

บทที่ ๔

แนวทางป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท

การศึกษาด้านปรัชญาและศาสนาโดยเฉพาะพุทธศาสนาเถรวาทในปัจจุบันเป็นไปอย่างกว้างขวางการได้ศึกษาเทียบเคียงกับศาสตร์สมัยใหม่และศาสตร์ตะวันตก ทำให้พระพุทธศาสนามีการศึกษาเป็นรูปธรรม มีหลักทางวิชาการ และเป็นเรื่องที่สมสมัย เหมาะกับสถานการณ์ในโลกปัจจุบัน ศาสตร์ทุกสาขาในปัจจุบัน มีผู้เห็นว่าถูกครอบงำด้วยแนวคิดทางวิทยาศาสตร์ซึ่งเป็นแนวคิดแบบลดทอน (Reductionism) ทำให้นักคิดหลายท่านมองปัญหาต่างๆ ไม่รอบด้าน และสำหรับปัญหาในยุคปัจจุบันซึ่งเป็นปัญหาต่างๆ นั้นไม่สามารถบรรลุผลสำเร็จได้ จึงมีการนำเสนอว่าการมองภาพอย่างองค์รวม (holistic) เท่านั้น ที่จะทำให้เห็นปัญหาและพบสาเหตุของปัญหาอย่างรอบด้าน และจะทำให้การแก้ไขดำเนินไปได้อย่างถูกต้องและประสบผลสำเร็จการมองทุกอย่างเชื่อมโยงกัน และครบทุกส่วน เรียกว่า “บูรณาการ (integral)”^{๑๕๒}

ทฤษฎีบูรณาการมีความสอดคล้องกับเรื่องปฏิจจนสมุปบาทหรืออัทปปัจจยตาในพุทธศาสนาหรือหลักที่ว่าด้วยทุกสิ่งเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน เกี่ยวพันกัน ดังนั้น การที่จะเข้าใจสิ่งต่างๆ ได้ต้องไม่มองแบบแยกส่วนหรือเฉพาะส่วน แต่ต้องเห็นภาพทั้งก่อน การที่ได้เห็นภาพทั้งหมดว่าคืออะไร คือที่มาของการคิดแบบบูรณาการ^{๑๕๓} เมื่อพิจารณาให้ครอบคลุมถึงพระพุทธศาสนาพบว่า พระธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบเมื่อ ๒,๖๐๐ ปี มีความทันสมัยและสอดคล้องกับแนวคิดที่เป็นกระบวนทัศน์ใหม่ คือมีแนวคิดพื้นฐานที่ว่าทุกสิ่งทุกอย่างสัมพันธ์กัน เชื่อมโยงกันตามหลักอัทปปัจจยหรือหลักปฏิจจนสมุปบาท เมื่อผ่านการวิเคราะห์และสังเคราะห์แนวคิดทางพุทธศาสนาบูรณาการกับทฤษฎีบูรณาการแล้วรวมเรียกว่า การบูรณาการเชิงพุทธ

สำหรับงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้นำหลักการบูรณาการเชิงพุทธมาเป็นแนวทางในการป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรม โดยเป็นการนำแนวคิด ทฤษฎีการทำอัตวินิบาตกรรมที่เป็นองค์ความรู้ทางด้านสังคมวิทยาและจิตวิทยาตามที่ได้นำเสนอไว้ในบทที่ ๒ มาประมวลเข้ากับหลักการ แนวคิดหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ที่ได้ทำการศึกษากรณีตัวอย่างที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถาวิเคราะห์ถึงสาเหตุและวิพากษ์ในประเด็นพุทธจริยศาสตร์โดยละเอียดแล้วในบทที่ ๔ ในบทนี้ ผู้วิจัยได้นำองค์ความรู้ทั้ง ๒ ด้านมาบูรณาการกันเพื่อเสนอแนวทางป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรม มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

^{๑๕๒} อรทัย มีแสง, ทฤษฎีบูรณาการเชิงพุทธ, วารสารพุทธศาสนศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ปีที่ ๒๐ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม-สิงหาคม ๒๕๕๖): ๔๔-๕๘.

^{๑๕๓} ยุค ศรีอริยะ, วิถีสังคมไทย สรรนิพนธ์ทางวิชาการเนื่องในวาระหนึ่งศตวรรษ ปรีดี พนมยงค์, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิเด็ก, ๒๕๔๓), หน้า ๑๖.

๔.๑ แนวคิดเรื่องพุทธบูรณาการ

การแก้ไขปัญหาคำทำอัตวินิบาตกรรมตามหลักทางพระพุทธศาสนานั้น ไม่มีคำสอนที่เฉพาะเจาะจงในเรื่องการทำอัตวินิบาตกรรม ดังนั้น จึงจำเป็นต้องอาศัยแนวคิดการบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาต่อการประยุกต์แก้ไขปัญหาคำทำอัตวินิบาตกรรม ในเบื้องต้นนี้จึงควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดพุทธบูรณาการ ดังนี้

๔.๑.๑ ความหมายของพุทธบูรณาการ

คำว่า “บูรณาการ” เป็นศัพท์บัญญัติทางการศึกษา เดิมใช้คำว่า “บูรณาการรวมหน่วย” เป็นคำบัญญัติให้ตรงกับคำว่า “Integration” ในภาษาอังกฤษ หมายความว่า การรวมหน่วยที่แยกกันเข้าเป็นหน่วยเดียวกัน เช่น หลักสูตรแบบบูรณาการรวมหน่วย^{๑๕๔} ปัจจุบันใช้เพียงคำว่า “บูรณาการ” หมายความว่า การประสานเนื้อหา หลักการ กิจกรรม การฝึก ฯลฯ เข้าเป็นหน่วยเดียวกัน เช่น การสอนภาษาแบบบูรณาการ ทำให้นักเรียนได้รับความรู้ด้านทักษะต่างๆ ทั้งฟัง พูด อ่าน เขียน ผสมผสานเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในวิชาเดียวกัน ไม่แยกออกจากกันเป็นหลายวิชาดังแต่ก่อน^{๑๕๕}

นอกจากนั้นคำว่า “บูรณาการ” โดยความหมายโดยศัพท์หมายถึง การกระทำให้สมบูรณ์ และโดยเชิงปฏิบัติคำว่า “บูรณาการ” หมายถึง การจะกระทำใดๆ ที่มีการนำสิ่งที่เกี่ยวข้อง มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงหรือสิ่งที่เป็นองค์ประกอบต่างๆ ที่ไม่ว่าจะเป็นวิธีการต่างๆ ความรู้สาขาต่างๆ เป็นต้น มาประสานหรือร่วมกันอย่างกลมกลืน เพื่อให้การกระทำนั้นๆ เกิดความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังรวมถึงการทำงานร่วมกันเพื่อมุ่งสู่ความสำเร็จและเป้าหมายร่วม กันอย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล พร้อมทั้งก่อให้เกิดขวัญและกำลังใจแก่กันและกันด้วย^{๑๕๖}

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตโต) ได้นิยามคำว่า บูรณาการ (Integration) สอดรับกับราชบัณฑิตยสถานว่า “หมายถึง การนำสิ่งที่แยกกันมารวมเข้าเป็นอันเดียวกันจนเกิดองค์รวม (The whole) โดยได้ยกประเด็นพระพุทธศาสนากับวิทยาศาสตร์มาอธิบายเพิ่มเติมว่า “ถ้าศรัทธาในพระพุทธศาสนากับปัญญาในทางวิทยาศาสตร์เป็นไปในทางเดียวกัน คือ ส่งเสริมสนับสนุนซึ่งกันและกันก็จะก่อให้เกิดองค์รวมที่สมบูรณ์ องค์รวมนี้แหละคือ บูรณาการ และเนื่องจากวิทยาศาสตร์ครอบคลุมไปถึงศาสตร์สมัยใหม่ ที่อาศัยวิธีการทางวิทยาศาสตร์สร้างระบบความรู้ขึ้นมา เช่น ครุศาสตร์ มนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ เราจึงสามารถบูรณาการพระพุทธศาสนาเข้ากับศาสตร์สมัยใหม่ด้วย”^{๑๕๗}

^{๑๕๔} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๖), หน้า ๖๓๔.

