การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

A COMPARATIVE STUDY OF HAPPINESS PROMOTION TO THE ELDERLY IN THERAVADA BUDDHISM AND ISLAM: A CASE STUDY OF BANGCHALONG SUB-DISTRICT, BANGPHLI DISTRICT, SAMUTPRAKARN PROVINCE

พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

A Comparative Study of Happiness Promotion to the Elderly in Theravada Buddhism and Islam: A Case Study of Bangchalong Sub-district, Bangphi District, Samutprakarn Province

Phrakhrupalad Phanuwat Vaḍḍhadhammo (Phoisup)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of
Master of Arts
(Comparative Religion)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

.....

(พระมหาสมบูรณ์ วุฑฺฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ ..... ประธานกรรมการ

(ผศ.ดร.ณัทธีร์ ศรีดี)

..... กรรมการ

(ผศ.ดร.อุทัย สติมั่น)

..... กรรมการ

(พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร.)

..... กรรมการ

(พระมหามงคลกานต์ ธิตธมฺโม, ผศ.ดร.)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. ประธานกรรมการ

พระมหามงคลกานต์ ธิตธมฺโม, ผศ.ดร. กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย .....

(พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

ผู้วิจัย : พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (ศาสนาเปรียบเทียบ)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระศรีรัตโนบล, ผศ. ดร., ป.ธ. ๙, พธ.บ. (ปรัชญา), M.A. (Philosophy), Ph.D (Philosophy)

: พระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ. ดร., ป.ธ. ๙, พธ.บ. (ปรัชญา), พธ.ม. (ปรัชญา), ศน.ด. (พระพุทธศาสนาและปรัชญา)

วันสำเร็จการศึกษา : ๒๙ มีนาคม ๒๕๖๒

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม:กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ” มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ๒) เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการและ ๓) เพื่อเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอ บางพลี จังหวัดสมุทรปราการ งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยรวบรวมข้อมูลทั้งจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ และจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview)

ผลการศึกษาพบว่า

วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในทัศนะของทางพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นวิธีการที่ทำให้ชีวิตเกิดความสุขขึ้นด้วยหลักพุทธธรรม เพื่อเป็นเครื่องจรรโลงใจให้แข็งแรง และส่งผลต่อสุขภาพร่างกายด้วย ได้แก่ (๑) หลักไตรลักษณ์ (๒) หลักอริยสัจ (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม (๔) หลักพรหมวิหารธรรม และ(๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม

วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในทัศนะของศาสนาอิสลามนั้น ผู้สูงอายุต้องปฏิบัติตนให้มีความสุขได้ด้วยตนเอง โดยปฏิบัติตามหลักของศาสนาอิสลาม ๒ ประการ คือ ๑) หลักศรัทธาหรือความเชื่อในศาสนา (อีมาน) หลักศรัทธาคือหลักคำสอนที่ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องเชื่อว่าเป็นความจริงแท้และต้องยึดถืออย่างมั่นคง ได้แก่ (๑) ศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้า (๒) ศรัทธาในมลาอิกะฮฺ (๓) ศรัทธาในบรรดารอซูลหรือศาสนทูต (๔) ศรัทธาในพระคัมภีร์ (๕) ศรัทธาในวันพิพากษา และ (๖) ศรัทธาในการลิขิตของพระผู้เป็นเจ้า ๒) หลักปฏิบัติหรือหน้าที่ในศาสนา (อิบาดะฮฺ) ได้แก่ (๑) การปฏิญาณตน (๒) การละหมาด (๓) การบริจาคศาสนทานซะกาต (๔) การถือศีลอด (๕) การประกอบพิธีฮัจญ์

จากการเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า ชาวพุทธกับชาวมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง มีทัศนะเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุคล้ายกันว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขนั้น เป็นเครื่องมือที่สร้างสังคมให้เกิดสันติสุข โดยใช้กฎหมาย จริยธรรมทางสังคม เป็นเครื่องมือสนับสนุน ต่างกันเพียงชาวพุทธมีทัศนะว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขนั้น ต้องอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น หลักของไตรสิกขา ได้แก่ ศีลสิกขา การฝึกมารยาท จิตตสิกขา การฝึกจิตให้มีความผ่องใส ปัญญาสิกขา การยกจิตออกจากความยึดมั่นถือมั่นในมายาทางสังคม ส่วนมุสลิมเน้นหลัก อามานะฮฺ ซึ่งเป็นหลักการปฏิบัติตนตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย เช่น หน้าที่ของหัวหน้าครอบครัว และหน้าที่อันสำคัญที่สุดคือหน้าที่ที่อัลลอฮฺทรงมอบให้

Thesis Title : A Comparative Study of Happiness Promotion to the Elderly in Theravada Buddhism and Islam: A Case study of Bangchalong Sub-district, Bangphi District, Samutprakarn Province

Researcher : Phrakhrupalad Phanuwat Vaḍḍhadhammo (Phoisup)

Degree : Master of Arts (Comparative Religion)

Thesis Supervisory Committee

: Phrasrirattanobol (Suriyo Uttamamedhi), Asst. Prof. Dr., Pali IX, B.A. (Philosophy), M.A. (Philosophy), Ph.D. (Philosophy)

: Phramaha Mongkholkan Titadhammo (Klangpanom), Asst. Prof. Dr., Pali IX, B.A. (Philosophy), M.A. (Philosophy), Ph.D. (Buddhist Studies & Philosophy)

Date of Graduation : March 29, 2019

Abstract

The thesis entitled *"A Comparative Study of Happiness Promotion to the Elderly in Theravada Buddhism and Islam: A Case study of Bangchalong Sub-district, Bangphi District, Samutprakarn Province"* has three objectives: 1) to study of happiness promotion to the elderly of Theravada Buddhism and Islam in Bangchalong Sub-district, Bangphi District, Samutprakarn Province, 2) to study of happiness promotion to the elderly of Islam in Bangchalong Sub-district, Bangphi District, Samutprakarn Province , and 3) to comparatively study of happiness promotion to the elderly of Theravada Buddhism and Islam in Bangchalong Sub-district, Bangphi District, Samutprakarn Province. This study is of qualitative research. The sources of this study have been collected from documents and research papers related to the elderly, and also from In-depth Interview.

The results of the study were as follows:

The promotion of happiness to the elderly in Theravada Buddhism is the way of making life happy with the Dhammas of the Buddha aiming at strengthening mind and also yielding good health to the elderly. These Dhammas comprise: i) three

characteristics ***(ti-lakhaṇa),*** ii) noble truths (ariya sacca) iii) merit-demerit, and kamma, iv) the sublime states of mind ***(brahma-vihāra),*** and v) five precepts ***(pañca-sīla)*** and the five accessory virtues ***(pañca-dhamma***).

With regard to the happiness promotion to the elderly in Islam, the elderly have to make them happy by themselves by following the two ways of Islam, namely, 1) faith in religion ***(Iman)*** that the elderly in Islam have to believe that this is the real truth and they have to strictly follow it, they are: i) having faith in God, ii) having faith in ***Mala-i-kat***, iii) having faith in the prophets ***(Rasuls),*** iv) having faith in the judgement day, v) having faith in ***koran***, and vi) having faith in the determination of ***Allah;*** and 2) the practice or the duties in religion ***(Ibadah),*** namely, i) swearing, ii) prayer, iii) charity ***(Zakat),*** iv) fasting, and v) ***Hajj.***

From the comparison of happiness promotion to the elderly of Theravada Buddhism and Islam in Bangchalong Sub-district, Bangphi District, Samutprakarn Province, it was found that the Buddhists and Muslims have the similar view that happiness promotion is the instrument that make society peaceful and happy through the rule of law and social ethics as the supplement. The different view of them was that the Buddhists have the view that happiness promotion has to depends on Dhammas of the Buddha such as three training ***(ti sikkhā):*** morality ***(sila-sikkhā)—*** training in character, concentration ***(smādhi***)—mind-training to be purify, and wisdom ***(paññā sikkhā)—***bringing mind out of the social illusion, whereas the Muslims emphasize on ***Amaanah*** that is the principle of making themselves as per the duties as assigned such as the duties of the head of the family, and the most importantly, the duties that bestowed by ***Allah.***

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยกราบขอบคุณพระราชปริยัติมุนี, รศ. ดร. คณบดีคณะพุทธศาสตร์ พระมหาสมบูรณ์ วุฑฺฒิกโร, ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย เจริญพรขอบคุณ ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์ ผอ.โครงการหลักสูตร พธ.ม. (ศาสนาเปรียบเทียบ) ขอบคุณอาจารย์พระมหาอดิเดช สติวโร, ดร. ประธานกรรมการพิจารณาหัวข้อและโครงร่างวิทยานิพนธ์ ผศ. ดร.วุฒินันท์ กันทะเตียน และ ผศ. ดร.แสวง นิลนามะ ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาหัวข้อและโครงร่างวิทยานิพนธ์ ผศ. ดร.ณัทธีร์ ศรีดี ประธานตรวจสอบวิทยานิพนธ์ และ ผศ. ดร.อุทัย สติมั่น ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบวิทยานิพนธ์ ที่ให้คำแนะนำและชี้ประเด็นต่าง ๆ ในการทำวิทยานิพนธ์เพื่อให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณอาจารย์ พระศรีรัตโนบล, ผศ. ดร. พระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ. ดร. อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่ให้ความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ ตรวจแก้ ชี้ข้อบกพร่องต่าง ๆ ตั้งแต่ต้นจนเสร็จสมบูรณ์ด้วยความกรุณาอย่างยิ่ง ขอขอบคุณอาจารย์พระมหาจรูญ กิตฺติปณฺโณ, ดร. ที่เมตตาตรวจสอบบทคัดย่อภาษาอังกฤษด้วยเมตตาธรรมอย่างยิ่ง

กราบขอบคุณ พระราชสิทธิมุนี วิ., ดร. พระครูวินัยธรสมุทร ถาวรธมฺโม, ผศ. ดร. พระมหาบุญเกิด ปญฺญาปวุฑฺฒี, ดร. เจริญพรขอบคุณ ผศ.เฉลียว รอดเขียว ผศ. ดร.กฤต ศรียะอาจ ดร.คำพอง งามภักดิ์ ตลอดทั้งคณาจารย์และเจ้าหน้าที่คณะพุทธศาสตร์ พระครูธรรมบาล (พิจิตร ธมฺมวิจิตฺโต), ดร. เจ้าหน้าที่โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ทุกรูป/ทุกท่าน ที่กรุณาทำให้ตลอดระยะเวลาแห่งการศึกษา การขอคำปรึกษาและการติดต่อประสานงานทุกอย่าง เป็นไปด้วยความราบรื่นและเปี่ยมล้นด้วยกัลยาณธรรมทุกเวลา

ขอบคุณเพื่อนนิสิตในสาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รุ่นที่ ๙ ทุกรูป/ทุกท่าน โดยเฉพาะพระใบฎีกากฤษฎา กตปุญฺโญ พระวัลลภ วชิรว์โส ที่ได้กรุณาแบ่งปันข้อมูลทั้งขณะศึกษาอยู่และขณะทำงานวิจัย ขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่เอื้อเฟื้อในการเข้าใช้ห้องสมุดด้วยมิตรไมตรีที่อบอุ่นยิ่ง

กราบขอบพระคุณหลวงพ่อพระครูอดุลศาสนการ อุปัชฌาย์ผู้ให้การอุปสมบทในพระพุทธศาสนา พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน ที่ให้ความอนุเคราะห์ผู้วิจัยในการสัมภาษณ์เพื่อเป็นข้อมูลในการวิจัย เจริญพรขอบคุณ นางสาวอภิรดี แตงโสภา กำนันตำบลบางโฉลง นางนิภา สมใจ สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง เจริญพรขอบคุณ คุณจงรัก ศรีนุ่ม และคุณลลิมาดา ศรีจำรูญ ที่ช่วยประสานงานสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง นายเสงี่ยม มิมมา กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ ตลอดถึงผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างทั้งชาวพุทธและชาวมุสลิมที่ให้ความอนุเคราะห์ในการสัมภาษณ์ข้อมูลอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่องานวิจัยครั้งนี้ ขออนุโมทนาขอบคุณ บิดา-มารดา ครู อาจารย์ เจริญพรขอบคุณคุณโยมไพฑูรย์ อ้นเจริญ ผู้อุปถัมภ์ทุนการศึกษาตลอดหลักสูตร คุณชูชาติ คุณนภาพร พูลเจริญ คุณฉอเลาะ วรรณพฤกษ์ คุณชุตินันท์ กาญจนกิจโสภณ ที่ให้สนับสนุนการศึกษา และคุณอภิวิชญ์ คุณพัชรี ขำสุทธิ์ อุปถัมภ์พาหนะในการเดินทาง และผู้มีพระคุณทุกท่าน ที่มีส่วนช่วยอย่างสูงล้นต่อการศึกษาเล่าเรียนตั้งแต่ต้นกระทั่งถึงวันนี้

ขอพระสัทธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และความดีงามทั้งปวง ได้ดำรงมั่น เพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่ชนหมู่มาก และแก่ชาวโลกตลอดกาลนาน เทอญ

พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม

๒๙ มีนาคม ๒๕๖๒

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	**ก**
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	**ค**
กิตติกรรมประกาศ	**จ**
สารบัญ	**ฉ**
สารบัญตารางเปรียบเทียบ	**ซ**
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	**ฌ**
บทที่ ๑ บทนำ	**๑**
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ ปัญหาวิจัย	๕
๑.๓ วัตถุประสงค์การวิจัย	๕
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๕
๑.๕ วิธีดำเนินการวิจัย	๖
๑.๖ คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๗ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๗
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๖
๑.๙ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๑๖
บทที่ ๒ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา	**๑๘**
๒.๑ ความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา	๑๘
๒.๒ ความหมายของความสุขในพระพุทธศาสนา	๒๓
๒.๓ ลักษณะของความสุขในพระพุทธศาสนา	๒๔
๒.๔ วิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนา	๓๗
๒.๕ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา	๔๑
๒.๖ สรุป	๕๔
บทที่ ๓ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม	**๕๖**
๓.๑ ความหมายผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม	๕๖
๓.๒ ความหมายของความสุขในศาสนาอิสลาม	๕๘
๓.๓ ลักษณะของความสุขในศาสนาอิสลาม	๕๙
๓.๔ วิธีการเสริมสร้างความสุขในศาสนาอิสลาม	๖๑
๓.๕ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม	๖๗
๓.๖ สรุป	๗๖

บทที่ ๔ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ๗๘
๔.๑ เปรียบเทียบความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม ๗๙
๔.๒ เปรียบเทียบความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม ๘๓
๔.๓ เปรียบเทียบลักษณะของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม ๘๗
๔.๔ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม ๙๑
๔.๕ เปรียบเทียบประโยชน์ของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม ๙๕
๔.๖ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุ ในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม ๙๗
๔.๗ สรุป ๑๐๒

บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ ๑๐๓
๕.๑ สรุปผลการวิจัย ๑๐๓
๕.๒ ข้อเสนอแนะ ๑๐๖

บรรณานุกรม ๑๐๗

ภาคผนวก ก. รายชื่อและหนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิตรวจแบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย ๑๑๒

ภาคผนวก ข. รายชื่อผู้ตอบแบบสัมภาษณ์และหนังสือขอสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ๑๑๘

ภาคผนวก ค. แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย ๑๔๑

ภาคผนวก ง. ภาพประกอบการสัมภาษณ์ ๑๔๕

ประวัติผู้วิจัย ๑๕๕

สารบัญตารางเปรียบเทียบ

เรื่อง **หน้า**

ตารางที่ ๔.๑ เปรียบเทียบความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาท
กับศาสนาอิสลาม ๘๒
ตารางที่ ๔.๒ เปรียบเทียบความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาท
กับศาสนาอิสลาม ๘๖
ตารางที่ ๔.๓ เปรียบเทียบลักษณะของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม ๙๐
ตารางที่ ๔.๔ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาท
กับศาสนาอิสลาม ๙๕
ตารางที่ ๔.๕ เปรียบเทียบประโยชน์ของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม ๙๗
ตารางที่ ๔.๖ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาท
กับศาสนาอิสลาม ๑๐๑

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

คัมภีร์พระไตรปิฎกที่ผู้วิจัยใช้ศึกษาและนำมาอ้างอิง สำหรับการเขียนวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยได้ใช้คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ โดยกำหนดแหล่งที่มาด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์ที่นำมาอ้างอิงแล้วตามด้วยตัวเลขที่บอก เล่ม/ข้อ/หน้า ของคัมภีร์ดังกล่าวนั้น เช่น ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๘๔/๖๒ หมายถึง พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฏิกวรรค ภาษาไทย เล่มที่ ๑๑ ข้อที่ ๘๔ หน้าที่ ๖๒

การใช้อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถาในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยอ้างอิงอรรถกถาภาษาไทยฉบับมหาจุฬาอรรถกถา โดยระบุคำย่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม/ข้อ/หน้า เช่น ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๕๑ ๓๕๒ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี สีลขันธวรรค อรรถกถา ภาษาไทย เล่ม ๒ ข้อ ๒ หน้า ๓๕๑-๓๕๒ เป็นต้น

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

พระสุตตันตปิฎก

คำย่อ		**ชื่อคัมภีร์**			**ภาษา**
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (บาลี)	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวคฺคปาลิ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
สํ.ข. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
องฺ.ทุก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.จตุกฺก. (บาลี)	=	สุตฺตนฺตปิฎก	องฺคุตฺตรนิกาย	จตุกฺกนิปาตปาลิ	(ภาษาบาลี)
องฺ.จตุกฺก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.อฏฺฐก (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	อัฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
องฺ.นวก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ขุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ. (บาลี)	=	สุตฺตนฺตปิฎก	ขุทฺทกนิกาย	อิติวุตฺตกปาลิ	(ภาษาบาลี)
ขุ.อิติ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.อุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อุทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทส	(ภาษาไทย)
ขุ.จู. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิทเทส	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

คำย่อ		**ชื่อคัมภีร์**			**ภาษา**
ที.ม.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
สำ.นิ.อ. (ไทย)	=	สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	นิทานวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ค. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ศาสนาอิสลาม

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้คัมภีร์อัลกุรอาน ฉบับแปลภาษาไทย โดย มัรวาน สะมะอุน สำนักพิมพ์ ส.วงศ์เสงี่ยม กรุงเทพมหานคร ๒๕๒๔.

วิธีอ่าน

ศาสนาอิสลามใช้การอ้างอิง อัลกุรอานซูเราะห์ : อายะห์หรืออัลกุรอานบท : โองการ : หน้า เช่น

อัลบะเกาะเราะฮฺ ๒: ๑๒๙: ๖๔. = อัลกุรอานซูเราะห์ที่ ๒ อัลบะเกาะเราะฮฺ อายะห์ที่ ๑๒๙ หน้าที่ ๖๔.

อัลมาอิดะฮฺ ๕: ๙๓-๙๔: ๒๒๕.= อัลกุรอานซูเราะห์ที่ ๕ อัลมา- อิดะฮฺ อายะห์ที่ ๙๓-๙๔ หน้าที่ ๒๒๕.

บทที่ ๑
บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

"ผู้สูงอายุ" มาจากศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Elderly หรือ Aging เป็นคำที่บัญญัติขึ้นเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๐๖ การประชุมสมัชชาโลก เรื่องผู้สูงอายุที่กรุงเวียนนา ประเทศออสเตรีย ในปี พ.ศ. ๒๕๒๕ (World Assembly on Aging) ได้กำหนดเกณฑ์อายุของผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงไว้ ๖๐ ปีขึ้นไป[๑] คนที่อยู่ในวัยดังกล่าวนับว่าเป็นวัยที่มีลักษณะเปลี่ยนแปลงเฉพาะ มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ และการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม วัยสูงอายุไม่ได้เป็นวัยที่หมดความหมายหรือเป็นวัยที่สิ้นสุดที่สุดทีเดียว แต่เป็นวัยที่ปลอดภัยจากภาวะจิตของสังคมส่วนใหญ่ ดังนั้น การมีชีวิตอย่างมีความสุขและเหมาะสมในวัยนี้ จึงต้องคำนึงถึงสภาพแวดล้อมที่ผู้สูงอายุได้รับเป็นสำคัญ[๒] เมื่อผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและสังคม เช่น การมีกำลังถดถอยหรือการปลดจากงานประจำ การเปลี่ยนแปลงวิถีทางดำเนินชีวิตหลังจากเคยทำงานมา ในเวลาช่วง ๒๐-๓๐ ปี การลดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ ลง วงสังคมแคบ ทำให้เกิดความสูญเสียบทบาท ซึ่งอาจกระทบกระเทียนทางเศรษฐกิจ ทำให้ความมั่นใจในความสามารถและคุณค่าของตนเองลดลง ถ้าหากเกิดการสูญเสียสามีหรือภรรยา หรือบุตรซึ่งเป็นบุคคลใกล้ชิดหรือเพื่อนสนิท ก็จะทำให้เกิดการกระทบกระเทือนใจเพิ่มมากขึ้น และถ้าสุขภาพทางร่างกายขาดผู้ใกล้ชิดดูแล จะทำให้เกิดความรู้สึกหมดหวัง ท้อแท้เป็นทวีคูณ ความรู้สึกสูญเสียบทบาทในวัยสูงอายุ มักจะเกิดขึ้นในหมู่พวกทำงานมากกว่าพวกทำงานฝีมือ และเกิดขึ้นในผู้สูงอายุชายมากกว่าผู้สูงอายุหญิง เพราะผู้สูงอายุหญิงนั้นได้ผ่านการสูญเสียบทบาทและการปรับตัวมาก่อนผู้สูงอายุชาย กล่าวคือ ในช่วงหมดประจำเดือนราวอายุ ๔๕-๕๐ ปี ความสามารถทางสติปัญญาทั่ว ๆ ไป ไม่ได้ลดลง เนื่องจากโรคภัยบางอย่าง หรือความเสื่อมในสมองส่วนด้านการปรับตัวด้านจิตใจและอารมณ์ของแต่ละบุคคล ย่อมจะแตกต่างกันไปตามความสามารถของแต่ละบุคคลและสิ่งแวดล้อม ระดับการศึกษา และฐานะทางเศรษฐกิจ รวมทั้งการเตรียมตัวของการปรับตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ รวมทั้งสิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรมของสังคมนั้น ๆ ด้วย[๓]

---

[๑]กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงมหาดไทย, "ให้ความรัก พิทักษ์อนามัย ผู้สูงวัยอายุยืน", (**ครุปริทัศน์** , ฉบับพิเศษ ปีสุขภาพผู้สูงอายุ, มกราคม ๒๕๒๕): ๑๑.

[๒]พัทชรินทร์ บุญเสริม, "ความรุนแรงในครอบครัวต่อผู้สูงอายุในอำเภอบ้านเขว้า จังหวัดชัยภูมิ", **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๖), หน้า ๑๔-๑๖.

[๓]กฤษณา บูรณะพงศ์, "ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแก่เยาวชนในกรุงเทพมหานคร", **วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๘-๑๐.

พระพุทธศาสนากล่าวถึงชีวิตมนุษย์ว่าประกอบด้วยทั้งความสุขและความทุกข์ มุ่งเน้นให้ประพฤติปฏิบัติเพื่อลดละความทุกข์ แสวงหาความสุขที่แท้จริง โดยมองว่าความสุขที่แท้จริงไม่มีในโลกนี้ โดยมิได้หมายความว่าโลกนี้ไม่มีความสุข แต่ไม่มีความสุขใดในโลกที่หลุดพ้นไปจากความทุกข์ไม่มี อีกนัยหนึ่งพระพุทธศาสนาถือว่า ชีวิตของมนุษย์จะต้องมีการพัฒนาใน ๔ ส่วน การพัฒนาด้านกาย ศีล จิต และปัญญา ถ้าบุคคลพัฒนาใน ๔ ด้านแล้วย่อมจะได้ความสุขหรือความเจริญตามพัฒนาของชีวิต สังคมปัจจุบันที่ย่างเข้าสู่สังคมแห่งผู้สูงอายุ ดังนี้ [๕] ๑) ความสุขทางกาย ได้แก่ ร่างกายที่แข็งแรง สมบูรณ์ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และมีสิ่งแวดล้อมภายนอกที่ดี ๒) ความสุขทางสังคม หรือศีล ได้แก่ มีสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี มีคุณภาพ มีคุณธรรม จริยธรรม ๓) ความสุขทางจิตใจ ได้แก่ มีส่วนประกอบทางด้านคุณธรรมความดีงามทั้งหลายภายในจิตใจ ได้แก่ ความมีเมตตากรุณาความขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่น เบิกบาน เป็นสุข ผ่องใส เป็นต้น และ ๔) ความสุขทางปัญญา ได้แก่ มีสติปัญญา ความเชื่อความรู้ ความนึกคิด ความเข้าใจชีวิตและโลกอย่างถูกต้อง ตามความเป็นจริง

ดังนั้น เบื้องต้นพระพุทธศาสนาจึงมองไปที่วิธีการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวให้มีความสุขทางกาย ดังที่พระพุทธองค์ทรงตรัสกับพระมหานามะว่า

> บัณฑิตพึงนมัสการและสักการะมารดาบิดานั้นด้วยข้าว น้ำ ผ้า ที่นอนการอบกลิ่น การให้อาบน้ำ และการชำระเท้า เพราะการปรนนิบัติมารดาบิดานั้นแล บัณฑิตทั้งหลายจึงสรรเสริญเขาในโลกนี้เอง เขาตายไปแล้วย่อมบันเทิงในสวรรค์[๕]

ไม่เพียงแต่ปัจจัยเท่านั้น พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า การตอบแทนคุณของบิดามารดาจะสมบูรณ์ต่อเมื่อทำให้ท่านตั้งอยู่ในคุณธรรมดังปรากฏในพระพุทธพจน์ว่า

> บุตรคนใดให้มารดาและบิดาผู้ไม่มีศรัทธา สมาทาน ตั้งมั่น ดำรงอยู่ในสัทธาสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยศรัทธา) ให้มารดาและบิดาผู้ทุศีล สมาทาน ตั้งมั่นดำรงอยู่ในสีลสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยศีล) ให้มารดาและบิดาผู้ตระหนี่ สมาทานตั้งมั่น ดำรงอยู่ในจาคสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยการเสียสละ) ให้มารดาและบิดาผู้ไม่มีปัญญา สมาทาน ตั้งมั่น ดำรงอยู่ในปัญญาสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยปัญญา) ด้วยเหตุเพียงเท่านี้แล การกระทำอย่างนั้นชื่อว่าอันบุตรได้ทำและทำตอบแทนแก่มารดาและบิดา[๖]

และจากการศึกษาเบื้องต้น จะเห็นได้ว่า การใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุชะลอความชราลงได้ โดยเฉพาะการเจริญเมตตาและวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการโดยใช้วิธีคิดแบบเร้ากุศล พร้อมแนวปฏิบัติ ได้แก่ การให้ทาน การรักษาศีล และการเจริญภาวนา ด้วยแนวทางทั้ง

---

[๕] พระมหาสุทิตย์ อาภาโร (อบอุ่น) และคณะ, **สุขที่ได้ธรรม**, สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.happy8workplace.com/project/attach/book/สุขที่ได้ธรรม.pdf. (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

[๕] องฺ.จตุกฺก. (ไทย) ๒๑/๖๓/๑๐๗-๑๐๘.

[๖] องฺ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๔/๗๘.

สองนี้ ส่งผลให้มีสุขภาพที่ดีส่งผลในการชะลอความชรา[๗] และพระพุทธศาสนาได้เสนอแนะแนวทางหรือวิธีการในการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงวัย ด้วยหลักธรรมที่ใช้ควบคุมสภาพของจิตและดูแลร่างกายให้สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขไม่เป็นภาระของคนอื่น อีกทั้งยังสามารถดำรงความเป็นปูชนียบุคคล คือ เป็นผู้ที่มีคุณธรรมและเป็นที่พึ่งของคนรุ่นหลังในฐานะที่เป็นผู้มีความรู้และคุณธรรม สามารถให้คำแนะนำในสิ่งที่เป็นหลักการด้านการกระทำความดีให้กับคนอื่น ๆ ได้ เช่น ๑)เป็นผู้ที่รักษาศีล ๕ ๒) เป็นผู้ที่มีกุศลกรรมบถ ๑๐ ๓) เป็นผู้ที่ให้ทานโดยเฉพาะอามิสทาน ๔) เป็นผู้ที่สติในความคิด คำพูด และการกระทำด้วยทางสุจริต และ ๕) เลือกบริโภคสิ่งที่เหมาะสมกับร่างกายด้วยความพอดี

ศาสนาอิสลามมองว่า มนุษย์จะต้องควบคุมตนเองในการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย และจิตใจ ภายใต้ขอบเขตที่พระผู้เป็นเจ้าทรงกำหนด ซึ่งก็คือวิถีแบบอิสลาม เพื่อชีวิตที่มีสุขภาพที่ดีและมีความสุข ในขณะเดียวกันนั้นมนุษย์ก็จะต้องยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นไปด้วยความปรารถนาทั้งสองด้านนี้จะต้องเท่าเทียมกันจะละทิ้งอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ ดังข้อเขียนใน อิสลามและสันติภาพสากลว่า “สำหรับการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นควบคู่ไปด้วย และความปรารถนาทั้งสองนี้จะต้องทำอย่างเท่าเทียมกัน จะทำอย่างหนึ่งแล้วทิ้งอีกอย่างหนึ่งไม่ได้เป็นอันขาด”[๘] เราะชีด ริฎอ ได้กล่าวถึงพัฒนาการตามธรรมชาติของมนุษย์ว่าประกอบด้วย ๓ ช่วงวัย พร้อมทั้งลักษณะเด่นของแต่ละช่วงวัย ดังนี้

๑) ช่วงวัยที่หนึ่ง คือ วัยเด็ก เป็นวัยแห่งความสุขสบาย เป็นวัยแห่งการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง เด็ก ๆ มักจะกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามอารมณ์ความต้องการของตนเองเป็นหลัก เนื่องจากยังไม่รู้จักเหตุผล หรือแยกแยะผิดถูกชั่วดี วัยนี้จึงเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการก่อกวนของชัยฎอน

๒) ช่วงวัยที่สอง คือ วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่ผลแห่งการกระทำจะถูกพิจารณา (ตามความผิดถูกชั่วดี) และเป็นวัยที่มนุษย์จะยึดพลังจิตชั้นสูงเป็นเครื่องตัดสินใจในขณะเผชิญกับภาวะคับขัน

๓) ช่วงวัยที่สาม คือ วัยแห่งสติปัญญาและการใคร่ครวญ ผู้ที่อยู่ในวัยนี้จะชั่งน้ำหนักแยกแยะสิ่งดีชั่วโดยยึดหลักบัญญัติศาสนาพร้อมหลักสติปัญญาเป็นเกณฑ์มาตรฐานในการตัดสินใจเพื่อกระทำสิ่งต่าง ๆ

ซึ่งพัฒนาการทางร่างกายของมนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงเป็นขั้นตอนตั้งแต่ระยะเริ่มต้นของชีวิตจนกระทั่งร่างกายกายทุกส่วนเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์คงที่แล้วจึงค่อย ๆ ร่วงโรยเสื่อมสภาพลงเรื่อย ๆ ในระยะสุดท้ายของชีวิต เพื่อที่จะย้ำเตือนให้มนุษย์เห็นถึงสัจธรรมของชีวิตและให้ตระหนักอยู่เสมอว่า แม้มนุษย์จะถูกกำเนิดขึ้นมาในฐานะที่ประเสริฐกว่าสิ่งถูกสร้างอื่น ๆ แต่พัฒนาการของมนุษย์ก็เริ่มต้นจากสภาพที่อ่อนแอและกลับคืนสู่ความอ่อนแออีกครั้งจนกระทั่งพบกับการดับสูญเช่นเดียวกับสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ได้กล่าวไว้ในสูเราะฮฺอัรรูม อายะฮฺที่ ๕๔ ความว่า

---

[๗]ปภัสสร กิมสุวรรณวงศ์, “การชะลอความชราตามหลักพุทธธรรม”, **สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ก.

[๘]ซัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** แปลโดย สุนทร มาลาตี, (ปัตตานี: เบนฮาลาบี เพรส, ม.ป.ป.), หน้า ๗๙.

> อัลลอฮฺ (ซ.บ) ทรงเป็นผู้สร้างพวกเจ้าในสภาพอ่อนแอแล้ว หลังจากความอ่อนแอ พระองค์ก็ทรงทำให้มีความเข้มแข็ง แล้วหลังจากความเข้มแข็งทรงทำให้อ่อนแอและชราภาพ พระองค์ทรงสร้างสิ่งที่พระองค์ทรงประสงค์และพระองค์เป็นผู้ทรงรอบรู้ ผู้ทรงอานุภาพ[๙]

วิธีการเสริมสร้างความสุขทางศาสนาอิสลามมีอย่างเดียว คือ การมีศรัทธาต่ออัลลอฮฺ เกิดขึ้นในจิตใจ ใครก็ตามที่เขาได้ศรัทธาต่ออัลลอฮฺ โดยแท้จริงเขาจะพบว่าทุกวินาที ที่เขามีชีวิตอยู่มันเต็มไปด้วยความสุข ท่านนบี สอนให้มีความพอใจในสิ่งที่อัลลอฮฺได้กำหนดให้ จากปัจจัยชีพที่พยายามแสวงหาแล้ว สิ่งที่ได้แสวงหามาทำให้มีความพอใจ จึงควรรู้จักขอบคุณต่ออัลลอฮฺ หากสามารถทำเช่นนั้นได้ จะกลายเป็นคนที่ร่ำรวย เพราะความพอใจในสิ่งที่อัลลอฮฺได้แบ่งให้ และแน่นอนทรัพย์สมบัติที่ได้มานั้นเป็นสิ่งที่มีความจำเริญ (บารอกะฮ) ความดีงามในทรัพย์สิน ดังนั้น การที่จิตใจผูกพันต่ออัลลอฮฺ อยู่ตลอดเวลาไม่ว่าอยู่ในสถานะใด อยู่ ณ ที่ใดจิตชีวิตของเราก็จะมีแต่ความสุข และการที่คนเราประสบกับความยากลำบากก็เนื่องจากการหันให้กับการรำลึกถึงอัลลอฮฺ จิตใจได้ขาดการสื่อสารต่อพระองค์ อัลลอฮฺ ได้ตรัสไว้ในอัลกัรอานว่า “ผู้ศรัทธาจะมีจิตใจที่สงบนิ่ง เมื่อเขาได้รำลึกถึงอัลลอฮฺ นี่คือความมหัศจรรย์ที่อัลลอฮฺ ได้ประทานให้”[๑๐]

จากประเด็นดังกล่าวในทัศนะของศาสนาอิสลาม ความสุขนั้นเกิดขึ้นจากศรัทธาที่มีต่ออัลลอฮฺ และวิธีการที่จะสร้างเสริมความสุขให้เกิดขึ้นแก่ผู้สูงอายุนั้น ก็ด้วยการทำให้ผู้สูงอายุมีศรัทธาที่มั่นคงต่ออัลลอฮฺ ด้วยวิธีการทางศาสนบัญญัติ

ตำบลบางโฉลง เป็นเขตการปกครองระดับตำบลในปกครองของอำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ประกอบไปด้วย ๑๑ หมู่บ้าน เป็นแหล่งอุตสาหกรรมโรงงานถึง ๑๓๕ โรง ซึ่งประชากรส่วนใหญ่นั้นประกอบอาชีพรับจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม ค้าขาย และทำเกษตร ส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนาและศาสนาอิสลามตามลำดับ และแต่ด้วยเหตุที่สังคมปัจจุบันได้ก้าวเข้าสู่สังคมแห่งผู้สูงวัย ทำให้ส่วนราชการได้กำหนดการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคคลผู้สูงวัยนั้นเป็นยุทธศาสตร์หนึ่งในการพัฒนาสังคมโดยอาศัยศาสนาเป็นส่วนเชื่อมประสาน โดยมีโครงการส่งเสริมวิชาชีพแก่ผู้สูงอายุ โครงการกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อทำกิจกรรมทางสังคมอันนำมาจะนำมาซึ่งความสุขแก่ผู้สูงอายุทั้งทางด้านกาย และจิตใจ

จากประเด็นดังกล่าว มีข้อสังเกตได้ว่า ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่อ่อนแอทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ แม้จะเป็นผู้ผ่านประสบการณ์ชีวิตมามากแล้วก็ตาม ดังนั้น หากจะพัฒนาที่ร่างกายก็เป็นเพียงรักษาอาการให้ทรงอยู่เท่านั้น แต่วิธีการสร้างเสริมความสุขให้เกิดขึ้นแก่สูงอายุที่สำคัญจึงเน้นไปที่การพัฒนาด้านจิตใจเป็นสำคัญ ซึ่งนั่นเป็นเหตุให้ผู้วิจัยต้องการศึกษาถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขของ

---

[๙]อ้างใน ไพซ้อน ยิ่งนิยม, “แนวคิดการแนะแนวตามแนวทางท่านศาสดามุฮำมัด (ซ.ล)”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๑), หน้า ๘๐-๘๑.

[๑๐]อิสมาอีล กอเซ็ม, **ความสุขที่แท้จริงหาได้ที่ไหน?, The Islamic Foundation,** [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www. islammore.com/view/2753, (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

ผู้สูงอายุที่เป็นชาวพุทธและชาวมุสลิมที่อยู่ในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ โดยอาศัยกรอบกิจกรรมชุมชน และความเชื่อในทางศาสนาเป็นส่วนประสาน

๑.๒ ปัญหาวิจัย

๑.๒.๑ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร

๑.๒.๒ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามเป็นอย่างไร

๑.๒.๓ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม เขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ มีนัยที่เหมือนกันและต่างกันอย่างไร

๑.๓ วัตถุประสงค์การวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๓.๒ เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม

๑.๓.๓ เพื่อเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยเน้นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และแบบสัมภาษณ์ (Indebt Interview) ผู้วิจัยมุ่งวิเคราะห์เชิงประเด็นเปรียบเทียบดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร

งานวิจัยเรื่อง “วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ” มีขอบเขตการศึกษาวิจัย โดยจะศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุ ทางพระพุทธศาสนาเบื้องต้นจะศึกษาจากคัมภีร์พระไตรปิฎกและคัมภีร์อรรถกถา ส่วนศาสนาอิสลามนั้น จะเน้นศึกษาจากคัมภีร์อัลกุรอาน ตลอดถึงเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ จากนั้น นำเอาเอกสารทั้งหมดมาเปรียบเทียบเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้างต้นเป็นสำคัญ

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านกลุ่มตัวอย่าง/จำนวนประชากร

ในการสัมภาษณ์ประชากรกลุ่มตัวอย่างนั้น ผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างประชากรในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการไว้จำนวน ๒๐ รูป/คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มประชากรทางพระพุทธศาสนา จำนวน ๑๐ รูป/คน และกลุ่มประชากรทางศาสนาอิสลาม จำนวน ๑๐ คน โดยเฉพาะผู้สูงอายุนั้น จะกำหนดผู้ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ซึ่งกำหนดไว้ดังนี้

ก. กลุ่มตัวอย่างทางพระพุทธศาสนา

๑. พระภิกษุ/ผู้นำทางพระพุทธศาสนา จำนวน ๑ รูป

๒. ส่วนราชการ/องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จำนวน ๑ คน

๓. ผู้สูงอายุชาย จำนวน ๔ คน

๔. ผู้สูงอายุเพศหญิง จำนวน ๔ คน

ข. กลุ่มตัวอย่างทางศาสนาอิสลาม

๑. โต๊ะอิหม่าม/ผู้นำทางศาสนา จำนวน ๑ ท่าน

๒. ส่วนราชการ/องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จำนวน ๑ คน

๓. ผู้สูงอายุชาย จำนวน ๔ คน

๔. ผู้สูงอายุเพศหญิง จำนวน ๔ คน

๑.๕ วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้ เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยเน้นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และแบบสัมภาษณ์ (Indebt Interview) โดยมุ่งศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขของผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ซึ่งมีขั้นตอนในการศึกษาวิจัยดังต่อไปนี้

๑.๕.๑ เก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร ตัวอย่างคำถาม ตัวอย่างคำสัมภาษณ์ ที่ผ่านผู้ทรงคุณวุฒิ หนังสือ งานวิจัย และวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาของปัญหาและประเด็นที่ต้องการทราบจากแหล่งข้อมูลดังนี้

๑. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) ของงานวิจัยนี้ และค้นคว้าข้อมูลที่เชื่อมโยงในพระไตรปิฎกในพระพุทธศาสนา และคัมภีร์อัลกุรอานในศาสนาอิสลาม

๒. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) ศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับหัวข้องานวิจัยนี้ คือ วิทยานิพนธ์ งานวิจัย หนังสือ วารสาร และเอกสารต่าง ๆ

๓. เก็บรวบรวมข้อมูลสัมภาษณ์

๑.๕.๒ การวิเคราะห์เปรียบเทียบ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมเอกสารคัมภีร์ วิทยานิพนธ์ งานวิจัย หนังสือ วารสาร และเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องนั้น รวมถึงบทสัมภาษณ์ มาวิเคราะห์เปรียบเทียบหาความคล้ายคลึงกันและความแตกต่างกันในประเด็นวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

๑.๕.๓ นำเสนอผลการวิจัย

๑.๖ คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลชาย หญิง ที่มีอายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป ชาวพุทธ ชาวมุสลิม ที่อาศัยอยู่ในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง วิธีการหรือแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลผู้สูงวัยตามหลักการทางพระพุทธศาสนาเพื่อพัฒนาทั้งทางด้านกาย และจิตใจ ด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและวิธีการที่ผู้นำทางศาสนาเป็นผู้ดำเนินการ เช่น ศูนย์เรียนรู้ผู้สูงวัย

วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม หมายถึง หลักการ วิธีการหรือแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงวัยชาวมุสลิมให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งทางด้านกายและจิตใจ โดยอาศัยหลักการทางศาสนาและการดำเนินการตามหลักศาสนา

องค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง หมายถึง องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นระดับตำบลในเขตปกครองของอำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ที่ให้การสนับสนุนงบประมาณในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในตำบลบางโฉลง

๑.๗ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้พยายามรวบรวมหนังสืองานวิจัยและวิทยานิพนธ์ ที่มีเนื้อเกี่ยวข้องเป็นบางส่วน มาประกอบในการทำวิจัยนี้ โดยมีเนื้อหาโดยสังเขปดังต่อไปนี้

พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “แก่อย่างฉลาดและเป็นสุข” สรุปได้ว่า ในพระพุทธศาสนานี้ ยกย่องหรือให้เกียรติแก่ผู้สูงอายุเป็นพิเศษ เรียกว่าเป็นผู้รัตตัญญู แปลว่าเป็นผู้รู้ราตรีมากหรือนานรู้ราตรีมากหรือนานเพราะอายุมันมากมันผ่านวันคืนมานานมันมันก็รู้วันคืนนั้นมาก อย่างนี้เรียกว่า รัตตัญญูพระพุทธเจ้าให้ความสำคัญถึงกับว่าเป็นเอตทัคคะตำแหน่งหนึ่ง [๑๑]

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงธรรมของผู้สูงวัยไว้ในหนังสือ “ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ” สรุปความได้ว่า ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ คือ อิทธิบาท ๔ ถือเป็นหลักการสำคัญ ที่จะทำให้อายุยืน เพราะทำให้ชีวิตของเรามีกำลัง แล้วก็มีทางเดินที่มุ่งไปข้างหน้าสู่จุดหมาย ซึ่งทำให้ชีวิตมีความหมายที่จะอยู่ต่อไป ไม่ใช่อยู่อย่างเลื่อนลอย นอกจากนั้นยังเป็นตัวตัดอารมณ์ ป้องกันสิ่งที่ไม่ควรจะเข้ามารบกวนจิตใจและชีวิตของเรา ทำให้ชีวิตปลอดโปร่งโล่งเบาด้วย เมื่อข้างในตัวก็มีพลังทางเดินที่จะไปข้างหน้าก็แน่ชัด ข้างนอกก็ไม่มีอะไรขัดขวาง ชีวิตก็ยืนยาวยืดขยายอายุออกไป[๑๒]

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงความสุขไว้ในหนังสือ “สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ” ความว่า ความสุขเป็นเรื่องใหญ่ เหมือนว่าทุกคนจะถือเป็นจุดหมายของชีวิตและตามหลักแล้ว ความสุขก็เป็นลักษณะสำคัญด้านหนึ่งของสุขภาวะ พระพุทธเจ้าตรัสแสดงวิธีปฏิบัติต่อความสุขไว้ ๔ ข้อ คือ ทรงแสดงหลักในการปฏิบัติต่อความทุกข์และความสุขว่า ความเพียรพยายามในการละทุกข์ลุสุข ที่จะชื่อว่าถูกต้อง สำเร็จผล ก้าวหน้าไปในความสุข จนสามารถมีความสุขที่ไร้ทุกข์ได้ พึงดำเนินไปตามวิธีปฏิบัติ ๔ อย่าง คือ ๑) ไม่เอาทุกข์ทับถมตนที่มิได้ถูกทุกข์ท่วมทับ ๒) ไม่ละทิ้งความสุขที่ชอบธรรม ๓) ไม่สยบหมกมุ่น (แม้) ในความสุขที่ชอบธรรมนั้น และ ๔) เพียรพยายามทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป[๑๓]

---

[๑๑] พุทธทาสภิกขุ, **แก่อย่างฉลาดและเป็นสุข**, (กรุงเทพมหานคร: อัมมโย ๒๕๒๗), หน้า ๓๑.

[๑๒] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๕๐), หน้า ๒๘.

[๑๓] พระพรหมคุณาภรณ์, (ป.อ. ปยุตฺโต), **สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ,** พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: ม.ป.พ., ๒๕๔๙.), หน้า ๗๙.

พระพิจิตรธรรมพาที (ชัยวัฒน์ ธมฺมวณฺโณ) ได้กล่าวในหนังสือ “แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีคุณภาพ” สรุปความว่า การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นสัจธรรมของชีวิตมนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะยากดีมีจน แต่หากจะพิจารณาถึงสิ่งที่เราต้องประสบหลังจากการเกิดมาแล้ว ดูเหมือนจะเป็นสิ่งที่คนเราไม่ต้องการทั้งนั้น การอยู่ในโลกได้นานวัน จัดได้ว่าเป็นผู้ที่มีโชคดี เพราะจะได้รับประโยชน์จากการพิจารณาสังขารให้เห็นว่าความจริงในมายาชีวิต แต่สำหรับผู้ที่ไม่พิจารณาไม่เอาใจใส่ต่อการเจาะทำลายของโมหะ อวิชชา ก็แก่เสียเปล่า การมีชีวิตอยู่นานวันไม่ได้ช่วยให้เกิดประโยชน์อะไรเลย จึงจัดว่าเป็นผู้ แก่ฟัก แก่แฟง แก่แตง แก่น้ำเต้า เติบโตเพราะกินข้าว แกเฒ่าเพระอยู่นาน ชีวิตในตัวของคนๆนั้น ไม่มีค่าอะไรเลย คุณค่าหรือราคาของชีวิตจะเกิดจากการเรียนรู้ การใช้ชีวิตให้เกิดประโยชน์ให้เกิดคุณมากที่สุด[๑๔]

บุญมี แท่นแก้ว ได้กล่าวถึงความสุขไว้ในหนังสือ “พุทธปรัชญาเถรวาท” ว่า ความสุขโดยอาศัยปัญญา เป็นสิ่งที่ต้องพยายามหาความรู้ให้ลึกซึ้ง รอบคอบ โดยใช้จิตใคร่ครวญพินิจพิจารณา อย่าใช้ปัญญาเพียงผิวเผินหรือใช้ปัญญาระดับ ปริตตารัมมณปัญญา เพราะยังยึดมั่นอยู่ในความรัก ความใคร่ ความพอใจในอารมณ์อยู่ หรือใช้ปัญญาระดับ มหัคคตารัมมณปัญญา เพราะยังยึดมั่นอยู่ในสิ่งที่มีรูปเป็นอารมณ์อยู่ แต่ควรใช้ปัญญาระดับ อัปปมาณารัมมณปัญญา เพราะเป็นมรรคปัญญา สามารถรู้แจ้งเห็นจริงซึ่งเป็นลักษณะที่แท้จริงแห่งพระนิพพาน[๑๕]

นพวรรณ จงวัฒนา และคณะ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ฐานข้อมูลผู้สูงอายุที่น่าสนใจ” สรุปความได้ว่า ฐานข้อมูลผู้สูงวัยในประเทศไทยว่ามีจำนวนและสัดส่วนของประชากรสูงอายุเพิ่มสูงขึ้นมาอย่างต่อเนื่องจากอดีตและในอนาคตคาดว่าจะเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง เนื่องมาจากอายุขัยเฉลี่ยของประชากรประเทศไทยยืนยาวขึ้น[๑๖]

เฉก ธนะสิริ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “ทำอย่างไรชีวิตจะยืนยาวและมีความสุข” สรุปความได้ว่า ร่างกายหรือชีวิตมนุษย์นี้ประกอบด้วย ๒ ส่วน คือ (๑) รูปหรือร่างกายจับต้องและมองเห็นได้ (๒) นามหรือจิตจับต้องไม่ได้ ไม่มีตัวตนและมองไม่เห็น สองส่วนคือกายและจิตนี้ แยกกันทำงาน มีการทำงานเป็นระบบ ต่างฝ่ายต่างทำ แต่มีความสัมพันธ์ประสานกันอย่างใกล้ มนุษย์หรือคนนั้นประกอบขึ้นจาก รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญู หรือที่เรียกว่า ขันธ์ ๕ ตามหลักธรรมะทางพระพุทธศาสนานั้น ให้ความสำคัญของจิตหรือนาม มากกว่าร่างกายหรือรูป ฉะนั้นจึงมีคำกล่าวเอาไว้ว่า จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว[๑๗]

เฉก ธนะสิริ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “เล่นกับตัวเองอย่างไรให้สุขกายสุขใจปลอดโรคภัยเกิน ๑๐๐ ปี” สรุปความได้ว่า การจะให้สุขกาย สุขใจปลอดโรคภัยเกิน ๑๐๐ ปี ให้มองชีวิตทั้งในแง่บวก

---

[๑๔]พระพิจิตธรรมพาที (ชัยวัฒน์ ธมฺมวณฺโณ), **แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีคุณภาพ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี่ยงเชียง, ๒๕๓๖), หน้า ๕๘.

[๑๕]บุญมี แท่นแก้ว, **พุทธปรัชญาเถรวาท,** (กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๓๒.

[๑๖]นพวรรณ จงวัฒนา และคณะ, **ฐานข้อมูลผู้สูงอายุที่น่าสนใจ**, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๓๐๕.

[๑๗]เฉก ธนะสิริ, **ทำอย่างไรชีวิตจะยืนยาวและมีความสุข**, พิมพ์ครั้งที่ ๘๖, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เซ็ท เอน ชู้ท สตูดิโอ, ๒๕๔๘), หน้า ๓๙-๔๐.

แง่ลบ ปฏิบัติตามแนวคำสอนทางพระพุทธศาสนา จะต้องมองให้ทะลุปรุโปร่งให้เห็นสัจธรรมอันแท้จริงของชีวิต อย่างน้อยก็ให้เข้าใจว่า ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นก็ทำความเข้าใจให้ได้ อันเป็นหลักการเบื้องต้นของการพร้อมที่จะเล่นกับมันอย่างสนุก อย่างไม่ประมาท อย่างมีเหตุผล อย่างไม่กลัวความป่วย ความเจ็บ ความแก่ หรือแม้แต่ความตาย ซึ่งเป็นธรรมชาติของชีวิตที่จะต้องเกิดขึ้น หากแต่เราพร้อมอยู่เสมอที่จะเผชิญกับมันโดยเราจะต้องรู้จักกลไกแห่งชีวิตหากจะหมดกำลังก็ให้มันหมดกำลังไปอย่างธรรมชาติที่สุด[๑๘]

รศ.ดร.ปรีชา อุปโยคิน ได้กล่าวถึงเรื่อง ความสุขของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุ คือบุคคลสำคัญผู้สืบทอดความเป็นคนไทยที่ได้ทำหน้าที่อย่างดีที่สุดมาแล้ว และวันนี้ท่านยังสามารถเป็นสมาชิกในสังคม ที่ไม่เคยย่อท้อต่อการใช้ชีวิตมาจนถึงปัจจุบัน ด้วยความมั่นคงในศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ ท่านได้ผ่านชีวิตที่ทำคุณประโยชน์ยิ่ง ไม่ว่าจะจะขมขื่น หรือชื่นบาน แต่สิ่งที่จะจารึกไว้ ไม่ว่าท่านจะเป็นใครก็ตาม ก็คือพึงตระหนักไว้เสมอว่า ท่านเป็นผู้สูงอายุที่มีความสามารถเป็นแบบอย่าง ที่ดีต่อชนรุ่นหลัง และสังคมก็ยังเห็นความสำคัญของท่านที่ได้อบรมสั่งสอนลูกหลานไท มาจนถึงทุวันนี้ [๑๙]

รศ.ดร.พรทิพย์ เกยุรานนท์ ได้กล่าวถึงเรื่อง จิตสังคมผู้สูงอายุ พบว่า เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุทุกคนจำเป็นต้องเอาใจใส่ดูแลตนเองให้มากขึ้น ไม่ใช่แค่ตัวผู้สูงอายุเองเท่านั้น ลูกหลานก็ต้องเอาใจใส่ในการดูแลตนเองให้มากขึ้น ไม่ใช่แค่ตัวผู้สูงอายุเองเท่านั้น ลูกหลานต้องเอาใจใส่ในการดูแลผู้สูงอายุเป็นอย่างดีด้วยเช่นกัน ส่วนใหญ่ไม่ว่าตัวผู้สูงอายุหรือลูกหลานมักจะสนใจเฉพาะความเป็นอยู่ทั่วไปหรือดูแลสุขภาพกายของผู้สูงอายุเท่านั้น ไม่ค่อยสนใจเกี่ยวกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ การที่จะให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดี ต้องพิจารณาว่า ."ทำอย่างไรที่จะผู้สูงอายุมีความสุขในการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน" บางคนคิดว่าเป็นเรื่องยาก เพราะคนเรามักคิดว่า ความสุขเป็นสิ่งที่หายาก และพยายามทุกวิถีทางที่จะหาความสุขให้ตัวเอง บ้างก็ประสบความสำเร็จ บ้างก็ไม่ประสบความสำเร็จ เพราะยังหาความสุขที่ต้องการไม่พบ ที่เป็นเช่นนี้เพราะไม่รู้ว่าความสุขที่แท้จริงในชีวิตของตนนั้นอยู่ที่ไหน และมุ่งแสวงหาความสุขจากภายนอกตัวเอง โดยไม่มองว่าความสุขนั้นอยู่ภายในตนเองและรอบ ๆ ตนเอง และไม่ใช่เรื่อยากเท่าใดนักที่จะทำให้ตนเองและคนรอบข้างมีความสุข เพียงแต่ผู้สูงอายุและลูกหลานเริ่มต้นที่จะสร้างความสุขให้กันและกัน [๒๐]

กชกร สังขชาติ กล่าวถึงสุขภาพโดยปกติของมนุษย์มี ๒ ประเภท ในหนังสือเรื่อง "ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับผู้สูงอายุ" ว่าสุขภาพของมนุษย์ แบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ คือ สุขภาพกายกับสุขภาพจิต โดยส่วนใหญ่แต่มนุษย์เรามักจะให้ความสำคัญต่อสุขภาพกายมากกว่าสุขภาพจิตใจ ทั้งนี้เพราะว่าไม่เข้าใจว่าสุขภาพทั้งสองนี้ มีความสัมพันธ์กัน ถ้าสุขภาพจิตไม่ดี ย่อมส่งผลต่อสุขภาพกาย

---

[๑๘]เฉก ธนะสิริ, **เล่นกับตัวเองอย่างไรให้สุขกายสุขใจปลอดโรคภัยเกิน ๑๐๐ ปี,** พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๕๐), หน้า ๘๙.

[๑๙]ปรีชา อุปโยคิน, รศ. ดร., **ความสุขของผู้สูงอายุ**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: กองการแพทย์ทางเลือก, http://www.thaicam.go.th/index.php?option=com_content&view=article&id=310:2010-08-06-07-39-29&catid=81:2010-08-06-03-43-56&Itemid=147 (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

[๒๐]พรทิพย์ เกยุรานนท์,รศ.ดร., **จิตผู้สูงอายุ**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: สุขภาวะผู้สูงอายุ, http://www.stou.ac.th/ stoukc/elder/main1_9.html (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

แน่นอน หากจิตใจไม่ปกติ เกิดทุกข์ มีความโศก วิตก กังวล เครียด ก็จะทำให้กินไม่ได้นอนไม่หลับ สุขภาพก็จะเสื่อมโทรมไปได้ โดยในสังคมปัจจุบัน ปัญหาสุขภาพจิตเป็นปัญหาที่พบมากขึ้น[๒๑]

ยูโลน เภอหีม ได้ศึกษาเรื่อง “มนุษย์ในอิสลาม กรณีศึกษาวิเคราะห์ปฐมกำเนิดมนุษย์” สรุปได้ว่า ธรรมชาติของมนุษย์ตามทัศนะอิสลามนักปรัชญาวัตถุนิยมมนุษย์มีเพียงสารหรือร่างกายเท่านั้น ทั้งนี้รวมตลอดถึงระบบประสาทและสมอง จิตวิญญาณก็ต้องถือเป็นสสารและเป็นส่วนหนึ่งของร่างกาย ส่วนจิตนิยมมีทัศนะเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ว่า มนุษย์มีองค์ประกอบ ๒ ส่วน คือ จิตและร่างกาย และเชื่อว่า จิตมีความสำคัญกว่าร่างกาย เพราะว่าเป็นตัวแทนที่แท้ของคน ส่วนร่างกายนั้นมีการเปลี่ยนแปลงไม่แน่นอน จึงก่อให้เกิดความสุข ความทุกข์ เปลี่ยนแปลงไม่รู้หยุด ธรรมของมนุษย์ตามทัศนะของอิสลาม[๒๒]

๑.๗.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระอธิการสมหมาย มหาปุญฺโญ (รินทรชัย) ได้ศึกษาวิจัย “การใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์จังหวัดลำปาง” ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง จะประสบปัญหาด้านความเสื่อมทางด้านร่างกาย เกิดโรคภัยไข้เจ็บ สุขภาพไม่แข็งแรง จึงส่งผลต่อด้านจิตใจ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์เกิดความวิตกกังวล ว้าเหว่ ขาดความเชื่อมั่นในการอยู่ร่วมในสังคม และการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ประกอบกับเกิดการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก การสูญเสียทางสถานภาพทางสังคม และการสูญเสียสัมพันธภาพทางครอบครัว อีกทั้งมีรายได้ไม่แน่นอน ไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง จึงทำให้ผู้สูงอายุจะต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ หลักธรรมที่นำมาใช้ ดังนี้ (๑) ด้านร่างกาย ได้แก่ ไตรลักษณ์ อริยสัจ ๔ (๒) ด้านจิตใจ ได้แก่ เบญจศีล เบญจธรรม หลักพรหมวิหาร ๔ (๓) ด้านสังคม ได้แก่ พรหมวิหาร ๔ สังคหวัตถุ ๔ หลักบุญบาป/หลักกรรม (๔) เศรษฐกิจและรายได้ ได้แก่ อบายมุข ๖ [๒๓]

พระครูใบฎีกาโสภา กิจฺจสาโร (จันทร์เพ็ง) ได้ศึกษาวิจัย “การประยุกต์หลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวันของกลุ่มผู้สูงวัยในเขตตำบลบ้านหว้า อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น” ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงวัยได้ปฏิบัติตนเองเพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นทั้งทางครอบครัว ร่างกายและจิตใจ เพื่อเป็นการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตประจำวัน ได้แก่ ผู้สูงวัยได้ปฏิบัติตนเพื่อให้เข้าถึงความจริงหรือคำสอนที่เป็นแก่นพุทธธรรม ซึ่งจะช่วยให้ตนสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข กล่าวคือ ผู้สูงวัยได้ประยุกต์หลักพุทธธรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน มีดังต่อไปนี้ (๑) หลักไตรลักษณ์ ๓ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่ใช่ตัวตน (๒) หลักอริยสัจ ๔ คือ รู้ปัญหา รู้เหตุของปัญหา รู้วิธีแก้ปัญหาและรู้ผลดีของการแก้ปัญหา (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรมมีความเชื่อว่าทำบุญได้สู่สุคติทำชั่วไปสู่ทุคติ แล้วรีบบำเพ็ญตนด้วยทาน ศีลและภาวนา (๔) หลักพรหมวิหารธรรม

---

[๒๑] กชกร สังขชาติ, **ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับผู้สูงอายุ,** (ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๓๖), หน้า ๑๐.

[๒๒] ยูโลน เภอหีม, **มนุษย์ในอิสลาม กรณีศึกษาวิเคราะห์ปฐมกำเนิดมนุษย์**, (ปัตตานี: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาลัยเขตปัตตานี, ๒๕๔๐), หน้า ๑.

[๒๓] พระอธิการสมหมาย มหาปุญฺโญ (รินทรชัย), “การใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙), หน้า ๑๐๑.

รู้จักมีเมตตาต่อสมาชิกในครอบครัวและรู้จักวางตนอย่างเหมาะสม (๕) ปฏิบัติตนในหลักเบญจศีล-เบญจธรรม เช่น ไม่ทำร้ายคนและสัตว์อื่น ไม่ดื่มสิ่งมึนเมา ขณะเดียวกัน ก็มีเมตตา ประกอบอาชีพสุจริต (๖) หลักอบายมุข ๖ ไม่ยุ่งเกี่ยวกับการพนัน เช่น ไม่เล่นหวย และ (๗) หลักสังคหวัตถุ ๔ รู้จักช่วยเหลือผู้สูงวัยด้วยกัน รู้จักพูดให้กำลังใจ รู้จักบำเพ็ญสาธารณกุศล และรู้จักใช้ชีวิตอย่างพอเพียง นอกจากนั้น ผู้สูงวัยได้ปฏิบัติตนตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ มีการพิจารณากาย เวทนา จิตและธรรมอย่างสม่ำเสมอ เพื่อแก้ปัญหาในด้านต่างๆ เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาร่างกายหรือสุขภาพ และปัญหาด้านจิตใจ ดังนั้น บุตรหลาน จึงควรเข้าใจในการปฏิบัติต่อท่านว่าผู้สูงวัยว่าสิ่งใดควรให้และไม่ควรให้ เช่น งดเครื่องดื่มมึนเมา ให้ออกกำลังกายเบา ๆ พูดให้เสียกำลังใจ ให้ความรักและความเคารพต่อท่าน คือ ดูแลทั้งทางร่างกายและจิตใจ[๒๔]

พระบุญทรง หมีดำ (ปุญฺญธโร) กล่าวถึงปัญหาของผู้สูงอายุไว้ในงานวิจัยเรื่อง “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา” ในบรรดาปัญหาต่างๆ ที่เกิดแก่ผู้สูงวัยนั้น ปัญหาด้านร่างกาย จึงเป็นปัญหาหลักอย่างยิ่ง เพราะว่าเมื่อผู้สูงวัยเริ่มมีอายุมากขึ้น ปัญหาทางร่างกาย จึงเกิดขึ้นเป็นเงาตามตัว เช่น ๑) ปัญหาข้อเข่าเสื่อม สาเหตุ คือ ถูกใช้ให้รับน้ำหนักมากเกินไปหรือถูกกดทับ ๒) ปัญหาการปวดหลังปวดเอว สาเหตุ คือ ท่าทางในการปฏิบัติงานประจำวัน ๓) ปัญหาท้องผูก สาเหตุ คือ การบริโภคอาหารจำพวกแป้ง ไขมัน นม เนย ไข่ ๔) ปัญหาหน้ามืดวิงเวียน เป็นลม สาเหตุ คือ สมองได้รับออกซิเจนไม่เพียงพอ ๕) ปัญหาแรงดันเลือดสูง สาเหตุ คือ เกิดจากโรคไต-โรคหลอดเลือด และโรคต่อมไร้ท่อ ๖) ปัญหาหูตึง สาเหตุเกิดจากหลายปัจจัยด้วยกัน เช่น อยู่กับสิ่งแวดล้อมที่เสียงดังเกินไปตลอดเวลา ๗) ปัญหาอัมพาต สาเหตุเกิดจากระบบของสมองและประสาทถูกทำลาย ๘) ปัญหาการขับถ่ายปัสสาวะในผู้สูวัย สาเหตุเกิดจากสภาพของกล้ามเนื้อกระเพาะปัสสาวะเสื่อมในฝ่ายชายหรือฝ่ายหญิง เพราะมดลูกกดทับทางเดินปัสสาวะ ๙) ปัญหาหลงลืม ภาวะสมองเสื่อม สาเหตุเกิดจากโรคบางอย่างในสมองหรือไม่ก็เกิดจากสมองได้รับความกระทบกระเทือน จึงทำให้เกิดอาการเสื่อมของสมองได้ การป้องกัน คือ อย่าวิตกมากเกินไปว่าตนเองเป็นคนหลงลืม ต้องเชื่อมั่นในตนเองว่า การหลงลืมนั้นเป็นธรรมดาของผู้สูงวัย และต้องพัฒนาความจำของสมองด้วยการเปลี่ยนวิธีคิดแบบใหม่[๒๕]

พระคำรณ รตนรังสี (เหว่ทู) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับความสุขในสังคมไทยปัจจุบัน” พบว่าความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาท มี ๓ ระดับ คือ ๑) ระดับต่ำหรือที่เรียกว่าระดับกามสุข สุขเนื่องด้วยกามคุณ ๒) ระดับกลาง หรือเรียกว่า ระดับฌานสุข สุขเนื่องด้วยฌาน และ ๓) ระดับสูง หรือเรียกว่านิพพานสุข สุขเนื่องด้วยนิพพาน ส่วนความสุขในสังคมนั้นพบว่าเป็นความสุขที่มีลักษณะแตกต่างจากพระพุทธศาสนา แต่ยังมีส่วนที่เหมือนกันคือความสุขที่เป็นลักษณะโลกียสุขคือความสุขที่สังคมให้ความสำคัญโดยเฉพาะความสุขที่เกิดจากกามคุณ ๕ ได้แก่รูป

---

[๒๔]พระครูใบฎีกาโสภา กิจฺจสาโร (จันทร์เพ็ง),“การประยุกต์หลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวันของกลุ่มผู้สูงวัยในเขตตำบลบ้านหว้า อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ก-ข.

[๒๕]พระบุญทรง หมีดำ (ปุญฺญธโร), “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๙), หน้า ๓๔-๔๓.

