



ISSN 2586-811X

DEPARTMENT OF  
BUDDHISM AND PHILOSOPHY  
MAHAMAKUT BUDDHIST  
UNIVERSITY ROI ET CAMPUS  
GRADUATE SCHOOL

JOURNAL OF BUDDHIST  
PHILOSOPHY EVOLVED **วารสาร**  
**พุทธปรัชญาวิวัฒน์**

ปีที่ 3 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม 2562)



สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด

การศึกษาเชิงเปรียบเทียบเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท  
กับปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู  
A Comparative Study of the Human Destiny in Theravada  
Buddhist Philosophy and Hinduism Philosophy

พระมหาสุขศรี สุขกาโม(สาสีลา)<sup>1</sup> พระมหาประภาส ปริชาโน<sup>2</sup> และวิเชียร แสนมี<sup>3</sup>  
Pramaha Suksri Sukhakamo(Sasrila)<sup>1</sup> Phramaha Praphart Parichano<sup>2</sup> and Wichian Sanmee<sup>3</sup>  
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด<sup>1,2</sup>  
Mahamakut Buddhist University Roi Et Campus<sup>1,2</sup>  
มหาวิทยาลัยขอนแก่น<sup>3</sup>  
Khon Kaen University<sup>3</sup>  
Email : pramahasuksri@gmail.com

### บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1)ศึกษาเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาท 2)ศึกษาเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู 3)เปรียบเทียบเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาทกับปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู วิทยานิพนธ์นี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เน้นการวิจัยทางด้านเอกสาร โดยการศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎก หนังสือ เอกสาร ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำเนื้อหาามาวิเคราะห์ แล้วนำเสนอในเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า 1)เป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาทก็คือนิพพาน เป็นสภาวะธรรมที่หลุดพ้นจากกิเลส ตัณหาและทุกข์ทั้งปวง ซึ่งเป็นสภาวะที่อยู่เหนือการเกิดและการตาย อยู่เหนือกาลเวลาเป็นสภาวะที่ปราศจากความทุกข์ทั้งหมด ปราศจากบุญและบาปเป็นสภาวะที่เป็นอมตะ วิธีปฏิบัติเพื่อเข้าถึงนิพพานนั้นก็คือการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา ได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา เรียกว่า ศีลสมาธิปัญญา 2)เป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู ก็คือ การบรรลุโมกษะ หมายถึงสภาวะที่อาตมมันรู้แจ้งตัวมันเองว่าเป็นสิ่งเดียวกันกับปรมาตมันหรือพรหมันซึ่งเป็นสภาวะที่ปราศจากบุญและบาปเป็นความบริสุทธิ์สูงสุดและความสุขสูงสุดวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุโมกษะ ได้แก่ ชยญาณโยคะ(ความรู้แจ้ง) กรรมโยคะ(การกระทำความดี)ภักติโยคะ (ความศรัทธาต่อพระเจ้า) และราชโยคะ (การบำเพ็ญจิต) 3)จากการศึกษาเปรียบเทียบทั้งสองศาสนาจะพบความคล้ายคลึงกันในทรรศนะความหมายของเป้าหมายสูงสุดคือ การหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง

เป็นสภาวะที่อยู่เหนือการเกิดและการตายอยู่นอกกาลเวลาเป็นอมตะ และเป็นความสุขสูงสุด ส่วนสภาวะที่แตกต่างกันก็คือนิพพานมีสภาวะเป็นอนัตตาส่วนโมกษะมีสภาวะเป็นอัตตา วิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดที่คล้ายกันกล่าวคือ พุทธศาสนานับการฝึกสมาธิ และวิปัสสนากรรมฐาน ส่วนปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู ก็เน้นการปฏิบัติสมาธิที่คล้ายกัน แต่ไม่มีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แต่ได้กล่าวถึงความจงรักภักดีด้วยการประกอบพิธีบูชาและอุทิศตนต่อพระเจ้า เป็นวิธีที่จะทำให้บรรลุถึงโมกษะ แต่พระพุทธรศาสนา ไม่เห็นด้วยกับการกระทำเช่นนั้น

**คำสำคัญ :** เป้าหมายสูงสุดของมนุษย์; นิพพาน; โมกษะ

### ABSTRACT

The objectives of the research were to 1) study the Human Destiny in Theravada Buddhist Philosophy, 2) study the Human Destiny in Hinduism Philosophy, and 3) study a Comparative the Human Destiny in Theravada Buddhist Philosophy and Hinduism Philosophy. This was qualitative research collecting the data from the Tipitaka, documents and research works. The data were analyzed and the presented in a descriptive method.

The results of the research were found as follows: 1) The Human Destiny in Theravada Buddhist Philosophy is Nibbana. it is the principle of nature at deliverance from impurities and craving and sufferings. That is the state an existence over birth and dead and time. It is the state which deliverance from all sufferings, merit and sin and an ageless. The way to practice for achievement that Nippanaviz; The Threefold Training; training in higher morality, training in higher mentality, training in higher wisdom that call morality, concentration and wisdom. 2) The Human Destiny in Hinduism Philosophy is Moksha achievement viz; Mokksa is the state that soul understands thoroughly itself that be same thing with come to the Universal Self. Mokksa is the state that without merit and sin, highest purely and highest happiness. The way to practice for Moksha achievement viz; Chayanayoga (knowledge), karmayoga (goodness behavior), Phaktiyoga (faith to God), Rathchayoga (mind training). 3) From a comparative study with both religions will meet the resemblance in meaning visual of the Human Destiny have deliverance from all sufferings. There are the state an existence over birth and dead and

time, an ageless and the highest happiness. But that difference of states, Nibbana is Anatta (non-self) but Mokkha is Atta (self). The way to practice for achievement the highest state is similarity viz; In Buddhism to practice concentration and insight development practice, but in Hinduism has concentration practice similarity. And has not insight development practice, But that said about the faith loyalty with perform a ceremony worship and dedication to God which is the way for achieve to Mokkha. Then, In Buddhism has refused this way.

**Keywords :** Human Destiny; Nibbana; Mokkha

## 1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

ศาสนาทุกศาสนาย่อมมีหลักคำสอน ที่มุ่งไปสู่เป้าหมายสูงสุดในชีวิตของมนุษย์ก็คือการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงแล้วพบกับความสุขนิรันดรความทุกข์จึงเป็นสภาวะคู่กับชีวิตมาตั้งแต่เกิด พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงความทุกข์ไว้มากมายหลายแห่งในพระไตรปิฎกความทุกข์นี้มีทั้งทุกข์ทางกาย (กายิกทุกข์) และทุกข์ทางใจ (เจตสิกทุกข์) เป็นที่น่าสังเกตว่ามนุษย์ซึ่งถือกันว่าเป็นสัตว์ประเสริฐที่สุดในบรรดาสัตว์ทั้งหลายแต่กลับมีความทุกข์มากกว่าสัตว์ประเภทอื่น ๆ ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะถูกรอบงำด้วย อวิชชาหรือความไม่รู้ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดกรรมหรือการกระทำกรรมที่ไม่รู้ตัวเองเป็นเครื่องผูกมัดให้หมู่สัตว์ต้องเวียนว่ายตายเกิดผูกพันอยู่กับความทุกข์ความทรมานของชีวิตเมื่อชีวิตเต็มไปด้วยความทุกข์มนุษย์จึงพยายามแสวงหาหนทางที่จะนำไปสู่การหลุดพ้นจากทุกข์พระพุทธศาสนาเถรวาทมีหลักธรรมคำสอนที่เน้นสอนความจริงของชีวิต คือเรื่องทุกข์ และวิธีดับทุกข์ ซึ่งสามารถพิสูจน์ได้จริงด้วยการปฏิบัติ ผู้ที่ปฏิบัติแล้วหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ในพระพุทธศาสนาเรียกว่าการบรรลุพระนิพพานหรือเป็นพระอรหันต์

ในศาสนาพราหมณ์-ฮินดู มีความเชื่อว่าการได้มาเกิดเป็นมนุษย์เป็นสิ่งประเสริฐยิ่งเพราะมนุษย์เป็นสัตว์ที่มีสติปัญญา มีเหตุมีผลมีความคิดริเริ่มจึงสามารถที่จะทำกรรมดีบำเพ็ญตบะโยคะปฏิบัติสมณธรรมบำเพ็ญพรต ถือเพศพรหมจรรย์ซึ่งเป็นหนทางที่จะนำดวงวิญญาณของตนให้หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงแล้วเข้าไปอยู่ในภาวะเดียวกับพรหมันหรือปรมาตมันได้ ศาสนาพราหมณ์-ฮินดู เชื่อว่าสิ่งที่เป็นแกนกลางของชีวิตมนุษย์ คืออาตมันหรือชีวาตมันสิ่งมีชีวิตและวิญญาณทั้งหลายทุกดวง ที่สิ่งสถิตอยู่ในสรรพสิ่งทั้งปวง ล้วนกำเนิดมาจากพรหม เมื่ออาตมันแยกออกมาจากปรมาตมัน หรือพรหมแล้ว จะต้องผจญกับความทุกข์ยากทำให้ต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ อวิชชา คือความไม่รู้ทำให้อาตมันต้องผจญกับความทุกข์ในสังสารวัฏเวียนเกิดเวียนตายเรื่อยไป จนกว่าอาตมันหรือวิญญาณจะหลุดพ้นจากสังสารวัฏ

ทั้งพระพุทธศาสนาและศาสนาพราหมณ์-ฮินดู มีแนวทางพื้นฐานบางอย่างที่คล้ายคลึงไถ่กัน เช่น แนวความเชื่อเรื่องกรรม แนวความเชื่อเรื่องอวิชา เป็นต้น แต่บางอย่างก็มีความคิดที่แตกต่างกันเช่น พระพุทธศาสนาไม่เชื่อเรื่องเทพพระเจ้าขณะที่ปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดูเชื่อว่า พระพรหมเป็นพระเจ้าสูงสุดแม้ทั้งสองศาสนาจะมีเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ในเรื่องความหลุดพ้นจากความทุกข์ที่คล้ายกันแล้วแต่ก็ยังมีข้อแตกต่างกันในเรื่องวิธีการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดเพราะศาสนาพราหมณ์-ฮินดูถือว่า ถ้าไม่สามารถบรรลุถึงพรหมณ์ในชีวิตนี้ได้ถือว่าเป็นความสูญเสียของการดำเนินชีวิตซึ่งสอดคล้องกับพระพุทธศาสนาที่เชื่อว่า เราสามารถบรรลุพระนิพพานได้ ก็โดยการลงมือกระทำเท่านั้น จึงจะสามารถบรรลุนิพพาน

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาประเด็นเรื่องการเปรียบเทียบเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทกับปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู ในทั้งสองศาสนาจะมีหลักการหรือวิธีการปฏิบัติที่มีความคล้ายคลึง หรือแตกต่างกันหรือไม่อย่างไรจึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจศึกษาต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาท
- 2.2 เพื่อศึกษาเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู
- 2.3 เพื่อเปรียบเทียบเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาทกับปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู

## 3. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

- 3.1 ได้ทราบเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาท
- 3.2 ได้ทราบเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู
- 3.3 ได้ทราบผลการเปรียบเทียบเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาทกับปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู

## 4. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งเน้นการวิจัยทางเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งมีขั้นตอนในการปฏิบัติดังนี้

- 4.1 ขั้นสำรวจข้อมูล

4.1.1 ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาท จากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539

4.1.2 สำนวณเอกสาร คือตำรา หนังสือทั่วไป เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 4.2 ชั้นรวบรวมข้อมูล

4.2.1 รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือ พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539

4.2.2 รวบรวมเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) จากอรรถกถาฎีกา อนุฎีกา ปกรณ์ วิเสตต่างๆ และหนังสือแปลที่เกี่ยวข้องกับหลักปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดูเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

4.3 ชั้นวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาทำการวิเคราะห์ เพื่ออธิบาย ตีความ แล้วนำข้อมูลมาสรุปเปรียบเทียบประเด็นที่สำคัญ เพื่อให้สอดคล้องตามกรอบวัตถุประสงค์ แล้วนำเสนอผลการศึกษาวิจัยโดยวิธีพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis)

## 5. ผลการวิจัย

5.1 เป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาท จุดมุ่งหมายสูงสุดของพุทธศาสนาเถรวาทคือพระนิพพาน ดังนั้นทรรศนะเป้าหมายสูงสุดของการดำเนินชีวิตของมนุษย์ในพระพุทธศาสนา ก็คือการบรรลุนิพพาน

5.1.1 ความหมายของนิพพาน ในคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทยเล่มที่ 18(2539 : 36) ได้อธิบายความหมายและลักษณะของนิพพานไว้ว่า นิพพานคือความสิ้นราคะโทสะและโมหะนิพพานในฐานะสภาวะธรรมที่เข้าถึงได้บรรลุได้เป็นธรรมที่บุคคลสามารถรู้เห็นได้อันบุคคลผู้บรรลุเห็นได้เองไม่ขึ้นกับกาลเรียกให้มาดูได้ควรน้อมเข้ามาไว้ในตนอันวิญญูชนพึงรู้ได้เฉพาะตน(พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 20, 2539 : 203) นอกจากนั้นนิพพาน ยังมีความหมายตามนัยอื่นๆเช่นนิพพานคือภาวะที่จิตรู้แจ้งในอริยสัจ 4 หรือปฏิจจนุปบาทถึงที่สุดแล้วนิพพานคือภาวะที่ประณีตอย่างยิ่งสงบอย่างยิ่งเป็นที่สละ คืออุปธิกิเลสทั้งปวงเป็นสภาวะที่ดับสนิทแห่งความหลงผิดทั้งปวง(วิธานสุชีวกุปต์, 2534 : 265)

5.1.2 ประเภทนิพพาน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2546 : 103) ได้อธิบายถึงประเภทของนิพพาน ได้แก่ 1)สอุปานิเสสนิพพาน หมายถึงสภาวะบุคคลผู้ได้บรรลุความสิ้นกิเลสแล้วแต่ยังทรงขันธห้าอยู่ความเจ็บป่วยไขว้ความแก่ก็ยังคงปรากฏแก่ร่างกายเป็นธรรมดาแต่ไม่มีความทุกข์ทางจิต เพราะจิตของท่านเป็นสภาวะที่อยู่เหนือจากทุกข์ทั้งปวงโดยสิ้นเชิงแล้ว 2)อนุปาทิเสสนิพพานหมายถึงสภาวะที่ดับทั้งกิเลสและขันธห้าได้โดยสิ้นเชิงไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏอีกต่อไป

5.1.3 ลักษณะนิพพาน พระพุทธเจ้าได้ทรงพระกรุณาตรัสถึงคุณลักษณะนิพพานให้ผู้ยังเป็นปุถุชนฟังซึ่งพระอนุรุทธาจารย์ ได้สรุปคุณลักษณะของนิพพานไว้ 5 ประการคือ 1)ปทฺ แปลว่า ส่วนหนึ่ง หมายความว่าสภาวะธรรมชาติชนิดหนึ่งที่เข้าถึงได้มีอยู่เฉพาะ ไม่เกี่ยวข้องกับสังขตธรรม 2)อจฺจตฺ แปลว่า ธรรมที่ไม่ตายหมายความว่าไม่มีการเกิดไม่มีการตายเพราะความตายจะมีได้ก็ต้องมีการเกิดเมื่อไม่มีความเกิดแล้วความตายก็ไม่ได้ 3)อจฺจนตฺ แปลว่า ธรรมที่ก้าวล่วงชั้น 5 ที่เป็นอดีตและอนาคตแม้ไม่ได้แสดงการก้าวล่วงของชั้น 5 ที่เป็นปัจจุบันแต่ได้แสดงการก้าวล่วงจากชั้น 5 ที่เป็นอดีตและอนาคตการก้าวล่วงแห่งชั้น 5 ที่เป็นปัจจุบันย่อมสำเร็จไปด้วยฉะนั้นพระนิพพานจึงเป็นธรรมที่พ้นจากกาลทั้ง 3 เรียกว่า กาลวิมุตฺและเป็นธรรมที่พ้นจากชั้น 5 เรียกว่าชั้นวิมุตฺ 4)อสงฺขตฺ แปลว่า ธรรมที่ไม่ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัยอย่างใดอย่างหนึ่งหมายความว่าพระนิพพานไม่ใช่จิตเจตสิก รูปเพราะไม่ต้องมีปัจจัย 5) อนนฺตฺ แปลว่า เป็นธรรมที่ประเสริฐหมายความว่าธรรมอื่น ๆ ที่จะประเสริฐกว่าพระนิพพานนั้นไม่มีเลย (พระสังฆมณฑลสังฆมณฑล, 2526 : 125) ในคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 8 (2539 : 224) ระบุอย่างชัดเจนว่านิพพานเป็นอนัตตาซึ่งเป็นคำสอนที่ตรงกันข้ามกับศาสนาประเภทเทวนิยมที่สอนว่าวิญญาณมีสภาวะเป็นหนึ่งเป็นชีวิตเอกภาพเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าอัตตาอัตตานนั้นมีฐานะเป็นวิญญาณของจักรวาลที่เรียกว่าวิญญาณสากลดำรงอยู่ในฐานะเป็นปฐมเหตุและเป็นที่รวมเข้าของสรรพสิ่งแต่นิพพานมีสภาวะตรงข้าม เพราะนิพพานมีลักษณะเป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตนไม่ใช่สิ่งที่เป็นปฐมเหตุของสรรพสิ่งไม่ได้เป็นที่รวมในขั้นสุดท้ายของสรรพสิ่งเป็นสภาวะที่เป็นอิสระจากการสร้างและสิ่งที่ถูกสร้างอย่างสิ้นเชิง ลักษณะนิพพานเป็นอนัตตาคือการอธิบายถึงนิพพานในฐานะเป็นอนัตตา (ไม่ใช่อัตตา) และเป็น การอธิบายถึงนิพพานในลักษณะปฏิเสธต่างๆ เพราะนิพพานเป็นสิ่งที่บรรยายไม่ได้ด้วยภาษามนุษย์ ดังพุทธพจน์ที่แสดงไว้ในขุททกนิกายเถรวาทว่านิพพานเป็นสภาวะไม่แก่มิเกิดไม่ตายไม่เศร้าโศกไม่มีภัยไม่มีความเดือดร้อนเป็นสภาวะที่ดับกิเลสและกองทุกข์ทั้งหมดเป็นสภาวะที่ไม่ถูกปัจจัยปรุงแต่งซึ่งเป็นผลให้ไม่มีการเกิดใหม่การแก่และการตายอีกเรียกว่าเป็นการบรรลุอมตะ (ความไม่ตาย) เป็นต้น (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 26, 2539 : 442) การอธิบายลักษณะในแง่ปฏิเสธของนิพพานอีกประการหนึ่งคือการอธิบายว่านิพพานเป็นเครื่องละความอยากในภพ (การเกิดหรือการอยู่ในโลก) ไม่ยินดีในวิภวตัณหา (ความอยากได้การไม่ทำลายกิเลสอย่างคือราคะโทสะและโมหะ) ดังนั้นความสิ้นราคะ (ความรัก) ความสิ้นโทสะ (ความเกลียด) ความสิ้นโมหะ (ความไม่รู้จริง) นี้แหละเรียกว่านิพพาน (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 2, 2539 : 287)

5.1.4 ธรรมที่เป็นอุปสรรคขัดขวางทางแห่งนิพพาน ในทรรศนะของพุทธศาสนา สิ่งที่ขัดขวางการปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพานเรียกว่า อวิชชาหมายถึงความไม่รู้ตามความเป็นจริงไม่รู้ตรงสภาวะทำให้เกิดความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนขึ้นเป็นภาวะที่มีอยู่แต่เดิมของทุกคน อวิชชาเป็นสังโยชน์เบื้องสูงที่ผู้ปฏิบัติจำเป็นต้องละให้ได้ ก่อนจะบรรลุอรหัตผลในพระสูตรต้นปิฎกได้กล่าวถึงอวิชชา ไว้ 4 ประการคือ

1)ทุกขเหตุญาณไม่รู้ทุกข์หมายความว่าไม่รู้ชาติขรามณะสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เป็นทุกข์เป็นสภาวะที่ทนได้ยากกล่าวคือการไม่รู้ว่อาพาทนขันธทั้ง 5 นั้นเป็นทุกข์ 2)ทุกขสมุทเยอญาณไม่รู้ในทุกข์สมุทัย (สาเหตุที่ทุกข์เกิด) หมายความว่าไม่รู้จักสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์กล่าวคือ ตัณหา 3 (2.1)กามตัณหา ความทะยานอยากในกามคุณที่สนองความต้องการสัมผัสทั้งห้า (2.2)ภวตัณหาความทะยานอยากในภพ ความอยากในภาวะของตัวตน อยากให้คงอยู่อย่างนี้ตลอดไปความใคร่ความอยากที่ประกอบด้วยภวทิฏฐิ และสัสสตทิฏฐิ (ความเห็นว่าเที่ยง) (2.3)วิภวตัณหาความทะยานอยากในวิภพความอยากในความพ้นไป จากตัวตนจากความเป็นอย่างใดอย่างหนึ่ง ประกอบไปด้วยวิภวทิฏฐิหรืออุจเฉททิฏฐิ (ความเห็นว่าขาด สูญ) (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 22, 2539 : 494) 3)ทุกขนิโรธญาณไม่รู้ในทุกข์นิโรธ (การทำให้ ทุกข์หมดไป) หมายความว่าไม่รู้จักความดับทุกข์ได้แก่ภาวะที่ดับสั่นไปภาวะที่สาร์อกค้นหาไม่ ถูกตัณหาย้อม 4)ทุกขนิโรธคามินิยาปฏิบัติทนายอญาณไม่รู้ในทุกข์นิโรธคามินิปฏิบัติ (วิธีปฏิบัติเพื่อให้ บรรลุถึงการดับทุกข์) หมายความว่าไม่รู้จักปฏิบัติที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์ได้แก่อริยอัฏฐังคิกมรรค หรือมัชฌิมาปฏิบัติทนายซึ่งจะเป็นสิ่งนำไปสู่การละอริชชาได้(พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2538 : 183)

5.1.5 วิธีปฏิบัติตนเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด หลักพุทธศาสนามีขั้นตอนในการปฏิบัติเพื่อ บรรลุพระนิพพานไปตามลำดับ จนกระทั่งเป็นผู้หลุดพ้นแล้วโดยชอบหมายถึงพระอรหันต์เพราะมีการ ฝึกฝนอบรมตนเองไปสู่เป้าหมายอันสูงสุด ซึ่งเป็นแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาคือการปฏิบัติไตรสิกขา บุคคลผู้ที่ปฏิบัติตามหลักการนี้จะทำให้เกิดพัฒนาการทางจิตเป็นขั้นๆได้แก่โสดาบันสกทาคามีอนาคามี และอรหันต์ในแต่ละขั้นสังโยชน์จะถูกทำลายลงตามลำดับจนหมดสิ้น(พระมหาสมปอง มุทิโต, 2547 : 488-489) ไตรสิกขาเป็นการฝึกอบรมตนเองใน3ด้าน คือการสำรวมทางกาย และวาจา (อริศีลสิกขา) การทำจิตให้มั่นคงไม่ฟุ้งซ่าน (อริจิตตสิกขา) และการเห็นหรือรู้ตามความเป็นจริง (อริปัญญาสิกขา) หรือ เรียกโดยย่อก็คือศีลสมาธิและปัญญาไตรสิกขาสามารถจำแนกออกได้เป็น 2 ระดับ

1)ไตรสิกขาระดับต้นหมายถึง การปฏิบัติไตรสิกขาเป็นการปฏิบัติที่ยังไม่เข้มข้นไม่ได้ปฏิบัติ ครบทั้ง3สิกขาในเวลาเดียวกันเช่นการรักษาศีล 5 หรือศีล 8 เป็นบางวัน หรือบางครั้ง

2)ไตรสิกขาระดับสูงหมายถึง การปฏิบัติไตรสิกขาครบทั้ง 3 สิกขาเป็นผลทำให้เกิด ปัญญาญาณ สามารถที่จะทำลายกิเลส และบรรลุอรหัตผลได้(วัชระ งามจิตรเจริญ, 2556 : 396-397)

หลักการปฏิบัติไตรสิกขา เพื่อบรรลุเป้าหมายอันสูงสุดของพระพุทธศาสนา มีหลักปฏิบัติ ดังนี้ คือ

1)อริศีลสิกขา จึงเป็นการฝึกความประพฤติสุจริตทางกายวาจาและอาชีวะได้แก่การรวมองค์ มรรคข้อสัมมาวาจาสัมมากัมมันตะและสัมมาอาชีวะซึ่งก็คือการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมาที่ติงาม มีระเบียบ วินัย ตลอดจนรู้จักเกื้อกูลส่งเสริมสภาพแวดล้อมให้อยู่ในภาวะเอื้ออำนวยแก่การดำเนินชีวิต



2) อธิจิตตสิกขา จึงเป็นการฝึกในด้านคุณภาพและสมรรถภาพของจิตได้แก่การรวมเอาองค์มรรคข้อสัมมาวายามะสัมมาสติและสัมมาสมาธิเข้าด้วยกันซึ่งก็คือการฝึกให้มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคงแน่วแนวจนจิตมีกำลังสมาธิสูงเหมาะแก่การใช้งาน จิตจะมีปัญญาอย่างลึกซึ้งและรู้ตรงตามเป็นจริง

3) อธิปัญญาสิกขา จึงเป็นการรวมเอาองค์มรรค 2 ข้อแรกคือสัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ ซึ่งก็คือ การฝึกอบรมพัฒนาให้เกิดปัญญาบริสุทธิ์รู้แจ้งชัดตรงตามสภาวะ เกิดความรู้ความเข้าใจต่อสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงจนถึงความหลุดพ้นจากอิทธิพลของกิเลสมีอวิชชาและตัณหา ครอบงำจิตอยู่ จิตนั้นย่อมสงบมั่นคงบริสุทธิ์ผ่องใสอย่างแนบเนียนยิ่งขึ้น (พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต), 2532 : 914-915)

5.2 เป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู ทรรศนะศาสนาพราหมณ์-ฮินดูในเชิงปรัชญามีความสัมพันธ์กันกับพระผู้เป็นเจ้าในรูปจักรวาลโดยเชื่อว่าพรหมเป็นบุคคลแรกที่เกิดขึ้นในโลก เป็นผู้สร้างโลกรักษาโลกพร้อมทั้งสอนพรหมวิทยา และเชื่อว่าสิ่งมีชีวิตว่าเกิดจากเจตจำนงของพระผู้เป็นเจ้า ซึ่งต้องการจะสร้างนามรูปต่างๆขึ้นมาเพื่อแสดงถึงความมีอยู่จริงเหนือกาลและความมีอำนาจสิทธิ์ขาดอยู่เหนือทุกสิ่งของพระผู้เป็นเจ้าหลังจากที่พระองค์ได้สร้างจักรวาลขึ้นมาแล้วภาวะของพระองค์จะมีอยู่ในร่างกายของสัตว์โลกทั้งปวงที่เรียกว่า ชีวาตมันหรืออาตมัน (วิญญาณ) เป็นเหตุให้สัตว์โลกเกิดมามีสภาวะเป็นปัจเจกบุคคลคือความมีตัวตนซึ่งเป็นผู้รู้ ผู้กระทำ เป็นผู้ยึดมั่นในร่างกายว่านี่คือตัวตนของตน เพราะอวิชชา คือความไม่รู้แจ้งเป็นเหตุให้สัตว์โลกตกอยู่ในวิภวภูตสังสารและเมื่อใดที่สัตว์โลกหลุดพ้นจากอวิชชา ด้วยความรู้แจ้งในความเป็นหนึ่งเดียวของอาตมันเมื่อนั้นสัตว์โลกผู้นั้นย่อมกลายเป็นหนึ่งเดียวกับพรหมันหรือที่เรียกว่า โมกษะ (วรลักษณ์ พับบรรจง, ม.ป.ป. : 13)

### 5.2.1 ความหมายของโมกษะ

สุนทร ธีรังสี (2536 : 342) กล่าวว่าโมกษะหมายถึง การที่ชีวาตมัน (วิญญาณ) มีสภาวะเป็นอันเดียวกับพรหมันเป็นสภาวะที่อยู่เหนือการเจริญและการเสื่อมของสังสารวัฏอยู่เหนือการเกิดและการตายเป็นสภาวะที่ไม่มีทั้งผู้รู้และสิ่งที่ถูกรู้ไม่มีชีวาตมันและโลกเป็นสภาวะที่ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นหนึ่งเดียว

อดิศักดิ์ ทองบุญ (2532 : 303) กล่าวว่าโมกษะหมายถึงการที่อาตมัน (วิญญาณ) หลุดพ้นจากการผูกยึดติดกับร่างกาย ซึ่งเป็นบ่อเกิดของความทุกข์ทั้งหมดเมื่ออาตมันรู้แจ้งด้วยตัวมันเองว่าเป็นสิ่งเดียวกับพรหมันแล้ว ก็จะหมดความยึดมั่นที่ว่ามันเป็นสิ่งเดียวกับร่างกายหลุดพ้นจากความคิดเช่นนั้นจึงเรียกได้ว่าการบรรลุโมกษะดังนั้นสภาวะของอาตมัน (วิญญาณ) ที่บรรลุโมกษะแล้ว จึงมีสภาพเหมือนพรหมันแต่ไม่ใช่สิ่งเดียวกันกับพรหมันคือมีความบริสุทธิ์ปราศจากมลทินใดๆ และจะไม่กลับเข้าไปสู่ร่างกายอีก

5.2.2 ประเภทโมกษะ ในทรรศนะของปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู แบ่งโมกษะออกเป็น 2 ประเภท คือ 1) ชีวันมุกติโมกษะของผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่หมายถึงการหลุดพ้นของผู้บรรลุโมกษะแล้วแต่ยังมีชีวิตอยู่จนกว่าจะสิ้นอายุหรือสิ้นผลกรรมที่ทำให้ผู้บรรลุโมกษะชนิดนี้แล้วจะไม่มีการกระทำความใหม่

เพิ่มขึ้นกล่าวคือจะไม่มีผลส่งผลให้เวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไปเทียบได้กับสอุปาทิเสสนิพพานของพระพุทธานุสสา 2) วิเทหภูมิโมกษะของผู้มีร่างกายแตกดับคือการหลุดพ้นหลังจากตายแล้วการบรรลุวิเทหภูมินี้จัดได้ว่าเป็นการเข้าถึงความเป็นเอกภาพกับพรหมอันอย่างแท้จริงเทียบได้กับอนุปาทินิพพานของพระพุทธานุสสา(สุนทร ฐ รังสี, 2536 : 343-344)

### 5.2.3 ลักษณะของโมกษะ

พระมหาแก่นเพชร วชิรสารโร (แฝงสีพล) (2541 : 17)ได้อธิบายลักษณะของโมกษะ ว่า การที่อาตมฉันรู้แจ้งในตัวของฉันว่าเป็นสิ่งเดียวกับพรหม เป็นสิ่งที่อยู่เหนือกาลเวลาทั้ง3คืออดีตปัจจุบันและอนาคตโมกษะจึงเป็นสถานะที่อยู่เหนือความโศกเศร้า ปราศจากบาปปราศจากความแก่ชราปราศจากความตายและปราศจากความหิวกระหาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหารุ่งสุขุมมาโล (ละเอียด) (2557, หน้า 75)ที่ได้อธิบายถึงสถานะของโมกษะในฐานะเป็นบรมสุขตั้งนี้ว่าโมกษะในฐานะที่เป็นจุดหมายสูงสุดของแต่ละบุคคลเป็นสถานะที่สามารถดับทุกข์ทั้งมวลของมนุษย์เป็นสถานะที่ปราศจากความเกิดความแก่ความตายความหิวกระหายความกลัวความเศร้าโศกดังนั้น โมกษะจึงเป็นสถานะที่อาตมฉันบริสุทธิ์บริบูรณ์อย่างที่สุดเป็นสถานะของความยินดี และปลาบปลื้มสูงสุดคือสถานะของอนันตโมกษะเป็นสถานะที่สรรพสิ่งรู้แจ้งความเป็นหนึ่งเดียวของตนกับพรหมอันเป็นสถานะที่เป็นอมตะจึงเป็นสถานะของอนันตโมกษะ ที่เป็นบรมสุข

### 5.2.4 สิ่งที่ขัดขวางการบรรลุโมกษะ

โพทุรย์ พัฒน์ใหญ่ยิ่ง (2530 : 6-7) อธิบายว่า มายามีลักษณะของความปั่นป่วนวุ่นวายมีความไม่สงบอย่างไม่มีวันจบสิ้น เมื่อใดมนุษย์ทำลายมายา หรือความไม่รู้ออกจากความรู้ สลัดความเห็นแก่ตัว ขจัดความแตกแยกในระหว่างกัน ขจัดช่องว่างระหว่างตัวเอง และองค์สัมบูรณ์ มิให้มายาหรือความไม่รู้เข้ามาอาศัย มนุษย์ย่อมก้าวถึงจุดสัมบูรณ์หรือความแท้จริงอันติมะได้

