

A Study of Buddhist psychology Applied to Decrease Suicide

Using the Lanna Life-Prolonging Ceremony

¹พุทธศาสตร์คุณูปบัณฑิต สาขาวิชา พระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

²ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์Phrakrukittipatthananyut^{1*} wanchai pomlamaungdee² tepprawin janram²

¹Doctoral Programme in Buddhist Studies Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiangmai campus

²Thesis Advisors

zamomoko@hotmail.com

งานวิจัยเรื่องพุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนามีวัตถุประสงค์ 3 ประการ ประกอบไปด้วย 1) เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาการสืบชะตาในล้านนา และ 2) ประยุกต์ใช้สืบ ชะตาในล้านนาและเสริมสร้างพลังจิตวิญญาณ การลดปัญหาฆ่าตัวตาย ตลอดจนถึง 3) วิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนา พบว่าการฆ่าตัวตายเป็นเรื่องที่เกิดจากภายในสภาพจิตใจของผู้กระทำนั้น ในทางพระพุทธศาสนาจึงต้องมีหลักในการพัฒนาชีวิตอย่างถูกต้อง โดยให้พุทธศาสนิกชนดำเนินชีวิตไปในวิถีที่ถูกต้องตามหลักอริยมรรคมีองค์แปด อันเป็นแนวทางการดำเนิน ไปสู่ความดับทุกข์ ของชีวิต จะได้ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติสามารถแก้ไขปัญหาชีวิตหรือทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุเป้าหมายของชีวิต รู้จักฝึกฝนตนเองให้มีจิตใจเข้มแข็ง และทนต่อสภาวะอารมณ์ต่างๆ ได้ ซึ่งพระสงฆ์ต้องทำหน้าที่เผยแผ่คำสอนและเป็นที่พึ่งทางใจให้แก่บุคคลนั้น เน้นการสอนให้รู้จักพัฒนาจิตใจด้วยการทำสมาธิภาวนาหรือการปลูกฝังคุณธรรมให้รักในคุณค่าของชีวิต สอนให้เข้าใจในหลักคำสอนอริยสัจ 4 อันเป็นหลักความจริงของชีวิต และสร้างกำลังใจให้แก่บุคคลที่กำลังจะคิดฆ่าตัวตาย/ผ่านการฆ่าตัวตายมาแล้ว เพื่อให้สามารถกลับมาใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างปกติอีกครั้งด้วยสาเหตุนี้พิธีกรรมสืบชะตามีอิทธิพลอย่างมาก เกิดจากความเชื่อของผู้ที่หมดหวัง ท้อแท้ในชีวิต เป็นอุบายที่ใช้อบรมสั่งสอนคนนับตั้งแต่เด็ก ๆ ให้เข้าใจศาสนาไปตามลำดับอายุและความรู้ อย่างเป็นขั้นตอน ทั้งนี้เพราะพิธีกรรม เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของคนตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย และในกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตพิธีกรรมจะส่งเสริมคุณค่าทางจิตใจของบุคคลที่ประกอบพิธี หรือเข้าร่วมในพิธีกรรมให้เกิดความบริสุทธิ์ใจความสามัคคี ความเห็นอกเห็นใจ ความช่วยเหลือเอื้ออาทรซึ่งกันและกันด้วยความเสียสละ พิธีกรรมจึงมีความหมาย มีบทบาทอันสำคัญต่อชีวิตประจำวันของมนุษย์ที่เจ็บไข้ได้ป่วย และต่อสังคมโดยรวมด้วย ตลอดจนถึงพิธีสืบชะตาเป็นประเพณีสำคัญอย่างหนึ่งของชาวล้านนาที่เชื่อกันว่าเป็นการต่ออายุหรือต่อชีวิตของบ้านเมืองหรือของคนให้ยืนยาว มีความสุข ความเจริญ ตลอดจนจนเป็นการขจัดภัยอันตรายต่างๆ ที่จะบังเกิดขึ้นให้แก่ลี้คลาดปลอดภัยจึงทำให้ลดปัญหาลดการฆ่าตัวตายได้ในที่สุด

