

ความตายและการตายในพุทธศาสนา

มีการกล่าวกันว่า สังคมไทยเป็นสังคมพุทธอันมีความหมายว่าพระพุทธศาสนาได้กลายเป็นแบบแผนความเชื่อและวิถีการปฏิบัติหลักของผู้คนในสังคมเป็นแบบแผนหลัก โดยดินแดนในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ได้รับเอาความเชื่อพุทธศาสนาและศาสนาฮินดูมาจากประเทศอินเดียเมื่อราวสองพันปีก่อน แต่อย่างไรก็ดี อิทธิพลความเชื่อที่เข้ามาใหม่มิได้ทำให้ความเชื่อความดั้งเดิมของประชาชนพื้นเมืองที่นับถือผีเสื่อมคลายลง แต่เป็นการนับถือควบคู่กันไปกับความเชื่อดั้งเดิม เป็นการผสมผสานของความเชื่อทั้งการนับถือผี การนับถือเทพเจ้าของศาสนาฮินดู และความเชื่อเรื่องกฎแห่งกรรมและวัฏสงสารของศาสนาพุทธ (ปราณี 2534: 7) โดยการผสมผสานและปรับใช้ความเชื่อในสังคมไทยจะเป็นไปในรูปแบบที่มีการให้คำอธิบายในความเชื่อหรือวิธีคิดแบบใหม่ที่เป็นศาสนาที่มีคำอธิบายโลกและชีวิตที่ดีกว่ามาใช้แทนคำอธิบายเดิม คือความเชื่อเรื่องผีและธรรมชาติที่มีอยู่มาใช้ในการอธิบายระบบจักรวาลวิทยา ดังเช่น การเอาผีอารักษ์ ผีธรรมชาติในท้องถิ่นมาเป็นเทวดาตามคำอธิบายของความเชื่อแบบฮินดู-พุทธ เป็นต้น แต่ในการปฏิบัติในชีวิตประจำวันความเชื่อทั้งสามประการปะปนกันจนยากจะแยกออกได้อย่างชัดเจน

ในการศึกษาเรื่องพระพุทธศาสนากับความสัมพันธ์ทางสังคมหรือพุทธศาสนาที่ยึดถือและปฏิบัติกันอยู่จริงในสังคมนั้น มักจะแบ่งพุทธศาสนาในฐานะเป็นความเชื่อของคนในสังคมออกเป็น 2 ระดับด้วยกันคือ ระดับแรก คือพุทธศาสนาเถรวาทแบบปรัชญา (Orthodox Theravada Buddhism) ซึ่งมักจะเรียกว่าเป็นแก่นหรือหลักคำสอนที่ถูกต้องแท้จริงตามพระคัมภีร์ ส่วนระดับที่สองคือพุทธศาสนาระดับชาวบ้าน คือศาสนาที่เชื่อและปฏิบัติกันอยู่จริงในชีวิตประจำวัน จึงมีลักษณะของทางโลก โดยได้ผสมผสานเอาความเชื่ออื่น ๆ เช่น ความเชื่อเรื่องผี พราหมณ์ ความเชื่อเรื่องธรรมชาติ อิทธิปาฏิหาริย์ เวทมนต์คาถา เป็นต้น เข้ามาเจือปน และปฏิบัติกันอยู่เพื่อแก้ปัญหาที่เผชิญอยู่จริงเป็นประจำสำคัญ ซึ่งในสังคมไทยพุทธศาสนาแบบชาวบ้านนี้เองที่ผู้คนนับถือและปฏิบัติกันส่วนมาก (ฉลาดชาย 2527: 33-34)

การผสมผสานความเชื่อดังกล่าวได้ทำให้เกิดแบบแผนทางความเชื่อและการปฏิบัติขึ้นในด้านต่าง ๆ และรวมทั้งได้นำไปสู่การบูรณาการแนวคิดและแบบแผนพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความตายในสังคมไทยในระยะต่อมา

จักรวาลวิทยาแบบไตรภูมิ: แบบแผนความเชื่อหลักในสังคมไทย

คติความเชื่อหลักหรือวิธีคิดของคนไทยนั้น นักวิชาการมักจะเห็นร่วมกันว่าตั้งอยู่บนจักรวาลวิทยา (cosmology) ของพระพุทธศาสนานิกายเถรวาทที่เชื่อการอธิบายโลกและชีวิตผ่านความเชื่อเรื่อง “ไตรภูมิ” ที่มีหลักการว่า โลกภูมิในความคิดของพุทธศาสนาเถรวาท สามารถแบ่งเป็น 3 ภูมิใหญ่ คือ 1) กามาวจรภูมิ เป็นที่ตั้งของทั้งสวรรค์ นรก และโลก 2) รูปาวจรภูมิ เป็นที่อยู่ของผู้ที่ได้บำเพ็ญ

เพียรปฏิบัติสมาธิจนกลายเป็นรูปพรหม 16 ชั้นเรียงตามลำดับไป 3) อรูปาวจรภูมิ เป็นที่อยู่ของอรูปพรหมที่เป็นพรหมชั้นสูง ไม่มีรูปร่าง โดยสิ่งมีชีวิตจะไปเกิดอยู่ในภพภูมิตามผลบุญที่สัตว์ต่างๆ ได้สั่งสมมา อย่างเช่นในกามาวจรภูมิ จะแบ่งตามลำดับของการทำกรรมดีก็จะอยู่ภพภูมิที่สูงไปเกิดเป็นเทวดา เช่น พระอินทร์ จะอยู่บนสรวงสวรรค์สูงสุด ถือเป็นภูมิที่สูงที่สุด มนุษย์จะอยู่รองลงมา และสัตว์จะอยู่รองลงมาจากมนุษย์ ส่วนชั้นต่ำสุดเป็นที่อยู่ของพวก ผี เปรต หรือวิญญาณของผู้ที่ตายไปแล้ว (เสฐียรโกเศศ 2518) แต่ละภูมิยังมีการแบ่งละเอียดลงไปอีก เช่น ในโลกมนุษย์นั้นถือว่าพระสงฆ์จะมีสถานภาพสูงสุด ชาวพุทธเชื่อว่า ความแตกต่างตามพื้นฐานของคน จะแบ่งแยกให้คนเกิดในชั้นต่างๆ กัน มนุษย์ทุกคนจึงมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และความสัมพันธ์ทางสังคมจึงมักเป็นโครงสร้างของความลดหลั่นกัน (ปราณี 2543: 53) และการมีลำดับชั้นในไตรภูมิได้กลายมาเป็นความเชื่อพื้นฐานในการกำหนดกฎเกณฑ์ทางศีลธรรมและจริยธรรมของคนในสังคม เช่น คนทำดีทำชั่วจะได้รับผลเช่นไรจะไปเกิดในภพภูมิไหนจึงต้องดำเนินชีวิตไปตามนั้น เป็นต้น

ความเชื่อเรื่องกรรม: ทำดีต่อกรรมมองชีวิตและโลก

ในคติความเชื่อหลักทั้งพราหมณ์-ฮินดูและศาสนาพุทธต่างก็เชื่อในเรื่องกรรมหรือผลของการกระทำและการเวียนว่ายตายเกิดหรือสังสารวัฏว่าคนเราไม่ได้มีชีวิตอยู่ในชาตินี้เท่านั้นคติความเชื่อเรื่องกฎแห่งกรรมที่เชื่อว่า การกระทำใดๆ ก็ตามย่อมมีผลในเรื่องบุญ-บาป บุคคลทุกคนเป็นผลผลิตของการกระทำมา ความเชื่อในสังสารวัฏ หรือการเกิดใหม่เชื่อว่า ชีวิตของคน ฐานะของคนในชาตินี้ย่อมสะท้อนให้เห็นถึงผลบุญที่ทำมาในชาติก่อน ถ้าเคยทำบุญในชาติก่อนมามากสถานะในชาตินี้ก็จะดี และถึงที่สุดแล้ว ผู้ที่มีผลบุญมากที่สุดก็จะพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดคือเข้าถึงพระนิพพาน (ปราณี 2543: 53) ความเข้าใจเรื่องกรรมที่แยกชีวิตให้เป็นแค่ภาวะปัจจุบันที่ต้องสะสมกรรมไปให้เป็นพลังของจิตที่ไปเกิดอีกหลายชาติภพให้ทำกรรมดีสะสมเอาไว้โดยมีเป้าหมายที่การหลุดพ้นคือการไม่กลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก จึงเป็นอุดมคติที่ชาวพุทธทุกคนต้องการบำเพ็ญให้สำเร็จ

