



การศึกษาหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนากับ

กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา

A STUDY OF THE IMPORTANT THINKING ACCORDING TO THE ATTITUDE
OF BUDDHISM AND PSYCHOLOGICAL LAW OF ATTRACTION



พระกุประสงค์ สณญโต (ราชสี)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๖



การศึกษาหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนากับ
กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา

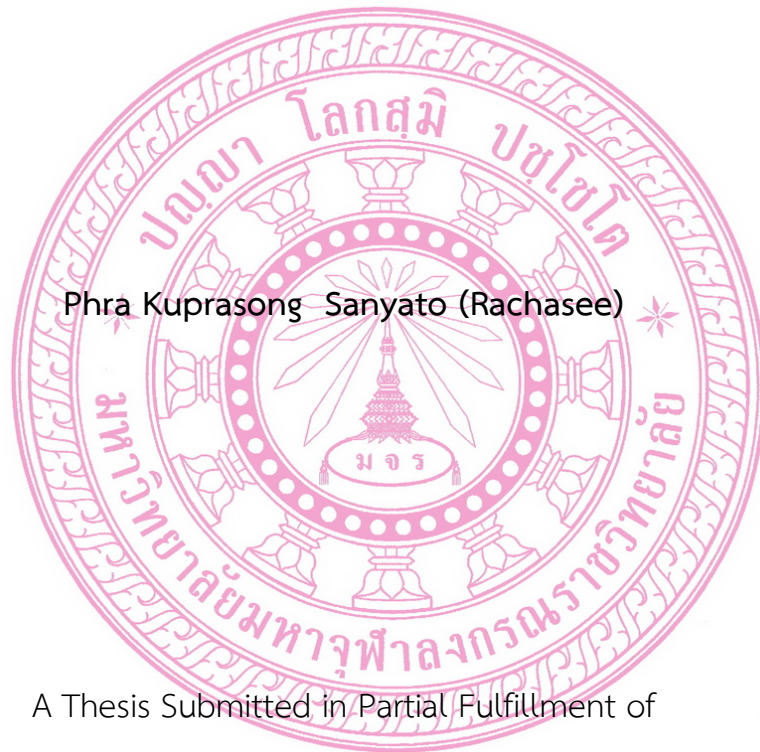


วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๖

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



A STUDY OF THE IMPORTANT THINKING ACCORDING TO THE ATTITUDE
OF BUDDHISM AND PSYCHOLOGICAL LAW OF ATTRACTION



Phra Kuprasong Sanyato (Rachasee)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2013

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเรื่อง
“การศึกษาหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนากับกฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา”
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

(พระสุธีธรรมานูวัตร, ผศ. ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน, ดร.)

กรรมการ

(พระครูสิริรัตนานูวัตร, รศ.ดร.)

กรรมการ

(พระครูพิพิธจารุธรรม, ดร.)

กรรมการ

(ผศ.ดร. ไพศาล สรรสวัสดิ์)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระครูสิริรัตนานูวัตร, รศ.ดร.

ประธานกรรมการ

พระครูพิพิธจารุธรรม, ดร.

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระกฤษประสงค์ สอนญโต)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนากับกฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา

ผู้วิจัย : พระกฤษประสงค์ สณญโต

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูสิริรัตนาวุธ, พธ.บ., ป.ธ.๕., พธ.ม., Ph.D.(Philosophy)

: พระครูพิพิธจารุธรรม, นธ.เอก, พธ.บ., กศ.ม., ศน.ด.(พุทธศาสนศึกษา)

วันสำเร็จการศึกษา : ๒/เม.ย./๒๕๕๗

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับ หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนากับกฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา โดยศึกษาในเรื่อง ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิด หลักการ วิธีการ เป้าหมาย ผลสัมฤทธิ์ มีขอบเขตการวิจัยคือการศึกษาเปรียบเทียบทั้งสองแนวคิด มีวิธีดำเนินการวิจัยคือ รวบรวมและศึกษาเอกสารตำราของทั้งสองหลักการ แล้วจึงทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ตีความ สรุปผล เรียบเรียงและนำเสนอผลการวิจัยเป็นความเรียง

บรรดาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ยกขึ้นแสดงคือ ชั้น ๕ ได้แก่ รูปชั้น เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น วิญญาณชั้น คือร่างกายและจิต อายุขณะ ๑๒ ได้แก่ อายุขณะภายในคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ อายุขณะภายนอกได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์คือแหล่งที่มาของความรู้ที่เกิดจากการกระทบกัน เกิดเป็นวิญญาณ คือ การรับรู้อารมณ์ หลักปฏิบัติสมุสบาท เป็นหลักแสดงการเกิดขึ้นและดับลงของสรรพสิ่ง ถือว่าเป็นเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปเท่านั้น เป็นเพียงการทำงานของธาตุชั้น ไม่มี สัตว์ ตัวตน บุคคล เราเขา เข้าไปควบคุมสิ่งเหล่านั้น ให้เป็นไปตามประการใด สามารถจัดเป็นประเภทวิธีคิดตามหลักความคิดแบบโยนิโสมนสิการได้ด้วยเช่นกัน

หลักความคิดแบบโยนิโสมนสิการ เป็นระเบียบวิธีการในการใช้เครื่องมือคือความคิด เพื่อให้เห็นสัจธรรมความเป็นจริงของชีวิต พิจารณาเพื่อให้เกิดปัญญา ๒ ระดับ คือ โลกียะและโลกุตระ เมื่อบุคคลเข้าใจถึงสภาพตามความเป็นจริงของสิ่งที่เป็นอยู่ ควรที่จะประพฤติปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับเหตุการณ์และเหตุปัจจัย อันจะไม่นำมาซึ่งความทุกข์ แม้หลักคำสอนในทาง

พระพุทธศาสนาเป็นเรื่องที่ละเอียดลึกซึ้งจำเป็นอย่างยิ่งที่มนุษย์จะต้องเข้ามาศึกษาและนำไปปฏิบัติในการดำรงชีวิตเพื่อความสุขและป้องกันความทุกข์ที่จะเกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน

กฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา นำเสนอหลักความคิดว่า สิ่งที่เหมือนกันจะมีแรงดึงดูดเข้าหากัน มีวิธีการปฏิบัติคือ ขอ เชื่อ รับ การขอเป็นบอกความต้องการของตนให้จักรวาลได้รับรู้ การเชื่อเป็นการทำความมั่นใจให้เกิดขึ้นกับจิตใจของตนว่าจะได้รับสิ่งที่ต้องการอย่างแน่นอน การรับ เป็นการกระทำที่นุ่มนวลไปทั้งกาย วาจา ใจ เสมือนว่าได้ครอบครองสิ่งนั้น ๆ อยู่แล้ว โดยมีความเชื่อว่า เมื่อเราคิดอะไรสักอย่าง เรากำลังดึงดูดความคิดแบบเดียวกันเข้ามา หากเราต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต เราต้องเปลี่ยนความคิดของตัวเอง กฎการดึงดูดทางความคิดเกิดขึ้นเพื่อสนองตอบความต้องการพื้นฐานตามทฤษฎีของมาส์โลว์

จากการศึกษาเนื้อหาของทั้งสองหลักการพบว่า ความหมายของความคิดมีลักษณะที่เหมือนกันคือ เป็นการทำงาน หรือ กิจกรรมทางจิตใจ แต่การเกิดขึ้นของความคิดเกิดจากมีแหล่งกำเนิดต่างกัน หลักการต่างกัน วิธีการต่างกัน เป้าหมายต่างกัน ผลสัมฤทธิ์ต่างกัน

หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาสอนมนุษย์ให้เข้าใจสภาวะความเป็นจริงของชีวิตและใช้เป็นเครื่องมือในการดำรงชีวิตอีกด้วย วิธีการใช้หลักความคิดของพระพุทธศาสนาดำเนินไปตามหลักอริยสัจ ๔ คือ รับรู้ถึงปัญหา สืบสาวหาสาเหตุ กำหนดขั้นตอนการแก้ปัญหา ดำเนินการให้บรรลุผล อีกทั้งสอนให้เชื่อใน กฎแห่งกรรมหรือ กฎแห่งการกระทำ สอนให้ประกอบเหตุปัจจัยให้ถึงพร้อม มีเจตนาที่มุ่งมั่น มีศรัทธาความเชื่อต่อการกระทำ มีระเบียบวิธีคิดเพื่อความสำเร็จในสิ่งที่ตนมุ่งหวัง หลักความคิดในทางพระพุทธศาสนานอกจากใช้เป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิตในปัจจุบันแล้ว ยังมีประโยชน์เพื่อนำทางให้บุคคลนั้น ดำเนินไปสู่มรรค ผล นิพพาน ในเบื้องปลายได้อีกด้วย

กฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา อันเป็นศาสตร์ทางตะวันตก นำเสนอสู่สังคมโลกโดยพื้นฐานทางวัฒนธรรม สังคม ลัทธิความเชื่อและศาสนาทางตะวันตก แม้การนำเสนอหลักความคิดจะทำให้เป็นวิทยาศาสตร์ก็ตาม แต่การอธิบายหลักความคิดที่นำเสนอ นั้น ยังมีลัทธิความเชื่อทางเทวนิยมแทรกปนเข้ามาในหลักความคิดที่นำเสนออยู่ เพราะยังคาดหวัง พลังอำนาจลึกลับจะเข้ามาช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้ได้รับสิ่งนั้นสมตามความปรารถนาในที่สุด

Dissertation Title : A Study of the Important Thinking according to the Attitude of Buddhism and Psychological Law of Attraction

Researcher : Phra Kuprasong Sanyato

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

Dissertation Title : Phrakru Siriratananuvat, Assoc. Prof. Dr., Pali Level V, B.A., M.A., Ph.D. (Philosophy)

: Phrakru Phiphitcharudham, Dr., Nakdham Ek., B.A., M.A., Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : 2/April/2014

Abstract

This research on “A Study of the Important Thinking according to the Attitude of Buddhism and Psychological Law of Attraction” was studied in the issues of meaning and occurring of the thinking, principles, methods, goals, achievement. The frame of research was to compare both of conception by collecting and studying all the documents; and then analyzing, synthesizing, interpreting, comparing, summarizing, editing and to present on essay.

Each of conception in Buddhism as shown in this research is the following :

๑. The Five Aggregates; corporeality, sensation, perception, mental formations, consciousness; are body and mind;
๒. The Sense-fields; the internal sense-fields are the eyes, the ears, the nose, the tongue, the body, the mind; the external sense-fields are the forms, the sounds, the smells, the tastes; are source of knowledge for human's life;
๓. The Dependent Origination is conditioned arising and cessation of the structure of conditions;

was to show the Three Characteristics. It is just only working of Elements and Five Aggregates; it is the state of being not self and nothing to control the events and also can synthesize to the analytical thinking.

The analytical thinking is the way to use the ideas to investigate one's life to get mundane wisdom and supermundane wisdom. When the people admit a fact; they can do the right thing to the right time in their lifestyles and also being not to overwhelm themselves with suffering. The Important Thinking According to the Attitude of Buddhism is complicated to understand; but the people have to study the Buddhism and use dhamma in their life for happiness and to prevent them from suffering.

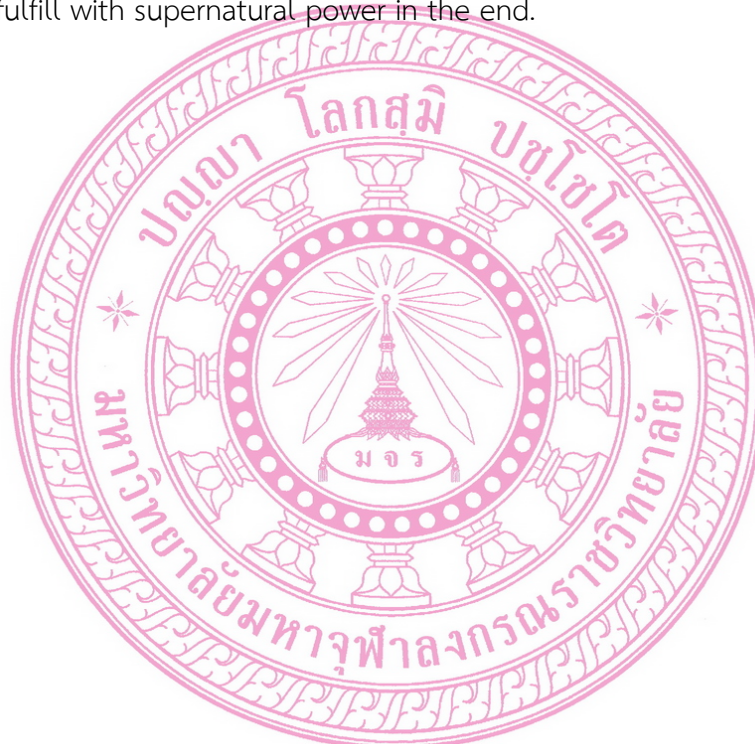
The Psychological Law of Attraction is introduced that the same things will be magnetized to each other. The Process is the following : Request is to tell the things people need to cosmos; Believing is to make someone's mind to be confident to receive that things certainly; Receiving is to make people's emotion to look as if to get that things already. What the people think will be magnetized to the same thought, so if the people need to change their behavior, they have to change the way they think. The Psychological Law of Attraction is used to serve human's needs according to Maslow's Theory; physiological needs, security or safety needs, affiliation or acceptance needs, esteem needs, self-actualization needs.

The results of this research were the following : 1. The same meaning in thinking ; the working of mind or the activities of mind. 2. The difference details in; the occurring of thinking, the principles, the goals, the achievement.

The Buddha Taught is to help people understanding their present life; and also can use Dhamma in their life. The way to solve the problems is according to the Four Noble Truths; to know the problems to find the way to solve the problems, to prepare the process, to achieve the problems. The Buddhist people are taught to

believe in actions; in causal conditions; they must have the volition and analytical thinkings to working. So they can take their needs. The people can be served by Dhamma to the extinction of all defilements and suffering.

The Law of Attraction is the Western science; and being introduced in around the world based on culture, society, doctrine and religion in Western lifestyle. Although; it is shown as scientific knowledge; but it is presented on theism. All needs are believed to fulfill with supernatural power in the end.



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จลงได้ด้วยดี เพราะความเมตตาอนุเคราะห์ของคณาจารย์หลายท่าน ผู้วิจัยต้องขอขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงคือ ๑. พระครูสิริรัตนานุวัตร ๒. พระครูพิพิธจารุธรรม ๓. ดร.ประพัฒน์ ศรีกุลกิจ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะและช่วยตรวจแก้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ พุทธชินราช พิษณุโลก ที่ประสิทธิ์ประสาทถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้วิจัย ด้วยผลบุญแห่งคุณความดีใดๆ ที่เกิดขึ้นจากการวิจัยในครั้งนี้ ขอน้อมถวายเป็นพุทธบูชาแด่พระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ และบุญกุศลที่เกิดขึ้นในครั้งนี้ขอเป็นปัจจัยให้บิดามารดา คุณครูบาอาจารย์ ตลอดจนญาติสนิทมิตรสหาย และผู้มีอุปการะคุณต่อผู้วิจัย จงเจริญด้วย อายุ วรรณะ สุข พละ ธนสารสมบัติ ธรรมสารสมบัติ ตราบเท่าเข้าสู่พระนิพพานเทอญ

พระกุประสงค์ สถัญโต

๓๑ มีนาคม ๒๕๕๗

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	๗
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฉ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๕
๑.๕ คำนิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๕
๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๔
๑.๘ ประโยชน์ที่จะได้รับ	๑๕
บทที่ ๒ หลักความคิดที่สำคัญทางพุทธศาสนา	๑๖
๒.๑ ความหมายของความคิดทางพระพุทธศาสนา	๑๖
๒.๒ หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	๑๙
๒.๒.๑ หลักความคิดแบบโยนิโสมนสิการ	๑๙
๒.๓ วิธีการใช้หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	๒๐
๒.๓.๑ วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย	๒๐
๒.๓.๒ วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ	๒๖
๒.๓.๓ วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์	๓๑
๒.๓.๔ วิธีคิดแบบอริยสัจ (คิดแบบแก้ปัญหา)	๓๔
๒.๓.๕ วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์	๓๖
๒.๓.๖ วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออก	๓๘

๒.๓.๗	วิธีคิดแบบรู้คุณค่าแท้ คุณค่าเทียม	๔๒
๒.๓.๘	วิธีคิดแบบเร้ากุศล	๔๔
๒.๓.๙	วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบัน	๔๖
๒.๓.๑๐	วิธีคิดแบบวิรักษวาท	๔๘
๒.๔	วิธีการใช้หลักความคิดทางพระพุทธศาสนา	๖๒
๒.๕	เป้าหมายของหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	๖๕
๒.๖	ผลสัมฤทธิ์ของการใช้หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	๖๗
	สรุปท้ายบท	๖๘
บทที่ ๓	กฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๗๑
๓.๑	ความหมายของความคิดทางจิตวิทยา	๗๑
๓.๒	หลักการของกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๗๓
๓.๓	วิธีการใช้กฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๗๔
๓.๔	เป้าหมายของกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๗๗
๓.๕	ผลสัมฤทธิ์ของกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๘๓
	สรุปท้ายบท	๘๖
บทที่ ๔	เปรียบเทียบหลักความคิดที่สำคัญทางพุทธศาสนากับ กฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๘๘
๔.๑	เปรียบเทียบความหมายและการเกิดขึ้นของความคิด	๘๘
๔.๑.๑	ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิดทางพระพุทธศาสนา	๘๘
๔.๑.๒	ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิดทางจิตวิทยา	๘๙
๔.๒	เปรียบเทียบหลักการ	๙๑
๔.๒.๑	หลักการของหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	๙๑
๔.๒.๒	หลักการของกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๙๒
๔.๓	เปรียบเทียบวิธีการ	๙๓
๔.๓.๑	วิธีการใช้หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	๙๓

๔.๓.๒	วิธีการใช้กฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๙๔
๔.๔	เปรียบเทียบเป้าหมาย	๙๕
๔.๔.๑	เป้าหมายของหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	๙๕
๔.๔.๒	เป้าหมายของกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๙๖
	เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์	๙๗
๔.๕.๑	ผลสัมฤทธิ์ในการใช้หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	๙๗
๔.๕.๒	ผลสัมฤทธิ์ในการใช้กฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา	๙๘
	ตารางสรุปการเปรียบเทียบ	๙๘
บทที่ ๕	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๑๐๐
๕.๑	สรุปผลการวิจัย	๑๐๐
๕.๒	ข้อเสนอแนะผลการศึกษาเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ	๑๐๖
๕.๓	ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัย	๑๐๗
บรรณานุกรม		
ประวัติผู้วิจัย		

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ได้ใช้คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ส่วนอรรถกถาภาษาไทยใช้ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๓๔ โดยเรียงลำดับคัมภีร์ ดังนี้

ก. คำย่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	พระสุตตันตปิฎก
๑๑	ที.ปา. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค (ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ (ภาษาไทย)
๑๔	ม.อุ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย อุปรปัณณาสก์ (ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.ธ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย ธรรมบท (ภาษาไทย)
๒๖	ขุ.เปต.(ไทย)	= สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย เปตวัตถุ (ภาษาไทย)

ข. คำย่อคัมภีร์อรรถกถา

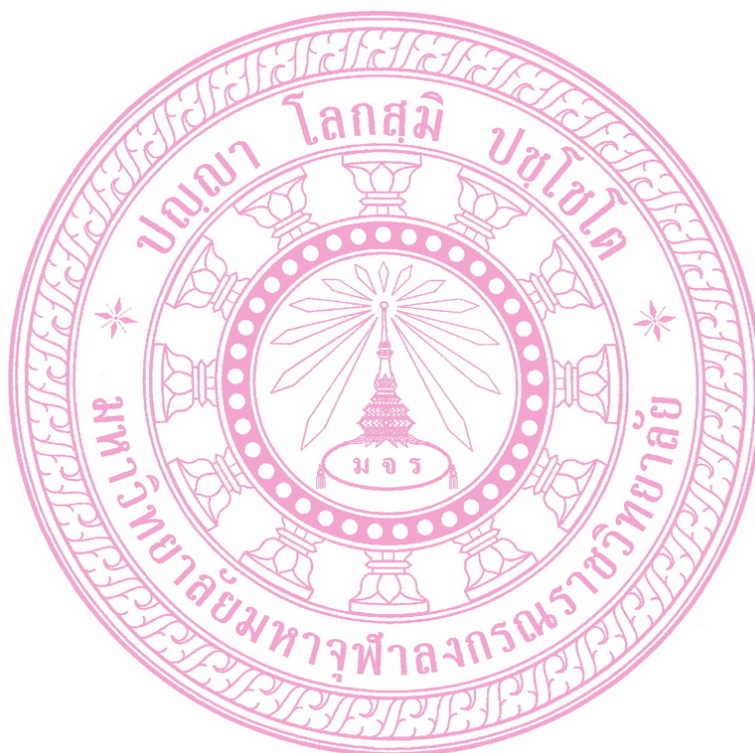
เล่มที่	เล่ม	ภาค	ตอน	คำย่อ	ชื่ออรรถกถา
๓๒	๑	๑	-	อง.เอกก.อ. (ไทย)	มโนรปฐนี เอกกนิบาตอรรถกถา
๓๙	๑	-	-	ขุ.ขุ.อ. (ไทย)	ปรมัตถโชติกา ขุททกปาฐอรรถกถา
๔๐	๑	๒	๑	ขุ.ขุ.อ. (ไทย)	ปรมัตถโชติกา คาถาธรรมบท
๔๘	๒	๑	-	ขุ.วิ.อ. (ไทย)	ปรมัตถโชติกา วิมานวัตถุอรรถกถา
๔๙	๒	๒	-	ขุ.เปต.อ. (ไทย)	ปรมัตถโชติกา เปตวัตถุอรรถกถา
๕๖	๓	๒	-	ขุ.ชา.เอกก.อ. (ไทย)	เอกกนิบาตชาดกอรรถกถา

คำชี้แจงการใช้หมายเลขในคัมภีร์พระไตรปิฎก

การใช้หมายเลขย่อในคัมภีร์พระไตรปิฎกจะแจ้ง เล่มที่/ข้อที่/หน้าที่ ดังตัวอย่าง ขุ.เปต. (ไทย) ๒๖/๑๑๓/๑๖๗ หมายถึง พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เปตวัตถุ (ภาษาไทย) เล่มที่ ๒๖ ข้อที่ ๑๑๓ หน้า ๑๖๗

คำชี้แจงการใช้หมายเลขในคัมภีร์อรรถกถา

การใช้หมายเลขย่อในคัมภีร์อรรถกถาจะแจ้ง เล่มที่/เล่ม/ภาค/ตอน/หน้า ดังตัวอย่าง ขุ.ขุ.อ.
(ไทย) ๔๐/๑/๒/๑/๓๐๔ หมายถึง พระไตรปิฎกอรรถกถา ปรมัตถโชติกา คธาธรรมบท (ภาษาไทย)
เล่มที่ ๔๐ เล่ม ๑ ภาค ๒ ตอน ๑ หน้า ๓๐๔



บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในช่วงสามทศวรรษที่ผ่านมา หนังสือเกี่ยวกับจิตวิทยาการพัฒนาดตนเองและการบริหาร การจัดการออกวางจำหน่ายตามร้านขายหนังสืออย่างต่อเนื่อง ส่วนใหญ่เป็นหนังสือแปลจากต้นฉบับภาษาอังกฤษ อันเป็นหนังสือที่นำเสนอแนวคิดจากฝั่งตะวันตก เรื่องหลักการ การบริหาร การจัดการ การพัฒนาดตนเอง เรียงรวม ๆ กันว่าเป็นหนังสือประเภท How to มีนักคิดนักเขียน นักพูด นักธุรกิจ นักการตลาด นักการเมือง ที่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ชีวิต และมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักในวงสังคมและสื่อมวลชน แต่งหนังสือบอกเล่าประสบการณ์ชีวิต หลักการดำเนินชีวิต หลักการคิด และ หลักการทำงาน กำหนดเป็นรูปแบบ ข้อปฏิบัติ หลักการ กฎเกณฑ์ รายละเอียดปลีกย่อยของแต่ละบุคคลอาจแตกต่างกันออกไป แต่โดยภาพรวมแล้ว หลักการใหญ่ ๆ เหมือนกัน

ปัจจุบันเป็นยุคแห่งข้อมูล ข่าวสาร การติดต่อสื่อสารที่เป็นไปอย่างไร้พรมแดนทำให้สังคมโลกกลายเป็นสังคมที่เล็กลงด้วยการติดต่อสื่อสารที่สะดวกรวดเร็ว มีข่าวเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นในที่พากฝั่งหนึ่งของโลก อีกพากฝั่งก็รับรู้ได้ในเวลาไม่นานเลย ด้วยเทคโนโลยีการสื่อสารที่ถูกพัฒนาขึ้นเพื่ออำนวยความสะดวกแก่มวลมนุษยชาติ และในช่วงศตวรรษนี้ มนุษย์ผู้มีสติปัญญาโดยเฉพาะทางซีกโลกตะวันตกเริ่มหันมาสนใจเรื่องจิตใจ และลงมือศึกษากันเป็นการใหญ่ แต่ส่วนใหญ่ก็ยังอยู่ในระดับแค่ความคิดหรือคลื่นในสมอง ซึ่งเป็นสิ่งที่จับต้องได้ เป็นรูปธรรม ยังไม่เน้นศึกษาลงไปถึงจิตอันเป็นนามธรรม

กลุ่มบุคคลที่ไม่ได้ศึกษาหลักธรรมคำสอนในทางพุทธศาสนาอย่างเพียงพอและลึกซึ้ง อาจจะรู้สึกตื่นตาตื่นใจไปกับงานเขียนประเภทนี้หรือหนังสือแปลประเภท How to ที่นำเสนอ หลักการ กฎเกณฑ์ แนวคิดต่าง ๆ ของผู้แต่งหนังสือ เมื่อพิจารณาจากยอดขาย ยอดการพิมพ์ซ้ำของหนังสือเรื่องนั้น ๆ อาจหลงกระแสนี้ ซึ่งเบื้องหลังของการจัดพิมพ์หนังสือ มีการวางแผนโฆษณา

ประชาสัมพันธ์ และมีการทำแผนทางการตลาดมาอย่างดี เมื่อได้อ่านได้ศึกษาจากหนังสือเรื่องนั้น ๆ ย่อมมีแนวโน้มที่จะเชื่อตามและยึดถือหลักการ กฎเกณฑ์ แนวคิดที่มีนำเสนอมาในหนังสือนั้น นำมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ในกลุ่มบุคคลที่มีความรู้ความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนในทางพุทธศาสนาก็อาจจะเข้าใจในเรื่องเหตุเรื่องปัจจัย เมื่อเหตุปัจจัยพร้อมมูลย่อมให้ผลทั้งทางด้านประสบความสำเร็จ หรือล้มเหลว

จนเมื่อต้นปี ๒๕๔๙ รอนดา เบิร์น (Rhonda Byrne) ได้เขียนหนังสือชื่อ เดอะซีเคร็ต (The Secret) ซึ่งเปิดเผยความลับที่ยิ่งใหญ่ว่า ความคิดมีแรงดึงดูด นับเป็นการค้นพบทฤษฎีใหม่ที่มีความสำคัญและมีอิทธิพลต่อการตื่นตัวของชาวตะวันตกโดยเฉพาะในประเทศสหรัฐอเมริกาอย่างยิ่ง การค้นพบ กฎการดึงดูดของความคิด ยิ่งใหญ่ไม่แพ้การค้นพบกฎแรงดึงดูดของโลกยุคนิวตัน กฎของนิวตันปฏิวัติโลกเข้าสู่คลื่นลูกที่สอง ทฤษฎีไอน์สไตน์ปฏิวัติโลกเข้าสู่คลื่นลูกที่สาม การค้นพบว่าความคิดมีแรงดึงดูด ใน เดอะซีเคร็ต จะเป็นพื้นฐานที่สำคัญ ในการปฏิวัติโลกเข้าสู่คลื่นลูกที่สี่^๑ หลังจากนั้นหนังสือประเภทเดียวกันกับเดอะซีเคร็ตออกพิมพ์จำหน่ายตามมามากมาย สนับสนุนแนวความคิดในหนังสือเดอะซีเคร็ต ผู้วิจัยเป็นผู้หนึ่งที่ได้ติดตามอ่านหนังสือประเภท How to มาพอสมควร หลักการ ข้อปฏิบัติกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ก็ยังคงเป็นหลักการเดิม ๆ แนวคิดเดิม ๆ เพียงแต่ปรับเปลี่ยนรูปแบบวิธีการนำเสนอใหม่ ในหนังสือชื่อเดอะซีเคร็ต กำหนดมาในรูปแบบของกฎการดึงดูดทางความคิด

กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยาที่ รอนดา เบิร์น นำมาเสนอต่อสังคมโลกนั้น ในที่นี้ขอทำความเข้าใจในที่นี้เสียก่อนว่า รอนดา เบิร์น มิได้เป็นผู้คิดค้น หรือค้นพบว่า ความคิดมีแรงดึงดูดเป็นคนแรกของโลก แล้วตั้งเป็น กฎเกณฑ์หลักการ ทฤษฎี มีสูตรคำนวณทางคณิตศาสตร์ใด ๆ เหมือนนักวิทยาศาสตร์อย่างเช่น แอลเบิร์ต ไอน์สไตน์ ผู้คิดค้นทฤษฎีสัมพัทธภาพไม่ ในหนังสือประเภท How to จะกล่าวถึงความคิดมีผลเป็นอย่างมากต่อความสำเร็จต่าง ๆ ที่เรามุ่งหวัง ดังที่กล่าวแล้วว่าหนังสือเดอะซีเคร็ต ปรับเปลี่ยนรูปแบบและวิธีการนำเสนอใหม่แต่ก็ยังมีเค้าโครงรูปแบบและแนวคิดเดิม ๆ ที่มีอยู่ในหนังสือประเภท How to เพียงแต่ รอนดา เบิร์น นำเสนอแนวความคิดนี้

^๑ สม สุจีรา, เดอะท็อปซีเคร็ต, พิมพ์ครั้งที่ ๙๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทอัมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๓), หน้า ๓

ออกมาในรูปแบบหนังสือเดอะซีเคร็ต และผลิตเป็นภาพยนตร์จำหน่ายออกไปทั่วโลก กลายเป็นหนึ่งในร้อยคนที่นิตยสารไทม์ยกย่องว่าเป็นผู้มีอิทธิพลต่อโลก

หนังสือเดอะซีเคร็ต ได้มีการนำเสนอไว้ว่า กฎการดึงดูดเป็นตัวกำหนด กฎเกณฑ์ทุกอย่างในจักรวาล ควบคุมชีวิตทุกขณะจิต สร้างประสบการณ์ชีวิตทั้งหมดของเราโดยผ่านความรู้สึกนึกคิดของเราเอง^๒ ความคิดเป็นระบบการทำงานอย่างหนึ่งของจิต เพราะโดยธรรมชาติจิตจะทำหน้าที่ในการรับอารมณ์หรือเสวยอารมณ์ ทำหน้าที่จำ ทำหน้าที่ในการคิดการปรุงอารมณ์ และทำหน้าที่รู้ในอารมณ์ เช่น รู้สึกชอบ รู้สึกไม่ชอบและรู้สึกเฉย ๆ มีธรรมชาติอยู่เบื้องหน้าที่พระพุทธรูปองค์หนึ่งว่า โลกถูกจิตนำไป ถูกจิตผลักดันไป จิตเป็นธรรมชาติที่โลกทั้งหมดตกอยู่ในอำนาจ^๓ แนวความคิดทั้งสองจะกล่าวสอดคล้องกันเรื่องผลลัพธ์อันเกิดจากความคิด ที่ชักพานำพาเหตุการณ์ ประสบการณ์ต่าง ๆ องค์ความรู้ต่าง ๆ เข้ามาสู่บุคคลนั้น ๆ ครั้นเมื่อได้ศึกษาเบื้องต้นในเรื่องหลักการและแนวความคิดของ กฎการดึงดูดทางความคิด ในหนังสือเดอะซีเคร็ต มีทั้งส่วนที่สอดคล้องและส่วนที่ขัดแย้งกับหลักความคิดในทัศนะพุทธศาสนาเถรวาทที่มีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของมนุษย์อันจะน้อมนำมาซึ่งความสำเร็จในสิ่งที่ตนปรารถนา

ดังนั้นการเปรียบเทียบเป็นวิธีการที่จะได้ข้อสรุป ที่สามารถทำให้บุคคลทั่วไปเข้าใจและมีศรัทธาในการเข้ามาศึกษาหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาอย่างจริงจังและลึกซึ้งอันนำมาซึ่งประโยชน์โดยตรงแก่ผู้ศึกษาเองเป็นสำคัญ ผู้วิจัยจึงเห็นว่าหลักความคิดที่รอนดา เบิร์น นำเสนอแนวความคิดนี้ในหนังสือเดอะซีเคร็ต ที่พิมพ์เผยแพร่ออกไปทั่วโลก ได้รับการต้อนรับและสนับสนุนแนวความคิดนี้เป็นอย่างมาก กระแสสังคมมีแนวโน้มที่จะเชื่อตามแนวความคิดนี้ ย่อมที่จะยึดถือ น้อมนำเอาหลักการ กฎเกณฑ์ต่าง ๆ ในเรื่องกฎการดึงดูดทางความคิด มาปฏิบัติและใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อปรารถนาความสำเร็จในหน้าที่การงาน และการดำรงชีวิต จึงเห็นควรว่าวิธีการเปรียบเทียบนั้นเป็นวิธีการหนึ่งที่จะทำให้บุคคลทั่วไปเข้าใจในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา ได้ดียิ่งขึ้น การศึกษาอย่างเพียงผิวเผินอาจเข้าใจได้ว่า กฎการดึงดูดทางความคิด เข้ากันได้กับหลักความคิดในพระพุทธศาสนา

^๒ รอนดา เบิร์น, เดอะซีเคร็ต, แปลโดย จิระนันท์ พิตรปรีชา, พิมพ์ครั้งที่ ๘๐, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๔), หน้า ๕.

^๓ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๖๒/๗๓.

ผู้วิจัยมีความประสงค์จะวิเคราะห์น้ำหนักความน่าเชื่อถือของหลักความคิดทางพระพุทธศาสนากับกฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยาที่รอนดา เบิร์น นำเสนอสู่สังคมโลกนั้น ในด้านแนวความคิดวิธีการที่รวมอยู่ในหลักการทั้งสองอันจะนำไปสู่ความสำเร็จตามความปรารถนาของแต่ละบุคคล เพราะหากไม่มีการอธิบายแนวความคิดในเชิงวิเคราะห์ อาจก่อให้เกิดความเชื่อ งมงาย ตามกระแสสังคม ดังนั้นการเปรียบเทียบหลักการทั้งสองเป็นปัจจัยสำคัญต่อเป้าหมาย การเรียนรู้และการยอมรับร่วมกัน เป็นการบูรณาการทางการศึกษาเพื่อการปรับกระบวนทัศน์ ในการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับวิทยาการความรู้ในศาสตร์สมัยใหม่

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังต่อไปนี้

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักความคิดที่สำคัญทางพุทธศาสนา
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาวิเคราะห์กฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาวิเคราะห์ลักษณะที่เหมือนกันและแตกต่างกันระหว่างหลักความคิดที่สำคัญทางพุทธศาสนากับกฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยต้องการทราบปัญหาดังต่อไปนี้

- ๑.๓.๑ เนื้อหาเกี่ยวกับหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา และกฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา
- ๑.๓.๒ ความเหมือนกันและความแตกต่างกันระหว่างหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา กับกฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา เกี่ยวกับความหมายและการเกิดขึ้นของความคิด หลักการ วิธีการ เป้าหมาย และผลสัมฤทธิ์

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยมุ่งที่จะศึกษาเนื้อหาหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา และศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา ศึกษาเปรียบเทียบเพื่อให้เห็นความเหมือนและความแตกต่างกัน ในเรื่องกระบวนการที่จะนำมาซึ่งความสำเร็จตามความปรารถนาของทั้งสองแนวคิด

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเอกสาร

๑.) เอกสารชั้นปฐมภูมิ

เอกสารเกี่ยวกับพุทธศาสนา ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปี ๒๕๐๐

เอกสารเกี่ยวกับกฎการตั้งดูตทางความคิดในทางจิตวิทยา ได้แก่ หนังสือ เดอะซีเคร็ต (The Secret) แปลโดย จิระนันท์ พิตรปรีชา และ เดอะพาวเวอร์ (The Power) แปลโดย จิระนันท์ พิตรปรีชา และ อรดี สุวรรณโณมล

๒.) เอกสารชั้นทุติยภูมิ

เอกสารเกี่ยวกับพุทธศาสนา ได้แก่ ตำราและเอกสารทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับหลักความคิดที่สำคัญทางพุทธศาสนา

เอกสารเกี่ยวกับกฎการตั้งดูตทางความคิดในทางจิตวิทยา ได้แก่ ตำราและเอกสาร อันมีแนวความคิดที่พ้องกันกับแนวคิดของรอนดา เบิร์น ซึ่งมีเนื้อเกี่ยวข้องกัน

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

หลักความคิดที่สำคัญทางพุทธศาสนา หมายถึง หลักความคิดแบบโยนิโสมนสิการ

ความคิด หมายถึง ระบบการทำงานของจิต ที่ก่อให้เกิดองค์ความรู้ ความฉลาด ทักษะ ความสามารถ สติปัญญา ความปฏิกิริยา ไหวพริบ เพื่อน้อมนำมาซึ่งความสำเร็จตามความปรารถนา

อิทธิพล หมายถึง เหตุปัจจัยที่น้อมนำ ส่งเสริม สนับสนุน ซึ่งกันและกันไปสู่ความสำเร็จตามความปรารถนา

กฎการดึงดูดทางความคิด (Law of Attraction) หมายถึง การใช้ความคิดในการสร้างพลังดึงดูดความปรารถนา สิ่งที่น่าปรารถนา ความสำเร็จ การสร้างจินตนาการทางความคิดเพื่อดึงดูดเหนี่ยวนำ ความปรารถนา สิ่งที่น่าปรารถนา ความสำเร็จ เข้ามาสู่ตัวเอง ในงานวิจัยนี้หมายเอาเฉพาะกลุ่มที่มีแนวความคิดพ้องกันกับ รอนดา เบิร์น

องค์ประกอบกฎแรงดึงดูด หมายถึง กระบวนการสร้าง ๓ ตามขั้นตอน ดังนี้ขั้นตอนแรกขอ คือ ถ้าต้องการสิ่งใดให้อธิษฐานขอ เพื่อให้จักรวาลรับรู้สิ่งที่เราต้องการ ขั้นตอนที่สอง เชื่อ คือ การทำจิตใจให้เชื่อว่าเราได้รับสิ่งนั้นแล้ว และขั้นตอนที่สาม รับ คือการสร้างความรู้สึก ความพอใจ ปลาบปลื้ม ยินดี ราวกับว่าเราได้รับสิ่งนั้นมาครอบครองแล้วจริง ๆ^๕

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ก. เอกสาร / ตำรา

๑) **พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)** ได้กล่าวไว้ในหนังสือกรรม การเวียนว่ายตายเกิด เนื้อความโดยย่อกล่าวไว้ว่า พุทธศาสนาไม่ใช่พุทธปรัชญาอย่างเดียว พุทธศาสนายังเป็นศาสนาในความหมายที่ว่า มีระบบความเชื่อ ซึ่งถ้าคนเชื่อแล้ว เขาจะดำเนินชีวิตตามความเชื่อนั้น ฉะนั้น ศาสนา คือ ชีวิต เป็นระบบแห่งการดำเนินชีวิตทั้งหมด ที่เรียกว่า Way of life เพราะเมื่อเราเชื่อตามศาสนาแล้วเรานำเอามาประพฤติปฏิบัติ ศาสนามีใช้สักแต่เป็นทฤษฎีที่คิดค้น วิพากษ์วิจารณ์กันอย่างเดียว แต่มีส่วนในการดำเนินชีวิตด้วย ดังนั้นพุทธศาสนามีใช้เป็นเพียงทฤษฎีทางความคิด ที่เรียกกันว่า ปรัชญา เท่านั้นแต่ยังเป็นระบบแห่งการนำมาใช้ในชีวิตจริง^๕

๒) **พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)** ได้กล่าวไว้ในหนังสือพุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ เกี่ยวกับหลักโยนิโสมนสิการ วิธีการแห่งปัญญา เนื้อความโดยย่อว่า โยนิโสมนสิการ เป็นวิธีการใช้ความคิดอย่างถูกวิธี เมื่อเทียบในกระบวนการพัฒนาปัญญา โยนิโสมนสิการ อยู่ในระดับเหนือศรัทธา เพราะเป็นขั้นที่เริ่มใช้ความคิดของตนเป็นอิสระ ส่วนในระบบการศึกษาอบรม โยนิโส

^๕ สม สุจิรา, **เดอะท็อปซีเคร็ต**, พิมพ์ครั้งที่ ๙๔, (กรุงเทพฯ : บริษัท อัมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๓), หน้า ๕.

^๕ พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), **กรรมและการเวียนว่ายตายเกิด**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา, หน้า ๑๑.

มนสิการเป็นการฝึกการใช้ความคิด ให้รู้จักคิดอย่างถูกวิธี คิดอย่างมีระเบียบ รู้จักคิดวิเคราะห์ ไม่มองเห็นสิ่งต่าง ๆ อย่างตื้น ๆ ผิวเผิน เป็นขั้นสำคัญในการสร้างปัญญาที่บริสุทธิ์เป็นอิสระ ทำให้ทุกคนช่วยตนเองได้ และนำไปสู่จุดหมายของพุทธธรรมอย่างแท้จริง^๖

๓) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือรู้หลักก่อน แล้วศึกษา และสอนให้ได้ผลเนื้อหาโดยย่อว่า บางครั้งเราบอกกันว่าการศึกษาคือการคิดเป็น แต่ว่าที่คิดเป็นนั้น บางทีก็นิ่งอันกันไป ไม่รู้จะไปคิดกันตรงไหน ที่จริงคิดเป็นก็เริ่มจากตรงนี้แหละ คือเริ่มที่การกินอยู่ในชีวิตประจำวันนี่แหละ พอเรากินอยู่เป็น มันก็คิดเองเป็น ถ้าเราคิดไม่เป็น มันก็กินอยู่ไม่เป็น เพราะฉะนั้น ให้ชีวิตประจำวันเป็นแดนเริ่มเองเลย พระพุทธเจ้าก็ให้ปัญญามีอยู่ที่ศีลนั่นแหละ และปัญญาก็จิตใจก็มาช่วยพัฒนาศีลขึ้นไป มาฝึกกันตั้งแต่นี้เลย...พอคิดเป็น ก็ต้องคิดถูก ถ้าคิดไม่ถูก มันไม่เกิดผลดีแล้วจะเรียกว่าคิดเป็นได้อย่างไร คิดเป็น คือคิดถูกต้อง ที่จะทำให้เกิดผลดี ถ้าคิดถูกต้องแล้ว ก็เป็นการคิดเป็น และคิดเป็นนั้นก็มาดูแลตั้งแต่ชีวิตประจำวัน...คิดเป็นก็อยู่ในชีวิตประจำวันนี่แหละ ทุกอย่างที่จะให้ได้ผลดีก็ต้องมีการคิดเป็นทั้งนั้น และมันก็บูรณาการเอาปัญญาพร้อมทั้งจิตใจเข้ามาสู่กระบวนการหมดเลย คือกระบวนการของชีวิตประจำวัน ตั้งแต่การกินอาหารเป็นต้นไป^๗

๔) พุทธทาส ภิกขุ ได้กล่าวไว้ในหนังสือแก่นพุทธศาสนา ฉบับสมบูรณ์ เนื้อหาโดยย่อว่า “ตามความหมายของพระพุทธเจ้าที่ได้ตรัสธรรมไว้บางหมู่ และตามอรรถกถาที่ต้องการจะอธิบายธรรมหมู่นั้น เกิดมีหลักที่ถือกันว่า มีโรคภัยไข้เจ็บอยู่ ๒ ประเภท คือ โรคทางกาย กับ โรคทางจิต โรคทางจิตในสมัยพุทธกาล หมายถึงโรคทางความคิดเห็น หรือทางกิเลสตัณหา เดียวนี้เราเอาคำว่า “โรคทางจิต” ไปใช้กับโรคทางจิตตามธรรมดาที่เนื่องกันอยู่กับร่างกาย ซึ่งไปปนกันอยู่กับโรคทางกาย จึงเป็นเหตุให้ไม่เข้าใจโรคทางฝ่ายวิญญาน...คำว่า วิญญาน ในที่นี้ไม่ได้หมายความว่าวิญญานภุติผีปีศาจ ถูกผีสิงอะไรทำนองนั้น แต่หมายถึงวิญญานหรือจิต หรือมโนส่วนลึกที่มันเป็นโรคได้ด้วยอำนาจของกิเลส โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คืออวิชชาหรือมิจฉาทิฎฐิ ถ้าเป็นจิตที่ประกอบอยู่ด้วยอวิชชา

^๖ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๗๙.

^๗ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), รู้หลักก่อน แล้วศึกษาและสอนให้ได้ผล, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ๒๕๕๑), หน้า ๙๓-๙๔.

หรือมีจิตวิญญูแล้วก็เป็นโรคทางวิญญูณ คือเห็นผิด เห็นผิดเป็นเหตุให้ พุดผิด คิดผิด ทำผิด แล้วก็ เป็นโรคตรงที่ทำผิด พุดผิด คิดผิด”^๘

“ชีวิตอยู่รอดด้วยดี เพราะ ไม่ยึดมั่น เป็นอยู่อย่างจิตว่าง ขอให้สนใจคำว่า จิตว่างนี้ไว้ให้ มากในลักษณะที่มันตรงกันข้ามกับจิตวุ่น แล้วให้รู้ความจริงไว้อย่างหนึ่งว่า คนเรานี้รอดชีวิตอยู่ได้ด้วย จิตว่าง ถ้าไม่อย่างนั้นเราจะต้องตายหมดแล้ว...อธิบายว่า ถ้าจิตของเราวุ่นด้วยเรื่องตัวกู ของกู ไม่มี เวลาพักผ่อนแล้วต้องเป็นโรคจิต เป็นโรคประสาท หรือฆ่าตัวตาย หรือวิกลจริตไป เตี้ยวันนี้ในเวลา ๒๔ ชั่วโมงนี้ มีอยู่ไม่กี่นาทีที่จิตของเราวุ่นไปบ้าง ธรรมดาจิตว่างเป็นพื้นอยู่แล้ว เราไม่ได้ยึดมั่นถือมั่นอะไร ว่าเป็นตัวกู ของกู อยู่ทุกลมหายใจเข้าออกตลอด ๒๔ ชั่วโมง เพราะว่าถ้าเป็นอย่างนั้นเราจะต้อง บ้าตายไปนานแล้ว”^๙

๕) รอนดา เบิร์น (Rhonda Byrne) ได้กล่าวไว้ในหนังสือเดอะพาวเวอร์ (The Power) เนื้อหาโดยย่อเกี่ยวกับการดึงดูดทางความคิดเอาไว้ว่า “กฎธรรมชาติควบคุมจักรวาล เราขึ้นเครื่องบิน ไปไหนมาไหนได้ก็เพราะระบบการบินทำงานอย่างสอดคล้องกับกฎธรรมชาติ กฎทางฟิสิกส์ไม่ได้ เปลี่ยนแปลงเพื่อให้เราบินได้ เราต่างหากที่ค้นพบวิธีทำตัวให้เข้ากับกฎธรรมชาติ และเมื่อเราทำ เช่นนั้น เราจึงบินได้ เช่นเดียวกับกฎทางฟิสิกส์ที่ควบคุมการบิน แรงโน้มถ่วง และกระแสไฟฟ้า มีกฎอย่างหนึ่งที่ควบคุมความรักอยู่ คุณจะอาศัยพลังบวกของความรักมาเปลี่ยนชีวิตคุณเองได้ ก็ต่อเมื่อคุณเข้าใจกฎซึ่งเป็นกฎเหล็กอันทรงอำนาจที่สุดในจักรวาลนั่นก็คือ กฎแห่งการดึงดูด”^{๑๐}

๖) พอล แฮร์ริงตัน (Paul Harrington) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ เดอะซีเคร็ตสุดยอด คนรุ่นใหม่ (The Secret to Teen Power) เนื้อหาโดยย่อ เกี่ยวกับการดึงดูดทางความคิดเอาไว้ว่า “ความคิดของเราสร้างแรงดึงดูดได้ ความคิดของเราคืออำนาจ คือพลังงาน คือแม่เหล็ก ความคิดของเราคือสาเหตุหลักของทุกสิ่งที่เกิดขึ้น ขณะที่ความรู้สึกของคุณคือสิ่งที่บอกได้ว่า ความคิดของเรา กำลังดึงดูดสิ่งที่ดีเข้ามาในชีวิต หรือปิดกั้นเราจากสิ่งดี ๆ ถ้าความรู้สึกของคุณกำลังบอกว่าความคิด

^๘ พุทธทาส ภิกขุ, แก่นพุทธศาสนา ฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา ศูนย์หนังสือ พระพุทธศาสนา, หน้า ๑๐-๑๑.

^๙ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๙.

^{๑๐} รอนดา เบิร์น, เดอะพาวเวอร์, แปลโดย จิระนันท์ พิตรปรีชา, อรดี สุวรรณโกมล, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐-๑๒.

ของคุณกำลังดึงดูดสิ่งไม่ดีเข้ามา ก็เห็นได้ชัดว่า ถึงเวลาแล้วที่เราจะต้องเปลี่ยนความคิดของตัวเอง โดยด่วน ความรู้สึกแย่ ๆ และคลื่นพลังที่ดึงดูดเป็นเหมือนสัญญาณเตือนเบื้องต้น

สภาวะดังกล่าวข้างต้นนี้เปรียบเหมือนเสียงไซเรนโหยหวนอยู่เหนือศีรษะ หากคลื่นพลังที่ดึงดูดกำลังบอกเราว่า ความคิดของเรากำลังปิดกั้นเราจากการมีชีวิตที่ดีและดึงดูดสิ่งที่ไม่ดีเข้ามา ละก็ จงรู้ไว้เถิดว่าถึงเวลาแล้วที่เราต้องเปลี่ยนให้ดีขึ้น แต่จะอย่างไรละ คำตอบนั้นไม่ยาก แค่ทำอะไรก็ได้ให้รู้สึกดี เพียงหาทางเปลี่ยนความรู้สึกของเรา เปลี่ยนวงจรชีวิตประจำวัน หรือทำอะไรที่แตกต่างไปจากเดิม”^{๑๑}

๗) เมล กิลล์ (Mel Gill) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ สูดยอดเดอะซีเคร็ต (The Meta Secret) เนื้อหาโดยย่อเกี่ยวกับการดึงดูดทางความคิดเอาไว้ว่า “เพื่อให้เราเข้าใจศักยภาพของตัวเราอย่างเต็มที่ เราต้องเข้าใจถึงความลับยิ่งใหญ่ที่ว่าจักรวาลทำงานอย่างไร ความลับนี้คือความลับที่เหนือกว่าความลับทั้งหมด คือสูดยอดเดอะซีเคร็ต หรือ ความคิดที่เหนือกว่าความลับใด ๆ การรู้ถึง กฎแห่งแรงดึงดูดนั้นเป็นแค่หนึ่งในกฎทั้ง ๗ ของเฮอว์เมติก กฎเหล่านี้เกี่ยวข้องกัน และต้องทำงานสอดประสานซึ่งกันและกัน จึงจะสร้างระเบียบขึ้นในจักรวาลได้ เราสามารถค้นพบความสุขที่แท้และยั่งยืนได้แต่เราต้องอาศัยความเข้าใจและใช้กฎที่วางนี้ ทั้งหมด”^{๑๒}

๘) สิริวิษณุ รัตน์จินดา ในหนังสือศาสตร์ลับแห่งความสำเร็จ เนื้อหาโดยย่อได้กล่าวเกี่ยวกับการดึงดูดทางความคิดเอาไว้ว่า “เรื่องแรงดึงดูดทางความคิด เป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้เราประสบความสำเร็จ แต่เราต้องมีปัจจัยแห่งความสำเร็จในด้านอื่น ๆ ประกอบด้วย เราไม่อาจประสบความสำเร็จในชีวิตได้ ถ้าเราไม่มีความสามารถในการโน้มน้าวใจผู้อื่น ไม่มีความสามารถในการบริหารงาน ไม่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในสาขาอาชีพของเรา ไม่มี IQ และ EQ ในระดับที่สมควร ไม่มีความเป็นผู้นำ ไม่มีคุณสมบัติที่จะรักษาทรัพย์สินไว้ได้ ฯลฯ กล่าวสรุปคือไม่มีคุณสมบัติเพียงพอที่จะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต แต่อย่างเพิ่งท้อ มีความจริงที่น่ายินดีอยู่ว่า เมื่อเรา

^{๑๑} พอล แอร์ริงตัน, เดอะซีเคร็ต สูดยอดคนรุ่นใหม่, แปลโดย กุลนิตดา ปัจฉิมสวัสดิ์ แอนเดอร์สัน, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๓), หน้า ๓๓-๓๔.