คำสำคัญ: พหุจิตวิทยา การฆ่าตัวตาย พิธีกรรมสืบชะตาในล้านนา

Composition on Buddhist psychology to reduce suicide decreasing by using the Lanna's tradition of prolonging life ceremony, there are 3 objectives include 1) to study the history of the Lanna's tradition of prolonging life ceremony and 2)

applied of the Lanna's tradition of prolonging life ceremony and strengthen one's spirit power to reduce suicide decreasing, 3) analysis of Buddhist psychology to reduce suicide decreasing by using the Lanna's tradition of prolonging life ceremony found that the suicide was caused by internal mental state of the offender. In Buddhism has principle of the development of life properly, By Buddhist lives of life on the Noble Eightfold Path which is the path leading to the cessation of suffering and it makes practitioners will be able to fix the problem or make life achieve the goal. How to know training one has mental strongly and patience to various emotional state, which the monks have missionaries teaching and relied on the mind of the person, teachings on the development of the mind with practice meditation, or to instill moral for loving in values of life. Teaching them for understand the four Noble Truths is the truth of life and encourage those who are considering suicide / had suicidal thoughts, to be able to have a normal social life again with the Lanna's tradition of prolonging life ceremony with has highly influential. This suicide was caused from the faith of those who despair, discouraged in life. The Lanna's tradition of prolonging life ceremony is a strategy to teach people since they were children to understand the religion according to their ages' level and religious knowledge systemically, because ceremony is associated with the life of people, from birth until death and in activities of the life, the ceremony has promoted the value of mental of who arranging the ceremony or join in the ceremony was caused purity of heart, unity, generosity, assistance and sacrifice. The ceremony is also an essential, a critical role in the daily lives of human who is illness and to society as a whole, throughout an important ceremony of Lanna who had believed it is long life of people or the long life of the nation, people live happily and prosperous as well as eliminate the dangers that will befall the safe and reduce suicide in the end.

Keywords: Buddhist psychology, Suicide, the Lanna's tradition of prolonging life ceremony

บทนำ

ปัจจุบันการฆ่าตัวตายเป็นสาเหตุตายที่สำคัญอย่างหนึ่งของคนที่อยู่ในวัยแข็งแรง และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ พฤติกรรมการฆ่าตัวตายมักจะจำแนกออกตามผลลัพธ์ของการกระทำ เช่น เรียกว่า ฆ่าตัวตายสำเร็จ (Completed or Successful Suicide) ถ้าการกระทำนั้นทำให้ผู้กระทำถึงแก่ชีวิต หรือเรียกว่าการพยายามฆ่าตัวตาย (Attempted Suicide) ถ้าผู้กระทำรอดชีวิต อย่างไรก็ตามคำว่าพยายามฆ่าตัวตายก็ยังไม่ชัดเจน มักจะหมายถึงทั้งผู้ที่พยายามฆ่าตัวตายอย่างรุนแรง และผู้ที่กระทำเพื่อเรียกร้องความสนใจโดยมิได้ตั้งใจจะตายจริงๆ หรือที่เรียกว่าแสวงกระทำการฆ่าตัวตาย (Suicidal Gesture) ดังนั้นจึงเป็นปัญหาในการศึกษา การเข้าใจสาเหตุ และการรักษาป้องกันพฤติกรรมนี้ เพื่อให้เห็นถึงความรุนแรงและความตั้งใจในการกระทำ จึงควรแบ่งพฤติกรรมนี้เป็น 3 ชนิด คือ 1. การฆ่าตัวตายสำเร็จ หมายถึงการฆ่าตัวตายซึ่งเป็นผลให้ผู้กระทำเสียชีวิต 2. การพยายามฆ่าตัวตาย (Suicidal Attempt) หมายถึงความพยายามฆ่าตัวตายซึ่งผู้กระทำมีความตั้งใจจริงที่จะตาย 3. การแสวงกระทำการฆ่าตัวตาย (Suicidal Gesture) หมายถึงการพยายามฆ่าตัวตาย ซึ่งผู้กระทำมีความตั้งใจน้อย หรือไม่มีความตั้งใจจริงที่จะตายในยุคที่สื่อสังคมออนไลน์มีผลต่อการดำรงชีวิตของคนในปัจจุบัน เมื่อผู้คนสนใจแต่การมองเห็นจ้อ มั่วแต่สื่อสารกันผ่านโปรแกรมสื่อสารออนไลน์ต่างๆ จนละเลยการพูดคุย การสื่อสารที่ดีต่อกันแบบซึ่งหน้า พฤติกรรมเหล่านี้ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของสังคมและการดำเนินชีวิต จนก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมาได้

จะเห็นได้ว่าข่าวประจำวันผ่านทางสื่อสังคมต่างๆ เกี่ยวกับปัญหาการฆ่าตัวตายเพิ่มมากขึ้นนั้นเป็นเพราะปัญหาการเสียชีวิตจากการทำร้ายตนเองไม่ใช่เรื่องไกลตัว และสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัย เราจึงยังคงพบเห็นปัญหานี้ได้ในรายงานข่าวประจำวัน ยิ่งในปัจจุบัน ลักษณะพฤติกรรมของการดำรงชีวิตในสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว อาทิ สภาพะของการทำงาน หรือการเรียนที่กดดัน การแข่งขันของคนในสังคม อาการเจ็บป่วยต่างๆ ซึ่งล้วนแต่เป็นตัวกระตุ้นที่ทำให้คนเรามีความเครียดเพิ่ม