การเวียนว่ายตายเกิดในทางพุทธศาสนานั้น หมายถึงการเกิดดับในปรากฏการณ์ของกระแสจิตเนื่องจากอุปาทานที่หลงยึดว่าเป็นตัวเรา (อหังการ) เป็นของ ๆ เรา (มมังการ) เมื่อมีการยึดมั่นในอุปาทานชั้นรั้วว่ามีตัวเราของเราก็อยมเป็นเหตุให้เกิดอารมณ์สุขทุกข์วนเวียนเป็นสังสารวัฏอยู่ตลอดไป (สุวณฺ 2540: 215)

พุทธศาสนามีความเชื่อที่แตกต่างจากปรัชญาฮินดูเกี่ยวกับวิญญาณและการเวียนว่ายตายเกิดที่เชื่อว่า วิญญาณ เป็น อตตะ ที่มีความเที่ยงแท้ เป็นอมตะ ไม่สลาย ดำรงอยู่ชั่วนิรันดร์ เป็นเอกภาพอันเดียวกับพรหม แต่เนื่องจากวิญญาณของมนุษย์โดยทั่วไปนั้นยังมีวิชาครอบงำทำให้หลงคิดผิดว่า ตนเป็นสิ่งที่เดียวกับร่างกาย จึงประกอบกรรมดี กรรมชั่ว และเสวยผลกรรมสุขบ้างทุกข์บ้าง เมื่อร่างกายดับสลายลง วิญญาณจะเคลื่อนออกจากร่างเก่าไปอาศัยร่างใหม่พร้อมกับผลแห่งกรรมที่เคย

ทำให้ เมื่อไปอาศัยร่างใหม่ ผลกรรมจะติดไปด้วย ทำกรรมเช่นไรก็จะไปเกิดในร่างที่ควรแก่กรรมนั้น ๆ ผู้ที่ทำความดีก็จะได้รับผลของกรรมดี ผู้ที่ทำชั่วก็จะไปเกิดในร่างเสวยผลของกรรมชั่ว

ขั้น 5 และไตรลักษณ์ สภาวะพื้นฐานของสรรพสิ่งต่อการเข้าใจชีวิต

ในความรู้และความเข้าใจทางพุทธธรรมมองเห็นสิ่งทั้งหลายในรูปของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่มาประชุมกันเข้า ตัวตนแท้ ๆ ของสิ่งทั้งหลายจึงไม่มี เมื่อแยกส่วนต่าง ๆ ที่มาประกอบกันเข้านั้นออกไปให้หมดก็จะได้ไม่พบตัวตนของสิ่งนั้นเหลืออยู่ โดยพุทธธรรมได้แยกแยะชีวิตพร้อมทั้งองค์ประกอบทั้งหมดที่บัญญัติเรียกว่า “สัตว์” หรือ “บุคคล” หรือเรียกรวม ๆ ว่า “สัตว์บุคคล” เป็นส่วนประกอบต่าง ๆ 5 หมวดเรียกทางธรรมว่าเบญจขันธ์ หรือขั้น 5 ซึ่งประกอบด้วย 1) รูป ได้แก่ส่วนประกอบฝ่ายรูปธรรมทั้งหมด ทั้งสสารและพลังงานทั้งร่างกายและพฤติกรรมต่าง ๆ 2) เวทนา ได้แก่ความรู้สึกลึกซึ้ง ทุกข์ หรือเฉย ๆ ซึ่งเกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง 5 และทางใจ 3) สัญญา ได้แก่ความกำหนดได้หมายรู้อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์นั้น ๆ ได้ 4) สังขาร ได้แก่องค์ประกอบหรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิตมีเจตนาเป็นตัวนำซึ่งปรุงแต่งจิตให้ดีหรือชั่วหรือเป็นกลาง ๆ หรือเรียกว่าเป็นเครื่องปรุงแต่งของจิต ความคิด และกรรมนั่นเอง 5) วิญญาณ ได้แก่ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง 5 และทางใจ คือ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้อารมณ์ทางใจ (พระธรรมปิฎก 2541: 15-16)

หลักคำสอนสำคัญของศาสนาพุทธที่ใช้เป็นเครื่องมือทำความเข้าใจโลกและชีวิตที่สำคัญอีกประการหนึ่งก็คือเรื่อง ไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณ์ะแปลว่าลักษณะที่ทั่วไปหรือเสมอเหมือนกันแก่สิ่งทั้งปวง ซึ่งชีวิตของมนุษย์ก็ต้องตกอยู่ในกฎนี้ด้วยเช่นกัน ประกอบด้วยกฎ หรือตัวสภาวะ 3 ลักษณะ คือ (พระธรรมปิฎก 2536: 67-78)

อนิจจตา คือความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่ยั่งยืน ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป
ทุกขตา หรือทุกข์ในความหมายที่กว้างและครอบคลุมที่สุดตามไตรลักษณ์ก็คือ ภาวะที่ไม่คงตัว คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ทนไม่ได้ เพราะมีความบีบคั้นกดดันขัดแย้งที่เกิดจากความเกิดขึ้นและความเสื่อมสลายซึ่งเป็นลักษณะของสังขารทั้งหลายทั้งปวง และความทุกข์ไม่ใช่ว่าการปลดปล่อยจากทุกข์หรือหายทุกข์แต่เป็นเพียงสถานะหนึ่งของความทุกข์ที่มีความบีบคั้นกดดันน้อยเท่านั้น

อนัตตตา ความไม่ใช่ตัวตน ความไม่มีตัวตนที่แท้จริงของตนเอง

ในกรณีของสัตว์บุคคล ให้แยกว่า สัตว์บุคคลนั้นประกอบด้วยขั้น 5 เท่านั้น ไม่มีสิ่งใดอื่นอีกนอกเหนือจากขั้น 5 เป็นอันตัดปัญหาเรื่องที่จะมีตัวตนเป็นอิสระอยู่ต่างหาก จากนั้นหันมาแยกขั้น 5 ออกพิจารณาแต่ละอย่าง ๆ ก็เห็นว่า ขั้นทุกขันธ์ไม่เที่ยง เมื่อไม่เที่ยงก็เป็นทุกข์ เป็นสภาพบีบคั้นกดดันแก่ผู้ที่เข้าไปยึด เมื่อเป็นทุกข์ ก็ไม่ใช่ตัวตน ก็เพราะแต่ละอย่าง ๆ ล้วนเกิดจากเหตุปัจจัยไม่มีตัวตนของตนเอง อย่างหนึ่ง เพราะไม่อยู่ในอำนาจ ไม่เป็นของของสัตว์บุคคลนั้นแท้จริง (ถ้าสัตว์บุคคลนั้นเป็นเจ้าของขั้น 5 แท้จริง ก็ย่อมต้องบังคับเขาเองให้เป็นไปตามความต้องการได้ และไม่ให้เปลี่ยนแปลงไปจากสภาพที่ต้องการได้ เช่น ไม่ให้แก่ ไม่ให้เจ็บป่วย เป็นต้น) อย่างหนึ่ง (พระธรรมปิฎก 2541:

