

พุทธจิตวิทยา สารแห่งสุดตะการอนุศาสน์ปฎิหารีย์

Buddhist Mind, the Content of Real Lecture from The Buddha

ศศิกา แก้วหนู¹, สิริวัฒน์ ศรีเครือตง² และ มั่น เสือสูงเนิน³

Sasipa KaewKnoo¹, Siriwat Srikhruedong² and Man Suesungnoen³

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author E-mail: ¹ sasipakaewnoo@gmail.com

Retrieved: December 15, 2024; Revised: December 21, 2024; Accepted: December 31, 2024

บทคัดย่อ

พุทธจิตวิทยาเป็นสุดตะการอนุศาสน์ปฎิหารีย์คือ การทำจิตให้สงบด้วยการเรียนรู้หลักแห่งพุทธศาสนา คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อนำหลักพุทธจิตวิทยามาวิเคราะห์พบว่าพุทธจิตวิทยาหรือจิตในทางพระพุทธศาสนานั้น มีหลักการที่สามารถนำไปใช้เพื่อการพัฒนาชีวิตและสังคมได้ เช่น พุทธจิตวิทยากับสุดตะการอนุศาสน์ปฎิหารีย์ พุทธจิตวิทยากับการเรียนการสอน พุทธจิตวิทยากับการปกครอง จิตวิทยากับการดำเนินชีวิต พุทธจิตวิทยากับการให้คำปรึกษา เป็นต้น โดยสาระสำคัญของพุทธจิตวิทยาในแง่ของสุดตะการอนุศาสน์ปฎิหารีย์มีดังนี้

1) วิเคราะห์ธรรมชาติดั้งเดิมของจิต พบว่าแม้ว่าจะมีหลักฐานว่าจิตของมนุษย์นั้นมีธรรมชาติบริสุทธิ์แต่เศร้าหมองเพราะกิเลส เนื่องจากความจริงจิตมนุษย์ประภัสสรจริงแต่ก็ยังคงมีกิเลสอยู่ถูบเทาที่ยังไม่สามารถกำจัดกิเลสได้

2) หลักพื้นฐานของพุทธจิตวิทยามีพื้นฐานมาจากหลักการสำคัญตามสุดตะการอนุศาสน์ปฎิหารีย์ดังนี้ แนวคิดเรื่องกฎธรรมชาติ (อิทัปปัจจตา-ปฏิจจสมุปบาท) แนวคิดเรื่องกฎธรรมชาติคือนิยาม 5 ประการ และแนวคิดเรื่องกฎไตรลักษณ์

3) พุทธจิตวิทยากับความเป็นมนุษย์ จากการศึกษามาทั้งหมดพบว่ามนุษย์มีองค์ประกอบสองส่วนคือ กายกับจิตและจิตนั้นถือว่ามีความสำคัญเหนือกาย ดังนั้นความเป็นมนุษย์จึงเกิดมาจากการที่กายกับจิตทำงานประสานสอดคล้องกัน

4) พุทธจิตวิทยากับปัญหาความเป็นเอกนิยมหรือสัจนิยม พบว่าจิตของพุทธศาสนาเถรวาทเป็นจิตที่มีกระบวนการทำงานแบบเกิดดับเปลี่ยนแปลงตามหลักอนิจจังดังนั้นจึงไม่ใช่จิตตามแนวคิดเอกนิยมแต่ประการใด

5) พุทธจิตวิทยากับปัญหาเรื่องเจตจำนงพบว่าจิตในทางพระพุทธศาสนานั้นมีเจตจำนงเสรีเป็นบางครั้ง บางครั้งก็ต้องตกอยู่ภายใต้เงื่อนไขที่เป็นอื่น ๆ ได้

คำสำคัญ: พุทธจิตวิทยา, สุดตะการ, อนุศาสน์ปฎิหารีย์

Abstract

Buddhist mind is the content of the lecture of the Buddha. When the principles of Buddhist psychology were analyzed, it was found that Buddhist psychology or mind in Buddhism are principles that can be applied for the development of life and society, such as Buddhist psychology and content of lecture from the Buddha, , Buddhist psychology and teaching, Buddhist psychology and governance, psychology and lifestyle ,Buddhist psychology and counseling. The essence of Buddhist psychology in terms of the content of the lecture from the Buddha is as follows.

1) The original nature of the mind found that the human mind is pure in nature but sad because of desire in truth, the human mind is truly blessed, but it still has defilements as long as the defilements cannot be eliminated.

2) The basic principles of Buddhist psychology are based on the following important content of the lecture of the Buddha: concept of natural law, namely the five definitions, and the concept of the law of trinity.

3) Buddhist psychology and humanity from all the studies found that human beings have two parts: body and mind, and the mind is considered to have power over the body. Therefore, humanity arises from the body and mind working together in harmony.

4) Buddhist Psychology and the problem of singularity or realism found that the mind of Theravada Buddhism is a mind that has a recurring process based on the principle of impermanence. Therefore, it is not a mind based on monistic concepts in any way.

5) Buddhist psychology and will problems found that the mind in Buddhism sometimes has free will. Sometimes it can be subject to other necessary conditions.

