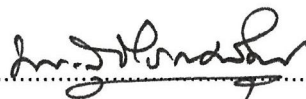


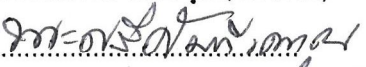
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
เรื่อง “ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับ
ประคอง โรงพยาบาลท่ามาย จังหวัดเพชรบุรี” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย


.....
(พระสุธีธรรมานันด์, ผศ.ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ


(พระเอกภัทร อภินนุโท, ผศ.ดร.)


..... กรรมการ

(พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร.)


..... กรรมการ

(รศ.ดร.เมธาวี อุดมธรรมานภาพ)


..... กรรมการ

(ผศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง)


..... กรรมการ

(ผศ.ดร.ประยูร สุขะใจ)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร. ประธานกรรมการ

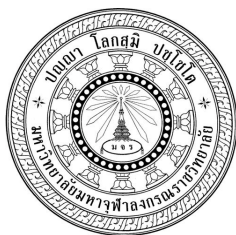
ผศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง กรรมการ

ผศ.ดร.ประยูร สุขะใจ กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย


.....

(นางสาวกุล โพธิ์ทอง)



ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ :
กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับประคอง
โรงพยาบาลท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี

THE RESULTS OF MENTAL DEVELOPMENT
FOR THE END OF LIFE PATIENTS IN THE BUDDHIST WAY : A CASE STUDY
OF THE PALLIATIVE CARE PROGRAM IN THAYANG HOSPITAL
OF PHETCHABURI PROVINCE

นางสาวกุล โพร้ทอง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาชีวิตและความตาย
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๕



ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ :
กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับประคอง
โรงพยาบาลท่า양 จังหวัดเพชรบุรี

นางสาวกุล โพร้ทอง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาชีวิตและความตาย
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๕
(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



THE RESULTS OF MENTAL DEVELOPMENT
FOR THE END OF LIFE PATIENTS IN THE BUDDHIST WAY : A CASE STUDY
OF THE PALLIATIVE CARE PROGRAM IN THAYANG HOSPITAL
OF PHETCHABURI PROVINCE

Koon Potong

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Life and Death Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E.2012

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
เรื่อง “ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับ
ประคอง โรงพยาบาลท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย

.....
(พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(พระเอกภักดิ์ อภินันโท, ผศ.ดร.)

..... กรรมการ
(พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร.)

..... กรรมการ
(รศ.ดร.เมธาวี อุดมธรรมานุภาพ)

..... กรรมการ
(ผศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง)

..... กรรมการ
(ผศ.ดร.ประยูร สุขะใจ)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร. ประธานกรรมการ
ผศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง กรรมการ

ผศ.ดร.ประยูร สุขะใจ กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

.....
(นางสาวกุล โพธิ์ทอง)

- ชื่อวิทยานิพนธ์** : ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษา
การดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี
(The Results of Mental Development For the End of Life
Patients in the Buddhist Way : a Case Study of the Palliative
Care Program in Thayang Hospital Of phetchaburi province)
- ผู้วิจัย** : นางสาวกุล โพธิ์ทอง
- ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (ชีวิตและความตาย)
- คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์**
- : พระศรีคัมภีร์ญาณ, รศ.ดร.
ป.ธ.๘, ศษ.บ., พธ.ม., Ph.D. (Pali and Buddhist Studies)
 - : ผศ.ดร.ศิริวัฒน์ ศรีเครือดง, พธ.บ., M.A., Ph.D. (Psychology)
 - : ผศ.ดร.ประยูร สุยะใจ, น.ธ.เอก, ป.ธ.๓, พธ.บ., B.J.,
Dip. in SR., กศ.ม., M.A. (Po), M.A. (Eco),
M.A. (Psychology), Ph.D. (Psychology)
- วันสำเร็จการศึกษา** : ๒๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๖

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ กรณีศึกษา การดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี” นี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง และวิจัย เชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์ คือ ๑) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมและชุดกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่ เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อเสนอรูปแบบ (Model) การ พัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ๓) เพื่อศึกษาผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะ สุดท้ายตามแนววิถีพุทธ เพื่อให้ผู้ป่วยระยะสุดท้าย คลายทุกข์ ปลั่งวาง สว่าง ผ่องใส ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ป่วยในโครงการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ของ โรงพยาบาลท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี ที่รู้สึกตัวดี สามารถปฏิบัติกิจกรรมตามแนววิถีพุทธได้ และ สัมภาษณ์เข้าร่วมการวิจัย จำนวน ๑๐ ราย เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม แบ่งเป็น ๔ ส่วน คือข้อมูลพื้นฐาน แบบประเมินความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้

ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ด้วยข้อคำถามจำนวน ๑๒ ข้อ แบบประเมินความ ผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ด้วยข้อคำถามจำนวน ๑๕ ข้อ และ แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยระยะสุดท้าย เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ และชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิต ของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการค้นคว้าตำรา เอกสาร และงาน วิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจิตผู้ป่วยระยะสุดท้าย สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติ พรรณนา โดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่ออธิบายข้อมูลทั่วไป ใช้สถิติอ้างอิง วิเคราะห์เปรียบเทียบผลการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถี พุทธ ทั้งก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม โดยสถิติ แบบ Paired test

ผลการวิจัยพบว่า

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของ ผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑ โดย หลังจาก ๗ วันแล้ว ด้านความรู้สึกของจิตใจ พบว่า มีการพัฒนาสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ จำนวนได้คือ ๐.๐๐ ด้านความเข้าใจ(ปัญญา) พบว่า มีการพัฒนาสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่จำนวนได้คือ ๐.๐๑ และความผาสุกทางจิตวิญญาณมีการพัฒนาสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ จำนวนได้คือ ๐.๐๑ ส่วนการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า ไม่แตกต่างที่ระดับนัยสำคัญทาง สถิติ

ในการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย และการ สังเกตพฤติกรรมของผู้ป่วย ร่วมกับการสังเกตสีหน้า แววตาของผู้ป่วย พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่ กลัวความตาย การสวดมนต์ ทำให้ผู้ที่มีสีหน้าเศร้าหมอง เป็นทุกข์ กลับมีสีหน้าสว่าง ผ่องใส ความ เป็นห่วงบุตรหลาน และรู้สึกหงุดหงิดคลายลง การภาวนาพุทธโธ ทำให้มีความสงบ อาการปวด บรรเทาลง จิตใจมีสมาธิมากขึ้น การพูดคุยถึงบุญกุศลที่เคยทำ และความปรารถนาจะทำบุญกุศล ตลอดไป ทำให้มีความสุข ความตั้งใจมากในการทำบุญ ถวายสังฆทาน มีจิตจดจ่ออยู่กับการสวด มนต์ และการแผ่เมตตา นำมาซึ่งความสุขใจ การระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ทำให้รู้สึก สุขกายสุขใจ แสดงถึงความเลื่อมใสในพระรัตนตรัยของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ในโครงการดูแลแบบ ประคับประคอง โรงพยาบาลท่า양 จังหวัดเพชรบุรี

Thesis : The Results of Mental Development for the end of Life Patients in the Buddhist Way : A case Study of the Palliative Care program in Thayang Hospital of Phetchaburi Province

Researcher : Miss Koon Potong

Degree : Master of Arts (Life and Death Studies)

Thesis Supervisory committee

: Assoc. Prof. Dr. Phra Srighamphirayarn
Pali IX, B.A., M.A., Ph. D. (Pali and Buddhist Studies)

: Asst. Prof. Dr. Siritwat Srikheuedong, B.A., M.A.,
Ph.D. (Psychology)

: Asst. Prof. Dr. Prayoon Suyajai
Dhama 3th level, Pali Level 3, B.A., B.J.,
Dip. in SR., M.A. (Po), M.A. (Eco),
M.A. (Psychology), Ph.D. (Psychology)

Date of Graduation : March 29, 2013

Abstract.

The Thesis on " The Results of Mental Development for the end of Life Patients in the Buddhist Way : A case Study of the Palliative Care program in Thayang Hospital of Phetchaburi Province". It is a quasi-Experimental and qualitative research in nature. The objectives of the study are: (1) to study Buddhadhamma and the series of activities based in the Buddhist way related to the life and death in Theravada Buddhism; (2) to present the model of the mental development for the end of Life Patients based in the Buddhist way; and (3) to study the results of the mental development for the end of Life Patients based in the Buddhist way to help them get relieve from suffering. The population and sample of the study are the patients in the palliative care program in Thayang Hospital of Phetchaburi Province, who are full of consciousness and still able to do various activities based in the Buddhist way. The sample includes 10 patients. The

tool of data collection are a questionnaire and structured Interview. The questionnaire contains four parts: the basic information, feeling assessment of the mind, understanding (cognitive), and social and environmental awareness of palliative patients with 12 questions. 15 questions of the assessment of spiritual well-being of patients according to the Buddhist way. The structured Interview contains the assessment of spiritual well-being of patients according to the Buddhist way and the series of activities for the mental development of patients according to the Buddhist which have been constructed by the study from documents, texts and research works related to the mental development of patients. The statistics used for analyzing data includes descriptive statistics, percentage, mean and standard deviation to describe general information. Both before and after having used series of activities Paired test Statistics Paired test has been also used for comparatively analyzing experimental results using a set of activities for the mental development of palliative patients according to the Buddhist way.

The results of the study are as follows.

When comparing the average grade before and after testing using a set of activities for the mental development of palliative patients according to the Buddhist way it was found to get a statistically significant difference at 0.01 after 7 days. Regarding the feeling of the mind it is found to be significantly improved at 0.00. With regards understanding (wisdom) it was found to be significantly improved at 0.01, and the spiritual well-being has been also significantly improved at 0.01. Whereas regarding the social and environmental perception it was found not to be significantly different

With regards to the interviews of the spiritual well-being of palliative patients and the observation of the patients together with their expression and sight patients it was found that the majority of patients were not afraid of death. Prayers helped them feel relieved with a bright face and without any concerns of their children and no irrigation. To slightly chanting the word 'Bhavana Buddho' made them feel relaxed and decrease pain and help them more concentration. Talking about charity ever made and a desire to make a for good merit helped them be happy. More willing to make merits, offer monks presents, be concentrated on prayers and compassionate brought about them the

happiness. To commemorate the Buddha, Dharma and Sangha brought them physical and mental happiness, which displayed patients' faith in the Triple Gem in palliative care program in Thayang Hospital of Phetchaburi Province.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้จากแรงบันดาลใจ ที่ผู้วิจัยเกิดปิติในพุทธานุภาพของพระพุทธรองค์ ได้เห็นพระไตรลักษณ์ และสภาวะธรรมอื่น ๆ ทำให้มีความตั้งใจมั่นในการศึกษาและนำหลักธรรม คำสอนของพระพุทธรองค์ ไปช่วยเหลือให้ผู้ป่วยพ้นทุกข์ทรมาน

ขอขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่งในความเมตตา และความกรุณาของคณาจารย์ ตลอดจนถึงผู้เกี่ยวข้อง รวมถึงผู้ป่วยและครอบครัว หลายท่านด้วยกัน ผู้วิจัยจึงขอแสดงความขอบพระคุณและอนุโมทนาบุญเป็นอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงแต่ท่านกรรมการที่ปรึกษา คือ พระศรีคัมภีรญาณ, รศ. ดร., ผศ.ดร.ศิริวัฒน์ ศรีเครือดง และ ผศ.ดร.ประยูร สุขะใจ ที่ให้คำปรึกษาเรื่องวิทยานิพนธ์และให้ความช่วยเหลือผู้วิจัยมาตลอด

ขอขอบพระคุณ คุณวรศักดิ์ โมกขสุทธีวงศ์ ที่อำนวยความสะดวกทางด้านเอกสารและช่วยดำเนินการให้ผ่านขั้นตอนตามระเบียบ ตลอดจนให้คำแนะนำต่าง ๆ

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการ ผู้บริหาร กลุ่มการพยาบาล และเจ้าหน้าที่ทุก ๆ ท่านในโรงพยาบาลท่ามาย จังหวัดเพชรบุรี ที่เปิดโอกาสให้ผู้วิจัยเรียนจบปริญญาโท และสามารถพัฒนางานด้านการดูแลผู้ป่วยด้วยมิติทางจิตวิญญาณ

ขอขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ ที่อนุญาตให้เรียนหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย คุณพ่อซึ่งป่วยหนักท่านแสดงให้เห็นถึงการตายอย่างสมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ตายอยู่ที่บ้านท่ามกลางภรรยาและลูก ๆ หลาน ๆ ญาติพี่น้อง จุดประกายแนวคิดการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง และคุณแม่ซึ่งมีสุขภาพแข็งแรง แต่มักจะกล่าวถึงความตายอยู่เสมอ มีการเตรียมตัวตายตลอดเวลา เช่น บอกไว้ว่าในเวลาที่เกิดตาย อย่างนำท่านไปเจาะคอ แยกท่อ ใส่สายสวนต่าง ๆ ปล่อยให้ตายสบาย ๆ

คุณประโยชน์ที่เป็นบุญกุศลอันใดที่เกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอน้อมถวายเป็นพุทธานุชา ธรรมานุชา สังฆานุชา อีกทั้งเป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดามารดาทุกภพชาติ และขออุทิศให้พระอาจารย์และอาจารย์ทุก ๆ ท่านผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้ศิษย์ด้วยความรักและเมตตาเป็นแรงบันดาลใจ คอยให้กำลังใจจนศิษย์เกิดสติปัญญา จากการศึกษาตั้งแต่ต้นจนถึงปัจจุบัน

นางสาวกุล โพธิ์ทอง

๕ มีนาคม ๒๕๕๖

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ณ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ญ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ในการวิจัย	๕
๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย	๕
๑.๔ นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๕ สมมติฐานการวิจัย	๘
๑.๖ วิธีการดำเนินการวิจัย	๑๐
๑.๗ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๑๐
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๐
บทที่ ๒ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๑๑
๒.๑ แนวคิดเรื่องชีวิต ความตาย ในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๑
๒.๑.๑ ชีวิตคืออะไร : ชั้นที่ ๕	๑๑
๒.๑.๒ ชีวิตเป็นอย่างไร : กฎไตรลักษณ์	๑๔
๒.๑.๓ อริยสัจ ๔	๑๕
๒.๑.๔ มรณสติ	๑๖
๒.๑.๕ หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด	๒๐

๒.๒	ธรรมชาติของชีวิตและความตาย กับแนวความคิดเตรียมตัวผู้ป่วยระยะสุดท้าย	๒๕
๒.๒.๑	ธรรมชาติของชีวิตและความตาย	๒๕
๒.๒.๑.๑	ความหมายและคุณค่าของชีวิต	๒๕
๒.๒.๑.๒	ประเภทของการตาย	๒๘
๒.๒.๑.๓	วิถีจิตของคนใกล้ตาย	๒๙
๒.๒.๑.๔	การตายที่ดีตามหลักพระพุทธศาสนา	๓๓
๒.๒.๒	แนวความคิดเตรียมตัวก่อนตายของปราชญ์ในพุทธศาสนาเถรวาท	๓๔
๒.๒.๒.๑	พระพุทธพจน์พระพุทธเจ้า	๓๔
๒.๒.๒.๒	ความตายในทัศนะของท่านพุทธทาสภิกขุ	๓๙
๒.๒.๒.๓	พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว	๔๒
๒.๒.๓	แนวความคิดเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ	๔๓
๒.๒.๓.๑	ความหมายของผู้ป่วยระยะสุดท้าย	๔๓
๒.๒.๓.๒	อาการของคนใกล้ตาย	๔๖
๒.๒.๓.๓	แนวความคิดดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ	๔๘
๒.๓	การเรียนรู้หลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย	๕๓
๒.๓.๑	ศีลสิกขา	๕๔
๒.๓.๒	จิตตสิกขา	๕๕
๒.๓.๓	ปัญญาสิกขา	๕๖
๒.๔	แนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษา	๕๘
๒.๔.๑	ความหมายและหลักการให้การปรึกษา	๕๘
๒.๔.๒	ลักษณะของการให้การปรึกษาที่ดี	๕๙
๒.๔.๓	การให้การปรึกษิตามแนวพุทธศาสนา	๕๘
๒.๔.๓.๑	กระบวนการปรึกษาแนวพุทธ	๕๘
๒.๔.๓.๒	พุทธวิธีให้การปรึกษา	๕๙
๒.๕	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖๑
บทที่ ๓	วิธีการดำเนินการวิจัย	๖๖
๓.๑	รูปแบบการวิจัย	๖๖
๓.๒	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๖๗
๓.๓	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๖๘

๓.๔ การดำเนินการศึกษาและทดลอง	๗๕
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๗๕
บทที่ ๔ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	๘๒
๔.๑ วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป	๘๖
๔.๒ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ย ความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรม	๘๗
๔.๓ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรม	๘๕
๔.๔ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม	๙๑
๔.๕ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม	๙๓
๔.๖ วิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P - Value ด้านความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ความพึงพอใจทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม	๙ ๕
๔.๗ วิเคราะห์แบบสัมภาษณ์ ความพึงพอใจทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย	๙๘
บทที่ ๕ สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	๑๐๓
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๐๕
๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย	๑๑๐
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๑๑๓
บรรณานุกรม	๑๑๔
ภาคผนวก	๑๑๘
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญ	๑๑๕
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม	๑๒๕
ภาคผนวก ค คู่มือสวดมนต์สำหรับผู้ป่วย	๑๓๔
ประวัติผู้วิจัย	๑๕๑

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
๑.๑	แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย ๑๑
๓.๒	แสดงรูปแบบของชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ๓๔
๔.๑	แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตามแนววิถีพุทธ เกี่ยวกับ เพศ อายุ การศึกษา การวินิจฉัยโรค ระยะเวลาป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ระยะเวลาของการเจ็บระยะป่วยสุดท้าย เมื่อจำแนกเป็นรายบุคคล ๘๓
๔.๒	แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตามแนววิถีพุทธ โรงพยาบาลท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี เกี่ยวกับระดับความรู้สึกรู้ตัว การช่วยเหลือตนเอง การรับประทานอาหาร เมื่อจำแนกเป็นรายบุคคล ๘๔
๔.๓	แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตามแนววิถีพุทธ โรงพยาบาลท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี เมื่อจำแนกเป็นรายบุคคล คิดเป็นร้อยละ (percentage) ๘๕
๔.๔	แสดงผลวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกรู้ตัวของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ๘๗
๔.๕	แสดงเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ๘๘
๔.๖	แสดงผลวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกรู้ตัวของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ๙๑
๔.๗	แสดงเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ๙๕
๔.๘	แสดงผลวิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P - Value ความรู้สึกรู้ตัวของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ๙๖

- ๔.๕ วิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P - Value ของความผาสุกทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ๕๗
- ๔.๑๐ แสดงการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย เกี่ยวกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ขณะนี้มีความรู้สึกที่จิตใจมีความสุขสงบ เป้าหมายในระยะสุดท้ายของชีวิต และความรู้สึกกลัวความตาย จำแนกเป็นรายบุคคล ๕๘

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
๓.๑ แสดงการสร้างชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วย ระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ	๓๑

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ในวิทยานิพนธ์นี้ ผู้เขียนได้อ้างอิงข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๕ โดยใช้อักษรย่อแทนชื่อเต็มคัมภีร์ตามระบบอ้างอิง เล่ม/ชื่อ/หน้า ตัวอย่าง ที.ม. (บาลี) ๑๐/๕๕/๖๗. หมายถึง ทีฆนิกาย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๐ ชื่อ ๕๕ หน้า ๖๗ เป็นต้น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๕/๖๗. หมายถึง ทีฆนิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐ ชื่อ ๕๕ หน้า ๖๗ เป็นต้น

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา.	(ไทย) =	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม.	(ไทย) =	วินัยปิฎก	มหาวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปัณณาสกั	(ภาษาไทย)
สั.ส.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
สั.ข.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
สั.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.นกก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	นกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตุตค.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	สตุตคนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฎฐก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย	อฎฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.สุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.วิ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	วิมานวัตถุ	(ภาษาไทย)
ขุ.เปต.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เปตวัตถุ	(ภาษาไทย)
ขุ.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทศ	(ภาษาไทย)

ช.ป. (ไทย) = สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค (ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ชีวิตและความตาย เป็นของคู่กัน เมื่อมีชีวิตเกิด ก็มีความตายอยู่ข้างหน้า เป็นเรื่องธรรมดาของชีวิตมนุษย์และสรรพสัตว์ เกิดมาแล้วไม่ตายเป็นไปไม่ได้ ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายไม่มีเครื่องหมาย ไม่มีใครรู้ ทั้งยากทั้งลำบากและระคนด้วยความทุกข์ ความเพียรพยายามที่จะช่วยให้สัตว์ที่เกิดมาแล้วไม่ต้องตายนั่น ไม่มีเลย เพราะแม้จะอยู่ได้ถึงชราก็ต้องตาย เพราะสัตว์ทั้งหลายมีความตายเป็นธรรมดา มนุษย์ทั้งเด็ก ผู้ใหญ่ โง่ และฉลาด ทั้งหมดยอมไปสู่อำนาจแห่งความตาย บุคคลแม้จะดำรงชีวิตอยู่ถึง ๑๐๐ ปี หรือเกินไปบ้างก็ตาม ก็ต้องพลัดพรากจากหมู่ญาติและต้องละทิ้งชีวิตในโลกนี้แน่นอน^๑ พุทธพจน์นี้ทรงชี้ให้เห็นว่า ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายโดยเฉพาะมนุษย์ นอกจากจะสั้นแล้ว ยังไม่มีกำหนดแน่นอนว่าจะตายเมื่อใด

ความตาย เป็นฉากสุดท้ายในชีวิตนี้ของมนุษย์และสรรพสัตว์ ความตายเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา และความตายไม่ใช่ส่วนหนึ่งที่แยกออกไป แต่ความตายนั่นเป็นเนื้อเดียวกับชีวิต เพราะทันทีที่เราถือปฏิสนธิในครรภ์มารดา กระบวนการเกิด และเติบโตที่ดำเนินต่อมานั่นเอง ก็คืออย่างก้าวเข้าหาความตาย^๒ มนุษย์เกือบทุกคนกลัวความตาย ไม่อยากพูดถึง ไม่อยากได้ยิน ไม่อยากให้มาเยือนตนเองหรือบุคคลที่แวดล้อมอยู่รอบตัว และไม่ค่อยสนใจจะศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับความตายทำให้ขาดความรู้ความเข้าใจ ซึ่งเป็นผลให้ความกลัวตายเพิ่มเป็นทวีคูณ ความตายอยู่คู่มนุษย์เสมอ ไม่ว่าจะตายด้วยอุบัติเหตุ โรคภัยไข้เจ็บหรือความชรา ไม่ว่าเราจะยังหนุ่มสาว หรืออายุมากแล้ว ไม่ว่าเราจะร่างกายอ่อนแอ หรือแข็งแรงเบิกบาน

ในยุคปัจจุบันเทคโนโลยีทางการแพทย์ได้ก้าวหน้าไปมาก จนทำให้คนสมัยนี้เข้าใจว่าโรคแทบทุกโรคสามารถรักษาหายได้ และผู้ป่วยไม่ควรต้องตาย แพทย์และบุคลากรทางการแพทย์ต้องช่วยชีวิตผู้ป่วย ไม่ว่าจะด้วยการรักษาที่เสียค่าใช้จ่ายสูงเพียงใด และผู้ป่วยมีชีวิตอยู่ด้วยคุณภาพชีวิตเช่นใด ขณะเดียวกันญาติของผู้ป่วยก็ต้องการให้ผู้เป็นที่รักมีชีวิตอยู่นานที่สุด จึงมัก

^๑ ชุ.สุ. (ไทย) ๒๕/๕๘๐-๕๙๙/๖๔๑-๖๔๔.

^๒ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี). **รู้ก่อนตายไม่เสียดายชาติเกิด**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ปราชญ์ พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๓), หน้า ๙.

แสดงความจำนงให้แพทย์ทำการรักษาให้ถึงที่สุด^๓ เป็นปัญหาขึ้นมาในสังคมปัจจุบัน ถึงขนาดมีการตั้งองค์กรและสถาบันขึ้นมารองรับปัญหานี้โดยเฉพาะ เรื่องธรรมดานี้กลายเป็นปัญหาในสังคมแบบวัตถุนิยมและบริโภคนิยมแบบสุดขีด ซึ่งผู้คนให้คุณค่าด้านวัตถุมากกว่าด้านจิตวิญญาณ ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางการแพทย์มีผลกระทบอย่างมาก การใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ช่วยยืดชีวิตผู้ป่วยที่หมดหวังให้ยืดยาวขึ้น และทำให้ระยะเวลาของความเจ็บป่วยยาวนานขึ้น ตลอดจนโลกทัศน์แบบลดทอนโดยเฉพาะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีด้านการแพทย์ กำลังถูกวิจารณ์ว่ามีท่าทีต่อชีวิต ต่อความตายในแบบเดียวกับเครื่องยนต์กลไก

ความเจ็บป่วยและภาวะใกล้ตายนั้น แม้จะเป็นภาวะวิกฤต หรือความแตกสลายในทางกาย แต่สามารถเป็น “โอกาส” แห่งความหลุดพ้นในทางจิตใจ หรือการยกระดับในทางจิตวิญญาณได้ ความเจ็บป่วยหรือภาวะใกล้ตายจึงไม่ได้เป็นสิ่งเลวร้ายในตัวเอง หากใช้เป็นที่สามารถเป็นคุณกับผู้ป่วยได้ การน้อมจิตให้มีความศรัทธาในพระรัตนตรัยและความมั่นใจในศีลหรือความดีที่ได้บำเพ็ญมา กล่าวอีกนัยหนึ่งคือการน้อมจิตให้ระลึกถึงสิ่งดีงาม การละความห่วงใยและปล่อยวางจากสิ่งทั้งปวง เพราะแลเห็นด้วยปัญญาว่า ไม่มีอะไรที่จะยึดถือไว้ได้เลย

ในสมัยพุทธกาล มีหลายเหตุการณ์ที่พระพุทธองค์และพระสาวกได้ทรงมีส่วนช่วยเหลือผู้ที่กำลังป่วยและใกล้ตาย เป็นการช่วยเหลือที่มุ่งบำบัดทุกข์หรือโรคทางใจโดยตรง ดังมีบันทึกในพระไตรปิฎกว่า คราวหนึ่งที่ฆราวาสกป่วยหนัก ได้ขอให้บิดาพาเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ และกราบทูลว่าตนเองป่วยหนักเห็นจะอยู่ได้ไม่นาน พระพุทธองค์ทรงแนะนำให้ฆราวาสกตั้งจิตพิจารณาว่า

๑. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า
๒. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระธรรม
๓. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระสงฆ์
๔. จักตั้งตนอยู่ในศีลที่พระอริยะสรรเสริญ

ที่ฆราวาสกพูดว่าได้ประกอบตนอยู่ในธรรมทั้ง ๔ ประการแล้ว พระพุทธองค์ทรงแนะนำให้ฆราวาสกพิจารณาว่าสังขารทั้งปวงนั้นไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ที่ฆราวาสกได้พิจารณาเห็นตามนั้นเมื่อถึงแก่กรรม ที่ฆราวาสกได้บรรลุเป็นพระอนาคามี^๔

^๓ แสง บุญเฉลิมวิภาส, ปารุทธาเกียรตินิคม สุมาลี นิมนานนิตย เรื่อง “ประเด็นกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วยหนัก”, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ปรีติไอโซน จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๓๘-๓๙.

^๔ ส.ม.(ไทย) ๑๙/๙๙๙/๔๙๑-๔๙๓.

กรณีของพระติสสะเป็นอีกประการหนึ่งที่น่าสนใจ พระติสสะล้มป่วยด้วยโรคร้าย มีตุ่มขนาดใหญ่ขึ้นตามตัว ตุ่มที่แตกส่งกลิ่นเหม็น จนผ้าสบงจีวรเปื้อนด้วยเลือดและหนอง ไม่มีใครดูแล เมื่อพระพุทธองค์ทรงทราบ จึงเสด็จไปดูแลรักษาพยาบาล ผลัดเปลี่ยนสบงจีวร ตลอดจนฉวยสรีระ และอาบน้ำให้ เมื่อพระติสสะสบายตัวและรู้สึกดีขึ้น พระองค์ก็ตรัสว่า “อีกไม่นาน ภายนี้จะนอนทับแผ่นดิน ปราศจากวิญญูณ เหมือนท่อนไม้ที่ถูกทิ้งแล้ว หาประโยชน์ไม่ได้” พระติสสะพิจารณาตาม เมื่อพระพุทธองค์ตรัสเสร็จ พระติสสะก็บรรลुพระอรหันต์ พร้อมกับดับขันธไปในเวลาเดียวกัน^๕

กรณีของมัญจูกุณทลิมี่เรื่องที่น่าสนใจ เมื่อเขาอายุได้ ๑๕-๑๖ ปีถูกพยาธิชนิดหนึ่งเบียดเบียน บิดาไม่พาไปหาหมอเพื่อรักษาเพราะกลัวว่าจะเสียทรัพย์ จนเขาป่วยหนัก แต่เขามีจิตที่เลื่อมใสในพระพุทธเจ้า และพระพุทธองค์ทรงทราบด้วยพระญาณ จึงเสด็จไปยังเรือนของเขา ในขณะที่เขากำลังนอนอยู่ที่นอกชานเรือน หันหน้าเข้าข้างในเรือน ทำให้ไม่เห็นพระองค์ พระองค์ได้แปลงพระรัศมีไปวาบหนึ่ง เขาเห็นแสงสว่างจึงนอนพลิกกลับมา เมื่อเขาเห็นพระศาสดาแล้ว เขาคิดในใจว่าเขาอาศัยบิดาซึ่งเป็นอัครพาล จึงไม่ได้เข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้า หรือถวายทาน หรือฟังธรรม เดียวนี้แม้แต่มือสองข้างของเขาก็ยกไม่ไหว กิจที่ควรทำอย่างอื่นไม่มี ดังนี้แล้วได้ทำในใจเท่านั้นให้เลื่อมใส เพราะใจเลื่อมใสในพระองค์ (เท่านั้น) จึงไปเกิดในสวรรค์^๖

ความตายซึ่งเป็นสภาวะธรรมตามธรรมชาติธรรมดา ๆ ชนิดหนึ่ง ของสัตว์โลกที่มีมาพร้อมกับการเกิด มิใช่สิ่งแปลกปลอมแห่งชีวิตของมนุษย์แต่กลับใกล้ชิดกับมนุษย์มากที่สุด ไม่มีใครสักคนจะรอดพ้นความตายไปได้ ดังนั้นความตายจึงไม่ใช่สิ่งน่ากลัว แต่สิ่งที่น่ากลัวน่าจะเป็นภาวะก่อนตายมากกว่า เพราะมีพุทธพจน์ยืนยันว่า “จิตเต สงฺกิลฺลฺหฺสุทุกฺคฺติ ปาฏิกฺงฺขา” แปลว่าเวลา ก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตเศร้าหมอง ก็มีหวังไปสู่สุคติภูมิอย่างแน่นอน “จิตเต อสงฺกิลฺลฺหฺสุ สุกฺคฺติ ปาฏิกฺงฺขา” แปลว่าก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตผ่องใส ก็มีหวังไปสู่สุคติภูมิแน่นอน นี่เป็นพุทธพจน์ ที่ทำให้เราเห็นความสำคัญของการที่จะทำให้จิตใจผ่องใสตั้งงามในเวลาที่จะตาย เพราะว่า แม้แต่คนที่ทำกรรมมาไม่ดี ตามปกติก็จะมีจิตใจเศร้าหมองขุ่นมัว แต่ในตอนที่จะตาย ถ้าบังเอิญจิตไปยึดเหนี่ยวสิ่งที่ดี นึกถึงสิ่งที่เป็นบุญกุศลจิตผ่องใสขึ้นมา เวลานั้นกรรมกลายเป็นอาสันนกรรม คือ

^๕ พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๔๑/๓๘.

^๖ พ.เปต. (ไทย) ๒๖/๑๙๙-๒๐๐/๑๙๙-๒๐๐.

กรรมใกล้ตายฝ่ายดี แทนที่จะไปทุกข์จากการที่ได้ทำกรรมชั่วมาตลอดเวลาหลาย ๆ สิบปีในชีวิต ก็กลับไปได้^๗

จากการศึกษางานวิจัยของพระมหานิรุต มนุตภาณี (บ็องส์ดา)^๘ เกี่ยวกับการสร้างชุดกิจกรรม เพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข พบว่ารูปแบบการสอน สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการสร้างชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้ ผู้วิจัยซึ่งกำลังเรียนสาขาวิชาชีวิตและความตาย และปฏิบัติงานอยู่ในโรงพยาบาลชุมชน มีความสนใจเกี่ยวกับเรื่องความตายและภาวะใกล้ตายเป็นอย่างยิ่ง เพราะมีโอกาสประสบกับความตายของผู้ป่วยอยู่เสมอ ๆ และผู้ที่ตายหรือญาติโดยมากมักจะเป็นคนคุ้นเคยกัน อีกทั้งบิดาของผู้วิจัยก็เพิ่งเสียชีวิตลงด้วยโรคมะเร็งลำไส้ ซึ่งเมื่อมีอาการแสดงก็พบว่า เป็นระยะสุดท้ายและแพร่กระจายไปที่ตับ ไม่สามารถผ่าตัดได้ การรักษาก็ใช้วิธีเยียวยาตามอาการอยู่ที่บ้านตามความต้องการของผู้ป่วย และใช้กระบวนการตามแนววิถีพุทธ ซึ่งได้แก่การกล่าวถึงคุณของพระพุทธเจ้าอยู่เสมอ ๆ การนึกถึงบุญกุศลที่ได้ทำมาแล้ว การทำบุญ การสวดมนต์การฟังธรรม การอนุโมทนาบุญจากบุตรที่ได้บำเพ็ญกรรมฐานและการทำบุญกุศลอื่น ๆ จากการสังเกตพบว่าในระยะเวลาสุดท้ายผู้ป่วยไม่มีความทุกข์ทรมานจากอาการเจ็บปวด และในวาระสุดท้ายของชีวิตผู้ป่วยมีใบหน้าที่ยิ้มแย้ม มีสติตลอดเวลา และจากไปอย่างสงบ

ผู้วิจัยจึงมีความปรารถนาที่จะศึกษาเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ และมีความตั้งใจที่จะช่วยเหลือคนใกล้ตาย ให้จากไปอย่างสงบ โดยการจัดทำชุดกิจกรรมตามหลักไตรสิกขา ร่วมกับการให้การปรึกษาแนวพุทธ เพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยการฝึกจิตของผู้ป่วยให้ยึดมั่นในศีล มุ่งเน้นให้ผู้ป่วยมีความปกติทางกาย ทางวาจา ทางใจ โดยการสมาทานศีล ๕ การฝึกจิตให้เกิดสมาธิ เกิดความสงบของจิตใจ ให้ผู้ป่วยมีความรู้สึกผ่อนคลาย โดยการสวดมนต์บทต่าง ๆ และการแผ่เมตตา การสร้างให้เกิดปัญญา เห็นความเป็นอนิจจัง เป็นทุกข์ของชั้นธุ ๕ ลดตัวตน ปล่อยวาง ไม่ยึดติด เปิดใจยอมรับความจริงเกี่ยวกับความตาย ได้แก่ การภาวนาพุทโธ (ฝึกการเจริญพุทธานุสติ) มรณสติภาวนา

^๗ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๓๘๒.

^๘ พระมหานิรุต มนุตภาณี (บ็องส์ดา), “การสร้างชุดกิจกรรมตามแนวทางเจริญมรณสติ เพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๙๓.

(ฝึกการเจริญมรณสติ) เพื่อให้เห็นความจริงของความตายหรือความเป็นอนิจจัง จิตใจนั้นก็จะมี ความสว่าง คือก่อนตายเกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริงในสังขาร คือเห็นว่าสังขารนี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่อาจยึดติดได้ จนผู้ป่วยคลายทุกข์ ปลอ่ยวาง สว่าง ผ่องใส และพร้อมที่จะจากไปอย่างสงบ

๑.๒ วัตถุประสงค์ในการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมและกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อเสนอรูปแบบ (Model) การพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) และวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ศึกษาหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท ในคัมภีร์อรรถกถา ฎีกาและอนุฎีกา หลักการแนวคิดทฤษฎีการให้การปรึกษา เอกสารตำราเกี่ยวกับชีวิตและความตาย งานวิทยานิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ชุดกิจกรรมตามแนววิถีพุทธ ซึ่งใช้วิธีเก็บข้อมูลจากผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโครงการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าปาง อำเภอท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี โดยใช้แบบสอบถามร่วมกับการสังเกต การสัมภาษณ์ เพื่อประเมินความต้องการและสนใจเข้าร่วมโครงการวิจัย จากนั้นทดลองใช้ชุดกิจกรรมการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ร่วมกับการให้การปรึกษาแนวพุทธ ซึ่งประกอบด้วยหลักธรรมเกี่ยวกับขันธ ๕ กฎไตรลักษณ์ อริยสัจ ๔ หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด มรณสติ แล้วประเมินผลและปรับปรุงใช้ในโครงการวิจัยต่อไป

เมื่อนำชุดกิจกรรมการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ร่วมกับการให้การปรึกษาแนวพุทธ มาใช้กับผู้ป่วยระยะสุดท้ายซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง วิธีเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามการวิจัย การสัมภาษณ์ การบันทึก การสังเกตพฤติกรรมของผู้ป่วย จากนั้นจะนำข้อมูลที่รวบรวมมาวิเคราะห์และสรุป เพื่อหาข้อสรุปอันเป็นองค์ความรู้ในการศึกษาค้นคว้าวิจัยและการนำไปเผยแพร่ต่อไป

๑.๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๑) ประชากร (Population) ได้แก่ ได้แก่ ผู้ป่วยของโรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งป่วยเป็นโรคมะเร็งชนิดต่าง ๆ จำนวน ๕๑ ราย ผู้ป่วยโรคไตวายระยะสุดท้าย จำนวน ๓๔ ราย ที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) โดยที่ผู้ป่วยนับถือศาสนาพุทธ มีความศรัทธาในพระรัตนตรัย และมีการประกอบกิจกรรมตามแนววิถีพุทธ เช่นการสวดมนต์ การทำบุญตักบาตร การฟังธรรม เป็นต้น

๒) กลุ่มตัวอย่าง (Sample) ได้แก่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโครงการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ของโรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ โดยผ่านการทำแบบสอบถามและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน ๑๐ ราย โครงการวิจัย ในช่วงเวลาตั้งแต่ เดือนมกราคม ๒๕๕๖ ถึง เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๕๖

๑.๓.๓ วิธีที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้

๑. การสร้างชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย
๒. การนำชุดกิจกรรมไปทดลองใช้
๓. การประเมินผลการทดลองและปรับปรุงชุดกิจกรรม
๔. การนำชุดกิจกรรมไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง
๕. การวัดผลการใช้ชุดกิจกรรม

๑.๓.๔ ตัวแปรที่ศึกษา

๑. ตัวแปรต้น ได้แก่ ผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิต
๒. ตัวแปรจัดทำ ได้แก่ ชุดกิจกรรมตามแนววิถีพุทธ
๓. ตัวแปรตาม ได้แก่ ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

๑.๓.๕ ขอบเขตด้านระยะเวลา

เวลาในการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ร่วมกับการให้การศึกษาแนวพุทธ เป็นรายบุคคล จำนวน ๑๐ ราย เป็นเวลา ๗ วัน ๆ ละ ๖๐ นาที สถานที่ศึกษาผู้ป่วยใน โรงพยาบาลท่าสาย และที่บ้านของผู้ป่วยในอำเภอท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี ในช่วงเดือนมกราคม – กุมภาพันธ์ ๒๕๕๖

๑.๔ นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

การพัฒนาจิต ตามหลักไตรสิกขาอันได้แก่ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ สามารถพัฒนาตนเองจนเกิดสัมมาทิฏฐิ เป็นขั้นตอนเริ่มจากด้านพฤติกรรม การมีปฏิสัมพันธ์ต่อสังคม พิธีกรรม ความมีระเบียบ การฝึกจิตให้สงบ ตื่นรู้อยู่กับปัจจุบันขณะ มีความเป็นปกติ เว้นจาก ปาณาติบาต(การฆ่าสัตว์) เว้นจากของที่เจ้าของยังไม่ให้ เว้นจากการประพฤติดินในกาม ไม่พูดเท็จ ไม่ดื่มน้ำเมา มีความตั้งใจมั่น และสามารถพัฒนาตน เกิดปัญญา ความเข้าใจมีความรู้เท่าทัน เห็นความจริงของความตายหรือความเป็นอนิจจัง รู้แจ้งเห็นจริงในสังขารธรรม เป็นจิตที่เป็นอิสระ และมีความสงบ

ผู้ป่วยระยะสุดท้าย (The end of life patients) หมายถึงผู้ป่วยที่มีภาวะเจ็บป่วยอยู่ในระยะลุกลาม ไม่สามารถรักษาให้หายได้ ผู้ป่วยจะมีเวลาของการมีชีวิตอยู่อย่างจำกัดหรือประมาณ ๖ เดือน^๙ สุดท้ายของชีวิต ซึ่งการดูแลระยะสุดท้ายของชีวิตอาศัยแนวคิดและหลักการของการดูแลแบบประคับประคอง โดยให้ความสำคัญกับการส่งเสริมความสบายและบรรเทาความทุกข์ทรมานจากอาการ และสนับสนุนช่วยเหลือทางด้านจิตสังคม และจิตวิญญาณของผู้ป่วย และครอบครัว เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถใช้เวลาในช่วงบั้นปลายของชีวิตอย่างมีความสุข สามารถปรับตัวกับช่วงเปลี่ยนผ่านที่สำคัญของชีวิตและมีการเตรียมตัวสำหรับความตายที่ดี

ตามแนววิถีพุทธ (Buddhist Ways) หมายถึง การปฏิบัติกิจกรรมให้สอดคล้องกับความเชื่อ ความศรัทธาของผู้ป่วย ตามแนวพระพุทธศาสนา ได้แก่ การกล่าวถึงคุณของพระพุทธเจ้า อยู่เสมอ ๆ การยึดมั่นในคุณพระรัตนตรัย การทำบุญตักบาตร การรักษาศีล การสวดมนต์และการฟังธรรม การภาวนาพุทโธ การเจริญมรณสติ การแผ่เมตตา บำเพ็ญกรรมฐาน การทำบุญกุศลอื่น ๆ เพื่อบำบัดความทุกข์ทรมานจากโรคทางกายและโรคทางใจ และการเตรียมพร้อมต่อความตาย เพื่อให้ผู้ป่วยเผชิญกับความตายอย่างสงบ ช่วยเหลือผู้ป่วยใกล้ตายให้พบกับการตายที่ดี

ขั้นที่ ๕ หมายถึง รูปธรรมและนามธรรม

๑. รูปขั้นที่ ๑ กอรูปที่เกิดจากธาตุ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ประชุมกันเรียกว่ารูป
๒. เวทนาขั้นที่ ๑ ความรู้สึกรู้อารมณ์ว่าเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือเฉยๆ
๓. สัญญาขั้นที่ ๑ คือ ความจำได้หมายรู้ จำอารมณ์ (ความนึกคิด) ที่เกิดขึ้นกับใจได้

^๙ กิตติกร นิลมานันต์, การดูแลระยะสุดท้ายของชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (สงขลา : โรงพิมพ์ ออเรนจ์ มีเดีย, ๒๕๕๕), หน้า ๔.

