

การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

สิริกาญจน์ มหากิจสิริภักดี

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๗

การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

สิริกาญจน์ มหากิจสิริภักดี

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๗

APPLICATION OF FOUR NOBLE TRUTHS, IN PREPARATION BEFORE DEATH FOR END-STAGE CANCER PATIENTS AT BANFANG HOSPITAL, BANFANG DISTRICT, KHON KAEN PRAVINCE

SIRIKAN MAHAKITSIRIPHAKDEE

A THESISE SUBMITTED IN FULFILLMENT FO THE REQUIREMENTS
FOR THE MASTER DEGREE OF ARTS
GRADUATE SCHOOL
MAHAMAKUT BUDDHIST UNIVERSITY
2024

หัวข้อวิทยานิพนธ์	:	**การประยุกต์ใช้อริยสัจ 4 ในการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น**
ชื่อนักศึกษา	:	**สิริกาญจน์ มหากิจสิริภักดี**
ชื่อปริญญา	:	**ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**
สาขาวิชา	:	**พุทธศาสนาและปรัชญา**
ปีพุทธศักราช	:	**2567**
อาจารย์ที่ปรึกษา	:	**ดร.ประชัน ชะชิกุล**

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศาสนศาสตมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย .....
(พระสุทธิสารเมธี, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ :

ประธานกรรมการ .....
(พระสุทธิสารเมธี, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.)

กรรมการ (อาจารย์ที่ปรึกษา) .....
(ดร.ประชัน ชะชิกุล)

กรรมการ .....
(พระพจนันท์ อภิวฑฺโน, ดร.)

กรรมการ .....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.หอมหวล บัวระภา)

กรรมการ .....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภัทรชัย อุทาพันธ์)

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Thesis Topic	:	Application of Four Noble Truths, in Preparation Before Death for End-Stage Cancer Patients at Banfang Hospital, Banfang District, Khon Kean Province
Student's Name	:	Sirikan Mahakitsiriphagdee
Degree Sought	:	Master of Arts
Program	:	Buddhism and Philosophy
Anno Domini	:	2024
Advisor	:	Dr.Prachan Chachikul

Accepted by the Graduate School, Mahamakut Buddhist University in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts (Buddhism and Philosophy)

Dean of Graduate School .....
(Phrasutthisanmethi, Asst.Prof.Dr.)

Thesis Committee :

Chairman .....
(Phrasutthisanmethi, Asst.Prof.Dr.)

Member (Advisor) .....
(Dr.Prachan Chachikul)

Member .....
(Phra Pojanun Apiwuttano, Dr.)

Member .....
(Asst.Prof.Dr.Homhuan Buarabha)

Member .....
(Asst.Prof.Dr.Phattharachai Uthaphan)

Copyright of the Graduate School, Mahamakut Buddhist University

บทคัดย่อ

หัวข้อวิทยานิพนธ์ : **การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น**

ชื่อนักศึกษา : **สิริกาญจน์ มหากิจสิริภักดี**

ชื่อปริญญา : **ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**

สาขาวิชา : **พุทธศาสนาและปรัชญา**

ปีพุทธศักราช : **๒๕๖๗**

อาจารย์ที่ปรึกษา : **ดร.ประชัน ชะชิกุล**

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น ๒) เพื่อศึกษาหลักอริยสัจ ๔ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และ ๓) เพื่อประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ โดยเน้นศึกษาจากเอกสารต่าง ๆ ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ตำรางานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง และ รวบรวมข้อมูลจากประสบการณ์จริงในภาคปฏิบัติตามกระบวนการการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ทบทวนแนวทางการดูแลแบบประคับประคองภายใต้กระทรวงสาธารณสุข นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และสร้างข้อสรุป

ผลการวิจัยพบว่า ความตายเป็นความทุกข์ของมนุษย์ เป็นความจริง เป็นเรื่องใกล้ตัวและไม่มีใครหลีกพ้นจากความตายไปได้ การที่จะเผชิญกับความตายได้อย่างกล้าหาญ ไม่กลัวกับความตาย เห็นความตายเป็นเรื่องธรรมดา เห็นชีวิตกับความตายเป็นเรื่องเดียวกัน ต้องมีการเตรียมตัวในทุกมิติ คือ ร่างกาย จิตใจ สังคม ครอบครัวและสิ่งแวดล้อม และจิตวิญญาณ โดยการนำเอาหลักอริยสัจ ๔ เข้าไปบูรณาการในการดูแลแบบประคับประคอง เป็นกระบวนการตามขั้นตอนของอริยสัจ ๔ เพื่อให้รู้และเข้าใจ ชีวิตและความตาย ตามความเป็นจริง การเตรียมตัวก่อนตายมีเป้าหมายเพื่อให้วาระสุดท้ายของชีวิตมีคุณภาพดีขึ้นการเตรียมตัวก่อนตาย จึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะการรู้เท่าทันความตายก็เหมือนกับการรู้เท่าทันทุกข์ ซึ่งเป็นทักษะชีวิตพื้นฐานที่จำเป็น ตามหลักอริยสัจ ๔ อันธรรมเป็นเครื่องดับทุกข์ การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น ซึ่งเปรียบทุกข์เหมือน ความกลัวตาย กลัวการพลัดพราก สมุทัยเหมือนโรคมะเร็งระยะสุดท้าย นิโรธเหมือนความปล่อยวางความสงบมรรคเหมือนการเอาพุทธธรรมนำการดูแลแบบประคับประคอง เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพมี ๔ ขั้นตอน คือ ๑ กระบวนการสร้างการยอมรับความจริง ๒ กระบวนการสร้างสุขตามเหตุผลโดยความเข้าใจชีวิตและความทุกข์ ๓ การปรับสมดุลชีวิต ๔ การปล่อยวางอย่างเข้าใจ

คำสำคัญ: การประยุกต์ หลักอริยสัจ ๔ การเตรียมตัวก่อนตาย ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย

ABSTRACT

Thesis Topic	:	**Application of Four Noble Truths, Iin Preparation Before Death for End-Stage Cancer Patients at Banfang Hospital, Banfang District, Khon Kaen Pravince**
Student's Name	:	**Sirikan Mahakitsiriphakdee**
Degree Sought	:	**Master of Arts**
Program	:	**2024**
Anno Domini	:	**Buddhism and Philosophy**
Advisor	:	**Dr. Prachan Chachikul**

This thesis has the objective 1) to study the preparation before death of patients with end-stage cancer; Ban Fang Hospital, Ban Fang District, Khon Kean Province 2) to study the principles of the Four Noble Truths appearing in Theravada Buddhist scriptures and 3) to study the principles of the Four Noble Truths. In preparing before dying with patients with end-stage cancer Ban Fang Hospital, Ban Fang District, Khon Kean Province. It is a qualitative study. Emphasis is placed on studying various documents, including the Tripitaka, Commentary, textbooks, and related research. and collect data from actual experiences in the practice of end-of life care processes. Review guidelines for palliative care under the Ministry of Public Health Analyze the obtained data and create conclusions.

The research results found that Death is a human suffering, it is a reality, it is close and no one can escape from it. To be able to face death bravely Not afraid of death Seeing death as a normal thing See life and death as the same thing There must be preparation in every dimension: body, mind, society, family and environment, and spirit by intigrating the Four Noble Truths into palliative care It is a process following the steps of the Four Noble Truths in order to know and understsnd. Life and death As a matter of fact preparing before dying aims to make the final moments of life better. Preparing before dying Therefore it is important.Because Knowing death It's life being aware of suufering. Which is a basic life skill that is neccessary According to the principles of the Four Noble Truths, Dhamma is the cessation of suffering. Application of the principles of the Four Noble Truths in preparing for death with patients with terminal cancer. Ban Fang Hospital, Ban Fang District, Khon Kaen Pronvince which compares suffering to being like fear of death, fear of separation, Samuddhya being like end stage of cancer, Nirodha to letting go and place, the path to the path of Buddhism leading to palliative care. To be effective, there are 4 steps: 1. The process

of creating acceptance of the truth. 2. The process of creating happiness according to reason by understand life and suffering. 3. Balance life. 4. Letting go with understand

Keywords: Application, Four Noble Truths, End-of-life preparation, end-stage cancer patients.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จได้เนื่องจากบุคคลหลายฝ่ายที่ได้ช่วยเหลือในครั้งนี้ ผู้วิจัยใคร่ขอบคุณมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ซึ่งเป็นสถาบันที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ทางการศึกษาด้านพุทธศาสนาและปรัชญา ระดับปริญญาโท

ขอกราบขอบพระคุณอธิการบดี รองอธิการบดี คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย และบุคลากรทุกท่านที่ได้อำนวยความสะดวกในการศึกษาตลอดหลักสูตรรวมถึงขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้อบรมสั่งสอนให้ความรู้ ระดับมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา และขอขอบพระคุณประธานกรรมการ พระสุทธิสารเมธี, ผศ.ดร., รศ.ดร.หอมหวล บัวระภา และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับความถูกต้องของเนื้อหาในเล่มวิทยานิพนธ์ด้วยดี

ขอขอบคุณอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ดร.ประชัน ชะชิกุล และอาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผศ.ดร.ภัทรชัย อุทาพันธ์ ที่ได้ให้คำปรึกษาตลอดจนตรวจสอบข้อบกพร่อง พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขเนื้อหาของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ จนสำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดี

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยทุกท่าน เจ้าหน้าที่ห้องสมุดที่ได้ให้ความสะดวกด้วยดีเสมอมา ตลอดจนเพื่อนนักศึกษาระดับปริญญาโททุกท่านที่คอยเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบคุณครอบครัวและญาติมิตรทุกท่านเพื่อนร่วมงานในโรงพยาบาลบ้านฝางโดยเฉพาะคุณบำเพ็ญ จันทร์ดก หัวหน้างานผู้ป่วยใน และคุณอรุณวรรณ สรรพสมบัติ ผู้ดูแลศูนย์ประคับประคองดูแลผู้ป่วยระยะท้ายโรงพยาบาลบ้านฝาง ที่เอื้อเฟื้อสนับสนุนข้อมูลเอกสาร ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการศึกษาในครั้งนี้ และขอบคุณ คุณนิตยา สุภามา หัวหน้ากลุ่มการพยาบาล คุณดวงใจ มาสกุล หัวหน้างานผู้ป่วยนอก ที่ให้โอกาสที่คอยห่วงใยให้การสนับสนุนและเป็นกำลังใจตั้งแต่เริ่มเรียนจนถึงจบการศึกษา คุณงามความดีและประโยชน์อันเกิดจากวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอใช้เป็นเครื่องสักการบูชา คุณพระรัตนตรัย พระคุณของมารดา บิดา ครูอาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ที่มีคุณค่ายิ่ง และขอแผ่คุณความดีนี้ให้แก่เพื่อนมนุษย์และสรรพสัตว์ทุกรูปทุกนาม พร้อมทั้งเจ้ากรรมนายเวรในทุกภพทุกชาติด้วยเทอญ

สิริกาญจน์ มหากิจสิริภักดี

สารบัญคำย่อ

ผู้วิจัยใช้พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพุทธศักราช ๒๕๓๙ และพระไตรปิฎกฉบับพร้อมอรรถกถาฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัยในการอ้างอิง โดยมีคำย่อและคำเต็มของคัมภีร์เรียงตามลำดับ ดังนี้

คำย่อ		คำเต็ม		
พระวินัยปิฎก				
วิ.มหา.	=	วินยปิฎก	มหาวิภงฺค	
วิ.ม.	=	วินยปิฎก	มหาวคฺค	
พระสุตตันตปิฎก				
ที.สี.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลกฺขนฺธวคฺค
ที.ม.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวคฺค
ที.ปา.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวคฺค
ม.มู.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	มชฺฌิมนิกาย	มูลปณฺณาสก
ม.ม.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	มชฺฌิมนิกาย	มชฺฌิมปณฺณาสก
ม.อุ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	มชฺฌิมนิกาย	อุปริปณฺณาสก
สํ.ข.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	สํยุตฺตนิกาย	ขนฺธราวคฺ
สํ.ส.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	สํยุตฺตนิกาย	สคาถวคฺค
สํ.นิ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	สํยุตฺตนิกาย	นิทานวคฺค
สํ.ม.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	สํยุตฺตนิกาย	มหาวารวคฺค
สํ.สฬา.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	สํยุตฺตนิกาย	สฬายตนวคฺ
องฺ.ติก.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	องฺคุตฺตรนิกาย	ติกนิปาต
องฺ.จตุกฺก.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	องฺคุตฺตรนิกาย	จตุกฺกนิปาต
องฺ.ปญฺจก.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	องฺคุตฺตรนิกาย	ปญฺจกนิปาต
องฺ.สตฺตก.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	องฺคุตฺตรนิกาย	สตฺตกนิปาต
องฺ.อฏฺฐก.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	องฺคุตฺตรนิกาย	อฏฺฐกนิปาต
ขุ.เถร.	=	สุตฺตนฺปิฎก	ขุทฺทกนิกาย	เถรคาถา
ขุ.ธ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ขุทฺทกนิกาย	ธมฺมปท
ขุ.ชา.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ขุทฺทกนิกาย	ชาตก
ขุ.อิติ.	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ขุทฺทกนิกาย	อิติวุตฺตก
พระอภิธรรมปิฎก				
อภิ.ปุ.	=	อภิธมฺมปิฎก	ปุคฺคลปญฺญตฺติ	
อภิ.วิ.	=	อภิธมฺมปิฎก	วิภงฺ	

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

วิ.อ.	=	วินยปิฎก	สมนฺตปาสาทิกา ปาราชิกกณฺฑสงฺฆาทิเสสาทิมหาวคฺคาทิอฏฺฐกถา

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ขุ.ม.อ.	=	อรรถกถา	ขุทฺทกนิกาย มหานิทเทส
อิติ.วุ.ขุ.	=	อรรถกถา	ขุทฺทกนิกาย อิติวุตฺตก
องฺ.สตฺตก.อ.	=	องฺคุตฺตรนิกาย	มโนรถปูรณี สตฺตกนิปาตฏฺฐกถา

ฎีกาพระสุตตันตปิฎก

องฺ.สตฺตก.ฏีกา.	=	องฺคุตฺตรนิกาย	สตฺตกนิปาตฏีกา

ปกรณ์วิเสส

วิสุทธิ	=	วิสุทฺธิมคฺคปกรณ

สำหรับตัวเลขที่อยู่หลังชื่อย่อของคัมภีร์ใช้ ๓ แบบ ดังนี้

๑) แบบ ๓ ตอน คือ เล่ม/ข้อ/หน้า ใช้อ้างอิงพระไตรปิฎก เช่น ขุ.ธ. ๒๕/๑๑๐/๑๒๕. หมายถึง สุตฺตนฺตปิฎกขุทฺทกนิกาย ธมฺมปท เล่มที่ ๒๕ ข้อที่ ๑๑๐ หน้าที่ ๑๒๕ เป็นต้น

๒) แบบ ๒ ตอน คือ เล่ม/หน้า ใช้อ้างอิงพระอรรถกถา และคัมภีร์ หรือปกรณ์วิเสสอื่น ๆ เช่น องฺ.สตฺตก.อ. ๓๗/๑๗๙. หมายถึง องฺคุตฺตรนิกาย มโนรถปูรณี สตฺตกนิปาตฏฺฐกถา เล่มที่ ๓๗/หน้าที่ ๑๗๙ เป็นต้น

๓) แบบ ๒ ตอน ใช้กับอ้างอิงวิสุทธิมรรค โดยระบุหมายเลข คือภาค/เลขหน้า เช่น วิสุทธิ ๑/๘. เป็นต้น

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย..... จ

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ..... ฉ

กิตติกรรมประกาศ..... ช

สารบัญคำย่อ..... ฌ

สารบัญ..... ฎ

สารบัญตาราง..... ฑ

สารบัญภาพ..... ฒ

บทที่ ๑ บทนำ..... ๑

๑.๑ ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา..... ๑

๑.๒ คำถามของการวิจัย..... ๕

๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย..... ๕

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย..... ๕

๑.๕ วิธีดำเนินการวิจัย..... ๖

๑.๖ ประโยชน์ที่จะได้รับ..... ๗

๑.๗ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... ๗

๑.๘ กรอบแนวคิดการวิจัย..... ๑๗

๑.๙ นิยามศัพท์เฉพาะ..... ๑๗

บทที่ ๒ การเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น..... ๒๒

๒.๑ ความตายและการเตรียมตัวก่อนตายตามทัศนะศาสนาพุทธปรัชญาเถรวาท..... ๒๒

๒.๑.๑ ความหมายของความตาย..... ๒๒

๒.๑.๒ กระบวนการตายและการเสียชีวิต..... ๒๒

๒.๑.๓ ความตายในทางการแพทย์..... ๒๓

๒.๑.๔ ความตายตามกฎหมายไทย..... ๒๓

๒.๑.๕ ความตายในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท..... ๒๔

๒.๑.๖ การเตรียมตัวก่อนตายตามทัศนะพุทธศาสนาเถรวาท..... ๓๕

๒.๒ โรคมะเร็ง (Cancer) และโรคมะเร็งระยะสุดท้าย (End-stage of cancer)..... ๔๒

๒.๒.๑ โรคมะเร็ง..... ๔๒

๒.๒.๒ การวินิจฉัยโรคมะเร็ง..... ๔๓

๒.๒.๓ ระยะของโรคมะเร็ง..... ๔๓

๒.๒.๔ การรักษาโรคมะเร็ง..... ๔๓

๒.๒.๕ สถานการณ์โรคมะเร็งในภาพรวมประเทศไทย..... ๔๔

๒.๒.๖ โรคมะเร็งระยะสุดท้าย..... ๔๕
๒.๓ ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย..... ๔๕
๒.๓.๑ สิทธิของผู้ป่วยระยะสุดท้าย..... ๔๘
๒.๓.๒ การดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย..... ๔๓
๒.๔ โครงสร้างและกระบวนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น..... ๕๑
๒.๔.๑ ทีมสุขภาพ..... ๕๑
๒.๔.๒ การประเมินความต้องการของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๔ ด้าน..... ๕๒
๒.๔.๓ การวางแผนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย..... ๕๘
๒.๔.๔ การตัดสินใจของผู้ป่วยระยะสุดท้าย..... ๕๙
๒.๕ กระบวนการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายโรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น..... ๖๐
๒.๕.๑ นโยบายการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายของกระทรวงสาธารณสุข..... ๖๐
๒.๕.๒ บริบทโรงพยาบาลบ้านฝาง..... ๖๐
๒.๕.๓ ศูนย์ดูแลแบบประคับประคองโรงพยาบาลบ้านฝาง..... ๖๑
๒.๖ สรุปรูปแบบการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น..... ๖๗
๒.๖.๑ หลักการในการเตรียมการ..... ๖๗
๒.๖.๒ เป้าหมายของการเตรียมตัวก่อนตาย..... ๖๗
บทที่ ๓ หลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาท..... ๗๐
๓.๑ ความเป็นมาของอริยสัจ ๔..... ๗๑
๓.๑.๑ ชีวิตมนุษย์กับอริยสัจ ๔..... ๗๒
๓.๑.๒ เมื่อยังไม่รู้จักอริยสัจ ๔ จึงหาวิธี..... ๗๒
๓.๑.๓ ต้องเรียนรู้อริยสัจ ๔ จึงพ้นทุกข์..... ๗๒
๓.๑.๔ เมื่อรู้อริยสัจ ๔ ปฏิบัติจนกลายเป็นอริยบุคคล..... ๗๓
๓.๑.๕ พระพุทธองค์กับอริยสัจ ๔..... ๗๔
๓.๒ ความหมายของอริยสัจ ๔..... ๗๑
๓.๓ ความสำคัญของหลักอริยสัจ ๔..... ๗๖
๓.๓.๑ อริยสัจ ๔ เป็นสิ่งที่ไม่รู้จักเปลี่ยน..... ๗๕
๓.๓.๒ การฟงอริยสัจเหมาะสำหรับจิตที่ฟอกแลวเทานั้น..... ๗๕
๓.๓.๓ การพ้นทุกข์โดยไม่รู้อริยสัจ ๔ เป็นไปไม่ได้..... ๗๖
๓.๔ องค์ประกอบของอริยสัจ ๔..... ๗๗
๓.๔.๑ ทุกข์ในอริยสัจ..... ๗๗
๓.๔.๒ สมุทัยในอริยสัจ..... ๘๒
๓.๔.๓ นิโรธในอริยสัจ..... ๘๗
๓.๔.๔ มรรคในอริยสัจ..... ๘๙

๓.๕ หลักการของอริยสัจ ๔..... ๑๐๔
๓.๕.๑ กฎไตรลักษณ์..... ๑๐๔
๓.๕.๒ ปฏิจจสมุปบาท..... ๑๐๔
๓.๕.๓ กฎอิทัปปัจจยตา..... ๑๐๗
๓.๖ การแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔..... ๑๐๘
๓.๖.๑ กระบวนการแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔..... ๑๐๘
๓.๖.๒ วิธีแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔ ในฐานะการศึกษากระบวนการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง ระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง..... ๑๐๙
บทที่ ๔ การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น..... ๑๑๐
๔.๑ ประเด็นเรื่องความทุกข์..... ๑๑๒
๔.๒ ประเด็นเรื่องสาเหตุแห่งทุกข์..... ๑๑๒
๔.๓ ประเด็นเรื่องวิธีแก้ไขความทุกข์..... ๑๑๓
๔.๔ ประเด็นเรื่องทุกข์ระยะสุดท้าย..... ๑๑๔
๔.๕ สรุปวิเคราะห์การเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายโดยการบูรณาการของขั้นตอนอริยสัจ ๔..... ๑๑๕
บทที่ ๕ สรุปและข้อเสนอแนะ..... ๑๑๙
๕.๑ สรุปผลการวิจัย..... ๑๓๑
๕.๒ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย..... ๑๒๐
๕.๒.๑ ได้ทราบประโยชน์ที่ได้จากการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย..... ๑๒๐
๕.๒.๒ ได้ทราบหลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาทในฐานะการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย..... ๑๒๐
๕.๒.๓ ประโยชน์จากการประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝางอำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น..... ๑๒๒
๕.๓ ข้อเสนอแนะจากการดำเนินการวิจัย..... ๑๒๔
๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย..... ๑๒๔
๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย..... ๑๒๔
บรรณานุกรม..... ๑๒๖
ภาคผนวก..... ๑๓๑
ภาคผนวก ก หนังสือขอความอนุเคราะห์..... ๑๓๒
ประวัติผู้วิจัย..... ๑๓๔

สารบัญตาราง

ตารางที่ **หน้า**

๒.๑ ปฏิจจสมุปบาทสายเกิดสายดับ..... ๓๔
๒.๒ คุณสมบัติทีมสหวิชาชีพของการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย..... ๕๑
๒.๓ แบบประเมินผู้ป่วยที่ได้รับการดุแลแบบประคับประคอง..... ๕๓
๒.๔ หลักการใช้ยาแก้ปวดขององอนามัยโลก..... ๕๕
๒.๕ การวางแผนการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง..... ๖๓
๓.๑ แสดงวงจรปฏิจจสมุปบาท..... ๑๐๖
๔.๑ การเตรียมตัวก่อนตายตามหลักอริยสัจ ๔..... ๑๑๖

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ ๑.๑ กรอบแนวคิดการวิจัย..... ๑๗
ภาพที่ ๓.๑ ปฏิจจสมุปบาท..... ๑๐๕
ภาพที่ ๕.๑ สรุปการเตรียมตัวก่อนตายตามหลักอริยสัจ ๔..... ๑๒๓

บทที่ ๑
บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ทุกคนที่เกิดมาในโลกนี้ต้องพบกับความตายทุกคน ไม่มีเลยที่จะไม่ตายเกิดเท่าไรก็ตายเท่านั้นต่างกันที่ชนิด ของความตาย ลักษณะที่ตาย รูปแบบการตาย สาเหตุของการตาย วันเวลาที่ตาย อายุขณะตาย ซึ่งไม่มีใครสามารถบอกได้กำหนดได้ในปุถุชนคนธรรมดา ว่าความตายจะมาเยือนเมื่อใด ทั้ง ๆ ที่รู้ว่ายังไงก็หลีกหนีไม่พ้นความตาย ทุกคนต่างล้วนกลัวความตายจะมาถึง รู้แต่ว่าเกิดมาแล้วต้องตายทั้ง ๆ ที่ยังไม่มีใครอยากตาย ยังอยากอยู่บนโลกใบนี้แม้ว่าจะสุขจะทุกข์เพียงใดก็ยังไม่อยากตาย ถึงแม้เจ็บป่วยเพียงเล็กน้อยก็ยังรีบหาวิธีรักษาเยียวยาให้หาย กลัวโรคจะกำเริบไปมากนำพาให้ไปสู่ความตายในที่สุด ทุกคนที่เกิดมาจึงแสวงหาปัจจัย ๔ เพื่อมาบำรุงบำเรอร่างกายให้แข็งแรงหาวิธีออกกำลังกายสารพัด หาอาหารที่ดีที่สุดสารพัดมาบำรุงร่างกายเพื่อให้รอดพ้นจากภยันตรายต่าง ๆ นานา บางคนเพลิดเพลินจนหลงตัวเองคิดว่าตนเองจะไม่ตายทำงานหนักหาเงินไว้มาก ๆ เพื่อเอาไว้ดูแลรักษาพยาบาลกับโรงพยาบาลที่มีชื่อเสียงหมอดี ๆ เก่ง ๆ ราคายาแพง ๆ ซื้อบ้านหลังใหญ่ ๆ มีระบบความปลอดภัยสารพัด ซื้อรถหรูหราราคาแพง ๆ มีระบบป้องกันสารพัดให้ปลอดภัยเพราะไม่อยากตาย ไม่อยากเจ็บป่วย แต่สุดท้ายก็ต้องตายทุกคน ไม่ว่าจะยาก จะดี จะมี ร่ำรวยเป็นเศรษฐีหรือยากจน ยาจกเข็ญใจ จะสูงศักดิ์ จะต่ำเตี้ยเรี่ยดินหรือจะบินสูงเสียดฟ้า จะกินหรูหราอยู่อย่างราชา ก็ต้องตาย หรือแม้แต่หมอที่รักษาเก่ง ๆ ก็ยังต้องตายเพราะความตายเป็นสภาวะธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นวัฏจักรชีวิตมนุษย์ ความตายที่ทุกคนต้องพบนี่เอง ที่เป็นทุกข์ของทุกชีวิตที่เกิดมาแล้วหลีกหนีไม่พ้น ซึ่งสาเหตุของการตายส่วนใหญ่ทั้งโลกนี้ตายจากโรคเรื้อรังซึ่งเป็นโรคไม่ติดต่อนั่นเอง

สาเหตุการตายทั่วโลก[๑] อันดับ ๑-๕ ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด(๓๒.๓%) โรคมะเร็ง (๑๖.๓%) โรคทางเดินหายใจ (๖.๕%) โรคเบาหวาน (๕.๘%) และ โรคติดเชื้อเฉียบพลันทางเดินหายใจส่วนล่าง (๔.๔%) ตามลำดับส่วนประเทศไทยสาเหตุหลัก ๆ ของการเสียชีวิตของคนไทย ในปัจจุบันสถิติการเสียชีวิตของคนไทย ซึ่งมีสาเหตุมาจาก ๕ กลุ่มโรคร้ายแรงที่กำลังเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยกลุ่มโรคร้ายแรงที่มีผู้ป่วยอยู่ในระดับสูง ได้แก่ กลุ่มโรคมะเร็ง (๑๑๒.๘%) โรคหลอดเลือดในสมอง(๔๗.๘%) โรคปอดอักเสบ(๔๕.๓%) โรคหัวใจขาดเลือด(๓๑.๘%) และอุบัติเหตุจากการจราจรทางบก(๒๔.๑%) ตามลำดับ[๒] อัตราการเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็ง และเนื้องอกทุกชนิดของคนไทยเป็นสาเหตุอันดับ ๑ และ สาเหตุการตาย จากข้อมูลมรณบัตรในปีพ.ศ. ๒๕๖๑ พบว่า สาเหตุการตายที่สำคัญ ได้แก่ มะเร็งทุกชนิด,โรคหลอดเลือดในสมอง,ปอดอักเสบ,โรคหัวใจขาดเลือดและ

---

[๑] ฮันนาห์ ริตชี. *IHME, Global Burden of disease, Our World Data (2016),* [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.bbc.com,thai.inter [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

[๒] กองยุทธศาสตร์และแผนงานกระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๖๔, *Pubic Health Statistics A.D. 2021.* สถิติสาธารณสุข พ.ศ. ๒๕๖๔, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://.spd.moph.go.th>Hsta [๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๕].

อุบัติเหตุจากการคมนาคมขนส่งทางบก[๓] จากข้อมูลและสถิติโรคมะเร็งที่เป็นสาเหตุการตายอันดับ ๑ ของประเทศไทยนี้มีการรักษาโรคมะเร็งตามหลักสากลที่ปฏิบัติกันอยู่ในประเทศไทยคือ การรักษามะเร็งแบบ วิธีผสมผสานของ ศัลยกรรม รังสีรักษา เคมีบำบัด และการรักษาโดยการใช้ฮอร์โมน การรักษามะเร็งแต่ละชนิด หรือการรักษามะเร็งแต่ละกลุ่ม มีความแตกต่างกันแม้แต่การผสมผสานวิธีการรักษามะเร็ง แต่ละวิธีก็ไม่เหมือนกัน (จากสถาบันมะเร็งแห่งชาติ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข) ส่วนมะเร็งระยะสุดท้าย (หลังจากที่แพทย์มีความเห็นว่ามะเร็งระยะสุดท้ายของผู้ป่วยนั้นไม่สามารถรักษาให้หายขาด หรือไม่สามารถควบคุมได้ และมีแนวโน้มที่ผู้ป่วยอาจจะเสียชีวิตภายในอนาคตอันใกล้ อาจทำให้กระบวนการรักษาหรือการบำบัดบางอย่างต้องสิ้นสุดลง แต่คนป่วยและญาติส่วนใหญ่ก็ยังต้องแสวงหาทางเลือกอื่นอีกเพื่อหาทางรอดหรือหาวิธีที่จะยื้อชีวิตให้อยู่ต่อให้นานที่สุดเท่าที่จะหาได้ทำได้แม้จะหมดทรัพย์สินเงินทองเท่าไรก็ยอม เพื่อแลกกับลมหายใจ อาจจะเป็นช่วงที่ทุกข์ทรมานทั้งร่างกายที่ต้องทนต่อความเจ็บปวด ทนต่อสิ่งรบกวนที่ไม่สุขสบายทางร่างกายและทนต่อความรู้สึกกลัวต่อความตายกลัวความสูญเสียที่กำลังจะเกิดขึ้น กลัวการพลัดพรากจากสิ่งที่เคยรักจากคนที่เคยรัก โดยเฉพาะคนที่ไม่เคยสูญเสียหนัก ไม่เคยได้รับการฝึกมรณสติ มาก่อนจะมีความรู้สึกท้อแท้สิ้นหวัง มันจะดีกว่าม้ยถ้ามีการเตรียมตัวก่อนที่จะเสียชีวิตหรือตายจริง ๆ เพื่อให้มีความพร้อมที่รับมือกับสิ่งที่กำลังจะเผชิญเพื่อให้ก้าวข้ามผ่านไปด้วยความไม่ทุกข์ทรมานจนเกินไปหรือผ่านไปด้วยความสงบจนสิ้นลมหายใจ

โรงพยาบาลบ้านฝาง เป็นโรงพยาบาลระดับทุติยภูมิรักษาโรคเบื้องต้นที่ไม่ซับซ้อนไม่มีแพทย์เฉพาะทางเฉพาะโรคเมื่อมีผู้ป่วยที่เป็นโรคที่ซับซ้อนหรือที่ต้องใช้เครื่องมือพิเศษจึงต้องส่งต่อรักษาโรงพยาบาลระดับตติยภูมิที่มีแพทย์เฉพาะทาง มีเครื่องมือ อุปกรณ์ครบครันในการรักษาผู้ป่วยทุกประเภททุกรูปแบบ มีผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการวินิจฉัยตั้งแต่ระยะเริ่มต้นจากโรงพยาบาลบ้านฝางและส่งต่อเพื่อการรักษาไปยังโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ ที่มีศักยภาพ (โรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่นและ โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น) ที่มีการรักษาแบบผสมผสานตามแนวทางของแต่ละชนิดของโรคมะเร็ง ในระหว่างที่ผู้ป่วยกำลังรับการรักษาอยู่กับโรงพยาบาลตติยภูมิที่ส่งต่อไปนั้น ผู้ป่วยก็ได้มากลับมารับบริการโรงพยาบาลบ้านฝางด้วยเพื่อตรวจเลือด ตรวจคลื่นหัวใจ เอกซเรย์ปอดแล้วนำผลไปตรวจรักษาตามนัด ตามแผนการรักษาทุกครั้ง จนกระทั่งเข้าสู่มะเร็งระยะสุดท้ายโรงพยาบาลบ้านฝางก็จะได้รับใบส่งตัวกลับเพื่อการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ต่อไป ในปี พ.ศ.๒๕๕๐-๒๕๖๒ ที่ผู้วิจัยได้สัมผัสกับผู้ป่วยและญาติ จากการที่ผู้วิจัยได้เห็นได้สัมผัสกับผู้ป่วยโรคมะเร็งตั้งแต่ระยะเริ่มต้นจนกระทั่งระยะสุดท้าย ทำให้เห็นความคิดความรู้สึกความคาดหวังทั้งของผู้ป่วยและญาติ มีความตกใจ เสียใจ เศร้าใจ วิตกกังวลต่าง ๆ นานา ยินยอมรักษาตามแนวทางแพทย์แผนปัจจุบันด้วยความหดหู่ใจ ท้อแท้ บางคนแสวงหาทางเลือกอื่นควบคู่กันไปด้วย แล้วแต่ว่าคนไหนจะรับข้อมูลมาจากทางใดก็ทำตาม ๆ กันไป บ้างก็ซื้ออาหารเสริมสรรพคุณตามคำโฆษณาราคาแพงเท่าไรก็ยอมซื้อ บางคนกินยาหม้อยาต้ม เพื่อหวังว่าจะได้หายจากโรคมะเร็ง แม้ว่าจะมีความหวังเพียงน้อยนิดเพราะยังไม่อยากตายอยากมีลมหายใจอยู่ต่อไป ซึ่งไม่รู้ว่าจะหมดลมหายใจลงไปเมื่อใด อยู่อย่างทรมานทั้งผู้ป่วยและญาติ โดยไม่มีการเตรียมตัวก่อนที่จะตาย

---

[๓] กองยุทธศาสตร์และแผนงานกระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๖๑, *แผนยุทธศาสตร์ชาติระยะ ๒๐ ปีด้านสาธารณสุข*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://bps.moph.go.th [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

จากการทบทวนวรรณกรรมผู้วิจัยเห็นว่าความตายเป็นเรื่องใกล้ตัว เป็นเรื่องจริงของทุกคน และไม่มีใครหลีกหนีพ้นจากความตายไปได้ การที่จะเผชิญกับความตายแบบไม่กลัวกับความตายและเห็นว่าความตายเป็นเรื่องธรรมชาติเห็นชีวิตกับความตายเป็นเรื่องเดียวกัน เห็นความตายไม่เป็นสิ่งที่น่ากลัว แต่เป็นเพียงห้วงหนึ่งของชีวิตที่ต้องเผชิญเท่านั้นในช่วงเวลาใกล้ตาย ดังนั้นการเรียนรู้เพื่อการเตรียมตัวก่อนตายจึงเป็นเรื่องสำคัญ การรู้เท่าทันความตาย เป็นทักษะชีวิตพื้นฐานที่จำเป็น ซึ่งบุคคลมีความจำเป็นต้องเรียนรู้และจัดการชีวิตด้วยตนเอง เป็นเรื่องที่ควรมีการเรียนรู้และมีการเตรียมตัวให้พร้อมตายก่อนที่จะตายจริงเหมือนกับการเตรียมตัวสอบ เหมือนกับการเตรียมตัวก่อนแต่งงาน เหมือนกับการเตรียมตัวเดินทางไปต่างประเทศ การเตรียมความพร้อมสำหรับความตายไม่จำเป็นต้องรอให้ถึงวาระสุดท้ายของชีวิต หรือรอให้ป่วยเป็นโรคหนักร้ายแรง เช่น เป็นโรคมะเร็งระยะสุดท้าย หรือรอให้แก่ในวัยเกษียณ เพราะเมื่อความตายมาถึงไม่ได้บอกล่วงหน้า ไม่ได้บอกวันเวลา ไม่ได้บอกอายุ ไม่ได้จำกัดสถานที่ ดังนั้นเราจึงควรเตรียมตัวก่อนตายได้ตั้งแต่ตอนที่เรายังสมบูรณ์แข็งแรงดีอยู่ เพราะเราไม่มีทางรู้เลยว่าความตายจะมาเยือนเราเมื่อใด ยิ่งเตรียมตัวเร็วเท่าไหร่เราก็ยิ่งพร้อมจะรับมือกับความตายได้มากขึ้นเท่านั้น ซึ่งบุคคลนั้นจะต้องได้รับการฝึกฝนโดยมีพุทธธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการที่จะนำเอาหลักธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้โดยพระองค์เอง คือ ความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการคือ อริยสัจ ๔ ไปประยุกต์ใช้ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย ซึ่งเป็นผู้ป่วยโรคมะเร็งที่เข้ามารักษาในโรงพยาบาลบ้านฝาง ที่ได้รับการวินิจฉัยโรคจากแพทย์แล้วว่าหมดหนทางรักษาเยียวยาอีกต่อไป ตามแผนการรักษาซึ่งทำให้ผู้ป่วยและญาติมีความทุกข์โศกเศร้าที่รู้ว่าจะต้องตายจะต้องพลัดพราก ไม่มีความจำเป็นต้องไปแสวงหาทางเลือกอื่นให้สิ้นเปลืองทรัพย์สินเงินทองหรือทรมานญาติผู้ดูแลอีกต่อไป ให้ผู้ป่วยและญาติได้มีโอกาสเตรียมความพร้อมในเรื่องต่าง ๆ ในการเตรียมตัวตายก่อนที่จะตาย ก่อนที่จะเสียชีวิตไปอย่างหมดความกังวล ไปอย่างสงบ โดยการรู้ตามหลักอริยสัจ ๔[๗] การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ มาบูรณาการกับกระบวนการในการเตรียมตัวตายก่อนตาย หลายคนอาจเข้าใจว่าเป็นเรื่องที่ยาก เพราะคิดว่าอริยสัจ ๔ เป็นหลักธรรมสำหรับการบรรลุธรรมหรือทางปฏิบัติของพระสงฆ์ พระอริยเจ้าเท่านั้น แต่แท้จริงแล้วหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นเรื่องที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและในการแก้ไขปัญหาได้ทั้งสิ้น รวมทั้งการเตรียมตัวก่อนตาย ในผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย หลักอริยสัจ ๔ เป็นธรรมเครื่องดับทุกข์ โดยหลักธรรมนี้มีความมุ่งหมาย ที่จะสอนให้บุคคลเข้าใจถึงความเป็นจริงตามธรรมชาติของสรรพสิ่งทั้งมวล ซึ่งกล่าวถึงการที่จะต้องกำหนดรู้ให้จงได้ว่าความทุกข์หรือปัญหานั้นคืออะไร และสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่ในขณะนั้น มีที่มาหรือเกิดจากสาเหตุอะไร อีกทั้งทำอย่างไร ด้วยวิธีการหรือใช้เครื่องมือใดในทางปฏิบัติจึงจะทำให้ปัญหาดังกล่าวทั้งหลายหมดสิ้นไป ซึ่งหากนำหลักธรรมดังกล่าวมาประยุกต์ใช้ จักทำให้บุคคลสามารถแก้ปัญหาได้อย่างสอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงที่เป็นไปในลักษณะของการวิเคราะห์การแก้ปัญหาให้ถูกต้องด้วยวิธีการและถูกต้องตรงจุดของปัญหาและจะต้องตายดีอย่างมีคุณภาพ ตายอย่างมีสติและสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ที่เกิดมาในชาตินี้

---

[๗] สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์(ปอ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรมฉบับปรับขยาย*, พิมพ์ครั้งที่ ๕๓, (กรุงเทพมหานคร: ผลิธัมม์ ในเครือบริษัท สำนักพิมพ์พทแอนด์โฮม, ๒๕๖๒), หน้าที่ ๘๔๖-๘๗๓.

๑.๒ คำถามของการวิจัย

๑.๒.๑ การเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายเป็นอย่างไร

๑.๒.๒ หลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร

๑.๒.๓ การนำหลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาทไปประยุกต์ใช้ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น ได้ผลเป็นอย่างไร

๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๑.๓.๒ เพื่อศึกษาหลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๓.๓ เพื่อการประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงเอกสารและเชิงคุณภาพ โดยมีขอบเขตขั้นตอนในการศึกษาด้านเนื้อหาดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร

ศึกษาจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พร้อมด้วยคัมภีร์อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณ์วิเศษต่าง ๆ ศึกษาแนวทางการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองในระยะท้ายของ WHO แนวทางการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองในระยะท้ายศูนย์การุณรักษ์ คณะแพทยศาสตรมหาวิทยาลัยขอนแก่น คู่มือการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองระยะท้าย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข และศึกษาจากตำรา หนังสือ งานวิจัยดุษฎีนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ เอกสาร วารสาร บทความ งานเขียนที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ อินเตอร์เน็ต

๑.๔.๑ ขอบเขตเนื้อหา

ศึกษาความสำคัญ แนวคิดและทฤษฎีของหลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาทในการนำหลักอริยสัจ ๔ มาใช้ในชีวิตประจำวัน ศึกษาความหมาย ความสำคัญ การตายและการเตรียมตัวตายก่อนตายของมนุษย์ตามทัศนะของพุทธศาสนาเถรวาท ศึกษาแนวทางและคู่มือในการดูแลผู้ป่วยระยะท้าย และศึกษาจากผู้รู้ หรือผู้เชี่ยวชาญ จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔.๒ ขอบเขตพื้นที่วิจัย

ในการวิจัยเรื่องประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย ผู้วิจัยเน้นศึกษาเฉพาะกรณีผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายที่ขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายดูแลแบบประคับประคองที่ยังช่วยเหลือตัวเองได้เป็นผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลบ้านฝาง โดยศึกษาวิเคราะห์จากเอกสารและประสบการณ์จริงของผู้วิจัยในภาคปฏิบัติตามกระบวนการการดูแล

ผู้ป่วยระยะสุดท้าย และทบทวนเอกสารแนวทางการดูแลแบบประคับประคอง เฉพาะผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๑.๕ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งเน้นการศึกษาเอกสาร (Documentary Research) เป็นหลัก เพื่อศึกษาวิเคราะห์การนำเอาหลักอริยสัจ ๔ ไปประยุกต์ใช้ในการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย ตามทัศนะของพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งการดำเนินการดังนี้

๑.๕.๑ ขั้นรวบรวมข้อมูล

๑.๕.๑.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือ คัมภีร์จากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระไตรปิฎกและอรรถกถา ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พร้อมด้วยคู่มือและแนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง สำรวจข้อมูลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย และกระบวนการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายโรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๑.๕.๑.๒ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารทุติยภูมิ (Secondary Sources) คือ คัมภีร์จากอรรถกถา ตำรา หนังสือ งานวิจัย ดุษฎีนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ สารนิพนธ์ เอกสาร วารสาร บทความ งานเขียนที่เกี่ยวข้องทั่วไป รวมทั้งข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ อินเตอร์เน็ต โดยอาศัยแหล่งข้อมูลที่สำคัญจากห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย และห้องวิชาการโรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๑.๕.๒ ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล

๑.๕.๒.๑ นำข้อมูลที่ได้จากการรวบรวม มาทำการแยกแยะ จัดประเภท ตามความเหมาะสมกับเนื้อหาที่วิจัย

๑.๕.๒.๒ ศึกษาข้อมูลที่ได้จากการแยกแยะมาวิเคราะห์หลักอริยสัจ ๔ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทที่ปรากฏในพระไตรปิฎก บทความ วรรณกรรมของสาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พร้อมทั้งเสนอแนวความคิดเห็นประกอบกับทัศนะของผู้วิจัยต่อไป

๑.๕.๒.๓ ศึกษาข้อมูลที่ได้จากการแยกแยะมาวิเคราะห์การเตรียมตัวก่อนตายในผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายที่ปรากฏในบทความ วรรณกรรม วารสาร เว็บไซต์

๑.๕.๒.๔ ศึกษาข้อมูลด้วยการเปรียบเทียบ อธิบายความเหมือนความแตกต่างและตีความให้ความหมายตามความเหมาะสมกับเนื้อหาที่วิจัย

๑.๕.๒.๕ นำไปเขียนลงในบทต่าง ๆ ตามความสอดคล้องและเหมาะสมแก่เนื้อหาของการวิจัย

๑.๕.๓ ขั้นนำเสนอผลงานการวิจัย

การศึกษาวิเคราะห์หลักอริยสัจ ๔ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทที่ปรากฏในพระไตรปิฎก บทความ วรรณกรรมของสาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ได้นำไปประยุกต์ใช้ ผู้วิจัยจะนำเสนอผลการวิจัยตามลำดับขั้นตอนด้วยวิธีการพรรณนาวิเคราะห์ ตามความเหมาะสมแก่เนื้อหาในบทต่าง ๆ ตามลำดับและเสนอผลการวิจัยฉบับสมบูรณ์ต่อไป

๑.๖ ประโยชน์ที่ได้รับ

๑.๖.๑ ทำให้ทราบความหมาย ประเภท ลักษณะความตายของชีวิตมนุษย์และแนวทางการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย

๑.๖.๒ ทำให้ทราบหลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาทที่เกี่ยวข้องกับการเตรียมตัวก่อนตาย

๑.๖.๕ ทำให้ทราบถึงผลที่เกิดจากการนำหลักอริสัจ ๔ ไปประยุกต์ใช้ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๑.๗ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

พระไพศาล วิสาโล กล่าวไว้ว่า ทุกคนมีศักยภาพที่จะเข้าถึงความตายอย่างสงบแต่จะทำเช่นนั้นได้ ปัจจัยสำคัญก็คือมีการฝึกฝนตระเตรียมล่วงหน้ามาก่อนเพื่อเป็นการฝึกฝนประสบการณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานด้วยการเจริญมรณะสติเป็นหลักแก่ผู้มีศรัทธา พุทธศาสนาสอนว่าถ้าเผชิญความตายด้วยใจสงบหรือวางจิตให้เป็นกุศล จิตก็จะไปสู่สุคติได้ มีตัวอย่างมากมายในพระไตรปิฎกมีคนที่ทุกข์ทรมานมากแต่ในจังหวะสุดท้ายก่อนที่จะตายได้เห็นธรรม จากความเจ็บความปวดเข้าใจแจ่มชัดถึงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นความไม่เที่ยงของสังขารว่า ไม่น่ายึดถือจิตก็หลุดพ้นได้ นอกจากนั้นจากการที่อาตมาได้ประสบสัมผัสด้วยตัวเอง มีเพื่อนใกล้ตัวหลายคนเสียชีวิตไปทำให้เห็นถึง อานิสงส์ของการประคองใจให้สงบก่อนตาย[๕]

หลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชฺโช กล่าวไว้ว่า พวกเราพยายามฝึกตัวเองให้ได้ตั้งแต่ก่อนที่จะตาย ค่อย ๆ ภาวนาไปทุกวัน ๆ จิตใจจะมั่นคงเด็ดเดี่ยวมากขึ้นเรื่อย ๆ ถ้าเรายังไม่ได้ธรรมะ เวลาจะตายเราทำอย่างไรดี ถ้าคิดถึงคุณงามความดีของตัวเองได้ ก็ใช้ได้ อย่างเราเคยทำทาน เราเคยรักษาศีลได้ดี เรานึกถึงแล้วจิตใจเราเบิกบาน เราจะได้ไปสุคติ เราเตรียมตัวให้พร้อม เราไม่รู้ว่าจะตายเมื่อไหร่ วิธีเตรียมตัวให้พร้อมคือ พยายามสร้างความดีไว้ ความชั่วอย่าทำ อย่างเราทำทาน เราถือศีล เราเจริญเมตตา เวลาจวนตัวจะตายมิตายแหล่ นึกถึงความดีของตัวเอง ถ้านึกถึงความดีของตัวเองไม่ได้นึกถึงครูบาอาจารย์[๖]

วรรณภา คุณากรวงศ์ นักวิจัยด้านโยบายและพัฒนาสังคมที่สถาบันวิจัย (TDRI) ได้ให้ความความสำคัญด้านเศรษฐกิจในการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง กล่าวไว้อย่างน่าสนใจว่า การดูแลแบบประคับประคอง เป็นช่วงสำคัญที่ผู้ป่วย ญาติ และแพทย์ ต้องตัดสินใจร่วมกันว่าจะยื้อหรือยุติการรักษาใน วาระสุดท้าย ซึ่งส่งผลต่อเวลาและทุนทรัพย์ที่จะเพิ่มขึ้นตามมา ผู้ที่อยู่ภาวะช่วงท้ายของชีวิตและไม่ได้เตรียมการสำหรับเรื่องนี้หลายราย ต้องเผชิญกับความยากลำบาก และข้อจำกัดต่าง ๆ โดยเฉพาะด้านค่าคใช้จ่ายเพื่อการรักษาพยาบาล ซึ่งมีสัดส่วนสูงมากเมื่อเทียบกับช่วงชีวิตอื่น ๆ[๗] การ

---

[๕] วันชัย ตันติวิทยาพิทักษ์, *เตรียมตัวตายอย่างมีสติ.* บทความการสัมภาษณ์พระไพศาล วิสาโล เรื่อง ต้อนรับความตาย, , [ออนไลน์], แหล่งที่มา: www.visalo.org [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

[๖] หลวงพ่อปราโมช ปราโมชโช, *วิธีเตรียมตัวตาย.*แสดงธรรม ณ วัดเขาดินวนาราม ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๒, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.dhamma.com [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

[๗] วรรณภา คุณากรวงศ์, ๒๕๖๒, *เตรียมตัวก่อนวาระสุดท้าย เลือกอยู่หรือไปต้องได้อย่างหวัง*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.bangkokbiznews.com/blog/detail/646999 [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

เตรียมการที่ดีจะช่วยให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลและเสียชีวิตไปอย่างที่ คาดหวัง ที่สำคัญที่สุดคือ การลดความทุกข์จากการทรมานจากการเจ็บป่วย ผู้ป่วยและครอบครัวสามารถบริหารจัดการทางการเงิน ลดความเสี่ยงของ การสิ้นเนื้อประดาตัวเพราะค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ซึ่งค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ในช่วงระยะท้ายของชีวิตมีสัดส่วนที่สูงมากเมื่อเทียบกับช่วงอื่น ๆ แม้เราปฏิเสธความตายไม่ได้ แต่การเตรียมการที่ดีจะลดความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต การปรับทัศนคติและตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมการก่อนตายจึงเป็นเรื่องที่สำคัญไม่ว่าอายุเท่าใด ก็ควรทำความเข้าใจและเตรียมไว้ล่วงหน้า

กาญจนา จิตต์วัฒน ได้สรุปผลการวิจัยเรื่องการบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาท ว่า ฐานของความคิดเรื่องการเตรียมตัวตาย มีมาแต่ดั้งเดิม คือเมื่อครั้งพระพุทธเจ้าเป็นพระโพธิสัตว์ทรงเห็นเทวทูตทั้ง ๔ มาปรากฏในรูปของคนชรา คนเจ็บ คนตายและบรรพชิต เมื่อทรงเห็นสิ่งเหล่านี้แล้ว พระองค์ได้แสวงหาทางเพื่อพ้นจากความตาย จนกระทั่งได้ตรัสรู้อริยสัจ ๔ จากนั้น พระองค์ได้ทรงสั่งสอนเวไนยสัตว์ไม่ให้ประมาทในชีวิต ด้วยการทำประโยชน์ให้ตนเองและผู้อื่น อันเป็นการเตรียมตัวก่อนตายอย่างมีสติ พระพุทธศาสนามีหลักการอัน เป็นแก่นแท้คือการสอนให้พุทธศาสนิกชนเข้าใจอริยสัจ ๔ ดังนั้นพระพุทธศาสนาเถรวาท จึงเน้นการสอนให้มนุษย์ตระหนักรู้ในทุกข์และความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิตที่ความตายจะเกิดขึ้นเมื่อไรก็ได้คนเราจึงควรต้องเรียนรู้พุทธธรรม เพื่อการเตรียมตัวตาย และต้องเตรียมชีวิตให้ก้าวข้ามพ้นทุกข์[๘]

จอห์น แมคคอนแนล นักจิตวิทยาแนวพุทธและอาสาสมัครช่วยเหลือด้านจิตใจของผู้ป่วยระยะสุดท้ายของเครือข่ายพุทธิกาในโครงการเผชิญความตายอย่างสงบได้พูดไว้ว่า การเผชิญหน้ากับความกลัวเป็นสิ่งที่ต้องมีการฝึกฝนโดยมีธรรมะเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจ เช่น การใช้หลักอริยสัจ ๔ รู้ทุกข์ เข้าใจทุกข์ ยอมรับในทุกข์ที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้ช่วงเวลาที่ใกล้ถึงวาระสุดท้ายเป็นช่วงเวลาที่ธรรมดาและเตรียมตัวคืนสู่ธรรมชาติให้มากที่สุด[๙]

นิลวรรณ นิมมานวรวงศ์ กล่าวไว้อย่างน่าสนใจว่า “เราเลือกที่ตายได้หรือไม่”[๑๐] หากเรามีความปรารถนาที่จะเสียชีวิตที่ใด เมื่อวันเวลาใกล้จะเสียชีวิต เป็นไปได้หรือไม่ที่จะอยู่ที่นั่นจริงและความปรารถนาอาจเป็นความปรารถนาครั้งสุดท้ายในชีวิตของเรา ที่อยากจะได้มากที่สุด ทว่ามันเป็นไปได้จริงหรือ ผู้ป่วยใกล้เสียชีวิตที่บ้าน แต่แพทย์อาจต้องการให้ดูแลอาการต่อไปในโรงพยาบาล หรือบ้านอาจไม่พร้อมที่จะดูแล ขาดผู้ดูแลและขาดแคลนยา รวมไปถึงอุปกรณ์ในการบริหารยา และอุปกรณ์ช่วยในการดูแล ผู้ป่วยจึงจำต้องอยู่ในโรงพยาบาลจนกระทั่งเสียชีวิต บางครั้งก็เป็นครอบครัวเองที่มีความกังวลในการให้การพยาบาลผู้ใกล้เสียชีวิตที่บ้าน จึงต้องการให้ผู้ป่วยที่ใกล้เสียชีวิตอยู่ในโรงพยาบาลจนกระทั่งวาระสุดท้าย ในทางกลับกัน หลายครั้งที่ผู้ใกล้เสียชีวิตที่ไม่มีความจำเป็น

---

[๘] กาญจนา จิตต์วัฒน. วิทยานิพนธ์. *การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน.* มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓. , [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://bp.mcu.ac.th. [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

[๙] กองสารณียกร. *เผชิญความตายอย่างสงบ*:เครือข่ายพุทธิกา, จดหมายข่าวอาทิตย์อัสดง ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๑๙ มีนาคม ๒๕๕๗, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.budnet.org. [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

[๑๐] นิลาวรรณ นิมมานวรวงศ์, *สถานที่ (ตาย) นั้นสำคัญไฉน*, ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี, ๒๕๕๙, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.rama.mahidol.ac.th. [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

ทางการพยาบาลและการดูแลรักษาทางการแพทย์มากนักเนื่องจากเป็นระยะท้ายของโรค แต่ไม่พร้อมในการดูแลที่บ้าน ผู้ป่วยและครอบครัวมีความกลัวความกังวลในหลาย ๆ ด้าน แต่ในหลายโรงพยาบาลต้องการให้ผู้ป่วยกลับไปดูแลแบบประคับประคองที่บ้าน เพื่อเคลียร์เตียง เพื่อให้ผู้ป่วยอื่นได้รับการรักษา แท้จริงแล้วการได้เสียชีวิตในสถานที่ผู้ป่วยต้องการ ถือเป็นงานสำคัญหนึ่งของการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) การทำให้ความปรารถนาของผู้ป่วยและครอบครัวเป็นจริงในครั้งสุดท้ายเรื่องสถานที่ ที่ผู้ป่วยต้องการเสียชีวิตยังเป็นเรื่องท้าทายมากในปัจจุบัน โดยเฉพาะสถานการณ์ในประเทศไทยเนื่องจากมีความจำกัดของสถานพยาบาลในการดูแลผู้ป่วย เนื่องด้วยโรงพยาบาลยังเป็นสถานที่หลักในการดูแลผู้ป่วย แต่เป้าหมายหลักของโรงพยาบาลคือ การรักษาให้หายโดยใช้อุปกรณ์และเทคโนโลยีต่าง ๆ ให้มากที่สุด ต่างจากเป้าหมายหลักของการดูแลผู้ป่วยใกล้เสียชีวิตที่ต้องการให้เพียงไม่ทุกข์ทรมาน ในสถานที่ที่พักผู้ป่วย

นพ.ประทีป ธนกิจเจริญ รองเลขาธิการสำนักหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช) ได้กล่าวว่า การดูแลผู้ป่วยระยะท้ายเป็นเรื่องละเอียดอ่อนมีความซับซ้อนทั้งในมิติสุขภาพและมิติทางสังคม ความเชื่อ วัฒนธรรม ซึ่งต้องการการจัดการเชิงระบบและการทำงานร่วมกันทุกฝ่ายในการเรียนรู้ ส่งผลให้การดูแลแบบประคับประคองหรือ Palliative care การแสดงเจตนาเกี่ยวกับการรักษาพยาบาล (Living will) ในวาระสุดท้ายของชีวิต ตามมาตรา ๑๒ แห่ง พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ เป็นการวางแผนการรักษาล่วงหน้า (Advance care plan) จะมีส่วนทำให้ผู้ป่วยในระยะท้ายของชีวิตมีคุณภาพชีวิตที่ดีและได้รับการคุ้มครองศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์[๑๑]

นพ.ชูชัย ศรชำนิ รองเลขาธิการสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) กล่าวว่า การดูแลผู้ป่วยระยะท้ายแบบประคับประคอง (Palliative care) เป็นรูปแบบการดูแลสุขภาพแบบแบบองค์รวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถเผชิญความเจ็บป่วยผ่านกระบวนการป้องกันและบรรเทาทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวดและเพื่อเตรียมรับมือกับสภาพความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดตามบริบทของปัจเจกบุคคลเท่าที่จะทำได้ในเวลาที่เหลืออยู่[๑๒] จึงได้ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง ในปี พ.ศ.๒๕๕๓ จึงได้เริ่มสนับสนุนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคองภายใต้ระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติมาอย่างต่อเนื่อง โดยมีเป้าประสงค์ให้เกิดการดูแลที่บ้านสำหรับผู้ป่วยระยะสุดท้าย ซึ่งจะช่วยลดภาระทางการเงินของครอบครัวที่ต้องมาดูแลผู้ป่วยที่โรงพยาบาล และเพิ่มคุณภาพชีวิตผู้ป่วยและญาติผู้ดูแลปัจจุบันมีหน่วยบริการประจำที่บริการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคองจำนวน ๓๙๙ แห่ง โดยจัดบริการร่วมกันกับหน่วยบริการปฐมภูมิเป็นเครือข่ายคลัสเตอร์ปฐมภูมิ (Primary care cluster) หรือคลินิกหมอครอบครัวรวมกว่า ๔,๐๐๐ แห่ง ซึ่งจากข้อมูลในปี ๒๕๕๗-๒๕๕๙ พบว่าแต่ละปีมีผู้ป่วยที่รับบริการการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคองเพิ่มขึ้น ส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยอายุ ๕๐ ปีขึ้นไป โดยปี ๒๕๕๙ มีผู้ป่วยได้รับบริการ ๕,๘๒๐ คน หรือ ๒๒,๐๗๗ ครั้ง ส่งผลให้ในช่วงที่ผ่านมามีการเบิกจ่ายงบประมาณเพื่อดูแล

---

[๑๑] ประทีป ธนกิจเจริญ, *การตายดี*: สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.nationalhealth.or.th. [๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๕].

[๑๒] ชูชัย ศรชำนิ, *การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง,* สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.), ๒๕๖๐, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://prachathai.com [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

เพิ่มขึ้น จากปี ๒๕๕๗ จำนวน ๓,๐๖๔ ล้านบาท ในปี ๒๕๕๙ เพิ่มเป็น ๖,๐๓๙ ล้านบาท และจากข้อมูลรายละเอียดพบว่ากลุ่มผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลระยะสุดท้ายแบบประคับประคองอันดับต้น ๆ ได้แก่ ผู้ป่วยมะเร็งปอด, มเร็งท่อน้ำดี, ปอดอุดกั้นเรื้อรัง, มะเร็งเต้านม, ไตวาย,มะเร็งลำไส้ใหญ่และหลอดเลือดสมองเป็นต้น

ดร.สุพล ลิมวัฒนานนท์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ระบุว่า “จากผลการศึกษาและข้อเสนอนโยบายแก่สำนักหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ต่อบริการดูแลแบบประคับประคอง พบว่าโรงพยาบาลหลายแห่งได้มีการพัฒนาระบบเยี่ยมบ้าน พร้อมจัดอุปกรณ์ราคาแพงให้ผู้ป่วยยืม เช่น ถังผลิตออกซิเจน เครื่องให้ยา เตียงผู้ป่วย และเครื่องดูดเสมหะ เป็นต้น จากข้อมูลปี ๒๕๕๗-๒๕๕๙ พบว่าจำนวนครั้งการเข้ามานอนโรงพยาบาลลดลงจาก ๙ ครั้งก่อนเยี่ยมบ้านเป็น ๖-๗ ครั้งเท่านั้น ขณะที่ค่าเบิกจ่ายการนอนโรงพยาบาลของผู้ป่วยลดลงซึ่งส่งผลให้การลดลงค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพและการเดินทางไปโรงพยาบาลของครัวเรือนได้”[๑๓]

ศ.นพ.วิฑูรย์ อึ้งประพันธ์ ได้กล่าวถึงกระบวนการช่วยยืดชีวิตผู้ป่วย (life sustaining procedure) ที่มีสายระโยงรยางค์ต่อเข้ากับร่างกายผู้ป่วยกับเครื่องกลไกต่าง ๆ อย่างถาวรนั้นเป็นการทำลายศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ หรือลดคุณค่าความเป็นมนุษย์ลง (Dehumanization) การปฏิเสธการรักษาโดยกระบวนการยืดชีวิตของแพทย์ดังกล่าว จะทำให้กระบวนช่วยเหลือคนที่กำลังจะตายมีสภาพของความเป็นมนุษย์อย่างแท้จริงหรือพูดง่าย ๆ ก็คือ การตายอย่างมีศักดิ์ศรีนั่นเอง[๑๔]

นพ.นาวิน ศักดาเดช การดูแลรักษาแบบประคับประคอง (Palliative Care) เป็นวิธีการดูแลผู้ป่วยที่เป็นโรคที่รักษาไม่หาย โดยให้การป้องกัน บรรเทาอาการ ตลอดจนการบรรเทาความทุกข์ทรมานด้านต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น (๑) เป็นการดูแลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตดีที่สุด ดูแลในทุกมิติแบบองค์รวมและอย่างต่อเนื่อง รวมถึงช่วยผู้ป่วยและครอบครัวเข้าใจภาวะโรค และช่วยในการวางแผนการดูแลล่วงหน้า (๒) ในแต่ละปีทั่วโลกจะมีผู้ป่วยระยะสุดท้ายราว ๆ ๔๐ ล้านคน ที่ต้องการการดูแลแบบประคับประคอง แต่มีเพียง ๑๔% เท่านั้น ที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง พบว่า ส่วนใหญ่เป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด ๓๘.๕% รองลงมาคือโรคมะเร็ง ๓๔%[๑๕] สำหรับการดูแลแบบประคับประคองในผู้ป่วยมะเร็งเพื่อให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี ลดอาการที่สัมพันธ์กับมะเร็ง เช่น คลื่นไส้อาเจียน ลดอาการปวดจากมะเร็ง เป็นต้น (๓) ผู้ป่วยมะเร็งส่วนใหญ่เสียชีวิตพร้อมกับอาการที่ทำให้ทุกข์ทรมานทั้งตัวผู้ป่วยเองและครอบครัว โดยพบว่าแพทย์จำนวนมากไม่มีความรู้ในการดูแลผู้ป่วยใกล้เสียชีวิต ซึ่งอาจทำให้ผู้ป่วยและครอบครัวปฏิเสธการรักษา (๔) หลักการทั่วไปของการสื่อสารในผู้ป่วยระยะท้ายการสื่อสารในผู้ป่วยระยะท้ายนั้นควรจะเน้นเป้าประสงค์หลักคือ “การสื่อสารเพื่อการเยียวยา” (Communication for healing) เป็นสำคัญวิธีการสื่อภาษาที่ใช้ทั้ง

---

[๑๓] สุพล ลิมวัฒนานนท์, *สปสช.หนุนดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย จัดสิทธิประโยชน์ดูแลผู้ป่วยอย่างมีคุณภาพ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา:* https://www.thecoverage.info [๖ สิงหาคม ๒๕๖๓].

[๑๔] วิฑูรย์ อึ้งประพันธ์, *การตายอย่างมีศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์,* เอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการเรื่อง *“การให้ผู้ป่วยที่สิ้นหวังตายอย่างสงบ: ร่วมสานแนวคิดสู่วิธีปฏิบัติ”* จัดโดยแพทยสภาร่วมกับกองทุนศาสตราจารย์จิตติ ติงศภัทิย์ คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (๓๑ มีนาคม ๒๕๔๔), หน้า ๒.

[๑๕] นาวิน ศักดาเดช, *การดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะใกล้เสียชีวิต*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://w1.med.cmu.ac.th/ [๖ สิงหาคม ๒๕๖๓].

วจนภาษา (ภาษาพูด) และอวจนภาษา (ภาษาท่าทาง ทางกาย) ไม่แข็งกระด้าง ผู้สื่อสารเกิดความเข้าอกเข้าใจ เห็นใจ และมีความต้องการดูแลความรู้สึกของผู้ฟัง โดยมีหลักการ เตรียมความพร้อมด้านข้อมูลของผู้ป่วย ก่อนจะพบผู้ป่วยและครอบครัว ประเมินความสามารถ ความปรารถนา อารมณ์ความรู้สึก ความเข้าใจ ความกลัว ความคาดหวังของผู้ป่วยและครอบครัว ตระหนักถึงความสำคัญของบริบท ได้แก่ สถานที่ เวลา สิ่งแวดล้อม ณ ขณะนั้นใช้ภาษาให้เหมาะสม ไม่กำกวม กระชับ ไม่เยิ่นเย้อประเมินสภาพการณ์โดยทั่วไปของผู้ป่วยและญาติว่าเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรมีบทสรุปการสนทนาที่มีทางออก หรือวิธีแก้ไขสถานการณ์ให้ดีกว่าเดิม

รศ.พญ.ศรีเวียง ไพโรจน์กุล กล่าวว่า การยื้อชีวิตโดยที่ไม่ได้ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัวดีขึ้น กำลังเป็นปัญหาที่คุกคามระบบสุขภาพของประเทศ ผลจากการสำรวจพบว่าร้อยละ ๑๘ ของผู้ที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลจัดเป็นผู้ป่วยระยะท้าย โดยในจำนวนนี้มีเพียงร้อยละ ๑๗ ที่ได้รับการดูแลระยะท้ายแบบประคับประคอง การสำรวจในห้องไอซียู พบว่า ผู้ป่วยระยะสุดท้ายในห้องไอซียู ๕๐ เปอร์เซ็นต์และในหอผู้ป่วยกว่า ๒๐ เปอร์เซ็นต์ ไม่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง ไม่รู้ภาวะตัวเอง แล้วก็ต้องกลับมานอนรอความตายด้วยเครื่องพยุงชีพ ซึ่งเป็นความทุกข์ทรมานทั้งผู้ป่วย ญาติ และต่อระบบสุขภาพ ถ้ามีการดูแลที่เป็นการรักษาสมดุลระหว่างผู้ป่วยและครอบครัว สร้างความสัมพันธ์ที่ดี กฎหมายก็ไม่จำเป็น เพราะเราไม่ได้มีเจตนาให้เขาตาย แต่เราต้องการปลดเปลื้องความทรมานและให้เขาตายตามธรรมชาติ”[๑๖]

พระศรีปริยัติโมลี กล่าวว่า มนุษย์มีการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ตลอดเวลา มนุษย์ทุกคนเกิดและตายในชาติภพต่าง ๆ มานับครั้งไม่ถ้วน ในระหว่างที่มีชีวิตจึงต้องพยายามทำแต่ความดีเพื่อที่จะพัฒนาตนเองให้เลื่อนไปสู่ภพภูมิที่สูงขึ้นจนสุดท้ายจะได้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด คือการเข้าสู่นิพพานซึ่งเป็นสภาวะพึงประสงค์ที่สุดของชีวิตที่ปราศจากทุกข์เนื่องจากการเกิด แก่ เจ็บ ตายในพุทธศาสนานั้นถือเป็นสิ่งที่อยู่ในกระแสเดียวกัน และมีการไหลเลื่อนอยู่ตลอดเวลา มนุษย์จักต้องมองความจริงให้เห็น ให้เข้าใจอย่างรอบด้าน และปฏิบัติต่อสิ่งนั้นตามความเป็นจริงหากเข้าใจได้ ความตายจะไม่ใช่สิ่งน่ากลัว แต่เป็นเพียงสิ่งหนึ่งในกระแสชีวิตที่ต้องเผชิญเท่านั้นในช่วงเวลาใกล้ตาย (มรณสัญญกาล) จิตดวงสุดท้ายที่จะเคลื่อนออกจากภพนี้ไปเรียกว่าจุติจิตในช่วงนี้มนุษย์จะเผชิญกับสภาวะจิตใน ๒ ลักษณะสลับสับเปลี่ยนกันไป คือ ๑. จิตที่ขึ้นมารับอารมณ์ ๒. จิตที่หลับไป ผู้ป่วยระยะสุดท้ายใกล้ตายมักจะอยู่ในสภาวะจิตเช่นนี้ ซึ่งจะมีแต่อารมณ์ในอดีต จิตอาจจะเห็นภาพการกระทำในอดีต เป็นกรรมดีหรือกรรมชั่ว เรียกว่า กรรมนิมิต หรืออาจจะเห็นเป็นคตินิมิต คือ เห็นภาพภพภูมิที่จะได้ไปอยู่หลังจากตายแล้วศาสนาพุทธ มีประเพณี “การบอกหนทาง” ให้แก่ผู้ที่กำลังจะตาย เป็นการพูดจูงใจให้เตรียมสติให้ผู้ที่กำลังจะตาย ระลึกถึงกรรมดีหรือบุญกุศลที่เคยทำไว้ หรือบอกให้นึกถึงโธ พุทโธ พุทโธ พุทไปเรื่อย ๆ จนสิ้นลม อย่างไรก็ตามเมื่อผู้ป่วยเข้าสู่มรณาสันนวิถี ซึ่งเป็นวิถีสุดท้ายซึ่งใกล้ชิดกับความตายอย่างมาก ผู้ป่วยจะไม่สามารถรับรู้สิ่งใดได้เลย ดังนั้น การบอกหนทางหรือการให้สติแก่ผู้ป่วยควรกระทำในตอนต้น ๆ ของมรณาสันนกาลในขณะที่ยังพอมีสติดีอยู่”[๑๗]

---

[๑๖] ศรีเวียง ไพโรจน์กุล, *เอกสารการอบรมวิชาการ Basic Palliative Care for Nurses*: หน่วยการุณรักษ์ โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๕๕.

[๑๗] อ้างถึงในคณะอนุกรรมการพัฒนาการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ เครือข่ายชาวพุทธเพื่อพระพุทธศาสนาและสังคมไทย, ๒๕๔๗.

วรรณภา จารุสมบูรณ์ กล่าวว่า"การตายดีที่บ้าน คำตอบอยู่ที่ชุมชน"[๑๘] สังคมไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมาหลายปี ทำให้จำนวนผู้ป่วยโรคเรื้อรังและระยะท้ายมีมากขึ้นเป็นเงาตามตัวจนเกินกำลังโรงพยาบาลจะรองรับได้จึงมีผู้ป่วยจำนวนมากทั้งที่เลือกเองและจำใจกลับไปรักษาตัวที่บ้าน แต่ความเป็นจริงพบว่าครอบครัวขาดศักยภาพในการดูผู้ป่วย เพราะความรู้และความเป็นชุมชนได้ถูกทำลายลงไปมากแล้วจากการเปลี่ยนแปลงของสังคม การดูที่บ้านจึงเป็นจึงกลายเป็นปัญหาอีกอย่างหนึ่งที่สังคมไทยต้องแบกรับร่วมกันและจำเป็นต้องตระเตรียมความรู้ ความเข้าใจหรือศึกษาความเป็นไปต่าง ๆ เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยเรื้อรังหรือระยะท้ายในชุมชน

๑.๗.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กัญญ์ฐิตา ศรีภา ได้ทการวิจัยเรื่อง "ประสบการณ์ใกล้ตายของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย" กล่าวว่า ผู้ป่วยมะเร็งระยะท้ายรับรู้ภาวะใกล้ตาย ๒ ลักษณะคือ รับรู้ตายจริง และรับรู้เพียงบางส่วน ซึ่งมีผลต่อการให้ความหมายชีวิตในภาวะใกล้ตายของผู้ป่วยใกล้ตายกับภาวะที่ต้องดูแล ภาวะที่ไม่ปกติหรือแปลกแยกและความทุกข์ใจกับภาวะใกล้ตายและให้ความหมายความตายใน ๕ ลักษณะ ได้แก่ ความตายทำให้พลัดพราก ความตายทำให้ต้องพลาดหวัง ความตายทำให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทรมาน ความตายเป็นเรื่องปกติ ธรรมดา และความตายเป็นเรื่องไม่แน่นอน[๑๙]

กาญจนา จิตต์วัฒน ได้ทการวิจัยเรื่อง "การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพทุธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน" สรุปไว้ว่า ฐานของความคิดเรื่องการเตรียมตัวตาย มีมาแต่ดั้งเดิม คือเมื่อครั้งพระพุทธเจ้าเป็นพระโพธิสัตว์ทรงเห็นเทวทูตทั้ง ๔ มาปรากฏในรูปของคนชรา คนเจ็บ คนตาย และบรรพชิต เมื่อทรงเห็นสิ่งเหล่านี้แล้ว พระองค์ได้แสวงหาทางเพื่อพ้นจากความตาย จนกระทั่งได้ตรัสรู้อริยสัจ ๔ จากนั้น พระองค์ได้ทรงสั่งสอนเวไนยสัตว์ไม่ให้ประมาทในชีวิต ด้วยการทำประโยชน์ให้ตนเองและผู้อื่น อันเป็นการเตรียมตัวก่อนตายอย่างมีสติ พระพุทธศาสนามีหลักการอัน เป็นแก่นแท้คือการสอนให้พุทธศาสนิกชนเข้าใจอริยสัจ ๔ ดังนั้นพระพุทธศาสนาเถรวาท จึงเน้นการสอนให้มนุษย์ตระหนักรู้ในทุกข์และความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิตที่ความตายจะเกิดขึ้นเมื่อไรก็ได้คนเราจึงควรต้องเรียนรู้พุทธธรรม เพื่อการเตรียมตัวตาย และต้องเตรียมชีวิตให้ก้าวข้ามพ้นทุกข์[๒๐]

สุธินี ศิวะพฤกษ์พงศ์ ได้ทการวิจัยเรื่อง "การเตรียมตัวและยอมรับความตายในโครงการเผชิญความตายอย่างสงบของเครือข่ายพุทธิกา" ได้สรุปไว้ว่า แม้การมองความตายให้เป็นเรื่องธรรมชาติและปฏิบัติหรือเตรียมพร้อมในการที่จะตายนั้นเป็นเรื่องยากต่อการทำใจ เนื่องมาจากการถูกปลูกฝังความคิดผ่านทั้งศาสนาที่คอยสอนให้รู้จักการตอบแทนพระคุณของพ่อแม่ ก่อเกิดความคิดว่า ความตายเป็นเรื่องน่ากลัวเจ็บปวดและทรมาน ของสังคมนั้นยังมีอิทธิพลอยู่อย่างสูงมาก รวมไปถึงค่านิยมในการยื้อชีวิตผู้ป่วยให้ได้อยู่มากที่สุดด้วยเครื่องมือทางแพทย์ แม้ผู้เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่จะมาเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับความตายต่อตัวเอง แต่การยอมรับอย่างแท้จริงนั้นต้องใช้เวลารวม

---

[๑๘] วรรณภา จารุสมบูรณ์, *การดูแลแบบประคับประคองในชุมชน, ถอดบทเรียนกระบวนการ: จากจดหมายข่าวอาทิตย์อัสดง*, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๒๘ ประจำเดือน เมษายน-มิถุนายน ๒๕๕๙.

[๑๙] กัญญ์ฐิตา ศรีภา, "ประสบการณ์ใกล้ตายของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย", *ปริญญานิพนธ์,* (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ), ๒๕๕๔, บทคัดย่อ.

[๒๐] กาญจนา จิตต์วัฒน, "การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพทุธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน", *วิทยานิพนธ์*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓, บทคัดย่อ.

ไปถึงการใช้หลักธรรมเพื่อช่วยให้เกิดการปล่อยวางและไม่ยึดติดกับชีวิต ด้วยเหตุนี้การดูแลแบบประคับประคองจึงมีความสำคัญที่ทำให้เกิดการตายดีได้ เนื่องจากผู้ป่วยวาระสุดท้ายจะเจ็บปวดต่อร่างกายน้อยที่สุด จะทำให้ผู้คนหันมาสนใจกับดูแลแบบประคับประคอง ท้ายที่สุดการตายดีถึงจะเกิดขึ้นได้อย่างสมบูรณ์มากขึ้น[๒๑]

ชูศรี บูร์ทอง ได้ทการวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องความตายในพระอภิธรรมปิฎก” สรุปไว้ดังนี้ การตายและการเกิดของสัตว์ทั้งหลายมีความสัมพันธ์กันกับเรื่องของกรรมอย่างแยกจากกันไม่ได้เพราะกรรมเป็นสิ่งบอกคติหรือสถานที่เกิดของสัตว์หลังจากตายมีทั้งกรรมดีชี้คติในเชิงบวกคือแสดงถึงภาวะแห่งความสุขความสบาย ส่วนกรรมชั่วบ่งชี้คติในเชิงลบคือแสดงภาวะแห่งความทุกข์บีบคั้นได้รับความทุกข์ทรมานอย่างแสนสาหัส ถ้ามองจากมุมของพระธรรมปิฎก ความตายกับการเกิดใหม่เกี่ยวข้องกันอย่างใกล้ชิด พอตายลง การเกิดใหม่จะตามมาทันที ทั้งตายและการเกิดใหม่เป้นของกระบวนการแห่งกระแสต่อเนื่องแห่งชีวิตอันเดียวกัน ถ้ามองในแง่นี้ เราจะไม่กลัวความตายเพราะความตายไม่ใช่ดับสูญแห่งชีวิตอย่างสิ้นเชิง[๒๒]

สมรักษ์ เจียมธีรสกุล, จิรยุทธ์ สินธุพันธ์ ได้ทการวิจัยเรื่อง “การสื่อสารการเตรียมตายในศตวรรษที่ ๒๑” ได้ข้อสรุปไว้ว่า คนในสังคมร่วมสมัยสื่อสารเพื่อการเตรียมตัวตายทุกระดับ ตั้งแต่การสื่อสารภายในบุคคล ระหว่างบุคคล การสื่อสารกลุ่มเล็ก กลุ่มใหญ่ และการสื่อสารต่อสาธารณะ ผู้ส่งสารเพื่อการเตรียมตัวตายมีทั้งบุคคล และองค์กร บุคคลใช้สื่อหลากหลายประเภทเพื่อสื่อสารความประสงค์ในวาระสุดท้ายของชีวิต ได้แก่ การสนทนากับคนในครอบครัว การเขียนเป็นลายลักษณ์อักษร เช่น พินัยกรรม หนังสือแสดงเจตจำนง หนังสือบริจาคร่างกายหรืออวัยวะ อัตชีวประวัติ หนังสือสำหรับงานศพตนเอง วีดีทัศน์เพื่อเปิดในงานศพ สื่อโซเชียล เนื้อหาสารการเตรียมตัวตายสื่อสารเป้าหมายความประสงค์เฉพาะตัวบุคคล การจัดทำสื่อ อัตชีวประวัติ หนังสืองานศพ เป็นการเล่าเรื่องเพื่อสื่อสารอัตลักษณ์ที่ต้องการให้สังคมจดจำ[๒๓]

ลดวัลย์ สาภินันท์ ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ภาวะธรรมทัศน์ในวัยสูงอายุและการเตรียมตัวเกี่ยวกับความตายของผู้สูงอายุ” สรุปไว้ว่า ผู้สูงอายุมีลักษณะการเตรียมตัวตายทั้ง ๔ ด้าน คือด้านร่างกาย เลือกวิธีการจัดการศพของตน ด้านจิตใจ คือเห็นใจผู้อื่นที่มีอาการป่วยหนักในระยะใกล้ตายและตระหนักว่าความตายเป็นธรรมชาติที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ด้านจิตวิญญาณคือ การปฏิบัติตามความเชื่อ

---

[๒๑] สุธินี ศิวะพฤกษ์พงศ์, “การเตรียมตัวและยอมรับความตายในโครงการเผชิญความตายอย่างสงบของเครือข่ายพุทธิกา”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรบัณฑิต, ภาควิชามานุษยวิทยา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัศิลปากร), ๒๕๖๐, บทคัดย่อ.