มากขึ้น ส่งผลให้เราต้องปรับตัวตามให้ทันต่อสถานการณ์ต่างๆ หากใครที่มีการรับมือต่อสถานการณ์ที่เป็นปัญหาได้ไม่ดี ก็จะเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อปัญหาการฆ่าตัวตายได้ (ชมพูนุท ศรีจันทร์นิล, 2540)

ในทางพุทธศาสนาการกระทำอันวิบัติกรรมหรือการฆ่าตัวตายถือว่าเป็นบาปเป็นการผิดศีลข้อที่ 1 ว่าด้วยการห้ามฆ่าสัตว์ เพราะเป็นการเบียดเบียนชีวิตทั้งตนเองและผู้อื่น ทำให้เกิดการสร้างอกุศลกรรมให้ติดตัวไป การฆ่าตัวตายเป็นการกระทำที่เกิดขึ้นเพราะแรงเจตนาของบุคคลนั้นๆ โดยเกิดจากสภาพจิตใจที่ไม่ได้อยู่ในสภาวะปกติ เช่น ความผิดหวัง ความน้อยใจ ความเครียด ความกดดัน ฯลฯ ประกอบกับมีปัญหามากมายมารุมเร้า ซึ่งผู้ที่คิดฆ่าตัวตายไม่อาจทนรับสภาวะเหล่านั้น ได้จึงคิดอยากหนีไปให้พ้นเสีย ไม่อยากทุกข์ทรมานต่อไป เริ่มมองไม่เห็นคุณค่าในชีวิตของตนเอง ไม่มีเป้าหมายในการดำรงชีวิต หดหู่ ความอดทนในการต่อสู้ปัญหา และที่สำคัญขาดสติยับยั้งชั่งใจในการตัดสินใจ และคิดว่าการฆ่าตัวตายเป็นทางออกที่ดีที่สุด แต่แท้ที่จริงแล้วการฆ่าตัวตายไม่ใช่หนทางสุดท้ายในการแก้ปัญหา นอกจากนี้การฆ่าตัวตายยังถือว่าเป็นการกระทำที่ทำให้มนุษย์สูญเสียความเป็นมนุษย์ โดยในทางพุทธศาสนาการเกิดเป็นมนุษย์นั้นเป็นสิ่งที่ยากยิ่ง เมื่อได้เกิดมาเป็นมนุษย์ควรที่จะภูมิใจในชีวิต ชีวิตของมนุษย์มีคุณค่ามาก เพราะมีมนุษย์เพียงผู้เดียวที่จะมีโอกาสในการขอใช้กรรมให้หมดสิ้นหรือการสร้างความดีเพื่อให้บรรลุนิพพาน สามารถฝึกฝนตนเอง มีโอกาสในการตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ ดังนั้นการฆ่าตัวตายจึงเป็นการตัดโอกาสที่จะได้ในสิ่งที่พึงได้ในฐานะที่เกิดเป็นมนุษย์และยังสามารถส่งผลกระทบให้ได้รับความทุกข์ต่อไปไม่รู้จบ ทำให้เสียเวลาในการสั่งสมบารมี รวมถึงยังเป็นการสร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่นและทำให้ผู้อื่นต้องพลอยได้รับความทุกข์เช่นกัน ในด้านสังคมและประเทศชาติถือว่าการสูญเสียทรัพยากรบุคคลโดยเปล่าประโยชน์ และประเด็นสำคัญคือเมื่อการกระทำฆ่าตัวตายไม่สำเร็จก็จะส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจหรือร่างกายได้รับบาดเจ็บพิการ ทุพพลภาพได้ (นริสา วงศ์พนารักษ์, 2548)

เนื่องจากการฆ่าตัวตายเป็นเรื่องที่เกิดจากภายในสภาพจิตใจของผู้กระทำนั้น ในทางพระพุทธศาสนาจึงต้องมีหลักในการพัฒนาชีวิตอย่างถูกต้อง โดยให้พุทธศาสนิกชนดำเนินชีวิตไปในวิถีที่ถูกต้องตามหลักอริยมรรคมีองค์แปด อันเป็นแนวทางการดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ของชีวิต จะได้ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติสามารถแก้ไขปัญหาวินัยหรือทำให้ผู้ปฏิบัติบรรลุเป้าหมายของชีวิต รู้จักฝึกฝนตนเองให้มีจิตใจเข้มแข็งและทนต่อสภาวะอารมณ์ต่างๆ ได้ ซึ่งพระสงฆ์ต้องทำหน้าที่เผยแผ่คำสอนและเป็นที่พึ่งทางใจให้แก่บุคคลนั้น เน้นการสอนให้รู้จักพัฒนาจิตใจด้วยการทำสมาธิภาวนาหรือการปลูกฝังคุณธรรมให้รักในคุณค่าของชีวิต สอนให้เข้าใจในหลักคำสอนอริยสัจ 4 อันเป็นหลักความจริงของชีวิต และสร้างกำลังใจให้แก่บุคคลที่กำลังจะคิดฆ่าตัวตาย/ผ่านการฆ่าตัวตายมาแล้ว เพื่อให้สามารถกลับมาใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างปกติอีกครั้ง