^{๑๕๕} กาญจนา นาคสกุล, คลังความรู้, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: www.royin.go.th2th/knowledge/detail.pnp?ID=56 [๔ มิถุนายน ๒๕๕๙].

^{๑๕๖} กัลยาณมิตร, การทำหน้าที่กัลยาณมิตรเชิงบูรณาการ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.kalyanamitra.org/th/article_detail.php?i=7006 [๘ มิถุนายน ๒๕๕๙].

^{๑๕๗} พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตโต), วิธีบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๔๙.

จากนิยามดังกล่าว พุทธบูรณาการ จึงหมายถึงการนำองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา มาประยุกต์ สนับสนุน ส่งเสริม ผสมผสานเข้ากับศาสตร์สาขาอื่นๆ เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ในเชิงของสหวิทยาการ โดยไม่ขัดแย้งต่อกันและกัน การบูรณาการดังกล่าวนี้เป็นการประมวลองค์ความรู้เป็นเนื้อเดียวกัน ไม่ใช่การเดินไปด้วยกันในลักษณะต่างฝ่ายต่างเดิน

๔.๑.๒ หลักการของพุทธบูรณาการ

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร) ได้ยืนยันว่าพระพุทธศาสนายังเป็นศาสนาแห่งการบูรณาการ ที่มีคำสอนครอบคลุมทั้งกฎธรรมชาติฝ่ายรูปธรรม และนามธรรม กฎทุกกฎรวมกันอยู่ภายใต้กฎธรรมนิยาม ถึงกระนั้น ท่านได้พยายามที่จะแยกแยะประเด็นที่เป็นปัญหาระหว่างการบูรณาการกับการเปรียบเทียบว่า “การศึกษาแบบบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่ไม่ใช่วิธีการเปรียบเทียบ เพราะการศึกษาเปรียบเทียบเป็นเพียงวางสิ่งที่เราศึกษาไว้คู่ขนานโดยที่ไม่มีวันบรรจบกัน เช่น ศีล ศาสนาเปรียบเทียบโดยไม่คิดรวมศาสนาที่ศึกษาเข้าด้วยกันแต่อย่างใด แต่การศึกษาแบบบูรณาการเป็นการนำสิ่งที่เราศึกษามาปรับแต่งผสมผสานกันจนก่อให้เกิดองค์รวมที่สมบูรณ์ ในการบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่ จึงต้องมีการปรับองค์ความรู้ทั้งสองสายให้เชื่อมโยงเข้าหากัน วิธีการศึกษาแบบบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่จึงทำได้ ๒ วิธี คือ

วิธีที่ ๑ พุทธวิทยา (Buddhology) หมายถึง การปรับศาสตร์เข้าหาพระพุทธศาสนา คือ ใช้พระพุทธศาสนาเป็นตัวตั้ง และนำศาสตร์สมัยใหม่มาอธิบายเสริมพระพุทธศาสนา วิธีนี้ใช้องค์ความรู้ในศาสตร์สมัยใหม่มาอธิบายสนับสนุนพระพุทธศาสนาให้ดูทันสมัย และมีเหตุผลเป็นที่ยอมรับได้ง่ายขึ้น

วิธีที่ ๒ ธรรมวิทยา (Dhammology) หมายถึง การปรับพระพุทธศาสนาเข้าหาศาสตร์ คือ ใช้ศาสตร์สมัยใหม่เป็นตัวตั้ง และนำหลักศีลธรรมในพระพุทธศาสนาเพิ่มเติมเข้าไปในเนื้อหาของศาสตร์สมัยใหม่ ทั้งนี้ เพราะศาสตร์สมัยใหม่มุ่งแสวงหาความจริงโดยไม่สนใจเรื่องศีลธรรม การนำหลักศีลธรรมในพระพุทธศาสนาเติมเต็มให้กับศาสตร์เหล่านั้น ย่อมจะช่วยให้เกิดองค์รวมที่สมบูรณ์

วิธีการบูรณาการเช่นนี้เรียกว่า “พรหมบัณฑิตวิธี” ภาษาอังกฤษว่า “Brahmapundit’s Method” คุณค่าและผลประโยชน์ที่จะได้รับตามมาจากวิธีวิทยาทั้งสองนั้น คือ จะทำให้วงวิชาการ นักคิด และนักปฏิบัติทั้งหลายได้คำตอบที่สอดคล้องกับสมัย ได้แนวทางในการแก้ไขที่เป็นประโยชน์ และได้ทางเลือกในแนวคิด และการปฏิบัติที่ควรจะเป็นต่อสถานการณ์ต่างๆ ดังนี้

(๑) วิธีการบูรณาการแบบพุทธวิทยา (Buddhology) ซึ่งเริ่มต้นจากการกำหนดหรือแสวงหาประเด็น (Issues) และปัญหา (Problems) ทางวิชาการ หรืองานวิจัยที่มีการถกเถียงหรือแสวงหาทางออกที่ควรจะเป็นต่อประเด็นต่างๆ ที่มนุษย์ ชุมชน หรือสังคมสนใจ หลังจากนั้น จึงนำพระพุทธศาสนาเป็นฐานในการอธิบาย ขั้นตอนต่อไปจึงเข้าสู่กระบวนการของการนำวิทยาการหรือศาสตร์สมัยใหม่มาอธิบายเสริม โดยมีเจตนารมณ์เพื่ออธิบายสนับสนุนให้พระพุทธศาสนาทันสมัย มีเหตุผล และสอดคล้องกับวิถีความเป็นไปของชีวิตและสังคมมากยิ่งขึ้น ซึ่งวิธีการเช่นนี้ มิได้เจตนาที่จะก่อให้เกิดสัทธิธรรมปฏิบัติ หรือทำให้พระพุทธศาสนาสูญเสียจุดยืนของตนเอง

(๒) วิธีการบูรณาการแบบธรรมวิทยา (Dhammology) วิธีการนี้มีจุดเริ่มต้นเช่นเดียวกับวิธีการต่างๆ ได้แก่

(๒.๑) การบูรณาการจะเริ่มต้นจากการกำหนดหรือแสวงหาประเด็น (Issues) และปัญหา (Problems) ทางวิชาการ หรืองานวิจัยที่มีการถกเถียง หรือแสวงหาทางออกที่ควรจะเป็นต่อประเด็นต่างๆ ที่มนุษย์ ชุมชน หรือสังคมสนใจ ขั้นตอนต่อไปคือการนำวิทยาการหรือศาสตร์สมัยใหม่มาเป็นตัวตั้ง แต่จุดเด่นในวิธีการที่ ๒ คือ การนำหลักธรรมะในพระพุทธศาสนาตามที่ปรากฏในพระวินัย พระสูตร และพระอภิธรรมมาเป็นฐานในการประยุกต์ใช้ ติความ อธิบาย วิเคราะห์ บูรณาการ และสังเคราะห์ออกเป็นชุดอธิบาย ชุดความคิด หรือชุดความรู้ต่างๆ

