

ศึกษาวิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตาย โดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนา*

A Study of Buddhist Psychology Applied to Decrease Suicide using the Lanna's Life-Prolonging Ceremony

พระครูกิตติพัฒนานุยุต (อริวัฒน์ กิตติเมธี), พระครูประวิตรวรานุยุต และเทพปวงจันทร์แรง
Phrakru Kittipatananuyut (Athiwat Kittimedhi), Phrakru Prawitvaranuyut and Theppawin Chanraem
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Chiang Mai Campus, Thailand
Corresponding Author, E-mail: zamomoko@hotmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาแนวคิดพุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายและ 2) ผลการวิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนาวิจัยเรื่องนี้เป็น การวิจัยแบบผสมผสาน ทั้งเชิงคุณภาพ และการวิจัยเชิงปริมาณ โดยเริ่มต้นจากการวิจัยในเชิงเอกสารและเสริมด้วยการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อประมวลองค์ความรู้นำไปใช้กับกลุ่มเสี่ยงที่คิดจะฆ่าตัวตาย

ผลการวิจัยพบว่า จิตวิทยาในพระพุทธศาสนา กล่าวถึงตัวจิตโดยตรงมีความสำคัญมากทำให้คน และสัตว์โลกทั้งหลายสุขหรือทุกข์เสื่อมหรือเจริญ ผลการวิเคราะห์จากการประเมินหลังการสืบชะตา ครั้งที่ 1 และ 2 สามารถสรุปได้ว่าการสืบชะตาสามารถลดจำนวนของผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าและมีความรู้สึ กที่จะฆ่าตัวตาย มีแนวโน้ม ที่ลดลง แต่ยังไม่ยืนยันไม่ได้ว่า ผู้มีภาวะซึมเศร้าและมีความรู้สึ กที่จะฆ่าตัวตายโดยกลุ่ม เสี่ยงที่คิดจะฆ่าตัวตายจำเป็นต้องมีขั้นตอนของการติดตาม ดังนี้คือ ขั้นตอนที่ 1 การดูแลรักษา ขั้นตอน ที่ 2 การติดตามเฝ้าระวังการกลับซ้ำของโรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย ขั้นตอนที่ 3 แนวทางการป้องกัน และฟื้นฟู

คำสำคัญ: พุทธจิตวิทยา; การฆ่าตัวตาย; พิธีกรรม; สืบชะตา; ล้านนา

*ได้รับบทความ: 11 มกราคม 2562; แก้ไขบทความ: 9 กุมภาพันธ์ 2562; ตอรับตีพิมพ์: 29 ตุลาคม 2562

Received: January 11, 2019; Revised: February 14, 2019; Accepted: October 29, 2019



Abstract

This research aims: 1) to study the concept of Buddhist psychology to decrease suicide and 2) the analysis result on Buddhist psychology to decrease suicide by Lanna Life's Prolonging. This is a mix research both qualitative and quantitative. Starting with research in documents and added action research, in order to have knowledge to apply with the suicide risky group.

The research result was found that: Buddhist psychology mentioned directly about the important of the mind that could create happiness of suffering, decline or progress. The analysis after the 1st and 2nd assessment was able to conclude that the Life's Prolonging ceremony could reduce the number of those who were depressed and those who wanted to commit suicide, but was not able to confirm on the depressed persons, those who wanted to commit suicide including those who did not want to do so. The follow up for those risky groups were; 1) treatment, 2) watch-over to beware of the returning of depression and suicide and 3) prevention and rehabilitation.

Keywords: Buddhist Psychology; Suicide; Ceremony; Life's Prolonging; Lanna

1. บทนำ

กรมสุขภาพจิต เร่งป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายในปีนี้นั้นเน้นหนักที่กลุ่มพยายามฆ่าตัวตายไม่ให้เกิดซ้ำ ผลสำรวจล่าสุด คาดว่าจะมีผู้พยายามฆ่าตัวตายประมาณ 53,000 คน เนื่องจากร้อยละ 15 กลุ่มนี้จะกลับทำซ้ำอีกภายใน 1 ปี ทำให้ประเทศสูญเสียค่ารักษาปีละ 300 ล้านบาทโดยพัฒนาความรู้แพทย์ในรพ.ศูนย์ รพ.ทั่วไป และรพ.ชุมชน ในการดูแลรักษา และขึ้นทะเบียนผู้ป่วยทุกคนเป็นฐานข้อมูลผ่านระบบออนไลน์เพื่อการดูแลเฝ้าระวังเชื่อมโยงเป็นเครือข่าย พร้อมทั้งปรับโฉมแอปพลิเคชันสบายใจเพิ่มคลิปวิดีโอความรู้ เตรียมเพิ่มเกมเสริมสร้างความคิดบวกอีกด้วยในปี 2561 กรมสุขภาพ