Keywords: Buddhist Mind, Content, Lecture Content of The Buddha

บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการศึกษาชีวิตของผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนาสามารถกล่าวได้ว่าเป็นชีวิตของผู้ที่จะต้องให้ความสำคัญกับการศึกษาตลอดชีวิตจนกว่าจะบรรลุขั้นสูงสุดคือบรรลุเป็นพระอรหันต์ การศึกษาและการศึกษาในพระพุทธศาสนานี้เป็น ระบบฝึกฝนอบรมกาย วาจา ใจ หรือฝึกฝนอบรมการพัฒนา มนุษย์ให้ดำเนินชีวิตดีงามถูกต้อง ทำให้มีวิถีชีวิตที่เป็นทางดำเนินที่ถูกต้องดีงามของมนุษย์ การเรียนรู้พัฒนาตน ในพระพุทธ ศาสนามี 3 ด้านใหญ่ ๆ คือ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา อธิปัญญาสิกขา อย่างไรก็ตาม การจะ ฝึกหัดพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขานี้จำเป็นต้องมีอย่างหนึ่งที่จะต้อง มีคนแนะนำสั่งสอน ซึ่งบุคคลผู้มีบทบาทสำคัญ อย่างยิ่งในการสั่งสอนธรรมนี้ได้แก่ พระพุทธเจ้า พระองค์เป็นเจ้าของพระพุทธศาสนา ในการเผยแผ่

พระพุทธศาสนาของพระพุทธองค์นั้น บ่อยครั้งจะเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง กับเรื่องปาฏิหาริย์ 3 คือ อิทธิปาฏิหาริย์ (ปาฏิหาริย์คือฤทธิ์) อาเทศนาปาฏิหาริย์ (ปาฏิหาริย์ คือ การทนายใจ) และอนุสาสนีปาฏิหาริย์ (ปาฏิหาริย์คือ คำสั่งสอน) บางครั้งเกิดจากความสนใจของประชาชน แต่บางครั้งก็เกิดจากความต้องการของภิกษุ ซึ่งพระพุทธองค์ก็จะสอนให้เห็นทั้งคุณและโทษของปาฏิหาริย์แต่ละอย่างไว้และบอกด้วยว่าสถานการณ์เช่นใดควรเลือกใช้ ปาฏิหาริย์อย่างไหน พร้อมกันนั้นก็ทรงแสดงหลักฐานไว้อย่างชัดเจนว่า ปาฏิหาริย์ที่ทรงสรรเสริญและ พระสงฆ์สาวกควรเลือกมาเป็นแนวทางในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา คือ อนุสาสนีปาฏิหาริย์ แต่ถึงอย่างนั้นเราก็จะพบว่า ในการประกาศ ศาสนาหลาย ๆ ครั้งพระองค์จะใช้อิทธิปาฏิหาริย์และอาเทศนาปาฏิหาริย์ประกอบด้วย จนใน ตอนท้ายถึงได้ใช้อุสาสนีปาฏิหาริย์ ข้อนี้เป็นเรื่องน่าศึกษาอย่างยิ่ง และเป็นแบบอย่างในการ เผยแผ่ของ พระสาวกทั้งพระภิกษุ ภิกษุณี อุบาสกและอุบาสิกา ผู้มีบทบาทในสมัยพุทธกาลก็ดู เหมือนจะถือปฏิบัติไปใน แนวเดียวกันนี้ คือ ใช้อุสาสนีปาฏิหาริย์เป็นหลักในการเผยแผ่ พระพุทธศาสนา ด้วยเหตุดังกล่าวมานี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาให้ทราบรายละเอียดเกี่ยวกับ การใช้อนุสาสนีปาฏิหาริย์เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระ พุทธองค์ เพื่อให้ทราบว่า อนุสาสนีปาฏิหาริย์ซึ่งจัดเป็นปาฏิหาริย์อย่างหนึ่งในบรรดาปาฏิหาริย์ 3 นี้ได้แก่อะไร มีความหมายความเป็นมาและความสำคัญต่อพระพุทธศาสนาอย่างไรบ้าง อนุสาสนีปาฏิหาริย์มีความ สัมพันธ์ กับปาฏิหาริย์อื่น ๆ อย่างไร และในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาสมัยพุทธกาลนั้น พระพุทธองค์ใช้อุสาสนี ปาฏิหาริย์ในลักษณะใด เป็นต้น

พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญกับเรื่อง ธรรมะมากกว่าปาฏิหาริย์ชนิดอื่นๆ เนื่องจากว่า หากเข้าใจ ธรรมะแล้วจะไม่มีวันเสื่อมอีกส่วนฤทธิ์เดชอำนาจอย่างอื่น ๆ นั้น สามารถเสื่อมได้หากไม่ ได้ปฏิบัติอย่าง ต่อเนื่องพระพุทธเจ้าจึงทรงเผยแผ่พระศาสนาโดยใช้หลักธรรมนำหน้าส่วนฤทธิ์เดช ปาฏิหาริย์เป็นเพียงอุปกรณ์ ช่วยเสริมในบางกรณี เท่านั้น ในการเผยแผ่พระศาสนานั้น พระพุทธเจ้า ทรงใช้สัจธรรมในการเผยแผ่พระ ศาสนามากกว่าจะ แสดงฤทธิ์ให้เขากลัวไม่ใช่วิธีการเผยแผ่พระศาสนา เพื่อให้คนกลัวแต่เพื่อให้เข้าใจให้รู้แจ้งใน สัจธรรม และเชื่อในการกระทำมากกว่าจะไปเชื่อในเรื่องการ อ้อนวอนเช่นสรวงสิ่งศักดิ์สิทธิ์นั้น มีเป้าหมาย แท้จริงในการเผยแผ่ศาสนา จึงเพื่อให้คนเข้าใจสัจธรรม ซึ่งบางครั้งอาจใช้วิธีการที่หลากหลายแต่ก็ มีจุดหมาย ปลายทางเดียวกัน ส่วนในเรื่องของ ปาฏิหาริย์นั้นเป็นสิ่งที่ยืนยันได้ว่าพระพุทธเจ้าทรง เป็นบรมครูที่ยิ่งใหญ่ ของโลก ทรงเข้าใจในจิตของ มนุษย์เป็นอย่างดีจึงทำให้พระองค์สามารถ ประกาศพระศาสนาได้อย่างรวดเร็ว และมีผู้บรรลุ ธรรมตามพระองค์เป็นจำนวนมากในทีฆนิกายสี่ล ชันธวรรคได้กล่าวถึง ปาฏิหาริย์หมายถึงคุณ เครื่องทำให้เกิดความสำเร็จ 3 ประการดังนี้ 1. อิทธิปาฏิหาริย์ หมายถึงการแสดง อิทธิฤทธิ์ทางจิตใจที่สามารถ กระทำสิ่งใดก็ได้ตาม ความมุ่งหมายของจิตเช่น กำบังภัยตัวเหาะขึ้นไปในบนอากาศ ซึ่งมีการแสดงอิทธิฤทธิ์ 2 ลักษณะ คือ “อามิสฤทธิ์เป็นการแสดงอิทธิฤทธิ์ เพื่อให้มี ความสำเร็จในทางวัตถุและธรรมฤทธิ์การแสดง ฤทธิ์ในทางธรรมซึ่งเป็นเหตุแห่งความเจริญทาง ด้านธรรม” 2. อาเทศนาปาฏิหาริย์มีความอัศจรรย์ ในการทนาย จิตใจของบุคคลอื่นได้อย่างแม่นยำ มีความรอบรู้กระบวนการของจิตใจจนสามารถกำหนดลักษณะอาการเล็ก ๆ รวมถึงความคิด อุปนิสัยและจิตใจของผู้อื่นได้อย่างแม่นยำ 3. อนุสาสนีปาฏิหาริย์ เป็นปาฏิหาริย์ที่ เกิดจาก ความจริงซึ่งเป็นการลงมือปฏิบัติตาม เช่น การปฏิบัติธรรมแล้วสามารถเข้าถึงซึ่งความสำเร็จ ในหลักธรรมคำ

สอน สิ่งเหล่านี้จึงเป็นการแสดง ปาฏิหาริย์เช่นกัน พระพุทธเจ้าทรงใช้ปาฏิหาริย์สามคือ ให้ กับท่านยสะกับบิดา ที่อยู่ใกล้กันทำให้มองไม่เห็น กันแล้วทรงแสดงอนุปพิภพพิภพและอริยสัจ 4 ท่าน ยสะบรรลุลุทธผลส่วนบิดา ท่านยสะบรรลุลุสตา ปัตติผล และแสดงตนเป็นอุบาสกคนแรกที่ถึงพระ รัตนตรัยเป็นสวณะวิธีการที่ถูกต้องและก่อให้เกิดประโยชน์ อย่างแท้จริง

ในการนำพุทธศาสนาเข้าสู่จิตวิญญาณ จนเกิดผลในทางปฏิบัติเป็นวิถีชีวิตของสังคม จึงสำคัญมากและต้องเริ่มต้นตั้งแต่เกิดจนตาย สิ่งสำคัญอย่างหนึ่งในการนำพระพุทธศาสนาเข้าสู่สังคมอย่างได้ผลคือ แรงจูงใจ ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญ อย่างยิ่งเพราะแรงจูงใจที่ถูกต้องจะเป็นตัวทำให้คน มีการพัฒนาเป็นคนอย่างแท้จริง และสามารถนำไปพัฒนาสิ่งอื่นได้อย่างถูกต้อง แรงจูงใจเป็นองค์ ประกอบสำคัญประการหนึ่งสำหรับการเรียนรู้ เพราะแรงจูงใจเป็นพลังผลักดันให้คนเรากระทำการพฤติกรรมต่างๆออกมาบุคคลที่ได้รับแรงจูงใจที่ถูกต้องจะเกิด ความกระตือรือร้นและพยายามดิ้นรน เพื่อหาทางทำงานนั้นให้บรรลุเป้าหมายดังนั้นการ เรียนการสอนจะ ประสบผลสำเร็จหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับ การสร้างแรงจูงใจเป็นสำคัญ ซึ่งงานส่วนใหญ่ ของพระภิกษุคือ ผู้สอนที่จะ จูงใจผู้ฝึกปฏิบัติให้ บรรลุผลสัมฤทธิ์ในศักยภาพการแสดงออกของเขา อย่างเต็มที่ ผู้สอนควรสร้างแรงจูงใจ เพื่อให้ผู้เรียน บรรลุเป้าหมายและเป็นแม่แบบของการสนใจการ เรียนรู้ เพื่อถ่ายทอดความกระตือรือร้นผู้สอน สามารถแสดงให้เห็นโดยอิริยาบถคำพูดและการใช้ สื่อต่างๆให้ผู้เรียนอยากรู้ อยากเห็นเกิดความสนใจ ต้องการ เข้าใจซึ่งการนำหลักภาวนา 4 ไปปรับใช้จะทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งด้านกาย ศีลและปัญญา (สิริวรรณ มิตต์ลัตย์สิริกุล, 2565)

