

ศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนในการขจัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม

A Study on the Factors Supporting for Removing Defilements of the Buddhist Way Medical Volunteers

ชัยภัทร ชุตिकามี, พระครูธรรมธรชัยวิชิต ชยาภินนโท

Chaiyapat Chutikamee, Phrakhrudhammathom Chaiwichit Jayābhindo

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Chiang Mai Campus

หมายขวัญพุทธ กล้าจน

Maikwanphut Klajon

สถาบันวิชาการาม

Vijjaram Institute

Corresponding Author, E-mail: chaiyapat.chey@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ 1) เพื่อศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนในการขจัดเกลากิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนในการขจัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม 3) เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยเกื้อหนุนในการขจัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ แบบการวิจัยเอกสาร ร่วมกับการสัมภาษณ์เชิงลึกและสังเกตแบบมีส่วนร่วม ผลการวิจัยพบว่า

1) ปัจจัยเกื้อหนุนในการขจัดเกลากิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง เหตุช่วยให้เกิดการปฏิบัติไตรสิกขา เพื่อลดความโลภ โกรธ หลง ประกอบด้วย ปรโตโมหะด้วยการคบสัตบุรุษและได้ฟังสัทธรรมจนเกิดศรัทธา ปฏิบัติศีลร่วมกับมิตรดี ทำอธิษฐานธรรมด้วยสารณียธรรม อาศัยองค์ประกอบที่เหมาะสมควร สุขภาพดี ไม่เบียดเบียน ทำสิ่งเหมาะสมควร กินอาหารวันละมื้อ โยนิโสมนสิการ เป็นคนตรง ไม่ประมาทในกุศล มีสติสัมปชัญญะ สันโดษด้วยปัจจัยสี่ มีความเพียร มีปัญญาอ่านกิเลส มีอริยทรัพย์ ทำเหตุแห่งปัญญา และมีธรรมเป็นที่พึ่ง

2) ปัจจัยเกื้อหนุนในการขจัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม ประกอบด้วย เคารพผู้นำมีศีล มีมิตรดี เคารพตมผู้มีมิตรดี อยู่ในองค์ประกอบที่ดี พึ่งตนด้านสุขภาพ มีศีล

พัฒนาศักยภาพพึ่งตน ฝึกกินอาหารวันละมื้อ เห็นคุณค่าการเสียสละ เป็นคนตรง ขวนขวาย ทำประโยชน์ตนและผู้อื่น มีสติสัมปชัญญะ พอเพียง เพียรลดกิเลส อ่านสภาวะธรรมเป็น มีผลการลดกิเลส เข้าหาผู้มีศีล และพึงธรรมในตน

3) ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมมีความสอดคล้องตามหลักไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาท

คำสำคัญ : ปัจจัยเกื้อหนุน, การขัดเกลากิเลส, จิตอาสาแพทย์วิถีธรรม

Abstract

The objectives of this research were to investigate the factors that support removing defilements according to Theravada Buddhism, to investigate the factors that support removing defilements of Buddhist Way Medical Volunteers, and to analyze the factors that support removing defilements of Buddhist Way Medical Volunteers according to Theravada Buddhism principles. This is a qualitative research based on a review of the literature, in-depth interviews and participant observations.

According to the findings of the study, the elements enabling the removal of defilements in Theravada Buddhism are the reason for the emergence of the Threefold Training, which include hearing or learning from the virtuous person to the true doctrine of the good until arising confidence, training morality rules together with a true friend, doing things leading never to decline but only to prosperity with virtues for fraternal living, a living configuration that is appropriate, having good health, not encroaching on any life, doing the right thing, eating one meal a day. A person should be reasoned attention, the upright person, heedfulness, mindfulness and awareness, contentment with required factors, vigorous endeavor, the knowledge to read the symptoms of defilements in oneself, noble treasures, developing the cause of wisdom and relying on the Dharma. A factors supports the removal of defilements of the Buddhist Way Medical

Volunteers, which include respecting the virtuous leaders, having good friends, respecting the resolutions of good friends, living in good components, health care, observing the precepts, self-reliance, training to consume one meal per day, selflessness, being honest, striving. A person should be perseverance in examining the outcomes of eliminating defilements, perseverance in approaching the virtuous person and confidence in the results of removing defilements. The factors that enable Buddhist Way Medical Volunteers to remove defilements are consistent with the precepts of Theravada Buddhism's Threefold Training.

Keywords : The factors supporting, removing defilements, The Buddhist Way Medical Volunteers

บทนำ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “อกุศลมูล 3 คือ โลภะ โทสะ โมหะ และกิเลส ที่ตั้งอยู่ในฐานเดียวกันกับอกุศลมูลนั้น ได้แก่ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ วิญญาณขันธที่สัมปยุต (ประกอบแล้ว) ด้วยอกุศลมูลนั้น กายกรรม วจีกรรม และ มโนกรรม ที่มีอกุศลมูลนั้นเป็นสมุฏฐาน (เหตุ) สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่ากิเลสทำให้เศร้าหมองและเป็นอารมณ์ของกิเลส” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 34 ข้อ 997: 258)

ซึ่งความเศร้าหมองและความเร่าร้อนของจิตอันเกิดจากกิเลสนี้เอง ที่เป็นสิ่งซึ่งนำไปสู่บาปอกุศลธรรมหรือการเปียดเบียนทั้งหลาย (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 103: 61) เพราะฉะนั้นการขัดเกลากิเลสจึงเป็นสิ่งที่บุคคลผู้ซึ่งแสวงหาความไม่เปียดเบียนทั้งต่อตนเองและผู้อื่น พึงกระทำเป็นอย่างยิ่ง โดยการเป็นผู้ทำความขัดเกลากิเลสนี้ก็คือ การปฏิบัติกุศลธรรมอันเป็นทางเลี่ยงจากความชั่ว (อกุศลธรรม) ซึ่งจะเป็นทางเพื่อความดับสนิทจากอกุศลมูลอันเป็นเหตุให้เกิดอกุศลธรรมทั้งหลาย ด้วย พร้อมกับส่งผลให้บุคคลผู้ซึ่งทำความขัดเกลากิเลสนั้นเกิดความสุขขึ้นในตนและสามารถช่วยคนที่ศรัทธาให้เข้าถึงความสุขจากการทำความขัดเกลากิเลสนั้นตามได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ผู้ที่สังัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายได้แล้ว ย่อมมีธรรมเครื่องอยู่เป็นสุข” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 82: 70-72) และเป็นไปได้ที่บุคคลนั้น อันตนเองฝึกตน แนะนำตน ดับสนิท จักฝึกผู้อื่น แนะนำผู้อื่น ช่วยเหลือผู้อื่นดับสนิทได้

