



2023
JANUARY - JUNE



ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 : มกราคม - มิถุนายน 2566

ISSN: 3057-0891 (Online)

Vol.2 No.1 : January - June 2023

วารสาร พุทธศาสน์สังคมร่วมสมัย

Journal of Contemporary Buddhist Society (JCBS)



วารสาร พุทธศาสนสังคมร่วมสมัย

JCBS journal of Contemporary Buddhist Society

ISSN : 3057-0891 (Online)

ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน 2566

Vol.2 No.1 January - June 2023

วัตถุประสงค์

วารสาร พุทธศาสนสังคมร่วมสมัย มีนโยบายเพื่อส่งเสริมการศึกษา ค้นคว้า เผยแพร่บทความวิจัย และบทความวิชาการของนักวิจัย นักวิชาการ คณาจารย์ นิสิต นักศึกษา และผู้สนใจทั่วไปในมิติทางด้าน พระพุทธศาสนา ศิลปศาสตร์ รัฐศาสตร์ รัฐประศาสนศาสตร์ สหวิทยาด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สหวิทยาด้านการพัฒนาสังคม สหวิทยาการด้านการศึกษาและการเรียนรู้ โดยเปิดรับบทความทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

กำหนดการเผยแพร่ ปีละ 2 ฉบับ ๆ ละ 6 บทความ

ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน

ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม

ประเภทของผลงานที่ตีพิมพ์ในวารสาร:

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

การพิจารณาและคัดเลือกบทความ:

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

บทความที่ส่งมาตีพิมพ์ในวารสารพุทธศาสน์สังคมร่วมสมัย จะต้องไม่เคยตีพิมพ์ หรืออยู่ระหว่างการพิจารณาของวารสารอื่น ๆ ผู้เขียนบทความจะต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขที่วารสารกำหนด

ทัศนะและความคิดเห็นที่ปรากฏในบทความวารสาร พุทธศาสน์สังคมร่วมสมัย ถือเป็นความรับผิดชอบของผู้เขียนบทความนั้น และไม่ถือเป็นทัศนะและความรับผิดชอบของกองบรรณาธิการวารสาร

ที่ปรึกษาวารสาร

พระธรรมวชิราวุธ, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระเทพวัชรสีลาภรณ์, ดร.	วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม
พระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ศ.(พิเศษ) รท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ	ราชบัณฑิต
รศ.ดร.ประพันธ์ ศุภษร	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

กองบรรณาธิการ

บรรณาธิการ:

ผศ.ดร.กฤติยา ถ้ำทอง	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
---------------------	------------------------------------

หัวหน้ากองบรรณาธิการ:

พระมหาสุภาวัฒน์ ฐานวุฑฺโฒ, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
--------------------------------	------------------------------------

กองบรรณาธิการ:

พระมหาทิวากร อภทฺโท, ดร.	วัดใหญ่จอมปราสาท
พระมหาวิรัชฐ์ วรินโท, ดร.	วัดป้อมวิเชียร จังหวัดสมุทรสาคร
พระครูสุตันทบัณฑิต, ผศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาพุมิแพน ปญฺญาวุโธ, ดร.	วัดไร่ขิง พระอารามหลวง
ผศ. ดร.ธเนศ เกษศิลป์	มหาวิทยาลัยมหิดล
ดร.ชำนาญ เกิดช่อ	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ดร.แม่ชีจิราภรณ์ ขนาคณิต	เสถียรธรรมสถาน

ผู้ช่วยกองบรรณาธิการ:

พระมหานิติทัศน์ ญาณสิริ	วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม
พระมหารังสี ปญฺญารัสี	วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม

ฝ่ายกฎหมาย:

รศ. พ.ต.ท.หญิง ดร.ทัตดาว โฉมลักษณ์ โรงเรียนนายร้อยตำรวจ (สามพราน)

ฝ่ายออกแบบปกและจัดรูปเล่ม:

พระมหาศุภวัฒน์ ฐานวุฑโฒ, ดร. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
นายวิษณุ โยรัมย์

สำนักงาน:

เลขที่ 2 วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ถนนสนามไชย แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร
กรุงเทพมหานคร 10200 โทร. 0619945451

ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาถ้อยแถลง (Peer Review)

พระเมธาวิญญูสร, รศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
พระครูสุตันทบัตติ, ผศ.ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาพุดิพนธ์ ปญญาวัธ, ดร.	วัดไร่ขิง พระอารามหลวง
พระมหาณรงค์ศักดิ์ สุทนต์, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระสมุห์นพดล อตถยุตโต, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
รศ. ดร.พิชัย จันทน์มณี	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ
รศ. ดร. สายชล ชุตติเจื้อจัน	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ
รศ. ดร. วุฒินันท์ กันทะเตียน	มหาวิทยาลัยมหิดล
รศ. ดร.มานพ นักการเรือน	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
รศ. พ.ต.ท.หญิง ดร.ทัตดาว โฉมลักษณ์	โรงเรียนนายร้อยตำรวจ (สามพราน)
ผศ. ดร.อุบล วุฒิพรโสภณ	นักวิชาการอิสระ
ผศ. ดร.ชัยศักดิ์ คล้ายแดง	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ
ผศ. ดร.ชาติเมธี หงสา	มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
ดร.วิจิตรา บุญแล	มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ
ผศ. ดร.พุทธรักษา แผนสมบุญ	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ผศ. ดร.สมคิด เศษวงค์	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ผศ. ดร.ธเนศ เกษศิลป์	มหาวิทยาลัยมหิดล
ดร.แม่ชีจิราภรณ์ ขนาดนิต	เสถียรธรรมสถาน

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ข้อมูลเกี่ยวกับวารสาร	ก
สารบัญ	ง
ศึกษาวิเคราะห์วัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทย	1-15
STUDY OF THE CULTURAL ANALYSIS OF ETHNIC GROUPS IN THAI SOCIETY FOR THE ELDERLY	
พระครูวรกาญจนโชติ	
Phrakhruvorakanchanochoti	
วิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ	16-34
AN ANALYSIS OF BUDDHIST PRINCIPLES FOR STRESS MANAGEMENT FOR THE ELDERLY	
พระครูปริยัติกาญจนกิจ (สุวัฒน์ สุวตฺตโน)	
Phraklupariyattikanchanakich (Suwat Suwattano)	
บุญ หรือ บาป : การศึกษาหลักการและแนวคิดในการปล่อยสัตว์น้ำ	
ด้วยความรับผิดชอบตามบริบทสังคมไทย	35-46
MERIT OR SIN: A STUDY ON THE PRINCIPLES AND CONCEPTS OF RELEASING AQUATIC ANIMALS RESPONSIBLY IN THE THAI SOCIAL CONTEXT	
นายธนศ เกษศิลป์	
Mr.Tanet Ketsil	
วิถีแห่งการเข้าถึงโมกขธรรมและการละกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาท	47-56
ANALYSES OF THE WAYS TO ACCESS MOKHADHAMMA IN THE THERAVADA BUDDHISM	
นางนวรรตน์ อังศุพานิชย์	
Mrs. Navarat Aungsupanith	
บทวิจารณ์หนังสือ สถาบันสงฆ์กับสังคมปัจจุบัน	57-64
นายวิชระ ศิริลักษณ์	
Mr. Wachira Sirilak	
บทวิจารณ์หนังสือ ทวารวดีศรีนครปฐม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์และโบราณคดี	63-71
นายพิเชษฐ์ สมุทรวานนท์	
Mr. Pichet Samutvaranont	

ศึกษาวิเคราะห์วัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทย

STUDY OF THE CULTURAL ANALYSIS OF ETHNIC GROUPS

IN THAI SOCIETY FOR THE ELDERLY

พระครูวรกาญจนโชติ

Phrakhruvorakanchanochoti

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Phrakhruvorakanchanochoti@gmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษาวินิจฉัยวัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทยนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวัฒนธรรมและชาติพันธุ์ในสังคมไทย และเพื่อศึกษาศึกษาวิเคราะห์วัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทย โดยศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วัฒนธรรมเป็นตัวแทนของความเป็นเอกลักษณ์และความเป็นตัวตนของกลุ่มคน มันช่วยกำหนดและเสริมสร้างเอกลักษณ์และสัมพันธ์กับกลุ่มคนที่เราเป็นส่วนหนึ่งของมัน มีบทบาทที่สำคัญในการสืบทอดความรู้และประสบการณ์ที่สะสมมากมายในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะในเรื่องของภาษา ประเพณี และประวัติศาสตร์ ช่วยให้เกิดความเข้าใจ ความร่วมมือ และความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม มันสร้างสัมพันธ์และความสัมพันธ์ระหว่างกัน ช่วยให้เรามีความรู้สึทางศิลปะ ความสวยงาม และความเข้าใจในเรื่องราวและตัวตนของคนในสังคม การมีความเข้าใจและเคารพกลุ่มชาติพันธุ์ที่มีความหลากหลายนี้ ช่วยสร้างความเข้าใจและความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม และเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างสังคมที่มีความยุติธรรมและความสงบสุขครบถ้วน

ชาติพันธุ์ในสังคมไทยมีความหลากหลายทั้งทางวิชาชีพ ศาสนา และการอยู่อาศัย ชนกลุ่มต่างๆ มีวัฒนธรรมและความเป็นเอกลักษณ์ที่แตกต่างกัน การสังเคราะห์ทางวัฒนธรรมทำให้ประเทศไทยเป็นสถานที่ที่น่าสนใจทางวัฒนธรรม และการเสริมสร้างความร่วมมือและเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับความหลากหลายในสังคมนั้นมีความสำคัญในการสร้างสังคมที่ยั่งยืนและความสุขในประชาคมไทย ชาติพันธุ์หลัก ๆ อยู่ 4 ชาติพันธุ์ ประกอบด้วย 1) ชาติพันธุ์ชาวชอง 2) ชาติพันธุ์ชาวไทยใหญ่ 3) ชาติพันธุ์ชาวไทยภูเขา และ 4) ชาติพันธุ์ชาวมอญ

คำสำคัญ: วัฒนธรรม; ชาติพันธุ์; เอกลักษณ์; ความสัมพันธ์

Abstract

An analytical study of ethnic culture in Thai society. The objective is to study culture and ethnicity in Thai society. and to study and analyze ethnic culture in Thai society by studying from relevant documents and research.

Culture represents the uniqueness and individuality of a group of people. It defines and strengthens our identity and relevance to the people we belong to. Plays an important role in inheriting knowledge and experience accumulated in life Especially in matters of language, tradition and history. Helps to create understanding, cooperation and good relations in society. It builds relationships and relationships between them. Helps us to have a sense of art, beauty and understanding of the stories and identity of people in society. It is important to understand and respect this diverse ethnic group. Helps to build understanding and good relationships in society. And it is important to build a society with complete justice and peace.

Ethnicities in Thai society are diverse in terms of professions, religions, and residences. Different groups have different cultures and unique identities. The cultural synthesis makes Thailand a place of cultural interest. And strengthening cooperation and strengthening diversity in society is essential in building a sustainable society and happiness in the Thai community. There are 4 main Ethnicity: 1) Chong Ethnicity. 2) Thai Yai Ethnicity. 3) Hill tribes. and 4) Mon Ethnicity.

Keywords: Culture; Ethnicity; Identity; Relationship

บทนำ

มนุษย์แตกต่างจากสัตว์อื่นเพราะมีวัฒนธรรม ซึ่งช่วยพัฒนาชีวิตและทำให้มนุษย์ควบคุมธรรมชาติได้ดีขึ้น องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้มนุษย์สร้างวัฒนธรรมได้คือสมองที่ทรงคุณภาพและความได้เปรียบทางร่างกาย เช่น มือที่เหมาะสมกับการใช้งาน วัฒนธรรมเกิดจากการเรียนรู้ การถ่ายทอด และการพัฒนา ซึ่งมีวงจรการเกิดเจริญเติบโต และเสื่อมสลาย วัฒนธรรมเป็นสิ่งสำคัญที่กำหนดความเป็นชาติและแสดงออกถึงความคิดและพฤติกรรมของมนุษย์ ทั้งในด้านจิตใจและวัตถุ ดังนั้น การศึกษาวัฒนธรรมจึงช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคม

วัฒนธรรมที่เป็นวัตถุและไม่ใช่วัตถุอัน ได้แก่ แบบแผนของพฤติกรรม ขนบธรรมเนียมประเพณีสถาบัน ความเชื่อ ทศนคติ รสนิยมในระยะเริ่มต้นนั้น ได้มีพัฒนาการด้านวัฒนธรรมตลอดเวลา ในเวลาอันยาวนานของการเป็นผู้เยาว์ของมนุษย์ นุษย์ได้มีโอกาสเรียนรู้ และรับเอาวัฒนธรรมต่างๆ จากผู้ใกล้ชิด เช่น พ่อ แม่ พี่น้อง และญาติ นอกจากนี้ความไม่ชำนาญเฉพาะอย่างของมนุษย์เมื่อเปรียบเทียบกับสัตว์อื่นๆ เช่น มนุษย์วิ่งเร็วไม่

เท่าหมา มนุษย์ว่ายน้ำได้ไม่ดีเหมือนปลา มนุษย์มีร่างกายที่แข็งแรงไม่เท่ากอลิล่า หรือมนุษย์บินไม่ได้เหมือนนก ความไม่ชำนาญเฉพาะด้านนี้เอง เมื่อมนุษย์ต้องการอะไรก็จะต้องสร้างสรรค์ขึ้นมาเอง มนุษย์ในปัจจุบันนี้ได้มีการพัฒนาทั้งทางร่างกายและทางวัฒนธรรมมาตลอด โดยธรรมชาตินั้นมนุษย์เป็นสัตว์สังคม หมายความว่า จะแยกตัวมนุษย์ออกจากสังคมนั้นไม่ได้ ตลอดระยะเวลาอันยาวนาน (ณรงค์ เสียงประชา, 2539: 12)

แสดงให้เห็นว่า มนุษย์เราเป็นสัตว์สังคมอยู่ การพัฒนาการส่วนใหญ่ นั้น มีสาเหตุเนื่องมาจากอดีต การโครงการพัฒนาส่วนมากไม่ให้ความสำคัญต่อปัจจัยทางด้านทรัพยากรมนุษย์ ซึ่งเกี่ยวข้องอย่างสลับซับซ้อนในเรื่องสัมพันธภาพระหว่างความเชื่อ ค่านิยมและแรงจูงใจ อันหลายหลากที่ประกอบกันเข้าเป็นหัวใจของวัฒนธรรม เพื่อให้ค่านิยมของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ว่าเป็น กระบวนการขยายทางเลือกแก่ปวงชน (วีรนุช ไม้ไทย, 2541: 2) ทางเลือกดังกล่าวพัฒนาเป็นการเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นไม่ว่าจะเป็นรูปธรรมหรือนามธรรม (สมชัย ใจดี, 2535: 2) วัฒนธรรมก็เป็นลักษณะหนึ่งที่มีการพัฒนา คำว่าพัฒนา มาจากคำว่า วัฒน เป็นภาษาบาลีสันสกฤต หมายถึงความเจริญงอกงาม ส่วนคำว่า "ธรรม" แปลว่า ความดี หากแปลว่า สภาพทรงไว้แห่งความดีงาม หรือลักษณะแสดงถึงความงอกงาม การพัฒนาวัฒนธรรม คือ การเปลี่ยนแปลงชีวิตของกลุ่มคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งที่แสดงออกถึงความดีงามของสังคม (พระยาอนุমানราชธน, 2542: 55)

คนไทยมีวิถีชีวิตและวัฒนธรรมที่สืบทอดจากรุ่นสู่รุ่น โดยวัฒนธรรมไทยมีลักษณะเฉพาะและเปิดรับวัฒนธรรมอื่น ทั้งในรูปแบบที่รับมาโดยไม่เปลี่ยนแปลง และรับมาแล้วปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม ตัวอย่างการเปลี่ยนแปลง เช่น การดัดแปลงเครื่องมือเกษตรเป็นรถอีแต่น หรือการนำคำจากภาษาต่างชาติมาผสมในภาษาไทย เช่น “ฟุตบอล” วัฒนธรรมเกิดจากความต้องการของมนุษย์ การปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อม และอิทธิพลทางการเมือง การพัฒนาวัฒนธรรมสะท้อนถึงวิวัฒนาการของสังคมและการปรับตัวให้เข้ากับยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลง ซึ่งกลายเป็นมรดกและวิถีชีวิตเฉพาะของแต่ละสังคม

จากสภาวะปัจจุบันที่สังคมมีการเปลี่ยนผ่านมาสู่บริบทที่เรียกกันว่าโลกาภิวัตน์ ซึ่งเกิดขึ้นและดำเนินรวมไปกับลักษณะของกระบวนการทางเศรษฐกิจแบบเสรีนิยมใหม่ ได้ส่งผลและมีอิทธิพลต่อความเคลื่อนไหวและความเปลี่ยนแปลงทางสังคมในด้านต่างๆ อย่างรวดเร็ว อีกทั้งยังประกอบด้วยมิติความสัมพันธ์อันสลับซับซ้อน และแน่นอนว่ามีผลกระทบต่อปรากฏการณ์ทางด้านชาติพันธุ์สถานะของกลุ่มชาติพันธุ์ต่างๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน) จึงได้จัดทำฐานข้อมูลกลุ่มชาติพันธุ์ในประเทศไทย ขึ้นตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2541 มีการแนะนำกลุ่มชาติพันธุ์ทั้งสิ้น 36 กลุ่ม โดยมีการจำแนกกลุ่มชาติพันธุ์ตามตระกูลภาษา 5 ตระกูล คือ 1) กลุ่มตระกูลภาษาไท-กะได 2) กลุ่มตระกูลภาษาออสโตรเอเชียติก 3) กลุ่มตระกูลภาษาจีน-ทิเบต 4) กลุ่มตระกูลภาษาออสโตรเนเซียน และ 5) กลุ่มตระกูลภาษาม้ง-เมี่ยน (ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน), (ออนไลน์))

อย่างไรก็ตาม เนื่องจากกลุ่มชาติพันธุ์ซึ่งมีความหลากหลายมากขึ้น และมีวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปตามบริบททางสังคม เศรษฐกิจและวัฒนธรรมของประเทศไทย ซึ่งเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วมาก การค้นคว้าวิจัยให้มีเนื้อหาทันสมัย แสดงให้เห็นพลวัตและอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ที่เกี่ยวข้องกับบริบทและการปฏิสัมพันธ์ทาง

สังคมในปัจจุบัน โดยมุ่งหมายที่จะสื่อสารกับสาธารณะ ให้บุคคลทั่วไปมีความเข้าใจเรื่องความหลากหลายทางชาติพันธุ์และรู้จักวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์มากขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาวัฒนธรรมและชาติพันธุ์ในสังคมไทย 2) เพื่อศึกษาวิเคราะห์วัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทย

การทบทวนวรรณกรรม

F. Barth อธิบายแนวคิดเรื่องเส้นขอบเขตอันยืดหยุ่นของความเป็นชาติพันธุ์ว่าเกิดจากการที่สมาชิกในกลุ่มนั้นสามารถที่จะเลือกใช้คุณสมบัติทางวัฒนธรรม (cultural attribute) อย่างใดอย่างหนึ่งที่มีอยู่ในการนิยามความเป็นตัวตนของตัวเอง วัฒนธรรมจึงไม่ใช่แบบแผนปฏิบัติ หรือความเชื่ออันเดียว (a culture) ที่สืบทอดต่อเนื่องกันมาแต่โบราณ แต่เป็นพหุวัฒนธรรม (cultures) ที่คนเลือกและปรับเปลี่ยนเพื่อนำมานิยามตนเอง และกลุ่มขอบเขตหรือความเป็นสมาชิกภาพของกลุ่มชาติพันธุ์ (ปิ่นแก้ว เหลืองอร่ามศรี, 2546: 6-7) หากอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์เป็นสิ่งที่เลื่อนไหลและปรับเปลี่ยนไปได้ คำถามสำคัญในการศึกษาอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ก็คือ ด้วยเหตุผลอะไรที่ทำให้สมาชิกในกลุ่มชาติพันธุ์เลือก คุณสมบัติทางวัฒนธรรมแบบใดแบบหนึ่งในการนิยามความเป็นตัวตนทางชาติพันธุ์ ในขณะที่ Barth อธิบายเหตุผลของการสร้างขอบเขตของอัตลักษณ์ทางชาติพันธุ์ ภายใต้อิทธิพลของแนวคิดเชิงโครงสร้างหน้าที่ว่า เพื่อการสร้างเครือข่ายของการแลกเปลี่ยนทางด้านสินค้าและแรงงาน

ประสิทธิ์ ลิปรีชา ได้สรุปกระบวนการศึกษาชาติพันธุ์สัมพันธ์ไว้ว่า ชาติพันธุ์เป็นปรากฏการณ์ทางสังคมในยุโรปและอเมริกา ที่กลุ่มคนที่มีอำนาจทางสังคม วัฒนธรรมและการเมืองเหนือกว่า เรียกกลุ่มคนที่ด้อยอำนาจกว่า สำหรับในแง่มุมทางด้านวิชาการนั้น ชาติพันธุ์เป็นประเด็นหนึ่งที่สำคัญของศาสตร์ ทางด้านมานุษยวิทยา ซึ่งนักวิชาการจากสังคมที่ถือว่าตัวเองมีความเจริญกว่าเข้าไปทำการศึกษากลุ่มชนเผ่าที่ยังมีชีวิตที่ล้าหลังกว่า ในระยะแรกเป็นการศึกษา ลักษณะเฉพาะของกลุ่มที่ไม่เห็นความสัมพันธ์กับกลุ่มอื่น ต่อมาจึงเปลี่ยนมาให้ความสำคัญกับประเด็นชาติพันธุ์สัมพันธ์ประการสำคัญคือ งานศึกษาชาติพันธุ์ สัมพันธ์ดังกล่าวให้ความสำคัญกับประเด็นทางด้านวัฒนธรรมมากกว่าในทาง ชีววิทยา กระบวนทัศน์ที่นักมานุษยวิทยาใช้ในการทำความเข้าใจชาติพันธุ์สัมพันธ์ ประกอบด้วยสามกระบวนทัศน์ด้วยกัน คือ ประการแรกคือ การศึกษาชาติพันธุ์ สัมพันธ์ยังคงเน้นที่กลุ่มชาติพันธุ์ในฐานะเป็นกลุ่มทางวัฒนธรรมที่ร่วมบรรพบุรุษ หรือมีประวัติศาสตร์ร่วมกันมายาวนาน แม้จะมีการศึกษากลุ่มวัฒนธรรมใหม่ใน สังคมปัจจุบันอยู่มาก อย่างกลุ่มคนเพศที่สาม กลุ่มลัทธิความเชื่อ กลุ่มคนพิการ แรงงานข้ามชาติและกลุ่มทางวัฒนธรรมเฉพาะอื่นๆ ในสังคม แต่ยังไม่ได้ถูกเชื่อมโยงหรือให้ความสำคัญว่าเป็นกลุ่มชาติพันธุ์ด้วย ประการที่สอง กระบวนทัศน์ในการศึกษาชาติพันธุ์สัมพันธ์ยังไม่ก้าวพ้นไปไกลกว่าเรื่องของอัตลักษณ์ที่ถูกสร้างขึ้น โดยทั้งคนภายในและคนภายนอก ขณะที่ประเด็นชาติพันธุ์สัมพันธ์ข้ามชาติและกระบวนการต่อสู้เรียกร้องเพื่อให้ได้มาซึ่งสิทธิขั้นพื้นฐานอันเนื่องมาจากการบวนการ

พัฒนาและกระแสนิยมยังคงมีการศึกษาน้อยมาก ประการสุดท้าย ปัจจุบันมีคนรุ่นใหม่ของกลุ่มชาติพันธุ์เข้ามามีบทบาทในการศึกษากลุ่มชาติพันธุ์ของตัวเอง มากขึ้น แต่ยังไม่เห็นกระบวนการทัศน์ในการศึกษาชาติพันธุ์สัมพันธ์ที่แตกต่างออกไปจากสามกระบวนการทัศน์ที่ได้พบทวนมาน (ประสิทธิ์ ลิปรีชา, 2557: 237-238)

สำหรับงานเขียนของนักวิชาการและผู้สนใจชาวไทยที่เขียนเกี่ยวกับกลุ่ม ชาติพันธุ์ในประเทศไทยที่ใช้กระบวนการทัศน์นี้มีตัวอย่างเช่น หนังสือของบุญช่วย ศรีสวัสดิ์ เรื่อง 30 ชาติในเชียงราย ที่ตีพิมพ์ครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ. 2493 (บุญช่วย ศรีสวัสดิ์, 2493) และเรื่องชาวเขา พิมพ์เผยแพร่เมื่อปีพ.ศ. 2506 (บุญช่วย ศรีสวัสดิ์, 2509) งานของสงวน โชติสุขรัตน์ เกี่ยวกับคนไทยยวน-คนเมืองในภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย (สงวน โชติสุขรัตน์, 2512) งานเขียนของ ขจัตถ์ บุรุษพัฒน์ (2521) ที่กล่าวถึงชาวเขากลุ่มต่างๆ ในประเทศไทย และลิขิต ธีรเวคิน (2521) ว่าด้วยชนกลุ่มน้อยในประเทศไทย ซึ่งงานทั้งหมดดังกล่าว ล้วนแล้วแต่เน้นการศึกษาเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ การจัดองค์กรทางสังคมและ การปกครอง ความเชื่อ ประเพณีและพิธีกรรมที่สำคัญ ภาษาพูด เครื่องแต่งกาย ฯลฯ ของแต่ละกลุ่มชาติพันธุ์

พลวัฒน์ ประพัฒน์ทอง. เชิดชาติ หิริญโร. พวงผกา ธรรมธิ (2563) ได้ทำวิจัยเรื่อง “ชาติพันธุ์สัมพันธ์ในพื้นที่ของพุทธศาสนาของกลุ่มปลัง (ไตดอย-ลัวะ)” ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มชาติพันธุ์ปลังเป็นกลุ่ม ที่อาศัยในพื้นที่สูงเป็นกลุ่มชาติพันธุ์ที่ไม่มีรัฐเป็นของตนเอง แต่เป็นส่วนหนึ่งของรัฐจารีตที่มีหน้าที่ในการรวมและกระจายสินค้าจาก พื้นที่สูง มายัง จุฑรรวมและกระจายสินค้าในอำนาจของเจ้าฟ้า ที่ใช้เรื่องราวทางพุทธศาสนาเป็นเครื่องมือทางชาติพันธุ์ เพื่อปฏิสัมพันธ์กับชาติพันธุ์อื่นๆ ทั้งนี้พื้นที่ทางศาสนาเป็นการแสดงถึง 1) การแสดงว่าปลังและกลุ่มชาติพันธุ์อื่นเป็นกลุ่มที่มีชาติกำเนิดเดียวกัน 2) ปลังเป็นกลุ่มที่ได้พบพระพุทธเจ้าก่อนกลุ่มชาติพันธุ์อื่นๆ ในพื้นที่ 3) ปลังมีการกึ่งที่สืบทอดทางพุทธศาสนาที่เกิดขึ้นจากความขัดแย้งทางชาติพันธุ์ จวบจนปัจจุบัน 4) ปลังในฐานะชาติพันธุ์ในอำนาจของเจ้าฟ้า 5) พื้นที่เชิงกายภาพของกลุ่มปลังที่กำหนดโดยพระธาตุและสัญลักษณ์ทางพุทธศาสนา 6) ในพื้นที่ทางทัศนศิลป์ สามารถอภิปรายผลได้ว่ากลุ่มปลังที่อาศัยในพื้นที่สูงในหุบเขามี พื้นที่พุทธศาสนาทับซ้อนกับกลุ่มที่ ชาติพันธุ์ที่อาศัยในที่ราบ และมีอำนาจรัฐจารีต ด้วยวิธีการอธิบายแตกต่างกันรวมถึงกลุ่มปลัง ถูกทำให้มีอำนาจที่ติดต่อกับ ความเชื่อดั้งเดิม ก่อนที่กลุ่มพื้นราบเปลี่ยนมานับถือศาสนา และละทิ้งเรื่องดังกล่าวไปแล้ว กลุ่มปลังจึงเป็นกลุ่มที่อยู่ระหว่างสังคมที่มีความเชื่อดั้งเดิมและสังคมศาสนา

นายชูพนิจ เกษมณี. นายกิตติศักดิ์ รัตนกระจำศรี. นายแถม อะวุงชิ ชิมเร. น.ส. พิรารวรรณ วงศ์นิธิสถาพร (2563) ได้ทำโครงการวิจัยเรื่อง “สำรวจสถานการณ์และนโยบายชนเผ่าพื้นเมืองและกลุ่มชาติพันธุ์” ผลการศึกษาพบว่า โครงการวิจัยสำรวจสถานการณ์และนโยบายชนเผ่าพื้นเมืองและกลุ่มชาติพันธุ์ เป็นโครงการวิจัยเชิงเอกสารเพื่อสำรวจกรณีศึกษาจากประเทศต่างๆ ทั้งระบบกฎหมายและนโยบายส่งเสริมคุ้มครองสิทธิของชนเผ่าพื้นเมืองในประเทศ รวมถึงกลไกที่ช่วยขับเคลื่อนกิจการเกี่ยวกับชนเผ่าพื้นเมืองอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งประวัติความเป็นมาของบรรดาชนเผ่าพื้นเมืองโดยสังเขป ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ในการ

ขับเคลื่อนการแก้ไขปัญหากลุ่มชาติพันธุ์และชนเผ่าพื้นเมืองในประเทศไทย เป็นแนวทางพิจารณาประกอบยก
ร่างกฎหมายให้เหมาะสม สอดคล้องกับบริบทของประเทศไทย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เจตน์จรรย์ อาจไธสง และคณะ (2559) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “อัตลักษณ์ทาง
สังคมและวัฒนธรรม “ชาวซอง-ชาวซาเร” ที่อาศัยอยู่ในประเทศไทย-กัมพูชา” ผลการศึกษาพบว่า 1. กลุ่ม
ชาติพันธุ์ ทั้ง 3 ชนเผ่า เป็นชนเผ่าโบราณในกลุ่มชาติพันธุ์ ออสโตร-เอเชียติก (Austro-Asiatic) ตระกูลมอญ-
เขมร (Mon-Khmer)ตระกูลของภาษามอญ-เขมร กลุ่มภาษาเพียริส มีภาษาพูดไม่มีภาษาเขียน ผู้ที่มีอายุน้อย
กว่า 20 ปี พูดภาษาซำเรและภาษาปอร์ไม่ได้แล้ว แต่ฟังได้เป็นบางคำ 2. อำเภอและจังหวัดที่ชนเผ่าอาศัยอยู่ที่
ราบเชิงเขารอยต่อชายแดนระหว่างประเทศไทย-กัมพูชา โดยชาวซำเร อาศัยอยู่ที่บ้านพนมเรย ตำบลตาเต่า
อำเภอชำโลต จังหวัดพระตะบอง ซึ่งเป็นช่วงติดต่อกับต้นกระดุกช้าง/ของติโหมง ตำบลด่านชุมพล อำเภอบ่อไร่
จังหวัดตราด ชาวปอร์อาศัยอยู่ใน 2 หมู่บ้าน คือ 1) บ้านเปรค 1 ตำบลสำโรง อำเภอพนมกระวาน จังหวัดโพธิ์
สัตรี 2) บ้านตุล กอเกาะ ตำบลประมอย อำเภอเวียงแขวง จังหวัดโพธิ์สัตรี ชาวซอง อาศัยอยู่ใน จังหวัดจันทบุรี
อำเภอมะขาม อำเภอโป่งน้ำร้อน อำเภอเขาฉกฉกญ จังหวัดตราด อำเภอบ่อไร่ และอำเภอเมือง จังหวัด
ฉะเชิงเทรา อำเภอท่าตะเกียบ จังหวัดกาญจนบุรี อำเภอศรีสวัสดิ์ 3. สถาปัตยกรรม บ้านเป็นเรือนเครื่องผูก
ลักษณะของบ้านจะแบ่งออกเป็นสามส่วนคือ ห้องนอน ห้องนั่งเล่น และหน้าบ้าน 4. การแต่งกาย นุ่งผ้าโจง
กระเบน ใส่เสื้อแขนกระบอกหรือเสื้อกั๊ก ใช้ผ้าขาวม้าพาดบ่า สีของผ้าที่ใส่จะเป็นผ้าสีพื้น คือ สีน้ำเงิน คราม
เขียว สีดำ สีกรมท่า ผู้ชายหากอยู่ที่บ้านมักจะไม่ได้ใส่เสื้อ จะต้องใส่ผ้าขาวม้าพาดบ่า ไม่นิยมใส่เครื่องประดับ
ปัจจุบันจะใส่กางเกงขาก๊วย ผ้าขาวม้าคาดเอวเพื่อให้คล้องตัว และสะดวกสบายต่อการทำงาน 5. ประเพณี นับ
ถือศาสนาพุทธ มีการทำบุญต่าง ๆ ประกอบด้วย 1) การเกิด จะทำการคลอดเอง โดยหมอดำแยผู้หญิงนำไม้ไผ่
มาเหลาให้บางเพื่อนำมาตัดสายรกสะดือเด็ก 2) การแต่งงานต้องมีการสู่ขอและการเซ่น 3) การตาย ถ้าคนป่วย
ตายในบ้านจะรื้อบ้านหลังจากตายไปแล้ว 15 วัน ถ้าผู้ป่วยเสียชีวิตอย่างกระทันหันสร้างกระท่อมไม้ทั้น ต้องรื้อ
บ้านหลังที่อยู่นั้นในขณะนั้นเลย ดนตรี ชาวซองร้องเล่นกันสด ๆ ขึ้นอยู่กับไหวพริบปฏิภาณของผู้เล่น มีกลอง
และกรับเป็นอุปกรณ์ให้จังหวะ ชาวซำเรและปอร์มีเครื่องดนตรี คือ พลอย เล่นสะบ้าในช่วงเทศกาลสงกรานต์
ความเชื่อ นับถือผีบรรพบุรุษ เจ้าป่า เจ้าเขามาก 7. ค่านิยมมีวิถีความเป็นอยู่ที่เรียบง่าย รักษาขนบธรรมเนียม
ประเพณีของตน เมื่อชาวต่างชาติเข้ามา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการไปมาหาสู่กับชาวไทยส่งผลให้ซึมซับวัฒนธรรม
ไทย 8. การประกอบอาชีพ ทำนา ปัจจุบันเปลี่ยนมาทำสวนผลไม้ อาหารรสชาติของกับข้าวจะเน้นรสเผ็ดเป็น
หลัก เน้นอาหารที่ทำได้จากธรรมชาติ ชาวซอง ซำเร และปอร์ เป็นกลุ่มชาติพันธุ์เดียวกัน

ประสาน เล้าอรุณ (2562: 299-314) ศึกษาวิจัยเรื่อง “คติหิ้งพระไทยใหญ่: จริยธรรมและจารีตชาว
ไทยใหญ่ในเขตอำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย” พบว่า ประเด็นเรื่องจุดมุ่งหมาย องค์ประกอบและค่านิยมใน
การจัดหิ้งพระนั้น การจัดหิ้งพระของชาวไทยใหญ่นั้นสะท้อนให้เห็นถึงวิธีการมองโลกและการให้ความหมายต่อ
ธรรมชาติและสังคมรอบกายโดยมีการจัดลำดับความสำคัญของสรรพสิ่งรอบกายออกเป็น ชั้นสูง-ต่ำ
(Hierarchy) เช่น การจัดลำดับการให้ความสาคัญเป็นแบบสูง-ต่ำ อีกทั้งยังสร้างสำนึกความเป็นชาติพันธุ์

ก่อให้เกิดความรักและผูกพันในถิ่นกำเนิด เป็นการเชื่อมโยงมิติทางจิตวิญญาณของตนเองกับสิ่งที่เชื่อมั่น ศรัทธา และภูมิหลังของตนเอง ในส่วนผลการศึกษาเรื่องจารีตและจริยธรรมที่เกี่ยวข้องกับทั้งพระและ ความเห็นต่อในพิธีกรรมการจัดตั้งหิ้งพระในปัจจุบันนั้นพบว่า มีแนวความคิดที่เกี่ยวข้องกับจารีตและ จริยธรรมที่เกี่ยวกับความประเพณีและแนวทางในการปฏิบัติที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตหลายประการ และการ จัดตั้งหิ้งพระนั้นยังเป็นสิ่งจำเป็นของครอบครัวชาวพุทธ เพราะถือเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจของสมาชิกทุกคนใน ครอบครัว

วิทยา แก้วบริสุทธิ์ (2563: 84-93) ได้ทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาวัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ไท (ไทยใหญ่) ในกรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่า วัฒนธรรมประเพณีวิถีชีวิตและความเชื่อ ประเพณีและ วัฒนธรรมของกลุ่มชาติพันธุ์ไท (ไทใหญ่) ในกรุงเทพมหานครนั้นยังคงดำรงรักษา ไว้ได้ดีเฉกเช่นเดียวกับกลุ่ม ชาติพันธุ์ไท (ไทใหญ่) ในสถานที่อื่น ๆ ได้เป็นอย่างดีและ ซึ่งมีความคล้ายคลึงกันกับ ประเพณีและวัฒนธรรม ต่าง ๆ ของชาวไทยของเรานี้เอง ได้แก่ งานประเพณีวันขึ้นปีใหม่ งานประเพณี ตักบาตรพระร้อย งานประเพณี วันสงกรานต์ และงานประเพณีวันเข้าพรรษาออกพรรษา โดยผู้วิจัยจะ ทำการแบ่งออกเป็น 3 หัวข้อดังต่อไปนี้ 1) ด้านวัฒนธรรมประเพณี ประกอบด้วย ประเพณีวันขึ้นปีใหม่ งานประเพณีตักบาตรพระร้อย งานประเพณี วันสงกรานต์ งานประเพณีวันเข้าพรรษาและวันออกพรรษา 2) ด้านวิถีชีวิต และ 3) ด้านความเชื่อ

จันทกานต์ สิทธิราช. ธนพร หมูคำ. ศรีวิไล พลมณี. ประเทือง ทินรัตน์ (2564: 23-48) ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง “การดำรงอยู่ของอัตลักษณ์ชาติพันธุ์ไทใหญ่ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน” ผลการวิจัยพบว่า อัตลักษณ์ชาติพันธุ์ไทใหญ่ที่ปรากฏในภาคใต้ จ. นวน 177 บท จัดแบ่งหมวดหมู่ได้ 5 ประเภท ได้แก่ ประเภทการใช้ถ้อยคำ ประเพณีและความเชื่อ วัฒนธรรมวัตถุด้านสถาปัตยกรรม ศิลปะพื้นบ้านและประเภทอาชีพ ส่วนการศึกษาการ ดำรงอยู่ของอัตลักษณ์ชาติพันธุ์ไทใหญ่ เมื่อสังคมเปลี่ยนไปพบว่าอัตลักษณ์ชาติพันธุ์ไทใหญ่ที่หายไปจากวิถี ชีวิตของชาวไทใหญ่โดยสิ้นเชิงคือ อาชีพการค้าขายทางไกลและอัตลักษณ์ที่เลือนหายไปจากค่านิยมของคนไท ใหญ่ในจังหวัดแม่ฮ่องสอน แต่ยังพบเห็นบ้างในผู้สูงวัยและผู้มีความชื่นชอบเป็นการส่วนตัวคือ การสักราย ส่วนอัตลักษณ์ชาติพันธุ์ไทใหญ่ที่ถูกเลือกสรรจากชุมชน และดำรงอยู่ตามวิถีชีวิตปัจจุบันของไทใหญ่เมือง แม่ฮ่องสอนมาอย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน ได้แก่ วัด ภาษา อาหาร เครื่องแต่งกาย หัตถกรรม ประเพณี พิธีกรรม ศิลปะการแสดง และเครื่องดนตรี

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จะเน้นเจาะเฉพาะกลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ ที่อยู่ในประเทศไทย ทำให้รู้ ถึงอัตลักษณ์ วัฒนธรรมประเพณีของชนเผ่าต่าง ๆ สำหรับงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาภาพรวมเกี่ยวกับวัฒนธรรม ของชาติพันธุ์หลัก ๆ ที่อยู่ในประเทศไทย เช่น ไทยใหญ่ มอญ ยวน และชาวขอม ซึ่งการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จะ เป็นการเผยแผ่องค์ความรู้เกี่ยวกับชาติพันธุ์เท่านั้น ไม่เกี่ยวกับการดูหมิ่นหรือดูถูกแต่ประการใด

ระเบียบวิธีวิจัย/วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยเรื่องนี้ จะใช้แนวทางและวิธีการในการดำเนินการวิจัยที่สำคัญ ดังนี้

การวิจัยเชิงเอกสาร (Qualitative Research)

โดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษา ค้นคว้าและ เก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection) จากเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยตามลำดับ ข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ คัมภีร์ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ เอกสาร วิชาการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง อาทิ หนังสือ บทความ งานวิจัย รวมถึงสื่อออนไลน์ต่าง ๆ

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร (Documentary Research)

โดยจัดลำดับข้อมูลตามขั้นตอนที่ค้นคว้ามาให้มีความสัมพันธ์กับเนื้อหาให้เป็นระบบแล้วนำข้อมูลดังกล่าวมาศึกษาวิเคราะห์ ด้วยการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) การตีความ (Interpretation) การสังเคราะห์ (Synthesis) โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหาประกอบบริบท (Content Analysis) เพื่อนำไปสรุปผลนำเสนอเป็นผลงานวิชาการต่อไป

ผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวเคราะห์วัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทย” มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อคือ 1) เพื่อศึกษาวเคราะห์และชาติพันธุ์ในสังคมไทย 2) เพื่อศึกษาวเคราะห์วัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทย สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์รายข้อดังต่อไปนี้

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 วัฒนธรรมและชาติพันธุ์ในสังคมไทย วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 นั้น เป็นการศึกษาข้อมูลทั้งที่เป็นแนวคิดและทฤษฎี ทั้งที่เป็นงานวิจัยของวัฒนธรรมและชาติพันธุ์ในสังคมไทย ซึ่งสรุปเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้

1. ความหมายและความสำคัญของวัฒนธรรม วัฒนธรรมคือรูปแบบการดำรงชีวิตของกลุ่มคนหนึ่ง ๆ ซึ่งประกอบด้วยความเชื่อ ความคิด ประเพณี ภาษา ศิลปะ วิถีชีวิต และความรู้ความเชี่ยวชาญต่าง ๆ ซึ่งถูกสืบทอดและแบ่งปันต่อเนื่องจากช่วงเวลาหนึ่งไปยังอีกช่วงหนึ่งของการอยู่ร่วมกันของกลุ่มนี้

ความสำคัญของวัฒนธรรม วัฒนธรรมเป็นตัวแทนของความเป็นเอกลักษณ์และความเป็นตัวตนของกลุ่มคน มันช่วยกำหนดและเสริมสร้างเอกลักษณ์และสัมพันธ์กับกลุ่มคนที่เราเป็นส่วนหนึ่งของมัน มีบทบาทที่สำคัญในการสืบทอดความรู้และประสบการณ์ที่สะสมมาภายในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะในเรื่องของภาษา ประเพณี และประวัติศาสตร์ ช่วยให้เกิดความเข้าใจ ความร่วมมือ และความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม มันสร้างสัมพันธ์และความสัมพันธ์ระหว่างกัน ช่วยให้เรามีความรู้สึกทางศิลปะ ความสวยงาม และความเข้าใจในเรื่องราวและตัวตนของคนในสังคม การมีความเข้าใจและเคารพกลุ่มชาติพันธุ์ที่มีความหลากหลายนี้ ช่วยสร้าง

ความเข้าใจและความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม และเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างสังคมที่มีความยุติธรรมและความสงบสุขครบถ้วน

สรุปคือ วัฒนธรรมเป็นองค์ประกอบที่สำคัญและมีบทบาทที่สำคัญในการก่อสร้างความเป็นเอกลักษณ์ ความเข้าใจ และความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม มันเป็นตัวแทนของความรู้ ประสบการณ์ และภูมิปัญญาที่ถูกสืบทอดจากก่อนหน้าไปยังรุ่นต่อไป และเสริมสร้างความเข้าใจในความหลากหลายและความเป็นอยู่ของคนในสังคมและประเทศต่างๆ

2. แนวคิดและที่มาของวัฒนธรรม วัฒนธรรมเป็นผลมาจากกระบวนการและประสบการณ์ทางทางวัฒนธรรมของกลุ่มคน มีลักษณะเป็นรูปแบบการดำรงชีวิต ความเชื่อ ประเพณี ภาษา ศิลปะ วิถีชีวิต และความรู้ที่ถูกสืบทอดและพัฒนาขึ้นในชุมชนและสังคมต่าง ๆ แนวคิดของวัฒนธรรมเกิดจากการตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมและสิ่งแวดล้อมที่คนในกลุ่มเจอเจ้าของขึ้นมา โดยที่คนในกลุ่มจะแสดงพฤติกรรมและการกระทำที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมนั้น การสร้างวัฒนธรรมเกิดจากกระบวนการตอบสนองและปรับตัวของกลุ่มคนต่อสภาพแวดล้อม การแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์กันภายในกลุ่ม และการสืบทอดความรู้และประสบการณ์ในกลุ่มนั้น ๆ

วัฒนธรรมมีต้นกำเนิดจากการสืบทอดความรู้และประสบการณ์จากพ่อแม่คนก่อนหน้าที่มีบทบาทในการสร้างและพัฒนาวัฒนธรรม โดยมีการสืบทอดผ่านพ่อแม่สู่ลูกหลานผ่านกระบวนการสอนและการอยู่ร่วมกัน สภาพแวดล้อมและสิ่งแวดล้อมที่คนในกลุ่มพบเจอมีผลกระทบต่อการสร้างวัฒนธรรม สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ เช่น สภาพภูมิอากาศ สภาพภูมิอากาศ และสิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น การมีกลุ่มคนต่างชนิดที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม การสื่อสารกับกลุ่มอื่น ๆ และประสบการณ์การเข้าใกล้กับกลุ่มอื่น ๆ ประสบการณ์ที่ควบคู่กับสภาพแวดล้อมเหล่านี้จะกระตุ้นความคิด การพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหา การสร้างสรรค์ และความเป็นเอกลักษณ์ของกลุ่มคน

3. พัฒนาการวัฒนธรรมไทยในสมัยต่างๆ สมัยล้านนา สมัยล้านนาเป็นช่วงเวลาที่ยุควัฒนธรรมไทยก่อตั้งขึ้นเริ่มต้นจากการตั้งโบราณสถานต่าง ๆ และการเจริญเติบโตของกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่นี้ มีการสร้างเมืองเมืองหลวงในระหว่างสมัยล้านนา เช่น เมืองหมอกและและเมืองศรีสขณาชัย สมัยสุโขทัยเป็นสมัยที่มีการก่อตั้งอาณาจักรสุโขทัยขึ้น ซึ่งเป็นอาณาจักรที่มีอิทธิพลกว้างขวาง ประกอบด้วยพระบาท ราชวงศ์ และทำนองการบริหารราชการ วัฒนธรรมในสมัยนี้มีการรับมรดกและถ่ายทอดความรู้จากสมัยล้านนา มีการพัฒนาศิลปะศาสนา และวัฒนธรรมของคนไทยต่อไป สมัยอยุธยาเป็นสมัยที่อาณาจักรอยุธยาครองส่วนใหญ่ของภูมิภาคในประเทศไทยในสมัยนั้น มีการสร้างเมืองเมืองหลวงอยุธยาให้เจริญเติบโตและเป็นศูนย์กลางของวัฒนธรรมและศิลปะ มีการรับมรดกและถ่ายทอดวัฒนธรรมที่เจริญก่อนหน้า มีการสร้างวัดและทำนองการทางศาสนาที่เกิดขึ้นต่อเนื่อง สมัยธนบุรีเป็นช่วงเวลาที่เกิดความวุ่นวายและขัดแย้งในส่วนใหญ่ของอาณาจักรอยุธยา และการต่อสู้กับสัมพันธมิตรต่างชาติ วัฒนธรรมในสมัยนี้ยังคงมีการรับมรดกและร่วมรับมรดกจากสมัยอยุธยา มีการพัฒนาวัฒนธรรมทางศิลปะและวิถีชีวิตต่อไป สมัยรัตนโกสินทร์ สมัยรัตนโกสินทร์เป็นช่วงเวลาที่เกิดการ

ปฏิรูปทางสังคมและการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมในประเทศไทย โดยมีพระมหากษัตริย์รัตนโกสินทร์ในฐานะกษัตริย์แห่งอาณาจักรรัตนโกสินทร์ วัฒนธรรมในสมัยนี้ได้รับความกระตุ้นและการส่งเสริมการพัฒนาทางด้านวัฒนธรรม ศิลปะ วิทยาศาสตร์ และการศึกษา

4. ชาตินิยมหมายถึงกลุ่มคนที่มีลักษณะทางประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม ภาษา และเชื่อมโยงกันด้วยความสัมพันธ์ทางชีวภาพหรือวัฒนธรรม ในบางกรณี ความเป็นมาทางประวัติศาสตร์ของกลุ่มคนนี้อาจเกิดจากการก่อตั้งจากคนเดียวกันหรือกลุ่มคนที่มาในที่เดียวกัน ความเป็นมาของชาตินิยมเกิดขึ้นจากประวัติศาสตร์ของกลุ่มคนที่แยกตัวออกมาจากกลุ่มคนอื่น ๆ มักเกิดจากกระบวนการการก่อตั้งชนชาติ การย้ายถิ่นฐาน การอพยพ หรือความเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่ก่อให้เกิดความแตกต่างในเชิงวัฒนธรรม ภาษา และความเชื่อ ความหลากหลายของชาตินิยมในพหุสังคม (Ethnic Diversity in Plural Societies): พหุสังคมหมายถึงสังคมที่ประกอบด้วยกลุ่มคนจำนวนมากที่มีความหลากหลายทางชาติพันธุ์และวัฒนธรรม การมีความหลากหลายของชาตินิยมในพหุสังคมส่งผลให้เกิดความหลากหลายทางภาษา ประเพณี ศิลปะ และความเชื่อ และสร้างสภาพแวดล้อมที่ควรระมัดระวังในการก่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มคนในสังคม

ประเภทของกลุ่มชาตินิยม (Types of Ethnic Groups): กลุ่มชาตินิยมสามารถแบ่งออกเป็นหลายประเภท แต่ความหมายและลักษณะของกลุ่มชนเหล่านี้อาจแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับสังคมและวัฒนธรรมของพื้นที่นั้น ๆ อย่างไรก็ตาม บางประเภทของกลุ่มชาตินิยมที่พบบ่อยคือ กลุ่มชาตินิยมที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เดียวกันและมีความเป็นอยู่แบบเกี่ยวข้องกันมากขึ้น กลุ่มชาตินิยมที่มาจากพื้นที่หรือประเทศต่าง ๆ และอาศัยอยู่ในพื้นที่เดียวกันโดยใช้ภาษา วัฒนธรรม หรือเชิงวัฒนธรรมเดียวกัน กลุ่มชาตินิยมที่มีลักษณะภายนอกและภายในที่เป็นเอกลักษณ์ที่สามารถแยกจากกลุ่มอื่นๆ ในสังคม เหตุผลที่วัฒนธรรม และชาตินิยมมีความสำคัญอย่างใกล้ชิดในสังคมเพื่อสร้างความเข้าใจ ความรัก ความยินยอมในการเปลี่ยนแปลง และความสำเร็จในความหลากหลายของมนุษย์ การเข้าใจและยอมรับความหลากหลายของวัฒนธรรมและชาตินิยม ช่วยให้เราสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในสังคมและสร้างสังคมที่เสถียรและยั่งยืนยิ่งขึ้น

5. ความหลากหลายของกลุ่มชาตินิยมในสังคมไทย

ความหลากหลายของกลุ่มชาตินิยมในสังคมไทยเป็นสิ่งที่ทำให้ประเทศไทยเป็นที่น่าสนใจและมีเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่หลากหลาย สรุปความหลากหลายของกลุ่มชาตินิยมในสังคมไทยได้ดังนี้ 1) ชาตินิยมไทย คือกลุ่มคนที่มีต้นกำเนิดอยู่ในประเทศไทย มีวัฒนธรรมและภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของชาติไทย มีภาษาไทยเป็นภาษาหลัก และเป็นกลุ่มชาตินิยมที่เชื่อมโยงกับประเพณี ศิลปะ และวัฒนธรรมไทย 2) ชาตินิยมจีน-ไทย คือกลุ่มคนที่มีลักษณะทางชาติพันธุ์มาจากประเทศจีน และเคยอพยพมายังประเทศไทย กลุ่มนี้มีความสำคัญในการเศรษฐกิจและธุรกิจในประเทศไทย 3) ชาตินิยมมลายู-ไทย คือกลุ่มคนที่มีลักษณะทางชาติพันธุ์มาจากประเทศมลายู และเคยอพยพมายังประเทศไทย กลุ่มนี้มีส่วนสำคัญในด้านวัฒนธรรม ศิลปะ และการสัมพันธ์กับประเทศในภูมิภาคเอเชีย 4) ชาตินิยมกะเหรี่ยง-ไทย: คือกลุ่มคนที่มีลักษณะทางชาติพันธุ์มาจากประเทศกะเหรี่ยง และเคยอพยพมายังประเทศไทย กลุ่มนี้มีส่วนสำคัญในการค้าและธุรกิจในประเทศไทย

5) ชชาติพันธุ์ลาว-ไทย: คือกลุ่มคนที่มีลักษณะทางชาติพันธุ์มาจากประเทศลาว และเคยอพยพมายังประเทศไทย กลุ่มนี้มีความสำคัญในด้านวัฒนธรรม ประเพณี และเศรษฐกิจในประเทศไทย

ความหลากหลายของกลุ่มชาติพันธุ์ทั้งหมดนี้เป็นที่สำคัญในการสร้างความร่วมมือ ความเข้าใจ และความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มคนในสังคมไทย นอกจากนี้ยังเสริมสร้างความร่วมมือและความเข้าใจในการพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจของประเทศไทยอย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 วิเคราะห์วัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทย

ผู้วิจัยได้ศึกษาและศึกษาวิเคราะห์เฉพาะวัฒนธรรมของชาติพันธุ์หลัก ๆ ในสังคมไทย ได้แก่ ชาติพันธุ์ชาวของ ชาติพันธุ์ชาวลาว (ไทยใหญ่) ชาติพันธุ์ชาวไทยภูเขา (มี 6 เผ่า) และชาติพันธุ์ชาวมอญ พอสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการศึกษาวัฒนธรรมของชาติพันธุ์ชาวของ

ชาติพันธุ์นี้เป็นชนเผ่าโบราณในกลุ่มชาติพันธุ์ ออสโตร-เอเชียติก (Austro-Asiatic) ตระกูลมอญ-เขมร (Mon-Khmer) ตระกูลของภาษามอญ-เขมร กลุ่มภาษาเพียรติก มีภาษาพูดแต่ไม่มีภาษาเขียน ผู้ที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี พูดภาษาขำเรและภาษาปอร์ไม่ได้แล้ว แต่ฟังได้เป็นบางคำ อาศัยอยู่ที่ราบเชิงเขารอยต่อชายแดนระหว่างประเทศไทย-กัมพูชา โดยชาวขำเร อาศัยอยู่ที่บ้านพนมเรย ตำบลตาเต่า อำเภอขำโลต จังหวัดพระตะบอง ซึ่งเป็นช่วงติดต่อกับต้นกระดุกช้าง/ของติโมง ตำบลด่านชุมพล อำเภอบ่อไร่ จังหวัดตราด ชาวปอร์อาศัยอยู่ใน 2 หมู่บ้าน คือ 1) บ้านเปรค 1 ตำบลสำโรง อำเภอนมกระวาน จังหวัดโพธิ์สัตว์ 2) บ้านตุล กอเก๊ะ ตำบลประมอย อำเภอเวียงเวง จังหวัดโพธิ์สัตว์ ชาวของ อาศัยอยู่ใน จังหวัดจันทบุรี อำเภอมะขาม อำเภอโป่งน้ำร้อน อำเภอเขาฉกฉก จังหวัดตราด อำเภอบ่อไร่ และอำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา อำเภอท่าตะเกียบ จังหวัดกาญจนบุรี อำเภอศรีสวัสดิ์ สถาปัตยกรรม บ้านเป็นเรือนเครื่องผูก ลักษณะของบ้านจะแบ่งออกเป็นสามส่วนคือ ห้องนอน ห้องนั่งเล่น และหน้าบ้าน การแต่งกาย นุ่งผ้าโจงกระเบน ใส่เสื้อแขนกระบอกหรือเสื้อกั๊ก ใช้ผ้าขาวม้าพาดบ่า สีของผ้าที่ใส่จะเป็นผ้าสีพื้น คือ สีน้ำเงิน คราม เขียว สีดำ สีกรมท่า ผู้ชายหากอยู่ที่บ้านมักจะไมใส่เสื้อ จะต้องมียาขาวม้าพาดบ่า ไม่นิยมใส่เครื่องประดับ ปัจจุบันจะใส่กางเกงขาก๊วย ผ้าขาวม้าคาดเอวเพื่อให้คล้องตัว และสะดวกสบายต่อการทำงาน ประเพณี นับถือศาสนาพุทธ มีการทำบุญต่าง ๆ ประกอบด้วย 1) การเกิด จะทำการคลอดเอง โดยหมอด้ายผู้หญิงนำไม้ไผ่มาเหลาให้บางเพื่อนำมาตัดสายรกสะดือเด็ก 2) การแต่งงานต้องมีการสู่ขอและการเซ่น 3) การตาย ถ้าคนป่วยตายในบ้านจะรื้อบ้านหลังจากตายไปแล้ว 15 วัน ถ้าผู้ป่วยเสียชีวิตอย่างกระทันหันสร้างกระท่อมไม้ทันท้องรื้อบ้านหลังที่อยู่นั้นในขณะนั้นเลย ดนตรี ชาวของร้องเล่นกันสด ๆ ขึ้นอยู่กับไหวพริบปฏิภาณของผู้เล่น มีกลองและกรับเป็นอุปกรณ์ให้จังหวะ ชาวขำเรและปอร์มีเครื่องดนตรี คือ ฟลอย เล่นสะบ้าในช่วงเทศกาลสงกรานต์ความเชื่อ นับถือผีบรรพบุรุษ เจ้าป่า เจ้าเขามาก ค่านิยมมีวิถีความเป็นอยู่ที่เรียบง่าย รักษาขนบธรรมเนียมประเพณีของตนเมื่อชาวต่างชาติเข้ามา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการไปมาหาสู่กับชาวไทยส่งผลให้ซึมซับวัฒนธรรมไทย การประกอบ

อาชีพ ทำนา ปัจจุบันเปลี่ยนมาทำสวนผลไม้ อาหารรสชาติของกับข้าวจะเน้นรสเผ็ดเป็นหลัก เน้นอาหารที่ทำได้จากธรรมชาติ ข้าวของ ข้าว และปอร์ เป็นกลุ่มชาติพันธุ์เดียวกัน

2. ผลการศึกษาวัฒนธรรมของชาติพันธุ์ชาวไต (ไทใหญ่)

วัฒนธรรมที่เป็นอัตลักษณ์ของชาติพันธุ์ไทใหญ่จำแนกออกเป็น 9 ด้านได้แก่ ภาษา (ลิกไต) อาหาร (ข้าวปึก, โถ่เนา) เครื่องแต่งกาย (โคไต) หัตถกรรม (ก๊อบ) ประเพณี การทำบุญ (การหลู่) งานรื่นเริง (งานปอย) พิธีกรรม (ถ่อมลิก) ศิลปะการแสดง (ก้าลาย, ก้าโต, เดความ) และด้านเครื่องดนตรี (ก้อง, มอ) แต่จะสรุป 3 หลักใหญ่ ดังนี้ 1) ภาษา ภาษาไทใหญ่ หรือ ภาษาฉาน เป็นภาษาตระกูลขร้า-ไท ใช้พูดในภาคเหนือของ ประเทศพม่า ประเทศไทย และทางตอนใต้ของประเทศจีน มีเสียงวรรณยุกต์ 4 เสียง ไม่มีข้อมูลเกี่ยวกับจำนวน ผู้พูดที่แน่นอน เนื่องจากสงครามระหว่างพม่ากับไทใหญ่ ทำให้การเข้าไปศึกษาเกี่ยวกับชาวไทใหญ่ทำได้ยาก คาดว่ามีผู้พูดราว 4-30 ล้านคน มีอักษรเป็นของตนเอง 2 ชนิดคือ อักษรไทใหญ่ ใช้ในพม่า และอักษรไทใต้คง ใช้ในจีน แม้ว่าจะมีคำกล่าวว่า "อย่ากินอย่างม่าน อย่าทานอย่างไต" ซึ่งเปรียบเทียบวิถีชีวิตของชาวพม่าที่ให้ความสำคัญกับการกินอยู่ ซึ่งแตกต่างจากชาวไทใหญ่ที่ให้ความสำคัญแก่การทำบุญ ถึงกระนั้นไทใหญ่ก็รับ วัฒนธรรม ศาสนา ตลอดจนถึงคำในภาษาพม่าเข้ามามาก จนคำไทใหญ่หลายคำเป็นความไต่ล่อแล คือไทใหญ่ พูดคำพม่าปนไปหมด เช่นที่เมืองสีป้อและเมืองยาง เป็นต้น 2) อาหาร ชาวไทใหญ่นิยมกินข้าวเจ้าเป็นอาหาร หลัก อาหารที่รับประทานส่วนใหญ่ประกอบด้วยผัก ใช้น้ำมันงาในการปรุงอาหาร อาหารนิยมปรุงจากถั่วเน่า อาหารของชาวไทใหญ่ส่วนใหญ่มักจะปรุงจากพืชผักหรือยอดไม้เป็นส่วนใหญ่ เรียกได้ว่าเมื่อได้รับประทาน อาหารไทใหญ่แล้ว ไม่แตกต่างจากการรับประทานยาสมุนไพร อาหารขึ้นชื่อของชาวไทใหญ่ที่มีมาอย่าง ยาวนานคือ ถั่วเน่า ทำจากถั่วเหลืองหมักเหมือน ถั่วเน่าแซบ ของทางภาคเหนือของไทย แต่ถั่วเน่าของไทใหญ่นั้นมีหลากหลายรสมากกว่า เช่น รสเผ็ด ซึ่งใส่พริกป่น ชิง เข้าไปด้วย บางสูตรก็ใส่มะแขว่น และยังมีอาหาร ต่างๆอีกมากมาย เช่น ถั่วพูน ข้าวแรมพิน ข้าวปองมะละกอ เมี่ยงเต้าเจี้ยว ไก่ฮูปข้าวเหลือง ผักกาดจอบ (ผักกาดจอบหวาน) เนื้อลู่(จิ้นลู่) ข้าวกั้นจิ้น เป็นต้น นอกจากอาหารคาวแล้ว ก็ยังมีขนมหวานอีก เช่น อาละ หว่า ข้าวหย่าก๊ว ส่วยทะมิน เปงมั่ง แอบน้ำอ้อย ข้าวมูลห่อ เป็นต้น ซึ่งขนมของชาวไทใหญ่มักจะทำขึ้นในช่วง เทศกาลต่าง ๆ 3) เครื่องแต่งกาย บุรุษชาวไทใหญ่ในอดีตนิยมสวมเสื้อแซคหรือเสื้อแตกปุง เป็นเสื้อแขนยาว คอกลม กระดุมผ่าหน้า มีกระเป๋าสีเสื้อ นุ่งกางเกงสะดอเรียกว่า เรียกว่า กั้นไต หรือ โก้นโห่งโย่ง มัดเอวและ เคียนหัวด้วยผ้าสีอ่อน เช่น สีขาว ชมพู หรือเหลือง ส่วนการแต่งกายในราชสำนักไทใหญ่มักจะได้รับอิทธิพลมา จากราชสำนักมณฑลพะโล่ สตรีชาวไทใหญ่ในอดีตนิยมสวมเสื้อแซค เป็นเสื้อเนื้อบางแขนยาวหรือสามส่วน ป้าย สาบเสื้อทับไปทางขวาโดยใช้กระดุมผ่าหรือกระดุมโลหะสอดยึดห้วง ซึ่งเสื้อป้ายนี้ได้อิทธิพลการแต่งกายมา จากชาวจีนแบบราชวงศ์ชิง นุ่งซิ่นเนื้อบาง เช่น ซิ่นก้อง ซิ่นส่วยต๋อง ซิ่นปะล่อง ซิ่นหล่าย ซิ่นฮายย่า ซิ่นถู่จ๊าบ ซิ่นแพรปั้งลีน และซิ่นปาเต๊ะ ทรงผมเกล้ามวยตามอายุ

3. ผลการศึกษาวัฒนธรรมของชาติพันธุ์ชาวไทยภูเขา

ชาวไทยภูเขา คือ กลุ่มชนที่มีวัฒนธรรมประเพณีและภาษาพูดเป็นของตนเอง อาศัยอยู่บนภูเขา มีอาชีพและรายได้จากการเกษตรเป็นหลัก ลักษณะด้านครอบครัว เครือญาติและชุมชนระดับหมู่บ้านของแต่ละเผ่า มีเอกลักษณ์ของตน ซึ่งแตกต่างกันทุกเผ่ายังคงนับถือผีที่สืบทอดมาจากการที่ชาวไทยภูเขาอาศัยอยู่ร่วมกับคนไทยบนผืนแผ่นดินไทยได้ทั้งนี้จะต้องอยู่ภายใต้กฎหมายบ้านเมือง โดยมีสิทธิและหน้าที่เช่นเดียวกับคนไทย ขณะเดียวกันก็สามารถที่จะดำรงรักษาวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามในเผ่าของตนเองไว้ให้สืบสานเป็นมรดกตกทอดต่อไป ทั้งนี้จะได้รับการส่งเสริมสนับสนุนการอนุรักษ์วัฒนธรรมประเพณีจากทุกหน่วยงานที่เข้าไปดำเนินงานในหมู่บ้านด้วย สำหรับในพื้นที่ตำบลคลองลานพัฒนา มีชาวไทยภูเขาอาศัยรวมกันอยู่ในพื้นที่จำนวน 6 เผ่า ได้แก่ 1) กะเหรี่ยง หรือ ปกาเกอญอ 2) ลาหู่ หรือ มูเซอ 3) อาข่า หรือ อีเก้อ 4) ม้ง หรือ แม้ว 5) เมี่ยน หรือ เย้า และ 6) ลีซอ หรือ ลีซู อีกทั้งยังเป็นแหล่งรวมของประเพณีของชนเผ่าต่าง ๆ ไว้หลายเผ่ามากมาย เช่น ประเพณีกินข้าวใหม่ ประเพณีปีใหม่ม้ง การโยนลูกช่วง การเดินจ๊ะจ๊ะ ประเพณีตรุษจีน เป็นต้น แต่ทุกคนก็อยู่กันอย่างเอื้ออาทรซึ่งกันและกันด้วยความสามัคคีและยึดหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำรงชีวิตในปัจจุบัน

4. ผลการศึกษาวัฒนธรรมของชาติพันธุ์ชาวมอญ

วัฒนธรรมหลัก ๆ ของชาติพันธุ์มอญ ประกอบด้วย ภาษา การแต่งกาย อาหาร ประเพณีและวัฒนธรรม พอสรุปได้ดังนี้ 1) ภาษามอญ มีการใช้มานานประมาณ 3-4 พันปี เป็นภาษาในตระกูลภาษามอญ-เขมร มีผู้ใช้ภาษานี้อยู่ประมาณ 5 ล้านคน ส่วนอักษรมอญ พบหลักฐานในประเทศไทยที่จารึกวัดโพธิ์ร้าง อายุราวพุทธศตวรรษ 12 เป็นอักษรมอญโบราณที่เก่าแก่ที่สุดในบรรดาจารึกภาษามอญที่ได้ค้นพบในแถบเอเชียอาคเนย์ เป็นจารึกที่เขียนด้วยตัวอักษรปัลลวะ ที่ยังไม่ได้ดัดแปลงให้เป็นอักษรมอญ พบว่ามีการประดิษฐ์อักษรมอญขึ้นเพื่อให้พอกับเสียงในภาษามอญ และในจารึกเสาแปดเหลี่ยมที่ศาลสูง เมืองลพบุรี จารึกในพุทธศตวรรษที่ 14 ราว พ.ศ. 1314 เป็นตัวอักษรมอญโบราณหลังปัลลวะ มีเนื้อหาเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ในปัจจุบันชาวมอญรุ่นหลังหันมาใช้ภาษาพม่ากันมาก และมีจำนวนมากที่เลิกใช้ภาษามอญจนคิดว่าตนเป็นพม่า อีกทั้งไม่ทราบว่าตนมีเชื้อสายมอญ จากการสำรวจประชากรมอญในปี ค.ศ. 1931 พบว่ามีจำนวนแค่ 3 แสน 5 หมื่นคน ต่อมาในปี ค.ศ. 1939 ได้มีการก่อตั้งสมาคมชาวมอญและมีการสำรวจประชากรมอญอีกครั้ง พบว่ามีราว 6 แสนกว่าคน พอต้นสมัยสังคมนิยมสำรวจได้ว่ามีชาวมอญราว 1 ล้านกว่าคน ชาวมอญที่ยังพูดภาษามอญในชีวิตประจำวันส่วนใหญ่อาศัยอยู่ใน รัฐมอญ แต่ในเขตเมืองก็จะพบแต่ชาวมอญที่พูดภาษาพม่าเป็นส่วนมาก

2) ชายชาวมอญสวมเสื้อ เป็นเสื้อคอกลมผ่าอก แขนทรงกระบอก มีกระดุมผ้า หรือเชือกผูกเข้ากัน สมัยก่อนนิยมโพกศีรษะ ท่อนล่างสวมผ้าถุง เรียกว่า เกล็ด และเวลาออกงานสำคัญนุ่งผ้าผืนยาวที่เรียกว่า เกล็ดอะเหล็น แปลว่า ผ้าถุงยาว (ลอยชาย) มีสไบพาดไหล่สองข้างทิ้งชายไปข้างหลังหรือพาดบ่าด้วยผ้าขาวม้า หากเป็นงานบุญจะพาดด้านซ้ายมือ หญิงชาวมอญสวมเสื้อตัวในคอกลมแขนงุดตัวสั้นแค่อว เล็กพอดีตัว สีสันสดใส สวมทับด้วยเสื้อแขนยาวทรงกระบอก เป็นผ้าลูกไม้เนื้อบาง สีอ่อน มองเห็นเสื้อตัวใน หากยังสาวอยู่แขน

เสื้อจะยาวถึงข้อมือ หากมีครอบครัวแล้ว จะเป็นแขนสามส่วน มีการคล้องผ้าสไบ ถ้าเป็นงานบุญจะคล้องผ้าทางด้านซ้ายมือ แต่หากไปงานรื่นเริงก็ใช้คล้องคอแทน หรือพาดลงมาตรง ๆ บนไหล่ซ้าย ท่อนล่างสวมสวมนั้น คล้ายผ้านุ่งของผู้ชาย แต่ลายของผู้หญิงจะละเอียดกว่าและวิธีการนุ่งต่างกัน หญิงมอญนิยมเกล้าผมมวยค่อนข้างมาทางด้านหลัง มีเครื่องประดับ 2 ชิ้น บังคับไม่ให้ผมมวยหลุด คือ โลหะรูปตัวยูคว่ำ และ โลหะรูปปีกกาตามแนวนอน และปักปิ่นปักผม

3) อาหาร ชาวมอญนิยมนำผักตามฤดูกาลและปลาในท้องถิ่นมาประกอบอาหารเป็นแกงส้มและแกงเลียง ส่วนในเทศกาลสงกรานต์ ชาวมอญนิยมทำ ข้าวแช่ หรือ เป็งดัจก์ หรือ เป็งชงกราน ที่แปลว่า ข้าวสงกรานต์ เพื่อบูชาเทวดา

4) ประเพณีและศาสนา ขนบธรรมเนียมประเพณีของชาวมอญนั้น มีวัฒนธรรมเป็นแบบฉบับมายาวนาน บางอย่างมีอิทธิพลให้กับชนชาติใกล้เคียง เช่น ประเพณีสงกรานต์ ข้าวแช่ ฯลฯ บางอย่างก็ถือปฏิบัติกันแต่เฉพาะในชุมชนมอญเท่านั้น ชาวมอญมีเลื่อมใสในพระพุทธศาสนาอย่างลึกซึ้ง ขณะเดียวกันก็นับถือผีบรรพบุรุษกับผีอื่น ๆ ที่มีอิทธิฤทธิ์ รวมทั้งเทวดาองค์รักษ์

ประเพณีแห่หงส์ ธงตะขาบ ของภาคกลางใน จังหวัดสมุทรปราการ โดยชาวพระประแดง (มอญปาก ลัด) ปกติมักจัดขึ้นในวันที่ 13 เมษายนหรือตรงกับช่วงวันสงกรานต์ ความเป็นมาหรือสาระสำคัญของประเพณีแห่หงส์ ธงตะขาบ ก็เพื่อเป็นการระลึกและเป็นการบูชา รวมไปถึงการเฉลิมฉลองให้กับครั้งที่พระพุทธเจ้าเสด็จกลับลงจากจากชั้นภพ ดาวดึงส์ เป็นการถือปฏิบัติสืบทอดกันมาจนถึงปัจจุบัน โดยผู้คนต่างมักจะนำเสาหงส์และธงตะขาบมาใช้คู่กัน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ภาครัฐบาลควรมีนโยบายและสนับสนุนงบประมาณการจัดแสดงวัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในประเทศไทย เพื่อให้เห็นถึงความหลากหลายของชนชาติในประเทศไทย

2. ควรมีนโยบายเกี่ยวกับการให้สัญชาติของกลุ่มชาติพันธุ์ที่อาศัยอยู่ในประเทศไทยเป็นเวลานาน หรือ แม้แต่การกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มชาติพันธุ์ด้วยคุณวุฒิทางการศึกษา

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. กระบวนการสร้างความสัมพันธ์ของกลุ่มชาติพันธุ์เพื่อความปรองดองในสังคมไทย
2. รูปแบบการจัดการแสดงอัตลักษณ์และวัฒนธรรมของชาติพันธุ์ในสังคมไทย
3. การสร้างเครือข่ายสิทธิมนุษยชนเพื่อช่วยเหลือกลุ่มชาติพันธุ์ในสังคมไทย

เอกสารอ้างอิง

- ณรงค์ เลี้ยงประชา. (2539). *พื้นฐานวัฒนธรรมไทย*. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- วีรณัฐ ไม้ไทย. (2541). *การศึกษาวัฒนธรรมท้องถิ่น*. กรุงเทพมหานคร: สำนักเลขาวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- สมชัย ใจดี. (2535). *ประเพณีวัฒนธรรมไทย*. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาการพิมพ์.
- พระยาอนุমানราชธน. (2524). *วัฒนธรรมเบื้องต้นและศาสนา*. กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตการพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน). [ออนไลน์]. *ข้อมูลกลุ่มชาติพันธุ์ในประเทศไทย*. แหล่งที่มา: <https://data.go.th/dataset/ethnic-groups> [20 มิถุนายน 2565].
- ปิ่นแก้ว เหลืองอร่ามศรี. (2546). *อัตลักษณ์ ชาติพันธุ์ และความเป็นชายขอบ*. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร.
- ประสิทธิ์ ลิปรีชา. (2557). “กระบวนการทัศน์การศึกษาชาติพันธุ์สัมพันธ์. บทความปริทัศน์”. *Journal of Mekong Societies*. ปีที่ 10 ฉบับที่ 3 (กันยายน-ธันวาคม): 237-238.
- บุญช่วย ศรีสวัสดิ์. (2493). *30 ชาติในเชียงราย*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สยาม.
- บุญช่วย ศรีสวัสดิ์. (2509). *ชาวเขาในไทย*. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- สงวน โชติสุขรัตน์. (2512). *ไทยยวน-คนเมือง*. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- ขจิตภัย บุรุษพัฒน์. (2518). *ชาวเขา*. กรุงเทพมหานคร: แพร่พิทยา.
- ลิขิต อีระเวทิน. (2521). *ชนกลุ่มน้อยในประเทศไทย*. กรุงเทพมหานคร: แพร่พิทยา.
- พลวัฒน์ ประพัฒน์ทอง. เชิดชาติ หิรัญโร. พวงผกา ธรรมธิ. (2563). “ชาติพันธุ์สัมพันธ์ในพื้นที่ของพุทธศาสนาของกลุ่มปลั่ง (ไตดอย-ลัวะ)”. *รายงานการวิจัย*. (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย).
- นายชูพนิจ เกษมณี. นายกิตติศักดิ์ รัตนกระจำศรี. นายแถม อะวุงชิ ชิมเร. น.ส. พิรารวรรณ วงศ์นิธิสถาพร. (2563). “สำรวจสถานการณ์และนโยบายชนเผ่าพื้นเมืองและกลุ่มชาติพันธุ์”. *รายงานการวิจัย*. ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน).
- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เจตน์จรรย์ อาจไธสง และคณะ. (2559). “อัตลักษณ์ทางสังคมและวัฒนธรรม “ชาวของ-ชาวซาเร” ที่อาศัยอยู่ในประเทศไทย-กัมพูชา”. *รายงานการวิจัย*. กระทรวงวัฒนธรรม: กรมส่งเสริมวัฒนธรรม.
- ประสาน เล้าอรุณ. (2562). “คติหิ้งพระไทยใหญ่: จริยธรรมและจารีตชาวไทยใหญ่ในเขตอำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย”. *วารสาร มจร พุทธปัญญาปริทรรศน์*. ปีที่ 4 ฉบับที่ 3 กันยายน-ธันวาคม: 299-314.

วิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ

AN ANALYSIS OF BUDDHIST PRINCIPLES FOR STRESS MANAGEMENT FOR THE ELDERLY

พระครูปริยัติกาญจนกิจ (สุวัฒน์ สุวตฺตโน)

Phraklupariyattikanchanakich (Suwat Suwattano)

วิทยาลัยสงฆ์กาญจนบุรีศรีไพบูลย์

Kanchanaburi Sri Paiboon Buddhist College

Suwat1980@gmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพปัญหาความเครียดของผู้สูงอายุ และเพื่อศึกษวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ โดยศึกษาจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์พิเศษ รวมถึงเอกสารทางพุทธศาสนาและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความเครียดเป็นสภาวะทางกายและจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อมีความต้องการและภาระหน้าที่ที่เกินกว่าทรัพยากรที่มีอยู่ สามารถเกิดจากสถานการณ์หรือปัจจัยหลายอย่าง เช่น ความกดดันในการทำงาน. ความไม่แน่นอน. การเปลี่ยนแปลงทางชีวิต. ความกังวลเกี่ยวกับอนาคต และสถานการณ์ที่ซับซ้อนหรือไม่แน่นอน เกิดผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจได้ เช่น อาการปวดหัว. อาการปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ. อาการท้องผูกหรือท้องเสีย. การนอนไม่หลับหรือการนอนมากเกินไป และการทำงานของระบบภูมิคุ้มกันที่อ่อนแรงลง. ความวิตกกังวล. อารมณ์ซึมเศร้า. ความผิดหวัง. ความรู้สึกเครียด. ความขาดเป้าหมาย เป็นต้น

หลักพุทธธรรมเพื่อการจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุนั้น หลักโยนิโสมนสิการ ใช้พิจารณาความเครียดที่เกิดขึ้น โดยความเป็นไตรลักษณ์ ใช้ในการพิจารณาความเปลี่ยนแปลงของความเครียดเมื่อเกิดแล้วก็ต้องมีดับ ความเป็นอนิจจัง 3 อย่าง ให้ตระหนักถึงสาเหตุแห่งความเครียดที่เกิดมาจาก โลภะ โทสะ โมหะ จากนั้นใช้วิธีการทำสมาธิในการสงบระงับความเครียดนั้น หรือไม่ก็ควรคบกับญาติมิตร ผู้ที่จะคอยแนะนำให้คำปรึกษาและชักชวนไปในทางที่ดี และใช้วิธีการสวดมนต์ เพื่อให้จิตใจไม่คิดถึงเรื่องราวความเครียดต่าง ๆ มุ่งกับการสวดมนต์อย่างเดียว

คำสำคัญ: หลักพุทธธรรม; ความเครียด; ผู้สูงอายุ

Abstract

An analytical study of Buddhist principles for stress management for the elderly. The objective was to study the stress problems of the elderly. and to study and analyze Buddhist principles for stress management for the elderly by studying from Tripitaka. Atthakatha. Dika and Pakorn Wiset including Buddhist documents and related research.

Stress is a physical and mental state that occurs when demands and obligations outweigh available resources. It can be caused by a number of situations or factors such as work pressure. uncertainty. life changes. worry about the future. and situations that are complex or uncertain. Stress can have physical and mental effects such as headaches. muscle aches. constipation or diarrhea. insomnia. or sleeping too much. and weakened immune function. anxiety. depressed mood. disappointment. feelings of stress. lack of goals. etc.

