

การวิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา
An Analysis of the Sorrow as Experience by Individuals
in the Tripitaka and its Commentaries

พระชินะกัณฐ์ มหาจินณะการณ^๑
Phra Sinagun Mahachinnakarn^๑

Received: April 9, 2026 Revised: May 17, 2026

Accepted: August 20, 2026

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่อง การวิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) ศึกษาความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา และ ๒) วิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ซึ่งการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร โดยใช้กรณีศึกษาของบุคคลตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา จำนวน 8 กรณีศึกษามาวิเคราะห์โดยใช้ ทฤษฎีจิตวิทยาตะวันตก ๕ ระยะ และหลักทางพระพุทธศาสนาเป็นกรอบ ผลการศึกษายังพบว่า ความเศร้าโศก มิใช่เพียงแค่อารมณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า แต่เป็นกระบวนการของจิตที่อาศัยเหตุและปัจจัยเกื้อหนุน โดยมีความเกี่ยวข้องกับ เวทนา ตัณหา และอุปาทานเป็นสำคัญ และยังพบว่า ความเศร้าโศกที่ปรากฏในคัมภีร์มีลักษณะหลากหลาย ทั้งในด้านระดับความรุนแรงของความเศร้าโศก และรูปแบบของการแสดงออก โดยในบางกรณีปรากฏลักษณะที่รุนแรง ในบางกรณีเมื่อเผชิญกับความเศร้าโศกแล้ว สามารถคลายจากความเศร้าโศกได้ หรือในบางกรณีไม่ปรากฏความเศร้าโศกเลย ทั้งนี้ แม้จะเผชิญกับเหตุการณ์ในลักษณะเดียวกันแต่การตอบสนองของแต่ละบุคคลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ โดยขึ้นอยู่กับสภาพจิตของแต่ละบุคคล นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังเสนอว่า กระบวนการเผชิญความเศร้าโศกในงานวิจัยนี้ มิได้ดำเนินไปตามลำดับขั้นที่ตายตัวตามระยะของทฤษฎีตะวันตก หากแต่มีลักษณะเป็นพลวัตของจิตที่เปลี่ยนไปตามระดับของความยึดมั่นถือมั่น

คำสำคัญ : ความเศร้าโศก, พระไตรปิฎก, อรรถกถา, ญาณิ, บุคคลอันเป็นที่รัก

Abstract

This research article, An analysis of the sorrow as experience by individuals in the Tripitaka and its commentaries, aims to: (1) study the experience of sorrow among individuals as appeared in the Tripitaka and commentaries, (2) analyze the sorrow of individuals as appeared in these sources. This study employs documentary research methodology, utilizing eight case studies drawn from the Tripitaka and its commentaries literature. The analytical framework integrates the Western psychological model of the five stages of grief together with Buddhist principles. The study shows that sorrow is not simply a momentary reaction, but is related to underlying mental

^๑ สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ Email: sinagun@hotmail.co.th เบอร์โทรศัพท์ ๐๖๑-๕๑๔-๕๓๖๕ In the Buddhist Studies, Faculty of liberal Arts, Thammasat University Email: sinagun@hotmail.co.th Tel. (+66) 615145365

processes and conditions. In many cases, it is connected with feeling (Vedanā), craving (Tanhā) and attachment (Upādāna). The findings also suggest that sorrow appears in different forms. In some cases, it is intense; in others, it can be reduced or resolved; and in some situations, it does not arise at all. Even when individuals face similar experiences of loss, their responses are not the same, and this seems to depend on their mental state. The study further suggests that the process of dealing with sorrow does not always follow a fixed sequence, as described in some Western models. Instead, it may change over time, depending on the level of attachment in each individual.

Keywords: Sorrow, Tripitaka, Commentaries, Relative, Beloved person

๑. บทนำ

ความเศร้าโศกเป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน เมื่อเผชิญกับความสูญเสียหรือพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก ที่หลายปีที่ผ่านมาจะเห็นได้ว่า มีเหตุการณ์ต่างๆ มากมายที่นำมาซึ่งการสูญเสียของมนุษยชาติ ไม่ว่าจะเป็นการเกิดโรคระบาด ภัยสงคราม ภัยพิบัติต่าง ๆ หรือแม้แต่การเกิดอาชญากรรม โดยเหตุการณ์เหล่านี้นำมาซึ่งการสูญเสียทั้งสิ้น