69) การเข้าใจถึงชีวิตจึงต้องเข้าใจเรื่องเบญจขันธ์อันเป็นที่พื้นฐานของชีวิตและไตรลักษณ์อันเป็นสิ่งที่ชีวิตมนุษย์ต้องเผชิญ และความตายก็เป็นเพียงสภาวะหรือเหตุการณ์เปลี่ยนผ่านหนึ่งที่เป็นไปตามธรรมดาเท่านั้น

แนวคิดสำคัญในการศึกษาเรื่องความตาย

ในการศึกษาเรื่องความตายและการดูแลผู้ป่วยวาระสุดท้ายตามแนวทางพุทธศาสนานั้น ผู้ศึกษาและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องควรมีความรู้เกี่ยวกับแนวคิดเรื่องกรรม วัฏสังสาร (การเวียนว่ายตายเกิด) และการตายดี เป็นเบื้องต้น เนื่องจากแนวคิดดังกล่าวจะเป็นพื้นฐานที่นำไปสู่ความเข้าใจเกี่ยวกับความเชื่อและพิธีกรรมที่เกี่ยวกับความตาย

1.แนวคิดเรื่องกรรม

กรรม ตามความหมายของพุทธศาสนา หมายถึงการกระทำโดยเจตนาด้วย กาย วาจา ใจ เรียกว่า กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม โดยมีมโนกรรมเป็นประธานที่คอยควบคุมกายกรรมและวจีกรรม ผู้ใดทำกรรมดีย่อมได้รับผลดี ผู้ใดทำกรรมชั่วย่อมได้รับผลชั่ว กรรมทั้งหลายเมื่อบุคคลกระทำลงไปไม่ว่าจะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วย่อมตอบสนองให้ผลอยู่เสมอ แม้ว่าผลของกรรม (วิบาก) อาจให้ผลเร็วช้าแตกต่างกัน

ในปรัชญาพุทธเถรวาทมีทัศนะเกี่ยวกับกฎแห่งกรรมที่แตกต่างจากความเชื่อในศาสนาพราหมณ์ในความหมายของคำว่า กรรมดีและกรรมชั่ว ปรัชญาในศาสนาฮินดูเชื่อว่า กรรมดี คือ การประกอบพิธีกรรมเช่นไหว้บูชา สวดมนต์ รักษาวินัยพระเป็นเจ้าด้วยศรัทธาปสาทะต่อพระองค์ บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม บำเพ็ญเพียรกำจัดอวิชชาเพื่อความหลุดพ้นเข้าสู่สภาวะที่เป็นหนึ่งเดียวกับพรหม ศาสนาฮินดูเชื่อว่า การที่มนุษย์และสัตว์ต่างทุกข์และสุขมากบ้างน้อยบ้างอยู่ในชาตินี้ เป็นเพราะผลกรรมที่ทำไว้ในชาติก่อน คนที่ประกอบกรรมดีจึงจะได้เกิดในตระกูลที่ดีที่มีฐานะร่ำรวย รูปร่างหน้าตาสะสวย ผู้ที่ประกอบกรรมชั่วจะไปเกิดในตระกูลต่ำที่มีฐานะยากจนได้รับความลำบาก มนุษย์จึงควรปฏิบัติแต่กรรมดีเพื่อหวังผลในชาติหน้า (นพ.สุวัฒน์ 2540: 205-208)

ข้อสังเกต 5 ประการเกี่ยวกับเรื่องกรรม

- กรรม เป็นเรื่องของความเป็นเหตุเป็นผล
- กฎแห่งกรรมเป็นเพียงหนึ่งของกฎธรรมชาติ ดังนั้นการพิจารณาผลที่เกิดไม่จำเป็นต้องมาจากเหตุที่เกิดจากกรรมหรือการกระทำโดยตรงเสมอไป แต่อาจเกิดจากเหตุปัจจัยที่โยงเข้าไปในเรื่องไตรวัฏ คือ กิเลส กรรม วิบาก ตามหลักปฏิจจสมุปบาท
- กรรมและกฎแห่งกรรมในปรัชญาพุทธมีความหมายที่แตกต่างจากความหมายเดิมที่สอนและเชื่อกันมาในปรัชญาฮินดูที่อ้างว่าเป็นเพราะพรหมลิขิต

- กุศลกรรมและอกุศลกรรม เป็นผลที่เกิดจากกรรมดี (บุญ) และกรรมชั่ว (บาป) ที่ประเมินจากจิตใจ มิใช่วัดกันด้วยวัตถุ การวัดผลของกรรมโดยทางวัตถุหรือคุณค่าทางวัตถุมิใช่การอธิบายหลักแห่งกรรมในปรัชญาพุทธ

พระไพศาล ได้กล่าวถึงเรื่องนี้ว่า เป็นการยากหากที่ผู้ทำกรรมชั่วจะรักษาจิตให้เป็นปกติเมื่อถึงจิตสุดท้าย อาจเป็นไปได้แต่ว่ายาก ประการที่ 1 ช่วงใกล้ตายจะมีสิ่งที่เรียกว่า **กรรมนิมิต** ประสพการณ์หรือความชั่วที่ได้ทำมาในอดีตจะเข้ามาปรุงแต่งจิตให้เกิดเห็นภาพที่ไม่ดีไม่งามหรือน่ากลัวในช่วงจิตสุดท้ายหรือช่วงก่อนตาย จึงยากที่จะรักษาให้จิตปกติได้ เพราะว่ามีแต่เรื่องอกุศล ประการที่ 2 **คตินิมิต** คือภาพที่คนชั่วจะไปเกิดใหม่ ได้แก่ ทุกคติภพ มินรก เป็นต้น จะรักษาจิตให้เป็นปกติก็ยาก แต่เป็นไปได้ถ้ามีกัลยาณมิตรช่วย แต่จะอยู่ได้ไม่นานเพราะขาดสิ่งหนุนส่ง พระพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบจิตสุดท้ายเหมือนวัวตัวแรกที่ออกจากคอก วัวตัวที่อยู่ใกล้คอกที่สุดก็จะออกเป็นตัวแรก แต่ถ้าว่าวัวตัวนั้นไม่มีก้าง วัวตัวอื่นจะแซงไปหมด หมายความว่าคนที่ทำความชั่วแล้วในช่วงใกล้ตายตั้งจิตสุดท้ายไว้ แม้จะไปเกิดในสุคติภพ แต่ไม่นานก็ติ จะตกลงมาสู่นรก ภาพดังกล่าวจะปรากฏเป็นภาพในจิตใจในสภาวะเช่นนั้น (พระไพศาล 2546: 12)

2.แนวคิดเรื่องการตายดี

พระไพศาลกล่าวถึงแนวคิดเรื่องการตายดีว่า เป็นการตายโดยไม่เจ็บปวด ไม่ทรมานทรมาย ไม่น่าเกลียด ไม่มีใครมาทำให้ตาย หรือตายเพราะอุบัติเหตุ ความตายที่พึงปรารถนายั้งรวมถึง ความตายท่ามกลางคนรัก ญาติมิตรอยู่พร้อมหน้า ไม่จากไปอย่างโดดเดี่ยวอ้างว้างในสถานที่ที่ไม่คุ้นเคย และไม่สร้างความเดือดร้อนแก่คนที่ยังอยู่ กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือตายในสภาวะทางกายและทางสังคมที่เกื้อกูลในสภาวะจิตที่สงบโปร่งเบาเพราะได้ปล่อยวางทุกสิ่ง ไม่มีอะไรเป็นภาระให้ต้องห่วงกังวล น้อมรับทุกอย่างในวาระสุดท้ายโดยไม่ปฏิเสธผลใดๆ และไม่หวาดกลัวต่อความตาย (พระไพศาล 2548: 34-35)