Buddhist principles for stress management for the elderly Principles of Yonisomanasikarn Used to judge stress. by trinity Used to consider the change of stress when it arises and must be extinguished. The three fundamental vices: be aware of the causes of stress caused by lobha. hatred. and delusion. Then use meditation methods to calm that stress. Or should be with a good friend who will advise. advise and persuade in a good way and use the method of prayer so that the mind does not think about various stressful stories. concentrates on single prayers

Keywords: Buddhist Principles; Stress; Elderly

บทนำ

สหประชาชาติระบุว่า ประชากรโลกเติบโตในอัตราที่ช้าที่สุดนับตั้งแต่ปี 2493 โดยลดลงต่ำกว่า 1% ในปี 2563 การคาดการณ์ล่าสุดโดยสหประชาชาติชี้ให้เห็นว่า ประชากรโลกอาจเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 8.5 พันล้านคนในปี 2573 และ 9.7 พันล้านในปี 2593 และมีการคาดการณ์ว่าจะอยู่ในจุดสูงสุดประมาณ 1.04 หมื่นล้านคนในช่วงปี 2080 และคงอยู่ที่ระดับนั้นจนถึงปี 2643 และยิ่งระบุอีกว่า ส่วนแบ่งของประชากรโลก ในอายุ 65 ปีขึ้นไป คาดว่าจะเพิ่มขึ้นจาก 10% ในปี 2565 เป็น 16% ในปี 2593 โดย ณ จุดนั้นมีการคาดว่า จำนวนผู้ที่มีอายุมากกว่า 65 ปีขึ้นไปทั่วโลกจะมีมากกว่า 2 เท่าของจำนวนเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี และใกล้เคียง กันกับจำนวนเด็กอายุต่ำกว่า 12 ปี ทั้งนี้ ประเทศที่มีประชากรสูงอายุ ควรดำเนินการปรับแผนงานสาธารณะ ให้เข้ากับจำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้น รวมถึงการจัดตั้งระบบการดูแลสุขภาพถ้วนหน้า และระบบการดูแลระยะ ยาว และโดยการปรับปรุงความยั่งยืนของระบบประกันสังคมและระบบบำนาญ (United Nations. ออนไลน์)

จากการที่อัตราการเกิดของประชากรทั่วโลกที่มีแนวโน้มลดลง บวกกับการที่ประชากรมีอายุยืนยาวขึ้นเนื่องจากการรักษาพยาบาลมีประสิทธิภาพมากขึ้น และประชากรที่เกิดในยุค Baby Boomers ได้เข้าสู่วัยสูงอายุ เป็นปัจจัยที่ทำให้หลายประเทศในโลกเกิดการเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างสังคมที่สำคัญ นั่นคือ การเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรสูงอายุ โดยเฉพาะในประเทศที่พัฒนาแล้ว อาทิ ฝรั่งเศส สวีเดน ญี่ปุ่น

ข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (WHO) มีการคาดการณ์ว่าจำนวนประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จะมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างน้อยร้อยละ 3 ต่อปี โดยในปี พ.ศ. 2573 คาดว่าจะมีจำนวนประชากรสูงอายุมากถึงประมาณ 1.4 พันล้านคนและจะเพิ่มขึ้นถึง 2 พันล้านคนในปี พ.ศ. 2593 ทวีปเอเชียจะมีประชากรสูงวัยมากที่สุดในโลก โดยคาดว่าสัดส่วนผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปในทวีปเอเชียจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะประเทศญี่ปุ่นซึ่งถือเป็นประเทศที่มีประชากรสูงวัยมากที่สุดในโลกและถือเป็นประเทศแรก ๆ ของโลกที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว (Super-aged Society)

สำหรับประเทศไทยนั้น จำนวนผู้สูงอายุมีตัวเลขเทียบเท่ากับประเทศที่พัฒนาแล้วหลายประเทศซึ่งถือว่าอัตราการเติบโตเป็นอันดับ 3 ในทวีปเอเชีย รองมาจากประเทศเกาหลีใต้ และประเทศญี่ปุ่น โดยประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมสูงวัยมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 ขณะที่ตัวเลขของกรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (พม.) ณ วันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2562 พบว่า ประเทศไทยมีประชากรทั้งสิ้น 66.5 ล้านคน เฉพาะผู้สูงอายุมีมากถึง 11.1 ล้านคนหรือคิดเป็น 16.73% ส่วนข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุขระบุว่า เมื่อพ.ศ. 2563 ประเทศไทยมีประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจำนวนมากกว่า 12 ล้านคน หรือราว 18% ของจำนวนประชากรทั้งหมด และจะเพิ่มเป็น 20% ในปี พ.ศ. 2564 ซึ่งให้เห็นว่าประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว และกำลังจะเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบในอีกไม่กี่ปีข้างหน้า โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติคาดการณ์ว่า ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัวในปี พ.ศ. 2565 และในปี พ.ศ. 2573 จะมีสัดส่วนประชากรสูงวัยเพิ่มขึ้นอยู่ที่ร้อยละ 26.9 ของประชากรทั้งประเทศ (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. 2564) ในส่วนของรัฐบาลไทย ตามที่ได้กำหนดให้สังคมสูงวัยเป็นวาระแห่งชาติ และได้สานต่อแผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ (พ.ศ. 2545 - 2565) เตรียมพร้อมสังคมไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ในปี พ.ศ. 2564 ซึ่งจากการประเมินผลแผนปฏิบัติการ ยังพบการดำเนินงานบางด้านที่ต้องปรับปรุง เช่น การเตรียมความพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ การส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ และการคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ

ดังนั้น คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ จึงได้ปรับแผนปฏิบัติการ (พ.ศ. 2563 - 2565) ซึ่งเป็นการทำงานร่วมกันของหลายหน่วยงาน โดยให้ความสำคัญกับ ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) การรณรงค์ให้สังคมตระหนักถึงความจำเป็นของการเตรียมการเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ คนวัยทำงานมีความเข้าใจถึงการเตรียมตัวด้านต่าง ๆ เช่น รายได้ สุขภาพ ที่อยู่อาศัย 2) สังคมมีทักษะเชิงบวกต่อผู้สูงอายุ ไม่มองว่าผู้สูงอายุเป็นภาระต่อสังคม 3) การจ้างงานผู้สูงอายุเพื่อให้รู้สึกว่ามีคุณค่า ตั้งเป้าไว้ปี 2564 ผู้สูงอายุจำนวน 1.95 แสนคนมีงานทำ 4) กลุ่ม

ผู้สูงอายุที่ครอบครัวยากจน จะเน้นให้ลูกหลานกลับมาอยู่กับครอบครัวมากขึ้น 5) การปรับเปลี่ยนโรงเรียนขนาดเล็กให้เป็นสถานที่พัฒนาผู้สูงอายุในชุมชน 6) การส่งเสริมการออมทั้งแรงงานในระบบและนอกระบบ เพื่อมีเงินไว้ใช้ในวัยเกษียณ และ 7) การส่งเสริมและสนับสนุนให้มีการผลิตหรือฝึกอบรมบุคลากรด้านผู้สูงอายุในระดับวิชาชีพอย่างเพียงพอและมีมาตรฐาน (กรมสุขภาพจิต. ออนไลน์)

จากสถานการณ์ดังกล่าว ทำให้ประเทศที่กำลังพัฒนามีประชากรโลกเกิดภาวะความเครียดและภาวะซึมเศร้า และเนื่องจากโลกกำลังก้าวสู่ยุคโลกาภิวัตน์ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้มีการคาดการณ์ว่าอีก 25 ปีข้างหน้า จะมีผู้ป่วยทางด้านสุขภาพจิตเพิ่มขึ้นเป็น 80 ล้านคน โดยประเทศไทยก็เป็นอีกประเทศหนึ่งที่กำลังพัฒนาและมีการเปลี่ยนแปลงตามโลกปัจจุบันอย่างต่อเนื่อง ทำให้เป็นเรื่องปกติที่การเกิดปัญหาทางสุขภาพจิตจะมีเพิ่มมากขึ้นตามความเจริญก้าวหน้าทางด้านสังคมวัฒนธรรม การเมือง เศรษฐกิจ วิทยาศาสตร์ หรือเทคโนโลยีของประเทศ เมื่อมีปัญหาทางสุขภาพจิตความเครียดก็เริ่มส่งผลมากขึ้น

โดยความเครียด และอัตราการในการเกิดความเครียดจะมีความสัมพันธ์กับอายุ และผู้สูงอายุเป็นวัยที่สามารถเกิดความเครียดได้ตั้งแต่ระดับน้อยไปจนถึงระดับรุนแรง โดยถ้าหากผู้สูงอายุมีอายุมากขึ้นก็อาจจะมีแนวโน้มในการเกิดความเครียดเพิ่มขึ้นด้วย และเมื่อพิจารณาถึงระดับสุขภาพจิตโดยทั่วไปของคนไทย พบว่าผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต โดยจะพบในผู้สูงอายุเพศหญิงมากกว่าเพศชาย (อภิชาติ จำรัสสุทธิรงค์. 2553) ความเครียดเป็นปฏิกิริยาการตอบสนองด้านอารมณ์หรือความรู้สึกที่มีต่อสถานการณ์หรือสภาพแวดล้อมที่ถูกคุกคามหรือถูกกดดัน เมื่อบุคคลไม่สามารถปรับตัวหรือเผชิญกับสภาพปัญหาได้ก็จะทำให้เกิดความทุกข์ทางจิตใจ ความวิตกกังวล หรือความรู้สึกกดดัน เป็นต้น จนส่งผลให้เกิดความเครียดขึ้น ซึ่งถ้าหากบุคคลใดที่เกิดความเครียดสะสมมากขึ้นเรื่อยๆ จะทำให้ได้รับผลกระทบจากความเครียด ซึ่งผลกระทบจะแสดงออกมาให้เห็นทางด้านพฤติกรรม ด้านร่างกายหรือด้านจิตใจ และสาเหตุการเกิดความเครียดส่วนใหญ่ก็มาจากสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน และทัศนคติด้านความคิดทางบวกหรือทางลบที่มีต่อสภาพปัญหา (ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์. ออนไลน์)

ปัจจุบันการศึกษาแนวทางการจัดการความเครียดในกลุ่มผู้สูงอายุมีความหลากหลายและแตกต่างกันไปตามลักษณะของการดำเนินชีวิต ขนบธรรมเนียม ประเพณี และปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของกลุ่มผู้สูงอายุ ดังนั้นการเลือกแนวทางการจัดการความเครียดที่เหมาะสมถือเป็นสิ่งสำคัญต่อการส่งเสริมสุขภาพกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและการมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป และหลักธรรมทางพระพุทธศาสนานั้น น่าจะเป็นตัวช่วยที่ดีที่สุดในการเยียวยาสุขภาพจิตใจ ดังที่เราเห็นในสังคมปัจจุบันแล้วว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะเข้าวัดฟังธรรมและปฏิบัติธรรมกันอยู่เนือง ๆ และชอบทำบุญทำทานมาก เพราะฉะนั้นหลักพุทธธรรมทางเลือกหนึ่งในการจัดการกับความเครียดได้ ผู้วิจัยจะได้วิเคราะห์หลักธรรมที่เหมาะสมกับการจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาความเครียดของผู้สูงอายุ และ 2) เพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ

การทบทวนวรรณกรรม

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) (2556: 464. 917) ได้อธิบายว่า พุทธศาสนาสอนมนุษย์ ให้หวังผลสำเร็จจากการลงมือกระทำตามเพียรพยายามตามเหตุตามผล การมีหวังผลจากการอ่อนวอนขอความช่วยเหลือจากอำนาจบันดาล อาจทำให้กลายเป็นคนมีนิสัยเฉื่อยชา ขอบงอมีงอเท้า และหวังพึ่งอำนาจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้ดลบันดาลในสิ่งตนปรารถนาให้นั้น เป็นการพึ่งสิ่งภายนอก ทำให้ชีวิตขึ้นตรงต่อผู้อื่น เป็นเหตุให้ตนเองเป็นคนขาดประสิทธิภาพ ขาดอำนาจและขาดความมั่นใจในตนเองขัดต่อหลักการขั้นพื้นฐานของพระพุทธศาสนาที่สอนให้พึ่งตนเอง สอนให้ทำตนให้เป็นที่พึ่งได้คือสามารถพึ่งตนเองได้

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2556: 20) กล่าวว่าในโลกนี้มีบุคคลอยู่ 2 ประเภท คือบุคคลที่ควรช่วยเหลือและบุคคลที่ควรไม่ช่วยเหลือ บุคคลที่ควรช่วยเหลือเพราะประพฤติปฏิบัติตัวดี คือรู้จักช่วยเหลือตัวเอง ฝึกฝนตัวเอง พยายามทำงานต่าง ๆ ด้วยตัวเอง ไม่มัวมีงอเท้า ไม่นอนรอโชคความ ไม่เอาไรต์เอาเปรียบใคร มีความวิริยอุตสาหะ บุคคลประเภทนี้ควรที่จะยกย่องสรรเสริญและควรให้การส่งเสริมสนับสนุน

พระเทพปริยัติสุธี (วรวิทย์ คงคปณฺโญ) ได้กล่าวถึง ลักษณะของการสาธารณสงเคราะห์ที่พระสงฆ์หรือวัดวาอารามต่าง ๆ จัดทำอยู่ในปัจจุบัน เช่น การที่วัดหรือคณะสงฆ์หรือพระภิกษุดำเนินการเองซึ่งกิจการอย่างใดอย่างหนึ่งที่มีวัตถุประสงค์ให้ผลงานเป็นสาธารณประโยชน์สาธารณสมบัติ การตั้งกองทุนสาธารณสงเคราะห์ การตั้งมูลนิธิเพื่อคบบายกจบหรือช่วยคราวประสบภัยพิบัติ การกำหนดเขตอภัยทาน และกิจการอื่นที่เป็นเจ้าของเอง ลักษณะนี้มุ่งเอากิจการที่ทำเองหรือโครงการที่กำหนดขึ้นเอง ทั้งที่เป็นกิจการประจำหรือกิจการชั่วคราว

พุทธทาสภิกขุ กล่าวว่า ความล้มเหลวทุกอย่างในสังคมปัจจุบัน เกิดจากการที่คนในสังคมขาดความมั่นคงแห่งความเป็นมนุษย์ แผ่นดินเป็นรากฐานแห่งความมั่นคง มนุษย์จะมั่นคงต้องไม่ทิ้งแผ่นดินและต้นไม้ธรรมเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่จะทำมนุษย์มีความมั่นคง ธรรมคือสภาพที่ทรงตัวอยู่ได้ด้วยตัวของมันเอง หน้าที่ก็เป็นอีกความหมายของธรรม มนุษย์ ที่มีธรรมก็คือ

พระครูปลัดไพรัช จนฺทสโร (กาญจนแก้ว) สวสดี อโณทัย สมบูรณ์ บุญโท (2561: 377-393) การแก้ปัญหาโรคความเครียดด้วยพุทธปรัชญาดำรงว่าด้วยมหาสติปัฏฐาน 4 ผลการวิจัยพบว่า 1. สาเหตุของความเครียดเกิดจากปัจจัยหลายประการ เช่น ปัญหาความยากจน ปัญหาในการทำงาน ปัญหาครอบครัว ปัญหาเรื่องความรัก ปัญหาเรื่องการเรียนรู้ ปัญหาการว่างงาน ปัญหาความวิตกกังวล ปัญหาความหงุดหงิด ปัญหาค้นหา มานะ ทิฐิ ปัญหาความโกรธ ปัญหาถูกโลกธรรมครอบงำ ปัญหาความล้มเหลวในชีวิต ปัญหา

เหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียด 2. หลักการของพุทธปรัชญาในแง่ของการรักษาโรค คือการดูแลทั้งร่างกายและจิตใจ อย่างสมดุล นั่นคือการปฏิบัติตามทางสายกลาง ให้ความสำคัญทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับหลักสติปัฏฐาน 4 ที่สอนวิธีปฏิบัติต่อกาย เรียกว่า กายานุปัสสนา ปฏิบัติต่อ อารมณ์ ความรู้สึก เรียกว่า เวทนานุปัสสนา ปฏิบัติต่อจิต เรียกว่า จิตตานุปัสสนา ปฏิบัติต่อ เรื่องที่เกิดขึ้นหรือต่อความจริงที่ปรากฏ เรียกว่า ธัมมานุปัสสนา 3. หลักการและวิธีการเจริญสติในพุทธปรัชญากับการแก้ปัญหาโรคความเครียดได้ อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ทำให้ผู้วิจัยเข้าใจหลักการของการฝึกสติ สามารถใช้ได้หลากหลาย รูปแบบ เช่น การเดินจงกรม การกำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออก การนับแบบต่างๆ การเจริญกรรมฐาน การเพ่งกสิณ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน วิธีการเหล่านี้ใช้ในการฝึกสมาธิ เจริญสติได้ 4. องค์ความรู้ใหม่และรูปแบบของการเยียวยาโรคด้วยหลักพุทธธรรม ได้รูปแบบที่ นำไปสู่การเจริญมหาสติปัฏฐาน 4 ดังนี้ 1) หลักศรัทธา ผู้ปฏิบัติต้องมีความเชื่อความศรัทธาต่อ หลักมหาสติปัฏฐาน 4 ว่า สามารถบำบัดความเครียดได้ 2) หลักวิริยะ หรือ ความเพียร ต้องลงมือปฏิบัติด้วยความเพียรเอาจริงเอาจัง 3) หลักปัญญา คือ ความรู้รอบในเรื่องที่กำลังปฏิบัติ เช่น ปฏิบัติเรื่องอานาปานสติ ต้องรู้วิธีการกำหนดลมหายใจเข้า-ลมหายใจออกตามแบบที่กำหนด เป็นต้น

ชลวิทย์ เจียรจิตต์ (2560: 154-167) สถานการณ์และการจัดการความเครียดตามแนวพระพุทธศาสนา: กรณีศึกษาคณะสงฆ์จังหวัดนครนายกและสระแก้ว พบว่า ประการที่หนึ่งสถานการณ์และการจัดการปัญหาความเครียดของ พระสงฆ์จังหวัดนครนายกและสระแก้ว ปัจจัยที่นำไปสู่ความเครียดของกลุ่มตัวอย่างพระสงฆ์จังหวัด นครนายกและจังหวัดสระแก้วคือการใช้เวลามากเกินไปกับการปฏิบัติธรรมอันจำเป็นเป็นประจำ รองลงมาคือรู้สึกต้องแบ่งเบาภาระความเครียดจากคนรอบข้างประสบปัญหาความเครียด อันดับที่สาม คือกังวลต่อปัญหาสุขภาพของตนเอง จึงจะเห็นได้ว่ามีความจำเป็นที่จะต้องพัฒนาระบบการ เรียนรู้ร่วมกันของพระสงฆ์ที่ทำหน้าที่บริหารจัดการองค์กรทางพระพุทธศาสนา เพื่อให้เข้าใจแนว ทางการจัดระบบงาน มีการแบ่งเบาภาระร่วมกัน ตลอดจนเปิดโอกาสให้ฆราวาสสามารถเข้ามามีส่วนร่วม ทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาได้มากยิ่งขึ้น ประการที่สองหลักธรรมและกระบวนการจัดการ ความเครียดตามแนวพระพุทธศาสนา มีหลักธรรมที่สำคัญ 4 หลักธรรมกล่าวคือ 1) หลักไตรลักษณ์ 2) หลักอริยสัจ 4 3) หลักโยนิโสมนสิการ และ 4) หลักเจริญสติ ซึ่งมีจุดหมายร่วมกันคือการสร้างให้เห็นถึงเหตุแห่งทุกข์และการมองชีวิตให้ทะลุถึงต้นตอของปัญหา เพื่อที่จะสามารถกำหนดแนว ทางการแก้ไขปัญหาความเครียดได้อย่างถูกต้อง ไม่หลงไปกับการแก้ไขปัญหาความเครียดที่เพิ่มเติม กิเลสและมิจฉาทิฐิ แต่มุ่งให้ใช้กระบวนการเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนา ซึ่งใช้สติและปัญญาเป็น เครื่องกำหนดการตัดสินใจในกระบวนการแก้ไขปัญหาความเครียดที่เกิดขึ้น และประการที่สามแนว ทางการจัดการความเครียดตามแนวพระพุทธศาสนาที่สอดคล้องกับบริบทสังคมสมัยใหม่ คือการพัฒนาการเรียนรู้ การพัฒนาพื้นที่และการพัฒนากิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ให้เกิดขึ้นในพื้นที่ของวัดและชุมชนที่ใกล้เคียง โดยมีเป้าหมายสำคัญที่การพัฒนาแนวทางการดำเนินวิถีชีวิตให้

พระสงฆ์สามารถพัฒนาศักยภาพและการดำเนินงานให้สอดคล้องกับบริบทสังคมสมัยใหม่ อีกทั้งยัง เป็นการเปิดโอกาสให้พระสงฆ์สามารถเรียนรู้กระบวนการพัฒนาสุขภาวะตนเองและฆราวาสได้

สมสุข นิธิอุทัย และคณะ (2561: 303) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการความเครียด ในภาวะวิกฤตชีวิตของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชรา ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุที่มีความเครียดในภาวะวิกฤตชีวิตที่ได้รับการฝึกอบรมการจัดการ ความเครียดในภาวะวิกฤตชีวิต มีความเครียดในภาวะวิกฤตชีวิตลดลงเมื่อเทียบกับก่อนเข้าร่วมการ ฝึกอบรมการจัดการความเครียดในภาวะวิกฤตชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผู้สูงอายุที่มีความเครียดในภาวะวิกฤตชีวิตที่ได้รับการฝึกอบรมการจัดการความเครียด ในภาวะวิกฤตชีวิต มีความเครียดในภาวะวิกฤตชีวิตต่ำกว่าผู้สูงอายุที่ไม่รับการฝึกอบรมการจัดการ ความเครียดในภาวะ วิกฤตชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .01

นางสาวนันท์นิชา สิงห์เดชวิระชัย (2562) ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาความเครียดและการจัดการ ความเครียดด้วย กิจกรรมนันทนาการของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุบ้านหนองกระทุ่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัด นครปฐม ผลการวิจัยพบว่า สมาชิกชมรมผู้สูงอายุมีความเครียดในภาพรวมอยู่ในระดับน้อยที่สุด มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 1.80 โดยมีความเครียดด้านร่างกายมากที่สุด รองลงมาด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคมตามลำดับ มี ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.96 1.91 และ 1.78 ตามลำดับ สาเหตุของความเครียดมาจาก ปัญหาด้านสุขภาพเป็นส่วน ใหญ่ เช่น ปวดเข่า ปวดขา ไขข้อกระดูก และภาวะร่างกายที่เสื่อมถอยลง ส่วนผลการศึกษาการจัดการ ความเครียดด้วยกิจกรรมนันทนาการ พบว่า สมาชิกชมรมผู้สูงอายุบ้าน หนองกระทุ่มมีการจัดการความเครียด ด้วยกิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ การออกกำลังกาย การรำไม้ พลอง ร้องเพลงคาราโอเกะ การเล่นเกม ดนตรี อิเล็กทรอนิกส์ กิจกรรมการท่องเที่ยว และกิจกรรมการให้ ความรู้ด้านสุขภาพต่าง ๆ

กัญญิกา อยู่สำราญ และคณะ (2565: 1-16) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ความเครียดและการเผชิญความเครียด ของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง อำเภอมะนัง จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า ผู้ดูแลผู้สูงอายุส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 78.75) มีอายุเฉลี่ย 56.12 ปี สถานภาพสมรส (ร้อยละ 68.13) จบการศึกษาระดับ ประถมศึกษา (ร้อยละ 46.25) ดูแลผู้สูงอายุมากกว่า 5 ปี (ร้อยละ 56.25) ดูแลผู้สูงอายุมากกว่า 12 ชั่วโมง ต่อวัน (ร้อยละ 35.62) ไม่เคยได้รับการอบรมการดูแล ผู้สูงอายุจากหน่วยงานของรัฐ (ร้อยละ 60.00) ไม่มีโรค ประจำตัว (ร้อยละ 55.00) มีอาชีพรับจ้าง (ร้อยละ 28.75) รายได้ไม่เพียงพอ (ร้อยละ 61.88) มีหนี้สิน (ร้อย ละ 58.75) ลักษณะครอบครัวของผู้ดูแล ส่วนใหญ่ อยู่กับลูก/หลาน/ญาติ (ร้อยละ 56.88) ผู้สูงอายุที่ได้รับการ ดูแลส่วนใหญ่เป็นกลุ่มติดบ้าน (ร้อยละ 71.88) ส่วนใหญ่ผู้ดูแลผู้สูงอายุมีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ =40.09. SD=14.85) มีการเผชิญความเครียด อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ =90.31. SD=21.56) ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ใช้วิธีการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญหน้า กับปัญหามากที่สุด ($\bar{X}$ =0.37 SD=0.05) รองลงมาคือด้านการ จัดการกับอารมณ์ ($\bar{X}$ =0.32. SD=0.04) และ ด้านการจัดการบรรเทาปัญหาน้อยที่สุด ($\bar{X}$ =0.31. SD=0.04) ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางบวก กับการเผชิญความเครียดโดยรวม ($r=0.442$. $p<0.01$) มีความสัมพันธ์

ทางบวก การเผชิญความเครียด ด้านการเผชิญหน้ากับปัญหา ด้านการจัดการอารมณ์ และการจัดการบรรเทาปัญหา ($r = 0.297, 0.490$ และ 0.442 ; $p < 0.01$ ตามลำดับ) เจ้าหน้าที่ทางสุขภาพสามารถนำไปใช้ในการเฝ้าระวังความเครียดของผู้ดูแลผู้สูงอายุและให้การช่วยเหลือในการเผชิญหน้ากับความเครียดได้อย่างเหมาะสม

วาดฝัน ม่วงอำ (2563) ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการจัดการความเครียดของทหารเรือกองทัพอากาศ พบว่า ความหย่นตัว การรับรู้ความสามารถของตนเอง และสถานภาพสมรส สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการจัดการความเครียดในด้านรวม ร้อยละ 42.39 และตัวแปร กลุ่มดังกล่าวสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการจัดการความเครียดในด้านการจัดการความเครียดโดยมุ่ง แก้ไขปัญหาได้ร้อยละ 38.55 และตัวแปรการรับรู้ความสามารถของตนเอง การมองโลกในแง่ดีและความหย่นตัว สามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการจัดการความเครียดในด้านการจัดการความเครียดโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ได้ ร้อยละ 26.21

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง การให้ความสำคัญด้านความเครียดของผู้สูงอายุนั้น เป็นเรื่องจำเป็นที่จะต้องร่วมกันหาทางออก เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดสิ่งที่ไม่คาดคิดขึ้น การวิจัยต่าง ๆ ได้ออกมาสำรวจ ทั้งทำในรูปแบบสำรวจ และหาวิธีแก้ไข ทั้งแบบจัดกิจกรรมเพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสุข แต่สิ่งที่ทำไปนั้นเป็นเพียงแค่ชั่วระยะเท่านั้น ไม่สามารถทำให้ผู้สูงอายุได้ตลอด จึงจำเป็นที่จะต้องช่วยภายใน คือช่วยอบรมจิตใจให้รับมือกับภาวะที่จะทำให้เกิดความเครียดได้ หรือเมื่อเกิดความเครียดแล้วจะทำอย่างไรไม่ให้ประทุรแรงได้ ผู้วิจัยจึงอยากจะเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาข้างในจิตใจให้สามารถรับมือกับความเครียดได้ดียิ่งขึ้น จึงอยากจะวิเคราะห์หลักธรรมเพื่อการจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ ได้นำไปใช้และไปปฏิบัติ

ระเบียบวิธีวิจัย/วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยเรื่องนี้ จะใช้แนวทางและวิธีการในการดำเนินการวิจัยที่สำคัญ ดังนี้

การวิจัยเชิงเอกสาร (Qualitative Research)

โดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษา ค้นคว้าและ เก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection) จากเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยตามลำดับ ข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ คัมภีร์ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ เอกสาร วิชาการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง อาทิ หนังสือ บทความ งานวิจัย รวมถึงสื่อออนไลน์ต่างๆ

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร (Documentary Research)

โดยจัดลำดับข้อมูลตามขั้นตอนที่ค้นคว้ามาให้มีความสัมพันธ์กับเนื้อหาให้เป็นระบบแล้วนำข้อมูลดังกล่าวมาศึกษาวิเคราะห์ ด้วยการวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) การตีความ (Interpretation) การสังเคราะห์ (Synthesis) โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหาประกอบบริบท (Content Analysis) เพื่อนำไปสรุปผลนำเสนอเป็นผลงานวิชาการต่อไป

ผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “วิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อการจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ” มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อคือ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาความเครียดของผู้สูงอายุ 2) เพื่อวิเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อการจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์รายข้อดังต่อไปนี้

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 สภาพปัญหาความเครียดในผู้สูงอายุ

ความเครียดเป็นภาวะทั่วไปที่บุคคลประสบเมื่อพวกเขารับรู้ถึงภัยคุกคามหรือความท้าทายจากปัจจัยหรือสถานการณ์ภายนอก อาจเกิดขึ้นได้จากเหตุการณ์เชิงบวก เช่น การประสบความสำเร็จ หรือเหตุการณ์เชิงลบ เช่น การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก หรือการเลิกจ้างงาน เมื่อต้องเผชิญกับความเครียด ร่างกายและจิตใจจะมีการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ รวมถึงอาการแสดงทางร่างกาย อารมณ์ และสรีรวิทยา ทางร่างกาย ความเครียดสามารถนำไปสู่อาการต่าง ๆ เช่น การเจ็บป่วย เหนื่อยออกมากเกินไป ความดันโลหิตสูง ความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ และการเปลี่ยนแปลงใน ความกระหาย ทางอารมณ์ บุคคลอาจประสบกับความรู้สึกโกรธ กลัว วิตกกังวล คับข้องใจ และไม่มีความสุข ผลกระทบเหล่านี้ยังสามารถรบกวนรูปแบบการนอนหลับ นำไปสู่การนอนไม่หลับ โดยรวมแล้ว ความเครียดส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจของบุคคลและสามารถแสดงออกเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งส่งผลกระทบต่อความสามารถในการปรับตัวและการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

การวัดความเครียดเกี่ยวข้องกับการประเมินการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาในระบบประสาทอัตโนมัติของร่างกาย รวมถึงความดันโลหิต อัตราการหายใจ กล้ามเนื้อ อาการตึง คลื่นสมอง และอาการทางระบบทางเดินอาหาร นอกจากนี้ ความเครียดสามารถสังเกตได้จากตัวบ่งชี้ทางพฤติกรรม เช่น การพูดอ้อแอ้ กระวนกระวายใจ ซึมเศร้า ร้องไห้ และการเปลี่ยนแปลงของบุคลิกภาพเพื่อแก้ไขและบรรเทาความเครียด บุคคลมักจะหาวิธีผ่อนคลายและลดความกดดัน โดยมีเป้าหมายเพื่อฟื้นฟูสภาวะสมดุล สิ่งนี้อาจเกี่ยวข้องกับกลยุทธ์การเผชิญปัญหาต่างๆ เช่น การฝึกสติ การออกกำลังกาย การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม หรือการใช้เทคนิคการจัดการความเครียด โดยการตระหนักและจัดการกับความเครียด บุคคลสามารถพยายามรักษาความเป็นอยู่ที่ดีและสมดุลโดยรวมในชีวิตได้

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 หลักพุทธธรรมเพื่อการจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยได้ศึกษาและวิเคราะห์หลักธรรมที่เหมาะสมในการจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย หลักไตรลักษณ์ หลักอกุศลมูล หลักสมาธิ หลักกัลยาณมิตร และหลักการสวดมนต์ พอสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์หลักไตรลักษณ์เพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ

ในทางพระพุทธศาสนา คำว่า ไตรลักษณ์นั้น หมายถึงลักษณะสามัญ 3 ประการของสรรพสิ่ง ทั้งปวง เพื่อให้รู้ความจริง เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามัญลักษณ์ ประกอบด้วย อนิจจัง ความไม่คงที่ ไม่ถาวร มีความ

แปรผันเป็นธรรมดา ทุกข์ ความเป็นทุกข์ของสิ่งทั้งปวง อนัตตา ความเป็นของไม่ใช่ ตัวตน หากได้ศึกษาอย่างละเอียดจะพบว่า หลักคำสอนเรื่องไตรลักษณ์นั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัส ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ และความดับแห่งกองทุกข์อยู่เป็นประจำ เป็นธรรมที่ทรงตรัสอยู่เป็นนิจ เนื่องจากว่าหลักคำสอนเรื่องไตรลักษณ์ เป็นหนทางที่จะนำบุคคลธรรมดาไปสู่ความเป็นพระอริยะหรือ พระอรหันต์ ดังนั้นเมื่อบุคคลศึกษาหรือเรียนรู้แล้วย่อมได้รับประโยชน์จากการเรียนรู้อย่างแน่นอน คือ ได้รู้เรื่องอนิจจัง รู้เรื่องทุกข์ รู้เรื่องอนัตตา เมื่อได้เรียนรู้ความไม่เที่ยงของสิ่งทั้งปวงแล้ว ย่อมยังประโยชน์ให้เกิดขึ้นหลายประการ เช่น เรื่องของความไม่ประมาท ในความไม่มีโรคภัยในชีวิต และยังทำให้เป็นผู้มีความพยายามเพื่อก้าวไปข้างหน้าไม่สิ้นหวัง และเป็นทุกข์ ไม่ปล่อยตนไปตามเหตุการณ์นั้น ๆ เมื่อรู้ว่าสิ่งทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ยึดถือไม่ได้ และไปหลงใหลด้วยไม่ได้ เราต้องปฏิบัติต่อสิ่งทั้งปวงให้ถูกต้องด้วยความระมัดระวัง คือเว้นจากการทำชั่ว หมายถึง ความโลภ ด้วยกิเลส ไม่ลงทุนด้วยการฝืนหลักกฎหมาย หรือหลักศีลธรรมขนบธรรมเนียมต่าง ๆ เพื่อไปทำความชั่ว

อีกทางหนึ่งให้ทำแต่ความดีตามที่สมมติกันว่าเป็นคนดี แต่ทั้งสองข้อนี้เป็นเพียงขั้นศีลธรรมเท่านั้น และข้อที่สาม คือการทำจิตใจให้บริสุทธิ์หมดจดจากเครื่องเศร้าหมองใจทั้งปวง เป็นตัวพุทธศาสนาโดยตรง หมายความว่าทำจิตใจให้เป็นอิสระ ถ้ายังไม่เป็นอิสระจากอำนาจครอบงำของสิ่งทั้งปวงแล้ว จะเป็นจิตใจที่สะอาดบริสุทธิ์ไปไม่ได้ ดังนั้นในเรื่องของไตรลักษณ์นี้ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ตรัสสอนไว้ว่า “ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในโลกนี้ ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์หรือสัตว์ ล้วนแล้วแต่อยู่ภายใต้กฎของอนิจจัง คือความไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลง ตลอดเวลา เป็นทุกข์ คือความทุกข์กายและทุกข์ใจ และเป็นอนัตตา คือความไม่มีอะไรจริงยั่งยืน ความสูญเปล่า” อนิจจัง ทุกข์ อนัตตา นี่คือการประกาศความจริงออกไปว่า สิ่งปรุงแต่งทั้งปวงไม่เที่ยง สิ่งปรุงแต่งทั้งปวงเป็นทุกข์ และสิ่งทั้งปวงไม่ใช่ตัวตนเป็นอนัตตา เป็นต้น

เพราะฉะนั้น การเข้าใจกฎไตรลักษณ์ทำให้เข้าใจสิ่งทั้งปวงได้ ไม่ว่าจะเป็นสิ่งมีชีวิตหรือไม่มีชีวิต รวมทั้งเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน สุข ทุกข์ ที่เกิดขึ้นล้วนแล้วแต่ขึ้นอยู่กับกฎไตรลักษณ์ทั้งสิ้น นั่นคือไม่คงทนอยู่นาน แต่สิ่งเหล่านี้มีอำนาจมาก แม้จะเกิดขึ้นแค่นาที หรือเสี้ยววินาที ก็อาจจะทำให้เกิดเรื่องราวใหญ่โตได้ ถ้าเข้าใจแล้ว ไม่ยึดติด ปล่อยวาง เรื่องราวต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดความทุกข์ เกิดความเครียดก็จะไม่สามารถทำอะไรได้ และสามารถรับมือกับภาวะเหล่านี้ได้อย่างสบายและมีความสุข

2. วิเคราะห์หลักอภิสลมูลเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ

ความจริงมนุษย์เราทุกคนต่างก็ต้องการเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตเป็นปกติแต่ที่ยังมีคนบ้าและ คนเสียจริต หรือคนที่มีสภาพจิตใจไม่สมบูรณ์ปรากฏอยู่ทุกวันนี้สาเหตุมาจากจิตใจของคนเหล่านั้น ถูกความเศร้าหมอง (กิเลส) เข้าบดบังทำให้เกิดความมืดมน เห็นผิดเป็นชอบ ทำความผิดต่าง ๆ ได้อย่าง ไม่เกรงกลัวหรือละอายแก่ใจ เหตุที่ทำให้คนทำความผิดร้ายแรงต่าง ๆ อันรวมถึงการตัดสินใจ ฆ่าตัวตายด้วย ซึ่งรากเหง้าหรือต้นเหตุจริง ๆ มีอยู่ 3 ประการ คือ 1) อภิสลมูล คือ โลภะ (ความอยากได้) 2) อภิสลมูล คือ โทสะ (ความคิดประทุษร้ายคนอื่น) 3) อภิสลมูล คือ โมหะ (ความหลง) อภิสลมูลเป็นภาวะที่เกิดขึ้นในจิตใจและมีผลต่อจิตใจก่อน แล้วมีผลต่อ

บุคลิกภาพและแสดงผลนั้น ออกมาภายนอกความหมายของอกุศลจึงพุ่งไปที่พื้นฐานคือเนื้อหาสาระและความ เป็นไปภายในจิตใจเป็นหลัก จิตที่ประกอบด้วยอกุศลมูล คือ สภาพจิตที่มีโรค ไร้สุขภาพ มีโทษ มีตำหนิมีข้อ เสียหาย เกิดจากอวิชชาและมีทุกข์เป็นวิบาก พุดสั้น ๆ อีกนัยหนึ่งว่า เป็นสภาพที่ทำให้จิตเสียคุณภาพและเสื่อม สมรรถภาพทางจิตส่วนที่จิตที่ประกอบด้วยกุศลมูล หมายถึงความไม่มีโรคคือสภาพจิตที่ไม่มีโรค อย่างที่นิยม เรียกกันในปัจจุบันว่า “สุขภาพจิต” หมายถึง ภาวะหรือองค์ประกอบที่เกื้อกูลแก่สุขภาพจิต ทำให้จิตไม่ป่วยไข้ ไม่ถูกบีบคั้นไม่กระสับกระส่าย เป็นจิตเข้มแข็งใช้งานได้ดี บุคคลผู้ถูกรอบงำด้วย อกุศลมูล 3 ประการนี้จะ เตือดร้อนและทำให้ผู้อื่นเตือดร้อนไม่มีที่สิ้นสุดดังที่ปรากฏในอังคุตตรนิกาย ติกนิบาตว่า “บุคคลที่ถูกโรค ะโทสะโมหะครอบงำย่อมคิดในการที่จะทำการให้ตนเองเตือดร้อนบ้าง ทำให้ คนอื่นเตือดร้อนบ้าง ทำทั้งตนเอง และผู้อื่นให้ลำบากและเตือดร้อนเสียทุกขโทษนัสทางใจบ้างเมื่อละ โรค...โทสะ...โมหะ...ได้แล้วเขาย่อมไม่ คิดเพื่อที่เบียดเบียนตนเอง ไม่คิดเบียดเบียนคนอื่น ไม่คิด เบียดเบียนทั้งสองฝ่ายเสียทุกขโทษนัสทางใจ” บุคคลที่ถูกอกุศลธรรมครอบงำแล้ว ย่อมอยู่เป็นทุกข์ลำบาก คับแค้น เตือดร้อนในปัจจุบัน หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในทุคติพระพุทธรองค์ได้ตรัสเปรียบเทียบบุคคลที่ถูกอกุศลธรรมครอบงำว่า “เปรียบเหมือนต้นสาละ หรือต้นตะแบก หรือต้นสะคร้อที่ถูกเถายานทราย 3 ชนิดคลุมยอด พันรอบด้านย่อมถึงความเสื่อม ถึงความ พินาศ ถึงความฉิบหายฉับใด บุคคลที่ถูกบาปอกุศลธรรมที่เกิด เพราะโลภะ...โทสะ...โมหะครอบงำ มีจิตถูก บาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นเพราะโลภะ...โทสะ...โมหะกลุ่มรุม ย่อมอยู่เป็นทุกข์ลำบาก คับแค้น เตือดร้อนใน ปัจจุบันหลังจากตายแล้วพึงหวังได้ทุกคติ” เพื่อให้เห็นชัดยิ่งขึ้น อกุศลมูลพอสรุปได้ว่า “โลภะ หมายถึงความ อยากเป็นตัวทำให้จิตอยากได้สิ่งต่าง ๆ มาเป็นสมบัติของตน หากบุคคล ใดถูกรอบงำด้วยความโลภแล้วจะทำให้ สภาพจิตใจตกต่ำลงไม่คำนึงถึงความถูกต้องดีงาม หรือประเพณีอันดีงามของสังคม รวมทั้งไม่เคารพกฎหมาย บ้านเมืองอีกด้วย