(๒.๒) เอื้อต่อการพัฒนาวิธีคิด และการดำเนินชีวิตของกลุ่มคนต่างๆ ที่มุ่งหวังที่จะได้มุมมองและแนวทางไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติ

(๒.๓) ตอบสนองครอบคลุม ชุมชน และสังคมเพื่อแก้ไขทุกข์ในการปฏิบัติ แก้ไขวิกฤติการณ์ และเสริมสร้างชีวิตและสังคมให้เกิดสันติสุข

(๒.๔) เกื้อกูล และเสริมสร้างสันติสุขทั้งมิติการเยียวยา และช่วยเหลือโลกให้เกิดสันติสุข และสิ่งแวดล้อมได้รับการดูแลเอาใจใส่มากยิ่งขึ้น

อรรถ มีแสง วิเคราะห์ถึงทฤษฎีบูรณาการเชิงพุทธในเชิงหลักการว่า ประกอบด้วย มิติ ๓ มิติที่เกี่ยวข้องกัน มิติในแนวตั้งคือด้านจิตภายในและด้านพฤติกรรมภายนอก แนวนอนคือด้านปัจเจกและด้านสังคมนะ แนวตั้งคือความสัมพันธ์เชื่อมโยงอิงอาศัยซึ่งกันและกัน มีความเปลี่ยนแปลงเป็นพลวัตไปตามเหตุปัจจัย การเกิดเป็นเกลียวพลวัตเช่นนี้ แสดงให้เห็นถึงหลักการว่า เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น ไม่มีมูลการณ์ ไม่ได้เจาะจงว่าการเกิดจะต้องเกิดจากเหตุใดเหตุหนึ่งเสมอ แต่แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ที่มีต่อกัน เชื่อมโยงกัน เช่น คนที่มีจิตใจที่อ่อนแอ เชื่องซึม หดหู่อยู่ตลอดเวลา ก็อาจส่งผลให้คนนั้นมีสุขภาพที่อ่อนแอ ไม่แข็งแรง ติดเชื้อโรคร่างกาย นั่นคือจิตมีผลต่อกาย หรือคนที่ร่างกายติดเชื้อโรคที่ร้ายแรงหรือไวรัสที่ร้ายแรง ทำให้ร่างกายไม่แข็งแรง ก็ทำให้จิตใจเศร้าหมอง เชื่องซึมท้อแท้ได้ หรือคนที่อาศัยอยู่ในสิ่งแวดล้อมหรือสังคมที่ไม่ดีก็ทำให้เกิดผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ไม่ดีไปด้วย หรือ คนที่อาศัยอยู่ในชุมชนที่เห็นแก่ตัว เอารัดเอาเปรียบ ขาดศีลธรรม ขาดความสามัคคีก็อาจส่งผลให้ร่างกายอ่อนแอ ติดเชื้อโรคได้ง่ายเพราะมีความเครียดสูง และอาจทำให้สังคมนั้นเป็นสังคมที่ไม่น่าอยู่ ไม่มีกติกาไม่มีระเบียบวินัย เป็นต้น การเกิดเป็นเกลียวของความสัมพันธ์นี้ จึงไม่ได้มีกฎตายตัวว่าอะไรจะต้องเกิดขึ้นก่อน แต่มันส่งผลต่อเนื่องกันเพราะมีความเชื่อมโยงอิงอาศัยซึ่งกันและกัน^{๑๕๘}

๔.๒ แนวทางป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมตามหลักพุทธบูรณาการ

แนวทางป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมตามหลักพุทธบูรณาการคือการบูรณาองค์ความรู้ทางด้านพระพุทธศาสนาร่วมกับศาสตร์สาขาอื่นๆ เช่น สังคมศาสตร์ จิตวิทยา ศาสนา เข้าด้วยกันเพื่อนำเสนอแนวทางในการป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรม ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดทางทฤษฎี (Theoretical Framework) ไว้ดังนี้

^{๑๕๘} อรรถ มีแสง, ทฤษฎีบูรณาการเชิงพุทธ, วารสารพุทธศาสนศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ปีที่ ๒๐ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม-สิงหาคม ๒๕๕๖): ๔๔-๔๘.

เพื่อดับ เพื่อสงบระงับ เพื่อรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน”^{๑๕๙} ดังนั้น เมื่อพิจารณาจากสาเหตุของการทำอติวินิบาตกรรมแล้ว ผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางป้องกันการทำอติวินิบาตกรรมตามหลักพุทธบูรณาการไว้ดังต่อไปนี้

๔.๒.๑ แนวทางป้องกันการทำอติวินิบาตกรรมในระดับพื้นฐาน

เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคม อยู่กันเป็นหมู่ ไม่สามารถแยกอยู่โดยไม่พึ่งพากันได้ การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยกันจึงเกิดขึ้นตลอดเวลา ในความหลากหลายของมนุษย์นั้น ในพระพุทธศาสนาถือว่า สัตว์ทั้งหลายเป็นเพื่อนทุกข์ คือ ร่วมเกิด ร่วมแก่ ร่วมเจ็บ ร่วมตาย ร่วมเดินทางในสังสารวัฏนี้ และหากพิจารณาในมุมแคบลงมาอีก มนุษย์เราไม่สามารถที่จะสร้างความสัมพันธ์กับทุกคนได้อย่างทั่วถึง และด้วยจิตที่แตกต่างกัน ทำให้มนุษย์มีความหลากหลายทางด้านความคิด เพื่อนมนุษย์ทั้งหมดจึงถูกบีบลงให้สร้างความคุ้นเคยกันในวงแคบลง บางทีอาจเฉพาะผู้ที่มีจริตและความชอบตรงกันเท่านั้นจึงจะเรียกว่าเป็นเพื่อน และมอบความไว้วางใจแก่เพื่อนที่สนิทสนมกันเท่านั้น ดังนั้น เพื่อนจึงเป็นบุคคลสำคัญอย่างหนึ่งในชีวิตของมนุษย์ ในพระพุทธศาสนาได้จำแนกเพื่อนของเป็น ๒ ประเภท คือ เพื่อนแท้และเพื่อนเทียม^{๑๖๐} พระพุทธเจ้าทรงยกย่องความเป็นกัลยาณมิตรว่ามีประโยชน์ แนวทางป้องกันการทำอติวินิบาตกรรมจึงสามารถกระทำได้จากความเป็นกัลยาณมิตร ดังนี้

๔.๒.๑.๑ แนวทางป้องกันการทำอติวินิบาตกรรมด้วยกัลยาณมิตร

ปัจจัยเสี่ยงสำคัญประการหนึ่งที่บ่งบอกถึงแนวโน้มของการทำอติวินิบาตกรรม คือ ผู้ที่เอ่ยปากว่าจะทำอติวินิบาตกรรมมักจะทำจริงๆ และประสบความสำเร็จในการทำอติวินิบาตกรรม แม้ในพระไตรปิฎก กรณีของพระฉนฺนเถระก็เช่นกัน ท่านได้แจ้งแก่พระสารีบุตรว่าจะกระทำอติวินิบาตกรรม แม้พระสารีบุตรจะตักเตือนและกล่าวทัดทาน อบรมสั่งสอนแล้ว แต่พอพระสารีบุตรกลับไป พระฉนฺนเถระก็ยังกระทำอติวินิบาตกรรมตามที่ท่านพูดไว้ ดังนั้น ผู้ที่ได้รับแจ้งหรือได้รับคำบอกกล่าวจากบุคคลที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงนี้ จึงต้องทำหน้าที่ในการเป็นกัลยาณมิตรที่คอยให้คำแนะนำ และเฝ้าดูแลอย่างใกล้ชิด การที่ผู้ตั้งใจจะทำอติวินิบาตกรรมแจ้งความประสงค์หรือบอกเล่าความคิดของตนเองแก่ใคร่แสดงว่าได้มอบความไว้วางใจแก่ผู้นั้น ความเป็นกัลยาณมิตรจึงจำเป็นมากสำหรับผู้ที่มีเสี่ยงต่อการกระทำอติวินิบาตกรรม