พุทธจิต: แนวทางเพื่อความเข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์

ในสภาพสังคมไทยปัจจุบันเต็มไปด้วยกระแสวัตถุนิยมและบริโภคนิยมการเผยแผ่พระพุทธ ศาสนาด้วยวิธีเดิม ๆ ที่เน้นการสอนแบบอนุสสาสนีปาฏิหาริย์อาจจะไม่ได้รับ ความสนใจจากสังคมเหมือนแต่ก่อน ควรจะมีการศึกษาแนวทางการเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่ สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน แม้ว่าอิทธิปาฏิหาริย์นั้นพระ พุทธองค์ไม่ทรงยกย่อง แต่เราก็ พบว่าพระองค์ใช้วิธีนี้บ้างในบางโอกาส ก่อนใช้พระองค์จะต้องทรงวิเคราะห์ถึง อธิษาคัยของ บรรดาสรรพสัตว์ที่จะฟังธรรมเทศนาของพระองค์เสียก่อนว่าสัตว์ต่าง ๆ เหล่านี้มีอธิษาคัยโน้มเอียงไปในทางใดคนที่มีความกระตือรือร้นต้องสอนไปแบบหนึ่ง คนที่มีโศกจริตก็ต้องสอนไปแบบหนึ่ง ทรงสอนให้ถูกกับ อธิษาคัยของคน เหล่านี้เรียกว่า อาเทศนาปาฏิหาริย์ คือการดึงใจคน การพูดให้คนถูกใจ ก่อให้เกิดความ อัจฉริยะใจได้ต่าง ๆ หรือพูดง่าย ๆ ว่าโดนใจ แสดงว่าการแสดงธรรมของพระพุทธเจ้านั้นน่าอัศจรรย์เพราะ สามารถทำให้ผู้ฟังเกิดศรัทธาเลื่อมใสและน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติได้ แม้ว่าวิธีการสอนบางอย่างพระพุทธเจ้า ไม่ทรงสนับสนุนให้ใช้ได้ทั่วไป แต่ว่าเอามาใช้ในบางอย่างบางแง่ คือ ในด้านจิตวิทยาเพื่อจะให้เราเข้าใจของคนที่มีความ จิตใจเป็นอย่างไร โน้มเอียงไปอย่างไร เพื่อสืบทอดคำสอนทางพระพุทธศาสนา และการนำหลักธรรมคำสอน ทางพระพุทธศาสนาไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

จิตวิทยาเป็นศาสตร์ที่มุ่งศึกษาถึงพฤติกรรม และกระบวนการทางจิตของมนุษย์ โดยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อทำความเข้าใจ อธิบาย ทำนาย และควบคุม หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์ ซึ่งความ พยายามที่

มนุษย์จะทำความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติ ของจิตใจและพฤติกรรมของมนุษย์ด้วยกันเองนั้นมี มาเนิ่นนานแล้ว แต่จากประวัติความเป็นมาของ ศาสตร์จิตวิทยานั้นได้บันทึกไว้ว่าจิตวิทยาเพิ่งถือ กำเนิดโดยแยกตัวออกมาเป็น ศาสตร์เฉพาะเมื่อ ประมาณร้อยกว่าปีที่ผ่านมานี้เอง โดยถือเอาการ สร้างห้องทดลองทางจิตวิทยาของวิลเฮล์ม วุนด์ เมื่อปี 1879 ณ เมืองไลป์ซิป ประเทศเยอรมนีเป็น จุดกำเนิดของศาสตร์ทางจิตวิทยาอย่างเป็นทางการ จึง ทำให้การศึกษาศาสตร์ทางจิตวิทยาโดยทั่วไปมีรากฐานอยู่บนแนวคิดจิตวิทยาตะวันตกตลอดมา เช่นเดียวกัน กับการศึกษาวิชาจิตวิทยาในประเทศ ไทยก็ล้วนยึดแนวคิดจิตวิทยาตะวันตกเป็นฐานใน การศึกษาแทบทั้งสิ้น