โทสะ หมายถึง ความโกรธ เป็นตัวทำให้จิตร้อน เตือดพล่าน อยากล้างผลาญทำความ พินาศ แก่ผู้อื่น กิเลสตระกูลนี้เริ่มจากไม่พอใจแล้วเติบโตขึ้นตามลำดับ สาเหตุแห่งความโกรธมีปรากฏใน พระไตรปิฎก ตอน ที่ว่าด้วยเหตุแห่งความโกรธ 4 อย่างพอสรุปได้ว่า “โกรธเพราะว่า สำคัญว่าผู้นี้ เคยทำ...กำลังทำ...จักทำสิ่งที่ไม่ เป็นประโยชน์แก่เรา ผู้นี้ได้ทำ...กำลังทำ...จักทำสิ่ง ที่เป็นประโยชน์ แก่ผู้ไม่เป็นที่รักไม่เป็นที่พอใจของเราและ ความโกรธเกิดขึ้นในฐานะอันไม่ สมควร”

จะเห็นว่า ความโกรธจะเกิดขึ้นได้เพราะเหตุปัจจัย เมื่อความโกรธเกิดขึ้น ความเครียดจะคอย ตามมา เพราะเมื่อ โกรธจิตใจจะมุ่งปองร้าย มุ่งร้ายขัดเคืองชิงชัง พยาบาท ดุร้ายรวมความว่าเกิดโทสจริตหรือ ความโกรธ

โมหะ หมายถึง ความมมาย เป็นตัวทำให้จิตมืดมน เห็นผิดเป็นชอบ ไม่รู้จักบาปบุญคุณโทษ เป็น ความหลงที่เป็นเหตุให้ไม่รู้จักความจริง จึงยึดมั่นถือมั่นกับสิ่งต่าง ๆ” สรุปว่าในทัศนะทางพุทธศาสนา โรคเครียด โรคประสาทและโรคจิตมีสาเหตุมาจากกิเลส 3 ประการ คือ โลภะ โทสะและโมหะ ดังได้กล่าวแล้ว โลภะ

หมายถึงความอยากได้ได้แก่กิเลสที่ทำให้มนุษย์เกิดการแย่งชิงเพื่อให้ได้มาเป็นของตนเองให้มากที่สุด พยายามที่จะเป็นเจ้าของสิ่งที่ตนปรารถนา เมื่อใดก็ตามพลาดหวังในสิ่งนั้น ๆ ก็เกิด ความทุกข์ความกังวลและความเครียดขึ้นเช่นเดียวกัน ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ สิ่งนั้นก็ทุกข์”

โทสะ หมายถึงความคิดประทุษร้ายได้แก่กิเลสที่ทำให้เกิดความคับแค้น ชื่นเคืองจะทำให้รู้สึก เครียดตลอดเวลา มีความพยาบาทครุ่นคิดที่จะทำร้ายคนอื่น โมหะ หมายถึงความหลง ได้แก่กิเลสที่ทำให้มนุษย์ไม่รู้เท่าทันความเป็นจริง ทำให้เห็นผิดเพี้ยน จากความเป็นจริง เมื่อเกิดความหลงมากขึ้นก็มักจะทำให้กลายเป็นคนฟุ้งซ่านได้บางคนหลงในสิ่งที่ ตนเองรักมากเกินไป พอสูญเสียของที่ตนเองรักผิดหวังมากไม่สามารถทำให้ยอมรับความสูญเสียนั้นได้ถึง กับจบชีวิตตนเองด้วยการฆ่าตัวตาย กิเลสทั้ง 3 ประการดังกล่าวมานี้เป็นสาเหตุของโรคทางจิตใจโอกาสที่ปุถุชนซึ่งยังมีกิเลสจะปลอด จากโรคทางจิตใจนั้นเป็นการยากยิ่ง ดังนั้น มนุษย์ที่เป็นปุถุชนทั้งหมดจึงเป็นผู้ที่เป็นโรคทางจิต แต่จะอยู่ในขั้นรุนแรงเพียงไรนั้น ขึ้นอยู่กับการควบคุมกิเลสเหล่านั้น เพราะถ้าไม่สามารถควบคุมได้ก็จะกลายเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ต้องได้รับการบำบัดอย่างเร่งด่วน บุคคลเหล่านั้นจัดว่าเป็นผู้มีสุขภาพจิตเสีย ส่วนผู้ที่พอจะควบคุมไม่ให้แสดงออกตามแรงกิเลสได้ก็พอจะค่อย ๆ บรรเทาต่อไปได้ไม่ถือว่าอยู่ในขั้นรุนแรง

3. วิเคราะห์หลักโยนิโสมนสิการเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ

โยนิโสมนสิการอันเป็นการใช้ความคิดให้ถูกต้อง คิดอย่างมีระเบียบ รู้จักคิดวิเคราะห์หาสาเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดความทุกข์ทางใจ รู้จัก คิดพิจารณาถึงโทษของความคิดนั้น ๆ เมื่อผู้ป่วยรู้จักคิดก็จะเกิดปัญญาเข้าใจว่า ความทุกข์ทางจิตที่ เกิดขึ้นนี้เป็นเพราะตนเองยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวเรา เป็นของเราอยู่ความคิดหรือการกระทำนั้น ไม่มีประโยชน์เลย มีแต่โทษทำให้สุขภาพกายและจิตเสื่อมอย่างเดียว จากนั้นผู้ป่วยก็ละทิ้งความคิดและ พฤติกรรมที่ผิดนั้น แล้วเริ่มตั้งปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมใหม่ให้ดีขึ้น ทำให้สภาพจิตดีขึ้น จนหายเป็นปกติดังตัวอย่างวิธีการปรับความคิดและพฤติกรรมให้ดีขึ้นเพื่อขจัดนิรวณกิเลส คือ 1) ความยินดีในสิ่งที่น่าใคร่นั้น พึงกำจัดด้วยการพิจารณาว่าเป็นสิ่งไม่สวยงาม หรืออสุภ ธรรมดาทั้งนี้เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องคลายความยึดติดจนเกินไป หรือพึงรู้จักเสียสละแบ่งปัน สิ่งของให้แก่ผู้อื่นเพื่อคลายความยึดติด ความตระหนี่ความเห็นแก่ตัว 2) ความพยาบาทนั้น พึงกำจัดด้วยการเจริญเมตตา แผ่ความรักความหวังดีแก่ผู้อื่น 3) ความหดหู่และความเกียจคร้านนั้น พึงกำจัดด้วยการปลุกจิตตนเองให้ตื่นตัวเริ่มต้นเพียร ขยัน และรับประทานอาหารพอประมาณไม่มากเกินไป 4) ความฟุ้งซ่าน พึงกำจัดด้วยการทำสมาธิให้จิตสงบ (จะกล่าวในหัวข้อต่อไป) 5) ความลัษณสังสัยก็พึงแก้ด้วยการพิจารณาถึงสิ่งทั้งหลายให้เข้าใจว่า สิ่งไหนเป็นกุศลหรือ อกุศล มีโทษหรือมีประโยชน์และพึงรู้จักสอบถามฟังคำแนะนำจากผู้ที่มีความรู้ การปฏิบัติฝึกฝน อบรมบ่อย ๆ ตามวิธีการดังกล่าวมา จะสามารถกำจัดบรรเทานิรวณได้ผลดีจนทำให้จิตสะอาดปราศจากความเศร้าหมองหายจากโรคทางจิตได้ หลักโยนิโสมนสิการ ประกอบด้วย โยนิโสกับมนสิการ โยนิโส มาจาก โยนิ ซึ่งแปลว่า เหตุต้นเค้าแหล่งเกิดปัญญา อุบาย วิธี ทาง ส่วนมนสิการ แปลว่า การทำในใจ การคิดคำนึงใส่ใจ พิจารณาเมื่อรวมกันเป็น

โยนิโสมนสิการ จึงเรียกว่า การทำในใจโดยแยบคาย โยนิโสมนสิการเป็น หลักธรรมาคปฏิบัติที่ก่อให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อประโยชน์สุขแก่ตัวเราเอง และผู้อื่นเป็นการส่งเสริมคุณลักษณะที่ดีในการฝึกอบรมตนอย่างมีสติรู้จักคิดอย่างถูกวิธีคิดอย่างมี ระบบคิดวิเคราะห์ไม่มองสิ่งต่าง ๆ อย่างผิวเผินคิดตามเหตุผลและคิดแบบกุศล ทำให้เรารู้จักเลือกรับรู้ อารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบจากภายนอกและคิดใคร่ครวญพิจารณาอารมณ์นั้นๆ คัมภีร์ชั้นอรรถกถาและฎีกาได้อธิบายไว้ โดยวิธีแสดงไวพจน์ให้เห็นความหมายแยกแยะปันแย่งๆ ดังต่อไปนี้ 1) อุบายมนสิการ แปลว่า คิดหรือพิจารณาโดยอุบาย คือคิดอย่างมีวิธีหรือคิดถูกวิธีหมายถึง คิดถูก วิธีที่จะให้เขาถึงความจริง สอดคล้องเขาแนวกับสัจจะ ทำให้หยั่งรู้สภาวะลักษณะและสามัญลักษณะของสิ่งทั้งหลาย 2) ปณณสิการ แปลว่า คิดเป็นทาง หรือคิดถูกทาง คือคิดต่อเนื่องเป็นลำดับ จัดลำดับใด หรือมีลำดับ มีขั้นตอน แล่นไปเป็นแถวเป็นแนว หมายถึง ความคิดเป็นระเบียบ ตามแนวเหตุผล เป็นต้น ไม่ยุ่งเหยิงสับสน ไม่ใช่ประเดี๋ยววกเวียนติดพันเรื่องนี้นี่เดียวเตลิดออกไปเรื่องนั้นที่โน่น หรือกระโดดไปกระโดดมา ต่อเป็นขึ้นเป็นอันไม่ได้ทั้งนี้รวมทั้งความสามารถที่จะชักชวนนึกคิดเข้าสู่แนวทางที่ถูกต้อง 3) การณมนสิการ แปลว่า คิดตามเหตุคิดค้นเหตุคิดตามเหตุผล หรือคิดอย่างมีเหตุผล หมายถึง การคิดสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดกันแห่งเหตุปัจจัย พิจารณาสืบสาวหาสาเหตุ ให้เข้าใจถึงต้นเค้า หรือ แหล่งที่มาซึ่งส่งผลต่อเนื่องมาตามลำดับ 4) อุปาทกมนสิการ แปลว่า คิดให้เกิดผล คือใช้ความคิดให้เกิดผลที่พึงประสงค์ถึงถึงการคิด อย่างมีเป้าหมาย ทานหมายถึง การคิดการพิจารณาที่ทำให้เกิดกุศลธรรม เช่นปลูกเราให้เกิดความเพียร การรู้จัก คิดในทางที่ทำให้หายหวาดกลัว ให้หายโกรธ การพิจารณาที่ทำให้มีสติหรือทำให้จิตใจเข้มแข็ง มั่นคง เป็นต้น ความทั้ง 4 ข้อนี้นี้เป็นเพียงการแสดงลักษณะด้านต่างๆ ของความคิดที่เรียกว่าโยนิโสมนสิการ โยนิโสมนสิการที่เกิดขึ้นครั้งหนึ่งๆ อาจมีลักษณะครบที่เดียวทั้ง 4 ข้อ หรือเกือบครบทั้งหมดนั้น หากจะเขียนลักษณะทั้ง 4 ขอนั้นสั้นๆ คงได้ความว่า คิดถูกวิธี คิดมีระเบียบ คิดมีเหตุผล คิดเร้ากุศล

4. วิเคราะห์การใช้หลักสมาธิเพื่อบำบัดความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ

การปฏิบัติสมถกรรมฐานมีผลทำให้ตัวแปรเชิงจิตพยาธิทุกชนิดลดลงหมดได้แก่ อาการย่ำคิดย่ำทำ ในบางเรื่อง ความไหวเร็วในสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล อาการซึมเศร้า อาการวิตกกังวล ความรู้สึก ไม่เป็นมิตรภาพ อาการกลัวกังวลความคิดหวาดระแวงอาการโรคจิตเช่น ชอบเก็บตัวแยกตัวออกจาก สังคม มีอาการหลงผิด ประสาทหลอน และมีข้อเสนอแนะว่าการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นเทคนิค อย่างหนึ่ง ซึ่งให้ผลดีในการลดความเครียดและความวิตกกังวลสามารถนำไปใช้ได้ดีกับผู้ที่ทำงานที่มีความเครียดสูง เช่น นักบริหาร ผู้นำ แพทย์พยาบาล ครูอาจารย์คนงาน นักศึกษา เป็นต้น นับได้ว่าสมาธิมีประโยชน์ต่อการทำให้จิตผ่อนคลาย หายเครียดเกิดความสงบ หายกระวนกระวาย หายเครียดจากความกลัดกลุ้มวิตกกังวลเป็นเครื่องพักผ่อนกายให้ใจสบายและมีความสุขเช่น บางท่านทำ อานาปานสติขณะรอคอยรถประจำทาง ขณะว่าง หรือจะปฏิบัติแทรกในเวลาทำงานที่ใช้สมองหนัก สมาธิยังสามารถทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจและมีบุคลิกลักษณะเข้มแข็ง หนักแน่น มั่นคง สงบ เยือกเย็น สุขภาพ นุ่มนวล สดชื่น แจ่มใส กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า เบิกบานมองดูรู้จักตนเองและ

ผู้อื่นตามความ เป็นจริง มีความพร้อมและง่ายต่อการปลูกฝังคุณธรรมเสริมสร้างนิสัยดีรู้จักทำให้สงบและ ยับยั้ง ความทุกข์ที่เกิดขึ้นในใจได้เรียกได้ว่ามีความมั่นคงในอารมณ์

สมาธิแม้จะมีประโยชน์ตามที่กล่าวมาแต่ในขณะเดียวกันสมาธิอาจทำให้เกิดความวิปริตทางจิต ขึ้นกับ ผู้ป่วยบางประเภทได้เช่น ผู้ป่วยโรคจิต (psychoses) ผู้ป่วยที่กำลังจะเป็นโรคจิต (impending psychoses) หรือมีอาการโรคจิตแฝงอยู่ (incipient psychoses) ผู้ป่วยเหล่านี้ไม่สามารถจะแยกความจริงออกจาก จินตนาการได้ เพราะโดยปกติผู้ป่วยที่มีอารมณ์แปรปรวนทางจิต มักจะแยกตัวเอง จากกลุ่มคน มีความเพ้อฝัน มีความกลัวคนอื่นทำร้ายกระวนกระวายการทำสมาธิอาจจะกระตุ้นให้เกิด อาการผิดปกติเพิ่มมากขึ้น หรือบาง คนอาจจะเห็นนิมิตบางอย่างเข้าใจเป็นเรื่องจริงหลงยึดติดใน นิมิตนั้น บางคนไม่สามารถที่จะควบคุมตัวเองมี พฤติกรรมเพี้ยนไปซึ่งเรียกว่ากรรมฐานแตกก็เป็นได้

5. วิเคราะห์หลักกัลยาณมิตรเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุ

กัลยาณมิตร คือ มิตรที่ดีงาม ซึ่งมีลักษณะเป็นที่น่าเคารพรักใคร่ น่าเจริญใจ รู้จักรับฟังและมีความ อดทน มีความเข้าใจและสามารถอธิบายปัญหาให้ผู้อื่นฟังได้ดีกัลยาณมิตร ได้แก่ พ่อ แม่ ครู อาจารย์ พระสงฆ์ แพทย์ จิตแพทย์ รวมทั้งพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อย่างที่มีมาแล้วในสมัยพุทธกาลผู้ป่วยควรรู้จักคบหา กัลยาณมิตร หรือญาติพี่น้องควรนำผู้ป่วยไปพบกัลยาณมิตรที่ตนรู้จักเพราะกัลยาณมิตรสามารถให้คำแนะนำที่ ดี เพื่อแก้ไขปัญหแก่ผู้ที่มีความทุกข์ทางจิตได้ นอกจากนั้นยังสามารถชักนำให้ผู้ป่วยดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง การ ให้คำแนะนำที่ดีจากกัลยาณมิตรมีประโยชน์มากต่อการรักษาโรคทางจิต แม้พระพุทธองค์ก็ทรงใช้วิธีการนี้ด้วย เหตุที่ว่าผู้ป่วยที่เศร้าโศกเสียใจ ร้องไห้ผิดหวัง มีความกังวลความเครียดความเหงาเป็นต้น ไม่สามารถใช้ปัญญา พิจารณาเห็นความทุกข์ทางจิตของตนเองได้ หรือไม่อาจจะทำให้ตนหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ดังนั้นผู้ป่วยจึง ควรได้รับคำแนะนำ คำปรึกษาที่ดีจากกัลยาณมิตร เริ่มตั้งแต่การสนทนาพูดคุย การสอบถาม การรับฟังความ ในใจที่ผู้ป่วยระบายออกมา การชี้แจงให้ผู้ป่วยได้รู้ได้เข้าใจถึงทุกข์และสาเหตุแห่งทุกข์ที่กำลังประสบอยู่ การ พุดปลอบใจ การให้ กำลังใจ การให้ผู้ป่วยปฏิบัติตามคำแนะนำต่าง ๆ เป็นต้น

ส่วนผู้ป่วยเองเมื่อได้รับคำแนะนำให้เห็นจริงแล้วก็จะเกิดโยนิโสมนสิการหรือปัญญาคือสามารถ พิจารณาด้วยตนเองตามคำแนะนำ จนเกิดความเข้าใจถึงความทุกข์ทางจิตที่ตนเองประสบอยู่นั้นว่า ความเศร้า โศกเป็นต้นนี้ไม่มีประโยชน์เลย มีแต่จะทำให้ทุกข์มากขึ้น ผู้ป่วยเมื่อเข้าใจถึงเหตุผลและ ยอมรับความจริง เหล่านั้น ก็จะรู้สึกผ่อนคลายจากภาวะหลงใหล ความพยาบาท ความหดหู่อ่อนแอ ความเศร้าโศก ความกังวล ความเครียด เป็นต้น จิตจะปลอดโปร่ง เบาสบาย เป็นสุข สามารถอยู่กับ ผู้อื่นได้ด้วยดี นอกจากนั้นท่านก็ใช้ หลักการสังเกตจิตของผู้ป่วย เช่น ผู้ที่มีราคะจิตก็จะแนะนำให้เห็นความ ไม่สวยงาม ความเปลี่ยนแปลงของ ร่างกายและสรรพสิ่งทั้งหลาย หรือเมื่อมีจิตผ่องคลายสบายขึ้น บ้างแล้วก็จะแนะนำให้เข้าใจถึงกฎไตรลักษณ์ ให้รู้ถึงความเปลี่ยนแปลงความทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และความไม่มีสภาพที่แท้จริงของสิ่งนั้น ๆ หลักการนี้ เป็นการแนะนำผู้ป่วยให้เข้าใจตามความเป็นจริง รู้จักปล่อยวาง ไม่ยึดมั่น ผู้ป่วยที่มีปัญหาทางด้านจิตส่วนมาก

จะไม่สามารถควบคุมตนเองได้และจะตัดสินใจกระทำการสิ่งหนึ่ง สิ่งใดโดยไม่ได้ผ่านการพิจารณาไตร่ตรอง บางกรณีจึงทำให้ผู้ป่วยทางจิตนี้ฆ่าตัวตายโดยไม่รู้ถึงสิ่งที่ตน กำลังกระทำ ฉะนั้น การรักษาต้องค่อย ๆ รักษาและดูแลอย่างใกล้ชิด กรณีตัวอย่างต่อไปนี้เป็นผู้ป่วย มีอาการทางจิตผิดปกติมีสาเหตุมาจากความเศร้าโศกเสียใจหรือผิดหวังไม่สมปรารถนาอาการจะมีอยู่ 2 ลักษณะ คือ 1) อาการรุนแรง ผู้ป่วยมีอาการรับรู้ความรู้สึกทางกายและจิต ไม่รู้ว่าตนเองทำอะไรลง ไป ไม่มีความละอาย ไม่สามารถควบคุมจิตของตนเองได้ผู้ป่วยมักจะเดินไปเรื่อย ๆ อย่างไม่มีจุดหมาย 2) อาการไม่รุนแรง ผู้ป่วยมีอาการเพียงเศร้าโศกเท่านั้น เก็บตัวอยู่ในห้องไม่ยอมรับประทานอาหาร ซึ่งมีการบำบัดตามพุทธวิธีดังต่อไปนี้ 1) นางปฏาจาราได้สูญเสียผู้เป็นที่รักทั้งสามลูก 2 คน พ่อแม่และพี่ชาย เธอจึงมีความ เศร้าโศกเสียใจและเกิดความแปรปรวนทางจิตใจ ผ่าร่างห่มหลุรุษ ไม่รู้สึกตัว ไร้ความละอาย เดินเรื่อยไปอย่างไร้สติพระพุทธรองค์ได้ทรงตรวจดูด้วยพระญาณก็รู้ว่า นางมีความสามารถพอที่จะบรรลุ ธรรมได้จึงทำให้นางเดินสู่เขตวันมหาวิหาร ด้วยพุทธานุภาพ พอเธอเข้ามาใกล้ก็ตรัสว่า “จงกลับได้ สติเถิดน้องหญิง” ด้วยพระวาจาอันนุ่มนวลอ่อนโยน เต็มเปี่ยมด้วยพลังแห่งเมตตา ทำให้นางรู้สึกตัวมาในขณะนั้นเอง เมื่อรู้ว่าตนเองไม่ได้ห่มผ้า ก็เกิดความละอายขึ้น เมื่อสวมเสื้อผ้าที่มีคนนำมาให้แล้ว ก็เข้าไปกราบพระองค์และระบายเรื่องที่ตนเองประสบให้พระองค์สดับ พร้อมกับขอให้เป็นที่พึ่งแก่เธอ พระพุทธรองค์ได้ตรัสปลอบโยนเธอเพื่อไม่ให้คิดมาก ด้วยพระดำรัสว่า “เธอมาถูกที่แล้ว” เพราะทรงสามารถช่วยเธอได้ตรัสเปรียบเทียบความเศร้าโศกเสียใจของเธอในขณะนี้ว่า ยังมีน้อยกว่า ความเศร้าโศกในอดีตชาติที่ผ่านมา ทรงแนะนำไม่ให้เธอประมาทมัวเมาในชีวิต เมื่อพระดำรัสจบลง ความเศร้าโศกของเธอเองได้เบาลงเป็นอันมาก ต่อมาพระองค์ก็ได้ตรัสให้กำลังใจและให้คำแนะนำเธอว่า “คนเราเมื่อตายไปแล้วไม่มีญาติ คนไหนจะเป็นที่พึ่งได้ถึงเขาจะมีอยู่แต่ก็เหมือนกับไม่มีส่วนผู้ที่ฉลาดควรมุ่งที่จะทำความดีรักษาศีลแล้ว บำเพ็ญปฏิบัติธรรมให้ตนเองถึงนิพพาน” คำแนะนำนี้เป็นสิ่งสำคัญมากเพราะเป็นการสร้างความมั่นคง ความแข็งแกร่งให้เกิดแก่จิตใจตนเองจนกระทั่งหายจากอาการผิดปกติทางจิตในที่สุดนางจึงขออุปสมบท เป็นภิกษุณีไม่นานก็สำเร็จเป็นพระอรหันต์ 2) นางกิสาคามีเศร้าโศกเสียใจเป็นอย่างมาก เพราะการจากไปของลูกชาย ด้วยความรักที่มีต่อลูก จึงทำให้นางไม่อาจจะยอมรับความจริงนี้ได้จึงพยายามปลอบประโลมใจตนเองว่า ลูกจะต้อง พ้นคืนชีพได้แน่นอน นางจึงไม่ยอมเผาลูก แต่กลับอุ้มศพลูกเที่ยวหาหมอและยามารักษา นางได้เข้าไป หาพระพุทธรเจ้าตามคำแนะนำของชายคนหนึ่ง นางได้ทูลถามว่า “พระองค์ทรงรู้จักยารักษาบุตรของข้าพระองค์หรือ” ตรัสตอบว่า “รู้” คำตอบนี้เป็นการให้ความหวังแก่ผู้ที่กำลังมีความทุกข์ทางใจ ทำให้นางดีใจเป็นอย่างยิ่งที่จะได้รักษาลูก ให้หาย พระองค์ได้ตรัสบอกให้นางไปหาเมล็ดผักกาดหีบมือหนึ่งมาทำเป็นยา แต่มีข้อแม้ว่าต้องไปหา มาจากบ้านที่ไม่มีคนเสียชีวิตมาก่อนเท่านั้น นางก็เที่ยวแสวงหาทุกหลังคาบ้าน แต่ก็ได้รับคำตอบว่า “ไม่ใช่แค่บุตรของเราเท่านั้นที่ตายแม้ทุกหลังคาเรือนก็มีคนตายทั้งนั้น” จิตใจที่อ่อนเพราะรักลูกก็กลับ แข็งแกร่งขึ้น นางได้ฝังศพลูกในป่าแล้วก็เข้าไปเฝ้าพระพุทธรองค์ พระพุทธรองค์ทรงดำเนิการรักษาในขั้นตอนต่อไป ด้วยการเน้นย้ำให้เข้าใจถึงสัจจะหรือ ธรรมชาติของสรรพสิ่งว่า “ความตายนั้นเป็นธรรมดาสำหรับสัตว์ทั้งหลาย รวมไปถึงลูกของเธอด้วย” จากนั้นทรงเตือนสติด้วยการชี้ตรงไปยังความหลงมัวเมาที่ครอบงำใจเธออยู่ ด้วยพระดำรัสว่า

“มฤตยูย่อมพาชนมัวเมาในบุตรและสัตว์เลี้ยง ผู้มีใจหลงในสิ่งต่าง ๆ ดุจห้วงน้ำใหญ่ พัดพาชาวบ้าน ผู้หลับไหลไป” พระดำรัสนี้เป็นประหนึ่งจุดไฟในที่มืด ทำให้นางเข้าใจสัจธรรม ต่อมานางได้บวช เป็นภิกษุณีและไม่นานก็ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ เรื่องนี้ผู้ป่วยได้เข้าใจได้ตนเองว่า แท้จริงแล้วความตายเกิดขึ้นกับทุกคน การที่จะมัวเมากับ สิ่งที่เป็นที่รักอยู่นี้ไม่ได้ช่วยอะไรด้วยแต่จะถูกความทุกข์ครอบงำ เวลาผ่านไปเปล่าประโยชน์เท่านั้น ดังนั้นจึงไม่ควรยึดมั่นถือมั่นในสิ่งเป็นที่รักนั้น

นอกจากนั้นแล้วยังมีหลักธรรมหลายประการที่ เอื้อต่อการรักษาโรคทางจิตให้ดีขึ้นจนหายขาดและเป็นการดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพจิตซึ่งจะกล่าว เป็นตัวอย่างดังนี้ (พระไตรปิฎก มจร. (ไทย) 3/140/141) 1) สปปายะคือสิ่งที่เป็นที่สบายคือ ที่อยู่อาศัยสะดวกสบาย มีอาหารการกินสะดวกการสนทนา พูดคุยเรื่องที่ไม่ทำให้จิตฟุ้งซ่าน การอยู่ร่วมกัลยาณมิตร การพักผ่อนในอิริยาบถที่สบาย (วิสุทธิ. (บาลี) 1/138-139) 2) การรักษาศีลและระเบียบวินัย 3) สังคหวัตถุ 4 คือคุณธรรมเป็นเครื่องสงเคราะห์และยึดเหนี่ยวจิตใจกันและกันได้แก่การให้ ทานมีการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปัน การช่วยเหลือกัน การพูดจาสุภาพไพเราะอ่อนหวาน การชวนชวย ช่วยเหลือกิจการ ทำประโยชน์การวางแผนเหมาะสมสมถ่อมต้นเสมอปลาย 4) พรหมวิหาร 4 คือเมตตา มีความรักปรารถนาดีต่อผู้อื่น มีกรุณาช่วยเหลือผู้อื่น มีมุทิตา พลอยยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ และมีอุเบกขารู้จักวางใจเป็นกลางโดยรู้เท่าทัน (พระไตรปิฎก มจร. (ไทย) 11/572/140) 5) การปฏิบัติตามหน้าที่ต่อกันและกันให้ดีระหว่าง พ่อแม่ ลูก ครูอาจารย์ลูกศิษย์และ พระสงฆ์ เป็นต้น

การรักษาโรคทางจิตและการส่งเสริมสุขภาพจิตดังกล่าวมาเป็นวิธีการหนึ่ง ที่พระพุทธองค์ได้ทรง ใช้รักษาผู้ป่วยและแนะนำให้ปฏิบัติตามหลักธรรมต่าง ๆ เมื่อพิจารณาแล้วเห็นว่าเป็นการช่วยให้ผู้ป่วย และคนธรรมดาเกิดสัมมาทิฐิเข้าใจถูกต้องไม่เอนเอียงไปในด้านใดด้านหนึ่ง ซึ่งจะทำให้จิตหายจาก ความเศร้าหมองทั้งหลายที่จะนำไปสู่การทำอัตวินิบาตกรรมได้เมื่อประยุกต์ใช้หลักธรรมต่าง ๆ กับผู้มีความผิดปกติทางจิตก็จะสามารถรักษาให้หายและยังป้องกันการทำร้ายตนเองจนถึงความตายได้หรือ ใช้ร่วมกับการรักษาด้วยวิธีการอื่นหลาย ๆ อย่าง เพราะวิธีการรักษาแบบพุทธองค์นั้น เมื่อพิจารณาแล้วยังทันสมัยอยู่ตลอดเวลาและมีแนวโน้มว่า นักจิตบำบัดสมัยใหม่หันมาสนใจให้ความสำคัญในการรักษาแบบพุทธศาสนามากขึ้น

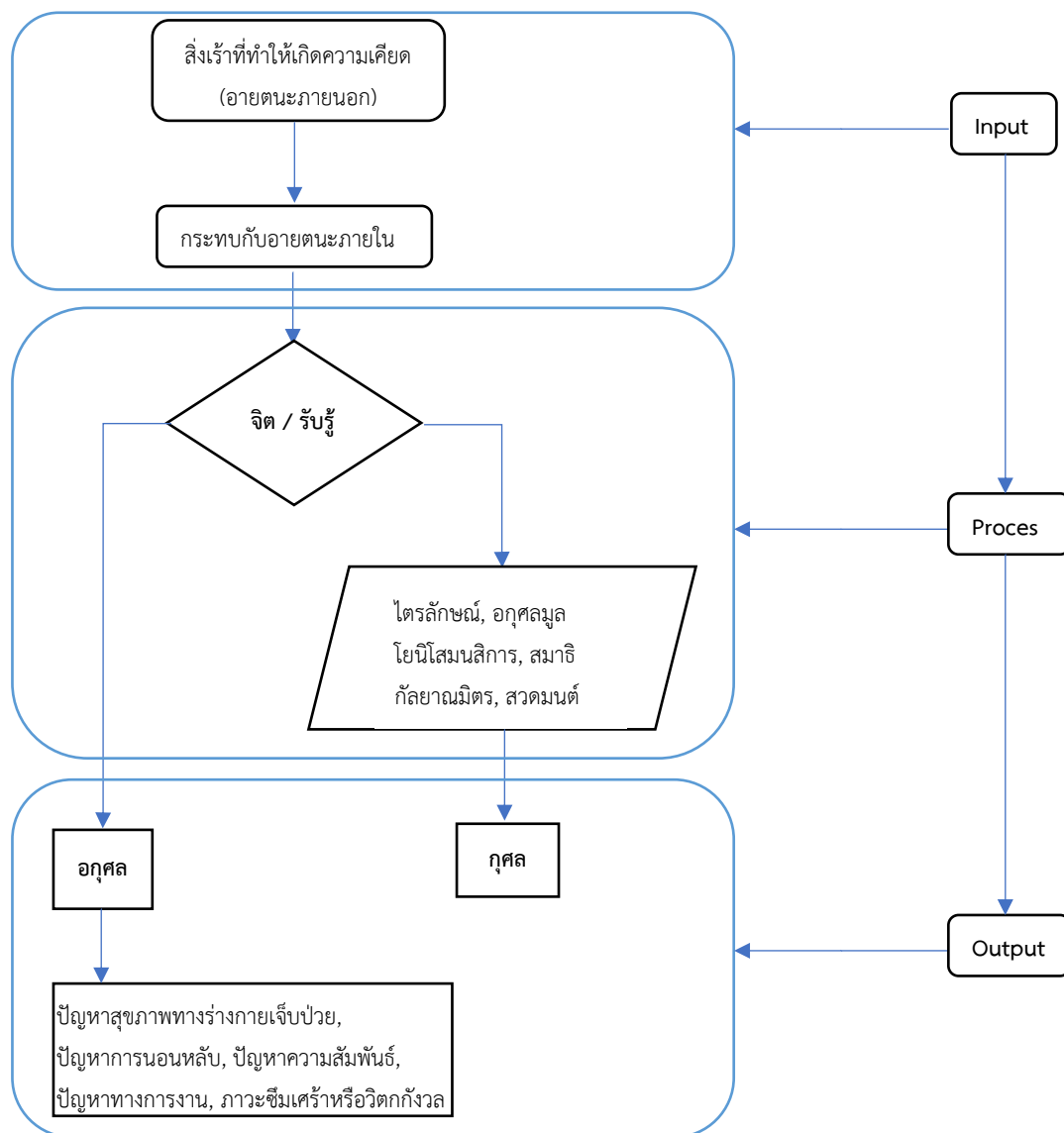
6. วิเคราะห์การสวดมนต์ภาวนาเพื่อจัดการความเครียดสำหรับผู้สูงอายุสำหรับชีวิต

การสวดมนต์เป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้ชีวิตของผู้สวดภาวนาดีขึ้นได้โดยเป็นการเสริมสร้างกำลังใจ ทำให้จิตใจมีสมาธิส่งเสริมให้มีสติทำให้จิตใจบริสุทธิ์สะอาดสว่าง เมื่อใดก็ตาม เรามีจิตใจ ชุ่นมัว เศร้าหมองให้นึกถึงคำสวดมนต์ เมื่อนึกขึ้นได้ว่า ให้สวดมนต์แล้ว จิตใจจะเริ่มสงบ เมื่อนึก สวดมนต์ไปอย่างต่อเนื่อง จิตใจที่ชุ่นมัว ก็จะเริ่มบริสุทธิ์ สว่างและสงบตามมา เมื่อนึกถึงการสวดมนต์แล้ว บทสวดมนต์แต่ละคนอาจจะชอบบทไม่เหมือนกัน แตกต่างกันไป แต่อย่างไรก็ตาม บทสวดมนต์ไม่ว่าบทใดย่อมเกิดประโยชน์แก่ผู้สวดและผู้ฟังทั้งนั้น เพราะบทสวดมนต์เป็นความบริสุทธิ์ คนที่ได้สัมผัสด้วยใจด้วยจิตวิญญาณ ล้วนได้รับความบริสุทธิ์ สว่างสงบ คนที่ได้ชื่อว่าเป็นมนุษย์ไม่ว่า จะศาสนาใด ก็ตาม เพียงการกล่าวคำสวดมนต์สั้น ๆ ก็ได้รับประโยชน์

เช่นกัน เช่น เด็กเลี้ยงโค ลูกของ ศาสนาพราหมณ์ เกิดความกลัวยามค่ำคืน เมื่ออยู่คนเดียวกัน เพียงสวดมนต์ว่า นะโม พุทธัสสะ (ขอความอบอุ่นจงมีพระพุทธเจ้า) แล้วนอนหลับไป ตกกลางคืน มียักษ์จะมาทำร้าย แต่ก็ทำร้าย ไม่ได้เพราะเมื่อจับร่างกายก็เกิดความร้อน จึงจับกินไม่ได้ปลอดภัย นี่แสดงให้เห็นว่า คนสวดมนต์ เมื่อมีความศรัทธาเลื่อมใสในบทความมนต์ย่อมเกิดความสุขกายสบายใจ

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัย

จากการศึกษาวิเคราะห์ ผู้วิจัยได้สรุปองค์ความรู้ใหม่เป็นกระบวนการจัดการความเครียดเชิงพุทธบูรณาการ โดยเขียนเป็น Flow Chat ดังต่อไปนี้



แผนภาพที่ 1 กระบวนการจัดการความเครียดเชิงพุทธบูรณาการ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ภาครัฐบาลควรมีนโยบายและสนับสนุนงบประมาณในการบริหารจัดการปัญหาต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ เพื่อไม่ให้เกิดความเครียด ทำให้ส่งผลกระทบต่อสังคม
2. ควรมีนโยบายเกี่ยวกับสวัสดิการผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น จัดหางบประมาณสนับสนุน ให้เข้าถึงผู้สูงอายุทุก ๆ ที่ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่เสี่ยงมีปัญหาคความเครียด
3. ภาคเอกชนควรให้ความร่วมมือกับภาครัฐ ด้วยการส่งเสริมการรักษาพยาบาลให้มีประสิทธิภาพ แต่จ่ายราคาไม่แพงมาก เป็นต้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. การพัฒนาชุดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ
2. กระบวนการพัฒนาสมาธิสำหรับผู้สูงอายุ
3. แนวทางการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในศตวรรษที่ 21

เอกสารอ้างอิง (References)

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- United Nations. [ออนไลน์]. *World population to reach 8 billion on 15 November 2022*. แหล่งที่มา: <https://shorturl.asia/I45Tl> [20 เมษายน 2566].
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2564). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2563*. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กรมสุขภาพจิต. [ออนไลน์]. *ก้าวย่างของประเทศไทย สู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ*. แหล่งที่มา: <https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30476> [20 เมษายน 2565].
- อภิชาติ จำรัสสุทธิรงค์. (2553). *สถานการณ์สุขภาพจิตคนไทย : ภาพสะท้อนสังคม*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์. [ออนไลน์]. *ความเครียดและวิธีแก้ ความเครียด*. แหล่งที่มา: <https://shorturl.asia/xWvju> [20 เมษายน 2565].
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2556). *พุทธธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2556). “ธรรมที่ปณี”. *ทางเดิน*. ปีที่ 28 ฉบับที่ 118 พฤษภาคม - มิถุนายน: 20.