ในทางจิตวิทยา ความเศร้าโศก คือ ปฏิกริยาตอบสนองต่อการสูญเสีย โดยมีลักษณะที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรม แนวคิดที่ได้รับการกล่าวถึงอย่างแพร่หลายนั้น คือ ทฤษฎีความเศร้าโศก ๕ ระยะ ซึ่งได้กล่าวว่า บุคคลอาจเผชิญกับสภาวะต่าง ๆ ทั้งหมด ๕ ระยะ คือ ระยะปฏิเสธ ระยะโกรธ ระยะต่อรอง ระยะเศร้าโศก และระยะการยอมรับ ภายหลังจากการประสบกับความสูญเสียหรือพลัดพราก^๒ อย่างไรก็ตาม แม้ว่าทฤษฎีความเศร้าโศก ๕ ระยะจะสามารถอธิบายรูปแบบการตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคลต่อความสูญเสียได้ในระดับหนึ่ง แต่ก็ยังมีข้อจำกัดในการอธิบายกลไกของจิต ในการเกิดความเศร้าโศก การดำรงอยู่ การจางคลาย หรือแม้แต่การไม่ปรากฏความเศร้าโศกตั้งแต่ต้นของบุคคลที่ประสบกับความสูญเสียหรือพลัดพราก จึงทำให้การศึกษาความเศร้าโศกจากมุมมองทางพระพุทธศาสนานั้นมีความสำคัญ เพราะช่วยขยายคำอธิบายให้สามารถเข้าใจได้มากยิ่งขึ้น

ในทางพระพุทธศาสนา ได้ปรากฏแนวคิดเรื่องความเศร้าโศก ในหลายรูปแบบทั้งในเชิงคำสอน หรือที่ปรากฏในเรื่องราวของบุคคลในสมัยพุทธกาล ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้เห็นแนวทางในการทำความเข้าใจ และเผชิญกับความสูญเสียหรือพลัดพรากในลักษณะที่แตกต่างกันออกไป

นอกจากนี้แล้ว ยังเห็นได้ว่า เรื่องราวของบุคคลในคัมภีร์นั้น มักถูกหยิบยกขึ้นมาเป็นอุทาหรณ์ในการสอนใจผู้ที่กำลังเผชิญกับความเศร้าโศกอยู่เนื่อง ๆ เช่น เรื่องของนางปฏาจารา^๓ สตรีผู้สูญเสียบุคคลในครอบครัวหลายราย ได้แก่ บุตรทั้งสองคน สามิ บิดามารดา และพี่ชาย ในเวลาใกล้เคียงกัน ส่งผลให้นางเกิดความเศร้าโศกอย่างรุนแรง หรือเรื่องราวของนางกิสาโคตมิ^๔ ซึ่งเป็นธิดาของเศรษฐีตักยัก ผู้ประสบกับเหตุสูญเสียบุตรชายอันเป็นที่รัก นอกจากนี้ ยังมีนางวิสาขามหาอุบาสิกา^๕ ซึ่งเป็นพระโสดาบัน ผู้ที่ต้องเผชิญกับความเศร้าโศกจากการจากไปของหลานสาวอันเป็นที่รักยิ่งไป จนมีอาจหักห้ามใจได้ ทำให้เห็นถึงการตอบสนองต่อการเหตุการณ์การสูญเสีย ในลักษณะ

^๒ Elisabeth Kübler-Ross, *On Death and Dying*, (New York: Macmillan, 1969), pp. 34-121.

^๓ ชุ.อป. (ไทย) ๓๓/๔๘๘-๕๐๖/๔๕๒-๔๕๔.

^๔ ชุ.อป. (ไทย) ๓๓/๗๓-๙๑/๔๖๕-๔๖๗.

^๕ ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๒/๒๑๓/๒๖๕-๒๖๖.

ที่แตกต่างกันออกไป จึงทำให้ผู้วิจัยเห็นถึงประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับลักษณะของความเศร้าโศกในแต่ละกรณี ซึ่งนำไปสู่ข้อคำถามว่า ความเศร้าโศกดังกล่าว มีลักษณะอย่างไร และสามารถนำมาอธิบายในเชิงกระบวนการได้หรือไม่ ด้วยเหตุนี้ บทความนี้จึงมุ่งศึกษาความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ตลอดจนมุ่งวิเคราะห์ปรากฏการณ์ดังกล่าวผ่านเรื่องราวของบุคคลในสมัยพุทธกาล เพื่อทำความเข้าใจลักษณะและกระบวนการของความเศร้าโศกในมิติเชิงกระบวนการมากขึ้น

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์เรื่อง “วิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา” สำหรับวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำเสนอในบทความนี้มี ๒ ข้อ คือ

- ๑) เพื่อศึกษาความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา
- ๒) เพื่อวิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา

๓. วิธีดำเนินการวิจัย/รูปแบบการวิจัย/ขอบเขตการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การวิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา” นี้ ผู้วิจัยได้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบเอกสาร (Documentary Research) ขอบเขตของการวิจัย ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเศร้าโศก ในระดับปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ และเอกสารทุติยภูมิ ได้แก่ อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๕๖-๒๕๖๐ ตำรา หนังสือ บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำทฤษฎีจิตวิทยาตะวันตก คือ ทฤษฎี ๕ ระยะของความเศร้าโศก (5 Stages of Grief: Kübler-Ross Model) และหลักทางพระพุทธศาสนา อันประกอบด้วย หลักปัจจุสมุปบาท หลักอริยสัจ และหลักสภาวะธรรมหรือจิตตภาวะ มาเป็นกรอบในการวิเคราะห์ โดยเลือกกรณีศึกษาที่เด่น ๆ ดังที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา มาวิเคราะห์ จำนวน ๘ กรณี และนำเสนอผลการวิจัยแบบพรรณนาความ