แม้พุทธศาสนิกชนส่วนใหญ่จะทราบดีว่า “การมีศีล 5 ก็ดี การปฏิบัติสมาธิ อริยมรรคมีองค์ 8 ก็ดี การละนิวรณ์ 5 ก็ดี การละอุปกิเลส 16 ก็ดี ความไม่ประมาท ในกุศลธรรมทั้งหลาย ก็ดี หรือการปฏิบัติจรณะ 15 (เสขปฏิบัติ) ก็ดี” เหล่านี้เป็นการ ปฏิบัติกุศลธรรมเพื่อทำความขัดเกลากิเลสในตน ซึ่งจะให้ผลคือความผาสุกที่สุขสงบ แท้ (วุปสมุสุข) อย่างยั่งยืนในชีวิตไปเป็นลำดับ แต่การจะปฏิบัติจนกระทั่งนำไปสู่ผล แห่งความผาสุกได้นั้น กลับไม่ใช่เรื่องง่ายเลยแม้แต่น้อย สมดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “เราไม่เล็งเห็นกำลังอื่นแม้อย่างหนึ่ง ซึ่งข่มได้แสนยาก เหมือนกำลังของมาร (เทวบุตร ตมาร มัจจุมาร และกิเลสมาร) นี้เลย” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 110: 82)

เพราะฉะนั้นการปฏิบัติกุศลธรรมเพื่อทำความขัดเกลากิเลสในตนนั้น จึง จำเป็นต้องมีปัจจัยเกื้อหนุนหรือช่วยกระตุ้นให้เกิด (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ป ยุตโต), 2562: 435) ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “เราไม่พิจารณาเห็นธรรมอื่นแม้อย่าง หนึ่ง ที่เป็นเหตุให้อริยมรรคมีองค์ 8 ที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้น หรือเป็นเหตุให้อริยมรรคมี องค์ 8 ที่เกิดขึ้นแล้วถึงความเจริญเต็มที่ เหมือนกัลยาณมิตตตา (ความเป็นผู้มีมิตรดี) สี ลสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยศีล) ฉันทสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยฉันทะ) อตตสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยตน) ทิฐิสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยทิฐิ) อัปมาทสัมปทา (ความ ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท) และโยนิสมนสิการสัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยการ มนสิการโดยแยบคาย) นี้ ฯ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 19 ข้อ 77-83: 53-55)

ด้วยเหตุนี้เองจึงทำให้ผู้วิจัยเกิดความสนใจอย่างยิ่งที่จะศึกษาปัจจัยเกื้อหนุน ในการขัดเกลากิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท พร้อมกับเลือกศึกษากลุ่มบุคคล ตัวอย่างที่สามารถนำปัจจัยเกื้อหนุนเหล่านั้นไปปฏิบัติตามจนเกิดผลได้จริงอย่างเห็นเป็น รูปธรรมชัดเจน โดยผู้วิจัยเลือกที่จะศึกษากับกลุ่มประชากรจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม ซึ่งจิต อาสาแพทย์วิถีธรรมนั้นเป็นจิตอาสาในสังกัดของมูลนิธิแพทย์วิถีธรรมแห่งประเทศไทย อัน มี ดร.ใจเพชร กล้าจน เป็นประธานมูลนิธิ โดยเป็นองค์กรที่จัดการอบรมเพื่อให้ความรู้ใน เรื่องการดูแลสุขภาพพึ่งตนและการทำกรรมไร่สารพิษ ตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอ เพียงร่วมกับหลักพุทธธรรมแก่ประชาชนทั่วไปอย่างไม่รับค่าตอบแทนใดๆ ภายใต้แนวคิด ที่ว่า “ศูนย์บาทรักษาทุกโรค, ลดกิเลสรักษาโรค, มาเป็นหมอดูแลตัวเองกันเถอะ และ หมอที่ดีที่สุดในโลกคือตัวเราเอง” ในปัจจุบันมีจิตอาสาทั้งในและต่างประเทศที่ผ่านเกณฑ์ การคัดเลือกจากองค์กร ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2538-2565 ประมาณ 700 กว่าคน เฉพาะส่วนที่เป็น ‘จิตอาสาประจำแพทย์วิถีธรรม’ ประมาณ 400 กว่าคน และมีประชาชนที่ผ่านการ

อบรมจากองค์กรแล้วไม่ต่ำกว่า 300,000 คนทั่วโลก (หมายขวัณพุทธ กล้าจน, 2563: 79)

เนื่องด้วยจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมนั้นมีลักษณะโดดเด่นซึ่งเป็นที่ปรากฏชัดเจนแก่สังคมมาตลอดระยะเวลากว่า 25 ปีที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบัน โดยสอดคล้องกับหลักพุทธธรรมดังนี้ คือ 1) มีชีวิตที่พอเพียงเรียบง่าย ด้วยการใช้ปัจจัยในการดำรงชีวิตที่ประหยัดหาได้ง่าย ใกล้เคียง ไม่มีโทษ และทำเอาเองได้เป็นหลัก 2) มีร่างกายที่แข็งแรง ด้วยการดูแลและรักษาสุขภาพฟุ้งตนตามหลักการแพทย์วิถีธรรม ซึ่งเป็นหลักการแพทย์ที่บูรณาการองค์ความรู้จากการแพทย์ทุกแผนร่วมกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและหลักพุทธธรรม 3) มีจิตใจที่ตั้งงาม ด้วยการเสียสละความเห็นแก่ตนมาเป็นจิตอาสาที่ทำงานรับใช้สังคมเพื่อบรรเทาความเดือดร้อนใจของผู้คน อย่างไม่รับสิ่งตอบแทนใดๆ 4) มีจิตใจที่เป็นสุข ด้วยการอยู่ร่วมกันเป็นชุมชนที่มีรูปแบบ ‘สาธารณโภคี’ คือ การที่ทุกคนมากินอยู่ร่วมกันแบบใช้สวัสดิการจากส่วนกลาง ไม่มีการสะสมเป็นส่วนตัว มีการแบ่งปันลาภที่ผลิตได้ให้แก่กันโดยธรรม และสามารถฟุ้งเกิด ฟุ้งแก่ ฟุ้งเจ็บ ฟุ้งตายกันได้ โดยทุกคนในชุมชนมีการดำเนินชีวิตตามหลักพุทธธรรม ได้แก่ มีศีล 5 เป็นเบื้องต้น เลิกอบายมุข รับประทานอาหารมังสวิรัต รับประทานอาหารหมู่คนดีมีศีล ทำงานไม่หวังผลตอบแทน

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่าเหมาะสมอย่างยิ่งที่จะเลือกกลุ่มประชากรจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมมาเป็นกรณีศึกษาในการทำวิจัยครั้งนี้ โดยใช้ชื่อหัวข้อการวิจัยว่า “ศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม”

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท
- 2) เพื่อศึกษาปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม
- 3) เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท

ระเบียบวิธีวิจัย

บทความวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

- 1) รวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) ศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539
- 2) รวบรวมข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) รวบรวมอรรถกถา ฎีกา หนังสือ และ

เอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

3) ทำการสัมภาษณ์เชิงลึก และสังเกตแบบมีส่วนร่วม ในกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informations) คือ ดร.ใจเพชร กล้าจน (ประธานมูลนิธิแพทย์วิถีธรรมแห่งประเทศไทย) และจิตอาสาประจำแพทย์วิถีธรรม จำนวน 15 คน

4) นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และสังเคราะห์ ด้วยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ในรูปแบบการพรรณนาและการอธิบาย

5) สรุปและอภิปรายผลการวิจัย โดยใช้รูปแบบการพรรณนาตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ผลการวิจัย

1) ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท

ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลส หมายถึง องค์ประกอบที่ช่วยสนับสนุนหรือช่วยกระตุ้นให้เกิดการปฏิบัติไตรสิกขา คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา ตามหลักจรรยา 15 ในพระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อลด ละ จางคลายจากความโลภ โกรธ หลง ภายในจิตใจของบุคคลไปเป็นลำดับ ซึ่งประกอบไปด้วย ปัจจัยเกื้อหนุนภายนอก ได้แก่ ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสังคม ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสิ่งแวดล้อม และปัจจัยเกื้อหนุนด้านสุขภาพ ปัจจัยเกื้อหนุนภายใน ได้แก่ ปัจจัยเกื้อหนุนด้านศีล ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสมาธิ และปัจจัยเกื้อหนุนด้านปัญญา

ปัจจัยเกื้อหนุนภายนอก เริ่มต้นที่ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสังคม คือ บุคคลผู้ซึ่งปฏิบัติขัดเกลากิเลสจำเป็นต้องเป็นผู้ที่มีปรโตโมหะด้วยการคบและเคารพบุคคลผู้เป็นสัตบุรุษซึ่งประกอบด้วยสัมมาทิฏฐิ (สัพฺปรีสสังเสวะ) แล้วได้ฟังพระสัทธรรมที่บริบูรณ์จากท่าน (สัทธัมมัสสวนะ) จนเกิดศรัทธานำมาพากเพียรฝึกฝนปฏิบัติศีลด้วยปัญญาอย่างตั้งมั่นเพื่อขัดเกลากิเลสในตนตามท่านร่วมกับหมู่กลุ่มคนดีที่มีศีล โดยปฏิบัติให้รู้สึกว่าการลำบากในชาติที่เรายังสามารถเบิกบานยินดีอยู่ได้ อย่างไม่ต้องเครียดจนฟุ้งซ่านทรมาณตนเกินไปและไม่เหยาะเหยะจนย่อหย่อนเกียจคร้าน ซึ่งเป็นชีวิตที่ตั้งตนไว้ในความลำบากแล้วออกุศลธรรมเสื่อมลงและกุศลธรรมเจริญขึ้น (ธัมมานุสัณฺณปฏิปัตติ) พร้อมทั้งมีการทำบริหานิยธรรม 7 ด้วยหลักสารถีธรรม 6 จนเกิดผลทำให้ระลึกถึงกัน ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันเดียวกัน ตามพุทธพจน์ 7 ลำดับต่อมาเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านสิ่งแวดล้อม คือ บุคคลผู้ซึ่งปฏิบัติขัดเกลากิเลสนั้นอาศัยเสนาสนะประกอบด้วยองค์ 5 อันเป็นสัปปายะที่ควรเสพ ซึ่งเหมาะสมแก่การอยู่อาศัย ไม่มีผิดเคืองในปัจจัยสี่ (ปฏิรูปเทสวาสะ) พร้อมทั้งมีผู้นำที่เป็นสัตบุรุษหรือหมู่มิตรดีบางท่านซึ่งตั้งอยู่ในฐานะครูที่เรากำลังอาศัย

โดยธรรมอยู่ด้วย (สัพบุรีสังเสาะ) โดยเราสามารถเข้าไปหาท่านเหล่านั้นตามเวลาอันควร เพื่อสอบถามเนื้อความของพระพุทธพจน์ที่เราสงสัย และท่านเหล่านั้นย่อมบรรเทาความสงสัยในธรรมที่นางสงสัยหลายอย่างแก่เราได้ จึงทำให้เราสามารถตั้งตนไว้ชอบ (อัตตสัมมาปณิธิ) คือ ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้อง ถูกตรงสู่ความพ้นทุกข์ไปเป็นลำดับ โดยสิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นแก่ผู้ที่ได้ทำความดีพร้อมกับขัดเกลากิเลสของตนไว้ในก่อนแล้ว (บุพเพกตปุญญตา) ลำดับสุดท้ายของปัจจัยเกื้อหนุนภายนอกเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านสุขภาพ คือ บุคคลผู้ซึ่งปฏิบัติขัดเกลากิเลสนั้นเป็นผู้มีอาพาธน้อย โรคเบาบาง เหมาะแก่การบำเพ็ญเพียร โดยการเป็นผู้ละเว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ มีความละเอียด มีความเอ็นดู มุ่งหวังประโยชน์เกื้อกูลในสรรพสัตว์ และเป็นผู้ไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลายในทุกริธี พร้อมทั้งเป็นผู้ทำสิ่งที่ไม่สัปปายะ รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย เชี่ยวในเวลาที่สมควร ประพฤติพรหมจรรย์ มีศีลที่สามารถขัดเกลากิเลสได้จริงไปเป็นลำดับ มีกัลยาณมิตร (มิตรดี) และฝึกกินอาหารวันละมื้อ