เสียง กลิ่น รส สัมผัส เป็นความสุขของปุถุชนที่ยังเกี่ยวข้องกับโลก ความสุขระดับนี้มีทั้งคุณและโทษ สังคมปัจจุบันการแสวงหาความสุขมีรูปแบบที่หลากหลาย ตั้งแต่ระดับต่ำถึงระดับสูงจัดเป็นความสุขสูงสุด ปัจจัยที่เอื้อให้เกิดการแสวงหาความสุข คือการมีหลักประกันในชีวิต การมีร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง การมีครอบครัวที่อบอุ่นการมีชุมชนที่เข้มแข็ง การมีสิ่งแวดล้อมที่ดี การมีอิสรภาพ การมีความภาคภูมิใจ การเข้าถึงธรรมะว่าด้วยการอยู่ร่วมกัน ความผาสุกทางกายและความผาสุกทางใจ ความผาสุกทางสังคม ความผาสุกทางจิตวิญญาณ รักษาดุลยภาพเข้มแข็ง การอยู่ร่วมกันระหว่างคนและธรรมชาติ การบริหารจัดการประเทศที่มีธรรมาภิบาล ระบบเศรษฐกิจที่สมดุลและเป็นธรรมสร้างสังคมสงบสุข มีชุมชนและวัฒนธรรมที่เข้มแข็ง[๒๖]

แม่ชีมณีรัตน์ โพธิ์สวัสดิ์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธศาสนาเถรวาท” พบว่า ความสุข คือ สภาพที่ทนได้ง่าย ซึ่งตรงกันข้ามกับความทุกข์ โดยมีทั้งขั้นที่ยังต้องอิงอาศัยวัตถุและอารมณ์ภายนอก และความสุขขั้นที่ไม่ต้องอิงอาศัยปัจจัยภายนอก เป็นความสุขที่เกิดขึ้นในจิต ระดับต่ำ กลาง และสูง ตามอารมณ์แห่งความสุขของภาวะของจิตแลพฤติกรรมของการเสวยสุข ผลการวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธศาสนาเถรวาท ทำให้ทราบว่า แนวคิดทฤษฎีของความสุขตามทัศนะปรัชญาตะวันตกและปรัชญาตะวันออก โดยมีบ่อเกิดของความสุขมาจากประสาทสัมผัสและการมีคุณธรรม ส่วนความสุขตามแนวพุทธศาสนาเถรวาท กล่าวถึงความสุขประเภทโลกียสุขและโลกุตรสุข โดยแบ่งเป็นระดับกามสุข ฌานสุข และนิพพานสุขซึ่งมีหลักธรรมเป็นเหตุให้เกิดความสุขสูงสุด ซึ่งเริ่มจาก ศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นองค์รวมของมรรคมีองค์ ๘ ประการ[๒๗]

ทองคูณ บุญเลิศ ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบบทบาทขององค์การฆราวาสพุทธและองค์การฆราวาสคริสต์ที่มีต่อการสงเคราะห์ผู้สูงอายุ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบหลักธรรมคำสอนที่มีผลต่อรูปแบบ และลักษณะการสงเคราะห์ผู้สูงอายุ โดยใช้แบบสอบถาม สัมภาษณ์ และสังเกตการณ์ จากการศึกษาพบว่า องค์การฆราวาสพุทธมีบทบาทมีบทบาทในการสงเคราะห์ผู้สูงอายุได้เป็นจำนวนมาก เพราะยึดหลักอุดมคติของพระโพธิสัตว์ในพระพุทธศาสนามหายาน ประกอบกับหลักเมตตาธรรมและหลักสังคหวัตถุธรรม เนื่องจากผู้สูงอายุมีจำนวนมาก การให้บริการจึงไม่ทั่วถึง สถานที่พักแออัด สิ่งแวดล้อมไม่เหมาะสม ยารักษาโรคไม่เพียงพอ ไม่มีบุคลากรดูแลโดยตรง แต่ผู้ดูแลมีทัศนคติที่ดีต่อผู้สูงอายุ สำหรับผู้สูงอายุนั้นเลือกที่จะอยู่ต่อไปในสถานสงเคราะห์ แม้จะมีความบกพร่องในเรื่องดังกล่าว[๒๘]

---

[๒๖]พระคำรณ รตนรังสี (เหว่ทู), “การศึกษาวิเคราะห์เรื่องความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับความสุขในสังคมไทยปัจจุบัน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ก-ข.

[๒๗]แม่ชีมณีรัตน์ โพธิ์สวัสดิ์, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธศาสนาเถรวาท”, **สารนิพนธ์ศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ก.

[๒๘]ทองคูณ บุญเลิศ, “การศึกษาเปรียบเทียบบทบาทขององค์การฆราวาสพุทธและองค์การฆราวาสคริสต์ที่มีต่อการสงเคราะห์ผู้สูงอายุ”, **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๙), หน้า ก.

ทิพวรรณ สุธานนท์ ได้ศึกษาวิจัย “การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขของผู้สูงอายุ” ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุมีสภาพปัญหา ๔ ด้านคือ (๑) ด้านร่างกาย (๒) ด้านจิตใจ (๓) ด้านสังคมและการอยู่ร่วมกัน (๔) ด้านเศรษฐกิจและรายได้ สำหรับผู้สูงอายุกลุ่มอายุ ก็มีอาการของโรคต่าง ๆ ที่พบในวัยสูงอายุ แต่ส่วนใหญ่กระฉับกระเฉง ไม่ปรากฏปัญหาอารมณ์ทางลบ เช่น อารมณ์เหงา เศร้า เบื่อหน่าย ว้าเหว่ และมีความสามารถในการพึ่งตนเองได้เป็นอย่างดี หลักธรรมที่นำมาใช้ ดังนี้ (๑) ด้านร่างกาย ได้แก่ หลักอริยสัจ ๔ ไตรลักษณ์ ขันธ์ ๕ และหลักอายุวัฒนธรรม (๒) ด้านจิตใจ ได้แก่ บุญกิริยาวัตถุ ๓ อิทธิบาท ๔ สติปัฏฐาน ๔ และมรณสิต (๓) ด้านสังคม ได้แก่ โลกธรรม ๘ พรหมวิหาร ๔ กัลยาณมิตรตา ขันติและโสรัจจะ (๔) ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ละเว้นอบายมุข ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ และสันโดษ [๒๙]

ทิพย์วดี เหลืองกระจ่าง ได้ศึกษาวิจัย “การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาผู้สูงอายุ” ผลการศึกษาพบว่า คุณค่าด้านร่างกายและคุณค่าด้านสังคม เป็นเป้าหมายการพัฒนาด้านพฤติกรรมเนื่องจากการดูแลรักษาร่างกายและการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเป็นการแสดงออกทางพฤติกรรมภายนอกทั้งการอุปโภคและการติดต่อสื่อสารต่อผู้อื่นคุณค่าด้านจิตใจและคุณค่าด้านอารมณ์เป็นเป้าหมายการพัฒนาด้านจิตใจเนื่องจากคุณค่าด้านอารมณ์แสดงถึงความสามารถของจิตใจที่ควบคุมหรือปรับอารมณ์ได้ดี คุณค่าด้านปัญญา เป็นเป้าหมายการพัฒนาด้านปัญญาที่เป็นเป้าหมายสูงสุดของการพัฒนาผู้สูงอายุ ส่วนคุณค่าด้านสติสัมปชัญญะ เป็นเป้าหมายการพัฒนาที่เป็นแกนหลักของการพัฒนาผู้สูงอายุ ส่วนคุณค่าด้านสติสัมปชัญญะเป็นปัจจัยที่กระตุ้นเตือนให้เกิดการคิด การพูด และการกระทำให้ถูกต้องในขณะใดขณะหนึ่ง [๓๐]

ภิรมย์ เจริญผล ได้ศึกษาวิจัย “ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐม” ผลการศึกษาพบว่า สาเหตุของผู้อายุเข้าไปอยู่ในสถานสงเคราะห์ คือ ไม่มีผู้ดูแล ไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตัวเองและไม่สามารถอยู่กับครอบครัวได้อย่างมีความสุข สภาพปัญหาของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ มี ๔ ด้าน คือ (๑) ด้านร่างกาย เกี่ยวกับสุขภาพ (๒) ด้านจิตใจ มีความวิตกกังวล ซึมเศร้า น้อยใจ หงุดหงิด และเฉื่อยชา (๓) ด้านสังคมและการอยู่ร่วมกันแยกตัวอยู่ตามลำพัง มีการแบ่งกลุ่ม เกิดความขัดแย้งไม่เข้าใจ ใช้คำพูดจาไม่สุภาพการชิงดีชิงเด่น (๔) ด้านเศรษฐกิจและรายได้ เมื่อนำพุทธธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ พบว่า ผู้สูงอายุปฏิบัติดังนี้ (๑) บำเพ็ญบุญ ด้วยการสวดมนต์ ตักบาตรอยู่เป็นนิจ (๒) เป็นมิตรที่ดีต่อกัน รู้จักแบ่งปัน ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน (๓) มีความอดทน

---

[๒๙] ทิพวรรณ สุธานนท์, “การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขของผู้สูงอายุ”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๑๓๘.

[๓๐] ทิพย์วดี เหลืองกระจ่าง, “การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาผู้สูงอายุ”, **วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๓๕๗.

อดกลั้น รู้จักปล่อยวาง ควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้น (๔) ทำให้อาการซึมเศร้า อาการเจ็บป่วย และสุขภาพและจิตใจดีขึ้น [๓๑]

สิริพร ทาชาติ ได้ศึกษาวิจัย “การดูแลผู้สูงอายุวิถีพุทธ: กรณีศึกษาสถานสงเคราะห์ผู้สูงอายุวัดป่าหนองแซง จังหวัดอุดรธานี” ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุทุกคนมีความรู้ความเข้าใจวิถีพุทธอย่างลึกซึ้ง มีองค์ความรู้ในการดูแลตนเองทั้งร่างกายและจิตใจ มีองค์ความรู้ในการดูแลด้านเศรษฐกิจ สามารถใช้องค์ความรู้แบบวิถีพุทธแก้ปัญหาทุกปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต และสามารถถ่ายทอดองค์ความรู้ไปสู่สังคมภายนอกได้ ผู้สูงอายุมีความสุขกายสุขใจ บังเกิดผลดีต่อชาติอย่างไม่เคยได้รับมาก่อน พุทธธรรมที่นำมาปรับใช้คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ [๓๒]

กฤษณา บูรณะพงศ์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรม แก่เยาวชนในกรุงเทพมหานคร” สรุปผลได้ว่า เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ผ่านประสบการณ์ในทุกด้านมายาวนานมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้ชัดเจนจึงมีความลงตัวสูง ทั้งได้ผ่านความตกทุกข์มาหลากหลายของสังคม ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการทำหน้าที่ในด้านการตักเตือนสั่งสอน อบรม พูดคุย ชี้แจง ในคุณธรรมต่าง ๆ นอกจากนั้น ยังเป็นการอบรมสั่งสอนทางอ้อมโดยการปฏิบัติศาสนกิจให้บุตรหลานเห็นและชักชวนบุตรให้ปฏิบัติด้วย เช่น การสวดมนต์ ไปวัด [๓๓]

อภิชาต ผลเรือง ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้สูงอายุในการพัฒนาสังคม ศึกษาเฉพาะกรณีที่ อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย” สรุปผลการวิจัยไว้ว่า แม้ว่าสังคมไทยกำลังมีการเปลี่ยนแปลงไปสู่ ความทันสมัย ความเป็นอุตสาหกรรมหรือความเป็นเมืองมากขึ้น เหมือนกับประเทศที่พัฒนาแล้วอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่คนรุ่นหลังในสังคมไทย ก็ควรจะยังคงไว้ซึ่งการให้ความรัก ความเคารพ การเอาใจใส่เลี้ยงดู เห็นความสำคัญของผู้สูงอายุตลอดไป โดยการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความผูกพันทางสังคม มีความพอใจในชุมชน และได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมเพิ่มขึ้นนั้นเอง [๓๔]

พัทรินทร์ บุญเสริม ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความรุนแรงในครอบครัวต่อผู้สูงอายุในอำเภอบ้านเขว้า จังหวัดชัยภูมิ” สรุปผลการวิจัยได้ว่า ปัญหาของความรุนแรงในครอบครัวต่อผู้สูงวัยในทุก ๆ ด้าน มีผลกระทบทางด้านจิตใจของผู้สูงวัยเป็นอย่างยิ่ง ที่พบส่วนใหญ่ คือ การทารุณกรรม ด้านจิตใจ อารมณ์และการทอดทิ้ง ซึ่งปัจจุบันค่านิยมในการเคารพเชื่อฟังและนับถือผู้สูงวัยนั้น ได้เสื่อมถอยลง

---

[๓๑] ภิรมย์ เจริญผล, “ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาผู้สูงอายุในสถานสังเคราะห์ จังหวัดนครปฐม”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๑๑๗.

[๓๒] สิริพร ทาชาติ, “การดูแลผู้สูงอายุวิถีพุทธ: กรณีศึกษาสถานสงเคราะห์ผู้สูงอายุวัดป่าหนองแซง จังหวัดอุดรธานี”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๕๐), หน้า ก.

[๓๓] กฤษณา บูรณะพงศ์, “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรม แก่เยาวชนในกรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑๓๔.

[๓๔] อภิชาต ผลเรือง, “การเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้สูงอายุในการพัฒนาสังคม ศึกษาเฉพาะกรณีที่ อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๓๗), หน้า ๙๗.

ทำให้สมาชิกในครอบครัวไม่เห็นความสำคัญของผู้สูงวัย และบางครั้งไม่ให้การดูแล ทอดทิ้งผู้สูงวัยทำให้ท่านรู้สึกว่าตนเองไม่มีค่าว้าเหว่ ท้อแท้หมดหวัง[๓๕]

ยาจินต์ สินสุภา ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อการจัดกิจกรรมของวัดเพื่อสวัสดิการสังคม สำหรับผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร” สรุปผลการวิจัยได้ว่า หากผู้สูงอายุที่มีลูกหลานดีจะเลี้ยงดูให้การเคารพยกย่องเป็นอย่างดี ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุประเภทนี้ได้ พบกับความสุขในวัยชรา อันเนื่องมาจากการได้รับการดูแล เอาใจใส่ของหมู่ลูกหลานอย่างใกล้ชิด ในทางตรงกันข้าม ผู้สูงอายุที่ถูกปล่อยปละละเลยและไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลานหรือหมู่ญาติ จะพบว่าปัญหาทั้งทางด้านความเป็นอยู่และปัญหาจิตใจ ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกว่าถูกทอดทิ้งว้าเหว่ เบื่อหน่าย[๓๖]

นุชนาฏ ปริกสุวรรณ ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาชุมชนมุสลิมเขตหนองจอก” ผลการศึกษาพบว่า อาหารที่ชาวไทยมุสลิมเขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร ในปัจจุบันยังมีการปฏิบัติบริโภคโดยยึดหลักศาสนาอิสลาม ชาวมุสลิมบริโภคอาหารตามบทบัญญัติที่กำหนดไว้แล้วเท่านั้น แต่ชนิดของอาหารและรูปแบบของอาหารในชีวิตประจำวันมีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ชาวไทยมุสลิมหนองจอกยอมรับประทานอาหารไทยมากขึ้น เนื่องจากสภาพแวดล้อม และความสะดวกสบายในการจัดหาและจัดทำ การรับประทานอาหารชนิดอื่นที่มิใช่อาหารมุสลิม ก็ไม่ถือว่าผิดหลักศาสนาอิสลาม ถึงแม้ว่าเป็นอาหารไทย แต่ก็กระทำตามบทบัญญัติในการบริโภคอาหารอย่างถูกต้อง ชาวไทยมุสลิมเขตหนองจอกนิยมประกอบอาหารรับระทานเองมากกว่าที่ซื้อมาปรุงเอง และมักจะรับประทานอาหารพร้อมกัน เพราะชาวไทยมุสลิมชุมชนนี้เชื่อว่า การรับประทานอาหารพร้อมกันนั้นช่วยสร้างความสัมพันธ์และความเข้าใจอันดีระหว่างคนในครอบครัว ความเชื่อเกี่ยวกับอาหารของมุสลิมเขตหนองจอกในปัจจุบัน จากการศึกษาข้อมูลพบว่า ความเชื่อที่เคยมีแต่เดิมนั้นลดน้อยลงไป บางคนก็ไม่ทราบว่ามีความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร โดยที่การประกอบอาหารต่างๆเป็นเพียงการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษที่เคยทำสืบต่อกันมา ส่วนความเชื่อในอาหารที่ใช้ในการประกอบพิธีกรรม ก็ไม่ได้เป็นความเชื่อตามหลักศาสนาอิสลาม หากแต่เป็นความเชื่อที่ได้รับอิทธิพลจากศาสนาและวัฒนธรรมอื่นๆ เพราะตามหลักศาสนาอิสลามแล้วนั้น ไม่ได้สอนให้มีความเชื่อในเรื่องใดๆ เพียงสอนให้ศรัทธาต่อผู้เป็นเจ้าเท่านั้น และตามหลักศาสนาอิสลามแล้วอาหารที่อนุญาตให้บริโภคได้นั้น บริโภคเพื่อสุขภาพพลานามัยของชาวมุสลิมเอง[๓๗]

นิรันดร์ ขันธวิธี ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบความเชื่อและการปฏิบัติทางศาสนาของชาวมุสลิมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา” ผลการศึกษาพบว่า หลักคำสอนของศาสนาและ

---

[๓๕]พัทรินทร์ บุญเสริม, “ความรุนแรงในครอบครัวต่อผู้สูงอายุในอำเภอบ้านเขว้า จังหวัดชัยภูมิ”, **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐๙.

[๓๖]ยาจินต์ สินสุภา, “ศึกษาความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อการจัดกิจกรรมของวัดเพื่อสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์ศาสตรมหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔), หน้า ๑๑๐.

[๓๗]นุชนาฏ ปริกสุวรรณ, “การศึกษาชุมชนมุสลิมเขตหนองจอก”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิตไทยศึกษา**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๗), หน้า ก.

แหล่งที่มาของหลักคำสอนจากคัมภีร์ทางศาสนา คือ อัลกุรอาน และซุนนะฮ์ การยึดมั่นในผู้นำทางศาสนาและการยอมรับวัฒนธรรมท้องถิ่นน่าจะเป็นปัจจัยสำคัญทำให้มีการตีความศาสนาโดยนำวัฒนธรรมท้องถิ่นเข้ามาประกอบและถ่ายทอดสืบต่อกันมาโดยผ่านผู้นำทางศาสนา จนเกิดกลุ่มความเชื่อที่มีลักษณะเด่นจำเพาะต่างๆและดำรงอยู่ร่วมกันเป็นพหุสังคมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา[๓๘]

มานี ชูไทย ได้ศึกษาเรื่อง “อิสลาม: วิถีการดำเนินชีวิตที่พัฒนาคุณภาพชีวิต” ผลการศึกษาพบว่า อิสลามสอนให้ปลูกพืชเพื่อบำรุงดิน และอนุรักษ์สัตว์บางชนิดไม่ห้ามเรื่องฆ่าสัตว์เพื่อเป็นอาหารและที่เป็นอันตราย หรือสัตว์ดุร้าย แต่ห้ามฆ่าสัตว์เพื่อเกมกีฬา และห้ามทรมานสัตว์ อิสลามสอนให้มุสลิมทุกคนรักแผ่นดินที่อาศัย ให้ทำนุ บำรุง รักษาและอนุรักษ์ธรรมชาติ[๓๙]

จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .ให้ข้อสังเกตได้ว่า การดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทจะใช้หลักพุทธธรรมเพื่อให้เกิดความสุข ในส่วนของศาสนาอิสลามจะใช้หลักศรัทธาเป็นสำคัญ ซึ่งนั่นเป็นการเน้นวิธีการเสริมสร้างความสุขทางด้านจิตใจเป็นหลัก แต่ในงานเอกสารและงานวิจัยต่าง ๆ เหล่านั้น ยังขาดประเด็นการเสริมสร้างความสุขทางด้านกายและการเปรียบเทียบให้เห็นถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามทั้งในคัมภีร์และพื้นที่การศึกษาจริงคือตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม

๑.๘.๓ ทำให้ทราบความเหมือนและต่างกันระหว่างวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

๑.๙ กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลา: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบในการวิจัยไว้ดังนี้

---

[๓๘]นิรันดร์ ขันธวิธี, “การศึกษาเปรียบเทียบความเชื่อและการปฏิบัติทางศาสนาของชาวมุสลิมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา”, **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๒), หน้า ก.

[๓๙]มานี ชูไทย, “อิสลาม: วิถีการดำเนินชีวิตที่พัฒนาคุณภาพชีวิต”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, ๒๕๔๔), หน้า ก.

กรอบแนวคิดในการวิจัย

Input/concept	Process	Output	Outcome	Impact
- วิธีการเสริมสร้างความสุขในแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท - วิธีการเสริมสร้างความสุขในแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในตำบลบางโฉลง - วิธีการเสริมสร้างความสุขในแก่ผู้สูงอายุชาวพุทธกับชาวมุสลิมในตำบลบางโฉลง	การศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) แบบสัมภาษณ์ (Indebt Interview) โดยมีวิธีการดังนี้ - เก็บรวบรวมข้อมูล ในพระไตรปิฎกในพระพุทธศาสนา และคัมภีร์อัลกุรอานในศาสนาอิสลาม รวมถึงศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง เช่น วิทยานิพนธ์ งานวิจัย หนังสือ วารสาร และเอกสารต่าง ๆ - เก็บรวบรวมข้อมูลสัมภาษณ์ - การวิเคราะห์เปรียบเทียบ - นำเสนอผลการวิจัย	- เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท - เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม - เพื่อเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ	- ทำให้ทราบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท - ทำให้ทราบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม - ทำให้ทราบความเหมือนและต่างกันระหว่างวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ	คุณค่าที่ปรากฏแก่สังคมผู้สูงอายุที่เป็นชาวพุทธและชาวมุสลิมที่อยู่ในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ตลอดถึงความสุขที่เกิดแต่การอยู่ร่วมกันในสังคมนั้น

บทที่ ๒

วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งสภาพร่างกายและจิตใจ ก่อให้เกิดปัญหาความเสื่อมทางร่างกายและปัญหาด้านสุขภาพจิตตามมา และสาเหตุของปัญหาเหล่านี้ไม่ได้เกิดจากตัวผู้สูงอายุเองทั้งหมด แต่ส่วนหนึ่งเกิดมาจากบุตรหลานและสังคมที่มีความรู้ความเข้าใจและมีทัศนคติต่อผู้สูงอายุไม่ถูกต้อง ดังเช่นความไม่เข้าใจในสถานภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจผู้สูงอายุ หรือการที่สังคมส่วนใหญ่ประเมินว่าผู้สูงอายุได้ทำงานเหน็ดเหนื่อยมานานแล้วควรที่จะได้พักผ่อนอยู่เฉย ๆ จึงทำให้ผู้สูงอายุอาจรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่าไม่มีประโยชน์ เสมือนกับการมีชีวิตที่ยืนยาวออกไปเพื่อรอวันตายเท่านั้น[๑] เมื่อความรู้สึกดังกล่าวเกิดขึ้น ก็ก่อให้เกิดความทุกข์ด้านจิตใจแล้วส่งผลกระทบถึงด้านร่างกาย ดังนั้นในงานวิจัยบทนี้ ผู้ศึกษาต้องการศึกษาถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา โดยจะกล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุ ความหมายของความสุข ลักษณะของความสุข วิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนา วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเป็นลำดับต่อไป

๒.๑ ความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา

๒.๑.๑ ความหมายทั่วไป

ผู้สูงอายุโดยทั่วไป หมายถึง บุคคลที่มีชีวิตอยู่ในช่วงท้ายของชีวิต ซึ่งเป็นวัยที่มีความเสื่อมทางด้านร่างกาย จิตใจ และทางสังคม นอกจากอาการเสื่อมลงแล้ว ยังได้ใช้เกณฑ์อายุ ๖๐ปี เป็นเกณฑ์สากล นอกจากนั้น ความหมายของผู้สูงอายุในทางวิชาการมีผู้ให้ความหมายไว้พอเป็นแนวทางดังนี้

องค์การสหประชาชาติ ซึ่งได้จัดประชุมสมัชชาโลกเรื่องผู้สูงอายุ (World Assembly on Aging: Waa) เมื่อปี ๒๕๒๕ ณ กรุงเวียนนา ประเทศออสเตรียให้ความหมายของคำว่า “ผู้สูงอายุ” คือ บุคคลทั้งเพศชายและเพศหญิงที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป

ชมรมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย บัญญัติว่า “ผู้สูงอายุ” ได้กล่าวว่า ผู้สูงอายุ คือ ผู้ที่มีลักษณะ ต่อไปนี้ ๑) ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ๒) เป็นผู้ที่มีความเสื่อมตามสภาพ ๓) เป็นผู้สมควรให้การอุปการะ ๔) เป็นผู้ที่มีโรคควรได้รับการช่วยเหลือ

ศรีเรือน แก้วกังวาน ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุหรือผู้สูงอายุว่า ผู้สูงอายุ (Old age) เป็นระยะสุดท้ายของชีวิต ในอดีตคนส่วนน้อยเท่านั้นที่มีชีวิตรอดมาจนถึงวัยสูงอายุ แม้ในประเทศที่

---

[๑]บรรลุ ศิริพานิช, **บริหารสุขภาพผู้สูงอายุ**, (กรุงเทพมหานคร: แพทย์สภาสาร ๑๑, ๒๕๒๕), หน้า ๑๑.

พัฒนาด้านการแพทย์และสาธารณสุขมาอย่างดีนานแล้ว เช่น สหรัฐอเมริกา เมื่อ ค.ศ. ๑๙๐๐ ประชากรของประเทศที่มีอายุ ๖๕ ปีขึ้นไปร้อยละ ๔.๑ ปี ๑๙๒๐ มีร้อยละ ๔.๗ ปี ๑๙๔๐ มีร้อยละ ๖.๘ ปี ๑๙๙๐ มีร้อยละ ๑๒.๕ จะเห็นแนวโน้มของประชากรกลุ่มนี้เพิ่มจำนวนสูงขึ้นเรื่อย ๆ และการคาดการณ์ทำนาย จำนวนของประชากรกลุ่มนี้ในอนาคตถึงปี ๒๐๓๐ ถึงร้อยละ ๒๑ ซึ่งถือว่าเป็นตัวเลขที่สูงขึ้นอย่างน่าเป็นห่วง[๒] จึงกล่าวได้ว่า หลังสงครามโลกครั้งที่สองเป็นต้นมา ความเจริญทางการแพทย์และการสาธารณสุขก้าวหน้ามาก คนทั่วไปในประเทศที่ไม่ล้าหลังนักรวมทั้งประเทศไทยด้วย มักจะมีชีวิตยืนยาวจนถึงวัยสูงอายุ ผู้สมปรารถนาในเรื่องอายุยืนมีความพอใจก็จริง แต่ก็ได้รับความหนักใจควบคู่มาด้วยก็คือปัญหาประจำวัย ข้อที่เห็นได้ง่ายและประสบอยู่ประจำคือปัญหาทางกาย ได้แก่ ร่างกายเสื่อมโทรมลงตามธรรมชาติตลอดเวลา ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาสังคม เป็นต้น

วันเพ็ญ บุญเจิม ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุว่า หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป เป็นวัยของชีวิต ที่มีลักษณะเปลี่ยนแปลงเฉพาะ มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ และการเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม วัยสูงอายุไม่ได้เป็นวัยที่หมดความหมายหรือเป็นวัยที่สิ้นสุดที่สุดทีเดียว แต่เป็นวัยที่ปลอดภัยจากภาวะจิตของสังคมส่วนใหญ่ ดังนั้น การมีชีวิตอย่างมีความสุขและเหมาะสมในวัยนี้ จึงต้องคำนึงถึงสภาพแวดล้อมที่ผู้สูงอายุได้รับเป็นสำคัญ และได้จัดประเภทความสูงอายุของมนุษย์ออกเป็น ๔ ประเภทดังนี้

๑) การสูงอายุตามวัย (Chronological aging) หมายถึง สภาพการสูงอายุของมนุษย์ที่ พิจารณาตามปฏิทิน โดยการนับวัน เดือน ปี ที่เกิดเป็นเกณฑ์

๒) การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological aging) หมายถึง สภาพการสูงอายุที่พิจารณาจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย บทบาทหน้าที่ที่ปรากฏของมนุษย์ในขณะที่มีอายุมากขึ้น

๓) การสูงอายุตามสภาพจิตใจ (Psychological aging) หมายถึง การสูงอายุที่พิจารณาจากการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่ของการรับรู้ แนวความคิด ความจำ เชาว์ปัญญา การเรียนรู้ และลักษณะของบุคลิกภาพ ที่ปรากฏในช่วงระยะเวลาต่างๆ ของชีวิตมนุษย์แต่ละคนที่มีอายุมากขึ้น

๔) การสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological aging) หมายถึง การสูงอายุ ที่พิจารณาการเปลี่ยนแปลงในบทบาทหน้าที่ และสถานภาพของบุคคลในระบบสังคม ได้แก่ครอบครัว หน่วยงาน และองค์การ เป็นต้น[๓]

สังคมมีปกติที่จะมีทัศนะในทางทางลบกับผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุว่า เป็นผู้ที่เลอะเทอะ คร่ำครึ หลง ๆ ลืม ไม่ค่อยมีพละกำลัง ทำอะไรเชื่องช้า เหงาหงอย จู้จี้ขี้บ่น ฯลฯ แต่จากการศึกษาค้นคว้าในวิชาผู้สูงอายุปรากฏว่า ผู้สูงอายุมากมายที่ไม่ได้เป็นจริงตามที่สังคมตีตรา บางท่านแม้ไม่ได้เป็นเช่นนั้นก็ต้องถูกมองให้เป็นไปตามที่สังคมตีตราในทางลบ การศึกษาค้นคว้าในวิชาผู้สูงอายุปัจจุบันนี้ได้มีการ

---

[๒]ศรีเรือน แก้วกังวาล, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๕๓๘.

[๓]พัทชรินทร์ บุญเสริม, “ความรุนแรงในครอบครัวต่อผู้สูงอายุในอำเภอบ้านเขว้า จังหวัดชัยภูมิ”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๖), หน้า ๑๔-๑๖.

กระทำเป็นสหวิทยาการอย่างไม่หยุดยั้งในนานาประเทศ ผลการศึกษามากมายรายงานการค้นพบที่ลบล้างความเชื่อเกี่ยวกับผู้สูงอายุเดิม ๆ ด้วยเหตุที่คนทั่ว ๆ ไป อายุยืนขึ้น นักชราวิทยาจึงแบ่งช่วงอายุออกเป็น ๓ ช่วง โดยใช้เกณฑ์ตามลักษณะจิตสังคม ชีววิทยา ดังนี้

๑) ช่วงไม่ค่อยแก่ (The young-old) ช่วงนี้อายุประมาณ ๖๐-๖๙ ปี เป็นช่วงที่คนต้องประสบกับความเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่เป็นภาวะวิกฤตหลายด้าน

๒) ช่วงแก่ปานกลาง (The middle-aged old) อายุประมาณ ๗๐-๗๙ ปี เป็นช่วงที่คนเริ่มเจ็บป่วย

๓) ช่วงแก่จริง (The old-old) ผู้ที่มีอายุยืนถึงระดับนี้ปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมยากยิ่งขึ้น[๕]

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ ก็คือ ผู้ที่มีอายุมากผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ มาเป็นระยะเวลาหลายปี ซึ่งเป็นผู้ที่มีความเสื่อมทางร่างกาย จิตใจและทางสังคม โดยทั่วโลกจะถือว่าผู้สูงอายุ คือ ผู้มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป นอกจากนั้น ผู้สูงอายุยังจะต้องได้รับอุปการะจากคนอื่น เมื่อเจ็บป่วยควรได้รับการช่วยเหลือหรือรักษาอย่างถูกวิธี ดังนั้น ผู้สูงอายุ แบ่งเป็น ๔ ลักษณะ คือ ตามวัย, ตามสภาพร่างกาย, ตามสภาพจิตใจ, และตามสภาพทางสังคม การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ คือ ภาวะสูงอายุเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มนุษย์ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ และชราเป็นภาวการณ์มีอายุสูงขึ้น ซึ่งอาจจะมีความอ่อนแอของร่างกายและจิตใจ ตลอดจนมีความเจ็บป่วยหรือพิการร่วมด้วย นักสังคมวิทยายอมรับว่า ภาวะสูงอายุเป็นการก้าวสู่สภาพการเปลี่ยนแปลง หรือบทบาทใหม่ของสังคม

นอกจากนั้นภาวะสูงอายุยังเป็นผลจากการสูญเสียอย่างค่อยเป็นค่อยไปของความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังต่อไปนี้

๑) ความเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของผู้สูงอายุ จะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ และค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา ตั้งแต่เกิดจนถึงตาย และการเปลี่ยนแปลงนี้แตกต่างกันในระยะเวลาเร็วหรือช้าในแต่ละบุคคล พัฒนาการทางกายในวัยสูงอายุเป็นจุดเด่นและมักเป็น “จุดนำ” พัฒนาการด้านอื่น ๆ การดำเนินชีวิตประจำวัน ลักษณะแบบแผนการดำเนินชีวิต (Life style) ความสุขทุกข์ในวัยสูงอายุ ความสามารถในการปรับตัว การปฏิสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่นทั้งในครัวเรือนและในสังคมกว้าง ฯลฯ ล้วนแล้วแต่ตั้งอยู่บนฐานของพัฒนาการทางกายทั้งสิ้น

๒) ความเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ เมื่อผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและสังคม เช่น การมีกำลังถดถอยหรือการปลดจากงานประจำ การเปลี่ยนแปลงวิถีทางดำเนินชีวิตหลังจากเคยทำงานมา ในเวลาช่วง ๒๐ - ๓๐ ปี การลดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ ลง วงสังคมแคบทำให้เกิดความสูญเสียบทบาท ซึ่งอาจกระทบกระเทียนทางเศรษฐกิจ ทำให้ความมั่นใจในความสามารถและคุณค่าของตนเองลดลง ถ้าหากเกิดการสูญเสียสามีหรือภรรยา หรือบุตรซึ่งเป็นบุคคลใกล้ชิดหรือเพื่อนสนิท ก็จะทำให้เกิดการกระทบกระเทือนใจเพิ่มมากขึ้น และถ้าสุขภาพทางร่างกายขาดผู้ใกล้ชิดดูแล จะทำให้เกิดความรู้สึกหมดหวัง ท้อแท้เป็นทวีคูณ ความรู้สึกสูญเสียบทบาทในวัยสูงอายุ มักจะ

---

[๕]ศรีเรือน แก้วกังวาน, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒,** หน้า ๕๔๑.

เกิดขึ้นในหมู่พวกทำงานมากกว่าพวกทำงานฝีมือ และเกิดขึ้นในผู้สูงอายุชายมากกว่าผู้สูงอายุหญิง เพราะผู้สูงอายุหญิงนั้นได้ผ่านการสูญเสียบทบาทและการปรับตัวมาก่อนผู้สูงอายุชาย กล่าวคือ ในช่วงหมดประจำเดือนราวอายุ ๔๕-๕๐ ปี ความสามารถทางสติปัญญาทั่ว ๆ ไป ไม่ได้ลดลง เนื่องจากโรคภัยบางอย่าง หรือความเสื่อมในสมองส่วนด้านการปรับตัวด้านจิตใจและอารมณ์ของแต่ละบุคคล ย่อมจะแตกต่างกันไปตามความสามารถของแต่ละบุคคลและสิ่งแวดล้อม ระดับการศึกษาและฐานะทางเศรษฐกิจ รวมทั้งการเตรียมตัวของการปรับตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ รวมทั้งสิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรมของสังคมนั้น ๆ ด้วย[๕]

๓) ความเปลี่ยนแปลงด้านสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสังคม นอกจากจะเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางกายและใจแล้ว ยังเกี่ยวข้องกับคนอื่น ๆ ทั่วไปในสังคมนั้น ๆ ที่มองบทบาทหรือแบ่งแยกกลุ่มผู้สูงอายุในสภาพต่าง ๆ สังคมที่เน้นความสำคัญและความสำเร็จของกลุ่มคนหนุ่มสาวมากกว่าสิ่งอื่นใด กลุ่มผู้สูงอายุก็จะรู้สึกว่าตนไร้ประโยชน์และเป็นภาระสังคม แต่สังคมที่ยกย่องผู้สูงอายุว่ามีคุณค่า มีประสบการณ์ มีความเฉียวฉลาด ให้ประโยชน์แก่สังคม ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติเป็นต้น

๔) ความเปลี่ยนแปลงด้านความคิด มีความเชื่อกันว่าเมื่อบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุ เขานั้นจะไม่มีการเจริญเติบโตทางความคิดและสติปัญญาอีกต่อไป เรียนรู้อะไรก็ไม่ได้อีกแล้ว ที่ร้ายแรงไปกว่านั้นก็คือ ผู้สูงอายุมีความเสื่อมทางสติปัญญา ลักษณะเสื่อมมีหลายประการ เช่น ขี้หลงขี้ลืม ป้ำ ๆ เป๋อ ๆ คิดนึกตัดสินใจช้า ไม่เข้าใจภูมิปัญญาของคนรุ่นใหม่หรือวิทยาการใหม่ ๆ ฯลฯ

คำกล่าวและความเชื่อข้างต้น เป็นภาพทางด้านลบเกี่ยวกับพัฒนาการทางความคิดในยามสูงอายุ ลักษณะดังกล่าวอาจเป็นจริงและมีความจริงสำหรับผู้สูงอายุบางกลุ่มในปัจจุบันและในอดีต แต่มีการศึกษาทางชราวิทยาที่ได้ทำกันมากมายเกี่ยวกับพัฒนาการทางความคิดของผู้สูงอายุในปัจจุบันได้รับรายงานผลการศึกษาซึ่งมีลักษณะตรงกันข้ามกับที่กล่าวมาข้างต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี กระฉับกระเฉง กระตือรือร้นต่อชีวิตและสังคม จนถึงกับมีคนพูดว่า “ยิ่งแก่ยิ่งเก่ง ยิ่งแก่ยิ่งฉลาดเฉลียว ยิ่งแก่ยิ่งมีเมตตา”[๖]

๒.๑.๒ ความหมายในทางพระพุทธศาสนา

๑. ความหมายของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุ ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาใช้คำว่า ชรา ซึ่งคำว่า ชรา หมายถึง ความรู้จักทรุดโทรม(ชรตา) หรือหมายถึง ความแก่(ชรา)[๗] นอกจากนั้น คำว่า ชรา ยังหมายถึง ความแก่หรือ

---

[๕]กฤษณา บูรณะพงศ์, “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแก่เยาวชนในกรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๘-๑๐.

[๖]ศรีเรือน แก้วกังวาน, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒,** หน้า ๕๗๓-๕๗๔.

[๗]สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **สารานุกรมพระพุทธศาสนา,** (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า ๑๖๗, พระเจ้าวรวงศ์เธอ กรมหลวงชินวรณ์สิริวัฒน์, **พระคัมภีร์อภิธานัปปทีปิกาหรือพจนานุกรมภาษาบาลีแปลเป็นไทย,** (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๐), หน้า ๖๗.

ความเป็นคนเฒ่าชรา[๘] ส่วนในคัมภีร์พระไตรปิฎกได้มีการให้คำอธิบาย คำว่า ชรา ว่าหมายถึง (๑) ความแก่ (๒) ความชำรุด (๓) ความเป็นผู้ฟันหัก (๔) ความเป็นผู้มีผมหงอก (๕) ความเป็นผู้มีหนังเหี่ยว (๖) ความเสื่อมอายุ (๗) ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์[๙] ซึ่งการให้ความหมายเช่นนี้มีปรากฏในพระพุทธพจน์ว่า “ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หนังเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ นี้เรียกว่า “ชรา” [๑๐]

นอกจากนั้นพระอรรถกถาจารย์ยังได้อธิบายเพิ่มเติมในประเด็นดังกล่าวเอาไว้ว่า

> คำว่า ชรา หมายถึง ความเสื่อมไปแห่งอายุ เพราะเวลาเป็นหนุ่มสาว อินทรีย์ทั้งหลาย มีจักษุเป็นต้น แจ่มใสดี สามารถรับอารมณ์ของคน แม้ที่ละเอียดได้ให้สะดวกทีเดียว เมื่อถึงชรา ก็แก่หง่อม ขุ่นมัว ไม่ผ่องใส ไม่สามารถรับอารมณ์ของตนแม้ที่หยาบได้ ดังนั้น ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ทั้งหลายเรียกว่า ชรา [๑๑]

ดังนั้น คำว่า ชรา ตามความหมายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนานั้น หมายถึงสภาวะของรูปที่เปลี่ยนแปลงไปตามกาลโดยมีลักษณะดังต่อไปนี้คือ ภาวะของความแก่ มีอาการที่ฟันหลุด ผมหงอก หนังเป็นเกลียวเหี่ยวย่นเหมือนผ้าเก่าที่ไม่ได้รีด มีอายุที่มากขึ้น (ความเสื่อมแห่งอายุ) และมีร่างกายที่ทรุดโทรมของบรรดาสัตว์ที่มีรูปทั้งหลาย เมื่อนำเอาความหมายของคำว่าชรามาพิจารณาก็จะพบว่า คำว่าชรานั้น หมายถึง ความแก่หง่อม เสื่อมโทรมไปของร่างกายมนุษย์และสัตว์ที่ตกอยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ความเปลี่ยนแปลงของธรรมชาติอันเนื่องมาจากการทนอยู่ไม่ได้นานของสิ่งนั้นที่ถูกลิดรอนไปด้วยอำนาจของเวลา

๒. ประเภทของผู้สูงอายุ

ในคำสอนทางพระพุทธศาสนานั้นได้แยกประเภทของผู้สูงอายุหรือคนแก่นั้นไว้เป็น ๒ ประเภทหลัก ๆ คือ ๑) ผู้สูงอายุหรือที่มีความแก่แบบเปิดเผย หมายถึง ความแก่ของร่างกายหรือสิ่งที่จัดได้ว่าเป็นรูปร่างที่สามารถมองเห็นได้ เช่น ฟันหัก ผมหงอก หนังเหี่ยว เป็นต้น ๒) ผู้สูงอายุหรือที่มีความแก่แบบปกปิด หมายถึง ความแก่ในรูปธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นสภาวะที่ไม่อาจจะสังเกตเห็นได้ เช่น อายุที่ผ่านไปตามกาลเวลาบางทีก็ไม่สามารถสังเกตเห็นได้เลย[๑๒] ในบรรดาความแก่ทั้ง ๒ ประการนั้น สภาพที่ปรากฏมีความหัก เช่น ฟันหักเป็นต้นชื่อว่าเป็นสิ่งที่สังเกตเห็นได้ง่ายคือเมื่อมองเห็นความเปลี่ยนแปลงในเรื่องสีและขนาด ย่อมคิดได้ว่ามันแก่เพราะมีลักษณะสภาพที่ไม่เหมือนเดิม

จากกรณีดังกล่าวนั้นเราสามารถที่จะแบ่งประเภทของผู้สูงอายุตามสภาพของความแก่ออกได้อีก ๒ ประการ คือ ๑) ความแก่ไม่มีร่องรอย หมายถึง ความแก่ที่เป็นความแก่สืบเนื่องเพราะ

---

[๘]พระมหาสมปอง ปมุทิโต, **คัมภีร์อภิธานวรรณา,** พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พริ้นติ้ง, ๒๕๔๗), หน้า ๓๔๑.

[๙]ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๙/๓๒๕.

[๑๐]ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๙/๓๒๕.

[๑๑]ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๕๑-๓๕๒.

[๑๒]สำ.นิ.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๕ .

ความแตกต่างแห่งสีเป็นต้นในระหว่าง ๆ รู้ได้ยาก มีความแก่ของแก้วมณี ทองเงิน แก้วประพาฬ ดวงจันทร์และดวงอาทิตย์เป็นต้น ซึ่งสังเกตได้ยากเหมือนความแตกต่างแห่งสีเป็นต้นของสัตว์มีชีวิตในวัยทั้งหลายมีวัยอ่อนและวัย ๑๐ ปี เป็นต้น และเหมือนความแตกต่างแห่งสีเป็นต้นของสิ่งไม่มีชีวิตในวัตถุมีดอกไม้ ผลไม้ และใบไม้เป็นต้น ๒) ความแก่มีร่องรอย หมายถึง ความแก่ทั่ว ๆ ไปที่สามารถสังเกตเห็นได้ง่ายเพราะสามารถแยกสีที่เกิดขึ้นจากกระบวนการเปลี่ยนแปลงนั้นได้ง่าย

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในความหมายโดยทั่วไป หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ซึ่งนับได้ว่าได้ผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ มาเป็นระยะเวลานานหลายปี เป็นผู้ที่มีความเสื่อมทางร่างกาย จิตใจ และทางสังคม ส่วนผู้สูงอายุในความหมายทางพระพุทธศาสนา หมายถึง สภาวะของรูปที่เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา บุคคลที่เข้าสู่สภาวะของความแก่แบบเปิดเผย คือ มีอาการที่ฟันหลุด ผมหงอก หนังเป็นเกลียวเหี่ยวย่น มีอายุที่มากขึ้น และมีร่างกายที่ทรุดโทรม และความแก่แบบปกปิด คือ ความแก่ในรูปธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นสภาวะที่ไม่อาจจะสังเกตเห็นได้

๒.๒ ความหมายของความสุขในพระพุทธศาสนา

ความสุขเป็นความรู้สึกหรืออารมณ์ประเภทหนึ่ง มีหลายระดับตั้งแต่ความสบายใจเล็กน้อยหรือความพอใจจนถึงความเพลิดเพลินหรือเต็มไปด้วยความสนุก มีการใช้แนวความคิดทางปรัชญา ศาสนา จิตวิทยา ชีววิทยา อธิบายความหมายของความสุขรวมถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความสุข แนวความคิดทางปรัชญาและศาสนามักจะกำหนดนิยามของความสุขในความหมายของการดำรงชีวิตที่ดี หรือชีวิตที่มีความเจริญ โดยไม่จำกัดความหมายว่าเป็นเพียงอารมณ์ประเภทหนึ่ง ความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์แสวงหาเพื่อให้ได้พบกับเสรีภาพและการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ความสุขเป็นสิ่งที่สำคัญในทางพระพุทธศาสนา เหตุด้วยต้องการที่จะให้สรรพสัตว์พ้นจากความทุกข์ที่เกิดจากความแก่ ความเจ็บ ความตาย ในหลักการทางพระพุทธศาสนา ได้ให้ความหมายของความสุขไว้ ๒ นัยด้วยกัน ดังนี้

๑. สภาพที่ทนได้ง่าย สภาพที่ทนได้ง่าย เช่น การนั่งบนเก้าอี้ไม้กับการนั่งบนโซฟา การนั่งบนโซฟาย่อมจะสบายกว่าการนั่งบนเก้าอี้ไม้เพราะสัมผัสแตกต่างกันจึงสามารถที่จะนั่งได้นานกว่าและมีความพึงพอใจมากกว่า ดังนั้น ความหมายในระดับนี้ จึงต้องเกี่ยวเนื่องกับประสาทสัมผัสโดยอาศัยวัตถุหรืออาศัยกามคุณ ๕ เพื่อให้เกิดความพึงพอใจ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงแสดงความสุขชนิดนี้ให้ภิกษุทั้งหลายพอสรุปได้ดังนี้ คือ (๑) รูปที่จะพึงรู้แจ้งทางตา (๒) เสียงที่จะพึงรู้แจ้งทางหู (๓) กลิ่นที่จะพึงรู้แจ้งทางจมูก (๔) รสที่จะพึงรู้แจ้งทางลิ้น และ (๕) โผฏฐัพพะที่จะพึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด[๑๓] ความหมายของความสุขในทางพระพุทธศาสนาดังกล่าว หมายถึงสภาพที่ทนได้ง่ายอย่างชัดเจนว่า เป็นความสุขเพราะประสบกับสิ่งที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ น่ารัก อันมีความหมายตรงข้ามกับความทุกข์ซึ่งแปลว่าสภาพที่ทนได้ยากเพราะเมื่อประสบกับสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ ย่อมเกิดการขัดเคืองไม่พออกพอใจขึ้นมาจึงได้ชื่อว่าเป็นทุกข์ เพราะเป็นสภาวะที่ทนได้ยาก

---

[๑๓] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๑๖/๑๖๗-๑๖๘.

๒. ความปราศจากทุกข์จากสภาวะที่หมดสิ้นกิเลสทั้งปวง หมายถึง หรือสภาวะที่ปราศจากตัณหา อันได้แก่ ความสุขคือวิมุตติสุขซึ่งเป็นความสุขที่มีความประณีตและมีความแตกต่างจากความสุขในกามเพราะผู้ที่มีความสุขอยู่ในกาม ได้ชื่อว่าเป็นผู้เป็นผู้ที่ยังติดอยู่ในโลก ถึงแม้แต่ความสุขในฌานสุข ก็ชื่อว่ายังเป็นผู้ติดเนื่องอยู่ในโลก ส่วนความสุขที่หมดสิ้นกิเลสหรือปราศจากตัณหา ได้ชื่อว่า ผู้มาถึงที่สุดแห่งโลกแล้วอยู่ ณ ที่สุดแห่งโลกและได้ข้ามสิ่งที่ยึดเหนี่ยวให้ติดอยู่ในโลกไปได้แล้วด้วย เพราะฉะนั้นความสุขในความหมายนี้ จึงหมายถึง ความเป็นผู้มีจิตที่เป็นอิสระจากพันธนาการทั้งปวง

เมื่อกล่าวโดยสรุป พระพุทธศาสนากล่าวถึงความหมายของความสุขไว้ ๒ ลักษณะด้วยกัน คือ ความสุขที่เป็นของสามัญทั่วไปอันคลุกเคล้าด้วยโลกียะอันเป็นปกติสุขของชาวโลกทั่วไปหรือที่เรียกว่าโลกียสุข และความสุขอันพ้นจากการเวียนว่ายในวัฏฏสงสาร ที่เรียกว่าโลกุตตระหรือโลกุตตรสุข ซึ่งจะได้กล่าวในลักษณะของความสุขต่อไป

๒.๓ ลักษณะของความสุขในพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนามีทัศนะว่าความสุขนั้นมี ๓ ระดับ คือ ๑) ระดับต่ำ หรือที่เรียกว่าระดับกามสุข สุขเนื่องด้วยกามคุณ ได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เป็นความสุขของปุถุชนที่ยังเกี่ยวข้องกับโลก ความสุขระดับนี้มีทั้งคุณและโทษ ๒) ระดับกลาง หรือเรียกว่า ระดับฌานสุข สุขเนื่องด้วยฌาน ความสุขเกิดจากการที่จิตได้สัมผัสกับสมาธิ ภาวะจิตที่บรรลุสมาธิถึงระดับหนึ่ง ย่อมหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาได้ชั่วคราวมีลักษณะสงบ ราบเรียบ กระจ่างและมีพลังพร้อมที่จะบรรลุสัจธรรมขั้นสูงสุด และ ๓) ระดับสูง หรือเรียกว่านิพพานสุข สุขเนื่องด้วยนิพพาน ถือว่าเป็นความสุขขั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนาเพราะเป็นภาวะที่ปราศจากความมัวเมา ความกระหาย ความอาลัย การเวียนว่ายตายเกิด ความกำหนัดและกิเลส นิพพานเป็นสภาวะที่ปราศจากตัณหาและอุปาทานโดยสิ้นเชิง แต่เมื่อกล่าวโดยภาพรวมแล้ว มี ๒ ประเภท คือ ความสุขระดับโลกียะกับความสุขระดับโลกุตตระ

๒.๓.๑ โลกียสุข

คำว่า โลกียสุข คือ สุขที่เนื่องด้วยโลกียธรรม หมายถึงความสุขอันเป็นวิสัยของโลก สุขที่อิงอาศัยโลก เป็นความสุขที่เกี่ยวกับภพ และภูมิ ภพในที่นี้หมายถึงโลกเป็นที่อยู่ของสัตว์ ภาวะชีวิตของสัตว์[๑๔] ภูมิ หมายถึง ชั้นหรือระดับจิตใจ ระดับชีวิตของสัตว์ที่จะไปเกิด[๑๕] ซึ่งจำแนกโดยภูมิ มี ๓ ภพ คือ กามภพ รูปภพ และอรูปภพ เป็นการแสดงให้เห็นลำดับชั้นของความสุข

กามภพ หรือกามภูมิ หมายถึง ที่เกิดของผู้ที่ยังเกี่ยวข้องอยู่ในกาม โลกเป็นที่อยู่ของผู้เสพกาม ได้แก่ อบายภูมิ ๔ มนุษย์โลก และสวรรค์ ๖ ชั้น ตั้งแต่ชั้นจาตุมหาราชิกาถึงชั้นปรนิมมิต-วสวัตตี รวมเป็น ๑๑ ชั้น เรียงตามลำดับดังนี้

---

[๑๔]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๙๘.

[๑๕]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๗.

ก. กามภูมิ ๑๑ แบ่งเป็นภูมิดังนี้ อบายภูมิ ๔ ได้แก่

๑. นิรยะ นรก

๒. ติรัจฉานโยนิ กำเนิดดิรัจฉาน

๓. ปิตติวิสัย แดนแห่งเปรต

๔. อสุรกาย พวกอสูร

ข. กามสุคติภูมิ ได้แก่ กามาวจรภูมิที่เป็นสุคติ หรือภูมิที่เป็นสุคติ ซึ่งยังเกี่ยวข้องกับกามภูมิ ๗ ดังนี้

๑. มนุสสโลก โลกมนุษย์

๒. สวรรค์ชั้นจาตุมหาราชิกา

๓. สวรรค์ชั้นดาวดึงส์

๔. สวรรค์ชั้นยามา

๕. สวรรค์ชั้นดุสิต

๖. สวรรค์ชั้นนิมมานรดี

๗. สวรรค์ชั้นปรนิมมิตวสวัตตี

คติทางพระพุทธศาสนาเถรวาทยังกล่าวต่ออีกว่า การจะได้ไปเกิดในสวรรค์แต่ละชั้นนั้นเป็นไปด้วยวิบากหรือผลของกรรม กุศลกรรมที่อำนวยให้ไปเกิดในสวรรค์นั้นมีนัยดังเช่นความที่ว่า

> บุคคลในโลกนี้ทำบุญด้วยบุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยทานมีประมาณยิ่ง ทำบุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยศีลมีประมาณยิ่ง แต่ไม่จัดแจงบุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยภาวนา หลังจากตายแล้วเขาย่อมเกิดร่วมกับเทวดาชั้นสวรรค์แต่ละชั้น ทำบุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยทาน ทำบุญกิริยาวัตถุที่สำเร็จด้วยศีล ย่อมครอบงำเทวดาแต่ละชั้นโดยฐานะ ๑๐ ประการ คือ อายุเป็นทิพย์ วรรณะเป็นทิพย์ สุขเป็นทิพย์ ยศเป็นทิพย์ อธิปไตยเป็นทิพย์ รูปที่เป็นทิพย์ เสียงเป็นทิพย์ กลิ่นเป็นทิพย์ รสที่เป็นทิพย์ โผฏฐัพพะที่เป็นทิพย์[๑๖]

๒.๓.๑.๑ กามสุข

คำว่า กามสุข เป็นความสุขที่อิงอาศัยกามคุณ โดยปกติมุ่งหมายถึงความสุขของคฤหัสถ์ สุขของคฤหัสถ์ หรือ คิหิสุข หรือ กามโภคีสุข ๔ ได้แก่ (๑) อัตถิสุข สุขเกิดจากความมีทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนโภคทรัพย์ที่ได้มาด้วยน้ำพักน้ำแรงความขยันหมั่นเพียรของตน และโดยชอบธรรม (๒) โภคสุข สุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มาโดยชอบนั้น เลี้ยงชีพ เลี้ยงผู้ควรเลี้ยง และบำเพ็ญประโยชน์ (๓) อนณสุข สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้างใคร (๔) อนวัชชสุข สุขเกิดจากความประพฤติไม่มีโทษ คือ ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจ ว่าตนมีความประพฤติสุจริต ไม่บกพร่องเสียหายใคร ๆ ติเตียนไม่ได้ ทั้งทางกาย ทางวาจา และทาง ในบรรดาสุข ๔ อย่างนี้ อนวัชชสุข มีค่ามากที่สุด เพราะเป็นสุขที่เกิดจากความประพฤติไม่มีโทษ[๑๗]

---

[๑๖] องฺ.อฏฺ.ก. (ไทย) ๒๓/๓๖/๒๙๕-๒๙๖.

[๑๗] องฺ.จตุกฺก. (ไทย) ๒๑/๖๒/๙๐.

กามสุข เป็นความสุขที่เนื่องด้วยกาม เป็นความสุขของมนุษย์ที่ยังอยู่ในโลก เป็นความสุขที่อาศัยวัตถุหรืออามิสแล้วเกิดความยินดีเป็นเหตุให้เกิดสุข ความสุขประเภทนี้มีคุณน้อย มีโทษมาก เนื่องจากอาศัยความทยานอยาก ความต้องการ ความยินดี ความพอใจ ความอยาก ความปรารถนา สิ่งที่น่าใคร่น่าปรารถนา กาม ในทั้งนี้หมายถึง กิเลสกาม คือกิเลสที่ทำให้ใคร่ ความอยากที่เป็นตัวกิเลส กับวัตถุกามคือ วัตถุอันน่าปรารถนา สิ่งที่น่าปรารถนา สิ่งที่อยากได้ ซึ่งผู้อยากได้กาม ได้กามที่ต้องการแล้วย่อมเป็นผู้อิ่มใจแน่แท้[๑๘]

ทั้งนี้ กาม แบ่งออกเป็น ๒ อย่างได้แก่ วัตถุกามและกิเลสกาม วัตถุกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าพอใจ เครื่องปูลาด เครื่องนุ่งห่ม ทาสหญิงชาย แพะ แกะ ไก่ สุกร ช้าง โค ลา ที่นา ที่สวน เงิน ทอง หมู่บ้าน นิคม ราชธานี ชนบท กองพลรบ คลังหลวง และวัตถุที่น่ายินดีอย่างใดอย่างหนึ่ง (เหล่านี้) ชื่อว่าวัตถุกาม อีกอย่างหนึ่ง กามที่เป็นอดีต ที่เป็นอนาคต ที่เป็นปัจจุบัน กามที่เป็นภายใน กามที่เป็นภายนอก ที่เป็นภายในและภายนอก กามอย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างประณีต กามที่เป็นของสัตว์ในอบาย ที่เป็นของมนุษย์ ที่เป็นของทิพย์ กามที่ปรากฏเฉพาะหน้า ที่เนรมิตขึ้นเอง ที่ไม่ได้เนรมิตขึ้นเอง ที่ผู้อื่นเนรมิตให้ กามที่มีผู้ครอบครอง ที่ยึดถือว่าเป็นของเรา ที่ไม่ยึดถือว่าเป็นของเรา สภาวธรรมที่เป็นกามาวจร ที่เป็นรูปาวจร ที่เป็นอรูปาวจร แม้ทั้งปวง กามที่เป็นของเรา เกิดแห่งตัณหา เป็นอารมณ์แห่งตัณหา ชื่อว่ากาม เพราะมีความหมายว่า น่าปรารถนา น่ายินดี น่าลุ่มหลง เหล่านี้เรียกว่า วัตถุกาม

กิเลสกาม คือ ความพอใจ ความกำหนัด ความกำหนัดด้วยอำนาจความพอใจ ความดำริ ความกำหนัด ความกำหนัดด้วยอำนาจความดำริ ชื่อว่ากาม ได้แก่ ความพอใจด้วยอำนาจความใคร่ ความกำหนัดด้วยอำนาจความใคร่ ความเพลิดเพลินด้วยอำนาจความใคร่ ความทยานอยากด้วยอำนาจความใคร่ ความเยื่อใยด้วยอำนาจความใคร่ ห้วงน้ำคือความใคร่ กิเลสเครื่องประกอบคือความใคร่ กิเลสเครื่องยึดมั่นคือความใคร่ กิเลสเครื่องกั้นจิตคือความพอใจด้วยอำนาจความใคร่ในกามทั้งหลาย สมดังที่พระเจ้าอัฑฒมาสกเปล่งอุทานว่า “เจ้ากามเอ๋ย เราเห็นรากเหง้าของเจ้าแล้ว เจ้าเกิดความดำริ เราจักไม่ดำริถึงเจ้าอีก เจ้าจักไม่ได้เกิดมาเป็นอย่างนี้ได้อีกละเจ้ากามเอ๋ย” เหล่านี้เรียกว่ากิเลสกาม[๑๙]

ในขุททกนิกาย จูฬนิทเทส ขัคควิสาณสุตตนิทเทส พระปัจเจกพุทธเจ้ากล่าวว่า “เพราะกามทั้งหลายสวยงาม มีรสอร่อย น่ารื่นเริงใจ ยั่วยวนจิตด้วยอารมณ์หลายรูปแบบ เราเห็นโทษในกามคุณแล้ว จึงประพฤติอยู่ผู้เดียว เหมือนนอแรด”[๒๐] พระพุทธเจ้าทรงแสดงโทษของกามไว้ ๗ ประการ[๒๑]

๑. เปรียบเหมือนกับสุนัขที่มีความเพลียและหิวโหย เมื่อเขาโยนท่อนกระดูกเปื้อนเลือดให้ก็แทะอยู่จนเหนื่อย อร่อยไม่เต็มปากและไม่อิ่มจริง

---

[๑๘] ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑/๑.

[๑๙] ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๒/๑-๒.

[๒๐] ขุ.จู. (ไทย) ๓๐/๑๓๖/๔๔๑.

[๒๑] ขุ.จู. (ไทย) ๓๐/๔๒-๔๘/๔๓-๔๖.