๔. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยนี้ได้ค้นพบประเด็นที่ตอบวัตถุประสงค์ดังนี้

๑. ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา ที่ผู้วิจัยได้ศึกษาและนำเสนอในวิจัยชิ้นนี้ มีทั้งหมด ๘ กรณีศึกษา ผลการวิจัยพบว่า สามารถแบ่งกลุ่มในการวิเคราะห์ได้ดังนี้ ๑) กลุ่มตัวอย่างปุณณ ผู้ประสบกับความสูญเสียญาติ หรือพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก จนเกิดความเศร้าโศก ได้แก่ นางกิสสาโคตมี^๖ นางปฐาจา^๗ รา และพระเจ้ามุนทะ^๘ ๒) กลุ่มตัวอย่างพระอริยบุคคล ผู้ประสบกับความสูญเสีย หรือพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก จนเกิดความเศร้าโศก ได้แก่ นางวิสาขา^๙ อนาถบิณฑิกเศรษฐี^{๑๐} ๓) กลุ่มตัวอย่างปุณณ ผู้ประสบกับความสูญเสีย หรือพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก แล้วไม่เกิดความเศร้าโศก ได้แก่ พระนางมัลลิกา^{๑๑} และครอบครัวพระโพธิสัตว์

^๖ ชุ.อป. (ไทย) ๓๓/๗๓-๙๑/๔๖๕-๔๖๗, ชุ.เถรี.อ. (ไทย) -/๒๑๓-๒๒๓/๒๙๗-๓๑๑, ชุ.อ.อ. (ไทย) ๑/๑๑๔/๖๕๑-๖๕๕, ชุ.อ.อ. (ไทย) ๒/๒๘๗/๓๙๖-๓๙๗.

^๗ ชุ.อป. (ไทย) ๓๓/๔๘๘-๕๐๖/๔๕๒-๔๕๔, ชุ.เถรี.อ. (ไทย) -/๑๑๒-๑๑๖/๑๘๕-๑๘๙, ชุ.อ.อ. (ไทย) ๑/๑๑๓ / ๖๔๔-๖๕๑, ชุ.อ.อ. (ไทย) ๒/๒๘๘-๒๘๙/๓๘๘-๓๘๙.

^๘ อย.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๐/๘๒-๘๘

^๙ ชุ.อ. (ไทย) ๒๕/๗๘/๓๓๙-๓๔๑, ชุ.อ.อ. (ไทย) ๒/๒๑๓/๒๖๕-๒๖๖, ชุ.อ.อ. (ไทย) -/๗๘/๕๒๖-๕๒๙.

^{๑๐} ชุ.อ. (ไทย) ๒๕/๑๘/๒๙, ชุ.อ.อ. (ไทย) ๑/๑๘/๑๔๔-๑๔๗.

^{๑๑} ชุ.อ.อ. (ไทย) ๑/๔๗/๓๒๙-๓๓๓.

ชาวนา^{๑๒} และ๔) กลุ่มตัวอย่างพระอริยบุคคล ผู้ประสบกับความสูญเสีย หรือพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก แล้วไม่เกิดความเศร้าโศก ได้แก่ พระราहुลและพระนันทะ^{๑๓}

๒. ผลการวิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา นั้น สามารถสรุปเป็นตารางได้ ดังนี้