- พระครูปลัดไพรัช จนทสโร (กาญจนแก้ว) สวัสดิ์ อโณทัย สมบูรณ์ บุญโท. (2561). “การแก้ปัญหาโรคความเครียดด้วยพุทธปรัชญาด้าวมหาสติปัญฐาน 4”. *วารสาร มหาจุฬานาครทรรศน์*. ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม – สิงหาคม: 377-393.
- ชลวิทย์ เจียรจิตต์. (2560). “สถานการณ์และการจัดการความเครียดตามแนวพระพุทธศาสนา: กรณีศึกษา คณะสงฆ์จังหวัดนครนายกและสระแก้ว”. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*. ปีที่ 6 ฉบับที่ 4 ตุลาคม-ธันวาคม: 154-167.
- สมสุข นิธิอุทัย และคณะ. (2561). “การพัฒนารูปแบบการจัดการความเครียดในภาวะวิกฤตชีวิตของผู้สูงอายุ ในสถานสงเคราะห์คนชรา”. *วารสารสังคมศาสตร์*. ปีที่ 9 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม-ธันวาคม: 303.
- นางสาวนันท์นิชา สิงห์เดชวีระชัย. (2562). “การศึกษาความเครียดและการจัดการความเครียดด้วย กิจกรรมนันทนาการของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุบ้านหนองกระทุ่ม อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม”. *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการภาครัฐและภาคเอกชน*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- กัญนิกา อยู่สำราญ และคณะ. (2565). “ความเครียดและการเผชิญความเครียดของผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา”. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9*. ปีที่ 16 ฉบับที่ 1 มกราคม-เมษายน: 1-16.
- วาดฝัน ม่วงอ่ำ. (2563). “ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการจัดการความเครียดของทหารเรือ กองทัพเรือ”. *วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

บุญ หรือ บาป : การศึกษาหลักการและแนวคิดในการปล่อยสัตว์น้ำ
ด้วยความรับผิดชอบตามบริบทสังคมไทย

MERIT OR SIN: A STUDY ON THE PRINCIPLES AND CONCEPTS OF RELEASING AQUATIC
ANIMALS RESPONSIBLY IN THE THAI SOCIAL CONTEXT

นายธนศ เกษศิลป์

Mr.Tanet Ketsil

มหาวิทยาลัยมหิดล

Mahidol University

chainoi9999@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้เป็นส่วนหนึ่งของสารนิพนธ์เรื่องปล่อยสัตว์น้ำอย่างไรให้ได้บุญ : หลักการและแนวคิดในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทของสังคมไทยโดยมีการพัฒนาต่อยอดจากบทความวิชาการเรื่องแนวทางในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทของสังคมไทย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา “หลักการและแนวคิดในการปล่อยสัตว์น้ำด้วยความรับผิดชอบตามบริบทของสังคมไทย” พบว่า การปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญตามบริบทของสังคมไทยไม่มีหลักฐานปรากฏแน่ชัดว่าเกิดขึ้นตั้งแต่สมัยใดแต่มีความเชื่อกันว่าได้รับอิทธิพลมาจากการเผยแพร่ของพระพุทธศาสนาและแนวคิดของพราหมณ์เมื่อครั้งที่ได้แผ่เข้ามาสู่เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยพุทธศาสนิกชนมีความเชื่อว่าถ้าทำบุญด้วยการปล่อยสัตว์น้ำแล้วจะได้รับอานิสงส์ทำให้เกิดความสุขทั้งทางกายและทางใจถือว่าเป็นการสะเดาะเคราะห์ต่อชะตาให้กับผู้ที่กำลังมีความทุกข์หรือตกอยู่ในสภาวะยากลำบากต่อการดำรงชีวิตสำหรับแนวคิดและหลักการปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญตามบริบทของสังคมไทยด้วยความรับผิดชอบนั้นมาจากฐานแนวคิดหลัก 4 ประการคือ 1) แนวคิดเกี่ยวกับการปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญสร้างกุศลตามบริบทของสังคมไทย 2) แนวคิดเกี่ยวกับการปล่อยสัตว์น้ำในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมด้วยความรับผิดชอบ 3) แนวคิดเกี่ยวกับลักษณะทั่วไปของสัตว์น้ำและแหล่งที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมของสัตว์น้ำที่คนไทยชาวพุทธนิยมปล่อย และ 4) แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทของสังคมไทยที่ส่งผลต่ออานิสงส์ที่ได้รับ

คำสำคัญ: บุญ, บาป, การปล่อยสัตว์น้ำ, ความรับผิดชอบ, บริบทของสังคมไทย

Abstract

This academic article is a part of the thesis on "How to Release Aquatic Animals for Merit: Principles and Concepts in the Context of Thai Society". with development build on from academic article on Guidelines of Releasing Aquatic Animals in Thai Social Context The purpose was to study the "Principles and Concepts of Releasing Aquatic Animals Responsibly in Thai Social Context". It was found that the release of aquatic animals for merit in the Thai society has no clear evidence of when it originated, but it is believed to be influenced by the spread of Buddhism and Brahmanism into Southeast Asia. Buddhists believe that if you make merit by releasing aquatic animals, you will receive spiritual benefits leading to physical and mental happiness. It's considered a way to mitigate bad karma for those suffering or in difficult circumstances. The concepts and principles of releasing aquatic animals for merit in the Thai society responsibly come from four main ideas: 1) The concept of releasing aquatic animals for merit-making in Thai society; 2) The idea of releasing aquatic animals into a suitable environment responsibly; 3) The concept regarding the general characteristics of aquatic animals and the suitable habitats for the aquatic animals that Thai Buddhists release; 4) The belief in the release of aquatic animals in the context of Thai society that affects the results of merit received.

Keywords: Merit, Sin, Releasing Aquatic Animals, Responsibility, Thai Society Context

บทนำ

ถึงแม้ว่าในปัจจุบันจะมีความเจริญก้าวหน้าวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแบบก้าวกระโดด มีความสะดวกสบายมากมายสำหรับการดำเนินชีวิตเพียงแค่ปลายนิ้วสัมผัสก็สามารถที่ได้รับความสะดวกตามที่เราต้องการอย่างง่ายดายแต่ถึงอย่างไรมนุษย์ก็ยังคงมีความผูกพันกับเรื่องของสิ่งที่อยู่เหนือปรากฏการณ์ทางธรรมชาติอยู่ดีสิ่งต่างๆที่อยู่รอบตัวหล่อหลอมให้มนุษย์ทุกคนเจริญเติบโตมาพร้อมกับความเชื่อที่แตกต่างกัน ความเชื่อเหล่านั้นเป็นความรู้สึกที่แตกต่างกันแต่ละบุคคลมีความเชื่อมั่นว่าถ้ากระทำการสิ่งใดตามความเชื่อนั้นแล้วจะทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของชีวิตที่วางไว้มีสมหวังในการดำเนินชีวิตแต่ในทางตรงกันข้ามถ้าทำไม่ถูกต้องก็จะเกิดความทุกข์ความเชื่อนั้นอาจเปลี่ยนแปลงไปตามยุคตามสมัย (อุดม เขยกิจวงศ์, 2545: 187-188) จนกลายเป็นสิ่งที่กระทำสืบต่อเนื่องกันมาหรือที่เรียกว่าค่านิยมเป็นสิ่งที่ผู้คนในสังคมเห็นว่าถ้ากระทำแล้วจะเกิดผลดีแก่ตัวเองหรือผู้ที่ปฏิบัติตามเป็นสิ่งที่น่ากระทำ น่ายกย่อง จนพัฒนามาเป็นวัฒนธรรมที่กำหนดพฤติกรรมของผู้คนในสังคมคนไทยมีความเชื่อเรื่องบุญหรือเวรกรรม เพราะคนไทยส่วน

ใหญ่นับถือพระพุทธศาสนาที่มีความเชื่อเรื่องการทำบุญ หรือเวรกรรมเป็นพื้นฐานดั้งเดิมอยู่แล้ว (บันทึก พหุพิจิตร, 2549: 13, 17, 18)

ซึ่งจะเห็นได้ว่าสังคมไทยชาวพุทธเป็นสังคมที่มีความเชื่อมั่นและความศรัทธาในพระพุทธศาสนามาอย่างยาวนานและมีหลักการทำบุญและหลักการสร้างกุศลได้อย่างหลากหลายขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกันไปแต่อย่างหนึ่งที่คนไทยชาวพุทธนิยมทำกันในช่วงของเทศกาลต่าง ๆ ก็คือการปล่อยสัตว์น้ำซึ่งเชื่อว่าการปล่อยสัตว์น้ำจะเป็นการเสริมสร้างบารมีส่งเสริมให้ผู้ปล่อยได้รับบุญกุศลที่เกิดจากการปล่อยสัตว์น้ำทำให้ชีวิตมีแต่สิ่งที่ดีเข้ามาในชีวิตโดยหลักๆ แล้วเราสามารถนำหลักการทำบุญตามหลักการในทางพระพุทธศาสนามา ดังเช่นการทำบุญในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทของสังคมไทยมีแนวคิดมาจากหลักบุญกิริยาวัตถุที่เป็นหลักการขั้นพื้นฐานในการทำบุญเพื่อให้รู้หลักในการทำว่าเราต้องการอะไรจากการทำบุญและสามารถเลือกวิธีการทำบุญได้หลากหลายวิธีเช่น 1) ทำบุญด้วยการให้ปันสิ่งของ 2) ทำบุญด้วยการรักษาศีล 3) ทำบุญด้วยการเจริญภาวนา เป็นต้น, หลักการทำทานเช่นการให้ การเสียสละ หรือการบริจาค การปล่อยสัตว์น้ำตามความเชื่อของคนไทยชาวพุทธถือเป็นการทำบุญของหลักการทำทาน, หลักศรัทธานั้นเป็นความเชื่อของแต่ละบุคคลเช่น หลักของกัมมสัทธา คือเชื่อกรรม เชื่อการกระทำ เชื่อว่ากรรมมีอยู่จริงดังนั้นในการปล่อยสัตว์น้ำเปรียบเสมือนเป็นการให้ชีวิตใหม่แก่สัตว์ผู้ที่กระทำจึงมีความศรัทธาว่าตนเองจะได้รับบุญส่งผลดีกับตน, และหลักกาลามสูตรเป็นหลักการใช้เหตุใช้ผลในความเชื่อเช่น อย่าได้ยึดถือตามถ้อยคำที่ได้ยินได้ฟังมา, อย่าได้ยึดถือตามถ้อยคำสืบๆ กันมา หรือ อย่าได้ยึดถือโดยตื่นข่าวว่าได้ยินอย่างนี้ เป็นต้น หลักกาลามสูตรจึงเป็นหลักการที่สำคัญของผู้ที่เลือกทำบุญด้วยการปล่อยสัตว์น้ำเพราะจะได้วิเคราะห์พื้นที่ในการปล่อยสัตว์น้ำด้วยความมีเหตุมีผลไม่ปล่อยสัตว์น้ำด้วยความไม่รู้ โอกาสที่สัตว์น้ำจะรอดจากการปล่อยจึงเป็นไปได้สูง

ดังนั้น บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา “หลักการและแนวคิดในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทสังคมไทย” ที่เป็นกิจกรรมหนึ่งที่คนไทยชาวพุทธนิยมทำกันเพื่อเป็นการสร้างบุญสร้างกุศลตามแนวคิดเกี่ยวกับการปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญสร้างกุศลตามบริบทของสังคมไทย, แนวคิดเกี่ยวกับการปล่อยสัตว์น้ำในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมด้วยความรับผิดชอบ, แนวคิดเกี่ยวกับลักษณะทั่วไปของสัตว์น้ำและแหล่งที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมของสัตว์น้ำที่คนไทยชาวพุทธนิยมปล่อย และ แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทของสังคมไทยที่ส่งผลต่ออาสภัสสที่ได้รับ

แนวคิดเกี่ยวกับการปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญสร้างกุศลตามบริบทของสังคมไทย

วัฒนธรรมทางสังคมของคนไทยส่วนใหญ่ได้รับอิทธิพลมาจากพระพุทธศาสนาชีวิตตั้งแต่เกิดจนตายส่วนมากจะถูกผูกโยงอยู่กับพระพุทธศาสนาซึ่งแทบจะเรียกได้ว่าแยกกันไม่ออกเมื่อมุ่งประเด็นถึงเรื่องความเชื่อพระพุทธศาสนาก็ยังเป็นส่วนที่สำคัญมาก ๆ ในวิถีชีวิตการดำเนินชีวิตของตามบริบทของสังคมไทยก็มีความเชื่อที่แตกต่างกันไปมีวิธีการปฏิบัติที่แตกต่างกันออกไปแต่วัตถุประสงค์จะยังคงความคล้ายคลึงกันอยู่ด้วยความเชื่อที่แตกต่างกันออกไปนี้จึงเป็นเรื่องที่ยากในการที่จะปรับเปลี่ยนหรือเปลี่ยนแปลงให้พุทธศาสนิกชนได้เข้าใจให้

ตรงกันตามคำสอนอย่างแท้จริงบางบริบทกลายเป็นประเพณีที่ทำสืบต่อเนื่องตามกันมา ผิดบ้าง ถูกบ้าง ก็สุดแต่ผู้นำในแต่ละท้องถิ่นนั้นๆ เนื่องจากเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนที่มีผลกระทบต่อจิตใจ จึงต้องปล่อยให้ปฏิบัติสืบๆ กันมาอย่างนั้น ซึ่งก็มีอยู่หลายเรื่องจะเห็นได้ว่า เจ้าหน้าที่ของรัฐก็ไม่ได้เข้ามาบริหารจัดการถ้าเรื่องนั้นๆ ไม่ได้มีวัตถุประสงค์เพื่อก่อให้เกิดความวุ่นวายหรือลิดรอนสิทธิของผู้อื่นในสังคม

เมื่อว่าด้วยความเชื่อในเรื่องของการปล่อยสัตว์แล้วยิ่งหนีไม่พ้นที่จะเชื่อมโยงกับ พระพุทธศาสนา เข้ากับวิถีการดำเนินชีวิต และวัดหลายแห่งก็มีการพัฒนาเพื่อให้เข้ากับวัตถุประสงค์ของพุทธศาสนิกชน เช่น วัดใดที่มีที่ตั้งติดอยู่กับบริเวณแหล่งน้ำหรือแม่น้ำก็จะจัดให้มีกิจกรรมการปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญไปด้วยและชาวพุทธก็ถือว่ากิจกรรมการปล่อยสัตว์น้ำเป็นการทำบุญให้ชีวิตอย่างหนึ่งตามคติความเชื่อ และเข้าใจว่าการให้ชีวิตแก่สัตว์ก็จะทำให้ไม่มีโรคภัยมาเบียดเบียนและเป็นการสะเดาะเคราะห์ต่อชะตาชีวิตให้ยืนยาว

ในปัจจุบันคนหนุ่มสาวเป็นจำนวนมากทั้งที่มีการศึกษาและไม่มีการศึกษาต่างพากันรู้สึกว้าวนับประเพณีและพิธีกรรมต่างๆ ทางศาสนาที่บรรพบุรุษของตนปฏิบัติกันมานั้นมันเคร่งครัดเคร่งเครียดเกินไปจนพวกตนไม่อาจจะยอมรับได้ ฉะนั้น การที่จะพยายามบังคับคนเหล่านี้ให้กระทำในสิ่งที่พวกเขาไม่ยอมรับจึงน่าจะไม่มีประโยชน์อะไรและซ้ำร้ายอาจจะเป็นการเร่งให้พวกเขาเลิกนับถือศาสนาที่บรรพบุรุษของตนนับถือกันมาเอาเสียเลยก็ได้ (สุเชาว์ พลอยชุม, 2555: 70) ซึ่งพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปก็เชื่อได้ว่า ความเชื่อที่มีมาแต่บรรพบุรุษอาจจะมีการเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาอย่างแน่นอน แต่ถึงอย่างไรก็ยังเชื่อในเรื่องของบุญและบาปว่าเป็นสิ่งที่กำหนดชีวิตของตนให้เป็นไป มีความเชื่อว่าเมื่อตายไป จะได้ไปนรกถ้าทำบาป และจะได้ไปสวรรค์ถ้าได้ความดีหรือทำบุญไว้ความเชื่อเหล่านี้ปรากฏชัดในสังคมไทย และได้รับอิทธิพลสืบๆ ต่อกันมา ดังจะได้อธิบายดังต่อไปนี้

บุญ กุศล : ความเชื่อในทางพระพุทธศาสนา

เมื่อกล่าวถึง คำว่า บุญ กับ กุศล นั้น ในทางพระพุทธศาสนามีความหมายกว้างแคบสูงต่ำกว่ากัน คำว่าบุญ มีความหมายแคบและต่ำกว่ากุศล คำว่ากุศลมีความหมายสูงและกว้างกว่าบุญ บุญเป็นฝ่ายโลกียะอย่างเดียว ยังสนเวียนอยู่ในวัฏฏะ ส่วนกุศลเป็นโลกียะและเป็นโลกุตระด้วย กุศลฝ่ายโลกียะนั้นเท่ากับบุญได้ (วศิน อินทสระ, 2552: 143) คำว่าบุญนัยหนึ่งแปลว่า เป็นเครื่องชำระสันดาน เป็นเครื่องชำระล้างทำให้จิตใจสะอาด ในเวลาที่สิ่งซึ่งเป็นบุญเกิดขึ้นในใจ เช่น มีเมตตาเกิดขึ้น ก็ชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ศรัทธาเกิดขึ้นจิตใจก็ผ่องใสทำให้หายเศร้าหมอง หายสกปรก ความหมายหนึ่งของบุญก็คือ ทำให้เป็นคนน่าบูชา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2556: 69) เรื่องบุญจึงเป็นเรื่องที่ต้องทำความเข้าใจให้ถูกต้อง ถ้าไม่ถูกต้องมันจะเป็นโทษ ทำบุญเป็นโทษ คือทำในสิ่งที่ไม่ควรทำ และก็ไม่ทำสิ่งที่ควรทำ ก็เป็นโทษ ฉะนั้นก็ต้องทำความเข้าใจเรื่องการทำบุญให้ถูกต้อง จะได้ทำบุญได้อย่างถูกต้อง (วศิน อินทสระ, 2548: 3)

ในสังคมไทยยังมีการเข้าใจเรื่องบุญที่คลาดเคลื่อนอยู่อีกมาก บางคนยังแยกไม่ออกระหว่างทำบุญกับทำทาน โดยคิดว่าการทำบุญคือทำกับพระ และทำทานคือทำกับคนยากคนจนหรือคนขอทาน หรือสัตว์

เจริญจนทั่วไป แต่จริงๆ แล้วการให้ทานเป็นวิธีแห่งบุญชนิดหนึ่ง ไม่ว่าจะให้ทานแก่ใครๆ ให้แก่พระ ให้แก่คนยากคนจน ให้ขอทาน หรือให้แก่สัตว์เดรัจฉาน ก็เป็นการทำบุญทั้งนั้น โดยหลักพระพุทธศาสนามีอยู่ 3 แนวทางคือ

- 1) ทานมัย คือบุญที่ได้จากการให้ทาน
- 2) อภัยทาน การให้อภัยไม่ถือโทษล่วงเกินของผู้อื่น การเว้นไม่เบียดเบียนผู้อื่นก็ถือว่าเป็นบุญจากการให้อภัย

- 3) อามิสทาน การให้วัตถุสิ่งของที่เรียกว่าปัจจัย 4 (วคิน อินทสระ, 2548: 4)

ในข้ออามิสทานคือ ช่วยค้ำจุนชีวิต ทำให้เขามีที่พึ่งอาศัย แต่ธรรมทานช่วยให้เขารู้จักพึ่งตนเองได้ต่อไป เมื่อให้อามิสทาน พึงให้ธรรมทานด้วย (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2556: 62)

เมื่อมาถึงตรงนี้เราก็พอจะเข้าใจและแยกแยะออกได้บ้างแล้วว่า การกระทำของเราเช่นการปล่อยสัตว์ จัดว่าเป็นการให้ทานที่เรียกว่าอะไร และสามารถเข้าใจเบื้องต้นได้ว่า การให้ทานของเรานี้เป็นการทำบุญประเภทหนึ่ง เป็นการให้ที่เรียกได้ว่าเป็นการให้ชีวิต แต่ถึงอย่างไรก็ต้องดูที่บริบทและเจตนาเป็นองค์ประกอบ

ดังนั้น การให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เป็นต้นเหล่านี้ รวมแล้วท่านเรียกว่าเป็น กรรมดี หรือ กุศลกรรม (เสฐียรพงษ์ วรรณปก, 2559: 19)

บาป : ความเชื่อในทางพระพุทธศาสนา

คำว่า บาป นั้น โดยตัวอักษร หรือโดยพยัญชนะ แปลว่า สภาวะที่ทำให้ถึงทุกข์ หรือทำให้ไปในที่ชั่ว หมายถึงสิ่งที่ทำให้เกิดตกต่ำ พอบาปเกิดขึ้น ความคิดไม่ดีเกิดขึ้น โลภะ โทสะ เกิดขึ้น จิตก็ตกต่ำลงไป และนำไปสู่ทุกข์ด้วย อีกอย่างหนึ่ง ท่านให้ความหมายโดยพยัญชนะว่า เป็นสิ่งที่คนดีพากันรักษาตนให้ปราศไปหมายความว่า คนดีทั้งหลายจะรักษาตนเองให้พ้นไปจากสิ่งเหล่านี้ จึงเรียกสิ่งเหล่านี้ว่าเป็นบาป เป็นสิ่งที่คนดีละทิ้ง พยายามหลีกเลี่ยงหนีไม่อยากจะข้องด้วย (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2556: 70)

ในทางพระพุทธศาสนา บาปหรือ หรือกรรมชั่ว เรียกว่าเป็น อกุศลกรรม เช่น การฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ เป็นต้น (เสฐียรพงษ์ วรรณปก, 2559: 19) ทั้งนี้จากการศึกษาแนวคิดเรื่องบาปในพุทธปรัชญา พบว่า คำว่า “บาป” มาจากภาษาบาลีว่า ปาป ซึ่งแปลว่า ชั่ว ลามก สิ่งที่ไม่ดี ถ้าหากว่ามีอยู่ กับบุคคลใด ก็จะทำให้บุคคลนั้นได้รับทุกข์เดือดร้อน เสียเกียรติชื่อเสียงทั้งปัจจุบันและอนาคต ความหมายของศัพท์นั้นก็จะต้องบ่งบอกไปในทางไม่ดี ไม่ประเสริฐ เช่น เมื่อบุคคลใดทำผิด มนุษยธรรม ก็จัดว่าบุคคลนั้นเป็นคนชั่ว คนลามกตรงกับภาษาบาลีว่า ปาปบุคฺคโล หรือ ปาโป เราเข้าใจกันทั่วไปว่า บาปก็คือสิ่งที่ไม่ดี เมื่อบุคคลใดกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่งให้ผู้อื่นผู้ใดเดือดร้อนไม่ว่าจะด้วยทางกายหรือทางใจ ผลของการกระทำที่ไม่ดีเราเรียกว่าเป็นบาป (พระมหาสาม อคฺคมโม (แสงวงศ์), 2562: 3074-3091.)

คำว่า บาป กับ อกุศลนั้นมีความหมายที่ใกล้เคียงกัน เป็นคำที่ใช้แทนกันได้ เป็นไวพจน์ของกันได้ (วคิน อินทสระ, 2548: 142) ในโณณผลสูตร พระพุทธเจ้าได้ตรัสกับภิกษุทั้งหลายถึงเรื่องการให้ผลของกรรมว่า “บุคคลนี้ทำกรรมไว้อย่างใดๆ เขาต้องเสวยกรรมนั้นอย่างนั้นๆ” เมื่อเป็นเช่นนั้น การอยู่ประพฤติพหุกรรมย่อมมีไม่ได้ โอกาสที่จะทำที่สุดแห่งทุกข์โดยขม่อมไม่ปรากฏ ส่วนผู้ใดพึงกล่าวอย่างนี้ว่า “บุคคลนี้ทำกรรมที่ต้องเสวยผลไว้อย่างใดๆ เขาต้องเสวยผลของกรรมนั้น อย่างนั้นๆ” เมื่อเป็นเช่นนั้น การอยู่ประพฤติพหุกรรมย่อมมีได้ โอกาสที่จะทำที่สุดแห่งทุกข์โดยขม่อมปรากฏ บุคคลบางคนในโลกนี้ทำบาปกรรมแม้เพียงเล็กน้อยบาปกรรมก็นำเขาไปสู่สุรคได้ ส่วนบุคคลบางคนในโลกนี้ทำบาปกรรมแม้เพียงเล็กน้อย เช่นนั้นแล บาปกรรมนั้นให้ผลในปัจจุบันเท่านั้น ไม่ให้ผลแม้แต่น้อยในอภิปภที่ 2 (ชาติหน้า) ไม่จำเป็นต้องพุดถึงผลมาก (พระไตรปิฎก มจร. (ไทย). 20/101/336)

ตามหลักพระพุทธศาสนา บาปย่อมล้างได้ด้วยบุญ กรรมชั่วละลายได้ด้วยกรรมดี แต่ต้องใช้เวลานาน กุศลกรรมแรงๆ เช่น อรหัตมรรค อรหัตผล สามารถลบล้างความชั่วในใจได้หมด และมีอานุภาพห้ามผลแห่งกรรมชั่วเก่าๆ ที่เคยทำมาแล้วได้หมดสิ้น จะให้ผลอยู่บ้างก็เฉพาะเวลาที่ท่านยังมีชีวิตอยู่เท่านั้น พอท่านนิพพานแล้วผลกรรมต่างๆ ก็เป็นอโหสิกรรมไปสิ้น (วคิน อินทสระ, 2554: 28)

ดังนั้น ทั้งสองเรื่องคือ บาปและบุญ ซึ่งสรุปได้ว่าเป็นกรรมชนิดหนึ่ง ครอบคลุมตั้งแต่เรื่องเล็กๆ ไปจนถึงเรื่องใหญ่ๆ เป็นเหตุมีไผล เป็นเรื่องปัจจุบัน มิใช่เรื่องที่ล่วงแล้ว (เสฐียรพงษ์ วรรณปก, 2559: 3) เหตุ นั้น จึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญมากในพระพุทธศาสนา เนื่องจากการจะเป็นการสอดคล้องกันของเรื่อง กรรม และการเวียนว่ายตายเกิด ในภาษาอังกฤษเรียกว่า The Law of Karma and Rebirth (วคิน อินทสระ, 2548: 3) เป็นเรื่องที่จะนำพาชีวิตให้ไปสู่สถานการณ์ต่างๆ และเชื่อมโยงไปถึงเรื่องที่จะกล่าวต่อไปคือเรื่องของ นรกและสวรรค์

แนวคิดเกี่ยวกับการปล่อยสัตว์น้ำในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมด้วยความรับผิดชอบ

แนวคิดที่เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการปล่อยสัตว์น้ำที่คนไทยชาวพุทธนิยม ปล่อยผู้วิจัยได้แนวทางของ Cowx (2015) และ FAO (2015) ที่อ้างถึงใน บุญส่ง ศรีเจริญธรรม (2563) ซึ่งได้อธิบายถึงแนวทางปฏิบัติที่ดีในการปล่อยพันธุ์สัตว์น้ำอย่างมีความรับผิดชอบต่อมาเป็นหลักแนวคิดในการประกอบการศึกษาในครั้งนี้โดยเน้นที่การเลือกสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการปล่อยสัตว์น้ำจะถือว่าผู้ปล่อยน้ำมีความรับผิดชอบต่อสัตว์ชนิดนั้นที่ทำการปล่อยเพราะโอกาสที่สัตว์ที่จะปล่อยนั้นมีโอกาสที่จะรอดสูงอาจแบ่งขอบเขตของการพิจารณาตามหลักการดังต่อไปนี้ หลักการที่ 1 ควรจะคำนึงและระมัดระวังอยู่เสมอก่อนที่จะทำการปล่อยสัตว์น้ำคือว่าสัตว์น้ำที่จะปล่อยมีความเหมาะสมต่อสภาพแวดล้อมที่จะปล่อยหรือไม่ หลักการที่ 2 ควรจะคำนึงและระมัดระวังขั้นตอนและวิธีการปล่อยสัตว์น้ำแต่ละประเภทที่เหมาะสมเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นให้กับผู้ปล่อย หลักการที่ 3 ควรจะคำนึงและระมัดระวังโอกาสที่สัตว์น้ำแต่ละชนิดจะรอดจากการประเินความเสี่ยง

จาก 3 หลักการดังกล่าวจะนำไปสู่การประยุกต์เป็นแนวคิดสำหรับการปล่อยสัตว์น้ำที่จะทำให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการปล่อยสัตว์น้ำแต่ละชนิดที่จะมีโอกาสรอดจากปล่อยในแต่ละครั้งได้มากที่สุดหรือเรียกว่าการลดโอกาสเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นภายหลังที่ทำให้สัตว์น้ำชนิดนั้นตายสามารถสรุปเป็นขั้นตอนได้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 กำหนดวัตถุประสงค์ที่ต้องการจะปล่อยในแต่ละครั้ง ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาแนวทางที่เหมาะสมสำหรับการปล่อยสัตว์น้ำด้วยวิธีการสำรวจ ขั้นตอนที่ 3 ประเมินความเสี่ยงหรือโอกาสรอดของสัตว์น้ำที่จะปล่อย ขั้นตอนที่ 4 เลือกแนวทางที่เหมาะสมต่อการปล่อยสัตว์น้ำ ขั้นตอนที่ 5 ตัดสินใจเลือกพื้นที่สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมในการปล่อยสัตว์น้ำ ขั้นตอนที่ 6 ดำเนินการปล่อยพันธุ์สัตว์น้ำในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมที่เลือกไว้ ขั้นตอนที่ 7 วิเคราะห์และสรุปผลการปล่อยสัตว์น้ำเพื่อเป็นแนวทางในการปล่อยสัตว์น้ำในอนาคตต่อไป (บุญส่ง ศรีเจริญธรรม, 2563: 26-27)

จากการศึกษาเราสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปใช้เพื่อเป็นฐานข้อมูลเสริมสร้างความมั่นใจสำหรับคนไทยชาวพุทธที่นิยมปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญสร้างกุศลให้มีความมั่นใจมากยิ่งขึ้นจากการที่ได้ทำการปล่อยสัตว์น้ำจะเป็นสร้างบุญกุศลอย่างแท้จริงไม่ใช่เป็นการสร้างบาปโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์เนื่องจากสัตว์น้ำจัดแต่ละชนิดที่ทำการปล่อยนั้นจะมีความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่แตกต่างถ้าปล่อยในสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมกับสัตว์ชนิดนั้นๆ ก็อาจทำให้สัตว์น้ำที่ปล่อยมีโอกาสรอดน้อยมากหรืออาจจะตายได้

แนวคิดเกี่ยวกับลักษณะทั่วไปของสัตว์น้ำและแหล่งที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมของสัตว์น้ำที่คนไทยชาวพุทธนิยมปล่อย

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาข้อมูลเฉพาะสัตว์น้ำจืดที่คนไทยชาวพุทธมีความเชื่อที่นิยมปล่อยเพื่อเป็นการทำบุญและสร้างกุศลคือ จำนวน 14 ชนิดดังนี้ **1) ปลาไหล** ปลาไหลเป็นปลาที่มีลักษณะลำตัวเรียวยาว คล้ายงูสีน้ำตาลดำมีเมือกเคลือบลักษณะสภาพแวดล้อมที่ปลาไหลชอบอาศัยอยู่จะชอบอยู่บริเวณ คู คลอง หนอง บึง ชอบซุกตัวอยู่ในโคลนตมหรือพื้นที่ชื้นแฉะ (มนตรี แสนสุข, 2559: 9, 11) **2) ปลาหมอไทย** ลักษณะทั่วไปมีเกล็ดลำตัวแบนเกล็ดและก้างแข็งมากเป็นปลาที่แข็งแรงมากการอยู่อาศัยของปลาหมอไทยเป็นปลาที่ทรหดอดทนมากจะอยู่ตามสภาพแวดล้อมที่บริเวณน้ำนิ่งๆตามทุ่งนา (มนตรี แสนสุข, 2559: 8, 26) **3) ปลาตะเพียน** ลักษณะทั่วไปปลาตะเพียนจะมีส่วนลำตัวแบน สีของลำตัวเป็นสีเงิน หลังสีคล้ำ ช่วงท้องจะมีสีขาว เป็นปลาที่สามารถปรับเข้ากับสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดีจะอยู่ตามสภาพแวดล้อมที่บริเวณน้ำไหลอ่อนๆ ตามแม่น้ำลำ คลอง หนอง บึง (ปกรณ์ อุ่นประเสริฐ, ม.ป.ป.: 2) **4) ปลาช่อน** ลักษณะส่วนหัวขนาดใหญ่คล้ายงู ตามีขนาดใหญ่อยู่ด้านข้างของส่วนหัว ปากเป็นจงอยกลมมน ปากกว้างขากรรไกรยึดหดได้ ฟันซี่เล็กเรียงติดกันแหลมคม ลำตัวยาวกลมเป็นทรงกระบอกเรียวยาวทางด้านหัวไปทางช่องท้องและปลายหางแบน พบได้ตาม แม่น้ำ ห้วย หนอง คลอง บึง บ่อ สระ คู ทะเลสาบ ในนาข้าวที่มีน้ำขัง และตามแหล่งน้ำจืดทั่วไป (สุจินต์ โรจนพิกษ์, 2549: 5-11) **5) ปลาดุก** ลักษณะภายนอกไม่มีเกล็ดปลาดุกที่พบเห็นในประเทศไทยตามแม่น้ำลำคลองคือปลาดุกหัวหน้มีสีน้ำตาล ลำตัวเรียวยาว มีหนวด 4 เส้นที่บริเวณริมฝีปาก ผิวหนังมีสีน้ำตาล เนื้อสีเหลือง (ศูนย์ศึกษา

การพัฒนาคุณภาพอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดสกลนคร, 2555: 5) สามารถพบได้พบได้ตามบริเวณลำคลอง หนองน้ำทุ่งนา บึง บริเวณที่น้ำไม่ลึกมาก ไหลไม่แรงมาก **6) ปลาสวาย** ลักษณะภายนอกลำตัวจะอ้วนกลม ไม่มีเกล็ด ตัวตรงเรียวยาว ปากกว้าง หน้าทุ่ ท้องมีสีขาวนวล หลังมีสีดำเทาหรือดำหม่น ครีบบมีสีเหลือง ส่วนปลาสวายที่ยังตัวเล็กจะมีสีดำพาดบริเวณลำตัว ปลาสวายจะพบได้โดยทั่วไปตามแหล่งน้ำธรรมชาติ เช่น แม่น้ำเจ้าพระยา แม่น้ำท่าจีน แม่น้ำป่าสัก หรือ บึง หนอง คลอง (ปริยาภรณ์ เสงวนชินวงศ์ และรัชนิบูลย์ ทิพย์เนตร, 2549: 1-2) **7) ปลานู** มีลักษณะลำตัวกลมยาวมีเกล็ด ส่วนหัวค่อนข้างโตมีสีดำเป็นจุดกระจายอยู่ทั่วไป และสีน้ำตาลแดงบริเวณลำตัวสีจะต่างกันไปตามถิ่นที่อยู่อาศัย ลำตัวแบนราบ ตากลมโตโปน ปากกว้างมีฟันแหลม สภาพแวดล้อมที่ปลานูชอบอยู่อาศัยบริเวณน้ำนิ่งๆ (กรมประมง กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ สำนักส่งเสริมและฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ออนไลน์) **8) ปลานิล** ลักษณะทั่วไปปลานิลเป็นปลาไม่มีเกล็ด บริเวณแก้มมีเกล็ดบริเวณลำตัวมีลาดพาดขวาง ลำตัวแบน ปากส่วนปลายแหลมเล็กน้อยเป็นปลาที่อยู่อาศัยได้ทุกสภาพแวดล้อมมีความอดทนแข็งแรงมากพบได้ตาม หนอง บึง ทะเลสาบ (นฤชา ไกรเนต, 2553: 1-3) **9) ปลาตะเพียน** ลักษณะทั่วไปปลาตะเพียนเป็นปลาไม่มีเกล็ดสีชมพูอมส้มสวยงาม ลำตัวแบนคล้ายปลานิล ปากส่วนปลายแหลม ปลาตะเพียนเป็นปลาที่มีความแข็งแรงจึงมีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ง่าย ชอบอยู่อาศัย หนอง บึง ทะเลสาบ **10) หอยขม** ลักษณะภายนอกของหอยขมจะแข็งเป็นหอยฝาเดียวเปลือกหนาปานกลางค่อนข้างแข็งแรงมาก ผิวเรียบลักษณะแหล่งที่อยู่อาศัยของหอยขมจะชอบอยู่ตามสภาพแวดล้อมบริเวณน้ำนิ่งไม่ลึกมาก กระแสน้ำต้องไม่ไหลแรงมาก ต้องมีพื้นที่ขึ้นและ เช่น สระ หนองนา คลอง คู แอ่งน้ำ บึง อ่างเก็บน้ำ ฝาย นาข้าว แม่น้ำขนาดเล็กๆ (อภิชาติ ศรีสะอาด, พชร สำโรงเย็น, 2561: 14, 18, 19, 22) **11) หอยโข่ง** ลักษณะภายนอกโดยทั่วไปจะมีเปลือกห่อค่อนข้างกลมช่วงปากเป็นเกลียวเหมือนกับหอยชนิดอื่นๆ มีฝาปิดที่ปากและจะมีจอยยื่นออกมาจะแบ่งออกเป็นสองส่วนลักษณะแหล่งที่อยู่อาศัยของหอยโข่งจะชอบอยู่ในสภาพแวดล้อมน้ำที่ไม่ลึก น้ำนิ่ง กระแสน้ำไหลไม่แรงมาก เช่น สระ หนอง คลอง บึง นาข้าว ถ้าหอยถ้าบนบกก็จะอยู่ที่บริเวณ ที่ขึ้นและเป็นโคลน หรือดินทราย **12) เต่า** การปล่อยเต่าลงแหล่งน้ำนั้นต้องศึกษาให้ดีเต่าที่สามารถปล่อยลงแหล่งน้ำได้ต้องเป็นเต่าน้ำจืดเท่านั้นถ้าเป็นเต่าบกจะไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้และถ้าปล่อยลงน้ำก็จะจมน้ำและเสียชีวิตในที่สุดเต่าน้ำจืดที่คนไทยนิยมปล่อยนั้นจะมีสายพันธุ์ดังนี้เช่น เต่านา, เต่าบัว, เต่าหวาย เต่าหับ, เต่าแก้วแดง, เต่าดำ ลักษณะสภาพแวดล้อมที่เต่าน้ำชอบอาศัยอยู่จะต้องเป็นพื้นที่มีดินขึ้นและบริเวณขอบตลิ่ง เช่น สระ บ่อ คลอง บึง ต้องไม่ลึกมาก และควรเป็นแหล่งน้ำที่มีการไหลหมุนเวียนแต่น้ำต้องไหลไม่แรงมาก (หน่วยสัตว์เลี้ยงชนิดพิเศษ โรงพยาบาล มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ออนไลน์) **13) ตะพาบ** ตะพาบเป็นสัตว์น้ำจืดครึ่งบกครึ่งน้ำมีลักษณะคล้ายเต่าพบได้ทั่วทุกภาคของประเทศไทยพบได้ตาม แม่น้ำ ห้วยหนอง คลองบึง จะชอบอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีบริเวณดินโคลนมีพื้นน้ำปกคลุมมีแหล่งน้ำเล็กน้อยต้องเป็นน้ำที่สะอาด สงบไม่มีเสียงรบกวน (กองส่งเสริมการประมง กรมประมง กระทรวงเกษตรและสหกรณ์, ม.ป.ป.: 1-6.) **14) กบ** กบเป็นสัตว์ครึ่งบกครึ่งน้ำ ผิวบนลำตัวขรุขระบนหลังมีสีน้ำตาลปนเขียวเป็นจุดๆ อยู่ทั่วลำตัวช่วงท้องตัวสีขาวแต่สีผิวจะสามารถปรับได้ตามสภาพแวดล้อม ลักษณะสภาพแวดล้อม

ทางกายภาพที่กบชอบอาศัยอยู่ตามลำห้วย หนอง บึง ท้องนา ชอบอยู่ในที่ชื้นและมีน้ำเล็กน้อยแต่ต้องเป็นน้ำที่ค่อนข้างสะอาด (เกษตรกรก้าวหน้า, 2559: 6, 16)

แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทของสังคมไทยที่ส่งผลต่ออาสภะที่ได้รับ

การปล่อยสัตว์น้ำแน่นอนว่าสังคมไทยได้รับอิทธิพลนำเอาพิธีกรรมนี้มาจากพระพุทธศาสนา และศาสนาพราหมณ์ ฮินดู โดยในสมัยพุทธกาลมีเรื่องที่สุดคล้องกับสังคมไทยในยุคปัจจุบันเป็นอย่างมาก เป็นเรื่องที่น่าสนใจได้ว่า น่าจะสร้างแรงบันดาลใจ และคติความเชื่อให้พุทธศาสนิกชนได้ปฏิบัติสืบๆ ต่อกันมาเนืองด้วยเป็นเรื่องที่ทำได้ง่าย และให้ความรู้สึกที่ดีต่อใจตนเอง เรื่องนี้เป็นเรื่องของสามเณรตีสสะเป็นเรื่องราวของการทำบุญด้วยการให้ชีวิตใหม่แก่สรรพสัตว์ซึ่งมีหลักฐานที่ปรากฏอ้างถึงในรายงานวิจัยของรองศาสตราจารย์พูนทรัพย์ เกตุวีระพงศ์, ดร.สมจิต ขอนวงศ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ระวีโรจน์ ศรีคำภา, พระศักดิ์ดา สุวรรณทา, (2557: 21) เรื่องสิบชะตาล้านนา: แนวคิดและการเสริมสร้างความสัมพันธ์ ทางสังคมและจิตวิญญาณของชุมชนในล้านนา โดยมีรายละเอียดดังนี้