จิตวิทยาตะวันตกนั้นเป็นชื่อเรียกกลุ่มแนวคิดทางจิตวิทยาที่มีต้นกำเนิดจากกลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในซีกโลกตะวันตกที่มีความสนใจและมีความพยายาม ที่จะแสวงหาความรู้ในเรื่องเกี่ยวกับจิตใจและ พฤติกรรมของมนุษย์ โดยที่แนวคิดจิตวิทยาตะวันตกนั้นจะมีการแบ่งย่อยออกเป็นกลุ่มทฤษฎีต่าง ๆ ซึ่ง แต่ละกลุ่มทฤษฎีต่างก็มีความเห็นหรือจุดเน้นที่ อธิบายเรื่องของจิตใจและพฤติกรรมที่แตกต่างกัน เช่น กลุ่มจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis) ของ ซิกมุนด์ ฟรอยด์เชื่อว่าจิตไร้สำนึก (Unconscious Mind) เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ ส่วนกลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) เชื่อว่าการที่จะเข้าใจมนุษย์ได้ต้องศึกษาพฤติกรรมภายนอกที่ สังเกตเห็นได้เท่านั้น โดยไม่ยอมรับการศึกษาเรื่องภายในจิตใจเลยและแม้ว่าจิตวิทยาตะวันตกจะได้รับการ ยอมรับว่ามีวิธีการแสวงหาความรู้ในเรื่อง จิตใจและพฤติกรรมมนุษย์อย่างเป็นระบบในแนวทาง เดียวกับ วิทยาศาสตร์แต่อย่างไรก็ตาม ปรัชญาการณที่มักจะเกิดขึ้นกับแนวคิดจิตวิทยาตะวันตก ก็คือ การที่กลุ่มแนวคิด หนึ่งไม่เห็นด้วยหรือมีข้อโต้แย้งกับ อีกแนวคิดหนึ่งและเสนอแนวคิดของกลุ่มตนขึ้นมา เช่น กลุ่มปัญญานิยม (Cognitivism) มองว่า แนวคิดของกลุ่มพฤติกรรมนิยมนั้นเป็นแนวคิดที่แคบเกินไปโดยเห็นว่าในความเป็นจริง แล้วมนุษย์มีปัญญามีความคิดและมีความรู้สึก ซึ่งปัจจัยภายในจิตใจเหล่านี้ต่างหากที่น่าจะมีอิทธิพลต่อ พฤติกรรมของมนุษย์มากกว่าปัจจัยภายนอกแต่เพียงอย่างเดียว จึงกล่าวได้ว่าแนวคิดจิตวิทยาตะวันตกนั้นมี ลักษณะของการศึกษาพฤติกรรมและจิตใจของ มนุษย์แบบแยกส่วนกัน กล่าวคือ แต่ละกลุ่มแนวคิด มักมีความ โน้มเอียงในการศึกษาเรื่องของจิตใจและ พฤติกรรมมนุษย์โดยมุ่งเฉพาะเจาะจงไปในทางใด ทางหนึ่ง โดยละเลย การพิจารณาสาเหตุหรือปัจจัย อื่น ๆ อย่างรอบด้าน ซึ่งการแสวงหาความรู้ด้วย วิธีการเช่นนี้ก็น่าสนใจ และมีความน่าสนใจอยู่ไม่ น้อยในแง่ของการนำไปอธิบายหรือทำความเข้าใจ จิตใจและพฤติกรรมของมนุษย์ใน ประเด็นเฉพาะเรื่อง แต่ไม่อาจทำให้ผู้ศึกษาสามารถเข้าใจกระบวนการ ทางจิตใจและพฤติกรรมของมนุษย์ได้ อย่าง ชัดเจนเพียงพอ และจากปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับ แนวคิดจิตวิทยาตะวันตก จึงเป็นที่น่าสังเกตว่า แม้ว่า แนวคิดจิตวิทยาตะวันตกจะวางรากฐานอยู่ บนการศึกษาที่เป็นวิทยาศาสตร์ แต่ยังไม่มีความคิดใดทางจิตวิทยา ตะวันตกที่ได้รับการยอมรับว่า สามารถอธิบายเรื่องของจิตใจมนุษย์ได้อย่าง ละเอียดลึกซึ่ง และเป็นความจริง สูงสุดที่ไม่อาจโต้แย้งได้

