



วรรณคดีและการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความหมายของ "ความตาย"

นโปเลียนให้ความหมายว่า "ความตายคือความหลับที่ไม่มีฝัน"¹ เซอร์ อาเธอร์ โทแนคอยส์ กล่าวว่า "ว่ากันตามจริงแล้วในโลกนี้ไม่มีความตาย ความตายคือการเปลี่ยนวิญญานจากชีวิตนี้ไปสู่ชีวิตอีกภพหนึ่งเท่านั้น"² ซึ่งความหมายนี้คล้ายกับของหลวงวิจิตรวาทการที่ให้ไว้ว่า ความตายเป็นการที่ชีวิตและวิญญานออกจากสังขารหนึ่งเพื่อไปหาสังขารใหม่ ความตายไม่ใช่ความสูญ ไม่ใช่ความเสื่อม เป็นแต่การเปลี่ยนสภาวะเท่านั้น³ ม.ร.ว. คึกฤทธิ์ ปราโมช กล่าวว่า ความตายคือที่สุดของเกิด ความตายมาถึงเมื่อใดความเกิดก็สิ้นสุดลงเมื่อนั้น⁴ ในทำนองเดียวกัน ภิกขุปัญญานันทะ พูดถึงความตาย ในแง่สังขารมว่า ความตายเกิดขึ้นเคียงกันมากับความเกิดตลอดเวลา อากาที่ เกิดแล้วดับๆ แล้วเกิดนี้เป็นกระแสของสิ่งที่มีชีวิต ครามเท่าที่ชีวิตยังมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เราก็ยังมีชีวิตอยู่ได้ ถ้าวินโยนร่างกายหยุดเปลี่ยนวันนั้น เราถึงความตาย ฉะนั้นความตายก็คือที่สุดของความเปลี่ยนแปลงนั่นเอง⁵ ปิ่น มุทุกันต์ กล่าวว่า ตายเป็นงานชิ้นสุดท้ายของคนทุกคนในชีวิตนี้ ไม่ว่าจะใครจะทำงานอะไรมากี่ร้อยกี่พันอย่าง

¹ม.ล.มาโนชญ์ ชุ่มสาย, วิญญานศาสตร์ (พระนคร: สำนักพิมพ์คลังวิทยา, 2499), หน้า 49.

²เรื่องเดียวกัน.

³หลวงวิจิตรวาทการ, สารคดีและสิ่งนำรู้จากปาลูกตาและคำบรรยาย ชุดที่ 2, หน้า 203.

⁴ม.ร.ว.คึกฤทธิ์ ปราโมช, พระพุทธศาสนาและโลกในพระพุทธศาสนา (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สยามรัฐ, 2520), หน้า 177.

⁵ภิกขุ ปัญญานันทะ, เพื่อนแท้ (พระนคร: คลังวิทยา, 2504), หน้า 42-43.

แล้วก็ตาม แต่ในที่สุดก็ต้องทำงานชิ้นนี้คือ ทำงานตาย¹ และที่ตายนั้นร่างกายตาย ไม่ใช่จิต ตายคือ พุทธิการที่ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม ซึ่งรวมกันอยู่เป็นร่างกายคนเรา แยกกันออกไป ซึ่งก็เป็นไปตามธรรมชาติของธาตุ มันต้องแยกกันอยู่ การรวมกันเป็นการฝืน ธรรมชาติของมัน นานๆ เข้ามันก็รวมกันอยู่ไม่ได้ต้องเข้าสู่ธรรมาคือ แยกกันออก² ในทำนองเดียวกันโสกราตีสกล่าวว่า ความตายเป็นการแยกจิตออกจากกาย จิตคงสภาพอยู่เอง โดยไม่ต้องอาศัยร่าง³ ฉะนั้น อิศรศักดิ์กล่าวว่า ความตายคือการเดินทางที่จะไปสู่แดน รุ่งเรือง ปลอดภัยขึ้นไปสู่แหล่งอันมีความเป็นอยู่ทุกอย่างเป็นประจักษ์นักเดินทางได้กลับไป สู่บ้านเดิมของตน ย่อมได้รับความปิติยินดี และมีรูปร่างที่วิเศษเป็นระเบียบใหม่ "แม้เขาสิ้นชีพ ไปแล้ว เขาก็ยังคงมีชีวิตอยู่" และชีวิตแห่งความหวังในอนาคตนั้นเต็มไปด้วยชัยชนะอันน่า ยินดี⁴ เสฐียรโกเศศ กล่าวว่า ความตายคือคนดับชีวิตแล้ว แต่ชีวิตนั้นแม้ดับแต่ก็ยังอยู่ ต่อไป เปรียบเช่นไฟเมื่อจุดก็เป็นดวง เมื่อดับดวงไฟก็หมดไป แต่ว่าไฟนั้นยังอยู่ เพราะเมื่อ จุดใหม่ก็ติดเป็นดวงไฟใหม่ ด้วยเหตุนี้ คนโบราณในสมัยศึกดาบรพจึงเชื่อว่า คนตายไปก็ ตายแต่ร่างกาย ส่วนชีวิตนั้นยังอยู่ คือเป็นชีวิตของผู้ที่ตายไปเป็นผีเท่านั้น และอาจกลับมา เป็นชีวิตของคนเป็นขึ้นได้อีก⁵ เล่าจื้อ ศาสตราแห่งลัทธิเต๋าได้อธิบายว่า "ความตายเป็น

¹ ปิ่น มุทุกันต์, กลวิธีแก้ทุกข์ฉบับสมบูรณ์, หน้า 335.