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึง กัลยาณมิตรว่าไม่ได้หมายถึงเพื่อที่ดีในความหมายสามัญเท่านั้น แต่ยังหมายถึงบุคคลผู้เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัติที่จะสั่งสอน แนะนำ ชักจูง ช่วยบอกช่องทางหรือเป็นตัวอย่างให้ผู้อื่นดำเนินไปในหนทางแห่งการฝึกฝนอบรมอย่างถูกต้อง^{๑๖๑}

การได้คบกัลยาณมิตร เปรียบเหมือนบุพนิมิตแห่งการเกิดขึ้นของคุณธรรมภายใน จะเป็นหนทาง นำไปสู่การได้ประสบความสำเร็จอันสูงสุดในชีวิตทั้งทางโลก และทางธรรม คือทางโลกก็ประสบความสำเร็จ ในการครองเรือน ทางธรรมก็จะนำไปสู่การได้บรรลุมรรคผลนิพพาน กัลยาณมิตรมิได้หมายถึงเพื่อนที่ดี ทั่วไปเท่านั้น แต่ยังหมายถึงบุคคลผู้เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัติ ที่จะชี้แนะ

^{๑๕๙} ที.สี. (ไทย) ๙/๔๒๐/๑๘๔.

^{๑๖๐} รายละเอียดเพิ่มเติมใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๕๔-๒๖๕/๒๐๗-๒๑๑.

^{๑๖๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, หน้า ๖๒๓.

หนทางสว่าง ในการดำเนินชีวิต ที่ถูกต้องให้กับผู้อื่น บุคคลใดมีกัลยาณมิตร ชื่อว่าเป็นผู้มีบุญที่สั่งสมไว้ดีแล้ว ควรคบบุคคลเช่นนั้น เพราะเป็นบุคคลที่หาได้ยากในโลก พระพุทธองค์จึงทรงสรรเสริญความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร ดังพุทธพจน์หลายคัมภีร์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อดวงอาทิตย์อุทัยอยู่ ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อนเป็นบุพนิมิต ฉะนั้น ความมีกัลยาณมิตรก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิต แห่งการเกิดขึ้นของอารยอัษฎางคิกมรรค แก่ภิกษุฉันนั้น”^{๑๖๒} “ความมีกัลยาณมิตรเท่ากับพรหมจรรย์ (การครองชีวิตประเสริฐ) ทั้งหมดทีเดียว เพราะว่า ผู้มีกัลยาณมิตรพึงหวังสิ่งนี้ได้ คือ จักเจริญ จักทำให้มากซึ่งอารยอัษฎางคิกมรรค”^{๑๖๓} “อาศัยเราผู้เป็นกัลยาณมิตร เหล่าสัตว์ผู้มีชาติเป็นธรรมดา ก็พ้นจากชาติ ผู้มีชราเป็นธรรมดา ก็พ้นจากมรณะ ผู้มีโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสเป็นธรรมดาก็พ้นจากโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส”^{๑๖๔} “เราไม่เล็งเห็นองค์ประกอบภายนอกอื่นแม้สักอย่างเดียว ที่มีประโยชน์มากสำหรับภิกษุผู้เป็นเสขะเหมือนความมีกัลยาณมิตร ภิกษุผู้มีกัลยาณมิตร ย่อมกำจัดอกุศลได้ และย่อมยังกุศลให้เกิดขึ้น”^{๑๖๕} “ความมีกัลยาณมิตร ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์ยิ่งใหญ่ เพื่อความดำรงมั่น ไม่เสื่อมสูญ ไม่อันตรายแห่งสัทธรรม”^{๑๖๖}

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้อธิบายลักษณะของผู้เป็นกัลยาณมิตรไว้ว่าเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ด้วยศีล ด้วยสุตะ ด้วยจาคะ ด้วยวิริยะ ด้วยสติและสมบูรณ์ด้วยปัญญา^{๑๖๗} และความเป็นมิตรแท้ย่อมปรากฏในลักษณะ ๔ ประการ คือ (๑) มิตรมีอุปการะ (๒) มิตรร่วมทุกข์ร่วมสุข (๓) มิตรแนะนำประโยชน์ และ (๔) มิตรมีความรักใคร่^{๑๖๘} ในลักษณะของมิตรแท้เหล่านี้มีนัยไม่แตกต่างจากกัลยาณมิตร ดังนั้น ความเป็นมิตรแท้ก็คือกัลยาณมิตรนั่นเอง ลักษณะของมิตรแท้ที่สำคัญจะเห็นได้จากลักษณะทั้ง ๔ ประการข้างต้น คือ

๑. มิตรมีอุปการะ มี ๔ ลักษณะ ได้แก่ (๑) ป้องกันมิตรผู้ประมาท (๒) ป้องกันทรัพย์ของมิตรผู้ประมาทแล้ว (๓) เมื่อมีภัยก็เป็นที่พักพิงได้ และ (๔) เมื่อมีกิจจำเป็นเกิดขึ้นก็ช่วยโศกทรัพย์ที่ต้องการในกิจนั้น^{๑๖๙}

๒. มิตรร่วมทุกข์ร่วมสุข มี ๔ ลักษณะ ได้แก่ (๑) บอกความลับแก่เพื่อน (๒) ปิดความลับของเพื่อน (๓) ไม่ละทิ้งในยามอันตราย และ (๔) แม้ชีวิตก็อาจสละเพื่อประโยชน์ของเพื่อนได้^{๑๗๐}

๓. มิตรแนะนำประโยชน์ มี ๔ ลักษณะ ได้แก่ (๑) ห้ามมิให้ทำความชั่ว (๒) แนะนำให้ตั้งอยู่ในความดี (๓) ให้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง และ (๔) บอกทางสวรรค์ให้^{๑๗๑}

^{๑๖๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๙/๔๓.

^{๑๖๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒/๓.

^{๑๖๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒/๔.

^{๑๖๕} อัง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๗๑/๑๓.

^{๑๖๖} อัง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๑๑๑/๑๗.

^{๑๖๗} สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), แปลและเรียบเรียง, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๖๑.

^{๑๖๘} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๐/๒๐๙.

^{๑๖๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๑/๒๑๐.

^{๑๗๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๒/๒๑๐.

^{๑๗๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๓/๒๑๐.