๒. เปรียบเหมือนชิ้นเนื้อที่แร้งหรือเหยี่ยวเป็นต้นคาบบินมา แร้งหรือเหยี่ยวตัวอื่นเห็นเข้าก็รุมจิกแย่งเอา ดังนั้น จึงกลายเป็นของไม่สิทธิขาดแก่ตัว ผู้อื่นสามารถแย่งชิงได้ คนทั้งหลายต่างหมายที่จะเอาเป็นเจ้าของ จนเกิดการแย่งชิงประทุษร้ายตลอดจนฆ่ากัน ถ้าไม่รู้จักปล่อยวางย่อมเดือดร้อนแสนสาหัส

๓. เปรียบเหมือนคนถือคบเพลิงหญ้าที่ติดไฟเดินทวนลม ไม่ช้าจะต้องทิ้งเสีย มิฉะนั้นจะไหม้มือแขนและอวัยวะอื่นๆ

๔. เปรียบเหมือนหลุมถ่านเพลิงอันร้อนแรง ผู้รักชีวิตแม้รู้ว่า เมื่อตกลงไปไม่ตายก็บาดเจ็บสาหัสและไม่อยากตกหลุม แต่ยังมีคนแข็งแรงกว่าคอยจับแขนฉุนเข้าไปหาหลุมถ่านเพลิงนั้นอยู่เรื่อยไป

๕. เปรียบเหมือนความฝัน มองเห็นทุกอย่างสวยงามไปหมดแต่ไม่นานก็ผ่านไปพอตื่นขึ้นจากหลับก็ไม่เห็นอะไร เหลือไว้แค่ความเสียดาย

๖. เปรียบเหมือนทรัพย์ที่ยืมเขามา สามารถครอบครองไว้ได้เพียงครั้งคราวและไม่มั่นใจเพราะไม่เป็นสมบัติของตนที่แท้จริง เมื่อเจ้าของมาทวงคืนก็ต้องให้เขาไป

๗. เปรียบเหมือนต้นไม้ที่สมบูรณ์ด้วยผลไม้ในป่า ใครอาจได้ก็สามารถนำไปได้ด้วยวิธีต่างๆ เช่น ปีนหรือโค่นตัดลำต้นทำลายเสียทั้งต้น คนที่อยู่บนต้นไม้ถ้าลงมาไม่ทันก็จะถูกต้นไม้ล้มทับแขนขาหักบอบช้ำหรือล้มตายไป

จะเห็นได้ว่า ตัวของกามนั้นให้ความหวานชื่นสนุกสนานแก่คนที่ปรารถนาซึ่งกามนั้นก็อำนวยให้เพียงครั้งคราว ที่เสพเท่านั้น แต่ความเจ็บปวดชอกช้ำที่คนไม่ต้องการ ตัวกามนั้นกลับประทับความรู้สึกนั้นไว้ฝังจิตฝังใจไปนานแสนนาน แม้ส่วนที่เป็นความเอร็ดอร่อยสนุกสนานหวานชื่นนั้นเมื่อผ่านไปแล้วยังทิ้งร่องรอยแห่งความเสียดายไว้ทรมานผู้เสพให้ครำ่ครวญไปได้อีกนาน

ทัศนะทางพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับกามสุขนี้ ตั้งอยู่บนทางสายกลางระหว่างความเห็นสุดโต่ง ๒ ประการ คือ ๑) การทรมานตนเองให้ได้รับความลำบากเพื่อจิตใจจะได้บริสุทธิ์ วิธีการนี้พระพุทธเจ้าเคยใช้มาแล้วแต่ไม่ประสบผลสำเร็จในการแสวงหาโมกขธรรม และประการที่ ๒) คือการมัวเมาหมกมุ่นในทางกามารมณ์ให้มากที่สุดวิธีนี้ก็ไม่เป็นหนทางไปสู่สัจธรรมได้ พระพุทธเจ้าจึงเดินทางสายกลาง คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ไม่มัวเมาในกามสุขและไม่ถือว่าการทรมานตนให้ได้รับความลำบากเป็นหนทางแห่งการบรรลุสัจธรรมหรือความสุขที่แท้จริงได้ และนั่นแสดงให้เห็นได้ว่า การบริจาคทาน และการรักษาศีลที่บุคคลทำไว้มาก แม้จะไม่มีการเจริญภาวนาเลย ก็สามารถอำนวยให้ไปเกิดเป็นเทวดาชั้นชั้นจาตุมหาราชิกา ชั้นดาวดึงส์ ชั้นยามา ชั้นดุสิต ชั้นนิมมานรดี ชั้นปรนิมมิต-วสวัตตีได้

๒.๓.๑.๒ ฌานสุข

ฌานสุข แบ่งออกเป็น ๓ ประการคือ สุขในรูปฌาน ๔ สุขในอรูปฌาน ๔ และ สุขในสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ

ก. สุขในรูปฌาน คือ ความสุขที่เกิดจากการเจริญรูปฌาน คือฌานที่มีรูปเป็นอารมณ์ แบ่งได้ ๔ ระดับ ตามองค์ประกอบของฌาน คือ ๑) ปฐมฌาน ฌานที่ ๑ คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข

เอกัคคตา ๒) ทุติยฌาน ฌานที่ ๒ คือ ปีติ สุข เอกัคคตา ๓) ตติยฌาน ฌานที่ ๓ คือ สุข เอกัคคตา และ ๔) จตุตถฌาน ฌานที่ ๔ มีองค์ ๒ คือ อุเบกขา เอกัคคตา

๑) ปฐมฌาน ในสภาวะของปฐมฌาน ประกอบไปด้วยความมีใจแน่วแน่หรือตั้งมั่นในสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้แล้ว ยังประกอบด้วยองค์ประกอบของฌานหรือองค์ฌานอีก ๕ องค์ มีวิตก หมายถึง ความตึกในส่วนที่เป็นกุศล วิจาร หมายถึง ความไตร่ตรองในกุศลที่ตนตรึกนั้น ซึ่งมีความละเอียดปราศจากกิเลศและอกุศลธรรม ดังนั้น จึงเป็นความตรึกที่สงบและถูต้องกว่าสามัญทั่วไป ปีติ หมายถึง ความซาบซ่าน, ความอิ่มเอิบ, ความดื่มด่ำในใจ อันยังผลให้ทั้งกายและใจ สุข หมายถึง ความสบาย ความสำราญ สุข สบาย มีความผ่อยคลายและสงบกว่าปีติ กล่าวคือ คล้ายปีติที่มีทั้งสุขสบายแต่เด่นชัดทางกายน้อยกว่ารุนแรงโลดโผนน้อยกว่าปีติ เอกัคคตา หมายถึง ความมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว คือ ความมีจิตแน่วแน่เป็นเอกหรือเป็นสำคัญหมายความว่า ในปฐมฌานนี้มีองค์ฌานทั้ง ๕ ที่กล่าวนี้เกิดขึ้นร่วมกับสมาธิ กล่าวคือ มีองค์ทั้ง ๕ เกิดขึ้นทำหน้าที่หรือทำงานอยู่เป็นองค์ประกอบหรือส่วนประกอบที่สำคัญ เพียงแต่จะเห็นความชัดแรงเข้มขององค์ฌานต่าง ๆ มีแตกต่างกันไป ในปฐมฌาน จะเห็น วิตก วิจาร และปีติ ได้เด่นชัดกว่า สุข และเอกัคคตา

๒) ทุติยฌาน ในสภาวะของทุติยฌาน หรือฌาน ๒ ประกอบไปด้วยจิตเป็นสมาธิและองค์ฌาน ๓ องค์ คือ ปีติ ความอิ่มใจ สุข ความสบายกายสบายใจที่ละเอียดอ่อน เป็นสุขที่จิตของบุคคลธรรมดาจะมีได้ เอกัคคตา ความมีจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ มั่นคงในปฐมฌาน สภาวะของฌานที่เด่นชัดคือปีติ

๓) ตติยฌาน ในสภาวะของตติยฌาน หรือฌาน ๓ ประกอบด้วยองค์ฌาน ๒ องค์ มี สุข ความสบายกายสบายใจที่ประณีตยิ่งขึ้นกว่าทุติยฌาน เอกัคคตา ความที่จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ สภาวะองค์ฌานที่เด่นชัดคือสุข

๔) จตุตถฌาน ในสภวะของจตุตถฌาน หรือฌาน ๔ ประกอบด้วยองค์ฌาน ๒ มี อุเบกขา ความสงบ ความมีใจเป็นกลาง ความวางเฉยต่อสังขารสิ่งปรุงแต่งต่าง ๆ เอกัคคตา ความมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว คือ ความมีจิตแน่วแน่เป็นเอกเป็นสำคัญสภาวะองค์ฌานที่เด่นชัดคือเอกัคคตาจิตอันแน่วแน่เป็นหนึ่งเดียวจิต จึงเป็นเหตุให้เกิดผลคืออุเบกขาความวางเฉยตามมาเอง อันเนื่องจากย่อมระงับการฟุ้งซ่านสอดแส่ไปในสิ่งอื่นโยสิ้นเชิงนั่นเอง

อาการองค์ฌานต่าง ๆ ในฌานดังเช่นปีติและสุข เป็นองค์ประกอบของฌานนั้นคล้ายกันจนอธิบายสื่อเป็นภาษาเพื่อแสดงความรู้สึกอย่างตรง ๆ ไม่ได้แต่พอจะยกตัวเองให้เห็นให้เข้าใจได้ดังนี้ ดังเช่น เมื่อได้มาพบกันโดยบังเอิญกับบุคคลอันเป็นที่รักใคร่ชอบพออย่างมากหรือเป็นที่เคารพนับถืออย่างมากที่ไม่ได้เจอะเจอกันเป็นเวลานาน และมีความคิดถึงอยู่ อาการที่เกิดขึ้นเมื่อไปพบกันเข้าในขณะจิตแรก ๆ นั้น จะเกิดอาการทางโลก ๆ ที่เรียกกันว่าความยินดี คือ มีความรู้สึกอิ่มเอิบและเป็นสุข จนบางครั้งน้ำตาซึมหรือไหลเอิบอาบ อุทานทักทายกันลั่นด้วยอาการลิงโลดยินดี เหล่านั่นเป็นอาการปีติ หลังจากนั้นแล้วจิตก็คลายอาการลิงโลดยินดีหรือปีติ เกิดการผ่อนคลายขึ้นเริ่มสนทนาทักทายพูดคุยหรือถามไถ่สารทุกข์สุขดิบ ด้วยอาการของความสุข ความสบายที่ได้มาพบกัน เหล่านั้นคืออาการของสุข และเพื่อให้เห็นลักษณะของฌานทั้ง ๔ สามารถเปรียบเทียบความสุขได้ดังนี้

ปฐมฌานที่ ๑ ผู้ปฏิบัติทำกายของตนให้ชุ่มชื่นเอิบอิ่มซาบซ่านด้วยปีติและสุข ไม่มีส่วนใดของร่างกายทั้งตัว ที่ปีติและความสุขนั้นจะไม่ถูกต้องเปรียบเหมือนแป้งสีกายที่เขาเทใส่ภาชนะสำริด เอาน้ำมาพรมแล้วปล่อยไว้ พอถึงเวลาเย็น ก็มียางซึมไปจับถึงกันทั้งหมด ไม่กระจายออก

ทุติยฌานที่ ๒ ผู้ปฏิบัติทำกายของตนให้ชุ่มชื่นเอิบอิ่มซาบซ่านด้วยปีติ และความสุขที่เกิดจากสมาธิอย่างทั่วไปหมดทั้งตัว เปรียบเหมือนห้วงน้ำลึก ที่ผุดขึ้นภายในไม่มีน้ำไหลจากที่อื่นหรือแม้แต่น้ำฝนไหลเข้ามาปน กระแสน้ำเย็นผุดพุขึ้นจากห้วงน้ำนั้น ทำให้ห้วงน้ำนั้นเองชุ่มชื่นเอิบอิ่มซึมซาบเยือกเย็นทั่วไปหมดทุกส่วน

ตติยฌานที่ ๓ ผู้ปฏิบัติทำกายของตนให้ชุ่มชื่นเอิบอิ่มซาบซ่านด้วยสุขที่ปราศจากปีติทั่วไปหมดทุกส่วน เปรียบเหมือนกองบัวเหล่าต่าง ๆ ที่เติบโตขึ้นในน้ำ แช่อยู่ในน้ำและน้ำหล่อเลี้ยงไว้ย่อมชุ่มชื่นเอิบอาบซึมซาบด้วยน้ำเย็นทั่วไปหมดทุกส่วน

จตุตถฌานที่ ๔ ผู้ปฏิบัติแผ่จิตอันบริสุทธิ์ผ่องแผ้วไปทั่วทั้งกาย เปรียบเหมือนเอาผ้าขาวล้วนบริสุทธิ์มานุ่งห่มตัวตลอดทั้งศีรษะ[๒๒]

ข. สุขในอรูปฌาน อรูปฌานทั้ง ๔ นี้ เป็นฌานละเอียดและอยู่ในระดับฌานที่สูงสุด ท่านที่ปฏิบัติได้อรูปทั้ง ๔ นี้ แล้วเจริญวิปัสสนาญาณ ย่อมได้บรรลุมรรคผลรวดเร็วเป็นพิเศษ เพราะอารมณ์ในอรูปฌานและอารมณ์ในวิปัสสนาญาณ มีส่วนคล้ายคลึงกันมาก ต่างแต่อรูปฌานเป็นสมถภาวะ มุ่งดำรงฌานเป็นสำคัญสำหรับวิปัสสนาภาวนามุ่งรู้แจ้งเห็นจริง ตามอำนาจของกฎธรรมดาเป็นสำคัญ แต่ทว่าอรูปฌานนี้ก็มีลักษณะเป็นฌานปล่อยอารมณ์ คือ ไม่ยึดถืออะไรเป็นสำคัญ ปล่อยหมดทั้งรูปและนาม ถือความว่าเป็นสำคัญ ผู้ที่ได้อรูปฌานทั้ง ๔ นี้ นอกจากยังมีผลทำให้จิตว่าง มีอารมณ์เป็นสุข ประณีตในฌานที่ได้แล้ว ยังมีผลให้สำเร็จมรรคผลง่ายดายอย่างไม่คาดไม่ถึงอีกด้วย นอกจากนั้นท่านที่ได้อรูปฌานนี้ เมื่อสำเร็จมรรคผลจะได้เป็นพระอรหันต์ขั้นปฏิสัมภิทาญาณ คือ มีสมบัติพิเศษเหนือจากที่ทรงอภิญญา ๖ อีกอย่าง สำหรับท่านที่ได้ปฏิสัมภิทาญาณ ท่านทรงอภิญญา ๖ และคุณสมบัติพิเศษอีก ๔ คือ ปฏิสัมภิทา ๔ ได้แก่ ๑) อัตถปฏิสัมภิทา มีปัญญาแตกฉานในอรรถ คือฉลาดในการอธิบายถ้อยคำที่ ท่านอธิบายมาแล้วอย่างพิสดาร ถอดเนื้อความที่พิสดารนั้นให้ย่อสั้นลงมาพอได้ความชัด ไม่เสียความ ๒) ธัมมปฏิสัมภิทา ฉลาดในการอธิบายหัวข้อธรรม ที่ท่านกล่าวแต่หัวข้อให้พิสดารเข้าใจชัด ๓) นิรุตติปฏิสัมภิทา มีความฉลาดในภาษา รู้และเข้าใจภาษาทุกภาษาได้อย่างอัศจรรย์ และ ๔) ปฏิภาณปฏิสัมภิทา มีปฏิภาณเฉลียวฉลาด สามารถแก้อรรถปัญหาได้อย่างอัศจรรย์ จะได้ว่า ปฏิสัมภิทาญาณนี้ มีความแปลกจากอภิญญา ๖ หนึ่งอย่าง คือท่านที่จะทรงปฏิสัมภิทา หรือทรงอรูปฌานนี้ได้ ท่านต้องได้กสิณ ๑๐ และทรงอภิญญามาก่อนแล้วจึงปฏิบัติต่อในอรูปนี้ได้ ถ้าท่านนักปฏิบัติที่ไม่เคยเรียนกสิณเลย หรือกสิณได้บางส่วนไม่ถึงขั้นอภิญญาแล้วท่านมาเรียนปฏิบัติในอรูปนี้ย่อมปฏิบัติไม่สำเร็จ เพราะการที่ทรงอรูปฌานได้ ต้องใช้กสิณ ๙ ประการ ปฐวี เตโช วาโย อาโป นีล ปีตะ โลหิตะ โอทาตะ อาโลกะ เว้นอากาสกสิณอย่างเดียว เอามาเป็นบาทของอรูปฌานคือต้องเอากสิณ ๘ อย่างนั้นอย่างใดอย่างหนึ่งมาตั้งขึ้น แล้วเข้าฌานในกสิณนั้นจนถึงจตุตถฌาน แล้วเพิกนิมิตในกสิณนั้นเสีย คำว่า เพิก หมายถึงปล่อยไม่สนใจในกสิณนั้นการที่จะปฏิบัติ ใน

---

[๒๒] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,** พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๕๔๔.

อรูปฌาน ต้องเข้ารูปกสิณก่อนอย่างนี้ ฉะนั้นท่านที่จะเจริญในอรูปฌานจึงต้องเป็นท่าน ที่ได้กสิณจนคล่องอย่างน้อย ๙ กอง จนชำนาญและได้อภิญญาแล้วจึงจะมาปฏิบัติในอรูปฌานนี้ได้ ฉะนั้นท่านที่ได้ปฏิสัมภิทาญาณจึงเป็นผู้ทรงอภิญญาด้วย สำหรับอภิญญากับ ปฏิสัมภิทาญาณนี้ มีข้อแตกต่างกัน อยู่อย่างหนึ่งที่นักปฏิบัติควรทราบ อภิญญานั้น ท่านที่ปฏิบัติกสิณครบ ๑๐ หรืออย่างน้อยครบ ๘ ยกอาโลกกสิณและอากาสกสิณเสีย เมื่อชำนาญในกสิณทั้ง ๑๐ หรือทั้ง ๘ นี้แล้ว ก็ทรงอภิญญาได้ทันทีในสมัยที่เป็นฌานโลกีย์ ส่วนปฏิสัมภิทาญาณ ๔ นี้ เมื่อทรงอรูปฌานที่เป็นโลกียฌานแล้วยังทรงปฏิสัมภิทาไม่ได้ ต้องสำเร็จมรรคผลอย่างต่ำเป็นพระอนาคามี หรือพระอรหัตตผลปฏิสัมภิทาจึงจะปรากฏ บังเกิดเป็นคุณพิเศษขึ้นแก่ท่านที่บรรลุ

ในพระสุตตันปิฎก ทีฆนิกาย ปาฏิวรรค สังคีติสูตร พระสารีบุตรได้แสดงอรูปฌานว่า

๑. บรรลุอากาสานัญจายตนฌานโดยกำหนดว่า อากาศหาที่สุดมิได้อยู่เพราะ ล่วงรูปกำหนดว่าดับปฏิฆสัญญา ไม่กำหนดนานัตตสัญญาโดยประการทั้งปวง

๒. ล่วงอากาสานัญจายตนฌานโดยประการทั้งปวง บรรลุวิญญาณัญจายตนฌานโดยกำหนดว่า วิญญาณหาที่สุดมิได้

๓. ล่วงวิญญานัญจายตนฌานโดยประการทั้งปวง บรรลุอากิญจัญญายตนโดยกำหนดว่า ไม่มีอะไรได้อยู่

๔. ล่วงอากิญจัญญายตนฌานโดยประการทั้งปวง บรรลุเนวสัญญานาสัญญายตนฌานอยู่[๒๓]

อรูปฌาน ๔ เมื่อผู้เข้าถึงรูปฌานที่ ๔ มีสุขซึ่งกลายเป็นอุเบกขา และเอกัคคตาเป็นอารมณ์อยู่นั้น เมื่อเข้าอารมณ์นั้นหนัก ๆ เข้าก็กลายเป็นอากาศเวิ้งว้างไปหมดจนหาที่สุดมิได้ เรียกว่า อากาสานัญจายตนฌาน ๑ ผู้เพ่งเอาอากาสานัญจายตนฌานเป็นอารมณ์นั้นหนัก ๆ เข้าก็จะเห็นวิญญาณผู้ไปเพ่งอากาศเป็นเครื่องยึด เรียกว่า วิญญาณัญจายตนฌาน ๑ วิญญาณเป็นของไม่มีตัวตน เมื่อเพ่งวิญญาณนั้นอยู่ วิญญาณจะน้อย ๆ เข้าจนวิญญาณนั้นไม่ปรากฏ เมื่อวิญญาณไม่ปรากฏ แต่ความรู้สึกยังมีอยู่ นั่นเรียกว่าวิญญาณก็ไม่ใช่ จะไม่เรียกว่าวิญญาณก็ไม่ใช่ เรียกว่า อากิญจัญญายตนฌาน ๑ เมื่อเพ่งอากิญจัญญายตนะอยู่ จิตก็จะละเอียดเข้าละเอียดจนเพ่งไม่ถูกว่าไหนเป็นสัญญาความรู้ ไหนไม่เป็นสัญญา เรียกว่า เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน ๑ เป็นอรูปฌานที่ ๔

อรูปฌาน ๔ ท่านไม่ได้พูดถึงเอกัคคตาเป็นที่สุดของฌานนั้น ๆ ถึงจะไม่ได้พูดถึงแต่ฌานที่ ๔ ซึ่งจะก้าวขึ้นสู่อรูปฌานนั้น ก็ได้กล่าวไว้แล้วว่าสุขกลายเป็นอุเบกขา และเอกัคคตา อรูปฌานทั้ง ๔ ก็มีเอกัคคตาอยู่ในตัวนั่นเอง ฌานถ้าไม่มีเอกัคคตาในฌานนั้น ๆ แล้ว ย่อมละอารมณ์นั้น ๆ ไม่ได้ เมื่อละอารมณ์นั้น ๆ ไม่ได้ ก็แปลว่า ฌานนั้นเสื่อมแล้ว ต้องตั้งต้นแต่ปฐมฌานขึ้นไปใหม่ อรูปฌานทั้ง ๔ แต่ละชั้นมีอารมณ์อันหนึ่งของฌานนั้น ๆ เพียงอย่างเดียว มีอากาสานัญจายตนะ

ในอรูปฌานที่ ๑ คือ อากาสานัญจายตนฌาน ชื่อว่าเป็นสุขเพราะว่าจากการรบกวนของรูปสัญญา เป็นสิ่งที่อยู่เหนือรูป

---

[๒๓] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๘/๒๘๑, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๒๙/๗๕, ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๕๖/๑๗๔-๑๗๕.

ในอรูปฌานที่ ๒ คือ วิญญานัญจายตน ชื่อว่าเป็นสุขเพราะอากาสานัญจายตนดับลงไปจึงว่างจากการรบกวนของอากาศ

ในอรูปฌานที่ ๓ คือ อากิญจัญญายตนฌาน ชื่อว่าเป็นสุขเพราะวิญญานัญจายตนสัญญาดับไป

ในอรูปฌานที่ ๔ นี้เป็นความสุขระดับอรูปฌาน ซึ่งประณีตกว่าความสุขในอรูปฌาน แต่การที่จะมีความสุขระดับอรูปฌานนั้น จะต้องผ่านความสุขระดับรูปฌานก่อน โดยการเจริญรูปฌานโดยเริ่มจากรูปฌานที่ ๑ ถึงรูปฌานที่ ๔ บางทีเรียกรวมกันว่า ฌาน ๘ หรือสมาบัติ ๘ ก็ได้

ผู้ปฏิบัติถึงขั้นฌานสุขนี้ จะมีความสุขที่ประณีตเพราะเป็นความสุขที่เกิดจากความสงบจากกาม และอกุศลธรรมโดยการกดทับไว้ได้ด้วยองค์ฌานเพียงขณะที่เข้าฌานเท่านั้น คือเป็นความสุขที่ได้ในขณะที่จิตอยู่ในกาม เพราะกิเลสดับชั่วคราวเป็นตทังคนิพพาน คือนิพพานชั่วคราว เมื่อออกจากฌาน กิเลสสามารถจะเกิดขึ้นใหม่ได้อีกเรียกว่า ฌานสามารถเสื่อมได้ ดังนั้น ความสุขในระดับนี้จึงเป็นความสุขที่ยังเป็นเวทนา เป็นความสุขที่ถูกปัจจัยทางจิตสร้างสรรค์ขึ้นมาสามารถเสื่อมถอยได้

ค. สุขในสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ สัญญาเวทยิตนิโรธก็สืบเนื่องไปจากอรูปฌานที่ ๔ นี้เหมือนกัน จะพ้นจากอรูปฌาน ๔ นี้ไม่ได้ เพราะผู้เข้าฌานเป็นเรื่องของจิตดวงเดียวของคนผู้เดียวจะต้องทำจนตลอดสาย (ตั้งแต่ปฐมฌาน) คนอื่นหรือจิตดวงอื่นจะมาทำต่อไม่ได้ ไม่เหมือนกับการส่งของที่ส่งต่อ ๆ กันไปได้ อรูปฌานที่ ๔ เพ่งสัญญาเกือบจะไม่รู้ว่าสัญญาหรือไม่สัญญาอยู่แล้ว เมื่อเพ่งจิตก็ยิ่งละเอียดเข้า แล้วจิตนั้นก็ปล่อยว่าง ที่ว่าสัญญาก็ไม่ใช่มิใช่สัญญาก็ไม่ใช่นั้นเสียจึงดับความรู้สึกสัญญาเวทนาทั้งสิ้นท่านเรียกว่าสัญญาเวทยิตนิโรธ สัญญาเวทยิตนิโรธนี้ ผู้ฝึกหัดชำนาญในฌานทั้ง ๘ แล้วจึงจะเข้าได้ พระอริยะเจ้านับแต่พระอนาคามีขึ้นไปจึงจะเข้าได้เหมือนกัน เมื่อเข้าสัญญาเวทยิตนิโรธนั้น วิตกดับก่อนแล้วลมหายใจจึงไม่มีผลต่อจิตสังขารจึงดับ ก่อนที่จะเข้า ท่านได้อธิษฐานไว้ว่าจะเข้าอยู่ ๗ วัน เมื่อครบวันที่ ๗ แล้ว จิตสังขาร คือ สัญญาเวทนาจะปรากฏขึ้นก่อน จึงมีลมหายใจต่อมาแล้ววิตกก็ปรากฏขึ้นตามลำดับ สัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัตินี้ เรียกอีกอย่างว่า อนุปุพพวิหาร คือธรรมเป็นเครื่องอยู่ตามลำดับ ซึ่งมีอยู่ ๙ ประการ ดังนี้

๑. สงัดจากกาม และอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจาร ปีติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่

๒. เพราะวิตกวิจารสงบระงับไป บรรลุทุติยฌานมีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตมีหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่

๓. เพราะปีติจางคลายไป มีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข

๔. เพราะละสุขและทุกข์ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่

๕. บรรลุอากาสานัญจายตนฌาน โดยกำหนดว่าอากาศหาที่สุดมิได้ อยู่เพราะล่วงรูปสัญญาดับปฏิฆสัญญา ไม่กำหนดนานัตตสัญญาโดยประการทั้งปวง

---

[๒๔] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๔๓/๓๕๗, องฺ.นวก. (ไทย) ๒๓/๓๒/๔๙๕.

๖. ล่วงอากาสานัญจายตนฌาน โดยประการทั้งปวง บรรลุวิญญาณัญจายตนฌาน โดยกำหนดว่า วิญญาณหาที่สุดมิได้อยู่

๗. ล่วงวิญญาณัญจายตนฌาน โดยประการทั้งปวง บรรลุอากิญจัญญายตนฌาน โดยกำหนดว่า ไม่มีอะไรอยู่

๘. ล่วงอากิญจัญญายตนฌานโดยประการทั้งปวง บรรลุเนวสัญญานาสัญญายตน อยู่

๙. ล่วงเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน โดยประการทั้งปวง บรรลุสัญญาเวทยิตนิโรธ อยู่

สัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัตินี้ เรียกอีกอย่างว่า อนุปุพพนิโรธ[๒๕] คือความดับไปตามลำดับ ซึ่งมีอยู่ ๙ ประการ ดังนี้

๑. กามสัญญาของผู้เข้าปฐมฌานดับไป
๒. วิตก วิจารของผู้เข้าทุติยฌานดับไป
๓. ปีติของผู้เข้าตติยฌานดับไป
๔. ลมหายใจเข้า ลมหายใจออกของผู้เข้าจตุตถฌานดับไป
๕. รูปสัญญาของผู้เข้าอากาสานัญจายตนดับไป
๖. อากาสานัญจายตนสัญญาของผู้เข้าวิญญาณัญจายตนฌานดับไป
๗. วิญญานัญจายตนสัญญาของผู้เข้าอากิญจัญญายตนฌานดับไป
๘. อากิญจัญญายตนสัญญาของผู้เข้าเนวสัญญานาสัญญายตนฌานดับไป
๙. สัญญาและเวทนาของผู้เข้าสัญญาเวทยิตนิโรธ[๒๖]ดับไป

สัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติชนิดที่สิ้นอาสวะนั้นว่างด้วยประการทั้งปวง ความสุขที่ได้จึงเป็นความสุขจากการสิ้นอาสวะ สัญญาเวทยิตนิโรธนี้เทียบได้กับอนุปาทิเสสนิพพาน ซึ่งพระอริยบุคคลสามารถเข้าถึงได้แม้ในชีวิตปัจจุบัน ดังนั้น สุขในสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ สามารถสังเคราะห์เข้าในความสุขประเภทโลกุตตรสุขได้ เพราะสุขในสัญญาเวทยิตนิโรธกับความสุขในนิพพานเหมือนกันโดยสภาวะ แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่าความสุขทั้งสองระดับดังกล่าวจะเหมือนกันทุก ๆ ประการข้อแตกต่างระหว่างความสุขทั้งสองระดับ คือต่างกันในเรื่องเวลา อริยบุคคลผู้เข้าสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ จะเสวยสุขในสมาบัติดังกล่าวไม่เกิน ๗ วัน เพราะถ้าเกินกว่านี้ร่างกายจะทนไม่ไหว เพราะสาเหตุนี้เองพระอริยบุคคลจึงเข้าสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติโดยมีวัตถุประสงค์ที่พักผ่อนจิตเพื่อการอยู่เป็นสุขในปัจจุบันที่เรียกว่า ทิฏฐธรรมสุขวิหารได้เป็นการชั่วคราวเท่านั้น ส่วนบุคคลผู้บรรลุนิพพานสามารถเสวยนิพพานสุขได้อย่างถาวรตลอดไป

สรุปได้ว่า โลกียสุข ได้แก่ สุขแบบโลกิยะหรือแบบโลก ๆ มี ๒ ประเภทใหญ่ ๆ คือ กามสุขและฌานสุข คำว่า กามสุข เป็นความสุขที่อิงอาศัยกามคุณ โดยปกติมุ่งหมายถึงความสุขของ

---

[๒๕]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๔๓/๓๕๗, องฺ.นวก. (ไทย) ๒๓/๓๑/๔๙๓.

[๒๖]สัญญาเวทยิตนิโรธ หมายถึง สมาบัติที่ดับสัญญาและเวทนามี ๒ คือ อสัญญาสมาบัติ และนิโรธสมาบัติที่เป็นอสัญญาสมาบัติมีแก่ปุถุชน ที่เป็นนิโรธสมาบัติมีเฉพาะแต่พระอนาคามีและพระอรหันต์ผู้ชำนาญในสมาบัติ ๘ แล้วเท่านั้นจึงจะเข้าได้. อภิ.ปญฺจ.อ. (บาลี) ๗๓๕/๒๘๒.

คฤหัสถ์ หรือ คิหิสุข หรือ กามโภคีสุข ๔ กามสุขนี้ตั้งอยู่บนทางสายกลางระหว่างความเห็นสุดโต่ง ๒ ประการ คือ ๑) การทรมานตนเองให้ได้รับความลำบากเพื่อจิตใจจะได้บริสุทธิ์ และ ๒) การมัวเมาหมกมุ่นในทางกามารมณ์ให้มากที่สุด ถึงกระนั้นความสุขในกามคุณ ยังเปิดโอกาสให้บริจาคทาน และการรักษาศีล ถ้าสั่งสมเป็นประจำ สามารถอำนวยให้ไปเกิดเป็นเทวดาชั้นชั้นจาตุมหาราชิกา ชั้นดาวดึงส์ ชั้นยามา ชั้นดุสิต ชั้นนิมมานรดี ชั้นปรนิมมิตวสวัตตีได้ ส่วนฌานสุข เป็นความสุขที่เกิดแต่ฌาน เป็นความสุขของบรรพชิต หรือผู้บำเพ็ญพรตบริหารจิตเป็นสำคัญ แบ่งออกเป็น ๓ ประการ คือ สุขในรูปฌาน ๔ สุขในอรูปฌาน ๔ และ สุขในสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ

๒.๓.๒ โลกุตตรสุข

โลกุตตรสุข มีบ่อเกิดมาจากการที่จิตใจได้สัมผัสกับสมาธิ เป็นความสุขทางจิตใจมิได้เกิดจากการที่ประสาทสัมผัสทั้ง ๕ ได้เสวยกับกามคุณทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส เป็นความสุขที่มีทุกข์เจือปนในขณะที่จิตกำลังอยู่ในฌาน เพราะหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาได้ชั่วคราว ลักษณะของฌานที่เหมือนกับกามสุข คือยังต้องมีสิ่งมาสนองความรู้สึกและสิ่งที่มาตอบสนองมิให้อารมณ์ที่เป็น รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส แต่เป็นธรรมารมณ์ ซึ่งเป็นความนึกคิดมโนภาพ หรือสภาวะอะไรบางอย่างมาเป็นอารมณ์ ดังนั้น ฌานสุข จึงยังไม่เป็นความสุขขั้นสูงสุด การที่บุคคลจะบรรลุถึงฌานสุขนั้นจะต้องก้าวข้ามอุปสรรคที่สำคัญที่เรียกว่านิวรณ์ ๕ เสียก่อน เมื่อละนิวรณ์ ๕ ได้แล้วจะมีความรู้สึกปลอดโปร่งโล่งเบาสบายและอิ่มใจเกิดขึ้นเป็นพื้นนำของการจะได้ความสุขในฌานต่อไป ดังที่ท่านอุปมาไว้ ๕ ประการ

๑. เปรียบเหมือนการเกิดความปราโมทย์ มีโสมนัสชื่นฉ่ำใจของคนที่เคยกู้ยืมเงินคนอื่นมาประกอบการงานแล้วประสบความสำเร็จใช้หนี้สินได้หมดสิ้นแล้วยังมีเงินเหลือไว้เลี้ยงครอบครัว

๒. เปรียบเหมือนการเกิดความปราโมทย์ มีโสมนัสชื่นฉ่ำใจของคนที่ฟื้นหายจากความเจ็บป่วยเป็นไข้หนัก กลับมากินข้าวปลาได้ มีกำลังกายแข็งแรง

๓. เปรียบเหมือนการเกิดความปราโมทย์ มีโสมนัสชื่นฉ่ำใจของคนที่พ้นจาการถูกจองจำไปได้โดยสวัสดีไม่มีภัย และไม่ต้องเสียทรัพย์สิน

๔. เปรียบเหมือนการเกิดความปราโมทย์ มีโสมนัสชื่นฉ่ำใจของคนที่หลุดพ้นจากความเป็นทาส อาศัยตนเองได้ ไม่ขึ้นกับคนอื่น เป็นไทแก่ตัว จะไปไหนก็ไปตามใจปรารถนา

๕. เปรียบเหมือนการเกิดความปราโมทย์ มีโสมนัสชื่นฉ่ำใจของคนมั่งมีทรัพย์ผู้เดินทางข้ามหนทางไกลกันดาร ที่หาอาหารได้ยากและเต็มไปด้วยภยันตราย มาถึงถิ่นอันเกษมปลอดภัยโดยสวัสดี[๒๗]

๒.๓.๒.๑ มรรค ๔

เมื่อบุคคลได้บรรลุธรรมจะต้องผ่านกระบวนการบรรลุธรรม ๔ ขั้นตอน เรียกว่า “มรรค” หรือทางดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ทางจิต หรือจะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ญาณ” ก็ได้ และถ้าพระอริยบุคคลผู้ใดดำเนินมาถึงมรรคหรือญาณ หรือเรียกรวมกันว่า “มรรคญาณ” จะสามารถละ

---

[๒๗] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,** หน้า ๕๔๔.

สังโยชน์ คือเครื่องประกอบสัตว์ไว้ในวัฏสงสาร ๑๐ ประการได้ โดยแต่ละมรรคญาณจะละสังโยชน์ได้แตกต่างกันไปตามอำนาจของมรรคญาณนั้น ๆ ดังนี้

๑. โสดาปัตติมรรค มรรคที่อริยบุคคลได้โดยการบรรลุกระแสนิพพานคราวแรก ละสังโยชน์ได้ ๓ คือ (๑) สักกายทิฏฐิ ความเห็นเป็นเหตุถือตัว (๒) วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย และ (๓) สีลัพพตปรามาส ความยึดมั่นในศีลพรต

๒. สกทาคามิมรรค มรรคที่อริยบุคคลได้โดยการมาสู่มนุษยโลกนี้อีกเพียงคราวเดียว ละสังโยชน์ได้ ๓ ประการ เช่นเดียวกับโสดาปัตติมรรค แต่ยังสามารถทำให้ราคะ โทสะ โมหะอ่อนกำลังลงด้วย

๓. อนาคามิมรรค มรรคที่อริยบุคคลได้โดยไม่มีการกลับมาสู่มนุษยโลกนี้อีก สามารถละกามธาตุได้โดยสิ้นเชิง ไม่มีราคะตัณหาในขันธสันดานอีกต่อไป ละสังโยชน์ฝ่ายต่ำหรือโอรัมภาคิยสังโยชน์ได้หมดทั้ง ๕ ตัว คือ (๑) สักกายทิฏฐิ ความเห็นเป็นเหตุถือตัว (๒) วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย (๓) สีลัพพตปรามาส ความยึดมั่นในศีลพรต (๔) กามราคะ ความกำหนัดในกาม และ (๕) ปฏิฆะ ความเดือดดานุ่นง่านใจ

๔. อรหัตตมรรค มรรคที่อริยบุคคลได้ด้วยการละกิเลสตัณหาได้อย่างสิ้นเชิงทั้ง ๑๐ ตัว คือ ๕ ตัว ในส่วนของโอรัมภาคิยสังโยชน์ และอีก ๕ ตัว ในส่วนของอุทธัมภาคิยสังโยชน์ คือ (๑) รูปราคะ ความกำหนัดในรูปฌาน (๒) อรูปราคะ ความกำหนัดในอรูปฌาน (๓) มานะ ความถือตัว (๔) อุทธัจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญ และ (๕) อวิชชา ความไม่รู้ตามความเป็นจริง[๒๘]

๒.๓.๒.๒ ผล ๔

คำนี้มีความหมายว่า “การเสวยกำไร” จากมรรคที่ได้บรรลุมาก่อนนั้น ผลจะต้องคู่กับมรรค ถ้าได้มรรคก็จะได้ผลไปพร้อม ๆ กัน จะเรียกว่า “ผลญาณ” ก็ได้เช่นเดียวกัน ผลญาณแบ่งเป็น ๔ ขั้นตอน เรียกชื่อสอดคล้องกับมรรคนั้น คือ

๑. โสดาปัตติผล การเสวยธรรมารมณ์แห่งโสดาปัตติมรรค

๒. สกทาคามิผล การเสวยธรรมารมณ์แห่งสกทาคามิมรรค

๓. อนาคามิผล การเสวยธรรมารมณ์แห่งอนาคามิมรรค

๔. อรหัตตผล การเสวยธรรมารมณ์แห่งอรหัตมรรค[๒๙]

เพื่อให้เห็นความชัดเจนแตกต่างกันระหว่างมรรคกับผล ท่านได้แสดงอุปมาไว้ง่าย ๆ ว่า สังโยชน์ที่มรรคกำจัดเสียได้เปรียบเหมือนโรคในร่างกาย มรรคเปรียบเหมือนยารักษาโรคให้หาย ส่วนผลเปรียบเหมือนความสุขที่เกิดจากร่างกายไม่มีโรค อีกอุปมาหนึ่ง ท่านเปรียบไว้ว่า สังโยชน์ที่มรรคกำจัดเสียได้เปรียบเหมือนโจรในป่า มรรคเปรียบเหมือนกิริยาที่ปราบโจรได้ ส่วนผลเปรียบเหมือนความสงบสุขที่เกิดขึ้นเพราะไม่มีโจร

---

[๒๘]กรมการศาสนา, **ธรรมวิภาคบรรยาย สำหรับนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นตรี โท เอก**, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๒๘๗.

[๒๙]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๘๗ – ๒๘๘; ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๔๐.

๒.๓.๒.๓ นิพพานสุข

สุขเนื่องด้วยนิพพานหรือสุขเพราะความสิ้นไปของตัณหา (ตัณหักขยสุข) เป็นความสุขอย่างยอดเยี่ยม ไม่มีความสุขอื่นดีกว่านี้ เพราะความสุขที่เนื่องนิพพานนี้เป็นความสุขที่ไม่ต้องอาศัยปัจจัยอะไรปรุงแต่ง ดังนั้น จึงพ้นจากความแปรปรวนคือพ้นจากภาวะความไม่เที่ยงและประกอบไปด้วยทุกข์เนื่องจากพ้นจากการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย ไม่มีความเศร้าโศก ไม่มีกิเลส ไม่มีความเศร้าหมอง เป็นภาวะแห่งความสุขขั้นสูงสุด เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คือ นิพพานหรือความว่างจากกิเลสตัณหา อันหมายความว่า พุทธศานิกชนมีสิทธิหวังที่จะบรรลุ หรือบรรลุถึงภาวะความว่างจากตัณหาได้ในชาตินี้ไม่ต้องรอชาติหน้า ถ้าปฏิบัติธรรมอย่างแข็งขันครบถ้วน เป็นเวลายาวนานต่อเนื่องกัน

พุทธทาสภิกขุ ได้ให้ความหมายของนิพพานไว้ว่า (๑) การดับ (๒) เครื่องมือสำหรับการดับ และ (๓) สภาวะของการดับ ความหมายอย่างแรกก็เป็นการดับกิริยาที่ดับลงไปของกิเลส หรือของอวิชชาของตัณหาของอุปาทานจากกิเลสทั้งหมด พร้อมกันนั้นความทุกข์ก็ดับตามไปด้วยกิริยาที่สิ้นไปแห่งกิเลสดับไปแห่งกิเลสที่เรียกว่า นิพพาน ความหมายที่สอง ที่เป็นเครื่องมือสำหรับทำการดับนั้น อันหมายถึงธรรมระดับหนึ่งเป็นธรรมชั้นสูงระดับหนึ่งซึ่งถ้าจิตลุถึงเข้าแล้วอาศัยอำนาจของธรรมนั้นเอง กิเลสก็สิ้นไป กิเลสก็ดับไป ฉะนั้นเราจึงเรียกนิพพานนั้นในฐานะที่เป็นเครื่องดับหรือธรรมเป็นเครื่องดับหรือธรรมเป็นที่ดับกิเลสก็ได้ ความหมายที่สาม ที่ภาวะแห่งการดับนั้น หมายความว่า เมื่อกิเลสสิ้นลงไปแล้ว ความทุกข์สิ้นไปแล้วดับไปหมดแล้วอะไรเหลืออยู่ คือความสงบ ความสงบเงียบ ความสงบเย็น ความว่าง ความหยุด ความไม่วุ่นวาย ความไม่ปรุงแต่งอะไรต่าง ๆ นี่แล้วแต่เราจะเรียก อันนี้ก็เรียกว่านิพพาน และมักจะถือกันว่าเป็นผลที่จริงไม่ได้เป็นผล เพราะว่า นิพพานเราไม่ถือว่าเป็นผลหรือเหตุเราเรียกว่าภาวะแห่งความดับกิเลสและดับทุกข์[๓๐]

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของนิพพานไว้ว่า “สภาวะที่ดับกิเลสและกองทุกข์, ภาวะที่เป็นสุขสูงสุด เพราะไร้กิเลสไร้ทุกข์ เป็นอิสระสมบูรณ์[๓๑]

วศิน อินทสระ ได้ให้ความหมายของนิพพานว่า สุขจากการละกิเลสได้เป็นขั้นตอนต่อไปตั้งแต่สุขของพระโสดาบันไปจนถึงสุขของพระอรหันต์ รวมเป็น ๔ ระดับด้วยกัน จัดตามกิเลสที่ละได้โดยถือสังโยชน์ ๑๐ เป็นบรรทัดฐาน[๓๒]

จินดา จันทร์แก้ว กล่าวว่าธรรมชาติของนิพพาน หมายถึงความดีสูงสุดของพระพุทธ-ศาสนา โดยพระอรหันต์เป็นสัญลักษณ์ หรือแสดงบทบาทของความดีสูงสุดในชีวิตจริง การฝึกฝนตนเองตามวิธีทางที่จะนำไปสู่นิพพาน ซึ่งเป็นวิธีการฟอกจิตให้บริสุทธิ์โดยการถอดถอนแรงกระตุ้นที่

---

[๓๐]พุทธทาสภิกขุ, **คู่มือดับทุกข์ฉบับสมบูรณ์,** (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ม.ป.ป.), หน้า ๑๖๒-๑๖๗.

[๓๑]พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๖๖.

[๓๒]วศิน อินทสระ, **พุทธจริยศาสตร์,** พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๔๙), หน้า ๑๖๔.

ไม่รู้สึกตัวของมนุษย์หรือแรงกระตุ้นที่บังคับเรา ด้วยการถอนออกไปทีละน้อย ๆ จนกว่าจะถึงนิพพาน ซึ่งหมายถึงว่ามนุษย์สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ทางจิตได้หมด[๓๓]

ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ นิพพานจึงเป็นเรื่องของการทำลายอวิชชา อันเป็นต้นตอของกิเลสอาสวะทุกอย่าง และย่อมหมายถึงว่า เป็นการดับทุกข์ทุกอย่างทุกประการในขณะเดียวกันด้วย แม้ตามหลักพระพุทธศาสนาแบ่งนิพพานเป็น ๒ คือ สอุปาทิเสสนิพพานและอนุปาทิเสสนิพพาน ความจริงแล้วนิพพานมีเพียงนิพพานเดียวเท่านั้น คือขณะเมื่อมองเห็นความเป็นจริงจนกิเลสทั้งหลายหมดสิ้นไป แม้ร่างกายจะมีอยู่หรือไม่มีอยู่ก็ไม่ได้เกี่ยวข้องกับนิพพานอีกต่อไป เพราะหมดความหมายเสียตั้งแต่รู้ข้อเท็จจริงของชีวิต ก็เรียกว่านิพพานทันที นิพพานจึงหมายถึงการดับสลายของมายาหรือสิ่งที่ไม่เป็นจริงไม่มีตัวตนจริง ๆ สิ่งที่เป็นความจริงแม้ซึ่งมีอยู่ตลอดเวลาปรากฏตัวของมันเองตามธรรมชาติ เหมือนกับความมืดหายไป ความสว่างย่อมปรากฏขึ้นเองตามธรรมดา ทั้งนี้เพราะความจริงแท้นั้นมีอยู่ตลอดเวลาอยู่แล้ว เพียงแต่ถูกปิดบังหรือถูกเข้าใจผิดไป ครั้นความจริงคือสังสารวัฏถูกขจัดออกไป ความจริงแท้คือนิพพานก็ปรากฏชัดขึ้นมา

ความสุขในนิพพาน เป็นภาวะที่อยู่พ้นจากความทุกข์ทั้งมวล คือพ้นจากสิ่งที่เป็นสาเหตุของ ความทุกข์ พระพุทธเจ้าทรงแสดงถึงความทุกข์จากสิ่งเหล่านี้ คือ “ชาติเป็นทุกข์ ชราเป็นทุกข์ มรณะเป็นทุกข์ โสกะ ปริเทวะเป็นทุกข์ โทมนัส อุปายาสเป็นทุกข์ การประสบกับอารมณ์ไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากอารมณ์อันเป็นที่รักเป็นทุกข์ การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์ ว่าโดยย่อ อุปปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ นี้เรียกว่า ทุกข์”[๓๔] สิ่งที่กล่าวนี้ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการปรุงแต่งของเหตุปัจจัย มีลักษณะไม่ถาวร เกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป แล้วเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปอีก เป็นอย่างนี้อยู่ตลอดเวลาจนกว่าบรรลุนิพพานซึ่งจะตัดขาดจากความทุกข์เหล่านี้ได้อย่างเด็ดขาด แล้วจะประสบกับความสุข พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

> ธรรมชาติที่เกิด ที่ปรากฏ ที่เกิดขึ้นพร้อมแล้ว อันปัจจัยทำ อันปัจจัยปรุงแต่ง ไม่ยั่งยืน ระคนด้วยชราและมรณะ เป็นรังแห่งโรคมีความเสื่อมโทรมเป็นปกติ มีอาหารและตัณหาเป็นแดนเกิด บุคคลจึงไม่ควรยินดีธรรมชาติดังกล่าวนั้น ความสลัดออกจากธรรมชาติดังกล่าวนั้นได้ เป็นความสงบ มิใช่วิสัยแห่งการคาดคะเน เป็นภาวะที่ยั่งยืน ธรรมชาติที่ไม่เกิด ที่ไม่มีเกิดขึ้นพร้อมแล้ว ไม่มีความโศก ปราศจากธุลีคือกิเลส เป็นภาวะควรเข้าถึงแท้จริง ความดับแห่งธรรมชาติที่เป็นทุกข์ทั้งหลาย คือความระงับแห่งสังขาร เป็นความสุข[๓๕]

จากข้อความที่ยกมาข้างต้นนี้ สรุปได้ว่า สิ่งที่เรียกว่าความทุกข์ คือความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความหิว ความกระหาย ความร้อน ความหนาว เป็นต้น ซึ่งสิ่งดังกล่าวเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการปรุงแต่งของเหตุปัจจัย มีลักษณะไม่ยั่งยืน เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป อันเป็นลักษณะที่เป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ ภาวะที่ปราศจากสิ่งเหล่านี้จึงเป็นภาวะแห่งความสุข ดังนั้น นิพพานจึงเป็นสุข เพราะเป็นภาวะที่ไม่มีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไม่มีโศก ไม่เศร้าหมอง นิพพานเป็นภาวะแห่ง

---

[๓๓] Chinda Chandrakae, **Nibbana**, (Bangkok: kursapha Ladprao press, 1992), p. 162.

[๓๔] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๙๑/๘๖.

[๓๕] ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๔๓/๓๙๒.

ความสุขสูงสุด เป็นภาวะที่พ้นจากความสุขและความทุกข์ทางกายอันเป็นสามัญวิสัยของสัตว์โลกทั้งหลาย บรรดาความสุขทั้งหลายที่มีอยู่ ในโลกนี้ไม่สามารถเทียบได้กับความสุขในนิพพานซึ่งเป็นความสุขที่เกิดจากความสิ้นตัณหา พระพุทธเจ้าทรงรับรองสุขในนิพพานว่าเป็นความสูงสุด ดังปรากฏในพระสูตรว่า “กามสุขในโลกและทิพยสุข ย่อมไม่ถึงเสี้ยวที่ ๑๖ แห่งสุขคือความสิ้นตัณหา”[๓๖]

ด้วยเหตุนี้ นิพพานจึงจัดอยู่ในความสุขประเภทโลกุตตรสุข เพราะเป็นความสุขที่อยู่พ้นจากการเปลี่ยนแปลง พ้นจากการปรุงแต่งของเหตุปัจจัย จึงไม่มีลักษณะของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป ส่วนโลกียสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระดับกามสุข เป็นความสุขที่ไม่แน่นอน ต้องขึ้นอยู่กับปัจจัยภายนอก ไม่มีอิสระของตัวเอง จึงแปรปรวนได้ง่าย และไม่อาจจะให้เป็นไปได้ตามปรารถนา ความสุขระดับกามสุขนี้ไม่สามารถจะกำหนดเอาแน่นอนลงไปได้ เช่น สิ่ง ๆ เดียวกัน คนหนึ่งชอบก็เกิดความทุกข์ โลกุตตรสุขไม่ต้องอาศัยปัจจัยแต่ง จึงพ้นจากภาวะที่ไม่เที่ยงและเป็นทุกข์ได้ และในฐานะที่นิพพานเป็นโลกุตตรสุข นิพพานจึงเป็นความสุขที่แท้จริง เพราะไม่ระคนด้วยทุกข์ นิพพานเป็นภาวะโลกุตตรสุข นิพพานจึงเป็นความสุขที่แท้จริง เพราะไม่ระคนด้วยทุกข์ นิพพานเป็นภาวะแห่งความสุขสูงสุดที่ไม่มีความสุขระดับไหนจะสุขเหนือกว่านิพพาน ด้วยเหตุนี้จึงรับรองภาวะแห่งนิพพานว่าเป็นสิ่งที่ดีของมนุษย์ และเป็นสิ่งที่มนุษย์ควรแสวงหา เพราะการแสวงหาที่ประเสริฐคือการแสวงหาพระนิพพาน[๓๗]

จะเห็นได้ว่า ความสุขในพระพุทธศาสนาเป็นไปทีละขั้นทีละระดับ โดยเริ่มตั้งแต่ระดับต่ำ สุข คือ กามสุข และค่อย ๆ สูงขึ้นตามลำดับ จนถึงระดับสูงสุดอันได้แก่ นิพพานสุขซึ่งถือว่าเป็นความสุขที่สมบูรณ์ที่สุด ด้วยเหตุนี้ นิพพานจึงเป็นความสุขที่แท้จริง เพราะไม่ระคนด้วยความทุกข์อีกต่อไป เป็นภาวะที่ปราศจากการปรุงแต่งเป็นโลกุตตรสุข เพราะกำจัดความเมามัว ความกระหาย ความอาลัย การเวียนว่ายตายเกิดตามปฏิจจสมุปบาท ตัณหา ความกำหนัดและกิเลสเสียได้ เพราะฉะนั้นความสุขในนิพพาน จึงเป็นความสุขที่ดีที่สุดและเป็นสิ่งสมควรแสวงหาสำหรับมนุษย์

๒.๔ วิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนา

ความสุขไม่ใช่สิ่งที่ส่งให้กันได้แต่สร้างได้ ถ้าสนใจและเข้าใจวิธีการจะสร้างความสุข อย่างเป็นลำดับหรืออย่างฉับพลันก็ได้ สร้างความสุขจนเกิดเป็นนิสัยก็ได้ เมื่อสร้างความสุขจนเป็นนิสัยแล้วจะพบว่าชีวิตนี่ช่างร่ำรวยจริง ๆ คือรวยความสุขจะหันไปทางใด จะสัมผัสกับอะไร มันกลายเป็นความสุขไปหมด เป็นชีวิตที่กำไรและสร้างสรรค์เป็นอย่างยิ่ง การปฏิบัติเพื่อบรรลุความสุขตามหลักที่ผู้นับถือพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญมาก เพราะเป็นสิ่งที่มนุษย์แสวงหาเพื่อให้ได้พบกับเสรีภาพและความสงบรวมทั้งการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงด้วย การสอนของพระพุทธศาสนาใช้หลักธรรมที่เรียกกันว่ามรรค หรือหนทาง ๘ ประการในการดับทุกข์เพื่อนิพพาน “มรรค” คือ หนทางถึงความดับทุกข์ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของอริยสัจ หรือการลงมือปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากทุกข์ และนับเป็นหลักธรรมสำคัญหลักธรรมหนึ่งในพระพุทธศาสนา ประกอบด้วยกรอบการปฏิบัติ ๘ ประการด้วยกัน เรียกว่า “มรรคมีองค์แปด” หรือ “มรรคแปด” (อัฏฐังคิกมรรค) โดยมีรายละเอียดดังนี้

---

[๓๖] ขุ.อุ. (ไทย) ๒๕/๕๒/๗๖.

[๓๗] ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๑๕/๒๖๑.

๑. สัมมาทิฏฐิ คือ ปัญญาเห็นชอบ หมายถึงการปฏิบัติอย่างเหมาะสมตามความเป็นจริงด้วยปัญญา สัมมาทิฏฐิ คือ ความเห็นตามอย่างถูกต้องที่ยังมีกิเลสหมักหมมที่ต้องทำการกำจัดกิเลสนั้นเพื่อให้เป็นส่วนแห่งบุญเป็นผลแก่ขันธ์ (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) โดยมีความเห็นที่ถูกต้องตามนี้ (จากมหาสติปัฏฐานสูตรเล่ม ๑๒ นั้นชี้ชัดว่า สัมมาทิฏฐิ คือ ความเห็นว่า ชีวิตนี้เป็นก้อนแห่งทุกข์ เพราะมีสาเหตุแห่งทุกข์ มีสภาวะที่ไม่มีทุกข์อยู่ และสุดท้ายก็มีวิธีการที่จะดำเนินการให้พ้นทุกข์นั่นเอง อันคือมรรคมีองค์แปด นั่นเอง)

๒. สัมมาสังกัปปะ คือ ดำริชอบ หมายถึง การใช้สมองความคิดพิจารณาแต่ในทางกุศลหรือความดีงาม

๓. สัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ หมายถึง การพูดต้องสุภาพ พูดในสิ่งที่สร้างสรรค์ดีงาม

๔. สัมมากัมมันตะ คือ การประพฤติดีงาม ทางกายหรือกิจกรรมทางกายทั้งปวง

๕. สัมมาอาชีวะ คือ การทำมาหากินอย่างสุจริตชน ไม่คดโกง เอาเปรียบผู้อื่น

๖. สัมมาวายามะ คือ ความอุตสาหะ พยายาม ประกอบความเพียรในการกุศลกรรม

๗. สัมมาสติ คือ การไม่ปล่อยให้เกิดความพลั้งเผลอ จิตเลื่อนลอย ดำรงอยู่ด้วยความรู้ตัวอยู่เป็นปกติ

๘. สัมมาสมาธิ คือ การฝึกจิตให้ตั้งมั่น สงบ สงัด จากกิเลส นิวรณ์อยู่เป็นปกติสุข สูงสุดสามารถมีได้ด้วยการเอาชนะตัณหาทุกรูปแบบ ส่วนสุขจากทรัพย์สินหรือความมั่นคงในชีวิตและการมีมิตรภาพที่ก็เป็นที่ยอมรับว่าเป็นเป้าหมายที่มีคุณค่าสำหรับบุคคลทั่วไป

ธรรมรักษา ได้เสนอวิธีทางความสุขดังนี้

๑. ออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน ค่อย ๆ เพิ่มขึ้นจนมากพอ มากพอ คือมีความรู้สึกปลอดโปร่ง สบายอก สบายใจ โรคภัยน้อยลง แข็งแรงและสุขสบาย

๒. คิดให้อะไรแก่ผู้อื่นทุกวัน เช่น ให้ความเห็นอกเห็นใจ ให้อภัย ให้ธรรมะ ให้เงิน ข้าวของเป็นต้น จิตคิดจะให้นั้นสบาย

๓. หัดทำอะไรให้สำเร็จ เพราะความสำเร็จทำให้เกิดความปีติ และความสงบระงับ ความไม่สำเร็จทำให้เกิดความทุกข์ การทำอะไรให้สำเร็จนั้นขึ้นอยู่กับหลัก ๒ ข้อคือ

๑) ตั้งเป้าหมายไว้ให้เหมาะสมที่จะเกิดความสำเร็จเป็นขั้น ๆ ถ้าตั้งไว้สูงเกินไปแล้วไม่ประสบความสำเร็จก็ท้อใจ

๒) ศึกษาฝึกฝนให้รู้จริงและเชี่ยวชาญ เมื่อมีผลสำเร็จเกิดความสงบระงับ ความสุขแล้วต้องดึงต่อไปทางสมาธิและปัญญา อย่าให้หลุดไปทางอหังการ ซึ่งจะทำให้ความสำเร็จกลายเป็นความล้มเหลว

๔. ฝึกให้มีความสุขขณะทำงานนี้เป็นศิลปะที่ยอดเยี่ยม และทำได้จริง ๆ ความทุกข์ในการทำงานไม่ได้เกิดจากตัวงาน แต่เกิดจากความคิด เช่น คิดเบื่อหน่าย คิดว่าไม่น่าต้องทำ คิดสาปแช่ง แต่ถ้าหัดให้มีสติรู้อยู่กับสัมผัส ไม่ว่าจะเป็นในการกวาดบ้าน ล้างชามหรือทำอะไรอย่างอื่น ๆ มีความปีติ ชื่นชมกับผลงานนั้น ๆ เช่นพื้นสะอาดจากการลงไม้กวาดแต่ละครั้ง ชามที่เกลี้ยงเกลาจากการล้างแต่ละใบ เป็นความสุขที่สร้างขึ้นได้จริง ๆ และสร้างได้ เมื่อทำให้การทำงานเป็นความสุขได้ จะประสบความสำเร็จยิ่งใหญ่ เพราะทำอะไรมันเป็นความสุขไปหมด ไม่ย่อท้อ ไม่รังเกียจหรือกลัวความลำบาก

๕. เจริญสติและสมาธิ ศึกษาให้เข้าใจในเรื่องสติและสมาธิแล้วหมั่นเจริญทุกวัน จะทำให้พบความสุขอย่างที่ไม่เคยพบมาก่อน มีพลัง ไม่ค่อยเจ็บป่วย สติปัญญาดีทำงานได้ผลมาก แต่ต้องไม่ติดอยู่ในสุขสมาธิ เพราะจุดหมายต้องการพัฒนาต่อไปให้ถึงปัญญา ปัญญาไม่เกิดจากการติดใด ๆ แต่เกิดจากการหลุด

๖. เจริญปัญญา หมายถึง การรู้เห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เป็นปุถุชนเพราะความไม่รู้ (อวิชชา) สิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง การเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ถอดถอนจากความยึดมั่นในตัวตน ทำอะไรเพราะเป็นสิ่งที่ควรทำมิใช่เพราะยึดติดหรือหวังเพื่อผิดหวัง[๓๘]

จะเห็นได้ว่าวิธีการสร้างความสุขข้อที่ ๒ และ ๓ สามารถจัดเข้าในฌานสุขได้และผู้ที่เจริญถึงข้อสามได้นั้นจัดเป็นโลกุตตระได้

วิทยากร เชียงกูล[๓๙] ได้เสนอแนะแนวทางในการสร้างอารมณ์ที่ดี และความพอใจในชีวิต ซึ่งมีพื้นฐานจากการวิจัยรองรับว่า

๑. ตระหนักว่าความสุขที่ยั่งยืนไม่ได้มาจากความสำเร็จทางการเงิน ผู้คนสามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป แม้เรื่องความร่ำรวยหรือความเสื่อมสมรรถภาพ ทรัพย์สินก็คล้าย ๆ กับสุขภาพถ้าไม่มีทรัพย์สินเลย ย่อมทุกข์ทรมาน แต่การได้มาซึ่งทรัพย์สินมากเกินระดับการยังชีพปกติ ไม่ได้เป็นหลักประกันว่าจะมีความสุขเพิ่มขึ้น

๒. ควบคุมการใช้เวลาให้ดี คนที่มีความสุขรู้ว่าเขาเป็นผู้ควบคุมชีวิตของตนเองได้ ซึ่งบ่อยครั้งโดยการควบคุมการใช้เวลา การตั้งเป้าหมายใหญ่แล้วแบ่งเป็นเป้าหมายย่อยที่เราจะทำได้ในแต่ละวันจะช่วยได้โดยทั่วไปแล้ว คนเรามักจะตั้งเป้าหมายที่จะทำในแต่ละวันสูงเกินไป (ซึ่งมักทำให้เราคับข้องใจเวลาทำไม่ได้ตามเป้า) และตั้งเป้าหมายที่จะทำใน ๑ ปีต่ำเกินไป หากทำงานให้มีความคืบหน้าไปวันละน้อย จะสมจริงและทำให้เป็นสุขได้มากกว่า

๓. แสดงท่าว่ามีความสุข บางครั้งเราต้องแสดงท่าว่ามีความสุข เพื่อปรับกรอบความคิดของเราให้เป็นไปในทางบวก หากพยายามยิ้มอยู่เสมอจะทำให้ผู้คนรอบข้างเรารู้สึกดีขึ้น ถ้าหน้าบึ้งก็เหมือนกับว่าโลกทั้งโลกจะบึ้งตอบดังนั้นจึงควรทำหน้าแบบคนที่มีความสุข คุยกับคนอื่นอย่างคนที่รู้สึกมั่นใจตัวเองในทางบวก มองโลกในแง่ดี เปิดใจกว้าง การทำเช่นนี้จะสร้างอารมณ์ในทางบวก และทำให้เราทำงานหรือติดต่อสัมพันธ์กับคนเป็นไปในทางที่บวกเพิ่มขึ้น

๔. หางานและกิจกรรมที่สอดคล้องกับความถนัดความชอบพอของตัวเอง คนมีความสุขมักเป็นคนที่สนุกกับงานที่ท้าทาย แต่ไม่ถึงขั้นทำให้เครียดและการหากิจกรรมที่ทำให้เพลิดเพลิน ไม่ว่าจะเป็นการทำสวน เข้าสมาคม งานศิลปหัตถกรรมเป็นต้น

๕. ออกกำลังกาย มีงานวิจัยจำนวนมากยืนยันว่าการออกกำลังกายแบบต่อเนื่อง ๒๕-๓๐ นาที ที่เรียกว่าออกกำลังกายแบบแอโรบิก ไม่เพียงแต่ช่วยให้สุขภาพดีและสร้างความกระปรี้กระเปร่าเท่านั้น หากยังเป็นยาสำหรับคนที่มีปัญหาวิตกกังวลหรือซึมเศร้าอย่างอ่อน ๆ ด้วย จิตใจที่ดีอยู่ในร่างกายที่ดี การออกกำลังกายจึงมีส่วนช่วยให้คนเป็นสุข

---

[๓๘]ธรรมรักษา, **วิถีแห่งความสุข**, (กรุงเทพมหานคร: รุ่งแสงการพิมพ์, ๒๕๓๙), หน้า ๑๕-๑๖.

[๓๙]วิทยากร เชียงกูล, **จิตวิทยาในการสร้างความสุข,** พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สายธาร, ๒๕๕๒), หน้า ๒๕-๒๘.

๖. พักผ่อนและนอนให้เพียงพอ คนที่มีความสุขมักใช้ชีวิตแบบกระตือรือร้นกับการทำงานและกิจกรรม แต่รู้จักแบ่งเวลาที่จะพักผ่อนอยู่คนเดียว และนอนให้เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย คนจำนอนมากมักมีปัญหาเรื่องการนอน ทำให้ลดความกระปรี้กระเปร่า อ่อนเพลียและมีอารมณ์ซึมเศร้า

๗. ให้ความสำคัญเป็นลำดับสูงสัมพันธ์ที่สนิทสนม การมีความใกล้ชิดสนิทสนมกันคนที่เอาใจใส่อย่างลึกซึ้ง จะช่วยให้คุณหยัดผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากได้ด้วยดี ต้องฟูมฟักความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดที่สุดนี้ไว้เสมอ แสดงความรักความเมตตากรุณา ยืนยันความรู้สึกนี้ ใช้เวลาและแบ่งปันสิ่งต่าง ๆ ด้วยกัน

๘. สนใจสิ่งที่อยู่เหนือกว่าตัวคุณเอง ยื่นมือออกไปช่วยคนที่ต้องการความช่วยเหลือ คนที่มีสุขชอบช่วยคน และการทำดีต่อคนอื่นช่วยให้มีความสุขเพิ่มขึ้น

๙. รู้สึกต่อชีวิตในแง่บวกที่คุณได้รับ คนที่รู้จักบันทึกความรู้สึกของตัวเองในชีวิตประจำวัน (Gratitude Journal) คนที่ใช้เวลาหยุดคิดว่าวันนี้เขามีชีวิตในแง่บวกอะไรบ้าง (สุขภาพ เพื่อน ครอบครัว เสรีภาพ การศึกษา ประสาทสัมผัสด้านต่าง ๆ สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติเป็นต้น) จะทำให้มีความรู้สึกที่ดีเพิ่มขึ้น คนเป็นทุกข์คือคนที่มัวแต่คิดถึงชีวิตในแง่ลบทั้ง ๆ ที่ชีวิตจริงในแต่ละวันของเขาก็มีทั้งแง่บวกและแง่ลบ แต่มองไม่เห็นแง่บวกเพราะไปคาดหมายสูงกว่านั้นหรือคิดอยู่แต่เรื่องลบ

๑๐. ฟูมฟักตัวตนด้านจิตวิญญาณ (Spiritual Self) ของตัวเอง คนที่มีความศรัทธาในศาสนาหรืออุดมการณ์เพื่อสังคมจะได้รับการสนับสนุนจากเพื่อน ๆ ที่ศรัทธาเช่นเดียวกัน มีเหตุผลที่จะทำให้เพื่ออะไรที่ยิ่งใหญ่ว่าตัวเอง มีจุดมุ่งหมายและความหวังในชีวิต จึงเป็นคนที่มีความสุขมากกว่าและสามารถเผชิญกับวิกฤติได้ดีกว่าคนที่ไม่มีศรัทธา

นอกจากนี้วิธีการสร้างความสุขในชีวิต หรือการสร้างชีวิตให้เป็นสุข กระทำโดยสร้างเสริมอัตมโนทัศน์ทางบวกและความภาคภูมิใจในตนเองให้สูงขึ้น โดยการทำความรู้จักและเข้าใจตนเองตามที่เป็นจริง เป็นการนำเข้าสู่กระบวนการพัฒนาและการปรับปรุงตน โดยเริ่มจากการตรวจสอบวิเคราะห์ตนให้พบจุดแข็ง จุดอ่อน จากนั้นจึงพัฒนาจุดอ่อนให้เข้มแข็งขึ้น เมื่อบุคคลประสบความสำเร็จในการพัฒนาตน อัตมโนทัศน์ทางบวกก็เพิ่มขึ้น ความภาคภูมิใจในตนเองก็สูงขึ้น ความสุขภายในตนเองอันเนื่องมาจากความพอใจเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ความต้องการของคนในสังคมปัจจุบันมีอยู่ ๕ ประการ[๔๐] ซึ่งความต้องการดังกล่าวเป็นความต้องการแนวมาสโลว์

๑. ความต้องการทางร่างกาย เป็นความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับมนุษย์เพื่อความอยู่รอด ได้แก่ ความต้องการแก้ความกะหายและหิว ความต้องการนอน ความต้องการเสพกาม ความต้องการขจัดความเจ็บปวดและความไม่ปกติสุขของกายภาพอื่น ๆ

๒. ความต้องการความมั่นคงและปลอดภัยเป็นความต้องการที่อยู่อย่างมั่นคงและปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน และความมั่นคงในการทำงาน ได้แก่ ความต้องการความปลอดภัย

---

[๔๐]บุญทัน ดอกไธสง, **การจัดการองค์กร,** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า ๒๓๔.