ปัจจัยเกื้อหนุนภายใน เมื่อบุคคลผู้ซึ่งปฏิบัติขัดเกลากิเลสนั้นประกอบไปด้วยธรรมที่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนภายนอกแล้ว ย่อมเหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรมที่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนภายในต่อ โดยเริ่มต้นที่ปัจจัยเกื้อหนุนด้านศีล คือ บุคคลผู้ซึ่งปฏิบัติขัดเกลากิเลสนั้นต้องเป็นผู้ที่มีโยนิโสมนสิการด้วยการเจตนาทำใจในใจโดยแยบคายจากสิ่งที่ได้สดับจากบุคคลอื่นผู้เป็นสัตบุรุษซึ่งประกอบด้วยสัมมาทิฐิ แล้วปฏิบัติตามท่านและพิจารณาลงไปถึงที่เกิดของธรรมทั้งหลายในตน จนสามารถปรับจิตของตนให้ย็นดีในกุศลมูลซึ่งเข้ามาแทนที่อกุศลมูลได้ไปเป็นลำดับ พร้อมกับเป็นผู้มีสัตยาตญาณของคนตรงลำดับต่อมาเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านสมาธิ คือ บุคคลผู้ซึ่งปฏิบัติขัดเกลากิเลสนั้นเป็นผู้ไม่ประมาทในกุศลธรรมทั้งหลาย ซึ่งเป็นผู้สำรวมทวารทั้ง 6 เพื่อไม่ให้จิตชานไปตามอำนาจของความหลงชอบหรือชังในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ ทั้งหลายที่ตนกำลังกระทบสัมผัสอยู่ในปัจจุบันขณะนั้น ด้วยการมีสติและสัมปชัญญะ โดยเป็นผู้พิจารณาเห็นกิเลสและการขัดเกลากิเลสทั้งหลายในตนไปเป็นลำดับเมื่อกระทบสัมผัสในปัจจุบันขณะอยู่ เมื่อผู้นั้นมีจิตไม่ชานไปในอกุศลธรรมแล้ว ย่อมเป็นเหตุให้ธรรมทั้งหลายก็ปรากฏไปเป็นลำดับ อีกทั้งยังฝึกเป็นผู้สันโดษด้วยปัจจัย 4 ที่ประหยัด หาได้ง่าย และไม่มีโทษ จึงเป็นผู้เหมาะสมแก่การประกอบความเพียรขัดเกลากิเลส ลำดับสุดท้ายของปัจจัยเกื้อหนุนภายในเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านปัญญา คือ บุคคลผู้ซึ่งปฏิบัติขัดเกลากิเลสนั้นเป็นผู้ปัญญาพิจารณาเห็นความเกิดและความดับของกิเลสในตน แล้วสามารถชำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบได้ไปเป็นลำดับ กระทั่งเกิดอริยทรัพย์ 7 ขึ้นในตน ได้แก่ ศรัทธา ศีล ทิธี โอตตปปะ สุตตะ จาคะ และปัญญา พร้อมกับหมั่นประกอบเหตุเพื่อความเกิดแห่งปัญญา 8 ประการ ด้วยการได้อยู่ร่วมกับผู้เป็นสัตบุรุษแล้วได้ฟังพระสัทธรรมที่บริบูรณ์จากท่านอยู่เสมอ ซึ่งท่านเหล่านั้นจะสามารถเปิดเผยธรรมที่ยังไม่เปิดเผย จะทำให้ง่ายซึ่งธรรมที่ยังไม่ได้ทำให้ง่าย และบรรเทาความสงสัยในธรรมที่นางสงสัยหลายอย่างได้

ตรงตามจริตนิสัยของผู้นั้น จึงทำให้ผู้หนึ่งเกิดความยินดีในการสมาทานอาจหาญสำเร็จในธรรมเหล่านั้น แล้วถึงการสำรวมในศีลด้วยสติสัมปชัญญะอย่างแรงกล้าต่อไป เมื่อรู้ชัดในธรรมที่เป็นปัจจัยเกื้อหนุน หรือช่วยกระตุ้นให้การขัดเกลากิเลสของตนนั้นสามารถพัฒนาให้เจริญยิ่งขึ้นไปเป็นลำดับแล้ว ย่อมเป็นผู้รื้อมนำเอาคุณธรรมทั้งหลายเหล่านั้นมาเป็นที่พึ่งให้แก่ตน เพื่อกระทำให้หลุดพ้นจากอกุศลธรรมทั้งปวงได้ในที่สุด เรียกว่า “นาถกรรมธรรม 10”

2) ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทยวิถีธรรม

ปัจจัยที่ช่วยสนับสนุนหรือช่วยกระตุ้นให้เกิดการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทยวิถีธรรม เพื่อให้เกิดสัมมาทิฐินั้น ประกอบไปด้วย ปัจจัยเกื้อหนุนภายนอก ได้แก่ ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสังคม ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสิ่งแวดล้อม และปัจจัยเกื้อหนุนด้านสุขภาพ ปัจจัยเกื้อหนุนภายใน ได้แก่ ปัจจัยเกื้อหนุนด้านศีล ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสมาธิ และปัจจัยเกื้อหนุนด้านปัญญา

ปัจจัยเกื้อหนุนภายนอก เริ่มต้นที่ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสังคม คือ จิตอาสาแพทยวิถีธรรมนั้น มีความเคารพและเชื่อฟังคำสอนของผู้มีศีล ด้วยการฝึกฝนให้ใช้สิ่งที่ประหยัด เรียบง่าย ทำเอาเองได้ ในการแก้ไขหรือลดปัญหาสุขภาพกายและใจของตนเอง อีกทั้งยังเป็นผู้ที่มีใจเสียสละตามความสามารถของตนด้วยการมาสานพลังร่วมกันเพื่อช่วยเหลือเกื้อกูลผู้คนที่เดือดร้อนในสังคมโลก ไปพร้อมๆ กับการฝึก ‘ปฏิบัติศีลด้วยปัญญาอย่างตั้งมั่น’ กระทั่งเกิดเป็น ‘ชุมชนจิตอาสาแพทยวิถีธรรม’ ที่มีการอยู่ร่วมกันแบบ ‘สาธารณโภคี’ คือ อยู่ร่วมกันเป็นครอบครัวใหญ่ที่มีความเป็นญาติยิ่งกว่าพี่น้องทางสายเลือดเดียวกัน โดยพากันลด ละ เลิกความหลงเสพในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ที่เป็นพิษโทษภัย การเอาแต่ใจตนเอง การถือตัวถือตน และความเห็นแก่ตัว ไปเป็นลำดับ จึงเป็นผู้ที่กินน้อยใช้น้อย ทำงานฟรี ไม่มีเงินเดือน (ใจเพชร กล้าจน, 2558: 799-801) พร้อมกับหมั่นประชุมกันเป็นนิตยัมภ์ พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิก พร้อมเพรียงกันช่วยทำกิจ เคารพและฟังมติของหมู่กลุ่มเป็นหลัก ดำเนินกิจกรรมการงานโดยใช้มติของหมู่กลุ่มเป็นหลัก สามารถบอกกล่าวตักเตือนซึ่งกันและกันถึงข้อบกพร่องของกันและกันได้ด้วยเมตตา อยู่ร่วมกันและใช้สวัสดิการจากส่วนกลาง แบ่งปันลาภแก่กัน มีการปฏิบัติอธิศีล อธิจิต อธิปัญญา ด้วยการตั้งปะลต ละ เลิกในสิ่งที่ตนเองมีความติดยึด เพื่อปรับให้มีศีลบริบูรณ์เสมอ กัน และมีสัมมาทิฐิเสมอกัน เป็นหลักสำคัญในการอยู่ร่วมกัน (ใจเพชร กล้าจน, 2559: 18-23) ลำดับต่อมาเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านสิ่งแวดล้อม คือ สถานที่ตั้งของชุมชนจิตอาสาแพทยวิถีธรรมนั้นเหมาะสมแก่การอยู่อาศัย โดยมีการจัดสรรพื้นที่โล่งและพื้นที่ป่าอย่างสมดุล ทำให้สภาพดิน ฟ้า อากาศพอเหมาะสามารถพึ่งตนเองด้านปัจจัย 4 ได้เป็นหลัก อีกทั้งยังมีผู้นำที่มีคุณธรรม ซึ่งจิตอาสาทุกคนสามารถเข้าหาท่านเพื่อได้ถามข้อสงสัยในหัวข้อธรรมะต่างๆ ได้อยู่เสมอ และท่านยังสามารถอธิบายหัวข้อธรรมะเหล่านั้นด้วยภาษาที่เข้าใจง่าย เพื่อคลายความสงสัยแก่จิตอาสาได้ นอกจากนี้ยังมีระบบจิตอาสาที่เลี้ยงที่