สมัคร บุราราศ (2554 : 47) ได้ให้ทรรศนะของ มายา หมายถึง ความลวงตาทั้งหลายในจักรวาล เป็นอำนาจ (ศักดิ์) ของพระเจ้าเป็นเหตุ เป็นสิ่งที่รับรู้ได้ในโลก เป็นประภคติ (ธรรมชาติ) ในคัมภีร์ฤคเวท มายา หมายถึง อำนาจพิเศษนอกเหนือจากธรรมชาติ หรือความฉลาดแกมโกงในคัมภีร์อุปนิษัท มายาเป็นอำนาจของอิศวร ผู้เป็นเทพยิ่งใหญ่ ทรงบันดาลให้โลกเกิดมีได้ด้วยอำนาจของมายา ทรงสร้างมนุษย์ขึ้นด้วยฤทธิของโลก แล้วทรงหายใจให้ชีวาตมัน(วิญญาณ) เข้าไปอาศัยในร่างกายมนุษย์ ทำให้มีร่างกายเกิดขึ้นมาได้ จากสิ่งที่ไม่รูปร่างมายามองในแง่ชีวาตมัน มีชื่อเรียกว่า อวิทยา คือความไม่รู้ ที่เป็นเหมือนม่านคอยปิดบังมิให้ชีวาตมันไม่รู้อาตมฉันว่า ตนเองเป็นสิ่งที่เดียวกับองค์สัมบูรณ์ คือ พรหมอันอวิทยา เป็นสาเหตุทำให้ชีวาตมันต้องติดข้องในสังสารวัฏ ประกอบทั้งกรรมดี กรรมชั่ว แล้วก็ได้รับผลของกรรม (วิบากกรรม) คือความสุข ความทุกข์ หมุนเวียนกันไป เมื่อใดที่ชีวาตมันสามารถทำลายอวิชชาลางได้ เมื่อนั้นชีวาตมันก็จะกลับคืนสู่สถานะที่แท้จริง อันเป็นสภาพเดียวกับพรหมอัน(ทองหล่อ วงษ์ธรรมา, 2535 : 51-52)

### 5.2.5 วิธีปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุโมกษะ

ปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดูมีวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของศาสนา ก็คือ การปฏิบัติตามมรรค 4 หรือโยคะ 4 ดังนี้ คือ

1)ชฎาณมรรค(ชฎาณโยคะ) หมายถึงความรู้แจ้ง เข้าใจธรรมชาติของพระพรหมันซึ่งมีอยู่ในตน ในฐานะอาตมันย่อนั้นคือการศึกษาศาพหมิวิชา เพื่อทำลายอวิชาด้วยปัญญาเมื่อได้บรรลุถึงความรู้แจ้งแล้วจิตย่อมบริสุทธิ์ บุคคลนั้นย่อมบรรลุถึงพรหมัน

2)กรรมมรรค (กรรมโยคะ)หมายถึง การประกอบความดี อันเป็นไปเพื่อความดับความปรารถนาดีนั้นเป็นต้นเหตุให้เกิดกรรม เป็นทางเข้าถึงอันติมะสัจจะด้วยการปฏิบัติหน้าที่ตามวาระด้วยจิตที่ว่างเปล่าอย่างวางและไม่หวังผลตอบแทนใด

3)ภักติมรรค(ภักติโยคะ)หมายถึง ความภักดี ความศรัทธาต่อพระเป็นเจ้าของการบำรุงบำเรอ มีความตั้งใจรับใช้ด้วยความจงรักภักดีอย่างบริสุทธิ์ใจให้บริการด้วยความมั่นใจและเต็มใจโดยปราศจากการหวังผลถือว่าสิ่งมีชีวิตทั้งหลายล้วนมาจากพรหม มีวิญญาณ (อาตมัน) ของพรหมสิงสถิตอยู่ ผู้ใดให้ความช่วยเหลือสิ่งมีชีวิตทั้งปวง ผู้นั้นย่อมมีความจงรักภักดีต่อพระพรหม ย่อมได้พบกับพระพรหมสมปรารถนา

4)ราชมรรค (ราชโยคะ)เป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่งเพราะเป็นการปฏิบัติที่เน้นฝึกฝนให้จิตใจมีสติปัญญาเกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในอาตมันของสรรพสิ่งทั้งหลายว่าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับปฐมผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติโยคะข้ออื่นๆด้วย เพราะโยคะแต่ละประเภทจะมีความสำคัญในตัวเองและก็จะมีความแตกต่างกันตามวิธี หรือในฐานะเป็นวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุโมกษะ (สุนทร ฤ รังสี, 2536 : 52-53) ขั้นตอนการปฏิบัติราชโยคะ มี 4 ขั้นตอน ได้แก่

4.1)ขั้นโสลกยัม คือ การบำเพ็ญเพียรจิตไปสู่โลกทิพย์ ไปอยู่เฉพาะหน้าพระอิศวรหรือพระศิวะ

4.2)ขั้นสมิพยัม คือ การเข้ามานพอกจิตให้สะอาดจนมองเห็นพระเป็นเจ้า

4.3)ขั้นสรุพยัม คือ การพอกจิตให้แน่วแน่จนตัวกลืนหายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระเจ้า

4.4)ขั้นสยุษยัม คือ การรวมเป็นอันหนึ่งเดียวกับพรหม หรือปุรุષซึ่งเป็นเทพสูงสุดอันเป็นยอดปรารถนาของพวกเขา(องค์การศาสนาพราหมณ์-ฮินดู, 2523 : 33-34)

5.3 การเปรียบเทียบเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ตามแนวปรัชญาพุทธเถรวาทกับปรัชญาพราหมณ์-ฮินดู จากการศึกษาเปรียบเทียบ จะพบความคล้ายคลึงในทรรศนะเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ของทั้งสองศาสนา คือ การหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง สาเหตุหลักของการเวียนว่ายตายเกิดอันเป็นบ่อเกิดของความทุกข์ทั้งหมด คือ อวิชา

ส่วนประเภทเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ที่คล้ายกัน คือ สอุปาทิเสสนิพพาน นั้น เปรียบเทียบได้กับชีวิตวันมุกตนิพพาน เปรียบเทียบได้กับวิเทหมุกต ลักษณะของนิพพานและโมกษะ ที่คล้ายกันก็คือเป็นสภาวะที่อยู่เหนือการเกิดและการตายอยู่เหนือกาลเวลาเป็นสภาวะที่ปราศจากความทุกข์ทั้งมวล ปราศจากความหิวกระหายปราศจากบุญและบาปปราศจากความโศกเศร้าเป็นสภาวะที่เป็นอมตะและเป็นสภาวะที่เป็นบรมสุขคือเป็นความสุขสูงสุด

ทรศณะที่แตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัดเจนของทั้งสองศาสนา คือในปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู สอนเรื่องการมีตัวตน (อัตตา) พรหมันมีฐานะเป็นพระเจ้าส่วนพุทธศาสนาเถรวาทสอนเรื่องการไม่มีตัวตน (อนัตตา) ไม่เชื่อเรื่องพระเป็นเจ้า

ส่วนวิธีการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดก็มีทั้งส่วนที่แตกต่างและคล้ายคลึงกันกล่าวคือปรัชญาพราหมณ์-ฮินดู ถือว่าการบูชาการประกอบพิธีกรรมต่างๆและการอุทิศตนต่อพระเจ้า เป็นวิธีที่จะทำให้บรรลุถึงโมกษะแต่พุทธศาสนา ถือว่าการที่จะบรรลุถึงนิพพานได้ก็อยู่ที่ตัวบุคคลเท่านั้น และคัดค้านความคิดและวิธีการเช่นนั้นส่วนที่คล้ายกันก็คือการปฏิบัติสมาธิ หรือการฝึกจิตที่ปรัชญาพราหมณ์-ฮินดูเรียกว่าราชโยคะส่วนพุทธศาสนา เรียกว่าการปฏิบัติสมถกรรมฐาน การบรรลุโมกษะตามทรศณะปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดูขึ้นอยู่กับความกรุณาของพระผู้เป็นเจ้าหรือพรหมัน ส่วนการบรรลุนิพพานในพุทธศาสนา ต้องปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อใช้ปัญญาพิจารณาสภาวะธรรมให้เห็นแจ้งตามความเป็นจริง

## 6. ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเชิงเปรียบเทียบในปรัชญาศาสนาพุทธเถรวาทกับปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู ยังมีเรื่องที่น่าสนใจที่จะได้รับการศึกษาวิจัย อีกหลายประเด็น โดยผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

### 6.1 ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

6.1.1 หลักปฏิบัติในขั้นต้นเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ที่สามารถนำไปปฏิบัติได้ก็คือหลักไตรสิกขา ได้แก่ อธิศีลสิกขา คือการสำรวมทางกาย และวาจา ด้วยการรักษาศีล5หรือศีล8

6.1.2 หลักการปฏิบัติสมาธิในพุทธศาสนา ซึ่งเรียกว่า อธิจิตตสิกขาเป็นการฝึกจิตให้มีความเข้มแข็งมั่นคงแน่วแน่ จนกระทั่งจิตมีกำลังสมาธิสูงเหมาะแก่การใช้งาน จิตในขั้นนี้จะมีปัญญาอย่างลึกซึ้งและรู้ตรงตามเป็นจริง ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากการรักษาศีล5หรือศีล8 ให้บริสุทธิ์

### 6.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

6.2.1 การศึกษาเชิงวิเคราะห์สอุปาทิเสสนิพพานในพุทธปรัชญาเถรวาทกับชีวิตวันมุกตในปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู

6.2.2 การศึกษาเชิงเปรียบเทียบแนวคิดสภาวะหลังการหลุดพ้นในทรศณะพุทธปรัชญาเถรวาทกับปรัชญาศาสนาพราหมณ์-ฮินดู

## 7. บรรณานุกรม

- ทองหล่อ วงษ์ธรรมา. (2535). **ปรัชญาอินเดีย**. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- ไพฑูริย์ พัฒน์ใหญ่ยิ่ง. (2530). **ความคิดสำคัญในปรัชญาอินเดีย**. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2532). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2546). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- \_\_\_\_\_. (2538). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาสมปอง มุทีโต. (2547). **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด.
- พระมหาแก่นเพชร วชิรสารโร (แฝงสีพล). (2541). **การศึกษาเปรียบเทียบทรรศนะเรื่องโมกษะในคัมภีร์อุปัชฌาย์กับนิพพานในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- พระมหารุ่ง สุขุมมาโล (ละเอียด). (2557). **ศึกษาเปรียบเทียบพระนิพพานในพระพุทธศาสนากับพรหมณ์ในศาสนาพราหมณ์-ฮินดู**. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระสัทธัมมโชติกะธัมมาจริยะ. (2526). **ปรหมัตถโชติกะ(ปริเฉทที่ 1-6)**. กรุงเทพฯ : ยูนิตีพับลิเคชั่น.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่ม 2, 8, 18, 20, 22, 26**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วรลักษณ์ พับบรรจง, (ม.ป.ป). **คัมภีร์กำเนิดจักรวาลศาสตร์แห่งชีวิต**. กรุงเทพฯ : ม.ป.พ.
- วิธาน สุชีวกุปต์. (2534). **อภิปรัชญา**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- วัชระ งามจิตรเจริญ. (2556). **พุทธศาสนาเถรวาท**. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัดสามลดา.
- สมัคร บุรวาศ. (2554). **ปรัชญาพราหมณ์ในสมัยพุทธกาล**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สยาม.
- สุนทร ณ รังสี. (2536). **ปรัชญาอินเดียประวัติและลัทธิ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อดิศักดิ์ ทองบุญ. (2532). **ปรัชญาอินเดีย**. กรุงเทพฯ : ราชบัณฑิตยสถาน.
- องค์การศาสนาพราหมณ์-ฮินดู. (2523). **ลัทธิธรรมในศาสนาพราหมณ์-ฮินดู**. กรุงเทพฯ : สหพร.

การศึกษาเชิงวิเคราะห์การให้คำปรึกษาในรายบุคคลผู้ป่วยโรคซึมเศร้า  
ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

An Analytical Study of Individual Counseling for Patients with Depressive  
Disorder in Theravada Buddhist Philosophy

ลำปาง กำหอม<sup>1</sup> และวิเชียร แสนมี<sup>2</sup>

Lampang Kamhom<sup>1</sup> and Wichian Sanmee<sup>2</sup>

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด<sup>1</sup>

Mahamakut Buddhist University Roi Et Campus<sup>1</sup>

มหาวิทยาลัยขอนแก่น<sup>2</sup>

Khon Kaen University<sup>2</sup>

Email : llampang@windowslive.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับโรคซึมเศร้าในมุมมองทางจิตเวชศาสตร์และตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาการให้คำปรึกษาทั่วไปและการให้คำปรึกษาในรายบุคคลตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท 3) เพื่อศึกษาวิเคราะห์คุณค่าการให้คำปรึกษาในรายบุคคลผู้ป่วยโรคซึมเศร้าตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทโดยใช้วิธีวิจัยเอกสารคือศึกษาค้นคว้าจากคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และตำราอื่นๆ ประกอบ

ผลการวิจัยพบว่า โรคซึมเศร้า หมายถึง การเจ็บป่วยด้านจิตเวชที่มีความผิดปกติด้านอารมณ์เศร้าเป็นหลักส่งผลให้เกิดความผิดปกติ ด้านความคิด ด้านร่างกายพฤติกรรมและสังคมมีอาการอย่างน้อย 2 สัปดาห์ขึ้นไป สาเหตุเกิดจากความผิดปกติด้านร่างกาย ได้แก่ ความผิดปกติของสารสื่อประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ ระบบประสาทวิทยา ระบบประสาทส่วนกลาง พันธุกรรม โรคทางกาย และยาบางชนิด นอกจากนี้ยังมีสาเหตุจากด้านจิตใจ ความคิด การรับรู้ที่เป็นลบ และจากปัจจัยกระตุ้นจากสิ่งแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ ซึ่งเป็นส่วนทำให้เกิดโรคซึมเศร้าได้ โรคซึมเศร้าแบ่งได้ 2 ประเภทตามเกณฑ์การวินิจฉัยของสมาคมจิตแพทย์อเมริกัน คือโรคซึมเศร้าหลัก และโรคซึมเศร้าเรื้อรัง ปัจจุบันกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้ใช้แบบประเมิน 2 คำถาม (2Q) สำหรับคัดกรองและใช้ 9 คำถาม (9Q) สำหรับวินิจฉัยและแบ่งระดับความรุนแรงของโรคซึมเศร้า ตั้งแต่ระดับเล็กน้อย ปานกลาง และระดับรุนแรง โรคซึมเศร้าระดับรุนแรงอาจมีอาการทางจิต หูแว่ว ประสาทหลอนและมีความคิดอยากฆ่าตัวตายร่วมด้วย การรักษา มี 3 วิธี โดยใช้ทั้ง 3 ด้านร่วมกัน ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย โดยใช้ยา ไฟฟ้า และ

การจำกัดกิจกรรม 2)ด้านจิตใจ โดยการใช้จิตบำบัด หรือการให้การปรึกษา 3)ด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ได้แก่การจัดสถานที่ให้มีความปลอดภัย น่ายู่ การจัดกิจกรรมบำบัดที่เหมาะสม ตามหลักคำสอนใน พุทธปรัชญาเถรวาท โรคซึมเศร้า มีความหมายใกล้เคียงโรคทางใจ หรือความทุกข์ ได้แก่ ทุกข์ 12 ในทุกขอรียสัจ หรือทุกข์จร โดยเฉพาะ โสกะ ปริเวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส คือเป็นความทุกข์ที่มา จากเหตุการณ์และสิ่งแวดล้อมของชีวิตที่เกิดขึ้นเพียงครั้งคราวเกิดกับบุคคลมีสาเหตุมาจากกิเลสและ ตัณหาเข้าครอบงำจิตใจการรักษาโรคทางใจหรือทุกข์ ในทางพระพุทธศาสนานั้น จะต้องเริ่มจากการถาม สังเกต และประเมินบุคลิกลักษณะของผู้ป่วยก่อนจึงจะสามารถนำหลักธรรมมาใช้กับบุคคลนั้นให้เหมาะ ตามจริตของแต่ละคน การรักษาสามารถทำได้ดังนี้ คือ 1)การศึกษาปฏิบัติธรรมโดยตรง 2)การนำเอาหลัก พุทธธรรมในพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิต 3)การคบหากัลยาณมิตร

การให้คำปรึกษาเปรียบได้กับการแสดงธรรมหรือเทศนาธรรมในทางพระพุทธศาสนาการให้ คำปรึกษาในรายบุคคลผู้ป่วยโรคซึมเศร้าตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท หมายถึงกระบวนการที่ผู้ให้ คำปรึกษา หรือกัลยาณมิตร ได้นำเอาหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมกับผู้ป่วยโรคซึมเศร้าตามปัญหาที่เขาเผชิญ ที่เป็นทั้งหลักการ กระบวนการและวิธีการมาใช้ในการให้คำปรึกษา โดยช่วยชี้ทางให้เขาใช้ปัญญาในการ ดับทุกข์หรือปัญหา ให้ เข้าใจปัญหาภายใน คือความทุกข์ใจ สาเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์ ตามความเป็น จจริงของธรรมชาติและสามารถแก้ปัญหาหรือความทุกข์ตามทางสายกลาง คือ มรรคมีองค์ 8 อย่างมี ความสุขและพัฒนาตนเองไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีคุณสมบัติแห่งความเป็น “กัลยาณมิตร” ปฏิบัติตนในศีลธรรมอันดีและมันฝึกฝนขัดเกลาตนเองอยู่เสมอ เป็นบัณฑิตที่มีสติปัญญา และมีปฏิภาณ เป็นผู้มีความรู้และประสบการณ์ คือ เป็นพหูสูต มีจรรยาบรรณเป็นแนวปฏิบัติในการ แสดงธรรม เข้าใจหลักพุทธธรรมเป็นอย่างดี สามารถวิเคราะห์ผู้มาขอคำปรึกษาตามจริตของแต่ละคน นำ หลักธรรมต่างๆ เข้ามาประกอบในกระบวนการให้คำปรึกษา ได้เป็นอย่างดี กระบวนการในการให้ คำปรึกษาตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท มีขั้นตอนตามหลักอริยสัจ 4 คือ รู้ทุกข์ (ทุกข์) รู้สาเหตุของทุกข์ (สมุทัย) รู้ผลของการดับทุกข์ (นิโรธ) และรู้หนทางในการดับทุกข์ (มรรค)

จากการวิจัยพบว่าคุณค่าการให้คำปรึกษาในรายบุคคลผู้ป่วยโรคซึมเศร้าตามแนวพุทธปรัชญา เถรวาทนั้น คือใช้เยียวยารักษาโรคซึมเศร้าหรือโรคทางใจได้จริง ช่วยลดและป้องกันการกลับมาเป็นซ้ำได้ ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาต้องพัฒนาตนเองเสมอเพื่อครองตนตามคุณสมบัติของผู้ให้คำปรึกษา นำมาซึ่ง ประโยชน์ต่อตัวผู้ให้คำปรึกษาเองและส่งผลดีต่อครอบครัว การงาน และสุขภาพจิตของผู้ให้คำปรึกษาด้วย ในงานการให้บริการให้คำปรึกษาเป็นเครื่องมือหรือรูปแบบการให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพสูงและเหมาะ กับผู้มารับคำปรึกษาที่ส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ และยังเป็น การส่งเสริมให้พุทธศาสนิกชนได้ปฏิบัติตาม คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า รักษาความเป็นศาสนาพุทธ หรือศาสนาประจำชาติไว้ ให้สืบนานต่อไป

**คำสำคัญ :** การให้คำปรึกษาในรายบุคคล; ผู้ป่วยโรคซึมเศร้า; แนวพุทธปรัชญาเถรวาท

### ABSTRACT

This research served the purposes: 1) to study theories on depressive disorder in the perspective of psychiatry, 2) to study general and individual counseling following Theravada Buddhist philosophy, 3) analyze values of individual counseling for depressive disorder patients. It was based on the qualitative research, the documentary research, of which data were obtained from Buddhist Cannon, relevant research work and other texts to supplement it.

The research yields the following results:

1. Depression (Depressive disorder) is psychiatrically mental malaise with feelings of sadness as a major cause, resulting in thoughtful, physical, behavioral and social disorders. Its symptom takes two weeks and up. Its cause arises from physical disorder of communicative nerve fluid, tubeless gland systems, nerve systems, central nerve system, heredity, bodily ills and some types of medicine. Beyond the physical disorder, its causes originate from mind, thoughts, negative perception and stimulating factors of environments, society, cultures and economy, all of which may bring the depressive disorder. It can be divided into types -major depressive disorder and dysthymic disorder. Nowadays, Public Health Ministry's Department of Mental Health uses two-question assessment form for screening the patients and nine-question assessment form for diagnoses and division of severity of depressive disorder into three levels, that is, marginal, mild and severe. For the severe level, its symptom includes psychiatric illness, hallucination, and obsession of committing suicide. Treatments are of three types and they can be used together. 1) Physically, it can be treated by using medicine, electricity, and activity limit. 2) Mentally, mental therapy and counseling are used. 3) Environmentally and socially, the treatment is to arrange a safe, livable place and hold suitable therapy activities.

According to the rule of teaching in Theravada Buddhist philosophy, the depressive disorder has its meaning similar to suffering, namely twelve ache and pain sufferings in Four Noble Truth, especially grief, lamentation, painful mental feelings, and despair, which they occasionally occur with everyone due to indulgence of defilement and craving. Treatment of mental illness or suffering in Buddhism will begin with



questions, notice and assessment of patients' personality before being able to implement relevant teachings suitable to patients' intrinsic nature. The treatment can be a direct practice of dhamma by applying a rule of Buddhadhamma to using in his/her everyday life.

Treatment by offering counseling is relative to delivering the sermon in Buddhism. To offer individual counseling to the depressive disorder patients following Theravada Buddhist philosophy refers to the process of which the counselor brings in Buddhadhamma suitable to such patients as the principle, process and method to use for counseling by guiding them to use their wisdom to cease sufferings or happily address problems to have him/her understand their internal sufferings, causes of sufferings according to reality of the nature and can solve problems of suffering according Buddhism's Middle Path, that is, Noble Eightfold Path, and develop themselves to the state of being a complete human being. A counselor has to have the property of good friendship, behaving themselves well in morality and regularly practising themselves, being the wise with consciousness, wisdom and perspicuity, having profound knowledge and experience, and possessing ethical codes as the practical guide for expounding dharma, understanding Buddhadhamma, being well aware of diagnosing patients' symptoms, bringing in rules of dhamma to support counseling processes. The processes of counseling in Theravada Buddhist philosophy have the same steps as those of Four Noble Truths, namely knowing suffering, causes of sufferings, results of cessation of sufferings and the ways leading to the cessation of sufferings.

The value of offering individual counseling to the depressive disorder patients following Theravada Buddhist philosophy can be really used to cure such patients. The values as such help decrease the symptom and prevent them from repeated occurrence as the patients practise themselves to let them have wisdom. The value for the counselor is that it let him/her develop oneself to retain the said properties, and yield benefits for the counselor and give rise to happiness of the family and good results of the job and his/her good mental health as well. The value for the counseling service is that it is acted as the tool or model of the service suitable for the patients asking for counseling, of which most of them are Buddhists. Most importantly, another value for

the counseling service is to encourage Buddhists to indirectly follow the Buddha's teachings and elongate retention of Buddhism as the national religion forever.

**Keywords :** Individual Counseling; Depressive Disorder Patients; Theravada Buddhist Philosophy

## 1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำกรวิจัย

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับปัญหาหลายด้านโดยเฉพาะปัญหาวิกฤติเศรษฐกิจ ปัญหาด้านการเมือง ปัญหาที่เกิดจากภัยธรรมชาติ ปัญหาสังคม ปัญหาครอบครัวและปัญหาสุขภาพ นับวันจะเพิ่มมากขึ้นทำให้บุคคลมีความยากลำบากในการปรับตัวปรับใจกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นซึ่งส่งผลกระทบต่ออารมณ์และจิตใจ การเกิดปัญหาสุขภาพจิตโดยเฉพาะโรคซึมเศร้าจะมีแนวโน้มสูงขึ้นจากรายงานการศึกษาร่วมกันระหว่างองค์การอนามัยโลก ธนาคารโลกและ Harvard School of Public Health (Murray 1996) ในการคาดการณ์ภาระโรค (Burden of disease) ที่มีต่อประชากรในทุกภูมิภาคของโลก โดยวัดความสูญเสียเป็นจำนวนปีที่ดำรงชีวิตอย่างมีสุขภาพดี พบว่าโรคซึมเศร้ามีการเปลี่ยนแปลงอันดับของโรคที่เป็นภาระ จากอันดับ 4 ในปี ค.ศ. 1990 มาเป็นอันดับ 2 ในปี ค.ศ. 2020 ซึ่งหมายถึงโรคซึมเศร้าจะก่อให้เกิดความสูญเสียด้านสุขภาพของประชากรโลกเป็นเท่าตัวทำให้เกิดความสูญเสียที่รุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ และเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญทั้งในปัจจุบันละในอนาคต ลักษณะความเจ็บป่วย (illness) และการเป็นโรค (disease) ของโรคซึมเศร้านำไปสู่ความทุกข์ทรมาน สูญเสียดุลยภาพ และความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตของผู้ป่วย ครอบครัว ชุมชน สังคมและประเทศ ซึ่งไม่สามารถประเมินค่าความเสียหายได้ ยังพบว่าผู้มีพฤติกรรมฆ่าตัวตายมากถึงร้อยละ 60 ป่วยเป็นโรคซึมเศร้า

โรคซึมเศร้าเป็นโรคทางจิตเวช ที่มีกลุ่มอาการความผิดปกติทางด้านอารมณ์ ซึ่งมีอาการสำคัญ ได้แก่ อารมณ์ซึมเศร้าและความรู้สึกเบื่อหน่าย หดหู่ ท้อแท้ หมดหวัง ทำทางการเคลื่อนไหวเชิงซ้ำ เบื่ออาหาร น้ำหนักลด นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย ไร้เรี่ยวแรง ไม่มีสมาธิ ความคิดอ่านช้า หลงลืม รู้สึกคุณค่าในตัวเองลดลง จนอาจนำไปสู่ความรู้สึกอยากทำร้ายตนเอง หรือการฆ่าตัวตายในที่สุด อาการเหล่านี้เป็นอยู่นานตั้งแต่ 2 สัปดาห์ขึ้นไป โรคซึมเศร้าสามารถรักษาได้ด้วยการรักษาด้วยยา รักษาด้วยไฟฟ้า จำกัดพฤติกรรม จัดสิ่งแวดล้อมเพื่อการบำบัดและรักษาจิตใจ จากการรักษาผู้ป่วยโรคซึมเศร้าพบว่า การรักษาด้วยยาร่วมกับการรักษาทางด้านจิตใจจะส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพการรักษาสูงสุด ดังนั้น การบำบัดและรักษาจิตใจจึงเป็นกระบวนการช่วยเหลือที่สำคัญอย่างหนึ่งต่อการลดภาวะซึมเศร้า รวมถึงการจัดการความเสี่ยงและป้องกันโรคซึมเศร้าของบุคคลในระยะยาว เป้าหมายของการบำบัดเพื่อช่วยให้บุคคลมองเห็นและรู้จักเข้าใจตนเองได้อย่างถูกต้องชัดเจนตามสภาพความเป็นจริง เข้าใจสาเหตุของปัญหาสามารถแก้ปัญหาผ่านกระบวนการคิด เพิ่มขีดความรู้ความสามารถในการวิเคราะห์ แยกแยะสถานการณ์

ชีวิตให้เป็นไปในแนวทางที่เหมาะสม ภาวะซึมเศร้าในมุมมองของศาสนาพุทธมีความหมายใกล้เคียงกับโรคทางใจ หรือ ความทุกข์ ความทุกข์เหล่านี้เกิดจากกิเลส ตัณหาและความยึดมั่นถือมั่น จุดมุ่งหมายของศาสนาพุทธคือการช่วยให้คนที่สุขภาพจิตผิดปกติหรือคนที่มีสุขภาพจิตดีอยู่แล้วมีภาวะทางจิตใจสูงขึ้นเรื่อยๆ จนบรรลุระดับสูงสุดของการพัฒนาการทางจิตใจคือการพ้นทุกข์โดยสิ้นเชิง (นิพพาน) ซึ่งจิตวิทยา ร่วมสมัยต่างๆ ยังไม่สามารถช่วยให้มนุษย์จัดสาเหตุหรือรากเหง้าของความทุกข์ได้โดยสิ้นเชิงเป็นแนวคิดที่มีความลุ่มลึกและมีประโยชน์อย่างยิ่งที่สามารถช่วยเยียวยาจิตใจมนุษย์ที่ตกอยู่ในทุกข์ให้พ้นทุกข์ได้ สำหรับนักจิตวิทยาการศึกษาและผู้ที่อยู่สายงานด้านสุขภาพจิต ในฐานะที่มีบทบาทโดยตรงในการให้การช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ในมิติทางด้านจิตใจก็สามารถนำจิตวิทยาแนวพุทธไปใช้ในกระบวนการจิตวิทยา ได้หลากหลายรูปแบบเช่นการให้คำปรึกษารายบุคคลและแบบกลุ่ม

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับโรคซึมเศร้าในมุมมองทางจิตเวชศาสตร์และตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท เพื่อศึกษาและวิเคราะห์คุณค่าการให้คำปรึกษาทั่วไปและการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

## 3. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

ทำให้ทราบทฤษฎีเกี่ยวกับโรคซึมเศร้าในมุมมองทางจิตเวชศาสตร์และตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท เพื่อศึกษาและวิเคราะห์คุณค่าการให้คำปรึกษาทั่วไปและการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

## 4. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเอกสารที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีโรคซึมเศร้าตามแนวจิตเวชศาสตร์และหลักพุทธปรัชญาเถรวาทที่เกี่ยวข้องกับโรคซึมเศร้าการให้คำปรึกษาทั่วไปและตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท แล้วรวบรวมหลักคำสอนที่เกี่ยวข้องโดยค้นคว้าเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือพระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พิมพ์เนื่องในวโรกาสครบรอบ 200 ปี แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ฉบับ 91 เล่ม พุทธศักราช 2525 รวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) คือ ตำรา หนังสือ บทความ วารสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องและจากอินเทอร์เน็ต จึงนำข้อมูลที่รวบรวมได้มาทำการวิเคราะห์แล้วสรุปผลจากการศึกษาค้นคว้าตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ และนำเสนอผลการศึกษาวิจัยในรูปแบบพรรณนาวิเคราะห์

## 5. ผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยพบว่า การให้คำปรึกษาตามกระบวนการทางจิตเวชศาสตร์ ตรงกับกระบวนการช่วยเหลือผู้ที่มีทุกข์ที่มีปัญหาตามหลักพุทธธรรม ที่เรียกว่าการเทศนาหรือการแสดงธรรมซึ่งเป็นการโปรดสัตว์ คือการช่วยเหลือให้บุคคลพ้นจากทุกข์หรือปัญหา ซึ่งกระบวนการให้คำปรึกษาตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทนั้น มีกระบวนการตามวิธีการของอริยสัจ 4 โดยเริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพ ฟังปัญหา หาสาเหตุแห่งทุกข์ก่อน (ทุกข์) จากนั้นจึงวิเคราะห์พิจารณาปัญหา หรือทุกข์ สืบสวนว่าปัญหาหรือทุกข์เกิดจากอะไร รากเหง้าของทุกข์คืออะไร (สมุทัย) เสร็จแล้วจึงหาวิธีกำจัดสาเหตุของปัญหาหรือทุกข์โดยการจัดลำดับความสำคัญของสาเหตุแห่งทุกข์ กำหนดเป้าหมายและแผนปฏิบัติการของการดับทุกข์ (นิโรธ) แล้วลงมือปฏิบัติ เพื่อแก้ทุกข์หรือดับทุกข์ เมื่อเข้าใจเห็นจริง โดยใช้แนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสม อย่างเข้าใจตามความเป็นจริง (มรรค) และพบว่า คุณค่าการให้คำปรึกษาในรายบุคคลผู้ป่วยโรคซึมเศร้าตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทนั้นคือใช้เยียวยารักษาโรคซึมเศร้าหรือโรคทางใจได้จริง ช่วยลดและป้องกันการกลับมาเป็นซ้ำได้ เพราะมีการฝึกตน ให้เกิดปัญญาที่จะช่วยตัวเองให้พ้นทุกข์และพัฒนาต่อไปจนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ ทำให้ผู้ให้คำปรึกษา ต้องพัฒนาตนเองเสมอเพื่อครองตนตามคุณสมบัติผู้ให้คำปรึกษา และนำมาซึ่งประโยชน์ต่อตัวผู้ให้คำปรึกษาเองส่งผลดีต่อ ครอบครัว การงานและสุขภาพจิตของผู้ให้คำปรึกษาด้วย คุณค่าในการให้คำปรึกษาถือเป็นเครื่องมือหรือรูปแบบการให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพสูงเป็นการส่งเสริมให้พุทธศาสนิกชนได้ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าและรักษาความเป็นศาสนาพุทธ หรือศาสนาประจำชาติไว้ ให้สืบสานต่อไป

## 6. ข้อเสนอแนะ

### 6.1 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ควรมีการจัดอบรมหลักสูตรผู้ให้การปรึกษาตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาทหรือพุทธจิตวิทยา แก่บุคลากรทางด้านสุขภาพมากขึ้น เพราะสามารถนำไปใช้ประกอบในการให้บริการแก่ผู้ป่วยที่มีความทุกข์ทางกายและทางใจได้และเห็นผลเป็นอานิสงส์และสถาบันการศึกษาควรเพิ่มเนื้อหาของหลักพุทธธรรมที่สำคัญลงในหลักสูตรการเรียนการสอนเช่น หลักไตรลักษณ์ อริยสัจ 4 มรรค 8 เป็นต้น และเน้นความเข้าใจในการนำไปปฏิบัติ โดยเฉพาะในระดับมัธยมศึกษาเพราะเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ จิตใจและร่างกายมากกว่าวัยอื่นๆหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสามารถนำมาใช้ได้ในชีวิตประจำวันกับทุกคน ควรเลือกให้เหมาะสมแก่กาล และสามารถช่วยป้องกันและรักษาการเจ็บป่วยทางใจหรือโรคซึมเศร้าได้

## 6.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาและพัฒนารูปแบบการให้การปรึกษาตามแนวพระพุทธศาสนาเพื่อนำมาใช้ในจุดบริการในโรงพยาบาล ควรมีการศึกษาวิจัยต่อในเรื่องการปฏิบัติต่ออารมณ์อย่างถูกต้องในทางพระพุทธศาสนา เพื่อนำมาใช้ในการดูแลผู้ที่มีปัญหาด้านจิตใจและอารมณ์ และในเรื่องจริต 6 ซึ่งเปรียบเสมือนเครื่องมือในการคัดกรองและประเมินผู้มารับการปรึกษาเมื่อเปรียบเทียบกับเครื่องมือในทางจิตเวชศาสตร์และจะทำให้ผู้ให้การปรึกษามีความเชี่ยวชาญในการประเมินผู้มารับบริการมากขึ้น

## 7. บรรณานุกรม

- มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2536). พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล ฉบับครบรอบ 200 ปี แห่งราชวงศ์จักรี  
 กรุงรัตนโกสินทร์ พุทธศักราช 2525. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.  
 กรมสุขภาพจิต. กระทรวงสาธารณสุข. (2548) คู่มือการให้การปรึกษาขั้นพื้นฐาน. พิมพ์ครั้งที่ 5. นนทบุรี  
 : สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก.  
 จำลอง ดิษยวณิช. (2554). จิตวิทยาของความดับทุกข์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ต้นบุญ.  
 ดารารวรรณ ต๊ะปิ่นตา. (2555). ภาวะซึมเศร้า : การบำบัดและการให้การปรึกษาโดยการปรับความคิด  
 และพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 1. เชียงใหม่ : วนิดาการพิมพ์.  
 ดวงใจ กสานติกุล. (2542). โรคซึมเศร้าและโรคอารมณ์ผิดปกติ รักษาหายได้. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ :  
 ศูนย์หนังสือแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.  
 ธรณินทร์ กองสุขและคณะ. (2550). โรคซึมเศร้า : องค์ความรู้จากการทบทวนหลักฐานทางวิชาการ.  
 พิมพ์ครั้งที่ 1. อุบลราชธานี : หจก.ศิริธรรมออฟเซ็ท.  
 พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2545). ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ธนธัชการพิมพ์.  
 พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2552). พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ). พิมพ์ครั้งที่ 11.  
 กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.  
 พีรพันธ์ ลีบุญธวัชชัย. (2553). การบำบัดรักษาทางจิตสังคมสำหรับโรคซึมเศร้า. พิมพ์ครั้งที่ 1.  
 กรุงเทพฯ : บริษัทธนาเพชรจำกัด.  
 สวิตตา ธงยศ. (2554). ผลการให้คำปรึกษาแนวพุทธธรรมในผู้พยายามฆ่าตัวตายที่มีภาวะซึมเศร้าใน  
 โรงพยาบาลเรณู. (เอกสารอัดสำเนา).

**ความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียน  
กับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด**  
**Residents' Satisfaction Toward Carrying Out Work of School -  
Community Relationship of Rajasansuthee Anusorn School,  
Chaturaphak Phiman District, Roi Et Province**

บรรจง ลาวะลี<sup>1</sup>

Banjong Lawalee<sup>1</sup>

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด<sup>1</sup>

Mahamakut Buddhist University Roi Et Campus<sup>1</sup>

Email : puysound1@hotmail.com

**บทคัดย่อ**

การวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ 2) เพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ ของประชาชนที่มีเพศและอายุที่แตกต่างกัน 3) เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะของประชาชนเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้ปกครองนักเรียนในเขตบริการของโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ จำนวน 322 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามเป็นมาตรฐาน ประเมินค่า 5 ระดับ มีความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.91 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า t -test และค่า F- test โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

ผลการวิจัยพบว่า 1) ความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง 2) ผลการเปรียบเทียบ ความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน พบว่า ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โดยรวมมีระดับความพึงพอใจไม่แตกต่างกัน 3) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า ปัญหาการ

ดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยที่สุดดังนี้ โรงเรียนมีการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาท้องถิ่นที่ชุมชนจัดขึ้นอย่างต่อเนื่อง รองลงมาคือโรงเรียนประชาสัมพันธ์ข่าวสารไม่ทั่วถึงและครอบคลุมพื้นที่เขตบริการ โรงเรียนขาดผู้รับผิดชอบการให้บริการเทคโนโลยีสารสนเทศแก่ชุมชนการเชิญประชาชนมาร่วมในกิจกรรมของโรงเรียนไม่ทั่วถึง และน้อยที่สุดคือโรงเรียนจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่นไม่หลากหลายประชาชน ส่วนแนวทางการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยที่สุดดังนี้ โรงเรียนควรจัดบุคลากรเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาท้องถิ่นที่ชุมชน รองลงมาคือโรงเรียนควรปรับปรุงระบบประชาสัมพันธ์ข่าวสารให้ทั่วถึงและครอบคลุมพื้นที่เขตบริการโรงเรียนควรจัดผู้รับผิดชอบการให้บริการเทคโนโลยีสารสนเทศแก่ชุมชน โรงเรียนควรทำหนังสือเชิญประชาชนมาร่วมในกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นให้ทั่วถึงและครอบคลุมพื้นที่เขตบริการและน้อยที่สุดคือโรงเรียนควรจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่นให้มีความหลากหลาย

**คำสำคัญ :** ความพึงพอใจ; ประชาชน; ความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน

## ABSTRACT

The research served the purposes: 1) 1) explore levels of residents' satisfaction toward carrying out work of school-community relationship of Rajasansuthee Anusorn School in Roi Et province's Chaturaphak Phiman district, 2) compare their satisfaction toward carrying out such work at the said school according to differences of their genders and ages and, 3) look into suggestions for the problems encountered and guidelines on solving problems of carrying out the said work. The sampling group included 322 students' parents in the service area of the school. The research instrument was the questionnaire with five rating scales, possessing the reliability at 0.91. Statistics utilized for data analysis encompassed: percentage, mean, standard deviation, t-test and F-test by making use of the ready-made computer programme.

The research's results were found as follows: 1. Residents' satisfaction toward carrying out its work of school- community relationship in the overall aspect was at the middle level. 2. Comparative results of their satisfaction toward carrying out the said work were found that it was identically correlated with differences of their genders in the overall aspect. 3. Suggestions in descending order for encountering problems of carrying

out work of school-community relationship of the aforementioned school were that: the school had continually participated in local development activities held by the communities, it did not run public relation throughout its service area, it lacked personnel responsible for providing services of information technologies to the communities. Local residents were marginally invited to participate in school activities, and the school did not hold diversified activities cementing relationship with communities and other local sectors. Guidelines in descending order on carrying out work of school- community relationship were: the school should have their personnel participate in local development activities held by the communities, considerably enhance information systems of public relation to cover the whole its service area, assign personnel responsible for rendering services of information technologies to the communities, invite local residents to participate in school activities to cover its whole service area, and hold activities to create diversified relationship with communities and other local sectors.

**Keywords :** Satisfaction; People; Carrying out Work of School- Community Relationship

## 1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

ปัจจุบันการศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและโรงเรียนเป็นส่วนหนึ่งของระบบการศึกษา ดังนั้น สังคม การศึกษาและโรงเรียน ย่อมมีความสัมพันธ์เกี่ยวโยงกันเป็นลูกโซ่ สังคมมีปรัชญา มีเป้าหมาย และโรงเรียนก็ต้องมีปรัชญา มีเป้าหมายในการดำเนินงานซึ่งปรัชญาอุดมการณ์หรือเป้าหมายดังกล่าว จะต้องมีความสัมพันธ์สอดคล้องซึ่งกันและกันจึงจะทำให้สังคมเจริญก้าวหน้าไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าบทบาทและหน้าที่ของการศึกษาที่มีต่อสังคมมี 4 ประการหลัก คือ การถ่ายทอดความรู้ ศิลปะ วิทยาการต่างๆให้แก่อนุชน การอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม จารีต ประเพณี รับใช้และการให้บริการสังคมตามที่ต้องการ เปลี่ยนแปลงสังคม การพัฒนาประเทศตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 มุ่งพัฒนาสู่สังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน คนไทยมีคุณธรรมนำความรอบรู้ รู้ทันโลก ครอบครัวยุบย่น ชุมชนเข้มแข็ง สังคมสันติสุขอย่างยั่งยืน ภายใต้แนวปฏิบัติหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและในแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2554-2559 มีความมุ่งหมายที่จะพัฒนาชีวิตคนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม มีจริยธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข การศึกษาก็เป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องพัฒนาอย่างต่อเนื่อง โรงเรียน



เป็นส่วนหนึ่งของสังคมที่จะต้องเกี่ยวข้องหรือสัมพันธ์กับสถาบันอื่นๆ ของสังคม ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า โรงเรียนและชุมชนมีการติดต่อสร้างความสัมพันธ์กันโดยธรรมชาติอยู่แล้ว (หวน พินรุพันธ์, 2528 : 100)

การจัดการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 โรงเรียนต้องสร้างความสัมพันธ์อันดีกับชุมชน ผู้บริหารและบุคลากรในสถานศึกษาจะต้องเปิดโอกาสให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาชุมชนจะต้องเข้ามามีส่วนร่วมรับผิดชอบในการจัดการศึกษาให้แก่เยาวชน เพื่อเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการพัฒนาภารกิจของโรงเรียนและเป็นงานที่สำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษา โดยมีสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ตามพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการกระทรวงศึกษาธิการ พ.ศ. 2546 และมีสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา เป็นหน่วยงานรับผิดชอบการศึกษาขั้นพื้นฐานในระดับเขตพื้นที่การศึกษา โดยแบ่งการบริหารจัดการศึกษาออกเป็น 4 งาน คือ การบริหารงานวิชาการ การบริหารงาน งบประมาณ การบริหารงานบุคคล และการบริหารงานทั่วไป การดำเนินงานความสัมพันธ์เป็นงานที่อยู่ในส่วนของงานบริหารทั่วไปซึ่งเป็นงานเผยแพร่ข้อมูล ข่าวสาร ผลงานของสถานศึกษา รวมทั้งความต้องการได้รับข้อมูลข่าวสารทางการศึกษาของชุมชน โดยใช้ระเบียบและกฎหมายของพระราชบัญญัติข้อมูลข่าวสารของทางราชการ พ.ศ. 2540 และระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีว่าด้วยการให้ข่าวและบริการข่าวสารทางราชการ พ.ศ. 2529 ตลอดจนใช้ระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วยการประชาสัมพันธ์และการให้ข่าวสาร พ.ศ. 2525 และแก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2527 เป็นแนวทางในการดำเนินงานประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารของทางราชการตามขอบข่ายการบริหารและจัดการสถานศึกษาที่กระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดไว้ (สมชาย ฤทธิเดช, 2548 : 17)

โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด เป็นโรงเรียนที่จัดการศึกษาในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาร้อยเอ็ด เขต 1 มีการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน เพื่อสร้างความเข้าใจให้กับประชาชนในชุมชน แต่ที่ผ่านมาพบว่าโรงเรียนมีการประชาสัมพันธ์ข่าวสารให้ประชาชนรับทราบแต่ยังไม่ทั่วถึงเท่าที่ควร การเข้าร่วมกิจกรรมชุมชนโรงเรียนจัดบุคลากรเข้าร่วมกิจกรรมและพัฒนาชุมชนทุกครั้งแต่บุคลากรเข้าร่วมค่อนข้างน้อย ซึ่งความจริงแล้ว การพัฒนาการศึกษาโรงเรียนและชุมชนจะต้องร่วมมือกัน เพื่อให้การจัดการศึกษาประสบความสำเร็จ การศึกษาความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนจึงเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาการศึกษาให้ตรงกับความต้องการของประชาชน เป็นการส่งเสริมให้โรงเรียนกับชุมชนมีความสัมพันธ์แนบแน่น เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษา ความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด เพื่อนำผลของการศึกษาไปเป็นข้อสนเทศในการสร้างความพึงพอใจให้กับชุมชน อันจะส่งผลให้

การดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด

2.2 เพื่อเปรียบเทียบความพึงพอใจในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด ของประชาชนที่มีเพศและอายุที่แตกต่างกัน

2.3 เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะของประชาชนเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด

## 3. สมมติฐานการวิจัย

3.1 ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีความความพึงพอใจในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน แตกต่างกัน

3.2 ประชาชนที่มีอายุต่างกัน มีความความพึงพอใจในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน แตกต่างกัน

## 4. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

4.1 ทำให้ทราบระดับความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด

4.2 ทำให้ทราบการเปรียบเทียบความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน ที่มีเพศและอายุที่แตกต่างกัน

4.3 ทำให้ทราบข้อเสนอแนะของประชาชนเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการแก้ไขการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด

4.4 นำผลการวิจัยที่ได้ใช้เป็นแนวทางพัฒนาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด

## 5. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้ปกครองนักเรียนในเขตบริการของโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด ทั้งหมดจำนวน 2,115 คน จากทั้งหมด 9 หมู่บ้าน กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ปกครองนักเรียนในเขตบริการของโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด จำนวน 322 คน โดยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนจากตารางแสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง Krejcie และ Morgan (บุญชม ศรีสะอาด, 2545 : 43) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบสอบถามความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 ปลายี่งส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศและอายุ ตอนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด ลักษณะแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะของประชาชนเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด มีค่าอำนาจจำแนกระหว่าง 0.38-0.69 และหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$ -Coefficient) ตามวิธีของครอนบาค(Cronbach) (บุญชม ศรีสะอาด, 2535 : 96) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งหมด เท่ากับ 0.91 การวิเคราะห์ข้อมูล แบบสอบถามตอนที่ 1 ปลายี่งส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ (Percentage) ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ แบบสอบถามตอนที่ 2 ความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) และหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ตามมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ซึ่งมีอยู่ 5 ระดับ เปรียบเทียบความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด ตามปลายี่งของประชาชนที่ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ด้วยค่า t-test (Independent Samples) สำหรับด้านเพศ และทำการทดสอบค่า F-test (One-way ANOVA) สำหรับด้านอายุ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe) แบบสอบถามตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะของประชาชนเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าความถี่แล้วนำเสนอเป็นตารางประกอบคำอธิบาย สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าร้อยละ การหาค่าเฉลี่ย

ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบความแตกต่างตามตัวแปรได้แก่ การทดสอบค่าที่ t-test สำหรับด้านเพศและทำการทดสอบค่าเอฟ F-test (One-way ANOVA) สำหรับด้านอายุ ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe)

## 6. ผลการวิจัย

6.1 ระดับความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ดความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า

6.1.1 ด้านการประชาสัมพันธ์โรงเรียน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 1 ข้อ และปานกลาง 3 ข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ โรงเรียนมีการจัดประชุมผู้ปกครองเพื่อชี้แจงข่าวสารการปฏิบัติงานของโรงเรียน ด้านการให้บริการชุมชน ด้านการร่วมกิจกรรมชุมชน ด้านการให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน และการเสริมสร้างความสัมพันธ์ชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่น

6.1.2 ด้านการให้บริการชุมชน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับปานกลางทุกข้อโดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ การให้บริการคำปรึกษาในกิจกรรมของชุมชน การให้บริการอาคารสถานที่หรือวัสดุอุปกรณ์แก่ชุมชน การให้บริการทางวิชาการ การให้บริการอบรมอาชีพให้กับประชาชน และการให้บริการเทคโนโลยีสารสนเทศแก่ชุมชน

6.1.3 ด้านการร่วมกิจกรรมชุมชนโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 1 ข้อ ปานกลาง 2 ข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ การเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประเพณีของท้องถิ่นที่ชุมชนจัดขึ้นตามวาระอันสมควร คณะครูเข้าร่วมงานอื่นๆ ของท้องถิ่นตามวาระอันควร และการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาท้องถิ่นที่ชุมชนจัดขึ้นตามวาระอันสมควร

6.1.4 ด้านการให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับปานกลางทุกข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ การเชิญบุคคลในท้องถิ่นที่มีความรู้ความสามารถมาเป็นวิทยากรในโรงเรียน รองลงมาคือ การให้บุคคลในชุมชนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการพัฒนาโรงเรียนด้านแรงงานหรือวัสดุอุปกรณ์ และค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ การเชิญประชาชนมาร่วมในกิจกรรมวันเด็ก วันแม่ หรือวันสำคัญอื่นๆ ของโรงเรียน

6.1.5 ด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์ชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่นโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับปานกลางทุกข้อโดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ครูมีส่วนร่วมในการติดต่อสร้างสัมพันธ์ด้านกิจกรรมกับชุมชนอยู่เสมอ การจัดกิจกรรมร่วม

ระหว่างโรงเรียนในกลุ่มและชุมชนและการจัดกิจกรรมส่งเสริมการศึกษาของนักเรียน เช่น การตอบปัญหา ขิงทุนการศึกษา การแข่งขันและการประกวดต่างๆ

6.2 ผลการเปรียบเทียบความพึงพอใจในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด ของประชาชนที่มีเพศและอายุต่างกัน พบว่า ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีระดับความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด โดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านการประชาสัมพันธ์โรงเรียน ด้านการให้บริการชุมชน ด้านการร่วมกิจกรรมชุมชน ด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่น ด้านการให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน และด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่น ประชาชนมีระดับความพึงพอใจไม่แตกต่างกัน

ประชาชนที่อายุต่างกัน มีระดับความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด โดยรวมไม่แตกต่างกันเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านการประชาสัมพันธ์โรงเรียน ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมชุมชน ประชาชนมีระดับความพึงพอใจไม่แตกต่างกัน ส่วนด้านการให้บริการชุมชน ด้านการให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน ด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่น ประชาชนมีระดับความพึงพอใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6.3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า ปัญหาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยที่สุด ดังนี้ โรงเรียนมีการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาท้องถิ่นที่ชุมชนจัดขึ้นอย่างต่อเนื่อง รองลงมาคือโรงเรียนประชาสัมพันธ์ข่าวสารไม่ทั่วถึงและครอบคลุมพื้นที่เขตบริการ โรงเรียนขาดผู้รับผิดชอบการให้บริการเทคโนโลยีสารสนเทศแก่ชุมชนการเชิญประชาชนมาร่วมในกิจกรรมของโรงเรียนไม่ทั่วถึง และน้อยที่สุดคือโรงเรียนจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่นไม่หลากหลายประชาชน ส่วนแนวทางการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยที่สุด ดังนี้ โรงเรียนควรจัดบุคลากรเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาท้องถิ่นที่ชุมชน รองลงมาคือโรงเรียนควรปรับปรุงระบบประชาสัมพันธ์ข่าวสารให้ทั่วถึงและครอบคลุมพื้นที่เขตบริการโรงเรียนควรจัดผู้รับผิดชอบการให้บริการเทคโนโลยีสารสนเทศแก่ชุมชน โรงเรียนควรทำหนังสือเชิญประชาชนมาร่วมในกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นให้ทั่วถึงและครอบคลุมพื้นที่เขตบริการและน้อยที่สุดคือโรงเรียนควรจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่นให้มีความหลากหลาย

## 7. อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอดุสิต กรุงเทพมหานคร จังหวัดร้อยเอ็ด ผู้วิจัยได้นำผลการวิจัยมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

7.1 ความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอดุสิต กรุงเทพมหานคร จังหวัดร้อยเอ็ด โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะ ประชาชนเห็นว่าการดำเนินการประชาสัมพันธ์โรงเรียน การให้บริการชุมชน การร่วมกิจกรรมชุมชน การให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน และการเสริมสร้างความสัมพันธ์ชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่น โรงเรียนกับชุมชนต้องร่วมกันพัฒนาให้ความสัมพันธ์มีความแนบแน่นมากยิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษดา พุฒพรม (2546) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนบ้านหนองบัวหลวง อำเภอดงหลวง จังหวัดอุบลราชธานี ผลการศึกษา ค้นคว้าพบว่า ภายหลังจากการประชุมเชิงปฏิบัติการและจัดกิจกรรมการประสานงานกับชุมชน สร้างความเข้าใจที่ดีต่อชุมชนเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น มีการร่วมกิจกรรมของโรงเรียน ประชาสัมพันธ์การดำเนินงานเผยแพร่ผลงานต่อสาธารณชน และนำผลจากการศึกษาค้นคว้าไปพัฒนางานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนด้านการให้บริการชุมชน และการรับความสนับสนุนความช่วยเหลือจากชุมชนซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาการจัดการเรียนการสอนให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น เมื่อพิจารณา ความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอดุสิต กรุงเทพมหานคร เป็นรายด้าน ซึ่งนำผลการวิจัยมาอภิปรายผลได้ดังนี้

7.1.1 ด้านการประชาสัมพันธ์โรงเรียน พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า โรงเรียนมีการจัดประชุมผู้ปกครองเพื่อชี้แจงข่าวสารการปฏิบัติงานของโรงเรียน อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ โรงเรียนให้ความสำคัญในการแจ้งข้อมูลข่าวสารของทางโรงเรียนให้ประชาชนรับทราบอย่างต่อเนื่องและครอบคลุมเขตบริการ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เกษม ฐานวิเศษ (2547) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาการดำเนินงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนนาเสียว ศึกษาธิการ อำเภอมือง จังหวัดชัยภูมิ ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า การประชาสัมพันธ์กิจกรรมและการสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างโรงเรียนกับชุมชน ได้จัดกิจกรรมหอกระจายข่าวโรงเรียน วัด หมู่บ้าน ในการจัดกิจกรรมนี้ได้ปฏิบัติร่วมกับชุมชนผู้ที่มีความรับผิดชอบหอกระจายข่าว โดยการประชาสัมพันธ์ แจ้งข่าวสารของโรงเรียนให้ชุมชนได้รับทราบ ตลอดทั้งแจ้งให้ชุมชนได้ทราบข้อมูลข่าวสาร และชุมชนได้ให้ความร่วมมือในการติดตามข่าวสารของโรงเรียนด้วยดีตลอดมา ทำให้ชุมชนได้รับทราบถึงกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียนและได้เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงานด้วยทุกครั้ง ตลอดทั้งการจัดกิจกรรมเยี่ยมบ้าน

เดือนละ 1 ครั้ง และกิจกรรมการแข่งขันกีฬาเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน ได้รับการยอมรับจากชุมชนมากยิ่งขึ้น

7.1.2 ด้านการให้บริการชุมชน พบว่า โดยรวมและรายชื่ออยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ผู้บริหารและคณะครู การให้บริการคำปรึกษาในกิจกรรมของชุมชน การให้บริการอาคารสถานที่หรือวัสดุอุปกรณ์แก่ชุมชน ให้บริการทางวิชาการ ให้บริการอบรมอาชีพให้กับประชาชน และการให้บริการเทคโนโลยีสารสนเทศแก่ชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤษดา ผุยพรหม (2546) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนบ้านหนองบัวหลวง อำเภอเดชอุดม จังหวัดอุบลราชธานี ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า ด้านการให้บริการแก่ชุมชน มีผลให้บริการและการรับความช่วยเหลือสนับสนุนจากชุมชนอยู่ในระดับมาก คือ ชุมชนมีการจัดกิจกรรมร่วมกับโรงเรียนและพร้อมให้ความช่วยเหลือสนับสนุน รวมทั้งการร่วมมือสนับสนุนในการจัดการศึกษา และการพัฒนาการจัดการเรียนการสอนให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

7.1.3 ด้านการร่วมกิจกรรมชุมชน พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายชื่อ พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประเพณีของท้องถิ่นที่ชุมชนจัดขึ้นตามวาระอันสมควรอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ผู้บริหาร และคณะครูเข้าร่วมงานประเพณีในชุมชนอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิพนธ์ ยศดา (2541) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าเรื่อง ปัญหาการดำเนินงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดมหาสารคาม จากผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า ปัญหาการดำเนินงานโดยส่วนรวมมีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย

7.1.4 ด้านการให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน พบว่า โดยรวมและรายชื่ออยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ โรงเรียนเชิญบุคคลในท้องถิ่นที่มีความรู้ความสามารถมาเป็นวิทยากรในโรงเรียน และการเชิญประชาชนมาร่วมในกิจกรรมวันเด็ก วันแม่ หรือวันสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ทองหล่อ พวงสุข (2546) ได้ศึกษาการพัฒนาการดำเนินงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนบ้านจันทองกวาววิทยา อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ พบว่า การพัฒนาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างชุมชนกับโรงเรียนภายหลังการประชุมเชิงปฏิบัติการประเมินการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน เมื่อโรงเรียนเปิดโอกาสให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการวางแผน การปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับโรงเรียน ชุมชน และโรงเรียนมีการพัฒนาการด้านสัมพันธ์ภาพสูงขึ้น

7.1.5 ด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์ชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่น พบว่าโดยรวมและรายชื่ออยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ ครูมีส่วนร่วมในการติดต่อสร้างสัมพันธ์ด้านกิจกรรมกับชุมชนอยู่เสมอ เช่น การตอบปัญหาชิงทุนการศึกษา การแข่งขันและการประกวดต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับ

งานวิจัยของ สมศักดิ์ ตันเจริญกิจ (2542) ได้ทำการวิจัยปัญหาการปฏิบัติงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสกลนคร พบว่า ปัญหาการปฏิบัติงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โดยภาพรวมมีระดับปัญหาปานกลาง มีปัญหาหลายข้ออยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน

7.2 ผลการเปรียบเทียบความพึงพอใจในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพัตร์พิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด ของประชาชนที่มีเพศต่างกัน พบว่า ประชาชนมีระดับความพึงพอใจโดยรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัย ทั้งนี้เพราะ ประชาชนที่มีเพศต่างในเขตบริการของโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์มีความคิดเห็นต่อการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ณรงค์ กาญจนานนท์ (2527) ได้ศึกษา พฤติกรรมการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตการศึกษา 12 พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนมีทัศนคติต่อพฤติกรรมการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนอยู่ในระดับสูง ส่วนครูอาจารย์และผู้ปกครองมีทัศนคติต่อเรื่องนี้อยู่ระดับปานกลาง เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างตามตัวแปรด้านเพศของผู้บริหารโรงเรียน ครู อาจารย์และผู้ปกครอง พบว่ามีทัศนคติไม่แตกต่างกัน ผู้บริหารโรงเรียนกับโรงเรียนขนาดกลางและขนาดเล็กมีทัศนคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการเปรียบเทียบความพึงพอใจในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภोजตุรพัตร์พิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด ของประชาชนที่อายุต่างกัน ความพึงพอใจโดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านการประชาสัมพันธ์โรงเรียน ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมชุมชนประชาชนมีระดับความพึงพอใจไม่แตกต่างกัน ส่วนด้านการให้บริการชุมชน ด้านการให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน ด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่น ประชาชนมีระดับความพึงพอใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะ ประชาชนที่อายุต่างกันเขตบริการของโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ มีความคิดเห็นต่อการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนในทิศทางเดียวกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ประสิทธิ์ พานดวงแก้ว (2542) ได้ศึกษาเรื่อง ปัญหาการปฏิบัติงานด้านการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดมหาสารคาม ผลการศึกษาค้นคว้า พบว่า บุคลากรในโรงเรียนกับชุมชนที่มีเพศและอายุที่ต่างกันมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาการปฏิบัติงานด้านการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดมหาสารคาม โดยรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านการสร้างและการเผยแพร่เกียรติประวัติของโรงเรียน ด้านการให้บริการชุมชนและด้านการได้รับการสนับสนุนจากชุมชน บุคลากรใน



โรงเรียนกับชุมชน มีความคิดเห็นไม่แตกต่างกันส่วนด้านอื่นๆบุคลากรในโรงเรียนกับชุมชนมีความคิดเห็นไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

## 8. ข้อเสนอแนะ

### 8.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

8.1.1 จากการศึกษาความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน ด้านการให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของโรงเรียน พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โรงเรียนควรปรับปรุงกิจกรรมวันเด็ก วันแม่ หรือวันสำคัญอื่นๆ เพื่อให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมมากยิ่งขึ้น

8.1.2 จากการศึกษาความพึงพอใจของประชาชนในการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน ด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนและหน่วยงานอื่นในท้องถิ่น พบว่า โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โรงเรียนควรปรับปรุงกิจกรรมเสริมสร้างความสัมพันธ์ให้เหมาะกับชุมชน เพื่อให้ประชาชนได้ร่วมกิจกรรมมากยิ่งขึ้น

### 8.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

8.3.1 ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับการประชาสัมพันธ์ของโรงเรียนราชสารสุธีอนุสรณ์ อำเภอจตุรพักตรพิมาน จังหวัดร้อยเอ็ด เพื่อให้ทราบแนวทางการประชาสัมพันธ์โรงเรียนที่ดีที่สุด

## 9. บรรณานุกรม

- กฤษดา ผุ่ยพรม. (2546). การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนบ้านหนองบัวหลวง อำเภอเดชอุดม จังหวัดอุบลราชธานี. การศึกษาค้นคว้าอิสระการศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- เกษม ฐานวิเศษ. (2547). การพัฒนาการดำเนินงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนโรงเรียนนาเสียวศึกษาคาร อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ. การศึกษาค้นคว้าอิสระการศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ณรงค์ กาญจนานนท์. (2527). พฤติกรรมการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาเขตการศึกษา 12. ปริญญาานิพนธ์มหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

- ทองหล่อ พวงสุข. (2546). การพัฒนาการดำเนินงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน โรงเรียนบ้านจวนทองกวาววิทยา อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ. การศึกษาค้นคว้าอิสระ การศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- นิพนธ์ ยศดา. (2541). ปัญหาการดำเนินงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของโรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดมหาสารคาม. การศึกษาค้นคว้าอิสระ การศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2545). การวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- \_\_\_\_\_ . (2535). การวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- ประสิทธิ์ พานดวงแก้ว. (2542). ปัญหาการปฏิบัติงานด้านการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดมหาสารคาม. การศึกษาค้นคว้าอิสระการศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สมชาย ฤทธิเดช. (2548). การพัฒนาการดำเนินงานด้านความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนของโรงเรียนบ้านแมตวิทยาคาร อำเภอเมืองร้อยเอ็ด เขต 1. ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สมศักดิ์ ต้นเจริญกิจ. (2542). ปัญหาการปฏิบัติงานความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชนในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสกลนคร. การศึกษาค้นคว้าอิสระการศึกษามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- หวน พิณรุฬพันธ์. (2528). การบริหารโรงเรียน. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

## การปฏิบัติกายานุปัสสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน

### The Practice of Kayanupassana Suta use in Everyday Life

พระครูปลัดทองใบ สุภาโส<sup>1</sup>

Phrakhrupalad Tongbai Supapaso<sup>1</sup>

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด<sup>1</sup>

Mahamakut Buddhist University Roi Et Campus<sup>1</sup>

Email : Thongbail@gmail.com

#### บทคัดย่อ

กายานุปัสสนาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในพระสูตรต้นตปิฎก มีปรากฏหลายรูปแบบหลายลักษณะ ในส่วนของกายานุปัสสนาแสดงเป็นการเฉพาะ คือ กายาคติสูตร กล่าวถึงวิธีการปฏิบัติของการเจริญกายานุปัสสนา และวิธีเจริญกายคตาสติ กายสูตร กล่าวถึง กาย การอยู่ได้ของร่างกาย คืออาหาร ในส่วนของกายานุปัสสนาที่ปรากฏในชื่ออื่น กล่าวคือ วิธีการปฏิบัติเกี่ยวกับการเจริญกายานุปัสสนา 6 บรรพ ในอานาปานสติ มีการเจริญกายานุปัสสนาเกี่ยวกับลมหายใจเข้าออก เพื่อจุดหมายคือบรรลुวิชชาและวิมุตติ ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา อานิสงส์ของการเจริญกายานุปัสสนา คือ ภิกษุหรือบุคคลผู้ปฏิบัติกายานุปัสสนา ย่อมอยู่เป็นสุขในปัจจุบันด้วยฉันท ได้ฉันทสสนะ ได้ในสิ่งที่ต้องการ โดยไม่ยากลำบาก เป็นผู้มั่งใจมั่นคง ไม่ถูกรบกวนด้วยความยินดี ความไม่ยินดี สิ่งที่เป็นภัยอันตรายหรือความหวาดกลัว แสดงฤทธิ์ให้ปรากฏได้ มีหุทิพย์ ตาทิพย์ ระลึกชาติได้ และมีปัญญาหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์เจริญกายคตาสติทำให้ออภิญญา 6 ทำให้อาสาละสิ้นไป เป็นแนวทางหนึ่งที่สามารถทำให้ผู้ศึกษาเข้าใจในเรื่องอานิสงส์ของการอนุปัสสนา และได้ศึกษาจุดหมายตามหลักพระพุทธศาสนา การนำแนวทางกายานุปัสสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน โดยอธิบายแยก 2 ส่วน คือ บรรพชิต และคฤหัสถ์ เพื่อนำไปแก้ปัญหาด้านบรรพชิตและคฤหัสถ์ ในด้าน บรรพชิต คือ 1) ด้านการศึกษา เพื่อให้มีความสำเร็จในการศึกษา 2) ในด้านกิจวัตร เพื่อให้มีระเบียบวินัยและสินสมบุรณ์ 3) ด้านการเผยแผ่ เพื่อให้เป็นที่เลื่อมใสศรัทธาของพุทธศาสนิกชน ในส่วนของ คฤหัสถ์ คือ 1. ด้านการประกอบอาชีพ เพื่อให้มีความสำเร็จในการทำงาน 2. ด้านมนุษยสัมพันธ์ เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข 3. ด้านหน้าปกครอง เพื่อให้การทำงานร่วมกัน ถ้าศึกษาให้เข้าใจแล้วสามารถนำไปแก้ปัญหาในด้านบรรพชิตเพื่อให้เกิดคุณงามความดีต่อตนเองและผู้อื่น โดยมุ่งประโยชน์อาศัยเกี่ยวกัน ในทางคฤหัสถ์ เพื่อพัฒนาตนเองให้เกิดความสมบุรณ์ในด้านจิตใจและศกยภาพ ของผู้ปฏิบัติ

**คำสำคัญ :** การปฏิบัติ; กายานุปัสสนา; ชีวิตประจำวัน

## ABSTRACT

Kayanupassana taught by Buddha in Suttantatriptaka appeared how to practice. According to Kayanupassana parts, kayasttra was taught and explained how to practice Kayanupassana and Kayakatasati. Kayasuttra referred to body. Physical appearance relied on food. In Anapanasti, Kayanupassana development related to the inhale and exhale to schieve enlightenment and liberation which are the highest aim of Buddhism. The advantages of Kayanupassana development caused monks or those who practiced it lived happily at the present time with meditative absorption, got what needed easily, reached stability of mind without being dominated by satisfaction, dissatisfaction, dangers or scare, showed supernatural power such as magic ears, magic ears, a previous life recall, and became free from desires and suffers. Kaykayasati development caused a person to achieve six Apinya, and achieve enlightenment. Kayanupassana application to daily life related: (1) education success, (2) happy coexistence and (3) happy cooperation. The Kayanupassana could solve the problems of monks and laymen leading to merits, mind completeness, and competency.