ความต้องการคุ้มครอง ความต้องการเป็นอิสระ ความต้องการระเบียบ ความต้องการคาดคะเนเพื่ออนาคตได้

๓. ความต้องการความรักหรือสัมพันธภาพทางสังคม เป็นความต้องการความรักและการยอมรับจากเพื่อน ว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ได้แก่ ความต้องการเพื่อน ความต้องการคบหาสมาคม ความต้องการมีครอบครัว ความต้องการแสดงตนต่อกลุ่ม ความต้องการมีส่วนสัมพันธ์ในเพศตรงข้าม

๔. ความต้องการได้รับความเคารพนับถือยกย่อง หรือมีสถานภาพเป็นความต้องการที่จะได้รับการยอมรับเคารพนับถือและยกย่องจากเพื่อนมนุษย์ เพื่อยกระดับความเป็นมนุษย์ของตนให้สูงขึ้นในสังคม ความต้องการเกียรติและชื่อเสียงศักดิ์และมีสถานภาพ หรือชนชั้นในสังคม ได้แก่ ความต้องการคารวะ ความต้องการความมั่นใจจากความเห็นของบุคคลอื่น ความต้องการการยอมรับ ความต้องการความมั่นใจในตนเอง ความต้องการให้ตนมีคุณค่า ความต้องการให้ตนเป็นที่ยอมรับ

๕. ความต้องการความสำเร็จในชีวิต เป็นความต้องการชั้นสูงสุดในชีวิตที่มนุษย์พึงคาดหวังเป็นการกำหนดเป้าหมายไว้ว่าต้องการประสบความสำเร็จในสิ่งที่พึงปรารถนาเพื่อสร้างชีวิตให้มีความหมาย อันเป็นความสำเร็จในชีวิต ได้แก่ ความต้องการบรรลุเป้าหมายตามความสามารถของตน ความต้องพัฒนาความสามารถของตน ความต้องกระทำสิ่งที่เหมาะสมและดีที่สุดที่จะกระทำได้ ความต้องการเพิ่มพูนและขยายความต้องการทางศาสนา

ดังนั้น การวิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทจึงเน้นไปที่การดำรงชีพตามหลักของมรรคมีองค์แปด คือการดำเนินชีวิตชอบ ดำเนินชีวิตตามทางสายกลาง อยู่อย่างพอเพียง แล้วความสุขแห่งชีวิตก็จะเกิดขึ้นทั้งโลกียสุขและโลกุตตรสุข

๒.๕ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา

ปัญหาทุกปัญหาย่อมมีหนทางออกเสมอ เช่นเดียวกันกับปัญหาของผู้สูงอายุ ก็มีหลากหลายวิธีในการแก้ไขดังกล่าว อาจอาศัยเทคนิควิธีการทางการแพทย์ หรืออาศัยยารักษาโรคหรือวิธีบำบัดต่าง ๆ เพื่อเป็นทางเลือกในการแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุ พระพุทธศาสนาเองก็มีหลักและทางออกให้กับผู้สูงอายุเช่นกัน นั่นคือหลักพุทธธรรมหรือพุทธวิธี อันเป็นวิธีทางพระพุทธศาสนาที่จะช่วยเหลือบรรเทาและป้องกัน รวมถึงแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุ หลักพุทธธรรมที่ควรนำไปใช้กับผู้สูงอายุ ซึ่งพุทธธรรมนี้ จัดได้ว่าเป็นเครื่องสำหรับดำเนินชีวิตประจำวันที่เหมาะสมแก่บุคคลทุกวัย เช่น ปฐมวัย (วัยเด็ก) ก็จะใช้พุทธธรรมที่เกี่ยวกับอิทธิบาท ๔ มีความพอใจทำ ตั้งใจทำ เข้าใจทำและฉลาดทำเป็นต้น ส่วนมัชฌิมวัย (วัยผู้ใหญ่) ก็จะใช้พุทธธรรมที่เกี่ยวกับการประกอบสัมมาอาชีพ เช่น สัมมาอาชีวะ สัมมากัมมันตะ ทิฏฐธัมมิกัตถะประโยชน์ ๔ เป็นต้น เพื่อให้อาชีพที่ดำเนินอยู่นั้นประสบผลสำเร็จไปได้ด้วยดี ส่วนในปัจฉิมวัย (วัยของผู้สูงอายุ) นั้น จะต้องรู้จักนำหลักพุทธธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตเช่นเดียวกับสองวัยที่กล่าวแล้ว เพราะหากผู้สูงอายุขาดหลักพุทธธรรมในการใช้ชีวิตปกติแล้ว เมื่อประสบกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งทางร่างกาย ทางสังคมและทางจิตใจ ก็อาจจะนำไปสู่ความ

ผิดปกติด้านสภาพจิตใจที่ไม่มั่นคงได้และอาจจะทำให้เกิดผลกระทบต่อด้านร่างกาย เช่น ไม่อยากรับประทานอาหาร นอนไม่หลับ ซึมเศร้า[๔๑]

ดังนั้น ผู้วิจัย จึงได้ศึกษาการประยุกต์หลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในในการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาท ดังนี้

๒.๕.๑ หลักไตรลักษณ์

หลักธรรมใหญ่อยู่ ๒ หมวด ที่ถือว่าพระพุทธเจ้าทรงแสดงในรูปของกฎธรรมชาติ คือ ไตรลักษณ์ และปฏิจจสมุปบาท ความจริงธรรมทั้ง ๒ หมวดนี้ ถือได้ว่าเป็นกฎเดียวกัน แต่แสดงในคนละแง่หรือคนละแนว เพื่อมองเห็นความจริงอย่างเดียวกัน ได้แก่ (๑) ไตรลักษณ์ มุ่งแสดงลักษณะของสิ่งทั้งหลายซึ่งปรากฏให้เห็นว่าเป็นอย่างนั้น ในเมื่อสิ่งเหล่านั้นเป็นไปโดยอาการที่สัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อกันตามหลักปฏิจจสมุปบาท (๒) หลักปฏิจจสมุปบาท ก็มุ่งแสดงถึงอาการที่สิ่งทั้งหลายมีความสัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อกันเป็นกระแส จนปรากฏลักษณะให้เห็นว่าเป็นไตรลักษณ์ กฎธรรมชาตินี้ เป็นธรรมธาตุ คือ ภาวะที่ทรงตัวอยู่โดยธรรมดา เป็นธรรมฐิติ คือ ภาวะที่ตั้งอยู่ หรือยืนตัวเป็นหลักแน่นอนอยู่โดยธรรมดา เป็นธรรมนิยาม คือ กฎธรรมชาติ หรือกำหนดแห่งธรรม ไม่เกี่ยวกับผู้สร้างผู้บันดาล หรือการเกิดขึ้นของศาสดาหรือศาสนาใด ๆ กฎธรรมชาตินี้แสดงฐานะของศาสดาในความหมายของพุทธธรรมด้วยว่าเป็นผู้ค้นพบกฎเหล่านี้แล้วนำมาเปิดเผยชี้แจงแก่ชาวโลก ดังพระพุทธพจน์แสดงหลักไตรลักษณ์ว่า

> ตถาคต (พระพุทธเจ้า) ทั้งหลาย จะอุบัติหรือไม่อุบัติก็ตาม ธาตุ (หลัก)นั้นก็ยังคงมีอยู่ เป็นธรรมฐิติ เป็นธรรมนิยามว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง... สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์... ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา... ตถาคตตรัสรู้ เข้าถึงหลักนั้นแล้ว จึงบอก แสดง วางเป็นแบบ ตั้งเป็นหลัก เปิดเผย แจกแจง ทำให้เข้าใจง่ายกว่าว่า “สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง...สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์...ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา[๔๒]

ไตรลักษณ์ ในอรรถกถาบางทีเรียกว่า “สามัญลักษณะ” ในฐานะเป็นลักษณะร่วม ที่มีเสมอกันแก่สังขารทั้งปวง (แต่ไม่เสมอกันแก่ธรรมทั้งปวง) เพื่อความเข้าใจง่าย ๆ ให้ความหมายของไตรลักษณ์ (The Three Characteristics of Existence) โดยย่อดังนี้

๑) อนิจจตา (Impermanence) ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่คงตัว ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป

๒) ทุกขตา (Conflict) ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและสลายไป ภาวะที่กดดันฝืนและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยที่ปรุงแต่งให้มีสภาพเป็นอย่างนั้นเปลี่ยนแปลงไปจะทำให้คงอยู่ในสภาพนั้นไม่ได้ ภาวะที่ไม่สมบูรณ์มีความบกพร่องอยู่ในตัว ไม่ให้ความเสมออย่างแท้จริง หรือความพึงพอใจเต็มที่แก่ผู้อยากด้วยตัณหา และก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปอยากไปยึดด้วยตัณหา อุปาทาน

---

[๔๑]พระบุญทรง หมีดำ (ปุญญธโร), “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๙), หน้า ๓๕.

[๔๒]ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๕๘/๓๙๔.

๓) อนัตตตา (soullessness หรือ Non-Self) ความเป็นอนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน ความไม่มีตัวตนแท้จริงที่จะสั่งบังคับให้เป็นอย่างไร ๆ ได้[๔๓]

ความสำคัญของไตรลักษณ์ในแง่ของจริยธรรมสำหรับมนุษย์

ก. อนิจจตา แสดงความไม่เที่ยง ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปของสิ่งทั้งหลาย จนถึงส่วนย่อยที่ละเอียดที่สุด ทั้งฝ่ายรูปธรรมและนามธรรม ความไม่เที่ยงของส่วนย่อยต่าง ๆ เมื่อปรากฏเป็นผลรวมออกมาแก่ส่วนใหญ่ที่มนุษย์พอสังเกตเห็นได้ ก็เรียกกันว่าความเปลี่ยนแปลง ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจหรือความรู้สึกเหมือนกับว่าสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นมีตัวมีตนของมัน ซึ่งเดิมมีสภาพเป็นอย่างหนึ่ง และบัดนี้ตัวตนอันนั้นเองได้เปลี่ยนแปลงแปรรูปไปเป็นอีกอย่างหนึ่ง ในทางจริยธรรม หลักอนิจจตา อาจใช้ให้เป็นประโยชน์ได้เป็นอันมาก โดยเฉพาะที่เป็นหลักใหญ่ ๒ ประการ ได้แก่[๔๔]

(๑) มีชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญา ที่ด้านนอกไม่ประมาท เร่งขวนขวายทำ การปรับปรุงแก้ไขด้วยความรู้ที่ตรงเหตุปัจจัย อนึ่ง ในทางจริยธรรม จึงนำเอาหลักอนิจจตามาสอนอนุโลมตามความเข้าใจในเรื่องความเสื่อมและความเจริญได้ว่า สิ่งที่เจริญแล้วย่อมเสื่อมได้ สิ่งที่เสื่อมแล้วย่อมเจริญได้ และสิ่งที่เจริญแล้วย่อมเจริญยิ่งขึ้นไปได้ ทั้งนี้แล้วแต่เหตุปัจจัยต่าง ๆ และในบรรดาเหตุปัจจัยทั้งหลายนั้น มนุษย์ย่อมเป็นเหตุปัจจัยที่สำคัญ ซึ่งสามารถส่งผลต่อเหตุปัจจัยอื่น ๆ ได้อย่างมาก ในทางจริยธรรม ความเป็นอนิจจตา หรือแม้จะเรียกว่าความเปลี่ยนแปลง จึงเป็นกฎธรรมชาติที่ทำให้มนุษย์มีความหวัง เพราะกฎธรรมชาติย่อมเป็นกลาง ๆ จะให้เป็นอย่างไรและแต่จะทำเหตุปัจจัยที่จะให้เป็นอย่างนั้นขึ้น การเปลี่ยนแปลงเพื่อให้ดีขึ้น จึงเป็นสิ่งที่ทำได้ ไม่ว่าจะเป็นการสร้างความเจริญทางวัตถุ หรือทางนามธรรม ตั้งแต่การทำคนโง่ให้เป็นคนฉลาด จนถึงทำปุถุชนให้เป็นพระอรหันต์ รวมทั้งการแก้ไข กลับตัวปรับปรุงตนเองทุกอย่าง สุดแต่จะรู้เข้าใจเหตุปัจจัยที่จะเป็นอย่างนั้นแล้วสร้างเหตุปัจจัยนั้น ๆ ขึ้น พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย รูปไม่เที่ยง เวทนาไม่เที่ยง สัญญาไม่เที่ยง สังขารไม่เที่ยง วิญญาณไม่เที่ยง”[๔๕] โดยสรุป ความเป็นอนิจจตาในความเข้าใจในระดับที่เรียกว่าเป็นความเปลี่ยนแปลง สอนว่า สำหรับผู้สร้างความเจริญหรือผู้เจริญขึ้นแล้ว ต้องตระหนักว่า ความเจริญนั้นอาจเปลี่ยนเป็นเสื่อมได้ เมื่อไม่ต้องการความเสื่อม ก็ต้องไม่ประมาท ต้องหลีกเว้นและกำจัดเหตุปัจจัยที่จะให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในทางเสื่อม พยายามสร้างและเปิดช่องให้แก่เหตุปัจจัยที่จะให้เกิดความเปลี่ยนแปลงอย่างที่จะรักษาความเจริญนั้นไว้ สำหรับผู้พลาดเสื่อมลงไปก็สามารถแก้ไขปรับปรุงได้ โดยละทิ้งเหตุปัจจัยที่ทำให้เสื่อมนั้นเสีย กลับมาสร้างเหตุปัจจัยที่จะทำให้เจริญต่อไป หลักอนิจจตา จึงมีความหมายอย่างยิ่งในทางจริยธรรม ตั้งแต่ให้ความหวังในการสร้างความเจริญก้าวหน้า รับรองหลักกรรม คือ ความมีผลแห่งการกระทำของมนุษย์ จนถึงเน้นความสำคัญของการศึกษาให้เกิดปัญญาที่สำหรับจะเข้ามาเกี่ยวข้องกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ อย่างมีผลดี

(๒) มีชีวิตเป็นอยู่ด้วยปัญญา ที่ด้านในใจอิสระ เป็นสุขผ่องใส ปล่อยวางได้ด้วยความรู้เท่าทันเหตุปัจจัย ในด้านชีวิตภายใน หรือคุณค่าทางจิตใจโดยตรง หลักอนิจจตา ช่วยให้ดำรงชีวิตอยู่อย่างผู้รู้เท่าทันความจริง ขณะที่ทางด้านชีวิตภายนอก เมื่อรู้ตระหนักถึงความผันผวน

---

[๔๓]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,** หน้า ๕๙-๖๐.

[๔๔]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๓.

[๔๕]ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๒/๒๗.

ปรวนแปรไม่แน่นอน จึงไม่นิ่งนอนใจ ขวนขวาย ไม่ประมาท คอยใช้ปัญญาศึกษาให้รู้เท่าทันเหตุปัจจัย ทำการปรับปรุงแก้ไข หลีกเว้นความเสื่อม และสร้างสรรค์ความเจริญอยู่ตลอดเวลา โดยไม่ปล่อยปละละเลย แต่ภายในจิตใจ ด้วยปัญญาที่รู้เท่าทันเหตุปัจจัยนั้น ก็ปล่อยว่างได้ ดำรงอยู่ด้วยจิตใจที่เป็นอิสระ ไม่ตกเป็นทาสของความเปลี่ยนแปลงทั้งด้านเสื่อมและเจริญ รู้จักที่จะถือเอาประโยชน์จากกฎธรรมชาติแห่งความเปลี่ยนแปลงนั้น และเกี่ยวข้องกับมันโดยไม่ต้องถูกกระแทกกระทั้นชัดเหวี่ยงฉุดกระชากลากไปอย่างไร้หลักเลื่อนลอยและมืดมัว เพราะเอาตัวเข้าไปยึดมั่นเกาะติดอยู่กับเกลียวคลื่นส่วนโน้นส่วนนี้ ในกระแสของมันอย่างไม่รู้หัวรู้หน จนช่วยตนเองไม่ได้ ที่จะช่วยคนอื่นเป็นอันไม่ต้องพูดถึง ผู้มีจิตใจเป็นอิสระ รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยตัณหาอุปาทานเท่านั้น จึงจะรู้ว่าอะไรเป็นความเสื่อม อะไรเป็นความเจริญที่แท้จริง มิใช่เพียงความเจริญที่อ้างสำหรับมาผูกรัดตัวเองและผู้อื่นให้เป็นทาสมากยิ่งขึ้น หรือถ่วงให้จมต่ำลงไปอีก และจึงจะสามารถใช้ประโยชน์จากความเจริญที่สร้างขึ้นนั้นได้มากที่สุด พร้อมกับที่สามารถทำตนเป็นที่พึ่งแก่คนอื่นได้อย่างดี ในทางจริยธรรมขั้นต้น หลักอนิจจตา สอนให้รู้ธรรมดาของสิ่งทั้งหลาย จึงช่วยไม่ให้เกิดความทุกข์เกินสมควรในเมื่อเกิดความเสื่อม หรือความสูญเสีย และช่วยไม่ให้เกิดความประมาทหลงระเริงในเวลาเจริญ แม้ในขั้นสูง ทำให้เข้าถึงความจริงโดยลำดับจนมองเห็นความเป็นอนัตตา ทำให้ดำรงชีวิตอยู่ด้วยจิตที่เป็นอิสระ ไม่มีความยึดติดถือมั่นปราศจากทุกข์ อย่างที่เรียกว่ามีสุขภาพจิตสมบูรณ์แท้จริง ด้วยเหตุนี้ หลักอนิจจตา มักมีผู้นิยมนำมาใช้เป็นเครื่องปลอบใจตนเอง หรือปลอบใจผู้อื่นในเมื่อเกิดภัยพิบัติ ความทุกข์ ความสูญเสียต่าง ๆ ซึ่งก็ได้ผลช่วยให้คลายทุกข์ลงได้มากบ้างน้อยบ้าง การใช้หลักอนิจจตาในแง่นี้ ย่อมเป็นประโยชน์บ้าง เมื่อใช้ในโอกาสที่เหมาะสม และโดยเฉพาะสำหรับให้สติแก่ผู้ไม่คุ้น หรือไม่เคยสำนึกในหลักความจริงนี้มาก่อน แต่ถ้าถึงกับนำเอาการปลอบใจตัวแบบนี้มาเป็นหลักในการดำรงชีวิต หรือมีชีวิตอยู่ด้วยการปลอบใจตัวเองอย่างนี้ จะกลับเป็นโทษมากกว่า เพราะกลายเป็นความประมาท เท่ากับปล่อยตัวลงเป็นทาสในกระแสโลก คือไม่ได้ใช้หลักอนิจจตาให้เป็นประโยชน์นั่นเอง เป็นการปฏิบัติผิดต่อหลักธรรมในด้านจริยธรรม ขัดต่อการแก้ไขปรับปรุงตนเองเพื่อเข้าถึงจุดหมายที่พุทธธรรมจะให้แก่ชีวิตได้

ข. ทุกขตา ในหลักทุกขตา มีเกณฑ์สำคัญสำหรับกำหนดคุณค่าทางจริยธรรม อยู่ ๒ อย่าง ได้แก่

(๑) ทุกข์ที่เป็นธรรมดาของสังขาร ต้องรู้ทันไม่ยึดฉวยเอามาใส่ตัวให้เป็นทุกข์ของเรา แต่เป็นภาระที่ต้องจัดการด้วยปัญญาที่รู้เหตุปัจจัย ในเมื่อสิ่งทั้งหลายเกิดจากการประชุมกันข้าวขององค์ประกอบต่าง ๆ ที่เป็นส่วนย่อย ๆ ลงไป และองค์ประกอบเหล่านั้น แต่ละอย่างล้วนไม่เที่ยง กำลังตกอยู่ในอาการเกิดขึ้น แปรไป และสลายตัว ตามหลักอนิจจตาอยู่ด้วยกันทั้งสิ้น สิ่งที่เป็นหน่วยรวมนั้น จึงเท่ากับเป็นที่รวมของความแปรปรวนและความขัดแย้งต่าง ๆ และแฝงเอาภาวะที่พร้อมจะแตกแยกและเสื่อมสลายเข้าไว้ในตัวด้วยอย่างเต็มที่ เมื่อเป็นเช่นนี้ การที่จะควบคุมองค์ประกอบต่าง ๆ ที่กำลังเปลี่ยนแปลงอยู่นั้นให้คุมรูปเป็นหน่วยรวมตามรูปแบบที่ประสงค์ก็ดี การที่จะควบคุมการเปลี่ยนแปลงนั้นให้ดำเนินไปในทิศทางที่ต้องการก็ดี จะต้องใช้พลังงานและวิธีการจัดระเบียบเข้ามาร่วมเป็นองค์ประกอบช่วยเป็นเหตุปัจจัยเพิ่มขึ้นอีกด้วย ยิ่งองค์ประกอบส่วนย่อย ๆ ต่าง ๆ นั้น มีมากและสลับซับซ้อนยิ่งขึ้นเท่าใด ก็ต้องใช้พลังงานมากขึ้นและมีการจัดระเบียบที่ละเอียดรัดกุมยิ่งขึ้นเท่านั้น การปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลาย เพื่อให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ จะต้องทำที่ตัวเหตุปัจจัยของมัน และรู้

ชัดถึงความสำเร็จผล หรือความผิดพลาดพร้อมทั้งทางแก้ไขต่อไปตามความพร้อมของเหตุปัจจัยเหล่านั้น นี้คือวิธีปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างอิสระไม่ผูกมัดตัว และไม่เป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ ส่วนวิธีที่ตรงข้ามจากนี้ ก็คือการกระทำตามความยึดอยากด้วยตัณหาอุปาทาน โดยนำเอาตัวเข้าไปผูกมัดให้สิ่งเหล่านั้นบีบคั้น ซึ่งนอกจากจะทำให้เกิดความทุกข์แต่ตนเองแล้ว ก็ไม่ช่วยให้เกิดผลดีอย่างใด ๆ ขึ้นมา

(๒) หลักอริยสัจบอกหน้าที่กำกับไว้ว่า ทุกข์สำหรับปัญญารู้ทันและทำให้ไม่เกิดไม่มีเหตุ แต่สุขที่คนมุ่งหมายต้องทำให้กลายเป็นชีวิตของเรา ตามหลัก “กิจในอริยสัจ” ทำหน้าที่จะต้องปฏิบัติต่อทุกข์ ได้แก่ปริญญา คือการกำหนดรู้ หรือทำความเข้าใจ หมายความว่า เรื่องทุกข์นี้บุคคลมีหน้าที่เกี่ยวข้องเพียงแค่กำหนดรู้หรือทำความเข้าใจเท่านั้น การปฏิบัติต่อทุกข์โดยถูกต้องตามหลักกิจในอริยสัจนี้ เป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง แต่เป็นเรื่องที่มักถูกมองข้ามไป พุทธธรรมสอนให้ปฏิบัติต่อทุกข์ด้วยการศึกษาให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร ให้รู้จักทุกข์ คือให้รู้จักปัญหาของตน มิใช่เพื่อให้เป็นทุกข์ แต่เพื่อปฏิบัติต่อมันได้ถูกต้องแล้วจะได้ไม่มีทุกข์หรือพูดอย่างง่าย ๆ ว่า เพื่อจะได้มีความสุขที่แท้จริงนั่นเอง กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ หลักกิจในอริยสัจสอนว่า สิ่งใดก็ตามที่เป็นปัญหาหรืออาจจะเป็นปัญหาขึ้นแก่ตน มนุษย์จะต้องศึกษาสิ่งนั้นให้รู้ให้เข้าใจอย่างชัดเจนที่สุด เพื่อจะได้จัดการแก้ไขป้องกันปัญหานั้นให้ถูกจุด การศึกษาปัญหามิได้หมายความว่าเป็นการสร้างปัญหาหรือหาปัญหามาใส่ตนแต่เป็นวิธีที่จะทำให้ปัญหาหมดไปหรือไม่มี เหมือนแพทย์จะบำบัดโรครักษาคนไข้ ก็ต้องรู้จักชีวิตร่างกายและวินิจฉัยโรคให้ถูก ตลอดจนรู้เข้าใจให้ถึงขั้นที่จะป้องกันไม่ให้เกิดเป็นโรคขึ้นมา พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย รูปเป็นทุกข์ เวทนาเป็นทุกข์ สัญญาเป็นทุกข์ สังขาร เป็นทุกข์ วิญญาณเป็นทุกข์ ภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้ได้สดับเห็นอยู่อย่างนี้ รู้ชัดว่า.ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป”[๔๖] เมื่อทราบหลักเกณฑ์ใหญ่ ๆ ๒ ข้อนี้แล้ว จึงควรกำหนดคุณค่าต่าง ๆ ในทางจริยธรรมของหลักทุกขตา ดังต่อไปนี้

(๒.๑) การที่สิ่งทั้งหลายถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้น การเจริญ และการสลายตัว ทำให้เกิดความกดดัน ขัดแย้ง และการที่จะทนอยู่ในสภาพเดิมตลอดไปไม่ได้ ภาวะเช่นนี้แสดงว่า สิ่งทั้งหลายมีความบกพร่อง มีความไม่สมบูรณ์อยู่ในตัว ความบกพร่องหรือความไม่สมบูรณ์นี้ ยิ่งมีมากขึ้นโดยสัมพันธ์กับกาลเวลาที่ผ่านไป และความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งภายในและภายนอก เมื่อเป็นเช่นนี้ สิ่งทั้งหลายที่จะรักษาสภาพของตนไว้หรือขยายตัวเข้าสู่ความสมบูรณ์ จึงต้องต่อสู้ดิ้นรนอยู่ตลอดเวลา การดำรงสภาพชีวิตที่ดีไว้ การนำชีวิตเข้าสู่ความเจริญ และความสมบูรณ์ จึงต้องมีการแก้ไขปรับปรุงตัวอยู่ตลอดเวลา

(๒.๒) เมื่อความขัดแย้ง ดิ้นรนต่อสู้ เกิดขึ้นจากเหตุปัจจัยที่ให้เกิดความเปลี่ยนแปลง จะเป็นเหตุปัจจัยภายในหรือภายนอกก็ตาม การฝืนแบบทื่อ ๆ ย่อมให้ผลร้ายมากกว่าผลดี ไม่ว่าจะในกรณีของสิ่งต่าง ๆ บุคคลหรือสถาบัน เช่น ในเรื่องของวัฒนธรรมเป็นต้น ดังนั้น การรู้จักปรับตัวและปรับปรุงจึงเป็นเรื่องสำคัญ และข้อนี้ ย่อมเป็นการย้ำความจำเป็นของปัญญา ในฐานะหลักจริยธรรมสำหรับรู้เท่าทันและการจัดการทุกสิ่งทุกอย่างให้ตรงตัวเหตุปัจจัย

---

[๔๖] สำ.ข. (ไทย) ๑๗/๑๓/๒๘.

(๒.๓) ความสุข และสิ่งที่ให้ความสุขอย่างที่เข้าใจกันในโลก ก็ตกอยู่ในหลักความจริงข้อนี้ด้วย ความสุขเหล่านี้ ย่อมมีความไม่สมบูรณ์อยู่ในตัวในแง่ที่ว่า จะต้องแปรปรวนไปจากสภาพที่เป็นความสุข หรือจากสภาพจะหาความสุขนั้นได้ อย่างหนึ่ง และดังนั้น จึงเป็นสิ่งที่ไม่อาจให้ความพึงพอใจได้โดยสมบูรณ์ อย่างหนึ่ง ผู้ที่ฝากความหวังในความสุขไว้กับสิ่งเหล่านี้อย่างขาดสติ ย่อมเท่ากับทำตัวให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับความไม่สมบูรณ์ของสิ่งเหล่านั้น หรือทิ้งตัวลงไปอยู่ในกระแสความปรวนแปรของมัน แล้วถูกฉุดลาก กดดันและบีบคั้นเอาอย่างควบคุมตัวเองไม่ได้ สุดแต่สิ่งเหล่านั้นจะแปรปรวนไปอย่างไร ความหวังในความมากเท่าใด เมื่อความปรวนแปรหรือผิดหวังเกิดขึ้น ความทุกข์ก็รุนแรงมากขึ้นตามอัตรา เป็นการหาความสุขชนิดขายตัวลงเป็นทาส หรือเอาค่าของชีวิตเป็นเดิมพัน ผู้หาความสุขที่ฉลาด เมื่อยังยินดีที่จะหาความสุขสิ่งเหล่านี้อยู่จึงต้องมีชีวิตอยู่อย่างรู้เท่าทันความจริง แสวงหาและเสวยความสุขอย่างมีสติสัมปชัญญะ โดยประการที่ว่า ความแปรปรวนของมันจะก่อโทษให้เกิดพิษภัย หรือเกิดความกระทบกระเทือนน้อยที่สุด พูดอีกอย่างหนึ่งว่า ถึงจะเป็นอย่างไรก็ให้รักษาอิสรภาพของจิตใจไว้ให้ดีที่สุด

(๒.๔) ความสุขแยกโดยคุณค่า มี ๒ ประเภท คือ ความสุขในการได้สนองความต้องการทางประสาททั้งห้า และสนองความคิดอยากต่าง ๆ อย่างหนึ่ง ความสุขในภาวะจิตที่ปลอดโปร่งผ่องใส เอิบอิ่ม สดชื่น เบิกบานเป็นอิสระ ปราศจากสิ่งข้องขัด กีดกั้น จำกัดความนึกคิด เช่น ความวิตก กังวล ความรู้สึกคับแคบ และกิเลสต่าง ๆ ที่พัวพันจิตใจ อย่างหนึ่ง ความสุขประเภทแรกเป็นความสุขที่ต้องหา และเป็นแบบที่ขึ้นต่อปัจจัยภายนอก คือวัตถุและอารมณ์สำหรับสนองความต้องการต่าง ๆ ลักษณะอาการของจิตใจสภาพที่เกี่ยวข้องกับความสุขประเภทนี้ คือการแสวงหาดิ้นรนกระวนกระวายเป็นอาการนำหน้า อย่างหนึ่ง และความรู้สึกที่ยึดติดคับแคบ หวงแหน ผูกพันเฉพาะตัวอย่างหนึ่ง อาการเหล่านี้มีความสำคัญมากในทางจริยธรรม เพราะเป็นอาการของความยึดอยากหรือความเห็นแก่ตัว และในเมื่อไม่จัดการควบคุมให้ดี ย่อมเป็นที่มาแห่งปัญหาต่าง ๆ การที่ต้องอาศัยอารมณ์อย่างอื่น ต้องขึ้นต่อปัจจัยภายนอกเช่นนี้ย่อมเป็นธรรมดาอยู่เองที่ความสุขประเภทนี้ จะต้องทำให้ตัวบุคคลตกเป็นทาสของปัจจัยภายนอก ในรูปใดรูปหนึ่ง ไม่มากก็น้อย และความแปรปรวนของปัจจัยภายนอกนั้น ย่อมทำให้เกิดความกระทบกระเทือนแก่บุคคลนั้นด้วย ความสุขประเภทนี้ ทางธรรมเรียกว่า สามิสสุข เป็นสุขเนื่องด้วยหาสิ่งสำหรับมาเติมความรู้สึกบางอย่างที่ขาดไป หรือพร่องอยู่ คือต้องอาศัย หรือต้องขึ้นต่ออามิส

(๒.๕) ในการแสวงหาความสุขประเภทที่หนึ่ง ซึ่งต้องอาศัยปัจจัยภายนอกนั้น จะต้องยอมรับความจริงว่า เป็นการเข้าไปสัมพันธ์กันของคู่สัมพันธ์อย่างน้อย ๒ ฝ่าย เช่นบุคคล ๒ คน หรือ บุคคล ๑ กับ วัตถุ ๑ เป็นต้น และแต่ละฝ่ายมีความทุกข์ มีความขัดแย้ง บกพร่อง ไม่สมบูรณ์แฝงติดตัวมาด้วยกันอยู่แล้ว เมื่อสิ่งที่มีความขัดแย้งกับสิ่งที่มีความขัดแย้งมาสัมพันธ์กัน ก็ย่อมมีทางที่จะให้เกิดความขัดแย้งที่เพิ่มขึ้นทั้งในด้านปริมาณและระดับความรุนแรง ตามอัตราการปฏิบัติที่ผิด ตัวอย่างง่าย ๆ ในกรณีการแสวงหาความสุขนี้ เพื่อความสะดวก ยกฝ่ายหนึ่งเป็นผู้เสวยความสุข และอีกฝ่ายหนึ่งเป็นผู้ถูกเสวย ทั้งผู้เสวยและผู้ถูกเสวย มีความบกพร่องและขัดแย้งอยู่ในตัวด้วยกันอยู่แล้ว เช่น ด้วยผู้เสวยเอง ไม่อยู่ในภาวะและอาการที่พร้อมอยู่ตลอดเวลาที่จะเสวยความสุขตามความต้องการของตน ฝ่ายผู้ถูกเสวยก็ไม่อยู่ในภาวะและอาการที่พร้อมอยู่ตลอดเวลาที่จะถูกเสวย ในภาวะเช่นนี้ เป็นไปไม่ได้ที่จะได้ฝ่ายเดียว โดยไม่ยอมเสียบ้างเลย เมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง หรือทั้งสองฝ่าย ไม่

ตระหนักหรือไม่ยอมรับความจริงนี้ ย่อมถือเอาความยึดอยากของตนเป็นประมาณ และย่อมเกิดอาการขัดแย้งระหว่างกันขึ้น เริ่มแต่ความขัดใจเป็นต้นไป

ค.หลักอนัตตา ความรู้ที่หยั่งถึงอนัตตตา มีคุณค่าที่สำคัญในทางจริยธรรม คือ[๔๗]

(๑) ในขั้นต้น ทางด้านตัณหา ช่วยลดทอนความเห็นแก่ตัว มิให้ทำการต่าง ๆ โดยยึดถือแต่ประโยชน์ตนเป็นประมาณ ทำให้มองเห็นประโยชน์ในวงกว้าง ที่ไม่มีตัวตนมาเป็นเครื่องกีดกั้นจำกัด อนึ่งภาวะที่สิ่งทั้งหลายไม่มีตัวตนของมันเอง เกิดจากส่วนประกอบและเป็นไปตามเหตุปัจจัยนั้น สอนว่า สิ่งทั้งหลายจะปรากฏรูปเป็นอย่างไรย่อมแล้วแต่การปรุงแต่ง ด้วยการกระทำที่เหตุปัจจัยและชักโยงเชื่อมความสัมพันธ์ให้เป็นไปตามความมุ่งหมายและขอบเขตวิสัยความสามารถโดยนัยนี้ จึงเป็นการย้ำข้อที่ว่าบุคคลควรปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายตรงตัวเหตุปัจจัย ด้วยท่าทีที่เป็นอิสระ ซึ่งเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะให้ได้ทั้งผลสำเร็จตามความมุ่งหมาย และไม่เกิดทุกข์เพราะตัณหาอุปาทาน

(๒) ในขั้นกลาง ทางด้านทิฏฐิ ทำให้จิตใจกว้างขวางขึ้น สามารถเข้าไปเกี่ยวข้องพิจารณา และจัดการกับปัญหาและเรื่องราวต่าง ๆ โดยไม่เอาตัวตน ความอยากของตนตลอดจนความเห็น ความยึดมั่นถือมั่นของตนเข้าไปขัด แต่พิจารราจัดการไปตามธรรม ตามตัวเหตุตัวผล ตามที่มันเป็นของมันหรือควรจะเป็นแท้ ๆ คือ สามารถตั้งอุเบกขา วางจิตเป็นกลาง เข้าไปเพ่งตามที่เป็นจริง งดเว้นอัตตาธิปไตย ปฏิบัติตามหลักธรรมาธิปไตย

(๓) ในขั้นสูง การรู้หลักอนัตตตา ก็คือ การรู้สิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นอย่างแท้จริง คือ รู้หลักความจริงของธรรมชาติถึงที่สุด ความรู้สมบูรณถึงขั้นนี้ ทำให้สลัดความยึดมั่นถือมั่นเสียได้ ถึงความหลุดพ้นบรรลุอิสรภาพโดยสมบูรณ์ อันเป็นจุดหมายของพุทธธรรม อย่างไรก็ดี ความรู้แจ่มแจ้งในหลักอนัตตตา ต้องอาศัยความเข้าใจตามแนวปฏิจจสมุปบาท และการปฏิบัติตามแนวมรรค

(๔) กล่าวโดยทั่วไป หลักอนัตตตาพร้อมทั้งหลักอนิจจตา และหลักทุกขตาเป็นเครื่องยืนยันความถูกต้องแท้จริง ของหลักจริยธรรมอื่น ๆ โดยเฉพาะหลักกรรม และหลักการปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้น เช่น เพราะสิ่งทั้งหลายไม่มีตัวตน ความเป็นไปในรูปกระแสแห่งเหตุปัจจัย ที่สัมพันธ์สืบต่อเนื่องอาศัยกัน จึงเป็นไปได้ กรรมจึงมีได้ และเพราะสิ่งทั้งหลายไม่มีตัวตน ความหลุดพ้นจึงมีได้ เป็นต้น พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย รูปเป็นอนัตตา เวทนาเป็นอนัตตา สัญญาเป็นอนัตตา สังขารเป็นอนัตตา วิญญาณเป็นอนัตตา” [๔๘]

๒.๕.๒ หลักอริยสัจ ๔

อริยสัจ คือ ความจริงอย่างประเสริฐ หรือความจริงของพระอริยะ เป็นความจริงที่ทำคนให้เป็นพระอริยะ[๔๙] เป็นวิธีแก้ปัญหาชีวิตโดยหลักวิธีการสืบสาวหาต้นตอของปัญหาแบบบูรณาการ หรือเป็นแบบกระบวนการค้นหาความจริงแห่งชีวิตที่กะเทาะให้ถึงแก่นของปัญหา มุ่งให้ทราบปัญหาที่แท้จริงแล้วหาวิธีการที่จะจัดการกับปัญหานั้นอย่างแท้จริง สุดท้ายก็ดำเนินหรือปฏิบัติการแก้ปัญหาตามวิธีหรือแผนการที่วางไว้อย่างรอบคอบ เป็นวิธีการจัดการที่บูรณาการใช้กับการแก้ปัญหาทุก

---

[๔๗]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,** หน้า ๗๖-๗๗.

[๔๘]สำ.ข. (ไทย) ๑๗/๑๔/๒๘.

[๔๙]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์,** หน้า ๓๘๗.

ปัญหา[๕๐] ขอให้ดูหลักอริยสัจพร้อมทั้งความหมายตามแบบและหน้าที่ของคนต่ออริยสัจข้อนั้น ๆ มีอธิบายดังนี้

(๑) ทุกข์ ได้แก่ ชาติ ชรามรณะ การประจวบกับสิ่งอันเป็นที่รัก การพลัดพรากจากของรัก ความปรารถนาไม่สมหวัง โดยย่อว่า อุปาทานขันธ์ ๕ (ขันธ์ ๕ ที่ยึดไว้ด้วยอุปาทาน) เป็นทุกข์อีกในหนึ่ง คือ ชีวิตและทุกสิ่งที่เกี่ยวข้อง ซึ่งอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติ ที่จะต้องผันแปรไปตามเหตุปัจจัย จึงแฝงไว้ด้วยความกดดัน บีบคั้น ขัดแย้ง ขัดข้อง มีความบกพร่อง ไม่สมบูรณ์ในตัว พร้อมที่จะทำให้เกิดทุกข์เป็นปัญหาขึ้นมา เมื่อใดเมื่อหนึ่ง ในรูปใดรูปหนึ่ง แก่ผู้ยึดมั่นไว้ด้วยอุปาทาน ซึ่งหน้าที่ต่อทุกข์ คือ การกำหนดรู้ เข้าใจมัน รู้เท่าทันความเป็นจริง (เรียกว่า ปริญญา)

(๒) ทุกขสมุทัย เรียกสั้น ๆ ว่า สมุทัย (สาเหตุเกิดแห่งทุกข์) ได้แก่ ตัณหา คือ ความร่านรนทะยานยาก ที่ทำให้เกิดภพใหม่ ประกอบด้วย ความเพลิดเพลินและความติดใจ คอยใฝ่หาความยินดีใหม่ ๆ เรื่อย ๆ ไป มี ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหาและวิภวตัณหา อีกอย่างหนึ่งคือ ความอยากที่ยึดตัวตนเป็นที่ตั้ง โดยอาการที่มีเรา ที่จะเป็น จะได้ จะไม่เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ทำให้ชีวิตถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวนกระวาย ความหวาดกังวล ความติดข้องในรูปใดรูปหนึ่งอยู่ตลอดเวลา ไม่โปล่งโล่งเป็นอิสระ

(๓) ทุกขนิโรธ เรียกสั้น ๆ ว่า นิโรธ ได้แก่ การที่ตัณหาดับไปไม่เหลือด้วยการคลายออก สละเสียได้ สลัดออก พ้นไปได้ไม่ผัวพัน กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ ภาวะแห่งนิพพาน ที่ไม่มีความทุกข์เป็นสุขโดยไม่ขึ้นต่อตัณหา ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวนกระวาย หวาดกังวลเป็นต้น มีชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญา ซึ่งบริสุทธิ์ เป็นอิสระ สงบ ปลอดโปร่ง ผ่องใส เบิกบาน ซึ่งหน้าที่ต่อนิโรธ คือ ทำให้แจ้ง ทำให้สำเร็จ ทำให้เกิดมีเป็นจริงขึ้นมา หรือบรรลุถึง เรียกว่า สัจฉิกิริยา

(๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับทุกข์) เรียกสั้น ๆ ว่า มรรค ได้แก่ ทางประเสริฐมีองค์ประกอบ ๘ คือ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ[๕๑]

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ ประการ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้”[๕๒] หลักอริยสัจ นอกจากเป็นคำสอนที่ครอบคลุมหลักธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนาดังกล่าวมาแล้วยังมีคุณค่าเด่นที่น่าสนใจอีกหลายประการ ซึ่งสรุปได้ดังนี้[๕๓]

๑) เป็นวิธีการแห่งปัญญาซึ่งดำเนินการแก้ไขปัญหาตามระบบแห่งเหตุผลเป็นระบบวิธีแบบอย่างซึ่งวิธีการแก้ปัญหาใด ๆ ก็ตาม ที่จะมีคุณค่าและสมเหตุสมผลจะต้องดำเนินไปในแนวทางเดียวกันเช่นนี้

---

[๕๐]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,** หน้า ๑๓๗-๑๓๘.

[๕๑]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๙.

[๕๒]ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๕/๙๙.

[๕๓]พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,** หน้า ๑๔๗.

๒) เป็นการแก้ปัญหาและจัดการกับชีวิตของตนด้วยปัญญาของมนุษย์เอง โดยนำเอาหลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ไม่ต้องอ้างอำนาจดลบันดาลของตัวการพิเศษเหนือธรรมชาติหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด ๆ

๓) เป็นความจริงที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของคนทุกคน ไม่ว่ามนุษย์จะเตลิดออกไปเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งที่อยู่ห่างไกลตัว กว้างขวางมากเพียงใดก็ตาม แต่ถ้าเขายังจะต้องมีชีวิตของตนเองที่มีคุณค่า และสัมพันธ์กับสิ่งภายนอกเหล่านั้นอย่างมีผลดีแล้ว เขาจะต้องเกี่ยวข้องและใช้ประโยชน์จากหลักความจริงนี้ตลอดไป

๔) เป็นหลักความจริงกลาง ๆ ที่ติดเนื่องอยู่กับชีวิตหรือเป็นเรื่องของชีวิตเองแท้ ๆ ไม่ว่ามนุษย์จะสร้างสรรค์ศิลปะวิทยาการ หรือดำเนินกิจการใด ๆ ขึ้นมา เพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาความเป็นอยู่ของตน และไม่ว่าศิลปะวิทยาการหรือกิจการต่าง ๆ นั้น จะเจริญขึ้น เสื่อมลง สูญสลายไป หรือเกิดมีใหม่มาแทนอย่างไรก็ตามหลักความจริงนี้ก็จะยืนยงใหม่และใช้เป็นประโยชน์ได้ตลอดกาลเวลา

๒.๕.๓ หลักบุญบาป/หลักกรรม

คำว่า บุญ นัยหนึ่งแปลว่า เครื่องชำระสันดาน เป็นเครื่องชำระล้างทำให้จิตใจสะอาด บุญมี ๓ อย่างคือ ทาน ศีล ภาวนา เรียกว่า บุญกริยาวัตถุ[๕๔] ส่วน “บาป” โดยพยัญชนะ แปลว่า สภาวะทำให้ถึงทุคติ หรือทำให้ไปในที่ชั่ว หมายถึงสิ่งที่ทำให้จิตตกต่ำ สาเหตุของบาป เรียกว่า อกุศลมูล มี ๓ อย่าง คือ ความโลภ (โลภะ) ความโกรธ (โทสะ) และ ความหลง (โมหะ)[๕๕] บุญมีนัยสำคัญในเชิงกว้างมีความครอบคลุม ทั้งส่วนที่มีนัย ส่อถึงความดีขั้นที่ประณีตขึ้นไปจากรูปแบบพิธีกรรม หรือการกระทำความดีทั่ว ๆ ไปว่า บุญ คือเครื่องชำระสันดาน ความดี กุศล ความสุข ความประพฤติชอบทางกาย วาจา และใจเป็นกุศลธรรม[๕๖] ต่อมา คำว่า บุญ ยังหมายถึง การกระทำความดีตามหลักคำสอนในศาสนา ความดี คุณงามความดี[๕๗] ซึ่งความหมายนี้ นอกจากจะมีความเกี่ยวเนื่องกับหลักคำสอนทางศาสนาแล้ว ยังให้ความหมายในเชิงกว้างคือ การกระทำคุณงามความดีต่าง ๆ ซึ่งไม่ได้จำเพาะลงไปว่าเป็นความดีประเภทใด เพียงแต่สิ่งใดก็ตามที่บุคคลประพฤติแล้วก่อให้เกิดความดี ซึ่งความหมายเหล่านี้ แสดงถึงบุญในเชิงคุณภาพ ซึ่งเป็นเครื่องมือสำหรับกลั่นกรองชำระจิตใจ รวมทั้งกริยาอัชฌาสัยของบุคคลให้สะอาดและดีงาม ก่อให้เกิดภาวะที่น่าชื่นชม น่ายกย่องนับถือ มุ่งถึงสภาพของบุญที่แสดงผลต่อพฤติกรรมและจิตใจของบุคคลเป็นหลัก สรุปได้ว่า “บุญ” ย่อมมีนัยสำคัญหลายอย่าง ซึ่งผลของบุญ คือ ผลของความดี เช่น ในข้อความว่า เพราะสมาทานกุศลธรรมทั้งหลายเป็นเหตุบุญย่อมเจริญเพิ่มพูน[๕๘]

นอกจากนั้นแล้ว ผู้สูงอายุ ย่อมมีคติความเชื่อหรือศรัทธาในเรื่องชาตินี้ชาติหน้าอันสืบเนื่องจากความเชื่อที่ว่า เมื่อบุคคลประพฤติสุจริตในระดับกามาวจร และรูปาวจร ภพที่เกิดขึ้นซึ่ง

---

[๕๔]ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๒๒๘/๒๓๐.

[๕๕]ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๙๓/๒๙๑.

[๕๖]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์,** หน้า ๑๓๘.

[๕๗]ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕,** (กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์ จำกัด, ๒๕๓๙), หน้า ๔๘๑.

[๕๘]ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๕๐/๘๖.

เป็นสุคติ ย่อมเข้าถึงบุญ กุศลธรรมในภูมิ ๓ เช่นในคำว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายอย่ากลัวต่อบุญ และเพราะบุญเป็นชื่อของความสุข[๕๙] และพระพุทธพจน์ที่ว่า

อานนท์ กายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริตที่เรากล่าวว่าไม่ควรทำโดยส่วนเดียวนี้ เมื่อผู้ใดทำเข้าก็พึงหวังโทษต่อไปนี้ คือ ตนเองก็กล่าวโทษตนได้ วิญญูชนทั้งหลายใคร่ครวญแล้ว ย่อมติเตียน กิตติศัพท์อันชั่วร้ายย่อมขจรไป ตายก็หลงฟั่นเฟือน เมื่อแตกกายทำลายหลังมรณะย่อมเข้าถึงอบาย ทุคติ วินิบาต นรก [๖๐]

อานนท์ กายสุจริต วจีสุจริต มโนสุจริตที่เรากล่าวว่าควรทำโดยส่วนเดียวนี้ เมื่อผู้ใดทำเข้าก็พึงหวังคุณต่อไปนี้ คือ ตนเองก็กล่าวโทษตนเองไม่ได้ วิญญูชนทั้งหลายใคร่ครวญแล้ว ย่อมไม่ติเตียน กิตติศัพท์อันดีย่อมขจรไป ตายก็ไม่หลงฟั่นเฟือน เมื่อแตกกายทำลายหลังมรณะย่อมเข้าถึงโลกสวรรค์ [๖๑]

จากพระพุทธพจน์นี้ แสดงให้เห็นว่า สถานหรือแดนอันสัตว์ที่ตายแล้วจะพึงไปเกิด ก็จะขึ้นอยู่กับกรรมของแต่ละคน และแบ่งภพที่จะเกิด ออกเป็น ๓ ภพ คือ กามภพ (ภพของผู้ยังเสวยกามคุณ) รูปภพ (ภพของผู้เข้าถึงรูปฌาน) และอรูปภพ (ภพของผู้เข้าถึงอรูปฌาน) [๖๒] อีกอย่างหนึ่ง มนุษย์และสัตว์ที่ประกอบแต่กรรมดี หากสิ้นชีวิตแล้ว ย่อมมีสุคติเป็นที่ไป คือ เกิดเป็นมนุษย์ เทวดา หรือพระพรหม แม้หากสิ้นกิเลสตัณหาแล้วย่อมบรรลุถึงนิพพานในที่สุด ส่วนผู้ที่ประกอบกรรมเลว หากสิ้นชีวิตแล้ว ย่อมมีทุคติเป็นที่ไป คือ อบายภูมิ ๔ ประกอบด้วย นรก เปรต อสุรกาย และสัตว์ดิรัจฉาน ส่วนจะได้รับผลของกรรมหนักหรือเบา รุนแรงหรือไม่นั้น ขึ้นอยู่กับการกระทำในเมื่อยังเป็นมนุษย์อยู่ในโลกนี้เท่านั้น[๖๓]

๒.๕.๔ หลักพรหมวิหารธรรม

พรหมวิหารธรรม เป็นเครื่องอยู่ของพรหมหรือผู้ประเสริฐ หมายถึง ผู้มีจิตใจยิ่งใหญ่กว้างขวางดุจพระพรหม ซึ่งเป็นคุณธรรมที่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติต่อกัน แบ่งออกเป็น ๔ ประการ[๖๔] ได้แก่

๑) เมตตา ได้แก่ ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุข ด้วยจิตอันแผ่ไมตรีและคิดทำประโยชน์แก่ผู้อื่นและสิ่งอื่น ซึ่งเป็นความรักใคร่ที่ปราศจากราคะความกำหนัด ความรัก ความหวังดี ความปรารถนาดีนั้น เป็นการแสดงออกซึ่งมิตรภาพไมตรีของมนุษย์ที่มีต่อกัน ตลอดถึงสัตว์และธรรมชาติสิ่งแวดล้อมด้วย ด้วยต้องการมุ่งหวังแต่ความสุขแก่เขา ไม่หวังผลประโยชน์ตอบแทนสิ่งอื่นใดนอกจากให้เขาเป็นสุข โดยการแสดงออก ๓ วิธี คือ (๑) เมตตากายกรรม เมตตาทางกาย คือ การกระทำ และการแสดงออกทางกายที่ประกอบด้วยเมตตา (๒) เมตตาวจีกรรม เมตตาทางวาจา คือ

---

[๕๙] ขุ.อิติ. (บาลี) ๒๕/๒๐๐/๒๔๐.

[๖๐] ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๖-๔๔๑/๓๔๑-๓๗๑.

[๖๑] ม.อุ (ไทย) ๑๔/๒๘๙-๒๙๗/๓๔๙-๓๕๗

[๖๒] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์,** หน้า ๑๙๘- ๑๙๙.

[๖๓] พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** หน้า ๓๑๖- ๓๑๗.

[๖๔] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๕.

การพูดเจรจาถ้อยคำที่ประกอบด้วยเมตตา (๓) เมตตามโนกรรม เมตตาทางใจ คือ มีจิตใจที่มุ่งหวังดี มีเจตนาดีต่อผู้อื่นและสิ่งอื่น

๒) กรุณา ได้แก่ ความสงสาร คือ เมื่อเห็นเขาตกอยู่ในความทุกข์ยากลำบากเดือดร้อน ก็คิดใฝ่ใจในอันที่จะช่วยปลดเปลื้องให้เขาพ้นจากความทุกข์ยากลำบากเดือดร้อนนั้น อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความเดือดร้อน ปัญหาหรืออุปสรรคทั้งหลาย มีความใฝ่ใจที่จะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนให้ประสบกับความสำเร็จ ความเจริญรุ่งเรือง โดยมีบิดามารดาเป็นตัวอย่างของการแสดงออกให้ปรากฏเป็นพฤติกรรม เพราะบิดามารดาจะรู้สึกเป็นทุกข์เป็นร้อน ห่วงใยบุตร เมื่อเห็นบุตรมีความทุกข์หรือผิดหวัง พร้อมกับหาวิธีเพื่อปลดเปลื้องความทุกข์นั้น ด้วยความเอ็นดูที่บริสุทธิ์ใจ โดยไม่หวังส่งตอบแทน

๓) มุทิตา ได้แก่ ความรู้สึกยินดีด้วย เมื่อเห็นผู้อื่นหรือสิ่งอื่นอยู่ดีมีความสุข ตัวเองก็มีใจแช่มชื่นเบิกบาน พลอยยินดีปราบปลื้มบันเทิงใจด้วย เมื่อเห็นเขาเหล่านั้นประสบความสำเร็จ มีความเจริญงอกงามในตำแหน่งหน้าที่การงานยิ่งขึ้นไป

๔) อุเบกขา ได้แก่ ความมีใจเป็นกลาง คือ มองตามเป็นจริงโดยวางจิตเรียบสม่ำเสมอ มั่งคง เที่ยงตรงดุจตราชั่ง เมื่อมองเห็นบุคคลที่ได้รับผลของกรรมดีหรือกรรมชั่ว ซึ่งสมควรแก่เหตุที่ตนได้กระทำไว้ พร้อมที่จะวินิจฉัย วางตน และปฏิบัติไปตามความเที่ยงธรรม ไม่เอนเอียงด้วยอคติ[๖๕]

๒.๕.๕ หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม

ผู้สูงอายุ ควรมีหลักปฏิบัติในกิจวัตรประจำวันหรืออย่างน้อยที่สุดก็สัปดาห์หนึ่ง คือ เมื่อครบวันธรรมสวนะ ๘ วัน ซึ่งตรงกับวันแรมหรือขึ้น ๘ ค่ำและ ๑๕ ค่ำ และวันอุโบสถ ผู้สูงอายุในฐานะที่เป็นพุทธศาสนิกชน พึงเข้าวัดฟังธรรมและรักษาศีลหรืออุโบสถศีล ตามกำลังความสามารถของตนเอง ดังคำอธิบายเรื่องเบญจศีลเบญจธรรม และอุโบสถศีล ดังนี้

หลักเบญจศีล ได้แก่ การประพฤติปฏิบัติตามหลัก ๕ ประการ ได้แก่

๑) เว้นปาณาติปาตา คือ ไม่ทำลายชีวิต ได้แก่ ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านชีวิตร่างกาย

๒) เว้นอทินนาทานา คือ ไม่เอาของที่เขาไม่ได้ให้ การไม่ลักขโมย ได้แก่ ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านทรัพย์สิน และกรรมสิทธิ์

๓) เว้นกาเมสุมิจฉาจารา ไม่ประพฤติผิดในกามทั้งหลาย ได้แก่ ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นทางด้านคู่ครอง บุคคลที่รักหวงแหน ไม่ผิดประเพณีทางเพศ ไม่นอกใจในคู่ครองของตนเอง

๔) เว้นมุสาวาทา คือ ไม่พูดเท็จ ได้แก่ ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่นด้วยวาจาเท็จ โกหกหลอกลวงตัดรอนประโยชน์หรือแกล้งทำลาย

๕) เว้นจากของเมา คือ สุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ไม่เสพของมึนเมา ได้แก่ ประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากความประมาท พลั้งพลาดมัวเมาเนื่องจากการใช้สิ่งเสพติดที่ทำให้เสียสติสัมปชัญญะ[๖๖]

---

[๖๕]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** หน้า ๑๔๘-๑๔๙.

[๖๖]ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๙, ๑๐/๓๐๒ – ๓๐๓.

หลักเบญจธรรม เป็นหลักธรรมที่หากบุคคลได้ประพฤติปฏิบัติตามแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความเมตตารักใคร่ต่อกัน เหมือนหนึ่งว่าเป็นญาติพี่น้องกัน ทำให้คนเรารู้จักคุณค่าของความเป็นมนุษย์แล้วรู้จักเลือกดำเนินชีวิตไปในทางที่ชอบ เว้นจากการละเมิดในหญิงหรือชายอันเป็นที่รักของบุคคลอื่น มีความซื่อสัตย์ต่อกัน ทำงานโดยมีสติสัมปชัญญะกำกับ คือ มีความระมัดระวัง รู้จักยั้งคิดพิจารณาเห็นคุณโทษในสิ่งต่าง ๆ บำเพ็ญตนเกื้อกูลต่อกัน ธรรมที่เกื้อกูลแก่การรักษาเบญจศีล[๖๗] ดังนั้น ผู้รักษาเบญจศีล ควรมีธรรมนี้ ไว้ประจำใจ ๕ ประการ ได้แก่

๑) เมตตาและกรุณา หมายถึง ความรักใคร่ปรารถนาดีต่อกัน อยากให้คนอื่นมีความสุข ความเจริญและความสงสารคิดอยากจะช่วยให้พ้นทุกข์ พ้นภาวะวิกฤติที่เขากำลังประสบอยู่ ใช้กับศีลข้อที่ ๑ เพื่อประโยชน์ในการดำเนินชีวิต บุคคลควรเจริญเมตตาและกรุณา ซึ่งมีคุณูปการแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้

๒) สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพในทางสุจริต คู่กับศีลข้อที่ ๒ ซึ่งหมายเอาการปฏิบัติครบวงจร ครอบคลุมไปถึงด้านต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตที่เรียกว่าสัมมาอาชีวะ

๓) กามสังวร หมายถึง ความสังวรในกาม หรือ ความสำรวมระวังรู้จักยับยั้งควบคุมตนเองในทางกามารมณ์ ไม่ให้หลงใหลในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส คู่กับศีลข้อที่ ๓

๔) สัจจะ หมายถึง ความสัตย์ หรือ ความซื่อตรง คู่กับศีลข้อที่ ๔

๕) สติสัมปชัญญะ หมายถึง การระลึกได้และรู้ตัวทั่วพร้อมอยู่เสมอ คือ พัฒนาตนเองให้เป็นคนรู้จักยั้งคิด รู้จักตัวเสมอว่า ขณะนี้เรากำลังทำอะไรอยู่ เป็นกิจที่ควรทำหรือไม่ ระวังไม่ให้เป็นคนประมาทในการดำเนินชีวิต[๖๘]

๒.๕.๖ หลักสังคหวัตถุ ๔

สังคหวัตถุ[๖๙] แปลว่า ธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจบุคคลและประสานหมู่ชนไว้ในความสมานสามัคคี หมายถึง การกระทำการสงเคราะห์ที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวใจของกันและกัน ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับคนทุกคนและทุกสังคม เช่น ผู้ปกครองหรือผู้บริหารกับผู้ใต้บังคับบัญชา (บริวาร) ศิษย์กับครูอาจารย์ เป็นต้น เพราะเป็นรากฐานแห่งการแบ่งปันผลประโยชน์ ทำให้มีความเจริญก้าวหน้าแก่ตนและสังคม แบ่งเป็น ๔ ข้อ ดังต่อไปนี้

๑) ทาน หมายถึง การให้ปันสิ่งของด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ ช่วยเหลือสงเคราะห์ด้วยทุน หรือทรัพย์สิน และวัตถุสิ่งของตลอดจนให้ความรู้ และศิลปวิทยา นัยสำคัญ ของ “ทาน” ในสังคหวัตถุ นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อสงเคราะห์ผู้รับ เน้นผู้รับเป็นสำคัญ เช่น ช่วยเหลือสงเคราะห์ผู้อื่นด้วยปัจจัย ๔ กล่าวคือ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ฉะนั้น การให้ทาน จึงควรให้ด้วยความมีเมตตาเพื่อแสดงน้ำใจไมตรี สร้างเสริมมิตรภาพ ให้ด้วยกรุณา ต้องการช่วยปลดเปลื้องความทุกข์ความเดือดร้อน ให้ด้วยมุทิตา ส่งเสริมสนับสนุนให้ทำความดีมีความเจริญก้าวหน้า เพราะฉะนั้น การให้ด้วยวัตถุสิ่งของ จึงมุ่งประโยชน์แก่ผู้รับ ๓ ลักษณะ ได้แก่ (๑) ให้โดยหวังจะอนุเคราะห์ การให้ความเกื้อหนุนโอบอ้อมอารีด้วยเมตตา และการให้การอุดหนุนเอื้อเฟื้อ

---

[๖๗] พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,** หน้า ๑๙๖.

[๖๘] ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๒๘๖/๒๔๗.

[๖๙] ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๔๐/๑๖๗.

ช่วยเหลือกันด้วยกรุณา (๒) ให้โดยหวังเพื่อเป็นการสมัครสมานสามัคคี ด้วยการสงเคราะห์เกื้อกูลกันและกันในฐานะผู้อื่นที่เกี่ยวข้องกับตน (๓) ให้เพื่อเป็นการตอบแทนคุณ ปรารถนาบูชาคุณแก่ท่านผู้มีคุณ เช่น ปู่ทวด ยายทวด ตา ยาย และบิดา มารดาผู้ที่มีอุปการคุณ[๗๐] ทานหรือการให้นั้น ย่อมเป็นประโยชน์ทั้งแก่ผู้ให้และผู้รับ คือ ทำให้ผู้ให้มีความสุข เบิกบานใจ และอิ่มใจซึ่งจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อร่างกายและจิตใจ เป็นการสละความเห็นแก่ตัว ผู้รับย่อมได้รับประโยชน์จากสิ่งของที่เขาให้ การให้และการรับจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์ เป็นการรักษาความเป็นธรรมชาติของมนุษย์ไว้ เป็นการรักษาความเป็นสังคมความเป็นเพื่อนฝูงความเป็นญาติเอาไว้ และการให้กับการรับยังเป็นกฎ เป็นกระบวนการของธรรมชาติของบุคคลผู้มีความกตัญญู ถ้าธรรมชาติไม่มีการให้และการรับ ป่านนี้ก็จะไม่มีโลก ดวงดาว มนุษย์ พืช สัตว์ และธรรมชาติอย่างแน่นอน พระพุทธองค์ตรัสว่า “การให้ทาน เป็นมงคลอันสูงสุด”[๗๑]

๒) ปิยวาจา หรือ เปยยวัชชะ หมายถึง พูดอย่างคนรักกัน คือ กล่าวคำสุภาพ ไพเราะน่าฟัง ชี้แจงแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์ มีเหตุผลเป็นหลักฐานชักจูงในทางที่ดีงาม หรือคำแสดงความเห็นอกเห็นใจ ให้กำลังใจ รู้จักพูดให้เกิดความเข้าใจดี สมานสามัคคี เกิดไมตรีทำให้รักใคร่นับถือและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

๓) อัตถจริยา หมายถึง ทำประโยชน์แก่เขา คือช่วยเหลือด้วยแรงกาย และขวนขวายช่วยเหลือกิจกรรมต่าง ๆ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ รวมทั้งช่วยแก้ไขปัญหาและช่วยปรับปรุงส่งเสริมในด้านจริยธรรม

๔) สมานัตตตา หมายถึง เอาตัวเข้าสมาน คือ ทำตัวให้เข้ากับเขาได้ วางตนเสมอต้นเสมอปลาย ให้ความเสมอภาค ปฏิบัติสม่ำเสมอต่อผู้อื่น ไม่เอาเปรียบ และร่วมสุข ร่วมทุกข์ ร่วมรับรู้ร่วมแก้ไขปัญหา เพื่อให้เกิดประโยชน์สุขร่วมกัน[๗๒]

จากการศึกษาถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา ทำให้ทราบว่าพระพุทธศาสนาเองก็มีหลักและทางออกให้กับผู้สูงอายุเช่นกัน นั่นคือ หลักพุทธธรรมหรือพุทธวิธี อันเป็นวิธีทางพระพุทธศาสนาที่จะช่วยเหลือบรรเทาและป้องกัน รวมถึงแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุทำให้ชีวิตเกิดความสุขขึ้น ถ้าหากผู้สูงอายุขาดหลักพุทธธรรมในการใช้ชีวิตปกติแล้ว เมื่อประสบกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งทางร่างกาย ทางสังคมและทางจิตใจ ก็อาจจะนำไปสู่ความผิดปกติด้านสภาพจิตใจที่ไม่มั่นคงได้ ซึ่งหลักธรรมที่นำมาใช้เพื่อเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น ได้แก่ (๑) หลักไตรลักษณ์ เป็นกฎธรรมชาติอันแสดงถึงหลักความเป็นจริงของชีวิต ๓ ประการ คือ อนิจจตา ความไม่เที่ยง ทุกขตา ความเป็นทุกข์ อนัตตตา ความไม่ใช่ตัวตน (๒) หลักอริยสัจ เป็นวิธีการเรียนรู้และดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขด้วยวิธีการเรียนรู้ถึงทุกข์ ความไม่สบายกายและใจ สมุทัย สาเหตุเกิดแห่งทุกข์ นิโรธ ความดับทุกข์ และมรรค ทางดำเนินไปสู่การดับทุกข์นั้น (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม ฝึกทำความเข้าใจในหลักการของชีวิต ด้วยการชำระล้างทำให้จิตใจสะอาดด้วย

---

[๗๐]สมเด็จพระมหาวีรวงศ์ (พิมพ์ ธมฺมธโร), **มงคลยอดชีวิต ฉบับสมบูรณ์,** (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๒๘), หน้า ๒๗๕–๒๘๐.

[๗๑]ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๗/๗.

[๗๒]องฺ.จตุกฺก. (บาลี) ๒๑/๓๒/๔๒.