ลำดับ	กรณีศึกษา	การเกิด ความ เศร้าโศก	ลักษณะตาม ทฤษฎี ๕ ระยะ	นัยปฏิจจสมุ บาท	นัยอริยสัง	นัย สภาวะธรรม หรือจิต ภาวะ
กลุ่มที่ ๑.กลุ่มตัวอย่างปุถุชน ผู้ประสบกับความสูญเสียญาติ หรือบุคคลอันเป็นที่รัก แล้วเกิดความเศร้าโศก						
๑	นางกิสาโคตมี	ปรากฏ	ปรากฏหลายระยะ โดยเฉพาะปฏิเสธ-เศร้าโศก ก่อน ยอมรับ	ดำเนินตาม สายเกิด จน คลายเมื่อเกิด ปัญญา	ทุกข์-สมุทัย เด่น แล้ว คลายสู่มรรค	ดับทุกข์โดย สิ้นเชิง (นิโรธ)
๒	นางปฐาจารา	ปรากฏ รุนแรง	ปรากฏครบและ รุนแรงทุกระยะ	ดำเนินเต็ม วงจร ก่อนถูก ตัดด้วยปัญญา	ทุกข์ปรากฏ ชัด ก่อนเข้าสู่ นิโรธ	โทสะและ โทมนัสรุนแรง ก่อนคลาย
๓	พระเจ้ามุนทะ	ปรากฏ	ปรากฏครบและ รุนแรงทุกระยะ	ดำเนินตาม สายเกิด	ทุกข์จาก อุปาทานใน ความรัก	จิตประกอบ โทสะและ โทมนัส
กลุ่มที่ ๒.กลุ่มตัวอย่างพระอริยบุคคล ผู้ประสบกับความสูญเสียญาติ หรือบุคคลอันเป็นที่รัก แล้วเกิดความเศร้าโศก						
๔	นางวิสาขา	ปรากฏแต่ คลายเร็ว	ปรากฏลักษณะ โศกและคร่ำครวญ	กระบวนการ ถูกตัดตอน บางช่วง	เห็นทุกข์ และคลาย ด้วยปัญญา	จิตประกอบ โทสะและ โทมนัส
๕	อนาถบิณฑิก เศรษฐี	ปรากฏแต่ไม่ รุนแรง	ปรากฏบางระยะ	ไม่ดำเนินเต็ม วงจร	เข้าใจทุกข์ ตาม หลักธรรม	จิตประกอบ กุศลและสติ
กลุ่มที่ ๓.กลุ่มตัวอย่างปุถุชน ผู้ประสบกับความสูญเสียญาติ หรือบุคคลอันเป็นที่รัก แล้วไม่เกิดความเศร้าโศก						
๖	พระนางมัลลิกา	ไม่ปรากฏ	ไม่ปรากฏ	ไม่ดำเนิน ไปสู่โศก	ไม่ปรากฏ ทุกข์ใน ลักษณะโศก	ไม่ประกอบ โทสะ
๗	ครอบครัวพระ โพธิสัตว์ชาวนา	ไม่ปรากฏ	ไม่ปรากฏ	ไม่เข้าสู่ กระบวนการ เกิดทุกข์	ทุกข์ ไม่ปรากฏ สมุทัย	จิตตั้งมั่น ไม่ยึดมั่นถือ มั่น
กลุ่มที่ ๔.กลุ่มตัวอย่างพระอริยบุคคล ผู้ประสบกับความสูญเสียญาติหรือบุคคลอันเป็นที่รักแล้วไม่เกิดความเศร้าโศก						
๘	พระราहुลและ พระนันทะ	ไม่ปรากฏ	ไม่ปรากฏ	ตัด กระบวนการ ตั้งแต่ต้น	ดับทุกข์โดย สิ้นเชิง (นิโรธ)	จิตพ้นจาก อกุศลโดย สิ้นเชิง

^{๑๒} ชุ.ชา.ปญจก. (ไทย) ๒๗/๑๙-๒๘/๒๐๒-๒๐๓, ชุ.ชา.ปญจก.อ. (ไทย) ๔/๑๙-๒๘/๔๑๖-๔๒๓.

^{๑๓} ชุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๕๕-๑๕๘/๔๐๘, ชุ.เถรี.อ. (ไทย) -/๑๕๗-๑๖๒/๒๔๑-๒๗๐.

๓. จากการศึกษากรณีความเศร้าโศกของบุคคลทั้ง ๘ กรณี พบว่า ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏใน พระไตรปิฎกและอรรถกถา มิได้เกิดจากเหตุการณ์ภายนอกโดยตรง แต่เป็นผลของกระบวนการทางจิตที่มีเหตุปัจจัย รองรับ โดยเฉพาะความสัมพันธ์ระหว่าง เวทนา ตัณหา และอุปาทาน โดยเมื่อจิตรับรู้ต่อประสบการณ์อันเป็นที่รัก หรือไม่เป็นที่รัก จนเกิดเวทนา และเมื่อเวทนานั้นถูกปรุงแต่งด้วยความอยาก หรือความยึดมั่นถือมั่น ย่อมนำไปสู่การ เกิดความเศร้าโศกได้ในที่สุด

เมื่อพิจารณาในระดับของบุคคล พบว่า แม้จะเผชิญกับเหตุการณ์ความสูญเสียในลักษณะเดียวกัน แต่ ระดับและลักษณะของความเศร้าโศกนั้น แตกต่างกันไป โดยเมื่อพิจารณาจากตารางทำให้เห็นว่า สามารถแบ่ง ออกเป็น ๓ ลักษณะ คือ ๑) กรณีที่บุคคลเมื่อประสบกับความสูญเสียหรือพลัดพรากแล้ว เกิดความเศร้าโศกขึ้นอย่าง รุนแรง ๒) กรณีที่บุคคลเมื่อประสบกับความสูญเสียหรือพลัดพรากแล้ว สามารถคลายจากความเศร้าโศกได้ เมื่อเกิด ความเข้าใจตามความเป็นจริง และ ๓) กรณีที่บุคคลเมื่อประสบกับความสูญเสียหรือพลัดพรากแล้ว ไม่ปรากฏความ เศร้าโศกตั้งแต่ต้น ซึ่งจะเห็นได้ว่า ลักษณะของความเศร้าโศก มิได้ขึ้นอยู่กับเหตุการณ์ แต่ขึ้นอยู่กับระดับของความยึด มั่นถือมั่นของจิตเป็นสำคัญ ซึ่งความเศร้าโศกนั้นสามารถพบได้ทั้งในกรณีที่เป็นปุถุชนและพระอริยบุคคล ยกเว้นพระ อรหันต์เท่านั้น ส่วนบุคคลที่ประสบความสูญเสียหรือพลัดพราก แล้วไม่ปรากฏความเศร้าโศกนั้น ได้แก่ บุคคลที่มี หลักธรรมในการเตรียมใจไว้ล่วงหน้าแล้ว และกลุ่มพระอรหันต์

นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังพบว่า กระบวนการเผชิญความเศร้าโศก มิได้ดำเนินไปในลักษณะที่เป็นลำดับ ขึ้นแบบตายตัว แต่มีลักษณะเป็นพลวัตของจิตที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ ตามระดับของความเข้าใจความเป็นจริงของ ชีวิต โดยในบางกรณี พบว่า ความเศร้าโศกอาจเกิดขึ้นและคลายตัวได้อย่างรวดเร็ว ในขณะที่บางกรณีสามารถยุติได้ โดยไม่ต้องผ่านกระบวนการแบบต่อเนื่อง ซึ่งขึ้นอยู่กับสภาพของปัญญาในการพิจารณาความเป็นจริงของสภาวะนั้น

ในภาพรวม จึงสามารถสังเคราะห์ได้ว่า ความเศร้าโศกเป็นกระบวนการของจิตที่เกิดขึ้นตามลำดับของ เหตุปัจจัย และสามารถจำแนกได้เป็นหลายลักษณะ มีทั้งกรณีที่เกิดขึ้นอย่างรุนแรง กรณีที่สามารถคลายลงได้ และ กรณีที่ไม่ปรากฏขึ้นเลย ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างระดับของความยึดมั่นถือมั่นกับการเกิด และการดับ ของความเศร้าโศกอย่างมีนัยสำคัญ

๕. อภิปรายผล

จากผลการวิจัยนั้น ผู้วิจัยสามารถนำมาอภิปรายผลได้ ๓ ประเด็น คือ ประเด็นแรก ผลการวิจัยพบว่า ความเศร้าโศก มิใช่เพียงแค่อารมณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า แต่เป็นกระบวนการของจิตที่อาศัยเหตุและปัจจัยเกื้อหนุน โดยมีความเกี่ยวเนื่องกับเวทนา ตัณหา และอุปาทานเป็นสำคัญ แนวคิดดังกล่าวนี้ มีความสอดคล้องกับงานของพระ มหานุกูล มหาวีโร ที่ชี้ให้เห็นว่า อกุศลจิตมิได้เกิดขึ้นโดยปราศจากเงื่อนไข แต่มีปัจจัยแห่งการปรุงแต่งเป็นพื้นฐาน^{๑๔} โดยเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงโครงสร้างของจิตที่ดำเนินไปอย่างเป็นระบบตามเหตุปัจจัย ในประเด็นนี้ เมื่อพิจารณา งานทางด้านจิตวิทยา เช่น งานของฟิรพน์ธ ลือบุญธวัชชัย พบว่า ความเศร้าโศกจากการสูญเสีย นั้น เป็นปฏิกิริยาทาง จิตใจที่สัมพันธ์กับความผูกพันระหว่างบุคคล และจำเป็นต้องอาศัยกระบวนการช่วยเหลือ เพื่อให้บุคคลสามารถ ปรับตัวต่อความสูญเสียได้^{๑๕} แม้ว่างานดังกล่าวจะมองความเศร้าโศกในลักษณะของกระบวนการเช่นเดียวกัน แต่ยังคง อธิบายในระดับของประสบการณ์ทางอารมณ์เป็นหลัก เช่นเดียวกับงานของศรีนรัตน์ วัฒนธรรณท์ ที่อธิบายว่าความ เศร้าโศกเป็นกระบวนการตอบสนองต่อการสูญเสีย ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงเป็นระยะ และบุคคลจะค่อย ๆ ปรับตัวไป

^{๑๔} พระมหานุกูล มหาวีโร (พรหมขันธ), “วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๗.

^{๑๕} ฟิรพน์ธ ลือบุญธวัชชัย, “อารมณ์เศร้าโศกจากการสูญเสียและจิตบำบัดสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล: หลักการ และแนวทางการดูแล”, สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, ปีที่ ๕๒ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มีนาคม ๒๕๕๐): ๓๔-๓๕.

