่กระเพื่อม ซึ่งต้อง อาศัยสติปัญญาพิจารณา อย่างมีเหตุมีผลมากกว่าการใช้อารมณ์ การมี สติสัมปชัญญะจึงมีประโยชน์อย่างมากในการ ดำเนิน ชีวิตอย่างเป็นรูปธรรม (มาลีวัล เลิศสาครศิริ, ๒๕๕๙) การมีสติสัมปชัญญะ คือการระลึกได้และ รู้ชัดกับอาการที่กำลังเกิด ขึ้นกับร่างกายและจิตใจ ในปัจจุบัน เมื่อมีสติจะมีใจที่ตั้งมั่นและที่สำคัญที่สุด จะทำให้ปล่อยวางความทุกข์และพ้นจากความ ทุกข์ทางใจได้โดยสิ้นเชิง (พลภัทร์ โสเสถียรกิจ, ๒๕๕๑) การศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้า ในทางธรรมตามแนววิถี พุทธ เชื่อว่าภาวะซึมเศร้า เป็นความรู้สึกที่เกิดจากความคิดฟุ้งซ่านที่ไม่มีสติ ในการควบคุมระวางความคิด ไม่มีแนวทางในการ ดับความคิดหรือความทุกข์นั้นได้ ทำให้จิตตก จนเกิดภาวะซึมเศร้าได้ (ธวัชรรัตน์ ศรีวิลาส, ๒๕๕๓) แก้ไขได้โดยการฝึกสติให้อยู่ กับปัจจุบัน ซึ่งเป็นการ หยุดความคิดซ้ำ ๆ ที่ทำให้เกิดความทุกข์ใจ กังวลใจ จนก่อให้เกิดภาวะซึมเศร้า ดังนั้นการเยียวยาผู้ที่มี ภาวะซึมเศร้าด้วยธรรมะที่เป็นธรรมชาติตามแนววิถีพุทธ จะเป็นอีกแนวทางหนึ่งในการป้องกัน ไม่ให้ภาวะซึมเศร้าพัฒนาไป เป็นโรคซึมเศร้าได้ โดย อาศัยธรรมะและธรรมชาติตามหลักพุทธศาสนา มาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ซึ่งธรรมปฏิบัติ คือ การ สวดมนต์ การทำสมาธิ หรือการสวดมนต์ ร่วมกับการทำสมาธิ สามารถลดอาการซึมเศร้าจาก ความเครียดและเพิ่มคุณภาพ ชีวิตทางด้านร่างกายได้ (จุฑามาศ วารีแสงทิพย์, ๒๕๕๒) การใช้สมาธิบำบัด การฟังและพิจารณาธรรม มีผลทำให้เกิดความ สงบ ผ่อนคลายทางกายและใจ ส่งผลให้โรคหายได้ ธรรมโอสถจึงมีผลต่อการรักษาโรค (สิริรัตน์ จันทระมะโน และเจนระวี สว่าง อาเรียร์รักษ์, ๒๕๕๔) หลักธรรมและพิธีกรรมทางพระพุทธศาสนาได้รับ ความสนใจและถูกนำมาประยุกต์ใช้กับผู้ป่วย มากขึ้น โดยจะเห็นได้จากกระทรวงสาธารณสุข มีการวางแผนทางการดูแลสุขภาพที่ส่งเสริมให้ ผู้ป่วยได้ปฏิบัติตนในการดูแลตนเอง เพื่อการ ป้องกัน เสริมสร้างสุขภาพ ควบคุมโรคและฟื้นฟู สมรรถภาพของผู้ป่วยโดยการบูรณาการหลัก พุทธธรรมตาม หลักการแพทย์ การสาธารณสุข เข้ากับวิถีชีวิตประจำวันของประชาชน (พระปลัด สมชาย ปโยโค และอุทัย สุดสุข, ๒๕๕๘) ดังนั้น ในบทความนี้ผู้เขียนได้ทบทวนความรู้ เกี่ยวกับความหมาย และสาเหตุภาวะซึมเศร้า ทางการแพทย์ การประเมินภาวะ ซึมเศร้า ภาวะซึมเศร้าในมิติทางศาสนา แนวทางและวิธีการ เยียวยาภาวะซึมเศร้าด้วยธรรมะตามแนววิถีพุทธ รวมถึงบทสรุป ของภาวะซึมเศร่ากับธรรมะ ความหมายและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้า มีผู้ให้ความหมายของภาวะซึมเศร้าไว้หลาย มุมมอง ดังนี้ World Health Organization [WHO] (๒๐๑๒) ให้ความหมายภาวะซึมเศร่าว่า เป็นความผิดปกติ ทางด้าน จิตใจที่พบบ่อยซึ่งบุคคลจะมีอารมณ์เศร้า ความสนใจและความสุขลดลง มีความรู้สึกผิดหรือ ต่ำต้อย มีความผิดปกติด้านการ นอนหลับ รู้สึกกระวนกระวายใจและไม่มีสมาธิ เกิดจากความ ผิดปกติของสารเคมีที่อยู่ในสมองลดลง ได้แก่ ซีโรโทนิน (serotonin) โดพามีน (dopamine) และ นอร์อีพิเนพริน (norepinephrine) ทำให้เกิดการ เจ็บป่วยทางด้านร่างกาย จิตใจ และความคิด นันทิรา หงส์ศรีสุวรรณ (๒๕๕๙) กล่าวว่า ภาวะซึมเศร้า หมายถึง ภาวะจิตใจที่แสดงออกถึง ความผิดปกติของ อารมณ์ เช่น อารมณ์เศร้าไม่มี ความสุข เบื่อหน่าย หดหู่ ท้อแท้ สิ้นหวัง เชื่องซึม นอนไม่หลับ เบื่ออาหาร ขาดสมาธิ วิตกกังวล มองโลกในแง่ลบ ภาวะซึมเศร้าเป็นปัญหาสุขภาพจิต ที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคนทั้งคนปกติ ผู้ป่วย ทางกาย และผู้ป่วยทาง

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

จิตเวช อาจเกิดขึ้นได้ตั้งแต่ ภาวะซึมเศร้าธรรมดาจนถึงภาวะซึมเศร้ารุนแรง หากไม่ได้รับการรักษาจะป่วยเป็นโรคซึมเศร้าได้ ในที่สุด โดยมีภาวะซึมเศร้าร่วมกับขาดความเคารพ ตนเอง รวมทั้งมีภาวะสิ้นยินดี คือ ไม่มีความพึงพอใจ ในกิจกรรมที่โดยปกติเป็นที่น่าพึงพอใจ ซึ่งอาจส่งผลเสียต่อคุณภาพชีวิตและอาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายได้ในที่สุด ในทำนองเดียวกัน อรรถพรณ และพีรพันธ์ ลือบุญรัชชัย (๒๕๕๓) ได้กล่าวไว้ว่า ภาวะซึมเศร้า หมายถึง กลุ่มอาการความผิดปกติ ทางอารมณ์ แสดงออกให้เห็นถึง อารมณ์ซึมเศร้า ความรู้สึกเบื่อหน่าย หดหู่ ท้อแท้ หมดหวัง ลึนหวัง ทำทางการเคลื่อนไหวช้า เชื่องซึม เบื่ออาหาร น้ำหนักลด นอนไม่หลับ นำไปสู่การทำร้ายตัวเอง หรือการฆ่าตัวตาย สายฝน เอกวารงกูร (๒๕๕๔) กล่าวถึงภาวะ ซึมเศร้าว่า หมายถึง กลุ่มอาการที่มีองค์ประกอบหลัก (attribution) ของการแสดงออก ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์ ด้านความคิด ด้านร่างกาย และด้าน พฤติกรรม โดยอาการแสดงออกของภาวะซึมเศร้า ในแต่ละด้านจะเชื่อมโยงสัมพันธ์ระหว่างกัน ทั้งนี้ อาการดังกล่าวอาจเกิดต่อเนื่องกันนานเป็นอาทิตย์ หรือเป็นเดือน ทำให้ความสามารถในการทำหน้าที่ และปฏิบัติกิจวัตรประจำวันลดลง อาจกล่าวได้ว่า ภาวะซึมเศร้า หมายถึง กลุ่ม อาการที่เกิดจากสารเคมีในสมองลดลงทำให้สูญเสียความสามารถในการแสดงออกทางด้าน อารมณ์ (emotion) ความคิด (cognitive) และ พฤติกรรม (behavioral) ซึ่งจะเกิดความรู้สึก เบื่อหน่าย เศร้า ลึนหวัง ไร้ค่า หดหู่ ท้อแท้ หมดพลัง ในชีวิต ไม่อยากทำอะไร เชื่องซึม รวมถึงมีอาการ ผิดปกติทางกาย (physical) ร่วมด้วย เช่น เบื่ออาหาร น้ำหนักลด นอนไม่หลับจากการคิดฟุ้งซ่าน หมกมุ่น อยู่กับเรื่องราวที่เป็นปัญหา คิดหาทางออกให้กับชีวิตไม่ได้ หากไม่ได้รับการรักษาจะป่วยเป็นโรค ซึมเศร้าและอาจนำไปสู่การฆ่าตัวตายได้ในที่สุด การเกิดภาวะซึมเศร้านั้นขึ้นอยู่กับปัจจัย หลายอย่าง จากการศึกษาที่ผ่านมาสามารถสรุป ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าได้เป็น ๒ ปัจจัย คือ ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก ซึ่งปัจจัยภายใน ได้แก่ กรรมพันธุ์ โรคทางกายและทางสมอง การเจ็บป่วยเรื้อรัง ความพิการ อายุ เพศ หรือบุคลิก ลักษณะนิสัยที่ไวต่อความตึงเครียด (สายฝน เอกวารงกูร, ๒๕๕๔) รวมถึงสารสื่อประสาทในสมอง (neurotransmitters) ที่ไม่สมดุลกัน โดยเฉพาะผู้ที่มี นอร์อิพิเนรินและซีโรโทนินต่ำจะทำให้เกิดภาวะ ซึมเศร้าได้ (มาโนช หล่อตระกูล และปราโมทย์ สุคนิษฐ์, ๒๕๕๘) สำหรับปัจจัยภายนอก ได้แก่ การงาน การศึกษา รายได้ ปัญหาความรัก การสูญเสียคน ใกล้ชิด การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเศรษฐกิจ (นันทิรา หงส์ศรีสุวรรณ, ๒๕๕๙) ส่วนปัจจัยที่ทำให้ เพศหญิงมี อาการซึมเศร้า และป่วยด้วยโรคซึมเศร้า มากกว่าเพศชายนั้นคาดว่าสาเหตุมาจากการ เปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนในเพศหญิง ใน ปัจจุบันนี้เพศหญิงมีหน้าที่และความรับผิดชอบ มากขึ้นต้องรับภาระทั้งทำงานนอกบ้านและภายในบ้าน จึงเกิดความเครียดได้ง่ายนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าในที่สุด (อัครพิชญ์ หลอดทอง, ๒๕๕๙) การประเมินภาวะซึมเศร้า การประเมินภาวะซึมเศร้าที่ถูกต้องรวดเร็ว ตั้งแต่ระยะเริ่มแรก จะทำให้สามารถช่วยเหลือผู้ที่มี ภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีประสิทธิภาพโดยใช้แบบ ประเมินร่วมกับการสังเกต การสัมภาษณ์เกี่ยวกับอาการ อารมณ์ ความรู้สึกหรือการรับรู้ของบุคคล การประเมินภาวะซึมเศร้า ในบุคคลธรรมดา หรือผู้ที่มีการเจ็บป่วยทางจิต สามารถประเมินได้ หลายวิธีในที่นี้จะกล่าวถึง ๓ วิธี คือ ๑. การประเมินโดย แพทย์ผู้รักษา โดยใช้เกณฑ์การวินิจฉัยความผิดปกติทางจิตของสมาคม จิตแพทย์อเมริกัน (WHO, ๒๐๑๘) ซึ่งช่วยประเมิน เหตุการณ์ความเครียดในชีวิต และระดับความ รุนแรงของภาวะซึมเศร้า โดยพิจารณาถึงอาการที่ เกิดขึ้นทุกวันภายในสอง สัปดาห์ ได้แก่ อารมณ์เศร้า หรือสูญเสียความสนใจ เบื่ออาหาร น้ำหนักลด นอนไม่หลับ รู้สึกไร้ค่า/รู้สึกผิด มีความคิดฆ่าตัว ตาย เป็นต้น ๒. การประเมินพฤติกรรมภายนอก โดย การสังเกตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้า ความถี่ของการเกิด พฤติกรรมนั้น ๆ แล้วบันทึกไว้ เช่น การพูด การยิ้ม การร้องไห้ การเหม่อลอย เป็นต้น ๓. การประเมินด้วยตนเอง/การสอบถาม (self-rating scale) โดยใช้แบบประเมินหรือแบบ คัดกรองภาวะซึมเศร้า เช่น การคัดกรองภาวะซึมเศร้า ด้วยคำถาม ๒Q และ ๙Q ซึ่งมีความไวอยู่ในเกณฑ์ ดีเยี่ยม (กรมสุขภาพจิต, ๒๕๕๕) โดยที่การใช้แบบ ประเมิน ๒Q จะใช้การตั้งคำถาม ๒ ข้อ โดย ข้อแรก จะถามว่า ใน ๒ สัปดาห์ที่ผ่านมาวันนี้ ท่านรู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้ลึนหวังหรือไม่ และข้อสอง ถามว่า ใน ๒ สัปดาห์ที่ผ่านมาวันนี้ ท่านรู้สึกเบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน หรือไม่ การแปลผล ถ้าตอบ “ไม่มี” ทั้ง ๒ คำถาม ถือว่าปกติ ถ้าตอบ “มี” ข้อใด ข้อหนึ่งหรือทั้ง ๒ ข้อ หมายความว่ามีความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้าซึ่งจะต้อง ประเมิน ด้วยคำถาม๙Q เพื่อให้การดูแลช่วยเหลือ ต่อไป ส่วนการใช้แบบประเมิน ๙Q จะใช้การตั้ง คำถาม๙ ข้อ โดยมีข้อคำถามในช่วง ๒ สัปดาห์ ที่ผ่านมารวมทั้งวันนี้ท่านมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน ดังนี้ เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร** /ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้**/หลับยาก หรือหลับ ๆ ตื่น ๆ หรือหลับมากไป/เหนื่อยง่าย หรือไม่ค่อยมีแรง/ เบื่ออาหาร หรือกินมากเกินไป/รู้สึกไม่ดี กับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลว หรือทำให้ตนเองหรือครอบครัว ผิดหวัง/สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือ ทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ/พูดซ้ำ meอะไรซ้ำจนคนอื่นสังเกตเห็นได้หรือกระสับ กระส่ายไม่สามารถอยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น/ คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี โดย ** หมายถึง อาการนี้คงอยู่เกือบทั้งวัน การแปล ผลคะแนน ถ้าคะแนนรวม น้อยกว่า ๗ แสดงว่าไม่มี อาการซึมเศร้าหรือมีอาการน้อยมาก ถ้าคะแนนรวม ๗ - ๑๒ คะแนน หมายถึง มีอาการซึมเศร้า ระดับน้อย ถ้าคะแนนรวม ๑๓ - ๑๘ คะแนน หมายถึง มีอาการ ซึมเศร่าระดับปานกลาง ถ้าคะแนนรวม มากกว่า หรือเท่ากับ