บุญ ๓ อย่างคือ ทาน ศีล ภาวนา เว้นจากบาปคืออกุศลมูล คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง (๔) หลักพรหมวิหารธรรม เป็นคุณธรรมที่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติต่อกัน ได้แก่ เมตตา ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุข ด้วยจิตอันแผ่ไมตรีและคิดทำประโยชน์แก่ผู้อื่นและสิ่งอื่น กรุณา ความสงสาร มุทิตา ความรู้สึกยินดีด้วยเมื่อเห็นผู้อื่นหรือสิ่งอื่นอยู่ดีมีความสุข และอุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง คือ มองตามเป็นจริงโดยวางจิตเรียบสม่ำเสมอ (๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม เบญจศีล ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่น เป็นต้น และหลักเบญจธรรม เป็นหลักธรรมที่หากบุคคลได้ประพฤติปฏิบัติตามแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความเมตตารักใคร่ต่อกัน (๖) หลักสังคหวัตถุ เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจบุคคลและประสานหมู่ชนไว้ในความสมานสามัคคี ได้แก่ ทาน การให้ปันสิ่งของด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ปิยวาจา พูดอย่างคนรักกัน คือ กล่าวคำสุภาพ อัตถจริยา บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ สมานัตตตา วางตนเสมอต้นเสมอปลาย

๒.๖ สรุป

จากการศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาในประเด็นความหมายของผู้สูงอายุ ความหมายของความสุข ลักษณะของความสุข วิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนา วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา สรุปได้ดังนี้

ผู้สูงอายุ ก็คือ ผู้ที่มีอายุมากผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ มาเป็นระยะเวลาหลายปี ซึ่งเป็นผู้ที่มีความเสื่อมทางร่างกาย จิตใจและทางสังคม โดยทั่วโลกจะถือว่าผู้สูงอายุ คือ ผู้มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป นอกจากนั้น ผู้สูงอายุยังจะต้องได้รับอุปการะจากคนอื่น เมื่อเจ็บป่วยควรได้รับการช่วยเหลือหรือรักษาอย่างถูกวิธี การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ คือ ภาวะสูงอายุเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มนุษย์ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ และชราเป็นภาวการณ์มีอายุสูงขึ้น ซึ่งอาจจะมีความอ่อนแอของร่างกายและจิตใจ ตลอดจนมีความเจ็บป่วยหรือพิการร่วมด้วย นักสังคมวิทยายอมรับว่า ภาวะสูงอายุเป็นการก้าวสู่สภาพการเปลี่ยนแปลง หรือบทบาทใหม่ของสังคม

ความสุขเป็นความรู้สึกหรืออารมณ์ประเภทหนึ่ง มีหลายระดับตั้งแต่ความสบายใจเล็กน้อยหรือความพอใจจนถึงความเพลิดเพลินหรือเต็มไปด้วยความสนุก ความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์แสวงหาเพื่อให้ได้พบกับเสรีภาพและการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง พระพุทธศาสนากล่าวถึงความหมายของความสุขไว้ ๒ นัยด้วยกัน คือ ความสุขที่เป็นของสามัญทั่วไปอันคลุกเคล้าด้วยโลกียะอันเป็นปกติสุขของชาวโลกทั่วไปหรือที่เรียกว่าโลกียสุข และความสุขอันพ้นจากการเวียนว่ายในวัฏฏสงสาร ที่เรียกว่าโลกุตตระหรือโลกุตตรสุข ความสุขในพระพุทธศาสนาเป็นไปทีละขั้นทีละระดับ โดยเริ่มตั้งแต่ระดับต่ำสุข คือ กามสุข และค่อย ๆ สูงขึ้นตามลำดับ จนถึงระดับสูงสุดอันได้แก่ นิพพานสุข ซึ่งถือว่าเป็นความสุขที่สมบูรณ์ที่สุด ด้วยเหตุนี้ นิพพานจึงเป็นความสุขที่แท้จริง เพราะไม่ระคนด้วยความทุกข์อีกต่อไป เป็นภาวะที่ปราศจากการปรุงแต่งเป็นโลกุตตรสุข เพราะกำจัดความเมามัว ความกระหาย ความอาลัย การเวียนว่ายตายเกิดตามปฏิจจสมุปบาท ตัณหา ความกำหนัดและกิเลสเสียได้ เพราะฉะนั้นความสุขในนิพพาน จึงเป็นความสุขที่ดีที่สุดและเป็นสิ่งสมควรแสวงหาสำหรับมนุษย์

พระพุทธศาสนาเองก็มีหลักการและวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุ ทำให้ชีวิตเกิดความสุขขึ้น ด้วยหลักพุทธธรรมเพื่อเป็นการจรรโลงใจทำให้สุขภาพใจแข็งแรง และส่งผลต่อสุขภาพ

ร่างกายด้วย ได้แก่ (๑) หลักไตรลักษณ์ เป็นกฎธรรมชาติอันแสดงถึงหลักความเป็นจริงของชีวิต คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความไม่ใช่ตัวตน (๒) หลักอริยสัจ ๔ เป็นวิธีการเรียนรู้และดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขด้วยวิธีการเรียนรู้ถึงทุกข์ ความไม่สบายกายและใจ สมุทัย สาเหตุเกิดแห่งทุกข์ นิโรธ ความดับทุกข์ และมรรค ทางดำเนินไปสู่การดับทุกข์นั้น (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม ฝึกทำความเข้าใจในหลักการของชีวิต ด้วยการชำระล้างทำให้จิตใจสะอาดด้วยบุญ ๓ อย่างคือ ทาน ศีล ภาวนา เว้นจากบาปคืออกุศลมูล คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง (๔) หลักพรหมวิหารธรรม เป็นคุณธรรมที่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติต่อกัน ได้แก่ ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุข ความสงสาร ความรู้สึกยินดีด้วยเมื่อเห็นผู้อื่นหรือสิ่งอื่นอยู่ดีมีความสุข และ ความมีใจเป็นกลาง (๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม เบญจศีล ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่น เป็นต้น และหลักเบญจธรรม เป็นหลักธรรมที่หากบุคคลได้ประพฤติปฏิบัติตามแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความเมตตารักใคร่ต่อกัน (๖) หลักสังคหวัตถุ เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจบุคคลและประสานหมู่ชนไว้ในความสมานสามัคคี ได้แก่ การให้ปันสิ่งของด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การพูดอย่างคนรักกัน การบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ และการวางตนเสมอต้นเสมอปลาย

บทที่ ๓
วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม

วิธีการเสริมสร้างความสุขทางศาสนาอิสลามมีอย่างเดียว คือ การมีศรัทธาต่ออัลลอฮฺ เกิดขึ้นในจิตใจ ใครก็ตามที่เขาได้ศรัทธาต่ออัลลอฮฺ โดยแท้จริงเขาจะพบว่าทุกวินาที ที่เขามีชีวิตอยู่มันเต็มไปด้วยความสุข ดังนั้น การที่จิตใจผูกพันต่ออัลลอฮฺ อยู่ตลอดเวลาไม่ว่าอยู่ในสถานะใด อยู่ ณ ที่ใดจิตชีวิตของเราก็จะมีแต่ความสุข และการที่คนเราประสบกับความยากลำบากก็เนื่องจากการหันหลังให้กับการรำลึกถึงอัลลอฮฺ จิตใจได้ขาดการสื่อสารต่อพระองค์ อัลลอฮฺ ได้ตรัสไว้ในอัลกัรอานว่า “ผู้ศรัทธาจะมีจิตใจที่สงบนิ่ง เมื่อเขาได้รำลึกถึงอัลลอฮฺ นี่คือความมหัศจรรย์ที่อัลลอฮฺ ได้ประทานให้”[๑] ดังนั้น ผู้ศึกษาต้องการศึกษาถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม โดยจะกล่าวถึงความหมายของผู้สูงอายุ ความหมายของความสุข ลักษณะของความสุข วิธีการเสริมสร้างความสุขในศาสนาอิสลาม วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามเป็นลำดับต่อไป

๓.๑ ความหมายผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม

ศาสนาอิสลามมองว่า มนุษย์จะต้องควบคุมตนเองในการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย และจิตใจ ภายใต้ขอบเขตที่พระผู้เป็นเจ้าทรงกำหนด ซึ่งก็คือวิถีแบบอิสลาม เพื่อชีวิตที่มีสุขภาพที่ดีและมีความสุข ในขณะเดียวกันนั้นมนุษย์ก็จะต้องยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นไปด้วยความปรารถนาทั้งสองด้านนี้จะต้องเท่าเทียมกันจะละทิ้งอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ ดังข้อเขียนในอิสลามและสันติภาพสากลว่า “สำหรับการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นควบคู่ไปด้วย และความปรารถนาทั้งสองนี้จะต้องทำอย่างเท่าเทียมกัน จะทำอย่างหนึ่งแล้วทิ้งอีกอย่างหนึ่งไม่ได้เป็นอันขาด”[๒]

เราะชีด ริฎอ ได้กล่าวถึงพัฒนาการตามธรรมชาติของมนุษย์ว่าประกอบด้วย ๓ ช่วงวัย พร้อมทั้งลักษณะเด่นของแต่ละช่วงวัย ดังนี้

๑) ช่วงวัยที่หนึ่ง คือ วัยเด็ก เป็นวัยแห่งความสุขสบาย เป็นวัยแห่งการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง เด็ก ๆ มักจะกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามอารมณ์ความต้องการของตนเองเป็นหลัก เนื่องจากยังไม่รู้จักเหตุผล หรือแยกแยะผิดถูกชั่วดี วัยนี้จึงเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการก่อกวนของชัยฎอน

๒) ช่วงวัยที่สอง คือ วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่ผลแห่งการกระทำจะถูกพิจารณา (ตามความผิดถูกชั่วดี) และเป็นวัยที่มนุษย์จะยึดพลังจิตชั้นสูงเป็นเครื่องตัดสินใจในขณะเผชิญกับภาวะคับขัน

---

[๑]อิสมาอีล กอเซ็ม, **ความสุขที่แท้จริงหาได้ที่ไหน ?**, **The Islamic Foundation,** [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www. islammore.com/view/2753, (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

[๒]ซัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** แปลโดย สุนทร มาลาตี, (ปัตตานี: เบนฮาลาบี เพรส, ม.ป.ป.), หน้า ๗๙.

๓) ช่วงวัยที่สาม คือ วัยแห่งสติปัญญาและการใคร่ครวญ ผู้ที่อยู่ในวัยนี้จะชั่งน้ำหนักแยกแยะสิ่งดีชั่วโดยยึดหลักบัญญัติศาสนาพร้อมหลักสติปัญญาเป็นเกณฑ์มาตรฐานในการตัดสินใจเพื่อกระทำสิ่งต่าง ๆ[๓]

ซึ่งพัฒนาการทางร่างกายของมนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงเป็นขั้นตอนตั้งแต่ระยะเริ่มต้นของชีวิตจนกระทั่งร่างกาย กายทุกส่วนเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์คงที่แล้วจึงค่อย ๆ ร่วงโรยเสื่อมสภาพลงเรื่อย ๆ ในระยะสุดท้ายของชีวิต เพื่อที่จะย้ำเตือนให้มนุษย์เห็นถึงสัจธรรมของชีวิตและให้ตระหนักอยู่เสมอว่า แม้มนุษย์จะถูกกำเนิดขึ้นมาในฐานะที่ประเสริฐกว่าสิ่งถูกสร้างอื่น ๆ แต่พัฒนาการของมนุษย์ก็เริ่มต้นจากสภาพที่อ่อนแอและกลับคืนสู่ความอ่อนแออีกครั้งจนกระทั่งพบกับการดับสูญเช่นเดียวกับสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ได้กล่าวไว้ในสูเราะฮฺอัรรูม อายะฮฺที่ ๕๔ ความว่า

> อัลลอฮฺ (ซ.บ) ทรงเป็นผู้สร้างพวกเจ้าในสภาพอ่อนแอแล้วหลังจากความอ่อนแอ พระองค์ก็ทรงทำให้มีความเข้มแข็งแล้วหลังจากความเข้มแข็งทรงทำให้อ่อนแอและชราภาพ พระองค์ทรงสร้างสิ่งที่พระองค์ทรงประสงค์และพระองค์เป็นผู้ทรงรอบรู้ ผู้ทรงอานุภาพ[๔]

ในทัศนะของศาสนาอิสลามนั้น ผู้สูงอายุหรือคนแก่นั้น เป็นผู้ที่ควรแก่การเคารพสักการะซึ่งผู้ที่กำเนิดภายหลังจะต้องให้ความรัก ความนอบน้อม ด้วยเหตุที่ผู้สูงอายุนั้นผ่านกาลเวลาและประสบการณ์มายาวนาน ดังความที่ว่า

> พระเจ้าของเจ้าบัญชาว่า พวกเจ้าอย่าเคารพภักดีผู้ใดนอกจากพระองค์เท่านั้นและจงทำดีต่อบิดามารดาเมื่อผู้ใดในทั้งสองหรือทั้งสองบรรลุสู่วัยชราอยู่กับเจ้า ดังนั้น อย่าว่ากล่าวแก่ทั้งสอง และอย่าขู่เข็ญท่านทั้งสอง และจงพูดแก่ท่านทั้งสองด้วยถ้อยคำที่อ่อนโยน และจงนอบน้อมแก่ท่านทั้งสอง ซึ่งการถ่อมตนเนื่องจากความเมตตา และจงกล่าวว่า ข้าแต่พระเจ้าของฉัน ทรงโปรดเมตตาแก่ท่านทั้งสองเช่นที่ทั้งสองได้เลี้ยงดูฉันเมื่อเยาว์วัย[๕]

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในทัศนะของศาสนาอิสลามนั้น หมายถึงผู้ที่มีอายุมาก ตั้งอยู่ในฐานะพ่อแม่ เป็นผู้ผ่านประสบการณ์ชีวิตมายาวนาน ซึ่งผู้ถือกำเนิดในภายหลังควรให้ความเคารพนอบน้อม ให้ความรัก ความเมตตาต่อท่านผู้สูงอายุดังกล่าว

---

[๓]ชัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** หน้า ๗๙.

[๔]อ้างใน ไพซ้อน ยิ่งนิยม, “แนวคิดการแนะแนวตามแนวทางท่านศาสดามุฮำมัด (ซ.ล)”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๑), หน้า ๘๐-๘๑.

[๕]อัล-กุรอาน ๑๗: ๒๓-๒๔.

๓.๒ ความหมายของความสุขในศาสนาอิสลาม

ความสุขเป็นเรื่องของอารมณ์ความรู้สึกของแต่ละบุคคลซึ่งมีนัยที่ต่างกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับความพอใจของแต่ละบุคคลโดยอาศัยปัจจัยต่าง ๆ ที่ต่างกัน ซึ่งศาสนาอิสลามนับว่าความสุขนั้นเกิดจากการได้อยู่ภายใต้ร่มเงาศาสนา ซึ่งอิสลาม จะเปิดโอกาสให้ผู้คนเลือกเอาว่าจะเข้ารับอิสลาม หรือจะคงอยู่ในศาสนาเดิมของพวกเขา หลังจากที่ได้ทำสัญญาที่ทำให้พวกเขาใช้ชีวิตอยู่อย่างมีความสุขทั้งด้านศาสนาเกียรติ และทรัพย์สินของพวกเขา และมีความสุขอยู่ภายใต้การคุ้มครองของอัลลอฮฺ (ซ.บ) และนบีของพระองค์ ด้วยเหตุนี้พวกเขาจึงถูกเรียกว่าผู้ที่อยู่ภายใต้การคุ้มครองอารักขา ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า

> ไม่มีการบังคับใด ๆ ใน (การเข้ารับนับถือ) ศาสนาอิสลาม (เพราะ) แน่นอนว่าทางนำ (แห่งอิสลาม) นั้นได้เป็นที่ประจักษ์ชัดแล้วจากความหลงทาง ดังนั้น ผู้ใดปฏิเสธศรัทธาต่อสิ่งเคารพสักการะอื่นจากอัลลอฮฺ (ซ.บ) และศรัทธาต่ออัลลอฮฺ (ซ.บ) แต่เพียงองค์เดียว แท้จริงเขาได้ยึดเหนี่ยวในสายห่วงแห่งอิสลามที่มั่นคงแล้ว โดยจะไม่มีการแตกกระจายออกอีก และอัลลอฮฺ (ซ.บ) ทรงได้ยินและทรงรอบรู้ยิ่ง[๖]

คนเรานั้นจะมีความสุขนั้นจะต้องไม่มีความขัดแย้งภายในจิตใจของตนเอง อิสลามมีทัศนะว่า การที่คนแต่ละคนมีความตระหนักถึงความใกล้ชิดของเขาที่มีต่อพระผู้เป็นเจ้า และเขาก็ตระหนักถึงความเมตตา ความเอาใจใส่และความห่วงใยของพระผู้เป็นเจ้า โดยมิต้องใช้เรื่องประหลาดมหัศจรรย์และปราศจากเหตุผล[๗] ฉะนั้น อิสลามจึงยอมรับว่าสิ่งเร้าทางด้านอารมณ์นั้นเป็นส่วนหนึ่งแห่งธรรมชาติของมนุษย์ แรงเร้าอันนี้ถ้าถูกสนองตอบด้วยความพอประมาณ มันก็จะไม่ขัดกับความปรารถนาของจิตใจ สำหรับความบริสุทธิ์และความต้องการทางด้านจิตวิญาณซึ่งฝังอยู่ในธรรมชาติของมนุษย์[๘] มนุษย์เรานั้นอยู่ในสภาพที่สามารถควบคุมตัวเองได้ เขาตอบสนองความต้องการต่าง ๆ ทางร่างกายของเขา และเพลิดเพลินกับความอุดมสมบูรณ์แห่งชีวิตภายในขอบเขตที่พระผู้เป็นเจ้ากำหนดแก่พวกเขา การควบคุมตัวเองเป็นขั้นแรกที่จะก้าวไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ซึ่งเป็นสิ่งที่เราต้องการเพื่อให้ชีวิตมีความสุข[๙] ดังนั้น มนุษย์จะต้องควบคุมตนเองในการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกายและจิตใจ ภายใต้ขอบเขตที่พระผู้เป็นเจ้าทรงกำหนด ซึ่งก็คือวิถีแบบอิสลาม เพื่อชีวิตที่มีสุขภาพที่ดีและมีความสุข ในขณะเดียวกันนั้นมนุษย์ก็จะต้องยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นไปด้วย ความปรารถนาทั้งสองด้านนี้จะต้องเท่าเทียมกันจะละทิ้งอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ ดังข้อเขียนที่ว่า “สำหรับการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นควบคู่ไปด้วย และความปรารถนาทั้งสองนี้จะต้องทำอย่างเท่าเทียมกัน จะทำอย่างหนึ่งแล้วทิ้งอีกอย่างหนึ่งไม่ได้เป็นอันขาด”[๑๐]

---

[๖] อัล-กุรอาน ๒: ๒๕๖

[๗] ซัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบายมหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** หน้า ๗๗.

[๘] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๘.

[๙] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๙.

[๑๐] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๙.

สรุปได้ว่า ความสุขในศาสนาอิสลาม หมายถึง การดูแลอารมณ์ความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในสภาวะที่แช่มชื่นโดยอิงอาศัยศรัทธาที่มีต่อศาสนาอิสลาม และศาสนาอิสลามนั้นส่งเสริมและแนะนำให้ทุกคนศึกษาความรู้ทางด้านศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม เป็นอันดับแรก โดยเฉพาะมุสลิมจะต้องศึกษาเนื้อหาอิสลามตามลำดับความสำคัญ ซึ่งสิ่งแรกที่จะต้องศึกษาคือ หลักศรัทธาในอิสลามอันจะนำมาซึ่งความสุขทั้งชีวิตในโลกนี้และโลกหน้านั่นเอง

๓.๓ ลักษณะของความสุขในศาสนาอิสลาม

อิสลามมีทัศนะเกี่ยวกับลักษณะของความสุขนั้นเกิดแต่ศรัทธาที่มีต่ออิสลามไว้ว่า มนุษย์เรานั้นจะต้องเป็นผู้ที่มีศรัทธาต่อสิ่งเร้นลับในบางครั้งไม่สามารถสัมผัสได้ ซึ่งการที่มนุษย์จะต้องข้ามความเป็นสัตว์เดรัจฉานที่สามารถรับรู้สรรพสิ่งได้จากผัสสะทั้งห้าเท่านั้น ระหว่างสิ่งที่สัมผัสได้กับสิ่งที่สัมผัสไม่ได้ก็จะไม่มีอุปสรรคและปัญหาเกิดขึ้น เพราะเบื้องหลังความรู้สึกที่ได้จากสัมผัส ยังมีสรรพสิ่งสิ่งถูกสร้างอื่น ๆ อีกมากมายการศรัทธาในสิ่งเร้นลับก็คือบันได้อีกขั้นหนึ่ง ที่มนุษย์จะต้องข้ามมันไปคือข้ามความเป็นสัตว์เดรัจฉานที่ไม่สามารถรับรู้สรรพสิ่งได้นอกจากด้วยผัสสะทั้งห้าของมัน ข้ามไปสู่อีกระดับหนึ่งคือความเป็นมนุษย์ ที่สามารถรับรู้สรรพสิ่งที่เหนือกว่าใหญ่กว่ากว้างไกลกว่าขนาดเนื้อที่ที่เท่ากับตัววัตถุเล็กๆ ที่รับรู้ด้วยสัมผัส[๑๑] อย่างไรก็ตามมนุษย์ก็มีข้อจำกัด อัลลอฮฺทรงประทานความสามารถในการคิดให้มนุษย์ให้เพียงพอสำหรับหน้าที่บนผืนแผ่นดินนี้เท่านั้น แต่กระนั้นมนุษย์เองก็มีข้อจำกัดจึงไม่สามารถที่จะเข้าถึงในสิ่งที่เกินขีดความสามารถของมันไปได้ กำลังสมองหรือกำลังทางความคิดที่ถูกประทานให้แก่มนุษย์นั้น ถูกประทานให้ในขอบเขตที่เพียงพอต่อการทำหน้าที่คอลิฟะฮฺบนผืนแผ่นดินนี้เท่านั้น คอลีฟะฮฺที่ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่ในช่วงเวลาเพียงสั้น ๆ เพื่อการพินิจพิจารณา ทำความเข้าใจ ผลิตคิดค้น พัฒนาตกแต่ง โดยที่จำเป็นต้องมีการพึ่งพาโดยตรงระหว่างพลังทางจิตกับจักรวาลทั้งหมดและจะต้องพึงพาผู้สร้างจักรวาล[๑๒] สติปัญญาของมนุษย์ถูกสร้างขึ้นมาให้เหมาะกับการขบคิดในสิ่งที่เป็นปฐมภูมิเท่านั้น กำลังในการขบคิดอยู่ในขอบเขตที่จำกัดไม่ได้หมายความว่า สามารถใช้ความคิดได้ในทุกสิ่งทุกอย่างอย่างอิสระ การที่จะนำสติปัญญามาใช้อย่างอิสระโดยไม่มีเขตจำกัดเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ การที่บางครั้งสติปัญญาไม่สามารถเข้าถึงมันได้นั้นไม่ได้หมายความว่าสิ่งนั้นไม่มี

ดังที่กล่าวมานี้สามารถสรุปได้ว่ามนุษย์จะต้องศรัทธาในสิ่งเร้นลับที่ผัสสะทั้งห้าไม่สามารถสัมผัสได้เนื่องจากข้อจำกัดของมนุษย์ อย่างไม่ลังเลสงสัยบนความไว้วางใจต่อพระผู้เป็นเจ้า เมื่อมนุษย์มีศรัทธาต่อสิ่งเร้นลับเหนือผัสสะแล้ว มนุษย์สามารถแสดงออกถึงความยำเกรงต่ออัลลอฮฺได้โดยการดำรงละหมาด มุ่งนมัสการอัลลอฮฺแต่เพียงพระองค์เดียว พวกเขาล้มเลิกการบูชามนุษย์ด้วยกันล้มเลิกการบูชาสรรพสิ่ง โดยมุ่งสู่พลังที่ไร้ขีดจำกัด หน้าผากพวกเขาปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะกราบกรานต่ออัลลอฮฺ เขาจะพบว่าการมีชีวิตอยู่ของเขามีเป้าหมายที่ลึกซึ้งกว่าเป้าหมายและความต้องการของสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ บนโลกนี้ เขาจะรู้สึกว่าเขาเองมีพลังมากกว่าสิ่งที่ถูกสร้างอื่น ๆ เพราะเขาเองมีความสัมพันธ์กับผู้ทรงสร้าง และนั่นคือที่มาของพลังทางใจ ซึ่งให้เกิดความเข้มแข็งขึ้น มันเป็นปัจจัยที่

---

[๑๑] ซัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** หน้า ๙๐.

[๑๒] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๑.

สำคัญประการหนึ่งในการอภิบาลบุคคล เป็นสิ่งที่ควบคุมจินตนาการ ควบคุมความรู้สึก ควบคุมจริยธรรมให้อยู่ในครรลองที่ต้องการ[๑๓]

การยอมรับว่าทรัพย์สินที่อยู่ในเมืองของมนุษย์นั้นเป็นสิ่งที่อัลลอฮฺประทานให้ ไม่ได้เป็นสิ่งที่พวกเขาสร้างขึ้นมาเอง ทำให้มนุษย์เกิดความรู้สึกถึงความอ่อนแอของสิ่งถูกสร้าง รู้สึกว่าต้องพึ่งพาผู้ทรงสร้าง ตระหนักในข้อจำกัดของความเป็นมนุษย์ ตระหนักถึงความเป็นพี่น้องกันของความเป็นมนุษย์ และตระหนักในความเป็นพี่น้องกันระหว่างมนุษย์ คุณธรรมดังกล่าวจะช่วยชำระมนุษย์ให้พ้นจากความตระหนี่ที่มีอยู่ โดยมีคุณธรรมเป็นตัวชำระล้าง คุณธรรมอันนี้จะเป็นตัวช่วยผลักดัน ให้เกิดการช่วยเหลือซึ่งกันและกันขึ้น ประกันการเป็นอยู่ให้กับผู้ที่อ่อนแอ ยากไร้กว่าให้ได้อยู่อย่างมีน้ำใจ ไม่ใช่อยู่กับความอยากได้เห็นแก่ตัว หันเขี้ยวเล็บเข้าหากัน ดังนั้น มนุษย์จะต้องใช้จ่ายไปเพื่อการใช้สอยและการจ่ายซะกาต ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติที่สำคัญ การใช้จ่ายจะหมายรวมถึงการบริจาคซะกาต และการบริจาคทานและการบริจาคในทางที่ดีทุกรูปแบบ ได้มีบัญญัติการใช้จ่ายก่อนที่จะมีบัญญัติซะกาตลงมา เพราะการใช้จ่ายคือความหมายเดิมก่อนที่จะมีการจำกัดด้วยบัญญัติซะกาต มีรายงานหะดีษจากท่านรอซูลลุลลอฮฺ ศ็อลฯว่า “แท้จริงสำหรับทรัพย์สินยังมีหน้าที่ที่จะต้องใช้จ่ายนอกเหนือจากการจ่ายซะกาต”[๑๔]

การใช้จ่ายและการจ่ายซะกาตนี้จะช่วยให้มนุษย์ถูกปลดปล่อยออกจากความอยากได้ความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัว และนำมนุษย์ให้ออกห่างจากการบูชาทรัพย์สมบัติ ดังความที่ว่า

> คุณค่าของการใช้จ่ายทรัพย์สินเพื่อสิ่งเหล่านี้ทั้งหมดคือการปลดปล่อยตัวเองออกจากความอยากได้ ความตระหนี่ ความมาเห็นแก่ตัว เป็นการปลดเปลื้องความรู้สึกรัก ทรัพย์สินที่ตนเองมีอยู่ ความรู้สึกที่ไม่อยากใช้จ่ายหรือบริจาคเป็นการควบคุมจิตใจและวิญญาณ เป็นคุณค่าทางจิตใจ[๑๕]
>
> การบริจาคทรัพย์สินเป็นการปลดปล่อยตัวเองออกจากการบูชาทรัพย์สมบัติ ซึ่งจะทำให้ศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ลดลง เป็นการทำให้มนุษย์ล้มคว่ำคะมำหัว เป็นการปลดปล่อยตัวเองออกจากความอยากได้ ความอยากได้ที่บางคนถึงกับยอมทุ่มตัว คุณค่าที่สำคัญของความเป็นมนุษย์ตามทัศนะของอิสลาม เป็นคุณค่าที่อิสลามพยายามให้มีขึ้น อิสลามจึงพยายามปลดปล่อยพวกเขาให้หลุดพ้นจากความอยากได้ ปลดปล่อยออกจากความลังเลใจ ความอ่อนแอ ซึ่งเป็นการปลดปล่อยจากภายในก่อนที่จะเริ่มปลดปล่อยจากภายนอก จากสังคมที่รายล้อมพวกเขาอยู่[๑๖]

คุณค่าของคุณลักษณะข้อนี้คือความรู้สึกอันเป็นหนึ่งเดียวของมนุษย์ มีศาสนาเดียวกัน ศาสดาคนเดียวกัน มีพระเจ้าที่ต้องนมัสการองค์เดียวกัน คุณค่าที่ช่วยชำระล้างนิสัยชาตินิยมที่น่าตำหนิ ทุกแนวทางที่จะเป็นที่ยอมรับหากแนวทางนั้น เป็นแนวทางที่ถูกต้องเที่ยงตรง คุณลักษณะที่ทำให้จิตใจสงบมั่นคงภายใต้การปกป้องของอัลลอฮฺ ที่มีตลอดไปในทุกยุคทุกสมัย การปกป้องที่เริ่มจากการแต่งตั้งศาสนทูตและประทานสาระธรรมแห่งอัลลอฮฺมาด้วยศาสนาและทางนำอันเดียวกันคุณค่าที่

---

[๑๓]ซัยยิด กุฏุบ, **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** หน้า ๙๓.

[๑๔]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๓.

[๑๕]ซัยยิด กุฏุบ, **อรรถาธิบายมหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๒,** แปลโดย สุนทร มาลาตี, (ปัตตานี: เบนฮาลาบี เพรส, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๔.

[๑๖]เรื่องเดียวกัน**,** ๑๕๕.

อยู่ในความภาคภูมิใจและสูงส่งที่มีต่อทางนำที่ได้รับ แม้วันเวลาจะเปลี่ยนไป ทางนำยังคงมั่นคงยั่งยืนเด่นชัด และมนุษย์จะต้องรักษาระดับขอบเขตแห่งความพอประมาณ โดยการใช้กฎระเบียบต่าง ๆ ของอิสลาม พลังงานต่าง ๆ ของมนุษย์ก็จะเป็นอิสระที่จะพัฒนาและยกระดับของชีวิตเนื่องจากกฎระเบียบเหล่านั้น นำมนุษย์ไปสู่การบรรลุผลอันแท้จริงทั้งทางร่างกายและทางด้านจิตวิญญาณ การละเมิดขอบเขตออกนอกลู่นอกทาง เช่น การทุจริต คดโกง การกดขี่ข่มเหง หรือการไม่เชื่อว่าพระเจ้ามีจริง เหล่านี้จะทำให้ธรรมชาติของมนุษย์เลวทรามลง และทำให้ละทิ้งกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ของชีวิต ซึ่งการทำเช่นนี้จะนำมนุษย์ไปสู่ความสุขในชีวิต

สรุปได้ว่า ลักษณะของความสุขในศาสนาอิสลาม มีการที่มุสลิมมีความศรัทธาต่อศาสนา ดำรงชีพด้วยการปฏิบัติตามหลักการและกฎของศาสนามีจิตวิญญาณมุ่งให้เกิดประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์ เช่น การรู้จักให้ (ซะกาต) ซึ่งเป็นวิธีแสดงถึงความพ้นจากความตระหนี่ การไม่คดโกง นั่นเป็นลักษณะอันแสดงให้เห็นถึงลักษณะที่ก่อให้เกิดความสุขในโลกนี้ ซึ่งจะส่งผลถึงความสุขในโลกหน้าตามทัศนะของศาสนาอิสลาม

๓.๔ วิธีการเสริมสร้างความสุขในศาสนาอิสลาม

ชาวมุสลิมเชื่อว่า ศาสนาอิสลามของพวกเขา เป็นศาสนาที่เกิดมาเพื่อสร้างความสมบูรณ์ให้กับโลกมนุษย์นี้ ดังนั้น อิสลามจึงประกอบด้วยบทบัญญัติที่ครอบคลุมทุกด้านของการใช้ชีวิต นอกจากนี้อิสลามได้ถูกประทานลงมาเพื่อมนุษย์ทุกคน และเพื่อเป็นเมตตาสำหรับมนุษย์ทั้งมวล[๑๗] ซึ่งอัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “เรามิได้ส่งเจ้ามาเพื่ออื่นใด เว้นแต่เป็นผู้แจ้งข่าวดีและเป็นผู้ตักเตือนแก่มนุษย์ทั้งหลาย แต่ว่าส่วนมากของมนุษย์ไม่รู้”[๑๘] และว่า “เรามิได้ส่งเจ้ามาเพื่ออื่นใด นอกจากเพื่อเป็นความเมตตาแก่ประชาชาติทั้งหลาย”[๑๙] อันที่จริงแล้ว อิสลามไม่มีการบีบบังคับผู้ที่มีความเชื่อต่างจากตนให้เข้ารับอิสลาม แต่กลับให้มีเสรีภาพและเปิดโอกาสอย่างเต็มที่แก่ผู้ที่มิใช่มุสลิมที่จะยึดมั่นในศาสนาของเขาต่อไป[๒๐] ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “และหากองค์กรอภิบาลของเจ้าทรงประสงค์แน่นอนว่าทุกคนที่อยู่ในแผ่นดินนี้ย่อมศรัทธาต่อพระองค์ ดังนั้น เจ้ายังบังคับขู่เข็ญผู้คนจนกว่าพวกเขาจะเป็นผู้ศรัทธากระนั้นหรือ”[๒๑] ซึ่งอิสลาม จะเปิดโอกาสให้ผู้คนเลือกเอาว่าจะเข้ารับอิสลาม หรือจะคงอยู่ในศาสนาเดิมของพวกเขา หลังจากที่ได้ทำสัญญาที่ทำให้พวกเขาใช้ชีวิตอยู่อย่างสันติ ทั้งด้านศาสนาเกียรติ และทรัพย์สินของพวกเขา และมีความสุขอยู่ภายใต้การคุ้มครองของอัลลอฮฺ (ซ.บ) และนบีของพระองค์ ด้วยเหตุนี้พวกเขาจึงถูกเรียกว่าผู้ที่อยู่ภายใต้การคุ้มครองอารักขา ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า

---

[๑๗]นิรนาม, **สานสันติบาตโลกมุสลิมถึงประชาชนชาวอเมริกัน,** (ปัตตานี: วิทยาลัยอิสลามยะลา, ๒๕๔๖), หน้า ๒๑-๒๗.

[๑๘]อัล-กุรอาน ๓๔: ๒๘

[๑๙]อัล-กุรอาน ๒๑: ๑๐๗

[๒๐]ศอลิหฺ หุสัยน์ อัลอายิด, **สิทธิของชนต่างศาสนิกในประเทศอิสลาม,** หน้า ๔๘.

[๒๑]อัล-กุรอาน ๑๐: ๙๙

> ไม่มีการบังคับใด ๆ ใน (การเข้ารับนับถือ) ศาสนาอิสลาม (เพราะ) แน่นอนว่าทางนำ (แห่งอิสลาม) นั้นได้เป็นที่ประจักษ์ชัดแล้วจากความหลงทาง ดังนั้น ผู้ใดปฏิเสธศรัทธาต่อสิ่งเคารพสักการะอื่นจากอัลลอฮฺ (ซ.บ) และศรัทธาต่ออัลลอฮฺ (ซ.บ) แต่เพียงองค์เดียว แท้จริงเขาได้ยึดเหนี่ยวในสายห่วงแห่งอิสลามที่มั่นคงแล้ว โดยจะไม่มีการแตกกระจายออกอีก และอัลลอฮฺ (ซ.บ) ทรงได้ยินและทรงรอบรู้ยิ่ง[๒๒]

สิ่งที่บ่งบอกถึงความใจกว้างของอิสลามที่มีต่อชนต่างศาสนิกอีกอย่างหนึ่งคือ อิสลามไม่เคยบังคับให้พวกเขาปฏิบัติตามบัญญัติอิสลามดังเช่นที่ชาวมุสลิมต้องปฏิบัติ ดังนั้น พวกเขาจึงได้รับการอนุโลมโดยไม่ต้องชะกาต และอิสลามก็ไม่เคยบังคับให้พลเมืองที่มิใช่มุสลิมออกรบหรือญิฮาดพร้อมกับชาวมุสลิม เช่นเดียวกัน อิสลามไม่อนุญาตให้พลเมืองต่างศาสนิกดำเนินชีวิตตามบัญญัติศาสนาและประเพณีเฉพาะของพวกเขาได้อย่างอิสระ ส่วนในเรื่องของการลงโทษต่อผู้ที่กระทำความผิด บรรดานักปราชญ์ในอิสลามมีมติว่าพลเมืองที่มิใช่มุสลิมจะถูกลงโทษเฉพาะในความผิดที่พวกเขาเองเชื่อว่าเป็นการกระทำความผิดต่อบทบัญญัติศาสนาของพวกเขาและไม่อนุญาต เช่น การลักขโมย การผิดประเวณี เป็นต้น และจะไม่ถูกลงโทษในความผิดที่พวกเขาเชื่อว่าเป็นการอนุญาตในศาสนาของพวกเขา อาทิเช่น การดื่มสุรา กินเนื้อสุกร เป็นต้น ด้วยเหตุผล ในทางตรงกันข้ามกฎหมายอิสลามได้บัญญัติห้ามมิให้มุสลิมกล่าวดูถูกหรือสาปแช่งพระผู้เป็นเจ้าต่าง ๆ อื่น จากอัลลอฮฺ (ซ.บ) ผู้ที่ปฏิเสธศรัทธากราบไหว้บูชาอยู่ เพื่อไม่ให้เป็นชนวนที่นำไปสู่การด่าทอและสาปแช่งอัลลอฮฺ (ซ.บ)[๒๓] สิ่งที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า

> และพวกเจ้าจงอย่าด่าว่าบรรดาผู้ที่กราบไหว้อื่นจากอัลลอฮฺ (ซ.บ) เพราะจะเป็นเหตุให้พวกเขาด่าว่าอัลลอฮฺ (ซ.บ) อย่างเป็นศัตรู โดยปราศจากความรู้ ในทำนองนี้แหละที่เราได้ประดับประดาการงานของทุกประชาชาติ หลังจากนั้นพวกเขาจะกลับจะกลับคืนสู่องค์อภิบาลของพวกเขาแล้วพระองค์ก็จะทรงบอกแก่พวกเขาในสิ่งที่พวกเขาได้กระทำไว้[๒๔]

ซึ่งอิมาน อัล-กุรฎบีย์ได้กล่าวว่า “ไม่อนุญาตให้มุสลิมท่านใดด่าทอเจว็ดรูปปั้นของพวกเขา หรือด่าทอศาสนาของพวกเขา โบสถ์และศาสนาของพวกเขา และไม่อนุญาตให้ก่อสิ่งที่นำไปสู่การดังกล่าว เพราะเท่ากับเป็นชนวนที่นำไปสู่การฝ่าฝืน”[๒๕] ดังนั้น ชาวมุสลิมจึงยกย่องบรรดาศาสนาทูต

---

[๒๒] อัล-กุรอาน ๒: ๒๕๖

[๒๓] ศอลิหฺ หุสัยน์ อัลอายิด, **สิทธิของชนต่างศาสนิกในประเทศอิสลาม,** (ปัตตานี: วิทยาลัยอิสลามยะลา, ๒๕๔๘), หน้า ๓๓ และ ๗๐-๗๑.

[๒๔] อัล-กุรอาน ๖: ๑๐๘

[๒๕] Al-Qurtubi Muhammad อ้างใน ศอลิหฺ หุสัยน์ อัลอายิด, **สิทธิของชนต่างศาสนิกในประเทศอิสลาม,** หน้า ๓๕.

ทั้งหลาย และส่วนหนึ่งของการศรัทธาในอิสลาม คือจะไม่ถือว่าเป็นผู้ศรัทธาที่แท้จริงจนกว่าเขาจะศรัทธาต่อบรรดาศาสนาทูตของอัลลอฮฺ (ซ.บ) ทั้งหลาย[๒๖]

ในกฎหมายอิสลาม มีหลักการที่ยิ่งใหญ่ประการหนึ่ง คือ หลักการพื้นฐานแห่งการเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับชนต่างศาสนานิก แม้ว่าบุคคลเหล่านั้นจะเป็นผู้บูชารูปปั้นหรือผู้ที่นับถือพระเจ้าหลายองค์ก็ตาม พื้นฐานดั้งเดิมแห่งการมีสัมพันธภาพกับชนต่างศาสนานิกนั้นคือการมีสัมพันธภาพที่ดีกับพวกเขา พวกเขาจะได้รับการปฏิบัติดี ความเอื้ออาทรและเมตตา ตราบใดที่ไม่เป็นประจักษ์ชัดว่าพวกเขาได้ตั้งตนเป็นศัตรูกับอิสลามและชาวมุสลิมอย่างชัดแจ้ง[๒๗] โดยที่ อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า

> อัลลอฮฺ (ซ.บ) ไม่ได้ทรงห้ามไม่ให้พวกเจ้ามีคุณธรรม (ทำดี) และยุติธรรมต่อบรรดาชนต่างศาสนานิกที่ไม่ได้สู้รบในเรื่องศาสนากับพวกเจ้า และไม่ได้ขับไล่พวกเจ้าออกจากถิ่นฐานของพวกเจ้า แท้จริงอัลลอฮฺ (ซ.บ) ทรงรักบรรดาผู้ยุติธรรมเสมอ แต่ทว่า อัลลอฮฺ (ซ.บ) ทรงห้ามไม่ให้พวกเจ้าเป็นมิตรและมีสัมพันธ์ที่ดีกับบรรดาผู้ที่สู้รบในเรื่องศาสนากับพวกเจ้าและได้ขับไล่พวกเจ้าออกจากถิ่นฐานของพวกเจ้า ทั้งยังได้ให้ความร่วมมือ (กับบรรดาศัตรูของพวกเจ้าเพื่อ) ขับไล่พวกเจ้าและผู้ใดที่เป็นมิตรสัมพันธ์และช่วยเหลือพวกเขา ดังนั้น พวกเขาเหล่านั้นคือผู้อธรรม[๒๘]

คำว่า “มีคุณธรรม” มีความหมายที่ยิ่งใหญ่กว่าคำว่า “การปฏิบัติดี” แต่มันเป็นสิ่งที่คู่กันเสมอ อิมาน อัล เกาะรอฟีย์ ได้อธิบายถึงจุดประสงค์ที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ใช้คำว่า “มีคุณธรรม” ว่า ต้องมีความเมตตาธรรมต่อผู้ที่อ่อนแอในหมู่พวกเขา ถมช่องว่างแห่งความขัดสนในหมู่พวกเขา ให้อาหารแก่ผู้ที่หิวโหยในหมู่พวกเขา ให้อาภรณ์และเครื่องแต่งกายแก่ผู้เปลือยล่อนจ้อน (ไม่มีเสื้อผ้า) ในหมู่พวกเขา พูดจากับพวกเขาด้วยวาจาที่สุภาพ สร้างความรู้สึกที่เป็นมิตรและเมตตาต่อพวกเขา ไม่ใช่ด้วยวาจาที่ทำให้รู้สึกหวาดกลัวและต่ำต้อยในฐานะ ยอมอดทนต่อการสร้างความรำคาญของพวกเขา ในฐานะที่เป็นเพื่อนบ้าน ถึงแม้ว่าเราจะสามารถขจัดความรำคาญนั้นได้ก็ตาม ทั้งนี้เพื่อการแสดงถึงความจริงใจและเอื้ออารีที่เรามีต่อพวกเขา ไม่ใช่ความหวาดกลัวและความโลภ และคอยวิงวอนต่ออัลลอฮฺ (ซ.บ) อยู่เสมอเพื่อให้พวกเขาได้รับทางนำ และขอให้อัลลอฮฺ (ซ.บ) ทรงบันดาลให้พวกเขาอยู่ในกลุ่มผู้ที่ได้รับความสุขในโลกหน้า และคอยให้คำปรึกษาและแนะนำแก่พวกเขาในทุก ๆ กิจการ ทั้งในเรื่องศาสนาและในเรื่องทางโลกของพวกเขา คอยปกป้องทรัพย์สิน ครอบครัว และเกียรติของพวกเขา และปกป้องสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ ที่พวกเขาพึงได้รับและยอมได้รับอันตรายเพื่อปกป้องพวกเขาจากการถูกอธรรม และเพื่อนำพวกเขาให้ได้รับสิทธิอันชอบธรรมต่าง ๆ

---

[๒๖] ศอลิหฺ หุสัยน์ อัลอายิด, **สิทธิของชนต่างศาสนิกในประเทศอิสลาม,** หน้า ๓๕.

[๒๗] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๐. และยูซุฟ ก็อรฎอวีย์, **หะลาลและหะรอมในอิสลาม,** แปลโดย บรรจง บินกาซัน, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์หนังสืออิสลาม, ๒๕๔๙), หน้า ๔๓๐-๔๓๒.

[๒๘] อัล-กุรอาน ๖๐ : ๘-๙

อบูเกาะตาดะฮฺเล่าว่า “หลังจากกลุ่มชาวคริสต์แห่งเมือง อะบิสซีเนีย (เอธิโอเปีย)ได้เดินทางมาหาท่านนบีมูฮัมมัด ศ็อลฯ ท่านได้ให้พวกเขาพักในมัสยิดของท่านและท่านดีรับรองแขกและคอยรับใช้พวกเขาด้วยตัวเอง มารยาทที่ท่านได้ปฏิบัติต่อชาวอบิสเนียเช่นนี้เป็นการตอบแทนคุณพวกเขา ซึ่งท่านได้กล่าวว่า ‘แท้จริงเมื่อครั้งก่อนพวกได้เคยรับรองและให้เกียรติต่อบรรดาสหาย(เศาะฮาบะฮฺ)ของเรา เมื่อครั้งที่พวกเขาได้อพยพไปอบิสเนีย(เอธิโอเปีย) ดังนั้น ฉันจึงอยากตอบแทนในเกียรติของพวกเขาด้วยตัวฉันเอง”[๒๙] ในขณะเดียวกัน กฎหมายอิสลามได้บัญญัติห้ามมุสลิมมิให้กระทำการอย่างใดอย่างหนึ่งที่ทำให้ตนเองพ้นสภาพจากการเคารพนับถืออิสลามไปสู่ศาสนาอื่น หรือไปสู่การไม่มีศาสนา โดยหากกระทำด้วยความสมัครใจไม่ได้ถูกขู่บังคับประการใด ซึ่งฮัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “ผู้ใดปฏิเสธศาสนาของอัลลอฮฺ (ซ.บ) หลังจากที่เขาได้ศรัทธาแล้วเขาจะได้รับความกริ้วจากอัลลอฮฺ (ซ.บ) เว้นแต่ผู้ที่ถูกบังคับทั้ง ๆ ที่หัวใจเต็มเปี่ยมไปด้วยศรัทธา แต่ผู้ใดเปิดหัวอกของเขาโดยการปฏิเสธศรัทธา พวกเขาจะได้รับความกริ้วจากอัลลอฮฺ (ซ.บ) แต่สำหรับพวกเขาจะได้การลงโทษอย่างมหันต์”[๓๐]

ท่านนบีมูฮัมมัด ศ็อลฯ กล่าวว่า “ผู้ใดที่เปลี่ยนศาสนาจงฆ่าเขา”[๓๑] ซึ่งการกระทำที่สำคัญจะเกิดขึ้นมากที่ทำให้มุสลิมพ้นจากอิสลาม[๓๒] คือ

ประการที่หนึ่ง การตั้งภาคีในปฏิบัติศาสนกิจ (อิบาดะฮฺ) ต่ออัลลอฮฺ (ซ.บ) เช่นการวิงวอน การขอความช่วยเหลือ การบนบาน และการเชือดสัตว์พลีต่อคนตาย เป็นต้น

ประการที่สอง การกระทำที่ทำให้เขากับอัลลอฮฺ (ซ.บ) มีสื่อกลาง โดยวิงวอนต่อผู้เป็นสื่อกลางเหล่านั้น โดยขอร้องให้ผู้เป็นสื่อกลาง ช่วยไถโทษ ต่ออัลลอฮฺ (ซ.บ)และมอบหมายกิจการต่อเขาเหล่านั้น

ประการที่สาม การที่ถือว่าผู้ตั้งภาคีต่ออัลลอฮฺ (ซ.บ) เป็นผู้ปฏิเสธศรัทธาอิสลามหรือสงสัยในการเป็นผู้ปฏิเสธศรัทธาอิสลามหรือถือว่าความคิดของคนเหล่านั้นถูกต้อง

ประการที่สี่ เชื่อมั่นว่าข้อชี้นำหรือข้อตัดสินของบุคคลอื่นจากท่านนบีมูฮัมมัด ศ็อลฯ ดีกว่าข้อชี้นำและข้อตัดสินของนบีมูฮัมมัด ศ็อลฯ รวมทั้งผู้ที่เชื่อว่า กฎหมายและระบอบการเมืองการปกครองต่าง ๆ ที่มนุษย์บัญญัติขึ้นนั้นประเสริฐเลิศกว่าบทบัญญัติแห่งอิสลาม หรือเชื่อมั่นว่าระบอบของอิสลามไม่เหมาะสมกับที่จะนำมาใช้กับยุคปัจจุบัน หรือเป็นสาเหตุความล้าหลังของมุสลิมหรือระบอบที่จำกัดเฉพาะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหนึ่งกับบุคคลผู้เป็นเจ้าของเขาโดยไม่มีความเกี่ยวข้องในกิจการการดำเนินชีวิตด้านอื่น ๆ และการที่มีความเห็นว่าการนำเอาบทบัญญัติของอัลลอฮฺ (ซ.บ) มาใช้ในการตัดมือขโมย หรือลงโทษผู้ทำผิดในประเวณีที่ผ่านการแต่งงานแล้วด้วยการขว้างจนตายนั้นไม่เหมาะสมกับยุคปัจจุบัน และรวมอยู่ในประการนี้เช่นกันผู้ที่เชื่อมั่นว่า อนุมัติที่ใช้ข้อตัดสิน

---

[๒๙]ศอลิหฺ หุสัยน์ อัลอายิด, **สิทธิของชนต่างศาสนิกในประเทศอิสลาม**, หน้า ๑๓๐-๑๓๓.

[๓๐]อัลกุรอาน ๑๖: ๑๖

[๓๑]หะดิษ: บุคอรี อ้างใน มูฮัมมัดซากี เจ๊ะหะ, **บทลงโทษในอิสลาม,** หน้า ๙๘.

[๓๒]อับดุลอะซีซ บินอับดิลลาฮฺ บินบาซ, **หลักการเชื่อมั่นที่ถูกต้องและที่ตรงกันข้าม**, แปลโดย อิมรอน มะกูดี, (สำนักงานความร่วมมือเพื่อเผยแพร่และสอนอิสลามอัร-ร็อบวะฮฺ กรุงริยาดประเทศซาอุดิอาระเบีย, ฮ.ศ.1427 - ค.ศ. 2006), หน้า ๕๘-๖๓

อื่นจากบทบัญญัติ ของอัลลอฮฺ (ซ.บ) ได้ในด้านความสัมพันธ์ ระหว่างมนุษย์กับบทลงโทษ เรื่องอื่นจากนั้น

ประการที่ห้า ผู้ใดเกลียดชังสิ่งใดที่นบีมูฮัมมัด ศ็อลฯ นำมาถึง แม้เขาจะปฏิบัติสิ่งนั้นก็ตามทั้ง ๆ ที่เกลียดชัง ซึ่งอัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “ทั้งนี้เพราะว่าพวกเขาเกลียดชังสิ่งที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ทรงประทานลงมา พระองค์จึงทรงทำให้งานของพวกเขาไร้ผล”[๓๓]

ประการที่หก การเย้ยหยันเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่เป็นศาสนาของนบีมูฮัมมัด ศ็อลฯ หรือเย้ยหยันผลรางวัลหรือการลงโทษเรื่องนั้น ๆ ซึ่งอัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า

> และถ้าหากเจ้าได้ถามพวกเขา แน่นอนพวกเขาจะกล่าวว่า แท้จริงพวกเราเป็นเพียงแต่พูดสนุกและพูดเล่นเหล่านั้น จงกล่าวเถิด (มุฮัมมัด) ว่าต่อ อัลลอฮฺ (ซ.บ) และบรรดาโองการของพระองค์และรอซูลของพระองค์ กระนั้น พวกท่านอย่าแก้ตัวเลย แท้จริงพวกท่านได้ปฏิเสธแล้ว หลังจากการมีศรัทธาของพวกท่าน พวกเราจะอภัยโทษให้แก่กลุ่มหนึ่งในหมู่พวกเจ้า เราก็จะลงโทษอีกกลุ่มหนึ่ง เพราะว่าพวกเขาเป็นผู้กระทำความผิด[๓๔]

ประการที่เจ็ด การใช้ไสยศาสตร์หรือเวทมนต์คาถา การเชื่อในโชคลางไสยศาสตร์และการไปหาหมอดู หมอเวทมนต์คาถาหรือหมอเวทมนต์คาถาเพื่อรักษาความเจ็บป่วย หรือเพื่อขจัดความยุ่งยาก การสนับสนุนและเชื่อในสิ่งที่หมอดูหรือเวทมนต์คาถาบอก การสวมใส่ลูกประคำเปลือกหอยเครื่องรางของขลัง หรือการอ่านคาถาเป่าเสกเพื่อรักษาโรคภัยไข้เจ็บ และการกำหนดลางร้ายจากสิ่งของ สถานที่ เวลา บุคคลและอื่น ๆ [๓๕] ดังอัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “จงกล่าวเถิด ไม่มีผู้ใดในชั้นฟ้าทั้งหลายและแผ่นดินรู้ในสิ่งพ้นญาณวิสัย นอกจาก อัลลอฮฺ (ซ.บ)”

ประการที่แปด การช่วยเหลือพวก มุชริกิน และร่วมมือในพวกเขาในการเอาชนะต่อบรรดามุสลิม ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “และผู้ใดในหมู่พวกเจ้า เอาพวกเขามาเป็นมิตรไซร้ ผู้นั้นก็เป็นคนหนึ่งในพวกเขา แท้จริง อัลลอฮฺ (ซ.บ) ไม่ชี้แนะนำกลุ่มชนที่อธรรม”[๓๖]

ประการที่เก้า การเชื่อมั่นว่าเขาสามารถที่จะไม่ใช้บทบัญญัติของนบีมุฮัมมัด ศ็อลฯ เขาผู้นั้นเป็นผู้ปฏิเสธ ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “และผู้ใดแสวงหาศาสนาหนึ่งอื่นจากอิสลาม ศาสนานั้นก็จะไม่ถูกรับการเข้าเป็นอันขาด และปรโลกของพวกเขาจะอยู่ในหมู่ผู้ขาดทุน”[๓๗]

ประการที่สิบ การผินหลังให้ศาสนาของอัลลอฮฺ (ซ.บ) โดยที่เขาไม่ศรัทธาและไม่ปฏิบัติตามที่ศาสนาใช้ ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “และใครเล่าจะอธรรมยิ่งไปกว่าผู้ที่ได้ถูกเตือนให้ระลึกถึง

---

[๓๓] อัล-กุรอาน ๑๖: ๑๖

[๓๔] อัล-กุรอาน ๙: ๖๕-๖๖

[๓๕] ดูเพิ่มเติม ยูซุฟ ก็อรฎอวีย์, **หะลาลและหะรอมในอิสลาม,** หน้า ๓๐๖-๓๒๐, และอับดุลอะซิซ บิน อับดิลลาฮฺ บินบาซ, **หลักการเชื่อมั่นที่ถูกต้องและที่ตรงกันข้าม**, หน้า ๖๑

[๓๖] อัล-กุรอาน ๕: ๕๑

[๓๗] อัล-กุรอาน ๓: ๘๕

โองการต่างๆของผู้เป็นเจ้าของเขาแล้วเขาก็ผินหลังให้มันแท้จริงเราเป็นผู้ลงโทษบรรดาผู้กระทำความผิดอย่างรุนแรง”[๓๘]

ซึ่งการกระทำสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ไม่ว่าจะเกิดขึ้นมาด้วยการเย้ยหยันหรือการล้อเล่น จริงจังหรือหวาดกลัวก็ตาม จะทำให้มุสลิมพ้นจากอิสลามทั้งสิ้น เว้นแต่ในกรณีที่ถูกบังคับเท่านั้น[๓๙] ซึ่งนักกฎหมายส่วนใหญ่มีทัศนะการผิดฐานจากอิสลามมีบทลงโทษ กล่าวคือผู้กระทำผิดจะถูกประหารชีวิต ทั้งนี้อิสลามไม่ใช่เป็นเพียงศาสนาแต่ยังเป็นวิถีชีวิต อิสลามได้บัญญัติกฎเกณฑ์ มิใช่เพียงเพื่อควบคุมความประพฤติของปัจเจกบุคคลเท่านั้น แต่ยังเป็นกฎที่ควบคุมความสงบเรียบร้อยของสาธารณะอีกด้วย ดังนั้น การหันเหจากศาสนาอิสลามจึงถือเป็นการปฏิวัติ การล้มเลิก ต่อต้าน หรือขาดความเลื่อมใสต่อระบอบการดำเนินชีวิตของอิสลาม หรือระบอบการเมืองการปกครองและระบอบกฎหมายของมุสลิมและรัฐอิสลามนั้นเอง[๔๐]

วิธีการเสริมสร้างความสุขทางศาสนาอิสลามมีอย่างเดียว คือ การมีศรัทธาต่ออัลลอฮฺเกิดขึ้นในจิตใจ ใครก็ตามที่เขาได้ศรัทธาต่ออัลลอฮฺ โดยแท้จริงเขาจะพบว่าทุกวินาที ที่เขามีชีวิตอยู่มันเต็มไปด้วยความสุข ท่านนบี สอนให้มีความพอใจในสิ่งที่อัลลอฮฺได้กำหนดให้ จากปัจจัยชีพที่พยายามแสวงหาแล้ว สิ่งที่ได้แสวงหามาทำให้มีความพอใจ จึงควรรู้จักขอบคุณต่ออัลลอฮฺ หากสามารถทำเช่นนั้นได้ จะกลายเป็นคนที่ร่ำรวย เพราะความพอใจในสิ่งที่อัลลอฮฺได้แบ่งให้ และแน่นอนทรัพย์สมบัติที่ได้มานั้นเป็นสิ่งที่มีความจำเริญ (บารอกะฮ) ความดีงามในทรัพย์สิน ดังนั้น การที่จิตใจผูกพันต่ออัลลอฮฺ อยู่ตลอดเวลาไม่ว่าอยู่ในสถานะใด อยู่ ณ ที่ใด จิตชีวิตของเราก็จะมีแต่ความสุข และการที่คนเราประสบกับความยากลำบากก็เนื่องจากการหันให้กับการรำลึกถึงอัลลอฮฺ จิตใจได้ขาดการสื่อสารต่อพระองค์ อัลลอฮฺ ได้ตรัสไว้ในอัล-กุรอานว่า “ผู้ศรัทธาจะมีจิตใจที่สงบนิ่ง เมื่อเขาได้รำลึกถึงอัลลอฮฺ นี่คือความมหัศจรรย์ที่อัลลอฮฺ ได้ประทานให้”[๔๑]

สรุปแล้ว วิธีการเสริมสร้างความสุขทางศาสนาอิสลาม ก็คือ การมีความเชื่อหรือมีความศรัทธาต่ออัลลอฮฺอย่างมั่นคง ซึ่งอัลลอฮฺเป็นผู้กำหนดกฎอิสลามขึ้นมาเพื่อให้มุสลิมปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุข ซึ่งวิธีการนั่นเป็นเหตุแห่งความสุขของสังคม แม้แต่มุสลิมบุคคลเองก็มีความสุข เพราะเมื่อไม่เบียดเบียนใครก็ไม่หวั่นที่จะถูกคนอื่นปองร้าย ก็เกิดความสุขทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ดังนั้น วิธีการสำคัญของการเสริมสร้างความสุขแก่มุสลิมโดยรวมก็คือความศรัทธาต่ออัลลอฮฺ ผู้กำหนดบทบาทของมุสลิมให้ปฏิบัติในศาสนาอิสลามนั่นเอง

---

[๓๘] อัล-กุรอาน ๓๒: ๒๒

[๓๙] อับดุลอะซิซ บินอับดิลลาฮฺ บินบาซ, **หลักการเชื่อมั่นที่ถูกต้องและที่ตรงกันข้าม**, หน้า ๖๑-๖๒.

[๔๐] มูฮัมมัดซากี เจ๊ะหะ, **บทลงโทษในอิสลาม,** หน้า ๙๘ และ ๑๑๐-๑๑๕.

[๔๑] อิสมาอีล กอเซ็ม, **ความสุขที่แท้จริงหาได้ที่ไหน ?**, **The Islamic Foundation,** [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www. islammore.com/view/2753, (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

๓.๕ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม

ในอิสลาม มนุษย์เป็นสิ่งที่ถูกสร้างของอัลลอฮฺ (ซ.บ) โดยที่พระองค์ได้สร้างขึ้นโดยไม่มีเป้าหมายอื่นใดนอกจากเพื่อมนุษย์เคารพภักดีต่อพระองค์เท่านั้น ซึ่งอัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “และข้ามิได้สร้างหญิงและมนุษย์เพื่ออื่นใด เว้นแต่เพื่อเคารพภักดีแต่ข้า” [๔๒] ด้วยเป้าหมายนี่เดียวเอง มนุษย์ยังได้รับการยกย่องและเชิดชูเกียรติให้ทำหน้าที่เป็นตัวแทนหรือผู้ปกครองของพระองค์บนโลกนี้อีกด้วย โดยปฏิบัติหน้าที่ของการเป็นตัวแทนตามครรลองที่พระองค์ได้ทรงบัญญัติไว้ ดังนั้น มนุษย์มีหน้าที่และความรับผิดชอบในการปกครองพิภพพร้อมทั้งได้รับอำนาจทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นปัจจัยสำหรับการทำภารกิจดังกล่าวให้สำเร็จลุล่วง โดยได้รับมอบหมายหน้าที่และความรับผิดชอบหลายด้าน เช่น ด้านการปฏิบัติต่ออัลลอฮฺ (ซ.บ) โดยตรงด้วยการละหมาด และการถือศีลอด ด้านการปฏิบัติต่อตนเองโดยการควบคุมอารมณ์ ด้านการปฏิบัติต่อผู้อื่นในฐานะสมาชิกของสังคม รวมไปถึงการปฏิบัติต่อทรัพย์สินและทรัพยากรธรรมชาติ ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญในการมีหน้าที่และความรับผิดชอบของมนุษย์ซึ่งมีอำนาจในการตัดสินใจระดับหนึ่ง โดยมีความรู้ว่าตนเองตัดสินใจอย่างไรและสามารถเล็งผลล่วงหน้าจากสิ่งที่ตนกระทำได้ ความเป็นอิสระของมนุษย์เป็นรากฐานให้มนุษย์ต้องรับผิดชอบหน้าที่ รับผิดชอบต่อศีลธรรม ซึ่งอิสลามถือว่าเจตนาเป็นสิ่งสำคัญที่จะกำหนดผลการกระทำของคนแต่ละคน เพราะฉะนั้น คนแต่ละคนต้องรับผิดชอบต่อการตัดสินใจดำเนินชีวิตของคน การกระทำที่ดีแท้เกิดจากเจตนาที่ดี การกระทำดีเพียงรูปแบบภายนอกโดยไม่มีเจตนาที่ดี อันเกิดจากการเห็นแก่ตัวหรือการบังคับ ไม่อยู่ในเงื่อนไขที่จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติประสบความสำเร็จตามที่ศาสนาต้องการ

ผู้สูงอายุชาวมุสลิมในทัศนะของศาสนาอิสลาม คือผู้ที่ผ่านประสบการณ์ชีวิตมายาวนานและเป็นผู้ประพฤติปฏิบัติตามหลักการอิสลามมาเริ่มต้นแต่หลักศรัทธาในอัลลอฮฺ ดังนั้น ในประเด็นนี้ผู้วิจัยจะกล่าวถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม โดยอาศัยหลักการทางศาสนาอิสลามเป็นเครื่องจรรโลงชีพ เป็นหลักส่งเสริมให้เกิดความสุขทั้งด้านร่างกายและจิตใจแก่ผู้สูงอายุรวมถึงมุสลิมทั่วไป ดังนี้

๓.๕.๑ หลักศรัทธาหรือความเชื่อในศาสนา (อีมาน)

หลักศรัทธาคือหลักคำสอนที่มุสลิมทุกคนจะต้องเชื่อว่าเป็นความจริงแท้และต้องยึดถืออย่างมั่นคง แม้จะไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยสัมผัสทั้ง ๕ ก็ตาม ซึ่งหลักศรัทธามี ๖ ประการ คือ

๑) ศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้า

คำว่า ศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้า หมายถึง มุสลิมต้องเชื่อมั่นและศรัทธาในพระเจ้า ซึ่งเรียกว่า อัลลอฮฺ พระองค์ทรงเป็นพระเจ้าและมีอยู่จริง มุสลิมทุกคนต้องศรัทธาในอัลลอฮฺว่า เป็นพระเจ้าองค์เดียว และเป็นผู้ทรงคุณลักษณะดังนี้ คือ ทรงมีอย่างแน่นอน ไม่มีข้อสงสัย ทรงมีมาก่อนสรรพสิ่งทั้งปวง ทรงเป็นผู้สร้างทุกสิ่งทุกอย่างในเอกภพ ทรงดำรงอยู่ได้โดยพระองค์เอง ไม่มีใครสร้างพระองค์ ทรงเป็นผู้มีอยู่ตลอดกาล ไม่มีจุดเริ่มต้นและไม่มีจุดจบ ทรงเอกานุภาพ ไม่มีสิ่งใดเป็นภาคี

---

[๔๒] อับดุลอะซิซ บิน อับดิลลาฮฺ บินบาซ, **หลักการเชื่อมั่นที่ถูกต้องและที่ตรงกันข้าม**, หน้า ๕-๖.