ตามลำดับ^{๑๖} โดยรวมแล้วในประเด็นนี้ จะเห็นได้ว่า งานวิจัยเหล่านี้มีความสอดคล้องกับผลการวิจัยนี้ในแง่ที่มองความเศร้าโศกเป็นกระบวนการ อย่างไรก็ตาม ความแตกต่างสำคัญอยู่ที่ระดับของการอธิบาย โดยงานวิจัยนี้ได้ชี้ให้เห็นว่าความเศร้าโศกนั้น สามารถทำความเข้าใจได้ ผ่านโครงสร้างเหตุปัจจัยของจิต ซึ่งปรากฏในความสัมพันธ์เชิงลำดับของเวทนา ตัณหา และอุปาทาน อันเป็นกลไกภายในตามหลักพระพุทธศาสนา มิใช่เพียงการตอบสนองทางอารมณ์ต่อเหตุการณ์เพียงเท่านั้น ประเด็นที่ ๒ ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า ความรุนแรงของความเศร้าโศก มิได้ถูกกำหนดโดยเหตุการณ์การสูญเสียหรือพลัดพรากเพียงอย่างเดียว แต่ขึ้นอยู่กับสภาพจิตของบุคคลผู้เผชิญต่อเหตุการณ์เป็นสำคัญ ซึ่งแม้ว่าจะประสบกับเหตุการณ์เดียวกัน แต่บุคคลอาจจะมีระดับความเศร้าโศกแตกต่างกันได้ ในประเด็นนี้มีความสอดคล้องกับงานของออร์สา ไยยong ซึ่งพบว่า ผู้สูงอายุที่สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก มีระดับภาวะซึมเศร้าไม่เท่ากัน โดยขึ้นอยู่กับระดับความผูกพันและการรับรู้ต่อความสูญเสียของแต่ละบุคคล^{๑๗} เช่นเดียวกับการศึกษาของสิริวรรณ คงทอง ที่ระบุว่า คู่สมรสของผู้เสียชีวิต มีประสบการณ์ความเศร้าโศกที่แตกต่างกันไป ตามลักษณะความสัมพันธ์และบริบทชีวิตของแต่ละราย^{๑๘} จะเห็นได้ว่า งานวิจัยกลุ่มนี้อธิบายความแตกต่างของระดับความเศร้าโศก โดยเน้นไปที่ปัจจัยภายนอกหรือประสบการณ์ชีวิตเป็นหลัก ในขณะที่ผลการวิจัยนี้ได้เสนอว่า ความแตกต่างของระดับความเศร้าโศกนั้น มีรากฐานมาจากปัจจัยภายในของจิต โดยเฉพาะระดับของอุปาทานหรือความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งจะเห็นได้จากการแสดงออกที่บางกรณีไม่ปรากฏความเศร้าโศกเลย บางกรณีปรากฏอย่างรุนแรง และบางกรณีปรากฏแล้วสามารถคลายลงได้ ประเด็นสุดท้าย ผลการวิจัยระบุว่า กระบวนการเผชิญความเศร้าโศกในงานวิจัยนี้ มิได้ดำเนินไปตามลำดับขั้นที่แน่นอน หากแต่มีลักษณะเป็นพลวัตของจิตที่เปลี่ยนไปตามระดับของความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Elisabeth Kübler-Ross ที่เสนอว่า กระบวนการเผชิญความเศร้าโศก ไม่จำเป็นต้องเป็นไปตามลำดับอย่างตายตัว และบุคคลอาจข้ามหรือย้อนกลับบางระยะได้^{๑๙} อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยนี้ได้ชี้ให้เห็นถึงความแตกต่างที่สำคัญว่า ความไม่เป็นไปตามลำดับดังกล่าวนี้ มิใช่เพียงลักษณะของประสบการณ์ทางอารมณ์ หากแต่มีพื้นฐานมาจากกลไกภายในของจิต โดยเฉพาะระดับของตัณหาและอุปาทาน ซึ่งเป็นปัจจัยหลักในการกำหนดการเกิดขึ้น ดำรงอยู่ หรือยุติลงในลักษณะแบบใด นอกจากนี้ ในประเด็นนี้ ยังมีความสอดคล้องกับงานของวรัญญา สิริโพธิธนากุล ซึ่งได้เสนอว่า การพิจารณาธรรม สามารถช่วยให้จิตพ้นจากความสูญเสียได้อย่างรวดเร็ว^{๒๐} รวมถึงงานของแสง แสนบุตร ที่กล่าวถึงการเรียนรู้จากประสบการณ์สามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายในจิตและพัฒนาตน^{๒๑} อย่างไรก็ตาม งานวิจัยที่ได้กล่าวมาในกลุ่มนี้ ยังมิได้มีการอธิบายกลไกของการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน ในขณะที่งานวิจัยชิ้นนี้ได้เสนอคำอธิบายในระดับเหตุปัจจัย โดยชี้ให้เห็นว่า การเปลี่ยนแปลงของความเข้าใจส่งผลให้ตัณหา และอุปาทาน สามารถคลายตัวลงได้ ซึ่งเป็นเหตุแห่งความเศร้าโศกตามนัยปฏิจจสมุปบาท ด้วยเหตุนี้ กระบวนการเผชิญความเศร้าโศก จึงไม่

^{๑๖} ศรีนรินทร์ วัฒนธรรณันท์, “ความโศกเศร้าจากการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก: บทบาทพยาบาล”, **พยาบาลสภาภาษาไทย**, ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน ๒๕๖๐): ๑๗-๑๘.