๔. มิตรมีความรักใคร่ มี ๔ ลักษณะ ได้แก่ (๑) ไม่พอใจความเสื่อมของเพื่อน (๒) พอใจในความเจริญของเพื่อน (๓) ห้ามปรามคนที่นินทาเพื่อน และ (๔) สนับสนุนคนที่สรรเสริญเพื่อน^{๑๗๒}

๔.๒.๑.๒ วิธีการป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมด้วยกัลยาณมิตร

จะเห็นได้ว่าบทบาทของกัลยาณมิตรในการป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมสามารถวิเคราะห์ได้จากหน้าที่ของมิตรที่ดีทั้ง ๔ ประเภท กล่าวคือเมื่อเห็นว่ามิตรมีความทุกข์กาย ไม่สบายใจ สามารถเป็นที่พึ่งพิงได้ ไม่ละทิ้งเพื่อนในยามอันตราย ห้ามปรามไม่ให้ทำความชั่ว แนะนำทางออกที่เหมาะสม ชักนำไปแต่ในทางที่ดีที่เจริญ หากมิตรได้ทำหน้าที่แบบนี้แล้ว ย่อมเป็นที่พึ่งแก่เพื่อนที่มีความคิดจะกระทำอัตวินิบาตกรรมได้ ทั้งนี้ อาจทำได้โดยประยุกต์ลักษณะของความเป็นกัลยาณมิตรสู่แนวทางปฏิบัติได้ดังนี้

๑. ศีล ซึ่งหมายถึงปกติ ในกรณีเช่นนี้หมายถึงความห่วงใยและคอยสังเกตความผิดปกติของเพื่อน หากมีพฤติกรรมซึมเศร้า หดหู่ ท้อแท้ มีอาการแปรปรวน หรือยามที่เพื่อนมีปัญหาชีวิต ควรสังเกตความผิดปกติของเพื่อน พิจารณาตามปัจจัยเสี่ยงต่างๆ เช่น การบ่นอยากตาย การกล่าวคำอำลา การฝากฝังเรื่องใดเรื่องหนึ่งให้ทำ เป็นต้น เพื่อที่จะระงับยับยั้งการกระทำอัตวินิบาตกรรม หากเพื่อนมีความผิดปกติไปจากเดิมควรดูแลอย่างใกล้ชิด เป็นเพื่อนคู่คิด เป็นมิตรคู่บ้าน ไม่ควรห่างจากตัวเพื่อนเพื่อป้องกันไว้ก่อน

๒. สุตะ คอยรับฟังปัญหา เรืองราว ความทุกข์ของเพื่อน พยายามให้คำปรึกษา แนะนำแต่ในทางที่ถูกต้อง เหมาะสม ธรรมชาติของมนุษย์หากได้ระบายความอัดอั้นตันใจ หรือเล่าความทุกข์ใจให้แก่ผู้อื่นฟัง จะช่วยลดความตึงเครียดที่หมักหมมในใจได้ในระดับหนึ่ง

๓. จาคะ พยายามช่วยเหลือแบ่งเบาความทุกข์ของเพื่อน เพื่อลดแรงกดดันจากปัญหาต่างๆ ที่อาจเป็นต้นเหตุของการทำอัตวินิบาตกรรม จาคะในที่นี้หมายถึงการบริจาคทรัพย์สินส่วนหนึ่ง แต่อีกส่วนหนึ่งหมายถึงการบริจาคร่างกาย แรงใจในการที่จะช่วยเหลือเพื่อนให้สามารถข้ามพ้นปัญหาให้ได้ ซึ่งอาจต้องทุ่มเททั้งกำลังกาย กำลังใจและกำลังทรัพย์

๔. วิริยะ คือความเพียรพยายามที่จะช่วยเหลือเพื่อนให้พ้นจากความทุกข์ ซึ่งต้องใช้ความมานะพยายามอย่างยิ่งยวด ไม่ปล่อยปละละเลย ช่วยแค่พอมานไปที แต่ต้องเป็นการช่วยให้ถึงที่สุด อุทาหรณ์จากพระฉันทะกัณฐิ พระวัคคัลลิกัณฐิ ทำให้ตระหนักว่า หากเขายังไม่พ้นจากความเสี่ยงในการทำอัตวินิบาตกรรมก็ยังไม่ควรวางใจให้อยู่คนเดียว มิตรที่ดีต้องอดทนที่จะอยู่เป็นเพื่อน คอยปลอบ คอยอธิบายจนกว่าสถานการณ์จะปกติ

๕. สติ เป็นสิ่งสำคัญมากของการทำหน้าที่กัลยาณมิตร สติจะคอยกำกับให้การกระทำเป็นไปอย่างเป็นระบบและมีประสิทธิภาพ เมื่อมีผู้พยายามจะกระทำอัตวินิบาตกรรม ในฐานะกัลยาณมิตรต้องตั้งสติและหาทางแก้ไขให้ทันทั่วทั้งที่มีความรอบคอบในการใช้คำพูด การเจรจา การหาทางออกให้ดีที่สุด

^{๑๗๒} ที่.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๖๔/๒๑๑.

๖. ปัญญา คือความสามารถในการช่วยเหลือ การอธิบาย กัลยาณมิตรที่ดีต้องแนะนำเพื่อนไปในทางที่ดี ห้ามปรามไม่ให้กระทำในสิ่งที่ไม่ดี มีความสามารถในการให้คำปรึกษาอย่างสุขุม อ่อนโยน เป็นที่พึ่งของเพื่อนได้เสมอ

โดยสรุปแล้ว การป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมเบื้องต้นนั้น สามารถอาศัยบุคคลรอบข้างมาเป็นแนวป้องกันได้ ด้วยการเฝ้าระวัง สังเกต และให้คำปรึกษาในระดับต้น การมีกัลยาณมิตรจึงจำเป็นอย่างยิ่งและเป็นหน้าที่ของกัลยาณมิตรที่ต้องเฝ้าระวังบุคคลในกลุ่มเสี่ยงนี้ด้วยการป้องกันในระดับนี้จึงเป็นการป้องกันจากผู้อื่น อาจช่วยป้องกันได้ในระดับหนึ่ง แต่ก็อาจเกิดความผิดพลาดได้ เนื่องจากการเฝ้าระวังนั้นไม่สามารถทำได้ตลอดเวลา จึงเป็นการป้องกันขั้นพื้นฐานเท่านั้น ส่วนการป้องกันอย่างแท้จริงต้องการเป็นการเปลี่ยนทัศนคติของกลุ่มเสี่ยงนั่นเองเรียกว่าป้องกันด้วยปัญญา

๔.๒.๒ แนวทางป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมในระดับปัญญา

ในพระพุทธศาสนานั้นให้ความสำคัญกับเรื่องแนวคิด จิตใจ หรือทัศนคติเป็นอันดับแรก ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จด้วยใจ”^{๑๗๓} เมื่อเป็นดังนี้ การป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมในระดับเริ่มต้นควรเป็นการทำความเข้าใจกับชีวิตที่ถูกต้อง ไม่เห็นผิดจากทำนองคลองธรรม จึงเป็นการเริ่มต้นแก้ไขปัญหาด้วยการแก้ไขที่จิตใจก่อน ซึ่งก็คือการสร้างสัมมาทิฐิและกระบวนการคิดที่เป็นระบบตามหลักพระพุทธศาสนาที่เรียกว่าโยนิโสมนสิการ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

๔.๒.๑.๑ แนวทางป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมด้วยการปลูกสัมมาทิฐิ

สาเหตุหนึ่งของการทำอัตวินิบาตกรรมเกิดจากความเข้าใจที่ผิด (ความไม่รู้) ที่ว่าเข้าใจผิดนี้หมายถึงความเข้าใจในชีวิตและความเข้าใจในโลก ดังนั้น เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นความไม่เข้าใจหรือความไม่รู้นี้เองที่ชักนำให้บุคคลอาศัยการทำอัตวินิบาตกรรมเป็นทางออกของการแก้ปัญหา เมื่อว่าโดยเนื้อแท้แล้วก็คืออวิชชาเป็นเหตุให้เกิดนั่นเอง หลักธรรมที่เป็นปฏิกิริยาต่ออวิชชาคือสัมมาทิฐิ ซึ่งแปลว่า ความเห็นที่ถูกต้อง ความเห็นโดยชอบคือโดยไม่วิปริต ความเข้าใจที่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม^{๑๗๔} ในพระไตรปิฎกได้อธิบายถึงความสำคัญของสัมมาทิฐิไว้โดยสรุป ดังนี้

(๑) สัมมาทิฐิ เป็นแกนนำ พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบให้เห็นการแสดงบทบาทของสัมมาทิฐิ ว่าเป็นแกนนำที่ทำให้การเกิด และรู้จักทิฐิอื่นๆ ดังพุทธพจน์ที่ว่า “บรรดาองค์มรรคเหล่านั้น สัมมาทิฐิเป็นตัวนำ สัมมาทิฐิเป็นตัวนำอย่างไร (ด้วยสัมมาทิฐิ) จึงรู้จักมิจฉาทิฐิ รู้จักสัมมาทิฐิว่าเป็นสัมมาทิฐิ รู้จักสัมมาสังกัปปะว่าเป็นมิจฉาสังกัปปะ รู้จัก...สัมมาวาจา... ฯลฯ”^{๑๗๕}

(๒) สัมมาทิฐิเป็นหัวหน้า พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบให้เห็นการแสดงบทบาทของสัมมาทิฐิ ว่าเป็นหัวหน้าของมรรคอื่นๆ ดังพุทธพจน์ที่ว่า

^{๑๗๓} พุ.พ. (ไทย) ๒๕/๑/๒๓.