จากปัญหาดังกล่าวคือการฆ่าตัวตายเพิ่มมากขึ้นทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวพิธีกรรมสืบชะตาเกิดจากความเชื่อของผู้ที่หมดหวัง ห่อเหี่ยวในชีวิต เป็นอุบายที่ไชยธรรมสั่งสอนคนนับตั้งแต่เด็ก ๆ ให้เข้าใจศาสนาไปตามลำดับอายุและความรู้ อย่างเป็นขั้นตอน ทั้งนี้เพราะพิธีกรรมเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของคนตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย และในกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตพิธีกรรมจะส่งเสริมคุณค่าทางจิตใจของบุคคลที่ประกอบพิธี หรือเข้าร่วมในพิธีกรรมให้เกิดความบริสุทธิ์ใจความสามัคคี ความเห็นอกเห็นใจ ความช่วยเหลือเอื้ออาทรซึ่งกันและกันด้วยความเสียสละ พิธีกรรมจึงมีความหมาย มีบทบาทอันสำคัญต่อชีวิตประจำวันของมนุษย์ที่เจ็บไข้ได้ป่วย และต่อสังคมโดยรวมด้วย ตลอดจนถึงพิธีสืบชะตาเป็นประเพณีสำคัญอย่างหนึ่งของชาวล้านนาที่เชื่อกันว่าเป็นการต่ออายุหรือต่อชีวิตของบ้านเมืองหรือของคนให้ยืนยาว มีความสุข ความเจริญ ตลอดจนเป็นการจัดภัยอันตรายต่างๆ ที่จะบังเกิดขึ้นให้แก่ลี้วคลาตตลอดภัย พิธีสืบชะตาแบบในล้านนาก็ถือและปฏิบัติสืบต่อกันมาช้านาน ในทุกหมู่บ้าน ทุกตำบลต่างรู้จักและยึดมั่นปฏิบัติกันอยู่ เพราะเชื่อว่าทุกภัยทั้งหลายที่จะเกิดขึ้นกับตัวเอง และญาติพี่น้องจะหมดหายไป ชีวิตก็จะยืนยาวยิ่งขึ้น อีกทั้งเชื่อว่าการทำให้เกิดขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่การงานพร้อมที่จะสู้กับชะตาชีวิตต่อไปจึงทำให้เป็นแนวทางในการการแก้ไขการป้องกันการฆ่าตัวตายโดยใช้พิธีกรรมสืบชะตาคอยบำบัดในที่สด

ด้วยสาเหตุนี้ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาวิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนาเพื่อศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาการสืบชะตาในล้านนาและประยุกต์ใช้สืบชะตาในล้านนาและเสริมสร้างพลังจิตวิญญาณการลด

ปัญหาฆ่าตัวตาย หากได้ศึกษาวิจัยเรื่องนี้อย่างละเอียดดังที่กล่าวมา ก็จะได้ทราบเนื้อหาและเกิดความเข้าใจแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับพิธีกรรมได้ชัดเจนยิ่งขึ้นสืบไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาการสืบทอดในล้านนา
2. เพื่อประยุกต์ใช้สืบทอดในล้านนาและเสริมสร้างพลังจิตวิญญาณการลดปัญหาฆ่าตัวตาย
3. วิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบทอดในล้านนา

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นทั้งงานวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) และงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยได้แบ่งวิธีดำเนินการวิจัยเป็นขั้นตอนรายละเอียดดังนี้

1. ศึกษาจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ คือ ค้นคว้าข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาบาลี และภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พร้อมทั้งอรรถกถาและฎีกาต่างๆ
2. ศึกษาจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ คือ ค้นคว้าข้อมูลจากตำรา เอกสาร งานวิทยานิพนธ์ หรืองานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา
3. นำข้อมูลเอกสารชั้นปฐมภูมิและทุติยภูมิมาตรวจสอบให้ถูกต้อง เพื่อวิเคราะห์ในเชิงสังเคราะห์เนื้อหา อธิบายความให้เห็นข้อเท็จจริง ตอบโจทย์เนื้อหาตามวัตถุประสงค์ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์มาเรียบเรียง เขียนสารนิพนธ์ตามโครงสร้างเนื้อหา และนำข้อมูลทั้งหมดมาสรุปผลการวิเคราะห์
4. สรุปผลการวิจัย
5. นำเสนอผลการวิจัย
6. นำองค์ความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์แก่สังคมได้

สรุปผลการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง วิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบทอดในล้านนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษามีข้อสรุป ดังต่อไปนี้

ประวัติความเป็นมาการสืบทอดในล้านนา พบว่า ประเพณีสืบทอดเป็นประเพณีที่ผูกพันกับวิถีชีวิตของคนอย่างแน่นแฟ้นสืบทอดกันมาแต่โบราณกาลเพราะมีความเชื่อมั่นว่าพิธีสืบทอดนี้เป็นการต่ออายุทั้งของตนเองและญาติพี่น้องบริวารหรือชะตาของบ้านเมืองให้มีอายุยืนยาวสืบไปก่อให้เกิดความสุขความเจริญอีกทั้งเป็นการขจัดภัยอันตรายต่างๆ ที่จะบังเกิดขึ้นให้คลาดแคล้วจากบาปเคราะห์และสิ่งชั่วร้ายทั้งหลายก่อให้เกิดขวัญและกำลังใจในการดำรงชีวิตร่วมกันของคนในสังคม ซึ่งจะมีผลส่งให้บ้าน เมือง มีความสงบสุขและมีความอุดมสมบูรณ์สืบไป คนสมัยก่อนมีความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาอย่างแรงกล้า ได้ศึกษาพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างแตกฉานลึกซึ้งก็เลยมีความคิดที่จะมาทำให้บ้านเมืองและคนในสังคมอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขดำรงตนอยู่ในศีลธรรมอันดีจึงได้นำเอาพุทธานุภาพ ธรรมมานุภาพ สังฆานุภาพมาผสมผสานเป็นพิธีสืบทอดขึ้นทั้งนี้เพื่อช่วยบรรเทาความทุกข์ใจความกังวลใจต่อบาปเคราะห์ต่างๆ ของมนุษย์ให้จางหายไปประสพแต่เรื่องดีเรื่องเจริญเพราะยึดหลักที่ว่าผู้ใดหมั่นพึงธรรมเป็นนิจรู้จักอ่อนน้อมถ่อมตน และเป็นผู้รักคนไม่ประมาท ย่อมจะมีชีวิตที่ยืนยาว วัตถุประสงค์การสืบทอดเพื่อให้เป็นสิริมงคล และขับไล่สิ่งชั่วร้ายที่เป็นเสนียดจัญไรให้ออกไปจากบุคคลหรือสถานที่ที่พิธีสืบทอดเป็นประเพณีที่ได้รับอิทธิพลจาก

ธรรมเนียมของพราหมณ์ ซึ่งได้นำมาผสมผสานกับพิธีกรรมของพุทธศาสนาได้อย่างกลมกลืน สืบชะตา มี 2 ประเภท คือ สืบชะตาคน และ สืบชะตาหมู่บ้าน