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

๑๙ คะแนน หมายถึง มีอาการซึมเศร้า ระดับมากหรือรุนแรง ลักษณะอาการของภาวะซึมเศร้าจำแนก ตามระดับ ได้ดังนี้ (นันทิรา หงส์ศรีสุวรรณ, ๒๕๕๙; ปุณยภพ สิทธิพรอนันต์, ๒๕๕๐)

๑. ระดับน้อย (mind depression) เป็นภาวะ อารมณ์ที่ไม่สดชื่น แจ่มใส อารมณ์เศร้า เหนงาหงอย ชั่วคราว การนอนลดลง อาจหลับยากหรือตื่นเช้า กว่าปกติ อาจมีสาเหตุหรือไม่ก็ได้ เริ่มคิดลบ เปรียบเทียบตนกับผู้อื่น ความตั้งใจทำงานต่าง ๆ ลดลง สามารถเรียนหนังสือ ทำงาน ปฏิบัติกิจวัตร ประจำวันได้ตามปกติหรือใกล้เคียงปกติ ไม่มี ผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต

๒. ระดับปานกลาง (moderate depression) มีอารมณ์ซึมเศร้ารุนแรงขึ้น จนมีผลกระทบต่อชีวิต ครอบครัว และการงาน แต่ยังสามารถดำเนินชีวิต ประจำวันได้แต่อาจไม่สมบูรณ์ อาการเป็นมากช่วงเช้า รู้สึกไม่มีความสุข เบื่อหน่ายต่อสิ่งต่าง ๆ อ่อนเพลีย มีผลกำลังลดลง รู้สึกตนเองไร้ค่า ต่ำหนืดตนเอง หงุดหงิด ร้องไห้ง่าย โกรธง่าย กังวลกับสุขภาพ หลีกหนีสังคม แยกตัว อาจคิดอยากตาย ไม่อยาก อาหาร น้ำหนักลด

๓. ระดับมากหรือรุนแรง (severe depression) มีอารมณ์เศร้าตลอดเวลา สิ้นหวัง มองตนเองด้านลบ ไม่มีคุณค่า คิดอยากตายมากขึ้น แยกตัวมากขึ้น สิ้นหวัง มองไม่เห็นอนาคต การตัดสินใจเสียแม้ เรื่องง่ายในชีวิตประจำวัน ไม่สนใจดูแลตนเอง อาจนั่งอยู่ท่าเดียวนาน ๆ หรือกระวนกระวายอยู่ไม่สุข นอนน้อยลง อ่อนเพลีย บางคนไม่อยู่ในโลกแห่งความเป็นจริงสำหรับการดูแลผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าตาม ระดับอาการที่ประเมินได้ตามแบบคัดกรอง ๒Q และ ๙Q ของกรมสุขภาพจิต (๒๕๕๐) มีแนวทางไว้ว่า ผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าระดับน้อย ให้ค้นหาและประเมิน ปัญหาด้านจิตสังคม พุดคุยเปิดโอกาสให้ระบายความรู้สึก ให้กำลังใจ ซึมเศร้าระดับปานกลาง ให้ค้นหาและประเมินปัญหาด้านจิตสังคม พุดคุย เปิดโอกาสให้ระบายความรู้สึก ให้กำลังใจ แนะนำวิธีการคลายเครียดด้วยตนเอง เช่น การพุดคุย ระบายความรู้สึก การนวด การฟังเพลง การทำสมาธิ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หากไม่ดีขึ้นให้รายงาน แพทย์ ซึมเศร้าระดับรุนแรงให้ค้นหาและประเมิน ปัญหาด้านจิตสังคม พุดคุยเปิดโอกาสให้ระบายความรู้สึก ให้กำลังใจ แนะนำวิธีการคลายเครียดด้วยตนเอง เช่น การพุดคุยระบายความรู้สึก การนวด การฟังเพลง การทำสมาธิ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หากมีความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย ให้เฝ้าสังเกต อาการใกล้ชิด และรายงานแพทย์ทันที (นันทิรา หงส์ศรีสุวรรณ, ๒๕๕๙)

ภาวะซึมเศร้าในมิติทางศาสนา

ความเชื่อทางศาสนามีผลต่อความรู้สึกและการกระทำของมนุษย์ ซึ่งมนุษย์ส่วนใหญ่ใช้หลักคำสอนทาง ศาสนา เป็นสิ่งยึดเหนี่ยวในกาดำเนิน ชีวิต ช่วยทำให้ชีวิตมีความสุข จิตใจสงบเย็น และมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามา ในชีวิต

พระมหาวิชัย วชิรเมธี (๒๕๖๐) กล่าวว่า ภาวะซึมเศร้ามีสาเหตุจาก “จิต” จิตของคนเหมือน ลิงจะวิ่งไปคิดโน้นคิดนี้อยู่ตลอดเวลาจนเกิด ความคิดฟุ้งซ่าน ถ้าจิตไปเกาะเกี่ยวกับความทุกข์ ความทรงจำในอดีตหรือปัจจุบันที่ไม่ดีจะทำให้ “จิตตก” เกิดความท้อแท้ สิ้นหวัง หดหู่ เศร้า หมัดอาลัยตายอยาก ทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าได้ แต่ถ้า จิตไปเกาะเกี่ยวกับคุณงามความดีของตน จะทำให้ “จิตฟู” เกิดความเชื่อมั่น จิตมีกำลังใจที่สดชื่น เบิกบาน ผ่องใส ดังนั้นคนที่จิตตก ต้องยกจิตโดยฝึกจิตให้อยู่กับปัจจุบันไม่ฟุ้งไปอยู่กับอดีตหรืออนาคต การ ฝึกจิตให้มีสมาธิจะช่วยให้เกิดความสงบทางจิตใจ และเกิดปิติสุข ช่วยให้ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้าได้

จากงานวิจัยของ สุนันทา เอ้าเจริญ และคณะ (๒๕๖๐) เรื่องผลของโปรแกรมการลดภาวะซึมเศร้า ในโรคติดต่อไม่เรื้อรังด้วยพุทธบูรณาการ กล่าวถึง สาเหตุของภาวะซึมเศร้าทางพุทธศาสนาว่าเกิด จาก “โสกะ ปรีทเวห อูปายาสะ” โสกะ หมายถึง ความโศกเศร้า เสียใจ เสียตาย อาลัยอาวรณ์ปรีทเวห หมายถึง ความคร่ำครวญ ร่ำไห้ เพราะยึดมั่นถือมั่น และอูปายาสะ หมายถึง ความคับแค้นใจ หรือ ความสิ้นหวัง

นอกจากนี้ พระมหาพรเทพ อุตตโม (๒๕๕๓) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์วิธีบำบัด โรคซึมเศร้าตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท” อธิบายว่า ทางกายและทางพระพุทธานุภาพ มีแนวความคิดว่าโรคซึมเศร้าเป็นโรคทางจิตเวช อย่างหนึ่ง ซึ่งมีสาเหตุเกิดได้จากทั้งทางกายและ ทางใจ เนื่องจากร่างกายและจิตใจมีความสัมพันธ์กัน ภาวะความซึมเศร้าที่เกิดกับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง แล้วแสดงพฤติกรรมที่ผิดปกติไปจากเดิมที่เคยเป็น กล่าวคือ มีสาเหตุจากการเข้าไปยึดมั่นใน “อุปาทาน ๕” ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย นี้คือ ทุกข์อริยสัจ: ความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่ เป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ ความประสบกับสิ่ง ที่ไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่ง ที่รักเป็นทุกข์ ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ก็เป็นทุกข์ ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธห้าเป็นตัวทุกข์ เบญจขันธ (ขันธห้า) ได้แก่ รูปขันธ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ และ วิญญาณขันธ” (พระพรหมคุณาภรณ์, ๒๕๕๗) ซึ่งความทุกข์ทั้งหลายก่อให้เกิดความไม่สบายกายไม่สบายใจ ทำให้มีความวิตกกังวล สะสมเป็น ความเครียด และก่อตัวเป็นปัญหาทางด้านจิตใจได้