ในขณะที่กลุ่มศึกษาธรรม สระบุรี ได้กล่าวถึงแนวคิดนี้ในอีกมุมมองหนึ่งว่า ตายดี หมายถึง การตายด้วยจิตที่รับรู้ความตายความตายด้วยสติปัญญา มีสติสัมปชัญญะเต็มที่ ตายด้วยจิตที่อยู่นอกความตาย คือ ปราศจากความรู้สึกกระวนกระวาย กระเสือกกระสน หลุดกลัวต่อความตาย ห่วงกังวลต่าง ๆ หรือด้วยความอยากจะตายเร็ว ๆ เพื่อที่จะได้ไปเสียจากความทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวด จากการหมดเปลืองค่ารักษาอันเป็นภาระแก่ลูกหลาน เป็นต้น นอกจากนี้ยังได้กล่าวถึงแนวทางปฏิบัติเพื่อเข้าถึงการตายดี ในขณะแห่งความตายหรือใกล้จะตายดังนี้ (กลุ่มศึกษาธรรม สระบุรี 2548: 71-77)

ประการแรก เราได้ทำงานอย่างโลก ๆ มาหมดแล้ว โดยให้พยายามคิดว่า เราได้ทำงานอย่างโลก ๆ มาหมดแล้ว ในฐานะที่มนุษย์ควรจะทำ การงานอย่างโลก ๆ ทุกอย่างได้ทำมาหมดแล้ว สิ่งที่ควร

ทำขณะที่เผชิญกับความตายคือ การวางจิตให้ปกติปราศจากอารมณ์ใด ๆ อันเป็นกิจสำคัญที่สุดที่ต้องทำขณะนี้

ประการที่สอง มามืด-ไปสว่าง พยายามคิดว่า แม้มืดก็ไปสว่างได้ เพราะไม่ว่าเราได้เคยทำความชั่วอะไรไว้ แต่ถ้าขณะนี้จิตใจไม่ยึดมั่นถือมั่น สิ่งนั้นก็จะไร้ความหมาย ดังนั้นเวลามีคนใกล้จะตาย มักจะมีการเตือนกันว่า ให้คิดถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ หรือสิ่งที่ดี ๆ ที่ได้กระทำมา เพื่อเตือนให้ปล่อยนิमितจากความคิดที่คิดถึงเรื่องการทำชั่ว-ทำบาปกรรม และจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ดีเพื่อจะทำให้จิตปกติและจากไปอย่างสงบ เพราะจิตแต่ละขณะรับรู้ได้อย่างเดียว

ประการสุดท้าย ร่างกายนี้เป็นธรรมชาติ มิใช่ตัวเรา-ของเรา พยายามคิดว่า ร่างกายเป็นธรรมชาติ จึงต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย ไปตามกฎของธรรมชาติ ดังนั้นความตายจึงเป็นเพียงอาการเปลี่ยนแปลงของสังขารร่างกาย เมื่อไม่ยึดถือผู้ใกล้ตายก็จะเป็นทุกข์ด้วยอำนาจของความเกิด แก่ เจ็บ ตาย

แนวความคิดตายดีถูกพูดถึงในสังคมไทยมาช้านาน แต่เนื่องจากกระแสสังคมที่มุ่งเน้นการใช้ความรู้ทางเทคโนโลยีและเครื่องมือที่ทันสมัยในโรงพยาบาล ทำให้บุคลากรทางการแพทย์และคนโดยส่วนใหญ่คิดว่า การตายดี คือการตายในโรงพยาบาลมีผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์และอุปกรณ์ที่ทันสมัย ซึ่งแนวคิดดังกล่าวได้ทำให้เกิดปัญหาขึ้นมากมายในสังคมปัจจุบัน ทั้งเรื่องค่าใช้จ่ายทางการแพทย์ที่สูงขึ้นในขณะที่ผู้ป่วยยังต้องตายอย่างทรมานท่ามกลางบรรยากาศที่ไม่สงบ หรือปัญหาความขัดแย้งระหว่างหมอ คนไข้ และญาติ ที่ต่างก็มีความคิดและความต้องการในเรื่องการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่แตกต่างกัน

พิธีกรรมเกี่ยวกับความตาย

ความเชื่อและพิธีกรรมที่เกี่ยวข้อง

วิกฤตการณ์สุดท้ายของชีวิตมนุษย์ที่มีความสำคัญที่สุด และเป็นปัญหาสากลที่มนุษย์ทุกสังคมในโลกต้องเผชิญก็คือ ความตาย ที่ส่งผลกระทบทั้งในระดับปัจเจก บุคคล และในระดับสังคมที่ต้องมีการปรับเปลี่ยน เพื่อรับกับการสูญเสียสมาชิกในชุมชนของตนไป ยิ่งถ้าหากบุคคลที่ตายเป็นคู่สมรส หรือญาติสนิทย่อมส่งผลให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว กิจกรรมทางเศรษฐกิจ อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และกิจกรรมด้านอื่นๆ ที่สมาชิกที่ยังมีชีวิตอยู่ต้องเผชิญเนื่องจากแบบแผนของชีวิตในครอบครัวต้องถูกสั่นสะเทือนจากความตายของบุคคลในครอบครัว และหากเป็นสังคมหรือชุมชนขนาดเล็กที่ผู้คนมีความสัมพันธ์กันอย่างแนบแน่นแล้ว การตายของสมาชิกในกลุ่มย่อมก่อให้เกิดความตึงเครียดหวาดกลัว ที่แทรกซึมไปทั้งโครงสร้างของสังคมนั้น ๆ ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสำคัญทางสังคมของผู้ตายที่มีต่อสังคมที่ตนดำรงอยู่ หากผู้ตายยังอยู่ในวัยเยาว์ และเป็นหัวหน้าครอบครัวย่อมต้องทั้งภาวความรับผิดชอบและบทบาทหน้าที่ที่สำคัญมากกว่าการตายของเด็กในครอบครัวธรรมดาคนหนึ่งอย่างแน่นอน กล่าวอย่างง่าย ๆ การของบุคคลหนึ่งย่อมหมายถึง

การเกิดของอีกคนหนึ่งด้วย คือคนที่ต้องมาสวมบทบาทฐานะแทนคนที่จากไป ดังนั้นความตายของสมาชิกคนใดก็ตามในกลุ่ม อย่างน้อยก็ก่อให้เกิดปฏิกิริยาของกลุ่มคนที่มีความสัมพันธ์กันกว้างขวางกว่าขอบเขตความสัมพันธ์ในกลุ่มเครือญาติเท่านั้น

ทุกสังคมในโลกต่างก็มีวิธีการแก้ปัญหาความกลัว ความระส่ำระสายของความสัมพันธ์ที่ถูกกระทบ รวมทั้งมีการพยายามหาทางกำจัดและหาทางป้องกันผลร้ายต่างๆ ที่จะเกิดตามมาจากการสูญเสียชีวิตของสมาชิกในสังคมตนเอง ดังจะเห็นได้จากประเพณีพิธีกรรมเกี่ยวกับการทำศพที่ปฏิบัติกันในรูปแบบที่แตกต่างกันไปตามปัจจัยต่าง ๆ เช่น ยุคสมัย สภาพภูมิศาสตร์ และประวัติศาสตร์วัฒนธรรมของแต่ละสังคม ที่สะท้อนถึงความพยายามของมนุษย์ที่จะเชื่อมโยงระหว่างโลกที่ตนเองรู้จักกับโลกที่ดูลึกลับน่าสพรึงกลัวเพื่อให้วิญญาณของผู้ที่จากไปได้อยู่อย่างมีความสุข ตามความเชื่อเกี่ยวกับชีวิตหลังความตายรวมทั้งความนึกคิดเกี่ยวกับสภาวะและสถานที่ที่ผู้ตายจะอยู่ต่อไป (ปราณี 2534: 5)