ประยูรศักดิ์สืบชะตาในล้านนาและเสริมสร้างพลังจิตวิญญาณการลดปัญหาฆ่าตัวตาย พบว่า การฆ่าตัวตายไม่ใช่ปาณาติบาต แต่เป็นอัตวินิบาต เป็นกรรมคนละอย่าง ปาณาติบาตคือปลงชีวิตสัตว์อื่น มีผลให้ชีวิตของสัตว์อื่นขาดก่อนถึงอายุขัย พราหมณ์ในการมีชีวิตไปจากเขา โดยเฉพาะหากมีบุญมาก ก็เท่ากับตัดโอกาสเสวยสุขของเขาทั้งทั้งขวง ส่วน อัตวินิบาตคือการปลงชีวิตตนเอง มีผลให้ไม่ได้ใช้กรรมที่ควรใช้ก่อนถึงอายุขัย โดยเฉพาะหากมีบาปมาก ก็เท่ากับพยายามแหกคุกเพื่อหนีโทษด้วยทางลัดการไม่รอให้มีการล้างไฟไหม้ตามกาล จัดเป็นการตัดตอน สร้างปมยุ่งเหยิงขึ้น ไม่ให้เป็นไปตามวิถีธรรมชาติดิกรรรมวิบาก เปรียบกับหนี้ที่ซับซ้อนกว่าหนี้ชนิดไหนๆ เนื่องจากการทบทวนกรรมนั้นแตกต่างจากการทบทวนทศกของหนี้สินเงินทองมาก ถ้าคุณฆ่าคนมีบุญ โอกาสเสวยบุญของเขาที่ถูกตัดทิ้ง ย่อมสะท้อนกลับมาเป็นความหมดโอกาสเสวยบุญของคุณเช่นกัน คุณจะมียาชุมมากในอภภาพที่เป็นทุกข์ แต่จะมีอายุสั้นในอภภาพที่เป็นสุขและถ้าฆ่าตัวเองขณะต้องไ้บาป การหนีโทษย่อมเป็นการเพิ่มโทษในตัวเอง ทุกข์ที่ยังไม่เสวยก็ต้องเสวยอยู่ดี แถมพวงทุกข์อันเกิดจากการพยายามแหกคุกเข้าไปอีกกระทง นั่นคือแทนที่จะต้องทนทุกข์ในสภาพมนุษย์ตามเดิม ก็ต้องไปทนทุกข์ในสภาพเปรต สภาพเดรัจฉาน หรือสภาพสัตว์นรก ซึ่งเป็นอภภาพที่แย่นักเข้าไปใหญ่การฆ่านั้น ไม่ว่าฆ่าผู้อื่นหรือฆ่าตนเอง ย่อมได้ชื่อว่าทำจิตให้เศร้าหมอง เมื่อจิตเศร้าหมองย่อมมีคติวิบัติเป็นที่หวัง แต่หากฆ่าตนเองโดยไม่มิจิตเศร้าหมอง ทำจิตให้ขาดจากอุปาทานว่าเป็นตัวตน อันนั้นพระพุทธเจ้าสรรเสริญ การสิ้นชีวิตขณะไร้อุปาทานไม่ถือเป็นบาปด้วยประการทั้งปวง ที่ทำอย่างนั้นได้ก็มีแต่ผู้ศึกษาธรรมจนเข้าใจ และปฏิบัติธรรม ดังนั้นแล้วการสืบชะตาจะช่วยสร้างพลังจิตของผู้ที่อ่อนแอ จึงเป็นเป็นการลดปัญหาของการฆ่าตัวตายในที่สุด

พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนา พบว่าพุทธจิตวิทยานั้นเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับจิตและกระบวนการทำงานของจิตที่พระพุทธศาสนาถือว่าจิตนั้นมีพลังในการควบคุมกาย แต่ถึงอย่างนั้นจิตก็ไม่ได้เป็นเอกเทศจากกาย เพราะจิตกับกายจะต้องทำงานแบบอิงอาศัยซึ่งกันและกัน ในแง่ภิกขกรรมจิตมนุษย์หรือสัตว์มีความละเอียดอ่อนสามารถจำแนกประเภทได้อย่างหลากหลาย แต่พุทธจิตวิทยานั้นศึกษาจิตและกระบวนการทำงานของจิตในแง่ของการปฏิบัติเพื่อฝึกฝนจิตด้วยการปฏิบัติธรรมทั้งในด้านสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน โดยมุ่งทำให้จิตมีศักยภาพที่จะสามารถเอาชนะหรือควบคุมกิเลสได้ พิธีสืบชะตาเป็นประเพณีสำคัญอย่างหนึ่งของชาวล้านนาที่เชื่อกันว่าเป็นการต่ออายุหรือต่อชีวิตของบ้านเมืองหรือของคนให้ยืนยาว มีความสุข ความเจริญ ตลอดจนเป็นการขจัดภัยอันตรายต่างๆที่จะบังเกิดขึ้นให้แก่ลัคลลาดปลอดภัย พิธีสืบชะตาแบบในล้านนาใช้ถ้อยและปฏิบัติสืบต่อกันมาช้านาน ในทุกหมู่บ้าน ทุกตำบลต่างรู้จักและยึดมั่นปฏิบัติกันอยู่ เพราะเชื่อว่าทุกข์ภัยทั้งหลายที่จะเกิดขึ้นกับตัวเอง และญาติพี่น้องจะหมดหายไปชีวิตก็จะยืนยาวยิ่งขึ้น อีกทั้งเชื่อว่าก่อให้เกิดขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่การทำงานพร้อมที่จะสู้กับชะตาชีวิตต่อไปจึงทำให้เป็นแนวทางในการการแก้ไขการป้องกันการฆ่าตัวตายโดยใช้พิธีกรรมสืบชะตามาคอยบำบัดในที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาบทความวิชาการเรื่อง พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนาซึ่งมีงานวิจัยที่สอดคล้องเรื่องเรื่องอิทธิพลของธัมมปทัฏฐกถาเรื่องอายุวัฒนกุมารต่อประเพณีสืบชะตาของล้านนาว่าพิธีกรรมการสืบชะตายังไรสาระสำคัญในด้านจิตวิทยา คือ ให้เกิดความสบายใจ เกิดกำลังใจ มีความรู้สึกอบอุ่นและปลอดภัยจากความกลัวต่างๆมีความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตต่อไปได้ ด้านสังคมวิทยา คือ เป็นวิธีการเยียวยาให้คนในสังคมสามารถเผชิญกับปัญหาในการดำเนินชีวิตและแก้ปัญหาพร้อมด้วยความสามัคคีกลมเกลียวของคนในสังคม ด้านมานุษยวิทยา คือการหล่อหลอมคติความเชื่อ ค่านิยม การแสดงออกจนกลายเป็นพลังของสังคมและด้านประเพณีพิธีกรรมเป็นการสร้างความสัมพันธ์ในวิถีชีวิตเป็นการแสดงออกที่มีแบบแผนและเป็นเอกลักษณ์ของชาวล้านนา และงานวิจัยเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้อง สัญญาก่อนการทำร้ายตนเองและมาตรการป้องกันการทำร้ายตนเอง