² _____, ปรากฏการณ์เรื่องจิต, พิมพ์ในงานพระราชทานเพลิงศพพันเอกปิ่น มุทุกันต์, (นครหลวงกรุงเทพธนบุรี: ช. ชุ่มชุมช่าง, 2515), หน้า 116-118.

³ เปโลโต้, โสกราตีส แปลโดย ส. กิวิรักษ์ (พระนคร: โรงพิมพ์ของสมาคม สังคมศาสตร์แห่งประเทศไทย, 2509), หน้า 127.

⁴ ม.ล. ฉ้วน อิศรศักดิ์, จิตใจในยามคับขัน พร้อมด้วยลึกลับสมอง, จิตใจ (พระนคร: สำนักพิมพ์แพรวพิทยา, 2499), หน้า 61.

⁵ เสฐียร โกเศศ, ศาสนาเปรียบเทียบ, พิมพ์ครั้งที่ 1. (พระนคร: โรงพิมพ์ รุ่งเรืองธรรม, 2502), หน้า 50.

สิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้... ความตายก็เหมือนความเป็น เปรียบเหมือนมาแล้วก็ไป จะรู้อย่างไรว่า ภายใต้นั้นแล้วจะไม่เกิดในที่อื่น... มนุษย์รู้จักหาคะดั่งคือความตาย แต่ก็หาวิธีซึ่งความหยุดพักเป็นความสงบของความตายไม่ นับว่าประเสริฐจริงหนอ ที่ตั้งแต่เกิดก้าวรพมาความตายได้เป็นสมบัติของคนทั่วไป ความตายเป็นที่พักสงบอารมณ์ของสาธุชนและเป็นที่ยอมรับของพาดชน ความตายเปรียบเหมือนกลับไปบ้านอีก ผู้ตายไปแล้วคือผู้กลับบ้าน ส่วนเรายังไม่ตายก็เท่ากับเร่วนอนอยู่"¹ ม.ล.มาโนชญ์ ชุมสาย กล่าวว่พระพุทธศาสนาได้รับรองไว้ว่า ความตายคือ ความแตกดับแห่งเบญจขันธ์ ได้แก่รูป คือ การประชุมเป็นกายของธาตุ 4 ไค้แก่กิน น้ำ ไฟ ลม เวทณว. คือความรู้สึกรูททุกซ์-สุข สัตยญา คือความจำได้หมายรู้ สังขาร คือเจตสิกกรรมอันไค้แก่อารมณ์ที่เกิดกับใจทั้งส่วนคิ-ชั่ว และเป็นส่วนกลางๆ คือไม่เป็นทั้ง 2 อย่าง และอันสุดท้ายคือ วิญญาณ คือความรู้ อารมณ์ในเวลาเมื่ออายคนะภายนอกมากระทบอายคนะภายใน ขันธ์ 5 นี้รวมกันเข้าเป็นชีวิต หรือจะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า "วิญญาณแห่งชีวิต" ได้มาประชุมเป็นมนุษย์ขึ้น เรียกว่า "ตัวคน-เราเขา" เมื่อถึงคราวทำกาลละแล้ว เบญจขันธ์ก็สลายตัวอีกครั้งหนึ่ง หรือจะเรียกธาตุ 4 แยกออกจากกัน เรียกว่า "การตาย" เวียนว่ายตายเกิดต่อไปอีก สู่ภพน้อย-ภพใหญ่ตามเพลงแห่งกุศลกรรม จนกว่าจะสิ้นไปแห่งชาติ-ภพ² จากสารานุกรมอังกฤษอธิบายว่า ความตายคือจุดจบของชีวิต เป็นพัฒนาการขั้นสุดท้ายของชีวิตนับตั้งแต่เกิด เติบโต เจริญพันธ์และการตาย³ ในทางวิทยาศาสตร์ ความตายของคนเราก็คือสภาพที่หัวใจหยุดเต้น และกระแสโลหิตหยุดหมุนเวียน เซลล์ของร่างกายหยุดการเจริญเติบโต เรารู้มากยิ่งขึ้นอีกว่า เซลล์ต่างๆของร่างกายนั้น หาได้ตายพร้อมกันไม่ ขณะที่เซลล์ของสมองตายในทันทีที่โลหิตหยุดหมุนเวียน แต่เซลล์ของเส้นผมยังคงเจริญเติบโตต่อไปอีกหลายชั่ว-

¹ เสฐียร โกเศศ-นาคะประทีป, ลัทธิเพื่อนฉบับสมบูรณ์, พิมพ์ครั้งที่ 1.

(พระนคร: สำนักพิมพ์ก้าวหน้า, 2507), หน้า 474.

² ม.ล.มาโนชญ์ ชุมสาย, วิญญาณศาสตร์, หน้า 49-50.