สรุปได้ว่า ภาวะซึมเศร้าในมิติทางศาสนา มีสาเหตุจากสภาวะความไม่สมบูรณ์ทางกายและ จิต ซึ่งในทางพุทธศาสนาเกิดจากอุปาทานขันธห้า นั่นเอง โดยทางกาย (รูป) ได้แก่ พันธุกรรม หรือ ความผิดปกติของสารเคมีในสมอง ส่วนสาเหตุทาง จิต ได้แก่ ความผิดปกติทางด้านความรู้สึก (เวทนา) ความจำ (สัญญา) หรือ ความคิด (สังขาร) ที่ส่งผล ต่อการรับรู้ (วิญญาณ) ทำให้เกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย เศร้า สิ้นหวัง ไร้ค่า หดหู่ ท้อแท้ หมดพลังในชีวิต ไม่อยากทำอะไร กินไม่ได้นอนไม่หลับ น้ำหนักลด เป็นต้น

แนวทางการเยียวยาภาวะซึมเศร้าด้วยธรรมะ : ธรรมชาติตามแนววิถีพุทธ

พุทธธรรมหรือ ธรรมะ ถือเป็นบรมสัจจะ หรือความจริงอัน ประเสริฐเกี่ยวกับโลกและชีวิตที่ชี้ให้เห็นถึงรากเหง้าของความทุกข์ที่บีบคั้นจิตใจมนุษย์ซึ่งปรากฏอยู่ อย่างซ่อนเร้น เห็นได้ยาก แต่ส่งผลกระทบอยู่ในทุก ๆ มิติของชีวิตไม่ว่าจะเป็นชีวิตส่วนตัว การงาน อาชีพ สัมพันธภาพระหว่างมนุษย์กับมนุษย์และกับ สิ่งแวดล้อมทั้งหมด พร้อมทั้งได้เสนอวิธีแห่งการชำระชีวิตและจิตใจให้พ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ซึ่ง ความพิเศษและความลึกซึ้งของการเห็นความจริง แห่งทุกข์และการชำระความทุกข์คือ ปัญญาอัน บริสุทธิ์ที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบ และนำมาสั่งสอน เพื่อประโยชน์สุขของมวลมนุษยชาติมาเป็นเวลากว่า ๒๕๐๐ ปีที่ผ่านมา และจากระยะเวลาอันยาวนาน จนถึงในปัจจุบันนี้ พุทธธรรมได้รับการยอมรับแล้ว ว่าเป็นอภิปรัชญา คือ เป็นธรรมที่ให้ผลได้ไม่จำกัดกาล ยังประโยชน์ต่อบุคคลทุกเพศ ทุกวัย และทุกระดับ ชั้น พุทธธรรมจึงมีคุณค่าสำหรับมนุษยชาติโดยถ้วน หน้าตามระดับสติปัญญาของบุคคล จึงเป็นการศึกษาระบบชีวิต ของจิตใจมนุษย์จากหลักพุทธธรรมอันเป็นแหล่งรวบรวมความรู้การวิเคราะห์จิตใจของมนุษย์ ไว้อย่างละเอียด โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคล สามารถจัดการกับชีวิตที่ดำเนินอยู่ในแต่ละวันใน โลกใบนี้ได้ สารสำคัญของจิตวิทยาแนวพุทธจึง อยู่ที่การเสนอถึงหลักการตามธรรมชาติของ กระบวนการเกิดและดับทุกข์ พร้อมทั้งนำเสนอถึงวิธีการปฏิบัติหรือวิถีดำเนินชีวิตให้บรรลุถึงการดับทุกข์หรือปัญหาในจิตใจที่เกิดขึ้นให้หมดสิ้นไป โดยผู้ศึกษาสามารถนำความรู้ความเข้าใจที่ได้ศึกษาเหล่านี้ ไปขัดเกลาจิตใจตนเองให้สามารถมองเห็นและ เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งถึงความจริงตามหลักพุทธธรรม จนกระทั่งสามารถนำความรู้ความเข้าใจดังกล่าวที่เกิดขึ้นในตนไปเป็นกัลยาณมิตร เพื่อให้ความช่วยเหลือ ทางด้านจิตใจแก่ผู้อื่นต่อไป

พระมหาสมปอง (๒๕๖๒) กล่าวว่า สิ่ง ที่ เยียวยาชีวิตของคนเราที่สำคัญมีอยู่สองสิ่งคือ ลมหายใจ กับกำลังใจ ลมหายใจมีความสำคัญต่อ รูปร่างกาย ส่วนกำลังใจมีความสำคัญต่อจิตใจ ทำให้ ใจมีพลังในการต่อสู้กับทุกสิ่งทุกอย่างที่ผ่านเข้ามา ในชีวิตได้

พระปราโมทย์ ปาโมชโช (๒๕๖๑) กล่าวถึง โรคซึมเศร้าที่เกิดจากสารเคมีในสมองผิดปกติ ต้องรับประทานยา ภาวนาไม่หาย แต่ถ้าเริ่มรู้ว่า มีภาวะซึมเศร้า ก็ให้รู้ว่า “ซึมเศร้า” รู้ว่ามันไม่ใช่เรา เพราะถ้าเป็นเรา มันต้องควบคุมไม่ให้ซึมเศร้าได้ ให้รู้ทันจิตใจที่เกิดขึ้น ดูให้เห็นถึงความไม่เที่ยง ของภาวะซึมเศร้านั้นว่าซึมเศร้านั้นเกิดขึ้นอยู่กับเรา ตลอดเวลาหรือไม่ เช่นเดียวกับความสุข มันก็ไม่ได้ อยู่กับเราตลอดเวลา ในขณะที่ทุกคนไขว่คว้าหา ความสุข ที่เป็นเช่นนี้เพราะมันไม่ใช่เรา ในความ เป็นจริงตามหลักพุทธศาสนาจะเห็นว่า ความสุขความทุกข์ มันเกิดขึ้น-ตั้งอยู่ และดับไป ตาม ธรรมชาติของจิต “จิต” จึงมีความสำคัญมาก ดัง คำกล่าวที่ว่า “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” ซึ่งสอดคล้อง กับที่พระพุทธเจ้าบัญญัติว่า ชีวิตมนุษย์ประกอบด้วย กายและจิต (รูปและนาม) หรือขันธทั้งห้า นั่นเอง รูปคือร่างกาย (รูปขันธ) นามคือจิต ซึ่งมีทั้งหมดสี่ดวง ได้แก่ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ และ วิญญาณขันธ จิตของมนุษย์เป็นธรรมชาติที่มีการ เกิดดับอยู่ตลอดเวลา ตามความหมายดังนี้

เวทนา หรือเวทนาขันธ คือ กองแห่งความรู้สึก เมื่อใดที่มีความรู้สึกเกิดขึ้น เช่น พอใจ สบายใจ โกรธ เกลียด กังวลใจ เป็นต้น จะสะท้อนออกมา เป็นความรู้สึกสุข-ทุกข์-เฉย ๆ นั่นคือการทำหน้าที่ ของจิตดวงที่เรียกว่า “เวทนา” เมื่อมีความรู้สึกทุกข์ ก็เพียงพิจารณาให้เห็นว่า จิตดวงที่เรียกว่า “เวทนา” จิตนี้กำลังทำหน้าที่ของจิต พอจิตเหนื่อยก็จะ หายไปเอง แต่บางทีจิตก็อาจจะหวนกลับมา เยี่ยมเยียนอีก ก็ดูให้เห็นว่าความรู้สึกนั้นเกิด-ดับไป ตอนไหน และดับไปอย่างไร

สัญญา หรือสัญญาขันธ คือ กองแห่งการจำได้ เมื่อใดที่มีการจำได้ หมายถึง นึกได้ หรือจำในอารมณ์ (ความทรงจำของจิต) เกิดขึ้น นั่นคือการ ทำหน้าที่ของจิตดวงที่เรียกว่า “สัญญา” เมื่อมีความ รู้สึกทุกข์จากการจำได้นั้นก็เพียงพิจารณา

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

ให้เห็นว่า จิตดวงที่เรียกว่า “สัญญา” จิตนี้กำลังทำหน้าที่ของ จิต พอจิตเหนื่อยก็จะหายไปเอง แต่บางที่จิตก็อาจจะ หวนกลับมาเยี่ยมเยียนอีก ก็ดูให้เห็นว่าการจำนั้น เกิด-ดับไปตอนไหน และดับไปอย่างไร

สังขาร หรือสังขารชั้นคือ กองแห่งการปรุง ความคิด คำพูด และการกระทำ เมื่อใดมีการปรุง ความคิด คำพูด และการกระทำเช่น การคิดโน่นคิดนี่ คิดฟุ้งซ่าน คิดถึงเรื่องราวต่าง ๆ ในอดีต-ปัจจุบันอนาคต การรำพึงถึงสิ่งที่คิดอยู่ในใจ การแสดงออก ทางกายตามความคิด นั่นคือการทำหน้าที่ของจิต ดวงที่เรียกว่า “สังขาร” เมื่อมีความรู้สึกทุกข์จาก ความคิด คำพูด และการกระทำของตนเอง ก็เพียง พิจารณาให้เห็นว่า จิตดวงที่เรียกว่า “สังขาร” จิตนี้ กำลังทำหน้าที่ของจิต พอจิตเหนื่อยจิตก็จะหายไปเอง แต่บางที่จิตก็อาจจะหวนกลับมาเยี่ยมเยียน อีก ก็ดูให้เห็นว่าเกิด-ดับไปตอนไหน และดับไป อย่างไร

วิญญาณ หรือวิญญาณชั้นคือ สภาพรู้หรือ ตัวรู้ คือ รู้ถึงความรู้สึก นึกคิด การกระทำ หรือรู้ถึง การจำในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับร่างกายและจิตใจ (รูปและนาม) เป็นการทำหน้าที่ของจิตดวงที่ เรียกว่า “วิญญาณ” ซึ่งวิญญาณเป็นเงาของรูปและ นาม เมื่อใดที่มีกาทำงานของรูปและนาม วิญญาณ จะเข้าไปรับรู้ด้วยทุกครา ดังที่พระพุทธเจ้าบัญญัติว่า วิญญาณเป็นเงาที่ประกบรูปและนามไปทุกที่

จากเนื้อหาข้างต้นการพิจารณาให้เห็นถึง การทำงานของรูปและนาม ต้องอาศัยการทำสมาธิ และฝึกการพิจารณาธรรม (ธรรมชาติของจิต) ที่ เกิดขึ้นให้ทันปัจจุบันอย่างต่อเนื่อง จึงจะสามารถ ลดความทุกข์ที่เกิดขึ้นทางจิตใจได้

จากงานวิจัยของสิริรัตน์ จันทระมโน และ เจนระวี สว่างอารีย์รักษ์ (๒๕๕๔) กล่าวว่า การใช้สมาธิ บำบัด การฟุ้ง การสนทนาหรือพิจารณาธรรมมีผล ทำให้เกิดความสงบผ่อนคลายทางกายและใจ ส่งผล ให้โรคหายได้ ธรรมโอสถจึงมีผลต่อการรักษาโรค แต่ถ้าภาวะซึมเศร้าที่เกิดจากสารเคมีในสมอง ผิดปกติต้องรับประทานยา ใช้ธรรมโอสถอย่างเดียวไม่หาย (พระปราโมทย์ ปาโมชโช, ๒๕๖๑)