พบว่า ปัญหาการเข้าถึงไม่ถึงระบบบริการด้านการแพทย์และความช่วยเหลือทางสังคมของผู้ที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิต รวมทั้งประชาชนยังขาดความรู้ความเข้าใจและความตระหนัก รวมถึงทักษะในการสังเกตอาการแสดงของผู้ที่ควรได้รับการช่วยเหลือ การศึกษานี้จึงนำไปสู่ข้อเสนอแนะ 3 มาตรการ ได้แก่ 1. การพัฒนารูปแบบการสื่อสารเพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ ความตระหนัก ถึงปัญหาสุขภาพจิต รวมทั้งสัญญาณก่อนการทำร้ายตนเองและทักษะในการเฝ้าระวังและช่วยเหลือ 2. การพัฒนาคู่มือ สำหรับผู้นำชุมชนอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ให้สามารถใช้ได้อย่างเหมาะสม และมีความเชื่อมต่อกับแนวทางหรือคู่มือ สำหรับบุคลากรสาธารณสุขที่มีอยู่ 3. การพัฒนาระบบการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ (Hotline) ให้มีบริการอย่างทั่วถึง เป็นที่รู้จัก ของประชาชนและเข้าถึงกับบริบทของพื้นที่

ตลอดจนถึงเรื่องวิทยานิพนธ์เรื่องการศึกษาวิเคราะห์แนวทางการแก้ไขปัญหาดังกล่าวตามแนวทางพระพุทธศาสนา พบว่า พุทธจริยศาสตร์เรื่องอหิงสาธรรมพบว่ามีสาเหตุต่าง ๆ ดังต่อไปนี้สาเหตุจากครอบครัว พุทธจริยศาสตร์ได้วางหลักให้ สมาชิกทุกคนในครอบครัวทำหน้าที่ของตนให้สมบูรณ์ กล่าวคือ สามิ มีหน้าที่ดูแลความเป็นอยู่ของครอบครัวให้ความอบอุ่นแก่ สมาชิก และสร้างความมั่นคงในครอบครัว ภรรยา มีหน้าที่บริหารทรัพย์ที่สามีหามาได้ใจกิจการที่สมควรและเป็นใหญ่ในการดูแล บ้าน ส่วนลูกก็ทำหน้าที่ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของบิดามารดาและมีความประพฤติที่ดี เป็นต้น สาเหตุจากสภาพเศรษฐกิจ ต้องรู้จัก พอใจในสิ่งที่ตนมี ไม่พยายามขวนขวายในสิ่งที่ตนไม่สามารถหามาได้จนมากเกินไป สาเหตุจากสภาพร่างกาย มีการป้องกันแก้ไข หลายวิธี กล่าวคือ กรณีร่างกายเกิดเจ็บป่วยมีการรักษาโดยการไข้ยา แต่บางครั้งจำเป็นต้องรักษาโดยการให้สมาธิบำบัดเช่น พระ มหาคัสสปะอาพาธ พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมให้ฟัง จึงหายจากการอาพาธนั้นได้ ส่วนสาเหตุจากสภาพจิตใจ ต้องปรับสภาพ จิตใจให้เข้าใจความเป็นไปของชีวิตและโลกว่า ทุกสิ่งต้องเป็นเช่นนั้น กล่าวคือ พยายามพิจารณาให้เห็นถึงกฎไตรลักษณ์ คือ ทุก สรรพสิ่งที่เกิดมาต้องตกภายใต้ความจริง 3 ประการคือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และการไม่สามารถบังคับสิ่งเหล่านั้นให้อยู่ใน อำนาจของตนได้ เมื่อพิจารณาได้เช่นนี้แล้วก็จะสามารถแก้ปัญหาที่เกิดจากสภาพจิตใจได้จากการศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการทำ อหิงสาธรรม พบว่า มี 4 ทฤษฎี ได้แก่ ทฤษฎีทางสังคม เห็นว่า การที่บุคคลมีข้อกำหนดทางสังคมมากเกินไปหรือน้อยเกินไปจะ นำไปสู่ความกดดันและทำให้หาทางออกโดยการทำอหิงสาธรรมในที่สุด ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ คิดว่า ผู้ทำอหิงสาธรรมมีความ ก้าวร้าวภายในจิตใจ และมักเป็นคนที่มีการสูญเสียบุคคลที่ตนรักมากจึงทำให้ตัดสินใจทำอหิงสาธรรม ทฤษฎีเมินนิงเจอร์ อธิบาย ว่า การทำอหิงสาธรรมมีสาเหตุมาจากแรงกระตุ้น 3 ประการ กล่าวคือ แรงกระตุ้นที่มีความต้องการฆ่า แรงกระตุ้นที่มีความ ต้องการถูกฆ่า และแรงกระตุ้นที่มีความต้องการตาย ทั้งสามเป็นแรงกระตุ้นหลักที่ทำให้คนทำอหิงสาธรรมและทฤษฎีจิตพลวัต คิดว่าการสูญเสียคนรัก สูญเสียสถานะทางสังคมหรือสูญเสียทรัพย์สินเงินทองอย่างกะทันหัน เป็นเหตุให้ทำอหิงสาธรรมได้ เช่นกันนักปรัชญามีทรรศนะเกี่ยวกับอหิงสาธรรม แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่คัดค้านการทำอหิงสาธรรมทุกกรณี กลุ่มนี้โดย ภาพรวมแล้วเป็นกลุ่มของศาสนา และกลุ่มของนักปรัชญาศาสนา ซึ่งมีความพยายามที่จะชี้ให้เห็นว่า การทำอหิงสาธรรมนั้น เป็น การทำผิดต่อพระเจ้า ผิดต่อสังคม และผิดต่อตนเองกลุ่มที่ 2 เห็นว่า การทำอหิงสาธรรม เป็นสิทธิที่ทุกคนสามารถทำได้หากไม่ พอใจในร่างกายและความเป็นอยู่ของตนการเลือกนั้นมิได้เป็นการผิดต่อตนเอง ผิดต่อสังคม และผิดต่อพระเจ้าแต่ประการใด