พิธีศพส่วนใหญ่จะสะท้อนให้เห็นถึงความหวาดกลัววิญญาณหรือผีของคนตาย ซึ่งมักเชื่อว่าผู้ตายจะเปลี่ยนสภาพไปเป็นวิญญาณที่ดุร้าย อาจนำอันตรายมาสู่คนเป็นได้ หรือในบางสังคม เช่น สังคมจีนโบราณ บทบาทของผู้ตายอาจมีสูงมากต่อความเจริญ ความสมบูรณ์พูนสุขของญาติที่ยังมีชีวิตอยู่ จนก่อให้เกิดลัทธิบูชาบรรพบุรุษขึ้น ซึ่งมีอิทธิพลต่อการกำหนดโชคชะตาของสมาชิกในสังคมหรือเผ่าพันธุ์นั้น ๆ ด้วย จึงจำเป็นต้องมีพิธีเช่นไหว้ตามกำหนดเวลาหรือตามฤดูกาลต่างๆ ในส่วนของความหลากหลายของรายละเอียดในพิธีศพของกลุ่มชนต่างๆ ที่ยึดปฏิบัติกัน ขั้นตอนต่างๆ ของพิธีศพจะสะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อว่า ความตายมิใช่เป็นเพียงจุดสิ้นสุดของชีวิตโดยสมบูรณ์เท่านั้น แต่ยังคงคือการเปลี่ยนสภาพจากโลกที่อาศัยอยู่หรือจากสิ่งมีชีวิตไปสู่อีกโลกหนึ่งหรืออีกภาวะหนึ่ง ซึ่งประกอบด้วยพิธีกรรมเกี่ยวกับการแยกตัว หรือแยกคนตายออกจากคนเป็น พิธีเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงสภาพ เช่น การปล่อยให้น้ำเปื้อน ให้นกกากินเหลือแต่กระดูก หรือการเผา และพิธีการรวมตัวของผู้ตายในโลกใหม่กับบาทบาทใหม่ที่จากไปจากโลกคนเป็น (ปราณี 2534: 6)

1.ความตาย: ความหมาย คุณค่า และการคืนความสัมพันธ์

อาจกล่าวได้ว่า ความตายไม่ได้มีความหมายเพียงแค่การสิ้นชีวิตในทางกายภาพ แต่ยังสะท้อนให้เห็นถึงความจริง ความหมาย และคุณค่าของชีวิต ดังเช่นกรณี ยายสวน หญิงชราอายุ 90 ปี ที่อาศัยอยู่กับลูกสาวที่พิการห้วงอกอายุ 50 ปี แม้ฐานะยากจน แต่ด้วยคำสัญญาที่ให้ไว้กับสามีก่อนตาย จึงตัดสินใจขายบ้านเพื่อนำไปถวายวัด ซึ่งเป็นปณิธานสุดท้ายก่อนตาย ดังคำพูดของยายสวนที่กล่าวกับอรุณแห่งศูนย์บริการสุขภาพปทุมภูมิ โรงพยาบาลบางแพ่ว่า

ฉันรับปากตาเจียกไว้แล้ว เพราะบ้านก็เป็นของเขา ฉันก็เลยไปบอกกับหลวงพ่อก่อนว่า ถ้าฉันตายฉันจะยกบ้านให้วัด ฉันก็แก่มากแล้วไม่รู้จะตายวันตายพรุ่ง อีกรอกลูกสาวมันก็แก่ลง ถ้าไม่รีบจัดการอะไรไว้อีกเดี๋ยวตายไปคนข้างหลังเขาไม่รู้ ขายบ้านได้ก็นำเงินไปถวายหลวงพ่อก่อน 2 แสน หลวงพ่อก่อนให้คืน 5 หมื่น บอกว่าเก็บเอาไว้กิน แล้วสร้างบ้านให้ใหม่ที่วัด แกบอกว่าจะได้มาดูแลได้

ความตายยังได้สะท้อนให้เห็นถึงการคืนความสัมพันธ์ของกลุ่มคนที่มีต่อกัน ทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน และสังคม ผ่านทางสัญลักษณ์หรือพิธีกรรมที่แตกต่างกันไปในแต่ละสังคมและวัฒนธรรม เพื่อเชื่อมโยงและรักษาความสัมพันธ์ที่มีอยู่ระหว่างคนเป็นและคนตายให้ดำรงไว้อย่างมีเอกภาพ เช่น ประเพณีดั้งเดิมของชาวเหนือ เมื่อมีคนป่วยอาการหนักอยู่ในบ้าน ญาติพี่น้องลูกหลานหรือชาวบ้านใกล้เคียงจะพากันมาเยี่ยมคอยเฝ้าพยาบาลกันไม่ยอมทอดทิ้ง ลูกเมียของคนป่วยต้องคอยดูแลเอาใจใส่แบบอดตาหลับขับตานอน คอยเฝ้าดูใจกัน ระหว่างที่ป่วยหนัก คนไข้มีอาการทรมานทุกข์ทรมานไม่หายและไม่ตายง่าย ๆ ลูกหลานก็จะนิมนต์พระมาเทศน์มหาวิบาก เชื่อว่าคนไข้ถ้าพ้นวิบากก็จะเหือดหายไปโดยเร็ว ถ้าเป็นวิบากกรรมก็จะพ้นจากวิบากสิ้นใจลงด้วยอาการสงบ ไม่ทรมานทุกข์ทรมานทรมานอีกต่อไป และการได้ฟังเทศน์ก็เป็น การเตือนสติผู้ป่วยหนักให้รำลึกถึงศีลธรรม พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะบันปลายของชีวิต

หรือดังเช่น กรณีการตายของคุณสุภาพร พงษ์พฤกษ์ ที่สะท้อนถึงความสัมพันธ์และการผสมผสานธรรมะกับการดูแลผู้ป่วยวาระสุดท้าย

...การตายของพรเพียงชีวิตเดียวกลายเป็นแรงบันดาลใจให้กับการมีชีวิตที่ดีงามของอีกหลาย ๆ ชีวิต เป็นการตายที่ได้มา เป็นการได้มาที่เพิ่มขึ้น ไม่ใช่การสูญเสียไปอย่างที่เคยรู้สึก การได้มาดูแลพรในขณะที่ชีวิตของเธอเปราะบางเหมือนกับการมาอยู่ในห้องเรียนหรือมาเข้าโรงเรียน สอนธรรมะแบบเข้มข้น พวกเราต่างได้ปฏิบัติธรรมกันถ้วนหน้า... (สุรวิ254: 85)

2. พิธีศพ: คุณค่าและความหมาย

พิธีกรรมที่เกี่ยวกับการทำศพที่อาจจะมีรูปแบบที่แตกต่างกันไปตามปัจจัยต่าง ๆ เช่น ยุคสมัย สภาพภูมิศาสตร์ และประวัติศาสตร์วัฒนธรรมของแต่ละสังคม ที่สะท้อนถึงความพยายามของมนุษย์ที่จะเชื่อมโยงระหว่างโลกที่ตนเองรู้จักกับโลกที่ดูลึกลับน่าสะพรึงกลัวเพื่อให้วิญญาณของผู้ที่จากไปได้อยู่อย่างมีความสุข ตามความเชื่อเกี่ยวกับชีวิตหลังความตายรวมทั้งความนึกคิดเกี่ยวกับสภาวะและสถานที่ที่ผู้ตายจะอยู่อย่างไรต่อไป