**Keywords :** Practice; Kayanupassana; Everyday Life

### 1. บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่ให้ความสำคัญแก่ชีวิตที่อุบัติขึ้นในโลก ชีวิตทุกชีวิตมีธรรมชาติที่เหมือนกันคือ มีความรักสุขเกลียดทุกข์มีการดิ้นรนเพื่อต่อสู้ตามสัญชาตญาณในบรรดาสรรพสัตว์ทั้งหลาย มนุษย์ถือว่าเป็นผู้ประเสริฐที่สุด ความประเสริฐในที่นี้หมายถึงการที่มนุษย์เป็นผู้มีใจสูงด้วยคุณธรรมผ่านการวิวัฒนาการเป็นระยะเวลายาวนานจนมีความสามารถในการพัฒนาตนเองได้ด้วยปัญญาและมีความเข้าใจต่อการกระทำของตนเองว่าสิ่งที่ตนทำลงไปนั้นจะก่อให้เกิดผลเช่นใด รวมไปถึงรู้จักวินิจฉัยว่าพฤติกรรมเช่นใดที่แสดงออกไปแล้วเป็นพฤติกรรมที่ถูกต้องดีงาม ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกทางด้านกายกรรม วาจากรรม หรือมโนกรรม(พระมหาสุรวุฒิ จนทมโม่, 2549) พุทธศาสนามีหลักในการประพฤติปฏิบัติเกี่ยวกับการทำสมาธิ ที่มีปรากฏในพระสูตร คือ กาทาสติสูตร(ม.อ. (ไทย) 14/51-52.) ประทับอยู่ ณ ต้นชาपालานิโคตร ริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา ในอรุเวลาเสนาณิคม ภายหลังตรัสรู้แล้วในสัปดาห์ที่ 5 ก็ได้ทรงปริวิตกถึงสติปัญฐาน 4 (ส.ม. (ไทย) 19/222/247) และตัดแทรกไว้ในโอกาสต่างๆ และในพระสูตรต่างๆ มากมายหลายแห่ง เช่น กายสูตร เป็นต้น ซึ่งเป็นพระสูตรโดยตรง ตลอดมาจนในปีที่เสด็จ

ดับขันธปรินิพพาน ขณะประทับอยู่ ณ อัมพปาลีวัน ไกลนครเวสาลี ก็ทรงมีพระเมตตรัสเตือนให้ ปฏิบัติ วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ขณะประทับอยู่ ณ เวฬุคามก่อนหน้าเสด็จดับขันธปรินิพพาน 10 เดือน ก็ ตรัสเตือนให้มีตนเป็นที่พึ่ง ตนเป็นสรณะ ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน(ที.ม. (ไทย) 11/112-113/119, ส.ม. (ไทย) 19/190-1/203-6) พระพุทธเจ้าตรัสว่า “เอกายโน อโย ภิกขเวมคโค สุตต่าน วิสุทฺธิยา โสกปริเทวานํ สมตฺกกมาย ทุกฺขโทมนสฺसानํ อตฺถงคมาย ญายสฺส อธิคมาย นิพฺพานสฺสจฺฉิกิริยา ยทอํจตฺตารอ สติปัฏฐานา”(ที.ม. (บาลี) 10/273/325, ที.ม. (ไทย) 10/373/301) แปลว่า “ทางสายนี้เป็นทางสายเอกทางสายเดียวเท่านั้น เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อระงับความเศร้าโศก ความคร่ำครวญเพื่อดับทุกข์และโทมนัสบรรลुरुยิมรรค อริยผลเพื่อรู้แจ้งแห่งพระนิพพาน ได้แก่ การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน 4”และการเจริญกายนุปลัสสนาเป็นวิธีหนึ่งตามหลักสติปัฏฐาน4 ด้วย เพราะรูปแบบของวิธีการเจริญกายนุปลัสสนาจะทำให้เกิดสมาธิ เมื่อมีสมาธิแล้ว ความประมาทก็จะไม่เกิดขึ้น เช่น ประมาทในวัย ประมาทในสังขาร ประมาทในอริยาบถ เช่น ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้น ด้วยเหตุนี้เหมือนว่าง่าย แต่พุทธศาสนิกชนจำนวนไม่น้อยไม่ใคร่สนใจในการศึกษาเบื้องต้นในการประพฤติปฏิบัติเท่าไรนัก แต่พุทธศาสนิกชนจำนวนไม่น้อยไม่ใคร่สนใจในการศึกษาเบื้องต้นในการประพฤติปฏิบัติเท่าไรนัก เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ทำให้พุทธศาสนิกชนไม่สามารถนำอรรถประโยชน์ที่มีอยู่ในหลักการเจริญกายนุปลัสสนาซึ่งเป็นหลักการปฏิบัติในพระสูตรอันทรงคุณค่า แต่พุทธศาสนิกชนจำนวนมากยังไม่ทราบรายละเอียดมากนัก และยังขาดความเข้าใจจึงทำให้ผู้สนใจนำไปปฏิบัติบ้างจึงไม่สามารถใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและในสังคมได้เต็มที่ ก่อให้เกิดปัญหาต่อตนเองและสังคมมากมายจากการขาดสติในการใช้ชีวิต และยังหลงมัวเมาของทางโลกวัตถุนิยม

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมอย่างหนึ่ง อันบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว แม้กายก็สงบ จิตก็สงบ วิตถกวิจารณ์ระงับ ธรรมที่เป็นในส่วนแห่งการเกิดวิชชาทั้งหลายก็เจริญเต็มที่ ธรรมอันนั้นที่สติเป็นไปในกาย”

“เมื่อเจริญสติรู้กายให้มากแล้ว อกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดย่อมจะไม่เกิด ส่วนที่เกิดแล้วก็สลดละทิ้งไป และกุศลที่ยังไม่เกิดก็ย่อมจะเกิดขึ้น ส่วนที่เกิดแล้วก็เจริญยิ่งไพบูลย์ยิ่งขึ้น”

“เอนกธาตุปฏิเวธ คือความตรัสรู้ตลอดธาตุเป็นอนก นานาธาตุปฏิเวธ คือความตรัสรู้ในธาตุทั้งปวง นานาธาตุปฏิสัมภทา คือปัญญาแตกฉานในธาตุต่างๆ ย่อมเกิดขึ้นเมื่อเจริญสติที่เป็นไปในกาย”

“เมื่อเจริญทำให้มากแล้วซึ่งสติในกาย ย่อมเป็นไปเพื่อได้ปัญญา เพื่อความเจริญของปัญญา เพื่อความบริบูรณ์ของปัญญา เพื่อความเป็นผู้มีปัญญามาก มีปัญญากว้างขวาง มีปัญญาเต็มที่ มีปัญญาลึกซึ้ง มีปัญญาไม่มีขอบเขต มีปัญญาเสมือนแผ่นดิน มีปัญญารวดเร็วว่องไว เป็นผู้มีควมบันเทิงด้วยปัญญา เป็นผู้มีปัญญาชำแรกกิเลส”(อง.เอกก. (ไทย) 20/57/58)

“ถ้าใครได้เข้าถึงตามความหมายที่แท้จริงของมันแล้ว กลับเป็นที่ตั้งแห่งความกล้าหาญว่าเริงหรือ  
อกความมีจิตเป็นนายอิสระต่อสิ่งทั้งปวง ทำให้เราสามารถเข้าไปหาสิ่งใดๆ ด้วยความรู้สึกที่ไม่ตกเป็นทาส  
ของมัน คือไม่เข้าไปด้วยอำนาจของกิเลสตัณหาหน้ามืด จนกลายเป็นทาสของมัน”(พุทธทาสภิกขุ, 2557 :  
198) ดังนั้น เมื่อสามารถเข้าใจหลักการของเจริญกายานุปัสสนาแล้วนำมาประพฤติปฏิบัติตามจะมี  
คุณประโยชน์มากมาย ทั้งในคำสอนภาคปฏิบัติและผลของการปฏิบัติ เพื่อที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตสู่  
จุดมุ่งหมายตามแนวทางพระพุทธศาสนาและกระบวนการเข้าถึงหลักธรรมเพื่อเป็นผลสำเร็จขึ้นมาในชีวิต  
จริงแห่งกระบวนการของธรรมชาติให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตจนถึงที่สุด

ความมุ่งหมายหรือความต้องการที่สำคัญของมนุษย์ คือ ความสุข และความสุขจะเกิดขึ้นมาได้  
ต้องอาศัยความสงบของจิต ความสุขอันเกิดจากจิตสมุคตินั้น เป็นความสุขที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิตมนุษย์  
เนื่องจากจิตเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุดของร่างกาย จิตเป็นผู้นำ ร่างกายเป็นผู้ปฏิบัติตามคำสั่งของจิต หรือ  
กล่าวอีกนัยหนึ่ง จิตเป็นผู้ใช้ ร่างกายเป็นผู้ถูกใช้ ดังนั้นความสำคัญของร่างกายและจิตใจต้องม  
ความสัมพันธ์กัน ในทุกสถานการณ์ และอิริยาบถต่างๆ โดยการใช้สติเช่น การเรียน การทำงาน เป็นต้น  
“มีข้อปรารถนาหนึ่งที่มีบางคนเข้าใจกันว่าตามจะได้รับความสุขหรือหาความสุขที่เป็นโลกุตระนั้น จะต้อง  
สละกิจการงานทางโลกก่อนจึงจะทำได้ อันนี้เป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง เพราะมีบุคคลบางจำพวก บาง  
กลุ่ม ที่สามารถได้ความสุขทั้งสองฝ่ายพร้อมกัน คือ สามารถได้โลกียะสุขและโลกุตระสุขพร้อมกันไปเลยถ้า  
สามารถปรับปรุงจิตใจได้ ตัวอย่างที่เราเห็นได้คือ พระอริยบุคคลในระดับโสดาบัน ในระดับสกทาคามี ซึ่ง  
ถือว่าท่านได้โลกุตระสุขแล้วในขณะที่เดียวกัน ท่านยังเสวยโลกียะสุขอยู่ แต่ชาวพุทธส่วนมากยังเข้าใจว่า ถ้า  
จะให้ได้โลกุตระสุขต้องสละทั้งโลกียะสุข ละทิ้งหน้าที่การงาน ทำอะไรไม่ได้ อยู่บ้านไม่ได้ ทองเลื่อนไม่ได้  
มิฉะนั้นแล้วจะไม่มีโอกาสได้โลกุตระสุข เมื่อมีความคิดอย่างนี้ทำให้คิดว่ายังตัดอะไรไม่ได้ เลยปฏิบัติธรรม  
ไม่ได้”(วชิร อินทสระ, 2551 : 29-30)

การปฏิบัติเจริญกายานุปัสสนานี้ เป็นการปฏิบัติที่มองเห็นง่าย เป็นสิ่งที่มนุษย์สัมผัสได้ง่าย  
ที่สุด และสามารถปฏิบัติได้ง่าย มีจุดมุ่งหมายพัฒนาสมาธิ ซึ่งจะนำไปสู่การบรรลุการฝึกร่างกายและจิตใจ  
ที่สูงยิ่งขึ้นไป พลังแห่งสมาธินี้เป็นปัจจัยให้เกิดความเข้าใจลึกซึ้ง การปฏิบัติกายานุปัสสนาให้ผลแก่ผู้ปฏิบัติ  
ทันตาเห็น คือ เป็นผลต่อสุขภาพร่างกาย ช่วยผ่อนคลายความเครียดหลับได้สบาย และมีประสิทธิภาพใน  
การปฏิบัติภารกิจประจำวัน ทำให้ผู้ปฏิบัติมีความสงบเยือกเย็น เป็นผู้ไม่ทำตนเองให้เดือดร้อน ไม่หมั่น  
ประกอบในการทำตนให้เดือดร้อน ไม่หมั่นประกอบผู้อื่นให้เดือดร้อน และเพื่อการดำรงชีวิตที่สมดุลเป็น  
ธรรมชาติทั้งทางร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์ ที่สำคัญทางด้านร่างกาย ทำให้เป็นบุคคลคล่องแคล่วว่องไว  
มองโลกในแง่ดีเสมอ มักจะเป็นผู้สร้างสรรค์สังคมเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน เป็นบุคคลอัน  
ประเสริฐอยู่ในปัจจุบัน

## 2. การเจริญกายนุปัสนาในพระไตรปิฎก

กายนุปัสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก

1) กายนุปัสนาที่ปรากฏในพระสุตตันตปิฎก มีหลายลักษณะ และในพระสูตรต่างๆ เช่น พระสูตรในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค สติปัฏฐานสังยุต 140 สูตร และตัดไว้ในที่อื่นๆ อีกมากมายหลายแห่ง เช่น ทีฆนิกาย มหาวรรค มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกั สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค อังคุตตรนิกาย นิกกนิบาต ชุทธนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค

2) นิยามและความหมายของกายนุปัสนา พบว่า มีปรากฏในพระสุตตันตปิฎกทั้ง 2 แบบ คือ 1) ปรากฏในนิยามชื่อเฉพาะ 2) ปรากฏนิยามในชื่ออื่น รวมทั้งมีปรากฏในอรรถกถา และในเชิงวิชาการหลายแห่ง ซึ่งความหมายของกายนุปัสนาโดยหลักใหญ่แล้วหมายถึง กาย คือ พิจารณาเห็นกายในกาย โดยมีสติสัมปชัญญะ เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัส เพื่อการดับทุกข์ เห็นแจ้งพระนิพพาน อันเป็นความมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

### 3) วิธีเจริญกายนุปัสนา

#### ก. วิธีเจริญกายนุปัสนาในกายคตาสติสูตร

- 1) กำหนดลมหายใจเข้าออกยาว-สั้น (อานาปานสติบรรพ)
- 2) กำหนดอริยาบท 4 คือ เดิน ยืน นั่ง นอน (นิยามบทบรรพ)
- 3) กำหนดอริยาบทย่อย เช่น การก้าวไป การถอยกลับ (สัมปชัญญะบรรพ)
- 4) พิจารณาตายว่าเป็นสิ่งไม่สะอาด (ปฏิกุลมณสิการบรรพ)
- 5) พิจารณากายว่าเป็นธาตุ (ธาตุมนสิการบรรพ)
- 6) -14) พิจารณาซากศพ (นวสิวถิกาบรรพ)
- 7) -18) วิธีเจริญฌาน 4 วิธี (ปฐมฌาน-จตุตถฌาน)

กายคตาสติที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง เป็นการนำวิธีการเจริญสติปัฏฐาน 4 วิธี อันเป็นส่วนของกายคตาสติผสมกับวิธีเจริญฌาน 4 ตั้งแต่ปฐมฌานไปจนถึงจตุตถฌาน คือทรงแสดงสมถกัมมัฏฐานรวมไว้ในพระสูตรเดียวกันนี้

ข. วิธีการเจริญกายนุปัสนาในคัมภีร์อรรถกถา แสดงการละสุกษัญญา คือ กำหนดพิจารณากายแบ่งเป็น 6 ส่วน

- 1) พิจารณาลมหายใจเข้าออก (ปานาปานบรรพ)
- 2) พิจารณาอริยาบทของตายเช่น ยืน เดิน (กิริยาบทบรรพ)
- 3) พิจารณาความเคลื่อนไหวของกาย เช่น คู่แขน เหยียดแขน (จตุสัมปชัญญะบรรพ)
- 4) พิจารณาความน่าเกลียดของร่างกาย (ปฏิกุลมณสิการบรรพ)
- 5) พิจารณาร่างกายโดยความเป็นธาตุ (ธาตุบรรพ)

6) พิจารณาร่างกายที่เป็นศพมีลักษณะต่างๆ (นวสีวลิกาบรรพ)

ค. วิธีเจริญอานาปานสติ (ลมหายใจเข้าออก)

การเจริญอานาปานสตินั้นสามารถทำได้ทั้งในสมถะและวิปัสสนา พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงอานาปานสติ 16 ชั้น ไว้อย่างสมบูรณ์แบบที่สุด สำหรับการพัฒนาร่างกายและจิตตามหลักพระพุทธศาสนา อานาปานสตินี้มีความสำคัญมาก มีอานิสงส์มาก มีคุณประโยชน์มากถ้าใครบำเพ็ญให้บริบูรณ์แล้ว ก็เท่ากับได้บำเพ็ญกายนุปัสสนา การบำเพ็ญอานาปานสติ 4 ชั้นแรก อันเป็นการเจริญสมถะเท่านั้น ส่วนอีก 12 ชั้นสุดท้ายเป็นการเจริญวิปัสสนากรรมฐานโดยเฉพาะ กล่าวคือชั้นที่ 5-6 และท่านที่ 8-12 เป็นได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา โดย 4 ชั้นสุดท้ายเป็นวิปัสสนาล้วนๆ

ง. วิธีเจริญกายนุปัสสนาในอิริยาบถและสัมปชัญญะ

ก) อิริยาบถ ว่าด้วยการกำหนดรู้กาย คือ กิริยาบถ กล่าวคือ เมื่อ ยืน เดิน นั่ง นอน ร่างกายอยู่ในอาการอย่างไร ก็รู้ชัดในอาการอย่างนั้นๆ ดังพุทธพจน์ว่า

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง

เมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า เราเดิน

เมื่อยืน ก็รู้ชัดว่า เรายืน

เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า เรานั่ง

เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า เรานอน

ข) สัมปชัญญะ ว่าด้วยการกำหนดรู้กาย คือ การเคลื่อนไหว ดังพุทธพจน์ว่า  
ภิกษุทั้งหลาย มีประการหนึ่ง

ภิกษุทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ

ทำความรู้สึกตัวในการแลดู การเหลียวดู

ทำความรู้สึกตัวในการคู้เข้า การเหยียดออก

คำความรู้สึกตัวในการครองสังฆาฏิ บาตร และจีวร

ทำความรู้สึกตัวในการฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม

ทำความรู้สึกตัวในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ

ทำความรู้สึกตัวในการเดิน การยืน การนั่ง การหลับ การตื่น การพูด การนิ่ง

จ. วิธีการเจริญการกำหนดธาตุ 4

(1) พิจารณากำหนดสิ่งที่มีลักษณะกระต้างเป็นปฐวีธาตุ ลักษณะเอิบอาบเป็น  
อาโปธาตุ ลักษณะอบอุ่นเป็นเตโชธาตุ ลักษณะพัดไปมาเป็นวาโย

(2) พิจารณากำหนดจาก อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ปฐวีธาตุ

(3) พิจารณากำหนดจาก เตโชธาตุ วาโยธาตุ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ



## (4) พิจารณากำหนดจาก วาโยธาตฺ ปรฐวีธาตฺ อาโปธาตฺ เตโชธาตฺ

## ฉ. วิธีการเจริญด้วยการกำหนดอาการ 32 (ปฏิกุศล)

การกำหนดอาการ 32 คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังพืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า มันทมมิ่ง ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น มันเหลว น้ำตา น้ำลาย น้ำมูก น้ำไขข้อ น้ำมูตร การกำหนดนั้น ต้องพิจารณาบ่อยๆ จนเกิดความชำนาญ ให้ใจคุ้นกับความปฏิกุศล หรือความสักเป็นแต่ว่าธาตฺ ของส่วนต่างๆ ของร่างกายเหล่านั้น คลายความยึดมั่นถือมั่น โดยความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เห็นเพียงวัตถุที่ปฏิกุศลหรือเป็นเพียงธาตฺ เท่านั้น เมื่อเห็นเป็นเช่นนี้ ใจย่อมเป็นอิสระไม่ผูกพัน ไม่ยึดมั่นถือมั่นในร่างกายตนหรือร่างกายผู้อื่น

## ช. อารมณกัมมัฏฐานตามแนวกายานุปัสสนา

การเจริญกายานุปัสสนาจนเกิดเป็นอารมณ์และเมื่อสามารถพิจารณาโดยลำดับได้แล้ว คือ พิจารณาเฉพาะส่วนที่ปรากฏเห็นชัดแล้วจะเกิดเป็นสมาธิแน่วแน่ไปตามลำดับ จาก อุคคหนิมิตร คือ นิมิตรติดตาติดใจ จนหลับตามองเห็นสิ่งที่เพ่งหรือนึกได้ และต่อไปถึง ปฏิภาคนิมิตร คือ นิมิตรเสมียนหรือนิดเทียบเคียง ที่จำได้หมายความว่าความน่ารังเกียจ จะนึกขยายหรือย่อส่วนภาพ ติดตาติดใจนั้นได้ตามปรารถนา เมื่อผู้บำเพ็ญเพียรทำความเพียรต่อไปให้มากขึ้นแล้ว ย่อมบรรลุไปสู่ปฐมฌาน อนึ่ง บุคคลผู้บำเพ็ญเพียรเมื่อมั่นบำเพ็ญ กายคตาสติ ย่อมอดกลั้นต่อความไม่ยินดีและความยินดีได้ ไม่ถูกความไม่เห็นดีรอบงำ ย่อมครอบงำความไม่ยินดีที่เกิดขึ้นแล้วด้วย เพราะผู้บำเพ็ญสามารถขมใจความได้ ไม่กลัวภัยที่เกิดขึ้น เป็นผู้ทนต่อความร้อน ความหนาวมีความอดกลั้นต่อทุกขเวทนาอันแรงกล้าที่สามารถฆ่าชีวิตของตนได้ จะเป็น ผู้ได้ ฌาน 4 คือ มีอุเบกขา และเอกัคคตา อันเป็นความวางใจเฉยได้ ไม่ยินดียินร้าย และมีจิตแน่วแน่นอยู่ในอารมณ์เดียว เป็นผู้ที่มีสมาธิเลยไปถึงขั้นอภิญญา 6

## ฉ. การเลือกสถานที่เพื่อปฏิบัติกายานุปัสสนา

ผู้ปฏิบัติสามารถภาวนา ควรเลือกสถานที่หรือวัดที่สมควร

สถานที่ประกอบด้วยองค์คุณ 5 ประการ ในสถานที่อันประกอบด้วยโทษ 18 ประการ สถานที่อันประกอบด้วยองค์คุณ

1. สถานที่ไม่ไกลนัก ไม่ไกลนัก แต่โคจรคาม มีทางไปทางมาสะดวกสบาย ปลอดภัย
2. สถานที่กลางวันไม่พลุกพล่านด้วยผู้คน กลางคืนเงียบสงบไม่มีเสียงอึกทักครึกโครม
3. สถานที่ที่ไม่มีเหม็นเหม็น ยุง และสัตว์เลื้อยขบกัด ไม่มีลมและแดดรบกวน
4. สถานที่ที่ไม่ผิดเคืองด้วยปัจจัย 4 คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และยาแก้ไข้
5. สถานที่ที่มีภิกษุชั้นเถระ มีความรู้กว้างขวาง ท่องจำพระพุทฺธพจน์ไว้ได้มากพอที่ผู้ปฏิบัติสามารถสอบถามข้อธรรมต่างๆ ได้ในคราวอันสมควร เพื่อบรรเทาความสงสัย

สถานที่อันประกอบด้วยโทษ 18 ประการ คือ

1. สถานที่กว้าง ใหญ่โตมากเกินไป
2. เป็นสถานที่สร้างขึ้นใหม่
3. สถานที่เก่าแก่ ชำรุด ทรุคโทรม ซึ่งผู้ปฏิบัติต้องปฏิสังขรณ์ ซ่อมแซมด้วยตนเอง
4. สถานที่อยู่ใกล้ทางหลวง ซึ่งจะมีผู้คนมาขอพักอาศัยอยู่ด้วย
5. สถานที่ใกล้บ่อน้ำ หรือมีสระน้ำ ซึ่งผู้ปฏิบัติจะต้องคอยขับอกให้ผู้ประสงค์จะเข้ามาใช้ว่าอยู่ที่ไหน
6. สถานที่ที่มีใบไม้ที่ใช้รับประทานได้นานาชนิด ย่อมมีสตรีเข้ามามาก ซึ่งเป็นอันตรายแก่กัมมัญฐาน
7. สถานที่ที่ก่อไม้ดอกนานาชนิดแตกบานอยู่อย่างสะพรั่ง
8. สถานที่ที่มีไม้ผลนานาชนิด ที่คนทั้งหลายจะพากันมาขอ หรือถอยเอาโดยพลະการเมื่อผู้ปฏิบัติไม่ให้หรือต่อว่า จะทำให้เขาโกรธ ด่าว่า แม้ขับไล่ไม่ให้อยู่ในที่นั้น
9. สถานที่ที่มีคนเข้ามามาก
10. สถานที่ใกล้กับตัวเมือง
11. สถานที่ใกล้กับที่หาป็นของชาวบ้าน
12. สถานที่ที่อยู่ใกล้น้ำ
13. สถานที่ที่มีฝนไม่ลงรอยกัน ทะเลาะกัน
14. สถานที่ที่อยู่ใกล้กับท่าเรือ ซึ่งจะมีผู้โดยสารและพวกโคพากันมาเบียดเบียน
15. สถานที่ที่เป็นถิ่นที่อยู่ของคนที่ไม่เลื่อมใสในพระพุทธศาสนา
16. สถานที่ที่อยู่ระหว่างพรมแดน ซึ่งจะเป็นผลให้ผู้ปฏิบัติถูกสำคัญผิดว่าเป็นจารบุรุษ
17. สถานที่ที่ไม่เป็นที่สบาย มีโจรผู้ร้ายและภัยต่างๆ ชุกชุม
18. สถานที่ที่ไม่มีกัลยาณมิตร คือ ไม่มีพระอาจารย์ หรือท่านพูดเสมอกับพระอาจารย์ พระอุปัชฌาย์ หรือท่านพูดเสมอกับพระอุปัชฌาย์ ซึ่งเป็นโทษแก่ผู้ปฏิบัติอย่างใหญ่หลวง อนึ่งวัดหรือ สถานที่อันไม่สมควรแก่การภาวนานี้ ฟังหลีกเว้นเสียให้ห่างไกล

ญ. ความรอบรู้ในหลักปฏิบัติกายานุปัสสนา

การเจริญกายคตาสติโดยอุคคหโกสัลละ 7 อุคคหโกสัลละ 7 ความเป็นผู้ฉลาดเรียนมือถือในการกำหนดกัมมัญฐานเรียกว่า “อุคคหโกสัลละ” ในกายคตาสติกัมมัญฐานมี 7 ประการ (1)วจสา การท่องด้วยวาจา (2)มนสา การท่องจำด้วยใจ (3)วณฺณโต การกำหนดสี (4)สณฺฐานโต การกำหนดสัณฐาน (5)ทิสโต การกำหนดทิศ (6)โอกาสโต การกำหนดโอกาส (7)ปริจเฉทโต การกำหนดปริจเฉท การกำหนดกายคตาสติของผู้ฉลาดในการเจริญกัมมัญฐานพอสรุปได้ 7 วิธีการ คือ

ต้องจดจำอาการ 32 ให้ได้โดยสามารถท่องด้วยปากเปล่า ท่องจำในใจได้ สามารถกำหนดด้วยสี่ สัจฐานทศโอกาส และปริจเฉทได้

การเจริญกายคตาสติตามมนสิกาโกศลละมณสิการโกศลละ หมายความว่า “ความฉลาดในการพิจารณา” มี 10 ประการ (1)กำหนดโดยลำดับ (2)กำหนดโดยไม่รีบร้อนนัก (3)กำหนดโดยไม่เฉื่อยช้านัก (4)กำหนดโดยป้องกันความฟุ้งซ่าน (5)กำหนดโดยล่วงบัญญัติ (6)กำหนดโดยละลำดับ (7)กำหนดโดยอัปนา (8)กำหนดโดยอธิจิตตสูตร (9)กำหนดโดยสีตภาวสูตร 10)กำหนดโดยโพชฌงค์โกศลสูตร

จากวิธีการเจริญกายคตาสติพอสรุปว่า เป็นวิธีแบบอนุโลมปฏิโลม คือ ต้องจำอาการ 32 ให้ได้ แล้วต้องกลับไปกลับมา แบบอุคคทโกศลละ หรือความเป็นผู้ฉลาดเรียน มี 7 ประการ ท่องด้วยวาจา ท่องจำด้วยใจ กำหนดสัจจนถึงกำหนดปริจเฉท และมนสิการโกศลละหรือความฉลาดในการกำหนด โดยการกำหนดตามลำดับมี 10 ประการ กำหนดโดยลำดับ ไม่ช้าหรือเร็วเกินไป จนถึงกำหนดโดยโพชฌงค์โกศลสูตร

4) ธรรมที่เป็นตัวสนับสนุนให้ประสบผลสำเร็จ คือ อิทธิบาท 4 1)ฉันทะ 2)วิริยะ 3)จิตตะ 4) วิมังสา เป็นตัวสนับสนุนการเจริญกายานุปัสสนาเพราะเป็นเครื่องให้ประสบผลสำเร็จและธรรมที่เป็นตัวกีดกันที่ไม่ให้บรรลุผลสำเร็จ คือ นิวรณ 5 1)กามฉันทะ 2)พยาบาท 3)ถีนมิทธะ 4)วิจิกิจฉา 5)อุทธะจะกุกุจจะ เป็นเครื่องกั้นไม่ให้ประสบผลสำเร็จ