๔. สังขารขันธ คือ ความคิดปรุงแต่งอารมณ์ที่เกิดกับใจ มี ๖ ประเภทตามเจตนา คือ รูป เสียง กลิ่น รส กายสัมผัส และใจสัมผัส

๕. วิญญาณขันธ คือ ความรู้อารมณ์เมื่อตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้ดมกลิ่น ลิ้นได้รับรส กายได้สัมผัส อารมณ์มากระทบใจ

ไตรลักษณ์ หมายถึงลักษณะ ๓ ประการ ที่มีอยู่ประจำโลก เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามัญลักษณ์ คือลักษณะที่เหมือนเสมอกัน ๓ ประการ ได้แก่

๑. อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง
๒. ทุกขตา ความเป็นทุกข์ ความเป็นของคงทนอยู่ไม่ได้
๓. อนัตตา ความเป็นของไม่ใช่ตัวตน

อริยสัจ ๔ เป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ อาจเรียกว่าตรัสรู้ปฏิจักษุสัมปทาทั้งได้

๑. ทุกข์ ได้แก่ ความไม่สบายกายความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากของรัก ความปรารถนาไม่สมหวัง ว่าโดยย่ออุปาทานขันธ ๕ (ขันธ ๕ ที่ยึดไว้ด้วยอุปาทาน) เป็นทุกข์

๒. ทุกขสมุทัย เรียกสั้น ๆ ว่า สมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข์) ได้แก่ ตัณหา มี ๓ อย่าง กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา พุทธอีกอย่างหนึ่งก็คือความอยากที่จะยึดถือตัวตนเป็นที่ตั้งอยากได้ อยากเป็น หรือไม่อยากได้ ไม่อยากเป็น

๓. ทุกขนิโรธ เรียกสั้น ๆ ว่า นิโรธ (ความดับทุกข์) ได้แก่การที่ตัณหาดับไปไม่เหลือด้วยการคลายออก สละเสียได้ สลัดออกได้ ฟ้นไปได้ หรือพุทอีกนัยหนึ่ง คือ ภาวะแห่งนิพพาน มีชีวิตเป็นอยู่ด้วยปัญญา ซึ่งบริสุทธิ์ เป็นอิสระ สงบ ปลอดภัย ผ่องใส เบิกบาน

๔. ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์) เรียกสั้น ๆ ว่า มรรค ได้แก่ทางอันประเสริฐมีองค์ประกอบ ๘ ประการ

มรณสติ คือการระลึกถึงความตายที่จะเกิดขึ้นแก่ตน เพื่อความไม่ประมาทในชีวิต โดยระลึกถึงความตายที่จะเกิดขึ้นแน่นอน เช่นว่าชีวิตไม่แน่นอน แต่ความตายเป็นของแน่นอน เมื่อระลึกถึงความตายอยู่เป็นประจำ ก็จะทำให้เจ้าของชีวิตไม่ปล่อยเวลาให้ล่วงไปเปล่า รีบเร่งทำหน้าที่ให้สมบูรณ์ในปัจจุบัน ไม่นิ่งนอนใจปล่อยปละละเลยหรือรอให้ภัยมาถึงตน จึงตั้งรณขวนขวายและปฏิบัติกิจหน้าที่ด้วยความเอาใจใส่ ชะมักเขม้น ไม่ระย่อทอดลอย

หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด เป็นกฎแห่งธรรมชาติที่มีอยู่ประจำโลก ไม่ว่ามนุษย์ หรือสัตว์ หรือสรรพสิ่งใด ๆ ก็ตาม ที่ปรากฏในโลกนี้ ย่อมตกอยู่ในกฎธรรมชาติทั้งสิ้น พระ

พุทธองค์ทรงค้นพบความจริงของธรรมชาติ ทรงนำมาตรัสสอนให้ชาวโลกได้รู้ได้เข้าใจกฎแห่งธรรมชาติซึ่งมีทั้งสิ่งที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม ได้แก่ การทำความดี การทำความชั่วมีผล โลกนี้มีอยู่ผู้ที่จะเกิดในโลกนี้มีอยู่ โลกหน้ามีอยู่ผู้ที่จะไปเกิดในโลกอื่นมีอยู่ เป็นต้น

การดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) องค์การอนามัยโลกได้ให้คำจำกัดไว้ หมายถึง การจัดการให้ผู้ป่วยที่กำลังเผชิญปัญหาที่เกี่ยวข้องกับความเจ็บป่วยที่คุกคามถึงชีวิต และครอบครัว มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น โดยการป้องกันและบรรเทาความทุกข์ทรมานต่างๆ ด้วยการวินิจฉัยแต่เนิ่นๆ การประเมินอย่างแม่นยำ และการรักษาความปวดและปัญหาอื่นๆ ให้ครบถ้วน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ

โรงพยาบาลท่าปาง (Thayang hospital) เป็นโรงพยาบาลชุมชนขนาด 60 เตียง สังกัดสำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข ตั้งอยู่ริมถนนสายท่าปาง – บ้านหนองบัว เลขที่ 259/6 หมู่ 1 ตำบลท่าปาง อำเภอท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี รับผิดชอบประชากรจำนวน 83,135 คน / 23,821 หลังคาเรือน นายแพทย์สาริต ทิมขำ เป็นผู้อำนวยการโรงพยาบาล งานบริการหลัก (main service) เป็นการให้บริการสุขภาพแบบองค์รวมในระดับปฐมภูมิและทุติยภูมิ โดยมีวิสัยทัศน์ (vision) คือการสร้างสุขภาพที่มีคุณภาพและบริการด้วยใจ ปัจจุบันโรงพยาบาล ท่าปาง กำลังพัฒนาระบบการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ในกลุ่มผู้ป่วยโรคมะเร็งชนิดต่าง ๆ ผู้ป่วยโรคไตวายระยะสุดท้าย และกลุ่มโรคเรื้อรังอื่น ๆ ที่มุ่งให้ผู้ป่วยมีความสุขสบาย โดยให้ความสำคัญต่อศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ ไม่พยายามเร่งรัดหรือเหนี่ยวรั้งการตาย พัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและญาติเมื่อเผชิญกับปัญหา อันเกี่ยวเนื่องกับความเจ็บป่วยที่คุกคามชีวิต ผ่านกระบวนการป้องกันและบรรเทาความทุกข์ทรมาน โดยการประเมินและการรักษาอาการเจ็บป่วยครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และด้านจิตวิญญาณ เพื่อการเผชิญกับความตายอย่างมีสติ และจิตที่สงบ

๑.๕ สมมติฐานการวิจัย

หลังจากการเข้าร่วมโครงการวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อให้ผู้ป่วยระยะสุดท้าย คลายทุกข์ ปล่อยวาง สว่าง ผ่องใส

๑.๖ วิธีการดำเนินการวิจัย

๑.๖.๑ ทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจิตผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ และการสร้างชุดกิจกรรม จากเอกสารทั้งปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ พระไตรปิฎกทั้งภาษาบาลี และภาษาไทย และทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ คัมภีร์อรรถกถา คัมภีร์ฎีกา อนุฎีกา เอกสาร วารสาร สิ่งพิมพ์และวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๒ ดำเนินการออกแบบชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ และสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ตามที่ได้ทบทวนเอกสารและคำแนะนำของอาจารย์ที่ควบคุมพร้อมผู้เชี่ยวชาญที่ได้เชิญมาเป็นที่ปรึกษา

๑.๖.๓ นำชุดกิจกรรมที่ได้ออกแบบและเครื่องมือ ไปทดลองใช้กับกลุ่มทดลอง ได้แก่ ผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโครงการดูแลแบบประคับประคอง ของโรงพยาบาลท่าปาง อำเภอท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี ที่มีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน ๒ ราย

๑.๖.๔ การประเมินผลการทดลองใช้เครื่องมือและชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ปรับปรุงเครื่องมือและชุดกิจกรรม

๑.๖.๕ การนำเครื่องมือและชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโครงการดูแลแบบประคับประคอง ของโรงพยาบาลท่าปาง ที่มีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์โดยผ่านการทำแบบสอบถามและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน ๑๐ ราย

๑.๖.๖ การดำเนินการศึกษาและทดลอง มีการประเมินก่อนและหลังการทดลอง (pretest posttest design) จำนวน ๑๐ ราย จากนั้นทำการประเมินก่อนการทดลอง (t1) แล้วมีการจัดกระทำ (x) กับกลุ่มตัวอย่าง เป็นระยะเวลาต่อเนื่อง ๗ วัน ๆ ละ ๑ ชั่วโมง รวมระยะเวลาในการทำกิจกรรม ๗ วัน แล้วทำการประเมินหลังการทดลอง (t2) ด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินอย่างเดียวกันกับการประเมินก่อนการทดลอง

๑.๖.๗ การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นการนำเอาผลการดำเนินการตามกระบวนการทุกขั้นตอน มาวิเคราะห์ ประมวลผล ตีความ โดยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ สถิติพรรณนา (Descriptive statistics) และสถิติอ้างอิง (Interferential statistics)

๑.๖.๘ สรุปผลการวิจัยและนำเสนอผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๑.๗ กรอบแนวคิดในการวิจัย

ปัจจัยนำเข้า	กระบวนการ	ปัจจัยนำออก	ผลลัพธ์
วัตถุประสงค์	หลักพุทธธรรม	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	ผลการวิจัย
๑ ศึกษาหลักพุทธธรรมและกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตาย	๑.ชั้น ๕ ๒.ไตรลักษณ์ - อนิจจตา - ทุกขตา - อนัตตา	๑ ได้ทราบหลักพุทธธรรมและกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑.ด้านความรู้สึกรูสึกของจิตใจ มีการพัฒนาเพิ่มขึ้น ๒.ความเข้าใจ (ปัญญา) มีการพัฒนาเพิ่มขึ้น
๒. เพื่อเสนอรูปแบบ (Model) การพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย	๓.อริยสัจ ๔ -ทุกข์ -ทุกขสมุทัย -ทุกขนิโรธ -ทุกขนิโรธคามินี	๒ ได้รูปแบบ (Model) การพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ	๓.ด้านการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ไม่เปลี่ยนแปลง
๓ ศึกษาผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ	ปฏิบัติ ๔.มรณสติ ๕.หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด	๓ ทราบผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ๔ นำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในโรงพยาบาลท่าปาง จังหวัดเพชรบุรีไปเผยแพร่	๔.ความผาสุกทางจิตวิญญาณ มีการพัฒนาเพิ่มขึ้น

ตารางที่ ๑.๑ แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ได้ทราบหลักพุทธธรรมและกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ได้รูปแบบ (Model) การพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๑.๘.๓ ทราบผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๑.๘.๔ นำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ในโรงพยาบาลท่าปาง จังหวัดเพชรบุรีไปเผยแพร่ในสถานที่ต่าง ๆ ได้แก่ โรงพยาบาลต่าง ๆ ของจังหวัดเพชรบุรี สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพชรบุรี วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า และโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาในจังหวัดเพชรบุรี

บทที่ ๒

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้ (๑) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมและชุดกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อเสนอรูปแบบ(Model)การพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ (๓) เพื่อศึกษาผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าปาง อำเภอท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งผู้วิจัยนำเสนอแนวคิด ทฤษฎี ตามลำดับดังต่อไปนี้

๑. แนวคิดเรื่องชีวิต ความตาย ในพระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. ธรรมชาติของชีวิตและความตาย กับแนวคิดการเตรียมตัวผู้ป่วยระยะสุดท้าย
๓. การเรียนรู้หลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย
๔. แนวคิดและทฤษฎีการให้การปรึกษา
๕. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒. ๑ แนวคิดเรื่องชีวิต ความตาย ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐกว่าสัตว์ทั้งปวงในโลกนี้ เพราะเป็นผู้มีปัญญาสามารถพัฒนาตนให้ข้ามพ้นทุกข์ภัยจากการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏได้ ตามแนวทางของพระพุทธศาสนาที่อธิบายการเกิดขึ้นของชีวิต ความตาย และการพลัดพรากว่าเป็นทุกขอริยสัจ ที่เกิดขึ้นได้กับทุกชีวิต ฉะนั้นทุกคนควรศึกษาเรื่องชีวิต ความเป็นไปของชีวิต การพัฒนาตนให้บรรลุเป้าหมายของชีวิต การเตรียมพร้อมต่อการตายที่ดี และสามารถช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ให้พัฒนาจิตของตนเองในระยะสุดท้ายของชีวิต เพื่อการตายที่สงบและมีความสุข

๒.๑.๑. ชีวิตคืออะไร : ชั้นที่ ๕

ชีวิตมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนานั้น หมายถึง สัตว์โลกประเภทชะลาพุชะที่กำเนิดจากกรรมมารดา ด้วยเหตุปัจจัยร่วมกัน ๓ ประการ คือมารดาบิดาอยู่ร่วมกัน มารดามีระดู และมี

คันธ์พระปรากฏขึ้น^๑ กลายเป็นองค์ประกอบของสิ่งมีชีวิตขนาดเล็กที่สุด ชีวิตเจริญเติบโตในครรภ์ มารดา จนอายุครรภ์ได้ ๔๐ สัปดาห์ จึงคลอดทารกออกมาสู่โลกภายนอก องค์ประกอบของชีวิต คือขันธ์ ๕^๒ ซึ่งได้แก่ รูปขันธ์ (ดิน น้ำ ไฟ ลม) และ นามขันธ์ (เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) หรือเรียกว่าเบญจขันธ์ (The Five Aggregates) ดังนี้

๑. รูปขันธ์ (Corporeality) ได้แก่ส่วนประกอบฝ่ายรูปธรรมทั้งหมด ร่างกายและพฤติกรรมทั้งหมดของร่างกาย หรือสสารและพลังงานฝ่ายวัตถุ พร้อมทั้งคุณสมบัติ และพฤติกรรมต่างๆ ของสสารพลังงานเหล่านั้น

๒. เวทนาขันธ์ (Feeling หรือ Sensation) ได้แก่ความรู้สึกลึกซึ้ง ทุกข์ หรือเฉย ๆ ซึ่งเกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ

๓. สัญญาขันธ์ (Perception) ได้แก่ความกำหนดได้ หรือหมายรู้ คือ กำหนดรู้อาการ เครื่องหมายลักษณะต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์ (Object) นั้น ๆ ได้

๔. สังขารขันธ์ (Mental Formations หรือ Volitional Activities) ได้แก่องค์ประกอบหรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิตมีเจตนาเป็นตัวนำ ซึ่งแต่งจิตใจให้ดีหรือชั่วหรือเป็นกลาง ๆ ปรับแปรการตรัสรู้นึกคิดในใจ และการแสดงออกทางกาลเวลา ให้เป็นไปต่าง ๆ เป็นที่มาของกรรม เช่น ศรัทธา สติ หิริ โอตตัปปะ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา โมหะ โลภะ โทสะ มานะ ทิฐิ อิสสา มัจฉริยะ เป็นต้น เรียกรวมอย่างง่าย ๆ ว่า เครื่องปรุงของจิต เครื่องปรุงของความคิด หรือเครื่องปรุงของกรรม

๕. วิญญาณขันธ์ (Consciousness) ได้แก่ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ คือ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกายและการรู้อารมณ์ทางใจ^๓

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)^๔ ได้ให้คำจำกัดความ “ชีวิตคืออะไร” ไว้ ๒ ประเด็น ดังนี้

(๑) ชีวิตตามสภาพของมันเอง ซึ่งแบบที่นิยมในพระสูตรคือแสดงแบบขันธ์ ๕ (๒) ชีวิตตามความหมายของมนุษย์ และโดยสัมพันธ์กับโลก ซึ่งมีอายตนะ ๖ เป็นแดนรับรู้และเสพเสวยโลก ชีวิตประกอบด้วยขันธ์ ๕ คือ รูปขันธ์ ๑ และนามขันธ์อีก ๔ ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร และ

^๑ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกแก่นธรรม พระสูตรตันตปิฎกเล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๔๓๙.

^๒ อภ.วิ (ไทย) ๓๕/๑/๑.

^๓ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต).พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๑๕-๑๖.

^๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต).พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๓๔-๓๗.

วิญญาณ ตั้งแต่เป็นทารกนอนอยู่ในครรภ์ได้กล่าวแล้วข้างต้น แล้วเมื่อคลอดมีชีวิตที่เกิดมาแล้ว ต้องดำเนินอยู่เป็นประจำวัน ท่างกลางความเป็นไปของโลก ซึ่งมีอายตนะ ๖ เป็นเครื่องมือเชื่อมต่อ และมีความสัมพันธ์กับโลกทั้ง ๖ ทาง คือ ๑)ทางตา เกิดการรับรู้จากการเห็น ๒)ทางหู เกิดการรับรู้จากการได้ยิน ๓)ทางจมูก เกิดการรับรู้จากการได้กลิ่น ๔)ทางลิ้น เกิดการรับรู้จากการได้ลิ้มชิมรส ๕)ทางกาย เกิดการรับรู้จากสิ่งที่สัมผัสสกาย และ ๖)ทางใจ เกิดการรับรู้จากการนึกคิดในใจหรือรู้เรื่องในใจ

อายตนะ ทั้ง ๖ ซึ่งเป็นแดนเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ทั้ง ๖ ทางดังกล่าวมาแล้วนั้น สามารถกำหนดให้ละเอียดลงไปอีกได้เป็น ๒ สาย คือ

๑. อายตนะภายนอก หรือแดนเชื่อมต่อความรู้ฝ่ายนอก ๖ ทาง ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะหรือสิ่งที่ต้องกายและสิ่งที่ใจนึก อายตนะภายนอกนี้นิยมเรียกกันว่า “อารมณ” ซึ่งทั้ง ๖ ทางนี้เป็นที่สำหรับจิตมายึดหน่วงอยู่ คือสิ่งที่ถูกรู้นั่นเอง

๒. อายตนะภายใน หรือแดนเชื่อมต่อความรู้ฝ่ายภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ซึ่งนิยมเรียกกันสั้น ๆ ว่า อายตนะ และเมื่ออายตนะ (ภายใน) กระทบกับอารมณ (อายตนะภายนอก) ซึ่งเป็นสิ่งที่ถูกรู้ ก็จะทำให้เกิดความรู้จำเพาะด้านของอายตนะแต่ละอย่างขึ้น เช่น ตากระทบรูป เกิดความรู้เรียกว่าเห็น ความรู้เฉพาะด้านนี้เรียกว่า “วิญญาณ” คือความรู้แจ้ง คือรู้อารมณ ดังนั้น จึงมีวิญญาณ ๖ อย่าง เท่ากับจำนวนของอายตนะและอารมณ ๖ คู่ดังกล่าวข้างต้นแล้ว ภาวะที่มีการรับรู้อันเกิดจากองค์ประกอบทั้ง ๓ อย่าง คือ อายตนะ + อารมณ + วิญญาณ มาบรรจบพร้อมกันเรียกว่า “ผัสสะ” หรือ “สัมผัส” (กล่าวได้ว่า ธรรมทั้ง ๓ ประการนี้ทำหน้าที่ร่วมกันอยู่ เรียกว่าผัสสะ) เมื่อผัสสะหรือสัมผัสเกิดขึ้นแล้วกระบวนการก็ดำเนินต่อไป เริ่มตั้งแต่ความรู้สึกต่ออารมณที่รับรู้เข้ามา เรียกว่า “เวทนา” แล้วก็มีกรจำอารมณนั้น เรียกว่า “สัญญา” แล้วจากนั้นก็นำอารมณนั้นไปคิดปรุงแต่ง เรียกว่า “สังขาร” ทั้งหมดนี้รวมกันเป็นส่วนประกอบของชีวิตมนุษย์ ซึ่งนามขันธ์ทั้ง ๕ นั้นจะไปเป็นปัจจัยให้เกิดตณหาต่อไป

สรุปโดยย่อว่า ชีวิตคือการประกอบกันของขันธ์ ๕ และเหตุปัจจัยต่าง ๆ ก่อให้เป็นรูปร่างขึ้นแล้วสมมุติให้เป็นที่เข้าใจและยอมรับกันโดยเรียกว่า คน สัตว์ สิ่งของ ผู้ยังมีกิเลสอยู่จะหลงยึดติดในความเป็นตัวตนแต่พระผู้มีพระภาคและพระอรหันต์ทั้งหลายรู้แจ้งตามความเป็นจริงว่าชีวิต คือ การประชุมกันของเหตุปัจจัยต่าง ๆ ที่บัญญัติเรียกว่า ขันธ์ ธาตุ และอายตนะ เป็นต้น ไม่มีคน หรือสัตว์ ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา เมื่อรู้ด้วยปัญญาเช่นนี้จึงไม่หลงยึดติดในขันธ์ ธาตุ และอายตนะเหล่านั้น

๒.๑.๒ ชีวิตเป็นอย่างไร : กฎไตรลักษณ์

ชีวิตเป็นส่วนผสมของรูปนาม ที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เป็นไปตาม กฎไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) เป็นสามัญลักษณ์ คือลักษณะที่เหมือนเสมอกัน ๓ ประการ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต).^๕ กล่าวถึง ไตรลักษณ์ ตามหลักพุทธธรรมเบื้องต้นไว้ว่า สิ่งทั้งหลายเกิดจากส่วนประกอบต่าง ๆ มาประชุมกันเข้า หรือมีอยู่ในรูปของการรวมตัวเข้าด้วยกัน ของส่วนประกอบต่าง ๆ นั้น มิใช่หมายความว่า เป็นการนำเอาส่วนประกอบที่เป็นชิ้น ๆ อัน ๆ อยู่เหมือนเมื่อเอาวัตถุต่าง ๆ มารวมกันเป็นเครื่องอุปกรณ์ต่าง ๆ

ความจริง ที่กล่าวว่าสิ่งทั้งหลายเกิดจากการประชุมกันของส่วนประกอบต่าง ๆ นั้น เป็นเพียงคำกล่าวเพื่อเข้าใจง่าย ๆ ในเบื้องต้นเท่านั้น แท้จริงแล้ว สิ่งทั้งหลายมีอยู่ในรูปของกระแส ส่วนประกอบแต่ละอย่าง ๆ ล้วนประกอบขึ้นจากส่วนประกอบอื่น ๆ ย่อยลงไป แต่ละอย่างไม่มีตัวตนของตัวเองเป็นอิสระ และเกิดดับต่อกันไปเสมอ ไม่เที่ยง ไม่คงที่ กระแสนี้ไหลเวียนหรือดำเนินต่อไป อย่างที่ดูคล้ายกับรักษารูปแนว และลักษณะทั่วไปไว้ได้อย่างค่อยเป็นไป ก็เพราะส่วนประกอบ ทั้งหลายมีความเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์อาศัยซึ่งกันและกัน เป็นเหตุปัจจัยสืบต่อแก่กัน อย่างหนึ่ง และเพราะส่วนประกอบเหล่านั้นแต่ละอย่างล้วนไม่มีตัวตนของมันเอง และไม่เที่ยงแท้คงที่อย่างหนึ่ง

ความเป็นต่าง ๆ ทั้งหมดนี้เป็นไปตามธรรมชาติ อาศัยความสัมพันธ์และความเป็นปัจจัยเนื่องอาศัยกันของสิ่งทั้งหลายเอง ไม่มีตัวการอย่างอื่นที่นอกเหนือออกไปในฐานะผู้สร้าง หรือผู้บันดาล จึงเรียกเพื่อเข้าใจง่าย ๆ ว่าเป็นกฎธรรมชาติ เพื่อเข้าใจง่าย ๆ ให้ความหมายของ ไตรลักษณ์ (The Characteristics of Existence) โดยย่อดังนี้

๑. อนิจจตา (Impermanence) ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่คงตัว เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป เช่น ร่างกายนี้ย่อมทรุดโทรม และมีโรคร้ายไข้เจ็บ ในที่สุดก็ต้องตายไปเป็นธรรมดา

๒. ทุกขตา (Conflict) ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและสลายไป ภาวะที่กดดันผืนและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยที่ปรุงแต่งให้มีสภาพเป็นอย่างนั้นเปลี่ยนแปลงไป จะทำให้คงอยู่ในสภาพนั้นไม่ได้ ภาวะที่ไม่สมบูรณ์ที่มีความบกพร่องอยู่ในตัว ไม่ให้ความสมอยาก

^๕ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต).พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๖๗-๗๐.

แท้จริง หรือความพึงพอใจเต็มที่ แก่ผู้อยากด้วยตัณหา และก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปอยากไปยึด ด้วยตัณหา อุปาทาน

๓. อนัตตตา (Soullessness หรือ Non-self) ความเป็นอนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน ความไม่มีตัวตนแท้จริงที่จะสั่งบังคับให้เป็นอย่างไร ๆ ได้

ตถาคต(พระพุทธเจ้า)ทั้งหลาย จะอุบัติหรือไม่งี้ตาม ธาตุ(หลัก)นั้นก็ยังคงมีอยู่ เป็นธรรมชาติ เป็นธรรมนิยามว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ตถาคตตรัสรู้ เข้าถึงหลักนั้นแล้ว จึงบอก แสดง วางเป็น แบบ ตั้งเป็นหลัก เปิดเผย แจกแจง ทำให้เข้าใจง่ายว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา^๖

ดังนั้น พระพุทธศาสนาเถรวาทจึงเน้นการสอนให้มนุษย์ตระหนักรู้ในทุกข์ และความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิต ที่ความตายจะเกิดขึ้นเมื่อไรก็ได้ คนเราจึงควรต้องเรียนรู้พุทธธรรม เพื่อ การเตรียมตัวตาย และต้องเตรียมชีวิตให้ก้าวข้ามพ้นทุกข์ อันมีเหตุมาจากอวิชชา

๒.๑.๓ อริยสัจ ๔

ในสมัยพุทธกาลเมื่อเจ้าชายสิทธัตถะทรงเห็นเทวทูตทั้ง ๔ มาปรากฏในรูปของคนชรา คนเจ็บ คนตาย และบรรพชิต เมื่อทรงเห็นสิ่งเหล่านี้แล้ว พระองค์ได้แสวงหาทางเพื่อพ้นจากความ ตาย จนกระทั่งได้ตรัสรู้ อริยสัจ ๔ พระพุทธองค์ทรงแสดงอริยสัจ ๔ เพื่อให้พระสาวกมีความเข้าใจ ชีวิตว่าต้องตกอยู่ในสภาพแห่งความทุกข์ ดังที่พระองค์ตรัสไว้ในธรรมจักรกัปปวัตตนสูตรว่า^๗

ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้เป็นทุกข์ขอริยสัจคือแม้ความเกิดก็เป็นทุกข์ แม้ความแก่ก็เป็น ทุกข์ แม้ความเจ็บก็เป็นทุกข์ แม้ความตายก็เป็นทุกข์ ความประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รักก็ เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความไม่ได้สิ่งที่ปรารถนาก็เป็นทุกข์ โดยย่นย่อ อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้เป็นทุกข์สมุทยอริยสัจ คือ ตัณหา อันทำให้เกิดอีกประกอบด้วย ความเพติดเพลินและความกำหนัด มีปกติให้เพติดเพลินใน อารมณฺ์นั้น ๆ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้เป็นทุกข์นิโรธ อริยสัจ คือความดับตัณหาไม่เหลือด้วยวิราคะ ความสละ ความสละทั้ง ความพ้น ความไม่

^๖ อ.จ.ต.ก. (ไทย) ๒๐/๑๓๘/๓๘๕.

^๗ วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๔/๒๑.

อาลัยในต้นหา ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้เป็น ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้แหละ คือ

๑. สัมมาทิฏฐิ(เห็นชอบ) หมายถึงเห็นอริยสัจ ๔ เห็นไตรลักษณ์ หรือเห็นปัจจุสมุปบาท
๒. สัมมาสังกัปปะ(ดำริชอบ) หมายถึงความนึกคิดในทางสละปลดออกจากกาม ความนึกคิดปลดออกจากพยาบาท และความนึกคิดปลดจากการเบียดเบียน
๓. สัมมาวาจา(เจรจาชอบ) หมายถึงพูดคำสัตย์ ไม่พูดส่อเสียด พูดคำอ่อนหวาน พูดสิ่งมีสาระ
๔. สัมมากัมมันตะ(กระทำชอบ) หมายถึงไม่เบียดเบียนชีวิตสัตว์ทั้งหลาย ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม
๕. สัมมาอาชีวะ(เลี้ยงชีพชอบ) หมายถึงเว้นมิจฉาชีพ ประกอบสัมมาอาชีพ
๖. สัมมาวายามะ(พยายามชอบ) หมายถึงเพียรระวังความชั่วไม่ให้เกิดขึ้น เพียรกำจัดความชั่วที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรทำความดีให้เกิด เพียรรักษาความดีไว้
๗. สัมมาสติ(ระลึกชอบ) หมายถึงพิจารณาเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม
๘. สัมมาสมาธิ(ตั้งจิตมั่นชอบ) หมายถึงฌาน ๔^๕

โดยสรุป อริยสัจ ๔ คือ ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ พระองค์ทรงเน้นให้มนุษย์เข้าใจชีวิตที่ประกอบด้วยขั้น ๕ ซึ่งเป็นทุกข์ กำหนดรู้ทุกข์ รู้สาเหตุแห่งทุกข์แล้วละเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ผู้มีปัญญาต้องฝึกอบรมจิตให้ถึงความดับไม่เหลือของทุกข์ ด้วยการดำเนินชีวิตตามทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) คือ อริยมรรค มีองค์ ๘ ซึ่งเป็นเครื่องมือนำทางในการดำเนินชีวิตที่ดี จึงจะนับว่าเป็นผู้ดำเนินชีวิตให้สมกับที่ชีวิตมีคุณค่า ด้วยการทำประโยชน์ให้ตนเองและผู้อื่น

๒.๑.๔ มรณสติ

คือการระลึกถึงความตายที่จะเกิดขึ้นแก่ตน เพื่อความไม่ประมาทในชีวิต โดยระลึกถึงความตายที่จะเกิดขึ้นแน่นอน เช่น ชีวิตไม่แน่นอน แต่ความตายเป็นของแน่ เมื่อระลึกถึงความตายอยู่เป็นประจำ ก็จะทำให้เจ้าของชีวิตไม่ปล่อยเวลาให้ล่วงไปเปล่า รีบเร่งทำกิจการหน้าที่ให้สมบูรณ์ในปัจจุบัน ไม่นิ่งนอนใจปล่อยปละละเลยหรือรอให้ภัยมาถึงตน จึงตื่นนอนขวนขวายและปฏิบัติกิจ

^๕ วิ.ม.(ไทย) ๔/๑๔/๒๑-๒๒; ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๒๙/๒๑๔,๔๐๒/๒๖๖.

หน้าที่ด้วยความเอาใจใส่ ชะมักเขม้น ไม่ทอดอ่ย เสมือนถูกไฟไหม้ศีรษะแล้วจะนั่งเฉยชาอยู่ไม่ได้ พุทธพจน์ดังจะกล่าว สรุปเรื่องมรณสติได้ชัดแจ้ง จึงนำมาแสดงไว้ดังนี้

บุคคลควรทำความเพียรตั้งแต่วินาทีเดียว
 ใครเล่าจะรู้ว่า ความตายจักมีในวันพรุ่งนี้
 เพราะว่าความผิดเพี้ยนกับมัจจุราชผู้มีเสนามากนั้น
 ย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลาย^๙

มรณสติ (ข้อ ๗ ในอนุสติ ๑๐) คือการระลึกถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดา^{๑๐} เป็นวิธีการสูงสุดหมายสูงสุดของชีวิต การที่มนุษย์ปุถุชนอย่างเรา จะมีความรู้สึกดีงาม มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคง กล้าเผชิญความตายอย่างมีสติสัมปชัญญะนั้น จำเป็นต้องฝึกจิตใจให้คุ้นเคยกับความตายซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ด้วยการเจริญมรณสติ แม้พระพุทธรองค์ก็ทรงสอนธรรมโดยการแสดงความตายให้เห็นประจักษ์เป็นเรื่องสุดท้ายด้วยชีวิตของพระองค์เอง โดยทรงปรินิพพานท่ามกลางพุทธสาวก เพื่อเป็นการย้ำเตือนให้เหล่าสาวกได้ตระหนักและสำนึกถึงความเป็นอนิจจังของสรรพสิ่ง ดังนั้นจึงควรพิจารณาให้ใจสงบจากอกุศลธรรม เกิดความไม่ประมาทและไม่หวาดกลัว คิดเร่งชวนชวายเป็นปัญญาและทำความดี

ในคัมภีร์พระพุทธานามีนวคำสอนเรื่องความตายและการเตรียมตัวตายอยู่มากมาย โดยยอมรับว่าความตายเป็นภัยอย่างหนึ่งที่มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายต่างหวาดกลัวที่สุด ซึ่งแท้ที่จริงแล้วความตายเป็นกฎธรรมชาติอย่างหนึ่งที่มาคู่กับการเกิด พระพุทธรองค์ทรงวางหลักคำสอนและวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับความตายไว้หลากหลาย เช่น ในภัทเทรตตกสูตร ทรงสอนไม่ให้คำนึงถึงสิ่งที่เป็นอดีตและสิ่งที่เป็นอนาคต แต่ให้อยู่กับปัจจุบัน ในปัจฉิมโอวาทของพระพุทธรองค์ก็ทรงสอนว่า “หนุททานิ ภิกขเว อามนุตยามิ โว, วยธมฺมา สงฺขารา อปฺปมาเทน สมฺปาเทถ ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด”^{๑๑}

^๙ ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๔๒/๓๒๐.

^{๑๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๒๔๖-๒๔๗ .

^{๑๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๘/ ๑๖๖.

เมื่อผู้ใดพิจารณาความตายอยู่ทุกลมหายใจเข้าออกนั้นระลึกอยู่ว่า หายใจเข้าแล้วไม่หายใจออกก็ตาย หายใจออกแล้วไม่หายใจเข้าก็ตาย เป็นอยู่อย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้ไม่ประมาท แต่ที่จริงความตายนั่นไม่ใช่สิ่งน่ากลัว แต่ก่อนที่จะตายนั้นเป็นตอนสำคัญ จะตั้งสติรักษาจิตด้วยอาการอย่างไรให้มั่นคงที่จะไม่ให้หวั่นไหว ตรงนั้นจึงสำคัญที่สุด^{๑๒} ดังพระสูตรที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ในปฐมมรรณัสสติสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลาย มรรณัสสติที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก หยั่งลงสู่มตะ มีอมตะเป็นที่สุด เธอทั้งหลายเจริญมรรณัสสติอยู่หรือไม่” เมื่อพระผู้มีพระภาคตรัสถามอย่างนี้แล้ว ได้มีภิกษุหลายรูปต่างก็ทูลตอบตามแนวคิดที่ตนได้ปฏิบัติ

เมื่อภิกษุเหล่านั้นกราบทูลอย่างนี้แล้ว พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุรูปที่เจริญมรรณัสสติ เหมือนคำกราบทูลของภิกษุรูปที่หนึ่งถึงรูปที่หกนี้ยังเป็นผู้ประมาทอยู่ เจริญมรรณัสสติยังน้อยอยู่ ส่วนภิกษุรูปที่เจ็ดเจริญมรรณัสสติอย่างนี้ว่า ‘โอหนอ เราพึงเป็นอยู่ได้เพียงชั่วขณะเดียวกินคำข้าว ๑ คำ เราพึงมนสิการถึงคำสอนของพระผู้มีพระภาค เราพึงทำกิจให้มากหนอ’ และภิกษุรูปที่แปด เจริญมรรณัสสติอย่างนี้ว่า ‘โอหนอ เราพึงเป็นอยู่ได้เพียงชั่วขณะหายใจเข้าหายใจออก หรือหายใจออกหายใจเข้า เราพึงมนสิการถึงคำสอนของพระผู้มีพระภาค เราพึงทำกิจให้มากหนอ’ ภิกษุทั้ง ๒ รูปนี้เป็นผู้ไม่ประมาทอยู่ เจริญมรรณัสสติอย่างแรงกล้า เพื่อความสิ้น อาสวะทั้งหลาย ในที่สุดพระพุทธรองค์ทรงเตือนให้ภิกษุทั้งหลายระลึกอยู่เสมอว่า “เราทั้งหลายจักเป็นผู้ไม่ประมาทอยู่ จักเจริญมรรณัสสติอย่างแรงกล้าเพื่อความสิ้นอาสวะทั้งหลาย”^{๑๓}

อภิณหปัจจเวกขณัม คือธรรมที่ควรพิจารณาเนื่อง ๆ ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ในฐานสูตร คือฐานะที่ควรพิจารณาอยู่เสมอ ๆ ๕ ประการที่สตรี บุรุษ คฤหัสถ์ หรือบรรพชิตต้องพิจารณาเนื่องๆ ดังนี้ว่า

๑. เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้
๒. เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปได้
๓. เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้
๔. เราจะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจทั้งสิ้น

^{๑๒} ปฐม และภัทธา นิคมานนท์ (เรียบเรียง), *โครงการหนังสือบูรพาจารย์หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี*, (กรุงเทพมหานคร : บ.พี.เอ.ลีฟวิง จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๕๔๑ - ๕๕๑.

^{๑๓} อภ.ฉก.ก.(ไทย) ๒๒/๑๙/ ๔๔๔-๔๔๗.

๕. เรามีกรรมเป็นของตน เป็นผู้รับผลของกรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย เราทำกรรมใดไว้จะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วก็ตาม เราย่อมเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น^{๑๔}

เมื่อพิจารณา ข้อ ๑. อยู่เสมอ ๆ ว่าเรามีความแก่เป็นธรรมดา ย่อมทำให้เกิดสติละความมัวเมาในความเป็นหนุ่มสาว ซึ่งเป็นเหตุให้คึกคะนองประพฤติชั่ว หรือทำให้เบาบางลงได้

เมื่อพิจารณา ข้อ ๒. อยู่เสมอ ๆ ย่อมละความมัวเมาในความไม่มีโรคนั้น แม้ว่าขณะนี้ร่างกายของเราแข็งแรงดี แต่อาจมีโรคระบาดเฉียบพลัน

เมื่อพิจารณา ข้อ ๓. อยู่เสมอ ๆ ย่อมละความมัวเมาในชีวิตนั้นได้โดยสิ้นเชิง หรือทำให้เบาบางลงได้ และเริ่มใส่ใจศึกษาปฏิบัติธรรมอย่างจริงจัง ระมัดระวังในการดำเนินชีวิต

เมื่อพิจารณา ข้อ ๔. อยู่เสมอ ๆ ย่อมละความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในของรักของชอบใจนั้นได้โดยสิ้นเชิง หรือทำให้เบาบางลงได้

เมื่อพิจารณา ข้อ ๕. อยู่เสมอ ๆ ย่อมละทุจริตทางกาย ทางวาจา และทางใจได้โดยสิ้นเชิง เพราะตระหนักแล้วว่า กรรมใดที่เราทำเราต้องรับผลของกรรมนั้น กรรมเป็นผู้ให้กำเนิดแท้จริงของเรา พ่อแม่มีส่วนให้กำเนิดอยู่บ้างแต่น้อยกว่ากรรมที่เราต้องเป็นทายาทอย่างแท้จริง

ดังนั้นผู้หมั่นเจริญมรณสติ โดยพิจารณาฐานะ ๕ ประการนี้ จะเข้าใจความไม่เที่ยงของชีวิต ว่าเมื่อมีการเกิดแล้วต้องมีการเจ็บไข้ แก่ และตายไปเป็นธรรมดา ความตายอาจมาถึงเราได้ทุกขณะจิต จะสามารถดำเนินชีวิตได้โดยปกติ ความตายเกิดขึ้นเมื่อไรเราก็พร้อมยอมรับความตายนั้น คนในครอบครัวสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้ ไม่เศร้าโศกสะเทือนใจ การพิจารณาธรรมเช่นนี้สร้างความสงบสุขให้สมาชิกในครอบครัวเพราะไม่มีภาระให้ห่วงกังวลถึงความตาย ใครมีหน้าที่อย่างไรก็ทำหน้าที่ของตนต่อไป ดังตัวอย่างในอุรคชาดก ที่เปรียบเทียบความตายเป็นอาการดุจดังงูลอกคราบดังนี้ว่า บุตรชายของพราหมณ์โพธิสัตว์ถึงแก่กรรม หลังจากที่พราหมณ์ผู้เป็นพ่อทราบข่าวการตายของบุตรก็ไม่ร้องไห้เศร้าโศก นางพราหมณ์ผู้เป็นแม่ทราบข่าวก็ไม่ร้องไห้เศร้าโศก ภรรยา น้องสาวและสาวใช้เมื่อทราบข่าว ก็ไม่มีอาการเศร้าโศก เพราะทุกคนในครอบครัวนี้ได้พิจารณาธรรมและเจริญมรณสติอยู่เสมอ ด้วยมีความมั่นใจว่าผู้ตายต้องไปตามคติของเขา^{๑๕}

^{๑๔} อัง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๗/๙๙-๑๐๑.

^{๑๕} ชุ.ชา.ปญจก.(ไทย) ๒๗/๑๙-๒๕/๒๐๒-๒๐๓; ชุ.เปต.(ไทย) ๒๖/๘๕-๙๑/๑๘๑-๑๘๓.

๒.๑.๕ หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด

หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด เป็นกฎแห่งธรรมชาติที่มีอยู่ประจำโลก ไม่ว่าจะมนุษย์ หรือสัตว์ หรือสรรพสิ่งใด ๆ ก็ตาม ที่ปรากฏในโลกนี้ ย่อมตกอยู่ในกฎธรรมชาติทั้งสิ้น พระพุทธองค์ทรงค้นพบความจริงของธรรมชาติ ทรงนำมาตรัสสอนให้ชาวโลกได้รู้ได้เข้าใจกฎแห่งธรรมชาตินี้ซึ่งมีทั้งสิ่งที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม ได้แก่ การทำความดี การทำความชั่วมีผล โลกนี้มีอยู่ผู้ที่จะเกิดในโลกนี้มีอยู่ โลกหน้ามีอยู่ ผู้ที่จะไปเกิดในโลกอื่นมีอยู่ เป็นต้น

มนุษย์ซึ่งเป็นผู้สามารถพัฒนาความรู้ความสามารถได้ดีกว่าสัตว์อื่น ๆ จึงพยายามเที่ยวเสาะหาเครื่องป้องกันและหลบซ่อนจากความตาย มีภูเขาบ้างป่าไม้บ้าง อารามบ้างและรุกขเจดีย์บ้าง เป็นที่พึ่งหลบภัย แต่ทว่าที่พึ่งเหล่านั้นพระพุทธเจ้าตรัสว่ายังไม่ใช่เครื่องป้องกันหรือที่พึ่งอันแท้จริงสำหรับหลบภัยให้พ้นความตาย พระองค์ทรงแนะนำว่า มนุษย์ต้องพยายามแสวงหาที่พึ่งอันประเสริฐ คือ พระรัตนตรัย เป็นต้น ซึ่งที่พึ่งนี้สามารถช่วยมนุษย์ให้หลุดพ้นจากความหวาดกลัวภัย ภัยอันตรายต่าง ๆ โดยเฉพาะภัยที่สร้างความประหวั่นพรั่นพรึงที่สุดคือความกลัวตายและความตาย^{๑๖}

การสอนให้มนุษย์เข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรมและหลักปฏิบัติจรรยาบรรณ ซึ่งเป็นไปตามเหตุปัจจัย จึงทำให้มีเกิด แก่ เจ็บ และตายซึ่งล้วนเป็นทุกข์จึงต้องเตรียมชีวิตให้ก้าวข้ามพ้นทุกข์ อันมีเหตุมาจากอวิชชา การดำเนินชีวิตทุกก้าวอย่างอย่างไม่ประมาท ด้วยการประพฤติดีปฏิบัติชอบ ตั้งแต่ก่อนตายไปจนถึงขณะกำลังตาย เพราะทั้งกรรมดีและกรรมชั่วจะส่งผลไปภายหลังการตาย และด้วยการปฏิบัติธรรมอันมีโพธิจิตเป็นรากฐานโดยเน้นการฝึกจิตให้เป็นสมาธิ บริสุทธิ์ ชัดเจน ไสยะระจ่าง ว่าง และกว้างใหญ่ไพศาล มีมหากรุณาช่วยสรรพสัตว์ให้พ้นทุกข์ทั้งกายและใจ ทั้งในขณะที่มีชีวิตอยู่และเมื่อถึงเวลาใกล้ตายหรือตายแล้ว

กรรมเป็นคำสอนที่สำคัญอย่างหนึ่งในพระพุทธศาสนา เพราะว่าบุคคลจะดีหรือจะชั่ว ต้องวัดกันที่การกระทำ หรือกรรมของเขา และสัตว์ทั้งหลายก็มีกรรมเป็นของตนเอง คำว่า กรรม นี้เป็นคำกลาง ๆ ยังไม่ได้ระบุชัดลงไปว่าดีหรือชั่ว เป็นแต่เพียงการกระทำเท่านั้น กรรมจำแนกตามการกระทำออกเป็น ๓ ทาง เรียกว่าไตรทวาร คือการกระทำทางกาย เรียกว่ากายกรรม การกระทำ

^{๑๖} ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/ ๑๘๘ - ๑๙๒/๙๒.

ทางวาจา เรียกว่าวจีกรรม การกระทำทางใจ เรียกว่ามโนกรรม^{๑๗} การกระทำทั้ง ๓ ทางนี้ที่จะถือว่าเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วได้นั้น จะต้องประกอบด้วยเจตนา กล่าวคือถ้าประกอบด้วยเจตนาที่เป็นกุศลจึงเรียกว่า กุศลกรรมหรือกรรมดี ถ้าประกอบด้วยเจตนาที่เป็นอกุศล จะเรียกว่าอกุศลกรรมหรือกรรมชั่ว ดังนั้นเจตนาจึงเป็นปทัฏฐานที่สำคัญในการตัดสินการกระทำของมนุษย์ในทางพระพุทธศาสนา

คัมภีร์อรรถกถา แบ่งกรรมเป็น ๓ หมวด หมวดละ ๔ ประเภท รวม ๑๒ ประเภท ได้แก่

๑. กรรมให้ผลตามน้ำหนัก มี ๔ ประเภท ได้แก่

๑.๑ ครุกรรม คือ กรรมหนักซึ่งมีอำนาจให้ผลเป็นลำดับแรกก่อนกรรมทั้งหลาย ไม่มีกรรมใดจะมีพลังมาขวางกั้นผลแห่งครุกรรมนี้ได้เลย ซึ่งมีทั้งฝ่ายกุศลและอกุศล ฝ่ายกุศล ได้แก่ รูปฌาน ๔ และอรุฌาน ๔ ฝ่ายอกุศล ได้แก่ อนันตริยกรรม ๕

๑.๒ อาสังนกรรม คือ กรรมที่ทำเมื่อใกล้ตายหรือที่ระลึกได้ในขณะจิตสุดท้าย ถ้าหากครุกรรมไม่มี กรรมนี้จะให้ผลก่อนกรรมอื่น

๑.๓ อาจิณณกรรม หรือพหุลกรรม คือ กรรมที่ทำบ่อย ๆ เนือง ๆ ทำจนเคยชิน ถ้าไม่มีครุกรรมและอาสังนกรรม กรรมนี้จะให้ผลเพราะเป็นกรรมที่กระทำบ่อย ๆ สังสมไว้ในสันดานมาก ดังนั้นบุคคลควรหมั่นทำอาจิณณกรรม ด้วยการรักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์ สวดมนต์ภาวนาทุกวัน กรรมนี้จะส่งผลดีให้เป็นอาสังนกรรมและสามารถระลึกถึงคุณความดีได้เมื่อใกล้ตาย และน้อมใจระลึกไปจนถึงวาระจิตสุดท้าย

๑.๔ กตัตตกรรม คือ กรรมที่สักแต่ว่ากระทำ ซึ่งเป็นกรรมที่กระทำด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เป็นกรรมที่มีพลังน้อยที่สุดแต่ก็ย่อมมีโอกาสให้ผล หากครุกรรม อาสังนกรรมและอาจิณณกรรมไม่มี กรรมนี้จะให้ผล

๒. กรรมให้ผลตามกาลเวลา มี ๔ ประเภท ได้แก่

๒.๑ ภูมิฐธรรมเวทนียกรรม คือ กรรมที่ให้ผลในชาติปัจจุบันเป็นกรรมที่ให้ผลรวดเร็ว ปัจจุบันทันด่วน เป็นอย่างคำกล่าวที่ว่า “ให้ผลทันตาเห็น” ไม่ต้องไปรอรับผลชาติหน้าซึ่งมีทั้งฝ่ายที่เป็นกุศลและอกุศล

๒.๒ อุปปัชชเวทนียกรรม คือ กรรมที่ให้ผลในชาติหน้า เป็นกรรมที่ให้ผลช้าเป็นที่สองรองจากภูมิฐธรรมเวทนียกรรม หมายถึงกรรมที่ทำไว้ในชาติปัจจุบันแต่ยังไม่ได้โอกาสให้ผลเมื่อตายไปเกิดใหม่ในชาติถัดไป กรรมนี้จึงตามไปให้ผล

^{๑๗} อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๖-๙/๑๔๔-๑๔๗, ๑๔๗/๓๙๕.

๒.๓ อปราชัยเวทนียกรรม คือ กรรมที่ให้ผลในชาติต่อ ๆ ไปเป็นกรรมที่ให้ผลซ้ำรองจาก ๒ ข้อแรก ย่อมให้ผลในชาติที่ ๓ เป็นต้นไป ตราบเท่าที่ผู้ทำกรรมยังเวียนว่ายตายแล้วเกิดอยู่ในวัฏสงสาร ซึ่งมีทั้งฝ่ายกุศลและอกุศล

๒.๔ อโหสิกรรม คือ กรรมที่ไม่มีโอกาสให้ผล เพราะที่ภูษุทธกรรมเวทนียกรรมหรือกรรมอื่นมีพลังสูงกว่า ซึ่งส่งผลให้เสียแล้ว หมายถึงผู้ทำกรรมได้รับผลของกรรมอื่นที่หนักกว่าจึงทำให้อโหสิกรรมหมดโอกาสให้ผล หรือเป็นเพราะผู้ทำกรรมได้บรรลุอรหัตตมรรค อรหัตผลแล้ว ไม่เกิดอีกต่อไป กรรมที่ทำไว้ก็หมดโอกาสให้ผลเพราะไม่มีนามรูป (ตัวตน) รองรับผลกรรม

๓. กรรมให้ผลตามหน้าที่ มี ๔ ประเภท ได้แก่

๓.๑ ชนกกรรม คือ กรรมที่เป็นตัวนำไปเกิด ทำหน้าที่ชัดให้ไปเกิดเป็นต่าง ๆ เช่น เกิดเป็นเทวดา มนุษย์ หรือสัตว์เดรัจฉาน เป็นต้น สัตว์โลกทั้งปวงย่อมเกิดด้วยอำนาจของชนกกรรม เป็นได้ทั้งฝ่ายกุศลและฝ่ายอกุศล อาจเป็นครุกรรม อาสันนกรรม หรือพหุลกรรม ก็ได้

๓.๒ อุบัติกัมภกกรรม คือ กรรมสนับสนุนอุบัติกัมภกกรรมอื่น หมายถึงกรรมที่สนับสนุนชนกกรรม เมื่ออำนาจของชนกกรรมนำปฏิสนธิแล้ว อุบัติกัมภกกรรมก็เข้าทำหน้าที่ กระหน่ำให้ได้รับทุกข์มากยิ่งขึ้นหรือสนับสนุนให้มีสุขยิ่งขึ้น คือไปช่วยให้กุศลกรรม หรืออกุศลกรรม มีพลังมากยิ่งขึ้น

๓.๓ อุปปีฬกกรรม คือ กรรมบีบคั้น หมายถึง กรรมที่ทำหน้าที่บีบคั้นไม่ให้ชนกกรรมให้ผลได้เต็มที่ ถ้าชนกกรรมเป็นกุศล กรรมฝ่ายอกุศลก็เข้าไปเบียดเบียนไม่ให้ชนกกรรมให้ผลได้เต็มที่ แต่ถ้าชนกกรรมเป็นฝ่ายอกุศล กรรมฝ่ายกุศลก็เข้าไปบีบคั้น ชัดขวางไม่ให้ชนกกรรมให้ผลเต็มที่ได้เช่นกัน

๓.๔ อุปฆาตกรรม หรืออุปัทเจตกรรม กรรมตัดรอน หมายถึงกรรมที่ทำหน้าที่ตัดรอนไม่ให้ชนกกรรมให้ผลอีกต่อไป เป็นกรรมประเภทเดียวกับอุปปีฬกกรรม แต่ให้ผลได้อย่างเด็ดขาดและรวดเร็วยิ่งกว่า ถ้าชนกกรรมเป็นกุศล กรรมฝ่ายอกุศลก็เข้าไปตัดรอนไม่ให้ชนกกรรมนั้นให้ผลอีกต่อไป แต่หากชนกกรรมเป็นอกุศล กรรมฝ่ายกุศลก็เข้าไปตัดรอนไม่ให้ชนกกรรมนั้นให้ผลอีกต่อไปเช่นกัน

หลังจากตายแล้วชีวิตของคนเราจะไปเสวยผลกรรมที่ตนได้กระทำไว้ตั้งแต่สมัยยังมีชีวิตอยู่ ภาวะที่เราจะไปเกิดใหม่นั้นมีความสัมพันธ์อย่างยิ่งกับกรรมที่ทำไว้ก่อนตาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อาสันนกรรม หรือกรรมที่ทำให้ใกล้ตาย โดยเฉพาะในมรณสันนกาลจะมีพลังช่วยส่งให้ไปเกิดใหม่ในสุคติหรือทุคติ ดังพระคาถาที่พระผู้มีพระภาค ได้ตรัสกับพระเจ้าปเสนทิโกศลเมื่อครั้งเสด็จมาทรงคร่ำครวญรำพันถึงสมเด็จพระอัยยิกาที่เพ็งถึงแก่ทิวงคตว่า

สัตว์ทั้งปวงจักตาย เพราะชีวิตมีความตายเป็นที่สุด
 สัตว์ทั้งหลายจักไปตามกรรม เข้าถึงผลบุญและบาป
 คือผู้ทำบาปจักไปนรก ส่วนผู้ทำบุญจักไปสวรรค์
 เพราะฉะนั้น บุคคลควรทำกรรมดีสะสมไว้เป็นสมบัติในโลกหน้า
 เพราะบุญเป็นที่พึ่งของสัตว์ทั้งหลายในโลกหน้า^{๑๘}

พุทธพจน์ตรัสยืนยันถึงชีวิตหลังความตาย ผู้ที่ทำบาปไว้ก็ต้องเกิดในนรก ส่วนผู้ที่
 ทำบุญไว้ก็เกิดในสวรรค์ แต่มีข้อสังเกตว่า นอกจากจะตรัสเรื่องนรกและสวรรค์ ซึ่งจะต้องถึงใน
 อนาคตตามเหตุปัจจัยแล้วยังตรัสวิธีการปฏิบัติตนที่ต้องถึงในปัจจุบัน และลงมือกระทำได้เลย
 คือการลงมือทำความดี เมื่อทำความดีในปัจจุบันแล้วก็เห็นผลในทุกขณะที่ทำ ไม่ต้องรอผลหลัง
 ความตาย

เรื่องการไปเกิดใหม่ในโลกหน้าด้วยแรงกรรมนี้ พระผู้มีพระภาคได้ตรัสกับพระสารีบุตร
 ว่า “สารีบุตร ตถาคตเห็นหมู่สัตว์ผู้กำลังจุติ(เคลื่อน) กำลังเกิด ทั้งขึ้นต่ำและขึ้นสูง งามและไม่งาม
 เกิดดีและเกิดไม่ดี ด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์ รู้ชัดถึงหมู่สัตว์ที่ประกอบ ภายทุจริต วจี
 ทุจริต และมนอทุจริต กล่าวร้ายพระอริยะ มีความเห็นผิด และชักชวนผู้อื่นให้ทำตามความเห็นผิด
 พวกเขาหลังจากตายแล้วจะไปเกิดในอบาย ทุคติ วินิบาต นรก แต่หมู่สัตว์ที่ประกอบกายสุจริต วจี
 สุจริต และมนสุจริต ไม่กล่าวร้ายพระอริยะ มีความเห็นชอบ และชักชวนผู้อื่นให้ทำตามความ
 เห็นชอบ พวกเขาหลังจากตายแล้วจะไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์”^{๑๙}

ในจุฬามณีวงศสูตร มัชฌิมนิกาย อุปรนิปณนสาสกั พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมแก่ สุภ
 มาณพถึงเหตุที่บุคคลและสัตว์ทั้งหลายแตกต่างกัน เพราะกรรมของตน ๆ มีนัยดังนี้ มาณพ สัตว์
 ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่
 พึ่งอาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้เลวและดีต่างกัน^{๒๐} สุภมาณพทูลว่า ข้อความที่ทรง
 แสดงนั้นยังย่อหนัก ขอให้ทรงแสดงโดยพิสดารเพื่อเขาจักได้เข้าใจโดยแจ่มแจ้ง

พระพุทธองค์จึงทรงแสดงโดยพิสดาร แต่ในที่นี้จะขอย่อความมาดังนี้

๑. บุคคลบางคนมีปกติฆ่าสัตว์ มีใจทารุณโหดร้าย เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิด
 เป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีอายุสั้น

^{๑๘} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๓๓/๑๖๖.