ด้วยเหตุนี้เพื่อที่จะสามารถเข้าใจถึงสภาวะ ทางจิตและพฤติกรรมของมนุษย์อันเป็นสภาวะที่ ละเอียดอ่อนและลึกซึ้งได้นั้น จึงน่าจะหันมาใช้วิธี การศึกษาจิตใจและพฤติกรรมของมนุษย์แบบองค์รวม ซึ่ง เป็น การศึกษาที่มองเรื่องจิตใจและพฤติกรรม ของมนุษย์ว่ามีใช้เกิดมาจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่งเพียงสาเหตุเดียว แต่มองในแง่ที่ว่าสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ทั้งหมดเป็นไปในลักษณะที่มีความสัมพันธ์กัน และมีผลกระทบซึ่งกันและกัน

แหล่งความรู้อันยิ่งใหญ่ที่ได้บันทึกข้อค้นพบ เกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์แบบองค์รวม พร้อมทั้ง รวบรวม คำอธิบายเกี่ยวกับธรรมชาติของสภาวะทาง จิตและพฤติกรรมของมนุษย์ไว้อย่างลึกซึ้งและ กว้างขวางนั้นก็คือ พุทธธรรม อันเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงอาศัยความวิริยอุตสาหะอย่างยิ่งยวดจนได้ค้นพบความจริงสูงสุด เกี่ยวกับกฎของ ธรรมชาติและความเป็นไปตามกฎของธรรมชาติซึ่ง ในแต่ละหลักธรรมคำสอนมุ่งอธิบายถึง กระบวนการ ต่างๆ ของชีวิตและจิตใจมนุษย์อย่างละเอียด โดยมี คำอธิบายถึงสาเหตุ และวิธีการในการแก้ไข ปัญหา สภาพจิตใจของมนุษย์ไว้อย่างชัดเจน โดยผู้ศึกษา สามารถประจักษ์ชัดถึงความเป็นจริงตามหลัก พุทธ ธรรมได้ด้วยตนเอง นั่นก็คือ พระพุทธศาสนา มิได้เป็นเพียงแต่หลักการหรือทฤษฎีเท่านั้น แต่ยัง วางรากฐานอยู่ ที่การปฏิบัติที่สามารถก่อให้เกิดผลที่ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงและยกระดับทางด้านจิตใจ ของบุคคลได้ใน หลากหลายมิติหรืออีกนัยหนึ่งกล่าว ได้ว่าพุทธศาสนามีหลักการและวิธีการเดียวกันกับวิทยาศาสตร์กล่าวคือ มีวิธีการศึกษาที่มีระบบ ระเบียบ โดยมุ่งศึกษาเพื่อให้ค้นพบเรื่องธรรมชาติ และกฎของธรรมชาติเช่นเดียวกับ วิทยาศาสตร์ แต่ มีจุดต่างตรงที่วิทยาศาสตร์มุ่งเน้นการศึกษาเรื่อง ธรรมชาติภายนอกตัวมนุษย์ แต่พระพุทธศาสนา เน้นการศึกษาเรื่องธรรมชาติภายในตัวมนุษย์ หรือ ธรรมชาติของจิตใจมนุษย์ โดยมี คำอธิบายที่มี เหตุผลที่สามารถพิสูจน์ซ้ำและประจักษ์ชัดถึง ผลลัพธ์ที่เป็นความจริงแท้ที่เห็นผลได้โดยไม่จำกัด กาล ซึ่งต่างจากทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์ที่อาจจะ แปรเปลี่ยนไปได้หากมีหลักฐานหรือข้อค้นพบใหม่ ๆ ที่มีความ น่าเชื่อถือและแตกต่างจากเดิม ในปัจจุบันนี้ หลักธรรมคำสอนในทางพุทธ- ศาสนาที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้นั้นดู จะมีหลักต่างๆ มากมายจนอาจจะมียุคสมัยที่สืบทอดกันมาที่เข้าใจ และนำไปปฏิบัติได้ดังที่ท่านพุทธทาสภิกขุ กล่าวว่า “เรื่องที่ตรัสรู้และรู้นั้นมาก เท่ากับใบไม้ ทั้งป่า แต่เรื่องจำเป็นที่ควรรู้ควรนำมาสอนและนำ มาปฏิบัติ นั้นเท่ากับใบไม้กำมือเดียว” นั่นก็คือ โดย เนื้อแท้แล้วใจความสำคัญทั้งหมดของพุทธธรรมนั้น มีหลักสำคัญอยู่ ที่การมุ่งพิจารณาถึงสาเหตุของทุกข์ และวิถีทางในการดับทุกข์ และใจความสำคัญนั้นก็ เป็นหลักที่มีเหตุผลที่ ทุกคนสามารถขัดเกลตาตนเอง ให้เห็นแจ้งได้ หรืออีกนัยหนึ่งก็คือพุทธศาสนาเน้น ศึกษาเรื่องเกี่ยวกับปัญหา ภายในจิตใจของมนุษย์ ทุกคนที่ยังไม่รู้ทุกข์ ซึ่งท่านพุทธทาสภิกขุ เรียกปัญหาทางจิตใจของมนุษย์ว่าโรคทาง วิญญาณ (Spiritual Disease) อันเป็นโรคที่เกิดจาก การเห็นผิด ซึ่งการเห็นผิดเป็นเหตุให้คิดผิด พุติผิด และทำ ผิด แล้วก็เกิดโรคตรงที่คิดผิด พุติผิด ทำผิด ซึ่งโรคทางวิญญาณนี้เป็นโรคที่เป็นกันทุกคน ต่าง จากโรคทางกาย (Physical Disease) และโรคทาง จิต (Mental Disease) ที่เป็นเฉพาะในบางคน และในบางเวลา และโดยเหตุที่คน ทุกคนเป็นโรคทาง วิญญาณ ทุกคนจึงต้องรักษาเยียวยาในทางวิญญาณ โดยใช้ธรรมะหรือพุทธศาสนามาถือ เดียวที่จะต้อง เข้าถึงให้ได้ พระธรรมปิฎก เห็นว่า สาเหตุที่จิตวิธยากับพระพุทธศาสนามาบรรจบกัน กลายเป็น จิตวิทยาแนวพุทธ (Buddhist Psychology) อันเป็นแนวคิดที่นำแก่นคำสอนของพุทธศาสนาที่ว่า ด้วยเรื่องทุกข์ และวิถีทางในการเข้าถึงความดับทุกข์ นั้นมาประยุกต์ใช้ในกระบวนการทางจิตวิทยานั้น เป็นผลสืบเนื่องจาก ความเปลี่ยนแปลงของสภาพ ชีวิตและสังคมพร้อมทั้งปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตและ สังคมมนุษย์ในยุคพัฒนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งความ เจริญในยุคอุตสาหกรรมนั้นได้ทำให้คนมีความ พรั่งพร้อมด้วยวัตถุมากขึ้น แต่ปรากฏ ว่าชีวิตของ มนุษย์ที่พรั่งพร้อมด้วยวัตถุกลับทำให้มีปัญหามาก ขึ้นในด้านจิตใจ เช่น ความเครียด ความวิตก

กังวล ความรู้สึกแปลกแยก ความว้าวุ่นเดียวดาย ความรู้สึกว่างเปล่า ไร้ความหมาย มีความกดดันและบีบคั้น ซึ่งในทางพุทธศาสนารวมเรียกว่า “ทุกข์”