ดังนั้น การเยียวยาจึงขึ้นอยู่กับอาการของผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าด้วย จากการทบทวนวรรณกรรม และจากประสบการณ์ของผู้เขียนที่ได้ดูแลและ สอบถามผู้ใกล้ชิดที่มีภาวะซึมเศร้า แสดงให้เห็นว่าการเยียวยาผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าไม่สามารถใช้วิธีใด วิธีหนึ่งอย่างเฉพาะเจาะจงได้ ควรมีการผสมผสาน ตามสภาพอาการของผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า ดังนี้

๑. ผู้ที่มีอาการจิตตก รู้สึกใจห่อเหี่ยว ท้อแท้ ลึนหวัง รู้สึกไร้ค่า ซึ่งตรงกับผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า ระดับรุนแรง ควรหาผู้ที่สนิทที่สุดพูดคุยเพื่อระบาย ความรู้สึกทุกข์ที่อยู่ในใจ เปิดโอกาสให้ระบายความรู้สึก กำลังใจ หรือหาวิธีการคลายเครียด ที่ไม่เป็นการเบียดเบียนตัวเองหรือผู้อื่น เช่น เล่น กีฬา ปลูกต้นไม้ ไปวัดทำบุญ ซ้อมปิ้ง ไปเที่ยว ทะเล/ภูเขา/น้ำตก ประดิษฐ์งานศิลปะ วาดภาพ เล่นดนตรี ร้องเพลง นวดผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เป็นต้น สำหรับผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าแต่ไม่ไว้วางใจใครที่จะพูดคุยด้วย ให้โทรไปที่สายด่วน สุขภาพจิต

๒. ผู้ที่มีความรู้สึกไม่มีความสุข เบื่องาน ไม่อยากทำอะไร หงุดหงิด ฉุนเฉียว มองโลกในแง่ลบ ซึ่งตรงกับผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าระดับปานกลาง ให้ฝึกคิดบวกหรือสร้างพลังจิตคิดบวก (NeuroLinguistic Programming: NLP) และก้าวออกจาก พื้นที่สุขสบาย (comfort zone) ของตนเองให้ได้ พัฒนาตนเองให้เป็นคนใหม่ที่ไม่มีความซึมเศร้า สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข โดยการ มองหาข้อดีแล้วเขียนสิ่งดี ๆ ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน รู้จักการให้อภัยตนเองและผู้อื่น ฝึกตัวเองให้ ยิ้มง่าย ยืดหยุ่นอ่อนน้อมกับผู้อื่นให้มากขึ้น ซึ่งตามหลัก พุทธศาสนากล่าวว่าเป็นการสร้างบุญกุศลให้กับตนเอง อย่ากังวลกับสิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น และเมื่อมี ข้อผิดพลาดเกิดขึ้นให้คิดว่านั่นคือคุณค่าของชีวิต ที่ทำให้เกิดการเรียนรู้

นอกจากการคิดบวกแล้วให้สวดมนต์แผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ทั้งหลายไม่ให้มีเวรภัยต่อกัน ซึ่งจากผลวิจัยของพระปลัดสมชาย ปโยโค (๒๕๕๘) เรื่อง พุทธบูรณาการการดูแลโรคเรื้อรังในสังคมไทย ได้สรุปว่า พุทธบูรณาการการดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง โดยการเข้าหาครอบครัวไปกับการใช้ธรรมะด้วยวิธีการ สวดมนต์ การทำสมาธิ และการสนทนาธรรม สามารถลดความซึมเศร้าของผู้ป่วยโรคเรื้อรังได้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากการสวดมนต์จะทำให้ใจรู้สึกชุ่มชื้นเบิกบานส่งผลให้จิตใจสงบ ผ่อนคลายความวิตกกังวล และในขณะที่กำลังสวดมนต์ให้พระจิตใจของผู้สวดมนต์จะแน่วแน่นอยู่กับคำสวดมนต์จึงทำให้เกิดสมาธิขึ้น ขณะที่จิตมีสมาธิร่างกายจะหลั่งสารเอ็นดอร์ฟินออกมาในร่างกายมากขึ้นก่อให้เกิดความสุขซึมซาบทั่วไปในร่างกายหรือมีความสุข

๓. ผู้ที่มีความคิดฟุ้งซ่าน นอนไม่หลับ อารมณ์ไม่แจ่มใส ซึ่งตรงกับผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า ระดับน้อย ให้ฝึกทำสมาธิ และพิจารณาธรรมอย่างมีสติ ซึ่งผู้เขียนได้ทดลองใช้กับผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า และได้ผลดีมี ๒ แนวทาง คือ

๓.๑ การทำสมาธิแบบจิตจดจ่อหรือ กำหนดสติอยู่ที่ลมหายใจเข้า-ออก พร้อมคำภาวนา ว่า “พุท-โธ” “พอง-หนอ-ยุบ-หนอ” “เมต-ตา” หรือ ใช้วิธีการเดินจิตร่วมกับคำภาวนา โดยเริ่มจาก การสูดลมหายใจเข้าออกยาวๆ ลึกๆ สัก ๓ ครั้ง หลังจากนั้นให้วางจิตไว้ตรงโคนผกกลางหน้าผาก ค่อย ๆ เดินจิตเป็นจุด ๆ ติด ๆ กันอย่างช้า ๆ เป็น เส้นตรงจากโคนผกมาถึงหว่างคิ้ว เดินจิตช้าๆ จากหว่างคิ้วถึงปลายจมูก จากปลายจมูกไปที่ กึ่งกลางริมฝีปากบน เดินจิตลงไปเรื่อย ๆ เป็น

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

แนวตรงจากริมฝีปากบนไปที่ริมฝีปากล่าง..คาง.. ใต้คาง..ลำคอ..กระดูหน้าอกส่วนบน ไหล่งไป เรื่อย ๆ จนถึงลิ้นปี่ แล้วหยุดดู การกระเพื่อมขึ้น-ลง ของทรวงอก รู้อาการเคลื่อนไหวขึ้น-ลง นับ ๑, ๒, ๓..... ไปเรื่อย ๆ จนจิตนิ่งเกิดสมาธิ

๓.๒ การทำสมาธิบำบัดแบบ SKT เป็นการนำสมาธิรูปแบบใหม่ที่เกิดจากการ ผสมผสานศาสนศาสตร์และ วิทยาศาสตร์ เพื่อ พัฒนาร่างกายให้สามารถเยียวยาตัวเองได้ โดยมี หลักการสำคัญคือ ปรับการทำงานของร่างกายระบบให้อยู่ในภาวะปกติ ชื่อ SKT มาจากการ คิดค้นของอาจารย์ภาควิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ที่พบว่ามีความสำคัญ ๗ ประการ โดยผู้ฝึก ไม่จำเป็นต้องปฏิบัติทุกเทคนิค เพราะแต่ละเทคนิค เหมาะสมกับสภาพร่างกายหรืออาการเจ็บป่วยของ คนแต่ละคน สำหรับในผู้ป่วยซึมเศร้าที่ เหมาะสม คือ ทำที่ ๗ ซึ่งเป็นการ ทำสมาธิแบบเคลื่อนไหว ร่างกายพร้อมกับการกำหนดลมหายใจ ดังนี้ (สมพร กันทรคุชฎี เตรียมชัยศรี, ๒๕๖๐)

๑) ยืนตัวตรงหรือนั่งบนเก้าอี้ตัวตรง หลังไม่พิงพนัก แยกเท้าทั้งสองข้างพอประมาณ ค่อยๆ หลับตาลงช้า ๆ สูดลมหายใจเข้าทางจมูกลึกๆ ช้า ๆ นับ ๑ - ๕ กลั้นหายใจ นับ ๑-๓ ช้าๆ แล้วเป่า ลมหายใจออกทางปากช้า ๆ นับ ๑ - ๕ อีกครั้ง ทำแบบนี้ ๕ รอบ

๒) ค่อยๆ ยกมือ แขน ข้อศอก ทั้งสองข้างอยู่ระดับเอว โดยหันฝ่ามือทั้งสองข้าง เข้าหากัน ขยับฝ่ามือเข้าหากันช้า ๆ นับ ๑ - ๓ และขยับ มือออกช้า ๆ นับ ๑ - ๓ ทำทั้งหมด ๓๖ - ๔๐ รอบ

๓) หายใจเข้าลึกๆ นับ ๑ - ๕ ค่อยๆ ยกมือขึ้นเหนือศีรษะคล้ายๆ กับการประคองหรือ อุ้มแจกันใบใหญ่ๆ ค่อยๆ ยกมือลงในท่าประคอง แจกันเช่นกันนับเป็น ๑ รอบ ทำทั้งหมด ๓๖ - ๔๐ รอบ

การปฏิบัติตามแนวทางในข้างต้น ถ้าปฏิบัติ ได้ถูกต้องจะเกิดพลังแห่งสมาธิ ซึ่งผู้ปฏิบัติจะมีความรู้สึก ผ่อนคลาย โล่ง เบา สบาย เนื่องจากความ รู้สึกทุกข์ (เวทนา) ความคิดฟุ้งซ่าน (สังขาร) และ ความจำต่อสิ่งที่เลวร้าย (สัญญา) ไม่ได้ถูกก่อกำขึ้น จึงทำให้จิตได้พัก แต่โดยธรรมชาติจิตของผู้ที่ไม่ได้ ฝึกจะไม่อยู่นิ่ง จิตจะวิ่งไปคิดโน่นคิดนี่ รู้สึกดี-ไม่ดี สุข-ทุกข์อยู่ตลอดเวลา ดังนั้นควรใช้การพิจารณาธรรมควบคู่ไปกับการทำสมาธิ “ธรรม” ในที่นี้ หมายถึง ธรรมชาติการทำงาน ของจิตที่เกิดขึ้นจาก ผัสสะทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ทำให้เกิด ความรู้สึกสุข-ทุกข์หรือเฉยๆ ทำให้เกิดความคิด ความจำ ต่าง ๆ ต้องพิจารณาให้เห็นว่ามันเกิดขึ้น ตอนไหน และดับไปเมื่อไร หรือใช้วิธีการกำหนดรู้ ให้ทันต่อสิ่งที่มากระทบตาม หลักการวิปัสสนา กรรมฐานของคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย ที่สอนว่าเมื่อมี สิ่งที่มากระทบทางตา ให้กำหนดจิตว่า “เห็นหนอ” กระทบทางหู กำหนด “ยินหนอ” กระทบทางจมูก กำหนด “กลิ่นหนอ” กระทบทางลิ้น กำหนด “รสหนอ” กระทบทางกาย “รู้หนอ..เย็น/ร้อน/อ่อน/ แข็งหนอ” สำหรับใจที่คิด ให้กำหนดว่า “คิดหนอ” ทำให้จิตอยู่กับกายที่เป็นปัจจุบันขณะ ไม่ไปอยู่กับ อดีตหรืออนาคตจะทำให้จิตเบิกบานมีพลังส่งผล ให้คลายจากความทุกข์ และลดภาวะซึมเศร้าได้