^{๑๒} เมล กิลล์, สูดยอดเดอะซีเคร็ต, เรียบเรียงโดย ดนัย จันทรเจ้าฉาย, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี, ๒๕๕๔), หน้า ๖๐.

ได้ฝึกฝนวิธีการในการสร้างแรงดึงดูดทางความคิดนี้ มันจะมีอิทธิพลให้ตัวเราเองมีความมุ่งมั่น ขยันหมั่นเพียร เพื่อพัฒนาคุณสมบัติที่เหมาะสมในตัวเองให้เกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็ว”^{๑๓}

๙) **บัณฑิต อึ้งรังษี** ในหนังสือ ๓๐ วิธีเอาชนะโชคชะตา เนื้อหาโดยย่อได้กล่าวเกี่ยวกับการดึงดูดทางความคิดเอาไว้ว่า “ในตัวเราขณะนี้ มี แม่เหล็ก ที่สามารถจะดึงดูดสิ่งใดก็ได้ที่เราต้องการ เข้ามาในชีวิต ผมเองได้ศึกษาวิชานี้มาพร้อม ๆ กับตอนที่ตนเองตัดสินใจเป็นวาทยากรในระดับนานาชาติและเข้าใจวิธีการใช้กฎนี้ในชีวิตตนเอง รู้สึกว่าตนเอง โชคดีมากที่สามารถนำกฎของโลกที่ยิ่งใหญ่นี้มาสร้างสิ่งที่ตนเองต้องการในด้านต่าง ๆ ในชีวิตได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านคูชีวิตครอบครัว งานอาชีพที่ต้องการ ความสำเร็จ บุคคลที่อยากพบ สิ่งที่ยากจะได้ทำ ฯลฯ เหมือนกับว่าตนเอง มี ตะเกียงวิเศษของอะลาดินอยู่ ที่สามารถอยากจะได้อะไรก็เสกมันขึ้นมาได้รู้สึกว่าเป็นคนที่โชคดีมาก แต่ตะเกียงวิเศษนี้ ไม่ใช่ของผมหรือคนบางกลุ่มมีอยู่เท่านั้นทุกคนในโลกมีหมดและก็ใช้มันอยู่ทุกคน ด้วย เพียงแต่บางครั้ง บางคนดูเหมือนโชคร้ายเพราะไปดึงดูดเอาแต่สิ่งที่ตนเองไม่ต้องการมาโดยไม่ได้ตั้งใจ เพราะไม่รู้จักรู้ ไม่เข้าใจกฎแห่งแรงดึงดูดกฎแห่งแรงดึงดูด กล่าวไว้ว่า “คุณจะต้องดึงดูดสิ่งที่อยู่ในความคิดส่วนใหญ่ของคุณเข้ามาในชีวิต” ไม่ว่าจะเป็น คน สถานการณ์ สิ่งของ ฯลฯ ต้องขอเตือนให้ระลึกกันอีกทีว่า กฎแห่งแรงดึงดูดนี้เป็นกฎตายตัวของโลก เหมือนกฎแห่งแรงโน้มถ่วง มันจะทำงานเสมอ ไม่ว่าคุณจะชอบมันหรือไม่และเชื่อมั่นหรือไม่ก็ตาม”^{๑๔}

๑๐) **สม สุจิตรา** ได้กล่าวไว้ในหนังสือเดอะท๊อปซีเคร็ต เนื้อหาโดยย่อเกี่ยวกับการดึงดูดทางความคิดเอาไว้ว่า “กฎแห่งแรงดึงดูดของความคิดบอกไว้ว่า สิ่งเหมือนกันจะมีแรงดึงดูดเข้าหากัน คนชอบนิทานจะถูกดึงดูดให้รวมกลุ่มกัน คนซื่อฉลาดก็จะเข้าใจความคิดของคนซื่อฉลาดด้วยกัน ถ้าเราตั้งใจฟังใครนิทานแล้วคอยผสมโรงไปด้วย คุณกำลังดึงดูดสถานการณ์นั้นเข้าหาตัวเอง และต้องตกอยู่ในวังวนนี้เช่นกัน การนิทานเป็นการคิดลบแน่นอน เพราะยังไม่เคยเห็นการนิทานที่ไหนพูดถึงบุคคลที่สามในเชิงบวก ความคิดบวกจะส่งพลังได้ง่ายที่สุดกับคนที่มึนใจเป็นกลาง เช่น เด็กเล็ก ๆ

^{๑๓} สิริวิชัย รัตนจินดา, ศาสตร์ลับแห่งความสำเร็จ, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ RedCarpet Book, ๒๕๕๒), หน้า ๘๗.

^{๑๔} บัณฑิต อึ้งรังษี, ๓๐ วิธีเอาชนะโชคชะตา, พิมพ์ครั้งที่ ๒๗, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ อมรินทร์, ๒๕๕๒), หน้า ๔๘-๕๐.

ญาติพี่น้อง หรือเพื่อนสนิท ถ้าเราจะลองฝึกเล่นกับแรงดึงดูดของความคิด เริ่มต้นฝึกกับคนเหล่านี้ จะง่ายที่สุด หรือแม้แต่สัตว์เลี้ยงก็สามารถรับพลังนี้ได้”^{๑๕}

๑๑) ภาคิน ธารารศิริ ได้กล่าวไว้ในหนังสือพลังแห่งความมั่งคั่ง เนื้อหาโดยย่อเกี่ยวกับการดึงดูดทางความคิดเอาไว้ว่า “บางครั้งนึกถึงการขอความช่วยเหลือบางอย่างอยู่ คนที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้ผ่านมาพอดี เคยอยากทำงานหน้าที่นี้ หรืออยากได้ของบางอย่าง เคยนึกเคยฝันไว้นานมาแล้ววันหนึ่งสิ่งนั้นได้มาปรากฏตรงหน้าพอดี ถ้าถือตามหลักการประจักษ์ตามธรรมชาติ สิ่งนั้นเป็นเรื่องบังเอิญที่ช่างประจบเหมาะแท้ ๆ แต่ตามหลักของพลังดึงดูด สิ่งนั้นได้เกิดขึ้นเพราะเราเรียกให้มา แต่มันจะมาเมื่อพลังเชิงบวกของเรามีความพร้อมสมบูรณ์และสามารถปลดปล่อยพลังออกไปเรียกและดึงดูดสิ่งที่ต้องการให้บังเกิดขึ้นและที่ต้องใช้เวลานานเป็นเพราะก่อนหน้านี้พลังเชิงบวกของเรามีน้อย เราปลดปล่อยพลังเชิงลบออกไปมากกว่า มันจึงดึงดูดแต่เรื่องบังเอิญร้าย ๆ ให้เข้ามาไม่รู้จบ”^{๑๖}

ข. รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑๒) พระมหานุกูล มหาวิโร (พรหมจันทร์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท” วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิต เป็นกระบวนการค้นหาแนวทางความคิดเพื่อบรรเทากิเลส ทำให้อกุศลจิตเบาบาง ลดน้อยลง หรือสามารถระงับไว้ได้อย่างใดอย่างหนึ่ง ให้บรรลุปเป้าหมายตามที่ได้ตั้งใจไว้ จะก่อให้เกิดผลดีต่อสภาพจิตใจทั้งตนเองและผู้อื่น เป็นวิธีคิดแบบเร้ากุศล หรือคิดแบบกุศลภาวนา เพื่อสกัดกั้น บรรเทา และขัดเกลาตัวตน ส่งเสริมความเจริญองกามแห่งกุศลธรรม เป็นเรื่องของการมีสัมมาทิฐิ ทำให้ชีวิตไปสู่ทิศทางที่ถูกต้อง และมีความสุขได้ มีอารมณ์ดี สะท้อนถึงสภาพจิตใจที่ดี ด้วยการลดความโลภ โกรธ หลง^{๑๗}

๑๓) พระมหาพงศ์ศักดิ์ สิริคุตโต (พรมงค์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องเจตนาของพุทธปรัชญาเถรวาทกับเจตน์จำนงเสรีของ ฌอง-ปอล ซาร์ด” วิทยานิพนธ์

^{๑๕} สม สุจีรา, *เดอะท็อปซีเคร็ต*, พิมพ์ครั้งที่ ๙๔, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๘๓-๑๘๔.

^{๑๖} ภาคิน ธารารศิริ, *พลังแห่งความมั่งคั่ง*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ Thinkplus, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๓.

^{๑๗} พระมหานุกูล มหาวิโร (พรหมจันทร์), “วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท” วิทยานิพนธ์ *พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕).

พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จากการศึกษาได้พบว่า เจตนาของพุทธเถรวาทเป็นตัวเริ่มต้นของกระบวนการกฎแห่งกรรม มนุษย์มีความตั้งใจ มีความจงใจ ที่จะเลือก คิด พุท ทำอย่างใดอย่างหนึ่งอย่างเสรี ก็แสดงว่า มนุษย์มีเจตน์จำนงเสรีเช่นกัน...เจตนาเกิดขึ้นร่วมกับ

เจตสิกที่จะปรุงแต่งไปในทางที่ดีหรือทางที่ชั่ว อันขอบเขตของเจตนาทางพุทธปรัชญาเถรวาทก็ครอบคลุมทั้งทาง กายกรรม วาจากรรม มโนกรรม... เมื่อมนุษย์ได้ทำบางสิ่งบางอย่างลงไป ย่อมที่จะไม่สามารถหลีกเลี่ยงผลการกระทำของตนไปได้ โดยพุทธปรัชญาเถรวาทเรียกว่า วิบากกรรม...ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกันทั้งที่เป็นอดีต ปัจจุบันและอนาคต^{๑๔๕}

๑๔) กิ่งฟ้า ลินธวัช ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “กระบวนการคิด การเรียนรู้และการสร้างองค์ความรู้” บทความ วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น จากการศึกษาสรุปได้ว่า กระบวนการพุทธศาสตร์ Trip RIP เน้นการเรียนรู้ การคิด และการสร้างองค์ความรู้เป็นวิธีการคิด ที่บุคคลต้องดำเนินการจากการปรับความรู้ความเข้าใจ โดยการใช้การปรับความเข้าใจ Regulating การแสวงหาความรู้ Investigating และการสร้างความเข้าใจหรือสร้างผลงานในการเรียนรู้ Producing โดยอาศัยกระบวนการเรียนรู้ภายในสมอง ใช้ความคิด จิตใจ และสติปัญญาไปพร้อม ๆ กัน ต้องใช้ทั้งการคิด ความรู้สึก และการกระทำ คือ Thinking, Feeling, และ Acting เชื่อมโยงกัน แล้วสะท้อนผล (Reflection) การเรียนรู้และความเข้าใจของตนเอง ควบคุมความคิด (Monitoring) ให้อยู่ในสภาวะสมดุล (Equilibration) ที่อาศัยการดูดกลืน (Assimilation) และการปรับให้เหมาะสม (Accommodation) ตลอดเวลา ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่มีความหมายเป็นของตนเอง ผู้เรียนเป็นเจ้าของการเรียนรู้มีส่วนร่วมรับผิดชอบ ดังนั้นจึงต้องมีการใช้การปรับแต่งและการสะท้อนผล ตลอดเวลา เพื่อให้เป็นสิ่งที่ตนมีความเข้าใจและอธิบายได้ ดังนั้น กระบวนการพุทธศาสตร์ Trip RIP

^{๑๔๕} พระมหาพงศ์ศักดิ์ สิริคุตโต (พรมงค์), “การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องเจตนาของพุทธปรัชญาเถรวาทกับเจตน์จำนงเสรีของ ฌอง-ปอล ซาทร์”, วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓).

จึงอาจนำไปใช้ในการเรียนรู้ของตนเอง การจัดการเรียนรู้ให้ผู้อื่นได้เรียนรู้หรือการสร้างองค์ความรู้ เพื่อการพัฒนาศาสตร์ ซึ่งเป็นการวิจัยในเรื่องราวหรือประเด็นต่าง ๆ ที่สนใจได้^{๑๙}

๑๕) มานะ ศรีสุวรรณ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “กระบวนการคิดเชิงระบบ...พบความสำเร็จแบบยากที่จะอธิบาย” บทความ วารสารการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง จากการศึกษาพบว่า การคิดอย่างเป็นระบบ (system thinking) เป็นวินัยที่มีความสำคัญที่สุด ซึ่งในความเป็นจริงผู้คน พนักงาน ผู้บริหารหลายคนไม่สามารถฝึกฝนตนเองให้มีความสามารถคิดเป็นระบบได้อย่างเท่าทันการณ์หรือคิดได้ล่วงหน้า ผลก็คือทำให้เกิดปัญหาการปฏิบัติงานในการบริหารงานมากมาย บ้างคิดว่าที่ตนปฏิบัติงานทุกวันเป็นการแก้ไขปัญหาและพัฒนางาน เนื่องจากการคิดสั้น ผันตามเหตุการณ์หรือตามสถานการณ์ ทำให้ขาดการเห็นภาพใหญ่ ไม่ต่อเนื่อง ไม่เห็นความเชื่อมโยงของส่วนต่าง ๆ ที่จะได้รับผลกระทบติดตามมาจากการปฏิบัติงานของเขา ทั้งที่จริงแล้วการปฏิบัติงานของเขาเป็นการส่งสมปัญหาให้คนต่อ ๆ มา ต้องแก้ไขซึ่งจำต้องใช้ความรู้ความสามารถมากกว่าเดิมหลายเท่าตัวทีเดียว^{๒๐}

๑๖) นัตติมา ชูดวงแก้ว ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบเจตสิกธรรมในพระอภิธรรมปิฎกกับพระสูตรตันปิฎก” วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จากการศึกษาได้พบว่า เจตสิกมีอิทธิพลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของบุคคล ดังจะเห็นได้ว่าความสุขและความทุกข์ของคนเรานั้นล้วนเกี่ยวข้องกับเจตสิกทั้งสิ้น

เจตสิกนี้มีอิทธิพลต่อชีวิตมาก เป็นจิตที่ประกอบด้วย โลภะ โทสะ และโมหะ ที่ตรัสว่าเป็นรากเหง้าของอกุศล จิตที่ดี คือจิตที่ประกอบด้วยกุศลเจตสิก ได้แก่ ปัญญา สติ ศรัทธา เมตตา กรุณา เป็นต้น เป็นจิตที่ผ่องแผ้วเหมาะแก่การทำงานทั้งทางโลกและการปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมาย

^{๑๙} กิ่งฟ้า สินธุวงศ์, “กระบวนการคิด การเรียนรู้และการสร้างองค์ความรู้”, วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ปีที่๒๙ ฉบับที่ ๓-๔ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๔๙) : ๓๖.

^{๒๐} มานะ ศรีสุวรรณ, “กระบวนการคิด การเรียนรู้และการสร้างองค์ความรู้”, วารสารการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ปีที่๒ ฉบับที่ ๑ (กรกฎาคม ๒๕๔๘) : ๑๒๐.

ในพระพุทธศาสนา การปฏิบัตินี้ ทรงแสดงไว้เป็นจำนวนมาก เมื่อกล่าวโดยรวมแล้วได้แก่การปฏิบัติตามหลัก ศีล สมาธิ ปัญญา นั้นเอง^{๒๑}

๑๗) จิร รัตไสย ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์อุปาทานในพระพุทธศาสนา เถรวาทที่มีผลกระทบต่อสังคมพุทธไทย” ได้พบว่าในทัศนะของปราชญ์พุทธ อุปาทานก่อให้เกิดโทษทั้งในปัจจุบันและในอนาคตแก่บุคคลผู้ที่ยึดมั่นถือมั่น และมีผล กระทบต่อสังคมพุทธในหลายด้าน เช่น ผลกระทบด้านความเชื่อผลกระทบด้านการศึกษา ผลกระทบด้านเศรษฐกิจและการเมือง ผลกระทบด้านวิถีชีวิตและระบบนิเวศ ทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ในสังคมอุปายวิธีในการเรียนรู้เพื่อละอุปาทาน ต้องเจริญตามอริยมรรคมีองค์ ๘ และ สติปัฏฐาน ๔ การเจริญขึ้นแห่งอริยมรรคมีองค์ ๘ มีองค์ประกอบที่สำคัญ ๒ ประการคือ ๑.ปรโตโฆสะ ๒.โยนิโสมนสิการ เมื่อบุคคลได้ศึกษาพิจารณาด้วยปัญญาและเข้าใจหลักธรรมในพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้องแล้ว ย่อมละคลายจากอุปาทานความยึดมั่น ถือมั่น ที่เป็นต้นเหตุของโทษทุกข์ทั้งปวงได้ความทุกข์และปัญหาต่างๆ ก็ลดลงตามลำดับจนสามารถละอุปาทานได้ในที่สุดจนกระทั่งบรรลุนิพพานซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary research) ซึ่งมีลำดับดังต่อไปนี้

๑.๖.๑ ค้นคว้าข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พร้อมทั้งอรรถกถา

๑.๖.๒ ศึกษาค้นคว้าจากเอกสารตำราในทางพระพุทธศาสนา

๑.๖.๓ ศึกษาข้อมูลเชิงทฤษฎีเกี่ยวข้องกับแนวคิดเรื่องกฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยาในรูปแบบที่รอนดา เบิร์น นำเสนอในหนังสือเรื่องเดอะซีเคร็ต และหนังสือที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๔ เมื่อศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารแล้วเสร็จ จึงทำการวิเคราะห์ (Analysis) สังเคราะห์ (Synthesis) ตีความ (Interpretation) ตามแนวทางหลักความคิดที่สำคัญ

^{๒๑} นัตติมา ชูดวงแก้ว, “การศึกษาเปรียบเทียบเจตสิกธรรมในพระอภิธรรมปิฎกกับพระสูตรต้นปิฎก”, วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕).

ทางพระพุทธศาสนาและกฎการตั้งดูตทางความคิดในทางจิตวิทยา โดยการวิเคราะห์สาระสำคัญ แล้วนำมาเปรียบเทียบ (Comparative) ว่ามีความสอดคล้องตรงกัน สนับสนุนกันหรือแตกต่างกัน หรือไม่อย่างไร

๑.๖.๕ เรียบเรียง และนำเสนอผลการวิจัยเป็นความเรียง

๑.๘ ประโยชน์ที่จะได้รับ

๑.๗.๑ เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

๑.๗.๒ เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา

๑.๗.๓ เกิดความรู้ ความเข้าใจ ในความเหมือนกัน และความแตกต่างกัน ระหว่าง

หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา กับกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา



บทที่ ๒

หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

ว่าโดยรูปศัพท์แล้ว คำว่า หลักความคิด ประกอบด้วย หลัก และ ความคิด “หลักหรือหลักการ หมายความว่า สาระสำคัญที่ยึดถือเป็นแนวปฏิบัติ เช่น คณะกรรมการลงมติรับหลักการตามที่มีผู้เสนอ”^๑ “ส่วนความคิด หมายความว่า สิ่งที่เราสร้างขึ้นในใจ; ความรู้ที่เกิดขึ้นภายในใจ ก่อให้เกิดการแสวงหา ความรู้ต่อไป เช่น เครื่องบินเกิดขึ้นได้เพราะความคิดของมนุษย์; สติ ปัญญา ที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างถูกต้องและสมควร เช่น คนทำลาย ของสาธารณะเป็นพวกไม่มีความคิด”^๒ เมื่อนำ หลักการและความคิดมารวมกัน จึงได้ความหมายว่า ความคิดที่เป็นสาระสำคัญที่ยึดถือเป็นแนวปฏิบัติ ทางพระพุทธศาสนา

ในบทนี้ ผู้วิจัยมุ่งที่จะศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา โดยกำหนดกรอบการศึกษาไว้ ๕ ประการ คือ

๑. ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิด
๒. หลักการ
๓. วิธีการ
๔. เป้าหมาย
๕. ผลสัมฤทธิ์

ดังจะได้นำเสนอรายละเอียดในแต่ละหัวข้อเป็นลำดับต่อไป

๒.๑ ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิด

พระพุทธศาสนานั้นมีคำอยู่หลายคำด้วยกันที่ให้ความหมายหรือให้ลักษณะอาการการทำงาน ทั้งในทางที่ดีและไม่ดี หรือทั้งที่เป็นกุศลและอกุศลของคำว่าความคิด ดังต่อไปนี้ เช่น

^๑ พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๒๗๑.

^๒ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓๑.

๑. จิตตะ เอาใจฝึกฝึในสิ่งนั้นไม่วางธุระ, ความคิดฝึกฝึไม่ปล่อยใจฟุ้งซ่าน เลื่อนลอย, ความมีจิตจดจ่ออุทิศตัวอุทิศใจต่อสิ่งนั้น (ข้อ ๓ ในอิทธิบาท ๔)^๓
๒. จิตตูปบาท ความเกิดขึ้นแห่งจิต หมายถึง จิตพร้อมทั้งเจตสิกที่ประกอบอยู่ด้วย ซึ่งเกิดขึ้นครั้งหนึ่ง ๆ, การเกิดความคิดผุดขึ้น, ความคิดที่ผุดขึ้น^๔
๓. เจตนา ความตั้งใจ, ความมุ่งใจหมายจะทำ, เจตจำนง, ความจงใจ, เป็นเจตสิกที่เกิดขึ้นกับจิตทุกดวง เป็นตัวนำในการคิดปรุงแต่ง หรือเป็นประธานในสังขารชั้น และเป็นตัวการในการทำกรรม หรือกล่าวได้ว่าเป็นตัวกรรมที่เดียว ดังพุทธพจน์ว่า “เจตนาหิ ภิกขเว กम्म วทามิ” แปลว่า “เรากล่าวเจตนาว่าเป็นกรรม”...^๕
๔. ฉันทะ ความพอใจ, ความชอบใจ, ความยินดี, ความต้องการ, ความรักใคร่ไฝปรารถนา ในสิ่งนั้น ๆ (เป็นกลาง ๆ เป็นอกุศลก็ได้ เป็นกุศลก็ได้, เป็นอัญญาสมานาเจตสิกข้อ๑๓, ที่เป็นกุศล เช่นในคำว่า อวิหิงสาฉันทะ)...^๖
๕. ญาณจิริต คนที่มีพื้นนิสัยหนักในความรู้ มักใช้ความคิด ฟังส่งเสริมด้วยแนะนำให้ใช้
๖. ความคิดไปในทางที่ชอบ (เป็นอีกชื่อหนึ่งของพุทธิจิริต)^๗
๗. ตกก (ตรรก) ความคิด, ความตรึกตรอง, ความดำริ สภาวะที่ตรึกคิด คือ ยกสัมปยุต-ธรรมขึ้นสู่อารมณ์^๘
๘. วิจาร์ณา การพิจารณา, วิจาร์ณญาณ, ปัญญา, วิจาร์ณา กิริยาเครื่องสั่งสม^๙
๙. วิจิกิจจา ความลังเล, ความสงสัย ธรรมชาติเป็นเหตุจากไปแห่งความคิดพิจารณา การปฏิบัติการของญาณ, ธรรมชาติ เป็นเหตุลำบากแก่ผู้คิดค้นสภาวะ^{๑๐}

^๓ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์** (ชำระเพิ่มเติม ช่วงที่ ๑/เสริม), พิมพ์ครั้งที่ ๑๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนัชการพิมพ์ จำกัด ๒๕๕๓), หน้า ๖๒.

^๔ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๓.

^๕ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๒.

^๖ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๖.

^๗ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๑.

^๘ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : เลียงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๒๗๙.

^๙ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๐๙.

^{๑๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๐๙.

๑๐. สงกปป (สังกัปปะ) ความดำริ, ความคิด, ความตรึกตรอง, ธรรมเป็นเหตุดำริ, ธรรมเครื่องดำริ^{๑๑}

๑๑. วินิจฉย (วินิจฉัย) การตัดโดยวิเศษ, การไตร่ตรอง, การใคร่ครวญ, การชี้ขาด, การตัดสิน, ความตัดสินใจ, วินิจฉัย, คำวินิจฉัย ไทยใช้เป็นกิริยาในความว่า ไตร่ตรอง ใคร่ครวญ ชี้ขาด ตัดสิน^{๑๒}

๑๒. วิลาป การกล่าวด้วยความวิโยคเหลือเกิน, การกล่าวต่าง ๆ นานา, การฟิโรราพัน, การรำไรราพัน, การโอดครวญ, การคร่ำครวญ, การบ่นเพ้อ, การร้องไห้รำไร, คำกล่าวต่าง ๆ นานา, ฯลฯ^{๑๓}

๑๓. วิสตติก (วิสตติกา) ซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ ซ่านไปในอารมณ์ทั้งปวง, ฟุ้งไปในอารมณ์ทั้งปวง^{๑๔}

๑๔. อุทฺถัจจ (อุทฺถัจจะ) ความฟุ้งซ่าน, ความคิดพล่าน, ความคิดพล่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ อย่างพลอตัว^{๑๕}

การเกิดขึ้นของความคิดนั้นในทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นการทำงานหลักในส่วนของนามธรรม “สังขารชั้นร์ ซึ่งได้แก่องค์ประกอบหรือคุณสมบัติต่างๆ ของจิตมีเจตนาเป็นตัวนำ ซึ่งปรุงแต่งจิตให้มีคุณสมบัติเป็นไปต่าง ๆ สังขาร ตามหลักอภิธรรม แบ่งเจตสิกเป็น ๕๒ อย่าง ถ้าเทียบกับกับการแบ่งแบบชั้นร์ ๕ เจตสิกได้แก่ เวทนา สัญญา และสังขารทั้งหมด คือ ในจำนวนเจตสิก ๕๒ นั้น เป็นเวทนา ๑ เป็นสัญญา ๑ ที่เหลืออีก ๕๐ อย่าง เป็นสังขารทั้งสิ้น...”^{๑๖}

^{๑๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๔๗.

^{๑๒} พันตรี ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรม มคอ-ไทย, (กรุงเทพฯ ฯ : สำนักเรียนวัดปากน้ำ), หน้า ๖๕๕.

^{๑๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๖๑.

^{๑๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๖๔.

^{๑๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๗.

^{๑๖} ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนัชการพิมพ์ จำกัด ๒๕๕๓), หน้า ๓๐.

๒.๒. หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

ในงานวิจัยนี้ยกหลักความคิดแบบโยนิโสมนสิการขึ้นเป็นหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนาเพื่อเป็นกรอบในการศึกษา มีเนื้อหาและหลักการดังต่อไปนี้

๒.๒.๑ หลักความคิดแบบโยนิโสมนสิการ

ความหมายของโยนิโสมนสิการ ว่าโดยรูปศัพท์ โยนิโสมนสิการ ประกอบด้วย โยนิโส กับ มนสิการ โยนิโส มาจาก โยนิ ซึ่งแปลว่า เหตุ ต้นเค้า แหล่งเกิด ปัญญา อุบาย วิธี ทาง ส่วนมนสิการ แปลว่า การทำในใจ การคิด การคำนึง นึกถึง ใส่ใจ พิจารณา เมื่อรวมเข้าเป็นโยนิโสมนสิการ ท่านแปลสืบ ๆ กันมาว่า การทำในใจโดยแยบคาย การทำในใจโดยแยบคายนี้มีความหมายแค่นั้น เพียงใด คัมภีร์ชั้นนอร์รอกกาและฎีกาได้ไขความไว้โดยวิธีแสดงไวพจน์ให้เห็นความหมาย แยกเป็นแง่ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

๑. อุบายมนสิการ แปลว่า คิดหรือพิจารณาโดยอุบาย คือ คิดอย่างมีวิธี หรืออุกวิธี หมายถึง คิดอุกวิธีที่จะให้เข้าถึงความจริง สอดคล้องเข้าแนวกบัสัจจะ ทำให้หยั่งรู้สภาวะลักษณะ และสามัญลักษณะของสิ่งทั้งหลาย

๒. ปถมนสิการ แปลว่า คิดเป็นทาง หรือคิดอุกทาง คือคิดได้ต่อเนื่องเป็นลำดับ จัดลำดับได้ หรือมีลำดับ มีขั้นตอน แล่นไปเป็นแถวเป็นแนว หมายถึง ความคิดเป็นระเบียบ ตามแนวเหตุผล เป็นต้น ไม่ยุ่งเหยิงสับสน ไม่ใช่ประเดี๋ยววกเวียนติดพันเรื่องนี้ ที่นี้ เดี่ยวเตลิดออกไปเรื่องนั้น ที่โน้น หรือกระโดดไปกระโดดมา ต่อเป็นขั้นเป็นอันไม่ได้ ทั้งนี้รวมทั้งความสามารถที่จะชักความนึกคิดเข้าสู่แนวทางที่ถูกต้อง ปถมนสิการ แปลว่า คิดเป็นทาง หรือคิดอุกทาง

๓. การณมนสิการ แปลว่า คิดตามเหตุ คิดค้นเหตุ คิดตามเหตุผล หรือคิดอย่างมีเหตุผล หมายถึงการคิดสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดกันแห่งเหตุปัจจัย พิจารณาสืบสาวหาสาเหตุ ให้เข้าใจถึงต้นเค้า หรือแหล่งที่มา ซึ่งส่งผลต่อเนื่องมาตามลำดับ

๔. อุปาทกมนสิการ แปลว่า คิดให้เกิดผล คือใช้ความคิดให้เกิดผลที่พึงประสงค์ เล็งถึงการคิดอย่างมีเป้าหมาย ท่านหมายถึง การคิดการพิจารณาที่ทำให้เกิดกุศลธรรม เช่น ปลุกเร้าให้เกิด

ความเพียร การรู้จักคิดในทางที่ทำให้หายหวาดกลัว ให้อภัยโทษ การพิจารณาที่ทำให้มีสติ หรือทำให้จิตใจเข้มแข็งมั่นคง เป็นต้น^{๑๗}

วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ แม้จะมีหลายวิธี แต่เมื่อว่าโดยหลักการ มี ๒ แบบคือ โยนิโสมนสิการที่มุ่งสกัดหรือกำจัดอวิชชาโดยตรง โยนิโสมนสิการที่มุ่งสกัดหรือบรรเทาตัณหา โยนิโสมนสิการที่มุ่งกำจัดอวิชชาโดยตรง คือแบบที่ใช้ในการปฏิบัติธรรมจนถึงที่สุดเพราะทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการตรัสรู้ ส่วนโยนิโสมนสิการแบบที่มุ่งสกัดหรือบรรเทาตัณหา มักใช้เป็นข้อปฏิบัติขั้นต้น ๆ ซึ่งมุ่งเตรียมพื้นฐานหรือการพัฒนาตนเองในด้านคุณธรรม ให้พร้อมสำหรับการปฏิบัติธรรมขั้นสูงขึ้นไป เพราะเป็นเพียงการขัดเกลากิเลส แต่โยนิโสมนสิการหลายวิธีใช้ประโยชน์ได้ทั้งสองอย่าง คือทั้งกำจัดอวิชชา และบรรเทาตัณหาไปพร้อมกันวิธีการโยนิโสมนสิการ ประมวลได้เป็นแบบใหญ่ ๆ ดังนี้

๒.๓ วิธีการใช้หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

๒.๓.๑ วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย

วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย คือ พิจารณาปรากฏการณ์ที่เป็นผล ให้รู้จักสภาวะที่เป็นจริงหรือพิจารณาปัญหา หาหนทางแก้ไข ด้วยการค้นหาสาเหตุและปัจจัยต่างๆ ที่สัมพันธ์ส่งผลสืบทอดกันมา อาจเรียกว่าวิธีคิดแบบอทัปปัจจยตา หรือคิดตามหลักปฏิจจสมุปบาท จัดเป็นวิธีโยนิโสมนสิการแบบพื้นฐาน ดังจะเห็นว่าบางครั้งท่านใช้บรรยายการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าไม่เฉพาะเริ่มจากผล สืบค้นโดยสาวไปหาสาเหตุและปัจจัยทั้งหลายเท่านั้น ในการคิดแบบอทัปปัจจยตานี้ จะตั้งต้นที่เหตุแล้วสาวไปหาผล หรือจับที่จุดใดๆ ในกระแส หรือในกระบวนการแล้วค้นไล่ตามไปทางปลายหรือสืบย้อนมาทางต้น ก็ได้

วิธีนี้กล่าวตามบาลี พบแนวปฏิบัติ ดังนี้

ก. คิดแบบปัจจัยสัมพันธ์ โดยอริยะสาวกโยนิโสมนสิการการที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันจึงเกิดขึ้น ดังที่ว่า “ภิกษุทั้งหลาย การที่ปุถุชนผู้ขาดสุตะ จะพึงเข้าไปยึดถือเอาร่างกาย อันเป็นที่ประชุมแห่ง มหาภูตทั้ง ๔ นี้ โดยความเป็นอัตตา ยังดีกว่า แต่การจะเข้าไปยึดถือเอาจิต โดยความเป็นอัตตา หากควรไม่ ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะร่างกาย อันเป็นที่ประชุมแห่งมหาภูตทั้ง ๔ นี้ ที่ดำรงอยู่ปีหนึ่งบ้าง สองปีบ้าง กว่าร้อยปีบ้าง ยังปรากฏ, แต่สิ่งที่เรียกว่า จิตบ้าง มโนบ้าง วิญญาณบ้าง

^{๑๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๗๐.

นั้น เกิดขึ้นอย่างหนึ่ง ดับไปอย่างหนึ่ง ทั้งคืน ทั้งวัน “ภิกษุทั้งหลาย อริยะสาวกผู้มีสุตะ ย่อมมนสิการ โดยแยบคาย เป็นอย่างดี ซึ่งปัจจุสมุปบาท ในกองมหาภูตนั้นว่า เพราะดังนี้ๆ เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้ก็ดับ; อาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนา จึงเกิดสุขเวทนาขึ้น, เพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนานั้นดับไป สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนานั้น ก็ย่อมดับย่อมสงบไป; อาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนา จึงเกิดทุกขเวทนาขึ้น, เพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนานั้นดับไป ทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งทุกขเวทนานั้น ก็ย่อมดับ ย่อมสงบไป; อาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งเวทนาที่ไม่สุขไม่ทุกข์ จึงเกิด อทุกขมสุขเวทนาขึ้น, เพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนานั้นดับไป อทุกขมสุขเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งอทุกขมสุขเวทนานั้น ก็ย่อมดับ ย่อมสงบไป ภิกษุทั้งหลาย เพราะไม้สองอันครูดสีกัน จึงเกิดไอนุ่น เกิดความร้อน แต่ถ้าแยกไม้ทั้งสองอันนั้นแหละ ออกเสียจากกัน ไอนุ่นซึ่งเกิดจากการครูดสีกันนั้น ก็ดับไป สงบไป แม้ฉันใด ภิกษุทั้งหลาย อาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนา จึงเกิดสุขเวทนาขึ้น, เพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนานั้นดับไป สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนานั้น ก็ย่อมดับ ย่อมสงบไป”^{๑๘}

“ภิกษุทั้งหลาย เพราะไม้สองอันครูดสีกัน จึงเกิดไอนุ่น เกิดความร้อน แต่ถ้าแยกไม้ทั้งสองอันนั้นแหละ ออกเสียจากกัน ไอนุ่นซึ่งเกิดจากการครูดสีกันนั้น ก็ดับไป สงบไป แม้ฉันใด ภิกษุทั้งหลาย อาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนา จึงเกิดสุขเวทนาขึ้น, เพราะผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนานั้นดับไป สุขเวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยผัสสะอันเป็นที่ตั้งแห่งสุขเวทนานั้น ก็ย่อมดับ ย่อมสงบไป”^{๑๙}

ข. คิดแบบสอบสวน หรือตั้งคำถาม เช่น ที่พระพุทธเจ้าพิจารณาว่า “เรานั้นได้มีความคิดว่า เมื่ออะไรมีอยู่หนอ อุปาทานจึงมี อุปาทานมีเพราะอะไรเป็นปัจจัย ลำดับนั้นเพราะเราโยนิโสมนสิการ จึงรู้ได้ด้วยปัญญาว่า เมื่อตัณhamีอยู่ อุปาทานจึงมี อุปาทานมีเพราะตัณหาเป็นปัจจัย ลำดับนั้น เราได้มีความคิดว่า เมื่ออะไรมีอยู่หนอ ตัณหาจึงมี ตัณhamีเพราะอะไรเป็นปัจจัย ลำดับนั้น เพราะเราโยนิโสมนสิการ จึงรู้ได้ด้วยปัญญาว่า เมื่อเวทนามีอยู่ ตัณหาจึงมี ตัณhamีเพราะเวทนาเป็นปัจจัย ฯลฯ”^{๒๐}

^{๑๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๗๖.

^{๑๙} ส.นิ. ๑๖/๑๔๔/๗๗.

^{๒๐} ส.นิ. ๑๖/๒๖/๑๑.

เพื่อให้มองเห็นภาพตามแนวทางการคิดแบบวิธีสืบสาวเหตุปัจจัย จะนำเสนอหลักปฏิบัติสมบูรณ์บาท เข้ามาประกอบเพื่อให้เห็นแนวทางอย่างชัดเจนยิ่งขึ้น มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

หลักปฏิบัติสมบูรณ์บาท

พุทธพจน์ที่เป็นตัวบทแสดงหลักปฏิบัติสมบูรณ์บาทนั้น แยกได้เป็น ๒ ประเภท คือ ที่แสดงหลักเป็นกลาง ๆ ไม่ระบุชื่อหัวข้อปัจจัย อย่างหนึ่ง กับหลักที่แสดงเจาะจงระบุชื่อหัวข้อปัจจัยต่างๆ ซึ่งสืบทอดต่อกัน โดยลำดับเป็นกระบวนการอย่างหนึ่ง อย่างแรกมักตรัสไว้หน้าอย่างหลัง เป็นหลักกลาง ๆ หรือหลักทั่วไป ส่วนอย่างหลัง พบได้มากมายและส่วนมากตรัสไว้ล้วน ๆ โดยไม่มีอย่างแรกอยู่ด้วย อย่างหลังนี้ อาจเรียกได้ว่าเป็นหลักแจ้งหัวข้อหรือขยายความ เพราะแสดงรายละเอียดให้เห็น หรือเป็นหลักประยุกต์ เพราะนำเอากระบวนการธรรมดาามาแสดงให้เห็นความหมายตามหลักทั่วไปนั้น

๑) หลักทั่วไป มีข้อความดังนี้คือ

- “ก. อิมสมิ สติ อิทํ โหติ เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี
อิมสสุปปาทา อิทํ อุปปชชติ เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น
ข. อิมสมิ อสติ อิทํ น โหติ เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี
อิมสส นิโรธา อิทํ นิรุชฌติ เพราะสิ่งนี้ดับไป สิ่งนี้ก็ดับ (ด้วย)”^{๒๑}

“พิจารณาตามรูปพยัญชนะ หลักทั่วไปนี้ เข้ากับชื่อที่เรียกว่า อิทํปัจจัยตา”^{๒๒}

๒) หลักแจ้งหัวข้อ หรือ หลักประยุกต์ มีข้อความดังนี้คือ

- | | |
|------------------------|------------------------------------|
| ก. อวิชาปจฺจยา สงฺขารา | เพราะอวิชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี |
| สงฺขารปจฺจยา วิญญานํ | เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญานจึงมี |
| วิญญานปจฺจยา นามรูปํ | เพราะวิญญานเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี |
| นามรูปปจฺจยา สฬายตนํ | เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี |
| สฬายตนปจฺจยา ผสฺโส | เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี |
| ผสฺสปจฺจยา เวทนา | เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี |

^{๒๑} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๔๑/๘๖.

^{๒๒} วิสุทธิ.ฎีกา ๓/๒๔๖ ซึ่งว่า หลักทั่วไปนี้ บ้างครั้งท่านขยายความโดยแสดงเพียงปัจจัยเดียว ก็มี (เช่น ส.นิ. ๑๖/๒๓๗/๑๑๗) เรียกว่า เอกังคปฏิบัติสมบูรณ์บาท (ปฏิบัติสมบูรณ์บาทแบบหัวข้อเดียว) อ้างใน พุทธธรรม หน้า ๘๑.

เวทนาปัจจัย ตณฺหา	เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตณฺหาจึงมี
ตณฺหาปัจจัย อุปาทาน	เพราะตณฺหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี
อุปาทานปัจจัย ภโว	เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภวจึงมี
ภวปัจจัย ชาติ	เพราะภวเป็นปัจจัย ชาติจึงมี
ชาติปัจจัย ชรามรณ	เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะจึงมี ^{๒๓}

หลักที่แสดงเต็มรูปอย่างในที่นี้ องค์ประกอบทั้งหมดมีจำนวน ๑๒ หัวข้อ องค์ประกอบเหล่านี้ เป็นปัจจัยเนื่องอาศัยสืบต่อกันไปเป็นรูปวงเวียน ไม่มีต้น ไม่มีปลาย คือไม่มีตัวเหตุเริ่มแรกที่สุด (มูลการณ หรือ The First Cause) การยกเอาอวิชชาตั้งเป็นข้อที่หนึ่ง ไม่ได้หมายความว่าอวิชชาเป็นเหตุเบื้องต้น หรือเป็นมูลการณของสิ่งทั้งหลาย แต่เป็นการตั้งหัวข้อเพื่อความสะดวกในการทำความเข้าใจ โดยตัดตอนยกเอาองค์ประกอบอันใดอันหนึ่ง ที่เห็นว่าเหมาะสมที่สุด ขึ้นมาตั้งเป็นลำดับที่ ๑ แล้วก็นับต่อไปตามลำดับ^{๒๔}

... คำว่า อิทัปปัจจยตา บางทีก็เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท ใช้แทนกันได้ เปรียบเทียบดูความหมายของมันก็แล้วกัน อิทัปปัจจยตา แปลว่า เมื่อมีสิ่งนี้ ๆ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้นที่นี่ พุดโดย logic มันก็พุดกลับไปกลับมาได้ แปลว่าเมื่อไม่มีสิ่งนี้ ๆ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ มันก็ไม่เกิดขึ้น หรือว่า เมื่อมันไม่มีอะไรเป็นปัจจัย มันก็ไม่มีอะไรเกิดขึ้น อาการที่สิ่งนี้ปรุงแต่งสิ่งหนึ่งให้เกิดขึ้น นั้นเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท แสดงเฉพาะอาการที่ว่า มันเป็นไปตามกฎของอิทัปปัจจยตา ที่มีอยู่ว่า เมื่อมีสิ่งนี้ ๆ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น อาการของมันนั่นเอง เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท ตัววัตถุ หรือ ตัวธรรมแท้ ๆ นั้น ก็เรียกว่า ปฏิจจสมุปป็นนธรรม คือเมื่อเพิ่งเล็งถึงการที่มันเป็นอยู่ตามปกติ ไม่ได้ทำหน้าที่ปรุงแต่งสิ่งใด นี้เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปป็นนธรรม ธรรมที่ได้อาศัยสิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นเสร็จแล้ว ตั้งอยู่ ปรากฏอยู่ ที่นี้ ถ้าว่าสิ่งนั้นกลับเป็นเหตุปรุงแต่งสิ่งอื่นต่อไปอีก มันก็กลายเป็นอาการที่เป็นไปตามกฎของอิทัปปัจจยตา ที่จะทำให้สิ่งใหม่อีกสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นมา อาการระหว่างนี้ เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือความที่อาศัยสิ่งหนึ่ง แล้วเกิดสิ่งใหม่ขึ้น คำสองคำนี้ มันใกล้ชิดกันมากพยายามเข้าใจให้ดี คำว่า ปฏิจจสมุปป็นนธรรม หมายถึง ตัวธรรมชาติ ที่มันเป็นไปตามนั้น

^{๒๓} วิ. ม. (ไทย) ๔/๑-๓/๒-๖.

^{๒๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๘๓.

ปฏิจจนุสุมปะบะท คือ อากะร ที่มันจะเป็นไปตัมมนั้น ตัมมนั้น คือ ตัมมกกฎเกณท์แห่ง อิทปะปัจจยต...^{๒๕}

ปฏิจจนุสุมปะบะทแสดงให้เห็นนอนิจจัง ความไม่เที่ยง พอดูตัวปฏิจจนุสุมปะบะทแล้ว จะเห็ นความไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงเรื่อย ไหลเรื่อยเหมือนกับแม่น้ำที่ไหลเรื่อย เห็นนอนิจจังโดยเห็ นปฏิจจนุสุมปะบะทแล้วก็เห็ นสังขตะ คือ สิ่งที่ถูกปรุงแต่ง สังขตะธรรมทั้งหลาย เรียกว่า ลักษณะที่ แสดงอยู่ที่ปฏิจจนุสุมปะบะท เรียกว่า สังขตะ สังขตะลักษณะ แต่ถ้าเห็ นโดยตรงกันข้ามก็เห็ น อสังขตะ ไปเลย มันยังไม่เห็ น เพราะว่าสังขตะมันยังไม่เห็ น คนโง่มันไม่เห็ นแม้แต่สังขตะ แล้ว มันจะเห็ นอสังขตะ ได้อย่างไร แต่ว่าปฏิจจนุสุมปะบะทนี้แสดงให้เราเห็ น ให้เรารู้จักสิ่ง ที่ เรียกว่าสังขตะ เมื่อเห็ นอย่างนี้แล้ว มันก็ทำให้เห็ นอีกสิ่งหนึ่ง เรียกว่า วยธัมมัง คงเสื่อ มไป เสื่อ มไปเป็นธรรมดา ลักษณะเสื่อ มไป เป็นธรรมดา วยธัมมัง เสื่อ มไปเป็นธรรมดา ก็เห็ น อยู่ที่ปฏิจจนุสุมปะบะทเมื่อคนโง่มันไม่เห็ นแล้ว จะเห็ นแล้วจะทำอย่างไรได้ จะไปโทษใคร แต่ปฏิจจนุสุมปะบะทมันช่วยให้เห็ น แสดงให้เห็ นมันก็ยังไม่เห็ น^{๒๖}

คำสรุปรุของปฏิจจนุสุมปะบะท แสดงให้เห็ นว่าหลักปฏิจจนุสุมปะบะททั้งหมด เป็นกระบวนการ เกิดดับของทุกข์ หรือหลักปฏิจจนุสุมปะบะททั้งหมด มีความมุ่งหมายเพื่อแสดง ความเกิดดับของ ทุกข์เท่านั้นเอง หลักปฏิจจนุสุมปะบะท ความหมายในเบื้องต้นสรุไปได้ว่า การเกิดขึ้นพร้อมแห่ง ธรรมทั้งหลายโดยอาศัยกัน การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันๆ จึงเกิดมีขึ้น หรือการที่ทุกข์เกิดขึ้น เพราะอาศัยปัจจยสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันมา แสดงให้เห็ นอาการที่กระบวนการของธรรมชาติของ ความคิดเกิดเป็นปัญหาขึ้นแก่คน เพราะอวิชชาตัณหาอุปาทาน ได้อย่างไร และในเวลาเดียวกัน กระบวนการของธรรมชาตินั้น ก็แสดงให้เห็ นอาการที่สิ่งทั้งหลายสัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุ ปัจจยต่อกันเป็นรูปกระแสซึ่งไหลวนในภาวะที่เป็นกระแสนี้ ขยายความหมายออกไปให้เห็ น แ่งต่างๆ ได้ คือ สิ่งทั้งหลายมีความสัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นปัจจยแก่กัน สิ่งทั้งหลายมีอยู่ โดยความสัมพันธ์ สิ่งทั้งหลายมีอยู่ด้วยอาศัยปัจจย สิ่งทั้งหลายไม่มีความคงที่อยู่อย่างเดิม แม้แต่ขณะเดียว สิ่งทั้งหลาย ไม่มีอยู่โดยตัวของมันเอง คือ ไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมัน สิ่งทั้งหลายไม่มีมูลการณ์ หรือต้นกำเนิดเดิมสุด

^{๒๕} พุทธทาส ภิกขุ, อิทปะปัจจยต, (กรุงเทพฯ : ไทยควอลิตี้บุ๊คส์(๒๐๐๖), ๒๕๕๒), หน้า ๔๗๕ - ๔๗๖.

^{๒๖} พุทธทาส ภิกขุ, ปฏิจจนุสุมปะบะทกับอานาปานสติ, (กรุงเทพฯ : สุขภาพใจ, ๒๕๕๓), หน้า ๑๔๒ -

อาการที่สิ่งทั้งหลายปรากฏรูปเป็นต่างๆ มีความเจริญความเสื่อมเป็นไปต่างๆ นั้นแสดงถึงสภาวะที่แท้จริงของมันว่าเป็นกระแส ความเป็นกระแสแสดงถึงการประกอบขึ้นด้วยองค์ประกอบต่างๆ รูปกระแสปรากฏเพราะองค์ประกอบทั้งหลายสัมพันธ์เนื่องอาศัยกัน กระแสดำเนินไปแปรรูปได้ เพราะองค์ประกอบต่างๆ ไม่คงที่อยู่แม้แต่ขณะเดียว องค์ประกอบทั้งหลายไม่คงที่อยู่แม้แต่ขณะเดียว เพราะไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมัน ตัวตนที่แท้จริงของมันไม่มี มันจึงขึ้นต่อเหตุปัจจัยต่างๆ เหตุปัจจัยต่างๆ สัมพันธ์ต่อเนื่องอาศัยกัน จึงกุมรูปเป็นกระแสได้ ความเป็นเหตุปัจจัยต่อเนื่องอาศัยกัน แสดงถึงความไม่มีต้นกำเนิดเดิมสุดของสิ่งทั้งหลาย

“กระแสแห่งเหตุปัจจัยที่ทำให้สิ่งทั้งหลายปรากฏโดยเป็นไปตามกฎธรรมชาติ ดำเนินไปได้ก็เพราะสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง ไม่คงอยู่ เกิดแล้วสลายไป ไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมัน และสัมพันธ์เนื่องอาศัยกันภาวะที่ไม่เที่ยง ไม่คงอยู่ เกิดแล้วสลายไป เรียกว่า อนิจจตา ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยเกิดสลาย มีความกดดันขัดแย้งแฝงอยู่ ไม่สมบูรณ์ในตัว เรียกว่า ทุกขตา ภาวะที่ไร้อัตตา ไม่มีตัวตนที่แท้จริงไม่ว่าข้างในหรือข้างนอกของมัน ที่จะเป็นตัวแก่นตัวกุมสิ่งสู่อยู่ครองเป็นเจ้าของ ควบคุมสั่งบังคับให้เป็นไปอย่างนั้นอย่างนี้ตามที่ปรารถนาได้ เรียกว่า อนัตตตา...”^{๒๗}

หลักปฏิจจนูปบาทเป็นหลักธรรมใหญ่ที่แสดงความเป็นไปของชีวิตไว้ทั้งหมด มีขอบเขตกว้างขวางครอบคลุมหลักธรรมปลีกย่อยในระดับต่างๆ อย่างทั่วถึง เรียกได้ว่าเป็นกระบวนการแห่งชีวิต หรือกระบวนการเบ็ดเสร็จ ถ้าเข้าใจหลักปฏิจจนูปบาทแล้ว ก็ชื่อว่าเข้าใจชีวิต หรือเข้าใจพระพุทธศาสนาทั้งหมด ดังพุทธพจน์ที่ว่า ผู้ใดเห็นปฏิจจนูปบาท ผู้นั้นเห็นธรรม หลักปฏิจจนูปบาท แสดงความจริงของธรรมชาติให้เห็นว่า สิ่งทั้งหลาย เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ เป็นไปตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ไม่มี สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา เข้าไปควบคุมบงการกระบวนการที่เกิดขึ้นและดำเนินไปแต่ประการใด หรืออีกนัยหนึ่งเป็นหลักแสดงกระบวนการที่เชื่อมต่อระหว่างความเป็นไปภายในจิตใจของบุคคลที่เกิดขึ้นและดับลงตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัย ความคิดย่อมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม รูปแบบการดำเนินชีวิต วิธีชีวิตของแต่ละบุคคล ดังนั้นความคิดที่ดีย่อมเกื้อกูลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับบุคคลนั้น ๆ ด้วยและในทางกลับกัน ความคิดที่ไม่ดีย่อมบั่นทอนและบ่อนทำลายคุณภาพชีวิตของบุคคลนั้น ๆ ด้วย หลักปฏิจจนูปบาทจะทำให้เราเห็นกระบวนการทำงานของความคิดที่ดำเนินไปสู่การกระทำได้เป็นอย่างดี

^{๒๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๑๖๒.