ทรงสรรพเดช ทรงเป็นผู้รู้ในทุกสิ่ง ทรงความยุติธรรม ทรงพระเมตตา ทรงเป็นผู้พิพากษาในการตัดสินชีวิตมนุษย์ในวันสุดท้ายที่เรียกว่า วันพิพากษา ดังข้อความในคัมภีร์อัลกุรอาน ว่า “จงกล่าวเถิด (มุฮำมัด) ว่า อัลลอฮฺทรงมีอยู่องค์เดียว ทรงเป็นที่พึ่งของสรรพสิ่งทั้งมวล ไม่ทรงมีบุตร ไม่ทรงเป็นบุตรของใคร และไม่มีแบบอย่างใด ๆ ที่เทียบกับพระองค์ได้”[๔๓] ดังนั้น ผู้สูงอายุนั้น จะต้องมีศรัทธาที่แท้จริงต่ออัลลอฮฺ ศรัทธาที่แท้จริงของผู้สูงอายุต่ออัลลอฮฺนั้น หมายถึง การที่ผู้สูงอายุนั้นถวายทั้งกายและใจให้แก่พระองค์ การปฏิบัติผิดไปจากนี้ เช่น การยอมรับนับถือพระเจ้าองค์อื่นด้วย หรือการนับถือสิ่งอื่นใดเทียบเท่าพระองค์ถือว่าเป็นบาปมหันต์ที่มิอาจยกโทษให้ได้ ผู้สูงอายุมุสลิมที่ศรัทธาต่ออัลลอฮฺอย่างแท้จริงจะทำให้เขาละเว้นจากการทำชั่ว ทำแต่ความดี มีพลังใจที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะดีหรือร้าย การศรัทธาต่ออัลลอฮฺจึงเป็นหัวใจของการเป็นมุสลิม

๒) ศรัทธาในมลาอิกะฮฺ

เสาวณี จิตหมวด ได้อธิบายว่า มลาอิกะฮฺ เป็นบ่าวของพระเจ้าประเภทหนึ่ง บางทีเรียกว่า เทวทูต ซึ่งมีคุณลักษณะแตกต่างไปจากมนุษย์ เช่น ไม่กิน ไม่ดื่ม ไม่นอน ไม่มีเพศ ไม่กระทำสิ่งใดตามอารมณ์ชอบ มนุษย์ไม่ทราบรูปร่างที่แท้จริง คือไม่อาจเห็นตัวตนได้ แต่ มลาอิกะฮฺ สามารถแปลงร่างต่าง ๆ ได้ตามบัญชาของพระเจ้า มลาอิกะฮฺถูกสร้างขึ้นมาเป็นจำนวนมาก โดยมีชื่อและหน้าที่ต่าง ๆ กัน เช่น

(๑) มลาอิกะฮฺที่ชื่อ ญิบรออีล มีหน้าที่นำโองการจากพระผู้เป็นเจ้าถ่ายทอดให้แก่ท่านศาสดา

(๒) มลาอิกะฮฺที่ชื่อ เราะกิบ-อติด ทำหน้าที่บันทึกความดี ความชั่วของมนุษย์แต่ละบุคคล

(๓) มลาอิกะฮฺที่ชื่อ อิสรออีล ทำหน้าที่ถอดวิญญาณมนุษย์ออกจากร่าง

(๔) มลาอิกะฮฺที่ชื่อ มุนกัร-นากีร ทำหน้าที่สอบสวนผู้ตาย ณ หลุมฝังศพ[๔๔]

ผู้ที่จะเป็นมุสลิมอย่างสมบูรณ์ได้ ต้องศรัทธาว่ามลาอิกะฮฺหรือเทวทูตเหล่านี้ว่ามีจริงอันจะเป็นผลดีแก่ผู้ศรัทธาเอง คือจะทำให้เขาทำแต่ความดี ละเว้นความชั่ว เพราะแต่ละคนมีเทวทูตคอยบันทึกผลความดีและความชั่วอยู่ตลอดเวลา

๓) ศรัทธาในบรรดารอซูล หรือศาสนทูต

มุสลิมเชื่อว่าโลกมนุษย์ในแต่ละยุคที่ผ่านมานับจากยุคแรก คือ อาดัมนั้นต้องมีศาสดาหรือศาสนทูต เป็นผู้รับบทบัญญัติของพระเจ้ามาประกาศเพื่อเผยแผ่โองการของพระเจ้า ซึ่งศาสนทูตนั้นมีจำนวนมากมาย ลักษณะคำประกาศของแต่ละศาสดาย่อมผิดแปลกไปตาม ยุคสมัย แต่สิ่งหนึ่งที่ทุกศาสดาประกาศออกมาเหมือนกัน คือ ความเชื่อในพระเจ้าองค์เดียวกันและห้ามกราบไหว้บูชาวัตถุโดยสิ้นเชิง บรรดาศาสดาที่รับโองการพระเจ้ามาเผยแผ่เท่าที่มีปรากฏในคัมภีร์อัลกุรอานมีทั้งสิ้น ๒๕ ท่าน

---

[๔๓] อัล-กุรอาน ๑-๔.

[๔๔] เสาวณี จิตหมวด, **วัฒนธรรมอิสลาม,** พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ทางนำ, ๒๕๓๕), หน้า ๑๘.

บรรดารอซูลหรือศาสนทูตที่อัลลอฮฺทรงส่งมานั้น ล้วนได้รับการเลือกเฟ้นมาจากสามัญชน เพื่อเป็นแบบอย่างแก่มนุษย์ และเพื่อพวกเขาจะได้เจริญรอยตามได้โดยง่าย อัลลอฮฺตรัสไว้ใน สูเราะฮฺอิบรอฮีม อายะฮฺที่ ๑๑ ความว่า

> บรรดารอซูลของพวกเขากล่าวแก่พวกเขาว่า พวกเรามิใช่อื่นใดนอกจากเป็นปุถุชนเยี่ยงพวกท่าน แต่ทว่าอัลลอฮฺทรงโปรดปรานผู้ที่พระองค์ทรงประสงค์จากปวงบ่าวของพระองค์ไม่บังควรใด ๆ แก่เราที่จะนำหลักฐานมาแสดงแก่พวกท่าน เว้นแต่โดยอนุมัติของอัลลอฮฺเท่านั้น[๔๕]

มานพ วงศ์เสงี่ยม กล่าวถึง คุณสมบัติของศาสนทูต มี ๔ ประการ คือ

๑. ศิดกุน คือ วาจาสัตย์ ไม่พูดเท็จ

๒. อะมานะฮ์ คือ ไว้วางใจได้ ซื่อสัตย์สุจริต ไม่กระทำความชั่วฝ่าฝืน บทบัญญัติของอัลลอฮฺ

๓. ตับลิค คือ นำศาสนามาเผยแผ่แก่มนุษย์โดยทั่วถึงไม่ปิดบังแม้แต่น้อย

๔. ฟะตอนะฮ์ คือ เฉลียวฉลาด[๔๖]

บรรดาศาสดาทุกท่าน เป็นมนุษย์ธรรมดานี่เอง จึงดำรงชีวิตแบบสามัญชนทั่วไป มีการกินอยู่หลับนอน แต่งงานและประกอบอาชีพ สาเหตุที่พระเจ้าเลือกคนธรรมดาขึ้นมาเป็นศาสดา ก็เพราะความเป็นศาสดา หมายถึง การเป็นตัวอย่างในการปฏิบัติตามคำสอนของตัวเองที่ได้รับมาจากพระเจ้า หากศาสดาไม่ใช่คนสามัญชนธรรมดาแบบเดียวกับประชาชนทั่วไป คำสอนก็จะขาดการนำไปปฏิบัติ ซึ่งในที่สุดคำสอนก็จะหมดความหมาย และแน่นอนก็จะไม่มีใครพร้อมที่จะนำไปประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตอีกด้วย ทุกสิ่งทุกอย่างที่ศาสดาสอนผู้อื่น ท่านก็ปฏิบัติเช่นนั้นด้วย คำสอนที่ท่านสอนออกไปจึงเป็นกฎหมายที่ท่านต้องปฏิบัติตาม เพราะสิ่งที่ท่านสอนก็คือ บทบัญญัติที่พระเจ้าทรงดำรัสผ่านมาทางท่านนั่นเอง

ศาสนาอิสลามจำแนกศาสนทูต หรือผู้แทนของพระอัลลอฮ หรือผู้รับโองการจากพระเจ้าให้นำบัญญัติของพระองค์มาสั่งสอน ชี้แนะแก่มวลมนุษย์ด้วยกัน ในแต่ละยุคแต่ละสมัย ออกเป็น ๒ ประเภท คือ

๑. ผู้ได้รับมอบหมายหน้าที่ให้ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีตามบทบัญญัติของพระเจ้าเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ศาสนทูตประเภทนี้เรียกว่า “นบี”

๒. ผู้ได้รับมอบหมายหน้าที่ให้ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีตามบทบัญญัติของพระเจ้าทำการเผยแผ่บทบัญญัตินั้นแก่มวลมนุษย์ชาติทั่วไปด้วย ศาสนทูตประเภทนี้เรียกว่า “ซูล” หรือ “รอซูล”

---

[๔๕] อัล-กุรอาน ๑๑.

[๔๖] มานพ วงศ์เสงี่ยม, **หลักศรัทธาของศาสนาอิสลาม,** (กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท., ๒๕๑๑), หน้า ๓๘.

ส่วนท่านนบีมุฮัมมัด ชาวมุสลิมเชื่อกันว่า ท่านเป็นทั้งนบีและรอซูล เพราะท่านเป็นแบบอย่างที่ดีตามบทบัญญัติของพระอัลลอฮฺและเป็นผู้เผยแผ่บทบัญญัตินั้นแก่มวลมนุษยชาติอีกด้วย

๔) ศรัทธาในพระคัมภีร์

คัมภีร์ที่ว่านี้หมายถึงคัมภีร์จำนวน ๑๐๔ เล่มที่อัลลอฮฺได้ประทานแก่เหล่าศาสนทูตของพระองค์ เพื่อนำมาประกาศเผยแผ่แก่ปวงประชาชาติให้เห็นห่างจากความมืดมน ไปสู่ทางอันสว่างไสวและเที่ยงตรง ซึ่งคัมภีร์ที่สำคัญมีอยู่ ๔ คัมภีร์ คือ (๑) คัมภีร์โทราหหรือเตารอต (Torah) ประทานแก่นบีมูซา หรือโมเสส (Moses) เป็นภาษาฮีบรู (๒) คัมภีร์ซะบูร์ (Zaboor) ประทานแก่นบีดาวูดหรือดาวิด (David) เป็นภาษาอียิปต์โบราณ (๓). คัมภีร์อินญีล (Injeel or Gospel) ประทานแก่นบีอีซาหรือเยซู (Jesus) เป็นภาษาซีเรียโบราณ และ (๔) คัมภีร์อัล-กุรอาน (Al-Quran) ประทานแก่นบีมุฮัมมัด (Muhammad) เป็นภาษาอาหรับ อัล-กุรอานเป็นคัมภีร์ฉบับสุดท้ายที่สมบูรณที่สุดและมุสลิมเชื่อว่าท่านนบีมุฮัมมัด เป็นนบีคนสุดท้าย คัมภีร์ต่าง ๆ ทั้งหมดนี้สรุปคำสอนได้เป็น ๒ ประการ คือ (๑) สอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า (๒) สอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน

มุสลิมมิได้ศรัทธาเฉพาะคัมภีร์อัล-กุรอานเท่านั้น แต่ศรัทธาว่าแท้จริงแล้วอัลลอฮฺ ทรงประทานให้แก่บรรดานบีก่อน ๆ ด้วย ส่วนอัล-กุรอานเป็นคัมภีร์สุดท้ายที่สมบูรณ์เพราะมิได้ถูกสังคายนาหรือแต่งเติมแก้ไขหรือดัดแปลงแต่ประการใด และอัล-กุรอานได้ยืนยันความถูกต้องของคัมภีร์ก่อน ๆ ดังปรากฏในอัล-กุรอาน สูเราะฮฺอาละอิมรอน อายะฮฺที่ ๙๗ ความว่า

> พระองค์ได้ทรงประทานคัมภีร์นั้น (คัมภีร์อัล-กุรอาน) ลงมาแก่เจ้าเป็นครั้งคราว พร้อมด้วยความจริง เพื่อยืนยันคัมภีร์ที่อยู่เบื้องหน้าคัมภีร์นั้น (คัมภีร์อัตเตารอต และอัล-อันญีล) และได้ทรงประทานอัตเตารอต และอัล-อินญีล[๔๗]

๕) ศรัทธาในวันพิพากษา

ศาสนาอิสลามเรียกโลกในปัจจุบันว่า โลกดุนยาและอธิบายว่าดุนยาเป็นโลกแห่งการทดลองไม่จีรังยั่งยืนรอวันแห่งความพินาศแตกสลายเรียกว่าวันกียามะฮฺ ซึ่งเป็นวันพิพากษาหรือวันกำเนิดปรโลกโลกใหม่ที่เกิดขึ้นในวันดังกล่าวเป็นโลกอมตะเรียกว่าโลกอาคีรัต มนุษย์และสรรพสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นในโลกนี้จะมีชีวิตเป็นนิรันดร ในวันกียามะฮ์นี้ ทุกชีวิตที่ตายไปแล้วจะกลับฟื้นคืนชีพอีกครั้งหนึ่ง เพื่อชำระผลกรรมที่ทำไว้สมัยที่มีชีวิตอยู่ มุสลิมผู้ศรัทธาในวันพิพากษาและสร้างสมความดีไว้มากจะได้ไปสู่ปรโลกพบกับชีวิตนิรันดร์ ดังปรากฏในอัล-กุรอาน สูเราะห์ อัลญาซียะฮฺ อายะฮฺที่ ๒๔ ความว่า

> และพวกเขากล่าวว่า ไม่มีชีวิตอื่นใดดอกนอกจากการมีชีวิตของเราในโลกนี้ เราจะตายไปและเราจะมีชีวิตอยู่ และไม่มีสิ่งใด

---

[๔๗] อัล-กุรอาน: ๙๗.

จะมาทำลายเราได้ (ให้เราตาย) นอกจากกาลเวลาเท่านั้น สำหรับพวกเขา ไม่มีความรู้ในเรื่องนั้นดอก นอกจากพวกเขาเดาเองเท่านั้น[๔๘]

๖) ศรัทธาในการลิขิตของพระผู้เป็นเจ้า

มุสลิมทุกคนจะต้องศรัทธาว่ากำหนดการต่าง ๆ ในโลก และชีวิตของบุคคลแต่ละคนเป็นไปโดยอำนาจของพระเจ้าทั้งสิ้น มนุษย์ต้องปฏิบัติตามครรลองที่ถูกกำหนดไว้แล้ว การดิ้นรนขวนขวายและวิริยภาพของมนุษย์ดำเนินไปจะอยู่ภายใต้ข้อกำหนดดังกล่าวนี้ทั้งสิ้น ความเชื่อในอำนาจการลิขิตของพระเจ้านี้ มิได้หมายถึงการตัดทอนในด้านสร้างสรรค์ของมนุษย์แต่อย่างใด ซึ่งจะทำให้มนุษย์เกียจคร้านและไม่คิดจะทำหน้าที่อะไรโดยทุกสิ่งเป็นกำหนดของพระเจ้า ความเชื่อข้อนี้นำมาประกอบในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ได้เป็นอย่างดีและสุขุม มีสติและไม่ประมาท ให้มีสติตั้งมั่นว่าทุกสิ่งทุกอย่างดำเนินไปโดยการลิขิตของพระเจ้า ซึ่งมนุษย์เองก็ดิ้นรนพยายามและมุ่งมั่นอยู่เสมอ มีความขยันขันแข็ง และเริ่มบุกเบิกการงานความคิดทุกประการ ด้วยจิตใจที่สำนึกอยู่เสมอว่า อยู่ภายใต้ข้อกำหนดของพระเจ้าอยู่เป็นนิตย์ ดังนั้น ผลของการกระทำกิจการทั้งหลายไม่ว่าจะสำเร็จหรือไม่สำเร็จก็ตาม มนุษย์ก็จะมีสติสัมปชัญญะมั่นคงเสมอ หากประสบผลสำเร็จในการทำกิจการใด ๆ ก็ระลึกว่าเป็นไปโดยกำหนดลิขิตของพระเจ้า ตัวเองจะได้ไม่ลำพอง ไม่หยิ่งจองหอง ไม่ถือว่าตัวเองเป็นผู้วิเศษเหนือคนอื่นใด แต่ถ้าหากประสบความล้มเหลวในการกระทำก็ระลึกเสียว่า เป็นไปโดยลิขิตของพระเจ้า ตัวเองจะได้ไม่เสียใจ ไม่อกหัก ไม่โวยวาย

ความเชื่อในลิขิตพระเจ้าจะปรับจิตใจของมวลมนุษย์ให้มั่นคงในพระเจ้าดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความมั่นใจ มีเป้าหมายและมีกำลังใจตลอดไป คนใดที่เชื่อในลิขิตพระเจ้าจะปรับปรุงตัวอยู่เสมอ ไม่ทำอะไรแบบเช้าชามเย็นชามเฉื่อยชาทำตัวเรื่อย ๆ เฉื่อยแฉะเหมือนเรือที่ไม่มีหางเสือ เป็นความเชื่อที่มีเหตุผลอย่างแท้จริง ถ้ามีเหตุบกพร่องจะรีบแก้ไขทันที ดังนั้น ศาสนาอิสลามจึงกล่าวถึงกฎสภาวการณ์ไว้ว่า พระอัลลอฮเจ้าทรงลิขิตหรือเป็นผู้ทรงกำหนดกฎสภาวการณ์ (ความเป็นไป) แห่งโลกและมวลมนุษย์ชาติไว้ใน ๒ ลักษณะ ดังนี้ (๑). สภาวการณ์ที่คงที่ ได้แก่ กฎแห่งธรรมชาติ เช่น ดิน ฟ้าอากาศ ระบบการโคจรของดวงดาว และชาติพันธุ์ของมนุษย์ทั้งปวง (๒) สภาวการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้ คือ สภาวการณ์ที่ขึ้นอยู่กับเหตุและผลที่มนุษย์แต่ละคนจะใช้สติปัญญาของตนเลือกปฏิบัติ เช่น พระเจ้าสร้างมนุษย์ให้มีสภาพของความเป็นคนเหมือน ๆ กัน พร้อมทั้งทรงประทานแนวปฏิบัติเพื่อความดีงามให้ทุกคน ส่วนผู้ใด มีสถานภาพอย่างไรนั้นในกาลต่อมานั้น เป็นเรื่องของแต่ละบุคคลเป็นผู้ทำเอง ก่อเอง เลือกทางเดินของตัวเอง[๔๙]

---

[๔๘] อัล-กุรอาน: ๒๔.

[๔๙] ไพซ้อน ยิ่งนิยม, “แนวคิดการแนะแนวตามแนวทางท่านศาสดามุฮำมัด (ซ.ล)”, **ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว,** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๑), หน้า ๔๔-๔๕.

๓.๕.๒ หลักปฏิบัติหรือหน้าที่ในศาสนา (อิบาดะฮฺ)

ศาสนาอิสลามเป็นศาสนาประเภทเอกเทวนิยม (Monotheism) คือ นับถือพระเจ้าองค์เดียวว่าสูงสุด คือ พระอัลลอฮฺ มีคุณลักษณะที่สมบูรณ์ที่สุด สร้างทุกสิ่ง ทุกอย่างได้ และสามารถทำลายทุกสิ่งทุกอย่างได้ ในส่วนที่เกี่ยวกับการปฏิบัตินั้น มุสลิมทุกคนจะต้องถือเป็นหน้าที่และเป็นกิจวัตรอันจะขาดมิได้ ซึ่งการปฏิบัตินั้นแบ่งได้เป็น ๕ ประการ ดังนี้

๑) การปฏิญาณตน

การปฏิญาณตนเข้ารับนับถือศาสนาอิสลามนั้น ให้ปฏิญาณในความเชื่อมีต่อพระอัลลอฮฺเจ้าและต่อองค์ศาสดา โดยกล่าวออกเป็นวาจาจากความเชื่อมั่นของตนเอง และพร้อมที่จะปฏิบัติตามคำสอนว่า “ข้าพเจ้าขอปฏิญาณตนว่า ไม่มีพระเจ้าองค์อื่นใดนอกจากพระอัลลอฮฺ” และ “ข้าพเจ้าของปฏิญาณตนว่า นบีมุฮัมมัดเป็นศาสนทูตแห่งพระอัลลอฮฺ”

โดยประโยคที่ปฏิญาณดังกล่าวนี้ เมื่อผู้ใดกล่าวด้วยความสำนึกอันจริงใจ และด้วยความศรัทธามั่นคงและพร้อมที่จะปฏิบัติตามบทบัญญัติอิสลามก็ถือว่าเป็นมุสลิมแล้ว หรือจะเพิ่มคำปฏิญาณเข้าอีกเพื่อความตั้งมั่นอย่างแท้จริง ไม่คลอนแคลนในการนับถือศาสนาอิสลาม โดยกล่าวว่า

(๑) จะไม่เคารพบูชารูปใด ๆ นอกจากพระอัลลอฮฺ

(๒) จะประพฤติตนในทางบริสุทธิ์และเป็นธรรมเป็นนิตย์

(๓) จะยอมเชื่อฟังถ้อยคำในทางที่ถูกที่ควรของท่านนบีทุกประการ[๕๐]

๒) การละหมาด หรือ สวด (นมาซ หรือ นมัสการ)

การละหมาดหรือการนมัสการพระเจ้าคือการแสดงความเคารพต่อพระเจ้า เป็นการปฏิบัติเพื่อแสดงความภักดีต่อพระเจ้า การสำรวมจิตระลึกถึงพระเจ้า การละหมาดเป็นการขัดเกลาจิตให้สะอาดบริสุทธิ์อยู่ตลอดเวลา นอกจากนี้ยังเป็นการสร้างพลังให้เข้มแข็ง การสำรวมจิตหรือการทำสมาธิเพื่อมิให้จิตใจวอกแวกไปในเรื่องต่าง ๆ เป็นภาวะที่จิตใจได้เข้าไปสัมผัสกับความเป็นเอกภาพกับพระเจ้า ทำให้จิตสงบ ตั้งมั่น อดทน ผู้ที่มีความทุกข์และประสบปัญหาชีวิตในด้านต่าง ๆ การละหมาดเป็นเครื่องช่วยที่ดีที่สุด ทั้งยังฝึกตนเองให้ตรงต่อเวลา มีความรับผิดชอบในหน้าที่ ให้อยู่ในระเบียบวินัย รักษาความสะอาด และยังเป็นการบริหารร่างกายอย่างดียิ่ง หากเป็นการละหมาดรวม ยังเป็นการแสดงออกถึงความสามัคคีพร้อมเพรียง ความเสมอภาค และภราดรภาพอีกด้วยการทำละหมาดเป็นกิจที่ต้องทำเป็นประจำในหลายวาระ

การสวดมนต์หรือนมัสการมีอยู่ ๓ ตอนคือ ตอนแรก เรียกว่า อาซาน คือ ตอนที่มุอาซินขึ้นไปตะโกนเรียกอยู่บนหอสูง มีเนื้อความ ว่า ไม่มีบุคคลอื่นที่ดีกว่าพระอัลลอฮฺ นบีมุฮัมมัดเป็นศาสนทูตของพระองค์จงมานมัสการกันเถิด มาทำความดีกันเถิด ดีกว่าการนอน ตอนสอง เรียกว่า ร็อกอะฮฺ เป็นการเริ่มสำรวม กาย วาจา และใจ คือ การกล่าว คำสวดที่ถูกต้อง ใช้อิริยาบถถูกต้องและตั้งจิตตรงต่อพระเจ้าองค์เดียวอย่างถูกต้อง ตอนสาม คือ ตอนกล่าวคำนมัสการโดยอิหมาม หรือหัวหน้าในพิธีเป็นผู้นำกล่าวนำและกระทำนำพร้อมกัน เป็นการขอพรและสรรเสริญพระคุณของ

---

[๕๐]ไพซ้อน ยิ่งนิยม, “แนวคิดการแนะแนวตามแนวทางท่านศาสดามุฮำมัด (ซ.ล)”, หน้า ๔๖.

พระเจ้า อนึ่ง มุสลิมถือว่าในเทศกาลสำคัญอย่างการฉลองวันสิ้นสุดแห่งการถือศีลอด และวันฉลองการเสียสละครั้งใหญ่ (อีดุลอัฏฮา) คือ วันตรุษ จะต้องทำพิธีร่วมกันทุกคนขาดไม่ได้ การทำพิธีละหมาด เป็นการน้อมตนแก่พระเจ้าทั้งกาย วาจา และใจ ตามแบบอย่างศาสดานบีมุฮัมมัด และโองการที่พระเจ้ากำหนดไว้[๕๑]

๓) การบริจาคศาสนทานซะกาต

การบริจาคศาสนาทาน ศาสนาอิสลามเรียกว่า ซะกาต (Sakat) มาจากคำเดิมในภาษาอาหรับว่า ซะกาฮ แปลว่า การทำให้บริสุทธิ์ความเจริญงอกงาม ซะกาต ในศาสนาอิสลาม หมายถึง การบริจาคซึ่งศาสนาบังคับให้ผู้มีทรัพย์สินมากเกินจำนวนที่กำหนดไว้ (ในศาสนา) จ่ายแก่ผู้ควรได้รับ (ตามอัตราที่ศาสนากำหนด) โดยทั่วไปจะอยู่ในอัตราร้อยละ ๒.๕ คำสอนในศาสนาที่ให้มุสลิมทุกคนถือว่า บรรดาทรัพย์สินทั้งหลายที่หามาได้นั้น คือ ของฝากจากอัลลอฮฺเจ้าให้จ่ายส่วนหนึ่งแก่คนยากคนจน ซึ่งวัตถุประสงค์ของการบริจาคซะกาตนั้น ก็เพื่อชำระจิตใจของผู้บริจาคให้บริสุทธิ์ไม่ตกเป็นทาสแห่งวัตถุด้วยความโลภและเห็นแก่ตัว เพื่อปลูกฝังให้มุสลิมทั้งหลายเป็นผู้มีจิตใจเมตตา กรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน เพื่อลดช่องว่างระหว่างชนชั้นในสังคมด้วยวิธีการสังคมสงเคราะห์[๕๒]

๔) การถือศีลอด

การถือศีลอด คือ งดเว้นจากการกระทำต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ตั้งแต่แสงอรุณขึ้นจนถึงตะวันตกในเดือนรอมะฎอน (เดือนที่ ๙ ของ ฮิจเราะห์ศักราช) เป็นเวลา ๑ เดือน คือ งดการกินและการดื่ม งดการมีเพศสัมพันธ์ งดการใช้วัตถุภายนอกเข้าไปในอวัยวะภายใน งดการแสดงอารมณ์ร้ายและความผิดต่าง ๆ พร้อมทั้งกระทำในสิ่งต่างๆ ดังต่อไปนี้

(๑) ทำนมัสการพระเจ้าให้มากกว่าวันธรรมดา ถ้าเป็นการถือศีลรอมะฎอนให้ทำละหมาดตะรอวีห์จำนวน ๒๐ ร็อกอะฮ์

(๒) อ่านคัมภีร์อัลกุรอานให้มาก

(๓) สำรวมอารมณ์และจิตใจให้ดี

(๔) ทำทานแก่ผู้ยากไร้และบริจาคเพื่อการกุศล

(๕) กล่าว ซิกิรอันเป็นบทรำลึกถึงพระเจ้า

(๖) ให้นั่งสงบสติสงบจิต อิตติกาฟในมัสยิด

การถือศีลอดมีเป้าหมายเพื่อเป็นการฝึกฝนให้ตัวเองมีจิตผูกพัน และยำเกรงต่อพระเจ้าเพื่อการดำเนินชีวิตในทุกด้านตามคำบัญชาของพระองค์ อันเป็นผลดีทำให้เกิดปกติสุข ทั้งส่วนตัวและส่วนสังคม นอกจากนั้นประโยชน์ของการถือศีลอดยังอำนวยในด้านสุขภาพอนามัยอีกด้วย เพราะการถือศีลอดเป็นการอดอาหารในช่วงเวลาที่ถูกกำหนดไว้อย่างตายตัวนั้น จะทำให้ร่างกายได้ละลายส่วนเกินของไขมันที่สะสมเอาไว้ อันเป็นบ่อเกิดของโรคร้ายหลายประการด้วยกันดังที่ทราบๆ กันอยู่แล้ว การถือศีลอดเป็นการเพิ่มพูนภูมิต้านทานแก่ร่างกาย ทำให้ร่างกายเคยชินกับความหิว และ

---

[๕๑]ไพซ้อน ยิ่งนิยม, “แนวคิดการแนะแนวตามแนวทางท่านศาสดามุฮำมัด (ซ.ล)”, หน้า ๔๖-๔๗.

[๕๒]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๗.

การรับประทานอาหารตรงตามเวลา เพราะใน ๒๔ ชั่วโมง ผู้ถือศีลอดจะรับประทานอาหารสองมื้อ คือ มื้อตอนดึกก่อนฟ้ารุ่งสาง และมื้อค่ำ เมื่ออาทิตย์ลับขอบฟ้า การถือศีลอดทำให้เกิดการประหยัดทั้งอาหารของโลก และสิ่งฟุ่มเฟือยสิ่งต่าง ๆ อีกมากมาย สมมติทั้งโลกมีมุสลิมทั้งหมดในหนึ่งเดือนที่ถือศีลอด เมื่อนำมาจ่ายค่าอาหารที่ลดลงจะเป็นจำนวนมหาศาล เท่ากับเดือนถือศีลอดนั้น มุสลิมช่วยทำให้โลกประหยัดโดยตรง จุดมุ่งหมายของการถือศีลอดเพื่อฝึกฝนทางด้านร่างกายและจิตใจ ให้มีความหนักแน่นต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งในหลักชะกาต มุสลิมที่บรรลุนิติภาวะทางร่างกายดังที่กล่าวมาแล้วในเรื่องละหมาด ทุกคนจะต้องถือศีลอด ยกเว้น คนชรา คนป่วยหรือสุขภาพไม่ดี หญิงที่มีครรภ์ที่เกรงว่าจะเป็นอันตรายแก่บุตร บุคคลที่ทำงานหนัก เช่น กรรมกรแบกหาม บุคคลที่อยู่ในระหว่างเดินทาง หญิงขณะมีรอบเดือนและหลังคลอด บุคคลที่ได้รับการผ่อนผันให้ละเว้นการถือศีลอดทั้ง ๖ ประเภทนี้ หากพ้นภาวะความจำเป็นดังกล่าวแล้ว เช่น หมดรอบเดือน เมื่อสิ้นสุดการเดินทาง หายจากการเจ็บไข้ ฯลฯ ให้ถือศีลอดชดใช้ตามจำนวนวันที่ขาดโดยจะต้องถือในช่วงระยะ ๑๑ เดือนก่อนที่จะถึงเดือนรอมะฎอนของปีต่อไป ยกเว้นผู้ที่จะถือศีลอดได้โดยลำบาก เช่น คนชรา คนป่วย ซึ่งบุคคลดังกล่าวนี้ต้องใช้ชดเชยโดยบริจาคอาหารแก่คนยากจน ๑ คน ในวันที่ขาด โดยอาหารนั้นต้องเหมือนกับที่ตนรับประทาน[๕๓]

๕) การประกอบพิธีฮัจญ์

การประกอบพิธีฮัจญ์ คือ การเดินทางไปประกอบศาสนกิจ ณ เมืองเมกกะ ประเทศซาอุดิอารเบีย คำว่า ฮัจญ์ หมายถึง การเดินทางไปยังจุดมุ่งหมายเฉพาะอันหนึ่งในแง่กฎหมายของอิสลาม คำนี้มีความหมายว่า ออกเดินทางไปกะอบะฮ์หรือบัยดุลลอฮ์และประกอบพิธีฮัจญ์ ในชีวิตหนึ่ง มุสลิมจะเดินทางไปประกอบพิธีฮัจญ์ ณ มหานครเมกกะ ประเทศซาอุดิอารเบียอย่างน้อย ๑ ครั้ง เป็นข้อบังคับสำหรับทุกคนที่มีความสามารถพอจะเดินทางไปได้ และไม่ทำให้ครอบครัวเดือดร้อนระหว่างเดินทาง บทบัญญัติพิธีฮัจญ์นี้กำหนดให้มุสลิมจากทั่วทุกมุมโลกได้เดินทางไปร่วมชุมนุมเพื่อแสดงพลังศรัทธา พลังเศรษฐกิจ พลังสังคม และได้มีการแลกเปลี่ยนทางด้านต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์ต่อสังคมมุสลิม เช่น การแลกเปลี่ยนทางวิชาการ ทางเศรษฐกิจ ทางความคิด ทางข่าวสาร เป็นต้น การรวมตัวกันในสถานที่เดียวกัน เป็นจำนวนหลายล้านคนเช่นนี้ ทำให้ทุกคนได้ตระหนักถึงภราดรภาพ เสมอภาพ และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันทางสังคม ซึ่งจะทำให้ทุกคนรักกันยิ่ง ๆ ขึ้น ที่ไม่เคยรู้จักกันก็จะได้รู้จักกัน และจะทำให้สนิทสนมสมัครสมานกัน

ในปีหนึ่ง ๆ มุสลิมทั่วโลกจะเดินทางไปประกอบพิธีฮัจญ์พร้อมกัน ๑ ครั้ง พิธีนั้นจะทำในเดือนซุลฮิจญะฮ์ของแต่ละปี แต่หากมุสลิมเดินทางไปปฏิบัติศาสนกิจ มิใช่ฤดูกาลทำฮัจญ์ตามกำหนดเวลา ดังกล่าวเรียกศาสนกิจนั้นว่า อุมเราะห์ สถานที่ในการประกอบพิธีฮัจญ์มีเพียงแห่งเดียวโลกมุสลิม ไม่สามารถจะไปประกอบพิธีฮัจญ์ที่ไหนก็ได้ตามใจชอบ เช่น การท่องเที่ยว สถานที่ของการประกอบพิธีฮัจญ์อยู่ที่กะอ์บะฮ์ หรือบัยตุลลอห์ในนครเมกกะ ประเทศซาอุดิอารเบีย

กะอ์บะฮ์ คือ สิ่งก่อสร้างรูปทรงเหลี่ยม (มาจากรากศัพท์ว่า กะอะบะ แปลว่า นูนขึ้นหรือพองขึ้น) ที่ท่านนบี (ศาสดา) อิบรอฮีมและนบีอิสมาอิล บุตรชายช่วยกันสร้างขึ้นจากรากเดิมที่มี

---

[๕๓]ไพซ้อน ยิ่งนิยม, “แนวคิดการแนะแนวตามแนวทางท่านศาสดามุฮำมัด (ซ.ล)”, หน้า ๔๘.

อยู่ตามที่ได้รับบัญชาจากพระผู้เป็นเจ้าอัลลอฮ (ซุบห์) เมื่อประมาณ ๒๐๐ ปี ก่อนคริสตกาล กะอ์บะฮ์นี้มีชื่อเรียกอยู่หลายอย่างที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์อัลกุรอาน อาทิ อัลบัยตุลหะรอม อัล-มิสญิดุลหะรอม บัยตุลอตีก แต่นามที่เป็นที่รู้จักกันมากที่สุด คือ “ บัยตุลลอห์” ซึ่งแปลว่า บ้านของอัลลอฮฺ ฉะนั้น อัล-กะอ์บะฮ์ หรือ บัยตุลลอห์ จึงเป็นเคหะหลังแรกที่ถูกสร้างขึ้นเพื่อให้เป็นศูนย์รวมแห่งความเคารพภักดีต่อองค์พระอัลลอฮ์ (ซุบห์)

พิธีฮัจญ์เป็นศาสนกิจข้อที่ ๕ ของมุสลิม เป็นข้อเดียวในหลักปฏิบัติ ๕ ประการที่ใช้ปฏิบัติเฉพาะบุคคลที่มีความสามารถเท่านั้น บุคคลที่มีความสามารถในการประกอบพิธีฮัจญ์ หมายถึง มุสลิมที่มีสุขภาพแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ มีสติปัญญาที่สมบูรณ์ที่มีทรัพย์สินเพียงพอในการใช้จ่ายโดยมิต้องเป็นหนี้สินและเดือดร้อนบุคคลที่อยู่ข้างหลังและเส้นทางที่เดินทางไปจะต้องปลอดภัย นอกจากนี้จะต้องเป็นผู้ที่ประกอบศาสนกิจข้ออื่น ๆ เช่น การละหมาด การถือศีลอด การบริจาคซะกาตสมบูรณ์เสียก่อน การไปประกอบพิธีฮัจญ์มิใช่เพื่อโอ้อวดหรือเพื่อแสดงความมั่งคั่งของตน แต่เป็นการไปเพื่อทดสอบความศรัทธาและความเข้มแข็งอดทนในปีหนึ่งๆ มุสลิมจากทั่วโลกจะเดินทางไปประกอบพิธีฮัจญ์พร้อมกันที่เมืองเมกกะ ประเทศซาอุดิอาระเบีย ซึ่งเป็นสถานที่แห่งเดียวในโลกที่ใช้ประกอบพิธีจะทำในเดือนซู้ล (เดือนที่ ๑๒ ของเดือนฮิจญ์เราะฮ์ศักราช) โดยใช้เวลาประมาณ ๑ สัปดาห์[๕๔]

กล่าวโดยสรุปแล้ว วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามนั้น โดยการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุชาวมุสลิมปฏิบัติตามหลักศาสนาอิสลาม ๒ ประการ คือ หลักศรัทธาในศาสนาและประพฤติตามหลักหน้าที่ในศาสนา ดังนี้

๑. หลักศรัทธาหรือความเชื่อในศาสนา (อีมาน) หลักศรัทธาคือหลักคำสอนที่ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องเชื่อว่าเป็นความจริงแท้และต้องยึดถืออย่างมั่นคง แม้จะไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยสัมผัสทั้ง ๕ ก็ตาม ซึ่งหลักศรัทธามี ๖ ประการ ได้แก่ (๑) ศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้า หมายถึง มุสลิมต้องเชื่อมั่นและศรัทธาในพระเจ้า (๒) ศรัทธาในมลาอิกะฮฺ ผู้ที่จะเป็นมุสลิมอย่างสมบูรณ์ได้ ต้องศรัทธาว่ามลาอิกะฮฺหรือเทวทูตเหล่านี้ว่ามีจริง อันจะเป็นผลดีแก่ผู้ศรัทธาเอง คือจะทำให้เขาทำแต่ความดี ละเว้นความชั่ว (๓) ศรัทธาในบรรดารอซูลหรือศาสนทูต ซึ่งเป็นผู้รับโองการจากพระเจ้าให้นำบัญญัติของพระองค์มาสั่งสอน ชี้แนะแก่มวลมนุษย์ด้วยกัน (๔) ศรัทธาในพระคัมภีร์ ซึ่งสรุปคำสอนไว้ ๒ ประการ คือ สอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า และสอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน (๕) ศรัทธาในวันพิพากษาหรือวันกำเนิดปรโลกโลกใหม่ที่เกิดขึ้น และ (๖) ศรัทธาในการลิขิตของพระผู้เป็นเจ้า ความเชื่อในลิขิตพระเจ้าจะปรับจิตใจของผู้สูงอายุให้มั่นคงในพระเจ้า ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความมั่นใจ มีเป้าหมายและมีกำลังใจตลอดไป

๒. หลักปฏิบัติหรือหน้าที่ในศาสนา (อิบาดะฮฺ) ศาสนาอิสลามเป็นศาสนาที่นับถือพระเจ้าองค์เดียวว่าสูงสุด คือ พระอัลลอฮฺ มีคุณลักษณะที่สมบูรณ์ที่สุด สร้างทุกสิ่งทุกอย่างได้ และสามารถทำลายทุกสิ่งทุกอย่างได้ ในส่วนที่เกี่ยวกับการปฏิบัตินั้น ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องถือเป็นหน้าที่และเป็นกิจวัตรอันจะขาดมิได้ ซึ่งการปฏิบัตินั้นแบ่งได้เป็น ๕ ประการ ได้แก่ (๑) การ

---

[๕๔]ไพซ้อน ยิ่งนิยม, “แนวคิดการแนะแนวตามแนวทางท่านศาสดามุฮำมัด (ซ.ล)”, หน้า ๔๘.

ปฏิญาณตน ให้ปฏิญาณในความเชื่อมีต่อพระอัลลอฮเจ้าและต่อองค์ศาสดา (๒) การละหมาดหรือการนมัสการพระเจ้า เป็นการแสดงความเคารพต่อพระเจ้า เป็นการปฏิบัติเพื่อแสดงความภักดีต่อพระเจ้า (๓) การบริจาคศาสนทานซะกาต การบริจาคซึ่งศาสนาบังคับให้ผู้มีทรัพย์สินมากเกินจำนวนที่กำหนดไว้ จ่ายแก่ผู้ควรได้รับ เช่น ผู้ยากไร้ เป็นต้น (๔) การถือศีลอด มีเป้าหมายเพื่อเป็นการฝึกฝนให้ตัวเองมีจิตผูกพันและยำเกรงต่อพระเจ้าเพื่อการดำเนินชีวิตในทุกด้านตามคำบัญชาของพระองค์อันเป็นผลดีทำให้เกิดปกติสุข ทั้งส่วนตัวและส่วนสังคม (๕) การประกอบพิธีฮัจญ์ เป็นข้อกำหนดให้มุสลิมจากทั่วทุกมุมโลกได้เดินทางไปร่วมชุมนุมเพื่อแสดงพลังศรัทธา พลังเศรษฐกิจ พลังสังคม และได้มีการแลกเปลี่ยนทางด้านต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์ต่อสังคมมุสลิม

ดังนั้น การที่ผู้สูงอายุปฏิบัติตนตามหลักการทั้ง ๒ ประการดังกล่าว ย่อมเป็นการเสริมสร้างความสุขให้เกิดแก่ชีวิต เรียกได้ว่าเป็นผู้ความสุขในชีวิตบั้นปลายที่อิงอาศัยกับพระเจ้า มีพระเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่เสมอ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนอกจากจะทำให้สุขภาพจิตเข้มแข็งแล้วยังส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

๓.๖ สรุป

จากการศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม สรุปได้ดังนี้

ความสุขในทัศนะของศาสนาอิสลาม คือ การดูแลอารมณ์ความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในสภาวะที่แช่มชื่นโดยอิงอาศัยศรัทธาที่มีต่อศาสนาอิสลาม และศาสนาอิสลามนั้นส่งเสริมและแนะนำให้ทุกคนศึกษาความรู้ทางด้านศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม เป็นอันดับแรก โดยเฉพาะมุสลิมจะต้องศึกษาเนื้อหาอิสลามตามลำดับความสำคัญ ซึ่งสิ่งแรกที่จะต้องศึกษาคือ หลักศรัทธาในอิสลามอันจะนำมาซึ่งความสุขทั้งชีวิตในโลกนี้และโลกหน้านั่นเอง ซึ่งความสุขนั้นจะเกิดขึ้นได้นั้น มุสลิมต้องอาศัยความศรัทธาต่อศาสนา ดำรงชีพด้วยการปฏิบัติตามหลักการและกฎของศาสนามีจิตวิญญาณมุ่งให้เกิดประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์ เช่น การรู้จักให้ ซึ่งเป็นวิธีแสดงถึงความพ้นจากความตระหนี่ การไม่คดโกงนั่นเป็นลักษณะอันแสดงให้เห็นถึงลักษณะที่ก่อให้เกิดความสุขในโลกนี้และโลกหน้า

ผู้สูงอายุคือผู้ที่มีอายุมาก ตั้งอยู่ในฐานะพ่อแม่ เป็นผู้ผ่านประสบการณ์ชีวิตมายาวนาน ซึ่งผู้ถือกำเนิดในภายหลังควรให้ความเคารพนอบน้อม นอกจากนั้น ผู้สูงอายุเองยังต้องปฏิบัติตนให้มีความสุขได้ด้วยตนเอง โดยปฏิบัติตามหลักของศาสนาอิสลาม ๒ ประการ คือ หลักศรัทธาในศาสนาและประพฤติตามหลักหน้าที่ในศาสนา ดังนี้ ๑) หลักศรัทธาหรือความเชื่อในศาสนา (อีมาน) หลักศรัทธาคือหลักคำสอนที่ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องเชื่อว่าเป็นความจริงแท้และต้องยึดถืออย่างมั่นคง แม้จะไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยสัมผัสทั้ง ๕ ก็ตาม ซึ่งหลักศรัทธามี ๖ ประการ ได้แก่ (๑) ศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้า หมายถึง มุสลิมต้องเชื่อมั่นและศรัทธาในพระเจ้า (๒) ศรัทธาในมลาอิกะฮฺ ผู้ที่จะเป็นมุสลิมอย่างสมบูรณ์ได้ ต้องศรัทธาว่ามลาอิกะฮฺหรือเทวทูตเหล่านี้ว่ามีจริง อันจะเป็นผลดีแก่ผู้ศรัทธาเอง คือจะทำให้เขาทำแต่ความดี ละเว้นความชั่ว (๓) ศรัทธาในบรรดารอซูลหรือศาสนทูต ซึ่งเป็นผู้รับโองการจากพระเจ้าให้นำบัญญัติของพระองค์มาสั่งสอน ชี้แนะแก่มวลมนุษย์ด้วยกัน (๔) ศรัทธาในพระคัมภีร์ซึ่งสรุปคำสอนไว้ ๒ ประการ คือ สอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า และสอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน (๕) ศรัทธาในวันพิพากษาหรือวันกำเนิดปรโลกโลก

ใหม่ที่เกิดขึ้น และ (๖) ศรัทธาในการลิขิตของพระผู้เป็นเจ้า ความเชื่อในลิขิตพระเจ้าจะปรับจิตใจของผู้สูงอายุให้มั่นคงในพระเจ้า ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความมั่นใจ มีเป้าหมายและมีกำลังใจตลอดไป ๒) หลักปฏิบัติหรือหน้าที่ในศาสนา (อิบาดะฮ) ศาสนาอิสลามเป็นศาสนาที่นับถือพระเจ้าองค์เดียวว่าสูงสุด คือ พระอัลลอฮ มีคุณลักษณะที่สมบูรณ์ที่สุด สร้างทุกสิ่งทุกอย่างได้ และสามารถทำลายทุกสิ่งทุกอย่างได้ ในส่วนที่เกี่ยวกับการปฏิบัตินั้น ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องถือเป็นหน้าที่และเป็นกิจวัตรอันจะขาดมิได้ ซึ่งการปฏิบัตินั้นแบ่งได้เป็น ๕ ประการ ได้แก่ (๑) การปฏิญาณตน ให้ปฏิญาณในความเชื่อมีต่อพระอัลลอฮเจ้าและต่อองค์ศาสดา (๒) การละหมาดหรือการนมัสการพระเจ้า เป็นการแสดงความเคารพต่อพระเจ้า เป็นการปฏิบัติเพื่อแสดงความภักดีต่อพระเจ้า (๓) การบริจาคศาสนทานซะกาต การบริจาคซึ่งศาสนาบังคับให้ผู้มีทรัพย์สินมากเกินจำนวนที่กำหนดไว้ จ่ายแก่ผู้ควรได้รับ เช่น ผู้ยากไร้ เป็นต้น (๔) การถือศีลอด มีเป้าหมายเพื่อเป็นการฝึกฝนให้ตัวเองมีจิตผูกพันและยำเกรงต่อพระเจ้าเพื่อการดำเนินชีวิตในทุกด้านตามคำบัญชาของพระองค์อันเป็นผลดีทำให้เกิดปกติสุข ทั้งส่วนตัวและส่วนสังคม (๕) การประกอบพิธีฮัจญ์ เป็นข้อกำหนดให้มุสลิมจากทั่วทุกมุมโลกได้เดินทางไปร่วมชุมนุมเพื่อแสดงพลังศรัทธา พลังเศรษฐกิจ พลังสังคม และได้มีการแลกเปลี่ยนทางด้านต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์ต่อสังคมมุสลิม ซึ่งการที่ผู้สูงอายุปฏิบัติตนตามหลักการทั้ง ๒ ประการดังกล่าว ย่อมเป็นการเสริมสร้างความสุขให้เกิดแก่ชีวิต เรียกได้ว่าเป็นผู้ความสุขในชีวิตบั้นปลายที่อิงอาศัยกับพระเจ้า มีพระเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่เสมอ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนอกจากจะทำให้สุขภาพจิตเข้มแข็งแล้วยังส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

บทที่ ๔

เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

จากบริบทพื้นที่ทางการศึกษาครั้งนี้คือ ตำบลบางโฉลง เป็นเขตการปกครองระดับตำบลในอำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ประกอบไปด้วย ๑๑ หมู่บ้าน เป็นแหล่งอุตสาหกรรมโรงงานถึง ๑๓๕ โรง ซึ่งประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม ค้าขาย และทำเกษตร นับถือพระพุทธศาสนาเป็นส่วนใหญ่และศาสนาอิสลามตามลำดับ แต่ด้วยเหตุที่สังคมปัจจุบันได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงวัย ทำให้ส่วนราชการได้กำหนดการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคคลผู้สูงวัยนั้นเป็นยุทธศาสตร์หนึ่งในการพัฒนาสังคม โดยอาศัยศาสนาเป็นส่วนเชื่อมประสาน โดยมีโครงการส่งเสริมวิชาชีพแก่ผู้สูงอายุ โครงการกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อทำกิจกรรมทางสังคมอันนำมาจะนำมาซึ่งความสุขแก่ผู้สูงอายุทั้งทางด้านกายและจิตใจ[๑] โครงการการเรียนรู้ผู้สูงวัยตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อให้ผู้สูงวัยในตำบลบางโฉลง เกิดกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตและรับทราบสิทธิประโยชน์พื้นฐานต่าง ๆ ของตนเอง มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งด้านร่างกายและจิตใจ สิ่งสำคัญคือ เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ภูมิปัญญา/ปราชญ์ชาวบ้านและสืบทอดให้แก่ลูกหลานรุ่นสู่รุ่นเป็นต้น[๒] ในส่วนของศาสนาอิสลามเองก็มีการรวมกลุ่มเป็นชมรมผู้สูงอายุทำกิจกรรมร่วมกันในวันศุกร์สุดสัปดาห์เป็นการพบปะโดยมีอาศัยกิจกรรมทางศาสนาเป็นส่วนเชื่อมโยง[๓] ดังนั้น ในงานวิจัยบทนี้ ผู้ศึกษาต้องการเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ โดยเป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เน้นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และแบบสัมภาษณ์ (Indebt Interview) ในเบื้องต้นเป็นการศึกษาข้อมูลเชิงเอกสารในบทที่ ๒ และบทที่ ๓ แล้ว ส่วนในบทที่ ๔ นี้ เป็นการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ประชากรกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างประชากรในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการไว้จำนวน ๒๐ รูป/คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มประชากรทางพระพุทธศาสนา จำนวน ๑๐ รูป/คน และกลุ่มประชากรทางศาสนาอิสลาม จำนวน ๑๐ คน โดยเฉพาะผู้สูงอายุนั้น จะกำหนดผู้ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป และได้นำมาวิเคราะห์เปรียบเทียบหาความคล้ายคลึงกันและความแตกต่างกันในประเด็นวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ เป็นลำดับไป

---

[๑]สัมภาษณ์ นางสาวอภิรดี แตงโสภา, กำนันตำบลบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๒]สัมภาษณ์ พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์, เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๓]สัมภาษณ์ นายเสงี่ยม มิมมา, กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

๔.๑ เปรียบเทียบความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

๔.๑.๑ ความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาท

สังคมมีปกติที่จะมีทัศนะในทางทางลบกับผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุว่า เป็นผู้ที่เลอะเทอะ ครั่ำครึ หลง ๆ ลืม ไม่ค่อยมีพละกำลัง ทำอะไรเชื่องช้า เหงาหงอย จู้จี้ขี้บ่น ฯลฯ แต่จากการศึกษาค้นคว้าในวิชาผู้สูงอายุปรากฏว่า ผู้สูงอายุมากมายที่ไม่ได้เป็นจริงตามที่สังคมตีตรา บางท่านแม้ไม่ได้เป็นเช่นนั้นก็ต้องถูกมองให้เป็นไปตามที่สังคมตีตราในทางลบ การศึกษาค้นคว้าในวิชาผู้สูงอายุปัจจุบันนี้ได้มีการกระทำเป็นสหวิทยาการอย่างไม่หยุดยั้งในนานาประเทศ ผลการศึกษามากมายรายงานการค้นพบที่ลบล้างความเชื่อเกี่ยวกับผู้สูงอายุเดิม ๆ ด้วยเหตุที่คนทั่ว ๆ ไป อายุยืนขึ้น นักชราวิทยาจึงแบ่งช่วงอายุออกเป็น ๓ ช่วง โดยใช้เกณฑ์ตามลักษณะจิตสังคม ชีววิทยา ดังนี้ ๑) ช่วงไม่ค่อยแก่ (The young-old) ช่วงนี้อายุประมาณ ๖๐-๖๙ ปี เป็นช่วงที่คนต้องประสบกับความเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่เป็นภาวะวิกฤตหลายด้าน ๒) ช่วงแก่ปานกลาง (The middle-aged old) อายุประมาณ ๗๐-๗๙ ปี เป็นช่วงที่คนเริ่มเจ็บป่วย ๓) ช่วงแก่จริง (The old-old) ผู้ที่มีอายุยืนถึงระดับนี้ปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมยากยิ่งขึ้น[๕]

นอกจากนั้นภาวะสูงอายุยังเป็นผลจากการสูญเสียอย่างค่อยเป็นค่อยไปของความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังต่อไปนี้ ๑) ความเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของผู้สูงอายุ จะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ และค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา ตั้งแต่เกิดจนถึงตาย และการเปลี่ยนแปลงนี้แตกต่างกันในระยะเวลาเร็วหรือช้าในแต่ละบุคคล พัฒนาการทางกายในวัยสูงอายุเป็นจุดเด่นและมักเป็น “จุดนำ” พัฒนาการด้านอื่น ๆ การดำเนินชีวิตประจำวัน ลักษณะแบบแผนการดำเนินชีวิต (Life style) ความสุขทุกข์ในวัยสูงอายุ ความสามารถในการปรับตัว การปฏิสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่นทั้งในครัวเรือนและในสังคมกว้าง ฯลฯ ล้วนแล้วแต่ตั้งอยู่บนฐานของพัฒนาการทางกายทั้งสิ้น ๒) ความเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ เมื่อผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและสังคม เช่น การมีกำลังถดถอยหรือการปลดจากงานประจำ การเปลี่ยนแปลงวิถีทางดำเนินชีวิตหลังจากเคยทำงานมา ในเวลาช่วง ๒๐ - ๓๐ ปี การลดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ ลง วงสังคมแคบทำให้เกิดความสูญเสียบทบาท ซึ่งอาจกระทบกระเทียนทางเศรษฐกิจ ทำให้ความมั่นใจในความสามารถและคุณค่าของตนเองลดลง ถ้าหากเกิดการสูญเสียสามีหรือภรรยา หรือบุตรซึ่งเป็นบุคคลใกล้ชิดหรือเพื่อนสนิท ก็จะทำให้เกิดการกระทบกระเทือนใจเพิ่มมากขึ้น และถ้าสุขภาพทางร่างกายขาดผู้ใกล้ชิดดูแล จะทำให้เกิดความรู้สึกหมดหวัง ท้อแท้เป็นทวีคูณ ความรู้สึกสูญเสียบทบาทในวัยสูงอายุ มักจะเกิดขึ้นในหมู่พวกทำงานมากกว่าพวกทำงานฝีมือ และเกิดขึ้นในผู้สูงอายุชายมากกว่าผู้สูงอายุหญิง เพราะผู้สูงอายุหญิงนั้นได้ผ่านการสูญเสียบทบาทและการปรับตัวมาก่อนผู้สูงอายุชาย กล่าวคือ ในช่วงหมดประจำเดือนราวอายุ ๔๕-๕๐ ปี ความสามารถทางสติปัญญาทั่ว ๆ ไป ไม่ได้ลดลง เนื่องจากโรคภัยบางอย่าง หรือความเสื่อมในสมองส่วนด้านการปรับตัวด้านจิตใจและอารมณ์ของแต่ละบุคคล ย่อมจะ

---

[๕]ศรีเรือน แก้วกังวาน, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๕๔๑.

แตกต่างกันไปตามความสามารถของแต่ละบุคคลและสิ่งแวดล้อม ระดับการศึกษาและฐานะทางเศรษฐกิจ รวมทั้งการเตรียมตัวของการปรับตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ รวมทั้งสิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรมของสังคมนั้น ๆ ด้วย[๕] ๓) ความเปลี่ยนแปลงด้านสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสังคม นอกจากจะเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางกายและใจแล้ว ยังเกี่ยวข้องกับคนอื่น ๆ ทั่วไปในสังคมนั้น ๆ ที่มองบทบาทหรือแบ่งแยกกลุ่มผู้สูงอายุในสภาพต่าง ๆ สังคมที่เน้นความสำคัญและความสำเร็จของกลุ่มคนหนุ่มสาวมากกว่าสิ่งอื่นใด กลุ่มผู้สูงอายุก็จะรู้สึกว่าตนไร้ประโยชน์และเป็นภาระสังคม แต่สังคมที่ยกย่องผู้สูงอายุว่ามีคุณค่า มีประสบการณ์ มีความเฉียวฉลาด ให้ประโยชน์แก่สังคม ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติเป็นต้น ๔) ความเปลี่ยนแปลงด้านความคิด มีความเชื่อกันว่าเมื่อบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุ เขานั้นจะไม่มีการเจริญเติบโตทางความคิดและสติปัญญาอีกต่อไป เรียนรู้อะไรก็ไม่ได้อีกแล้ว ที่ร้ายแรงไปกว่านั้นก็คือ ผู้สูงอายุมีความเสื่อมทางสติปัญญา ลักษณะเสื่อมมีหลายประการ เช่น ขี้หลงขี้ลืม ป้ำ ๆ เป๋อ ๆ คิดนึกตัดสินใจช้า ไม่เข้าใจภูมิปัญญาของคนรุ่นใหม่หรือวิทยาการใหม่ ๆ ฯลฯ คำกล่าวและความเชื่อข้างต้น เป็นภาพทางด้านลบเกี่ยวกับพัฒนาการทางความคิดในยามสูงอายุ ลักษณะดังกล่าวอาจเป็นจริงและมีความจริงสำหรับผู้สูงอายุบางกลุ่มในปัจจุบันและในอดีต แต่มีการศึกษาทางชราวิทยาที่ได้ทำกันมากมายเกี่ยวกับพัฒนาการทางความคิดของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ได้รับรายงานผลการศึกษาซึ่งมีลักษณะตรงกันข้ามกับที่กล่าวมาข้างต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี กระฉับกระเฉง กระตือรือร้นต่อชีวิตและสังคม จนถึงกับมีคนพูดว่า “ยิ่งแก่ยิ่งเก่ง ยิ่งแก่ยิ่งฉลาดเฉลียว ยิ่งแก่ยิ่งมีเมตตา”[๖]

ผู้สูงอายุ ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาใช้คำว่า ชรา ซึ่งคำว่า ชรา หมายถึง ความรู้จักทรุดโทรม(ชรตา) หรือหมายถึง ความแก่(ชรา)[๗] นอกจากนั้น คำว่า ชรา ยังหมายถึง ความแก่หรือความเป็นคนเฒ่าชรา[๘] ส่วนในคัมภีร์พระไตรปิฎกได้มีการให้คำอธิบาย คำว่า ชรา ว่าหมายถึง (๑) ความแก่ (๒) ความชำรุด (๓) ความเป็นผู้ฟันหัก (๔) ความเป็นผู้มีผมหงอก (๕) ความเป็นผู้มีหนังเหี่ยว (๖) ความเสื่อมอายุ (๗) ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์[๙] ซึ่งการให้ความหมายเช่นนี้มีปรากฏใน พระพุทธพจน์ว่า “ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หนังเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ นี้เรียกว่า “ชรา” [๑๐] ในคำสอนทางพระพุทธศาสนานั้นได้แยกประเภทของผู้สูงอายุหรือคนแก่นั้นไว้เป็น ๒ ประเภทหลัก ๆ คือ ๑) ผู้สูงอายุหรือที่มีความแก่แบบเปิดเผย หมายถึง ความแก่ของร่างกายหรือสิ่งที่จัดได้ว่าเป็นรูปร่างที่

---

[๕]กฤษณา บูรณะพงศ์, “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแก่เยาวชนในกรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต,** (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๘-๑๐.

[๖]ศรีเรือน แก้วกังวาน, **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒,** หน้า ๕๗๓-๕๗๔.

[๗]สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **สารานุกรมพระพุทธศาสนา,** (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า ๑๖๗.

[๘]พระมหาสมปอง ปมุทิโต, **คัมภีร์อภิธานวรรณา,** พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พริ้นติ้ง, ๒๕๔๗), หน้า ๓๔๑.

[๙]ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๙/๓๒๕.

[๑๐]ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๙/๓๒๕.

สามารถมองเห็นได้ เช่น ฟันหัก ผมหงอก หนังเหี่ยว เป็นต้น ๒) ผู้สูงอายุหรือที่มีความแก่แบบปกปิด หมายถึง ความแก่ในรูปธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นสภาวะที่ไม่อาจจะสังเกตเห็นได้ เช่น อายุที่ผ่านไปตามกาลเวลาบางทีก็ไม่สามารถสังเกตเห็นได้เลย[๑๑] ในบรรดาความแก่ทั้ง ๒ ประการนั้น สภาพที่ปรากฏมีความหัก เช่น ฟันหักเป็นต้นชื่อว่าเป็นสิ่งที่สังเกตเห็นได้ง่ายคือเมื่อมองเห็นความเปลี่ยนแปลงในเรื่องสีและขนาด ย่อมคิดได้ว่ามันแก่เพราะมีลักษณะสภาพที่ไม่เหมือนเดิม

สรุปได้ว่า พระพุทธศาสนาเถรวาท มีทัศนะว่า ผู้สูงอายุคือผู้ที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ซึ่งนับได้ว่าได้ผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ มาเป็นระยะเวลานานหลายปี เป็นผู้ที่มีความเสื่อมทางร่างกายและจิตใจ และทางสังคม เป็นผู้ที่สภาวะของรูปเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา บุคคลที่เข้าสู่สภาวะของความแก่แบบเปิดเผย คือ มีอาการที่ฟันหลุด ผมหงอก หนังเป็นเกลียวเหี่ยวย่น มีอายุที่มากขึ้น และมีร่างกายที่ทรุดโทรม และความแก่แบบปกปิด คือ ความแก่ในรูปธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นสภาวะที่ไม่อาจจะสังเกตเห็นได้ ถึงกระนั้น ผู้สูงอายุนั้น ยังเป็นบุคคลที่ชนรุ่นลูกหลานพึ่งให้การเลี้ยงดูทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อเป็นการแสดงถึงอปจายนธรรม ธรรมอันเป็นเครื่องแสดงถึงความอ่อนน้อมถ่อมตนต่อบุคคลผู้เจริญ หรือผู้ที่ผ่านการฝนมายาวนาน มีประสบการณ์ชีวิตที่เป็นประโยชน์ต่อครอบครัวและสังคม

๔.๑.๒ ความหมายของผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม

ศาสนาอิสลามมองว่า มนุษย์จะต้องควบคุมตนเองในการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย และจิตใจ ภายใต้ขอบเขตที่พระผู้เป็นเจ้าทรงกำหนด ซึ่งก็คือวิถีแบบอิสลาม เพื่อชีวิตที่มีสุขภาพที่ดีและมีความสุข เราะชีด ริฎอ ได้กล่าวถึงพัฒนาการตามธรรมชาติของมนุษย์ว่าประกอบด้วย ๓ ช่วงวัย พร้อมทั้งลักษณะเด่นของแต่ละช่วงวัย ดังนี้ ๑) ช่วงวัยที่หนึ่ง คือ วัยเด็ก เป็นวัยแห่งความสุขสบาย เป็นวัยแห่งการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง เด็ก ๆ มักจะกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามอารมณ์ความต้องการของตนเองเป็นหลัก เนื่องจากยังไม่รู้จักเหตุผล หรือแยกแยะผิดถูกชั่วดี วัยนี้จึงเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการก่อกวนของชัยฎอน ๒) ช่วงวัยที่สอง คือ วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่ผลแห่งการกระทำจะถูกพิจารณา (ตามความผิดถูกชั่วดี) และเป็นวัยที่มนุษย์จะยึดพลังจิตชั้นสูงเป็นเครื่องตัดสินใจในขณะเผชิญกับภาวะคับขัน ๓) ช่วงวัยที่สาม คือ วัยแห่งสติปัญญาและการใคร่ครวญ ผู้ที่อยู่ในวัยนี้จะชั่งน้ำหนักแยกแยะสิ่งดีชั่วโดยยึดหลักบัญญัติศาสนาพร้อมหลักสติปัญญาเป็นเกณฑ์มาตรฐานในการตัดสินใจเพื่อกระทำสิ่งต่าง ๆ[๑๒]

ในทัศนะของศาสนาอิสลามนั้น ผู้สูงอายุหรือคนแก่นั้น เป็นผู้ที่ควรแก่การเคารพสักการะ ซึ่งผู้ที่กำเนิดภายหลังจะต้องให้ความรัก ความนอบน้อม ด้วยเหตุที่ผู้สูงอายุนั้นผ่านกาลเวลาและประสบการณ์มายาวนาน ดังความที่ว่า

> พระเจ้าของเจ้าบัญชาว่า พวกเจ้าอย่าเคารพภักดีผู้ใดนอกจาก
> พระองค์เท่านั้นและจงทำดีต่อบิดามารดาเมื่อผู้ใดในทั้งสองหรือ

---

[๑๑] สำ.นิ.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๕ .

[๑๒] ซัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** แปลโดย สุนทร มาลาตี, (ปัตตานี: เบนฮาลาบี เพรส, ม.ป.ป.), หน้า ๗๙.

> ทั้งสองบรรลุสู่วัยชราอยู่กับเจ้า ดังนั้น อย่าว่ากล่าวแก่ทั้งสอง และอย่าขู่เข็ญท่านทั้งสอง และจงพูดแก่ท่านทั้งสองด้วยถ้อยคำที่อ่อนโยน และจงนอบน้อมแก่ท่านทั้งสอง ซึ่งการถ่อมตนเนื่องจากความเมตตา และจงกล่าวว่า ข้าแต่พระเจ้าของฉัน ทรงโปรดเมตตาแก่ท่านทั้งสองเช่นที่ทั้งสองได้เลี้ยงดูฉันเมื่อเยาว์วัย[๑๓]

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในทัศนะของศาสนาอิสลามนั้น หมายถึงผู้ที่มีอายุมาก ตั้งอยู่ในฐานะพ่อแม่ เป็นผู้ผ่านประสบการณ์ชีวิตมายาวนาน ซึ่งผู้ถือกำเนิดในภายหลังควรให้ความเคารพนอบน้อม ให้ความรัก ความเมตตาต่อท่านผู้สูงอายุดังกล่าว

จากทัศนะทั้งพระพุทธศาสนาเถรวาทและศาสนาอิสลาม พบว่า ทั้งสองศาสนามีทัศนะที่ตรงกันว่า ผู้สูงอายุ คือ บุคคลที่มีประสบการณ์มีชีวิตมาก ผ่านกาลเวลาเกิน ๖๐ ปีขึ้นไป มีสภาพทรุดโทรมทั้งร่างกายและจิตใจ และเป็นบุคคลที่ควรค่าแก่การเคารพนับถือ ดังตารางเปรียบเทียบที่ ๔.๑

ตารางที่ ๔.๑ เปรียบเทียบความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

พระพุทธศาสนาเถรวาท	ศาสนาอิสลาม
ผู้สูงอายุ คือ ๑) ผู้ที่มีอายุเกิน ๖๐ ปี ๒) มีประสบการณ์ชีวิตมากมาย ๓) มีความทรุดโทรมทางด้านร่างกาย ๔) มีความทรุดโทรมทางด้านจิตใจ ๕) ผู้ควรแก่การเคารพนอบน้อม	ผู้สูงอายุ คือ ๑) ผู้ที่มีอายุเกิน ๖๐ ปี ๒) มีประสบการณ์ชีวิตมากมาย ๓) มีความทรุดโทรมทางด้านร่างกาย ๔) มีความทรุดโทรมทางด้านจิตใจ ๕) ผู้ควรแก่การเคารพนอบน้อม

จากตารางที่ ๔.๑ ข้างต้นพบว่า ความหมายของผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม เหมือนกันตรงที่กล่าวว่า ผู้สูงอายุนั้นเป็นผู้ที่มีอายุมาก มีความทรุดโทรมทางด้านร่างกายและจิตใจ และสิ่งสำคัญคือเป็นผู้ดำรงอยู่คารวปูชนียบุคคล คือ บุคคลที่ควรเคารพบูชาในฐานะผู้มีประสบการณ์ชีวิตมายาวนาน ควรแก่การศึกษาหาความรู้ และควรแสดงความเคารพ ซึ่งทางพระพุทธศาสนากล่าวว่า ผู้เคารพอ่อนน้อมต่อผู้เจริญที่สุด (ผู้สูงวัย) ย่อมเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ส่วนทางด้านศาสนาอิสลาม ผู้เคารพต่อผู้สูงอายุ ชื่อว่า เป็นผู้ปฏิบัติตามหลักการทางศาสนาว่าด้วยการให้ความเคารพ นอบน้อมต่อสูงอายุ ย่อมได้ชื่อว่าเป็นมุสลิมแท้

---

[๑๓] อัล-กุรอาน ๑๗: ๒๓-๒๔.

๔.๒ เปรียบเทียบความหมายของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

๔.๒.๑ ความหมายของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ความสุขเป็นความรู้สึกหรืออารมณ์ประเภทหนึ่ง มีหลายระดับตั้งแต่ความสบายใจเล็กน้อยหรือความพอใจจนถึงความเพลิดเพลินหรือเต็มไปด้วยความสนุก มีการใช้แนวความคิดทางปรัชญา ศาสนา จิตวิทยา ชีววิทยา อธิบายความหมายของความสุขรวมถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความสุข แนวความคิดทางปรัชญาและศาสนามักจะกำหนดนิยามของความสุขในความหมายของการดำรงชีวิตที่ดี หรือชีวิตที่มีความเจริญ โดยไม่จำกัดความหมายว่าเป็นเพียงอารมณ์ประเภทหนึ่ง ความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์แสวงหาเพื่อให้ได้พบกับเสรีภาพและการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ความสุขเป็นสิ่งที่สำคัญในทางพระพุทธศาสนา เหตุด้วยต้องการที่จะให้สรรพสัตว์พ้นจากความทุกข์ที่เกิดจากความแก่ ความเจ็บ ความตาย ในหลักการทางพระพุทธศาสนา ได้ให้ความหมายของความสุขไว้ ๒ นัยด้วยกัน ดังนี้ ๑) สภาพที่ทนได้ง่าย สภาพที่ทนได้ง่าย เช่น การนั่งบนเก้าอี้ไม้กับการนั่งบนโซฟา การนั่งบนโซฟาย่อมจะสบายกว่าการนั่งบนเก้าอี้ไม้เพราะสัมผัสแตกต่างกันจึงสามารถที่จะนั่งได้นานกว่าและมีความพึงพอใจมากกว่า ๒). ความปราศจากทุกข์จากสภาวะที่หมดสิ้นกิเลสทั้งปวง หมายถึง หรือสภาวะที่ปราศจากตัณหา อันได้แก่ ความสุขคือวิมุตติสุขซึ่งเป็นความสุขที่มีความประณีตและมีความแตกต่างจากความสุขในกามเพราะผู้ที่มีความสุขอยู่ในกาม ได้ชื่อว่าเป็นผู้เป็นผู้ที่ยังติดอยู่ในโลก ถึงแม้แต่ความสุขในฌานสุข ก็ชื่อว่ายังเป็นผู้ติดเนื่องอยู่ในโลก ส่วนความสุขที่หมดสิ้นกิเลสหรือปราศจากตัณหา ได้ชื่อว่า ผู้มาถึงที่สุดแห่งโลกแล้วอยู่ ณ ที่สุดแห่งโลกและได้ข้ามสิ่งที่ยึดเหนี่ยวให้ติดอยู่ในโลกไปได้แล้วด้วย เพราะฉะนั้น ความสุขในความหมายนี้ จึงหมายถึง ความเป็นผู้มีจิตที่เป็นอิสระจากพันธนาการทั้งปวง ดังนั้น พระพุทธศาสนาเถรวาท ได้ให้ความหมายของความสุขไว้ ๒ ลักษณะด้วยกัน คือ ความสุขที่เป็นของสามัญทั่วไปที่ประกอบด้วยโลกียะอันเป็นปกติสุขของชาวโลกทั่วไป หรือที่เรียกว่าโลกียสุข และความสุขอันพ้นจากการเวียนว่ายในวัฏฏสงสาร ที่เรียกว่าโลกุตตระหรือโลกุตตรสุข

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชาวพุทธในตำบลบางโฉลงในความหมายของความสุข มีทัศนะดังนี้

พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุข คือ การปราศจากความทุกข์ อันนำมาแก้ไขปัญหาและอุปสรรคให้ลุล่วงโดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาก่อให้เกิดความสุข ๒ ประการ คือ ความสุขกาย คือ ได้รับความสัปปายะหรือความสะดวกสบายในด้านความเป็นอยู่และการดำเนินชีวิต และความสุขใจ คือ การบังเกิดจิตใจที่ผ่องใส เบิกบานอยู่เสม[๑๔]

นางสาวอภิรดี แตงโสภา กำนันตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุข คือ ความไม่มีทุกข์ ความพ้นทุกข์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เป็นความสุขที่เกิดจากการไม่คิดเล็กคิดน้อย ไม่จู้จี้จุกจิกอันเป็นเครื่องบั่นทอนจิตใจให้เศร้าหมอง[๑๕]

---

[๑๔]สัมภาษณ์ พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์, เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๑๕]สัมภาษณ์ นางสาวอภิรดี แตงโสภา, กำนันตำบลวัดบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

นางนิภา สมใจ สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้นมี ๒ ประการ คือ ความสุขกาย คือ สุขที่เกิดจากการได้สัมผัส ลิ้มลองรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และความสุขใจ คือ ความผ่องใส สดชื่น เบิกบาน ไม่ขุ่นมัวด้วยกิเลส เป็นความสุขที่ปราศจากทุกข์ ซึ่งหมายเอาพระนิพพานอันเป็นสุขอย่างยิ่งในทางพระพุทธศาสนา[๑๖]

นายถนัด พิมพรัตน์ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขโดยทั่วไปหมายถึง ความสบายกาย สบายใจ อย่างที่กล่าวกันว่า อยู่ดีมีสุข ส่วนความสุขตามหลักของพระพุทธศาสนามุ่งหมายความสุขที่ปราศจากกิเลสโดยสิ้นเชิง[๑๗]

นายทรงพล ภัทรเสริมพงศ์ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุข คือ สภาวะที่สามารถทนต่อความทุกข์ได้ พ้นจากความเจ็บช้ำน้ำใจได้ เป็นการใช้ชีวิตที่ปราศจากโทษภัยต่าง ๆ เป็นความสุขที่เกิดขึ้นทั้งแก่ตนและส่วนรวม[๑๘]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นชาวพุทธในเขตตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้น คือ ความสบายกาย มีความไม่เจ็บป่วยทางร่างกายด้วยโรคภัยต่าง ๆ ทั้งโรคทั่วไปและโรคประจำวัย คือ โรคชรา และความสบายใจ มีความเป็นผู้มีจิตเบิกบาน แช่มชื่นอยู่เสมอ ไม่มีความเศร้าหมองอันก่อให้เกิดความทุกข์กายทุกข์ใจ

๔.๒.๒ ความหมายของความสุขในศาสนาอิสลาม

ความสุขเป็นเรื่องของอารมณ์ความรู้สึกของแต่ละบุคคลซึ่งมีนัยที่ต่างกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับความพอใจของแต่ละบุคคลโดยอาศัยปัจจัยต่าง ๆ ที่ต่างกัน ซึ่งศาสนาอิสลามนับว่าความสุขนั้นเกิดจากการได้อยู่ภายใต้ร่มเงาศาสนา ซึ่งอิสลาม จะเปิดโอกาสให้ผู้คนเลือกเอาว่าจะเข้ารับอิสลาม หรือจะคงอยู่ในศาสนาเดิมของพวกเขา หลังจากที่ได้ทำสัญญาที่ทำให้พวกเขาใช้ชีวิตอยู่อย่างมีความสุขทั้งด้านศาสนาเกียรติ และทรัพย์สินของพวกเขา และมีความสุขอยู่ภายใต้การคุ้มครองของอัลลอฮฺ (ซ.บ) และนบีของพระองค์ ด้วยเหตุนี้พวกเขาจึงถูกเรียกว่าผู้ที่อยู่ภายใต้การคุ้มครองอารักขา คนเรานั้นจะมีความสุขนั้นจะต้องไม่มีความขัดแย้งภายในจิตใจของตนเอง อิสลามมีทัศนะว่า การที่คนแต่ละคนมีความตระหนักถึงความใกล้ชิดของเขาที่มีต่อพระผู้เป็นเจ้า และเขาก็ตระหนักถึงความเมตตาความเอาใจใส่และความห่วงใยของพระผู้เป็นเจ้า โดยมิต้องใช้เรื่องประหลาดมหัศจรรย์และปราศจากเหตุผล[๑๙] ฉะนั้น อิสลามจึงยอมรับว่าสิ่งเร้าทางด้านอารมณ์นั้นเป็นส่วนหนึ่งแห่งธรรมชาติของมนุษย์ แรงเร้าอันนี้ถ้าถูกสนองตอบด้วยความพอประมาณ มันก็จะไม่ขัดกับความปรารถนาของจิตใจ สำหรับความบริสุทธิ์และความต้องการทางด้านจิตวิญาณซึ่งฝังอยู่ในธรรมชาติของมนุษย์[๒๐] มนุษย์เรานั้นอยู่ในสภาพที่สามารถควบคุมตัวเองได้ เขาตอบสนองความต้องการต่าง ๆ ทางร่างกายของเขา และเพลิดเพลินกับความอุดมสมบูรณ์แห่งชีวิตภายในขอบเขตที่พระผู้เป็นเจ้ากำหนดแก่พวกเขา การ

---

[๑๖]สัมภาษณ์ นางนิภา สมใจ, สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๑๗]สัมภาษณ์ นายถนัด พิมพรัตน์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๑๘]สัมภาษณ์ นายทรงพล ภัทรเสริมพงศ์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๑๙]ซัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบายมหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** หน้า ๗๗.

[๒๐]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๘.

ควบคุมตัวเองเป็นขั้นแรกที่จะก้าวไปสู่การมีสุขภาพที่ดี ซึ่งเป็นสิ่งที่เราต้องการเพื่อให้ชีวิตมีความสุข[๒๑] ดังนั้น มนุษย์จะต้องควบคุมตนเองในการตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย และจิตใจ ภายใต้ขอบเขตที่พระผู้เป็นเจ้าทรงกำหนด ซึ่งก็คือวิถีแบบอิสลาม เพื่อชีวิตที่มีสุขภาพที่ดีและมีความสุข ในขณะเดียวกันนั้นมนุษย์ก็จะต้องยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นไปด้วย ความปรารถนาทั้งสองด้านนี้จะต้องเท่าเทียมกันจะละทิ้งอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ ดังข้อเขียนที่ว่า “สำหรับการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นควบคู่ไปด้วย และความปรารถนาทั้งสองนี้จะต้องทำอย่างเท่าเทียมกัน จะทำอย่างหนึ่งแล้วทิ้งอีกอย่างหนึ่งไม่ได้เป็นอันขาด”[๒๒] ดังนั้น ความสุขในศาสนาอิสลาม หมายถึง การดูแลอารมณ์ความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในสภาวะที่แช่มชื่นโดยอิงอาศัยศรัทธาที่มีต่อศาสนาอิสลาม และศาสนาอิสลามนั้นส่งเสริมและแนะนำให้ทุกคนศึกษาความรู้ทางด้านศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม เป็นอันดับแรก โดยเฉพาะมุสลิมจะต้องศึกษาเนื้อหาอิสลามตามลำดับความสำคัญ ซึ่งสิ่งแรกที่จะต้องศึกษาคือ หลักศรัทธาในอิสลาม อันจะนำมาซึ่งความสุขทั้งชีวิตในโลกนี้และโลกหน้า

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชาวมุสลิมในตำบลบางโฉลง ในความหมายของความสุข มีทัศนะดังนี้

นายเสงี่ยม มิมมา กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุข คือสงบ สันติ เบิกบานใจ ความสุขจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเราได้ปฏิบัติตามความเชื่อของหลักการ ความสุขไม่ได้เกิดจากปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งโดยเฉพาะ ไม่ได้อยู่กับร่างกายของคนเราหรือทรัพย์สินเงินทอง หรือเครื่องอำนวยความสะดวกอย่างมากมาย แท้ที่จริงแล้วมันอยู่ที่เราได้ปฏิบัติตนตามคำสอนของศาสนาที่เรายึดถือ เราก็จะพบกับความสำเร็จอย่างแท้จริง ซึ่งความสุขในทัศนะของศาสนาอิสลามนั้นประกอบด้วยหลักการ ๓ ประการ คือ ๑) หลักการศรัทธา ๒) หลักการปฏิบัติ และ ๓) หลักคุณธรรม[๒๓]

นางมาเรียม รอมาลี คณะกรรมการสตรีหมู่บ้าน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุข คือ ความสบายใจ เกิดขึ้นได้ง่าย ๆ เพียงทำตามหลักคำสอนของศาสนาก็จะเป็นสุข ความสุขเป็นความรู้สึกทางใจ ไม่ใช่สิ่งของภายนอก ความสุขต้องเกิดภายในจิต เมื่อจิตสงบ ก็เพียงใช้ชีวิตให้อยู่ภายใต้กรอบของศาสนา และพระเจ้าจะประทานความสุข ถ้าเราทำแต่ความดี พระเจ้าจะตอบแทนสิ่งดี ๆ ให้แก่เรา แล้วเราจะมีความสุข คือความสบายใจ ความสุขทำให้จิตใจสดใส[๒๔]

นางสมจิตต์ มิมมา อสม.ประจำหมู่บ้าน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ศาสนาอิสลามสอนให้มุสลิมเป็นพี่น้องกัน มีความเสมอภาค ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อให้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ซึ่งความสุขนั้นมีทั้งความสุขภายในและความสุขภายนอก สุขจากภายในคือ ทำให้ร่างกายสดชื่นแจ่มใส แบ่งปันทรัพยากรที่มีให้กับผู้ยากไร้ ส่วนความสุขภายนอกทำให้ร่ากายแข็งแรง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค[๒๕]

---

[๒๑] ซัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบายมหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** หน้า ๗๙.

[๒๒] เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๙.

[๒๓] สัมภาษณ์ นายเสงี่ยม มิมมา, กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๒๔] สัมภาษณ์ นางมาเรียม รอมาลี, คณะกรรมการสตรีหมู่บ้าน, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๒๕] สัมภาษณ์ นางสมจิตต์ มิมมา, อสม.ประจำหมู่บ้าน, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

นายประสาน รอมาลี บิหลั่น มัสยิดดารัลอามีน (บางโฉลง) ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุข คือ การศรัทธาในศาสนาอิสลาม และความศรัทธาของภายในหัวใจ ไม่มีใครมีอำนาจที่จะทำอะไรได้นอกเหนือจากอัลลอฮฺ องค์เดียวเท่านั้น และความสุขในศาสนาอิสลามนั้น คือการกระทำในสิ่งที่พระเจ้าใช้ และไม่กระทำในสิ่งที่พระเจ้าห้าม และการช่วยเหลือเจือนจานเพื่อนมนุษย์ที่มีฐานะไม่ดี ยากจน เด็กกำพร้า และอีกมากมาย[๒๖]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับความสุขในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม เห็นได้ว่า ทั้งชาวพุทธและชาวมุสลิมในเขตบางโฉลง มีทัศนะว่า ความสุขมี ๒ ระดับ คือ ความสุขสามัญทั่วไปอันเกิดแต่ความรู้สึกสบายกาย สบายใจทั่วๆ ไป เช่น สุขเกิดแต่การมีทรัพย์ เป็นต้น กับความสุขที่แท้จริงเกิดแต่ความสุขทางศาสนา เช่น สุขแต่การเข้าถึงหลักธรรมทางศาสนา ดังตารางเปรียบเทียบที่ ๔.๒

ตารางที่ ๔.๒ เปรียบเทียบความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

ชาวพุทธ	ชาวมุสลิม
ความสุขนั้น ๒ คือ ๑) ความสบายกาย มีความไม่เจ็บป่วยทางร่างกายด้วยโรคภัยต่าง ๆ ทั้งโรคทั่วไปและโรคประจำวัย คือ โรคชรา ๒) ความสบายใจ มีความเป็นผู้มีจิตเบิกบาน แช่มชื่นอยู่เสมอ ไม่มีความเศร้าหมองอันก่อให้เกิดความทุกข์กายทุกข์ใจ	ความสุขมี ๒ ระดับ คือ ๑) ความสุขสามัญทั่วไปอันเกิดแต่ความรู้สึกสบายกาย สบายใจทั่วๆ ไป เช่น สุขเกิดแต่การมีทรัพย์ เป็นต้น ๒) ความสุขที่แท้จริง เป็นความสุขที่เกิดแต่ความสุขทางศาสนา เช่น สุขแต่การเข้าถึงหลักธรรมทางศาสนา

จากตารางที่ ๔.๒ ข้างต้นพบว่า ผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นชาวพุทธและมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง ทั้งสองกลุ่มมีทัศนะคล้ายกันว่า ความสุขนั้น คือ ความสบายกายและความสบายใจ ต่างเพียงชาวพุทธเน้นหลักการทางพระพุทธศาสนาคือการพัฒนาจิตเพื่อความสุดพ้น ส่วนมุสลิมเน้นหลักการทางศาสนาอิสลาม ๓ ประการ คือ ศรัทธา การปฏิบัติ และคุณธรรม

[๒๖]สัมภาษณ์ นายประสาน รอมาลี, บิหลั่น มัสยิดดารัลอามีน (บางโฉลง), ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

๔.๓ เปรียบเทียบลักษณะของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

๔.๓.๑ ลักษณะของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธศาสนามีทัศนะว่าความสุขนั้นมี ๓ ระดับ คือ ๑) ระดับต่ำ หรือที่เรียกว่าระดับกามสุข สุขเนื่องด้วยกามคุณ ได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เป็นความสุขของปุถุชนที่ยังเกี่ยวข้องกับโลก ความสุขระดับนี้มีทั้งคุณและโทษ ๒) ระดับกลาง หรือเรียกว่า ระดับฌานสุข สุขเนื่องด้วยฌาน ความสุขเกิดจากการที่จิตได้สัมผัสกับสมาธิ ภาวะจิตที่บรรลุสมาธิถึงระดับหนึ่ง ย่อมหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาได้ชั่วคราวมีลักษณะสงบ ราบเรียบ กระจ่างและมีพลังพร้อมที่จะบรรลุสัจธรรมขั้นสูงสุด และ ๓) ระดับสูง หรือเรียกว่านิพพานสุข สุขเนื่องด้วยนิพพาน ถือว่าเป็นความสุขขั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนาเพราะเป็นภาวะที่ปราศจากความมัวเมา ความกระหาย ความอาลัย การเวียนว่ายตายเกิด ความกำหนัดและกิเลส นิพพานเป็นสภาวะที่ปราศจากตัณหาและอุปาทานโดยสิ้นเชิง แต่เมื่อกล่าวโดยภาพรวมแล้ว มี ๒ ประเภท คือ ความสุขระดับโลกียะกับความสุขระดับโลกุตตระ คำว่าโลกียสุข คือ สุขที่เนื่องด้วยโลกียธรรม หมายถึงความสุขอันเป็นวิสัยของโลก สุขที่อิงอาศัยโลก เป็นความสุขที่เกี่ยวกับภพ และภูมิ ภพในที่นี้หมายถึงโลกเป็นที่อยู่ของสัตว์ ภาวะชีวิตของสัตว์[๒๗] ภูมิ หมายถึง ชั้นหรือระดับจิตใจ ระดับชีวิตของสัตว์ที่จะไปเกิด[๒๘] ซึ่งจำแนกโดยภูมิ มี ๓ ภพ คือ กามภพ รูปภพ และอรูปภพ เป็นการแสดงให้เห็นลำดับชั้นของความสุข เมื่อกล่าวโดยสรุปแล้ว โลกียสุข ได้แก่ สุขแบบโลกียะหรือแบบโลก ๆ มี ๒ ประเภทใหญ่ ๆ คือ กามสุขและฌานสุข คำว่า กามสุข เป็นความสุขที่อิงอาศัยกามคุณ โดยปกติมุ่งหมายถึงความสุขของคฤหัสถ์ หรือ คิหิสุข หรือ กามโภคีสุข ๔ กามสุขนี้ตั้งอยู่บนทางสายกลางระหว่างความเห็นสุดโต่ง ๒ ประการ คือ ๑) การทรมานตนเองให้ได้รับความลำบากเพื่อจิตใจจะได้บริสุทธิ์ และ ๒) การมัวเมาหมกมุ่นในทางกามารมณ์ให้มากที่สุด ถึงกระนั้นความสุขในกามคุณ ยังเปิดโอกาสให้บริจาคทาน และการรักษาศีล ถ้าสั่งสมเป็นประจำสามารถอำนวยให้ไปเกิดเป็นเทวดาชั้นชั้นจาตุมหาราชิกา ชั้นดาวดึงส์ ชั้นยามา ชั้นดุสิต ชั้นนิมมานรดี ชั้นปรนิมมิตวสวัตตีได้ ส่วนฌานสุข เป็นความสุขที่เกิดแต่ฌาน เป็นความสุขของบรรพชิต หรือผู้บำเพ็ญพรตบริหารจิตเป็นสำคัญ แบ่งออกเป็น ๓ ประการคือ สุขในรูปฌาน ๔ สุขในอรูปฌาน ๔ และสุขในสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ ส่วนโลกุตตรสุข มีบ่อเกิดมาจากการที่จิตใจได้สัมผัสกับสมาธิ เป็นความสุขทางจิตใจมิได้เกิดจากการที่ประสาทสัมผัสทั้ง ๕ ได้เสวยกับกามคุณทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส เป็นความสุขที่มีทุกข์เจือปนในขณะที่จิตกำลังอยู่ในฌาน เพราะหลุดพ้นจากกิเลสตัณหาได้ชั่วคราว ลักษณะของฌานที่เหมือนกับกามสุข คือยังต้องมีสิ่งมาสนองความรู้สึกและสิ่งที่มาตอบสนองมิให้อารมณ์ที่เป็น รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส แต่เป็นธรรมารมณ์ ซึ่งเป็นความนึกคิดมโนภาพ หรือสภาวะอะไรบางอย่างมาเป็นอารมณ์ ดังนั้น ฌานสุข จึงยังไม่เป็นความสุขขั้นสูงสุด การที่บุคคลจะบรรลุถึงฌานสุขนั้นจะต้องก้าวข้ามอุปสรรคที่สำคัญที่เรียกว่านิวรณ์ ๕ เสียก่อน เมื่อละนิวรณ์ ๕ ได้แล้วจะมีความรู้สึกปลอดโปร่งโล่งเบาสบายและอิ่มใจเกิดขึ้นเป็นพื้นนำของการจะได้ความสุขในฌานต่อไป

---

[๒๗]พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๑๙๘.

[๒๘]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๗.

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า ความสุขในพระพุทธศาสนาเป็นไปทีละขั้นทีละระดับ โดยเริ่มตั้งแต่ระดับต่ำสุข คือ กามสุข และค่อย ๆ สูงขึ้นตามลำดับ จนถึงระดับสูงสุดอันได้แก่ นิพพานสุข ซึ่งนับว่าเป็นความสุขที่สมบูรณ์ที่สุด ด้วยเหตุนี้ นิพพานจึงเป็นความสุขที่แท้จริง เพราะไม่ระคนด้วยความทุกข์อีกต่อไป เป็นภาวะที่ปราศจากการปรุงแต่งเป็นโลกุตตรสุข เพราะกำจัดความเมามัว ความกระหาย ความอาลัย การเวียนว่ายตายเกิดตามปฏิจจสมุปบาท ตัณหา ความกำหนัดและกิเลสเสียได้ เพราะฉะนั้นความสุขในนิพพาน จึงเป็นความสุขที่ดีที่สุดและเป็นสิ่งสมควรแสวงหาสำหรับมนุษย์

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชาวพุทธในตำบลบางโฉลงในประเด็นลักษณะของความสุข มีทัศนะดังนี้

พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้น คือ จิตใจจะต้องเปี่ยมไปด้วยเมตตาธรรม มีศรัทธาในการให้ทาน รักษาศีล และเจริญจิตภาวนาเพื่อให้จิตใจผ่องใส เบิกบาน มีความกรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ ยินดีกับผู้อื่น และวางเฉยในเมื่อคนอื่นล้มเหลว ซึ่งความสุขนั้น ทำให้การดำเนินชีวิตของมนุษย์เป็นไปอย่างสมบูรณ์[๒๙]

นางสาวอภิรดี แตงโสภา กำนันตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้น มีลักษณะก่อให้เกิดความรู้สึกยินดี ดีใจที่ได้เห็นคนอื่นมีความสุข ปราศจากความทุกข์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ[๓๐]

นางนิภา สมใจ สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้นมีลักษณะก่อให้เกิดความร่าเริงแจ่มใจที่เกิดจากจิตที่ไม่ขุ่นมัว และมีความสุขด้านร่างกายเป็นองค์ประกอบตามมา[๓๑]

นายถนัด พิมพรัตน์ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้น มี ๔ ลักษณะ คือ สุขเกิดแต่การมีทรัพย์ สุขเกิดแต่การใช้จ่ายทรัพย์ สุขเกิดแต่การไม่เป็นหนี้ และสุขเกิดแต่การทำงานอันปราศจากโทษ[๓๒]

นายทรงพล ภัทรเสริมพงศ์ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้นมีลักษณะก่อให้เกิดความพึงพอใจ รู้สึกถึงความอิ่มเอมใจ หรือรู้สึกภาคภูมิใจในสภาพชีวิตของตน พัฒนาปัญหาให้เป็นความสุข เรียกว่า สุขได้โดยไร้ปัญหาแม้จะอยู่บนปัญหา[๓๓]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นชาวพุทธในเขตตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้น มีลักษณะที่สามารถสัมผัสได้ด้วยการลงมือปฏิบัติ เช่น ความสุขกาย เกิดแต่การบริหารร่างกายให้พอเหมาะแก่วัย ไม่หักโหมเกินไป ความสุขใจ มีลักษณะเอิบอิ่ม สดชื่น แจ่มใส มีอารมณ์ดีอยู่ตลอดเวลา ด้วยการไม่นำสิ่งเศร้าหมองมาเกาะเกี่ยวในจิตใจ

---

[๒๙] สัมภาษณ์ พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์, เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๓๐] สัมภาษณ์ นางสาวอภิรดี แตงโสภา, กำนันตำบลบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๓๑] สัมภาษณ์ นางนิภา สมใจ, สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๓๒] สัมภาษณ์ นายถนัด พิมพรัตน์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๓๓] สัมภาษณ์ นายทรงพล ภัทรเสริมพงศ์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

๔.๓.๒ ลักษณะของความสุขในศาสนาอิสลาม

อิสลามมีทัศนะว่า มนุษย์เรานั้นจะต้องเป็นผู้ที่มีศรัทธาต่อสิ่งเร้นลับในบางครั้งไม่สามารถสัมผัสได้ ซึ่งการที่มนุษย์จะต้องข้ามความเป็นสัตว์เดรัจฉานที่สามารถรับรู้สรรพสิ่งได้จากผัสสะทั้งห้าเท่านั้น ระหว่างสิ่งที่สัมผัสได้กับสิ่งที่สัมผัสไม่ได้ก็จะไม่มีอุปสรรคและปัญหาเกิดขึ้น เพราะเบื้องหลังความรู้สึกที่ได้จากสัมผัส ยังมีสรรพสิ่ง สิ่งถูกสร้างอื่น ๆ อีกมากมายการศรัทธาในสิ่งเร้นลับก็คือบันได้อีกขั้นหนึ่ง ที่มนุษย์จะต้องข้ามมันไป คือข้ามความเป็นสัตว์เดรัจฉานที่ไม่สามารถรับรู้สรรพสิ่งได้นอกจากด้วยผัสสะทั้งห้าของมัน ข้ามไปสู่อีกระดับหนึ่งคือความเป็นมนุษย์ ที่สามารถรับรู้สรรพสิ่งที่เหนือกว่าใหญ่กว่ากว้างไกลกว่าขนาดเนื้อที่ที่เท่ากับตัววัตถุเล็กๆ ที่รับรู้ด้วยสัมผัส[๓๔] อย่างไรก็ตามมนุษย์ก็มีข้อจำกัด อัลลอฮฺทรงประทานความสามารถในการคิดให้มนุษย์ให้เพียงพอสำหรับหน้าที่บนผืนแผ่นดินนี้เท่านั้น แต่กระนั้นมนุษย์เองก็มีข้อจำกัดจึงไม่สามารถที่จะเข้าถึงในสิ่งที่เกินขีดความสามารถของมันไปได้ กำลังสมองหรือกำลังทางความคิดที่ถูกประทานให้แก่มนุษย์นั้น ถูกประทานให้ในขอบเขตที่เพียงพอต่อการทำหน้าที่คอลิฟะฮฺบนผืนแผ่นดินนี้เท่านั้น คอลีฟะฮฺที่ได้รับมอบหมายให้ทำหน้าที่ในช่วงเวลาเพียงสั้น ๆ เพื่อการพินิจพิจารณา ทำความเข้าใจ ผลิตคิดค้นพัฒนาตกแต่ง โดยที่จำเป็นต้องมีการพึ่งพาโดยตรงระหว่างพลังทางจิตกับจักรวาลทั้งหมดและจะต้องพึงพาผู้สร้างจักรวาล[๓๕] สติปัญญาของมนุษย์ถูกสร้างขึ้นมาให้เหมาะกับการขบคิดในสิ่งที่เป็นปฐมภูมิเท่านั้น กำลังในการขบคิดอยู่ในขอบเขตที่จำกัดไม่ได้หมายความว่า สามารถใช้ความคิดได้ในทุกสิ่งทุกอย่างอย่างอิสระ การที่จะนำสติปัญญามาใช้อย่างอิสระโดยไม่มีเขตจำกัดเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ การที่บางครั้งสติปัญญาไม่สามารถเข้าถึงมันได้ นั้นไม่ได้หมายความว่าสิ่งนั้นไม่มี ดังนั้น ลักษณะของความสุขในศาสนาอิสลาม มีการที่มุสลิมมีความศรัทธาต่อศาสนา ดำรงชีพด้วยการปฏิบัติตามหลักการและกฎของศาสนามีจิตวิญญาณมุ่งให้เกิดประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์ เช่น การรู้จักให้ (ซะกาต) ซึ่งเป็นวิธีแสดงถึงความพ้นจากความตระหนี่ การไม่คดโกง นั่นเป็นลักษณะอันแสดงให้เห็นถึงลักษณะที่ก่อให้เกิดความสุขในโลกนี้ ซึ่งจะส่งผลถึงความสุขในโลกหน้าตามทัศนะของศาสนาอิสลาม

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชาวมุสลิมในตำบลบางโฉลงในประเด็นลักษณะของความสุข มีทัศนะดังนี้

นายเสงี่ยม มิมมา กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ ได้ให้ทัศนะไว้ว่าความสุขนั้น คือความพอเพียงทั้งทางกายและทางใจ เมื่อหัวใจทำหน้าที่เป็นผู้บัญชาการอวัยวะทุกส่วนของเราก็ต้องให้ความสำคัญและเอาใจใส่ดูแลอย่างดี จนมีความสะอาดบริสุทธิ์ จึงจะเป็นโรคร้ายบางประการ เช่น มีอคติต่อกัน การสอดรู้สอดเห็นต่อกัน การชิงดีชิงเด่นกัน การอิจฉาริษยากัน ความโกรธเคืองซึ่งกันและกัน ดังนั้น การจะมีความสุขได้ต้องมีสมาธิ มีหลักคิด ปฏิบัติธรรมตามหลักการที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา เช่น การละหมาดในวันหนึ่งกับคืนหนึ่ง ๕ เวลา เป็นต้น การบริจาคทาน ถ้าเรามีความสามารถควรถือศีลอดในรอบปี[๓๖]

---

[๓๔]ซัยยิด กุฎุบ, **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑,** หน้า ๙๐.

[๓๕]เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๑.

[๓๖]สัมภาษณ์ นายเสงี่ยม มิมมา, กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

นางมาเรียม รอมาลี คณะกรรมการสตรีหมู่บ้าน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขเป็นความสบาย ความสุขใจ ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต[๓๗]

นางสมจิตต์ มิมมา อสม.ประจำหมู่บ้าน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ลักษณะของความสุข คือการมีหัวใจเพียงพอ ไม่ยึดติดกับคำสรรเสริญ แสวงหาอำนาจ ลาภยศและทรัพย์สินเกินความจำเป็น ซึ่งประกอบด้วย ๑) การปฏิบัติตามหลักการของศาสนาอย่างเคร่งครัด ๒) สบายกาย สบายใจ มีสติในการขจัดความทุกข์เมื่อต้องเผชิญกับแรงกดดันได้[๓๘]

นายประสาน รอมาลี บิหลั่น มัสยิดดารัลอามีน (บางโฉลง) ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ลักษณะของความสุข คือการเอ่ยปฏิญาณตนในข้อกำหนด มี ๕ ประการ รวมถึงการปฏิบัติตนด้วยกาย วาจา ใจ การศรัทธาเชื่อมั่นในข้อกำหนดของศาสนาอิสลามเป็นเหตุให้เกิดความสุข ความสุขที่แท้จริง คือการศรัทธาต่ออัลลอฮฺ เกิดขึ้นในจิตใจของเรา และศรัทธาในศาสดามูฮำหมัด (ซ.ล) ซึ่งเป็นรอซูลของเรา[๓๙]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า การจะมีความสุขได้ต้องมีสมาธิ มีหลักคิด ปฏิบัติธรรมตามหลักการทางศาสนาอย่างเคร่งครัด เช่น การละหมาดในวันหนึ่งกับคืนหนึ่ง ๕ เวลา เป็นต้น การบริจาคทาน ถ้าเรามีความสามารถควรถือศีลอดในรอบปี และความสุขที่แท้จริง คือการสร้างศรัทธาต่ออัลลอฮฺ ให้เกิดขึ้นในจิตใจ

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับลักษณะของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม เห็นได้ว่า ทั้งชาวพุทธและชาวมุสลิมในเขตบางโฉลง มีทัศนะว่า ความสุขนั้นมีลักษณะแช่มชื่นใจ และทำให้ร่างกายแข็งแรง ดังตารางเปรียบเทียบที่ ๔.๓

ตารางที่ ๔.๓ เปรียบเทียบลักษณะของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

ชาวพุทธ	ชาวมุสลิม
ความสุขนั้น มีลักษณะที่สามารถสัมผัสได้ด้วยการลงมือปฏิบัติ เช่น ๑) ความสุขกาย เกิดแต่การบริหารร่างกายให้พอเหมาะแก่วัย ไม่หักโหมเกินไป ๒) ความสุขใจ มีลักษณะเอิบอิ่ม สดชื่น แจ่มใส มีอารมณ์ดีอยู่ตลอดเวลา ด้วยการไม่นำสิ่งเศร้าหมองมาเกาะเกี่ยวในจิตใจ	ลักษณะของความสุขนั้น ๑) ความสุขทั่วไป ต้องมีสมาธิ มีหลักคิดปฏิบัติธรรมตามหลักการทางศาสนาอย่างเคร่งครัด เช่น การละหมาดในวันหนึ่งกับคืนหนึ่ง ๕ เวลา เป็นต้น การบริจาคทาน ๒) ความสุขที่แท้จริง คือการสร้างศรัทธาต่ออัลลอฮฺ ให้เกิดขึ้นในจิตใจ

จากตารางที่ ๔.๓ ข้างต้นพบว่า จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นชาวพุทธและมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง ทั้งสองกลุ่มมีทัศนะคล้ายกันว่าความสุขนั้นมีลักษณะแช่มชื่นใจ และทำให้ร่างกายแข็งแรง ต่างเพียงชาวพุทธมีทัศนะว่าลักษณะของ

---

[๓๗] สัมภาษณ์ นางมาเรียม รอมาลี, คณะกรรมการสตรีหมู่บ้าน, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๓๘] สัมภาษณ์ นางสมจิตต์ มิมมา, อสม.ประจำหมู่บ้าน, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๓๙] สัมภาษณ์ นายประสาน รอมาลี, บิหลั่น มัสยิดดารัลอามีน (บางโฉลง), ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

ความสุขที่แท้จริงต้องสัมผัสได้ทั้งความสุขทางกายและความสุขทางใจ ส่วนมุสลิมมีทัศนะถึงหลักการปฏิบัติด้วยใจที่ศรัทธาไม่หวั่นไหวต่ออัลลอฮฺ ทำให้จิตใจเบิกบานสดใจตลอดเวลา

๔.๔ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

๔.๔.๑ วิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธศาสนามีหลักและทางออกให้กับผู้สูงอายุเช่นกัน นั่นคือหลักพุทธธรรมหรือพุทธวิธี อันเป็นวิธีทางพระพุทธศาสนาที่จะช่วยเหลือบรรเทาและป้องกัน รวมถึงแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุ หลักพุทธธรรมที่ควรนำไปใช้กับผู้สูงอายุ ซึ่งพุทธธรรมนี้ จัดได้ว่าเป็นเครื่องสำหรับดำเนินชีวิตประจำวันที่เหมาะสมแก่บุคคลทุกวัย เช่น ปฐมวัย (วัยเด็ก) ก็จะใช้พุทธธรรมที่เกี่ยวกับอิทธิบาท ๔ มีความพอใจทำ ตั้งใจทำ เข้าใจทำและฉลาดทำเป็นต้น ส่วนมัชฌิมวัย (วัยผู้ใหญ่) ก็จะใช้พุทธธรรมที่เกี่ยวกับการประกอบสัมมาอาชีพ เช่น สัมมาอาชีวะ สัมมากัมมันตะ ทิฏฐธัมมิกัตถะประโยชน์ ๔ เป็นต้น เพื่อให้อาชีพที่ดำเนินอยู่นั้นประสบผลสำเร็จไปได้ด้วยดี ส่วนในปัจฉิมวัย (วัยของผู้สูงอายุ) นั้น จะต้องรู้จักนำหลักพุทธธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตเช่นเดียวกับสองวัยที่กล่าวแล้ว เพราะหากผู้สูงอายุขาดหลักพุทธธรรมในการใช้ชีวิตปกติแล้ว เมื่อประสบกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งทางร่างกาย ทางสังคมและทางจิตใจ ก็อาจจะนำไปสู่ความผิดปกติด้านสภาพจิตใจที่ไม่มั่นคงได้และอาจจะทำให้เกิดผลกระทบต่อด้านร่างกาย เช่น ไม่อยากรับประทานอาหาร นอนไม่หลับ ซึมเศร้า[๔๐]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชาวพุทธในตำบลบางโฉลง ในวิธีการเสริมสร้างความสุข มีทัศนะดังนี้

พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า การเข้าถึงความสุข คือต้องประพฤติปฏิบัติตามแนวทางของพระพุทธศาสนา คือประกอบสัมมาอาชีวะ ปกครองครอบครัวโดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น อิทธิบาท ๔ บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ และดำเนินชีวิตโดยความไม่ประมาท[๔๑]

นางสาวอภิรดี แตงโสภา กำนันตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า วิธีการที่จะเสริมสร้างความสุขให้เกิดขึ้นในสังคมได้นั้น ในฐานะที่เป็นผู้นำชุมชน ต้องปฏิบัติตนให้เป็นตัวอย่าง โดยใช้หลักเมตตาธรรมให้กับผู้อื่น และนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ เช่น หลักอริยสัจ ได้แก่ ทุกข์ การรับรู้ปัญหา สมุทัย ค้นหาสาเหตุของปัญหา นิโรธ การยุติปัญหา และ มรรค แนวทางหรือวิธีการในการแก้ปัญหานั้น ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี[๔๒]

นางนิภา สมใจ สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้นจะเกิดมีได้ต้องอาศัยการปฏิบัติตามหลักของบุญกิริยาวัตถุ ๓ ประการ คือ การให้ทานอันเป็นเครื่อง

---

[๔๐]พระบุญทรง หมีดำ (ปุญญธโร), “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๙), หน้า ๓๕.

[๔๑]สัมภาษณ์ พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์, เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๔๒]สัมภาษณ์ นางสาวอภิรดี แตงโสภา, กำนันตำบลบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

ละความตระหนี่ก่อให้เกิดความอิ่มใจ การรักษาศีล ๕ ละการกระทบกระทั่งกับคนอื่น เป็นการสร้างสุขด้านร่างกาย และการเจริญจิตภาวนา เป็นการยกจิตให้มีความสุขอย่างแท้จริง[๔๓]

นายถนัด พิมพรัตน์ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า การจะเสริมสร้างความสุขให้เกิดขึ้นในทางพระพุทธศาสนานั้น ควรนำหลักศีล ๕ มาปฏิบัติให้เป็นกิจวัตรประจำ สามารถก่อให้เกิดความสุขได้ เพราะศีลนั้นเป็นเครื่องนำมาซึ่งความสุข[๔๔]

นายทรงพล ภัทรเสริมพงศ์ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขนั้นจะเกิดขึ้นได้ด้วยการสร้างจิตสำนึกที่ดีให้เกิดขึ้นแก่ตน โดยอาศัยกระบวนการ คิดดี พูดดี ทำดี ชีวิตเป็นสุข และสิ่งสำคัญต้องอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องมือกำกับคือหลักของอริยสัจ ๔ เป็นความจริงอันประเสริฐ เป็นหลักคำสอนที่สำคัญที่สุด คือ ทุกข์ คือสภาพที่ทนได้ยาก สมุทัย เหตุที่ก่อให้เกิดทุกข์ นิโรธ ความดับทุกข์ และมรรค คือหนทางหรือวิธีการดับทุกข์[๔๕]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นชาวพุทธในเขตตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขในทางพระพุทธศาสนานั้น ต้องอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องมือประสาน ซึ่งมีหลากหลายแล้วแต่สถานการณ์ โดยรวมแล้วก็คือหลักของไตรสิกขา ได้แก่ ศีลสิกขา การฝึกมารยาท พฤติกรรมทางด้านกายภาพให้ควรค่าแก่การอยู่เป็นสุขในสังคม จิตตสิกขา การฝึกจิตให้มีความผ่องใส สงบ ปล่อยวางความวุ่นวายทั้งปวง ปัญญาสิกขา การยกจิตออกจากความยึดมั่นถือมั่นในมายาทางสังคม เป็นการก้าวพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ซึ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า การเข้าสู่พระนิพพาน อันก่อให้เกิดความสุขที่ยั่งยืน

๔.๔.๒ วิธีการเสริมสร้างความสุขในศาสนาอิสลาม

ชาวมุสลิมเชื่อว่า ศาสนาอิสลามของพวกเขา เป็นศาสนาที่เกิดมาเพื่อสร้างความสมบูรณ์ให้กับโลกมนุษย์นี้ ดังนั้น อิสลามจึงประกอบด้วยบทบัญญัติที่ครอบคลุมทุกด้านของการใช้ชีวิต นอกจากนี้อิสลามได้ถูกประทานลงมาเพื่อมนุษย์ทุกคน และเพื่อเป็นเมตตาสำหรับมนุษย์ทั้งมวล[๔๖] ซึ่งอัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “เรามิได้ส่งเจ้ามาเพื่ออื่นใด เว้นแต่เป็นผู้แจ้งข่าวดีและเป็นผู้ตักเตือนแก่มนุษย์ทั้งหลาย แต่ว่าส่วนมากของมนุษย์ไม่รู้”[๔๗] และว่า “เรามิได้ส่งเจ้ามาเพื่ออื่นใด นอกจากเพื่อเป็นความเมตตาแก่ประชาชาติทั้งหลาย”[๔๘] อันที่จริงแล้ว อิสลามไม่มีการบีบบังคับผู้ที่มีความเชื่อต่างจากตนให้เข้ารับอิสลาม แต่กลับให้มีเสรีภาพและเปิดโอกาสอย่างเต็มที่แก่ผู้ที่มิใช่มุสลิมที่จะยึดมั่นในศาสนาของเขาต่อไป[๔๙] ดังที่อัลลอฮฺ (ซ.บ) ตรัสว่า “และหากองค์กรอภิบาลของเจ้าทรงประสงค์แน่นอนว่าทุกคนที่อยู่ในแผ่นดินนี้ย่อมศรัทธาต่อพระองค์ ดังนั้น เจ้ายังบังคับขู่เข็ญผู้คนจนกว่าพวก

---

[๔๓]สัมภาษณ์ นางนิภา สมใจ, สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๔๔]สัมภาษณ์ นายถนัด พิมพรัตน์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๔๕]สัมภาษณ์ นายทรงพล ภัทรเสริมพงศ์, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๔๖]นิรนาม, **สานสันติบาตโลกมุสลิมถึงประชาชนชาวอเมริกัน,** (ปัตตานี: วิทยาลัยอิสลามยะลา, ๒๕๔๖), หน้า ๒๑-๒๗.

[๔๗]อัล-กุรอาน ๓๔: ๒๘

[๔๘]อัล-กุรอาน ๒๑: ๑๐๗

[๔๙]ศอลิหฺ หุสัยน์ อัลอายิด, **สิทธิของชนต่างศาสนิกในประเทศอิสลาม,** หน้า ๔๘.

เขาจะเป็นผู้ศรัทธากระนั้นหรือ”[๕๐] ซึ่งอิสลาม จะเปิดโอกาสให้ผู้คนเลือกเอาว่าจะเข้ารับอิสลาม หรือจะคงอยู่ในศาสนาเดิมของพวกเขา หลังจากที่ได้ทำสัญญาที่ทำให้พวกเขาใช้ชีวิตอยู่อย่างสันติ ทั้งด้านศาสนาเกียรติ และทรัพย์สินของพวกเขา และมีความสุขอยู่ภายใต้การคุ้มครองของอัลลอฮฺ (ซ.บ) และนบีของพระองค์ ด้วยเหตุนี้พวกเขาจึงถูกเรียกว่าผู้ที่อยู่ภายใต้การคุ้มครองอารักขา

วิธีการเสริมสร้างความสุขทางศาสนาอิสลามมีอย่างเดียว คือ การมีศรัทธาต่ออัลลอฮฺ เกิดขึ้นในจิตใจ ใครก็ตามที่เขาได้ศรัทธาต่ออัลลอฮฺ โดยแท้จริงเขาจะพบว่าทุกวินาที ที่เขามีชีวิตอยู่มันเต็มไปด้วยความสุข ท่านนบี สอนให้มีความพอใจในสิ่งที่อัลลอฮฺได้กำหนดให้ จากปัจจัยชีพที่พยายามแสวงหาแล้ว สิ่งที่ได้แสวงหามาทำให้มีความพอใจ จึงควรรู้จักขอบคุณต่ออัลลอฮฺ หากสามารถทำเช่นนั้นได้ จะกลายเป็นคนที่ร่ำรวย เพราะความพอใจในสิ่งที่อัลลอฮฺได้แบ่งให้ และแน่นอนทรัพย์สมบัติที่ได้มานั้นเป็นสิ่งที่มีความจำเริญ (บารอกะฮ) ความดีงามในทรัพย์สิน ดังนั้น การที่จิตใจผูกพันต่ออัลลอฮฺ อยู่ตลอดเวลาไม่ว่าอยู่ในสถานะใด อยู่ ณ ที่ใด จิตชีวิตของเราก็จะมีแต่ความสุข และการที่คนเราประสบกับความยากลำบากก็เนื่องจากการหันให้กับการรำลึกถึงอัลลอฮฺ จิตใจได้ขาดการสื่อสารต่อพระองค์ อัลลอฮฺ ได้ตรัสไว้ในอัล-กุรอานว่า “ผู้ศรัทธาจะมีจิตใจที่สงบนิ่ง เมื่อเขาได้รำลึกถึงอัลลอฮฺ นี่คือความมหัศจรรย์ที่อัลลอฮฺ ได้ประทานให้”[๕๑]

สรุปได้ว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขทางศาสนาอิสลาม ก็คือการมีความเชื่อหรือมีความศรัทธา ต่ออัลลอฮฺอย่างมั่นคง ซึ่งอัลลอฮฺเป็นผู้กำหนดกฎอิสลามขึ้นมาเพื่อให้มุสลิมปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุข ซึ่งวิธีการนั่นเป็นเหตุแห่งความสุขของสังคม แม้แต่มุสลิมบุคคลเองก็มีความสุข เพราะเมื่อไม่เบียดเบียนใครก็ไม่หวั่นที่จะถูกคนอื่นปองร้าย ก็เกิดความสุขทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ดังนั้น วิธีการสำคัญของการเสริมสร้างความสุขแก่มุสลิมโดยรวมก็คือความศรัทธาต่ออัลลอฮฺ ผู้กำหนดบทบาทของมุสลิมให้ปฏิบัติในศาสนาอิสลาม

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชาวมุสลิมในตำบลบางโฉลง ในวิธีการเสริมสร้างความสุขมีทัศนะดังนี้

นายเสงี่ยม มิมมา กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า การเกิดมาเป็นมนุษย์ ในความเป็นอยู่นั้นจะนิ่งเฉยไม่ได้ ต้องเคลื่อนไหว ดิ้นรนต่อสู้ ต้องทำมาหากิน ต้องแสวงหาปัจจัยในการดำรงชีพ ซึ่งเป็นเครื่องสร้างความสุขทางด้านร่างกาย และอีกส่วนคือการสร้างความสุขทางด้านจิตใจ ก็ต้องมีศีลธรรม จริยธรรม และต้องมีจิตสำนึกในการอยู่ร่วมกัน รับผิดชอบในส่วนของสังคมร่วมกัน แล้วชีวิตก็จะมีความสุข เมื่อกล่าวถึงหลักธรรมทางศาสนาอิสลามในการสร้างความสุขนั้น คือ อามานะฮฺ เป็นหลักธรรมคำสอนหนึ่งของศาสนา คือความรับผิดชอบต่อหน้าที่ หน้าที่ของตนเอง ครอบครัว และสังคม ตามหลักการของพระศาสนาระบุไว้ว่า ทุกคนมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบและจะต้องถูกสอบสวนในเมื่อเราวาระของชีวิตในโลกนี้ ที่เขาต้องไปพบกับพระเจ้าของเขา นี่เป็นคำสอนของท่านศาสดามูฮำหมัด เพื่อที่จะได้ให้สังคมของมนุษย์มีความรับผิดชอบและเจริญก้าวหน้า

---

[๕๐] อัล-กุรอาน ๑๐: ๙๙

[๕๑] อิสมาอีล กอเซ็ม, **ความสุขที่แท้จริงหาได้ที่ไหน ?**, **The Islamic Foundation,** [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www. islammore.com/view/2753, (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

และมีความสุข และอีกอย่างคือการปฏิบัติตนตามหลักการศาสนา กฎหมาย กฎเกณฑ์ กฎระเบียบ และหลักการของศาสนาที่ระบุไว้ในพระมหาคัมภีร์ และคำสั่งสอนของท่านศาสดามูฮำหมัด (ซ.ล) ที่ทำไว้ให้เป็นแบบอย่างที่ดี ท่านได้สอนเราว่า จะศึกษาตั้งแต่ในเปลจนถึงหลุมฝังศพ หมายถึงให้เราได้มีโอกาสศึกษาตลอดชีวิต เพื่อที่จะได้รับรู้ รับทราบธรรมชาติต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นมนุษย์ สัตว์ พืช มีความเป็นมาอย่างไร และปรับปรุงแก้ไขให้ดีได้อย่างไร[๕๒]

นางมาเรียม รอมาลี คณะกรรมการสตรีหมู่บ้าน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขตามหลักศาสนาคือการนำหลัก อามานะฮฺ อันเป็นหลักการใช้ชีวิตให้ตรงตามหน้าที่ที่ตนต้องปฏิบัติ มีความรับผิดชอบในหน้าที่ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ชีวิตก็จะมีความสุข[๕๓]

นางสมจิตต์ มิมมา อสม.ประจำหมู่บ้าน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขนั้นต้องอาศรัทธาและปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาอย่างเคร่งครัด การรำลึกถึงพระเจ้าและขอบคุณพระเจ้าอยู่เสมอ การละหมาด การบริจาค การถือศีลอด ตามหลักการของศาสนาอิสลาม มีส่วนทำให้จิตใจสงบและมีความสุขได้[๕๔]

นายประสาน รอมาลี บิหลั่น มัสยิดดารัลอามีน (บางโฉลง) ได้ให้ทัศนะไว้ว่า วิธีการเสริมสร้างความสุข คือ การทำตามในสิ่งที่พระเจ้าใช้ ไม่กระทำในสิ่งที่พระเจ้าทรงห้าม และทำตามแบบฉบับของท่านศาสดามูฮำหมัด[๕๕]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขในวิถีอิสลาม คือ มุสลิมทุกคนต้องมีศีลธรรม จริยธรรม และต้องมีจิตสำนึกในการอยู่ร่วมกัน รับผิดชอบในส่วนของสังคมร่วมกัน แล้วชีวิตก็จะมีความสุข คือ การปฏิบัติตามหลัก “อามานะฮฺ” ซึ่งเป็นหลักธรรมคำสอนที่กล่าวถึงความรับผิดชอบต่อหน้าที่ หน้าที่ของตนเอง ครอบครัว และสังคม เพราะพระศาสนาระบุไว้ว่า ทุกคนมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบ และจะต้องถูกสอบสวนในเมื่อเราวาระของชีวิตในโลกนี้

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม เห็นได้ว่า ทั้งชาวพุทธและชาวมุสลิมในเขตบางโฉลง มีทัศนะว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขนั้น เป็นเครื่องมือที่สร้างสังคมให้เกิดสันติสุข โดยใช้กฎหมาย จริยธรรมทางสังคมเป็นเครื่องมือสนับสนุน ดังตารางเปรียบเทียบที่ ๔.๔

---

[๕๒]สัมภาษณ์ นายเสงี่ยม มิมมา, กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๕๓]สัมภาษณ์ นางมาเรียม รอมาลี, คณะกรรมการสตรีหมู่บ้าน, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๕๔]สัมภาษณ์ นางสมจิตต์ มิมมา, อสม.ประจำหมู่บ้าน, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๕๕]สัมภาษณ์ นายประสาน รอมาลี, บิหลั่น มัสยิดดารัลอามีน (บางโฉลง), ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

ตารางที่ ๔.๔ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

ชาวพุทธ	ชาวมุสลิม
วิธีการเสริมสร้างความสุขทางพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ หลักไตรสิกขา ได้แก่ ๑) ศีลสิกขา การฝึกมารยาท พฤติกรรมทางด้านกายภาพให้ควรค่าแก่การอยู่เป็นสุขในสังคม ๒) จิตตสิกขา การฝึกจิตให้มีความผ่องใส สงบ ปล่อยวางความวุ่นวายทั้งปวง ๓) ปัญญาสิกขา การยกจิตออกจากความยึดมั่นถือมั่นในมายาทางสังคม	วิธีการเสริมสร้างความสุขทางศาสนาอิสลสามมี ๒ ประการ คือ ๑) หลักศรัทธาอย่างมั่นคง ๒) หลัก “อามานะฮฺ” ซึ่งเป็นหลักธรรมคำสอนที่กล่าวถึงความรับผิดชอบต่อหน้าที่

จากตารางที่ ๔.๔ ข้างต้นพบว่า จากการการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นชาวพุทธและมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง ถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุ ทั้งสองกลุ่มมีทัศนะคล้ายกันว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขนั้น เป็นเครื่องมือที่สร้างสังคมให้เกิดสันติสุข โดยใช้กฎหมาย จริยธรรมทางสังคม เป็นเครื่องมือสนับสนุน ต่างเพียงชาวพุทธมีทัศนะว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขในทางพระพุทธศาสนานั้น ต้องอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น หลักของไตรสิกขา ได้แก่ ศีลสิกขา การฝึกมารยาท จิตตสิกขา การฝึกจิตให้มีความผ่องใส ปัญญาสิกขา การยกจิตออกจากความยึดมั่นถือมั่นในมายาทางสังคม ส่วนมุสลิมเน้นหลัก อามานะฮฺ ซึ่งเป็นหลักการปฏิบัติตนตามหน้าที่ที่ได้รับมอบ เช่น หน้าที่ของหัวหน้าครอบครัว และสิ่งสำคัญคือหน้าที่ที่อัลลอฮฺทรงมอบให้

๔.๕ เปรียบเทียบประโยชน์ของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

๔.๕.๑ ประโยชน์ของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาท

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชาวพุทธในตำบลบางโฉลง มีทัศนะเกี่ยวกับประโยชน์ของความสุขดังนี้

พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ประโยชน์ของความสุข คือ ทำให้การดำเนินชีวิตเป็นปกติ ประกอบสัมมาอาชีพด้วยความซื่อสัตย์สุจริต ก่อให้เกิดความสุขทั้งด้านร่างกายและจิตใจ มีอายุยืนยาวเพราะอารมณ์ดีมีสุข[๕๖]

นางสาวอภิรดี แตงโสภา กำนันตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขมีประโยชน์กับมนุษย์เป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากความสุขเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่จะให้ชีวิตดำเนินไปตามธรรมนองคลองธรรม เมื่อมีสุข ทุกอย่างในชีวิตจะสดใส เรียกว่า สุขทั้งกายและสุขทั้งใจ หรือ สุขภาพจิตดี สุขภาพกายแข็งแรง[๕๗]

---

[๕๖]สัมภาษณ์ พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์, เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๕๗]สัมภาษณ์ นางสาวอภิรดี แตงโสภา, กำนันตำบลบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

นางนิภา สมใจ สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขมีประโยชน์อย่างยิ่ง ก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านสุขภาพจิตให้เข้มแข็งทนต่อสภาพความเป็นอยู่ของสังคม และส่งผลต่อความสุขทางด้านร่างกายอันเป็นความสุขภายนอก ซึ่งเกิดขึ้นเฉพาะตน และยังเผื่อแผ่ต่อบุคคลรอบข้างเป็นการสร้างประโยชน์สุขให้เกิดขึ้นทั้งแก่ตนและสังคม[๕๘]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นชาวพุทธในเขตตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า เมื่อบุคคลใดสามารถที่จะปฏิบัติตนอยู่ในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ว่าวิธีขจัดความทุกข์ และการสร้างความสุข ย่อมได้รับสุข ๒ ประการ คือ ความสุขกาย เป็นผู้มีร่างกายแข็งแรงสมแก่วัย และความสุขใจ เป็นความสุขที่เกิดขึ้นเพราะการปล่อยวาง ไม่ยึดติดในสิ่งเครื่องกังวลทั้งปวง

๔.๕.๒ ประโยชน์ของความสุขในศาสนาอิสลาม

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างชาวมุสลิมในตำบลบางโฉลง เกี่ยวกับประโยชน์ของความสุข มีทัศนะดังนี้

นายเสงี่ยม มิมมา กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ประโยชน์ที่ได้รับมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายดี ร่างกายแข็งแรงดี มีกำลังต่อสู้ในการทำงาน ปราศจากโรคภัย หากเจ็บป่วยก็จะไม่เจ็บป่วยถาวรยาวนาน ตามหลักวิชาการ ผู้ที่จะมีอนามัยที่ดีได้ต้องประกอบด้วย ๑) อาหารเพียงพอ ๒) มีโภชนาการที่ดี ๓) อากาศดีเพียงพอ ๔) การออกกำลังกายให้พอเหมาะกับตนเอง[๕๙]

นางมาเรียม รอมาลี คณะกรรมการสตรีหมู่บ้าน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุข ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตทั้งเพื่อตนเอง สังคม พระศาสนา[๖๐]

นางสมจิตต์ มิมมา อสม.ประจำหมู่บ้าน ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ความสุขของมนุษย์คือ ยารักษาโรคในทางการแพทย์ ฉะนั้น ถ้ามียาดี จะเกิดประโยชน์ต่อมนุษย์อย่างดียิ่ง[๖๑]

นายประสาน รอมาลี บิหลั่น มัสยิดดารัลอามีน (บางโฉลง) ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ประโยชน์ของความสุขนั้น ทำให้มีจิตใจเบิกบาน มีความรัก ความสงสารต่อเพื่อนมนุษย์ ได้ช่วยเหลือเขา เราก็มีความสุขตามหลักการของศาสนา[๖๒]

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง ได้ให้ทัศนะไว้ว่า ประโยชน์ที่ได้รับมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายดี ร่างกายแข็งแรงดี มีกำลังต่อสู้ในการทำงาน ปราศจากโรคภัย หากเจ็บป่วยก็จะไม่เจ็บป่วยถาวรยาวนาน

---

[๕๘]สัมภาษณ์ นางนิภา สมใจ, สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๕๙]สัมภาษณ์ นายเสงี่ยม มิมมา, กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๖๐]สัมภาษณ์ นางมาเรียม รอมาลี, คณะกรรมการสตรีหมู่บ้าน, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๖๑]สัมภาษณ์ นางสมจิตต์ มิมมา, อสม.ประจำหมู่บ้าน, ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

[๖๒]สัมภาษณ์ นายประสาน รอมาลี, บิหลั่น มัสยิดดารัลอามีน (บางโฉลง), ๒๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับประโยชน์ของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม เห็นได้ว่า ทั้งชาวพุทธและชาวมุสลิมในเขตบางโฉลง มีทัศนะว่า ความสุขนั้น ทำให้มีจิตใจเบิกบาน ส่งผลให้เกิดสุขภาพกายที่เข้มแข็งตามมา ดังตารางเปรียบเทียบที่ ๔.๕

ตารางที่ ๔.๕ เปรียบเทียบประโยชน์ของความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

ชาวพุทธ	ชาวมุสลิม
ประโยชน์ของความสุขทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ๒ ประการ คือ ๑) ความสุขกาย เป็นผู้มีร่างกายแข็งแรงสมแก่วัย และ ๒) ความสุขใจ เป็นความสุขที่เกิดขึ้นเพราะการปล่อยวาง ไม่ยึดติดในสิ่งเครื่องกังวลทั้งปวง	ประโยชน์ที่ได้รับมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายดี ร่างกายแข็งแรงดี มีกำลังต่อสู้ในการทำงาน ปราศจากโรคภัย หากเจ็บป่วยก็จะไม่เจ็บป่วยถาวรยาวนาน

จากตารางที่ ๔.๕ ข้างต้นพบว่า จากการการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้นำทางศาสนา ผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุซึ่งเป็นชาวพุทธและมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง ถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการสร้างความสุข ทั้งสองกลุ่มมีทัศนะคล้ายกันว่า ความสุขนั้น ทำให้มีจิตใจเบิกบาน ส่งผลให้เกิดสุขภาพกายที่เข้มแข็งตามมา ส่วนนัยที่ต่างกันนั้น ชาวพุทธเน้นถึงเป็นความสุขที่เกิดขึ้นเพราะการปล่อยวาง ไม่ยึดติดในสิ่งเครื่องกังวลทั้งปวง ส่วนชาวมุสลิมเน้นความสุข ที่ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิตทั้งเพื่อตนเอง สังคม และพระอัลลอฮฺ

๔.๖ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

๔.๖.๑ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธศาสนามีหลักและทางออกให้กับผู้สูงอายุเช่นกัน นั่นคือหลักพุทธธรรมหรือพุทธวิธี อันเป็นวิธีทางพระพุทธศาสนาที่จะช่วยเหลือบรรเทาและป้องกัน รวมถึงแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุ หลักพุทธธรรมที่ควรนำไปใช้กับผู้สูงอายุ ซึ่งพุทธธรรมนี้ จัดได้ว่าเป็นเครื่องสำหรับดำเนินชีวิตประจำวันที่เหมาะสมแก่บุคคลทุกวัย เช่น ปฐมวัย (วัยเด็ก) ก็จะใช้พุทธธรรมที่เกี่ยวกับอิทธิบาท ๔ มีความพอใจทำ ตั้งใจทำ เข้าใจทำและฉลาดทำเป็นต้น ส่วนมัชฌิมวัย (วัยผู้ใหญ่) ก็จะใช้พุทธธรรมที่เกี่ยวกับการประกอบสัมมาอาชีพ เช่น สัมมาอาชีวะ สัมมากัมมันตะ ทิฏฐธัมมิกัตถะประโยชน์ ๔ เป็นต้น เพื่อให้อาชีพที่ดำเนินอยู่นั้นประสบผลสำเร็จไปได้ด้วยดี ส่วนในปัจฉิมวัย (วัยของผู้สูงอายุ) นั้น จะต้องรู้จักนำหลักพุทธธรรมไปใช้ในการดำเนินชีวิตเช่นเดียวกับสองวัยที่กล่าวแล้ว เพราะหากผู้สูงอายุขาดหลักพุทธธรรมในการใช้ชีวิตปกติแล้ว เมื่อประสบกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งทางร่างกาย ทาง

สังคมและทางจิตใจ ก็อาจจะนำไปสู่ความผิดปกติด้านสภาพจิตใจที่ไม่มั่นคงได้และอาจจะทำให้เกิดผลกระทบต่อด้านร่างกาย เช่น ไม่อยากรับประทานอาหาร นอนไม่หลับ ซึมเศร้า[๖๓]

จากการศึกษาในเบื้องต้น พบว่า พระพุทธศาสนาเองก็มีหลักและทางออกให้กับผู้สูงอายุเช่นกัน นั่นคือ หลักพุทธธรรมหรือพุทธวิธี อันเป็นวิธีทางพระพุทธศาสนาที่จะช่วยเหลือบรรเทาและป้องกัน รวมถึงแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุทำให้ชีวิตเกิดความสุขขึ้น ถ้าหากผู้สูงอายุขาดหลักพุทธธรรมในการใช้ชีวิตปกติแล้ว เมื่อประสบกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งทางร่างกาย ทางสังคมและทางจิตใจ ก็อาจจะนำไปสู่ความผิดปกติด้านสภาพจิตใจที่ไม่มั่นคงได้ ซึ่งหลักธรรมที่นำมาใช้เพื่อเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น ได้แก่ (๑) หลักไตรลักษณ์ เป็นกฎธรรมชาติอันแสดงถึงหลักความเป็นจริงของชีวิต ๓ ประการ คือ อนิจจตา ความไม่เที่ยง ทุกขตา ความเป็นทุกข์ อนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน (๒) หลักอริยสัจ เป็นวิธีการเรียนรู้และดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขด้วยวิธีการเรียนรู้ถึงทุกข์ ความไม่สบายกายและใจ สมุทัย สาเหตุเกิดแห่งทุกข์ นิโรธ ความดับทุกข์ และมรรค ทางดำเนินไปสู่การดับทุกข์นั้น (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม ฝึกทำความเข้าใจในหลักการของชีวิต ด้วยการชำระล้างทำให้จิตใจสะอาดด้วยบุญ ๓ อย่างคือ ทาน ศีล ภาวนา เว้นจากบาปคืออกุศลมูล คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง (๔) หลักพรหมวิหารธรรม เป็นคุณธรรมที่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติต่อกัน ได้แก่ เมตตา ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุข ด้วยจิตอันแผ่ไมตรีและคิดทำประโยชน์แก่ผู้อื่นและสิ่งอื่น กรุณา ความสงสาร มุทิตา ความรู้สึกยินดีด้วยเมื่อเห็นผู้อื่นหรือสิ่งอื่นอยู่ดีมีความสุข และอุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง คือมองตามเป็นจริงโดยวางจิตเรียบสม่ำเสมอ (๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม เบญจศีล ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่น เป็นต้น และหลักเบญจธรรม เป็นหลักธรรมที่หากบุคคลได้ประพฤติปฏิบัติตามแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความเมตตารักใคร่ต่อกัน (๖) หลักสังคหวัตถุ เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจบุคคลและประสานหมู่ชนไว้ในความสมานสามัคคี ได้แก่ ทาน การให้ปันสิ่งของด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ปิยวาจา พูดอย่างคนรักกัน คือ กล่าวคำสุภาพ อัตถจริยา บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ สมานัตตตา วางตนเสมอต้นเสมอปลาย สรุปได้ว่าวิธีการเสริมสร้างความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาท เน้นไปที่การดำรงชีพตามหลักของมรรคมีองค์แปด คือการดำเนินชีวิตชอบ ดำเนินชีวิตตามทางสายกลาง อยู่อย่างพอเพียง แล้วความสุขแห่งชีวิตก็จะเกิดขึ้นทั้งโลกียสุขและโลกุตตรสุข

นอกจากนั้น ยังต้องอาศัยกิจกรรมชุมชนเป็นเครื่องส่งเสริม ดังเช่น โครงการการเรียนรู้ผู้สูงวัยตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ที่ดำเนินการโดยทางวัดบางโฉลงในร่วมกับเทศบาลตำบลบางพลี[๖๔] โดยความเห็นร่วมกันของคณะกรรมการศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงวัยตำบลบางโฉลง ว่า

ด้วยปัจจุบันโครงสร้างประชากรของตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ ของผู้สูงอายุเริ่มมีผู้อายุยืนยาวมากขึ้นและมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นทุกปีถือเป็นการก้าวหน้าสู่สังคมผู้สูงอายุที่รวดเร็วและองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลงมีประชากรทั้งสิ้น ๘,๘๔๒ คน แยก

---

[๖๓]พระบุญทรง หมีดำ (ปุญญธโร), “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๙), หน้า ๓๕.