บทสรุป

ภาวะซึมเศร้าเป็นความผิดปกติทางอารมณ์ จะมีความรู้สึกเบื่อหน่าย หดหู่ ท้อแท้ สิ้นหวัง ไร้ค่า เชื่องซึม เบื่ออาหาร น้ำหนักลด นอนไม่หลับ เป็นต้น พบในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย และพบได้ในทุกช่วงอายุ ภาวะซึมเศร้าเกิดจากปัจจัยหลายประการ ทั้งปัจจัยภายในและภายนอก อาทิ ความผิดปกติ ทางพันธุกรรม ความผิดปกติของสารชีวเคมี ในสมอง ปัญหาทางด้านจิตใจ และปัจจัยทาง สิ่งแวดล้อม ตามแนววิถีพุทธเชื่อว่า ภาวะซึมเศร้าเป็น ความรู้สึกที่เกิดจากความคิดฟุ้งซ่านที่ไม่มีสติ ในการควบคุมระมัดระวังความคิดทำให้เกิด ความเครียดสะสม จนจิตตกเกิดภาวะซึมเศร้าได้ สามารถแก้ไขโดยการนำหลักธรรมชาติของชีวิต

ตามหลักพุทธศาสนาไปช่วยเยียวยาตนเองให้ ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้าได้ด้วยการทำสมาธิ พิจารณาธรรม ฝึกสติให้อยู่กับปัจจุบันตามวิธี ที่กล่าวในข้างต้น ซึ่งจะส่งผลทำให้เกิดปัญญา ช่วยหยุดความคิดซ้ำ ๆ ที่ทำให้เกิดความทุกข์ใจ และกังวลใจ ช่วยทำให้ชีวิตมีความสุข จิตใจสงบเย็น และมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่าน เข้ามาในชีวิตได้ ดังนั้นควรมีความเข้าใจในเรื่องของธรรมะ หรือธรรมชาติของชีวิตว่า กายและใจนี้ไม่ใช่ของเรา ไม่มีเราในรูปร่างกายนี้ ไม่ควรยึดติดว่าเป็นเราตาม ภาษาบาลีที่ว่า “สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินเวสายะ” แปลว่า “สิ่งทั้งปวง ไม่ควรยึดมั่น ถ้อยมั่นว่าเป็น ตัวของเรา” (พุทธทาสภิกขุ, ๒๕๕๙) ให้มอง ทุกอย่างว่าเป็นธรรมชาติตามเนื้อหาที่กล่าวมาใน ข้างต้น ซึ่งจะเกิดประโยชน์ต่อการเยียวยาผู้ที่ มี ภาวะซึมเศร้าไม่ให้กลายเป็นโรคซึมเศร้าได้ การเยียวยาผู้ที่ มีภาวะซึมเศร้าด้วยธรรมะนั้น ผู้ดูแลผู้ใกล้ชิด รวมถึงบุคลากรทางการแพทย์ ที่แนะนำให้ใช้ต้องเป็นผู้ที่มีความเข้าใจและมีทักษะ ในการฝึกสมาธิ หรือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน มาพอสมควร ซึ่งการปฏิบัติธรรมที่ส่งผลให้เกิด พลังสมาธิที่แนบแน่นได้นั้นต้องอาศัยศีล สมาธิ และปัญญาเป็นพื้นฐาน ตามที่หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี (๒๕๖๐) กล่าวว่าไว้ว่าปัญญาจะเกิดขึ้นได้เพราะมีสมาธิ ที่หนักแน่น สมาธิที่จะหนักแน่นได้ก็

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

เพราะมีศีล ที่บริสุทธิ์เสียก่อน ศีลจึงเป็นเครื่องปิดกั้นการก่อ บาปกรรมทั้งปวงที่เกิดขึ้นทางกาย วาจา ใจ เป็นการ ช่วยป้องกัน ปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจทำให้ เกิดภาวะซึมเศร้าของบุคคล

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (๒๕๕๐). *การสำรวจภาวะสุขภาพจิตของประชาชนในปี พ.ศ. ๒๕๕๕*. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุขกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (๒๕๕๒).
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (๒๕๕๕). *แนวปฏิบัติทางคลินิกเพื่อการบำบัดทาง สังคมจิตใจผู้ป่วยโรคซึมเศร้าในสถาน บริการระดับทุติยภูมิ*. อุบลราชธานี: โรงพิมพ์ พระศรีมหาโพธิ์.
- จุฑามาศ วารีแสงทิพย์. (๒๕๕๒). การฟื้นฟูคุณภาพ ชีวิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายด้วยธรรมาปฏิบัติ. *วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตร์ชุมชนบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ธณินทร์ กองสุข, พันธุ์ธนา กิตติรัตนไพบูลย์, เกษราภรณ์ เคนบุปผา, สุพัตรา สุขawat, ศิริจันทร์ สุขใจ, และ จินตนา ลีจิ่ง เพิ่มพูน. (๒๕๕๑). *ความชุกของโรคซึมเศร้าในคนไทย: การสำรวจระบาดวิทยาโรคทางจิตเวช ระดับชาติปี ๒๕๕๑*. นนทบุรี: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- ธวัชรัตน์ ศรีวิลาศ. (๒๕๕๓). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ ภาวะซึมเศร้าในพระภิกษุสูงอายุในเขต กรุงเทพมหานคร. *วิทยานิพนธ์วิชา ศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต*. คณะแพทยศาสตร์: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- นันทิรา หงส์ศรีสุวรรณ. (๒๕๕๙). ภาวะซึมเศร้า. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยหัวเฉียว เฉลิมพระเกียรติ*. ๑๙(๓๘):๑๐๕-๑๑๘.
- บุญยก สิริพรอนันต์. (๒๕๕๐). *ฆ่าตัวตายเพราะ โรคซึมเศร้า*. กรุงเทพมหานคร: ไกล่หมอ.
- พระปราโมทย์ ปาโมชโช. (๒๕๖๑). *ธรรมะกับโรคซึมเศร้า* [วิดีโอ]. สืบค้นเมื่อ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๕, จาก <https://www.youtube.com/watch?v=tk๖๖๒-M-mYo>.
- พระปลัดสมชาย ปโยโค และอุทัย สุดสุข. (๒๕๕๘). *พุทธบูรณาการการดูแลผู้ป่วยโรคเรื้อรังในสังคมไทย*. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*. ๓(๒): ๔๕-๖๔.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (๒๕๕๗). *พุทธธรรม ตอนที่ ๑ บทที่ ๑ ชั้นที่ ๕*. พิมพ์ครั้งที่ ๓๙. พระนครศรีอยุธยา: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาพรเทพ อ.ต.โตโม (เดชประสาธ). (๒๕๕๓). การศึกษาวิเคราะห์วิธีบำบัดโรคซึมเศร้า ตามแนวพุทธศาสนาเถรวาท. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*. พระนครศรีอยุธยา: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาวิชัย วชิรเมธี. (๒๕๖๐). *เดี๋ยวมันก็ ผ่านไป* [วิดีโอ]. สืบค้นเมื่อ ๓๐ มีนาคม ๒๕๖๕, จาก <https://www.youtube.com/watch?v=t๒๘zU๐๙jfA๔>.
- พระมหาสมปอง. (๒๕๖๒). *คนแท้ไม่ท้อ* [วิดีโอ]. สืบค้นเมื่อ ๓๐ มีนาคม ๒๕๖๕, จาก https://www.youtube.com/watch?v=kT๕๙Kcm_Jcs
- พลภัทร์ โล่เสถียรกิจ. (๒๕๕๑). *จิตบำบัดแนวพุทธ: การบำบัดด้วยสติ*. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*. ๑๖(๒): ๑๑๙-๑๒๙.
- พุทธทาสภิกขุ. (๒๕๕๙). *บทความสู่สุขคติ: สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสายะ*. สืบค้นเมื่อ ๙ มีนาคม ๒๕๖๕, จาก <https://chapanakij.com/article/๕๘>.
- มาโนช หล่อตระกูล และ ปราโมทย์ สุคนิษฐ์. (๒๕๕๘). *จิตเวชศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตเวชศาสตร์คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี.
- มาริสสา อุทยาพงษ์. (๒๕๖๐). การประยุกต์ใช้การเจริญสติเพื่อป้องกันผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*. ๑๓(๒): ๑๐๙-๑๒๒
- มาลีวัล เลิศสารศิริ. (๒๕๕๙). ประสิทธิภาพของ โปรแกรมการฝึกสมาธิต่อปัญหาของนักศึกษาชั้นปีที่ ๑ วิทยาลัยเซนต์หลุยส์. *วารสารพยาบาลทหารบก*. ๑๗(๓): ๔๔-๕๓.
- สมพร กันทรดุษฎี เตรียมชัยศรี. (๒๕๖๐). *สร้างเสริมสุขภาพด้วยสมาธิบำบัดแบบ SKT ๑-๗*. สืบค้นเมื่อ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๕, จาก <https://goodlifeupdate.com/healthy-mind/dhamma/๙๗๔๒.html>.

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

สุนันทา เอ้าเจริญ, ชิตชนก เทพพิทักษ์, ศศิสังวาลย์ ศรีสังข์, พระปลัดสมชาย ปโยโค (ดำเนิน), และพระมหาวีริชณ์ วรินโท.
(๒๕๖๐). ผลของโปรแกรมการลดภาวะซึมเศร้าในโรคติดต่อไม่เรื้อรังตัวพหุบูรณาการ. *วารสารสันติศึกษา
ปริทรรศน์ มจร*. ๕(๑): ๘๙-๑๐๒.

หลวงปู่' เทสก์' เทสรังสี. (๒๕๖๐). *ศีลสุ'สมาธิ*. สืบค้น เมื่อ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๕, จาก
<http://www.dhammathai.org/articles/dbview.php?No=๑๑๑๘>.



ศึกษาวิเคราะห์คัมภีร์สุขาวดีวยุทธพุทธศาสนาหายาน
STUDY AND ANALYSIS OF THE SUKHAVATI VAYUU SUTRA OF
MAHAYANA BUDDHISM

พระบุญช่วย ฐิตจิตโต (ยังสามารถ)
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
Phra Boonchuay Thitacitto (Yangsamart)
Mahamakut Buddhist University
phraboonchuay๖๒๒@gmail.com



บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เจตมุงหมายเพื่อศึกษาวิเคราะห์คัมภีร์สำคัญของพระพุทศศาสนาหายานนิกายสุขาวดีคือ คัมภีร์สุขาวดีวยุทธซึ่งรจนาเป็นภาษาสันสกฤต และศึกษาเปรียบเทียบกับคัมภีร์พระไตรปิฎกในพระพุทศศาสนา ในตอนต้นกล่าวถึงแนวทางของพระพุทศศาสนาดั้งเดิมและการเปลี่ยนแปลงที่นำไปสู่คติทางมหายาน ก่อตั้งเป็นสำนักต่าง ๆ มากมาย ดังเช่น สำนักสุขาวดี ซึ่งมีพระสูตรที่สำคัญประจำสำนักอยู่ ๔ สูตร คือ สุขาวดีวยุทธ จุลสุขาวดีวยุทธ อมิตายูรชยานสูตร และอมิตายูสุไตรประเทศ จากการศึกษาพบว่า คัมภีร์สุขาวดีวยุทธประกอบด้วยเนื้อหาสำคัญดังต่อไปนี้ คือ ทรรคนะเรื่องบารมี ทรรคนะเรื่องพระพุทศเจ้า ทรรคนะเรื่องพระโพธิสัตว์ ทรรคนะเรื่องจักรวาล และวิสุทธิภูมิ แนวคิดเรื่อง การบูชาพระอมิตาภะ แนวคิดเรื่องมหาปณิธาน และแนวคิดเรื่องสุขาวดีกับทรรคนะต่าง ๆ จากการศึกษาเปรียบเทียบเนื้อหาใน คัมภีร์สุขาวดีวยุทธและคัมภีร์พระไตรปิฎก คำสอนที่แตกต่างกัน คือ แนวคิดเรื่องตรีกายของพระพุทศเจ้า และแนวคิดเรื่อง พุทศเกษตร ในพระไตรปิฎกยอมรับรูปกายของพระพุทศเจ้าว่ามีเพียงธรรมกายและนิรมานกายเท่านั้น ส่วนสัมภโศคกายใน คัมภีร์มหายานไม่มีระบุไว้ซึ่งก็เชื่อมโยงกับแนวคิดเรื่องพุทศเกษตรที่คัมภีร์พระไตรปิฎกไม่ยอมรับประเด็นนี้เช่นกัน ประเด็น เรื่องพุทศเกษตรนำมาซึ่งข้อแตกต่างกับคำสอนของพุทศเถรวาทมากมาย อาทิเช่น คำสอนเรื่องปัญญาญาณหรือกฎแห่งกรรม รวมทั้งข้อโต้แย้งอื่น ๆ ที่ตามมา รูปแบบการแต่งคัมภีร์สุขาวดีวยุทธประกอบด้วยบท ร้อยแก้ว มี ๔๗ ปริจเฉทและแทรกบทร้อยกรองในบางปริจเฉท ปริจเฉทที่ ๘ สำคัญที่สุดเพราะเป็นเรื่องของปณิธานบารมีซึ่งเป็นคำสอนที่สำคัญที่สุดในคัมภีร์นี้ และเป็นต้นแบบของมหาปณิธานที่มีชื่อเสียงอย่างมากในบรรดาคัมภีร์มหายานทั้งหมด