๒.๓.๒ วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ

“วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ หรือกระจายเนื้อหา เป็นการคิดที่มุ่งให้มอง และให้รู้จักสิ่งทั้งหลายตามสภาวะของมันเอง ใช้พิจารณาเพื่อให้เห็นความไม่มีแก่นสาร หรือความไม่เป็นตัวเป็นตนที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลาย ให้หายยึดติดถือมั่นในสมมติบัญญัติ โดยเฉพาะการพิจารณาเห็นสัตว์บุคคล เป็นเพียงการประชุมกันเข้าขององค์ประกอบต่างๆ ที่เรียกว่าขันธ ๕ และขันธ ๕ แต่ละอย่างก็เกิดขึ้นจากส่วนประกอบย่อยต่อไปอีก”^{๒๘} การพิจารณาเช่นนี้ ช่วยให้มองเห็นความเป็นอนัตตา แต่การที่จะมองเห็นสภาวะเช่นนี้ได้ชัดเจน มักต้องอาศัยวิธีคิดแบบที่ ๑ และหรือแบบที่ ๓ ในข้อต่อไปเข้าร่วม โดยพิจารณาไปพร้อมๆ กัน กล่าวคือ เมื่อแยกแยะส่วนประกอบออก ก็เห็นภาวะที่องค์ประกอบเหล่านั้นอาศัยกัน และขึ้นต่อเหตุปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ไม่เป็นตัวของมันเองแท้จริงยิ่งกว่านั้น องค์ประกอบและเหตุปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ ล้วนเป็นไปตามกฎธรรมดา คือ มีการเกิดดับอยู่ตลอดเวลา ไม่เที่ยงแท้ ไม่คงที่ ไม่ยั่งยืนภาวะที่เกิดขึ้นแล้วต้องดับไป และต้องขึ้นต่อเหตุปัจจัยต่างๆ ถูกเหตุปัจจัยทั้งหลายบีบคั้นขัดแย้งนั้น ถ้าไม่มองในแง่สืบสาวเหตุปัจจัยตามวิธีที่ ๑ ซึ่งอาจจะยากสักหน่อย ก็มองได้ในแง่ลักษณะทั่วไปที่เป็นธรรมดาสามัญของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งอยู่ในขอบเขตของวิธีคิดแบบที่ ๓ ในบาลีท่านมักกล่าวถึงวิธีคิดแบบที่ ๒ นี้ รวมพร้อมไปด้วยกันกับแบบที่ ๓ เพื่อให้มองเห็นภาพของวิธีการคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ จะนำเสนอหลักขันธ ๕ เข้ามาประกอบเพื่อให้เห็นแนวทางอย่างชัดเจนยิ่งขึ้น มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

หลักขันธ ๕

ขันธ ๕ ประกอบด้วย รูปขันธ เวทนาขันธ สัญญาขันธ สังขารขันธ และวิญญาณขันธ เป็นสิ่งที่บัญญัติเรียกกันว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ซึ่งประกอบขึ้นด้วยกัน ๒ ส่วน คือ รูปธรรมและนามธรรม ในส่วนของรูปธรรมคือ รูปขันธ นั้นเกี่ยวข้องกับด้านร่างกาย รูปตามแนวอภิธรรมแบ่งรูปเป็น ๒๘ อย่าง คือ ๑. มหาภูตรูป ๔(ธาต๔) ๒. อุปาทายรูป (รูปอาศัยหรือรูปที่สืบเนื่องมาจากมหาภูตรูป) ๒๔^{๒๙} และในส่วนของนามธรรม คือนามขันธ นั้นเกี่ยวข้องกับด้านจิตใจ ขันธทั้ง ๕ อาศัยซึ่งกันและกัน คือ ต้องมีทั้งกายและจิตจึงจะเป็นชีวิต กายกับใจทำหน้าที่เป็นปกติและประสานสอดคล้องกัน ชีวิตจึงจะดำรงอยู่ได้ด้วยดี ตัวอย่างเช่น กิจกรรมทางจิตใจ ต้องอาศัยความรู้เกี่ยวกับโลก ซึ่งเกิดขึ้นได้ด้วยอาศัยอารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ผ่านเข้ามาทาง ตา หู

^{๒๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๗๖.

^{๒๙} ดูรายละเอียดใน, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๐.

จมูก ลิ้น และกาย ซึ่งเป็นส่วนของรูปธรรมอยู่ในรูปชั้น ส่วนนามชั้น ๔ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดและเป็นเหตุปัจจัยเกี่ยวเนื่องกัน จะดำเนินไปตามกระบวนการธรรม ดังนี้ “... เพราะผัสสะ (ตา หู จมูก ฯลฯ + รูป เสียง กลิ่น ฯลฯ + วิญญาณ) เป็นปัจจัย การเสวยอารมณ์ (เวทนา) จึงมี; บุคคลเสวยอารมณ์ใด ย่อมหมายรู้อารมณ์นั้น (สัญญา), หมายรู้อารมณ์ใด ย่อมตริตรองอารมณ์นั้น (สังขาร) ...”^{๓๐}

ในทางพระพุทธศาสนานั้นมองสิ่งทั้งหลายในรูปของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่มาประชุมรวมกันเข้า และบัญญัติเรียก เป็นชื่อต่าง ๆ เพื่อใช้เป็นสื่อในการทำความเข้าใจระหว่างกัน ในสังคมมนุษย์ ตัวตนแท้ ๆ ของสิ่งทั้งหลายไม่มี เมื่อแยกส่วนต่าง ๆ ของสิ่งนั้น ๆ ออกไปให้หมดจะไม่พบตัวตนของสิ่งนั้น เมื่อพูดถึงสิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ ก็พูดถึงในฐานะมีส่วนประกอบต่าง ๆ มีประชุมรวมกันเท่านั้น การทำหน้าที่ของชั้นต่าง ๆ ดังต่อไปนี้คือ

๑. รูป (Corporeality) ได้แก่ ส่วนประกอบของรูปธรรม และพฤติกรรมต่าง ๆ ของร่างกาย หรือสสารและพลังงานฝ่ายวัตถุ พร้อมทั้งคุณสมบัติ และพฤติกรรมต่าง ๆ ของสสารพลังงานเหล่านั้น
๒. เวทนา (Feeling or Sensation) ได้แก่ ความรู้สึก สุข ทุกข์ หรือ เฉย ๆ ซึ่งเกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ
๓. สัญญา (Perception) ได้แก่ ความกำหนดได้ หรือ หมายรู้ คือ กำหนดรู้อารมณ์ เครื่องหมายลักษณะต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์ (Object) นั้น ๆ ได้
๔. สังขาร (Mental Formation or Volitional Activities) ได้แก่ องค์ประกอบ หรือ คุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต มีเจตนาเป็นตัวนำ ซึ่งปรุงแต่งจิตให้ดีหรือชั่วหรือเป็นกลาง ๆ ปรุงแปรการตรึกนึกคิดในใจ และการแสดงออกทางกายวาจา ให้เป็นไปต่าง ๆ เป็นที่มาของกรรม เช่น ศรัทธา สติ หิริ โอตตัมปะ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ปัญญา โมหะ โลภะ โทสะ มานะ ทิฏฐิ อิสสา มัจฉริยะ เป็นต้น เรียกรวมอย่างง่าย ๆ ว่า เครื่องปรุงจิต เครื่องปรุงความคิด หรือ เครื่องปรุงกรรม
๕. วิญญาณ (Consciousness) ได้แก่ ความรับรู้ทางอารมณ์ทั้ง ๕ และทางใจ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้อารมณ์ทางใจ^{๓๑}

^{๓๐} ดูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๐๔/๒๑๓-๒๑๔ (กระบวนการธรรมที่ครบถ้วน ฟังดูในหัวข้อว่าด้วยอายตนะ ๑๒)

^{๓๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๑๖.

พุทธศาสนานั้นจะแสดงหลักชั้น ๕ ควบคู่ไปกับหลักธรรมอื่น ๆ คือ ต้องแสดงโดยสัมพันธ์กับหลักธรรมชาติอย่างอื่น เช่น หลักอนัตตา เป็นต้น จึงจะปรากฏคุณค่าในทางปฏิบัติโดยสมบูรณ์ ดังที่แสดงส่วนประกอบชั้น ๕ มานั้น โดยแบ่งเป็นรูปธรรมและนามธรรม ความคิดเป็นการทำงานในส่วนของชั้นที่เป็นนามธรรม คือ สังขารชั้น การที่จะให้ความหมายหรือนิยามลักษณะของคำว่า “ความคิด” นั้น เบื้องต้นเราต้องเข้าใจคำว่า “สังขาร” ว่ามีลักษณะอย่างไร มีการทำงานอย่างไร เป็นอันว่าเราจะเข้าใจความหมายของคำว่า “ความคิด” ไปโดยปริยาย

สังขาร หมายถึงรวมถึงพฤติกรรมทางใจที่ประกอบด้วยเจตนาทั้งหมด ทั้งที่เป็นกุศลและอกุศล สิ่งที่เราเรียกกันว่ากรรมนั้นอยู่ในชั้นนี้ เราควรกำหนดจดจำพระพุทธรูปที่ให้นิยามความหมายของคำว่า กรรม เอาไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่า เจตนาทั้งหลาย คือ กรรม เมื่อมีเจตนา มนุษย์ย่อมกระทำการทั้งทางกาย วาจา และใจ” เจตนาเป็น การปรุงแต่งและพฤติกรรมทางใจ มีหน้าที่กำหนดจิตใจให้เป็นไปในทางกุศล อกุศล และกลาง ๆ^{๓๒} กล่าวคือเจตนาเป็นคุณภาพของจิต หรือเครื่องปรุงจิต ที่ชักจูงรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ มาปรุงแต่งความนึกคิด การพูด การทำ ให้เกิดกรรมทางกาย วาจา ใจ คำอธิบายเรื่องสังขาร ในชั้น ๕ นั้น จะกล่าวถึงเพียงว่า เครื่องปรุงแต่งจิตนั้นมีอะไรบ้าง แต่ละอย่างมีลักษณะอย่างไร เป็นต้น ส่วนการอธิบายในเรื่องกระบวนการปรุงแต่ง หรือขั้นตอนการทำงานนั้น จะอยู่ในหลักปฏิบัติสมบูรณ์ ความหมายของสังขารในหลักปฏิบัติสมบูรณ์นั้น จะเป็นการอธิบายในเชิงปฏิบัติการ คือ จำแนกออกเป็น กายสังขาร วุจีสังขาร และจิตตสังขาร ต่างจากคำอธิบายในชั้น ๕ ซึ่งจำแนกสังขารเป็น องค์ธรรมเครื่องปรุงแต่งต่าง ๆ มี ศรัทธา สติ เมตตา กรุณา ปัญญา โลภะ โทสะ เจตนา สมานะ เป็นต้น

“คำว่า สัญญา, สติ, ความจำ มีความเข้าใจที่สับสนในเรื่องความจำว่าตรงกับธรรมข้อใด คำว่า สัญญา มักแปลกันว่า ความจำ คำว่า สติ แปลว่าความระลึกได้ บางครั้งก็แปลว่าความจำ เรื่องนี้ในทางธรรมนั้นไม่มีความสับสน ความจำไม่ใช่กิจของธรรมข้อเดียว แต่เป็นกิจของกระบวนการธรรมซึ่งสัญญาและสติเป็นองค์ธรรมใหญ่ ทำหน้าที่หลักและมีบทบาทสำคัญที่สุด ทั้งสัญญาและสติมีความหมายคาบเกี่ยวและเชื่อมกันกับความจำ กล่าวคือ ส่วนหนึ่งของสัญญาเป็นส่วนหนึ่งของความจำ อีกส่วนหนึ่งของสัญญาอยู่นอกเหนือความหมายของความจำ แม้สติก็เช่นเดียวกัน ส่วนหนึ่ง

^{๓๒} วัลโปละ ราหุละ, พระพุทธองค์ทรงสอนอะไร, แปลโดย สุนทร พลามินทร์, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จันทร์เพ็ญ, ๒๕๕๒), หน้า ๓๑.

ของสติเป็นส่วนหนึ่งของความจำ อีกส่วนหนึ่งของสติ อยู่นอกเหนือความหมายของกระบวนการทรงจำ สัญญาและสติ ทำหน้าที่คนละอย่างในกระบวนการทรงจำ

สัญญา กำหนดหมายรู้อารมณ์เอาไว้ เมื่อประสบอารมณ์อีก ก็เอาข้อที่กำหนดหมายรู้อยู่ไว้ นั้น มาเทียบเคียงว่าเหมือนกันหรือไม่ ถ้าตรงกัน เรียกว่าจำได้ ถ้ามีข้อแตกต่างก็หมายรู้เพิ่มเข้าไว้ การหมายรู้ จำได้ การเทียบเคียง และการเก็บข้อมูล เรียกว่า สัญญา ตรงกับความจำในแง่ที่เป็นการสร้างปัจจัยแห่งความจำ ลักษณะสำคัญของสัญญา คือ การทำงานกับอารมณ์ที่ปรากฏตัวอยู่ต่อหน้า

สติ มีหน้าที่ตั้งอารมณ์มาสู่จิต เห็นอารมณ์ไว้กับจิต คมหรือกำกับจิตไว้กับอารมณ์ สติมีขอบเขตความหมายคลุมถึง การระลึกถึง นึกถึง นึกไว้ ระลึกได้ ไม่เผลอ ตรงกับความจำเฉพาะในส่วนที่เป็นการระลึกและความสามารถในการระลึก สติเป็นการริเริ่มเองจากภายใน โดยอาศัยพลังแห่งเจตนาจำนง ในเมื่ออารมณ์อาจจะไม่ปรากฏอยู่ต่อหน้า เป็นฝ่ายจำนงต่ออารมณ์ จึงจัดอยู่ในสังขาร”^{๓๓}

คำว่า “สัญญา, วิทยญาณ, ปัญญา” เป็นเรื่องเกี่ยวกับความรู้ทั้ง ๓ อย่าง แต่เป็นองค์ธรรมคนละข้อกันและอยู่คนละชั้นกัน สัญญาเป็นชั้นหนึ่ง วิทยญาณเป็นชั้นหนึ่ง ปัญญาอยู่ในสังขารชั้นปัญญา แปลว่า ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ความรู้ชัด คือรู้ทั่วถึงความจริงหรือรู้ตรงตามความเป็นจริง มีขยายความออกไปต่าง ๆ เช่น รู้เหตุรู้ผล รู้ดีรู้ชั่ว รู้ถูกรู้ผิด รู้ควรไม่ควร รู้คุณรู้โทษ รู้ประโยชน์ไม่ใช้ประโยชน์ รู้เท่าทันสังขาร รู้องค์ประกอบ รู้เหตุปัจจัย รู้ที่มาที่ไป รู้ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งทั้งหลาย รู้ตามความเป็นจริง รู้ถ่องแท้ รู้เข้าใจสภาวะ รู้คิด รู้พิจารณา รู้วินิจฉัย รู้ที่จะจัดแจงจัดการหรือดำเนินการ ปัญญาช่วยเสริมสัญญาและวิทยญาณ ช่วยขยายขอบเขตของวิทยญาณให้กว้างขวางออกไป และลึกซึ้งยิ่งขึ้น ส่องทางให้สัญญามีสิ่งกำหนดหมายรวมเก็บได้มากขึ้นเพราะเมื่อเข้าใจเพียงใดก็รับรู้และกำหนดหมายในวิสัยแห่งความเข้าใจเพียงนั้น ปัญญาตรงข้ามกับโมหะ ซึ่งแปลว่า ความหลง ความไม่รู้ ความเข้าใจผิดสัญญาและวิทยญาณหาได้ตรงข้ามกับโมหะไม่ อาจเป็นเหยื่อของโมหะด้วยซ้ำไป เพราะเมื่อเข้าใจผิดไปอย่างใดก็รับรู้และกำหนดหมายเอาไว้ผิด ๆ อย่างนั้น ปัญญาช่วยแก้ไขให้วิทยญาณและสัญญาเดินถูกทาง

“สัญญา และ วิทยญาณ อาศัยอารมณ์ที่ปรากฏอยู่จึงทำงานไปได้ สร้างภาพเห็นภาพขึ้นไป จากอารมณ์นั้น แต่ปัญญาเป็นฝ่ายจำนงต่ออารมณ์ ริเริ่มกระทำต่ออารมณ์ เชื่อมโยงอารมณ์ต่าง ๆ เข้าด้วยกัน เชื่อมโยงสัญญาส่วนต่าง ๆ เข้าด้วยกัน วิเคราะห์แยกแยะ มองเห็นเหตุ เห็นผล เห็น

^{๓๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๒๑.

ความสัมพันธ์ ตลอดถึงการนำไปใช้ประโยชน์ช่วยเสริมการรับรู้และกำหนดหมายให้กับสัญญาและ
 วิญญาณ”^{๓๔}

ตัวอย่างการใช้ความคิดแนวนั้นในบาลี พึงเห็นดังนี้
 มารเอย ติฏฐิของเจ้าเชื่อว่าอะไรเป็นสัตว์
 กองแห่งสังขารล้วน ๆ นี้
 บัณฑิตจะเรียกว่าสัตว์ไม่ได้เลย
 เมื่อชั้นทั้งหลายมีอยู่ การสมมติว่าสัตว์ก็มีได้
 เหมือนคำว่ารถมีได้เพราะประกอบส่วนต่าง ๆ
 เข้าด้วยกัน หนึ่ง ทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้น
 ทุกข์เท่านั้นดำรงอยู่และแปรผันไป
 นอกจากทุกข์ ไม่มีสิ่งอื่นเกิดขึ้น
 นอกจากทุกข์ ไม่มีอะไรอื่นดับไป^{๓๕}
 ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย อากาศอาศัยไม้ เถาวัลย์ หญ้า และดินเหนียว
 มาประกอบเข้ากันจึงนับว่า ‘เรื้อน’ แม้ฉนโค อากาศอาศัยกระดูก เอ็น เนื้อ
 และหนังมาประกอบเข้าด้วยกันจึงนับว่า ‘รูป’ ฉะนั้น หากจักขุที่เป็นอายตนะ
 ภายในไม่แตกทำลาย รูปที่เป็นอายตนะภายนอกไม่มา สู้คลองจักขุ
 ทั้งความใสใจอันเกิดจากจักขุและรูปนั้นก็ไม่มี วิญญาณส่วนที่เกิดจากจักขุ
 และรูปนั้นก็ปรากฏหากจักขุที่เป็นอายตนะภายในไม่แตกทำลาย
 รูปที่เป็นอายตนะภายนอกมาสู่คลองจักขุ แต่ความใสใจอันเกิดจากจักขุ
 และรูปนั้นก็ไม่มี วิญญาณส่วนที่เกิดจากจักขุและรูปนั้นก็ปรากฏ
 แต่เมื่อใด จักขุที่เป็นอายตนะภายในไม่แตกทำลาย รูปที่เป็นอายตนะภายนอก
 มาสู่คลองจักขุ ทั้งความใสใจอันเกิดจากจักขุและรูปก็มี เมื่อนั้น วิญญาณส่วนที่
 เกิดจากจักขุและรูปนั้น ย่อมปรากฏด้วยอาการอย่างนี้
 รูปแห่งสภาพอย่างนั้นจัดเข้าในรูปุปาทานชั้น(อุปาทานชั้นคือรูป) เวทนา
 แห่งสภาพอย่างนั้นจัดเข้าในเวทูปาทานชั้น(อุปาทานชั้นคือเวทนา) สัญญาแห่ง

^{๓๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒.

^{๓๕} ส.ส. ๑๕/๑๗๑/๒๒๘.

สภาพอย่างนั้นจัดเข้าในสัญญาปาทานชั้น(อุปาทานชั้นคือสัญญา) สังขารแห่ง
สภาพอย่างนั้นจัดเข้าในสังขารปาทานชั้น(อุปาทานชั้นคือสังขาร) วิญญาณแห่ง
สภาพอย่างนั้นจัดเข้าในวิญญาณปาทานชั้น(อุปาทานชั้นคือวิญญาณ) ภิกษุ
ย่อมรู้ซื่ออย่างนี้ว่า ‘การรวบรวม การประชุม และหมวดหมู่แห่งอุปาทานชั้น ๕
ประการนี้มีได้ด้วยประการอย่างนี้’^{๓๖}

“คหบดี เรื่องนี้เป็นอย่างนั้น คหบดี เรื่องนี้เป็นอย่างนั้น ความจริง กายนี้กระสับกระส่าย
เป็นดังฟองไข่ มีเปลือกหุ้มไว้ อนึ่งบุคคลผู้บริหารกายนี้อยู่ พึงรับรองความไม่มีโรคได้แม้เพียงครู่เดียว
จะมีอะไรเล่านอกจากความโง่เขลา เพราะเหตุนี้ ท่านพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า ‘เมื่อเรามีกาย
กระสับกระส่ายอยู่ จิตจักไม่กระสับกระส่าย’ ท่านพึงสำเหนียกอย่างนี้”^{๓๗}

ชั้นทั้ง ๕ ทำงานอย่างประสานสอดคล้องกัน ชีวิตจึงจะดำรงอยู่ได้ด้วยดี กิจกรรมของ
จิตใจ ต้องอาศัยความรู้เกี่ยวกับโลก ซึ่งเป็นการกระทบกันของอายตนะภายในคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย
และ ใจ กับอายตนะภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ เมื่อแยกออกเป็นส่วน ๆ
จะไม่พบ บุคคล เขาเรา ไต ๆ ทั้งสิ้น เป็นเพียงสภาวธรรมที่ดำเนินไปโดยอาศัยซึ่งกันและกันเป็นปัจจัย
ขับเคลื่อนไปตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป หมุนเวียนเปลี่ยนไปเช่นนี้ตลอด

๒.๒.๓. วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์

วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์ หรือ วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา คือ มองอย่างรู้เท่าทันความ
เป็นอยู่เป็นไปของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งจะต้องเป็นอย่างนั้นๆ ตามธรรมดาของมันเอง เป็นไปตามกฎไตร
ลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกข์ อนัตตา^{๓๘} โดยเฉพาะก็มุ่งที่ประดาสัตว์และสิ่งที่คนทั่วไปจะรู้เข้าใจได้ถึง
ในฐานะที่มันเป็นสิ่งซึ่งเกิดจากเหตุปัจจัยต่างๆ ประดุจดังขึ้น จะต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยธรรมดาที่ว่า
นั้น ได้แก่ อาการที่สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ที่เกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็จะต้องดับไป ไม่
เที่ยงแท้ ไม่คงที่ ไม่ยั่งยืน ไม่คงอยู่ตลอดไป เรียกว่าเป็น อนิจจัง ธรรมดานั้นเช่นกัน คือ อาการที่
ปัจจัยทั้งหลายทั้งภายในและภายนอกทุกอย่าง ต่างก็เกิดดับ เปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลาเสมอ

^{๓๖} ม.ม. ๑๒/๓๐๖/๓๓๘.

^{๓๗} ส.ข. ๑๗/๑/๒.

^{๓๘} ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,

เหมือนกัน เมื่อเข้ามาสัมพันธ์กัน จึงเกิดความขัดแย้ง ทำให้สิ่งเหล่านั้นมีสถานะถูกบีบคั้นกดดัน ไม่อาจคงอยู่ในสภาพเดิมได้ จะต้องมีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลง เรียกว่าเป็นทุกข์ ธรรมดานั้นเองมีพร้อมอยู่ด้วยว่า ในเมื่อสิ่งทั้งหลายเป็นสภาวะ คือมีภาวะของมันเอง ดังเช่นเป็นสังขารที่ต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัย มันก็ไม่อาจเป็นของของใคร ไม่อาจเป็นไปตามความปรารถนาของใคร ไม่มีใครเอาความคิดอยากบังคับมันได้ ไม่มีใครเป็นเจ้าของครอบครองมันได้จริง เช่นเดียวกับที่ไม่อาจมีตัวตนขึ้นมาไม่ว่าข้างนอกหรือข้างในมัน ที่จะสั่งการบัญชาบังคับอะไรๆ ได้จริง เพราะมันเป็นอยู่ของมันตามธรรมดา โดยเป็นสังขารที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่ใช่เป็นไปตามใจอยากของใคร เรียกว่า เป็นอนัตตา

วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์นี้แบ่งได้เป็น ๒ ขั้นตอน

ขั้นที่หนึ่ง คือ รู้เท่าทัน และยอมรับความจริง เป็นขั้นวางใจวางท่าที่ต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ เป็นท่าที่แห่งปัญญา ท่าที่แห่งความเป็นอิสระ ไม่ถูกมัดตัว

ขั้นที่สอง คือ แก้ไขและทำการไปตามเหตุปัจจัย เป็นขั้นปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ เป็นการปฏิบัติด้วยปัญญา ด้วยความรู้เท่าทัน เป็นอิสระ ไม่ถูกมัดตัว ดังมีตัวอย่างในพระไตรปิฎกที่ยกมาประกอบเพียงเล็กน้อยดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงมนสิการรูปโดยแยบคายและพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งรูปตามความเป็นจริง เมื่อภิกษุมนสิการรูปโดยแยบคายและพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งรูปตามความเป็นจริง ก็ย่อมเบื่อหน่ายในรูปเพราะสิ้นความเพิลิตเพิลิน จึงสิ้นความกำหนดเพราะสิ้นความกำหนดจึงสิ้นความเพิลิตเพิลิน เพราะสิ้นทั้งความเพิลิตเพิลินและความกำหนด จิตจึงหลุดพ้น เราเรียกว่า ‘หลุดพ้นดีแล้ว’” เธอทั้งหลายจงมนสิการเวทนาโดยแยบคาย และพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งเวทนาตามความเป็นจริง เมื่อภิกษุมนสิการเวทนาโดยแยบคาย และพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งเวทนาตามความเป็นจริง ก็ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนาเพราะสิ้นความเพิลิตเพิลินจึงสิ้นความกำหนด เพราะสิ้นความกำหนดจึงสิ้นความเพิลิตเพิลิน เพราะสิ้นทั้งความเพิลิตเพิลินและความกำหนด จิตจึงหลุดพ้นเราเรียกว่า ‘หลุดพ้นดีแล้ว’” เธอทั้งหลายจงมนสิการสัญญาโดยแยบคาย ฯลฯ เธอทั้งหลายจงมนสิการสังขารโดยแยบคาย และพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งสังขารตามความเป็นจริง เมื่อภิกษุมนสิการสังขารโดยแยบคาย และพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งสังขารตามความเป็นจริง ก็ย่อมเบื่อหน่ายในสังขาร เพราะสิ้นความเพิลิตเพิลินจึงสิ้นความกำหนด เพราะสิ้นความกำหนด จึงสิ้นความเพิลิตเพิลิน เพราะสิ้นทั้งความเพิลิตเพิลินและความกำหนด จิตจึง

หลุดพ้น เราเรียกว่า หลุดพ้นดีแล้ว เธอทั้งหลายจงมนสิการวิญญานโดยแยบคาย และ
 จงพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งวิญญานตามความเป็นจริง เมื่อภิกษุมนสิการวิญญาน
 โดยแยบคาย และพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงแห่งวิญญานตามความเป็นจริง ก็ย่อมเบื่อหน่าย
 ในวิญญาน เพราะสิ้นความเพลิดเพลินจึงสิ้นความกำหนัด เพราะสิ้นความกำหนัดจึงสิ้นความ
 เพลิดเพลิน เพราะสิ้นทั้งความเพลิดเพลินและความกำหนัด จิตจึงหลุดพ้น เราเรียกว่า หลุดพ้น
 ดีแล้ว ”^{๓๙}

“ภิกษุ สภาพที่สุขุโสมนัสอาศัยรูปเกิดขึ้น นี้เป็นคุณของรูป สภาพที่รูปไม่เที่ยง เป็นทุกข์
 มีความแปรผันเป็นธรรมดา นี้เป็นโทษของรูป ธรรมเป็นที่กำจัดฉันทราคะ ธรรมเป็นที่ละ
 ฉันทราคะในรูป นี้เป็นเครื่องสลัดออกจากรูป สภาพที่สุขุโสมนัสอาศัยเวทนาเกิดขึ้น ... อาศัย
 สัญญาเกิดขึ้น ... อาศัย สังขารเกิดขึ้น ... สภาพที่สุขุโสมนัสอาศัยวิญญานเกิดขึ้น นี้เป็น
 คุณของวิญญาน สภาพที่วิญญานไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรผันเป็นธรรมดา นี้เป็นโทษ
 ของวิญญาน ธรรมเป็นที่กำจัดฉันทราคะ ธรรมเป็นที่ละฉันทราคะในวิญญาน นี้เป็นเครื่อง
 สลัดออกจากวิญญาน ”^{๔๐}

“ภิกษุทั้งหลาย แม่น้ำคงคานี้พึงพัดพองน้ำกลุ่มใหญ่มา บุรุษผู้มีตาดีก้จะพึงเห็น
 พง์พิจารณาพองน้ำกลุ่มใหญ่นั้นโดยแยบคายได้ เมื่อเขาเห็น พง์พิจารณาพองน้ำกลุ่มใหญ่นั้น
 โดยแยบคาย พองน้ำก็จะพึงปรากฏเป็นของว่าง เปล่าหาสาระมิได้เลย สาระในพองน้ำ
 จะมีได้อย่างไร แม้ฉันไต รูปร่างใดอย่างหนึ่งก็ฉันนั้นเหมือนกัน ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และ
 ปัจจุบัน ฯลฯ ไกลหรือใกล้ก็ตามภิกษุเห็น พง์พิจารณารูปร่างนั้นโดยแยบคาย เมื่อเธอเห็น
 พง์พิจารณารูปร่างนั้นโดยแยบคาย รูปร่างก็จะปรากฏเป็นของว่าง เปล่า หาสาระมิได้เลย สาระในรูป
 จะมีได้อย่างไรเมื่อฝนเม็ดใหญ่ตกในสารทฤดู พองน้ำเกิดขึ้นและดับไปบนผิวน้ำ บุรุษผู้มีตาดีก้
 ก็พึงเห็น พง์ พิจารณาพองน้ำนั้นโดยแยบคายได้ เมื่อเขาเห็น พง์พิจารณาพองน้ำนั้นโดยแยบ
 คาย พองน้ำก็จะพึงปรากฏเป็นของว่าง เปล่า หาสาระมิได้เลยสาระในพองน้ำนั้นจะมีได้
 อย่างไร แม้ฉันไต เวทนาอย่างใดอย่างหนึ่งก็ฉันนั้นเหมือนกัน ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และ
 ปัจจุบัน ฯลฯ ไกลหรือใกล้ก็ตาม ภิกษุเห็น พง์พิจารณาเวทนานั้นโดยแยบคาย เมื่อเธอ
 เห็น พง์ พิจารณาเวทนานั้นโดยแยบคาย เวทนาจึงจะปรากฏเป็นของว่าง เปล่า หาสาระมิได้

^{๓๙} ส.ข. ๑๗/๕๒/๗๔.

^{๔๐} ส.ข. ๑๗/๘๒/๑๓๘.

เลย สาระในเวทนาจะมีได้อย่างไรเมื่อเดือนสุดท้ายแห่งฤดูร้อนยังอยู่ พยับแดดระยิบระยับใน เวลาเที่ยง บุรุษผู้มีตาดีกก็จะพึงเห็น พง์ พิจารณาพยับแดดนั้นโดยแยบคายได้ เมื่อเขาเห็น พง์ พิจารณาพยับแดดนั้นโดยแยบคาย พยับแดดก็จะปรากฏเป็นของว่าง เปล่า ฯลฯ สาระในพยับ แดดจะมีได้อย่างไร แม้ฉันไค สัญญาอย่างใดอย่างหนึ่งก็ฉันนั้นเหมือนกัน ฯลฯ บุรุษผู้ต้องการ แก่นไม้เที่ยวเสาะแสวงหาแก่นไม้ ถือขวานที่คมเข้าไปสู่ป่าเขาเห็นต้นกล้วยใหญ่ ตรง กำลังรุ่ง ไม้มีแก่นในป่านั้นจึงตัดโคน ตัดปลาย แล้ว ปอกกาบออก เขาปอกกาบออกแล้ว ไม่ได้แม้กระทั่ง ในต้นกล้วยนั้น จะได้แก่นแต่ที่ไหนเล่า บุรุษผู้มีตาดีกก็จะเห็น พง์ พิจารณาต้นกล้วยนั้นโดย แยบคายได้เมื่อเขาเห็น พง์พิจารณาต้นกล้วยนั้นโดยแยบคาย ต้นกล้วยก็จะพึงปรากฏเป็น ของว่างเปล่า หาแก่นมิได้เลย แก่นในต้นกล้วยจะมีได้อย่างไร แม้ฉันไค สังขารเหล่าใด เหล่าหนึ่งก็ฉันนั้นเหมือนกัน ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ฯลฯ ไกลหรือใกล้ ก็ตาม ภิกษุ เห็นพง์พิจารณาสังขารนั้นโดยแยบคาย เมื่อเธอเห็น พง์พิจารณา สังขารนั้นโดยแยบคาย สังขารก็จะปรากฏเป็นของว่าง เปล่า หาสาระมิได้เลย สาระในสังขารทั้งหลายจะมีได้อย่างไร นักมายากลหรือลูกมือนักมายากลแสดงมายากลที่ทางใหญ่ ๔ แพร่ง บุรุษผู้มีตาดีกก็จะพึงเห็น พง์ พิจารณามายากลนั้นโดยแยบคายได้ เมื่อเขาเห็น พง์พิจารณามายากลนั้นโดยแยบคาย มายากล ก็จะพึงปรากฏเป็นของว่าง เปล่า หา สาระมิได้เลย สาระในมายากลจะมีได้อย่างไร แม้ฉันไค วิญญาณอย่างใดอย่างหนึ่งก็ฉันนั้นเหมือนกัน ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ฯลฯ ไกลหรือใกล้ก็ตาม ภิกษุเห็น พง์ พิจารณาวิญญาณนั้นโดยแยบคาย เมื่อเธอเห็น พง์ พิจารณา วิญญาณนั้นโดยแยบคาย วิญญาณก็จะปรากฏเป็นของว่างเปล่า หาสาระมิได้เลย สาระในวิญญาณจะมีได้อย่างไร ภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้ได้สดับเห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในรูป ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในเวทนา ... แม้ในสัญญา... แม้ในสังขาร ย่อมเบื่อหน่าย แม้ใน วิญญาณ เมื่อเบื่อหน่ายย่อมคลายกำหนด เพราะคลายกำหนด จิตย่อมหลุดพ้น เมื่อจิตหลุดพ้น แล้ว ก็รู้ว่า ‘หลุดพ้นแล้ว’ รู้ชัดว่า ฯลฯ ไม่มีกิจอื่น เพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป”^{๔๑}

๒.๓.๔. วิธีคิดแบบอริยสัจ หรือการคิดแบบแก้ปัญหา

วิธีคิดแบบอริยสัจ หรือ คิดแบบแก้ปัญหา เรียกตามโวหารทางธรรมได้ว่า วิธีแห่งความดับ ทุกข์จัดเป็นวิธีคิดแบบหลักอย่างหนึ่ง เพราะสามารถขยายให้ครอบคลุมวิธีคิดแบบอื่นๆ ได้ทั้งหมด

^{๔๑} ส.ข. ๑๓/๔๕/๑๘๒.

วิธีคิดแบบอริยสัจนี้ มีลักษณะทั่วไป ๒ ประการ^{๔๒} คือ

๑) เป็นวิธีคิดตามเหตุและผล หรือเป็นไปตามเหตุและผล สืบสาวจากผลไปหาเหตุแล้ว
แก้ไขและทำการที่ต้นเหตุ จัดเป็น ๒ คู่ คือ

คู่ที่ ๑: ทุกข์เป็นผล เป็นตัวปัญหา เป็นสถานการณ์ที่ประสบ ซึ่งไม่ต้องการสมุทัยเป็นเหตุ
เป็นที่มาของปัญหา เป็นตัวการ ที่ต้องกำจัดหรือแก้ไข จึงจะพ้นปัญหา

คู่ที่ ๒: นิโรธเป็นผล เป็นภาวะสิ้นปัญหา เป็นจุดหมาย ซึ่งต้องการจะเข้าถึงมรรคเป็นเหตุ
เป็นวิธีการ เป็นข้อปฏิบัติ ที่ต้องกระทำในการแก้ไขสาเหตุ เพื่อบรรลุจุดหมาย คือภาวะสิ้นปัญหา
ได้แก่ ความดับทุกข์

๒) เป็นวิธีคิดที่ตรงจุดตรงเรื่อง ตรงไปตรงมา มุ่งตรงต่อสิ่งที่จะต้องทำต้องปฏิบัติต้อง
เกี่ยวข้องของชีวิต ใช้แก้ปัญหามา ไม่ฟังชานออกไปในเรื่องฟังเพื่อ ที่สักว่าคิดเพื่อสนองตัณหามานะทิฎฐิ
ซึ่งไม่อาจนำมาใช้ปฏิบัติ ไม่เกี่ยวกับการแก้ไขปัญหา ได้กล่าวแล้วว่า วิธีคิดแบบนี้ รั้งกัน หรือ
ต่อเนื่องกัน กับวิธีคิดแบบที่ ๓ กล่าวคือ เมื่อประสบปัญหาได้รับความทุกข์ และเมื่อสามารถวางใจวาง
ท่าที่ต่อสถานการณ์ได้อย่างถูกต้องตามวิธีคิดแบบที่ ๓ ขั้นที่ ๑ แล้วต่อจากนั้น เมื่อจะปฏิบัติด้วย
ปัญญาเพื่อแก้ไขปัญหามาตามวิธีปฏิบัติขั้นที่ ๒ ของวิธีการคิดแบบที่ ๓ นั้น ฟังดำเนินความคิดในส่วน
รายละเอียดขยายออกไปตามขั้นตอน อย่างที่แสดงในวิธีการคิดแบบที่ ๔ นี้

หลักการ หรือสาระสำคัญของวิธีคิดแบบอริยสัจ ก็คือ การเริ่มต้นจากปัญหา หรือ
ความทุกข์ ที่ประสบโดยกำหนดรู้ ทำความเข้าใจปัญหา คือความทุกข์นั้น ให้ชัดเจน แล้วสืบค้นหา
สาเหตุเพื่อเตรียมแก้ไข ในเวลาเดียวกัน กำหนดเป้าหมายของตนให้แน่ชัดว่าคืออะไร จะเป็นไปได้
หรือไม่ และเป็นไปได้อย่างไร แล้วคิดวางวิธีปฏิบัติที่จะกำจัดสาเหตุของปัญหา โดยสอดคล้องกับ
การที่จะบรรลุจุดหมายที่กำหนดไว้นั้น จะกล่าวถึงหลักอริยสัจ และวิธีปฏิบัติเป็นขั้นๆ โดยย่อ ดังนี้

ขั้นที่ ๑ ทุกข์ คือ สภาพปัญหา ความคับข้อง ติดขัด กดดัน บีบคั้น บกพร่อง ที่เกิดมีแก่
ชีวิต หรือที่คนได้ประสบ สำหรับทุกข์นี้ เรามีหน้าที่เพียงกำหนดรู้ คือทำความเข้าใจและกำหนด
ขอบเขตให้ชัด หน้าที่นี้เรียกว่า ปริปัญญา

ขั้นที่ ๒ สมุทัย คือ เหตุเกิดแห่งทุกข์ หรือสาเหตุของปัญหา ได้แก่เหตุปัจจัยต่างๆ ที่เข้า
สัมพันธ์ขัดแย้งส่งผลสืบทอดกันมา จนปรากฏเป็นสภาพบีบคั้น กดดัน คับข้อง ติดขัด อึดอัด บกพร่อง

^{๔๒} ดูรายละเอียดใน, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,
หน้า ๖๘๑-๖๘๓.

ในรูปต่างๆ แปลกๆ กันไป อันจะต้องค้นหาให้พบ แล้วทำหน้าที่ต่อมันให้ถูกต้องคือ ปหาน ได้แก่ กำจัด หรือละเสีย

ขั้นที่ ๓ นิโรธ คือ ความดับทุกข์ ความพ้นทุกข์ ภาวะไร้ทุกข์ ภาวะพ้นปัญหา หมดหรือปราศจากปัญหา เป็นจุดหมายที่ต้องการ ซึ่งเรามีหน้าที่ สัจฉิกิริยา หรือประจักษ์แจ้ง ทำให้เป็นจริง ทำให้สำเร็จ หรือลูกลงในขั้นนี้ จะต้องกำหนดได้ว่า จุดหมายที่ต้องการคืออะไร การที่ปฏิบัติอยู่นี้ หรือจะปฏิบัติ เพื่ออะไร จะทำกันไปไหน จุดหมายนั้นเป็นไปได้หรือไม่ เป็นไปได้อย่างไร มีหลักการในการเข้าถึงอย่างไร มีจุดหมายรองหรือจุดหมายลัดหลังแบ่งเป็นขั้นตอนในระหว่างได้อย่างไรบ้าง

ขั้นที่ ๔ มรรค คือ ทางดับทุกข์ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ หรือวิธีแก้ไขปัญหา ได้แก่ วิธีการ และรายละเอียดสิ่งที่จะต้องปฏิบัติ เพื่อกำจัดเหตุปัจจัยของปัญหา ให้เข้าถึงจุดหมายที่ต้องการ ซึ่งเรามีหน้าที่ภาวนา คือ ปฏิบัติ กำหนดวางวิธีการ แผนการ และรายการสิ่งที่จะต้องทำ ซึ่งจะช่วยแก้ไขสาเหตุของปัญหาได้สำเร็จ โดยสอดคล้องกับจุดหมายที่ต้องการ

๒.๓.๕. วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์

วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ หรือคิดตามหลักการและความมุ่งหมาย คือพิจารณาให้เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่าง ธรรม กับ อรรถ หรือ หลักการ กับ ความมุ่งหมาย เป็นความคิดที่มีความสำคัญมาก ในเมื่อจะลงมือปฏิบัติธรรม หรือทำการตามหลักการอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้ได้ผลตรงตามความมุ่งหมาย ไม่กลายเป็นการกระทำที่เคลื่อนคลาด เลื่อนลอย หรือมลาย

“ธรรม” แปลว่า หลัก หรือหลักการ คือ หลักความจริง หลักความดีงาม หลักการปฏิบัติ หรือหลักที่จะเอาไปใช้ปฏิบัติ รวมทั้งหลักคำสอนที่จะให้ประพฤติปฏิบัติ และกระทำการได้ถูกต้อง

“อรรถ” (อรรถะ ก็เขียน) แปลว่า ความหมาย ความมุ่งหมาย จุดหมาย ประโยชน์ที่ต้องการ หรือสาระที่พึงประสงค์...^{๔๓}

มีข้อความในพระไตรปิฎกที่ยกมาประกอบเป็นตัวอย่างดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดธรรม ๔ ประการ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้ ธรรม ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้

^{๔๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๗๕ - ๗๒๗.

๒. เพราะไม่รู้แจ้งแห่งตลอดอริยสมาธิ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนาน
อย่างนี้

๓. เพราะไม่รู้แจ้งแห่งตลอดอริยปัญญา เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาล
ยาวนานอย่างนี้

๔. เพราะไม่รู้แจ้งแห่งตลอดอริยวิมุตติ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยว เร่ร่อนไปตลอดกาล
ยาวนานอย่างนี้

ภิกษุทั้งหลาย เราได้รู้แจ้งแห่งตลอดอริยศีล เราได้รู้แจ้งแห่งตลอดอริยสมาธิเราได้รู้แจ้งแห่ง
ตลอดอริยปัญญา เราได้รู้แจ้งแห่งตลอดอริยวิมุตติ เราถอนภวตัณหาได้แล้ว ภวเนตติ สิ้นไป
แล้ว บัดนี้ภาพใหม่ไม่มีอีก”^{๔๔}

“ภิกษุทั้งหลาย บุคคล ๔ จำพวกนี้มีปรากฏอยู่ในโลกบุคคล ๔ จำพวก ไหนบ้าง คือ

๑. บุคคลผู้มีสัจจะน้อยทั้งไม่เข้าถึงสัจจะ
๒. บุคคลผู้มีสัจจะน้อย แต่เข้าถึงสัจจะ
๓. บุคคลผู้มีสัจจะมาก แต่ไม่เข้าถึงสัจจะ
๔. บุคคลผู้มีสัจจะมากทั้งเข้าถึงสัจจะ

บุคคลผู้มีสัจจะน้อยทั้งไม่เข้าถึงสัจจะ เป็นอย่างไร คือ บุคคลบางคนในโลกนี้มีสัจจะ คือ สุตตะ
เคยยะ เวยยาकरणะ คาลา อุทาน อิติวุตตกะ ชาตกะ อัပ္ภุตธรรม เวทัลละ น้อย ทั้งเขาก็หา
อรรธ รู้ธรรม แห่งสัจจะน้อยนั้นแล้วปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมไม่ บุคคลผู้มีสัจจะน้อยทั้งไม่
เข้าถึงสัจจะเป็นอย่างนี้แล

บุคคลผู้มีสัจจะน้อย แต่เข้าถึงสัจจะ เป็นอย่างไร คือ บุคคลบางคนในโลกนี้มีสัจจะ คือ สุตตะ
เคยยะ ฯลฯ เวทัลละน้อย แต่ เขารู้อรรธรู้ธรรมแห่งสัจจะน้อยนั้นแล้ว ปฏิบัติธรรมสมควรแก่
ธรรม บุคคลผู้มีสัจจะ น้อย แต่เข้าถึงสัจจะ เป็นอย่างนี้แล

บุคคลผู้มีสัจจะมาก แต่ไม่เข้าถึงสัจจะ เป็นอย่างไร คือ บุคคลบางคนในโลกนี้มีสัจจะ คือ สุตตะ
เคยยะ ฯลฯ เวทัลละมาก แต่เขาหาอรรธรู้ธรรมแห่งสัจจะมากนั้น แล้วปฏิบัติธรรมสมควร
แก่ธรรมไม่ บุคคล ผู้มีสัจจะมาก แต่ไม่เข้าถึงสัจจะ เป็นอย่างนี้แล”^{๔๕}

^{๔๔} อัง.จตุกก ๒๑/๑/๑-๒.

^{๔๕} อัง.จตุกก ๒๑/๖/๑๐.

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ ย่อมเคลื่อนไม่ตั้งมั่น ในสัทธรรม
ธรรม ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. ภิกษุผู้ไม่มีศรัทธา ย่อมเคลื่อน ไม่ตั้งมั่นในสัทธรรม
๒. ภิกษุผู้ไม่มีหิริ ย่อมเคลื่อน ไม่ตั้งมั่นในสัทธรรม
๓. ภิกษุผู้ไม่มีโอตตปัปะ ย่อมเคลื่อน ไม่ตั้งมั่นในสัทธรรม
๔. ภิกษุผู้เกียจคร้าน ย่อมเคลื่อน ไม่ตั้งมั่นในสัทธรรม
๕. ภิกษุผู้มีปัญญาทรมาย่อมเคลื่อน ไม่ตั้งมั่นในสัทธรรม

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๕ ประการนี้แล ย่อมเคลื่อน ไม่ตั้งมั่น ในสัทธรรม
ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๕ ประการ ย่อมไม่เคลื่อน ตั้งมั่นในสัทธรรม ธรรม ๕ ประการ
อะไรบ้าง คือ

๑. ภิกษุผู้มีศรัทธา ย่อมไม่เคลื่อน ตั้งมั่นในสัทธรรม
๒. ภิกษุผู้มีหิริ ย่อมไม่เคลื่อน ตั้งมั่นในสัทธรรม
๓. ภิกษุผู้มีโอตตปัปะ ย่อมไม่เคลื่อน ตั้งมั่นในสัทธรรม
๔. ภิกษุผู้ปรารถนาความเพียร ย่อมไม่เคลื่อน ตั้งมั่นในสัทธรรม
๕. ภิกษุผู้มีปัญญา ย่อมไม่เคลื่อน ตั้งมั่นในสัทธรรม

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๕ ประการนี้แล ย่อมไม่เคลื่อน ตั้งมั่นในสัทธรรม”^{๔๖}

แนวทางการคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ พอสรุปได้ดังนี้ คือ ฟังและเล่าเรียนธรรม ทรงจำธรรม
ไว้ได้ ไตร่ตรองอรรถ และนำไปปฏิบัติอย่างเหมาะสม คือ ธัมมานุธัมมปฏิบัติ

๒.๓.๖. วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออก

วิธีคิดแบบรู้ทันคุณโทษและทางออก หรือพิจารณาให้เห็นครบทั้ง อัสสาทะ อาทีนวะ และ
นิสสรณะ เป็นการมองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงอีกแบบหนึ่ง ซึ่งเน้นการยอมรับความจริงตามที่
สิ่งนั้นๆ เป็นอยู่ทุกแง่ทุกด้าน ทั้งด้านดีด้านเสีย และเป็นวิธีคิดที่ต่อเนื่องกับการปฏิบัติมาก เช่นบอกว่า
ก่อนจะแก้ปัญหาก็ต้องเข้าใจปัญหาให้ชัด และรู้ที่ไปให้ดีก่อน หรือก่อนจะละสิ่งหนึ่งไปหาอีกสิ่งหนึ่ง

^{๔๖} อก.ปญจก ๒๒/๘/๑๐-๑๑.

ต้องรู้จักทั้งสองฝ่ายดีพอ ที่จะให้เห็นได้ว่า การละและไปหานั้น หรือการทิ้งอย่างหนึ่งไปเอาอีกอย่างหนึ่งนั้น เป็นการกระทำที่รอบคอบ สมควร และดีจริง^{๔๗}

อัสสาทะ แปลว่า ส่วนดี ส่วนอร่อย ส่วนหวานชื่น คุณ คุณค่า ข้อที่น่าพึงพอใจ

อาทีนวะ แปลว่า ส่วนเสีย ข้อเสีย ช่องเสีย โทษ ข้อบกพร่อง (อาทีนพ ก็เขียน)

นิสสรณะ แปลว่า ทางออก ทางรอด ภาวะหลุดรอดปลอดภัย หรือสลัดออกได้ ภาวะที่ปลอดภัยปราศจากปัญหา มีความสมบูรณ์ในตัว ดิงามจริง โดยไม่ต้องขึ้นต่อข้อดีข้อเสีย ไม่ขึ้นต่ออัสสาทะ และอาทีนวะ ของสิ่งที่เป็นปัญหาหรือภาวะที่สลัดออกมานั้น

การคิดแบบนี้ มีลักษณะ ๒ ประการ คือ

๑. มองเห็นทั้งด้านดี ด้านเสีย หรือทั้งคุณ และโทษของสิ่งนั้นๆ ไม่ใช่มองแต่ด้านดี หรือคุณอย่างเดียว และไม่ใช่เห็นแต่โทษหรือด้านเสียอย่างเดียว เช่น ที่เชื่อว่ามองเห็นกามตามเป็นจริง คือรู้ทั้งคุณ และโทษของกาม

๒. มองเห็นทางออก มองเห็นจุดหมาย และรู้ว่าจุดหมาย หรือที่จะไปนั้น คือ อะไร คือ อย่างไร ดีกว่า และพ้นจากข้อบกพร่องจุดอ่อน โทษ ส่วนเสีย ของสิ่งหรือภาวะที่เป็นปัญหาอยู่ได้อย่างไร ไม่ต้องขึ้นต่อคุณโทษ ข้อดีข้อเสียแบบเก่าอีกต่อไปจริงหรือไม่ จุดหมาย หรือที่ไป หรือภาวะปลอดภัยเช่นนั้น มีอยู่จริง หรือเป็นไปได้อย่างไร

มีตัวอย่างวิธีคิดแบบคุณโทษและทางออกที่มีในพระไตรปิฎก ที่ยกมาประกอบเพื่อเป็นแนวทางดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย ทิฎฐิ ๒ ประการนี้ คือ (๑) ภวทิฎฐิ (๒) วิภวทิฎฐิ สมณะหรือพราหมณ์เหล่าใดเหล่าหนึ่งยึดติด เข้าถึง เกาะติดภวทิฎฐิ สมณะ หรือพราหมณ์เหล่านั้น ชื่อว่าเป็นผู้ยินร้ายต่อวิภวทิฎฐิ สมณะหรือพราหมณ์เหล่าใดเหล่าหนึ่งยึดติด เข้าถึง เกาะติดวิภวทิฎฐิ สมณะหรือพราหมณ์เหล่านั้น ชื่อว่า เป็นผู้ยินร้ายต่อภวทิฎฐิ สมณะหรือพราหมณ์เหล่าใดเหล่าหนึ่งไม่รู้จักขัดความเกิดความดับ คุณ โทษ และอุบายเครื่องสลัดทิฎฐิ ๒ ประการนี้ตามความเป็นจริง สมณะหรือพราหมณ์เหล่านั้น ชื่อว่าเป็นผู้มีราคะ มีโทสะ มีโมหะ มีตัณหามีอุปาทาน เป็นผู้ไม่รู้แจ้ง เป็นผู้ยินดียินร้าย พอใจในธรรมอันเป็นเหตุให้เน้นช้ายินดีในธรรมอันเป็นเหตุให้เน้นช้ำ เรากล่าวว่า ‘พวกเขาไม่พ้นจากชาติ (ความเกิด) ชรา (ความแก่) มรณะ (ความตาย)

^{๔๗} ดูรายละเอียดใน, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๖๘๙ - ๖๙๐.

