

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักขันติในการดำเนินชีวิตของชาวดำบลท่าม่วง อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหลักขันติในพระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาการดำเนินชีวิตตามหลักขันติของชาวดำบลท่าม่วง และเพื่อวิเคราะห์ประโยชน์ของขันติในการดำเนินชีวิตของชาวดำบลท่าม่วง อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด

มีผลการศึกษาสรุปได้ดังนี้คือขันติ หมายถึงความอดทน ที่แสดงถึงความอดทนทั้งที่เกิดขึ้นจากภายในจิตใจและภายนอก จะต้องอดทนจากสิ่งที่เข้ามากระทบจากภายนอก เพื่อให้มีความปกติของสภาพของจิตใจและร่างกาย อันหมายถึง ความสงบต่อภัยอันตราย ทั้งที่เป็นความทุกข์ ความเจ็บปวด ที่อาจจะเกิดขึ้นได้ในชีวิตการประกอบอาชีพ การศึกษา เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จะสำเร็จได้ ต้องอาศัยความอดทนดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีความอดทน เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ตนและบุคคลอื่น

ลักษณะของขันติคือ (๑) มีความอดกลั้น เช่น เมื่อถูกด่า ก็ทำเหมือนกับว่าไม่ได้ยิน ไม่สนใจใยดี (๒) เป็นผู้ไม่ดุร้าย คือ สามารถข่มความโกรธไว้ได้ ไม่โกรธ ไม่ทำร้าย ทำอันตรายด้วยอำนาจแห่งความโกรธ (๓) ไม่ก่อทุกข์ให้เกิดขึ้น คือ ไม่ทำให้อื่นเดือดร้อนหรือเจ็บแค้นใจด้วยการกระทำของเรา (๔) มีใจเบิกบานอยู่เป็นนิตย์ คือ มีปิติอิ่มเอิบใจ ไม่พยายาบาท ไม่กล่าวโทษใคร ๆ อดทนทำการงานทุกอย่างด้วยใจเบิกบาน

ขันติ ๔ ประเภท คือ (๑) อดทนต่อความลำบากคือเมื่อทำงานจนได้รับความเหน็ดเหนื่อย หิวกระหาย ก็ไม่ทอดทิ้งการทำงาน ย่อมอดทนต่อสิ่งเหล่านี้จนทำงานของตนให้สำเร็จ (๒) อดทนต่อทุกข์เวทนา คือเมื่อการเจ็บไข้ได้ป่วย ไม่สบายด้วยโรคภัยที่เกิดขึ้นกับร่างกายตนก็ไม่ร้องครวญคราง ทูรันทุราย แสดงอาการโมโห แต่ต้องรู้จักอดทนอดกลั้น อาการหนักก็จะได้กลายเป็นเบาหรือหายไปในที่สุด (๓) อดทนต่อความเจ็บใจ คืออดทนต่อการล่วงเกินของคนอื่น โดยเฉพาะถูกคนที่ต่ำกว่าล่วงเกินเช่น ถูกด่าว่าหรือสบประมาท ก็รู้จักอดทน สอนใจตัวเอง พิจารณาถึงสาเหตุปัญหานั้นๆ แล้วหาวิธีการแก้ไขเพื่อให้เกิดความสงบ (๔) อดทนต่ออำนาจกิเลสคืออดทนต่ออารมณ์ฝ่ายผลิตเพลินซึ่งเป็นไปตามอำนาจกิเลส เช่น การเที่ยวเตร่ การซื้อสิ่งอำนวยความสะดวก เล่นการพนัน หรือการทะเลาะวิวาท เป็นต้น

วิธีการสร้างความอดทนคือ (๑) คำนึงถึงหลักหิริ โอตตปปะซึ่งเมื่อมีความละอายและเกรงกลัวต่อบาป ความอดทนย่อมจะเกิดขึ้นได้(๒)รู้เท่าทันอารมณ์ที่มากระทบ(๓) ฝึกสมาธิ เพราะสมาธิเป็นธรรมที่เกื้อหนุนขันติ

