

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มนุษย์จัดว่าเป็นสัตว์ชนิดหนึ่งที่อาศัยโลกเป็นอยู่เช่นเดียวกับสรรพสัตว์ทั้งหลาย^๑ ทั้งมนุษย์และสัตว์เดรัจฉานมีลักษณะที่เหมือนกันคือ ต้องการอาหาร น้ำ และอากาศเป็นปัจจัยเลี้ยงชีวิต มีการขับถ่าย มีการหลับนอน มีความสามารถในการสืบพันธุ์ มีความกลัวและป้องกันภัย เมื่อว่าโดยสัญชาตญาณแล้วมนุษย์เป็นสัตว์ประเภทที่มีสัญชาตญาณน้อยกว่าสัตว์ชนิดอื่น แต่เป็นสัตว์ที่มีลักษณะพิเศษมากกว่าสัตว์ชนิดอื่น “ลักษณะพิเศษของมนุษย์ เช่น รู้จักใช้เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม รู้จักแต่งตัวได้สวย กินอาหารได้มากมายหลายประเภท เนื้อก็กินได้ พืชก็กิน มนุษย์มีมันสมองที่ประเสริฐ ฉลาดฉลาดสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม สามารถดัดแปลงสิ่งแวดล้อมมาใช้ประโยชน์ และที่สำคัญคือสามารถสะสมและถ่ายทอดวัฒนธรรมจากคนรุ่นหนึ่งไปยังรุ่นต่อ ๆ ไป”^๒

มนุษย์ประกอบด้วยส่วนสำคัญ ๒ ส่วนคือ กายกับใจ ซึ่งมักเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า รูปกับนาม หรือ นามรูป^๓ ซึ่งอาศัยปัจจัยต่าง ๆ จึงได้เกิดมีขึ้น ทั้งสองส่วนนี้ล้วนมีความสัมพันธ์กันและกัน ต้องอิงอาศัยกันและกัน เมื่อได้ปัจจัยสนับสนุนด้วยดี ทั้งกายและใจจึงจะมีการพัฒนาไปได้ แต่เมื่อใดที่ขาดปัจจัยสนับสนุน เมื่อนั้นมนุษย์ก็ย่อมได้รับความลำบากในการดำรงชีวิตตลอดถึงการพัฒนาคุณภาพของมนุษย์เอง มนุษย์จำเป็นจะต้องดูแลรักษาทั้ง ๒ ส่วนคือทั้งกายและใจควบคู่กันไป เพื่อการเกื้อกูลแก่กันและกัน เพราะเมื่อส่วนใดเกิดความไม่สมดุลขึ้นอีกส่วนหนึ่งก็พลอยได้รับผลกระทบไปด้วยเช่นกัน มนุษย์และสัตว์จำเป็นต้องอาศัยอาหารซึ่งเป็นปัจจัยหลักในการดำรงชีพของตนเป็นเบื้องต้น เมื่อได้อาหารจึงมีชีวิตอยู่ได้ เมื่อมีชีวิตอยู่มนุษย์จึงสามารถประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ได้ เมื่อขาดอาหารไปสัตว์ทุกจำพวกก็ย่อมได้รับความลำบากในการดำรงชีวิต และเป็นอุปสรรคต่อการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ของตน เพราะสิ่งมีชีวิตในโลกนี้ย่อมเป็นอยู่ได้ด้วยอาหาร พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงเรื่องนี้ไว้ว่า “สพเพ สตตา อาหารภูฏิติกา สัตว์ทุกจำพวกดำรงอยู่ได้ด้วยอาหาร”^๔ ร่างกาย

^๑ ส.ส. (บาลี) ๑๕/๓๓/๒๘, ส.ส. (ไทย) ๑๕/๓๓/๔๑.

^๒ ฌรณค์ เส็งประชา, **มนุษย์กับสังคม**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๑), หน้า ๑๒.

^๓ ที.ม. (บาลี) ๑๐/๕๗/๒๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๗/๓๒.

^๔ อ.ทสก. (บาลี) ๒๔/๒๗/๓๙-๔๔, อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๒๗/๖๑, ขุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๑/๓, ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑/๕.