โสกะ (ความเศร้าโศก) ปรีทเวระ (ความคร่ำครวญ) ทุกข์ (ความทุกข์กาย) โทมนัส (ความทุกข์ใจ) และอุปายาส (ความคับแค้นใจ) ไม่พ้นจากทุกข์’ สมณะหรือพราหมณ์เหล่าใดเหล่าหนึ่ง รู้ชัดความเกิด ความดับ คุณ โทษ และอุบายเครื่องสลัดทิฏฐิ ๒ ประการนี้ตามความเป็นจริง สมณะหรือพราหมณ์เหล่านั้น ชื่อว่าเป็นผู้ปราศจากราคะ ปราศจากโทสะ ปราศจากโมหะ ปราศจาก ตัณหา ไม่มีอุปาทาน เป็นผู้รู้แจ้ง เป็นผู้ไม่ยินดีไม่ยินร้าย เป็นผู้พอใจในธรรม อันไม่เป็นเหตุให้เนิ่นช้า ยินดีในธรรมอันไม่เป็นเหตุให้เนิ่นช้า เรากล่าวว่า ‘พวกเขา พ้นจากชาติ ชรา มรณะ โสกะ ปรีทเวระ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส พ้นจากทุกข์’^{๔๘}

“ภิกษุทั้งหลาย...การแสวงหาที่ประเสริฐ เป็นอย่างไร คือ คนบางคนในโลกนี้ ตนเองมีความเกิดเป็นธรรมดา ทราบชัดถึงโทษในสิ่งที่มีความเกิดเป็นธรรมดา ย่อมแสวงหานิพพานที่ไม่มี ความเกิด ไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่า และเกษมจากโยคะ ตนเองมีความแก่เป็นธรรมดา ทราบชัดถึง โทษในสิ่งที่มีความแก่เป็นธรรมดา ย่อมแสวงหานิพพานที่ไม่มี ความแก่ ไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่าและ เกษมจากโยคะตนเองมีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา ทราบชัดถึงโทษ ในสิ่งที่มี ความเจ็บไข้เป็น ธรรมดา ย่อมแสวงหานิพพานที่ไม่มี ความเจ็บไข้ ไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่าและ เกษมจากโยคะ ตนเองมีความตายเป็นธรรมดา ทราบชัดถึงโทษในสิ่งที่มี ความตายเป็นธรรมดา ย่อมแสวงหา นิพพานที่ไม่มี ความตายไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่า และเกษมจากโยคะ ตนเองมีความเศร้าโศกเป็น ธรรมดา ทราบชัดถึงโทษในสิ่งที่มี ความเศร้าโศกเป็นธรรมดา ย่อมแสวงหานิพพานที่ไม่มี ความ เศร้าโศก ไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่า และเกษมจากโยคะ ตนเองมีความเศร้าหมองเป็นธรรมดา ทราบ ชัดถึงโทษในสิ่งที่มี ความเศร้าหมองเป็นธรรมดา ย่อมแสวงหานิพพาน ที่ไม่มี ความเศร้าหมอง ไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่าและเกษมจากโยคะ นี้คือการแสวงหาที่ประเสริฐ”^{๔๙}

“ภิกษุทั้งหลาย ชาติที่สลัด ๕ ประการนี้ ชาติที่สลัด ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อมนสิการกามทั้งหลาย จิตของเธอย่อมไม่แล่นไป ไม่เลื่อมใส ไม่ตั้งอยู่ ไม่น้อมไปในกามทั้งหลาย แต่เมื่อเธอมนสิการเนกขัมมะ จิตของเธอจึงแล่นไป เลื่อมใส ตั้งอยู่ น้อมไปในเนกขัมมะ จิตนั้นของเธอชื่อว่าเป็นจิตดำเนินไปดีแล้ว เจริญดีแล้ว ตั้งอยู่ดีแล้ว หลุดพ้นดีแล้ว พราศออกดีแล้วจากกามทั้งหลายเธอหลุดพ้นแล้วจากอาสวะ และความเร่าร้อน

^{๔๘} ม.ม. ๑๒/๑๔๒/๑๓๗.

^{๔๙} ม.ม. ๑๒/๒๗๕/๒๙๘-๒๙๙.

ที่ก่อความคับแค้น ซึ่งเกิดขึ้นเพราะกามเป็นปัจจัย เธอยอมไม่เสวยเวหนานั้น นี้เรากล่าวว่าธาตุที่สลัดกามทั้งหลาย

๒. ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อมนสิการพยาบาท จิตของเธอยอมไม่แล่นไป ไม่เลื่อมใส ไม่ตั้งอยู่ ไม่น้อมไปในพยาบาท แต่เมื่อเธอมนสิการความไม่พยาบาท จิตของเธอจึงแล่นไป เลื่อมใส ตั้งอยู่น้อมไปในความไม่พยาบาท จิตนั้นของเธอชื่อว่าเป็นจิตดำเนินไปดีแล้ว เจริญดีแล้ว ตั้งอยู่ดีแล้ว หลุดพ้นดีแล้ว พรากออกดีแล้วจากพยาบาท เธอหลุดพ้นแล้วจากอาสวะ และความเร่าร้อนที่ก่อความคับแค้นซึ่งเกิดขึ้นเพราะพยาบาทเป็นปัจจัย เธอยอมไม่เสวย เวหนานั้น นี้เรากล่าวว่าธาตุที่สลัดพยาบาท

๓. ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อมนสิการวิหิงสา จิตของเธอยอมไม่แล่นไป ไม่เลื่อมใส ไม่ตั้งอยู่ ไม่น้อมไปในวิหิงสา แต่เมื่อเธอมนสิการ อวิหิงสา จิตของเธอจึงแล่นไป เลื่อมใส ตั้งอยู่ น้อมไปใน อวิหิงสา จิตนั้นของเธอชื่อว่าเป็นจิตดำเนินไปดีแล้ว เจริญดีแล้ว ตั้งอยู่ดีแล้ว หลุดพ้นดีแล้ว พรากออกดีแล้วจากวิหิงสา เธอหลุดพ้นแล้วจากอาสวะ และความเร่าร้อนที่ก่อความคับแค้นซึ่งเกิดขึ้นเพราะวิหิงสา เป็นปัจจัย เธอยอมไม่เสวยเวหนานั้น นี้เรากล่าวว่าธาตุที่สลัดวิหิงสา

๔. ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อมนสิการรูปทั้งหลาย จิตของเธอยอมไม่แล่นไป ไม่เลื่อมใส ไม่ตั้งอยู่ ไม่น้อมไปในรูปทั้งหลาย แต่เมื่อเธอมนสิการอรูป จิตของเธอจึงแล่นไป เลื่อมใส ตั้งอยู่ น้อมไปในอรูป จิตนั้นของเธอชื่อว่าเป็นจิตดำเนินไปดีแล้ว เจริญดีแล้ว ตั้งอยู่ดีแล้ว หลุดพ้นดีแล้ว พรากออกดีแล้วจากรูปทั้งหลาย เธอหลุดพ้นแล้ว จากอาสวะ และความเร่าร้อน ที่ก่อความคับแค้นซึ่งเกิดขึ้นเพราะรูปเป็นปัจจัย เธอยอมไม่เสวยเวหนานั้น นี้เรากล่าวว่าธาตุที่สลัดรูปทั้งหลาย

๕. ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อมนสิการสักกายะ จิตของเธอยอมไม่แล่นไป ไม่เลื่อมใส ไม่ตั้งอยู่ ไม่น้อมไปในสักกายะ แต่เมื่อมนสิการถึงสักกายนิโรธ (ความดับสักกายะ) จิตของเธอจึงแล่นไป เลื่อมใส ตั้งอยู่ น้อมไปในสักกายนิโรธ จิตนั้นของเธอชื่อว่าเป็นจิตดำเนินไปดีแล้ว เจริญดีแล้ว ตั้งอยู่ดีแล้ว หลุดพ้นดีแล้ว พรากออกดีแล้วจาก สักกายะ เธอหลุดพ้นแล้วจากอาสวะ และความเร่าร้อนที่ก่อความคับแค้นซึ่งเกิดขึ้นเพราะสักกายะเป็นปัจจัย เธอยอมไม่เสวยเวหนานั้น นี้เรากล่าวว่าธาตุที่สลัดสักกายะ ความเปล็ดเปล็นในกามยอมไม่เกิดแก่เธอ ความเปล็ดเปล็นในพยาบาทก็ไม่เกิด ความเปล็ดเปล็นในวิหิงสาก็ไม่เกิด ความเปล็ดเปล็นในรูปก็ไม่เกิด ความ

เพลิตเพลินในสั๊กกายะก็ไม่เกิด เพราะความเพลิตเพลินในกามไม่เกิดเพราะความเพลิตเพลินใน พยาบาทไม่เกิด เพราะความเพลิตเพลินในวิหิงสาไม่เกิดเพราะความเพลิตเพลินในรูปไม่เกิด และ เพราะความเพลิตเพลินในสั๊กกายะไม่เกิดแก่เธอ ภิกษุนี้เราจึงเรียกว่า เป็นผู้ไม่มีอาลัย ตัดตัณหาได้แล้ว คลายสังโยชน์ได้แล้วทำที่สุดทุกข์ได้แล้ว เพราะละมานะได้โดยชอบ ภิกษุทั้งหลาย ธาตุที่สลัด ๕ ประการนี้แล”^{๕๐}

๒.๓.๗. วิธีคิดแบบรู้คุณค่าแท้ คุณค่าเทียม

วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม หรือ การพิจารณาเกี่ยวกับปฏิเสวนา คือ การใช้สอย หรือบริโภคเป็นวิธีคิดแบบสั๊ก หรือบรรเทาตัณหา เป็นขั้นฝีกหัดขัดเกลากิเลส หรือตัดทางไม่ให้กิเลส เข้ามาครอบงำจิตใจแล้วชักจูงพฤติกรรมต่อ ๆ ไป วิธีคิดแบบนี้ใช้มากในชีวิตประจำวัน เพราะ เกี่ยวข้องกับการบริโภคใช้สอยปัจจัย ๔ คุณค่านี้นำแยกได้เป็น ๒ ประเภท ตามชนิดของ ความ ต้องการ^{๕๑} คือ

๑) คุณค่าแท้ หมายถึง ความหมาย คุณค่า หรือประโยชน์ของสิ่งทั้งหลาย ในแง่ที่สนอง ความต้องการของชีวิตโดยตรง หรือที่มนุษย์นำมาใช้แก้ปัญหาของตน เพื่อความดีงาม ความดำรงอยู่ ด้วยดีของชีวิต หรือเพื่อประโยชน์สุขทั้งของตนเองและผู้อื่น

๒) คุณค่าเทียม หมายถึง ความหมาย คุณค่า หรือประโยชน์ของสิ่งทั้งหลายที่มนุษย์พอก เพิ่มให้แก่สิ่งนั้น เพื่อปรนเปรอการเสพเสวยเวทนา หรือเพื่อเสริมราคา เสริมขยายความมั่นคงยิ่งใหญ่ ของตัวตนที่ยึดถือไว้ คุณค่าเทียมนี้ อาศัยตัณหาเป็นเครื่องตีค่า หรือวัดราคา จะเรียกว่าคุณค่าสนอง ตัณหา ก็ได้ เช่น อาหารมีคุณค่าอยู่ที่ความเอร็ดอร่อย เสริมความสนุกสนาน เป็นเครื่องแสดงฐานะ ความโก้ ช่วยให้ดูหรูหรา รถยนต์เป็นเครื่องวัดฐานะ แสดงความโก้ ความมั่งมี มุ่งเอาความสวยงาม และความเด่น เป็นต้น

ตัวอย่างที่มีในพระไตรปิฎกยกมาประกอบเพื่อเป็นแนวทางดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย พรานเบ็ดหย่อนเบ็ดที่มีเหยื่อลงไปในห้วงน้ำลึก ปลาตัวใดเห็นแก่เหยื่อ กลืนเบ็ดนั้น ปลาตัวนั้นชื่อว่ากลืนเบ็ดของนายพรานเบ็ด ถึงความวิบัติ ถึงความพินาศ

^{๕๐} อจ.ปญจก. ๒๒/๒๐๐/๓๔๐-๓๔๒.

^{๕๑} ดูรายละเอียดใน, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,

ถูกพรานเบ็ดทำได้ตามใจปรารถนาแม้ฉันใด ภิคุซทั้งหลาย เบ็ด ๖ ชนิดนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน มีอยู่ในโลกเพื่อความวิบัติของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อฆ่าสัตว์ทั้งหลาย เบ็ด ๖ ชนิด อะไรบ้าง คือ รูปที่พึงรู้แจ้งทางตาที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่พาใจให้กำหนดมีอยู่ ถ้าภิคุซยังผลิตเพลิน เซยชม ยึดติดรูปนั้นอยู่ ภิคุซนี้ เราเรียกว่า ‘ผู้กลืนเบ็ดของมาร ถึงความวิบัติ ถึงความพินาศ ถูกมารผู้มีบาป ทำได้ตามใจปรารถนา’ ฯลฯ รสที่พึงรู้แจ้ง ทางลิ้น ฯลฯ ธรรมารมณ์ที่พึงรู้แจ้งทางใจที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด มีอยู่ ถ้าภิคุซยังผลิตเพลิน เซยชม ยึดติดธรรมารมณ์นั้นอยู่ ภิคุซนี้เรา เรียกว่า ‘ผู้กลืนเบ็ดของมาร ถึงความวิบัติ ถึงความพินาศ ถูกมารผู้มีบาปทำได้ตามใจ ปรารถนา’ รูปที่พึงรู้แจ้งทางตาที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่พาใจให้ กำหนดมีอยู่ ถ้าภิคุซไม่ผลิตเพลิน ไม่เซยชม ไม่ยึดติดรูปนั้นอยู่ ภิคุซนี้ เราเรียกว่า ‘ผู้ไม่กลืน เบ็ดของมาร ได้ทำลายเบ็ด ย้ายเบ็ด ไม่ถึงความวิบัติ ไม่ถึงความพินาศ ไม่ถูกมารผู้มีบาปทำได้ ตามใจปรารถนา’ ฯลฯ รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น ... มีอยู่ ฯลฯ ธรรมารมณ์ที่พึงรู้แจ้งทางใจที่ น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด มีอยู่ ถ้าภิคุซไม่ผลิตเพลิน ไม่เซยชม ไม่ยึดติดธรรมารมณ์นั้นอยู่ ภิคุซนี้เราเรียกว่า ‘ผู้ไม่กลืนเบ็ดของมาร ได้ทำลายเบ็ด ย้ายเบ็ด ไม่ถึงความวิบัติ ไม่ถึงความพินาศ ไม่ถูกมารผู้มีบาปทำได้ตามใจปรารถนา’”^{๕๒}

“...ภิคุซรู้จักประมาณในการบริโภค เป็นอย่างไร คือ ภิคุซในธรรมวินัยนี้พิจารณา โดยแยกกายแล้วจึงฉันอาหาร ไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อมัวเมา ไม่ใช่เพื่อประดับ ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง แต่เพียงเพื่อความดำรงอยู่ได้แห่งกายนี้ เพื่อให้กายนี้เป็นไปได้ เพื่อกำจัดความเบียดเบียน เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์ ด้วยคิดเห็นว่า “เราจักกำจัดเวทนาเก่าและจักไม่ให้เวทนาใหม่ เกิดขึ้นความดำเนินไปแห่งกาย ความไม่มีโทษ และการอยู่ผาสุกจักมีแก่เรา” ภิคุซรู้จัก ประมาณในการบริโภค เป็นอย่างนี้แล...”^{๕๓}

“ภิคุซ สภาพที่สุขโสมนัสสาสัยรูปเกิดขึ้น นี้เป็นคุณในรูป๑ สภาพที่รูปไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรผันเป็นธรรมดา นี้เป็นโทษในรูป๒ ธรรมเป็นที่กำจัดฉันทราคะ ธรรมเป็นที่ละ ฉันทราคะในรูป นี้เป็นเครื่องสลัดออกจากรูป๓ สภาพที่สุขโสมนัสสาสัยเวทนาเกิดขึ้น นี้เป็น คุณในเวทนา สภาพที่เวทนาไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรผันเป็นธรรมดา นี้เป็นโทษในเวทนา

^{๕๒} ส.สพ. ๑๘/๒๓๐/๒๑๙-๒๒๐.

^{๕๓} อง.จตุกก. ๒๑/๓๗/๖๑.

ธรรมเป็นที่กำจัดฉันทราคะ ธรรมเป็นที่ละฉันทราคะในเวทนา นี่เป็นเครื่องสลัดออกจากเวทนา
 สภาพที่สุขโสมนัสอาศัยสัญญาเกิดขึ้น นี่เป็นคุณในสัญญาสภาพที่สัญญาไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มี
 ความแปรผันเป็นธรรมดา นี่เป็นโทษในสัญญาธรรมเป็นที่กำจัดฉันทราคะ ธรรมเป็นที่ละ
 ฉันทราคะในสัญญา นี่เป็นเครื่องสลัดออกจากสัญญาสภาพที่สุขโสมนัสอาศัยสังขารเกิดขึ้น
 นี่เป็นคุณในสังขารสภาพที่สังขารไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรผันเป็นธรรมดา นี่เป็นโทษใน
 สังขารธรรมเป็นที่กำจัดฉันทราคะ ธรรมเป็นที่ละฉันทราคะในสังขาร นี่เป็นเครื่องสลัดออกจาก
 สังขาร สภาพที่สุขโสมนัสอาศัยวิญญาณเกิดขึ้น นี่เป็นคุณในวิญญาณสภาพที่วิญญาณไม่เที่ยง
 เป็นทุกข์ มีความแปรผันเป็นธรรมดา นี่เป็นโทษในวิญญาณธรรมเป็นที่กำจัดฉันทราคะ ธรรม
 เป็นที่ละฉันทราคะในวิญญาณ นี่เป็นเครื่องสลัดออกจากวิญญาณ”^{๕๔}

๒.๓.๘. วิธีคิดแบบเร้ากุศล

วิธีคิดแบบเร้ากุศล “หรือคิดแบบกุศลภาวนาเป็นวิธีคิดในแนวสกัดกั้นหรือบรรเทาและขัด
 เกลาตัดมหา จึงจัดได้ว่าเป็นข้อปฏิบัติระดับต้นๆ สำหรับส่งเสริมความเจริญงอกงามแห่งกุศลธรรม
 และสร้างเสริมสัมมาทิฐิที่เป็นโลกิยะ หลักการทั่วไปของวิธีคิดแบบนี้ คือ ทำใจหรือคิดให้ถูกวิธี ก็
 เกิดกุศลธรรม คือ เกิดความรู้สึกรู้ใจตัวเร้าใจ ไม่ประมาท เร่งชวนชวยปฏิบัติกิจหน้าที่ ทำสิ่งดีงาม
 เป็นประโยชน์ ประพฤติปฏิบัติธรรม ตลอดจนรู้เท่าทันความจริงที่เป็นคติธรรมตาของสังขาร”^{๕๕}

การคิดถึงความตาย ถ้ามีโยนิโสมนสิการ คือทำใจหรือคิดไม่ถูกวิธี อกุศลธรรมก็จะ
 เกิดขึ้น เช่น คิดถึงความตายแล้ว สลดหดหู่ เกิดความเศร้า ความเหี่ยวแห้งใจบ้าง เกิดความหวั่นกลัว
 หวาดเสียวใจบ้าง ตลอดจนเกิดความดีใจ เมื่อนึกถึงความตายของคนทีเกลียดชังบ้าง เป็นต้นการคิดถึง
 ความตายอย่างถูกวิธี จะประกอบด้วยสติ (ความคุมคงใจไว้ หรือมีใจอยู่กับตัวระลึกถึงสิ่งที่พึง
 เกี่ยวข้องจัดทำ) สังเวค (ความรู้สึกรู้ใจ ได้คิด และสำนึกที่จะเร่งรีบทำการที่ควรทำ) และญาณ
 (ความรู้เท่าทันธรรมดา หรือรู้ตามเป็นจริง) นอกจากนั้น ท่านได้แนะนำอุบายแห่งโยนิโสมนสิการ
 เกี่ยวกับความตายไว้หลายอย่าง

^{๕๔} ม.อ. ๑๔/๘๘/๑๐๐-๑๐๑.

^{๕๕} คุราญละเอียตโน, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,

ตัวอย่างในพระไตรปิฎกที่ยกมาประกอบเพื่อให้เห็นแนวทางมีดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อุบายกำจัดอาฆาต ๕ ประการนี้ เป็นเครื่องกำจัดอาฆาตที่เกิดขึ้นแก่ภิกษุได้
อย่างสิ้นเชิง อุบายกำจัดอาฆาต ๕ ประการ ะไรบ้าง คือ ๑. ภิกษุพึงเจริญเมตตาในบุคคลผู้ที่
ตนเกิดอาฆาต ๒. ภิกษุพึงกำจัดอาฆาตในบุคคลนั้นอย่างนี้ ๒. ภิกษุพึงเจริญกรุณาในบุคคลผู้ที่
ตนเกิดอาฆาต ภิกษุพึงกำจัดอาฆาตในบุคคลนั้นอย่างนี้ ๓. ภิกษุพึงเจริญอุเบกขาในบุคคลผู้ที่
ตนเกิดอาฆาต ภิกษุพึงกำจัดอาฆาตในบุคคลนั้นอย่างนี้ ๔. ภิกษุไม่พึงระลึกถึง ไม่พึงมนสิการ
ถึงบุคคลผู้ที่ตนเกิดอาฆาต ภิกษุพึงกำจัดอาฆาตในบุคคลนั้นอย่างนี้ ๕. ภิกษุพึงนึกถึงความ
เป็นผู้มีกรรมเป็นของตนให้มั่นในบุคคลผู้ที่ตน เกิดอาฆาตนั้น ดังนี้ว่า ‘ท่านผู้นี้เป็นผู้มีกรรมเป็น
ของตน เป็นผู้รับผลของกรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย
ทำกรรมใดไว้ จะเป็นกรรมดีหรือกรรมชั่วก็ตามย่อมเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น’ ภิกษุพึงกำจัด
อาฆาตในบุคคลนั้นอย่างนี้ภิกษุทั้งหลาย อุบายกำจัดอาฆาต ๕ ประการนี้แล เป็นเครื่องกำจัด
อาฆาตที่เกิดขึ้นแก่ภิกษุได้อย่างสิ้นเชิง^{๕๖}

ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงกำจัดบุคคลนี้ออกไป จงกำจัดบุคคลนี้ออกไป คนชนิดนี้ต้อง
ขับออก เป็นบุตรนอกคอก กวนใจเสียจริง ภิกษุทั้งหลาย บุคคลบางคนในธรรมวินัยนี้ มีการ
ก้าวไปการถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาภิบาล
และจีวรเหมือนภิกษุผู้เจริญอื่น ๆ トラบเท่าที่ภิกษุทั้งหลายยังไม่เห็นอาบัติของเขา แต่เมื่อใด
ภิกษุทั้งหลายเห็นอาบัติของเขา เมื่อนั้น ภิกษุทั้งหลายย่อมรู้จักเขาอย่างนี้ว่า ‘ผู้นี้เป็นผู้
ประทุษร้ายสมณะ เป็นสมณะกลับ เป็นสมณะหยากเยื่อ’ ครั้นรู้จักเขาอย่างนี้แล้ว จึงนาสนะ
เขาออกไป ซ่อนั้นเพราะเหตุไร เพราะคิดว่า ‘ภิกษุนี้อย่าได้ประทุษร้ายภิกษุที่ดีอื่น ๆ’...^{๕๗}

“...ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มักโกรธ ผูกโกรธไว้ ภิกษุใดเป็นผู้มักโกรธ ผูกโกรธไว้
ภิกษุนั้นอยู่อย่างไม่มีความเคารพ ไม่มีความยำเกรงในพระศาสดา อยู่อย่างไม่มีความเคารพ
ไม่มีความยำเกรงในพระธรรม อยู่อย่างไม่มีความเคารพ ไม่มีความยำเกรงในพระสงฆ์ และไม่
ทำสิกขาให้บริบูรณ์ ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ภิกษุผู้อยู่อย่างไม่มีความเคารพไม่มีความยำเกรง
ในพระศาสดา อยู่อย่างไม่มีความเคารพ อยู่อย่างไม่มีความยำเกรงในพระธรรม อยู่อย่างไม่มี
ความเคารพ ไม่มีความยำเกรงในพระสงฆ์ และไม่ทำสิกขาให้บริบูรณ์ ย่อมก่อวิวาทให้เกิดขึ้น

^{๕๖} อก.ปณจก. ๒๒/๑๖๑/๒๖๕-๒๖๖.

^{๕๗} อก.อฎฐก. ๒๓/๑๐/๒๑๖.

ในสงฆ์ ซึ่งเป็นไปเพื่อไม่เกื้อกูลแก่คนหมู่มาก เพื่อไม่ใช่สุขแก่คนหมู่มาก เพื่อไม่ใช่ประโยชน์ เพื่อไม่เกื้อกูล เพื่อทุกข์แก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ถ้าท่านทั้งหลาย พิจารณาเห็นมูลเหตุแห่งวิเวกเช่นนี้ภายในหรือภายนอก ท่านทั้งหลายพึงพยายามเพื่อละ มูลเหตุแห่งวิเวกที่เป็นบาปภายในหรือภายนอกนั้นแลถ้าท่านทั้งหลายไม่พิจารณาเห็นมูลเหตุ แห่งวิเวกเช่นนี้ภายในหรือภายนอก ท่านทั้งหลายพึงปฏิบัติเพื่อให้มูลเหตุแห่งวิเวกที่เป็นบาป นั้นแลไม่ยึดเยื้อต่อไป การละมูลเหตุแห่งวิเวกที่เป็นบาปนั้นย่อมมีได้และมูลเหตุแห่งวิเวกที่ เป็นบาปนั้น ย่อมไม่ยึดเยื้อต่อไป...^{๕๘}

๒.๓.๙. วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบัน

วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน หรือวิธีคิดแบบมีปัจจุบันธรรมเป็นอารมณ์มีเนื้อหา รวมอยู่ในสติปัฏฐาน ๔ วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบันเป็นการใช้ความคิด และเนื้อหาของความคิด ที่สติ ระลึกกำหนดอยู่นั้น ส่วนความคิดชนิดที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน มีลักษณะที่เป็นการคิดในแนวทางของ ความรู้หรือคิดด้วยอำนาจปัญญา ถ้าคิดในแนวทางของความรู้ หรือคิดด้วยอำนาจปัญญาแล้ว ไม่ว่าจะ เป็นเรื่องที่เป็นไปอยู่ในขณะนี้ หรือเป็นเรื่องล่วงไปแล้ว หรือเป็นเรื่องของกาลภายหน้า ก็จัดเข้าในการ อยู่กับปัจจุบันทั้งสิ้น^{๕๙}

ความเป็นปัจจุบันกำหนดเอาที่ความเกี่ยวข้อง ต้องรู้ ต้องทำ เป็นสำคัญ ขยายความหมาย ออกมาในวงกว้างถึงระดับชีวิตประจำวัน สิ่งที่เป็นปัจจุบัน คลุมถึงเรื่องราวทั้งหลายที่เชื่อมโยงต่อกัน มาถึงสิ่งที่กำลังรับรู้ กำลังพิจารณาเกี่ยวข้องต้องกระทำอยู่ เรื่องที่เกี่ยวข้องกับการกระทำกิจหน้าที่ เรื่องที่ปรารถนาเพื่อทำกิจสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติหรือปฏิบัติได้ ไม่ใช่คิดเลื่อนลอยฟุ้งเพื่อฝันไปกับ อารมณ์ที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจ หรือติดข้องอยู่กับความชอบ ความชัง หรือฟุ้งซ่านพล่านไปอย่างไร จุดหมาย

ตัวอย่างในพระไตรปิฎกที่ยกมาประกอบเป็นแนวทางมีดังนี้

“บุคคลไม่ควรคำนึงถึง๔สิ่งที่ล่วงไปแล้ว ไม่ควรหวังสิ่งที่ยังไม่มาถึงสิ่งใดล่วงไปแล้ว สิ่งนั้น ก็เป็นอันละไปแล้วและสิ่งใดที่ยังไม่มาถึง สิ่งนั้นก็เป็อันยังไม่มาถึงส่วนบุคคลใดเห็นแจ้งธรรม

^{๕๘} ที.ปา. ๑๑/๓๒๕/๓๒๑-๓๒๒.

^{๕๙} คุราญละเอียตโน, พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,

ที่เป็นปัจจุบันไม่อ่อนแอ ไม่คลอนแคลนในธรรมนั้น ๆ บุคคลนั้นควรเจริญธรรมนั้นให้แจ่มแจ้ง บุคคลควรทำความเพียรตั้งแต่วินาทีที่เดียวใครเล่าจะรู้ว่า ความตายจักมีในวันพรุ่งนี้เพราะว่า ความผิดเพี้ยนกับมัจจุราชผู้มีเสนามากนั้นย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลายพระมุนีผู้สงบเรียกบุคคลผู้มีความเพียรไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืนซึ่งมีปกติอยู่อย่างนี้นั้นแล้ว ผู้มีราตรีเดียวเจริญ ”^{๖๐}

บุคคลคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว เป็นอย่างไร คือ บุคคลดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีตเราได้มีรูปอย่างนี้” ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีเวทนาอย่างนี้” ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีสัญญา อย่างนี้” ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีสังขารอย่างนี้” ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีวิญญาณอย่างนี้” ภิคุชทั้งหลาย บุคคลคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว เป็นอย่างนี้แล

บุคคลไม่คำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว เป็นอย่างไร คือ บุคคลไม่ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีรูปอย่างนี้” ไม่ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีเวทนาอย่างนี้” ไม่ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีสัญญาอย่างนี้” ไม่ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีสังขารอย่างนี้” ไม่ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินที่มีอยู่ก่อนนั้นว่า “ในอดีต เราได้มีวิญญาณอย่างนี้” ภิคุชทั้งหลาย บุคคลไม่คำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว เป็นอย่างนี้แล ^{๖๑}

บุคคลหวังสิ่งที่ยังไม่มาถึง เป็นอย่างไร คือ บุคคลดำเนินไปตามความเพลิตเพลินในเบญจขันธ์ว่า “ในอนาคต เราพึงมีรูปอย่างนี้” ในอนาคต เราพึงมีเวทนาอย่างนี้ ฯลฯ ในอนาคต เราพึงมีสัญญาอย่างนี้ ฯลฯ ในอนาคต เราพึงมีสังขารอย่างนี้ ฯลฯ ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินในเบญจขันธ์ว่า “ในอนาคต เราพึงมีวิญญาณอย่างนี้” ภิคุชทั้งหลาย บุคคลหวังสิ่งที่ยังไม่มาถึง เป็นอย่างนี้แล บุคคลไม่หวังสิ่งที่ยังไม่มาถึง เป็นอย่างไร คือ บุคคลไม่ดำเนินไปตามความเพลิตเพลินในเบญจขันธ์ว่า “ในอนาคตเราพึงมีรูปอย่างนี้” ในอนาคต เราพึงมีเวทนาอย่างนี้

^{๖๐} ม.อ. ๑๔/๒๗๒/๓๑๙-๓๒๐.

^{๖๑} เรื่องเดียวกัน, ๑๔/๒๗๓/๓๒๐.

ฯลฯ ในอนาคต เราพึงมีสัญญาอย่างนี้ ฯลฯ ในอนาคต เราพึงมีสังฆารอย่างนี้ ฯลฯ ไม่ดำเนินไป ตามความเพืดเพลินในเบญจขันธ์ว่า “ในอนาคต เราพึงมีวิญญาณอย่างนี้”^{๖๒}

๒.๓.๑๐. วิธีคิดแบบวิรัชชวาท

วิรัชชวาทไม่ใช่วิธีคิดโดยตรง แต่เป็นวิธีพูด หรือการแสดงหลักการแห่งคำสอนแบบหนึ่ง การคิด กับการพูด เป็นกรรมใกล้เคียงกันที่สุด วิธีคิดแบบวิรัชชวาท มีความหมายคลุมถึงวิธีคิดแบบ ต่างๆ ที่นำเสนอมาแล้วได้หลายอย่าง วิรัชชวาท มาจาก วิรัชช + วาท “วิรัชช” แปลว่า แยกแยะ แบ่งออก จำแนก หรือแจกแจง ใกล้กับคำที่ใช้ในปัจจุบันว่าวิเคราะห์ “วาท” แปลว่า การกล่าว การ พูด การแสดงคำสอน ระบบคำสอน ลัทธิ วิรัชชวาทก็แปลว่า การพูดแยกแยะ พูดจำแนก หรือพูด แจกแจง หรือระบบการแสดงคำสอนแบบวิเคราะห์ลักษณะสำคัญของความคิดและการพูดแบบนี้ คือ การมอง และแสดงความจริง โดยแยกแยะออกให้เห็นแต่ละแง่มุมด้าน ครอบคลุมทุกด้าน ไม่ใช่จับเอา แ่งหนึ่งแง่เดียว หรือบางแง่ ขึ้นมาวินิจฉัยตีคลุมลงไปอย่างนั้นทั้งหมด หรือประเมินคุณค่าความดีความ ชั่ว เป็นต้น โดยถือเอาส่วนเดียวหรือบางส่วนเท่านั้นแล้วตัดสินพรวดลงไป^{๖๓}

เพื่อให้เข้าใจความหมายของวิรัชชวาทชัดเจนยิ่งขึ้น อาจจำแนกแนววิธีคิดของวิรัชชวาท นั้นออกให้เห็นในลักษณะต่างๆ ดังนี้

ก. จำแนกโดยแง่มุมด้านของความจริง แบ่งซอยได้เป็น ๒ อย่าง คือ

๑) จำแนกตามแง่มุมด้านต่างๆ ตามที่เป็นอยู่จริงของสิ่งนั้นๆ คือ มองหรือแถลงความจริงให้ ตรงตามที่เป็นอยู่ในแง่มุมด้านนั้นๆ ไม่ใช่จับเอาความจริงแง่หนึ่งด้านหนึ่ง หรือแง่มุมด้านอื่น มาตีคลุม เป็นอย่างนั้นไปหมด

๒) จำแนกโดยมอง หรือแสดงความจริงของสิ่งนั้นๆ ให้ครบทุกแง่มุมทุกด้าน คือ เมื่อมอง หรือพิจารณาสิ่งใด ก็ไม่มองแคบๆ ไม่ติดอยู่กับส่วนเดียวแง่เดียวของสิ่งนั้น หรือวินิจฉัยสิ่งนั้นด้วยส่วน เดียวแง่เดียวของมัน แต่มองหลายแง่มุมหลายด้าน

ข. จำแนกโดยส่วนประกอบ

การคิดจำแนกแบบนี้ คือ วิเคราะห์แยกแยะออกไป ให้รู้เท่าทันภาวะที่สิ่งนั้นๆ เกิดขึ้นจาก

^{๖๒} เรื่องเดียวกัน, ๑๔/๒๗๔/๓๒๑-๓๒๒.

^{๖๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๖๘๓ - ๖๘๔.

องค์ประกอบย่อยๆ ต่างๆ มาประชุมกันเข้า ไม่ติดตันอยู่แค่ภายนอก หรือถูกลวงโดยภาพรวมของสิ่งนั้นๆ เช่น แยกแยะสัตว์บุคคลออกเป็นนามและรูป เป็นขั้น ๕ และแบ่งซอยแต่ละอย่างๆ ออกไป จนเห็นภาวะที่ไม่เป็นอัตตา เป็นทางรู้เท่าทันความจริงของสังขารธรรมทั้งหลาย

ค. จำแนกโดยลำดับขณะ

การคิดจำแนกแบบนี้ คือ แยกแยะวิเคราะห์ปรากฏการณ์ตามลำดับความสับสนแห่งเหตุปัจจัย ซอยออกไปเป็นแต่ละขณะๆ ให้มองเห็นตัวเหตุปัจจัยที่แท้จริง ไม่ถูกลวงให้จับเหตุปัจจัยสับสน การคิดแบบนี้ เป็นด้านหนึ่งของการคิดจำแนกโดยส่วนประกอบ และการคิดจำแนกตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย แต่มีลักษณะและการใช้งานพิเศษ จึงแยกออกมาแสดงเป็นอย่างหนึ่ง เป็นวิธีที่ใช้มากในฝ่ายอภิธรรม

ง. จำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย

การคิดจำแนกแบบนี้ คือ สืบสาวสาเหตุปัจจัยต่างๆ ที่สัมพันธ์สับสนต่อกันมาของสิ่ง หรือปรากฏการณ์ต่างๆ ทำให้มองเห็นความจริงที่สิ่งทั้งหลายไม่ได้ตั้งอยู่ลอยๆ ไม่ได้เกิดขึ้นลอยๆ ไม่ได้ดำรงอยู่เป็นอิสระจากสิ่งอื่น ๆ และไม่ได้ดำรงอยู่โดยตัวของมันเอง แต่เกิดขึ้นด้วยอาศัยเหตุปัจจัย จะดับไป และสามารถดับได้ ด้วยการดับที่เหตุปัจจัย

จ. จำแนกโดยเงื่อนไข

การจำแนกแบบนี้ คือ มองหรือแสดงความจริงโดยพิจารณาเงื่อนไขประกอบด้วย ข้อนี้เป็นวิภาษวาทแบบที่พบบ่อยมากอย่างหนึ่ง

ฉ. จำแนกโดยทางเลือก หรือความเป็นไปได้要不然

ในการปฏิบัติเพื่อบรรลุผลสำเร็จ หรือเข้าถึงเป้าหมายอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ดี ในการพิจารณาหาความเข้าใจเกี่ยวกับการเกิดขึ้น และความเป็นไปของสิ่ง สภาวะ หรือปรากฏการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ดี ผู้ที่คิดค้นพิจารณาพึงตระหนักว่า

ก) หนทาง วิธีการ หรือความเป็นไปได้ อาจมีได้หลายอย่าง

ข) ในบรรดาหนทาง วิธีการ หรือความเป็นไปได้หลายอย่างนั้น บางอย่างอาจดีกว่า ได้ผลกว่า หรือตรงแทกว่าอย่างอื่น

ค) ในบรรดาทางเลือกหลายอย่างนั้น บางอย่าง หรืออย่างหนึ่ง อาจเหมาะสม หรือได้ผลดี สำหรับตนสำหรับต่างคน หรือสำหรับกรณีนั้น มากกว่าอย่างอื่น

ง) ทางเลือก หรือความเป็นไปได้ อาจมีเพียงอย่างเดียว หรือหลายอย่าง แต่เป็นอย่างอื่นคือไม่ใช่ทางเลือกหรือความเป็นไปได้อย่างที่ตนกำลังปฏิบัติ หรือกำลังเข้าใจอยู่ในขณะนั้น

ข. วิชัชวาทในฐานะวิธีตอบปัญหาอย่างหนึ่ง

วิชัชวาทปรากฏบ่อยๆ ในรูปของการตอบปัญหา และท่านจัดเป็นวิธีตอบปัญหาอย่างหนึ่ง ในบรรดาวิธีตอบปัญหา ๔ อย่าง มีชื่อเฉพาะเรียกว่า “วิชัชชพยากรณ์” ซึ่งก็คือการนำเอาวิชัชวาทไปใช้ในการตอบปัญหาหรือตอบปัญหาแบบวิชัชวาทนั่นเอง เพื่อความเข้าใจชัดเจนในเรื่องนี้ พึงทราบวิธีตอบปัญหา (ปัญหาพยากรณ์) ๔ อย่าง คือ

๑. เอกังสพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ควรตอบอย่างเดียวเด็ดขาด เช่น ถามว่า จักช้ไม่เที่ยงใช่ไหม? พึงตอบได้ที่เดียวแน่นอนลงไปว่า ใช่

๒. วิชัชชพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ควรแยกแยะ หรือจำแนกตอบ เช่น ถามว่า สิ่งที่ไม่เที่ยง ได้แก่จักช้ใช่ไหม? พึงแยกแยะตอบว่า ไม่เฉพาะจักช้เท่านั้น แม้โสตะ ฆานะ เป็นต้น ก็ไม่เที่ยง

๓. ปฏิปุจฉาพยากรณ์ปัญหา ปัญหาที่ควรตอบโดยย้อนถาม เช่น ถามว่า จักช้ฉันใดโสตะก็ฉันนั้นโสตะฉันใด จักช้ก็ฉันนั้น ใช่ไหม? พึงย้อนถามว่า มุ่งความหมายแง่ใด ถ้าถามโดยหมายถึงแง่ใช้ดูหรือเห็น ก็ไม่ใช่ แต่ถ้ามุ่งความหมายแง่ว่าไม่เที่ยง ก็ใช่

๔. รูปนียปัญหา ปัญหาที่พึงยับยั้ง หรือพับเสีย ไม่ควรตอบ เช่น ถามว่า ชีวะ กับสรีระ คือสิ่งเดียวกันใช่ไหม? พึงยับยั้งเสีย ไม่ต้องตอบ

ในที่นี้จะนำเสนอหลักธรรมเกี่ยวกับอายตนะ ๑๒ เพื่อเป็นตัวอย่างให้เห็นแนวทางวิธีคิดแบบวิชัชวาท

หลักอายตนะ ๑๒

ในทางพระพุทธศาสนานั้นแบ่งอายตนะออกเป็น ๒ หมวด ดังนี้คือ

อายตนะภายใน ๖ ได้แก่

๑. จักขวยตนะ(อายตนะคือตา)

๒. โสตายตนะ (อายตนะคือหู)

๓. ฆานายตนะ (อายตนะคือจมูก)

๔. ชิวหายตนะ (อายตนะคือลิ้น)

๕. กายายตนะ (อายตนะคือกาย)

๖. มนายนะ (อายตนะคือใจ)

อายตนะภายนอก ๖ ได้แก่

๑. รูปายตนะ(อายตนะคือรูป)

๒. สัททายตนะ(อายตนะคือเสียง)

๓. คันธายตนะ(อายตนะคือกลิ่น)

๔. รสายตนะ(อายตนะคือรส)

๕. โผฏฐัพพายตนะ(อายตนะคือโผฏฐัพพะ)

๖. ัมมายนะ(อายตนะคือธรรมารมณ์)^{๖๔}

อายตนะ แปลว่า ที่ต่อ หรือแดน หมายถึงที่ต่อกันให้เกิดความรู้ แดนเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ หรือแหล่งที่มาของความรู้ ๖ อย่าง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่า อายตนะภายใน ที่ว่า ต่อ หรือเชื่อมต่อ ให้เกิดความรู้ นั้น คือการติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอก สิ่งที่ถูกรับรู้ หรือ ลักษณะอาการต่างๆ ของโลก เหล่านี้ เรียกชื่อว่า อายตนะภายนอก เพราะเป็นสิ่งที่เชื่อมต่อให้เกิดความรู้ หรือเป็นแหล่งความรู้ เช่นเดียวกัน แต่เป็นฝ่ายภายนอก ความรู้จำเพาะแต่ละด้านนี้ เรียกว่า “วิญญูณ” แปลว่า ความรับรู้ คือรู้อารมณ์ ดังนั้น จึงมี วิญญูณ ๖ อย่าง เท่ากับอายตนะและ อารมณ์ ๖ คู่ คือ วิญญูณทางตา ได้แก่ เห็น วิญญูณทางหู ได้แก่ ได้ยิน วิญญูณทางจมูก ได้แก่ ได้กลิ่น วิญญูณทางลิ้น ได้แก่ รุ้รส วิญญูณทางกาย ได้แก่ รู้สิ่งต้องกาย วิญญูณทางใจ ได้แก่ รู้อารมณ์ทางใจ หรือรู้เรื่องในใจ สรุปได้ว่า อายตนะ ๖ อารมณ์ ๖ และวิญญูณ ๖ มีชื่อในภาษาธรรม และมีความเกี่ยวเนื่องกัน ดังนี้

๑. จักขุ - ตา เป็นแดนรับรู้ รูป - รูป เกิดความรู้คือ จักขุวิญญูณ - เห็น

๒. โสตะ - หู ” สัททะ - เสียง ” โสตวิญญูณ - ได้ยิน

๓. ขานะ - จมูก ” คันธะ - กลิ่น ” ขานวิญญูณ - ได้กลิ่น

๔. ชิวหา - ลิ้น ” รส - รส ” ชิวหาวิญญูณ - รุ้รส

๕. กาย - กาย ” โผฏฐัพพะ - สิ่งต้องกาย ” กายวิญญูณ - รุ้สิ่งต้องกาย

๖. มโน - ใจ ” ธรรม - เรื่องในใจ ” มโนวิญญูณ - รุ้เรื่องในใจ

วิญญูณต้องอาศัยอายตนะและอารมณ์กระทบกันจึงจะเกิดขึ้นได้ แต่การที่อารมณ์ เข้ามาปรากฏแก่อายตนะ ใ้ว่าจะทำให้วิญญูณเกิดขึ้นได้เสมอไป ต้องมี ความใส่ใจ และความ

^{๖๔} ที.ป. (ไทย) ๑๑/๓๒๓/๓๑๖.

กำหนดใจ หรือความใส่ใจประกอบอยู่ด้วย วิญญาณนั้นๆ จึงจะเกิดขึ้น เมื่อมีอายตนะและ
 อารมณ์เข้ามาถึงกันแล้ว แต่วิญญาณไม่เกิดขึ้นเช่นนี้ ก็ยังไม่เรียกว่าการรับรู้ได้เกิดขึ้น การรับรู้
 จะเกิดขึ้น ต่อเมื่อมีองค์ประกอบเกิดขึ้นครบทั้ง ๓ อย่าง คือ อายตนะ อารมณ์ และวิญญาณ ภาวะนี้
 เรียกเป็นภาษาธรรมว่า “ผัสสะ” หรือ “สัมผัส” แปลตามรูปศัพท์ว่า การกระทบ แต่มีความหมาย
 ทางธรรมว่า การประจวบหรือบรรจบพร้อมกันแห่งอายตนะ อารมณ์ และวิญญาณ คือ การรับรู้
 นั้นเอง^{๖๕} การบรรจบกันแห่งอายตนะ อารมณ์และวิญญาณ เรียกว่า ผัสสะ มีด้วยกัน ๖ ประการ คือ

๑. จักขุสัมผัส (ความกระทบทางตา)
๒. โสตสัมผัส (ความกระทบทางหู)
๓. ฆานสัมผัส (ความกระทบทางจมูก)
๔. ชิวหาสัมผัส (ความกระทบทางลิ้น)
๕. กายสัมผัส (ความกระทบทางกาย)
๖. มโนสัมผัส (ความกระทบทางใจ)^{๖๖}

พุทธทาส ภิกขุ ได้ให้ความหมายของคำว่า ผัสสะ ไว้ว่า “ภาษาธรรมมุ่งหมายที่ว่า ตา หู
 จมูก ลิ้น กาย ใจนี้ ที่กระทบกันเข้าก็รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ นี้เรียกว่า ผัสสะ คือ
 การกระทบ มีการกระทบแล้วก็มีการเกิด หรือว่าเป็นตัวเหตุให้เกิด ถ้าไม่มีการกระทบ มันก็ไม่มีการ
 เกิด อย่างว่า ตากระทบรูป มันก็เกิดการเห็นทางตา หูกระทบเสียง มันก็เกิดได้ยินทางหู จมูกกระทบ
 กลิ่นก็ได้รับกลิ่น รู้สึกกลิ่น ก็เรียกว่ามีผัสสะเป็นแดนเกิด”^{๖๗} การกระทบกันทางอายตนะเป็นเหตุให้
 เกิดอารมณ์ ซึ่งมีอยู่ ๖ ประการ คือ

๑. จักขุสัมผัสสาเวทนา (เวทนาเกิดจากจักขุสัมผัส)
๒. โสตสัมผัสสาเวทนา (เวทนาเกิดจากโสตสัมผัส)
๓. ฆานสัมผัสสาเวทนา (เวทนาเกิดจากฆานสัมผัส)
๔. ชิวหาสัมผัสสาเวทนา (เวทนาเกิดจากชิวหาสัมผัส)
๕. กายสัมผัสสาเวทนา (เวทนาเกิดจากกายสัมผัส)

^{๖๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๓๓๔.

^{๖๖} ที.ป. (ไทย) ๑๑/๓๒๓/๓๑๗.

^{๖๗} พุทธทาสภิกขุ, สากลพรหมจรรย์, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา และสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๔๙), หน้า ๘๘.

๖. มโนสัมผัสสชาเวทนา (เวทนาเกิดจากมโนสัมผัส)^{๖๘}

เวทนาแบ่งตามทางรับรู้มี ๖ อย่างเท่าจำนวนอายตนะ คือ เวทนาที่เกิดจากสัมผัสทางตา เวทนาที่เกิดจากสัมผัสทางหู เป็นต้น แต่ถ้าแบ่งตามคุณภาพ จะมีจำนวน ๓ คือ

๑. สุข ได้แก่ สบาย ชื่นใจ ถูกใจ
๒. ทุกข์ ได้แก่ ไม่สบาย เจ็บปวด
๓. อทุกขมสุข ไม่ทุกข์ ไม่สุข คือเรื่อยๆ เฉยๆ ซึ่งเรียกอีกอย่างว่า อุเบกขา อีกอย่างหนึ่ง แบ่งละเอียดลงไปอีกเป็น เวทนา ๕ อย่าง คือ

๑. สุข ได้แก่ สบายกาย
๒. ทุกข์ ได้แก่ ไม่สบายกาย เจ็บปวด
๓. โสมนัส ได้แก่ สบายใจ ชื่นใจ
๔. โทมนัส ได้แก่ ไม่สบายใจ เสียใจ และ
๕. อุเบกขา ได้แก่ เฉยๆ ไม่สุขไม่ทุกข์

กระบวนการรับรู้เท่าที่กล่าวมานี้ เขียนให้เห็นง่ายๆ ได้ดังนี้

อายตนะ + อารมณ์ + วิญญาณ = ผัสสะ -- เวทนา
 ทางรับรู้ + สิ่งที่ถูกรู้ + ความรู้ = การรับรู้ -- ความรู้สึกต่ออารมณ์^{๖๙}

... ผัสสะอะไร ๆ ก็อย่าง ผัสสะทางไหนก็ทาง ๆ มันก็มีเวทนาขึ้นมาเป็นที่ประชุมรวม จนกล่าวได้ว่า...โลกทั้งโลก ก็ร้อยโลก ก็พันโลก ก็หมื่นโลก มันตกอยู่ใต้อำนาจอิทธิพลของสิ่งที่เรียกว่า เวทนาทั้งนั้นแหละ สัตว์มีชีวิตทั้งหลาย มันอยู่ใต้อิทธิพลของสิ่งที่เรียกว่าเวทนา อาศัยเวทนาเป็นเหตุให้พอใจ แล้วก็ทำไปตามอำนาจของเวทนา เวทนาทางตา ทางหู ทาง จมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ทางรูป ทางเสียง ทางกลิ่น ทางรส ทางโณภูฏัพพะ ทางธัมมารมณ รวมความว่า ความเอร็ดอร่อยในความรู้สึกของระบบประสาท ที่เรียกว่า เซกส์ หรือกามารมณ นีมันอยู่ใต้อำนาจของเวทนา ทั้งโลกทั้งจักรวาล^{๗๐}

อารมณ์ หมายถึงสิ่งที่เป็นที่ยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิกหรือเป็นสิ่งที่ยินดีของจิตและเจตสิก คือ อารมณ์ ๖ อย่าง ดังนี้

^{๖๘} ที.ป. (ไทย) ๑๑/๓๒๓/๓๑๗.