เป็นพ่อไก่หรือแม่ไก่ซึ่งมีหน้าที่อาภาระดูแลให้คำปรึกษาแนะนำแกจิตอาสา รุ่นน้องที่เป็นลูกไก่ (หมาย
 ขวัญพุทธ กล้าจน, 2563: 251-256) ลำดับสุดท้ายของปัจจัยเกื้อหนุนภายนอกเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้าน
 สุขภาพ คือ จิตอาสาแพทย์วิถีธรรมนั้นมียังมีความรู้ในการดูแลสุขภาพพึ่งตนตามหลักแพทย์วิถีธรรม
 ด้วยการเลือกรีการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมหรือสมดุลรื้อฟื้นกับตน ณ เวลานั้น และไม่เบียดเบียน
 ตนเองด้วยความกลัวเป็น กลัวตาย กลัวโรค เร่งผล กังวล ได้ไปเป็นลำดับ (นิตยาภรณ์ สุระสาย, 2563:
 205-208) พร้อมกับมีแนวทางปฏิบัติ 5 อย่าง ในการพัฒนาศักยภาพพึ่งตน เพื่อให้มีสุขภาพกายใจที่
 แข็งแรง ได้แก่ 1) ถือศีล 5 เป็นเบื้องต้น 2) เลิกอบายมุข 3) รับประทานอาหารมังสวิรัต 4) รับประทานอาหาร
 หมูกลุ่มคนดีมีศีล 5) ทำงานไม่หวังผลตอบแทน นอกจากนี้ยังมีการตั้งศีลฝึกกินอาหารวันละหนึ่งมื้อ
 ตามกำลังของแต่ละคน (หมายขวัญพุทธ กล้าจน, 2563: 161-163)

ปัจจัยเกื้อหนุนภายใน เมื่อบุคคลผู้ซึ่งปฏิบัติชดเชลาภิเลสสนั้นประกอบไปด้วยธรรมที่เป็น
 ปัจจัยเกื้อหนุนภายนอกแล้ว ย่อมเหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรมที่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนภายในต่อ โดยเริ่ม
 ต้นที่ปัจจัยเกื้อหนุนด้านศีล คือ จิตอาสาแพทย์วิถีธรรมนั้นเห็นคุณค่าประโยชน์ของการเข้าหาหมู่มิตร
 ดีและร่วมกันทำความดีเสียสละช่วยเหลือสังคม ด้วยการจัดสรรเวลามาเป็นจิตอาสาทุกครั้งที่มีโอกาส
 เป็นการฝึกลดความเห็นแก่ตัวด้วยการเสียสละทำงานฟรีเพื่อผู้อื่น ไม่บังคับกดดันใคร กินใช้ร่วมกัน
 เป็นส่วนกลาง อดใจแบ่งปันลาภที่หามาได้ให้แก่กันและกัน เมื่อได้เห็นคุณค่าประโยชน์ของการทำ
 ดีที่ไม่เอาแต่ใจตัวเอง จึงทำให้จิตใจเกิดมีศรัทธาเชื่อมั่นในญาณปัญญาการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ว่า
 เป็นทฤษฎีที่สามารถจะปฏิบัติตามจนเกิดผลลด ละ ว่างคลายจากความโลภ โกรธ หลงได้จริง ก็จะ
 ระเบิดเผยกิเลสของตนในส่วนที่เหลือตามความเป็นจริงต่อสัตว์หรือหมู่มิตรที่ดีมีคุณธรรม เพื่อให้
 ท่านเหล่านั้นช่วยชดเชลาหรือแนะนำวิธีปฏิบัติเพื่อชดเชลาภิเลสในส่วนที่เหลือแก่ตน แล้วจึงพากเพียร
 ปฏิบัติลด ละ เลิกอกุศลธรรมเหล่านั้น อย่างเอาจริงเอาจังตามกำลังของตนต่อไป (ใจเพชร กล้าจน,
 2558: 801-802) ลำดับต่อมาเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านสมาธิ คือ จิตอาสาแพทย์วิถีธรรมนั้นมีจิตใจที่
 ยินดีชวนชวนในการทำกิจกรรมการทำงานที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่นอยู่บนนิยามตลอด
 ระยะเวลากว่า 25 ปี จนถึงปัจจุบัน พร้อมกับเป็นผู้มีสติและสัมปชัญญะในการสำรวมอินทรีย์ในทวาร
 ทั้ง 6 ไม่ให้หลงคล้อยไปตามอำนาจของความชอบหรือชังได้ไปเป็นลำดับ ด้วยการมาร่วมทำงานเสีย
 สละอยู่กับหมู่กลุ่มคนดี เพื่อจะได้ถูกขัดใจ ได้ฝึกไม่เอาแต่ใจตนเอง ประกอบกับเป็นผู้มีการดำเนินชีวิต
 ที่พอเพียงเรียบง่าย สันโดษด้วยปัจจัย 4 ที่ประหยัด หาได้ง่าย และไม่มีโทษ จึงเป็นผู้มีความเพียรใน
 การชดเชลาภิเลสไปเป็นลำดับ พร้อมกับมียังประกอบในการพึ่งธรรม สนทนาธรรม ทบทวนธรรม
 ไคร่ครวญธรรม และปฏิบัติอริยมรรคมีองค์ 8 ไปด้วย (ใจเพชร กล้าจน, 2559: 5-7) ลำดับสุดท้าย
 ของปัจจัยเกื้อหนุนภายในเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านปัญญา คือ การเรียนการสอนในหลักสูตรสถาบัน

วิชาการของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมนั้นมีการส่งการบ้านและสอบแลกเปลี่ยนสภาวะธรรมทุกสัปดาห์ ทำให้นักศึกษาได้หมั่นตรวจสอบมรรคและผล จากการปฏิบัติขัตเกลากิเลสที่ตนทำได้มาเป็นลำดับ จึงสามารถปรับปรุงแก้ไขในส่วนที่ตนยังบกพร่องให้ดียิ่งๆ ขึ้น และในส่วนที่ดีแล้ว ก็จะพากเพียรสั่งสมให้เกิดความมั่นคงยิ่งๆ ขึ้นไป อีกทั้งยังเป็นการได้ซักถามข้อสงสัยแก่ครูอาจารย์ผู้มีศีล แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขในส่วนที่ตนเองยังบกพร่องให้ดียิ่งๆ ขึ้นต่อไป พร้อมกับมีการแลกเปลี่ยนวิธีการพิจารณาต่อผู้บกพร่องในเหลี่ยมมุมต่างๆ โดยแต่ละคนก็จะมีจิตนิสัยที่แตกต่างกันออกไป ทำให้ผู้มีจิตนิสัยใกล้เคียงกันได้เติมเต็มเหลี่ยมมุมแก่กันและกัน และเมื่อได้เห็นผลจากการปฏิบัติขัตเกลากิเลสในตน ซึ่งความโลภ โกรธ หลงภายในจิตใจของตนนั้นลดลงไปเป็นลำดับ จึงเกิดความเชื่อมั่นแล้วน้อมนำเอาสิ่งดีงามเหล่านั้นมาเป็นที่พึ่งให้แก่ตน เพื่อทำตนเองให้หลุดพ้นจากอกุศลธรรมทั้งปวงไปเป็นลำดับต่อไปจนถึงที่สุด (ใจเพชร กล้าจน, 2560: 16; สมณะโพธิรักษ์, 2547: 69-73)