จิตมีนโยบายเน้นหนักที่การป้องกันการฆ่าตัวตาย โดยเน้นหนักที่กลุ่มที่พยายามฆ่าตัวตาย ซึ่งจากผลสำรวจปัญหาสุขภาพจิตระดับชาติครั้งล่าสุดในปี 2556 พบคนไทยอายุ 18 ปีขึ้นไปมีอัตราการพยายามฆ่าตัวตายอยู่ที่ร้อยละ 0.1 คาดว่าทั่วประเทศจะมีประมาณ 53,000 คน ส่วนใหญ่เป็นวัยทำงานอายุ 35-39 ปี และในกลุ่มนี้ร้อยละ 15 จะกลับทำซ้ำอีกภายใน 1 ปี จึงตั้งเป้าจะป้องกันไม่ให้เกิดการฆ่าตัวตายซ้ำ ซึ่งช่วยให้ประเทศลดการสูญเสียด้านเศรษฐกิจ ได้ปีละ 300 ล้านบาทวันที่ 10 กันยายน 2561 ถือเป็นวันป้องกันการฆ่าตัวตายโลก (World suicide prevention day) ซึ่งจากสถิติทั่วโลก มีผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จปีละประมาณ 800,000 คน



เฉลี่ย 1 คน ในทุกๆ 40 วินาที มากกว่าตายจาก สงครามและถูกฆ่าตายรวมกัน เกือบร้อยละ 80 อยู่ในประเทศรายได้ต่ำปานกลาง องค์การอนามัยโลก ตั้งเป้าจะลดอัตราการเสียชีวิตลงร้อยละ 10 ภายใน ปี พ.ศ. 2563 (Mental Health Department, 2018 : 35)

สถานการณ์ของประเทศไทย ทีมวิชาการ ได้ประมาณการว่า แต่ละปีมีผู้พยายามทำร้าย ตัวเองเพื่อฆ่าตัวตายประมาณ 53,000 คน เฉลี่ย ชั่วโมงละ 6 คน กระจายอยู่ทุกชุมชน ส่วนใหญ่เป็น วัยแรงงาน โดยในปี 2559 มีผู้ฆ่าตัวตายสำเร็จ 4,131 คน หรือเฉลี่ยชั่วโมงละ 2 คน เป็นชาย มากกว่าผู้หญิง 4 เท่าตัว อายุต่ำสุด 10 ปี สูงสุด 100 ปี ส่วนใหญ่เป็นโสด ประเทศต้องสูญเสีย เศรษฐกิจปีละกว่า 400 ล้านบาท นอกจากนี้ กระทบต่อความมั่นคงและปลอดภัยในจิตใจ โดยเฉพาะกับคนใกล้ชิดต้นเหตุ ฆ่าตัวตาย ที่พบบ่อย ที่สุด มาจาก 5 เรื่อง คือ ความสัมพันธ์บุคคล สุรา ยาเสพติด สังคม และเศรษฐกิจ ในผู้ชายมักมีปัจจัย ความเสี่ยงจากปัญหาโรคทางจิต ต้มสุรา ใช้ยาเสพติด โดยเฉพาะการดื่มสุรามากขึ้นจะมีโอกาสลงมือ ทำร้ายตัวเองมากกว่าผู้หญิงที่มีปัญหาถึง 2 เท่า ส่วนในผู้หญิงมักมีสาเหตุมาจากความสัมพันธ์ได้แก่ น้อยใจ ถูกตำหนิดูด่า ผิดหวังความรักสำหรับ สัญญาณเตือนก่อนฆ่าตัวตาย ที่คนรอบตัวสามารถ สังเกตได้ ประกอบด้วย ประสบปัญหาชีวิตบางอย่าง ใช้สุราหรือยาเสพติด มีประวัติคนในครอบครัวฆ่า ตัวตาย และแยกตัว (Pattaranupat, 1985 : 85)

ในครั้งที่พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า เสด็จมาประทับ ณ พระนครสาวัตถี แคว้นโกศลมี