^{๖๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๓๗.

^{๗๐} พุทธทาสภิกขุ, สากลพรหมจรรย์, หน้า ๘๘-๘๙.

๑. รูปารมณ์ ได้แก่ สีต่าง ๆ จิตรับรู้โดยอาศัยจักขุทวาร (ตา)
๒. สัททารมณ์ ได้แก่ เสียงต่าง ๆ จิตรับรู้โดยอาศัยโสตทวาร (หู)
๓. คันธารมณ์ ได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ จิตรับรู้โดยอาศัยฆานทวาร (จมูก)
๔. รสารมณ์ ได้แก่ รสต่าง ๆ จิตรับรู้โดยอาศัยชีวนทวาร (ลิ้น)
๕. โผฏฐัพพารมณ์ ได้แก่ เย็นร้อน อ่อนแข็ง หย่อนตึง จิตรับรู้โดยอาศัยสัมผัสทางกาย
๖. ธรรมารมณ์ ได้แก่ จิตรับรู้โดยอาศัยมโนทวาร (ใจ)

แต่สำหรับมนุษย์ปุถุชน เวทนามิได้มีความหมายเพียงเท่านั้น คือมิใช่ เพียงแค่ว่า กระบวนการรับรู้ได้ มีส่วนประกอบเพิ่มเข้ามาอีกอย่างหนึ่ง ที่ช่วยเสริมความรู้ให้สมบูรณ์ อันจะทำให้ มนุษย์มีความสามารถมากขึ้น ในการดำเนินชีวิตที่ดั่งงาม แต่เวทนา “ยังหมายถึงการที่โลกมีอะไรอย่างหนึ่งเป็นผลตอบแทนหรือรางวัลแก่มนุษย์ ในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับโลกด้วย ผลตอบแทนที่ว่านี้ คือ ความเอร็ดอร่อย ความชื่นใจที่เกิดจากอารมณ์ ซึ่งเรียกว่า สุขเวทนา”^{๗๑}

ความคิดสามารถกล่าวได้ว่าเป็นผลิตผลของการทำงานของสังขารชั้นใน กระบวนการทำงานย่อมต้องอิงอาศัยฐานข้อมูลที่เกิดจาก ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่กระทบกับรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ เรียกเป็นภาษาทางธรรมว่า อายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ ซึ่งเป็น แตนรับรู้และปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมเป็นช่องทางที่ชีวิตติดต่อกับโลก แม้ว่าชีวิตจะประกอบด้วย ชั้น ๕ มนุษย์ไม่ได้เกี่ยวข้องโดยตรงกับส่วนประกอบเหล่านั้นโดยทั่วถึงแต่อย่างใด ส่วนประกอบหลายอย่างมีอยู่และทำหน้าที่ของมันไปโดยมนุษย์ไม่รู้จัก หรือแม้รู้จัก ก็แทบไม่ได้นึกถึงเลย เช่น ใน ด้านรูปธรรม อวัยวะภายในร่างกายหลายอย่าง ทำหน้าที่ของมันอยู่ โดยมนุษย์ผู้เป็นเจ้าของไม่รู้ และ ไม่ได้ใส่ใจที่จะรู้ แต่สำหรับมนุษย์ทั่วไป ๆ ชีวิตคือการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมติดต่อกับโลกนี้ แบ่งออกได้เป็น ๒ ภาค ดังนี้

๑. ภาครับรู้และปฏิสัมพันธ์กับสิ่งรอบตัว โดยอาศัย ทวาร ๖ คือ อายตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำหรับรับรู้และติดต่อกับโลก ซึ่งปรากฏแก่มนุษย์โดยลักษณะและอาการ

^{๗๑} สมพร ศรีวรชาติย์, พระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๓-๔, (กรุงเทพฯ : สุทธิสารการพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๔๖-๔๗. อ้างใน พระบุญญฤทธิ์ รตินธโร (นุชเทียน), “การศึกษาเปรียบเทียบวงจิตของพุทธปรัชญาเถรวาท กับจิตใต้สำนึกของซิกมันด์ ฟรอยด์” วิทยานิพนธ์ พุทธศาสนศึกษาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๐. หน้า ๓๒.

ต่างๆ ที่เรียกว่า อารมณ์ ๖ คือ อายตนะภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และ ธรรมารมณ์

๒. ภาคแสดงออกหรือกระทำต่อโลก โดยอาศัย ทวาร ๓ คือ กาย วาจา ใจ (กายทวาร วจิตวาร มโนทวาร) สำหรับการมีปฏิสัมพันธ์กับโลก โดยแสดงออกเป็นการทำ การพูด และการคิด (กายกรรม วจกรรม มโนกรรม)

กรณีที่กระบวนการรับรู้ดำเนินมาตามลำดับ จนถึงเวทนา ถ้ามนุษย์หันเข้าจับเวทนาไว้ตามความหมายในแง่นี้ มนุษย์ก็จะหันเหออกไปจากกระบวนการรับรู้ ทำให้กระบวนการอื่นอย่างหนึ่งได้โอกาสเข้ามารับช่วงเล่นต่อไปแทนที่ โดยเวทนาจะกลายเป็นปัจจัยหลักที่จะก่อให้เกิดผลสืบเนื่องต่อไป พร้อมกันนั้น กระบวนการรับรู้ จากกระบวนการใหม่นี้ถูกบีบคั้น ให้บิดเบือนและเอนเอียงไปจากความเป็นจริง ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนสังกัจจกะ นิครนถบุตรว่า

“ บุคคลผู้มีได้อบรมกาย มิได้อบรมจิต เป็นอย่างไร คือ ปุถุชนในโลกนี้ผู้ยังไม่ได้สดับ มีสุขเวทนาเกิดขึ้น ถูกสุขเวทนากระทบแล้วมีความยินดียิ่งนักในสุขเวทนา และถึงความเป็นผู้ยินดียิ่งนักในสุขเวทนา สุขเวทนานั้นของเขาย่อมดับไป เพราะสุขเวทนาดับไป ทุกขเวทนาจึงเกิดขึ้น เขาถูกทุกขเวทนากระทบเข้าแล้ว ก็เศร้าโศก เสียใจ รำพัน ตีอก คร่ำครวญ ถึงความหลงใหล สุขเวทนานั้นแม้ที่เกิดขึ้นแก่เขาแล้ว ก็ครอบงำจิตอยู่ เพราะเหตุที่มีได้อบรมกาย ทุกขเวทนาแม้ที่เกิดขึ้นแล้ว ก็ครอบงำจิตอยู่ เพราะเหตุที่มีได้อบรมจิต สุขเวทนาและทุกขเวทนาทั้ง ๒ ฝ่ายที่เกิดขึ้นแก่ปุถุชนคนใดคนหนึ่งอย่างนี้ ก็ครอบงำจิตอยู่เพราะเหตุที่มีได้อบรมกาย เพราะเหตุที่มีได้อบรมจิต อัคคิเวสสนะ บุคคลผู้มีได้อบรมกาย มิได้อบรมจิต เป็นอย่างนี้ บุคคลผู้มีได้อบรมกาย ได้้อบรมจิต เป็นอย่างไร คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ผู้ได้สดับแล้ว มีสุขเวทนาเกิดขึ้น ถูกสุขเวทนากระทบเข้าแล้ว ไม่มีความยินดียิ่งนักในสุขเวทนาและไม่ถึงความเป็นผู้ยินดียิ่งนักในสุขเวทนา สุขเวทนานั้นของเขาย่อมดับไป เพราะสุขเวทนาดับไป ทุกขเวทนาจึงเกิดขึ้น เขาถูกทุกขเวทนากระทบเข้าแล้ว ก็ไม่เศร้าโศก ไม่เสียใจ ไม่รำพัน ไม่ตีอก คร่ำครวญ ไม่ถึงความ หลงใหล สุขเวทนานั้นแม้ที่เกิดขึ้นแก่อริยสาวกแล้ว ก็ไม่ครอบงำจิตตั้งอยู่ เพราะเหตุที่ได้อบรมกาย ทุกขเวทนาแม้ที่เกิดขึ้นแล้ว ก็ครอบงำจิตอยู่ไม่ได้ เพราะเหตุที่ได้อบรมจิต สุขเวทนาและทุกขเวทนาทั้ง ๒ ฝ่ายที่เกิดขึ้นแก่อริยสาวกผู้ใดผู้หนึ่งอย่างนี้ ก็ไม่ครอบงำจิตตั้งอยู่ เพราะเหตุที่ได้อบรมกายเพราะเหตุที่ได้อบรมจิต อัคคิเวสสนะ บุคคลผู้มีได้อบรมกาย ได้้อบรมจิตเป็นอย่างนี้ ”^{๗๒}

^{๗๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๖๘-๓๖๙/๔๐๔.

กระบวนการธรรมรับช่วงที่ว่านี้ มักดำเนินไปในแบบเรียบง่าย คือ เมื่อรับรู้อารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว เกิดความรู้สึกสุขสบายชื่นใจ (สุขเวทนา) ก็อยากได้ (ตัณหา) เมื่ออยากได้ ก็ติดใจ พัวพันจนถึงขั้นยึดติดถือมั่น (อุปาทาน) ค้ำใจอยู่ไม่อาจวางลงได้ ทั้งที่ตามความเป็นจริงไม่อาจถือเอาไว้ได้ เพราะสิ่งนั้นๆ ล่วงเลยผ่านพ้นหมดไปแล้ว

จากนั้น ก็เกิดความครุ่นคิดสร้างภาพต่างๆ ที่จะให้ตนอยู่ในภาวะครอบครองอารมณ์ อันให้เกิดสุขเวทนานั้น พร้อมทั้งคิดปรุงแต่งสร้างวิธีการที่จะให้ได้อารมณ์และสิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งอารมณ์นั้น แล้วลงมือกระทำการต่างๆ ทางกายบ้าง วาจาบ้าง เพื่อให้ได้มาซึ่งผลที่ต้องการ เพื่อจะได้เวทนาที่ชอบใจนั้นยิ่งขึ้นไปอีก ในทางตรงข้าม ถ้ารับรู้อารมณ์ใดแล้ว เกิดความรู้สึกทุกข์ เจ็บปวด ไม่สบาย(ทุกข์เวทนา) ก็ไม่ชอบใจ ชัดเคือง อยากจะพ้นไป หรือให้มันสูญสิ้นไป อยากทำลาย (ตัณหา) ผูกใจ ปักใจ ค้ำใจกับสิ่งนั้น (อุปาทาน) ในทางร้าย ที่จะชิงชิง เกลียดกลัว หลีกหนี ไม่อยากพบเจออีก เป็นต้น พร้อมกับเกิดเป็นปฏิกิริยา ให้ยิ่งยึดมั่นฝืนหาผูกใจมั่นหมาย ที่จะให้พบให้ได้สุขเวทนาและสิ่งทีหวังว่าจะให้สุขเวทนาแก้ตนยิ่งขึ้นไปอีก เรียกว่าเกิดอุปาทาน ความยึดมั่น ถือมั่นในอารมณ์ อุปาทานคือความยึดมั่นด้วยอำนาจกิเลสมี ๔ คือ

- (๑) กามุปาทาน ความยึดมั่นในกาม
- (๒) ทิฏฐุปาทาน ความยึดมั่นในทิฏฐิ
- (๓) สีสัพพตูปาทาน ความยึดมั่นในศีลวัตร
- (๔) อัตตวาหุปาทาน ความยึดมั่นวาทะของตน^{๗๓}

ดังพุทธพจน์ที่ทรงแสดงแก่พระอานนท์ความว่าอานนท์ ข้อที่เรากล่าวไว้เช่นนี้ว่า ‘เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี’ เธอพึงทราบเหตุผลที่อุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี ดังต่อไปนี้ ก็ถ้าอุปาทาน คือ กามุปาทาน (ความยึดมั่นในกาม) ทิฏฐุปาทาน (ความยึดมั่นในทิฏฐิ) สีสัพพตูปาทาน (ความยึดมั่นในศีลพรต) หรือ อัตตวาหุปาทาน(ความยึดมั่นในวาทะว่ามีอัตตา) ไม่ได้มีแก่ใคร ๆ ในภพไหนๆ ทั่วทุกแห่ง เมื่ออุปาทานไม่มีโดยประการทั้งปวง เพราะอุปาทานดับไป ภพจะปรากฏได้ หรือ” ท่านพระอานนท์ทูลตอบว่า“ปรากฏไม่ได้เลย พระพุทธเจ้าข้า” พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า “อานนท์ เพราะเหตุนี้ เหตุ ต้นเหตุ เหตุเกิด และปัจจัยแห่งภพ ก็คืออุปาทานนั่นเอง”^{๗๔}

^{๗๓} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๒/๒๙๓.

^{๗๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๐๐/๖๐-๖๑.

เมื่ออายตนะ ๖ จะเป็นเพียงส่วนหนึ่งของขั้น ๕ และไม่ครอบคลุมทุกส่วนแห่งชีวิตของมนุษย์โดยสิ้นเชิงเหมือนอย่างขั้น ๕ ก็จริง แต่มันก็มีบทบาทสำคัญยิ่งในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ มีอำนาจกำกับวิถีชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างมาก จนกล่าวได้ว่า ชีวิตเท่าที่มนุษย์รู้จักและดำเนินอยู่ ก็คือการติดต่อเกี่ยวข้องกับโลกทางอายตนะเหล่านี้ และชีวิตมีความหมายต่อมนุษย์ก็ด้วยอายตนะเหล่านี้ ถ้าอายตนะไม่ทำหน้าที่แล้ว โลกก็ดับ ชีวิตก็ไร้ความหมายสำหรับมนุษย์

เมื่อเกิดปัญญาสัญญาแล้ว ก็ยังมีความตรึงตรึงนึกคิด (วิตกกะ) ได้มากมายและกว้างขวาง พิสตารยั้งขึ้น ทำให้เกิดกิเลสต่าง ๆ เช่น ชอบใจ ไม่ชอบใจ หวงแหน ริษยา เป็นต้น ปนเป คลุกเคล้าไปกับความคิดนั้น คำที่ควรเข้าใจ คือ ปัญญา หมายถึง อาการที่คลอเคลียพัวพันอยู่กับ อารมณ์นั้น และคิดปรุงแต่งไปต่างๆ ด้วยแรงตัณหา มานะ และทิฏฐิ ผลักดัน หรือเพื่อสนองตัณหา มานะ และทิฏฐิ คือ ปรุงแต่งในแง่ที่จะ เป็นของฉัน ให้ตัวฉันเป็นนั่นเป็นนี่ หรือเป็นไปตามความเห็นของฉัน ออกรูปออกร่างต่าง ๆ มากมายพิสดาร จึงทำให้เกิดปัญญาสัญญาแ่งต่าง ๆ คือสัญญาทั้งหลายที่เนื่องด้วยปัญญานั้นเอง

จะเห็นว่า มีสัญญา ๒ ตอน สัญญาช่วงแรก คือสัญญาขั้นต้น ที่กำหนดหมายอารมณ์ ซึ่งปรากฏตามปกติธรรมดาของมัน สัญญาช่วงหลัง เรียกว่า ปัญญาสัญญา เป็นสัญญาเนื่องจากสังขาร ที่ปรุงแต่งภาพอารมณ์ ให้ ออกรูปออกร่างแ่งมุมต่างๆ มากมายพิสดารอายตนะภายใน หรือ ทวาร ๖ นั้น มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “อินทรีย์ ๖” คือ ๑. จักขุนทรีย์ ๒. โสตินทรีย์ ๓. ฆานินทรีย์ ๔. ชิวหินทรีย์ ๕. กายินทรีย์ ๖. มนินทรีย์^{๗๕}

สุภีร์ ทุมทอง ได้ให้ความหมายคำว่าอินทรีย์ซึ่งอยู่ในหนังสือ การพัฒนาอินทรีย์สังวรไว้ว่า “อินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นใหญ่ในการรับรู้อารมณ์ในทวารต่าง ๆ เช่น ตา ครอบความเป็นใหญ่ในการรับรู้อารมณ์ทางตา ทำให้จิตเกิดขึ้นรู้อารมณ์ที่ปรากฏได้ทางตา คือ สี สัน วรรณะต่าง ๆ ได้ หาก ปราศจากจักขุนทรีย์แล้ว การเห็นก็ไม่สามารถที่จะมีได้ กล่าวโดยโวหารอันเป็นที่เข้าใจกันก็คือ คนตาบอด หูครอบความเป็นใหญ่ในการรับรู้อารมณ์ทางหู ทำให้จิตเกิดขึ้นรู้อารมณ์ที่ปรากฏได้ทางหู คือ เสียงต่าง ๆ ได้ หากปราศจากโสตินทรีย์แล้ว การได้ยินก็ไม่สามารถจะมีได้ เป็นคนหูหนวก แม้ทางทวารอื่น ๆ ก็โดยทำนองเดียวกัน”^{๗๖}

^{๗๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๔๘/๒๒๖.

^{๗๖} สุภีร์ ทุมทอง, การพัฒนาอินทรีย์สังวร, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ศิริวัฒนาอินเตอร์พรีน จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๔), หน้า ๔๖.

อายตนะ ๑๒ คือแหล่งที่มาของความรู้ที่เกิดจากการกระทบกันของอายตนะภายในกับอายตนะภายนอก เกิดเป็นวิญญานคือการรับรู้อารมณ์ต่อผัสสะนั้น ๆ เป็นกระบวนการทำงานของธาตุขันธ์ ไม่มี สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ไต ๆ ทั้งสิ้นที่เข้าไปควบคุมบงการให้กระบวนการดำเนินไป และตกอยู่ภายใต้ กฎไตรลักษณ์ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป มีแต่จิตใจที่เป็นอวิชาเท่านั้น เข้าไปยึดมั่นถือมั่นในกระบวนการนั้น อันเป็นเหตุนำมาซึ่งทุกข์ในรูปแบบต่าง ๆ

การดำเนินชีวิตของคนเรานั้นเต็มไปด้วยเรื่องของการรับรู้และเสพยาของสิ่งที่รับรู้หรือสิ่งเร้าต่าง ๆ ที่เรียกว่าอารมณ์ทั้งหลาย ซึ่งผ่านเข้ามาปรากฏทางอายตนะทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่า ได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส สัมผัส คิดหมาย การรับรู้อารมณ์เหล่านี้มีผลสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิตจิตใจและวิถีชีวิตประจำวันของบุคคลนั้น ๆ การรับรู้อารมณ์ด้วยท่าทีที่ยินดียินร้าย หรือชอบชัง วงจรปัญหาก็จะตั้งต้น แต่ถ้ารับรู้ด้วยท่าทีแบบบันทึกข้อมูล และเห็นตามความเป็นจริง มองตามเหตุปัจจัย ก็จะนำไปสู่ปัญญาและการแก้ปัญหา เมื่อมองในแง่นี้ การดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง จึงหมายถึงการรู้จักรับรู้ หรือรับรู้เป็น คือ รู้จักเลือกในการที่จะเสพยาอารมณ์ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในชีวิตประจำวันที่จะไม่ก่อปัญหาให้เกิดขึ้น

การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและดีงามได้นั้น จะต้องมีการฝึกฝนพัฒนาตน ซึ่งได้แก่กระบวนการศึกษา มรรคจะเกิดขึ้นได้ก็ด้วยศึกษา การฝึกฝนความรู้จักคิด หรือคิดเป็น จะเป็นปัจจัยนำไปสู่ความรู้ความเข้าใจ ความคิดเห็น แนวความคิด ทศนคติ ค่านิยมที่ถูกต้องดีงามความเชื่อถือ ถูกต้อง เกื้อกูลแก่ชีวิตและสังคม ที่เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ แยกเป็น โลกียสัมมาทิฏฐิ และ โลกุตตรสัมมาทิฏฐิ คือ

๑. ทศนะ ความคิดเห็น ทฤษฎี ความเชื่อถือ ความนิยม ค่านิยม จำพวกที่เชื่อหรือยอมรับรู้ การกระทำ และผลการกระทำของตน หรือสร้างความสำเร็จในความความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน เรียกว่า กัมมัตสกตาทิฏฐิ เป็นสัมมาทิฏฐิระดับโลกีย์ เป็นขั้นจริยธรรม [โลกียะธรรม]

๒. ทศนะ แนวความคิด ที่มองเห็นความเป็นไปของสิ่งทั้งหลายตามธรรมดาแห่ง^{๗๗} ซึ่งจัด
เข้าในระดับวิปัสสนาสัมมาทิฏฐิ [โลกุตตรธรรม]

เหตุปัจจัย ความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามสภาวะของมัน หรือตามที่มันเป็น ไม่เอนเอียงไปตามความชอบความชังของตน หรือความอยากให้มีมันเป็นอยากไม่ให้เป็น ความรู้ความ

^{๗๗} วรินทร์ วิชญาณุโรจน์, เข้าใจเข้าถึงพระพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศยาม, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๓.

เข้าใจสอดคล้องกับความเป็นจริงแห่งธรรมดา เรียกว่า สัจจานุโลมิกญาณ เป็น สัมมาทิฐิแนวโลกุตระ เป็นขั้นสัจธรรม”^{๗๘} “หลักความคิดในทางพระพุทธศาสนานั้นมีปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิตัวกัน ๒ ประการ คือ ๑. ปรัตโฆสะ (การได้สดับจากบุคคลอื่น) ๒. โยนิโสมนสิการ (การมนสิการโดยแยบคาย)”^{๗๙}

แหล่งที่มาเบื้องต้นของการศึกษา เรียกว่า ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ มี ๒ อย่าง คือปัจจัยภายนอก เรียกว่า ปรัตโฆสะ แปลว่า เสียงจากผู้อื่น หรือเสียงบอกจากผู้อื่น ได้แก่ การรับการถ่ายทอด หรืออิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น พ่อแม่ ครูอาจารย์ เพื่อนที่คบหา หนังสือ สื่อมวลชน และ วัฒนธรรม ซึ่งให้ข่าวสารที่ถูกต้อง สั่งสอนอบรม แนะนำชักจูงไปในทางที่ดีงาม ปัจจัยภายใน เรียกว่า โยนิโสมนสิการ แปลว่า การทำในใจโดยแยบคาย หมายถึง การคิดถูกวิธี ความรู้จักคิด หรือคิดเป็น

ดังพุทธพจน์ที่ตรัสสอนภิกษุทั้งหลายว่า “เรากล่าวความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย (ว่าสำเร็จได้) แก่ผู้รู้ผู้เห็น มิใช่แก่ผู้ไม่รู้ มิใช่แก่ผู้ไม่เห็น เมื่อรู้เห็นอย่างไร จึงจะมีความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย เมื่อรู้เห็น (วิธีทำให้เกิดและวิธีทำไม่ให้เกิด) โยนิโสมนสิการและอโยนิโสมนสิการ เมื่อมนสิการโดยไม่แยบคาย อาสวะที่ยังไม่เกิด ย่อมเกิดขึ้นและอาสวะที่เกิดขึ้นแล้วย่อมเพิ่มพูน เมื่อมนสิการโดยไม่แยบคาย (โยนิโสมนสิการ) อาสวะที่ยังไม่เกิด ย่อมไม่เกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมถูกละได้”^{๘๐} “เราไม่เล็งเห็นธรรมอย่างอื่น แม้อีกข้อหนึ่ง ซึ่งเป็นเหตุให้สัมมาทิฐิที่ยังไม่เกิด ได้เกิดขึ้น หรือให้สัมมาทิฐิที่เกิดขึ้นแล้ว เจริญขึ้น เหมือนอย่างโยนิโสมนสิการเลย เมื่อมีโยนิโสมนสิการ สัมมาทิฐิที่ยังไม่เกิด ย่อมเกิดขึ้น และสัมมาทิฐิที่เกิดขึ้นแล้วย่อมเจริญ”^{๘๑}

ในทำนองเดียวกัน แหล่งที่มาของการศึกษาที่ผิด หรือความไร้การศึกษา เรียกว่าปัจจัยแห่งมิจฉาทิฐิ มี ๒ อย่างเหมือนกันคือ ปรัตโฆสะ เสียงบอกจากภายนอกที่ไม่ดีงาม ไม่ถูกต้อง และอโยนิโสมนสิการ การกระทำไว้ในใจไม่แยบคาย การไม่รู้จักคิด คิดไม่เป็น หรือการขาดโยนิโสมนสิการนั่นเอง

^{๗๘} ดูรายละเอียดใน, พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๖๔๒.

^{๗๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๕๒/๔๙๑.

^{๘๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๕/๑๘

^{๘๑} อภ.เอก. (ไทย) ๒๐/๑๘๖/๔๑

ในทางพุทธศาสนาแบ่งลักษณะการใช้ความคิดออกเป็น สองประการ คือ “การใช้ความคิดอย่างมีเหตุผล เรียกว่า โยนิโสมนสิการ กับความคิดที่เกิดจากการใช้อารมณ์ความรู้สึกตามที่ยากจะให้เป็นที่เรียกว่า อโยนิโสมนสิการ ผู้ที่มีปัญญามองเห็นความจริงแท้ในสรรพสิ่งตามธรรมชาติ เรียกว่าเป็นผู้มีโยนิโสมนสิการ แตกต่างจากผู้ไม่มีโยนิโสมนสิการที่มองภาพเกินเลยไปจากความจริงที่ตนรู้”^{๘๒}

การคิดเกิดขึ้นต่อจากกระบวนการรับรู้ กระบวนการรับรู้ นั้น เริ่มจากการที่อายตนะภายใน ประสบกับอายตนะภายนอก และเกิดวิญญาณ คือมีความรู้ต่ออารมณ์นั้น เรียกว่า ผัสสะ เกิดความรู้สึกต่ออารมณ์นั้น เช่น สุข สบาย ทุกข์ ไม่สบาย หรือเฉย ๆ เรียกว่า เวทนา เกิดการหมายรู้ต่ออารมณ์ ว่าเป็นนั่นเป็นนี่ เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ซื่อนั้นชื่อนี้ เรียกว่าสัญญา จากนั้นจึงเกิดความคิด ความดำริตริตริกต่าง ๆ เรียกว่า วิตักกะ

ตามความเชื่อของทางพุทธศาสนา โลกที่เรารับรู้เกิดจากรอยประทับระหว่างประสาทสัมผัสกับวัตถุ โดยเนื้อแท้ของมันจึงเป็นเพียง นาม ที่เกิดดับอยู่ทุกขณะ แต่ถูกบิดเบือนทำให้เห็นว่าเป็นของเที่ยง เนื่องจากการปรุงแต่งของจิตที่ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของกิเลส คือ โลภ โกรธ หลง และเพราะจิตเป็นตัวปรุงแต่งเช่นนี้ โลกียะธรรมที่เรารับรู้จึงปรากฏเป็นหลายมุมมอง ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า การที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะอิทธิพลแห่งกิเลสทั้งสามเป็นตัวการ ทำให้เกิดความคิดปรุงแต่งเวทงออกไปจากความเป็นจริง ซึ่งกิเลสดังกล่าวนี้ทางพุทธศาสนาเรียกว่า “ปัจจัยธรรม ๓ ได้แก่ ตัณหา ความทะยานอยาก มานะ ความถือตัวว่าเป็นใหญ่สำคัญกว่าคนอื่นและ ทิฏฐิ ความใจแคบ เห็นว่าความคิดของตนถูก ของคนอื่นผิด”^{๘๓} ขั้นตอนของการคิดมีความสำคัญอย่างยิ่งในการกำหนดบุคลิกภาพ และวิถีชีวิตของบุคคลตลอดจนถึงสังคม จึงมีบทบาทสำคัญยิ่งในการศึกษา แต่ความคิดนั้นจะเป็นอย่างไร ย่อมต้องอาศัยปัจจัยที่กำหนดหรือปรุงแต่งความคิดนั้นอีกต่อหนึ่ง ปัจจัยอย่างหนึ่งที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อความคิด ได้แก่ ความรู้สึกสุขทุกข์ (เวทนา) สำหรับคนทั่วไปแล้ว เมื่อมีการรับรู้ และเกิดเวทนาแล้ว ถ้าไม่มีปัจจัยอย่างอื่นมาแปร หรือตัดตอน เวทนาก็จะเป็นตัวกำหนดวิถีของ

^{๘๒} พระเมธีธรรมาภรณ์, (ปรัญญาเอกชีสเดนเซียลิสกับพุทธปรัชญาเถรวาท), หน้า ๑๑๔ อ้างใน สุวัฒน์ จันทระจันง, แก่นพุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ), หน้า ๓๔๗.

^{๘๓} สุวัฒน์ จันทระจันง, แก่นพุทธธรรม ฉบับอังกฤษ -ไทย, (กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ๒๕๔๘), หน้า ๓๗๔.

ความคิด คือ ถ้ารู้สึกสบาย เป็นสุข ก็ชอบใจ อยากได้ อยากเสพ อยากเอา (ตัณหาฝ่ายบวก) ถ้ารู้สึกไม่สบาย บีบคั้น เป็นทุกข์ ก็ขัดใจไม่ชอบ อยากหลีกเลี่ยงหรืออยากทำลาย (ตัณหาฝ่ายลบ)

ต่อจากนั้น ความคิดปรุงแต่งต่าง ๆ จะกำหนดเน้นหรือเพ่งไปที่อารมณ์ คือ สิ่งที่เป็นที่มาของเวทนานั้น เอาสิ่งนั้นเป็นที่จับของความคิด พร้อมด้วยความจำได้หมายรู้ว่าสิ่งนั้นสิ่งนี้ เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ (สัญญา) แล้วความคิดปรุงแต่งก็ดำเนินไปตามวิถีทางของความชอบใจไม่ชอบใจนั้น เครื่องปรุงแต่งของความคิด คือ ความโน้มเอียง ความเคยชิน กิเลส จิตนิสัยต่าง ๆ ที่จิตได้สั่งสมไว้ (สังขาร) และคิดอยู่ในกรอบ ในขอบเขต ในแนวทางของสังขารนั้น จากความคิด อาจแสดงออกมาเป็น การกระทำ การพูด การแสดงบทบาทต่าง ๆ ถ้าไม่ถึงขั้นแสดงออกมาภายนอก อย่างน้อยก็มีผลกระทบต่าง ๆ อยู่ภายในจิตใจ เป็นผลในทางผูกมัดจำกัดตัว ทำให้จิตใจคับแคบบ้าง เกิดความกระทบกระทั่ง วุ่นวาย เร่าร้อน ขุ่นมัว เศร้าหมอง บีบคั้นจิตใจบ้าง หรือถ้าเป็นการพิจารณาเรื่องราว คติการต่าง ๆ ทำให้เกิดความเอนเอียง ไม่มองเห็นตามความเป็นจริง อาจเคลือบแฝงด้วยความอยากได้ อยากเอา หรือความคิดมุ่งไปในทางทำลาย แม้ในกรณีเกิดความรู้สึกเฉย ๆ ไม่สุข ไม่ทุกข์ ถ้าไม่รู้จักคิด ปล่อยให้ความคิดอยู่ภายใต้อิทธิพลของเวทนานั้น ก็จะเกิดความคิดแบบเพื่อผันเลือนลอย ไร้จุดหมายหรืออัดอั้นตันตันต่อไป เป็นสภาพไม่เกื้อกูลต่อคุณภาพชีวิต (เป็นอกุศล) สร้างปัญหาและก่อให้เกิดทุกข์^{๘๔}

ในชีวิตของคนทั่วไป ภาระบวณธรรมแห่งปัญหานี้ เป็นกิจกรรมส่วนใหญ่ที่ดำเนินไปเกือบตลอดเวลาในวันหนึ่ง ๆ อาจเกิดขึ้นครั้งแล้วครั้งเล่า นับไม่ถ้วน ชีวิตไม่มีการศึกษา ย่อมถูกรอบงำ และกำหนดด้วยกระบวนการแห่งความคิดอย่างนี้ ความเป็นไปของกระบวนการนี้ดำเนินไปได้อย่างง่าย ๆ โดยไม่ต้องใช้สติปัญญา ไม่ต้องใช้ความรู้ความเข้าใจ หรือความสามารถอะไรเลย จัดเป็นธรรมดาขั้นพื้นฐานที่สุด ยิ่งได้สั่งสมความเคยชินไว้มาก ๆ ก็ยิ่งเป็นไปเองอย่างคล่องแคล่ว เพราะเป็นไปอย่างปราศจากปัญญา ไม่ต้องมีสติปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องและสติปัญญาไม่ได้เป็นตัวควบคุม จึงเรียกว่าอวิชา และจึงไม่เป็นไปเพื่อการแก้ปัญหาก็เป็นไปเพื่อก่อปัญหาทำให้เกิดทุกข์ เรียกว่าเป็นปัจจัยการแห่งทุกข์

บุคคลที่มีการศึกษาสมบูรณ์แล้ว เมื่อคิด ก็คิดอย่างมีโยนิโสมนสิการ เมื่อไม่คิดก็มีสติครองใจอยู่กับปัจจุบัน คือ กำกับจิตอยู่กับสิ่งที่เกี่ยวข้องต้องทำ และกิจกรรมที่กำลังดำเนินไปอยู่ของการคิดอย่างมีโยนิโสมนสิการ หมายถึงมีสติอยู่พร้อมด้วย เพราะโยนิโสมนสิการเป็นเครื่องหล่อเลี้ยง

^{๘๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๖๒๑.

สติ และทำให้ต้องใช้ปัญญา ความคิดเดินไปอย่างมีระเบียบมีจุดหมาย จึงเป็นองค์ธรรมที่สำคัญอย่างยิ่งในกระบวนการของการศึกษา หรือในการพัฒนาตน

หลักโยนิโสมนสิการ เป็นอุบายวิธีการใช้ความคิด อย่างถูกต้องและถูกวิธี เป็นลำดับขั้นตอนเป็นไปอย่างมีเหตุมีผล และมีเป้าหมายเพื่อบรรลุผล หลักการของโยนิโสมนสิการนั้นมีอยู่ ๒ หลักการ คือ แบบมุ่งเพื่อกำจัดอวิชชาโดยตรง และแบบมุ่งเพื่อบรรเทาภิเลสตัณหา การใช้หลักโยนิโสมนสิการในทางพระพุทธศาสนานั้นเพื่อให้เห็นสังขธรรมความเป็นจริงของชีวิต เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามสภาวะของมัน เกิดความรู้ความเข้าใจสอดคล้องกับความเป็นจริงแห่งธรรมดา เรียกว่า สัจจานุโลมิกญาณ เป็น สัมมาทิฐิอันวโลกุตระ เป็นขั้นสังขธรรม อันจะนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพุทธศาสนา ปัจจัยที่สำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมของตนนั้น ได้แก่ ปัจจัยภายนอกคือ ปรโตโฆสะ การได้กัลยาณมิตร การได้รับการอบรมสั่งสอนที่ดี ที่ถูกต้อง และปัจจัยภายใน คือ โยนิโสมนสิการ ดังที่ได้นำเสนอมาเมื่อแยกออกเป็นส่วน ๆ จะไม่พบ บุคคล ตัวตน เขาเรา ไต ๆ ทั้งสิ้น เป็นเพียงสภาวะธรรมที่ดำเนินไปโดยอาศัยซึ่งกันและกันเป็นปัจจัยขับเคลื่อนไปตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป หมุนเวียนเปลี่ยนไปเช่นนี้ตลอด

๒.๔ วิธีการใช้หลักความคิดของทางพระพุทธศาสนา

การใช้หลักความคิดของทางพระพุทธศาสนานั้นดำเนินไปตามหลักอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค กล่าวคือเมื่อความทุกข์ในรูปแบบต่าง ๆ เกิดขึ้น เป็นปัญหาที่บุคคลนั้น ๆ เผชิญอยู่ รับรู้สภาพการณ์นั้นอยู่ จึงสืบสาวหาสาเหตุเพื่อหาหนทางแก้ไข แล้วจึงกำหนดรายละเอียดขั้นตอนวิธีการในการแก้ไข จากนั้นจึงดำเนินการแก้ไขตามวิธีการจนบรรลุเป้าหมายที่ต้องการนั้น พระพุทธศาสนาสอนให้เชื่อเรื่อง กฎแห่งกรรม หรือ กฎแห่งการกระทำ ความคิดกับการกระทำในทางพระพุทธศาสนานั้น ยังมีระดับการให้ผลที่แตกต่างกันออกไปอีก โดยมีเจตนาซึ่งเป็นเจตสิกดวงหนึ่งเป็นปัจจัยเข้ามาประกอบด้วยเสมอ นั้นหมายความว่าระดับความเข้มข้นของเจตนามีผลต่อการกระทำ หรือมีผลต่อผลลัพธ์ที่จะได้รับด้วย กรรมในทางพระพุทธศาสนาหมายเอาการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนาหรือความจงใจในการทำ การกระทำใด ๆที่ไม่ประกอบด้วยเจตนา ไม่ถือว่าเป็นกรรม ย่อมไม่ให้เกิดผล เป็นเพียงกิริยาอาการเท่านั้น เจตนาคือความตั้งใจหรือความรู้ในการกระทำนั้น แบ่งออกได้ ๓ อย่างคือ

๑. บุรพเจตนา คือ เจตนาก่อนทำ
๒. มุญจนเจตนา คือ เจตนาในเวลาทำ
๓. อปรปรเจตนา คือ เจตนาเมื่อได้ทำไปแล้ว

หากประกอบกรรมด้วยเจตนาที่ดี ทั้ง ๓ กาล ย่อมได้ผลลัพธ์ที่ดี ความสำเร็จใด ๆ หรือผลลัพธ์ใด ๆ ย่อมเกิดจากการประกอบกรรมของบุคคลนั้น ๆ กรรมนั้นสามารถแสดงออกได้ ๓ ทาง คือ กายกรรม วจีกรรม และมโนกรรม

อายตนะ ๑๒ ซึ่งเป็นแหล่งที่มาของความรู้ นั้น เกี่ยวข้องโดยตรงกับสภาพแวดล้อมด้วย เพราะว่าสภาพแวดล้อมที่ดีหรือร้ายนั้น ย่อมส่งผลต่อความคิด พฤติกรรมของบุคคลและการดำเนินชีวิต พระพุทธศาสนานั้นมีหลักธรรมเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในเรื่องนี้คือ หลักมงคล ๓๘ ประการ ซึ่งเป็นการสร้างสภาพแวดล้อมที่ดี ๆ และเป็นการป้องกันข้อมูลที่ดี ๆ ให้แก่จิตใจ

หลักปฏิจสุมุบบาทเป็นหลักธรรมที่แสดงถึงเหตุปัจจัยในการเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์และการดับลงแห่งกองทุกข์โดยใจความหลัก ๆ ก็จริง แต่สำหรับผู้มีปัญหาแล้วสามารถที่จะประยุกต์เอากระบวนการในหลักธรรมนั้น ๆ เข้ามาใช้ในการดำเนินชีวิตของตนได้ด้วย ความสำเร็จหรือความปรารถนาใด ๆ ที่จะบรรลุถึงได้ ก็ด้วยการประกอบเหตุปัจจัยให้ถึงพร้อมในการที่จะช่วยส่งเสริมให้ความสำเร็จหรือความปรารถนานั้น ๆ เป็นไปได้ยิ่งขึ้น อีกทั้งใช้เครื่องมือในการใช้ความคิดคือหลักโยนิโสมนสิการ เข้าบริหารจัดการสิ่งนั้น ๆ ย่อมสามารถที่จะบรรลุถึงเป้าหมายได้ในที่สุด

ในทางพุทธศาสนานั้นมีหลักธรรมที่เกี่ยวกับความเชื่อเช่นเดียวกัน คือ หลักธรรม ข้อที่ว่าด้วย ศรัทธา ๔ คือ

๑. กम्मสัทธา เชื่อกรรม เชื่อกฎแห่งกรรม เชื่อว่ากรรมมีอยู่จริง คือ เชื่อว่าเมื่อทำอะไร โดยมีเจตนา คือ จงใจทำทั้งรู้ ย่อมเป็นกรรม คือ เป็นความชั่วความดีมีขึ้นในตน เป็นเหตุปัจจัยก่อให้เกิดผลดีผลร้ายสืบเนื่องต่อไป การกระทำไม่ว่างเปล่าและเชื่อว่าผลที่ต้องการจะสำเร็จได้ด้วยการกระทำ มิใช่ด้วยอ้อนวอนหรือนอนคอยโชค เป็นต้น

๒. วิปากสัทธา เชื่อวิบาก เชื่อผลของกรรม เชื่อว่าผลของกรรมมีจริง คือ เชื่อว่ากรรมที่ทำแล้วต้องมีผล และผลต้องมีเหตุ ผลดีเกิดจากกรรมดี ผลชั่วเกิดจากกรรมชั่ว

๓. กम्मสสกตาสัทธา เชื่อความที่สัตว์มีกรรมเป็นของตน เชื่อว่าแต่ละคนเป็นเจ้าของ จะต้องรับผิดชอบเสวยวิบากเป็นไปตามกรรมของตน

๔. ตถาคตโพธิสัทธา เชื่อความตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า, มั่นใจในองค์พระตถาคต ว่าทรงเป็นพระสัมมาสัมพุทธะ ทรงพระคุณทั้ง ๙ ประการ ตรัสธรรม บัญญัติวินัยไว้ด้วยดี ทรงเป็นผู้นำทางที่แสดงให้เห็นว่า มนุษย์คือเราทุกคนนี้ หากฝึกตนด้วยดี ก็สามารถเข้าถึงภูมิธรรมสูงสุด บริสุทธิหลุดพ้นได้ ดังที่พระองค์ได้ทรงบำเพ็ญไว้เป็นแบบอย่าง^{๘๕}

การกระทำใด ๆ ที่มุ่งหวังผลคือความสำเร็จนั้น ต้องการประกอบไปด้วย เจตนา ความเชื่อ ความศรัทธา ความเข้าใจในสภาพแวดล้อมของสิ่งนั้น ๆ การประกอบเหตุปัจจัยอันเป็นไปเพื่อเกื้อกูลต่อผลสำเร็จที่คาดหวังนั้น บุคคลนั้นย่อมอาจที่จะสามารถบรรลุถึงสิ่งที่มุ่งหวังนั้นได้พระพุทธศาสนา นั้นมีการวางบริบทเรื่องเหตุและปัจจัยนั้นให้เป็นไปอย่างครบถ้วนทั้งทางรูปธรรม คือแนะนำบุคคลให้เข้าไปสู่สิ่งแวดล้อมที่ดี และได้รับข้อมูลข่าวสารที่ดี จากผู้รู้ต่าง ๆ นั่นคือ ทางหนึ่งที่จะทำให้จิตใจนี้ฉลาดและมีปัญญารู้รอบ ซึ่งเป็นเรื่องของนามธรรม ตัวอย่างหลักธรรมข้อที่ว่า วุฒิ คือ ธรรมเป็นเครื่องเจริญ ๔ อย่าง คือ (๑) สัมปยุตตสังสวะ คบหาสัตบุรุษ เสวนาทานผู้รู้ผู้ทรงคุณความดี มีความประพฤติชอบด้วย กาย วาจา ใจ (๒) สัทธัมมัสสวนะ ฟังสัทธรรม ตั้งใจฟังคำสั่งสอนของท่าน เอาใจใส่เล่าเรียน (๓) โยนิโสมนสิการ ทำในใจโดยแยบคาย รู้จักคิดพิจารณาให้เห็นเหตุผลคุณโทษในสิ่งที่ได้เล่าเรียนสดับฟังแล้ว จับสาระที่จะนำไปใช้ประโยชน์ได้ (๔) ธัมมานุষ্ঠมปฏิบัติ ประพฤติธรรมสมควรแก่ธรรม นำสิ่งที่ได้เล่าเรียนและตรึตรองเห็นแล้วไปใช้ปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลัก สอดคล้องกับความมุ่งหมายของหลักการณ์นั้น ๆ^{๘๖}

๒.๕ เป้าหมายของหลักความคิดของทางพระพุทธศาสนา

เป้าหมายในการใช้หลักความคิดในทางพระพุทธศาสนานั้นเพื่อให้เกิดปัญญา ๒ ระดับ คือ ๑.ปัญญาในระดับโลกียะ เข้าใจเรื่องความเป็นเหตุเป็นผล ทางตรรกะ ในชีวิตประจำวัน ๒. ปัญญาในระดับโลกุตระ คือ มรรค ผล นิพพาน ๑ พุทธศาสนิกชนได้รับการสอนให้ใช้หลักธรรมในการดำรงชีวิตประจำวันเพื่อจิตใจที่เป็นสุข เว้นจากการทำบาปทั้งปวง ทำกุศลให้ถึงพร้อม ทำจิตของตนให้ขาวรอบ มุ่งไปสู่มรรค ผล นิพพาน ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา และการปฏิบัติธรรมนั้น “ฟัง

^{๘๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๘, (นนทบุรี : เพิ่มทรัพย์การพิมพ์ จำกัด ๒๕๕๓), หน้า ๑๘๑.

^{๘๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๘๐.

บรรลุได้ด้วยความสุขหรือด้วยข้อปฏิบัติที่มีความสุข มิใช่บรรลุด้วยความทุกข์ หรือด้วยข้อปฏิบัติที่เป็นทุกข์ ผู้ปฏิบัติจะต้องไม่ติดใจหลงไหลในความสุขที่เกิดขึ้นแก่ตน ไม่ปล่อยให้ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นครอบงำ จิตใจของตน ยังมีจิตใจเป็นอิสระ สามารถก้าวหน้าไปในธรรมเบื้องสูง ต่อๆ ไป จนบรรลุความเป็นอิสระ หลุดพ้นโดยบริบูรณ์ ซึ่งเมื่อบรรลุจุดหมายนั้นแล้ว ก็สามารถเสวยความสุขที่เคยเสวยมาแล้ว โดยที่ความสุขนั้น ไม่มีโอกาส ครอบงำจิตใจ ทำให้ติดพันหลงไหลได้เลย”^{๘๗}

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือวิชาและระเบียบปฏิบัติ เพื่อให้รู้สิ่งทั้งปวงถูกต้องตามที่เป็นจริงว่าอะไรเป็นอะไร สิ่งทั้งปวง มีสภาพตามที่เป็นจริง คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวหรือของตัว ; แต่สัตว์ทั้งหลายยังหลงรัก หลงยึดติดสิ่งทั้งปวง เพราะอำนาจของการยึดมั่นที่ผิดในพุทธศาสนามีวิธี ปฏิบัติเรียกว่า ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อใช้เป็นเครื่องมือ ตัดการติดการยึดมั่นนั้นเสีย อุปาทาน การยึดมั่นนั้นมีสิ่งที่ลงเกาะหรือจับยึด คือ ชันธ์ทั้งห้า คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เมื่อรู้จักชันธ์ทั้งห้า ตามที่เป็นจริง ก็จะสามารถเข้าใจสิ่งทั้งปวงจนถึงกับเบื่อหน่ายคลายความอยาก ไม่ยึดอะไร ติดอะไร และเราควรมีชีวิตอยู่อย่างที่เราเรียกว่า "เป็นอยู่ชอบ" คือให้ วันคืนเต็มไปด้วยความปิติ ปราโมทย์ อันเกิดมาจากการกระทำที่ดีที่งามที่ถูกต้องอยู่เป็นประจำ แล้วระงับความฟุ้งซ่าน เกิดสมาธิ เกิดความเห็นแจ้งได้เรื่อยๆ ไป จนกระทั่งเกิดความเบื่อหน่าย ความคลายออก ความหลุดพ้น และนิพพานได้ตามความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อม ถ้าเราจะรีบเร่งทำให้ได้ผลเร็วขึ้น ก็มีแนวปฏิบัติที่เรียกว่า “วิปัสสนาธุระ เริ่มตั้งแต่มี ความประพฤติบริสุทธิ์ มีใจบริสุทธิ์ มีความเห็นบริสุทธิ์ เรื่อยขึ้นไปจนถึงมีปัญญา คือความเห็นแจ้งบริสุทธิ์ ในที่สุดก็จะตัดกิเลสที่ผูกมัดคนให้ติดอยู่กับวิสัยโลกออกเสียได้ เรียกว่า การบรรลุธรรมผล”^{๘๘}

หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนาที่นำเสนอในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ คือ ความคิดกับชันธ์ ๕ ในเบื้องต้นจนถึง ความคิดกับหลักปฏิจจนสมุปปาท ในเบื้องปลายนั้น เป็นการนำเสนอเพื่อให้เห็นกระบวนการเกิดขึ้นของความคิด โดยอาศัยประสาทสัมผัสเป็นสื่อในการรับข้อมูลทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าการกระทบกันของอายตนะภายในกับอายตนะภายนอก รับข้อมูลเข้ามาปรุงแต่งจิตและดำเนินไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรม หลักโยนิโสมนสิการเป็นการใช้ความคิดอย่างแยบคาย พิจารณาให้เห็นเหตุเห็นปัจจัย ความเป็นเหตุเป็นผลของสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน

^{๘๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑-๓.

^{๘๘} ดูรายละเอียดใน, พุทธทาส ภิกขุ, **คู่มือมนุษย**, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา, ๒๕๔๙, หน้า ๒๐.