[๒๒] ชูศรี บูร์ทอง. “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องความตายในพระอภิธรรมปิฎก”, *สารนิพนธ์ วิทยาเขตอีสาน*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย), ๒๕๕๙, บทคัดย่อ.

[๒๓] สมรักษ์ เจียมธีรสกุล, จิรยุทธ์, “การสื่อสารการเตรียมตายในศตวรรษที่ ๒๑”, *สินธุพันธ์*, คณะนิเทศศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์), ๒๕๖๒, บทคัดย่อ.

ทางศาสนา ด้านสังคมคือ การมอบความรักและความห่วงใย หรือปรับความเข้าใจกับสมาชิกในครอบครัวและผู้อื่น[๒๔]

ประสิทธิ์ กุลบุญญา ได้ทการวิจัยเรื่อง “วิธีการเผชิญความตายและรูปแบบการเตรียมตัวตาย สำหรับผู้สูงวัยตามหลักพระพุทธศาสนา” ได้สรุปไว้ดังนี้ ภาวะใกล้ตายมี ๒ ระยะ คือ มรณาสันนกาล หมายถึงเวลาใกล้จะตาย และมรณาสันนวิถีคือ ช่วงเวลาสุดท้ายของชีวิต มีกรณีการ เผชิญกับความตายของตัวอย่างได้แก่ การเผชิญต่อกิเลสมาร การสั่งเสียและเตือนสติแก่ผู้ที่ยังมี ชีวิตอยู่การสั่งการเรื่องการจัดการศพ การทำจิตให้มีสมาธิในวาระสุดท้ายใกล้ตาย การพิจารณา ถึงปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นหลังความตายของตนและหาทางป้องกัน การขอขมาบุคคลผู้มีพระคุณ การทำบุญช่วยเหลือผู้คน การทดแทนผู้มีพระคุณ การยอมรับกฎแห่งกรรม ฟังธรรมก่อนตาย[๒๕]

ธนวรรณ สินประเสริฐ ได้ทำวิทยานิพนธ์ดุษฎีเรื่อง “การเรียนรู้เพื่อการจัดการวาระสุดท้ายของชีวิต” ได้สรุปผลดังนี้ ผู้สูงอายุกว่าครึ่งกลัวการเจ็บป่วยหนัก ส่วนใหญ่ไม่กลัวการเผชิญความตาย เชื่อว่าความตายเป็นเรื่องธรรมชาติทั้งหมดเชื่อว่าการเตรียมตัวก่อนตายเป็นสิ่งที่ดีกว่าครึ่ง มีการเตรียมตัวก่อนตายด้านการจัดการทรัพย์สิน มีการทำฌาปนกิจสงเคราะห์เนื่องจากเป็นสิ่งที่กังวล โดยเรียนรู้จากประสบการณ์ ที่ผ่านมา หากป่วยหนักและเสียชีวิตผู้สูงอายุทั้งหมดต้องการได้รับความช่วยเหลือจากบุตรหลาน ส่วนใหญ่ไม่ต้องการทุกข์ทรมานจากอุปกรณ์การแพทย์ไม่ต้องการให้บุตรหลานเสียเวลา เสียทรัพย์สิน แต่ส่วนใหญ่ไม่ได้แจ้งความต้องการให้บุตรหลานทราบ และเกือบทั้งหมดไม่มีความรู้ด้านการแสดงเจตนา ความต้องการครั้งสุดท้ายของชีวิต[๒๖]

พระปลัดกมลมาศ เลขธมฺโม, พระศักดิธัช สำโร, พรหมเรศ แก้วโมลา และ สมหวัง แก้วสุฟอง ได้ทการวิจัยเรื่อง “กระบวนการส่งเสริมการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนวพระพุทธศาสนาของประชาชนในเขตอำเภอตรอน จังหวัดอุตรดิตถ์” ได้สรุปไว้อย่างน่าสนใจดังนี้ หลักการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนวพระพุทธศาสนา เน้นการดูแลใน ๒ มิติ คือ การดูแลด้านร่างกายและจิตใจเป็นพื้นฐาน และเชื่อมโยงไปสู่การดูแลที่ให้ความสำคัญกับมิติแห่งความเป็นมนุษย์ หรือมิติแห่งการพัฒนาศักยภาพมนุษย์จนถึงวินาทีสุดท้ายแห่งชีวิต ไม่ว่าจะเป็นชีวิตทางด้านกาย ศีลหรือสังคม จิตใจ และปัญญา มุ่งให้ผู้ป่วยเกิดความงอกงามตามหลักไตรสิกขา เป็นการดูแลที่มุ่งพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันโลกและชีวิต มุ่งช่วยให้ผู้ป่วยรู้เท่าทันความตาย ไม่หวาดหวั่นพรั่นพรึงต่อความตาย เพื่อช่วย

---

[๒๔] ลดวัลย์ สาภินันท์, “ภาวะธรรมทัศน์ในวัยสูงอายุและการเตรียมตัวเกี่ยวกับความตายของผู้สูงอายุ”, *วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต,* (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่), ๒๕๔๕, บทคัดย่อ.

[๒๕] ประสิทธิ์ กุลบุญญา, “วิธีการเผชิญความตายและรูปแบบการเตรียมตัวตาย สำหรับผู้สูงวัยตามหลักพระพุทธศาสนา”, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี), ๒๕๖๔, บทคัดย่อ.

[๒๖] ธนวรรณ สินประเสริฐ, “การเรียนรู้เพื่อการจัดการวาระสุดท้ายของชีวิต”, *วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต,* สาขาวิชาการศึกษาตลอดชีวิตและการพัฒนามนุษย์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร), ๒๕๕๖, บทคัดย่อ.

ประคับประคองจิตใจของผู้ป่วยให้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ ทำชีวิตให้มีจิตผ่องแผ้วในวาระสุดท้ายก่อนสิ้นชีวิต เมื่อจากโลกนี้ ย่อมไปสู่สุคติ โลกสวรรค์[๒๗]

พระครูอรรถจริยานุวัตร (สุเทพ ศรีทอง) ได้ทการวิจัยเรื่อง “การเตรียมตัวตายตามแนวพระพุทธศาสนา” สรุปไว้ว่า ยิ่งพิจารณาเห็นความตายให้เป็นความธรรมดา ได้มากเท่าไหร่ ก็จะลดความทุกข์ที่เกิดจากความตายได้มากเท่านั้น การทำความคุ้นเคยกับความตายเพื่อเผชิญกับความตายอย่างมีสติจึงจะเป็นการตายดีที่มีคุณภาพตามแนวพระพุทธศาสนา[๒๘]

พระครูสารกิจประยุต (กาบ ฐานตฺโต) ได้ทการวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการแก้ไขปัญหาชีวิต” ได้สรุปไว้ดังนี้ หลักอริยสัจ ๔ เป็นธรรมเครื่องดับทุกข์เป็นไปในลักษณะของการวิเคราะห์ของการแก้ไขปัญหาให้ถูกต้องด้วยวิธีการและถูกจุด คือ การรู้เท่าทันปัญหามี ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ทุกข์ ๒) สมุทัย ๓) มรรค และ ๔ นิโรธ ทุกข์ คือ ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจมีลักษณะบีบคั้น ทนได้ยาก สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ มรรค เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ความดับทุกข์ ได้แก่ มรรค ๘ ประการ เป็นหนทางการดับทุกข์ และ นิโรธ คือการดับทุกข์ ได้แก่ การดับทุกข์หรือกิเลสตัณหาให้สิ้นไป การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการแก้ไขปัญหาชีวิต คือการวิเคราะห์ปัญหา และแก้ไขปัญหาให้ถูกจุด[๒๙]

พระครูสิริปัญญาคุณ, พระครูโฆสิตวัฒนานุกูล, พระครูโกศลอรรถกิจ, และสวัสดิ์ อโณทัย ได้ทการวิจัยเรื่อง “แนวทางการปฏิบัติต่อความตายในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” ได้สรุปไว้ว่า ความตายเป็นปรากฏการณ์ที่เป็นไปตามธรรมชาติของชีวิต สัตว์โลกที่ยังมีกิเลสอันเป็นประดุจยางเหนียวในเมล็ดพืช ซึ่งมีอวิชชาเป็นต้นเค้าอยู่นั้นยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพชาตินั้น ๆ ตามแรงเหวี่ยงของกรรมดี กรรมชั่ว ที่ได้ทำไว้ ส่งผลให้ไปเกิดภพนั้น ๆ คือ ภูมิ หมายถึงชั้นของจิตระดับชีวิต มี ๔ ภูมิ คือ กามภูมิ รูปภูมิ อรูปภูมิ และโลกุตรภูมิ ความตายเป็นอาการหรือปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นปกติสำหรับชีวิตโดยไม่ขึ้นต่อความรู้สึกของมนุษย์ ความตายจึงเป็นเพียงธรรมดา ๆ วิธีการเตรียมตัวตายเพื่อไปสู่สุคติ สำหรับบุคคลทั่วไป แม้จะยังไม่สามารถปฏิบัติจนถึงขั้นละการเวียนว่ายตายเกิดได้ แต่สามารถนำมาปฏิบัติเป็นการเตรียมพร้อมสำหรับความตายที่จะมาถึงและเพื่อมุ่งสู่ชีวิตหลังความตายที่เป็นสุคติภูมิ[๓๐]

---

[๒๗] พระปลัดกมลมาศ เลขธมฺโม, พระศักดิธัช สำโร, พรหมเรศ แก้วโมลา และ สมหวัง แก้วสุฟอง, “กระบวนการส่งเสริมการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนวพระพุทธศาสนาของประชาชนในเขตอำเภอตรอน จังหวัดอุตรดิตถ์”, *วิทยานิพนธ์*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่), ๒๕๖๔, บทคัดย่อ.

[๒๘] พระครูอรรถจริยานุวัตร (สุเทพ ศรีทอง), “การเตรียมตัวตายตามแนวพระพุทธศาสนา”, *วิทยานิพนธ์,* (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตสิรินธรราชวิทยาลัย), ๒๕๖๔, บทคัดย่อ.

[๒๙] พระครูสารกิจประยุต (กาบ ฐานตฺโต), “การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการแก้ไขปัญหาชีวิต”, *วิทยานิพนธ์,* (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น), ๒๕๖๐, บทคัดย่อ.

[๓๐] พระครูสิริปัญญาคุณ, พระครูโฆสิตวัฒนานุกูล, พระครูโกศลอรรถกิจ, และสวัสดิ์ อโณทัย, “แนวทางการปฏิบัติต่อความตายในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช), ๒๕๖๒, บทคัดย่อ.

นรชัย ณ วิเชียร, เฉลิมชัย กิตติศักดิ์นาวิน, และนลินณัฐ ดีสวัสดิ์ ได้ทการวิจัยเรื่อง “อริยสัจ ๔ กับการพัฒนาองค์กร” มีบทสรุปไว้ดังนี้ การนำหลักพุทธธรรมขั้นสูงสุดมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตและการทำงานด้านการพัฒนาองค์กร ซึ่งเป็นแนวคิดที่วางอยู่บนรากฐานของเหตุและผล เป็นแก่นคำสอนของพระพุทธศาสนา ที่รู้จักกันคือ อริยสัจ ๔ โดยหลักธรรมมีความมุ่งหมายที่จะสอนให้บุคคลเข้าใจถึงความเป็นจริงตามธรรมชาติของสรรพสิ่งทั้งมวล ซึ่งกล่าวถึงการที่จะต้องกำหนดรู้ให้จงได้ ว่าความทุกข์หรือปัญหานั้นคืออะไร และสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่ในขณะนั้น มีที่มาจากสาเหตุอะไร อีกทั้งทำอย่างไร ด้วยวิธีการหรือใช้เครื่องมือใดในการปฏิบัติ จึงจะทำให้ปัญหาดังกล่าวทั้งหลายหมดสิ้นไป ความรู้แจ้งในหลักธรรมเหล่านี้สามารถช่วยบรรเทาทุกข์และลดทอนผลกระทบจากปัญหาที่เกิดขึ้นลงได้[๓๑]

พัทธ์ธีรา วุฒิพงษ์พัทธ์ ได้ทการวิจัยเรื่อง “การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคองตามความเชื่อทางศาสนา และความต้องการครั้งสุดท้ายของชีวิต” ได้สรุปไว้ว่า ความตายเป็นธรรมชาติของทุกชีวิต การมีชีวิตอยู่ในช่วงเวลาของความเป็นและความตายนั้น เป็นความทุกข์ทรมาน ทั้งทางกาย จิตใจ และจิตวิญญาณของผู้ป่วย หากผู้ป่วยมีความเข้าใจชีวิต ตามความเชื่อทางศาสนา ยอมรับความตายที่จะมาถึง ครอบครัวยอมรับและไม่ยื้อชีวิตของผู้ป่วยให้อยู่อย่างทุกข์ทรมาน จะทำให้ ผู้ป่วยจากไปอย่างสงบ ตามความต้องการครั้งสุดท้ายของชีวิตอย่างสง่างาม มีศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจท่ามกลางครอบครัวที่อบอุ่น ทีมสุขภาพและครอบครัว มีบทบาทสำคัญในการดูแลแบบประคับประคองให้ผู้ป่วย จากไปอย่างสงบและมีศักดิ์ศรีดังนั้น ผู้ดูแลต้องมีความรู้ตามความเชื่อทางศาสนาและความต้องการครั้งสุดท้าย ของผู้ป่วย โดยใช้ศาสตร์และศิลป์ในการดูแลให้ครอบคลุมทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ[๓๒]

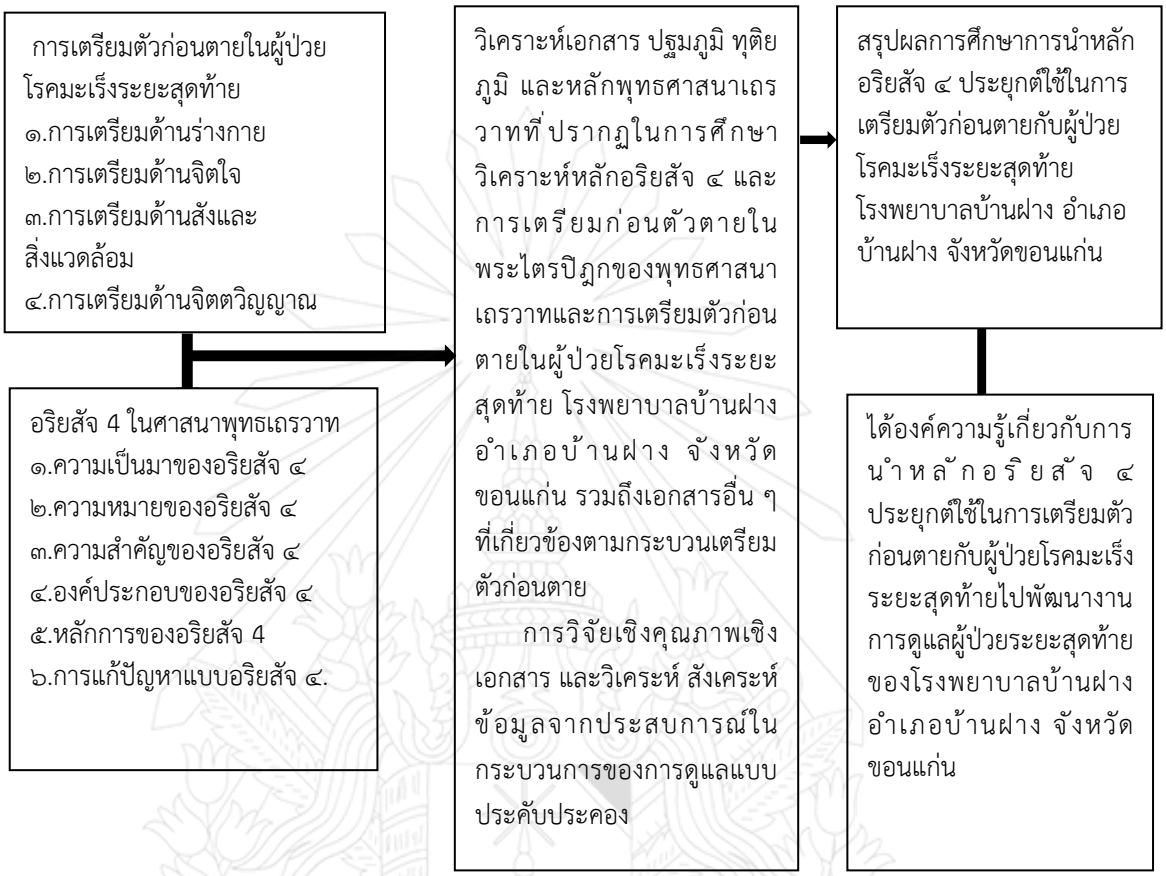
---

[๓๑] นรชัย ณ วิเชียร, เฉลิมชัย กิตติศักดิ์นาวิน, และนลินณัฐ ดีสวัสดิ์, “อริยสัจ ๔ กับการพัฒนาองค์กร”, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร), ๒๕๖๐, บทคัดย่อ.

[๓๒] พัทธ์ธีรา วุฒิพงษ์พัทธ์, “การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคองตามความเชื่อทางศาสนาและความต้องการครั้งสุดท้ายของชีวิต”, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร), ๒๕๕๙, บทคัดย่อ.

๑.๘ กรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework)

จากแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวมาแล้วนั้น ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดของการวิจัยไว้ดังนี้



ภาพที่ ๑.๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๑.๙ นิยามศัพท์เฉพาะ (Definition of terms)

การวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดนิยามศัพท์เฉพาะที่สำคัญไว้ ดังต่อไปนี้

ความตาย หมายถึง ตายเป็นคำกริยาว่า สิ้นใจ สิ้นชีวิต ไม่เป็นอยู่ต่อไป สิ้นสภาพของการมีชีวิต เช่น สภาวะสมองตาย

การเตรียมตัวก่อนตาย หมายถึง การเตรียมความพร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ สังคมและสิ่งแวดล้อม และจิตวิญญาณ ก่อนเสียชีวิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย หมายถึง ผู้ป่วยระยะที่เซลล์มะเร็งได้แพร่กระจายไปยังอวัยวะอื่น ๆ ของร่างกาย โดยเซลล์มะเร็งจะขยายตัวใช้พื้นที่และแย่งสารอาหารที่จำเป็นต่ออวัยวะในร่างกาย ทำให้ร่างกายไม่สามารถทำงานตามปกติเป็นอย่างมาก การรักษาโดยมุ่งกำจัดมะเร็งไม่ได้ผล และมีแนวโน้มที่ผู้ป่วยจะเสียชีวิตในเวลาต่อมาและแพทย์วินิจแล้วว่าให้รักษาตามอาการ ไม่พิเคราะห์โรคอีกต่อไป

หลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง หลักธรรมคำสอนที่สำคัญที่สุดของพุทธศาสนาประกอบด้วยความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตมนุษย์

การประยุกต์ใช้ หมายถึง ในที่นี้ คือการนำเอาหลักอริยสัจ ๔ ไปปรับใช้ในการเตรียมตัวก่อนตายในกระบวนการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care)

Palliative care หมายถึง กระบวนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง ที่มุ่งจะทำให้คุณภาพชีวิตของทั้งผู้ป่วยและครอบครัว ซึ่งเผชิญหน้ากับโรคที่คุกคามต่อชีวิต (Life–Threatening illness) จากโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โดยเน้นที่การดูแลรักษาอาการที่ทำให้ทุกข์ทรมานได้บรรเทาทั้งอาการเจ็บป่วยทางกาย ปัญหาทางจิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ แบบองค์รวม ให้ชีวิตที่เหลืออยู่มีคุณค่าจากไปอย่างสงบ

บทที่ ๒
การเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

ในบทนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเฉพาะกรณีการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น โดยเน้นการศึกษาจากเอกสารเป็นหลักประกอบกับประสบการณ์จริงในการได้ดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง ผู้วิจัยจึงได้กำหนดหัวข้อเพื่อประโยชน์ไปปรับใช้ในงานวิจัย ดังต่อไปนี้

๒.๑ ความตายและการเตรียมตัวก่อนตายตามทัศนะพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๑.๑ ความหมายของความตาย

๒.๑.๒ กระบวนการตายและการเสียชีวิต

๒.๑.๓ ความตายในทางการแพทย์

๒.๑.๔ ความตายตามกฎหมายไทย

๒.๑.๕ ความตายในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๒.๑.๖ การเตรียมตัวก่อนตายตามทัศนะพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๒ โรคมะเร็งและโรคมะเร็งระยะสุดท้าย

๒.๒.๑ โรคมะเร็ง

๒.๒.๒ การวินิจฉัยโรคมะเร็ง

๒.๒.๓ ระยะของโรคมะเร็ง

๒.๒.๔ การรักษาโรคมะเร็ง

๒.๒.๕ สถานการณ์โรคมะเร็งในประเทศไทย

๒.๒.๖ โรคมะเร็งระยะสุดท้าย

๒.๓ ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย

๒.๓.๑ สิทธิของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

๒.๓.๒ การดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย

๒.๔ โครงสร้างและกระบวนการดูแลแบบประคับประคอง

๒.๔.๑ ทีมสุขภาพ

๒.๔.๒ การประเมินความต้องการของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๔ มิติ (กาย จิต สังคม จิตวิญญาณ)

๒.๔.๒.๑ ด้านร่างกาย

๒.๔.๒.๒ ด้านจิตใจ

๒.๔.๒.๓ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

๒.๔.๒.๔ ด้านจิตวิญญาณ

๒.๔.๓ การวางแผนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย

๒.๔.๔ การตัดสินใจของผู้ป่วยระยะสุดท้ายและครอบครัว

๒.๕ กระบวนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๒.๕.๑ นโยบายการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายของกระทรวงสาธารณสุข

๒.๕.๒ บริบทโรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๒.๕.๓ ศูนย์ดูแลประคับประคองโรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๒.๖ สรุปรูปแบบการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

๒.๖.๑ หลักการในการเตรียมการ

๒.๖.๒ เป้าหมายของการเตรียมตัวก่อนตาย

๒.๑ ความตายและการเตรียมตัวก่อนตายตามทัศนะพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๑.๑ ความหมายของความตาย

ตาย[๑] เมื่อเป็นคำกริยาว่า สิ้นใจ สิ้นชีวิต ไม่เป็นอยู่ต่อไป สิ้นสภาพของการมีชีวิต เช่น สภาวะสมองตาย

๒.๑.๒ กระบวนการตายและการเสียชีวิต คือ การตายของเซลล์ที่เป็นผลมาจากการบาดเจ็บของเซลล์ชนิดที่ไม่สามารถฟื้นกลับมาเป็นเซลล์ปกติได้อีกอย่างเป็นระบบ[๒] เป็นการการเสื่อมสภาพที่ไม่สามารถกลับคืนสู่สภาพปกติได้ในหน้าที่ที่จำเป็นสำหรับการมีชีวิตอยู่ อันจะนำไปสู่การตายของร่างกายหรือการเสียชีวิต หมายถึงการที่บุคคลไม่สามารถแสดงการสื่อสารหรือปฏิสัมพันธ์โดยเจตนาด้วยวิธีการใด ๆ กับสิ่งต่าง ๆ ที่แวดล้อมได้เลย ไม่มีการรับรู้อย่างถาวร ผู้ป่วยระยะท้าย[๓] คือการเดินทางไปสู่การเสียชีวิต หรือการเปลี่ยนผ่านเข้าสู่จุดจบของการมีชีวิตซึ่งจะเริ่มขึ้นเมื่อ ๓ เดือนสุดท้ายที่ผู้ป่วยมีชีวิตอยู่ มีความจำเป็นที่จะต้องได้รับการดูแลอย่างดีเพื่อเตรียมให้ผู้ป่วยได้เข้าสู่การตายดี ซึ่งกระบวนการตายนั้นเราต้องมีระยะต่าง ๆ ที่ต้องรู้จักคือ ระยะสุดท้าย (End of Life) คือ มีช่วงเวลาตั้งแต่ ๖ เดือนจนกระทั่งผู้ป่วยเสียชีวิต ระยะใกล้ตาย (Death Dying) คือ ช่วงเวลาตั้งแต่ ๓ เดือนสุดท้ายก่อนผู้ป่วยเสียชีวิต ส่วนความตาย (Death) คือ สัจธรรมของชีวิตที่มิอาจหลีกเลี่ยงได้ เป็นปรากฏการณ์ธรรมชาติหนึ่งในกระบวนการของชีวิต คือ การเกิด แก่ เจ็บ และ การตาย อาจมีความหมายได้ในหลายแง่มุม เช่น ความตายทางการแพทย์ ความตายทางศาสนา ความตายทางร่างกาย ความตายในแง่กฎหมาย เป็นต้น

---

[๑] ราชบัณฑิตยสถาน, *พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๒*, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊ค, ๒๕๕๒), หน้า ๒๐.

[๒] เจตนา เรืองประทีป. *การตายของเซลล์และการเสียชีวิต*, ภาควิชาพยาธิวิทยา: วิทยาลัยแพทย์ศาสตร์พระมงกุฎเกล้า, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.asianarchpath.com. [๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๕].

[๓] ศรีเวียง ไพโรจน์กุล, *เอกสารการอบรมวิชาการ Basic Palliative Care for Nurses*: หน่วยการุณรักษ์ร่วมกับ ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศรีนครินทร์, เมื่อ ๒๘-๓๐ มีนาคม ๒๕๕๕ , อาคารสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี อนุสรณ์ (สว.๒) ชั้น ๓ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

๒.๑.๓ ความตายทางในทางการแพทย์[๔] เป็นความตายทางร่างกายกายที่ถือกันว่าตายในทางการแพทย์นั้น จะต้องมีองค์ ประกอบอย่างน้อย ๓ ประการ คือ ๑) ปอดหยุดทำงานหยุดหายใจ ๒) หัวใจต้องหยุดเต้น ๓) สมองต้องหยุดทำงานโดยสิ้นเชิง การตายทางการแพทย์หรือสมองตาย (Brain Death) การวินิจฉัยการตายเป็นหน้าที่ของแพทย์ผู้ที่ทำการรักษาพยาบาลเป็นไปตามข้อเท็จจริงโดยพิจารณาจากอวัยวะทั้ง ๓ ส่วนคือ หัวใจ ปอด และสมองหยุดทำงาน แต่ปัจจุบันนี้ความรู้และเทคโนโลยีมีความก้าวหน้ามาก ทำให้อวัยวะทั้ง ๓ ไม่ได้หยุดการทำงานลงพร้อมกัน สมองหยุดการทำงานแต่หัวใจและปอดยังทำงานได้โดยอาศัยเครื่องมือทางการแพทย์ซึ่งเป็นการยืดอายุระยะเวลาการดำรงชีวิตโดยฝืนธรรมชาติ การวินิจฉัยกรณีนี้จึงต้องอาศัยเกณฑ์การวินิจฉัยสมองตายตามคำประกาศของแพทยสภา เพื่อประโยชน์ทางการแพทย์ในการยุติหรือสิ้นสุดการรักษาพยาบาล ซึ่งเกณฑ์การวินิจฉัยการตายของบุคคลในกรณีสมองตายของประเทศไทยได้มีขึ้นเป็นครั้งแรกเมื่อ พ.ศ.๒๕๓๒ โดยแพทยสภาได้ออกประกาศแพทยสภาเรื่อง”เกณฑ์การวินิจฉัยสมองตาย” พ.ศ.๒๕๓๒ ต่อมาได้มีการประกาศเพิ่มเติมเพื่อให้สอดคล้องตามมาตรฐานสากลและให้มีการวินิจฉัยที่มีแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจนขึ้นโดยกำหนดนิยามคำว่า”การตายของบุคคล”หมายความว่า บุคคลอยู่ในสภาวะระบบการไหลเวียนของเลือดและระบบหายใจหยุดทำงานโดยไม่สามารถกลับคืนได้อีกหรืออยู่ในสภาวะสมองตายคือการที่สมองถูกทำลายจนสิ้นสุดหยุดการทำงานโดยสิ้นเชิงตลอดไป ปัจจุบันได้มีประกาศแพทยสภาฉบับที่ ๗/๒๕๕๔ เรื่องหลักเกณฑ์และวิธีการวินิจฉัยสมองตาย

๒.๑.๔ ความตายตามกฎหมายไทย มี ๒ ชนิด คือ การตายตามธรรมชาติ และการตายโดยผลของกฎหมาย การตายตามธรรมชาติ หมายถึง การหยุดทำงานของระบบร่างกาย ๓ ระบบได้แก่ แกนสมองของระบบประสาทกลางต้องหยุดทำงาน ระบบไหลเวียนโลหิต (เลือด) หยุดทำงานได้แก่ หัวใจหยุดเต้น และระบบหายใจ ได้แก่ ปอด ต้องหยุดหายใจ ซึ่งหมายความว่าคนคนนั้นไม่สามารถหายใจด้วยตนเองได้ ส่วนการตายโดยผลของกฎหมาย ได้แก่ บุคคลที่ศาลสั่งให้เป็นคน”สาบสูญ” โดยมากคน ๆ นั้น ต้องสูญหายไปโดยไม่มีผู้ใดพบเห็นอย่างน้อย ๕ ปี และญาติทำการร้องขอต่อศาลให้ศาลสั่งให้เป็นคนสาบสูญ ซึ่งมีสภาพเท่ากับคนที่ตายไปแล้วนั่นเอง ทำให้ทายาทสามารถรับมรดกของผู้ที่ศาลสั่งให้ตายทางกฎหมายสภาพบุคคลสิ้นสุดลงเมื่อตาย การตายของบุคคลธรรมดานั้นมีทั้งการตายธรรมดาและการตายโดยผลของกฎหมายคือ การสาบสูญ ฉะนั้น การตายของบุคคลธรรมดานั้นแบ่งได้เป็น ๒ ชนิด คือตายธรรมดาเป็นการสิ้นสภาพบุคคลโดยธรรมชาติ ซึ่งทางการแพทย์ปัจจุบันนี้ถือว่าเมื่อแกนสมองตาย ถือว่าบุคคลนั้นสิ้นสภาพบุคคลหรือตายนั้นเอง เพราะเมื่อบุคคลใดแกนสมองตายทุกระบบที่สำคัญที่มนุษย์จะดำรงชีวิตอยู่จะค่อย ๆ หยุดทำงานตามไปด้วย วันตายเมื่อบุคคลถึงแก่ความตาย ทั้งสิทธิและหน้าที่ก็สิ้นไป เช่น ในทางแพ่ง การตายทำให้สิ้นสภาพบุคคล การเป็นสามีภริยาสิ้นสุดลง การเป็นเจ้าของกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สิ้นสุดและมรดกตกแก่ทายาททันที เป็นต้น สาบสูญ คือ การตายตามกฎหมาย บุคคลใดถูกศาลสั่งให้เป็นคนสาบสูญแล้ว กฎหมายถือว่าถึงแก่ความตาย[๕]

---

[๔] แสวง บุญเฉลิมวิภาส, *นิติเวชศาสตร์และกฎหมายการแพทย์*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: วิญญูชน, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒.

[๕] วิภารัตน์ นิยมไทย, *การตายทางแพทย์หรือสมองตายกับข้อควรพิจารณาทางกฎหมาย*, จุลนิติ ก.ค.-ส.ค.๒๕๕๖, นิติกร สำนักกฎหมาย.

๒.๑.๕ ความตายในคัมภีร์ทางพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๑.๕.๑. ความหมายความตายในคัมภีร์ทางพุทธศาสนาเถรวาท

ความตายเป็นกระบวนการของสังสารวัฏพระผู้มีพระภาคตรัสเรื่องสังสารวัฏ หรือการเวียนว่ายตายเกิดไว้ว่า เหล่าสัตว์ผู้มีความเห็นผิด มีจิตซัดส่ายวุ่นวายสำคัญผิดในเรื่องต่าง ๆ เช่น เห็นสิ่งที่ไม่เที่ยงว่า เที่ยง สิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข สิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา ในสิ่งที่ไม่งามว่างาม สัตวเหล่านั้นชื่อว่า ติดอยู่ในเครื่องประกอบของมาร ไม่มีความเกษมจากโยคะ ประสบกับความเกิดและความตาย ท่องเที่ยวไปสู่สังสารวัฏ[๖] แต่ผู้ใดประพฤติธรรม ปฏิบัติธรรม ตามอริยสัจธรรม ๔ ประการ (ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค)[๗] ก็จะเป็นดังท่านพระวฑฒเถระ ซึ่งเป็นบุตรของพระวัฑฒมาตาเถรี หลังจากได้รับคำเตือนของมารดาแล้วท่านก็ใส่ใจเป็นผู้ปฏิบัติธรรมด้วยความวิริยะ และบรรลุเป็นพระอรหันต์ ท่านหนึ่งในบรรดาอรหันตสาวก ดังที่ท่านกล่าวไว้ในเถรคาถาว่า ท่านได้บรรลุวิชชา ๓ เห็น อมตธรรม อาสวะที่เคยมีแก่ท่านทั้งภายในและภายนอก ท่านถอนได้หมดสิ้นแล้ว และจะเกิดขึ้นไม่ได้อีก ท่านทำทุกข์ให้สิ้นสุดแล้ว อัตภาพนี้มีเป็นครั้งสุดท้ายของสังสารวัฏ คือความเกิดและความตายหมดสิ้นแล้ว[๘] ดังนั้นเราผู้เป็นพุทธศาสนิกชน ก็ควรทำความเห็นให้ถูกตรง ตามความเป็นจริงว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวเรา ตัวเขาและหมั่น เพียรประพฤติศีล ปฏิบัติธรรมตามอริยสัจธรรม ๔ ประการเพื่อทำทุกข์ให้สิ้นสุดไป เราทั้งหลายก็จะไม่ตกอยู่ใน สังสารวัฏ และพ้นไปจากความเกิดและความตาย ความตายในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นสิ่งที่ทุกคนจะต้องเผชิญอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่มีใครที่จะสามารถล่วงพ้นความตายไปได้ แต่ถึงกระนั้น เมื่อความตายกำลังเข้ามาถึงมนุษย์ทุกคนกลับสะดุ้งกลัวต่อความตายเกิดความหวาดหวั่น เศร้าโศก เมื่อต้องประสบกับความพลัดพรากจากบุคคลผู้เป็นที่รักของตนสิ่งที่ได้สร้างสั่งสมไว้ระหว่างมีชีวิตหากมนุษย์รู้และเข้าใจความหมายที่แท้จริงว่า ความตายเป็นปรากฏการณ์ที่เป็นไปตามธรรมชาติของชีวิต สัตว์โลกที่ยังมีกิเลสอันเป็นประดุจยางเหนียวในเมล็ดพืช ซึ่งมีอวิชชาเป็นต้นเค้าอยู่นั้น ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพชาตินั้น ๆ ตามแรงเหวี่ยงของกรรมดี กรรมชั่ว ที่ได้ทำไว้ ส่งผลให้ไปเกิดภพนั้น ๆ กล่าวคือ ภูมิ หมายถึง ชั้นของจิต ระดับชีวิต ภพ ที่สัตว์โลกต้องเวียนว่ายตายเกิดถ้ากล่าวถึงชั้นของจิตมี ๔ ภูมิ คือ กามภูมิ รูปภูมิ อรูปภูมิ และโลกุตตรภูมิ ความตายเป็นอาการหรือปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นปกติสำหรับชีวิต เมื่อพิจารณาโดยไม่ขึ้นต่อความรู้สึกของมนุษย์ความตาย จึงเป็นเพียงธรรมดา ๆ แต่ที่เป็นธรรมดานี้เองความรู้สึกยึดถือเพราะไม่รู้ไม่เข้าใจ คนไทยส่วนใหญ่ที่นับถือศาสนาพุทธ มีคติความเชื่อเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด ตายแล้วไม่สูญ คำสอนในพระพุทธศาสนา มนุษย์ประกอบด้วย ๒ ส่วน คือ รูป(ร่างกาย) และนาม (จิต) ร่างกายอาจแตกดับไปตามอายุขัย แต่จิตยังคงวนเวียนไปตามผลกรรมที่ได้กระทำเมื่อยังมีชีวิต หากต้องการให้จิตหลุดพ้นจากวัฏจักรอันเป็นทุกข์ไม่สิ้นสุด ต้องประกอบกรรมดีละเว้นจากการทำบาปทั้งปวง และมุ่งฝึกพัฒนาจิตละกิเลสซึ่งเป็นเครื่องผูกมัดเหนี่ยวรั้งใจทั้งปวง เพื่อเข้าสู่นิพพาน ความตายทางพุทธศาสนาเถรวาท ก็คือ ความดับ หรือ การดับไปของขันธ์ ๕ นั่นเอง ความตายที่ปรากฏในคัมภีรพระพุทธศาสนาเถรวาท พบวา ความตายในพระไตรปฎก มี ๓ ความหมายคือ

---

[๖] องฺ.จตุกฺก.๒๑/๔๙/๘๐.

[๗] องฺ.จตุกฺก.อ.๒/๔๙-๓๔๗.

[๘] ขุ.เถร.๒๖/๓๓๕-๓๓๙/๓๙๖.

๑) นัยตามพระวินัยปฎก หมายถึง ความตายจากภิกษุภาวะหาความเป็นภิกษุไมได หากละเมิดตออาบัติปาราชิกข้อใดข่อหนึ่งเป็นการตายจากพระธรรมวินัยของพระพุทธองค์ เช่น ในกรณีของพระภิกษุวัชชีบุตรชาวกรุงเวสาลี เข้าใจว่าห้ามเสพเมถุนกับมนุษย์ จึงเสพเมถุนด้วยนางลิง ความทราบถึงพระพุทธเจ้า จึงทรงบัญญัติเพิ่มเติมให้ชัดเจนขึ้นว่า ห้ามเสพเมถุนแม้ในสัตว์ดิรัจฉาน[๙] และพระภิกษุเสพเมถุน ขาดจากความเป็นพระภิกษุแล้ว ภายหลังขอเข้าอุปสมบทอีกพระพุทธเจ้าจึงทรงบัญญัติ มิให้อุปสมบทแก่ภิกษุผู้เช่นนั้น[๑๐] ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้ จึงถือว่าภิกษุนั้น ตายจากพระธรรมวินัย คือ ถึงจะบวชใหม่ก็ไม่เป็นภิกษุได้เหมือนเดิมอีก อุปมาเหมือนตาลยอดด้วนไม่สามารถที่จะมียอดได้แม้ว่าจะรดน้ำใส่ปุ๋ยพรวนดินก็ตาม ดังนั้น"ความตาย"ในพระวินัยปิฎก จึงหมายถึง การตายจากความดีงามแห่งพระธรรมวินัย โดยหมายเอาพระภิกษุผู้ที่ฝ่าฝืนหรือล่วงละเมิดต่อปาราชิก ๔ แม้เพียงข้อใดข้อหนึ่ง ก็ถือว่าตายจากความเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนาแล้ว ถึงจะอุปสมบทใหม่อีกก็ไม่เป็นพระภิกษุได้ดังเดิม[๑๑] ข้อนี้มีพระพุทธบัญญัติที่ตรัสรองรับไว้ว่า "ก็ภิกษุใดเสพเมถุนธรรม ...ลักทรัพย์....ฆ่ามนุษย์ให้ตาย....อวดอุตตริมนุสสธรรม เป็นปาราชิก หาสังวาสมิได้ ก็สิกขาบทนี้ ย่อมเป็นอันพระผู้มีพระภาคทรงบัญญัติแล้วแก่ภิกษุทั้งหลาย"[๑๒] สรุปว่า"ความตาย"ในพระวินัยปิฎก คำว่า "หาสังวาสมิได้" นั้นหมายถึง เป็นการตายจากหมู่คณะสงฆ์ พระธรรมวินัยและเป็นการตายจากกุศลธรรมต่าง ๆ ที่ตนได้บำเพ็ญมา เช่น ทาน ศีล ภาวนา เป็นต้น เนื่องจากได้กระทำความผิดหรือล่วงละเมิดต่อพระพุทธบัญญัติที่พระพุทธองค์ทรงวางไว้ให้แก่ภิกษุบริษัท ได้ปฏิบัติตามหากบุคคลใดทำผิดก็ควรได้รับโทษหนักและเบาตามเหตุของการกระทำ

๒) นัยตามพระสุตตันตปฎก หมายถึง ความตายของรูปขันธคือ รางกายแตกดับ นัยสำคัญของความตายที่ปรากฏในพระสูตร เป็นเครื่องยืนยันว่า สรรพสิ่งทั้งปวงตกอยู่ในไตรลักษณ์[๑๓] ไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ความเป็นของไม่เที่ยง,ทุกขัง ความเป็นทุกข์ทั้งปวงและอนัตตา ความเป็นของไม่ใช่ตน คือความไม่แน่นอนของสังขารที่มีการเกิดแล้วจะต้องมีการตายหรือสภาพที่ทนอยู่เหมือนเดิมไม่ได้ต้องถึงกาลแตกดับไปไม่ได้อยู่ในการบังคับบัญชาของใคร ๆ แม้ในอัฏฐิปุญชสูตร พระพุทธองค์ได้ตรัสแก่พระอานนท์ว่า กระดูกของคนคนเดียวที่เวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ ถ้ามีคนรวบรวมมากองไว้ไม่ให้สูญหายไป ก็จะมีขนาดใหญ่โตเท่าภูเขาเวปุลละ ทรงแสดงว่าการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏนั้น เป็นความทุกข์ บุคคลจะพ้นทุกข์ หยุดเวียนว่ายตายเกิดนั้นได้ก็ต่อเมื่อเห็น อริยสัจ ๔ เป็นโสดาบันหากจะกลับมาเกิดตายอีกก็ไม่เกิน ๗ ชาติเป็นที่สุด[๑๔] ความตายในพระสุตตันตปิฎก หมายถึง เป็นสิ่งสุดท้ายของชีวิต เป็นสภาพไม่ผูกพันกับสิ่งใด ๆ เป็นสิ่งที่เสมอภาคสำหรับทุกชีวิต เป็นสิ่งที่สรรพสัตว์จะต้องประสบหลีกหนีไม่ได้ เป็นภัยสำหรับสรรพสัตว์ทุกชีวิตในโลกนี้ ดังจะได้ยกตัวอย่างความตายในบริบทต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

---

[๙] วิ.มหา.๑/๔๐-๔๑/๒๙-๓๐.

[๑๐] สุชีพ ปุญญานุภาพ, *พระไตรปิฎก ฉบับสำหรับประชาชน,* พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗). หน้า ๑๔๑

[๑๑] วิ.มหา.อ.๑/๓๙/๒๓๖-๒๓๗.

[๑๒] วิ.มหา.อ.๑/๓๖-๓๙/๒๔-๒๙.

[๑๓] สำ.สฬา.๑๘/๑/๑.

[๑๔] ขุ.อิติ.๒๕/๒๔/๓๖๘-๓๖๙.

(๑) ความตาย หมายถึง สิ่งสุดท้ายของชีวิต ชีวิตของสรรพสัตว์ทั้งปวง มีความตายเป็นที่สุด อุปมาเหมือนภาชนะดิน จะต้องแตกทำลายไปในที่สุดอย่างแน่นอนดังเช่นพุทธพจน์ที่ว่า “ชีวิตของสัตว์เหมือนภาชนะดินล้วนมีความสลายเป็นที่สุด”[๑๕] และพุทธพจน์ที่ว่า” ผู้เลี้ยงโคย่อมต้อนฝูงโคไปสู่ที่หากินด้วยพลองฉันใดความแก่และความตายย่อมต้อนอายุของสัตว์มีชีวิตไปฉันนั้น”[๑๖]

(๒) ความตาย หมายถึง สภาพไม่ผูกพันกับสิ่งใด ๆ ดังเช่น เป็นสิ่งที่ปราศจากทรัพย์สมบัติที่จะติดตามไปดังเช่นพุทธพจน์ที่ว่า “ทรัพย์สักนิดก็ติดตามคนตายไปไม่ได้”[๑๗]

(๓) ความตาย หมายถึง สิ่งที่เสมอภาคสำหรับทุกชีวิต ดังเช่นพุทธพจน์ที่ว่า “ทั้งคนมีคนจน ล้วนแต่มีความตายเป็นเบื้องหน้า” และพุทธพจน์ที่ว่า “ทั้งเด็กทั้งผู้ใหญ่ ทั้งเขลาทั้งฉลาดล้วนไปสู่อำนาจแห่งความตายเป็นเบื้องหน้า”[๑๘]

๔) ความตาย หมายถึง สิ่งที่สรรพสัตว์จะต้องประสบหลีกหนีไม่ได้ ดังเช่น เตมีย์โพธิสัตว์ได้กล่าวคาถานี้ว่า “ห้วงน้ำที่เต็มฝั่งพึงพัดต้นไม้ซึ่งเกิดที่ตลิ่งไปฉันใด สัตว์มีชีวิตทั้งปวง ย่อมถูกความแก่และความตายพัดไปฉันนั้น”[๑๙]

(๕) ความตาย หมายถึง ภัยสำหรับสรรพสัตว์ทุกชีวิตในโลกนี้ ดังเช่น นันทเทวบุตรได้กล่าวไว้ว่า “กาลย่อมล่วงไปราตรีย่อมผ่านไป ชั้นแห่งวัยย่อมละลำดับไป ผู้เล็งเห็นภัยในมรณะนั้นพึงทำบุญอันนำสุขมาให้”[๒๐]

พระสารีบุตรเถระอัครมหาสาวกเบื้องขวาได้กล่าวถึงความประพฤติของตนเองได้ยกเอาความเข้าใจในความตายมากล่าวไว้สรุปได้ว่า ท่านไม่ยินดีต่อความตายและชีวิต ท่านมีสติสัมปชัญญะจักละร่างกายนี้ไป รอคอยเวลาตายเหมือนลูกจ้างรอให้หมดเวลาทำงาน ท่านกล่าวว่าความตายนี้มีแน่นอนในสองคราว คือ ในเวลาแก่ หรือ ในเวลาหนุ่มผู้ที่จะไม่ตายเลยนั้นไม่มี บุคคลทั้งหลายไม่ควรปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ [๒๑]

พระรัฐปาลเถระ ได้กล่าวแสดงถึงชีวิตและความตายไว้ สรุปได้ความว่า ร่างกายนี้มีความวิจิตรพิสดาร มีกระดูก ๓๐๐ ท่อน กระสับกระส่าย ไม่มีความยั่งยืน ประดับประดาด้วยแก้วมณีและกุณฑล หุ้มด้วยหนังมีร่างกระดูกอยู่ภายใน งามพร้อมไปด้วยผ้าต่าง ๆ มีเท้าทั้งสองอันฉาบทาด้วยครั่งสด มีหน้าอันไล้ทาด้วยฝุ่น มีกายเปื่อยเน่าที่ตกแต่งแล้วเหมือนกล่องยาตาใหม่ ๆ วิจิตรด้วยลวดลายต่าง ๆ ท่านพบเห็นบุคคลที่มีทรัพย์แล้วไม่ให้ทานเพราะความลุ่มหลงได้ทรัพย์แล้วทำการสั่งสมเอาไว้ และปรารถนาอยากได้อีกยิ่งขึ้นไป พระราชาอยากได้แผ่นดินที่มีสาครเป็นที่สุดตลอดฝั่งนี้แล้วยังไม่รู้จักอิ่ม ยังปรารถนาจะครอบครองฝั่งมหาสมุทรข้างโน้นอีกต่อไป พระราชาก็ดี มนุษย์ก็ดี ยังไม่สมปรารถนา ก็ถึงรำพันว่าทำอย่างไรหนอ พวกญาติของเราจะไม่ตาย ครั้นพวกญาติตายแล้วก็เอาผ้าห่อนำไปเผาเสียที่เชิงตะกอน ผู้ที่ตายนั้นถูกเขาแทงด้วยหลาวเผาด้วยไฟ เมื่อบุคคลจะตายญาติก็

---

[๑๕] ที.ม.๑๐/๑๔๑/๒๓.

[๑๖] ขุ.ธ.๒๕/๓๓/๓๔.

[๑๗] ม.ม.๑๓/๒๑๔/๖๗.

[๑๘] ที.ม.๑๐/๑๔๑/๘๗.

[๑๙] ขุ.ชา.๒๘/๑๖๔/๙๘.

[๒๐] สำ.ส.๑๕/๘๙/๕๔.

[๒๑] ขุ.เถร.๒๘/๑๐๐๑-๑๐๐๓/๕๐๔.

ช่วยไม่ได้ มรดกก็เอาไปด้วยไม่ได้ สัตว์ที่ตายก็ต้องไปตามยถากรรมทรัพย์สมบัติอะไร ๆ คือ พวกบุตร ภริยา ทรัพย์ แว่นแคว้นสิ่งใด ๆ จะติดตามไปไม่ได้เลย บุคคลจะมีอายุยืนก็หาไม่ จะละความแก่ไป เพราะทรัพย์ก็หาได้ไม่ นักปราชญ์ทั้งหลายกล่าวชีวิตว่าน้อย มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา[๒๒]

เตมิยชาดก ได้กล่าวถึงพระเตมีย์ทอดพระเนตรพระบิดาลงโทษโจรผู้ร้ายด้วยการทำทารุณกรรมต่าง ๆ จึงได้คิดหาวิธีหลบหนี เมื่อออกผนวชแล้วพระบิดาไปอ้อนวอนขอให้สึกออกมา พระองค์ทรงแสดงความเข้าใจเกี่ยวกับความตายของพระองค์สรุปความได้ว่า ไม่ว่าเด็กชายหรือเด็กหญิงซึ่งเป็นบุตรที่รักอันได้มาด้วยยากยิ่ง ยังไม่ทันแก่ก็ถึงแก่ความตายเสียแล้ว สิ้นชีวิตเหมือนหน่อไม้ไผ่ที่ถูกถอน จริงอยู่ไม่ว่าชายหรือหญิงแม้จะยังเป็นหนุ่มสาวอยู่ก็ตาย เพราะฉะนั้น ไม่พึงวางใจในชีวิตนั้นว่า เรายังเป็นหนุ่มสาว อายุของคนเป็นของน้อย เพราะวันคืนล่วงไป ๆ เปรียบเหมือนอายุของฝูงปลาในน้ำน้อยความเป็นหนุ่มสาวในวัยนั้นจะทำอะไรได้ สัตว์โลกถูกครอบงำและห้อมล้อมอยู่เป็นนิตย์...สัตว์โลกถูกความตายครอบงำไว้มีความแก่ห้อมล้อม ช่างหูกทอไปได้เท่าใด ส่วนที่จะต้องทอก็ยังเหลืออยู่น้อยเท่านั้น แม้ฉันใด ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายก็ฉันนั้น แม้น้ำที่เต็มฝั่งย่อมไม่ไหลไปสู่ที่สูง ฉันใดอายุของมนุษย์ทั้งหลายย่อมไม่กลับมาสู่ความเป็นเด็กอีก ฉันนั้น แม่น้ำที่เต็มฝั่ง ย่อมพัดพาเอาต้นไม้ที่เกิดอยู่ริมฝั่งให้หักโค่นไปฉันใด สัตว์ทั้งปวงย่อมถูกชราและมรณะพัดพาไป ฉันนั้น...บุคคลไม่ควรเสื่อมจากความดีเพราะทรัพย์ไม่ควรตายเพราะภริยา ประโยชน์อะไรด้วยความเป็นหนุ่มสาวซึ่งต้องแก่เฒ่า ความชราและมรณะนั้นเป็นธรรมดา ไม่มีประโยชน์ด้วยความเพลิดเพลิน ด้วยการเล่นหัว ไม่มีประโยชน์ด้วยการแสวงหาทรัพย์ไม่มีประโยชน์ด้วยบุตรและภรรยา เมื่อบุคคลถูกมัจจุราชครอบงำจะยินดีไปทำไม จะประโยชน์อะไรด้วยการแสวงหาทรัพย์ ผลไม้ที่สุกแล้วย่อมจะล่วงหล่นไปฉันใด สัตว์ทั้งหลายที่เกิดแล้วย่อมมีภัยแต่ความตายเป็นนิตย์ฉันนั้น คนเป็นอันมากได้พบกันในเวลาเช้าพอเวลาเย็นก็ไม่เห็นกัน คนเป็นอันมากได้พบกันในเวลาเย็น พอเวลาเช้าก็ไม่ได้เห็นกัน ควรรีบทำความเพียรเสียแต่ในวันนี้ทีเดียวใครเล่าจะพึงรู้ว่าความตายจะมีในวันพรุ่งนี้ เพราะความผัดเพี้ยนกับมัจจุราชผู้มีเสนาใหญ่นั้นไม่มีเลย

ในปฐมอายุสูตร พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนแก่ภิกษุทั้งหลายว่าอายุของมนุษย์ทั้งหลายนี้น้อยนักจำต้องไปสู่สัมปรายภพควรทำกุศลควรประพฤติพรหมจรรย์สัตว์ผู้เกิดมาแล้วจะไม่ตายไม่มีคนที่มีอายุนานอยู่ได้ก็เพียงร้อยปีหรือจะอยู่เกิดไปได้บ้างก็น้อยควรประพฤติเหมือนกับคนที่ถูกไฟไหม้ศีรษะฉันนั้นการไม่มาแห่งความตายไม่มีเลยและใน ทุติยอายุสูตรพระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า“วันคืนผ่านพ้นไปชีวิตย่อมรุกรุนไปอายุของสัตว์ทั้งหลายย่อมสิ้นเปลืองไปดุจนาแห้งแม่น้ำน้อยฉะนั้น”[๒๓]

๓) นัยตามพระอภิธรรมปฎก หมายถึงความตายของจิตด้วยกรรมชรูป อุสมาเตโชธาตุและภวังคจิตดับ ความหมายในพระอภิธรรมปฎก นัยสำคัญของความตายที่ปรากฏในพระอภิธรรมปฎก มีนัยตรงข้ามกับพระสูตร กลาวคือ ในพระสูตร รางกายหรือสังขารจะต้องแตกดับไม่สามารถทีจะทำงานใด ๆ ได้อีกตอไป คือ หมดลมหายใจและระบบตาง ๆ ของรางกายก็หยุดทำงานส วนในพระอภิธรรมปฎก หมายถึง การเกิดดับของจิตแตละขณะทั้งที่เปนอดีต อนาคตและปจจุบัน ดังพระพุทธพจนที่วา “สัตวอันมีชีวิตในขณะจิตอันเปนอดีตนั้น ก็มิได้มีชีวิตในปจจุบัน มิได้มีชีวิตใน

---

[๒๒] ขุ.เถร.๒๖/๗๖๙-๗๙๓/๔๖๘-๔๗๑.

[๒๓] สำ.ส.๑๕/๑๔๖/๑๘๕–๑๘๖.

อนาคต สัตวที่มีชีวิตในขณะจิตอันเปนอนาคต ก็มิไดมีชีวิตในอดีต[๒๔] อธิบายวา สัตวที่มีชีวิต อยูในกาลทั้ง ๓ คือ อดีต อนาคต และปจจุบันนั้น มีขณะไดละ ๓ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู และดับไป จิตทุกดวงที่เกิด จะมีขณะทั้ง ๓ นี้ เหมือนกันทุกขณะ ไมมีจิตใดที่จะไดแปลกแตกตางกันเลย และขณะจิตแตละขณะ ๆ นั้น มีนามและรูปเปนแดนเกิดทุกครั้งไป แมแตสุขและทุกขที่เกิดจากจิตแตละดวงที่เกิดดับ สุขและทุกขก็เกิดดับไปรวดเร็วพรอม ๆ กับจิตที่เกิดดับในแตละดวงนั้น[๒๕] สวนความหมายของความตายมีสาเหตุดังตอไปนี้

(๑) ตายเพราะความหมดสิ้นไปแห่งกรรมชรูป หมายถึงวา สัตวทั้งหลาย ยอมมีรูปอันเกิดขึ้นมาจากอำนาจของกรรมที่เรียกวา กรรมชรูปอยูทั่วสรรพางคกาย คือประสาทตา ประสาทหู ประสาทจมูก ประสาทลิ้น ประสาทกาย เพศหญิงหรือเพศชาย และหทัยวัตถุ อันเปนที่ตั้งที่อาศัยของจิตใจ รูปทั้งหมดเหลานี้เปนรูปปรมาณูเกิดมาตั้งแตปฏิสนธิในครรภของมารดา โดยอำนาจของกรรมที่ทำไวในอดีต ซึ่งมีอิทธิพลมากสามารถเปนตัวการปรุงแตง ผันแปรรูปที่ถายทอดจากบิดามารดาให เปนรูปประสาท เชน ประสาทกาย เปนตน ตั้งแตเริ่มปฏิสนธิ และสงเสริมปรุงแตงเรื่อยมาจนเติบใหญไปจนกวาจะถึงแกความตาย รูปทั้งหลายดังกลาวแลวก็มีการสลายตัวไป และเกิดใหมเพิ่มเติมชดเชยกันอยูเรื่อย ๆ ตลอดเวลาทุก ๆ วินาทีที่ผานไปโดยอำนาจของกรรมผลิตสรางขึ้นติดตอกันอยูเสมอไมขาดสายเหมือนน้ำที่ไหลอยูในลำธาร ทุกครั้งที่กรรมชรูปสรางรูปขึ้นมา ก็มีชีวิตรูปเกิดขึ้นรวมดวยทุก ๆ ครั้งและทุก ๆ รูปที่เรียกวากรรมชรูป แตครั้นถึงคราวที่ชีวิตจะสิ้นสุดลง เพราะหมดกำลังอำนาจของกรรมที่จะปกปกรักษารูป เฉพาะอยางยิ่ง หทัยวัตถุ อันเปนที่ตั้งที่อาศัยของจิตมิไดเกิดขึ้นมาแลว จิตก็จะดับและไมเกิดขึ้นมาอีกสำหรับในภพนี้ บุคคลนั้นจึงถึงแกความตายถาจะตั้งคำถามวา เหตุใดกรรมชรูปที่เกิดขึ้นมาสืบตอกันไปไมขาดสายนั้นเมื่อดับลงแลว ไฉนจึงมิไดเกิดขึ้นมาใหมตามที่เคยเปนไป ทั้งนี้ก็เพราะวา กรรมที่เปนตัวปกปกรักษาใหชีวิตดำรงคงอยูนั้น หมดสิ้นอำนาจลงเมื่อกรรมมิไดรักษาแลว รูปอันเกิดจากกรรมจึงมิไดถูกผลิตสรางขึ้นมา จิตเจตสิกจึงไดดับลงไปพรอมกัน เราจึงเรียกวา “ตาย”

(๒) ตายเพราะความหมดสิ้นไปแหงอุสมาเตโชธาตุหมายถึงวา ชีวิตทุกชีวิตที่ยังดำรงคงอยู่ได้ ก็ดวยอาศัยอำนาจของอุสมาเตโชคือความรอนที่ชวยรักษาชีวิตเอาไว เมื่อการงานของชีวิตสะดุดหยุดลง อุสมาเตโชที่รักษาใหชีวิต อยูไดก็หมดกำลังอำนาจ ความตายจึงไดเกิดขึ้น

(๓) ตายเพราะความหมดสิ้นไปแหงภวังคจิต หมายถึงวา ภวังคจิตนั้น เป็นตัวการรักษาภพชาติเอาไว บัดนี้ ภวังคจิตดับลงไป โดยมิไดเกิดขึ้นเสียแลว ชีวิตของผู้นั้นก็ถึงที่สุดลง การที่ชีวิตตองถึงที่สุดลงนั้น ก็ดวยอำนาจ ของกรรมเป็นประการสำคัญที่สุด ดังนั้นความตายเกิดขึ้นเพราะอำนาจของกรรมที่ปกปก รักษาใหชีวิต ดำรงคงอยูนั้นหมดสิ้นอานาจลงแล้ว

สรุปความได้วา ความหมายของความตายในพระอภิธรรมปฎก พบวามีอยู ๓ อยาง คือ สิ้นไปดวยกรรมชรูป สิ้นไปเพราะอุสมาเตโชธาตุ และสิ้นไปเพราะภวังคจิต ดังนั้น เมื่อครบองคประกอบทั้ง ๓ อย่างนี้แล้ว ความตายยอมปรากฏแกบุคคลผูนั้น อยางไรก็ตาม แมบุคคลที่ยังมีชีวิตอยูก็อาจชื่อวาตายได เช่น เดียวกัน ความตาย ในลักษณะนี้ไมอาจมองเห็นไดจากทางกายภาพ เปนองค

---

[๒๔] อภิ.วิ.๓๔/๑๔๙-๑๕๔/๑๑๕-๑๑๗.

[๒๕] พระมหาบุญมี มาลาวชิโร, *พระพุทธศาสนากับความตาย*, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพดอกหญา, ๒๕๔๘), หนา ๕๐-๕๑.

ประกอบ ทางด้านจิตใจ ตัวอยาง เชนความประมาทเปนทางแหงอมตะ ความประมาทเปนทางแหงความตาย คนผูไมประมาทชื่อวายอมไมตาย คนประมาทจึงเหมือนคนตายแลว มีนัยสำคัญที่สื่อใหเห็นวา การตายแบบ ธรรมดาปกติ เชน รางกายแตกดับ และการตายเพราะความประมาทไมรีบบำเพ็ญบุญกุศล จึงชื่อวา แม้มีชีวิตอยูก็เหมือนคนตาย เพราะไมไดทำความดีอะไรใหแกตนและสังคม

๒.๑.๕.๒. ประเภทของความตายในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ประเภทของความตายในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทแบงออกเปน ๒ ประเภท คือ

๑) กาลมรณะ ตายตามกาลเวลาของกรรมอายุและบุญ พระพุทธศาสนาได้แสดงถึงกาลมรณะวาหมายถึง การตายตามกาลหรือคราวที่จะต้องตาย และอกาลมรณะ หมายถึง การตายในเวลาไมเหมาะสมหรือยังไมสิ้นอายุทั้งนี้สาเหตุของความตายมี ๔ อยาง มีสาเหตุที่จะให้ความตายเกิดขึ้น ๔ อยางไดแก

(๑) อายุกขยมรณะ เพราะสิ้นอายุ หมายความวา ตายเพราะสิ้นอายุ สิ้นความสืบต่อ ซึ่งเป็นไปตามกฎธรรมชาติของสรรพสิ่งที่เกิดมา กล่าวคือ ทุกสิ่งตกอยู่ในกฎแห่งการเกิดขึ้นดำรงอยู่และดับไปชีวิตของมนุษย์ที่ เกิดมานั้นแม้จะไม่มีโรคภัยหรือเหตุอื่น ให้เสียชีวิตไปเป็นการตายเมื่อถึงวัยชราแลว อายุขัยของคนไทยประมาณ ๗๕ ปเปนชวงอายุที่รางกายแกชรา มีความเสื่อมโทรมไปตามกาลเวลา เมื่อถึงเวลาก็จะตองแตกดับไปไม่อาจเป็นเรือนกายใหจิตวิญญาณอาศัยอยู่ได้อีกตอไป อธิบายเพิ่มเติมวา คำว่า อายุกขยมรณะ หมายถึง ผู้ที่มีอายุมากพอสมควรแล้ว รางกายแกชราเต็มที่ไมสามารถที่จะทรงอยู่ได้อีกตอไป ความตายจึงได้บังเกิดขึ้น จึงได้เรียกว่า อายุกขยมรณะ แปลวา ความตายเกิดขึ้นเพราะสิ้นอายุ และบุคคลผู้ตายโดยอายุกขยมรณะนี้ เป็นผู้ที่ได้เบียดเบียนสัตวทำลายชีวิตสัตวมาไมมากนัก ในอดีตชาติ บุคคลผู้ตายดังกล่าวนี้เรียกว่า ถึงคราวตายแลว ความตายไดบังเกิดขึ้นมาเพราะรางกายแกเฒาทรุดโทรมจนอยู่ไมได อีกต่อไป เปนกาลมรณะถึงคราวถึงที่แลวที่จะตองตาย เปรียบเหมือนดวงประทีปโคมไฟที่ น้ำมันก็ยังอยูแตไสหมดไปเสียแลว[๒๖]

(๒) กัมมักขยมรณะ คือ ตายเพราะสิ้นกรรมที่เป็นปัจจัยให้ชีวิตสืบต่อ อาจเป็นกรรมในอดีต ซึ่งอาจไกลออกไปจนถึงในอดีตชาติ หรืออาจเป็นกรรมที่ทำในปัจจุบันและอาจเป็นกุศลกรรมหรืออกุศลกรรมก็ได้ขึ้นอยู่กับว่า การกระทำที่ได้ทำลงไปนั้นเป็นฝ่ายดีหรือไม่ดี กรรมที่ทำไว้นั้นมีหน้าที่ช่วยสนับสนุนรูปและนาม (ชีวิต) ในภพที่เราเกิดมาเมื่อผลกรรมนั้น หมดสิ้นไปชีวิตก็สิ้นไปเปรียบเหมือนตะเกียงที่น้ำมันหมด แม้ไส้ตะเกียงจะยังเหลืออยู่แต่เปลวไฟและแสงสว่างก็หมดไป กัมมักขยมรณะ เพราะสิ้นกรรม คือ เมื่อบุคคลหมดกรรมเกาแลวชดใช้กรรมสิ้นแลว จึงตายไปโดยไมตองอยู่จนสิ้นอายุขัย สวนกรรมที่เหลือก็จะรอไวชดใช้ในชาติตอ ๆ ไปโดยหมายเอาทั้งกรรมดีและกรรมชั่วที่จะสงผลให้ไปเกิดในภพต่อไป ตามแรงกรรมอธิบายเพิ่มเติมวา บางคนเกิดขึ้นมาแล้วมีอายุน้อยเหลือเกินเพราะเกิดมาได้เพียงวันเดียวหรือ ๕ ป ๑๐ ปเทานั้นก็ตายแลว แตบางคนอายุยิ่งนอยไปอีกเพราะตายเสียกอนที่จะได้เห็นเดือนเห็นตะวันในเรื่องของกรรมนั้นมีอำนาจหลายอยาง กรรมบางอยางทำให้รูปผัน แปรเปลี่ยนแปลงเป็นรูปใหมไปก็ได้ในทางธรรมตั้งชื่อให้ว่ากรรมชรูป กรรมบางอยางมีอำนาจชวยอุดหนุนหรือสงเสริมใหเกิดการปฏิสนธิ ในภพใหมชาติใหม เรียกวาชนกกรรม กรรมบางอยาง มีหน้าที่ชวยสนับสนุนรูปนามที่เกิดจากชนกกรรมให้ตั้งอยู่ในภพนั้น ๆ ได้เรียกชื่อวาอุปถัมภกกรรม

---

[๒๖] สุชญา ศิริธัญธร, *คู่มือตาย*ดี, (กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น, ๒๕๕๒) หน้า ๔๔-๕๐.

และกรรมบางอยางเขาไปตัดรอนวิบากและกรรมชรูปที่เกิดจากชนกกรรม คือทำใหชีวิตต้องดับสูญสิ้นลง ในทางธรรมะมีชื่อวา อุปฆาตกรรม[๒๗]

(๓) อุภยักขยมรณะ คือ ตายเพราะสิ้นทั้งอายุและสิ้นกรรม สิ้นไปในเวลาเดียวกันการตายในกรณีเช่นนี้ จะเห็นได้เช่น การตายของผู้สูงอายุที่แก่หง่อม รูปและนาม (ร่างกายและจิตใจ) หมดสภาพ อีกทั้งกรรม คือ การกระทำที่จะเป็นแรงสนับสนุนให้รูปและนามทำหน้าที่ของมันก็หมดไป เปรียบเหมือนตะเกียงที่ทั้งน้ำมันและไส้หมดไปด้วยกัน อุภยักขยมรณะ เพราะสิ้นอายุและสิ้นกรรมคือการตายเมื่ออายุ ๗๕ ปไมมากไม่นอยไปกวานี้[๒๘]

(๔) อุปจเฉทกมรณะเพราะประสบอุบัติเหตุทั้ง ๆ ที่กรรมยังไม่สิ้น หมายความว่า เป็นการตายขณะที่ยังไม่หมดอายุขัย และยังไม่หมดกรรม อาจจะมีอายุน้อยเพียงสิบกว่าปีหรือมากกว่าถึงห้าสิบปีก็เป็นไป เพราะมีเหตุมาทำให้ตาย เช่น รถคว่ำ ถูกฆ่าตาย ตายด้วย ธรรมชาติ เช่น ถูกน้ำท่วมตาย แผ่นดินไหวทำให้ตาย ถือว่าเป็นกรรมอย่างหนึ่ง เมื่อตามมาทัน ก็ให้ผลทันทีเหมือนสุนัขไล่เนื้อฉะนั้น[๒๙]

ในวิสุทธิมรรคฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ได้อธิบายต่อไปถึงกาลมรณะเชิงอุปมาไว้ว่า มรณะใด แม้เมื่อความถึงพร้อมแห่งปัจจัยอันเป็นเครื่องยังอายุให้สืบต่อไปยังมีอยู่แต่ก็มีขึ้นได้ เพราะความที่กรรมอันก่อปฏิสนธิ มีวิบากสุกงอมสิ้นเชิงแล้วนี้ เชื่อว่ามรณะเพราะ สิ้นบุญ มรณะใดมีขึ้นด้วยอำนาจความสิ้นแห่งอายุ ดังอายุอันมีประมาณสัก ๑๐๐ ปีของคน ทุกวันนี้ เพราะความไม่มีสมบัติ เช่น คติ กาล และอาหารนี้ชื่อว่ามรณะเพราะสิ้นอายุ[๓๐] สรุปความได้ว่า หากจะเปรียบเทียบการตายของสัตว์ทั้งหลายแล้ว ก็เหมือนกับ โคมไฟที่ได้จุดไว้ตามบ้านเรือน โคมไฟดังกล่าวนี้ย่อมจะต้องดับลงได้ ด้วยเหตุ ๔ ประการ คือ เพราะหมดไส้ไฟจึงดับอย่างหนึ่ง, เพราะหมดน้ำมันไฟก็ยอมจะดับอยางหนึ่ง, เพราะหมดทั้ง ไสทั้งน้ำมันทั้งสองอยาง ไฟจึงดับอยางหนึ่ง และเพราะโดนลมพัดหรืออะไรทับ ไฟจึงดับอีก อยางหนึ่ง

๒) อกาลมรณะ ตายไมถูกต้องตามกาลอายุและบุญของแตละบุคคล ความตายที่ไมเปนไปตามกาลหรือตายในเวลาอันไมสมควร คือตายเพราะ ประสบอุบัติเหตุทั้ง ๆ ที่กรรมยังไม่สิ้นกรรมอันใดยอมเข้าไปตัดวิบากและกรรมชรูปที่เกิดมา จากชนกกรรม ฉะนั้นกรรมนั้นชื่อว่า อุปเฉทกะ สวนความตายเพราะกรรมเขาไปตัดวิบากและ กรรมชรูป ชือวา อุปจเฉทกมรณะ[๓๑] ซึ่งความตายในประเภทอุปจเฉทกมรณะนี้ จัดเป็นการตายโดยมีอำนาจของกรรม ที่มีกำลังมากได่มาตัดรอน จะเปนกุศลหรืออกุศลเขามาตัดรอนก็ได ความตายชนิดนี้ อายุก็ยังไม่มากถึงอายุขัย และอานาจของกรรมที่ปกปกรักษาก็ยังมิได่หมดไป คือ ทั้งอายุและทั้งกรรมก็มิได่มาทำให่ชีวิตต่องสิ้นสุดลง แตด่วยอำนาจ

---

[๒๗] วิสุทธิ.๓/๒๒๓.

[๒๘] วิสุทธิ.๓/๒๒๓.

[๒๙] มุกดาประกร, *มรณสติ เตรียมตัวตายอยางมีสติ ตัดกรรมเวร*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทไพลิน บุคเน็ต จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๙-๒๐.

[๓๐] มหามกุฏราชวิทยาลัย, *วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๒ ตอน ๑*, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หนา ๑- ๒.

[๓๑] บุญมี เมธางกูร, *ชีวิตหลังความตาย*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.dhrma-gateway [๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๕].

ของกรรมที่ได้ทำ มาแล้วในภพก่อนหรือในภพนี้เข้ามาบั่นรอนให้บุคคลนั้นต้องตายลงไป ซึ่งเปรียบเหมือน ประทีปโคมไฟที่ใส่ก็ยังอยู่ ทั้งน้ำมันก็ยังไม่หมดแต่ถูกลมถูกน้ำ หรือถูกของอะไรทับลงไป ไฟจึงได้ดับ ความตายชนิดนี้ ชื่อว่าอุปจเฉทกมรณะ อนึ่ง ความตายโดย อายุกขยมรณะ สิ้นอายุ, กรรมมักขยะมรณะ สิ้นกรรม, อุภยักขยมรณะ สิ้นอายุ สิ้นทั้งกรรม ทั้งสามอย่างนี้เป็น กาลมรณะเป็นการตายที่ถึงคราว ถึงเวลา ถึงที่ที่จะต้องตายแล้ว ส่วนอุปจเฉทกมรณะ ตายโดยอุบัติเหตุนั้น ชื่อว่า อกาลมรณะ เป็นการ ตายที่ยังไม่ถึงคราว ไม่ถึงเวลา ยังไม่ถึงที่ บุคคล จึงได้ตายลงไปในเมื่อยังไม่ถึงคราว ถึงเวลาที่ จะต้องตาย ทั้ง ๆ ที่อายุขัยก็ยังไม่สิ้นลงไป อำนาจของชนกกรรมก็ยังไม่หมด ความตายที่เกิดขึ้นนี้ ก็เนื่องมาแต่อำนาจของกุศลกรรมหรืออกุศลกรรมที่ได้ทำมาแล้วในภพก่อนหรือใน ภพนี้ แต่มีกำลังมากเข้ามาตัดรอนให้ผู้นั้นต้องสิ้นชีวิตลงไป[๓๒] แม้ในวิสุทธิมรรคฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ได้อธิบาย อกาลมรณะเชิงอุปมาไว้ว่า ส่วนมรณะใดยอมมีแก่บุคคลทั้งหลายผู้มีปัจจัยเครื่องสืบต่อ (แห่งอายุ) ถูกกรรมที่สามารถ ยังสัตว์ให้เคลื่อนจากฐานะ (ที่เป็นอยู่) ได้ทันที เข้ามาตัดเอา ดุจคนบาปทั้งหลายมี พญาทุสิมาร และพญากลาพุเป็นต้นก็ดี แก่บุคคลทั้งหลายผู้มีปัจจัยเครื่องสืบต่อ (แห่งอายุ) มาขาดไปด้วย อุปกกมะ (ความทำร้าย) เช่น ถูกศัตราวุธทำร้าย ด้วยอำนาจแห่งกรรมที่ทำไว้ในปางก่อนก็ดี มรณะนี้ชื่อว่า อกาลมรณะ[๓๓] สรุปความได้ว่า หากกรรมในอดีตที่เคยเบียดเบียนหรือฆ่าผู้อื่นมิได้มีกรรมในปัจจุบันก็ให้ผลเต็มเม็ดเต็มหน่วยไม่ได้ และอุปจเฉทกรรม ก็จะไม่เกิดขึ้นมา ด้วยเหตุนี้เราจึง ได้เห็นบุคคลเป็นอันมากที่น่าจะต้องตาย แต่กลับรอดมาได้ราวกับปาฏิหาริย เมื่อเราไม่ทราบว่าอดีตกรรมของเราในขณะนี้จะเป็นไปในทางดีหรือร้ายเรา ต้องทำดีเอาไว้เสมอไม่ประมาท อุปจเฉทกมรณะนี้ บางคนก็ว่า เป็นการตายเพราะอุบัติเหตุ อาจจะตายเพราะอุบัติเหตุที่ ประชาชนส่วนมากเข้าใจ เช่น ตกรถหรือรถคว่ำหรือตกต้นไม้ หรือถูกอาวุธมีคมแต่อุบัติเหตุนี้อาจจะตายอยู่บนบานหรืออยู่บนเตียงนอนเฉย ๆ ก็ได้ เพราะเกิดจากความประมาทของตน หรือของผู้อื่นที่เข้ามาซ้ำเติมอีกเล็กน้อย จึงได้ถึงแก่ความตายความตายดังกล่าวนี้ เป็นการตายที่ยังไม่ถึงคราว ไม่ถึงเวลา และมีเหตุอันเป็นปัจจุบันเป็นเรื่องสำคัญ ความตายดังกล่าวจึงเว้นจากอดีตกรรมมาเป็นผู้อุดหนุนเสียหาได้ไม่ และจะทอดทิ้งกรรมในปัจจุบัน เสียก็มิได้เหมือนกัน นอกจากนั้น ผู้ที่ทำให้คนอื่นตายลงด้วย การอดน้ำ ให้งูกัด วางยาพิษ เอาไฟเผา ถ่วงน้ำ ฆ่าโดยใช้อาวุธเหล่านี้เป็นต้น และยอมแสดง ให้เห็นว่า อกาลมรณะเหล่านี้จะเว้นเสียจากอดีตกรรมไม่ได้ ด้วยเหตุนี้ท่านอาจารย์ทั้งหลายที่ ทรงคุณวุฒิ จึงลงความเห็นว่าความตายที่เป็น อกาลมรณะเหล่านี้ เป็นความตายเพราะอุปฆาตกรรม ด้วยเหตุแห่งกรรมที่ได้กระทำมาแล้วแต่ในอดีต มีความสามารถเข้ามาทำให้บังเกิด ผลได้มากมาย จึงต้องหมั่นทำกรรมในปัจจุบันเอาไว้ให้ดีที่สุด เพราะถ้ากรรมไม่ดีเข้ามาให้ผล มากอยู่แล้ว กระทำกรรมที่ไม่ดีลงในปัจจุบันลงไปอีกก็มีโอกาสที่จะถึงแก่ชีวิตได้โดยง่าย และเป็น อุปฆาตกรรม[๓๔]

ความตายอีก ๓ ประเภท ที่ได้แสดงไว้ในวิสุทธิมรรค ได้แก่

๑) สมมติมรณะ หมายถึง การเวียนว่ายตายเกิดด้วยอำนาจของกิเลสและตัณหาในภูมิ ๓๑ เป็นมนุษย์บ้าง เทวดาบ้าง พรหมบ้าง สัตว์ดิรัจฉานบ้าง เป็นต้น แต่ยังไม่หมดกิเลส จึงชื่อว่า ตายปลอมหรือตายโดยสมมติ คือ เปลี่ยนสภาวะจากภพหนึ่งไปสู่อีกภพหนึ่ง ยกตัวอย่างเช่น ใน

---

[๓๒] ปัญญา ใชบางยาง, *ชีวิตใกล้ชิดความตาย*, หน้า ๑๙.

[๓๓] มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๒ ตอน ๑, อ้างแล้ว, หน้า ๒.

[๓๔] วิสุทธิ.จูฬฏีกา.๓/๒๒๓.