^{๑๗๔} ปถมพร ทะละภัก, “การศึกษาวิเคราะห์สัมมาทิฐิในการสร้างสันติสุขในสังคมไทย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๗.

^{๑๗๕} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๕๔-๒๕๐/๑๘๐-๑๘๗.

สัมมาทิฐิเป็นหัวหน้าอย่างไร เมื่อมีสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะจึงพอเหมาะได้ เมื่อมีสัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจาจึงพอเหมาะได้ เมื่อมีสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะจึงพอเหมาะได้ เมื่อมีสัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะจึงพอเหมาะได้ เมื่อมีสัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะจึงพอเหมาะได้ เมื่อมีสัมมาวายามะ สัมมาสติจึงพอเหมาะได้ เมื่อมีสัมมาสติ สัมมาสมาธิจึงพอเหมาะได้ เมื่อมีสัมมาสมาธิ สัมมาญาณะจึงพอเหมาะได้ เมื่อมีสัมมาญาณะ สัมมาวิมุตติจึงพอเหมาะได้ โดยนัยดังนี้แล พระเสขะผู้ประกอบด้วยองค์ ๘ จึงกลายเป็นพระอรหันต์ผู้ประกอบด้วยองค์ ๑๐^{๑๗๖}

(๓) สัมมาทิฐิเป็นนายสารถิ ดังพระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบชีวิตเหมือนกับรถที่กำลังแล่นไป ขึ้นส่วนต่างๆ ที่นำมาประกอบเข้าเป็นตัวรถก็เป็นเพียงสิ่งที่ช่วยทำให้เป็นรถที่สมบูรณ์เท่านั้น แต่รถคันนั้นจะไม่มีประโยชน์หากจอดทิ้งไว้เฉยๆ หรือจะวิ่งไปสู่จุดหมายปลายทางเองไม่ได้ ถ้าไม่มีคนขับที่ชาญฉลาดสัมมาทิฐิจึงเป็นเหมือนนายสารถิผู้รู้จักเส้นทางอย่างดี ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ทางนั้นชื่อว่าทางตรง ทิศนั้นชื่อว่าไม่มีภัย รถชื่อว่าไม่มีเสียงดังประกอบด้วยล้อ คือธรรม มีหิริเป็นฝามีสติเป็นเกราะกั้น ธรรมรถนั้นเรบอกให้มีสัมมาทิฐินำหน้านายสารถิ”^{๑๗๗}

(๔) สัมมาทิฐิเป็นบุพนิมิตหรือสื่อสัญญาณแห่งการรู้แจ้งอริยสัจ พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบให้เห็นการแสดงบทบาทของสัมมาทิฐิ ว่าเป็นบุพนิมิต หมายถึง เครื่องหมายที่บอกให้รู้ล่วงหน้าหรือเป็นการบอกเหตุการณ์ล่วงหน้าว่ากำลังจะมีบางอย่างเกิดขึ้นมา^{๑๗๘} โดยรุ่งอรุณยามเช้าก่อนที่จะพระอาทิตย์จะขึ้นจะมีแสงเงินแสงทองเหลืองเรืองรองปรากฏขึ้นมาก่อนเป็นสัญญาณหรือบุพนิมิตบอกให้รู้ล่วงหน้าว่าอีกไม่นานพระอาทิตย์จะปรากฏตัวขึ้นมาทำให้โลกนี้สว่างไสวเช่นเดียวกันกับการมีสัมมาทิฐิเป็นตัวนำในกระบวนการพัฒนาชีวิต ก็เป็นนิมิตหมายบอกให้รู้ล่วงหน้าว่าเมื่อความมืดมนคืออวิชชาถูกกำจัดออกไปด้วยแสงสว่างแห่งปัญญาแล้ว จะทำให้ได้ตรัสรู้ อริยสัจ ๔ ในไม่ช้า ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุทั้งหลายเมื่อดวงอาทิตย์กำลังจะอุทัยย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อนเป็นบุพนิมิตฉันใด สัมมาทิฐิก็นั้นเหมือนกันเป็นตัวนำเป็นบุพนิมิตเพื่อการตรัสรู้ อริยสัจ ๔ ประการ”^{๑๗๙}

(๕) สัมมาทิฐิเป็นเหตุปัจจัยให้กุศลธรรมอื่นๆ ได้เกิดขึ้น สัมมาทิฐิยังเป็นเครื่องหมายแสดงให้เห็นถึงกุศลธรรมความดีที่กำลังจะเกิดขึ้นในกายภาคหน้าอีกด้วย คือ เมื่อบุคคลมีสัมมาทิฐิเกิดขึ้นในใจแล้ว ย่อมเป็นทางให้บุญกุศลทั้งหลายได้เกิดแก่ขึ้นบุคคลนั้น ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุทั้งหลายเราไม่เห็นธรรมอื่นแม้สักอย่างหนึ่งที่เป็เหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้นหรือที่เกิดขึ้นแล้วก็เป็นไปเพื่อความเจริญไพบูลย์ยิ่งขึ้นเหมือนสัมมาทิฐินี้เลย”^{๑๘๐}

จะเห็นได้ว่าความสำคัญของสัมมาทิฐิ คือเป็นประจักษ์เป็นหัวหน้า เป็นนายสารถิ เป็นบุพนิมิตแห่งการรู้แจ้งอริยสัจ เป็นเหตุปัจจัยให้กุศลธรรมอื่นๆ ได้เกิดขึ้น เพราะความเห็นเป็นจุดเปลี่ยนแปลงที่อาจนำวิถีชีวิตและสังคมมนุษย์ไปสู่ความดี ความเจริญ หรือไปสู่ความเสื่อมก็ได้

^{๑๗๖} ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๒๓๙/๑๘๗

^{๑๗๗} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๔๔/๔๕.

^{๑๗๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), แสงเงินแสงทองของชีวิต, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๓๙), หน้า ๒.

^{๑๗๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๗๒๐/๕๕๓.

^{๑๘๐} อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๑๙๐/๔๓.