เพื่อให้เกิดความเข้าใจในสัจธรรมความเป็นจริงของชีวิต หลักปฏิบัติสมุบัติเป็นหลักธรรมใหญ่ ที่แสดงความเป็นไปของชีวิตไว้ทั้งหมด การที่บุคคลสามารถเข้าใจในหลักปฏิบัติสมุบัติได้นั้น ถือได้ว่าเข้าใจในสภาพความเป็นไปแห่งชีวิต หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนาต่าง ๆ นั้น เป็นเครื่องมือใช้อธิบาย หรือให้นิยาม สภาวะธรรมต่าง ๆ การอธิบายแตกต่างกันออกไปในแต่ละแบบ นั้นเพื่อเพิ่มมุมมองที่หลากหลายอันจะนำไปสู่ความเข้าใจของแต่ละบุคคล กระบวนการการเกิดขึ้น ของความคิด อาศัยการทำงานร่วมกันทั้งในส่วนของรูปธรรมคือร่างกายและส่วนของนามธรรมคือ จิตใจ ในทางพระพุทธศาสนานั้นมีคำสอนที่เกี่ยวกับฝึกสติเพื่อให้ดวงใจสามารถตามระลึกถึงทัน ความคิด สามารถที่จะระงับยับยั้งการปรุงแต่งของความคิดอันจะนำไปสู่ความทุกข์ได้ ซึ่งอยู่ในส่วน ของวิปัสสนากรรมฐาน ความคิดในทางพระพุทธศาสนานั้นเป็นต้นตอของความทุกข์ในรูปแบบต่าง ๆ ไม่ว่าจะ เป็นความคิดที่ดี หรือความคิดที่ไม่ดีก็ตาม ดังนั้นการเข้าไประงับดับความคิดได้เป็นความสุข ดังมีบาลีรับรองอยู่ว่า

“อนิจจา วต สงขารา อุปปาทวยธมฺมิโน

อุปฺปชชิตฺวา นิรุชฌนติ เตสํ วุปฺสโมสุโข”^{๘๙}

ซึ่งมาในพระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค แปลความว่า “สังขารทั้งหลาย ไม่เที่ยงหนอ มีความเกิดขึ้นและเสื่อมสลายเป็นธรรมดา ครั้นเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป ความเข้าไป สงบสังขารเหล่านั้นย่อมเป็นสุข”^{๙๐} นี้เป็นพระคาถาอุทานของพระอินทร์หรือท้าวสักกเทวราช ซึ่งเป็นพระโสดาบันบุคคล ได้ทรงเปล่งต่อพระบรมสิริระ ขณะจะถวายพระเพลิงพระพุทธเจ้า “ความเข้าไปสงบสังขารเหล่านั้นย่อมเป็นสุข” นั้นหมายถึง ความเข้าไปสงบระงับแห่งสังขาร คือ ความปรุงแต่งทางใจ (ความคิด) ที่เป็นปัจจัยให้เกิดกิเลส ตัณหา อุปาทาน หลักความคิดที่สำคัญ ในทางพระพุทธศาสนาเป็นการอธิบายการทำงานของธาตุขันธ์ เป็นสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นของธาตุขันธ์ ไม่มีอึดตาตัวตน ที่จะพึงเข้าไปยึดมั่นถือมั่นใด ๆ หลักความคิดต่าง ๆ นั้นเป็นเสมือนเครื่องมือที่ อำนาจประโยชน์เพื่อความเข้าใจในลักษณะหรือสภาวะธรรมนั้น ๆ เมื่อเกิดความเข้าใจในสิ่งที่เป็นอยู่ ก็สามารถที่จะประพฤติปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับเหตุการณ์

^{๘๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๑๔๗/๑๓๘

^{๙๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๔๗/๑๒๕

๒.๖ ผลสัมฤทธิ์ของการใช้หลักความคิดของทางพระพุทธศาสนา

ผลสัมฤทธิ์ที่เกิดจากการใช้หลักความคิดทางพระพุทธศาสนา คือ มรรค ผล นิพพาน ซึ่งเป็นการใช้ สิกขา ๓ คือ ศีล สมาธิ ในการดำรงชีวิต ผู้ประกอบในสัมมาวาจา คือ เจรจาชอบ การพูดต้องสุภาพ พูดในสิ่งที่สร้างสรรค์ดีงาม สัมมาภังคะ คือ การประพฤติดีงาม ทางกายไม่ฆ่า สัตว์ ไม่ลักทรัพย์ และไม่ประพฤติผิดในกาม สัมมาอาชีวะ คือ การทำมาหากินอย่างสุจริตชน ไม่คดโกง เอาเปรียบผู้อื่น เป็นการประพฤติปฏิบัติตนใน ศีลสิกขา ผู้ประกอบใน สัมมาวายามะ คือ มีความอุตสาหะพยายามประกอบความเพียรในการกุศลกรรม สัมมาสติ คือ การไม่ปล่อยให้เกิด ความพลั้งเผลอ จิตเลือนลอย ดำรงอยู่ด้วยความรู้ตัวอยู่เป็นปกติ สัมมาสมาธิ คือ การฝึกจิตให้ตั้งมั่น สงบ สงัดจากกิเลสนิวรณ์อยู่เป็นปกติ เป็นการประพฤติปฏิบัติตนใน สมาธิสิกขา ผู้ประกอบใน สัมมาทิฐิ คือ ปัญญาเห็นชอบ การปฏิบัติอย่างเหมาะสมตามความเป็นจริงด้วยปัญญา สัมมาสังกัปปะ คือ ดำริชอบ การใช้สมองความคิดพิจารณาแต่ในทางกุศลหรือความดีงาม เป็นการ ประพฤติปฏิบัติตนใน ปัญญาสิกขา บุคคลผู้ประกอบตนอยู่ในมรรคตั้งที่กล่าวมาแล้วนั้น ย่อมดำเนิน ชีวิตอย่างปกติสุข ปัญหาความทุกข์ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตประจำวันนั้นก็สามารบริหารจัดการให้ผ่อน ปรนลงไปได้ ด้วยกำลังแห่งสติ ปัญญา อันบริบูรณ์และมรรคนั้นจะเป็นทางดำเนินไปสู่ผล คือ พระนิพพานในที่สุด

หลักธรรมที่ยกขึ้นเป็นกรอบในงานวิจัยนี้ คือ หลักความคิดเกี่ยวกับชั้น ๕ หลักความคิด เกี่ยวกับอายตนะ ๑๒ หลักความคิดเกี่ยวกับหลักโยนิโสมนสิการ และหลักความคิดเกี่ยวกับ หลักปฏิจจนูปบาท ดังที่ได้นำเสนอไปแล้วนั้น นำแสดงเพื่อให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตของมนุษย์ อันประกอบด้วย ร่างกายและจิตใจนี้ เข้าใจการทำงานของชั้น ๕ โดยคร่าว ๆ เข้าใจกระบวนการที่ เกิดขึ้นของอายตนะ ๑๒ เข้าใจการใช้เครื่องมือคือความคิด ในหลักโยนิโสมนสิการเพื่อรู้ให้เกิดความรู้ ความเข้าใจสอดคล้องกับความเป็นจริงแห่งธรรมดา เข้าใจถึงสังขารของความเป็นไปแห่งชีวิตโดย ลำดับจนถึงลุล่วงเข้าสู่ปัญญาอันเป็นโลกุตระ ซึ่งจะเป็นหนทางน้อมนำไปสู่ทางดับทุกข์ และเข้าใจ กระบวนการเกิดขึ้นและดับลงของความคิดที่อธิบายโดยอาศัยหลักปฏิจจนูปบาท

เมื่อบุคคลเข้าใจสภาวะตามความเป็นจริงของธาตุชั้นนี้แล้ว ในเบื้องต้นก็อาจที่จะ ผ่อนคลายความยึดมั่นถือมั่นใน อัตตา ตัวตน เราเขา ได้ตามสมควรแก่อินทรีย์ของบุคคลนั้น ๆ เพราะ สาระแก่นสารแห่งกายนี้ไม่มี ดังมีเถรคาถาที่มาใน วัชรสูตรกล่าวรับรองอยู่ว่า

“ทุกขเมว ทิ สมโภติ ทุกข์ ติฏฐติ เวติ จ

นาถญตฺร ทุกฺขา สมโภติ นาถญตฺร ทุกฺขา นิรุชฺชติ”^{๙๑}

“ แปลความว่า ทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้น ทุกข์เท่านั้นดำรงอยู่และแปรผันไปนอกจากทุกข์ ไม่มีสิ่งอื่นเกิดขึ้น นอกจากทุกข์ ไม่มีอะไรอื่นดับไป ”^{๙๒} ก็จะเกิดความอุตสาหะที่จะศึกษาเล่าเรียนการเจริญวิปัสสนากรรมฐานอันเป็นหนทางนำไปสู่การหลุดพ้นออกจากทุกข์ คือการเวียนว่ายตายเกิด ซึ่งเป็นคำสอนอันสูงสุดของพระพุทธศาสนา

สรุปท้ายบท

หลักโยนิโสมนสิการ ใช้เป็นเครื่องมือหรืออุบายในการจัดระบบระเบียบของความคิด เพื่อที่จะนำความคิดนั้นไปใช้ให้เกิดประสิทธิภาพอย่างสูงสุด ให้เกิดปัญญา ๒ ระดับ คือ ๑) ปัญญา ระดับโลกียะ สามารถเข้าใจความเป็นเหตุเป็นผล ในเชิงตรรกะ ประยุกต์ใช้ความคิดในการดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นไปอย่างที่มีความทุกข์ไม่เข้าครอบงำ ๒) ปัญญา ระดับโลกุตระ เข้าใจสภาพความเป็นจริงของชีวิตว่า เป็นสักว่าการทำงานของธาตุชั้น ตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คลายความยึดมั่นถือมั่นใน อัตตาตัวตน มุ่งไปสู่หนทางแห่งความหลุดพ้น

การคิดแบบขั้น ๕ ดังที่นำเสนอไปแล้วนั้น ชีวิตมนุษย์ประกอบด้วยส่วนของร่างกายและจิตใจ ส่วนของรูปธรรมคือร่างกาย ประกอบด้วย ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ ส่วนของนามธรรมคือจิตใจ ประกอบด้วย ขั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เมื่อแยกแยะออกไปเป็นส่วน ๆ จะเห็นเป็นเพียงสักว่าธาตุชั้นทำงานอย่างสอดประสานกัน ชีวิตจึงดำเนินอยู่ได้ ไม่มีสัตว์บุคคล ตัวตน เราเขา เข้าไปควบคุมกระบวนการให้ดำเนินไปแต่ประการใด ความคิดเป็นการทำงานในส่วนของสังขารขั้น และความคิดต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้น จะมีเจตนาซึ่งเป็นเจตสิกดวงหนึ่งเกิดร่วมทุกคราวไป

การคิดแบบอายตนะ ๑๒ เป็นแหล่งที่มาของความรู้ที่เกิดจากการกระทบกันของอายตนะภายในคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ กับอายตนะภายนอกคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ เป็นกระบวนการของการรับเข้าข้อมูลอันเป็นวัตถุดิบเข้าสู่กระบวนการคิด การกระทบ

^{๙๑} ส.ส. (บาลี) ๑๕/๕๕๔/๑๙๙

^{๙๒} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๗๑/๒๒๘

กันเรียกว่า ผัสสะ มีอารมณ์และวิญญานเข้ามาร่วมในกระบวนการและนำไปสู่ขั้นตอนของความคิด คือ ชอบ ชัง และวางเฉย

หลักปฏิจจนุสุมปาท ความคิดย่อมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม รูปแบบการดำเนินชีวิต วิธีชีวิตของบุคคลนั้น ๆ ความคิดที่ดีย่อมเกื้อกูลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับบุคคลนั้น ๆ และในทางกลับกัน ความคิดที่ไม่ดีย่อมบั่นทอนและทำลายคุณภาพชีวิตของบุคคลนั้น ๆ ด้วยหลักปฏิจจนุสุมปาทแสดงกระบวนการของความคิดที่เกิดขึ้นและการดับลงของความคิด กระบวนการเกิด เรียกว่า สมุทวาร การกระบวนการดับ เรียกว่า นิโรธวาร

ในทางพุทธศาสนานั้น ความทุกข์เป็นพื้นฐานของทุกชีวิต การดำเนินชีวิตในแต่ละวันนั้น เป็นการแก้ปัญหา เป็นการบรรเทา และเป็นการปลดเปลื้องตนเอง จากความทุกข์ในรูปแบบต่าง ๆ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับองค์ประกอบของชีวิต และลักษณะการทำงานที่อิงอาศัยกันและกันของแต่ละองค์ประกอบ คือขั้นที่ ๕ นั้น ย่อมเกื้อกูลต่อการประพุดติและปฏิบัติธรรมในขั้นสูง อีกทั้งเมื่อเข้าใจในกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยตามหลักปฏิจจนุสุมปาทสมุทวาร อันเป็นกระบวนการเกิดขึ้นของความทุกข์ทั้งหลาย และหลักปฏิจจนุสุมปาทนิโรธวาร อันเป็นกระบวนการดับลง หรือสิ้นสุดลงของความทุกข์ทั้งหลาย มองเห็นความเป็นธรรมดาของกระบวนการทั้งฝ่ายเกิดและฝ่ายดับโดยมีโยนิโสมนสิการคือการทำให้ไว้ในใจโดยแยบคาย เป็นการคิดพิจารณาในขั้นที่ประกอบด้วยปัญญาที่มีความรู้เท่าทันสภาวะสังขารของสิ่งที่เสพเสวย คือมีวิชาเป็นเครื่องกักกรอง จึงทำให้เป็นการรับรู้ชนิดที่ไม่ประกอบด้วยอวิชา เมื่อไม่มีอวิชาสัมผัส เวทนาที่เกิดขึ้นก็ไม่นำไปสู่ตัณหา เมื่อตัณหาดับ จึงบังถึงอวิชาดับอยู่แล้วในตัว หลักการสำคัญของการดับทุกข์ คือการตัดวงจรให้ขาด

หลักปฏิจจนุสุมปาท เป็นหลักธรรมที่แสดงอาการของสิ่งทั้งหลายปรากฏรูปเป็นต่าง ๆ มีความเจริญเสื่อมเป็นไปต่างๆ นั้น แสดงถึงสภาวะที่แท้จริงของมันว่าเป็นกระแส แสดงถึงการประกอบขึ้นด้วยองค์ประกอบต่าง ๆ รูปกระแสปรากฏเพราะองค์ประกอบทั้งหลายสัมพันธ์เนื่องอาศัยกัน กระแสดำเนินไปแปรรูปได้เพราะองค์ประกอบต่าง ๆ ไม่คงที่อยู่แม้แต่ขณะเดียว องค์ประกอบทั้งหลายไม่คงที่อยู่แม้แต่ขณะเดียวเพราะไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมัน ตัวตนที่แท้จริงของมันไม่มี มันจึงขึ้นต่อเหตุปัจจัยต่างๆ เหตุปัจจัยต่างๆ สัมพันธ์ต่อเนื่องอาศัยกัน จึงคุมรูปเป็นกระแสได้ ความเป็นเหตุปัจจัยต่อเนื่องอาศัยกัน แสดงถึงความไม่มีต้นกำเนิดเดิมสุดของสิ่งทั้งหลาย

กระแสแห่งเหตุปัจจัยที่ทำให้สิ่งทั้งหลายปรากฏโดยเป็นไปตามกฎธรรมชาติ ดำเนินไปได้ก็เพราะสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง ไม่คงอยู่ เกิดแล้วสลายไป ไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมัน และสัมพันธ์เนื่อง

อาศัยกันภาวะที่ไม่เที่ยง ไม่คงอยู่ เกิดแล้วสลายไป เรียกว่า อนิจจตา ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยเกิดสลาย มีความกดดันขัดแย้งแฝงอยู่ ไม่สมบูรณ์ในตัว เรียกว่า ทุกขตา ภาวะที่ไร้อัตตา ไม่มีตัวตนที่แท้จริง ไม่ว่าจะข้างในหรือข้างนอกของมัน ที่จะเป็นตัวแกนกลางคอยควบคุมบงการให้เป็นไปอย่างนั้นอย่างนี้ตามที่ปรารถนาได้ เรียกว่า อนัตตตา

เมื่อพิจารณาหลักปฏิจจนุปบาทซึ่งเป็นกระบวนการแห่งเหตุและปัจจัยหมุนวนไปตั้ง ปฏิกริยาลูกโซ่ ทั้งฝ่ายเกิดและฝ่ายดับ การตัดวงจรให้ขาด มี ๒ อย่าง คือ ตัดโดยตรงที่อวิชชา หรือตัดโดยอ้อมที่ตัณหา กระบวนการแบบสังสารวัฏฏ์ก็สิ้นสุด เป็นกระบวนการแบบวิวัฏฏ์ บรรลุภาวะแห่งการดับทุกข์เข้าสู่ภาวะนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต

วิธีโยนิโสมนสิการทั้งหมด สามารถสรุปลงได้เป็น ๒ ประเภทใหญ่ คือ

๑. โยนิโสมนสิการแบบปลุกปัญญาทำให้เกิดความรู้แจ้งตามสภาวะ คือ รู้เข้าใจมองเห็นตามเป็นจริง หรือตามที่มันเป็น เน้นที่การขจัดอวิชชา เป็นฝ่ายวิปัสสนา มีลักษณะเป็นการส่องสว่าง ทำลายความมืด หรือชำระล้างสิ่งสกปรก ให้ผลไม่จำกัดกาล หรือเด็ดขาด นำไปสู่ โลกุตระสัมมาทิฐิ

๒. โยนิโสมนสิการแบบสร้างเสริมคุณภาพจิต มุ่งปลุกเร้าให้เกิดคุณธรรม หรือกุศลธรรมอื่นๆ เน้นที่การสกัดหรือข่มตัณหา เป็นฝ่ายสมถะ มีลักษณะเป็นการเสริมสร้างพลังหรือปริมาณฝ่ายดี ขึ้นมากดข่มทับ หรือบังฝ่ายชั่วไว้ ให้ผลขึ้นกับกาล ชั่วคราว หรือเป็นเครื่องเตรียมหนุนเสริมความพร้อม และสร้างนิสัย นำไปสู่โลกียสัมมาทิฐิ

บทที่ ๓

กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา

๓.๑ ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิด

ความคิด หมายถึง กิจกรรมทางจิตใจหรือทางปัญญาที่เกี่ยวข้องกับจิตสำนึกเฉพาะคน ความคิดยังอาจหมายถึงกระบวนการคิดหรือลำดับแง่คิด ในทำนองเดียวกัน กรอบความคิด หมายถึง กระบวนการรับรู้ การรับรู้ความรู้สึก ความมีจิตสำนึก และจินตนาการ การทำความเข้าใจถึงจุดกำเนิดที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม กระบวนวิธี และผล ยังคงเป็นเป้าหมายที่นักวิชาการจำนวนมาก เช่น นักชีววิทยา นักปรัชญา นักจิตวิทยา และนักสังคมวิทยา ตั้งไว้ เนื่องมาจากความคิดนั้นเป็นหลักฐานรองรับการกระทำและปฏิกิริยาของมนุษย์ การคิดทำให้มนุษย์สามารถเข้าใจโลกหรือออกแบบชีวิตได้แตกต่างกัน ทั้งยังทำให้นำเสนอหรือแปลความหมายสิ่งต่าง ๆ ไปตามความหมายที่เขาเข้าใจ หรือเชื่อมโยงไปถึงความต้องการ ความปรารถนา ข้อผูกมัด วัตถุประสงค์ แผน และเป้าหมายของเขาได้^๑

ความหมายของการคิด ฮิลการ์ด (Hilgard) กล่าวว่า การคิดเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในสมองอันเนื่องมาจากการใช้สัญลักษณ์แทนสิ่งของ เหตุการณ์หรือ สถานการณ์ ต่าง ๆ บรูโน (Bruno) กล่าวว่า การคิดเป็นกระบวนการทางสมองที่ใช้สัญลักษณ์จินตภาพ ความคิดเห็น และความคิด รวบรวม แทนประสบการณ์ในอดีต ความเป็นไปได้ในอนาคต และความเป็นจริงที่ปรากฏ การคิดจึงทำให้คนเรามีกระบวนการ ทางสมองในระดับสูง กระบวนการเหล่านี้ได้แก่ ตรรกศาสตร์ คณิตศาสตร์ ภาษา จินตนาการ ความใส่ใจ เซวาร์ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ และอื่นๆ มากาเรต ดับบลิว แมทลิน (Matlin) กล่าวว่า การคิดเป็นกิจกรรมทางสมอง เป็นกระบวนการทางปัญญา ซึ่งประกอบด้วย การสัมผัส การรับรู้ การรวบรวม การจำ การรื้อฟื้นข้อมูลเก่าหรือประสบการณ์ โดยที่บุคคลนำข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ เก็บไว้เป็นระบบ การคิดเป็นการจัด รูปแบบของข้อมูลข่าวสารใหม่กับข้อมูลเก่า ผลจากการจัดสามารถแสดงออกมาภายนอกให้ผู้อื่นรับรู้ได้อาจสรุปได้ว่า “ การคิดเป็นกระบวนการที่

^๑ วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี [ออนไลน์] แหล่งที่มา: <http://th.wikipedia.org> (๑๕ มกราคม ๒๕๕๗)

เกิดขึ้นในสมองที่ใช้สัญลักษณ์หรือภาพแทนสิ่งของ เหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ โดยมี การจัดระบบความรู้ ข้อมูล ข่าวสารซึ่งเป็นประสบการณ์เดิมกับประสบการณ์ใหม่หรือสิ่งเร้าใหม่ ที่ไปได้ ทั้งใน รูปแบบ ธรรมดาและ สลับซับซ้อน ผลจากการจัดระบบสามารถ แสดงออกได้หลายลักษณะ เช่น การให้เหตุผลการแก้ปัญหาต่าง ๆ เนื่องจากการคิดเป็น กระบวนการที่เกิดขึ้นในสมอง เราจึงควรที่จะทราบเกี่ยวกับสมอง เช่น โครงสร้างทางสมอง และพิจารณาว่ามีความสัมพันธ์กับ การคิดในลักษณะใดบ้าง ”^๒

การคิดเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในสมอง ซึ่งเป็นกลไกสลับซับซ้อน ทำงานโดยการส่งถ่าย ข้อมูลด้วยประจุไฟฟ้า ผ่านกระบวนการคิดที่ทำหน้าที่ป้อนข้อมูลเข้าไป เพื่อประมวลผล ประเมินค่า ตัดสิน ตัดสิน แล้วบันทึกเป็นความเชื่อ จากนั้นก็จะแสดงผลหลังสารเคมี หรือ ฮอร์โมนต่าง ๆ หรือ สั่งการให้ร่างกายเคลื่อนไหว กระทำ หรืองดเว้นไม่กระทำสิ่งใด ๆ ส่งผล ให้เราเชื่อ คิด กระทำ เคลื่อนไหว กระทำ สุข ทุกข์ เศร้า หัวเราะ ยิ้ม ร้องไห้ ดีใจดี เสียใจ นอนหลับ ตื่น เดิน ตื่นเต้น เหื่อยชา มีเป้าหมาย ไร้เป้าหมาย ใช้ชีวิตไปวัน ๆ หรือถอดความฝัน ไขว่คว้าหา และด้วยทุก ๆ สิ่งที่กำลังกล่าวมาแล้ว ส่งให้เราได้อยู่และเป็นดังเช่นทุกวันนี้”^๓

ความคิดมีแรงดึงดูดเหมือนแม่เหล็ก และความคิดมีคลื่นความถี่ เวลาที่เราคิดอะไรสัก อย่าง คลื่นความคิดจะถูกส่งกระจายออกไปในเว็วจักรวาล และดึงดูดสิ่งที่อยู่ในแถบคลื่นความถี่ เดียวกัน แล้วทุกอย่างก็จะถูกส่งกลับมายังแหล่งต้นกำเนิด ซึ่งก็คือตัวเราเอง ตัวเราเหมือนเสาส่ง สัญญาณที่เป็นมนุษย์ซึ่งส่งกระจายคลื่นความคิดของเราออกไป ถ้าเราต้องการเปลี่ยนแปลงอะไร ๆ ใน ชีวิต เราต้องเปลี่ยนคลื่นความถี่ด้วยการเปลี่ยนความคิดของเราเอง อะไรก็ตามที่เรากำลังคิดอยู่ใน เวลานี้กำลังสร้างชีวิตในอนาคตของเราเอง สิ่งที่เราคิดถึงมากที่สุดและเพ่งสมาธิจดจ่อมากที่สุดจะ ปรากฏขึ้นเป็นชีวิตจริงของเรา^๔

^๒ Novabizz [ออนไลน์] แหล่งที่มา :http://www.novabizz.com/NovaAce/Intelligence/Thinking_is.htm (๑๕ มกราคม ๒๕๕๗)

^๓ วิศิษฐ์ ศรีพิบูลย์ , NLP ภาษา สมอง มหัศจรรย์, พิมพ์ครั้งที่ ๕ (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ บานานาสีวิท, ๒๕๕๓), หน้า ๑๘.

^๔ รอนดา เบิร์น, เดอะซีเคร็ต, แปลโดย จิระนันท์ พิตรปรีชา, พิมพ์ครั้งที่ ๘๐, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๔), หน้า ๒๓.

๓.๒ หลักการของกฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา

กฎแห่งการดึงดูด เสนอหลักการของการดึงดูดทางความคิดไว้ว่า สิ่งที่มีเหมือนกันจะมีแรงดึงดูดเข้าหากัน ดังนั้นเมื่อเราคิดอะไรสักอย่าง เรากำลังดึงดูดความคิดแบบเดียวกันเข้ามา ความคิดมีแรงดึงดูดเหมือนแม่เหล็ก และความคิดมีคลื่นความถี่ “เมื่อเราคิด คลื่นความคิดจะถูกส่งกระจายออกไปในเว็วจักรวาลและดึงดูดสิ่งที่อยู่ในแถบคลื่นความถี่เดียวกัน แล้วทุกอย่างจะถูกส่งกลับแหล่งต้นกำเนิด คือตัวเราและตัวเราเองเป็นเสมือนเสาส่งสัญญาณที่ส่งกระจายคลื่นความคิดออกไป หากเราต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต เราต้องเปลี่ยนคลื่นความคิดคือความคิดของตัวเอง”^๕

จิตใจเป็นเครื่องส่งสัญญาณความคิด ความต้องการ หรือแรงปรารถนาไปยังสมอง จากนั้นสมองจะตื่นขึ้นมาแปรกระแสความคิดให้เป็นรูปภาพขึ้นมา เมื่อนั้นทางออกของทุกเรื่องก็จะปรากฏขึ้น เปรียบเสมือนความคิดของมนุษย์เป็นตัวส่งสัญญาณ ส่วนสมองเป็นตัวรับสัญญาณและแปรสัญญาณให้กลายเป็นภาพ เหมือนที่เราเห็นจากเครื่องรับโทรทัศน์นั่นเอง เห็นได้ชัดว่า สมองกับจิตใจต้องทำงานได้ดีพอ ๆ กัน ส่วนใหญ่แล้วสมองคนมักไม่ค่อยมีปัญหา สิ่งที่น่าเป็นห่วงคือจิตใจคนนี่แหละ เมื่อจิตใจส่งสัญญาณที่ไม่สมบูรณ์ออกไป เราแทบไม่ต้องเดาผลลัพธ์หรอก มันคงจะไม่ดีเท่าไร ดังนั้นเราควรมาดูแลจิตใจตัวเองให้ดีเสียก่อน^๖

ข้อมูลต่าง ๆ ในชีวิตประจำของเราคือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส และธรรมารมณ์ ที่เราสามารถรับรู้ได้ทางประสาทสัมผัสคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เราจึงรู้สึกกับทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตได้ นี่คือที่มาของ ความรู้สึกซึ่งทำให้เรารู้สึกกับสิ่งที่เราได้เห็น ได้ยิน ได้ชิม ได้ดม สัมผัส ร่างกายของเราได้รับการห่อหุ้มไว้ด้วยชั้นผิวหนังบาง ๆ ที่เป็นอวัยวะรับความรู้สึก ดังนั้นเรารู้สึกได้กับทุก ๆ สิ่ง ความรู้สึกในช่วงหนึ่งของเรานั้นสำคัญเหนือสิ่งอื่นใด เพราะว่าความรู้สึกในช่วงขณะนั้นของเรา กำลังสร้างชีวิตของเรา ความคิดและถ้อยคำจะไม่มีอำนาจเหนือชีวิตเราเลยหากปราศจากความรู้สึก แต่ละวันเราคิดอะไรต่อมิอะไรมากมายที่ไม่ช่วยให้เกิดอะไรขึ้นเลย ก็เพราะว่าความคิดหลาย ๆ เรื่องของเราไม่ได้ก่อให้เกิดความรู้สึกอันแรงกล้าขึ้นในตัวเรา ความรู้สึกของเราต่างหากที่เป็นตัวชี้ขาด^๗

^๕ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓.

^๖ วิศิษฐ์ ศรีพิบูลย์, อธิษฐาน ปลุกวิญญาณแท้ในตัวตน, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บ้านนาสาวิท, ๒๕๕๔), หน้า ๑๓.

^๗ รอนดา เบิร์น, เดอะเพาเวอร์, แปลโดย จิระนันท์ พิตรปรีชา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๔), หน้า ๒๗-๒๘.

ภาพแห่งความรู้สึกจะเกิดขึ้นได้กับมนุษย์เท่านั้น สัตว์เลี้ยงดูด้วยนมทุกชนิดสามารถสร้างภาพในใจได้ แม้แต่ภาพในความฝันก็เกิดขึ้นได้ใน ลิง สุนัข สุนัข ฯลฯ แต่ภาพในระดับสูงกว่านั้น คือ ภาพในจินตนาการ จะเกิดขึ้นกับสิ่งมีชีวิตที่ทรงภูมิปัญญาอย่างมนุษย์เท่านั้น อย่างไรก็ตาม ภาพในจินตนาการก็ยังถือว่าเป็นการทำงานในระดับสมอง แต่เมื่อใดที่ใส่ความรู้สึกเข้าไปในภาพด้วย จะกลายเป็นภาพแห่งความรู้สึกในระดับของจิตวิญญาณที่ทรงพลังและมีอำนาจในการดึงดูดให้เกิดสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต

คนเรามักจะเชื่อว่า ภาพในอดีตที่ฝังอยู่ในสมองคือความจริงแต่ภาพที่จินตนาการเป็นเพียงภาพมายา ทารูไม่ว่า อดีตหรืออนาคตทั้งสองภาพนั้นคือสิ่งเดียวกัน ในทางประสาทวิทยา ภาพเสมือนที่สร้างขึ้นในใจจากจินตนาการโดยไม่รับรู้ผ่านทางทวารทั้งห้า คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นภาพชนิดเดียวกันกับภาพแห่งความทรงจำที่เคยสัมผัสหรือรับผัสสะทางทวารทั้งห้ามาก่อน เพียงแต่ความชัดเจนต่างกัน เมื่อใดก็ตามที่สามารถทำให้ภาพในจินตนาการชัดเจนได้ เมื่อนั้นพลังของภาพแห่งความรู้สึกนั้นก็จะเป็นบันดาลให้สิ่งนั้นเกิดขึ้นจริง

มีการทดลองยืนยันว่า ภาพในจินตนาการสามารถกระตุ้นสมองให้สร้างโครงข่ายใยประสาทไปตามประสบการณ์ที่จินตนาการขึ้นในใจได้ไม่แตกต่างจากประสบการณ์จริงเลย การทดลองนี้สรุปว่า สมองไม่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างภาพในความทรงจำ (ภาพจริง) กับภาพในจินตนาการได้ และเมื่อตอกย้ำภาพในจินตนาการเข้าบ่อย ๆ จะเกิดพลังย้อนกลับออกทางทวารทั้งห้าไปสู่ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจริง^{๕๕}

๓.๓ วิธีการใช้กฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา

กฎการดึงดูดทางความคิด เสนอวิธีการในการในใช้กฎ ขอ เชื่อ รับ ซึ่งมีวิธีการปฏิบัติ ดังนี้คือ

การขอ เป็นการบอกสิ่งที่เราต้องการให้จักรวาลได้รับรู้ เป็นการให้ความชัดเจนแน่นอนกับจิตใจของตัวเองว่า เราต้องการอะไร

^{๕๕} สม สุจีรา, เดอะท็อปซีเคร็ต, พิมพ์ครั้งที่ ๙๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทอัมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๓), หน้า ๑๖-๑๗.

การเชื่อ เป็นการกระทำทั้งโดย กาย วาจา ใจ เสมือนว่าเราได้รับสิ่งที่ข้อนั้นเรียบร้อยแล้ว เมื่อเราส่งคลื่นความถี่แห่งการได้รับสิ่งนั้นออกไป กฎแห่งการดึงดูดจะนำพาเคลื่อนย้าย ผู้คน เหตุการณ์ และสถานการณ์ให้เข้ามาสู่ตัวเรา

การรับ คือ การทำความรู้สึกเหมือนกับว่า เราได้ครอบครองสิ่งนั้นเรียบร้อยแล้ว การสร้างความรู้สึกที่ดี ๆ อย่างนี้ จะนำพาให้เราเข้าไปอยู่ในคลื่นความถี่เดียวกันกับสิ่งที่เราต้องการ^๙

เราไม่สามารถชี้ชัดลงไปได้ว่า จิตคือส่วนใดของร่างกายและมีหน้าอย่างชัดเจนแต่จิตมีอำนาจและอิทธิพลในการควบคุมระบบการทำงานต่าง ๆ ของร่างกายรวมถึงอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดและการทำงานของสมอง อาจเรียกได้ว่าร่างกาย คือ รถยนต์ พวงมาลัย คือ สมอง ตัวคนหรือจิตนั่นเองคือผู้ถือพวงมาลัย สมองที่การควบคุมจากจิตก็เหมือนรถที่วิ่งไปโดยขาดคนถือพวงมาลัย หรือรถที่ขับไปโดยคนขับเมา ไม่ได้สติก็จะวิ่งสะเปะสะปะเช่นกัน เปรียบได้กับจิตที่ไม่ปกติก็ย่อมควบคุมสมองและระบบการทำงานต่าง ๆ ของร่างกายได้ไม่สมบูรณ์ อาจกล่าวได้ว่าจิตครอบครองการทำงานทั้งหมดของสมอง จิตแบ่งออก เป็น ๒ ส่วน คือ ๑. จิตสำนึก (Conscious Screen) ครอบครองความสามารถและการทำงานของสมองร้อยละ ๕ ๒. จิตใต้สำนึก (Sub Conscious) ครอบครองความสามารถและการทำงานของสมองร้อยละ ๙๕

สมองเป็นอวัยวะหนึ่งของร่างกายที่เป็นศูนย์รวมของระบบประสาท เป็นศูนย์กลางในการควบคุม และจัดระเบียบ การทำงานทุกชนิด ของร่างกาย สมองของมนุษย์ ประกอบด้วยเซลล์สมอง ประมาณ ร้อยล้านล้านเซลล์ซึ่งเป็นจำนวนที่ไม่แตกต่างกัน ระหว่าง ทารกแรกเกิดกับผู้ใหญ่ แต่ในผู้ใหญ่เซลล์สมอง จะมีขนาดใหญ่และยาวกว่า และจะมีจำนวน เดนไดรต์ (dendrite) ของเซลล์สมองมากขึ้น ทำให้การเชื่อมโยงระหว่าง เซลล์สมองมากขึ้น โดยเซลล์สมองเซลล์หนึ่ง ๆ จะเชื่อมโยงไปยังเซลล์สมองเซลล์อื่น ๆ อีกสองหมื่นห้าพันเซลล์ เพื่อส่งข่าวสารกัน โดยกระแสประสาท จะเกิดปฏิกิริยาเรียกว่า synapse แล้วแต่ว่าจะเป็นด้านรับ-ส่งสัมผัสต่าง ๆ เช่น ปฏิกิริยาการเคลื่อนไหวกล้ามเนื้อ ความรู้สึก ความจำ อารมณ์ทั้งหลาย

^๙ ดูรายละเอียดใน, รอนดา เบิร์น, เดอะซีเคร็ต, แปลโดย จิระนนท์ พิตรปรีชา, พิมพ์ครั้งที่ ๘๐, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๔-๖๕.

ฯลฯ จึงผสมผสานกันขึ้นกลายเป็นการเรียนรู้นำไปสู่การปรับตัว อย่างเฉลียวฉลาดของมนุษย์แต่ละคน^{๑๐}

เวลาเราโกรธเลือดจะขึ้นหน้าและหน้าแดง เวลาเรากลัวหน้าจะซีด เวลาตกใจจะเหงื่อออกและใจสั่น สิ่งเหล่านี้คือการทำงานของอารมณ์ ซึ่งระบบการทำงานของร่างกายจะตอบสนองอารมณ์ต่าง ๆ เหล่านี้โดยอัตโนมัติ แต่ในภาวะปกติเราไม่สามารถที่จะนึกให้ตัวเราหน้าแดงให้หน้าซีด เหงื่อออกหรือใจสั่นได้... อารมณ์ต่าง ๆ ของมนุษย์มีปัจจัยหลักอยู่ ๔ อารมณ์ คือ ความกลัว ความกล้า ความเกลียด ความชอบ ทุกอารมณ์นอกเหนือจากนี้ก็มาจากอารมณ์เหล่านี้ทั้งสิ้น ระดับและชนิดของปรากฏการณ์ที่แต่ละคนจะได้รับนั้นแตกต่างกัน เช่น คนบางกลัวตาย บางคนไม่กลัวตาย บางคนชอบกินของเผ็ด บางคนไม่ชอบ เหล่านี้เกิดจากประสบการณ์และการเก็บข้อมูล ประสบการณ์และข้อมูลเหล่านี้จะถูกเก็บลงในจิตใต้สำนึกและจิตใต้สำนึกก็จะทำงานอัตโนมัติ ทั้งที่เราไม่ได้สั่ง เช่น คนบางคนเห็นเลือดอาจจะหน้าซีดหรือเป็นลมไปเลย โดยไม่จำเป็นต้องเห็นหรือรู้ว่าเป็นเลือดของใคร หรือตัวอะไร ทำไมถึงมีเลือด ฯลฯ^{๑๑}

“...เราอยู่ในจักรวาลแม่เหล็กไฟฟ้า และทุกสิ่งล้วนมีแรงดึงดูด นั่นหมายความว่า ตัวเราทุกคน และทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาลนี้ล้วนเป็นแม่เหล็ก ยิ่งไปกว่านั้นก็คือ เพราะเราเป็นแม่เหล็ก เราจึงดึงดูดสิ่งที่เหมือนเรามากที่สุด เราเป็นแม่เหล็กดึงดูดทุกสิ่งที่เข้ามาในชีวิตทั้งสิ้น...ความคิดของเราจึงสร้างโลกรอบตัวเอง ความคิดดึงดูดสิ่งต่าง ๆ เข้ามาในชีวิตเราได้เหมือนกับแม่เหล็ก”^{๑๒}

โดยธรรมชาติแล้ว ภาษาที่คนใช้พูดจะเชื่อมโยงกับ รูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัสที่คนเราสร้างขึ้นในใจไม่ว่าจะมาจากความทรงจำหรือที่สร้างขึ้นใหม่ และเมื่อพูดออกมา อารมณ์ความรู้สึกนั้นก็ตามมาด้วย “ถ้าภาษาที่คนพูดอย่างผิวเผิน คนเราจะมีอาการไม่สอดคล้อง แต่ถ้าภาษาที่นั้นพูดออกมาจากใจ อาการที่แสดงออกมาภายนอกก็จะมี ความสอดคล้องกัน ยกเว้นนักแสดง พวก

^{๑๐} พัชรวิทย์ เกตุแก่นจันทร์, **การบริหารสมอง**, พิมพ์ครั้งที่ ๓ (กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาการศึกษาพิเศษ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒), หน้า ๙.

^{๑๑} ชนาธิป ศิริปัญญาวงศ์, **ประตูสู่ความสุขและความสำเร็จของครอบครัว**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทมายเบสบุคส์ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๕๔-๕๖.

^{๑๒} พอล แฮร์ริงตัน, **เดอะซีเคร็ต สูดยอดคนรุ่นใหม่**, แปลโดย กุลนิตดา ปัจฉิมสวัสดิ์ แอนเดอร์สัน, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๓), หน้า ๑๘.

เราสามารถสร้างอารมณ์ที่สอดคล้องกับคำพูดได้ หากเราต้องรับมือกับคนเหล่านี้ เราก็จะอด
กลางแกลงใจไม่ได้ว่าพวกเขา กำลังเล่นละครหรือพูดจริง”^{๑๓}

๓.๔ เป้าหมายของกฎการตั้งจุดทางความคิดในทางจิตวิทยา

เป้าหมายของกฎการตั้งจุดทางความคิด เพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการพื้นฐานตามทฤษฎี
ของมาสโลว์ ดังนี้

๑. ความต้องการทางร่างกาย (physiological needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของ
มนุษย์เพื่อความอยู่รอด เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค อากาศ น้ำดื่ม การพักผ่อน
เป็นต้น

๒. ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง (security or safety needs) เมื่อมนุษย์
สามารถตอบสนองความต้องการทางร่างกายได้แล้ว มนุษย์ก็จะเพิ่มความต้องการในระดับที่สูงขึ้น
ต่อไป เช่น ความต้องการความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ความต้องการความมั่นคงในชีวิตและ
หน้าที่การงาน

๓. ความต้องการความผูกพันหรือการยอมรับ (ความต้องการทางสังคม) (affiliation or
acceptance needs) เป็นความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งของ
มนุษย์ เช่น ความต้องการให้และได้รับซึ่งความรัก ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ความ
ต้องการได้รับการยอมรับ การต้องการได้รับความชื่นชมจากผู้อื่น เป็นต้น

๔. ความต้องการการยกย่อง (esteem needs) หรือ ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นความ
ต้องการการได้รับการยกย่อง นับถือ และสถานะจากสังคม เช่น ความต้องการได้รับความเคารพนับ
ถือ ความต้องการมีความรู้ความสามารถ เป็นต้น

๕. ความต้องการความสำเร็จในชีวิต (self-actualization) เป็นความต้องการสูงสุดของแต่ละ

^{๑๓} พ.ท.อานันท์ ชินบุตร, NLP พลั้งไร้ขีดจำกัด, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท แอปปีบุคส์ พับลิชชิ่ง
จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๒๕.

ละบุคคล เช่น ความต้องการที่จะทำทุกสิ่งทุกอย่างได้สำเร็จ ความต้องการทำทุกอย่างเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง เป็นต้น^{๑๔}

การดำเนินชีวิตในสังคมยุคปัจจุบันเต็มไปด้วยการดิ้นรนแข่งขันในการแสวงหาปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตแล้ว ยังจะต้องแสวงหาสิ่งอำนวยความสะดวกสบาย ไม่ว่าจะเป็นเครื่องมือเครื่องมืองานที่เสริมประสิทธิภาพการทำงาน ยวดยานพาหนะ อุปกรณ์เทคโนโลยีเพื่อการติดต่อสื่อสาร สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยที่เพิ่มเข้ามาและมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตทั้งสิ้น สภาพสังคมปัจจุบันที่ต้องดิ้นรนแข่งขันกันอยู่ตลอดเวลา จิตใจอาจเกิดความท้อแท้ เบื่อหน่ายในบางคราวเช่นกัน และขาดแรงบันดาลใจ กฎการดึงดูดทางความคิดเกิดขึ้นเพื่อเป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งในการรับใช้มนุษย์เพื่อนำพาไปสู่เป้าหมายนั้น ๆ

วิธีการพัฒนาศักยภาพชีวิตของเราให้มีความสุขและความสำเร็จ จึงต้องคิดต้องพูดหรือทำให้จิตสำนึกเชื่อ ไม่ไปอ่านหนังสือลามก หนังสือที่นำพาให้ชีวิตของเราไปสู่ปัญหาและความเดือดร้อน ไม่ฟังวิทยุหรือดูทีวีที่มีคำพูดหยาบคายก้าวร้าวรุนแรง รวมถึงการตบตี ฟันแทงยิงกัน ล้วนแล้วรุนแรงทั้งสิ้น ไม่ควรดูและฟังให้จิตใต้สำนึกเก็บสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลายเหล่านี้เข้าไปที่จะทำร้ายชีวิตของเราเองทั้งในปัจจุบันและอนาคต ไอส์ไตน์กล่าวว่า “ความรู้คืออำนาจ แต่จินตนาการมีอำนาจมากกว่าความรู้” ดังเราจะเห็นว่า “ผู้ที่มีจินตนาการที่ชัดเจน และมุ่งมั่นต่อจินตนาการตามเป้าหมายในชีวิตของเขา โดยทำอย่างต่อเนื่องโดยไม่หยุด จินตนาการด้วยความเชื่อว่าจะต้องได้ต้องสำเร็จ ในที่สุดเขาจะก้าวข้ามอุปสรรคทั้งหลายไปสู่เป้าหมายแห่งความสำเร็จได้ แม้เป็นคนที่ยากจนมาก่อน เช่น อับราฮัม ลินคอล์น, เอดิสัน, นโปเลียนฮิลล์, บิลล์ เกตส์ และคนอื่น ๆ อีกมากมาย นักเขียน นักแต่งเพลง นักแต่งโคลงกลอน นักประพันธ์เพลง จิตรกร นักประดิษฐ์ บุคคลเหล่านี้ล้วนมีจินตนาการเป็นเลิศ ทำให้ความฝันเป็นความจริง พลิกผันชีวิตไปสู่ความสำเร็จได้ในที่สุด”^{๑๕}

สมองกับจิตแยกออกจากกันได้ เป็นคนละส่วนและทำงานคนละหน้าที่ เพียงแต่จิตมีความเป็นนามธรรมสูงกว่า ไม่มีรูปร่าง ไม่มีน้ำหนัก ไม่มีที่อยู่ มีแต่แรงขับ และจิตทำงานผ่านสมอง ดังนั้นสมองจึงเป็นเครื่องมือของจิตเท่านั้น จิตส่วนที่ควบคุมสมองคือจิตสำนึก และจิตสำนึกถูก

^{๑๔} Maslow Abraham, *Motivation and Personality*, (New York: Harper and Row Publishers, 1970), p. 46

^{๑๕} บุญเลิศ สายสนิท, *เผยความลับของพลังจิตสู่ความสำเร็จ*, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทมายเบสท์บุ๊คส์ จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๒๘-๒๙.

ควบคุมจากจิตหลายตัวในขณะที่จิตก็สั่งการสมองด้วยตัวมันเองด้วย จิตอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลเหนือจิตสำนึกคือ จิตไร้สำนึก จิตใต้สำนึก และจิตเหนือสำนึก การสั่งการของจิตผ่านสมองอาจแสดงออกด้วยอารมณ์ สัญชาตญาณ ความพึงใจ หรือจากความรับผิดชอบชั่วดีและคุณธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือทั้งหมด มนุษย์ส่วนหนึ่งจึงสับสนว่า การทำงานของอารมณ์เกิดจากการสั่งการของสมองหรือจิตกันแน่ สรุปคือ การทำงานของอารมณ์เกิดจากการสั่งการของจิตก็ได้ของสมองก็ได้ แต่จิตมีอิทธิพลเหนือกว่า ยิ่งยืนกว่า และการสั่งการบางอย่างของจิตสามารถทำลายหรือจำกัดการสั่งการของสมองได้ทั้งความยิ่งยวดและถาวร^{๑๖}

พลังความคิดนั้นได้ผลดีไม่ว่าเราจะเชื่อหรือไม่เชื่อก็ตาม เพราะเป็นไปตามกฎแห่งแรงดึงดูดด้วยเหตุนี้ ถ้าพูดซ้ำ ๆ วันละหลาย ๆ ครั้ง อย่างจริงจัง มั่นใจ และมีศรัทธา ก็จะส่งผลที่ดีในทางตรงกันข้ามถ้าเราสีกแต่พูด แล้วกลับไปทำลายคำพูดเชิงบวกด้วยการกระทำเชิงลบ เช่น กินอาหารจนพุงกางหลังจากตอกย้ำความคิดเรื่องลดน้ำหนัก กฎแห่งแรงดึงดูดก็จะดึงเอาน้ำหนักเข้ามาเพิ่มขึ้น เพราะอารมณ์ของเราไปจดจ่ออยู่ที่การรับประทานมากกว่า วิธีที่ดีที่สุดคือให้คิดบวกและกระทำในทิศทางที่ช่วยเสริมเป้าหมายที่เราอยากจะทำบรรลุจากพลังความคิดนั้น ๆ และการเสริมพลังทางบวกมีแนวทางการปฏิบัติดังนี้

๑. จินตนาการของเราจะสร้างทุกสิ่งที่เราเชื่อและรับรู้
๒. เราบรรลุถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้โดยง่ายและไม่เปลี่ยนแปลง
๓. เราดีขึ้นและดีขึ้นทุกวัน
๔. เราใช้ความสามารถทางจิตใจเต็มร้อยทุกวัน
๕. เราเปิดรับความรู้และภูมิปัญญาที่อยู่รอบตัว
๖. เราก้าวหน้าไปสู่เป้าหมายได้อย่างน่าทึ่งทุกวัน
๗. เรายึดมั่นแต่ความเชื่อที่ส่งเสริมเป้าหมาย
๘. เราเห็นและรู้สึกได้ว่าบรรลุถึงเป้าหมายแล้ว
๙. เราสร้างความโชคดีให้ตัวเองทุกวัน

^{๑๖} ภาคิน ธารธรรมศิริ, พลังแห่งความมั่งคั่ง, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (นนทบุรี : สำนักพิมพ์ Thinkplus, ๒๕๕๔), หน้า ๔๘.

๑๐. เราดึงเอาประสบการณ์ที่ดีมาสู่ชีวิต^{๑๗}

ปัจจุบันโลกทางฝั่งตะวันตกยอมรับว่าพลังสั่นสะเทือนจากตัวมนุษย์มีอยู่จริงเป็นพลังที่เกิดจากร่างกาย คำพูด การกระทำ และความคิด ทุกครั้งที่คนใช้ความคิดอย่างมีสมาธิ จดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งก็จะเกิดพลังสั่นสะเทือนไปถึงสิ่งนั้น จนเป็นที่มาของการยอมรับกฎของการสั่นสะเทือนที่มีอยู่ในจักรวาล หรือ Law of Vibration กฎการสั่นสะเทือนมีอยู่ว่า ความคิดหรือเจตนาธรรมมีการแผ่เป็นคลื่นสั่นสะเทือนออกไปเชื่อมโยงกับพลังที่มีคลื่นความถี่ทำนองเดียวกันและดึงดูดคลื่นความถี่แบบเดียวกันนั้นเข้ามาสู่ตัวเรา แล้วบันดาลให้เกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ “ตามกฎว่าด้วยการดึงดูด คือ Law of Attraction การสวดมนต์อย่างมีสมาธิก็มีผลเช่นเดียวกัน ย่อมก่อให้เกิดพลังสั่นสะเทือนในความถี่ระดับต่าง ๆ แล้วพลังสั่นสะเทือนในคลื่นความถี่นั้น ๆ ก็จะไปเชื่อมโยงกับพลังงานความถี่เดียวกันที่ล่องลอยในสนามพลังที่ก่อกำเนิดสรรพสิ่ง แล้วสติปัญญาที่ไร้ขอบเขตที่กักเก็บในสนามพลังที่ก่อกำเนิดสรรพสิ่งก็จะบันดาลให้เกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ ขึ้นตามความต้องการของผู้สวดมนต์ นี่คือเหตุผลที่ว่าทำไม การสวดมนต์อย่างมีสมาธิ ด้วยอารมณ์มุ่งมั่นจึงส่งผลต่อความสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนา”^{๑๘}

พลังสั่นสะเทือน คือ ความถี่ ซึ่งต้องอาศัยจิตใต้สำนึกเท่านั้นที่จะรับรู้ได้ เหตุที่ไม่สามารถมองเห็นหรือรับรู้พลังสั่นสะเทือนของพลังงานในสรรพสิ่งได้ เพราะมันมีความถี่คนละระดับกับการรับรู้ของมนุษย์ เป็นการสั่นสะเทือนที่ไร้รูปร่างที่ มือ ตา หู หรือจมูก ไม่อาจสัมผัสหรือจับต้องมองเห็นได้ เราสามารถเข้าถึงพลังสั่นสะเทือนนี้ได้ผ่านสัญญาณและกลางสังขรณ์เท่านั้น และคนที่เข้าใจได้ ก็มีแต่คนที่เปิดใจเชื่อและคอยเฝ้าสังเกตเท่านั้น... พวกเราทุกคนเปรียบเสมือนสถานีส่งสัญญาณดาวเทียม และมันก็หมายความว่าเช่นนั้นจริง ๆ นั่นคือ เราสามารถส่งความต้องการหรือความปรารถนาอย่างแรงกล้าจากภายในออกไปในรูปแบบของสัญญาณความถี่ไปสู่จักรวาล สัญญาณที่ส่งออกไปเป็นเรื่องของพลังงานที่รุนแรงและเร้าร้อน มีลักษณะเป็นคลื่นที่แผ่กว้างออกไปรอบ ๆ ทิศทาง ไม่มีอะไรสามารถขวางกั้นได้ และเดินทางไปไกลอย่างไม่มีที่สิ้นสุด...ยิ่งพลังสั่นสะเทือนเราเข้มแข็งมากเท่าไร ก็ยังมีพลังดึงดูดสิ่งที่ต้องการ

^{๑๗} เมล กิลล์, *สุดยอดเดอะซีเคร็ต*, เรียบเรียงโดย ดนัย จันทรเจ้าฉาย, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี, ๒๕๕๔), หน้า ๒๑๓-๒๑๔.

^{๑๘} วิศิษฐ์ ศรีพิบูลย์, *มนตราสั่นสะเทือน*, พิมพ์ครั้งที่ ๓ (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บานานา สวีท, ๒๕๕๓), หน้า ๗.

มาสู่ตัวเรามากยิ่งขึ้นเท่านั้น ความเข้มแข็งของพลังสันสะเทือน หมายความว่า เราจะต้องส่งคลื่นแห่งความต้องการออกไปอย่างในระดับสูงเทียบเท่ากับเป้าหมายของเรา^{๑๙}

...พลังความคิดของเรา เป็นพลังทวีคูณที่สำคัญที่สุดไม่ว่าสถานการณ์อดีตและปัจจุบันของเราเป็นอย่างไร ไม่ว่าจะการศึกษา ฐานะ ชาติตระกูล ไอคิว ของเราเป็นอย่างไรในขณะนี้ เราสามารถใช้พลังความคิดของเรา ทวีคูณ ให้เป็นอย่างไรก็ได้ที่ใจเราปรารถนาในอนาคต มันเป็นเรื่องมหัศจรรย์...ประโยชน์และพลังของความคิดที่ดี ๆ

๑. ความคิดที่ดี ๆ สามารถถูกสร้างจากศูนย์ ใช้แค่จินตนาการเท่านั้น
๒. ความคิดที่ดี ๆ ส่งผ่านข้ามโลกได้ด้วยความเร็วแสง โดยไม่มีต้นทุนใด ๆ
๓. เมื่อรับความคิดที่ดี ๆ ด้วยใจที่เตรียมพร้อมก็สามารถสร้างผลกระทบได้มากมาย
๔. เปลี่ยนมุมมองที่มีต่อโลกได้
๕. สามารถเปลี่ยนพฤติกรรมของเจ้าของความคิดได้อย่างมหาศาล
๖. มีหลายปัจจัยที่สามารถขยายอำนาจของความคิดที่ดี ๆ ได้ ได้แก่ สื่อสารมวลชน เทคโนโลยี และความต้องการของตลาด^{๒๐}

“เป็นกฎของโลกที่ว่า เราต้องให้ก่อน ถึงจะได้รับ หรือที่เรียกว่า The Law of Reciprocity กฎแห่งการตอบแทน อย่าพยายามหาทางรวยหรือประสบความสำเร็จ โดยไม่ได้ทำให้คนอื่นได้ประโยชน์ก่อน จะไม่มีทางสำเร็จ เพราะฝืนกฎธรรมชาติ วิธีที่จะช่วยให้เราสำเร็จเร็วที่สุด คือหาวิธีรับใช้ ให้ประโยชน์หรือสนองความต้องการของคนจำนวนมากขึ้น ๆ เงิน ชื่อเสียง เกียรติจะเป็นผลพลอยได้ (by-product) ที่ตามมา อย่างมุ่งไปทีเงิน ชื่อเสียง หรือเกียรติยศก่อน เพราะผิดหลักการ ยังมีคนจำนวนมากเท่าไรก็ได้ประโยชน์จากสินค้าหรือบริการของเรา ก็ยิ่งประสบความสำเร็จมากขึ้นเท่านั้น นี่คือเบื้องหลังของการประสบความสำเร็จของ facebook ซึ่งให้คนจำนวนมากมาใช้ประโยชน์ได้อย่างไม่มีค่าใช้จ่าย”^{๒๑}

ความคิดสร้างสรรค์จะทำให้จินตนาการภาพแห่งความสำเร็จชัด ถ้าภาพในใจยิ่งชัดเท่าไรสมองจะจัดสรรประสบการณ์และศักยภาพภายในที่สอดคล้องกับภาพแห่งความสำเร็จนั้นได้ง่ายขึ้น

^{๑๙} วิศิษฐ์ ศรีพิบูลย์ , เทพแห่งกาลเวลา, พิมพ์ครั้งที่ ๓ (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บานานา สวีท, ๒๕๕๓), หน้า ๒๐๔.

