

แสงสุดท้ายของชีวิต : เมื่อน้องของข้าพเจ้าฆ่าตัวตาย ? *

THE LAST LIGHT OF LIFE: WHEN MY YOUNGER SISTER COMMITTED SUICIDE?



มัลลิกา ภูมะธน, ดิเรก ด้วงลอย

Mallika Phumathon, Dirak Direk Duangloy

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์

Nakhon Sawan Rajabhat University

E-mail: raphind@yahoo.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้เขียนเพื่อสะท้อนคิดต่อเหตุการณ์การฆ่าตัวตาย พร้อมเสนอทางออกตามแนวพุทธต่อการยุติความรุนแรงและการฆ่าตัวตาย ใช้วิธีการศึกษาจากเอกสารและงานวิจัย การสังเกต และสะท้อนคิดภายใต้สถานการณ์ที่มีส่วนร่วมเชิงประจักษ์ด้วยตนเอง เขียนออกมาเป็นความเรียงในแบบบทความวิชาการ

ผลการศึกษาพบว่า การฆ่าตัวตายมีหลายสาเหตุหลายปัจจัย โดยการฆ่าตัวตายได้ส่งผลกระทบต่อหลายด้าน ทั้งเป็นความสูญเสียในทางเศรษฐกิจ คุณภาพชีวิต และสุขภาวะ การฆ่าตัวตายมีหลายวิธีทั้งการกินยา การใช้อาวุธ หรือการใช้วิธีการผูกคอตาย และพบว่าผู้ชายตายมากกว่าผู้หญิง โดยมีสาเหตุจากความน้อยใจครอบครัวยุคใหม่ การทะเลาะวิวาท ยาเสพติด และเศรษฐกิจ ในส่วนประเด็นร่วมของการเขียนเป็นการสันนิษฐานว่า แรงจูงใจเกิดจากความน้อยใจ ซึมเศร้า และสิ้นหวัง จึงนำไปสู่การตัดสินใจฆ่าตัวตายในที่สุด วิธีการแก้ไขคือการอย่าปล่อยให้ผู้ป่วยอยู่คนเดียว ต้องเข้าไปสัมผัสพันธ์สอบถาม และยืนยันช่วยเหลือ เพื่อไม่ให้เกิดช่องว่างจนนำไปสู่การตัดสินใจฆ่าตัวตาย ตามหลักพุทธศาสนากการฆ่าตัวตายเป็นบาป วิธีการต้องให้คำปรึกษาและให้เห็นความสำคัญในตัวเอง และเห็นคุณค่าในตัวเองเพื่อทำประโยชน์ให้กับตัวเอง สังคม ประเทศชาติ และศาสนา เป็นต้น

คำสำคัญ: แสงสุดท้ายของชีวิต; การฆ่าตัวตาย; พฤติกรรมการฆ่าตัวตาย

Abstract

This academic article was written to reflect on the suicide event and offers a Buddhist solution to end violence and suicide. Document-based study from documents and related research, observation and reflection under common circumstances were used for the study and were proposed the results by writing

*Received February 25, 2021; Revised March 31, 2021; Accepted May 31, 2021

as an essay in an academic article. The study found that there were several causes and factors of suicide. Suicide effected to many aspects of the losses including economic, quality of life and well-being. Suicide was taken in a variety of ways, including taking drugs, using weapons, or the use of lethality. It found that men died more than women and the reason because they felt upset from the family and fighting, the drug and economic controversy. On the part of the writing was assumed that the impulses arise from frustration, depression, and despair, eventually leading to a decision to commit suicide. The solution is to never leave the patient alone, must enter and interact, and confirm help to avoid gaps that lead to suicide decisions. According to Buddhism, suicide is a sin. The method requires mentoring and self-importance and see self-worth to benefit oneself, society, nation, and religion.

Keywords: The Last Light of Life; Suicide; suicidal behavior

บทนำ

บทความนี้เขียนขึ้นในเวลา 20.00 น. ของวันที่ 21 พฤษภาคม 2563 หลังทราบข่าวการฉาปนกิจศพ ของนาค (กัญญารัตน์ สุขผึ้ง, 15 กุมภาพันธ์ 2524-17 พฤษภาคม 2563) น้องสาวที่นับถือกัน ซึ่งเสียชีวิตด้วยอัตวินิบาตกรรม เมื่อคืนวันที่ 20 พฤษภาคม 2563 ซึ่งในภาพรวมไม่รู้ว่าแรงจูงใจหรือสาเหตุของความตายเกิดจากอะไร แต่ด้วยความที่น้องสาวผู้เสียชีวิต มีความคุ้นชินกับผู้เขียนมาเป็นเวลานาน นับแต่วัยเยาว์ ให้รู้จักอภัยภัยกันเป็นอย่างดี ในเรื่องความโอบอ้อมอารีย์ มีน้ำใจ ความเสมอต้นเสมอปลาย จนเป็นที่กล่าวขานและนิยมยกย่องในบุคลิกภาพอันเป็นภาพลักษณ์ของเธอ ด้วยได้เคยเกื้อกูล สงเคราะห์ช่วยเหลือกันตามสถานการณ์ เช่นช่วงที่แม่ผู้เขียน (พลอย ดั่งลอย, 2483-28 พฤศจิกายน 2561) (ดิเรก ด้วยลอยและคณะ, 2563) เจ็บป่วยด้วยชราภาพ ได้ให้वानและขอความช่วยเหลือจากน้องให้จัดซื้อจัดหาสิ่งใช้เย็บแม่เธอก็ช่วยเป็นธุระด้วยดี ซึ่งเป็นความประทับใจในมิตรภาพแบบพี่น้องและความเอื้อเฟื้อกันด้วยดีทั้งด้วยผู้เขียนก็ได้ติดตามความเคลื่อนไหวการดำเนินชีวิตผ่าน สื่อออนไลน์ Facebook ของน้องอย่างต่อเนื่องเกินกว่า 10 ปี ซึ่งดูเหมือนจะมีความสุขตามอัตภาพในวิถีแบบครอบครัวสามีภรรยา ที่สื่อสารภาพถ่ายเป็นการกินอยู่ หลับนอนในแบบครอบครัว เรื่องก็น่าจะจบแค่นั้นเหมือนวิถีมุขยั่ว ๆ ไป จนกระทั่งมาพบข้อมูลผ่านหน้า Facebook ที่ถูกแท็กมาจากญาติมายังหน้าเฟซของเธอเองว่าอาลัยต่อการเสียชีวิตอย่างปัจจุบันทันด่วน และมีข้อความจากเพื่อนพี่น้อง แสดงความเสียใจ ไว้อาลัย และการสอบถามข้อมูลต่อความสูญเสียที่เกิดขึ้น

ผู้เขียนเมื่อทราบก็ให้ใจหาย จากเด็กสาวน้อยที่โลดทะยานเต็มไปด้วยแสงสว่างของความหวังในวัยเรียน นับแต่เยาว์วัย มีพลังทะยานชีวิตที่พุ่งแล้วให้อิ่มเอมไปกับเธอด้วย เป็นความ