³ Field Enterprises Educational Corporation, "Death,"

โมง เซลล์กระดูก และเซลล์ผิวหนังก็ยังมีชีวิตต่อไปได้อีกหลายชั่วโมงเช่นกัน¹ พระภิกษุ
เขมานันทะ กล่าวว่า ความตายนั้นก็คือความกลัวที่จะต้องตายนั่นเอง และความกลัวที่จะ
ต้องตายนี้ก็ไม่มีอะไรมากไปกว่าความคิด² ความตายในทางปรัชญาชีวิตนิยม

(**Existentialism**) ไฮเตกเกอร์ (**Hartin Heidegger**) กล่าวว่า ความตาย
เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับเราแต่ละคนโดยแท้ เป็นพลังแฝงภายใน โยกย้ายไม่ได้ เกิดซ้ำไม่
ได้ และหลีกเลี่ยงไม่ได้ ความตายเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับโครงสร้างชีวิตอันเป็นไปอยู่ในโลก
แท้ๆ เมื่อเป็นเช่นนี้ ความตายจึงกำหนดภาวะของชีวิตมนุษย์ ตามลักษณะที่ว่า ภาวะ-อยู่-
ในโลก เป็นภาวะ-มุ่งไปสู่-ความตาย³ ของ ปอล สาร์ตร (**Jean-Poul-Sartre**)
มีความเห็นต่างไปจากไฮเตกเกอร์คือ ความตายเป็นเหตุการณ์ภายนอก เกิดขึ้นในเวลาใด
กำหนดไม่ได้ และทำลายชีวิตให้สิ้นไปอย่างฉุกฉางหรือบังเอิญ หรือความตายเป็นความบัง-
เอิญภายนอกอันมนุษย์ต้องประสบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ มนุษย์ไม่มีความเป็นอิสระที่จะตาย
หรือไม่ตาย แต่เขาเป็นอิสระชนที่ตาย⁴ ผู้วิจัยได้สอบถามจากกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บ
รวบรวมข้อมูลเพื่อทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ คอคำถามที่ว่า "ในความคิดเห็นของท่าน การตาย
คืออะไร" สรุปความเห็นลงแล้วปรากฏว่า การตายคือ การสิ้นสุดของชีวิตที่ทุกคนต้อง
ประสบ เป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์หมดความรับผิดชอบ หมดความรู้สึกลึบๆ และร่างกายหยุดทำงาน
หมดลมหายใจ หัวใจหยุดเต้นตลอดจนเป็นการหมดทุกซ์ หมดกรรมที่สร้างไว้

การตายในพุทธศาสนาแบ่งออกเป็น 3 ชนิด ได้แก่

1. ตายทุกขณะจิต (ขณิกมรณะ) มีทั้งเกิดทั้งตายอยู่ตลอดเวลาทุกขณะจิต

¹ กสานต์ อัครลิขิต, "ความตาย," จิตสาร 4 (สิงหาคม 2514): 13.

² พระภิกษุ เขมานันทะ, ระเหเวรอน (นนทบุรี: โรงพิมพ์สถานสงเคราะห์หญิง
ปากเกร็ด, 2520), หน้า 7.

³
G. Strinivason, The Existentialist Concepts and the
Hindu Philosophical Systems, (Allahabad: Udayana Publications,
1967), P. 113.

⁴
Ibid., P. 118-119.

ทุกส่วนของร่างกายมีเซลล์เกิดและตายอยู่ตลอดเวลา

2. ตายโดยสมบูรณ์ (สัมมติมรณะ) คือการตายอย่างธรรมชาติที่เราเอาไปฝังไปเผากัน ทางพระเรียกตายโดยสมบูรณ์ คือสมมุติว่าตายว่าแตกดับ แต่ความจริงยังไม่แตกดับโดยเด็ดขาด จิตหรือวิญญาณซึ่งเป็นกำลังงานยังไม่ดับ ไม่สามสูญ ยังต้องเกิด ๆ ตาย ๆ ต่อไปอีก

3. ตายเกิดขาด (เข้าสู่พระนิพพาน) เป็นการตายของผู้สำเร็จขั้นอรหันต์ ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีก¹

ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายและความกลัวตาย

ความวิตกกังวลจัดเป็นแรงขับ ตามทฤษฎีของฟรอยด์ว่าด้วย อีโก้ (Id) อีโก้ (Ego) และซูเปอร์อีโก้ (Superego) นั้นกล่าวว่าเมื่ออีโก้ (Ego) ได้รับหรือกำลังเผชิญกับอันตรายหรือสิ่งที่ไม่ชอบใจ ก็จะทำให้ร่างกายเกิดความวิตกกังวลขึ้นได้และก็ถึงขั้นของการพยายามที่จะให้ความวิตกกังวลหมดไป อีโก้ (Ego) ก็อาจจะใช้วิธีการเก็บกด (Repression) คือเก็บกดความวิตกกังวลเหล่านั้นไว้² ฮอว์นีย์ เห็นด้วยกับฟรอยด์และยังกล่าวต่อไปอีกว่า ความวิตกกังวลเป็นประสบการณ์ที่เจ็บปวดทรมานที่สุดที่มนุษย์ได้ประสบมาในชีวิต ดังนั้นจึงควรหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิดขึ้นได้ไม่ว่าในเงื่อนไขใดๆ³ ความวิตกกังวลคล้ายๆกับความกลัว ต่างกันที่ความวิตกกังวลนั้นเป็นความกลัวอย่างงมงาย ไม่มีเหตุผล อยู่ๆก็กลัวขึ้นมาอย่างบอกไม่ถูก และเป็นสิ่งที่ขจัดยากเพราะไม่ทราบชัดว่าสิ่งที่เรากลัวนั้นที่แท้คืออะไร ก็ยอมไม่สามารถจะตัดต้นตอแห่งความกลัวเสียได้⁴ นักจิตวิทยา

¹ชม สุคนธรัต, อ่านาจรจิตสัมพันธ์ (พระนคร: คลังวิทยา, 2499), หน้า 332.

²จิตรา วสุวานิช, ทฤษฎีการเวียนรู้ (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, [ม.ป.ป.]), หน้า 96.