ของมนุษย์มีความต้องการอาหาร เมื่อมีอาหารค้ำจุนร่างกายจึงสามารถที่จะประกอบกิจการงานในระดับต่าง ๆ ได้ กายมีความพร้อมในการทำงาน ก็เป็นผลเกื้อกูลให้แก่วิถีที่จะพัฒนาสืบต่อไป เมื่อร่างกายได้รับอาหารเป็นปกติ ใจก็ได้รับความเป็นปกติในการที่จะทำหน้าที่ แต่เมื่อร่างกายขาดอาหารที่จะมาหล่อเลี้ยงแล้ว มนุษย์ย่อมพบกับอาการผิดปกติทางร่างกายและจิตใจที่ปรากฏเกิดขึ้น อาการผิดปกติทางร่างกายที่เกิดขึ้นนั้นคือความหิว

ความหิวเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์และเป็นทุกข์ทางกายที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจ เมื่อมีความหิวปรากฏร่างกายและจิตใจของมนุษย์ก็ได้รับผลกระทบอย่างเต็มที่และเห็นได้ชัดเจน บุคคลผู้ประสบความหิวแล้วย่อมจะเกิดอาการอดิโรย ถึงแม้ต้องการที่จะพัฒนาตนเองก็ไม่สามารถที่จะทำได้ แม้สามารถจะอดทนต่อความหิวไม่ให้งำเริบได้ แต่การขาดอาหารก็ทำให้บุคคลนั้น เกิดอาการอดิโรย ศักยภาพลดน้อยลงจนถึงไม่สามารถที่ดำเนินต่อไปได้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อนที่จะตรัสรู้ พระองค์ก็ทรงแสวงหาทางตรัสรู้ธรรม ทรงบำเพ็ญทุกกรกิริยา ในวาระสุดท้ายพระองค์ทรงอดพระกระยาหารจนพระวรกายของพระองค์อดิโรย ทำให้พระองค์ทรงประจักษ์ด้วยพระองค์เองว่าไม่ใช่ทางที่จะทำให้ตรัสรู้ได้ การที่จะตรัสรู้ได้จะต้องมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ จึงหวนกลับมาเสวยพระกระยาหารและปฏิบัติตามทางสายกลาง^๕ ความหิวเป็นอาการที่เกิดขึ้นเพราะขาดอาหาร เป็นการส่งสัญญาณบอกให้รู้ว่าร่างกายต้องการอาหารที่ร่อยคอยการบำบัด เมื่อไม่มีอาการรบกวนจากความหิวทั้งร่างกายและจิตใจมีความพร้อมในการทำภารกิจทั้งหลาย ทั้งกายและใจจึงอยู่ในฐานะที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติภารกิจในระดับต่าง ๆ ของมนุษย์^๖

ความหิวในทางพระพุทธศาสนาจัดว่าเป็นภัยชนิดหนึ่ง^๗ ซึ่งเกิดจากการอดอาหารผนวกกับการขาดแคลนอาหารที่จะนำมาเป็นปัจจัยในการหล่อเลี้ยงชีวิต ทำให้เป็นอันตรายแก่การดำเนินชีวิต และทำอันตรายต่อการมีชีวิตอยู่ของมนุษย์ ในถิ่นที่อยู่ซึ่งมีภัยนี้เกิดขึ้นมนุษย์จำต้องทั้งถีนแสวงหาถิ่นที่มีความอุดมสมบูรณ์ด้วยอาหารเพื่อการมีชีวิตรอด ในถิ่นที่ขาดแคลนอาหารซึ่งเป็นเหตุปัจจัยเชื่อมโยงไปถึงความหิวของมนุษย์ มนุษย์ต้องประสบกับความทรมานจากการอดอยากด้วยสาเหตุหลากหลายประการ ทั้งเหตุปัจจัยในปัจจุบันและเหตุปัจจัยในอดีต และยังเป็นเหตุให้มนุษย์สร้างกรรมที่เป็นบาปเพียงเพราะต้องการจะบำบัดความหิว^๘

^๕ พระพิมลธรรม (ชอบ อนุจารี), **พุทธประวัติที่ศรัทธา**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : กองทุนบุญนิธิหอไตร, ๒๕๔๕), หน้า ๔๕.

^๖ พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ จิต เจตสิก รูป นิพพาน**, (กรุงเทพมหานคร : ทิพย์วิสุทธิการพิมพ์), หน้า ๓๔.

^๗ ชู.ชา. (บาลี) ๒๗/๑๒๗/๒๒๙, ชู.ชา. (ไทย) ๒๗/๑๒๗/๓๔๓.

^๘ มหามกุฏราชวิทยาลัย, **พระธัมมปัทมฎกถาแปล ภาค ๖**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๕-๖.