คำสำคัญ : ศึกษาวิเคราะห์, สุขาวดีวยุทธ

Abstract

This article aims to analyze and analyze the important texts of Mahayana Buddhism in Sukhavati, namely the Sukhavati Yuhasutra scriptures written in Sanskrit. and a comparative study of the Tripitaka scriptures in Buddhism The beginning discusses the traditional approaches of Buddhism and the changes that led to Mahayana Buddhism. Founded as many different schools, such as the Sukhavadee School, which has ๔ important sutras at the school, namely the Sukhavadee Yuha Sutra. Chula Sukhawadee U Sutra Amitayurathayasutra and Amita Yusutrop The study found that The Sukhavadee Yuha Sutra contains the following important contents: view of the Buddha Bodhisattva's view view of the universe and Wisutthiphum The concept of worshipping Amitabha concept of great aspirations and the concept of Sukhavati and various views from the comparison of content in the Sukhavati Yuhasutra and the Tripitaka scriptures The different teachings are the Buddha's concept of the Tri-body. and the concept of Buddhist agriculture In the Tripitaka, the Buddha's body is accepted as having only the Dhammakaya and the Nirmanakaya. As for the Sambokakaya in the Mahayana scriptures, it is not specified, which is also linked to the concept of Buddhist agriculture that the Tripitaka scriptures do not accept. The issue of Buddhist agriculture brings many

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

differences from the teachings of Theravada Buddhism, such as teachings on wisdom or the law of karma. As well as other arguments that follow, the Sukhavadee Yuha Sutra writing style consists of prose chapters with ๔๗ sections and verse inserts in some sections. It is the most important teaching in this scripture. And it is the model of the great determination that is very famous among all the Mahayana scriptures.

Keywords: Analytical Study, Sukhavadee Yuha Sutra

บทนำ

ในมหาสุขาวตวิยหสูตร มีการกล่าวถึงพระเกียรติคุณขององค์พระอมิตาภพุทธเจ้าตั้งแต่ครั้งยังบำเพ็ญบารมีในภพชาติมนุษย์ ในมหาสุขาวตวิยหสูตรเล่าว่า ครั้งหนึ่งเมื่อพระศากยมิพุทธเจ้าประทับอยู่ที่ภูเขาคิณณภู ใกล้เขตเมืองราชคฤห์ ทรงเปล่งรัศมีแผ่ชานออกมา มีอินทรีส่องสว่างส่องใสเป็นทิวศรัทธา พระอานนท์ จึงทูลถามถึงสาเหตุ พระพุทธองค์จึงตรัสเล่าเรื่องราวของพระอมิตาภพุทธเจ้า เมื่อครั้งเสวยชาติเป็นพระราชาได้มีโอกาสเฝ้า พระโลกศวรรราชพุทธเจ้าซึ่งเป็นพระพุทธรูปองค์หนึ่งในอดีตกาลนานจนนับเวลาไม่ได้ ท่านได้ฟังพระธรรม แล้วเกิดความเลื่อมใสขอขอพบเป็นภิกษุนามว่า ธรรมากร พระธรรมกรได้ปฏิบัติธรรม บำเพ็ญบารมีอย่างยิ่งยวด ที่สำคัญท่านได้ตั้งปณิธานจำนวน ๔๘ ข้อไว้เพื่อเอื้อประโยชน์ต่อสรรพสัตว์ภายหลังที่ได้บรรลุพุทธภูมิแล้ว ชาวสุขาวตส่วนใหญ่จะถือเอามหาปณิธานทั้งสี่สิบแปดข้อนี้เป็นจุดหมายในการปฏิบัติเพื่อขอบารมีจากพระอมิตาภะ บางคนถึงกับยกให้ปณิธานบางข้อ(ข้อที่สิบแปดถึงยี่สิบเอ็ด) เป็นหัวใจของแนวคิดสุขาวต (สุมาลี มหณรงค์ชัย, ๒๕๕๑) พระมหาปณิธานที่พระโพธิสัตว์ธรรมากรตั้งไว้ข้อที่สำคัญยิ่งคือข้อที่ ๑๘ซึ่งถือเป็นรากฐานความคิดของนิกายสุขาวต ข้อที่น่าสังเกตคือ การตั้งปณิธานในมหาสุขาวตวิยหสูตร เริ่มที่ความต้องการให้สรรพสัตว์ ได้อุบัติ ณ แดนสุขาวตเสียก่อน พระโพธิสัตว์จึงจะยอมตรัสรู้อุตรสัมมาสัมโพธิญาณ การเน้นเรื่องช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์ก่อนนี้แสดงให้เห็นอุดมการณ์อันยิ่งใหญ่ของพระโพธิสัตว์ธรรมากรและการผูกศรัทธาเข้ากับพระองค์ (พระอมิตาภะในเวลาต่อมา) ในฐานะผู้ที่สามารถช่วยเหลือสรรพสัตว์ได้อย่างแท้จริง พระมหาปณิธานของพระองค์จึงเป็นเหมือนข้อสัญญาที่จะกระทำและต้องกระทำสิ่งนั้นให้บรรลุตามเจตนาที่ได้ตั้งไว้ นอกจากสัญญาดังกล่าวข้างต้นแล้ว พระมหาปณิธานยังได้กล่าวถึงการปฏิบัติของผู้ที่ได้รับการช่วยเหลือรอดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงด้วย การปฏิบัตินั้นได้แก่ “การสวดพระนามพระอมิตาภะ” หรือการปฏิบัติเน็มบุทซุ (Nembutsu) (ประทุม อังกูโรหิต, ๒๕๕๓)

พระอมิตาภะถือเป็นการปฏิบัติที่สำคัญที่สุดเพียงมรรควิธีเดียวสำหรับการเกิด ณ แดนสุขาวตซึ่งเป็นจุดหมายปลายทางของทุกผู้ทุกนามซึ่งในบรรดานิกายในพุทธศาสนาฝ่ายมหายาน นิกายสุขาวตเป็นนิกายที่ให้ความสำคัญอย่างยิ่งต่อแนวคิดนี้ เพราะนิกายนี้ถือความภักดีศรัทธาในองค์พระอมิตาภะเป็นหลัก เมื่อมีความภักดีต่อพระองค์แล้วก็สามารถนำพาตนให้หลุดพ้นจากสังสารวัฏได้ แนวคิดของนิกายสุขาวตจึงจัดเป็นประเภท “พึ่งอำนาจภายนอก” เพราะนิกายนี้ถือความภักดีเลื่อมใสศรัทธาในองค์พระอมิตาภะเสมอแม้ครั้งเดียวก็อาจพาตนให้หลุดพ้นจากสังสารทุกข์ได้ ทั้งนี้เพราะพระอมิตาภะเดิมเมื่อยังเป็นภิกษุชื่อ ธรรมากร ได้มีมโนปณิธาน ๔๘ ประการเอาไว้เมื่อภิกษุธรรมากร มีปณิธานเช่นนี้ และได้บรรลุอุตรสัมมาสัมโพธิญาณเป็นพระอมิตาภะแล้วนับจากบัดนี้ได้ ๑๐ กัป ปณิธานทั้ง ๔๘ ข้อ ก็ต้องเป็นไปตามนั้นทุกประการ (เสถียร โภธินันท์, ๒๕๒๒)

พระนาคารชุนปฐมอาจารย์ในลัทธิมหายานอธิบายว่า พระอมิตาภะเมื่อเป็นโพธิสัตว์บำเพ็ญบารมีอยู่ในโลกมนุษย์ ก่อนจะดับขันธทรงหันหน้าไปทิศตะวันตก แล้วเสด็จไปประทับอยู่บนสวรรค์ชั้นสุขาวต ข้ออธิบายนี้ยกเอาเรื่องพระอมิตาภะขึ้นมาเป็นบุคคลาธิษฐานโดยตลอด และดูจะมากเกินไป (เสฐียร พันธรังสี, ๒๕๕๓) เนื่องจากคำสอนของสำนักสุขาวตนั้นเรียบง่ายตรงไปตรงมาไม่มีอะไรลึกซึ้ง

ให้ต้องตีความมาก หากผู้ใดมีความเชื่อในพระพุทธรูปองค์นี้ เชื่อว่าดินแดนที่เรียกว่าสุขาวต ซึ่งมีลักษณะเป็นภาวะหรือมิติมากกว่าเป็นสสารครอบครองที่และเวลาหนึ่ง ๆ) มีจริง และพยายามปฏิบัติตามวิธีต่าง ๆ ที่ระบุไว้ข้างต้น ก็เป็นอันแน่ใจได้ว่า เขาผู้นั้นย่อมสามารถไปอุบัติในดินแดนดังกล่าวโดยไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกแล้ว หากมองดูผิวเผินจะเห็นว่าสุขาวตนั้นเป็นคำสอนที่เหมาะสมสำหรับคนที่ไม่ชอบคิดมาก หรือคนซึ่งต้องใช้เวลาในชีวิตประจำวันทำมาหากินไม่มีเวลาศึกษาหลักธรรมให้ละเอียดลึกซึ้ง หรือไม่ก็คนที่ต้องการอะไรบางอย่างยึดเหนี่ยวจิตใจไว้ และคำสอนสุขาวตก็สามารถตอบสนองความต้องการของบุคคลเหล่านี้ได้จริงในขณะที่คำสอนพุทธสำนักอื่น ๆ โดยเฉพาะที่เน้นการพึ่งพาตนเองกลับได้รับความสนใจในระดับหนึ่งเท่านั้น กล่าวกันว่า สำนักสุขาวตและพระอมิตาภะเป็นที่รู้จัก ของชาวพุทธจีนและญี่ปุ่นมากกว่าสำนักพุทธอื่น เป็น

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

เวลานับได้หลายศตวรรษที่สุชาวดีและพระอมิตาภะ ได้กลายเป็นจินตภาพและความหวังของชาวพุทธในซีกโลกตะวันออกไกล นับล้าน ๆ คน และอิทธิพลของคำสอนก็ยังคงแทรกซึม อยู่มากในวัฒนธรรมของพวกเขา (Williams, ๑๙๘๙)