สรุปว่า การเจริญกายานุปัสสนาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในพระสูตรต้นตปิฎกพบว่า มีปรากฏ คือ การเจริญกายานุปัสสนาในรูปแบบแสดงเป็นการเฉพาะ กายคตาสติสูตร คือ วิธีเจริญกายคตาสติ 18 วิธี ได้แก่ การเจริญกายานุปัสสนา 14 วิธี เช่น กำหนดลมหายใจเข้าออกยาว-สั้น (อานาปานสติบรรพ) กำหนดอริยบท 4 คือ เดีน ยิน นัง นอน (อริยาบถบรรพ) กำหนดอริยบทย่อย เช่น การก้าวไป การถอยกลับ (สัมปชัญญะบรรพ) พิจารณากายว่าเป็นสิ่งไม่สะอาด (ปฏิกุลมณสิการบรรพ) พิจารณากายว่าเป็นธาตุ (ธาตุมนสิการบรรพ) พิจารณาซากศพ (นวสิวถิกาบรรพ) และวิธีเจริญฌาน 4 วิธี (ปฐมฌาน-จตุตถฌาน) กายสูตร คือ เป็นเนื้อหาเกี่ยวกับการอยู่ได้ของร่างกายเพื่อเปรียบเทียบ คือ ร่างกายอาศัยอาหารจึงอยู่ได้ เปรียบกับนิวรณที่อาศัยอาหาร นิวรณจึงอยู่ได้ มีรูปแบบลักษณะแสดงปรากฏในชื่ออื่น คือ ความหมายของกายานุปัสสนาโดยหลักใหญ่แล้วหมายถึง กาย คือ พิจารณาเห็นกายในกาย โดยมีสติสัมปชัญญะ กำจัดอกิขณาและโทมนัส เพื่อการดับทุกข์ เห็นแจ้งพระนิพพาน อันเป็นความมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นหลักการและวิธีการปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์

### 3. อานิสงส์ของการเจริญกายานุปัสสนา

การปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐานย่อมมีผลต่อผู้ปฏิบัติธรรม การเจริญกายานุปัสสนาดีแล้ว ย่อมเป็นผู้สำเร็จในธรรมอันความสามารถทำให้แจ้งด้วยความรู้อยิ่ง ซึ่งผู้ปฏิบัติต้องน้อมจิตเข้าไปเพื่อรู้ทำตามลำดับ

ของแต่ละชั้นในการปฏิบัติที่จะเข้าถึงสมาธิได้ แล้วเมื่อเกิดสมาธิแล้วย่อมได้รับผลจากการปฏิบัติ คือ อานิสงส์ คำว่า “อานิสงส์” คือ ลาก สักการะ และความสรรเสริญ(ม.ม. (ไทย) 13/198/162) อีกอย่างหนึ่งคำว่า “อานิสงส์” แปลว่า ผลแห่งกุศล, สิ่งที่น่าผลมาให้, ประโยชน์, ผลดี, ความดี (มานิต มานิตเจริญ, 2538 : 1103) หมายถึง คุณที่ไหลออกมาจากบุญกุศลหรือความดีที่บุคคลได้กระทำ เป็นคำคู่กับคำว่า “อาทินพ” ที่แปลว่า โทษคือความเสียหายเดือดร้อนทุกข์ยากอันเกิดสืบมาแต่บาปอกุศลหรือความชั่วที่บุคคลได้กระทำ(สมเด็จพระสังฆราช (อุฎฐายีมหาเถร), 2540 : 35) พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงอานิสงส์ คือ ผลที่ผู้ปฏิบัติพึงได้รับจากการเจริญสมาธิแบบกายานุปัสสนา อย่างมั่นคงสม่ำเสมอว่า กายานุปัสสนาอันภิกษุเสพแล้วโดยมาก เจริญแล้ว ทำให้มากแล้วทำให้เป็นยานแล้ว ทำให้เป็นพื้นที่ตั้งแล้ว ให้ดำรงอยู่เนื่องๆ แล้ว อบรมแล้ว ปรารภสม่ำเสมอแล้วเพ็งหวังอานิสงส์ 10 ประการ คือ

1)เป็นผู้อดกลั้นต่อความไม่ยินดีและความยินดี ไม่ถูกความไม่ยินดีครอบงำ ย่อมครอบงำความไม่ยินดีที่เกิดขึ้นแล้วได้

2)เป็นผู้อดกลั้นต่อภัยและความหวาดกลัวได้ ไม่ถูกภัยและความหวาดกลัวครอบงำย่อมครอบงำภัยและความหวาดกลัวที่เกิดขึ้นแล้วได้

3)เป็นผู้อดทนต่อความหนาว ความร้อน ความหิว ความกระหาย ต่อการถูกเหลือบยุบลงมดตและสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลายรบกวน ต่อถ้อยคำหยาบคายร้ายแรงต่างๆ เป็นผู้อดกลั้นเวทนาอันมีในร่างกายที่เกิดขึ้นแล้วเป็นทุกข์ กล้าแข็ง เผ็ดร้อน ไม่น่ายินดี ไม่น่าพอใจปราศชีวิตได้

4)เป็นผู้ได้ฌาน 4 ซึ่งเป็นอภิเจตสิก(ม.ม.อ. (บาลี) 1/16/173) เป็นเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน เป็นผู้ได้ตามความปรารถนาโดยไม่ยาก โดยไม่ลำบาก

5)บรรลุนิเวศน์แสดงฤทธิ์ได้หลายอย่าง คือ คนเดียวแสดงเป็นหลายคนก็ได้ หลายคนแสดงเป็นคนเดียวก็ได้ แสดงให้ปรากฏ ฯลฯ ใช้อำนาจทางกายไปจนถึงพรหมโลกก็ได้

6)ได้ยินเสียง 2 ชนิด คือ (1) เสียงทิพย์ (2) เสียงมนุษย์ ทั้งที่อยู่ไกลและอยู่ใกล้ด้วยหุทธิพยอันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์

7)กำหนดรู้ใจของสัตว์อื่นและบุคคลอื่น คือ จิตมีราคะก็รู้ชัดว่าจิตมีราคะ หรือปราศจากราคะก็รู้ชัดว่าจิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะก็รู้ชัดว่าจิตมีโทสะ หรือจิตปราศจากโทสะก็รู้ชัดว่าจิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะก็รู้ชัดว่าจิตมีโมหะ หรือจิตปราศจากโมหะก็รู้ชัดว่าจิตปราศจากโมหะ จิตหดหู่ก็รู้ชัดว่าจิตหดหู่หรือจิตฟุ้งซ่านก็รู้ชัดว่าจิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นนหัทคตะ(อภิ.สง.อ. (บาลี) 1/12/92) ก็รู้ชัดว่าจิตเป็นนหัทคตะหรือจิตไม่เป็นนหัทคตะก็รู้ชัดว่าจิตไม่เป็นนหัทคตะ จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ชัดว่าจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า หรือจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ชัดว่าจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตเป็นสมาธิก็รู้ชัดว่าจิตเป็นสมาธิ หรือจิตไม่เป็นสมาธิก็รู้ชัดว่าจิตไม่เป็นสมาธิ คลิปหลุดพ้นก็รู้ชัดว่าจิตหลุดพ้น หรือจิตไม่หลุดพ้นก็รู้ชัดว่าจิตไม่หลุดพ้น

8) ระลึกชาติก่อนได้หลายชาติ คือ 1 ชาติบ้าง 2 ชาติบ้าง ฯลฯ ย่อมระลึกชาติก่อนได้หลายชาติพร้อมทั้งลักษณะทั่วไป และชีวประวัติอย่างนี้

9) เห็นหมู่สัตว์ผู้กำลังจืด กำลังเกิด ทั้งชั้นต่ำและชั้นสูง งามและไม่งาม เกิดดีและเกิดไม่ดี ด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์ ฯลฯ ย่อมรู้ชัดซึ่งหมู่สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรม

10) เพราะอัสวะสิ้นไป ย่อมทำให้แจ้งเจโตวิมุตติปัญญาวิมุตติ(ม.มู. (ไทย) 12/68/59-62) อันไม่มีอัสวะ ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน

เมื่อกายานุปัสสนาอันภิกษุปฏิบัติ เจริญ ทำให้มาก ทำให้เป็นดุจยาน ทำให้เป็นที่ตั้ง ตั้งไว้เนื่องๆ สัมผัสแล้ว ปรารถนาเสมอดีแล้ว จึงหวังในอนานิสงส์ 10 ประการนี้ได้(ม.อ. (ไทย) 14/159/206-207)

เมื่อเจริญกายานุปัสสนา ทำให้มากแล้ว กุศลธรรมอันเป็นส่วนแห่งวิชา เปรียบเหมือนบุคคลระลึกถึงน้ำในมหาสมุทร ได้ชื่อว่าระลึกถึงแม่น้ำสายต่างๆ ที่ไหลลงสู่มหาสมุทรด้วย หรือปฏิบัติให้มากแล้ว สามารถรู้ในธรรมอันสามารถทำให้แจ้งด้วยความรู้ยิ่ง เพื่อน้อมจิตเข้าไปเพื่อรู้แจ้ง ซึ่งพระนิพพาน ดังนั้นอนานิสงส์ของการเจริญกายานุปัสสนาย่อมมีผลต่อผู้ปฏิบัติตามลำดับ ตามความสามารถ หรือปรับอินทรีย์ที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติตามนั้น อนานิสงส์มี 10 ข้อ คือ 1)อดทนอดกลั้นต่อความยินดียินร้ายได้ 2)อดทนอดกลั้นต่อภัยและความหวาดกลัวได้ 3. อดทนต่อความหนาว 4)ได้ฉาน (อภิญา) 5)อิทธิวิธี (แสดงฤทธิ์ได้) 6)ทิพโสตา (หูทิพย์) 7)เจโตปริยญาณ (รู้ใจผู้อื่นได้) 8)ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ (ระลึกชาติได้) 9)ทิพพจักขุ (ตาทิพย์) 10)อัสวักขยญาณ (สิ้นอัสวะ)

ดังนั้น บุคคลผู้ปฏิบัติกายานุปัสสนาอย่างสมบูรณ์ ย่อมอยู่เป็นสุขในปัจจุบันด้วยฉาน ได้ญาณทัศนะ ได้ในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ยากลำบาก เป็นผู้มั่งใจมั่นคง ไม่ถูกรอบงำด้วยความยินดีความไม่ยินดี สิ่งที่เป็นภัยอันตราย หรือความหวาดกลัว แสดงให้ปรากฏได้ มีหูทิพย์ ตาทิพย์ ระลึกชาติได้ และมีปัญญาหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ เพื่อเป็นการทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน จุดหมายสูงสุดของทางพระพุทธศาสนา

#### 4. การนำแนวทางการเจริญกายาคติสูตรมาใช้ในชีวิตประจำวัน

การนำแนวทางการเจริญกายานุปัสสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน โดยนำมาใช้ 2 ด้าน คือ 1)ด้านพัฒนาร่างกาย 2)ด้านพัฒนาจิตใจ และนำแนวทางมาปรับใช้ด้านบรรพชิต และด้านคฤหัสถ์ ดังนี้

1)บรรพชิต คือ แนวทางการพัฒนาจิตใจ และด้านพัฒนาศกยภาพ คือ ในด้านการศึกษา พระธรรม การทำกิจวัตร การเผยแผ่พระธรรม ย่อมส่งผลถึงความสำเร็จ (พจนานุกรม, 2546 : 606) แปลว่า นักบวชในพระพุทธศาสนา ผู้ละเว้นจากการทำความชั่วทางกาย วาจา และใจ ทำให้ไม่มีเวรและบาปกรรมกับใคร

การฝึกอบรมเจริญกายานุปัสสนาในด้านความประพฤติ ระเบียบวินัย ให้มีสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ โดยสาระ คือ การดำรงตนอยู่ด้วยดี มีชีวิตที่เกื้อกูล ท่ามกลางสภาพแวดล้อมที่ตนมีส่วนช่วย สร้างสรรค์รักษาให้อื้ออำนวยแก่การมีชีวิตที่ดีงามร่วมกัน เป็นพื้นฐานที่ดีสำหรับร่างกายและพัฒนาจิต เพื่อให้เกิดปัญญา ซึ่งการฝึกสมาธิแบบกายานุปัสสนาย่อมมีผลส่งถึงด้านจิตใจ ทำให้เป็นผู้มีจิตใจสงบและ บุคลิกลักษณะเข้มแข็ง หนักแน่น มั่นคง สงบ เยือกเย็น สุขภาพ ผ่องใส กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า เบิกบาน สง่างาม มีเมตตากรุณา มองดูรู้จักตนเองและผู้อื่นตามความเป็นจริง ลักษณะเช่นนี้เป็นลักษณะ ของผู้มีสมาธิ ซึ่งตรงกันข้ามกับลักษณะของผู้มีวณฺเณ ซึ่งจะอ่อนไหวง่าย ดิตใจหลงใหลง่าย หรือหยาบ กระด้าง ฉุนเฉียว เกรี้ยวกราด หงุดหงิด วุ่นวาย จุ้นจ้าน สอดแสบ ลูกลึกลูกกลน หรือไม่เหงาเคร้าซึม ลังเลหวาดระแวง เป็นต้น

ก. มีความสำเร็จในการศึกษา (สถานที่ตั้งบ้านในพระพุทธศาสนา) ในการศึกษาสิ่งแรก หัวใจ ของผู้ศึกษาต้องรับการศึกษอย่างสุดหัวใจ จึงจะศึกษาให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีความรักหรือความพอใจจะเป็นพลังผลักดันให้ผ่านอุปสรรคต่างๆ ได้และไม่รู้สึกท้อแท้หมดหวัง หากไม่พอใจในการศึกษา พร้อมทั้งมีความทุกข์ในขณะที่ศึกษา การศึกษาก็ไม่ประสบผลสำเร็จ การทุ่มเทในการศึกษานั้นว่าเป็นจุดเริ่มต้นด้วยความรักความพอใจ การศึกษาจะเกิดความสำเร็จ เพราะมุ่งมั่นศึกษาให้สำเร็จ (พระมหาบุญมี มาลาวิโร, 2548 : 100) ความพอใจในการศึกษานำมาซึ่งความขยัน เป็นความจริงที่ว่าคนไม่รักการศึกษาก็ไม่ขยันขันแข็งที่จะศึกษาเล่าเรียน และรู้สึกเบื่อหน่ายงานที่ไม่เห็นประโยชน์จากการศึกษา แต่เมื่อมีจิตที่เป็นสมาธิจะเกิดความพอใจ ความรัก มีความสนใจให้ตั้งอยู่กับการเรียน โดยไม่ย่อท้อ โดยให้มีสมาธิ ตั้งมั่น มีความศรัทธาในการที่จะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จลุล่วง ถือว่าสมาธิเป็นกำลัง เป็นแรงผลักดันให้เกิดความสำเร็จในการศึกษาได้

ข. ความเป็นระเบียบเรียบร้อย (มีศีลที่สมบูรณ์) ความคิดจดจ่อ หรือเอาใจฝักใฝ่ ได้แก่ ความมีจิตผูกพัน จดจ่อ ฝักใฝ่เรื่องนั้นใจอยู่กับงานนั้น ไม่ปล่อย ไม่ห่างไปไหน ถ้าคิดจะเป็นไปอย่างแรงกล้าในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรืองานอย่างใดอย่างหนึ่ง คนผู้นั้นจะไม่สนใจไม่รับรู้เรื่องอื่นๆ ใครพูดอะไรเรื่องอื่นๆ ไม่สนใจ แต่ถ้าพูดเรื่องนั้นงานนั้นจะสนใจเป็นพิเศษทันที บางทีจะทำเรื่องนั้นงานนั้น ขลุกข่วนอยู่ได้ทั้งวันทั้งคืน ไม่เอาใจใส่ร่างกายแต่งเนื้อแต่งตัว อะไรจะเกิดขึ้นก็ไม่สนใจ เรื่องอื่นเกิดขึ้นใกล้ๆ บางทีก็ไม่ ทำจนลืมนวันลืมนคืน ลืมกินลืมนอน ความมีใจจดจ่อฝักใฝ่เช่นนี้ ย่อมทำให้สมาธิเกิดขึ้น จิตจะแน่วแน่ แนบสนิทในกิจที่ทำ มีกำลังมากเฉพาะกิจนั้น เรียกว่าเป็นจิตตสมาธิ พร้อมนั้นก็เกิดปธานสังขาร คือความเพียรสร้างสรรค์ ร่วมสนับสนุนไปด้วยเมื่อมีความรักความพอใจในการศึกษาแล้วต้องมีความมีใจฝักใฝ่หรือมีจิตในการศึกษา ด้วยเพราะจะเป็นตัวเสริมให้เกิดความสำเร็จ สมาธิจากการฝึกปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐาน ย่อมส่งผลให้จิตมีความจดจ่อและมีกำลังเฉพาะกิจนั้นๆ เรียกว่าเป็นจิตตสมาธิ เพื่อสร้างความเพียรสนับสนุนในการที่จะศึกษาเล่าเรียน ให้สำเร็จลุล่วงไปได้

ค. มีสมาธิในการศึกษา สมาธิ แปลว่า ความตั้งมั่นของจิต หรือภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด คำจำกัดความของสมาธิที่พบเสมอ คือ “จิตตสุเสกคคตา” หรือเรียกสั้นๆ ว่า “เอกคคตา” ซึ่งแปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือ การที่จิตกำหนดแน่วแน้อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่านหรือไม่หายไป ท่านพระพุทธโฆษาจารย์ได้ให้ความหมายของสมาธิไว้ว่า การที่กุศลจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง หรือการมีอารมณ์อันเดียวแห่งจิตที่เป็นกุศล เรียกว่า สมาธิ หรือกุศลจิตเอกคคตา ชื่อว่า สมาธิ(วิสุทธิมรรค, 1/2)

2) คฤหัสถ์ คือ แนวทางพัฒนาจิตใจ และด้านพัฒนาศักยภาพ คือ ในด้าน ด้านการประกอบอาชีพ ด้านมนุษยสัมพันธ์ ด้านการปก ย่อมส่งผลถึงความสำเร็จ คฤหัสถ์ คือ ผู้ครองเรือน(พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตโต), 2527 : 31) หรือผู้มีเรือนนั้นมีหลายเพศ ที่อาศัยอยู่รวมกันที่จัดอยู่ในกลุ่มของคฤหัสถ์ เด็กและผู้ใหญ่ ทั้งเพศชายและเพศหญิง สามารถแบ่งคฤหัสถ์ได้หลายประเภทตามสถานะและพฤติกรรมที่เป็นอยู่

ก. มีการประกอบอาชีพสุจริต (สัมมาอาชีพะ) การทำงานทุกอย่างจะสำเร็จได้ก็โดยอาศัยสมาธิ การมีสมาธิ หมายถึง ความตั้งใจแน่วแน่มั่นคง และอุทิศพลังงานทั้งหมดให้แก่งาน ไม่ว่าจะเป็พลังงาน พลังงานทางสมองและพลังงานทางอารมณ์จิตใจที่อ่อนแอไม่มั่นคง จะทำให้งานเสีย ดังนั้น ผู้นำที่ดีควรสร้างบรรยากาศในการทำงานอย่างมีสมาธิ และควรพัฒนาวัฒนธรรมอย่างมีส่วนร่วม โดยให้พนักงานทุกคนมีส่วนร่วมในการเสนอแนะ วิธีทำงานอย่างสร้างสรรค์ และอย่างมีสมาธิ ความจริงการกระตุ้นให้เกิดสมาธิ จะต้องอาศัยการกระตุ้นด้านอื่นๆ พร้อมกัน สมาธิจะเกิดขึ้นมาได้โดยอาศัยการปฏิบัติงานด้วยความรัก ความเมตตา ความเชื่อมั่น ความพร้อมในการปฏิบัติตามระเบียบที่ การรู้จักเสียสละ และการมีสติปัญญาเป็นพื้นฐาน

ข. มีความสุขในการอยู่ร่วมกัน (สันติสุข) วิธีปฏิบัติการเพื่อยึดเหนี่ยวน้ำใจผู้อื่น ที่ยังไม่รักใคร่นับถือ ให้เกิดความรักใคร่นับถือ และที่มีความรักใคร่นับถืออยู่แล้ว ก่อให้เกิดความแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น ว่าโดยความหมายรวมยอดแล้ว ก็คือ วิธีทำให้คนรักนับถือกันจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง สำหรับคนทุกคน และทุกสังคมระหว่าง บิดามารดา กับบุตรธิดา มิตรกับมิตร สามีกับภรรยา เพื่อนบ้านกับเพื่อนบ้าน ตลอดจนประชาชนระหว่างประเทศ ข้อความรักใคร่นับถือกันเป็นรากฐานแห่งการอยู่ร่วมกันด้วยดี มีความเจริญก้าวหน้าทั้งส่วนตัวและส่วนรวม (ไสว มาลาทอง, 2542 : 81-94) ในส่วนของการพัฒนาจิตใจนั้นเป็นสิ่งสำคัญเพราะการที่จะมีมนุษยสัมพันธ์นั้นต้องแสดงออกในส่วนประกอบหลายด้าน เช่น การมีมารยาท การมีความเคารพซึ่งกันและกัน การติดต่อสื่อ เป็นต้น ดังนั้นส่วนประกอบเหล่านี้ต้องอาศัยการพัฒนาจิตใจ เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ทางด้านศีลธรรมที่ประกอบกับจิตใจด้วย ต้องอาศัยการฝึกทางร่างกายและจิตใจ ตามแบบกายานุปัสสนา เพราะเมื่อฝึกแล้วส่งผลคือ มีมารยาทที่เรียบร้อย มีจิตใจที่อ่อนโยน มีความรู้สึกที่ดีต่อ ผู้เขียนจัดเข้าในส่วนของพัฒนาจิตใจด้านมนุษยสัมพันธ์

ค. มีความสามัคคีในสังคม (สามัคคี) ความสามัคคี เป็นความพร้อมเพรียงเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ร่วมมือกัน การทำกิจกรรมให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี โดยเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน ปรับตนเองเข้ากับผู้อื่นได้ รับผิดชอบ มีความรักหมู่คณะ และมีความสามัคคี เป็นต้น นอกจากจะทำให้การอยู่ร่วมกันสำเร็จด้วยดีแล้ว ยังเกิดความสุขในหมู่ชนด้วย ความสามัคคีจึงเป็นหัวใจสำคัญของการอยู่ร่วมกัน หากไม่มีความสามัคคีเรื่องเล็กก็จะกลายเป็นเรื่องใหญ่ อาจจะไม่เข้าใจกันเกิดความคิดเห็นไปคนละทาง ความสามัคคีนั้น เป็นสิ่งน่าสรรเสริญว่า เป็นสิ่งที่ดีมีคุณธรรมในการปกครองกันเป็นประโยชน์นำไปใช้ได้ตลอด ไม่ว่าจะเป็นการปกครองครอบครัว ปกครองชุมชน ปกครองประเทศชาติบ้านเมือง ล้วนต้องอาศัยความสามัคคีเป็นอันดับหนึ่งจะขาดเสียไม่ได้ เมื่อมีความสามัคคีกันไม่แบ่งแยกเป็นกลุ่มเป็นพวก ก็จะได้รับความสุขความเจริญให้ก้าวหน้า เพื่อพัฒนาบุคคล พัฒนางานที่ทำร่วม พัฒนาสังคมให้เจริญ เป็นต้น ดังนั้นให้บุคคลทั้งหลายมีความพร้อมเพรียงกันแล้วตั้งอยู่ในคุณธรรม ตามหลักศาสนา ย่อมได้รับความสุขเจริญในสังคมที่เป็นหมู่คณะ

การนำแนวทางของการเจริญกายานุสัสสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน นั้นต้องนำมาใช้ได้ 2 ด้าน คือ ด้านจิตใจ และด้านร่างกาย เพื่อให้เกิดประโยชน์ เพราะการนำมาใช้ต้องควบคู่กันไปทั้ง 2 คือ พิจารณาเห็นกายในกายโดยใช้สติกำกับ และปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันตามโอกาสและหน้าที่ของแต่ละบุคคล

## 5. สรุป

การเจริญกายาคติสูตร คือ การใช้สติพิจารณากลายเป็นอารมณ์ ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า ได้แก่ มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก มีสติอยู่ที่การเคลื่อนไหวอริยาบทใหญ่ (เดิน ยืน นั่ง นอน) มีสติอยู่ที่การเคลื่อนไหวอริยาบทย่อยทุกอย่าง มีสติพิจารณาส่วนประกอบของร่างกาย (อาการต่างๆ) เป็นสิ่งไม่งาม ไม่สะอาด น่ารังเกียจ มีสติพิจารณาร่างกายให้เป็นธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ มีสติพิจารณาร่างกายให้เห็นเป็นซากศพ มีการอืดพอง เน่าเปื่อย ถูกสัตว์และกินเหลือแต่กระดูก กายคตาสติ และกายานุสัสสนา จึงเป็นการพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในภายนอกของตนเองและภายในภายนอกของผู้อื่น มีจิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว เกิดเป็นสมาธิ เห็นความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ขจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลก คือกายได้ ส่วนเมื่อปฏิบัติหลักการแล้วย่อมส่งผลถึงคุณประโยชน์เป็นอานิสงส์ต่างๆ มากมาย ในที่ส่งผลต่อตนเองของผู้ปฏิบัติและเมื่อนำแนวทางมาใช้หรือประยุกต์ในชีวิตประจำวันย่อมเป็นประโยชน์และส่งเสริมให้ถึงความสำเร็จต่อตนเองและผู้อื่นต่อไป

## 6. บรรณานุกรม

พระมหาบุญมี มาลาวชิโร. (2548). **ครองตนครองคนครองงาน**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี.



- พระมหาสุรภูมิ จนทนมโม. (2549). การศึกษาสัมมาวาจาในพระพุทธปรัชญาเถรวาท. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระราชวรมณี (ประยูรค์ ปยุตโต). (2527). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อมรินทร์การพิมพ์.
- พุทธทาสภิกขุ. (2547). **วิธีฝึกสมาธิฉบับสมบูรณ์**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2535). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2535). **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก 2500**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มานิต มานิตเจริญ. (2538). **พจนานุกรมไทยฉบับปรับปรุงใหม่**. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพฯ : อักษรพิทยา.
- วศิน อินทสระ. (2531). **ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ธรรมดา.
- สมเด็จพระสังฆราช (อัญญาธิบดีมหาเถร). (2540). **ชุมนุมอานิสงส์, พระประวัติและผลงานของสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ (อัญญาธิบดีมหาเถร)**. กรุงเทพฯ : บริษัทโรงพิมพ์ทรงสิทธิ์วรรณจำกัด.
- ไสว มาลาทอง. (2542). **คู่มือการศึกษาจริยธรรม**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.

## การแก้ปัญหาความแตกแยกในครอบครัวยุคโลกาภิวัตน์

### Problem Solving in Family of Globalization

อดิศักดิ์ ทูมอন্নันต์<sup>1</sup>

Adisak Tumana<sup>1</sup>

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด<sup>1</sup>

Mahamakut Buddhist University Roi Et Campus<sup>1</sup>

Email : pupe.mbu@hotmail.com

#### บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอองค์ความรู้เกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาความแตกแยกในครอบครัวในมิติของการป้องกัน การแก้ไข และการเยียวยา โดยนำเสนอแนวทางเชิงพุทธเกี่ยวกับศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในครอบครัวในสังคมหมู่บ้านโลกเดียวกันในยุคโลกาภิวัตน์นี้ที่ควรยกระดับจิตใจให้มีความเจริญเช่นเดียวกับความเจริญทางวัตถุและเทคโนโลยีสารสนเทศ จากการศึกษาพบว่า การปฏิบัติตนตามหน้าที่และความรับผิดชอบตามสภาพในครอบครัวบ่มเพาะความรัก ความเมตตาปรารถนาดี อ่อนโยน และเอื้อประโยชน์กัน รวมถึงการสื่อสารกันด้วยใจที่เปิดกว้าง การศึกษาพื้นฐานทางธรรมชาติของกันและกันโดยเฉพาะในทางเพศเพื่อให้เกิดความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจกันให้เกิดแก่สมาชิกครอบครัวในแต่ละครอบครัวและแม่ ขยายออกสู่ชุมชนและสังคม ก็จะสามารถพัฒนาให้คนในครอบครัวของหมู่บ้านโลกมีความเป็นอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสันติสุข ปราศจากการใช้กำลังรุนแรงให้เกิดความบอบช้ำทางร่างกายและจิตใจของกันและกัน อันเป็นส่วนหนึ่งของการร่วมแก้ไข “วิกฤติสังคมโลก” ในปัจจุบัน

**คำสำคัญ :** การแก้ปัญหา; ครอบครัว; ยุคโลกาภิวัตน์

#### ABSTRACT

This article suggests that the management of family violence in terms of prevention, resolution and therapy through Buddhist integration is a desirable goal for families in today's era of globalization. The study finds that families in the same global village can live together in peace, and with understanding, sympathy and the absence of

physical and mental violence through : acceptance of personal responsibility according to individual family status; the cultivation of loving kindness, compassion, and tenderness; and mutual assistance based on good communication and the understanding of sexual needs and expectations. These techniques can contribute at least a partial resolution to one of today's urgent social problems.