มนุษย์มีความจำเป็นต้องบริโภคอาหารเพื่อความอยู่รอดประการหนึ่ง อีกประการหนึ่ง เพื่อให้สะดวกแก่การพัฒนาคุณภาพของตัวมนุษย์เอง และเพื่อลดอาการเสียดแทงที่เกิดขึ้นในร่างกาย อาการที่เสียดแทงทำให้ร่างกายเจ็บปวดและความกระสับกระส่าย สูญเสียความสบายไปนี้ชื่อว่าโรค^๙ พระพุทธศาสนาจึงได้จัดความหิวว่าเป็นโรคชนิดหนึ่ง ที่รักษาได้ยากที่สุดในบรรดาโรคทั้งหลาย จัดว่าเป็นยอดแห่งโรค^{๑๐} เพราะความหิวเมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมมีอาการเสียดแทง ทำให้มนุษย์ได้รับความเจ็บปวด จนได้รับความลำบากทรงภาวะปกติของตน สูญเสียความตั้งใจในการพัฒนาตนเอง เมื่อร่างกายมีความหิวต้องการอาหารก็เกิดร่างกายกระสับกระส่าย เมื่อร่างกายกระสับกระส่ายย่อมมีผลกระทบไปถึงจิตใจ ซึ่งเป็นตัวรับรู้อาการที่เกิดขึ้น เพราะการกระทำทั้งหลายของกายล้วนเกิดจากใจเป็นผู้สั่งการ^{๑๑} ดังนั้น เมื่อมนุษย์มีร่างกายกระสับกระส่าย ไม่พร้อมในการทำงาน จิตใจก็เกิดความไม่พร้อมเช่นเดียวกัน

ความหิวสร้างความแปรปรวนให้แก่ร่างกายและจิตใจของมนุษย์ ในขณะที่มนุษย์มีอาการหิวอยู่นั้นร่างกายก็กระสับกระส่าย จิตใจก็อาจเสียความมั่นคงไป ความหิวสามารถส่งผลให้คนผู้ประสบความหิวอยู่นั้นเกิดอาการต่าง ๆ ทางจิตได้มากมาย เช่น อาการโกรธ หงุดหงิด ฟุ้งซ่าน น้อยใจ เสียใจ กังวลใจ เป็นต้น^{๑๒} อาการทางจิตต่าง ๆ นี้ล้วนเป็นอันตรายต่อตัวผู้หิวเองและต่อบุคคลและสิ่งของที่อยู่รอบข้างได้ ภัยจากความหิวเป็นเหตุให้มนุษย์สามารถนึกได้แม้กระทั่งเนื่อบุตรของตนเพื่อประทังชีวิตในทางกัณดาร^{๑๓} ความหิวเป็นทางปิดกั้นความดีในระดับที่สูง ๆ ขึ้นไป จึงเป็นเหตุให้พระพุทธเจ้าบัญญัติสิกขาบทเพื่อป้องกันปัญหาอันเนื่องมาจากความหิว ที่จะมีต่อการประพฤติพรหมจรรย์ของพระภิกษุ^{๑๔}

ถึงแม้ว่าความหิวจะเป็นภัยอันตรายที่ส่งผลร้ายแรงต่อมนุษย์ก็ตาม ในทางตรงกันข้าม ความหิวก็สามารถเป็นบ่อเกิดของความดีได้ทั้งต่อตนเองและผู้อื่นก็สามารถถือเอาประโยชน์จากความหิวของผู้อื่นได้ เช่น มีการยอมอดอาหารเพื่อที่จะรักษาอุโบสถศีล จนสามารถไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ได้^{๑๕} ที่สูงยิ่งขึ้นไปกว่านั้น คือ ผู้มีอินทรีย์แก่กล้าสามารถยึดเอาความหิวเป็นอารมณ์ของการ

^๙ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต ปัจจุบันดำรงสมณศักดิ์ที่พระพรหมคุณาภรณ์), **ดุลยภาพสาระแห่งสุขภาพและความสมบูรณ์**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๐), หน้า ๘.

^{๑๐} พ.ศ. (บาลี) ๒๕/๒๐๓/๕๒, พ.ศ. (ไทย) ๒๕/๒๐๓/๙๕.

^{๑๑} พ.ศ. (บาลี) ๒๕/๑/๑๕, พ.ศ. (ไทย) ๒๕/๑/๒๓.