^{๑๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๔๘/๑๔๗.

^{๒๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๘๙/๓๕๐.

๒. บุคคลบางคนมีปกติเว้นจากฆ่าสัตว์ มีใจเอ็นดูกรุณาต่อสัตว์ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีอายุยืน
๓. บุคคลบางคนชอบเบียดเบียนสัตว์ให้เดือดร้อนลำบาก เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีโรคมาก
๔. บุคคลบางคนไม่ชอบเบียดเบียนสัตว์ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีโรคน้อย
๕. บุคคลบางคนมักโกรธ มากไปด้วยความแค้น เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ย่อมเป็นผู้มีผิวพรรณทราม คือผิวไม่สวย
๖. บุคคลบางคนไม่มักโกรธ ไม่มากไปด้วยความแค้น ไม่ด่าตบ ไม่โกรธ ไม่พยาบาท มีใจอ่อนโยน ไม่กระด้าง เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีรูปร่างผิวพรรณงาม น่าดู น่าเสียมใส
๗. บุคคลบางคนมีใจมักริษยาเขา มีใจคิดประทุษร้ายเขา อยากให้สมบัติของเขาพินาศ เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีศักดิ์ศรีน้อย วาสนาน้อย
๘. บุคคลบางคนไม่ริษยาเขาในลาภ สักการะ มีความนับถือ ไม่คิดประทุษร้ายเขา ไม่อยากให้สมบัติเขาพินาศ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มีศักดิ์ศรีสูง
๙. บุคคลบางคนตระหนี่เหนียวแน่น ไม่ให้ทาน ไม่สงเคราะห์คนที่ควรสงเคราะห์ เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ย่อมเป็นผู้ยากจน มีโรคสมบัติน้อย
๑๐. บุคคลบางคนเป็นผู้มีใจเสียสละ ชอบให้ทานสงเคราะห์ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้มั่งคั่งพร้อมไปด้วยโภคสมบัติ
๑๑. บุคคลบางคนถือตัวจัด กระด้าง ไม่เคารพผู้ควรเคารพ เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เกิดในตระกูลต่ำ
๑๒. บุคคลบางคนไม่กระด้าง ไม่ถือตัวจัด เคารพคนที่ควรเคารพ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เกิดในตระกูลสูง
๑๓. บุคคลบางคนไม่ชอบสอบถามความสงสัยของตนกับท่านผู้รู้ ผู้ฉลาด ไม่ได้ถามว่าอะไรเป็นกุศล ออกุศล อะไรควรประพฤติ อะไรไม่ควรประพฤติ อะไรมีโทษ อะไรไม่มีโทษ เมื่อสิ้นชีพย่อมตกนรก เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้โง่เขลา

๑๔. บุคคลบางคนมีนิสัยชอบสอบถามท่านผู้รู้ หมั่นเข้าหาท่านผู้รู้ ฯลฯ เมื่อสิ้นชีพย่อมไปสวรรค์ เมื่อมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เป็นผู้ฉลาดรอบรู้ แหวมคม มีปัญญามาก^{๒๑}

เมื่อเข้าใจแล้วว่า ความตาย คือ ปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของสรรพชีวิต และพอจิตติดบลงก็จะเกิดปฏิสนธิจิตสืบเนื่องต่อไปทันที ดังนั้นความตายจึงไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัวเลย สิ่งที่เราควรทำคือระครองจิตไว้ด้วยสติ ให้จิตเป็นบุญเป็นกุศลในแต่ละขณะ ๆ จิตที่จะสืบต่อไปเป็นปฏิสนธิจิต จะได้เป็นจิตที่ดิ้งามไปสู่ภพภูมิที่ดีขึ้นกว่าเดิม ไม่ตกลงไปสู่ที่ต่ำหรืออบายภูมิ ดังข้อความในวัตถุปมสูตร ยืนยันความสำคัญของจิตเมื่อจวนตายว่า “จิตฺเต สงฺกิลฺกฺกุเจฺ ทฺวคฺคิตฺติ ปาฏิกฺกฺขา จิตฺเต อสงฺกิลฺกฺกุเจฺ สฺสคฺคิตฺติ ปาฏิกฺกฺขา แปลว่า เมื่อจิตเศร้าหมองเป็นอันหวังทุกติได้ เมื่อจิตไม่เศร้าหมองเป็นอันหวังทุกติได้”^{๒๒}

การได้เกิดเป็นมนุษย์เป็นสิ่งประเสริฐสูงสุด เมื่อได้ศึกษาและปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยิ่งนับว่าเป็นโชคดียิ่งที่สุดเพราะสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะ รู้เท่าทันในรูปขันธ์และนามขันธ์อีก ๔ ซึ่งประกอบด้วย เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่เป็นไตรลักษณ์ คือทุกขัง อนิจจัง และอนัตตา หมายความว่าเมื่อสิ่งใดเกิดขึ้นแล้ว สิ่งนั้นย่อมทนอยู่ไม่นาน ต้องแตกดับสลายไป เนื่องจากความไม่เที่ยงแท้ ไม่ใช่ตัวตัวตนที่เราหรือใคร ๆ จะบังคับให้เป็นไปตามความต้องการได้ จึงไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่านั่นเป็นตัวเรา หรือของเรา อีกทั้งในช่วงชีวิตที่กำลังดำเนินอยู่นี้ เราเห็นได้ชัดเจนว่า เราต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับโลก กับคน สัตว์ สิ่งของต่าง ๆ อันเป็นเหตุปัจจัยเกี่ยวพันกันและกัน ดังนั้น การดำเนินชีวิตอย่างรู้เท่าทันและรู้คุณค่าของชีวิต จะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและต่อผู้อื่น

๒.๒ ธรรมชาติของชีวิตและความตาย กับแนวคิดการเตรียมตัวผู้ป่วยระยะสุดท้าย

๒.๒.๑ ธรรมชาติของชีวิตและความตาย

๒.๒.๑.๑ ความหมายและคุณค่าของชีวิต

แนวคิดเกี่ยวกับชีวิตและความตายในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ตั้งต้นแต่พระไตรปิฎก จนถึงคัมภีร์รุ่นหลังปรากฏคำอธิบายความตายในแง่มุมต่าง ๆ ในพระไตรปิฎกมีคำอธิบายความ

^{๒๑} ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๒๙๐-๒๙๗/๓๕๐-๓๕๖; วคิน อินทสระ, *หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘, (กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ธนรัช, ๒๕๔๘), หน้า ๖๘ - ๗๐.

^{๒๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๗๐/๖๒-๖๓

ตายหลายคำ เช่น จุตติ, จวนตา, เกโท อนุตรธานัน, มจจุมรณัน, กาลกิรียา, ขนุธานัน เกโท, กเพ็วสุส นิกุเขโป, ชีวิตินุทริยสุส อุปะจุเจโท แปลตามลำดับได้ว่า ความจุตติ ความเคลื่อนไป ความทำลายไป ความตายกล่าวคือมฤตยู การทำกาลละ ความแตกแห่งชั้นันท์ ความทอดทิ้งร่างกาย ความขาดสูญแห่งชีวิตินทริย์^{๒๓}

ความตายในระดับที่เรียกว่า การขาดแห่งชีวิตินทริย์ นี้เป็นการกำหนดเหตุการณ์หรือการทำงานของชีวิตแบบหยาบ ๆ แต่ก่อนจะดำเนินไปถึงความตายนั้น ชีวิตมีความเปลี่ยนแปลงเป็นไปอยู่ในตัวตลอดเวลา การเปลี่ยนแปลงนี้แฝงนัยแห่งความหมายว่ามีเกิดและดับรับต่อกันเป็นทอด ๆ ทุกลมหายใจเข้าออกหรือทุกขณะจิตมีการเกิดและการตายต่อเนื่องกันไป ฉะนั้นจึงมีความเกิดและตายหลายครั้งต่อเนื่องในชีวิตเดียว การดับลงในขณะหนึ่ง ๆ ของกายกับจิต พระพุทธศาสนาเรียกว่า ขณิกมรณะ^{๒๔} ในแง่นี้ มนุษย์จึงเกิดและตายอยู่ตลอดเวลา

นอกจากการแสดงความตายในฐานะเป็นความจริงที่รับรู้แล้ว ในพระไตรปิฎกยังแสดงการปฏิบัติต่อความตายไว้มากแห่ง เช่น ในสัลลสูตร แสดงความตายในฐานะเป็นความจริงและข้อปฏิบัติต่อความตายไว้ ดังนี้^{๒๕}

ชีวิตของสัตว์ทั้งหลาย ในโลกนี้ ไม่มีนิमित ใคร ๆ ก็รู้ไม่ได้ ทั้งลำบาก สิ้นชนิดเดียว ประกอบด้วยความทุกข์ วิธีที่สัตว์ผู้เกิดมาแล้วจะไม่ตายย่อมไม่มี แม้จะอยู่ไปจนถึงชราก็ต้อง แก่ตาย เพราะสัตว์ทั้งหลาย มีความตายอย่างนี้เป็นธรรมดา สัตว์ที่เกิดมาแล้ว มีภัยจากความตายเป็นนิตย์ เหมือนผลไม้สุกแล้วมีภัยจากการหล่นไปในเวลาเช้า ฉะนั้น ภาชนะดินที่ช่างหม้อทำไว้ทั้งหมด มีความแตกเป็นที่สุด ฉันทใด ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายก็เป็นฉันทนั้น มนุษย์ทั้งเด็ก ผู้ใหญ่ โง่ และฉลาด ทั้งหมด ย่อมไปสู่อำนาจความตาย มีความตายรออยู่ข้างหน้า บุคคลแม้จะดำรงชีวิตอยู่ถึง ๑๐๐ หรือเกินไปบ้างก็ตาม ก็ต้องพลัดพรากจากหมู่ญาติและต้องละทิ้งชีวิต ในโลกนี้แน่นอน

^{๒๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๙๐/๓๒๕.

^{๒๔} มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทฺธิมรรคแปล, ภาค ๒ ตอน ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑.

^{๒๕} ชุ.สุ. (ไทย) ๒๕/๕๘๐-๕๘๘/๖๔๑-๖๔๔.

พระพุทธศาสนาสอนมนุษย์ทั้งหลายให้ตระหนักรู้ในเรื่องของชีวิต ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งแก่ เจ็บป่วย และตายไป เพราะชีวิตเป็นของที่จะต้องแตกสลายไปตามธรรมชาติ โดยเฉพาะเรื่องความตายพระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ในพระไตรปิฎกหลายแห่ง เช่นในอัยยิกาสูตร ตรัสแก่พระเจ้าปเสนทิโกศลว่า

เมื่อเทียบกับชีวิตของเทวดาชั้นจาตุมหาราช ชีวิตของมนุษย์จึงน้อย คือ เล็กน้อย นิดหน่อย ชั่วขณะ เร็วพลัน ประเดี๋ยวเดียว ตั้งอยู่ไม่นาน ดำรงอยู่ไม่นาน เมื่อเทียบกับชีวิตของเทวดาชั้นดาวดึงส์ เทวดาชั้นยามา เทวดาชั้นดุสิต เทวดาชั้นนิมมานรดี เทวดาชั้นปรนิมมิตวสวัตดี เทวดาชั้นพรหมกายิกา ชีวิตของมนุษย์จึงน้อย คือ เล็กน้อย นิดหน่อย ชั่วขณะ เร็วพลัน ประเดี๋ยวเดียว ตั้งอยู่ไม่นาน ดำรงอยู่ไม่นาน สมจริงดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า “ ภิกษุทั้งหลาย อายุของมนุษย์น้อย จำต้องไปสู่ปรโลก ต้องประสบกับความตายที่เข้าใจกันอยู่ ควรทำกุศล ประพฤติพรหมจรรย์ ผู้ที่เกิดมาแล้ว ไม่ตายไม่มี ภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดมีชีวิตยืนนาน ผู้นั้นก็อยู่ได้เพียง ๑๐๐ ปี หรืออยู่ได้เกินกว่านั้นก็มีน้อย”^{๒๖}

พระพุทธองค์ทรงปรารถนาให้พุทธบริษัทตระหนักกว่าว่าจะได้เกิดมีชีวิตเป็นมนุษย์นั้นยาก และชีวิตมนุษย์นั้นก็แสนสั้นหมดไปได้อย่างรวดเร็ว ดังนั้นควรดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง พึ่งทำกุศล พึ่งประพฤติพรหมจรรย์ เพื่อไม่เกิดความกลัว ไม่ถึงความสะดุ้งหวาดผวาเมื่อต้องเผชิญความตาย ดังที่พระพุทธองค์ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า

สมัยนั้นมนุษย์ทั้งหลายมีอายุประมาณ ๖๐,๐๐๐ ปี และมนุษย์มีโรคให้เจ็บปวดเพียง ๖ โรค เท่านั้น คือ หนาว ร้อน เย็น หิวกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ แต่ครุฑราก็ยังสอนเหล่าพราหมณ์ว่า ชีวิตมนุษย์สั้นนิดเดียว แล้วปัจจุบันนี้ (สมัยพุทธกาลกว่า ๒,๕๐๐ ปี) มนุษย์ มีชีวิตอยู่ประมาณ ๑๐๐ ปี มีชีวิตอยู่ได้เพียง ๓๖,๐๐๐ ราตรี จึงควรอย่างยิ่งที่จะกล่าวว่า ชีวิตมนุษย์ทั้งหลายมีประมาณเล็กน้อย รวดเร็ว มีทุกข์มาก มีความคับแค้นมากบุคคลพึงรู้ด้วยปัญญา พึ่งทำกุศล พึ่งประพฤติพรหมจรรย์ ไม่มีหรือกส์ตฺรที่เกิดมาแล้วจะไม่ตาย^{๒๗}

^{๒๖} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๐/ ๕๓.

^{๒๗} อง.สตฺตก. (ไทย) ๒๓/๗๔/๑๖๙ - ๑๗๐.

พระพุทธองค์ทรงเตือนให้พุทธสาวกตั้งใจละเลิกการทำอกุศล พึ่งทำกุศลโดยเฉพาะที่
ต้องปฏิบัติคือ กุศลกรรมบถ ๑๐ คอยหมั่นเพียรในการระวังรักษากาย วาจา และจิตให้สะอาด ให้
ปราศจากกิเลส ตั้งแต่ปัจจุบันเพราะจะมีผลต่อไปยังชีวิตหน้า ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “สัตว์ที่จุติ
จากมนุษย์กลับมาเกิดในหมู่มนุษย์มีจำนวนน้อย ส่วนสัตว์ที่จุติจากมนุษย์แล้วไปเกิดในนรกมี
จำนวนมากกว่า และสัตว์ที่จุติจากมนุษย์แล้วไปเกิดในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานมีจำนวนมากกว่า และ
สัตว์ที่จุติจากมนุษย์แล้วไปเกิดในภูมิแห่งเปรตมีจำนวนมากกว่า”^{๒๘} แล้วพระพุทธองค์ทรงสรุป
ความว่า เหล่าชนผู้ได้เกิดเป็นมนุษย์ในสมัยที่พระสังฆกรรมของพระผู้มีพระภาคยังรุ่งเรืองอยู่แต่กลับ
ปล่อยโอกาสในการประพฤติปฏิบัติธรรมเพื่อเข้าถึงมรรคมืดองค์ ๘ อันเป็นหนทางนำไปสู่การดับทุกข์
ไม่อบรมจิตใจให้ใสสะอาดปราศจากกิเลส คนเหล่านี้ยากที่จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก มีแต่จะ
ไปแออัดยัดเยียดกันอยู่ในนรก เพราะสิ่งที่มาพร้อมกันที่หาได้ยากในโลก คือการได้กำเนิดเป็น
มนุษย์พร้อมกับการอุบัติขึ้นในโลกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาแสดงสังฆกรรม^{๒๙}

๒.๒.๑.๒ ประเภทของการตาย

ในทางพระพุทธศาสนา สามารถแจกแจงเหตุแห่งความตายที่ดำเนินไปตามธรรมชาติ
และเป็นไปตามอำนาจของกรรมที่ทำให้ชีวิตต้องมาสิ้นสุดลงก่อนเวลาอันควร สามารถแบ่งได้ ๔
ประเภท ดังนี้

๑. ตายเพราะสิ้นอายุขัย (อายุขัยมรณ) หมายถึง การตายเพราะหมดอายุขัย สิ้นอายุ
สิ้นความสืบต่อ ซึ่งเป็นไปตามกฎธรรมชาติของสรรพสิ่งที่เกิดมา กล่าวคือ ทุกสิ่งตกอยู่ในกฎแห่ง
การเกิดขึ้น ดำรงอยู่และดับไป ชีวิตของมนุษย์ที่เกิดมานั้น แม้จะไม่มีโรคภัยหรือเหตุอื่นให้เสียชีวิต
ไปก่อนวัยอันควร ก็ดำรงอยู่ได้ชั่วระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น นอกจากนี้ อายุขัยของคนเรายังไม่เท่ากัน
และเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยที่สนับสนุนและเชื้ออำนวยหลายด้าน เช่น
ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีด้านการแพทย์ สภาพแวดล้อมในการทำงาน และรูปแบบตลอดจน
พฤติกรรมดำรงชีวิต เป็นต้น การตายเพราะสิ้นอายุขัยนั้นอาจเปรียบได้กับตะเกียงที่ไส้หมด
แม้น้ำมันจะยังเหลืออยู่แต่ก็ไม่สามารถจะให้เปลวไฟที่มีแสงสว่างต่อไปได้

๒. ตายเพราะสิ้นกรรม (กมมกษัยมรณ) หมายถึง ตายเพราะสิ้นกรรมที่เป็นปัจจัยให้
ชีวิตสืบต่อ อาจเป็นกรรมในอดีต ซึ่งอาจไกลออกไปจนถึงในอดีตชาติ หรืออาจเป็นกรรมที่ทำใน
ปัจจุบันและอาจเป็นกุศลกรรมหรืออกุศลกรรมก็ได้ ขึ้นอยู่กับว่าการกระทำที่ได้ทำลงไปนั้นเป็นฝ่าย

^{๒๘} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๑๗๒-๑๑๗๔/๖๕๓ - ๖๕๔.

^{๒๙} อัง.อภฺรฺรูก. (ไทย) ๒๓/๒๙/๒๗๗.

ดีหรือไม่ดี กรรมที่ทำไว้นั้นมีหน้าที่ช่วยสนับสนุนรูปและนาม (ชีวิต) ในภพที่เราเกิดมา เมื่อผลกรรมนั้นหมดสิ้นไปชีวิตก็สิ้นไป เปรียบเหมือนตะเกียงที่น้ำมันหมด แม้ไส้ตะเกียงจะยังเหลืออยู่แต่เปลวไฟและแสงสว่างก็หมดไป

๓. ตายเพราะสิ้นทั้งอายุและกรรม (อุภยกฺขยมรณ) หมายถึง ตายเพราะสิ้นทั้งอายุและสิ้นกรรม สิ้นไปในเวลาเดียวกัน การตายในกรณีเช่นนี้ จะเห็นได้เช่น การตายของผู้สูงอายุที่แก่หง่อม รูปและนาม(ร่างกายและจิตใจ)หมดสภาพ อีกทั้งกรรม คือ การกระทำที่จะเป็นแรงสนับสนุนให้รูปและนามทำหน้าที่ของมันทั้งหมดไป เปรียบเหมือนตะเกียงที่ทั้งน้ำมันและไส้หมดไปด้วยกัน

๔. ตายเพราะมีเหตุหรือกรรมอย่างอื่นมาตัดรอน (อุปัจเจทมรณ) ความตายประเภทนี้ไม่เป็นไปตาม ๓ อย่างที่กล่าวไว้ แต่ตายเพราะมีสิ่งที่ทำให้ชีวิตสิ้นไปกะทันหัน ทั้งที่น่าจะอยู่ต่อไปได้ ในกรณีนี้ทั้งอายุและกรรมยังไม่หมดแต่เกิดเหตุทำให้เสียชีวิตกะทันหันซึ่งเป็นเพราะกรรมอื่นมาตัดรอน กรรมที่กำลังส่งผลอยู่จึงต้องหยุดหรือหมดแล้ว เช่นการตายด้วยอุบัติเหตุ หรือโรคระบาดเฉียบพลันร้ายแรง ท่านเปรียบเทียบการตายในกรณีเช่นนี้เหมือนกับตะเกียงที่ทั้งน้ำมันและไส้ยังคงมีอยู่แต่ไฟดับไปเพราะเหตุอื่น เช่น มีลมพัดมาแรง (เหตุภายนอก) จนทำให้เปลวไฟดับไป เป็นต้น ไม่ว่าจะความตายจะเกิดขึ้นในกรณีใด สิ่งเหมือนกันก็คือ ในทุกกรณีล้วนมีเหตุปัจจัยที่สามารถอธิบายได้^{๓๐}

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า เหตุปัจจัยของความตายมีถึง ๔ อย่าง โดยที่ ๒ อย่างแรกเป็นการตายเพราะสิ้นอายุและสิ้นกรรมนั้น เป็นการตายตามธรรมชาติ การตายทั้งสองประเภทยังแสดงให้เห็นความสมดุลของธรรมชาติและกรรมบวกกับการกระทำในปัจจุบันด้วย ส่วนตายเพราะมีกรรมอื่นมาตัดรอนนี้ เป็นความตายที่อยู่ในข่ายที่จะต้องพิจารณาหาทางป้องกัน นั่นคือต้องหาทางให้ความตายประเภทนี้เป็นไปในทางที่ถูกต้องที่เรียกว่าการเตรียมตัวตายนั่นเอง

๒.๒.๑.๓ วิธีจิตของคนใกล้ตาย

พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับระยะใกล้ตาย เสมือนดั่งนาฬิกาของชีวิตที่จะก้าวสู่สภาวะใหม่ในภพภูมิต่อไปด้วยจิตที่สะอาด สว่าง และสงบ ด้วยกระบวนการตายที่เกี่ยวข้องกับวิธีจิตในระยะใกล้ตายและอำนาจของกรรมต่ออารมณ์ในระยะใกล้ตาย ดังนี้

^{๓๐} พระสังฆมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตตโชติกะ มหาอภิธรรมมัตถสังคณฎีกา**, ปริเฉทที่ ๕ เล่มที่ ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๑), หน้า ๒๖๐.

๑. วิถีจิตในระยะใกล้ตายเป็นสภาวะจิตที่คนใกล้ตายต้องประสบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งพระพุทธองค์ทรงจำแนกวิถีจิตในระยะใกล้ตาย เป็น ๒ ระยะ ได้แก่ มรณสันนกาล มรณสันน วิถี^{๓๑}

๑. มรณสันนกาล หมายถึง เวลาใกล้จะถึงแก่ความตายที่อาจจะเร็วหรือช้าเป็น นาที เป็นชั่วโมง เป็นวัน หรืออาจเป็นเดือนก็ได้ ผู้ที่อยู่ในระยะมรณสันนกาลจึงอาจมีชีวิตกลับคืนมาได้ เมื่อเหตุแห่งความตายยังไม่ปรากฏ จึงนับเป็นช่วงเวลาที่ดีสำหรับผู้ป่วยที่จะปฏิบัติธรรม ที่จะพัฒนาจิตให้มีสมาธิในการเผชิญความตายอย่างสงบ เพราะหากกาลเวลาผ่านไปสู่วะยะมรณ สันนวิถี ผู้ป่วยจะไม่มีโอกาสกลับมาใช้ชีวิตได้อีก

๒. มรณสันนวิถีเป็นวิถีจิต ที่ใกล้จะตาย หมายถึง เมื่อมรณสันนวิถีเกิดขึ้นแล้ว จุติจิต (จิตที่ดับสิ้นไปจากภพชาติปัจจุบัน) ย่อมเกิดขึ้นในลำดับที่ใกล้เคียงกัน จะไม่มีวิถีจิตที่มี อารมณ์เป็นอย่างอื่นเกิดขึ้นคั่นระหว่างจุติจิตอีก ในมรณสันนวิธินี้มีชวณะจิตเกิดขึ้นเพียง ๕ ชวณะ เท่านั้น (ปกติจะเกิดขึ้น ๗ ชวณะ) เพราะเหตุที่จิตมีกำลังอ่อนเนื่องจากอำนาจของกรรมที่ส่งมานั้น ใกล้จะหมดอำนาจอยู่แล้ว และอีกประการหนึ่ง หทัยวัตถุอันเป็นกัมมชรูป ซึ่งเป็นที่ตั้งของจิตก็มีแต่ จะเสื่อมสิ้นลงเรื่อย ๆ กำลังของชวณะจิตอ่อนไปเหมือนไฟที่น้ำมันจะหมดหรือจะมอดอยู่แล้ว แสง สว่างของไฟก็ย่อมจะดับหรือเพราะหมดกำลังของปัจจัย คือน้ำมันและไส้มันเอง^{๓๒}

ในระยะมรณสันนวิธินี้ ความมหัศจรรย์ของจิตจะเกิดขึ้นมาก โดยจิตจะส่งพลังกรรมที่ เก็บสะสมเป็นอนุสัยสันดานไว้ในจุติจิตที่มี “ชนกกรรม” ถ่ายทอดไปยังปฏิสนธิจิต เพื่อนำสัตว์ไป เกิดในภพภูมิต่อไป อย่างเหมาะสมกับชนกกรรมนั้น เพื่อเสวยผลแห่งกรรมและสร้างกรรมใหม่ ต่อไป หากกุศลกรรมพอกพูน จิตบริสุทธิ์ และหมดสิ้นกิเลสก็เป็นการจบสิ้นการเวียนว่ายตายเกิด ในสังสารวัฏ

๒. อำนาจของกรรมต่ออารมณ์ในระยะใกล้ตาย ในปุถุชนคนธรรมดาที่ยังไม่บรรลุนิพพาน เมื่ออยู่ในระยะใกล้ตาย อำนาจของกรรมจะมีผลต่อการเกิดอารมณ์ อารมณ์เหล่านั้นคือ

๑. กรรม หรือกรรมอารมณ์
๒. กรรมนิमित หรือกรรมนิमितอารมณ์
๓. คตินิमित หรือคตินิमितอารมณ์

^{๓๑} วุฒิน อินทสระ, **หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมาภัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๒๕.

^{๓๒} พระสังฆมณฑลสังฆราช, **ประมวลไตรปิฎก มหาอภิธรรมมัตถสังคหฎีกา**, ปริเฉทที่ ๕ เล่มที่ ๒, หน้า ๒๖๒.

(๑) กรรม หมายถึง การกระทำต่าง ๆ ที่บุคคลได้กระทำลงไป ทั้งในทางที่ดี เรียกว่า กุศลกรรม และในทางที่ไม่ดี เรียกว่า อกุศลกรรมนั้น ๆ กรรมเหล่านั้นจะมาปรากฏในดวงจิตของผู้ที่กำลังจะตาย ยิ่งเป็นกรรมหนักจะนึกถึงได้ก่อนกรรมเบา แต่ถ้ากรรมนั้นเป็นกรรมที่ทำบ่อย ๆ ทำเป็นประจำกรรมนั้นจะมาปรากฏ เช่น คนที่ชอบทำบุญตักบาตร ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนามีจิตเมตตาต่อคนตกทุกข์ได้ยาก กตัญญูทักท้วงต่อผู้มีพระคุณเลี้ยงดูบิดามารดา เป็นต้น ภาพแห่งการทำความดีเหล่านี้จะมาปรากฏในดวงจิตของผู้ที่กำลังจะตาย จะทำให้เขารู้สึกปีติ เิบอิ่มใจ ไม่กระวนกระวาย มีใจสงบ แม้อาการของโรคจะเจ็บปวดทรมาน คนที่ทำบุญสม่ำเสมอ เมื่อใกล้ตายไม่ต้องให้มีคนมาบอกทางว่าอหังบ้าง พุทโธบ้าง ตนเองจะระลึกได้เอง และไม่ต้องรอให้ญาติทำบุญไปให้เพื่อความแน่นอนจึงควรทำไว้เองดีกว่า คนที่ทำอย่างนี้ชื่อว่ามีสุคติเป็นที่หวัง

ส่วนคนที่ทำกรรมชั่วต่าง ๆ มีการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เบียดเบียนทรมานสัตว์ ประพฤติผิดศีลธรรม ผิดกฎหมายบ้านเมือง ช่มเหงรังแกผู้ไม่มีทางสู้หรืออ่อนแอกว่า สร้างความเดือดร้อนรำคาญแก่คนอื่น ทำลายวัตถุสิ่งของที่เป็นสาธารณประโยชน์ เป็นต้น กรรมชั่วมะมาปรากฏให้เห็นเป็นภาพในดวงจิต เขาจะเกิดความกระวนกระวาย จิตใจขุ่นมัว มีความสะอึดงอแง เมื่อเป็นเช่นนี้ คติของเขา ก็คือทุกคติ

(๒) กรรมนิมิต หมายถึง เครื่องหมายหรืออุปกรณ์ในการทำกรรมต่าง ๆ จะมาปรากฏให้เห็นในดวงจิต เช่นคนที่เคยทำบุญตักบาตร ก็ให้เห็นชั้นข้าว ทัพพี พระภิกษุสามเณรล้อมบาตรเดินมา คนที่เคยทอดกฐินทอดผ้าป่า ก็เห็นผ้าไตร จีวร คนที่เคยสร้างโบสถ์ วิหาร โรงพยาบาล ก็เห็นโบสถ์ วิหาร โรงพยาบาล ที่ตนเคยสร้าง เห็นพระพุทธรูปที่ตนเคยสร้าง เป็นต้น นับว่าเป็นนิมิตในทางที่ดีอันจะนำไปสู่สุคติ

ในทางตรงกันข้าม ถ้าเขาเคยทำบาปด้วยเครื่องมือชนิดใด เครื่องมือประกอบกรรมเหล่านั้นก็จะมาปรากฏให้เห็น เช่น เห็นแห อวน ปืน มีด หอก ดาบ เครื่องประดับประหาร เบียดเบียนสัตว์ที่ตนเคยใช้ในการทำบาปมาแล้ว ภาพคนหรือสัตว์ที่ถูกตัวเองฆ่า จะมาปรากฏในดวงจิตก่อนจะสิ้นใจ จึงเป็นที่เชื่อได้ว่า บุคคลเช่นนี้ทุกคติเป็นที่ที่เขาจะต้องไป

(๓) คตินิมิต หมายถึง เครื่องหมายแสดงสถานที่ที่ผู้ตายจะไปเกิด นิมิตเครื่องหมายที่ปรากฏในดวงจิตนั้น จะเป็นตัวนำวิญญาณของผู้ตายไปยังสถานที่นั้น ๆ เช่น คนที่เคยทำบุญกุศลต่าง ๆ ไว้มาก ภาพสวรรค์ วิมาน เทวดา นางฟ้า จะมาปรากฏให้เห็น แต่ถ้าทำบาปทำกรรมชั่วไว้ ภาพนรก นายนิรยบาล ภาพสัตว์จะเข้ามาทำร้าย ภาพกองไฟ ภาพเหล่านี้จะเป็นเครื่องนำไปสู่ นรก

หากเห็นภาพภูเขา ลำเนาไพร ทุ่งหญ้า ต้นไม้ ก็จะไปเกิดเป็นสัตว์ป่า ถ้าเห็นแม่น้ำหรือทะเลก็จะไปเกิดเป็นสัตว์น้ำ ตามที่ตนเห็นภาพนั้น^{๓๓}

อารมณ์ในขณะระยะใกล้ตาย มีความสัมพันธ์กับอำนาจของกรรมในอดีตที่ผู้ใกล้ตายได้กระทำไว้ และถูกเก็บบันทึกไว้เป็นเจตสิก แล้วแสดงออกมาเป็นนิมิตให้ผู้ใกล้ตายได้สัมผัสด้วยอายตน์ทั้ง ๖ และเป็นเหตุปัจจัยที่จะเหนี่ยวนำจิตไปสู่ภพภูมิที่เหมาะสม ทั้งสุคติภูมิและทุคติภูมิอย่างเหมาะสมกับวิบากกรรมและสภาวะจิตของผู้ตาย

คตินิมิต ๕ คือ สัญลักษณ์หรือนิมิตต่างๆ ที่บ่งบอกถึงคติของภพหน้า ที่ผู้กำลังจะตายจะต้องไปเกิดหลังจากที่ได้ดับจิตตายไปแล้วในโลกนี้ ในหนังสือโลกที่ปณี แบ่งคตินิมิตออกเป็น ๕ ประเภท ได้แก่

๑. เกิดในภพนรก เมื่อจุดจิตดับนั้นย่อมจะเห็นเปลวไฟร้อนระอุมาก หรืออาจเห็นญาติปีศาจรูปร่างน่าเกลียดน่ากลัวเป็นอันมาก หรือเห็นเป็นภาพปีศาจมาหลอกหลอน ชูดกระซากลากตัวไป หรือสัตว์นรกมาจิกเนื้อหนัง มีความตกใจมาก เมื่อเห็นภาพเหล่านั้น ผู้ตายจะต้องเอะอะโวยวายขอความช่วยเหลือ จะเห็นได้ชัดว่าใบหน้าของผู้กำลังจะตายมีลักษณะซีดเผือด เจ็บปวดทุกข์ทรมาน หน้าตาบูดเบี้ยว ลืมตาโพล่ง ดังนี้ บุคคลผู้ตายจะต้องไปเกิดในนรก หรือทุคติอย่างแน่นอน

๒. เกิดในภพเปรต ถ้าผู้ตายจะไปเกิดเป็นเปรตต่อสุรกาย ย่อมเห็นคตินิมิตเป็นหุบเขาหรือถ้ำอันมืดมิด อืดอืดมองไม่เห็นอะไร มีความหิวอาหารและกระหายน้ำเป็นกำลัง บางครั้งอาจเห็นภาพที่มีน้ำเลือดน้ำหนอง เหม็นเน่าน่ารังเกียจสะอิดสะเอียน ดังนี้ชี้ให้เห็นว่าบุคคลผู้นั้นจะไปเกิดเป็นเปรต ก่อนจะตายบุคคลนั้นมักจะขอน้ำ เพราะหิวกระหายจนคอแห้งผากกระสับกระส่ายทรมานทรมานเห็นได้ชัด

๓. เกิดในภพเดรัจฉาน บุคคลที่จะไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ย่อมเห็นคตินิมิต เป็นทุ่งหญ้า ป่าไม้ เขิงเขา ชายป่าหุบเขา แม่น้ำ บางทีเห็นเป็นรูปสัตว์ต่าง ๆ เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย นก ฯลฯ เหล่านี้เป็นต้น จะมาปรากฏให้เห็นชัดทางมโนทวาร ดังนี้เป็นนิมิตบ่งชี้ให้รู้ว่า บุคคลผู้นั้นจะไปบังเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน

๔. เกิดในภพมนุษย์ บุคคลผู้ตายจะกลับมาเป็นมนุษย์นี้อีก ย่อมเห็นนิมิตในขณะที่จะดับจิตเป็นก้อนเนื้อ คือ เป็นก้อนเนื้อเล็ก ๆ อยู่ในครรภ์มารดาหรือเห็นครรภ์มารดาในชาติที่จะไปเกิดใหม่นี้ ก็เป็นนิมิตชี้ให้รู้ว่าจะต้องกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก

^{๓๓} พระครูกัลยาณลัทธิติวัฒน์ ผศ.(สมาน กุลยาณธมฺโม/พรหมอยู่).ตายอย่างไรไปสวรรค์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๓๗-๓๘.

๕. เกิดในภพสวรรค์ บุคคลผู้จะตายย่อมเห็นภาพนิมิตที่เป็นภาพสวยงามวิจิตรพิสดาร ซึ่งไม่มีให้เห็นในโลกมนุษย์ อาจเห็นเป็นปราสาทราชวัง เทวดา นางฟ้า นางสวรรค์ เครื่องตกแต่ง สถานที่อยู่อาศัยวิเศษสวยงามไปทั้งสิ้น ขณะบุคคลผู้จะตายนั้นหลับตาสนิทงมักจะยิ้มปรากฏบน ใบหน้า แสดงว่าได้คตินิมิตที่จะไปเกิดในสวรรค์

ผู้วิจัยคิดว่าหากผู้ป่วยระยะสุดท้ายใช้เวลาในช่วงชีวิตที่เหลืออยู่ มุ่งมั่นพัฒนาจิตให้บริสุทธิ์ ปิติสุข แล้วอุทิศบุญ ขออโหสิกรรม และแผ่เมตตาให้เจ้ากรรมนายเวรอย่างต่อเนื่อง ก็อาจกลายเป็นกุศลกรรมใหม่ ที่มีพลังดึงดูดวิถีจิตที่มีสภาวะบริสุทธิ์อย่างต่อเนื่อง และเกิดนิมิตอารมณ์ ที่เป็นกุศลให้เกิดขึ้นในระยะใกล้ตาย เพื่อเหนี่ยวนำจิตจิตดับลงอย่างสงบ ไปสู่สุคติภูมิ

๒.๒.๑.๔ การตายที่ดีตามหลักพระพุทธศาสนา

ในสมัยพุทธกาล มีหลายเหตุการณ์ที่พระพุทธองค์และพระสาวกได้ทรงมีส่วนช่วยเหลือ ผู้ที่กำลังป่วยและใกล้ตาย เป็นการช่วยเหลือที่มุ่งบำบัดทุกข์หรือโรคทางใจโดยตรง ดังมีบันทึกใน พระไตรปิฎกว่า คราวหนึ่งที่ฆาตูกุบาสกป่วยหนัก ได้ขอให้บิดาพาเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ และกราบทูลว่าตนเองป่วยหนักเห็นจะอยู่ได้ไม่นาน พระพุทธองค์ทรงแนะนำให้ฆาตูกุบาสกตั้งจิตพิจารณาว่า

๑. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า
๒. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระธรรม
๓. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระสงฆ์
๔. จักตั้งตนอยู่ในศีลที่พระอริยะสรวรเสริญ

ที่ฆาตูกุบาสกได้ประกอบตนอยู่ในธรรมทั้ง ๔ ประการแล้ว พระพุทธองค์ทรงแนะนำให้ ฆาตูกุพิจารณาว่าสังขารทั้งปวงนั้นไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ที่ฆาตูกุได้พิจารณาเห็นตามนั้น เมื่อถึงแก่กรรม ที่ฆาตูกุได้บรรลุเป็นพระอนาคามี^{๓๔}

กรณีของพระติสสะเป็นอีกประการหนึ่งที่น่าสนใจ พระติสสะล้มป่วยด้วยโรคร้าย มีตุ่มขนาดใหญ่ขึ้นตามตัว ตุ่มที่แตกส่งกลิ่นเหม็น จนผ้าสบงจีวรเปื้อนด้วยเลือดและหนอง ไม่มีใครดูแล เมื่อพระพุทธองค์ทรงทราบ จึงเสด็จไปดูแลรักษาพยาบาล ผลัดเปลี่ยนสบงจีวร ตลอดจนอนุญาตสระและอาบน้ำให้ เมื่อพระติสสะสบายตัวและรู้สึกดีขึ้น พระองค์ก็ตรัสว่า “อีกไม่นาน ภายนี้จะนอนทับแผ่นดิน ปราศจากวิญญูณ เหมือนท่อนไม้ที่ถูกทิ้งแล้ว หาประโยชน์ไม่ได้” พระติสสะ

^{๓๔} ส.ม.(ไทย) ๑๙/๙๙๙/๔๙๑-๔๙๓.

พิจารณาตาม เมื่อพระพุทธองค์ตรัสเสร็จ พระติสสะก็บรรลुพระอรหันต์ พร้อมกับดับขันธไปในเวลาเดียวกัน^{๓๕}

กรณีของมัฏฐกุนทลีสมีเรื่องที่น่าสนใจ เมื่อเขาอายุได้ ๑๕-๑๖ ปีถูกพยาธิชนิดหนึ่งเบียดเบียน บิดาไม่พาไปหาหมอเพื่อรักษาเพราะกลัวว่าจะเสียทรัพย์ จนเขาป่วยหนัก แต่เขามีจิตที่เลื่อมใสในพระพุทธเจ้า และพระพุทธองค์ทรงทราบด้วยพระญาณ จึงเสด็จไปยังเรือนของเขา ในขณะที่นั้นเขากำลังนอนอยู่ที่นอกชานเรือน หันหน้าเข้าข้างในเรือน ทำให้ไม่เห็นพระองค์ พระองค์ได้แปลงพระรัศมีไปวาบหนึ่ง เขาเห็นแสงสว่างจึงนอนพลิกกลับมา เมื่อเขาเห็นพระศาสดาแล้ว เขาคิดในใจว่าเขาอาศัยบิดาซึ่งเป็นอันธพาล จึงไม่ได้เข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้า หรือถวายทานหรือฟังธรรม เดียวนี้แม้แต่มือสองข้างของเขาก็ยกไม่ไหว กิจที่ควรทำอย่างอื่นไม่มี ดังนี้แล้วได้ทำในใจเท่านั้นให้เลื่อมใส เพราะใจเลื่อมใสในพระองค์ (เท่านั้น) จึงไปเกิดในสวรรค์^{๓๖}

ความตายซึ่งเป็นสภาวะธรรมตามธรรมชาติธรรมดา ๆ ชนิดหนึ่ง ของสัตว์โลกที่มีมาพร้อมกับการเกิด มิใช่สิ่งแปลกปลอมแห่งชีวิตของมนุษย์แต่กลับใกล้เคียงกับมนุษย์มากที่สุด ไม่มีใครสักคนจะรอดพ้นความตายไปได้ ดังนั้นความตายจึงไม่ใช่สิ่งน่ากลัว แต่สิ่งที่น่ากลัวน่าจะเป็นภาวะก่อนตายมากกว่า เพราะมีพุทธพจน์ยืนยันว่า “จิตฺเต สงฺกิลฺกฺกุเสฺว ทฺวคฺติ ปาฏิกฺกฺขา” แปลว่าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตเศร้าหมอง ก็มีหวังไปสู่สุคติภูมิอย่างแน่นอน “จิตฺเต อสงฺกิลฺกฺกุเสฺว สฺวคฺติ ปาฏิกฺกฺขา” แปลว่าก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตผ่องใส ก็มีหวังไปสู่สุคติภูมิแน่นอน นี่เป็นพุทธพจน์ที่ทำให้เราเห็นความสำคัญของการที่จะทำให้จิตใจผ่องใสตั้งงามในเวลาที่จะตาย เพราะว่า แม้แต่คนที่ทำกรรมมาไม่ดี ตามปกติก็จะมีจิตใจเศร้าหมองขุ่นมัว แต่ในตอนที่จะตาย ถ้าบังเอิญจิตไปยึดเหนี่ยวสิ่งที่ดี นึกถึงสิ่งที่เป็นบุญกุศลจิตผ่องใสขึ้นมา เวลานั้นกรรมกลายเป็นอาสันนกรรม คือกรรมใกล้ตายฝ่ายดี แทนที่จะไปทุกขิจากการที่ได้ทำกรรมชั่วมาตลอดเวลาหลาย ๆ สิบปีในชีวิตก็กลับไปได้^{๓๗}

สรุปได้ว่า การตายที่ดีตามหลักพระพุทธศาสนา หมายถึง การตายด้วยสภาวะจิตที่ดับลงอย่างมีสติสัมปชัญญะ มีสมาธิมี จิตสะอาดผ่องใส จิตสงบ ไม่หลงตาย ปราศจากความกระวนกระวายหวาดกลัว ผ่อนคลาย ไม่บีบคั้น ไม่เศร้าหมอง ท่ามกลางบรรยากาศแห่งความรักความเอื้อ

^{๓๕} ชุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๔๑/๓๘.

^{๓๖} ชุ.เปต.(ไทย) ๒๖/๑๙๙-๒๐๐/๑๙๙-๒๐๐.

^{๓๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๓๘๒.

อาหารในครอบครัว กัลยาณมิตรบุคคลอันเป็นที่รัก โดยสิ่งแวดล้อมที่สงบและสร้างสรรค์ จะมีพลังเหนี่ยวนำจิตผู้ใกล้ตายให้เข้าสู่สภาวะที่บริสุทธิ์ มีสมาธิ และตายอย่างสงบ

๒.๒.๒ แนวคิดการเตรียมตัวก่อนตายในพระคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๒.๒.๑ พระพุทธพจน์พระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าสอนให้มนุษย์เข้าใจเรื่องชีวิตและความตาย แล้วก็สอนแนวทางในการเตรียมตัวตายไว้ด้วย เพื่อให้พุทธศาสนิกชนไม่เกรงกลัวความตาย และตายอย่างมีสติ จึงทรงสอนเรื่องการฝึกสติและความไม่ประมาทในการดำรงชีวิต โดยให้ดำรงชีวิตไปตามครรลองคลองธรรม มีศีล สมาธิ และปัญญา เป็นเครื่องนำพาชีวิต คือประพฤติกาย วาจา ใจ ด้วยศีลและธรรม ซึ่งศีลจะครอบคลุมถึงการมีสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะรวมเป็นความประพฤติดีงาม ทำการงานเลี้ยงชีพและดำเนินชีวิตโดยสุจริต ดังพุทธพจน์บทหนึ่งว่า “บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ในโลกนี้ ซึ่งมีความไม่ประมาทเป็นเหตุ ย่อมมีโภคทรัพย์เป็นอันมาก และมีสติไม่หลงตาย”^{๓๘} และธรรมก็จะครอบคลุมถึงการมีสัมมาสติฝึกจิตให้เป็นสัมมาสมาธิ และหมั่นเพียรเจริญวิปัสสนา รวมไปถึงการพิจารณาสังขารธรรมโดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เพราะสังขารทั้งหลายเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ตั้งอยู่ได้ไม่นานต้องดับไป ซึ่งเมื่อพิจารณาเช่นนี้อยู่เสมอก็จะก่อให้เกิดปัญญา รู้และเข้าใจชีวิตตามธรรมชาติที่เป็นจริง บุคคลจึงควรประพฤติธรรมควบคู่กับการมีศีล เพื่อเป็นการเตรียมตัวตายตั้งแต่เดี๋ยวนี้ แม้พระผู้มีพระภาคก็ทรงเตรียมตัวตาย เมื่อพระพุทธองค์ ทรงปลงอายุสังขารว่าในอีก ๓ เดือนข้างหน้าจะปรินิพพาน ก็ได้เตรียมการไว้อย่างรอบคอบหลายประเด็นดังต่อไปนี้

๑. เตรียมสถานที่ที่จะทรงปรินิพพานให้เป็นเมืองเล็ก ๆ คือ เมืองกุสินารา เพื่อจะไม่มีปัญหาในเรื่องการแบ่งพระบรมสารีริกธาตุเป็นต้น

๒. เตรียมความพร้อมของพุทธสาวกให้มั่นคงในธรรมทั้งปวง ดังที่กล่าวกับภิกษุทั้งหลายที่พำนักอยู่ในเขตกรุงเวสาลี ช่วงพรรษาสุดท้ายของพระพุทธองค์ว่า “ธรรม ที่เราแสดงแล้ว เพื่อความรู้ยิ่ง เธอทั้งหลายพึงเรียน เสด็จ เจริญ ทำให้มากด้วยดี โดยวิธีที่พหุมาจรยนี้ จะพึงตั้งอยู่ได้นาน ดำรงอยู่ได้นาน และพึงเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อประโยชน์เพื่อเกื้อกูล เพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย”^{๓๙} โดยเฉพาะความไม่ประมาทเป็นเรื่องที่พระพุทธองค์ทรงเน้นมาก ดังพุทธพจน์บทหนึ่งที่สำคัญมาก คือ “ภิกษุทั้งหลาย

^{๓๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๐/๙๔.