³ประมวญ ดิศคินสัน, ทฤษฎีจิตวิทยาว่าด้วยบุคลิกภาพ (ขอนแก่น: โรงพิมพ์ศิริภัณฑ์, 2511), หน้า 45.

⁴เรื่องเดียวกัน, หน้า 45-46.

ส่วนมากเห็นว่า ความกลัวจะก่อให้เกิดความวิตกกังวลอย่างหลีกเลี่ยงไม่พ้น¹ และตามทฤษฎี ความวิตกกังวลเกิดได้หลายทางที่เห็นได้ง่ายๆ เป็นต้นว่า เกิดจากความกลัว เช่น กลัวเจ็บ กลัวตาย กลัวการพลัดพราก ฯลฯ ส่วนที่ซับซ้อนก็เกิดจากความขัดแย้งภายใน มีความรู้สึก 2 จิต 2 ใจ ..ความเสียกายและความละเอียดแก่ใจ ฯลฯ² ดังนั้นความกลัวตายย่อมก่อให้เกิดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตาย

ความกลัวตาย คือความกลัวจะพลัดพรากจากชีวิตที่ซึมแล้ว ตัวความตายเราไม่เคยซึม แต่ชีวิตซึมแล้ว แล้วเป็นเหตุให้อยากอยู่ เพราะฉะนั้น เมื่อมีชีวิตที่ซึมยังไม่พอ มันก็กลัวจะไม่ได้เต็มอิ่ม อากาการเช่นนี้ เรียกว่า กลัวตาย³ ป็น มุทุกันต์ กล่าวว่า ความตายเป็นทุกข์เพราะเราต้องจำใจตาย คือใจจริงเรายังไม่ยอมตาย แต่เกิดจะตายขึ้นมาทั้งๆที่ยังไม่ยอมตาย เราต้องจำใจตาย นี่คือทุกข์⁴ มนุษย์ทุกชีวิตพากันหวาดวิตกทั้งๆที่มีปัญหาเรื่องตายเราก็กังไม่แน่ใจว่ามันคืออะไรกันแน่ ท่านพุทธทาสภิกขุ กล่าวว่า ความกลัวตายเป็นจตุรรมของความกลัวทุกชนิด กลัวเสีย กลัวงู กลัวผี กลัวโรค กลัวเจ็บ กลัวถูกออกจากงาน กลัวถูกตัดเงินเดือน กลัวเสียชื่อเสียง กลัวลำบากยากจน ตลอดจนกลัวอย่างอื่น ถ้าเกิดไม่กลัวตายเสียอย่างเดี๋ยวนั้น คนเราก็แทบจะไม่กลัวอะไรเลย⁵ พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมหมื่นวิจิตรวรณเปรีชา พระนิพนธ์ว่าความหวาดกลัวและสะอึกกลัวต่อความตายของคนเรานั้นเป็นเพราะได้รับคำสอนเป็นมรดกสืบกันมาแต่โบราณว่า เป็นสิ่งที่น่ากลัวที่สุด และเป็นทุกข์เวทนาอันเผ็ดร้อนแรงร้ายอย่างสาหัส⁶ ป็น มุทุกันต์ได้สอบ

¹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 96.

² เรื่องเดียวกัน, หน้า 117.

³ พระภิกษุ เขมานันทะ, ระเหเวรอน, หน้า 7

⁴ ป็น มุทุกันต์, กลวิธีแก้ทุกข์ฉบับสมบูรณ์, หน้า 361.

⁵ พุทธทาสภิกขุ, ความตายไม่มี นรกที่มีอยู่ในระบอบประชาธิปไตย (ม.ป.ท.), 2499), หน้า 1.

⁶ พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมหมื่นวิจิตรวรณเปรีชา, วิจิตรวรณเปรีชาธรรมานุกรณ,

ถามจากผู้ที่อยู่ในการศึกษาหลายชั้นหลายอาชีพต่างๆกัน และในตำแหน่งตั้งแต่ต่ำสุดถึงรัฐมนตรี ตั้งแต่พลทหารถึงนายพล และตั้งแต่สามเณรน้อยถึงพระราชกณะผู้ใหญ่ ต่อคำถามที่ว่า "ตายเป็นทุกข์ขนาดไหน ใครเห็นอย่างไร" สรุปความเห็นลงแล้วก็ปรากฏว่า

1. บางคนว่าทุกข์เพราะกลัวตาย
2. บางคนว่าทุกข์เพราะกลัวจะเจ็บก่อนตาย
3. บางคนว่าทุกข์เพราะเป็นห่วงคนข้างหลัง
4. บางคนว่าทุกข์เพราะไม่รู้ว่าจะไปเกิดที่ไหน¹

ประชุมเหตุ 10 ประการที่คนกลัวตาย จำแนกให้เห็นเด่นชัด ได้แก่บุคคลเหล่านี้

1. บุคคลผู้ยังไม่ปราศจากความกำหนัด
2. บุคคลผู้ยังไม่ปราศจากความพอใจ
3. บุคคลผู้ยังไม่ปราศจากความกระหาย
4. บุคคลผู้ยังไม่ปราศจากความรัก
5. บุคคลผู้ยังไม่ปราศจากความเร่าร้อน
6. บุคคลผู้ยังไม่ปราศจากความทะยานอยากในกามทั้งหลาย
7. บุคคลผู้ที่ไม่ได้ทำความดี ทำกุศลไว้
8. บุคคลที่ยังไม่ได้ทำการป้องกันความกลัวไว้
9. บุคคลที่ทำแต่กรรมที่หยาบช้า ทำแต่กรรมที่เศร้าหมอง
10. บุคคลผู้มีความสงสัยเคลือบแคลงในพระสัจธรรม²