^{๑๒} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **ดุลยภาพสาระแห่งสุขภาพและความสมบูรณ์**, หน้า ๒๑.

^{๑๓} พ.ศ. (บาลี) ๓๐/๑๕๑/๓๐๔-๓๐๕, พ.ศ. (ไทย) ๓๐/๑๕๑/๔๘๑.

^{๑๔} วิมहा. (บาลี) ๒/๒๔๗-๒๔๘/๒๓๔-๒๓๕, วิมहा. (ไทย) ๒/๒๔๗-๒๕๑/๔๐๔-๔๐๖.

^{๑๕} มหามกุฏราชวิทยาลัย, **พระธัมมปัทมฎกถาแปล ภาค ๒**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๖๐.

บำเพ็ญวิปัสสนาก็สามารถบรรลุคุณธรรมขั้นสูงได้^{๑๖} แม้แต่การมองเห็นความหิวที่เกิดขึ้นในบุคคลอื่น ก็สามารถนำมาเป็นฐานในการสร้างความดีให้แก่ตนเองได้เช่นกัน^{๑๗}

มนุษย์มีความจำเป็นที่จะต้องบำบัดความหิวก่อนที่จะทำกิจกรรมในการพัฒนาตนเอง เพราะในขณะที่มีความหิวอยู่นั้นมนุษย์อาจอยู่ในภาวะที่ใกล้กับความหลง จนในบางครั้งอาจทำให้มนุษย์บำบัดความหิวที่ไม่ควรจะเป็น เพราะพิษภัยแห่งความหิวสามารถทำให้มนุษย์ทำสิ่งที่คาดไม่ถึงได้ พระพุทธศาสนามีการสอนให้ถือเอาประโยชน์จากความทุกข์ด้วยการมีสติรู้เท่าทันความจริงของรูปและนาม^{๑๘} ความหิวเป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นในมนุษย์ที่สามารถจะนำมาเป็นฐานที่จะทำให้เกิดความดีแก่ตนได้ จึงนับได้ว่าเป็นศาสนาที่เสนอหลักการบำบัดความหิวที่ส่งเสริมสนับสนุนการดูแลรักษาและการพัฒนามนุษย์ให้มีคุณภาพ ทั้งเป็นหลักในการป้องกันไม่ให้เกิดความมักมากในการกิน อันจะเป็นทางที่ทำให้มนุษย์รู้จักคุณค่าบำบัดความหิว^{๑๙}

จากเนื้อหาที่ได้นำเสนอมานั้น ผู้วิจัยได้พบประเด็นปัญหาว่า มนุษย์เป็นสัตว์พิเศษที่สามารถพัฒนาให้มีคุณภาพสูงกว่าสัตว์ทุกจำพวก และมนุษย์จะสูงกว่าสัตว์จำพวกอื่นได้ด้วยการพัฒนา ประเด็นที่ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษา คือ มนุษย์จำเป็นที่จะต้องบริโภคอาหารซึ่งเป็นปัจจัยหลักตามปกติ เพื่อการดำรงชีวิตและสร้างความดี เมื่อขาดอาหารแล้วมนุษย์ย่อมต้องประสบกับความหิวอันแสนร้อน ซึ่งเป็นอุปสรรคขัดขวางในการดำรงชีวิตอย่างผาสุกตามปกติของมนุษย์เป็นอย่างมาก รวมถึงสาเหตุที่ทำให้ความหิวต้องกำเริบและทำอันตรายให้แก่มนุษย์ ประเด็นที่ว่าอิทธิพลของความหิวในฐานะเป็นยอดโรค ว่าเพราะเหตุใดจึงได้เป็นยอดโรค และเมื่อมนุษย์ถูกความหิวครอบงำแล้วจะมีความลำบากและเป็นอันตรายแก่มนุษย์สักมากน้อยเพียงใด วิธีการบำบัดความหิวอย่างถูกต้อง ตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่ได้แสดงหลักของการบำบัดความหิวไว้ ซึ่งในอดีตและปัจจุบันมีคนเป็นจำนวนมากเมื่อหิวแล้วก็ได้แต่กระสับกระส่ายทวนทวายจากอาการหิวที่ปรากฏโดยมิได้มีการแก้ไขและป้องกัน ทั้งยังมีคนจำนวนมากที่บำบัดความหิวด้วยวิธีที่ไม่สมควรทั้งสิ่งที่นำมาบำบัดและการบำบัดที่เกินไปจากความพอดีของร่างกาย ซึ่งก็ทำให้ร่างกายไม่ได้รับความผาสุกไปเช่นกัน ทั้งนี้ก็เป็นผลอันเนื่องมาจากความหิวนั่นเอง และประเด็นที่ว่ามนุษย์สามารถทำความหิวให้เกิดคุณค่าทั้งต่อตัวผู้หิวและบุคคลอื่น โดยเอาความหิวเป็นฐานสร้างกุศลคุณความดี