**Keywords :** Problem Solving; Family; Globalization Era

## 1. บทนำ

ความแตกแยกในครอบครัว (FAMILY Violence) ในยุคเทคโนโลยีสารสนเทศปัจจุบันนี้ทวีความรุนแรงขึ้นมากมายกว่าสมัยก่อน จากระดับของความรุนแรงขั้นต่ำ ไปถึงระดับปานกลาง และระดับสูงสุด มีผลเป็นความบอบช้ำทั้งทางร่างกาย และจิตใจของผู้ที่ตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงจากน้อย ไปถึงขั้นบาดเจ็บสาหัส พิการ และเสียชีวิต อันส่งผลกระทบต่อทั้งโดยตรงและโดยอ้อมต่อคนในครอบครัวและสังคม ซึ่งเป็นเรื่องที่ต้องยอมรับกันว่าปัญหาความรุนแรงในครอบครัวเกิดขึ้นควบคู่ไปกับสภาพปัญหาเศรษฐกิจและความเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก โดยภาพรวมจากสถานการณ์ปัจจุบันประเทศส่วนใหญ่ในสังคมโลก ต่างก็ยอมรับกันแล้วว่าปัญหาความรุนแรงในครอบครัวมิใช่ปัญหาส่วนตัวของแต่ละครอบครัวอีกต่อไป แต่เป็นปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสิทธิมนุษยชนโดยรวม หน่วยงาน มูลนิธิ เครือข่าย และองค์กรต่างๆ ทั้งในภาครัฐ ภาคเอกชนและประชาสังคม รวมถึงภาคสากลต่างก็มีบทบาท สำคัญในการร่วมมือกันสอดส่องดูแลในมิติของการป้องกัน การแก้ไข และเยียวยาความรุนแรงในครอบครัวตามแนวคิด ทฤษฎี และหลักการต่างๆ ของนักวิชาการด้านสังคมนักวิชาการด้าน อาชญวิทยาและงานยุติธรรม นักกฎหมาย บุคลากรในกระบวนการยุติธรรม นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ องค์กรเอกชนที่เคลื่อนไหวเพื่อผู้หญิงทั้งหลาย ผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการความรุนแรง ทั้งชาวตะวันตก และตะวันออกรวมถึงไทย ทางเลือกที่น่าสนใจอีกทางหนึ่งในการจัดการความรุนแรงในครอบครัว คือการนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนาใช้ให้เกิดประโยชน์ในสถาบันครอบครัวต่อไป

## 2. แนวคิดการแก้ไขและป้องกันปัญหาความแตกแยกในครอบครัว

2.1 สภาพปัญหาความแตกแยกในครอบครัว ในโลกตะวันตก สภาพปัญหาความแตกแยกในครอบครัวมิใช่เรื่องใหม่ (กฤตยา อาชวนิจกุล และคณะ, 2546) คนส่วนใหญ่จะคิดกันว่าไม่ค่อยปรากฏยกเว้นในครอบครัวที่มีปัญหาเท่านั้น ขณะที่ความก้าวร้าวระหว่างสมาชิกในครอบครัวถูกพิจารณาว่าเป็นส่วนหนึ่งของรูปแบบสมบูรณชีวิตครอบครัว ดังนั้นความแตกแยกในครอบครัวจึงมิใช่ปัญหาใหม่

ในประวัติศาสตร์ที่ผ่านมาของตะวันตก ความแตกแยกเป็นวิธีการที่ถูกยอมรับสำหรับผู้ใหญ่ในพยายามใช้อำนาจในการควบคุมพฤติกรรมของหมู่ญาติพี่น้องและผู้พึ่งพากฎหมายและนโยบายสังคมต่างๆ ที่ออกมาไม่มีการประณามพฤติกรรมรุนแรงแต่กลับพยายามแยกแยะความแตกแยกในระดับธรรมดา กับความแตกแยกที่เป็นโทษซึ่งไม่เป็นที่ยอมรับ สิ่งนี้ทำให้เกิดความพยายามอย่างมากที่สุดในการเผชิญกับปัญหาที่แพร่กระจายออกไป การแผ่ขยายธรรมชาติแห่งรูปแบบของความก้าวร้าวในครอบครัวที่เกินขอบเขตถูกจำแนกและยอมรับกันในช่วงปี ค.ศ. 1970 (พ.ศ. 2513) เป็นต้นทำให้เกิดการระแວดระวังเพิ่มขึ้นในสาธารณชน นักคิดตะวันตกมีพัฒนาการของการจำแนกคำ 3 คำ ที่ถูกใช้บ่อยซึ่งบางครั้งก็ถูก เปลี่ยนไปใช้แทนกันในความสัมพันธ์ของการกระทำต่างๆ ของธรรมชาติแห่งความรุนแรงมี 1)ความก้าวร้าว (Aggression) 2)ความรุนแรง (Violence) 3)ความรุนแรงทางอาชญากรรม (Criminal Violence) โดยให้คำจำกัดความว่า : ความก้าวร้าวหมายถึงพฤติกรรมหนึ่งซึ่งมีความตั้งใจที่จะทำร้าย หรือมุ่งประโยชน์จากผู้อื่นโดยไม่จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับการจู่โจมทางร่างกาย ความรุนแรงบางครั้งได้ รับการกระตุ้นโดยความโกรธหรือเจตนา ความตั้งใจซึ่งเกี่ยวข้องกับการใช้พลังทางกายภาพต่ออีกบุคคลหนึ่ง และความรุนแรงทางอาชญากรรม หมายถึงพฤติกรรมที่ทำให้เกิดการบาดเจ็บโดยเฉพาะอย่างยิ่งเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย ไฮส์ (Heise), เอลส์เบิร์ก (Ellsberg) และกอตเตนมูเลอร์ (Gottenmoeller) ซึ่งชี้ว่าสถานการณ์ความแตกแยกโดยเฉพาะในชีวิตคู่เป็นเรื่องสากล ที่สามารถเกิดขึ้นได้กับผู้หญิงในทุกภูมิภาค ทุกสังคมทั้งตะวันตก ตะวันออก และในสังคมแบบดั้งเดิม หรือสังคมสมัยใหม่ (John M. Gottman and Sybil Carrre, 1994) สำหรับประเทศไทย ในอดีตคนในสังคมก็มีอุดมคติไม่ค่อยต่างจากสังคมตะวันตกสมัยก่อนว่าสถาบันครอบครัวเป็นสถาบันที่ปลอดภัย สงบสุข แต่ปัจจุบันพบว่าสังคมไทยมีแนวโน้มของรุนแรง การบาดเจ็บ และเสียชีวิตจากการทำร้ายกันเพิ่มมากขึ้นเช่นเดียวกันสังคมตะวันตกทั้งโลกตะวันตกและตะวันออกต่างเห็นพ้องกันว่าขณะนี้สถาบันครอบครัวอาจเป็นสถาบันที่อันตรายมากที่สุดที่ความแตกแยกอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ถูกกระทำโดยตรง ทั้งการบาดเจ็บทางร่างกาย และจิตใจจนบางรายอาจถึงขั้นเสียชีวิต ทั้งอาจส่งผลกระทบยาวต่อสุขภาพและการจิตพัฒนาการและการปรับตัวรวมทั้งค่าใช้จ่ายค่าการรักษาในอนาคต ความแตกแยกในครอบครัวนั้นไม่ได้หมายความว่าเราเห็นเป็นข่าวและได้อ่านในหน้าหนังสือพิมพ์ ที่ได้พบและได้ยินมาตลอดในเรื่องของพ่อแม่ที่ใช้วิธีทุบตีคุมขังลูก เอาบุหรี่จี้ หรือใช้ความรุนแรงโดยวิธีอื่นๆ เท่านั้น แต่ยังหมายถึงกระบวนการที่พ่อแม่เลี้ยงดูเด็กโดยไม่เข้าใจจิตวิทยาเด็กด้วย

2.2 การป้องกันความแตกแยกในครอบครัว ระดับการป้องกันความแตกแยกในครอบครัวตามแนวคิดของทางตะวันตกพอสรุปได้ดังนี้

2.2.1 การแนะถึงแนวทางปฏิบัติต่างๆ เพื่อการป้องกันความแตกแยกเบื้องต้นในครอบครัวและเพื่อการดำเนินชีวิตในครอบครัวและในสังคมโดยองค์รวมไว้ว่า

- 1) จะต้องมีการกำจัดการบรรทัดฐานที่ให้สิทธิอันถูกต้องตามกฎหมายหรือยกย่อง ชื่นชม ความรุนแรงในครอบครัว เช่น การใช้ความรุนแรงในรูปแบบของสื่อความบันเทิงเรีงมยต่างๆ
- 2) จะต้องลดการกระตุ้นความบีบคั้น-กดดันที่สร้างขึ้นในสังคม เช่น ความยากจน และความไม่เสมอภาค
- 3) จะต้องมีการร่วมมือกันระหว่างครอบครัวเป็นเครือข่ายแห่งญาติพี่น้องและชุมชน และลดการปลีกตัวออกห่างจากสังคม
- 4) จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงอุปนิสัยแห่งการกีดกันทางเพศในสังคมโดยการพัฒนา ด้านการศึกษา
- 5) จะต้องมีการทำร้ายวจรของความแตกแยกในครอบครัวซึ่งมีการสอนทางเลือก ด้านการใช้ความรุนแรงเป็นหนทางแห่งกาควบคุมเด็กๆ

2.2.2 การควบคุมตรวจตราดูแล เป็นพื้นฐานในการป้องกันระดับสองซึ่งมุ่งที่จะลด การแพร่หลายของความแตกแยกในครอบครัวโดยการตัดทอนระยะเวลาความต่อเนื่องของความถี่ แห่งการบีบบังคับและปฏิบัติพันธครอบครัวในทางลบและลดผลกระทบแห่งแปรเสี่ยงด้วยการตรวจพบ ตั้งแต่เนิ่นๆ และด้วยการแทรกแซงอย่างมีประสิทธิภาพอย่างฉับพลัน

2.2.3 การป้องกันในระดับสามได้แก่ การจัดการ การรักษา และการควบคุมปัญหาที่เกิด จากพฤติกรรมก้าวร้าวที่แสดงออกโดยสมาชิกครอบครัว วิธีนี้ใช้กับในรายที่มีการกระหรือปฏิบัติผิดๆ บ่อยครั้งจนเกิดเป็นความรุนแรงในระบบครอบครัว การป้องกันระดับนี้มุ่งที่การลดความรู้สึกด้อยคุณค่า และการถูกทำลายจิตใจ รวมถึงการลดความเสี่ยงจากความพิการ การบาดเจ็บ บ่อยครั้ง ทางกายภาพ และความตายของเหยื่อความรุนแรง

2.3 สาเหตุแห่งความแตกแยกในความครอบครัวและแนวทางแก้ไข ความรุนแรงเป็นผลพวง จากความก้าวร้าว(ตำราพิชัยสงคราม, ออนไลน์) ในทางจิตวิทยาระบุไว้ถึงสภาพที่ ทำให้เกิดความก้าวร้าว ดังนี้

2.3.1 การเสริมแรง (Reinforcement) เกิดขึ้นเมื่อมีการส่งเสริมให้ก้าวร้าวโดยการยกย่องหรือให้กำลังใจเวลาที่มีความก้าวร้าว หรือการกระทำก้าวร้าวทำให้เกิดผลดี

2.3.2 การเลียนแบบ (Modeling) การเห็นตัวอย่างที่ก้าวร้าว โดยเฉพาะจากตนเองซึ่งชอบ

2.3.3 ปทัสถาน หรือรูปแบบแห่งการเสนอสนอง (Norm of Reciprocity) เช่นความเชื่อ ในสังคมที่ว่าความแค้นต้องมีการชำระแบบตาต่อตา ฟันต่อฟันซึ่งส่งเสริมให้คนในสังคมเกิดความก้าวร้าว

2.3.4 ความเครียด (Stress) อาทิ ความยากจน การตกงาน การถูกสังคมรังเกียจ อากาศ ร้อน พ่อแม่รักลูกไม่เท่ากัน เสี่ยงรบกวนโสตประสาท ความจู้จี้ บ่นของบุคคลในครอบครัว เป็นต้น

2.3.5 สัญญาณความก้าวร้าว (Aggressive Cues) เช่น การดูความก้าวร้าวจากสื่อต่างๆ เช่น ภาพยนตร์ การคลุกคลีกับอาวุธต่างๆ สามารถเป็นปัจจัยส่งเสริมความก้าวร้าวได้

แนวคิด “ตะแกรงแห่งความสัมพันธ์” (The Relationship Grid) ของ เวย์น อี.เบเกอร์ (Wayne E. Baker) ในหนังสือ Net Working Smart : How to Build Relationship for Personal & Organizational Success เป็นแนวคิดเกี่ยวกับสัมพันธภาพที่น่าสนใจ สามารถนำไปวิเคราะห์ปัญหาความสัมพันธ์ได้ในระดับต่างๆ เช่นในระดับครอบครัว ระดับผู้ให้และผู้รับบริการระดับ ประเทศหรือนโยบายสาธารณะ เพื่ออธิบายถึงความสัมพันธ์ที่ลงตัวหรือไม่ลงตัวจากความคาดหวังที่ตรงกันหรือต่างกัน โดยอาศัยตะแกรงแห่งความสัมพันธ์ชนิดต่างๆ เนื่องจากความสัมพันธ์เป็นเรื่องที่ต้องพิจารณา วิเคราะห์ และนำไปแก้ปัญหาอย่างจริงจัง โดยแยกออกจากประเด็นความขัดแย้ง แล้วแก้ไข จึงจะสามารถแก้ปัญหาความขัดแย้ง ดังมีเนื้อหาโดยย่อ ดังนี้

ชนิดที่ 1 ธุรกิจครั้งคราว มุมซ้ายบนของตะแกรงเป็นเรื่องของการที่ต่างฝ่ายต่างมองเชิงธุรกิจ เสมือนมีการซื้อขายสินค้ากันเป็นครั้งคราว ฝ่ายหนึ่งได้เงิน อีกฝ่ายได้ของตามข้อตกลงก็ลงตัวในด้านผลประโยชน์

ชนิดที่ 2 เอาแต่ประโยชน์ มุมขวาบนของตะแกรงเป็นเรื่องที่ผู้อื่นมุ่งเอาแต่ ประโยชน์ ในขณะที่บุคคลหนึ่งต้องการความผูกพันระยะยาว

ชนิดที่ 3 เลิกคบ มุมซ้ายล่างของตะแกรง บุคคลหนึ่งจะมองเชิงธุรกิจแต่ผู้อื่นจะมองเรื่องความสัมพันธ์ จะเป็นมุมมองที่มองที่กลับกันกับชนิดที่ 2

ชนิดที่ 4 ร่วมงานกัน มุมขวาล่างของตะแกรง ทั้งสองฝ่ายได้ประโยชน์เช่นกัน มีความสัมพันธ์ระยะยาว มีความผูกพัน ร่วมมือ ร่วมมือ ร่วมงานกัน มองที่ผลประโยชน์ร่วม จึงเป็นความสัมพันธ์ที่สอดคล้องลงตัว

ความสัมพันธ์ระหว่างกันและกันของคนในครอบครัว หรือในคู่สมรส อยู่ที่ความคาดหวังว่ามีตรงกันหรือไม่ หากคู่สมรส และคนในครอบครัวมีความสัมพันธ์ในแบบที่ 4 นี้ ก็ช่วยลดความขัดแย้ง อันอาจนำไปสู่ความก้าวร้าวรุนแรงได้ ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาความรุนแรงที่สอดคล้องกับตะแกรงแห่งความสัมพันธ์ของ เบเกอร์ อาทิเช่น พฤติกรรมการกระทำผิดกรณีทำร้ายคู่สมรสซึ่งจัดว่าเป็นความรุนแรงในครอบครัวที่ลักษณะเป็นข้อสรุปที่ดูเหมือนขัดกัน (Paradox) คือขัดแย้งกันเองระหว่างแนวคิดเกี่ยวกับครอบครัวซึ่งแฝงไว้ด้วยนัยแห่งการผนึกกำลังการเป็นพันธมิตรการเป็นแนวร่วมที่เข้มแข็ง การช่วยเหลือเกื้อกูลกันและการมีความเมตตากรุณาต่อกันในกลุ่มเดียวกันมากกว่าที่มีต่อกันนอกกลุ่ม ซึ่งเป็นธรรมชาติของพฤติกรรมทางสังคมของมนุษย์ ดังนั้น การที่คนในครอบครัวทำร้ายร่างกายและจิตใจกันเองนั้นจึงเป็นเรื่องที่มีความขัดแย้งในบริบทของความเป็นครอบครัวอย่างชัดเจน

ศาสตราจารย์เกียรติคุณนายแพทย์ประเวศ วะสี ได้ให้ข้อคิดเกี่ยวกับความขัดแย้งและหลักการในการแก้ปัญหาไว้ว่า ความแตกแยกในครอบครัวเป็นปัญหาที่ใหญ่ที่สุดของมนุษย์ในปัจจุบัน มีหลายประเภท ในระดับจุลภาคไปถึงมหภาค เช่น ความรุนแรงในตัวเอง ความรุนแรงในครอบครัว

จนกลายเป็นความแตกแยกในชุมชนและในสังคม รวมถึงความแตกแยกระหว่างประเทศและในโลก ความแตกแยกดังกล่าวเป็นมูลฐานของความขัดแย้ง อะไรก็ตามที่มีการเคลื่อนไหวย่อมมีความเสียหาย ความขัดแย้งเป็นธรรมชาติของสรรพสิ่งซึ่งสามารถนำไปสู่ความสร้างสรรค์ได้อย่างเข้าใจและมีการจัดการที่ดี แต่ถ้าความขัดแย้งมีมากเกินไปจนความเข้าใจและขาดการจัดการที่ดี ก็สามารถประทุไปสู่ความรุนแรงยังผลเป็นความเสียหายตามมา

## 2.4 ปัจจัยความแตกแยกในครอบครัวทั่วไป

### 2.4.1 ในระดับบุคคล

1) ประสบการณ์ความรุนแรงที่ได้รับในวัยเด็ก อาจหล่อหลอมให้เป็นความกระด้างภายในจิตใจ แนวทางป้องกันแก้ไขสำหรับพ่อแม่ คือ ต้องเข้าใจและยอมรับพฤติกรรมของเด็กก่อนว่าที่เด็กก้าวร้าวเพราะอะไรและหยุดการกระทำที่ก้าวร้าวของเด็กด้วยท่าทางที่สงบโดยค่อยๆ สอนเด็กด้วยเหตุผล ไม่ใช่อารมณ์หรือคำพูดที่รุนแรง ซึ่งจะทำให้เด็กมีปมด้อยมากขึ้น

2) ความเจ็บป่วยทางจิต ความเจ็บป่วยทางจิตเกิดจากการใช้สารเสพติดต่างๆ การดื่มสุรา หรือแอลกอฮอล์ของผู้ลงมือกระทำการรุนแรง

3) ความสัมพันธ์ระหว่างสามีภรรยาไม่ดี การศึกษาเกี่ยวกับแนวโน้มในการแยกกันอยู่หรือหย่าร้างหลังอยู่ ร่วมกันนาน 7 ปีขึ้นไป (Seven-year Itch) โดย อาร์. เลเวนสัน (R. Levenson) และ เจ. กอตแมน (J. Gottman) พวกเขาศึกษาถึงสาเหตุแห่งความไม่เสมอภาคในสภาพทางการสมรสที่พัฒนาในความต่างในความชอบอุปนิสัยที่ส่งผลถึงพฤติกรรมจัดการกับอารมณ์โดยรวมของหญิงและชาย ตั้งแต่ในวัยเด็กที่ทำให้มีผลกระทบต่อความสัมพันธ์ในชีวิตสมรสในวัยผู้ใหญ่ เช่น เด็กผู้ชายชอบพูดคุยเกี่ยวกับการต่อสู้ผจญภัย หรือเล่นในที่กลางแจ้งกับผู้เล่นหลายๆ คนแม้เด็กชายจะแสดงอารมณ์ไม่พอใจ โฝงผางกับเพื่อนในกลุ่มได้ง่าย แต่ก็ไม่เก็บเป็นสาระนาน จะคำนึงถึงกฎกติกาในการเล่นเป็นสาระสำคัญ ขณะที่เด็กหญิงชอบเล่นโดยการเคลื่อนไหวในที่จำกัด กับเพื่อนสนิทไม่กี่คน และใช้การเล่นเป็นสื่อในการสร้างมิตรภาพมากกว่าสาระของการเล่นนั้นๆ เมื่อผัดใจกัน ก็จะมีการพูดคุยปรับความเข้าใจมากกว่าที่จะเก็บไว้ในใจ หากตกลงกันไม่ได้ก็อาจเลิกคบหรือเลิกเล่นด้วยกันอีก แสดงให้เห็นถึงอุปนิสัยโดยรวมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมในเรื่องของความละเอียดอ่อนทางจิตใจและการควบคุมอารมณ์ของสามีและภรรยาที่ต่างกัน เด็กชายส่วนใหญ่ใช้เสียงหรือการเรียกร้องแสดงอำนาจเพื่อสยบความกลัวขณะที่เด็กหญิงชอบสมานรอยร้าวในลักษณะของความเป็นแม่หรือผู้ไกลเกลี่ยมากกว่า เมื่อเป็นผู้ใหญ่ในสภาพสมรส ฝ่ายชายจึงไม่ใคร่ของเผชิญปัญหาเท่าฝ่ายหญิง ขณะที่ฝ่ายหญิงชอบที่จะพูดคุยให้เข้าใจกัน ทำให้เกิดการสวนทางกันและเกิดความกดดันตามมา เป็นต้น ร่วมกับการจัดทำโครงการศึกษาการคาดการณ์ของการแยกกันอยู่และการหย่าร้างในคู่สมรสที่อยู่ร่วมกันนานกว่า 8 ปี โดยมีการติดตามผลต่อเนื่องในระยะยาวในคู่สมรส 79 คู่ในระยะ 8 ปี จากปี ค.ศ. 1983 (พ.ศ. 2526) ถึงปี ค.ศ. 1991 (พ.ศ. 2534) พบว่า คู่ที่แยกหรือหย่า

ร่างกันส่วนใหญ่ฝ่ายสามีจะมีความเยินยา เป็นผู้ฟังในทางบวกน้อยกว่า มีแนวโน้มที่จะระบุข้อตำหนิในทางสุภาพน้อยกว่าฝ่ายภรรยาที่ถูกดูถูก ถูกรังเกียจ มากกว่า และมีความเศร้าโศกมากกว่า (วันชัย วัฒนศัพท์, 2547) ทฤษฎีสามเหลี่ยมแห่งรัก (Triangular Theory of Love) ของ โรเบิร์ตสเติร์นเบิร์ก (Robert Sternberg) นักจิตวิทยาตะวันตกได้ให้คุณลักษณะพิเศษของความรักที่มีบริบทในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลว่ามีองค์ประกอบที่แตกต่างกัน 3 ส่วน คือ 1) ความคุ้นเคย ใกล้ชิดสนิทสนม ผูกพันอย่างลึกซึ้ง (Intimacy) 2) อารมณ์ใคร่ทางเพศด้วยความดึงดูดทางกายภาพ (Passion) และ 3) การตัดสินใจอยู่ร่วมกันในระยะสั้น และการตัดสินใจที่จะร่วมวางแผนแบ่งปันความสำเร็จในระยะยาวอีกฝ่ายหนึ่ง (Commitment) แนวคิดของโรเบิร์ต มีว่าประสบการณ์ในความรักของแต่ละบุคคลจะมีมากหรือน้อยก็ขึ้นกับความแข็งแกร่งขององค์ประกอบทั้ง 3 นี้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ และลูกไม่ดี มักเกิดกับวัยรุ่นที่เริ่มมีความต้องการเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ต้องการการตัดสินใจเอง วัยรุ่นไม่ค่อยเชื่อพ่อแม่แต่จะเชื่อเพื่อนมากกว่า จึงเกิดการเสี่ยงภัยในเรื่องเพศและสิ่งเสพติด ทำให้เกิดความขัดแย้งและความก้าวร้าวรุนแรงในครอบครัวได้

2.4.2 ผลกระทบจากความรุนแรงในครอบครัว ปัจจุบันประเทศไทยกำลังประสบกับปัญหาอาชญากรรมประเภทหนึ่งซึ่งได้ทวีความรุนแรงมากขึ้น อันเป็นดัชนีที่บ่งบอกถึงความเสื่อมโทรมของสังคมไทยได้เป็นอย่างดี คือ ปัญหาการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนที่มีอายุระหว่าง 7/18 ปี ที่มี พฤติกรรมการใช้ความรุนแรงในการกระทำผิดซึ่งไม่ต่างจากพฤติกรรมผู้ใหญ่ ประเด็นที่น่าสนใจจึงอยู่ที่ว่าความแตกแยกในครอบครัวมีผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนหรือไม่อย่างไร เป็นเรื่องที่ได้มีผู้ทำการศึกษาไว้ ในด้านต่างๆ ดังนี้

1) ปัญหาทางด้านอารมณ์ เด็กและเยาวชนที่มีการใช้ความรุนแรงในครอบครัวเพราะมีปัญหาทางด้านอารมณ์ โดยเฉพาะการเก็บกด มีการรับภาพความรุนแรงเข้าไปในจิตใจ เกิดความสับสนทางด้านอารมณ์ ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ขาดความมั่นใจ หดหู่ ซึมเศร้า และแนวโน้มฆ่าตัวตายได้ง่าย

2) ปัญหาการปรับตัวเข้ากับสังคม เด็กและเยาวชนที่มีการใช้ความรุนแรงในครอบครัวจะมีปัญหาด้านการปรับตัวเข้ากับสังคมได้ยาก จะชอบเก็บตัวเงียบคนเดียวเพราะกลัวความรุนแรงที่เคยประสบจากครอบครัว ทำให้ไม่ไว้วางใจคนในสังคม

3) ทศนคติเกี่ยวกับการใช้ความรุนแรง เด็กและเยาวชนที่ครอบครัวมีการใช้ความรุนแรงอย่างต่อเนื่อง จะส่งผลต่อการรับรู้และทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรงว่าเป็นพฤติกรรมปกติธรรมดาในสังคม และบางครั้งยังเห็นว่าการใช้ความรุนแรงเป็นเครื่องมือที่ดีในการแก้ปัญหา ในบางสถานการณ์ก็เห็นว่าการใช้ความรุนแรงแสดงถึงความเป็นคนเก่ง และเป็นที่ยอมรับ



4) พฤติกรรมการแสดงออกภายนอก พฤติกรรมการแสดงออกภายนอกของเด็กและเยาวชนที่ครอบครัวมีการใช้ความรุนแรง อาจจำแนกเป็น 3 ระยะ คือ เด็กในวัยก่อนเข้าเรียน เด็กที่เริ่มเข้าสู่วัยรุ่น และเด็กวัยรุ่น จะมีปัญหาด้านการเรียน มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน ชอบใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา

5) ทศนคติต่อการใช้ชีวิตครอบครัวในอนาคต เด็กเยาวชนที่มีการใช้ความรุนแรงในครอบครัวมีโอกาสสูงที่จะใช้ความรุนแรงในครอบครัวของตนเองในอนาคต

## 2.5 การแก้ปัญหาความแตกแยกในครอบครัวยุคโลกาภิวัตน์

ปรากฏการณ์ความแตกแยกในครอบครัวยุคโลกาภิวัตน์ สะท้อนให้เห็นถึงความต้อานทานที่อ่อนแอของครอบครัวไทยอย่างน่าวิตก ดังมีดัชนีชี้วัดความแตกแยก ตามประเภท และลักษณะต่างๆ ของความรุนแรงในครอบครัว ดังนี้ ความแตกแยกในสตรี และเด็ก, ความแตกแยกในผู้สูงอายุ และความแตกแยกในสัมพันธภาพของสามี ภรรยา และสถานภาพสมรส:สังคมไทยมีการหย่าร้างมากขึ้นเพราะความไม่ลงรอยกันของสามี ภรรยาโดยมีภาพการใช้อารมณ์ต่อกันใน ครอบครัวให้เห็นมากในสังคมไทยปัจจุบัน ด้วยปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ เสรีภาพทางความคิดและความเสมอภาคทางเพศที่ขาดปัญญาและค่านิยมในการมีเพื่อนคู่ใจอื่นที่ไม่ใช่คู่สมรสตามศัพทสมัยใหม่ ที่เรียกกันว่า “กิ๊ก” บางกรณีความหึงหวงรุนแรงถึงขนาดประทุษร้ายร่างกายกันจนบาดเจ็บสาหัส หรือก่อคดีฆาตกรรมส่วนใหญ่มักเป็นการกระทำของสามีและอดีตสามี โดยภาพรวมในรอบ 10-15 ปีที่ผ่านมาพบว่าการสมรสน้อยลงและหย่าร้างมากขึ้น ภาคกลางมีอัตราการหย่าร้างสูงสุด และภาคอีสานมีคนแต่งงานน้อยสุดเพราะมีค่านิยมไปในทางวัตถุนิยมและบริโภคนิยมเป็นใหญ่ เด็กหญิงชาวอีสานมองว่าชายไทยไม่น่าแต่งงานด้วยเพราะยากจน และคาดหวังที่จะมีสามีเป็นชาวต่างชาติเพื่อยกระดับความเป็นอยู่ให้มีหน้ามีตา ส่วนใหญ่ถูกใช้เป็นเครื่องมือทำเงินและสร้างควมมีหน้ามีตาให้พ่อแม่ การแพร่ระบาดของยาเสพติดพบมากในกลุ่มวัยรุ่นอายุ 15-24 ปี ทั้งหญิงและชาย สาเหตุส่วนใหญ่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างกัน ลูกขาดความอบอุ่น ได้รับการเลี้ยงดูแบบอิสระปล่อยตามสบาย ทำให้ขาดที่พึ่ง หรือการชี้แนะให้คำปรึกษา จึงขาดการควบคุมตนเอง พักอาศัยอยู่บริเวณที่ซื้อขายยาเสพติด และเพื่อนมีส่วนสำคัญที่ชักจูงให้เริ่มเสพยาเสพติด และความรุนแรงในสัมพันธภาพของพ่อแม่และลูก พบว่าพ่อแม่ส่วนใหญ่ทำงานวันละ 7-9 ชั่วโมง พ่อแม่ร้อยละ 43 รู้สึกห่างเหินลูก เพราะมีเวลาทำกิจกรรมร่วมกับลูกวันละไม่เกิน 1-3 ชั่วโมง ลูกก็รู้สึกห่างเหินกับพ่อแม่เช่นเดียวกันทำให้เกิดปัญหาสัมพันธภาพในครอบครัวไม่อบอุ่นขาดการให้เวลาแก่กันอย่างมีคุณภาพ ทำให้เป็นชนวนแห่ง ความขัดแย้งที่อาจทำสู่ความแตกแยกได้ (เส้นทางครอบครัวไทยในยุคโลกาภิวัตน์, 2552 : ออนไลน์)

ความแตกแยกจากสื่อทันสมัย:ความไม่เท่าทันสื่อทำให้เกิดค่านิยมติดเช็ทส์ ชายเช็ทส์ สื่อทางอินเตอร์เน็ตและโทรศัพท์มือถือ ทำให้เยาวชน ลูก หลานในครัวไทยมีความโน้มเอียงในการขายบริการทางเพศเพื่อหาเงินเป็นค่าใช้จ่ายในสิ่งฟุ่มเฟือยและเพื่อความสุขทางเพศมากขึ้น เนื่องจากการใช้วิธีต้มสุรา

และเสพยาเพื่อให้เกิดความกล้า และจบลงที่การเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ประกอบกับการไม่รู้จักรักษาป้องกันความเสี่ยงในโรคภัยทางเพศสัมพันธ์โดยเฉพาะโรคเอดส์ ทั้งยังมีการเปลี่ยนคู่นอนทำสถิติแข่งขันอวดเพื่อนฝูง ความไม่เท่าทันสื่อทันสมัย คือใช้สื่ออย่างขาดปัญญา ทำให้เยาวชนมีพฤติกรรมชอบดูภาพและวีซีดีโป๊ ใช้สื่อทันสมัยเป็นห้องบริการค้าทางเพศแทนที่จะใช้ไปในทางสร้างสรรค์ ในรายที่โชคร้ายก็อาจเกิดการล่อลวง ทำให้เกิดอาชญากรรมทางเพศตามมาเป็นต้นนอกจากนั้นสื่อหนังสือ สถานีวิทยุ โทรทัศน์ และการสื่อสารผ่าน เฟสบุ๊ก (face book) ทางอินเทอร์เน็ตมีการเสนอข้อมูล และภาพแห่งความรุนแรงชัดแจ้งมากมายทางสังคมจนกลายเป็นสังคม แห่งความชัดแจ้ง เกิดความรุนแรงทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน สังคม จนถึงระดับชาติ ภาพข่าวที่ปรากฏตามสื่อเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงความ รุนแรงในรูปแบบต่าง ความเจริญของสื่อได้กลายเป็นดาบสองคมที่ต้องใช้ปัญญาในการรู้เท่าทันโทษมหันต์ และคุณอนันต์ ภาพสะท้อนข้างต้นให้ข้อคิดว่าคนในสถาบันครอบครัวและสังคมไม่อาจนิ่งเฉยอยู่ได้อีกต่อไป เพราะการนิ่งเฉยเท่ากับเป็นการเพิ่มความแตกแยกในครอบครัวไทยให้มากขึ้น

ภาครัฐมีหน่วยงานรัฐวิสาหกิจที่มีใช้ส่วนราชการคอยประสานกับ ภาคเอกชน คือ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จัดตั้งขึ้นตามพระราชบัญญัติกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ พ.ศ. 2544 อยู่ภายใต้การกำกับดูแลของนายกรัฐมนตรีทำหน้าที่ จุดประกายกระตุ้นสนับสนุน ประสานความร่วมมือเพื่อให้คนไทยริเริ่มกิจกรรมและโครงการต่างๆ ที่จะสร้างเสริมสุขภาพแก่ประชาชนและคนในครอบครัวโดยไม่จำกัดกรอบวิธีการและยินดีเปิดรับแนวทางปฏิบัติการใหม่ๆ ที่เป็นความคิดสร้างสรรค์สามารถนำไปสู่การขยายค่านิยมและการสร้างพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพ และกว้างขวาง นับเป็นองค์กรด้านสุขภาพรูปแบบใหม่ที่สอดคล้องกับมติของสมัชชาสุขภาพโลก ด้านการสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (World Health Assembly Resolution 12.8 : Health Promotion and Health Life-Style) และกระทรวงยุติธรรมมีสำนักพัฒนาการร่างกาย จิตใจ อารมณ์ของเยาวชนให้ห่างไกลยาเสพติด และพัฒนาสังคมไปพร้อมๆ กันการสร้างสุขภาพกายย่อมส่งผลดีต่อสุขภาพจิต ทำให้ประชาชนและคนในครอบครัวมีสุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตอันเป็นปัจจัยประกอบสำคัญในการป้องกันปัญหาความรุนแรงในครอบครัวได้เป็นอย่างดี

กล่าวโดยสรุป โดยองค์รวมของปัญหาความแตกแยกในครอบครัวทั้งในโลกตะวันตกและตะวันออกต่างก็มีการยอมรับในที่สุดว่าไม่ใช่เรื่องส่วนตัวเฉพาะภายในครอบครัวอีกต่อไปเพราะผลกระทบจากความแตกแยกในความครัวทำให้เกิดปัญหามากมาย ซึ่งมีความเชื่อมโยงสู่สังคม (ความแตกแยกในครอบครัวกับการกระทำผิดของเด็ก และเยาวชน, 2546 : ออนไลน์) โดยรวมในทุกๆ ระดับในมุมมองที่ว่าความรุนแรงโดยเฉพาะในสตรีและเด็กเป็นเรื่องของการละเมิดสิทธิมนุษยชน (Human Right) ที่ทุกหน่วยงานทุกสถาบัน ทุกองค์กรในแต่ละประเทศของโลกต้องร่วมมือร่วมใจกัน

เพื่อที่จะจัดให้หมดไปจากการดำเนินชีวิตอยู่ในหมู่บ้านโลก (Global Village) เดียวกันทั้งนี้เพื่อช่วยกันสร้างสรรค์ และพัฒนาสังคมต่อไป