[๖๔]สัมภาษณ์ พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์, เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน, ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

เป็นชาย ๔,๔๖๙ คน แยกเป็นหญิง ๔,๓๗๓ คน จำนวนผู้สูงอายุทั้งหมด ๑,๑๕๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๐ % ของประชากรในตำบลบางโฉลง ดังนั้น เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม คณะกรรมการศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงวัยตำบลบางโฉลง ได้จัดตั้งศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุตำบลบางโฉลงตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดจากแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงประชากรตำบลบางโฉลงดังกล่าวข้างต้น ที่เริ่มปรากฏขึ้นในชุมชน จำนวนผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่เพิ่มมากขึ้น นอกจากปัญหาความเสื่อมด้านสุขภาพกายของผู้สูงอายุทุกคนแล้วบางส่วนยังมีปัญหาสุขภาพจิต ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุจากการถูกทอดทิ้งให้อยู่เพียงลำพัง คณะกรรมการศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงวัยตำบลบางโฉลง พิจารณาเห็นว่าควรมีกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้การมีส่วนร่วมในการกำหนดยุทธศาสตร์การส่งเสริม และการสนับสนุนด้านในการพัฒนาให้ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดูแลรักษาสุขภาพตนเองและผู้สูงอายุด้วยกัน ภายใต้ทุนทางสังคมที่เข้มแข็งของภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนในตำบลบางโฉลง เล็งเห็นความสำคัญจึงได้จัดทำโครงการการเรียนรู้ผู้สูงวัยตำบลบางโฉลงขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

๑. เพื่อให้ผู้สูงวัยในตำบลบางโฉลง เกิดกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตและรับทราบสิทธิประโยชน์พื้นฐานต่างๆ ของตนเอง

๒. เพื่อให้ผู้สูงวัยในตำบลบางโฉลง ได้รับการสร้างเสริมสุขภาพที่ถูกต้องทั้งร่างกายและจิตใจ

๓. เพื่อให้ผู้สูงวัยในตำบลบางโฉลง ได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ภูมิปัญญา/ปราชญ์ชาวบ้าน และสืบทอดให้กับลูกหลาน รุ่นสู่รุ่น

๔. เพื่อให้ผู้สูงวัยในตำบลบางโฉลง ได้มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างภาครัฐและเอกชนพร้อมเรียนรู้และทำงานร่วมกัน

๕. เพื่อให้ผู้สูงวัยในตำบลบางโฉลง ได้มีส่วนร่วมในการจัดการเรียนการสอนแบบมีส่วนร่วมระหว่างบ้าน วัด (ศาสนสถานอื่น) โรงเรียน: บวร ซึ่งเป็น ๓ เสาหลักของสังคมไทย

ซึ่งกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ผู้สูงวัยในตำบลบางโฉลงที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป (รุ่นละ ๕๐ คน) โดยเริ่มรับรุ่นแรกเมื่อ มกราคม ๒๕๖๑ เป็นต้นไป โดยจัดการเรียนการสอนเป็นรุ่น รุ่นละ ๓ เดือน (เรียนทุกวันพุธ เดือนละ ๔ ครั้ง ครั้งละ ๓ ชั่วโมง จำนวน ๑๒ ครั้ง/รุ่น)

ในการดำเนินโครงการนั้น ทางโครงการได้ตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน ๑ คณะ จำนวน ๑๕ คน ประชุมหารือ เพื่อจัดหาสถานที่เรียน โดยขอใช้สถานที่ของวัดบางโฉลงใน เจ้าอาวาสอนุญาตให้ใช้อาคารสถาบันพลังจิตตานุภาพ และอาคารอื่น ๆ ภายในวัดบางโฉลงใน นอกจากนั้น ยังมีการร่างหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็น ๔ กลุ่มสาระ โดยได้เชิญวิทยากรที่มีความรู้ ความชำนาญเฉพาะทางด้านต่าง ๆ มาช่วยเสริมทักษะในกลุ่มสาระต่าง ๆ ดังนี้

กลุ่มสาระที่ ๑ สูงวัยจิตใจสดใส ร่างกายแข็งแรง: สุขภาพกาย สุขภาพจิตผู้สูงอายุ จำนวน ๙ ชั่วโมง

กลุ่มสาระที่ ๒ สูงวัยมีคุณค่า: การดูแลตนเอง ครอบครัว ชุมชนและสังคมจำนวน ๙ ชั่วโมง

กลุ่มสาระที่ ๓ สูงวัยใส่ใจภูมิปัญญา: รักษ์ภูมิปัญญา วัฒนธรรมท้องถิ่นและการเรียนรู้ตลอดชีวิต จำนวน ๙ ชั่วโมง

กลุ่มสาระที่ ๔ สูงวัยสดใส ไม่เครียด: นันทนาการ กิจกรรมผ่อนคลาย การจัดการความเครียด เพลง เกมส์ การเล่านิทาน ลีลาศ/รำวง จำนวน ๙ ชั่วโมง

ซึ่งโครงการกิจกรรมดังกล่าว นับว่าได้ตอบสนองความต้องการกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน ที่ทำให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะกัน และเห็นคุณค่าของตนเองว่าเป็นภูมิปัญญาที่ทรงคุณค่า

๔.๖.๒ วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม

วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามนั้น เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุชาวมุสลิมปฏิบัติตามหลักศาสนาอิสลาม ๒ ประการ คือ หลักศรัทธาในศาสนา และประพฤติตามหลักหน้าที่ในศาสนา ดังนี้

๑. หลักศรัทธาหรือความเชื่อในศาสนา (อีมาน) หลักศรัทธาคือหลักคำสอนที่ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องเชื่อว่าเป็นความจริงแท้และต้องยึดถืออย่างมั่นคง แม้จะไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยสัมผัสทั้ง ๕ ก็ตาม ซึ่งหลักศรัทธามี ๖ ประการ ได้แก่ (๑) ศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้า หมายถึง มุสลิมต้องเชื่อมั่นและศรัทธาในพระเจ้า (๒) ศรัทธาในมลาอิกะฮฺ ผู้ที่จะเป็นมุสลิมอย่างสมบูรณ์ได้ ต้องศรัทธาว่ามลาอิกะฮฺหรือเทวทูตเหล่านี้ว่ามีจริง อันจะเป็นผลดีแก่ผู้ศรัทธาเอง คือจะทำให้เขาทำแต่ความดี ละเว้นความชั่ว (๓) ศรัทธาในบรรดารอซูลหรือศาสนทูต ซึ่งเป็นผู้รับโองการจากพระเจ้าให้นำบัญญัติของพระองค์มาสั่งสอน ชี้แนะแก่มวลมนุษย์ด้วยกัน (๔) ศรัทธาในพระคัมภีร์ ซึ่งสรุปคำสอนไว้ ๒ ประการ คือ สอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า และสอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน (๕) ศรัทธาในวันพิพากษาหรือวันกำเนิดปรโลกโลกใหม่ที่เกิดขึ้น และ (๖) ศรัทธาในการลิขิตของพระผู้เป็นเจ้า ความเชื่อในลิขิตพระเจ้าจะปรับจิตใจของผู้สูงอายุให้มั่นคงในพระเจ้า ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความมั่นใจ มีเป้าหมายและมีกำลังใจตลอดไป

๒. หลักปฏิบัติหรือหน้าที่ในศาสนา (อิบาดะฮฺ) ศาสนาอิสลามเป็นศาสนาที่นับถือพระเจ้าองค์เดียวว่าสูงสุด คือ พระอัลลอฮฺ มีคุณลักษณะที่สมบูรณ์ที่สุด สร้างทุกสิ่งทุกอย่างได้ และสามารถทำลายทุกสิ่งทุกอย่างได้ ในส่วนที่เกี่ยวกับการปฏิบัตินั้น ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องถือเป็นหน้าที่และเป็นกิจวัตรอันจะขาดมิได้ ซึ่งการปฏิบัตินั้นแบ่งได้เป็น ๕ ประการ ได้แก่ (๑) การปฏิญาณตน ให้ปฏิญาณในความเชื่อมีต่อพระอัลลอฮฺเจ้าและต่อองค์ศาสดา (๒) การละหมาดหรือการนมัสการพระเจ้า เป็นการแสดงความเคารพต่อพระเจ้า เป็นการปฏิบัติเพื่อแสดงความภักดีต่อพระเจ้า (๓) การบริจาคศาสนทานซะกาต การบริจาคซึ่งศาสนาบังคับให้ผู้มีทรัพย์สินมากเกินจำนวนที่กำหนดไว้ จ่ายแก่ผู้ควรได้รับ เช่น ผู้ยากไร้ เป็นต้น (๔) การถือศีลอด มีเป้าหมายเพื่อเป็นการฝึกฝนให้ตัวเองมีจิตผูกพันและยำเกรงต่อพระเจ้าเพื่อการดำเนินชีวิตในทุกด้านตามคำบัญชาของพระองค์อันเป็นผลดีทำให้เกิดปกติสุข ทั้งส่วนตัวและส่วนสังคม (๕) การประกอบพิธีฮัจญ์ เป็นข้อกำหนดให้มุสลิมจากทั่วทุกมุมโลกได้เดินทางไปร่วมชุมนุมเพื่อแสดงพลังศรัทธา พลังเศรษฐกิจ พลังสังคม และได้มีการแลกเปลี่ยนทางด้านต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์ต่อสังคมมุสลิม

ดังนั้น การที่ผู้สูงอายุปฏิบัติตนตามหลักการทั้ง ๒ ประการดังกล่าว ย่อมเป็นการเสริมสร้างความสุขให้เกิดแก่ชีวิต เรียกได้ว่าเป็นผู้ความสุขในชีวิตบั้นปลายที่อิงอาศัยกับพระเจ้า มีพระเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่เสมอ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนอกจากจะทำให้สุขภาพจิตเข้มแข็งแล้วยังส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

จากทัศนะเรื่องวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนา พบว่า ทั้งสองศาสนามีทัศนะที่ตรงกันว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุนั้น ต้องอาศัยหลักธรรมในทางศาสนาของแต่ละศาสนาเป็นเครื่องมือในการสร้างความสุข ซึ่งทั้งนี้ต้องอยู่ที่ความสามารถของผู้สูงอายุเป็นสำคัญ ดังตารางเปรียบเทียบที่ ๔.๖

ตารางที่ ๔.๖ เปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม

พระพุทธศาสนาเถรวาท	ศาสนาอิสลาม
วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา เน้นหลัก ๖ ประการ คือ ๑) หลักไตรลักษณ์ ๒) หลักอริยสัจ ๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม ๔) หลักพรหมวิหารธรรม ๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม ๖) หลักสังคหวัตถุ	วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม เน้นหลัก ๒ ประการ คือ ๑) หลักศรัทธาในศาสนา ๒) หลักหน้าที่ในศาสนา

จากตารางที่ ๔.๖ ข้างต้นพบว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม เหมือนกันตรงที่กล่าวว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุนั้น ต้องอาศัยหลักธรรมในทางศาสนาของแต่ละศาสนาเป็นเครื่องมือในการสร้างความสุข ส่วนนัยที่ต่างกัน พระพุทธศาสนา ให้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้หลากหลาย ได้แก่ (๑) หลักไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความไม่ใช่ตัวตน (๒) หลักอริยสัจ วิธีการเรียนรู้ถึงทุกข์ สาเหตุเกิดแห่งทุกข์ ความดับทุกข์ และทางดำเนินไปสู่การดับทุกข์นั้น (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม ฝึกทำความเข้าใจในหลักการของชีวิต ด้วยการชำระล้างทำให้จิตใจสะอาดด้วยบุญ ๓ อย่างคือ ทาน ศีล ภาวนา (๔) หลักพรหมวิหารธรรม เป็นคุณธรรมที่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติต่อกัน ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา (๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม เป็นข้อบังคับทางสังคม และหลักปฏิบัติต่อสังคม และ (๖) หลักสังคหวัตถุ เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจคน ได้แก่ การให้ปันสิ่งของ กล่าวคำสุภาพ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ วางตนเสมอต้นเสมอปลาย ส่วนวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามนั้น เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุชาวมุสลิมปฏิบัติตามหลักศาสนาอิสลาม ๒ ประการ คือ หลักศรัทธาในศาสนา และประพฤติตามหลักหน้าที่ในศาสนา ซึ่งหลักการทั้ง ๒ ประการดังกล่าว ย่อมเป็นการเสริมสร้างความสุขให้เกิดแก่ชีวิต เรียกได้ว่าเป็นผู้ความสุขในชีวิตบั้นปลายที่อิงอาศัยกับพระเจ้า มีพระเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่เสมอ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนอกจากจะทำให้สุขภาพจิตเข้มแข็งแล้วยังส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

๔.๗ สรุป

จากการเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า

พระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม มีทัศนะเรื่องความหมายของผู้สูงอายุตรงกันว่า ผู้สูงอายุนั้นเป็นผู้ที่มีอายุมาก มีความทรุดโทรมทางด้านร่างกายและจิตใจ และสิ่งสำคัญคือเป็นผู้ดำรงอยู่คารวปูชนียบุคคล คือ บุคคลที่ควรเคารพบูชาในฐานะผู้มีประสบการณ์ชีวิตมายาวนาน ควรแก่การศึกษาหาความรู้ และควรแสดงความเคารพ ซึ่งทางพระพุทธศาสนากล่าวว่า ผู้เคารพอ่อนน้อมต่อผู้เจริญที่สุด (ผู้สูงวัย) ย่อมเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ส่วนทางด้านศาสนาอิสลาม ผู้เคารพต่อผู้สูงอายุ ชื่อว่า เป็นผู้ปฏิบัติตามหลักการทางศาสนาว่าด้วยการให้ความเคารพ นอบน้อมต่อสูงอายุ ย่อมได้ชื่อว่าเป็นมุสลิมแท้

ชาวพุทธกับชาวมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง มีทัศนะเรื่องความหมายและลักษณะของความสุขคล้ายกันว่า ความสุขนั้น คือ ความสบายกาย และความสบายใจ มีความแช่มชื่นใจเป็นลักษณะ ต่างเพียงชาวพุทธเน้นหลักการทางพระพุทธศาสนาคือการพัฒนาจิตเพื่อความสุดพ้น ส่วนมุสลิมเน้นหลักการทางศาสนาอิสลาม ๓ ประการ คือ ศรัทธา การปฏิบัติ และคุณธรรม

ชาวพุทธและมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง มีทัศนะเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุมีนัยคล้ายกันว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขนั้น เป็นเครื่องมือที่สร้างสังคมให้เกิดสันติสุข โดยใช้กฎหมาย จริยธรรมทางสังคม เป็นเครื่องมือสนับสนุน ต่างเพียงชาวพุทธมีทัศนะว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขในทางพระพุทธศาสนานั้น ต้องอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น หลักของไตรสิกขา ได้แก่ ศีลสิกขา การฝึกมารยาท จิตตสิกขา การฝึกจิตให้มีความผ่องใส ปัญญาสิกขา การยกจิตออกจากความยึดมั่นถือมั่นในมายาทางสังคม ส่วนมุสลิมเน้นหลัก อามานะฮฺ ซึ่งเป็นหลักการปฏิบัติตนตามหน้าที่ที่ได้รับมอบ เช่น หน้าที่ของหัวหน้าครอบครัว และสิ่งสำคัญคือหน้าที่ที่อัลลอฮฺทรงมอบให้

เมื่อกล่าวถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาโดยสรุป พบว่า ทั้งสองศาสนามีทัศนะที่ตรงกันว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุนั้น ต้องอาศัยหลักธรรมในทางศาสนาของแต่ละศาสนาเป็นเครื่องมือในการสร้างความสุข ส่วนนัยที่ต่างกันพระพุทธศาสนา ให้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้หลากหลาย ได้แก่ (๑) หลักไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความไม่ใช่ตัวตน (๒) หลักอริยสัจ วิธีการเรียนรู้ถึงทุกข์ สาเหตุเกิดแห่งทุกข์ ความดับทุกข์ และทางดำเนินไปสู่การดับทุกข์นั้น (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม ฝึกทำความเข้าใจในหลักการของชีวิต ด้วยการชำระล้างทำให้จิตใจสะอาดด้วยบุญ ๓ อย่างคือ ทาน ศีล ภาวนา (๔) หลักพรหมวิหารธรรม เป็นคุณธรรมที่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติต่อกัน ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา (๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม เป็นข้อบังคับทางสังคม และหลักปฏิบัติต่อสังคม และ (๖) หลักสังคหวัตถุ เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจคน ได้แก่ การให้ปันสิ่งของ กล่าวคำสุภาพ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ วางตนเสมอต้นเสมอปลาย ส่วนวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามนั้น เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุชาวมุสลิมปฏิบัติตามหลักศาสนาอิสลาม ๒ ประการ คือ หลักศรัทธาในศาสนา และประพฤติตามหลักหน้าที่ในศาสนา ซึ่งหลักการทั้ง ๒ ประการดังกล่าว ย่อมเป็นการเสริมสร้างความสุขให้เกิดแก่ชีวิต เรียกได้ว่าเป็นผู้ความสุขในชีวิตบั้นปลายที่อิงอาศัยกับพระเจ้า มีพระเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่เสมอ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนอกจากจะทำให้สุขภาพจิตเข้มแข็งแล้วยังส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

บทที่ ๕
สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “การเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ” นี้ มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลาม และ ๓) เพื่อเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ เป็นการศึกษาเชิงเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview)

ผลการศึกษาพบว่า

พระพุทธศาสนาเถรวาทมีทัศนะต่อผู้สูงอายุว่า ผู้สูงอายุ ก็คือผู้ที่มีอายุมากผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ มาเป็นระยะเวลาหลายปี ซึ่งเป็นผู้ที่มีความเสื่อมทางร่างกาย จิตใจและทางสังคม โดยทั่วโลกจะถือว่าผู้สูงอายุ คือ ผู้มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป นอกจากนั้น ผู้สูงอายุยังจะต้องได้รับอุปการะจากคนอื่น เมื่อเจ็บป่วยควรได้รับการช่วยเหลือหรือรักษาอย่างถูกวิธี ดังนั้น ผู้สูงอายุ แบ่งเป็น ๔ ลักษณะ คือ ตามวัย, ตามสภาพร่างกาย, ตามสภาพจิตใจ, และตามสภาพทางสังคม การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ คือ ภาวะสูงอายุเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจและสังคม ที่มนุษย์ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ และชราเป็นภาวการณ์มีอายุสูงขึ้น ซึ่งอาจจะมีความอ่อนแอของร่างกายและจิตใจตลอดจนมีความเจ็บป่วยหรือพิการร่วมด้วย นักสังคมวิทยายอมรับว่า ภาวะสูงอายุเป็นการก้าวสู่สภาพการเปลี่ยนแปลง หรือบทบาทใหม่ของสังคม

ความสุขเป็นความรู้สึกหรืออารมณ์ประเภทหนึ่ง มีหลายระดับตั้งแต่ความสบายใจเล็กน้อยหรือความพอใจจนถึงความเพลิดเพลินหรือเต็มไปด้วยความสนุก ความสุขเป็นสิ่งที่มนุษย์แสวงหาเพื่อให้ได้พบกับเสรีภาพและการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง พระพุทธศาสนากล่าวถึงความหมายของความสุขไว้ ๒ นัยด้วยกัน คือ ความสุขที่เป็นของสามัญทั่วไปอันคลุกเคล้าด้วยโลกียะอันเป็นปกติสุขของชาวโลกทั่วไปหรือที่เรียกว่าโลกียสุข และความสุขอันพ้นจากการเวียนว่ายในวัฏฏสงสาร ที่เรียกว่าโลกุตตระหรือโลกุตตรสุข ความสุขในพระพุทธศาสนาเป็นไปทีละขั้น ทีละระดับ โดยเริ่มตั้งแต่ระดับต่ำสุข คือ กามสุข และค่อย ๆ สูงขึ้นตามลำดับ จนถึงระดับสูงสุดอันได้แก่นิพพานสุขซึ่งถือว่าเป็นความสุขที่สมบูรณ์ที่สุด ด้วยเหตุนี้ นิพพานจึงเป็นความสุขที่แท้จริง เพราะไม่ระคนด้วยความทุกข์อีกต่อไป เป็นภาวะที่ปราศจากการปรุงแต่งเป็นโลกุตตรสุข เพราะกำจัดความเมามัว ความกระหาย ความอาลัย การเวียนว่ายตายเกิดตามปฏิจจสมุปบาท ตัณหา ความกำหนัด

และกิเลสเสียได้ เพราะฉะนั้น ความสุขในนิพพาน จึงเป็นความสุขที่ดีที่สุดและเป็นสิ่งสมควรแสวงหาสำหรับมนุษย์

พระพุทธศาสนาเองก็มีหลักการและวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุ เป็นวิธีการที่ทำให้ชีวิตเกิดความสุขขึ้นด้วยหลักพุทธธรรม เพื่อเป็นการจรรโลงใจทำให้สุขภาพใจแข็งแรง และส่งผลต่อสุขภาพร่างกายด้วย ได้แก่ (๑) หลักไตรลักษณ์ เป็นกฎธรรมชาติอันแสดงถึงหลักความเป็นจริงของชีวิต คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความไม่ใช่ตัวตน (๒) หลักอริยสัจ ๔ เป็นวิธีการเรียนรู้และดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขด้วยวิธีการเรียนรู้ถึงทุกข์ ความไม่สบายกายและใจ สมุทัย สาเหตุเกิดแห่งทุกข์ นิโรธ ความดับทุกข์ และมรรค ทางดำเนินไปสู่การดับทุกข์นั้น (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม ฝึกทำความเข้าใจในหลักการของชีวิต ด้วยการชำระล้างทำให้จิตใจสะอาดด้วยบุญ ๓ อย่างคือ ทาน ศีล ภาวนา เว้นจากบาปคืออกุศลมูล คือ ความโลภ ความโกรธ และความหลง (๔) หลักพรหมวิหารธรรม เป็นคุณธรรมที่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติต่อกัน ได้แก่ ความรักใคร่ปรารถนาให้มีความสุข ความสงสาร ความรู้สึกยินดีด้วยเมื่อเห็นผู้อื่นหรือสิ่งอื่นอยู่ดีมีความสุข และ ความมีใจเป็นกลาง (๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม เบญจศีล ความประพฤติหรือการดำเนินชีวิตที่ปราศจากการเบียดเบียนผู้อื่น เป็นต้น และหลักเบญจธรรม เป็นหลักธรรมที่หากบุคคลได้ประพฤติปฏิบัติตามแล้ว ย่อมก่อให้เกิดความเมตตารักใคร่ต่อกัน (๖) หลักสังคหวัตถุ เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจบุคคลและประสานหมู่ชนไว้ในความสมานสามัคคี ได้แก่ การให้ปันสิ่งของด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การพูดอย่างคนรักกัน การบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ และการวางตนเสมอต้นเสมอปลาย

ความสุขในทัศนะของศาสนาอิสลาม คือ การดูแลอารมณ์ความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในสภาวะที่แช่มชื่นโดยอิงอาศัยศรัทธาที่มีต่อศาสนาอิสลาม และศาสนาอิสลามนั้นส่งเสริมและแนะนำให้ทุกคนศึกษาความรู้ทางด้านศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม เป็นอันดับแรก โดยเฉพาะมุสลิมจะต้องศึกษาเนื้อหาอิสลามตามลำดับความสำคัญ ซึ่งสิ่งแรกที่จะต้องศึกษาคือหลักศรัทธาในอิสลามอันจะนำมาซึ่งความสุขทั้งชีวิตในโลกนี้และโลกหน้านั่นเอง ซึ่งความสุขนั้นจะเกิดขึ้นได้ มุสลิมต้องอาศัยความศรัทธาต่อศาสนา ดำรงชีพด้วยการปฏิบัติตามหลักการและกฎของศาสนามีจิตวิญญาณมุ่งให้เกิดประโยชน์ต่อเพื่อนมนุษย์ เช่น การรู้จักให้ ซึ่งเป็นวิธีแสดงถึงความพ้นจากความตระหนี่ การไม่คดโกงนั่นเป็นลักษณะอันแสดงให้เห็นถึงลักษณะที่ก่อให้เกิดความสุขในโลกนี้และโลกหน้า

ผู้สูงอายุคือผู้ที่มีอายุมาก ตั้งอยู่ในฐานะพ่อแม่ เป็นผู้ผ่านประสบการณ์ชีวิตมายาวนาน ซึ่งผู้ถือกำเนิดในภายหลังควรให้ความเคารพนอบน้อม นอกจากนั้น ผู้สูงอายุเองยังต้องปฏิบัติตนให้มีความสุขได้ด้วยตนเอง โดยปฏิบัติตามหลักของศาสนาอิสลาม ๒ ประการ คือ หลักศรัทธาในศาสนาและประพฤติตามหลักหน้าที่ในศาสนา ดังนี้ ๑) หลักศรัทธาหรือความเชื่อในศาสนา (อีมาน) หลักศรัทธาคือหลักคำสอนที่ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องเชื่อว่าเป็นความจริงแท้และต้องยึดถืออย่างมั่นคง แม้จะไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยสัมผัสทั้ง ๕ ก็ตาม ซึ่งหลักศรัทธามี ๖ ประการ ได้แก่ (๑) ศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้า หมายถึง มุสลิมต้องเชื่อมั่นและศรัทธาในพระเจ้า (๒) ศรัทธาในมลาอิกะฮฺ ผู้ที่จะเป็นมุสลิมอย่างสมบูรณ์ได้ ต้องศรัทธาว่ามลาอิกะฮฺหรือเทวทูตเหล่านี้ว่ามีจริง อันจะเป็นผลดีแก่ผู้ศรัทธาเอง คือจะทำให้เขาทำแต่ความดี ละเว้นความชั่ว (๓) ศรัทธาในบรรดารอซูลหรือศาสนทูต ซึ่งเป็นผู้รับโองการจากพระเจ้าให้นำบัญญัติของพระองค์มาสั่งสอน ชี้แนะแก่มวลมนุษย์ด้วยกัน (๔) ศรัทธาใน

พระคัมภีร์ซึ่งสรุปคำสอนไว้ ๒ ประการ คือ สอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับพระเจ้า และสอนถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ด้วยกัน (๕) ศรัทธาในวันพิพากษาหรือวันกำเนิดปรโลกโลกใหม่ที่เกิดขึ้น และ (๖) ศรัทธาในการลิขิตของพระผู้เป็นเจ้า ความเชื่อในลิขิตพระเจ้าจะปรับจิตใจของผู้สูงอายุให้มั่นคงในพระเจ้า ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยความมั่นใจ มีเป้าหมายและมีกำลังใจตลอดไป ๒) หลักปฏิบัติหรือหน้าที่ในศาสนา (อิบาดะฮฺ) ศาสนาอิสลามเป็นศาสนาที่นับถือพระเจ้าองค์เดียวว่าสูงสุด คือ พระอัลลอฮฺ มีคุณลักษณะที่สมบูรณ์ที่สุด สร้างทุกสิ่งทุกอย่างได้ และสามารถทำลายทุกสิ่งทุกอย่างได้ ในส่วนที่เกี่ยวกับการปฏิบัตินั้น ผู้สูงอายุชาวมุสลิมทุกคนจะต้องถือเป็นหน้าที่และเป็นกิจวัตรอันจะขาดมิได้ ซึ่งการปฏิบัตินั้นแบ่งได้เป็น ๕ ประการ ได้แก่ (๑) การปฏิญาณตน ให้ปฏิญาณในความเชื่อมีต่อพระอัลลอฮฺเจ้าและต่อองค์ศาสดา (๒) การละหมาดหรือการนมัสการพระเจ้า เป็นการแสดงความเคารพต่อพระเจ้า เป็นการปฏิบัติเพื่อแสดงความภักดีต่อพระเจ้า (๓) การบริจาคศาสนทานซะกาต การบริจาคซึ่งศาสนาบังคับให้ผู้มีทรัพย์สินมากเกินจำนวนที่กำหนดไว้ จ่ายแก่ผู้ควรได้รับ เช่น ผู้ยากไร้ เป็นต้น (๔) การถือศีลอด มีเป้าหมายเพื่อเป็นการฝึกฝนให้ตัวเองมีจิตผูกพันและยำเกรงต่อพระเจ้าเพื่อการดำเนินชีวิตในทุกด้านตามคำบัญชาของพระองค์อันเป็นผลดีทำให้เกิดปกติสุข ทั้งส่วนตัวและส่วนสังคม (๕) การประกอบพิธีฮัจญ์ เป็นข้อกำหนดให้มุสลิมจากทั่วทุกมุมโลกได้เดินทางไปร่วมชุมนุมเพื่อแสดงพลังศรัทธา พลังเศรษฐกิจ พลังสังคม และได้มีการแลกเปลี่ยนทางด้านต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์ต่อสังคมมุสลิม ซึ่งการที่ผู้สูงอายุปฏิบัติตนตามหลักการทั้ง ๒ ประการดังกล่าว ย่อมเป็นการเสริมสร้างความสุขให้เกิดแก่ชีวิต เรียกได้ว่าเป็นผู้ความสุขในชีวิตบั้นปลายที่อิงอาศัยกับพระเจ้า มีพระเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่เสมอ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนอกจากจะทำให้สุขภาพจิตเข้มแข็งแล้วยังส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

จากการเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า พระพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม มีทัศนะเรื่องความหมายของผู้สูงอายุตรงกันว่า ผู้สูงอายุนั้นเป็นผู้ที่มีอายุมาก มีความทรุดโทรมทางด้านร่างกายและจิตใจ และสิ่งสำคัญคือเป็นผู้ดำรงอยู่ในคารวปูชนียบุคคล คือ บุคคลที่ควรเคารพบูชาในฐานะผู้มีประสบการณ์ชีวิตมายาวนาน ควรแก่การศึกษาหาความรู้ และควรแสดงความเคารพ ซึ่งทางพระพุทธศาสนากล่าวว่า ผู้เคารพอ่อนน้อมต่อผู้เจริญที่สุด (ผู้สูงวัย) ย่อมเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ส่วนทางด้านศาสนาอิสลาม ผู้เคารพต่อผู้สูงอายุ ชื่อว่า เป็นผู้ปฏิบัติตามหลักการทางศาสนาว่าด้วยการให้ความเคารพ นอบน้อมต่อสูงอายุ ย่อมได้ชื่อว่าเป็นมุสลิมแท้

ชาวพุทธกับชาวมุสลิมในเขตตำบลบางโฉลง มีทัศนะเรื่องความหมายและลักษณะของความสุขคล้ายกันว่า ความสุขนั้น คือ ความสบายกาย และความสบายใจ มีความแช่มชื่นใจเป็นลักษณะ ต่างเพียงชาวพุทธเน้นหลักการทางพระพุทธศาสนาคือการพัฒนาจิตเพื่อความสุดพ้น ส่วนมุสลิมเน้นหลักการทางศาสนาอิสลาม ๓ ประการ คือ ศรัทธา การปฏิบัติ และคุณธรรม สำหรับทัศนะเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุมีนัยคล้ายกันว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขนั้น เป็นเครื่องมือที่สร้างสังคมให้เกิดสันติสุข โดยใช้กฎหมาย จริยธรรมทางสังคม เป็นเครื่องมือสนับสนุน ต่างกันเพียงชาวพุทธมีทัศนะว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขในทางพระพุทธศาสนานั้น ต้องอาศัย

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น หลักของไตรสิกขา ได้แก่ ศีลสิกขา การฝึกมารยาท จิตตสิกขา การฝึกจิตให้มีความผ่องใส ปัญญาสิกขา การยกจิตออกจากความยึดมั่นถือมั่นในมายาทางสังคม ส่วนมุสลิมเน้นหลัก อามานะฮฺ ซึ่งเป็นหลักการปฏิบัติตนตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย เช่น หน้าที่ของหัวหน้าครอบครัว และหน้าที่อันสำคัญที่สุดคือหน้าที่ที่อัลลอฮฺทรงมอบให้

เมื่อกล่าวถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาโดยภาพรวม พบว่า ทั้งสองศาสนา มีทัศนะที่ตรงกันว่า วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุนั้น ต้องอาศัยหลักธรรมในทางศาสนาของแต่ละศาสนาเป็นเครื่องมือในการสร้างความสุข ส่วนนัยที่ต่างกันนั้น ทางพระพุทธศาสนาให้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้หลากหลายตามแต่ภูมิภาวะของแต่คน ได้แก่ (๑) หลักไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความไม่ใช่ตัวตน (๒) หลักอริยสัจ วิธีการเรียนรู้ถึงทุกข์ สาเหตุเกิดแห่งทุกข์ ความดับทุกข์ และทางดำเนินไปสู่การดับทุกข์นั้น (๓) หลักบุญบาป/หลักกรรม ฝึกทำความเข้าใจในหลักการของชีวิต ด้วยการชำระล้างทำให้จิตใจสะอาดด้วยบุญ ๓ อย่างคือ ทาน ศีล ภาวนา (๔) หลักพรหมวิหารธรรม เป็นคุณธรรมที่ผู้สูงอายุควรปฏิบัติต่อกัน ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา (๕) หลักเบญจศีล-หลักเบญจธรรม เป็นข้อบังคับทางสังคม และหลักปฏิบัติต่อสังคม และ (๖) หลักสังคหวัตถุ เป็นธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจคน ได้แก่ การให้ปันสิ่งของ กล่าวถ้อยคำสุภาพ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ วางตนเสมอต้นเสมอปลาย ส่วนวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามนั้น เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุชาวมุสลิมปฏิบัติตามหลักศาสนาอิสลาม ๒ ประการ คือ หลักศรัทธาในศาสนา และประพฤติตามหลักหน้าที่ในศาสนา ซึ่งหลักการทั้ง ๒ ประการดังกล่าว ย่อมเป็นการเสริมสร้างความสุขให้เกิดแก่ชีวิต เรียกได้ว่าเป็นผู้ความสุขในชีวิตบั้นปลายที่อิงอาศัยกับพระเจ้า มีพระเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่เสมอ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนอกจากจะทำให้สุขภาพจิตเข้มแข็งแล้วยังส่งผลต่อสุขภาพกายด้วย

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “การเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ” มีข้อเสนอแนะดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้

๑. ควรนำหลักวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุทั้งสองศาสนาไปดำเนินการใช้อย่างจริงจังทั้งภาครัฐ และทางด้านศาสนา

๒. ผู้สูงอายุควรได้รับการส่งเสริมในการนำหลักธรรมทางศาสนาไปประยุกต์ใช้กับชีวิตอย่างจริงจัง

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป

๑. ควรมีการทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขของผู้สูงอายุในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทและศาสนาอิสลาม” ในขอบเขตพื้นที่การศึกษาที่กว้างขึ้น เพื่อความชัดเจนยิ่งขึ้น

๒. ควรมีการทำวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบการนำหลักธรรมในการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุทางพระพุทธศาสนาและศาสนาอิสลามไปใช้อย่างเป็นรูปธรรม”

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย:

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ:

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____. **อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาอรรถกถา.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ:

(๑) หนังสือ:

กชกร สังขชาติ. **ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับผู้สูงอายุ.** ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๓๖.

การศาสนา, กรม. **ธรรมวิภาคบรรยาย สำหรับนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นตรี โท เอก**. กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒.

เฉก ธนะสิริ. **เล่นกับตัวเองอย่างไรให้สุขกายสุขใจปลอดโรคภัยเกิน ๑๐๐ ปี.** พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๕๐.

_____. **ทำอย่างไรชีวิตจะยืนยาวและมีความสุข**. พิมพ์ครั้งที่ ๘๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เซ็ท เอน ชู้ท สตูดิโอ, ๒๕๔๘.

ซัยยิด กุฎุบ. **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน) ญุซที่ ๑.** แปลโดย สุนทร มาลาตี. ปัตตานี: เบนฮาลาบี เพรส, ม.ป.ป..

_____. **อรรถาธิบาย มหาคัมภีร์อัล-กุรอาน (ใต้ร่มเงาอัล-กุรอาน)ญุซที่ ๒.** แปลโดย สุนทร มาลาตี. ปัตตานี: เบนฮาลาบี เพรส, ๒๕๔๘.

ธรรมรักษา. **วิถีแห่งความสุข.** กรุงเทพมหานคร: รุ่งแสงการพิมพ์, ๒๕๓๙.

นพวรรณ จงวัฒนา และคณะ. **ฐานข้อมูลผู้สูงอายุที่น่าสนใจ**. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

นิรนาม. **สานสันติบาตโลกมุสลิมถึงประชาชนชาวอเมริกัน**. ปัตตานี: วิทยาลัยอิสลามยะลา, ๒๕๔๖.

บรรลุ ศิริพานิช. **บริหารสุขภาพผู้สูงอายุ.** กรุงเทพมหานคร: แพทย์สภาสาร ๑๑, ๒๕๒๕.

บุญทัน ดอกไธสง. **การจัดการองค์กร.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

บุญมี แท่นแก้ว. **พุทธปรัชญาเถรวาท.** กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๕.

พระเจ้าวรวงศ์เธอ กรมหลวงชินวรณ์สิริวัฒน์. **พระคัมภีร์อภิธานัปปทีปิกาหรือพจนานุกรมภาษาบาลีแปลเป็นไทย.** กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๐.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)**. พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ.** พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

_____. **ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๕๐.

_____. **สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.พ., ๒๕๔๙.

พระพิจิตรธรรมพาที (ชัยวัฒน์ ธมฺมวณฺโณ). **แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีคุณภาพ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี่ยงเชียง, ๒๕๓๖.

พระมหาสมปอง ปมุทิโต. **คัมภีร์อภิธานวรรณา.** พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พริ้นติ้ง, ๒๕๔๗.

พุทธทาสภิกขุ. **แก่อย่างฉลาดและเป็นสุข**. กรุงเทพมหานคร: อตัมมโย, ๒๕๒๗.

_____. **คู่มือดับทุกข์ฉบับสมบูรณ์.** กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ม.ป.ป..

มานพ วงศ์เสงี่ยม. **หลักศรัทธาของศาสนาอิสลาม.** กรุงเทพมหานคร: มปท., ๒๕๑๑.

มุฮัมมัดอซีฟ คิดไว. **อารยธรรมตะวันตกอิสลามและมุสลิม.** แปลโดย กิตติมา อมรทัต, อิมรอนมะลูลีม. กรุงเทพมหานคร: ส.วงศ์เสงี่ยม, ๒๕๒๖.

มุรเตซา มุเฏาะฮารี. **“ญิฮาด” สงครามแห่งอิสลาม.** แปลโดย บรรจง บินกาซัน. กรุงเทพมหานคร: ชมรมหนังสือ "ทางนำ", ๒๕๒๖.

เมตตา กฤตวิทย์ และพัชนี เชยจรรยา. **การประเมินผลสื่อเพื่อสร้างแนวคิดด้านสันติภาพแก่เด็กและเยาวชน.** เอกสารวิจัยสถาบันปรีดี พนมยงค์, ๒๕๓๐.

ยูซุฟ ก็อรฎอวีย์. **หะลาลและหะรอมในอิสลาม.** แปลโดย บรรจง บินกาซัน. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์หนังสืออิสลาม, ๒๕๔๙.

ยูสุฟ อัล-ก็อรฎอวีย์. **สู่การฟื้นฟูอิสลาม ภารกิจที่ต้องเข้าร่วม.** แปลโดย กุดามะฮ. กรุงเทพมหานคร: มะฮัฏเฏาะตุล อิลมฺ- สถานีความรู้, ๒๕๔๗.

ยูโลน เภอหีม. **มนุษย์ในอิสลาม กรณีศึกษาวิเคราะห์ปฐมกำเนิดมนุษย์**. ปัตตานี: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาลัยเขตปัตตานี, ๒๕๔๐.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕.** กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์ จำกัด, ๒๕๓๙.

วศิน อินทสระ. **พุทธจริยศาสตร์.** พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๔๙.

วิทยากร เชียงกูล. **จิตวิทยาในการสร้างความสุข.** พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สายธาร, ๒๕๕๒.

ศอลิหฺ หุสัยน์ อัลอายิด. **สิทธิของชนต่างศาสนิกในประเทศอิสลาม.** ปัตตานี: วิทยาลัยอิสลามยะลา, ๒๕๔๘.

ศรีเรือน แก้วกังวาน. **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม ๒**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๕.

สมเด็จพระมหาวีรวงศ์ (พิมพ์ ธมฺมธโร). **มงคลยอดชีวิต ฉบับสมบูรณ์.** กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๒๘.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. **สารานุกรมพระพุทธศาสนา.** กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙

เสาวณี จิตหมวด. **วัฒนธรรมอิสลาม.** พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: ทางนำ, ๒๕๓๕.

อับดุลอะซีซ บินอับดิลลาฮฺ บินบาซ. **หลักการเชื่อมั่นที่ถูกต้องและที่ตรงกันข้าม.** แปลโดย อิมรอน มะกูดี. สำนักงานความร่วมมือเพื่อเผยแพร่และสอนอิสลามอัร-ร็อบวะฮฺ กรุงริยาด ประเทศซาอุดิอาระเบีย, ฮ.ศ.1427 - ค.ศ. 2006.

(๒) วิทยานิพนธ์:

กฤษณา บูรณะพงศ์. “ผู้สูงอายุกับการขัดเกลาทางสังคมในครอบครัวในการสืบทอดคุณธรรมแก่เยาวชนในกรุงเทพมหานคร”. **วิทยานิพนธ์สังคมวิทยามหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

ทองคูณ บุญเลิศ. “การศึกษาเปรียบเทียบบทบาทขององค์การฆราวาสพุทธและองค์การฆราวาสคริสต์ที่มีต่อการสงเคราะห์ผู้สูงอายุ”.**วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๒๙.

ทิพวรรณ สุธานนท์. “การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขของผู้สูงอายุ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

ทิพย์วดี เหลืองกระจ่าง. “การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้ตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาผู้สูงอายุ”. **วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

นิรันดร์ ขันธวิธี. “การศึกษาเปรียบเทียบความเชื่อและการปฏิบัติทางศาสนาของชาวมุสลิมในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๒.

นุชนาฏ ปริกสุวรรณ. “การศึกษาชุมชนมุสลิมเขตหนองจอก”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิตไทยศึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๗.

ปภัสสร กิมสุวรรณวงศ์. “การชะลอความชราตามหลักพุทธธรรม”. **สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระครูใบฎีกาโสภา กิจฺจสาโร (จันทร์เพ็ง). “การประยุกต์หลักพุทธธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวันของกลุ่มผู้สูงวัยในเขตตำบลบ้านหว้า อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระคำรณ รตนรังสี (เหว่ทู). “การศึกษาวิเคราะห์เรื่องความสุขในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับความสุขในสังคมไทยปัจจุบัน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระบุญทรง หมีดำ (ปุญฺญธโร). “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๙.

พระอธิการสมหมาย มหาปุญฺโญ (รินทรชัย).“การใช้หลักพุทธธรรมในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุชุมชนสุขสวัสดิ์ จังหวัดลำปาง”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙.

พัทรินทร์ บุญเสริม. “ความรุนแรงในครอบครัวต่อผู้สูงอายุในอำเภอบ้านเขว้า จังหวัดชัยภูมิ”. **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๖.

ไพซ้อน ยิ่งนิยม. “แนวคิดการแนะแนวตามแนวทางท่านศาสดามุฮำมัด (ซ.ล)”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๑.

ภิรมย์ เจริญผล. “ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาผู้สูงอายุในสถานสังเคราะห์ จังหวัดนครปฐม”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

มานี ชูไทย. “อิสลาม: วิถีการดำเนินชีวิตที่พัฒนาคุณภาพชีวิต”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, ๒๕๔๔.

แม่ชีมณีรัตน์ โพธิ์สวัสดิ์. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความสุขตามแนวพุทธศาสนาเถรวาท”. **สารนิพนธ์ศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

ยาจินต์ สินสุภา. “ศึกษาความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อการจัดกิจกรรมของวัดเพื่อสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร”. **วิทยานิพนธ์ศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔.

สิริพร ทาชาติ. “การดูแลผู้สูงอายุวิถีพุทธ: กรณีศึกษาสถานสงเคราะห์ผู้สูงอายุวัดป่าหนองแซง จังหวัดอุดรธานี”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๕๐.

อภิชาต ผลเรือง.“การเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้สูงอายุในการพัฒนาสังคม ศึกษาเฉพาะกรณีที่อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๓๗.

(๓) บทความ/สื่อออนไลน์:

กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงมหาดไทย. “ให้ความรัก พิทักษ์อนามัย ผู้สูงวัยอายุยืน”. **ครุปริทัศน์:** ฉบับพิเศษ ปีสุขภาพผู้สูงอายุ, มกราคม ๒๕๒๕: ๑๑.

ปรีชา อุปโยคิน, รศ.ดร. “ความสุขของผู้สูงอายุ”. [ออนไลน์], แหล่งที่มา: กองการแพทย์ทางเลือก, http://www.thaicam.go.th/index.php?option=com_content&view=article&id=310:2010-08-06-07-39-29&catid=81:2010-08-06-03-43-56&Itemid=147 (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

พรทิพย์ เกยุรานนท์, รศ.ดร. “จิตผู้สูงอายุ”. [ออนไลน์], แหล่งที่มา: สุขภาวะผู้สูงอายุ, http://www.stou.ac.th/ stoukc/elder/main1_9.html (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

พระมหาสุทิตย์ อาภาโร (อบอุ่น) และคณะ. **สุขที่ได้ธรรม**. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www.happy8workplace.com/project/attach/book/สุขที่ได้ธรรม.pdf, (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

อิสมาอีล กอเซ็ม. **ความสุขที่แท้จริงหาได้ที่ไหน?** The Islamic Foundation, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: http://www. islammore.com/view/2753, (๑ กันยายน ๒๕๖๑)

๒. ภาษาอังกฤษ:

Chinda Chandrakae. **Nibbana**. Bangkok: kursapha Ladprao press, 1992.

Karen Armstrong. **Islam A Short History.** London: Clays Ltd, St Ives plc, 2004.

_____. **Muhammad: A biography of the prophet**. USA: HarperCollins, 1993.

Khawaja Ghulam Saiyidain. **Islam: The Religion of Peace**. New Delhi: Islam and the Modern Age Society, 1976.

ภาคผนวก ก

รายชื่อและหนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

ลำดับที่	ชื่อ-ฉายา/นามสกุล	วุฒิการศึกษา
๑	พระมหาอดิเดช สติวโร, ดร.	ป.ธ. ๙, พธ.ม. (พระพุทธศาสนา), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
๒	พระมหาบุญเกิด ปญฺญาปวุฑฺฒี, ดร.	ป.ธ.๗, พธ.บ. (ภาษาอังกฤษ), ศศ.ม. (บาลีและสันสกฤต), ศศ.ด. (จารึกตะวันออก)
๓	ผศ.ดร.ณัทธีร์ ศรีดี	ป.ธ. ๙, พธ.บ. (รัฐศาสตร์ (บริหารรัฐกิจ)), ศศ.ม. (จริยศาสตร์), Ph.D. (Philosophy and Religion)

สำเนาหนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาศาสนาและปรัชญา คณะพุทธศาสตร์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๙๖ ภายใน ๘๐๙๖

ที่ ศธ. ๖๑๐๒.๓ /ว ๑ **วันที่** ๑๐ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

นมัสการ พระมหาอดิเดช สติวโร, ดร.

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ เลขประจำตัวนิสิต ๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ A COMPARATIVE STUDY OF BUILDING HAPPINESS TO THE ELDERLY IN THERAVADA BUDDHISM AND ISLAM: A CASE STUDY OF BANG CHALONG SUB-DISTRICT, BANG PHLI DISTRICT, SAMUTPRAKARN PROVINCE" โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการค้นคว้าวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview) เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย ได้ออกแบบเครื่องมือแบบสอบถาม-สัมภาษณ์ ขึ้นมาใหม่ เพื่อให้ตรงกับวัตถุประสงค์การวิจัย และเพื่อความถูกต้องของเนื้อหาแบบสอบถาม-สัมภาษณ์ จึงเห็นควรให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย

เพื่อการนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบเห็นว่า ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัย สามารถให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงนมัสการมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ยินดีอนุเคราะห์
๑๖ ม.ค. ๖๒

ติดต่อประสานงานนิสิต
พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130

ติดต่อประสานงาน
นายไชยา เสนแสนยา โทร. 098 891 4421/098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาศาสนาและปรัชญา คณะพุทธศาสตร์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๙๖ ภายใน ๘๐๙๖

ที่ ศธ. ๖๑๐๒.๓ /ว ๗ **วันที่** ๑๐ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

นมัสการ พระมหาบุญเกิด ปญฺญาปวุฑฺฒี, ดร.

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ เลขประจำตัวนิสิต ๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ A COMPARATIVE STUDY OF BUILDING HAPPINESS TO THE ELDERLY IN THERAVADA BUDDHISM AND ISLAM: A CASE STUDY OF BANG CHALONG SUB-DISTRICT, BANG PHLI DISTRICT, SAMUTPRAKARN PROVINCE" โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการค้นคว้าวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview) เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย ได้ออกแบบเครื่องมือแบบสอบถาม-สัมภาษณ์ ขึ้นมาใหม่ เพื่อให้ตรงกับวัตถุประสงค์การวิจัย และเพื่อความถูกต้องของเนื้อหาแบบสอบถาม-สัมภาษณ์ จึงเห็นควรให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย

เพื่อการนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบเห็นว่า ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัย สามารถให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงนมัสการมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

อนุเคราะห์

พระมหาบุญเกิด ปญฺญาปวุฑฺฒี, ดร.
๑๑/๐๑/๖๒

ติดต่อประสานงานนิสิต
พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130

ติดต่อประสานงาน
นายไชยา เสนแสนยา โทร. 098 891 4421/098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาศาสนาและปรัชญา คณะพุทธศาสตร์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๙๖ ภายใน ๘๐๙๖

ที่ ศธ. ๖๑๐๒.๓ /ว ๗ **วันที่** ๑๐ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ผศ.ดร.ณัทธีร์ ศรีดี

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ เลขประจำตัวนิสิต ๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ A COMPARATIVE STUDY OF BUILDING HAPPINESS TO THE ELDERLY IN THERAVADA BUDDHISM AND ISLAM: A CASE STUDY OF BANG CHALONG SUB-DISTRICT, BANG PHLI DISTRICT, SAMUTPRAKARN PROVINCE" โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการค้นคว้าวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth-interview) เป็นเครื่องมือในการทำวิจัย ได้ออกแบบเครื่องมือแบบสอบถาม-สัมภาษณ์ ขึ้นมาใหม่ เพื่อให้ตรงกับวัตถุประสงค์การวิจัย และเพื่อความถูกต้องของเนื้อหาแบบสอบถาม-สัมภาษณ์ จึงเห็นควรให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย

เพื่อการนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบเห็นว่า ท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ มีองค์ความรู้เกี่ยวกับงานวิจัย สามารถให้คำแนะนำได้เป็นอย่างดี จึงเรียนเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบและแก้ไขเครื่องมือวิจัย เพื่อความสมบูรณ์ในการทำวิจัยต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ตรวจสอบแล้ว

(ผศ.ดร.ณัทธีร์ ศรีดี)
รองคณบดีคณะพุทธศาสตร์
๑๗ / ม.ค. / ๖๒

ติดต่อประสานงานนิสิต
พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130

ติดต่อประสานงาน
นายไชยา เสนแสนยา โทร. 098 891 4421/098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

ภาคผนวก ข

รายชื่อและหนังสือเชิญผู้ให้สัมภาษณ์

รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

ก. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์ทางพระพุทธศาสนา

๑	พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์	เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน
๒	นางสาวอภิรดี แตงโสภา	กำนันตำบลบางโฉลง
๓	นางนิภา สมใจ	สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลบางโฉลง
๔	นางบุญเรือน กลิ่นสุกหอม	ผู้สูงอายุ
๕	นางยุพดี สอนสงวน	ผู้สูงอายุ
๖	นางนุชพร ศิริภักดิ์	ผู้สูงอายุ
๗	นายถนัด พิมพ์รัตน์	ผู้สูงอายุ
๘	นายทรงพล ภัทรเสริมพงศ์	ผู้สูงอายุ
๙	นายผัน บางเทศธรรม	ผู้สูงอายุ
๑๐	นายสิทธิชัย โฉมสุผล	ผู้สูงอายุ

ข. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์ทางศาสนาอิสลาม

๑	นายเสงี่ยม มิมมา	กรรมการอิสลามประจำจังหวัดสมุทรปราการ
๒	นายสมาน รอมาลี	ผู้สูงอายุ
๓	นางวิมล พลิคามิน	ผู้สูงอายุ
๔	นางวาศินี รอมาลี	ผู้สูงอายุ
๕	นางมาเรียม รอมาลี	ผู้สูงอายุ
๖	นางสมจิต มิมมา	ผู้สูงอายุ
๗	นายสุพจน์ นิมา	กรรมการสุเหร่า
๘	นายสมปอง นิมา	กรรมการมัสยิด
๙	นายประสาน รอมาลี	บิหลั่น
๑๐	นายสนั่น อุดมทรัพย์	กรรมการมัสยิด

สำเนาหนังสือเชิญผู้ให้สัมภาษณ์

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑๑

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

นมัสการ พระครูกิตติวิสุทธิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดบางโฉลงใน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงนมัสการมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

นมัสการมาด้วยความเคารพ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**

- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน น.ส.อภิรดี แตงโสภา กำนันตำบลบางโฉลง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

* วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง
- พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นางนิภา สมใจ นักการเมืองท้องถิ่น

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตฺตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

สมควรให้สัมภาษณ์
นิภา สมใจ

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**

- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน **นางบุญเรือน กลิ่นสุกหอม**

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

เห็นควรให้สัมภาษณ์

นางบุญเรือน กลิ่นสุกหอม

ติดต่อประสานงาน :

* **วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**
- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นางยุพดี สอนสงวน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ "** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

ให้ความยินยอม
ยุพดี สอนสงวน

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**
- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นางนุชพร ศิริภักดิ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

ยินดีให้สัมภาษณ์
นุชพร ศิริภักดิ์

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**

- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นายถนัด พิมพ์รัตน์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

อนุญาตให้สัมภาษณ์
(นายถนัด พิมพ์รัตน์)

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฏ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**
- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน **นายทรงพล ภัทรเสริมพงศ์**

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

* วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง
- พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน **นายผัน บางเทศธรรม**

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

ขอนิสิตสัมภาษณ์

ผัน บางเทศธรรม เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

* **วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**

- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นายสิทธิชัย โฉมสุผล

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ "** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

แน่นการให้สัมภาษณ์
สิทธิชัย โฉมสุผล

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**
- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นายเสงี่ยม มิมมา กรรมการอิสลามจังหวัดสมุทรปราการ

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

สัมภาษณ์ได้ 19 มี.ค. 62

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**
- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นายสมาน รอมาลี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฏ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**

- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นางวิมล พลิคามิน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ "** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

เห็นควรให้ดำเนินการ
วิมล พลิคามิน

ติดต่อประสานงาน :

*** วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**

- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นางวาศินี รอมาลี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ "** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

เห็นควรให้สัมภาษณ์
วาศินี รอมาลี

ติดต่อประสานงาน :

* วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง

- พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130
- นายไซยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นางมาเรียม รอมาลี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ "** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

เห็นควรให้สัมภาษณ์
นางมาเรียม รอมาลี

ติดต่อประสานงาน :

* วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง

- พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นางสมจิต มิมมา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

เห็นควรให้สัมภาษณ์
นางสมจิต มิมมา

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

* **วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**
- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๑

๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นายสุพจน์ นิมา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตฺตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ผู้ให้สัมภาษณ์
สุพจน์ นิมา

ติดต่อประสานงาน :

* **วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**

- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** โทร.081 371 2130
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นายสมปอง นิมา

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

* วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง
- พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นายประสาน รอมาลี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ "** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

เรียนเชิญให้สัมภาษณ์

ประสาน รอมาลี

ติดต่อประสานงาน :

* **วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**
- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔
www.mcu.ac.th

ที่ ศธ ๖๑๐๒.๓/ว ๗

๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตให้นิสิตสัมภาษณ์เกี่ยวกับงานวิจัย

เรียน นายสนั่น อุดมทรัพย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ชุด

ด้วย **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)** นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ รหัสประจำตัวนิสิต **๖๐๐๑๒๐๑๐๒๐** ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง **"การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ "** โดยมี พระศรีรัตโนบล, ผศ.ดร. เป็นที่ปรึกษาหลัก และพระมหามงคลกานต์ จิตธมฺโม, ผศ.ดร. เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารองนั้น

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอสัมภาษณ์ท่านในประเด็นเรื่อง **"วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ"** เพื่อความสมบูรณ์ในงานวิจัยในครั้งนี้ อันจะเป็นประโยชน์ในเชิงวิชาการและสังคมต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อให้ความอนุเคราะห์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(ดร.คงสฤษฎ์ แพงทรัพย์)
ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

ติดต่อประสานงาน :

* **วัน เวลา สถานที่สัมภาษณ์ นิสิตจะประสานด้วยตนเอง**
- **พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์) โทร.081 371 2130**
- นายไชยา เสนแสนยา (เจ้าหน้าที่) โทร. 098 387 5997 E-Mail : sampapi1974@gmail.com

ภาคผนวก ค.

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

เรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

A COMPARATIVE STUDY OF BUILDING HAPPINESS TO THE ELDERLY IN THERAVADA BUDDHISM AND ISLAM: A CASE STUDY OF BANG CHALONG SUB-DISTRICT, BANG PHLI DISTRICT, SAMUTPRAKARN PROVINCE

<u>คำชี้แจง</u> แบบสัมภาษณ์นี้เป็นเครื่องมือวิจัยเพื่อนำข้อมูลไปใช้ในการวิจัยเท่านั้น โดยข้อมูลที่ได้จะนำมาวิเคราะห์และนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม คำตอบของท่านเป็นความลับ ดังนั้นจึงขอความอนุเคราะห์ให้ท่านตอบคำถามทุกข้อตรงกับความคิดเห็นของท่านให้มากที่สุดผู้วิจัยจึงขอชี้แจงดังนี้

๑) แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ใช้เพื่อสัมภาษณ์วิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

๒) ข้อมูลที่ได้จากแบบสัมภาษณ์จะนำไป เปรียบเทียบ ถึงวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลามในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการเพื่อการนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

๓) ผู้วิจัยเป็นผู้สัมภาษณ์และเก็บข้อมูลด้วยการบันทึกเสียงและจดบันทึกประเด็นสำคัญ

๔) แนวคำถามในการสัมภาษณ์เชิงลึกชุดนี้เป็นการสัมภาษณ์แบบให้ตอบบรรยายตามความคิดความเข้าใจ มี ๒ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อ.....นามสกุล..... .....

ตำแหน่ง..... .....อายุ.....

นับถือศาสนา.....

ที่อยู่ปัจจุบัน..... .....

.....

หน้าที่ในอดีต.....

หน้าที่ปัจจุบัน.....

ประสบการณ์การทำงาน.....

ตอนที่ ๒ ข้อคำถามเกี่ยวกับวิธีการเสริมสร้างความสุขแก่ผู้สูงอายุในพุทธศาสนาเถรวาทกับศาสนาอิสลาม: กรณีศึกษาในเขตตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

๑. ความหมายของความสุข

๑.๑ อะไรคือความหมายของความสุขตามหลักศาสนา

.....

.....

.....

.....

.....

๑.๒ ท่านมีความเข้าใจความหมายของความสุขว่าอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

๒. ลักษณะของความสุข

๒.๑ ความสุขตามหลักศาสนามีลักษณะอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๒.๒ ท่านมองว่าความสุขเป็นอย่างไร

.....

.....

.....

.....

๓. วิธีการเสริมสร้างความสุข

๓.๑ ท่านคิดว่าการเข้าถึงความสุขนั้นต้องปฏิบัติตนอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

๓.๒ ท่านคิดว่าควรนำหลักธรรมทางศาสนาข้อใดมาใช้ฝึกปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงความสุข

.....

.....

.....

.....

๓.๓ ท่านมีวิธีการปฏิบัติตนเพื่อให้บรรลุถึงความสุขได้อย่างไร

.....
.....
.....
.....
.....

๔. ประโยชน์ของความสุข

๔.๑ ท่านคิดว่าความสุขมีประโยชน์ต่อชีวิตของมนุษย์อย่างไร

.....
.....
.....
.....
.....
.....

๔.๒ ท่านคิดว่าความสุขมีประโยชน์ต่อชีวิตของท่านหรือไม่ ? อย่างไร ?

.....
.....
.....
.....
.....

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม (ถ้ามี).....
.....
.....
.....
.....

ขอขอบคุณ/เจริญพรขอบคุณท่านเป็นอย่างสูงที่ได้อนุเคราะห์ในการให้สัมภาษณ์ครั้งนี้

เรียน/เจริญพรขอบคุณ

พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม
นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ
คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ผู้วิจัย

ภาคผนวก ง.

ภาพประกอบการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง

สัมภาษณ์งานวิจัยผู้นำศาสนา และผู้สูงอายุพุทธศาสนาเถรวาท

สัมภาษณ์งานวิจัยผู้นำศาสนา และผู้สูงอายุพุทธศาสนาเถรวาท

พื้นที่ศึกษางานวิจัยวิธีการเสริมสร้างความสุข แก่ผู้สูงอายุพุทธศาสนาเถรวาท

พื้นที่ศึกษางานวิจัยวิธีการเสริมสร้างความสุข แก่ผู้สูงอายุพุทธศาสนาเถรวาท

สัมภาษณ์งานวิจัยผู้นำศาสนา และผู้สูงอายุศาสนาอิสลาม

สัมภาษณ์งานวิจัยผู้นำศาสนา และผู้สูงอายุศาสนาอิสลาม

พื้นที่ศึกษางานวิจัยวิธีการเสริมสร้างความสุข แก่ผู้สูงอายุศาสนาอิสลาม

พื้นที่ศึกษางานวิจัยวิธีการเสริมสร้างความสุข แก่ผู้สูงอายุศาสนาอิสลาม

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ : พระครูปลัดภาณุวัฒน์ วฑฺฒธมฺโม (พลอยทรัพย์)

เกิด (ว/ด/ป) : วันที่ ๒๖ มกราคม พ.ศ.๒๕๐๙

สถานที่เกิด : ๗๔/๑ หมู่ที่ ๕ ตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

อุปสมบท : วันที่ ๒๙ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๙ ณ พัทธสีมาวัดบางโฉลงใน
ตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ
โดยมี พระครูอดุลศาสนการ เป็นพระอุปัชฌาย์

การศึกษา

พ.ศ. ๒๕๓๑ : นักธรรมชั้นเอก วัดบางโฉลงใน คณะจังหวัดสมุทรปราการ

พ.ศ. ๒๕๔๙ : เปรียญธรรม ๓ ประโยค วัดบางโฉลงใน คณะจังหวัดสมุทรปราการ

พ.ศ. ๒๕๕๙ : ประกาศนียบัตรการสอนศีลธรรมในโรงเรียน (ป.สศ.)
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธโสธร
เลขที่ ๑๕๘ ตำบลหน้าเมือง อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา
จังหวัดฉะเชิงเทรา ๒๔๐๐๐

พ.ศ. ๒๕๖๑ : ประกาศนียบัตรการบริหารกิจการคณะสงฆ์ (ป.บส.) รุ่นที่ ๑๓/๒๕๖๑
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธโสธร
เลขที่ ๑๕๘ ตำบลหน้าเมือง อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา
จังหวัดฉะเชิงเทรา ๒๔๐๐๐

พ.ศ. ๒๕๖๐ : พุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา (พธ.บ.) รุ่นที่ ๖๓/๒๕๖๐
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธโสธร
เลขที่ ๑๕๘ ตำบลหน้าเมือง อำเภอเมืองฉะเชิงเทรา
จังหวัดฉะเชิงเทรา ๒๔๐๐๐

ตำแหน่งหน้าที่ : พระวิปัสสนาจารย์ พระสอนศีลธรรมในโรงเรียน
อาจารย์สอนประจำมูลนิธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ พระธรรมทูต
รองผู้อำนวยการศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์

สถานที่ทำงาน : วัดบางโฉลงใน ๓๘ หมู่ที่ ๒ ตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี
จังหวัดสมุทรปราการ

สถานที่อยู่ปัจจุบัน : วัดบางโฉลงใน ๓๘ หมู่ที่ ๒ ตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี
จังหวัดสมุทรปราการ

เข้าศึกษา : พ.ศ. ๒๕๖๐

สำเร็จการศึกษา : พ.ศ. ๒๕๖๒