^{๓๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๔/๑๓๐-๑๓๑.

บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังฆารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด” นี่เป็นพระปัจจุสมโฆวาทของพระตถาคต^{๔๐} พระพุทธพจน์บทนี้แสดงให้เห็นว่า ทรงย่อพระพุทธโฆวาทที่ทรงประกาศตลอดเวลา ๔๕ ปี ลงในบทว่า “ความไม่ประมาท” เพียงบทเดียว

๓. เตรียมมอบมรดกธรรม พระผู้มีพระภาคขณะใกล้ปรินิพพานได้รับสั่งเรียกพระอานนท์มาตรัสว่า “อานนท์ ธรรมและวินัยที่เราแสดงแล้วบัญญัติแล้วแก่เธอทั้งหลาย หลังจากเราล่วงลับไป ก็จะเป็นศาสดาของเธอทั้งหลาย”^{๔๑} พระอรหันตสาวกและภิกษุทั้งหลายที่เฝ้าอยู่ใกล้ที่ประทับต่างได้ยินโดยทั่วกัน

๔. เตรียมให้บรรดาภุคณ์จัดพิธีพระบรมศพ แต่สำหรับคณะสงฆ์นั้นทรงรับสั่งแก่พระอานนท์ว่าให้เหล่าภิกษุ ภิกษุณี พยายาม ขวนขวายทำหน้าที่ของตนเองเกิด ไม่ประมาทในหน้าที่ของตน มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่เถิด กษัตริย์ พราหมณ์ คหบดีทั้งหลายล้วนเป็นบัณฑิต ซึ่งเป็นผู้เลื่อมใสในพระพุทธองค์ จะทำการบูชาสรีระของพระองค์เอง พระอานนท์ทูลถามว่า พวกเขาพึงปฏิบัติต่อพระสรีระของพระพุทธองค์อย่างไร พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า “พึงปฏิบัติต่อสรีระของตถาคตเหมือนอย่างที่เราปฏิบัติต่อพระบรมศพของพระเจ้าจักรพรรดินั้นแหละ”^{๔๒}

๕. เตรียมกล่าวคำอำลา ขณะทีพระผู้มีพระภาคทรงจำพรรษาสุดท้ายในเวฬุคาม ได้มีอาการพระประชวรอย่างรุนแรงมีทุกขเวทนา อย่างแสนสาหัสจนเจียนจะปรินิพพาน พระองค์ทรงมีสติสัมปชัญญะ ทรงอดกลั้นไม่พริ้นพริ้งทรงพระดำริว่า “การที่เราไม่บอกผู้อุปัฏฐาก ไม่อำลาภิกษุสงฆ์ปรินิพพานนั้น ไม่เหมาะแก่เรา”^{๔๓} หลังจากที่มารมาทูลอาราธนาให้ปรินิพพานและทรงรับการอาราธนานั้นแล้ว จึงทรงรับสั่งให้พระอานนท์ไปนิมนต์ภิกษุเท่าที่พำนักอยู่ในเขตกรุงเวสาลีมาประชุมในหอนั้น ที่ภูฏาคารศาลาในป่ามหาวัน แล้วตรัสบอกภิกษุเหล่านั้นว่าจากนี้ไปอีก ๓ เดือนพระพุทธองค์จะปรินิพพาน จากนั้นตรัสพระคาถาว่า

วัยของเราแก่หง่อม ชีวิตของเราเหลือน้อย
เราจะจากพวกเธอไปเราทำที่พึ่งแก้ตนแล้ว
พวกเธอจงอย่าประมาท มีสติ มีศีลบริสุทธ์
มีความดำริมั่นคงดี รักษาจิตของตนไว้

^{๔๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๕/๑๓๑; ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๘/๑๖๖.

^{๔๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๖/๑๖๔.

^{๔๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๐๕/๑๕๒.

^{๔๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๔/๑๐๙.

ผู้ที่ไม่ประมาทอยู่ในธรรมวินัยนี้

ละการเวียนว่ายตายเกิดแล้ว

จักทำที่สุดแห่งทุกข์ได้^{๔๔}

๖. ให้โอกาสภิกษุทั้งหลาย ได้ถามข้อสงสัยหากยังมีธรรมข้อใดที่ยังไม่กระจ่าง แม้ในวาระสุดท้ายแห่งพระชนมชีพ พระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ถ้าภิกษุแม้เพียงรูปเดียวที่มีความสงสัยหรือความเคลือบแคลงในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ มรรค หรือในปฏิปทา (ข้อปฏิบัติ) เธอทั้งหลายจงถามเถิดจะได้ไม่เสียใจในภายหลังว่าพระศาสดายังอยู่ต่อหน้า เราไม่กล้าทูลถามในที่เฉพาะพระพักตร์”^{๔๕} พระผู้มีพระภาคตรัสย้ำถามถึง ๓ ครั้ง แต่ไม่มีภิกษุแม้เพียงรูปเดียวที่สงสัยหรือเคลือบแคลงในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ มรรคหรือในปฏิปทา พระผู้มีพระภาคทรงมีญาณหยั่งรู้แล้วว่า ในจำนวนภิกษุ ๕๐๐ รูปที่เฝ้าอยู่ขณะนั้น ภิกษุผู้มีคุณธรรมชั้นต่ำสุด เป็นพระโสดาบันโน ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้า^{๔๖} นี่เป็นตัวอย่างแก่ชนรุ่นปัจจุบัน ในการที่ผู้ใกล้ตายได้บอกเรื่องค้างคาใจแก่ญาติ และให้ญาติซักถามและบอกเรื่องค้างคาใจของตนแก่ผู้ใกล้ตาย เพื่อการสะสางเรื่องค้างคาใจให้หมดสิ้นด้วยกันทั้งสองฝ่าย จิตในขณะตายก็จะเป็นอิสระ

ในสมัยพุทธกาลในช่วงก่อนตายมีตัวอย่างการเตรียมตัวตายตั้งแต่ยังอยู่ในวัยเด็กจนถึงวัยชรา เช่นกรณีของธิดาช่างหูกซึ่งยังอยู่ในวัยเด็ก ครั้งหนึ่งพระผู้มีพระภาคทรงมีพระเมตตาสอนชาวเมืองอาฬวี แคว้นกาสิ ให้รู้จักเจริญมรณสติอย่างนี้ว่า “ชีวิตของเราไม่ยั่งยืน ความตายของเราแน่นอน เราพึงตายแน่แท้” ชีวิตของเรามีความตายเป็นที่สุด ชีวิตของเราไม่เที่ยง “ความตายเที่ยง” แต่ถ้าหมั่นเจริญมรณสติอยู่เสมอจะไม่สะดุ้งกลัวเมื่อความตายใกล้เข้ามา เปรียบดังบุรุษที่เห็นอสรพิษเลื้อยมาแต่ไกล แล้วสามารถเอาท่อนไม้เชิยงให้พ้นทางได้ ในขณะที่พระผู้มีพระภาคตรัสสอนอยู่นั้นธิดาของนายช่างหูกอายุเพียง ๑๖ ปี ได้อยู่ในที่ประชุมชนชาวเมืองอาฬวีนั้นด้วย เธอซาบซึ้งคำสอนของพระพุทฺธองค์เป็นอย่างมาก ได้เจริญมรณสติตั้งแต่บัดนั้นไปจนตลอดทั้งกลางวันและกลางคืน ต่อมาอีก ๓ ปี พระผู้มีพระภาคทรงตรวจดูโลกในเวลาใกล้รุ่ง ทรงเห็นธิดาของช่างหูกในข่ายพระญาณ ทรงทราบบว่ากุมาริกาน้อยนี้ใกล้ถึงมรณกาลแล้ว พระพุทฺธองค์ทรงมีพระประสงค์จะสงเคราะห์ ให้เธอได้บรรลุนิพพานก่อนจะตาย จึงได้เสด็จพร้อมภิกษุ

^{๔๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๘๕/๑๓๒.

^{๔๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๗/๑๖๕.

^{๔๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๗/๑๖๖.

ประมาณ ๕๐๐รูป ออกจากพระเชตะวัน ไปสู่อัคคาพิหาร เมืองอาพีวี เมื่อชาวเมืองทราบก็พากันมากกราบทูลนิมนต์ให้ทรงโปรดชาวเมือง ธิดาช่างหูกก็ทราบข่าวนี้เช่นกัน หลังจากเธอเร่งกรวด้ายตามที่บิดาสั่งจนเสร็จแล้ว ก็รีบไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค ซึ่งพระพุทธรูปองค์ทรงรวบโปรดเธออยู่ เมื่อธิดาช่างหูกเข้าเฝ้าในระยะพอสมควรได้ถวายบังคมแล้ว พระผู้มีพระภาคปรารถนาที่จะให้สาวน้อยผู้นี้ได้แสดงภูมิธรรม หลังจากเธอเจริญมรณสติมาตลอดเวลาถึง ๓ ปี และประสงค์จะให้เป็นตัวอย่างแก่ชาวเมืองอาพีวีด้วย พระศาสดาจึงตรัสถามปัญหา ๔ ข้อแก่เธอ

- ข้อแรก** กุมาริกา เธอมาจากไหน? เธอตอบว่า ไม่ทราบ พระเจ้าข้า.
- ข้อสอง** กุมาริกา เธอจะไปที่ไหน? เธอตอบว่า ไม่ทราบ พระเจ้าข้า.
- ข้อสาม** กุมาริกา เธอไม่ทราบหรือ? เธอตอบว่า ทราบ พระเจ้าข้า.
- ข้อสุดท้าย** กุมาริกา เธอทราบหรือ? เธอตอบว่า ไม่ทราบ พระเจ้าข้า.

เมื่อประชุมชนชาวเมืองอาพีวีได้ยินคำทูลตอบของสาวน้อยผู้นี้ ต่างพากันสงสัยอ้ออึ้งต่อว่าธิดาช่างหูกที่ตอบปัญหาอันประดุจจะเป็นการก่อกวน แต่พระพุทธรูปเจ้าตรัสห้ามชาวเมือง แล้วให้โอกาสธิดาช่างหูกอธิบายความหมายที่เธอตอบทั้งสี่ข้อนั้น ดังนี้

ข้อแรก เธอเข้าใจคำถามของพระผู้มีพระภาคว่า ‘เธอมาจากไหน จึงเกิดแล้วในที่นี้?’ เธอคิดว่า “หม่อมฉันย่อมไม่ทราบว่า ‘ก็เรามาจากไหน จึงเกิดในที่นี้?’ จึงตอบว่า ไม่ทราบพระเจ้าข้า ” พระศาสดาประทานสาธุการ เป็นครั้งแรกแก่ กุมาริกา ธิดาช่างหูกนั้นว่า ดีละ เธอตอบถูกแล้ว

ข้อที่สอง เธอเข้าใจคำถามของพระผู้มีพระภาคว่า ‘ก็เธอไปจากโลกนี้แล้ว จักไปเกิดในที่ไหน?’ เธอคิดว่า “ก็หม่อมฉันจตุติจากโลกนี้แล้วย่อมไม่ทราบว่า ‘จักไปเกิดที่ไหน?’ หม่อมฉันจึงตอบว่าไม่ทราบพระเจ้าข้า ” พระศาสดาประทานสาธุการแก่เธอเป็นครั้งที่สอง ว่า ดีละเธอเข้าใจถูกแล้ว

ข้อที่สาม เธอเข้าใจคำถามของพระผู้มีพระภาคว่า ‘เธอไม่ทราบภาวะความตายของเธอหรือ?’ เธอคิดว่า “หม่อมฉันย่อมทราบภาวะคือความตายของหม่อมฉันเท่านั้น จึงกราบทูลว่า ‘ทราบพระเจ้าข้า ’ ” พระศาสดาประทานสาธุการแก่เธอเป็นครั้งที่สาม ว่า ดีละเธอเข้าใจถูกแล้ว

ข้อสุดท้าย เธอเข้าใจคำถามของพระผู้มีพระภาคว่า ‘เธอย่อมทราบเวลาตายของเธอหรือ?’ เธอคิดว่า “หม่อมฉันย่อมทราบแต่ภาวะคือความตายของหม่อมฉันเท่านั้น แต่ย่อมไม่ทราบว่า ‘จักตายในเวลากลางคืน กลางวัน หรือเวลาเช้าเป็นต้น’ จึงกราบทูลว่า ‘ไม่ทราบพระเจ้าข้า ’ ”

พระศาสดาประทานสาธุการแก่เธอเป็นครั้งที่สี่ว่า ดีละเธอเข้าใจถูกแล้ว แล้วพระพุทธรูปองค์ตรัสพระคาถาประทานแก่ชาวเมืองอาพีวีว่า “สัตว์โลกนี้เป็นเหมือนคนตาบอด ในโลกนี้น้อยคนนักจะเห็นแจ้ง น้อยคนนักจะไปสวรรค์ เหมือนนกหลุดแล้วจากข่าย (ซึ่งมีน้อย) ฉะนั้น”

เมื่อพระองค์ทรงเทศนาจบ ธิดาข้างหูกดำรงอยู่ในโศดาปัตติผล และยังเป็นประโยชน์แก่
มหาชนชาวอาฬวีที่ได้ฟังการอธิบายข้อธรรมโดยละเอียดด้วย

เวลาต่อมาในวันนั้นเอง กุมาริกาข้างหูกถูกพื้มของบิดาพุ่งใส่อกโดยอุบัติเหตุ ถึงแก่
ความตายไป แล้วได้ไปเกิดในดุสิตภพ^{๔๗} ส่วนบิดาของนางเศร้าโศกเสียใจในความประมาทของตน
จึงทูลขอบรรพชา กับพระศาสดา ได้อุปสมบทแล้วต่อมาไม่นานก็บรรลุเป็นพระอรหันต์

สรุปว่า เมื่อเราภาวนามรณสติอยู่จนเป็นนิสัย เมื่อถึงคราวที่ความตายมาถึงตัว เราก็
สามารถเข้าสู่กระบวนการของความตายได้อย่างมีสติและสัมปชัญญะ

๒.๒.๒.๒ ความตายในทัศนะของท่านพุทธทาสภิกขุ

ท่านพุทธทาสภิกขุ พูดถึงความตายไว้ ๒ อย่าง คือ ๑) การตายทางร่างกายซึ่งเป็นที่
เข้าใจกัน ๒) การตายทางจิตใจ ซึ่งการตายทางจิตใจนี้ ท่านพุทธทาสภิกขุแยกให้เห็น ๒ แบบ คือ
ตายจากความดี แบบนี้ตายทั้งเป็น มีแต่คนสาปแช่ง เพราะทำแต่ความชั่ว อีกแบบหนึ่ง คือตายจาก
ความชั่ว คือตายจากอวิชชา ความหลงติดยึดถือว่าเป็นตัวตน การตายแบบนี้เองเป็นประเด็นที่ท่าน
พุทธทาสภิกขุยกขึ้นมาเตือนชาวพุทธทั้งหลายว่า เป็นสิ่งที่ควรฝึกฝน ควรกระทำ เพราะจะทำให้เรา
หลุดพ้นจากความทุกข์ได้ ท่านใช้สำนวนว่า “ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที่” หมายความว่าตาย
โดยที่ร่างกายยังไม่ตาย ชีวิตยังไม่แตกดับ แต่ความคิดมันหมายความว่า ตัวกู-ของกู ตายหมด ดับไม่
เหลืออีกเลย ตัณหา มานะใดๆ ไร้เลย^{๔๘}

วิธีปฏิบัติเพื่อให้ตายเสียก่อนตาย

ท่านพุทธทาสภิกขุได้คิดทำคำสอนขึ้นหลายชุดเพื่อสอนให้คนรู้จักตายเสียก่อนตาย
ดังนี้ ๑) ปฏิบัติด้านการฝึกจิต ๒) ปฏิบัติด้านการดำเนินชีวิตให้อยู่อย่างสอดคล้องกับธรรมชาติ
และ ๓) ปฏิบัติด้านการทำประโยชน์แก่ผู้อื่นในสังคม ดังนี้

๑. ปฏิบัติด้านการฝึกจิต คือ

(๑) ฝึกตายจากความยึดมั่นถือมั่น เพื่อทำลายตัวกู-ของกู โดยละเลิกความโลภ ความ
โกรธ และความหลง ด้วยการฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง มีสมาธิ และเกิดปัญญาเข้าถึงความจริงของชีวิต

^{๔๗} ชู.วิ. (ไทย) ๒๖/๑๕๐-๑๕๔/๒๗-๒๘. และสรุปความจากคณะกรรมการแผนกตำรากรมการแพนงศาธรรมิกราช
วิทยาลัย, พระธัมมปัทมฐกถา แปล ภาค ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐),
หน้า ๖๓-๖๔.

^{๔๘} พุทธทาสภิกขุ, บรรยายธรรมหัวข้อ “ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที่” ที่ลานหินโค้งของสวนโมก
ขพลาราม เมื่อวันที่ ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๒.

และธรรมชาติ แล้วฝึกให้คิดว่าไม่มี ตัวกู-ของกู อยู่เรื่อย ๆ ท่านสอนให้ลองคิดว่าเมื่อได้ยินคำตำหนิติเตียนแล้วรู้สึกโกรธ นั่นแสดงว่ายังมีอัตตา เมื่อได้ยินคำสรรเสริญแล้วรู้สึกดีใจ ชอบใจ นั่นแสดงว่ายังมีอัตตาตัวตนอยู่ จึงควรฝึกให้เหลือแต่กุศลธรรมในใจ มีแต่สติสัมปชัญญะ และ เบญจขันธ์ที่ชำระให้บริสุทธิ์แล้ว

(๒) ฝึกใจให้ระลึกถึงความเป็นอนิจจัง เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ทำให้ถึงความวิบัติ พลัดพรากจากสิ่งที่รักที่พอใจ ก็ให้พยายามระงับจิตใจ ให้ระลึกว่าทุกสิ่งล้วนเป็นอนิจจัง ไม่มีอะไรคงอยู่เที่ยงแท้ถาวร ไม่ว่าจะเป็นสิ่งของหรือบุคคล

(๓) ฝึกระลึกว่าความตายเป็นธรรมชาติ ความเกิดขึ้นและดับไปของสรรพสิ่งเป็นธรรมชาติ แม้ความตายของบุคคลก็เป็นธรรมชาติ เมื่อตระหนักรู้ว่าความตายเป็นของธรรมชาติ ความทุกข์ก็จะบรรเทาลงจนไม่เหลือทุกข์เลย^{๔๙} ความเจ็บป่วยก็เป็นธรรมชาติ เมื่อป่วยมากจนเข้าใกล้ภาวะวิกฤติ ให้ดำรงสติอย่างมั่นคงและใช้โอกาสนั้นดูความเจ็บ ความทุกข์ และอาการที่กำลังจะตาย

(๔) ฝึกเจริญมรณัสสติ ระลึกว่าความตายต้องมาถึงเราแน่นอน แต่จะมาถึงเมื่อไรไม่อาจรู้ชัดได้และจะมาคุกคามเราอย่างไร ที่ไหนก็ไม่อาจทราบได้ นอกจากนี้ยังฝึกดูความตายในลักษณะที่น่ากลัวน่าสยดสยอง เพื่อความไม่ประมาท แล้วทำหน้าที่ที่ต้องทำอย่างถูกต้องโดยเร็ว เพิ่มพูนศีลธรรมอันดียิ่ง ๆ ขึ้นไป^{๕๐}

๒. ปฏิบัติด้านการทำชีวิตให้อยู่อย่างสอดคล้องกับธรรมชาติ คือฝึกการใช้ชีวิตอย่างเรียบง่ายอยู่กับธรรมชาติ ท่านสอนให้ดำรงชีวิตอยู่อย่างประหยัดและไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม คือ กินง่าย อยู่ง่าย ไม่เป็นภาระมากนักในการเตรียมเรื่องหาอยู่หากิน ถึงยามที่ร่างกายต้องการพักผ่อนก็ให้นอนพักในที่เรียบง่าย อาศัยเพียงกุฏิเล็ก ๆ ที่มีเพียงหลังคาป้องกันแดดและฝนก็เพียงพอแล้วจากการกินและอยู่อย่างเรียบง่ายนี้เท่ากับการถนอมรักษาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมด้วย เช่น ใช้จานข้าวใบเดียวในการรับประทานอาหาร เมื่อเสร็จแล้วล้างทำความสะอาดโดยไม่เปลืองน้ำ ไม่มีเศษอาหารเหลือทิ้งให้เป็นขยะเพราะรู้จักประมาณในการบริโภค นอกจากนั้นได้เอื้อเพื่อต่อสัตว์ที่มีตามธรรมชาติ เช่นในเวลาภาวนาอาจโดนยุง มด หรือเหลือบ รื่น เป็นต้น มารบกวนหรือดูดเลือดเรา ก็ไม่มีใจหงุดหงิด รำคาญ โกรธ จนกระทั่งต้องหายาอันประกอบด้วยสารเคมี มาฉีดยา ฟัน

^{๔๙} พุทธทาสภิกขุ, **พุทธทาสธรรม (๑๔) “ความตาย”** (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๘), หน้า ๕๘-๖๔.

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๘-๙๐.

ฆ่า ซึ่งนอกจากทำให้ขุนตายหรือสัตว์ตัวเล็ก ๆ ที่เราไม่ได้ตั้งใจฆ่าต้องพลอยตายแล้วก็ยังทำร้ายสิ่งแวดล้อมในธรรมชาติด้วยสารเคมีที่ตกค้างอยู่

๓. ปฏิบัติด้านการต้านเตรียมตัวตาย ดังคำกลอนสอนธรรมว่า

ถึงนาที่สุดท้ายอย่าให้พลาด	ตั้งสติไม่ประมาทเมื่อดับขันธ์
ด้วยจิตว่างปล่อยวางทุกสิ่งอัน	สารพันไม่ยึดครองเป็นของเรา
ปริญา “ตายเสียก่อนตาย”ใครได้รับ	เป็นอันนับว่าจบสิ้นการศึกษา
เป็นโลกุตตรหลุดพ้นเหนือโลกา	หยุดเวียนว้ายสิ้นสังสารวัฏฏวน ^{๕๑}

นอกจากนั้น ท่านพุทธทาส ได้พยายามสอนให้คนทั่วไปเข้าใจถึงเรื่องการเวียนว้ายตาย เกิดที่คนทั่วไปยังติดอยู่ในกระแสแห่งการเวียนเกิดเวียนตาย แล้วก็ยังยึดติดต่อมันนั้นแสดงว่าคนเหล่านั้นไม่มีความเป็นพุทธบริษัทอยู่เลย ถ้าใครยังมีจิตผูกติดอยู่ในกระแสแห่งวัฏฏะ คือ มีกิเลส แล้วก็ทำกรรม เกิดผลกรรมสนอง แล้วมีกิเลส ทำกรรม แล้วก็ผลกรรมอีก เวียนเวียนเป็นประจำอยู่อย่างนี้ทุกวัน ๆ คนผู้นั้นก็จะยิ่งจมลึกอยู่ในกิเลสและจมอยู่กับกองทุกข์หนักขึ้น ๆ แต่ถ้าพิจารณาด้วยสติปัญญาว่า รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งกระทบสัมผัสเหล่านั้นเป็นสิ่งที่ยั่วชวนใจ เผลอใจทำให้ใจเป็นทุกข์ เมื่อคิดได้ว่าสิ่งยั่วชวนเหล่านั้นเป็นอันตรายทำร้ายจิตใจ ความคิดเปลี่ยนแปลงไปในทางดี ละการหลงรักหลงพอใจ และละการยึดมั่นถือมั่นลงได้ จึงถือว่าคนผู้นั้นได้เริ่มรู้ธรรมะที่เป็นทางออกไปจากสิ่งผูกมัดเขาให้ติดแน่นอยู่กับการเวียนเกิดเวียนตาย ซึ่งคือ ความโง่ ความหลง กิเลส และตัณหานั่นเอง ถ้าเพียงฝึกภาวนาจะมีสติปัญญาแก่กล้าถึงที่สุด ความรู้สึกว่าตัวตนของเรา ก็จะสลายลงไปจนสามารถก้าวล่วงพ้นออกไปจากการเวียนว้ายในวัฏฏสงสาร หากทำได้อย่างนี้ก็ไม่เสียที่ที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์และพบพระพุทธานุชา^{๕๒}

๒.๒.๒.๓ พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว

พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เป็นพระโอรสของพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย และสมเด็จพระศรีสุริเยนทรามาตย์ พระองค์เป็นกษัตริย์ที่มีความสามารถในด้านคติโลกและคติธรรม ได้ทรงทำประโยชน์ไว้ในพระพุทธานุชาอย่างมหาศาล พระองค์ทรงแตกฉานในพระไตรปิฎก และทรงชำนาญในภาษาบาลี ทรงสรรรคตด้วยพระสติสัมปชัญญะ ทรงกำหนดวาระสุดท้ายแห่งพระชนมายุของพระองค์เป็นแน่แล้ว จึงมีพระบรมราชโองการดำรัสให้พระยาศรีสุนทรโวหาร (พิง) เข้าไปใกล้พระที่บรรทม และมีพระราชดำรัสพระราชทานนิพนธ์เป็นภาษามคธให้พระ

^{๕๑} พุทธทาสภิกขุ, พุทธทาสธรรม (๑๔) “ความตาย” , หน้า ๑๖๐.

^{๕๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๖-๔๑.

ยาตรีสุนทรโวหารจดเป็นอักษร แล้วอันเชิญไปอ่านในที่ประชุมสงฆ์ วัดราชประดิษฐฯ แต่ในที่นี้ขอ
แปลเป็นภาษาไทยว่า

“...บัดนี้ โยมได้ตั้งจิตอธิฐานสมาทานศีลห้าแล้ว กระทำมนสิการไว้ในใจ โยมได้ศึกษา
อยู่ว่า ในบรรดาชั้นห้า อายตนะภายในหก อายตนะภายนอกหก วิญญาณหก สัมผัสหก (และ)
ในภพที่เข้าไปในทวารทั้งหก สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่บุคคลเข้าไปยึดมั่นถือมั่นจะไม่พึงมีโทษ สิ่งนั้นไม่มี
เลยในโลก โยมได้ศึกษาถึงการไม่ยึดมั่นถือมั่นว่า ‘สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง ธรรมทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน
ย่อมเป็นไปตามปัจจัย สิ่งนั้นไม่ใช่เรา เราไม่เป็นมัน มันไม่ใช่ตัวตนของเรา’ ความตายใดๆ ของสัตว์
ทั้งหลาย ความตายนั่นไม่น่าอัศจรรย์ เพราะความตายนั่นเป็นวิถีทางของสัตว์ทั้งปวง ขอพระผู้เป็น
เจ้าทั้งหลายเป็นผู้ไม่ประมาทเกิด โยมขอลา โยมไหว้ สิ่งใดที่โยมผิดพลาด ขอสงฆ์จงงดโทษสิ่งทั้งนั้น
แก่โยมเถิด แม้เมื่อกายของโยมกระสับกระส่ายอยู่ แต่จิตของโยมจะไม่กระสับกระส่ายไปตามกาย
โยมทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ศึกษาอยู่อย่างนี้”

เมื่อพระองค์ทรงรับสั่งพระยาตรีสุนทรโวหารเสร็จแล้ว ก็ทรงมนสิการชำระจิตให้สะอาด
ด้วยการภาวนากรรมฐาน ซึ่งกล่าวกันว่าพระองค์ทรงกำหนดอานาปานสติ คือ การกำหนดลม
หายใจเข้าออก ประกอบด้วยบทภาวนาพุทโธกำกับ จึงทำให้ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดในสมัยนั้นได้ยินพระ
สุรเสียงว่า “พุท-โธ, พุท-โธ, พุท-โธ,“ แล้วพระสุรเสียงก็ค่อย ๆ แผ่ว เบาลง ๆ ได้ยินแต่เพียงคำว่า “โธ
โธ, โธ” แล้วเสด็จสวรรคตด้วยอาการอันสงบ^{๕๓}

๒.๒.๓ แนวคิดการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๒.๒.๓.๑ ความหมายของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

ผู้ป่วยระยะสุดท้าย (The end of life patients) หมายถึง ผู้ป่วยที่มีภาวะเจ็บป่วยอยู่ใน
ระยะลุกลาม ไม่สามารถรักษาให้หายได้ ผู้ป่วยจะมีเวลาของการมีชีวิตอยู่อย่างจำกัดหรือ
ประมาณ ๖ เดือน ซึ่งการดูแลระยะสุดท้ายของชีวิตอาศัยแนวคิดและหลักการของการดูแลแบบ
ประคับประคอง โดยให้ความสำคัญกับการส่งเสริมความสบายและบรรเทาความทุกข์ทรมาน
จากอาการ และสนับสนุนช่วยเหลือทางด้านจิตสังคม และจิตวิญญาณของผู้ป่วยและครอบครัว

^{๕๓} พระศาสนโสภณ(พิจิตร วิฑูรย์คุณ), กฏแห่งกรรม, (นนทบุรี : สำนักพิมพ์กรีน-ปัญญาญาณ, ๒๕๕๓), หน้า ๙๐-๙๓.

เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถใช้เวลาในช่วงบั้นปลายของชีวิตอย่างมีความสุข^{๕๔} ซึ่งผู้ป่วยส่วนใหญ่ช่วยเหลือตัวเองได้น้อย ต้องนอนอยู่บนเตียงตลอดเวลา สามารถปรับตัวกับช่วงเปลี่ยนผ่านที่สำคัญของชีวิตและมีการเตรียมตัวสำหรับความตายที่ดี

การดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) องค์การอนามัยโลกได้ให้คำจำกัดไว้ หมายถึง การจัดการให้ผู้ป่วยที่กำลังเผชิญปัญหาที่เกี่ยวข้องกับความเจ็บป่วยที่คุกคามถึงชีวิตและครอบครัว มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น โดยการป้องกันและบรรเทาความทุกข์ทรมานต่าง ๆ ด้วยการวินิจฉัยแต่เนิ่น ๆ การประเมินอย่างแม่นยำ และการรักษาความปวดและปัญหาอื่น ๆ ให้ครบถ้วนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ^{๕๕}

หัวใจหรือหลักการสำคัญของการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care)
รศ.นพ.เต็มศักดิ์ พึ่งรัศมี^{๕๖} ได้สรุปสั้นๆ ได้เป็น 4C ดังนี้

๑. Centered at patient and family : ให้ความสำคัญกับตัวผู้ป่วยและครอบครัวเป็นหลัก ความพึงพอใจ ความสบายของผู้ป่วยเป็นเป้าหมายสำคัญที่สุด การดูแลรักษา การตรวจวินิจฉัย หัตถการใด ๆ จะกระทำเมื่อเห็นประโยชน์ต่อผู้ป่วยเท่านั้น ควรเปิดโอกาสให้ผู้ป่วยและครอบครัวได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจมากที่สุด เช่น การใส่สายให้อาหาร การให้สารน้ำทางหลอดเลือดดำ รวมไปถึงปฏิบัติการกู้ชีวิต

๒. Comprehensive : ครอบคลุมความต้องการทุกด้าน ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ นอกจากบรรเทาอาการทุกข์ทรมานทางร่างกายแล้ว ยังต้องให้ความสำคัญกับปฏิกริยาทางจิตใจของผู้ป่วยต่อโรค การรักษาและความตาย ควรรับฟังและหาโอกาสให้ผู้ป่วยแสดงความรู้สึก อารมณ์ ปมขัดแย้ง เจตคติส่วนตัว การให้คุณค่าต่อสิ่งต่างๆ หรือความเชื่อความศรัทธาทางศาสนาที่สั่งสมมาตลอดอายุขัย ซึ่งอาจแตกต่างไปจากผู้ดูแลรักษา เช่น ความกลัวการได้รับเลือดของผู้อื่น การได้ปรนนิบัติบิดามารดาด้วยตนเองของบุตร หรือความต้องการเสียชีวิตอย่างธรรมชาติที่บ้านโดยไม่ใช้เครื่องช่วยชีวิต ฟังระลึกเสมอว่า มิติและมุมมองทางการแพทย์ เป็นเพียงส่วนหนึ่งของมิติทางสังคม ไม่สามารถอธิบายหรือแก้ปัญหาทั้งหมดได้ตามลำพัง มีบางครั้งที่เท่านั้นที่จำเป็นต้องอธิบายให้รู้ แกไขความเชื่อเพราะความไม่รู้ของผู้ป่วย

^{๕๔} กิตติกร นิลมานันต์, การดูแลระยะสุดท้ายของชีวิต, (สงขลา : ขานเมืองการพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๓๙.

^{๕๕} ประเสริฐ เลิศสงวนสินชัยและคณะ, การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์, ๒๕๕๒), หน้า ๑๕.

^{๕๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖-๑๙.

๓. Coordinate : เป็นการปฏิบัติงานร่วมกันของบุคลากรทางการแพทย์ ครอบครัวและสังคม งานหลายด้านต้องอาศัยความเชี่ยวชาญของแพทย์ พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยาที่เข้ามามีส่วนร่วม ในช่วงใดช่วงหนึ่ง โดยประสานงานและเข้าใจบทบาทของกันและกันเป็นอย่างดี องค์ประกอบสำคัญไม่น้อยไปกว่าบุคลากรทางการแพทย์ คือ ผู้ใกล้ชิดในครอบครัว และเพื่อนฝูงที่ร่วมดูแล สนับสนุน เป็นกำลังใจให้ผู้ป่วยด้วยความผูกพัน รวมถึงความช่วยเหลือจากสังคมภายนอก เช่น ผู้นำศาสนา สมาคม และอาสาสมัครต่าง ๆ เป็นต้น

๔. Contineous : มีความต่อเนื่องและประมิณผลอย่างสม่ำเสมอ การดูแลควบคุมอย่างต่อเนื่องตลอดช่วงที่ผู้ป่วยยังมีชีวิตอยู่ ขณะเสียชีวิต และสำหรับครอบครัวเมื่อผู้ป่วยเสียชีวิตไปแล้ว ไม่มีสูตรสำเร็จที่เป็นคำตอบที่ดีที่สุดเสมอสำหรับผู้ป่วยทุกคนในทุกสถานการณ์ การพิจารณาให้การช่วยเหลือ การดูแลรักษา จึงขึ้นอยู่กับสถานการณ์นั้น ๆ ที่ต้องอาศัยการประเมินเป็นระยะ เนื่องจากสภาพผู้ป่วยแตกต่างกัน และมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

หลักการทั่วไปในการดูแลผู้ป่วยที่กำลังเผชิญกับความตาย

ในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายนั้น แพทย์แต่ละคนอาจมีวิธีการและหลักการในการดูแลผู้ป่วยที่แตกต่างกันไป ซึ่ง Ned Cassem^{๕๗} ได้เสนอหลักการในการดูแลผู้ป่วยที่กำลังเผชิญกับความตายไว้ดังนี้

๑. Concern การเข้าใจผู้ป่วยอย่างลึกซึ้ง (empathy) ร่วมรับรู้ความรู้สึกทุกข์และสุขที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วย การเอาใจใส่ในความทุกข์สบาย และมีเมตตาต่อผู้ป่วย อยากให้ผู้ป่วยมีความสุข

๒. Competence การมีทักษะและความรู้ในการดูแลผู้ป่วย มีความสามารถในการดูแลผู้ป่วยไม่ให้เกิดข้อทรมานทุกข์ทรมานจากอาการทางกายต่างๆ

๓. Communication การมีทักษะในการสื่อสารกับผู้ป่วยที่กำลังเผชิญกับความตาย ซึ่งควรเน้นที่ทักษะในการฟัง ให้ผู้ป่วยได้เล่าถึงความรู้สึก เรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตของผู้ป่วย โดยคำถามที่แพทย์ผู้ดูแลควรถามกับตนเองนั้น แทนที่จะถามว่า “เราควรพูดกับผู้ป่วยอย่างไร” อาจเปลี่ยนมาเป็น “เราได้ให้ผู้ป่วยพูดอะไรกับเราบ้าง” นอกจากการฟังแล้ว ทักษะการพูดก็มีความสำคัญ โดยไม่จำเป็นต้องพูดเพียงเรื่องราวเกี่ยวกับความตายเท่านั้น เราสามารถพูดคุยกับผู้ป่วยเกี่ยวกับชีวิต ครอบครัว การงาน หรือเรื่องราวทั่ว ๆ ไปได้ นอกจากนั้น การสื่อสารอาจออกมาในรูปแบบอื่น ๆ นอกจากคำพูด เช่น การแตะตัว การช่วยจัดให้ผู้ป่วยรู้สึกสบาย เป็นต้น

^{๕๗} ประเสริฐ เลิศสงวนสินชัยและคณะ, การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย, หน้า ๙๗-๙๘.

๔. Comfort การช่วยให้ผู้ป่วยรู้สึกสบาย ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งต้องอาศัยการหมั่นเอาใจใส่ดูแล และความรู้ในการจัดการกับอาการต่าง ๆ ที่ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกไม่สบาย

๕. Children ควรเปิดโอกาสให้ลูกหลานได้เข้าเยี่ยมผู้ป่วย ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยรู้สึกมีความสุข และรู้สึกดี หลักในการพิจารณาว่าเด็กคนใดควรได้รับการเข้าเยี่ยมนั้น ไม่มีหลักเกณฑ์ตายตัว เพียงแต่ถามเด็กว่าเขาอยากเข้าเยี่ยมผู้ป่วยหรือไม่

๖. Cohesion ครอบครัวควรมีโอกาสได้อยู่ร่วมกัน ใกล้ชิดกัน ร่วมรับรู้ความทุกข์ที่กำลังเกิดขึ้น นอกจากนี้ การที่สมาชิกในครอบครัวอยู่พร้อมหน้ากัน ยังทำให้ผู้ป่วยรู้สึกว่าตนไม่ถูกทอดทิ้ง ยิ่งไปกว่านั้น การที่ผู้ป่วยสามารถช่วยดูแลความรู้สึกในใจของสมาชิกในครอบครัว ยังช่วยลดความรู้สึกไม่ดี รู้สึกว่าตนเป็นภาระของสมาชิกในครอบครัวลงได้ด้วย

๗. Cheerfulness ท่าทีของผู้ดูแลและญาติมิตรที่แจ่มใส มีอารมณ์ขันที่เหมาะสม สามารถช่วยให้ผู้ป่วยรู้สึกดีกับตนเองและคนรอบข้าง รวมทั้งช่วยให้สถานการณ์ที่น่าตึงเครียดได้ผ่อนคลายลงด้วย

๘. Consistency ผู้ป่วยที่กำลังเผชิญกับความตายนั้น มีความกลัวต่อการถูกทอดทิ้งเป็นอย่างมาก ดังนั้นการมาเยี่ยมผู้ป่วยอย่างสม่ำเสมอ จะสามารถช่วยลดความหวาดกลัวตรงนี้ได้ ซึ่งการไปเยี่ยมผู้ป่วย แม้ว่าเพียงเวลาเล็กน้อย แต่หากทำให้ผู้ป่วยเกิดความรู้สึกดี มีความสุข รับฟังสิ่งที่อยู่ภายในของผู้ป่วย ย่อมมีความสำคัญ และก่อให้เกิดประโยชน์กว่าการไปเยี่ยมผู้ป่วยเป็นระยะเวลานาน แต่ไม่สามารถเชื่อมโยงหรือรับรู้ความรู้สึกภายในของผู้ป่วยได้

๙. Equanimity (capacity to be comfortable with a dying person) เป็นความรู้สึกสงบนิ่งของผู้ดูแลและญาติมิตร ในขณะที่เผชิญอยู่กับผู้ป่วย สามารถให้อภัยต่ออารมณ์โกรธหรือหงุดหงิดของผู้ป่วยได้ ซึ่งสิ่งนี้จะช่วยให้ผู้ป่วยมีความสงบภายในจิตใจตามมาด้วย

นิมิตดีก็คือมีแพทย์และพยาบาลจำนวนมากขึ้นที่ให้ความสำคัญกับจิตใจและคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลายคนแม้จะไม่สามารถช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตต่อไปได้ แต่ครอบครัวและญาติมิตรของผู้ตายก็ซาบซึ้งที่แพทย์และพยาบาลช่วยให้คนรักของเขาจากไปอย่างสงบความสำเร็จของแพทย์และพยาบาลเหล่านั้นอยู่ตรงที่ไม่พยายามยืดชีวิตของผู้ป่วยให้นานที่สุด แต่พยายามประคับประคองให้เขาบรรลุมรณะสุดท้ายของชีวิตอย่างเจ็บปวดน้อยที่สุดและมีจิตเป็นกุศลหรือสงบมากที่สุด^{๕๔}

^{๕๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๕๕.

๒.๒.๓.๒ อาการของคนใกล้ตาย

อาการที่บ่งบอกว่าร่างกายไม่สามารถทำงานได้อีกต่อไป (Signs of Dying) อาจารย์แพทย์หญิงสายพิณ หัตถ์รัตน์^{๕๙} ได้อธิบายไว้ว่า

๑. อ่อนเพลีย ง่วงซึม สติสัมปชัญญะลดลง (Lethargy, Decreased level of consciousness) เมื่อร่างกายผลิตพลังงานได้น้อยลงเนื่องจากอวัยวะต่างๆ เริ่มเสื่อมสภาพลงพร้อม ๆ กัน ทำให้ความเป็นกรดต่างในร่างกายไม่สมดุล เช่น แอมโมเนียคั่งเพราะตับวาย ยูเรียคั่งเพราะไตวาย เป็นต้น ความไม่สมดุลของสารเคมีเหล่านี้ ทำให้สติสัมปชัญญะเริ่มลดลง นอกจากนี้ยังมีผู้อธิบายว่าในเวลาเดียวกันที่ร่างกายเริ่มจะปิดสวิตช์ ร่างกายทำงานได้น้อย พลังงานที่ผลิตได้มีน้อย ทำให้เก็บรักษาพลังงานไว้ใช้กับอวัยวะส่วนอื่นที่จำเป็นต่อการยังชีพ เช่น หัวใจและหลอดเลือด ภาวะเช่นนี้เรียกว่า energy preservation state ผู้ป่วยอาจมีอาการนอนหลับทั้งวัน ง่วงซึมไม่ค่อยตื่น อย่างไรก็ตามอย่าทิ้งผู้ป่วยไว้ตามลำพัง เพราะถึงแม้ผู้ป่วยจะไม่ค่อยตื่น แต่จะรับรู้ความรู้สึกรอบ ๆ ตัวได้ ควรใช้เวลาดังกล่าวในการกอด อยู่ใกล้ชิด พูดคุยกับผู้ป่วย

๒. มือเท้าเย็น ผิวน้ำเป็นจ้ำ การไหลเวียนเลือดลดลง (Deteriorated circulation) ส่งผลให้ความดันเลือดตก ชีพจรเต้นเร็ว ปลายมือปลายเท้าเย็น เขียวซีด ผิวน้ำเป็นจ้ำ ๆ

๓. ปัสสาวะออกน้อย สีเข้มขึ้น (Low urine output) เนื่องจากเลือดไปเลี้ยงไตน้อยลง

๔. การหายใจผิดปกติ อาจหายใจตื้น ๆ หยุดหายใจเป็นช่วง (apnea) หรือหายใจเร็ว กระชั้นแบบ Cheyne-Stokes หรือ Kussmaul breathing ก็ได้ เนื่องจากภาวะความเป็นกรดต่างในเลือดผิดปกติ การใส่ท่อช่วยหายใจหรือสายคาจุมุกเพื่อให้ออกซิเจนจึงไม่มีประโยชน์ เพราะแท้จริงแล้วผู้ป่วยไม่ได้ขาดอากาศ แต่มีภาวะเลือดเป็นพิษภายหลังจากอวัยวะต่างๆ เสื่อมสภาพ

๕. กินดื่มลดลง กลืนลำบาก น้ำลายสอ secretion ในลำคอมีปริมาณมากขึ้น เนื่องจากระบบประสาทอัตโนมัติเริ่มรวน gag reflex ลดลง หรือที่เรียกว่า death rattle กล้ามเนื้อที่ใช้ในการกลืนและกล้ามเนื้อระบบทางเดินอาหารทั้งระบบจะหยุดทำงาน ร่างกายจึงไม่สามารถกิน – ย่อย – ดูดซึมอาหารได้ตามปกติ สมองก็สั่งให้อาการอยากอาหารลดลงเนื่องจากอาการข้อ ๑ ญาติจะกระวนกระวายมากขึ้นเมื่อเห็นว่าผู้ป่วยรับประทานได้น้อยลง กลัวจะทำให้ผอมแห้งและตายเร็วขึ้น แท้จริงอาการที่ไม่อยากรับประทานนั้นเป็นอาการอย่างหนึ่งของกระบวนการตาย ไม่ใช่สาเหตุจากผู้ป่วยคือไม่ยอมรับประทานหรือญาติดูแลไม่ดี ยิ่งบังคับให้รับประทานก็ยิ่งรู้สึกผิดทั้งสองฝ่ายในเมื่อร่างกายไม่รับอาหารแล้ว การพยายามยัดเยียดอาหารทางท่อหรือสายยางให้

^{๕๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๗.

พิจารณาเป็นราย ๆ เพราะไม่พบว่าทำให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น แต่กลับอาจทำให้เพิ่ม ความทรมานจากความเจ็บปวด การสำลัก อาการอึดแน่นท้อง ญาติผู้ดูแลควรรีให้อาหารในปริมาณน้อยที่ ผู้ป่วยรู้สึกอยากและรับประทานได้ ถ้าไม่กินก็เพราะว่าร่างกายไม่รับอาหารแล้ว

๖. กระสับกระส่าย สับสนกระวนกระวาย ประสาทหลอน เนื่องจากเลือดเป็นพิษ สารเคมีในเลือดเกิดความเปลี่ยนแปลง บางรายโวยวายเพื่อ เห็นผี เห็นคนที่ตายแล้วมารายล้อม บางรายเป็นความรู้สึกผิดบาปที่เหลือค้างมาเป็นเวลานาน ซึ่งควรวินิจฉัยแยกจากอาการเจ็บปวดที่ รุนแรง และพิษจากยาทั้งหลายที่ได้รับอยู่ ควรปรับลดยาที่ไม่จำเป็นลง แพทย์และพยาบาลควรทำ ความเข้าใจกับญาติ แต่ถ้ามีอาการหวาดผวารุนแรง อาจพิจารณาให้ยานอนหลับได้

๗. สติสัมปชัญญะช่วงสุดท้าย บางรายอาจมีอาการตื่นได้สติ เหมือนไม่ได้เป็นอะไรเลย ต่อได้อีกช่วงสั้น ๆ ก่อนจะจากไปอย่างถาวร มีผู้อธิบายว่าอาจเป็นพลังงานช่วงสุดท้ายที่เก็บไว้ใช้ เพื่อให้ญาติ ๆ ได้กล่าวลา เป็นการจากไปอย่างมีสุขทั้งผู้ตายและญาติที่ยังอยู่

ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของผู้ป่วยในระยะสุดท้ายจะทำให้ ญาติและผู้ดูแล สามารถดูแลคนใกล้ตายได้ถูกต้องเหมาะสมขึ้น ซึ่งจะมีผลดีกับผู้ป่วยเป็น อย่างยิ่ง เพราะทำให้สามารถลดการรักษาที่นอกจากจะไม่จำเป็นแล้วยังทำให้ผู้ป่วยต้องทนทุกข์ ทรมานมากขึ้น และไม่เป็นที่พอใจใคร ๆ แก่ใครทั้งสิ้น โดยเฉพาะแก่คนใกล้ตาย

ความเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ

โดยทั่วไปเมื่อผู้ป่วยป่วยใจจะป่วยด้วยเสมอ ยิ่งคนป่วยหนักใกล้ตายด้วยแล้วก็ยิ่ง ต้องการการดูแลแบบประคับประคองอย่างมาก การศึกษาพบว่า สิ่งที่คนใกล้ตายกลัวมากที่สุดคือ กลัวการถูกทอดทิ้ง กลัวการอยู่โดดเดี่ยว และสิ่งที่คนใกล้ตายต้องการคือ ใครสักคนที่เข้าใจและอยู่ ข้าง ๆ เขาเมื่อเขาต้องการ ยิ่งถ้าเป็นคนที่เขารัก คนในครอบครัวหรือพี่น้องจะดีมาก ดังนั้นผู้ดูแล ควรรีให้ผู้ป่วยได้พูดคุย รับฟังในสิ่งที่ผู้ป่วยแสดงความรู้สึกออกมา รวมทั้งประคับประคองให้ กำลังใจ และเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมของผู้ป่วย เพราะบางครั้งผู้ป่วยอาจแสดงออก ถึงพฤติกรรมและอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม ก็ให้เราเข้าใจว่าเป็นปฏิกิริยาทางจิตใจที่เกิดจากภาวะ ความเครียดหรือภาวะวิกฤติ (Stress or crisis) แต่ในบางรายอาจเป็นมากจนกระทั่งเป็นโรคทาง จิตเวชที่พบบ่อยและมีความสำคัญ คือโรคซึมเศร้า ซึ่งผู้ป่วยอาจคิดหรือฆ่าตัวตายได้ ในกรณีเช่นนี้ ควรส่งพบผู้เชี่ยวชาญเพื่อบำบัดรักษา

ปัจจุบันการประยุกต์การบำบัดโรคด้วยพุทธาณูภาพในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ด้วย การเจริญพุทธาณูสติ เพื่อให้ผู้ป่วยมีความมั่นคงในพระพุทธานุภาพว่า สามารถคุ้มครองตนได้ ร่วมกับการ ยอมรับความจริงและการจัดการกับสภาวะจิตที่เศร้าหมอง ด้วยการเจริญสมาธิ วิปัสสนา

กรรมฐานเพื่อดำรงความบริสุทธิ์ของจิต มีสติสัมปชัญญะสำรวจระวังไม่หวั่นไหวไปตามการเปลี่ยนแปลงของโลกธรรม และการปรุงแต่งความคิดไปในทางลบ มีสมาธิในการเผชิญความเจ็บป่วยและความตาย^{๖๐}

๒.๒.๓.๓ แนวคิดการช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิถีพุทธ

เมื่อเกิดความเจ็บป่วยขึ้นกับบุคคลใดก็ตาม นอกจากมีผลกระทบต่อร่างกายแล้ว ยังมีผลกระทบต่อด้านจิตใจเป็นอย่างมาก ซึ่งทำให้บุคคลดังกล่าวเกิดความทุกข์ทรมานได้มาก ยิ่งเป็นความเจ็บป่วยในระยะสุดท้ายของชีวิต ผลกระทบด้านจิตใจยิ่งเพิ่มพูนขึ้นอย่างมาก การดูแลในด้านจิตใจก็ยิ่งมีความสำคัญมากขึ้น พระไพศาล วิสาโล^{๖๑} ได้เสนอแนวทางในการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิถีแบบพุทธ ดังนี้

๑. ให้ความรักและความเห็นอกเห็นใจ

ผู้ป่วยระยะสุดท้ายไม่เพียงถูกความเจ็บปวดทางกายรุมเร้าเท่านั้น หากยังถูกรบกวนด้วยความกลัว เช่น ความกลัวตาย กลัวถูกทอดทิ้ง กลัวความเจ็บปวด ซึ่งความรักและกำลังใจจากลูกหลานญาติมิตรเป็นสิ่งสำคัญ เพราะสามารถช่วยลดทอนความกลัวและช่วยให้ผู้ป่วยเกิดความมั่นคงในจิตใจ ความอดทนอดกลั้น เห็นอกเห็นใจ อ่อนโยน และให้อภัย ต่ออารมณ์หงุดหงิด กราดเกรี้ยวของผู้ป่วย เป็นการแสดงออกของความรัก แม้ไม่รู้ว่าจะพูดให้กำลังใจผู้ป่วยอย่างไร เพียงแค่การใช้มือสัมผัสผู้ป่วยด้วยความอ่อนโยน ก็ช่วยให้เขารับรู้ความรักจากเราได้

๒. ช่วยให้ผู้ป่วยยอมรับความตายที่จะมาถึง

การรู้ว่าวาระสุดท้ายของตนใกล้จะมาถึงย่อมช่วยให้ผู้ป่วยมีเวลาเตรียมตัวเตรียมใจในขณะที่ยังซบเซาหรืออ่อนแออยู่ แต่มีผู้ป่วยจำนวนมากที่ไม่คาดคิดมาก่อนว่าตนเป็นโรคร้ายที่รักษาไม่หายและอาการได้ลุกลามมาถึงระยะสุดท้ายแล้ว การปล่อยให้เวลาให้ล่วงเลยไปโดยปกปิดความจริงไม่ให้ผู้ป่วยรับรู้ย่อมทำให้เขามีเวลาเตรียมตัวได้น้อยลง อย่างไรก็ตามการเปิดเผยความจริงซึ่งเป็นข่าวร้ายโดยไม่ได้เตรียมใจเขาไว้ก่อน ก็อาจทำให้เขามีอาการทรุดหนักลงกว่าเดิม โดยทั่วไปแล้วแพทย์จะมีบทบาทสำคัญในเรื่องนี้ โดยเฉพาะหลังจากที่ได้สร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดหรือ

^{๖๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *สุขภาพของครอบครัวแนวพุทธ*, (นนทบุรี : กรมการแพทย์แผนไทย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๒๘.