## 2.6 การจัดการความแตกแยกในครอบครัวเชิงพุทธ

ความแตกแยกในครอบครัวในมุมมองพระพุทธศาสนาความรุนแรงอันจะก่อความเสียหายให้กับครอบครัวคือคนในครอบครัวและสังคมนั้น ในทางพระพุทธศาสนาได้มองไปถึงสาเหตุจากองค์ประกอบภายใน คือตัวกิเลสภายในจิตใจของมนุษย์ ซึ่งเดิมที่มีความบริสุทธิ์ แต่เพราะอุปกิเลสที่จรมารจึงทำให้มนุษย์เกิดมิจฉาทิฏฐิ คือ ความคิดในผิดๆ และตกเป็นทาสของอารมณ์ร้ายต่างๆ อาทิเช่น อารมณ์ชักนำให้ใคร่ ให้รัก ให้อายได้ ได้แก่ ราคะ โลภะ อิจฉาริษยา (ออยากได้) โทสะ (โกรธ) โมหะ (หลงผิด) เป็นต้น ผู้ที่ตกอยู่ในวังวนของอารมณ์เช่นนี้ เมื่อมีองค์ประกอบภายนอกมาเสริมด้วย เช่น เศรษฐกิจฝืดเคือง ความมีทัศนคติที่ผิดของคนในชุมชน หรือสังคมที่เห็นว่าความรุนแรงสามารถนำมาใช้ต่อรองในการเจรจา หรือใช้แก้ปัญหาได้ หรือเห็นว่าการกดขี่ ช่มเหงเป็นสัญลักษณ์ของผู้มีอำนาจเหนือกว่า เป็นผู้นำ เป็นต้น ก็ย่อมหลงผิดก่อการประทุษร้าย สร้าง ความเดือดร้อนแก่ครอบครัว และสังคมส่วนรวมไม่หยุดหย่อน

พระพุทธเจ้าผู้เสมือนหนึ่งพระบิดาแห่งพระภิกษุ สงฆ์สาวก ซึ่งก็เปรียบได้กับสมาชิกในครอบครัวเดียวกัน ได้ทรงประทานแนวทางในการแก้ไขปัญหาคความวิวาทอันจะนำไปสู่ความรุนแรงไว้โดยทรงชี้ว่ามูลเหตุแห่งการวิวาทหรือวิวาทาธิกรณ์ มาจากความเป็นผู้มักโกรธ ผูกโกรธไว้บลหฺลดูหมิ่นอีกฝ่ายอย่างไม่ให้เกียรติ ตีตนเสมอ อิจฉา ริษยาเป็นปกตินิสัย และยังตระหนี่ อวดดี ไม่ยอมลดราวาศอกให้กัน เรื่องของความขัดแย้งต่างๆ ที่พอจะเจรจากตกลงกันได้ก็ไม่ยอมกัน เห็นผิดเป็นชอบ ยึดมั่นถือมั่นในทิฏฐิของตน คือร้อน ไม่ยอมสละสิ่งที่ตนยึด จึงนำไปสู่ความแตกแยกร้ายฉาน จนกลายเป็นชนวนความแตกแยกตามมา ในการระงับความขัดแย้งที่จะนำไปสู่ความรุนแรงนั้น ทั้งสองฝ่ายต้องร่วมกันพิจารณาด้วยการมองเห็นโทษที่จะตามมา เจรจากันอย่างสันติ เป็นมิตรที่ดีต่อกันเข้าใจกัน ให้กำลังใจ เคารพ ให้เกียรติกัน ยอมรับและให้ความสำคัญในบทบาทของกันและกัน เรื่องที่ผ่านมา ขอให้ทำเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น วิธีนี้ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “ติณวัตถารกวิธี” หรือวิธีแห่ง “ติณวัตถารกวิธี” คือวิธีตัดสินโดยวิธียอมความกัน ตามศัพท์แปลกว่า “ระเบียบตั้งกลบไว้ด้วยหญ้า” เป็นการสลายความขัดแย้งด้วยการประนีประนอมกันทั้งสองฝ่าย ไม่ต้องชำระสะสางหาความเดิม (พระพรหมคุณาภรณ์(ป.อ.ปยุตฺโต), 2551)

## 3. สรุป

ในการจัดการความแตกแยกในครอบครัวยุคโลกาภิวัตน์เชิงพุทธตามเป้าหมายของบทความนั้น บุคคล หน่วยงาน และองค์การที่เกี่ยวข้องกับสถาบันครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานศึกษา ศูนย์การ เรียนรู้ โรงพยาบาล หน่วยงานสาธารณสุข หน่วยงานสังคมสงเคราะห์ในความดูแลของทั้งภาครัฐ

รัฐวิสาหกิจ และเอกชน และที่สำคัญมากคือผู้ผลิตสื่อด้านความบันเทิงต่างๆ ควรนำข้อปฏิบัติเชิงพุทธ สำหรับปัจเจกบุคคล กลุ่มบุคคลและสังคมที่ได้กล่าวไปแล้ว ไปแผ่ขยายในภาคปฏิบัติในรูปแบบของการบูรณาการเข้าแนวคิด แนวทาง และการดำเนินการจัดการความรุนแรงในครอบครัวที่มีอยู่แล้ว แต่ยังไม่พอเพียง ทั้งในระดับของการป้องกัน การแก้ไข และการเยียวยาให้เป็นรูปธรรม ดังบทสรุปโดยย่อต่อไปนี้

3.1 ร่วมกันสร้างค่านิยมพร้อมการลงมือปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตอย่าง “สันโดษ” เพื่ออยู่ร่วมกันในยุคโลกาภิวัตน์อย่างสงบสุข

3.2 ร่วมกันสร้างคุณค่าที่เท่าเทียมกันในความเป็นมนุษย์ทั้งเพศชาย และเพศหญิง แต่ต้องไม่ปฏิเสธ หรือบิดเบือนหน้าที่และความรับผิดชอบตามบทบาทในครอบครัว ชุมชน และสังคมรวมถึงต้องยอมรับความอ่อนแอกว่าในทางกายภาพของเพศหญิง ที่เพศชายต้องไม่ใช่พลังกำลังไปในทางข่มขู่ หรือข่มเหง รังแก

3.3 ร่วมกันสร้างสัมพันธภาพแห่งความรัก ความเมตตากรุณา ความปรารถนาดีที่สมดุลงจากครอบครัวสู่สังคมโดยรวม นำสังคมไทยในแบบ “เอื้ออาทร เกื้อกูล มีน้ำใจและมิตรไมตรีต่อกัน” กลับมาจากการต่อสู้ ทำสงคราม แก่งแย่ง ชิงดีชิงเด่น เพื่อให้ได้มาซึ่งอำนาจ วัตถุ และเงินตราสนองความโลภ โดยหันมาส่งเสริม สนับสนุนการทำความดีด้วยการทำประโยชน์แก่คนในครอบครัว และผู้อื่นในสังคมร่วมกัน ส่งเสริมคนดีมากกว่าคนเก่งฉลาดแกมโกงแต่ ไร้คุณธรรม

3.4 ร่วมกันใช้ความทันสมัยของสื่อทางการสื่อสารไปในทางสร้างสรรค์สัมพันธ์อันอบอุ่นดีงามในครอบครัวและสังคมโดยรวม เช่น การแผ่ขยายแนวคิดในการดำเนินชีวิตในครอบครัว และสังคมด้วยหลักพุทธธรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง, การสื่อให้เห็นอุปนิสัยทางธรรมชาติที่ต่างกันระหว่าง เพศชายและเพศหญิง เพื่อการอยู่ร่วมกันด้วยความเข้าอกเข้าใจ และเห็นใจกัน, ความไม่ยึดมั่นถือมั่น มองสิ่งต่างๆ บนความเปลี่ยนแปลงภายใต้กฎของไตรลักษณ์ ที่สำคัญคือต้องไม่ใช่สื่อทันสมัยไปในทางก่อความกดดัน ความขัดแย้ง ความรุนแรง และความแตกสามัคคีระหว่างคนในครอบครัวและสังคมประโยชน์ของสื่อวิทยุ และโทรทัศน์สามารถนำมาใช้ในการจัดรายการต่างๆ เพื่อเยียวยา บำบัด ฟ้นฟู จิตใจแก่ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับวงจรแห่งความรุนแรงในครอบครัว รวมถึงการให้ความรู้และแนวทางแก่ ครอบครัวในการช่วยเหลือเยียวยา ให้กำลังใจแก่สมาชิกผู้ถูกกระทำรุนแรงได้ แทนการสื่อความรุนแรงในรูปแบบของความบันเทิงเรีงรมย์ต่างๆ เช่น ในละคร และภาพยนตร์ เป็นต้น ตลอดจนร่วมมือกันในการเผยแพร่คำแนะนำ ตักเตือนในการใช้สื่ออย่างรู้เท่าทันในหมู่เยาวชนที่กำลังจะเติบโตเป็นอนาคตของครอบครัวและประเทศชาติ

3.5 ร่วมกันสร้างนิสัยการให้ความสำคัญกับการสื่อสารโดยตรงกับคนในครอบครัว ด้วยความรักความเข้าใจ และความมีเหตุผล รวมถึงการฝึกทักษะการฟังให้ลึกถึงสำส่นของคนใน ครอบครัว คือ

ฟังอย่างเปิดใจ ไม่มีอคติใดๆ แอบแฝง เมื่อมีปัญหาขัดแย้ง ก็ร่วมกันแก้ไขอย่างใจสงบเย็นมีเหตุผล ใช้ปัญญาในการสืบหาสาเหตุแห่งความขัดแย้งเพื่อแก้ไขได้ตรงจุด

3.6 ร่วมกันกำจัดบรรทัดฐานที่ให้สิทธิอันถูกต้องตามกฎหมาย หรือยกย่อง ชื่นชมความรุนแรง ในครอบครัว พัฒนาพระราชบัญญัติกฎหมายครอบครัวไปในทางป้องกัน แก้ไข และเยียวยาผู้กระทำ รุนแรงให้แข็งเป็นรูปธรรมยิ่งขึ้น

3.7 ร่วมกันสร้างมาตรฐานในการฝึกอบรมบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการสังคมสงเคราะห์ในระดับ ของการช่วยแก้ไข และเยียวยาความรุนแรงในครอบครัวให้มีจิตอาสา เสียสละ อดทน เพื่อช่วยนำทั้ง ผู้ถูกรับทำรุนแรงกลับสู่ครอบครัวและสังคม

3.8 ร่วมกันสร้างนิสัยในการเจริญสติภาวนา และการแผ่เมตตา เพื่อก่อให้เกิดปัญญาและ จิตใจ ที่อ่อนโยนในการดำเนินชีวิตในครอบครัวและสังคมโดยไม่ใช้กำลังเบียดเบียนกันรู้เท่าทัน และสามารถ จัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่จะทำให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวและสังคมได้อย่างมี “สติสัมปชัญญะ”

#### 4. บรรณานุกรม

กฤตยา อาชวนิจกุล และคณะ. (2546). **ความแตกแยกในครอบครัว**. รายงานการวิจัย. สถาบันวิจัย ประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล และมูลนิธิผู้หญิง.

จิราภา เต็งไตรรัตน์ และคณะ. (2547). **จิตวิทยาทั่วไป**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

พระพรหมคุณาภรณ์.(ป.อ.ปยุตฺโต). (2551). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 11/2. กรุงเทพฯ : บริษัท เอส.อาร์. เพันธ์ติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่มที่ 6,9,10,12,15,19,21,23**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วันชัย วัฒนศัพท์. (2547). **ความขัดแย้งให้หลักการและเครื่องมือแก้ปัญหา**. ขอนแก่น : โรงพิมพ์ ศิริกัณฑ์ออฟเซ็ท.

ตำราพิชัยสงคราม (The Art of War). สืบค้นเมื่อ 7 มีนาคม 2561. จาก [http://www.phongphit.com/index.php?option=com\\_content&taskx](http://www.phongphit.com/index.php?option=com_content&taskx)

ร่วมต่อต้านการใช้ความรุนแรงกับผู้หญิง (Say No to Violence against Women). สืบค้นเมื่อ 7 มีนาคม 2561. จาก <http://www.novaw.or.th/?p=5>

รู้จัก สสส. สืบค้นเมื่อ 5 มีนาคม 2561. จาก <http://www.thailhealth.or.th/about/get-to-know>.

สุนนทิพย์ ใจเหล็ก. ความแตกแยกในครอบครัวกับการกระทำผิดของเด็ก เยาวชน. สืบค้นเมื่อ 5 มีนาคม 2561. จาก <http://www.th.wikipedia.org/wiki/>

- เส้นทางครอบครัวไทยในยุคโลกาภิวัตน์. สืบค้นเมื่อ 9 มีนาคม 2561. จาก <http://www.love4home.com/index.php?>
- หนังสือพิมพ์กรุงเทพธุรกิจ. (2552). ความแตกแยกในผู้สูงอายุ ความจริงที่สังคมไทยคาดไม่ถึง. สืบค้นเมื่อ 9 มีนาคม 2561. จาก <http://www.thaihealth.or.th/node/12511>
- หนังสือพิมพ์ข่าวสด. (2550). วอนสังคมใส่ใจเรื่องผัวๆ เมียๆ. สืบค้นเมื่อ 9 มีนาคม 2561. จาก <http://www.icamtalk.com>
- ความแตกแยกในครอบครัวไทยเมียๆ. สืบค้นเมื่อ 11 มีนาคม 2561. จาก [www.m-society.go.th/document/edoc/edoc470.doc](http://www.m-society.go.th/document/edoc/edoc470.doc)
- Ben Thaiaporns Blog. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่องการพัฒนาตนเอง วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มาตรฐานวิทยา และการวัดเมียๆ. สืบค้นเมื่อ 15 มีนาคม 2561. จาก <http://www.oknation.net/blog/philharmonics>
- Bopitv. (2551). กระบวนการยุติธรรมเชิงสมานฉันท์ การเยียวยาความแตกแยกในครอบครัว. สืบค้นเมื่อ 11 มีนาคม 2561. จาก <http://www.openbase.in/th/taxonomy795>
- John M. Gottman and Sybil Carrere. (1994). **Why Can't Men and Women Get Along? : Developmental Roots and Marital Inequities.** In *Communication and Relational Maintenance.* Daniel J. Canary and Laura Stafford. California : Academic Press Inc.
- Kevin Browne & Martin Herbert. (1997). **Preventing Family Violence.** England : John Wiley & sons Ltd.

## กระบวนทัศน์การพัฒนาระบบสุขภาพไทย Paradigm of Health System Evolution in Thailand

พัชรี มณีไพโรจน์<sup>1</sup>

Putcharee Maneepairoj<sup>1</sup>

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลท่าไคร้ จังหวัดกาฬสินธุ์<sup>1</sup>

Thakrai Sub-District Health Promoting Hospital, Kalasin<sup>1</sup>

Email : putcharee.man@gmail.com

### บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ประสงค์ในการศึกษากระบวนทัศน์การพัฒนาระบบสุขภาพไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ระบบสุขภาพไทยได้พัฒนามาพร้อมกับการผูกติดกับความเชื่อ และการศึกษาของคนในสถาบันพระมหากษัตริย์ชาติตะวันตกใช้แนวคิดแบบแพทย์ชีวภาพ ซึ่งใช้การแพทย์เป็นเครื่องมือในการแผ่ขยายอำนาจ กระบวนทัศน์ที่มีผลต่อการพัฒนาระบบสุขภาพของไทยได้แก่กระบวนทัศน์ต่อบริบทนานาชาติ และปัจจัยพัฒนาระบบสุขภาพให้เกิดความยั่งยืนซึ่งก็คือทรัพยากรบุคคล กระบวนทัศน์ของระบบสุขภาพไทย เป็นเพียงการปรับเปลี่ยนโครงสร้างองค์กร มีการจัดตั้งหน่วยงานใหม่และเปลี่ยนแปลงการจัดกลุ่มภารกิจและโครงสร้างการบริหาร ซึ่งนอกจากจะไม่ช่วยแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพแล้ว ยังทำให้เกิดความขัดแย้งในระบบสาธารณสุขของไทย

**คำสำคัญ :** กระบวนทัศน์; การพัฒนา; ระบบสุขภาพไทย

### ABSTRACT

This article aims for researching paradigm of health system evolution since the past until the current period in Thailand. Health system in Thailand has developed along with belief and royal education in the Western way. Western countries tacitly use concept of biological medication in a path of colonialism. The effect of paradigm on health system development in Thailand refer to the global society and sustainable factor in health system development, which means human resource. Paradigm of health system development is only to reorganization and adjust mission grouping and management

structure. In contrast, it cannot effectively solve problems in health aspect, it also cause conflict in public health apparatus in Thailand.

**Keywords :** Paradigm; Development; Health System Evolution in Thailand

## 1. บทนำ

การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นความเที่ยงแท้แน่นอนที่เกิดขึ้นมาคู่กับสรรพสิ่ง ส่วนการดูแลสุขภาพชีวิต และการดำรงเผ่าพันธุ์ก็เป็นของที่มีอยู่กับทุกสิ่งในโลกนี้รวมทั้งมนุษย์ทุกชาติทุกภาษา ดังจะเห็นจาก ประวัติ หมอชิวโกมารภักจ์แพทย์ประจำตัวพระพุทธเจ้า และ อโรคยาศาลาในสมัยพุทธกาล ในประเทศไทยมีการบันทึกประวัติการรักษาโรคตั้งแต่สมัยสุโขทัย และจากประวัติศาสตร์การสาธารณสุขไทยเราจะเห็นว่ามีความสัมพันธ์กับสถาบันพระมหากษัตริย์มาโดยตลอด เช่นสมัยรัชกาลที่ 1 ทรงให้ปฏิสังขรณ์ วัดโพธิ์ เพื่อเป็นที่รวบรวมจารึกตำราทางยา และทำนวดรักษาโรค (ฤๅษีตัดตน) จัดตั้งโรงหมอโรงพระโอสถ มีหมอหลวงรับราชการรักษาพระมหากษัตริย์และพระราชวงศ์ หมอราษฎร์หรือหมอเคลยศักดิ์มีไว้รักษาชาวบ้าน

สมัยรัชกาลที่ 3 (พ.ศ. 2371) ซึ่งนับได้ว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงกระบวนทัศน์ครั้งสำคัญสำหรับระบบสุขภาพในประเทศไทย เมื่อได้รับอิทธิพลแนวคิดแบบแพทย์ชีวภาพ ใช้ทฤษฎีเชื้อโรค เป็นแนวคิดกระแสหลักของชาติตะวันตก เพื่อใช้การแพทย์เป็นเครื่องมือในการแผ่ขยายอำนาจไปยังดินแดนต่างๆ ทำให้การแพทย์แผนตะวันตกกลายเป็นการแพทย์กระแสหลักของโลก (โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์, 2545) ซึ่งสมัยนั้น คณะมิชชันนารี โดยมี Dan Beach Bradley (หมอบรัดเล) ได้นำแนวทางการรักษาพร้อมยา และวัคซีนคุ้มกันโรค เข้ามาใช้รักษาและป้องกันโรคระบาดในประเทศไทย จากนั้นอีก 60 ปี (พ.ศ. 2431, รัชกาลที่ 5) จึงมีโรงพยาบาลศิริราชเป็นโรงพยาบาลแห่งแรก และนับการแพทย์แผนตะวันตกเป็นการแพทย์แผนปัจจุบัน มีสมเด็จพระมหิตลาธิเบศรคุดเดศวกรมพระบรมราชชนก เป็นบิดาการแพทย์แผนปัจจุบัน จึงนับได้ว่าระบบสุขภาพไทยได้เปลี่ยนกระบวนทัศน์การพัฒนามาพร้อมกับการผูกติดกับความเชื่อ และการศึกษาของคนในสถาบันพระมหากษัตริย์

ระบบสาธารณสุขไทยขยายตัวและก้าวหน้ามาตามลำดับโดย ปี 2549 มีการพัฒนา “สุขศาลา ชั้นหนึ่ง” มาเป็น “สถานอนามัยชั้นหนึ่ง” และตั้งเป็นโรงพยาบาลประจำจังหวัด จนกระทั่ง ปี 2500มีโรงพยาบาลประจำจังหวัดครอบคลุมทุกจังหวัดทั่วประเทศ ในระดับอำเภอ ตั้งศูนย์แพทย์และอนามัยเป็น “โรงพยาบาลอำเภอ” และมีโรงพยาบาลครบทุกอำเภอ ในปี 2520 ในระดับตำบล มีการจัดตั้ง “สถานอนามัยชั้นสอง” และพัฒนามาเป็น “สถานอนามัย” ในปี 2515 เปลี่ยนชื่อเป็น “ศูนย์สุขภาพชุมชน” ในปี 2546 และในปี 2551 ได้ยกระดับสถานอนามัยและศูนย์สุขภาพชุมชนขึ้นเป็น “โรงพยาบาลส่งเสริม



สุขภาพตำบล” นอกจากการขยายบริการแล้ว ยังมีการพัฒนาด้านสวัสดิการการรักษาพยาบาล และการเข้าถึงบริการสุขภาพของประชาชนอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะเมื่อมีโครงการสงเคราะห์ประชาชนผู้มีรายได้น้อยด้านการรักษาพยาบาลในปี 2518 การเกิดขึ้นของระบบการประกันสังคมปี 2533 และนโยบายหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าปี 2545 ที่ให้สิทธิการรักษาพยาบาลโดยไม่คิดมูลค่าแก่ประชาชนไทยทุกคน (กระทรวงสาธารณสุข, 2560) ซึ่งดูเหมือนว่าระบบบริการสาธารณสุขไทยจะตอบโจทยัปัญหาาระบบสุขภาพของประชาชนในประเทศ แต่จากปัญหาการเจ็บป่วยที่ซับซ้อนมากขึ้น ความเหลื่อมล้ำของการเข้าถึงบริการสาธารณสุข และปัญหาการขาดแคลนบุคลากรด้านสุขภาพ ทำให้ผู้เชี่ยวชาญที่ศึกษากระบวนการพัฒนาระบบสุขภาพของไทยมีความเป็นมาอย่างไร และนโยบายของรัฐบาลสามารถแก้ไขปัญหาสุขภาพของประชาชนได้จริงหรือไม่ เป็นคำถามที่ผู้เชี่ยวชาญต้องการคำตอบ จึงได้จัดทำบทความฉบับนี้ขึ้น

## 2. กระบวนทัศน์การพัฒนาระบบสุขภาพไทย

ระบบสุขภาพ หมายถึง ระบบความสัมพันธ์ทั้งหมดที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยมีระบบบริการสาธารณสุขเป็นส่วนหนึ่งของระบบสุขภาพ โดยแนวคิดหลักของเป้าหมายสุขภาพ มี 2 แบบแผน คือ ทางปรัชญาสังคม และเชิงวัฒนธรรม คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของระบบสุขภาพต้องยึดตามแนวคิดหลัก และนำมากำหนดเป้าหมายให้สอดคล้องกับธรรมนูญสุขภาพบนพื้นฐานหลักคุณธรรม จริยธรรม มนุษยธรรมและธรรมาภิบาลการเปลี่ยนกระบวนทัศน์ระบบสุขภาพไทยมีการเปลี่ยนแปลงตามกระแส และปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ทั้งภายในประเทศ และระดับโลก ซึ่งกระบวนทัศน์ที่มีผลต่อการพัฒนาระบบสุขภาพของไทย ได้แก่

1. กระบวนทัศน์ต่อบริบทนานาชาติ ปัจจัยที่ส่งผลต่อการกำหนดยุทธศาสตร์ประกอบด้วย การเมือง เศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยี ปัจจัยที่เฉพาะเจาะจงกับระบบสุขภาพ ได้แก่ ระบาดวิทยา (เชื้อโรค คน สิ่งแวดล้อม) และพิจารณาจากมุมมองของธรรมนูญสุขภาพแห่งชาติ ได้แก่ นโยบายสาธารณะ ปัจจัยคุกคามสุขภาพเช่นจากกฎบัตรออกตาวา พ.ศ. 2529 การสาธารณสุขมูลฐาน ตั้งเป้าหมาย Health for All สุขภาพดีถ้วนหน้า ทำให้สุขภาพกลายเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์อย่างชัดเจน และประชาคมตระหนักถึงความสำคัญของปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ทั้งทางกายภาพ เศรษฐกิจ และสังคม ที่มีผลต่อสุขภาพมากกว่าการแพทย์แบบชีวภาพเท่านั้น (สุรเกียรติ์ อาชานานุภาพ, 2545) ซึ่งจากมุมมองของ Michael E. Porter ได้นำเสนอแนวคิด Five Forces Model นำแนวคิดพลังขับเคลื่อนภาคธุรกิจตามกระแสหลัก มาปรับใช้กับระบบสุขภาพในประเทศไทยดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดง Five Forces Model ปรับปรุงจาก Michael E. Porter, 2004

ห้าพลังอำนาจในภาคธุรกิจ	ห้าพลังอำนาจในระบบสุขภาพ
1. พลังคู่แข่งชั้นของคู่แข่ง (Competitor/New Entrance)	1. สถานปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ
2. พลังของผู้ส่งมอบปัจจัยการผลิต(Suppliers)	2. ผู้สนับสนุนปัจจัยให้แก่ระบบสุขภาพ
3. พลังกระบวนการภายในองค์กร (Internal Process)	3. คุณภาพการบริหาร/จัดการ/บริการ
4. พลังผู้ซื้อ/ลูกค้า	4. ประชาชน/องค์กรทุกภาคส่วน
5. พลังทดแทนเมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลง	5. กลยุทธ์ที่สมดุลเมื่อมีการเปลี่ยนแปลง

จากการนำแนวคิดห้าพลังอำนาจมาปรับใช้กับการพัฒนาระบบสุขภาพไทย ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง การพยายามพัฒนาองค์กรทั้งการกระจายอำนาจ หลักธรรมาภิบาล ทั้งนี้โดยการใช้หลักความคุ้มค่า ลดต้นทุนตามแนวคิดทุนนิยมของภาคธุรกิจ แต่สิ่งที่เปลี่ยนแปลงคือการเกิดองค์กรเพิ่มขึ้น ทำให้การขับเคลื่อนนโยบายทำได้ลำบากมากขึ้น จากปัญหาความไม่เชื่อมประสานเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของภาคี และองค์กรที่เกี่ยวข้อง

นอกจากนี้ยังมีการประชุมสมัชชาอนามัยโลก พ.ศ. 2542 เสนอให้ขยายนิยามสุขภาพครอบคลุมด้านจิตวิญญาณ และความเป็นพลวัตของสุขภาพจะ จนเกิดกระบวนการพัฒนาและปฏิรูประบบสุขภาพของไทย ดังเช่นการพยายามผลักดัน พระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ 2545 มีหลายฝ่ายร่วมแสดงพลังเพื่อให้เกิดกฎหมายนี้ขึ้น “บอกว่าจะออก พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติแต่ไม่รีบออก ใช้การ “จะออก” มาเป็นเครื่องมือดึงฝ่ายต่างๆ เข้ามาทำงานร่วมกัน ต่อเมื่อมาเรียนรู้ร่วมกันเท่านั้นถึงจะทำเรื่องยากๆได้ ไม่ใช่การใช้อำนาจ” (ประเวศ วะสี, 2546) แม้จะใช้เวลากว่า 7 ปีจึงสามารถผลักดันกฎหมายฉบับนี้ได้สำเร็จ แต่กระบวนการออกกฎหมายก็ทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างความเข้าใจใหม่ๆ ดูเหมือนจะเป็นการปรับเปลี่ยนกระบวนการทัศน์ระบบสุขภาพในสังคมไทย หรือเป็นเพียงการเกิดคำพูดที่สละสลวยเกี่ยวกับแนวคิดสุขภาพ “สุขภาพะ” หรือ “คุณภาพชีวิต” (well being) ซึ่งนิยามความหมายตามพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ 2550 คำว่า “สุขภาพ” หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย ทางจิตใจ และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล (อำพล จินดาวัฒนะ, 2551)

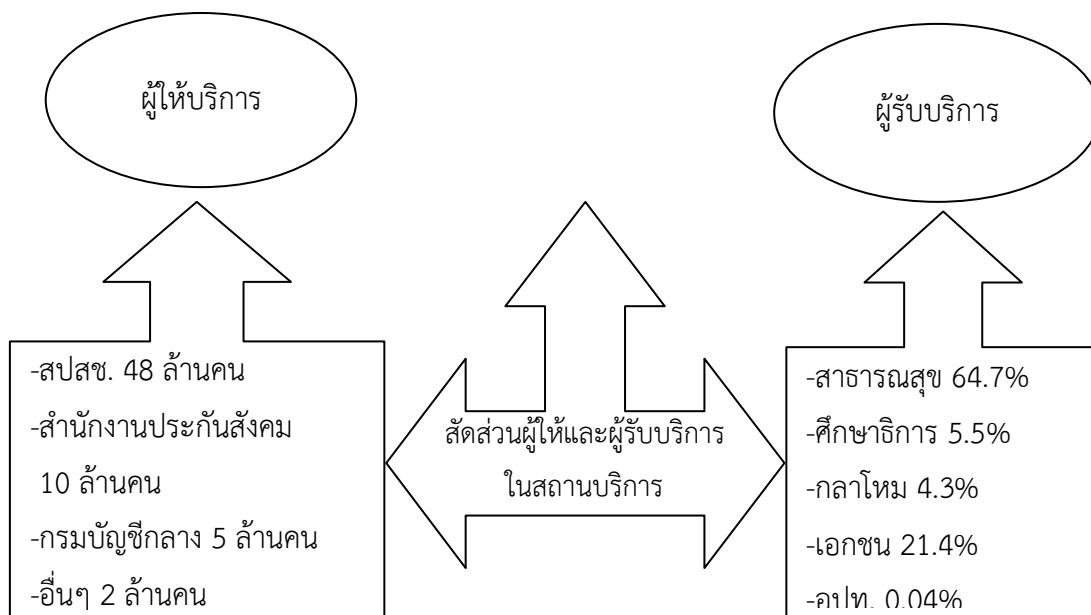
2. กระบวนทัศน์ต่อปัจจัยพัฒนาระบบสุขภาพให้เกิดความยั่งยืนที่สำคัญคือทรัพยากรบุคคลที่รวมตัวกันเป็นชุมชน ท้องถิ่นโดยสะท้อนผ่าน

2.1 ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านสุขภาพ ได้แก่ องค์ความรู้ ความคิด ความเชื่อ และความชำนาญในการดูแลสุขภาพ เช่น การแพทย์แผนไทย การแพทย์ทางเลือก

## 2.2 ชุมชนท้องถิ่น

2.3 ปรัชญา (เศรษฐกิจพอเพียง) ซึ่งหมายถึงแนวทางการดำรงอยู่ และปฏิบัติของประชาชนทุกระดับทั้งครอบครัว ชุมชน จนถึงระดับรัฐ โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อก้าวทันต่อโลกาภิวัตน์

ระบบบริการสาธารณสุขไทยที่ผ่านมาได้มีวิวัฒนาการทั้งการพัฒนารูปแบบ พัฒนาการบริหาร บริการวิชาการ เพื่อให้สามารถดูแลประชาชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่เนื่องจากปัญหาสุขภาพนับวันจะทวีความซับซ้อนและท้าทายมากขึ้น ประกอบกับมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา การสาธารณสุขจึงต้องพัฒนาเพื่อรับมือกับปัญหาทางสุขภาพให้ได้ ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 และฉบับที่ 10 ดูเหมือนว่าจะมีการปรับเปลี่ยนกระบวนการพัฒนาระบบสุขภาพหรือระบบสุขภาพใหม่ ไปสู่แนวคิดระบบสุขภาพพอเพียง เพื่อให้สอดคล้องกับ ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งเป็นกระแสที่วิพากษ์กระแสความเจริญตามโลกตะวันตก โดยระบบสุขภาพใหม่ คำนึงถึงการบูรณาการแบบองค์รวม เพื่อให้เกิดความสมดุล พัฒนาโดยใช้คนเป็นศูนย์กลาง แต่ผลก็ยังไม่เกิดขึ้นอย่างที่ตั้งเป้าหมายไว้เมื่อเกิดปัญหาจากการปฏิรูปองค์กรในระบบสุขภาพดังกล่าวประกอบที่ 1



ภาพที่ 1 แสดงองค์ประกอบของระบบสุขภาพไทย (กระทรวงสาธารณสุข, 2560)

จากภาพจะเห็นว่า สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ให้บริการครอบคลุมประชาชนกว่า 48 ล้านคน รองลงมาคือ สำนักงานประกันสังคม จำนวน 10 ล้านคน กรมบัญชีกลาง 5 ล้านคน และอื่นๆ อีก 2 ล้านคน โดยประชาชนสามารถรับบริการผ่านหน่วยบริการในสังกัดต่างๆ ได้แก่

กระทรวงสาธารณสุข 64.7% กระทรวงศึกษาธิการ 5.5% กระทรวงกลาโหม 4.3% เอกชน 21.4% และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น 0.04%