คัมภีรมหานิเทสอธิบายว่า ความตายหมายถึง การจุติ การเคลื่อนจากหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหลาสัตว์นั้นๆ ความทำลาย ความหายไป มัจจุ ความตาย กาลกิริยา การทำลายขันธ การทอดทิ้งซากศพไว้ การตัดขาดชีวิตินทรีย หากลาวให่งายขึ้น ความตาย จึงหมายถึง ความเคลื่อนไปจากปัจจุบันภพ แตคำวา “จุติ” คนไทยให่ความหมาย เป็นตรงกันข่าม คือหมายถึง “ความเกิด”ทั้ง ๆ ที่พจนานุกรมก็ให่ความหมายวา “เคลื่อน” คือ จากกำเนิดหนึ่งไปอีกกำเนิดหนึ่ง[๓๕]

๒) ขณิกมรณะ หมายถึง การดับในขณะหนึ่ง ๆ ของจิตเชนดับจากคิดดีเปนคิดเลวบ่าง ดับจากคิดโกรธ เปนเมตตาบ่าง สลับสับเปลี่ยนกันอยูตลอดเวลาไมหยุดนิ่ง จึงชื่อวาตายชั่วขณะจิต มีอธิบายเพิ่มเติมว่าเป็นการการดับของรูปนามตามนัยของอุปปาทะฐีติภังคะ คือ ความตายทุกขณะแหงรูปนามทุก ๆ ภังคะขณะ กลาวคือ เมื่อนามรูปดับลงแลวก็เกิดขึ้นใหมสืบตอกันไปอยางไมขาดสาย จนกวาจะถึง อนุปาทิเสสนิพพาน[๓๖] ดังเห็นไดจาก การใชชีวิตประจำวันของคนเรา เมื่อความโกรธเกิดขึ้นมา ความเมตตาก็จะหายไป อธิบายวา เมื่อความโกรธตายหรือดับ (แตไมหมดไปจากจิตของมนุษย) ขณะเดียวกัน ความเมตตาก็เข่า มาแทนที่ความโกรธ ลักษณะที่ปรากฏอยูเชนนี้จึงเรียกวา ขณิกมรณะ เป็นการดับทางจิต

๓) สมุจเฉทมรณะ หมายถึง การตายหรือสิ้นชีวิตของพระอรหันต ผูซึ่งปราศจาก กิเลสแลว ไมมีการเกิดมีชีวิตขึ้นมาไดอีกตอไป

สรุปว่า ความตายเป็นอาการ หรือ ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นปกติสำหรับชีวิต เมื่อพิจารณาโดย ไม่ขึ้นต่อความรู้สึกของมนุษย์ ความตายจึงเป็นเพียงธรรมดา ๆ แต่ที่เป็นธรรมดานี้เองเพราะความรู้สึกยึดถือและความไม่รู้ไม่เข้าใจ มนุษย์จึงต้องพยายามเข้าถึงธรรมดานี้ให้ได้ โดยเห็นตามเป็นจริงธรรมดาพระพุทธศาสนามุ่งให้เห็นความตายเป็นธรรมดา ทั้งไม่สามารถจะหลีกหนีให้ล่วงพ้นไปได้เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว มนุษย์จึงควรมุ่งมั่นทำกรรมดีให้ได้ผลดี และอยู่ด้วยผลของกรรมดีนั้น หน้าที่ของมนุษย์จึงรวมอยู่ที่การศึกษาหาเหตุ ปัจจัยที่จะทำให้เกิดผลดีงาม ไม่มัวยุ่งอยู่กับการกราบไหว้หาวิธีอ้อนวอนเทพเจ้าหรือมัวรอคอยผลการบันดาลความตาย อันเป็นธรรมดาของชีวิต ที่จะย้ำเตือนให้มนุษย์ได้เห็นตามความเป็นจริง และเป็นหนทางให้ก้าวเดินไปสู่ความเป็นอิสระจากพันธนาการทั้งปวง

๒.๑.๕.๓. กระบวนการตายในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถราวาท

พระพุทธศาสนา แบ่งกระบวนการตายออกเป็น ๓ ขณะ คือ ขณะใกล้ตาย ขณะตาย และขณะหลังตาย ดังต่อไปนี้

๑) ขณะใกล้ตาย มรณาสันนวิถีเป็นวิถีจิต ที่ใกล้จะตาย หมายถึง เมื่อมรณาสันนวิถีเกิดขึ้นแล้ว จุติจิต (จิตที่ดับสิ้นไปจากภพชาติปัจจุบัน) ย่อมเกิดขึ้นในลำดับที่ใกล้เคียงกัน จะไม่มีวิถีจิตที่มีอารมณ์เป็นอย่างอื่นเกิดขึ้นคั่นระหว่างจุติจิตอีก ในมรณาสันนวิถีนั้นมีชวนะจิตเกิดขึ้นเพียง ๕ ขณะเท่านั้น (ปกติจะเกิดขึ้น ๗ ขณะ) เพราะเหตุที่จิตมีกำลังอ่อนเนื่องจากอำนาจของกรรมที่ส่งมานั้นใกล้จะหมดอำนาจอยู่แล้ว และอีกประการหนึ่ง หทัยวัตถุอันเป็นกัมมชรูป ซึ่งเป็นที่ตั้งของจิตก็มีแต่จะเสื่อมสิ้นลงเรื่อย ๆ กำลังของชวนะจิตอ่อนไปเหมือนไฟที่น้ำมันจะหมดหรือจะมอดอยู่แล้วแสงสว่าง

---

[๓๕] ปญญา ใชบางยาง, *ชีวิตใกล้ชิดความตาย*, หนา ๑๗.

[๓๖] ชญา ศิริธัญภร, *คู่มือตายดี*, หนา ๔๘.

ของไฟก็ย่อมจะริบหรี่เพราะหมดกำลังของปัจจัยคือน้ำมันและไส้นั่นเอง[๓๗] มรณาสันนวิถีนี้เมื่อว่าโดยระยะเวลาที่ใกล้ตายแบ่งออกได้ ๒ ชนิดคือ

(๑) มรณาสันนวิถีธรรมดา คือ มรณาสันนวิถี ที่เกิดขึ้นแก่ผู้ที่จะตายภายในเวลา ๑-๒ นาที หรือ ๑-๒ ชั่วโมง เป็นต้น

(๒) ปัจจาสันนมรณวิถี คือมรณาสันนวิถี ที่เกิดขึ้นแก่ผู้ที่จะตายภายในระยะเวลาใกล้ที่สุด หมายความว่า เมื่อปัจจาสันนมรณวิถีเกิดขึ้นในระยะใกล้ที่สุดไม่ถึง ๒๐ วินาทีหรือเพียง ๑๐ วินาที ต่อจากนั้นภวังคจิต[๓๘] และกัมมชรูป ก็เกิดเป็นครั้งสุดท้าย แล้วดับลงพร้อมกับจุติจิต เป็นอันว่าความเป็นอยู่แห่งปัจจุบันภพได้สิ้นสุดลง[๓๙] สภาพชีวิตของคนขณะใกล้ตายนี้ ทุกคนจะต้องประสบกับสิ่งที่เรียกว่า มรณาสันนกาล ซึ่งมีอารมณ์อยู่ ๓ ชนิด คือ กรรม กรรมนิมิต และ คตินิมิต ถ้าหากเราจะปล่อยให้อารมณ์ใกล้ตายเกิดขึ้นเองโดยที่ไม่สร้างเหตุไว้เราก็จะเผชิญกับอารมณ์ทั้ง ๓ ชนิดได้ยากเช่น เมื่อเราเจ็บปวดก็ดิ้นรนแล้ว เพราะเรากลัวตายกันทุกคน ภยันตรายอันน่าขนพองสยองเกล้าทำให้ใจสั่นรัวจนไม่อาจสามารถควบคุมได้ สำหรับคนที่ไม่ได้ฝึกปฏิบัติธรรมอย่างดีมาก่อนจะไม่มีสติที่จะคิดถึงบทสวดมนต์ที่เคยคิดว่า ท่องจำได้จนขึ้นใจ แม้อยากจะนึกถึงพระรัตนตรัยในตอนนั้นพอถึงขณะที่จะตายจริง ๆ เราจะมัวตื่นตระหนกตกประหม่า พะว้าพะวง งุนงง หลงลืมเสียสิ้น ปรากฏการณ์ที่จะเกิดขึ้นในขณะใกล้ตายหรือในมรณาสันนกาลนั้นมีมากมาย เริ่มจาก

(๑) อารมณ์ใกล้ตายชนิดที่ ๑ คือ กรรม ได้แก่ กายกรรม วจีกรรม มโนกรรม กายกรรม ได้แก่ เจตนา ๒๐ เป็นฝ่ายกามาวจรกุศล ๘ และ เป็นฝ่ายอกุศล ๑๒ ที่ถึงการยึดถือการรับการปล่อย และการเคลื่อนไหวในกายทวาร วจีกรรม ได้แก่ เจตนา ๒๐ เช่นเดียวกับ ที่กล่าวไว้ในกายกรรม เฉพาะแต่เกี่ยวกับการเปล่งวาจาที่เกิดขึ้นทางวจีทวาร และมโนกรรม ได้แก่ เจตนา ๒๙ ทั้งฝ่ายกุศลและอกุศล ได้แก่ เจตนา ๒๐ เช่นเดียวกับ ที่กล่าวไว้ในกายกรรมที่ไม่เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวทางทวารทั้ง ๒ (กายทวารและวจีทวาร) เฉพาะแต่ที่เกิดขึ้นทางมโนทวารเท่านั้นรวมกับ มหัคตกุศลจิตอีก ๙ หรือ อีกนัยหนึ่ง คืออกุศลกรรมบถ ๑๐ อันได้แก่ กายกรรม ๓ ซึ่งหมายถึงกายทุจริต ๓ วจีกรรม ๔ ซึ่งหมายถึงวจีทุจริต ๔ และ มโนกรรม ๓ ซึ่งหมายถึงมโนทุจริต ๓ เราเคยเจตนาทำกรรมใดไว้ เจตนาที่เป็นกุศลหรือเจตนาที่เป็นอกุศล กรรมนั้น ๆ จะมาปรากฏให้เห็น แล้วส่งผลกรรม (วิบาก)และกัมมัชรูป (รูปที่เกิดเพราะกรรมเกิดร่วมด้วย) เกิดขึ้นในปฏิสนธิกาล และปวัตติกาล คือชักนำไปเกิดกรรมที่นำไปเกิดนี้คือ ชนกกรรม หากทำกุศลกรรมไว้จะได้ไปเกิดยังเทวภูมิหรือมนุสสภูมิ หรือทำอกุศลไว้ก็จะต้องไปเกิดในอบายภูมิ เช่นเกิดเป็นสัตว์นรก เปรต อสุรกาย หรือ สัตว์เดรัจฉาน เป็นต้น ในบางช่วงของชีวิต อุปัตถัมภกกรรมอาจเข้าสนับสนุนด้วยแรงบุญ แรงกรรม หรือ อุปปีฬกกรรมเข้า

---

[๓๗] พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธรรมมัตถสังคหฎีกา, ปริจเฉทที่ ๕ เล่มที่๒, หน้า ๒๖๒.

[๓๘] สุจินต์ บริหารวนเขตต์, *ปรมัตถธรรมสังเขป จิตตสังเขปและภาคผนวก*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๖๗.

[๓๙] พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, *ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธรรมมัตถสังคหฎีกา*, ปริจเฉทที่ ๔ พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานนคร: หจก.ทิพยวสุทธิ์, ๒๕๔๗), หน้า ๑๒๑.

แทรกแซงเบียดเบียนขัดขวางความเป็นไปนานาแห่งวิบากที่นำกรรมอื่นให้เกิด หรืออุปฆาตกรรมอาจเข้าไปตัดรอนกรรมที่ไม่มีกำลังแล้วห้ามวิบากของกรรมนั้นเสียแล้วอุปฆาตกรรมก็กระหน่ำเสียเอง[๔๐]

(๒) อารมณ์ใกล้ตายชนิดที่ ๒ เรียกว่า กรรมนิมิต ได้แก่อารมณ์ ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และสภาพที่รู้ได้ทางใจ ที่เกี่ยวด้วยการกระทำของแต่ละบุคคล ที่ตนได้กระทำแล้วด้วยกาย วาจา ใจ ย่อมจะมาแสดงนิมิตเครื่องหมายให้รู้ได้เมื่อใกล้จะตาย ถ้าเป็นฝ่ายกุศลก็ให้รู้ให้เห็นเป็นการทำบุญให้ทาน เช่น เห็นโบสถ์วิหาร โรงพยาบาล ที่ตนเคยสร้าง เห็นพระพุทธรูปที่ตนเคยสร้างเป็นต้น มรณาสันนวถีก็หน่วงเอาอารมณ์นั้น ๆ มาเป็นอารมณ์ให้เป็นนิมิตเครื่องหมายในสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้น กรรมนิมิตที่เป็นฝ่ายอกุศลเช่น เห็นแห อวน ปืน มีด เครื่องประหัตประหารเบียดเบียนสัตว์ที่ตนเคยใช้ในการทำบาปมาแล้วเป็นต้น มรณาสันนวถีก็จะน้อมเอาสิ่งเหล่านั้น มาเป็นอารมณ์

(๓) อารมณ์ใกล้ตายชนิด ที่ ๓ คือ คตินิมิต คือที่ไปเกิดของสัตว์คติมี ๕ คือ นิรยะเป็นที่ไปเกิดของสัตว์นรก เดรัจฉานโยนิเป็นที่ไปเกิดของสัตว์เดรัจฉาน เปตติวิสัย เป็นที่ไปเกิดของเปรตและอสุรกาย มนุสสคติเป็นที่ไปเกิดของมนุษย์และเทวคติเป็นที่ไปเกิดของเหล่าเทพ คติเหล่านี้มักเกิดขึ้นกับเราเวลาใกล้ตายซึ่งจะเป็นเครื่องบ่งชี้ที่ไปของเรา เช่น ผู้ใกล้ตายเห็นสถานที่สวยงามพระราชวังก็เป็นเครื่องหมายบอกว่า จะได้ไปเกิดเป็นเทวดา ชาวสวรรค์หากเห็นทุ่งนา ป่าภูเขา หรือสัตว์มากมายก็เป็นเครื่องหมายบอกว่า จะได้ไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานเป็นต้น

๒) ขณะตาย มนุษย์เป็นผู้ที่เกิดในภูมิที่มีขันธ์ ๕ ซึ่งประกอบด้วย รูปขันธ์ ๑ คือ ร่างกายและพฤติกรรมทั้งหลายของร่างกาย และนามขันธ์ ๔ คือ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ และวิญญาณขันธ์ สภาพชีวิตทั้งรูปขันธ์และนามขันธ์ของคนทั้งในขณะเกิดและขณะตายมีปรากฏในพระพุทธดำรัสเรื่องปฏิจจสมุปบาทดังนี้คือ ภิกษุมหาภูต ๔[๔๑]

ตารางที่ ๒.๑ ปฏิจจสมุปบาทสายเกิดสายดับ

ในปฏิจจสมุปบาทสายเกิด คือ	ในปฏิจจสมุปบาทสายดับคือ
วิญญาณ เป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้ รูปขันธ์ปรากฏ	เพราะสังขารดับ วิญญาณ จึงดับ
ผัสสะ เป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้ เวทนาขันธ์ปรากฏ	เพราะวิญญาณดับ นามรูป จึงดับ
ผัสสะ เป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้ สัญญาขันธ์ปรากฏ	เพราะนามรูปดับ สฬายตนะ จึงดับ
ผัสสะ เป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้ สังขารขันธ์ปรากฏ	เพราะสฬายตนะดับ ผัสสะ จึงดับ
นามรูป เป็นเหตุเป็นปัจจัยทำให้ วิญญาณขันธ์ปรากฏ[๔๒]	เพราะผัสสะดับ เวทนา จึงดับ[๔๓]

[๔๐] คณะกรรมการแผนกตำรามหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์, *อภิธัมมัตถสังคหบาลีและอภิธัมมัตถวิภาวินีฎีกา*, หน้า ๒๑๔-๒๑๕.

[๔๑] ที.สี.๙/๔๘๗-๔๙๖/๒๑๖-๒๑๙, สำ.นิ.อ.๒/๖๑/๑๑๑.

[๔๒] ม.อุ.๑๔/๘๕/๙๘.

[๔๓] สำ.นิ.๑๖/๑/๒-๓.

การเกิดดับแบบนี้เป็นขณิกมรณะ ซึ่งได้แก่ความดับของสังขารธรรมที่เป็นอยู่ทุกขณะผู้ที่ปฏิบัติศีล เจริญสมาธิ เจริญปัญญาอยู่เสมอจะเห็นการเกิดดับนี้และจะเป็นชีวิตินทริยุปัจเฉทมรณะ เมื่อรูปชีวิต นามชีวิตดับแล้วอำนาจของอกุศลกรรมหรือกุศลกรรมจะส่งผลไปยังจิตสุดท้ายแห่งวิถีจิต คือจุติจิตด้วยอำนาจแห่งการเคลื่อนจากภพเก่าแล้วก็ดับ[๔๔] หลักในการตัดสินว่า คนคนนั้นได้ตายไปแล้วจริง ๆ ตามหลักพระพุทธศาสนา คือ เมื่อรูปขันธ์อัน ประกอบด้วยธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม แตกดับสลายไปและเมื่อกายสังขาร หรือสภาวะที่ปรุงแต่งกาย, วจีสังขาร หรือสภาวะที่ปรุงแต่งวาจาและจิตตสังขาร สภาวะที่ปรุงแต่งจิตดับไป วิญญาณคือการรับรู้ทางอายตนะ ทั้ง ๖ ทาง ก็ดับด้วย เมื่อการรับรู้ทางอายตนะ ทั้ง ๖ ทางดับ นามและรูปก็ดับ แล้วสฬายตนะก็ดับ ผัสสะก็ดับ และเมื่อผัสสะดับเวทนาหรือความรู้สึกก็ดับ เมื่อหมดมรณาสันนวิถีแล้วต่อจากนั้นจุติจิตก็เกิดขึ้น ๑ ขณะเรียกว่า สัตว์นั้นถึงแก่ความตาย

๓) ขณะหลังตาย ในทันทีที่จุติจิตดับลง ปฏิสนธิจิตจะต้องเกิดขึ้นทันที โดยไม่มีจิตอื่นเกิดขึ้นมาคั่นระหว่างจุติจิตกับ ปฏิสนธิจิตได้เลย จะปฏิสนธิอย่างไรขึ้นอยู่กับชนกกรรมที่จะนำไปถือกำเนิด แล้วจิตทั้งหลายก็เกิดขึ้นสืบต่อ ๆ กันเริ่มต้น ตั้งชาติตั้งภพ ตามลำดับหน้าที่ ปฏิสนธิภวังค์จุติ ดุจล้อเกวียนหรือจักรรถที่หมุนไปฉันนั้น ในมหาสีหนาทสูตร พระผู้มีพระภาคตรัสบอกพระสารีบุตรเรื่องกำเนิด ๔ ชนิดคือ

(๑) กำเนิดอัณฑชะ คือเหล่าสัตว์ผู้เกิดในไข่ เจาะทำลายเปลือกไข่แล้วเกิด

(๒) กำเนิดชลาพุชะ คือเหล่าสัตว์ผู้เกิดในครรภ์

(๓) กำเนิดสังเสทชะ คือเหล่าสัตว์ผู้กิดในปลาเน่า ซากศพเน่า ขนมบูด น้ำครำ หรือเถ้าไคล

(๔) กำเนิดโอปปาติกะ คือการเกิดผุดขึ้นเช่น เทวดา สัตว์นรก มนุษย์บางจำพวก และเปรตบางจำพวก[๔๕]

๒.๑.๖ การเตรียมตัวก่อนตายตามทัศนะพุทธศาสนาเถรวาท

การเตรียมตัวก่อนตายที่ ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ตามหลักพระพุทธศาสนาการเตรียมตัวตายต้องถือว่า เป็นหน้าที่โดยธรรมชาติที่มนุษย์ ทุกคนต้องตระหนักภายในใจและสะท้อนออกมาสู่การปฏิบัติด้วยการดำเนินชีวิตโดยไม่ประมาท เมื่อครั้งพระพุทธเจ้าเป็นเจ้าชายสิทธัตถะเป็นพระโพธิสัตว์ทรงเห็นเทวทูตทั้ง ๔ มาปรากฏในรูปของคนชรา คนเจ็บ คนตายและบรรพชิต เมื่อทรงเห็นสิ่งเหล่านี้แล้ว พระองค์ได้แสวงหาทางเพื่อพ้น จากความตาย จนกระทั่งได้ตรัสรู้อริยสัจ ๔ จากนั้น พระองค์ได้ทรงสั่งสอนเวไนยสัตว์ไม่ให้ประมาทในชีวิต ด้วยการทำประโยชน์ให้ตนเองและผู้อื่น อันเป็นการเตรียมตัวก่อนตายอย่างมีสติ พระพุทธศาสนามีหลักการอันเป็นแก่นแท้ คือ การสอนให้พุทธศาสนิกชนเข้าใจ อริยสัจ ๔[๔๖] พระพุทธศาสนาเถรวาท จึงเน้นการสอนให้มนุษย์ตระหนักรู้ในทุกข์และความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิตที่ความตายจะเกิดขึ้นแน่แท้ ซึ่งจะเกิดเมื่อไรก็ได้คนเราจึง

---

[๔๔] พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, *ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธรรมมัตถสังคหฎีกา*, ปริจเฉทที่ ๕ เล่มที่ ๒, หน้า ๒๖๑.

[๔๕] ม.มู.๑๒/๑๕๒/๑๕๑-๑๕๒.

[๔๖] กาญจนา จิตต์วัฒน์, “การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน”, *วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓.

ควรต้องเรียนรู้พุทธธรรม เพื่อการเตรียมตัวตาย และต้องเตรียมชีวิตให้ก้าวข้ามพ้นทุกข์ แม้พระผู้มีพระภาคก็ทรงเตรียมตัวตาย เมื่อพระพุทธองค์ทรงปลงอายุสังขารว่า ในอีก ๓ เดือนข้างหน้าจะปรินิพพาน ก็ได้เตรียมการไว้อย่างรอบคอบหลายประเด็นดังต่อไปนี้

๒.๑.๖.๑ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเตรียมตัวตาย

๑) ทรงเตรียมสถานที่ที่จะทรงปรินิพพานให้เป็นเมืองเล็ก ๆ คือ เมืองกุสินารา ซึ่งเมืองกุสินารา ในอดีตเป็นเมืองขนาดใหญ่ อุดมสมบูรณ์มาก่อน เพื่อจะไม่มีปัญหาในเรื่องการแบ่งพระบรมสารีริกธาตุ จึงเลือกเมือง กุสินารา เพราะเป็นเมืองชายแดนไม่มีกองกำลังป้องกันตนเอง จึงจะยอมแบ่งพระบรมสารีริกธาตุให้กับเมืองต่าง ๆ เป็นต้น

๒) ทรงเตรียมความพร้อมของบุคลากร (พุทธสาวก) ให้มีความมั่นคงในธรรมทั้งปวง ดังที่กล่าวกับภิกษุทั้งหลายที่พำนักอยู่ในเขตกรุงไวสาลีช่วงพรรษาสุดท้ายของพระพุทธองค์ เพื่อเกื้อกูล เพื่อสุข เพื่อประโยชน์ เพื่ออนุเคราะห์สงเคราะห์ชาวโลก เพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “ธรรมที่เราแสดงแล้วเพื่อความรู้ยิ่ง เธอทั้งหลายพึงเรียน เสพ เจริญทำให้มากด้วยดีโดยวิธีที่พรหมจรรย์นี้ จะพึงตั้งอยู่ได้นาน ดำรงอยู่ได้นาน และพึงเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อสุขแก่คนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลก เพื่อประโยชน์เพื่อเกื้อกลู เพื่อสุขแก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย[๔๗]

๓) ทรงเตรียมความพร้อมของบุคลากร (พุทธสาวก) ในความไม่ประมาท ดังพุทธพจน์ที่ สำคัญมากบทหนึ่ง คือ “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้ เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด” นี้เป็นพระพุทธพจน์พระปัจฉิมโอวาทของพระตถาคต[๔๘] พระพุทธพจน์บทนี้แสดงให้เห็นว่า ทรงย่อ พระพุทโธวาทที่ทรงประกาศตลอดเวลา ๔๕ ปีลงในบทว่า “ความไม่ประมาท” เพียงบทเดียว

๔) ทรงเตรียมมอบมรดกธรรม พระพุทธองค์ขณะใกล้ปรินิพพานได้รับสั่งเรียกพระอานนท์มาและทรงตรัสว่า “อานนท์ ธรรมและวินัยที่เราแสดงแล้วบัญญัติแล้วแก่เธอทั้งหลาย หลังจากเราล่วงลับไป ก็จะเป็นศาสดาของเธอทั้งหลาย”[๔๙] ทรงรับสั่งแก่ พระอานนท์ว่า ให้เหล่าภิกษุ ภิกษุณี พยายาม ขวนขวายทำหน้าที่ของตนเองเถิด ไม่ประมาทในหน้าที่ของตน มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่เถิด

๕) ทรงเตรียมให้จัดพิธีพระบรมศพ โดยให้คฤหัสถ์จัดพิธีพระบรมศพ พระอานนท์ทูลถามว่า พึงปฏิบัติต่อพระสรีระของพระพุทธองค์อย่างไร พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า “พึงปฏิบัติ ต่อสรีระของตถาคตเหมือนอย่างที่พวกเขาปฏิบัติต่อพระบรมศพของพระเจ้าจักรพรรดินั่นแหละ”[๕๐]

๖) ทรงเตรียมกล่าวคำอำลาพระผู้ภาคมีอาการพระประชวรอย่างรุนแรงมีทุกขเวทนาอย่างแสนสาหัส จวนเจียนจะปรินิพพาน ขณะที่พระผู้มีพระภาคทรงจำพรรษาสุดท้ายในเวฬุคาม ทรงรับสั่งให้พระอานนท์ไปนิมนต์ภิกษุ ที่พำนักอยู่ในเขตกรุงไวสาลี มาประชุมในหอฉัน ที่

---

[๔๗] ที.ม.๑๐/๑๘๔/๑๓๐-๑๓๑.

[๔๘] ที.ม.๑๐/๑๘๕/๑๓๑; ที.ม.๑๐/๒๑๘/๑๖๖.

[๔๙] ที.ม.๑๐/๒๑๖/๑๖๔.

[๕๐] ที.ม.๑๐/๒๐๕/๑๕๒.

กุฏาคารศาลาในป่ามหาวัน แล้วตรัสบอกภิกษุเหล่านั้นว่า จากนี้ไปอีก ๓ เดือน พระพุทธองค์จะปรินิพพาน แล้วตรัสพระคาถาว่า “วัยของเราแก่หง่อม ชีวิตของเราเหลือน้อย เราจะจากพวกเธอไป เราทำที่พึ่งแก่ตนแล้ว พวกเธอจงอย่าประมาท มีสติ มีศีลบริสุทธิ์ มีความดำริมั่น คงดีรักษาจิตของตนไว้ ผู้ที่ไม่ประมาทอยู่ในธรรมวินัยนี้ ละการเวียนว่ายตายเกิดแล้ว จักทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ ”[๕๑]

๗) ทรงบอกเรื่องค้างคาใจ ดังที่พระพุทธองค์ได้ให้โอกาสภิกษุทั้งหลาย ได้ถามข้อสงสัยหากยังมีธรรมข้อใดที่ยังไม่กระจ่างแม้ในวาระสุดท้ายแห่งพระชนม์ชีพว่าพระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ถ้าภิกษุแม้เพียงรูปเดียวพึงมีความสงสัยหรือความเคลือบแคลงในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มรรค หรือในปฏิปทา (ข้อปฏิบัติ) เธอทั้งหลายจงถามเถิดจะได้ไม่เสียใจในภายหลังว่า พระศาสดายังอยู่ต่อหน้า เราไม่กล้าทูลถาม ในที่เฉพาะพระพักตร์”[๕๒] พระผู้มีพระภาคตรัสย้ำถามถึง ๓ ครั้งแต่ไม่มีภิกษุแม้เพียงรูปเดียวที่สงสัยหรือเคลือบแคลงในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มรรค หรือในปฏิปทา พระผู้มีพระภาคทรงมีญาณหยั่งรู้แล้วว่าในจำนวนภิกษุ ๕๐๐ รูปที่เฝ้าอยู่ขณะนั้น ภิกษุผู้มีคุณธรรมขั้น ต่ำสุด เป็นพระโสดาบัน ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้านั่นก็หมายถึงว่าพระพุทธองค์ไม่มีสิ่งใดควรแก่การค้างคาใจก่อนปรินิพพาน

๒.๑.๖.๒ การเตรียมตัวตายของพุทธสาวก

๑) พุทธสาวกเบื้องขวา กรณีการนิพพานของพระสารีบุตร[๕๓] ในวาระก่อนนิพพานของพระสารีบุตร เมื่อท่านหยั่งรู้ว่าตนใกล้นิพพานแล้ว จึงรำลึกถึงผู้มี พระคุณเช่นมารดาซึ่งยังไม่ได้เป็นพุทธมามกะ และพบว่ามารดาสามารถบรรลุธรรมได้อย่างน้อย คือพระโสดาบัน ท่านจึงทูลขอขมาสิ่งที่เคยล่วงเกิน พระพุทธเจ้าและทูลลากลับไปนิพพานที่นาฬกคาม พร้อมด้วยภิกษุบริวาร โดยระหว่างทางได้สงเคราะห์ผู้คนที่พบเห็นจนถึงบ้านเกิด ในช่วง การอาพาธถ่ายเป็นเลือด ท้าวจตุโลกบาล ท้าวสักกะเทวราช (พระอินทร์) และท้าวมหาพรหมมา เยี่ยมพระสารีบุตรถึงในห้องพัก ทำให้มารดาเกิดความประหลาดใจ มีปีติ และมีจิตเลื่อมใสใน พระพุทธเจ้าหลังจากที่พระสารีบุตรกล่าวว่าพระพุทธเจ้าเป็นผู้ยิ่งใหญ่เหนือเทพเหล่านั้น จากนั้น ท่านจึงเทศนาเรื่องพุทธคุณโปรดมารดาจนมารดาบรรลุพระโสดาบัน ซึ่งถือว่าเป็นการ ทำหน้าที่ที่ยิ่งใหญ่แก่บุพการีเพราะพระโสดาบันจะเกิดอีก 7 ชาติก็จะบรรลุอรหันต จากนั้นพระสารีบุตรก็นิพพานในที่สุด ในการเตรียมตัวตายกรณีการนิพพานของพระสารีบุตร จะพบว่ามีการขอขมาบุคคลผู้มีพระคุณก่อนตาย เช่น พระพุทธเจ้า การทำบุญช่วยเหลือผู้คน ระหว่างการเดินทาง และการทดแทนผู้มีพระคุณคือมารดาด้วยการแสดงธรรมโปรดจนมารดาเกิดความ เลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธศาสนา เมื่อได้ฟังธรรมกถา จากพระสารีบุตรก็บรรลุเป็นพระโสดาบัน

---

[๕๑] ที.ม.๑๐/๑๘๕/๑๓๒.

[๕๒] ที.ม.๑๐/๒๑๗/๑๖๕.

[๕๓] แสงธรรมแห่งพระไตรปิฎก, *ฤทธิธรรมชุดที่ ๙.พระมหาโมคคัลลานะปรินิพพาน*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://1th.me/1Jj6m [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๔].

๒) พุทธสาวกเบื้องซ้ายกรณีการนิพพานพระโมคคัลลานะ[๕๔] ก่อนการนิพพานพระโมคคัลลานะปรารภการนิพพานของพระสารีบุตรในแง่การพิจารณา อนิจจลักษณะของสังขาร ซึ่งแสดงให้เห็นว่า มีการระลึกถึงความตายของผู้อื่นเป็นมรณสติก่อนที่ จะถึงเหตุการณ์นิพพานของท่าน และการนิพพานของพระโมคคัลลานะเกิดจากการที่พวก เดียรถีย์จ้างโจรไปฆ่า แม้ท่านจะสามารถหลีกหนีพวกโจรได้ด้วยอิทธิฤทธิ์ตลอดสองเดือนที่ถูก โจรล้อมเพื่อหวังฆ่า แต่ในเดือนที่สาม ท่านยอมให้พวกโจรทำร้ายทุบตีเพราะได้พิจารณาถึง กรรมในอดีตชาติที่ได้เคยทุบตีบิดามารดา และถึงเวลาที่จะนิพพานแล้ว จากถูกพวกโจรทุบตีจน ทำกระดูกของท่านให้มีขนาดเมล็ดข้าวสาร เมื่อคิดว่าพระเถระนั้นตายแล้ว จึงโยนร่างพระเถระไปหลังพุ่มไม้ แล้วหนีไป จากนั้น พระโมคคัลลานะคิดว่า เราจักเฝ้าถวายบังคมพระศาสดาก่อน แล้วจึงจะนิพพาน จึงประสานร่างกายให้เหมือนเดิมด้วยฌาน แล้วเหาะไปยังสำนักของพระศาสดา ถวายบังคมแล้วกราบทูลว่า ตนจักนิพพาน พระโมคคัลลานะจึงได้เข้าฌานรวบรวมอัตภาพเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า เพื่อทูลลา เข้าสู่นิพพาน และกลับไปนิพพานที่ กาฬศิลา การเตรียมตัวตาย การเข้านิพพาน ของพระโมคคัลลานะ คือ การยอมรับกฎแห่งกรรม หมายถึงกฎแห่งความจริงขั้นสูงที่มนุษย์ไม่ สามารถหลีกเลี่ยงได้ ซึ่งอาจจะหมายถึงกรรมของตน เรื่องราวที่ผ่านมาในอดีต หรือแม้แต่ โรคภัยไข้เจ็บที่กำลังคุกคามตนนั่นเอง ก็ต้องยอมรับว่า เกิดจากผลของการกระทำนั่นเอง

๓) พุทธอุปฐากกรณีการนิพพานของพระอานนท์[๕๕] ภายหลังจากพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว พระอานนท์ได้ปฏิบัติหน้าที่ประกาศพระพุทธศาสนา จนอายุ ๑๒๐ ปีและได้พิจารณาอายุสังขารจนพบว่า อายุสังขารเหลืออีก ๗ วัน ท่านตัดสินใจจะ เข้านิพพานที่ปลายแม่น้ำโรหิณีซึ่งตั้งอยู่ระหว่างเมืองกบิลพัสดุ์กับเมืองโกลิยะซึ่งมีพระประยูร ญาติอยู่ทั้ง ๒ ฝ่าย จากนั้นท่านจึงได้ลาภิกษุสงฆ์และประชาชนชน จนถึงวันที่ ๗ จึงได้แสดงตั้ง จิตอธิษฐานให้กายของท่านแตกออกเป็น ๒ ส่วน ให้ครึ่งหนึ่งให้ตกที่ฝั่งกรุงกบิลพัสดุ์อีกส่วน ครึ่งหนึ่งตกที่โกลิยะ ท่านได้เจริญเตโชกสิณทำให้เปลวเพลิงบังเกิดในร่างกายเผาผลาญมังสะและโลหิตจนเหลือแต่กระดูกสีขาวดังสีเงิน กระดูก ๒ ส่วนตกไปทั้งสองฟาก พระญาติทั้งสอง ฟากต่างรองรับกระดูกท่านไว้และสร้างพระเจดีย์บรรจุไว้ทั้ง ๒ ฟากของแม่น้ำโรหิณี พระอานนท์คงเล็งเห็นว่าความวุ่นวายโกลาหลจะเกิดขึ้นจึงได้ทำการเตรียมตัวก่อนการนิพพานด้วยวิธีดังกล่าว จากการ เตรียมนิพพานของพระอานนท์อาจถอดบทเรียนได้ว่า ก่อนตายจะต้องพิจารณาถึงปัญหาที่ อาจจะเกิดขึ้นหลังความตายของตน และถ้าเป็นไปได้จะต้องหาทางป้องกันไว้ก่อน ดังเช่นกรณีที่ พระอานนท์เตรียมการนิพพานเพื่อป้องกันความวุ่นวายจากการแย่งอัฐิธาตุหรือกระดูกของท่าน

๔) การเตรียมตัวตายของธัมมิกอุบาสก[๕๖] อุบาสกคนนี้เป็นผู้ใฝ่ ทำบุญทำทาน และมีศรัทธาหนักแน่นในพระรัตนตรัย ต่อมาอุบาสกคนนี้ล้มป่วย ขณะที่ป่วยนั้น ได้ขอร้องให้บุตรธิดา

---

[๕๔] แสงธรรมแห่งพระไตรปิฎก, *ฤทธิธรรมชุดที่ ๙.พระมหาโมคคัลลานะปรินิพพาน*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://uttayandham.org [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๔].

[๕๕] *พระอานนท์ปรินิพพาน, [ออนไลน์], แหล่งที่มา:* https://www.facebook.com/chaleamrit999/posts/670236189682137 [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๔].

[๕๖] ทองใบ ธีรานันทางกูร, *ยมกวรรค: ธัมมิกอุบาสก,* [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://dhammapadasstories. blogspot.com/2014/12/11.htm [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๔].

ไปนิมนต์พระสงฆ์มาแสดงธรรมให้ฟัง ซึ่งพระพุทธองค์ได้มอบหมายให้ พระภิกษุไปตามคำนิมนต์ เมื่อพระภิกษุมาถึงเรือนจึงนั่นรอบเตียงของอุบาสก สาธยาย สติปัฏฐานสูตรให้ฟังตามคำขอ กระทั่งอุบาสกกล่าวขึ้นว่า “ท่านจงรอก่อน” (ภาษาบาลีใช้คำว่า “อาคเมถ อาคเมถาติ” ซึ่งอาจมีหมายตามภาษาพูดว่า “อย่าพึ่ง ๆ”) ทำให้เหล่าภิกษุหยุด แสดงธรรมและกลับวัด บุตรและธิดาเข้ามาดูอาการถามไถ่ แต่อุบาสกไม่ตอบสนอง กระทั่งได้ สติจึงแจ้งบุตรธิดาว่า มีเทวดาจากสวรรค์มารอรับ จึงบอกให้รอ และพิสูจน์ให้เห็นด้วยการโยน มาลัยไปคล้องที่ราชรถที่มาจากสวรรค์ชั้นดุสิต จากนั้นอุบาสกก็หมดสิ้นลมหายใจ และเทพบุตรก็รับดวงวิญญาณของอุบาสกไปยังสวรรค์ชั้นดุสิตทันที จะพบว่าธัมมิกอุบาสกได้มีการเตรียมตัวตาย ด้วยการให้บุตรนิมนต์พระสงฆ์มาสาธยายธรรมให้ฟัง และก่อนตายเกิดคตินิมิตที่ชัดเจนคือมี เทวดามารับไปสวรรค์ ก่อนตายมีจิตเบิกบานไม่เศร้าหมอง ตายแล้วก็มีจิตเบิกบาน ไปสู่สุคติสัมปรายภพ

๕) การเตรียมตัวตายตามทัศนะของท่านพุทธทาสภิกขุ[๕๗] ท่านพุทธทาสได้กล่าวถึง “การตาย” ว่า มี ๒ ชนิด คือ (๑) การตายในภาษาคน คือการสิ้นชีวิตหรือการแตกดับของร่างกาย (๒) การตายในภาษาธรรม คือ การตายจากกิเลส การตายจาก “ตัวกู-ของกู” ท่านเรียก “การตายโดยไม่อยากตาย” ว่าเป็น “การตายโหง” ด้วย เพราะเป็นการตายที่ยังดิ้นรนต่อสู้อยากมีชีวิตอยู่ แต่ชีวิตก็ถูกดับไป ผู้ที่ “ตายไม่เป็น” จึงเป็นผู้ที่ไม่รู้ว่า การตายอย่างไรดีที่สุด เพราะไม่ได้เตรียมตัวตายไว้ก่อน นั่นคือไม่ได้ "ตาย ก่อนตาย" นั่นเอง ท่านพุทธทาสกล่าวว่า พระพุทธเจ้าตายเสร็จสิ้นแล้วตั้งแต่วันตรัสรู้ที่ต้นโพธิ์ นั่นคือ ตายจากกิเลส ตายจากตัวกู-ของกู การตายให้เป็น คือการให้ร่างกายมันแตกดับไปในลักษณะที่เหมาะสม แม้ยังไม่เป็นพระพุทธเจ้าหรือยังไม่เป็นพระอรหันต์ก็ทำตามอย่างท่านได้เราจึงเห็นได้ว่า เรื่องตายนั้น เมื่อควรตายก็ให้มันตาย อย่างที่เรียกว่า ปลงสังขาร ปลงอายุสังขาร จะต้องไปดิ้นรนต่อสู้ให้ยุ่งยากลำบากไปทำไม เรื่องผ่าตัดเอาหัวใจไปใส่ใหม่นี้ ถือว่าเป็นเรื่องบ้า ๆ บอ ๆ ของคนที่ไม่รู้จักตาย ตายไม่เป็น ก็ต้อง “ตายโหง” อยู่ดี คือ ตายด้วยจิตใจที่ไม่อยากตาย เรียกว่า “ตายโหง” หมดอย่าต้องตายโดยที่ไม่อยากตาย อย่าเป็นคนโง่ เป็นคนไม่รู้ว่าธรรมชาติต้องเป็นไปอย่างนั้น เพราะฉะนั้นอย่าให้มันยุ่งยากมากนัก เมื่อควรตายก็ต้องตาย เหมือนกับที่พระพุทธเจ้าทรงปลงอายุสังขารว่า สามเดือนจากวันนี้จักปรินิพพาน หมายความว่า ให้ร่างกายแตกดับไปตามธรรมชาติ ส่วนนิพพานของกิเลส นิพพานเสร็จแล้วตั้งแต่วันตรัสรู้ เมื่อเรามีธรรมะในเรื่องนี้ ก็ไม่มีการตายโหง ท่านพุทธทาสได้เล่าถึง วัฒนธรรมการตายของพุทธบริษัท ไว้ดังนี้ สมัยเมื่อท่านเป็นเด็กเล็ก ๆ โยมแม่ท่านเล่าให้ฟังถึงการตายของคุณตา คุณตาได้ตายอย่างวัฒนธรรมของพุทธบริษัทตามประเพณีวิธีของพุทธบริษัท คุณตาเป็นคนแก่อายุมากแล้ว แต่ไม่ใช่แก่หง่อม เมื่อถึงเวลาที่จะตาย บอกว่า ไม่กินอาหารแล้ว กินแต่น้ำและยา ต่อมาบอกว่า ยาก็ไม่กินแล้ว กินแต่น้ำ พอถึงวันที่จะตาย แกนั่งพูดกับลูกหลานแล้วจึงขอนิ่ง แล้วขอตาย ท่านพุทธทาสได้สอนไว้ด้วยว่า จะเป็นคนชั่วคนดีอย่างไร ถ้าอยากจะตายดีแล้ว ในนาทีสุดท้ายต้องตั้งสติให้ได้และปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่าง ดับความเป็น "ตัวกู – ของกู” ให้หมดสิ้น แล้วจะตายดี ท่านพุทธทาสได้วางแผนการตายของท่านและเหตุการณ์หลังตายของท่านไว้เป็นอย่างดี ตามแบบฉบับของวัฒนธรรมการตายของพุทธบริษัทที่ดี

---

[๕๗] สันต์ หัตถีรัตน์, วัฒนธรรมการตายของ พุทธบริษัท, คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี, *นิตยสาร “หมอชาวบ้าน”*, ฉบับเดือนกรกฎาคม ๒๕๔๔.

๖) การเตรียมตัวตายตามทัศนะของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล ได้พูดเรื่องความตายและตายอย่างมีสติ[๕๘] สรุปใจความได้ว่า อยากให้คนทั่วไปเข้าใจความตาย เพราะความตายเป็นเรื่องที่คนเราทุกคนต้องเผชิญ ความตายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตและเกิดขึ้นตลอดเวลา อาตมาคิดเสมอว่าเวลาความตายมาถึงเรา เราจะเผชิญกับความตายอย่างสงบได้อย่างไร พุทธศาสนาสอนว่าถ้าเผชิญความตายด้วยใจสงบหรือวางจิตให้เป็นกุศลจิตก็จะไปสู่สุคติ พิจารณาว่าเราจะต้องตายไม่วันใดก็วันหนึ่งเป็นแน่แท้ สภาวะที่เราควรจะเตรียมตัวก่อนตายเราจะต้องพิจารณามรณสติเป็นประจำ ไม่ประมาทคือมีความตระหนักอยู่เสมอว่าทุกสิ่งทุกอย่างมันพร้อมที่จะแปรผันไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอนเราต้องเตรียมพร้อมเสมอสำหรับความผันผวนปรวนแปร อยู่เฉยไม่ได้ต้องขวนขวย ไม่ว่าจะหนุ่มสาวหรือแก่ชรา ก่อนตายต้องหมั่นทำความดี ทำกาย วาจา ใจ รักษาศีล เจริญสติปัฏฐาน ๔ คือการมีสติรู้กาย รู้เวทนา รู้จิต รู้ธรรม คือรู้เท่าทันกายและใจ มีสติช่วยให้เราเห็นความทุกข์ทางกายโดยไม่เข้าไปเป็นผู้ทุกข์ช่วยประคองใจไม่ให้เข้าไปในความทุกข์หรือกระสับกระส่ายทางกาย ประคองใจเพื่อจิตสุดท้ายไปสู่สุคติภูมิ

๒.๑.๖.๓ หลักการและเป้าหมายของการเตรียมตัวก่อนตายตามหลักพระพุทธศาสนา เพราะชีวิตไม่ใช่สิ่งที่แน่นอน แต่ความตายคือสิ่งที่แน่นอน พระพุทธศาสนาจึงเน้นหลักการให้มนุษย์รู้จักอริยสัจ ๔ เข้าใจตามความเป็นจริงของชีวิตและใกล้ชิดกับความตาย หลักการของการเตรียมตัวก่อนตาย คือ การเรียนรู้และทำความเข้าใจเรื่องชีวิตและความตาย ว่าเป็นเรื่องจริงที่หลีกหนีไม่พ้น ไม่ควรประมาทในการดำเนินชีวิต เข้าใจและเข้าถึงกฎไตรลักษณ์มองการณ์ล่วงหน้าเสมอว่า อย่างไรเสียชีวิตก็ต้องตาย โดยมีเป้าหมายหลักของการเตรียมตัวตาย คือ ความสามารถ ในการรับกับสถานการณ์ภาวะใกล้ตายได้ ตั้งแต่เริ่มรับรู้ว่า ตนกำลังชราภาพไปเรื่อย ๆ เจ็บป่วยด้วยโรคที่รักษาไม่หาย และจะตายในที่สุด เป้าหมายหลักคือ เข้าใจ ยอมรับ และเตรียมใจรับกับความตายที่กำลังมาถึง แม้พระพุทธเจ้าก็ยังทรงเตรียมการล่วงหน้าก่อนปรินิพพานอย่างรอบคอบทั้งด้านสถานที่ การเตรียมการรองรับสถานการณ์หลังพุทธปรินิพพาน การมอบหมายพินัยกรรมทางธรรม และการเตรียมการเรื่องรูปแบบการจัดการพระบรมศพ สิ่งที่สำคัญที่สุดในเหตุการณ์พุทธปรินิพพานคือ การใช้การปรินิพพานของพระองค์เป็นสื่อในการ สั่งสอนและสั่งเสียอนุชนที่ยังมีชีวิต สั่งสอน คือสอนหลักธรรมที่เป็นหัวใจสำคัญของคำสอนทั้งปวงนั่นคือ ความไม่ประมาท และมอบหมายพินัยกรรมทางธรรม ให้พุทธสาวกด้วยหลักการคือ พระธรรมวินัย เป็นหลักยึด ไม่ให้ยึดเอาตัวบุคคลเป็นที่ตั้ง

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แนะนำวิธีคิดในการเตรียมตัวตายว่า ความตายเป็นสิ่งที่คุกคามมนุษย์อยู่ตลอดเวลา แม้จะอยู่ในอากาศ กลางสมุทร ซอกเขา ก็ไม่อาจพ้นความตายได้ ดังนั้นต้องใช้ ๘ วิธีคิดในการเตรียมตัวรับกับความตาย คือ

๑) ความตาย เปรียบเสมือนเพชฌฆาตที่เงื้อดาบอยู่คอมนุษย์ สามารถปลิดชีพมนุษย์ได้เสมอ (วธกปจฺจุปฏฺฐาน โต)

๒) ความตายคือจุดสิ้นสุดของการมีทรัพย์สมบัติทั้งปวง (สมฺปตฺติวิปตฺติโต)

๓) ความตายเป็นสิ่ง เสมอภาคสำหรับทุกคน จะยศถาบรรดาศักดิ์ ร่ำรวย ยิ่งใหญ่เพียงใดก็ไม่พ้นความตาย แม้พระพุทธเจ้ายังไม่พ้นภัยมัจจุราช (อุปสหรณโต)

---

[๕๘] วันชัย ตันติวิทยาพิทักษ์. *เตรียมตัวตายอย่างมีสติ*:สัมภาษณ์พระไพศาล วิสาโล, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: www.visalo.org [๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗].

๔) ร่างกายของมนุษย์เป็นพื้นที่สาธารณะ ของสัตว์และสาเหตุแห่งความตายหลายชนิด (กายพหุสาธารณโต)

๕) มนุษย์ยิ่งอายุมากขึ้นยิ่ง นับวันอ่อนแอ (อายุทุพพลโต)

๖) ความตายไม่มีเครื่องหมายหรือลางบอกเหตุ (อนิมิตฺตโต)

๗) ชีวิตมีกำหนดเวลาที่จำกัด (อทฺธานปริจฺเฉทโต)

๘) ชีวิตมนุษย์นั้นแสนสั้น (ขณปริตฺตโต)

๒.๑.๖.๔ หลักพุทธธรรมเพื่อเตรียมตัวก่อนตาย

อริยสัจ ๔ เป็นความจริงที่เป็นจริง เมื่อเราเข้าใจแล้วว่า ความตาย คือ ปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของสรรพชีวิต ที่ เกิด แก่ เจ็บ แล้วก็ตาย และพอจุติจิตดับลงก็จะเกิดปฏิสนธิจิตสืบเนื่องต่อไปทันที ด้วยการอาศัยกันเกิดสืบต่อกันไป ตามหลักอิทัปปัจจยตา ซึ่งเป็นไปตามสายเกิดกับสายดับ ใน หลักปฏิจจสมุปปบาท โดยไม่ไปหลงยึดติดในสิ่งที่ไม่มีความจีรังยั่งยืนไม่มีความแน่นอนดังเช่น หลักไตรลักษณ์ ดังนั้นความตายจึงไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัวเลย สิ่งที่ควรทำคือประคองจิตไว้ด้วยสติให้จิตเป็นบุญเป็นกุศลในแต่ละขณะ ๆ ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ จิตที่จะสืบต่อไปเป็นปฏิสนธิจิตก็จะได้เป็นจิตที่ดีงามไปสู่ภพภูมิที่ดีขึ้นกว่าเดิมไม่ตกลงไปสู่ที่ต่ำหรืออบายภูมิ มรรค ๘ เป็นหนทางให้พาพ้นให้ออกจากทุกข์ เมื่อมีความเห็นถูกต้อง เห็นว่าความตายเป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของสรรพชีวิต แล้วก็ส่งผลให้ความคิดถูกต้องถึงการดำรงชีพ คิดถูกว่าเมื่อเวลา แห่งสุดท้ายของชีวิตมาถึงก็จะไม่ดิ้นรนขวนขวายในการยื้อชีวิตของร่างกายมากจนเกินไป เป็นการเตรียมตัวก่อนตาย โดย คิดที่จะใช้ประโยชน์จากร่างกายในเวลาที่เหลืออยู่ให้ทำแต่สิ่งดีงาม พูดจาเป็นภาษาดีงาม อภัยให้กับคนที่ผูกโกรธ สละทรัพย์สินภายนอก ตำแหน่งหน้าที่การงานใด ๆ ที่ยังคั่งค้าง ถ่ายโอนออกให้หมดจนคลายความกังวลแล้วกลับหันมาพิจารณาสติ ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เพื่อให้เกิดความสงบ เป็นการเตรียมตัวก่อนตาย โดย คิดระลึกถึงความความตายอยู่สม่ำเสมอเนือง ๆ ที่เรียกว่า มรณานุสติ ที่จะจบชีวิตแบบดีงาม หมดลมหายใจสุดท้ายและตายไปอย่างสมศักดิ์ศรี

อริยสัจ ๔ การมองความตายเป็นเรื่องธรรมชาติของสรรพสิ่ง เป็นความจริงของชีวิตเมื่อมีเกิดก็มีทุกข์ทันที ย่อมแก่ชราเป็นธรรมดา ซึ่งต้องกำหนดรู้ ตระหนักรู้ถึงความไม่เที่ยงของร่างกาย มีเจ็บป่วยและตายในที่สุดเป็นเรื่องธรรมดาโดยมีหลักการมองความตายในฐานะกฎธรรมชาติ ๓ ประการ คือ

๑) อนิจจสัญญา ให้ตระหนักรู้ถึงความไม่เที่ยงของสังขาร อันจะทำให้คลายความติด ใจในกามคุณ รูปธรรม ภพ รวมทั้งอวิชชาและอัสมิมานะ (ความถือตัว) ได้อภิณหปัจจเวกขณ์ คือตักเตือนตนเองเสมอว่า แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องธรรมดาเพื่อให้ใจยอมรับเข้าถึงกฎธรรมชาตินี้

๒) มรณสัญญา การมองความตายในแง่บวก พระพุทธศาสนาสอนให้มองความตายอย่างเป็นมิตร เพราะอย่างไรเสียความจริงก็ไม่สามารถหนีพ้นได้ และสิ้นสุดลมหายใจสุดท้าย จุติจิตดับลง ปฏิสนธิจิตจะดำเนินสืบเนื่องในทันทีและในขณะ[๕๙] ใกล้ตายภายในจิตจะปรากฏกรรม กรรมนิมิต คตินิมิตอย่างใดอย่างหนึ่ง การปรากฏขึ้นของนิมิต เหล่านี้ในจุติจิตจะมีอิทธิพลอย่างมากต่อปฏิสนธิจิต ซึ่งจะนำไปสู่สุคติภูมิหรือทุคติภูมิความตาย เป็นจุดเปลี่ยนจากภาวะหนึ่งสู่อีกภาวะหนึ่ง

---

[๕๙] วันชัย ตันติวิทยาพิทักษ์, *เตรียมตัวตายอย่างมีสติ: สัมภาษณ์พระไพศาล วิสาโล*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: www.visalo.org. [๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗].

ในขั้นนี้ถ้าจุติจิตเป็นจิตที่เศร้าหมอง จะนำไปสู่ทุคติ ในทางกลับกัน ถ้าจุติจิตเป็นจิตที่แจ่มใส จะนำไปสู่สุคติเพราะโลภะ โทสะ โมหะเป็นเหตุให้สัตว์ ผู้หลงไปสู่ทุคติ ผู้มีปัญญาจึงละโลภะ โทสะ โมหะนั้น โดยหลักการดังกล่าวนี้ หน้าที่ของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง หรือผู้ที่เริ่มเข้าสู่วัยชราที่มีความเสื่อมของร่างกายลงไปเรื่อย ๆ คือความการฝึกตนเองให้มีสติสัมปชัญญะบริบูรณ์ไม่หวาดกลัวและกระวนกระวายมีแต่ประกอบด้วยความรู้สึกดีงามโดยมีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่ระลึกเพื่อเป็นอารมณ์ให้จิตมีความผ่องใสน้อมนำไปสู่ภพภูมิที่ดี

๓) มรณสติ: มองความตายเป็นจุดหมายสุดท้ายของ ชีวิต มรณสติเป็น ๑ ในอนุสติ ๑๐ ข้อ คือ การระลึกถึงความตายอันจะต้องมาถึงตน อย่างแน่นอน เพื่อมนุษย์จะได้มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคง กล้าเผชิญความตายอย่างมีสติสัมปชัญญะ กล้าเผชิญกับความตายในฐานะส่วนหนึ่งของชีวิตเป็นปลายทางที่ต้องไปถึงไม่ช้าก็เร็ว แม้คราว ปรินิพพาน พระพุทธองค์ก็ใช้ความตายของพระองค์เตือนสติเหล่าสาวกได้ตระหนักในกฎอนิจจัง ไม่ประมาทและไม่หวาดกลัว และเร่งขวนขวายทำความดี การฝึกระลึกถึงความตาย คือ กล้าเผชิญหน้ากับความตายหรือสิ่งที่เกี่ยวกับความตาย เช่น พิจารณาศพ หรือ ระลึกถึงคนตาย โดยระลึกว่า ตนก็จะถึงจุดจบนี้เช่นเดียวกัน ไม่ว่าจะรักหรือเกลียดชังกันแค่ไหนก็หนีไม่พ้น คนที่สามารถเจริญมรณสติได้ ย่อมมีข้อดีมากกว่า เพราะสาเหตุของความตายมีมากและอยู่ราย รอบตัวมนุษย์ เช่น งูพิษ ศัสตรา หรือแม้มนุษย์ที่มุ่งทำร้ายกัน ด้วยเหตุนี้ผู้สูงวัยจึงต้องซ้อมตาย หรือ ตายก่อนตาย โดยสมมติว่า ถ้าตายจริง ๆ จะเป็นอย่างไร หากจิตยังหวั่นไหวอยู่หมายความว่ายังเตรียมตัวตายไม่เข้มข้น แต่ถ้าฝึกจิตซ้อมตายสม่ำเสมอ จิตจะเริ่มหนักแน่นขึ้น จนสามารถรับและปล่อยวางจนโปร่งโล่งสบายในที่สุด

๒.๒ โรคมะเร็ง (Cancer) และโรคมะเร็งระยะสุดท้าย (End-stage of cancer)

๒.๒.๑ โรคมะเร็ง[๖๐] คือ กลุ่มของโรคที่เกิดเนื่องจากเซลล์ของร่างกายมีความผิดปกติที่ DNA หรือสารพันธุกรรม ส่งผลให้เซลล์มีการเจริญเติบโต มีการแบ่งตัวเพื่อเพิ่มจำนวนเซลล์รวดเร็วและมากกว่าปกติ ดังนั้นจึงอาจทำให้เกิดก้อนเนื้อผิดปกติและในที่สุดก็จะทำให้เกิดการตายของเซลล์ในก้อนเนื้อนั้น เนื่องจากขาดเลือดไปเลี้ยงเพราะการเจริญเติบโตของหลอดเลือด ถ้าเซลล์พวกนี้เกิดอยู่ในอวัยวะใดก็จะเรียกชื่อมะเร็งตามอวัยวะนั้นเช่น มะเร็งปอด มะเร็งสมอง มะเร็งเต้านม มะเร็งปากมดลูก มะเร็งเม็ดเลือดขาว มะเร็งต่อมน้ำเหลือง และมะเร็งผิวหนัง เป็นต้น มะเร็งที่พบในร่างกายมนุษย์มีมากกว่า ๑๐๐ ชนิด มะเร็งแต่ละชนิดจะมีการดำเนินของโรคไม่เหมือนกัน เช่น มะเร็งปอด มะเร็งสมอง จะมีการดำเนินชนิดของโรคที่รุนแรง ผู้ป่วยจะมีชีวิตการอยู่รอดสั้นกว่าผู้ป่วยมะเร็งผิวหนัง เป็นต้น ดังนั้น การรักษามะเร็งแต่ละชนิดจะไม่เหมือนกัน มีวิธีการรักษาที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอวัยวะที่เป็นมะเร็ง ระยะของมะเร็ง สภาพร่างกายและความเหมาะสมของผู้ป่วยมะเร็ง การรักษาจะยากหรือง่ายนั้นก็ขึ้นอยู่กับชนิดของเซลล์มะเร็งและการดำเนินโรคของมะเร็งด้วย เช่น มะเร็งต่อมน้ำเหลือง มะเร็งผิวหนัง รักษาง่ายกว่า มะเร็งปอด มะเร็งสมอง เป็นต้นปัจจุบันโรคมะเร็งถือเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับต้น ๆ ของโลก จากข้อมูลปี ๒๕๖๑ องค์การอนามัยโลก รายงานว่าทั่วโลกมี

---

[๖๐] โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์, https://www.siphhospital.com/th/news/article/share/cancer [๑๕ เมษายน ๒๕๖๔].

ผู้เสียชีวิต ๙.๖ ล้านราย ซึ่งในจำนวนนี้กว่า ๗๐% พบในประเทศที่มีรายได้ต่ำถึงปานกลางโดยในประเทศไทย โรคมะเร็งเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับ ๑ ติดต่อกันหลายสิบปี โดยจากข้อมูลล่าสุดพบคนไทยเสียชีวิตจากโรคนี้ถึงปีละกว่า ๖๗,๐๐๐ คน หรือเฉลี่ยชั่วโมงละ ๘ คน และพบผู้ป่วยรายใหม่เฉลี่ยราว ๑๒๐,๐๐๐ คนต่อปี และแนวโน้มการเกิดโรคมะเร็งในประเทศไทยยังคงเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทั้งนี้ โรคมะเร็งที่พบมากที่สุดในเพศชาย คือ มะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งปอด มะเร็งลำไส้ใหญ่ มะเร็งต่อมลูกหมาก และมะเร็งต่อมน้ำเหลืองส่วนมะเร็งที่พบมากในกลุ่มหญิงไทย ได้แก่ มะเร็งเต้านม มะเร็งปากมดลูก มะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งปอด และมะเร็งลำไส้ใหญ่

๒.๒.๒ การวินิจฉัยโรคมะเร็ง

การวินิจฉัยโรคมะเร็งมีหลายวิธี เช่น การตรวจร่างกายด้วยตนเองและโดยแพทย์ การตรวจทางห้องปฏิบัติการ เช่น การตรวจเลือด ปัสสาวะ อุจจาระ และเสมหะ การตัดชิ้นเนื้อที่สงสัยส่งตรวจทางพยาธิวิทยา การตรวจทางรังสี เช่น การเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ การเอกซเรย์เฉพาะอวัยวะ และการตรวจทางเวชศาสตร์นิวเคลียร์การตรวจโดยใช้เครื่องมือพิเศษส่องกล้องโดยตรงเช่น การตรวจลำไส้ใหญ่ ทวารหนัก กระเพาะอาหารและลำคอ เป็นต้น การตรวจพิเศษอื่น ๆ

๒.๒.๓ ระยะของโรคมะเร็ง

ระยะโรคมะเร็ง คือ ตัวบอกความรุนแรงของโรค (การลุกลามและแพร่กระจาย) บอกแนวทางการรักษา และแพทย์ใช้ในการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโรคมะเร็ง โดยทั่วไปโรคมะเร็งมี ๔ ระยะ ได้แก่ ระยะที่ ๑-๔ ซึ่งทั้ง ๔ ระยะ อาจแบ่งย่อยได้อีกเป็นอีกเป็น เอ (A) บี (B) หรือ ซี (C) หรือเป็น (๑) หรือ (๒) เพื่อแพทย์โรคมะเร็งใช้ช่วยประเมินการรักษา ส่วนโรคมะเร็งระยะศูนย์ (0) ยังไม่จัดเป็นโรคมะเร็งอย่างแท้จริง เพราะเซลล์เพียงมีลักษณะเป็นมะเร็ง แต่ยังไม่มีการรุกราน (Invasive) เข้าเนื้อเยื่อข้างเคียง ระยะที่ ๑: ก้อนเนื้อ/แผลมะเร็งมีขนาดเล็ก ยังไม่ลุกลาม ระยะที่ ๒: ก้อน/แผลมะเร็งขนาดใหญ่ขึ้น เริ่มลุกลามภายในเนื้อเยื่อ/อวัยวะ ระยะที่ ๓: ก้อน/แผลมะเร็งขนาดใหญ่ขึ้น เริ่มลุกลามเข้าเนื้อเยื่อ/อวัยวะข้างเคียง และลุกลามเข้าต่อมน้ำเหลืองที่อยู่ใกล้เนื้อเยื่อ/อวัยวะที่เป็นมะเร็ง ระยะที่ ๔: ก้อน/แผลมะเร็งขนาดโตมาก และ/หรือลุกลามเข้าเนื้อเยื่อ/อวัยวะข้างเคียง จนทะลุ และ/หรือเข้าต่อมน้ำเหลืองที่อยู่ใกล้ก้อนมะเร็ง โดยพบต่อมน้ำเหลืองโตคลำได้ และ/หรือมีหลากหลายต่อม และ/หรือ แพร่กระจายเข้ากระแสโลหิต และ/หรือ หลอดน้ำเหลือง/กระแสน้ำเหลืองไปยังเนื้อเยื่อ/อวัยวะที่อยู่ไกลออกไป เช่น ปอด ตับ สมอง กระดูก ไขกระดูก ต่อมหมวกไต ต่อมน้ำเหลืองในช่องท้อง ในช่องอก และ/หรือต่อมน้ำเหลืองเหนือกระดูกไหปลาร้า

๒.๒.๔ การรักษาโรคมะเร็ง การรักษามะเร็งแต่ละชนิดจะไม่เหมือนกัน มีวิธีการรักษาที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอวัยวะที่เป็นมะเร็ง ระยะของมะเร็ง สภาพร่างกายและความเหมาะสมของผู้ป่วยมะเร็ง การรักษาจะยากหรือง่ายนั้นก็ขึ้นอยู่กับชนิดของเซลล์มะเร็งและการดำเนินโรคของมะเร็งด้วย เช่น มะเร็งต่อมน้ำเหลือง มะเร็งผิวหนัง รักษาง่ายกว่า มะเร็งปอด มะเร็งสมอง เป็นต้น การตรวจพบโรคมะเร็งได้ตั้งแต่ระยะเริ่มแรกย่อมเป็นผลดีต่อการรักษา ซึ่งวิธีการรักษามีดังต่อไปนี้ การผ่าตัด การเอาก้อนที่เป็นมะเร็งออกไป รังสีรักษา การให้รังสีกำลังสูงเพื่อฆ่าเซลล์มะเร็ง เคมีบำบัด การให้ยา (สารเคมี) เพื่อฆ่าเซลล์มะเร็ง ฮอร์โมนบำบัด การใช้ฮอร์โมนเพื่อยุติการเจริญเติบโตของเซลล์มะเร็ง การรักษาแบบผสมผสาน การรักษาร่วมกันหลายวิธีดังกล่าวข้างต้น แต่จะใช้วิธีใดนั้นขึ้นอยู่กับระยะและความรุนแรงของโรค การรักษามะเร็งตามหลักสากลที่ปฏิบัติกันอยู่ในประเทศไทย

คือ การรักษามะเร็งแบบ วิธีผสมผสานของ ศัลยกรรม (ผ่าตัดเอาก้อนมะเร็งออกรวมทั้งต่อมน้ำเหลืองบริเวณข้าง) รังสีรักษา (ฉายแสงบริเวณที่มีเซลล์มะเร็งอยู่เป็นการรักษาแบบเฉพาะที่เช่นเดียวกับวิธีของศัลยกรรม) เคมีบำบัด (การรักษาหรือการทำลายเซลล์มะเร็งทั้งที่ต้นตอและที่กระจาย ไปตามทางเดินน้ำเหลือง กระแสเลือดหรืออวัยวะอื่นของร่างกาย เป็นการรักษามะเร็ง แบบทั้งตัวของผู้ป่วยมะเร็ง โดยการรับประทานยาที่มีความสามารถในการฆ่า หรือทำลาย เซลล์มะเร็ง ฉีดยาทางหลอดเลือดดำหรือแดง เป็นต้น) การรักษาโดยการใช้ฮอร์โมน เนื่องจากมะเร็งบางชนิดมีความไวต่อการรักษาด้วยฮอร์โมน และการรักษาโดยการเพิ่ม ภูมิคุ้มกัน ให้กับร่างกาย เพื่อที่จะได้กำจัดเซลล์มะเร็งให้หมดไปจากร่างกาย และผู้ป่วยก็จะหายจากโรคมะเร็ง แต่มีการนำยาหรือสารเคมีในกลุ่มนี้มาใช้ร่วมกับยาเคมีบำบัด เพื่อให้การรักษาดีขึ้น มะเร็งแต่ละกลุ่มหรือแต่ละชนิดจะได้รับ การรักษาแบบผสมผสานที่ไม่เหมือนกัน เพราะว่ามะเร็งบางชนิดมีการตอบสนองต่อการ รักษาทางศัลยกรรมและรังสีรักษาดี เช่น มะเร็งผิวหนัง ก็ไม่จำเป็นต้องรักษาด้วยเคมีบำบัด หรืออื่น ๆ มะเร็งบางชนิดมีการตอบสนองต่อเคมีบำบัด และรังสีรักษาดีไม่จำเป็นต้องใช้ วิธีศัลยกรรม เช่น มะเร็งต่อมน้ำเหลือง มะเร็งเม็ดเลือดขาว เป็นต้น มะเร็งเต้านม ในผู้ป่วย บางกลุ่มโดยเฉพาะ ผู้ป่วยที่อยู่ในวัยหลังหมดระดูจะมีการตอบสนองต่อการรักษา โดยการใช้ ฮอร์โมนหลังจากที่ผ่าตัดเอาก้อนมะเร็งต้นตอออกไปแล้ว ดังนั้น จะเห็นว่าการรักษามะเร็งแต่ละชนิด หรือการรักษามะเร็งแต่ละกลุ่ม มีความแตกต่างกันแม้แต่การผสมผสานวิธีการรักษามะเร็ง แต่ละวิธีก็ไม่เหมือนกัน ภาพรวมโดยประมาณ อัตราอยู่รอดที่ ๕ ปี (โอกาสรักษามะเร็งได้หาย) ภายหลังการรักษาโรคมะเร็ง คือ โรคระยะ ๐ ๙๐-๙๕ %, โรคระยะที่ ๑ ๗๐-๙๐ %, โรคระยะที่ ๒ ๗๐-๘๐ %, โรคระยะที่ ๓ ๒๐-๖๐ %, โรคระยะที่ ๔ ๐-๑๕ % มะเร็งระยะสุดท้าย คือ ระยะที่มะเร็งได้แพร่กระจายไปยังอวัยวะอื่น ๆ ของร่างกาย โดยเซลล์มะเร็งจะขยายตัวใช้พื้นที่และแย่งสารอาหารที่จำเป็นต่ออวัยวะในร่างกาย ทำให้ร่างกายไม่สามารถทำงานตามปกติเป็นอย่างมาก การรักษาโดยมุ่งกำจัดมะเร็งไม่ได้ผล และมีแนวโน้มที่ผู้ป่วยจะเสียชีวิตในเวลาต่อมา

๒.๒.๕ สถานการณ์ของโรคมะเร็งในภาพรวมของประเทศไทย

สถิติโรคมะเร็งเป็นปัญหาทางสาธารณสุขของไทยเป็นสาเหตุการตายอันดับ ๑ ประมาณ 13% ของคนตาย ทั้งหมดซึ่งเป็นจำนวนมากกว่า 6 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2537 มีจำนวนผู้ป่วยโรคมะเร็งมากกว่า 18 ล้านคนและมีผู้ป่วยใหม่ประมาณ 9 ล้านคน ในทุก ๆ ปี[๖๑] และองค์การอนามัยโลกได้คาดการณ์ไว้ว่าในปี 2563 ทั่วโลก จะมีคนตายด้วยโรคมะเร็งมากกว่า 11 ล้านคน และจะเกิดขึ้นในประเทศที่กำลังพัฒนามากกว่า 7 ล้านคน[๖๒] เนื่องจากมีปัจจัยหลายอย่างที่เกี่ยวข้องกับการเกิดโรคมะเร็ง สถานการณ์ของโรคมะเร็งในภาพรวมของประเทศไทย จากสถิติพบว่า โรคมะเร็งเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับ 1 คิดเป็นร้อยละ 16 ของต้นเหตุการเสียชีวิตทั้งหมด สูงกว่าอันตราการเสียชีวิตจากอุบัติเหตุ และโรคหัวใจเฉลี่ย 2 ถึง 3 เท่า หรือมีผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็งเฉลี่ย 8 รายต่อชั่วโมง ในปี พ.ศ.2561 พบว่า มีจำนวนผู้ป่วยรายใหม่ โดยประมาณอยู่ที่ 170,495 ราย และเสียชีวิต

---

[๖๑] *วารสารคณะแพทยศาสตรศิริราชพยาบาล,* มหาวิทยาลัยมหิดล ๘ สิงหาคม ๒๕๖๒.

[๖๒] ฝ่ายแผนงานและสถิติ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ (National Cancer Institute), [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://srth.moph.go.th/nmsurat/index.php?option=com_content&view=article&id=53&Itemid=37. [๒ พฤษภาคม ๒๕๖๔].

จากโรคมะเร็งประมาณ 114,๑๙๙ ราย[๖๓] สำหรับ ๕ อันดับแรกของมะเร็งที่พบ 199 รายบ่อยที่สุด ได้แก่ มะเร็งปอดมะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งเต้านม มะเร็งลำไส้ใหญ่ และ มะเร็งถุงน้ำดี โดยโรคมะเร็งที่ทำให้เสียชีวิตมากที่สุด ๕ อันดับแรก ได้แก่ มะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งปอด มะเร็งถุงน้ำดี มะเร็งเต้านม และมะเร็งลำไส้ใหญ่ ในปัจจุบันเทคโนโลยีทางการแพทย์สามารถช่วยให้ผู้ป่วยเหล่านี้มีชีวิตยืนยาวขึ้น ซึ่งหมายถึงการรักษาที่ยาวนานยืดเยื้อและ เมื่อเข้าสู่ระยะสุดท้าย ผู้ป่วยกลุ่มนี้มักจะทนทุกข์ทรมานจากการรักษาที่ไม่ก่อประโยชน์รวมทั้งการมุ่งยื้อชีวิต แม้อยู่ในสภาพที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้การรักษาต่าง ๆ มักกระทำโดยครอบครัวโดยผู้ป่วยไม่มีส่วนร่วม ซึ่งบางครั้งไม่ใช่แนวทางที่ผู้ป่วยต้องการผู้ป่วยกลุ่มโรคระยะสุดท้ายมักถูกมองข้าม ไม่เป็นที่สนใจของบุคลากรทางการแพทย์เพราะส่วนใหญ่มุ่งเน้นการดูแลรักษาโรคที่มีโอกาสหายขาด ดังนั้นผู้ป่วยระยะสุดท้ายส่วนใหญ่จึงมักไม่ได้รับการรักษาในโรงพยาบาล ขณะที่ญาติไม่มีความพร้อมในการดูแลเองที่บ้าน ชุมชนขาดความพร้อมในการช่วยเหลือ อุปกรณ์ในการดูแลต่อเนื่องที่บ้านไม่เพียงพอ การดูแลต่อเนื่องในชุมชนยังขาดความต่อเนื่องก่อให้เกิดความขัดแย้ง ความไม่พึงพอใจต่อบริการ และส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วย ซึ่งผู้ป่วยและครอบครัวหลายรายไม่รู้วิธีการจัดการความเจ็บปวดหรืออาการทุกข์ทรมานอื่น ๆ ส่งผลให้เกิดการเข้า-ออกโรงพยาบาลบ่อยครั้ง การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง (Palliative care) เป็นทางเลือกที่จะสามารถดูแลให้ผู้ป่วยมีสมรรถนะ และ คุณภาพชีวิตที่ดีในเวลาที่เหลืออยู่ ผู้ป่วยโดยเฉพาะในภาคอีสานมักจะเลือกบ้านเป็นสถานที่ดูแลสุดท้ายของชีวิต การดูแลในระบบเครือข่ายจึงมีความสำคัญที่จะทำให้การดูแลไร้รอยต่อ[๖๔]

๒.๒.๖ โรคมะเร็งระยะสุดท้าย คือ ระยะที่มะเร็งได้แพร่กระจายไปยังอวัยวะอื่น ๆ ของร่างกาย โดยเซลล์มะเร็งจะขยายตัวใช้พื้นที่และแย่งสารอาหารที่จำเป็นต่ออวัยวะในร่างกาย ทำให้ร่างกายไม่สามารถทำงานตามปกติเป็นอย่างมาก การรักษาโดยมุ่งกำจัดมะเร็งไม่ได้ผล และมีแนวโน้มที่ผู้ป่วยจะเสียชีวิตในเวลาต่อมา หลังจากที่แพทย์มีความเห็นว่ามะเร็งระยะสุดท้ายของผู้ป่วยนั้นไม่สามารถรักษาให้หายขาดหรือควบคุมได้ และมีแนวโน้มที่ผู้ป่วยอาจจะเสียชีวิตภายในอนาคตอันใกล้ อาจทำให้กระบวนการรักษาหรือการบำบัดบางอย่างต้องสิ้นสุดลง อย่างไรก็ตาม การดูแลผู้ป่วยยังคงต้องดำเนินต่อไป ดังนั้น การเรียนรู้วิธีดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่ถูกต้องจึงถือเป็นเรื่องสำคัญเพื่อให้คนที่คุณรักได้มีคุณภาพชีวิตที่ดีในช่วงวาระสุดท้ายของชีวิต[๖๕]

๒.๓ ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย

ผู้ป่วยระยะสุดท้าย หมายถึง ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยแล้วว่า สภาพการป่วยไข้ เป็นระยะลุกลาม เรื้อรัง หรือเข้าสู่ระยะท้าย ๆ ของโรค ซึ่งไม่มีวันรักษาให้หายได้ โดยมาก จะมีชีวิตอยู่น้อยกว่า

---

[๖๓] มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://1th.me/GHk6x. (๒ พฤษภาคม ๒๕๖๔).

[๖๔] โครงการพัฒนาระบบการดูแลแบบประคับประคองแบบยั่งยืนไร้รอยต่อ เครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอบ้านฝาง ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๑.

[๖๕] ศรีเวียง ไพโรจน์กุล, *เอกสารการอบรมวิชาการ Basic Palliative Care for Nurses*: หน่วยการุณรักษ์ร่วมกับ ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศรีนครินทร์ เมื่อ ๒๘-๓๐ มีนาคม ๒๕๕๕ อาคารสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี อนุสรณ์ (สว.๒) ชั้น ๓ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

๑ ปี การป่วยด้วยโรคที่ลุกลามและไม่สามารถรักษาได้ เช่น โรคมะเร็ง ภาวะสมองเสื่อม โรคกล้ามเนื้ออ่อนแรงเอแอลเอสหรือโรคเซลล์ประสาทสั่งการเสื่อม มีอาการป่วยที่ทรุดลงเรื่อย ๆ และมีอาการแทรกซ้อนอื่น ๆ ที่ปรากฏร่วมด้วย โดยแพทย์คาดว่าผู้ป่วยอาจมีชีวิตอยู่ได้ไม่เกิน ๑ ปี มีอาการป่วยที่เสี่ยงต่อการเสียชีวิตอย่างกะทันหันจากอาการที่กำเริบไปสู่ภาวะวิกฤต เผชิญภาวะอาการป่วยที่เป็นอันตรายต่อชีวิตอย่างเฉียบพลัน จากสถานการณ์ร้ายแรง เช่น เส้นเลือดในสมองแตกหรือตีบตัน หรือประสบอุบัติเหตุรุนแรง[๖๖]

พ.ญ.ศรีเวียง ไพโรจน์กุล กล่าวไว้ ผู้ป่วยด้วยโรคที่รักษาไม่หายและอยู่ในระยะสุดท้ายจะต้องเผชิญกับอาการต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความไม่สุขสบาย สมรรถนะของร่างกายจะถดถอยลง จนอยู่ในสภาวะที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ต้องได้รับการดูแลครบทุกมิติ ทั้งร่างกาย จิตใจ สังคม สิ่งแวดล้อม การเตรียมตัวตายทั้งผู้ป่วยและครอบครัวให้สามารถเผชิญกับความเจ็บป่วยที่มีอยู่และมีคุณภาพชีวิตที่ดีเท่าที่จะทำได้ ซึ่งประกอบด้วยการป้องกันและลดภาวะทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวดและปัญหาด้านอื่นทั้งด้านร่างกาย จิตใจและจิตวิญญาณ จึงต้องมีผู้ดูแลช่วยในกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ดังนั้น ผู้ป่วยระยะสุดท้ายจึงจำเป็นต้องพึ่งพิงผู้ดูแลที่มีความเข้าใจในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายให้สุขสบาย ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี จะสามารถจากไปอย่างสงบ ไม่ทุกข์ทรมานอาการที่มักพบในผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้แก่ ความปวด อาการอ่อนเปลี้ยเพลียแรง เบื่ออาหาร ร่างกายซูบผอม หายใจไม่อิ่ม ปากแห้ง ท้องผูก และเมื่อโรคมีการลุกลามมากขึ้น ร่างกายมีสภาพถดถอยลงเรื่อย ๆ ซึ่งเมื่อถึงจุดที่ผู้ป่วยใกล้เสียชีวิต การทำงานของอวัยวะในระบบต่าง ๆ จะเริ่มสูญเสียการทำงานตามหน้าที่ ผู้ป่วยระยะสุดท้ายหรือผู้ที่หมดหวังหมายถึง ผู้ป่วยที่แพทย์ให้การวินิจฉัยว่าเป็นโรคที่ไม่สามารถจะรักษาให้หายได้ และไม่มีโอกาสที่จะใช้เวลาที่เหลือในชีวิตของตนให้เป็นประโยชน์แก่ตนเอง และผู้อื่นได้อีก ผู้ป่วยระยะสุดท้ายหรือผู้ป่วยใกล้ตาย หมายถึง ผู้ป่วยที่หมดหวังจะหายจากโรค เป็นความเจ็บป่วยที่ไม่สามารถรักษาให้หายได้ด้วยวิธีการใด ๆ อาการจะทรุดลงเรื่อย ๆ และเสียชีวิตในที่สุด เช่น มะเร็งระยะสุดท้าย ผู้ป่วยสมองเสื่อมระยะสุดท้าย ภาวะหัวใจล้มเหลว เป็นต้น ดังนั้น ผู้ป่วยระยะสุดท้าย หรือผู้ป่วยหมดหวัง หรือผู้ป่วยใกล้ตาย จึงเป็นบุคคลที่เผชิญกับความตาย และต้องการการดูแลเอาใจใส่เป็นพิเศษ ที่ผู้ให้การดูแลต้องเรียนรู้และ เข้าใจในบริบทที่หล่อหลอมผู้ป่วยเพื่อให้การดูแลที่เป็นองค์รวม (ร่างกาย จิตใจ สังคมสิ่งแวดล้อม จิตวิญญาณ) ดังต่อไปนี้[๖๗]

๑. การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย เมื่อโรคภัยไข้เจ็บของผู้ป่วยได้เดินทางมาถึงระยะสุดท้าย ผู้ดูแล หรือ ผู้ใกล้ชิดผู้ป่วย ควรได้เรียนรู้และเตรียมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาของผู้ป่วย เพื่อให้การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมขึ้น สามารถหลีกเลี่ยงการรักษาที่ไม่จำเป็น และลดค่าใช้จ่ายในการรักษาที่สูญเปล่าได้อีกด้วย สภาวะร่างกายของคนใกล้ตายที่ผู้วิจัยได้รวบรวมมา มีอาการสำคัญ ๆ ดังนี้[๖๘]

---

[๖๖] เรื่องเดียวกัน.