ขันติที่ปรากฏในมงคลสูตรมี ๒ ประเภท คือ (๑) ขันติ (สามัญ) (๒) อธิวาสนขันติ ขันติอย่างแรก หมายถึง ความอดทนในการทำงานทั่วไป เช่น อดทนต่อความหิว ความกระหาย ความเหนื่อย ความเจ็บปวด เป็นต้น ซึ่งส่วนมากเกี่ยวข้องกับธรรมชาติหรือสิ่งที่เกิดจากร่างกายคนตามปกติ ส่วนอธิวาสนขันติ หมายถึง ความอดทนต่อการล่วงเกินของคนอื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการอดทนต่อการล่วงเกินของคนที่ต่ำกว่าขันติในโอวาทปาฏิโมกข์เป็นการกล่าวถึงในฐานะเป็นตบะคือ ธรรมเผากิเลสอย่างยอดเยี่ยมของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ส่วนขันติในพรวาสนธรรมเป็นการอดทนต่อการทำงานเลี้ยงชีพ ไม่ย่อท้อต่อความลำบากหรือความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า

โทษของการขาดขันติคือ (๑) ไม่เป็นที่รักที่ชอบใจของคนทั้งหลาย (๒) เป็นผู้มากด้วยเวร (๓) เป็นผู้มากด้วยโทษ (๔) หลงกระทำกาละ (๕) เมื่อตายไปย่อมเขาถึงอบายทุกคติวินิบาตกร ส่วนอานิสงส์ของขันติคือ (๑) เป็นที่รักเป็นที่พอใจของคนหมู่มาก (๒) ไม่ครุร้าย (๓) ไม่มีวิปปฏิสาร (๔) ไม่หลงลืมสติตาย (๕) หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์

เกี่ยวกับความอดทนทั้ง ๔ ประเภท คือ (๑) อดทนต่อความยากลำบาก (๒) อดทนต่อทุกเวทนา (๓) อดทนต่อความเจ็บใจ (๔) อดทนต่ออำนาจกิเลส ความยากลำบากที่เห็นได้ชัดที่สุดคือการประกอบอาชีพ เพื่อหาเงินมาเลี้ยงครอบครัว สร้างฐานะให้มีความมั่นคง ต้องอาศัยความอดทนอย่างสูง แม้บางครั้งจะเกิดความท้อใจแต่ก็ไม่อาจปฏิเสธได้ ยังมีฐานะไม่ดีก็ต้องอดทนมาก, ส่วนมากทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นจากการดำเนินชีวิตประจำวันคือความเหน็ดเหนื่อยจากการทำงาน นอกจากนี้ยังเกิดจากการเจ็บไข้ได้ป่วย ซึ่งมีทั้งหนักและเบา เมื่อรู้จักอดทนก็จะทำให้ไม่ทรมานทรมานหรือกระสับกระส่าย ทำให้มีกำลังใจต่อสู้ชีวิต, ความอดทนต่อการเจ็บใจเป็นการอดทนต่อความโกรธความไม่พอใจความขัดใจอันเกิดจากคำพูดกิริยามารยาทที่ไม่ชอบใจ ซึ่งเกิดจากสภาพแวดล้อมเพื่อนร่วมงาน เพื่อนบ้าน เพื่อเรียน เป็นต้น การรู้จักอดทนจะช่วยให้ไม่เกิดความเสียใจ ผูกโกรธ หรือผูกอาฆาตผู้อื่น, การอดทนต่ออำนาจกิเลส คือเมื่อมีสิ่งเข้ามาช่วยยั่วให้เกิดความต้องการ ความโลภก็จะเกิดขึ้นหากเราก่อใจไว้ได้ ความอยากก็จะค่อยหายไป ความอยากทำให้ใจไม่สบาย แต่ความห้ามใจอดใจได้ทำให้เรามีความสุขใจ นอกจากนี้ยังมีความไม่พอใจที่เกิดขึ้นจากการกระทบกระทั่งกับคนอื่น หากเราไม่มีสติทำให้ทะเลาะวิวาทกันหรือดบตีกัน แต่ถ้าเรารู้จักอดทน ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่เกิดขึ้น

ความโกรธเกิดขึ้นจากความไม่พอใจหรือขัดเคืองใจ เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็เป็นเหตุให้สร้างปัญหาหรือประพฤติดนพิตศีลธรรมได้ ธรรมที่ส่งเสริมขันติ เช่น พิจารณาถึงโทษของความโกรธคือ

ทำจิตใจตนเองและผู้อื่นให้เร่าร้อน, การพิจารณาถึงความที่สัตว์ที่กรรมเป็นของตนเอง เพราะเมื่อทำกรรมตามอำนาจของความโกรธ เช่น คำ ทำร้ายผู้อื่น ก็จะเป็นการสร้างกรรมหรือการจองเวรขึ้นมา, การพิจารณาเห็นว่าความโกรธกิเลสและเป็นเหตุให้คนทำบาปได้ จะเดือดร้อนและเป็นทุกข์ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า, ปัจจัยที่ทำให้เกิดความโลภ เช่น การอยากได้สิ่งของราคาแพง การอยากได้ทรัพย์สินของผู้อื่น เป็นต้น ซึ่งตนเองไม่มีกำลังความสามารถหรือไม่ใช่เจ้าของโดยธรรม เมื่อห้ามความโลภไม่ได้ ก็ทำให้เดือดร้อนในภายหลัง เช่น การกู้หนี้ซื้อสิ่งที่ไม่จำเป็น เมื่อถูกเขาทวงและหาเงินคืนไม่ได้ก็เดือดร้อน เหล่านี้เป็นปัญหาชีวิตประจำวันที่มีปรากฏให้เห็นเสมอ ส่วนความหลงเป็นกิเลสที่ละเอียดมากกว่าความโลภและความโกรธ แม้แต่พระอริยบุคคลที่ไม่ใช่พระอรหันต์ก็ยังไม่สามารถที่จะละความหลงได้ ดังนั้น ความหลงจึงเป็นกิเลสในระดับอนุสัย ต้องแก้ไขด้วยปัญญาญาณเท่านั้น อย่างไรก็ตามความโลภที่จะกล่าวในที่นี้ไม่ได้หมายความว่าละความหลงเพื่อขจัดกิเลสอย่างละเอียด แต่จะให้เราทำความเข้าใจที่เป็นเหตุให้คนตกอยู่ในอำนาจของกิเลสอย่างหยาบคือความโลภ และความโกรธ นั่นคือการมีสัมมาทิฐิคือเห็นชอบตามครรลองคลองธรรม กล่าวอีกนัยหนึ่งคือเมื่อเห็นถูกต้อง รู้จักห้ามใจไม่ให้โลภและไม่ให้โกรธได้ก็ชื่อว่าห้ามความหลงไม่ให้เกิดขึ้นได้

ในการดำรงชีวิตหรือการศึกษาเล่าเรียน การทำงานหรือทำหน้าที่ของตน ความอดทนเป็นหลักสำคัญประการหนึ่งในการทำให้คนบรรลุเป้าหมายการทำหน้าที่หรือเป้าหมายของชีวิตได้ หากไม่อดทนแล้วจะทำให้งานสำเร็จไม่ได้เลย เพราะจะเกิดความท้อและทอดทิ้งงาน ความอดทนนั้นแม้เป็นสิ่งที่ทำได้ยากและไม่น่าปรารถนาในตอนแรก แต่ก็มีผลที่น่าพึงพอใจคือความสำเร็จเป้าหมายที่ตั้งไว้, ในส่วนที่เป็นการพัฒนาคุณภาพจิตใจคือการรู้จักอดทนต่ออำนาจกิเลสคือโลภ โกรธ หลงได้ ปัจจัยที่ทำให้เกิดความโลภและโกรธนั้นมีมากทั้งเรื่องผลประโยชน์ ทัศนคติที่แตกต่างกัน รวมทั้งความประพฤติดีที่แตกต่างกัน ปกติแล้วจิตของคนที่ไม่ได้ฝึกมักเป็นไปในอำนาจของกิเลส ซึ่งทำให้จิตไร้คุณภาพ ตกต่ำ เสรีหมอง เดือดร้อนวุ่นวาย เมื่อจิตไม่ดีก็แสดงออกมทางกายและวาจาเป็นกายวาจาทุจริต ดังนั้น พระพุทธศาสนาจึงสอนให้บุคคลฝึกจิตใจให้สงบสุข ซึ่งในที่นี้หมายความว่าความอดทนอดกลั้น เพราะจิตที่ฝึกดีแล้วย่อมอำนวยประโยชน์สุขให้ทั้งที่เป็นโลกียะและโลกุตระ