3) วิเคราะห์ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัตเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม

วิเคราะห์และสังเคราะห์ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัตเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท โดยมีประเด็นที่นำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์ คือ ปัจจัยเกื้อหนุนภายนอก และปัจจัยเกื้อหนุนภายใน ในการขัตเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม พบว่า ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัตเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมนั้นมีความสอดคล้องตามหลักไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาทดังนี้

ปัจจัยเกื้อหนุนภายนอกในการขัตเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม เริ่มต้นที่ปัจจัยเกื้อหนุนด้านสังคม ได้แก่ เคารพและเชื่อฟังคำสอนของผู้นำที่มีศีล มีหมู่มิตรดีที่พากันขัตเกลากิเลส เคารพมติหมู่มิตรดีที่มีศีล สอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนา คือ ปรโตโฆสะ ด้วยสัปปุริสสังเสาะ สัทธัมมัสสวนะ และธัมมานุวัฏฏปฏิบัติ พร้อมทั้งมีการทำปธานิยธรรม 7 ด้วยหลักสารณิยธรรม 6 จนเกิดผลตามพุทธพจน์ 7 ลำดับต่อมาเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านสิ่งแวดล้อม คือ อยู่ในองค์กรประกอบที่เป็นสัปปายะ สอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนา คือ เป็นผู้ที่อยู่อาศัยเสนาสนะประกอบด้วยองค์ 5 อันเป็นสัปปายะที่ควรเสพ ตามหลักจักร 4 ลำดับสุดท้ายของปัจจัยเกื้อหนุนภายนอกเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านสุขภาพ ได้แก่ มีองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพพึ่งตนตามหลักแพทย์วิถีธรรม มีศีล 5 เป็นเบื้องต้น มีแนวทางปฏิบัติ 5 อย่าง ในการพัฒนาศักยภาพพึ่งตน ตั้งศีลฝึกกินอาหารวันละหนึ่งมื้อ สอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนา คือ เป็นผู้ใช้อาหารน้อย โรคนเบาบาง โดยการเป็นผู้ละเว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ มีความละเอียด มุ่งหวังประโยชน์เกื้อกูลในสรรพสัตว์ และเป็นผู้ไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งหลายในทุกวิถี พร้อมทั้งเป็นผู้ทำสิ่งที่เป็นสัปปายะ รู้จักประมาณในสิ่งที่เป็นสัปปายะ บริโภคสิ่งที่ย่อยง่าย เขียวในเวลาที่เหมาะสม ประพฤติพรหมจรรย์ มีอริยศีล มีกัลยาณมิตร (มิตรดี) และฝึกกินอาหารวันละหนึ่ง

ปัจจัยเกื้อหนุนภายในในการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม เริ่มต้นที่ปัจจัยเกื้อหนุนด้านศีล ได้แก่ เห็นคุณค่าของการเสียสละทำงานฟรี รับผิดชอบต่อหมู่มิตร สอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนา คือ โยนิโสมนสิการ พร้อมกับเป็นผู้มีสัญชาตญาณของคนตรงลำดับต่อมาปัจจัยเกื้อหนุนด้านสมาธิ ได้แก่ ขวนขวายในการทำประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน มีสติและสัมปชัญญะในการสำรวมอินทรีย์ มีการดำเนินชีวิตที่พอเพียงเรียบง่าย เป็นผู้มีความเพียรในการขัดเกลากิเลส สอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนา คือ เป็นผู้ไม่ประมาทในกุศลธรรมทั้งหลาย ด้วยการมีสติและสัมปชัญญะ อีกทั้งยังฝึกเป็นผู้สันโดษด้วยปัจจัย 4 ที่ประหยัด หาได้ง่าย และไม่มีโทษ จึงเป็นผู้เหมาะสมแก่การประกอบความเพียรขัดเกลากิเลส ลำดับสุดท้ายของปัจจัยเกื้อหนุนภายในเป็นปัจจัยเกื้อหนุนด้านปัญญา ได้แก่ รู้จักอ่านสภาวะธรรมของตน รู้จักรวบรวมมรรคและผลจากการปฏิบัติขัดเกลากิเลสในตน หมั่นเข้าหาครูอาจารย์ผู้มีศีล มั่นใจในมรรคและผลจากการปฏิบัติขัดเกลากิเลสในตน สอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนา คือ เป็นผู้ปัญญานิยามพิจารณาเห็นความเกิดและความดับของกิเลสในตน แล้วสามารถขำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบได้ไปเป็นลำดับ กระทั่งเกิดอริยทรัพย์ 7 ขึ้นในตน พร้อมกับหมั่นประกอบเหตุเพื่อความเกิดแห่งปัญญา 8 ประการ เป็นผู้โน้มนำเอากุศลธรรมทั้งหลายเหล่านั้นมาเป็นที่พึ่งให้แก่ตน เพื่อกระทำตนให้หลุดพ้นจากอกุศลธรรมทั้งปวงได้ในที่สุด เรียกว่า “นาถกรรมธรรม 10”

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยสำคัญที่ช่วยสนับสนุนหรือช่วยกระตุ้นให้จิตอาสาแพทย์วิถีธรรมแต่ละคนพากเพียรฝึกฝนขัดเกลากิเลสตนเอง จนกลายเป็นบุคคลซึ่งมีชีวิตที่พอเพียงเรียบง่าย มีร่างกายที่แข็งแรง มีจิตใจที่ดีงาม มีจิตใจที่เป็นสุข ได้นั้น ก็คือ การได้คบและเคารพบุคคลซึ่งมีชีวิตที่พอเพียงเรียบง่าย ร่างกายที่แข็งแรง จิตใจที่ดีงาม จิตใจที่เป็นสุข ได้จริง นั่นก็คือ ดร.ใจเพชร กล้าจน แล้วได้รับฟังคำสอนของท่าน จนกระทั่งเกิดจิตศรัทธาในคุณธรรมและคำสอนของท่านนั้น สอดคล้องกับที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ความเป็นผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีเพื่อนดี เป็นพรหมจรรย์ทั้งหมดทีเดียว ภิกษุผู้มีมิตรดี มีสหายดี มีเพื่อนดี พึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ทำอริยมรรคมีองค์ 8 ให้มาก” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 129: 152-155) และ “การอยู่ร่วมกับนักปราชญ์มีแต่ความสุขเหมือนอยู่ในหมู่ญาติ เพราะฉะนั้นแล บุคคลควรคบผู้เป็นปราชญ์ มีปัญญา เป็นพหูสูต มีปกติเอาธุระมีวัตร เป็นพระอรหันต์ เป็นสัตบุรุษ มีปัญญาดี เช่นนั้น เหมือนดวงจันทร์โคจรไปตามทางของดาวนักษัตรฉะนั้น” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 25 ข้อ 206-208: 96-97)

ดร.ใจเพชร กล้าจน ท่านเป็นผู้นำพาบุคคลที่ศรัทธาในคุณงามความดีให้มาฝึกฝนการใช้สิ่งที่ประหยัด หาได้ง่าย ใกล้เคียง ไม่มีโทษ และทำเอาเองได้ เพื่อแก้ไขหรือลดปัญหาสุขภาพกายและ

ใจของตนเอง ไปพร้อมๆ กับการฝึก ‘ปฏิบัติศีลด้วยปัญญาอย่างตั้งมั่น’ ทั้งยังเป็นผู้หลอมรวมบุคคลที่มีใจเสียสละในแต่ละสาขาอาชีพให้มาสานพลังกันเพื่อช่วยเหลือเกื้อกูลผู้คนที่เดือดร้อนในสังคมโลก แสดงให้เห็นว่า การที่บุคคลได้อยู่รวมในองค์กรประกอบซึ่งมีผู้นำหรือหมู่กลุ่มที่มีศีลมีธรรม ก็จะมีผลทำให้บุคคลนั้นสามารถที่จะขัดเกลตาตนเองให้กลายเป็นผู้ที่มีศีลมีธรรมตามได้ไปเป็นลำดับ สอดคล้องกับที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “เมื่อฝูงโคข้ามน้ำไป ถ้าโคจ่าฝูงไปตรง โคทั้งฝูงก็ไปตรงตามกัน ในเมื่อโคจ่าฝูงไปตรง ในหมู่มนุษย์ก็เหมือนกัน ผู้ใดได้รับแต่งตั้งให้เป็นใหญ่ ถ้าผู้้นั้นประพฤติชอบธรรม ประชาชนชาวเมืองนั้นก็จะประพฤติชอบธรรมตามไปด้วย หากพระราชชาติตั้งอยู่ในธรรม ชาวเมืองนั้นก็อยู่เป็นสุข” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 21 ข้อ 70: 115-116)

ปัจจัยสำคัญต่อมาที่ช่วยสนับสนุนหรือช่วยกระตุ้นให้จิตอาสาแพทยวิถีธรรมแต่ละคนนั้นยังมั่นคงในการพากเพียรฝึกฝนขัดเกลตาตนเองให้เจริญไปเป็นลำดับ ก็คือ การได้ทำใจในใจโดยแยกกายตามคำสอนของผู้นำที่มีศีลมีธรรม พร้อมกับนำมาสังวรศีลหรือกำหนดข้อปฏิบัติที่ต้งามให้เหมาะสมกับตน แล้วพากเพียรปฏิบัติตามศีลนั้นด้วยปัญญาอย่างตั้งมั่น จนกระทั่งได้เห็นผลจากการปฏิบัติศีลนั้น คือ ความเบาใจ เบากาย และเบาจากเหตุการณ์ร้ายๆ ไปเป็นลำดับ จึงยังเกิดศรัทธาเชื่อมั่นในวิธีการปฏิบัติขัดเกลตาที่เกิตผลจริงในตนนั้น ทำให้เป็นผู้ที่มั่นคงในการพากเพียรฝึกฝนขัดเกลตาตนเองไปเป็นลำดับ สอดคล้องกับที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “การคบสัตบุรุษที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้การฟังศีลธรรมบริบูรณ์ การฟังศีลธรรมที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ศรัทธาบริบูรณ์ ศรัทธาที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้การมนสิการโดยแยกกายบริบูรณ์ การมนสิการโดยแยกกายที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สติสัมปชัญญะบริบูรณ์ สติสัมปชัญญะที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ความสำรวมอินทรีย์บริบูรณ์ ความสำรวมอินทรีย์ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สุจริต 3 บริบูรณ์ สุจริต 3 ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สติปัญญา 4 บริบูรณ์ สติปัญญา 4 ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้โพชฌงค์ 7 บริบูรณ์ โพชฌงค์ 7 ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้วิชาและวิมุตติบริบูรณ์ วิชาและวิมุตตินี้ มีอาหารอย่างนี้ และบริบูรณ์อย่างนี้” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 24 ข้อ 61: 136)

ดังนั้นปัจจัยสำคัญทั้งสองอย่างที่ช่วยสนับสนุนหรือช่วยกระตุ้นให้จิตอาสาแพทยวิถีธรรมแต่ละคนพากเพียรฝึกฝนขัดเกลตาที่เกิตผลตนเองดังที่กล่าวมาข้างต้นนี้ สอดคล้องกับที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ปัจจัยให้เกิดสัมมาทิฐิ 2 ประการ คือ 1) ปรโตโฆสะ (การได้สดับจากบุคคลอื่น) 2) โยนิสมนสิการ (การมนสิการโดยแยกกาย) ปัจจัยให้เกิดสัมมาทิฐิ 2 ประการนี้แล” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 452: 491) และสอดคล้องกับที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “เป็นไปไม่ได้เลยที่บุคคลนั้นตนเองไม่ฝึกตน ไม่แนะนำตน ไม่ดับสันทิ จักฝึกสอนผู้อื่น แนะนำผู้อื่น ช่วยให้ผู้อื่นดับสันทิได้ เป็นไปได้ที่บุคคลนั้นตนเองฝึกตน แนะนำตน ดับสันทิ จักฝึกผู้อื่น แนะนำผู้อื่น ช่วยให้ผู้อื่นดับสันทิได้” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 87-88: 78-81) ทั้งยังสอดคล้องกับที่ ปถมพร ตะละภักฏ์ อธิบายว่า “การสร้างสัมมา