[๖๗] ศรีเวียง ไพโรจน์กุล: ประธานคณะทำงานเครือข่าย Palliative care สปสช.เขต ๗ ประธานศูนย์การุณรักษ์ โรงพยาบาลศรีนครินทร์คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น ผู้ริเริ่มหลักสูตร Palliative care ในการเรียนแพทย์และพยาบาล และผลักดันเป็นนโยบายระดับชาติให้ สป.สช.จัดสรรงบประมาณในการดูแลผู้ป่วย.

[๖๘] แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย กรมการแพทย์, กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๕๗, หน้า ๘

๑) ความอ่อนเพลียและเหนื่อยล้าของผู้ใกล้ตายในช่วงระยะนี้ เป็นสิ่งที่ทุกคนควรทำใจยอมรับ การรักษาใด ๆ ในความอ่อนเพลียที่เกิดขึ้นอาจไม่จำเป็น เพราะจะเกิดผลเสียมากกว่าผลดี ควรให้ผู้ป่วยในระยะนี้ได้พักผ่อนให้เต็มที่

๒) ความเบื่ออาหาร และกินอาหารน้อยลง อาการเบื่ออาหารในช่วงนี้เป็นเรื่องปกติที่จะต้องเกิดขึ้น ผู้ป่วยมิได้มีความหิว ซึ่งในระยะใกล้ตายความเบื่ออาหารนี้กลับเป็นผลดีมากกว่าผลเสีย เพราะทำให้มีสารคีโตน (ketone) ในร่างกายเพิ่มขึ้น สารคีโตนจะช่วยบรรเทาอาการเจ็บปวดและทำให้ผู้ป่วยรู้สึกสบายขึ้น

๓) การดื่มน้ำน้อยลง หรือ งดดื่มเลยในภาวะใกล้ตาย มีคนน้อยมากที่รู้ว่าภาวะการขาดน้ำที่เกิดขึ้นเมื่อใกล้ตายนั้น ไม่ได้ทำให้ผู้ป่วยทรมานมากขึ้น ตรงกันข้ามกลับกระตุ้นให้มีการหลั่งสารเอ็นดอร์ฟิน (endorphin) ซึ่งทำให้ผู้ป่วยรู้สึกสบายขึ้น

๔) อาการปากแห้ง ริมฝีปากแห้ง จมูกแห้ง และตาแห้ง ในภาวะใกล้ตาย ให้ใช้สำลี หรือผ้าสะอาดชุบน้ำแตะที่ปาก ริมฝีปาก หรือใช้สารหล่อลื่น (Petroleum Jelly) ทาเคลือบริมฝีปากไว้เพื่อป้องกันมิให้แห้งหรือแตก เป็นการรักษาความชื้นไว้และถ้าผู้ป่วยไม่สามารถหลับตาได้ ให้ใช้เจลหล่อลื่นตา (Ophthalmic lubricant gel) ป้ายตาทุก ๆ ๓-๔ ชั่วโมงหรือหยอดน้ำตาเทียมทุก ๑๕-๓๐ นาที

๕) คนใกล้ตาย จะรู้สึกง่วง และ อาจนอนหลับตลอดเวลา ผู้ดูแลควรให้ผู้ป่วยหลับ ไม่ควรพยายามปลุกให้ตื่น ข้อที่สำคัญที่สุด เมื่อคนใกล้ตายไม่รู้สึกตัว ไม่ได้หมายว่าผู้ป่วยไม่สามารถรับรู้ หรือ ไม่ได้ยินสิ่งที่มีคนพูดคุยกันอยู่ข้าง ๆ ในความเป็นจริงเขายังสามารถได้ยินและรับรู้ได้เพียงแต่ไม่มีแรงในการสื่อสารจึงไม่ควรพูดคุยกันข้างเตียงผู้ป่วยในสิ่งที่จะทำให้เขาไม่สบายใจหรือเป็นกังวล แต่ควรปฏิบัติต่อผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัวเสมือนหนึ่งว่าเขายังรับรู้อยู่ ควรพูดคุยและให้สัมผัสที่อ่อนโยน แสดงความรักและความห่วงใยให้ผู้ป่วยรับรู้ว่า เขายังมีเพื่อนอยู่เคียงข้างซึ่งเป็นความต้องการของผู้ใกล้ตายโดยส่วนใหญ่

๖) การที่ผู้ป่วยร้องครวญคราง หรือมีหน้าตาบิดเบี้ยว อาจไม่ได้เกิดความเจ็บปวดเสมอไป แต่อาจเกิดขึ้นจาก การเปลี่ยนแปลงทางสมอง ซึ่งแพทย์สามารถให้ยาระงับอาการ เหล่านี้ได้อย่างระมัดระวัง

๗) การหายใจในภาวะใกล้ตายนั้น บางครั้งจะดูเหมือนผู้ป่วยหายใจไม่ออก แต่ในความเป็นจริงนั้น ผู้ใกล้ตายมิได้รู้สึกว่าทรมานหรือ อึดอัดอย่างที่ญาติเข้าใจ ซึ่ง การให้ออกซิเจนในระยะนี้ก็มิได้มีประโยชน์เพิ่มขึ้นกับผู้ป่วยใกล้ตายแต่อย่างใด

๘) ผู้ป่วยระยะสุดท้ายจะสูญเสียความสามารถในการกลืน ทำให้มีเสียงดังเวลาหายใจเข้าออก ซึ่งเกิดจากน้ำลายและสารคัดหลั่งคั่งค้าง จนเหมือนเสียงสำลักที่เรียกว่า Death rattle ดังนั้น จึงควรหยุดการให้อาหารและน้ำทางปาก ควรให้ยาลดเสมหะ เพื่อลดน้ำลายและ สารคัดหลั่ง ในช่วงนี้ไม่ควรใช้เครื่องดูดเสมหะเพราะจะไม่ได้ผลแล้ว และยังทำให้ผู้ป่วยรู้สึกระคายและไม่สงบอีกด้วย

๒. การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ[๖๙] โดยทั่วไปเมื่อร่างกายป่วยจิตใจจะป่วยด้วยเสมอ ยิ่งคนที่ป่วยหนัก ใกล้ตายด้วยแล้ว ก็ยิ่งต้องการการดูแลประคับประคองใจอย่างมาก เพราะมีความวิตกกังวล

[๖๙] แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย, กรมการแพทย์, กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๕๗, หน้า ๑๒.

ต่าง ๆนานา หากยังไม่ได้มีการเตรียมตัวไว้ล่วงหน้าที่จะเผชิญกับความตาย สิ่งที่คนใกล้ตายกลัวที่สุด คือ การถูกทอดทิ้งการถูกโดดเดี่ยว และสิ่งที่คนใกล้ ตายต้องการ คือ ใครสักคนที่เข้าใจเขา และอยู่ข้าง ๆ เขา เมื่อเขาต้องการ ซึ่งแต่ละคนก็อาจมีความรู้สึกและความต้องการแตกต่างกันไป ฉะนั้นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดควรให้โอกาสคนใกล้ตายได้แสดงความรู้สึกและความต้องการ โดยการพูดคุยและเป็นผู้รับฟังที่ดีและควรปฏิบัติตามความต้องการของคนใกล้ตายซึ่งหมายรวมถึงความต้องการในด้านการรักษา ทั้งนี้ควรต้องประเมินก่อน ว่าความต้องการนั้นเกิดจากการตัดสินใจบนพื้นฐานใด หากเป็นการตัดสินใจบนพื้นฐานของอารมณ์ไม่ใช่ความต้องการที่แท้จริง ก็ควรชะลอการปฏิบัติไว้ก่อนและควรให้การประคับประคองใจจนสบายใจขึ้น กับทั้งให้โอกาสที่ผู้ใกล้ตายจะเปลี่ยนความต้องการและความตั้งใจได้เสมอ

๒.๓.๑ สิทธิของผู้ป่วยระยะสุดท้าย

ม.๑๒ ของ พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๕๐ คือ สิทธิที่จะขอตายตามธรรมชาติคือการแสดงเจตนาไว้ล่วงหน้าว่า เมื่อถึงวาระสุดท้ายของชีวิตขอจากไปตามธรรมชาติ โดยไม่ประสงค์จะยืดความตายออกไป หลักการของ ม.๑๒ มิใช่การเร่งให้ตายเร็วขึ้นแต่ก็ไม่ได้ยื้อความตายออกไปเรื่อยและก็ไม่ได้ทอดทิ้งผู้ป่วยเพราะยังคงให้การรักษาแบบประคับประคอง แม้ผู้ป่วยจะอยู่ในวาระสุดท้ายของชีวิต ซึ่งไม่อาจรักษาโรคให้หายได้ โดยได้ให้การดูแลควบคุมความเจ็บปวด ดูแลทั้งร่างกายและจิตใจ ให้ผู้ป่วยได้จากไปอย่างสงบ

พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๕๐ มาตรา ๑๒ บัญญัติว่า “บุคคลมีสิทธิทำหนังสือแสดงเจตนาไม่ประสงค์จะรับบริการสาธารณสุขที่ เป็นไปเพียงเพื่อยืดการตายในวาระสุดท้ายของชีวิต หรือเพื่อยุติการทรมานจากการเจ็บป่วยได้การดำเนินการตามหนังสือแสดงเจตนาตามวรรคหนึ่งให้เป็นไปตามหลักเกณฑ์และวิธีการที่กำหนดในกฎกระทรวงเมื่อผู้ประกอบวิชาชีพด้านสาธารณสุขได้ปฏิบัติตามเจตนาของบุคคลตามวรรคหนึ่งแล้ว มิให้ถือว่าการกระทำนั้นเป็นความผิดและให้พ้นจากความรับผิดทั้งปวง” สำหรับสิทธิประโยชน์เพื่อดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ (สปสช.) ได้กำหนด ๓ ชุดสิทธิประโยชน์หลัก เพื่อเบิกจ่ายที่ครอบคลุมผู้ป่วยทุกกลุ่มโรคที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามหลักเกณฑ์ที่กรมการแพทย์กำหนด คือ ๑.ยามอร์ฟีนเพื่อบรรเทาอาการปวด ๒.ชุดทำความสะอาด และ ๓.ออกซิเจนพร้อมอุปกรณ์ร่วมกับการติดตามอาการตามความเหมาะสม ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลที่ดีอย่างเหมาะสม[๗๐]

๒.๓.๒ การดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย แม้เราจะมีเทคโนโลยีในการรักษาโรคมะเร็งอย่างเท่าเทียมกับประเทศที่เจริญแล้ว ผู้ป่วยจำนวนมากยังคงเข้าสู่โรคมะเร็งระยะสุดท้ายที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ ก่อให้เกิดภาระต่อผู้ป่วย ครอบครัว และสังคม การบูรณาการการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งในระยะท้าย ให้เข้าถึงการดูแลที่เหมาะสม เพื่อบำบัดความทุกข์ทรมานทั้งร่างกายและจิตใจของผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยเผชิญกับโรคมะเร็งระยะสุดท้ายอย่างมีศักดิ์ศรีและเหมาะสม จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องบูรณาการทุกภาคส่วนเพื่อให้มีนโยบายจากภาครัฐที่ชัดเจน และมีความร่วมมือจากภาคประชาชนในการบรรเทาภาระของผู้ป่วยและสังคม[๗๑]

---

[๗๐] แสวง บุญเฉลิมวิภาส, *หลักการมาตรา ๑๒ ของพ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ คือ สิทธิที่จะขอตายตามธรรมชาติ,* ผู้อำนวยการศูนย์ธรรมศาสตร์ ธรรมรักษ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

[๗๑] *วารสารคณะแพทยศาสตรศิริราชพยาบาล* มหาวิทยาลัยมหิดล ๘ สิงหาคม ๒๕๖๒.

๑) การดูแลรักษาแบบประคับประคอง องค์การอนามัยโลก (WHO) ให้คำจำกัดความของการดูแลรักษาแบบประคับประคอง (Palliative Care)[๗๒] ว่าเป็นวิธีการดูแลผู้ป่วยที่เป็นโรคที่รักษาไม่หาย โดยให้การป้องกัน บรรเทาอาการ ตลอดจนการบรรเทาความทุกข์ทรมานด้านต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น เป็นการดูแลแบบองค์รวมครอบคลุมทุกมิติของสุขภาพ อันได้แก่ กาย ใจ ปัญญา และสังคมของผู้ป่วย แต่ละปีทั่วโลกจะมีผู้ป่วยระยะสุดท้ายราว ๆ ๔๐ ล้านคน ที่ต้องการการดูแลแบบประคับประคอง ในจำนวนนี้มีถึง ๗๘ % ที่อยู่ในกลุ่มประเทศที่มีรายได้ต่ำและรายได้ปานกลาง ผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๔๐ ล้านคนทั่วโลก มีเพียง ๑๔ % เท่านั้น ที่ได้รับการดูแลแบบ Palliative care การดูแลผู้ป่วยแบบ Palliative care จะช่วยลดจำนวนผู้ป่วยในโรงพยาบาล และการใช้บริการทางสาธารณสุขที่ไม่จำเป็น สำหรับการดูแลจะเน้นที่องค์รวมทุกมิติสุขภาพ ตั้งแต่ร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณของผู้ป่วย ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่การ “บรรเทาอาการ” ทางร่ายกายเพียงอย่างเดียว แต่จะครอบคลุมถึง “ความต้องการภายใน” ของผู้ป่วย ตลอดจนความทุกข์ของญาติผู้ป่วยระหว่างการรักษาและช่วยเตรียมความพร้อมสำหรับการจากไปอย่างสงบใน “บ้าน” ที่คุ้นเคยของคนไข้เอง แก่นสำคัญของ Palliative care ต้องยืนอยู่บนฐานของการเคารพในสิทธิมนุษยชนบนฐานสิทธิสุขภาพ (Human right to health) จากแนวโน้มที่เพิ่มขึ้น สะท้อนถึงความต้องการการบริการการดูแลแบบประคับประคองมากขึ้น การดูแลรักษาแบบประคับประคอง[๗๓] (Palliative Care) เป็นวิธีการดูแลผู้ป่วยที่เป็นโรคที่รักษาไม่หาย โดยให้การป้องกัน บรรเทาอาการ ตลอดจนการบรรเทาความทุกข์ทรมานด้านต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น (๑) เป็นการดูแลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตดีที่สุด ดูแลในทุกมิติแบบองค์รวมและอย่างต่อเนื่อง รวมถึงช่วยผู้ป่วยและครอบครัวเข้าใจภาวะโรคและช่วยในการวางแผนการดูแลล่วงหน้า (๒) สำหรับการดูแลแบบประคับประคองในผู้ป่วยมะเร็งเพื่อให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี ลดอาการที่สัมพันธ์กับมะเร็ง เช่น คลื่นไส้อาเจียน ลดอาการปวดจากมะเร็ง เป็นต้น (๓) ผู้ป่วยมะเร็งส่วนใหญ่เสียชีวิตพร้อมกับอาการที่ทำให้ทุกข์ทรมานทั้งตัวผู้ป่วยเองและครอบครัว โดยพบว่าแพทย์จำนวนมากไม่มีความรู้ในการดูแลผู้ป่วยใกล้เสียชีวิต ซึ่งอาจทำให้ผู้ป่วยและครอบครัวปฏิเสธการรักษา (๔) หลักการทั่วไปของการสื่อสารในผู้ป่วยระยะท้ายการสื่อสารในผู้ป่วยระยะท้ายนั้นควรจะเน้นเป้าประสงค์หลักคือ “การสื่อสารเพื่อการเยียวยา” (communication for healing) เป็นสำคัญ วิธีการสื่อภาษาที่ใช้ทั้งวจนภาษา (ภาษาพูด) และ อวจนภาษา (ภาษาท่าทาง ทางกาย) ไม่แข็งกระด้าง ผู้สื่อสารเกิดความเข้าอกเข้าใจ เห็นใจ และมีความต้องการดูแลความรู้สึกของผู้ฟัง โดยมีหลักการเตรียมความพร้อมด้านข้อมูลของผู้ป่วย ก่อนจะพบผู้ป่วยและครอบครัว ประเมินความสามารถ ความปรารถนา อารมณ์ ความรู้สึก ความเข้าใจ ความกลัว ความคาดหวังของผู้ป่วยและครอบครัว ตระหนักถึงความสำคัญของบริบท ได้แก่ สถานที่ เวลา สิ่งแวดล้อม ณ ขณะนั้นใช้ภาษาให้เหมาะสม ไม่กำกวม กระชับ ไม่เยิ่นเย้อประเมินสภาพการณ์โดยทั่วไปของผู้ป่วยและญาติว่าเปลี่ยนแปลงไปอย่างไรมีบทสรุปการสนทนาที่มีทางออก หรือวิธีแก้ไขสถานการณ์ให้ดีกว่าเดิม ในทางเศรษฐศาสตร์พบว่าค่าใช้จ่ายของบุคคลในช่วง ๖ เดือนสุดท้ายของชีวิตมีมูลค่าสูงมากกว่าช่วงใด ๆ ของชีวิต คิดเป็นร้อย

---

[๗๒] สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ. *คำนิยาม, การดูแลแบบประคับประคองฉบับทางการของไทย.* [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.nationalthealth.or.th (๒๒ มีนาคม ๒๕๖๔).

[๗๓] นาวิน ศักดาเดช. *การดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะใกล้เสียชีวิต*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://w1.med.cmu.ac.th/ [๒๐ มีนาคม ๒๕๖๔].

ละ ๘-๑๑ ต่อปีของค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ และเป็นร้อยละ ๑๐-๒๙ ของค่าใช้จ่ายผู้ป่วยใน[๗๔] จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นการดูแลแบบประคับประคองในระยะท้ายของชีวิตอย่างเป็นองค์รวมที่มีการดำเนินการอย่างเป็นระบบ มีคุณภาพ โดยเฉพาะการจัดการดูแลที่บ้านหรือสถานพยาบาลกึ่งบ้าน (Hospice) จะเป็นการลดภาระค่าใช้จ่ายของสถานพยาบาล รวมถึงการลดภาระงานและกำลังคนได้อย่างมาก แม้ว่าในปัจจุบันจะมีการสนับสนุนให้มีการดูแลในช่วงสุดท้ายของชีวิตที่บ้าน

๒) การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองในระยะท้ายของชีวิต (Palliative care) WHO ได้ให้คำจำกัดความว่า หมายถึง การดูแลเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัว ที่มีปัญหาเกี่ยวกับความเจ็บป่วยที่คุกคามชีวิต รวมถึงการป้องกันและบรรเทาความทุกข์ทรมาน หรือหมายถึง การบริบาลผู้ป่วยแบบประคับประคอง หรือการบริบาลเพื่อบรรเทาอาการ หรือวิธีการดูแลผู้ป่วยที่ป่วยเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาด มีแนวโน้มที่ทรุดลง หรือเสียชีวิตจากตัวโรคในอนาคต หรือป่วยอยู่ในระยะสุดท้ายของชีวิตเน้นการดูแลแบบองค์รวม ครอบคลุมมิติกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณของทั้งผู้ป่วย ครอบครัวและผู้ดูแล โดยอยู่บนเป้าหมายหลักคือการเพิ่มคุณภาพชีวิตของทั้งผู้ป่วยและครอบครัว ที่จะทำให้ผู้ป่วยได้เสียชีวิตอย่างสงบ สมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ตลอดจนการดูแลครอบครัวและญาติภายหลังการจากไปของผู้ป่วย (Bereavement Care) (European Association for Palliative Care, WHO)

๓) การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Palliative care)[๗๕] เป็นรูปแบบการดูแลสุขภาพในผู้ที่ต้องทุกข์ทรมานด้วยโรคที่คุกคามต่อชีวิตโดยมีเป้าหมายให้ผู้ป่วยและครอบครัวสามารถเผชิญความเจ็บป่วยที่มีอยู่ได้และมีคุณภาพชีวิตที่เท่าที่จะทำได้ซึ่งประกอบด้วยการป้องกันและลดภาวะทุกข์ทรมานจากจากความเจ็บปวดและปัญหาด้านอื่นทั้งด้านร่างกาย จิตใจและจิตวิญญาณ ผู้ป่วยที่เป็นโรคที่รักษาไม่หาย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อทั้งตัวผู้ป่วยเอง และ ครอบครัวคนรักผู้ดูแลที่ใกล้ชิด เพราะเป็นการเตรียมการให้พร้อมในการเผชิญ เหตุการณ์ที่เลี่ยงไม่ได้เมื่อ วันนั้นมาถึง ฉะนั้น การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย จึงไม่ใช่การเริ่มดูแล ในระยะที่ผู้ป่วยใกล้ หมดลมหายใจ แต่ขึ้นอยู่กับระยะเวลา ที่แพทย์แจ้ง ให้ทราบล่วงหน้าว่าผู้ป่วยเหลือเวลาในการใช้ชีวิตอีกยาวนานเพียงใด บางรายอาจมีเวลาให้ผู้ป่วยกับครอบครัวได้วางแผนเตรียมตัวใช้ชีวิต ที่เหลืออีกหลายเดือน แต่บางรายก็อาจ เหลือเวลาไม่มากนัก เพียงไม่กี่วัน หรือ ไม่กี่ชั่วโมงเท่านั้น ทางเลือกในการ ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย เมื่อทราบแล้วว่าผู้ป่วย เหลือเวลา ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับคนรัก และ ครอบครัว ได้อีกไม่นาน ผู้ป่วยอาจ ตัดสินใจด้วยตนเอง ร่วมกับ ครอบครัว และผู้เกี่ยวข้องที่มีอำนาจในการตัดสินใจว่ามีความประสงค์ในการดูแลในสถานที่ใด อาจเป็น การดูแลในสถานพยาบาล หรือให้ผู้ป่วยกลับบ้านมารับการดูแลและหมดลมหายใจภายใต้การดูแลของครอบครัว

การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย คือ การดูแลประคับประคอง รักษาบรรเทา อาการ ผู้ป่วยที่มีอาการทรุดหนัก ป่วยด้วยโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ และ มีแนวโน้มเสียชีวิตในอนาคตอันใกล้ ดังนั้น การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายจึงมีองค์ประกอบหลาย ๆ ด้าน ซึ่งทั้งหมดล้วนเกี่ยวโยงกับการ

---

[๗๔] ชุติมา อรรคลีพันธ์, ๒๕๕๓, *การสำรวจการเข้าถึงสถานพยาบาลและรายจ่ายด้านสุขภาพของผู้ป่วยที่เสียชีวิต พ.ศ. 2548-2549*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://kb.hsri.or.th/dspace/handle/11228/1308?locale- attribute=th. [๑๗ เมษายน ๒๕๖๔].

[๗๕] ศรีเวียง ไพโรจน์กุล, *เอกสารการอบรมวิชาการ Basic Palliative Care for Nurses,* อ้างแล้ว.

ดูแลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีในระหว่างการรักษาให้ครอบครัวได้เตรียมความพร้อมทั้งด้านจิตใจและการใช้ชีวิตหลังจากผู้ป่วยเสียชีวิตไปแล้ว และให้ผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้จากไปอย่างสงบการดูแลแบบประคับประคองเป็นการดูแลที่ช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยที่ป่วยด้วยโรคที่คุกคามต่อชีวิต โดยให้การป้องกันและบรรเทาความทุกข์ทรมานต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยและครอบครัว ที่ครอบคลุมทุกมิติของสุขภาพ มีเป้าหมายหลักของการดูแล เพื่อลดความทุกข์ทรมานของผู้ป่วย และทำให้ผู้ป่วยได้จากไปอย่างสงบตามความเชื่อของศาสนาซึ่งมีความเชื่อที่เป็นไปในแนวเดียวกัน คือ ให้ผู้ป่วยจดจ่อกับสิ่งที่ดีงามและสงบสุขและสอดคล้องกับความต้องการครั้งสุดท้ายของผู้ป่วยที่แสดงเจตนารมณ์ก่อนตายที่จะไม่ยื้อชีวิตด้วยความทุกข์ทรมาน

๒.๔ โครงสร้างและกระบวนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย

๒.๔.๑.ทีมสุขภาพ ในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Staff) ความต้องการการดูแลของผู้ป่วยระยะสุดท้ายมีความซับซ้อน แพทย์หรือพยาบาลเพียงอย่างเดียวไม่สามารถตอบสนองต่อความต้องการของผู้ป่วยได้ทั้งหมด การดูแลผู้ป่วยในระยะสุดท้าย จึงต้องการการประสานงานและกาทำงานร่วมกันของทีมสุขภาพ เพื่อช่วยตอบสนองความต้องการหลากหลายของผู้ป่วยระยะสุดท้ายและครอบครัวได้อย่างครอบคลุม ซึ่งทีมสุขภาพในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายต้องประกอบด้วยทีมสหสาขาวิชาชีพและมีคุณสมบัติตามตารางดังนี้[๗๖]

ตารางที่ ๒.๒ คุณสมบัติทีมสหวิชาชีพของการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย

ทีมสหสาขาวิชาชีพ	เตรียมความพร้อมทั้งทัศนคติ ความรู้และทักษะ
แพทย์/จิตแพทย์	๑. ทัศนคติที่ดีในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๒. ทักษะการสื่อสาร (Communication skills) กับผู้ป่วย
พยาบาล (Nurse)	๑. ทัศนคติที่ดีในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (แนวคิด) ๒. ทักษะการสื่อสาร (Communication skills) ๓. พยาบาลวิชาชีพที่มีประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วยไม่น้อยกว่า ๒ ปี ๔. ผ่านการอบรมหลักสูตรระยะสั้นการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง ระยะเวลาการอบรมไม่น้อยกว่า ๓ วัน ๕. ผ่านการอบรมหลักสูตรระยะสั้นการพยาบาลให้ค าปรึกษาระยะเวลาการอบรมไม่น้อยกว่า ๓ วัน ๖. สำหรับผู้ที่ต้องรับผิดชอบการดูแลผู้ป่วยประคับประคองโดยตรงจะต้องผ่านการอบรมหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทางสาขาการพยาบาลผู้ป่วยแบบประคับประคอง
โภชนากร	๑. จัดเตรียมและดัดแปลงอาหารให้เหมาะสมกับผู้ป่วย ๒. ฝึกทักษะญาติในการเตรียมอาหาร เช่น อาหารทางสายยาง(อาหารปั่น) อาหารเฉพาะโรค
นักสังคมสงเคราะห์	๑. ช่วยเหลือผู้ป่วยและครอบครัวทั้งทางด้านการเงิน และการสนับสนุนให้สามารถดำรงชีวิตใน สังคมต่อไปได้

[๗๖] แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๒๕๕๗, กรมการแพทย์, กระทรวงสาธารณสุข, หน้า ๑๖.

ทีมสหสาขาวิชาชีพ	เตรียมความพร้อมทั้งทัศนคติ ความรู้และทักษะ
	๒. ให้คำปรึกษาสนับสนุนผู้ป่วยและครอบครัวที่มีปัญหา ซับซ้อน ๓. การประสานการเข้าออกจากโรงพยาบาล หรือแหล่งสนับสนุน ๔. ร่วมออกเยี่ยมบ้าน
อาสาสมัคร	๑. มีทัศนคติที่ดีต่อการดูแลผู้ป่วย ๒. มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๓. มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่ป่วยเป็นโรคร้ายแรง
ผู้นำศาสนา/ผู้นำทางความเชื่อและพิธีกรรม	๑. ผู้มีวุฒิภาวะที่สามารถชี้นำการดำเนินชีวิตของผู้อื่นได้ด้วยคำสอน หลักธรรมทางศาสนาความเชื่อ ความศรัทธา ขนบธรรมเนียมประเพณี หรือวิถีชีวิต ๒. มีทัศนคติที่ดีต่อความตาย ๓. มีความเข้าใจกฎไตรลักษณ์ ๔. มีความรู้พื้นฐานในเรื่องของโรคและอาการแสดง ๕. มีความรู้เรื่องพัฒนาจิต ๖. มีเทคนิคในการให้คำปรึกษา

๒.๔.๒ การประเมินตวามต้องการของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๔ ด้าน

๒.๔.๒.๑ ด้านร่างกาย ปัญหาทางกายที่พบบ่อยและต้องการการดูแลในระยะท้ายของชีวิต ได้แก่ ความปวด หายใจ ลำบาก อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร คลื่นไส้อาเจียน ท้องผูก นอนไม่หลับ และอาการสับสน ผู้ป่วยบางคนอาจมี ปัญหาทางกายหลายอย่างร่วมกัน จำเป็นต้องได้รับการประเมินก่อนเพื่อให้การดูแลเป็นไปตามความจริงและถูกต้องตรงกับปัญหาที่มี

๑) การประเมินความสามารถในการช่วยเหลือตัวเองของผู้ป่วยโดยใช้ Palliative Performance Scale (PPS)[๗๗] ซึ่งเป็นเครื่องมือใช้ประเมินผู้ป่วยใน ๕ หัวข้อหลัก ได้แก่ความสามารถในการเคลื่อนไหว กิจกรรมและความรุนแรงของโรค การดูแลตนเอง การกินอาหาร และความรู้สึกตัว ประโยชน์ของ PPS คือ เพื่อใช้ติดตามผลการรักษา, ประเมินภาระงานของผู้ดูแลผู้ป่วย เช่น ผู้ป่วยที่มีคะแนน ๐-๔๐% หมายถึง ผู้ป่วยจะต้องการการดูแลทางด้านการพยาบาลมากขึ้น และญาติผู้ป่วยมักจะต้องการการดูแลทางจิตใจมากขึ้น, ใช้สำหรับสื่อสารกันระหว่างบุคลากรในทีม และใช้ประเมินการพยากรณ์โรคโดยคร่าว ๆ PPS สามารถนำไปใช้ประเมินได้ทั้งที่บ้านและโรงพยาบาล แต่ควรใช้โดยบุคคลากรทางการแพทย์ โดยทั่วไปมักจะเป็นพยาบาลหรือแพทย์

๒) การประเมินความปวด: วัตถุประสงค์เพื่อหาสาเหตุและติดตามประเมินความรุนแรงของความปวดเป็นการตอบสนองต่อการรักษาโดยให้ครอบคลุมตำแหน่ง สามารถทำให้สะดวกด้วยรูปภาพ ร่างกาย (Body chart) และบางครั้งอาจมีอาการปวดหลายตำแหน่ง หลายลักษณะ ปัญหาความปวด(Pain) หลักการบำบัดความปวดในผู้ป่วยระยะท้าย ใช้หลักการขององค์การอนามัยโลกที่ให้ยาแก้ปวดตามขั้น[๗๘] (ตารางที่ ๔) และการใช้วิธีที่ไม่เจ็บปวด (Non invasive) ก่อน เช่น

---

[๗๗] ดาริน จตุรภัทรพร, *วิธีการประเมินความสามารถในการช่วยเหลือตัวเองของผู้ป่วยโดยใช้ Palliative Performance Scale*, ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว, คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://med.mahidol.ac.th/fammed/th/postgrad/doctorpalliative3th. [๑๙ เมษายน ๒๕๖๔].

[๗๘] แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๒๕๕๗, กรมการแพทย์, กระทรวงสาธารณสุข, หน้า ๑๒

ให้รับประทาน (By mouth) และให้ตามเวลา (By the clock) ขนาดไม่มีจำกัด แต่ให้ประเมินติดตามการเลือกใช้ชนิดและปรับขนาดตามความรุนแรงไม่ใช่ตามระยะของโรคและเมื่อยาแก้ปวดในระดับขั้นเดียวกันใช้ไม่ได้ผลในขนาดสูง แล้วก็ควรปรับเป็นยาในขั้นที่สูงกว่า ไม่ควรให้ซ้อนชนิดกันเช่นทั้ง Codeine และ tramadol ในช่วงเวลาเดียวกัน และเมื่อปวดดีขึ้นก็ปรับลดขนาดลงตามความรุนแรง เมื่อปวดแบบต่อเนื่องต้องให้ยาตามตารางเวลาเพื่อคุมอาการต่อเนื่อง (Around the clock) แต่เมื่อมีความปวดที่เกิดเป็นครั้งคราว (Breakthrough pain) ก็ให้เสริมอีกด้วยยาที่ออกฤทธิ์อย่างรวดเร็วเพื่อรีบคุมอาหาร ปัจจุบันให้ยาตามกลไกความปวดที่เกิดขึ้น

ตารางที่ ๒.๓ แบบประเมินผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง[๗๙]

(Palliative performance scale for adult : PPS)

ระดับ PPS ร้อยละ	การเคลื่อนไหว	การปฏิบัติกิจกรรมและการดำเนินโรค	การทำกิจกรรมประจำวัน	การรับประทานอาหาร	ระดับความรู้สึก
100	เคลื่อนไหวปกติ	ทำกิจกรรมและทำงานได้ปกติและไม่มีอาการของโรค	ทำได้เอง	ปกติ	รู้สึกตัวดี
90	เคลื่อนไหวปกติ	ทำกิจกรรมและทำงานได้ปกติและไม่มีอาการของโรคและมีอาการของโรคบางอาการ	ทำได้เอง	ปกติ	รู้สึกตัวดี
80	เคลื่อนไหวปกติ	ต้องออกแรงอย่างมากในการทำกิจกรรมตามปกติและมีอาการของโรคบางอาการ	ทำได้เอง	ปกติหรือลดลง	รู้สึกตัวดี
70	ความสามารถในการเคลื่อนไหวลดลง	ไม่สามารถทำงานได้ตามปกติและมีอาการของโรคอย่างมาก	ทำได้เอง	ปกติหรือลดลง	รู้สึกตัวดี
60	ความสามารถในการเคลื่อนไหวลดลง	ไม่สามารถทำงานอดิเรกหรือทำงานบ้านได้และมีอาการของโรคอย่างมาก	ต้องการความช่วยเหลือเป็นบางครั้ง/บางเรื่อง	ปกติหรือลดลง	รู้สึกตัวดี/สับสน

[๗๙] บุษยามาส ชีวสกุลยง, *แบบประเมินระดับการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง ฉบับสวนดอก,* โรงพยาบาลนครเชียงใหม่, เชียงใหม่.

ระดับ PPS ร้อยละ	การเคลื่อนไหว	การปฏิบัติกิจกรรมและการดำเนินโรค	การทำกิจกรรมประจำวัน	การรับประทานอาหาร	ระดับความรู้สึก
50	นั่งหรือนอนเป็นส่วนใหญ่	ไม่สามารถทำงานได้เลยและมีอาการลุกลามของโรค	ต้องการความช่วยเหลือมากขึ้น	ปกติหรือลดลง	รู้สึกตัวดี/สับสน
40	นอนอยู่บนเตียงเป็นส่วนใหญ่	ทำกิจกรรมได้น้อยมากและมีอาการลุกลามของโรค	ต้องการความช่วยเหลือเป็นส่วนใหญ่	ปกติหรือลดลง	รู้สึกตัวดีหรือง่วงซึม +/-สับสน
30	นอนอยู่บนเตียงตลอดเวลา	ไม่สามารถทำกิจกรรมใดๆและมีอาการลุกลามของโรค	ต้องการความช่วยเหลือทั้งหมด	ปกติหรือลดลง	รู้สึกตัวดีหรือง่วงซึม +/-สับสน
20	นอนอยู่บนเตียงตลอดเวลา	ไม่สามารถทำกิจกรรมใด ๆ และมีอาการลุกลามของโรค	ต้องการความช่วยเหลือทั้งหมด	จิบน้ำได้เล็กน้อย	รู้สึกตัวดีหรือง่วงซึม +/-สับสน
10	นอนอยู่บนเตียงตลอดเวลา	ไม่สามารถทำกิจกรรมใด ๆ และมีอาการลุกลามของโรค	ต้องการความช่วยเหลือทั้งหมด	รับประทานอาหารทางปากไม่ได้	รู้สึกตัวดีหรือง่วงซึม +/-สับสน
0	เสียชีวิต	-	-	-	-

ตารางที่ ๒.๔ หลักการใช้ยาแก้ปวดขององค์การอนามัยโลก

ตามความรุนแรงของความปวดเป็นขั้นบันได(by the ladder)	ขั้นที่ ๑ รายที่มีความปวดน้อยถึงปานกลาง ให้ยากลุ่ม non opioids โดยร่วมกับยาเสริมตามอาการ
	ขั้นที่ ๒ รายที่มีความปวดปานกลางถึงรุนแรง ให้ยากลุ่ม weak opioids โดยให้ยากลุ่ม non opioids และยาเสริมร่วมด้วย
	ขั้นที่ ๓ รายที่มีความรุนแรงมาก ให้ยากลุ่ม strong opioids โดยให้ยากลุ่ม non opioids และยาเสริมร่วมด้วย

๓) การประเมินหายใจลำบาก (Dyspnea) ปัญหาเรื่องหายใจลำบาก (Dyspnea) อาการหายใจลำบาก เป็นความรู้สึกส่วนตัวที่รู้สึกหายใจติดขัดเหนื่อยหอบ หรือการหายใจไม่อิ่ม เหมือนสำลักหรือหายใจหนัก หนัก เป็นอาการที่พบได้บ่อยในผู้ป่วยระยะสุดท้าย เนื่องจากตัวโรค ลุกลาม อาจจะพบปัญหาการทำงานของปอดที่ผิดปกติหรือไม่ก็ได้. การประเมิน: เริ่มจากซักประและตรวจร่างกายเพื่อประเมินความรุนแรงของอาการโดยใช้ การบอกจำนวนตัวเลข (Visual Analogue Scale :VAS) หรือประเมินโดยใช้คำพูดหรือภาพ กรณีสื่อสารไม่ได้: การประเมินสัญญาณชีพ สังเกตลักษณะการหายใจ ฟังเสียงปอดของผู้ป่วยอาการซีด หรือเขียวที่เล็บ การใช้กล้ามเนื้ออื่น ๆ ช่วยหายใจ

๔) การประเมินความอ่อนล้า (Fatigue) ความอ่อนล้า เป็นอาการที่ผู้ป่วยรู้สึกว่าหมดแรง เหนื่อยล้าทั้งกายและใจ ความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันลดลง สัมพันธภาพกับบุคคลลดลง เกิดสภาวะถดถอยของร่างกายและความทนทานของ ร่างกายลดลง ส่งผลให้ผู้ป่วยสูญเสียหน้าที่ของอวัยวะนั้นๆ ประเมินจากอาการเบื่ออาหาร ผอม แห้ง น้ำหนักลด อ่อนเพลีย สาเหตุของความอ่อนล้ามีความซับซ้อนต้องตรวจวินิจฉัยอาการที่เกี่ยวข้อง เช่น ความปวด คลื่นไส้ อาเจียนแผลในปาก ท้องผูก อาการซึมเศร้า ภาวะติดเชื้อและภาวะแคลเซียมในเลือดสูง

๕) การประเมินเรื่องท้องผูก (Constipation) ท้องผูกเป็นปัญหาที่พบบ่อยในการดูแลผู้ป่วยระยะท้าย โดยเฉพาะผู้ป่วยที่ได้รับยากลุ่ม Opioids และสาเหตุอื่น ๆ เช่น รับประทานอาหารที่มีใยอาหารน้อย ดื่มน้ำน้อย

๖) การประเมินปัญหาคลื่นไส้อาเจียน (Nausea and Vomiting) คลื่นไส้เป็นอาการที่ผู้ป่วยรู้สึกไม่สบายท้อง มีน้ำลายมาก วิงเวียนศีรษะ หน้ามืด กลืนอาหาร ลำบาก อุณหภูมิร่างกายเปลี่ยนแปลง และชีพจรเต้นเร็ว อาเจียนเป็นอาการที่มีการหดรัดตัวของกระเพาะอาหารซึ่งจะบีบเอาอาหารและน้ำย่อยในกระเพาะ ให้ไหลย้อนขึ้นมาที่ปาก บางทีอาจไม่มีอาหารออกมาก็ได้

๗) การประเมินปัญหาผิวหนังและแผลกดทับ (Skin and pressure sore) ผู้ป่วยระยะท้ายผิวหนังจะมีความเสี่ยงต่อการเกิดแผลกดทับได้ง่ายโดยเฉพาะส่วนของร่างกายที่ สัมผัสที่นอนตลอดเวลา เช่น ส้นเท้า สะโพก แก้มก้นและข้อศอก ถ้าผู้ป่วยถูกจำกัดอยู่บนเตียงนอนโดยใช้ แบบประเมินภาวะเสี่ยงต่อการเกิดแผลกดทับ(Barden Score) แล้วให้การดูแลตามคะแนนจากการประเมิน เช่น ควรพลิกตัวเปลี่ยนท่านอนให้ผู้ป่วยบ่อย ๆ ทุก ๒ ชั่วโมง หรือตามสภาพผู้ป่วย ควรใช้ผ้าขวางเตียงช่วย ในการพลิกตัวไม่ลากตัวผู้ป่วยเพราะจะท าให้ผิวหนังถลอก

๒.๔.๒.๒ ด้านจิตใจ เป็นการประเมินความสามารถ ความปรารถนา อารมณ์ ความรู้สึก ความเข้าใจความกลัว ความคาดหวังของผู้ป่วยและครอบครัว ตระหนักถึงความสำคัญของบริบท ได้แก่ สถานที่ เวลา สิ่งแวดล้อม ณ ขณะนั้น ใช้ภาษาให้เหมาะสม ไม่กำกวม กระชับ ไม่เยิ่นเย้อ ประเมินสภาพการณ์โดยทั่วไปของผู้ป่วยและญาติว่าเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร มีบทสรุปการสนทนาที่มีทางออกหรือวิธีแก้ไขสถานการณ์ให้ดีกว่าเดิม[๘๐] บริบทที่เกิดการเปลี่ยนแปลงบทบาท การสูญเสียภาพลักษณ์ หรือ อัติมโนทัศน์จากการเจ็บป่วยทำให้เกิดความรู้สึกเศร้าโศกได้มาก การประเมินด้านจิตใจ ภาวะซึมเศร้าของผู้ป่วยโดยใช้แบบประเมิน ๒Q, ๙Q และแบบประเมินการฆ่าตัวตาย ๘Q ของกรมสุขภาพจิต และประเมิน: Five stage reaction ของ Kubler-Ross (๑๙๖๙) ปฏิกิริยาต่อการเจ็บป่วยของผู้ป่วยทุกวัน ซึ่งระยะและปฏิกิริยาต่อการ เจ็บป่วยของผู้ป่วย[๘๑]

๑) ระยะช็อกและปฏิเสธ (Shock &Denial) ผู้ป่วยจะนิ่งแสดงความตกใจ ไม่ยอมรับความจริง ไม่ยอม พูดถึงการเจ็บป่วยของตนเลย

๒) ระยะโกรธ (Anger) ผู้ป่วยมีอารมณ์รุนแรง พูดจาก้าวร้าว อิจฉาริษยา และต่อต้าน

๓) ระยะต่อรอง (Bargaining) ผู้ป่วยมักพูดขอต่อรองหรือตกลงสัญญาเรื่อง ขอให้มีชีวิตอยู่ต่อไปกับพระเจ้าหรือสิ่ง ศักดิ์สิทธิ์ที่นับถือส่วนใหญ่มักปกปิดคำสัญญา/ ต่อรองนั้น สาเหตุมักเกิดจาก ความรู้สึกผิดที่ทำในอดีต

๔) ระยะซึมเศร้า (Depression) ผู้ป่วยเข้าใจแล้วไม่สามารถปฏิเสธความ จริงเกี่ยวกับความเจ็บป่วย รู้สึกสูญเสีย ทุกอย่าง โศกเศร้ากับสิ่งที่เกิดขึ้น กังวลเรื่องค่าใช้จ่ายโอกาสที่จะอยู่ กับครอบครัว ระยะนี้จะหมดหวัง สลดใจ ผู้ป่วยอาจนอนซึมทั้งวันไม่สนใจอะไร

๕) ระยะยอมรับ (Acceptance) เริ่มทำใจยอมรับได้ อารมณ์ดีขึ้นยอมรับ ความช่วยเหลือต่าง ๆ ในการจัดการกับ อารมณ์เศร้า หรือเตรียมตัวสำหรับความ ตาย รอช่วงเวลาสุดท้ายของชีวิต อย่างสงบ

ปฏิกิริยาเหล่านี้ ส่วนใหญ่จะเริ่มจากข้อ ๑ ถึงข้อ ๕ แต่ไม่จำเป็นต้องพบทุกข้อในทุกคน และ อาจจะย้อนกลับมีอาการในระยะที่ผ่านมาแล้วก็ได้ ขึ้นอยู่กับเหตุการณ์ และปัจจัยที่มากระทบกับผู้ป่วยทั้ง ๕ระยะนี้เกิดในผู้ป่วยแต่ละรายไม่เท่ากัน ไม่พร้อมกัน บางรายอาจปฏิเสธความจริงไปตลอดชีวิต บางราย ไม่มีบางระยะ เช่น ไม่ต่อรองใดๆ แต่เศร้าทันที ในรายที่สุขภาพจิตดีมากอาจยอมรับความเป็นจริงได้เร็ว และปฏิกิริยาทางจิตใจเหล่านี้อาจถดถอยย้อนกลับได้

๒.๔.๒.๓ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม[๘๒]

การประเมินปัญหาด้านสังคม (Social assessment) ที่ส่งผลกระทบต่อผู้ป่วย

๑) บทบาทของผู้ป่วยในครอบครัว : ได้แก่ ความเป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นลูก เป็นสามีหรือภรรยาเป็นผู้หา รายได้หลัก หรือเป็นศูนย์รวมความรักเพราะเป็นลูกคนเดียว หลานคนโปรด เป็นต้น บทบาทเหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อสภาวะทางจิตใจของสมาชิกในครอบครัว หรือศักยภาพในการจัดการปัญหาต่าง ๆ

---

[๘๐] นาวิน ศักดาเดช, *การดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะใกล้เสียชีวิต*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://w1.med.cmu.ac.th/ [๒๐ มีนาคม ๒๕๖๔].

[๘๑] แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๒๕๕๗, อ้างแล้ว, หน้า ๑๖.

[๘๒] แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๒๕๕๗, อ้างแล้ว, หน้า ๑๔

๒) ความรักความผูกพันของผู้ป่วยกับสมาชิกในครอบครัว: ประเมินช่วงของการค้นหาความต้องการด้านจิตวิญญาณ ลดภาวะความรู้สึกผิดในจิตใจ ช่วยให้ผู้ป่วยและครอบครัวมองเห็นความสวยงามของชีวิต แม้ว่าจะต้องสูญเสียคนที่รัก

๓) ผู้ดูแลผู้ป่วย: การขาดผู้ดูแลผู้ป่วยจากการที่สมาชิกในครอบครัวทุกคนมีภาระงานในขณะเดียวกันผู้ป่วยระยะสุดท้ายมักต้องการกลับไปอยู่ที่บ้าน อยู่ในสิ่งแวดล้อมเดิม ท่ามกลางคนที่รัก การประสานประโยชน์ระหว่างสามฝ่ายนี้จึงต้องทำด้วยความละเอียดอ่อน

๔) ที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม : เป็นตัวกำหนดถึงความพร้อมในการรับผู้ป่วยกลับบ้าน หรือบางครั้งอาจทำให้ทีมผู้รักษาเกิดความเข้าใจคลาดเคลื่อนในความต้องการของครอบครัวได้

๕) เครือข่ายทางสังคมและการสนับสนุนทางสังคม: เครือข่ายทางสังคมคือ การศึกษาถึงความสัมพันธ์ของบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งประกอบด้วย ครอบครัวหรือเครือญาติ (Family/Relatives)เพื่อน (Friends) เพื่อนที่ทำงานหรือโรงเรียน (Work/School Associates) นักวิชาชีพ (Professional Caregivers) เพื่อนบ้าน (Neighbors) หน่วยงานหรือองค์การ หรือกลุ่มทางศาสนา เป็นต้น การค้นหาครือข่ายทางสังคมของผู้ป่วยและครอบครัว จะทำให้ทราบว่าผู้ป่วยได้รับความรัก ความเอาใจใส่ เห็นคุณค่าได้รับการยกย่องจากเครือข่ายทางสังคมอย่างไร การสนับสนุนทางสังคมจะมีผลต่อภาวะจิตใจ อารมณ์ มีขอบเขตครอบคลุมทั้งการให้และการรับจากบุคคลในครอบครัว เครือข่ายทางสังคมที่สำคัญอีกส่วนหนึ่งคืออาสาสมัครที่เข้ามาช่วยเหลือผู้ป่วย เช่น เป็นผู้ป่วยด้วยกันเอง หรือกลุ่มอาสาสมัครบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ เป็นต้น

๖) ความต้องการของครอบครัว: สถาบันครอบครัวมีความสำคัญกับบุคคลที่สุด ครอบครัวจะมีอิทธิพลต่อความคิดและการตัดสินใจ บางครั้งผู้ป่วยจะให้ครอบครัวเป็นผู้ตัดสินใจแทนในเรื่องที่เกี่ยวกับอาการป่วยของตน ในขณะเดียวกันความสัมพันธ์ในครอบครัวอาจสร้างความอึดอัดใจให้ผู้ป่วยได้ หากความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัวสวนทางกัน มีความขัดแย้งระหว่างสมาชิกในครอบครัว การค้นหาว่าใครมีอิทธิพลต่อความคิดของผู้ป่วยและสมาชิกคนอื่นในครอบครัวได้ และสามารถทำให้คนนั้นเกิดความรู้สึกเป็นทีมเดียวกับผู้ดูแลรักษา จะทำให้การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายบรรลุตามวัตถุประสงค์ของผู้ป่วยมากที่สุด

๒.๔.๒.๔. ด้านจิตวิญญาณ วิญญาณ คือ การให้ความหมายและคุณค่า (ทั้งในด้านบวก และลบ) แก่สิ่งต่าง ๆ ที่ได้รับรู้ ซึ่งฝังอยู่ในส่วนลึกของจิตใจของบุคคล และมีอิทธิพลและแรงผลักดันต่อความรู้สึกความคิด และการกระทำ ของบุคคลนั้น (กิตติกร นิลมานัต, ๒๕๕๕)

การประเมินความต้องการเรื่องจิตวิญญาณเป็นการประเมินเพื่อคัดกรองเบื้องต้น (Spiritual screening) เพื่อค้นหาปัญหาด้านจิตวิญญาณเพื่อส่งต่อผู้ป่วยที่ต้องการการช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน เพื่อประเมินด้านความเชื่อ/ความศรัทธา/ศาสนา/สังคมและวัฒนธรรมค้นหาจัดการสิ่งที่ค้างคาใจของผู้ป่วย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทีมที่ดูแลสามารถตอบสนองอย่างเหมาะสมตามความต้องการด้านจิตวิญาณของผู้ป่วย[๘๓]

[๘๓] แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ๒๕๕๗, อ้างแล้ว, หน้า ๑๖

๒.๔.๓ การวางแผนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย

การวางแผน[๘๔] คือ กระบวนการวิเคราะห์ ซึ่งรวมถึงการประเมินอนาคตและพิจารณากำหนดวัตถุประสงค์ที่พึงปรารถนา สภาวะแวดล้อมของอนาคต การพัฒนาทางเลือกเพื่อดำเนินการให้บรรลุถึงวัตถุประสงค์ และการเลือกแนวดำเนินการระหว่างทางเลือกทั้งหลาย กล่าวคือ ทักษะด้านการวางแผนเป็นทักษะพื้นฐานเกี่ยวกับการบริหารจัดการระบบความคิด หรือความสามารถในการคิดวางแผนหรือคาดการณ์ล่วงหน้า เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมาย เช่น การจัดลำดับขั้นตอนความสำคัญ การตัดสินใจที่ดี การกำหนดหรือมอบหมายงานที่เหมาะสมกับทักษะ การวางแผนการจัดการ เป็นต้น ซึ่งเป็นทักษะทางการคิดที่ทำให้สามารถทำงานสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การวางแผนเป็นกระบวนการคิดเกี่ยวกับการปฏิบัติต่าง ๆ ในการบรรลุเป้าหมาย เป็นสิ่งแรกที่ต้องทำเพื่อให้เกิดผลที่ต้องการ เป็นกระบวนการที่อาศัยการสร้างและรักษาแผนการ เป็นการเตรียมขั้นตอนการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมาย และเป็นเทคนิคหนึ่งที่มีความสำคัญที่สุดต่อการจัดการโครงการและเวลา ดังนั้น คนวางแผนดีจะสามารถลดเวลาและพลังงานในการบรรลุเป้าหมาย ในจิตวิทยา การวางแผนถือเป็นคุณสมบัติพื้นฐานของพฤติกรรมอัจฉริยะ เป็นกระบวนการที่อาศัยทักษะเชิงมโนทัศน์(ทักษะในการเข้าใจและการใช้มโนทัศน์หรือแนวคิด) การวางแผนคือการทำนายว่าอนาคตควรเป็นอย่างไรในสถานการณ์ต่าง ๆ การพยากรณ์จึงเป็นส่วนหนึ่งของการวางแผน แต่การวางแผนจะอาศัยการเตรียมพร้อมในสถานการณ์ต่าง ๆ และอาศัยการกำหนดว่าจะตอบรับกับสถานการณ์เหล่านั้นอย่างไร

การวางแผนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายมีกระบวนการเฉพาะ และเป็นกระบวนการที่จำเป็นในการบรรลุเป้าหมายเพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัว สามารถเผชิญความเจ็บป่วยที่มีอยู่ได้ และมีคุณภาพชีวิตที่เท่าที่จะทำได้ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนและเทคนิคของการแจ้งข่าวร้าย การให้ข้อมูลที่เป็นจริงเพราะจะทำให้เกิดความเข้าใจร่วมกันถึงวิธีการรักษาอาการต่าง ๆ รวมถึงการเตรียมความพร้อมกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นไม่ว่าจะดีหรือร้าย นอกจากนี้ผู้ป่วยยังสามารถ ตัดสินใจล่วงหน้าว่าเมื่อตนอาการหนักจนไม่รู้สึกตัวจะให้เยียวยารักษาอย่างไร การพยากรณ์สภาวะของโรค การป้องกัน และ ลดภาวะทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวดและปัญหาด้านอื่นทั้งด้านร่างกาย จิตใจและจิตวิญญาณ แต่ความพยายามที่จะปฏิเสธความตายของมนุษย์ และ การที่ผู้ป่วยไม่รู้ว่าตนเองมีสิทธิที่จะเลือกและวางแผนการตายล่วงหน้าได้ บ่อยครั้งที่ความหวังดี ของญาติด้วย การพยายามยื้อชีวิตผู้ป่วย ไว้ให้นานที่สุดเพียงหวัง ให้เกิดปาฏิหาริย์ การพยายามยับยั้งความตายนั้น เปล่าประโยชน์จะทำให้ ผู้ป่วยได้รับความทุกข์ทรมานจากเครื่องมือกู้ชีพต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเจาะคอ ใส่ท่อช่วยหายใจ การปั๊มหัวใจ การใส่สายให้อาหารเป็นต้น

กระบวนการของการวางแผนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย เป็นการวางแผนร่วมกันของทีมผู้ให้การดูแลรักษา กับ ทีมผู้ป่วยและครอบครัว ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้การยอมรับว่าผู้ป่วยเหลือเวลาไม่นานซึ่งหากเข้าใจตามนั้นแล้วการดูแลก็จะเป็นไปเพื่อความสะดวกมีความสุขทั้งทางกายและใจ

---

[๘๔] *หลักสูตรพัฒนาทักษะด้านการวางแผน*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.brainandlifecenter.com/planning/. [๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔].

ของผู้ป่วยด้วยหวังให้ผู้ป่วยได้จากไปอย่างสงบไม่มีเรื่องติดค้างไว้เบื้องหลังหรือจะสรุปง่าย ๆ คือ ตายดี ตายอย่างมีศักดิ์ศรี นั่นเอง

๒.๔.๔ การตัดสินใจของผู้ป่วยระยะสุดท้ายและครอบครัว

การตัดสินใจ Decision Making หมายถึง การเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดจากทางเลือกหลาย ๆ ทางเลือก เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวได้ประโยชน์สูงสุด และไม่มีความเสียหายผิดพลาดหรือมีน้อยที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ การตัดสินใจนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญ สำหรับทุกคนในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ และตัดสินใจว่าจะใช้วิธีการหรือเครื่องมือหรือใครมาแก้ไขปัญหานั้น

การตัดสินใจที่ดีนั้น มีขั้นตอนการตัดสินใจ 5 ขั้นตอน[๘๕] ดังนี้

๑) กำหนดขอบเขต/ความสำคัญของการตัดสินใจ (Identity of Decision making) ผู้ที่ต้องตัดสินใจต้องสามารถรู้และระบุได้ว่า อะไรคือเป้าหมายหรือผลลัพธ์ที่อยากได้ จากการตัดสินใจครั้งนี้

๒) รวบรวมทางเลือกที่มีทั้งหมดออกมา (list the Option) เพื่อหาว่ามีทางเลือกอะไรที่จะเป็นไปได้และเป็นข้อมูลเพิ่มเติมในการตัดสินใจให้มีประสิทธิภาพที่สุด

๓) ศึกษาและกำหนดขอบเขตของแต่ละทางเลือก (Rating the Option) ศึกษาแต่ละทางเลือกในการตัดสินใจ ว่ามีประโยชน์ (Benefit) ข้อดี ข้อเสีย (Advantage, Disadvantage) ความเสี่ยง (Risk) เป็นต้น อะไรบ้าง

๔) ตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด (Select the best solution) ตัดสินใจเลือกทางเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด ณ ตอนนั้นตามทางเลือกที่ได้ศึกษามาที่ทำให้ผู้ป่วยและครอบครัวได้ประโยชน์สูงสุด บางครั้งหากมีทางเลือกที่ดีพอ ๆ กัน ผู้ทำการตัดสินใจอาจจะต้องใช้วิจารณญาณด้วย (intuition) ในการตัดสินใจด้วย

๕) ประเมินการตัดสินใจ (Evaluate the decision) หลังจากการตัดสินใจไปแล้วในแต่ละครั้ง ให้ประเมินผลการตัดสินใจในนั้นด้วย เพื่อเรียนรู้ และนำมาเป็นบทเรียนในการตัดสินใจในครั้งต่อ ๆ ไป

การตัดสินใจของผู้ป่วยระยะสุดท้ายและครอบครัว เป็นการตัดสินใจที่จะพิจารณาทางเลือกหลังจากได้ประชุมปรึกษากันแบบ Family meeting ทีมรักษาได้ให้ข้อมูลการวินิจฉัยโรค การพยากรณ์โรค เป้าหมายการดูแลรักษา ผลลัพธ์การตอบสนองต่อการรักษา การดำเนินของโรค ณ เวลาปัจจุบันเป็นอย่างไร หากทำการรักษาด้วยวิธีตามแผนการรักษานี้ต่อไปจะเป็นอย่างไร และหากจะปรับเปลี่ยนยุติการรักษาเป็นแบบประคับประคอง แล้วแจ้งผลลัพธ์ที่อาจเกิดขึ้นทั้ง ๒ แบบเพื่อการตัดสินใจในการเลือกของผู้ป่วยและญาติ หลังจากรับทราบข้อมูลการดำเนินของโรค การพยากรณ์โรค แผนการรักษาของแพทย์ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการวางแผนการดูแลร่วมกันระหว่างทีมสุขภาพผู้ให้การดูแลกับผู้ป่วยและครอบครัว ในการเผชิญกับความตายที่กำลังจะมาถึงในเวลาอันใกล้ เพื่อให้มีความสะดวกและบรรลุตามเจตนาของผู้ป่วย โดยผู้ป่วยมีสิทธิ์ในการเลือกที่จะอยู่หรือไปแบบธรรมชาติซึ่งไม่ต้องใส่ท่อเครื่องช่วยหายใจ ปั๊มหัวใจ หลังจากตัดสินใจแล้ว ผู้ป่วยต้องเซ็นชื่อไว้เป็นหลักฐาน หรือญาติผู้ดูแลหลักเซ็นชื่อกรณีผู้ป่วยเป็นเด็ก หรือผู้ป่วยไม่สามารถเซ็นเองได้ไม่ว่ากรณีใด ๆ เหมือนทำพินัยกรรมชีวิตไว้ว่าต้องการให้ทีมผู้ดูแล หรือญาติช่วยเหลือ เพื่อให้ผู้ป่วยเผชิญกับความตายแบบไม่

---

[๘๕] ศศิมา สุขสว่าง. *๕ ขั้นตอนการตัดสินใจที่ดี*, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.sasimasuk.com. [๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔].

ทุกข์ทรมานจากอาการรบกวนต่าง ๆ รวมทั้งสิ่งที่ค้างคาใจของผู้ป่วย ทำให้ผู้ป่วยได้ปลดปล่อยคลายความวิตกกังวลต่าง ๆ ประคับประคองไปจนลมหายใจสุดท้าย และในระหว่างการดูแลแบบประคับประคองหากผู้ป่วยเปลี่ยนใจต้องการให้ใส่ท่อเครื่องช่วยหายใจ ก็ย่อมทำได้ตามสิทธิ์ของผู้ป่วย ทั้งนี้ต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานตามหลักวิชาชีพมาตรฐานการช่วยฟื้นคืนชีพด้วย

สรุปปัญหาหรือความทุกข์ของผู้ป่วยและครอบครัวที่ต้องเผชิญกับความตาย การทำกลุ่มหรือการประชุมปรึกษาแบบ Family meeting เป็นเทคนิคในการทำให้ผู้ป่วยรับรู้และยอมรับความจริงที่กำลังเกิดขึ้นจริง ยอมรับว่าร่างกายกำลังจะแตกสลาย มีอาการรบกวนต่าง ๆ เกิดขึ้น ทีมผู้ดูแลให้การดูแลบำบัดอาการรบกวนต่าง ๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ตลอดจนสอนให้ญาติได้ดูแลให้ผู้ป่วยสุขสบายผ่อนคลาย ให้ยาบรรเทาอาการปวด ให้ผู้ป่วยได้ทบทวนสิ่งที่ค้างคาใจกับเวลาที่เหลืออยู่ ให้เสร็จสิ้นก่อนจากไปแบบหมดความกังวลใจหรือจากไปอย่างสงบนั่นเอง

๒.๕ กระบวนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อ.บ้างฝาง จ.ขอนแก่น

๒.๕.๑ นโยบายของกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุขได้สนับสนุนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคองและจัดโครงสร้างองค์กรให้มีหน่วยงานดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโรงพยาบาล และสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต ๗ (ร้อย แก่น สาร สินธุ์) ได้มีการส่งเสริมสนับสนุนงบประมาณในการสร้างเครือข่ายบริการการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตั้งแต่ปีงบประมาณ ๒๕๕๓

๒.๕.๒ บริบทโรงพยาบาลบ้านฝาง โรงพยาบาลบ้านฝาง เป็นโรงพยาบาลระดับทุติยภูมิ สังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดขอนแก่น กระทรวงสาธารณสุข ตั้งอยู่เลขที่ ๓๓ หมู่ ๙ ตำบลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น ให้การรักษาโรคเบื้องต้นที่ไม่ซับซ้อนไม่มีแพทย์เฉพาะทางเฉพาะโรค การให้บริการผู้ป่วยโรคมะเร็งเริ่มตั้งแต่การคัดกรองในระดับปฐมภูมิ คือ คัดกรองในชุมชน ซึ่งเป็นการค้นหาผู้ป่วยรายใหม่ด้วยวิธีการที่แตกต่างกันของมะเร็งแต่ละอวัยวะ เช่น คัดกรองมะเร็งเต้านม คัดกรองมะเร็งปากมดลูก คัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่ เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้ได้ค้นพบมะเร็งตั้งแต่เนิ่น ๆ จะมีผลต่อการรักษาให้หายขาดเนื่องจากว่ามะเร็งระยะเป็นเริ่มแรกผู้ป่วยมักจะไม่มีอาการแสดง ผู้ป่วยจึงไม่ทราบว่าเป็นมะเร็ง เมื่อคัดกรองสงสัยว่าเข้าข่ายเป็นมะเร็ง ถือว่าเป็นโรคที่ต้องตรวจด้วยเครื่องมือพิเศษ เมื่อมีผู้ป่วยที่เป็นโรคที่ซับซ้อนหรือที่ต้องใช้เครื่องมือพิเศษในการตรวจรักษา จึงต้องส่งต่อรักษาโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ ที่มีแพทย์เฉพาะทาง มีเครื่องมือ อุปกรณ์ครบครันในการรักษาผู้ป่วยทุกประเภททุกรูปแบบ โรคมะเร็งเป็นโรคเรื้อรังที่ต้องได้รับการรักษากับแพทย์เฉพาะทาง เมื่อมีผู้ป่วยโรคมะเร็งที่ได้รับการวินิจฉัยเบื้องต้นตั้งแต่ระยะเริ่มต้นจากโรงพยาบาลบ้านฝาง และ ส่งต่อเพื่อการรักษาไปยังโรงพยาบาลระดับตติยภูมิที่มีศักยภาพ (โรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่นและโรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น) ที่มีการรักษาแบบผสมผสานตามแนวทางของแต่ละชนิดของโรคมะเร็ง ในระหว่างที่ผู้ป่วยกำลังรับการรักษาอยู่กับโรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่นที่ส่งต่อไปนั้น ผู้ป่วยก็ได้เทียวกลับมารับบริการโรงพยาบาลบ้านฝางเพื่อตรวจเลือด ตรวจคลื่นหัวใจ เอกซเรย์ปอด ตามคำสั่งการรักษาของแพทย์เจ้าของไข้ แล้วนำผลทางห้องปฏิบัติการไปตรวจรักษาตามนัด ตามแผนการรักษาทุกครั้ง ซึ่งเป็นการตกลงร่วมกันระหว่างโรงพยาบาลแม่ข่ายกับโรงพยาบาลชุมชน เพื่อความสะดวก ลดขั้นตอนในการรอคอย ตลอดจนร่วมกันรับผิดชอบค่าใช้จ่ายที่

เกิดขึ้นระหว่างการรักษา จนกระทั้งเข้าสู่มะเร็งระยะสุดท้ายโรงพยาบาลแม่ข่ายก็จะส่งกลับมายังโรงพยาบาลชุมชนเพื่อกลับมาดูแลรักษาตามอาการที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน โรงพยาบาลบ้านฝาง ก็จะได้รับใบส่งตัวกลับเพื่อการดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care) ต่อไป จากสถิติข้อมูลผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาทั้งผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยใน พบว่ามีผู้ป่วย ที่เสียชีวิตส่วนใหญ่เป็นโรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ ได้แก่ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือดสมอง มะเร็ง ไตเสื่อม ซึ่งถูกส่งกลับรับการรักษาที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน หลังจากรักษากับแพทย์เฉพาะทางที่โรงพยาบาลระดับตติยภูมิ วินิจฉัยโรคเป็นระยะสุดท้ายแล้ว จึงส่งมาเพื่อดูแลแบบประคับประคองโรงพยาบาลใกล้บ้าน จากการรวบรวมข้อมูลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคองที่ขึ้นทะเบียนกับโรงพยาบาลบ้านฝาง พบว่าจำนวนผู้ป่วยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นจากปี 2558 - 2560 ตามลำดับดังนี้ 75, 89, 120 และ 3 อันดับโรคที่พบบ่อยในปี 2560 คือ 1. โรคมะเร็ง (CA) 2. โรคไตเรื้อรังระยะสุดท้าย (ESRD) 3. โรคติดเชื้ออื่น ๆ ตามลำดับ ระบบการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายของโรงพยาบาลบ้านฝาง ในระยะเริ่มต้น เน้นการดูแลในโรงพยาบาลโดยทีมพยาบาลผู้ป่วยใน ซึ่งเริ่มดำเนินการใน ปีงบประมาณ ๒๕๕๓ ร่วมกับทีมสหวิชาชีพ มีการกำหนดให้มีผู้รับผิดชอบ กำหนดบทบาทหน้าที่ จัดทำแนวทางในการดูแลผู้ป่วยที่ นอนรับการรักษาเป็นผู้ป่วยในเท่านั้น ต่อมาปี ๒๕๕๔ ได้มีการขยายเครือข่ายร่วมกับโรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่น เพื่อให้มีการดูแลผู้ป่วยอย่างต่อเนื่องหลังจากโรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่นส่งกลับมาดูแลแบบประคับประคองที่โรงพยาบาลบ้านฝาง และยังมีการสร้างเครือข่ายระดับปฐมภูมิ ลงสู่ชุมชน โดยขยายบริการจากโรงพยาบาลชุมชนลงสู่ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพและชุมชนในเครือข่าย โดยบริบท ศูนย์ดูแลแบบประคับประคองโรงพยาบาลบ้านฝาง ให้บริการผู้ป่วยทุกเพศทุกวัยที่ป่วยด้วยโรคร้ายที่คุกคามต่อชีวิตเป็นการดูแลแบบองค์รวม โดยมุ่งเน้นที่อาการจัดการไม่สุขสบายทั้งร่างกาย จิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ รวมทั้งการดูแลครอบครัวของผู้ป่วยด้วย การดูแลแบบประคับประคองสามารถทำร่วมกับการรักษาตัวโรค หรือ Life prolong treatment ซึ่งตอบสนองต่อเป้าหมายการดูแลที่ผู้ป่วยต้องการ กลุ่มผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่โรงพยาบาลบ้านฝางให้การดูแล ได้แก่ (๑) ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายที่มีการแพร่กระจายไปยังอวัยวะสำคัญอื่น ๆ ที่คาดว่าจะเสียชีวิตภายใน ๑ ปี (๒) ผู้ป่วยที่ปรับเปลี่ยนการรักษาจากการรักษาให้หายขาดมาเป็นเพียงการดูแลตามอาการ เนื่องจากโรคได้ลุกลามไปมาก เช่น ไตวาย เอดส์ ผู้สูงอายุ (๓) ผู้ป่วยที่ได้รับการพิจารณาว่ามีความเสี่ยงสูงต่อการควบคุมความปวด เช่น Cancer pain (๔) ผู้ป่วยที่ได้รับการส่งต่อจากสถาบันการแพทย์อื่น ๆ โดยโรคที่เป็นอยู่ลุกลามไปมากเกินกว่าจะให้การรักษาเยียวยาให้หายขาดและคาดว่าจะมีชีวิตอยู่ประมาณ ๖ เดือน

๒.๔.๓ ศูนย์ดูแลแบบประคับประคองโรงพยาบาลบ้านฝาง การให้บริการได้ตลอด ๒๔ ชั่วโมง ซึ่งนอกเวลาราชการ สามารถขอรับคำปรึกษา ทางโทรศัพท์กับผู้รับผิดชอบ ที่ระบบรับปรึกษา (Consult) ทั้งผู้ป่วยในและผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยฉุกเฉิน ผู้ป่วยในชุมชน ทุกวันไม่เว้นวันหยุดราชการ และมีการแต่งตั้งคณะกรรมการเครือข่ายการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายระดับจังหวัด ระดับอำเภอ ระดับชุมชน ซึ่งบุคลากรได้รับการอบรมครบ ๑๐๐ % มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลประคับประคอง (Palliative Care) และมีความมั่นใจในการปฏิบัติงาน ผู้ป่วยระยะสุดท้ายในเขตอำเภอบ้านฝาง ได้รับการดูแลแบบประคับประคองจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและภาคีเครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอบ้านฝาง อย่างต่อเนื่องและทั่วถึง ให้ได้รับการดูแลอย่างมีคุณภาพได้มาตรฐานและจากไปอย่างสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ ซึ่งมีการกำหนดแนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง เพื่อให้

เป็นรูปแบบและเป็นเครื่องมือในการทำงานและปฏิบัติไปในแนวทางเดียวกัน ซึ่งหากขาดการเตรียมการหรือระบบบริการที่ไม่ดีพอจะทำให้เกิดความสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล เพราะค่าใช้จ่ายของบุคคลในช่วง ๖ เดือนสุดท้ายของชีวิต มีมูลค่าสูงมากกว่าทุกช่วงของชีวิตและทำให้ผู้ป่วยถูกปิดกั้นโอกาสเข้าถึงการตายดี นอกจากนี้การขาดระบบบริการที่ดี ทำให้ผู้ป่วยตกอยู่ในสถานการณ์การยื้อชีวิตโดยไม่จำเป็น การดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายโดยเริ่มต้นจากผู้ป่วยได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายจากแพทย์เฉพาะทางโรงพยาบาลแม่ข่าย หรือโรงพยาบาลที่ผู้ป่วยไปรับรักษาแล้วส่งกลับมาดูแลโรงพยาบาลใกล้บ้าน ผู้ป่วยก็จะได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายของโรงพยาบาลบ้านฝาง ซึ่งการดูแลก็จะมุ่งเน้นที่ประคับประคองทั้งด้านร่างกาย ให้สุขสบาย บรรเทาอาการเจ็บปวด ดูแลบาดแผล ดูแลสิ่งรบกวนต่างๆที่ทำให้ไม่สุขสบายตามอาการที่เป็น ซึ่งมีเกณฑ์การประเมินเป็นระดับการเจ็บป่วยด้วยคะแนนเป็นวิธีการประเมินความสามารถในการช่วยเหลือตัวเองของผู้ป่วยโดยใช้ Palliative Performance Scale (PPS) เป็นเครื่องมือใช้ประเมินผู้ป่วยใน 5 หัวข้อหลัก ได้แก่ (๑) ความสามารถในการเคลื่อนไหว (๒) กิจกรรมและความรุนแรงของโรค (๓) การดูแลตนเอง (๔) การกินอาหาร และ (๕) ความรู้สึกตัว หากอาการรบกวนไม่มาก อาจให้ผู้ป่วยได้กลับไปอยู่ที่บ้านโดยผ่านขบวนการให้คำปรึกษาทั้งผู้ป่วยและญาติ (Family meeting) เข้าใจเรื่องการรักษาพยาบาลตามอาการ การยินยอมหรือไม่ยินยอมให้ใส่ท่อช่วยหายใจ ผู้ดูแลหลักตัดสินใจแทน หากผู้ป่วยไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ การบรรเทาอาการปวดด้วยยาแก้ปวด ที่ให้ตามลำดับขั้นบันได ที่ปวดไม่มากจนถึงปวดมาก เมื่อกลับไปอยู่บ้าน โดยการส่งข้อมูลให้กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ แก่ผู้รับผิดชอบและอยู่ในความดูแลของบุคลากรสาธารณสุขในชุมชนที่ผ่านการอบรม และจิตอาสาที่ได้รับการอบรม จากทางโรงพยาบาลบ้านฝาง คอยช่วยเหลือดูแลและยังมีทีมเยี่ยมบ้านเป็นสหวิชาชีพของโรงพยาบาลบ้านฝาง ออกติดตามเยี่ยม ให้การช่วยเหลือดูแลตามความจำเป็น มีวัสดุและอุปกรณ์ให้ยืมใช้ เช่น เตียงผู้ป่วย เครื่องผลิตออกซิเจน ที่นอนลมป้องกันแผลกดทับ ชุดทำแผลต่าง ๆ ซึ่งทำงานเป็นเครือข่าย ให้ผู้ป่วยได้รับการดูแล และอยู่ใกล้ชิดกับคนที่รักในครอบครัวในชุมชน จนลมหายใจสุดท้ายและตายไปอย่างสงบ

การขึ้นทะเบียนเป็นผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายมี ๒ แบบ

๑. ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายผู้ป่วยนอก คือ ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายแต่ยังช่วยเหลือตัวเองได้ ไม่มีอาการรบกวนมาก สามารถกลับไปใช้ชีวิตที่บ้านได้ มีการเตรียมตัวก่อนตาย ซึ่งจะได้รับการประเมินการดูแลแบบประคับประคองตามแบบประเมินการดูแลผู้ป่วยวาระสุดท้าย (PPS) และประชุมปรึกษากันกับทีมผู้ดูแลทั้งญาติและผู้ป่วย (Family meeting) ให้เข้าใจถึงสภาวะที่เป็นอยู่ อาการรบกวนทางร่างกายต่าง ๆ การบรรเทาอาการรบกวน วางแผนร่วมกันในการดูแลตัวเอง โดยการตัดสินใจของผู้ป่วยเอง ภายใต้กรอบการดูแลแบบประคับประคอง การมาพบแพทย์เมื่อจำเป็น การกลับไปใช้ชีวิตในสิ่งแวดล้อมที่ผู้ป่วยต้องการ การทำบุญ ถวายทาน การจัดการกับสิ่งค้างคาใจ ซึ่งต้องให้ผู้ป่วยทำในขณะที่ยังมีสติสัมปชัญญะหรือผู้ดูแลหลักที่ตัดสินใจแทนเมื่อถึงภาวะวิกฤตช่วยเหลือตัวเองไม่ได้แล้ว ทำเป็นลายลักษณ์อักษรไว้ การยื้อชีวิตด้วยเครื่องพันธนาการ การยินยอมหรือไม่ยินยอมให้ใส่ท่อช่วยหาย การปั๊มหัวใจ อาจมีเอกสารให้เซ็นชื่อไว้เป็นหลักฐานกรณีไม่ให้ทีมรักษายื้อชีวิต

๒. ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายผู้ป่วยใน คือ ผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายมีภาวะคุกคามชีวิตที่ต้องการให้อยู่ในความดูแลของแพทย์ ซึ่งญาติและผู้ป่วยยังต้องการให้อยู่ในความดูแลของทีมรักษา เช่น มีการติดเชื้อในอวัยวะในร่างกายต้องได้รับยาเข้าเส้นเลือดตามแผนการดูแล เมื่อมีอาการหายใจเหนื่อยหอบ ต้องได้พ่นยาเพื่อบรรเทาอาการ ขณะนอนรักษาในโรงพยาบาลทั้งผู้ป่วยและญาติ มีการเตรียมตัวก่อนตาย โดยจะได้รับคำปรึกษาจากพยาบาล (Family meeting) เหมือนผู้ป่วยนอกก่อนที่จะกลับบ้านให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในครอบครัวอย่างอบอุ่นในวาระสุดท้ายของชีวิต

การแบ่งระดับผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง[๘๖] (Palliative Performance Scale version 2 (PPSv2) เพื่อให้การดูแลเป็นไปตามกระบวนการของการดูแลแบบประคับประคองตรงตามปัญหาของผู้ป่วยจึงได้มีการแบ่งระดับการดูแลแบบประคับประคอง ซึ่งเป็นการแบ่งตามมิติตามการรับรู้ของผู้ป่วยซึ่งมี ๕ มิติ แต่ละมิติประเมินเป็นระดับตั้งแต่ ๑๐๐% มีการเคลื่อนไหวได้ปกติ ทำกิจกรรมและทำงานได้ตามปกติไม่มีอาการของโรค ดูแลตัวได้ปกติ รับประทานได้ปกติ มีความรู้สึกปกติ และลดลงตามลำดับของความสามารถในแต่ละมิติ จนถึง ๑๐ % ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้นอนบนเตียงตลอดเวลา ไม่สามารถทำกิจกรรมใด ๆ มีการลุกลามของโรคมากขึ้น ต้องการการดูแลทั้งหมด รับประทานไม่ได้ (บ้วนปากได้เท่านั้น) ง่วงซึมหรือไม่รู้สึกตัวหรืออาจสับสน

๑) การเคลื่อนไหว เป็นการประเมินความสามารถในการเคลื่อนไหว

๒) การปฏิบัติกิจกรรมและการดำเนินโรค เป็นการประเมินความสามารถในการทำกิจกรรมและทำงานกิจวัตรประจำวัน

๓) การดูแลตนเอง เป็นการประเมินความสามารถในช่วยเหลือตัวเอง

๔) การรับประทานอาหาร เป็นการประเมินปริมาณการรับประทานอาหารในแต่ละมื้อ

๕) ระดับความรู้สึก เป็นการประเมินระดับความรู้สึก การตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้น

ตารางที่ ๒.๕ การวางแผนการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง

การดำเนินการวางแผนการดูแลผู้ป่วยโดยใช้ Palliative Performance Scale โรงพยาบาลบ้านฝาง	
PPS ๗๐-๑๐๐ % ระยะคงที่	
Disease Management	- ทบทวนประวัติผู้ป่วย ทราบแผนการดูแล
การประเมินด้านร่างกายและวางแผนการดูแล	ให้ผู้ป่วยประเมินอาการตนเองโดยใช้ ESAS และวางแผนการจัดการอาการอย่างมีประสิทธิภาพ จัดการอาการที่มีค่าคะแนน>4 โดยใช้ทั้ง Pharmaco และ non – pharmacological management - ประเมินความต้องการด้านการพยาบาลดูแล

[๘๖] บุษยามาส ชีวสกุลยง. *แบบประเมินระดับการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง ฉบับสวนดอก,* อ้างแล้ว.