ปัญหาข้อสงสัยเหล่านี้ ผู้วิจัยเห็นว่าถ้าได้ทำการวิจัยหาคำตอบก็จะทำให้รู้จักกับความหิวที่มีมาพร้อมกับการมีชีวิตของมนุษย์ และการบำบัดความหิวที่ถูกต้องเหมาะสมตามแนว

^{๑๖} มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๘๘.

^{๑๗} มหามกุฏราชวิทยาลัย, พระธัมมปทัฏฐกถาแปล ภาค ๒, หน้า ๔๐.

^{๑๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐๑๒๕๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๑๙} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๒๓/๑๔, ม.ม. (ไทย) ๑๒ /๒๓/๒๓.

พระพุทธศาสนา อีกทั้งอิทธิพลและคุณค่าของหลักการบำบัดความหิวที่มีต่อการพัฒนาชีวิตของมนุษย์ อันเป็นผลการวิจัยที่จะเป็นผลเกื้อกูลแก่การพัฒนามนุษย์และสังคมต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความหิวที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาการบำบัดความหิวในพระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาอิทธิพลและคุณค่าของหลักการบำบัดความหิว

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความหิวที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาเถรวาท โดยมีประเด็นที่ต้องการทราบ คือ

- ๑.๓.๑ พระพุทธศาสนาเถรวาทได้กล่าวถึงความหิวของมนุษย์และสัตว์ไว้อย่างไรบ้าง
- ๑.๓.๒ พระพุทธศาสนาเถรวาทได้เสนอหลักการและวิธีการที่เกี่ยวกับการบำบัดความหิวไว้อย่างไรบ้าง
- ๑.๓.๓ พระพุทธศาสนาเถรวาทได้กล่าวถึงหลักการบำบัดความหิวว่ามีอิทธิพลเป็นอันตรายต่อมนุษย์อย่างไร และหลักการบำบัดความหิวเป็นฐานของการทำให้เกิดคุณค่าได้มากน้อยแค่ไหน อย่างไรบ้าง

๑.๔ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

ความหิว หมายถึง ความต้องการจะกิน ในที่นี้หมายถึง ความต้องการจะกิน ในเมื่อร่างกายมีความต้องการอาหาร ซึ่งเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการบำบัดความหิว เมื่อร่างกายขาดอาหาร จึงเกิดความหิวซึ่งมีผลกระทบไปทั้งร่างกายและจิตใจ เมื่อมีความหิวทางร่างกาย จิตใจก็อาจแปรปรวนจนแสดงอาการผิดปกติออกมาทางกิริยาทางกาย ผู้ตกอยู่ในความหิวเชื่อวากำลังตกอยู่ในอาการของคนไข้ ความหิวจึงนับได้ว่าเป็นโรคชนิดหนึ่ง

การบำบัดความหิว หมายถึง การกำจัดความหิวให้เสื่อมสลายไป ระบายไปไม่แสดงอาการออกเมื่อถูกบำบัดแล้ว ซึ่งต้องกระทำตามกระบวนการและวิธีการบำบัดความหิว โดยการบริโภคอาหารคือข้าวที่กลืนกินลงลำคอลงไปอย่างถูกต้องเหมาะสม

อิทธิพลของความหิว หมายถึง อำนาจของความหิวซึ่งสามารถบันดาลให้เกิดอาการต่าง ๆ ตามมา จัดว่าเป็นอันตรายทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทั้งต่อตนเองและต่อบุคคลอื่นด้วย

คุณค่าของความหิว หมายถึง ความดีหรือว่าผลดีที่มีอยู่ในความหิว เป็นประโยชน์หรือทำให้เกิดประโยชน์ขึ้นมาต่อผู้ประสบและต่อบุคคลอื่น

หลักการบำบัดความหิว หมายถึง วิธีการ กฎเกณฑ์ หรือแนวทาง ที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดความหิว ซึ่งจะนำมาเป็นบรรทัดฐานในการบำบัดความหิว

พระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง วาตะหรือลัทธิของพระเถระ ที่ได้คงคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไว้ทั้งหมดโดยมิได้ตัดส่วนที่เล็กน้อยที่พระพุทธองค์ตรัสถึงออก จัดเป็นนิกายฝ่ายใต้ ของพระพุทธศาสนาที่ยึดถือตามคติของพระเถระอรหันตสาวก ที่ได้ร่วมกันจัดหมวดหมู่พระธรรมวินัยไว้เป็นแบบแผนในการยึดถือปฏิบัติตั้งแต่การทำปฐมสังคายนา

๑.๕ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ก. หนังสือ

๑.๕.๑ ดร. กันยา สุวรรณแสง ได้เขียนหนังสือเรื่อง “จิตวิทยาทั่วไป” ในงานเขียนเรื่องนี้ได้นำเสนอแนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มต่าง ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้ ได้แก่ กลุ่มพฤติกรรมนิยม ซึ่งได้กล่าวถึงคนเรามีพฤติกรรมหรือเปลี่ยนพฤติกรรมก็เกิดจากภาวะความเป็นไปในร่างกายของเรา วัตเวิร์ธ (Woodworth) อธิบายว่าเมื่อร่างกายมีความต้องการ ก็จะก่อพลังงานซึ่งเรียกว่า แรงขับนักสังคมวิทยาให้แนวคิดที่ว่าแรงขับภายในร่างกายมนุษย์เป็นสาเหตุพื้นฐานของพฤติกรรม ต่อมาได้ให้เหตุผลว่าคำว่า แรงขับ มีความหมายไม่เพียงพอที่ครอบคลุมการเปลี่ยนพฤติกรรมทั้งหมดซึ่งรวมถึงทางสังคมด้วย จึงเรียกว่า “แรงจูงใจ” และได้สรุปว่า การเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากแรงจูงใจ ๒ ประการ คือ แรงจูงใจทางร่างกาย เช่น ความหิว ความกระหาย ฯลฯ และแรงจูงใจทางสังคม เช่น ความรัก ความอบอุ่น เป็นต้น^{๒๐}

๑.๕.๒ ดร. จุฑา ทองถาวร ได้เขียนหนังสือเรื่อง “มนุษย์สัมพันธ์” ในงานเขียนเรื่องดังกล่าวได้กล่าวถึงเกี่ยวกับความหิวว่า เป็นความต้องการของมนุษย์ทางพระพุทธศาสนากับความต้องการของมนุษย์ของมาสโลว์นักจิตวิทยากลุ่มมนุษยนิยม ชาวสหรัฐอเมริกา ว่า พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงมนุษย์ที่ทำงานต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการของตน มนุษย์มีความต้องการขั้นมูลฐาน คือ ปัจจัย ๔ ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ในขณะที่มาสโลว์ได้แบ่งความต้องการของบุคคลไว้ ๕ ระดับ คือ ความต้องการด้านสรีรวิทยา ซึ่งก็ได้แก่ความต้องการปัจจัย ๔ เช่นเดียวกัน ความต้องการความมั่นคงและปลอดภัยของชีวิต ความต้องการด้านสังคม ความต้องการจะมีเกียรติยศชื่อเสียงและความต้องการความสำเร็จแห่งตน จากแนวคิดทั้งพระพุทธศาสนาและมาสโลว์สามารถสรุปรวบยอดได้ว่า ธาตุแท้ของมนุษย์ มีความต้องการทางร่างกายและความต้องการทาง

^{๒๐} กันยา สุวรรณแสง, จิตวิทยาทั่วไป, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : รวมสาส์น, ๒๕๔๔), หน้า ๙๐.

จิตใจ ความต้องการเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้มนุษย์ดิ้นรนเพื่อแสวงหาทางสนองความต้องการเหล่านั้น^{๒๑}