สดใส ร้อยยิ้ม ความหวัง และแรงก้าวไปข้างหน้า มีพลังทางบวก อันหมายถึงมีแรงจูงใจอยากทำ
อยากพัฒนาตัวเอง เช่น เรียนหนังสือจนกระทั่งจบปริญญาโทวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิ-ราช และ
ใช้การศึกษาเป็นใบเบิกทางในการประกอบอาชีพและทำงานในบริษัทและหน่วยงานที่ทำให้มี
ความมั่นคงในอาชีพ รวมทั้งการประกอบอาชีพเสริม เพื่อเสริมความสำเร็จ อันถึงความมั่งคั่ง มั่ง
มี ในแบบวิถีคนครองเรือน แต่ผลคือเธอเลือกที่จะตายขณะที่กำลังเดินอยู่ระหว่างทางความฝัน
เหล่านั้น ซึ่งให้เกิดคำถามในใจว่าทำไม ? พลังทะยานชีวิตของเธอที่เคยพบและสัมผัสหายไปไหน
เมื่อทราบข่าวก็ให้ใจหาย และให้รู้สึกว้าว เธอผู้มีจิตใจดี ทำแต่ละอย่าง คิดทำอย่างมีเป้าหมาย
และมีความละเอียดในการคิด แต่ในชีวิตจริง กลับสรว้อยเศร้าและเปลี่ยนเหวี่ยงกระนั้นหรือ ทั้ง
ตัดสินใจทุกอย่างไว้อย่างหลัง ด้วยการฆ่าตัวตาย ดังนั้นการเขียนบททอลายนี้ จึงเป็นประหนึ่ง
สะท้อนคิด ชวนคิด กับความจริงของชีวิตของคนหนึ่ง ๆ ว่าทำไมมีจุดหักเหแบบนี้ และเลือกที่
ใช้วิธีการ “ตาย” ด้วยตัวเอง จุดหนักของชีวิต จุดอ่อน ของแต่ละคนไม่เหมือนกันตรงนี้เข้าใจได้
แต่ทำไมความหนักของเธอ จึงใช้วิธีการ “ตาย” ในการผ่อนเล่า ทำไมจึงใช้ความตายมาเป็น
เครื่องมือ “หลุดคร่า” พลังทะยานชีวิตที่เคยมีเล่า ในกรณีนี้คงเป็นคำถามที่ไม่มีคำตอบ แต่จาก
เหตุการณ์ความตายด้วยตัวเอง และวิธีการเสียชีวิตที่ไม่ปกติ ซึ่งในเชิงสังคมถือว่าเป็นปัญหา
ผู้เขียนจึงประสงค์นำมาเขียนเป็นบทความสะท้อนคิดต่อความตายและสาเหตุนำไปสู่ความตาย
ว่าเป็นอย่างไร ซึ่งจะได้สะท้อนคิดและนำมาแบ่งปันเป็นลำดับไป

พฤติกรรมการฆ่าตัวตาย

ความเชื่อต่อความตายทั้งใช้เป็นช่องทาง “เร้น”หนีออกจากปัญหา หรือสภาพที่รู้มรณา
ทนได้ยากของมนุษย์คนหนึ่งที่ไม่อาจฝืนทน หรือเชื่อความตายที่เป็นช่วงหนึ่งของชีวิต ต้องก้าว
เดินและก้าวข้ามให้ได้ การไปใช้ชีวิตในอีกภพภูมิที่คาดว่าจะจะเป็นนิรันดร์ ดังมีงานวิจัยเรื่อง “**การ
ฆ่าตัวตาย : ปรากฏการณ์ทางสังคมและวัฒนธรรม**” ซึ่งสื่อว่า การฆ่าตัวตายกลายเป็นวิถี
วัฒนธรรมเชิงสังคมที่ถูกยอมรับ (รตพร ปัทมเจริญ, 2552) ดังปรากฏในกรณีของชนเผ่าฮิสกีโม
ที่ต้องปฏิบัติ “**การุณยฆาต**” ซึ่งในข้อเท็จจริงคงเป็นวิถีเฉพาะตามแต่ละพื้นถิ่นนอกจากนี้ในมิติ
ทางจิตวิทยาการฆ่าตัวตายยังมีมิติในเชิงสังคม สังคมวิทยาและประเพณีวัฒนธรรมด้วย ซึ่งจะทำ
ให้เข้าใจถึงแรงจูงใจ สิ่งกระตุ้นเร้าต่อการใช้ความรุนแรงต่อตนเอง เป็นการทำร้าย ทำลาย
จนกระทั่งการฆ่าตัวตาย จากแนวคิดของอีมิล เดอร์ไคม์ (Emile Durkheim) ได้นำเสนอมุมมอง
เกี่ยวกับการฆ่าตัวตายเอาไว้ในหนังสือ “Suicide : A Study in Sociology” เดอร์ไคม์
(Durkheim) สะท้อนความคิดว่าอัตราการฆ่าตัวตายมีความแตกต่างกันในแต่ละกลุ่มสังคมและม
ีความแตกต่างกันในแต่ละช่วงเวลา ทั้งเสนอว่า สาเหตุที่นำไปสู่การ ฆ่าตัวตายของปัจเจกบุคคลมี
ความหลากหลาย เช่น ความยากลำบากทางเศรษฐกิจ การสูญเสียเกี่ยวกับความรัก ความ
ล้มเหลวจากการทดสอบและความเจ็บป่วย เป็นต้น (Durkheim, 2002)

สังคมอินเดีย เอสกิโมและเมลานีเซีย (Leighton & Hughes, 1955) เป็นตัวอย่างที่สัมพันธ์กับการฆ่าตัวตาย โดยมีค่านิยม วัฒนธรรม เป็นองค์ประกอบโดยเฉพาะสังคมเอสกิโมและเมลานีเซียเป็นตัวอย่างที่แสดงให้เห็นถึง ปรากฏการณ์การฆ่าตัวตายของสังคมดั้งเดิม ส่วนความเชื่อต่อความตาย หรือผลของความตาย หรือเชื่อว่าตายแล้วจะสิ้นสุดกรรมในปัจจุบันขณะได้ ดังปรากฏเป็นชุดความเชื่อในเรื่องการฆ่าตัวตายในมิติทางศาสนาของโจนส์ ทาวน์ (Jonestown) โครงการเกษตรกรรมพีเพิลส์เทมเพิล (Peoples Temple Agricultural Project) เป็นเมืองที่จิม โจนส์ (Greenberg, 1979) ผู้นำลัทธิพีเพิลส์เทมเพิลสร้างขึ้น เป็นที่รู้จักและถูกจำในประวัติศาสตร์เมื่อมีเหตุการณ์ว่าสาวกของลัทธิจำนวน 918 เสียชีวิตจากการดื่มยาพิษในเหตุฆ่าตัวตายหมู่ ในเดือนพฤศจิกายน ค.ศ.1978/2521 เมื่อเฉพาย้อนกลับมาที่บทความนี้ผู้เขียนมุ่งไปที่ **“พฤติกรรมของน้องสาว”** กับความตายและเชื่อมโยงไปหาสาเหตุความตายในบริบทภาพกว้างเพื่อมองปัญหาในเชิงบุคคลสู่มาตรการหรือแนวทางที่จะใช้เป็นกลไกในการแก้ปัญหาหรือความสูญเสียจากการฆ่าตัวตายในกรณีอื่น ๆ ที่จะพึงเกิดขึ้นได้ในอนาคตด้วย

แรงจูงใจต่อการการฆ่าตัวตาย

ผู้เขียนรู้จักและใกล้ชิดกับผู้เสียชีวิตในประโยคเกริ่น เมื่อย้อนกลับไปดูช่วงเวลาที่คุณเสียชีวิตพยายามสื่อสารคือเรื่องของชีวิตคู่ ซึ่งน่าจะเป็นสาเหตุหลักและแรงจูงใจสำคัญข้อเท็จจริงสากลการฆ่าตัวตายว่าด้วยเรื่องจิตใจล้วน ๆ ที่อาจหุดหู่ สร้อยเศร้า จนกระทั่งมองว่าไม่อาจทน กับสภาพความทุกข์ยากที่ทนได้ยากนี้ ทำให้เกิดการใช้ความรุนแรงต่อชีวิตตนเอง ดังปรากฏในบทความเรื่อง **“การประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย”** (มานิชย์ หล่อตระกูล, 2553) ที่ระบุผลการศึกษาไว้ว่า **“...การฆ่าตัวตายเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ ผู้ฆ่าตัวตายส่วนใหญ่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งเป็นช่วงวัยที่เป็นกำลังสำคัญในการสร้างผลผลิตของประเทศ..”** รวมทั้ง **“...ผู้ฆ่าตัวตายส่วนใหญ่มีโรคทางจิตเวชร่วมด้วย โดยเฉพาะโรคซึมเศร้า การใช้สารเสพติดในทางที่ผิด โรคอารมณ์สองขั้ว และโรคซึมเศร้าติสโทเมีย...”** หรือในงานวิจัยเรื่อง **“แนวทางการจัดการระบบสุขภาพระดับอำเภอเพื่อการแก้ไขปัญหาการพยายามฆ่าตัวตายและการฆ่าตัวตายสำเร็จอำเภอพรหมพิราม จังหวัดพิษณุโลก”** (พุดริักษ์ รักษ์ย่อง, 2563) ซึ่งน้องสาวผู้ลาบไปแล้ว ก็มีบ้านเกิด พื้นถิ่น และวัดที่ทำการฅาปนกิจศพเธอก็อยู่ในตำบลลูกเทียม อำเภอพรหมพิราม จังหวัดพิษณุโลกแห่งนี้ด้วย โดยงานวิจัยนี้ ให้ผลการศึกษาว่า **“..ผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายส่วนใหญ่อายุ 20-39 ปี ร้อยละ 49.0 สาเหตุจากการทะเลาะกับคนใกล้ชิด ร้อยละ 37.1 และใช้วิธีกินยาเกินขนาดร้อยละ 31.8 ส่วนปัจจัยที่ส่งผลต่อ และใช้วิธีกินยาเกินขนาดร้อยละ 31.8 ส่วนปัจจัยที่ส่งผลต่อ การฆ่าตัวตายสำเร็จได้ คือ ภาวะซึมเศร้าและภาวะความเครียดที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05...”** ดังนั้นถ้าดูจากสาเหตุหรือแรงจูงใจ ก็คงไม่หนีกันทีเดียว เมื่อทำการสำรวจจากช่วงเวลาของน้องสาว ที่สะท้อนผ่านการสื่อสารออนไลน์ Facebook จะพบว่า อารมณ์การตัดพ้อ และจากบุคลิกภาพที่ชอบเก็บตัวทั้งการอยู่คนเดียว ทั้ง