การประเมินการประเมินด้านจิต สังคม และจิตวิญญาณ	- ประเมินความเข้าใจของผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับการวินิจฉัยและแผนการรักษา - ประเมินการยอมรับต่อความเจ็บป่วยและการเผชิญปัญหาของผู้ป่วยและครอบครัว - ประเมินความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัว
การประเมินและดูแล ผู้ดูแล	- สอนวิธีการประเมินอาการและการใช้ยาต่างๆ สอนการดูแลทั่วไป - สอนการดูแลท่อหรือสายยางต่างๆ แผล Ostomy รวมถึงอุปกรณ์การแพทย์ที่ต้องใช้ที่บ้าน
รวบรวมปัญหา วางเป้าประสงค์การรักษา	- ทำ Nursing care plan - พูดคุยกับผู้ป่วยและครอบครัวถึงเป้าหมายการดูแลที่ตกลงร่วมกัน - ติดตามประเมิน PPS ทุกสัปดาห์
การดำเนินการวางแผนการดูแลผู้ป่วยโดยใช้ Palliative Performance Scale โรงพยาบาลบ้านฝาง	
PPS ๔๐-๖๐ % ระยะเปลี่ยนผ่าน	
Disease Management	- ทบทวนประวัติผู้ป่วย ทราบแผนการดูแล - ป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดและพิจารณาวางแผนการรักษาโดยยึดคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยเป็นสำคัญ
การประเมินด้านร่างกายและวางแผนการจัดการอาการ	- ประเมินความเข้าใจของผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับสภาพร่างกายและอาการต่างๆ และการจัดการ - ให้ความเข้าใจแก่ผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับอาการที่มักพบในช่วงที่โรคมีการลุกลามและแนวทางการดูแล - ให้ผู้ป่วยประเมินอาการตนเองโดยใช้ ESAS และวางแผนการจัดการอาการอย่างมีประสิทธิภาพ จัดการอาการที่มีค่า คะแนน>๔โดยใช้ทั้งPharmaco และnon – pharmacological management - ประเมินภาวะโภชนาการ ปรึกษาโภชนากรตามความเหมาะสม - ประเมินความต้องการด้านการพยาบาลและความปลอดภัย ป้องกันการล้มหรืออุบัติเหตุ - แนะนำจัดสิ่งแวดล้อมและจัดหาเครื่องใช้ต่างๆ ให้เหมาะสมกับสมรรถภาพของผู้ป่วย

การประเมินด้านจิต สังคม และจิตวิญญาณ	ประเมินความเข้าใจของผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับการภาวะของโรคและแผนการดูแล - ประเมินการยอมรับต่อภาวะของโรคและการเผชิญปัญหาของผู้ป่วยและครอบครัว - ประคับประคองผู้ป่วยและครอบครัวให้ผ่านช่วงเปลี่ยนผ่าน - ประเมินความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัว - ประเมินความต้องการด้านจิตวิญญาณ - พูดคุยเรื่องทางเลือกของการดูแล แหล่งช่วยเหลือที่มีที่บ้านหรือในชุมชน
การประเมินและดูแล ผู้ดูแล	พัฒนาศักยภาพของผู้ดูแลให้สามารถให้การดูแลผู้ป่วยได้อย่างเหมาะสม - สอนวิธีการประเมินอาการและการใช้ยาต่างๆ สอนการดูแลทั่วไป - สอนการดูแลท่อหรือสายยางต่างๆ แผล Ostomy รวมถึงอุปกรณ์การแพทย์ที่ต้องใช้ที่บ้าน
รวบรวมปัญหา วางเป้าประสงค์การรักษา	- ทำ Nursing care plan - พูดคุยกับผู้ป่วยและครอบครัวถึงเป้าหมายการดูแลที่ตกลงร่วมกัน - ปรึกษาทีมสหสาขาที่เกี่ยวข้อง - ติดตามประเมิน PPS ทุก๔ สัปดาห์
การดำเนินการวางแผนการดูแลผู้ป่วยโดยใช้ Palliative Performance Scale โรงพยาบาลบ้านฝาง	
PPS ๑๐-๓๐% ระยะสุดท้ายของชีวิต	
การประเมินด้านร่างกายและวางแผนจัดการอาการ	-ประเมินความเข้าใจของผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับสภาพร่างกายและอาการต่างๆ และการจัดการเป้าหมายให้ผู้ป่วยสุขสบายด้วยความเคารพในศักดิ์ศรีของผู้ป่วย -ให้ข้อมูลล่วงหน้า เตรียมตัวสำหรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในช่วงสุดท้ายของชีวิต -ทบทวนการรักษาและยาที่ใช้ ใช้เฉพาะที่จำเป็นและทบทวนวิธีการบริหารยา-ทบทวนการรักษาและยาที่ใช้ใช้เฉพาะที่จำเป็นและทบทวนวิธีการบริหารยา --วางแผนการจัดการอาการในระยะสุดท้ายอย่างมีประสิทธิภาพ -ทบทวนการตรวจเลือด

	(Liver function tests,creatinine)เพื่อปรับขนาดยาแก้ปวดที่ใช้ -ให้อาหารจำนวนน้อยๆหรือให้จิบน้ำเท่าที่ผู้ป่วยจะรับได้ -ดูแลระบบขับถ่าย จัดสิ่งแวดล้อมที่สงบ
การประเมินด้านจิต สังคมและจิตวิญญาณ	-เตรียมครอบครัวเกี่ยวกับอาการของผู้ป่วยในระยะใกล้เสียชีวิต -สอบถามความต้องการในระยะสุดท้ายของชีวิตว่าต้องการเสียชีวิตที่บ้านหรือโรงพยาบาล -พูดคุยเรื่องทางเลือกของการดูแล แหล่งช่วยเหลือที่บ้านหรือในชุมชน -ทำ Advance directive วางแผนล่วงหน้าเกี่ยวกับการดูแล withhold/withdraw life support ประเมินความต้องการด้านจิตวิญญาณและพิธีกรรมทางศาสนา Bereavement care plan
การประเมินดูแลผู้ดูแล	-สอนวิธีการดูแลให้ผู้ป่วยสุขสบาย (comfort care) Bereavement care plan -ทบทวนความจำเป็นการประชุมของทีมสหสาขาเพื่อวางเป้าหมายการดูแล
รวบรวมปัญหาและการวางเป้าประสงค์การรักษา	-ทำ Nursing care plan พูดคุยกับผู้ป วยและครอบครัวถึงเป้าหมายการดูแลที่ตกลงร่วมกัน -End of life check list -ติดตามประเมิน PPS ทุกสัปดาห์
PPS 0% เสียชีวิต	
การประเมินและดูแลผู้ดูแล	-แจ้งให้ครอบครัวทราบ แนะนำแหล่งประคับประคองจิตใจ -ให้การประคับประคองด้านจิตวิญญาณและ Bereavment care -อธิบายขั้นตอนและประสานการจัดการเอกสารเกี่ยวกับการแจ้งตาย การนำศพกลับบ้าน

๒.๖ สรุปรูปแบบการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายตามกระบวนการดูแลแบบประคับประคอง โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

ศูนย์ดูแลประคับประคองโรงพยาบาลบ้านฝาง เป็นหน่วยงานย่อยของงานผู้ป่วยในเป็นเจ้าภาพงาน ของกลุ่มการพยาบาลในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย โดยทำงานเป็นทีมสหวิชาชีพมีทั้งแพทย์ พยาบาล เภสัชกร นักกายภาพบำบัด แพทย์แผนไทย งานประกันสุขภาพ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพที่เป็นเครือข่าย โดยมีหลักการและเป้าหมายของการทำงานการเตรียมตัวตายตามนโยบายกระทรวงสาธารณสุข มีแผนงานเป็นโครงการรองรับ มีตัวชี้วัดในการดำเนินงาน มีเจ้าภาพงานเป็นพยาบาลวิชาชีพชำนาญการที่ได้รับการอบรมเฉพาะทาง มีความรู้ความสามารถในการให้การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายและญาติ ตลอดจนการประสานงานกับทีมสหวิชาชีพ เป็นงานที่ท้าทาย เป็นงานที่เป็นความหวังสุดท้ายของผู้ป่วยและญาติในการที่จะทำให้ได้รับการดูแลบรรเทาอาการเจ็บปวด หรือการดูแลบาดแผล เบิกวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นสำหรับผู้ป่วยเช่น ถังผลิตออกซิเจน อุปกรณ์ทำแผล ทำการประเมินสภาพผู้ป่วยแรกรับตามแบบฟอร์มการประเมินการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตั้งแต่แพทย์วินิจฉัยว่าเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้าย ได้รับใบส่งกลับจากโรงพยาบาลศูนย์ขอนแก่น หรือโรงพยาบาลศรีนครินทร์ ในระหว่างที่ผู้ป่วยนอนรักษาในโรงพยาบาลบ้านฝางจะได้รับการแลตามอาการในขณะเดียวกันพยาบาลผู้ดูแลจะใช้หลักการ Counselling เพื่อประเมินการรับรู้สภาวะที่กำลังเผชิญอยู่ ซึ่งตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาทเน้นสอนหลักการให้มนุษย์รู้จักอริยสัจ ๔ เข้าใจตามความเป็นจริงของชีวิตและใกล้ชิดกับความตาย เพราะชีวิตไม่ใช่สิ่งที่แน่นอน แต่ความตายคือสิ่งที่แน่นอน ให้เห็นชีวิตกับความตายเป็นเรื่องเดียวกัน หลักการของการเตรียมตัวก่อนตาย คือ การสร้างความเข้าใจเรื่องชีวิตและความตาย ว่าเป็นเรื่องจริงที่หลีกหนีไม่พ้น ไม่ควรประมาทในการดำเนินชีวิต เข้าใจและเข้าถึงกฎไตรลักษณ์ มีเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป มองการณ์ล่วงหน้าเสมอว่า อย่างไรเสียชีวิตเราก็ต้องตาย โดยมีเป้าหมายหลักของการเตรียมตัวก่อนตาย คือ ความสามารถ ในการรับกับสถานการณ์ภาวะใกล้ตายได้ ตั้งแต่เริ่มรับรู้ว่า เจ็บป่วยด้วยโรคมะเร็งที่รักษาไม่หาย และจะตายในที่สุด เป้าหมายหลักคือ เข้าใจ ยอมรับ และเตรียมใจรับกับความตายที่กำลังมาถึง โดยยึดถือเอาคำสอนและตัวอย่างจากพระพุทธเจ้าก็ยังทรงเตรียมการล่วงหน้าก่อนปรินิพพานอย่างรอบคอบทั้งด้านสถานที่ การเตรียมการรองรับสถานการณ์หลังพุทธปรินิพพาน การมอบหมายพินัยกรรมทางธรรม และการเตรียมการเรื่องรูปแบบการจัดการพระบรมศพ เป็นเส้นทางในการนำทางการเตรียมตัวก่อนตาย

๒.๖.๑ หลักการในการเตรียมการ

- เตรียมด้านร่างกาย เพื่อให้มีความสุขสบาย บรรเทาอาการต่าง ๆ
- เตรียมด้านจิตใจ เพื่อให้พร้อมกับการยอมรับความจริง เพื่อการละวางและปลดเปลื้องภาระต่าง ๆ ที่คั่งค้างคาใจ
- เตรียมด้านครอบครัว สังคมและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้มีความพร้อมกับการดูแลที่เป็นวัฒนธรรมอันดีงาม มีความเข้าใจไปในทางเดียวกัน ไม่มีความขัดแย้ง
- เตรียมด้านจิตวิญญาณ เพื่อให้มีสิ่งเหนี่ยวใจจรรโลงใจ โดยการนำเอาหลักพุทธธรรมมาปรับใช้

๒.๖.๒ เป้าหมายของการเตรียมตัวก่อนตาย เพื่อให้ผู้ป่วยได้มีโอกาสเตรียมความพร้อมกับสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้นทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจและจิตวิญญาณ ด้านครอบครัว สังคมและสิ่งแวดล้อม

เพื่อให้ผู้ป่วยได้ทบทวนชีวิตที่ผ่านมาได้มีโอกาสอโหสิกรรมกับบุคคลรอบข้าง เพื่อให้ผู้ป่วยได้น้อมนำจิตใจเอาพุทธธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาทำให้จิตใจอ่อนโยน มีเมตตา ละตัวตน ปล่อยวางลง ปลงภาระลง เพื่อนำไปสู่การตายดี ตายอย่างสมศักดิ์ศรี เพื่อการสิ้นลมพบทางดี เพื่อเข้าสู่การเปลี่ยนแปลงสถานภาพในภพภูมินี้เพื่อให้แรงเหวี่ยงของกรรมดีที่เคยทำไว้ส่งผลให้ไปเกิดภพอื่น เพื่อก้าวข้ามไปสัมปรายภพหรือภพหน้าต่อไป ตามความเชื่อของพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๖.๒.๑ เตรียมตัวด้านร่างกาย โรคมะเร็งระยะสุดท้ายเป็นโรคที่ทำให้มีความเจ็บปวดทรมานแสนสาหัสต่ออวัยวะนั้น ๆ เพื่อเป็นการบรรเทาเบาบางให้ร่างกายมีความสุขสบายขึ้น สามารถมีชีวิตอยู่ได้โดยไม่มีความทุกข์ทรมาน ตามแผนการรักษาจะเริ่มให้ยาแก้ปวดเป็นขั้นบันไดของความปวด โดยเริ่มจากปริมาณน้อยไปหามากตามระดับของความคงทนของแต่ละคน ตั้งแต่วิธีกินยาเม็ดถ้ายังกลืนได้ ยาน้ำแก้ปวด ยาอมใต้ลิ้นเมื่อกลืนลำบาก หรือแผ่นแปะแก้ปวด ยาฉีดใต้ผิวหนังหากกลืนไม่ได้ ให้ยาตามเวลาตั้งแต่ปริมาณน้อย ๆ ตามระยะเวลาห่าง และเพิ่มปริมาณขนาดยาขึ้นเรื่อย ๆ เพิ่มระยะเวลาถี่ขึ้นจนผู้ป่วยเสียชีวิตอย่างสงบ สรุปการตามหลักอริยสัจ ๔ การเปลี่ยนแปลงของร่างกายของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานต่าง ๆ การประเมินความต้องการด้านร่างกาย ทำให้ทีมสุขภาพผู้ดูแลรู้ถึงความต้องการในการช่วยเหลือเพื่อบรรเทาอาการทุกข์ต่าง ๆ เหล่านั้น ได้ตรงกับปัญหาและความต้องการ ทำให้ผู้ป่วยสุขสบายตามสภาวะนั้น ๆ จนกระทั่งลมหายใจสุดท้าย

๒.๖.๒.๒ เตรียมด้านจิตใจ ความเกรงกลัวต่อความตายนั้นถือว่าเป็นที่สุดของความกลัวทั้งปวง ดังนั้น เมื่อการเจ็บป่วยเข้าสู่ระยะสุดท้าย ก็นับเวลา เข้าใกล้ความตายมากขึ้น ดังนั้น การเตรียมใจรับสถานการณ์ที่ความตายใกล้เข้ามาถึงจึงเป็น เรื่องสำคัญยิ่ง เพื่อให้มีความพร้อมกับการยอมรับความจริง เพื่อการละวางและปลดเปลื้องภาระต่าง ๆ ที่คั่งค้างคาใจ ตัดความกลัวด้วยการละอัตตา การเรียนรู้ฝึกจิตใจให้ตระหนักรู้เกี่ยวกับความเป็นจริงของชีวิตจะทำให้การจากไปอย่างสงบสุข ให้รู้ว่าแท้จริงของชีวิตความเป็นตัวตนของเราก็เสื่อมไปตามกาลเวลา จนถึงวาระสุดท้ายคือ การสิ้นสุดความเป็นมนุษย์หรือตายไป สิ่งมีชีวิตก็จบลงไป เป็นการน้อมเอาคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเข้ามาสนทนากับผู้ป่วยและครอบครัวในเรื่องการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ตามหลักของไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เพื่อลดการยึดความเป็นตัวตนของตนเอง ตระหนักรู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่ใช่ของเราตัวเราสุดท้ายทุกคนก็ต้องละจากไปในสิ่งที่เรามีอยู่ และให้ผู้ป่วยได้มีโอกาสทำบุญถวายทาน ไหว้พระสวดมนต์ ฟังธรรม ตามความเชื่อความศรัทธาเพื่อให้มีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจในบุญกุศล สรุปตามหลักอริยสัจ ๔ ปัญหาด้านจิตใจและจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย จากการประเมินทำให้ทีมสุขภาพผู้ดูแล ได้รู้และเข้าถึงความต้องการในการช่วยเหลือเรื่อง ความฝังใจ ปมคาใจต่าง ๆ ความปรารถนา อารมณ์ ความรู้สึก ความกลัว ตลอดจนความเชื่อความศรัทธาต่าง ๆ ความคาดหวังของผู้ป่วยและครอบครัว ซึ่งสามารถวางแผนช่วยเหลือดูแลตามสภาวะที่กำลังเผชิญ จนหมดสิ่งค้างคาในใจก่อนลมหายใจสุดท้าย

๒.๖.๒.๓ เตรียมตัวด้านครอบครัว สังคมและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้มีความพร้อมกับการดูแลที่เป็นวัฒนธรรมอันดีงาม มีความเข้าใจไปในทางเดียวกัน ไม่มีความขัดแย้ง ผู้ป่วยมีสิทธิ์ในร่างกายของตนเองเลือกที่จะให้แพทย์ทำการรักษาหรือหยุดรักษาต่อไป เมื่อเข้าภาวะวิกฤติโดยการแจ้งไว้เป็นลายลักษณ์อักษรขณะที่ยังมีสติสัมปชัญญะ หรือแจ้งไว้กับญาติใกล้ชิดที่ผู้ป่วยให้ความ

ไว้วางใจ ผู้ป่วยมีสิทธิ์ที่จะกลับบ้านเพื่อให้ญาติได้มีโอกาสดูแลกันอย่างใกล้ชิด ได้ทำในสิ่งที่ยังไม่ได้ทำ ยังค้างคาใจอยู่ ได้ทำพิธีกรรมต่าง ๆ ตามความเชื่อความศรัทธา ผู้ป่วยมีสิทธิ์เลือกสถานที่เสียชีวิตและรูปแบบการฌาปนกิจและสถานที่ฌาปนกิจ สรุปตามหลักอริยสัจ ๔ ครอบครัว สังคมและสิ่งแวดล้อม หรือบริบทต่าง ๆ ในครอบครัวของผู้ป่วยระยะสุดท้าย การประเมินทำให้ทีมสุขภาพผู้ดูแลได้รู้ถึงปัญหาและความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัวตามบทบาทที่สัมพันธ์กับสังคมและสิ่งแวดล้อม สามารถร่วมกันวางแผนช่วยเหลือดูแล ตามสภาวะที่กำลังเผชิญเพื่อให้เกิดคุณค่า ไม่รู้สึกเป็นตราบาป ลดความขัดแย้ง เกิดการยอมรับกับสิ่งนั้น ๆ ได้ปลดปล่อยภาระวางลง ไม่มีสิ่งใดค้างคาใจอีกต่อไป

๒.๖.๒.๔ เตรียมตัวด้านจิตวิญญาณ ตามความเชื่อ ความศรัทธา เพื่อการเตรียมตัวก่อนตาย นำหลักพุทธธรรมมาแก้ปัญหา คือ หลักในกรอบอริยสัจ ๔ เพื่อให้มองเห็นสภาพความเป็นจริงของสุขภาพร่างกาย ตั้งแต่เกิดมามีความแปรเปลี่ยนตลอดเวลา มีความเสื่อมลงตลอดเวลา มันมีความเจ็บป่วย มันเป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา ชีวิตคนเราก็เหมือนใบไม้ล่วงหล่นจากกิ่งก้านเป็นธรรมดาไม่ยั่งยืนเมื่อถึงเวลา พิจารณาหลักธรรมเกี่ยวกับความตายให้มาก ฝึกมรณานุสติ, กายคตาสติ สนทนาธรรม ฟังธรรม สวดมนต์ บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ เพื่อให้เกิดอำนาจแห่งทานเป็นที่ตั้งแห่งบุญ เพื่อให้เกิดพลังสติ พลังสมาธิ มีจิตใจตั้งมั่นให้มีจิตใจจดจ่ออยู่กับการฝึกมรณานุสติ จิตสงบ ปล่อยวาง

บทที่ ๓
หลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาท

ในบทนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอริยสัจ ๔ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งถือเป็นหัวใจเป็นความสำคัญของพระพุทธศาสนา เป็นธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรงโปรดเวไนยสัตว์ออกจากทุกข์ ซึ่งย่อมมีแง่มุมมากมาย ผู้วิจัยจึงได้กำหนดหัวข้อเพื่อประโยชน์ไปปรับใช้ในงานวิจัย ดังต่อไปนี้

๓.๑ ความเป็นมาของอริยสัจ ๔
- ๓.๑.๑ ชีวิตมนุษย์กับอริยสัจ ๔
- ๓.๑.๒ เมื่อยังไม่รู้จักอริยสัจ ๔ จึงหาวิธี
- ๓.๑.๓ ต้องเรียนให้รู้อริยสัจ ๔ จึงพ้นทุกข์
- ๓.๑.๔ เมื่อรู้จักอริยสัจ ๔ ปฏิบัติจนกลายเป็นอริยบุคคล
- ๓.๑.๕ พระพุทธองค์กับอริยสัจ ๔
  - ๓.๑.๕.๑ พระพุทธองค์คือผู้ชี้ทาง
  - ๓.๑.๕.๒ ความมืดบอดของโลกมีตลอดเวลาที่พระตถาคตไมเกิดขึ้น

๓.๒ ความหมายของอริยสัจ ๔

๓.๓ ความสำคัญของอริยสัจ ๔
- ๓.๓.๑ อริยสัจ ๔ เปนสิ่งที่คงที่ไมรูจักเปลี่ยน
- ๓.๓.๒ การฟงอริยสัจเหมาะสำหรับจิตที่ฟอกแลวเทานั้น
- ๓.๓.๓ การพ้นทุกข์โดยไม่รู้อริยสัจ ๔ เป็นไปไม่ได้

๓.๔ องค์ประกอบของอริยสัจ ๔
- ๓.๔.๑ ทุกข์ในอริยสัจ ๔
- ๓.๔.๒ สมุทัยในอริยสัจ ๔
- ๓.๔.๓ นิโรธในอริยสัจ ๔
- ๓.๔.๔ มรรคในอริยสัจ ๔

๓.๕ หลักการของอริยสัจ ๔
- ๓.๕.๑ กฎของไตรลักษณ์
- ๓.๕.๒ กฎของปฏิจจสมุปบาท
- ๓.๕.๓ กฎของอิทัปปัจจยตา

๓.๖ การแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔

๓.๖.๑ กระบวนการแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔

๓.๖.๑.๑ ขั้นทุกข์(ขั้นศึกษาปัญหา)

๓.๖.๑.๒ ขั้นสมุทัย(ขั้นค้นหาสาเหตุของทุกข์)

๓.๖.๑.๓ ขั้นนิโรธ(ขั้นกำหนดวัตถุประสงค์ของทุกข์)

๓.๖.๑.๔ ขั้นมรรค(ขั้นกำหนดวิธีการ)

๓.๖.๒ วิธีแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔ ในฐานะการศึกษากระบวนการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง

๓.๑ ความเป็นมาของอริยสัจ ๔

“อริยสัจ” คือ ความจริงอันประเสริฐ เป็นความจริงเป็นของแท้ ไม่คลาดเคลื่อน ไม่เปลี่ยนแปลงที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้และทรงแสดง เรื่องอริยสัจนี้ เปนเรื่องความทุกขและความดับทุกข ทุกระดับ ทุกขั้นตอน ทุกแงทุกมุม เปนเรื่องเดียวที่พระพุทธองคนำมาสอน คือ เรื่องความทุกขกับความดับทุกขเท่านั้น ที่เป็นความจริงที่มีอยู่แล้วในโลก ในจักรวาล พระพุทธเจ้าจะเกิดหรือไม่เกิดขึ้นมาในโลกนี้ก็ตาม สิ่งนี้ก็มีอยู่อย่างนี้ แม้พระองคจะตรัสวาสิ่งที่ทรงนำมาสอนนั้นเพียงเทากับใบไมกำมือเดียว เมื่อเทียบกับใบไมทั้งปา ที่ทรงนำมาโปรดเวไนยสัตว์ ทรงนำมาเปิดเผยแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิต ส่วนสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แม้เป็นความจริง ก็ไม่ทรงนำมาสอน ซึ่งหากใครได้เข้าไปรู้อย่างแจ่มแจ้งและปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธองค์ ก็จะเป็นอริยบุคคล อริยสัจจึงมีคุณค่ามาก ธรรมะที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้มีมากมาย ดุจใบไม้ทั้งหมดที่มีอยู่ในป่า แต่ที่ทรงนำมาสอนเพียงกำมือเดียว ดังเรื่องที่พระองค์ทรงหยิบใบประดู่ลายขึ้นมาแล้วตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า:- “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายสำคัญว่าอย่างไร ใบประดูลายเล็กน้อย ที่เราถือไว้ด้วยฝ่ามือกับใบไม้ที่อยู่บนต้นทั้งป่าสีสปาวัน ไหนจะมากกว่ากัน?” “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ใบประดูลายจำนวนเล็กน้อย ที่พระผู้มีพระภาคทรงถือไว้ด้วยฝ่าพระหัตถ์ มีประมาณน้อย ส่วนที่อยู่บนต้น ในสีสปาวันนั่นแล มากกว่าโดยแท้” “ฉันนั้นเหมือนกัน ภิกษุทั้งหลาย สิ่งที่เรารู้ยิ่งแล้ว มิได้บอกแก่เธอทั้งหลาย มีมากมายกว่า; เพราะเหตุไรเราจึงมิได้บอก เพราะสิ่งนั้นไม่ประกอบด้วยประโยชน์ มิใช่หลักเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ไม่เป็นไปเพื่อนิพพิทา เพื่อวิราคะ เพื่อนิโรธ เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อนิพพาน, ภิกษุทั้งหลาย อะไรเล่าที่เราบอก เราบอกว่า นี้ทุกข์ เราบอกว่า นี้ทุกขสมุทัย เราบอกว่า นี้ทุกขนิโรธ เราบอกว่า นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา; เพราะเหตุอะไรเราจึงบอก ก็เพราะข้อนี้ประกอบด้วยประโยชน์ ข้อนี้เป็นหลักเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ ข้อนี้เป็นไปเพื่อนิพพิทา เพื่อวิราคะ เพื่อนิโรธ เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อนิพพาน ฉะนั้นเราจึงบอก; เพราะฉะนั้นแล ภิกษุทั้งหลาย เธอพึงกระทำความเพียร เพื่อรู้ตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้ทุกขสมุทัย นี้ทุกขนิโรธ นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา”[๑] สรุปความได้ว่า ธรรมที่พระองค์ตรัสรู้คืออริยสัจหรือความจริงอันประเสริฐนี้ก็มีอยู่อย่างนี้ ทรงรู้มีมาก เหมือนใบประดู่ลายที่มีในป่าประดู่ลาย ซึ่งพระองค์ไม่ทรงนำมาสอน เพราะไม่มีประโยชน์ ไม่นำไปสู่ความพ้นทุกข์ ส่วน

[๑] สำ.ม.๑๙/๑๗๑๒-๓/ ๕๔๘-๙.

ธรรมที่ทรงนำมาสอนคือ เรื่องทุกข์ เรื่องทุกขสมุทัย เรื่องทุกขนิโรธ เรื่องทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา ซึ่งมีประโยชน์ นำไปสู่ความพ้นทุกข์ หมายความว่า ธรรมที่ทรงนำมาสอน เท่ากับใบไม้กำมือเดียว

๓.๑.๑ ชีวิตมนุษย์กับอริยสัจ ๔

มนุษย์ที่เกิดมาในโลกนี้ล้วนอยู่ด้วยความกลัว จมอยู่กับความทุกข์ จึงมีการหาวิธีเอาตัวรอดให้ชีวิตอยู่รอดปลอดภัย กลัวที่สุดคือความตาย ตั้งแต่ยุคดึกดำบรรพ์จนถึงปัจจุบัน ความกลัวตายก็ยังคงอยู่ มีความหวงแหนในชีวิตตน แต่ถูกปกคลุมด้วยสิ่งที่ไม่เคยรู้จักทั้ง ๆ ที่ สิ่ง ๆ นั้นอยู่กับตัวเองตลอดเวลาแต่ไม่รู้จัก จึงหาที่พึ่งเพื่อความอยู่รอดของชีวิตต่าง ๆ นานา จากภายนอกตัวเอง จนกระทั่งสมัยก่อนพุทธกาล ๘๐ ปี เจ้าชายสิทธัตถะแห่งกรุงกบิลพัสดุ์ได้สละราชสมบัติทั้งหลายออกบวชเพื่อแสวงหาทางพ้นทุกข์บำเพ็ญเพียรเป็นเวลา ๖ ปี จึงตรัสรู้สัมโพธิญาณเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยพระองค์เอง เป็นสัพพัญญู รู้แจ้งโลกอย่างแจ่มแจ้ง แล้วจึงนำธรรมะนี้ออกสั่งสอนเหล่าสาวก เวไนยสัตว์ทั้งหลายที่ยังหลงอยู่ให้รู้ตามและปฏิบัติตามจนบรรลุมรรคผลเป็นอริยบุคคลซึ่งธรรมะนี้ก็คือ อริยสัจ ๔ นั่นเอง อริยสัจ ๔ จึงเป็นการฝึกอบรมตนเองด้านภายในคืออบรมจิตให้เกิดความเข้าใจความจริงอันประเสริฐ ทั้ง ๔ ประการ โดยเมื่อเห็นความทุกขแ์ละเข้าใจเหตุให้เกิดทุกข์แล้วก็ฝึกอบรมจิตให้ถึง ความดับไม่เหลือของทุกข์ด้วยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นเครื่องนำทางในการดำเนินชีวิตที่ดี

๓.๑.๒ เมื่อยังไม่รู้จักอริยสัจ ๔ จึงหาวิธี

มนุษย์ผู้อยู่ด้วยความกลัวจึงหาที่พึ่ง ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า; “มนุษย์ทั้งหลายเป็นอันมาก ถูกความกลัวคุกคามเอาแล้ว ย่อมยึดถือเอาภูเขาบ้าง ป่าไม้ที่ศักดิ์สิทธิ์บ้าง สวนศักดิ์สิทธิ์บ้าง รุกขเจดีย์บ้างว่า เป็นที่พึ่งของตน ๆ: นั่นไม่ใช่ที่พึ่งอันทำความเกษมให้ได้เลย. นั่นไม่ใช่ที่พึ่งอันสูงสุด; ผู้ใดถือเอาสิ่งนั้น ๆ เป็นที่พึ่งแล้ว ย่อมไม่หลุดพ้นไปจากทุกข์ทั้งปวง ได้. ส่วนผู้ใด ที่ถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งแล้ว เห็นอริยสัจทั้งสี่ ด้วยปัญญาอันถูกต้อง คือเห็นทุกข์ เห็นเหตุเป็นเครื่องให้เกิดขึ้นของทุกข์ เห็นความก้าวล่วงเสียได้ซึ่งทุกข์ และเห็นมรรคประกอบด้วยองค์แปด อันประเสริฐซึ่งเป็นเครื่องให้ถึงความเข้าไปสงบรำงับแห่งทุกข์: นั่นแหละคือ ที่พึ่งอันเกษม, นั่นคือ ที่พึ่งอันสูงสุด; ผู้ใดถือเอาที่พึ่งนั้นแล้ว ย่อมหลุดพ้นไปจากทุกข์ทั้งปวง ได้แท้.”[๒]

๓.๑.๓ ต้องเรียนรู้ให้รู้จักอริยสัจ ๔ จึงพ้นทุกข์ การพ้นทุกข์โดยไม่รู้อริยสัจ ๔ เป็นไปไม่ได้ การที่จะพ้นทุกข์ได้นั้น ต้องรู้อริสัจ ๔ การพ้นทุกข์โดยไม่รู้อริยสัจ ๔ เป็นไปไม่ได้ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า; ภิกษุทั้งหลาย! เปรียบเหมือนผู้ใดผู้หนึ่งจะพึงกล่าวว่า “ฉันไม่ต้องทำพื้นฐานรากในเบื้องล่างของเรือนดอก แต่ฉันจักทำตัวเรือนข้างบนได้” ดังนี้: นี่ไม่เป็นฐานะที่จักมีได้ ฉันใด; ข้อนี้ก็ไม่เป็นฐานะที่จักมีได้ ฉันนั้น คือข้อที่ผู้ใดผู้หนึ่งจะพึงกล่าวว่า “ฉันไม่ต้องรู้จักความจริงอันประเสริฐ คือความจริงเรื่องทุกข์, เรื่องเหตุให้เกิดทุกข์,เรื่องความดับไม่เหลือของทุกข์, และเรื่องทางดำเนินให้ถึงความดับไม่เหลือของทุกข์นั้นดอก แต่ฉันจักทำความสิ้นสุดแห่งทุกข์ได้ โดยถูกต้อง;” ดังนี้: ภิกษุทั้งหลาย! และเปรียบเหมือนผู้ใดผู้หนึ่งจะพึงกล่าวว่า “ฉันต้องทำฐานรากของเรือนตอนล่างเสียก่อน จึงจักทำตัวเรือนข้างบนได้” ดังนี้: นี่เป็นฐานะที่จักมีได้ ฉันใด : ข้อนี้ก็เป็นฐานะที่จักมีได้ ฉันนั้น คือข้อที่ผู้ใดผู้หนึ่งจะพึงกล่าวว่า “ฉันครั้นรู้ความจริงอันประเสริฐ คือความจริงเรื่องทุกข์, เรื่องเหตุให้เกิดทุกข์, เรื่องความดับไม่เหลือของทุกข์, และเรื่องทางดำเนินให้ถึงความดับไม่เหลือของทุกข์ นั้นแล้ว จึงจักทำความสิ้นสุดแห่งทุกข์ได้ โดยถูกต้อง:” ดังนี้ ภิกษุทั้งหลาย! เพราะเหตุนั้น ในกรณีนี้ พวกเธอพึงทำความ

---

[๒] ขุ.ธ.๒๕/๔๐/๒๔.

เพียรเพื่อให้รู้ตามเป็นจริงว่า “นี้เป็นทุกข์, นี้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์, นี้เป็นความดับไม่เหลือของทุกข์, และนี้เป็นทางดำเนินให้ถึงความดับไม่เหลือของทุกข์;” ดังนี้เถิด[๓] พอรู้อริยสัจ ทุกข์เหลือน้อยขนาดฝุ่นติดปลายเล็บเทียบกับปฐพี ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า; “ภิกษุทั้งหลาย! เธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนี้ว่าอย่างไร: ฝุ่นนิดหนึ่งที่เราช้อนขึ้นด้วยปลายเล็บนี้ กับมหาปฐพีนี้ ข้างไหนจะมากกว่ากัน? “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ! มหาปฐพีนั่นแหละ เป็นดินที่มากกว่า. ฝุ่นนิดหนึ่งเท่าที่ทรงช้อนนี้ด้วยปลายนขานี้ เป็นของประมาณน้อย. ฝุ่นนั้น เมื่อนำไปเทียบกับมหาปฐพี ย่อมไม่ถึงซึ่งการคำนวณได้ ไม่เข้าถึงแม้ซึ่งกะละภาค” “ภิกษุทั้งหลาย! อุปมาฉันใด อุปมัยก็ฉันนั้น: สำหรับอริยสาวกผู้ถึงพร้อมด้วย(สัมมา)ทิฏฐิ รู้พร้อมเฉพาะแล้ว. ความทุกข์ของท่านส่วนที่สิ้นไปแล้ว หมดไปแล้ว ย่อมมากกว่า; ความทุกข์ที่ยังเหลืออยู่ มีประมาณน้อย: เมื่อนำเข้าไปเทียบกับกองทุกข์ที่สิ้นไปแล้ว หมดไปแล้ว ในกาลก่อน ย่อมไม่ถึงซึ่งการคำนวณได้เปรียบเทียบได้ ไม่เข้าถึงแม้ซึ่งกะละภาค นั่นคือความทุกข์ของโสดาบันผู้สัตตักขัตตุปรมะ ผู้เห็นชัดตามจริงว่า “ทุกข์เป็นอย่างนี้ เหตุให้เกิดทุกข์ เป็นอย่างนี้. ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้, ทางดำเนินให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้” ดังนี้. ภิกษุทั้งหลาย! เพราะเหตุนั้น ในเรื่องนี้ เธอพึงประกอบโยคกรรมอันเป็นเครื่องกระทำให้รู้ว่า “ทุกข์ เป็นอย่างนี้. เหตุเกิดขึ้นแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้, ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้, ทางดำเนินให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้”.ดังนี้ [๔] สรุปความได้ว่ามนุษย์ผู้ที่เรียนรู้เรื่องอริยสัจ หรือเรียนรู้เรื่องความจริงอันประเสริฐนี้ อันได้แก่ รู้ทุกข์ รู้เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ รู้สิ่งที่ทำให้ถึงความดับทุกข์ รู้วิธีที่จะทำให้ไปสู่ถึงความดับทุกข์ รู้แล้วนำมาปฏิบัติด้วยความเพียรพยายาม ซึ่งจะเป็นเครื่องที่ทำให้ชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ได้ในที่สุดนั่นเอง

๓.๑.๔ เมื่อรู้จักอริยสัจ ๔ ปฏิบัติตนจนกลายเป็นอริยบุคคล

อ้างถึงจากส่วนหนึ่งของบทสวดสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย คือ สังฆานุสติ หรือสรรเสริญพระสังฆคุณความว่า “สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ, อุชุปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ, ญายะปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ, สามีจิปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ, ยะทิทัง, จัตตาริ, ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา ,เอสะ ภควะโต สาวกสังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย อัญชลี กรณีโย อนุตตรัง ปุณยักเขตตัง โลกัสสาติ”ฯ ซึ่งแปลความหมายว่า พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระจ้า ปฏิบัติดีแล้ว ปฏิบัติถูกต้องตามคำสั่งสอนแล้ว ปฏิบัติเพื่อรู้แจ้งแห่งทุกข์แล้ว ปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นจากทุกข์แล้ว ท่านเหล่านั้นคือ คู่บุรุษทั้งสี่คู่รวมเป็นแปดบุรุษ (โสดาบัน ๔ ระดับ คือ โสดาบัน สกทาคามี อนาคามี อรหันต์) นั่นแหละคือพระสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้า เป็นผู้ที่ควรนำมาบูชา ควรสักการะด้วยความยินดี สมควรเคารพ นี่คือผลบุญสูงสุดของโลก จากการรู้จักอริยสัจ ๔ แล้วนำมาปฏิบัติด้วยความเพียรพยายาม ปฏิบัติจนกลายเป็นอริยบุคคล เรียกว่าเป็นเนื้อนาบุญ ที่บุคคลธรรมดากราบไหว้ ให้ความเคารพยกย่องว่า เป็นหน่อเนื้อเชื้อพระพุทธเจ้า ดังจะเห็นได้ในทุกยุคทุกสมัยตราบใดที่ยังมีผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ก็ยังเห็นพระอริยบุคคล หรือ อริยบุคคลจนถึงปัจจุบันนี้

---

[๓] สำ.ม.๑๙/๕๖๔/๑๗๓๕-๖.

[๔] สำ.ม.๑๙/๕๗๒/๑๗๔๗.

๓.๑.๕ พระพุทธองค์กับอริยสัจ ๔

พระพุทธเจ้าเป็นผู้รู้แจ่มแจ้งโลกในสิ่งประเสริฐทั้งสี่อย่าง แต่พระพุทธองค์เปนดุจดั่งผูชี้ทาง พระธรรมมีอริยสัจเปนแกนเป็นทาง พระอริยสงฆสาวก คือผูที่ได้เดินไปตามทางแล้ว แตสัตวโลกผู้ยังถูกอวิชชากดให่จมติดอยูในเปอกตมแหง โอฆะ กำลังตองการทางนั้นอยู, เมื่อใดเขาศึกษาจนรูจักพระพุทธองคอยางลึกซึ้งถึงที่สุด ดุจลูกที่เขาใจบิดาดีเมื่อนั้นเขาจะพบทางนั้นดวยและเดินตามรอยท่านผู้ประเสริฐ ที่เดินไปแลวนั้นได, แต่ถาเขาใจไมตรงพอ เชนเห็นพระพุทธองคเปนพระเจาไป ก็จะมีความมุงหมายและการตั้งหนาทำที่พลาด ในที่สุดก็ปราศจากผล เพราะความจริงแล้วพระองคเปนแตเพียงผูชี้ทางเทานั้น[๕] พระพุทธเจ้าทรงชี้ทุกข์และทางดับทุกข์ได้ ก็เพราะพระองค์ทรงรู้จักดี จนถึงกับทำความหลุดพ้นให้พระองค์เองได้, ทุกข์อันไม่รู้จักสิ้นสุดของโลกนั้น พระองค์หลุดพ้นได้สิ้นเชิง ทั้งอย่างต่ำ อย่างกลาง และอย่างประณีต. ในทุกข์อย่างต่าง ๆ ซึ่งเรามักจมกันอยู่โดยสนิทใจ การที่พระองค์จะทรงชี้ทุกข์และทางดับทุกข์ได้ ก็เพราะพระองค์ทรงคิดค้นอย่างจริงจัง มิใช่มีได้ด้วยการนอนรอคอยให้มาปรากฏหรือแม้ว่าด้วยการฟังหรือการเรียนอย่างตื้น ๆ หยาบ ๆ .พระองค์ทรงหน่ายกามจนขยะแขยงจนอึดอัด เนื่องจากมองความหลงทุกข์เป็นสุข แล้วหมักจมอยู่ ซึ่งใช้เวลาของชีวิตหมดเปลืองไปโดยไร้ประโยชน์[๖]

๓.๑.๕.๑ พระพุทธองค์ คือ ผู้ทรงชี้ทาง ให้รู้จักทุกข์ และทางดับทุกข์ได้ ดังที่ตรัสไว้ว่า; ภิกษุทั้งหลาย! เปรียบเหมือนบุรุษผู้หนึ่ง ว่ายล่องกระแสแม่น้ำลงไป เพราะเหตุสิ่งที่น่ารักน่าเพลินใจ, บุรุษผู้มีจักษุยืนอยู่บนฝั่ง เห็นบุรุษผู้นั้นแล้ว ร้องบอกว่า “บุรุษผู้เจริญ! ท่านย่อมว่ายล่องตามกระแสแม่น้ำ เพราะเหตุสิ่งที่น่ารักน่าเพลินใจโดยแท้ แต่ว่าทางเบื้องล่างมีห้วงน้ำประกอบด้วย คลื่นประกอบด้วยน้ำวน. มียักษ์มีรากษส ซึ่งเมื่อท่านไปถึงแล้ว จักต้องตาย หรือได้รับทุกข์เจียนตาย. ภิกษุทั้งหลาย! บุรุษผู้ว่ายล่องตามกระแสนั้น ครั้นได้ฟังแล้ว ก็พยายามว่ายกลับทวนกระแส ทั้งด้วยมือและด้วยเท้าทั้งหลาย. ภิกษุทั้งหลาย! คำอุปมานี้ เราผูกขึ้นเพื่อให้รู้เนื้อความ. นี้เป็นเนื้อความ คือ คำว่า กระแสแม่น้ำ เป็นชื่อแห่งตัณหา, คำว่า สิ่งน่ารักน่าเพลินใจ เป็นชื่อแห่งอายตนะหกในภายใน, คำว่า ทางเบื้องล่างมีห้วงน้ำ เป็นชื่อแห่งรัมภาคิยสังโยชน์ห้า, คำว่า คลื่น เป็นชื่อแห่งความโกรธและความคับแค้น, คำว่า น้ำวน เป็นชื่อแห่งกามคุณทั้งห้า, คำว่า ยักษ์และรากษส เป็นชื่อแห่งมาตุคาม, คำว่า ทวนกระแส เป็นชื่อแห่งเนกขัมมะ, คำว่า พยายามด้วยมือและเท้า เป็นชื่อแห่งการปรารถนาความเพียร, คำว่า บุรุษผู้มีจักษุยืนอยู่บนฝั่ง เป็นชื่อแห่งตถาคตผู้สัมมาสัมพุทธะ”[๗] ดังนี้ สรุปความได้ว่า พระพุทธองค์ผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง รู้ว่ามนุษย์ผู้อยู่ในกระแสของตัณหาอันเกิดจากประสาทสัมผัสทั้งหก อันมี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทั้งภายในและภายนอกแล้วหลงเพลิดเพลิน เป็นสิ่งที่น่ากลัว เป็นอันตราย จึงได้บอกและชี้ทางเพื่อพ้นภัยอันตราย

๓.๑.๕.๒ ความมืดบอดของโลกมีตลอดเวลาที่พระตถาคตไมเกิดขึ้น ดังพระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย! ตลอดกาลเพียงใด ที่ดวงจันทรและดวงอาทิตยยังไมบังเกิดขึ้นในโลก; ความปรากฏแห่งแสงสวางอันใหญหลวง ความสองสวาง อันใหญหลวง ก็ยังไมมี ตลอดกาลเพียงนั้น. ในกาลนั้น มีอยูแตความมืด เปนความมืดซึ่งกระทำความบอด. กลางคืนกลางวัน ก็ยังไมปรากฏ, เดือนหรือ

---

[๕] ขุ.อิติ.๒๕/๓๑๖/๒๘๙.

[๖] .สำ.ส.๑๕/๒๕๐/๖๖๙.

[๗] ขุ.อิติ.๒๕/๓๑๖/๒๘๙.

กึ่งเดือน ก็ไมปรากฏ, ฤดูหรือป ก็ไมปรากฏ, ดูกอน ภิกษุทั้งหลาย! แตวา ในกาลใด ดวงจันทร์และดวงอาทิตย์บังเกิดขึ้นในโลก; ในกาลนั้นความปรากฏแห่งแสงสว่างอันใหญ่หลวง ความส่องสว่างอันใหญ่หลวง ย่อมมี ในกาลนั้นย่อมไม่มีความมืด อันเป็นความมืดซึ่งกระทำความบอด. ลำดับนั้น กลางคืนกลางวันย่อมปรากฏ. เดือนหรือกึ่งเดือน ย่อมปรากฏ, ฤดูหรือปี ย่อมปรากฏนี้ฉันใด;" ภิกษุ ทั้งหลาย! ก็ฉันนั้น; ตลอดการเพียงใด ที่ตถาคตผู้อรหันตสัมมาสัมพุทธะยังไม่บังเกิดขึ้นในโลก; ความปรากฏแห่งแสงสว่างอันใหญ่หลวง ความส่องสว่างอันใหญ่หลวง ก็ย่อมไม่มี ตลอดกาลเพียงนั้น. ในกาลนั้น มีอยู่แต่ความมืด เป็นความมืดซึ่งกระทำความบอด.การบอก การแสดง การบัญญัติ การแตงตั้ง การเปดเผย การจำแนกแจกแจง การกระทำใหเขาใจไดงาย ซึ่งอริยสัจทั้งสี่ ก็ยังไม่มีก่อน. ภิกษุทั้งหลาย! แต่ว่า ในกาลใดแล ตถาคตผู้อรหันตสัมมาสัมพุทธะ บังเกิดขึ้นในโลก; ในกาลนั้น ความปรกฏแห่งแสงสว่างอันใหญ่หลวง ย่อมมี. ในกาลนั้น ย่อมไม่มีความมืด อันเป็นความมืดซึ่งกระทำความบอด ลำดับนั้น ย่อมมีการบอก การแสดง การบัญญัติ การแต่งตั้ง การเปิดเผย การจำแนกแจกแจง การกระทำให้เข้าใจง่าย ซึ่งอริยสัจทั้งสี่ ซึ่งอริยสัจทั้งสี่อยางไรเลา? คือซึ่งทุกขอริยสัจ ทุกขสมุทยอริยสัจ ทุกขนิโรธอริยสัจ ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ. ภิกษุทั้งหลาย! เพราะเหตุนั้น ในกรณีนี้ พวกเธอพึงกระทำโยคกรรม เพื่อใหรูวา 'นี้ทุกข, นี้ทุกขสมุทัย, นี้ทุกขนิโรธ, นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา' ดังนี้เถิด.[๘]

๓.๒ ความหมายของหลักอริยสัจ ๔

คำว่า "อริยสัจ" คือ อริยะ กับ สัจ ตามความหมายในพจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ ๒๕๔๒ คำว่า "อริยะ" หมายถึง บุคคลผู้บรรลุธรรมวิเศษความจริงที่ทำให้ผู้เข้าใจและปฏิบัติตามบรรลุถึงความอริยบุคคล คำว่า "สัจ" หมายถึง ความรู้แห่งความจริง ดังนั้น อริยสัจ หมายถึง ความจริงของผู้บรรลุธรรม คือ พระอริยะ[๙] เป็นความจริงอันประเสริฐเกี่ยวกับชีวิตสัตวโลก เป็นความจริงที่ไม่แปรเป็นอย่างอื่น เป็นความจริงที่เป็นของมันอยู่อย่างนั้น พระไตรปิฎกได้ให้คำจำกัดความของคำว่าอริยสัจ ดังนี้ อริยสจฺจ หรือ อริยสัจ แปลว่า ความจริงอันประเสริฐ ความจริงที่ทำให้ไกลจากกิเลสดุจข้าศึก เช่น อิทโข ปน ภิกฺขเว ทุกฺขอริยสจฺจ. ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้แลเป็นทุกขอริยสัจ ภิกษุทั้งหลาย อริยสัจ ๔ ประการเหล่านี้แล เป็นของแท้อย่างนั้น ไม่คลาดเคลื่อนไปได้ ไม่กลายเป็นอย่างอื่น ฉะนั้นจึงเรียกว่า อริยสัจ... "ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตเป็นอริยะ ในโลกพร้อมทั้งเทวะ ทั้งมาร ทั้งพรหม ในหมู่ประชาชน พร้อมทั้งสมณะและพราหมณ์ พร้อมทั้งเทวะและมนุษย์ฉะนั้น จึงเรียกว่า อริยสัจ"[๑๐] ภิกษุทั้งหลาย เพราะได้ตรัสรู้อริยสัจ ๔ นี้ ตามเป็นจริง พระตถาคต อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงได้นามเรียกว่าเป็น อริยะ"[๑๑] สรุปว่า พระไตรปิฎกให้คำอธิบายความหมายอริยสัจว่า คือ ความจริงแท้ไม่คลาดเคลื่อนกลายเป็นอย่างอื่น ทำให้พระตถาคตเป็นอริยะ เพราะได้ตรัสรู้อริยสัจทั้ง ๔ ประการ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และ มรรค นั่นคืออริยสัจ ๔ หมายถึง ความจริงอันประเสริฐที่ทำให้ผู้ที่เข้าถึงกลายเป็นอริยะ มีอยู่ ๔ ประการคือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

---

[๘] สำ.ม.๑๙/๕๕๓/๑๗๒๑.)

[๙] ราชบัณฑิตยสถาน, *พจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ ๒๕๔๒*, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊ค, 2534), หน้า ๑๓๓๗.

[๑๐] สำ.ม.๑๙/๑๗๐๖/๕๔๔

[๑๑] สำ.ม.๑๙/๑๗๐๓/๕๔๓

๓.๓ ความสำคัญของหลักอริยสัจ ๔

มนุษย์ผู้ตกอยู่ในความถูกครอบงำด้วยกิเลส ตัณหา มีแต่จมดิ่งลงสู่ห้วงเหวแห่งความทุกข์ทั้งสิ้น พระธรรมมีอริยสัจเปนแกนเป็นทาง ที่จะทำให้พ้นทุกข์นั้นได้ พระพุทธเจ้าเปนดุจดั่งผู้ชี้ทาง พระอริยสงฆสาวกคือผู้ที่ได้เดินไปตามทางแล้ว แตสัตวโลกผู้ยังถูกอวิชชากดให้จมติดอยู่ในเปอกตม แหง โอฆะ กำลังต้องการทางนั้นอยู่ เมื่อใดเขาศึกษาจนรู้จักพระพุทธองคอยางลึกซึ้งถึงที่สุด ดุจลูกที่เขาใจบิดาดีเมื่อนั้นเขาจะพบทางนั้นดวยและเดินตามรอยทานผู้ประเสริฐ ที่เดินไปแลวนั้นได

๓.๓.๑ อริยสัจเปนสิ่งที่คงที่ ไมรูจักเปลี่ยน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย! มีของสี่อยาง ซึ่งคงที่ ไมไปสู่ความมีความเปนโดยประการอื่น.ของสี่อยางนั้นเหลาไหนเลา? ของสี่อยางนั้น คือความรูตามเปนจริงวา ‘นี้เปนทุกข, นี้เปนเหตุให้เกิดทุกข, นี้เปนความดับไม่เหลือของทุกข, และนี้เปนทางดำเนินใหถึงความดับไมเหลือของทุกข, (ทั้งสี่อยางนั้น) เปนของคงที่ไมเปลี่ยนจากความคงที่ไมไปสูความมีความเปนโดยประการอื่น;’ ดังนี้. ภิกษุทั้งหลาย! นี่แล เปนของสี่อยาง ซึ่งคงที่ ไม เปลี่ยนจากความคงที่ไมไปสูความมีความเปนโดยประการอื่น. ภิกษุทั้งหลาย! เพราะเหตุนั้น ในกรณีนี้ พวกเธอพึงทำความเพียร เพื่อให้รูตาม เปนจริงวา ‘นี้ เปนทุกข, นี้เปนเหตุให้เกิดทุกข, นี้ เปนความดับไมเหลือของทุกข, และนี้ เปนทางดำเนินใหถึงความดับไมเหลือของุทกข;" ดังนี้เถิด.”[๑๒]

๓.๓.๒ การฟงอริยสัจเหมาะสำหรับจิตที่ฟอกแลวเทานั้น ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย! ครั้งนั้นแล มหาชนชาวพันธุมดีราชธานี จำนวนแปดหมื่นสี่พันคน ออกจากเมืองเขาไปเฝ้าพระผูมีพระภาควิปสสีถึงที่ประทับ ณ เขมมิคทายวัน ถวายอภิวาทแลวนั่งอยู ณ ที่ขางหนึ่ง. พระผูมีพระภาควิปสสี ได้ตรัสอนุปุพพิกถา แกชนทั้งหลายเหลานั้น กลาวคือ ทานกถา สีลกถา สัคคกถา ทรงประกาศโทษอันเศราหมองต่ำทรามของกามทั้งหลาย และอานิสงสในการออกจากกาม.ครั้นทรงทราบวาชนเหลานั้นมีจิตเหมาะสม ออนโยน ปราศจาก นิวรณ ราเริง แจมใส แล้ว, ก็ได้ตรัส ธรรมเทศนาซึ่งพระพุทธเจาทั้งหลายทรงยกขึ้นแสดงเอง กลาวคือ เรื่องทุกข เรื่องสมุทัย เรื่องนิโรธ และเรื่องมรรค. เปรียบเสมือนผาอันสะอาด ปราศจากสิ่งแปดเปอน ยอมรับเอาซึ่งน้ำยอมได้อยางดี ฉันใด; ธรรมจักษุ ปราศจากธุลี ปราศจากมลทิน ได้เกิดขึ้นแกมหาชน แปดหมื่นสี่พันเหลานั้น ณ ที่นั่งนั้นเองวา ‘สิ่งใดมีความเกิดขึ้นเปนธรรมดา สิ่งนั้นทั้งหมดมีความดับไปเปนธรรมดา’ ดังนี้, ฉันนั้นเหมือนกัน.ชนเหล่านั้นมีธรรมอันเห็นแล้ว บรรลุแลว รูแจงแล้ว หยั่งเอาได้ ครบถวนแล้ว หมดความสงสัยปราศจากความเคลือบแคลง ถึงความกลาหาญ ไมตองเชื่อตามบุคคลอื่นในคำสอนแหงศาสดาตน ได้กราบทูลกะพระผูมีพระภาควิปสสีวา “ไพเราะนัก พระเจาข้า! ไพเราะนัก พระเจาข้า! เปรียบเหมือนการหงายของที่คว่ำอยู่ เปดของที่ปดอยู บอกทางให้แกคนหลงทาง หรือวาจุดประทีปไวในที่มืด เพื่อวาคนมีตาจักได้เห็นรูป, ฉันใดก็ฉันนั้น” ดังนี้.[๑๓]

๓.๓.๓ การพ้นทุกข์โดยไม่รู้อริยสัจ ๔ เป็นไปไม่ได้ การที่จะพ้นทุกข์ได้นั้น ต้องรู้อริสัจ ๔ ต้องรู้จักว่าทุกข์นั้นคืออะไร เป็นอย่างไร เป็นประเภทไหน แล้วต้องค้นหาสาเหตุให้ได้ว่าทุกข์นั้น ๆ เกิดจากสาเหตุใด แล้วกำหนดหาวิธีแนวทางแก้ไขให้ได้ จึงจะพ้นจากทุกข์นั้น ๆ ตามขั้นตอนของอริยสัจ ๔ ดังพุทธพจน์ตอนหนึ่งกล่าวว่า “ภิกษุทั้งหลาย! ฉันใดก็ฉันนั้น ที่ผู้ใดจะพึงกล่าวอย่างนี้ว่า

---

[๑๒] สำ.ม.๑๙/๕๓๙/๑๖๙๗.

[๑๓] ที.สี.๙/๒๓๖/๒๙๘., ที.ม.๑๐/๔๙/๔๙.

“ข้าพเจ้าไม่รู้เฉพาะตามเป็นจริง ซึ่งอริยสัจคือทุกข์ ซึ่งอริยสัจคือเหตุให้เกิดขึ้นแห่งทุกข์ ซึ่งอริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ ซึ่งอริยสัจคือทางดำเนินให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ แล้วข้าพเจ้าก็จะกระทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบได้” ดังนี้ : ข้อนี้ไม่เป็นฐานะที่จะมีได้[๑๔]

๓.๔ องค์ประกอบของหลักอริยสัจ ๔

๓.๔.๑ ทุกข์ในอริยสัจ

“ทุกข” ความหมายทั่วไป หมายถึง ความทุกขทรมาน ความเจ็บปวด ความโศกเศรา เสียใจ แตคำวาทุกขในอริยสัจขอที่ ๑ นี้ เปนความทุกขที่แฝงทัศนะทางพุทธศาสนา เกี่ยวกับชีวิตและโลกเอาไว ยอมมีความหมายทางปรัชญาที่ลึกซึ้งกวา เปนที่ยอมรับกันวา คำวา ทุกข ในอริยสัจ ขอที่ ๑ นั้น รวมถึงความหมายของทุกขตามปรกติธรรมดา เชน ทุกขทรมาน ความเจ็บปวด เข้าไวดวย และรวมถึงความคิดที่ลึกซึ้ง เขาไปดวยกันดวย เชน ความไมแนนอน ความวางเปลา ความไมสมหวัง ความไมมีแกนสาร เปนตน

ทุกขอริยสัจ คือ ธรรมชาติที่เปนทุกข เปนความจริงของพระอริยเจ้าทั้งหลาย ทุกขมีความหมายวา บีบคั้นอันปจจัยปรุงแตง ใหเรารอน ปรวนแปร นี้เปนอรรถของทุกข เปนของแท เปนของไมผิด ไมเปนอยางอื่น[๑๕] องคธรรมไดแก โลกียจิต ๘๑ เจตสิก ๕๑ (เวน โลภ) รูป ๒๘ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสแก่ภิกษุทั้ง ๕ ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวันไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย! ความจริงอันประเสริฐคือทุกข์ เป็นอย่างไรเล่า? ภิกษุทั้งหลาย ความเกิดเป็นทุกข์, ความแก่เป็นทุกข์, ความตายเป็นทุกข์, ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ ความคับแค้นใจ เป็นทุกข์, ความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รัก เป็นทุกข์, ความปรารถนาสิ่งใดแล้ว ไม่ได้อย่างนั้น เป็นทุกข์; กล่าวโดยสรุปแล้ว ปัญจุปาทานักขันธ์ เป็นตัวทุกข์; นี้ เรียกว่า ความจริงอันประเสริฐคือทุกข์[๑๖]

ก็ทุกขอริยสัจเป็นไฉน.?[๑๗] แม้ชาติก็เป็นทุกข์ แม้ชราก็เป็นทุกข์ แม้มรณะก็เป็นทุกข์ แม้โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาส ก็เป็นทุกข์ ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ก็เป็นทุกข์ ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้แม้อันนั้น ก็เป็นทุกข์ โดยย่อ อุปาทานขันธ์ทั้ง ๕ เป็นทุกข์, ก็ชาติเป็นไฉน.? ความเกิด ความบังเกิด ความหยั่งลงเกิด เกิดจำเพาะ ความปรากฏแห่งขันธ์ ความได้อายตนะครบ ในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ อันนี้เรียกว่าชาติฯ, ก็ชราเป็นไฉน.? ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หนังเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อม แห่งอินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้นๆของเหล่าสัตว์นั้น ๆ อันนี้เรียกว่าชราฯ, ก็มรณะเป็นไฉน.? ความเคลื่อน ภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย ความหายไป มฤตยู ความตาย ความทำกาละ ความทำลายแห่งขันธ์ ความทอดทิ้งซากศพไว้ ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ จากหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ อันนี้เรียกว่า มรณะฯ, ก็โสกะเป็นไฉน.? ความแห้งใจ กิริยาที่แห้งใจ ภาวะแห่งบุคคลผู้แห้งใจ ความผาก ณ ภายใน ความแห้งผาก ณ ภายใน ของบุคคลผู้ประกอบด้วยความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกธรรมคือทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว อันนี้ เรียกว่าโสกะฯ, ก็ปริเทวะเป็นไฉน.? ความคร่ำครวญ

---

[๑๔] สำ.ม.๑๙/๕๔๙/๑๗๑๔-๑๗๑๕

[๑๕] ม.มู.๑๒/๙๑/๖๖.

[๑๖] อง.ติก.๒๐/ ๒๒๗/ ๕๐๑.

[๑๗] ม.มู.๑๒/ ๑๔๖/ ๘๘

ความร่ำไรรำพัน กิริยาที่คร่ำครวญ กิริยาที่ร่ำไรรำพัน ภาวะของบุคคลผู้คร่ำครวญ ภาวะของบุคคลผู้ร่ำไรรำพัน ของบุคคลผู้ประกอบด้วยความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกธรรมคือทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว อันนี้เรียกว่าปริเทวะฯ, ก็ทุกข์เป็นไฉน.? ความลำบากทางกาย ความไม่สำราญทางกาย ความเสวยอารมณ์อันไม่ดีที่เป็นทุกข์เกิดแต่กายสัมผัส อันนี้เรียกว่าทุกข์ฯ, ก็โทมนัสเป็นไฉน.? ความทุกข์ทางจิต ความไม่สำราญทางจิต ความเสวยอารมณ์อันไม่ดีที่เป็นทุกข์เกิดแต่มโนสัมผัส อันนี้เรียกว่าโทมนัสฯ, ก็อุปายาสเป็นไฉน.? ความแค้น ความคับแค้น ภาวะของบุคคลผู้แค้น ภาวะของบุคคลผู้คับแค้น ของบุคคลผู้ประกอบด้วยความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกธรรมคือทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว อันนี้เรียกว่าอุปายาส, ก็ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ เป็นไฉน.? ความประสบความพรั่งพร้อม ความร่วม ความระคน ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะอันไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ หรือด้วยบุคคลผู้ปรารถนาสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่ไม่เกื้อกูล ปรารถนาความไม่ผาสุก ปรารถนาความไม่เกษมจากโยคะ ซึ่งมีแก่ผู้นั้น อันนี้เรียกว่า ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ฯ, ก็ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ก็เป็นทุกข์ เป็นไฉน.? ความไม่ประสบความไม่พรั่งพร้อม ความไม่ร่วม ความไม่ระคน ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันน่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ หรือด้วยบุคคลผู้ปรารถนาประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่เกื้อกูล ปรารถนาความผาสุก ปรารถนาความเกษมจากโยคะ คือ มารดา บิดา พี่ชาย น้องชาย พี่หญิง น้องหญิง มิตร อมาตย์หรือญาติสาโลหิต ซึ่งมีแก่ผู้นั้น อันนี้เรียกว่า ความพลัดพรากจากสิ่งที่รักก็เป็นทุกข์ฯ, ก็ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้น ก็เป็นทุกข์ เป็นไฉน.? ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีความเกิดเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นธรรมดา ขอความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อย่ามีมาถึงเราเลย ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็เป็นทุกข์ ความปรารถนา ย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีโสกปริเทวทุกขโทมนัสอุปายาสเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า โอหนอ ขอเราไม่พึงมีโสกปริเทวทุกขโทมนัสอุปายาสเป็นธรรมดา ขอโสกปริเทวทุกขโทมนัสอุปายาส อย่ามีมาถึงเราเลย ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้น ก็เป็นทุกข์ฯ, ก็โดยย่อ อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ เป็นไฉน. ? อุปาทานขันธ์ คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เหล่านี้เรียกว่า โดยย่อ อุปาทานขันธ์ทั้ง ๕ เป็นทุกข์ฯ ผู้ใดติดทุกข์ เข้าถึงทุกข์อยู่แล้ว กล้ำกลืนทุกข์แล้ว ยังตามเห็นทุกข์ว่า นั่นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตนของเรา ผู้นั้นกำหนดรู้ทุกข์ไม่ได้ จะทำทุกข์ให้สิ้นไปไม่ได้[๑๘] สภาพแห่งทุกข์ เป็นทุกข์ ๔ ประการ[๑๙] คือ สภาพที่บีบคั้นแห่งทุกข์ ๑ สภาพแห่งทุกข์ อันปัจจัยปรุงแต่ง ๑ (สังขาร) สภาพที่ให้เดือดร้อน ๑ สภาพที่แปรไป ๑ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา คือ-ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นทุกข์[๒๐]

๓.๔.๑.๑ ลักษณะทุกข์ในอริยสัจ ๔ พระพุทธองค์ทรงอธิบายขยายความทุกขไว้ว่า ผู้เห็นภัยในสังสารวัฏทั้งหลาย ก็ความทุกข ทรมาน เหลานี้แล เปนสัจจะความจริงประเสริฐสุด มีความเกิด ความอุบัติขึ้นเปนความทุกขทรมาน ความแกหรือ ความเสื่อมโทรม คร่ำคร่า เปนความทุกขทรมาน ความเจ็บปวย หรือ ความงอนแงนคลอนแคลน เปนความทุกขทรมาน ความตายหรือความดับ

---

[๑๘] ม.มู.๑๒ /๓๙๘ /๓๐๕.

[๑๙] ขุ.ปฏิ.๓๑/ ๕๔๕/ ๓๒๖.

[๒๐] สำ.สฬา.๑๘/ ๒/ ๒.

สลาย เปนความทุกข์ทรมาน แมใจเหี่ยวแห้งหมดกำลังใจ หมดกำลังกาย ความเสียดาย อาลัยอาวรณ ความระบมกาย ระทมใจ ความน้อยใจ เสียใจ ความอึดอัด ขัดใจ คับแค้นใจ เปนความทุกขทรมาน การต้องติดอยูกับสิ่งที่ชิงชังไมชอบ เปนความทุกขทรมาน การต้องพลัดพรากหรือหลุดจากสิ่งที่รักที่ชอบ เปนความทุกขทรมาน แม้ความปรารถนาใด ไมได้สมหวังตามนั้น เปนความทุกขทรมาน กลาวโดยสรุป การหลงยึดติดกองแหงทุกขทั้งห้า เปนความทุกขทรมาน ทุกขถือเปนความจริงอันประเสริฐข้อที่ ๑ ในอริยสัจ ๔ จึง เรียกวาทุกขสัจ แบงทุกขในอริยสัจ ๔ ได้เปน ๒ กลุม คือ (๑) สภาวทุกข คือ ทุกขประจำ ทุกข์ที่มีอยูด้วยกันทุกคน ไมมียกเว้น ได้แก ความเกิด ความแก ความตาย (๒) ปกิณณกทุกข คือ ทุกขจร ทุกข์ที่จรมาเปนครั้งคราว ได้แก ความเศร้าโศก ความพร่ำเพ้อรำพัน ความไมสบายใจ ความน้อยใจ ความคับแค้นใจ ความประสบกับสิ่งที่ไมชอบ ความพลัดพรากจากสิ่งที่ชอบ ความผิดหวังไมได้ตามที่ต้องการ พระพุทธศาสนาการกำหนดทุกขถือเปนกิจในอริยสัจ ๔[๒๑] ชาวพุทธต้องทำเพื่อละ และปลอยวางในลำดับต่อไปในกิจทั้งสี่ในอริยสัจ อันได้แก รู้ทุกข เพื่อค้นหาสาเหตุในการดับทุกข (สมุทัย) แล้วจึงตั้งจุดมุงหมายในการดับทุกข (นิโรธ) และดำเนินตามเส้นทางสู่ความดับทุกข (มรรค) คือสละ ละ ปลอยวางไมยึดติดในใจด้วยอำนาจกิเลส

ลักษณะของทุกข พอจะสรุปได้ว่า ชาติปทุกขา ชราปทุกขา พยาธิทุกขา มรณัมปทุกขัง

(๑) ชาติปทุกขา หมายถึง ความเกิด ความบังเกิด ความหยั่งลงเกิดเกิดจำเพาะความปรากฏ แหงขันธ ความได้อายตนะครบในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหลาสัตว์นั้น ๆ

(๒) ชราปทุกขา หมายถึง ความแก ภาวะของความแก ฟนหลุด ผมหงอก หนังยนเปนเกลียว ความเสื่อมแหงอายุ ความแกหงอมแหงอินทรีย ในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหลาสัตว์นั้น ๆ

(๓) พยาธิทุกขา หมายถึง ความเจ็บปวย หรือความงอนแงนคลอนแคลนเปนทุกข ดังนั้นอาการ งอนแงนคลอนแคลนเปนอาการของทุกข สิ่งใดงอนแงนคลอนแคลนได้ สิ่งนั้นเปนทุกขได้ ในขณะที่ งอนแงนคลอนแคลนกำลังดำเนินอยู ขณะนั้นกำลังทุกขอยู ของนี่เกิดขึ้นแลวมีงอนแงนคลอนแคลน ทำทาจะเปลี่ยนแปลงแปรปรวน มีแล้วมีงอนแงนคลอนแคลนเปนทุกข หรือเปนสุข ทุกข์ใช่ไหม ดีใจมี งอนแงนคลอนแคลนไหม มีงอนแงนคลอนแคลนได้ เปนทุกขหรือเปนสุข ทุกข หมดเลย พระสัมมาสัมพุทธเจาจึงตรัสวา นอกจากทุกขแลวไมมีอะไรงอนแงนคลอนแคลน

(๔) มรณัมปทุกขัง หมายถึง ความเคลื่อน ภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย ความหายไป มฤตยู ความตาย ความทำกาละ ความทำลายแหงขันธ ความทอดทิ้งซากศพไว ความขาดแหงชีวิตินทรีย จากหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหลาสัตว์นั้น ๆ

๓.๔.๑.๒ ประเภทของทุกขในอริยสัจ ๔ ประเภทของทุกข์นี้อาจจำแนกแล้วมีอยู ๕ ประเภท ได้แก โสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส อุปายาสะ ซึ่งชี้แจงได้ดังต่อไปนี้

๑) โสกะ หมายถึง ความแห้งใจ กิริยาที่แห้งใจ ภาวะแหงบุคคลผู้แห้งใจ ความแห้งผากณ ภายใน ของบุคคลผู้ประกอบด้วยความพิบัติอยางใดอยางหนึ่งผู้ถูกธรรม คือทุกขอยางใด อยางหนึ่งกระทบแล้ว

---

[๒๑] อภิ.วิ.๓๕/๑๘๙/๑๖๓.

๒) ปริเทวะ หมายถึง ความคร่ำครวญ ความร่ำไรรำพัน กิริยาที่คร่ำครวญ กิริยาที่ร่ำไรรำพัน ภาวะของบุคคลผูคร่ำครวญ ภาวะของบุคคลผู้ร่ำไรรำพัน ของบุคคลผูประกอบดวยความพิบัติอยางใด อยางหนึ่ง ผูถูกธรรม คือ ทุกขอยางใดอยางหนึ่งกระทบแลว

๓) ทุกข (กาย) หมายถึง ความลำบากทางกาย ความไมสำราญทางกาย ความเสวยอารมณ อันไมดีที่เปนทุกขเกิดแต่กายสัมผัส

๔) โทมนัส หมายถึง ความทุกขทางจิต ความไมสำราญทางจิต ความเสวยอารมณอันไมดีที่เปนทุกขเกิดแต่มโนสัมผัส (สัมผัสทางใจ นึกคิดขึ้นมา)

๕) อุปายาส หมายถึง ความแคน ความคับแคน ภาวะของบุคคลผูแคน ภาวะของบุคคลผูคับแคน ของบุคคลผูประกอบดวยความพิบัติอยางใดอยางหนึ่ง ผูถูกธรรม คือ ทุกขอยางใดอยางหนึ่งกระทบแลว

จะเห็นวาในทุกขทั้ง ๕ นี้ มีลักษณะที่แสดงใหรูวาเปนทุกขชัดเจน คือ มีการเกิดการเสื่อม การงอนแงนคลอนแคลน การดับสลาย ซึ่งเปนสวนที่ผูตองการ จะดับทุกข ตองการจะพ้นจากทุกข ตองขจัดใหหมดไป

๓.๔.๑.๓ ทุกขสภาวะในอริยสัจ ๔ ทุกขสภาวะ คือ ความจริงวาดวยทุกข คนทุกคนตางก็เคยพบกับความทุกข หรือ ประสบปญหาบางอยางมาแลวทั้งนั้น เพราะไมได้ในสิ่งตนต้องการที่ตนปรารถนา หรือได้ในสิ่งที่ตนไม่ต้องการไม่ปรารถนา ซึ่งความทุกข์และปญหาที่เกิดขึ้นนั้นอาจมีได้ทุกขณะความจริงก็คือว่าความทุกขหรือปญหาที่เกิดขึ้นนั้นเราจะต้องมีสติและพร้อมที่จะเผชิญกับปญหาทุกเรื่องความทุกขอาจแบงได ๗ อย่าง

๑) ทุกขทุกข ทุกขแท คือ ความทุกขกาย หรือความทุกขใจ

๒) วิปริณามทุกข ทุกขแปรปรวน คือ ความสุขทางกาย และใจซึ่งมิได้คงอยูตลอดไป เมื่อแปรปรวนไปก็ทำใหผูที่อยูสบายรูสึกเปนทุกข

๓) สังขารทุกข ทุกขประจำสังขาร คือ รูป-นามทั้งหมดที่เปนโลกียธรรมพร้อมทั้งอุเบกขาเวทนา ยกเวนตัณหา สังขารทุกขนี้ ครอบคลุมทุกขในทุกขสัจทั้งหมด

๔) ปฏิจฉันนทุกข ทุกขปกปด คือ ทุกขที่คนอื่นรับรูไมได เชน ปวดหัวตัวรอน

๕) อปฏิจฉันนทุกข ทุกขไมปกปด เชน ความทุกขกายที่เกิดจากแผลมีด แผลหอก แผลไม ฝ บางแหงเรียกวา ปรากฏทุกข คือ ทุกขปรากฏชัด

๖) ปริยายทุกข ทุกขโดยออม คือชาติทุกข เปนตน นอกจากทุกขเวทนา ที่เปนเหตุให้เกิดความทุกขกาย และความทุกขใจตอไป

๗) นิปริยายทุกข ทุกขโดยตรง คือ ทุกขเวทนา

ในบรรดาทุกข์ทั้ง ๗ อยางนี้ ชาติ หรือการเกิดในภพใหมเปนปริยายทุกข ความทุกขในนรก เปรต และดิรัจฉาน เกิดจากชาตินั้นแหละที่มีแรงบาปเปนตัวหมุน แมผูที่ได้เกิดเปนมนุษย หากเกิดมาเปนคนยากจนก็จะเปนทุกข เพราะขาดแคลนสิ่งจำเปนตาง ๆ แต้ถึงจะเกิดเปนคนร่ำรวยก็ยังได้รับทุกขกาย และทุกขใจจากโรคภัย ความชรา ความไมสมหวัง และความกลัว เปนตน ดังนั้น การเกิดอันเปนที่ตั้งของ ความทุกขตาง ๆ ในชีวิตจึงเปนทุกข์ หนาที่ต้องทำในทุกข คือ การกำหนดรูในทุกขหรือปญหาตาง ๆ ที่เกิดขึ้นหมวดธรรม ที่วาทุกข ได้แก ขันธ ๕ ในสวนที่เปนจิตและเจตสิก, จิต หรือ วิญญาณธาตุ แปลวา สภาวะที่รู เมื่อมีรางกายจึงรูคิด รูพิจารณา รูจักไตรตรองใครคราญได หมายถึง

สภาพที่รูคิด รูพิจารณา ไตรตรอง โดยตองมีรางกายที่มีอาการ ๓๒ ครบเปนเครื่องมือหรือภาวะที่รูแจงอารมณ์, เจตสิก หมายถึง สภาวะที่ประกอบกับจิต คุณสมบัติและอาการของจิต มีจิตฝายกุศล จิตฝายอกุศล และจิตที่เปนกลาง ๆ คือ ไมดีไมชั่วชีวิตประกอบดวยรางกายและจิต (รูปและนาม)

สรุปได้ว่า ทุกข์ในอริยสัจ ๔ หมายถึง ความทุกขทรมาน ความเจ็บปวด ความโศกเศรา เสียใจ รวมถึงทุกสิ่ง เช่น ความไมแนนอน ความวางเปลา ความไมสมหวัง ความไมมีแกนสาร เปนตน แบ่งเป็น ๒ ประการคือ ๑. สภาวทุกข หรือทุกขประจำ ไดแก ความเกิด ความแก และความตาย ๒. ปกิณณกทุกข หรือทุกขจร ไดแก ความเศราโศก เสียใจ ร่ำไหรำพัน ความผิดหวัง อันเป็นสภาพที่ทนไดยาก โดยสรุปไดแก อุปาทานขันธ ๕ ทุกขเปนของนาเกลียด เพราะเปนของวางเปลา เบียดเบียนอยู เปนนิจ ตองปรุงแตงอยูเนือง ๆ เรารอนอยูไมวาย ไมคงที่แปรปรวนอยูเสมอ ความเปนทุกข คือทนอยู ในสภาพเดิมไมได้ ลักษณะทุกข์ในอริยสัจ คือ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บป่วย ความตาย เป็นทุกข์ ประเภทของทุกขนี้ มีอยู ๕ ประเภท ไดแก ๑. โสกะ ความแหงใจ ๒. ปริเทวะ ความคร่ำครวญ ความร่ำไรรำพัน ๓. ทุกข (กาย) ความลำบากทางกาย ความไมสำราญทางกาย ๔. โทมนัส ความทุกขทางจิต ความไมสำราญทางจิต ๕. อุปายาส ความแคน ความคับแคน ที่เกิดทุกข์ ๕ ประการดังกล่าว เพราะ ๑. อัปปเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข ไดในสิ่งที่ไมชอบ ๒. ปเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข การพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่ชอบ ๓. ยัมปจฉัง นะ ละภะติ ตัมป ทุกขัง แมความปรารถนาอันใดไมสมหวังตามนั้นเปนทุกข ทุกขสภาวะในอริยสัจ ๔ คือ ความจริงวาดวยทุกข แบงได ๗ อย่าง ๑. ทุกขทุกข ทุกขแท คือ ความทุกขกาย หรือความทุกขใจ ๒. วิปริณามทุกข ทุกขแปรปรวน คือ ความสุขทางกาย และ ใจซึ่งมิไดคงอยูตลอดไป ๓. สังขารทุกข คือทุกขประจำสังขาร ๔. ปฏิจฉันนทุกข คือ ทุกขปกปด คือ ทุกขที่คนอื่นรับรูไมได เชน ปวดหัว ตัวรอน ๕. อปฏิจฉันนทุกข ทุกขไมปกปด เชน ความทุกขกายที่เกิดจากแผลมีด แผลหอก แผลไม ฝ ๖. ปริยายทุกข ทุกขโดยออม คือ ชาติทุกข เปนตน นอกจากทุกขเวทนาที่เปนเหตุให้เกิดความทุกขกาย และความทุกขใจตอไป และ ๗. นิปริยายทุกข ทุกขโดยตรง คือทุกขเวทนา หนาที่ตองทำในทุกข คือ การกำหนดรูในทุกข หรือปญหาตาง ๆ ที่เกิดขึ้น

ทุกข์ คือ ความจริงว่าด้วยทุกข์ คนทุกคนต่างก็เคยพบกับความทุกข์ หรือประสบปัญหาบางอย่างมาแล้วทั้งนั้น เช่น นักเรียนที่สอบตกก็เป็นทุกข์ เศรษฐีที่หาเงินได้ยังไม่มากพอตามที่ตนต้องการก็เป็นทุกข์ คนจนก็เป็นทุกข์ เพราะไม่มีสิ่งที่ตนต้องการ ซึ่งความทุกข์และปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นอาจมีได้ทุกขณะ ความจริงก็คือว่าความทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นเราจะต้องไม่ประมาท และพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาทุกเรื่อง หน้าที่ต้องทำในทุกข์ คือ การกำหนดรู้ในทุกข์ หรือปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

๓.๑.๔.๔ กระบวนการของการเกิดความทุกข์ของมนุษย์โดยสังเขป จะเกิดขึ้นเมื่อใด

ความรู้แจ้งทางอารมณ์ที่ตามองเห็นสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่ดี ไม่ชอบ ไม่ปรารถนา แล้วเกิดความไม่พอใจ โดยแสดงอาการท่าทางต่าง ๆ ออกมาทางกาย ทางวาจา ให้เห็น นั่นคือ ความทุกข์

ความรู้แจ้งทางอารมณ์ที่หูได้ยินเสียงสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่ดี ไม่ชอบ ไม่ปรารถนา แล้วเกิดความไม่พอใจ โดยแสดงอาการท่าทางต่าง ๆ ออกมาทางกาย ทางวาจา ให้เห็น นั่นคือ ความทุกข์

ความรู้แจ้งทางอารมณ์ที่จมูกสูดดมกลิ่นสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่ดี ไม่ชอบ ไม่ปรารถนา แล้วเกิดความไม่พอใจ โดยแสดงอาการท่าทางต่าง ๆ ออกมาทางกาย ทางวาจา ให้เห็น นั่นคือ ความทุกข์

ความรู้แจ้งทางอารมณ์ที่ลิ้นได้ลิ้มรสสิ่งต่างๆ ที่ไม่ดี ไม่ชอบ ไม่ปรารถนา แล้วเกิดความไม่พอใจ โดยแสดงอาการท่าทางต่าง ๆ ออกมาทางกาย ทางวาจา ให้เห็น นั่นคือ ความทุกข์

ความรู้แจ้งทางอารมณ์ที่กายได้สัมผัสสิ่งต่างๆ ที่ไม่ดี ไม่ชอบ ไม่ปรารถนา แล้วเกิดความไม่พอใจ โดยแสดงอาการท่าทางต่าง ๆ ออกมาทางกาย ทางวาจา ให้เห็น นั่นคือ ความทุกข์

ความรู้แจ้งทางอารมณ์ที่ใจได้สัมผัสอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในใจ ที่ไม่ดี ไม่ชอบ ไม่ปรารถนา เพราะจำได้หมายรู้(สัญญา) แล้วคิดปรุงแต่งไม่ดี(สังขาร) แล้วเกิดความไม่พอใจ อิจฉา ริษยา โกรธ พยาบาทปองร้าง ฯลฯ นั่นคือ ความทุกข์ใจ ถ้าควบคุมความรู้สึกในใจที่ไม่ดีเหล่านี้ได้ ก็จะแสดงออกทางกาย ทางวาจาให้เห็น การดำเนินชีวิตของมนุษย์ในปัจจุบัน ทำอย่างไรทุกข์ใจจะไม่เกิด เมื่อตาได้สัมผัสกับรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้สูดดมกลิ่น ลิ้นได้ลิ้มรส กายได้สัมผัส และใจได้นึกคิด ต้องระวังใจ ไม่ให้คิดปรุงแต่ง จำได้หมายรู้ในเรื่องทางที่ไม่ดี ไม่ชอบ ไม่ปรารถนาหรือ ความปรารถนาอยากได้สิ่งที่เกินขอบเขตวิสัยของตนที่จะทำได้ แล้วความทุกข์ก็จะไม่เกิดขึ้นครอบงำจิต ทุกข์ เมื่อเกิดขึ้นแล้วเป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้

๓.๔.๒ สมุทัยในอริยสัจ

พระพุทธเจ้าทรงตรัสกับภิกษุปัญจวคีย์ในธรรมจักรกัปปวตนสูตร. “ก็ทุกขสมุทยอริยสัจเป็นไฉน? ตัณหาอันทำให้มีภพใหม่ ประกอบด้วยความกำหนัดด้วยอำนาจความพอใจ เพลิดเพลินยิ่งนักในอารมณ์นั้น ๆ ได้แก่ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา นี้เรียกว่า ทุกขสมุทยอริยสัจ”[๒๒] สมุทัย คือ สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ อันมีฐานกำเนิดมาจากการยึดติดในที่สุดทั้ง ๒ สวนนั้น ได้แก การยึดติดในความสุขอันเกิดจากความพอใจในกาม หรือยึดติดในการใช้ความเพียรเพื่อให้เกิดความยากลำบาก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงทุกข อันเปนเหตุที่ทำใหทุกขทั้ง ๕ ประเภท (โสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส และอุปายาส) เกิดไวดังนี้

๑) อัปปเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข ได้ในสิ่งที่ไม่ชอบ วัตถุกาม ได้แก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ ที่ชอบนั้นเปนเหตุให้อยากได ถาได้มาเราก็มีความสุข แตถานอกจากจะไม่ได้ในสิ่งที่ชอบแลว ยังไปได้ในสิ่งที่ไม่ชอบซ้ำเขาอีก ความประจวบกับสิ่งไม่เปนที่รัก หมายถึง ความประสบ ความพรั่งพรอม ความรวม ความระคน ดวยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (ความรูสึกทางกาย) อันไม่นาปรารถนา ไม่นาใคร ไม่นาพอใจ หรือดวยบุคคลผูปรารถนาสิ่งที่ไม่เปนประโยชน ปรารถนาสิ่งที่ไม่เกื้อกูล ปรารถนาความไม่ผาสุก ปรารถนา ความไม่เกษมจากโยคะ (กิเลส) ซึ่งมีแกผูนั้น

๒) ปเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข การพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่ชอบเปนทุกข ทุกขชนิดนี้ก็เปนเหตุแหงทุกขทั้ง ๕ ประเภท ประการหนึ่ง คือได้วัตถุกามที่ชอบแลวภายหลังเสียไปหายไป พลัดพรากไป พินาศไป ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก[๒๓] หมายถึง ความไม่ประสบ ความไม่พรั่งพรอม ความไม่รวม ความไม่ระคน ดวยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันนาปรารถนา นาใคร น่าพอใจ หรือ ดวยบุคคล ผูปรารถนาประโยชน ปรารถนาสิ่งที่เกื้อกูล ปรารถนาความผาสุก ปรารถนาความเกษมจากโยคะ คือ มารดาบิดา พี่ชายนองชาย พี่หญิง น่องหญิง มิตร อำมาตย หรือญาติสายโลหิต ซึ่งมีแกผู้นั้น

---

[๒๒] สำ.ม.๑๙/๕๓๔/๑๖๘๐.