ในทางปรัชญาชีวิตนิยม ไฮเดกเกอร์และสาร์ตร กล่าวว่า ความหวั่นกลัว

(Dread) เกิดจากความจำกัด (Limitation) ของชีวิต ความตายเป็นความสิ้นสุดของชีวิต และไม่มีทางเกิดใหม่ หรือกลายเป็นอมตะอีกต่อไป ความสูญสิ้นชนิดหลีกเลี่ยงไม่พ้น

¹ ปิ่น มุทุกันต์, กลวิธีแก้ทุกข์ดับสมมุต, หน้า 343.

² พระภิกษุ ขยานนุโธ, ตายเป็นตาย, หน้า 86-87.

เมื่อความตายมาถึง เป็นต้นตอของความหวั่นกลัวต่อความว่างเปล่าของมนุษย์¹

เบคเคอร์ และบรูเนอร์ (Becker & Bruner) มีความเห็นว่าความกลัวตายประกอบด้วย กลัวความตายของตัวเอง กลัวความตายของผู้อื่น และกลัวผลของความตาย² คอลเล็ทท์ และเลสเตอร์ (Collett & Lester) สร้างแบบวัดความกลัวตายซึ่งประกอบด้วยความกลัวใน 4 ด้านคือ ความกลัววาระใกล้ตายของตัวเอง วาระใกล้ตายของผู้อื่น การตายของตัวเอง และการตายของผู้อื่น³ จากการศึกษาของ ดร.คิม-เลอร์วอสส์ (Kubler Ross) เกี่ยวกับความรู้สึกของคนไข้ที่อาการหนัก อยู่ในวาระใกล้ตาย สรุปได้ว่า เมื่อคนไข้รู้ตัวหรือได้รับการบอกว่าป่วยหนักและอยู่ในวาระใกล้ตาย คนไข้นั้นจะมีปฏิกิริยาโต้ตอบด้วยอาการซ้อคหรือปฏิเสธ (Denial) ในทำนองว่า "ไม่, ไม่ใช่ฉัน! มันเป็นไปได้" ("No, not me! It's not possible.") ในขั้นนี้ถ้ามีคนเข้าใจ ยอมรับ และพร้อมที่จะพูดถึงเรื่องดังกล่าวกับคนไข้ คนไข้ก็สามารถจะพูดและแสดงความรู้สึกออกมาได้เป็นโอกาสให้คนไข้ได้เผชิญกับความจริง ซึ่งจะทำให้คนไข้ผ่านขั้นปฏิเสธนี้ไปเร็วขึ้น ขั้นต่อมาเป็นขั้นโกรธ (Anger) และมักจะมีคำถามว่า "ทำไมต้องเป็นฉัน?" ("why me?") ขั้นนี้คนไข้จะแสดงอารมณ์หงุดหงิด อุนเฉียว อาจจะไม่มีความอดทน ขั้นถัดมา เป็นขั้นที่มีการต่อรอง เช่น ถ้าให้ฉันมีชีวิตอยู่ต่อไปอีก 1 ปี ฉันจะเป็นคนดี หรือฉันจะทำอย่างนั้น หรือฉันจะทำอย่างนี้ ("Yes, me, but.....") ขั้นสุดท้าย เป็นขั้นที่ยอมรับความจริง ("Yes, me.") คนไข้จะมีอาการซึมเศร้า (Depress) เมื่อคนไข้ยอมรับและได้คิด เขาจะนึกถึงงานการที่ค้างไว้ เร่งรีบทำให้

¹Strinivason, The Existential Concepts and Hindu Philosophical systems, pp.96-97.

²David Lester, "Experimental Correlational Study of the Fear of Death," Psychological Bulletin 67 (January 1967): 27.

³Lawrence A. Bailes and William R. Kennedy, "Effects of a Death Education Program upon Secondary School Students," The Journal of Educational Research 71 (November-December 1977): 64.

เสรีก่อนที่เขาจะจากโลกนี้ไป คนไข้โดยทั่วไปจะผ่านขั้นต่างๆดังกล่าว ซึ่งอาจจะไม่ต่อเนื่องกันตามลำดับที่กล่าวมา และอาจจะไม่ผ่านทุกขั้นก็ได้¹