นอกจากนี้พิธีศพยังสะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อว่า ความตายมิใช่เป็นเพียงจุดสิ้นสุดของชีวิต โดยสมบุญม์เท่านั้น แต่ยังคือการเปลี่ยนสภาพจากโลกที่อาศัยอยู่หรือจากสิ่งมีชีวิตไปสู่อีกโลกหนึ่งหรืออีกภพหนึ่ง ซึ่งประกอบด้วยพิธีกรรมเกี่ยวกับการแยกตัว หรือแยกคนตายออกจากคนเป็น พิธีเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงสภาพ และพิธีการรวมตัวของผู้ตายในโลกใหม่กับบาทบาทใหม่ที่จากไปจากโลกคนเป็น (ปราณี 2534: 5-6)

คนโบราณเชื่อว่า คนตายคือคนที่วิญญาณล่องลอยออกไปไม่กลับมาสร้างกายอีก จะไปไหนอย่างไรเป็นเรื่องบุญกรรมที่ได้ทำไว้ แต่เชื่อว่าคนตายไปแล้วจะไปผูกไปเกิดอีก ความเชื่อเรื่องโลกหน้าหรือชาตินี้เป็นส่วนสำคัญในการอธิบายความหมายของพิธีกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการอาบน้ำศพ การแต่งตัว ใส่เสื้อผ้า และพิธีอื่น ๆ รวมทั้งแสดงถึงความกตัญญูรู้คุณของลูกหลานญาติพี่น้อง และความสัมพันธ์ระหว่างผู้ตายกับผู้มีชีวิตอยู่ ซึ่งยังมีบางอย่างแนบแน่นในแทบทุกวัฒนธรรม (รศ.ดร.เสรี 2532: 303)

ในปัจจุบันได้มีการประยุกต์รูปแบบพิธีกรรมให้เหมาะสมกับยุคสมัย ดังเช่นการจัดงานศพของนายก๊กกั แซ่ฮ่วย ซึ่งเป็นโยมพ่อของพระไพศาล วิสาโล ได้มีการปรับรูปแบบพิธีกรรมที่มุ่งเน้นความกระตือรือร้น และให้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องความตายแก่ญาติพี่น้องและผู้ที่มีส่วนร่วมในงาน

ความตายในระบบสุขภาพ

มุมมองทางการแพทย์โดยส่วนใหญ่ในปัจจุบัน มักมองความตายเป็นเพียงความเสื่อมสลายทางร่างกาย และกระบวนการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายมักดำเนินไปตามแบบแผนพื้นฐานเดียวกันภายใต้วิธีคิดแบบการแพทย์แบบชีวกลไก ซึ่งมุ่งความสนใจไปที่กระบวนการทางกายภาพของผู้ป่วย โดยใช้ความรู้เทคโนโลยีทางการแพทย์เข้ามาจัดการกับอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายเพื่อยับยั้งความตาย นอกจากจะลดทอนความตายเหลือเพียงมิติทางกายภาพแล้ว ยังมีความพยายามที่จะลดทอนความตายให้กลายเป็นเรื่องของความผิดปกติของอวัยวะบางส่วนอีก

ทัศนคติดังกล่าวได้ก่อให้เกิดผลกระทบตามมาอีกหลายอย่าง เช่น ความนิยมที่นำคนป่วยหรือคนที่ใกล้สิ้นใจไปรักษาที่โรงพยาบาลและฝากชีวิตไว้ในมือแพทย์ เพื่อให้แพทย์ได้ใช้ความรู้และเทคโนโลยีเข้ามาควบคุม จัดการ ต่อสู้กับความตาย และทำทุกวิธีตามกระบวนการทางการแพทย์ที่จะยืดลมหายใจคนไข้ให้นานที่สุด แม้ว่าจะต้องเสียค่าใช้จ่ายจำนวนมากก็ตาม นอกจากนี้ยังส่งผลให้การทำงานของบุคลากรทางการแพทย์กับผู้ป่วยระยะสุดท้ายในโรงพยาบาลขาดความละเอียดอ่อน เพราะมุ่งเน้นมิติทางกายแต่เพียงด้านเดียว ดังที่ อาวีวรรณ เจ้าหน้าที่ PCU เขาคิชฌกูฏ จ.จันทบุรี ได้สะท้อนภาพการทำงานของเจ้าหน้าที่ในโรงพยาบาลขณะที่เข้าไปติดตาม case ลุงสงวน ซึ่งเสียชีวิตขณะที่รักษาตัวในโรงพยาบาลว่า

ขณะที่ฉันกำลังจะก้าวเท้าเพื่อเดินไปยังเตียงคนไข้ เพื่อปลอบใจป้าเพ็ญที่กำลังร้องไห้คร่ำครวญกับการจากไปของลุงสงวน แต่ก็ต้องหยุดชะงักอยู่กับที่เมื่อน้องพยาบาลเดินหันประตูเข้ามาภายในห้องพร้อมส่งเสียง “ป้า หมอบอกว่า ต้องครบ 2 ชั่วโมง ก่อนจึงจะฉีดยาศพได้ เดี่ยวป้าช่วยเซ็นชื่อยินยอมการฉีดยาศพด้วยนะคะ แล้วถ้าครบ 2 ชั่วโมงจะมีเจ้าหน้าที่มาเซ็นศพลงไปที่เตียงที่ติดโน้น” พร้อมทั้งชี้มือไปทางด้านขวาของตึก พุดจบก็รีบเดินมาหาป้าเพ็ญที่ยังนั่งอยู่ที่โต๊ะข้างเตียงคนไข้ แล้วนำเอกสารหลายใบมายื่นให้ พร้อมทั้งชี้ไปที่เอกสารที่จะต้องเซ็นชื่อ ป้าเพ็ญรับปากจากพยาบาลและเซ็นชื่อลงไปในเอกสารอย่างละล้าละลัง เมื่อเซ็นชื่อจนครบแล้ว น้องพยาบาลก็รีบเก็บเอกสารและเดินไปที่ประตูห้องอย่างรวดเร็ว

นอกจากนี้ยังได้สรุปบทเรียนจากการทำงานที่ผ่านมาว่า ขณะที่ป่วยพยาบาลในตึกผู้ป่วยในของโรงพยาบาลก็ทำงานในลักษณะไม่แตกต่างจากน้องพยาบาลคนนั้น เพราะระบบการทำงานในโรงพยาบาลมุ่งเน้นที่การรักษาโรคมากกว่าใส่ใจในเรื่องการตาย ดังนั้นเมื่อคนไข้ที่มาเสียชีวิตในพื้นที่โรงพยาบาลจึงมักได้รับการดูแลเพียงแค่มิติทางกายภาพเท่านั้น

แนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย

เจ้าหน้าที่และบุคลากรสาธารณสุข จึงควรแสวงความรู้และแนวทางในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยระยะสุดท้าย สามารถเผชิญกับความตายได้อย่างสงบ ไม่ตื่นตระหนก และทรมานทรมาย ต่อไปนี้ เป็นแนวทางเบื้องต้นที่พระไพศาล ได้ให้เป็นแนวทางสำหรับเจ้าหน้าที่และญาติที่ต้องให้การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (พระไพศาล 2547: 33-37)

1.การให้ความรัก เนื่องจากความทุกข์ที่รบกวนจิตใจผู้ป่วยระยะสุดท้ายอย่างมากได้แก่ความกลัว เช่น กลัวตาย กลัวถูกทอดทิ้ง กลัวที่จะตายไปอย่างโดดเดี่ยว ตลอดจนกลัวความเจ็บปวดที่รุมเร้า ในยามนี้ความรักหรือเมตตาจิตของญาติมิตร แพทย์ และพยาบาล จะช่วยให้ผู้ป่วยมีความกลัวน้อยลงจิตใจเข้มแข็งมั่นคงขึ้น ในสภาวะที่จิตเปราะบางอ่อนแออย่างยิ่ง ผู้ป่วยต้องการใครสักคนที่เขาจะพึ่งพาได้ คนที่จะอยู่กับเขาในยามวิกฤต ถ้ามีใครสักคนที่พร้อมจะให้ความรักแก่เขาได้อย่างเต็มเปี่ยมหรือไม่มีเงื่อนไข เขาจะยังมีกำลังใจที่จะเผชิญกับความทุกข์ภัยนานาประการที่เข้ามา จะว่าไปแล้วความรักอาจเป็นสิ่งที่ผู้ป่วยต้องการมากที่สุด มากกว่ายารักษาโรคด้วยซ้ำ