[๒๓] อภิ.วิ.๓๕/๒๐๐/๑๖๖.

๓) ยัมปจฉัง นะ ละภะติ ตัมป ทุกขัง แมความปรารถนาอันใดไมสมหวังตามนั้น เปนความทุกข ทุกขอยางไรเชน อัตตะกิลมถานุโยโค การตามยึดติดอัตตา มาจากสวนที่สุดขางกามเกิดแลอุปาทานที่ไมพึงประสงคเกิด เพราะทำผิดวิธีตามแบบ การสรางวิปลาส เปนการยึดติดอัตตาดวยอำนาจอภิชฌาการบังคับเพงเกร็ง เพราะความอยากไดเลยมีปญหา เปนวิชาของทานอุทกดาบส อาฬารดาบส ปรารถนาสิ่งใดไมไดสิ่งนั้น หมายถึง ความปรารถนายอมบังเกิดแกสัตวผูมีความเกิดเปนธรรมดา สัตวผูมีความแกเปนธรรมดา สัตวผูมีความเจ็บเปนธรรมดา สัตวผูมีความตายเปนธรรมดา สัตว์ผูมีโสกปริเทวทุกขโทมนัสอุปายาสเปนธรรมดา อยางนี้วา โอหนอ ขอเราไมพึงมีความเกิดเปนธรรมดา ขอความเกิดอยามีมาถึงเราเลย ขอเราไมพึงมีความแกเปนธรรมดา ขอความแกอยามีมาถึงเราเลยขอเราไมพึงมีความเจ็บเปนธรรมดา ขอความเจ็บอยามีมาถึงเราเลย ขอเราไมพึงมีความตายเปนธรรมดา ขอความตายอยามีมาถึงเราเลย ขอเราไมพึงมีโสกปริเทว ทุกข โทมนัส อุปายาสเปนธรรมดา ของโสกปริเทว ทุกข โทมนัส อุปายาส อยามีมาถึงเราเลย สัตวไมพึงไดสมความปรารถนา

จะเห็นไดวาเหตุแหงทุกขทั้ง ๓ ประการนั้น เกิดจากการที่ไดในสิ่งที่ไมชอบ การพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่ชอบ ความไมสมหวังอยางใดอยางหนึ่ง หรือทั้งหมดก็ทำให้เปนทุกข เพราะมีลักษณะของทุกขอยู คือ การเกิด การเสื่อมและการดับสลาย และเปนเหตุที่ทำใหทุกขทั้ง ๕ ประเภทเกิดขึ้นไดเสมอเหมือนกันทั้งหมด ผูปรารถนาปลดทุกข์ไม่ว่าจะระยะสั้น ระยะกลาง หรือระยะยาวตลอดกลาจึงจำเปนตองขจัดออกเสียดวยมรรค ๘ สาเหตุทุกขสัจ เกิดจากกรรม สวนกรรมเกิดจากตัณหาผูที่ละตัณหาไดแลวยอมไมทำกรรมใหม แมกรรมเกาของทานก็ไมใหผลเปนปฏิสนธิในภพใหมเพราะรากแกว คือ ตัณหาถูกตัดขาดไดแลว จะเห็นไดวามูลเหตุของอุปาทานขันธ คือ ตัณหาตามนัยแหงพระอภิธรรมแสดงวาไดแก โลภเจตสิก ดวงเดียวเทานั้น สวนนัยแหงพระสูตรแสดงวาสมุทยอริยสัจจ ไดแก อวิชชาและตัณหา อันเปนการแสดงตามนัย แหงปฏิจจสมุปปาท อวิชชา คือ โมหะ
เปนมูลเหตุแหงอดีตตัณหา คือ โลภะเปน มูลในปจจุบัน โลภเจตสิก หรือตัณหาเปนความอยากไดเปน

ความปรารถนาซึ่งมักจะไมรูจักอิ่มไมรูจักพอ เมื่อมีความอยากไดมีความปรารถนาเกิดขึ้นแลวก็ตองมีปริเยสนทุกข คือ เปนทุกขในการแสวงหาเพื่อใหไดมาตามความปรารถนานั้น ๆ ถาหาไมไดก็มีความไมสมหวัง ดังที่ปรารถนาครั้นไดมาแลวก็มี อารักขทุกข คือ เปนทุกขในการระวังรักษา เมื่อรักษาไมดีแตกหักสูญหายไปก็มี ปเยหิวิปปโยโค ความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก รวมความวาไดก็ทุกขไมไดก็ทุกข ตอเมื่อใด ตัดตนตอตนเหตุ คือ ความปรารถนาลงเสียไดทุกขก็จะไมมีเลย คือ ตัดตัณหามี ๓ นั่นเอง

๓.๔.๒.๑ กามตัณหา ความทะยานอยากในกาม กาม หมายถึง รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่น่าใคร่ น่าปรารถนา น่าพอใจ ความอยากได้ทางกามารมณ์, ความทะยานอยากในกาม จึงหมายถึงความดิ้นรนอยากเห็นสิ่งที่สวยงาม อยากฟังเสียงที่ไพเราะ อยากดมกลิ่นที่หอม อยากลิ้มรสที่อร่อย อยากสัมผัสที่น่าใคร่น่าปรารถนา น่าพอใจ

๓.๔.๒.๒ ภวตัณหา ความทะยานอยากในภพ ความอยากเป็นโน่นเป็นนี่ ความอยากที่ประกอบด้วยภวทิฏฐิหรือสัสสตทิฏฐิ ความทะยานอยากในความเป็น คือ ดิ้นรนอยากเป็นบุคคลประเภทที่ตนชอบ เช่น นักร้อง นักแสดง นักการเมือง หรืออยากได้เลื่อนยศเลื่อนตำแหน่งก่อนใคร ๆ

๓.๔.๒.๓ วิภวตัณหา ความทะยานอยากในความปราศจากภพ ความอยากไม่เป็นโน่นเป็นนี่ ความอยากที่ประกอบด้วยวิภวทิฏฐิหรืออุจเฉททิฏฐิ ความอยากในความไม่มีหรือไม่เป็น คือ ดิ้น

รนอยากไม่เป็นสิ่งที่เขาให้เป็นหรืออยากจะพ้นไปจากตำแหน่งที่เป็นอยู่แล้ว รวมทั้งอยากให้สิ่งนั้นสิ่งนี้หมดไป

ตัณหาทั้ง ๓ ประการนี้ เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ที่เกิดจากตัณหาต้องเป็นทุกข์ที่เกี่ยวข้องกับจิตใจ ไม่ใช่ทุกข์เพราะคงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ของสิ่งที่ไม่มีมีชีวิต ตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดความยึดมั่นถือมั่นในตัวเอง และสิ่งต่าง ๆ ของตัวเอง ความยึดมั่นถือมั่นนี้เองเป็นตัวทุกข์ พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย! ความจริงอันประเสริฐคือเหตุให้เกิดทุกข เปนอยางไร เลา? ภิกษุทั้งหลาย! ตัณหานี้ใด ที่ทำให้มีการเกิดอีก อันประกอบดวยความกำหนัดเพราะอำนาจแหงความเพลิน ซึ่งมีปรกติทำให้ความเพลิดเพลินในอารมณนั้น ๆ ได้แก ตัณหาในกาม ตัณหาในความมี ความเปนตัณหาในความไมมีไมเปน; นี้เรียกวา ความจริงอันประเสริฐคือเหตุใหเกิดทุกข์[๒๔] ซึ่งขยายความอธิบายได้ดังนี้

๑) การเกิดขึ้นแหงตัณหา การเกิดขึ้นแห่งตัณหาตามที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนไว้พอจะสรุปได้ดังต่อไปนี้[๒๕]

(๑) เกิดมีผัสสะ คือ การกระทบกันของตา รูป จักขุวิญญาณเป็นปัจจัย จึงเกิดมีเวทนา เพราะเวทนาเปนปจจัย จึงเกิดมีตัณหา; นี้ คือการกอขึ้นแหงทุกข

(๒) เกิดมีผัสสะ คือ การกระทบกันของหู เสียง โสตวิญญาณเป็นปัจจัย จึงเกิดมีเวทนา เพราะเวทนาเปนปจจัย จึงเกิดมีตัณหา; นี้ คือการกอขึ้นแหงทุกข

(๓) เกิดมีผัสสะ คือ การกระทบกันของจมูก กลิ่น ฆานวิญญาณเป็นปัจจัย จึงเกิดมีเวทนา เพราะเวทนาเปนปจจัย จึงเกิดมีตัณหา; นี้ คือการกอขึ้นแหงทุกข

(๔) เกิดมีผัสสะ คือ การกระทบกันของลิ้น รส ชิวหาวิญญาณเป็นปัจจัย จึงเกิดมีเวทนา เพราะเวทนาเปนปจจัย จึงเกิดมีตัณหา; นี้ คือการกอขึ้นแหงทุกข

(๕) เกิดมีผัสสะ คือ การกระทบกันของกาย สัมผัส กายวิญญาณเป็นปัจจัย จึงเกิดมีเวทนา เพราะเวทนาเปนปจจัย จึงเกิดมีตัณหา; นี้ คือการกอขึ้นแหงทุกข

(๖) เกิดมีผัสสะ คือ การกระทบกันของใจ ความคิด มโนวิญญาณเป็นปัจจัย จึงเกิดมีเวทนา เพราะเวทนาเปนปจจัย จึงเกิดมีตัณหา; นี้ คือการกอขึ้นแหงทุกข

๒) ที่ตั้งอาศัยเกิดแหงตัณหา “ภิกษุทั้งหลาย! การเกิดขึ้นแหงตัณหา เมื่อจะเกิด ยอมเกิดขึ้นแกภิกษุในอารมณใด ๆ ก็ตามมีสี่อยางเหลานี้.สี่อยางเหลาไหนเลา? สี่อยางคือ :-ภิกษุทั้งหลาย! ตัณหา เมื่อจะเกิด ยอมเกิดขึ้นแกภิกษุ; เพราะจีวรเปนเหตุบาง; เพราะอาหารบิณฑบาตเปนเหตุบาง; เพราะเสนาสนะเปนเหตุบาง; เพราะความไดเปนหรือไมไดเปน อยางนั้นอยางนี้เปนเหตุบาง ; ภิกษุทั้งหลาย! เหลานี้แล คือ การเกิดขึ้นแหงตัณหา เมื่อจะเกิดยอมเกิดขึ้นแกภิกษุในอารมณใด ๆ ก็ตามมีสี่อยางแล”[๒๖] ที่ตั้งอาศัยเกิดแห่งตัณหา เมื่อจะเกิดย่อมเกิดจากสิ่งที่มีอยู่ เป็นอยู่ในสิ่งนั้น ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย! ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดยอมเกิดขึ้น ณ ที่ไหน? เมื่อจะตั้งอยูยอมตั้งอยู ณ ที่ไหน? ภิกษุทั้งหลาย! สิ่งใด มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, ตัณหานั้น เมื่อจะเกิด ยอมเกิดขึ้นในสิ่งนั้น, เมื่อจะตั้งอยู ยอมตั้งอยู่ในสิ่งนั้น. ภิกษุทั้งหลาย! ก็สิ่งใดเลา มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก? ภิกษุทั้งหลาย! ตา มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, หู มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, จมูก

---

[๒๔] สำ.ม.๑๙/๕๓๔/๑๖๘๐.

[๒๕] สำ.สฬา.๑๘/๑๐๖/๑๕๔.

[๒๖] อ.จตุกฺก.๒๑/๓๓๕/๒๕๗.

มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, ลิ้น มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, กาย มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, และ ใจ มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก; ตัณหานั้น เมื่อจะเกิด ยอมเกิดขึ้นในสิ่งนั้น ๆ, เมื่อจะตั้งอยู ยอมตั้งอยู่ในสิ่งนั้น ๆ" ภิกษุทั้งหลาย! รูปทั้งหลายมีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, เสียงทั้งหลายมีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, กลิ่นทั้งหลาย มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก,รสทั้งหลาย มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, โผฏฐัพพะทั้งหลาย มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, และธรรมารมณทั้งหลาย มีภาวะเปนที่รักที่ ยินดีในโลก; ตัณหานั้น เมื่อจะเกิด ยอมเกิดขึ้น ในสิ่งนั้น ๆ, เมื่อจะตั้งอยู ยอมตั้งอยู ในสิ่งนั้น ๆ[๒๗] (ส่วนอื่นมีลักษณะเดียวกัน คือ เวทนา สัญญา สังขาร ตัณหา ความตริตรึกในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมมารมณ์ เกิดจากความยินดีพอใจในสิ่งเหล่านี้ซึ่งเป็นที่เกิดของตัณหานั่นเอง

ก็เหตุเกิดแห่งทุกข์เป็นไฉน[๒๘] คือตัณหาเป็นเหตุเกิดแห่งทุกข์. , -ก็ความต่างแห่งทุกข์เป็นไฉน.? คือ ทุกข์มากก็มี ทุกข์น้อยก็มี ทุกข์ที่คลายช้าก็มี ทุกข์ที่คลายเร็วก็มี นี้เรียกว่าความต่างแห่งทุกข์., -ก็วิบากแห่งทุกข์เป็นไฉน.? คือ บุคคลบางคนในโลกนี้ถูกทุกข์อย่างใดครอบงำ มีจิตอันทุกข์อย่างใดกลุ้มรุม ย่อมเศร้าโศก ลำบาก รำพัน ทุบอก คร่ำครวญ ถึงความหลง ก็หรือบางคนถูกทุกข์ใดครอบงำแล้ว มีจิตอันทุกข์ใดกลุ้มรุมแล้ว ย่อมแสวงหาเหตุปลดเปลื้องทุกข์ในภายนอกว่าใครจะรู้ทางเดียวหรือสองทางเพื่อดับทุกข์นี้ได้ เรากล่าวทุกข์ว่ามีความหลงใหลเป็นผล หรือว่ามีการแสวงหาเหตุปลดเปลื้องทุกข์ภายนอกเป็นผล นี้เรียกว่าวิบากแห่งทุกข์. -ก็ความดับแห่งทุกข์เป็นไฉน.? คือ ความดับแห่งทุกข์ย่อมเกิดขึ้นเพราะความดับแห่งตัณหา อริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ คือ สัมมาทิฐิ ฯลฯ สัมมาสมาธิ เป็นปฏิปทาให้ถึงความดับแห่งทุกข์ ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็เมื่อใด อริยสาวกย่อมทราบชัดทุกข์ เหตุเกิดแห่งทุกข์ ความต่างแห่งทุกข์ วิบากแห่งทุกข์ ความดับแห่งทุกข์ปฏิปทาที่ให้ถึงความดับแห่งทุกข์ อย่างนี้ เมื่อนั้น อริยสาวกนั้นย่อมทราบชัดพรหมจรรย์อันเป็นไปในส่วนแห่งการชำแรกกิเลส เป็นที่ดับทุกข์.

พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า ตัณหาเป็นความอรอยกลางกองทุกข (ความลวงของกาม) ดังตรัสไว้กับมาคัณฑิยะ ดังนี้; มาคัณฑิยะ! บุรุษโรคเรื้อน มีตัวเปนแผล สุกปลั่ง ถูกตัวเชื้อโรคแทะกัดอยู ใชเล็บเกาปากแผลอยู รมตัวอยู่ที่หลุมถานไฟ. มาคัณฑิยะ! เขาทำเชนนั้นอยูเพียงใด, ปากแผลของเขาก็ยิ่งไมสะอาด ยิ่งมีกลิ่นเหม็น และเปอยเนามากยิ่งขึ้น อยูเพียงนั้น, จะมีความรูสึกสักวาความพอใจ และความสบายเนื้ออยูบ่าง ก็ตรงที่แผลไดรับการเกาหรือการอบอุน เพราะไฟนั้นเปนเหตุ ขอนี้มีอุปมาฉันใด; มาคัณฑิยะ! อุปไมยก็ฉันนั้น คือ สัตวทั้งหลาย ยังเปนผูไมไปปราศจากความกำหนัดในกามทั้งหลาย ถูกกามตัณหาแทะกัดอยู ถูกความเรารอน เพราะกามแผดเผาอยู ก็ยังขืนเสพกามทั้งหลายอยูนั่นเอง. มาคัณฑิยะ! เขายังทำเชนนั้น อยูเพียงใด, กามตัณหาของสัตวทั้งหลายเหลานั้น ยอมเจริญขึ้นดวย เขาถูกความเรารอนเพราะกามแผดเผาอยูดวย และสัตวเหลานั้น จะมีความรูสึกสักวาความพอใจ และความสบายเนื้ออยูบาง ก็ตรงที่รสอันอาศัยกามคุณ ๕ เปนเหตุอยูเพียงนั้น เทานั้นแล[๒๙]

---

[๒๗]ที.ม.๑๐/๓๔๓/๒๙๗.

[๒๘]องฺ.ปญฺจก.๒๒/๓๓๔/๔๒๓-๔๒๔

[๒๙]ม.ม.๑๓/๒๗๔/๒๘๕

๓) โทษของตัณหา[๓๐] ตัณหามีโทษ ดังต่อไปนี้

(๑) ทำให้มีการเกิดอีก ประกอบด้วยความกำหนัดเพราะอำนาจแห่ง ความเพลิน มีปรกติทำให้เพลิดเพลินในอารมณนั้น ๆ.

(๒) ตัณหา ยอมปกคลุมบุคคล ผู้ประพฤติตนเป็นคนมัวเมา เหมือนเครือเถามาลุวา (ใบดกขึ้นปกคลุมต้นไม้อยู่) ฉะนั้น. เขาผู้ถูกตัณหาปกคลุมแล้ว ยอมเร่รอนไปสู่ภพน้อยภพใหญ่ เหมือนวานรต้องการ ผลไม้ เร่รอนไปในป่า ฉะนั้น.

(๓) ตัณหา ซึ่งเป็นของลามก สายซานไปได้ทั่วโลกนี้ ครอบงำผู้ใดเข้าแล้ว, ความโศกทั้งหลายยอมลุกลามแก่บุคคลผู้นั้น เหมือนหญ้าวีรณะ ซึ่งงอกงามแผกว้างออกไปโดยเร็ว ฉะนั้น. ต้นไม้ แม้ถูกตัดแล้ว แต่เมื่อรากยังมั่นคง ไม่มีอันตราย ยอมงอกงามขึ้นมาได้อีก ฉันใด; ความทุกข์นี้ก็ฉันนั้น, เมื่อตัณหานุสัย (ซึ่งเป็นรากเง่าของมัน) ยังไม่ถูกถอนขึ้นแล้ว, มันยอมเกิดขึ้นร่ำไป.

(๔) ตัณหา ซึ่งมีกระแสสามสิบหกสาย มีกำลังกล้าแข็ง ไหลไปตามใจชอบของบุคคลใด มีอยู่, ความดำริซึ่งอาศัยราคะ มีกระแสอันใหญ่หลวง ยอมพัดพาไป ซึ่งบุคคลนั้นอันมีทิฏฐิผิดเป็นธรรมดา. กระแส (แห่งตัณหา) ยอมหลั่งไหลไปในอารมณทั้งปวง.เถาวัลย์(คือตัณหา) แตกขึ้นแล้ว ตั้งอยู่. ท่านทั้งหลาย เห็นเถาวัลย์ นั้นเกิดขึ้นแล้ว จงตัดรากมันเสีย ด้วยปัญญา.

(๕) โสมนัส ซึ่งซาบซ่านและมีเยื่อใย มีอยู่แก่สัตว์, สัตว์เหล่านั้นจึงแสวงสุข เพราะอาศัยความยินดี, สัตว์เหล่านั้นแหละเป็นผู้เข้าถึงชาติและชรา

(๖) หมู่สัตว์ เผชิญหน้าด้วยตัณหา(เครื่องให้เกิดความสะดุ้ง) ยอมกระสับกระส่าย เหมือนกระต่ายที่ติดบ่วงเผชิญหน้านายพราน กระสับกระส่ายอยู่ ฉะนั้น. สัตว์ผู้ของแล้วด้วยสัญโญชน์ก็เข้าถึงความทุกข์อยู่ร่ำไปตลอดกาลนาน

สรุปได้ว่า สมุทัยในอริสัจ หมายถึงความจริงอันประเสริฐ คือ เหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหาในกาม ตัณหาในความมีความเป็น ตัณหาในความไม่มีไม่เป็น การเกิดขึ้นแห่งตัณหา เกิดจากผัสสะของอายตนะภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) กับอายตนะภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ความนึกคิด) แล้วก่อทุกข์เพราะตัณหา ที่ตั้งอาศัยเกิดแห่งตัณหา เมื่อจะเกิดย่อมเกิดจากสิ่งที่มีอยู่ เป็นอยู่ในสิ่งนั้น เช่น ความรัก เป็นต้น ตัณหาเป็นความอ่อนยอกลางกองทุกข์ (ความลวงของกาม) เหมือนบุรุษโรคเรื้อน มีตัวเป็นแผล สุกปลั่ง ถูกตัวเชื้อโรค แทะกัดอยู่ ใช่เล็บเกาปากแผลอยู่ รมตัวอยู่ที่หลุมถ่านไฟ เขาทำเช่นนั้นอยู่เพียงใด ปากแผลของเขาก็ยิ่งไม่สะอาด ยิ่งมีกลิ่นเหม็น และเปื่อยเน่ามากยิ่งขึ้น อยู่เพียงนั้น, จะมีความรู้สึกสักว่าความพอใจ และความสบายเนื้ออยู่บ้าง ก็ตรงที่แผลได้รับการเกาหรือการอบอุ่น เพราะไฟนั้นเป็นเหตุ โทษของตัณหา ๑. ทำให้มีการเกิดอีก ๒. ตัณหายอมปกคลุมบุคคลผู้ประพฤติตน เป็นคนมัวเมา ๓. ตัณหาซึ่งเป็น ของลามก สายซานไปได้ทั่วโลกนี้ ครอบงำผู้ใดเข้าแล้ว ความโศกทั้งหลาย ยอมลุกลามแก่บุคคลผู้นั้น ๔. ตัณหาทำให้เกิดมีทิฏฐิผิดเป็นธรรมดา ๕. โสมนัส ซึ่งซาบซ่านและมีเยื่อใยมีอยู่แก่สัตว์ จึงแสวงสุข เพราะอาศัยความยินดี จึงเป็นผู้เข้าถึงชาติและชรา และ ๖. ทำให้กระสับกระส่ายเข้าถึงความทุกข์อยู่ร่ำไปตลอดกาลนาน

สมุทัย คือ ว่าด้วยเหตุแห่งทุกข์ ความทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับคนนั้นย่อมเกิดจากสาเหตุบางอย่าง มิใช่เกิดขึ้นลอย ๆ ดังพุทธดำรัสว่า “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนั้นจึงมี เพราะสิ่งนี้เกิด สิ่งนั้นจึงเกิด

---

[๓๐]ขุ.ธ.๒๕/๖๐/๓๔.

ตัวอย่างเช่นนี้ คนเจ็บป่วยเป็นโรคมะเร็งก็อาจเป็นเพราะว่าการสั่งสมความไม่สมดุลย์ของร่างกายที่เกิดจากการกินที่ไม่ถูกต้อง การนอนพักผ่อนไม่เพียงพอ การได้รับสารเคมีเข้าสู่ร่างกายมากเกินไป ซึ่งสาเหตุของความทุกข์นั้น คือความอยากมี อยากเป็น และความไม่อยากมี ไม่อยากเป็นที่เกินพอดี ในการดำรงชีวิตซึ่งเรียกว่า ตัณหา มี 3 อย่างคือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา นั่นเอง

๓.๔.๓ นิโรธในอริยสัจ

นิโรธ คือ การดับทุกข์ หมายถึง การดับ หรือการละตัณหา ๓ ประการดังกล่าวแล้วได้ตัณหาเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ถ้าดับเหตุได้ ทุกข์ซึ่งเป็นผลก็ดับไปเองเหมือนการดับไฟต้องดับที่เชื้อเพลิง เช่น ฟืนหรือน้ำมัน นำเชื้อออกเสีย เมื่อเชื้อหมดไปไฟก็ดับเอง พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย! ความจริงอันประเสริฐ คือความดับไม่เหลือของทุกขเปนอยางไรเลา? ภิกษุทั้งหลาย! ความดับสนิทเพราะความจางคลายไปโดย ไมเหลือของตัณหานั้นนั่นเทียว, ความละไปของตัณหานั้น, ความสลัดกลับคืน ของตัณหานั้น, ความหลุดออกไปของตัณหานั้น และ ความไมมีที่อาศัยอีกตอไป ของตัณหานั้น อันใด ; อันนี้ เราเรียกวา ความจริงอันประเสริฐคือความดับไมเหลือของทุกข.”[๓๑] คือ ความดับแหงตัณหา ๓

๓.๔.๓.๑ ละตัณหานั้น เมื่อจะละไป ยอมละไป ในสิ่งนั้น ๆ, เมื่อจะดับไป ยอมดับไปในสิ่งนั้นๆ ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนไว้ดังนี้; ภิกษุทั้งหลาย! ตัณหานั้น เมื่อจะละไป ยอมละไปในที่ไหน? เมื่อจะดับไป ยอมดับไปในที่ไหน? ภิกษุทั้งหลาย! สิ่งใดมีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, ตัณหานั้นเมื่อจะละไป ยอมละไป ในสิ่งนั้น ๆ, เมื่อจะดับไป ยอมดับไป ในสิ่งนั้น ๆ, ภิกษุทั้งหลาย! สิ่งใดเลามีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก? ภิกษุทั้งหลาย! ตา มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, หู มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, จมูกมีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, ลิ้น มีภาวะเปนที่รัก ที่ยินดีในโลก, กาย มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, ใจ มีภาวะเปนที่รักที่ยินดี ในโลก; ตัณหานั้น เมื่อจะละไป ยอมละไป ในสิ่งนั้น ๆ, เมื่อจะดับไป ยอมดับไปในสิ่งนั้น ๆ. ภิกษุทั้งหลาย.! รูปทั้งหลาย มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, เสียงทั้งหลายมีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, กลิ่นทั้งหลาย มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, รสทั้งหลายมีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, โผฏฐัพพะ ทั้งหลาย มีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก, ธรรมารมณทั้งหลายมีภาวะเปนที่รักที่ยินดีในโลก ; ตัณหานั้น เมื่อจะละไป ยอมละไปในสิ่งนั้น ๆ, เมื่อจะดับไป ยอมดับไปในสิ่งนั้น ๆ...วิญญาณทางตา...สัมผัสทางตา...เวทนา...ความหมายรู...ความคิดนึก...ตัณหา ..ความตริตรึก...ตัณหานั้น เมื่อจะละไป ยอมละไป ในสิ่งนั้นๆ, เมื่อจะดับไป ยอมดับไป ในสิ่งนั้น ๆ[๓๒]

๓.๔.๓.๒ ความดับทุกขมี เพราะความดับแหงนันทิ ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสั่งสอนไว้ดังนี้; ปุณณะ! รูป ที่เห็นดวยตาก็ดี, เสียง ที่ฟงดวยหูก็ดี, กลิ่น ที่ดมดวยจมูกก็ดี, รส ที่ลิ้มดวยลิ้นก็ดี, โผฏฐัพพะ ที่สัมผัสดวยกายก็ดี ธรรมารมณ ที่รูแจงดวยใจก็ดี, อันเปนสิ่งที่น่าปรารถนา นารักใคร นาพอใจ เปนที่ ยวนตา ยวนใจใหรัก เปนที่เขาไปตั้งอาศัยอยูแหงความใครเปนที่ตั้งแหงความกำหนัดยอมใจ มีอยู; ภิกษุยอมไมเพลิดเพลิน ไม่พร่ำสรรเสริญ ไมเมาหมก ซึ่งอารมณมีรูป เปนตนนั้น. เมื่อภิกษุไมเพลิดเพลิน ไมพร่ำสรรเสริญ ไมเมาหมก ซึ่งอารมณมี รูปเปนตนนั้นอยู, นันทิ(ความเพลิน)ยอม

---

[๓๑] สำ.ม.๑๙/๕๓๔/๑๖๘๑.

[๓๒] สำ.ม.๑๙/๕๓๔/๑๖๘๑.

ดับไป. ปุณณะ! เรากลาววา "ความดับไมมีเหลือของทุกขมีได เพราะความดับไมเหลือของความเพลิน" ดังนี้ แล[๓๓]

๓.๔.๓.๓ ดับตัณหา คือ ปลงภาระหนักลงได้ ดังที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย! การปลงภาระหนักลงเสียได เปนอยางไรเลา ? ภิกษุทั้งหลาย! ความดับสนิทเพราะความจางคลายไปโดยไมเหลือของ ตัณหานั้นนั่นเทียว, ความละไปของตัณหานั้น, ความสลัดกลับคืนของตัณหานั้น, ความหลุดออกไปของตัณหานั้น, และความไมมีที่อาศัยอีกตอไปของ ตัณหานั้น อันใด; ภิกษุทั้งหลาย! อันนี้เราเรียกวา การปลงภาระหนักลงเสียได ดังนี้. พระผูมีพระภาคเจา ไดตรัสพุทธวจนะนี้ ซึ่งเปนคำรอยกรองสืบตอไป:-“ขันธทั้งหาเปนของหนักเนอ! บุคคลแหละ เปนผูแบกของหนักพาไป. การแบกถือของหนัก เปนความทุกขในโลก.การปลงภาระหนักเสียไดเปนความสุข. พระอริยเจาปลงภาระหนักลงเสียแลว ทั้งไมหยิบฉวยเอาของหนักอันอื่นขึ้นมาอีก. ก็เปนผูถอนตัณหาขึ้นไดกระทั่วราก (อวิชชา); เปนผูหมดสิ่งปรารถนา ดับสนิทไมมีสวนเหลือ" ดังนี้[๓๔]

๓.๔.๓.๔ ละกิเลสตัณหาได คือ ละเบญจขันธได ดังที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ดังต่อไปนี้ ภิกษุทั้งหลาย.! ความพอใจ(ฉันทะ) ก็ดี ความกำหนัด(ราคะ) ก็ดี ความเพลิน(นันทิ) ก็ดีตัณหาก็ดี มีอยูในรูป ในเวทนา ในสัญญา ในสังขารทั้งหลาย ในวิญญาณใด ๆ, พวกเธอทั้งหลาย จงละกิเลสนั้น ๆ เสีย. ดวยการทำอยางนี้ รูป เวทนา สัญญา สังขารทั้งหลาย วิญญาณ นั้น ๆ จักเปนสิ่งที่ พวกเธอละไดแลว เปนสิ่งที่มีมูลรากอันตัดเสียแลว ทำใหเหมือนตาลยอดเนา ทำใหมีอยูไมได ทำใหเปนสิ่งที่เกิดขึ้นไมได อีกตอไป[๓๕]

๓.๔.๓.๕ ความสิ้นตัณหา คือ นิพพาน พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนไว้ดังนี้ “ขาแตพระองคผูเจริญ! ที่เรียกวา 'สัตว สัตว' ดังนี้, อันวาสัตวมีไดดวยเหตุเพียงเทาไรเลา? พระเจาขา!”, ราธะ! ความพอใจอันใด ราคะอันใด นันทิอันใด ตัณหาอันใด มีอยูในรูป ในเวทนา ในสัญญา ในสังขารทั้งหลายและในวิญญาณ, เพราะการติดแลว ของแลว ในสิ่งนั้น ๆ, เพราะฉะนั้นจึงเรียกวา 'สัตว' ดังนี้, ราธะ! เปรียบเหมือนพวกกุมารนอย ๆ หรือกุมารีนอย ๆ เลนเรือนนอย ๆ ที่ทำ ดวยดินอยู, ตราบใดเขายังมีราคะ มีฉันทะ มีความรัก มีความกระหาย มีความเรารอน และมีตัณหา ในเรือนนอยที่ทำดวยดินเหลานั้น; ตราบนั้นพวกเด็กนอยนั้น ๆ ยอมอาลัยเรือนนอยทีทำดวยดินเหลานั้น ยอมอยากเลน ยอมอยากมีเรือนนอย ที่ทำดวยดินเหลานั้น.ยอมยึดถือเรือนนอย ที่ทำดวยดินเหลานั้นวาเปนของเรา ดังนี้, ราธะ! แตเมื่อใดแล พวกกุมารนอย ๆ หรือกุมารีนอย ๆ เหลานั้น มีราคะไปปราศแลว มีฉันทะไปปราศแลว มีความรักไปปราศแลว มีความกระหาย ไปปราศแลวมีความเรารอนไปปราศแลว มีตัณหาไปปราศแลว ในเรือนนอยที่ ทำดวยดินเหลานั้น,ในกาลนั้นแหละพวกเขายอมทำเรือนนอย ๆ ที่ทำดวย ดินเหลานั้น ใหกระจัดกระจายเรี่ยรายเกลื่อนกลนไป กระทำใหจบการเลนเสีย ดวยมือและเทาทั้งหลาย, อุปมานี้ฉันใด ; ราธะ! อุปไมยก็ฉันนั้น คือ แมพวกเธอทั้งหลายจงเรี่ยรายกระจายออกซึ่ง รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ. จงขจัดเสียใหถูกวิธี, จงทำใหแหลกลาญโดยถูกวิธี, จงทำใหจบการเลนใหถูกวิธี,

---

[๓๓]ม.อุ.๑๔/๔๘๒/๗๕๖.

[๓๔]ม.อุ.๑๔/๔๘๒/๗๕๖.

[๓๕]ส.ข.๑๗/๒๓๖/๓๗๕.

จงปฏิบัติเพื่อความสิ้นไปแหงตัณหาเถิด. , ราธะ! เพราะวา ความสิ้นไปแหงตัณหานั้น คือนิพพาน ดังนี้แล.[๓๖]

๓.๔.๓.๖ ที่สุดของพรหมจรรย คือ นิพพาน พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ ดังนี้; “ขาแตพระองคผูเจริญ! ที่เรียกวา 'มาร มาร' ดังนี้, ดวยเหตุเพียงเทาไร เลา จึงถูกเรียกวา มาร พระเจาขา!”, “ราธะ! เมื่อรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณมีอยู, จะพึง มีมาร, มีผูใหตาย หรือวาผูตาย. , ราธะ! เพราะฉะนั้นในเรื่องนี้ เธอจงเห็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณวา 'เปนมาร' เห็นวาเปน 'ผูใหตาย' เห็นวา 'ผูตาย' เห็นวา 'เปนโรค' เห็นวา 'เปนหัวฝ' เห็นวา 'เปนลูกศร' เห็นวา 'เปนทุกข' เห็นวา 'เปนทุกขที่เกิดแลว' ดังนี้.พวกใดยอมเห็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณนั้น ดวยอาการอยางนี้, พวกนั้น ชื่อวา ยอมเห็นโดยชอบ แล”, “ขาแตพระองคผูเจริญ! สัมมาทัสสนะ(การเห็นโดยชอบ)มีอะไรเปนประโยชนที่มุงหมายเลา พระเจาขา!”,”ราธะ! สัมมาทัสสนะ มีนิพพิทา (ความเบื่อหนาย) เปนประโยชนที่มุงหมาย”, “ขาแตพระองคผูเจริญ! ก็นิพพิทา (ความเบื่อหนาย) มีอะไร เปนประโยชน ที่มุงหมายเลาพระเจาขา!”, “ราธะ! นิพพิทาแล มีวิราคะ(ความจางคลายไป) เปนประโยชนที่มุงหมาย”, “ขาแตพระองคผูเจริญ! ก็วิราคะ มีอะไรเปนประโยชนที่มุงหมมายเลา พระเจาขา!” ,”ราธะ! วิราคะแล มีวิมุติ (ความหลุดพน) เปนประโยชนที่มุงหมาย”, “ขาแตพระองคผูเจริญ! ก็วิมุติมี อะไรเปนประโยชนที่มุงหมาย เลาพระเจาขา?”, “ราธะ! วิมุติแล มีนิพพานเปนประโยชนที่มุงหมาย”,“ขาแตพระองคผูเจริญ! ก็นิพพานมีอะไรเปนประโยชนที่มุงหมายเลาพระเจาขา?”, “ราธะ! เขาไดถามเลยปญหาเสียแลว, เธอไมอาจจะจับฉวยเอา ที่สุดของปญหาได. ราธะ! ดวยวาพรหมจรรย ที่ประพฤติกันอยูนี้แล ยอมหยั่งลง สูนิพพาน มีนิพพานเปนที่สุดทาย”[๓๗]

สรุปว่า นิโรธในอริยสัจ หมายถึงความจริงอันประเสริฐคือ ความดับไม่เหลือของทุกข ได้แก่ ความดับสนิทเพราะความจางคลายไปโดยไม่เหลือของตัณหา ความละไปของตัณหา ความสลัดกลับคืนของตัณหานั้น ความหลุดออกไปของตัณหา และความไม่มีที่อาศัยอีกต่อไปของตัณหานั้น ความดับ แหงตัณหา (นิโรธ) เมื่อจะละไป ยอมละไปในสิ่งนั้น ๆ, เมื่อจะดับไป ยอมดับไปในสิ่งนั้น ๆ ความดับทุกขมี เพราะความดับแหงนันทิ (ความเพลินในตัณหา) ดับตัณหา คือปลงภาระหนักลงได้ ละกิเลสตัณหาได คือละเบญจขันธได ความสิ้นตัณหา คือนิพพาน ที่สุดของพรหมจรรย คือนิพพาน นิโรธ คือ ความจริงว่าด้วยความดับทุกข์ กล่าวคือ ความทุกข์นั้นเมื่อเกิดได้ก็ดับได้ เมื่อความทุกข์เกิดจากสาเหตุ ถ้าเราดับสาเหตุนั้นเสีย ความทุกข์นั้นก็ย่อมดับไปด้วย ดังพุทธดำรัสว่า “เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนั้นก็ไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนั้นก็ดับ” ความทุกข์หรือปัญหาของคนเรานั้น เมื่อเกิดแล้วก็จะไม่คงอยู่อย่างนั้นเป็นนิจนิรันดร์ แต่อยู่ในวิสัย ที่เราสามารถจะแก้ไขได้ไม่ช้าก็เร็ว ไม่มากก็น้อย และอยู่ที่ว่ามีความตั้งใจจริงที่จะแก้ไขหรือไม่

๓.๔.๔ มรรคในอริยสัจ

๓.๔.๔.๑ ความหมายของมรรค ตามคำศัพทในพจนานุกรม ความหมายทางด้านพุทธศาสนาเถรวาท และโดยความหมายความรู้ ความเข้าใจของผู้รู้ทางด้านพุทธศาสนาตามความหมายของมรรคไว ๓ ความหมาย ดังนี้

๑. ความหมายตามศัพท มรรค กลาวคือ มรรคะ หรือ มรรคา แปลว่า ทางเหตุใชคูกับผลวาเปนมรรคเปนผล ในพระพุทธศาสนาเถรวาท เปนชื่อแหงโลกุตรธรรมคูกับผล มี ๔ ชั้น คือโสดาปตติมรรค,

---

[๓๖]สำ.ข.๑๗/๒๓๒/๓๖๗.)

[๓๗]สำ.ข.๑๗/๒๓๑/๓๖๖.

สกทาคามิมรรค,อนาคามิมรรค และอรหันตมรรคทางที่จะนำไปสูความพนทุกขเปน ๑ ในอริยสัจ ๔ ไดแก ทุกข สมุทัย นิโรธ และ มรรค เรียกเต็มวามรรคมีองค ๘ ประกอบดวย[๓๘] สัมมาทิฐิ (ความเห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ) สัมมาวาจา (การเจรจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (การงานชอบ) สัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีวิตชอบ) สัมมาวายามะ (ความพยายามชอบ) สัมมาสติ (ความระลึกชอบ) สัมมาสมาธิ (ความตั้งใจมั่นชอบ หรือเรียกอีกอยางหนึ่งวา มัชฌิมาปฏิปทา คือ ทางสายกลาง

๒. มรรค (ภาษาสันสกฤต: มารค; ภาษาบาลี: มคฺค) คือ หนทางถึงความดับทุกขเปนสวนหนึ่งของอริยสัจ (เรียกวา มัคคสัจจ หรือ ทุกขนิโรธคามินี ปฏิปทาอริยสัจ) และนับเป็นหลักธรรมสำคัญอยางหนึ่งในพระพุทธศาสนา ประกอบดวยหนทางมีนัยความหมาย ๒ ประการ คือ[๓๙]
๑) มรรค วาโดยองคประกอบ คือขอปฏิบัติใหถึงความดับทุกขเรียกเต็มวา ๑.อริยอัฏฐังคิกมรรค แปลวา ทางมีองค ๘ ประการอันประเสริฐ เรียกสามัญวามรรคมีองค ๘ คือ (๑) สัมมาทิฏฐิ เห็นชอบ (๒) สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ (๓) สัมมาวาจา เจรจาชอบ (๔) สัมมากัมมันตะ ทำการชอบ (๕) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ (๖) สัมมาวายามะ เพียรชอบ (๗) สัมมาสติ ระลึกชอบ (๘) สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ ๒) มรรค วาโดยระดับการใหสำเร็จกิจ คือ ทางอันใหถึงความเปนอริยบุคคลแตละขั้น ญาณ ที่ทำใหละสังโยชนไดขาดเปนชื่อแหงโลกุตรธรรมคูกับผล มี ๔ ระดับ คือ โสดาปตติมรรค ๑ สกทาคามิมรรค ๑ อนาคามิมรรค ๑ อรหัตมรรค ๑

๓. มรรค ความหมายตามความเขาใจของผูรู้ทางดานพุทธศาสนา

พุทธทาสภิกขุ ไดใหความหมายของมรรคไวว่า “มรรค” แปลวา ทาง มรรคหรือทางนี้สายเดียว แตว่าประกอบดวยองคแปด หมายความวาเราจะตองประพฤติปฏิบัติครบทั้ง ๘ อยางในขณะเดียวกัน จึงจะเกิดเปนสิ่งที่เรียกวาทางขึ้นมา ซึ่งเปนตัวศาสนาแท้ขึ้นมารวมความ วาการทำที่ถูกตอง หรือการปฏิบัติจัดทำที่ถูกตอง ๘ อยางนี้ รวมกันเขาแลว เรียกวาทาง หรือ “มรรค”[๔๐] มรรคหรือมรรคานี้เรียกวาทาง และทางนี้ คือตัวศาสนา ตัวแทของพุทธศาสนา อยาไดไปเอาสิ่งอื่นมาเปนตัวศาสนา ตัวปฏิบัติที่ถูกตองมีองค ๘ ประการที่ เรียกวาทางนี้แหละคือตัวศาสนา บางทีก็เรียกวาตัวพรหมจรรย์

พระพรหมคุณาภรณ (ป.อ.ปยุตฺ โต) ไดกลาวถึงความหมายของ มรรคไววาเรื่องประพฤติพรหมจรรยหรือพรหมจริยธรรม จริยะหรือจริยธรรม (ประเสริฐ) คือระบบความประพฤติปฏิบัติที่มีความรู ความเขาใจเกี่ยวกับความจริงของธรรมชาติเปนพื้นฐาน ซึ่งเปนไปเพื่อบรรลุประโยชนที่พึงมุงหมายของชีวิต และอำนวยใหเกิดสภาพชีวิต สภาพสังคมที่เกื้อกูลแกการบรรลุจุดหมายเชนนั้นกล่าวใหสั้นวา แนวทางดำเนินชีวิตที่อิงสัจธรรม เพื่อบรรลุประโยชนที่พึงมุงหมายของชีวิต และ สรางสรรคสภาพชีวิตสภาพสังคมที่เกื้อกูลแกการบรรลุจุดหมายเชนนั้น[๔๑]

---

[๓๘] ราชบัณฑิตยสถาน, *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒*, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส, ๒๕๔๖), หนา ๘๔๓.

[๓๙] พระพรหมคุณาภรณ (ป.อ. ปยุตฺ โต), *พจนานุกรมพุทธศาสตรฉบับประมวลศัพท*, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), หนา ๙๙.

[๔๐] พุทธทาสภิกขุ, *คูมือดับทุกขฉบับสมบูรณ*, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๐๓), หนา ๙๑–๙๓.

[๔๑] พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺ โต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, พิมพครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), หนา ๖๐๐.

กลาวโดยสรุปความหมายของ “มรรค” ตามที่ไดกลาวมาทั้ง ๓ ประเด็น คือ ความหมายตามศัพท ความหมายตามนัยของพุทธศาสนาเถรวาท และความหมายตามแนวคิดของผูรูทางพุทธศาสนาเถรวาท “มรรค” หรือ “มรรคา” คือ แนวทางในการปฏิบัติหรือแนวทางการดำเนินชีวิตอันจะนำไปสูทางแหงความพนทุกข ความดับทุกข สำหรับมรรคเกิดขึ้นโดยมีฐานะเปนวิธีการที่คนนำเอากฎเกณฑของธรรมชาติมาใชใหเกิดประโยชนในการดำเนินชีวิตของตนใหเขาใจถึงกระบวนการดับทุกข คือเปนวิธีปฏิบัติของคนที่จะใหเกิดผลตามกระบวนการธรรมชาติใหเห็นคุณคาของธรรมชาติที่วาเกิดขึ้น ตั้งอยู และดับไป ดังนั้น มรรคจึงเปนหลักกลางในการประพฤติปฏิบัติตามองคประกอบภายในมรรคใหครบองค เพื่อใหถึงซึ่งเปาหมายทางแหงความดับทุกขนั่นเอง ความเขาใจเบื้องตนเกี่ยวกับมรรคมัชฌิมาปฏิปทาหรืออริยสัจ ขอสดุทาย คือมรรค เปนประมวลหลักความประพฤติ ปฏิบัติหรือระบบจริยธรรมทั้งหมดในพระพทุธศาสนาเปนคำสอนภาคปฏิบัติที่จะชวยใหการดำเนินสูจุดหมายตามแนวทางของกระบวนธรรมที่รูเขาใจ แลวนั้นเปนผลสำเร็จขึ้นมาในชีวิตจริง หรือเปนวิธีการใชกฎเกณฑแหงกระบวนการของธรรมชาติใหเกิดประโยชนแกชีวิตจนถึงที่สุด

เมื่อพระพุทธองคไดตรัสรูสัจธรรม คือ ความจริงอันประเสริฐแลวจึงไดทรงแสดงแนวทางการปฏิบัติธรรม คือพระธรรมเทศนาชื่อวา ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ที่พระพุทธองคทรงแสดงโปรดแกเหลา ปญจวัคคีย ณ ปาอิสิปตนมฤคทายวัน แขวงเมืองพาราณสีวา มรรคมีองค ๘ นี้หรือมัชฌิมาปฏิปทาซึ่งมี สัมมาทิฏฐิ ปญญาเห็นชอบคือเห็นอริยสัจ ๔ ซึ่งการปฏิบัติตามมรรคมีองค ๘ นี้ก็คือการปฏิบัติวิปสสนา กรรมฐาน ปรากฏวาเมื่อหัวหนาคณะปญจวัคคีย คือ ทานโกณฑัญญะไดฟงพระธรรมเทศนา กัณฑนี้แลว ไดดวงตาเห็นธรรม (ธรรมจักษุ) คือ สำเร็จเปน พระโสดาบัน นับเปนอริยบุคคลคนแรกในพระพุทธศาสนา[๔๒] และพระพุทธองค์ก็ไดทรงสอนวิปสสนาภาวนามาโดยตลอดเปนเวลา ๔๕ ป แมกระทั่งในวาระสุดทาย เมื่อจวนเสด็จดับขันธปรินิพพานก็ยังตรัสสอนแก พระสุภัททะซึ่งเปนสาวกองคสุดทายใหปฏิบัติวิปสสนาภาวนาจนได้สำเร็จเปน พระอรหันต ดังพระพุทธพจนที่วา “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราจักเตือนเธอ ทั้งหลายวา สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเปนธรรมดา เธอทั้งหลายจงยังประโยชนตนและประโยชนผูอื่นใหถึงพรอมดวยความไมประมาทเถิด ดังนี้” นี่เป็นวาจาครั้งสุดทายของตถาคต[๔๓] ดังที่มีพระพุทธดำรัสที่ตรัสไวในธรรมจักกัปปวัตตนสูตร พระพุทธองคตรัสกับภิกษุ ทั้งหลายวา ทางที่สุดโตง ๒ ประการนี้บรรพชิตไมควรเสพ คือ (๑) กามสุขัลลิกานุโยค คือการหมกมุนอยูดวยกามสุขในกามทั้งหลาย (๒) อัตตกิลมถานุโยค คือการประกอบความลำบากเดือดรอนแกตน เปนทุกขไมใชของ พระอริยะ ไมประกอบดวยประโยชน “ภิกษุทั้งหลายวามัชฌิมาปฏิปทาไมเอียงเขาใกลที่สุด ๒ ประการนั้น พระองคไดตรัสรูแลวทำใหเห็นประจักษทำใหรูชัดยอมเปนไปเพื่อความสงบเพื่อความรูยิ่งเพื่อความตรัสรูเพื่อนิพพาน”[๔๔] พระสูตรนี้พระพุทธองคไดรับการยกยองวา “พระสมณโคดมเปนผูมีปรกติ กลาวตามกาล (กาลวาที) กลาวถูกตองตามที่เปนจริง (ภูตวาที) กลาวโดยอรรถ (อตฺถวาที) กลาวโดยธรรม (ธมฺมวาที) กลาวโดยวินัย (วินยวาที)”[๔๕] ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตไดตรัสรูทางสายกลาง โดยไมเขาถึงการปฏิบัติสุดโตง ๒ อยางนั้น อันทำใหเกิดจักษุ

---

[๔๒] วิ.มหา.๔/๑๒/๑๘.

[๔๓] ที.ม.๑๐/๒๑๕/๑๖๔.

[๔๔] ม.อุ.๑๔/๓๒๕/๓๙๒.

[๔๕] ส.ม.๑๙/๑๐๘๑/๓๖๗-๓๗๐.

ทำให้เกิดปญญา ยอมเปนไปเพื่อความสงบกิเลส เพื่อความรูยิ่ง เพื่อความรูแจง และเพื่อความดับทุกข์”ดังมีคำอธิบายวามัชฌิมาปฏิปทา เปนเหตุปจจัยให้เกิดวิปสสนาปญญากอน ตอมาจึงเปนปจจัยให้เกิดมรรคญาณ เมื่อวิปสสนาปญญามีกำลังแกกลาขึ้นจึงพบมรรคญาณ ผลญาณ และนิพพาน ดังมีพระพุทธพจนบทพระบาลีในธัมมจักรวา อริยมรรคมีองค ๘ นี้เปนเหตุปจจัย ให้เกิดวิปสสนาปญญากอน ภายหลังตอมายังเปนปจจัยให้เกิดมรรคญาณ เมื่อวิปสสนาปญญามีกำลังแกกลาขึ้น ผูปฏิบัติธรรม ก็จะบรรลุถึงมรรคญาณ ผลญาณและนิพพานในที่สุด ดังพุทธดำรัสที่ตรัสไวในธรรมจักรกัปปวัตตนสูตรวา “ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตได้ตรัสรูทางสายกลาง โดยไมเขาถึงการปฏิบัติสุดโตง ๒ อยางนั้น อันทำให้เกิดจักษุทำให้เกิดปญญา ยอมเปนไปเพื่อความสงบ หมายความวา มัชฌิมาปฏิปทาเปนทางปฏิบัติ (เพื่อความสงบกิเลส) กลาวคือเปนเหตุให้กิเลสเครื่องกิเลส เพื่อความรูยิ่ง เพื่อความรูแจง และเพื่อความดับทุกข”[๔๖] เศราหมองสงบลงได้ ในขณะที่ผูปฏิบัติธรรมกำลังเจริญอริยมรรคมีองค ๘ อยูนั้น กิเลสจะถูกระงับเอาไวดวิปสสนาญาณ จะสยบกิเลสไวได้ชั่วคราวเปน ตทังคปหาน (ละได้ชั่วคราว) และมรรคญาณจะทำลายกิเลสได้อยางเด็ดขาดเปนสมุจเฉทปหาน (ละได้โดยเด็ดขาด) มัชฌิมาปฏิปทาเปนทางดำเนินสูความดับทุกขคือการรูแจง พระนิพพานโดยผูปฏิบัติธรรมจะหยั่งเห็นอริยสัจ ๔ ด้วย มรรคญาณ และสามารถ รู้แจงพระนิพพานด้วยผลญาณ เมื่อพระอรหันตดับขันธสิ้นชีวิตแลว ก็จะไมเวียนวายมาเกิดอีกจึงถือวา เปนการดับทุกขอยางสิ้นเชิง[๔๗]

๓.๔.๔.๒ ความสำคัญของมรรค อริยมรรคมีองค ๘ เปนหลักธรรมที่มีความสำคัญยิ่งในทางพระพุทธศาสนา เพราะเปนกระบวนการหรือวิธีการปฏิบัติที่ผูปฏิบัติตามแลวทำให้เกิดปญญาญาณ ทำให้คลายความยึดมั่นถือมั่นก่อให้เกิดความสงบกายสงบใจทำให้รูยิ่ง และสามารถกระทำให้ถึงที่สุดแหงทุกข คือพระนิพพานได้ ดังขอความในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรวา[๔๘] มัชฌิมาปฏิปทาที่ตถาคตได้ตรัสรูอันเปนปฏิปทากอให้เกิดจักษุกอให้เกิดญานเปนไปเพื่อสงบระงับเพื่อรูยิ่ง เพื่อตรัสรูเพื่อนิพพาน คืออริยมรรคมีองค์ ๘ นอกจากนี้ในคัมภีรพระไตรปฏกแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของอริยมรรคมีองค์ ๘ ไวหลายประการดังนี้ อริยมรรคมีองค ๘ นี้ ชื่อวาเปนธรรมไมมีกิเลส เพราะเป็นปฏิปทา กอให้เกิดจักษุกอให้เกิดญาณเปนไปเพื่อความสงบ เพื่อความรูยิ่ง เพื่อความตรัสรูเพื่อนิพพาน นี้ ไม่มีทุกข ไมมีความเบียดเบียน ไมมีความคับแคน ไมมีความเรารอน และเปนขอปฏิบัติถูกอริยมรรคมีองค ๘ เปนธรรมที่ขจัดเสียซึ่งสิ่งที่ไมเปนประโยชนดังในเรื่องพุทธประเพณีวา “พระตถาคตเจาทั้งหลายทรงทราบเรื่องตรัสถามก็มี ไมตรัสถามก็มี ทรงทราบกาลอันควร ตรัสถามก็มี ไม่ตรัสถามก็มี ตรัสถามเรื่องที่เปนประโยชน ไมตรัสถามเรื่องที่ไมเปนประโยชน เพราะพระตถาคตเจาทั้งหลายทรงขจัดเรื่องที่ไมเปนประโยชนเสียด้วยอริยมรรคแล้ว”[๔๙] อริยมรรคมีองค ๘ นี้ ชื่อวา เปนปฏิปทาดับกรรม คือ ดับกรรมที่บุคคลกระทำด้วยกาย วาจา และใจในสัมมาทิฏฐิสูตร[๕๐] ได้แสดงให้เห็นความสำคัญของอริยมรรคมีองค ๘ วา เปนปฏิปทาให้ถึง ความดับแหงธรรมหลายประการ คือ

---

[๔๖] วิ.มหา.๔/๑๓/๒๐.

[๔๗] สมเด็จพระพุทธชินวงศ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), *อริยวังสปฏิปทา*, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาสนไทย, ๒๕๕๔), หนา ๖๙–๗๐.

[๔๘] ส.ม.๑๙/๑๐๘๑/๕๙๓.

[๔๙] วิ.มหา.๑/๑๙๔/๑๗๙.

[๕๐] ม.มู.๑๒/๘๙-๑๐๔/๘๑-๑๐๐.

๑) อาหาร ๒) ทุกข ๓) ชราและมรณะ ๔) ชาติ ๕) ภพ ๖) อุปาทาน ๗) ตัณหา ๘) เวทนา ๙) ผัสสะ ๑๐) อายตนะ ๑๑) นามรูป ๑๒) วิญญาณ ๑๓) สังขาร ๑๔) อวิชชา ๑๕) อาสวะความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะและสิ้นโมหะ[๕๑] เรียกวานิพพาน ขอปฏิบัติที่ทำใหถึง นิพพาน คือ หลักอริยมรรค ๘ ในคัมภีรสังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ชัมพุขาทกสังยุต[๕๒] เรียกวา นิพพาน ขอปฏิบัติที่ทำใหถึง นิพพาน คือ หลักอริยมรรค ๘ ในคัมภีรสังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ชัมพุขาทกสังยุต[๕๓] ไดแสดงให เห็นของอริยมรรคมีองค ๘ วา เปนปฏิปทาใหเขาถึงธรรมหลายประการดังนี้

๑. เพื่อทำใหแจงนิพพาน
๒. เพื่อทำใหแจงอรหันต
๓. เพื่อละราคะ โทสะ โมหะ
๔. เพื่อกำหนดรูทุกข
๕. เพื่อทำใหแจงความโลงใจ
๖. เพื่อทำใหแจงความโลงใจอยางยิ่ง
๗. เพื่อกำหนดรูเวทนา ๓ ประการ (สุขเวทนา, ทุกขเวทนา, อทุกขมสุขเวทนา)
๘. เพื่อละอาสวะ (อาสวะคือกาม, ภพ, อวิชชา)
๙. เพื่อละอวิชชา(ความไมรูในทุกข, เหตุเกิดทุกข, ความดับทุกข, ขอปฏิบัติใหถึงความดับทุกข)
๑๐. เพื่อละตัณหา (กามตัณหา, ภวตัณหา, วิภวตัณหา)
๑๑. เพื่อละโอฆะ (โอฆะคือกาม, ภพ, ทิฏฐิ, อวิชชา)
๑๒. เพื่อละอุปาทาน (กามุปาทาน, ทิฏฐุปาทาน, สีลัพพตุปาทาน, อัตตวาทุ ปาทาน)
๑๓. เพื่อกำหนดรูภพเหลานั้น (กามภพ, รูปภพ, อรูปภพ)
๑๔. เพื่อกำหนดรู สภาวทุกขเหลานั้น (ทุกข, สังขาร, ความแปรผันไป)
๑๕. เพื่อกำหนดรูสักกายะ (อุปาทานขันธ ๕)[๕๔]

กลาวสรุปโดยความสำคัญของอริยมรรคมีองค ๘ คือ เปนขอปฏิบัติอันเปนทางสายกลาง ที่พระพุทธเจา พระปจเจกพุทธเจา พระอรหันตสาวก และพระอริยเจาทั้งหลายดำเนินไปสูความดับทุกข ในอริยวังสปฏิปทาไดแสดงไววาอริยมรรคมีองค ๘ นี้เปนเหตุปจจัยใหเกิดวิปสสนาปญญากอน ภายหลัง ตอมายังเปนปจจัยใหเกิดมรรคญาณ ผลญาณ และนิพพานในที่สุด ในการดำเนินชีวิตเพื่อจุด มุงหมายให ค้นพบความหลุดพน ความสงบสุข ความปลอดโปรง โลงอิสระ อยางแทจริง หมายถึงชีวิต ที่พรอมสำหรับใชประโยชน ตามแนวคิดทางการศึกษาของพระพุทธศาสนา มนุษย์ทุกยุคปรารถนา ความสุขหลีกเลี่ยงความเสื่อมความวิบัติ เพราะความไมรู ไมเขาใจตอสภาวะเปนจริงของธรรมชาติ หรือกฎธรรมดาของโลก

๓.๔.๔.๓ องคประกอบของมรรค ๘ ประการไดแก สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ[๕๕] อันทำใหผู้ดำเนิน

---

[๕๑] ม.มู.๑๒/๘๙-๑๐๔/๘๑-๑๐๐.

[๕๒] สำ.ส.๑๘/๓๑๔/๓๕๕.

[๕๓] สำ.สฬา.๑๘/๓๑๔-๓๒๘/๓๓๕-๓๔๖.

[๕๔] สมเด็จพระพุทธชินวงศ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), *อริยวังสปฏิปทา*, หนา ๖๙.

[๕๕] สำ.ม.๑๙/๑๖๖๔/๕๒๘

ตามเปนอารยชน จึงเรียกชื่อเต็มวา “อริยอัฏฐังคิกมรรค หรือ อารยอัษฎางคิกมรรค” พระพุทธเจ้าตรัสวามรรคที่เรียกวา มัชฌิมาปฏิปทา นี้เปนทางเกาที่เคยมีทานผู้เดินทางถูกต้องไดถึงจุดหมายเคยเดินกับมาในกาลกอนแล้ว พระองค เพียงแตคนพบแล้วทรงเปดเผย แกมวลมนุษย ทรงทำหนาที่แนะนำบอกทางนี้ ใหแกเวไนยชน[๕๖] มรรคหรือมรรคานี้เปนวิธีปฏิบัติของมนุษย ที่จะทำใหเกิดผลตามกระบวนการดับทุกขของธรรมชาติคือ ทำใหเหตุปจจัย สงผลสืบทอดไปจนสำเร็จเสร็จสิ้น ตามกระบวนการของธรรมชาติ[๕๗] ทางสายกลางที่แทจริง มีหลักที่แนนอน ความแนนอนของทางสายกลางนั้นอยู่ที่ความมีจุดหมายหรือเปาหมายที่แนชัด เมื่อมีเปาหมายหรือจุดหมายที่แนนอนแลวทางที่นำไปสูจุดหมายนั้น หรือการกระทำที่ตรงจุดพอเหมาะพอดีที่จะใหผลตามเปาหมาย นั้นแหละคือทางสายกลาง ที่เรียกวามัชฌิมาปฏิปทานี้ มีจุดหมายที่แนนอน คือความดับทุกข หรือภาวะหลุดพน เปนอิสระไรปญหา มรรคคือระบบความคิดและการกระทำหรือการดำเนินชีวิตที่ตรงจุดพอเหมาะ พอดีให ไดผลสำเร็จตามเปาหมายคือความดับทุกขนี้จึงเปนทางสายกลางหรือมัชฌิมาปฏิปทา

องคประกอบที่ ๑ สัมมาทิฐิ มาจากคำวา สัมมา แปลวา โดยชอบดีถูกตอง สวนคำวา ทิฐิ แปลวา ความเห็นทฤษฎีคำทั้งสองคำรวมเปนสัมมาทิฐิ[๕๘] ปญญาอันเห็นชอบ คือเห็นอริยสัจ ๔ เห็นชอบตามธรรมนองคลองธรรมวาทำดีมีผลดี ทำชั่วมีผลชั่ว มารดา บิดามี (คือมีคุณงามความดีควรแกฐานะหนึ่งที่ เรียกวา มารดาบิดา) เห็นไตรลักษณ หรือเห็นปฏิจจสมุปบาท ในพระไตรปฎก พระพุทธเจาไดตรัสเรื่องสัมมาทิฐิ ไวหลายแหงดังนี้ “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตยอุทัยอยู ยอมมีแสงอรุณขึ้นมากอนเปน บุพนิมิตฉันใด สัมมาทิฐิ ก็เปนตัวนำเปนบุพนิมิต เพื่อการตรัสรู ตามเปนจริงซึ่งอริยสัจ ๔ ประการ ฉันนั้นภิกษุผูมีสัมมาทิฐิยอมเปนอันหวังสิ่งนี้ได คือจักรูตามความจริงวาทุกขคือดังนี้เหตุใหเกิดทุกข คือ ดับความดับทุกข คือปฏิปทาใหถึง ความดับทุกข คือดังนี้”[๕๙] “ขอที่ภิกษุจักทำลายอวิชชา ยังวิชชาใหเกิดทำใหแจงซึ่งนิพพานไดดวยทิฐิที่ตั้งไวชอบดวยมรรคภาวนาที่ตั้งไวชอบนี้เปนสิ่งที่เปนไปได นั่นเปนเพราะเหตุใด ก็เพราะตั้งทิฐิไวชอบแลว”[๖๐] “เราไมเห็นธรรมอื่นแมสักอยางซึ่งจะเปนเหตุใหกุศลธรรมที่ยังไม เกิดได้เกิดขึ้นหรือกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วเปนไปเพื่อความเพิ่มพูนไพบูลยเหมือนอยางสัมมาทิฐิ นี้เลย”[๖๑] “เมื่อใด อริยสาวกรูชัดซึ่งอกุศล...อกุศลมูล...กุศล...และกุศลมูลดวยเหตุเพียงนี้เธอชื่อวามีสัมมาทิฐิมีความเห็นตรงประกอบดวยความเลื่อมใสแนวแนในธรรมเขาถึงสัจธรรมนี้แล้ว”[๖๒]

จากความหมายของสัมมาทิฐิ คือ การเห็นชอบตามเปนจริงเกี่ยวกับอริยสัจ ๔ ดังนั้นความหมายของการเห็นความจริง อันประเสริฐ ๔ ประการ ไดแก

---

[๕๖] สำ.นิ.๑๖/๒๕๓/๑๒๙.

[๕๗] พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, พิมพครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), หนา ๕๐๗.

[๕๘] พระพรหมคุณาภรณ (ป.อ. ปยุตฺ โต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท*, พิมพครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๕๘), หนา ๓๓๐.

[๕๙] สำ.ม.๑๙/๑๗๒๐/๕๕๒.

[๖๐] สำ.ม.๑๙/๔๓//๗๓.

[๖๑] องฺ.ติก.๒๐/๑๘๒/๔๐.

[๖๒] ม.มู.๑๒/๑๑๑/๘๕.

๑) ทุกข เปนความไมสบายกายไมสบายใจ สภาพที่ทนอยูไดยาก บีบคั้นจิตใจ เกิด จากตัณหาความอยาก ว่าโดยยอ คือ อุปาทานขันธ ๕

๒) ทุกขสมุทัย เปนสาเหตุที่ทำใหเกิดทุกข ทุกขเกิดจากตัณหา ๓ ไดแก กามตัณหา (ความอยากในกามคุณ) ภวตัณหา (อยากมีอยากเปน) และวิภวตัณหา (ความอยากไมมี ไมเปนตามที่มีอยู เปนอยู)

๓) ทุกขนิโรธ เปนสภาวะที่ความทุกขดับ หรือเปนสภาวะที่เขาถึงการกำจัดอวิชชา หลุดพน เปนอิสระคือนิพพาน ซึ่งเปนผลมาจากการปฏิบัติตามหลักธรรมอริยมรรคมีองค ๘

๔) ทุกขนิโรธคามินี ปฏิปทาเปนขอนำไปสูความดับทุกข ไดแก มรรคมีองค ๘ หรือมัชฌิมาปฏิปทา (ทางสายกลาง) คือธรรมที่ตองลงมือปฏิบัติดวยตนเองจึงสามารถนำไปสูความดับทุกข หรือการแกปญหาไดซึ่งมรรคมีองค ๘

กลาวไดวาสัมมาทิฏฐิ หมายถึงความเห็นชอบ ไดแก ความรู้ในทุกข (ความทุกข) ความรูในทุกขสมุทัย (เหตุเกิดแห่งทุกข) ความรูในทุกขนิโรธ (ความดับแหงทุกข) ความรูในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ขอปฏิบัติใหถึงความดับแหงทุกข) หรือที่กลาวอีกอยางหนึ่งวาสัมมาทิฐิเปนการเห็นอริยสัจ ๔ คือ การเขาไปรูปญหา สาวหาสาเหตุที่ทำใหเกิดปญหา แลวหาหนทางเพื่อการดับเหตุปจจัยแหงความทุกขไดเมื่อใด ผลคือความสงบสุขปราศจากการบีบคั้นใจที่ผานมาทางอายตนะภายในและภายนอกทั้ง ๖ ยอมรับความเปลี่ยนแปลงที่เปนไปตามกฎธรรมดา แหงธรรมชาติ แมความทุกขทางกายจะเกิดขึ้นแตความทุกขทางใจก็ไมมี เนื่องจากไมยึดมั่นถือมั่นหรือปรุงแตงอารมณ ดังนั้น จิตที่ตั้งไวผิดเปนมิจฉาทิฐิก็ไดชื่อวาเปนผูที่ทำรายตนเอง และทำลายโอกาสในการพัฒนาตนใหเจริญงอกงามในการดำเนินชีวิตที่ดีงาม แตตรงกันขามกลับทำใหตนเองเสื่อมจากความดีทั้งปวง เพราะฉะนั้นมนุษยที่ประเสริฐตองเกิดมาจากการศึกษา และตองเปนการศึกษาชีวิตของตนเอง มิใชการศึกษาตามความหมายในปจจุบัน ดังนั้น สัมมาทิฐิจึงมีความสำคัญอยางมาก เพราะเปนจุดเริ่มต้นแหงการกระทำความดีหรือไมดี ยอมมีอิทธิพลมาจาก การสั่งสมประสบการณที่ผ่านทางทั้งภายนอกและภายในโดยกัลยาณมิตรที่เปนผูใกลชิดอยาง เชน พอ แม ครู อาจารย และเพื่อน ๆ เปนตน ซึ่งจัดวาเปนเสียงจากภายนอกที่เรียกวา “ปรโตโฆสะ” สวนกัลยาณมิตรที่เกิดภายในนั้น ไดแก การคิดพิจารณาใครครวญที่เรียกวา “โยนิโสมนสิการ” ทั้งปรโตโฆสะและ โยนิโสมนสิการ นั้นเป็นเสมือนรุงอรุณแหงการเกิดอริยอัษฎางคิกมรรค ดังพุทธพจนที่วา “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตยอุทัยอยู ยอมมีแสงอรุณขึ้นมากอนเปนบุพนิมิตฉันใด ความถึงความดวยโยนิโสมนสิการ ก็เปนตัวนำเปนบุพนิมิตแห่งการเกิดขึ้นของอริยอัษฎางคิกมรรคแกภิกษุ ฉันนั้น ภิกษุที่ถึงพรอมดวยโยนิโสมนสิการ พึงหวังสิ่งนี้ได คือ จักเจริญ จักทำใหมาก ซึ่งอริยอัษฎางคิกมรรค”[๖๓]

องค์ประกอบที่ ๒ สัมมาสังกัปปะ สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ดำริชอบ หรือความนึกคิดในทางที่ถูกต้อง เป็นหนึ่งในมรรค ๘ หรือ มรรคมีองค์แปด สัมมาสังกัปปะ มี ๓ อย่าง ได้แก่

๑) เนกขัมมสังกัปป์ (หรือ เนกขัมมวิตก) คือ ความดำริที่ปลอดจากโลภะ ความนึกคิดที่ปลอดโปร่งจากกาม ไม่หมกมุ่นพัวพันติดข้องในสิ่งสนองความอยากต่าง ๆ ความคิดที่ปราศจาก

---

[๖๓] สำ.ม.๑๙/๑๓๖/๓๗.

ความเห็นแก่ตัวความคิดเสียสละ และความคิดที่เป็นคุณเป็นกุศลทุกอย่าง จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากราคะหรือโลภะ

๒) อพยาบาทสังกัปป์ (หรือ อพยาบาทวิตก) คือ ดำริในอันไม่พยาบาท ความดำริที่ไม่มีความเคียดแค้น ชิงชัง ขัดเคือง หรือเพ่งมองในแง่ร้ายต่าง ๆ โดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม คือ เมตตากรุณาซึ่งหมายถึงความปรารถนาดี ความมีไมตรี ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุขจัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโทสะ

๓) อวิหิงสาสังกัปป์ (หรือ อวิหิงสาวิตก) คือ ดำริในอันไม่เบียดเบียน ไม่มีการคิดทำร้ายหรือทำลายด้วยความไม่รู้ เพราะคึกคะนอ ทำโดยไม่มีความโลภหรือความโกรธมาเกี่ยวข้องโดยเฉพาะมุ่งเอาธรรมที่ตรงข้าม ปัญญาคือเข้าใจโลกนี้ตามความเป็นจริงรู้ชัดในกฎแห่งกรรมหรือมีสามัญสำนึกในสิ่งที่ถูกต้องดีงามเอง จัดเป็นความนึกคิดที่ปราศจากโมหะ

กุศลวิตก 3 ประการนี้ ไม่กระทำความมืดมน กระทำปัญญาจักษุ กระทำญาณ ยังปัญญาให้เจริญ ไม่เป็นไปในฝักฝ่ายแห่งความคับแค้น เป็นไปเพื่อนิพพาน

องคประกอบที่ ๓ สัมมาวาจา หมายถึง วาจาชอบ ไดแก เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการพูดเท็จ เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการพูดสอเสียด เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการพูดคำหยาบ เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการพูดเพอเจอ แมพระพุทธเจาก็ตรัสวาจาสุภาษิตเปนธรรมตามหลักเกณฑข้างบนทั้ง ๕ ประการกลาวคือ สิ่งใดก็ตามมีผูสนใจถามแตคำถามนั้น หาประโยชนไมพระองคก็ไมตรัสตอบ เพราะสิ่งที่จะตอบนั้นไมมีประโยชน เพื่อจะนำผูฟงไปสูการดับทุกข เพราะตลอดพระชนมชีพของพระองค มีจุดมุงหมายที่แนนอนมั่นคง คือการนำสรรพสัตวดำเนินชีวิต ที่ดีงาม ปราศจากการครอบงำจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ซึ่งเปนเหตุและปจจัยแหงความทุกข พระพุทธเจาจึงทรงเป็นแบบอยางของการดำเนินชีวิต ดานสัมมาวาจา

องคประกอบที่ ๔ สัมมากัมมันตะ หมายถึง การงานชอบ ไดแก เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการฆาสัตว เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการถือเอาสิ่งของที่เจาของเขาไมไดให เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการประพฤติผิดในกาม สัมมากัมมันตะ หรือ การกระทำชอบพุทธพจนที่ตรัสถึงสัมมากัมมันตะวา“สัมมากัมมันตะเปนอยางไร คือเจตนาเปนเหตุงดเวนจากการฆาสัตว เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการถือเอาสิ่งของที่เจาของไมไดให เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการประพฤติในกาม ภิกษุทั้งหลายนี้เรียกวา สัมมากัมมันตะ”[๖๔] ในพระไตรปฎกนั้น การกระทำชอบจะเน้น จิตที่ตั้งมั่น หรือการกระทำที่จงใจซึ่งสัมมากัมมันตะ เปนความจงใจที่จะงดเวน หรือไมประพฤติในสิ่งที่ไมดี ทางกายสามประการ คือการจงใจไมฆาสัตว ไมลักขโมย ไมประพฤติผิดในกามทั้งหลาย พุทธศาสนิกชนที่รักษาศีล ๕ หรือศีล ๘ อยางสม่ำเสมอ ยอมเปนผูไดชื่อวาเคารพในพระพุทธเจา ชีวิตของตนยอมประสบแตความเจริญความสำเร็จในการดำเนินชีวิตทั้งโลกนี้และโลกหนา

พระพรหมคุณาภรณ (ป.อ.ปยุตฺ โต) กลาววา สัมมากัมมันตะหรือการกระทำชอบ แบงออกเปน ๒ ระดับ คือ[๖๕]

---

[๖๔] ที.ม.๑๐/๔๐๒/๓๓๕.