การจัดความวิตกกังวลหรือความกลัวนั้น ในทางจิตวิทยา ฟรอยด์และฮอว์นีย์ มีความเห็นว่าจะต้องจัดความรู้สึกภายในที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลซึ่งมีอยู่ในจิตใจบุคคลนั้นออกไปเสียจากจิตไร้สำนึก จึงจะทำให้เขาหายวิตกกังวลได้ และฮอว์นีย์ยังมีวิธีที่ต่างไปจากฟรอยด์ คือไม่เชื่อว่าเพียงแต่เอาความจริงออกมาตีแผ่ให้บุคคลนั้นเห็นสาเหตุแห่งความวิตกกังวลของเขาแล้ว จะทำให้เขาช่วยตนเองได้ก็หาไม่ ต้องให้เขาได้เข้าใจสถานการณ์นั้นๆ แล้วเลือกยึดเอาการกระทำที่เขาเห็นว่าดี และเลิกยึดการกระทำที่เห็นว่าไร้ประโยชน์เสีย² ทางพระไค้กล่าวไว้ว่า ผู้ระลึกถึงความตายเนืองๆ (การระลึกถึงความตายนี้ หมายความว่า ระลึกโดยแยบคายด้วยอุบายที่ชอบประกอบด้วยองค์ 3 คือ สติ ระลึกถึงความตาย อยู่ 1 อุบาย รู้ว่าความตายจักมีเป็นแน่ ตัวจักต้องตายเป็นแท้ 1 เกิดสังเวชสลใจ 1) จะเป็นผู้ไม่ประมาท ไม่มัวเมาสิ้นกาลทั้งสิ้น จะไม่ยินดีในภพ ตัดความยินดียิ่งในภพทั้งสิ้นเสียได้ เมื่อความตายมาถึง ก็จะไม่กลัวตาย เป็นผู้มีสติตาย มิได้เป็นคนหลงตาย³ ซึ่งเป็น มุทุกันต์ให้เหตุผลเสริมว่า การนึกถึงความตายบ่อยๆนั้น มันทำให้เรากล้าเพราะคุ้นกับความตาย เมื่อนึกถึงให้เห็นจริงแล้ว ความทุกข์เพราะกลัวตายจะน้อยลงอย่างเห็นชัด และกล่าวว่า การหมั่นนึกถึงการตาย แบบพระพุทธรเจ้า ทำให้คนขยันขันแข็ง เร่งทำงานแข่งเวลา แข่งความตาย เพราะการตายที่แท้ก็คือการหมดเวลาที่จะมีชีวิตต่อไป บางคนเข้าใจว่า การคิดถึงความตายทำให้คนเราเสีย เพราะไม่ยอมทำอะไร โดยนึกว่าไม่กีวันก็จะตายแล้ว ทำไปทำไม เอาไปไม่ได้ นี่เป็นเรื่องคาดคะเนของคนที่ไม่อยากตาย หรือของ

003393

¹ Elisabeth Kubler Ross, "What Is It Like To Be Dying?"

American Journal of Nursing 71 (January 1971): 56-58.

² ประมวลุ คิคคินสัน, ทฤษฎีจิตวิทยาว่าด้วยบุคลิกภาพ, หน้า 46.

³ พระราชกวี, อุปกรณัมมัญฐาน มหาสติปัฏฐานและศีวิมานนทสูตร (พระนคร: โรงพิมพ์มหาภูมิราชวิทยาลัย, 2503), หน้า 80-81.

ฝ่ายแอนตี้ความตายนั้นเอง¹ เคียร์เคอร์การ์ด ไฮเดกเกอร์ และซาร์ตร์ (Kierkegaard, Heidegger, and Sartre) ซึ่งเป็นนักปรัชญาชีวิตนิยมกล่าวว่า การยอมรับเอาความตายเข้าไปในทางสำนัก จะเปลี่ยนแปลงชีวิตไปในทิศทางที่ถูกต้อง คือการมีชีวิตที่แท้จริง ไทเออร์คาร์คยังเชื่ออีกว่าจะทำให้ชีวิตมีความสำนึกเกี่ยวกับศีลธรรม จริยธรรมยิ่งขึ้น คือมองเห็นความตายล่วงหน้า จะทำให้บุคคลเข้าใจความจำกัดแห่งชีวิตของเขา และขณะเดียวกันก็จะกระตุ้นให้เขาเห็นความจำเป็นในการดำเนินชีวิตด้วยความสำนึกผิดชอบทางศีลธรรม และศรัทธาในศาสนา²

การวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในปี ค.ศ. 1972 เจ็นเน็ตต์ โบลด์กัก (Jeannette Bolduc) ได้ศึกษาเปรียบเทียบมโนภาพเกี่ยวกับการตายของเด็กที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการตายของพ่อแม่หรือพี่น้อง กับเด็กที่ไม่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการตายของพ่อแม่หรือพี่น้อง กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 9-14 ปี ใช้การสัมภาษณ์ตามรายการที่เรียบเรียงไว้ เป็นข้อมูลเกี่ยวกับการตาย พบว่า มโนภาพเกี่ยวกับการตายของเด็กที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการตายของพ่อแม่หรือพี่น้อง แตกต่างจากเด็กที่ไม่มีประสบการณ์เกี่ยวกับการตายของพ่อแม่หรือพี่น้อง และมโนภาพเกี่ยวกับการตายในเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชาย ไม่แตกต่างกัน³ ในปี ค.ศ. 1974 บิวแชมพ์ นินา เฟย์ วิลสัน (Beauchamp Nina Faye Wilson) ศึกษาเปรียบเทียบความเข้าใจเกี่ยวกับการตายของเด็กอายุ 3 ปี 44 คน และอายุ 5 ปี 46 คน โดยใช้แบบวัดวุฒิภาวะทางสังคมของไวเนแลนด์ (**Wineland Social Maturity Scale**) เพื่อ

¹ ปิ่น มุกกันต์, กลวิธีแก้ทุกขฉิบสัสมบูรณ์, หน้า 372-373.

² Strinivason, The Existentialist Concepts and the Hindu Philosophical System, P.120.

³ Jeannett Bolduc, "A Development Study of the Relationship Between Experiences of Death and Age and Development of the Concept of Death," Dissertation Abstract 33 (December 1972): 2758-A.