การปฏิรูประบบสุขภาพของไทยที่คิดว่าเป็นการเปลี่ยนกระบวนทัศน์การพัฒนา แท้จริงเป็นเพียงการปรับเปลี่ยน เพิ่ม องค์กรต่างๆ มีการจัดตั้งหน่วยงานใหม่และเปลี่ยนแปลงการจัดกลุ่มภารกิจและโครงสร้างการบริหาร เช่น

- สำนักงานคณะกรรมการปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.) มีหน้าที่สังเคราะห์และใช้ความรู้
- สำนักงานเสริมสร้างสุขภาพ (สสส.) ประสานและสร้างความร่วมมือ
- คณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (คสช./สช.) กำหนดนโยบายโดยการมีส่วนร่วมมี

กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) และ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) เป็นผู้กำกับดูแล การมีองค์กรขึ้นมารองรับระบบสุขภาพดูเหมือนจะเป็นจุดแข็ง แต่การยึดติดกับ “ความเป็นองค์กร” ไม่ทำให้เกิดความเป็นเอกภาพ โดยแต่ละองค์กรหลงลืมไปว่าแท้จริงแล้วตนเองทั้งหมดเป็นเพียงส่วนหนึ่งของกลไกภาครัฐที่ต้องทำงานร่วมกัน และแต่ละองค์กรทำหน้าที่เป็นกลไกย่อย จะเสริมให้กลไกภาครัฐมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น แม้จะมีการเสนอแนวทางการกระจายอำนาจหรือการปฏิรูปวัฒนธรรมองค์กรก็ยังไม่มีการเปลี่ยนแปลงเป็นรูปธรรม จากสภาพความแข็งตัวและการเปลี่ยนแปลงยากทำให้เกิดความสับสนและความตึงเครียดในกระทรวงสาธารณสุข ที่เมื่อก่อนมีบทบาทและภารกิจที่เคยรับผิดชอบแต่ผู้เดียว ถูกแบ่งแยกออกไป ทำให้งบประมาณส่วนใหญ่เป็น “อำนาจ” ทางการบริหารที่สำคัญถูกเปลี่ยนมือ รัฐบาลสูญเสียอัตลักษณ์การเป็นผู้นำด้านสุขภาพของประเทศที่เคยมีมาแต่อดีตอันยาวนานทำให้เกิดความขัดแย้งในระบบสาธารณสุขไทยดังที่ปรากฏ

ข้อค้นพบปัญหาในระบบสุขภาพไทย “ปัจจุบันประชากรไทย มีหลักประกันสุขภาพ 99.95%” (รายงานผลการดำเนินงานของรัฐบาล พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี ปีที่ 2 (12 กันยายน 2558-12 กันยายน 2559)จากรายงานข้างต้นดูเหมือนนโยบายบริการสาธารณสุขจะดำเนินมาด้วยความเหมาะสมและส่งผลที่ดีต่อสุขภาพของประชาชน แต่จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องและรายงานสถานะสุขภาพของประชาชนกลับพบความขัดแย้ง ดังนี้ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต8 อุตรธานี ศึกษาการรับรู้เรื่องสิทธิและการใช้สิทธิหลักประกันสุขภาพ พบว่า ประชาชนมีการรับรู้ในระดับต่ำ ด้านการเข้าถึงบริการสาธารณสุขกลุ่มคนพิการเข้าถึงบริการในระดับที่ต่ำร้อยละ 24.5 โดยได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพด้านการแพทย์ร้อยละ 21.3 และได้รับกายอุปกรณ์ร้อยละ 17.2 (สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต 8, 2556) ส่วนการศึกษาปัญหาการบริการสาธารณสุขโรงพยาบาลมาตาพบปัญหาสำคัญ 3 อันดับแรกคือ ระบบการให้บริการล่าช้า แพทย์และพยาบาลมีไม่เพียงพอและความไม่สะดวกสบายในสถานที่ ส่วนปัญหาบริการของคลินิกคือ ค่าใช้จ่ายสูง ผู้รับบริการมาก สถานที่

คับแคบไม่มีแพทย์เฉพาะทาง และปัญหาการบริการในสถานอนามัยคือผู้ใช้บริการจำนวนมาก บริการล่าช้า ขาดแคลนแพทย์ และเจ้าหน้าที่ (พอพล อุทยานนท์, 2557)

นอกจากนี้ยังพบว่า มีปัญหาความเหลื่อมล้ำในการใช้งบประมาณ จากรายงานการรับบริการสาธารณสุข พ.ศ. 2555 ของกองทุนข้าราชการ กองทุนประกันสังคม และกองทุนหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า เปรียบเทียบเป็นจำนวนและร้อยละของผู้มีสิทธิเรียงตามลำดับกองทุน คือ 5 ล้านคน (8%), 10.4 ล้านคน (15.8%) และ 47 ล้านคน (76.2%) ส่วนงบประมาณที่ใช้ต่อกองทุนได้แก่ 62,195 ล้านบาท, 846,544 ล้านบาท และ 120,846 ล้านบาท และค่าใช้จ่ายต่อรายต่อปีของกองทุนต่างๆ มีดังนี้ 15,000 บาท 2,500 บาท และ 2,755.60 บาทตามลำดับ ดังนั้นหากถามว่าระบบบริการสาธารณสุขของประเทศไทยในปัจจุบันได้มาตรฐาน มีประสิทธิภาพ และเป็นไปอย่างทั่วถึงแล้วหรือไม่ เพียงใด ต้องขอตอบว่า ยังมีปัญหาเรื่องการมีหลายมาตรฐาน มีปัญหาเรื่องสิทธิประโยชน์ขั้นพื้นฐานของแต่ละกลุ่มที่ไม่เท่าเทียมกัน มีความแตกต่างและเหลื่อมล้ำกันอยู่ และในขณะเดียวกันการบริหารจัดการของแต่ละกองทุนก็ได้สะท้อนถึงประสิทธิภาพในการบริหารจัดการด้วย ระบบสวัสดิการข้าราชการใช้ระบบการจ่ายเมื่อไปใช้บริการ หรือ free for service ซึ่งทำให้เกิดปัญหาการควบคุมค่าใช้จ่ายไม่ได้ ส่วนระบบประกันสังคม และระบบบัตรทอง ใช้ระบบการจ่ายค่ารักษาพยาบาลแบบเหมาจ่ายต่อหัวหรือ capitation ซึ่งระบบนี้มีข้อดีคือสามารถที่จะควบคุมค่าใช้จ่ายได้ แต่มีข้อเสียคือทำให้ได้รับบริการที่ไม่ดีมากนัก เนื่องจากโรงพยาบาลได้รับเงินไปแล้วเมื่อคนไข้เข้ารับการรักษา โรงพยาบาลก็มักจะประหยัดหรือไม่อยากรักษา หรือเมื่อพบผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ก็จะแนะนำให้เลือกรับบริการจากที่อื่น เช่นโรงพยาบาลขนาดใหญ่เป็นการกันผู้ป่วยเรื้อรังไปที่อื่น (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2555)

จากปัญหาข้างต้น จึงมีการศึกษาและเสนอบทสรุปผู้บริหารใน แนวคิดและทัศนะต่อความเป็นธรรมของกลไกสำคัญในการอภิบาลระบบสุขภาพว่ารัฐบาล ราชการ สถาบันการแพทย์ และกลไกสำคัญในระบบอภิบาลสุขภาพทั้งหมดควรที่จะต้องผลักดันให้เกิดปฏิรูประบบสุขภาพ โดยให้หลักความเป็นธรรมตามแนวคิดของ John Rawls โดยมุ่งสร้างความเป็นธรรมหรือความยุติธรรมของระบบ ด้วยการพัฒนาระบบหลักประกันการเข้าถึงสุขภาพของประชาชนให้มีความก้าวหน้าทั้งในเชิงคุณภาพและปริมาณ และมีแนวนโยบายสนับสนุน คุ้มครองสิทธิของประชาชนผู้ด้อยอำนาจให้มีสิทธิพิเศษในการเข้าถึงระบบบริการสุขภาพ และมีอำนาจต่อรองในกระบวนการกำหนดนโยบาย และการปฏิบัตินโยบายมากยิ่งขึ้น (กฤษฎา บุญชัย และคณะ, 2556) ซึ่งสอดคล้องกับความคาดหวังของประชาชนที่ต้องการมีความมั่นคงด้านสุขภาพ เมื่อเจ็บป่วยต้องได้รับการรักษาพยาบาลฟรีหรือเสียเงินน้อย โดยมีสถานบริการสาธารณสุข และเจ้าหน้าที่ที่เพียงพอ ประชาชนมีสิทธิในการเลือกสถานบริการ และควรได้รับบริการที่ดีมีคุณภาพ (อัญชญา ณ ระนอง, 2549)

### 3. สรุป

การก้าวสู่ศตวรรษที่สองของการสาธารณสุขไทย (กระทรวงสาธารณสุขก่อตั้งเมื่อ พ.ศ. 2461) จากอดีตถึงปัจจุบัน ระบบสาธารณสุขไทยมีพัฒนาการมาอย่างต่อเนื่อง ความเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้นภายใต้บริบทใหม่ๆ ทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ และการเมือง ผสมกับปัญหาสุขภาพใหม่ๆ ที่ประเทศไทยต้องเผชิญไม่ว่าจะเป็นปัญหาสังคมสูงวัย ปัญหาโรคอุบัติใหม่และโรคอุบัติซ้ำ ปัญหาภัยพิบัติ ความรุนแรง และการก่อการร้ายรวมทั้งผลกระทบจากโลกาภิวัตน์ที่มีต่อสุขภาพ ล้วนแต่เป็นความท้าทายที่ต้องเผชิญในการพัฒนากระบวนการพัฒนาระบบสุขภาพของไทย จึงต้องมีการทบทวนประวัติศาสตร์และนำบทเรียนจากอดีตมาใช้เพื่อให้การก้าวสู่ศตวรรษที่สองของการสาธารณสุขไทย เป็นศตวรรษแห่งการสร้างสรรคเพื่อสุขภาพของประชาชนไทยอย่างแท้จริง

แม้จะมีการปรับแนวคิดการดำเนินงานที่พยายามจะบอกว่าเป็นการเปลี่ยนกระบวนการพัฒนาระบบสุขภาพไทย แท้จริงเป็นเพียงการปรับเปลี่ยนโครงสร้างองค์กร และที่ซ้ำร้ายยังมีการยึดติดกับ “ความเป็นองค์กร” ความรู้สึกสูญเสียอำนาจการบริหารความเป็นผู้นำด้านสุขภาพของประเทศมายาวนานของกระทรวงสาธารณสุข ทำให้เกิดความขัดแย้งในระบบสาธารณสุขไทย ปัญหาสุขภาพของประชาชนยังไม่สามารถแก้ไขได้ สภาพปัญหารุนแรงและซับซ้อนมากขึ้น จนดูเหมือนประเทศไทยจะเดินมาพบทางตันในการพัฒนาระบบสุขภาพตามกระแสแนวคิดการแพทย์ตะวันตก ทำให้มีการเสนอแนวคิดแผนโบราณนำภูมิปัญญาชาวบ้านดั้งเดิมที่เป็นการแพทย์แผนไทยหรือการแพทย์ทางเลือกอื่น มาเป็นแนวคิดในการดูแลสุขภาพของประชาชน ผู้เขียนคิดว่านี่ต่างหากที่เป็นการปรับกระบวนการพัฒนาระบบสุขภาพของคนไทยที่ได้บูรณาการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ที่บรรพบุรุษของเราเคยใช้มาก่อนเพราะการรักษาโรคบางครั้งไม่ต้องใช้ยาที่เป็นสารเคมี เพียงแค่ปรับพฤติกรรม หรือบางทีอาจใช้ยาใจ (จากคนรักและครอบครัว) มาดูแล ผสมรวมกับการบูรณาการแนวคิดทฤษฎีเชื้อโรคของการแพทย์แผนตะวันตกมาใช้ให้เข้ากับบริบทของการดำรงชีวิตของประชาชนชาวไทย แต่สิ่งสำคัญพวกเราย่าลืมสอนให้ลูกหลานเรารู้จักทำหน้าที่ของพลเมืองคือการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดำรงชีวิต (Lifestyle) ที่ไม่เสี่ยงต่อการเกิดโรคและทำให้ตนเองเจ็บป่วย มากกว่าการเรียกร้องสิทธิในการรักษาพยาบาลเหมือนทุกวันนี้ เพียงเท่านั้นปัญหาสุขภาพไทยก็จะได้รับการพัฒนาอย่างยั่งยืน

### 7. บรรณานุกรม

กระทรวงสาธารณสุข. (2560). **ประวัติศาสตร์ 100 ปีการสาธารณสุขไทย**. สืบค้นเมื่อ 21 มีนาคม 2560.

จาก <https://www.moph.go.th>.

กระทรวงสาธารณสุข. (2545). **แนวทางการสร้างหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าในระยะเปลี่ยนผ่าน**.

นนทบุรี : สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข.

- กฤษฎา บุญชัย และคณะ. (2556). **แนวคิดและทัศนะต่อความเป็นธรรมของกลไกสำคัญในการอภิบาลระบบสุขภาพ**. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- กิติพัฒน์ นนทปัทมะดูล. (2537). **สุขภาพดีถ้วนหน้า**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ศรีชัยการพิมพ์.
- โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์. (2545). **ความรู้อำนาจ และระบบราชการ : บทวิเคราะห์วัฒนธรรมราชการสาธารณสุข**. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- ชื่นฤทัย กาญจนจิตรา และคณะ. (2554). **สุขภาพคนไทย 2554 : เอชไอเอ กลไกพัฒนานโยบายสาธารณสุขเพื่อชีวิตและสุขภาพ**. นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร. (2560). **วาทกรรมการพัฒนา**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์วิภาษา.
- ถาวร สกุกพาณิชย์. (2554). **ความเป็นธรรมและการเข้าถึงบริการสุขภาพ**. กรุงเทพฯ : สำนักงานพัฒนาเพื่อการพัฒนาาระบบสุขภาพไทย.
- ประเวศ วะสี. (2546). **การปฏิวัติเงียบ : การปฏิรูประบบสุขภาพ**. กรุงเทพฯ : สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ.
- พอพล อูยานนท์. (2557). **การให้บริการและความต้องการบริการสาธารณสุขในพื้นที่มาตาพุดจังหวัดระยอง**. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- ไพรวลัย เคนพรม. (2554). **การวิพากษ์นโยบายหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า โดยใช้ทฤษฎีความยุติธรรมของจอห์น รอร์ลส์**. วิทยานิพนธ์หลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต. วิทยาลัยการเมืองการปกครอง มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- วิรัตน์ เอื้องพูลสวัสดิ์ จริญญา หุ่นศรีสกุล และเสมอจิต พงศ์ไพศาล. (2552). **ระบบบริการสุขภาพช่องปากระดับจังหวัดภายใต้โครงการหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าในภาคใต้**. นนทบุรี : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. (2555). **ลดความเหลื่อมล้ำเพิ่มความเป็นธรรม “3 กองทุนสุขภาพ” ได้รับความท้าทายในอนาคต**. วารสาร HSRI Forum พื้นที่แบ่งปันความรู้ด้านระบบสุขภาพสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. 1(6). 3-7.
- สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต 8. (2556). **การประเมินการรับรู้เรื่องสิทธิและความพึงพอใจของผู้ให้บริการต่อระบบหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า ประจำปี 2556**. อุดรธานี : สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต 8 อุดรธานี.
- อัญญา ณ ระนอง. (2549). **โครงการ 30 บาทรักษาทุกโรค กับความมั่นคงด้านสุขภาพของคนไทย**. สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

- อำพล จินดาวัฒนะ. (2551). การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพแบบมีส่วนร่วม : มิติใหม่ของการสร้างเสริมสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี : สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ.
- Michael E. Porter. (2004). *On Competition Updated and Expanded Edition*. Harvard Business School publishing Corporation.



# หลักเกณฑ์และวิธีการส่งต้นฉบับ เพื่อพิมพ์เผยแพร่ในวารสารพุทธปรัชญาวิวัฒน์

## 1. ลักษณะของวารสาร

วารสารพุทธปรัชญาวิวัฒน์ สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด เป็นวารสารเผยแพร่บทความวิชาการวิจัยบทความปริทัศน์ และบทความรายงานการวิจัยทางด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ของบุคลากรมหาวิทยาลัยฯ และบุคลากรจากหน่วยงานภายนอกโดยมีหลักเกณฑ์ดังนี้

บทความที่ตีพิมพ์ในวารสารนี้ต้องไม่เคยเผยแพร่ในวารสารรายงาน หรือสิ่งพิมพ์อื่นใดมาก่อน เนื้อหาบทความหรือข้อคิดเห็นที่พิมพ์ในวารสารเป็นความคิดเห็นของผู้เขียนเท่านั้นกองบรรณาธิการ ไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยต้นฉบับจะได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิก่อนการตีพิมพ์

## 2. การเตรียมต้นฉบับ

ต้นฉบับจะเขียนเป็นภาษาไทยหรือภาษาอังกฤษก็ได้ ชื่อเรื่อง ชื่อผู้เขียน ต้องมีทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ และต้องมีบทคัดย่อภาษาไทย และภาษาอังกฤษ

ต้นฉบับต้องพิมพ์บนกระดาษขาวขนาด A4 พิมพ์หน้าเดียวใส่เลขกำกับหน้าทุกหน้าพิมพ์ด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรม Microsoft Word ใช้แบบอักษร (Font) TH Sarabunขนาด 16

ถ้ามีภาพประกอบควรเป็นภาพถ่ายขาว – ดำ ที่ชัดเจน

ถ้าเป็นภาพวาดลายเส้นให้วาดบนกระดาษขาวโดยใช้หมึกดำให้สะอาดและลายเส้นคมชัด ความยาวของเนื้อเรื่องภาพประกอบ ตาราง และบทคัดย่อภาษาไทย และภาษาอังกฤษรวมเอกสารอ้างอิงไม่ควรเกิน 12-15 หน้า

ส่งต้นฉบับ จำนวน 1 ชุด มายังกองบรรณาธิการวารสารพุทธปรัชญาวิวัฒน์ สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ถนนเลียงเมือง ตำบลดงลาน อำเภอเมือง จังหวัดร้อยเอ็ด 45000 พร้อมทั้งส่งไฟล์ข้อมูล \*.doc ไปยัง E-mail: buddhist-philosophy@hotmail.com

## 3. รายละเอียดขนาดตัวอักษรและรูปแบบการพิมพ์

ส่วนประกอบของบทความ	รูปแบบการพิมพ์	ขนาดตัวอักษร	ลักษณะตัวอักษร
ชื่อบทความ	กลาง หน้ากระดาษ	18	ตัวหนา
ชื่อผู้แต่ง	ชิดขวา	16	ตัวธรรมดา

บทคัดย่อ -ภาษาไทย -ภาษาอังกฤษ	กลาง หน้ากระดาษ	18	หัวข้อตัวหนา เนื้อหาตัวปกติ
หัวข้อแบ่งตอน	ขีดซ้าย	18	ตัวหนา
หัวข้อย่อย	ใช้หมายเลข	16	ตัวปกติ
เนื้อหาบทความ	-	16	ตัวปกติ
การเน้นความในบทความ	-	16	ตัวปกติ
ข้อความในตาราง	-	16	ตัวปกติ
บรรณานุกรม	ขีดซ้าย	16	ตัวหนา
ภาพประกอบ / คำอธิบายใต้ภาพ	กลาง หน้ากระดาษ	16	ปกติ

ตัวอักษร TH Sarabun ขนาด 16 เว้นขอบด้านบน / ขอบด้านซ้าย 1.5 นิ้ว เว้นขอบด้านล่าง / ขอบด้านขวา 1 นิ้ว

#### 4. ชื่อผู้เขียน

ระบุชื่อ – นามสกุลจริง (ทั้งภาษาไทย และภาษาอังกฤษ) โดยวางไว้ทางขวามือใต้ชื่อของบทความ  
ระบุ สาขาวิชา/ภาควิชา คณะ สถาบัน และ e-mail ตามลำดับ (ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ)

#### 5. บทคัดย่อ

บทความภาษาไทยต้องมีบทคัดย่อทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษโดยใช้บทคัดย่อภาษาอังกฤษก่อนบทคัดย่อภาษาไทย และจำนวนคำไม่เกิน 300 คำ

บทความภาษาอังกฤษต้องมีบทคัดย่อภาษาไทยและภาษาอังกฤษ โดยใช้บทคัดย่อภาษาไทยก่อนบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และจำนวนคำไม่เกิน 300 คำ

ทำยบทคัดย่อให้ผู้เขียนกำหนดคำสำคัญ (Keywords) สำหรับคำดัชนีเป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษไม่ควรเกิน 5 คำ

#### 6. เกณฑ์การพิจารณาบทความ

1. กองบรรณาธิการวารสารพิจารณาคัดเลือกคุณภาพบทความ และ/หรือปรับแก้ตามความเหมาะสมก่อนส่งผู้ทรงคุณวุฒิ
2. ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 2 คนเป็นผู้พิจารณาเนื้อหาสาระ ตรวจสอบความถูกต้อง และคุณภาพทางวิชาการของบทความและเห็นชอบให้ตีพิมพ์ทั้ง 2 คน กรณีผู้ทรงคุณวุฒิเห็นชอบ 1 ใน 2 คน ทางกองบรรณาธิการวารสารฯ จะแต่งตั้งผู้ทรงคุณวุฒิเพิ่มเติมอีก จำนวน 1 คน (และในส่วนขอ

ผู้ทรงคุณวุฒิที่แต่งตั้งเพิ่มขึ้นผู้เขียนบทความต้องเป็นผู้รับผิดชอบค่าตอบแทนผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 1,000 บาท) และบทความที่จะได้รับการตีพิมพ์จะต้องผ่านความเห็นชอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ใน 3 คน กรณีเมื่อเสนอบทความต่อผู้ทรงคุณวุฒิแล้วไม่ว่าผลจะเป็นอย่างไร ผู้เขียนบทความประสงค์จะไม่ตีพิมพ์ในวารสาร ผู้เขียนบทความจะต้องเป็นผู้รับผิดชอบค่าตอบแทนของผู้ทรงคุณวุฒิ ท่านละ 1,000 บาท

3. กองบรรณาธิการวารสารจะไม่คืนต้นฉบับให้กับเจ้าของบทความในทุกกรณี

## 7. ประเภทของบทความที่รับพิจารณา

บทความวิชาการ บทความวิชาการวิจัย บทความปริทัศน์ และหรือบทวิจารณ์หนังสือ

## 8. หลักการอ้างอิง

ให้ใช้ “ระบบฝังโน” และตัวเลขให้ใช้ “ตัวเลขอารบิก” ที่เป็นสากล

## 9. เขียนตามแบบที่กำหนดไว้

### 9.1 บทความวิชาการ

แบบการเขียน “บทความวิชาการ” เพื่อลงพิมพ์ในวารสาร

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด

\*\*\*\*\*

ชื่อเรื่อง (ภาษาไทย).....

ชื่อเรื่อง (ภาษาอังกฤษ).....

ชื่อ – สกุล ผู้แต่ง (ภาษาไทย) ..... 1

ชื่อ – สกุล ผู้แต่ง (ภาษาอังกฤษ) ..... 1

ต้นสังกัด/หน่วยงาน<sup>1</sup>

ภาษาอังกฤษ (ต้นสังกัด/หน่วยงาน)<sup>1</sup>

Email : .....

### บทคัดย่อ

.....  
 .....(บอกวิธีวิจัย).....ผลการวิจัยพบว่า.....  
 .....

คำสำคัญ : .....; .....; .....; ..... (3 – 5 คำ)

## ABSTRACT

.....  
 .....  
 .....

**Keywords :** ....., ....., ....., .....(3 – 5 คำ)

### 1. บทนำ

(พิมพ์รายละเอียด).....  
 .....  
 .....  
 .....

**2. เนื้อหา :** ในส่วนนี้ การอ้างอิงในเนื้อเรื่องให้ใช้แบบนาม-ปี (Name-Year) ระบุชื่อ-นามสกุล ผู้แต่งปีที่พิมพ์เอกสารและหน้าไว้ข้างหน้าหรือข้างหลังข้อความนั้นก็ได้ เช่น กุลธิดา ท้วมสุข (2548 : 16) กุลธิดา ท้วมสุข (2548) หรือ (กุลธิดา ท้วมสุข, 2548) (กุลธิดา ท้วมสุข, 2548 : 16)

- 2.1. ....
- 2.2. ....
- 2.3. ....
- 2.4. ....
- ฯลฯ .....

### 3. สรุป

(พิมพ์รายละเอียด).....  
 .....  
 .....

### 4. บรรณานุกรม

.....  
 .....(เฉพาะที่มีอ้างอิงในบทความวิชาการเท่านั้น)

## 9.2 บทความวิจัย

### แบบการเขียน “บทความวิจัย” เพื่อลงพิมพ์ในวารสาร มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด

\*\*\*\*\*

เรื่อง (ภาษาไทย).....  
ชื่อเรื่อง (ภาษาอังกฤษ).....

ชื่อ – สกุล ผู้แต่ง (ภาษาไทย) ..... 1  
ชื่อ – สกุล ผู้แต่ง (ภาษาอังกฤษ) ..... 1  
ต้นสังกัด/หน่วยงาน<sup>1</sup>  
ภาษาอังกฤษ (ต้นสังกัด/หน่วยงาน)<sup>1</sup>  
Email : .....

#### บทคัดย่อ

.....  
.....(บอกวิธีวิจัย).....ผลการวิจัยพบว่า.....  
.....

คำสำคัญ : .....; .....; ..... (3 – 5 คำ)

#### ABSTRACT

.....  
.....

Keywords : .....; .....; ..... (3 – 5 คำ)

#### 1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

.....  
.....  
.....(ความยาวประมาณ 2/3หน้ากระดาษ A4)

## 2. โจทย์วิจัย(ถ้ามี)

2.1 .....

2.2 .....

## 3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.1 เพื่อ .....

3.2 เพื่อ.....

## 4. สมมุติฐานการวิจัย (ถ้ามี)

4.1 .....

4.2 .....

## 5. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

5.1 .....

5.2 .....

## 6. วิธีดำเนินการวิจัย

.....

.....(ความยาวประมาณ ½

หน้ากระดาษ A4)

## 7. ผลการวิจัย

.....

มีตาราง/รูปภาพ/แผนภูมิประกอบ ถ้าวิจัยเชิงคุณภาพให้ใส่รูปภาพ 1-2 รูป (ความยาวประมาณ 2-3

หน้ากระดาษ A4)

## 8. อภิปรายผลการวิจัย

.....

.....(ความยาวประมาณ 1/3 หน้ากระดาษ A4)

## 9. ข้อเสนอแนะ

.....

.....

## 10. บรรณานุกรม

.....(เฉพาะที่มีอ้างอิงในบทความวิจัยเท่านั้น)

### การอ้างอิงและการเขียนเอกสารอ้างอิงส่วนท้ายเล่ม

การระบุแหล่งที่มาของข้อมูล 1) ในเนื้อเรื่องให้ใช้วิธีการอ้างอิงในส่วนเนื้อเรื่องแบบนามปี (author-date in text citation) โดยระบุ ชื่อผู้แต่งและปีพิมพ์ของเอกสารไว้ข้างหน้าหรือข้างหลังข้อความที่ต้องการอ้างอิง เพื่อบอกแหล่งที่มาของข้อความนั้น และระบุเลขหน้าเอกสารอ้างอิงในกรณียกข้อความมาทั้งหมด 2) การอ้างอิงส่วนท้ายเล่ม โดยรวบรวมรายการเอกสารทั้งหมดที่ผู้เขียนได้ใช้อ้างอิงในการเขียนผลงานนั้น ๆ จัดเรียงรายการตามลำดับอักษรชื่อผู้แต่ง ภายใต้หัวข้อ “บรรณานุกรม” สำหรับผลงานวิชาการภาษาไทย หรือ “Reference” สำหรับผลงานวิชาการภาษาอังกฤษ โดยใช้รูปแบบการอ้างอิงแบบ APA (American Psychological Association) ดังปรากฏในตัวอย่างต่อไปนี้

### 1. ภาษาไทย

#### (1) หนังสือ:

ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). ชื่อหนังสือ. (ครั้งที่พิมพ์-ถ้ามี). สถานที่พิมพ์ : สำนักพิมพ์.

#### (2) วารสาร:

ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). ชื่อบทความ. ชื่อวารสาร, ระบุเลขของปีที่หรือเล่มที่(ระบุเลขของฉบับที่), ระบุเลขหน้าแรก-หน้าสุดท้ายของบทความ.

ชื่อผู้แต่ง. (ปี, เดือนวันที่ตีพิมพ์). ชื่อบทความ/คอลัมน์/หัวข้อข่าว. ชื่อหนังสือพิมพ์, หน้าระบุเลขหน้าที่นำมาอ้างอิง.

#### (3) วิทยานิพนธ์/รายงานวิจัย:

ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). ชื่อวิทยานิพนธ์. (ระดับปริญญาของวิทยานิพนธ์). ชื่อสถาบันการศึกษา. สถานที่พิมพ์ ตัวอย่างเช่น

รัศมี สีहनัน. (2551). การประเมินสมรรถนะความเป็นครูของข้าราชการครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาอุบลราชธานีเขต 3. วิทยานิพนธ์ ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยและประเมินผล. อุบลราชธานี : มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.

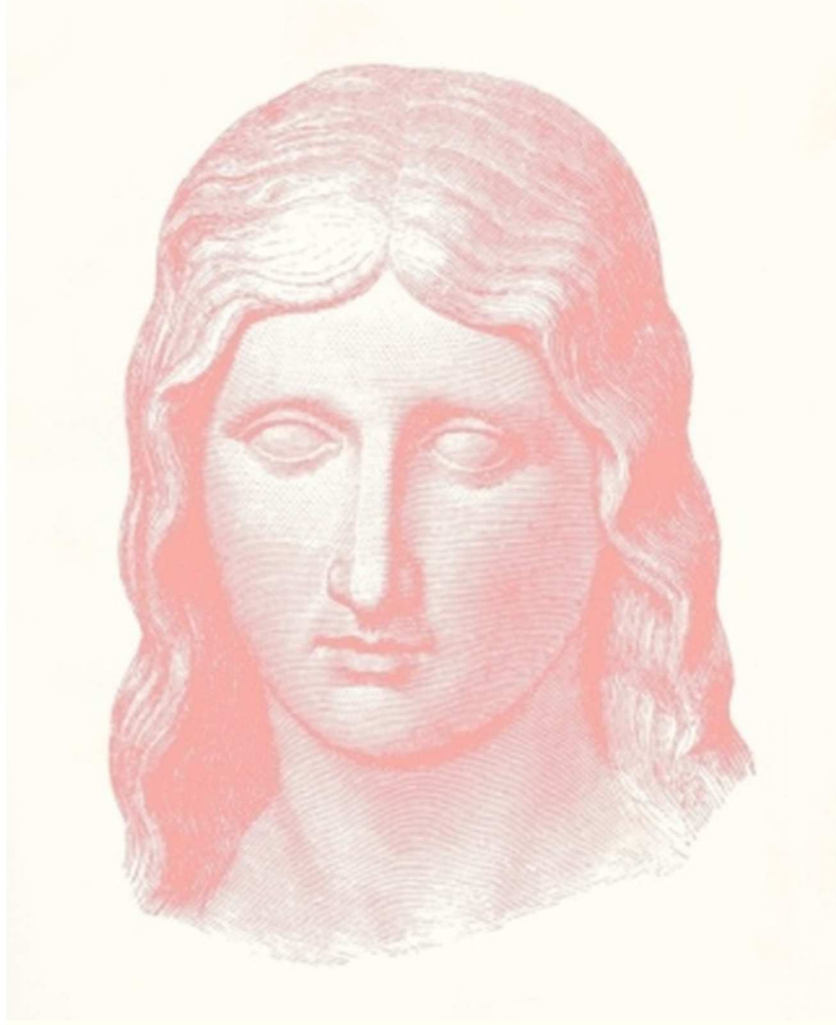
#### (4) เอกสารที่ไม่ได้ตีพิมพ์เผยแพร่:

ชื่อผู้จัดประชุม. (ปีที่พิมพ์). ชื่อรายงานการประชุม. เมืองที่พิมพ์-ถ้ามี : สำนักพิมพ์-ถ้ามี.

#### (5) สื่ออิเล็กทรอนิกส์/เว็บไซต์ :

ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่เผยแพร่). ชื่อเรื่องที่ปรากฏในเว็บ. สืบค้นเมื่อระบุวันที่เดือนปี. จากชื่อเจ้าของเว็บไซต์ : <http://xxxxxx>

ศึกษา ค้นคว้า วิจัย เพื่อส่งเสริมองค์ความรู้สู่คุณธรรม  
ไป



วารสารพุทธปรัชญาวิวัฒน์  
เผยแพร่ผลงานและกิจกรรมของสาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา  
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด