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยได้แบ่งข้อเสนอแนะไว้ ๒ ด้านหลักดังต่อไปนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

ธรรมที่ส่งเสริมขันติในการอดทนต่อความโกรธคือเมตตา เพราะการเจริญเมตตาอยู่เป็นนิตย์ทำให้เป็นคนใจเย็น มีความเอื้อเฟื้อเห็นอกเห็นใจปรารถนาดีและคิดช่วยเหลือผู้อื่น ดังนั้นความโกรธจึงเกิดขึ้นได้ยาก เพราะความโกรธเป็นธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับเมตตา คนมีเมตตาแทบจะไม่ได้อดทนอดกลั้นต่อความโกรธเลยหรือหากได้ออดทนก็ทำได้ดี เพราะจิตที่มีเมตตาเป็นจิตที่มีพลังในการอดทนหรือยับยั้งใจไม่ให้ทำผิด ธรรมที่ส่งเสริมขันติในการอดทนต่อความโลภคือความมักน้อยสันโดษ เพราะใจที่มักน้อยสันโดษมักจะไม่เกิดความโลภ หรือหากมีเกิดบ้างก็สามารถที่อดกลั้นได้โดยไม่ยาก ส่วนปัญญาเป็นธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อโมหะ บุคคลควรได้เจริญธรรมทั้ง ๓ นี้ จึงจะสามารถอดทนต่ออำนาจกิเลสได้ดี

ชีวิตที่หลงคิดในกระแสนิโภคนิยมทำให้คนทั้งหลายเดือดร้อนในการดำรงชีพ เพราะเพราะทำให้ใช้จ่ายฟุ่มเฟือยและเกิดความขัดสนตามมา ดังนั้น คนปัจจุบันจึงมีหนี้สินมาก เพราะไม่รู้จักพึ่งตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา ในการดำรงชีวิตแบบมักน้อยสันโดษควรได้ประยุกต์ใช้การบริโภคนิยม ๔ ของพระสงฆ์ เพราะท่านใช้เฉพาะที่จำเป็นต่อการดำรงชีพเท่านั้น เป็นแบบอย่างที่ดีของการใช้ชีวิตในยุคบริโภคนิยม เพราะนอกจากจะทำให้ไม่ต้องเดือดร้อนเพราะความฟุ่มเฟือยแล้ว ยังเป็นการได้ใช้ทรัพยากรได้ยาวนานยิ่งขึ้นด้วย ลูกหลานก็จะได้ไม่ลำบากมากเหมือนกับคนยุคปัจจุบัน

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์หลักขันติในการดำเนินชีวิตของชาวดำบลท่าม่วง อำเภอสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด” พบว่า ยังมีประเด็นที่สามารถศึกษาวิจัยเพิ่มเติมได้อีก จึงขอเสนอหัวข้อ/ประเด็นวิจัยเกี่ยวกับหลักขันติ ดังนี้

๑. ศึกษาการดำเนินชีวิตของชาวพุทธตามหลักขันติที่ปรากฏในพระไตรปิฎก
๒. ศึกษาเปรียบเทียบการบำเพ็ญขันติบารมีของพระโพธิสัตว์ฝ่ายเถรวาทกับฝ่ายมหายาน
๓. ศึกษาหลักธรรมที่ส่งเสริมการประพฤติกุศล