ไม่มีจุดเกาะเกี่ยวสำหรับชีวิต เช่น ลูก หรือสมาชิกอื่น ๆ ในครอบครัวทำให้วิถีชีวิตอดาจมุ่งไปที่
 คู่มืออย่างชัดเจนดังปรากฏการสื่อข้อความผ่านสื่อออนไลน์ เช่น วันที่ 5 พฤษภาคม 2563 จะ
 พบการสื่อสารหลายครั้งในทำนองตัดพ้อ และสื่อสารอีกครั้งในช่วงวันที่ 17 พฤษภาคม 2563
 หลายครั้งต่างเวลากัน ประหนึ่งเป็นการสื่อสารและบอกกลายๆ อย่างมีนัยยะ จนกระทั่งการ
 สื่อสารสุดท้ายเพื่อเป็นการบอกลาในเวลา 03.45 และจากการสอบถามและสัมภาษณ์บุคคลที่
 เกี่ยวข้องให้ข้อมูลว่าเธอเสียชีวิตในเวลารุ่งเช้าตามเวลาการพบศพ ผู้เขียนจึงได้ไปไล่ช่วงเวลาการ
 สื่อสารผ่าน Facebook ของผู้ตาย เพื่อศึกษาช่วงเวลาชีวิตของเธอก่อนตาย ซึ่งน่าจะเป็นเวลา
 ก่อนการตัดสินใจใช้ความตายเป็นเครื่องมือยุติชีวิต ด้วยการฆ่าตัวตายของเธอ ซึ่งสามารถนำมา
 วิเคราะห์ร่วมเป็นกรณีศึกษาต่อพฤติกรรมในองค์กรรวม ก่อนการตัดสินใจปลิดชีพตัวเองได้ ดังนี้

 Kanlayarat Sookphung เพื่อน 15 เม.ย. · 🌐 · ชอบคุณ ❤️ ทุกกำลังใจ ความหวังใจ ที่หลัง ไหลเข้ามา ชอบคุณ ❤️ ครอบครัวยุติหัวใจ ชอบคุณ ❤️ ทุกๆ ความช่วยเหลือ >> ขณนี้ เราดีขึ้น แล้ว พร้อมที่จะสู้ มีกำลังใจที่แข็งแรงมากขึ้น >> #ไม่ต้อง ห่วงนะ น้องคนนี้ ไม่คิดสั้น (น้องผ่านจุดนั้น มาแล้ว) ... 👍👍👍 39 ความคิดเห็น 16 รายการ	[ระยะ 1] (15 เมษายน 2563) ระยะแรก ๆ จากข้อความที่สะท้อน คิดในสื่อออนไลน์ยืนยันว่าน้องมี ปัญหาในชีวิต ส่วนเรื่องใด ยังไม่เป็นที่ แน่ชัด เกี่ยวกับปัญหาชีวิตนั้น
 Kanlayarat Sookphung เพื่อน 30 เม.ย. · 🌐 · ตั้งแต่ จ้าความได้ จนถึง วันที่ อายุ 39 ปี เรา เรียนอยู่ กับ 3 ประโยคนี้ ((ขอบคุณ ใครคนนึง พุดความในใจออกมา ทำให้เราได้ คิด)) * เรายอม * >> เพื่อให้ใครหลายคน สมายใจ ((บอก ตัวเองเสมอ ว่า....ไม่เป็นไร)) แต่ ... 👍👍 27 ความคิดเห็น 2 รายการ	[ระยะ 2] ระยะต่อเนื่อง (30 เมษายน 2563) การสับสนวุ่นวายในความคิด ประหนึ่งภาพเก่ามาทวนความทรงจำ ย้อนอดีตเพื่อก้าวไปข้างหน้า วน กลับไปมาเป็นพฤติกรรมของผู้ที่ ประสบปัญหา
 Kanlayarat Sookphung เพื่อน 5 พ.ค. · 🌐 · วันนี้ เราทำงานทำ >> เคลียร์ข้าวของ เครื่องใช้ ของตัวเองให้เรียบร้อย #ทุกคน ย่อมมีความลับ ที่บอกใคร ไม่ได้ ✨ เรา ก็เช่นกัน ✨ วันนี้เราเปิด ประตูที่เก็บ อดีต เอาไว้มากมาย มาเจอจดหมาย ฉบับนี้ ตัวหนังสือ อ่านยาก มากมาย แต่มันคือความรัก ที่กลั่นออกมาเป็นตัวอักษร... 👍👍👍 Kanlayarat Sookphung และคนอื่นๆ อีก 10 คน 1 ความคิดเห็น	[ระยะ 3] ระยะต่อเนื่อง (5 พฤษภาคม 2563) การจัดแจงชีวิต เหมือนกับกำลังจะไปเริ่มต้นใหม่ การ ค้นจดหมายเก่า นำมาสื่อสาร การ บอกว่าตัวเองจะเริ่มใหม่ (งาน)
 Kanlayarat Sookphung เพื่อน 5 พ.ค. · 🌐 · สิ่งที่เราเห็น >> เราทำมันด้วยความตั้งใจ ใส่ใจ ประหนึ่งรสชาติ ให้ถูกใจคนที่มาต้อนรับเรา คิดว่า การทำอะไรสักอย่างด้วยความปรารถนา ด้วยความรัก มันอาจ จะมีคุณค่า ให้ได้คิดถึงมากที่สุด แต่เราคิดไปเอง >> มัน อาจจะไม่ร้านอาหารหรู บรรยากาศ ดีดี มีราคา ไม่ได้... 👍👍👍 9 1 ความคิดเห็น	[ระยะ 4] ระยะต่อเนื่อง (5 พฤษภาคม 2563) ข้อความนี้เป็น ภาษาของการตัดพ้อถึงอาหารโดย การเปรียบเทียบทำด้วยใจที่อีกฝั่งคิด เอาเอง แต่อีกฝั่งไม่ได้คิดตามไปด้วย เป็นภาษาของการตัดพ้อ ต่อว่าต่อ ขานก็ไม่ปาน