พระสารีบุตรเถระซึ่งเป็น อัครสาวกของพระพุทธเจ้ามีศิษย์ชื่อ สามเณร ตีสสะ อายุ 7 ปี มาบวชในสำนักของพระสารีบุตร วันหนึ่งพระสารีบุตรสังเกตเห็นลักษณะของสามเณรว่าจะมีอายุได้อีกเพียง 7 วัน ก็จะมีเหตุให้ถึงแก่ภรรณภาพ พระสารีบุตรจึงได้บอกความจริงให้สามเณรทราบว่า ตามตำราหมอดู และตำราดูลักษณะ สามเณรจะมีชีวิตอยู่ได้ไม่เกิน 7 วัน พระสารีบุตรจึงให้สามเณรกลับไปล่ำลาพ่อแม่ และญาติพี่น้อง เหตุนั้น จึงสร้างความเศร้าโศกเสียใจแก่สามเณรเป็นอันมาก ระหว่างทางกลับไปหาครอบครัว สามเณรได้พบกับปลาที่กำลังดิ้นทุรนทุรายเพราะน้ำไม่เพียงพอ จึงได้จับปลานั้นไปปล่อยในหนองน้ำ และได้พบกับแก่งที่ติดบ่วงนายพราน จึงได้ทำการปล่อยแก่งที่ติดบ่วงนั้นให้ได้รับอิสรภาพโดยได้นึกถึงตนเองว่า จะต้องตายอีกไม่กี่วันข้างหน้า แต่สัตว์ทั้งสองถ้าเราไม่ได้ช่วยชีวิตของเขาในวันนี้ สัตว์เหล่านี้ก็ต้องตายก่อนตนแน่นอน เมื่อกลับถึงบ้านพ่อแม่ และญาติพี่น้องที่ต่างก็เฝ้ารอคอยวันมรณภาพตำคำทำนายของพระสารีบุตรด้วยความเศร้าโศกจนเวลาล่วงเลยกำหนดไปแล้ว สามเณรตีสสะก็ยังมีชีวิตอยู่ และดูเหมือนว่าผิวพรรณของสามเณรจะผ่องใส ดังนั้นสามเณรจึงได้กลับไปหาพระสารีบุตร ได้กราบเรียนถึงการปล่อยชีวิตสัตว์ทั้งสองเป็นการให้ชีวิตใหม่ พระสารีบุตรจึงกล่าวว่า อำนาจแห่งกุศลกรรม ที่ได้ต่อชีวิตให้ผู้อื่นทำให้พ้นจากความตายได้ จึงเป็นกุศลกรรมให้สามเณรได้พ้นจากความตาย

จะเห็นได้ว่าอาณิสสของการปล่อยสัตว์น้ำ ตามหลักการทางพระพุทธศาสนา ถือว่าเป็นการทำบุญหรือให้ทานในรูปแบบหนึ่ง เป็นพิธีกรรมที่เข้ากันได้กับสังคมไทยเป็นอย่างดี โดยที่การปล่อยสัตว์น้ำนั้นก็จะมี ความเชื่อที่แตกต่างกันออกไปตามแต่ชนิดของสัตว์น้ำนั้นๆ เช่น ถ้าปล่อยปลาหมอ ก็มีความเชื่อว่าจะช่วยให้สุขภาพแข็งแรง ปล่อยเต่า จะช่วยให้อายุยืน เป็นต้น ในพระพุทธศาสนาจากเรื่องของสามเณรตีสสะที่กล่าวไว้แล้วที่นำปลาจากหนองน้ำที่กำลังจะแห้งไปปล่อยยังแม่น้ำ ด้วยอาณิสสแห่งการทำความดีในครั้งนั้นยังผลให้

สามเณรติสสะมีผิวพรรณที่ผ่องใส มีอายุที่ยืนยาว จากเมื่อครั้งที่พระสารีบุตรทำนายตามลักษณะว่าจะต้องมรณภาพภายในเจ็ดวัน

สรุปวิเคราะห์

การปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญตามบริบทของสังคมไทยนั้นอาจเป็นไปได้ทั้งบุญและบาป ดังนั้นจากฐานแนวคิดทั้ง 4 ประการที่เราได้ทำการศึกษามาแล้วในข้างต้นได้แก่ 1) แนวคิดเกี่ยวกับการปล่อยสัตว์น้ำเพื่อทำบุญสร้างกุศลตามบริบทของสังคมไทย 2) แนวคิดเกี่ยวกับการปล่อยสัตว์น้ำในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมด้วยความรับผิดชอบ 3) แนวคิดเกี่ยวกับลักษณะทั่วไปของสัตว์น้ำและแหล่งที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมของสัตว์น้ำที่คนไทยชาวพุทธนิยมปล่อย และ 4) แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทของสังคมไทยที่ส่งผลต่ออานิสงส์ที่ได้รับ เป็นสิ่งที่จะนำไปใช้เป็นฐานข้อมูลเพื่อตัดสินใจสำหรับการเลือกชนิดของสัตว์น้ำที่จะปล่อยให้มีความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่จะปล่อยการที่เราเลือกปล่อยสัตว์น้ำในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสัตว์น้ำชนิดนั้นก็จะสามารถมีชีวิตต่อไปถือว่าเป็นบุญอย่างแท้จริงเช่น ปลาไหล ควรปล่อยบริเวณ คู คลอง หนอง บึง หรือบริเวณที่สามารถซุกตัวอยู่ในโคลนตมหรือพื้นที่ชื้นแฉะได้, ปลาหมอไทย ควรปล่อยบริเวณ สภาพแวดล้อมที่บริเวณน้ำนิ่งๆตามทุ่งนาไม่ลึกมาก, ปลาดุก ควรปล่อยบริเวณ น้ำไหลอ่อนๆ ตามแม่น้ำ ลำคลอง หนอง บึง, ปลาช่อนควรปล่อยบริเวณ แม่น้ำ ห้วย หนอง คลอง บึง บ่อ สระ คู ทะเลสาบ ในนาข้าวที่มีน้ำขัง หรือตามบริเวณแหล่งน้ำจืด, ปลาดุก ควรปล่อยบริเวณ ลำคลอง หนองน้ำทุ่งนา บึง บริเวณที่น้ำไม่ลึกมากน้ำไหลไม่แรงมาก, ปลาสวาย ควรปล่อยบริเวณ ตามแหล่งน้ำธรรมชาติ เช่นแม่น้ำใหญ่ๆ แม่น้ำเจ้าพระยา แม่น้ำท่าจีน แม่น้ำป่าสัก หรือ บึง หนอง คลอง, ปลาบู่ควรปล่อยบริเวณตามแหล่งน้ำหนอง คลอง บึงที่ไหลนิ่งๆ , ปลานิลควรปล่อยบริเวณ หนอง บึง ทะเลสาบ, ปลาตะเพียนควรปล่อยบริเวณ หนอง บึง ทะเลสาบ, หอยขมควรปล่อยบริเวณ น้ำนิ่งไม่ลึกมาก กระแสน้ำต้องไม่ไหลแรงมาก ต้องมีพื้นที่ชื้นแฉะ เช่น สระ หนองนา คลอง คู แอ่งน้ำ บึง อ่างเก็บน้ำ ฝาย นาข้าว แม่น้ำขนาดเล็กๆ, หอยโข่ง ควรปล่อยบริเวณ น้ำที่ไม่ลึก น้ำนิ่ง กระแสน้ำไหลไม่แรงมาก เช่น สระ หนอง คลอง บึง นาข้าว ลำห้วย ถ้าบนบกก็จะอยู่ที่บริเวณ ที่ชื้นแฉะเป็นโคลน หรือดินทราย, เต่าควรปล่อยบริเวณ พื้นที่ที่มีดินชื้นแฉะบริเวณขอบตลิ่ง เช่น สระ บ่อ คลอง บึง ต้องไม่เล็กมาก และควรเป็นแหล่งน้ำที่มีการไหลหมุนเวียนได้แต่น้ำต้องไหลไม่แรงมาก, ตะพาบควรปล่อยบริเวณ แม่น้ำ ห้วยหนอง คลองบึง จะชอบอยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีบริเวณดินโคลนมีพืชน้ำปกคลุมมีแหล่งน้ำเล็กน้อยต้องเป็นน้ำที่สะอาด, และกบ ควรปล่อยบริเวณ ตามลำห้วย หนอง บึง ทุ่งนา ชอบอยู่ในที่ชื้นแฉะมีน้ำเล็กน้อยแต่ต้องเป็นแหล่งน้ำที่สะอาดทุกครั้งเมื่อเราคิดจะทำบุญด้วยการปล่อยสัตว์น้ำควรจะต้องไตร่ตรองถึงความเหมาะสมว่าสภาพแวดล้อมที่เราจะปล่อยบริเวณนั้นมีความเหมาะสมกับสัตว์น้ำที่เราจะปล่อยหรือไม่ถ้าเราปล่อยในพื้นที่มีความเหมาะสมถึงจะเรียกว่าเป็นการปล่อยสัตว์น้ำที่ได้บุญอย่างมีความรับผิดชอบอย่าง

เอกสารอ้างอิง

- กรมประมง กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ สำนักส่งเสริมและฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. [ออนไลน์]. *การเพาะเลี้ยงปลาบู๋*. แหล่งที่มา: http://eto.ku.ac.th/neweto/e-book/fish/pla_bu.pdf [21 ตุลาคม 2565].
- กองส่งเสริมการประมง กรมประมง กระทรวงเกษตรและสหกรณ์. (ม.ป.ป.). *การเลี้ยงตะพาบน้ำพันธุ์ได้หัว*. ส่งเสริมและฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เกษตรกรก้าวหน้า. (2559). *สารพัดวิธีการเลี้ยงกบสร้างรายได้*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทแม่บ้านจำกัด,
- งานศึกษาและพัฒนาแหล่งน้ำเพื่อการประมง ศูนย์ศึกษาการพัฒนาภูพานอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดสกลนคร. (2555). *คู่มือที่ 11 การเลี้ยงปลาอุกในบ่อซีเมนต์*. บริษัท มูฟเม้นท์ เจนทรี จำกัด.
- ธเนศ เกษศิลป์. (2566). “ปล่อยสัตว์น้ำอย่างไรให้ได้บุญ : หลักการและแนวคิดในการปล่อยสัตว์น้ำตามบริบทของสังคมไทย”. *สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- นฤชา ไกรเนต. (2553). *การเพาะเลี้ยงปลาไนล์*. สำนักวิจัยและพัฒนาประมงน้ำจืด สถาบันวิจัยและพัฒนาพันธุ์กรรมสัตว์น้ำ. โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- บันเทิง พาพิจิตร. (2549). *ประเพณีวัฒนธรรมไทยและคติความเชื่อ*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: โอ.เอส.พรีนติ้ง เฮ้าส์.
- บุญส่ง ศรีเจริญธรรม. (2563). *หลักเกณฑ์และขั้นตอนการปล่อยพันธุ์สัตว์น้ำเพื่อการจัดการประมงอย่างเหมาะสมและมีความรับผิดชอบ*. ราชการบริหารส่วนกลาง กรมประมง กระทรวงเกษตรและสหกรณ์.
- ปกรณ์ อุ่นประเสริฐ. (ม.ป.ป.). *การเลี้ยงปลาตะเพียนขาว*. กองส่งเสริมการประมง กรมประมง. สำนักส่งเสริมและฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ปรียาภรณ์ เชวงชินวงศ์ และรัชนิบูลย์ ทิพย์เนตร. (2549). *การเพาะเลี้ยงปลาสร้อย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2556). *เชื่อกฎม รู้กรรม แก้กรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 39. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา.
- พระมหาสาม อคฺคธมฺโม (แสงวงศ์). (2562). *การศึกษาวิเคราะห์ความมีอยู่ของบาปในพุทธปรัชญา*. พิมพ์ครั้งที่ 13. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาลัย.
- มนตรี แสนสุข. (2558). *ปลาหมอไทยแปลงเพศ เลี้ยงง่าย โตไว รวยเร็ว*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์น่านานาสำนักพิมพ์ ในเครือบริษัท ยิบซี กรุ๊ป จำกัด.

- _____. (2559). ปลาไหลนา เลี้ยงเสริมรายได้ อนาคตดี มีสิทธิ์รวย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์นานา สำนักพิมพ์ในเครือบริษัท ยิปซี กรุ๊ป จำกัด.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- รองศาสตราจารย์พูนทรัพย์ เกตุวีระพงศ์, ดร.สมจิต ขอนวงศ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ระวีโรจน์ ศรีคำภา, พระศักดิ์ดา สุวรรณทา. (2557). สืบชะตาล้านนา: แนวคิดและการเสริมสร้างความสัมพันธ์ ทางสังคม และจิตวิญญาณของชุมชนในล้านนา. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่.
- วศิน อินทสระ. (2552). วิธีสร้างความคิดและความมีเงื่อนไขของกรรม. กรุงเทพมหานคร: ธรรมดา.
- _____. (2552). วิธีสร้างความคิดและความมีเงื่อนไขของกรรม. กรุงเทพมหานคร: ธรรมดา.
- _____. (2554). หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด. พิมพ์ครั้งที่ 24. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ธรรมดา.
- _____. (2548). การทำบุญให้ทาน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: สร้างสรรค์บุ๊คส์.
- สุจินต์ โจนพิทักษ์. (2549). ปลาซ่อน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เกษตรสยาม.
- สุเชาว์ พลอยชุม. (2555). สารัตถวิชาการพุทธปรัชญา. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2559). เพื่อความเข้าใจถูกต้องเกี่ยวกับหลักกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สยามปริทัศน์.
- หน่วยสัตวเลียงชนิดพิเศษ โรงพยาบาล มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. [ออนไลน์]. ข้อควรปฏิบัติเมื่อจะปล่อยเต่าที่วัด. แหล่งที่มา: <http://vet.ku.ac.th/vw2018/index.php/ar/health-topics/231-health-topics-7> [15 ธันวาคม 2565].
- อภิชาติ ศรีสะอาด, พชร สำโรงเย็น. (2561). หอยทำเงิน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์นาคา อินเตอร์มีเดีย.
- อุดม เขยกิจวงศ์. (2545). ประเพณีกรรมท้องถิ่นไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ.

วิถีแห่งการเข้าถึงโมกขธรรมและการละกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ANALYSES OF THE WAYS TO ACCESS MOKHADHAMMA IN THE THERAVADA BUDDHISM

นางนวรรตน์ อังศุพานิชย์

Mrs. Navarat Aungsupanith

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี

Buddha Panya Sri Thawarawadee Buddhist College

Navarat582@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิเคราะห์วิถีแห่งการเข้าถึงโมกขธรรมทางพระพุทธศาสนาเถรวาท มุ่งที่จะศึกษา 3 ประการคือ เพื่อศึกษาแนวคิดวิถีแห่งการเข้าถึงโมกขธรรมหรือโพธิปักขิยธรรม เพื่อศึกษาแนวปฏิบัติเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท และ เพื่อเสนอแนวทางการหลุดพ้นตามความสามารถและความเพียรของแต่ละศาสนิกชน ผู้เขียนพบว่าในการแนวคิดวิถีแห่งการเข้าถึงโมกขธรรมหรือโพธิปักขิยธรรมตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อธิธิบาท 4 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรคมรรค 8 ส่วนการตัดกิเลสได้แก่ บุญญกริยาวัตถุ 3 สมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้วิจัยเสนอว่าทุกองค์ควรจัดให้ สิลัมัย และภาวนามัยในนโยบายองค์กร และนำไปปฏิบัติเพราะต้นทุนต่ำมาก ส่วนในการวิจัยครั้งต่อไป สำหรับฆราวาสควรศึกษาในประเด็นเรื่องสังคหวัตถุจะช่วยให้ฆราวาสบรรลุนิพพานได้หรือไม่ และ สำหรับภิกษุสามเณร และแม่ชีควรศึกษาในประเด็นเรื่องหลักการปฏิบัติวิปัสสนาในเชิงลึกเพื่อภิกษุบางรูป สามเณรและแม่ชีจะได้ใช้ปฏิบัติธรรมจากง่ายไปหายากเพื่อให้เกิดความสงบสุขในการก้าวสู่นิพพาน

คำสำคัญ: โมกขธรรม, การละกิเลส, พระพุทธศาสนาเถรวาท

Abstract

Analyses of the Ways to Access Mokhadhamma in the Theravada Buddhism was aimed to analyze the ways to access Mokhadhamma in the Theravada Buddhism; to investigate ways of practices to eliminate Kilesa (defilements) founded on the Buddhist principles and to propose the approaches to liberation by ability and perseverance of each individual. The researcher found that in the concept of the way of attaining Mokhadhamma or Bodhipakkhiyaya in the Theravada Buddhism, it included the 4 Satipatthana (foundations of mindfulness); the 4 Sammappadhana (exertion/efforts); Iddhipāda (path of accomplishment/to

success); 5 Bala (power); the 7 Bojjhanga (enlightenment factors); and the 8 Magga (the Noble Eightfold Path). The approaches to eliminate defilements founded on the Buddhist principles engaged the 3 Puññakariyā-vatthu (bases of meritorious action); Samathakammatthana (concentration development); and Vipassanākammatthana (insight development). The researcher recommended that observation of the 5 precepts and meritorious action consisting in mental development should be written in the organizational policy and in practice since they owned low cost. As of further studies, the 4 Sangahavatthu (social solidarity) should be investigated whether it would lead Laities to Nibbana and for religious persons, the principles in deep of Vipassanākammatthana should be investigated so that the novices and the religious women would gradually practice Dhamma from easiness to rigid routes for their peace of their mind to step into Nibbana.

Keywords: Mokhadhamma, the Ways to Access, Theravada Buddhism

บทนำ

แม้สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงกังวลชีวิตหลังความตาย การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ถึงกับต้องแอบเสด็จหนีออกจากพระมหाराชาวังเพื่อแสวงหาวิธีหลุดพ้นเพื่อพระองค์เองและศาสนิกชน แม้ทรงใช้กรรมจนนับชาติไม่ถ้วน (อย่างน้อย ไม่น้อยกว่าห้าร้อยชาติ (สังสารวัฏ) ทรงใช้เวลาประมาณห้าหมื่นกว่าปีจึงพบธรรมทำให้พระองค์และศาสนิกชนหลุดพ้นทุกข์ ในศาสนาพุทธ Wilson, Conze และ Gethin อธิบายว่าสังสารวัฏเป็น "วัฏจักรแห่งชีวิต ความตาย และการเกิดใหม่ที่ไม่มีจุดเริ่มต้นหรือจุดสิ้นสุด" มีอีกชื่อว่าภวัฏจักร มักกล่าวถึงในคัมภีร์ศาสนาพุทธว่า punarbhava (การเกิดใหม่) รากฐานและจุดประสงค์ที่สำคัญที่สุดของศาสนาพุทธคือนิพพาน การปลดปล่อยตนจากวัฏจักรของการดำรงอยู่ (Williams, Paul, 2002: 74-75) สังสารวัฏ ถือเป็นสิ่งที่คงอยู่ถาวรในศาสนาพุทธ เช่นเดียวกับศาสนาอินเดียอื่น ๆ Buswell, & Lopez และ Harvey, and Emmanuel (Harvey, Peter and Emmanuel, Steven M. A, 2015: 26-44) ระบุว่า ในแนวคิดศาสนาพุทธ กรรมเป็นตัวนำสังสารวัฏถาวร และ "ไม่บรรลุนิพพาน ในแต่ละครั้งจะมีผู้ถือกำเนิดและตายเพื่อไปเกิดในภพอื่นตามเหตุอันไม่มีตัวตนโดยสมบูรณ์แห่งกรรมของตน วัฏจักรการเกิด การเกิดและตายใหม่ที่ไม่สิ้นสุดนี้คือสังสารวัฏ" ทรงค้นพบอริยสัจ 4 ที่พุทธศาสนาทุกนิกายยอมรับ เป็นสิ่งที่จะยุติการเกิดใหม่ที่เกี่ยวข้องกับสังสารวัฏนี้ และวัฏจักรแห่งทุกข์ที่และโมกขธรรม (Buswell, Robert Jr.; Lopez, Donald Jr., (2013) อีกทั้งยังต้องไปเกี่ยวข้องกับ สติปัฏฐาน 4 สัมมปธาน 4 อิทธิบาท 4 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรคมรรค 8 รวมถึงแนวปฏิบัติเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธศาสนา เช่นบุญญกริยาวัตถุ 3 สมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน ที่ทำให้ศาสนิกชนถึงกับท้อที่จนพันทุกข์ และหันไปทำชั่วซะเลย อย่างไรก็ตามลึกในกันบึ้งหัวไม่มีใครอยากลำบากหลังความตาย จะทำอย่างไรจึงจะลุดพ้นโดยไม่เหนื่อหรือท้อขนาดนี้ ผู้วิจัยอาจช่วยไม่ได้แต่

แนะนำได้อย่างน้อยคงมีจำเป็นน้อยที่สุดที่จะช่วยให้หลุดบ่วงแร้วสังสารวัฏได้บางส่วนคงไม่ต้องใช้เวลาว่าแสนปีที่จะลุดนิพพาน พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) โมกขธรรม แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องหลุดพ้น ธรรมเป็นเหตุให้พ้น โมกขธรรม หมายถึงธรรมที่นำสัตว์โลกให้พ้นจากกิเลสและกองทุกข์ทั้งหมด ในความหมายสูงสุดคือพระนิพพาน เพราะพระนิพพานเป็นความดับกิเลสและกองทุกข์ได้ทั้งหมดทั้งสิ้น โมกขธรรม จัดเป็นจุดหมายสูงสุดของการออกบวชเป็นบรรพชิต เช่นการเสด็จออกบวชของพระพุทธเจ้าก็ทรงมุ่งแสวงหาโมกขธรรมนี้แม้พระสาวกในภายหลัง ก็ออกบวชกันด้วยมีปณิธานและความมุ่งมั่นเช่นนี้

หลักธรรมเป็นเครื่องหลุดพ้นเหล่านั้นเรียกว่า โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ได้แก่สติปัฏฐาน 4 สัมมปธาน 4 อธิบาป 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรคมองค์ 8 โพธิปักขิยธรรม 37 นี้เป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญมากสำหรับการปฏิบัติ เพราะเป็นเครื่องมือในการตัดกิเลสและก้าวสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน ผู้ปฏิบัติจึงควรนำหลักธรรมเหล่านี้ไปใช้ในการศึกษาและปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติและให้เกิดความหลุดพ้นแก่ตนเอง วิธีการปฏิบัติตนเพื่อนำไปสู่การหลุดพ้นจากกิเลส นั้น ในพระพุทธศาสนาพบว่าควรดำรงตนให้ตั้งอยู่ในศีลซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเบื้องต้นจากนั้นจึงอาศัยหลักธรรมที่เกื้อหนุนให้เกิดสมาธิ แล้วปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานเพื่อประหารกิเลสอย่างหยาบ กิเลสอย่างกลาง และกิเลสอย่างละเอียด ดังนี้แล้ว จึงจะสามารถกำจัดกิเลสได้ด้วยปัญญาก่อให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริง ทำให้ผู้ปฏิบัติหลุดพ้นจากกิเลส บรรลุมรรคผลตั้งแต่พระโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และพระอรหันต์ จนถึงนิพพานตามลำดับ

ปัญหาที่สำคัญ - แนวคิดวิถีแห่งการเข้าถึงโมกขธรรมตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาทเรียกว่า โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ได้แก่สติปัฏฐาน 4 สัมมปธาน 4 อธิบาป 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรคมองค์ 8 แต่ที่น่าสังเกตคือ พละ 5 ประกอบด้วย สัททาพละ, วิริยะพละ, สติพละ, สมาธิพละ, ปัญญาพละ ซึ่งซ้ำกับอินทรีย์ 5 ผู้วิจัยเห็นว่าควรใช้ พละ 4 (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2556) ได้แก่ ปัญญาพละ วิริยะพละ อนุวัชชพละ และ สังคหพละ ที่ต่างออกไปจากอินทรีย์ 5 ส่วน “บุญกิริยาวัตถุ 3” มี 3 อย่าง คือ ทาน ศีล ภาวนา ที่ควรปฏิบัติก่อนแนวปฏิบัติอื่นคือสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐานเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาควรเป็น “บุญกิริยาวัตถุ 10” ได้แก่ ทานมัย (ทำบุญด้วยการให้ปันสิ่งของ), สีสัมมัย (ทำบุญด้วยการรักษาศีลหรือประพฤติดี), ภาวนามัย (ทำบุญด้วยการเจริญภาวนาคือฝึกอบรมจิตใจ), อปจายนมัย (ทำบุญด้วยการประพาสที่อ่อนน้อม), เวยยาวัจจมัย (ทำบุญด้วยการช่วยขนขวายรับใช้), ปัตติทานมัย (ทำบุญด้วยการเฉลี่ยส่วนแห่งความดีให้แก่ผู้อื่น), ปัตตานุโมทนมัย (ทำบุญด้วยการยินดีในความดีของผู้อื่น), อัมมัสสวนมัย (ทำบุญด้วยการฟังธรรมศึกษาหาความรู้), อัมมเทสนามัย (ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรมให้ความรู้), และ ทิฏฐุชุกัมม (ทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ตรง) เนื่องจากให้รายละเอียดกว่าบุญกิริยาวัตถุ 3 ข้อ 4 และข้อ 5 จัดเข้าในศีลัมมัย; 6 และ 7 ในทานมัย; 8 และ 9 ในภาวนามัย; ข้อ 10 ได้ทั้งทาน ศีล และภาวนา

พุทธศาสนิกชนทุกนิกายทั่วโลกมีประมาณ 534, 600, 000 คน (Admin, ออนไลน์) และเชื่อว่าทุกคนคงต้องอยากบรรลุ “นิพพาน” หรืออย่างน้อยต้องมีภพที่ดีหลังความตาย ดังนั้นผู้ปฏิบัติคงต้องการหลุดพ้นจาก

กิเลส บรรลุมรรคผลก้าวสู่ตั้งแต่พระโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และพระอรหันต์ หรือแม้แต่ต้องเวียนว่ายตายเกิด ก็ยากเวียนว่ายตายเกิดที่ดีกว่าเดิม แต่ต้องเข้าถึงโมกขธรรมที่เรียกว่า โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ ได้แก่สติปัฏฐาน 4 สัมมปธาน 4 อิทธิบาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรคมืองค์ 8 พร้อมทั้งมีแนวปฏิบัติเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธศาสนา โดยปฏิบัติ บุญญกริยา 3 ก่อนเพื่อก้าวสู่การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน แม้จะมีปัญหาว่าควรเลือก พละ 5 หรือพละ 4 เพราะ พละ 5 ไปเข้าอินทรีย์ 5 อีกทั้งบุญญกริยาวัตถุ 3 ซึ่งควรใช้บุญญกริยาวัตถุ 10 ที่น่าจะเหมาะสมกับผู้ที่จะบรรลุธรรมมากกว่า ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาแนวคิดวิธีแห่งการเข้าถึงโมกขธรรมตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท และศึกษาแนวปฏิบัติเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธศาสนา ที่ควรนำเสนอใหม่

แนวคิดวิธีแห่งการเข้าถึงโมกขธรรมตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท

ในพระพุทธศาสนานั้น มีหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้นอยู่อย่างมากมายทีเดียว แต่หลักธรรมสำคัญที่นำไปสู่การบรรลุมรรคผลนิพพานนั้นพระพุทธเจ้าตรัสเรียกว่า “สันติบาท” (พระไตรปิฎกฉบับ มจร.) ซึ่งได้แก่ โพธิปักขิยธรรม คือ ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายของการตรัสรู้ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้, ธรรมที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค ทำให้รู้แจ้งอริยสัจ 4 บรรลุมรรคผลนิพพาน มีอยู่ 37 ประการดังนี้ 1) สติปัฏฐาน 4 คือ การตั้งสติระลึกรู้ทันต่อรูปนามขันธ์ 5 การเจริญสติ มีอยู่ 4 แห่งคือ แห่งที่ 1 กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย), แห่งที่ 2 เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา), แห่งที่ 3 จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต) และ แห่งที่ 4 ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน (การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม) 2) สัมมปธาน 4 คือ ความเพียรต่อกุศลธรรมอย่างแรงกล้า 4 ประการ ได้แก่ ประการที่ 1 สังวรปธาน (เพียรพยายามในการละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว) ประการที่ 2 ปหานปธาน (เพียรพยายามป้องกันอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น ไม่ให้เกิดขึ้น) ประการที่ 3 ภวานापธาน (เพียรพยายามให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น) และ ประการที่ 4 อนุรักษนาปธาน (เพียรพยายามให้กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป) 3) อิทธิบาท 4 คือ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จหรือธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงความสำเร็จฉะฉาน อภิญญา และมรรค ผล ประกอบด้วย ฉันทะ (ความพอใจ), วิริยะ(ความเพียร), จิตตะ (ความคิดมุ่งไป), วิมังสา (ความไตร่ตรอง) 4) อินทรีย์ 5 คือธรรมที่เป็นใหญ่ในกิจของตน ประกอบด้วย 1) สัทธินทรีย์ คือ ศรัทธาเป็นผู้ปกครองในความเลื่อมใส ต่อสิ่งที่ควรเลื่อมใส 2) วิริยินทรีย์ คือ วิริยะเป็นผู้ปกครองในความพยายามต่อการอบรมในการเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาอย่างแรงกล้า 3) สตินทรีย์ คือ สติเป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองในการระลึกรู้ถึงอารมณ์กรรมฐาน 4) สมาธินทรีย์ คือ สมาธิเป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองในการกระทำจิตให้ตั้งมั่นในอารมณ์กรรมฐาน 5) ปัญญินทรีย์ คือ ปัญญาเป็นใหญ่เป็นผู้ปกครองในการรู้ตามความเป็นจริงของอารมณ์กรรมฐาน 5) พละ 5 ประกอบด้วย สัทธาพละ-ความเชื่อ กำลังแห่งความเชื่อ ความศรัทธา; วิริยะพละ-ความเพียร กำลังแห่งความเพียรพยายาม; สติพละ-ความระลึกได้ กำลังแห่งสติ ระลึกรู้; สมาธิพละ-;ความตั้งใจมั่น กำลังแห่งใจที่ตั้งมั่น และ ปัญญาพละ-ความรอบรู้ กำลังแห่งความรู้ที่เกิดจากปัญญาญาณ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.

ปยุตโต, 2556) 6) โภชนงค์ 7 ประกอบด้วย สติสัมโพชนงค์ (ความระลึกได้), ธัมมวิจยสัมโพชนงค์ (ความเพียรธรรม) วิริยสัมโพชนงค์ (ความเพียร), ปิติสัมโพชนงค์ (ความอิมใจ), ปัสสัทธิสัมโพชนงค์ (ความผ่อนคลายสงบเย็นกายใจ),สมาธิสัมโพชนงค์ (ความมีใจตั้งมั่น), และอุเบกขาสัมโพชนงค์(ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง) และ 7) มรรคมืองค์ 8 ประกอบด้วย สัมมาทิฏฐิ(เห็นชอบ), สัมมาสังกัปปะ(ดำริชอบ), สัมมาวาจา (วาจาชอบ), สัมมากัมมันตะ (กระทำการงานชอบ), สัมมาอาชีวะ(เลี้ยงชีพชอบ), สัมมาวายามะ (เพียรพยายามชอบ), สัมมาสติ (ระลึกชอบ), และสัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ) (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2556)

แนวปฏิบัติเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธศาสนา

หลักธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ทั้งหมดนั้นล้วนเป็นไปเพื่อความดับทุกข์ หรือความหลุดพ้นจากกิเลสอันได้แก่ โลภะ โทสะ และโมหะ เป็นต้นทั้งสิ้น (พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), 2534: 129) ก่อนที่จะปฏิบัติตามหลักธรรมเหล่านี้ในเบื้องต้นผู้ปฏิบัติต้องตั้งอยู่กับความดีหรือการกระทำดีโดยทั่ว ๆ ไปซึ่งเรียกว่า “บุญกิริยาวัตถุ 3” มี 3 อย่าง คือ ทาน ศีล ภาวนา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต 2556). ดังมีพระพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายอย่ากลัวบุญเลย คำว่า บุญ นี้ เป็นชื่อของความสุ...” เมื่อได้ถวายทานแล้ว จึงควรรักษาศีล ต่อจากนั้นจึงควรบำเพ็ญเพียรทางจิตหรือการเจริญภาวนาเพื่อให้เกิดความสงบนั้นช่วยให้เกิดสมาธิ ดังมีพระพุทธพจน์ว่า “เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น (เป็นสมาธิ)” และเมื่อจิตเป็นสมาธิบรรลุมรรคแล้ว ความสุขก็เป็นองค์ประกอบของฌาน ดังที่เรียกว่า “องค์ฌาน” ฌานสมาบัติที่สูงกว่านั้นขึ้นไปก็เป็นความสุขที่ประณีตยิ่งขึ้นไปอีก เพราะจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือนิพพาน” ซึ่งถือว่าเป็นบรมสุข แนวปฏิบัติเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธ ศาสนาต้องเริ่มที่ “บุญกิริยาวัตถุ 3”ตามด้วยปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานซึ่งจัดเป็นขั้นของการเจริญสมาธิ สัมมาสมาธิ จนสามารถทำตนให้หลุดพ้นจากกิเลสและความทุกข์ทั้งปวงได้ในที่สุด เพื่อประหารกิเลสอย่างหยาบ กิเลสอย่างกลาง และกิเลสอย่างละเอียด จะได้กล่าวโดยสังเขปดังนี้

1. “บุญกิริยาวัตถุ 3” มี 3 อย่าง คือ ทาน ศีล ภาวนา ได้แก่ 1) ทานมัยบุญกิริยาวัตถุ คือการทำบุญด้วยการให้ทานสิ่งของ 2) ศีลมัย บุญกิริยาวัตถุ คือการทำบุญด้วยการรักษาศีล และ 3). ภาวนามัย บุญกิริยาวัตถุ คือการทำบุญด้วยการเจริญภาวนา การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานเพื่อทำลายกิเลสอย่างหยาบ กิเลสอย่างกลาง และกิเลสอย่างละเอียด ดังนี้แล้ว จึงจะสามารถกำจัดกิเลสได้ด้วยปัญญา ก่อให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริง ทำให้ผู้ปฏิบัติหลุดพ้นจากกิเลส บรรลุมรรคผลตั้งแต่พระโสดาบัน สกทาคามี อนาคามี และพระอรหันต์ จนถึงนิพพานตามลำดับ

2. ปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน สมถกรรมฐาน จิตสุข จิตสงบมีเรี่ยวมีแรง - สมถกรรมฐานมีหลักง่ายๆ อยาให้จิตสงบมีเรี่ยวมีแรง ก็อย่าให้จิตฟุ้งซ่านไป จิตที่ฟุ้งซ่านคือจิตที่จับอารมณ์ไปเรื่อยโดยไร้จุดหมาย จิตจึงฟุ้งซ่านไปหาอารมณ์ในผัสสะ 6 จึงไม่สุข ไม่สงบ หากเราอยากให้จิตสุขจิตสงบ เราก็อยู่ในอารมณ์อันเดียวได้

ไม่วิ่งุ่นวายต้องเลือกอารมณ์ที่เราอยู่ด้วยแล้วมีความสุข มีความสงบสบายใจ เช่นอยู่กับพุทโธแล้วมีความสุข เราอยู่กับพุทโธ อยู่กับลมหายใจแล้วมีความสุข เราก็ออยู่กับลมหายใจ พอจิตได้อารมณ์ที่มีความสุข ก็เหมือนเด็กได้ของอร่อย ได้ของชอบ เด็กก็ไม่ไปวิ่งชนออกนอกบ้าน เด็กก็อยู่ในบ้าน มีอารมณ์ที่มีความสุข เด็กชอบอะไรก็เอานั่นมาล่อ จิตเราเหมือนเด็ก เราหาสิ่งที่ถูกอกถูกใจมาล่อ พออยู่กับอารมณ์ที่ชอบใจ ก็ไม่วิ่งไปหาอารมณ์อื่นๆ เพราะที่วิ่งไปหาอารมณ์นั้นอารมณ์นี้เพราะจิตอยากได้อารมณ์ที่ชอบใจ พอมีอารมณ์ชอบใจก็มีความสุข จิตก็จะพอใจ อารมณ์ในโลก วิ่งหาเท่าไรก็ไม่มีหรอกที่จะมีความสุขที่แท้จริง แต่อารมณ์ grunnan มี และ

3. วิปัสสนากัมมัฏฐาน วิปัสสนากรรมฐาน เป็นการเห็นไตรลักษณ์ของรูปนามอีกชนิดหนึ่งคือการทำ วิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งขั้นแรกต้องหัดเห็นสภาวะธรรมก่อน เพราะวิปัสสนากรรมฐานเป็นการเห็นไตรลักษณ์ของ รูปของนาม ก่อนเห็นไตรลักษณ์ของรูปของนามได้ ต้องเห็นรูปเห็นนามได้ก่อน เราต้องฝึกแยกสภาวะให้ออก เพราะฉะนั้นปัญญาขั้นแรกที่เราจะเดินไปสู่วิปัสสนา เราต้องแยกขั้นให้ได้ แยกธาตุแยกขั้นให้ได้ แยกรูป แยกนาม สิ่งที่เราเรียกว่าตัวเราถูกแยกออกเป็นส่วน ๆ การหัดแยกสภาวะ ที่แรกก็ต้องฝึกจิตให้ตั้งมั่นขึ้นมาก่อน ก่อนจะเดินปัญญาได้ต้องมีสมาธิที่ถูกต่อง่อน ทั้ง ๆ ที่ยังไม่ได้ขึ้นวิปัสสนา จะแยกธาตุแยกขั้นได้ก็ต้องมีจิต ที่ตั้งมั่นขึ้นมาเป็นผู้รู้ผู้ดูเสียก่อน ตรงนี้เราใช้ต้อยอดจากการทำสมาธิ หรือจะไม่ต้อยอดจากการทำสมาธิ เพราะเราทำสมาธิไม่เป็นเลย นอกจากใช้ความสังเกต อย่างร่างกายเรานั่งอยู่ รู้สึกลงปร่าร่างกายมันนั่ง ใจมัน เป็นคนรู้ จิตมันเป็นคนรู้ ค่อย ๆ ฝึกอย่างนี้ ร่างกายมันเย็น เดิน นั่ง นอน คู้เหยียด หายใจออก หายใจเข้า จิต เป็นคนรู้คนดู ร่างกายเป็นของถูกรู้ถูกดู ทำให้ขึ้นมาว่าร่างกายเป็นของถูกรู้ถูกดู มันก็จะมีสิ่งที่เป็นผู้รู้ผู้ดู คือตัว จิตเกิดขึ้น มันจะแยกออกมา หรือเราเห็นความสุขความทุกข์เกิดขึ้นในร่างกาย ความสุขความทุกข์เป็นของถูกรู้ ถูกดู ตัวผู้รู้มันก็จะตั้งมั่นเด่นดวงขึ้นมา (หลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชโช, ออนไลน์)

วิธีและผลการเข้าถึงโพธิปักขิยธรรม และการละกิเลส

สมเด็จพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต 2556) จะได้ มงคล 38 (สิ่งที่ทำให้มีโชคดี, ธรรมอันนำมา ซึ่งความสุขความเจริญ เรียกเต็มว่า อุดมมงคล คือมงคลอันสูงสุด **คาถาที่ 1** (1) อเสวนา จ พาลานํ (ไม่คบคน พาล), (2) ปณฺชิตานญฺจ เสวนา (คบบัณฑิต), และ (3) ปุชา จ ปุชฺณียานํ (บูชาคนที่ควรบูชา) **คาถาที่ 2** (4) ปฏฺวิรูปเทสวสฺส จ (อยู่ในปฏิรูปเทศ, อยู่ในถิ่นมีสิ่งแวดล้อมดี) (5) ปุพฺเพ จ กตปุญฺญตา (ได้ทำความดีให้พร้อม ไว้ก่อน, ทำความดีเตรียมพร้อมไว้แต่ต้น) และ (6) อตฺตสมมาปณฺธิ จ (ตั้งตนไว้ชอบ) **คาถาที่ 3** (7) พาหุสจฺจณฺจ (เล่าเรียนศึกษามาก, ทรงความรู้กว้างขวาง, ใส่ใจสดับตรับฟัง คั่นคว้าหาความรู้อยู่เสมอ), (8) สิปปญฺจ (มีศิลปวิทยา, ชำนาญในวิชาชีพของตน), (9) วินโย จ สุสิขิโต (มีระเบียบวินัย, ได้ฝึกอบรมตนไว้ดี) และ (10) สุภาสิตา จ ยา วาจา (วาจาสุภาสิต, รู้จักใช้วาจาพูดให้เป็นผลดี) **คาถาที่ 4** (11) มาตาปิตุอุปฏฺฐานํ (บำรุงมารดาบิดา), (12/13) ปุตฺตทารสฺส สงฺคโห = ปุตฺตสงฺคห (สงเคราะห์บุตร) และ(14) อนากูลา จ กมฺมณฺ ตา (การงานไม่อาภูล) ท่านอธิบายว่า ได้แก่ อาชีพการงาน ที่ทำด้วยความขยันหมั่นเพียร เอาธุระ รู้จักกาล ไม่