^{๒๐} บัณฑิต อึ้งรังสี, สำเร็จก่อนใคร, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ บริษัทรังสี อินเตอร์เทรค จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๕๑, ๖๘.

^{๒๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕๓.

จิตรกรชั้นนำรู้ความลับนี้ดี ก่อนลงมือวาดเขาจะมีภาพนั้นอยู่ในใจแล้ว หลังจากนั้นก็เป็นหน้าที่ของสมองที่จะจัดสรรความรู้ด้านการผสมสี สั่งการเคลื่อนไหวของมือให้วาดภาพไปตามที่ใจเห็น ในทางจิตวิทยาพบว่า ความสามารถในจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ไม่ขึ้นอยู่กับระดับการศึกษา หมายความว่าคนที่เรียนจบชั้นประถมศึกษาที่ ๔ ก็มีสิทธิ์ที่จะมีจินตนาการและมีความคิดสร้างสรรค์สูงกว่าคนที่จบปริญญาเอก ซึ่งรวมไปถึงระดับไอคิวด้วย

ผู้มีความรู้ที่สามารถใช้จินตนาการจะประสบความสำเร็จเหนือกว่าคนอื่น ๆ ที่รู้เท่ากัน นักศึกษาแพทย์ที่รู้ความลับนี้จะหลับตานึกภาพของอวัยวะต่าง ๆ เส้นเลือดเส้นต่าง ๆ เพื่อป้อนข้อมูลให้แก่สมองก่อนเข้าห้องผ่าตัด มีงานวิจัยมากมายที่ยืนยันว่า การนึกจินตนาการด้วยภาพจะให้ผลในระดับเดียวกับการลงมือปฏิบัติจริง ๆ เช่นเดียวกับนักกีฬาที่ฝึกซ้อมในจินตนาการ เมื่อลงแข่งขันประสิทธิภาพไม่ได้แตกต่างจากนักกีฬาที่ซ้อมจริงเลย เพราะสมองซีกขวาไม่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างภาพในใจกับภาพแห่งความเป็นจริงได้ ขอเพียงแต่ขณะจินตนาการต้องสร้างภาพและสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด^{๒๒}

หนังสือส่วนใหญ่กล่าวถึงประโยชน์ของวิธีคิดต่าง ๆ และแนะนำว่าก่อนลงมือปฏิบัติเราควรคิดวิเคราะห์อย่างละเอียดรอบคอบและมองภาพโดยรวม การคิดนั้นเป็นสิ่งที่ดี การลงมือปฏิบัติโดยขาดการวางแผนงานล่วงหน้าเป็นวิธีการแก้ปัญหาที่ขาดประสิทธิภาพและมักได้ผลไม่ดีนัก แต่การลงมือทำโดยไม่คิดหรือการคิดแล้วไม่ทำนั้นแย่งยิ่งกว่า นักคิดบางคนอาจตกหลุมพรางของความสำเร็จแบบซึ่งนำไปสู่การผัดวันประกันพรุ่ง เมื่อเราไม่สามารถหาทางออกที่ถูกต้องได้เราก็ก้นหาต่อไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด “เราใช้วิธีการคิดต่าง ๆ เพื่อวิเคราะห์และประเมินสถานการณ์จนกระทั่งติดหนึบอยู่กับการคิดวิเคราะห์และไม่ก้าวไปสู่ขั้นตอนการปฏิบัติเราพบกับสถานการณ์ที่ต้องใช้ความคิดและลงมือทำในชีวิตอยู่เสมอ แม้ศาสตราจารย์ทางด้านจิตวิทยาผู้ต้องครุ่นคิดเพื่อสร้างทฤษฎีใหม่ ๆ ยังต้องหยุดคิดและเริ่มลงมือเขียนทฤษฎีที่คิดขึ้นในที่สุด เมื่อเราใช้เวลากับการคิดวิเคราะห์มากเกินไปเราก็มักจะหมกมุ่นอยู่กับการคิดและหยุดนิ่งไม่ไปไหน”^{๒๓}

^{๒๒} สม สุจิรา, **ทางลัดสู่อัจฉริยะ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๔ (กรุงเทพมหานคร : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๓), หน้า ๑๔๐-๑๔๑.

^{๒๓} พอล สโลน, **ฉลาดคิด คิดอย่างคนฉลาด**, แปลโดย สุนันทา โกศลศิริลักษณ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บิสิต, ๒๕๕๔), หน้า ๑๙๑-๑๙๒.

การมีเป้าหมายที่ชัดเจนช่วยให้เอาชนะการผัดวันประกันพรุ่งได้ ให้แบ่งเป้าหมายใหญ่ ออกเป็นส่วน ๆ ที่สามารถจัดการได้และเขียนมันลงไป เมื่อเรบอกกับคนอื่นว่าเราจะลงมือ ะไรบางอย่าง เราก็มักจะทำมันให้สำเร็จเพราะรู้สึกว่าคุณกดดันกับคำสัญญาที่ได้บอกไป ให้เรา เล่าเป้าหมายหรือสิ่งที่เราต้องการทำให้คนอื่นฟัง บางครั้งคนคนนั้นอาจเข้าร่วมกิจกรรมกับเรา การไปวิ่งออกกำลังกายกับเพื่อนบ้านนั้นง่ายกว่าการต้องออกไปวิ่งคนเดียวมาก ถ้าเราและ เพื่อนบ้านได้สัญญากันไว้ว่าจะไปออกกำลังกายด้วยกันไม่ว่าอากาศในวันนั้นจะเป็นอย่างไร จง ร่วมแบ่งปันเป้าหมายและความสำเร็จ ฉลองให้กับความสำเร็จเล็ก ๆ น้อย ๆ แล้วเราจะมี กำลังใจในการก้าวต่อไป...จากการศึกษาพบว่าคนที่ซัดซ้อมเรื่องต่าง ๆ ในความคิดเมื่อถึงคราว ต้องลงมือปฏิบัติพวกเขาจะทำได้ดีกว่าคนทั่วไป จิตใต้สำนึกนั้นมีพลังมหาศาลมันสามารถ จดจำภาพการซัดซ้อมในใจได้ เราควรฝึกซ้อมความคิดก่อนลงมือปฏิบัติ ไม่ว่าจะเป็นการ บรรยาย การประชุมทางธุรกิจ การกล่าวสุนทรพจน์ การตีกอล์ฟ การเล่นดนตรี การให้ สัมภาษณ์ จินตนาการว่าเราสามารถทำมันได้ดี โไลเรียงเรื่องสำคัญต่าง ๆ ในใจ สัมผัส บรรยากาศของความสำเร็จ สิ่งเหล่านี้จะเสริมสร้างความมั่นใจและทำให้เราทำมันได้ดีขึ้น ลอง ซัดซ้อมสิ่งที่จะต้องทำในความคิดและลงมือปฏิบัติ^{๒๔}

เมื่อเรามีเป้าหมายที่แน่นอนและชัดเจนต่อการกระทำและความปรารถนาแล้ว อีกทั้งได้ ตระเตรียมเหตุและปัจจัยที่จะน้อมนำไปสู่ความสำเร็จ และลงมือปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงเป้าหมายนั้น มี ความเป็นไปได้สูงที่เราจะได้รับในสิ่งที่เราปรารถนานั้นอย่างแน่นอน

๓.๕ ผลสัมฤทธิ์ของกฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา

กฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยานั้นนำเสนอแนวคิดเพื่อเป็นเครื่องมือรับใช้มนุษย์ ให้ผลสัมฤทธิ์คือการได้มาซึ่งความต้องการขั้นพื้นฐานตามทฤษฎีของมาสโลว์ ได้สิทธิในการ ครอบครองสมตามความปรารถนาในสิ่งนั้น ๆ เป็นความต้องการที่มีเหมือนกันในมนุษย์ทั่ว ๆ ไปใน การดำเนินชีวิต

... โขคของเราจะเพิ่มขึ้นหลายเท่าในทันที ถ้าเราเพียงแค่ว่าเราต้องการอะไร เป็นความ จริงที่ว่า โขคติ จะไม่ค่อยมาเยือนคนที่ไม่รู้ว่าตนเองต้องการอะไร หรือไม่แน่ใจว่าอยากได้แบบ ไหน เหตุผลง่าย ๆ จิตใต้สำนึกไม่มีเป้าหมายที่ชัดเจน อาจมีโอกาสดี ๆ เข้ามาจ่ออยู่ตรงหน้า

^{๒๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๙๕-๑๙๖.

แล้วแต่เราคาดไม่ถึง หรือไม่รู้ว่ามันเป็น โชค เปรียบเหมือนว่าจิตใต้สำนึก เป็นคนขับรถผู้ซื่อสัตย์ที่พร้อมจะรับคำสั่งให้พาเราไปถึงจุดหมายที่เราต้องการตลอดเวลาอย่างจงรักภักดีถ้าเรามีเป้าหมายที่ชัดเจนให้กับคนขับรถเราก็จะได้สิ่งที่ต้องการง่ายขึ้น ไปถึงที่หมายได้เร็วขึ้น ปัญหา คือ คนส่วนใหญ่ชอบทำให้จิตใต้สำนึกปั่นป่วนเพราะความไม่รู้อย่างชัดเจนว่าต้องการอะไร^{๒๕}

เรื่องแรงดึงดูดทางความคิด เป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้เราประสบความสำเร็จ แต่เราต้องมีปัจจัยแห่งความสำเร็จในด้านอื่น ๆ ประกอบด้วย เราไม่อาจประสบความสำเร็จในชีวิตได้ ถ้าเราไม่มีความสามารถในการโน้มน้าวใจผู้อื่น ไม่มีความสามารถในการบริหารงาน ไม่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในสาขาอาชีพของเราเอง ไม่มี IQ และ EQ ในระดับที่สมควร ไม่มีความเป็นผู้นำ ไม่มีคุณสมบัติที่จะรักษาทรัพย์สินไว้ได้ ฯลฯ “กล่าวสรุปคือ ไม่มีคุณสมบัติเพียงพอที่จะเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต. เราสามารถฝึกฝนวิธีการในการสร้างแรงดึงดูดทางความคิดนี้ได้ มันจะมีอิทธิพลให้คุณมีความมุ่งมั่น ขยันหมั่นเพียร เพื่อพัฒนาคุณสมบัติที่เหมาะสมในตัวเองขึ้นได้อย่างรวดเร็ว เมื่อปัจจัยแห่งความสำเร็จครบ ความสำเร็จก็เกิดขึ้น”^{๒๖}

ความคิดมีแรงดึงดูด มันไม่ใช่แค่มีอิทธิพลดึงดูดต่อคนที่อยู่ใกล้ชิดเรา หรือว่าดึงดูดทรัพย์สินเงินทองมาให้เราเท่านั้น ทุก ๆ อย่างที่เราคิดและรู้สึก ล้วนมีผลต่อตัวคุณ ไม่ว่าจะ เป็นความคิด ความรู้สึกในทางลบหรือทางบวก เมื่อเรามีความคิดความรู้สึกด้านลบ เราจะส่งเสริมความคิด ความรู้สึกด้านลบนี้ ออกไปดึงดูดสิ่งที่ไม่ดีเข้าหาตัว เช่น ในขณะที่เราประสบกับปัญหาบางอย่าง เรามักจะคิดและรู้สึกเป็นคำพูดบอกกับตัวเองว่า “เราต้องแยءแน่ ๆ” มันก็เท่ากับว่าเราส่งเสริมแรงดึงดูดออกไปมีอิทธิพลต่อสถานการณ์นั้น ๆ ซึ่งมันก็จะแยءตามที่เราคิดและรู้สึก เพราะพลังรังสีความคิดที่รุนแรงของเราเอง ยิ่งถ้าเราได้ฝึกฝนเสริมสร้างรังสีส่วนตัวให้มีพลังเข้มแข็งแล้วละก็ เราต้องระมัดระวังความคิดความรู้สึกของเราให้มาก ๆ ดังนั้นเมื่อเราประสบกับสถานการณ์ที่ย่ำแยء เราต้องบอกกับตัวเองซ้ำ ๆ ว่า “มันต้องดีขึ้น ” หรือว่า “ เราต้องผ่านมันไปได้ ” และสร้างภาพความรู้สึกว่าเหตุการณ์นั้นได้คลี่คลายดีขึ้นแล้ว^{๒๗}

^{๒๕} บัณฑิต อึ้งรังสี, *กฎแห่งความโชคดี*, พิมพ์ครั้งที่ ๗ (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อินสปิไรท์ มิวสิค, ๒๕๕๒), หน้า ๒๑.

^{๒๖} สิริวิชญ์ รัตนจินดา, *ศาสตร์ลับแห่งความสำเร็จ*, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (ฉะเชิงเทรา : สำนักพิมพ์ RedCarpetBook, ๒๕๕๒), หน้า ๘๗.

^{๒๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๕.

เป้าหมายที่ชัดเจนจะทำให้เกิดแผนการปฏิบัติที่เป็นไปได้จริง ภาพแห่งความสำเร็จควรจะต้องชัดเจนก่อนที่จะเริ่มปฏิบัติการใด ๆ และผู้นำในธุรกิจหรือภารกิจจะต้องเห็นภาพแห่งความสำเร็จนั้นชัดเจนที่สุด พร้อมทั้งมีความสามารถในการสื่อสารทัศนสิ่งที่ตนเห็นความรู้สึกที่ตนเองมีไปยังผู้ร่วมงานอย่างมีประสิทธิภาพ จนผู้ร่วมงานรู้สึกว่าการเห็นภาพแห่งความสำเร็จนั้นเป็นของตนด้วย ในกรณีที่ภาพแห่งความสำเร็จยังไม่ชัดเจนเท่าใดนัก ก็ต้องรู้จักวางจุดมุ่งหมาย เพราะจุดมุ่งหมายจะทำให้การวางแผนเป็นไปในกรอบที่ถูกต้อง ไม่เดินออกนอกเส้นทาง เปรียบเสมือนนักเดินเรือที่แม้ยังไม่เคยเห็นสถานที่ที่จะเดินทางไป แต่เมื่อมีจุดมุ่งหมายชัดเจนมีความรอบคอบในการวางแผน มีศรัทธา ความเชื่อ ในที่สุดภาพต่าง ๆ ก็ชัดเจนขึ้นมาเองเมื่อเข้าใจความสำเร็จ

ถ้าเราสามารถสร้างภาพแห่งความสำเร็จขึ้นในใจได้ชัด จะเกิดแรงดึงดูดให้ความสำเร็จเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ แรงดึงดูดนั้นก็คือแรงบันดาลใจนั่นเอง ภาพแห่งความสำเร็จจะชัดเจนได้ก็ต้องเมื่อมี ความเชื่อ เสียก่อน นักกีฬาที่ไม่เชื่อว่าตัวเองจะชนะ ไม่มีวันจะสร้างภาพแห่งความสำเร็จขึ้นในใจได้เลย นักเรียนที่ไม่เชื่อว่าตัวเองจะสอบได้ก็ไม่วันสร้างความรู้สึแห่งความสำเร็จขึ้นในใจ “...ภาพแห่งความสำเร็จไม่จำเป็นต้องเป็นภาพความสำเร็จสุดท้ายเพียงภาพเดียว เหมือนการก้าวขึ้นบันไดยี่สิบชั้น ภาพของการก้าวขึ้นไปในแต่ละชั้นมีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าภาพสุดท้ายที่ก้าวขึ้นไปถึงจุดหมายแล้ว ถ้าสร้างภาพแห่งความสำเร็จขึ้นในจินตนาการบ่อย ๆ เราจะเริ่มเชื่อว่าเราสามารถทำมันได้สำเร็จจริง ๆ เมื่อสร้างภาพแห่งความสำเร็จเป็นภาพแห่งความรู้สึกได้ เมื่อนั้นจะเกิดแรงบันดาลใจที่ทำให้ทุกสิ่งประสบความสำเร็จดังฝัน”^{๒๘}

รูปแบบความต้องการต่อความสำเร็จของแต่ละคน แต่ละครอบครัว แต่ละสังคม แต่ละชาติ ศาสนา ฐานะ การศึกษา เพศและวัยของเรา แตกต่างกันไปคนละเรื่องคนละราวได้ถึงเพียงนี้ เกิดจากสภาพแวดล้อม สิ่งทีหล่อหลอมให้กำเนิดและเติบโต รวมถึงแรงกดดันต่อจิตใจในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านบวกและลบเป็นตัวกำหนดรูปแบบความต้องการต่อความสำเร็จของเรา จึงไม่แปลกที่เมื่อพูดถึงความสำเร็จในชีวิตแล้ว แต่ละคนจะคิดและจินตนาการแตกต่างกันไป “บางคนผ่านชีวิตที่สมบูรณ์พูนสุขมา ความสำเร็จในชีวิตที่เขาวาดไว้ก็เป็นแบบหนึ่ง คนที่ผ่านชีวิตที่ทุกข์ระทมมาถือว่าความสำเร็จใน

^{๒๘} สม สุจิรา, *คู่มือแสวงพรสวรรค์*, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์ธรรมะ, ๒๕๕๓), หน้า ๒๙-๓๑.

ชีวิตไว้แบบหนึ่ง หรือกับคนที่อยู่ในสภาพแวดล้อมอย่างหนึ่งแล้วรู้สึกไม่พึงพอใจกับสภาพแวดล้อมอย่างนั้น ไม่พึงพอใจกับชีวิตอย่างนั้นก็วาดหวังถึงความสำเร็จในชีวิตอีกแบบหนึ่ง แตกต่างกันไป”^{๒๙}

ความสำเร็จของคนส่วนใหญ่ไม่พ้นเรื่องความร่ำรวยฐานะมั่นคง สุขภาพแข็งแรง ครอบครัวอบอุ่น มีสังคม มีชื่อเสียงเป็นที่ยอมรับ... “การประสบความสำเร็จหลาย ๆ เรื่องในเวลาเดียวกันจึงเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ยากสำหรับคนส่วนใหญ่ การแสวงหาจุดลงตัวของความต้องการต่อความสำเร็จในชีวิตของคนส่วนใหญ่จึงเป็นลักษณะของการเรียงลำดับ คือ ร่ำรวย ฐานะมั่นคง สุขภาพแข็งแรง ครอบครัวอบอุ่น และมีสังคม มีชื่อเสียงเป็นที่ยอมรับ”^{๓๐} และจุดหมายการสร้างแรงดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยาก็เพื่อเป็นแรงขับเคลื่อนความปรารถนาต่อความสำเร็จในเรื่องเหล่านี้ทั้งสิ้น

สรุปท้ายบท

ความคิด หมายถึง กิจกรรมทางจิตใจหรือทางปัญญาที่เกี่ยวข้องกับจิตสำนึกเฉพาะคน ความคิดยังอาจหมายถึงกระบวนการคิดหรือลำดับแง่คิด ในทำนองเดียวกัน กรอบความคิด หมายถึง กระบวนการรับรู้ การรับรู้ความรู้สึก ความมีจิตสำนึก และจินตนาการ การคิดเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในสมอง ซึ่งเป็นกลไกสลับซับซ้อน ทำงานโดยการส่งถ่ายข้อมูลด้วยประจุไฟฟ้า ผ่านกระบวนการคิดที่ทำหน้าที่ป้อนข้อมูลเข้าไป เพื่อประมวลผล ประเมินค่า ตัดสิน แล้วบันทึกเป็นความเชื่อ จากนั้นก็จะแสดงผลหลังสารเคมี หรือฮอร์โมนต่าง ๆ หรือ สั่งการให้ร่างกายเคลื่อนไหว กระทำ หรืองดเว้นไม่กระทำสิ่งใด ๆ

กฎแห่งการดึงดูด เสนอหลักการดึงดูดทางความคิดว่า สิ่งที่เหมือนกันจะมีแรงดึงดูดเข้าหากัน ดังนั้นเมื่อเราคิดอะไรสักอย่าง เรากำลังดึงดูดความคิดแบบเดียวกันเข้ามา ความคิดมีแรงดึงดูดเหมือนแม่เหล็ก และความคิดมีคลื่นความถี่ เมื่อเราคิด คลื่นความคิดจะถูกส่งกระจายออกไปในวงจักรวาลและดึงดูดสิ่งที่อยู่ในแถบคลื่นความถี่เดียวกัน แล้วทุกอย่างจะถูกส่งกลับแหล่งต้นกำเนิด คือ ตัวเรา

^{๒๙} ภาคิน ธรารศรี, **พลังแห่งความมั่งคั่ง**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (นนทบุรี : สำนักพิมพ์ Thinkplus, ๒๕๕๔), หน้า ๙.

^{๓๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔-๑๕.

กฎการดึงดูดทางความคิด เสนอวิธีการในการในใช้กฎ คือ ขอ เชื่อ รับ การขอ เป็นการบอกสิ่งที่เราต้องการให้จักรวาลได้รับรู้ เป็นการให้ความชัดเจนแน่นอนกับจิตใจของตัวเองว่า เราต้องการอะไร การเชื่อ เป็นการกระทำทั้งโดย กาย วาจา ใจ เสมือนว่าเราได้รับสิ่งที่ขอนั้นเรียบร้อยแล้ว เมื่อเราส่งคลื่นความถี่แห่งการได้รับสิ่งนั้นออกไป กฎแห่งการดึงดูดจะนำพาเคลื่อนย้าย ผู้คน เหตุการณ์ และสถานการณ์ให้เข้ามาสู่ตัวเรา การรับ คือ การทำความรู้สึกเหมือนกับว่า เราได้ครอบครองสิ่งนั้นเรียบร้อยแล้ว

กฎการดึงดูดทางความคิดเกิดขึ้นเพื่อเป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งในการรับใช้มนุษย์เพื่อนำพาไปสู่เป้าหมาย คือ ความต้องการขั้นพื้นฐานตามทฤษฎีของมาสโลว์ ซึ่งเป็นความต้องการที่มีเหมือนกันในมนุษย์ทั่ว ๆ ไป ผลสัมฤทธิ์ในการใช้กฎการดึงดูดทางความคิดคือการ ได้ครอบครอง สิ่งเหล่านั้นสมตามความปรารถนา ข้อมูล ความรู้ และพัฒนาการทางวิทยาการแขนงต่าง ๆ เป็นไปเพื่อรับใช้มนุษยชาติให้ได้รับ ความสะดวกสบาย อยู่ดีมีสุข ทั้งทางครอบครัว และสังคมแวดล้อม กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยาเกิดขึ้นเพื่อเป็นเครื่องมือรับใช้มนุษย์ผู้ที่ต้องแสวงความมั่นคงทางการเงิน ความอบอุ่นในครอบครัว ความสัมพันธ์ที่ดีในหมู่ญาติมิตรและเพื่อนบ้าน สุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ถือได้ว่าเป็นปัจจัยพื้นฐานของมนุษย์ในสังคมปัจจุบัน การมีแนวคิดหรือวิธีการที่ส่งเสริมหรือสนับสนุนการได้มาซึ่งสิ่งที่กล่าวมาแล้วเหล่านี้ย่อมได้รับความสนใจและกล่าวถึงในแวดวงสังคมเป็นอย่างยิ่งและมีการพิสูจน์ทดลองใช้หลักการของแนวความคิดนี้กันอย่างกว้างขวาง

บทที่ ๔

เปรียบเทียบหลักความคิดที่สำคัญทางพุทธศาสนากับ

กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา

๔.๑ เปรียบเทียบความหมายและการเกิดขึ้นของความคิด

๔.๑.๑ ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิดในทางพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนานั้นมีคำอยู่หลายคำด้วยกันที่ให้ความหมายของความคิด ในลักษณะอาการ การทำงาน คุณลักษณะและคุณภาพทั้งในทางที่ดีและไม่ดี หรือทั้งที่เป็นกุศลและอกุศล อยู่ด้วยกันมากมายหลายคำ โดยรวมแล้วความคิดเป็นการทำงานในส่วนของนามธรรม คือ จิตใจนั่นเองมีการแยกออกจากกันอย่างชัดเจน คือ ร่างกายเป็นเรื่องของรูปธรรม จิตใจเป็นเรื่องของนามธรรม และเรื่องนามธรรมยังแยกย่อยลงไปอีก คือ นามชั้น ๔ ได้แก่ เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น วิญญาณชั้น และแต่ละชั้นก็มีการทำงานที่แตกต่างกันออกไปอีก ซึ่งมีความวิจิตรพิสดารและรายละเอียดที่ลึกซึ้งเป็นอย่างยิ่ง ความคิดหมายรวมถึงพฤติกรรมทางใจที่ประกอบด้วยเจตนาทั้งหมด ทั้งที่เป็นกุศลและอกุศล เกิดจากการทำงานในส่วนที่เป็นนามธรรมคือ สังขารชั้น แสดงอังกด้วยหลักของชั้น ๕ เพื่อให้เห็นภาพ ซึ่งมีเจตนาเป็นหัวหน้าใหญ่เป็นผู้บงการในการกระทำการต่าง ๆ เจตนาเป็นเจตสิกดวงหนึ่ง ในทางอภิธรรมได้มีการแบ่งจิตออกไว้ ๘๙ ดวง (โดยพิสดาร ๑๒๑ ดวง) คำว่าจิตในทางพระพุทธศาสนาแล้วจะประกอบไปด้วยเจตสิกอยู่ด้วยเสมอ จิตและเจตสิกเป็นนามธรรมโดยที่จิตจะเป็นประธานในการรับรู้อารมณ์ ส่วนเจตสิกมีหน้าที่เกิดร่วมเกิดพร้อมกับจิตโดยการปรุงแต่งจิตให้มีอารมณ์เป็นไปต่าง ๆ จะเห็นได้ว่าจิตมิได้เกิดขึ้นเพียงลำพังแต่เป็นธรรมชาติของจิตที่มีเจตสิกเข้ามาประกอบพร้อมด้วยเสมอ และทำให้จิตสามารถที่จะรับรู้อารมณ์ได้อย่างละเอียดประณีต หรือสามารถที่จะแบ่งแยกอารมณ์ต่าง ๆ ออกจากกันได้ โดยปกติจิตจะสามารถบังคับควบคุมเจตสิกได้

ความคิดสามารถกล่าวได้ว่าเป็นผลิตผลของการทำงานของสังขารชั้น ในกระบวนการทำงานย่อมต้องอิงอาศัยฐานข้อมูลที่เกิดจาก ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่กระทบกับรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ เรียกเป็นภาษาทางธรรมว่า आयตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ ซึ่งเป็น

แดนรับรู้และปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมเป็นช่องทางที่ชีวิตติดต่อกับโลกภายนอก แผลว่า ที่ต่อ หรือแดน หมายถึงที่ต่อกันให้เกิดความรู้ แแดนเชื่อมต่อให้เกิดความรู้ หรือแหล่งที่มาของความรู้ ๖ อย่าง คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เรียกว่าอายตนะภายใน ที่ว่าต่อ หรือเชื่อมต่อ ให้เกิดความรู้ นั้น คือการติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอก

สิ่งที่ถูกรับรู้ หรือลักษณะอาการต่างๆ ของโลก เหล่านี้ เรียกชื่อว่า อายตนะภายนอก เพราะเป็นสิ่งที่เชื่อมต่อให้เกิดความรู้ หรือเป็นแหล่งความรู้ เช่นเดียวกัน แต่เป็นฝ่ายภายนอก ความรู้จำเพาะแต่ละด้านนี้ เรียกว่า “วิญญาน” แปลว่า ความรู้แจ้ง คือรู้อารมณ์ ดังนั้น จึงมี วิญญาน ๖ อย่าง เท่ากับอายตนะและอารมณ์ ๖ คู่ คือ วิญญานทางตา ได้แก่ เห็น วิญญานทางหู ได้แก่ ได้ยิน วิญญานทางจมูก ได้แก่ ได้กลิ่น วิญญานทางลิ้น ได้แก่ รู้รส วิญญานทางกาย ได้แก่ รู้สิ่งต้องกาย วิญญานทางใจ ได้แก่ รู้อารมณ์ทางใจ หรือรู้เรื่องในใจ

วิญญานต้องอาศัยอายตนะและอารมณ์กระทบกันจึงจะเกิดขึ้นได้ แต่การที่อารมณ์เข้ามาปรากฏแก่อายตนะ ใช่ว่าจะทำให้วิญญานเกิดขึ้นได้เสมอไป ต้องมี ความใส่ใจ และความกำหนดใจ หรือความใส่ใจประกอบอยู่ด้วย วิญญานนั้นๆ จึงจะเกิดขึ้น เมื่อมีอายตนะและอารมณ์เข้ามาถึงกันแล้ว แต่วิญญานไม่เกิดขึ้นเช่นนี้ ก็ยังไม่เรียกว่าการรับรู้ได้เกิดขึ้น การรับรู้จะเกิดขึ้น ต่อเมื่อมีองค์ประกอบเกิดขึ้นครบทั้ง ๓ อย่าง คือ อายตนะ อารมณ์ และวิญญาน ภาวะนี้เรียกเป็นภาษาธรรมว่า “ผัสสะ” หรือ “สัมผัส” แปลตามรูปศัพท์ว่า การกระทบ แต่มีความหมายทางธรรมว่า การประจวบหรือบรรจบพร้อมกันแห่งอายตนะ อารมณ์ และวิญญาน คือ การรับรู้ นั่นเอง

กล่าวโดยสรุปกระบวนการกระทบกันของอายตนะภายในกับอายตนะภายนอก เป็นการนำเข้าสู่ข้อมูลหรือวัตถุดิบจากภายนอกป้อนเข้าสู่กระบวนการสร้างความคิดอันเป็นหน้าที่ของสังขารชั้นซึ่งส่วนของนามธรรมคือจิตใจ

๔.๑.๒ ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิดในทางจิตวิทยา

ความคิด หมายถึง กิจกรรมทางจิตใจหรือทางปัญญาที่เกี่ยวข้องกับจิตสำนึกเฉพาะคน ความคิดยังอาจหมายถึงกระบวนการคิดหรือลำดับแง่คิด ในทำนองเดียวกัน กรอบความคิด หมายถึง กระบวนการการรับรู้ การรับรู้ความรู้สึก ความมีจิตสำนึก และจินตนาการ การทำความเข้าใจถึงจุดกำเนิดที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม กระบวนการวิธีการคิดเป็นกระบวนการทางสมองที่ใช้สัญลักษณ์ จินตภาพ ความคิดเห็น และความคิด รวบรวม แทนประสบการณ์ในอดีต ความเป็นไปได้ในอนาคต

และความเป็นจริงที่ปรากฏ การคิดจึงทำให้คนเรา มีกระบวนการ ทางสมองในระดับสูง กระบวนการเหล่านี้ได้แก่ ตรรกศาสตร์ คณิตศาสตร์ ภาษา จินตนาการ ความใส่ใจ เขาวนปัญญา ความคิดสร้างสรรค์ และอื่นๆ การคิดเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในสมอง ซึ่งเป็นกลไกสลับซับซ้อน ทำงานโดยการส่งถ่ายข้อมูลด้วยประจุไฟฟ้า ผ่านกระบวนการคิดที่ทำหน้าที่ป้อนข้อมูลเข้าไป เพื่อประมวลผล ประเมินค่า ตีความ ตัดสิน แล้วบันทึกเป็นความเชื่อ จากนั้นก็จะแสดงผลหลังสารเคมี หรือฮอร์โมนต่าง ๆ หรือ สั่งการให้ร่างกายเคลื่อนไหว กระทำ หรืองดเว้นไม่กระทำสิ่งใด ๆ

ความคิดในทางจิตวิทยานั้น มุ่งที่จะเน้นให้เห็นว่า เป็นกระบวนการการทำงานที่มีกลไกการทำงานสลับซับซ้อนของสมอง มีการศึกษาที่ละเอียดลึกกลงไปจนถึงระดับเซลล์ว่ามีการทำงานที่เชื่อมสัมพันธ์กันอย่างไร แม้จะมีการศึกษาเรื่องจิตในทางจิตวิทยาอยู่ก็จริง แต่ก็ยังมีสมมติฐานที่เป็นเรื่องของรูปธรรม เพราะมีทัศนคติเกี่ยวกับจิตที่มีอยู่ภายในมนุษย์ว่า เป็นรูปของพลังงานอย่างหนึ่ง ที่มีอำนาจหรืออิทธิพลที่จะทำให้อารมณ์มนุษย์มีพฤติกรรม หรือการกระทำเกิดขึ้นที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ คำว่าจิต ในทัศนะของจิตวิทยานั้น คือ จิตไม่ได้แยกออกจากร่างกาย หรือ จิตเป็นฐานอยู่ในร่างกายที่เป็นตัวตนของมนุษย์ ในทางจิตวิทยา มีการศึกษาการทำหน้าที่ของสมองซึ่งมีผลต่อการคิดลึกซึ้งลงไปอีก ดังนี้คือ สมองซีกซ้ายจะควบคุมดูแลพฤติกรรมของมนุษย์ในเรื่องต่างๆ ต่อไปนี้

๑. การคิดในทางเดียว (คิดเรื่องใดเรื่องหนึ่ง)
๒. การคิดวิเคราะห์ (แยกแยะ)
๓. การใช้ตรรกศาสตร์และการใช้เหตุผลเชิงคณิตศาสตร์
๔. การใช้ภาษา มีทั้งการอ่านและการเขียน

สมองซีกซ้ายจะควบคุมดูแลพฤติกรรมของมนุษย์ที่เกี่ยวกับการใช้เหตุผล การคิดวิเคราะห์ ซึ่งเป็นลักษณะการทำงานในสายของวิชาทางวิทยาศาสตร์ (Sciences) เป็นส่วนใหญ่ นอกจากนี้สมองซีกซ้ายยังเป็น ตัวควบคุม การกระทำ การฟัง การเห็น และ การสัมผัสต่าง ๆ ของร่างกายทางซีกขวา

สมองซีกขวาจะควบคุมดูแลพฤติกรรมของมนุษย์ในเรื่องต่างๆ ต่อไปนี้

๑. การคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking)
๒. การคิดแบบเส้นขนาน (คิดหลายเรื่อง แต่ละเรื่องจะไม่เกี่ยวข้องกัน)
๓. การคิดสังเคราะห์ (สร้างสิ่งใหม่)

๔. การเห็นเชิงมิติ (กว้าง ยาว ลึก)

๕. การเคลื่อนไหวของร่างกาย ความรัก ความเมตตา รวมถึงสัญชาตญาณและลางสังหรณ์

๔.๒ เปรียบเทียบหลักการ

๔.๒.๑ หลักการของหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนาที่ยกขึ้นแสดงอธิบายความพอสังเขปในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ คือ หลักโยนิโสมนสิการ หลักความคิดหรือหลักธรรมที่ยกขึ้นแสดงนั้น ในทางพระพุทธศาสนานั้น ถือว่าเป็นเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปเท่านั้น หรือ เป็นเพียงการทำงานของธาตุขันธ์ เท่านั้น ไม่มี สัตว์ ตัวตน บุคคล เราเขา เข้าไปควบคุมสิ่งเหล่านั้นให้เป็นไปตามประการใด เมื่อบุคคลเข้าใจถึงสภาพตามความเป็นจริงของสิ่งที่เป็นอยู่ ก็ควรที่จะประพฤติปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับเหตุการ์ณและเหตุปัจจัย อันจะไม่นำมาซึ่งความทุกข์ หลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาเป็นเรื่องที่ละเอียดลึกซึ้งควรอย่างยิ่งที่มนุษย์จะต้องให้ความสนใจเข้ามาศึกษาและนำไปปฏิบัติเพื่อความสุขในชีวิตประจำวัน

หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา ที่มีการอธิบายแตกต่างกันออกไปในแต่ละแบบนั้น เพื่อเพิ่มมุมมองที่หลากหลายอันจะนำไปสู่ความเข้าใจของแต่ละบุคคล กระบวนการการเกิดขึ้นของความคิด อาศัยการทำงานร่วมกันทั้งในส่วนของรูปธรรมคือร่างกายและส่วนของนามธรรมคือจิตใจ ในทางพระพุทธศาสนานั้นมีคำสอนที่เกี่ยวกับฝึกสติเพื่อให้ดวงใจสามารถตามระลึกรู้ทันความคิด สามารถที่จะระงับยับยั้งการปรุงแต่งของความคิดอันจะนำไปสู่ความทุกข์ได้ ซึ่งอยู่ในส่วนของวิปัสสนากรรมฐาน ความคิดในทางพระพุทธศาสนานั้นไม่ว่าจะเป็นความคิดในทางที่ดีหรือความคิดในทางที่ไม่ดีเป็นสาเหตุที่ทำให้จิตไม่สงบอันเป็นอุปสรรคในฝึกอบรมจิตในขั้นสูงขึ้นไปนิรณ ๕ คือ ธรรมชาติเป็นเครื่องกันความดี ๕ อย่าง ได้แก่ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจะ กุกกุกจะ วิจิกิจฉา เมื่อศึกษาในรายละเอียดแล้วจะพบว่า ความคิดจะเป็นตัวประกอบหลักที่ทำงานในแต่ละข้อ แต่ในทางพระพุทธศาสนานั้นก็มีอุปบายในการอบรมจิตให้เกิดความสงบในขั้นต้นเสียก่อน คือ สมถกรรมฐาน การเจริญฌานเป็นกรรมฐานอย่างหนึ่งในกรรมฐาน ๔๐ ซึ่งเป็นวิธีในการฝึกจิตให้เกิดความสงบ ปฐมฌาน มีองค์ ๕ คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข และเอกัคคตา ความคิดของบุคคลจัดอยู่ใน วิตก วิจารณ์ เมื่อละ วิตก วิจารณ์ ขึ้นสู่ทุติยฌาน ไปจนถึงจตุตถฌาน ซึ่งจะใช้เป็นฐานเพื่อยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา

ต่อไป เพื่อจิตให้เกิดปัญญาให้เห็นสภาพตามความเป็นจริง ของสังขาร จนเกิดความเบื่อหน่าย คลาย ความยึดมั่น ถือมั่น ในอัตตาตัวตน ดำเนินจิตไปสู่สัมมาสมาธิปฏิบัติ อันเป็นทางดำเนินไปสู่ความหลุด พ้นจากวัฏฏะทุกข์ในที่สุด

กฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจะลักษณะ ทุกขลักษณะ และอนัตตลักษณะ เป็นสภาพธรรมที่มี อยู่แก่สังขารทั้งปวง ความคิดก็เป็นสังขารประเภทหนึ่ง เป็นการปรุงแต่งที่เกิดขึ้นทางจิตใจ ความคิด อย่างหนึ่งเกิดขึ้น ตั้งอยู่ชั่วขณะ แล้วก็ดับไป ความคิดอีกอย่างหนึ่งก็เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป หมุนเวียน เปลี่ยนไปอย่างไม่ขาดสาย บุคคลที่ไม่สามารถระงับยับยั้งความคิดไว้ได้ หรือบริหารจัดการความคิดไม่ เป็น ย่อมถูกความคิดครอบงำ บั่นทอนทั้งสุขภาพร่างกายและจิตใจมีบทรธรรมอยู่บทหนึ่ง ที่ว่า “สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ มีความเกิดขึ้นและเสื่อมสลายเป็นธรรมดา ครั้นเกิดขึ้นแล้วย่อม ดับไป ความเข้าไปสงบระงับสังขารเหล่านั้นย่อมเป็นสุข” ในที่นี้เมื่อพิจารณาอย่างลึกซึ้งแล้ว หมาย เอากการปรุงแต่งทางจิตใจ คือความคิดนั่นเอง ซึ่งเป็นหัวหน้าใหญ่ที่นำความทุกข์ในรูปแบบต่าง ๆ มาสู่ บุคคล ส่วนบทที่ว่า “ความเข้าไปสงบระงับสังขารเหล่านั้นย่อมเป็นสุข” นั้นหมายถึง ความเข้าไปสงบ ระงับสังขาร(อย่างสิ้นเชิง) คือความปรุงแต่งทางจิตใจ (ความคิด) ที่เป็นปัจจัยให้เกิดกิเลส ตัณหา อุปาทาน ซึ่งเป็นการดับกิเลสตัณหาอุปาทาน เป็นจิตที่หลุดพ้นจากความทุกข์อย่างสิ้นเชิง (นิพพาน) หลักความคิดที่สำคัญในทางพระพุทธศาสนาเป็นการอธิบายการทำงานของธาตุขันธ์ เป็น สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นของธาตุขันธ์ไม่มีอัตตาตัวตน ที่จะพึงเข้าไปยึดมั่นถือมั่นใด ๆ หลักความคิดต่าง ๆ นั้นเป็นเสมือนเครื่องมือที่อำนวยความสะดวกเพื่อความเข้าใจในลักษณะหรือสภาวะธรรมนั้น ๆ เมื่อรู้และ เข้าใจสภาวะตามความเป็นจริงแล้ว ก็จะทำให้เกิดความอุทิศสภาวะที่จะเจริญวิปัสสนากรรมฐานอันเป็น หนทางนำไปสู่การหลุดพ้นออกจากวัฏฏะคือการเวียนว่ายตายเกิด ซึ่งเป็นคำสอนอันสูงสุดของ พระพุทธศาสนา

๔.๒.๒ หลักการของกฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา

กฎแห่งการดึงดูด เสนอหลักการของการดึงดูดทางความคิดว่า สิ่งๆ ที่เหมือนกันจะมีแรง ดึงดูดเข้าหากัน ดังนั้นเมื่อเราคิดอะไรสักอย่าง เรากำลังดึงดูดความคิดแบบเดียวกันเข้ามา ความคิดมี แรงดึงดูดเหมือนแม่เหล็ก และความคิดมีคลื่นความถี่ เมื่อเราคิด คลื่นความคิดจะถูกส่งกระจาย ออกไปในเว็วจักรวาลและดึงดูดสิ่งๆ ที่อยู่ในแถบคลื่นความถี่เดียวกัน แล้วทุกอย่างจะถูกส่งกลับแหล่ง ต้นกำเนิด คือตัวเราและตัวเราเองเป็นเสมือนเสาส่งสัญญาณที่ส่งกระจายคลื่นความคิดออกไป หาก

เราต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต เราต้องเปลี่ยนแปลงทัศนคติคือความคิดของตัวเอง จิตใจ เป็นเครื่องส่งสัญญาณความคิด ความต้องการ หรือแรงปรารถนาไปยังสมอง แล้วสมองจะตื่นขึ้นมา แปรกระแสความคิดให้เป็นรูปภาพขึ้นมา เมื่อนั้นทางออกของทุกเรื่องก็จะปรากฏขึ้น เปรียบเสมือน ความคิดของมนุษย์เป็นตัวส่งสัญญาณ ส่วนสมองเป็นตัวรับสัญญาณและแปรสัญญาณให้กลายเป็น ภาพ เหมือนที่เราเห็นจากเครื่องรับโทรทัศน์นั่นเอง เห็นได้ชัดว่า สมองกับจิตใจต้องทำงานได้ดีพอ ๆ กัน

๔.๓ เปรียบเทียบวิธีการ

๔.๓.๑ วิธีการใช้หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

ดำเนินไปตามหลักอริยสัจ คือ เมื่อความทุกข์เป็นปัญหาเกิดขึ้น กำหนดรู้ปัญหานั้น ๆ จึง สืบสาวหาสาเหตุเพื่อหาหนทางแก้ไข แล้วจึงกำหนดรายละเอียดขั้นตอนวิธีการในการแก้ไข จากนั้นจึง ดำเนินการแก้ไขตามวิธีการจนบรรลุเป้าหมายที่ต้องการนั้น พระพุทธศาสนานั้นสอนให้เชื่อเรื่อง กฎ แห่งกรรม หรือ กฎแห่งการกระทำ ความคิดซึ่งอยู่ในส่วนของชั้น ๕ เป็นการทำหน้าที่ของสังขารชั้น ๕ ในทางพระพุทธศาสนานั้นการกระทำยังมีระดับการให้ผลที่แตกต่างกันออกไปอีก โดยความคิดนั้น ๆ จะต้องประกอบด้วยเจตนาซึ่งเป็นเจตสิกดวงหนึ่งเป็นปัจจัยเข้ามาประกอบด้วยเสมอ นั่นหมายความว่าระดับความเข้มข้นของเจตนามีผลต่อการกระทำ หรือมีผลต่อผลลัพธ์ที่จะได้รับด้วย กรรมในทาง พระพุทธศาสนาหมายเอาการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนาหรือความตั้งใจในการทำ การกระทำใด ๆ ที่ไม่ประกอบด้วยเจตนา ไม่ถือว่าเป็นกรรม ย่อมไม่ไ้ผล เป็นเพียงกิริยาอาการเท่านั้น เจตนาคือ ความตั้งใจหรือความรับรู้ในการกระทำนั้น แบ่งออกได้ ๓ อย่างคือ ๑. บุรพเจตนา คือ เจตนาก่อนทำ ๒. มุญจนเจตนา คือ เจตนาในเวลาทำ ๓. อปราปรเจตนา คือ เจตนาเมื่อได้ทำไปแล้ว หากประกอบ กรรมด้วยเจตนาที่ดี ทั้ง ๓ กาล ย่อมได้ผลลัพธ์ที่ดี ความสำเร็จใด ๆ หรือผลลัพธ์ใด ๆ ย่อมเกิดจาก การประกอบกรรมของบุคคลนั้น ๆ กรรมที่ประกอบด้วยองค์ ๓ คือ กายกรรม วจีกรรม และ มโนกรรม มีความเป็นไปได้อย่างมากที่จะได้รับผลจากการกระทำนั้น ๆ

อายตนะ ๑๒ เป็นแหล่งที่มาของความรู้ต่าง ๆ หลักธรรมในส่วนนี้เป็นกระบวนการนำเข้า ข้อมูลหรือวัตถุ癖เข้าสู่กระบวนการปรุงแต่งทางความคิด สภาพแวดล้อมที่ดีหรือร้ายนั้น ย่อมส่งผล ต่อความคิด ต่อพฤติกรรมของบุคคลและการดำเนินชีวิต พระพุทธศาสนามีหลักธรรมเกี่ยวกับการ ปฏิบัติตนในเรื่องนี้คือ หลักมงคล ๓๘ ประการ ซึ่งเป็นการสร้างสภาพแวดล้อมที่ดี ๆ และเป็นการ

ป้อนข้อมูลที่ดี ๆ ให้แก่จิตใจในทางพระพุทธศาสนานั้น สังขารชั้นดี คือแหล่งกำเนิดความคิดทั้งทางดี และทางร้ายซึ่งเปรียบเหมือนเชื้อเพลิงที่ขับเคลื่อนชีวิตให้ดำเนินไป

หลักปฏิบัติจนอุปบาทเป็นหลักธรรมที่แสดงถึงเหตุปัจจัยในการเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์และการดับลงแห่งกองทุกข์โดยใจความหลัก ๆ ก็จริง แต่สำหรับผู้มีปัญหาแล้วสามารถที่จะประยุกต์เอา กระบวนธรรมในหลักธรรมนั้น ๆ เข้ามาใช้ในการดำเนินชีวิตของตนได้ด้วย ความสำเร็จหรือความปรารถนาใด ๆ ที่จะบรรลุถึงได้ ก็ด้วยการประกอบเหตุปัจจัยให้ถึงพร้อมในการที่จะช่วยส่งเสริมให้ ความสำเร็จหรือความปรารถนานั้น ๆ เป็นไปได้ยิ่งขึ้น อีกทั้งรู้จักวิธีการใช้เครื่องมือคือความคิด ในที่นี้ หมายถึงการใช้หลักโยนิโสมนสิการ เข้าบริหารจัดการสิ่งนั้น ๆ ย่อมสามารถที่จะบรรลุถึงเป้าหมายได้ ในที่สุด

การกระทำใด ๆ ที่มุ่งหวังผลคือความสำเร็จนั้น ต้องการประกอบไปด้วย เจตนา ความเชื่อ ความศรัทธา ความเข้าใจในสภาพแวดล้อมของสิ่งนั้น ๆ การประกอบเหตุปัจจัยอันเป็นไปเพื่อเกื้อกูล ต่อผลสำเร็จที่คาดหวังนั้น บุคคลนั้นย่อมอาจที่จะสามารถบรรลุถึงสิ่งที่มุ่งหวังนั้นได้พระพุทธศาสนา นั้นมีการวางบริบทเรื่องเหตุและปัจจัยนั้นให้เป็นไปอย่างครบถ้วนทั้งทางรูปธรรม คือแนะนำบุคคลให้ เข้าไปสู่สิ่งแวดล้อมที่ดี และได้รับข้อมูลข่าวสารที่ดี จากผู้รู้ต่าง ๆ นั่นคือ ทางหนึ่งที่จะทำให้จิตใจนี้ ฉลาดและมีปัญญารู้รอบ ซึ่งเป็นเรื่องของนามธรรม ตัวอย่างหลักธรรมข้อที่ว่า วุฒิ คือ ธรรมเป็น เครื่องเจริญ ๔ อย่าง คือ (๑) สัมปยุตฺตสังเสวะ คบท่านผู้ประพฤติชอบด้วยกาย วาจา ใจ ที่เรียกว่า สัตบุรุษ (๒) สัทธัมมัสสวนะ ฟังคำสอนของท่าน (๓) โยนิโสมนสิการ ตริตตรองให้รู้จักสิ่งที่ดีหรือชั่วโดย อุบายที่ชอบ (๔) ธัมมานุสम्मปฏิบัติ ประพฤติธรรมสมควรแก่ธรรมซึ่งได้ตรองเห็นแล้ว หลักธรรม เหล่านี้จะเป็นเหตุปัจจัยที่จะหล่อหลอมความคิดให้โน้มนำไปสู่ความเจริญและความสำเร็จ บุคคล ปรารถนาผลแห่งความสำเร็จก็พึงพากเพียรประกอบแต่เหตุที่ดี เมื่อทำเหตุดีผลที่ตามมาย่อมเป็นผลดี

๔.๓.๒ วิธีการใช้กฎการตั้งดูตทางความคิดในทางจิตวิทยา

กฎการตั้งดูตทางความคิด เสนอวิธีการในการในใช้กฎ ไว้ดังนี้ คือ ขอ เชื่อ รับ โดยมี ขั้นตอนคือ การขอ คือการบอกสิ่งที่เราต้องการให้จักรวาลได้รับรู้ เป็นการให้ความชัดเจนแน่นอน กับจิตใจของตัวเองว่า เราต้องการอะไร การเชื่อ คือ การกระทำทั้งโดย กาย วาจา ใจ เสมือนว่าเรา ได้รับสิ่งที่ขอนั้นเรียบร้อยแล้ว เมื่อเราส่งคลื่นความถี่แห่งการได้รับสิ่งนั้นออกไป กฎแห่งการตั้งดูตจะ นำพาเคลื่อนย้าย ผู้คน เหตุการณ์ และสถานการณ์ให้เข้ามาสู่ตัวเรา การรับ คือ การทำความรู้สึก

เหมือนกับว่า เราได้ครอบครองสิ่งนั้นเรียบร้อยแล้ว การสร้างความรู้สึกที่ดี ๆ อย่างนี้ จะนำพาให้เราเข้าไปอยู่ในคลื่นความถี่เดียวกันกับสิ่งที่เราต้องการ

กฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยามีการแนะนำหลักปฏิบัติต่าง ๆ ในการสร้างทัศนคติที่ดี หลีกเลี่ยงเหตุปัจจัยใด ๆ ที่จะทำให้เกิดทัศนคติที่ไม่ดี การประพฤติปฏิบัติเพื่อนำตนเองไปอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ดี ๆ เพื่อสร้างหรือสั่งสมพลังทางความคิดเพื่อให้เกิดแรงดึงดูดที่สามารถจะดึงดูดสิ่งที่ตนเองปรารถนา ไม่ว่าจะ เป็น เกียรติยศ ชื่อเสียง เงินทอง ความสุขในครอบครัว สุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงไม่มีโรคร้ายมาเบียดเบียน เหล่านี้เป็นต้น

เรื่องเหตุและปัจจัยที่ประกอบกันเข้าจนกระทั่งนำไปสู่ความสำเร็จหรือความล้มเหลวนั้น กฎดึงดูดทางความคิดนั้นกล่าวถึงบริบทสิ่งแวดล้อมที่จะส่งเสริมหรือสนับสนุน หรือเป็นอุปสรรคต่อต้านขัดขวาง ไม่ให้ความสำเร็จนั้นเกิดขึ้นได้ คือ ทัศนคติที่เป็นไปในการพูดการทำ การปฏิสัมพันธ์ในชีวิตประจำวัน หรือความคิดบวกและความคิดลบที่บุคคลพึงแสดงออกในชีวิตประจำวัน ซึ่งเกิดขึ้นจาก ประสบการณ์ชีวิตที่ผิดแผกแตกต่าง ๆ กันไป และสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ภูมิหลังของแต่ละบุคคล จะเป็นสิ่งที่หล่อหลอมรูปแบบการดำเนินชีวิต และรูปแบบของการคิดการตัดสินใจต่อเหตุการณ์ที่ตนประสบในชีวิตประจำวันและส่งผลต่อทัศนคติที่จะดำเนินไปสู่นาคตด้วย

ความคิดในด้านลบหรือความรู้สึกในทางลบนั้น ในทางจิตวิทยาจะมีอิทธิพลเป็นอย่างยิ่งในการชักนำประสบการณ์ที่เลวร้ายเข้ามาสู่ชีวิตและเป็นสิ่งที่คอยขัดขวางความสำเร็จต่าง ๆ ที่เราคาดหวังไว้ คำแนะนำในทางจิตวิทยานั้นให้หลีกเลี่ยงความคิดหรือความรู้สึกในทางลบเพื่อไม่ให้มันเกิดขึ้น หรือพยายามหันเหกลบเคลื่อนความคิดความรู้สึกนั้น ๆ เพื่อให้อ่อนกำลังลงหรือจางคลายหายไป ด้วยการหากิจกรรมความบันเทิงอื่น ๆ เข้ามาหักเหความคิดความรู้สึก

๔.๔ เปรียบเทียบเป้าหมาย

๔.๔.๑ เป้าหมายของหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

เป้าหมายในการใช้หลักความคิดในทางพระพุทธศาสนานั้น เพื่อให้เกิดปัญญาใน ๒ ระดับ คือ ระดับโลกียะ คือ ปัญญาที่เข้าใจในเรื่องความเป็นเหตุเป็นผล ในเชิงตรรกะ อันเป็นไปเพื่อเกื้อกูลแก่การดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข เว้นจากการทำบาปทั้งปวง ทำกุศลให้ถึงพร้อม ทำจิตของตนให้ขาวรอบ ระดับโลกุตระ คือ ปัญญาที่เข้าใจสภาพความเป็นจริงแห่งชีวิต คลายความยึดมั่นถือมั่นในอัตตาตัวตน อบรมจิตเพื่อบ่มไปสู่มรรค ผล นิพพานและการปฏิบัตินั้นก็พึงบรรลุได้ด้วยความสุขหรือด้วยข้อ

ปฏิบัติที่มีความสุข มิใช่บรรลุด้วยความทุกข์ หรือด้วยข้อปฏิบัติที่เป็นทุกข์ ผู้ปฏิบัติจะต้องไม่ติดใจ หลงใหลในความสุขที่เกิดขึ้นแก่ตน ไม่ปล่อยให้ความสุขที่เกิดขึ้นนั้น ครอบงำ จิตใจของตน ยังมี จิตใจเป็นอิสระ สามารถก้าวหน้าไปในธรรมเบื้องสูง ต่อๆ ไป จนบรรลุความเป็นอิสระ หลุดพ้นโดย บริบูรณ์ ซึ่งเมื่อบรรลุจุดหมายนั้นแล้ว ก็สามารถเสวยความสุขที่เคยเสวยมาแล้ว โดยที่ความสุขนั้น ไม่มีโอกาส ครอบงำจิตใจ ทำให้ติดพันหลงใหลได้เลย

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือวิชาและระเบียบปฏิบัติ เพื่อให้รู้สิ่งทั้งปวงถูกต้องตามที่เป็นจริงว่าอะไรเป็นอะไร สิ่งทั้งปวง มีสภาพตามที่เป็นจริง คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวหรือของ ตัว ; แต่สัตว์ทั้งหลายยังหลงรัก หลงยึดติดสิ่งทั้งปวง เพราะอำนาจของการยึดมั่นที่ผิด ในพุทธศาสนา มีวิธี ปฏิบัติเรียกว่า ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อใช้เป็นเครื่องมือ ตัดการติดการยึดมั่นนั้นเสีย อุปาทาน การยึดมั่นนั้นมีสิ่งที่ลงเกาะหรือจับยึด คือ ันธ์ทั้งห้า คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เมื่อรู้จัก ันธ์ทั้งห้า ตามที่เป็นจริง ก็จะสามารถเข้าใจสิ่งทั้งปวงจนถึงกับเบื่อหน่ายคลายความอยาก ไม่ยึดอะไร ติดอะไร และเราควรมีชีวิตอยู่อย่างที่เราเรียกว่า "เป็นอยู่ชอบ" คือให้ วันคืนเต็มไปด้วยความปิติ ปราโมทย์ อันเกิดมาจากการกระทำที่ดีที่งามที่ถูกต้องอยู่เป็นประจำ แล้วระงับความฟุ้งซ่าน เกิดสมาธิ เกิดความเห็นแจ้งได้เรื่อยๆ ไป จนกระทั่งเกิดความเบื่อหน่าย ความคลายออก ความหลุดพ้น และ นิพพานได้ตามความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อม ถ้าเราจะรีบเร่งทำให้ได้ผลเร็วขึ้น ก็มีแนวปฏิบัติที่ เรียกว่า วิปัสสนาธุระ เริ่มตั้งแต่มี ความประพฤติบริสุทธิ์ มีใจบริสุทธิ์ มีความเห็นบริสุทธิ์ เรื่อยขึ้นไป จนถึงมีปัญหา คือความเห็นแจ้งบริสุทธิ์ ในที่สุดก็จะตัดกิเลสที่ผูกมัดคนให้ติดอยู่กับวิสัยโลกออกเสีย ได้ เรียกว่า การบรรลุมรรคผล

๔.๔.๒ เป้าหมายของกฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยา

เป้าหมายของกฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยาเป็นไปเพื่อสนองตอบความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ตามทฤษฎีของมาสโลว์ ได้แก่ ความต้องการด้านความมั่นคงในฐานะทางการเงิน หน้าที่การงาน ความอบอุ่นในครอบครัว ความสัมพันธ์อันดีในระหว่างญาติสนิทมิตรสหายและเพื่อนบ้าน สุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง และสิ่งอำนวยความสะดวกในชีวิตประจำวันต่าง ๆ เพื่อสนองตอบกิเลส ตัณหาของมนุษย์ การดำเนินชีวิตในสังคมยุคปัจจุบันเต็มไปด้วยการดิ้นรนแข่งขันในการแสวงหาปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตแล้ว ยังจะต้องแสวงหาสิ่งอำนวยความสะดวกสบาย ไม่ว่าจะเป็นเครื่องมือเครื่องมือที่เสริมประสิทธิภาพการทำงาน ยวดยานพาหนะ อุปกรณ์

เทคโนโลยีเพื่อการติดต่อสื่อสาร สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยที่เพิ่มเข้ามาและมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตทั้งสิ้น สภาพสังคมปัจจุบันที่ต้องดิ้นรนแข่งขันกันอยู่ตลอดเวลา จิตใจอาจเกิดความท้อแท้ เบื่อหน่าย ในบางคราวเช่นกัน และขาดแรงบันดาลใจ กฎการดึงดูดทางความคิดเกิดขึ้นเพื่อเป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งในการรับใช้มนุษย์เพื่อนำพาไปสู่เป้าหมายนั้น ๆ

๔.๕ เปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์

๔.๕.๑ ผลสัมฤทธิ์ที่เกิดจากหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา

ผลสัมฤทธิ์ที่เกิดจากการใช้หลักความคิดทางพระพุทธศาสนา คือ มรรค ผล นิพพาน ซึ่งเป็นการใช้ สิกขา ๓ คือ ศีล สมาธิ ในการดำรงชีวิต หลักธรรมที่ยกขึ้นเป็นกรอบในงานวิจัยนี้ คือ หลักความคิดแบบโยนิโสมนสิการ ดังที่ได้นำเสนอไปแล้วนั้น เป็นความเข้าใจในการใช้ความคิดเกี่ยวกับชีวิตของมนุษย์อันประกอบด้วย ร่างกายและจิตใจนี้ เข้าใจการทำงานของชั้น ๕ โดยคร่าว ๆ เข้าใจกระบวนการที่เกิดขึ้นของอายตนะ ๑๒ และเข้าใจกระบวนการเกิดขึ้นของความคิดที่อธิบายโดยใช้หลักปฏิจจนสมุปบาท การใช้เครื่องมือคือความคิด โดยวิธีการแบบโยนิโสมนสิการนั้นเพื่อสำเร็จประโยชน์ คือ มรรค ผล นิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา

เมื่อบุคคลเข้าใจสภาวะตามความเป็นจริงของธาตุชั้นนี้แล้ว ในเบื้องต้นก็อาจที่จะผ่อนคลายความยึดมั่นถือมั่นใน อัตตา ตัวตน เราเขา ได้ตามสมควรแก่อิทธิขันธ์ของบุคคลนั้น ๆ เพราะสาระแก่นสารแห่งกายนี้ไม่มี ดังมีเถรคาถาที่มากใน วัชรสูตรกล่าวรับรองอยู่ว่า

“ทุกขเมว हि สมโภติ ทุกขं ติฏฐติ เวติ จ

นาถยบุตร ทุกขา สมโภติ นาถยบุตร ทุกขา นิรุชฌติ”

แปลความว่า ทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้น ทุกข์ย่อมตั้งอยู่ และเสื่อมไป นอกจากทุกข์ ไม่มีอะไรเกิดขึ้น นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับ ก็จะทำให้ความอหังการที่จะศึกษาเล่าเรียนการเจริญวิปัสสนากรรมฐานอันเป็นหนทางนำไปสู่การหลุดพ้นออกจากทุกข์ คือการเวียนว่ายตายเกิด ซึ่งเป็นคำสอนอันสูงสุดของพระพุทธศาสนา

๔.๕.๒ ผลสัมฤทธิ์ที่เกิดจากกฎการดึงดูทางความคิดในทางจิตวิทยา

กฎการดึงดูทางความคิดในทางจิตวิทยานั้นนำเสนอแนวคิดเพื่อเป็นเครื่องมือรับใช้มนุษย์ ให้ผลสัมฤทธิ์ในการแสวงหาเพื่อได้มาซึ่งสิ่งนั้น ๆ ได้สิทธิในการครอบครองสิ่งนั้น ๆ ในเบื้องต้นคือ ความต้องการขั้นพื้นฐานตามทฤษฎีของมาสโลว์ ได้แก่ ความมั่นคงในฐานะทางการเงิน หน้าที่การงาน ความอบอุ่นในครอบครัว ความสัมพันธ์อันดีในระหว่างญาติสนิทมิตรสหายและเพื่อนบ้าน สุขภาพ ร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง และสิ่งอำนวยความสะดวกในชีวิตประจำวันต่าง ๆ เป็นต้น เป็นการสนองตอบกิเลส ตัณหาของมนุษย์อย่างไม่มีวันจบสิ้น เพราะเป็นเรื่องธรรมดาที่เราคนเมื่อได้สิ่งนี้แล้วก็อยากได้สิ่งอื่น ๆ อีกเรื่อยไป อันเป็นวิสัยของปุถุชน

ตารางสรุปการเปรียบเทียบ

หัวข้อการเปรียบเทียบ	หลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนา	กฎการดึงดูทางความคิดในทางจิตวิทยา
ความหมายและการเกิดขึ้นของความคิด	ลักษณะอาการ การทำงาน คุณลักษณะและคุณภาพทั้งในทางที่ดีและไม่ดี หรือทั้งที่เป็นบุคคลและอกุศลของจิต เป็นการทำงานในส่วนของสังขารชั้นธอยู่ในส่วนของจิตใจอันเป็นนามธรรม	กิจกรรมทางจิตใจหรือทางปัญญาที่เกี่ยวข้องกับจิตสำนึกเฉพาะคนการคิดเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในสมอง เป็นการทำงานในส่วนของรูปธรรมคือร่างกาย
หลักการ	ความคิดเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปเท่านั้น หรือ เป็นเพียงการทำงานของธาตุขันธ์ เท่านั้น ไม่มี สัตว์ ตัวตน บุคคล เราเขา เมื่อบุคคลเข้าใจถึงสภาพตามความเป็นจริงของสิ่งที่เป็นอยู่ ก็ปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับเหตุการณ์ ประกอบเหตุปัจจัยให้ถึงพร้อมเพื่อบรรลุเป้าหมาย	สิ่งที่เหมือนกันจะมีแรงดึงดูดเข้าหากัน ความคิดมีคลื่นความถี่และมีแรงดึงดูด การเปลี่ยนแปลงชีวิตของคนเรานั้นต้องเปลี่ยนที่ความคิดของตนเอง
วิธีการ	ใช้หลักความคิดตามหลักอริยสัจ คือ รับรู้ปัญหา สืบสวนหาสาเหตุ กำหนดขั้นตอนการแก้ไข ดำเนินแก้ไขจนลุล่วง เชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม คือ การกระทำของบุคคล มีเจตนาที่มุ่งมั่น มีศรัทธา	ขอ บอกสิ่งที่ต้องการให้จักรวาลรับรู้ เชื่อ มั่นใจว่าต้องได้สิ่งนั้นมา ครอบครองอย่างแน่นอน รับ น้อมทำความรู้สึกทั้งทาง กาย

	ประกอบเหตุปัจจัยให้ถึงพร้อม มีระเบียบวิธีคิดที่ แยบคาย ก็สามารถทำการได้สำเร็จตามความมุ่ง หมาย	วาจา ใจ เสมือนว่าได้ครอบครอบสิ่ง นั้นแล้ว
เป้าหมาย	เพื่อให้เกิดปัญญาในระดับโลกียะ เข้าใจความเป็น เหตุเป็นผลในเชิงตรรกะ ดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข เกิดปัญญาระดับโลกุตระ เข้าใจสภาพความเป็น จริงของชีวิต จิตเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลส สามารถก้าวหน้าไปในธรรมเบื้องสูง มุ่งสู่ความหลุด พ้นจากวิญญูะทุกข์	เพื่อให้ได้มาซึ่ง ความต้องการขั้น พื้นฐานของมนุษย์ตามทฤษฎีมาสโลว์ ได้แก่ ทรัพย์สินเงินทอง หน้าที่การ งาน ความสัมพันธ์อันดีในสังคม สุขภาพแข็งแรง ความสะดวกสบาย ในชีวิตประจำวัน เป็นต้น
ผลสัมฤทธิ์	การหลุดพ้นเป็นอิสระแห่งจิตใจ คือ นิพพาน	การได้ครอบครองวัตถุสิ่งของสมตาม ความปรารถนา เป็นการสนองกิเลส ตัณหาของตน ที่หมุนเวียนเปลี่ยนไป เรื่อย ๆ

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาหลักความคิดที่สำคัญทางพระพุทธศาสนากับกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยา อันเป็นแนวความคิดระหว่างตะวันออกและตะวันตกซึ่งมีทั้งความคล้ายคลึงกันและความแตกต่างกัน ตามหัวข้อที่ได้ยกขึ้นเป็นกรอบในการศึกษานั้น เป็นแนวทางพอที่จะทราบได้ถึงกรอบของความคิดของทั้งสองทัศนะในส่วนของความหมาย หลักการ วิธีการ เป้าหมายและผลสัมฤทธิ์ของหลักความคิดทั้งสองทัศนะ ซึ่งในเบื้องต้นของหลักความคิดทั้งสองทัศนะนั้น ใช้เป็นเครื่องมือในการรับใช้มนุษย์ในการดำเนินชีวิตประจำวันเหมือนกัน แม้ในเบื้องปลายหลักความคิดทั้งสองทัศนะจะให้ผลที่แตกต่างกัน แต่ผู้วิจัยมีความคิดที่อยากจะนำเสนอให้เห็นว่า การศึกษาวิจัยในเรื่องนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ที่ได้ศึกษาในเรื่องการนำหลักความคิดทั้งสองทัศนะมาประยุกต์ใช้ในวิถีชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคล สามารถที่จะเข้าใจสภาพตามความเป็นจริงของความคิดได้ และสามารถที่จะประกอบความคิดให้มีองค์คุณเพื่อจะนำไปสู่ความสำเร็จในกิจที่ตนปรารถนานั้น ๆ

ความคิดตามทัศนะทั้งสองนั้นเป็นไปเพื่อให้มนุษย์ใช้เป็นเครื่องมือในการประกอบกิจการงานและดำรงชีวิต อันมีความคล้ายคลึงกันในเบื้องต้น ความคิดส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคลแต่ละคน และความคิดก็มีเฉพาะในมนุษย์เท่านั้น ซึ่งสัตว์โลกชนิดอื่นไม่มี ความคิดเป็นเสมือนเครื่องฉายแห่งปัญญา แต่ทั้งสองแนวคิดคือ แนวคิดในทางพระพุทธศาสนาอันเป็นตัวแทนของความคิดทางฝั่งตะวันออกและแนวคิดเกี่ยวกับกฎการตั้งดูตทางความคิดทางจิตวิทยาอันเป็นตัวแทนของความคิดทางฝั่งตะวันตก ก็ให้ทัศนะที่เหมือนและแตกต่างกันออกไป

ในทางพระพุทธศาสนานั้น แหล่งกำเนิดของความคิดเกิดจากการทำงานในส่วนที่เป็นนามธรรมคือ สังขารชั้นร์ แสดงอ้างด้วยหลักของชั้นร์ ๕ เพื่อให้เห็นภาพ ซึ่งมีเจตนาเป็นหัวหน้าใหญ่เป็นผู้บงการในการกระทำการต่าง ๆ เจตนาเป็นเจตสิกดวงหนึ่ง ในทางอภิธรรมได้มีการแบ่งจิตออก

ไว้ ๘๘ ดวง (โดยพิสดาร ๑๒๑ ดวง) คำว่าจิตในทางพระพุทธศาสนาแล้วจะประกอบไปด้วยเจตสิกอยู่ด้วยเสมอ จิตและเจตสิกเป็นนามธรรมโดยที่จิตจะเป็นประธานในการรับรู้อารมณ์ ส่วนเจตสิกมีหน้าที่เกิดร่วมเกิดพร้อมกับจิตโดยการปรุงแต่งจิตให้มีอารมณ์เป็นไปต่าง ๆ จะเห็นได้ว่าจิตมิได้เกิดขึ้นเพียงลำพังแต่เป็นธรรมชาติของจิตที่มีเจตสิกเข้ามาประกอบรวมด้วยเสมอ และทำให้จิตสามารถที่จะรับรู้อารมณ์ได้อย่างละเอียดประณีต หรือสามารถที่จะแบ่งแยกอารมณ์ต่าง ๆ ออกจากกันได้ โดยปกติจิตจะสามารถบังคับควบคุมเจตสิกได้

หลักโยนิโสมนสิการนั้น เป็นอุบายวิธีการใช้ความคิด อย่างถูกต้องและถูกวิธี เป็นลำดับขั้นตอนเป็นไปอย่างมีเหตุมีผล และมีเป้าหมายเพื่อบรรลุผล หลักการของโยนิโสมนสิการนั้นมีอยู่ ๒ หลักการ คือ แบบมุ่งเพื่อกำจัดอวิชชาโดยตรง และแบบมุ่งเพื่อบรรเทากิเลสตัณหา การใช้หลักโยนิโสมนสิการในทางพระพุทธศาสนานั้นเพื่อให้เห็นสังขารความเป็นจริงของชีวิต เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามสภาวะของมัน เกิดความรู้ความเข้าใจสอดคล้องกับความเป็นจริงแห่งธรรมดา เรียกว่า สังขานุโลมิกญาณ เป็น สัมมาทิฏฐิอันเป็นปัญญาในระดับโลกุตระ เป็นขั้นสังขาร อันจะนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายสูงสุดของพุทธศาสนา ปัจจัยที่สำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมของตนนั้น ได้แก่ ปัจจัยภายนอกคือ ปรโตโฆสะ การได้กัลยาณมิตร การได้รับการอบรมสั่งสอนที่ดี ที่ถูกต้อง และปัจจัยภายใน คือ โยนิโสมนสิการ ที่นำเสนออย่างพอเป็นสังเขปนั้นเพื่อให้เห็นว่าในทางพระพุทธศาสนานั้นก็มีวิธีการหรืออุบายในการใช้ความคิดเป็นเครื่องมือเพื่อทำการให้สำเร็จประโยชน์ อยู่ในหลักคำสอนด้วย แม้หลักธรรมคำสอนในทางพระพุทธศาสนาเป็นไปเพื่อประโยชน์อันสูงสุดคือมรรคผล นิพพาน แต่ในบรรดาหลักธรรมทั้งหลายเหล่านั้น ก็สามารถที่จะนำมาประยุกต์ใช้กับฆราวาสผู้ครองเรือนและการดำรงชีวิตในประจำวันได้ดีด้วย หลักโยนิโสมนสิการยังสามารถให้ปัญญาในระดับโลกียะ เข้าใจถึงความเป็นเหตุเป็นผลเชิงตรรกะสามารถนำประยุกต์ใช้ในกิจการงานและการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี ซึ่งมีรายละเอียดขั้นตอนอย่างเป็นระบบระเบียบผู้ที่สนใจศึกษาก็พึงค้นคว้าเพิ่มเติมจากที่ผู้วิจัยได้นำเสนอมาแล้วในเบื้องต้นนั้น จะได้รับความรู้มากขึ้น

หลักขั้น ๕ เป็นหลักธรรมที่แสดงส่วนประกอบคือ รูปธรรม กับ นามธรรม ที่จะต้องทำงานร่วมกันอย่างสอดคล้องเป็นปกติจึงจะเป็นชีวิต เมื่อแยกแยะออกไป ๆ เป็นส่วน ๆ แล้ว จะไม่มีสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ไต ๆ ทั้งสิ้น จะเห็นเป็นเพียงการทำงานของธาตุขั้นที่เท่านั้น และตกอยู่

ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ไม่มีผู้เข้าไปควบคุมบงการให้กระบวนการนั้น ๆ ดำเนินไปแต่ประการใด หลักชั้น ๕ ถูกจัดเป็นประเภทของวิถีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ

หลักอายตนะ ๑๒ เป็นหลักธรรมที่แสดงแหล่งที่มาของความรู้ ที่เกิดขึ้นจากการกระทบกันของอายตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ กับอายตนะภายนอก คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ เรียกการกระทบว่า ผัสสะ ก่อให้เกิดวิญญาน เป็นการรับรู้อารมณ์ตามมา ถือได้ว่า อายตนะ ๑๒ เป็นแหล่งป้อนข้อมูลหรือวัตถุดิบเข้าสู่กระบวนการของความคิด อายตนะหมายถึง ที่ต่อกันให้เกิดความรู้ แตนเชื่อมต่อกันให้เกิดความรู้ หรือแหล่งที่มาของความรู้ การเชื่อมต่อระหว่างอายตนะ คือการติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอก สิ่งที่ถูกรับรู้ หรือลักษณะอาการต่าง ๆ ของโลกเหล่านี้ เรียกว่า อายตนะภายนอก เป็นการทำงานในส่วนของรูปธรรม หลักอายตนะ ๑๒ สามารถจัดเข้าเป็นวิถีคิดแบบวิภาษวิทยาได้ด้วยเช่นกัน

หลักปฏิจจนุปบาท เป็นหลักธรรมที่แสดงอาการของสิ่งทั้งหลายปรากฏรูปเป็นต่าง ๆ มีความเจริญความเสื่อมเป็นไปต่าง ๆ นั้น แสดงถึงสภาวะที่แท้จริงของมันว่าเป็นกระแส แสดงถึงการประกอบขึ้นด้วยองค์ประกอบต่าง ๆ รูปกระแสปรากฏเพราะองค์ประกอบทั้งหลายสัมพันธ์เนื่องอาศัยกัน กระแสดำเนินไปแปรรูปได้เพราะองค์ประกอบต่าง ๆ ไม่คงที่อยู่แม้แต่ขณะเดียว องค์ประกอบทั้งหลายไม่คงที่อยู่แม้แต่ขณะเดียวเพราะไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมัน ตัวตนที่แท้จริงของมันไม่มี มันจึงขึ้นต่อเหตุปัจจัยต่างๆ เหตุปัจจัยต่างๆ สัมพันธ์ต่อเนื่องอาศัยกัน จึงจตุรูปเป็นกระแสได้ ความเป็นเหตุปัจจัยต่อเนื่องอาศัยกัน แสดงถึงความไม่มีต้นกำเนิดเดิมสุดของสิ่งทั้งหลาย

กระแสแห่งเหตุปัจจัยที่ทำให้สิ่งทั้งหลายปรากฏโดยเป็นไปตามกฎธรรมชาติ ดำเนินไปได้ก็เพราะสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง ไม่คงอยู่ เกิดแล้วสลายไป ไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมัน และสัมพันธ์เนื่องอาศัยกันภาวะที่ไม่เที่ยง ไม่คงอยู่ เกิดแล้วสลายไป เรียกว่า อนิจจตา ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยเกิดสลาย มีความกดดันขัดแย้งแฝงอยู่ ไม่สมบูรณ์ในตัว เรียกว่า ทุกขตา ภาวะที่ไร้อัตตา ไม่มีตัวตนที่แท้จริง ไม่ว่าจะข้างในหรือข้างนอกของมัน ที่จะเป็นตัวแกนกลางคอยควบคุมบงการให้เป็นไปอย่างนั้นอย่างนี้ตามที่ปรารถนาได้ เรียกว่า อนัตตตา หลักปฏิจจนุปบาทสามารถจัดเข้าเป็นวิถีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัยได้ด้วยเช่นกัน

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประเภท อเทวนิยม และเชื่อในศักยภาพของมนุษย์ว่าทุกคนสามารถพัฒนาจิตใจไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ พระพุทธองค์สอนให้มนุษย์รู้จักการพึ่งพาความ

เพียรพยายามของตน และสอนให้มนุษย์กำหนดชีวิตของตนเองโดย ผลแห่งการกระทำของตน ทำดีได้ ผลตอบแทนดี ทำไม่ดีได้ผลตอบแทนไม่ดี ความสำเร็จต่างๆเกิดขึ้นได้จากการประกอบเหตุปัจจัยที่พร้อมมูล ไม่ได้มาจากการอ้อนวอนขอจากพระเจ้าและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรืออำนาจพิเศษสักลับใด ๆ แต่สอนให้รู้จักพึ่งตนเอง นำพาตนเองไปสู่ความพ้นทุกข์ทั้งปวง สภาวะความเป็นชีวิตของมนุษย์นั้น เป็นเพียงการทำงานของธาตุขันธ์ ไม่มีสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ไต ๆ ทั้งสิ้น ที่เข้าไปควบคุมบงการให้ กระบวนการนั้นดำเนินไป มีเพียงจิตที่มีวิชาเท่านั้น ที่เข้าไปยึดมั่น ถือนั่นในสภาวะธรรมเหล่านั้น หลักการคิดแบบโยนิโสมนสิการนั้น ครอบคลุมหลักธรรมสำคัญ ๆ ในทางพระพุทธศาสนาอย่างพร้อมมูล ในเบื้องต้นนั้นสามารถประยุกต์ใช้กับปัญหาหรือเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันและการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี และเบื้องปลายนั้นสามารถนำไปสู่เป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา คือ มรรค ผล นิพพาน ได้ในที่สุดซึ่งเป็นอันสูงค่าอย่างสูงสุดของการใช้หลักความคิดแบบโยนิโสมนสิการ

จิตวิทยาอันเป็นศาสตร์ของฝั่งตะวันตกนั้นยังมีทัศนะว่าความคิดเป็นกระบวนการทำงานที่เกิดขึ้นในส่วนของสมองด้วยกลไกอันสลับซับซ้อนที่มีอยู่ภายใน ทำงานโดยการส่งถ่ายข้อมูลด้วยประจุไฟฟ้า ผ่านกระบวนการคิดที่ทำหน้าที่ป้อนข้อมูลเข้าไปเพื่อประมวลผล ประเมินค่า ตัดสิน แล้วบันทึกเป็นความเชื่อ จากนั้นจะแสดงผลหลังสารเคมี หรือฮอร์โมนต่าง ๆ ส่งให้ร่างกายเคลื่อนไหว กระทำ หรือดเว้นไม่กระทำสิ่งใด ๆ ส่งผลให้เราเชื่อ คิด กระทำ เคลื่อนไหว สุข ทุกข์ เศร้า หัวเราะ ยิ้ม ร้องไห้ ดีใจ เสียใจ นอนหลับ ตื่น เดิน ตื่นเต้น เฉื่อยชา สมองเป็นอวัยวะหนึ่งของร่างกายที่เป็นศูนย์รวมของระบบประสาท เป็นศูนย์กลางในการควบคุม และจัดระเบียบ การทำงานทุกชนิดของร่างกาย ซึ่งเป็นส่วนของรูปธรรม ด้วยทัศนะที่แตกต่างกันนี้การให้คำอธิบายต่อการทำงานของความคิดจึงมีบริบทที่แตกต่างกัน และความคล้ายคลึงในบางประการเป็นการสังเคราะห์เพื่อให้เข้ากันได้เท่านั้น

ในทางจิตวิทยาว่าด้วยกฎการดึงดูดทางความคิดนั้น เรียกการรับเข้าข้อมูลเพื่อป้อนเข้าสู่กระบวนการสร้างความคิดนั้น เป็นประสบการณ์อันเกิดขึ้นจากประสาทสัมผัสที่เกิดขึ้นทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ในชีวิตประจำวัน เป็นขั้นตอนในการรับนำเข้าข้อมูลสู่กระบวนการคิดเช่นเดียวกับทางพุทธศาสนาในเรื่องเกี่ยวกับอายตนะ ๑๒

กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยานั้น ก็เป็นการใช้ความคิดเป็นเครื่องมือเพื่อทำการให้สำเร็จประโยชน์ในด้านการแสวงหาความต้องการพื้นฐานตามทฤษฎีมาสโลว์ ซึ่งเป็นสิ่งที่มีในมนุษย์

ทั่ว ๆ ไป แต่มีการนำเสนอการใช้เครื่องมือคือความคิดนั้น ในรูปแบบที่แตกต่างออกไป จากแนวทางของพระพุทธศาสนา โดยเสนอหลักการของกฎการดึงดูดทางความคิดว่า สิ่งที่เหมือนกัน ย่อมมีแรงดึงดูดต่อกัน ความคิดมีคลื่นมีความถี่ มีแรงดึงดูดเหมือนแม่เหล็ก ย่อมดึงดูดแถบคลื่นความถี่เดียวกัน ดังนั้นการดึงดูดทางความคิด หมายถึงการใช้ความคิดในการสร้างพลังดึงดูดความปรารถนา สิ่งที่ปรารถนา ความสำเร็จ การสร้างจินตนาการทางความคิดเพื่อดึงดูด เหนี่ยวนำ ความปรารถนา สิ่งที่ปรารถนา ความสำเร็จ เข้ามาสู่ตัวเอง

กฎการดึงดูดทางความคิดนำเสนอขั้นตอนในการปฏิบัติดังนี้คือ ขอ เชื่อ รับขั้นตอนการขอ เป็นการบอกความต้องการของตนเพื่อให้จักรวาลได้รับรู้ถึงสิ่งที่เราต้องการให้นัยแฝงว่า อ้อนวอนขอร้องต่อพระผู้เป็นเจ้า หรืออำนาจลึกลับ ขั้นตอนการเชื่อ เป็นการทำให้จิตใจของเราให้เกิดความเชื่ออย่างไม่มีข้อสงสัยว่า เราจะได้ครอบครองสิ่งนั้นในเวลาอันใกล้นี้ หรือกำลังครอบครองสิ่งนี้อยู่แล้ว เชื่อมั่นว่าพระผู้เป็นเจ้าหรืออำนาจลึกลับจะดลบันดาลสิ่งที่ตนเองขอนั้นอย่างแน่นอน ส่วนขั้นตอนของการรับ เป็นการสร้างความรู้สึก ความพอใจ ปลาบปลื้ม ยินดี ราวกับว่าได้ครอบครองสิ่งนั้นแล้ว ตอกย้ำความมั่นใจให้เกิดขึ้นกับตนเอง ให้เชื่อศรัทธาต่อพระผู้เป็นเจ้าและอำนาจลึกลับนั้น ประเด็นที่สำคัญขาดการกล่าวถึงการประกอบเหตุปัจจัยเพื่อให้เข้าใกล้ความสำเร็จหรือความปรารถนานั้น ๆ อย่างเป็นรูปธรรม เพราะถ้าลงลึกในรายละเอียดเพื่อจะนำไปสู่สิ่งนั้น ๆ แล้ว ดูจะเป็นเรื่องยุ่งยาก ห่างไกลจากความเป็นจริง หรือไม่มีความเป็นไปได้เลยที่จะสำเร็จหรือได้ครอบครองสิ่งนั้น ๆ มอบหมายหน้าที่ให้เป็นเรื่องของความปรารถนาอันแรงกล้า ความต้องการอย่างมุ่งมั่น และอำนาจลึกลับหรือพลังแห่งจักรวาลที่จะดลบันดาล ดึงดูดเหตุปัจจัยต่างมาประกอบให้ความสำเร็จเกิดขึ้น ความปรารถนานั้น ๆ ลุล่วงสมดังความตั้งใจ

เป้าหมายของกฎการดึงดูดทางความคิดนั้นมุ่งไปเพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการพื้นฐานตามทฤษฎีมาสโลว์ ความคาดหวัง ความปรารถนาต่าง ๆ ที่บุคคลนั้น ๆ ตั้งไว้ เป็นภารกิจที่กฎการดึงดูดทางความคิดต้องดำเนินไปให้สำเร็จลุล่วง ได้ครอบครองสิ่งเหล่านั้น สมตามความปรารถนา ถือว่าเป็นภารกิจหลักของการทำงานแห่งกฎการดึงดูดทางความคิดที่ถูกนำเสนอต่อสังคมโลก

กฎการดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยานำเสนอแนวคิดเพื่อเป็นเครื่องมือรับใช้มนุษย์ ให้ผลสัมฤทธิ์ในการแสวงหา ความมั่นคงในฐานะทางการเงิน หน้าที่การงาน ความอบอุ่นในครอบครัว ความสัมพันธ์อันดีในระหว่างญาติสนิทมิตรสหายและเพื่อนบ้าน สุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง

และสิ่งอำนวยความสะดวกในชีวิตประจำวันต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของมาสโลว์ เป็นการสนองตอบกิเลส ตัณหาของมนุษย์อย่างไม่มีวันจบสิ้น เพราะเป็นเรื่องธรรมดาที่เราคนเมื่อได้สิ่งนี้แล้ว ก็อยากได้สิ่งอื่น ๆ อีกเรื่อยไป อันเป็นวิสัยของปุถุชน

กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยา อันเป็นศาสตร์ทางตะวันตก โดยพื้นฐานทางสังคม ทัศนคติความเชื่อและศาสนาแล้ว แม้จะนำเสนอหลักความคิดโดยประกอบเหตุผลการวิจัยต่าง ๆ ในทางวิทยาศาสตร์ อธิบายหลักความคิดที่นำเสนอโดยความเป็นวิทยาศาสตร์ อ้างอิงหลักการต่าง ๆ เพื่อให้เห็นว่าด้วยอำนาจแห่งจิตอันทรงพลังสามารถที่จะบันดาลให้ประสบผลสำเร็จได้ ก็ยังแฝงทัศนคติความเชื่อทางเทวนิยมเข้ามาในหลักความคิดที่นำเสนออยู่ แม้จะไม่ได้ระบุว่า เป็นพระเจ้าหรือเทพองค์ใดแต่ก็ยังมียุทธศาสตร์เอาอำนาจลึกลับจะเข้ามาส่งเสริมสนับสนุนให้ได้รับสิ่งนั้นสมตามความปรารถนาในที่สุด

ความคิดกับการกระทำในทางพระพุทธศาสนานั้น ยังมีระดับการให้ผลที่แตกต่างกัน ออกไปอีก โดยมีเจตนาซึ่งเป็นเจตสิกดวงหนึ่งเป็นปัจจัยเข้ามาประกอบด้วยเสมอ นั้นหมายความว่า ระดับความเข้มข้นของเจตนามีผลต่อการกระทำ หรือมีผลต่อผลลัพธ์ที่จะได้รับด้วย กรรมในทางพระพุทธศาสนาหมายเอาการกระทำที่ประกอบด้วยเจตนาหรือความตั้งใจในการทำ การกระทำใด ๆ ที่ไม่ประกอบด้วยเจตนา ไม่ถือว่าเป็นกรรม ย่อมไม่ให้ผล เป็นเพียงกิริยาอาการเท่านั้น เจตนาคือ ความตั้งใจหรือความรู้ในการกระทำนั้น แบ่งออกได้ ๓ อย่างคือ

๑. บุรพเจตนา คือ เจตนาก่อนทำ
๒. มุญจนเจตนา คือ เจตนาในเวลาทำ
๓. อปรปรเจตนา คือ เจตนาเมื่อได้ทำไปแล้ว

หากประกอบกรรมด้วยเจตนาที่ดี ทั้ง ๓ กาล ย่อมได้ผลลัพธ์ที่ดีด้วย เป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาที่สอนศาสนิกชน ให้เชื่อเรื่องผลของการกระทำ หรือ กฎแห่งกรรม ความสำเร็จใด ๆ หรือผลลัพธ์ใด ๆ ย่อมเกิดจากการประกอบกรรมของบุคคลนั้น ๆ

พระพุทธศาสนานั้นให้ความสำคัญกับการกระทำทั้งในอดีต ปัจจุบัน อันจะส่งผลต่ออนาคตที่จะตามมา เพราะการกระทำทุกอย่างย่อมมีผลต่อผู้กระทำทุกครั้งไปซึ่งจะส่งผลมากหรือน้อย นั้นก็ขึ้นอยู่กับเจตนาในการกระทำนั้น ๆ อันเป็นผลลัพธ์ คือวิบาก ที่บุคคลนั้น ๆ จะได้รับจากความตั้งใจ (เจตนา) ในการกระทำของตน กฎการดึงดูดทางความคิดทางจิตวิทยาซึ่งเป็นแนวคิดทางฝั่งตะวันตกนั้น นำเสนอแนวคิดนี้ในบริบท สังคม วัฒนธรรม ทัศนคติความเชื่อ และศาสนาของตน ไม่มี

ความเข้าใจหรือขาดความเชื่อเกี่ยวกับ กฎแห่งการกระทำ หรือกฎแห่งกรรม ไม่มีความเข้าใจเกี่ยวกับ เจตสิกซึ่งเป็นชนิดหรือประเภทของจิต อันจะแสดงถึงคุณลักษณะ และคุณภาพของจิต เป็นคำสอนที่มี เฉพาะในพระพุทธศาสนาเท่านั้น ซึ่งเป็นเหตุปัจจัยอันสำคัญยิ่งต่อการกระทำนั้น ๆ และมีผลต่อ ความสำเร็จและความปรารถนานั้น ๆ ด้วย

เป้าหมายของหลักความคิดของทั้งสองทัศนะมีความแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง ในทาง พระพุทธศาสนานั้นเมื่อบุคคลเข้าใจสภาพความเป็นจริงของชีวิตก็จะปฏิบัติตนให้สมควรแก่เหตุและ ปัจจัยเพื่อการดำเนินชีวิตที่เป็นปกติสุข ไม่กระทำเหตุปัจจัยอันเป็นความทุกข์ให้เกิดขึ้นแก่ตน เว้นจาก การทำบาปทั้งปวง ทำกุศลให้ถึงพร้อม ทำจิตของตนให้ขาวรอบ มุ่งไปสู่มรรค ผล นิพพาน

แต่ในส่วนของหลักความคิดหรือหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาแม้จะใช้เป็นเครื่องมือใน การรับใช้มนุษย์ในการดำรงชีวิตเหมือนกฎการดึงดูดทางความคิด ในเบื้องต้นเหมือนกัน แต่อันสูงศักดิ์ ที่ได้รับนั้นมีระดับที่แตกต่างกันเป็นอย่างยิ่ง บุคคลที่ใช้หลักธรรมหรือหลักความคิดทางพระพุทธศาสนา เป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิตย่อมมีคุณภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจอยู่ในระดับที่สูงเป็นอันสูงศักดิ์ที่ จะพึงได้รับในปัจจุบัน และในเบื้องปลายนั้นหลักธรรมหรือหลักความคิดในทางพระพุทธศาสนานั้น เป็นเสมือนแผนที่ที่นำทางให้บุคคลดำเนินไปสู่สัมมาปฏิบัติ อันประกอบด้วยองค์ ๘ ซึ่งเป็นหนทาง อันนำไปสู่ความพ้นทุกข์เข้าสู่พระนิพพาน อันเป็นบรมสุข เป็นความสุขที่ไม่ต้องอิงอาศัย ซึ่งกฎการ ดึงดูดทางความคิดในทางจิตวิทยานั้นไม่มีวันที่จะสามารถบรรลุถึงได้เลย

๕.๒ ข้อเสนอแนะผลการศึกษาเพื่อนำเข้าสู่การปฏิบัติ

ศาสตร์ทางจิตวิทยาตะวันตกนั้น มีแง่มุมที่น่าสนใจศึกษาเพิ่มเติมอยู่อีกมาก ผู้วิจัยได้ นำเสนอบางแง่มุมเท่านั้นที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ถ้าหากผู้สนใจจะเปิดใจ กว้างเพื่อศึกษาเอาส่วนที่ดีของศาสตร์แขนงนี้มาประยุกต์ใช้กับการประพฤติปฏิบัติธรรมของแต่ละ บุคคล หรือนำเอาส่วนดีนั้นมาเพิ่มประสิทธิภาพในการเจริญสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้ประสบผลสำเร็จตามสมควรแก่ภูมิธรรมของตน

บรรณานุกรม

๑. ภาษาบาลี-ไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

๑) หนังสือ :

สม สุจีรา. **เดอะท็อปซีเคร็ต**, พิมพ์ครั้งที่ ๙๔. กรุงเทพมหานคร : บริษัทอัมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๓.

บัณฑิต อึ้งรังสี. **๓๐ วิธีเอาชนะโชคชะตา**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๗. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๒.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๘. นนทบุรี : โรงพิมพ์เพิ่มทรัพย์การพิมพ์, ๒๕๕๓.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร : ธนรัชการพิมพ์, ๒๕๕๓.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). **รู้หลักก่อน แล้วศึกษาและสอนให้ได้ผล**. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ๒๕๕๑

พอล แฮร์ริงตัน. (กุลนัดดา ปัจฉิมสวัสดิ์ แอนเดอร์สัน (แปล)). **เดอะซีเคร็ต สูดยอดคนรุ่นใหม่**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๓.

ภาคิน ธรรธศิริ. **พลังแห่งความมั่งคั่ง**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ Thinkplus, ๒๕๕๔.

เมล กิลล์, (दनัย จันท์เจ้าฉาย (เรียบเรียง)). **สุดยอดเดอะซีเคร็ต**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดีเอ็มจี, ๒๕๕๔.

รอนดา เบิร์น. **เดอะซีเคร็ต**. แปลโดย จิระนันท์ พิตรปรีชา. พิมพ์ครั้งที่ ๘๐. กรุงเทพมหานคร :

สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๔.

รอนดา เบิร์น. **เดอะพาวเวอร์**. แปลโดย จิระนันท์ พิตรปรีชา และ อรดี สุวรรณโกมล.

พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อมรินทร์, ๒๕๕๔.

สิริวิษณุ รัตน์จินดา, **ศาสตร์ลับแห่งความสำเร็จ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ RedCarpet Book, ๒๕๕๒.

๒) วิทยานิพนธ์ :

กานต์สินี จันทรวีภาติลก. “การศึกษาวิเคราะห์ระบบวิธีคิดเพื่อการดำเนินชีวิตตามแนวพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

กิ่งฟ้า สิ้นธวัช, “กระบวนการคิด การเรียนรู้และการสร้างองค์ความรู้”, **วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น**, ปีที่ ๒๙ ฉบับที่ ๓-๔ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๔๙).

จิร ลัดไสย์, “การศึกษาวิเคราะห์อุปาทานในพุทธศาสนาเถรวาทที่มีผลกระทบต่อสังคมพุทธไทย”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

เฉลิม มากนวล. “ศึกษาวิเคราะห์และเปรียบเทียบนิทานชาดกกับนิทานอีสป”, **วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๘.

ชฎาพร สิงห์ปิ่น “ผลของโปรแกรมการพัฒนาตนโดยใช้หลักโยนิโสมนสิการต่อความสุขของนักศึกษา มหาวิทยาลัย”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๓.

ชอบกิจ กนกหงส์. “การสร้างแบบสอวัตการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๗.

พระนิเทศ ญาณวิโร (ชิงหอม). “ศึกษาวิเคราะห์วิภักซ์ชาวาทในพุทธปรัชญาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์ศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

พระบุญญฤทธิ์ รตินธโร (นุชเทียน), “การศึกษาเปรียบเทียบภวังคจิตของพุทธปรัชญาเถรวาทกับจิตใต้สำนึกของซิกมันด์ ฟรอยด์”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

พระไพฑูลย์ ญาณวิบูล (พิศาลวิโรภาส), “ศึกษาวิเคราะห์การฟังอย่างลึกซึ้งในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย

: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระมหานุกูล มหาวีโร (พรหมขันธุ์), “วิธีคิดเพื่อบรรเทาอกุศลจิตในพระพุทธศาสนา
เถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระมหานรินทร์ ทวีสิทธิ์. “การวิเคราะห์แนวคิดของกระบวนการสิ่งแวดล้อมศึกษาโดยใช้
หลักการคิดแบบโยนิโสมนสิการ”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**,
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๗.

พระมหาพงศ์ศักดิ์ สิริคุตโต (พรมงค์), “การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องเจตนาของพุทธ
ปรัชญาเถรวาทกับเจตน์จำนงเสรีของ ฌอง-ปอล ซาร์ด”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร
มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระมหาวรรณ นภฎริสิริ (อัคราพร), “การศึกษาวិเคราะห์วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการของ
ตัวละครที่ปรากฏในเวสสันดรชาดก”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**.
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระมหาหนูพัฒน์ กองบาง. “การศึกษาวิเคราะห์วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการในพระ
สุตตันตปิฎก”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**.
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔.

พิราพรรณ ใจจิตร. “การใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการกับประสิทธิผลการบริหารงานของ
ผู้บริหารโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาในจังหวัดนครพนม”.
วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย :
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, ๒๕๕๒.

มานะ ศรีสุวรรณ, “กระบวนการคิด การเรียนรู้และการสร้างองค์ความรู้”, **วารสารการพัฒนา
ทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง**, ปีที่ ๒ ฉบับที่ ๑ (กรกฎาคม ๒๕๔๘).

นัตตา ธรรมวงศ์ผล. “ผลของการสอนแบบไตรสิกขาที่มีต่อการคิดแบบโยนิโสมนสิการ
และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่อง หลักธรรมในรายวิชา ส ๐๔๑๒
พระพุทธศาสนาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนสีกัน
(วัฒนานันท์อุปถัมภ์)”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**,
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๒.

นัตติมา ชูดวงแก้ว, “การศึกษาเปรียบเทียบเจตสิกธรรมในพระอภิธรรมปิฎกกับพระ
สุตตันตปิฎก”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

รสสุคนธ์ ยมกนิษฐ์, “ศึกษากระบวนการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา”,

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

สมชาย รัตนทองคำ. “การพัฒนารูปแบบการสอนที่เน้นกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณสำหรับนักศึกษากายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยขอนแก่น”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๕๖.

สุนันท์ เพ็ชรพิรุณ. “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องการพัฒนาปัญญาตามพระคัมภีร์ของ พุทธทาสภิกขุ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร มหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

สุนิษา มูลผล. “การศึกษาความสัมพันธ์คานอนิคอระหว่างเขาวัวปัญญาทางอารมณ์กับการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๗.

วัชรวิ วัณธงชัย. “การพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้พระพุทธศาสนา โดยเน้นลักษณะกระบวนการคิดแบบโยนิโสมนสิการ เรื่องโลกธรรม ๘”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๕๘.

วิลาวัลย์ เจริญพงศ์. “ความสัมพันธ์ระหว่างการคิดวิเคราะห์ การคิดสร้างสรรค์ การคิดวิพากษ์กับความสามารถในการอ่านจับใจความของนักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓”, **วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๕๗.

วีระ สุดสังข์. “การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทักษะการคิดวิเคราะห์ และความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ ระหว่างการจัดการเรียนรู้แบบแผนผังความคิดรวบยอด และการจัดการเรียนรู้แบบสืบเสาะหาความรู้เรื่อง การอ่านวรรณกรรมประเภทเรื่องสั้นกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย”, **ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๕๐.

๒.ภาษาอังกฤษ

ก. Secondary Sources:

1) Books:

Adler, M. J. **Aristotle for Everybody : Difficult thought Made Easy**. Bantam Books, Toronto, 1985, pp. 1- 4.

Vidya Bhushan and D.R. Sachdeva. **An Introduction to Sociology**. Allahabad : Kitab Mahal (W.D.) Pvt. Ltd., 1984), p.168.

Maslow, Abraham. (1970). **Motivation and Personality**. New York: Harper and Row Publishers.

Maslow, A.H. (1962). **Quoted in Ernest R. Hilgard, Introduction to Psychology**. 3rd. New York: Harcourt Brace & World.

Ivancevich , John M. and Michael T. Matteson. 2002. **Organizational Behavior and Management**. (6th ed). New York : McGraw- Hill Companies.

Schermerhorn, JohnR. , James G. Hunt and Richard N. Osborn. 2003. **Organizational Behavior**. (8th ed). USA : John Wiley & Sons.

Napoleon Hill. **THINK AND GROW RICH**. Publisher The Ralston Society, 1937.

2) Electronics:

Law of attraction, [Online]. Source: http://en.wikipedia.org/wiki/Law_of_attraction, [23 October 2013].

Wikipedia, [Online]. Source: <http://th.wikipedia.org> (15 January 2014)

Novabizz, [Online]. Source : http://www.novabizz.com/NovaAce/Intelligence/Thinking_is.htm (15 January 2014)

ประวัตินักศึกษา

- ชื่อ : พระกฤษประสงค์ สณฺญโต
- วัน เดือน ปีเกิด : ๑๐ สิงหาคม ๒๕๑๕
- ภูมิลำเนา : ๓๓ หมู่ ๙. ตำบลวัดป่า อำเภอหล่มสัก จังหวัดเพชรบูรณ์
- ประวัติการศึกษา : ๒๕๓๔ จบมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนหล่มสักวิทยาคม
: ๒๕๓๙ คณะมนุษยศาสตร์ (ภาษาอังกฤษ), มหาวิทยาลัยรามคำแหง
: ๒๕๕๔ นักรธรรมชั้นเอก วัดพระศรีรัตนมหาธาตุ ฯ
- ประสบการณ์ทำงาน : พนักงานบริษัทเอกชน
- อุปสมบท : ๒๓ กรกฎาคม ๒๕๕๐
- ปีที่เข้าศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๕๓ สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
วิทยาลัยสงฆ์พุทธชินราช มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : พุทธศักราช ๒๕๕๗
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดพระศรีรัตนมหาธาตุวรมหาวิหาร ตำบลในเมือง อำเภอเมือง
จังหวัดพิษณุโลก ๖๕๐๐๐
- : เบอร์โทร ๐๘๗-๘๔๔๓๗๒๕, Email : cdarkmann@gmail.com