2.การช่วยให้ผู้ป่วยยอมรับความตายที่จะมาถึง ผู้ป่วยจำนวนมากนึกไม่ถึงว่าตนเองกำลังเป็นโรคที่ร้ายแรง และอาการได้พัฒนามาถึงระยะสุดท้ายชนิดที่มีโอกาสรักษาให้หายได้น้อยมาก ผู้ป่วยเหล่านี้ยากที่จะยอมรับว่าตนเองกำลังจะตายจึงพยายามปฏิเสธที่จะรับรู้เรื่องนี้ การปฏิเสธความตายดังกล่าวยอมทำให้ผู้ป่วยทรมานทรมาย ดิ้นรนขัดขืน และดังนั้นจึงทำให้ยากที่จะเผชิญความตายด้วยใจสงบได้ ญาติมิตร แพทย์ และพยาบาล สามารถช่วยเหลือนผู้ป่วยดังกล่าวได้ด้วยการพูดคุยให้เขายอมรับ

รับความจริงในที่สุด อาจต้องอาศัยความอดทนและพร้อมที่จะฟังความในใจจากผู้ป่วย การที่ผู้ป่วยไม่ยอมรับความตายที่จะมาถึงอาจเป็นเพราะมีบางสิ่งบางอย่างที่ยังค้างคาใจ เพื่อจะได้บรรเทาและเยียวยา

ในการนี้แพทย์ พยาบาล และญาติมิตรไม่ควรเริ่มต้นด้วยการเทศนาสั่งสอน แต่ควรเป็นฝ่ายซักถาม และรับฟังเขาด้วยใจเปิดกว้างให้มากที่สุด หากเขามั่นใจว่ามีคนที่พร้อมจะเข้าใจเขา เขาจะรู้สึกปลอดภัยที่จะเผยความในใจออกมา ขณะเดียวกันการซักถามที่เหมาะสมอาจช่วยให้เขาจะระลึกถึงอะไรคือสิ่งที่ทำให้เขามีอายุอมรับความตายได้ หรือทำให้เขาได้คิดขึ้นมาว่าความตายเป็นสิ่งที่มิอาจหลีกเลี่ยงได้ และไม่จำเป็นต้องลงเอยอย่างเลวร้ายอย่างที่เขากลัว การช่วยให้คลายความกังวลเกี่ยวกับลูกหลานหรือคนที่เขารัก อาจช่วยให้เขาทำใจรับความตายได้มากขึ้น

3. การช่วยให้จิตใจจดจ่อกับสิ่งดีงาม การนึกถึงสิ่งดีงามช่วยให้จิตใจเป็นกุศลและบังเกิดความสุข สงบ ทำให้ความกลัวคุกคามจิตใจได้น้อยลง และสามารถเผชิญกับความเจ็บปวดได้ดีขึ้น เราสามารถน้อมนำให้ผู้ป่วยนึกถึงสิ่งดีงามได้หลายวิธี เช่น นำเอาพระพุทธรูปหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ผู้ป่วยเคารพนับถือมาตั้งไว้ในห้องเพื่อเป็นเครื่องระลึกถึง หรือชักชวนผู้ป่วยทำวัตรสวดมนต์ร่วมกัน การเปิดเทปธรรมะหรือพระสวดมนต์เป็นอีกวิธีหนึ่งในการน้อมจิตของผู้ป่วยให้บังเกิดความสุข สงบ นอกจากนั้นเรายังสามารถน้อมใจผู้ป่วยให้เกิดกุศลด้วยการชักชวนให้ทำบุญถวายสังฆทาน หรือชวนให้ผู้ป่วยระลึกถึงความดีที่ตนเองได้บำเพ็ญในอดีต ซึ่งไม่จำเป็นต้องหมายถึงการทำบุญกับพระหรือศาสนาเท่านั้น แม้แต่การเลี้ยงดูลูก ๆ ให้เป็นคนดี เสียสละ ดูแลพ่อแม่ด้วยความรัก หรือสอนศิษย์อย่างไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยาก เหล่านี้ล้วนเป็นบุญกุศลหรือความดีที่ช่วยให้เกิดความปีติปลาบปลื้มแก่ผู้ป่วย และบังเกิดความมั่นใจว่าตนจะได้ไปสุคติ ความมั่นใจดังกล่าวเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้ป่วยในยามที่ตระหนักชัดว่าทรัพย์สินเงินทองต่าง ๆ ที่สะสมมานั้น ตนไม่สามารถจะเอาไปได้ มีแต่บุญกุศลเท่านั้นที่จะพึ่งพาได้ในภพหน้า คนทุกคนไม่ว่ายากดีมีจน หรือทำตัวผิดพลาดมาอย่างไรย่อมเคยทำความดีที่น่าระลึกถึงไม่มากนักน้อย

4. การช่วยปลดปล่อยสิ่งค้างคาใจ เมื่อผู้ป่วยรู้ว่าวาระสุดท้ายของชีวิตใกล้มาแล้ว สิ่งหนึ่งซึ่งจะทำความทุกข์แก่จิตใจ และทำให้ไม่อาจตายอย่างสงบ (หรือ"นอนตายตาหลับ") ได้ ก็คือ ความรู้สึกค้างคาใจในบางสิ่งบางอย่าง สิ่งนั้นอาจได้แก่ภารกิจงานที่ยังค้างคา ทรัพย์สินที่ยังแบ่งสรรไม่แล้วเสร็จ ความโกรธแค้นใครบางคน (เช่น กรณีศึกษาเรื่องฝากไข่ไม่ฝากผี จ.ราชบุรี) หรือความรู้สึกผิดบางอย่างที่เกาะกุมจิตใจมานาน ความปรารถนาที่จะขอโทษกรรม ความห่วงกังวลหรือความรู้สึกไม่ดีที่ค้างคาใจเป็นสิ่งสมควรได้รับการปลดปล่อยอย่างเร่งด่วน หากไม่แล้วจะทำให้ผู้ป่วยทรมานทรมาย พยายามปฏิเสธผลึกไสความตาย และตายอย่างไม่สงบ ซึ่งนอกจากจะหมายถึงความทุกข์อย่างมากแล้ว ในทางพุทธศาสนาเชื่อว่าจะส่งผลให้ผู้ตายไปสู่ทุคติด้วยแทนที่จะเป็นสุคติ

ญาติมิตร ตลอดจนแพทย์ และพยาบาลควรเปิดใจและจับใจกับเรื่องดังกล่าว บางครั้งผู้ป่วยไม่พูดตรง ๆ ผู้อยู่รอบข้างควรมีความละเอียดอ่อนและสอบถามด้วยความใส่ใจและมีเมตตา ไม่รู้สึก

รำคาญ ในกรณีที่เป็นการกิจที่ยังค้างค้าง ควรหาทางช่วยเหลือให้ภารกิจนั้นเสร็จสิ้น หากเขาปรารถนา พบใคร ควรติดตามหาเขามาพบ หากฝังใจโกรธแค้นใครบางคน ควรแนะนำให้เขาให้อภัยไม่ถือโทษ โกรธเคืองอีกต่อไป ในกรณีที่เป็นการความรู้สึกผิดที่ค้างคาใจเนื่องจากทำสิ่งที่ไม่สมควร ในยามนี้ไม่ใช่ เวลาที่จะประณามหรือตัดสินเขา หากควรช่วยให้เขาปลดปล่อยความรู้สึกผิดออกไป อาทิเช่น ช่วยให้ เขาเปิดใจและรู้สึกปลอดภัยที่จะขอโทษหรือขอโทษกรรมกับใครบางคน ขณะเดียวกันการแนะนำให้ ฝ่ายหลังยอมรับคำขอโทษและให้อภัยผู้ป่วย ก็เป็นสิ่งสำคัญที่คนรอบข้างสามารถช่วยได้