^{๑๗} ออร์สา ไยยong, “ภาวะซึมเศร้าและอารมณ์เศร้าโศกจากการสูญเสียของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดนนทบุรี”, **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต**, (คณะแพทยศาสตร์: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๗๐.

^{๑๘} สิริวรรณ คงทอง, “ประสบการณ์ภาวะเศร้าโศกของคู่สมรสไทยพุทธของผู้เสียชีวิตจากการเจ็บป่วยวิกฤต”, **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่**, (คณะพยาบาลศาสตร์: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๕๖), หน้า ๕๔-๕๕.

^{๑๙} Elisabeth Kübler-Ross, *On Death and Dying*, (New York: Macmillan, 1969), p. 236.

^{๒๐} วรัญญา สิริโพธิธนากุล, “กระบวนการฟื้นคืนพลังใจจากความสูญเสียในบริบทพุทธจิตวิทยา: กรณีศึกษานางปฐาจารย์ในพระไตรปิฎก”, **พุทธพัฒนศาสตร์ศึกษา**, ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม-สิงหาคม ๒๕๖๘): ๑๒-๑๓.

^{๒๑} แสง แสนบุตร, “การวิเคราะห์รูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของปฐาจารย์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, **วิชาการธรรมธร**, ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มีนาคม-มิถุนายน ๒๕๕๙): ๑๕๓.



จำเป็นต้องดำเนินไปตามลำดับขั้นที่แน่นอน และในบางกรณีอาจไม่ปรากฏความเศร้าโศกขึ้นเลย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเข้าใจและคุณภาพของจิตในแต่ละบุคคล

๖. องค์ความรู้ใหม่

การศึกษาในครั้งนี้ นำไปสู่การพัฒนางองค์ความรู้เชิงโครงสร้างของความเศร้าโศก โดยเสนอกรอบแนวคิดที่อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการของจิตกับผลลัพธ์ของความเศร้าโศกอย่างเป็นระบบ ซึ่งความเศร้าโศกนั้นสามารถอธิบายได้ในฐานะของกลไกทางจิตที่ดำเนินไปตามเหตุปัจจัย และมีระดับความรุนแรงที่แตกต่างกันตามเงื่อนไขภายในของจิต โดยความแตกต่างของความเศร้าโศกนั้น มิได้ขึ้นอยู่กับลักษณะของเหตุการณ์ แต่ขึ้นอยู่กับระดับความปรุงแต่งและความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งทำหน้าที่เป็นตัวกำหนดว่า ความเศร้าโศกจะปรากฏในลักษณะใด ตั้งแต่การเกิดขึ้นอย่างรุนแรง การคลายตัว ไปจนถึงการไม่ปรากฏขึ้นเลย

องค์ความรู้นี้ จึงเสนอแบบจำลองเชิงโครงสร้างของความเศร้าโศก ซึ่งประกอบด้วย ๓ ส่วนสำคัญ ได้แก่ ๑) ตัวแปรภายใน คือ ระดับอุปาทานและระดับปัญญา ๒) กระบวนการของจิต คือ เวทนา ตัณหา และอุปาทาน และ ๓) ผลลัพธ์ของความเศร้าโศก ได้แก่ การเกิดขึ้นอย่างรุนแรง การคลายตัวได้ และการไม่ปรากฏขึ้นเลย โดยแบบจำลองนี้แสดงให้เห็นว่า ความเศร้าโศกมิได้ถูกกำหนดโดยเหตุการณ์ภายนอกเพียงอย่างเดียว แต่ถูกกำหนดโดยคุณภาพของจิตที่เข้าไปสัมพันธ์กับเหตุการณ์นั้นด้วย ดังนั้น บทความนี้จึงขยายการอธิบายจากทฤษฎีความเศร้าโศก ๕ ระยะในเชิงประสบการณ์ทางอารมณ์ ไปสู่การอธิบายเชิงเหตุปัจจัยภายในตามหลักพระพุทธศาสนา