^{๖๑} พระไพศาล วิสาโล, *เหนือความตาย*, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ปรินทร์โอโซน จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๙-๓๙.

ได้รับความไว้วางใจจากผู้ป่วยแล้ว แต่แม้กระนั้นการทำให้ผู้ป่วยยอมรับความตายที่กำลังจะเกิดขึ้นมักเป็นกระบวนการที่ใช้เวลานาน

๓. ช่วยให้อึดใจจดจ่อกับสิ่งดีงาม

การระลึกถึงและมีศรัทธามั่นในพระรัตนตรัย คือพระพุทธรูป พระธรรม และพระสงฆ์ การตั้งตนอยู่ในศีลและระลึกถึงศีลที่ได้บำเพ็ญมา พระรัตนตรายนั่นกล่าวอีกนัยหนึ่งคือสิ่งดีงามหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ผู้ป่วยนับถือ ส่วนศีลนั้นก็คือความดีงามที่ตนได้กระทำมา เราสามารถน้อมนำให้ผู้ป่วยนึกถึงสิ่งดีงามได้หลายวิธี เช่น นำเอาพระพุทธรูปหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ตลอดจนจนภาพครูบาอาจารย์ที่ผู้ป่วยเคารพนับถือมาติดตั้งไว้ในห้องเพื่อเป็นเครื่องระลึกนึกถึง หรือชักชวนให้ผู้ป่วยทำวัตรสวดมนต์ร่วมกัน นอกจากการอ่านหนังสือธรรมะให้ฟังแล้ว การเปิดเทปทสวดมนต์ เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยน้อมจิตของผู้ป่วยให้บังเกิดความสงบและความสว่าง การนิมนต์พระมาเยี่ยมและแนะนำยังเป็นพระที่ผู้ป่วยเคารพนับถือ จะช่วยให้กำลังใจแก่เขาได้มาก ความภูมิใจในความดีที่ตนกระทำและมั่นใจในอนิสงส์แห่งความดีดังกล่าวเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ป่วย ในยามที่ตระหนักชัดว่าทรัพย์สินเงินทองต่างๆ ที่สะสมมานั้น ตนไม่สามารถจะเอาไปได้ มีแต่บุญกุศลเท่านั้นที่จะพึ่งพาได้ในภพหน้า

๔. ช่วยปลดปล่อยสิ่งค้างคาใจ

เมื่อผู้ป่วยรู้ว่าวาระสุดท้ายของชีวิตใกล้มาแล้ว สิ่งหนึ่งที่ทำให้ความทุกข์ใจแก่จิตใจ ก็คือความรู้สึกค้างคาใจในบางสิ่งบางอย่าง เช่น ภารกิจการงาน ทรัพย์สิน ความโกรธแค้น ความน้อยเนื้อต่ำใจ ความรู้สึกผิด ความห่วงกังวลหรือความรู้สึกไม่ดีที่ค้างคาใจ เป็นสิ่งที่สมควรได้รับการปลดปล่อยอย่างเร่งด่วน ลูกหลานญาติมิตร ควรใส่ใจและจับใจกับเรื่องดังกล่าว ผู้ที่อยู่รอบข้างควรมีความละเอียดอ่อน สอบถามด้วยความใส่ใจและมีเมตตา

๕. ช่วยให้ผู้ป่วยปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ

ผู้ดูแลผู้ป่วย ควรช่วยให้เขาปล่อยวางให้มากที่สุด เช่น ให้ความมั่นใจว่าลูกหลานสามารถดูแลตนเองได้ หรือเตือนสติว่าทรัพย์สินมรดกนั้นเป็นของเราเพียงชั่วคราว เมื่อถึงเวลาก็ต้องให้ผู้อื่นดูแลต่อไป ในบรรดาความยึดติดทั้งหลาย ไม่มีอะไรลึกซึ้งแน่นหนากว่าความยึดติดในตัวตน ความตายของบางคน หมายถึงความดับสูญของตัวตน ซึ่งเป็นสิ่งที่เขาทนไม่ได้และทำใจยอมรับได้ยาก ควรค่อย ๆ แนะนำให้ผู้ป่วยปล่อยวางในความยึดถือตัวตน เริ่มจากความปล่อยวางในร่างกาย ว่าเราไม่สามารถบังคับร่างกายให้เป็นไปตามปรารถนาได้ สักวันหนึ่งอวัยวะต่าง ๆ ก็ต้องเสื่อมทรุดไป ต่อไปคือการช่วยแนะนำให้ผู้ป่วยปล่อยวางความรู้สึก ไม่ยึดเอาความรู้สึกใด ๆ

มาเป็นของตน วิธีนี้จะช่วยลดทอนความทุกข์ ความเจ็บปวดได้มาก เพราะความทุกข์มักเกิดขึ้น เพราะไปยึดเอาความเจ็บปวดนั้นเป็นของตน

๖. สร้างบรรยากาศแห่งความสงบ

ความสงบใจและการปล่อยวางสิ่งค้างคายึดติดในใจผู้ป่วยนั้น จะเกิดขึ้นได้ต่อเนื่อง จำต้องมีบรรยากาศรอบตัวเอื้ออำนวยด้วย เราสามารถช่วยผู้ป่วยได้ โดยการสร้างบรรยากาศแห่งความสงบ งดเว้นการพูดคุยที่รบกวนผู้ป่วย งดการถกเถียงกันในหมู่ญาติพี่น้อง หรือร้องไห้ ร้องไห้ ซึ่งมีแต่จะเพิ่มความวิตกกังวลและความขุ่นเคืองใจแก่ผู้ป่วย เพียงแค่คนรอบข้างพยายามรักษาจิตใจตนเองให้ดี ไม่เศร้าหมองหดหู่ ก็สามารถช่วยผู้ป่วยได้มาก เนื่องจากจิตใจคนเรานั้น ละเอียดอ่อน สามารถรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้ แม้จะไม่พูดออกมาก็ตาม

๗. กล่าวคำอำลา

ขณะที่ผู้ป่วยกำลังจากไป และสัญญาณชีพอ่อนลงเป็นลำดับ หากลูกหลานญาติมิตรปรารถนาจะกล่าวคำอำลา ขอให้ตั้งใจ ระวังความเศร้าโศก จากนั้นกระซิบบอกที่ข้างหู พูดถึงความรู้สึกดี ๆ ที่มีต่อเขา ชื่นชมและขอบคุณในคุณงามความดีที่เขาได้กระทำ พร้อมทั้งขอขมาในสิ่งใด ๆ ที่เคยล่วงเกิน จากนั้นก็น้อมนำจิตผู้ป่วยให้เป็นกุศลมากขึ้น โดยแนะนำให้เขาปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ ที่ทั้งหลายลงเสีย อย่าได้มีความห่วงกังวลใด ๆ และให้นึกถึงพระรัตนตรัย หรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์อื่น ๆ ที่ผู้ป่วยนับถือจากนั้นก็กล่าวคำอำลา

โดยทั่วไปแพทย์พยาบาลและญาติผู้ป่วยมักจะคิดถึงแต่การช่วยเหลือทางกาย โดยลืมคิดถึงการช่วยเหลือทางจิตใจ จึงมักสนับสนุนให้ใช้เทคโนโลยีทางการแพทย์ทุกอย่างเท่าที่มีเพื่อช่วยต่อลมหายใจผู้ป่วย ทั้ง ๆ ที่ในภาวะใกล้ตาย สิ่งที่ผู้ป่วยต้องการมากที่สุดคือการช่วยเหลือทางจิตใจ ดังนั้นหากผู้ป่วยมีอาการหนักมากจนหมดหวังจะรักษาชีวิตไว้ได้แล้ว ญาติผู้ป่วยควรคำนึงถึงคุณภาพหรือสภาวะทางจิตมากกว่า หมายความว่าควรปล่อยให้ผู้ป่วยจากไปอย่างสงบท่ามกลางลูกหลานญาติมิตร ที่ร่วมกันสร้างบรรยากาศอันเป็นกุศลสำหรับผู้ป่วยเพื่อไปสู่สุคติ

๒.๓ การเรียนรู้หลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

การเรียนรู้หลักไตรสิกขาซึ่งทำได้ด้วยการอบรมตนเองให้ประพฤติมั่นคงอยู่ในศีล บริสุทธฺิ ฝึกจิตให้มีสัมมาสมาธิ ด้วยศีลที่บริสุทธฺิและสมาธิที่ตั้งมั่นจะบ่มเพาะให้การภาวนาเจริญขึ้นจนกระทั่งเกิดปัญญาที่มีความเห็นถูกต้องตรงตามความเป็นจริง

การมีชีวิตที่เป็นมนุษย์มีความหมาย และคุณค่าอย่างมหาศาลเพราะสามารถทำกุศลสร้างบุญให้ตนเองรวมทั้งทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้แก่สรรพสัตว์ มนุษย์มีจิตที่พัฒนาให้เกิดสมาธิและปัญญาได้ แต่กว่าจะได้เกิดเป็นมนุษย์นั้นแสนยากนัก ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสพระคาถานี้แก่พญานาคชื่อเอรภัตต์ ว่า

การได้เกิดมาเป็นมนุษย์ก็นับว่ายาก
การดำรงชีวิตอยู่ของเหล่าสัตว์ก็นับว่ายาก
การที่จะได้ฟังสัทธรรมก็นับว่ายาก
การที่พระพุทธรเจ้าทั้งหลายจะเสด็จอุบัติขึ้นก็ยิ่งยาก ^{๖๒}

เมื่อบุคคลทั้งหลายตระหนักในความจริงอย่างนี้ว่า การได้ชีวิตที่เกิดมาเป็นมนุษย์นั้นแสนยากแล้ว พระผู้มีพระภาคทรงชี้แจงให้เห็นถึงความยากอย่างยิ่งนั้นด้วยการที่พระพุทธรองค์ทรงเปรียบว่า “ประดุจในมหาสมุทรซึ่งมีคลื่นลมแรง มีเต่าตาบอดอยู่ตัวหนึ่ง ผ่านไป ๑๐๐ ปีมันจะโผล่ขึ้นมาครั้งหนึ่ง มีบุรุษคนหนึ่งโยนแหที่มีรูเดียวลงไปในมหาสมุทร คลื่นลมในมหาสมุทรพัดเอกลูกเต่าตัวหนึ่งไปทุกทิศ โอกาสที่เต่าตาบอดตัวนั้นจะสามารถเอาหัวของมันโผล่เข้าไปให้ตรงรูเดียวของแหนั้นยากเพียงใด การที่คนพาลประพฤติกกรรมชั่วไว้ก็ต้องไปเกิดชาติในอบายภูมิ และจะหาโอกาสกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกได้ยากเพียงนั้น” ^{๖๓}

การที่จะเข้าใจเรื่องชีวิตและปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความดับทุกข์ จำเป็นอย่างยิ่งต้องมีเครื่องมือหรือหลักปฏิบัติสำหรับดับทุกข์ คือหลักไตรสิกขา ซึ่งเป็นการศึกษาเรื่อง ศีล สมาธิ และปัญญา อันเป็นจริยธรรมของชาวพุทธที่ต้องมีการฝึกอบรมตนเอง ให้มีพฤติกรรมทางกายและวาจาที่เรียบร้อย ไม่เบียดเบียนชีวิตตนเองและชีวิตผู้อื่น เข้ากับผู้อื่นในสังคมได้ดี หลักไตรสิกขาประกอบด้วย ศีลสิกขา จิตตสิกขาและปัญญาสิกขา ดังนี้

๒.๓.๑ ศีลสิกขา เป็นการศึกษาขั้นต้นที่สุดเพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตตนเองให้เรียบร้อยและสัมพันธ์กับชีวิตของผู้อื่น ๆ ในสังคม รวมไปถึงสัตว์ต่าง ๆ ได้อย่างปกติสุข สำหรับคนธรรมดาควรศึกษาและประพฤติศีลซึ่งเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต ๕ ข้อ ด้วยการเริ่มสมาทานศีลคือขอรับเอาศีลมาปฏิบัติโดยกล่าวปฏิญาณว่า “ข้าพเจ้ามีเจตนา ^{๖๔}งดเว้น” ดังนี้

^{๖๒} พุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๘๒/๙๐

^{๖๓} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๕๒/๒๙๗-๒๙๘; ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๑๑๗/๖๓๐.

^{๖๔} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๙/๖๐.

ศีลข้อแรก คือ การตั้งใจมั่นหรือเจตนาว่าไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ไม่ทำร้ายสรรพสัตว์ใด ๆ ให้บาดเจ็บหรือให้เขาได้รับทุกข์ทรมานหรือเจ็บปวดจนกระทั่งถึงตาย ควรอยู่ร่วมกันอย่างเอื้อเฟื้อ แบ่งปัน มีใจที่ประกอบด้วยความเมตตาและกรุณา

ศีลข้อสอง คือ การตั้งใจมั่นว่าไม่ถือเอาสิ่งของ ของผู้อื่นมาเป็นของตน ไม่ลัก ไม่ขโมย ไม่ปล้น ไม่แย่งชิงทรัพย์สินของผู้อื่น อันเป็นผลให้เขาเดือดร้อนเป็นทุกข์

ศีลข้อสาม คือ การตั้งใจมั่นว่าไม่ประพฤติผิดทางกาม ไม่นอกใจคู่ครองของตน อันเป็นการข่มเหงจิตใจของคู่ครองและผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง

ศีลข้อสี่ คือ การตั้งใจอย่างมั่นคงว่าไม่พูดปด โกหกหลอกลวงผู้อื่นหรือทำให้เขาเข้าใจผิด

ศีลข้อห้า คือ การตั้งใจมั่นว่าไม่ทำให้ตนเองขาดสติสัมปชัญญะด้วยการดื่มสุรายาโดงของมีนเมา อันเป็นพิษต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ

จะเห็นได้ว่า การตั้งใจหรือมีเจตนางดเว้นในสิ่งที่เป็นอกุศลหรือบาปก็คือวีรติเจตสิกซึ่งเป็นเจตสิกแสดงความงดเว้น ๓ ประการ โดยปรากฏอยู่ในศีล ๕ เจตสิกทั้ง ๓ นี้ จะมีหน้าที่ ๑) ปรงแต่งจิตให้พุดดี คือมีสัมมาวาจา ๒) ปรงแต่งจิตให้ทำดี คือมีสัมมากัมมันตะ และ ๓) ปรงแต่งจิตให้มีอาชีพดี คือมีสัมมาอาชีพะ มีการเลี้ยงชีพชอบ และดำรงชีวิตถูกต้องทั้งทางโลกและทางธรรม ดังนั้นการปฏิบัติตามองค์ของมรรค ๓ ข้อนี้ คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีพะจึงมีแก่นสาระเดียวกันกับศีลทั้ง ๕ นั่นก็คือการมีมโนสุจริตฝึกความประพฤติให้สุจริตทั้งกายและวาจา และดำรงชีพด้วยการดำเนินชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะ คือการดำรงชีวิตตนให้ดี ไม่เบียดเบียนสรรพสัตว์ใด ๆ ปฏิบัติหน้าที่และมีความรับผิดชอบต่อตนเอง ต่อสังคมอย่างถูกต้อง มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีงามเกื้อกูลเป็นประโยชน์ ช่วยรักษาและส่งเสริมสภาพแวดล้อมเอื้ออำนวยให้ทุกคนสามารถดำเนินชีวิตที่ดีงามหรือปฏิบัติตามทางที่ประเสริฐนี้ได้ด้วยดี^๕ อานิสงส์ของการรักษาศีลมี ๓ ประการ^๖ เป็นภาษาลีว่า

๑. สีเลน สุขตี ยนติ หมายถึง บุคคลจะไปสุคติโลกสวรรค์ได้ก็เพราะศีล คือ ด้วยอำนาจของศีล เมื่อบุคคลผู้รักษาลิ้นชีวิตไปแล้ว จะได้เสวยทิพยสมบัติในสวรรค์ชั้นใดชั้นหนึ่ง

^๕ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๙๑๔- ๙๑๕.

^๖ พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์ ผศ.(สมาน กุลยาณธมฺโม/พรหมอยู่),ตายอย่างไรไปสวรรค์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๒๓๕.

๒. สีเลน โภคสมุปปา บุคคลจะได้โภคทรัพย์สมบัติก็เพราะศีล หมายถึง มนุษย์สมบัติ คือ สมบัติที่พึงได้ในชาตินี้หรือเมื่อสิ้นชีพไปแล้ว กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกก็จะได้สมบัติต่างๆ มี รูปสมบัติ บริวารสมบัติ ทรัพย์สมบัติ และเกียรติยศชื่อเสียง เป็นต้น

๓. สีเลน นิพพุตี ยนุติ บุคคลจะเข้าถึงพระนิพพานได้ก็เพราะศีล หมายถึง นิพพานสมบัติ อันได้ชื่อว่าเป็นโลกุตระสมบัติชั้นสูงสุด ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดคลุกเคล้าด้วยความทุกข์ ความสุขในวัฏสงสารอีก

อานิสงส์ของการรักษาศีลดังกล่าวมานี้ หมายความว่า ทุกคนที่สมาทานศีล รักษาศีล มามากบ้างน้อยบ้าง บริสุทธิ์ไม่บริสุทธิ์บ้าง จะได้รับอานิสงส์ตามที่กล่าวมาทุกประการและทุกท่าน สุดแต่จะได้มากหรือน้อย หรือไม่ได้เลย ก็ขึ้นอยู่กับความศรัทธา ความตั้งใจและการนำไปปฏิบัติ และเป็นที่ยอมรับได้ว่า ศีลที่รักษาบริสุทธิ์ดีแล้วจะเป็นพื้นฐานให้กระทำความดีในระดับสูงขึ้นไป เช่น การบำเพ็ญสมาธิและการเจริญวิปัสสนา เป็นต้น ส่วนคนที่ไม่มีความดี หรือมีความดีแต่ไม่บริสุทธิ์ เมื่อ ทำสมาธิ จิตจะฟุ้งซ่าน ไม่สงบ สมาธิจะไม่เกิดหรือเกิดยาก ผู้ที่มีศีลบริสุทธิ์หมดจดเท่านั้น จึงจะสามารถทำจิตให้มีสมาธิได้ง่าย และสมาธิก็จะเป็นฐานในการเจริญวิปัสสนา ให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงอีกชั้นหนึ่ง จึงชื่อว่าศีลเป็นเหตุให้ได้สวรรค์สมบัติ โภคสมบัติ และนิพพานสมบัติ^{๖๗}

๒.๓.๒ จิตตสิกขา คือการฝึกให้จิตมีคุณภาพและสมรรถภาพ พัฒนาจิตให้ใสสะอาด ปราศจากกิเลส เป็นการรวมเอาองค์มรรคอีก ๓ ข้อเข้ามาปฏิบัติร่วมกัน คือ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ โดยสาระแล้วคือ การฝึกให้มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ สามารถควบคุมตนได้ดี มีสมาธิ มีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบ ผ่องใส เป็นสุข บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งรบกวน หรือทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพเหมาะแก่การใช้งานมากที่สุด^{๖๘} ดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสแก่ เวยัญชพรหมณเฑาะฐว่าสมาธิคือ การมีสติตั้งมั่น ไม่หลงลืม มีกายสงบ ไม่กระสับกระส่าย มีจิตแน่วแน่ มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น (เจตโต เอกโกทิกาว) และมีความผ่องใสภายใน^{๖๙} และได้ทรงแสดงอานาปานสติสมาธิกาถา ดังนี้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติ คือสมาธิที่เจริญแล้วทำให้มากแล้ว

^{๖๗} พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์ ผศ.(สมาน กลฺยาณธมฺโม/พรหมอยู่),ตายอย่างไรไปสวรรค์,

หน้า ๒๓๖.

^{๖๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต).พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), หน้า ๙๑๕.

^{๖๙} วิ.มหา. (ไทย) ๑/๑๑/๕.

ย่อมเป็นสภาพสงบ ประณีต สดชื่น เป็นธรรมชาติอยู่เป็นสุข
 และทำอกุศลกรรมชั่วร้ายที่เกิดขึ้นแล้ว ให้อันตรายกันไปสงบไปโดยเร็ว
 เปรียบเหมือนฝุ่นละอองที่ฟุ้งขึ้นทำยถุร่อน
 ฝนใหญ่ นอกฤดูกาลทำให้อันตรายกันไปสงบไปโดยเร็ว
 ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างก็ดี
 นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า มีสติหายใจออก มีสติหายใจเข้า^{๗๐}

เมื่อพระผู้มีพระภาคทรงอธิบายวิธีการทำสมาธิให้ภิกษุทั้งหลายได้เข้าใจแล้ว ก็ทรง
 แนะนำที่อันเป็นสัปปายะ สงบ สบาย เหมาะแก่การบำเพ็ญฌาน สมาธิ คือให้ไปอยู่ในป่า อยู่ตาม
 โคนไม้ใหญ่ที่พอมีร่มเงาบังแดด บังฝนได้หรือไปหาเรือนที่ว่างเปล่าอยู่ก็ได้แล้วก็นั่งขัดสมาธิ ตั้ง
 กายให้ตรง ดำรงสติไว้ให้มั่นคง หายใจเข้าสั้นหรือยาว ก็มีสติระลึกรู้ หายใจออกสั้นหรือยาว ก็มีสติ
 ระลึกรู้

การฝึกสมาธิที่ถูกต้องในทางพระพุทธศาสนา ต้องฝึกสมาธิโดยมีสติกำกับอย่าง
 สม่าเสมอ เพราะสติเป็นหลักธรรมสำคัญเป็นธรรมอันเอกที่จะประคองและทำให้สมาธิพัฒนาไป
 ในทางที่ถูกต้องเหมาะสม อีกอย่างหนึ่ง สติเป็นเหมือนศูนย์กลางที่ทำงานร่วมกับธรรมข้ออื่น

การกำหนดลมจะต้องเอาสภาวะที่มันเป็นอยู่ หายใจเข้ายาว หายใจออกสั้นเท่าไร อัน
 นั้นไม่สำคัญ แต่สำคัญที่ว่ามันสบายอย่างไร หายใจแรงหรือเบา ยาวหรือสั้น จะต้องทดลองหายใจ
 ดู ถูกจริตที่ตรงไหน สบายอย่างไร ลมไม่ขัดข้อง จะกำหนดตามลมก็สบายสะดวก

การภาวนา “พุทโธ” เป็นการกำหนดลมหายใจ เวลาหายใจเข้าก็กำหนด “พุท” เวลา
 หายใจออกก็กำหนด “โธ” หรือไม่กำกับอยู่กับลมหายใจก็ว่าไปเรื่อย ๆ นึกในใจไป “พุท-โธ” เมื่อจิต
 ผูกจมอยู่กับคำว่าพุทโธ ก็ไม่ฟุ้งซ่านและไม่มีการปรุงแต่ง จิตก็อยู่เป็นหลัก มีความสงบมั่นคงแนว
 แน่ ก็ไม่เป็นจิตเศร้าหมอง แต่จะมีความเบิกบาน มีความผ่อนคลาย ก็จะมีความสุข ซึ่งคำว่า “พุทโธ” นี้
 เป็นคำที่ดั่งาม เป็นพระนามหรือชื่อของพระพุทธเจ้า แปลว่า รู้ ตื่น เบิกบาน พระพุทธเจ้านั้นทรงรู้
 ความจริงของสิ่งทั้งหลาย รู้สังขาร รู้โลกและชีวิตนี้ตามความเป็นจริง มีปัญญาแก้ทุกขให้คน
 ทั้งหมด เมื่อตื่นขึ้นแล้วไม่มีความหลงมัวเมา มีแต่ความเบิกบาน จิตใจปลอดโปร่งมีความสุข^{๗๑}

๒.๓.๓ ปัญญาสิกขา คือการฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความ
 เป็นจริงที่เป็นไปตามกฎธรรมดา มีความเกิดขึ้นแล้วเสื่อมสิ้นไปตามเหตุปัจจัยของสิ่งนั้น และ

^{๗๐} วิ.มहा. (ไทย) ๑/๑๖๕/๑๓๖ – ๑๓๗.

^{๗๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์, พิมพ์ครั้งที่ ๒,
 (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๐.

ยอมรับความเป็นจริงทุกด้าน ไม่หลงไปตามรูปลักษณ์ภายนอกของสิ่งต่างๆ เพราะรู้ชัดแล้วว่าสิ่งทั้งปวงมีสามัญลักษณ์ที่เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยจิตที่มีท่าที่เป็นกลางและมีสติ มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ จนถึงความหลุดพ้น เป็นการรวมเอามรรค ๒ ข้อเข้ามาปฏิบัติ คือสัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ ซึ่งมีหลักการพัฒนาปัญญาเรียกว่าปัญญาวุฒิจรรม คือธรรมที่เป็นไปเพื่อความเจริญแห่งปัญญา

ดังนั้น จึงเห็นได้ว่า การฝึกอบรมตนเองด้วยหลักไตรสิกขา คือเรามีเจตนาฝึกให้กายและวาจาสุจริตเรียกว่ามีศีลที่บริสุทธิ์ เมื่อศีลบริสุทธิ์ จิตก็สะอาด ผ่องใส และเมื่อหมั่นฝึกจิตให้สงบ จิตก็เป็นสัมมาสมาธิ เหมาะแก่การปฏิบัติงานเช่นใช้พิจารณาธรรม จากจิตอันประกอบด้วยสตินี้เองจะสามารถรู้เห็นการปรุงแต่งของสังขาร และเกิดปัญญา มีสัมมาทิฐิ มีความเห็นตรง เมื่อเพียรฝึกอบรมตนเองด้วยการเรียนรู้ธรรมตามความเป็นจริงและฝึกอบรมจิตให้เข้าถึงความดับไม่เหลือของทุกข์ ก็สามารถนับว่าเป็นผู้มีชีวิตที่มีคุณค่า เพราะได้เกิดปัญญาที่มีความเข้าใจอย่างถ่องแท้แล้วรู้ชัดทุกข์ (สภาวะที่ทนได้ยาก) ทุกขสมุทัย (เหตุเกิดทุกข์) ทุกขนิโรธ (ความดับทุกข์) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์)^{๗๒} และรู้ชัดว่า “นี่คือทุกข์ นี่คือเหตุให้เกิดทุกข์ นี่คือความดับทุกข์ และนี่คือทางสายตรงให้บรรลุอมตธรรม”^{๗๓} ด้วยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นเครื่องมือดับทุกข์ในอริยสัจ ๔ และมรรคมีองค์ ๘ ตามที่กล่าวมาแล้วนั้นก็คือข้อธรรมที่จัดรวมอยู่ใน ศีล สมาธิ และปัญญา

สรุปการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ตั้งแต่เดี๋ยวนี้จะก่อประโยชน์ให้ผู้เตรียมพร้อมอย่างคุ้มค่าคือ ๑)ไม่ละเลยการทำหน้าที่และได้ทำหน้าที่ของตนอย่างสมบูรณ์ ๒) ขวนขวายทำในสิ่งที่มักผัดผ่อน เพราะรู้คุณค่าของเวลาและชีวิตที่ความตายจะมาถึงเมื่อไรก็ได้ ๓) ปลอ่ยวางความยึดมั่นถือมั่นลงได้กระทั่งจิตรู้สึกเป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง ๔) รู้จักอารมณ์โกลีตายที่เรียกว่ามรณสันนกาล ซึ่งมีอยู่ ๓ ชนิด คือ กรรม กรรมนิमित และคตินิमित ๕) ในช่วงเวลาขณะกำลังจะตายจิตมีสติสัมปชัญญะอยู่กับปัจจุบันขณะ ๖) เพราะเรามีสติสัมปชัญญะอยู่กับปัจจุบันขณะจนกระทั่งถึงลมหายใจเฮือกสุดท้ายก่อนตาย เราจะสามารถ

^{๗๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๙๑/๘๕.

^{๗๓} ชุ.วิ. (ไทย) ๒๖/๘๔๕/๙๘.

ยอมรับความตายได้ด้วยจิตที่กล้าหาญมั่นคง ประโยชน์ทั้ง ๖ ประการนี้ยอมทำให้ เราไม่ตกต่ำไปสู่อบายภูมิ เพราะจิตสุดท้ายที่จากไปดีจะมีพลังนำเราไปสู่ภพภูมิที่ดีอย่างแน่นอน^{๒๔}

๒.๔ แนวคิดและทฤษฎีการให้การปรึกษา

๒.๔.๑ ความหมายและหลักการให้การปรึกษา

ธรรมชาติของคนเราโดยทั่วไปเป็นผู้ที่มีอารมณ์มีความรู้สึกนึกคิดมีความเข้าใจมีเหตุผล มีความสามารถ และมีคุณค่าอยู่ในตัวทุกคน พร้อมทั้งจะเปลี่ยนแปลงตนเองให้เจริญเติบโตทางด้านร่างกาย และจิตใจได้อย่างสมบูรณ์เพื่อให้อยู่ร่วมกับคนในครอบครัวและคนในสังคมได้อย่างปกติสุข แต่การที่คนเรา เกิดมีความทุกข์มีปัญหาและไม่สามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้นั้น นักจิตวิทยาผู้ให้การปรึกษาที่มี ชื่อเสียงได้ให้ความเห็นว่า เกิดจากบุคคลนั้นมองตนเองไม่ตรงกับความเป็นจริง ไม่เข้าใจความรู้สึก ความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง มีความสับสน เกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ก่อให้เกิดความวิตกกังวลคับข้องใจ หรือเก็บกดอารมณ์ ความรู้สึกเหล่านี้ จะไปปิดกั้นความสามารถในการใช้เหตุผลที่มีอยู่ในตนเอง ซึ่งจะช่วยลดปัญหาทางด้านอารมณ์ และความรู้สึกที่เป็นทุกข์วิตกกังวลไปได้ ช่วยให้ผู้รับการปรึกษา ได้สำรวจปัญหา สำรวจตนเอง สำรวจความเป็นจริงต่าง ๆ ช่วยให้เกิดสติและปัญญา มองเห็นทางสว่างในการแก้ไขปัญหา และได้ใช้ความสามารถที่มีอยู่ในตนเองตัดสินใจแก้ไขปัญหาด้วยตนเองต่อไปได้

ดังนั้นการให้การปรึกษาหมายถึงการให้ความช่วยเหลือผู้ที่มีความสับสนหรือผู้ที่มีความทุกข์ทางด้านจิตใจ อารมณ์ ด้วยการพูด คุยกันอย่างมีขั้นตอนโดยผู้ให้การปรึกษาจะเป็นผู้ช่วยสร้างบรรยากาศของความสัมพันธ์ที่ดี ทำให้ผู้มีปัญหา มีความรู้สึกสบายใจว่าได้รับการยอมรับและเข้าใจจึงพร้อมที่จะเปิดเผยความรู้สึกหรือปัญหาของตน และเกิดการเรียนรู้สาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นจนสามารถตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้ด้วยตนเองอย่างเหมาะสม

การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยามีหลักการ ขั้นตอน และจุดมุ่งหมายในการพูดคุย ซึ่งผู้ให้การปรึกษาจะต้องเรียนรู้และฝึกฝนความสามารถในการติดต่อสื่อสาร เช่น การพูด การฟัง การซักถาม การสรุปและทบทวน เรื่องพูดคุยกัน การแสดง กิริยาท่าทางที่อบอุ่นเป็นมิตรมองเห็นคุณค่าและความสามารถของผู้อื่น จะช่วยให้ผู้มีปัญหาเกิดความไว้วางใจและร่วมมือกันแก้ไขปัญหโดย

^{๒๔} กาญจนา จิตต์วิวัฒน์, “การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับ วัชรยาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๓๐.

มีจุดมุ่งหมายให้เกิด

๑. การเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจปัญหา
๒. มองเห็นปัญหาและต้นเหตุของปัญหาด้วยตนเอง
๓. ได้เรียนรู้และหาต้นเหตุของปัญหาด้วยตนเองสามารถตัดสินใจหาทางเลือก ในการแก้ไขปัญหได้ด้วยตนเอง

๒.๔.๒ ลักษณะของการให้การปรึกษาที่ดี

ผู้ให้การปรึกษาอาจจะเป็นใครก็ได้ที่ยอมรับและเข้าใจความทุกข์ของผู้ป่วย และพร้อมที่จะเรียนรู้วิธีการช่วยเหลือผู้ที่มีความทุกข์ให้สามารถปรับตัวเอง ให้มีชีวิตอยู่ในครอบครัว และสังคมต่อไปได้อย่างไม่ทุกข์มากจนเกินไป ผู้ที่จะทำหน้าที่ให้การปรึกษาได้ดี ควรมีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

๑. มีความรู้ ความเข้าใจเรื่องโรคอย่างถูกต้อง
๒. มีความเข้าใจคุณค่าความต้องการและความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตของมนุษย์ เคารพในสิทธิส่วนบุคคลที่จะเลือกตัดสินใจดำเนินชีวิตของตนเอง
๓. มีใจเป็นกลาง ยอมรับสภาพตามความเป็นจริงของผู้มีปัญหา
๔. มีความเข้าใจเห็นอกเห็นใจความทุกข์ของผู้ป่วย ของบุคคล หรือสังคม ที่เกี่ยวข้อง
๕. พร้อมที่จะเรียนรู้ขั้นตอนการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา และฝึกฝนวิธีการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นจนเกิดความชำนาญเพื่อให้สามารถช่วยเหลือตนเองและผู้อื่นได้ อย่างเหมาะสม
๖. สามารถเก็บรักษาความลับของคนอื่นได้หากต้องนำเรื่องราวเหล่านี้ไปปรึกษา ผู้อื่นจะต้องปกปิดหลักฐานการเปิดเผยตัวผู้้นั้น เช่น ชื่อ - สกุล ที่อยู่
๗. มีความประพฤติที่เหมาะสมเป็นแบบอย่างที่ดีได้ ยึดหลักธรรมพรหมวิหาร ๔ ประจําจิตได้แก่
 - เมตตา คือความอยากให้เขามีความสุข
 - กรุณา คือความอยากให้เขาพ้นทุกข์
 - มุทิตา คือความยินดีเมื่อเขามีความสุข
 - อุเบกขา คือการวางเฉยเมื่อช่วยเขาได้เพียงเท่านี้
๘. พร้อมที่จะเสียสละเวลาให้แก่ผู้รับการปรึกษาอย่างเต็มที่ แม้ว่าบางครั้งอาจต้องไปเยี่ยมเยียนผู้รับการปรึกษาหรือผู้เกี่ยวข้อง ตามความต้องการของผู้รับการปรึกษา^{๗๕}

^{๗๕} sirirut. ความหมายแนวคิดทฤษฎีของการปรึกษา. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : http://www.blogspot.com/2010/01/blog-post_5146.html [๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๕].

๒.๔.๓ การให้การปรึกษาตามแนวพุทธศาสนา

๒.๔.๓.๑ กระบวนการปรึกษาแนวพุทธ

กระบวนการปรึกษาแนวพุทธ วจ.ดร. โสริช โพธิแก้ว กล่าวไว้ว่าเป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลสามารถพ้นจากสภาวะที่เป็นทุกข์ในจิตใจได้ โดยใช้กระบวนการ TIR

๑.การเชื่อมสมาน (Tuning in) การเชื่อมสมานตัวผู้ให้การปรึกษากับผู้รับการปรึกษาเปรียบเสมือนการเดินทางไปด้วยกัน และเป็นการสื่อว่าฉันยินดีเป็นเพื่อนเธอ แม้จะยังไม่เห็นโจทย์ชัดเจน แต่ก็เป็นการร่วมทางไปในที่ต่าง ๆ ไม่รู้เหมือนกัน การเชื่อมสมานจึงเป็นรากฐานของการปรึกษาทางจิตวิทยาที่ดีที่สุด ที่อยู่บนสัมพันธภาพที่ดีที่สุด คือเต็มไปด้วยความไว้วางใจ

๒.การพินิจรอยแยก (Identify Split) เป็นการชี้ชวนให้เห็นรอยแยกระหว่างความต้องการ ความคาดหวัง ความอยาก กับความจริงในใจของผู้รับการปรึกษา ซึ่งสิ่งที่เขาทุกข์เพราะความคาดหวังกับความเป็นจริงของโลกไม่สมดุลกัน ไม่เป็นในทางทิศทางเดียวกัน เราต้องค้นหาเพราะมันไม่ปรากฏให้เราเห็นอย่างชัดเจน มันถูกปกปิดไปด้วยกลไกการป้องกันตัวเต็มไปหมด ดังนั้นในแง่ของการรับรู้ของผู้ให้การปรึกษา จะต้องละเอียด ซึ่งต้องอาศัย ปัญญา ศีล สมาธิ

๓.การเข้าใจเห็นจริง (Realization) คือภาวะที่ผู้ให้การปรึกษาอาศัยกระบวนการแห่งปัญญา เมื่อผู้รับการปรึกษาเห็นปมแห่งความทุกข์นั้น ๆ แล้วจึงอาศัยความเข้าใจโลกและชีวิตอย่างลึกซึ้ง พาให้ผู้รับการปรึกษาออกจากความยึดมั่นถือมั่น (อวิชชา) มาสู่ความจริง (สัมมาทิฐิ) เพื่อให้เขามีปัญญามั่นคงขึ้น มีความเข้มแข็งแห่งสติสมาธิเพิ่มขึ้น จนพินมาอยู่กับความจริงได้อย่างอิมเอบ

การให้การปรึกษาตามแนวพุทธศาสนา^{๑๖} มีคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ถือเป็นหลักยึดในการดำเนินชีวิต คือ อริยสัจ ๔ หรือ ความจริง ๔ ประการ ๑) ทุกข์ คือ ปัญหา หรือความไม่สบายใจ ความเดือดร้อนใจของผู้รับการปรึกษาที่ทำให้เขาไม่สบายใจ และมาขอรับการปรึกษา

^{๑๖} พระมหาวิชาญ สุวิชาโน. การให้การปรึกษาตามแนววิถีพุทธ. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา :

http://www.vitheeбудdha.com/main.php?url=news_view&id...C [๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๕].

๒) สมุทัย คือ สาเหตุของปัญหาที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจ มีสาเหตุมาจากเรื่องใด ๓) นิโรธ หนทางดับทุกข์ หรือวิธีการแก้ไขปัญหา มีวิธีใดบ้าง โดยค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหาหลาย ๆ วิธี ในการค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหา ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาต้องช่วยกันในการค้นหาวิธีการแก้ไขปัญหา ๔) มรรค คือ การนำวิธีแก้ไขปัญหาที่ได้ตัดสินใจเลือกแล้วว่าสามารถนำไปปฏิบัติ หรือแก้ไขปัญหามาของตนเองได้ หากนำไปใช้แล้วยังแก้ไขปัญหามาไม่ได้ ก็ให้กลับไปเลือกวิธีการแก้ไข ปัญหาใหม่ การให้การปรึกษาแนวพุทธศาสนา จะช่วยให้ท่านสามารถให้การปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสบความสำเร็จในการแก้ไขปัญหามาของผู้รับการปรึกษา

การนำกระบวนการปรึกษาแนวพุทธมาใช้กับผู้ป่วยระยะสุดท้าย โดยมีผู้ให้การปรึกษาแนวพุทธเป็นผู้เอื้อให้ นั่น เพื่อให้ผู้ป่วยพิจารณาว่าสังขารนี้ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเรา เมื่อไม่ยึดมั่นก็ปล่อยวาง จิตก็สงบ

๒.๔.๓.๒ พุทธวิธีให้การปรึกษา

ในสมัยพุทธกาล มีหลายเหตุการณ์ที่พระพุทธองค์และพระสาวกได้ทรงมีส่วนช่วยเหลือผู้ที่กำลังป่วยและใกล้ตาย เป็นการช่วยเหลือที่มุ่งบำบัดทุกข์หรือโรคทางใจโดยตรง ดังมีบันทึกในพระไตรปิฎกดังนี้

(๑)กรณีทีฆมาวอุบาสก

คราวหนึ่งทีฆมาวอุบาสกป่วยหนัก ได้ขอให้บิดาพาเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ และกราบทูลว่าตนเองป่วยหนักเห็นจะอยู่ได้ไม่นาน พระพุทธองค์ทรงแนะนำให้ทีฆมาวอุบาสกตั้งจิตพิจารณาว่า

๑. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า
๒. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระธรรม
๓. จักมีความเลื่อมใสไม่หวั่นไหวในพระสงฆ์
๔. จักตั้งตนอยู่ในศีลที่พระอริยะสรรเสริญ

ทีฆมาวอุบาสกได้ประกอบตนอยู่ในธรรมทั้ง ๔ ประการแล้ว พระพุทธองค์ทรงแนะนำให้ทีฆมาวพิจารณาว่าสังขารทั้งปวงนั้นไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทีฆมาวได้พิจารณาเห็นตามนั้นเมื่อถึงแก่กรรม ทีฆมาวได้บรรลุเป็นพระอนาคามี^{๗๗}

^{๗๗} ส.ม.(ไทย) ๑๙/๙๙๙/๔๙๑-๔๙๓.

(๒)กรณีของพระติสสะ

เป็นอีกประการหนึ่งที่น่าสนใจ พระติสสะล้มป่วยด้วยโรคร้าย มีตุ่มขนาดใหญ่ขึ้นตามตัว ตุ่มที่แตกส่งกลิ่นเหม็น จนผ้าสบงจีวรเปื้อนด้วยเลือดและหนอง ไม่มีใครดูแล เมื่อพระพุทธองค์ทรงทราบ จึงเสด็จไปดูแลรักษาพยาบาล ผลัดเปลี่ยนสบงจีวร ตลอดจนจุนถุสรีระและอาบน้ำให้ เมื่อพระติสสะสบายตัวและรู้สึกดีขึ้น พระองค์ก็ตรัสว่า “อีกไม่นาน กายนี้จะนอนทับแผ่นดิน ปราศจากวิญญูณ เหมือนท่อนไม้ที่ถูกทิ้งแล้ว หาประโยชน์ไม่ได้” พระติสสะพิจารณาตาม เมื่อพระพุทธองค์ตรัสเสร็จ พระติสสะก็บรรลुพระอรหันต์ พร้อมกับดับขันธไปในเวลาเดียวกัน^{๗๘}

(๓)กรณีของมัญญุกุณฑลี

มีเรื่องที่น่าสนใจ เมื่อเขาอายุได้ ๑๕-๑๖ ปีถูกพยาธิชนิดหนึ่งเบียดเบียน บิดาไม่พาไปหาหมอเพื่อรักษาเพราะกลัวว่าจะเสียทรัพย์ จนเขาป่วยหนัก แต่เขามีจิตที่เลื่อมใสในพระพุทธเจ้า และพระพุทธองค์ทรงทราบด้วยพระญาณ จึงเสด็จไปยังเรือนของเขา ในขณะที่นั้นเขากำลังนอนอยู่ที่นอกชานเรือน หันหน้าเข้าข้างในเรือน ทำให้ไม่เห็นพระองค์ พระองค์ได้เปล่งพระรัศมีไปวาบหนึ่ง เขาเห็นแสงสว่างจึงนอนพลิกกลับมา เมื่อเขาเห็นพระศาสดาแล้ว เขาคิดในใจว่าเขาอาศัยบิดาซึ่งเป็นอันธพาล จึงไม่ได้เข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้า หรือถวายทาน หรือฟังธรรม เดียวนี้แม้แต่มือสองข้างของเขาก็ยกไม่ไหว กิจที่ควรทำอย่างอื่นไม่มี ดังนี้แล้วได้ทำในใจเท่านั้นให้เลื่อมใส เพราะใจเลื่อมใสในพระองค์ (เท่านั้น) จึงไปเกิดในสวรรค์^{๗๙}

(๔)กรณีของพระเจ้าสุทโธทนะ พุทธบิดา

เมื่อทรงอยู่ในภาวะใกล้ตาย ทรงเกิดทุกข์เวทนาอย่างแรงกล้าจากความเจ็บปวด พระพุทธองค์ทรงทราบข่าวว่าพระพุทธบิดาประชวรหนักมาก ได้เสด็จพร้อมด้วยพระสาวกเป็นอันมากไปทรงบำเพ็ญปิตุอุปัฏฐากธรรม ถวายการพยาบาลตามพุทธวิสัย กล่าวคือ ในขณะที่นั้นพระเจ้าสุทโธทนะได้รับการบีบคั้นจากอาการอาพาธแรงกล้าจนเกิดทุกข์เวทนายิ่งนัก มีพระอาการทุรนทุรายหมดสติ พระพุทธองค์ทรงยกพรหัตถ์ตั้งพระทัยอธิษฐานจิตบำบัดโรคาพาธ แล้วทรงลูบที่พระเศียรของพระเจ้าสุทโธทนะ อาพาธที่หนักก็ทุเลาลงด้วยพระบารมี พระอานนทียกมือลูบที่พระหัตถ์เบื้องซ้ายอาการข้างซ้ายก็ทุเลาลง พระราหุลยกมือลูบที่พระปฤษฎางค์อาการกล้าที่พระกายก็ทุเลาลง

^{๗๘} ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๔๑/๓๘.

^{๗๙} ชุ.เปต. (ไทย) ๒๖/๑๙๙-๒๐๐/๑๙๙-๒๐๐.