ความเป็น ไปเช่นนี้เป็นจุดหนึ่งที่มากระตุ้นให้วงการจิตวิทยา ขยายความสนใจจากความเจ็บป่วยทางจิตของคนไข้ ในคลินิก ออกมาสู่ปัญหาจิตใจของคนทั่วไป หรือที่ เรียกว่าขยายความสนใจจากบุคคลที่ป่วย มาสู่คนที่เรียกกันว่าเป็นคนปกติคนนอกจากนี้ ในการมอง ปัญหาของมนุษย์ พระพุทธศาสนาไม่ได้มองแบบ แยกส่วน แต่มองเรื่องจิตใจของมนุษย์และปัญหา ในจิตใจของมนุษย์นั้นว่าสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของ มนุษย์ทั้งหมด คือ การดำเนินชีวิตทุกด้านและ พฤติกรรมทุกอย่าง ฉะนั้นพระพุทธศาสนาจึงมอง จิตวิทยาในแง่ของการแก้ไขปัญหา และการพัฒนา มนุษย์ จึงกล่าวได้ว่าพระพุทธศาสนานั้นมีระบบจิตวิทยาที่มีความ สมบูรณ์ในตัวเอง จิตวิทยาแนวพุทธจึงช่วยขยายความคิด ความเข้าใจ และขยายจุดหมายของการบำบัดทาง จิตวิทยาตะวันตกให้กว้างออกไป โดยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้ศึกษาเข้าใจถึงความเป็นไปของกระแสของ โลกและชีวิตอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง เพื่อนำ ไปใช้ในการทำความเข้าใจและแก้ไขสภาพจิตใจที่ เป็นทุกข์ซึ่งเมื่อสภาพจิตใจได้รับการเยียวยา ก็ส่งผล ให้คุณภาพของจิตใจได้รับการขัดเกลาและพัฒนาขึ้น ในเวลาเดียวกัน ด้วยเหตุผลและความสำคัญดังที่กล่าวมา ผู้เขียนจึงเห็นว่าจิตวิทยาแนวพุทธน่าจะเป็นองค์ ความรู้ที่สำคัญและมีคุณค่าอีกทางหนึ่งในการที่จะ ช่วยขยายองค์ความรู้ของศาสตร์จิตวิทยาใน ประเทศไทยให้ลุ่มลึกและกว้างขวางมากยิ่งขึ้น โดย ในบทความนี้จะมุ่งแสดงให้เห็นว่าจะสามารถนำ จิตวิทยาแนวพุทธ หรืออีกนัยหนึ่งก็คือจะสามารถ นำแก่นคำสอนของพุทธธรรมไปใช้ในกระบวนการ ทางจิตวิทยาเพื่อช่วยเยียวยาและพัฒนาจิตใจของ มนุษย์ได้อย่างไร

บทสรุป

การศึกษาแนวคิดเชิงจิตวิทยาในพระพุทธศาสนา ต้องใช้วิธีการ 3 แบบ คือ 1) ความรู้ระดับประสาทสัมผัส หรือ ทิฏฐิ ซึ่งสามารถทดสอบหาความรู้ได้ด้วยวิธีอุปนัย 2) ความรู้ระดับประสบการณ์จิต หรือญาณ ซึ่งเป็นความรู้เชิงเหตุผล ระดับวิชาการของศาสตร์ต่าง ๆ ในโลกการศึกษาจึงใช้หลักตรรกศาสตร์ นิรนัย การวิจัยเชิงคุณภาพ อรรถปริวรรตศาสตร์ หรือการตีความ 3) ความรู้ระดับเหนือประสบการณ์ หรือ โพธิญาณ เป็นความรู้ที่จะประจักษ์ชัดด้วยตนเอง ฉะนั้นการตรวจสอบจึงต้องมาจากผู้ที่เคยผ่านประสบการณ์นี้มาเท่านั้น

รูปแบบของแนวคิดเชิงจิตวิทยาในพระพุทธศาสนา จึงได้มาจากความเชื่อพื้นฐานว่ามนุษย์มีความขัดแย้งในใจ ที่ทำให้ส่งผลออกมาในรูปแบบของพฤติกรรมที่ไม่เป็นสุข ด้วยความปรารถนาที่ขัดกับกฎความจริงของธรรมชาติ คือ อนิจจัง ทุกขัง และ อนัตตา (กฎไตรลักษณ์) ถ้าความทุกข์ในใจนี้ไม่สามารถทำความเข้าใจที่ถูกต้อง ก็ไม่สามารถพบกับความสงบสุขในชีวิต ซึ่งมนุษย์ทุกคนต่างปรารถนาที่จะได้ความสุข หนทางที่จะพบความสงบได้จึงต้องหันกลับมาตรวจสอบปัญหาในใจ เพื่อทำให้เกิดปัญญา ที่จะนำไปสู่ความสุขที่แท้ ดังนั้น แนวคิดพุทธจิตวิทยาจึงมีกรอบสำคัญของกระบวนการทางจิตได้ดังนี้

1) ข้อมูลจากภายนอก การรับรู้จากประสาทสัมผัส คือ อายตนะภายในและภายนอกทั้ง 6

2) ข้อมูลจากภายใน หรือ อารมณ์ การคิด การจำและความรู้สึกตัว คือ เวทนา สัญญา สังขาร และ วิญญาณ

3) การเรียนรู้ คือ ระเบียบของความสัมพันธ์ ตามเหตุ-ปัจจัย ในปัจจุสมุปบาท

4) การมีอิสระทางจิต หรือ ชีวิตที่ดี คือ หนทางนำความเข้าใจที่ถูกต้องหรือสัมมาทิฐิ และปัญญา เพื่อนำไปสู่นิพพาน ส่วนมโนทัศน์รอง เรื่อง สติปัญญา และบุคลิกภาพเป็นมโนทัศน์ที่ซับซ้อน และเจือไปด้วยความเป็นตัวตน จึงไม่ควรนำมาศึกษาเป็นมโนทัศน์หลัก เพราะมโนทัศน์หลักต้องการนำออกจากความซับซ้อนของระบบความคิดมนุษย์เพื่อประจักษ์แจ้งกับรูปแบบที่ธรรมดาของความไม่มีตัวตน

เมื่อนำหลักพุทธจิตวิทยามาวิเคราะห์เราจะพบว่าเราสามารถวิเคราะห์ให้เห็นถึงสาระสำคัญของพุทธจิตวิทยาในแง่ของสารัตถะทางจิตที่เป็นปัญหาโต้แย้งกันอยู่ดังนี้