๗. สรุป

การวิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา จำนวน ๘ กรณี แสดงให้เห็นว่า ความเศร้าโศกมิได้ขึ้นอยู่กับลักษณะของเหตุการณ์ การสูญเสียหรือพลัดพรากโดยตรง แต่สัมพันธ์กับสถานะของจิตในขณะเผชิญเหตุการณ์นั้นเป็นสำคัญ โดยสามารถจำแนกได้ทั้งกรณีที่มีความเศร้าโศกเกิดขึ้นอย่างรุนแรง กรณีที่สามารถคลายลงได้ และกรณีที่ไม่ปรากฏขึ้นเลย เมื่อพิจารณาในระดับกระบวนการ ทำให้เห็นว่า ความเศร้าโศกมีลักษณะเป็นพลวัต ไม่ได้ดำเนินไปตามลำดับขั้นตอนตายตัว หากแต่สามารถเปลี่ยนแปลงไปตามระดับความเข้าใจความจริงของชีวิตและขึ้นอยู่กับสภาพจิตของแต่ละบุคคล ซึ่งส่งผลให้การตอบสนองต่อความสูญเสีย หรือพลัดพรากมีความแตกต่างกัน แม้จะต้องเผชิญกับเหตุการณ์ในลักษณะเดียวกัน

โดยรวมแล้ว ผลการศึกษานี้ชี้ให้เห็นว่า ความเศร้าโศกสามารถทำความเข้าใจได้ ในฐานะปรากฏการณ์ที่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยภายในของจิตมากกว่าปัจจัยภายนอก นอกจากนี้ ยังมีความหลากหลายในเชิงลักษณะและระดับของการปรากฏ ซึ่งเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงบทบาทของสภาพจิต ที่เป็นตัวกำหนดประสบการณ์ความเศร้าโศกของบุคคลอย่างมีนัยสำคัญ

๘. ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษางานวิจัยเรื่อง “การวิเคราะห์ความเศร้าโศกของบุคคลที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา” ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังมีรายละเอียด ดังต่อไปนี้



๑. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑.๑ ควรมีการกำหนดแนวทางในการส่งเสริมการเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนา กับงานด้านสุขภาพจิต เพื่อใช้เป็นกรอบในการทำความเข้าใจ และดูแลผู้ประสบกับความสูญเสีย

๑.๒ ควรพัฒนาแนวทาง การดูแลสุขภาวะทางจิตที่สอดคล้องกับบริบททางวัฒนธรรมไทย โดยอาศัยหลักการอธิบายเหตุปัจจัยของจิต

๒. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

๒.๑ ผู้ปฏิบัติงานด้านการให้คำปรึกษา ควรนำกรอบแนวคิดเรื่อง เวทนา ตัณหา อุปาทาน ไปใช้ในการวิเคราะห์สภาพจิตของผู้ประสบความสูญเสีย หรือพลัดพราก

๒.๒ ควรส่งเสริมการพัฒนาปัญญา และการตระหนักรู้ต่อกระบวนการทางจิต เพื่อช่วยให้บุคคลสามารถคลายหรือบรรเทาความเศร้าโศกได้อย่างเหมาะสม

๓. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

๓.๑ ควรมีการศึกษาเชิงประจักษ์ในกลุ่มบุคคลยุคปัจจุบัน เพื่อทดสอบและขยายกรอบแนวคิดที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้

๓.๒ ควรพัฒนารูปแบบหรือเครื่องมือ ในการประเมินและดูแลผู้ที่เผชิญกับความเศร้าโศกในทางปฏิบัติ





บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- พระมหานุกูล มหาวิโร (พรหมขันธ). “วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- สิริวรรณ คงทอง. “ประสบการณ์ภาวะเศร้าโศกของคู่สมรสไทยพุทธของผู้เสียชีวิตจากการเจ็บป่วยวิกฤต”. **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**. คณะพยาบาลศาสตร์: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๕๖.
- อรสา ไຍยง. “ภาวะซึมเศร้าและอารมณ์เศร้าโศกจากการสูญเสียของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดนนทบุรี”. **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต**. คณะแพทยศาสตร์: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๓.
- พีรพนธ์ ลีอนุวัชชัย. “อารมณ์เศร้าโศกจากการสูญเสียและจิตบำบัดสัมพันธ์ภาวะระหว่างบุคคล: หลักการและแนวทางการดูแล”. **จิตแพทย์แห่งประเทศไทย**. ปีที่ ๕๒ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มีนาคม ๒๕๕๐): ๒๙-๔๕.
- วรัญญา สิริโพธิ์ธนากุล. “กระบวนการฟื้นคืนพลังใจจากความสูญเสียในบริบทพุทธจิตวิทยา: กรณีศึกษานางปฐาจารา ในพระไตรปิฎก”. **พุทธพัฒนศาสตร์ศึกษา**. ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม-สิงหาคม ๒๕๖๘): ๑-๑๘.
- ศรินรัตน์ วัฒนธรรณท์. “ความโศกเศร้าจากการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก: บทบาทพยาบาล”. **พยาบาลสภาภาษาไทย**. ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน ๒๕๖๐): ๑๓-๒๑.
- แสง แสงบุตร. “การวิเคราะห์รูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของปฐาจาราเถรีในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิชาการธรรมธร**. ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มีนาคม-มิถุนายน ๒๕๕๙): ๑๕๓-๑๖๒.

ภาษาอังกฤษ

- Elisabeth Kübler-Ross. **On Death and Dying**. New York: Macmillan, 1969.