มาณพผู้หนึ่งนามว่า “วักกलि” เกิดในตระกูล พราหมณ์ที่มั่งคั่ง เมื่อเจริญวัยวักกलिมาณพได้ศึกษา ศิลปวิทยาแล้ว ได้ประกอบอาชีพเป็นหลักฐานอยู่ใน พระนครสาวัตถี วันหนึ่งได้เห็นพระบรมศาสดา เสด็จออกบิณฑบาต เกิดความเลื่อมใสในพุทธ จริยวัตรและรูปลักษณะตลอดพระวรกายของ พระพุทธองค์งดงามเป็นที่น่าพอใจ เฝ้าเดินติดตาม ชมไม่รู้จักอ้อมเอม วักกलिมาณพดำริว่าหากเป็น คลุห์สถ์อยู่เช่นนี้คงได้ชมพระบารมีของพระพุทธ องค์เพียงครั้งคราว ควรบรรพชาเป็นภิกษุพุทธ สาวกเพื่อจะได้อยู่ใกล้ชิดติดตามไปทุกหนแห่ง ด้วยเหตุนี้วักกलिมาณพจึงสละบ้านเรือนพร้อม ทรัพย์สินสมบัติออกบวชในพระพุทธศาสนาเมื่อบวช แล้วแทนที่จะสนใจปฏิบัติและศึกษาพระธรรมวินัย เจริญกัมมัฏฐาน พระวักกलिกลับคอยหาโอกาส ติดตามชมพระบารมีพระบรมศาสดาให้สมความ ตั้งใจ พระพุทธองค์ทรงทราบด้วยพระญาณแต่มิได้ มีรับสั่งห้ามประการใด ครั้นต่อมาเมื่อทรงทราบว่ บัดนี้ญาณบารมีในอันที่จะบรรลุมรรคผลของ พระวักกलिแก่กล้าดีแล้วจึงทรงประทานโอวาทว่า “ดูก่อนวักกलि เธอมาติดตามดูร่างกายอันต้องเปื่อย เน่านี้ด้วยเหตุอันใดผู้ใดเห็นธรรมผู้นั้นจึงเห็นเรา ผู้ใดเห็นเราผู้นั้นย่อมเล็งเห็นธรรม” แม้จะได้รับ โอวาทเช่นนี้แต่พระวักกलिก็ไม่อาจระงับใจของตน ได้ คงเฝ้าติดตามชมพระบารมีอยู่เช่นนั้น จนถึงวัน ใกล้เข้าพรรษาพระบรมศาสดาเสด็จไปสู่พระนคร ราชคฤห์ พระวักกलिก็ตามเสด็จ ครั้นถึงวันออก พรรษาพระศาสดาทรงดำริว่า หากมิได้ประสบ ความสลดใจแล้วพระวักกलिก็ไม่อาจบรรลุมรรคจึง ออกพระโอษฐ์ขับไล่ว่า “จงออกไป วักกलि” แม้จะ



เป็นพระวาทาที่ไม่ได้รุนแรงอะไร แต่พระวักกลินั้น คาดไม่ถึงว่าตนจะได้รับการขับไล่จากพระพุทธองค์ ผู้เปี่ยมไปด้วยพระเมตตา เมื่อรู้สึกเสียใจอย่างไม่อาจที่จะระงับได้จึงคิดที่จะฆ่าตัวตายโดยขึ้นไปบนยอดเขาคิชฌกูฏหมายจะกระโดดเหว ขณะหยุดยืนทอดสายตาดูพระเวฬุวันมหาวิหาร พระบรมศาสดาทรงทราบด้วยพระญาณจึงทรงเปล่งพระรัศมีให้รูปของพระองค์ไปปรากฏอยู่เฉพาะหน้าของพระวักกลีและตรัสเทศนาธรรมโปรดสร้างความปลื้มปิติปราโมทย์อันแรงกล้าและพิจารณาธรรมไปตามลำดับ จนได้บรรลุพระอรหัตตผลขณะร่างลอยอยู่กลางอากาศ จึงถวายกระทำการอภิวัตแล้วลอยลงมาเฝ้าพระบรมศาสดา ในภายหลังพระวักกลีได้รับการยกย่องว่าเป็น เอตทัคคะ ผู้เลิศในครีธา (Thai Tripitaka, 1980 : 5)