1) วิเคราะห์ธรรมชาติดั้งเดิมของจิต พบว่าแม้ว่าจะมีหลักฐานว่าจิตของมนุษย์นั้นมีธรรมชาติบริสุทธิ์แต่เราหามองเพราะกิเลสที่จรมาแต่ก็มีข้อสรุปจากนักวิชาการฝ่ายเถรวาทว่าคำว่าจิตบริสุทธิ์นั้นไม่ได้หมายความว่าจิตมนุษย์หมดจดจากกิเลสมาตั้งแต่ต้น แต่เป็นเพราะการตีความที่ผิดจึงทำให้เกิดความเข้าใจเช่นนั้น แต่ความจริงจิตมนุษย์ประภัสสรจริงแต่ก็ยังคงมีกิเลสอยู่ตราบเทาที่ยังไม่สามารถกำจัดกิเลสได้

2) หลักพื้นฐานของพุทธจิตวิทยาเถรวาท จากการศึกษาพบว่าแนวคิดเรื่องจิตของพุทธศาสนาเถรวาทนั้นเห็นว่าพื้นฐานมาจากหลักการสำคัญตามหลักคำสอนพระพุทธศาสนาดังนี้ แนวคิดเรื่องกฎธรรมชาติ (อิทัปปัจจตา-ปัจจุสมุปบาท) แนวคิดเรื่องกฎธรรมชาติคือนิยาม 5 ประการ และแนวคิดเรื่องกฎไตรลักษณ์

3) พุทธจิตวิทยากับความเป็นมนุษย์ จากการศึกษาพบว่าจิตวิทยาพุทธศาสนานั้นได้อธิบายว่ามนุษย์มีองค์ประกอบสองส่วนคือกายกับจิตและจิตนั้นถือว่ามีอำนาจเหนือกาย ดังนั้นความเป็นมนุษย์จึงเกิดมาจากการที่กายกับจิตทำงานประสานสอดคล้องกัน

4) พุทธจิตวิทยากับปัญหาความเป็นเอกนิยมหรือลัทธินิยม จากปัญหาที่มีผู้ถามว่าจิตมนุษย์ในทางพระพุทธศาสนานั้นเป็นสิ่งที่อยู่เป็นเอกเทศจากกายหรืออยู่เหนือการทำงานของกายหรือเป็นจิตที่อยู่ในฐานะของการเป็นผู้สร้างเหมือนแนวคิดเชิงอัตวิสัยหรือไม่ คำตอบคือไม่เพราะจิตของพุทธศาสนาเถรวาทเป็นจิตที่มีกระบวนการทำงานแบบเกิดดับเปลี่ยนแปลงตามหลักอนิจจังดังนั้นจึงไม่ใช่จิตตามแนวคิดเอกนิยมแต่ประการใด

5) พุทธจิตวิทยากับปัญหาเรื่องเจตจำนงเสรี และเมื่อพิจารณาจากประเด็นที่ว่าจิตมีเจตจำนงเสรีหรือไม่ก็จะพบว่าจิตในทางพระพุทธศาสนานั้นมีเจตจำนงเสรีเป็นบางครั้ง บางครั้งก็ต้องตกอยู่ภายใต้เงื่อนไขที่จำเป็นอื่น ๆ ได้

เมื่อศึกษาวิเคราะห์พุทธจิตวิทยากับการประยุกต์ใช้ในสังคมก็จะพบว่า จิตมนุษย์หรือจิตในทางพระพุทธศาสนานั้น มีหลักการที่สามารถนำไปใช้เพื่อการพัฒนาชีวิตและสังคมได้ เช่น พุทธจิตวิทยากับการเรียนรู้ พุทธจิตวิทยากับการเรียนการสอน พุทธจิตวิทยากับการปกครอง จิตวิทยากับการดำเนินชีวิต พุทธจิตวิทยากับการให้คำปรึกษา เป็นต้น และเมื่อพิจารณาถึงสถานะและจุดยืนของพุทธจิตวิทยาในสังคมไทยก็จะพบว่าสังคมไทยนั้นให้ความสนใจเกี่ยวกับหลักการทางด้านพุทธจิตวิทยาเป็นอย่างมากอันจะสังเกตได้จากการที่มีการนำเอาหลักการทางพุทธจิตวิทยาไปศึกษาในสถาบันทางการศึกษาในทุกระดับรวมถึงการนำไป

ปฏิบัติในรูปแบบของการเปิดสำนักหรือสถานที่ปฏิบัติธรรมทั่วประเทศด้วย แสดงให้เห็นถึงท่าทีและจุดยืนที่แท้จริงของพุทธจิตวิทยาที่มีต่อสังคมไทยมาเป็นระยะเวลาอันยาวนาน

เอกสารอ้างอิง

- ชมพูนุท ศรีจันทร์นิล. (2552). จิตวิทยาแนวพุทธ: แนวทางเพื่อการเยียวยา และพัฒนาจิตใจมนุษย์. *วารสารมหาวิทยาลัยหอการค้า*, 29(4), 23-33.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2539). *การศึกษาเพื่ออารยธรรมที่ยั่งยืน*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พุทธทาสภิกขุ. (2521). *การศึกษาคืออะไร*. กรุงเทพฯ: สำนักหนังสือธรรมบูชา.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2535). *พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สิริวรรณ มิตต์สัจย์สิริกุล. (2565). การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุจังหวัดน่าน ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19. *วารสาร มจร พุทธศาสตร์ปริทรรศน์*, 6(3), 21-34