พระเจ้าสุทโธทนะทรงสำราญพระกายคลายความทุกข์เวทนาอันแสนสาหัส ทรงทูลลาพระศาสดา และลาพระบรมวงศานุวงศ์แล้ว พระองค์ก็เสด็จนิพพานด้วยอนุปาติเสสนิพพาน^{๕๐}

(๔) กรณีของนกุลปีตาคหบดี

ได้เล่าเรื่องถวายพระสารีบุตรว่า “กระผมเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายอภิวาทแล้วได้กราบทูลว่า ‘ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์เป็นผู้ชรา สูงอายุเป็นผู้เฒ่า มีกาย กระสับกระส่าย เจ็บป่วยประจำ ขอพระผู้มีพระภาคโปรดโอวาท โปรดสั่งสอนข้าพระองค์ด้วยพระดำรัสที่เป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่ข้าพระองค์ตลอดกาลนานเถิด’ พระผู้มีพระภาคได้ตรัสสอนกระผมดังนี้ว่า ‘คหบดี กายนี้เป็นดังฟองไข มีเปลือกหุ้มไว้ เจ็บป่วยได้ง่าย ดังนั้นเมื่อเจ็บป่วยให้ระลึกว่า ‘เมื่อเรามีกายกระสับกระส่ายอยู่ จิตจักไม่กระสับกระส่าย’ ท่านพึงสำเหนียกอย่างนี้’ เมื่อพระสารีบุตรได้ยินแล้วจึงช่วยอธิบายขยายความว่า การไม่พิจารณาเห็นรูปโดยความเป็นอัตตา ไม่พิจารณาเห็นอัตตว่ามีรูป ไม่พิจารณาเห็นรูปในอัตตา หรือไม่พิจารณาเห็นอัตตาในรูป ไม่ดำรงอยู่ด้วยความยึดมั่นว่า ‘เราเป็นรูป รูปเป็นของเรา’ เมื่อพระอริยสาวกนั้นไม่ดำรงอยู่ด้วยความยึดมั่นว่า ‘เราเป็นรูป รูปเป็นของเรา’ เมื่อรูปนั้นแปรผันเป็นอย่างอื่น ความโศกเศร้า รำไห้รำพรพรรณ ความทุกข์ใจ และความแค้นใจจะไม่เกิดขึ้นแก่พระอริยสาวกนั้น ในทำนองเดียวกัน เมื่อท่านคหบดี ไม่ยึดมั่นว่า ‘เราเป็นเวทนา เวทนา เป็นของเรา’ ‘เราเป็นสัญญา สัญญาเป็นของเรา’ ‘เราเป็นสังขาร สังขารเป็นของเรา’ ‘เราเป็นวิญญาณ วิญญาณเป็นของเรา’ เมื่อเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ นั้นแปรผันเป็นอย่างอื่น โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสจึงไม่เกิดขึ้น^{๕๑} นกุลปีตาคหบดีเข้าใจแล้วไม่คิดยึดมั่นในอัตตาตัวตนจึงมีจิตใฝ่ยินดีเบิกบาน

(๕) กรณีพระคิริमानนที

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ วิหารเชตะวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี ใกล้พระนครสาวัตถี ขณะนั้น พระคิริमानนทีอาพาธหนัก พระอนานนทีเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้ากราบทูลอาการอาพาธของพระคิริमानนที ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าได้โปรดอนุเคราะห์เสด็จเยี่ยมอาการของพระคิริमानนที พระผู้มีพระภาคให้พระอนานนทีกล่าวสัญญา ๑๐ ประการแก่คิริमानนทีภิกษุ อาการอาพาธของคิริमानนทีภิกษุก็สงบระงับโดยพลัน เพราะได้ฟังสัญญา ๑๐ ประการนั้น สัญญา ๑๐ ประการนั้นคือ อนิจจสัญญา ๑ อนัตตสัญญา ๑ อสุภสัญญา ๑ อาทีนว

^{๕๐} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส, **ปฐมสมโพธิกถา** ฉบับแปล วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ราชวรมหาวิหาร จัดพิมพ์, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๒๐๖-๒๐๗.

^{๕๑} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๑/๒-๖.

สัญญา ๑ ปทานสัญญา ๑ วิราคสัญญา ๑ นิโรธสัญญา ๑ สัพพโลเกอนภิตรตสัญญา ๑ สัพพสังขารสุอนิจจสัญญา ๑ อานาปานัสสติ ๑ ^{๖๒} พระสูตรนี้ถือเป็นประเพณีในปัจจุบันว่าต้องสวดคิริมานนทสูตรให้ผู้ป่วยฟัง นัยสำคัญของพระสูตรนี้ก็คือหลักการและวิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานนั่นเอง

พุทธวิธีให้การปรึกษา จึงเป็นวิธีที่ช่วยให้ผู้ป่วยระยะสุดท้าย ให้มีจิตใจมโหฬารในพระพุทเจ้า ในพระธรรม ในพระสงฆ์ ให้ตั้งตนอยู่ในศีล พิจารณาว่าสังขารทั้งปวงนั้นไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ให้พิจารณาว่าเมื่อกายกระสับกระส่าย จิตจักไม่กระสับกระส่าย การไม่พิจารณาเห็นรูปโดยความเป็นอัตตา ไม่พิจารณาเห็นอัตตาว่ามีรูป ไม่พิจารณาเห็นรูปในอัตตา หรือไม่พิจารณาเห็นอัตตาในรูป ให้พิจารณาสัญญา ๑๐ ประการ ซึ่งก็คือหลักการและวิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน เพราะฉะนั้นการปรึกษาแนวพุทธ จึงเป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลสามารถพ้นจากสภาวะที่เป็นทุกข์ในจิตใจได้ เกิดความเข้าใจชีวิต (ปัญญา)

๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระมหาวันชัย ธมฺมชโย (ช่วงสำโรง) ^{๖๓} ได้ศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความตาย ตามทัศนะของพุทธทาสภิกขุ ผลการศึกษาพบว่า ความตายปรากฏแก่ทุกชีวิตไม่เลือกเวลา หรือสถานที่ เมื่อเข้าใจในความตาย ก็ควรดำรงอยู่ในความไม่ประมาท แนวคิดและวิธีปฏิบัติต่อความตายของพุทธทาสภิกขุเป็นแนวคิดที่สอดคล้องกับธรรมชาติ การปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับธรรมก็คือการทำทุกสิ่งทุกอย่างให้เป็นไปตามหลักแห่งธรรมชาติ พุทธทาสภิกขุมีแนวคิดพื้นฐานที่ความประหยัด ใช้สอยสิ่งของเท่าที่จำเป็น ไม่ทำลายธรรมชาติ รักษาตัวเท่าที่จำเป็น ไม่ต้องหอบสังขารหนีความตาย

พระอธิการไพศาล กิตฺติภทฺโท ^{๖๔} ศึกษาการประยุกต์ใช้พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย พบว่า การบำบัดรักษาต้องดำเนินคู่กันไปทั้งด้านร่างกายและจิตใจ การนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วยด้านจิตใจเป็นวิถีทางที่เหตุผลทางวิทยาศาสตร์รองรับส่งผลให้

^{๖๒} อภ.ทสก.(ไทย)๒๔/๖๐/๑๒๘-๑๓๓.

^{๖๓} พระมหาวันชัย ธมฺมชโย (ช่วงสำโรง), "การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความตาย ตามทัศนะของพุทธทาสภิกขุ", *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๔-๑๑๖.

^{๖๔} พระอธิการไพศาล กิตฺติภทฺโท, "การศึกษาเชิงวิเคราะห์ เรื่อง การประยุกต์ใช้พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย", *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๕, หน้า ๓๕.

โรคทางกายหายได้ไวหรือไม่ลูกถาม พุทธศาสนาใช้หลักสังขธรรม คือ การดูแลรักษาชีวิตตาม ธรรมชาติ และหลักจริยธรรม คือ การกระทำที่ถูกต้องเป็นประโยชน์ต่อคนใช้อย่างแท้จริง

พระณัฐกิตติ อนารโท^{๕๕} ได้ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก ได้กล่าวไว้ว่าการช่วย แก้ปัญหาในเรื่องความทุกข์จากความตาย ในเบื้องต้นจะต้องทำความเข้าใจให้ถูกต้องด้วยสติและ ปัญญาตามหลักคำสอนทางพุทธศาสนา จึงจะสามารถทำให้พ้นจากความทุกข์ได้และทำให้เห็น ให้ถูกต้องว่าความตายเป็นเรื่องของทุกชีวิตจะต้องพบและได้รับเหมือนกัน วิธีปฏิบัติให้ไม่เป็นทุกข์ กับเรื่องดังกล่าว โดยให้ยึดหลักปฏิบัติมรณสติ ด้วยสติและปัญญาอย่างถูกต้องคือการมีสติระลึก ถึงความตายอันจะต้องมีมาถึงตนเป็นธรรมดา อยู่ทุกลมหายใจเข้าออก และตระหนักไว้ในหลัก ความจริงของชีวิต ว่าทุก ๆ ชีวิตล้วนมีความตายเป็นที่สุดจะหนีจากความตายไปไม่ได้

พระมหาสมศักดิ์ อติเมโธ(สงวนดี)^{๕๖} กล่าวไว้ว่าการศึกษาวิจัยเรื่องความตาย ทางด้านจิตวิทยาที่มีผลต่อการศึกษาด้านเศรษฐศาสตร์ เริ่มขึ้นในช่วงทศวรรษที่ ๗๐ ส่วนใหญ่ เป็นการศึกษาค้นคว้าความกระวนกระวายใจที่เกิดขึ้นจากความตายโดยใช้แบบสอบถาม สรุปว่าในคนที่ อายุน้อยมีระดับความกระวนกระวายใจ ที่เกิดขึ้นจากความตายสูงกว่า และต่ำลงในช่วงวัย กลางคน จนถึงวัยชรา

ลดารัตน์ สาภินันท์^{๕๗} ได้ศึกษาภาวะธรรมทัศน์ในวัยสูงอายุและการเตรียมตัว เกี่ยวกับความตายของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีลักษณะการเตรียมตัวเกี่ยวกับความ ตายทั้ง ๔ ด้าน ที่พบมากที่สุด ดังนี้ ด้านร่างกาย คือ การเลือกวิธีการจัดการศพของตน ด้านจิตใจ คือ การเห็นใจผู้อื่นที่มีอาการป่วยหนักในระยะใกล้ตาย และตระหนักว่าความตายเป็นธรรมชาติที่ หลีกเลี่ยงไม่ได้ ด้านจิตวิญญาณ คือ การปฏิบัติตามความเชื่อทางศาสนา ด้านสังคม คือ การมอบ ความรักและความห่วงใย หรือปรับความเข้าใจกับสมาชิกในครอบครัวและผู้อื่น

^{๕๕} พระณัฐกิตติ อนารโท “ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑.

^{๕๖} พระมหาสมศักดิ์ อติเมโธ, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องวิธีชณะความตายของพุทธศาสนิกชน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหา จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๖๑-๖๓..

^{๕๗} ลดารัตน์ สาภินันท์, “ภาวะธรรมทัศน์ในวัยสูงอายุและการเตรียมตัวเกี่ยวกับความตายของ ผู้สูงอายุ”, **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕), หน้า ๘๕-๘๘.

จันทิพา สุวรรณนพ^{๔๔} ได้ศึกษากระบวนการขัดเกลาการยอมรับความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท ผลการศึกษาพบว่าในสังคมไทย ซึ่งคนส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ได้มีการนำหลักธรรมต่าง ๆ ในพระพุทธรศาสนามาสอดแทรกไว้ในชีวิตประจำวัน ทั้งในการปฏิบัติธรรม และในรูปแบบของการนำพุทธวิธีให้การปรึกษา โดยกัลยาณมิตรมาให้การปรึกษา เพื่อแก้ปัญหา ทั้งในเรื่องของความทุกข์ การยอมรับความตาย การเตรียมตัวตายก่อนตาย การแทรกสอดพิธีกรรมต่าง ๆ เช่นงานศพ เพื่อให้บุคคลมองความตายเป็นเรื่องปกติ เป็นเรื่องธรรมชาติ ไม่มีใครรู้ว่าเกิดขึ้นเมื่อไรและไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้พ้น การนำรูปแบบการสร้างกระบวนการขัดเกลามาใช้เพื่อก่อให้เกิดการยอมรับความตายทั้งในขณะปกติและในขณะผู้ป่วยเผชิญกับความตายในระยะสุดท้ายด้วยการน้อมนำจิตใจให้ยึดมั่นในพระรัตนตรัย ฝึกฝน พัฒนา เจริญมรสดี เจริญสมาธิ เพื่อให้เกิดสัมมาทิฐิและปัญญา มองทุกสิ่งตามที่เป็น ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน ไม่หวาดกลัว ยอมรับความตายที่จะมาถึงอย่างสงบ และมีสติ

สรัญญา กุมพล^{๔๕} ได้ศึกษาเรื่องการดูแลสุขภาพองค์รวมในผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบมีส่วนร่วมตามแนววิถีพุทธในบริบทวัฒนธรรมอีสาน ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยระยะสุดท้ายมีปัญหาและความต้องการด้านสุขภาพองค์รวมลดลง มีความผาสุกทางจิตวิญญาณเพิ่มขึ้น ผู้ป่วยเสียชีวิตด้วยการตายที่ดี ส่วนใหญ่มีการตายอย่างสงบที่บ้าน ผู้ป่วยและผู้ดูแลมีความพึงพอใจในการทำงานแบบมีส่วนร่วมตามแนวทางพระพุทธรศาสนาและวัฒนธรรมพื้นบ้านอีสาน

กาญจนา จิตต์วัฒน์^{๔๖} ศึกษาการบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธรศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน ผลการศึกษาพบว่า คำสอนของพระพุทธรศาสนาเถรวาทนั้น ทำให้เรารู้ว่าการได้เกิดเป็นมนุษย์เป็นสิ่งประเสริฐสูงสุด เมื่อได้ศึกษาและปฏิบัติธรรมตาม ยืนยันว่าเป็นโชคดียิ่งที่สุด เพราะสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะ รู้เท่าทันการเกิดดับของรูปขันธ์และนามขันธ์

^{๔๔} จันทิพา สุวรรณนพ, “การศึกษากระบวนการขัดเกลาการยอมรับความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๖๖.

^{๔๕} สรัญญา กุมพล, “การดูแลสุขภาพองค์รวมในผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบมีส่วนร่วมตามแนววิถีพุทธในบริบทวัฒนธรรมอีสาน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธรศาสนา**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๘๖.

^{๔๖} กาญจนา จิตต์วัฒน์, “การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธรศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธรศาสนา**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๙๘-๒๐๐.

ที่เป็นไตรลักษณ์ คือทุกข์ อนิจจัง และอนัตตา การเตรียมตัวตายอย่างเข้าใจชีวิต ที่ต้องมีการเกิด แก่ เจ็บไข้ และตาย บารโหหรือสภาวะที่อยู่ระหว่างการตายกับการเกิดใหม่ การปฏิบัติธรรมใน พระพุทธศาสนาเถรวาทเน้นให้ลงมือปฏิบัติธรรมด้วยตนเอง รู้ได้ด้วยตนเอง สามารถปฏิบัติเพื่อการ เตรียมตัวตายได้อย่างแท้จริง พิธีกรรมของพระพุทธศาสนาวัชรยานมาบูรณาการ โดยเฉพาะการทำ โภวาให้ตนเองและให้ผู้อื่นก็ยิ่งถือว่าเป็นสิ่งดีซึ่งสามารถทำได้ เพราะสามารถช่วยให้ผู้ป่วยใกล้ ตายและญาติ มีกำลังใจในการเผชิญความตายได้อย่างมีสติ ไม่ตกใจกลัวจนลนลาน มีความอบอุ่น ประกอบด้วยสันติธรรมระหว่างสมาชิกในครอบครัว ทำให้ผู้ป่วยใกล้ตาย สามารถประคับประคอง จิตให้เข้าสู่กระบวนการตายแต่ละขั้นตอนได้ และจิตออกจากร่างกายไปอย่างสงบ ตลอดจนญาติที่ นื่องทั้งหลายก็ไม่เศร้าโศกเสียใจ เพราะได้เห็นว่าการตายจากไปนั้นเป็นการตายที่ดี ไปพร้อมกับ ความสงบสันติ แสดงว่าจิตของผู้ตายยอมไปสู่สุคติ

สุวรรณ์ แนวจำปา^{๙๐} ศึกษาเรื่องการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายทำยใกล้ตายเชิงพุทธบูรณา การ ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยระยะสุดท้ายบางคนมีประสบการณ์ใกล้ตายต่าง ๆ โดยมีความรู้สึก ว่ามีร่างอีกร่างหนึ่ง (กายละเอียด) ออกไปจากร่าง สงบ กายละเอียดเข้าไปสู่อุโมงค์มืดที่บ เหมือนกายละเอียดเข้าหาแสงสว่าง มองเห็นศาสดาที่ตนนับถืออยู่ในแสงสว่าง มีสิ่งกีดขวาง ระหว่างกายละเอียดกับแสงสว่างขณะกายละเอียดล่องลอยไปกับแสง รู้สึกว่าตนเองได้ท่องเที่ยว ไปในที่ต่าง ๆ รู้สึกว่าตนเองได้พบกับญาติพี่น้องหรือคนรู้จักที่ตายไปก่อนแล้ว มองเห็นความดี ความชั่วที่เคยทำไว้อย่างชัดเจน รู้สึกห้วงหาอาทรญาติมิตร จึงมีความรู้สึกดังเลวว่าจะตายหรือ กลับไปหาญาติมิตร รู้สึกว่ามีพลังผลักดันกายละเอียดเข้าสู่กายเนื้อ ผลที่เกิดจากการมี ประสบการณ์ใกล้ตายนี้ ทำให้เกิดภาพติดตาตรึงใจ ทำให้เขาไม่กลัวความตายอีกต่อไป และมีเจต คติเปลี่ยนไป กลายเป็นคนมีศรัทธาในศาสนา

^{๙๐} สุวรรณ์ แนวจำปา, “การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายใกล้ตายเชิงพุทธบูรณาการ”, **วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๒๑๗.

บทที่ ๓

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษา การดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑)ศึกษา หลักพุทธธรรมและกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนา เถรวาท ๒)เสนอรูปแบบ (Model) การพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ๓) ศึกษาผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ เพื่อให้ผู้ป่วยระยะสุดท้าย คลายทุกข์ ปลื้มใจ สว่าง ผ่องใส ผู้วิจัยเสนอขั้นตอนการดำเนินการวิจัยตามหัวข้อต่อไปนี้

๓.๑ แบบของการวิจัย

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๓.๔ การดำเนินการศึกษาและทดลอง

๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

๓.๑ แบบของการวิจัย

ในการวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษา การดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) โรงพยาบาลท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี เป็นการวิจัย กึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

กระบวนการวิจัยเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ข้อที่ ๑ อาศัยการวิจัยเชิงเอกสารเพื่อรวบรวม และวิเคราะห์ หลักพุทธธรรมและชุดกิจกรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ในคัมภีร์อรรถกถา ฎีกา และอนุฎีกา หลักการแนวคิดทฤษฎีการให้การปรึกษา เอกสารตำรา งานวิทยานิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตาย

กระบวนการวิจัยเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ข้อที่ ๒ อาศัยการวิจัยและวิเคราะห์แนวทาง สร้างชุดกิจกรรม (Model) เพื่อนำไปปฏิบัติรวมกับการให้การปรึกษาแนวพุทธ โดยใช้กระบวนการ สังเกต การสัมภาษณ์ การบันทึกพฤติกรรมของผู้ป่วย

กระบวนการวิจัยเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ข้อที่ ๓ อาศัยการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ที่มีการประเมินก่อนและหลังการทดลอง (pretest - posttest design)

จำนวน ๑๐ ราย จากนั้นทำการประเมินก่อนการทดลอง (t1) แล้วมีการจัดกระทำ (x) กับกลุ่มตัวอย่าง เป็นระยะเวลาต่อเนื่อง ๗ วัน ๆ ละ ๑ ชั่วโมง รวมระยะเวลาทั้งหมด ๗ วัน แล้วทำการประเมินหลังการทดลอง (t2) ด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินอย่างเดียวกันกับการประเมินก่อนการทดลอง แล้วนำผลการประเมินมาทำการวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานแล้ว อภิปรายผลเพื่อหาคำตอบผลของการเปรียบเทียบในการวิจัย โดยมีลักษณะดังนี้

กลุ่ม	ประเมินก่อนทดลอง	ทดลอง	ประเมินหลังการทดลอง
กลุ่มตัวอย่าง	t1	x	t2

t1 คือ ประเมินก่อนทดลอง

x คือ ทดลอง

t2 คือ ประเมินหลังการทดลอง

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

๓.๒.๑ ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

๑) ประชากร (Population) ได้แก่ ผู้ป่วยของโรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งป่วยเป็นโรคมะเร็งชนิดต่าง ๆ จำนวน ๕๑ ราย ผู้ป่วยโรคไตวายระยะสุดท้าย จำนวน ๓๔ ราย ที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) โดยที่ผู้ป่วยนับถือศาสนาพุทธ มีความศรัทธาในพระรัตนตรัย และมีการประกอบกิจกรรมตามแนววิถีพุทธ เช่น การสวดมนต์ การทำบุญ ตักบาตร การฟังธรรม เป็นต้น

๒) กลุ่มตัวอย่าง (Sample) ได้แก่ ผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโครงการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ของโรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี จำนวน ๑๐ ราย ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย ในช่วงเวลาตั้งแต่ เดือนมกราคม ๒๕๕๖ ถึง เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๕๖

๓.๒.๒ เกณฑ์ในการคัดเลือก (Inclusion Criteria)

๑. ผู้ป่วยในโครงการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ของโรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี ที่รู้สึกตัวดี สามารถปฏิบัติกิจกรรมตามแนววิถีพุทธได้

๒. สมัครใจที่จะเข้าร่วมการวิจัยและสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอด ๗ วัน

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๓.๓.๑ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย

๓.๓.๒ ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๓.๓.๒ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย

ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ โดยการทบทวน เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตาย และคำแนะนำของคณะกรรมการควบคุม วิทยานิพนธ์ จากนั้นดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แล้วปรึกษาผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ ท่าน ดัง มีรายนามดังต่อไปนี้ ๑) พระครูภัทลยาณสิทธิวัฒน์ ผศ. ๒) พระเอกภพร อภินนุโท, ผศ.ดร. ๓) รศ. ดร.เมธาวิ อุดมธรรมมานุภาพ ๔) ผศ.สวระ มุขดี ๕) อาจารย์วิชชชดา ฐิติโชติรัตนนา เพื่อตรวจสอบ ความตรงตามเนื้อหา

จากนั้นนำเครื่องมือมาปรับปรุงตามข้อเสนอแนะก่อนนำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยจำนวน ๒ ราย ในโรงพยาบาลท่ายาง ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันกับกลุ่มตัวอย่าง และประเมินผลการ ทดลองใช้เครื่องมือและปรับปรุงเครื่องมือ แล้วจึงนำเครื่องมือไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถามได้แก่ เพศ อายุ ระดับ การศึกษา อาชีพ เป็นต้น ลักษณะของคำถามเป็นแบบเลือกตอบ (checklists) และ/หรือเติมคำลงในช่องว่างที่กำหนด

ส่วนที่ ๒ แบบประเมินความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทาง สังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ด้วยข้อคำถามจำนวน ๑๒ ข้อ

ส่วนที่ ๓ แบบประเมินความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตาม แนววิถีพุทธ ด้วยข้อคำถามจำนวน ๑๕ ข้อ

ส่วนที่ ๔ แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยระยะสุดท้าย เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ ลักษณะของคำถามเป็นแบบเติมคำ ในช่วงก่อน ระหว่าง เสร็จสิ้นกิจกรรม โดยให้ผู้ป่วยอธิบาย ความรู้สึกของตนเอง ผู้สัมภาษณ์สังเกต บันทึกสีหน้า แววตา น้ำเสียง คำพูด และพฤติกรรม การ แสดงออกของผู้ป่วย

สำหรับส่วนที่ ๒ และ ๓ ลักษณะคำตอบเป็นมาตราส่วนประมาณ ๕ ระดับ คือ ใน ระดับมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยกำหนดค่าคะแนนไว้ดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าวในระดับ มากที่สุด
มาก	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าวในระดับ มาก
ปานกลาง	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าวในระดับ ปานกลาง
น้อย	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าวระดับ น้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าวในระดับ น้อยที่สุด

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจและให้คะแนนตามข้อคำถามในแบบสอบถามในแต่ละข้อดังนี้

ข้อความที่มีความหมายในทางบวก ข้อความที่มีความหมายในทางลบ

	(คะแนน)	(คะแนน)
มากที่สุด	๕	๑
มาก	๔	๒
ปานกลาง	๓	๓
น้อย	๒	๔
น้อยที่สุด	๑	๕

ข้อความที่มีความหมายในทางลบ ได้แก่ข้อ ๑, ๒, ๓, ๙ ในแบบประเมินส่วนที่ ๒

เกณฑ์การแปลความหมาย

ผู้วิจัยใช้เกณฑ์การแปลความหมายและกำหนดเกณฑ์คุณลักษณะ ในการวิจัยครั้งนี้ ดังนี้(แบบวัดความสุขของคนไทย)

คะแนนเฉลี่ย	๔.๒๑ – ๕.๐๐	หมายถึง	มีความสุขอยู่ในในระดับมากที่สุด
คะแนนเฉลี่ย	๓.๔๑ – ๔.๒๐	หมายถึง	มีความสุขอยู่ในในระดับมาก
คะแนนเฉลี่ย	๒.๖๑ – ๓.๔๐	หมายถึง	มีความสุขอยู่ในในระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	๑.๘๑ – ๒.๖๐	หมายถึง	มีความสุขอยู่ในในระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ย	๑.๐๐ – ๑.๘๐	หมายถึง	มีความสุขอยู่ในในระดับน้อยที่สุด

๓.๓.๒ ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

การวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษา การดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) โรงพยาบาลท่ามาย จังหวัดเพชรบุรี การสร้างชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธในครั้งนี้ มีแนวทางในการสร้างโดยอาศัยปัจจัยสำคัญทั้งองค์ความรู้ที่ได้ศึกษาค้นคว้า และคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญทั้งด้านศาสนา ด้านจิตวิทยา ด้านหลักสูตรการสอนและด้านการพยาบาล ผู้วิจัยได้พิจารณาความเป็นไปได้ของชุดกิจกรรมอย่างระมัดระวังต่ออุปสรรคต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นอย่างรอบคอบรัดกุม ดังนี้

๑. ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตาย จากเอกสารทั้งปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ พระไตรปิฎกทั้งภาษาบาลี และภาษาไทย และทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ คัมภีร์อรรถกถา คัมภีร์ฎีกา อนุฎีกา เอกสาร วารสาร สิ่งพิมพ์และวิทยานิพนธ์

๒. ศึกษาชุดกิจกรรมตามแนววิถีพุทธจากงานวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจิตผู้ป่วยระยะสุดท้าย

๓. กำหนดรูปแบบและองค์ประกอบของชุดกิจกรรมตามแนววิถีพุทธ พร้อมทั้งออกแบบการสร้าง

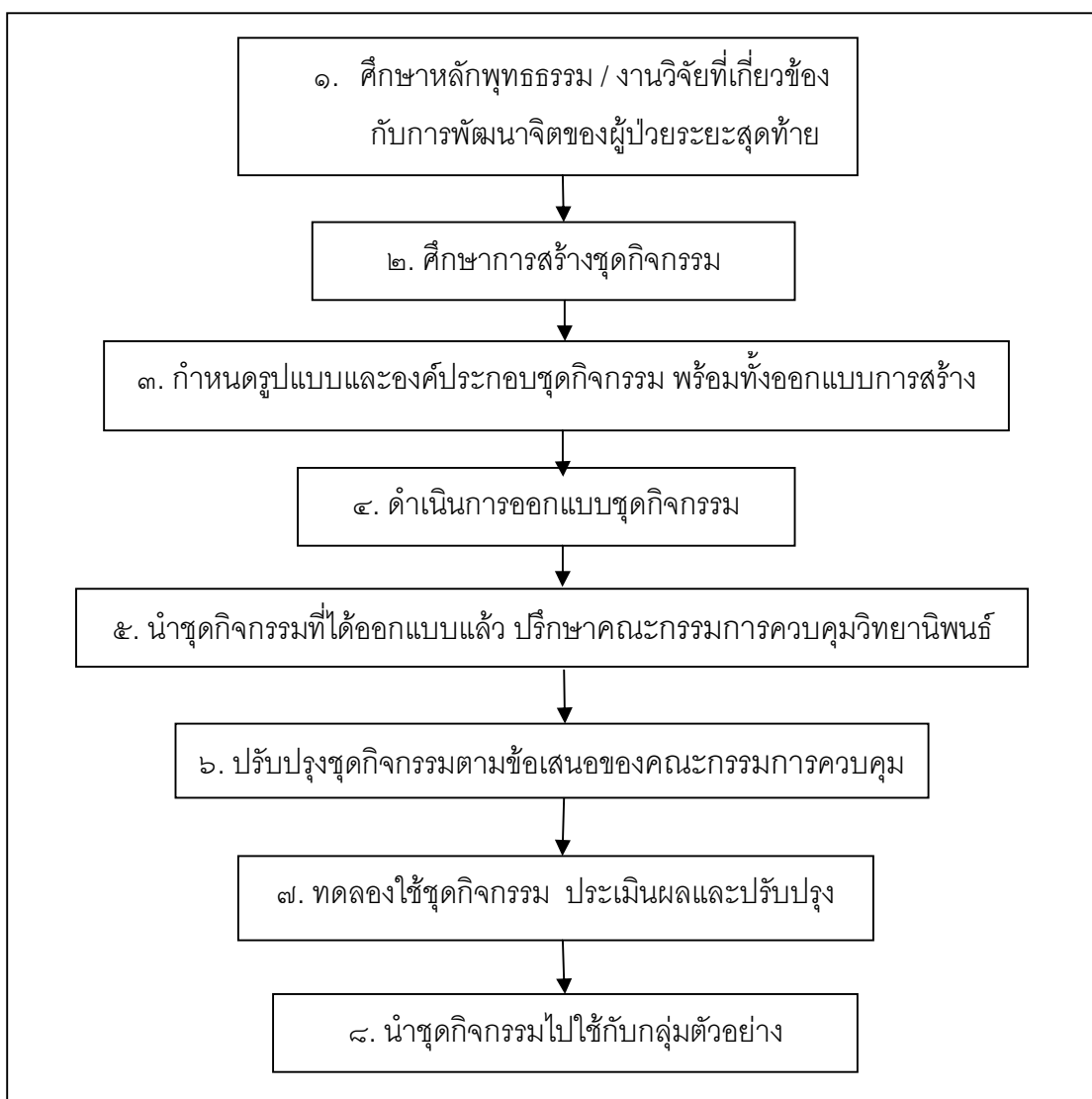
๔. ดำเนินการออกแบบชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ตามที่ได้ทบทวนเอกสารงานวิจัย

๕. นำชุดกิจกรรมที่ได้ออกแบบแล้ว ปรึกษาคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

๖. ปรับปรุงชุดกิจกรรมตามข้อเสนอขอของคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

๗. นำไปทดลองใช้กับผู้ป่วยระยะสุดท้าย ในโรงพยาบาลท่ามาย จังหวัดเพชรบุรี ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกันกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๒ ราย จากนั้นประเมินผลการทดลองใช้ชุดกิจกรรม และปรับปรุงชุดกิจกรรม

๘. การนำชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโครงการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) โรงพยาบาลท่ามาย จังหวัดเพชรบุรี ที่รู้สึกตัวดี สามารถปฏิบัติกิจกรรมตามแนววิถีพุทธได้ มีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อพัฒนาจิตผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ เป็นระยะเวลาต่อเนื่อง ๗ วัน ๆ ละ ๑ ชั่วโมง โดยผ่านการทำแบบสอบถามและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน ๑๐ ราย



แผนภูมิที่ ๓.๑ แสดงการสร้างชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ชื่อ : ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

เบื้องต้นก่อนการดำเนินกิจกรรม จะเป็นการทำความรู้จักคุ้นเคยกับผู้ป่วย ตรวจสอบความพร้อมของผู้ป่วยในการเข้าร่วมกิจกรรม ความเชื่อ ความศรัทธาเลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัย การปฏิบัติตามแนววิถีพุทธของผู้ป่วย รวมถึงทำความเข้าใจเกี่ยวกับชุดกิจกรรม การชี้แจงสาระสำคัญของชุดกิจกรรม และข้อตกลงร่วมกันในการปฏิบัติระหว่างการร่วมกิจกรรม การเริ่มกระบวนการดังกล่าวเป็นการเตรียมความพร้อมด้วยบรรยากาศที่เป็นกันเอง ช่วยให้ผู้ป่วยผ่อนคลาย ปลดปล่อยวางภาระเรื่องราวที่ติดค้างในใจ ช่วยให้ระลึกถึงคุณงามความดีที่เคยปฏิบัติ พร้อมเปิดใจเข้าสู่การเรียนรู้ โดยใช้แบบประเมินความพร้อมของผู้ป่วยในการเข้าร่วมโครงการ

การจัดชุดกิจกรรมตามขั้นตอนและเรียงลำดับกิจกรรมตามหลักไตรสิกขา โดยแบ่งเป็น ๔ รูปแบบ ดังนี้

กิจกรรมชุดที่ ๑ ศิล การจัดชุดกิจกรรมนี้ จะมุ่งเน้นให้ผู้ป่วยมีความปกติทางกายทางวาจา ทางใจ ได้แก่ การสมาทานศีล ๕

กิจกรรมชุดที่ ๒ สมาธิ การจัดชุดกิจกรรมนี้ จะเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ผู้ป่วยมีความรู้สึกผ่อนคลาย เกิดสมาธิ เกิดความสงบของจิตใจ ได้แก่ การสวดมนต์ การสวดมนต์แปล บทอธิปิไล จำนวนเท่าอายุ การสวดชัยมงคลคาถา (พาหุงฯ) การสวดพระคาถาชินบัญชร และการแผ่เมตตา

กิจกรรมชุดที่ ๓ ปัญญา การจัดชุดกิจกรรมนี้ จะเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นให้ผู้ป่วยเกิดปัญญา เห็นความเป็นอนิจจัง เป็นทุกข์ของชั้นร์๕ ลดตัวตน ปล่อยวาง ไม่ยึดติด เปิดใจยอมรับความจริงเกี่ยวกับความตาย ได้แก่ การภาวนาพุทโธ (ฝึกการเจริญพุทธานุสติ) มรณสติภาวนา (ฝึกการเจริญมรณสติ)

กิจกรรมชุดที่ ๔ การให้การปรึกษาแนวพุทธ เป็นกิจกรรมที่ช่วยผู้ป่วยระยะสุดท้าย ให้สามารถพ้นจากสภาวะที่เป็นทุกข์ในจิตใจได้ โดยใช้หลักพุทธธรรม อันเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งมีผู้วิชัยเป็นผู้ให้การปรึกษาที่จะเอื้อให้ผู้ป่วยได้พิจารณาในเรื่องที่เป็นทุกข์จนเกิดความเข้าใจชีวิต (ปัญญา) เห็นอนิจจังของสังขาร ปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่น มีความสว่าง และผ่อนคลาย พร้อมกันนี้จะเล่านิทานธรรมบท ให้ผู้ป่วยระยะสุดท้ายฟัง

	ชุดกิจกรรม เพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ
กิจกรรมชุดที่ ๑ ศิล	๑. สมาทานศีล๕ ๒. การตักบาตรพระภิกษุสงฆ์
กิจกรรมชุดที่ ๒ สมาธิ	๓. การสวดมนต์ และการแผ่เมตตา - การสวดมนต์ - บทอธิปิไล จำนวนเท่าอายุ - การสวดชัยมงคลคาถา (พาหุงฯ)

	<ul style="list-style-type: none"> - การสวดพระคาถาชินบัญชร - การแผ่เมตตา
กิจกรรมชุดที่ ๓ ปัญญา	๔. การภาวนา <ul style="list-style-type: none"> - พุทโธ (ฝึกการเจริญพุทธานุสติ) - มรณสติภาวนา (ฝึกการเจริญมรณสติ)
กิจกรรมชุดที่ ๔	๕. การให้การปรึกษาแนวพุทธ ๖. นิทานธรรมบท

ตารางที่ ๓.๒ แสดงรูปแบบของชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

กิจกรรมที่ ๑ การสมาทานศีล ๕

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้ป่วยมีความถึงพร้อมด้วยศีล ๕

สาระสำคัญ

ศีลหมายถึงสิ่งที่เป็นปกติวิสัยที่มีอยู่ประจำในทุกคนเป็นธรรมดา การมีศีล เพื่อฝึกให้กาย วาจา ของตนสะอาด ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นหรือสัตว์อื่น ๆ และฝึกใจไม่ให้คิดร้ายต่อผู้อื่น หมั่นเพียรปฏิบัติตามหลักธรรมของพระพุทธเจ้าด้วยจิตใจที่มั่นคง

อุปกรณ์ คำสมาทานศีล ๕

การจัดห้อง

ห้อง Palliative Care ซึ่งมีพระพุทธรูป แจกันดอกไม้ ธูปเทียน หรือภาพของพระพุทธเจ้า หรือพระอรหันต์ที่ผู้ป่วยเคารพบูชามาให้เป็นเครื่องระลึกถึง หรือที่บ้านของผู้ป่วย โดยผู้นำกลุ่ม และญาตินั่งบนเก้าอี้ ให้ผู้ป่วยนอน/นั่งบนเตียง รูปแบบไม่เป็นทางการ ให้เหมาะสมกับภาวะสุขภาพของผู้ป่วย เงียบไม่ถูกรบกวนจากภายนอก เชื้อต่อการใช้เสียงและการรบกวน

ระยะเวลา ๕ นาที

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้วิจัยกล่าวทักทายผู้ป่วย และญาติ
๒. ผู้นำชี้แจงวัตถุประสงค์ ความสำคัญของกิจกรรม
๓. เชิญชวนผู้ป่วยและญาติร่วมกิจกรรมสมาทานศีล ๕ พร้อมๆ กัน

๔. เมื่อสมทานศีล ๕ จบแล้ว เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยและญาติซักถามข้อสงสัย

อานิสงส์โดยย่อของศีล

คำกล่าวสรุปหลังจากที่พระท่านให้ศีลว่ามี ๓ ประการ คือ

ศีลเป็นเหตุให้ไปสู่สุคติ (สีเลนะ สุคติง ยันติ)

ศีลเป็นเหตุให้ได้โภคทรัพย์ (สีเลนะ โภคะสัมปะทา)

ศีลเป็นเหตุให้ถึงพระนิพพาน (สีเลนะ นิพพุตัง ยันติ)

กิจกรรมที่ ๒ การสวดมนต์และการแผ่เมตตา

วัตถุประสงค์

การสวดมนต์ไหว้พระ เพื่อให้ผู้ป่วยได้รู้สึกผ่อนคลาย เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้จิตมีสมาธิ ไม่ฟุ้งซ่าน และเมื่อจิตมีสมาธิ จะทำให้เกิดความสงบ

สาระสำคัญ

การสวดมนต์ไหว้พระ เป็นการเคารพบูชาพระรัตนตรัย ให้ตั้งสติพิจารณาอักษร หรือคำ หรือความหมาย หรือตั้งสติรู้ที่ ลมหายใจ สวดมนต์ควรระวังคำแปล เพื่อจะได้ปัญญา แม้ยังแปลไม่ออก ใจควรเลื่อมใส ศรัทธา น้อมนำจิตใจ สวดบูชา พระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์

อุปกรณ์ที่จำเป็น

๑. บทสวดมนต์ (พร้อมคำแปล)
๒. บทสวดอิติปิโส (พร้อมคำแปล)
๓. บทสวดชัยมงคลดคาถา (พร้อมคำแปล)
๔. บทสวดพระคาถาชินบัญชร (พร้อมคำแปล)

ระยะเวลา ๓๐ – ๕๐ นาที

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้นำกล่าวทักทาย ผู้ป่วยและญาติ
๒. ผู้นำเกริ่นนำและเชิญให้ผู้ป่วยและญาติสงบใจ ผ่อนคลาย
๓. ผู้นำชวนให้ผู้ป่วยและญาติร่วมสวดมนต์พร้อมๆ กัน
๔. เมื่อสวดมนต์จบแล้ว เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยและญาติซักถามข้อสงสัย

อานิสงส์ของการสวดมนต์

การสวด อิติปิ โส ภควา อรหัง สัมมาสัมพุทโธ วิชชาจรรณสัมปันโน สุคติโต โลกวิทู อนุตตโรบุริสธัมมสารถิ สัตถา เทวมนุสสานัง พุทโธ ภควาติ. เป็นการกล่าวถึงพระพุทธรูปคุณขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จิตจะเป็นกุศลประกอบด้วยโสภณธรรม เป็นความดีอย่างหนึ่ง การสวดอิติปิโสเท่าอายุ หรือสวดอิติปิโสเท่าอายุบวก ๑ จิตจะเข้มแข็ง ปัญญาดี หลับสบาย มีสมาธิ

พุทธชัยมงคลคาถา (พาหุงฯ) คาถาแห่งชัยชนะอันยิ่งใหญ่ของพระพุทธองค์ มงคลคาถาที่ใช้สวดเพื่อป้องกันภัยและเอาชนะอุปัทวันตราย

อย่างไรก็ดี การสวดมนต์ไม่ว่าจะบทใดคาถาใดก็ตาม สิ่งที่ผู้ปฏิบัติได้ประโยชน์แน่นอนคือ สมาธิจากจิตที่สงบนิ่ง

การแผ่เมตตา

วัตถุประสงค์ เพื่อให้จิตใจสงบ

สาระสำคัญ

การเจริญเมตตา เพื่อให้จิตของตน พ้นจากพยาบาท ถ้าต้องการจะแผ่เมตตา ให้นึกถึงคำภาวณา นึกภาวณาไป ๆ จะกี่ครั้ง ก็ตามต้องการ ยิ่งมากเท่าไร ก็จะยิ่งทำให้จิตใจสงบยิ่งขึ้น ทำให้จิตมีอานุภาพมีพลังมากขึ้น

อุปกรณ์ บทแผ่เมตตา

ระยะเวลา ๕ นาที

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้นำชี้แจงวัตถุประสงค์ ความสำคัญของกิจกรรม ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ
๒. เชิญชวนผู้ป่วยและญาติร่วมกิจกรรมแผ่เมตตา พร้อม ๆ กัน
๓. เมื่อแผ่เมตตาจบแล้ว เปิดโอกาส ให้ผู้ป่วยและญาติซักถามข้อสงสัย

กิจกรรมที่ ๓ การภาวนาพุทโธ (ฝึกการเจริญพุทธานุสติ)

วัตถุประสงค์ เพื่อให้เกิดสมาธิ เกิดปัญญา

การระลึกถึงพระพุทธเจ้า ด้วยความกตัญญูรู้พระมหากรุณาธิคุณ พระบริสุทธิคุณและพระปัญญาธิคุณ และระลึกถึงความเมตตากรุณาของครูผู้เฝ้าอบรมสั่งสอนเรา ทำให้เราสามารถเดินอยู่ในวิถีธรรมได้อย่างถูกต้องมั่นใจ และประสบผลสำเร็จจนกระทั่งมีจิตที่ตื่นรู้

สาระสำคัญ

คำว่า "พุทโธ" คือ รู้ ตื่น เบิกบาน รู้คือรอบรู้หรือปัญญา ตื่นคือเห็นแจ้งสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เบิกบานคือมีความสุขชุ่มชื่นปราศจากกิเลสทั้งปวง ซึ่งแสดงนัยถึงพระปัญญาธิคุณและพระบริสุทธิคุณของพระพุทธองค์ เราสามารถใช้คำนี้เป็นคำบริกรรมเพื่อระลึกถึงพระพุทธองค์ ซึ่งเรียกว่า "พุทธานุสติ"

การบริกรรม "พุทโธ" เป็นการน้อมใจของเราให้ระลึกถึงพระพุทธองค์ เสมือนหนึ่งพระพุทธองค์ทรงประทับอยู่เบื้องหน้า เราจะทำอะไรก็ตาม ให้เรานึกถึงและขอบารมีของพระพุทธองค์ การฝึกควบคุมจิตใจให้จดจ่อแน่วแน่อยู่กับ "พุทโธ" โดยไม่เปลี่ยนแปลงจนกว่าจะหยุดทำ จิตของเรา ก็จะรวมเป็นสมาธิ สติของเราก็จะเกิด

นั่งขัดสมาธิ ผู้บำเพ็ญสมาธิควรนั่งขัดสมาธิราบ คือ ให้ขาขวาทับขาซ้าย และมือขวาทับมือซ้าย วางมือหงายไว้บนหน้าตัก ตั้งตัวตรงมองทอดสายตาไปข้างหน้าประมาณ ๒ ศอก หรือนอนหงายแล้วหลับตา มีสติสัมปชัญญะระลึกรู้สึกตัวอยู่เสมอ กำหนดลมหายใจเข้าออก พร้อมกับระลึกถึงพระพุทธคุณเป็นหลัก

ทักษะที่จำเป็นของผู้บำเพ็ญสมาธิ มีความรู้ความเข้าใจดี เกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐาน และมีทักษะเป็นอย่างดี เรื่องภาวนา "พุทโธ"

อุปกรณ์ -

ระยะเวลา ๕ - ๑๐ นาที

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้นำเชิญชวนให้ผู้ปวดย่น้อมใจสู่ความสงบตามลมหายใจเข้าออก
๒. ขณะหายใจเข้านึกถึงพระพุทธคุณ ว่า "พุท"
๓. ขณะหายใจออกนึกถึงพระพุทธคุณ ว่า "โธ"
๔. เมื่อภาวนาจบแล้ว เปิดโอกาส ให้ผู้ปวดยและญาติซักถามข้อสงสัย และให้ปฏิบัติต่อเนื่องเมื่อมีเวลาว่าง / ขณะล้างไต / ก่อนนอน
๕. เสร็จเรียบร้อยแล้ว แผ่เมตตา

กิจกรรมที่ ๔. มรณสติภาวนา (ฝึกการเจริญมรณสติ)

วัตถุประสงค์ เพื่อให้มีประสบการณ์ในการฝึกเจริญมรณสติ และสามารถนำไปใช้เพื่อความพร้อมที่จะจากไปอย่างสงบสุข

สาระสำคัญ

การเจริญมรณสติระลึกถึงความ เป็นอนิจจังของสรรพสิ่งรวมทั้งชีวิตของเรา ซึ่งมีคุณค่ามหาศาลเพราะกว่าจะได้เกิดเป็นมนุษย์นั้นแสนยาก และเมื่อเกิดแล้ว ช่วงเวลาของการมีชีวิตอยู่ก็สั้นนิดเดียว จะตายเมื่อไรก็ได้ ดังนั้นเราจึงควรใช้เวลาในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า ทำสิ่งที่ประเสริฐให้คุ้มค่าของชีวิตด้วย เพราะเป็นวิถีกำจัดทุกข์ สามารถพัฒนาจิตให้ยกระดับสูงขึ้น ๆ มีศักยภาพเต็มเปี่ยมในการช่วยแผ่เมตตาแก่ภรรณาไปให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ด้วย

การพิจารณาธรรมชาติของชีวิตอันประกอบไปด้วย ธาตุ ๔ ชั้น ๕ ตามพุทธธรรม จะช่วยให้เข้าใจความจริงของชีวิตว่า ชีวิตต้องเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ไม่หยุดนิ่ง ไม่เที่ยง สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของมนุษย์จะเป็นไปตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ที่มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป การเข้าใจธรรมชาติของชีวิต จะช่วยให้เข้าใจความจริง ยอมรับการเปลี่ยนแปลง กล้าเผชิญการเปลี่ยนแปลง

ทักษะที่จำเป็นของผู้นำ

๑. มีความรู้ความเข้าใจดีเกี่ยวกับเรื่องชีวิตและความตาย ภาวะใกล้ตาย
๒. มีความรู้ความเข้าใจดีในหลักพุทธธรรมเกี่ยวกับขันธ ๕ กฏไตรลักษณ์ อริยสัจ ๔

กฏแห่งกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด มรณสติ และภาวะใกล้ตายทางพระพุทธศาสนา

อุปกรณ์ บทพิจารณาสำหรับการเจริญมรณสติ

ระยะเวลา ๕ – ๑๐ นาที

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

๑. ผู้นำเกริ่นนำชี้แจงการทำมรณสติภาวนาเบื้องต้น
๒. ให้ผู้ป่วยนอนราบบนเตียง ถอดแว่น และสิ่งที่รัดตรึงต่างๆ ให้ร่างกายอยู่ในสภาพที่ผ่อนคลาย ตามลมหายใจเข้าออกซ้ำๆ ผ่อนคลาย เบาสบาย
๓. ให้ผู้ป่วยบอกความรู้สึกที่เกิดขึ้นระหว่างการเจริญมรณสติ

กิจกรรมที่ ๕. การให้การปรึกษาแนวพุทธ

เป็นกระบวนการที่ช่วยผู้ป่วยระยะสุดท้าย ให้สามารถพ้นจากสภาวะที่เป็นทุกข์ในจิตใจได้ โดยใช้หลักพุทธธรรม อันเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งมีผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้เอื้อให้ผู้ป่วยได้พิจารณาจนเกิดความเข้าใจที่ชัดเจน ในเรื่องที่เป็นทุกข์จนเกิดความเข้าใจชีวิต (ปัญญา) การศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้หลักธรรม ได้แก่ขันธ ๕ กฏไตรลักษณ์ อริยสัจ ๔ หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด มรณสติ

กิจกรรมที่ ๖. นิทานธรรมบท

ในสมัยพุทธกาล มีหลายเหตุการณ์ที่พระพุทธองค์และพระสาวกได้ทรงมีส่วนช่วยเหลือผู้ที่กำลังป่วยและใกล้ตาย เป็นการช่วยเหลือที่มุ่งบำบัดทุกข์หรือโรคทางใจโดยตรง ดังมีบันทึกในพระไตรปิฎก