ดังนั้นการปลูกให้เกิดสัมมาทิฐิจึงเป็นเบื้องต้นที่จะช่วยมนุษย์มีความเข้าใจในชีวิตอย่างถูกต้อง เมื่อเข้าใจถูกต้องย่อมหลีกเลี่ยงที่จะทำอติวิบาตกรรมได้ในที่สุด ความเข้าใจที่สำคัญของสัมมาทิฐิที่จะสามารถป้องกันการทำอติวิบาตกรรมได้ คือความเข้าใจในชีวิตและความเข้าใจโลก

การทำความเข้าใจให้ถูกต้องว่า สัตว์โลกล้วนแตกต่างกัน โดยมีกรรมเป็นตัวจำแนกสัตว์ให้เลวและประณีต สิ่งสำคัญคือ โลกนี้มีที่มา หมายถึง การที่สัตว์โลกมีความแตกต่างกันทั้งรูปร่างหน้าตา ฐานะ สติปัญญา นิสัย สันดาน ล้วนมีเหตุที่มาทั้งสิ้น และเหตุเหล่านั้นล้วนเกิดเพราะตนเองเป็นผู้สร้างทั้งนั้น แม้กระนั้นการเกิดมาในโลกนี้ก็ไม่ใช่ของง่ายเลย พระพุทธเจ้าทรงอุปมาความยากของการเกิดมาเป็นมนุษย์ไว้ในพาลปิตติสูตร ความโดยสรุปว่า หากมีบ่วงพอกที่หัวเตาตลอดได้ลอยอยู่บนผิวน้ำที่ขัดไปขัดมาตามกระแสลม กระแสคลื่น ไม่ยิ่งอยู่กับที่ และมีเตาตาดอดตัวหนึ่งอาศัยอยู่ก้นมหาสมุทร ครบร้อยปีจึงผุดขึ้นมาโผล่หัวบนผิวน้ำครั้งหนึ่ง การเกิดเป็นมนุษย์มีโอกาสน้อยและยากกว่าการที่เจาตาดอดตัวนั้นจะโผล่หัวเข้าไปในบ่วงโดยบังเอิญนั้นเสียอีก^{๑๘๑} เมื่อการเกิดเป็นไปได้โดยยากจึงควรทำชีวิตให้ถูกต้องและรักษาชีวิตเพื่อประกอบคุณงามความดีต่อไป

นอกจากความเข้าใจเรื่องโลกนี้แล้ว ความเข้าใจเรื่องโลกหน้าก็มีความสำคัญเช่นกัน โลกหน้าหมายถึง ชีวิตและสถานที่ที่สถิตของชีวิตหลังความตาย เพราะพระพุทธศาสนาเชื่อว่าตายแล้วไม่สูญ (ยกเว้นนิพพาน) เพราะสัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน มีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมที่เป็นพื้อาศัย กรรมย่อมจำแนกสัตว์ทั้งหลายให้เลวและดีต่างกัน^{๑๘๒} ชีวิตในโลกหน้านั้นพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญแก่จิตก่อนตายไว้ในพระพุทธพจน์ว่า “เมื่อจิตเศร้าหมองไม่ผ่องใส ทุกคติเป็นอันหวังได้” ในทางตรงกันข้าม “...เมื่อจิตผ่องใส ไม่เศร้าหมอง สุกติเป็นอันหวังได้”^{๑๘๓} ผู้ที่กระทำอติวิบาตกรรมมักเกิดแต่ความทุกข์ จากการงานบ้าง จากการผิดหวังในความรักบ้าง จากโรคภัยไข้เจ็บรุมเร้าบ้าง ดังนั้น จิตก่อนตายที่เศร้าหมองจากภาวะตกงาน ภาวะเป็นโรค ภาวะซึมเศร้า จึงเป็นจิตที่ไม่ผ่องใส เป็นจิตที่เศร้าหมอง โลกหลังความตายจึงกลายเป็นทุกข์ภูมิหรืออบายภูมิ

การเข้าใจโลกและชีวิตในลักษณะเช่นนี้จัดเป็นสัมมาทิฐิ เมื่อมีความเห็นถูกต้องแล้วย่อมทำให้เกิดสติและปัญญาในการแก้ไขปัญหา อย่างน้อยที่สุดก็สามารถทำใจยอมรับกับสภาพปัญหาเหล่านั้นได้อย่างมีสติ การเข้าใจกฎแห่งกรรม จะทำให้ยอมรับวิบาก คือผลของกรรมได้ดียิ่งขึ้น เพราะเป็นการรู้เท่าทัน การปลูกฝังสัมมาทิฐิจึงเป็นแนวทางป้องกันการทำอติวิบาตกรรมที่สำคัญเป็นอย่างมากเพราะเป็นการป้องกันที่ต้นตอของปัญหา เรียกเป็น ทิฐิขุกรรม คือการทำความเข้าใจที่ถูกต้อง

ผลที่ตามมาจากการปลูกฝังสัมมาทิฐิ คือความเห็นชอบนั้น จะก่อให้เกิดมรรคข้ออื่นๆ ควบคู่กันไปอีก ๗ ประการ จนครบ ๘ ประการ คือ สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ) สัมมาวาจา (วาจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (การงานชอบ) สัมมาวายามะ (ความพยายามชอบ) สัมมาอาชีวะ (อาชีพชอบ) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (ตั้งใจชอบ) เมื่ออริยมรรคเกิดขึ้นครบ ๘ ประการ โอกาสที่จะ

^{๑๘๑} ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๒๕๒/๒๙๗-๒๙๘.

^{๑๘๒} ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๒๕๙/๓๕๐.

^{๑๘๓} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๔๑/๔๗๗-๔๗๘.

ก่อให้เกิดความเสี่ยงที่จะกระทำอัศวินบาตกรรมย่อมเป็นไปได้ยากยิ่งขึ้น เพราะมรรคมงคล ๘ นี้เป็นหนทางไปสู่ความสุข ความสำเร็จแม้ในมรรค ผลและนิพพานเป็นที่สุดด้วย

การปลูกฝังสัมมาทิฐินี้สามารถทำได้โดยวิธีการที่ตามพระพุทธพจน์ว่า “ปัจจัยให้เกิดสัมมาทิฐิ ๒ อย่างนี้คือ ปรีโธโสและโยนิโสมนสิการ”^{๑๘๔} ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

๑. ปรีโธโส

ปัจจัยภายนอกที่ทำให้เกิดสัมมาทิฐิ คือ ปรีโธโส หมายถึง เสี่ยงจากผู้อื่นหรือเสี่ยงจากภายนอก มีความหมายครอบคลุมถึงสภาพแวดล้อมภายนอกทุกประการที่มีอิทธิพลต่อการหล่อหลอมชีวิตของบุคคล ไม่ว่าจะเป็นคำแนะนำ คำสั่งสอน การโฆษณาประชาสัมพันธ์ ข้อมูลข่าวสาร คำอธิบายชี้แจง ตลอดจนการเรียนรู้และการเลียนแบบจากแหล่งภายนอกต่างๆ อาจเรียกว่า ปัจจัยทางสังคมหรือกระบวนการหล่อหลอมทางสังคมก็ได้ โดยแหล่งสำคัญของการเรียนรู้ประเภทนี้ เช่น พ่อ แม่ ครูบาอาจารย์ มิตรสหาย คนมีชื่อเสียง สื่อมวลชนทุกแขนง ตลอดจนสถาบันศาสนาและวัฒนธรรม เป็นต้น