แบ่งอายุทางวุฒิภาวะทางสังคมของเด็ก และแบบสอบถามความเข้าใจเกี่ยวกับการตายของบิวแชมพ์ (Beauchamp Death Perception Questionnaire) เพื่อวัดมโนภาพการตายของเด็ก 4 เรื่องได้แก่ การตายเป็นของธรรมดา การตายฟื้นไม่ได้อ สาเหตุของการตาย และความกลัวตาย ผลการศึกษาพบว่า เด็กอายุ 5 ปี มีความเข้าใจเกี่ยวกับการตายแตกต่างจากเด็ก 3 ปี คือเด็กอายุ 3 ปี ไม่มองการตายเป็นเรื่องธรรมดาและฟื้นไม่ได้อ ส่วนสาเหตุการตายเด็กเข้าใจว่าเกิดจากสาเหตุที่ไม่เป็นจริงในชีวิตจริง เช่น ความโกรธ ความขม ฯลฯ เด็กอายุ 5 ปี มองการตายเป็นเรื่องธรรมดาและฟื้นไม่ได้อ ส่วนสาเหตุการตายเด็กเข้าใจว่าเกิดจากสาเหตุที่เป็นจริงในชีวิตจริงได้ และมีความกลัวตายน้อยกว่าเด็กอายุ 3 ปี เพศและระดับฐานะของเด็กต่างกัน มีความเข้าใจเกี่ยวกับการตายไม่แตกต่างกัน เด็กที่มีอายุวุฒิภาวะทางสังคมเท่ากับ 7 ปี มีความเข้าใจเกี่ยวกับการตายนมากกว่าและมีความกลัวตายน้อยกว่าเด็กที่มีอายุวุฒิภาวะทางสังคมเท่ากับ 5 ปีและ 6 ปี และความเข้าใจในเรื่อง การตายเป็นของธรรมดา, การตายฟื้นไม่ได้อ, และสาเหตุของการตาย มีความสัมพันธ์ในเชิงนี้เสถียร (Negative) กับความกลัวตาย¹ ในปีเดียวกันนี้ ริคค็อก โรเบิร์ต จ็อน (Redick Robert John) ได้ทดลองเพื่อหาวิธีลดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายในนักศึกษาพยาบาล โดยแบ่งกลุ่มพยาบาลที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายออกเป็น 3 กลุ่มได้แก่ กลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มทดลอง ได้ดำเนินการให้มีคำปรึกษาพฤติกรรมเป็นกลุ่ม (Behavioral Group Counselling) และลดความรู้สึกลอยๆเป็นระบบ (Systematic Desensitization) ในเรื่องความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตาย กลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มควบคุมทางจิตวิทยา (Attention Placebo Control Group) ได้ดำเนินการให้มีการประชุมกลุ่มเช่นเดียวกับกลุ่มทดลอง แต่จัดให้มีการบรรยายถึงความจริงเกี่ยวกับการตาย กลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดกระทำใดๆ หลังจากทำการทดลองแล้ว เก็บข้อมูลโดยใช้แบบวัดความกลัวตายของบอยาร์ (Boyar Fear

¹ Nina Faye Wilson Beauchamp, "The Young Child's Perception of Death," Dissertation Abstract 35 (December 1974): 3288.

of Death Scale) และซีแมนติกดิฟเฟอเรนเชียลของความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตาย ส่วนที่ 1 และ 2 (Death Anxiety Symmantic Differential Part I and II) ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตาย น้อยกว่ากลุ่มที่ 2 และกลุ่มที่ 3 ซึ่งสรุปได้ว่า วิธีการที่จัดกระทำในกลุ่มที่ 1 มีผลทำให้ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายของกลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายลดลง¹ ในปีต่อมา มิวเลอร์ เมรี หลุยส์ (Mueller Mary Louise) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความกลัวตายของเด็กวัยรุ่นตอนต้นที่แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม โดยจัดให้มีการสอนวิชาเกี่ยวกับศาสนา 12 บทเรียนแก่กลุ่มทดลอง หลังจากจบบทเรียน กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดได้รับการทดสอบด้วยแบบวัดความกลัวตาย พบว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความกลัวตาย สูงกว่ากลุ่มควบคุม² ในทำนองเดียวกัน ปี ค.ศ. 1977 ลอเรนซ์ เอ เบลิส และวิลเลียม อาร์ เค็นเนดี (Lawrence A. Bailis & William R. Kennedy) ได้ศึกษาถึงผลของการสอนวิชาความตายในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในโอไฮโอ โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จัดให้มีการสอนวิชาความตายแก่กลุ่มทดลองโดยให้มีการถกเถียงซักถามเรื่องความตาย จัดทัศนศึกษา มีการบรรยายโดยผู้ทรงคุณวุฒิ ให้อ่านหนังสือและเขียนรายงานส่ง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลอง คือแบบวัดความกลัวตายของคอลเลตต์-เลสเทอร์ (Collett-Lester Fear of Death Scale) และแบบวัดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายของเท็มเพล (The Templer Death Anxiety Scale) ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีคะแนนความกลัวตายเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ขณะที่กลุ่มควบคุมไม่มีการเปลี่ยนแปลง และคะแนนความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตาย

¹ Robert John Redick, "Behavioral Group Counseling and Death Anxiety in Student Nurses," Dissertation Abstract 35 (October 1974): 1989-A.

² Mary Louise Mueller, "Reducing the Fear of Death in Early Adolescents Through Religious Education," Dissertation Abstract 36 (September 1975): 1408-A.