คังคัง ย่อหย่อน. (ขุททก.อ. 153) **คาถาที่ 5** (15) ทานญจ (รู้จักให้, เพื่อแบ่งปัน, บริจาคสงเคราะห์และบำเพ็ญประโยชน์) (16) ธมมจริยา จ (ประพฤติธรรม, ดำรงอยู่ในศีลธรรม) (17) ญாதกานญจ สงคโ (สงเคราะห์ญาติ — rendering aid to relations) และ (18) อนวชานิ กมมานิ (การงานที่ไม่มีโทษ, กิจกรรมที่ดีงาม เป็นประโยชน์ ซึ่งไม่เป็นทางเสียหาย) ท่านยกตัวอย่างไว้ เช่น การสมาทานอุโบสถ การบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ สร้างสวน ปลูกป่า สร้างสะพาน เป็นต้น **คาถาที่ 6** (19) อารตี วิรตี ปาปา (เว้นจากความชั่ว), (20) มชชปาณา จ สญญโม (เว้นจากการดื่มน้ำเมา) และ (21) อปปมาโท จ ธมเมสุ (ไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย) **คาถาที่ 7** (22) คารโว จ (ความเคารพ, การแสดงออกที่แสดงถึงความเป็นผู้รู้จักคุณค่าของบุคคล สิ่งของ หรือกิจการนั้นๆ และรู้จักให้ความสำคัญและความใส่ใจเอื้อเฟื้อโดยเหมาะสม) (23) นิวาโต จ (ความสุภาพอ่อนน้อม, ถ่อมตน), (24) สนตฺตญฺญิ จ (ความสันโดษ, ความเอิบอิ่มพึงพอใจในผลสำเร็จที่ได้สร้างขึ้น หรือในปัจจุบันยลาภที่แสวงหามาได้ ด้วยเรี่ยวแรงความเพียรพยายามของตนเองโดยทางชอบธรรม), (25) กตญญตา (มีความกตัญญู) และ (26) กาเลน ธมมสฺสวณฺ (พึงธรรมตามกาล, หาโอกาสแสวงหาความรู้เกี่ยวกับหลักความจริง ความดีงาม และเรื่องที่เป็นประโยชน์) **คาถาที่ 8** (27) ขนฺตี จ (มีความอดทน), (28) โสวสฺสตา (เป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย, พุดกันง่าย พึงเหตุผล), (29) สมณานญจ ทสฺสนิ (พบเห็นสมณะ, เยี่ยมเยือนเข้าหาท่านผู้สงบบิเลศ). และ (30) กาเลน ธมมสากฺจนฺ (สนทนาธรรมตามกาล, หาโอกาสสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็นกันเกี่ยวกับหลักความจริงความดีงามและเรื่องที่เป็นประโยชน์) **คาถาที่ 9** (31) ตโป จ (มีความเพียรเพากิเลส, รู้จักบังคับควบคุมตน ไม่ปรนเปรอตามใจอยาก) (32) พรหมจริยญจ (ประพฤติพรหมจรรย์, ดำเนินตามอริยมรรค, การรู้จักควบคุมตนในทางเพศ หรือถือเมถุนวิรัตตามควร) พรหมจรรย์ในที่นี้ มุ่งเอาอัฐังคิคมรรคเป็นหลัก แต่จะตีความแคบหมายถึงเมถุนวิรัตก็ได้ ความหมายอย่างย่อสำหรับคฤหัสถ์ คือ ถือพรหมจรรย์ในบุคคลที่ไม่มีคู่ครอง หรือถือเด็ดขาดในวันอุโบสถ เป็นต้น (33) อริยสจฺจาน ทสฺสนิ (เห็นอริยสัจ, เข้าใจความจริงของชีวิต) และ (34) นิพพานสจฺฉิกิริยา จ (ทำพระนิพพานให้แจ้ง, บรรลุนิพพาน) **คาถาที่ 10** (35) ฌญฺฐสฺส โลกธมฺเมหิ จิตฺตํ ยสฺส น กมฺปติ (ถูกโลกธรรม จิตไม่หวั่นไหว), (36) อโสภํ (จิตไร้เศร้า), (37) วิรชํ (จิตปราศจากธุลี) และ (38) เขมํ (จิตเกษม) แต่ละคาถามีบทสรุปว่า “เอตมมฺงคฺลฺมฺตฺตมํ” (นี่เป็นมงคลอันอุดม) มีคาถาสรุปท้ายมงคลทั้ง 38 นี้ว่า

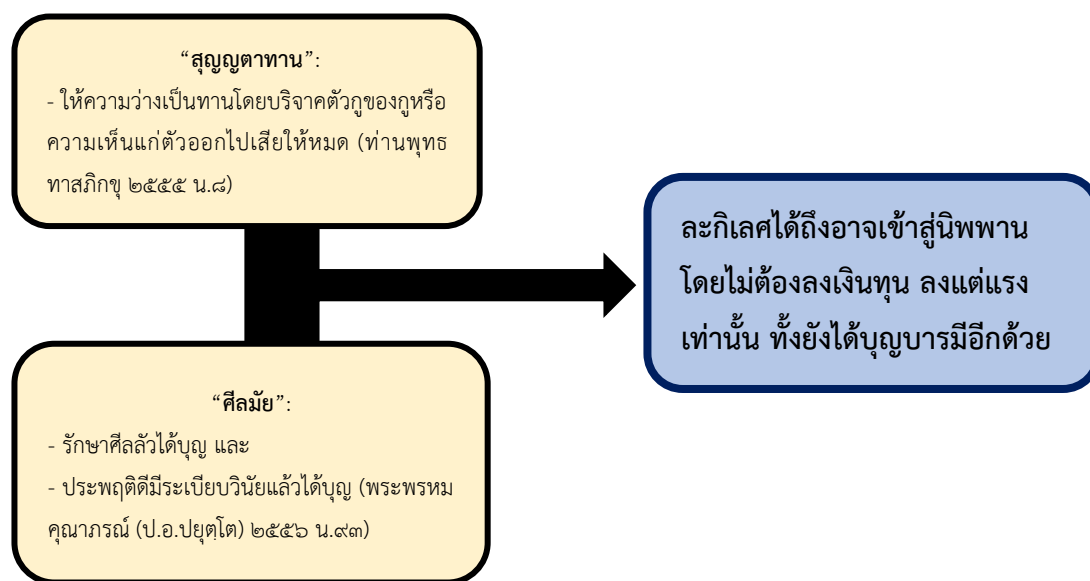
เอตาทิสานิ กตฺวาน สพฺพตฺถมปฺราชิตา
 สพฺพตฺถ โสตฺถิ คจฺฉนฺติ ตนฺเตสํ มงฺคฺลมฺตฺตมฺนติ.

แปลว่า “เทวะมนุษย์ทั้งหลายกระทำมงคลเช่นนี้แล้ว ย่อมเป็นผู้ไม่ปราศในในทุกสถาน
 ย่อมถึงความสวัสดิในทั้งปวง นี่คืออุดมมงคลของเทวะมนุษย์เหล่านั้น.”

องค์ความรู้ใหม่

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2556: 93) สอนว่า บุญกิริยาวัตถุ 3 คือที่ตั้งแห่งการทำบุญ, เรื่องที่จัดเป็นการทำความดี, หลักการทำความดี, ทางทำความดี ประกอบด้วย 1) ทานมัย (ทำบุญด้วยการให้ปัน

สิ่งของ 2) สีส้ม บัญญัติว่าวัตถุ (ทำบุญด้วยการรักษาศีล หรือทำบุญด้วยการประพฤติดีมีระเบียบวินัย และ 3) ภาวนามัย บัญญัติว่าวัตถุ (ทำบุญด้วยการเจริญภาวนา คือฝึกอบรมจิตใจ) พระพุทธเจ้าตรัสยก “ทาน” ขึ้นเป็นหลักการทำบุญข้อแรก ก็แสดงอยู่ในตัวแล้วว่าทรงเน้นการเกื้อกูลกันในสังคม แต่ก็ต้องถามต่อไปอีกว่าเหตุใดการเกื้อกูลกันในสังคม จึงต้องเริ่มต้นด้วยทาน เพราะด้วยการยกทานขึ้นตั้งเป็นข้อแรก พระพุทธศาสนาเน้นความสำคัญของวัตถุ โดยเฉพาะปัจจัย 4 เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตของมนุษย์ เช่นเดียวกัน ท่านพุทธทาสภิกขุ (พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), 2555: 8) ให้ความสำคัญกับทานบารมี แต่ท่านเรียกว่า “สุญญตาทาน” หรือการบริจาคตัวกูของกู หรือการบริจาคการเห็นแก่ตัวให้หมดสิ้น ยิ่งอยู่ในสภาวะเศรษฐกิจทั่วโลกย่ำแย่คนส่วนใหญ่ไม่อยากบริจาคปัจจัยเพื่อทำบุญ แต่ในบัญญัติว่าวัตถุ 3 นอกจากการการทำทานมัย ยังมี สีส้ม ที่ทำบุญด้วยการรักษาศีล ซึ่งทำได้ด้วยตนเองและไม่ต้องลงทุนอะไรนอกจากแรงและความอดทนอดกลั้น หรือประพฤติดีมีระเบียบวินัยซึ่งสามารถทำให้สังคมสงบมีระเบียบโดยเริ่มจากตัวเอง ที่ไม่ต้องลงทุนลงแต่แรงเท่านั้น และทั้งสองประเด็นนี้ทำให้ผู้ปฏิบัติก็เข้าสู่นิพพานได้ หรืออย่างน้อยสละกิเลสได้อย่างได้ผลดังแผนภาพ ข้างล่างนี้



แผนภาพที่ 1 แนวคิดใหม่ในการปฏิบัติเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธศาสนา

บทสรุป

การวิเคราะห์วิถีแห่งการเข้าถึงโมฆธรรมทางพระพุทธศาสนาเถรวาท มีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ เพื่อศึกษาแนวคิดวิถีแห่งการเข้าถึงโมฆธรรมหรือโพธิปักขิยธรรม, เพื่อศึกษาแนวปฏิบัติเพื่อการตัดกิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท, และ เพื่อเสนอแนวทางการหลุดพ้นตามความสามารถและความเพียรของแต่ละศาสนิกชน ผู้วิจัยพบว่าในการแนวคิดวิถีแห่งการเข้าถึงโมฆธรรมหรือโพธิปักขิยธรรมตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อธิเบทา 4 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรคมีองค์ 8 ส่วนการตัดกิเลสได้แก่ การปฏิบัติบุญญกริยาวัตถุ 3 สมกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้วิจัยเสนอว่าทุกองค์กรควรจัดให้ ศีลมัย และภาวนามัยในนโยบายองค์กร และนำไปปฏิบัติเพราะต้นทุนต่ำมาก ส่วนในการวิจัยครั้งต่อไป สำหรับฆราวาสควรศึกษาในประเด็นเรื่องสังคหวัตถุจะทำให้ฆราวาสบรรลุนิพพานได้หรือไม่ และ สำหรับภิกษุ สามเณร และแม่ชีควรศึกษาในประเด็นเรื่องหลักการปฏิบัติวิปัสสนาในเชิงลึกเพื่อภิกษุบางรูป สามเณรและแม่ชีจะได้ใช้ปฏิบัติธรรมจากง่ายไปหายากเพื่อให้มีความสงบสุขในการก้าวสู่นิพพาน

เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโชม ป.ธ.9 ราชบัณฑิต). [ออนไลน์]. *โมฆธรรม : คำวัด*. แหล่งที่มา: https://kalyanamitra.org/th/article_detail.php?i=2522.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ). (2534). *ทางไปนิพพาน*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระนคร.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ประยุตโต). (2556). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 25. มูลนิธิธรรมทานกุศลจิต: สำนักพิมพ์ผลิธัมม.
- หลวงพ่อบุญมา ฐิตะปาโมโข. [ออนไลน์]. *ธรรมะเพื่อความพ้นทุกข์: สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน*. วัดสวนสันติธรรม ออนไลน์. แหล่งที่มา: <https://www.dhamma.com/samatha-and-vipassana/>
- Admin. *Buddhist Countries 2023: The Pew Research Center, World Population Review*. Online. Retrieved 13 May 2023, from: <https://worldpopulationreview.com/country-rankings/buddhist-countries>.
- Buswell, Robert Jr.; Lopez, Donald Jr. (2013). *The Princeton Dictionary of Buddhism*. Princeton University Press. ISBN 978-1-4008-4805-8.
- Conze, Edward. *Buddhist Thought in India: Three Phases of Buddhist Philosophy*. Routledge, (2013) p. 71. ISBN 978-1-134-54231-4., Quote: "Nirvana is the *raison d'être* of Buddhism, and its ultimate justification".
- Gethin, Rupert. (1998). *Foundations of Buddhism*. Oxford University Press.

- Harvey, Peter and Emmanuel, Steven M. A (2015). *Companion to Buddhist Philosophy*. John Wiley & Sons.
- Williams, Paul (2002). *Buddhist Thought*. Routledge.
- Wilson, Jeff. (2010). *Samsāra and Rebirth, in Buddhism*. (Oxford University Press.
- Wynne, Alexander (2012). *Buddhist Thought*. Routledge.

บทวิจารณ์หนังสือ
สถาบันสงฆ์กับสังคมปัจจุบัน

นายวชิระ ศิริลักษณ์

Mr. Wachira Sirilak

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี

Buddha Panya Sri Thawarawadee Buddhist College

sodvachira2523@gmail.com

บทนำ

หนังสือเรื่อง “สถาบันสงฆ์ กับ สังคมปัจจุบัน” แต่งโดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (ปัจจุบันดำรงสมณศักดิ์ชั้นสมเด็จพระราชาคณะที่ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์) พิมพ์ครั้งแรก เมื่อ 25 พฤศจิกายน 2517 และพิมพ์ครั้งพิเศษเมื่อเดือนตุลาคม 2558 หนังสือ เกิดจากการพูดการเขียนประกอบคำบรรยายเมื่อปี 2517 ในช่วงเหตุการณ์ 14 ตุลา ท่ามกลางบรรยากาศแห่งการขัดแย้งของอำนาจเก่ากับอุดมการณ์ทางความคิดใหม่ มีการต่อสู้ระหว่างอำนาจรัฐกับขบวนการนักศึกษาที่นับเนื่องใน ปัญญาชน ต่างฝ่ายก็จะแก้ปัญหาหรือพัฒนาสังคมไทย

ปัจจุบันสถานการณ์ของสังคมไทย มีเสียงวิพากษ์วิจารณ์โจมตีพระสงฆ์และสถาบันการศึกษาของคณะสงฆ์กันมาก ซึ่งเป็นการกล่าวหาใส่ร้ายบนพื้นฐานของความไม่รู้ไม่เข้าใจในบริบทของสังคมของตนเอง ทำให้ภาพลักษณ์ของคณะสงฆ์ดูไม่ดี ดังนั้นเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน และเป็นผู้มีปัญญาเกิดความคิดความอ่าน เข้าใจความจริง ครั้นเมื่อสถานการณ์มีแบบนี้เกิดขึ้นมาอีก เมื่อได้อ่านหนังสือเล่มนี้แล้ว ก็จะเป็นที่ประจักษ์แจ้ง จึงเป็นหนังสือที่มีคุณค่า มีเหตุผล ชัดเจน ควรแก่การศึกษาประดับความรู้และเผยแพร่ให้สังคมได้รับทราบถึงข้อมูลที่แท้จริงนั้นเป็นอย่างยิ่ง จึงทำให้เป็นหนังสือที่น่าสนใจและอยากศึกษาเพื่อความเข้าใจมากขึ้น เมื่อต้องอธิบายเรื่องแบบนี้ให้กับญาติโยมที่ไม่เข้าใจให้เข้าใจยิ่งขึ้น

ผู้เขียนได้จัดสรรเนื้อหาออกเป็น 5 ส่วน ประกอบด้วย บทที่ที่ 1 ปัญหาเกี่ยวกับคุณค่าของสถาบันสงฆ์ในสังคมปัจจุบัน (พิจารณาในแง่การศึกษา) บทที่ที่ 2. การวิเคราะห์ปัญหาและสาเหตุของปัญหาการศึกษาของสถาบันสงฆ์ บทที่ที่ 3 ความเสื่อมโทรมของสถาบันสงฆ์ บทที่ที่ 4 ปัญหาเพราะระบบศักดินาหรือเข้าไม่ถึงสังคมไทยส่วนที่ บทที่ที่ 5 ปัญหาเกี่ยวกับการสร้างรากฐานของความเจริญที่แท้

เนื้อหา

หนังสือเล่มนี้เป็นบทบันทึกจากการบรรยายของเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ เมื่อครั้งยังเป็นพระพรหมคุณาภรณ์ ได้บรรยายเกี่ยวกับเรื่องของสถาบัน และเรื่องพระสงฆ์ โดยมีคณะศิษยานุศิษย์ได้รวบรวมจัดพิมพ์เป็นหนังสือเรื่อง “สถาบันสงฆ์กับสังคมปัจจุบัน” โดยผู้วิจารณ์ของสรุปเนื้อหาในหนังสือดังต่อไปนี้

บันทึกที่ 1 ปัญหาเกี่ยวกับคุณค่าของสถาบันสงฆ์ในสังคมปัจจุบัน (พิจารณาในแง่การศึกษา) ปัจจุบันมีผู้วิพากษ์วิจารณ์พระพุทธศาสนาและสถาบันสงฆ์กันมาก คำวิจารณ์จำนวนมากเป็นไปในรูปการติเตียนและโจมตีในทำนองว่า “พระสงฆ์เอาเปรียบสังคม” สถาบันสงฆ์พระสงฆ์ไม่ได้ทำอะไรให้เป็นประโยชน์แก่สังคม ชำร่วยบางที่ยังทำการและมีพฤติกรรมที่เป็นโทษแก่สังคม ชักนำประชาชนไปในทางชั่วเขามากด้วย คำตำหนิเหล่านี้มีส่วนที่จะต้องยอมรับอยู่ไม่น้อย แต่ถ้าเป็นคนใฝ่แสวงปัญญา เป็นนักศึกษาแท้จริง มองให้ลึกซึ้งลงไปอีก จะเห็นว่าทั้งที่อยู่ในสภาพเสื่อมโทรมอย่างมากเช่นนี้ สถาบันสงฆ์ก็ยังมีคุณค่าต่อสังคมอย่างมากมายนอกจากเห็นคุณค่าของสถาบันสงฆ์ที่แฝงซ่อนอยู่ในส่วนลึก ยังจะช่วยให้มองเห็นปัญหาและสาเหตุของปัญหาของสังคมอย่างอื่น ๆ ที่ซ่อนกันอยู่อีกด้วย โดยเฉพาะในด้านการศึกษา การศึกษาของสงฆ์นั้นเป็นเพียงการสืบต่อประเพณีในสังคมไทยเดิมเท่านั้น จึงไม่ใช่การริเริ่มขึ้นใหม่ หรือการกระทำด้วยความตระหนักในคุณค่าแต่อย่างใด ประโยชน์ที่สังคมได้รับจึงเป็นเพียงผลได้จากการปล่อยปละละเลยและการสัการะทำ เมื่อย้อนกลับไปสมัยก่อนวัดเป็นศูนย์กลางของชุมชน โดยเฉพาะในด้านการศึกษา ลักษณะบางอย่างของการศึกษาในระบบสังคมไทยเดิม หรือระบบวัดนี้ ที่ควรสังเกต คือ ให้ความเสมอภาคแห่งโอกาสในการศึกษามากพอสมควร ผู้สำเร็จการศึกษาแล้ว โดยทั่วไปจะอยู่รับใช้สนองความต้องการของชุมชนนั่นเอง และผู้อยู่ในวัดครองเพศเป็นพระภิกษุสามเณรนั้น แยกโดยกิจกรรมทางการศึกษา เป็น 2 ประเภท คือ ผู้สอน กับผู้เรียนหรือผู้ให้การศึกษา กับผู้รับการศึกษา

เมื่อประเทศไทยรับอารยธรรมตะวันตก และได้เริ่มจัดการศึกษาตามระบบใหม่อย่างตะวันตก ซึ่งมีบทบาทในการให้การศึกษาแก่ประชาชนในรูปแบบที่เป็นระบบถูกยกออกไปและแยกขาดจากวัด การศึกษาในวัดและสำหรับพระสงฆ์ ก็ถูกปล่อยขาดไปให้เป็นเรื่องของสถาบันสงฆ์จัดดำเนินการโดยลำพัง ไม่อยู่ในความรับผิดชอบของรัฐ และไม่จัดเข้าเป็นส่วนใดในโครงการหรือแผนการศึกษาใดๆ เป็นเพียงการสืบต่อสิ่งที่มีมาตามประเพณี สำหรับผู้ที่คิดจะทำลายสถาบันสงฆ์ลงนั้น มีวิธีเสนอให้ทำได้ง่ายๆ คือ ให้รัฐจัดการศึกษาแก่ประชาชนอย่างทั่วถึงทุกถิ่นแล้ว จำนวนพระภิกษุสามเณรจะลดลงทันตา ข้อนี้หมายความว่า ประชาชนในถิ่นนั้น ๆ ยังได้อาศัยประเพณีไทยเดิมที่รักษาสืบต่อกันมาในสถาบันสงฆ์นี้ เป็นช่องทางเดียวที่จะได้มีโอกาสรับการศึกษาหาความเจริญก้าวหน้าในชีวิตได้บ้าง รัฐต้องยอมรับแล้วว่า รัฐไม่สามารถจัดการศึกษาให้ทั่วถึงและให้ความเสมอภาคแห่งโอกาสในการศึกษาด้วยระบบที่รัฐมีอยู่แล้วได้ และที่สำคัญการจัดการศึกษาของสถาบันสงฆ์ใช้เงินลงทุนน้อย และประชาชนมีส่วนรับผิดชอบร่วมด้วยมาก ซึ่งถ้าปรับปรุงค่านิยมของสังคมให้ดีแล้ว จะเป็นประโยชน์มาก

บันทึกที่ 2 การวิเคราะห์ปัญหาและสู่ทางแก้ไขปัญหาการศึกษาของสถาบันสงฆ์ ผู้เขียนได้ยกตัวอย่าง ปัญหากรณีที่ภิกษุสามเณรส่วนใหญ่ ไม่ยอมรับการการศึกษาที่คณะสงฆ์จัดให้ จึงค้นหาช่องทางศึกษาเล่าเรียน เพื่อตอบสนองความต้องการในแบบที่ตนเองต้องการ ในกรณีนี้ ถ้าคณะสงฆ์สามารถควบคุมไม่ให้พระเณรไป เล่าเรียนสิ่งที่คณะสงฆ์ไม่ต้องการได้จริง ก็แล้วไป (ความจริงเมื่อสภาพพื้นฐานขัดกันอย่างนี้ จะคุมอย่างไรก็ไม่ มีทางให้เรียบร้อยเป็นผลดีได้) แต่ปรากฏว่าควบคุมไม่ได้ ผลเสียจึงเกิดขึ้นหลายประการ เช่น 1. ระบบ การศึกษาที่คณะสงฆ์ต้องการและจัดไว้ ก็ไม่ได้ผลดีตามความมุ่งหมาย เพราะผู้เรียนส่วนใหญ่ไม่ยอมรับ ตกอยู่ ในสภาพสักว่าเรียน หรือจำใจเรียนเพราะถูกบังคับ 2. ระบบการศึกษาอื่นที่คณะสงฆ์ไม่ต้องการ แต่พระเณร ต้องการ และคณะสงฆ์สะกดกันไม่ได้นั้น ก็คงอยู่เป็นหนามยอกตัวเรื่อยไป และตัดโอกาสของคณะสงฆ์เองใน การที่จะนำเอาระบบการศึกษาอย่างนั้นมาประยุกต์ใช้ให้เป็นประโยชน์สนองความมุ่งหมายที่ตนต้องการ 3. เป็นผลเสียทางการปกครอง คุมยาก คุมไม่ได้ระส่ำระสายไปหมด 4. เมื่อเสียการปกครอง พระเณรประพฤติ เสียหาย ถูกสังคมเพ่งเล็ง ผลก็สะท้อนกลับมาเป็นอันตรายแก่สถาบันสงฆ์อีกชั้นหนึ่ง

จุดเริ่มต้นคือการสร้างพื้นฐานแห่งความรู้ความเข้าใจขึ้นมา และภารกิจนี้เป็นสิ่งที่จะต้องกระทำ ไม่ เฉพาะภายในวงของสถาบันสงฆ์เท่านั้น แต่ต้องสร้างให้แก่สังคมทั้งหมดด้วย เพราะเหตุผลว่าสังคมมีส่วน รับผิดชอบต่อสถาบันสงฆ์ สำหรับรัฐกับคณะสงฆ์ซึ่งเป็นผู้รับผิดชอบใกล้ชิดที่สุด มีทางเลือกอยู่ 2 อย่าง ซึ่ง จะต้องตัดสินใจกำหนดเอาอย่างใดอย่างหนึ่งให้แน่นอน แล้วกระทำการให้สอดคล้องกับทางเลือกที่ต้องการนั้น พร้อมทั้งจัดการปรับสภาพความเป็นจริงให้ลงกันด้วยทางเลือก 2 อย่างนั้น คือ 1) ให้สถาบันสงฆ์ เป็นแหล่ง ปฏิบัติธรรมและบำเพ็ญกิจของผู้เบื่อหน่ายฆราวาสมาก่อนแล้ว ตั้งใจสละโลกได้เด็ดขาด อุทิศชีวิตต่อพระศาสนา มุ่งหน้าสู่โลกุตตรธรรมอย่างเดียวล้วน ในกรณีที่กำหนดทางเลือกเช่นนี้ จะต้องให้สังคมไทยทั่วทั้งหมดยอมรับ ยินยอมร่วมกัน แล้วระงับประเพณีบวชเรียนเสียมิให้มีลูกชาวบ้านเข้ามาบวชเพื่อประสงค์การศึกษาอีกต่อไป ในเวลาเดียวกัน รัฐจะต้องจัดการศึกษาให้ทั่วถึง ทั้งเอาเด็กลูกชานาชาชนบท ซึ่งตนแทบจะยังไม่ได้ ช่วยเหลืออะไรเลยนั้น อย่างน้อยจำนวนสองแสนคน ที่จะเข้าไปอยู่ในสถาบันสงฆ์ ให้กลับเข้ามารับการการศึกษา ในระบบของตนให้หมด 2) ให้สถาบันสงฆ์ เป็นสถาบันการศึกษาด้วย เป็นแหล่งสำหรับผู้สละฆราวาสโดย ลื่นเชิงแล้วด้วย ทำหน้าที่ทั้งสองอย่างในเวลาเดียวกัน คือ ยอมรับเอาบทบาทของสถาบันสงฆ์ในสังคมไทยเดิม มาปรับใช้ โดยถือระบบฝึกคัด (ฝึกไปคัดเลือกไป) หรือระบบกลั่นน้ำมัน คือ ทุกส่วนที่เข้ามาได้รับการดัดแปลง กลั่นกรองให้มีคุณค่าขึ้นเป็นประเภทและนำไปใช้ประโยชน์ในระดับต่างๆ กัน

บันทึกที่ 3 ความเสื่อมโทรมของสถาบันสงฆ์ ผู้เขียนได้อธิบายว่าเคยมีผู้ถามปัญหาเกี่ยวกับการ ปรับปรุงสถาบันสงฆ์ว่า สาเหตุหนึ่งที่ทำให้สังคมไทยสับสนยุ่งเหยิงและด้อยพัฒนา เนื่องจากทุกกลุ่มไม่รู้จัก หน้าที่ของตนเอง และหน้าที่ต่อสังคมส่วนรวม สถาบันสงฆ์ปัจจุบันได้เสื่อมโทรมลง โดยยกตัวอย่างเช่น มีพระ หมดดู เป็นต้น และมองเห็นว่าพระสงฆ์ทำบทบาทอะไรที่แปลกๆ และไม่ค่อยดี ซึ่งต้องทบทวนบทบาทของ พระสงฆ์ ซึ่งในพุทธกาลบทบาทตามหน้าที่ของพระสงฆ์ ก็คือ ธรรมทาน แปลว่า การให้ธรรม คือการให้ธรรม

จึงหมายถึง การให้ความรู้ ความเข้าใจ ให้หลักความจริง และหลักแห่งคุณความดี หรือให้หลักการที่จะให้มนุษย์เข้าถึงสัจธรรมและได้ประสบสิ่งที่ตั้งถาม คือ ทำให้คนเกิดความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่างๆ อย่างถูกต้อง ตั้งต้นแต่ความรู้ขั้นสูงสุดเข้าใจในชีวิตนี้ว่าคืออะไร สภาวะที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลายเป็นอย่างไร ลงมาจนถึงความเข้าใจทั่วๆ ไปเกี่ยวกับจริยธรรมในการดำรงชีวิตเป็นแง่ของสัจธรรมอย่างหนึ่งของจริยธรรม เรื่องของสถาบันสงฆ์นี้ ก็กล่าวได้ว่าถูกสังคมทอดทิ้ง สังคมไม่รับผิชอบ สังคมได้แต่เรียกร้องจากท่านจะให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ อย่างไรก็ตาม เมื่อสังคมเองยังมีลักษณะและอาการอย่างนี้ยังสับสนขาดความรับผิดชอบเช่นนี้ ผู้ใดที่ตั้งตัวเป็นผู้แก้ปัญหาสังคม หรือว่าตนมีสำนึกทางสังคม ผู้นั้นจะต้องรับผิดชอบ จะต้องทำความเข้าใจให้ชัดเจน

บันทึกที่ 4 ปัญหาเพราะระบบศักดินาหรือเข้าไม่ถึงสังคมไทย ผู้เขียนได้ยกปัญหาการดำเนินชีวิตเกี่ยวกับความประพฤติของข้าราชการว่า ไม่เข้าถึงประชาชนเพราะติดในระบบศักดินา หรือระบบเจ้าขุนมูลนาย ที่สืบทอดมาจากสังคมไทยเดิมในที่นี้ต้องการชี้ให้เห็นว่า ตัวจริงอันเดิมของระบบศักดินาหาได้เป็นสาเหตุตรงของปัญหานี้ไม่ระบบศักดินาเดิมนั้น เป็นแต่เพียงส่วนเอื้ออำนวยหรือสนองความต้องการของผู้ที่ต้องการเครื่องมือสำหรับแยกฐานะของตนออกจากราษฎรต่างหาก ฐานะของข้าราชการนั้น อยู่ในขั้นเป็นผู้นำของชุมชน เมื่อไม่สามารถสร้างความเป็นผู้นำแบบกัลยาณมิตรขึ้นแก่ตนได้ ก็ต้องหาทางรักษาระดับศักดิ์ศรีของตนไว้ ด้วยความเป็นผู้นำแบบเจ้านายคือการให้เขายอมรับอำนาจ และการแสดงออกที่ให้เห็นว่าสูงกว่าเหนือกว่า ถ้าแก้ปัญหาถูกจุดแล้ว ระบบศักดินาซึ่งตระหนักรู้กันอยู่แล้วว่าต้องการจะเลิก ก็หมดไปเอง การโฆษณากล่าวคติสั่งสอนข้าราชการแบบข่มลงว่า เป็นผู้รับใช้ประชาชน ก็จัดเข้าในวิธีการแบบนี้ ซึ่งเป็นวิธีที่ต้องระวัง

ผู้เขียนได้อธิบายว่าผู้นำที่ดีแบบที่ต้องการ คือ ผู้ที่คนเขาอยากตาม หรือพร้อมที่จะตาม พูดอีกอย่างหนึ่งว่า เขายินดีที่จะให้มานำเขาไป ความอยากตามหรือพร้อมที่จะตาม จะเกิดขึ้นได้ นอกจากอาศัยคุณสมบัติต่างๆ ของผู้ที่จะมีมานำแล้ว พื้นฐานที่ขาดไม่ได้ ก็คือความรู้สึกไว้วางใจว่าเป็นมิตรกับเขา คือเป็นพวกเดียวกับเขา และมีใจจะร่วมจะช่วยกันกับเขา ในความรู้สึกนี้มีรากฐานสำคัญ 2 อย่าง คือ ความรู้กับเจตนาความรู้ คือร่วมรู้ร่วมเข้าใจกับเขาเท่าที่จำเป็น เริ่มแต่เข้าใจชีวิต ความรู้สึกนึกคิดจิตใจ ตลอดจนปัญหาของเขา เจตนา คือมีความตั้งใจจริง จริใจ ให้เขาเห็นได้ว่าทำงานโดยมีความประสงค์ดีปรารถนาดี ต้องการให้เขาประสบผลดี ความรู้สึกที่ว่าเป็นผู้เจริญมาจากสังคมอื่น ก็เป็นฉากกั้นไม่ให้เข้าถึงกันสนิทอีกด้วย ในกรณีนี้ ถึงชาวบ้านจะมองเห็นเจตนาดีของเขา ความเป็นมิตรที่จะร่วมเดินทางก็ยังมิได้พอเป็นได้เพียงสื่อที่จะช่วยให้เขาได้สิ่งบางอย่างที่เขาต้องการ ซึ่งยังไม่มีในหมู่พวกเขาเท่านั้น

บันทึกที่ 5 ปัญหาเกี่ยวกับการสร้างรากฐานของความเจริญที่แท้ ความเจริญแบบสมัยใหม่ของไทย ถือว่าเริ่มขึ้นเมื่อเริ่มรับอารยธรรมตะวันตกในสมัยรัชกาลที่ 4 และ 5 สังคมไทยได้นำเอาระบบการต่างๆ ของสังคมตะวันตกมาใช้ ซึ่งเรียกง่ายๆ ว่า พยายามทำตามอย่างความเจริญของตะวันตก และพร้อมกับการรับความเจริญอย่าง ที่เกิดปัญหาในสังคมไทยก็เป็นปัญหาที่เกิดจากการปรับตัวไม่ดี ซึ่งสังคมไทยยังพยายามทำตามอย่างสิ่งที่เรียกว่าความเจริญในสังคมตะวันตก และปัญหาที่เกิดขึ้นก็คือปัญหาเดิม คือไม่สามารถทำตามได้

จริงอย่างเขา หรือปรับตัวไม่ถูกต้อง ความรู้ความเข้าใจย่อมเป็นรากฐานของความเจริญที่แท้ เพราะเป็นหลักประกันว่าสิ่งที่นำมาทำตามนั้น เป็นตัวถูกตัวแท้ของมัน มิใช่เป็นเพียงสิ่งที่มีรูปร่างลักษณะอาการภายนอกพ้องกันเท่านั้น การเพียงทำตามหรือรับเอามา หรือมีเหมือนเขา ไม่เป็นเครื่องหมายว่าได้มีความเจริญนั้นขึ้นแล้วแต่อย่างใดเลย เป็นได้เพียงภาพลวงของความเจริญที่ผิวเผินเลื่อนลอย อาการแสดงออกภายนอกที่คล้ายกันอาจมาจากสาระที่ตรงข้ามกันได้ 1. ลักษณะอย่างหนึ่ง ที่เห็นกันว่าเป็นบุคลิกของคนไทยและเป็นอุปสรรคขัดขวางถ่วงการพัฒนา ได้แก่ ความเฉื่อยชา การดำเนินชีวิตที่ปล่อยเรื่อยไปตามสบาย ขาดการตั้งเป้าหมาย ทำให้ขาดความกระตือรือร้น ซึ่งควรมุ่งเน้นความใฝ่ผลสัมฤทธิ์ที่ดี เน้นที่ความใฝ่จะสร้างประโยชน์สุขแก่คนและสังคม และต้องการเห็นประโยชน์สุขนั้นเป็นผลสำเร็จเกิดขึ้น ความใฝ่ผลสัมฤทธิ์ที่ดีนั้น เป็นการใฝ่สนองทางปัญญา ทำให้เกิดความต้องการที่จะเข้าถึงตัวแท้ตัวจริงของสิ่งทั้งหลาย และความต้องการที่จะทำให้เห็นผลจริงดังตามที่มองเห็นด้วยปัญญา

บทวิจารณ์

ประเด็นที่เห็นด้วย

ประเด็นการศึกษาของสถาบันสงฆ์ ผู้เขียนได้เขียนถึงการศึกษาของประเทศไทยและของพระสงฆ์ในอดีต พัฒนาการศึกษามีผู้วิจารณ์เห็นด้วยอย่างยิ่งกับประเด็นนี้ เพราะว่าพระพุทธศาสนาจะอยู่ได้ก็ต่อเมื่อมีผู้สืบทอดและถ่ายทอดคำสอนของพระพุทธศาสนา ดังนั้นการศึกษาจึงเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการสืบทอดและเผยแผ่พระพุทธศาสนา เมื่อรัฐจัดการการศึกษาโดยแยกส่งออกจากฆราวาส และเพิ่มข้อจำกัดในการศึกษาแก่พระสงฆ์ ประเด็นนี้ผู้เขียนยังมองลึกไปอีกว่า เป็นการทำลายพระพุทธศาสนาโดยอ้อมอีกด้วย เพราะถ้าจัดการศึกษาเข้าถึงทุกที่ทุกแห่งในประเทศไทย คนที่จะมาบวชเพื่อเรียนหนังสือก็หายไป ไม่กี่ปีพระภิกษุสามเณรในประเทศก็จะลดลงเป็นจำนวนมาก

การที่ผู้เขียนได้อธิบายว่า การจัดการศึกษาไม่ได้เป็นไปตามเป้าหมายของสถาบันสงฆ์ คือสถาบันสงฆ์อยากให้พระภิกษุสามเณรได้เรียนนักธรรมบาลี และพระกัมมัฏฐาน แต่พระเณรไม่ยอมเรียนที่เรียนก็ถูกบังคับแต่กลับไปชอบเรียนทางโลก จึงทำให้ควบคุมได้ยากและมีพฤติกรรมประพฤติดิพพระธรรมวินัย เป็นที่เพ่งเล็งของสังคม ผู้วิจารณ์เห็นด้วยการเรียนทางโลกทำให้พระพุทธศาสนาเสื่อม แม้แต่การศึกษาในสถาบันสงฆ์ในปัจจุบันเองก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน เมื่อพระภิกษุสามเณรได้เรียนร่วมกับฆราวาสความคุ้นเคยก็จะเกิดขึ้น ความสนิทสนมก็เกิดขึ้น ความเคารพกันก็น้อยลง นี่เป็นเรื่องจริงที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน (ประเด็นที่เห็นต่าง) แต่ถ้าไม่ทำแบบนี้มหาวิทยาลัยสงฆ์ก็ดำรงอยู่ไม่ได้ เนื่องจากว่าปัจจุบันคนบวชเรียนก็ลดลงเช่นกัน

หนังสือเล่มนี้เป็นการสกัดออกมาจากการถามตอบ ในช่วงเวลาปฏิบัติธรรมหรือในช่วงที่แสดงธรรมเวลาใดเวลาหนึ่ง และได้นำมาเรียบเรียงเป็นหนังสือที่มีคุณค่า ให้กับคนทั่ว ๆ ไปได้อ่าน และได้เข้าใจอย่างชัดเจน ทั้งระบบการศึกษา ปัญหาความเสื่อมโทรม รวมถึงแนวทางการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในสถาบันสงฆ์ ซึ่งผู้เขียนได้แสดงไว้อย่างชัดเจน และเข้าใจลึกซึ้งถึงปัญหาที่แท้จริง และต้องแก้ปัญหานั้นที่ต้นตอ นั่น ซึ่งเป็นการยาก

มากที่จะสามารถแก้ปัญหาตรงรากเหง้านี้ได้ โดยเฉพาะการศึกษา ที่ผู้เขียนได้เสนอให้สถาบันสงฆ์ได้รับการศึกษาจากรัฐอย่างเหมาะสม ไม่ใช่ให้สถาบันสงฆ์จัดการกันเอง ก็เลยเกิดความไม่ชัดเจน ปัญหาของการศึกษานี้เองก่อให้เกิดการลดลงของจำนวนพระภิกษุสามเณร ผู้เขียนก็เลยเสนอว่า เมื่อพระเณรที่เข้ามาบวชส่วนมากเป็นลูกชาวไร่ชาวนา ไม่มีเงินที่จะเรียนต่อระดับสูง จึงเข้ามาพึ่งพระพุทธศาสนา ซึ่งอาจจะไม่สามารถเข้าถึงธรรมได้เท่าที่ควร จึงเสนอให้สถาบันสงฆ์เป็นสถาบันแห่งการฟื้นฟูทุกอย่างโดยที่ไม่ได้เก็บวช มุ่งเฉพาะแต่ผู้ที่ต้องการความสงบจริง ๆ เท่านั้น เหมือนสมัยพุทธกาล ผู้วิจารณ์มองว่า สังคมปัจจุบันไม่ได้เป็นแบบนั้น จะเห็นว่าทุกวันนี้ คนเข้าวัดน้อยลงมาก และอีกประเด็นหนึ่งก็คือ ผู้เขียนเขียนถึงการให้วัดเป็นศูนย์กลาง แต่ผู้วิจารณ์มองว่า การจะให้วัดเป็นศูนย์กลางได้ ผู้นำหรือเจ้าอาวาสต้องมีคุณสมบัติเปรียบพร้อมกว่านี้ กว่าที่เป็นอยู่

บทสรุป

หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่นำเสนอถึงปัญหาของสถาบันสงฆ์กับสังคมปัจจุบัน โดยยกเอาการถ่ายทอดประสบการณ์จริงแบบถามตอบของผู้เขียนที่ได้มาเอา วิธีการที่ควรปฏิบัติ หรือข้อแนะนำต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงในสังคมมาอธิบาย โดยสังเกตได้จากผู้เขียนจะนำเสนอแหล่งข้อมูลทาง ประวัติศาสตร์และ เหตุการณ์ที่สามารถเข้าใจได้ผ่านประสบการณ์จริง เห็นว่าปัญหาต่างเกิดมา จากสาเหตุใดอะไรเป็นต้นตอของปัญหา และหาทางแก้ปัญหาได้อ่างตรงประเด็นที่สุด ซึ่งผู้เขียนได้พยายามถ่ายทอดเรื่องราวของปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมจริง มาให้เห็นในการแก้ไขอย่างถูกต้องและเหมาะสม แต่อย่างไรก็ตาม ซึ่งหนังสือเล่มนี้เหมาะสมกับผู้อ่านทุก ในมุมมองที่เปลี่ยนไปตามช่วงเวลา ที่ต้องปรับเปลี่ยนพัฒนาไปให้ถูกทิศทาง มิเช่นนั้นแล้ว ก็จะเป็นครหาที่สังคมไทย กล่าวโทษได้ว่า สถาบันสงฆ์จะสามารถควบคุมและคงไว้ซึ่งความเจริญโดยแท้ได้อย่างไร

เอกสารอ้างอิง

พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2527). *สถาบันสงฆ์กับสังคมปัจจุบัน*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง.