 Kanlayarat Sookphung เพื่อน 5 พ.ค. · 🌟 มีใคร คนหนึ่ง 🌟 ร้องขอความสุข จากเรา 🌟 ประโยคสั้นๆว่า ***เราขอมีความสุข ในส่วนของเราได้มั้ย*** แต่ความสุข ของเขา >> อยู่บนความทุกข์ของเรา นี่สิ คิดว่าไป วณมา >> จะให้มีความสุขกับเขา ยังไง โดยที่เราไม่ทุกข์ ดีละ ((เราก็อยาก ได้รอยยิ้มของเราคืนมานะ))... 👍👍 Kanlayarat Sookphung และคนอื่นๆ อีก 21 คน 1 ความคิดเห็น	[ระยะ 5] ระยะย่ำคิด (5 พฤษภาคม 2563) สะท้อนปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต “ความสัมพันธ์เชิงบุคคล” ดังข้อความว่า มีใครคนหนึ่งร้องขอความสุขจากเราประโยคสั้น ๆ ว่า “เราขอมีความสุขในส่วนของเราได้มั้ย” แต่ความสุขของเขา อยู่บนความทุกข์ของเรา นี่สิคิดวนไป วณมา จะให้มีความสุขกับเขายังไง โดยที่เราไม่ทุกข์ดีละ (เราก็อยาก ได้รอยยิ้มของเราคืนมานะ)
 Kanlayarat Sookphung เพื่อน 10 พ.ค. · 🌟 เพื่อนบอกว่า >> เอ็งเป็นคน อารมณ์ดีตลอดเลยนะ ไม่เคยเปลี่ยน อยากให้เอ็งเหมือนเดิม พี่สาวบอกว่า >> มันหนักมากโซ้ยๆ ที่ทำให้คนอารมณ์ดี ต้องร้องไห้หลายคน บอกว่า >> ไม่รู้เป็นอะไร แต่ขอให้ น้องสู้ๆ และคนสำคัญบอกว่า >> อยากให้ หนู กลับมาหัวเราะ... 👍👍 Kanlayarat Sookphung และคนอื่นๆ อีก 26 คน 4 รายการ	[ระยะ 6] 10 พฤษภาคม 2563 อารมณ์ของตัดพ้อ ต่อพฤติกรรมและการแสดงออกเชิงสังคมและสัญลักษณ์ต่อความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นจนกลายเป็นความเจ็บซ้ำ
 Kanlayarat Sookphung 16 พฤษภาคม เวลา 07:37 น. · 🌟 กับข้าว ชุดนี้ อร่อยที่สุด ((กับข้าว คนจน ที่ไม่ต้องมีสิ่งแวตลอม เป็นแสงสีเสียง แต่สิ่งใด >> ยืนอยู่ในจุดที่เราเป็น อย่างทะเยอทะยาน ดีที่สุด ใจอยากได้ อยากมีเท่าไร ใจก็เป็นทุกข์))) 	[ระยะ 7] อาการตัดพ้อ (16 พฤษภาคม 2563) การตัดพ้อ น้อยใจ ต่อพฤติกรรมและความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัว การสื่อสารเพื่อบอกและมีการรอคอยเป็นเป้าหมาย
 Kanlayarat Sookphung 17 พฤษภาคม เวลา 03:45 น. · 🌟 ฉลากจะบอกว่า >> หนูขอโทษ แค่ออโทษ เราขอโทษ ข้าอโทษ หนูขอโทษ เรอขอโทษ << "อ่าโกรธ กับเธอ นะ" 🍀🍀ทุกคน ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต🍀🍀 	[ระยะที่ 8 สุดท้าย] วาระสุดท้ายของชีวิต การฆ่าตัวตายในเวลารุ่งเช้าของเธอ จึงเกิดขึ้น อาจจะได้ด้วยภาวะเครียดสะสมและต่อเนื่องจนกลายเป็นความเครียด หดหู่ เศร้าใจ เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องจนกระทั่งวินาทีสุดท้ายของชีวิตนับแต่ประสบปัญหาห้วงเวลาประมาณ 1-2 เดือนโดยประมาณ

ภาพที่ 1 ภาพประกอบบันทึกความคิดและทางถอยก่อนสิ้นแสง ตัดสินใจฆ่าตัวตาย

(ภาพ Online Facebook, 22 พฤษภาคม 2563)

เมื่อศึกษาจากช่วงเวลาและทางเดินของชีวิตเธอ ผ่าน Facebook สะท้อนว่าชีวิตมีปัญหา และเป็นปัญหาในแบบครอบครัว ความรักแบบสามีภรรยา และปัญหาทางเศรษฐกิจตามที่ทราบมาด้วย เพราะภาษาในแต่ละช่วงสะท้อนคิด ความเห็นออกไปในลักษณะของการตัดพ้อ ถวิลหา ดังนั้นเพื่อการศึกษาประมวลความคิดการตัดสินใจฆ่าตัวตาย สะท้อนผลเป็นการเรียนรู้ที่น้อยหนึ่งบอกได้ว่าชีวิตมีปัญหา จาก Facebook สะท้อนคิดถอดรหัสออกมาเป็นการเรียนรู้ได้คือ

(1) ภาษาที่ใช้สะท้อนอารมณ์ความรู้สึกที่ไม่ปกติ ด้วยชุดคำแบบตัดพ้อ ต่อخان ต่อคู่ชีวิต หรือส่งสารสื่อกลาง ๆ ให้เห็นถึงการตัดพ้อ เรียกร้อง ต่อใครคนใดคนหนึ่ง ถึงแม้ได้บอกว่า เป็นใคร แต่การแท็ก (Tag) หากคนที่ถูก Tag จึงเป็นประหนึ่งเป็นปลายทางซึ่งก็คือสามีของเธอ ก็คงยืนยันได้ว่าปัญหาคงเป็นเรื่อง “ชีวิตครอบครัว” แต่เป็นการตัดพ้อภายใต้ การเพรียกหา เบา ๆ วิธีแก้ไขจากเหตุการณ์ในกรณีนี้ คงเป็นเรื่องของการเข้าหา คุยด้วย แลกเปลี่ยน ซึ่งไม่ควรเปิดโอกาสให้ผู้ป่วย หรือผู้ที่อยู่ในอาการดังกล่าวได้อยู่คนเดียว ซึ่ง Facebook จึงเป็นช่องทางหรือจุดสังเกตได้ด้วย

(2) พฤติกรรมในทางปฏิบัติก่อนการฆ่าตัวตาย จากการสังเกตติดตามอย่างใกล้ชิด ผ่านสื่อออนไลน์ของเธอจะพบพฤติกรรมที่เรียกว่าพฤติกรรมเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย เช่น พูดน้อย เก็บตัว ซึมเศร้า เพราะจากพฤติกรรมตามช่วงเวลาของผู้เสียชีวิต สื่อสารไว้น้อยหนึ่งเป็นข้อดีคือทำให้เห็นความคิดของผู้ใกล้จะตาย หรือเห็นช่วงเวลาของอารมณ์และความรู้สึก การคิด ก่อนการตัดสินใจฆ่าตัวตาย ซึ่งหากคนเป็นญาติ พี่น้อง เพื่อน สังเกตเห็นอาการเหล่านี้ ควรสังเกตและติดตามอย่างใกล้ชิด เพื่อการช่วยเหลือ ให้คำปรึกษา ทั้งประกบให้กำลังใจ พุดคุยเพื่อมิให้ผู้ป่วยมีภาวะซึมเศร้าหรือต้องอยู่คนเดียว

(3) ผลกระทบในความสูญเสียของผู้ตาย หากมองอายุหรือช่วงเวลาของผู้เสียชีวิตที่เหลือ มองได้ว่าเป็นวัยแรงงาน ที่จะสร้างผลประโยชน์ในการผลิตให้เป็นหลักที่พึ่งพิงของครอบครัว หรือสังคมได้ การเสียบุคลากรวัยทำงานเท่ากับปิดโอกาส ที่จะได้ประโยชน์จากกลุ่มประชากรวัยทำงานในองค์กรรวมภาพใหญ่ ระดับครอบครัว และระดับบุคคล อาจใช้คำว่าเร็วเกินไป หรือยังไม่ถึงเวลา เขายังไม่ควรตายด้วยช่วงวัยที่อยู่ในขณะนี้

