

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาการมีอายุยืนในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ผู้วิจัย : พระสมควร สมจิตฺโต (รังสรรค์นาค)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาพระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูสังวรวิริยกิจ พธ.บ., M.A., Ph.D.

: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรพงษ์ คงสัตย์ ป.ธ.๔, ป.วค, พธ.บ., M.A, ป.ร.ด.

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาการมีอายุยืนในพระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีอายุยืนในพระพุทธศาสนาเถรวาท (๓) เพื่อนำหลักการมีอายุยืนมาบูรณาการใช้กับชีวิตประจำวัน ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Document Research) ใช้ข้อมูลจาก คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา อนุฎีกา และเอกสารหนังสือ รวมทั้งวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย และนำข้อมูลมาวิเคราะห์เรียบเรียงเชิงพรรณนา ผลการศึกษาพบว่า

อายุ คือ ช่วงเวลาชีวิตหนึ่ง เป็นการดำรงอยู่ของชีวิต สิ่งเป็นเหตุเป็นไปแห่งสัตว์โลก และดำรงอยู่ของชีวิตให้มีความสุข ในกระบวนการเกิดของมนุษย์เป็นจุดเริ่มต้นของการได้มาซึ่งอายุ เริ่มจากองค์ประกอบ ๓ ประการ คือ มารดาอยู่ในวัยที่มีระดู มารดาบิดาอยู่ด้วยกัน และมีสัตว์มาเกิด จึงมีองค์ประกอบของชีวิต เรียกว่า ชันธุ ๕ เมื่อชีวิตเกิดขึ้นการดำรงอยู่ของชีวิตย่อมเหมือนกันอย่างหนึ่ง คือ ความเป็นไปตามกฎธรรมดาของโลก เรียกว่า สามัญลักษณะ มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา มีความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย ไปในที่สุด

การมีอายุยืน ในพระพุทธศาสนาถือว่าต้องมียोगค์ประกอบด้วยเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ อันมีหลักกรรมเป็นเบื้องต้นในฐานะเป็นกฎแห่งธรรมชาติ คือ กฎแห่งเหตุผล รวมทั้งกฎแห่งกรรมในฐานะเป็นกฎทางศีลธรรม คือ เป็นส่วนที่ทำหน้าที่ทางศีลธรรมของมนุษย์ มีการให้ผลคือวิบากตอบสนอง ดังนั้นบ่อเกิดของการอายุยืนหรือมีอายุยืนมาจากการกระทำที่มนุษย์สร้างขึ้นมาซึ่งที่จัดเป็น กุศลกรรม (ฝ่ายดี) และอกุศลกรรม (ฝ่ายชั่ว) กรรมแม้เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้อายุยืนอายุสั้นก็ต้องขึ้นอยู่กับสุขภาพร่างกาย โรคภัยไข้เจ็บ และการดำรงชีวิตอยู่ด้วยธรรม คือ อายุสสธรรม และสปปายะ พรหมวิหาร อธิติบาท โพชฌงค์ และความไม่ประมาท ซึ่งเหตุปัจจัยนี้จะบ่งบอกถึงการมีอายุยืนหรือมีอายุสั้นของมนุษย์

การบูรณาการเพื่อให้มีอายุยืนตาม หลักกรรม คือ การประพฤติชอบ (กุศลกรรม) ทางกายวาจา และใจ เรียกว่า กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม และเว้นจากการประพฤติชั่ว (อกุศลกรรม) ทางกายวาจา และใจ เรียกว่า กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม อันเป็นหลักสำคัญของการดำเนินชีวิต และการบูรณาการเพื่อให้มีอายุยืนตาม หลักธรรม คือ การดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาทมีธรรมเป็นที่พึ่ง ๑) อายุสสธรรม และสปปายะ ๒) พรหมวิหาร ๓) อิทธิบาท ๔) โพชฌงค์ ๕) ความไม่ประมาท ระลึกในสิ่งที่เป็นกุศลธรรมทั้งหลายให้ได้มาซึ่งสัมมาทิฐิ และการบูรณาการเพื่อให้มีอายุยืนตาม หลักสุขภาพ เป็นสภาพธรรมอีกอย่างหนึ่งในการดำรงชีวิตของมนุษย์ให้ปราศจากโรคภัย ในหลักการแพทย์ได้กล่าวถึง การพัฒนาสุขภาพตามหลัก ๖ อ. ๑) การรับประทานอาหารที่สะอาด ๒) อากาศที่บริสุทธิ์ ๓) อารมณ์แจ่มใส ๔) ออกกำลังกาย ๕) อนามัยด้านสิ่งแวดล้อม และ ๖) อนามัย ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นเหตุปัจจัยเกื้อหนุนการดำรงอยู่ของชีวิตได้อย่างมีคุณค่า และสมบูรณ์ทำให้มนุษย์มีอายุยืนยาวได้ในที่สุด