5.การช่วยให้ผู้ป่วยปล่อยวางสิ่งต่าง ๆ การปฏิเสธความตาย ชัดขึ้นไม่ยอมรับความจริงที่อยู่ เบื้องหน้า เป็นสาเหตุแห่งความทุกข์ของผู้ป่วยในระยะสุดท้าย และเหตุที่เขาชัดเจนขึ้นนั้นก็เพราะยังติด กับบางสิ่งบางอย่าง ไม่สามารถพรากจากสิ่งนั้นได้ อาจจะได้แก่ ลูกหลาน คนรัก พ่อแม่ ทรัพย์สินสมบัติ งานการ หรือโลกทั้งโลกที่ตนคุ้นเคย ความรู้สึกติดยึดอย่างแน่นหนานี้สามารถเกิดขึ้นได้แก่กับคนที่มิได้ มีความรู้สึกผิดค้างคาใจ เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้เกิดความกังวล ควบคู่กับความกลัวที่จะต้องพลัด พรากสิ่งอันเป็นที่รักเหล่านั้น ญาติมิตรตลอดจนแพทย์และพยาบาลควรช่วยให้เขาปล่อยวางให้มากที่สุด เช่น ให้ความมั่นใจแก่เขาว่า ลูกหลานสามารถดูแลตนเองได้ หรือพ่อแม่ของเขาจะได้รับการดูแล ด้วยดี หรือเตือนสติแก่เขาว่า ทรัพย์สินมัตตินั้นเป็นของเราเพียงชั่วคราว เมื่อถึงเวลาก็ต้องให้คนอื่นดูแล ต่อไป

6.การสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อความสงบใจ ความสงบใจและความปล่อยวางสิ่งค้างคาติดยึด ในใจผู้ป่วยนั้น จะเกิดขึ้นได้อย่างต่อเนื่องจำต้องมีบรรยากาศรอบตัวเอื้ออำนวยด้วย ในห้องที่ พลุกพล่านด้วยผู้คนเข้าออก มีเสียงพูดคุยตลอดเวลาหรือมีเสียงเปิดปิดประตูทั้งวัน ผู้ป่วยย่อมยากที่จะ ประคองจิตให้เป็นกุศลและเกิดความสงบได้ กล่าวในแง่จิตใจของผู้ป่วยแล้ว สิ่งที่ยาติมิตร รวมทั้ง แพทย์และพยาบาลสามารถช่วยได้เป็นอย่างดีน้อยก็คือ ช่วยสร้างบรรยากาศแห่งความสงบ งดเว้นการ พูดคุยที่รบกวนผู้ป่วย งดการถกเถียงในหมู่ญาติพี่น้อง หรือร้องไห้ร่ำไห้ ซึ่งมีแต่จะเพิ่มความวิตก กังวลและความขุ่นเคืองใจแก่ผู้ป่วย เพียงแค่ญาติมิตรพยายามรักษาจิตใจของตนให้ดี ไม่เศร้าหมอง สลดหดหู่ ก็สามารถช่วยผู้ป่วยได้มาก เพราะสภาวะจิตใจของคนรอบตัวนั้นสามารถส่งผลต่อ บรรยากาศและต่อจิตใจของผู้ป่วยได้ จิตของคนเรานั้นละเอียดอ่อน สามารถรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้ แม้จะไม่พูดออกมาก็ตาม ความละเอียดอ่อนดังกล่าวมิได้เกิดขึ้นเฉพาะในยามปกติหรือยามรู้ตัวเท่านั้น แม้กระทั่งผู้ป่วยที่อยู่ในภาวะโคม่าก็อาจสัมผัสกับกระแสจิตของผู้คนรอบข้างได้

อย่างไรก็ดี ยังมีการนำหลักธรรมคำสอนทางพุทธศาสนาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วยวาระ สุดท้ายทั้งในระบบบริการสาธารณสุขและในชุมชน ไม่ว่าจะเป็น แนวทางการเผชิญความตายอย่าง สงบ การมรณานุสติ โพชฌงค์ 7 พุทธวิธีเสริมสุขภาพ เป็นต้น ซึ่งจะกล่าวถึงในบทความฉบับ สมบูรณ์ต่อไป

บรรณานุกรม

- กลุ่มศึกษาธรรม สระบุรี. (2548). “ตายดี,”. ในพรรณวดี วศินวรรณะ และอรศรี งามวิทยาพงศ์ (บรรณาธิการ). *มรณสติ: พุทธวิธีต้อนรับความตาย* (พิมพ์ครั้งที่2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมล คีมทอง.
- ฉลาดชาย รมิตานนท์. (2527). *ผีเจ้านาย*. กรุงเทพฯ: พายัพ ออฟเซท พรินท์.
- ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคณะ. (2546). *ทบทวนกระบวนการทัศน์เรื่องความตายและมิติแห่งสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.).
- ปราณี วงษ์เทศ. (2534). *พิธีกรรมเกี่ยวกับการตายในประเทศไทย*. เอกสารประกอบการจัดนิทรรศการ เรื่อง “ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต” ณ ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร มหาวิทยาลัย ศิลปากร วันที่ 17 ตุลาคม -6 พฤศจิกายน. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งกรุ๊ป จำกัด.
- ปราณี วงษ์เทศ. (2543). *สังคมและวัฒนธรรมในอุษาคเนย์*. กรุงเทพฯ: ศิลปวัฒนธรรม จำกัด.
- พระธรรมปิฎก. (2541). *พุทธธรรม*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พระไพศาล วิสาโล. (2546). *ชีวิตและความตายในสังคมสมัยใหม่* (พิมพ์ครั้งที่2). กรุงเทพฯ: เครือข่ายชาวพุทธเพื่อพระพุทธศาสนาและสังคมไทย.
- พระไพศาล วิสาโล. (2547). “เตรียมตัวตายอย่างมีสติ.” ใน วันชัย ตันติวิทยาพิทักษ์และภิญโญ ไตรสุริยธรรมา (เขียนและบรรณาธิการ). *HEALTHY*. กรุงเทพฯ: openbooks.
- พระไพศาล วิสาโล. (2547). *ความตายในมิติทางสังคมและจิตวิญญาณ*. เสขิยธรรม 59(14) มกราคม-มีนาคม.
- พระไพศาล วิสาโล. (2548). *การช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ*. นนทบุรี: สถาบันวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2548). *โพชฌงค์: พุทธวิธีเสริมสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: อักษรสัมพันธ์ (1987) จำกัด.
- พุทธทาสภิกขุ. (มปป.). *สังฆารธรรม ความตายเป็นหน้าที่ของสังฆาร*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- เสฐียรโกเศศ. (2543). *ประเพณีเนื่องในการตาย* (พิมพ์ครั้งที่3). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สยาม.
- สมรักษ์ ชัยสิงห์กานานนท์. (2548). *พิธีกรรมเกี่ยวกับความตาย ใน คู่มือทางสังคมและมานุษยวิทยาในงานบริการสุขภาพ*. สำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ. (เอกสารอัดสำเนา).
- เสรี พงศ์พิศ. (2532). “การเกิดและการตาย.” ในเอกสารการสอน ชุดวิชาความเชื่อและศาสนาในสังคมไทย (หน่วยที่ 8-15). นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุรวิ ชูตระกูล. (2547). *สุภาพร พงศ์พุกกะ ไปไม่ที่คืนกลับสู่ดิน*. เสขิยธรรม 59(14) มกราคม-มีนาคม.