จากที่ยกมาจึงเป็นประหนึ่งถอดรหัสสะท้อนคิด นำมาเล่าแบ่งปันเพื่อทางเดินของความคิดของผู้ตายก่อนตายกับแรงจูงใจ และวิธีการแสดงออกเพื่อนำมาเป็นกรณีศึกษาถอดความ ซึ่งจะช่วยให้เห็นว่าอย่างไรเสียตายไปแล้ว หรือตายก็ตายไปแล้วยังนำมาเป็นชุดความรู้ให้ผู้อื่นได้ ประหนึ่งคนตายสอนคนเป็น ตายก่อนตาย หรือเข้าใจความตายเพื่อไม่ตายหรือไม่ต้องตาย จากข้อมูลหรือข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้นจึงทำให้เป็นการสะท้อนคิดภายใต้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง นัยหนึ่งเพื่อถอดรหัสหาทางช่วยเหลือป้องกันกรณีเหตุจะมีลักษณะใกล้เคียงกัน อาจใช้ระบบออนไลน์เป็นเครื่องมือในการเติมช่องว่างหรือช่องทางเพื่อให้เป็นทางเลือกอีกนัยหนึ่งใช้ช่องทางดังกล่าวเป็นการศึกษาและเฝ้าระวังต่อปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น จากญาติผู้ใกล้ชิด บุคคลที่

เกี่ยวข้อง ด้วยในสถานการณ์ที่ยากลำบากมนุษย์มีความซับซ้อนมากขึ้นด้วยเงื่อนไขหรือสาเหตุต่าง ๆ แต่อีกนัยหนึ่งก็เข้าถึงได้ง่ายด้วยระบบออนไลน์โลกเสมือนจริง เพราะในปัจจุบันคนใช้ระบบออนไลน์เป็นช่องทางในการสื่อสารและการแสวงหาข้อมูลข่าวสารดังปรากฏข้อมูลผู้ใช้สื่อทั่วโลกแต่ละชนิดเกินกว่า 2 พันล้านคนทั้ง Facebook, Youtube, Instagram, Line เป็นต้นซึ่งง่ายต่อการติดต่อสื่อสารเข้าถึงซึ่งกันและกันได้

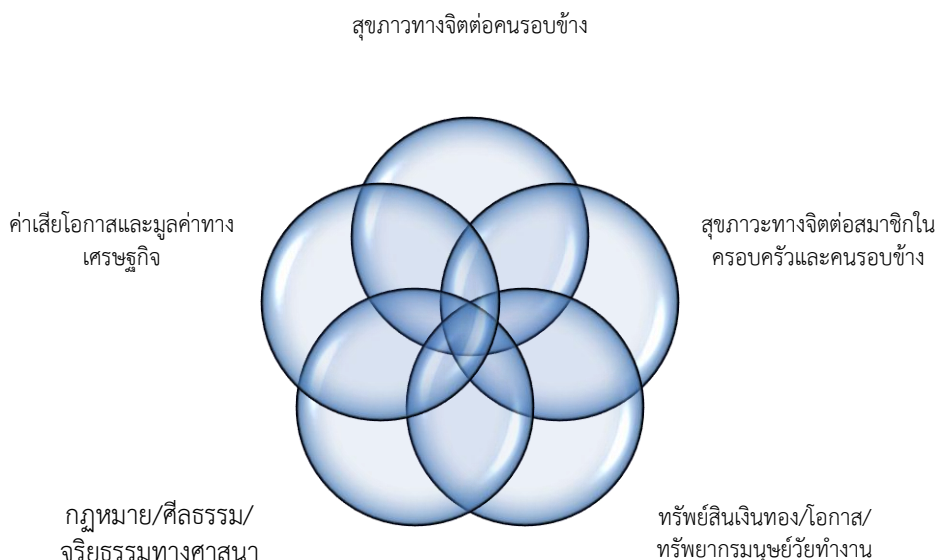
วิธีการฆ่าตัวตาย

การฆ่าตัวตายอาจเป็นวิธีแก้ปัญหาได้ แต่อีกนัยหนึ่งก็เป็นปัญหาให้กับสังคมได้อีกด้วย ดังนั้นวิธีการแสดงออกต่อความตายที่เกิดขึ้น อาจสะท้อนเป็นข้อมูล แนวคิด สะท้อนคิดได้ในหลายมิติด้วยกัน จริยศาสตร์กับสิทธิการฆ่าตัวตาย ยังคงเป็นแนวคิดที่ยังถกเถียงกันอยู่ด้วยเหตุผลของสิทธิ์ต่อความตายเป็นปัจเจกสิทธิ์อื่นพึงมีพึงได้ของผู้ตายนั้น ซึ่งในส่วนนี้คงเป็นเรื่องแนวคิด มีนักคิดจำนวนมากสะท้อนคิดว่ามนุษย์มีสิทธิ์ในการฆ่าตัวตายไหม ส่วนในทางศาสนาอาจมีคำอธิบายตามประเด็นของทางศาสนาในแต่ละศาสนาทั้งพุทธ คริสต์ อิสลาม แต่แต่ละประเด็นตรงนั้นเป็นมิติของสังคมเชิงศาสนา ในทางศาสนามีคำอธิบายว่าชีวิตเป็นของพระเจ้า กรณีในศาสนาคริสต์ หรือในศาสนาอิสลาม การไปละเมิดชีวิตต่อตัวเองด้วยการฆ่าตัวตายถือว่าเป็นการผิดต่อโอองการของพระเจ้า จัดเป็นบาป ในส่วนของพระพุทธศาสนาอาจตีความในเรื่องของ “กรรม” แปลว่า การกระทำเป็นเครื่องกำหนดชีวิต แต่การเบียดเบียนชีวิตตัวเองก็เป็นบาปหรือเป็นสิ่งที่ไม่พึงกระทำ

ดังปรากฏในครั้งพุททกาล อย่างกรณีของพระวัคกลี ฆ่าตัวตายเพราะน้อยใจที่พระพุทธเจ้าตำหนิที่ไม่สนใจปฏิบัติธรรม ซึ่งพระพุทธเจ้าได้เสด็จไปแสดงธรรมโปรดตั้งประโยคพุทธพจน์ว่า “วัคกลี จะมีประโยชน์อะไรด้วยร่างกายอันเปื่อยเน่าที่เธอเห็นอยู่นี้ ผู้ใดเห็นธรรม ผู้ผู้นั้นชื่อว่าเห็นเรา ผู้ใดเห็นเรา ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม ความจริง เมื่อเห็นธรรมก็ชื่อว่าเห็นเรา เมื่อเห็นเราก็นับว่าเห็นธรรม” (ส.ข. 87/159) หรือการฆ่าตัวตายเพื่อการปฏิบัติไปถึงอุดมคติในทางศาสนา หรือพระชวนกันฆ่าตัวตายหรือพรรณนาคุณแห่งความตาย ดังปรากฏข้อมูลว่า “...ภิกษุเหล่านั้นกล่าวว่า ‘พระผู้มีพระภาคตรัสสอนอสุภกัมมฐาน ทรงพรรณนาคุณอสุภกัมมฐาน ตรัสสรรเสริญการเจริญอสุภกัมมฐาน ตรัสพรรณนาอสุภสมาบัติเนื่อง ๆ โดยประการต่าง ๆ’ จึงพากันประกอบความเพียรในการเจริญ อสุภกัมมฐานหลายประการ กระทั่งเกิดความรู้สึกยึดอัด เบื่อหน่าย รังเกียจร่างกายของตน เหมือนชายหรือหญิงที่เป็นหนุ่มเป็นสาวชอบแต่งตัวอาบน้ำสระเกล้า มี ชากศพุง ชากศพุนัขหรือชากศพมนุษย์ มาติดอยู่ที่คอ เกิดความรู้สึกยึดอัด เบื่อหน่าย รังเกียจ ภิกษุเหล่านั้นจึงฆ่าตัวตายเองบ้าง ใช้กันและกันให้ฆ่าบ้าง ภิกษุบาง กลุ่มพากันไปหาตาเถรมิคลันทิกะบอกว่า ‘ขอโอกาสหน่อยเถิด ท่านช่วยฆ่าพวกที่เกิด บาตรและจีวรนี้จักเป็นของท่าน’ ตาเถรมิคลันทิกะ รับจ้างเอาบาตร และจีวร จึงฆ่าภิกษุวันละ 1 รูปบ้าง ฯลฯ วันละ 60 รูปบ้าง” ซึ่งเป็นสิ่งไม่ควรทำดังปรากฏในครั้งพุททกาล ปัญหาการฆ่าตัวตายตีความเชิง