ทิวทัศน์โดยอ้อม โดยกัลยาณมิตรเป็นการเริ่มต้นจากปัจจัยภายนอก ช่วยให้เกิดศรัทธา ช่วยกระตุ้นให้บุคคลมีโยนิโสมนสิการ ซึ่งหมายถึง ความรู้จักคิดรู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลาย คิดถูกวิธี คิดหาเหตุผล โดยไม่เอาความรู้สึกของต้นเหตุอุปาทานของตนเข้าจับ เป็นปัจจัยภายใน อันเป็นวิธีการแห่งปัญญา” (ปถมพร ตะละภักฏ, 2555: 87) และ สารีกา ทิมพา อธิบายว่า “ปัจจัยแห่งการเกิดสัมมาทิฐิ ประกอบด้วย ปรีตโฆสะเป็นปัจจัยภายนอก และโยนิโสมนสิการเป็นปัจจัยภายใน ปรีตโฆสะเป็นวิธีการสร้างสัมมาทิฐิโดยอาศัยสภาพแวดล้อมจากสังคมภายนอกที่ดีงาม เช่น การคบกัลยาณมิตร การรับฟังคำแนะนำสั่งสอนจากผู้รู้ รวมทั้งกระบวนการหล่อหลอมทางสังคม โดยวิธีการสร้างสัมมาทิฐิที่เกิดจากความเลื่อมใสศรัทธาเป็นตัวผูกสัมพันธ์กับกัลยาณมิตร ซึ่งอยู่ในระดับโลกีย์สัมมาทิฐิ ยังไม่มีความแน่นอนหรือความมั่นคง ส่วนโยนิโสมนสิการเป็นวิธีการสร้างสัมมาทิฐิด้วยปัจจัยภายใน คือ ความคิด ได้แก่ การคิดอย่างถูกวิธี คิดค้นจนถึงต้นเค้า คิดโดยแยบคาย จนรู้ถึงเหตุปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน สิ่งที่เกิดจากความคิดอย่างถูกวิธีนี้เป็นปัจจัยแห่งการเกิดของสัมมาทิฐิที่ได้รับการพัฒนาสูงขึ้นเป็นระดับโลกุตรสัมมาทิฐิ ซึ่งเป็นตัวนำไปสู่กระบวนการพัฒนาชีวิตเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ต่อไป” (สารีกา ทิมพา, 2553: 108)

องค์ความรู้จากงานวิจัย

ผู้ที่เกิดสัมมาทิฐิซึ่งสามารถขัดเกลากิเลสของตนไปเป็นลำดับได้นั้น ต้องมี ‘ปรีตโฆสะ’ คือ การได้พบผู้รู้หรือสัตบุรุษซึ่งเป็นสัมมาทิฐิ และได้ฟังธรรมะหรือคำสอนจากท่าน แล้วนำไป ‘โยนิโสมนสิการ’ คือ ทำใจในใจของตนเพื่อฝึกฝนปฏิบัติตาม จนเกิดผลเปลี่ยนแปลงถึงจิตวิญญาณที่ลด ละ เลิกกิเลสในตนได้จริงไปเป็นลำดับ จึงเชื่อมั่นในมรรคและผลนั้น โดยตรวจสอบผลได้จากการที่ชีวิตของเราเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่เจริญขึ้น คือ เป็นไปเพื่อความคลายกำหนด เพื่อความปราศ เพื่อการไม่สะสม เพื่อความมักน้อย เพื่อความสันโดษ เพื่อความสังัด เพื่อปรารภความเพียร และเพื่อความเป็นคนเลี้ยงง่าย ซึ่งเป็นความเชื่อที่มุ่งหมายโดยปลงใจเชื่อด้วยการฟังตามกันมา ปลงใจเชื่อด้วยการถือสืบๆ กันมา ปลงใจเชื่อด้วยการเล่าลือ ปลงใจเชื่อด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์ ปลงใจเชื่อเพราะตรรกะ ปลงใจเชื่อเพราะการอนุমান ปลงใจเชื่อด้วยการคิดตรงตามแนวเหตุผล ปลงใจเชื่อเพราะเข้าใจกับทฤษฎีที่พินิจไว้แล้ว ปลงใจเชื่อเพราะมองเห็นรูปลักษณะน่าจะเป็นไปได้ ปลงใจเชื่อเพราะนับถือว่า ‘ท่านสมณะนี้เป็นครูของเรา’ แต่เป็นความเชื่อถือ เชื้อฟัง และเชื่อมั่น เพราะเราได้ปฏิบัติจนเห็นผลที่เจริญขึ้นจริงในชีวิตของตน กลายเป็นบุคคลผู้ซึ่งมีชีวิตที่พอเพียงเรียบง่าย มีร่างกายที่แข็งแรง มีจิตใจที่ดีงาม และมีจิตใจที่เป็นสุข

สรุป

ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสตามหลักพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง เหตุช่วยให้เกิดการปฏิบัติไตรสิกขา เพื่อลดความโลภ โกรธ หลง ประกอบด้วย ปรโตโฆสะด้วยการคบสัตบุรุษและได้ฟังศีลธรรมจนเกิดศรัทธา ปฏิบัติศีลร่วมกับมิตรดี ทำอธิการนิยธรรมด้วยสารณียธรรม อาศัยองค์ประกอบที่เหมาะสม สุขภาพดี ไม่เบียดเบียน ทำสิ่งเหมาะสม กินอาหารวันละมื้อ โยนิโสมนสิการ เป็นคนตรง ไม่ประมาทในกุศล มีสติสัมปชัญญะ สันโดษด้วยปัจจัยสี่ มีความเพียร มีปัญญาอ่านกิเลส มีอริยทรัพย์ ทำเหตุแห่งปัญญา และมีธรรมเป็นที่พึ่ง ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมมีทั้งหมด 18 ปัจจัย ประกอบด้วย เคารพผู้มีศีล มีมิตรดี เคารพมติหมู่มิตรดี อยู่ในองค์ประกอบที่ดี พึ่งตนด้านสุขภาพ มีศีล พัฒนาศักยภาพพึ่งตน ฝึกกินอาหารวันละมื้อ เห็นคุณค่าการเสียสละ เป็นคนตรง ขวนขวายทำประโยชน์ตนและผู้อื่น มีสติสัมปชัญญะ พอเพียง เพียรลดกิเลส อ่านสภาวะธรรมเป็น มีผลการลดกิเลส เข้าหาผู้มีศีล และพึ่งธรรมในตน ปัจจัยเกื้อหนุนในการขัดเกลากิเลสของจิตอาสาแพทย์วิถีธรรมมีความสอดคล้องตามหลักไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาเถรวาท

บรรณานุกรม

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ใจเพชร กล้าจน. (2559). **มติหมู่มิตรดีพาให้เจริญ**. พิมพ์ครั้งที่ 1. สมุทรสาคร: บริษัท พิมพ์ดี จำกัด.
- _____. (2558). **จิตอาสาแพทย์วิถีพุทธเพื่อมวลมนุษยชาติ**. วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์.
- สมณะโพธิรักษ์. (2547). **วิถีพุทธ**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ฟ้าอภัย จำกัด.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2562) **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**. พิมพ์ครั้งที่ 38. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์.
- นิตยาภรณ์ สุระสาย. (2563). **รูปแบบการบูรณาการวัฒนธรรมการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์วิถีธรรม**. วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.

- ปถมพร ตะละภู. (2555). การศึกษาวิเคราะห์สัมมาทิฐิในการสร้างสันติสุขในสังคมไทย. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สาริกา พิมพา. (2553). การศึกษาวิเคราะห์เรื่องกระบวนการเกิดสัมมาทิฐิในพระพุทธศาสนาเถรวาท. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- หมายขวัญพุทธ กล้าจน. (2563). รูปแบบการบริหารงานเชิงระบบโครงการสร้างศักยภาพพึ่งตนจิตอาสาแพทย์วิถีธรรม. วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.