[๖๕] พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, อ้างแล้ว, หนา ๗๕๗.

๑) ในระดับโลกียะ หมายถึง การมีเจตนาที่งดเวนจากการตัดรอนชีวิต จากการเอาของที่เขามิไดให และจากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย

๒) ในระดับโลกุตตระ หมายถึง ความงด ความเวน ความเวนขาด เจตนางดเวนจากกายสุจริตทั้งสามของทานผูมีจิต เปนอริยะ มีจิตไรอาสวะ มีอริยะเปนสมังคีกำลังเจริญอริยมรรคอยู่ มรรคมีองค ๘ ขอสัมมากัมมันตะเปนขอที่เกี่ยวของกับพฤติกรรมโดยตรงซึ่งมีความสัมพันธกับคำสอนของ พระพุทธเจาในเรื่องศีล และกุศลกรรมบถ ๑๐ ดังนี้ สัมมากัมมันตะตรงกับศีล ๕ ขอ (๑) (๒) และ (๓) ในการสอนเรื่องศีล ๕ นั้นจะเปนขอละเวนจากการฆาสัตว ละเวนจากการถือเอาของที่เขามิไดให้ ละเวนจากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย และมีหลักเบญจธรรมที่สนับสนุนใหศีล ๕ สมบูรณ ไดแก เบญจธรรมขอที่ ๑ มีเมตตาและกรุณาจะสนับสนุนใหเบญจศีลขอที่ ๑ สามารถที่จะปฏิบัติไดสมบูรณ เพราะผูมีเมตตายอมจะสงสารและรักเพื่อนมนุษย และสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย ขณะเดียวกันก็มีความกรุณาซึ่งเปนคุณธรรมที่พรอม เขาไปชวยเหลือผูอื่นดวยความบริสุทธิ์ใจ พื้นฐานจิตของผูปฏิบัติตามหลักเบญจธรรมขอที่ ๑ นี้เองทำใหเขาไมอาจทำราย หรือเบียดเบียนเพื่อนรวมโลกได ไมวาจะเปนมนุษยหรือสัตวก็ตาม สวนเบญจธรรมขอที่ ๒ สัมมาอาชีวะจะสนับสนุนใหเบญจศีลขอที่ ๒ รักษาไดสมบูรณ เพราะผูมีอาชีพที่สุจริตยอมมีความภาคภูมิใจในปจจัยที่ตนหามาดวยความสุจริต ความสามารถของตน มีความพอใจในสิ่งที่ ตนหามาไดการที่จะไปลักขโมยของผูอื่นเปนสิ่งที่ผูมีเบญจธรรมขอ ๒ ไมกระทำเปนแนแทจึงได้ชื่อวาชวยสนับสนุนให้ ผูรักษาเบญจศีลขอที่ ๒ สามารถที่จะรักษาใหสมบูรณไดเบญจธรรมขอที่ ๓ เปนเรื่องเกี่ยวกับกามสังวร(การสำรวมในกาม) หรือสทารสันโดษ คือมีความพอใจเฉพาะในคู่ครองของตน สังคม ปจจุบันมีปญหาเรื่องชูสาวเกิดขึ้นมากมายและสรางเรื่องสลดใจ กอคดีอาชญากรรม สามีฆาชู ภรรยาหลวงฆาหรือสั่งฆาภรรยานอยซึ่งปญหาทั้งหมดเกิดจากความหึงหวง เพราะการแกปญหาดวยความโกรธ ความแคน ชิงชัง เปนที่มาของการทำราย ลางผลาญชีวิตแกกันและกัน ไมวาภรรยานอกใจสามี หรือสามีนอกใจภรรยา รวมถึงผูที่เขามาเกี่ยวของ กับปญหาเหลานี้ก็ไดรับความเดือดรอนอยางทั่วหนา ครอบครัวบางครอบครัวลมสลาย ทำให้สถาบันครอบครัวออนแอลูกซึ่งเปนเด็กไรเดียงสา เปนผูบริสุทธิ์กลายเปนแพะรับบาปจากการที่ ผูใหญ่ที่ ไรปญญา ไมประพฤติธรรมเพื่อหักหามใจและกายใหพนจากความคิดที่ชั่ว การกระทำที่ชั่ว ลูกจึงตองถูกทอดทิ้งใหขาดความรักความอบอุนเปนเด็กมีปมดอย และสรางปญหาใหกับสังคมจนลุกลามกลายเปนปญหาระดับประเทศ ไมวายุคใดสมัยใดปญหาครอบครัวระหวางสามี ภรรยาจะเกิดมาจากเหตุปจจัยของความไมสำรวมในกาม พระพุทธเจาไดตรัสเกี่ยวกับเรื่องความปรารถนาของสตรีเพศในพระไตรปฎกเกี่ยวกับคูครองวา “ความปรารถนาของหญิงที่แตงงานแลว คือไมตองการใหหญิงใดมารวมสามีเดียวกันกับตน”

องคประกอบที่ ๕ สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ ไดแก อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ละมิจฉาอาชีวะแลว สำเร็จการเลี้ยงชีพดวยสัมมาอาชีวะ หลักการของสัมมาอาชีวะในพระพุทธศาสนามีอยู ๓ ประการ คือ การเลี้ยงชีพชอบทางกาย การเลี้ยงชีพชอบ ทางวาจา การเลี้ยงชีพชอบทางใจ มีรายละเอียดดังตอไปนี้

๑) การเลี้ยงชีพชอบทางกาย หลักการของสัมมาอาชีวะในพระพุทธศาสนา สอนใหงดเวนการเลี้ยงชีพในทางที่ไม่สมควรเรียกวา มิจฉาวณิชชา คือ การเลี้ยงชีพในทางที่ผิด เพราะเปนอาชีพที่สงเสริมการเบียดเบียนและการทำลายชีวิต หลักการของสัมมาอาชีวะจะตองเวนจากการประกอบอาชีพทั้ง ๕ ประการ คือ (๑) สัตถวณิชชา การคาขายศัสตราอันเปนเครื่องประหาร เชน หอกดาบ ปนระเบิด เปนตน (๒) มังสวณิชชา การคาขายสัตวมีชีวิต (๓) มัชชวณิชชา การคาขายสิ่งมึนเมา (๔)

วิสวณิชชา การค้าขายยาพิษ[๖๖] การค้าขายดังกล่าวมานี้ตามทัศนะของพระพุทธศาสนาถือเป็นการประกอบการงานที่มีโทษ คือ มีโทษต่อผู้อื่นและต่อสังคมส่วนรวมด้วย หากอาชีพเหล่านี้เข้าสู่กระบวนการทางธุรกิจย่อมเป็นการส่งเสริมให้คนในสังคมกระทำผิดทางจริยธรรมได้ง่ายขึ้น เป็นการทำลายพื้นฐานทางจริยธรรมที่ดีงามของสังคม และส่งผลกระทบเชิงลบต่อสังคมเป็นวงกว้าง ดังนั้น หลักการเลี้ยงชีวิตชอบทางกายจึงต้องงดเว้นจากการประกอบอาชีพที่ส่งเสริมหรือสนับสนุนให้กระทำผิดศีลธรรมดังกล่าว การเลี้ยงชีพชอบทางกายยังครอบคลุมไปถึงการเว้นจาก การเลี้ยงชีวิตด้วยการลักขโมย การทุจริต การคดโกงทั้งจากโดยอาชีพและสามัญสำนึกแม้ว่าจะมีโอกาสให้กระทำได้หรือไม่ก็ตามเพราะเป็นการเบียดเบียนผู้อื่นให้ได้รับความเดือดร้อนและ ทำให้สังคมเกิดความไม่สงบสุข คนในสังคมอยู่อย่างรู้สึกไม่ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน การเลี้ยงชีพด้วยการลักขโมยหรือทุจริตคดโกงจึงเป็นการดำเนินชีวิตอยู่บนความทุกข์ความเดือดร้อนของผู้อื่นและของสังคมเป็นการทำลายศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของตนเองหมดสิ้น

๒) การเลี้ยงชีพชอบทางวาจา หลักพระพุทธศาสนา การเลี้ยงชีพชอบทางวาจาจัดเป็นกุศลกรรมและเป็นการดำเนิน ชีวิตที่เป็นสัมมาอาชีวะ โดยยึดหลักการคือ (๑) การไม่โกหกหลอกลวงเลี้ยงชีพ โดยดำเนินชีวิตอย่างมีสัจจะ รักษาความสัตย์ (๒) การไม่พูดส่อเสียดเลี้ยงชีพ คือ การเว้นจากการใช้คำพูดยุยงให้ คนอื่นแตกแยกกันหรือเข้าใจผิดกันเพื่อผลประโยชน์ของตนเอง (๓) การไม่พูดคำหยาบในการเลี้ยงชีพ (๔) การไม่พูดเพ้อเจ้อเลี้ยงชีพ คือ ให้เว้นจากการดำเนินชีวิตด้วยอาศัยวาจาที่ไร้สาระ ไร้แก่นสาร ไม่เป็นธรรมและไม่ประกอบด้วยประโยชน์ เนื่องจากคำพูดที่เพ้อเจ้อนั้นทำให้ผู้ฟังหลงผิด เข้าใจผิดได้ (๕) การไม่ประจบเลี้ยงชีพ คือเว้นจากการใช้วาจาประจบสอพอผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตนเอง (๖) การไม่บังคับขู่เข็ญเลี้ยงชีพวาจานั้นย่อมไม่เป็นไปเพื่อการข่มขู่ หรือบังคับขู่เข็ญเพื่อแสวงหาผลประโยชน์จากบุคคลอื่นด้วยความไม่ชอบธรรม[๖๗]

๓) การเลี้ยงชีพชอบทางใจ หลักพระพุทธศาสนา การเลี้ยงชีพชอบทางใจเป็นมโนกรรมฝ่ายกุศล ซึ่งเป็นแนวทางที่นำไปสู่ความสุขสงบภายใน เป็นการดำเนินชีวิตตามหลักสัมมาอาชีวะ โดยยึดหลักการ คือ (๑) การไม่โลภอยากได้ทรัพย์คนอื่นเลี้ยงชีพ มีสภาพจิตที่สามารถควบคุมความโลภไว้ได้ คือไม่โลภอยากได้ของคนอื่นในทางที่ไม่ชอบไม่ควร คิดเลี้ยงชีพวางแผนดำเนินชีวิตในแนวทางที่ถูกต้องชอบด้วยกฎหมาย ศีลธรรม (๒) การไม่คิดเบียดเบียนคนอื่นเลี้ยงชีพ เป็นการควบคุมสภาพจิตใจต่อความพยาบาท ปองร้ายผู้อื่นเพื่อหวังเอาแต่ประโยชน์สวนตนให้มีจิตเมตตา เอื้อเฟื้อประโยชน์แก่ผู้อื่น อันจะนำไปสู่การแสวงหาประโยชน์ที่ถูกต้องเหมาะสม และไม่ส่งผลกระทบต่อผู้อื่นให้เกิดความเดือดร้อนเสียหาย (๓) การไม่คิดเอารัดเอาเปรียบคนอื่นเลี้ยงชีพ คือเว้นจากการคิดหาโอกาสเพื่อตักตวงเอาผลประโยชน์จากบุคคลอื่นเพื่อเลี้ยงชีพตนเอง[๖๘] การเลี้ยงชีพชอบทางใจจัดเป็นมโนกรรม ฝ่ายกุศลที่สำคัญที่สุดเพราะเป็นต้นต่อให้การดำเนินชีวิตภายนอก เป็นไปในแนวทางที่ถูกต้องชอบธรรม เพราะการกระทำภายนอกต่างๆ สืบเนื่องมาจากภายในจิตใจ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า กล่าวโดยสรุป คือ ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ” ถ้าบุคคลใดใจร้ายแล้ว พูดอยู่ ก็ดี ทำอยู่ก็ดี ทุกข์ย่อมไปตามเขาเพราะเหตุนั้น ถ้าบุคคลใด มีใจผ่องใสแล้ว พูดอยู่

---

[๖๖] องฺ.ปญฺจก.๒๒/๑๗๗/๑๘๖.

[๖๗] ที.ปา.๑๑/๓๖๐/๒๘๔.

[๖๘] ม.มู.๑๒/๔๘๕/๕๒๓.

ก็ดี ทำอยู่ก็ดี ความสุขยอมไปตามเขา เพราะเหตุนั้นเหมือนเงาไปตามตัว ฉะนั้น[๖๙] กลาวโดยสรุป หลักการของสัมมาอาชีวะ ดวยการเลี้ยงชีพชอบทางกาย ทางวาจา และทางใจ ก็คือ การดำเนินชีวิตตามหลักกุศลกรรมบถนั้นเอง หรือเรียกอีกอยางหนึ่งการดำเนินชีวิตสุจริตทางกาย ทางวาจา และทางใจ

องคประกอบที่ ๖ สัมมาวายามะ หมายถึง ความเพียรชอบ ความเพียรระวังไมให ความชั่วเกิดขึ้น ความเพียรการละความชั่วที่ทำแลว ความเพียรในการทำความดีใหเจริญยิ่งขึ้น และความเพียรในการรักษาความดีที่ทำไวแลว โดยคำจำกัดความตามแบบพระสูตรเรียกชื่อ อีกอยางหนึ่งวา สัมมัปปธานหรือปธาน ๔ ไดแก (๑) สังวรปธาน เพียรปองกันหรือเพียรระวัง อกุศลที่ยังไมเกิดไมให เกิดขึ้น (๒) ปหานปธาน เพียรละหรือเพียรจำกัดอกุศลที่เกิดขึ้นแลว ใหหมดไป (๓) ภาวนาปธาน เพียรเจริญหรือเพียรสรางกุศลที่ยังไมเกิด ใหเกิดขึ้น (๔) อนุรักขนาปธาน เพียรอนุรักษ หรือเพียรรักษาและสงเสริมกุศลที่เกิดขึ้นแลวให้ตั้งมั่นและเจริญยิ่ง กลาวโดยสรุป สัมมาวายามะในระดับเบื้องตนจึงหมายถึงความเพียรในการละชั่วทำดี และทำจิตใจใหผองใส นอกจากในพระสุตตันตปิฎกแลวยังมีกลาวไวในพระอภิธรรมปิฎกดังนี้ “สัมมาวายามะ เปนไฉน ขอที่ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สรางฉันทะ พยายามปรารภความเพียร ประคองจิต มุงมั่นเพื่อปองกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไมเกิดมิใหเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแลว ฯลฯ เพื่อทำบาปอกุศลธรรมที่ยังไมเกิดขึ้นมิใหเกิดขึ้น ฯลฯ การสรางฉันทะ พยายามปรารภความเพียร ประคองจิต มุงมั่นเพื่อความดำรงอยู่ไมเลือนหาย เจริญเต็มที่แหงกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแลวนี้เรียกว่าสัมมาวายามะ”[๗๐] “การปรารภความเพียรทางใจ ฯลฯ สัมมาวายามะ วิริยสัมโพชฌงค อันเปนองคมรรค นับเนื่องในมรรคนี้เรียกวา สัมมาวายามะ”[๗๑] พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺโต) ไดกลาวเกี่ยวกับสัมมาวายามะ ไวว่า “ตัวสัมมาวายามะเองแทๆ ที่เปนองคมรรคเปนคุณธรรมอยูภายใต้จิตใจของบุคคลก็จริง สัมมาวายามะจะทำหนาที่ของมันไดเจริญงอกงามได ตองอาศัยความสัมพันธกับโลกภายนอก กลาวคือการวางทาทีตอบสนองและจัดการกับอารมณ ที่ผานทางตา หู จมูก ลิ้น กาย การแผขยายความเพียรจากภายในจิตใจออกไป เปนการกระทำความประพฤติการดำเนินชีวิตจะเกี่ยวของและอิงอาศัยกับปจจัยแวดลอมภายนอกดวย ทั้งปจจัยทางรางกาย ธรรมชาติ และทางสังคม”[๗๒] พุทธพจนที่ตรัสกับพระภิกษุเกี่ยวกับเรื่องนี้วา“ภิกษุทั้งหลาย คุณสมบัติของผูบำเพ็ญ (องคของผูมีปธาน) มี ๕ อยางเหลานี้ หาอยางคืออะไร (กลาวคือ) ภิกษุในธรรมวินัยนี้ คือ (๑) เปนผูมีศรัทธาเชื่อตถาคตโพธิวาแมเพราะเหตุผลดังนี้พระผูมีพระภาคเจาพระองคนั้นเปนอรหันตเปนสัมมาสัมพุทธะ ฯลฯ เปนผูจำแนกแจกธรรม (๒) เปนผูมีอาพาธนอย มีโรคนอย ประกอบดวยไปเผาผลาญที่สำหรับยอยอาหารสม่ำเสมอ ไมเย็นนัก ไมรอนนัก พอปานกลาง เหมาะแกการบำเพ็ญเพียร (๓) เปนผูไมโออวด ไมมีมายา เปนผูเปดเผยตัวตามเปนจริงทั้งในพระศาสดา ทั้งในเพื่อนพรหมจารีผูเปนวิญญูชน (๔) เปนผูระดม ความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เพื่อยังกุศลธรรมใหถึงพรอมมีความเขมแข็งบาก

---

[๖๙] ขุ.ม.๔๐/๑๑/๑.

[๗๐] อภิ.วิ.๓๕/๒๐๕/๑๗๒.

[๗๑] อภิ.วิ.๓๕/๒๐๖/๑๗๕.

[๗๒] พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, อ้างแล้ว, หนา ๘๐๒-๘๐๓.

บั่นมั่นคง ไมทอดธุระในกุศลทั้งหลาย (๕) เปนผูมีปญญาประกอบดวยปญญาอยางอิสระที่หยั่งถึงความเกิดขึ้นและความดับสลาย ชำแรกกิเลสได อันใหถึงความสิ้นทุกขโดยชอบ”[๗๓]

จากพุทธพจนที่กลาวถึงเรื่องการทำความเพียรนั้นเปน การเตือนผูปฏิบัติธรรมเปนอยางดีวาลำดับแรกจะตอง มีศรัทธาในการตรัสรูของพระพุทธเจาเชื่อวา พระองคเปนผูชี้ทางการบรรลุมรรคผล นิพพานใหกับผูปฏิบัติตอไปตองเปนผูมีโรคนอย เปนผูซื่อตรงทั้งตอหนาและลับหลังเปนเพื่อนพรหมจารีกับนักปราชญ วิญญูชน เปนผูมีความเพียร เพื่อจะละอกุศลที่เกิดแลว ปองกันมิใหอกุศลที่ยังไมเกิดมิใหเกิดขึ้น เพื่อเรากุศลที่ยังไมเกิด ใหเกิดขึ้นรักษาหรือประคองกุศลที่เกิดขึ้นแลว ใหเจริญงอกงาม เปนผูมี ปญญากำหนดและตามรู ความเกิดขึ้นและความดับสลายของธรรมทั้งหลายอันทำใหถึงความดับทุกขโดยชอบ พระพุทธเจาทรงตรัสวา “ภิกษุทั้งหลาย สมัยที่ไมเหมาะสำหรับบำเพ็ญเพียร มี ๕ อยางเหลานี้ หาอยางคืออะไร (กลาวคือ) ภิกษุในธรรมวินัยนี้ (๑) เปนผูแกเฒา ถูกชราครอบงำ (๒) เปนผูเจ็บไขถูกพยาธิครอบงำ (๓) สมัยที่อาหารขาดแคลนขาวไมดีหาอาหารยาก ไมสะดวกที่จะยังชีพดวยการบิณฑบาต (๔) สมัยที่มีภัยมีความกำเริบวุนวายในปาดงชาวชนบท ตางพากันขึ้นยานพาหนะผันผายไป (๕) สมัยที่สงฆแตกแยกกันมีการดาวา...คนที่ยังไมเลื่อมใสก็ไมเลื่อมใส คนที่เลื่อมใสแลวก็กลายเปนอยางอื่น ภิกษุทั้งหลาย สมัยที่ควรบำเพ็ญ มี ๕ อยางเหลานี้ หาอยางคืออะไร (กลาวคือ) (๑) ภิกษุยังหนุม ยังเยาวมีผมดำสนิท ประกอบดวยวัยอันเจริญ เปนวัยปฐม (๒) ภิกษุเปนผูมีอาพาธนอย มีโรคนอย (๓) สมัยที่อาหารพรอมดี ขาวดีหาอาหารงาย สะดวกที่จะยังชีพดวยการบิณฑบาต (๔) สมัยที่มนุษย (ประชาชน) ทั้งหลายพรอมเพรียงกันชื่นชมตอกัน ไมวิวาทกันเปนเหมือนแม่นมมองดูทารกดวยสายตาที่ประกอบดวยความรัก (๕) สมัยที่สงฆพรอมเพียงกันชื่นชมตอกัน ไมวิวาทกันมีอุเทศรวมกันเปนอันเดียวกัน เปนอยูผาสุกทำให้ ผูยังไมเลื่อมใสให้เลื่อมใส คนที่เลื่อมแลวยอมเลื่อมใสยิ่งขึ้นไป”[๗๔]

องคประกอบที่ ๗ สัมมาสติ หมายถึง ความระลึกชอบ ความระลึกที่ดำเนินถูกตอง ตามหลักสติปฏฐาน กลาวคือการตั้งสติใหมั่นคง เพื่อละความยินดียินรายในสิ่งทั้งปวง สัมมาสติ เปนองคมรรคขอที่ ๒ ในหมวดสมาธิ หรือ อธิจิตตสิกขา พระไตรปฎกไดกลาวถึงความสำคัญของสัมมาสติไวดังนี้ “ภิกษุทั้งหลาย สัมมาสติเปนไฉน นี้เรียกวา สัมมาสติ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ๑) พิจารณาเห็นกายในกาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และ โทมนัสในโลกเสียได ๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได ๓) พิจารณาเห็นจิตในจิต มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได คือ (๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได (๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู (๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู ฯลฯ (๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได (๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได”[๗๕]

สติปฏฐาน แปลวา ที่ตั้งแหงสติ สติไปตั้งไวที่กาย เรียกวา “กายานุปสสนา” สติไปตั้งไวที่เวทนา ความสุข ความทุกขที่ตั้งขึ้นในใจ เรียกวา “เวทนานุปสสนา” สติไปตั้งไวที่จิต คือความคิดนึก

---

[๗๓] เรื่องเดียวกัน, หนา ๘๐๒-๘๐๓.

[๗๔] ที.ปา.๑๑/๔๑๑/๒๙๕.

[๗๕] องฺ.ปญฺจก.๒๒/๑๗๗/๑๘๖.

ของเราเรียกวา “จิตตานุปสสนา” สวนสติไปตั้งไวที่ธรรมะที่เกิดกับจิตใหคอยดู เรียกวา“ธรรมานุปสสนา”รวมความวาใหดูตนเองดวยความมีสติตลอดเวลาเปนการฝกสติให้คลองแคลววองไว พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺโต) ไดกลาวถึงสัมมาสติในมุมมองดังตอไปนี้ สติในฐานะอัปปมาทธรรม “สติ” แปลวา ความระลึกได ที่เปนจุดมุงสำคัญก็ไดสติ จึงเปนธรรมสำคัญ ในทางจริยธรรม เปนอยางมาก เพราะเปนตัวควบคุมเราเตือนการปฏิบัติหนาที่ และเปนตัวคอย ปองกันยับยั้งตนเองทั้งที่จะไมใหหลงเพลินไปตามความชั่ว และที่จะไมใหความชั่วเล็ดลอด เขามาในจิตใจไดจะเตือนตนเองในการทำความดี และไมเปดโอกาสแกความชั่วพุทธธรรมเนน ความสำคัญของสติเปนอยางมากในการปฏิบัติจริยธรรมทุกขั้นการดำเนินชีวิต หรือการประพฤติ ปฏิบัติโดยมีสติกำกับอยู เสมอ มีชื่อเรียกโดยเฉพาะวา “อัปปมาท” คือ ความไมประมาท ความกาวหนาในระบบจริยธรรม คือ ความเปนอยูโดยไมขาดสติ ซึ่งขยายความไดวา การระมัดระวังอยูเสมอ ไมยอมถลำลงไปในทางเสื่อม และไมยอมพลาดโอกาสสำหรับความเจริญกาวหนาตระหนักดีถึงสิ่งที่จะตองทำและตองไมทำความสำคัญและขอบเขตการใชอัปปมาทธรรม ในการปฏิบัติจริยธรรมขั้นตาง ๆ ดังพุทธพจนตอไปนี้ “ภิกษุทั้งหลาย รอยเทาของสัตวบก ทั้งหลายชนิดใด ๆ ก็ตามยอมลงในรอยเทาชางไดทั้งหมด รอยเทาชาง เรียกวาเปนยอดของ รอยเทาเหลานั้น โดยความใหญ ฉันใด กุศลธรรมทั้งหลายอยางใด ๆ ก็ตามยอมมีความไมประมาทเปนมูล ประชุมลงในความไมประมาทไดทั้งหมดความไมประมาทเรียกไดวาเปนยอดของธรรมเหลานั้น ฉันนั้น[๗๖] การฝกสติจะตองเริ่มตนมาจากกายกอน แลวจึงคอย ๆ พัฒนานำสติคุมที่ความนึกคิด แลวจะสังเกตไดวาขณะที่เรายืน เดิน นั่ง หรือนอน ความคิดของเราจะไหลออกไปเรื่อยสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเปนเรื่องปกติของจิต แตใหเรากำหนดรู โดยเอาสติกำหนดรูวาจิตกำลังคิด เห็น ไดยิน ใหกำหนดรู แตไมตองตามจิตไปดูวามันเห็น มันคิด หรือไดยินอะไรบาง มิเชนนั้นจะเปนการหลงตามจิตหรือเรียกวา “จิตหลอก” คนที่ไดฝกสมาธิตามขั้นตอนแบบนี้ แลวการเดินก็ดี การนั่ง การลุกจะเปนจังหวะ แมแตการพูดก็เปนจังหวะพูดชัดถอยชัดคำ เพราะไดรับการฝกอบรมตนเองกิริยาอาการผลุนผลันนั้นไมมี เพราะสติเปนตัวหามไว ไมใหผลุนผลัน ไมใหใจรอน ไมใหใจเร็ว ไมทำอะไรดวยอารมณแตทำดวยเหตุ ดวยผลอยูตลอดเวลา เรียกวา สัมมาสติ

องคประกอบที่ ๘ สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ เปนเรื่องการฝกอบรมจิตขั้นลึกซึ้งอันเปนของละเอียดของสมาธิ หมายถึง ใจที่เปนกุศลจิตและตั้งมั่นเปนหนึ่งอยูในอารมณ์เดียว หรือภาวะที่จิต เปนหนึ่งที่เรียกวา “เอกัคคตา” คือ การที่จิตกำหนดอยูอยางแนวแนกับสิ่งหนึ่งสิ่งใดปราศจากความฟุงซาน หรือที่เรียกวา ความตั้งมั่นของจิตเปนหนึ่งและอยูในอารมณเดียว สัมมาสมาธิที่ปรากฏอยูในพระอภิธรรมปฎกมีดังนี้ “สัมมาสมาธิ ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้นเป็นไฉนคือความตั้งอยูแห่งจิต ความดำรงอยู ความตั้งมั่น ความไมซัดสาย ความไมฟุงซาน ความที่จิตไม่ซัดส่าย สมถะสมาธินทรีย สมาธิพละ สัมมาสมาธิ ในสมัยนั้นนี้ชื่อวา สัมมาสมาธิที่เกิดขึ้นในสมัย นั้น”[๗๗] สัมมาสมาธินั้น คือ ธรรมที่ควรทำใหแจง หรือทำใหเกิดขึ้น ในพระไตรปฎกไดกลาวถึง องคธรรม หรือญาณ ที่เกิดจากสัมมาสมาธิ ประกอบดวย ๕ ประการ ดังนี้ คือ[๗๘]

---

[๗๖] ม.มู.๑๒/๑๔๙/๑๒๔.

[๗๗] ที.ปา.๑๑/๓๖๐/๔๓๖.

[๗๘] อภิ.สงฺ.๓๔/๒๔/๓๑.

๑) ญาณยอมเกิดขึ้นเฉพาะตนวา สมาธินี้เปนสุขในปจจุบันและมีสุขเปนวิบากตอไป (๒) ญาณยอมเกิดขึ้นเฉพาะตนวาสมาธินี้เปนอริยะ ปราศจากอามิส (๓) ญาณยอมเกิดขึ้นเฉพาะตนวา สมาธินี้ มิใชบุรุษชั่ว (๔) ญาณยอมเกิดขึ้นเฉพาะตนวา สมาธินี้ สงบ ประณีต ไดดวยความสงบระงับบรรลุไดดวยภาวะที่จิตเปนหนึ่งผุดขึ้นและมิใชบรรลุไดดวยการขม (ธรรมที่เปนขาศึก) หามกิเลสดวยสังขารจิต (๕) ญาณยอมเกิดขึ้นเฉพาะตนวา เรานั้นมีสติ เขาสมาธิ และเรามีสติออกจาก สมาธินี้ บุคคลใดที่หมั่นเจริญสมาธิ เปนสัมมาสมาธิจนเกิดญาณ ญาณนั้นยอมทำลายมิจฉา สมาธิตามที่ปรากฏในคัมภีรทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ดังพุทธพจนวา“มิจฉาสมาธิ” (ตั้งจิตมั่นผิด) ของผูมีสัมมาสมาธิยอมเสื่อมไป คือ บาปอกุศลธรรมเปนอเนกของบุคคลที่ เกิดเพราะมิจฉาสมาธิ เปนปจจัยยอมเสื่อมไป และกุศลธรรมที่เปน อเนกยอมเจริญเต็มที่ เพราะสัมมาสมาธิเปนปจจัย”[๗๙] คัมภีรวิสุทธิมรรค ใหคำจำกัดความของ สมาธิไววา “ความมีอารมณอันเดียวแหงจิตที่เปนกุศล พระพรหมคุณาภรณ(ปอ.ปยุตฺ โต) ไดกลาวถึง สมาธิวา “ความตั้งมั่นแหงจิตหรือภาวะ ที่จิตแนวแนตอสิ่งที่กำหนดคำจำกัดความของสมาธิที่มักพบเสมอคือ “จิตตัสเสกัคตา หรือเรียกสั้น ๆ วา “เอกัคคตา” ซึ่งแปลวาภาวะที่จิตมีอารมณเปนหนึ่ง คือการที่จิตกำหนดแนวแนอยูกับสิ่งหนึ่งสิ่งใด สิ่งหนึ่งไมฟุงซาน หรือสายไป”และกลาวถึงระดับของสมาธิวามี ๓ ระดับ คือ (๑) ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะที่เปนสมาธิ ขั้นตนซึ่งคนทั่วไปอาจใชเปนประโยชนในการปฏิบัติหนาที่การงาน ในชีวิตประจำวันวันใหไดผลดีและจะใชเปนจุดตั้งตนในการเจริญวิปสสนาก็ได (๒) อุปจารสมาธิ สมาธิเฉียด ๆ หรือสมาธิจวนจะแนวแนเป็นสมาธิขั้นระงับนิวรณได กอนจะเขาสูสภาวะฌานได หรือสมาธิในบุพภาคแหงอัปปนาสมาธิ (๓) อัปปนาสมาธิ สมาธิแนวแน สมาธิที่แนบสนิทเปนสมาธิในระดับสูงสุด ซึ่งมีในฌานทั้งหลาย ถือวาเปนผลสำเร็จที่ตองการของการเจริญสมาธิ

การฝกอบรมจิตใหตั้งมั่นไดนั้นผูปฏิบัติยอมเกิดผลดีคือจิตของตนจะมีสมรรถภาพหรือมีคุณภาพดีซึ่งสามารถดูไดจากลักษณะดังตอไปนี้คือ (๑) แข็งแรง มีพลัง มีการเปรียบอุปมาของจิตที่ฝกแลวเหมือนกับกระแสน้ำที่ถูกควบคุมใหไหลพุงไปในทางทิศเดียวกัน ยอมจะมีพลังมากกวาที่จะปลอยใหกระแสน้ำนั้นไหลไปคนละทิศทาง (๒) ราบเรียบสงบนิ่ง เหมือนน้ำที่อยูในสระหรือบึงน้ำใหญไมมีลมพัดใหกระเพื่อม (๓) ใสกระจาง มองเห็นอะไรไดชัดเจนไมมีริ้วคลื่น ฝุนที่มีอยูก็ตกตะกอนนอนกน (๔) นุมนวล ควรแกการงาน หรือเหมาะแกการใชงาน เพราะไมเครียด ไมกระดาง ไมวุนวาย ไมขุนมัว ไมกระสับกระสาย ไมเร่าร่อน ไมกระวนกระวาย พระพรหมคุณาภรณ (ป.อ. ปยุตฺ โต) ไดกลาวถึงจิตที่เปนสมาธิตามที่ปรากฏในพุทธพจนวา “จิตที่เปนสมาธิขั้นสมบูรณถึงขั้นฌานนั้น พระอรรถกถาจารยเรียกวาจิตประกอบดวยองค ๘ ซึ่งมีลักษณะตามพุทธพจน คือ (๑) ตั้งมั่น (๒) บริสุทธิ์ (๓) ผองใส (๔) โปรงโลง เกลี้ยงเกลา (๕) ปราศจากสิ่งมัวหมอง (๖) นุมนวล (๗) ควรแกงาน (๘) อยูตัวไมวอกแวกหวั่นไหว จิตที่มีองคประกอบเชนนี้เหมาะแก่การนำเอาไปใชไดดีที่สุดไมวาจะเอาไปใชงานทางปญญา พิจารณาใหเกิดความรู ความเขาใจถูกตองแจงชัด หรือใชในทางสรางพลังจิตใหเกิดอภิญญาสมาบัติอยางใดก็ได้”[๘๐]

---

[๗๙] ที.ปา.๑๑/๓๕๕/๓๘๕.

[๘๐] พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, อ้างแล้ว, หนา ๘๒๔-๘๓๐.

การฝกสมาธิในพระพุทธศาสนาจึงนับวาเปนองคหนึ่งในมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเปนหนทางปฏิบัติเพื่อความดับทุกข อันเปนจุดมุงหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา แนวทางปฏิบัติตามวิถีพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับสมาธิขั้นตนเรียกวา “สมถกรรมฐาน” ถือวาเปนขั้นการเตรียมจิตใหพรอมเพื่อเปนรากฐานกาวขึ้นสูปญญาในขั้นสูงตอไปดวยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

สรุปได้ว่า มรรคในอริยสัจ หมายถึง หนทางถึงความดับทุกข ได้แก่ ๑) สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ ๒) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ ๓) สัมมาวาจา ความเจรจาชอบ ๔) สัมมากัมมันตะ ความมีการงานชอบ ๕) สัมมาอาชีวะ ความเลี้ยงชีพชอบ ๖) สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ ๗) สัมมาสติ ความระลึกชอบ ๘) สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ ความเปนมาของมรรค มาจากพระพุทธเจ้าผู้ทรงค้นพบมรรค (ทาง) พ้นทุกข์ที่ใต้ต้นโพธิ และบอกต่อให้ผู้อื่นรู้ตาม ความสำคัญของมรรคทำให้มีทางปฏิบัติที่ถูกต้องพ้นทุกข์ได้จริงถ้าปฏิบัติตามหลักมรรค อันเป็นการปฏิบัติที่ไม่ผิดเป็นมัชฌิมาปฏิปทาเปนปฏิปทาให้เขาถึงธรรมหลายประการ ได้แก่ เพื่อทำให้แจ่งนิพพาน เพื่อทำให้แจ่งอรหันต เพื่อละราคะ โทสะ โมหะ เพื่อกำหนดรู้ทุกข เพื่อทำให้แจ่งความโลงใจ เพื่อทำให้แจ่งความโลงใจอยางยิ่ง เพื่อกำหนดรู้เวทนา เพื่อละอาสวะ เพื่อละอวิชชา เพื่อละตัณหา (กามตัณหา, ภวตัณหา, วิภวตัณหา) เพื่อละโอฆะ (โอฆะคือกาม ภพ, ทิฏฐิ อวิชชา) เพื่อละอุปาทาน เพื่อกำหนดรูภพ เพื่อกำหนดรู้สภาวทุกข เพื่อกำหนดรูสักกายะ (อุปาทานขันธ ๕) ลักษณะของมรรค ๘ ประการ คือ (๑) มรรคในฐานะมัชฌิมาปฏิปทา (๒) มรรคในฐานะขอปฏิบัติ หรือทางชีวิตทั้งของบรรพชิตและคฤหัสถ์ (๓) มรรคในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องดวยปจจัยภายนอกและภายใน (๔) มรรคในฐานะทางใหถึงความสิ้นกรรม (๕) มรรคในฐานะนาวาขามฝงที่ตองปลอยวาง (๖) มรรคในฐานะพรหมจรรยหรือพุทธจริยธรรม (๗) มรรคในฐานะสูจุดหมายขั้นตาง ๆ (๘) มรรคในฐานะไตรสิกขา องคประกอบของมรรค ๑) สัมมาทิฐิ คือเห็นอริยสัจ ๔ เห็นชอบตามธรรมนองคลองธรรมวาทำดีมีผลดี ทำชั่วมีผลชั่ว มารดา บิดามี (คือมีคุณงามความดีควรแกฐานะหนึ่งที่ เรียกวา มารดาบิดา) เห็นไตรลักษณ หรือเห็นปฏิจจสมุปบาท สัมมาทิฐิจึงมีความสำคัญอยางมาก เพราะเปนจุดเริ่มตนแหงการกระทำความดีหรือไมดี ยอมมีอิทธิพลมาจากการสั่งสมประสบการณที่ผานทางอายตนะทั้งภายนอกและภายในโดยมีกัลยาณมิตรที่เปนผูใกลชิด ๒) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ ได้แก่ คิดที่จะออกจากกาม ความพยาบาท ความเบียดเบียน ๓) สัมมาวาจา วาจาชอบ ไดแก เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการพูดเท็จ เจตนาเปนเหตุงด เวนจากการพูดสอเสียด เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการพูดคำหยาบ เจตนาเปนเหตุงดเวนจากการพูดเพอเจอ ๔) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ ไดแก เจตนา เปนเหตุงดเวนจากการฆาสัตว งดเวนจากการถือเอาสิ่งของที่เจาของเขาไมไดให งดเวนจากการประพฤติผิดในกาม แบงออกเปน ๒ ระดับ คือ (๑) ในระดับโลกียะ หมายถึง การมีเจตนาที่งดเวนจากการตัดรอนชีวิต จากการเอาของที่เขามิไดให และจากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย (๒) ในระดับโลกุตตระ หมายถึง ความงด ความเวน ความเวนขาด เจตนางด เวนจากกายสุจริต ทั้งสามของทานผูมีจิตเปนอริยะ มีจิตไรอาสวะ ๕) สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ ไดแก การเลี้ยงชีพชอบทางกาย เช่น ไม่ประกอบอาชีพผิดกฎหมาย การเลี้ยงชีพชอบทางวาจา เช่น การไม่พูดหลอกลวง การเลี้ยงชีพชอบทางใจ เช่น ความไม่โลภอยากได้ของคนอื่น ความไม่คิดเบียดเบียนคนอื่น ๖) สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ ความเพียรระวังไม่ให ความชั่วเกิดขึ้น ความเพียรการละความชั่วที่ทำแลว ความเพียรในการทำความดีใหเจริญยิ่งขึ้น และความเพียรในการรักษาความดีที่ทำไว้แลว ๗) สัมมาสติ ความระลึกชอบ ความระลึกได ที่เปนจุดมุงสำคัญก็ไดสติ จึงเป

นธรรมสำคัญ ในทางจริยธรรมเปนอยางมาก เพราะเปนตัวควบคุมเราเตือนการปฏิบัติหนาที่ และเปนตัวคอย ปองกันยับยั้งตนเองทั้งที่จะไมใหหลงเพลินไปตามความชั่ว และที่จะไมใหความชั่วเล็ดลอดเขามาในจิตใจได จะเตือนตนเองในการทำความดี และไมเปดโอกาสแกความชั่วพุทธธรรมเนนความสำคัญของสติเปนอยางมากในการปฏิบัติจริยธรรมทุกขั้นการดำเนินชีวิตหรือการประพฤติปฏิบัติโดยมีสติกำกับอยูเสมอ มีชื่อเรียกโดยเฉพาะวา “อัปปมาท” คือ ความไมประมาท การระมัดระวังอยูเสมอ ไมยอมถลำลงไปในทางเสื่อม และไมยอมพลาดโอกาสสำหรับความเจริญกาวหนา ตระหนักดีถึงสิ่งที่จะตองทำและตองไมทำ และ ๘) สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ คือมั่นคงในกุศลธรรม ถ้าเปนเรื่องการฝกอบรมจิตขั้นลึกซึ้งอันเปนของละเอียด เรียกว่า สมาธิ หมายถึง ใจที่เปนกุศลจิตและตั้งมั่นเปนหนึ่งอยูในอารมณ์เดียว

๓.๕ หลักการของหลักอริยสัจ ๔

๓.๕.๑ กฎไตรลักษณ์

เป็นกฎธรรมดาของสรรพสิ่งทั้งปวงที่มี ๓ ลักษณะ คือ ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่ยั่งยืน มีการแปรเปลี่ยนไปเป็นธรรมดาเรียกว่า **อนิจจลักษณะหรือ อนิจจตา** มีความทนอยู่ตลอดไปไม่ได้ ถูกบีบคั้นด้วยอำนาจธรรมชาติทำให้ทุกสรรพสิ่งไม่สามารถทนอยู่ได้ในสภาพเดิมได้ตลอดไป มีความกดดัน มีความขัดแย้งในตัวเรียกว่า **ทุกขลักษณะหรือทุกขตา** และ ไม่สามารถที่จะบังคับบัญชาให้เป็นให้เป็นไปตามต้องการได้ ไม่สามารถที่จะบังคับให้ชีวิตยั่งยืนอยู่ได้ตลอดไป ไม่สามารถบังคับจิตใจของตน ของคนอื่นให้เป็นไปตามปรารถนาได้ ความไม่มีตัวตน เรียกว่า **อนัตตลักษณะหรืออนัตตา** ทุกสรรพสิ่งล้วนเป็นของชั่วคราว เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ไม่มีสิ่งใดจีรังยั่งยืน ทุกสรรพสิ่งบนโลกใบนี้ล้วนตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน

๓.๕.๒ ปฏิจจสมุปบาท[๘๑]

เป็นหลักธรรมอริยสัจ ๔ ที่กล่าวถึงวงจรของสายเกิดทุกข์ เป็นความเบียดเบียนคับข้องและมีตัณหาเป็นเหตุแห่งทุกข์ (สมุทัย) วงจรสายดับมีนิโรธเป็นการดับแห่งทุกข์และมีมรรคเป็นทางนำออกจากทุกข์ กระบวนการเกิดทุกข์เริ่มจากจิตไปสัมผัสวัตถุแล้วทำงานต่อเนื่องเป็นวัฏจักร มีกิเลสเป็นปัจจัยให้เกิดกรรม กรรมทำให้เกิดวิบาก จิตจะจำและตีความตามความเคยชินแล้วสะสมหรือผูกยึดไว้ในจิตใต้สำนึก กิเลสสะสมมากขึ้นตามกระแสของเหตุปัจจัยต่างๆ กระแสแห่งเหตุมีกระบวนการผ่านช่องทางอายะตนะภายนอกคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ กระบวนการเกิดและการดับ จิตเป็นผู้รับรู้ปรุงแต่งและเก็บสะสมไว้ การถอนการยึดมั่นปรุงแต่งจะมีลำดับจากการรับรู้ส่วนที่หยาบ ไปสู่ส่วนที่ละเอียดและจากที่เกี่ยวกับกายไปสู่ส่วนที่เกี่ยวกับจิตและลึกอยู่ในจิต

พุทธดำริเมื่อครั้งหลังตรัสรู้ใหม่ ๆ ก่อนเสด็จออกประกาศพระศาสนา พระพุทธเจ้าทรงน้อมพระทัยไปในทางที่จะไม่ทรงประกาศธรรม ซึ่งพุทธดำริตอนนี้กล่าวถึงหลักธรรม ๒ อย่างคือ ปฏิจจสมุปบาท และนิพพาน เป็นการแสดงให้เห็นถึงความสำคัญและความยากของหลักธรรมนี้ในฐานะเป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้และจะทรงนำมาสอนแก่ปวงชนมนุษย์โลก ปฏิจจสมุปบาทคือ

---

[๘๑] ตีรณ พงศ์มฆพัฒน์, *ปฏิปทาในปฏิจจสมุปบาท*;ศูนย์อนามัยที่ ๕, จาก https://doh.hpc.go.th สืบค้นเมื่อ ๒๖ มกราคม ๒๕๖๕.

สภาวะตามธรรมชาติ นิพพาน คือ สภาวะตามธรรมชาติที่อยู่เหนือกระบวนการปฏิจจสมุปบาท (เพราะพ้นจากเหตุปัจจัย)

หลักความจริงที่เป็นกลางตามธรรมชาติ หรือ ธรรมที่เป็นกลาง ธรรมทั้งหลายเป็นธาตุเป็นธรรม เป็นสภาวะ อันมีอยู่เป็นอยู่ตามภาวะของมัน ที่เป็นของมันอยู่อย่างนั้น เช่นนั้น ตามธรรมดาของมัน มิใช่มีเป็นสัตว์ บุคคล อัตตา ตัวตน เป็นเราเป็นเขา ที่จะยึดถือเอาเป็นเจ้าของ ครอบครอง บังคับบัญชาให้เป็นไปตามปรารถนาอย่างไร ๆ ได้ บรรดาสิ่งทั้งหลายที่รู้จักเข้าใจกันอยู่โดยทั่วไปนั้นมีอยู่เป็นอยู่เป็นไปในรูปของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่มาประชุมกันเข้า ตัวตนแท้ ๆ ของสิ่งทั้งหลายไม่มี (ปรมัตถสัจจะ) เมื่อแยกส่วนต่าง ๆ ที่มาประกอบกันเข้านั้นออกไปให้หมด ก็จะไม่พบตัวตนของสิ่งนั้นเหลืออยู่ เมื่อจะพูดว่าสิ่งทั้งหลายมีอยู่ (สมมติสัจจะ) ก็ต้องเข้าใจในความหมายว่า มีอยู่ในฐานะมีส่วนประกอบต่าง ๆ มาประชุมเข้าด้วยกัน เรียกว่า “สภาวธรรม” แปลว่า สิ่งที่มีภาวะของมันเอง ปฏิจจสมุปบาท เป็นเบื้องหลังของไตรลักษณ์ เป็นกฎเดียวกัน แต่แสดงคนละแง่ คือเป็นการเชื่อม “กฎของธรรมชาติ” กับ “ธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต” พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนเรื่อง ปฏิจจสมุปบาทต่อจากไตรลักษณ์ การเข้าใจปฏิจจสมุปบาท ก็จะเป็นการเสริมความเข้าใจไตรลักษณ์ให้ชัดเจนยิ่งขึ้น และเป็นการยืนยันว่าไม่มีมูลการณ์หรือต้นกำเนิดเดิมสุดของสิ่งทั้งหลาย เช่น พระผู้สร้าง เป็นต้น รวมถึงหักล้างความเชื่อที่ว่าสิ่งต่าง ๆ ไม่มี แล้วมามีขึ้น ปฏิจจสมุปบาท จะเป็นการพิจารณาทั้งอดีต ปัจจุบัน อนาคต โดยสามารถพิจารณาเป็นช่วงสั้น ๆ เช่น แต่ละขณะจิต และขยายออกไปพิจารณาในช่วงที่ยาว เช่น ข้ามภพชาติ ก็ได้ ประกอบด้วยองค์ประกอบ ๑๒ ข้อ องค์ประกอบเหล่านี้เป็นปัจจัยเนื่องอาศัยสืบต่อกันไปเป็นรูปวงเวียนไม่มีต้น ไม่มีปลาย คือ ไม่มีตัวเหตุเริ่มแรกที่สุด (ไม่ได้เริ่มที่อวิชชา)



ภาพที่ ๓.๑ ปฏิจจสมุปบาท[๘๒]

[๘๒] พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺ โต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*, อ้างแล้ว, หนา ๓๒๘.

คำจำกัดความองค์ประกอบทั้ง ๑๒ ข้อ
(ความหมายช่วงยาวข้ามภพชาติ หรือ ความหมายช่วงสั้นแต่ละขณะจิต)
อวิชชา: ความไม่รู้แจ้ง ไม่รู้ตามเป็นจริง
สังขาร: ความคิดปรุงแต่ง เจตจำนง กรรม และทุกสิ่งที่จิตได้สั่งสมอบรมไว้ โดยมีเจตนาเป็นตัวนำ
วิญญาณ: ปฏิสนธิวิญญาณ หรือ ความรู้ต่ออารมณ์ต่าง ๆ คือ การเห็น-ได้ยิน-ฯลฯ-รู้เรื่องในใจ
นามรูป: องคาพยพ ส่วนประกอบของชีวิต ทั้งกายและใจ หรือ ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายและจิตใจที่เปลี่ยนแปลงไปตามสภาพจิต
สฬายตนะ: ช่องทางรับรู้ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (อายตนะภายใน) หรือ ภาวะที่อายตนะปฏิบัติหน้าที่โดยสอดคล้องกับสถานการณ์นั้น ๆ
ผัสสะ: การเชื่อมต่อรับรู้อารมณ์ การติดต่อกับโลกภายนอก (อายตนะภายใน+อารมณ์+วิญญาณ) ได้แก่ จักขุสัมผัส โสตสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส มโนสัมผัส
เวทนา: ความเสวยอารมณ์ ความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ ไม่สุข ไม่ทุกข์

ปฏิจจสมุปบาทแบ่งเป็นสองแบบ คือ สมุทยวาร (ทุกขสมุทัย, สายเกิดทุกข์, อนุโลมปฏิจจสมุปบาท) และ นิโรธวาร (ทุกขนิโรธ, สายดับทุกข์, ปฏิโลมปฏิจจสมุปบาท) หรือเรียกง่าย ๆ ว่า หลักของเหตุและผลสายเกิด กับหลักของเหตุและผลสายดับ พระพุทธเจ้าเมื่อทรงแสดงหลักปฏิจจสมุปบาทสมุทยวาร อันเป็นที่มาของปัญหาหรือความทุกข์แล้ว ก็มิได้ทรงหยุดอยู่เพียงนั้น แต่ได้ทรงแสดงปฏิจจสมุปบาทนิโรธวาร อันเป็นกระบวนธรรมฝ่ายดับทุกข์ อีกด้วย เป็นการชี้ให้เห็นว่าทุกข์หรือปัญหาของมนุษย์เป็นสิ่งที่แก้ไขได้ ยิ่งกว่านั้น ยังทรงชี้ต่อไปถึงภาวะที่เลิศล้ำสมบูรณ์ซึ่งมนุษย์สามารถมีชีวิตที่ดีงามและเป็นสุขแท้จริงได้ โดยไม่ต้องฝากตัวขึ้นต่อปัจจัยภายนอก ไม่ต้องเอาสุขทุกข์ของตนไปพิงไว้กับสิ่งทั้งหลายที่เป็นสังขาร ให้สิ่งเหล่านั้นกำหนด ซึ่งสิ่งเหล่านั้นแม้แต่ตัวมันเองก็ทรงเอาไว้ไม่ได้

ตารางที่ ๓.๑ แสดงวงจรปฏิจจสมุปบาท

แสดงวงจรปฏิจจสมุปบาทที่ขั้วอวิชชา(ความไม่รู้ มืดบอด) สายเกิด	**แสดงการตัดวงจรปฏิจจสมุปบาทที่ขั้ววิชชา (ความรู้แจ้ง ความสว่างของปัญญา) สายดับ**
เพราะมีอวิชชา จึงมีสังขาร	เพราะอวิชชาดับ สังขารจึงดับ
เพราะมีสังขาร จึงมีวิญญาณ	เพราะสังขารดับ วิญญาณจึงดับ
เพราะมีวิญญาณ จึงมีนามรูป	เพราะวิญญาณดับ นามรูปจึงดับ
เพราะมีนามรูป จึงมีสฬายตนะ	เพราะนามรูปดับ สฬายตนะจึงดับ
เพราะมีสฬายตนะ จึงมีผัสสะ	เพราะสฬายตนะดับ ผัสสะจึงดับ
เพราะมีผัสสะ จึงมีเวทนา	เพราะผัสสะดับ เวทนาจึงดับ
เพราะมีเวทนา จึงมีตัณหา	เพราะเวทนาดับ ตัณหาจึงดับ
เพราะมีตัณหา จึงมีอุปาทาน	เพราะตัณหาดับ อุปาทานจึงดับ
เพราะมีอุปาทาน จึงมีภพ	เพราะอุปาทานดับ ชาติจึงดับ
เพราะมีภพ จึงมีชาติ	เพราะชาติดับ ชรา มรณะจึงดับ
เพราะมีชาติ จึงมีชรา มรณะ โสกปริเทวะ ทุกขะ โทมนัสอุปายาสะทั้งหลาย จึงเกิดขึ้น ครบถ้วนของทุกข์ทั้งปวง	เพราะชรา มรณะดับ โสกะปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาสะทั้งหลาย จึงดับสิ้น

๓.๕.๓ กฎอิทัปปัจจยตา[๘๓]

อิทัปปัจจยตา คือ กฎเกณฑ์ของสรรพสิ่ง ที่มีเหตุก็ต้องมีผล และเมื่อมีผล ก็ย่อมมีเหตุไม่มีต้นสาย ก็ย่อมไม่มีปลายเหตุ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงยกเป็นกฎใหญ่ที่ควบคุมทุกเรื่องราวและผลักดันให้เกิดเรื่องราวเป็นกระแสของเหตุและปัจจัยที่ผลักดันกันต่อ ๆ ไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ดังบทสวดที่ว่า “อิมสฺสมึ สติ อิทำ โหติ,อิมสฺสุปาทา อิทำ อุปชฺชติ อิมสฺสมึ, อสติ อิทำ น โหติ, อิมสฺส นิโรธา อิทำ นิรุชฺฌติ” แปลว่า เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ย่อมมี เพราะความเกิดขึ้นแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น,เมื่อสิ่งนี้ ไม่มี สิ่งนี้ย่อมไม่มี, เพราะความดับไปแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป” “ธรรมเหล่าใด มีเหตุเป็นแดนเกิด พระตถาคตตรัสเหตุแห่งธรรมเหล่านั้น และเหตุแห่งความดับแห่งธรรมเหล่านั้น พระมหาสมณมีปรกติตรัสอย่างนี้, สังขารทั้งหลายเกิดขึ้นและตั้งอยู่ด้วยเหตุปัจจัยของการเกิดของสังขาร สังขารดับไปด้วยความเสื่อมจนหมดซึ่งเหตุปัจจัยเหล่านั้น. ทุกข์เกิดขึ้นและตั้งอยู่ด้วยสมุทัยของทุกข์ ได้แก่ความยึดมั่นถือมั่นในรูปขันธ์เป็นสำคัญ ทุกข์ดับไปไปด้วยการถอยคลายจากปัจจัยซึ่งทุกข์เหล่านั้น

สรุป หลักการของอริยสัจ ๔ เป็นทั้งทฤษฎี และเป็นทั้งปฏิบัติ ตลอดพระชนม์ชีพของพระพุทธองค์ทรงมีจุดมุ่งหมายแน่วแน่ แน่นอนมั่นคง คือ การนำสรรพสัตว์ในการดำเนินชีวิตให้อยู่ในความไม่ประมาท ปราศจากการครอบงำจากกิเลส ตัณหา คือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง (ตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา) อันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ทั้งสิ้น หลังจากพระพุทธองค์ทรงค้นพบทางพ้นทุกข์แล้ว (มรรค ๘) ก็บอกต่อสอนมนุษย์โลกให้รู้ตามไม่ต้องพึ่งพิงผีสางเทวดา หรืออำนาจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด ๆ มาดลบันดาลในการแก้ปัญหาหรือการดำเนินชีวิต เพื่อให้พ้นจากทุกข์ทั้งปวง โดยให้ใช้ปัญญาเป็นลำดับขั้นจากความไม่รู้ (อวิชชา) ให้ได้รู้ (วิชา) เหมือนเปิดสิ่งที่คว่ำอยู่แล้วหงายขึ้นเพื่อเปิดเผยความจริง (อริยสัจ) ว่า สรรพสิ่งไม่มีผู้สร้าง ไม่มีต้นกำเนิด แต่สรรพสิ่งเกิดขึ้นและดับไปตามเหตุตามปัจจัย (ปฏิจสมุปบาท) ปัจจัยที่เกิดขึ้นและดับไปโดยการอิงอาศัยกันทำให้เกิด (อิทัปปัจจยตา) สรรพสิ่งไม่เที่ยง ไม่แท้ ไม่แน่นอนมีแต่เกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป (ไตรลักษณ์) และเป็นปฏิเวธ ได้รู้เข้าใจแทงตลอด ทะลุปรุโปร่ง ลุล่วงผลจากการปฏิบัติตามมรรค ๘ นั่นเอง

จากหลักการของอริยสัจ ๔ เมื่อคนเราเกิดมาแล้วย่อมมีความทุกข์เป็นธรรมดาตั้งแต่วันแรกที่เกิด มีความเสื่อมเกิดขึ้นทุกวินาที ความเสื่อมของร่างกายก็คือความเสื่อมของเซลล์ในร่างกาย ซึ่งก็เป็นสาเหตุให้เกิดความเจ็บป่วยด้วยโรคภัยต่างๆ โรคมะเร็งก็เป็นโรคที่เกิดจากความเสื่อมของเซลล์แล้วมีการแบ่งเซลล์แบบผิดปกติที่มีสาเหตุจากสิ่งเร้ามากระตุ้นอยู่เป็นประจำทำให้ร่างกายมีการแบ่งเซลล์มากมายอย่างรวดเร็วจนเกิดเป็นก้อนไปเบียดเบียนเซลล์อื่นๆ จนกลายเป็นโรคมะเร็ง รักษาไม่หายขาดจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต เป็นความทุกข์ใหญ่หลวงของผู้ที่ประสบภัยนี้ จมอยู่กับความทุกข์นี้เป็นเวลาชั่วชีวิตตั้งแต่รู้ว่าเป็นโรคมะเร็ง เป็นความทุกข์ทรมานทั้งร่างกายและจิตใจ ต้องแสวงหาวิธีที่จะทำให้อยู่กับโรคมะเร็งให้นานที่สุดเท่าจะทำได้เพราะยังไม่อยากตาย หรือถ้าจะตายก็ไม่อยากเจ็บปวดทรมาน ไม่อยากทุรนทุราย การที่จะให้เป็นตามที่ปรารถนานั้น จำเป็นต้องแก้ปัญหาด้วยการนำเอาพุทธธรรมของพระพุทธเจ้ามาบูรณาการตามขั้นตอนของหลักอริสัจ ๔ กับการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง ซึ่งจะทำให้ผู้ป่วยได้รู้จักทุกข์หรือต้นตอของปัญหาที่แท้จริงของตัวเองว่าทุกข์เพราะสมุทัย คือความอยาก ความโลภ ความหลง จึงดิ้นรนแสวงหาทางดับทุกข์เหล่านั้น คือนิโรธแล้วมาปฏิบัติตามแนวทาง คือมรรค ๘ ประการ จนจิตใจยอมรับความจริงกับสิ่งที่กำลังเผชิญอยู่ได้แก้ไขปัญหา ด้วยตนเองมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในร่างกายของตัวเองให้ชีวิตที่เหลือให้มีความผาสุกมีคุณค่า ได้ปล่อยวางลง ปลงสังขาร ไม่ทรมาน ทุรนทุราย

---

[๘๓] ขุ.ปฏิ.๖๘/๔๕๐/๒

๓.๖ การแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔

๓.๖.๑ กระบวนการแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔

๓.๖.๑.๑ ขั้นทุกข์ (ขั้นศึกษาปัญหา) ชีวิตและโลกนี้ล้วนมีปัญหา (ทุกข์) ทุกชีวิตที่เกิดมาในโลกนี้ล้วนมีปัญหา ปัญหาทางกาย ปัญหาทางใจ ปัญหาทางสังคมและสิ่งแวดล้อม รวมถึงปัญหาทางด้านจิตวิญญาณ ความเชื่อ มีทั้งปัญหาส่วนรวมใหญ่ระดับสากล ปัญหาส่วนรวมเล็กน้อย ปัญหาเฉพาะตนของแต่ละบุคคล เช่น การเกิด แก่ เจ็บ ตาย ความโศกเศร้า ความไม่สมปรารถนา ความพลัดพรากจากบุคคล สัตว์ สิ่งของ อันเป็นที่รัก ฯลฯ ซึ่งเป็นสิ่งที่คนเราต้องตั้งมั่นตั้งใจ (สัมมาสมาธิ)ทำความรู้จักหรือเรียนรู้กับปัญหาหรือทุกข์นั้น ๆ ให้แจ่มแจ้ง ชัดเจน ตามความเป็นจริงตามกฎไตรลักษณ์ อันมี อนิจจัง-ทุกขัง-อนัตตา

๓.๖.๑.๒ ขั้นสมุทัย (ขั้นค้นหาสาเหตุของปัญหา) ทุกปัญหาย่อมมีสาเหตุ มิได้เกิดขึ้นลอย ๆ ปัญหาที่มนุษย์เผชิญอยู่ มิได้เกิดขึ้นมาลอย ๆ หรือบังเอิญเกิดขึ้น โดยไม่มีเหตุปัจจัย ย่อมมีรากเหง้าหรือที่มาของปัญหาทั้งนั้น ทุกปัญหาเกิดขึ้นอย่างมีสาเหตุทั้งนั้น ซึ่งเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยที่อิงอาศัยการเกิดนั้น ๆ ตามกฎอิทัปปัจจยตา แต่เป็นเพราะเรามองไม่เห็น ไม่รู้ ไม่เข้าใจปัจจัยของปัญหา (อวิชชา) จึงคิดว่าปัญหานั้นเกิดขึ้นโดยบังเอิญ ดังนั้นเราจึงต้องสืบสาวราวเรื่องถึงต้นตอของปัญหาหรือทุกข์นั้นด้วยความเห็นที่ถูก (สัมมาทิฏฐิ) มีความดำริที่ถูกต้อง (สัมมาสังกัปปะ) ไม่คิดเอาแต่ประโยชน์ส่วนตน มีความจริงใจไม่พูดจาในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ (สัมมาวาจา) แล้วจึงหาวิธีที่จะกำจัดออกไป ละออกไป ปล่อยวางให้จงได้ (หาปนะ)

๓.๖.๑.๓ ขั้นนิโรธ (ขั้นกำหนดวัตถุประสงค์เพื่อความพ้นทุกข์) มนุษย์สามารถแก้ปัญหาให้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยตนเอง (นิโรธ) เนื่องจากปัญหาทุกปัญหาย่อมมีสาเหตุ การแก้ปัญหาได้ต้องสืบสาวหาสาเหตุให้พบ แล้วแก้ปัญหาที่สาเหตุนั้น ๆ พระพุทธศาสนาสอนไว้ว่า มนุษย์มีศักยภาพหรือความสามารถเพียงพอที่จะแก้ปัญหาให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยตัวมนุษย์เองโดยมิต้องพึ่งพา การบนบาลศาลกล่าว ผีสางเทวดาหรืออำนาจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด ๆ มาดลบันดาล (มิจฉาทิฏฐิ) ด้วยการประกอบแต่กรรมดี(สัมมากัมมันตะ) ละชั่วกลัวบาป (หิริ โอตัปปะ)

๓.๖.๑.๔ ขั้นมรรค (ขั้นกำหนดวิธีการแก้ปัญหาของทุกข์) แนวทางการแก้ปัญหานั้นต้องใช้ปัญญา องค์ความรู้และแนวทางปฏิบัติที่ถูกกำหนดไว้แล้วว่าแต่ละปัญหา แต่ละสาเหตุ ในการแก้ปัญหาจำเป็นต้องใช้ปัญญา (องค์ความรู้) และมีความเพียร (สัมมาวายามะ) ในการตัดสินใจลงมือปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้องตามครรลอง ตามวิถีอย่างมีสติในทางที่เลือก (สัมมากัมมันตะ) อย่างเกื้อหนุนกันจึงสามารถแก้ปัญหาให้ลุล่วงไปได้ กล่าวคือ จะต้องรู้ให้ชัด แจ่มแจ้งว่าอะไรคือปัญหาหรือทุกข์นั้นโดยต้องมีความเห็นสอดคล้องตามความเป็นจริง (สัมมาทิฏฐิ) มีสาเหตุมาจากอะไร มีหนทางแก้หรือไม่ จะแก้อย่างไร เมื่อรู้แล้วจึงลงมือแก้ไขปัญหานั้นด้วยความเพียรพยายามอย่างต่อเนื่อง(สัมมาวายามะ) โดยพระพุทธศาสนามีข้อปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาและความทุกข์ของมนุษย์ที่ยึดทางสายกลางซึ่ง หมายถึงทางที่ยึดความพอดี หรือข้อปฏิบัติที่ยึดทางสายกลางตามหลักพระพุทธศาสนา ที่เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งได้แก่ อริยมรรคมีองค์แปด หรือเรียกสั้น ๆ ว่า มรรค ๘ ประการ

๓.๖.๒ วิธีแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔ ในฐานะการศึกษากระบวนการการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายแบบประคับประคอง

การนำหลักอริยสัจ ๔ มาแก้ปัญหาในการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายในทุกมิติของการดูแลสุขภาพ คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคมและครอบครัว สิ่งแวดล้อม และด้านจิตวิญญาณ เป็นการแก้ปัญหา ๔ ขั้นตอนตามหลักของอริยสัจ ๔ ดังนี้

๑. ขั้นทุกข์ (ขั้นศึกษาปัญหา) เป็นการกำหนดปัญหาของผู้ป่วยที่กำลังถูกคุกคามด้วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย คือ การทำความกระจ่างแจ้งเกี่ยวกับปัญหาการดำเนินของโรค การพยากรณ์โรค แจ้งข่าวร้ายเป็นว่าผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายมีปัญหาภาวะโรคคุกคามรักษาไม่หายเป็นสิ่งแรกที่ทีมดูแลรักษาต้องบอกให้ผู้ป่วยรับรู้ความจริง เพื่อเป็นประโยชน์ในการรักษาของแพทย์และผู้ป่วยได้ใช้เวลาที่เหลืออยู่ให้เกิดคุณค่าอย่างคุ้มค่า

๒. ขั้นสมุทัย (ขั้นค้นหาสาเหตุของปัญหา) เป็นขั้นตอนประเมินอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม ครอบครัว สิ่งแวดล้อม และด้านจิตวิญญาณ เพื่อเป็นการวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหา ปัญหาอาการรบกวนต่าง ๆ จากภาวะคุกคามของโรคที่ทำให้ไม่สุขสบายทั้งร่างกายและจิตใจ เช่น มีอาการปวด กินได้น้อย นอนไม่หลับ หายใจลำบาก ไม่อยากตาย กลัวต่าง ๆ นา ๆ ประเมินอาการทางสังคม ครอบครัว และสิ่งแวดล้อม เพื่อวิเคราะห์ปัญหาการอยู่ร่วมกัน เช่น การพลัดพรากการอยู่โดดเดี่ยว ไม่มีคนดูแล ประเมินอาการทางจิตวิญญาณ เช่น ความเชื่อ ความศรัทธาที่อาจเป็นอุปสรรคเป็นความขัดแย้ง เป็นปมในใจ ในการดำเนินชีวิตที่เหลืออยู่ เป็นการรวบรวมสาเหตุของทุกข์ทุกมิติ

๓. ขั้นนิโรธ (ขั้นกำหนดวัตถุประสงค์เพื่อความพ้นทุกข์) เป็นขั้นตอนต้องการดับทุกข์เป็นการกำหนดวัตถุประสงค์ในการหาทางออกของปัญหาของความทุกข์ให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้นไม่ทุกข์ ไม่ทรมาน ไม่เจ็บปวดเมื่อถึงเวลาก็ตายไปอย่างสงบ ไม่ทุรนทุราย ได้อยู่ในสถานที่ที่ผู้ป่วยต้องการ ทีมดูแลรักษาให้การดูแลตามอาการ แบบประคับประคอง ไม่ใส่ท่อช่วยหายใจ ไม่ปั๊มหัวใจ ไม่ยื้อชีวิต ให้ยาแก้ปวดบรรเทาอาการปวด เยียวยาจิตใจ คลายปมในใจที่คั่งค้าง ตามกระบวนการ Counselling, Family meeting, Supportive treatment เพื่อให้เกิดการยอมรับความจริง เข้าใจชีวิตและทุกข์

๔. ขั้นมรรค (ขั้นกำหนดวิธีการแก้ปัญหาของทุกข์) เป็นขั้นตอนปฏิบัติเพื่อการดับทุกข์เป็นการกำหนดวิธีแก้ปัญหา โดยให้สอดคล้องกับปัญหาของความทุกข์นั้น ๆ สาเหตุของความทุกข์นั้น ๆ และเป้าหมายในการแก้ปัญหาแต่ละประเด็น กับชีวิตที่เหลืออยู่ของผู้ป่วยซึ่งเป็นปัจเจก ของแต่ละบุคคล ซึ่งมีความละเอียดอ่อน แม้ว่าเป็นความต้องการของผู้ป่วย ที่ต้องการให้ทีมดูแลรักษาที่โรงพยาบาลก็ย่อมเป็นสิทธิ์ของผู้ป่วยโดย เป็นการปฏิบัติร่วมกันระหว่างผู้ป่วยเซ็นยินยอมให้แพทย์ไม่ยื้อชีวิต ไม่ใส่ท่อช่วยหายใจ ไม่ปั๊มหัวใจ หรือผู้ป่วยต้องการกลับไปอยู่ในสถานที่ที่คุ้นเคย ใกล้ชิดกับคนที่ตนรักที่บ้านให้ได้ดูแลกันในวาระสุดท้ายของชีวิต ให้ได้ทำหรือจัดการกับสิ่งที่ยังค้างคาใจ ซึ่งทีมดูแลให้การดูแลตามกระบวนการ Palliative care, นำหลักพุทธธรรมมาปรับใช้เพื่อเกิดความสมดุลชีวิต เพื่อการปล่อยวางอย่างเข้าใจ เช่น กายคตาสติ, มรณานุสติ,บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ให้มีสติระลึกรู้อยู่กับสิ่งดีงาม ให้เกิดความสงบภายในจิตใจก่อนหมดลมหายใจ และตายอย่างสงบ ดังภาพประกอบคือ

บทที่ ๔
การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตาย ของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายโรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

การวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายโรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น เป็นการศึกษาเฉพาะกรณีผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง โดยการนำหลักคำสอนของพุทธศาสนาเถรวาท มาบูรณาการกับกระบวนการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงเอกสารและเชิงคุณภาพ โดยมีขอบเขตด้านเนื้อหามุ่งเน้นศึกษาหลักคำสอนเรื่องอริยสัจ ๔ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ในพระไตรปิฎกเป็นหลัก วรรณกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง และ ศึกษาเนื้อหาในหลักการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ตามกระบวนการการดูแลแบบประคับประคอง มีประเด็นศึกษาวิเคราะห์ ดังต่อไปนี้

จากการศึกษาพบว่า การเตรียมตัวตาย มีเป้าหมายการเตรียมตัวก่อนตายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาถรวาท ก็เพื่อให้พุทธศาสนิกชนไม่ประมาทในการใช้ชีวิต ให้เข้าใจอริยสัจ ๔ ให้ตระหนักรู้ทุกข์และความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิตที่เกิดมาแล้วต้องตายทั้งหมดทั้งสิ้นไม่มีเหลือ อริยสัจ ๔ เป็นธรรมอันประเสริฐ ๔ ประการที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้นั้นเป็นความจริง ที่เป็นจริงแท้แน่นอนที่ไม่รู้จักเปลี่ยน เป็นความจริงที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติ แต่คนทั่วไปยังไม่รู้จักจนกว่าจะได้ยินได้ฟัง สิ่งที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้นำมาเปิดเผย แล้วเราเข้าไปรับรู้ด้วยการฟังจากพุทธสาวก จากการอ่านตำราคัมภีร์ที่พุทธสาวกนำมาเผยแผ่ เมื่อเรารู้และเข้าใจตามแล้ว จึงรู้ว่าความตายเป็นเพียงปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของสรรพสิ่ง ที่เกิด แก่ เจ็บ แล้วก็ตาย ตามกฎไตรลักษณ์ ความตายเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นปกติสำหรับชีวิตมนุษย์โดยไม่ได้ขึ้นอยู่กับความรู้สึกของมนุษย์ เราเป็นอนุชนรุ่นหลัง ผู้มาทีหลังแม้ว่าจะเป็นเวลานานมากแล้วกว่า ๒๕๖๕ ปีมาแล้ว ในปัจจุบันความจริงอันนี้ก็ยังเป็นความจริงอยู่อย่างนั้น ชีวิตมนุษย์เราที่เกิดมาในภพนี้ หากไม่ได้เข้าไปเรียนรู้ในอริยสัจ ๔ แล้วก็เป็นที่น่าเสียดายอย่างมหาศาลที่ไม่มีโอกาสรู้จักความจริง และยังหลงมัวเมากับสิ่งไม่จีรังยั่งยืน เกิดแล้วตายไปโดยไม่มีโอกาสได้กระทำในสิ่งที่ควรทำตามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้านำออกมาเปิดเผยแก่เวไนยสัตว์ อริยสัจ ๔ จึงเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเน้นที่สุด คือ เรื่องทุกข์และการดับทุกข์ ความตายเป็นความทุกข์ของมนุษย์ เพราะไม่อยากตาย อยากมีชีวิตยืนยาวที่สุดเท่าที่จะทำได้ เราจึงควรศึกษาให้รู้แจ้งและเข้าใจตามความเป็นจริง ซึ่งความตายเป็นความจริงที่ต้องตาย(ร่างกายเน่าเปื่อยสลาย) แน่นอน ความตายเป็นเรื่องใกล้ตัว ติดอยู่กับตัวตลอดเวลาและไม่มีใครหลีกหนีพ้นจากความตายไปได้ การที่จะเผชิญกับความตายแบบไม่กลัวกับความตายและเห็นว่าความตายเป็นจริงเป็นเรื่องธรรมดาเป็นเรื่องธรรมชาติ เห็นชีวิตกับความตายเป็นเรื่องเดียวกัน ดังนั้น การเรียนรู้เพื่อการเตรียมตัวก่อนตาย จึงเป็นเรื่องสำคัญเพราะการรู้เท่าทันความตาย ก็เหมือนกับการรู้เท่าทันทุกข์ รู้เท่าทันความคิดของตนเอง เมื่อความคิดความเห็นถูกก็จะนำไปสู่การพูด การกระทำ

ถูกต้องไปด้วย ซึ่งเป็นทักษะชีวิตพื้นฐานที่จำเป็น ดังหลักอริยสัจ ๔ อันธรรมเป็นเครื่องดับทุกข์ การแก้ปัญหาแบบอริยสัจ ๔ ก็เริ่มต้นที่ทุกข์ รู้จักทุกข์เข้าใจทุกข์ แล้วหาสาเหตุของทุกข์ (สมุทัย) หาวิธีแก้ปัญหาของทุกข์ (นิโรธ) ด้วยวิธีที่ถูกต้อง สิ่งที่จะทำให้บุคคลเข้าใจถึงความเป็นจริงตามธรรมชาติของสรรพสิ่งทั้งมวล ซึ่งบุคคลมีความจำเป็นต้องเรียนรู้และจัดการชีวิตด้วยตนเอง เป็นเรื่องที่ควรมีการเรียนรู้ เห็นความความสำคัญ และปฏิบัติตามพุทธหลักธรรม มีการเตรียมตัวให้พร้อมกับการตายก่อนที่จะตาย เหมือนกับการเตรียมตัวก่อนสอบ เหมือนกับการเตรียมตัวก่อนแต่งงาน เหมือนกับการเตรียมตัวจะเดินทางไปต่างประเทศ ต้องมีความรู้ความเข้าใจและรอบคอบ การเตรียมความพร้อมสำหรับความตาย นั้นต้องเตรียมในขณะที่ยังมีสติสัมปชัญญะ ในขณะที่ยังมีสติรับรู้ผิดชอบชั่วดี ไม่จำเป็นต้องรอให้ถึงวาระสุดท้ายของชีวิต หรือรอให้ป่วยเป็นโรคหนักร้ายแรง ซึ่งถือได้ว่าเป็นการเตรียมความพร้อมเพื่อเป็นความไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต ซึ่งเรียกได้ว่าเป็นการเตรียมตัวระยะยาว การนำหลักธรรมในกรอบอริยสัจ 4 มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของการเตรียมตัวก่อนตายของการใช้ชีวิตในทุก ๆ วัน ที่ยังคงมีลมหายใจอยู่ จนกระทั่งวาระสุดท้ายของชีวิตหรือลมหายใจสุดท้ายของชีวิต เรียกได้ว่าเป็นการเตรียมตัวระยะสั้น เป็นการเตรียมความพร้อม เตรียมเสบียง เตรียมสัมภาระให้พร้อมในการเดินทางไปสู่ภพใหม่ เป็นแนวทางที่เป็นเหตุให้ถึงความดับทุกข์ ซึ่งมีอยู่ 8 ประการในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อให้ถึงจุดหมายหรือบรรลุเป้าหมายที่ดีงามของชีวิตที่เหลืออยู่(๘ ประการคือ มรรค ๘ คือความจริงที่ว่าด้วยทางแห่งความดับทุกข์) เมื่อมีความเห็นที่ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) และมีความคิดที่ถูกต้อง(สัมมาสังกัปปะ) แล้วก็จะเป็นสภาวะที่ทำให้การพูด(สัมมาวาจา) การกระทำกิจกรรมต่าง ๆ (สัมมากัมมันตะ) ในชีวิตประจำวันถูกต้องและดีไปด้วยในขณะที่ร่างกายยังสามารถทำได้ด้วยตนเอง ที่ต้องหมั่นเจริญหรือทำให้มีขึ้น (สัมมาวายามะ) เพื่อที่เราจะนำมาปรับใช้ให้มีความสมดุลของชีวิตดำรงตนอยู่ใน ศีลในธรรมอันดีงาม (สัมมาอาชีวะ) คือ บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ อันเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ ทำกุศล ละบาปละชั่ว เป็นทางทำความดี ส่งผลให้จิตใจมีเมตตา แต่เมื่อทุกข์ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ อันเกิดจากร่างกายและจิตใจถูกเบียดเบียน จากโรคร้ายอันเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดเชื้อโรคทางใจ คือกิเลส ตัณหา ทำให้จิตใจและร่างกายเกิดทุกข์ จากสภาวะของตัวตัณหา อยากอยู่ ไม่อยากตาย อยากสุขสบาย ไม่อยากทรมาน นั่นคือสาเหตุแห่งทุกข์ ดังนั้นตัวสมุทัย คือธรรมที่ควรละจะทำให้ไปสู่หนทางแห่งการดับทุกข์ได้ง่ายมากยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นการแก้ปัญหาแบบอริยสัจ 4 เป็นแนวทางเบื้องต้นของวิธีดับทุกข์ จะต้องประพฤติปฏิบัติตั้งใจทำปหานะให้มากๆ นั่นคือ การละ การขจัดตัวกิเลส การกำจัดตัณหา จากความรัก ความโลภ ความโกรธ และความหลง สมุทัยเป็นเหตุของทุกข์ต้องละปิดกั้นทางอบายและความอยาก จาก 3 ประการนี้คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา และการมีชีวิตที่เหลืออยู่ด้วยความมีสติให้ระลึกอยู่เสมอว่าไม่วันใดก็วันหนึ่งเราต้องตาย (สัมมาสติ) ไม่ควรยึดเอาอะไรอีกต่อไปไม่ว่าจะเป็นทรัพย์สิน เงินทองข้าวของต่าง ๆ ที่เคยหามาได้ ลูก สามี ภรรยา พ่อแม่ ญาติพี่น้อง สัตว์เลี้ยงอันเป็นที่รักหรือแม้แต่ร่างกายเราเองยังต้องสละทิ้งเมื่อเวลานั้นมาถึง เรามีเพียงลมหายใจเท่านั้นที่จะอยู่เคียงข้างตลอดไปจนลมหายใจสุดท้าย ดังนั้นต้องหมั่นดูแลลมหายใจอยู่ตลอดเวลา อยู่กับปัจจุบันขณะ(สัมมาสมาธิ) พิจารณารู้ เห็น ตามความเป็นจริง อันเป็นธรรมที่ทำให้แจ้ง เกิดปัญญา เพื่อให้มีสติระลึกรู้ มีจิตตั้งมั่น ให้จิตมีพลังเกิดความสงบภายใน มีใจเป็นกลาง วางใจเป็นอุเบกขาเห็นตามเป็นจริงก่อนหมดลมหายใจ จากการวิจัยจึงสรุปได้ ๔ ประเด็นดังต่อไปนี้