๑. ทีฆาวุอุปาสก
๒. พระติสสะ
๓. มัจฉฐกุนทลี

(รายละเอียดที่สมบูรณ์อยู่ในภาคผนวก)

๓.๔ การดำเนินการศึกษาและทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองโดยแบ่งเป็น ๔ ระยะ ดังนี้

ระยะที่ ๑ ระยะที่ทำการทดสอบก่อนอบรม (pretest) กลุ่มทดลอง โดยใช้แบบสอบถามงานวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ระยะที่ ๒ ดำเนินชุดกิจกรรม โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม ร่วมกับผู้ป่วยและญาติ จากนั้นแนะนำให้ผู้ป่วยและญาติ ปฏิบัติกิจกรรมทุกวัน ๆ ละ ๖๐ นาที เป็นเวลา ๗ วัน (ดังแสดงไว้ในตารางที่ ๓.๒ แสดงรูปแบบของชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ)

ระยะที่ ๓ หลังจากเสร็จสิ้นการปฏิบัติกิจกรรมตามชุดกิจกรรมแล้ว ทำการทดสอบหลังฝึกอบรม (posttest) โดยใช้แบบสอบถามซึ่งเป็นชุดเดียวกับที่ใช้ทดสอบก่อนการฝึกอบรม (pretest)

ระยะที่ ๔ นำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามงานวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ มาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติต่อไป

๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล เป็นการนำเอาผลการดำเนินการตามกระบวนการทุกขั้นตอน มาวิเคราะห์ ประมวลผล ตีความ และสรุปผลการประเมินโครงการวิจัย โดยการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

๓.๕.๑ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

๓.๕.๒ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

๓.๕.๑ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ดังนี้

๑. สถิติพรรณนา (Descriptive statistics) ข้อมูลส่วนบุคคลนำมาหาค่าร้อยละ (percentage) ค่าเฉลี่ย (mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)

๒. สถิติอ้างอิง (Interferential statistics) การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้สังขมและสิ่งแหวดลัสม และความผาสุกทางจิตวิญญาณ ทั้งก่อนและหลังการทดลองของผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยใช้สูตร t- test แบบ Paired test

สูตรการคำนวณหาค่าสถิติในการวิจัยครั้งนี้ มีดังนี้

๑. ค่าร้อยละ (Percentage)

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

เมื่อ P แทน ร้อยละ

f แทน ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นค่าร้อยละ

N แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

๒. ค่าเฉลี่ย (Mean)

เมื่อ \bar{X} แทน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง

$\sum fx$ แทน ผลรวมของผลคูณระหว่างคะแนนกับความถี่ของคะแนน

N แทน จำนวนข้อมูลตัวอย่าง

๓. ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation : S.D.) จากสูตร

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

เมื่อ S.D. แทน ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

X แทน ค่าคะแนนแต่ละตัว

\bar{X} แทน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง

\sum แทน ผลรวม

N แทน จำนวนข้อมูลทั้งหมด

ผู้วิจัยนำแบบบันทึกข้อมูลส่วนตัว และคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นกรวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยผู้วิจัยนำข้อมูลจากแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมจากผู้ปวยมาทำการวิเคราะห์หาค่าสถิติ ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป คือความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยก่อนและหลังได้รับกิจกรรม โดยใช้ Paired test โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ $p\text{-value} \leq 0.01$ นำค่าเฉลี่ยก่อนทดลองและหลังทดลองมาเปรียบเทียบเพื่อวิเคราะห์ผลของการทดลองด้านต่าง ๆ

๓.๕.๒ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ เป็นข้อมูลที่ได้จากการสังเกต การสัมภาษณ์ และบันทึกพฤติกรรมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ขณะดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิต เกี่ยวกับการซักถาม การตอบคำถาม การพูดคุย การให้การปรึกษา สังเกตสีหน้า แววตา น้ำเสียง คำพูด และพฤติกรรมการแสดงออกของผู้ป่วย เป็นต้น จากนั้นนำมาวิเคราะห์ตีความสรุปเชื่อมโยงความสัมพันธ์เชิงเหตุผลในประเด็นที่ศึกษา ผลกระทบ ปัญหาและอุปสรรคที่พบ ตลอดจนถึงแนวทางแก้ไข

บทที่ ๔

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าปาง จังหวัดเพชรบุรี มีวัตถุประสงค์เพื่อ

- ๑) ศึกษาหลักพุทธธรรมและกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๒) เสนอรูปแบบ (Model) การพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ
- ๓) ศึกษาผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ เพื่อให้ผู้ป่วยระยะสุดท้าย คลายทุกข์ ปลั่งยว้าง สว่าง ผ่องใส ผู้วิจัยจึงได้นำเสนอลำดับการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

๔.๑ วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป

๔.๒ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ (ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรม** เพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๔.๓ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรม** เพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๔.๔ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ (ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม** เพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๔.๕ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม** เพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๔.๖ วิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P - Value ด้านความรู้สึกรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ (ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม** เพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๔.๗ วิเคราะห์แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

๔.๑ วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป

ตารางที่ ๔.๑ แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตามแนววิถีพุทธ โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี เกี่ยวกับ เพศ อายุ การศึกษา การวินิจฉัยโรค ระยะเวลาป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ระยะเวลาของการป่วยเจ็บระยะสุดท้าย เมื่อจำแนกเป็นรายบุคคล

ผู้ป่วยรายที่	เพศ	อายุ	การศึกษา	การวินิจฉัยโรค	ระยะเวลาป่วย	ป่วยระยะสุดท้าย
๑	ช.	๔๑	ประถม	มะเร็งเต้านม	๒ ปี	๖ เดือน
๒	ช..	๗๖	ประถม	มะเร็งต่อม้ำน้ำเหลือง	๒ ปี	๑ เดือน
๓	ญ.	๔๙	ประถม	มะเร็งปากมดลูก	๑ ปี	๑ เดือน
๔	ช.	๕๙	ประถม	มะเร็งปอด	๑ เดือน	๑ เดือน
๕	ญ.	๖๒	ประถม	ไตวายเรื้อรัง	๑ ปี	๖ เดือน
๖	ช.	๗๒	ประถม	มะเร็งปอด	๖ ปี	๑ เดือน
๗	ญ.	๕๙	ต่ำกว่า ประถม	มะเร็งเต้านม	๗ เดือน	๑ เดือน
๘	ช.	๗๗	ประถม	มะเร็งลำไส้	๕ ปี	๒ เดือน
๙	ช.	๖๘	มัธยม	ไตวายเรื้อรังระยะ สุดท้าย	๓ ปี	๒ เดือน

๑๐	ซี.	๔๑	มัธยม	ไตวายเรื้อรังระยะ สุดท้าย	๓ ปี	๒ เดือน
----	-----	----	-------	------------------------------	------	---------

ตารางที่ ๔.๒ แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตามแนวคิดพิพุทธ โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี เกี่ยวกับระดับความรู้สึกตัว การช่วยเหลือตนเอง การรับประทานอาหาร เมื่อจำแนกเป็นรายบุคคล

ผู้ป่วย รายที่	ระดับความรู้สึกตัว	การช่วยเหลือตนเอง	การรับประทานอาหาร
๑	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ลุกนั่ง ช่วยเหลือตนเองได้บนเตียง	รับประทานอาหาร ได้น้อย
๒	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุย รู้เรื่อง	ช่วยเหลือตนเองได้ดี	รับประทานอาหาร ได้เป็นปกติ
๓	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ช่วยเหลือตนเองได้ดี	รับประทานอาหาร ได้เป็นปกติ
๔	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ช่วยเหลือตนเองได้ดี	รับประทานอาหาร ได้น้อย
๕	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ลุกเดิน ช่วยเหลือตนเองได้ บริเวณข้างเตียง	รับประทานอาหาร ได้น้อย
๖	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ช่วยเหลือตนเองได้ดี	รับประทานอาหาร ได้เป็นปกติ
๗	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ลุกเดิน ช่วยเหลือตนเองได้ บริเวณข้างเตียง	รับประทานอาหาร ได้น้อย
๘	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ลุกนั่ง ช่วยเหลือตนเองได้บนเตียง	รับประทานอาหาร ได้น้อย
๙	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ลุกเดิน ช่วยเหลือตนเองได้ บริเวณข้างเตียง	รับประทานอาหาร ได้น้อย

๑๐	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง	ช่วยเหลือตนเองได้ดี	รับประทานอาหาร ได้เป็นปกติ
----	--	---------------------	-------------------------------

ตารางที่ ๔.๓ แสดงข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตามแนววิถีพุทธ โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี เมื่อจำแนกเป็นรายบุคคล คิดเป็นร้อยละ (percentage)

เพศ คน(%)	หญิง ๔ (๔๐%)		ชาย ๖ (๖๐%)	
	อายุ คน(%)	๔๑ - ๕๐ ปี ๓ (๓๐%)	๕๑ - ๖๐ ปี ๒ (๒๐%)	๖๑- ๗๐ ปี ๒ (๒๐%)
ระดับการศึกษา คน(%)	ต่ำกว่าประถม ๑(๑๐%)	ประถม ๗ (๗๐%)	มัธยม ๒ (๒๐%)	ปริญญาตรี -
ระยะเวลาป่วย คน(%)	๐ - ๑ ปี ๔ (๔๐%)	๒ - ๓ ปี ๔ (๔๐%)	๔ - ๕ ปี ๑(๑๐%)	๖ ปีขึ้นไป ๑(๑๐%)
เจ็บป่วยระยะ สุดท้าย คน(%)	๑ เดือน ๕ (๕๐%)	๒ เดือน ๒ (๒๐%)	๔ เดือน ๒ (๒๐%)	๖ เดือน ๑(๑๐%)
วินิจฉัยโรค คน(%)	โรคมะเร็งชนิดต่าง ๆ ๗ (๗๐%)		ไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย ๓ (๓๐%)	
ระดับความ รู้สึกตัว คน(%)	รู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง ๑๐ (๑๐๐%)			
การช่วยเหลือ ตนเอง คน(%)	ลุกนั่ง ช่วยเหลือ ตนเองได้บนเตียง ๒ (๒๐%)	ลุกเดิน ช่วยเหลือตนเอง ได้บริเวณข้างเตียง ๓ (๓๐%)	ช่วยเหลือตนเองได้ดี ๕ (๕๐%)	

การรับประทานอาหาร	ให้อาหารทางสายยาง	รับประทานอาหารได้	รับประทานอาหารได้
อาหาร คน(%)	-	น้อย ๖ (๖๐%)	เป็นปกติ ๔ (๔๐%)

จากตารางที่ ๔.๑ - ๔.๓ แสดงสรุปข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โรงพยาบาลท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี เกี่ยวกับเพศ อายุ การศึกษา การวินิจฉัยโรค ระยะเวลาป่วยด้วยโรคเรื้อรัง เวลาป่วยระยะสุดท้าย ระดับความรู้สึกตัว การช่วยเหลือตนเอง การรับประทานอาหาร เมื่อจำแนกเป็นรายบุคคล คิดเป็นร้อยละ (percentage)

ด้านเพศ พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน ๖ คน คิดเป็น ร้อยละ ๖๐.๐ และเพศหญิง จำนวน ๔ คน คิดเป็น ร้อยละ ๔๐.๐ ตามลำดับ

ด้านอายุ พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ อายุ ๔๑ - ๕๐ ปี ซึ่งเท่ากับ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๓ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๐.๐ และอายุ ๕๑-๖๐ ปี ซึ่งเท่ากับอายุ ๖๑-๗๐ ปี จำนวน ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๐.๐ ตามลำดับ

ด้านระดับการศึกษา พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน ๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๗๐.๐ มีการศึกษาระดับมัธยม จำนวน ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๐.๐ ระดับต่ำกว่าประถม จำนวน ๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๐.๐ตามลำดับ

การวินิจฉัยโรค พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ป่วยเป็นโรคมะเร็ง จำนวน ๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๗๐.๐ ป่วยเป็นโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย จำนวน ๓ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๐.๐ ตามลำดับ

ระยะเวลาเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่มี ระยะเวลาป่วย ๐-๑ ปี จำนวน ๔ คน ซึ่งเท่ากับระยะเวลาป่วย ๒-๓ ปี คิดเป็น ร้อยละ ๔๐.๐ และมีระยะเวลาป่วย ๔-๕ ปี จำนวน ๑ คน ซึ่งเท่ากับระยะเวลาป่วย ๖ ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๐ ตามลำดับ

ระยะเวลาของการเจ็บป่วยระยะสุดท้าย พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ผู้ป่วยมีการเจ็บป่วยระยะสุดท้าย ๑ เดือน จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๐.๐ เจ็บป่วยระยะสุดท้าย ๒ เดือน จำนวน ๒ คน ซึ่งเท่ากับเจ็บป่วยระยะสุดท้าย ๔ เดือน คิดเป็น ร้อยละ ๒๐.๐ เจ็บป่วยระยะสุดท้าย ๖ เดือน จำนวน ๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๐.๐ ตามลำดับ

ระดับความรู้สึกตัว พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ทั้งหมดรู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พุดคุยรู้เรื่อง จำนวน ๑๐ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๐๐.๐

การช่วยเหลือตนเอง พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ช่วยเหลือตนเองได้ดี จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๐.๐ ลูกเดิน ช่วยเหลือตนเองได้บริเวณข้างเตียง จำนวน ๓ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๐.๐ ลูกนั่ง ช่วยเหลือตนเองได้บนเตียง จำนวน ๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๐.๐ ตามลำดับ

การรับประทานอาหาร พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่รับประทานอาหารได้น้อย จำนวน ๖ คน คิดเป็น ร้อยละ ๖๐.๐ รับประทานอาหารได้เป็นปกติ จำนวน ๔ คน คิดเป็น ร้อยละ ๔๐.๐ ตามลำดับ

๔.๒ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ตารางที่ ๔.๔ แสดงผลวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรม

ข้อที่	ความรู้สึกของจิตใจ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๑.	ขณะนี้ท่านรู้สึกหงุดหงิด	๓.๓๐	๑.๔๙	ปานกลาง	๒
๒.	ท่านรู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น	๒.๕๐	๑.๓๕	น้อย	๔
๓.	ท่านเป็นห่วงคนที่ท่านรัก	๒.๙๐	๑.๗๙	ปานกลาง	๓
๔.	การสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ	๔.๒๐	๐.๗๙	มาก	๑
	รวม	๓.๒๓	๑.๓๖	ปานกลาง	
ข้อที่	ความเข้าใจ(ปัญญา)	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๕.	ท่านต้องการให้อภัย คนที่เคยล่วงเกินท่าน	๔.๑๐	๑.๒๙	มาก	๑
๖.	ท่านต้องการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด	๓.๒๐	๑.๐๓	ปานกลาง	๔
๗.	ท่านต้องการให้ชีวิตที่เหลืออยู่เพื่อการปฏิบัติธรรม	๓.๕๐	๑.๓๕	มาก	๓
๘.	ท่านต้องการฟังธรรม เพื่อให้พบแสงสว่างแห่ง	๔.๐๐	๐.๖๗	มาก	๒

	ชีวิต				
	รวม	๓.๗๐	๑.๐๙	มาก	
ข้อที่	การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๙.	ท่านต้องการให้มีคนมาเยี่ยมเพื่อให้งำล้งใจ	๒.๑๐	๐.๘๘	น้อย	๔
๑๐.	หมู่ญาติของท่าน มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน	๔.๔๐	๐.๕๒	มากที่สุด	๑
๑๑.	ท่านได้พักผ่อนในที่ที่สงบ	๔.๑๐	๐.๕๗	มาก	๒
๑๒.	การจัดสภาพภายในห้องเหมาะสม	๔.๐๐	๐.๔๗	มาก	๓
	รวม	๓.๖๕	๐.๖๑	มาก	

จากตารางที่ ๔.๔ พบว่า คะแนนเฉลี่ย ด้านความรู้สึกรู้ใจของจิตใจของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ค่าเฉลี่ย ๓.๒๓ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๓๖ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า การสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ มีค่าเฉลี่ย ๔.๒๐ อยู่ในระดับมาก เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ขณะนี้ท่านรู้สึกหงุดหงิด เป็นอันดับที่ ๒ และท่านเป็นห่วงคนที่ท่านรัก อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านรู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น ค่าเฉลี่ย ๒.๕๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๓๕ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

คะแนนเฉลี่ย ด้านความเข้าใจ(ปัญญา) ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ค่าเฉลี่ย ๓.๗๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๐๙ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ท่านต้องการให้อภัยคนที่เคยล่วงเกินท่าน มีค่าเฉลี่ย ๔.๑๐ อยู่ในระดับมาก เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านต้องการพึ่งธรรม เพื่อให้พบแสงสว่างแห่งชีวิต เป็นอันดับที่ ๒ และท่านต้องการให้ชีวิตที่เหลืออยู่เพื่อการปฏิบัติธรรม อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านต้องการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ค่าเฉลี่ย ๓.๒๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๐๓ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

คะแนนเฉลี่ย ด้านการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ค่าเฉลี่ย ๓.๖๕ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๑ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า หมู่ญาติของท่าน มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน มีค่าเฉลี่ย ๔.๔๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑

รองลงมา ได้แก่ ท่านได้พักผ่อนในที่ที่สงบ เป็นอันดับที่ ๒ และการจัดสภาพภายในห้องเหมาะสม อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อความที่ท่านต้องการให้มีคนมาเยี่ยมเพื่อให้งำลังใจ ค่าเฉลี่ย ๒.๑๐ ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๘๘ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

๔.๓ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้ายก่อน ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ตารางที่ ๔.๕ แสดงเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรม

ข้อที่	ความพึงพอใจทางจิตวิญญาณ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๑	ท่านรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตมีคุณค่า	๔.๕๐	๐.๗๑	มากที่สุด	๗
๒	การเกิด ความตาย เป็นเรื่องธรรมดา หนีไม่พ้น	๔.๙๐	๐.๓๑	มากที่สุด	๑
๓	วันเวลาที่เหลืออยู่มีคุณค่าต่อชีวิตของท่าน	๔.๕๐	๐.๘๕	มากที่สุด	๗
๔	สภาวะจิตของท่านปราศจากสิ่งเศร้าหมอง	๔.๑๐	๑.๒๐	มาก	๑๒
๕	ท่านมีพลังในการเผชิญกับความเจ็บป่วย	๔.๓๐	๐.๘๒	มากที่สุด	๑๐
๖	ท่านไม่รู้สึกกลัวความตายที่จะมาถึงในไม่ช้า	๔.๗๐	๐.๖๘	มากที่สุด	๕
๗	ท่านมีความศรัทธาที่มั่นคงในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์	๔.๘๐	๐.๔๒	มากที่สุด	๓
๘	ท่านรู้สึกเป็นสุขใจเมื่อระลึกถึงบุญกุศลที่ท่านทำ	๔.๘๐	๐.๔๒	มากที่สุด	๓
๙	การทำความคิดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่งความสุข	๔.๙๐	๐.๓๑	มากที่สุด	๑
๑๐	ท่านคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย	๔.๑๐	๐.๘๘	มาก	๑๒

ข้อที่	ความผาสุกทางจิตวิญญาณ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๑๑	การเจริญภาวนา ทำให้เกิดบุญกุศล	๔.๒๐	๑.๐๓	มาก	๑๑
๑๒	ท่านมีความสุขเมื่อได้ประกอบพิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา	๔.๖๐	๐.๗๐	มากที่สุด	๖
๑๓	ท่านเตรียมพร้อมยอมรับความตายอยู่เสมอ	๔.๕๐	๐.๗๑	มากที่สุด	๗
๑๔	ท่านรู้สึกว่าการจิตของท่านมีความสงบ	๔.๐๐	๐.๖๗	มาก	๑๕
๑๕	ท่านขอถึงพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งสูงสุด	๔.๑๐	๐.๘๘	มาก	๑๒
รวม		๔.๔๗	๐.๓๙	มากที่สุด	

จากตารางที่ ๔.๕ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มากที่สุด ค่าเฉลี่ย ๔.๔๗ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๓๙

เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า การเกิด ความตาย เป็นเรื่องธรรมดา หนีไม่พ้น และการทำความดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่งความสุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๔.๙๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านมีความศรัทธาที่มั่นคงในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และท่านรู้สึกเป็นสุขใจเมื่อระลึกถึงบุญกุศล ที่ท่านทำไว้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๔.๘๐ ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๓

ส่วนข้อคำถามที่ได้คะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด ได้แก่ สภาวะจิตของท่านปราศจากสิ่งเศร้าหมอง ท่านคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย ท่านขอถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งสูงสุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๔.๑๐ ในระดับ มาก ส่วนข้อคำถาม ท่านรู้สึกว่าการจิตของท่านมีความสงบ ค่าเฉลี่ย ๔.๐๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๗ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

๔.๔ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ตารางที่ ๔.๖ แสดงผลวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม

ข้อที่	ความรู้สึกของจิตใจ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๑.	ขณะนี้ท่านรู้สึกหงุดหงิด	๑.๒๐	๐.๖๓	น้อยที่สุด	๔
๒.	ท่านรู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น	๑.๗๐	๐.๖๗	น้อยที่สุด	๒
๓.	ท่านเป็นห่วงคนที่ท่านรัก	๑.๕๐	๐.๗๑	น้อยที่สุด	๓
๔.	การสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ	๔.๕๐	๐.๕๓	มากที่สุด	๑
	รวม	๒.๒๓	๐.๖๔	น้อย	
ข้อที่	ความเข้าใจ(ปัญญา)	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๕.	ท่านต้องการให้อภัย คนที่เคยล่วงเกินท่าน	๔.๗๐	๐.๔๘	มากที่สุด	๑
๖.	ท่านต้องการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด	๔.๒๐	๐.๖๓	มาก	๓
๗.	ท่านต้องการใช้ชีวิตที่เหลืออยู่เพื่อการปฏิบัติธรรม	๓.๙๐	๐.๘๘	มาก	๔
๘.	ท่านต้องการพึงธรรม เพื่อให้พบแสงสว่างแห่งชีวิต	๔.๓๐	๐.๖๗	มากที่สุด	๒
	รวม	๔.๒๘	๐.๖๗	มากที่สุด	
ข้อที่	การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๙.	ท่านต้องการให้มีคนมาเยี่ยมเพื่อกำลังใจ	๒.๑๐	๐.๘๘	น้อย	๔
๑๐.	หมู่ญาติของท่าน มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน	๔.๔๐	๐.๕๒	มากที่สุด	๑
๑๑.	ท่านได้พักผ่อนในที่ที่สงบ	๔.๓๐	๐.๔๘	มากที่สุด	๒

๑๒.	การจัดสภาพภายในห้องเหมาะสม	๔.๑๐	๐.๓๒	มาก	๓
	รวม	๓.๗๓	๐.๕๕	มาก	

จากตารางที่ ๔.๖ พบว่า คะแนนเฉลี่ยด้านความรู้สึกของจิตใจ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ น้อย ค่าเฉลี่ย ๒.๒๓ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๔ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่าการสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ มีค่าเฉลี่ย ๔.๕๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านรู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น และท่านเป็นห่วงคนที่ท่านรัก อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถามขณะนี้ท่านรู้สึกหงุดหงิด ค่าเฉลี่ย ๑.๒๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๓ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

คะแนนเฉลี่ยด้านความเข้าใจ(ปัญญา) ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มากที่สุด ค่าเฉลี่ย ๔.๒๘ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๗ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ท่านต้องการให้อภัยคนที่เคยล่วงเกินท่าน มีค่าเฉลี่ย ๔.๗๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านต้องการพึ่งธรรมชาติ เพื่อให้พบแสงสว่างแห่งชีวิต เป็นอันดับที่ ๒ และท่านต้องการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านต้องการให้ชีวิตที่เหลืออยู่เพื่อการปฏิบัติธรรมค่าเฉลี่ย ๓.๙๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๘๘ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

คะแนนเฉลี่ยด้านการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ค่าเฉลี่ย ๓.๗๓ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๕๕ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า หมู่ญาติของท่าน มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีค่าเฉลี่ย ๔.๔๐ อยู่ในระดับมาก เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านได้พักผ่อนในที่ที่สงบ เป็นอันดับที่ ๒ และการจัดสภาพภายในห้องเหมาะสม อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านต้องการให้มีคนมาเยี่ยมเพื่อให้กำลังใจ ค่าเฉลี่ย ๒.๑๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๘๘ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

๔.๕ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ตารางที่ ๔.๗ แสดงเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม

ข้อที่	ความผาสุกทางจิตวิญญาณ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
๑	ท่านรู้สึกว่าคุณค่าชีวิตมีคุณค่า	๔.๖๐	๐.๕๒	มากที่สุด	๘
๒	การเกิด ความตาย เป็นเรื่องธรรมดา หนีไม่พ้น	๔.๙๐	๐.๓๒	มากที่สุด	๓
๓	วันเวลาที่เหลืออยู่มีคุณค่าต่อชีวิตของท่าน	๔.๘๐	๐.๔๒	มากที่สุด	๖
๔	สภาวะจิตของท่านปราศจากสิ่งเศร้าหมอง	๔.๗๐	๐.๖๘	มากที่สุด	๘
๕	ท่านมีพลังในการเผชิญกับความเจ็บป่วย	๔.๖๐	๐.๗๐	มากที่สุด	๑๒
๖	ท่านไม่รู้สึกลัวความตายที่จะมาถึงในไม่ช้า	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด	๑
๗	ท่านมีความศรัทธาที่มั่นคงในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์	๔.๙๐	๐.๓๒	มากที่สุด	๓
๘	ท่านรู้สึกเป็นสุขใจเมื่อระลึกถึงบุญกุศลที่ท่านทำ	๔.๙๐	๐.๓๒	มากที่สุด	๓
๙	การทำความดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่งความสุข	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด	๑
๑๐	ท่านคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย	๔.๔๐	๐.๗๐	มากที่สุด	๑๕
๑๑	การเจริญภาวนา ทำให้เกิดบุญกุศล	๔.๕๐	๐.๗๑	มากที่สุด	๑๔
๑๒	ท่านมีความสุขเมื่อได้ประกอบพิธีกรรมทาง	๔.๗๐	๐.๔๘	มากที่สุด	๘

ข้อที่	ความผาสุกทางจิตวิญญาณ	\bar{X}	S.D.	ระดับ	อันดับ
	พระพุทธศาสนา				
๑๓	ท่านเตรียมพร้อมยอมรับความตายอยู่เสมอ	๔.๗๐	๐.๔๘	มากที่สุด	๘
๑๔	ท่านรู้สึกว่าการจิตของท่านมีความสงบ	๔.๗๐	๐.๔๘	มากที่สุด	๘
๑๕	ท่านขอถึงพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งสูงสุด	๔.๖๐	๐.๗๐	มากที่สุด	๑๒
	รวม	๔.๗๓	๐.๒๙	มากที่สุด	

จากตารางที่ ๔.๗ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มากที่สุด ค่าเฉลี่ย ๔.๗๓ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๒๙

เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ท่านไม่รู้สึกลัวความตายที่จะมาถึงในไม่ช้า และการทำความดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่งความสุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากับที่ ๕.๐๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ การเกิด ความตาย เป็นเรื่องธรรมดา หนีไม่พ้น ท่านมีความศรัทธาที่มั่นคงในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และท่านรู้สึกเป็นสุขใจเมื่อระลึกถึงบุญกุศล ที่ท่านทำไว้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับที่ ๔.๙๐ ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๓

ส่วนข้อคำถามที่ได้คะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด ได้แก่ การเจริญภาวนา ทำให้เกิดบุญกุศล มีค่าเฉลี่ย ๔.๕๐ ในระดับ มากที่สุด ส่วนข้อคำถาม ท่านคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย ค่าเฉลี่ย ๔.๔๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๗๐ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

๔.๖ วิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P- Value ด้านความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ความผาสุกทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ผู้วิจัยต้องการทราบว่าผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม มีความแตกต่างกันโดยภาพรวมหรือไม่ อย่างไร

อาศัยตัวสถิติทดสอบ Paired Samples Test เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความรู้ด้านจิตใจ ปัญญา สังคมและสิ่งแวดล้อม ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

โดยนัยว่า คะแนนเฉลี่ยความรู้จิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ประเมินจากค่าคะแนน จากแบบประเมินที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวความคิด ๑๒ ข้อ แต่ละข้อมีคะแนนสูงสุด ๕ คะแนน ดังนั้นจึงคิดคะแนนเต็ม ๖๐ คะแนน และคะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณ ประเมินจากค่าคะแนน จากแบบประเมินที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวความคิด ๑๕ ข้อ แต่ละข้อมีคะแนนสูงสุด ๕ คะแนน ดังนั้นจึงคิดคะแนนเต็ม ๗๐ คะแนน

ตารางที่ ๔.๘ แสดงผลวิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P-Value ความรู้จิตของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม

		จำนวน N	ค่าเฉลี่ย \bar{X}	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	t	P- Value
ความรู้จิต ของจิตใจ	ก่อน ทดลอง	๑๐	๓.๒๓	๑.๓๖	๔.๔๑	๐.๐๐*
	หลัง ทดลอง	๑๐	๒.๒๓	๐.๖๔		
ความเข้าใจ (ปัญญา)	ก่อน ทดลอง	๑๐	๓.๗๐	๑.๐๙	- ๓.๐๘	๐.๐๑*
	หลัง ทดลอง	๑๐	๔.๒๘	๐.๖๗		
การรับรู้ ทางสังคม และ สิ่งแวดล้อม	ก่อน ทดลอง	๑๐	๓.๖๕	๐.๖๑	- ๑.๔๑	๐.๑๙
	หลัง ทดลอง	๑๐	๓.๗๓	๐.๕๕		

* นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

ตารางที่ ๔.๘ แสดงผลเปรียบเทียบข้อมูลค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P - Value ความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา)การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี

ความรู้สึกของจิตใจ พบว่า ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ขณะที่ระดับนัยสำคัญที่คำนวณได้คือ ๐.๐๐ ซึ่ง ๐.๐๐ น้อยกว่า ๐.๐๑ จึงปฏิเสธสมมติฐานกล่าวอีกนัยหนึ่ง ความรู้สึกของจิตใจ เมื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ความรู้สึกของจิตใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๐

ด้านความเข้าใจ(ปัญญา) พบว่า ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ขณะที่ระดับนัยสำคัญที่คำนวณได้คือ ๐.๐๑ ซึ่งเท่ากัน จึงปฏิเสธสมมติฐานกล่าวอีกนัยหนึ่ง ความเข้าใจ (ปัญญา) เมื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ความเข้าใจ(ปัญญา) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๑

การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ขณะที่ระดับนัยสำคัญที่คำนวณได้คือ ๐.๑๙ ซึ่ง ๐.๑๙ มากกว่า ๐.๐๑ จึงไม่ปฏิเสธสมมติฐานกล่าวอีกนัยหนึ่งการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม เมื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ไม่ต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ ๔.๙ วิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P - Value ของความผาสุกทางจิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม

		จำนวน N	ค่าเฉลี่ย \bar{X}	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	t	P - Value
ความผาสุก ทางจิต วิญญาณ	ก่อน ทดลอง	๑๐	๔.๔๗	๐.๓๙	-๓.๖๒	๐.๐๑*
	หลัง ทดลอง	๑๐	๔.๗๓	๐.๒๙		

* นัยสำคัญทางสถิติที่อันดับ ๐.๐๑

ตารางที่ ๔.๙ แสดงผลวิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P - Value ของความผาสุกทางจิตวิญญาณ ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม เพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ พบว่า ความผาสุกทางจิตวิญญาณ ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ขณะที่ระดับนัยสำคัญที่คำนวณได้คือ ๐.๐๑ ซึ่ง เท่ากัน จึงปฏิเสธสมมติฐานกล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ ความผาสุกทางจิตวิญญาณ ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๑

๔.๘ วิเคราะห์แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

ตารางที่ ๔.๑๐ แสดงการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย เกี่ยวกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ด้วยข้อคำถาม ๑)ท่านรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ด้านใดบ้าง อย่างไร ๒)ขณะนี้ท่านรู้สึกจิตใจของท่านมีความสุขสงบหรือไม่ อย่างไร ๓)เป้าหมายในระยะสุดท้ายของชีวิต ๔)ความรู้สึกกลัวความตาย พร้อมด้วยการสังเกตสีหน้า แววตา น้ำเสียงของผู้ป่วย จำแนกเป็นรายบุคคล ในช่วงก่อน ระหว่าง เสร็จสิ้น การทดลองใช้ชุดกิจกรรม

ผู้ป่วย	แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ
รายที่ ๑	<p>๑.ค้าขายเป็นอาชีพที่ดี สามารถทำเงินได้มาก</p> <p>๒.มีความสุขสงบ มีสมาธิมากขึ้น เวลาปวดจะภาวนาพุทโธจนหลับ ภาวนาไปเรื่อย ๆ ภาวนาพุทโธในใจ อากาศปวดทุเลาลง</p> <p>๓.ไม่มี</p> <p>๔.ไม่กลัวความตาย เมื่อไรก็เมื่อนั้น</p> <p>การสังเกต : พบว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมผู้ป่วยมีสีหน้าเศร้าหมอง รู้สึกเป็นทุกข์ เป็นห่วงหลานซึ่งอายุยังน้อย หงุดหงิด ไม่มีสมาธิ หลังจากใช้ชุดกิจกรรมมีสีหน้าสว่าง ผ่องใส ซึ่งตรงกับคำพูดของผู้ป่วยที่บอกว่า “น้องสาวก็บอกว่าตนเองมีสีหน้าสว่างขึ้น”</p>

ผู้ป่วย	แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ
รายที่ ๒	<p>๑. สร้างหลักรฐานกลับภรรยา จนกระทั่งพอมีพอกิน ปลูกบ้าน ซื่อที่ดิน ทำนา เอาลูกใส่หาบหาบไปทำนา ปลูกโรงเรือนในนา เพราะไม่มีคนเลี้ยง ปัจจุบันตนเองและภรรยาอายุมากแล้ว จึงวางมือ ให้ลูกสานงานต่อ</p> <p>๒. รู้สึกไม่ฟุ้งซ่าน ไม่คิดมาก</p> <p>๓. ไม่มี</p> <p>๔. ไม่กลัวความตาย ถึงเวลาก็ตาย</p> <p>การสังเกต : พบว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมผู้ป่วยเป็นคนเงียบเฉย หลังใช้ชุดกิจกรรมผู้ป่วยพูดคุยมากขึ้น ยิ้มง่ายขึ้น</p>
รายที่ ๓	<p>๑. คุณแลบิตา บิดาอายุมากแล้ว 83 ปี พาบิดาไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลเป็นประจำ บิดาป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูงและหอบหืด สามีเสียชีวิตตั้งแต่บุตรอายุ 3 ขวบ ตนเองเลี้ยงดูบุตรสาวตามลำพัง จนปัจจุบันอายุ 19 ปีแล้ว กำลังเรียนมหาวิทยาลัยราชภัฏปี 2</p> <p>๒. สงบ ไม่รู้สึกหงุดหงิด ไม่ฟุ้งซ่าน หลังสวดมนต์รู้สึกนิ่งขึ้น รู้เท่าทันชีวิต ตายก็ไม่กลัว เวลาปวดท้องจะเข้าห้องสวดมนต์ อาการปวดท้องก็หายไป</p> <p>๓. จะสวดมนต์และตักบาตรทุกวัน (จากเดิมไม่เคยสวดมนต์และตักบาตร)</p> <p>๔. ไม่กลัวความตายมาตลอด กำลังใจดี สู้ ไม่กลัว อย่างไม่ก็ต้องตาย จะช้าหรือเร็วเท่านั้น</p> <p>การสังเกต : พบว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมผู้ป่วยมีสีหน้าเศร้าหมอง เป็นห่วงบุตรสาวมาก หลังใช้ชุดกิจกรรมผู้ป่วย สงบขึ้น มีสีหน้า สว่าง ผ่องใส</p>
รายที่ ๔	<p>๑. ได้ทำบุญในวันคล้ายวันเกิด ตักบาตร ถวายสังฆทาน ภูมิใจมากที่ได้ทำบุญจิตใจเต็มเปี่ยม ไม่ห่วงอะไรแล้ว จะตายก็ไม่กลัว</p> <p>๒. จิตใจสบาย ไปรุ่ง โล่ง เวลาก่อนนอน ภาวนาพุทโธแล้ว หลับสบาย</p> <p>๓. ปลูกบ้านหลังเล็ก ๆ ตนเองจะได้ปฏิบัติธรรมเงียบ ๆ ตามลำพัง</p> <p>๔. ไม่กลัวความตาย ถึงเวลาก็ตาย ใครห้ามไม่ได้</p> <p>การสังเกต : พบว่าผู้ป่วยมีสีหน้าสดชื่น หัวเราะตลอด มีอารมณ์ดี มีความปรารถนาปฏิบัติธรรม</p>

ผู้ป่วย	แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ
<p>รายที่ ๕</p>	<p>๑.ทำเงินได้ดี ค้าขายได้เงินมาก ชอบทำบุญมากที่สุด เคยไปทำบุญวัดแม่ชีไทย (จ.เพชรบุรี) เตรียมของทำบุญไป ๒ คันรถ ทำทุกปี มีแม่ชี ๒๐ องค์ เคยตัดชุดให้แม่ชีทั้งวัด ๓๐ ชุด ทำบุญเลี้ยงเพลชีพรหมณี ๒๐๐ องค์ ชอบสวดมนต์ นั่งกรรมฐานทุกปี</p> <p>สวดมนต์วันละ ๑ ชม. สวดหลังจากอาบน้ำก่อนนอน ถ้าฝันร้ายตกใจตื่นก็จะสวดมนต์ และขอพรพระ</p> <p>๒.สวดมนต์แล้ว ใจสบาย เป็นสมาธิ</p> <p>๓.ทำบุญกุศลตลอดไป</p> <p>๔.ไม่กลัวความตาย เราเกิดมาอาศัยร่างกาย ถึงเวลาก็ตาย</p> <p style="text-align: center;">การสังเกต : พบว่าผู้ป่วยเป็นคนชอบทำบุญ ทำกุศล พุดคุยเก่ง</p>
<p>รายที่ ๖</p>	<p>๑.หลังจากผ่าตัดมะเร็งที่ปอดซ้ายเมื่อ ๖ ปีก่อน ที่ รพ.รามธิบดี ลุงบวชพระ ๙ วัน ลุงสวดมนต์มาตลอด เริ่มแรกสวดบทอิติปิโสเท่าอายุ ปัจจุบันสวดพระคาถาชินบัญชร ๑๐ จบและสวดบทอื่นๆ ด้วยเป็นประจำทุกวัน สวดมนต์แล้วจะใจดี ลุงชวนคุณมะเร็งมาสวดมนต์ด้วยกัน อย่าทำให้เจ็บปวด</p> <p>๒.สบาย ไม่ต้องทำงานอะไร</p> <p>๓.สวดมนต์ตลอดไป เพราะชีวิตลุงอยู่ได้ด้วยการสวดมนต์</p> <p>๔.ไม่กลัวความตาย แต่ขออย่าให้ทุกข์ทรมาน</p> <p style="text-align: center;">การสังเกต : พบว่าผู้ป่วยมีอาการดี ท่าทางใจดี</p>
<p>รายที่ ๗</p>	<p>๑.ชอบทำบุญมาก อยากทำบุญ ชอบสวดมนต์ แม่เมตตาให้เจ้ากรรมนายเวร เวลาทำบุญแล้วมีความสุข สุขกายสุขใจ มีความตั้งใจมากในการทำบุญ ถวายสังฆทาน ชอบทำบุญมาก ชอบไปทำบุญ ๙ วัด</p> <p>ระลึกถึงพระพุทธเจ้าตลอด ขอให้ปกป้องรักษา นึกในใจตลอด พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วหลับสบาย</p> <p>๒.สวดมนต์แล้วสบายใจ หลับสบาย นึกถึงพระพุทธเจ้าตลอด รู้สึกสุขกายสุขใจ</p> <p>๓.อยากบวชชีเมื่อหายเป็นปกติ ถ้าบวชตอนนี้ไม่สะดวกเวลาไปพบแพทย์</p> <p>๔.ไม่กลัวความตาย ยอม ปลงแล้ว ถึงเวลาก็ตาย</p> <p style="text-align: center;">การสังเกต : พบว่าผู้ป่วยมีแววตาที่สดใส จริงใจ มีความสุข</p>

ผู้ป่วย	แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ
รายที่ ๘	<p>๑. นึกถึงบุญกุศลที่ได้ทำมาแล้ว มีความสุข</p> <p>๒. รู้สึกสงบมากขึ้น</p> <p>๓. ต้องการฟังเสียงสวดมนต์</p> <p>๔. ไม่กลัวความตาย</p> <p style="text-align: center;">การสังเกต : พบว่าผู้ป่วยต้องการฟังเสียงสวดมนต์ ให้สวดพร้อมกับบุตรสาว</p>
รายที่ ๙	<p>๑. ไม่ตอบ</p> <p>๒. ไม่ตอบ</p> <p>๓. ไม่ตอบ</p> <p>๔. ไม่กลัวความตาย</p> <p style="text-align: center;">การสังเกต : พบว่าผู้ป่วยค่อนข้างเจ็บข้อมือ พุดน้อย</p>
รายที่ ๑๐	<p>๑. เวลาปวดท้อง ตนจะภาวนาพุทโธ เมื่อภาวนาไปเรื่อย ๆ อาการปวดท้องจะบรรเทาลง ภาวนาพุทโธช่วยให้หายปวดท้องได้</p> <p>ขณะล้างไต (ซึ่งใช้เวลา ๓๐-๔๐ นาที ทำวันละ ๔ ครั้ง) ก็ภาวนา พุทโธ จะนั่งจนบางครั้งก็หลับไปเลย</p> <p>๒. จิตใจมีสมาธิมากขึ้น สงบขึ้น</p> <p>๓. เผยแผ่ธรรมะของพระพุทธเจ้า เช่นเปิดเสียงตามสายบรรยายธรรม ให้ชาวบ้านฟัง</p> <p>๔. ไม่กลัวความตาย</p> <p style="text-align: center;">การสังเกต : พบว่าผู้ป่วยมีสมาธิมากขึ้น แหวตาสดใส</p>

ตารางที่ ๔.๑๐ วิเคราะห์แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย การสังเกตพฤติกรรมของผู้ป่วย จำแนกเป็นรายบุคคล เกี่ยวกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ขณะนี้มีความรู้สึกที่จิตใจมีความสุข สงบ เป้าหมายในระยะสุดท้ายของชีวิต และความรู้สึกกลัวความตาย พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่กลัวความตาย

การสวดมนต์มีอันสงส์ ทำให้ผู้ป่วยที่มีสีหน้าเศร้าหมอง รู้สึกเป็นทุกข์ เป็นห่วงหลาน รู้สึกหงุดหงิด ไม่มีสมาธิ กลับมีสีหน้า สว่าง ผ่องใส ดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๑

การภาวนาพุทโธ ทำให้มีความสงบ มีสมาธิมากขึ้น อาการปวดทุเลาลง ดังเช่นรายที่ ๑ และ รายที่ ๑๐

การพูดคุยถึงบุญกุศลที่เคยทำมา มีความปรารถนาจะทำบุญกุศลตลอดไป ทำให้มีความสุขดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๕

การพูดคำไพเราะ “ชวนคุณมะเร็งมาสวดมนต์ด้วยกัน” และแม่เมตตาให้แสดงว่าจิตใจมีเมตตา กรุณา จิตจดจ่ออยู่กับการสวดมนต์ นำมาซึ่งความสุขใจ ดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๖

ผู้ป่วยที่ชอบทำบุญมาก อยากทำบุญ ชอบสวดมนต์ แม่เมตตาให้เจ้ากรรมนายเวร มีความตั้งใจมากในการทำบุญ ถวายสังฆทาน ระลึกถึงพระรัตนตรัยตลอด รู้สึกสุขกายสุขใจ แล้วหลับสบาย แสดงถึงความเลื่อมใสใน พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๗

การภาวนาพุทโธ เวลาปวดท้อง ภาวนาไปเรื่อย ๆ อาการปวดท้องจะบรรเทาลง ภาวนาพุทโธช่วยให้หายปวดได้ ขณะล้างไต(ซึ่งใช้เวลา 30 – 40 นาที ทำวันละ 4 ครั้ง) เวลาภาวนาพุทโธ จิตใจมีสมาธิมากขึ้น สงบขึ้น ดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๑๐

สรุปโดยภาพรวม

คะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยหลังจาก ๗ วันแล้ว ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑

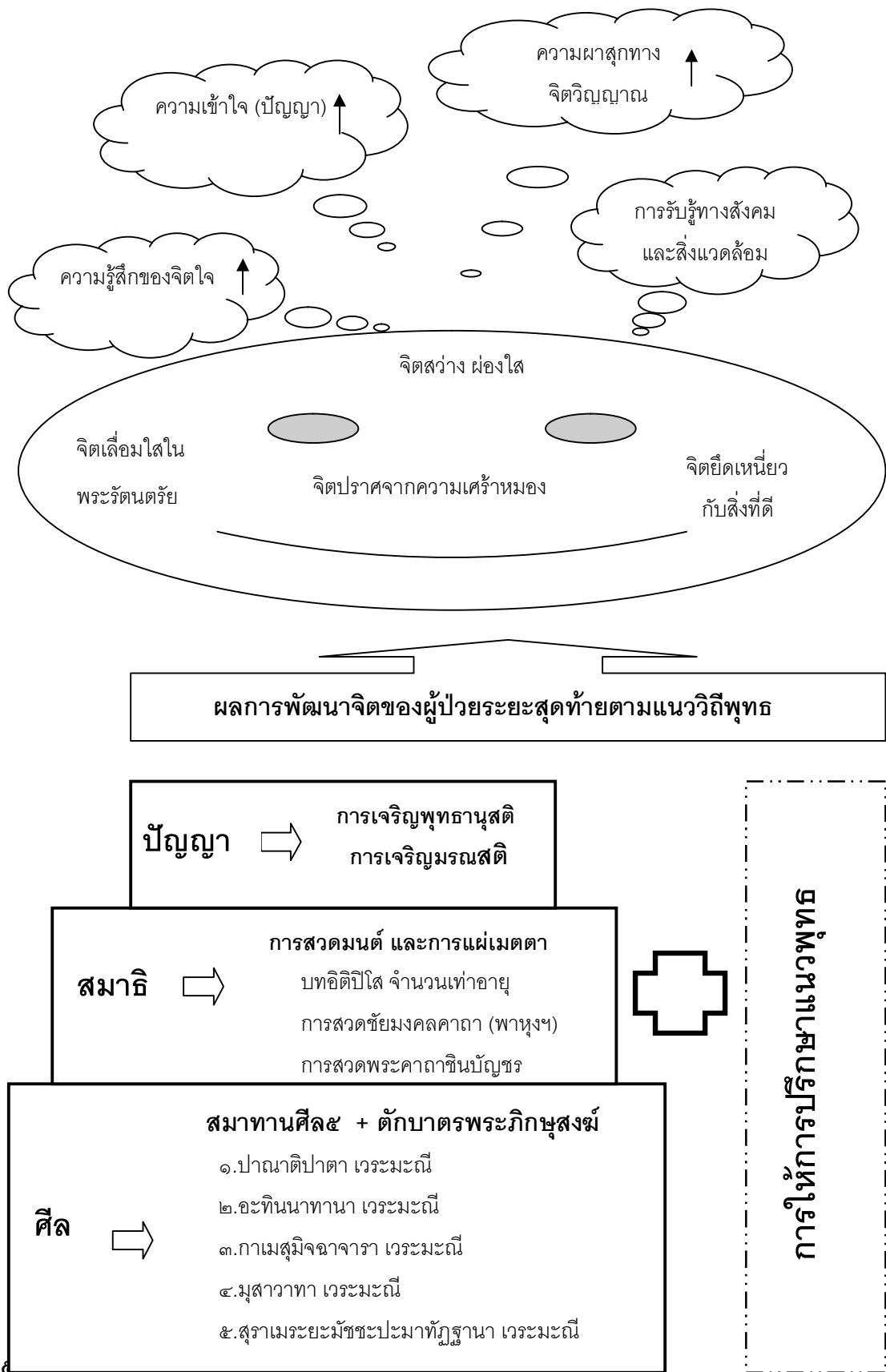
๑. ความรู้สึกของจิตใจพบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่คำนวณได้คือ ๐.๐๐

๒. ความเข้าใจ(ปัญญา)พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่คำนวณได้คือ ๐.๐๑

๓. การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า ไม่แตกต่างที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ

๔. ความผาสุกทางจิตวิญญาณ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่คำนวณได้คือ ๐.๐๑

สอดคล้องกับการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่กลัวความตาย การสวดมนต์ ทำให้ผู้ป่วยมีสีหน้าสว่าง ผ่องใส ความเป็นห่วงบุตรหลานและหงุดหงิดคลายลง การภาวนาพุทโธ ทำให้มีความสงบ อาการปวดบรรเทาลง จิตใจมีสมาธิมากขึ้น การพูดคุยถึงบุญกุศลที่เคยทำมา มีความปรารถนาจะทำบุญกุศลตลอดไป ทำให้มีความสุข การพูดคำไพเราะ “ชวนคุณมะเร็งมาสวดมนต์ด้วยกัน” และแม่เมตตาแสดงว่าจิตใจมีเมตตา การมีความตั้งใจมากในการทำบุญ ถวายสังฆทาน มีจิตจดจ่ออยู่กับการสวดมนต์ นำมาซึ่งความสุขใจ การระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ตลอด แล้วหลับสบาย รู้สึกสุขกายสุขใจ แสดงถึงความเลื่อมใสในพระรัตนตรัย ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ในโครงการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี



แผนภาพที่ ๔.๑ แสดงชุดกิจกรรมและผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผลการพัฒนาคิดของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมและชุดกิจกรรมตามแนววิถีพุทธที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อเสนอรูปแบบ(Model)การพัฒนาคิดของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ๓) เพื่อศึกษาผลการพัฒนาคิดของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ เพื่อให้ผู้ป่วยระยะสุดท้าย คลายทุกข์ ปลดปล่อยวาง สว่าง ผ่องใส ผู้วิจัยขอสรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะข้อมูลดังต่อไปนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๒ อภิปรายผลงานวิจัย

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

ในการวิจัยเรื่องผลการพัฒนาคิดของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ : กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

กระบวนการวิจัยเพื่อบรรลุมุ่งวัตถุประสงค์ข้อที่ ๑ อาศัยการวิจัยเชิงเอกสารเพื่อรวบรวมและวิเคราะห์ หลักพุทธธรรมและชุดกิจกรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ในคัมภีร์อรรถกถา ฎีกา และอนุฎีกา หลักการแนวคิดทฤษฎีการให้การปรึกษา เอกสารตำรา งานวิทยานิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและความตาย

กระบวนการวิจัยเพื่อบรรลุมุ่งวัตถุประสงค์ข้อที่ ๒ อาศัยการวิจัยและวิเคราะห์แนวทางสร้างชุดกิจกรรม (Model) เพื่อนำไปปฏิบัติรวมกับการให้การปรึกษาแนวพุทธ โดยใช้กระบวนการสังเกต การสัมภาษณ์ การบันทึกพฤติกรรมของผู้ป่วย

กระบวนการวิจัยเพื่อบรรลุมุ่งวัตถุประสงค์ข้อที่ ๓ อาศัยการวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi-experimental research) ที่มีการประเมินก่อนและหลังการทดลอง (pretest posttest design) จำนวน ๑๐ ราย จากนั้นทำการประเมินก่อนการทดลอง (t1) แล้วมีการจัดกระทำ (x) กับกลุ่ม

ตัวอย่าง เป็นระยะเวลาต่อเนื่อง ๗ วัน ๆ ละ ๑ ชั่วโมง รวมระยะเวลาในการทำกิจกรรม ๗ วัน แล้วทำการประเมินหลังการทดลอง (t2) ด้วยเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินอย่างเดียวกันกับการประเมินก่อนการทดลอง แล้วนำผลการประเมินมาทำการวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานแล้ว อภิปรายผลเพื่อหาคำตอบผลของการเปรียบเทียบในการวิจัย

๑) ประชากร (Population) ได้แก่ ผู้ป่วยโรคมะเร็งชนิดต่าง ๆ ผู้ป่วยโรคไตวายระยะสุดท้าย และโรคเรื้อรังอื่น ๆ ของโรงพยาบาลท่ามาย จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งได้รับการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) โดยที่ผู้ป่วยนับถือศาสนาพุทธ มีความศรัทธาในพระรัตนตรัย และมีการประกอบกิจกรรมตามแนววิถีพุทธ เช่นการสวดมนต์ การทำบุญตักบาตร การฟังธรรม เป็นต้น

๒) กลุ่มตัวอย่าง (Sample) ได้แก่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโครงการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ของโรงพยาบาลท่ามาย จังหวัดเพชรบุรี จำนวน ๑๐ ราย ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย ในช่วงเวลาตั้งแต่ เดือนมกราคม ๒๕๕๖ ถึง เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๕๖

การดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองโดยแบ่งเป็น ๔ ระยะ ดังนี้

ระยะที่ ๑ ระยะที่ทำการทดสอบก่อนอบรม (pretest) กลุ่มทดลอง โดยใช้แบบสอบถามงานวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐาน แบบประเมินความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ (ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม แบบประเมินความผาสุกทางจิตวิญญาณ และแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ระยะที่ ๒ ดำเนินชุดกิจกรรม โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม ร่วมกับผู้ป่วยและญาติ จากนั้นแนะนำให้ผู้ป่วยและญาติ ปฏิบัติกิจกรรมทุกวัน ๆ ละ ๖๐ นาที เป็นเวลา ๗ วัน (ดังแสดงไว้ในตารางที่ ๓.๒ แสดงรูปแบบของชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ)

ระยะที่ ๓ หลังจากครบ ๗ วันแล้ว ทำการทดสอบหลังใช้ชุดกิจกรรม (posttest) โดยใช้แบบสอบถามซึ่งเป็นชุดเดียวกับที่ใช้ทดสอบก่อนการใช้ชุดกิจกรรม (pretest)

ระยะที่ ๔ นำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามงานวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ มาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติต่อไป

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปตามวัตถุประสงค์โดยแบ่งเป็น ๔ ตอนดังนี้

ตอนที่ ๑ สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ป่วย ที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โรงพยาบาลท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี เมื่อจำแนกเป็นรายบุคคลคิดเป็นร้อยละ (percentage)

ด้านเพศ พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน ๖ คน คิดเป็น ร้อยละ ๖๐.๐ และเพศหญิง จำนวน ๔ คน คิดเป็น ร้อยละ ๔๐.๐ ตามลำดับ

ด้านอายุ พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ อายุ ๔๑ – ๕๐ ปี ซึ่งเท่ากับอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๓ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๐.๐ และอายุ ๕๑-๖๐ ปี ซึ่งเท่ากับอายุ ๖๑-๗๐ ปี จำนวน ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๐.๐ ตามลำดับ

ด้านระดับการศึกษา พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน ๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๗๐.๐ มีการศึกษาระดับมัธยม จำนวน ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๒๐.๐ ระดับต่ำกว่าประถม จำนวน ๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๐.๐ตามลำดับ

การวินิจฉัยโรค พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ป่วยเป็นโรคมะเร็ง จำนวน ๗ คน คิดเป็น ร้อยละ ๗๐.๐ ป่วยเป็นโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย จำนวน ๓ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๐.๐ ตามลำดับ

ระยะเวลาเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่มีระยะเวลาป่วย ๐-๑ ปี จำนวน ๔ คน ซึ่งเท่ากับระยะเวลาป่วย ๒-๓ ปี คิดเป็น ร้อยละ ๔๐.๐ และมีระยะเวลาป่วย ๔-๕ ปี จำนวน ๑ คน ซึ่งเท่ากับระยะเวลาป่วย ๖ ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๐ ตามลำดับ

ระยะเวลาของการเจ็บป่วยระยะสุดท้าย พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ผู้ป่วยมีการเจ็บป่วยระยะสุดท้าย ๑ เดือน จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๐.๐ เจ็บป่วยระยะสุดท้าย ๒ เดือน จำนวน ๒ คน ซึ่งเท่ากับเจ็บป่วยระยะสุดท้าย ๔ เดือน คิดเป็น ร้อยละ ๒๐.๐ เจ็บป่วยระยะสุดท้าย ๖ เดือน จำนวน ๑ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๐.๐ ตามลำดับ

ระดับความรู้สึกตัว พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ทั้งหมดรู้สึกตัวดี การรับรู้ปกติ พุดคุยรู้เรื่อง จำนวน ๑๐ คน คิดเป็น ร้อยละ ๑๐๐.๐

การช่วยเหลือตนเอง พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่ช่วยเหลือตนเองได้ดี จำนวน ๕ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๐.๐ ลูกเดิน ช่วยเหลือตนเองได้บริเวณข้างเตียง จำนวน ๓ คน คิดเป็น ร้อยละ ๓๐.๐ ลูกนั่ง ช่วยเหลือตนเองได้บนเตียง จำนวน ๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๐.๐ ตามลำดับ

การรับประทานอาหาร พบว่า ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลอง ส่วนใหญ่รับประทานอาหารได้น้อย จำนวน ๖ คน คิดเป็น ร้อยละ ๖๐.๐ รับประทานอาหารได้เป็นปกติ จำนวน ๔ คน คิดเป็น ร้อยละ ๔๐.๐ ตามลำดับ

ตอนที่ ๒ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **ก่อนการทดลอง**ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ พบว่า

คะแนนเฉลี่ยด้านความรู้สึกของจิตใจของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **ก่อนการทดลอง**ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ค่าเฉลี่ย ๓.๒๓ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๓๖ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า การสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ มีค่าเฉลี่ย ๔.๒๐ อยู่ในระดับมาก เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ขณะนี้ท่านรู้สึกหงุดหงิด เป็นอันดับที่ ๒ และท่านเป็นห่วงคนที่ท่านรัก อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านรู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น ค่าเฉลี่ย ๒.๕๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๓๕ เป็นอันดับสุดท้ายตามลำดับ

คะแนนเฉลี่ยด้านความเข้าใจ(ปัญญา) ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **ก่อนการทดลอง**ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ค่าเฉลี่ย ๓.๗๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๐๙ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ท่านต้องการให้อภัยคนที่เคยล่วงเกินท่าน มีค่าเฉลี่ย ๔.๑๐ อยู่ในระดับมาก เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านต้องการพึ่งธรรม เพื่อให้พบแสงสว่างแห่งชีวิต เป็นอันดับที่ ๒ และท่านต้องการให้ชีวิตที่เหลืออยู่เพื่อการปฏิบัติธรรม อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านต้องการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ค่าเฉลี่ย ๓.๒๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๐๓ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

คะแนนเฉลี่ยด้านการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **ก่อนการทดลอง**ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ใน

ระดับ มาก ค่าเฉลี่ย ๓.๖๕ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๑ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า หมู่ญาติของท่านมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีค่าเฉลี่ย ๔.๔๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านได้พักผ่อนในที่ที่สงบ เป็นอันดับที่ ๒ และการจัดสภาพภายในห้องเหมาะสม อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านต้องการให้มีคนมาเยี่ยมเพื่อให้กำลังใจ ค่าเฉลี่ย ๒.๑๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๘๘ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

ตอนที่ ๓ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **ก่อนการทดลอง** ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธพบว่า คะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย ๔.๔๗ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๓๙

เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า การเกิด ความตาย เป็นเรื่องธรรมดา หนีไม่พ้น และการทำความดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่งความสุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๔.๙๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านมีความศรัทธาที่มั่นคงในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และท่านรู้สึกเป็นสุขใจเมื่อระลึกถึงบุญกุศล ที่ท่านทำไว้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๔.๘๐ ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๓

ส่วนข้อคำถามที่ได้คะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด ได้แก่ สภาวะจิตของท่านปราศจากสิ่งเศร้าหมอง ท่านคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย ท่านขอถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งสูงสุด มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๔.๑๐ ในระดับ มาก ส่วนข้อคำถาม ท่านรู้สึกว่าจิตของท่านมีความสงบ ค่าเฉลี่ย ๔.๐๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๗ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

ตอนที่ ๔ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **หลังการทดลอง** ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ พบว่า

คะแนนเฉลี่ยด้านความรู้สึกของจิตใจ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **หลังการทดลอง** ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ น้อย ค่าเฉลี่ย ๒.๒๓ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๔ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า การสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ มีค่าเฉลี่ย ๔.๕๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านรู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น และท่านเป็นห่วงคนที่ท่านรัก อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถามขณะนี้ท่านรู้สึกหงุดหงิด ค่าเฉลี่ย ๑.๒๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๓ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

คะแนนเฉลี่ยด้านความเข้าใจ(ปัญญา) ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **หลังการทดลอง** ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มากที่สุด ค่าเฉลี่ย ๔.๒๘ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๗ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ท่านต้องการให้อภัยคนที่เคยล่วงเกินท่าน มีค่าเฉลี่ย ๔.๗๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านต้องการพึ่งธรรม เพื่อให้พบแสงสว่างแห่งชีวิต เป็นอันดับที่ ๒ และท่านต้องการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านต้องการให้ชีวิตที่เหลืออยู่เพื่อการปฏิบัติธรรมค่าเฉลี่ย ๓.๙๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๘๘ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

คะแนนเฉลี่ยด้านการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **หลังการทดลอง** ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ค่าเฉลี่ย ๓.๗๓ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๕๕ เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า หมูญาติของท่าน มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีค่าเฉลี่ย ๔.๔๐ อยู่ในระดับมาก เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ ท่านได้พักผ่อนในที่ที่สงบ เป็นอันดับที่ ๒ และการจัดสภาพภายในห้องเหมาะสม อยู่ในอันดับที่ ๓ ส่วนข้อคำถาม ท่านต้องการให้มีคนมาเยี่ยมเพื่อให้กำลังใจ ค่าเฉลี่ย ๒.๑๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๘๘ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

ตอนที่ ๕ วิเคราะห์ข้อมูลคะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย **หลังการทดลอง** ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ พบว่า คะแนนเฉลี่ยความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย ๔.๗๓ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๒๙

เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ท่านไม่รู้สึกลัวความตายที่จะมาถึงในไม่ช้า และการทำความดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่งความสุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๕.๐๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ รองลงมา ได้แก่ การเกิด ความตาย เป็นเรื่องธรรมดา หนีไม่พ้น ท่านมีความศรัทธาที่มั่นคงในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และท่านรู้สึกเป็นสุขใจเมื่อระลึกถึงบุญกุศล ที่ท่านทำไว้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๔.๙๐ ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๓

ส่วนข้อคำถามที่ได้คะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด ได้แก่ การเจริญภาวนา ทำให้เกิดบุญกุศล มีค่าเฉลี่ย ๔.๕๐ ในระดับ มากที่สุด ส่วนข้อคำถาม ท่านคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย ค่าเฉลี่ย ๔.๔๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๗๐ เป็นอันดับสุดท้าย ตามลำดับ

ตอนที่ ๖ วิเคราะห์เปรียบเทียบข้อมูลคะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน P- Value ด้านความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ความผาสุกทาง

จิตวิญญาณ ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ พบว่า

ความรู้สึกของจิตใจ ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ขณะที่ระดับนัยสำคัญที่คำนวณได้คือ ๐.๐๐ ซึ่ง ๐.๐๐ น้อยกว่า ๐.๐๑ จึงปฏิเสธสมมติฐานกล่าวอีกนัยหนึ่งความรู้สึกของจิตใจ เมื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ความรู้สึกของจิตใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๐

ด้านความเข้าใจ(ปัญญา) ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ขณะที่ระดับนัยสำคัญที่คำนวณได้คือ ๐.๐๑ ซึ่งเท่ากัน จึงปฏิเสธสมมติฐานกล่าวอีกนัยหนึ่ง ความเข้าใจ(ปัญญา) เมื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ความเข้าใจ(ปัญญา) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๑

การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ขณะที่ระดับนัยสำคัญที่คำนวณได้คือ ๐.๑๙ ซึ่ง ๐.๑๙ มากกว่า ๐.๐๑ จึงไม่ปฏิเสธสมมติฐานกล่าวอีกนัยหนึ่งการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม เมื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ไม่แตกต่างที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ

ความผาสุกทางจิตวิญญาณ ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ขณะที่ระดับนัยสำคัญที่คำนวณได้คือ ๐.๐๑ ซึ่ง เท่ากัน จึงปฏิเสธสมมติฐานกล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ ความผาสุกทางจิตวิญญาณ ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๑

ตอนที่ ๗ วิเคราะห์แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่กลัวความตาย, การสวดมนต์มีอันสงส์ ทำให้ผู้ป่วยที่มีสีหน้าเศร้าหมอง รู้สึกเป็นทุกข์ เป็นห่วงบุตร หลาน รู้สึกหงุดหงิด ไม่มีสมาธิ กลับมีสีหน้า สว่าง ผ่องใส ดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๑, การภาวนาพุทโธ ทำให้มีความสงบ มีสมาธิมากขึ้น อาการปวดทุเลาลงนอนหลับได้ดีดังเช่นรายที่ ๑ และ รายที่ ๑๐, การพูดคุยถึงบุญกุศลที่เคยทำมา มีความปรารถนาจะทำบุญกุศลตลอดไป ทำให้มีความสุขดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๕, การพูดคำไพเราะ “ชวนคุณมะเร็ง มาสวดมนต์ด้วยกัน” และแม่เมตตาให้แสดงว่าจิตใจมีเมตตา กรุณา จิตจดจ่ออยู่กับการสวดมนต์นำมาซึ่งความสุขใจ ดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๖, ผู้ป่วยที่ชอบทำบุญมาก อยากทำบุญ ชอบสวดมนต์แม่เมตตาให้เจ้ากรรมนายเวร มีความตั้งใจมากในการทำบุญ ถวายสังฆทาน ระลึกถึงพระรัตนตรัยตลอด รู้สึกสุขกายสุขใจ แล้วหลับสบาย แสดงถึงความเลื่อมใสใน พระพุทธ พระธรรม

พระสงฆ์ ดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๗, การภาวนาพุทโธ เวลาปวดท้อง ภาวนาไปเรื่อย ๆ อาการปวดท้องจะบรรเทาลง ภาวนาพุทโธช่วยให้หายปวดได้ ขณะล้างไต(ซึ่งใช้เวลา 30 – 40 นาที ทำวันละ 4 ครั้ง) เวลาภาวนาพุทโธ จิตใจมีสมาธิมากขึ้น สงบขึ้น ดังเช่นผู้ป่วยรายที่ ๑๐

๕.๒ อภิปรายผลงานวิจัย

จากผลการวิจัยการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ พบว่า

ด้านความรู้สึกของจิตใจ คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง การสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ มีค่าเฉลี่ย ๔.๒๐ อยู่ในระดับมาก เป็นอันดับที่ ๑ หลังจากการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ปรากฏว่า การสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ **มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น ๔.๕๐** อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นอันดับที่ ๑ เป็นการยืนยันว่าการสวดมนต์ทำให้จิตใจสงบมากขึ้น เป็นที่น่าสังเกตว่า ก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ขณะนี้ท่านรู้สึกหงุดหงิด มีค่าเฉลี่ย ๓.๓๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๔๙ หลังจากการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ปรากฏว่า มีค่าเฉลี่ยลดลง ๑.๒๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๖๓ ท่านเป็นห่วงคนที่ท่านรัก มีค่าเฉลี่ย ๒.๙๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๑.๗๙ หลังจากการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ปรากฏว่า มีค่าเฉลี่ยลดลง ๑.๕๐ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๐.๗๑ เป็นการยืนยันว่าการสวดมนต์ทำให้หงุดหงิดและความเป็นห่วงคนที่รักลดลง เป็นการปล่อยวางทางจิตใจ

ด้านความเข้าใจ(ปัญญา) คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ท่านต้องการให้อภัย คนที่เคยล่วงเกินท่าน มีค่าเฉลี่ย ๔.๑๐ อยู่ในระดับมาก หลังจากการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ปรากฏว่า ท่านต้องการให้อภัย คนที่เคยล่วงเกินท่าน **มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น ๔.๗๐** อยู่ในระดับ มากที่สุด เป็นการยืนยันว่าหลังการใช้ชุดกิจกรรม ผู้ป่วยปล่อยวาง และต้องการให้อภัยมากขึ้น

ด้านการรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อม คะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก หมู่ญาติของท่าน มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีค่าเฉลี่ย ๔.๔๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด หลังจากการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ปรากฏว่าหมู่ญาติของท่าน มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีค่าเฉลี่ยเท่าเดิม ๔.๔๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด

ความผาสุกทางจิตวิญญาณ ค่ะแนชเฉลี่ยก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ โดยภาพรวมอยู่ในระดับ มากที่สุด การเกิด ความตาย เป็นเรื่องธรรมดา หนีไม่พ้น และการทำความดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่งความสุข มีค่าเฉลี่ย เท่ากันที่ ๔.๙๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด หลังจากการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ปรากฏว่า ท่านไม่รู้สึกร กลัวความตายที่จะมาถึงในไม่ช้า และการทำความดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่งความสุข มี ค่าเฉลี่ยเท่ากันที่ ๕.๐๐ อยู่ในระดับ มากที่สุด หมายความว่าหลังจากการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ผู้ป่วยระยะสุดท้ายไม่กลัวความตาย และเชื่อมั่นในการทำ ความดี ละความชั่ว

โดยภาพรวม เมื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อ พัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติ โดยหลังจาก ๗ วันแล้ว ณ ระดับนัยสำคัญที่ใช้ตัดสิน คือ ๐.๐๑ ความรู้สึกของจิตใจ พบว่า มีการพัฒนาสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่คำนวณได้คือ ๐.๐๐ ด้านความเข้าใจ(ปัญญา) พบว่า มีการพัฒนาสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่คำนวณได้คือ ๐.๐๑ และความผาสุกทางจิต วิญญาณมีการพัฒนาสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่คำนวณได้คือ ๐.๐๑ ส่วนการรับรู้ทาง สังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า ไม่แตกต่างที่ระดับนัยสำคัญ

สอดคล้องกับการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะ สุดท้าย พบว่า ผู้ป่วยส่วนใหญ่ไม่กลัวความตาย การสวดมนต์ ทำให้ผู้ป่วยที่มีสีหน้าเศร้าหมอง รู้สึกเป็นทุกข์ กลับมีสีหน้า สว่าง ผ่องใส ความเป็นห่วงหวน และรู้สึกหงุดหงิดคลายลง การ ภาวนาพุทโธ ทำให้มีความสงบ อាកปรอดบรรเทาหลง จิตใจมีสมาธิมากขึ้น การพูดคุยถึงบุญ กุศลที่เคยทำมา มีความปรารถนาจะทำบุญกุศลตลอดไป ทำให้มีความสุข การพูดคำไพเราะ “ ชวนคุณมะเร็งมาสวดมนต์ด้วยกัน” และแผ่เมตตาแสดงว่าจิตใจมีเมตตา กรุณา การชอบทำบุญ ความอยากทำบุญ ชอบสวดมนต์ การแผ่เมตตา มีจิตจดจ่ออยู่กับการสวดมนต์ นำมาซึ่งความสุข ใจ การระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ตลอด แล้วหลับสบาย รู้สึกสุขกายสุขใจ แสดงถึง ความเลื่อมใสในพระรัตนตรัย ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ในโครงการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าสาย อำเภอท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี

ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ ถือว่าเป็นกิจกรรมที่ ควรปฏิบัติอย่างยิ่งในระยะสุดท้ายของชีวิต คือการรักษาศีล เพื่อความปกติทางกาย การสวดมนต์ และแผ่เมตตา เพื่อให้จิตมีสมาธิ การภาวนาพุทโธ การระลึกถึงความตายที่ต้องมีมาถึงตนเป็น ธรรมดา ร่วมกับการให้การศึกษาแนวพุทธ ทำให้ผู้ป่วยเข้าใจธรรมชาติของชีวิตและความตาย คลายทุกข์ ปล่อยวาง สงบขึ้น มีสมาธิ สว่าง และผ่องใส

ปัจจุบันมีการประยุกต์การบำบัดโรคด้วยพุทธานุภาพในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ด้วยการเจริญพุทธานุสติ เพื่อให้ผู้ป่วยมีความมั่นคงในพระพุทธคุณว่า สามารถคุ้มครองตนได้ ร่วมกับการยอมรับความจริงและการจัดการกับสภาวะจิตที่เศร้าหมอง ด้วยการเจริญสมาธิ วิปัสสนากรรมฐานเพื่อดำรงความบริสุทธิ์ของจิต มีสติสัมปชัญญะสำรวจมรรควังไม่หวั่นไหวไปตาม การเปลี่ยนแปลงของโลกธรรม และการปรุงแต่งความคิดไปในทางลบ มีสมาธิในการเผชิญความ เจ็บป่วยและความตาย^๑ ซึ่งการวิจัยเรื่องผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรม ปรากฏว่าความรู้สึกของจิตใจ ด้านความเข้าใจ(ปัญญา) และความ ผาสุกทางจิตวิญญาณ พบว่า มีการพัฒนาสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่คำนวณได้คือ ๐.๐๐, ๐.๐๑ และ๐.๐๑ ตามลำดับ

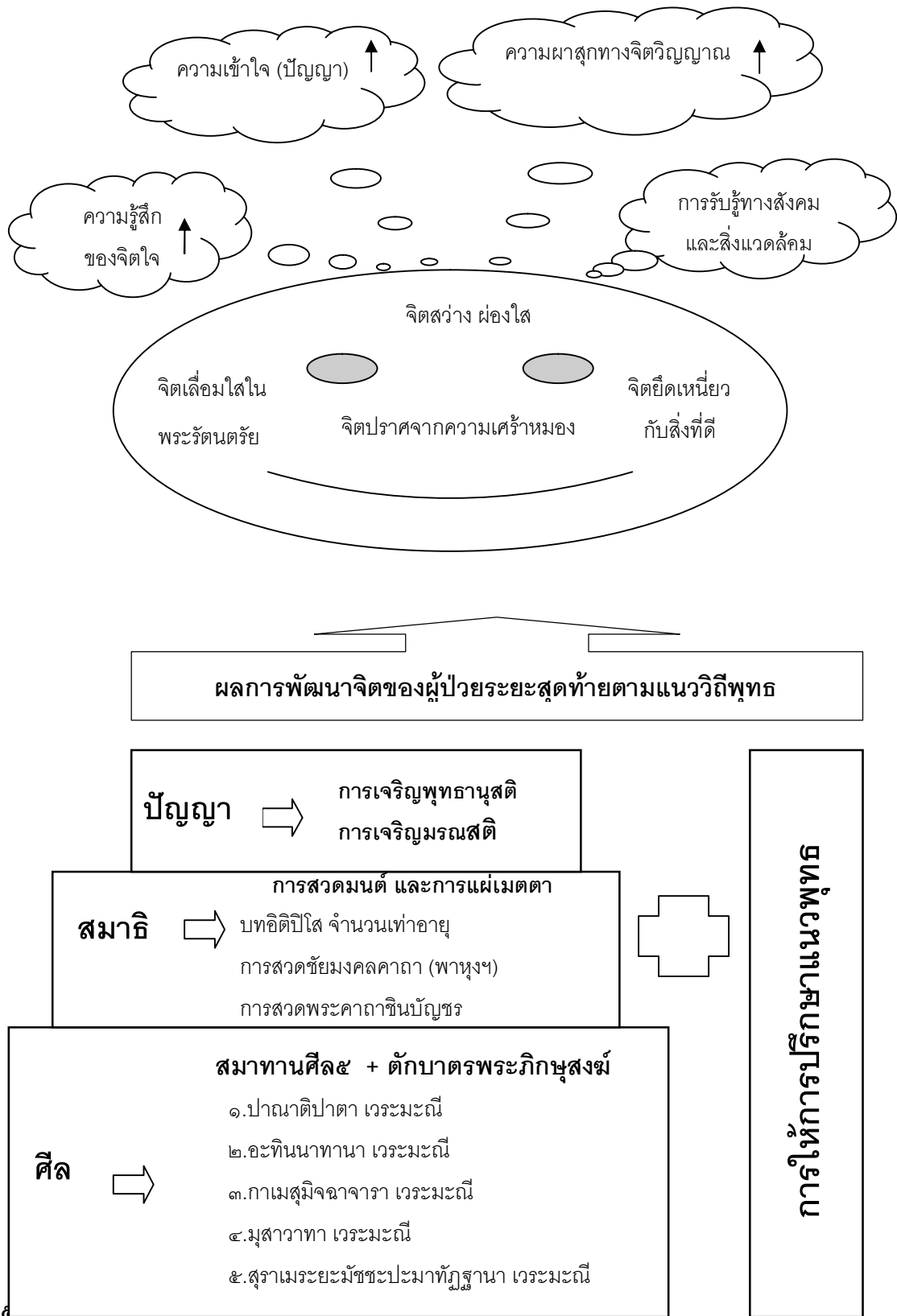
การปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ร่วมกับการให้การปรึกษาแนว พุทธ ในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย จะก่อประโยชน์ให้ผู้ป่วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กาญจนนา จิตต์วิวัฒน์ ได้กล่าวไว้ว่า การปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นลงได้กระทั่งจิตรู้สึกเป็นอิสระ จากสิ่งทั้งปวง ในช่วงเวลาขณะกำลังจะตาย มีสติสัมปชัญญะอยู่กับปัจจุบันขณะ จะสามารถ ยอมรับความตายได้ด้วยจิตที่กล้าหาญมั่นคง ประโยชน์นี้ย่อมทำให้ เราไม่ตกต่ำไปสู่อบายภูมิ เพราะจิตสุดท้ายที่จากไปดีจะมีพลังนำเราไปสู่ภพภูมิที่ดีอย่างแน่นอน^๒

สรุปว่าการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ จะช่วยให้ผู้ป่วยมีจิต ปราศจากความเศร้าหมอง ชุ่มมัว มีจิตยึดเหนี่ยวกับสิ่งที่ดี จิตใจผ่องใส สว่าง มีจิตเลื่อมใสใน พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ในเวลาที่ใกล้ตาย เวลานั้นกรรมเป็นอาสันนกรรม คือกรรมใกล้ตาย ฝ่ายดี เป็นอันหวังได้ว่าผู้ป่วยจะไปดี ดังพุทธพจน์ตรัสยืนยันว่า “จิตฺเต สงฺกิลฺกฺกุเสฺวสุคติ ปาฏิกงฺขา” แปลว่าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตเศร้าหมอง ก็มีหวังไปสู่สุคติภูมิอย่างแน่นอน “จิตฺเต อสงฺกิลฺกฺกุ เสฺวสุคติ ปาฏิกงฺขา” แปลว่าก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตผ่องใส ก็มีหวังไปสู่สุคติภูมิแน่นอน^๓

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **สภาวะองค์รวมแนวพุทธ**, (นนทบุรี : กรมการแพทย์แผน ไทย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๒๘.

^๒ กาญจนนา จิตต์วิวัฒน์, **การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับ วัชรยาน**, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๓๐.

^๓ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๓๘๒.



แผนภาพที่ ๕.๑ แสดงนวัตกรรมใหม่หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจิตผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

๑. การนำผลการวิจัยไปใช้ ควรมีการศึกษา วัตถุประสงค์ สาระสำคัญ และขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมให้มีความเข้าใจก่อนนำไปใช้ เพื่อประสิทธิภาพของงาน

๒. ควรดำเนินกิจกรรมกับกลุ่มผู้ป่วยที่มีอาการในระยะเริ่มต้น ไปก่อน เพื่อง่ายต่อการดำเนินกิจกรรมและง่ายต่อการจัดการ

๓. อุปกรณ์ / สถานที่ที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรม ผู้ที่นำกิจกรรมไปใช้ควรประยุกต์ใช้ ควรปรับให้เหมาะสมตามสถานที่และเงื่อนไขของสถานที่นั้นๆ

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรศึกษาวิจัยและการติดตามผลที่เกิดจากเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มตัวอย่างเป็นระยะ เพื่อปรับปรุงประสิทธิภาพของชุดกิจกรรมนี้ยิ่ง ๆ ขึ้น

๒. ควรมีการศึกษาและวิจัยในหัวข้อ ผลการพัฒนาบุคลิกภาพอารมณ์สุขที่ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย การประเมินผลโครงการเตรียมความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุขในวัยสูงอายุ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวานโดยโดยใช้หลักอริยสัจ ๔ เพื่อการเตรียมตัวตายที่ดี

๓. ควรมีการนำชุดกิจกรรมนี้ไปประยุกต์ใช้ให้เกิดการเผยแผ่มากยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources)

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**

กรุงเทพมหานคร : มหามหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Sources)

(๑) หนังสือ :

กิตติกร นิลมานัต. **การดูแลระยะสุดท้ายของชีวิต.** สงขลา : โรงพิมพ์ ออเรนจ์ มีเดีย, ๒๕๕๕.

ปฐม และภัทรา นิคมานนท์ (เรียบเรียง). **โครงการหนังสือบูรพาจารย์หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี.**

กรุงเทพมหานคร : บ.พี.เอ.ลิฟวิ่ง จำกัด, ๒๕๔๘.

ประเสริฐ เลิศสงวนสินชัยและคณะ. **การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย.** พิมพ์ครั้งที่ ๖.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์, ๒๕๕๒.

พระครูกัลยาณสิทธิวัฒน์ ผศ.(สมาน กุลยาณธมฺโม/พรหมอยู่). **ตายอย่างไรไปสวรรค์.**

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์.** พิมพ์ครั้งที่ ๖.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๑.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ).** พิมพ์ครั้งที่

๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่

๒๐. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **สุขภาพองค์รวมแนวพุทธ.** นนทบุรี :กรมการแพทย์แผน

ไทย, ๒๕๔๘.

พระมหาภูษิตชัย วชิรเมธี (ว. วชิรเมธี). **รู้ก่อนตายไม่เสียดายชาติเกิด.** พิมพ์ครั้งที่ ๑๕.

กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ปราวณ พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๓.

พระไพศาล วิสาโล. **เผชิญความตายอย่างสงบเล่ม ๒**. กรุงเทพมหานคร :

ห้างหุ้นส่วนสามลดา, ๒๕๕๒.

พระไพศาล วิสาโล. **เหนือความตาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ปรีนทีไอโซน จำกัด, ๒๕๕๔.

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธรรมมัตถสังคณีฎีกา**. ปริจเฉทที่ ๕ เล่มที่ ๒. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพยวิสุทธิ, ๒๕๕๑.

พระศาสนโสภณ(พิจิตร ฐิตวัฒน์โณ). **กฎแห่งกรรม**. นนทบุรี : สำนักพิมพ์กรีน-ปัญญาญาณ, ๒๕๕๓.

พุทธทาสภิกขุ, **บรรยายธรรมหัวข้อ “ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวใจ”** ที่ลานหินโค้งของสวนโมกขพลาราม เมื่อวันที่ ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๒.

พุทธทาสภิกขุ, **พุทธทาสธรรม (๑๔) “ความตาย”**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๔๘.

วศิน อินทสระ. **หลักกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๘. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมา, ๒๕๔๘.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส. **ปฐมสมโพธิกถา ฉบับแปล วัดพระเชตุพลวิมลมังคลาราม ราชวรมหาวิหาร จัดพิมพ์**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗.

แสวง บุญเฉลิมวิภาส. **ปาฐกถาเกียรติยศ สุมาลี นิมมานนิตย์ เรื่อง “ ประเด็นกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วยหนัก”**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ปรีนทีไอโซน จำกัด, ๒๕๕๔.

(๒) วิทยานิพนธ์ :

กาญจนา จิตต์วัฒน์. “การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

จันทิพา สุวรรณนพ. “การศึกษากระบวนการขัดเกลาการยอมรับความตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระณัฐกิตติ อนารโท. “ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร**

- บัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
พระมหานิรุต มนุตภาณี (ป๋องสัปดาห์). “การสร้างชุดกิจกรรมตามแนวทางเจริญมรณสติ เพื่อเตรียม
ความพร้อมที่จะเผชิญความตายอย่างสงบสุข”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร
มหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.
- พระมหาวันชัย ธรรมชโย (ช่วงลำโรง). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องความตาย ตามทัศนะของพุทธ
ทาสภิกขุ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา.**
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.
- พระมหาสมศักดิ์ อติเมโธ. “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องวิธีชนะความตายของพุทธทาสภิกขุ”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย.
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.
- พระอธิการไพศาล กิตติภทโท. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ เรื่อง การประยุกต์ใช้พุทธปรัชญาใน การ
บำรุงรักษาจิตผู้ป่วย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย :
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.
- ลดารัตน์ สานันท์. “ภาวะธรรมทัศน์ในวัยสูงอายุและการเตรียมตัวเกี่ยวกับความตายของ
ผู้สูงอายุ”. **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาล
ผู้สูงอายุ.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕.
- สรัญญา กุมพล. “การดูแลสุขภาพของครอบครัวในผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบมีส่วนร่วมตามแนววิถีพุทธ
ในบริบทวัฒนธรรมอีสาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
๒๕๕๔.
- สุวรรณณ์ แนวจำปา. “การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายใกล้ตายเชิงพุทธบูรณาการ”. **วิทยานิพนธ์พุทธ
ศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

๒.ภาษาอังกฤษ

- Bokar Rinpoche. *Death and the Art of Dying in Tibetan Buddhism.* second printing.
California: Clear Point Press, 2001.
- Harvey, Peter. (1995) *The Selfless Mind : Personality, Consciousness and Nirvana in
Early Buddhism.* London, Curzon Press.

Hinton, John . **Dying**. England : Clays Ltd, 1990.

His Holiness The Dalai Lama, Tenzin Gyatso. **Advice on Dying And Living a Better Life**.
translated by Jeffrey Hopkins. third published. Sydney : Random House
Australia (Pty) limited, 2004.

Kübler-Ross, Elizabeth, M.D. **Questions and Answers on Death and Dying**. New York:.
Macmillan, 1974.

Levine, Stephen. **Who Dies**. 2nd ed. New York : Anchor Press, 1989.

Rao, Narayam S., **Counseling Psychology**, New Deli : Tata McGraw-Hill.

Roger, C.R., **Psychotherapy and Personality Change**, Chicago : University Press, 1967.

Sogyal Rinpoche. **The Tibetan Book of Living and Dying**. New York: Harper Collins
Publishers, NY 10022, 1992.

Strong, John S. **The Buddha**. Oxford : Oneworld Publication, 2002.

Thurman, Robert A.F. **The Tibetan Book of the Dead**. New York : Bantam Doubleday Dell
Publishing Group, Inc., 1994.

๓. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ :

http://www.blogspot.com/2010/01/blog-post_5146.html (เข้าถึงวันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๕)

http://www.vitheebuddha.com/main.php?url=news_view&id...C (เข้าถึงวันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๕)

ภาคผนวก ข

แบบประเมินความพร้อมของผู้ป่วยในการเข้าร่วมโครงการ

คำชี้แจง แบบสอบถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงความเลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัย อันได้แก่ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ซึ่งเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวในการทำความดี การระลึกถึง บุญกุศลของผู้ป่วย ทั้งในรูปของความเชื่อ ความศรัทธา และพฤติกรรม คำถามเป็นคำถาม ปลายเปิด มี ๒ ตัวเลือก ขอให้ท่านเลือกเพียงคำตอบเดียว โดยขีดเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทาง ขวามือที่ตรงกับข้อคำถามนั้น ๆ กรุณาตอบทุกข้อ การเลือกตอบให้ถือเกณฑ์ดังนี้

ใช่ หมายถึง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความในคำถามนั้นถูกต้อง

ไม่ใช่ หมายถึง เมื่อท่านเห็นว่าข้อความในคำถามนั้นไม่ถูกต้อง

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
๑. ท่านเชื่อว่าพระพุทธเจ้ามีจริง
๒. ท่านเชื่อมั่นในคำสอนของพระพุทธองค์
๓. ท่านชอบทำบุญตักบาตร ฟังพระสวดมนต์ ถวายสังฆทาน เมื่อมีโอกาส
๔. ท่านชอบสวดมนต์ ไหว้พระ เป็นประจำ
๕. ท่านเชื่อว่าการสวดมนต์ ทำให้จิตใจสงบ เกิดสมาธิ เป็นบุญกุศล
๕. ท่านเชื่อว่าการทำบุญ ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา นำความสุขมาให้
๖. ท่านเชื่อว่าการแผ่เมตตา การอุทิศส่วนบุญ ทำให้มีความสุขและพ้นจากทุกข์
๗. ขณะนี้ท่านป่วยหนัก ท่านอยากจะทำบุญ รักษาศีล สวดมนต์ ภาวนา
๘. ท่านเชื่อเรื่องกฎแห่งกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด
๙. ทุกคนล้วนมีความตายเป็นธรรมดา แต่มักกลัวความทุกข์ทรมานก่อนตาย
๑๐. ท่านสนใจอยากเข้าร่วมกิจกรรมตามแนววิถีพุทธ เพื่อพัฒนาจิต

แบบสอบถามงานวิจัย

เรื่อง

ผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าสาย

อำเภอท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี

คำชี้แจงสำหรับผู้ตอบแบบสอบถาม

๑. การศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลการพัฒนาจิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ กรณีศึกษาการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลท่าสาย อำเภอท่าสาย จังหวัดเพชรบุรี

๒. แบบสอบถามมีทั้งหมด ๗ หน้า แบ่งออกเป็น ๔ ส่วน คือ

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา เป็นต้น ลักษณะของคำถามเป็นแบบเลือกตอบ (checklists) และ / หรือเติมคำลงในช่องว่างที่กำหนด

ส่วนที่ ๒ แบบประเมินความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้สังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

ส่วนที่ ๓ แบบประเมินความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนววิถีพุทธ

ส่วนที่ ๔ แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยระยะสุดท้าย เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ

นางสาว กุล โพธิ์ทอง

หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาชีวิตและความตาย

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๕๕

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลพื้นฐาน เกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับสถานะของท่าน

หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่กำหนด

๑. เพศ ชาย หญิง
๒. อายุ ปี
๓. ระดับการศึกษาขั้นสูงสุดที่สำเร็จการศึกษา
 ต่ำกว่าประถม ประถม มัธยม ปริญญาตรี อื่นๆ โปรดระบุ
๔. อาชีพที่ท่านประกอบในปัจจุบัน
 ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ พนักงานบริษัทเอกชน ค้าขาย
 เกษตรกร ทำไร่ ทำนา รับจ้างทั่วไป อื่นๆ โปรดระบุ
๕. การวินิจฉัยโรค.....
๖. ระยะเวลาที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ปี
๗. ระยะเวลาของการเจ็บป่วยระยะสุดท้าย เดือน
๘. ระดับความรู้สึกตัว
 สับสน หลงลืมเป็นบางครั้ง
 รู้สึกตัวดี มีการรับรู้ปกติ พูดคุยรู้เรื่อง
๙. การช่วยเหลือตนเอง
 ลูกนั่ง ช่วยเหลือตนเองได้บนเตียง
 ลูกเดิน ช่วยเหลือตนเองได้บริเวณข้างเตียง
 ช่วยเหลือตนเองได้ดี
๑๐. การรับประทานอาหาร
 ให้อาหารทางสายยาง
 รับประทานอาหารได้น้อย
 รับประทานอาหารได้เป็นปกติ
๑๑. อาการเจ็บป่วยในปัจจุบัน

.....

**ส่วนที่ ๒ แบบประเมินความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา) การรับรู้สังคมและ
สิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย**

คำชี้แจง แบบประเมินประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับความรู้สึกของจิตใจ ความเข้าใจ(ปัญญา)

การรับรู้ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

การตอบแบบสัมภาษณ์	ผู้ป่วยฟังคำถามจากผู้วิจัยและโปรดพิจารณาว่า ท่านมี ความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ มากน้อยเพียงใด โดยผู้ทำวิจัยจะเป็นผู้ทำเครื่องหมาย (/) ที่ตรงกับสภาวะของท่านมากที่สุดตามเกณฑ์ ดังนี้
มากที่สุด	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความ ดังกล่าว ในระดับ มากที่สุด
มาก	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความ ดังกล่าว ในระดับ มาก
ปานกลาง	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความ ดังกล่าว ในระดับ ปานกลาง
น้อย	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความ ดังกล่าว ในระดับ น้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ / มีการรับรู้ เช่นเดียวกับข้อความ ดังกล่าว ในระดับ น้อยที่สุด

ลำดับ	ข้อความถาม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	ความรู้สึกของจิตใจ					
๑.	ขณะนี้ท่านรู้สึกหงุดหงิด					
๒.	ท่านรู้สึกเป็นภาระของผู้อื่น					
๓.	ท่านเป็นห่วงคนที่ท่านรัก					
๔.	การสวดมนต์ ทำให้จิตใจของท่านสงบ					
	ความเข้าใจ(ปัญญา)					
๕.	ท่านต้องการให้อภัย คนที่เคยล่วงเกินท่าน					
๖.	ท่านต้องการหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด					
๗.	ท่านต้องการใช้ชีวิตที่เหลืออยู่เพื่อการปฏิบัติธรรม					
๘.	ท่านต้องการฟังธรรม เพื่อให้พบแสงสว่างแห่งชีวิต					
	การรับรู้สังคมและสิ่งแวดล้อม					
๙.	ท่านต้องการให้มีคนมาเยี่ยมเพื่อให้กำลังใจ					
๑๐.	หมู่ญาติของท่าน มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน					
๑๑.	ท่านได้พักผ่อนในที่ที่สงบ					
๑๒.	การจัดสภาพภายในห้องเหมาะสม					

ส่วนที่ ๓ **แบบประเมินความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตามแนว
วิถีพุทธ**

คำชี้แจง ข้อความต่อไปนี้เป็นข้อความเกี่ยวกับความรู้สึก และความเข้าใจในธรรมชาติของ
ชีวิตและความตาย คุณค่าของชีวิต เป้าหมายของชีวิต ความเชื่อ ความศรัทธา
ในพระพุทธศาสนา การยอมรับการเปลี่ยนแปลง การยอมรับความตาย
และการเตรียมพร้อมต่อความตาย เป็นต้น

โปรดทำเครื่องหมาย (/) ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด ตามเกณฑ์ดังนี้

มากที่สุด หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าว ในระดับ
มากที่สุด

มาก หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าว ในระดับ
มาก

ปานกลาง หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าว ในระดับ
ปานกลาง

น้อย หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าว ในระดับ
น้อย

น้อยที่สุด หมายถึง ท่านมีความรู้สึก / มีความเข้าใจ เช่นเดียวกับข้อความดังกล่าว ในระดับ
น้อยที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า					
๒.	การเกิด ความตาย เป็นเรื่องธรรมดา หนีไม่พ้น					
๓.	วันเวลาที่เหลืออยู่นี้ มีคุณค่าต่อชีวิตของท่าน					
๔.	สภาวะจิตของท่านปราศจากสิ่งเศร้าหมอง					
๕.	ท่านมีพลังในการเผชิญกับความเจ็บป่วย					

ลำดับ	ข้อความ	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
๖.	ท่านไม่รู้สึกกลัวความตายที่จะมาถึงในไม่ช้า					
๗.	ท่านมีความศรัทธาที่มั่นคงในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์					
๘.	ท่านรู้สึกเป็นสุขใจเมื่อระลึกถึงบุญกุศล ที่ท่าน ทำได้					
๙.	การทำความดี ละความชั่ว ย่อมนำมาซึ่ง ความสุข					
๑๐.	ท่านคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลาย					
๑๑.	การเจริญภาวนา ทำให้เกิดบุญกุศล					
๑๒.	ท่านมีความสุขเมื่อได้ประกอบพิธีกรรมทาง พระพุทธศาสนา					
๑๓.	ท่านเตรียมพร้อมยอมรับความตายอยู่เสมอ					
๑๔.	ท่านรู้สึกว่าจิตของท่านมีความสงบ					
๑๕.	ท่านขอถึงพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งสูงสุด					

**ส่วนที่ ๔ แบบสัมภาษณ์ผู้ป่วยระยะสุดท้าย เกี่ยวกับความผาสุกทางจิตวิญญาณ
ตามแนววิถีพุทธ**

คำชี้แจง คำถามต่อไปนี้ เป็นคำถามปลายเปิดที่ต้องการประเมินความผาสุกทางจิต
วิญญาณของผู้ป่วย ในช่วงก่อน ระหว่าง เสริมสิ้นกิจกรรม โดยให้ผู้ป่วยอธิบาย
ความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง ตามแนวคำถามต่อไปนี้

๑. ท่านรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองที่ประสบความสำเร็จในชีวิต ด้านใดบ้าง อย่างไร

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

๒. ขณะนี้ท่านรู้สึกพอใจใจของท่านมีความสุข สงบหรือไม่ อย่างไร

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

๓. ท่านมีเป้าหมายในระยะสุดท้ายของชีวิตอย่างไร

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

๔. ท่านรู้สึกกลัวต่อความตายหรือไม่ และเตรียมพร้อมที่จะรับมืออย่างไร

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

ขอขอบคุณท่านเป็นอย่างสูงที่ท่านกรุณาให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามนี้

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ** : นางสาวกุล โพธิ์ทอง
- เกิด** : วันพฤหัสบดี ที่ ๖ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๐๘
- สถานที่เกิด** : ๑๔/๑ หมู่ ๒ ตำบลหนองจอก อำเภอท่าทราย จังหวัดเพชรบุรี
- การศึกษา** : พ.ศ. ๒๕๓๒ จบประกาศนียบัตร พยาบาลศาสตร์และผดุงครรภ์
ชั้นสูง จากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครุงเทพ
- ประสบการณ์การทำงาน** : ปี พ.ศ. ๒๕๓๒ – ปัจจุบัน
ปฏิบัติงานโรงพยาบาลท่าทราย อำเภอท่าทราย จังหวัดเพชรบุรี
- หน้าที่** : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ทำหน้าที่ส่งเสริม ป้องกัน รักษาโรค
และฟื้นฟู สมรรถภาพผู้ป่วย ตรวจและรักษาโรคเบื้องต้น จัดการ
เรียนการสอนพยาบาลในคลินิก
- ปีที่เข้าศึกษา** : พ.ศ. ๒๕๕๔
- ปีที่สำเร็จการศึกษา** : พ.ศ. ๒๕๕๖
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : เลขที่ ๙๗ หมู่ ๑๔ ตำบลหนองจอก อำเภอท่าทราย จังหวัดเพชรบุรี
- เบอร์โทรศัพท์** : ๐๘๙ - ๕๑๓๕๕๓๕
- E-mail** : koonmcu@hotmail.com