๑.๕.๓ ณรงค์ เล็งประชา ได้เขียนหนังสือเรื่อง “มนุษย์กับสังคม” ในงานเขียนเรื่องดังกล่าวได้กล่าวถึงความหิวว่าเป็นลักษณะสากลของมนุษย์และสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย ซึ่งได้สรุปไว้ว่า สิ่งมีชีวิตทุกชนิดต้องการอาหาร น้ำและอากาศ มีความสัมพันธ์ใกล้ชิด และต้องพึ่งพาอาศัยสิ่งแวดล้อมทางกายภาพและชีวภาพสิ่งมีชีวิตทั้งหลายมีการขยายพันธุ์ จนถึงจุดหนึ่งอาหารที่ใช้เลี้ยงชีวิตจะขาดแคลนลง แล้วสิ่งมีชีวิตก็จะมีการต่อสู้แข่งขันเพื่อแย่งชิงอาหาร การที่สิ่งมีชีวิตจำเป็นต้องแข่งขันแย่งอาหาร จะทำให้เกิดกระบวนการคัดเลือกของธรรมชาติ จึงทำให้มีวิวัฒนาการของอวัยวะและพฤติกรรมตามมา สัตว์ที่สามารถมีวิวัฒนาการในทางที่ได้เปรียบก็ได้ประโยชน์มากกว่า ซึ่งก็เป็นวิวัฒนาการของมนุษย์ที่ทำให้มนุษย์เป็นสัตว์พิเศษกว่าสัตว์เหล่านี้^{๒๒}

๑.๕.๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้เขียนหนังสือเรื่อง “การศึกษาเริ่มต้นเมื่อคนกินอยู่เป็น” ในงานเขียนนี้พอสรุปได้ว่า การรับประทานอาหารเพื่อระงับความหิว อันเป็นเครื่องเกื้อหนุนต่อร่างกาย ทำให้คนเรามีพลังกำลัง เพื่อการทำกิจการงาน ทำหน้าที่ ที่แต่ละบุคคลรับผิดชอบ โดยรวบยอดแล้วท่านก็ให้บริโภคอาหารเพื่อเป็นปัจจัยสนับสนุนการดำเนินชีวิตที่ดีนั่นเอง^{๒๓}

ข. วิทยานิพนธ์

๑.๕.๕ พระเยื้อง ปั่นแห่งเพชร ได้เสนอวิทยานิพนธ์เรื่อง “การบริโภคปัจจัย ๔ ของพระภิกษุสงฆ์:ข้อพิจารณาทางจริยธรรม” ในงานวิจัยนี้พอสรุปได้ว่า การบริโภคเป็นผลเนื่องมาจากความหิวซึ่งเป็นอาการของความต้องการทางร่างกายปกติของมนุษย์ ซึ่งจำเป็นต้องมีการบำบัด คือการบริโภค ซึ่งหมายถึงการกิน การใช้ ปัจจัยในการดำรงชีพ ในงานวิจัยนี้จึงได้เสนอวิธีการบริโภคปัจจัย ๔ เครื่องดำรงชีพของมนุษย์ ข้อว่าด้วยอาหารที่มนุษย์จะต้องอาศัย โดยได้เสนอหลักการวิธีการตามแนวพระพุทธศาสนา^{๒๔}

^{๒๑} จรูญ ทองถาวร, **มนุษย์สัมพันธ์**, (กรุงเทพมหานคร : อักษราพิพัฒน์, ๒๕๓๙), หน้า ๒๒-๒๕.

^{๒๒} ณรงค์ เล็งประชา, **มนุษย์กับสังคม**, พิมพ์ครั้งที่๔, (กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๑), หน้า ๑๑-๑๒.

^{๒๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **การศึกษาเริ่มต้นเมื่อคนกินอยู่เป็น**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา), หน้า ๑๑-๑๓.

^{๒๔} พระเยื้อง ปั่นแห่งเพชร, “การบริโภคปัจจัย ๔ ของพระภิกษุสงฆ์ : ข้อพิจารณาทางจริยธรรม”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๐), หน้า ๑๖-๑๘.

๑.๕.๖ พระสามารถ กนฺตวีโร (พานทอง) ได้เสนอวิทยานิพนธ์เรื่อง “การบริหารปัจจัย : กรณีศึกษาพระทัฬหฬลบุตรเถระ” ได้กล่าวถึงอาหารอันเป็นปัจจัยในการบำบัดความหิว ซึ่งต้องมีการบริหารจัดการที่ดี สรุปความในตอนหนึ่งได้ว่า มนุษย์มีความหิวต้องการจะกินจึงเกิดการแย่งชิงอาหารกักตุนอาหารดังที่ปรากฏในอัครัญญสูตร ดังนั้น พระพุทธองค์จึงให้ภิกษุเลี้ยงชีวิตด้วยการบิณฑบาต และไม่อนุญาตให้เก็บสะสมอาหารไว้ค้างคืน ให้บริโภคอาหารเพื่อบำรุงชีวิตให้ดำรงอยู่เพื่อจะปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ มิใช่เพื่อการบำรุงกิเลสตัณหา นี่ก็แสดงว่าความหิวส่งผลต่อความโลภ ซึ่งเป็นมูลของอกุศลให้ปรากฏออกมา^{๒๕}