๔.๑ ประเด็นเรื่องความทุกข์

ความทุกข์ของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย เป็นความทุกข์ของทุกคนตั้งแต่ตัวผู้ป่วยเอง และญาติผู้ดูแล ที่มีความทุกข์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ เป็นความทุกข์จากร่างกาย(อุปทานขันธ์ ๕) ซึ่งเป็นความทุกข์จากการบีบคั้นทางกายแน่นอน อันเกิดจากกระบวนการเกิดโรคคุกคาม พยาธิทุกขา หมายถึง ความเจ็บปวย หรือความงอนแงน คลอนแคลนเปนทุกข มีความเสื่อมโทรมของร่างกายเป็นทุกข์ มีความอ่อนเพลียและเหนื่อยล้า ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ นอนนาน ๆ เกิดแผลกดทับ เจ็บปวด บาดแผล เจ็บปวดแสนสาหัสจากบริเวณเชื้อมะเร็งลุกลาม มีความเบื่ออาหาร และกินอาหารน้อยลง มีอาการปากแห้ง ริมฝีปากแห้ง จมูกแห้ง และตาแห้ง เนื่องจากสูญเสียความสามารถในการกลืน ซึ่งเป็นพยาธิสภาพของร่างกายตามธรรมชาติ เมื่อใกล้เสียชีวิต ระบบการทำงานต่างๆ อวัยวะต่าง ๆ จะค่อย ๆ หยุดทำงานเหมือนการปิดสวิทย์ไฟไปทีละดวง ๆ แต่ผู้ป่วยและญาติไม่เข้าใจหรืออาจจะเข้าใจบ้าง แต่ยังไม่อาจทำใจยอมรับความจริงนี้ได้ จึงมีความทุกข์ทางใจตามมาคือ ความกลัวต่าง ๆ ส่วนความทุกข์ใจมีหลายประเด็น เช่น ยังไม่อยากตาย ยังไม่พร้อมตาย ไม่อยากป่วย ไม่อยากเจ็บ ไม่อยากทรมาน กลัวความพลัดพรากจากสิ่งที่รัก กลัวการถูกทอดทิ้ง กลัวการถูกโดดเดี่ยว มีความคับแค้นแน่นใจที่ต้องเจ็บป่วยเป็นโรคมะเร็งกลัวทรมาน มีความเดือดร้อนใจ ทุกข์ใจที่สิ้นเปลืองทรัพย์สินเงินทอง มีความโกรธที่เจ็บป่วยเป็นโรครักษาไม่หาย มีการต่อรองชีวิตอยากอยู่ต่อยังไม่อยากตาย แสวงหาทำพิธีกรรมต่าง ๆ เป็นความทุกข์ของญาติจากการแสวงหาที่รักษาแบบทางเลือกเพื่อต่ออายุให้ได้อยู่ต่อ อย่างไรก็ตาม แม้กระนั้นญาติก็ยังพาผู้ป่วยเทียวเข้าเทียวออกโรงพยาบาลบ่อย ๆ เป็นทุกข์ที่ต้องลำบากในการเข้ารับการรักษาระยะสุดท้ายที่โรงพยาบาลบ้านฝาง และทุกข์ของผู้ป่วยทั่วไปที่เข้ามารักษาในโรงพยาบาลบ้านฝางซึ่งมีหลากหลายสาเหตุ ตั้งแต่เล็กน้อยจนถึงอาการหนักสาหัส จากสถิติการเข้ารับบริการ เช่น ๑.ทุกข์เพราะมะเร็งต่าง ๆ ๒.ทุกข์เพราะอุบัติเหตุ ๓. ทุกข์เพราะไตวายระยะสุดท้าย ๔. ทุกข์เพราะปอดอุดกั้นเรื้อรัง ๕.ทุกข์เพราะโรคเอดส์ ๖.ทุกข์เพราะโรคติดเชื้อต่างๆ ๗.ทุกข์เพราะโรคไม่ติดเชื้อจากพฤติกรรม

๔.๒ ประเด็นเรื่องสาเหตุแห่งทุกข์

สาเหตุแห่งทุกข์ของร่างกายและจิตใจ ร่างกายเป็นเหมือนรังโรค มีคำพูดที่มีคนพูดไว้ว่า “กายป่วยใจก็ป่วย..กายไม่ป่วยใจไม่ป่วย”โรงพยาบาลบ้านฝางให้บริการด้านสุขภาพผู้ป่วยตั้งแต่แรกเกิดทุกเพศทุกวัยที่เจ็บป่วยจนกระทั่งเสียชีวิต มนุษย์เกิดมาจากครรภ์ของมารดา ก็ทุกข์ตั้งแต่วันแรกที่เกิดมา ร่างกายต้องการการเจริญเติบโตด้วยอาหาร มนุษย์ไม่สามารถเจริญเติบได้ถ้าปราศจากคนดูแลให้อาหาร และไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ หาอาหารให้ตัวเองไม่ได้ หากพ่อ แม่ ไม่ให้อาหารตั้งแต่วันแรกร่างกายก็ไม่เจริญเติบโตและอาจตายไปในที่สุด หรือเรียกได้ว่าหิวจนตายเพราะไม่มีอาหารเข้าสู่ร่างกาย ดังนั้นร่างกายทุกข์แล้วตั้งแต่วันแรกที่เกิดมา แม้ร่างกายเจริญเติบโตถูกหล่อเลี้ยงด้วยอาหารและน้ำแล้ว เพราะได้อาหารอย่างเพียงพอที่เป็นประโยชน์ที่รับประทานเข้าไปทางปากอยู่ทุกวันๆละ ๑-๓ เวลามื้ออาหาร หากไม่ได้รับอาหารตามที่ร่างกายต้องการก็จะเกิดอาการหิว เจ็บป่วยเป็นโรคต่างๆได้ หรือหากได้สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์หรือสิ่งที่เป็นโทษเข้าสู่ร่างกายก็จะทำให้ร่างกายเจ็บป่วยเป็นทุกข์นั่นเอง พฤติกรรมต่าง ๆ ในการใช้ชีวิตที่ไม่ถูกต้องก็เป็นสาเหตุทำให้ร่างกายเกิดการเจ็บป่วยสะสมโรคต่าง ๆ ไว้ในร่างกาย ร่างกายก็กลายเป็นรังของโรคในที่สุด ร่างกายได้อาหารไม่

เพียงพอก็ขาดอาหารเจ็บป่วย ถ้าได้มากเกินไปก็เป็นโรคอ้วน โรคไม่ติดต่อทั้งหลาย มีนักวิทยาศาสตร์ นักโภชนศาสตร์ นักกายภาพ มากมายที่ให้คำแนะนำ คำเตือนเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อนนอนหลับให้ถูกต้องตามที่ร่างกายต้องการพอดีกับการคงอยู่ได้ของร่างกาย และเป็นการป้องกันและส่งเสริมให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง แต่ก็ยังมีบุคคลอีกมากมายที่ยังใช้ชีวิตประมาทขาดการส่งเสริมและป้องกันสุขภาพ ก็จะทำให้สุขภาพร่างกายเสื่อมโทรมเป็นรังของโรคอีกด้วย อันเป็นสาเหตุแห่งทุกข์ที่เกิดจากกรรมนั่นเอง กรรมคือการกระทำ อันเป็นต้นทางของพฤติกรรมทั้งหมดของมนุษย์ กรรมดี ก็มีพฤติกรรมที่ดี พฤติกรรมที่แสดงออกมาทั้งทางกาย วาจา แต่ก่อนที่จะมีอาการแสดงออกมาเป็นการกระทำ ต้องมาจากใจคิดไตร่ตรองก่อน มนุษย์ที่ใช้ชีวิตปกติคืออยู่ในศีล ๕ ก็จะเป็นกรรมดี แต่หากขาดจากศีล ๕ ข้อใดข้อหนึ่งก็อาจเป็นกรรมชั่วได้ นำสิ่งอันเป็นสาเหตุแห่งทุกข์มาให้กับตัวเองได้ เช่น การสูบบุหรี่ การนำสิ่งเสพติด ของมึนเมาเข้าสู่ร่างกายเป็นประจำ ก็จะทำให้ร่างกายเกิดการเจ็บป่วยเป็นโรคต่างๆ ได้ในที่สุด เช่น มะเร็งปอด มะเร็งตับ โรคหัวใจและหลอดเลือด หรือแม้แต่พฤติกรรมการกิน หากกินแบบขาดสติ กินแบบตามกิเลส กินเพราะความอยากทั้ง ๆ ที่รู้ว่าเป็นอันตรายกับร่างกาย หรือไม่กินเพราะไม่อยากกินทั้ง ๆ ที่เป็นสิ่งดีมีประโยชน์กับร่างกาย ทุกข์จากการกินนี้ก็ก่อให้เกิดเป็นโรคต่าง ๆ ได้ เช่น มะเร็งตับจากกินดิบปลาน้ำจืดที่มีเกล็ด เกิดอุบัติเหตุจากดื่มสุราเมาแล้วขับรถควบคุมสติไม่ได้ ขาดสติสัมปชัญญะเป็นต้น หรือแม้แต่การพักผ่อนไม่เพียงพอบ่อย ๆ ซ้ำ ๆ ซาก ๆ เป็นประจำ จนร่างกายเครียดเซลล์ก็เสื่อมเป็นสาเหตุให้ร่างกายเจ็บป่วย จากพฤติกรรมต่าง ๆ นี้อันเป็นต้นเหตุหรือสาเหตุแห่งทุกข์นั่นเอง ที่ก่อให้เกิดการเจ็บป่วยมาสู่ร่างกายซ้ำซากจนเรื้อรังรักษาไม่หาย หมดหนทางรักษาอีกต่อไป แพทย์ให้การวินิจฉัยโรคเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้าย และเข้าสู่ระยะสุดท้ายในที่สุด ซึ่งต้องได้รับการดูแลแบบประคับประคอง มีทั้งการเตรียมร่างกายและจิตใจ สังคม ครอบครัวและสิ่งแวดล้อม และยังต้องปรับเปลี่ยนวิธีคิด ทัศนคติ ก่อนเสียชีวิต สรุปแล้วสาเหตุแห่งทุกข์ เกิดจากกรรม กรรมแปลว่าการกระทำ อันเป็นต้นทางของพฤติกรรมทั้งหมดของมนุษย์นั่นเอง(สาเหตุแห่งทุกข์เกิดจากพฤติกรรมของมนุษย์เอง)

๔.๓ ประเด็นเรื่องวิธีแก้ไขความทุกข์

วิธีการแก้ไขความทุกข์ ความทุกข์ในที่นี้คือ ความกลัวตายที่เกิดจากโรคมะเร็ง ความตายเป็นเรื่องธรรมดา แต่เพราะว่าคนเรายังหลงยึดติดอยู่กับตัวตน ยังไม่มีความพร้อมในเรื่องการฝึกฝนจิตใจให้เข้าใจความเป็นธรรมชาติของชีวิตคิดว่าตนเองยังหนุ่มยังแข็งแรง จึงใช้ชีวิตประมาท พอเจ็บป่วยด้วยโรคร้ายแรงรักษาไม่หายก็เกิดความกลัว กลัวจะพลัดพรากจากของรักของหวงที่อุตส่าห์หามาทั้งชีวิตเมื่อเจ็บป่วยจนเป็นผู้ป่วยเข้าสู่ระยะสุดท้าย ก็จะได้รับการดูแลแบบประคับประคอง ซึ่งในการดูแลแบบประคับประคองนี้เอง มีกระบวนการดูแลเป็นขั้นตอน เพื่อให้ผู้ป่วยยอมรับความเป็นจริงกับสิ่งที่กำลังเผชิญอยู่ เมื่อผู้ป่วยเข้าสู่กระบวนการการดูแลแบบประคับประคอง ซึ่งจะได้รับการดูแลประเมินทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ครอบครัวและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนทัศนคติ ความเชื่อต่างๆของผู้ป่วย แล้วมีการตอบสนองต่อความต้องการที่เป็นไปได้ ให้ผู้ป่วยไม่ต้องทุกข์ทรมานจนเกินไป มีกระบวนการ ให้การปรึกษา(counselling) เพื่อให้ผู้ป่วยรู้จักและเข้าใจสภาพตามความเป็นจริงที่กำลังเผชิญอยู่ให้ผู้ป่วยเสนอทางเลือกหรือร่วมตัดสินใจด้วยตนเอง ในเรื่องแนวทางแผนการ

รักษากับทีมดูแลรักษาของโรงพยาบาลบ้านฝาง หากผู้ป่วยยังมีสติสัมปชัญญะพูดคุยรู้เรื่อง เพื่อให้เป็นการยอมรับของผู้ป่วยเองก็จะทำให้ลดความกดดันลดความกลัวลงได้ เพราะอย่างน้อย เขาจะได้ทบทวนกับชีวิตที่ผ่านมาทำให้ปล่อยวางได้ ใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างมีคุณค่าที่สุดเช่น ต้องการทำบุญถวายทาน ไหว้พระ สวดมนต์ สะสมบุญให้ตัวเอง อโหสิกรรมให้กัน ฟังธรรมะเพื่อชำระจิตใจ ให้ผ่อนคลายสงบลง ฝึกสมาธิให้ระลึกรู้แต่สิ่งดีงามกับตัวเองฝึกมรณสติให้รู้ว่าความตายเป็นเรื่องปกติเป็นธรรมชาติ หรือประสงค์ที่จะไม่ให้แพทย์ใส่ท่อช่วยหายใจปั๊มหัวใจ เพื่อยื้อชีวิต เพื่อฟื้นคืนชีพ ก็สามารถทำได้ พร้อมลงลายมือชื่อไว้ในเอกสารของโรงพยาบาลไว้เป็นหลักฐานด้วย ขอตายอย่างธรรมชาติ ผู้ป่วยสามารถเลือกได้ว่าจะตายที่บ้านหรือที่โรงพยาบาล เพราะตายที่บ้านก็ยังมีทีมดูแลในชุมชน(Care giver) ที่ได้รับการฝึกอบรมจากทางโรงพยาบาลเข้าไปดูแลช่วยเหลือทุก ๆ ด้าน บ้านเป็นเหมือนห้อง ICU.(Intensive Care Unit) หรือจะเรียกได้ว่าเป็น IHC. (Intensive Home Care) ได้อยู่ใกล้ชิดกับครอบครัว อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่คุ้นเคยในวาระสุดท้ายของชีวิต

๔.๔ ประเด็นเรื่องดับทุกข์ระยะสุดท้าย

การดับทุกข์ของผู้ป่วยระยะสุดท้าย เป็นการช่วยเหลือบรรเทาทุกข์ให้กับผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามระดับ ซึ่งผู้ป่วยระยะสุดท้ายจะแบ่งออกเป็น ๓ ระดับตามความสามารถในการดำรงชีวิตประจำวัน ตามแบบประเมินผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคองซึ่งมีตั้งแต่ระดับที่ ๑ ผู้ป่วยใช้ชีวิตได้ปกติ อาการของโรคคงที่ รับประทานอาหารได้ปกติ รู้สึกตัวดี ช่วยเหลือตัวเองได้คิดเป็นร้อยละ ๗๐-๑๐๐ ระยะนี้ทีมสหวิชาชีพที่ดูแลผู้ป่วยให้การดูแลประเมินด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และด้านสังคม สิ่งแวดล้อม ประเมินญาติผู้ดูแลผู้ป่วย สัปดาห์ละ ๑ ครั้ง ให้การดูแลในการเตรียมตัวก่อนตายเพื่อเข้าสู่ภาวะการปล่อยวางทางกายภาพ การทำบุญถวายทานไหว้พระ สวดมนต์ ฟังธรรม สะสมบุญเสริมพลังให้จิตใจเข้มแข็งและการทำสมาธิมรณสติ ทบทวนการไม่ยื้อชีวิต การไม่ใส่ท่อช่วยหายใจเพื่อช่วยฟื้นคืนชีพ การขอขมากรรม การอโหสิกรรม การกระทำสิ่งที่ยังค้างคาใจ คลายปมในใจ ให้ปลอดโปร่งโล่งเบา ระดับที่ ๒ ผู้ป่วยระยะเปลี่ยนผ่านคือ ผู้ป่วยนอนอยู่บนเตียงเป็นส่วนใหญ่ ช่วยเหลือตัวเองได้น้อยลงหรือช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ รับประทานได้น้อยลง ความรู้สึกง่วงซึม เริ่มสับสน คิดเป็นร้อยละ ๔๐-๖๐ ระยะนี้ผู้ป่วยจะมีความทุกข์ทรมานร่างกาย ปวดอวัยวะที่เป็นมะเร็งมากขึ้น อาการของโรคลุกลามมากขึ้น ต้องได้รับยาแก้ปวดชนิดรุนแรงขึ้นเพื่อบรรเทาอาการตามขั้นบันไดของความปวดและความรุนแรงของยา เพื่อให้ผู้ป่วยไม่ทุกข์ทรมาน และให้ร่างกายค่อย ๆ ปิดสวิทย์ไปเองตามธรรมชาติคือ อวัยวะค่อย ๆ หยุดทำงาน และระดับที่ ๓ ผู้ป่วยระยะท้ายของชีวิตคือผู้ป่วยนอนอยู่บนเตียงตลอดเวลา ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ รับประทานอาหารทางปากไม่ได้ ความรู้สึกง่วงซึม สับสน คิดเป็นร้อยละ ๑๐-๓๐ ระยะนี้ เป็นนาทีวิกฤตของผู้ป่วยและญาติให้อยู่ใกล้ชิดกันตลอดเวลาในสิ่งแวดล้อมที่สงบไม่มีเสียงดังอื่นรบกวน เฝ้าดูอาการใกล้ชิด สัมผัสมือ หรือร่างกายผู้ป่วยอาจพูดกระซิบข้างหูให้ผู้ป่วยได้ระลึกนึกถึงแต่สิ่งดี ๆ จนผู้ป่วยหมดลมหายใจไปอย่างสงบ ทีมสหวิชาชีพที่ดูแลผู้ป่วยให้การดูแลประเมินด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และด้านสังคม สิ่งแวดล้อม ประเมินญาติผู้ดูแลผู้ป่วยพูดคุยเรื่องการเสียชีวิต พูดคุยให้กำลังใจญาติ การจัดการศพตามประเพณีทางศาสนาความเชื่อของสังคมและชุมชนนั้น ๆ

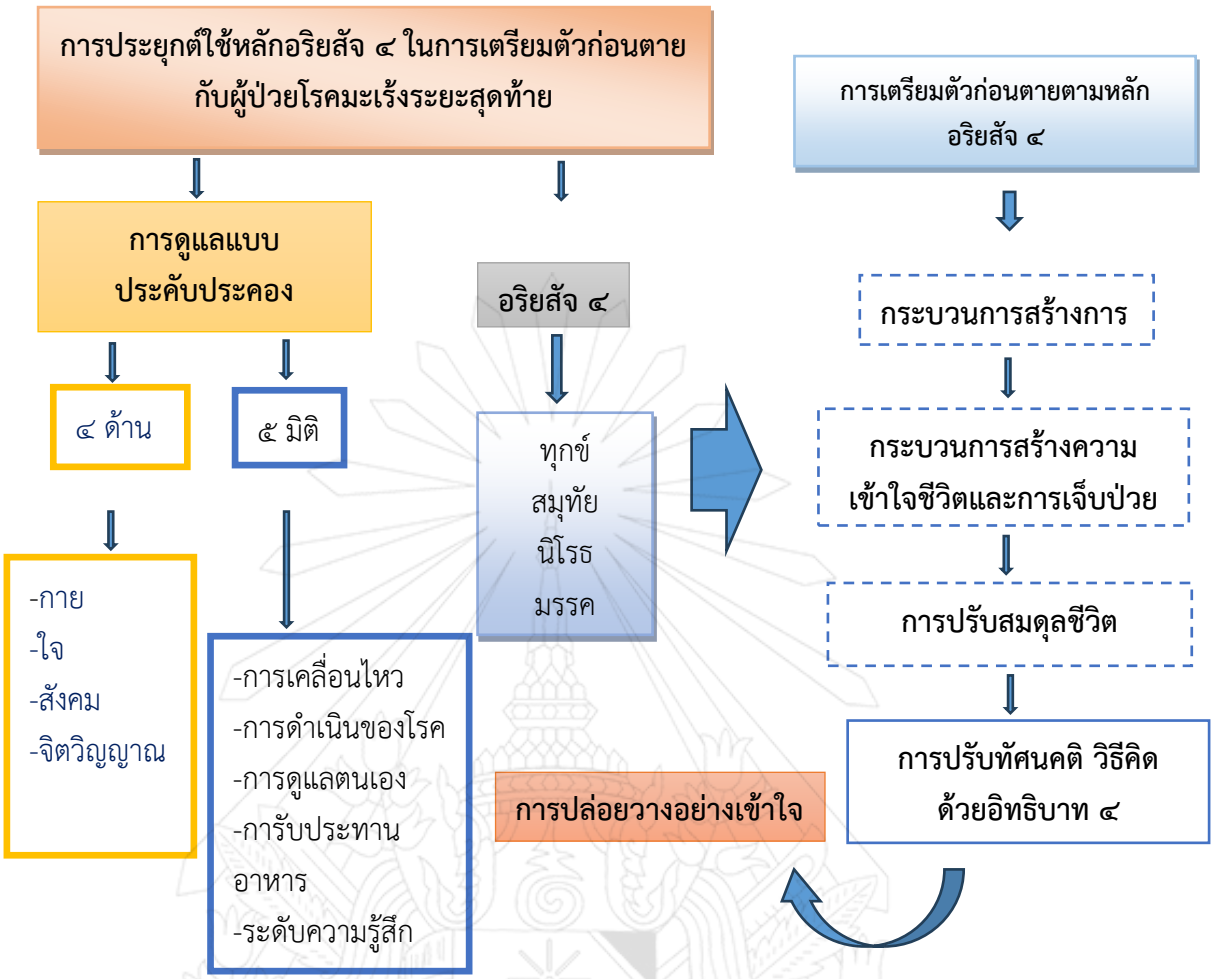
๔.๕ สรุปวิเคราะห์การเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น โดยการบูรณาการตามขั้นตอนของอริยสัจ ๔

การเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย เป็นการเตรียมที่มีบุคคลากรที่มีความรู้ความสามารถ เป็นสหวิชาชีพมีความรู้ มีทักษะ มีเป้าหมายเพื่อทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยระยะสุดท้ายดีขึ้นโดยการเข้าไปรู้สภาวะสุขภาพของผู้ป่วยทุกด้าน ทุกมิติทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม ครอบครัวและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนทัศนคติ ความเชื่อ ความศรัทธาทางจิตตวิญญาณ ทั้งนี้เพื่อเป็นการให้รู้เขารู้เราในทุกมิติ นั่นคือ การจะทำให้ผู้ป่วยมีความไว้วางใจ ยอมรับความจริง กับข้อมูลที่เป็นจริงจากทีมดูแลรักษาโดยการใช้เทคนิคผ่านกระบวนการต่าง ๆ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพมี ๔ ขั้นตอน คือ ๑) กระบวนการสร้างการยอมรับความจริง ๒) กระบวนการสร้างความเข้าใจชีวิตและความเจ็บป่วย ๓) การปรับสมดุลชีวิต ๔) การปฏิบัติการปรับเปลี่ยนความทุกข์เพื่อให้ปล่อยวางอย่างเข้าใจ ซึ่งเปรียบเทียบอริยสัจ ๔ โดยอุปมา ; ทุกข์เหมือน: ความกลัวตาย กลัวการพลัดพราก กลัวการทรมานจากการเจ็บปวด กลัวการเป็นภาระให้ครอบครัว กลัวการอยู่ร่วมกันในความคิดขัดแย้งของสังคมและสิ่งแวดล้อม สมุทัยเหมือน: โรคมะเร็งระยะสุดท้ายที่เป็นสาเหตุของความทุกข์ทรมาน นิโรธเหมือน: ความผ่อนคลาย อาการหายปวด ความสงบ ความปล่อยวาง ความหมดห่วง ปลงลง มรรคเหมือน: ยารักษาโรคและกระบวนการดูแลรักษาแบบประคับประคอง กระบวนการสร้างการยอมรับความจริง วิธีการปรับชีวิตที่เหลืออยู่ให้สมดุลด้วยหลักพุทธธรรมตามความเชื่อความศรัทธาของพุทธศาสนาเถรวาท ทำบุญ ถวายทาน ทำความดี ละความชั่วกลัวบาป ถือศีลภาวนามุ่งสู่ความสงบ ไม่อ้อนวอนผีสาง เทวดา การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ เป็นการนำเอาหัวใจสำคัญของความเข้าใจเรื่องชีวิตและความตายว่า ความตายเป็นความทุกข์ของมนุษย์ ความตายเป็นความจริงเป็นเรื่องใกล้ตัวและไม่มีใครหลีกหนีพ้นจากความตายไปได้ ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าจักต้องตาย แต่เพราะความไม่อยากตาย อยากมีชีวิตยืนยาวที่สุดเท่าที่จะทำได้ ซึ่งการที่จะเผชิญกับความตายแบบไม่กลัวกับความตายและเห็นว่าความตายเป็นจริงเป็นเรื่องธรรมดาเห็นชีวิตกับความตายเป็นเรื่องเดียวกันนั้น ต้องมีการเตรียมตัวในทุกมิติ คือร่างกาย จิตใจ สังคม ครอบครัวและสิ่งแวดล้อม และจิตวิญญาณ การเตรียมตัวตายก่อนตายของผู้ป่วยระยะสุดท้าย เพื่อให้รู้และเข้าใจชีวิตและความตายตามความเป็นจริง มีเป้าหมายเพื่อให้วาระสุดท้ายของชีวิตมีคุณภาพที่ดีขึ้น การเตรียมตัวก่อนตาย จึงเป็นเรื่องสำคัญเพราะการรู้เท่าทันความตาย ก็เหมือนกับการรู้เท่าทันทุกข์ ซึ่งเป็นทักษะชีวิตพื้นฐานที่จำเป็น ตามหลักอริยสัจ ๔ อันธรรมเป็นเครื่องดับทุกข์ การประยุกต์ใช้อริยสัจ 4 ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง เป็นการเข้าไปรู้ถึงความทุกข์ในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านสังคม ครอบครัวและสิ่งแวดล้อม และด้านจิตวิญญาณ เป็นการแก้ปัญหา ๔ ขั้นตอนตามหลักของอริยสัจ ๔ เพื่อให้ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายได้มีชีวิตที่เหลืออยู่อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความพร้อมในการตายและจากไปอย่างสงบ สามารถสรุปเป็นตารางได้ดังตารางที่ ๔.๑ และภาพที่ ๔.๑

ตารางที่ ๔.๑ การเตรียมตัวก่อนตายตามหลักอริยสัจ ๔

กระบวนการดูแลแบบประคับประคอง	บูรณาการอริยสัจ ๔	ผลลัพธ์
๑.กระบวนการสร้างการยอมรับความจริง โดยการประเมิน ๔ ด้าน ๕ มิติ คือ **๔ ด้าน ดังนี้** ๑. ด้านร่างกาย ๒. ด้านจิตใจ ๓.ด้านครอบครัว สังคม และสิ่งแวดล้อม ๔. ด้านจิตวิญญาณ **๕ มิติ มีดังนี้** ๑. การเคลื่อนไหว ๒. การทำกิจกรรมและการดำเนินของโรค ๓. การดูแลตนเอง ๔.การรับประทานอาหาร ๕. ระดับความรู้สึก	**๑.ขั้นทุกข์** (ขั้นกำหนดรู้ปัญหา) เป็นการกำหนดรู้ของทุกข์ทั้ง ๑๐ ประการของขันธ์ ๕ โดยทีมดูแลรักษาเข้าไปทำความกระจ่างเกี่ยวกับปัญหาการดำเนินของโรค การพยากรณ์โรค การแจ้งข่าวร้ายว่า การเป็นโรคมะเร็งระยะสุดท้ายมีปัญหาคุกคามร่างกาย รักษาไม่หาย เป็นสิ่งที่ผู้ป่วยต้องรู้ตามความเป็นจริงที่อยู่กับตัวและใกล้ตัว	**๑. รู้ความจริงของการเจ็บป่วย** ผู้ป่วยและครอบครัวได้รับรู้ตามความเป็นจริงตามหลักฐานที่ทีมดูแลรักษาให้ข้อมูลที่เป็นจริง ตามมาตรฐานการรักษาของแพทย์แผนปัจจุบันที่เป็นจริง
๒. กระบวนการสร้างความเข้าใจชีวิตและการเจ็บป่วย ด้วยเทคนิคการให้การปรึกษา(Counselling), การประชุมครอบครัว (Family meeting), การดูแลรักษาตามอาการ (Support Treatment)	**๒. ขั้นสมุทัย** (ขั้นวิเคราะห์หาสาเหตุ) เป็นการวิเคราะห์สาเหตุของความทุกข์ที่ได้จากการประเมิน ๔ ด้าน ใน ๕ มิติ	**๒. ทราบสาเหตุที่แท้จริง** ทีมดูแลรักษาได้ทราบข้อมูลที่เป็นสาเหตุของความทุกข์ทรมานทุกด้านทุกมิติ ผู้ป่วยและครอบครัวได้รู้สาเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์ความทรมานทั้งหลาย
๓. ปรับสมดุลชีวิต ให้ชีวิตที่เหลืออยู่มีคุณค่าให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นโดยการให้ผู้ป่วย มีสิทธิ์ ในการเลือกการรักษา ภายใต้กรอบการดูแล แบบประคับประคองโดยให้การดูแล ตามอาการ เน้นความสุขสบาย ให้ยาบรรเทาปวด ไม่มีเครื่องยึดโยงพันธการกับร่างกายโดยไม่จำเป็นเช่น ไม่ปั๊ม	**๓. ขั้นนิโรธ** (ขั้นต้องการดับทุกข์) เป็นการกำหนดวัตถุประสงค์ในการร่วมกันหาทางออกของปัญหาให้คุณภาพชีวิตที่เหลืออยู่ดีขึ้นด้วยการไม่ยื้อชีวิตให้เกิดความทุกข์ทรมานโดยไม่จำเป็น	**๓. มีแนวทางปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหาตามสาเหตุ** โดยทีมดูแลรักษากับผู้ป่วยร่วมกัน หาทางออกของปัญหา กำหนดวิธีปฏิบัติให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับผู้ป่วยโดยให้ผู้ป่วยตัดสินใจเองหรือญาติใกล้ชิดที่ผู้ป่วยไว้วางใจ

กระบวนการดูแลแบบประคับประคอง	บูรณาการอริยสัจ ๔	ผลลัพธ์
หัวใจ ไม่ใส่ท่อช่วยหายใจ เลือกกลับบ้านไปอยู่กับครอบครัวสังคมและสิ่งแวดล้อม ที่คุ้นเคยที่อบอุ่น สะสางสิ่งต่าง ๆ ที่ยังคั่งค้างคาใจ		
๔. ปฏิบัติการปรับเปลี่ยนความทุกข์ โดยการดูแลด้วยความพอใจและเต็มใจ ดูแลอย่างต่อเนื่อง เอาใจใส่ต่อปฏิกิริยาของผู้ป่วย เปลี่ยนความกลัวต่าง ๆ วิธีคิด ทัศนคติให้เป็นอยู่อย่างธรรมชาติ ตามกฎของไตรลักษณ์ เข้าใจชีวิตกับความตาย ตามหลักอิทัปปัจจยตา ส่งเสริม การทำบุญ ถวายทาน ไหว้พระสวดมนต์ การละทำชั่ว กลัวทำบาป อโหสิกรรม จัดการสิ่งค้างคาใจ การทำสมาธิ ให้จิตสงบ ระลึกรู้แต่สิ่งดีงาม มรณสติให้ระลึกถึง ความตายเป็นเรื่องปกติของชีวิต	**๔.ขั้นมรรค** (ขั้นดับทุกข์) เป็นขั้นตอนปฏิบัติเพื่อการดับทุกข์ โดยกำหนดวิธีแก้ปัญหาให้สอดคล้องกับสาเหตุของปัญหาแต่ละบุคคล โดยการเอาหลักพุทธธรรมนำการดูแลตามอาการหรือสภาวะของแต่ละบุคคล เช่น หลักอิทธิบาท ๔ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา หลักพรหมวิหาร ๔ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา	**๔. ปล่อยวางอย่างเข้าใจ** โดยใช้หลักพรหมวิหาร ๔ ทีมดูแลรักษาให้การดูแลด้วยความมีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ผู้ป่วยได้ใช้ชีวิตที่เหลืออยู่ด้วยความเข้าใจชีวิตและความตาย พร้อม ปล่อยวาง และจากไปอย่างสงบ



ภาพที่ ๔.๑ การเตรียมตัวก่อนตายตามหลักอริยสัจ ๔

บทที่ ๕
บทสรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายโรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น เป็นการศึกษาเฉพาะกรณี โดยมีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษาการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น ๒) เพื่อศึกษาหลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาท และ ๓) เพื่อประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น เป็นการใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ที่เน้นการวิจัยทางเอกสาร (Document Research) โดยมีขั้นตอนการปฏิบัติ จากการรวบรวมข้อมูลเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary sources) เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary sources) และเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องศึกษาและเรียบเรียงข้อมูล

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาพบว่า ๑) การเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น เป็นการเตรียมผู้ป่วยที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ให้เป็นผู้ป่วยระยะสุดท้าย เตรียมความพร้อมผู้ป่วยเพื่อให้ยอมรับความจริงกับความทุกข์ที่กำลังเผชิญอยู่ โดยการเข้าสู่การดูแลแบบประคับประคอง ซึ่งมีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถผ่านการอบรมการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายทำเป็นสหวิชาชีพ เป็นการเข้าไปรู้สภาวะต่าง ๆ ของผู้ป่วยโดยให้ผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง ในการตัดสินใจแล้วร่วมกันวางแผนการดูแลไปด้วยกัน ในการตัดสินใจของผู้ป่วยต้องได้รับข้อมูลที่ตรงและเป็นจริง ซึ่งเป็นเรื่องละเอียดอ่อน เป็นการเตรียมตัวผู้ป่วยใน ๓ มิติ คือ ด้านร่างกาย โดยการเข้าใจกระบวนการรักษาแบบประคับประคอง ด้านจิตใจและจิตวิญญาณ โดยการเข้าใจกระบวนการยอมรับข้อเท็จจริงของชีวิต และ ด้านสังคม โดยการเข้าใจบริบท ซึ่งมีครอบครัวและสิ่งแวดล้อม ที่อยู่ในกระบวนการบทบาทของทีมการดูแลแบบประคับประคองของโรงพยาบาลจึงเป็นความหวังสุดท้าย ในการบรรเทาทุกข์ต่าง ๆ ๒) หลักอริยสัจ ๔ เป็นกระบวนการแก้ปัญหาดับทุกข์ที่แท้จริง ได้แก่ ทุกข์ (รู้ปัญหา) สมุทัย (รู้สาเหตุ) นิโรธ (รู้เป้าหมาย) มรรค (รู้วิธีการ) และ ๓) การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น เป็นการนำหลักอริยสัจ ๔ เข้าไปแก้ปัญหาตามขั้นตอน ขั้นที่ ๑ ขั้นทุกข์ ผู้ป่วยได้รับรู้ความจริงที่เป็นความทุกข์ที่แท้จริงของตนคือ ความกลัวตาย ขั้นที่ ๒ สาเหตุแห่งทุกข์ ผู้ป่วยได้รู้สาเหตุที่แท้จริงในความทุกข์นั้นคือ กลัวการพลัดพราก กลัวการอยู่โดดเดี่ยว กลัวความทุกข์ทรมานจากการเจ็บปวดทั้งทางกายและทางใจ ขั้นที่ ๓ นิโรธ การดับทุกข์ เมื่อความกลัวต่าง ๆ ได้รับการแก้ไข ด้วยวิธีการเยียวยาบรรเทาอาการ ทั้งกายและใจ ความทุกข์นั้นก็ดับลง ขั้นที่ ๔ มรรค วิธีการแก้ไขดับทุกข์ให้ตรงจุดในทุกข์นั้น ๆ ของผู้ป่วย โดยผ่านกระบวนการการดูแลแบบประคับประคอง ประเมินสภาวะต่าง ๆ ของผู้ป่วย โดยการประเมินทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้าน

สังคม สิ่งแวดล้อม และทางจิตวิญาณ แล้วนำหลักพุทธธรรมนำการดูแล คือ อิทธิบาท ๔ ให้การดูแลด้วยความพอใจ เต็มใจ ใส่ใจ ดูแลอย่างต่อเนื่อง โดยให้ความเอาใจใส่ต่อปฏิกิริยาของผู้ป่วย และไตร่ตรองอย่างละเอียดรอบคอบก่อนจะทำอะไรกับผู้ป่วย เอาใจเขามาใส่เรา เป็นการสร้างความอบอุ่นใจ และพรหมวิหาร ๔ โดยให้การดูแลด้วยความมีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เมื่อผู้ป่วยให้ความไว้วางใจ ก็จะมีความผ่อนคลาย มีความปลดปล่อย วางลงได้ จิตใจสงบ โดยสรุปเป็นผลทำให้ผู้ป่วยรู้มิติของชีวิตและความเจ็บป่วย เข้าใจชีวิตและยอมรับความตายได้ตามความเป็นจริง โดยวาระสุดท้ายของชีวิตมี ๔ ขั้นตอน คือ (๑) กระบวนการสร้างการยอมรับความจริง (๒) กระบวนการสร้างความเข้าใจชีวิตและการเจ็บป่วย (๓) การปรับสมดุลชีวิต และ (๔) การปล่อยวางอย่างเข้าใจ

๕.๒ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๕.๒.๑ ได้ทราบประโยชน์ที่ได้จากการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย

การเตรียมตัวนั้นเป็นการสำรวจตรวจสอบสิ่งต่าง ๆ ก่อนที่จะทำการใด ๆ เพื่อให้มีความพร้อมก่อนที่จะทำการนั้น ๆ เป็นการไม่ประมาท เป็นการป้องกันความผิดพลาด สามารถแก้ไขได้ทันเหตุการณ์ ในการดำเนินชีวิต การแก้ปัญหาเรื่องของการเตรียมตัวก่อนตายในผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายนั้นจึงประโยชน์มากมายทั้งตัวผู้ป่วยเอง ครอบครัวของผู้ป่วย และโรงพยาบาลดังนี้

๑. ผู้ป่วยมีความพร้อมในการตาย สามารถเผชิญกับความตายได้อย่างกล้าหาญ

๒. ผู้ป่วยมีความพร้อมในการจัดการทรัพย์สินมรดกไว้ล่วงหน้าโดยไม่เป็นภาระแก่ญาติ เช่น ทำพินัยกรรม หรือจัดการโอนถ่ายทรัพย์สินให้เรียบร้อยก่อนเสียชีวิต

๓. ผู้ป่วยมีศักดิ์และสิทธิ์ในร่างกายของตนเองในการเลือกรักษากับแพทย์หรือไม่ยื้อชีวิตให้ทุกข์ทรมานกับเครื่องพันธนาการต่าง ๆ โดยการเขียนบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรไว้ล่วงหน้า

๔. ผู้ป่วยสามารถเลือกสถานที่ตายไว้ล่วงหน้าได้ว่าจะตายที่โรงพยาบาลหรือที่บ้าน

๕. ผู้ป่วยไม่สิ้นเปลืองค่ารักษาพยาบาลจนสิ้นเนื้อประดาตัว โรงพยาบาลได้ใช้วัสดุอุปกรณ์อย่างคุ้มค่าไม่สิ้นเปลืองโดยไม่จำเป็น

๖. ผู้ป่วยเมื่อสิ้นลมพบทางดี สมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

๗. ชุมชน สังคม ได้ดูแลช่วยเหลือเกื้อกูลกัน แม้ผู้ป่วยที่ไม่มีญาติก็ได้รับการดูแลจาก Care giver ของชุมชน

๕.๒.๒ ได้ทราบหลักอริยสัจ ๔ ในพุทธศาสนาเถรวาทในฐานะการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย

ผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายตามหลักพุทธศาสนานั้น คือ เป็นทุกข์ของขันธ์ ๕ เป็นความทุกข์ประเภทหนึ่งในความทุกข์ ๑๐ ประเภท ที่เกิดขึ้นกับเราอยู่ทุกวัน ทุกเวลา จะหลีกหนีไม่พ้น โรคมะเร็งเป็นพยาธิทุกข์คือ ทุกข์เพราะโรคต่าง ๆ (ทุกข์ ๑๐ ประเภท:- ๑ สภาวทุกข์ ทุกข์ประจำสังขาร คือเกิด แก่ เจ็บ และตาย ๒ ปกิณณกทุกข์ ทุกข์จรคือ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาสะ ๓ นิพัทธทุกข์ ทุกข์เนืองนิตย์คือ หนาว ร้อน หิว กระหาย ปวดอุจจาระ ปัสสาวะ ๔ พยาธิทุกข์ ทุกข์เพราะโรคต่าง ๆ ๕ สันตาปทุกข์ ทุกข์เกิดจากกิเลส คือ โลภ โกรธ และหลง ๖ วิปากทุกข์ ทุกข์เกิดจากกรรมเก่ามาให้ผล ๗ สหคตทุกข์ ทุกข์เกิดจากโลกธรรม๘, ๘ อาหารปริเยฏฐทุกข์ ทุกข์เกิดจากการหาอาหาร ๙ วิวาทมูลกทุกข์ ทุกข์เกิดจากการทะเลาะวิวาท และ๑๐ ทุกขขันธ์ ทุกข์รวบยอด

คือความยึดมั่นในขันธ์ ๕) ร่างกายเป็นเหมือนรังของโรค เมื่อผู้ป่วยเป็นโรคมะเร็ง ร่างกายผู้ป่วยจึงเป็นรังของโรค เป็นทุกข์ประจำสังขาร ซึ่งเมื่อเกิดเป็นโรคมะเร็ง ก็เจ็บป่วย ต้องการรักษาให้หาย แต่รักษายังไงก็ไม่หาย จนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต สุดท้ายก็ต้องตาย มนุษย์ผู้ยึดติดในขันธ์ ๕ ยังมีตัณหา มีกิเลส กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา ย่อมแสวงหาวิธีที่จะทำให้ร่างกายอยู่ยืนนานที่สุด เพราะอยากมีชีวิตอยู่ ยังไม่อยากตาย แม้เจ็บป่วยด้วยโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ตั้งแต่ยุคดึกดำบรรพ์จนถึงยุคปัจจุบัน มนุษย์ก็ต้องการอยู่รอดมาตลอด จึงมีการพัฒนาวิทยาศาสตร์ด้านต่าง ๆ อยู่เรื่อย ๆ และมากขึ้นเรื่อย ๆ เพื่อความอยู่รอดของชีวิต กระทั่งปัจจุบันก็มีเครื่องมือต่าง ๆ ทางการแพทย์ที่เข้ามามีบทบาทในการช่วยเหลือ เพื่อยืดอายุ ชีวิตของมนุษย์ให้ยืนยาวขึ้นเช่น เครื่องช่วยหายใจเข้ามาทำหน้าที่แทนปอดที่ทำงานบกพร่อง เครื่องกระตุ้นหัวใจเข้ามาทำหน้าที่แทนหัวใจที่ทำหน้าที่บกพร่อง แต่ถึงอย่างไร ร่างกายมนุษย์ก็ไม่สามารถจะอยู่อย่างนั้นได้ตลอดไป เพราะความเสื่อมสลายย่อมเกิดขึ้นตลอดเวลาเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ แต่เพราะมนุษย์ผู้ยังไม่รู้จักอริยสัจ ๔ ยังหลงยึดอยู่กับร่างกายที่มีแต่ความเสื่อมสลายลงทุกวัน ไม่ยอมปล่อยให้เป็นไปตามธรรมชาติ ตามกฎปฏิจจสมุปบาท สายเกิด สายดับ ตามธรรมชาติ แต่ก็พยายามจะเอาชนะธรรมชาติทุกวิถีทาง แม้ว่าจะเจ็บป่วยเป็นโรคร้ายแรงรักษาไม่หายจนกระทั่งถึงระยะสุดท้ายแล้ว ยังหาวิธีที่จะอยู่ต่อด้วยความทุกข์ทรมานกับเครื่องมือที่แพทย์ใส่เข้าไปในร่างกายเพียงเพื่อยื้อชีวิต จนบางครั้งเจ้าของร่างกายไม่มีสิทธิ์เพราะความยึดโยงจากความรักของญาติพี่น้อง พ่อ แม่ ปู่ย่า ตายาย ยังไม่อยากให้จากไปหรือแม้ตัวผู้ป่วยเองก็กลัวกับความตายเสียเอง กลัวความเจ็บปวดทรมาน กลัวการพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่หวงแหน กลัวไม่ได้อยู่บ้านที่พึ่งสร้างเสร็จ ฯลฯ สารพัดของความกลัว เมื่อรู้จักอริยสัจ ๔ คือ รู้จักทุกข์ของตัวเอง รู้จักสาเหตุที่แท้จริงที่ทำให้เกิดทุกข์ ก็จะแสวงหาทางแก้ไขบรรเทาทุกข์นั้น ๆ หรือดับทุกข์นั้น ๆ ด้วยตนเอง ในที่นี้เปรียบทุกข์ เหมือน ความกลัวตาย กลัวการพลัดพราก, สมุทัย เหมือน โรคมะเร็งระยะสุดท้าย, นิโรธ เหมือน การปล่อยวางอย่างเข้าใจ, มรรค เหมือน พุทธธรรมนำการดูแลแบบประคับประคอง เมื่อมีการเอาพุทธธรรมนำการดูแลแบบประคับประคองในผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย เป็นการทำให้ยอมรับความตายได้และเผชิญกับความตายได้อย่างทรนง กล้าหาญ เป็นวิธีการช่วยทำให้จิตสงบเพื่อให้ไปสู่สุคติภูมิโดยไม่มีความทุกข์ทรมาน ทุรนทุราย โดยไม่ได้เลือกว่าจะเป็นสถานที่ใด ป่วยด้วยโรคอะไร จะเป็นคนป่วยธรรมดาหรือคนป่วยระยะสุดท้าย เนื่องจากผู้ป่วยล้วนมีความกลัวกันทั้งสิ้น เมื่อกลัวแล้วก็มักจะโกรธ ในสิ่งที่ผ่านมาในอดีต ในการกระทำของตนที่ผ่านมาแล้วหวนกลับไปแก้ไขไม่ได้ ทำให้จิตใจไม่สงบ กระวนกระวาย โทษสิ่งต่าง ๆ นานา เช่น โทษเวรกรรมของตน โทษสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ มักจะปฏิเสธและยึดติดอยู่กับความสุข ความทุกข์ ความพยาบาท ความโกรธแค้นให้ตัวเอง ไม่รู้ดีรู้ชั่ว ไม่มีสติ หากไม่เคยฝึกสติ หรือเจริญสติ ภาวนาจิตใจมาก่อน ซึ่งการที่จะช่วยให้ความเจ็บปวด ทุกข์กาย ทุกข์ใจลดลง จะต้องทำให้เกิดความศรัทธาในตัวเอง ศรัทธาในพระพุทธเจ้า ศรัทธาคำสอนของพุทธศาสนา เรามีเกิด มีเจ็บป่วย มีความเสื่อมสลาย มีความตายเป็นธรรมดา ทำให้น้อมใจนึกถึงพระ ละทุกสิ่ง น้อมใจนึกถึง คุณงามความดีของตนช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ช่วยให้คลายปมสิ่งที่ค้างคาใจ ทำให้เห็นถึงความรักความอบอุ่น ความห่วงใย ความอ่อนโยนการสัมผัสที่นุ่มนวลของญาติ พ่อ แม่ ลูก หลาน สามี ภรรยาเพื่อให้ใจมีความสงบ ลดความเจ็บปวดลง อดทนต่อความเจ็บปวดได้ นั่นคือการทำให้ใจสงบก่อนตาย อาการเจ็บปวดทุรนทุรายทางกายก็จะสงบตาม

๕.๒.๓ ประโยชน์จากการประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น

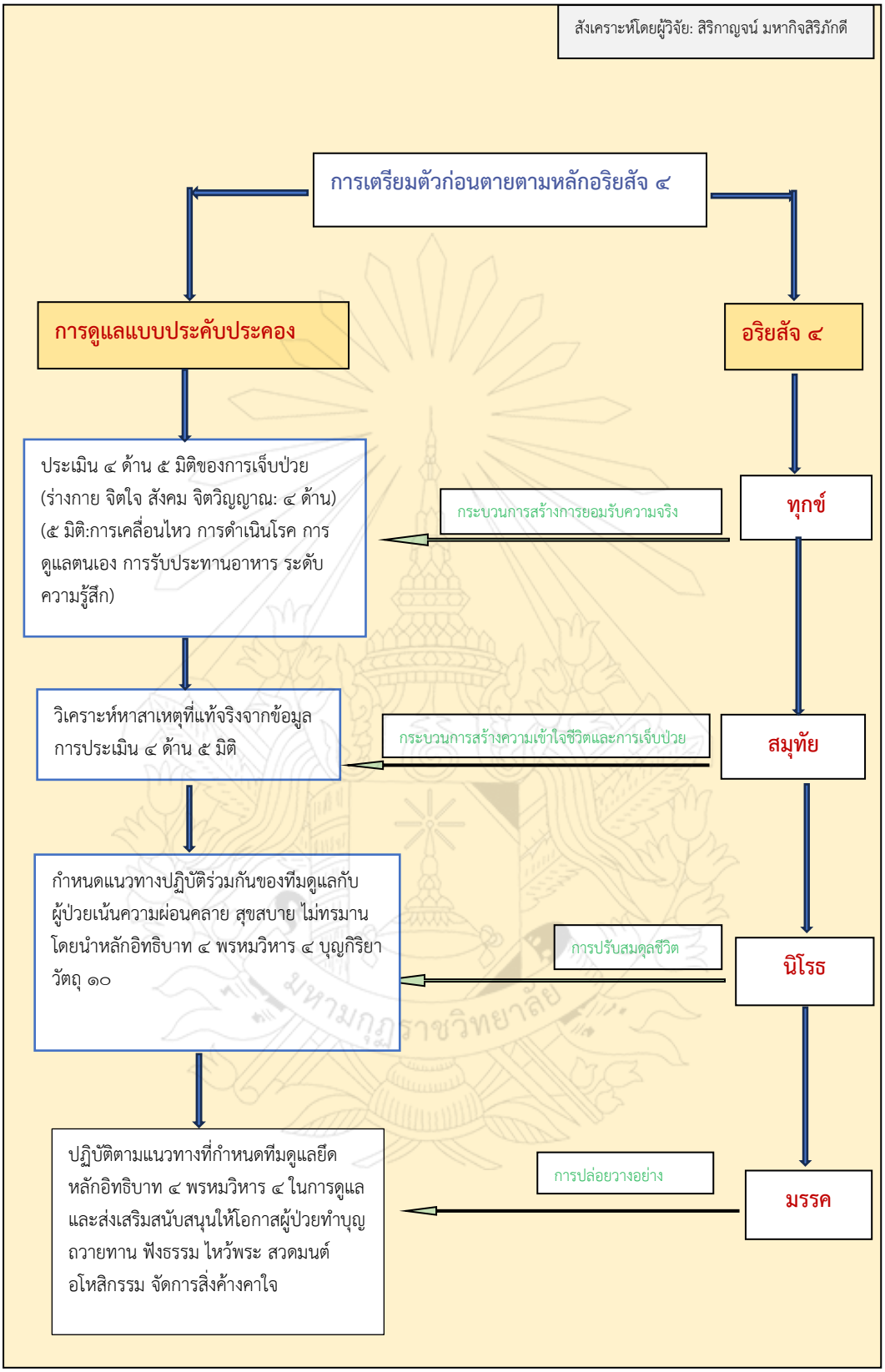
๑. ได้กระบวนการสร้างการยอมรับความจริง

๒. ได้กระบวนการสร้างสุขตามเหตุผลโดยการชีวิตและความสร้างความเข้าใจตาย

๓. ได้กระบวนการปรับสมดุลชีวิตโดยการเอาพุทธธรรมนำการดูแล

๔. ได้กระบวนการปล่อยวางอย่างเข้าใจ

คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยระยะสุดท้าย ซึ่งมีเวลาอยู่ไม่มากทางรอดเพื่อการตายดี เพื่อให้ชีวิตที่เหลืออยู่มีคุณค่า สิ่งที่ทำได้ คือ Pallaitive care เมื่อเข้าสู่กระบวนการดูแลแบบประคับประคอง โดยการบูรณาการขั้นตอนอริยสัจ ๔ เข้ามาช่วยความชัดเจนในการเอาหลักพุทธธรรมนำการดูแล ทำให้ชีวิตที่เหลืออยู่มีความหมายมากขึ้นเพราะเป็นช่วงเวลาสั้น ๆ ในขณะที่ยังมีสติสัมปชัญญะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ได้เป็นเวลาที่พร้อมจะได้รับการโอบกอดด้วยความรู้สึกที่อบอุ่นของบุคคลที่รักและห่วงใย เป็นเวลาที่ได้สารภาพความในใจที่คั่งค้างมาทั้งหมดตลอดชีวิตที่ผ่านมา เป็นเวลาที่ยอมรับเอาพุทธธรรมน้อมนำเข้ามาสู่จิตใจหวังเพื่อการเปลี่ยนภพไปสู่ภพภูมิที่ดีที่สูงขึ้น เป็นช่วงเวลาที่พ้นจากเครื่องพันธนาการอันเป็นสิ่งลดทอนคุณค่าของชีวิตที่ต้องฝากไว้กับการตัดสินใจของผู้ประกอบวิชาชีพในการดูแลสุขภาพประชาชนตามกฎหมายวิชาชีพ เป็นเวลาชุมนุมของคนรักกันที่จะมาแสดงออกต่อกันเป็นครั้งสุดท้าย เป็นช่วงเวลาที่เปลี่ยนความโศกเศร้าจากการสูญเสียเป็นความเข้มแข็งพร้อมที่จะไปต่อด้วยจิตใจที่มีพลังและวางร่างกายอันผุพังลง เหมือนกำลังจะย้ายจากบ้านหลังเก่าไปอยู่บ้านหลังใหม่ที่ใหญ่กว่าให้ความสุขมากกว่าจึงไม่เสียดายและจากไปอย่างสงบ ดังสรุปการประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น ดังนี้



ภาพที่ ๕.๑ สรุปการเตรียมตัวก่อนตายตามหลักอริยสัจ ๔

๕.๓ ข้อเสนอแนะจากดำเนินการวิจัย

จากการศึกษาเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายของผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น” ผู้วิจัยพบว่ายังมีบางกรณีที่น่าสนใจ จึงได้เสนอแนะไว้ทั้งเชิงนโยบายและเพื่อการทำวิจัยในประเด็นดังต่อไปนี้

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ความตายเป็นของทุกคน มีความเสมอภาคกัน ทุกคนมีสิทธิ์ตายดีตายอย่างสมศักดิ์ศรีหากมีการส่งเสริมในการให้ความรู้เรื่องความตาย เป็นเรื่องธรรมชาติ เป็นเรื่องใกล้ตัว เปลี่ยนแนวคิดดั้งเดิมเมื่อการพูดถึงความตายนั้นเป็นเรื่องไม่ดี เป็นเรื่องอัปมงคล เป็นการแช่ง ให้ปรับแนวคิดรณรงค์อย่างจริงจังเหมือนการรณรงค์เรื่องการดูแลสุขภาพทำอย่างไรสุขภาพจะแข็งแรง ให้ประชาชนเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ให้มีความตระหนักรู้ว่าทำอย่างไรเมื่อถึงเวลาความตายมาถึงจะเผชิญกับความตายได้อย่างไม่ทุกข์ทรมาน มีการวางแผนสำหรับการตายไว้ เหมือนกับการวางแผนครอบครัว ทำเป็นนโยบายมีหน่วยงานดูแลรับผิดชอบที่ชัดเจน ทั้งภาครัฐและภาคเอกชน เมื่อพูดถึงความตายให้เป็นวิถีชีวิตที่ปกติ แม้ว่าในอดีตจนถึงปัจจุบันจะมีการอบรมมากมายหลากหลายหลักสูตรในเรื่องการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายและ ปฏิบัติเพื่อการตายดี แต่ก็ยังดูเหมือนว่า ยังเป็นเรื่องปัจเจก ต้องเตรียมตัวก่อนตายเมื่ออายุมากแก่ชรา เมื่อเจ็บป่วยใกล้ตายเท่านั้น ทั้ง ๆ ที่เราสามารถวางแผนการตายได้โดยไม่ต้องรอให้แก่ชราหรือเจ็บป่วยโรคเรื้อรัง และอาจจะเป็นการทำให้สังคมน่าอยู่ขึ้น ไม่เห็นแก่วัตถุนิยมมากเกินไป สังคมจะไม่พยายามเอาชนะธรรมชาติจนเสียสมดุล สังคมจะมีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลกันมากขึ้น ถ้าเราสามารถทำจนเป็นวัฒนธรรม คนไทยทุกครอบครัว ทุกคนมีการวางแผนการตาย บรรจุเป็นหลักสูตรให้มีการเรียนรู้อยู่กับความตายเหมือนความตายเป็นเพื่อนสนิท สังคมก็จะเข้าสู่เป็นสังคมแห่งความตายดี สมศักดิ์ศรีที่เกิดมาเป็นมนุษย์

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเชิงการวิจัย

๑. ควรมีการศึกษาวิเคราะห์การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายว่าสามารถดำเนินการ มีความเป็นไปได้หรือไม่ อย่างไร เช่น การดูแบบประคับประคองมีการยุติการรักษาผู้ป่วยระยะสุดท้าย ทีมผู้ดูแลรักษายังต้องการยื้อชีวิต ผู้ป่วยมีสิทธิ์ในร่างกาย ทีมดูแลรักษาใช้หลักพุทธธรรมนำการดูแล

๒. ควรมีศึกษาถึงผลกระทบจากการประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย ที่อาจเกิดขึ้นระหว่างทีมผู้ดูแลรักษากับผู้ป่วยในกรณีความเชื่อ ความมีอคติ

๓. ควรมีการศึกษาถึงผลสัมฤทธิ์ของการประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายว่ามีการตายเป็นอย่างไร

ข้อสังเกตุ:- ได้มุมมองของสหวิชาชีพต่อการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย การดูแลรักษาผู้ป่วยเป็นบทบาทของแพทย์เป็นหลักในการวางแผนการรักษาและร่วมกับวิชาชีพอื่น ๆ ซึ่งแพทย์ยังแยกออกเป็นวิชาชีพเฉพาะทางมีหลากมากมายหลากหลายด้าน ทั้งเชี่ยวชาญเฉพาะทางร่างกายแต่ละระบบ แต่ละอวัยวะ เช่น แพทย์เชี่ยวชาญระบบโรคทรวงอก แพทย์เชี่ยวชาญโรคระบบทางเดินอาหาร แพทย์เชี่ยวชาญระบบประสาทและสมอง แพทย์เชี่ยวชาญระบบต่อมไร้ท่อ แพทย์เชี่ยวชาญโรคติดเชื้อ ฯลฯ...เมื่อบุคคลเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ แพทย์ทั่วไปให้การักษาทั่วไปตามอาการแต่เมื่อใดที่มีอาการรุนแรงขึ้นรักษาตามอาการไม่หายก็จะเป็นหน้าที่ของแพทย์เชี่ยวชาญด้านนั้น ๆ ต่อไป เมื่อ

แพทย์เชี่ยวชาญเฉพาะโรคเฉพาะทางรักษาแล้วไม่หาย สุดท้ายก็เข้าสู่การวินิจฉัยโรคหมดหนทางรักษาไม่มีการค้นหาเพื่อวิเคราะห์โรค การวินิจฉัยโรคอีกต่อไป มีแต่ดูแลแบบประคับประคอง แต่กว่าจะมาสู่กระบวนการการดูแลระยะสุดท้ายแบบประคับประคองก็ต่อสู้กันจนถึงที่สุด ยื้อชีวิตผู้ป่วยจนถึงที่สุดเพราะเป้าหมายของแพทย์จะให้การดูแลชีวิตผู้ป่วยทุกวิถีทางที่จะทำให้หายจากโรค หรือทุเลาเบาบางเพราะหน้าที่แพทย์คือให้การรักษาโรค ๔ มิติ (รักษา ส่งเสริม ป้องกันและฟื้นฟู) กับบุคคล ในปัจจุบันมีแพทย์เฉพาะทางเชี่ยวชาญด้านการเวชศาสตร์ครอบครัว(Family Medicine) ซึ่งเป็นแพทย์อยู่ประจำคลินิกโรคทั่วไป มีความเชี่ยวชาญและความรู้เฉพาะในทางด้านการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมซึ่งรวมถึงการดูแบบประคับประคอง นับว่าเป็นความก้าวหน้าของวิทยาศาสตร์สุขภาพแขนงใหม่ ที่มีการบูรณาการการดูแลบุคคลทั้งคน ซึ่งบุคคลนี้มีครอบครัว มีสังคมชุมชน มีสิ่งแวดล้อมในการดูแลบุคคลเมื่อเจ็บป่วยก็จะคำนึงถึงว่าครอบครัว สังคม ชุมชน สิ่งแวดล้อมของเขาว่าเป็นอย่างไร เพื่อที่จะดูแลแบบบูรณาการทุกภาคส่วนแบบมีส่วนร่วมในการตัดสินใจดูแลผู้ป่วยไปด้วยกันบนพื้นฐานตามกฎหมายวิชาชีพ และทำงานร่วมกันกับเภสัชกรในการบริหารยา สั่งใช้ยา ปรับขนาดยาให้เหมาะสมกับอาการของผู้ป่วย ทำงานร่วมกับพยาบาลเพื่อการติดตามอาการและการรักษาเป็นไปตามแผนการรักษาให้เป็นไปตามธรรมชาติที่สุด ตลอดจนติดตามเยี่ยมดูแลถึงที่บ้านเมื่อ ผู้ป่วยตัดสินใจเลือกเสียชีวิตที่บ้าน เป็น Intensive Home Care (IHC) และยังมี Care giver ในชุมชน เรียกได้ว่าดูแลกันจนลมหายใจสุดท้าย

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ข้อมูลปฐมภูมิ

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม. *เล่มที่ ๑, ๒, ๔, ๙, ๑๐, ๑๑, ๑๒, ๑๓, ๑๔, ๑๕, ๑๖, ๑๗, ๑๘, ๑๙, ๒๐, ๒๑, ๒๒, ๒๕, ๒๖, ๒๘, ๓๔, ๓๕, ๔๐*, ๖๘. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย. ๒๕๓๔.

ข้อมูลทุติยภูมิ

๑) หนังสือทั่วไป

คณะอนุกรรมการพัฒนาการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ เครือข่ายชาวพุทธเพื่อพระพุทธศาสนาและสังคมไทย. ๒๕๔๗.

คณะกรรมการแผนกตำรามหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์. *อภิธัมมัตถสังคหบาลีและอภิธัมมัตถวิภาวินีฎีกา*.

ชญา ศิริธัญภร. *คู่มือตายดี*.

แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย. กรมการแพทย์.กระทรวงสาธารณสุข. ๒๕๕๗.

บุษยามาส ชีวสกุลยง. *แบบประเมินระดับการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง ฉบับสวนดอก*. โรงพยาบาลนครเชียงใหม่. เชียงใหม่.

ปัญญา ใชบางยาง. *ชีวิตใกล้ชิดความตาย*

พุทธทาสภิกขุ. *คู่มือดับทุกข์ฉบับสมบูรณ์*. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา. ๒๕๐๓.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ ๑๑). กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์. พริ้นติ้งแมส โปรดักส์จำกัด. ๒๕๕๑.

พระพรหมคุณาภรณ (ป.อ. ปยุตฺ โต). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท*. (พิมพครั้งที่ ๙). กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก. ๒๕๕๘.

พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺโต). *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*. (พิมพครั้งที่ ๙). กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๕๘.

พระพรหมคุณาภรณ (ปอ. ปยุตฺ โต). *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ*. (พิมพครั้งที่ ๖). กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๕๘.

พระพรหมคุณาภรณ (ป.อ. ปยุตฺ โต). *พจนานกุรมยุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท*. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๕๘.

พระมหาบุญมี มาลาวชิโร.*พระพุทธศาสนากับความตาย.* กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพดอกหญา. ๒๕๔๘.

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. *ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธรรมมัตถสังคหฎีกา ปริจเฉทที่ ๔*. (พิมพ์ครั้งที่ ๗). กรุงเทพมหานนคร: หจก.ทิพยวสุิทธิ์. ๒๕๔๗.

ราชบัณฑิตยสถาน. *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒*. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส. ๒๕๔๖.

ราชบัณฑิตยสถาน. *พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน.* กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊ค. 2534.

วิฑูรย์ อึ้งประพันธ์. *การตายอย่างมีศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์,* เอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการเรื่อง *"การให้ผู้ป่วยที่สิ้นหวังตายอย่างสงบ :* ร่วมสานแนวคิดสู่วิธีปฏิบัติ". จัดโดยแพทยสภาร่วมกับกองทุนศาสตราจารย์จิตติ ติงศภัทิย์ คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (๓๑ มีนาคม ๒๕๔๔)

วิภารัตน์ นิยมไทย. *การตายทางแพทย์หรือสมองตายกับข้อควรพิจารณาทางกฎหมาย*. จุลนิติ ก.ค.-ส.ค.๒๕๕๖. นิติกร สำนักกฎหมาย. ๒๕๕๖.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. *วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๒ ตอน ๑.* (พิมพ์ครั้งที่ ๘). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ มหามกุฏราชวิทยาลัย. ๒๕๔๐.

ศรีเวียง ไพโรจน์กุล*เอกสารการอบรมวิชาการ Basic Palliative Care for Nurses*: หน่วยการุณรักษ์ โรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ๒๕๕๕.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). *อริยวังสปฏิปทา*. กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาสนไทย. ๒๕๕๔.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ปอ.ปยุตฺโต). *พุทธธรรมฉบับปรับขยาย*. (พิมพ์ครั้งที่ ๕๓) กรุงเทพมหานคร: ผลิธัมม์ ในเครือบริษัท สำนักพิมพ์พทแอนด์โฮม. ๒๕๖๒.

แสวง บุญเฉลิมวิภาส. *นิติเวชศาสตร์และกฎหมายการแพทย์*. (พิมพ์ครั้งที่ ๒). กรุงเทพมหานคร: วิญญูชน. ๒๕๕๕.

แสวง บุณเฉลิมวิภาส. *หลักการมาตรา ๑๒ ของพ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ คือ สิทธิที่จะขอตายตามธรรมชาติ.* ผู้อำนวยการศูนย์ธรรมศาสตร์ ธรรมรักษ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สุชีพ ปุญญานุภาพ. *พระไตรปิฎก ฉบับสำหรับประชาชน.* (พิมพ์ครั้งที่ ๑๕). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย. ๒๕๓๗.

สุชญา ศิริธัญธร. *คู่มือตายดี*. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น. ๒๕๕๒.

สุจินต์ บริหารวนเขตต์. *ปรมัตถธรรมสังเขป จิตตสังเขปและภาคผนวก*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์. ๒๕๓๖.

๒) บทความในวารสาร

วารสารคณะแพทยศาสตรศิริราชพยาบาล. มหาวิทยาลัยมหิดล ๘ สิงหาคม ๒๕๖๒.

๓) วิทยานิพนธ์

กาญจนา จิตต์วัฒน์. *การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน.* วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๕๓.

กัญญ์ฐิตา ศรีภา. *ประสบการณ์ใกล้ตายของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย*. ปริญญานิพนธ์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ๒๕๕๔.

ชูศรี บูร์ทอง. *การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องความตายในพระอภิธรรมปิฎก*. สารนิพนธ์, วิทยาเขตอีสาน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. ๒๕๕๙.

ธนวรรณ สินประเสริฐ. *การเรียนรู้เพื่อการจัดการวาระสุดท้ายของชีวิต.* วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาการศึกษาตลอดชีวิตและการพัฒนามนุษย์, มหาวิทยาลัยศิลปากร. ๒๕๕๖.

นรชัย ณ วิเชียร., เฉลิมชัย กิตติศักดิ์นาวิน. และนลินณัฐ ดีสวัสดิ์. *อริยสัจ ๔ กับการพัฒนาองค์กร*., บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศิลปากร. ๒๕๖๐.

บุษบา สู่ภิภักดิ์. *แนวทางการบำบัดความเครียดตามกระบวนการแก้ปัญหาแบบอริยสัจสี่ในพุทธศาสนาเถรวาท*. วิทยานิพนธ์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ๒๕๕๘.

ประสิทธิ์ กุลบุญญา. *วิธีการเผชิญความตายและรูปแบบการเตรียมตัวตาย สำหรับผู้สูงวัยตามหลักพระพุทธศาสนา*. บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี. ๒๕๖๔.

พระครูอรรถจริยานุวัตร (สุเทพ ศรีทอง). *การเตรียมตัวตายตามแนวพระพุทธศาสนา.* วิทยานิพนธ์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตสิรินธรราชวิทยาลัย. ๒๕๖๔.

พระครูสารกิจประยุต (กาบ ฐานตฺโต). *การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการแก้ไขปัญหาชีวิต.*วิทยานิพนธ์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น. ๒๕๖๐.

พระครูสิริปัญญาคุณ. พระครูโฆสิตวัฒนานุกูล. พระครูโกศลอรรถกิจ. และสวัสดิ์ อโณทัย. *แนวทางการปฏิบัติต่อความตายในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท*. วิทยานิพนธ์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช. ๒๕๖๒.

พระปลัดกมลมาศ เลขธมฺโม. พระศักดิธัช สำโร. พรหมเรศ แก้วโมลา และ สมหวัง แก้วสุฟอง. *กระบวนการส่งเสริมการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายตามแนวพระพุทธศาสนาของประชาชนในเขตอำเภอตรอน จังหวัดอุตรดิตถ์*. วิทยานิพนธ์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่. ๒๕๖๔.

พระอุทัย อำสุกาโร (ศรียะพงษ์). *ทัศนคติในการนำหลักอริยสัจ ๔ ไปใช้ในการดำเนินชีวิต: ศึกษาเฉพาะกรณีนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔ โรงเรียนปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา กลุ่มที่ ๑*. วิทยาเขตอีสาน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. ๒๕๕๓.

พระมหาบัวพันธ์ ฉนฺทโสภโณ (ประสังคะโท). *ศึกษาวิธีการเตรียมตัวตายตามหลักมรณานุสติในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท.* วิทยานิพนธ์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๕๓.

พระอนุพงษ์ พรมสะอาด. *วิทยานิพนธ์ศึกษา: การประยุกต์ใช้บุษบา อริยสัจ ๔ ในการกำจัดความเครียด*. บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ๒๕๕๑.

พัทธ์ธีรา วุฒิพงษ์พัทธ์. *การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแบบประคับประคองตามความเชื่อทางศาสนาและความต้องการครั้งสุดท้ายของชีวิต*. บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศิลปากร. ๒๕๕๙.

ลดวัลย์ สาภินันท์, “ภาวะธรรมทัศน์ในวัยสูงอายุและการเตรียมตัวเกี่ยวกับความตายของผู้สูงอายุ”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ๒๕๔๕.

วัชรี ภักดีกุล. *การศึกษาหลักคำสอนการเตรียมตัวตายและการช่วยเหลือผู้ป่วยใกล้ตายของพระพุทธศาสนาเถรวาท.* สารนิพนธ์, วิทยาเขตอีสาน, มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย. ๒๕๕๖.

สู่ภิภักดิ์. *แนวทางการบำบัดความเครียดตามกระบวนการแก้ปัญหาแบบอริยสัจสี่ในพุทธศาสนาเถรวาท.* วิทยานิพนธ์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ๒๕๕๘.

๔) เว็บไซต์

กองยุทธศาสตร์และแผนงานกระทรวงสาธารณสุข.๒๕๖๔. *Pubic Health Statistics A.D.๒๐๒๑.* สถิติสาธารณสุข พ.ศ.๒๕๖๔. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://.spd.moph.go.th>Hsta [๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๕].

กองยุทธศาสตร์และแผนงานกระทรวงสาธารณสุข. ๒๕๖๑. *แผนยุทธศาสตร์ชาติระยะ ๒๐ ปีด้านสาธารณสุข*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://bps.moph.go.th [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓]

กองสารณียกร. *เผชิญความตายอย่างสงบ*:เครือข่ายพุทธิกา, จดหมายข่าวอาทิตย์อัสดง ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๑๙ . [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.budnet.org [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

กาญจนา จิตต์วัฒน. วิทยานิพนธ์. *การบูรณาการการเตรียมตัวตายในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับวัชรยาน.*มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวทิยาลัย. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://bp.mcu.ac.th [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

ชุติมา อรรคลีพันธ์, ๒๕๕๓, *การสำรวจการเข้าถึงสถานพยาบาลและรายจ่ายด้านสุขภาพของผู้ป่วยที่เสียชีวิต พ.ศ. ๒๕๔๘-๒๕๔๙*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://kb.hsri.or.th/dspace/handle/11228/1308?locale-attribute=th [๑๗ เมษายน ๒๕๖๔].

ชูชัย ศรชำนิ. การ*ดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง.* สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ(สปสช.): ๒๕๖๐. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://prachathai.com [๑๒ ธันวาคม ๒๕๖๓].

ดาริน จตุรภัทรพร. *วิธีการประเมินความสามารถในการช่วยเหลือตัวเองของผู้ป่วยโดยใช้ Palliative Performance Scale*. ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว. คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://med.mahidol.ac.th/fammed/th/postgrad/doctorpalliative3th. [๑๙ เมษายน ๒๕๖๔].

ตีรณ พงศ์มฆพัฒน์. *ปฏิปทาในปฏิจจสมุปบาท; ศูนย์อนามัยที่ ๕*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://doh.hpc.go.th. [๒๖ มกราคม ๒๕๖๕].

ทองใบ ธีรานันทางกูร. *ยมกวรรค: ธัมมิกอุบาสก.* [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://dhammapadasstories.blogspot.com/๒๐๑๔/๑๒/๑๑.htm [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๔].

นิลาวรรณ นิมมานวรวงศ์. *สถานที่(ตาย)นั้นสำคัญไฉน*. ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี. ๒๕๕๙. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.rama.mahidol.ac.th. [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

นาวิน ศักดาเดช. *การดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะใกล้เสียชีวิต*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://w1.med.cmu.ac.th/ [๖ สิงหาคม ๒๕๖๓].

นาวิน ศักดาเดช. *การดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะใกล้เสียชีวิต*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://w1.med.cmu.ac.th/ [๒๐ มีนาคม ๒๕๖๔].

บุญมี เมธาง*กูร. ชีวิตหลังความตาย*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.dhrma-gateway [๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๕].

ประทีป ธนกิจเจริญ. *การตายดี*:สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.nationalhealth.or.th [๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๕].

ฝ่ายแผนงานและสถิติ สถาบันมะเร็งแห่งชาติ (National Cancer Institute). [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://srth.moph.go.th/nmsurat/index.php?option=com_content&view=article&id=53&Itemid=37. [๒ พฤษภาคม ๒๕๖๔].

พระอานนท์ปรินิพพาน. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.facebook.com/chaleamrit999/posts/ 670236189682137/ [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๔].

โรงพยาบาลศิริราช ปิยมหาราชการุณย์. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.siphhospital.com/th/news/article/share/cancer [๑๕ เมษายน ๒๕๖๔].

มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://1th.me/GHk6x. [๒ พฤษภาคม ๒๕๖๔].

วันชัย ตันติวิทยาพิทักษ์. *เตรียมตัวตายอย่างมีสติ:*สัมภาษณ์พระไพศาล วิสาโล. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: www.visalo.org [๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗].

วันชัย ตันติวิทยาพิทักษ์. *เตรียมตัวตายอย่างมีสติ.* บทความการสัมภาษณ์พระไพศาล วิสาโล เรื่องต้อนรับความตาย. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: www.visalo.org [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

วรรณภา คุณากรวงศ์. ๒๕๖๒. *เตรียมตัวก่อนวาระสุดท้าย เลือกอยู่หรือไปต้องได้อย่างหวัง.* . [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.bangkokbiznews.com/blog/detail/646999 [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

ศศิมา สุขสว่าง. *๕ ขั้นตอนการตัดสินใจที่ดี*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.sasimasuk.com. [๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔].

สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ. *คำนิยาม, การดูแลแบบประคับประคองฉบับทางการของไทย*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.nationalthealth.or.th [๒๒ มีนาคม ๒๕๖๔].

แสงธรรมแห่งพระไตรปิฎก. *ฤทธิธรรมชุดที่ ๙.พระมหาโมคคัลลานะปรินิพพาน*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://1th.me/1Jj6m [๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๔].

สุพล ลิมวัฒนานนท์. *สปสช.หนุนดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย จัดสิทธิประโยชน์ดูแลผู้ป่วยอย่างมีคุณภาพ.* . [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.thecoverage.info [๖ สิงหาคม ๒๕๖๓].

หลวงพ่อปราโมช ปราโมชโช. *วิธีเตรียมตัวตาย.*แสดงธรรม ณ วัดเขาดินวนาราม. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.dhamma.com [๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๒].

หลักสูตรพัฒนาทักษะด้านการวางแผน. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.brainandlifecenter.com/planning/ [๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔].

ฮันนาห์ ริตชี.*IHME, Global Burden of disease, Our World Data (๒๐๑๖)*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.bbc.com,thai.inter [๖ ธันวาคม ๒๕๖๓].

๕) นิตยสาร

สันต์ หัตถีรัตน์. วัฒนธรรมการตายของ พุทธบริษัท. คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี, *นิตยสาร “หมอชาวบ้าน”*. ฉบับเดือนกรกฎาคม ๒๕๔๔.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
หนังสือขอความอนุเคราะห์

รับที่ 3032
วันที่ 30 มิ.ย. 64
เวลา 14.00

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตอีสาน
๙/๓๗ หมู่ที่ ๑๒ ตำบลในเมือง อำเภอเมือง
จังหวัดขอนแก่น ๔๐๐๐๐
โทร ๐๔๓-๒๔๑-๔๔๘, ๐๔๓-๒๔๒-๓๙๖

ที่ อว ๗๙๑๔/๐๔๗๕

๒๙ มิถุนายน ๒๕๖๔

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ข้อมูลในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร ผู้อำนวยโรงพยาบาลบ้านฝาง

ด้วย นางสิริกาญจน์ มหากิจสิริภักดี เลขทะเบียนนักศึกษา ๖๒๒๐๔๕๐๒๓๒๐๑๓ นักศึกษาหลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนาและปรัชญา รุ่นที่ ๑๔/๒๕๖๒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ ๔ ในการเตรียมตัวก่อนตายกับผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น" ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ดังนั้น จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านเพื่ออนุญาตให้ผู้วิจัยดังกล่าว ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายของโรงพยาบาลบ้านฝาง เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปดำเนินการในขั้นตอนต่อไป

จึงเจริญพรมาเพื่อโปรดพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจักได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขออนุโมทนามา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระครูสุธีจริยวัฒน์,ผศ.ดร.)
รองอธิการบดี
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตอีสาน
ปฏิบัติการแทนอธิการบดี

เรียน ผู้อำนวยการ เพื่อโปรดทราบและพิจารณาดำเนินการ
- สถานพยาบาลที่ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเอกสารทุกฉบับ
เห็นควร เสนอผู้อำนวยการ ดำเนินการ
๒๙ มิ.ย. ๖๔

ทราบ/แจ้งผู้เกี่ยวข้อง

(นายจักรกริช ไชยทองศรี)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบ้านฝาง

สำนักงานบัณฑิตวิทยาลัย : ๐๔๓ ๒๔๑๔๙๕

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-นามสกุล : นางสิริกาญจน์ มหากิจสิริภักดี
วัน เดือน ปีเกิด : ๑๒ มีนาคม ๒๕๐๕
ชาติภูมิ : จังหวัด ขอนแก่น
ที่อยู่ปัจจุบัน : ๓๖๐/๖๙ ม.๒๑ ต.บ้านเป็ด อ.เมือง จ.ขอนแก่น
Email : tumsirikan๒๕๐๕@gmail.com
Phone : ๐๖๔ ๑๖๙ ๕๕๓๙

การศึกษา

พ.ศ.๒๕๑๑ : ประถมศึกษาปีที่ ๗ โรงเรียนศิริจิตร ถนนชีท่าขอน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

พ.ศ.๒๕๒๓ : มัธยมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนแก่นนครวิทยาลัย ถนนเหล่านาดี อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น

พ.ศ.๒๕๒๕ : ประกาศนียบัตรการพยาบาลและผดุงครรภ์(พยาบาลระดับต้น)วิทยาลัยพยาบาลอุตรดิตถ์ ตำบลท่าอิฐ อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์

พ.ศ. ๒๕๓๓ : ปริญญาตรี พยาบาลศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

หน้าที่การทำการงาน : โรงพยาบาลบ้านฝาง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดขอนแก่น
ตำแหน่ง : พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