สังคมถือว่าเป็นปัญหาทั่วโลก แต่ในเชิงจริยศาสตร์มีการเสนอแนวคิดในเรื่องสิทธิต่อการตาย ว่าเป็นสิ่งที่มนุษย์สามารถเลือกได้หรือไม่ ? คำตอบคือนักคิดส่วนหนึ่งมองว่าได้ ดังปรากฏข้อมูลเป็นข้อเท็จจริงซึ่งในหลายประเทศมีกฎหมายอนุญาตให้ผู้ป่วยที่ได้รับรองจากแพทย์สามารถทำการุณยฆาตได้ เช่น เนเธอร์แลนด์ (พ.ศ.2545) เบลเยียม (พ.ศ.2545) ลักซัมเบิร์ก (พ.ศ. 2546) สวิตเซอร์แลนด์ เป็นประเทศที่มีผู้ป่วยต่างประเทศเดินทางไปเข้ารับการทำการุณยฆาตจำนวนมาก เพราะมีกฎหมายอนุญาตให้ผู้ป่วยยุติชีวิตด้วยวิธี Physician Assisted Suicide (PAS) ตั้งแต่ปี 2485 มีสถาบันด้านการทำยุติการรักษาสำหรับผู้ป่วยต่างชาติ ที่เดียวในโลก คือ Dignitas Suicide Clinic สถาบันแห่งนี้มีบุคคลสำคัญหลายคนมาจบวาระสุดท้ายที่นี้ **ออสเตรเลีย** (พ.ศ. 2560) ประเทศออสเตรเลียเพิ่งมีประกาศใช้กฎหมายภายในรัฐวิกตอเรีย Voluntary Assisted Dying Act 2017 แคนาดา (พ.ศ.2559) โคลอมเบีย (พ.ศ.2553) สหรัฐอเมริกา (2540) รวมทั้ง เยอรมนี ญี่ปุ่น อินเดีย เป็นต้น (ทิพากร ไชยประสิทธิ์, 2564)

อีกส่วนหนึ่งมองว่าไม่ได้ ดังปรากฏเป็นกฎหมายการห้ามหรือห้ามต่อพฤติกรรมของการฆ่าตัวตายในหลาย ๆ ประเทศด้วย ส่วนในประเทศไทยน่าจะจัดอยู่ในกลุ่มหลังดังปรากฏตาม พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ 2550 มาตรา 12 ได้ระบุว่า **“บุคคลมีสิทธิทำหนังสือแสดงเจตนาไม่ประสงค์จะรับบริการสาธารณสุข ที่เป็นไปเพียงเพื่อยืดการตายในวาระสุดท้ายของชีวิตตน หรือเพื่อยุติการทรมานจากการเจ็บป่วยได้ เมื่อผู้ประกอบวิชาชีพด้านสาธารณสุขได้ปฏิบัติตามเจตนา ของบุคคลตามวรรคหนึ่งแล้ว มิให้ถือว่าการกระทำนั้นเป็นความผิดและให้พ้นจากความรับผิดชอบ”** ซึ่งกรณีของประเทศไทยของปฏิเสธการการให้ยา หรือการรักษาได้ ซึ่งคงเป็นพัฒนาการอีกขั้นหนึ่งของสิทธิมนุษยชนในการรับและไม่ได้รับการรักษาเพื่อยืดชีวิตหรือไม่ยืดชีวิต ประเด็นที่ยกมาคงเป็นเหตุผลของแต่ละพื้นที่ ซึ่งตรงนั้นคงสุดแต่ละฐานคิดของแต่ละส่วนของแต่ละพื้นที่และแต่ละประเทศ แต่อีกนัยหนึ่ง หากไปดูแนวคิดที่ปรากฏในงานทางด้านจริยศาสตร์ ส่วนใหญ่ จะมองว่าความตายเป็นเอกสิทธิ์ของผู้ตาย และมีสิทธิเลือกก็คงไม่ปาน แต่อีกนัยหนึ่งวิธีการความเหล่านี้นั้นก็จะเป็นเรื่องของศาสตร์ที่ถูกนำมาใช้อธิบาย ใช้ฐานคิดของอะไร ก็ จะตีความผ่านเรื่องนั้น ๆ ไปถามว่าผิดไหม คงไม่ได้ผิดอะไร แต่เป็นไปตาม **“ตรรกะ”** ของชุดเหตุผลที่นำมาตีความในเรื่องนั้น ๆ พื้นที่นั้น ๆ ประเทศนั้น ๆ



ภาพที่ 2 ผลกระทบจากการฆ่าตัวตาย

จากภาพที่ 2 การฆ่าตัวตายอาจไปสัมพันธ์กับ (ก) สุขภาวะทางจิตของคนรอบข้างเป็นความเสียใจ ความรู้สึกเสียตาย สร้อยเศร้าและความรู้สึกสูญเสีย (ข) ค่าเสียโอกาสทางเศรษฐกิจและสังคมหากเขายังอยู่ยังทำงานสร้างงานสร้างอาชีพอันพึงได้อีกเป็นจำนวนมากในวัยคนกำลังทำงานและสร้างอาชีพเป็นต้น (ค) เภณท์ทางกฎหมาย ศีลธรรม และค่านิยมที่ย้อนแย้งกับหลักการทางศาสนา แม้นัยหนึ่งการฆ่าตัวตายอาจเป็นทางออกและวิธีการในการแสดงออกต่อการปฏิเสธ หลีกหนี จนกระทั่งกลายเป็นการต่อต้านต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จนกลายเป็นพฤติกรรมและการกระทำที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องจนกระทั่งปัจจุบัน ดังนั้นวิธีการแสดงออกต่อความตายที่เกิดขึ้น จึงสัมพันธ์เนื่องต่อกับสมาชิกในสังคมในหลากหลายมิติดังปรากฏตามภาพที่ 2

จากการสำรวจข้อมูลที่พบวิธีการฆ่าตัวตายที่สำรวจพบมีหลายวิธี จากงานวิจัยที่พบเรื่อง **“ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตาย อำเภอจุน จังหวัดพะเยา”** (กิตติวัฒน์ กันทะ, 2562) โดยการศึกษาข้อมูลผู้ที่ฆ่าตัวตายสำเร็จ ระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2559 ถึง 30 กันยายน 2560 จำนวน 8 ราย ผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นญาติที่ใกล้ชิดกับผู้ที่ฆ่าตัวตายสำเร็จ โดยใช้แบบบันทึกสอบสวนการฆ่าตัวตาย ผลการศึกษา พบว่าผู้ที่ฆ่าตัวตายสำเร็จ เป็นเพศชาย 6 ราย และเพศหญิง 2 ราย ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่ประกอบอาชีพเกษตรกรรวม ผู้ตายทั้ง 8 รายใช้วิธีการผูกคอตาย 6 ราย ยิงตัวตาย 2 ราย ในจำนวนนี้ เคยบอกคนใกล้ชิดว่าจะฆ่าตัวตายหรืออยากตาย 4 ราย 2 ราย เคยพยายามฆ่าตัวตายมาก่อน ปัจจัยที่เป็นสาเหตุการฆ่าตัวตาย, 1) สภาพร่างกายจากการมีโรคประจำตัว ผู้ตาย 2 ใน 8 ราย มีโรคประจำตัวหลายโรค ทั้งเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไต

วายเป็นเรื่อง 2) สภาพจิตใจ โดยผู้ตาย 2 รายเป็นผู้ป่วยซึมเศร้าหรือมีอาการซึมเศร้า อีก 3 รายเป็นผู้ป่วยจิตเภท มีประวัติการใช้สุรา และสารเสพติดแอมเฟตามีนมาก่อน มี 1 ราย ไม่มีประวัติโรคประจำตัว 3) สภาพครอบครัวและสังคม พบว่าแบบแผนของครอบครัวไม่ได้เอื้ออำนวยให้มีสภาพจิตใจที่ดี เช่น ลักษณะครอบครัวแตกแยกอาศัยอยู่บ้านเพียงคนเดียว 4) ด้านเศรษฐกิจพบว่าผู้ตาย 5 รายมีปัญหาหนี้สินร่วมด้วย 5) ด้านวัฒนธรรม และ สิ่งแวดล้อมพบว่าเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น ไม่มีทางออก บางรายเคยมีญาติฆ่าตัวตายด้วยวิธีเดียวกัน 6) ปัจจัยอื่นๆ เช่น คนรักมีคนที่ใหม่ สรุปรู้ที่ฆ่าตัวตายมักมีปัญหาด้านสุขภาพเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง มีโรคทางจิตเวช มีการละเมิด ขาดคนที่คอยให้คำปรึกษาช่วยเหลือ ผู้ที่ฆ่าตัวตายทุกรายมีบุคลิกเดิมเป็นคนใจร้อน เจ้าอารมณ์ และ ก่อนที่จะทำร้ายตนเองจะมีลักษณะแยกตัวไม่ชอบยุ่งเกี่ยวกับผู้อื่น

จากภาพรวมของผู้ที่ใช้ความรุนแรงเป็นเครื่องมือฆ่าตัวเอง จะมีลักษณะที่ใกล้เคียงกันในวิธีการดังกล่าวตามที่ยกมาของงานวิจัย ส่วนวิธีการฆ่าตัวตายก็มีหลากหลายวิธี เช่น การผูกคอต การใช้อาวุธปืน หรือมีด หรือการกินยา ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ง่ายและสามารถกระทำความรุนแรงต่อชีวิตตัวเองได้ง่าย รวมถึงจากแผนภาพ 2 สะท้อนให้เห็นได้ถึงประเด็นร่วมในกรณี ต่างๆ ทั้งในความสูญเสีย สุขภาวะ ค่าเสียโอกาสทางอาชีพ รายได้ในเชิงเศรษฐกิจ ค่านิยมทางสังคม และวัฒนธรรม รวมไปถึงสุขภาวะทางจิตในทางการแพทย์ของสมาชิกในสังคม เรียกว่าญาติใกล้ชิดก็หดหู่ คนรับรู้ก็ห่อเหี่ยว รวมทั้งเป็นแบบอย่างให้เกิดภาพจำหรือกลายเป็นพฤติกรรมเลียนแบบของคนเมื่อประสบปัญหาได้ใช้วิธีการยุติ หรือหยุดโดยการทำลายตัวเองเป็นเครื่องมือหรือต่อสู้ ซึ่งทั้งหมดเป็นประเด็นร่วมของผู้เสียชีวิตในการใช้ความรุนแรงต่อชีวิตตนเองเป็นทางออก จึงทำให้เกิดความสูญเสียต่อชีวิต ทรัพย์สิน และอื่น ๆ ที่เกี่ยวเนื่องตั้งแต่อดีตจนกระทั่งปัจจุบัน

ผลกระทบและความเสียหายจากการฆ่าตัวตาย

จากงานวิจัยเรื่อง “การฆ่าตัวตายของวัยรุ่นในประเทศไทย : อุบัติการณ์ สาเหตุ และการป้องกัน เวชบัณฑิตศิริราช” (สมบูรณ์ หทัยอยู่สุข และสุพร อภินันทเวช, 2563) ที่สะท้อนข้อมูลอันเป็นผลกระทบจากการฆ่าตัวตายว่า “ผลกระทบจากการฆ่าตัวตายส่งผลต่อตัววัยรุ่น ครอบครัว สถานศึกษา และสังคมรอบตัว”

การฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเป็นปัญหาสำคัญที่เกิดขึ้นในยุคปัจจุบัน จากข้อมูลพบว่าสาเหตุการตายในวัยรุ่นในลำดับต้นๆ มาจากการฆ่าตัวตาย วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการในแต่ละด้านที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ในขณะเดียวกันวัยรุ่นถือเป็นวัยที่เปราะบาง ต้องเผชิญกับปัญหาหลากหลายที่อยู่รอบตัว ทำให้บางครั้งวัยรุ่นเลือกที่จะจัดการปัญหาด้วยการฆ่าตัวตาย ผลกระทบจากการฆ่าตัวตายส่งผลต่อตัววัยรุ่น ครอบครัว สถานศึกษา และสังคมรอบตัววัยรุ่น ดังกล่าว นำมาซึ่งความสูญเสียที่มีมูลค่ามหาศาล สาเหตุและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นทั้งด้านชีวภาพ จิตใจ และสังคมวิทยา มีความจำเพาะแตกต่างจากวัยอื่น

ข้อมูลจากรายงานของประเทศต่างๆ ทั่วโลกมีความแตกต่างกันในบางส่วน ขึ้นอยู่กับรูปแบบสังคม วัฒนธรรม และกฎหมายที่เกี่ยวข้อง การป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นเป็นเรื่องที่หน่วยงานระดับนานาชาติให้ความสำคัญและกล่าวถึงอย่างมากรบความนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อทบทวนองค์ความรู้เรื่องอุบัติการณ์ สาเหตุ และการป้องกัน โดยรวบรวมมาจากการศึกษาและวิจัยทั้งในและต่างประเทศ เพื่อให้ผู้อ่านได้ตระหนัก เห็นความสำคัญ เกิดความรู้ความเข้าใจ ปัญหาการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นในประเทศไทยและวัยรุ่นทั่วโลก และนำไปสู่การวางแผนป้องกันปัญหาต่อไปได้อย่างเหมาะสม

ย้อนกลับไปทศวรรษทางพระพุทธศาสนาการฆ่าตัวตายเป็น “บาป” ชนิดหนึ่ง ดังปรากฏเป็นทศนและผลการศึกษาของนักวิชาการฝ่ายศาสนาไว้ว่า (ณัฏฐิ์ ศรีดี, 2560) การฆ่าตัวตายเป็นข้อเท็จจริงที่สามารถพบได้ในทุกสังคมในโลกนี้ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน และศาสนาทุกศาสนายืนยันว่า การฆ่าตัวตายเป็นพฤติกรรมที่ไม่ควรทำและผิดศีลธรรม โดยเฉพาะพระพุทธศาสนา พระองค์ตรัสว่า “กิจโณ มนุสสปปฎิลาโณ การได้เกิดเป็นมนุษย์เป็นสิ่งยากยิ่ง”

ฉะนั้นมนุษย์ควรรักษาชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองไปสู่เป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา กล่าวคือ พระนิพพาน อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาการฆ่าตัวตายในทศนพระพุทธจริยศาสตร์พบว่า การฆ่าตัวตายเป็นผิดทุกกรณี แต่มีบางกรณีที่พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงตำหนิ ดังจะเห็นได้จากกรณีของพระฉันทะเถระ และพระโคธิกะเถระ เนื่องจากทั้งสองกรณี พระเถระที่ฆ่าตัวตายนั้นได้บรรลุพระอรหันต์อันเป็นผลมาจากการปฏิบัติอย่างเคร่งครัด แต่ในกรณีอื่นๆ การฆ่าตัวตายเป็นผิดทุกกรณี เนื่องจากเป็นฆ่าตัวตายด้วยความอยากบางประการ กล่าวคือ ประการแรกที่จะเกิดในภพภูมิที่ดีกว่า หรือคิดว่า ชีวิตหลังความตายประเสริฐกว่าการมีชีวิตอยู่ในปัจจุบัน

ดังนั้นการฆ่าตัวตายเป็นความผิดบาปในทางศาสนา ส่งผลกระทบต่อหลักการทางศาสนาทั้งในมิติของพุทธ คริสต์ อิสลาม หรือศาสนาอื่นๆ ด้วย ส่วนผลกระทบอื่น ๆ ที่เนื่องด้วยสังคมเศรษฐกิจ และวัฒนธรรม ล้วนเนื่องกันดังปรากฏในภาพที่ 2 ที่เป็นการเสียใจ สุขภาวะของสมาชิกในครอบครัว ค่าเสียโอกาสต่อรายได้ในเชิงเศรษฐกิจ ค่านิยมทางสังคมและวัฒนธรรม รวมไปถึงสุขภาวะทางจิตในการแพทย์ของสมาชิกในสังคม ซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับความตายของน้องสาวผู้เขียนที่เมื่อสอบถามจากญาติใกล้ชิดทุกคนยังมีภาพจำและความรู้สึกในด้านสุขภาวะต่อการสูญเสียอยู่ ดังนั้นความตายด้วยการฆ่าตัวตายเป็นปัญหามิติดินี้และส่งผลกระทบดังปรากฏเป็นข้อมูลตามที่ยกมาด้วยเช่นกัน (Keown, 1996; สุวรรณ สถาอานันท์, 2539; มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ, 2548)