จะเห็นได้ว่าการสืบชะตา แม้จะมีใช้กันแต่ของพระพุทธศาสนา แต่ก็มีน้ำหนักที่ชาวพุทธให้ความสำคัญ เป็นการสร้างขวัญและกำลังใจให้คนได้กระทำความดีเพื่อการแก้เคราะห์กรรมเก่า แม้ว่าตามข้อเท็จจริง คนเราไม่อาจจะล่วงพ้นความตายได้ แต่ถ้ายังมีความหวังที่จะให้ชีวิตเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นการทำพิธีสืบชะตาก็เป็นวิธีหนึ่งที่สร้างขวัญและกำลังใจ ให้ชีวิตมีความหวังเพราะทุกคนต่างก็อยู่ได้ด้วย ความหวัง ด้วยสาเหตุนี้ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาวิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนาเพื่อศึกษาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาการสืบชะตาในล้านนาและประยุกต์ใช้สืบชะตาในล้านนาและเสริมสร้างพลังจิตวิญญาณการลดปัญหาฆ่าตัวตาย หากได้ศึกษาวิจัยเรื่องนี้อย่างละเอียดดังที่กล่าวมา

ก็จะได้ทราบเนื้อหาและเกิดความเข้าใจแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับพิธีกรรมได้ชัดเจนยิ่งขึ้นสืบไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาแนวคิดพุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตาย
2. ผลการวิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้เป็น การวิจัยแบบผสมผสาน (Mix method) ทั้งเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) การวิจัยในเชิงเอกสาร (Documentary Research) และการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) เพื่อประมวลองค์ความรู้นำไปใช้กับกลุ่มเสี่ยงที่คิดจะฆ่าตัวตาย

1. ศึกษารวบรวมเอกสารแนวคิดทฤษฎีประวัติความเป็นมาการสืบชะตาในล้านนา
2. ศึกษาการประยุกต์ใช้สืบชะตาในล้านนาและเสริมสร้างพลังจิตวิญญาณการลดปัญหาฆ่าตัวตาย
3. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
5. ลงพื้นที่เก็บข้อมูลกลุ่มเสี่ยงที่จะฆ่าตัวตาย
6. จัดประชุม Focus Group และสัมภาษณ์ แล้วนำองค์ความรู้ที่ตกผลึกจากผู้ทรงคุณวุฒิ มาวิเคราะห์และสังเคราะห์ จนเกิดองค์



ความรู้ใหม่ เพื่อให้งานตลกผลึกโดยมีผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญ

7. ทำการสืบชะตากับกลุ่มเสี่ยงที่จะฆ่าตัวตาย และทำการประเมิน ก่อนสืบชะตา หลังสืบชะตา

8. วิเคราะห์ข้อมูล

4. สรุปผลการวิจัย

แนวคิดพุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายพบว่า การฆ่าตัวตายคือการกระทำเพื่อทำลายชีวิตของตนเองโดยตั้งใจด้วยวิธีการต่างๆ เช่น กินยา ใช้อาวุธ ใช้ผ้า หรือเชือกในการทำลายชีวิตรวมถึงผู้ที่มีความคิดอยากตาย พยายามฆ่าตัวตายหรือทำร้ายตนเองโดยเจตนาไม่ว่าจะทำไปเพื่อต้องการตายหรือไม่ ความตายเป็นสิ่งที่น่ากลัวที่ทุกคนพยายามหลีกเลี่ยงหรือชะลอให้มาถึงตัวช้าที่สุดจนอาจกล่าวได้ว่าเป็นต้นกำเนิดของอาชีวะแพทย์แต่การฆ่าตัวตายซึ่งนับว่าฝืนกับความรู้สึกสามัญช่างต้นรวมทั้งสวนทางกับสิ่งที่แพทย์กระทำ และยังความรู้สึกต่างๆ แก่บุคลากรทางการแพทย์ค่อนข้างมากทั้งในแง่เห็นใจหรือคัดค้าน กลับมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นมากทุกที จึงสมควรที่เราจะได้ทำความเข้าใจกับการฆ่าตัวตายให้ชัดเจนยิ่งขึ้น เพื่อการรักษาและป้องกันเหตุร้ายนี้ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ผู้คิดฆ่าตัวตายส่วนใหญ่ก่อนตัดสินใจฆ่าตัวตายจะสองจิตสองใจรู้สึกโดดเดี่ยวอาจมองว่าการฆ่าตัวตายเป็นทางออกเดียวของปัญหาที่เผชิญอยู่คนเหล่านี้มักเผชิญกับความเจ็บปวดทางจิตใจอย่างต่อเนื่องจนรู้สึกทรมานไม่ได้รู้สึกถูกบีบคั้นทำให้มองไม่เห็นทางออกการแก้ไขปัญหาก็ตัดสินใจฆ่าตัวตายเพื่อ