๑.๕.๗ พระสุชาติ สุชาโต (ทองมี) ได้เสนอวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาเรื่องการบิณฑบาตในพระพุทธศาสนา” งานวิจัยนี้ได้เสนอผลสืบเนื่องมาจากความหิว คือ การบิณฑบาตและเรื่องอาหาร ที่จำเป็นต่อการดำรงชีพของพระภิกษุในพระพุทธศาสนา เป็นปัจจัยที่สิ่งมีชีวิตจำต้องอาศัย แม้ในการประพบัติพรหมจรรย์ก็ต้องอาศัยเช่นกัน เพราะความหิวเป็นความลำบากต่อการประพบัติพรหมจรรย์ ดังข้อความตอนหนึ่งที่ได้กล่าวอ้างถึงพระผู้มีพระภาคทรงอนุญาต โครส ๕ ชนิด และอนุญาตน้ำอัฐฐบานในเวลาวิกาล นั่นก็แสดงให้เห็นถึงผลกระทบที่เกิดจากความหิวนั่นเอง และวิธีการบำบัดความหิวเกี่ยวตามพุทธวิธีด้วย^{๒๖}

๑.๕.๘ ศศิธร เขมาภิรตน์ ได้เสนอวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมกับการแพทย์แผนไทย” งานวิจัยนี้ได้แสดงถึงความหิวว่าเป็นโรคชนิดหนึ่ง โดยให้ความหมายของคำว่า โรค ในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง เสียดแทงให้เจ็บปวดสาเหตุของโรคทางกายเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุ ซึ่งก็รวมถึง ความหิวกระหาย และการไม่รู้ประมาณในการบริโภค และงานวิจัยนี้ได้เสนอการบริโภคอาหารเพื่อบำบัดความหิว ตลอดถึงการดูแลรักษาและสร้างเสริมสุขภาพ ทั้งยังได้เสนอว่าอาหารจัดเป็นยารักษาโรคอันเป็นปัจจัยเกื้อกูลแก่คนไข้ ตามพุทธวิธีรักษาโรค^{๒๗}

^{๒๕} พระสามารถ กนฺตวีโร (พานทอง), “การบริหารปัจจัย : กรณีศึกษาพระทัฬหฬลบุตรเถระ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๕๐), หน้า ๖๔ - ๗๔.

^{๒๖} พระสุชาติ สุชาโต (ทองมี), “การศึกษาเรื่องการบิณฑบาตในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วิทยาเขตเชียงใหม่, ๒๕๕๐), หน้า ๕๐.

^{๒๗} ศศิธร เขมาภิรตน์, “การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมกับการแพทย์แผนไทย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), หน้า ๑๘-๓๗.

๑.๖ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแนวคิดเกี่ยวกับความหิวที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นหลัก ประเด็นหลักในการวิจัยครั้งนี้ คือ เรื่องของความหิวที่มีปรากฏ ตลอดถึงความมีอิทธิพลของความหิว การทำคุณค่าความหิวให้เกิดเป็นความดี และการบำบัดความหิวตามพุทธวิธี โดยมีการนำเสนอให้เห็นถึงความหมายและบริบทที่เกี่ยวข้องกับความหิวและวิธีการบำบัด และจะจำกัดอยู่แต่เฉพาะในเรื่องดังกล่าวนี้เท่านั้น

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยสามารถจัดลำดับได้ดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาและรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับความหิว จากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พ.ศ. ๒๕๓๙ ทั้ง ๔๕ เล่ม และพระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๕ ทั้ง ๔๕ เล่ม และพระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย เป็นหลัก ตลอดถึงตำรา เอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการหาหรือประเด็นที่ต้องการทราบ

๑.๗.๒ นำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุปประเด็นเพิ่มเติม เพื่อให้เกิดความเข้าใจ และสามารถนำมาประยุกต์ให้เกิดผลได้มากที่สุด

๑.๗.๓ นำเสนอผลสรุปจากการวิจัยและเสนอแนะประเด็นที่น่าสนใจในรูปแบบพรรณนา

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบความหิวที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบการบำบัดความหิวในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๓ ทำให้ทราบอิทธิพลและคุณค่าของหลักการบำบัดความหิว