ภาพที่ 3 สถิติและผลกระทบจากการฆ่าตัวตายที่มีข้อมูลยืนยันว่ามีค่าความเสียหายกว่าปีละ 400 ล้านบาท

ที่มา: ฤกษ์ภา ศุภวรรณกุล (2564)

สรุป

การเขียนนี้เป็นการสะท้อนถึงน้องที่ใช้ชีวิตเป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้ที่ว่าด้วยความรัก ชีวิต และการเดินทาง มีทุกข์ เศร้า ปนโศก เป็นเรื่องปกติของมนุษย์ทั่วไป ไม่ได้มีอะไรที่ผิดปกติไปเสียทีเดียว แต่ทั้งหมดสะท้อนให้เห็นว่าชีวิตที่ต้องเดินทางไกล หนทางยังอีกยาวไกล ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงอารมณ์และความรู้สึก รวมทั้งความจริงของชีวิต ที่ต้องเดินทางกันต่อไป (1) ความตายของผู้เสียชีวิต อาจเป็นการสะท้อนให้เห็นว่า ในชีวิตที่หนัก ยังมีคนที่หนักกว่า และในความหนักนั้นขอให้พยายามจนถึงที่สุดแล้วค่อยแสดงออกกับมัน แม้จะเจ็บปวดทรมานทุรนทุรายแต่อย่างไรเสียต้องผ่านมันไปได้ไม่ว่าจะด้วยเหตุผล หรือสาเหตุใด ก็ตาม (2) แม้ผ่านไม่ได้ ก็ลองอีกครั้ง กลับใจอีกอึดหนึ่ง ทั้งหาวิธีการอื่น ๆ นอกเหนือการใช้ความรุนแรงต่อชีวิตตนเอง มนุษย์โดยธรรมชาติรักสุข เกลียดทุกข์ และในความรักสุขเกลียดทุกข์เหล่านั้น ความรักและเกลียดจะเป็นหนทางที่สุดไม่ได้ แต่ให้ลองปรับวิธีคิดอีกครั้งหนึ่ง ครอบครัวยุคใหม่ พ่อแม่ พี่น้อง คนรอบข้าง คนที่ห่วงใยอื่น ๆ คนที่เป็นเพื่อนยังมีอีกมาก ที่จะคอยประคองช่วยให้ชีวิตก้าว หรือยับยั้งก้าวไปอีกได้ (3) ความสูญเสียเป็นเรื่องปกติ ในความหมายคือ ไม่ได้มีเสีย เป็นของคู่กันตามหลัก “โลกธรรม” 8 ตามแนวคิดทางพระพุทธศาสนา ปรับสมดุลทางความคิดให้ได้ เวลาในของคู่กันมีสภาพ

“เปลี่ยน” เป็นเรื่องปกติ สุข ไม่สุข ดีใจ เสียใจ เป็นของคู่กัน เพียงแต่ปรับอารมณ์ที่เข้ามากระทบให้ได้ ทำชีวิตให้สมดุลต่อไป ในวิธีการของทางเดินชีวิตมีอีกหลายวิธี ที่นอกเหนือจากการใช้วิธีการใด วิธีการหนึ่งในการกระทำความรุนแรงต่อชีวิตตนเอง ตายนะตายแน่ แต่ตายแล้วให้เกิดคุณูปการอีกหน่อย และเปรียบเทียบกับคนอื่น ๆ ว่าเรายังสบาย ไปได้ ดีกว่า แต่ “ใจ” กับการรับ “แบกรับ” น้ำหนักไม่เท่ากัน ก็เข้าใจ แต่ถ้าเรารับน้ำหนักด้วยใจที่หนักขึ้น ชีวิตอาจผ่านจุดหนักตรงนี้ได้ ขอแสดงความไว้อาลัยต่อการสูญเสียทั้งผู้จากไปและผู้อยู่ด้วยความระลึกถึงมิตรภาพที่เคยมีต่อกัน ด้วยไมตรีจิต ขอใช้บทบันทึกนี้เป็นสรุปลงให้น้องไปสู่สุคติภพภูมิที่ไปตามคติตามความเชื่อชาวพุทธด้วยเทอญ

เอกสารอ้างอิง

- กฤษฎา ศุภวรรณกุล. เจาะปัญหาฆ่าตัวตายในสังคมไทยสาเหตุการตายผิดธรรมชาติสูงอันดับ 2 รองจากอุบัติเหตุ. สืบค้น 25 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://www.hfocus.org/content/2019/05/17140>
- กิตติวัฒน์ กันทะ และคณะ. (2562). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการฆ่าตัวตาย อำเภอจุน จังหวัดพะเยา. วารสารวิชาการป้องกันควบคุมโรค สคร. 2 พิษณุโลก, 6(1), 16-23.
- ณัฏฐ์ ศรีดี. (2560). พุทธจริยศาสตร์กับแนวคิดเรื่องการฆ่าตัวตาย. วารสาร มจร พุทธศาสตร์ปริทรรศน์, 1(1), 25-39.
- ดิเรก ตัวลอย และคณะ. (2563). ประวัติศาสตร์ท้องถิ่นบ้านสวน สุขชัย. พระนครศรีอยุธยา : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ทิพากร ไชยประสิทธิ์. (2564). 11 ประเทศ กฎหมายไฟเขียว “ตายอย่างสงบ”. ข่าวไทยพีบีเอส. สืบค้น 25 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://news.thaipbs.or.th/content/278173>
- พุฒิรักษ์ รักช้อย และคณะ. (2563). แนวทางการจัดการระบบสุขภาพพระดบอำเภอเพื่อการแก้ไขปัญหาการพยายามฆ่าตัวตายและการฆ่าตัวตายสำเร็จอำเภอพรหมพิราม จังหวัดพิษณุโลก. วารสารสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2(1), 66-80.
- มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มานิชย์ หล่อตระกูล. (2553). การประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย. วารสารรามายิตีเวชสาร, 34(4), 187-189.
- มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ. (2548). แนวคิดทางศาสนาอิสลามเกี่ยวกับการวิจัยทางการแพทย์สมัยใหม่. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ.
- รตพร ปัทมเจริญ. (2552). การฆ่าตัวตาย : ปรัชญาการมองทางสังคมและวัฒนธรรม. วารสารวิชาการคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี, 5(2), 7-24.

- สมบูรณ์ หทัยอยู่สุข และสุพร อภินันท์เวช. (2563). การฆ่าตัวตายของวัยรุ่นในประเทศไทย :
อุบัติการณ์ สาเหตุ และการป้องกัน. *เวชบัณฑิตศิริราช*, 13(1), 40-47.
- สุวรรณา สถาอานันท์. (2539). ชีวิตและความตายตามคตินิคริสตศาสนา ใน *มุมมองเรื่องความ
ตายและภาวะใกล้ตาย*. นายแพทย์ประสาน ต่างใจ บรรณาธิการวิชาการ ธนพรรณ
สิทธิ สุนทร บรรณาธิการเรื่อง. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์คบไฟ.
- Durkheim, E. (2002). *Suicide: A Study in Sociology*. Oxfordshire: Routledge.
- Greenberg, J. (1973). Jim Jones: The Deadly Hypnotist. *Science News*, 116(22),
378-379.
- Keown, D. (1996). *Buddhism and Suicide : The Case of Channa*.
- Leighton, A. H. & Hughes, C. C. (1955). Notes on Eskimo Patterns of Suicide.
Southwestern Journal of Anthropology, 11(4), 327-338.
- Lester, D. (2006). Suicide and Islam. *Archives of Suicide Research*, 10(1), 77-97.