หยุดการรับรู้และอาจคิดว่าการตายเป็นการหยุดความทุกข์และความเจ็บปวดทั้งหมดการคิดและตัดสินใจด้วยวิธีการเช่นนี้ แสดงว่าความเข้มแข็งทางใจของคนเหล่านั้นลดลงซึ่งอาจมีหลายปัจจัยมาเกี่ยวข้องเช่น

1. ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าโดยเฉพาะผู้ที่มีอาการนอนไม่หลับตลอดเวลาไม่สนใจตนเองส่วนใหญ่พบว่าผู้ป่วยกลุ่มนี้จะรู้สึกตนเองไร้ค่ารู้สึกผิดกับการกระทำของตนเองอย่างมากตัวเองมีบาปกรรมฆ่าตัวตายเพื่อลงโทษตัวเองสาเหตุของการฆ่าตัวตายถ้ามองกันลึกๆ แล้วคงเป็นผลพวงมาจากความทุกข์ในจิตใจอัน เกิดจากปัญหา หรือปัจจัยต่างๆ ซึ่งหากเราเข้าใจถึงสาเหตุที่พอจะเป็นไปได้ จะทำให้เราเข้าใจ และดูแลคนที่เราห่วงใยอย่างใกล้ชิดได้เพื่อป้องกันการเกิดความคิดฆ่าตัวตายทำร้ายตัวเองกับคนที่เรารัก และห่วงใย

2. ผู้ป่วยโรคจิตซึ่ง ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีสาเหตุเกิดจากกรรมพันธุ์หรือการได้รับสารกระตุ้นทางสมอง เช่นสุรายาบ้าสารระเหยเป็นต้นได้รับกระทบกระเทือนทางสมองมีการติดเชื่อในสมองการจัดการความเครียดของตนไม่ดีการมีอารมณ์เศร้าหมุดกำลังใจอย่างมากเป็นต้นสิ่งต่างๆ เหล่านี้มีผลต่อระบบประสาทอาจทำให้มีอาการประสาทหลอนหลงผิดเพ้อ หลอนหรือทำตามที่ประสาทหลอนสั่ง

ผลการวิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนา พบว่าการสืบชะตาต่ออายุของคนล้านนาถือได้ว่าเป็นพิธีกรรมที่ศักดิ์สิทธิ์ คือ เป็นการต่ออายุหรือสืบชะตาคำเนิดให้ยืดยาวออกไป หมายถึง ต้องการให้เป็นมงคลมีชีวิตอยู่อย่างสุขสบาย ปราศจากโรคภัย



ทั้งหลายทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรือง ถือได้ว่าเป็นกุศโลบายอย่างหนึ่งในทางพุทธจิตวิทยาช่วยเสริมสร้างพลังทางด้านจิตใจ โดยต้องอาศัยจากการมีส่วนร่วมของ วัด บ้าน โรงเรียน ชุมชน และหน่วยงานที่เป็นของรัฐบาลและเอกชน เข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา และมีวิธีการติดตามกลุ่มเสี่ยงที่คิดจะฆ่าตัวตายให้ชัดเจน ดังจะเห็นได้ว่ากลุ่มเสี่ยงที่สืบทอดใน ช่วง 2-3 สัปดาห์ สภาพของจิตใจและร่างกาย เป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น แต่ต้องมีการบวกรวมในการติดตามเป็นระยะเพื่อไม่ให้คิดว่าถูกทอดทิ้งหรือต้องอยู่ตัวคนเดียว

5. อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษางานวิจัยเรื่อง ศึกษาวิเคราะห์พุทธจิตวิทยาเพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบทอดในล้านนาซึ่งมีงานวิจัยที่สอดคล้องดังนี้คืออิทธิพลของธัมมปทัฏฐกถาเรื่องอายุวัฒนกุมารต่อประเพณีสืบทอดของล้านนาว่าพิธีกรรมการสืบทอดยังไร้สาระสำคัญในด้านจิตวิทยา คือ ให้เกิดความสบายใจ เกิดกำลังใจ มีความรู้สึกอบอุ่นและปลอดภัยจากความกลัวต่างๆ มีความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตต่อไปได้ ด้านสังคมวิทยา คือ เป็นวิธีการเยียวยาให้คนในสังคมสามารถเผชิญกับปัญหาในการดำเนินชีวิตและแก้ปัญหาด้วยความสามัคคีกลมเกลียวของคนในสังคม ด้านมานุษยวิทยา คือการหล่อหลอมคติความเชื่อ ค่านิยม การแสดงออก จนกลายเป็นพลังของสังคมและด้านประเพณีพิธีกรรมเป็นการสร้างความสัมพันธ์ในวิถีชีวิตเป็นการแสดงออกที่มีแบบแผนและเป็นเอกลักษณ์ของชาวล้านนา

(Kotsupho, 1876 : 23)

งานวิจัยเรื่อง สืบทอด: การศึกษาเชิงวิจารณ์ไว้ว่า คัมภีร์สืบทอดเป็นวรรณกรรมที่สะท้อนเรื่องที่เป็นความรู้ที่มีคุณค่าของยุคสมัยราวปลายพุทธ ศตวรรษที่ 24 ถึงต้นพุทธศตวรรษที่ 25 และจากการศึกษาทำให้ทราบว่า การสืบทอดเมืองเชียงใหม่มีมาตั้งแต่สมัยพระเจ้าสามฝั่งแกน ซึ่งเป็นพระราชบิดาของพระเจ้าติโลกราช จึงอาจสันนิษฐานได้ว่าพิธีนี้จะมีมาตั้งแต่รัชกาลก่อนหน้านั้นก็ได้ และยังสะท้อนให้เห็นคุณค่าในด้านค่านิยม คติธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา ซึ่งจำแนกออกได้เป็นการให้ทาน การสอนให้ตั้งมั่น อยู่ในศีลธรรม สุภาพดี คำพังเพย สำนวนต่างๆ อันแสดงคุณธรรมและคติธรรมและประเพณี ตลอดจนงานวิจัยเรื่อง กล่าวไว้ในงานวิจัยเรื่องศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องการต่ออายุในทางพระพุทธศาสนาที่มีอิทธิพลต่อพิธีกรรมการสะเดาะเคราะห์ต่ออายุในจังหวัดสุรินทร์พบว่า พระพุทธศาสนามีแนวคิดที่มนุษย์นั้นมีกรรมเป็นของตน และการเกิดหรือการตายของมนุษย์ย่อมมีสาเหตุอยู่ 4 ประการ คือ 1) อายุขยัมภณะ ตายเพราะสิ้นอายุ 2) กัมมัขยัมภณะ ตายเพราะสิ้นกรรม 3) อุภยักขยัมภณะตายเพราะสิ้นอายุ และสิ้นกรรมทั้งสอง 4) อุปัจเฉทกมภณะ ตายเพราะอุปบัติเหตุ แต่ถึงอย่างนั้นในบางกรณีมนุษย์ก็สามารถที่จะต่อชีวิตหรือต่ออายุไปได้ด้วยการกระทำที่เรียกว่าการต่ออายุด้วยเหตุดังต่อไปนี้คือ 1) การต่ออายุด้วยการให้ทาน 2) การต่ออายุด้วยการกำลังแห่งฤทธิ์ 3) การต่ออายุเพราะการรู้จักหลักในการดำเนินชีวิต 4) การต่ออายุด้วยอำนาจกรรม 5) การต่ออายุด้วยการสาธยายมนต์



(พระปริตร) 6) การต่ออายุด้วยการปฏิบัติธรรมตามหลักอิทธิบาท 4 7) การต่ออายุด้วยความไม่ประมาท (8) การต่ออายุด้วยการตั้งสัจจะอธิษฐาน 9) การต่ออายุด้วยการแผ่เมตตา 10) การต่ออายุด้วยการรู้จักประมาณในการบริโภค (Phrakru Paisanpariyatkit (Phramaha Chittakorn Tathala Nartpoonyo), 1876 : 3)

6. ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง ศักขิวิเคราะหุ พุทธจิตวิทยา เพื่อลดการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนา มีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะ

1.1 ช่วยให้มีการเฝ้าระวังบุคคลที่มีความคิดในการฆ่าตัวตาย ในสังคมไทย

1.2 ปัญหาที่ทราบจากผลการวิจัยสามารถนำไปวางแผนในการป้องกันการฆ่าตัวตายในสังคมไทย

1.3 สามารถนำแนวทางในการแก้ปัญหาการฆ่าตัวตายในสังคมไทยตามหลักพุทธจริยธรรมหรือหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการป้องกันและแก้ปัญหาให้กับบุคคลที่มีความคิดในการฆ่าตัวตาย

1.4 กรณีศึกษาที่ได้จากคนพยายามฆ่าตัวตายแต่กลับใจไม่ฆ่าตัวตายในภายหลังเป็นบทเรียนล้ำค่าในการสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ผู้ประสบปัญหาแล้วคิดจะฆ่าตัวตาย ทำให้มีทางออกของปัญหาที่หลากหลาย พร้อมทั้งจะยับยั้งชีวิตต่อไป โดยไม่หวังพึ่งความตายว่าเป็นเส้นทางสุดท้ายของการแก้ปัญหาชีวิต

ทางสุดท้ายของการแก้ปัญหาชีวิต

1.5 ชีวิตของสัตว์สิ้นและเปราะบางยากที่จะได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีกครั้ง ผู้ประสบปัญหาชีวิตที่คิดทำอัตวินิบาตกรรม เข้าใจการใช้ชีวิตอย่างถูกต้องตามหลักพุทธธรรม เห็นคุณค่าของการได้เกิดมาเป็นมนุษย์ พยายามรักษาชีวิตอันน้อยนิดให้ดำรงอยู่ได้ตามอายุขัยด้วยการทำประโยชน์ตน ครอบครัว สังคม ประเทศชาติสืบต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัย

การนำผลวิจัยไปใช้แก้ไขปัญหาการฆ่าตัวตายโดยพิธีกรรมสืบชะตาในล้านนา ตระหนักว่าการแก้ไข ป้องกันปัญหาการฆ่าตัวตายเป็นเรื่องที่มีความซับซ้อนสูง มีปัจจัยเสี่ยงหลากหลายทั้งมิติตัวบุคคลด้านครอบครัวชีวิต ด้านสิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม ควรมีการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ครอบคลุมทุกมิติ และในพื้นที่อื่นๆ เพื่อเปรียบเทียบข้อมูล อันจะนำไปสู่การวางแผนประเมินผลการดำเนินงาน ตลอดจนวางมาตรการที่จำเป็นในชุมชนต่อไปเครือข่ายเฝ้าระวังในพื้นที่เป็นเรื่องที่มีความสำคัญต่อการช่วยเหลือผู้ที่เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในชุมชนรวมทั้ง การป้องกันการฆ่าตัวตายสำเร็จในชุมชนควรมีการสนับสนุนให้มีการรวมกลุ่มจิตอาสา (ที่ผ่านการเยียวยาจิตใจ) ให้ทำหน้าที่คอยดูแลสอดส่อง เฝ้าระวังการฆ่าตัวตายในชุมชนควรมีการเสริมสร้างปัจจัยปกป้องในชุมชนและขจัดปัจจัยเสี่ยง ปัจจัยกระตุ้นให้เกิดการฆ่าตัวตาย ซึ่งควรมีการร่วมมือระหว่างหน่วยงานในพื้นที่ให้มากขึ้นควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการนำหลักพุทธธรรมมาบำบัดผู้ที่ฆ่าตัวตาย



References

- Kotsupho, P. (1876). *Life-Prolonging that Appeared in the Buddhism, in the Occasion of 40 years Anniversary of Chiang Mai University*. Chiang Mai : Faculty of Humanity, Chiang Mai University.
- Mahachulalongkornrajavidyalaya. (1980). *Thai Tripitaka*. Bangkok : Mahachulalongkornrajavidyalaya Press.
- Mental Health Department. (2018). *The Reduction of Suicide Problem in Thai Society*. Bangkok : Kuruspa printing, Ladprow.
- Pattaranupat, C. (1985). *Status of Education on the Beliefs of Thai People*. Bangkok : Thai Studies Project Chulalongkorn University.
- Phrakru Paisanpariyatkit (Phramaha Chittakorn TathalaNartpoonyo). (1876). *The Study of Life-Prolonging in Buddhism. Master of Buddhism Thesis in the subject of Buddhism*. Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University.