ทรศนะของท่านพุทธทาสภิกขุ

ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้ามาเป็นเวลานานแล้ว ผลงานที่สำคัญที่สุดเล่มหนึ่งของท่านพุทธทาสภิกขุคืองานแปล “สูตรของเว่ยหล่าง” จากต้นฉบับภาษาอังกฤษของ A. F. Price และ Wong Mou-Lam สู่อภาษาไทยซึ่งหนังสือหรือพระสูตรเล่มนี้เองที่ค่อนข้างมีอิทธิพลต่อทัศนะ ‘เซ็น’ ของท่านพุทธทาสและสิ่งหนึ่งที่ท่านพุทธทาสมักแสดงทัศนะเกี่ยวกับเซ็นก็คือ ‘เซ็นไม่ไข่มหายานเซ็นเกิดขึ้นเพื่อล่อเลียนมหายาน’ ดังความเห็นของท่าน “มหายานนั้นไม่ใช่เซ็น เซ็นเกิดขึ้นเพื่อล่อเลียนมหายานมากกว่า มหายานนั้นมันง่ายเกินไป เพียงแต่ทำพิธีรีตองอย่างนั้นอย่างนี้ สวดมนต์ออกชื่ออมิตาภะ ก็ همینครั้งก็ไม่รู้จักแปลว่าไปอยู่สวรรค์ชั้นสุชาวดี นี่เขาเรียกมหายาน คือทำให้ง่ายให้ไปได้ทุกคนเพราะทุกคนแม้จะไม่มีความศรัทธาอะไร เพียงแต่ปฏิบัติพิธีรีตองนั้นครบถ้วนแล้วก็ไปสุชาวดีได้ ไปได้มากจึงเรียกว่า “มหายาน” ส่วน “เซ็น” นั้นเพื่อจะล่อเลียนมหายาน เขาต้องรู้ธรรมะซึ่งอย่างเดียวกับที่เราๆ คือไม่มีอุปาทานในชั้นนี้ทั้งห้า ฉะนั้น “เซ็น” นั้นไม่ใช่มหายาน มหายานไม่ใช่เซ็น แม้มันเกิดในเมืองจีนด้วยกัน มันนั้นเรียนมาลวกๆ มันฟังมาลวกๆ ว่า เซ็นนี้เป็นมหายาน ถ้าใครเคยเข้าใจอย่างนี้ ให้เข้าใจเสียใหม่ให้ถูกต้องว่า เซ็นนั้นมันล่อเลียนมหายาน ไม่ใช่มหายาน แต่ก็ยังเป็นพุทธศาสนาด้วยกันจุดนี้เองจะเห็นได้ถึงทัศนะอันชัดเจนของท่านพุทธทาสว่าสำหรับท่านแล้ว มหายานนั้นเป็นเรื่องของพิธีรีตอง เป็นเรื่องของการสวดมนต์ (สวดพระนาม) อมิตาภะ และโดยเฉพาะ เป็นเรื่องของคนไม่มีปัญญา หรือมีปัญญาน้อยกว่าฝ่ายเซ็นที่เหมาะสมกับนักปราชญ์

หลักสมาธิตามทรศนะของอาจารย์เสถียร โพธิ์นันทะ

อาจารย์เสถียร โพธิ์นันทะได้ตีความแนวคิดเรื่องสุชาวดีและพระอมิตาภะไว้ว่า “ในทางปรัชญา เรื่องสุชาวดีและพระอมิตาภะก็หักลงเป็นธรรมาธิฐาน คือสุชาวดีนั้น ความจริงมีอยู่ในจิตของปวงสัตว์ พระอมิตาภะแท้ก็คือ พุทธภาวะอันแจ่มแจ้งซึ่งมีอยู่แล้วในจิตของเรา ว่าตามคติของนิกายเถียนไท่ก็จัดเป็นภูมิหนึ่งใน ๑๐ ภูมิ อันอยู่ในเอกจิตธรรมชาตุนั้นเท่านั้น ไซ้ว่าจะมีสุชาวดีหรือพระอมิตาภะ นอกจิตของเราออกไป เช่นถือว่าการให้เรารู้จักสุชาวดีและพุทธภาวะในตัวเองเป็นสิ่งสำคัญพวกเซนเพียงมารับคติของสุชาวดีเพราะคณาจารย์ยังมุ่งเป็นผู้สมานกลมกลืนด้วยภาชิตที่ได้กล่าวมาข้างต้น ฝ่ายโยคจารย์ก็ถือว่าสุชาวดีเป็นพฤติกรรมของจิตแห่งพระอมิตาภะ คือพระองค์ทรงบันดาลให้มีขึ้นด้วยเหตุคือการปฏิบัติธรรมและปณิธาน ๔๘ ข้อของพระองค์ จนกระทั่งได้บรรลุเป็นพระพุทธเจ้าพระองค์หนึ่งสุชาวดีเป็นผลแห่งบารมีของพระอมิตาภะ ส่วนสัตว์ผู้จะไปอุบัตินั้นก็ต้องสร้างพฤติกรรมให้เหมาะสมจึงจักได้ไปเกิดเสวยความสุข เพราะฉะนั้น สุชาวดีก็คือใจของพระอมิตาภะและปวงชนผู้ปฏิบัติสร้างขึ้นนั่นเอง ไม่นอกเหนือจากมโนภาพไปได้ (เสถียร โพธิ์นันทะ, ๒๕๒๒)

เสถียร โพธิ์นันทะ ชี้เห็นว่า การปฏิบัติในนิกายสุชาวดี ก็คือ การถือเจริญพุทธาสนุสติเป็นสำคัญนั่นเอง ผู้ที่เจริญพุทธาสนุสติมีพระพุทธเจ้าเป็นอารมณ์อยู่เสมอ จิตย่อมบริสุทธิ์สะอาดเป็นกุศล เพราะอาบรดด้วยพระพุทธคุณ ในกาลมรณะหากจิตยังคงผูกพันถึงพระพุทธเจ้าก็จักไปถือปฏิสนธิในสุชาวดีภพ ซึ่งไม่จำเป็นต้องไปสุชาวดีเสมอไปก็ได้ ข้อนี้มีพระบาลีฝ่ายเถรวาทรับรองว่า “จิต เต สงกสิฏฐะ สุขติ ปาฐิกงขา” เมื่อจิตผ่องใสแล้ว สุขติเป็นอันหวังได้ ฝ่ายเถรวาทไม่สอนเรื่องสุชาวดี ไซ้ไม่มีในพระไตรปิฎกบาลี ที่ว่าฟังพุทธาสนุภาพนั้น ถ้าพิจารณาให้ซึ่งจักเห็นได้ว่า ก็ต้องอาศัยพึ่งตัวเองด้วยเป็นมูล เพราะตัวเองต้องมี สิ่ง, หวง, เห่ง พร้อมจึงจักไปอุบัติได้ อนึ่ง สุชาวดีมีลักษณะคล้ายชั้นพรหมสุทธาวาสในพระบาลีตรงที่ผู้ไปอุบัติ มีอันไม่เวียนกลับไปนิพพานต่อไปเลยทีเดียว ชั้นพรหมสุทธาวาสเป็นที่อยู่ของพระอนาคามี ซึ่งมีความเกี่ยวข้องอยู่เพียงชาติเดียว คือเป็นเอกชาติปฏิบัติอย่างเดียวกับชาวสุชาวดีเหมือนกัน พระอนาคามีในพรหมสุทธาวาสย่อมบรรลุอรหัตผล เมื่อถึงกาลอายุขัยย่อมปรินิพพานในชั้นนั้นนั่นเอง (เสถียร โพธิ์นันทะ, ๒๕๒๒)

ทรศนะของอาจารย์สมภาร พรหมทา

ศาสตราจารย์ ดร.สมภาร พรหมทา ตีความคำสอนของนิกายนี้ไปในทางที่เป็นประโยชน์มากกว่าการโจมตีว่าสอนผิดหลักการเมื่อเทียบกับหลักการของพุทธศาสนาดั้งเดิม โดยตั้งข้อสังเกตว่า หากมองในแง่ความมีประโยชน์ นิกายนี้อาจให้ประโยชน์มากกว่าพุทธศาสนานิกายอื่นหรือแม้แต่พุทธศาสนาแบบเดิมด้วยซ้ำนิกายสุชาวดีแม้จะดูเป็นนิกายที่สอนเรื่องเหลวไหล แต่กลับเป็นนิกายที่ทำประโยชน์ให้มนุษย์มากที่สุด จริงอยู่ที่นิกายนี้เมื่อเทียบกับพุทธศาสนาแบบเดิมอาจจะมีความลึกซึ้งน้อยกว่า แต่ถ้ามองในแง่การให้ประโยชน์แก่คน เราต้องยอมรับว่านิกายนี้ให้ได้มากกว่าพุทธศาสนาแบบเดิม จึงไม่ใช่เรื่อง

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

แปลกที่ชาวพุทธส่วนใหญ่ในโลกจะนับถือนิกายนี้ เพราะสิ่งที่นิกายนี้สอนสอดคล้องกับข้อเท็จจริงที่ว่าปัจจุบันคนในโลกส่วนใหญ่ยังไม่พร้อมที่จะพึ่งพาตนเองดังที่พุทธศาสนาแบบเดิมพยายามสอนนั่นเอง (สมภาร พรหมทา, ๒๕๔๐)

นิกายสุขาวดีเป็นแนวคิดง่าย ๆ และดูจะไม่สมเหตุสมผลเมื่อเทียบกับพุทธศาสนาแบบเดิม ถ้าไม่มองไปที่การให้ประโยชน์แก่คน หากแต่มองที่ตัวหลักธรรมเท่านั้น นิกายสุขาวดีไม่มีอะไรเลยที่จะเทียบได้กับพุทธศาสนาแบบเดิม คนที่มีปัญญา คนที่เป็นปราชญ์จะไม่สนใจแนวคิดของนิกายสุขาวดี แต่จะสนใจและทิ้งในความลึกซึ้งอลังการของระบบปรัชญาที่แฝงอยู่ในเนื้อหาของพุทธศาสนาแบบเดิมแต่ถ้ามองในแง่ความเป็นประโยชน์ เราต้องยอมรับว่านิกายสุขาวดีทำได้ดีกว่าพุทธศาสนาแบบเดิมเปรียบได้กับสินค้าชนิดดี ประณีต ราคาสูง ในขณะที่นิกายสุขาวดีเปรียบได้กับสินค้าชนิดเลว แต่ราคาถูก สินค้าประเภทแรกจะเป็นประโยชน์แก่คนรวยที่มีกำลังเงินสามารถซื้อหาได้เท่านั้น ในขณะที่สินค้าประเภทหลังจะเป็นประโยชน์แก่คนยากคนจน ในประเทศที่คนส่วนใหญ่ยากจน สินค้าประเภทแรกดูจะไม่มีความหมายเท่าใดนักในขณะที่สินค้าอย่างหลังสามารถอำนวยความสะดวกได้มากกว่า ของดีอาจไม่มีประโยชน์เลยก็ได้ หากว่าของดีนั้นอยู่เกินวิสัยที่คนทั่วไปจะแสวงหามาใช้สอยได้ หากเรายอมรับว่าคนในโลกส่วนใหญ่เปรียบได้กับคนยากจนเราก็ต้องยอมรับว่า พุทธศาสนาที่เหมาะสมแก่คนเหล่านี้ก็คือพุทธศาสนานิกายสุขาวดีนั่นเอง (สมภาร พรหมทา, ๒๕๔๐)