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลวิจัยไปใช้

- 1.1 ควรมีการสร้างเครือข่ายเฝ้าระวังในพื้นที่ เป็นเรื่องที่มีความสำคัญต่อการช่วยเหลือผู้ที่เสี่ยงต่อการ ฆ่าตัวตายในชุมชนรวมทั้ง การป้องกันการฆ่าตัวตายสำเร็จในชุมชน
- 1.2 ควรมีการสนับสนุนให้มีการรวมกลุ่มจิตอาสา (ที่ผ่านการเยียวยาจิตใจ) ให้ทำหน้าที่คอยดูแล สอดส่อง เฝ้าระวังการฆ่าตัวตายในชุมชน
- 1.3 ควรมีการเสริมสร้างปัจจัยปกป้องในชุมชน และขจัดปัจจัยเสี่ยง ปัจจัยกระตุ้นให้เกิดการฆ่าตัวตาย

ซึ่งควรมีการร่วมมือระหว่างหน่วยงานในพื้นที่ให้มากขึ้น

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ปัญหาการฆ่าตัวตาย เป็นเรื่องที่มีความซับซ้อนสูง มีปัจจัยเสี่ยงหลากหลายทั้งมิติส่วนบุคคล มิติ ด้านครอบครัว มิติด้านสิ่งแวดล้อม มิติทางเศรษฐกิจและสังคม การแก้ไขปัญหาการฆ่าตัวตาย ควรมีการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องครอบคลุมทุกมิติ และในพื้นที่อื่น ๆ

2.2 ควรมีการศึกษาสถิติการฆ่าตัวตายในพื้นที่ต่าง ๆ เพื่อเปรียบเทียบข้อมูล อันจะนำไปสู่การวางแผน ประเมินผลการดำเนินงาน

2.3 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับผลของการนำหลักพุทธธรรมมาบำบัดผู้ที่จะฆ่าตัวตาย

เอกสารอ้างอิง

ชมพูนุท ศรีจันทร์นิล. (2540). “การลดปัญหาการฆ่าตัวตายในสังคมไทย”. ในชีวิตไทย, พิมพ์ครั้งที่ 3.สำนักงาน

คณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ,ชุดสี่ตอเฮฮา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

นริสา วงศ์พนารักษ์. (2548). “การบำบัดทางจิตเวชและการให้การพยาบาล”. ในชีวิตไทย, พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ:

อภิชาติการพิมพ์.