๒. โยนิโสมนสิการ

ปัจจัยที่ทำให้เกิดสัมมาทิฐิ คือ การมีโยนิโสมนสิการ หมายถึงการทำให้เข้าใจโดยถูกอุบาย โดยถูกทางกล่าวคือ การนึก การน้อม การผูกใจ การใส่ใจ การทำให้เข้าใจในสิ่งที่ไม่เที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นทุกข์ ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าอนัตตา หรือโดยสังขยานุโลมิกญาณ^{๑๘๕} การสร้างสัมมาทิฐิด้วยวิธีการแห่งปัญญา คำว่า “โยนิโสมนสิการ” ประกอบด้วย โยนิโส + มนสิการ โยนิโส “โยนิ” แปลว่า ต้นเหตุต้นเค้า แหล่งเกิด ส่วนคำว่า “มนสิการ” แปลว่าการทำในใจ การคิด คำนึง นึกถึงใส่ใจพิจารณา เมื่อรวมสองคำเข้าด้วยกันมักแปลสับสน กันมาว่า การทำในใจโดยแยบคาย^{๑๘๖} หมายถึง การใช้ความคิดถูกวิธีคิดอย่างมีระเบียบ คิดหาเหตุผล สืบค้นต้นเค้า สืบสาวให้ตลอดสาย แยกแยะสิ่งทั้งหลายให้เห็นความจริงตามความสัมพันธ์ แห่งเหตุปัจจัย โดยไม่เอาความรู้สึกด้วยตัณหาอุปาทานของตนเข้าจับ^{๑๘๗} ไตรสิกขากับโยนิโสมนสิการ ก็ถือว่าเป็นหลักธรรมที่จะต้องคอยอาศัยหนุนเนื่องกันอยู่เสมอ กล่าวคือ โยนิโสมนสิการถือเป็นเบื้องต้น หรือพื้นฐานของการศึกษาตามหลักไตรสิกขา เพราะเมื่อโยนิโสมนสิการเกิดขึ้น ก็ทำให้บุคคลนั้นรู้จักตั้งตัวไว้ชอบ คือดำรงชีวิตอยู่หลักเบื้องต้นของไตรสิกขา คือศีล และเมื่อบุคคลมีศีลเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิต ก็เป็นขั้นตอนที่จะทำให้ง่าย และเป็นการปูพื้นฐานให้ เกิดสมาธิ และปัญญาตามมาเป็นลำดับ โยนิโสมนสิการเป็นองค์ประกอบภายใน ถือว่ามีความสำคัญอย่างมากต่อการเกิดขึ้นของสัมมาทิฐิ โดยเฉพาะโลกุตตรสัมมาทิฐิ

^{๑๘๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๙๗/๕๓๙.

^{๑๘๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๕/๑๘.

^{๑๘๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ปัญญา, ๒๕๓๕), หน้า ๓๑.

^{๑๘๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ปรัชญาการศึกษาไทย, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิโลกมลิคิมทอง, ๒๕๓๓), หน้า ๑๗๒.

๔.๒.๑.๒ วิธีการป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมด้วยการปลุกสัมมาทิฐิ

ดังที่กล่าวมาแล้วว่าการปลุกสัมมาทิฐินั้นสามารถกระทำได้เป็น ๒ กระบวนการ คือโปรโตโมสะและโยนิโสมนสิการ ดังนั้น การป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมด้วยแนวทางนี้ จึงสามารถกำหนดเป็นรูปแบบได้ ดังนี้

๑. การตั้งศูนย์ให้คำปรึกษา (โปรโตโมสะ)

ผู้ที่กระทำอัตวินิบาตกรรมส่วนมากเป็นผู้ที่มีปัญหาใดปัญหาหนึ่งเกิดขึ้นในชีวิตแล้ว ไม่สามารถหาทางออกได้ด้วยตนเอง จึงเลือกที่จะฆ่าตัวตายเพื่อหนีปัญหาเหล่านั้น แต่หากได้พูดคุย หรือระบายปัญหาเหล่านั้นกับบุคคลที่ไว้วางใจได้ และได้รับคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ จะสามารถยับยั้ง ชั่ววูบของความคิดนั้นได้ การตั้งศูนย์ให้คำปรึกษาจึงเป็นแนวทางหนึ่งที่ทำให้ผู้ที่คิดจะฆ่าตัวตายมี ทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น

๒. การบรรจุกระบวนการคิดไว้ในหลักสูตรการศึกษา (โยนิโสมนสิการ)

กระบวนการคิดที่เรียกว่าโยนิโสมนสิการนั้นเป็นกระบวนการที่ครอบคลุมและ สามารถนำมาแก้ไขปัญหาหรือสร้างสันติธรรมได้ทุกอย่าง การส่งเสริมให้มนุษย์คิดเป็นจึงเป็นเรื่อง ที่สำคัญมาก แต่การคิดเป็นนั้นไม่สามารถที่ปลูกฝังกันได้ในเวลาเพียงสั้นๆ ต้องใช้การเพาะบ่ม และฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ดังนั้น หากกระบวนการศึกษาสามารถนำรูปแบบของการคิดแบบโยนิโส มนสิการเข้าไปประยุกต์ในการจัดการเรียนการสอน จะเป็นการปลูกฝังให้มนุษย์คิดเป็น การ “คิด เป็น” นี้เองที่จะทำให้มองเห็นว่าการทำอัตวินิบาตกรรมนั้นไม่ใช่ทางออกของปัญหา อันจะเป็นการ ป้องกันปัญหานี้ได้อย่างแท้จริง

โดยสรุปคือ การสร้างสัมมาทิฐิคือการสร้างความเห็นชอบ ความเข้าใจที่ถูกต้อง โดยเฉพาะการเข้าใจในชีวิตและโลกตามความเป็นจริง จะทำให้เกิดปัญญาเท่าทันความทุกข์ที่เกิดขึ้น ในชีวิต ไม่เลือกวิธีการกระทำอัตวินิบาตกรรมเป็นทางออกในแก้ปัญหา กระบวนการปลูกฝังสัมมาทิฐิ นั้นมี ๒ ประการคือ โปรโตโมสะ การรับฟังผู้อื่น และโยนิโสมนสิการ การคิดอย่างแยบคาย รอบคอบ ด้วยธรรม ๒ ประการนี้จะทำให้เกิดทักษะ ความรู้ที่ถูกต้อง อันจะเป็นการป้องกันการทำ อัตวินิบาตกรรมได้

กล่าวโดยสรุป การป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมตามหลักพุทธบูรณาการ เป็นการ นำความรู้ทางด้านพุทธศาสนาวิเคราะห้ให้เห็นปัญหา มูลเหตุของปัญหา กำหนดเป้าหมายของการ แก้ไขปัญหาและใช้หลักพุทธธรรมในการแก้ไขปัญหา ในกระบวนการเหล่านี้มีการผสมผสานองค์ ความรู้จากสหวิทยาการอย่างหลากหลาย เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์รอบด้าน ลักษณะเช่นนี้จึงเรียกว่า พุทธบูรณาการ

สำหรับการบูรณาการเพื่อเป็นแนวทางในการป้องกันการทำอัตวินิบาตกรรมนั้น สามารถกระทำได้โดยการกำหนดปัญหาที่ชัดเจน และกำหนดแนวทางแก้ไขโดยจำแนกออกเป็น ๒ ประเด็น คือ สาเหตุที่เกิดจากผู้กระทำอัตวินิบาตกรรมใช้หลักการปลูกฝังสัมมาทิฐิ เพื่อให้เกิดความ เข้าใจในชีวิตและโลกอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง เพื่อมีปัญญาถูกต้อง เห็นชอบตามทำนองคลอง ธรรมแล้ว ความเสี่ยงที่จะแก้ไขปัญหาโดยการกระทำอัตวินิบาตกรรมย่อมหมดไป ส่วนสาเหตุที่เกิด จากบริบททางสังคม สภาพแวดล้อม และแนวทางช่วยเหลือจากผู้อื่น ผู้วิจัยเห็นว่า หลักความเป็น

กัลยาณมิตรเหมาะสมที่สุดที่จะนำมาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหานี้ เนื่องจากความเป็นมิตรที่ดีต่อกันจะทำให้เกิดความไว้วางใจและร่วมกันแก้ไขปัญหได้ในที่สุด