ของทั้ง 2 กลุ่ม ลดลงแต่ไม่มีนัยสำคัญ¹ ในปีเดียวกัน พอลเลค เจอร์โรลด์ มิเชล (Pollak Jerrold Michael) ได้วิจัยหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ, ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายและความเป็นจริงของตน (Self Actualization) กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาชาย 44 คน หญิง 70 คน ในมหาวิทยาลัยบอสตัน เครื่องมือที่ใช้มี แบบวัดลักษณะของลาซารี-เคลอแมน (Lazare - Klerman Trait Scale) วัดบุคลิกภาพในด้าน บุคลิกภาพการย่ำคิด บุคลิกภาพทางปาก และบุคลิกภาพฮิสทีเรีย แบบวัดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายของเท็มเพล (Templer Death Anxiety Scale) และแบบสำรวจพื้นฐานบุคลิกภาพ (The Personal Orientation Inventory) วัดความเป็นจริงของคนในเรื่องความเชื่อ ทศนคติและคุณค่า รวม 12 ด้าน พบว่า ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายไม่สัมพันธ์กับบุคลิกภาพ แต่สัมพันธ์ในเชิงนี้ เสรีกับความเป็นจริงของคนเพียงด้านเดียว คือความสามารถในเรื่องเวลา² ในปีเดียวกัน คุณกิน เมรี นอร์น (Dugan Marry Norine) ศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างความกลัวตายของเด็กวัยรุ่นชาย 25 คน หญิง 25 คน กับความกลัวตายของพ่อแม่ ใช้แบบวัดความกลัวตายของเลสเทอร์ (Lester Fear of Death Scale) วัดความกลัวตายของพ่อแม่เด็ก และใช้แบบวัดความกลัวตายของมิวเลอร์ (Mueller Fear of Death Scale) วัดความกลัวตายของเด็กทั้งประกอบด้วยความกลัว 5 ด้าน คือ ความกลัวลำบาก ความกลัวความรุนแรง ความกลัวตายภายใต้จิตใจไร้สำนึก ความกลัวในการไม่มีอำนาจ และความกลัวความล้มเหลว ผลการศึกษาพบว่า ความกลัวตายของเด็กวัยรุ่นไม่สัมพันธ์กับความกลัวตายของพ่อแม่ และความกลัวด้านที่ 3 ของ เด็กคือ ความกลัวตายภายใต้จิตใจไร้สำนึก มีความสัมพันธ์กับคะแนนความกลัว

¹ Lawrence A. Bailis and William R. Kennedy, "Effect of Death Education Program upon Secondary School Students," The Journal of Educational Research, 63-66.

² Jerrold Michael Pollak, "Relationship Between Obsessive Personality Death Anxiety and Self Actualization," Dissertation Abstract 38 (August 1977): 637-A - 638-A.

ตายของแม่¹ ในปีเดียวกันนี้ จ็อน เอ. เดนทอน และเวนส์ บี. วิเซนเบเกอร์ (John A. Denton and Vance B. Wisenbaker) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์เกี่ยวกับการตายกับความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายในพยาบาล และนักศึกษาพยาบาล 76 คน เครื่องมือที่ใช้มี แบบวัดความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายของเทมפלและแบบสอบถามประสบการณ์เกี่ยวกับการตายซึ่งแบ่งเป็น 3 ด้าน คือเพื่อนหรือญาติตาย, เคยเห็นการตายแบบรุนแรง และเคยคิดถึงความตาย วิเคราะห์โดยใช้สหสัมพันธ์ยูล (Yule's Q) พบว่า ประสบการณ์ด้านเคยเห็นคนตายแบบรุนแรง และด้านเคยคิดถึงความตาย มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายในเชิงนิเสธ²

วรรณคดีและการวิจัยที่เกี่ยวข้องที่กล่าวมาแล้วนั้นสามารถสรุปแบ่งออกเป็น 3 ด้านคือ ด้านศาสนา ปรัชญา และจิตวิทยา ทุกด้านก็กล่าวถึงความหมาย ความเข้าใจและสิ่งที่สัมพันธ์กับการตายซึ่งสรุปได้ว่า ความตายคือ โครงสร้างหรือพัฒนาการขั้นสุดท้ายของชีวิต เป็นการแยกสลายของธาตุหรือชั้น 5 ที่รวมกันเป็นตัวตน เป็นสภาพที่จิตแยกจากกาย และเป็นสภาพที่ร่างกายหยุดทำงาน นอกจากนี้เรื่องความตายมีผลต่อความรู้สึกวิตกกังวลเนื่องจากความขัดแย้งทางอารมณ์ซึ่งควรขจัดให้หมดไปโดยการทำให้เข้าใจ หรือให้เกิดการเรียนรู้ในเรื่องความตาย จากการวิจัยที่เกี่ยวข้องจะเห็นได้ว่า ผลการวิจัยมีทั้งส่งเสริมและขัดแย้งกัน กล่าวคือ การมีประสบการณ์หรือมีการเรียนรู้ในเรื่องเกี่ยวกับการตายมากขึ้น ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายจะน้อยลง และในทางตรงกันข้าม การมีประสบการณ์หรือมีการเรียนรู้ในเรื่องเกี่ยวกับการตายมากขึ้น ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการตายจะเพิ่มมากขึ้น

¹ Mary Narine Dugan, "Fear of Death: the Effect of Parental Behavior and Personality upon the Behavior and Personality of Their Children," Dissertation Abstract 38 (September 1977): 1318-A.

² John A. Denton and Vance B. Wisenbaker, "Death Experience and Death Anxiety Among Nurses and Nursing Student," Nursing Research, 61-64.