พรรณนะของอาจารย์ศุภโชค ชุมสาย ณ อยุธยา

สุขาวดีวิสุทธิสูตรเป็นพระสูตรภาษาจีน มีเนื้อหากล่าวถึงเหตุการณ์ช่วงที่พระพุทธเจ้าได้เล่าเรื่องดินแดนสุขาวดี และพระอมิตาภะพุทธเจ้า ให้เหล่าสาวก เทพ พรหม และพระโพธิสัตว์ทั้งหลายที่อยู่ ณ ที่ตรงนั้นได้ฟังพระอมิตาภะพุทธเจ้านั้นเคยเป็นกษัตริย์ในอดีตชื่อว่าพระเจ้าธรรมกร เขาได้ออกบวชจนได้พบกับพระพุทธเจ้าองค์หนึ่งในอดีต ที่ชื่อพระโลกศวรรราชพุทธะ และได้รับคำสอนมาฝึกปฏิบัติและตั้งปณิธาน ๔๘ ประการ “คัมภีร์ในมหายานหลายๆ คัมภีร์เป็นคัมภีร์ที่พูดถึงการตั้งปณิธาน เช่น มหาสุขาวดีวิสุทธิสูตร ก็พูดถึงปณิธานของพระอมิตาภะ ในเล่มอื่นก็มีปณิธานโพธิสัตว์อื่นๆ อีกมากมาย มหายนเน้นการปลุกเร้าความตั้งใจตั้งใจ ศรัทธาอันแน่วแน่มั่นคงของจิตใจที่จะทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อสรรพสัตว์” หนึ่งในปณิธานอมิตาภะที่ฝ่ายสุขาวดีให้ความสำคัญเป็นหลัก คือ ปณิธานประการที่ ๑๘ ที่พระอมิตาภะตั้งไว้ในตอนเริ่มฝึกปฏิบัติจากคำสอนของพระโลกศวรรราชพุทธะว่า ถ้าเมื่อใดที่ตนเองได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าแล้ว ขอให้มิพุทธเกษตรแห่งหนึ่งเป็นดินแดนอันบริสุทธิ์ที่ชื่อว่าสุขาวดี และให้สรรพสัตว์ที่ปรารถนาจะเกิดในดินแดนสุขาวดีนั้นได้เกิดในสุขาวดีได้ โดยการระลึกถึงและสวดชื่อของพระอมิตาภะเพียง ๑๐ จบ ซึ่งถ้าปณิธานนี้ไม่สามารถสำเร็จได้ ตนก็จะไม่บรรลุปะเป็นพระพุทธเจ้าเนื้อหาในพระสูตรจบลงที่พระธรรมกรได้บรรลุเป็นพระอมิตาภะพุทธเจ้า และปณิธานทั้ง ๔๘ ประการที่ได้ตั้งไว้ก็เป็นจริงแนวคิดของสุขาวดีคือการโอบล้อมสรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงเข้ามาด้วยกัน

ในพุทธศาสนาฝ่ายสุขาวดีแบ่งความคิดเกี่ยวกับสุขาวดีและพระอมิตาภะเป็นสองแบบ ในแบบแรกคือยืนยันตามคำอธิบายในคัมภีร์สุขาวดีวิสุทธิสูตร ส่วนอีกฝ่ายหนึ่งซึ่งอธิบายในลักษณะร่วมสมัยนั้นอธิบายว่าทั้งพระอมิตาภะและสุขาวดีเป็นเรื่องที่ถูกแต่งขึ้น “นักปรัชญาสุขาวดีในยุคปัจจุบันบอกเลยว่า อมิตาภะ คือนิยายที่ถูกเขียนขึ้นมาเพื่ออธิบายถึงลักษณะบุคลิกภาพของพระพุทธเจ้าศากยมุนีที่ชาวพุทธในอดีตได้ทอดทิ้งไป”

ไม่ว่าพระอมิตาภะและดินแดนสุขาวดีจะเป็นจริงตามคัมภีร์หรือเป็นเรื่องที่เขียนขึ้นหรือไม่ จะอยู่ข้างนอก หรืออยู่ข้างในใจ พลังในการวางใจในสิ่งอื่นที่ไม่ใช่ตัวเราอย่างพระอมิตาภะ หรืออาจหมายรวมถึงเพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์โดยปราศจากการแบ่งแยกใดๆ ก็เป็นพลังในการปลุกโลกใบนี้และทุกสิ่งให้ตื่นขึ้นเป็นดินแดนสุขาวดีได้ไม่ยาก ขอเพียงแค่วางใจ

“สุดท้ายคำว่าอมิตาภะมันแทนเนื้อหาทั้งหมดในตัวเราเอง โดยที่เราก็ไม่รู้ว่าเป็นจริง ๆ อมิตาภะที่นิยามกันหลายๆ ฝ่าย วันหนึ่งเราจะสามารถเข้าใจได้ด้วยตัวเองได้หรือเปล่า นี่ก็เป็นเรื่องความไว้วางใจของเรา”

คำสอนมหายานในแต่ละนิกายนั้นก็ไม่ได้อยู่นอกเหนือสิ่งที่พระพุทธเจ้าได้สอนไว้ เพียงแต่วามหายนเกิดขึ้นมาเพื่อกระตุ้นเตือนฝ่ายหินยานว่าธรรมะควรมีด้านของความเป็นชีวิตชีวาที่เชื่อมโยงกับชีวิตของผู้คนทุกคน ไม่ใช่แค่เป็นเรื่องของคัมภีร์ ซึ่งในแต่ละนิกายก็จะเน้นย้ำในเรื่องที่แตกต่างกันไป และในฝ่ายสุขาวดีก็ก่อกำเนิดขึ้นมาโดยเน้นเรื่องศรัทธาในพระอมิตาภะพุทธเจ้า ซึ่งเป็นตัวแทนของความถ่อมตนและความไว้วางใจ ซึ่งเป็นบ่อเกิดของพลังศรัทธาแห่งจิตใจในการออกไปยังประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ (ศุภโชค ชุมสาย ณ อยุธยา, ๒๕๖๓)

วารสาร มจร ทวารวดีปริทรรศน์ ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2566)

บทสรุป

ในคัมภีร์สุขาวตวิยสูตร คือ การศึกษาวิเคราะห์ ประวัติความเป็นมา ขอบเขตเนื้อหาและแนวคิดสำคัญที่ปรากฏในคัมภีร์ สุขาวตวิยสูตรซึ่งรจนาเป็นภาษาสันสกฤตและฉบับแปลเป็นภาษาไทยเป็นอย่างไร แนวคิดของสำนักสุขาวตีแบบจารีตและสุขาวตีแนวทางใหม่มีความสัมพันธ์หรือขัดแย้งกันในประเด็นใดบ้าง ในคัมภีร์สุขาวตวิยสูตรเพื่อประยุกต์ใช้พัฒนาตนเองและสังคม โดยใช้วิธีเปรียบเทียบกับมโนทัศน์ของนักปราชญ์ นักวิชาการ และนักปรัชญาได้ ดังนี้

สุขาวตี มีชื่อเรียกในภาษาจีนว่า จิ่งตู (Ching Tu) (ทวิวัฒน์ ปุณฺธิกรวิวัฒน์, ๒๕๖๖) จัดเป็นสำนักหนึ่งทางพุทธศาสนาที่ก่อตั้งขึ้นในประเทศจีน เปลือกนอกดูเหมือนมีคำสอนไม่เน้นให้ฟังปัญญาของตนเอง ในการแสวงหาความหลุดพ้น แต่สอนให้ฟังอำนาจภายนอก ซึ่งผิดแผกไปจากคำสอนพุทธแบบเดิมเป้าหมายหลักคือการได้ไปอยู่ในพุทธเกษตรสุขาวตีของพระพุทธเจ้าองค์หนึ่งที่มีนามว่า อมิตาภะ เป็นปัญญาไม่ใช่จุดเริ่มต้นในการช่วยให้คนพ้นทุกข์ สำนักนี้สอนให้คนมีศรัทธาหรือมีความปรารถนาอันแรงกล้าที่จะส่งจิตไปขอให้พระอมิตาภะพุทธเจ้าทรงช่วยให้หลุดพ้น ดังนั้น ศรัทธาจึงเป็นเงื่อนไขที่พุทธศาสนิกชนสำนักนี้จำเป็นต้องมีเป็นอันดับแรก

ผลการศึกษาวิเคราะห์ความ พบว่า นักปรัชญาและนักคิดคนสำคัญในอดีตและปัจจุบันล้วนมีความคิดเห็นที่แตกต่างกันหลายทศวรรษ ทั้งที่เห็นว่านิกายสุขาวตีเป็นแนวคิดง่าย ๆ และดูจะไม่สมเหตุสมผลเมื่อเทียบกับพุทธศาสนาแบบเดิม และมองว่าการสวดพระนามพระอมิตาภะเป็นเรื่องของคนไม่มีปัญญา หรือมีปัญญาน้อย และฝ่ายที่เห็นว่า มนุษย์ไม่มีเสรีภาพที่จะเลือกหรือการกำหนดเจตนาของตนเอง มนุษย์ไม่สามารถประกอบกุศลกรรมที่เป็นการสั่งสมบุญกุศลเพื่อพ้นทุกข์ได้เองต้องอาศัยพลังจากภายนอกเข้ามาช่วยเหลือ เช่นการสวดพระนามพระอมิตาภะอย่างหมกจิตหมกใจ และพวกที่พยายามประณิประนอมความคิดเห็นทั้งสองฝ่ายโดยมองว่า การปฏิบัติในนิกายสุขาวตี ก็คือ การถือเจริญพุทธธานุสตินั่นเอง ผู้ที่เจริญพุทธธานุสดีมีพระพุทธเจ้าเป็นอารมณ์อยู่เสมอ จิตย่อมบริสุทธิ์สะอาดเป็นกุศลซึ่งก็ไม่ได้ผิดเพี้ยนไปไกลเหมือนอย่างฝ่ายที่ไม่เห็นด้วยกับนิกายนี้และก็ได้ไปไกลถึงขั้นพึ่งอำนาจจากภายนอกเพียงอย่างเดียว แต่ตนเองก็ต้องปฏิบัติด้วยตนเองด้วยจึงจะพ้นทุกข์ได้

เอกสารอ้างอิง

- ทวิวัฒน์ ปุณฺธิกรวิวัฒน์. (๒๕๖๖). *วิถีแห่งมหายาน*. กรุงเทพมหานคร: ปารมิตา.
- ศุภโชค ชุมสาย ณ อยุธยา. (๒๕๖๓). หัวใจสุขาวตีเข้าถึงอารมณ์ความรู้สึกแห่งสุขาวตีของคนบาปแต่มีหัวใจในคัมภีร์สุขาวตวิยสูตร. (สัมภาษณ์). ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓.
- สมภาร พรหมทา. (๒๕๔๐). *พุทธศาสนามหายาน: นิกายหลัก*. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุมาลี มหณรงค์ชัย. (๒๕๕๑). *พุทธศาสนามหายาน*. (พิมพ์ครั้งที่ ๒). กรุงเทพมหานคร: ส่องสยาม.
- ประทุม อังกูโรหิต. (๒๕๕๓). พระมหาปณิธานของพระโพธิสัตว์กับปัญหาเสรีภาพของมนุษย์ในบทนิพนธ์ของฉินรัน. *รายงานการวิจัย*. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาปรัชญา คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- เสฐียร พันธรังสี. (๒๕๔๓). *พุทธศาสนามหายาน*. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.
- เสถียร โพธิ์นันทะ. (๒๕๖๒). *ปรัชญามหายาน*. กรุงเทพมหานคร: บรรณาการ.
- Paul Williams. (๑๙๘๙). *Mahayana Buddhism*. New York: : Routledge.