บทวิจารณ์หนังสือ ทวารวดีศรีนครปฐม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์และโบราณคดี

นายพิเชษฐ์ สมุทรวานนท์
Mr. Pichet Samutvaranont

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
Buddha Panya Sri Thawarawadee Buddhist College
Pichet1980@gmail.com

บทนำ

หนังสือเรื่อง “ทวารวดีศรีนครปฐม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์และโบราณคดี” เป็นหนังสือของสภาวัฒนธรรมจังหวัดนครปฐมเป็นผู้แต่ง มีจำนวนบททั้งหมด 9 บท มีจำนวนหน้า 202 หน้า พิมพ์ครั้งที่ 1 ปี พ.ศ. 2565 ซึ่งเป็นหนังสือจัดทำขึ้นเพื่อรวบรวมข้อมูลทางประวัติศาสตร์ โบราณคดี วรรณกรรม กลุ่มชาติพันธุ์ ที่เกี่ยวข้องกับเมืองนครปฐมโบราณหรือเมืองนครไชยศรีและเมืองนครปฐมในปัจจุบัน เหมาะสำหรับประชาชนทั่วไปที่สนใจเรียนรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ความเป็นมา วิถีชีวิต ความคิด ความเชื่อของกลุ่มคนที่สามารถสร้างความตระหนักถึงรากเหง้าแห่งวิถีชีวิต วัฒนธรรมของคนในท้องถิ่น ก่อให้เกิดความรักความภาคภูมิใจต่อแผ่นดินเกิดและเป็นแนวทางในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การอนุรักษ์ พัฒนาและสืบสานคุณค่ามรดกทางวัฒนธรรมของชาติและท้องถิ่นให้ยั่งยืนสืบไป

เนื้อหา

จังหวัดนครปฐมตั้งอยู่ในภาคกลางตอนล่างของประเทศบริเวณลุ่มแม่น้ำท่าจีน (หรือแม่น้ำนครชัยศรี) ลักษณะพื้นที่โดยทั่วไปเป็นที่ราบลุ่มแม่น้ำ ไม่มีภูเขา ป่าไม้ หรือแหล่งทรัพยากรแร่ธาตุ ใด ๆ เหมาะกับการตั้งถิ่นฐานและทำเกษตรกรรมมาตั้งแต่สมัยโบราณมาจนถึงปัจจุบัน โดยนักประวัติศาสตร์และนักโบราณคดีสันนิษฐานว่าเป็นเมืองที่พระพุทธศาสนาเข้ามาประดิษฐาน ณ ดินแดนสุวรรณภูมินี้เป็นแห่งแรก เคยเป็นเมืองสำคัญทางฝั่งชายทะเลและเป็นศูนย์กลางของอาณาจักรทวารวดีที่มีความเจริญรุ่งเรืองมากที่สุดในระหว่างพุทธศตวรรษที่ 11-16 ดังปรากฏหลักฐานว่าเป็นเมืองโบราณที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในประเทศไทย ด้วยพบโบราณวัตถุ ศิลปวัตถุที่งดงามจำนวนมากที่ใดในประเทศไทย เนื้อหาของหนังสือมีการรวบรวมร่องรอยจากหลักฐานที่ปรากฏในสถานที่ต่าง ๆ มาประกอบเพื่อยืนยันถึงข้อมูลที่รวบรวมมา โครงสร้างของหนังสือเล่มนี้ประกอบด้วยคำขวัญประจำจังหวัดนครปฐม คำนิยาม คำนำจากประธานสภาวัฒนธรรมจังหวัดนครปฐม สารบัญ จากนั้นเริ่มด้วยตัวบท จำนวน 9 บท ซึ่งแต่ละบทมีเนื้อหาโดยย่อ ดังนี้

บทที่ 1 ชุมชนยุคก่อนประวัติศาสตร์ในจังหวัดนครปฐมและจังหวัดใกล้เคียง

บทนี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับร่องรอยหลักฐานยุคก่อนประวัติศาสตร์ในเขตอำเภอกำแพงแสน ร่องรอยหลักฐานยุคก่อนประวัติศาสตร์ในเขตอำเภอเมืองนครปฐม ร่องรอยหลักฐานยุคก่อนประวัติศาสตร์ในเขตอำเภอดอนตูม ชุมชนยุคก่อนประวัติศาสตร์ในเขตอำเภอบางแพ จังหวัดราชบุรี สรุปข้อมูลยุคก่อนประวัติศาสตร์ในเขตจังหวัดนครปฐมและบริเวณใกล้เคียงจากหลักฐานแหล่งโบราณคดีที่ปรากฏ พบว่าดินแดนที่ตั้งเมืองนครปฐมนี้เคยเป็นที่อาศัยของชุมชนยุคก่อนประวัติศาสตร์คือยุคตอนปลายสมัยเหล็ก มีการติดต่อเชื่อมสัมพันธ์กับชุมชนต่างถิ่นแล้ว ทั้งกับวัฒนธรรมเวียตนาม จีนตอนใต้ และวัฒนธรรมอินเดีย ซึ่งวัฒนธรรมอินเดียเป็นปัจจัยหลักที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของชุมชน จนพัฒนาขึ้นเป็นเมืองยุคแรกเริ่มประวัติศาสตร์ที่เรียกว่า “สมัยทวารวดี”

บทที่ 2 นครปฐมในสมัยทวารวดี

ในบทนี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับที่มาและความหมายของคำว่า “ทวารวดี” ร่องรอยของชุมชนและบ้านเมืองโบราณสมัยทวารวดี ลักษณะทางกายภาพของเมืองนครปฐมสมัยโบราณ จารึกโบราณที่พบบริเวณเมืองนครปฐม โบราณสถานและโบราณวัตถุสมัยทวารวดีที่เมืองนครปฐม ผลการขุดค้นทางโบราณคดีที่เมืองนครปฐม สรุปความสำคัญของเมืองนครปฐมในสมัยทวารวดีและเมืองโบราณกำแพงแสน จากหลักฐานการขุดค้นแสดงให้เห็นว่าชุมชนระยะแรกมีการอาศัยต่อเนื่องกันมาในช่วงประมาณพุทธศตวรรษที่ 12-13 เมื่อมีจำนวนประชากรเพิ่มขึ้นทำให้มีการขยายถิ่นฐาน เกิดการจัดระเบียบของเมืองนครปฐมโบราณขึ้น ส่งเสริมให้เกิดบ้านเมืองขนาดใหญ่ มีการปกครองโดยระบอบกษัตริย์ ทั้งชนชั้นนักปกครองและชาวเมืองต่างยอมรับนับถือพระพุทธศาสนานิกายเถรวาทเป็นศาสนาหลัก ก่อให้เกิดการสร้างอาคารศาสนสถานขึ้นหลายแห่งเพื่อเป็นศูนย์รวมจิตใจของชุมชน

บทที่ 3 อิทธิพลวัฒนธรรมเขมรโบราณที่เมืองนครปฐม

บทนี้มีเนื้อหาเกี่ยวกับวัฒนธรรมเขมรกับการล่มสลายของวัฒนธรรมทวารวดี ประติมากรรมศิลปะเขมรพบที่เมืองนครปฐม บทบาทของเมืองนครปฐมโบราณในช่วงพุทธศตวรรษที่ 18 ซึ่งมีการค้นพบหลักฐานวัตถุศิลปะเขมรแบบบายน ทั้งที่เมืองนครปฐมโบราณและเมืองสระโกสินารายณ์ สรุปอิทธิพลวัฒนธรรมเขมรโบราณที่เมืองนครปฐม จากหลักฐานที่ปรากฏทำให้เห็นความเกี่ยวข้องกับอิทธิพลวัฒนธรรมเขมรในช่วงสมัยบายนภายใต้รัชกาลของพระเจ้าชัยวรมันที่ 7 และหมดความสำคัญลงไปเมื่อพระเจ้าชัยวรมันที่ 7 สวรรคตในช่วงครึ่งหลังของพุทธศตวรรษที่ 18 บ้านเมืองแถบนี้ก็เสื่อมลง

บทที่ 4 นครปฐมสมัยสุโขทัยและอยุธยา

บทนี้กล่าวถึงเมืองนครปฐมในสมัยสุโขทัย ศิลปจารึกที่ค้นพบในอุโมงค์มณฑปวัดศรีชุม กล่าวถึงพระปฐมเจดีย์มีอายุเก่าแก่ที่สุด นครปฐมในสมัยอยุธยาชื่อของพระปฐมเจดีย์ปรากฏอยู่ในสมุดภาพไตรภูมิมีรูปภาพและข้อความเป็นภาษาไทยโบราณว่า “ปทม” และใกล้เคียงเขียน “ปทน” ด้านล่างใต้ภาพบอกศักราชที่สร้างพระประโชนเจดีย์ สรุบบทบาทของเมืองนครปฐมในสมัยสุโขทัยและอยุธยา จากหลักฐานที่พบภายหลังจากวัฒนธรรมทวารวดีเสื่อมลง เมืองนครปฐมไม่ได้ถูกทิ้งร้างเพียงแต่ถูกลดความสำคัญลง พระปฐมเจดีย์เมืองนครปฐมยังมีความสำคัญมาตลอดทุกสมัย หลักฐานที่ปรากฏบนแผ่นศิลปจารึกในสมัยสุโขทัย จากสมุดภาพไตรภูมิสมัยกรุงศรีอยุธยา และจากบันทึกคำให้การของชาวกรุงเก่าในเอกสารหอหลวงประเทศพม่า เรื่องพระยาบางพระยาพานจากพงศาวดารเหนือ แล้วยังพบโบราณสถานและโบราณวัตถุที่สอดคล้องกับเอกสารทางประวัติศาสตร์อีกเป็นจำนวนมากที่บ่งบอกให้รู้ ไม่ว่าจะเป็นพระเจ้าแผ่นดิน ชุนนาง พระภิกษุ สามเณร ตลอดจนพุทธศาสนิกชนทั้งหลายที่อยู่ใกล้หรือไกลเดินทางมานมัสการ และบูรณะปฏิสังขรณ์สืบเนื่องกันมาตลอด

บทที่ 5 นครปฐมสมัยรัตนโกสินทร์

เนื้อหาในบทนี้กล่าวถึงเมืองนครปฐมเป็นพื้นที่บริเวณราบลุ่มภาคกลาง อาณาเขตที่ติดต่อ เขตการปกครอง สภาพภูมิประเทศ แผนผังเมืองนครปฐมกับเมืองโบราณนครไชยศรี การขุดคลองเจดีย์บูชา คลองมหาสวัสดิ์และวังปฐมนคร แร่งบันดาลพระราชหฤทัยในการสร้างพระปฐมเจดีย์ ซึ่งพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชประสงค์จะสร้างองค์พระปฐมเจดีย์ครอบพระประชมและเจดีย์ที่มีอยู่ก่อนพระประชมเพื่อเป็นการอนุรักษ์ของโบราณไว้ให้เป็นประโยชน์ต่อชนรุ่นต่อไป รูปแบบพระปฐมเจดีย์ทรงโปรดให้สร้างเป็นองค์เจดีย์จำลองขนาดเล็กกว่าองค์จริงก่อนที่จะสร้างพระปฐมเจดีย์ครอบไว้ เมืองนครปฐมกับรัชกาลที่ 5 พระองค์ทรงสืบทอดพระราชปณิธานการบูรณะพระปฐมเจดีย์ต่อเนื่องจากรัชกาลที่ 4 นครปฐมกับรัชกาลที่ 6 พระองค์ทรงโปรดให้ช่างหลวงเขียนภาพต้นโพธิ์ที่ผนังด้านหน้าวิหารหลวง และโปรดให้ทูลบผนังด้านที่ติดกับพระปฐมเจดีย์เพื่อให้ผู้ที่มาสักการะจะได้เห็นตัวองค์พระเจดีย์ นครปฐมหลังสมัยรัชกาลที่ 6 มีการสร้างถนนตัดไปยังองค์พระปฐมเจดีย์ เมืองโบราณนครปฐมจึงถูกแบ่งออกเป็นสองแถบและกรมศิลปากรมิได้ขึ้นทะเบียนไว้ทำให้นักธุรกิจจับจองที่ดินสร้างสถานประกอบการคงเหลือไว้เพียงองค์พระเจดีย์ขนาดใหญ่เท่านั้น

บทที่ 6 นครปฐมปัจจุบัน

เนื้อหาบทนี้กล่าวถึงสภาพปัจจุบันและปัญหาที่ทั้งภาครัฐและเอกชนไม่เห็นความสำคัญขององค์พระปฐมเจดีย์ โบราณสถาน โบราณวัตถุ และประวัติศาสตร์อันเป็นเกียรติภูมิเท่าที่ควร ทั้งที่นครปฐมเป็นหนึ่งในเรื่องที่มีเจดีย์สูงใหญ่ที่สุดในโลก เป็นเมืองที่น่าจะเรียกได้ว่าพระพุทธศาสนาเข้ามาตั้งหลักปักฐานเป็นแห่งแรกในสุวรรณภูมิ และเป็นศูนย์กลางของอาณาจักรทวารวดีของไทย แต่คนนครปฐมปัจจุบันได้ขุดค้นทำลายซาก

เจดีย์ โบราณสถาน โบราณวัตถุ ที่มีมาแต่ก่อนเพื่อสร้างสถานประกอบการ ประกอบธุรกิจ ทำให้เหลือหลักฐานสำคัญทางโบราณคดีไม่กี่แห่งเท่านั้น และนครปฐมในอนาคตควรที่จะทำการปลูกศรัทธาคนขึ้นมาให้เห็นความสำคัญของนครปฐมว่าในอดีตมีความสำคัญอย่างไร ซึ่งน่าจะต้องทำสิ่งเหล่านี้ 1) ทำอย่างไรให้คนทั่วไปรู้จักว่าที่นี่เป็นเมืองโบราณทวารวดี 2) สร้างอุทยานประวัติศาสตร์ทวารวดีศรีนครปฐม 3) ติดตั้งป้ายภาพวาดที่งดงามของเจดีย์องค์นั้นไว้ใกล้ ๆ ซากกองอิฐที่เหลืออยู่มีคำอธิบายประกอบอย่างถาวรตามแบบสากล เมื่อชุดค้นพบซากอิฐที่เหลืออยู่ต้องรีบบูรณะโดยด่วน 4) พิพิธภัณฑสถานคือโกดังเก็บของเก่า ผู้รับผิดชอบไม่เห็นความสำคัญจึงขาดงบประมาณสนับสนุน จึงควรเห็นความสำคัญของโบราณสถาน โบราณวัตถุให้มากขึ้นโดยมีงบประมาณมาช่วยในการดูแลสนับสนุนการบูรณะปฏิสังขรณ์ไม่ให้ทรุดโทรมไปกว่านี้ เพื่อให้อนุชนรุ่นหลังได้ทราบประวัติศาสตร์ที่ควรภาคภูมิใจนี้ต่อไป 5) จัดวิทยากรบรรยายความรู้เรื่องประวัติเมืองนครปฐมตามสถานศึกษาและหน่วยงานต่าง ๆ โดยใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ 6) ทำเว็บไซต์เรื่องเมืองนครปฐมเพื่อความสะดวกในการศึกษาทุกระดับ 7) กำหนดให้วัดทุกแห่งในนครปฐมเปิดทำบุญตักบาตรในวันอาทิตย์อีกวันหนึ่ง นอกจากวันพระ 8 ค่ำ และ 15 ค่ำ 8) ทุกหมู่บ้านส่งตัวแทนเข้าปฏิบัติธรรมอย่างเข้มข้นในเวลาที่เหมาะสมแบบเช้าค่ายธรรมะ 9) จัดให้มีหมู่บ้านปลอดอบายมุขและหมู่บ้านรักษาศีล 5 อย่างจริงจัง 10) กำจัดการค้ายาเสพติดและผู้เสพยาเสพติดโดยให้ส่งคนลงโทษ 11) จัดตั้งชมรมอนุรักษ์ทวารวดีศรีนครปฐมทุกตำบลขึ้นตรงกับสำนักงานสภาพัฒนธรรมจังหวัดนครปฐม 12) ปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางสถาปัตยกรรมให้เหมาะสมกับการเป็นมรดกโลก ทั้งนี้ควรได้รับความร่วมมือจากทั้งภาครัฐและเอกชนทุกเรื่องที่กำลังกล่าวมา โดยผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นผู้มอบหมายสั่งการประสานงานกับภาครัฐและเอกชน และรัฐบาลอย่างต่อเนื่อง

บทที่ 7 วรรณกรรมนิราศ

บทนี้เนื้อหาได้กล่าวถึงการเดินทาง บันทึกเรื่องราววิถีชีวิตและตัวตนของกวี บันทึกความรักความคิดถึงที่มีต่อนางอันเป็นที่รัก วิถีชุมชนความเป็นอยู่ วัฒนธรรม คติชน ประวัติศาสตร์ท้องถิ่นและกลุ่มชาติพันธุ์ที่ผู้ประพันธ์แต่งขึ้นในโอกาสที่เดินทางไปนมัสการองค์พระปฐมเจดีย์ บรรยายสถานที่ที่เดินทางผ่านบางเรื่องกล่าวถึงพญาภพพญาพานซึ่งเป็นตำนาน พร้อมทั้งสอดแทรกความรู้สึกนึกคิดของผู้แต่งในเรื่องราวความรักเปรียบเทียบกับธรรมชาติสิ่งแวดล้อมที่ได้พบ ทำให้รู้ประวัติ สภาพความเป็นอยู่ที่ปรากฏ เป็นที่รู้จักกันดีในปัจจุบันมีอยู่ 3 เรื่อง ได้แก่ นิราศพระปฐม ของสุนทรภู่ โคร่งนิราศพระปฐม ของพระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมหลวงวงษาธิราชสนิท นิราศพระปฐม ของหลวงจักรปราณี (ฤกษ์) นอกจากนี้ยังมีวรรณคดีนิราศอีก 2 เรื่องที่ยังไม่เป็นที่รู้จักแพร่หลาย คือ นิราศพระปฐมเจดีย์ ผู้หญิงชาววังหน้าเป็นผู้แต่ง และนิราศเมืองนครไชยศรี แต่ไม่ปรากฏชื่อผู้แต่ง

บทที่ 8 กลุ่มชาติพันธุ์ในจังหวัดนครปฐม

เนื้อหาในบทนี้กล่าวถึงนครปฐมมีพื้นที่อุดมสมบูรณ์เหมาะแก่การทำการเกษตร ทำให้มีกลุ่มคนเข้ามาอยู่อาศัยหลายกลุ่มแต่ละกลุ่มมีวัฒนธรรมที่แตกต่างกันไป ได้แก่ คนไทยพื้นถิ่น กลุ่มเขมร กลุ่มจีน กลุ่มลาว

ครั้ง กลุ่มลาวโซ่ง (ไทยทรงดำ) กลุ่มลาวเวียง กลุ่มมอญ กลุ่มกูยหรือกวย กลุ่มปลั่ง กลุ่มชาติพันธุ์เหล่านี้แสดงให้เห็นถึงความหลากหลายทางชาติพันธุ์ของจังหวัดนครปฐมที่มีมาแต่อดีต ทั้งยังสะท้อนให้เห็นการอยู่ร่วมกันอย่างสันติในท่ามกลางความแตกต่างหลากหลายทางเชื้อชาติและวัฒนธรรม เป็นเหตุผลสำคัญของความ “กลมกล่อม” และ “กลมกลืน” ของวัฒนธรรมชาวนครปฐมดังที่เห็นในปัจจุบัน

บทที่ 9 ตำนานเมืองนครปฐม

เนื้อหาบทนี้กล่าวถึงตำนานที่เกี่ยวข้องกับเมืองนครปฐมที่เป็นเรื่องเล่าสืบต่อกันมา ได้แก่ ตำนานพญาหงพญาพาน ตำนานพระประโทนเจดีย์ ตำนานมหาเถรไหล่ลาย ตำนานท้าวแสนปม ตำนานท้าวอุทอง ตำนานเมืองตูม และกล่าวถึงความเจริญรุ่งเรืองในอดีตของเมืองนครปฐมโบราณ ตามหลักฐานที่ปรากฏแต่ละยุคแต่ละสมัย รวบรวมไว้เพื่อให้อนุชนรุ่นหลังได้รับรู้และตระหนักถึงความสำคัญของเมืองโบราณนครปฐมว่าเป็นเมืองที่มีความเก่าแก่ มีประวัติศาสตร์อันยาวนานราว 1,500–2,500 ปีมาแล้ว เนื่องจากขุดพบโครงกระดูกและของใช้ในสมัยเหล็กตอนปลายยุคก่อนประวัติศาสตร์ พบว่ามีการติดต่อค้าขายกับคนต่างถิ่นเห็นได้จากสิ่งของเครื่องใช้ในยุคก่อนประวัติศาสตร์ มีทั้งศิลปวัฒนธรรมเวียดนาม จีนตอนใต้ และอินเดีย ซึ่งวัฒนธรรมอินเดียเป็นปัจจัยหลักที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงของชุมชน จนพัฒนาขึ้นเป็นบ้านเมืองสมัยทวารวดี เป็นเมืองที่พระพุทธศาสนาเข้ามาประดิษฐานเป็นแห่งแรก ณ ดินแดนสุวรรณภูมิ ด้วยเป็นเมืองท่าที่สำคัญทางชายฝั่งทะเล เป็นศูนย์กลางของอาณาจักรทวารวดีที่มีความเจริญรุ่งเรืองมากในระหว่างพุทธศตวรรษที่ 11-16 ซึ่งพบโบราณวัตถุศิลปวัตถุที่ขุดงมจำนวนมากกว่าที่ใดในประเทศไทย และยังเป็นการรวบรวมข้อมูลหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่มีความเกี่ยวข้องกับเมืองนครปฐมไว้สำหรับการศึกษาค้นคว้าหาความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ศึกษาได้เข้าใจและตระหนักถึงรากเหง้าแห่งวิถีชีวิตวัฒนธรรมของคนในท้องถิ่นที่ควรภาคภูมิใจต่อแผ่นดินเกิด ร่วมกันอนุรักษ์โบราณสถาน โบราณวัตถุ ศิลปวัตถุที่กำลังจะสูญหายไปเพราะความเจริญเข้ามาแทนที่

สรุปแนวคิดหลักการ หนังสือเล่มนี้เป็นการรวบรวมข้อมูลจากหลักฐานทางประวัติศาสตร์ โบราณคดี วรรณกรรม กลุ่มชาติพันธุ์ที่เกี่ยวข้องกับเมืองนครปฐมโบราณหรือเมืองนครไชยศรีและเมืองนครปฐมในปัจจุบัน เป็นประโยชน์ต่ออนุชนรุ่นหลังที่สนใจใฝ่ศึกษาเกี่ยวกับเมืองนครปฐมโบราณในประวัติศาสตร์ความเป็นมา วิถีชีวิต ความคิด ความเชื่อ สร้างความตระหนักถึงรากเหง้าแห่งวิถีชีวิตวัฒนธรรมของคนท้องถิ่นในอดีต ก่อให้เกิดความรักความภาคภูมิใจต่อแผ่นดินเกิด จะได้ร่วมกันอนุรักษ์ พัฒนา และสืบสานคุณค่ามรดกทางวัฒนธรรมของชาติและท้องถิ่นให้ยั่งยืนสืบต่อไป

บทวิจารณ์

การวิจารณ์หนังสือ “ทวารวดีศรีนครปฐม: พัฒนาการทางประวัติศาสตร์และโบราณคดี” เพื่อเพิ่มเติมเนื้อความของผลงานให้เด่นชัดมากขึ้น มีอยู่ 2 ประเด็น คือ

1. ประเด็นที่เห็นด้วย

บทที่ 1 ชุมชนยุคก่อนประวัติศาสตร์ในจังหวัดนครปฐมและจังหวัดใกล้เคียง

บทที่ 2 นครปฐมในสมัยทวารวดี

บทที่ 3 อิทธิพลวัฒนธรรมเขมรโบราณที่เมืองนครปฐม

บทที่ 4 นครปฐมสมัยสุโขทัยและอยุธยา

บทที่ 5 นครปฐมสมัยรัตนโกสินทร์

บทที่ 6 นครปฐมปัจจุบัน (1) (2) (3) (5) (6) (9) (11) (12)

บทที่ 7 วรรณกรรมนิราศ

บทที่ 8 กลุ่มชาติพันธุ์ในจังหวัดนครปฐม

บทที่ 9 ตำนานเมืองนครปฐม

2. ประเด็นที่เห็นต่าง

บทที่ 6

6.1 ในอดีตจังหวัดนครปฐมเป็นที่ตั้งถิ่นฐานของคนโบราณยุคก่อนประวัติศาสตร์ที่พัฒนาชุมชนของตนเองขึ้นเป็นเมืองโบราณที่มีขนาดใหญ่และมีความสำคัญที่สุดในสมัยทวารวดี เป็นเมืองที่พระพุทธศาสนาเข้ามาตั้งหลักปักฐานเป็นแห่งแรกในประเทศไทย และเป็นศูนย์กลางของอาณาจักรทวารวดีของไทย

เนื้อหาส่วนนี้ ผู้วิจารณ์มีความเห็นต่างจากผู้เขียน ประเด็นเรื่องการเป็นศูนย์กลางที่สำคัญที่สุดของยุคทวารวดีนั้นว่า ยังเป็นเพียงการสันนิษฐานตามมุมมองของนักวิชาการ นักโบราณคดีบางท่าน ที่สันนิษฐานว่านครปฐมน่าจะเป็นเมืองใหญ่ที่สุดและเป็นศูนย์กลางของอาณาจักรทวารวดี เพราะในความเป็นจริงนอกจากจะพบหลักฐานทางโบราณคดีที่นครปฐมแล้วยังพบหลักฐานทางโบราณคดีที่เมืองอื่นด้วย เช่น เมืองศรีเทพ จังหวัดเพชรบูรณ์ ตามที่ศาสตราจารย์ โคลด ชาค (Claude Jacquer) ผู้เชี่ยวชาญด้านการอ่านจารึกชาวฝรั่งเศสได้ตั้งข้อสังเกตว่า มีความเป็นไปได้หรือไม่ที่ทวารวดี คือ เมืองศรีเทพ ด้วยปรากฏวัฒนธรรมการบูชาพระวิษณุและพระกฤษณะมากกว่าเมืองอื่น ๆ ในยุคเดียวกัน เพราะชื่อ “ทวารวดี” หรือ “ทวารกา” คือเมืองของพระกฤษณะทางตะวันตกของอินเดีย เพียงแต่ไม่พบเหรียญเงินที่มีจารึก “ศรีทวารวดีศวรปุณยะ” ที่เมืองศรีเทพเท่านั้น อีกทั้งยังไม่มีการจัดสมมนาของนักวิชาการหรือนักโบราณคดีระดับชาติหรือนานาชาติเพื่อหาข้อยุติ และสรุปว่านครปฐมเป็นศูนย์กลางของทวารวดีอย่างเป็นทางการ เป็นเหตุให้มีการโต้แย้งในข้อมูลกันอยู่เสมอว่าเมืองใดคือเมืองหลวงหรือศูนย์กลางของทวารวดีที่ถูกต้องแท้จริง ถ้าสันนิษฐานว่าเมืองนครปฐมเป็น

ศูนย์กลางทางพระพุทธศาสนาในยุคทวารวดีนั้นมีความเป็นไปได้มากกว่า เพราะจากตำนานหรือมูลสารทางศาสนากล่าวไว้ว่า ประมาณพุทธศตวรรษที่ 3 พระเจ้าอโศกมหาราชได้ทรงส่งสมณทูตออกเผยแผ่พระพุทธศาสนาไปยังสถานที่ต่าง ๆ ทั้งหมด 9 สาย โดยสายที่ 8 มีพระโสณเถระและพระอุตตรเถระเป็นหัวหน้า มาเผยแผ่พระพุทธศาสนายังดินแดนสุวรรณภูมิ โดยไทยเชื่อว่าได้แก่จังหวัดนครปฐม แล้วได้ประดิษฐานพระพุทธศาสนาจนเป็นปึกแผ่นแพร่หลาย หลักฐานสำคัญที่ชัดเจนคือเมืองนครปฐมมีโบราณสถานโบราณวัตถุที่เกี่ยวข้องในพระพุทธศาสนามากกว่าเมืองอื่นใดในยุคเดียวกันของไทย

กล่าวถึงสภาพปัจจุบัน เจดีย์ โบราณสถาน โบราณวัตถุ ที่บ่งบอกถึงความเป็นเมืองโบราณที่มีมาในสมัยก่อน ได้ถูกทำลายไปมากมายเพื่อสร้างที่อยู่อาศัย สถานประกอบการต่าง ๆ นั้น เพราะภาครัฐไม่เห็นความสำคัญของ โบราณสถาน โบราณวัตถุอย่างแท้จริง จึงทำให้หลักฐานสำคัญทางประวัติศาสตร์ถูกทำลายไปเป็นอันมากที่ยังคงเหลืออยู่ไม่มากนัก ในมุมมองของผู้วิจารณ์มีความเห็นในส่วนนี้ว่าอาจมีหลายสาเหตุ ดังนี้ 1) ภาครัฐได้มีการบูรณาการการทำงานร่วมกันระหว่างหน่วยงานของภาครัฐ เช่น การตัดถนนผ่ากลางเมืองโบราณเข้าไปที่องค์พระปฐมเจดีย์ ทำให้เมืองถูกแบ่งออกเป็นสองฝั่ง และการสร้างถนนเพชรเกษมที่ตัดผ่านเมืองโบราณนครปฐม โดยภาครัฐได้ขึ้นทะเบียนและกำหนดขอบเขตพื้นที่ให้ชัดเจน 2) ภาคเอกชนขาดความรู้ความเข้าใจถึงประโยชน์ของสิ่งเหล่านี้ อีกทั้งยุคก่อนยังไม่มีกำหนดขอบเขตพื้นที่ที่เคยขุดค้นพบวัตถุโบราณในสถานที่ต่าง ๆ ไว้อย่างเป็นทางการ โดยเมื่อทำการศึกษาขุดค้นโบราณสถาน โบราณวัตถุบริเวณใดเสร็จแล้วก็ปล่อยทิ้งพื้นที่นั้น ๆ ไว้ให้รกร้างว่างเปล่า ไม่มีมาตรการดูแลทำนุบำรุงรักษาหรือการปฏิสังขรณ์อย่างเป็นทางการ เป็นเหตุให้โบราณสถาน โบราณวัตถุเหล่านั้นถูกบุกรุกทำลายเสียหายไปมาก บางส่วนก็เสื่อมสภาพสูญสิ้นไปตามกาล

บทที่ 6 (4) เรื่องพิพธิภัณฑ์ที่ผู้เขียนเปรียบเสมือนโกดังเก็บของเก่า ผู้รับผิดชอบไม่เห็นความสำคัญจึงขาดงบประมาณสนับสนุน ผู้วิจารณ์มีความเห็นเกี่ยวกับเรื่องนี้ว่า พิพธิภัณฑ์เป็นสถานที่เก็บรักษาวัตถุโบราณอันเป็นของเก่าด้านโบราณคดีอันทรงคุณค่าและมีความสำคัญมากทางประวัติศาสตร์ของชาติไทย พิพธิภัณฑ์ถือเป็นแหล่งเรียนรู้นอกห้องเรียนที่ดีและสำคัญของนครปฐมอีกช่องทางหนึ่ง เพียงแต่ที่เราเห็นว่าไม่ค่อยมีการปรับปรุงอะไรใหม่ ๆ อาจเป็นเพราะ 1) ปัญหาเรื่องคุณภาพและปริมาณของบุคลากรที่เกี่ยวข้อง 2) ปัญหาเรื่องงบประมาณที่ได้รับการจัดสรรอาจไม่สอดคล้องกับปริมาณของงาน สิ่งเหล่านี้เมื่อได้รับการพิจารณาแก้ไขปรับปรุงให้เหมาะสมดีแล้วก็เชื่อว่าจะเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืนสมบูรณ์แบบได้ ส่วนเรื่องที่ผู้รับผิดชอบไม่เห็นความสำคัญจึงขาดงบประมาณสนับสนุน เรื่องนี้ผู้วิจารณ์เห็นว่าสำคัญมาก ผู้รับผิดชอบต้องมียุทธศาสตร์ในการบริหารงานที่กว้างไกล ตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ตามหลักอิทธิบาท 4 ด้วยจิตสำนึกของข้าราชการที่ดี เพราะเงินเดือนของท่านคือภาษีของประชาชน มีวิธีการอันหลากหลายที่จะบริหารจัดการในส่วนนี้ เช่น จัดอบรมสัมมนาเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพหรือขีดความสามารถการทำงานของบุคลากร เปลี่ยนตัวบุคลากรที่เหมาะสมกับงานมารับผิดชอบแทน เป็นต้น

บทที่ 6 (7) การกำหนดให้วัดทุกวัดในจังหวัดนครปฐมมีการทำบุญตักบาตรทุกวันอาทิตย์เพิ่มขึ้นอีกหนึ่งวันนอกจากวันพระแล้วนั้นเป็นแนวคิดที่ดี แต่ในมุมมองของผู้วิจารณ์มีความเห็นต่างจากผู้เขียนเรื่องนี้ว่า ศาสนาพุทธไม่ใช้การบังคับหรือออกคำสั่งให้ใครกระทำหรือไม่กระทำ หลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา กล่าวไว้ สิ่งใดควรกระทำหรือไม่ควรกระทำอย่างมีเหตุและผลเท่านั้น เห็นควรเปลี่ยนแนวคิดนี้มาเป็นการเชิญชวนด้วยการส่งเสริม สนับสนุนให้ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องเข้ามามีส่วนร่วมด้วยความสมัครใจจะเป็นประโยชน์ต่อสังคมเกิดค่านิยมที่ถูกต้องตามหลักของพระพุทธศาสนา เห็นคุณค่าความสำคัญของการทำบุญตักบาตรและการถือศีล 5 ว่าเป็นพื้นฐานของการดำรงอยู่ในสังคมแบบมีส่วนร่วม โดยเริ่มต้นที่ภาครัฐและผู้เกี่ยวข้องเป็นต้นแบบในการปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีแก่ประชาชน จนเกิดศรัทธาแล้วปฏิบัติตามจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

บทที่ 6 (8) เรื่องการส่งตัวแทนเข้าปฏิบัติธรรม ผู้วิจารณ์มีความเห็นต่างจากผู้เขียนว่า ควรให้มีการรับสมัครหรือขอความร่วมมือจะเหมาะสมกว่าการออกคำสั่งเช่นกัน โดยผู้เกี่ยวข้องต้องนำเสนอให้เห็นถึงความสำคัญของโครงการ แนะนำถึงประโยชน์ที่จะได้รับ สนับสนุน ส่งเสริมทั้งทางตรงและทางอ้อมในทุกวาระและโอกาสอย่างต่อเนื่อง การสมัครใจเข้ารับการอบรมผลที่ได้รับในระยะยาวย่อมมีความมั่นคงยั่งยืนทางสังคมถือเป็นขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามของท้องถิ่นต่อไป

บทที่ 6 (10) กำจัดการค้ายาเสพติดและผู้ติดยาเสพติดโดยให้สังคมลงโทษ เพราะผู้วิจารณ์มองว่าไม่ใช่หน้าที่ของสภากาชาดธรรม เรื่องนี้เป็นหน้าที่ของตำรวจและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องดูแลทำหน้าที่ในการกำจัดการค้ายาเสพติด การเสพยา ที่ถูกต้องตามข้อกฎหมาย แม้ว่าการให้สังคมลงโทษก็ต้องสร้างบทบาททางสังคมด้านต่าง ๆ ให้เข้มแข็งหรือแข็งแรงเสียก่อน เพราะปัญหาเสพติดนี้ เป็นปัญหาใหญ่ระดับประเทศที่ผู้ในระดับชาติยังแก้ไขได้น้อยมาก ๆ นั่นเอง บทบาทของสภากาชาดธรรมฯ คงทำได้เพียง ส่งเสริม สนับสนุน ให้ความรู้ สร้างสำนึกที่ดีให้เกิดขึ้นกับผู้เกี่ยวข้องในสังคมเท่านั้น

บทสรุป

ผู้วิจารณ์ขอชื่นชมและขอเป็นกำลังใจให้กับบุคลากรผู้เกี่ยวข้องทุกท่าน การเขียนหนังสือเรื่อง “ทวารวดีศรีนครปฐม: พัฒนาการทางประวัติศาสตร์และโบราณคดี” เป็นการรวบรวมข้อมูลทั้งระดับปฐมภูมิและทุติยภูมิทางประวัติศาสตร์ โบราณคดี วรรณกรรม กลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเมืองนครปฐมโบราณหรือเมืองนครไชยศรีและเมืองนครปฐมในปัจจุบัน เพื่ออนุชนรุ่นหลังที่สนใจได้เข้ามาศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ความเป็นมา วิถีชีวิต ความคิด ความเชื่อ สร้างความตระหนักถึงรากเหง้าแห่งวิถีชีวิต ทำให้ทราบถึงความเป็นมาของบรรพบุรุษ เข้าใจวิถีชีวิต วัฒนธรรมประเพณีชนชาติไทยในอดีตว่ามีพัฒนาการเป็นมาอย่างไร ก่อให้เกิดความรักความภาคภูมิใจในแผ่นดินเกิด และเพื่อเป็นแนวทางในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การอนุรักษ์ การพัฒนาและสืบสานคุณค่ามรดกทางวัฒนธรรมของชาติและท้องถิ่นให้ยั่งยืนสืบต่อไปอีกด้วย ส่วนปัญหาและอุปสรรคที่ยังต้องปรับปรุงแก้ไขในเรื่องต่าง ๆ นั้น ผู้วิจารณ์มีความเห็นว่า การบูรณาการการทำงาน

ร่วมกันแก้ไขปัญหาก็เป็นทางออกที่ส่งผลให้สำเร็จสมดังวัตถุประสงค์ของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะทำให้ชาวนครปฐมเกิดความภาคภูมิใจเป็นอย่างยิ่ง หนังสือเล่มนี้นับว่ามีประโยชน์อย่างมากกับผู้สนใจศึกษาเรียนรู้ประวัติศาสตร์ของเมืองนครปฐม เมืองที่เคยได้ชื่อว่าเป็นศูนย์กลางทางพระพุทธศาสนายุค ทวารวดี นั่นเอง

เอกสารอ้างอิง

สภาวัฒนธรรมจังหวัดนครปฐม. (2565). *ทวารวดีศรีนครปฐม : พัฒนาการทางประวัติศาสตร์และโบราณคดี*.

พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม: สภาวัฒนธรรมจังหวัดนครปฐม.