

บทที่ ๒ หลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ศาสนาและความเชื่อ

ในปัจจุบันนี้ต่างเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปแล้วว่า ศาสนาและความเชื่อมีอิทธิพลต่อมนุษย์มาก พฤติกรรมทางศาสนาเป็นองค์ประกอบภายในโครงสร้างบุคลิกภาพที่สามารถกำหนดรูปแบบแนวทางการแสดงออกต่างๆ ของมนุษย์ได้ ไม่ว่าจะเป็นส่วนที่แสดงออกในเรื่องที่เกี่ยวกับความเชื่อถือ ความศรัทธา ค่านิยมต่างๆ อันเป็นวิถีชีวิตที่มนุษย์ยึดถือปฏิบัติอยู่ในสังคม สิ่งเหล่านี้มีบทบาทต่อการแสดงออกที่เป็นปฏิริยาสนองตอบให้เกิดการสร้างสรรคอื่นๆ ระบบศาสนายังมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมอื่นที่มีใช้สิ่งที่เกี่ยวข้องกับศาสนาโดยตรง เช่น พฤติกรรมทางเศรษฐกิจ การเมือง และสังคม ศาสนามีอิทธิพลในการสร้างแนวร่วมทางพฤติกรรมของมวลชน องค์การทางศาสนาสามารถนึกเอกภาพของมนุษย์ที่ต่างเผ่าพันธุ์ ต่างเชื้อชาติ ต่างสีผิวให้ดำรงอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสันติปรองดองซึ่งกันและกันได้ ทำให้มนุษย์มีอุดมการณ์ในชีวิตเป็นไปในทางเดียวกันได้ ศาสนามีบทบาทต่อการต่อต้านพฤติกรรมที่ขัดต่อสังคม และสามารถบันดาลใจมนุษย์ให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งทางด้านเศรษฐกิจการเมืองและสังคม ตลอดจนถึงลักษณะการแสดงออกเชิงปฏิริยาของมนุษย์ที่สนองตอบต่อธรรมชาติต่อสิ่งแวดล้อมรอบด้าน

การให้คำนิยาม และคำจำกัดความของคำว่า “ศาสนา” หรือ “Religion” ในภาษาไทย “ศาสนา” มาจากภาษาสันสกฤตหมายถึงคำสอน วินัย และการอุทิศตนปฏิบัติประกอบด้วยหลักความจริงสูงสุด หลักจริยธรรมและแนวทางปฏิบัติให้บรรลุถึงแนวทางนั้น ส่วนคำว่า “Religion” หมายถึงการกระทำที่เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีกเพื่อให้เกิดความถูกต้องแน่นอนที่เรียกว่าพิธีกรรม ทฤษฎีที่สองอธิบายว่า “Religion” มาจาก “Religare” หมายถึงการผูกหรือการรวมเข้าด้วยกันของกลุ่มคนที่มีความเชื่อศรัทธาบูชาในอย่างเดียวกัน ทั้งในลักษณะทางอารมณ์และจิตใจ ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า ศาสนา หรือ religion มีความหมายในแนวกว้างๆ ได้ ๓ ประเภทคือ

๑. การประกอบพิธีกรรม
๒. กลุ่มชนที่มีความเชื่อถือและปฏิบัติอย่างเดียวกัน
๓. แนวคำสอนหรือความเชื่อที่แสดงให้ทราบเป็นระบบหรือลัทธิ

สิ่งที่ควรนำมาพิจารณาประกอบการอธิบายความหมายศาสนาให้ชัดเจนยิ่งขึ้นได้แก่ ลักษณะเฉพาะหรือรูปแบบของข้อประพฤติปฏิบัติทางศาสนา ความเชื่อหรือคำสอน และความรู้สึก

ที่บุคคลมีต่อสิ่งที่เคารพศรัทธาซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นองค์ประกอบร่วมกันจนก่อสร้างเป็นเค้าโครงร่างของศาสนาต่างๆ ให้เห็นเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของศาสนา

ฟรอยด์ได้พยายามศึกษารากศาสนาในมนุษย์โดยการวิเคราะห์เข้าไปใน “จิตไร้สำนึก” แล้วอธิบายว่า การที่มนุษย์เรามีศาสนานั้นอาจเกิดขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์ที่จะตอบสนองความปรารถนาหรือความต้องการในส่วนลึกของจิตไร้สำนึกที่ถูกเก็บกดหรือจำกัดไว้จึงเกิดแสดงออกในรูปของอาการทางจิตใจ^๑

ทฤษฎีว่าด้วยความขัดแย้งภายในจิต (a conflict theory) เป็นแนวคิดที่ได้รับอิทธิพลโดยตรงจากฟรอยด์และจิตวิเคราะห์ โดยอธิบายว่าความขัดแย้งภายในระหว่างซูเปอร์อีโก (Super – Ego) ซึ่งเป็นจิตสำนึกทางมโนธรรมกับอิด (Id) ซึ่งเป็นความต้องการระดับดั้งเดิม หรือสัญชาตญาณที่เกิดขึ้นภายในบุคคล ทำให้บุคคลต้องการลดความขัดแย้งในรูปแบบทางศาสนา วิธีการนี้คือการเปลี่ยนองค์ประกอบจาก “ตัวตนของชน” ไปสู่ “ผู้อื่น” หรือ สิ่งที่ไม่ใช่ตนเอง และทำให้เกิดกลุ่มที่ยอมรับตนเองขึ้นเป็นการชดเชยกับความขัดแย้งที่ไม่สามารถแสดงออกโดยตรง ด้วยกลวิธาน (Defense Mechanism) นี้เองจึงทำให้เกิดความเชื่อเกี่ยวกับพระเจ้าแห่งความดี อสูรแห่งความไม่ดี เป็นผลผลิตจากความรู้สึกภายในอิด ความเชื่อทางศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยลดหรือบรรเทาความรู้สึกผิดบาป

ปัจจัยทางจิตวิทยาที่อยู่เบื้องหลังทัศนคติ ความศรัทธา ความเชื่อถือทางศาสนา นอกเหนือจากสิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่นครอบครัว มิตร สือสารมวลชนต่างๆ ได้แก่ พื้นฐานทางจิตใจของบุคคล เช่นการลดความวิตกกังวลภายในจิตใจ (Anxiety Reduction) ความวิตกกังวลมีลักษณะคล้ายอารมณ์กลัวหรือความกลัวที่ไม่รู้สาเหตุ เป็นภาวะที่ไม่มีความพึงพอใจตึงเครียด ความรู้สึกอยากหนีให้พ้น เป็นความรู้สึกหวาดกลัว เพราะเกิดความไม่รู้สึกมั่นใจแล้วจึงกลัว ความวิตกกังวลมีสาเหตุจากภายในจิตใจของมนุษย์เรา ในทางจิตวิทยาเห็นว่าความวิตกกังวลคือแหล่งรวมความบีบคั้นในชีวิต ความวิตกกังวลในภาวะที่ไม่แน่นอนของชีวิตยังผลให้มนุษย์หาทางรอดจากความกดดันด้วยการเข้าหาแนวปฏิบัติทางศาสนา มารับความเชื่อถือศรัทธาทางศาสนา เป็นคำตอบและทางแก้ไขปัญหา การที่มนุษย์มีความวิตกกังวลในความไม่แน่นอนของชีวิต และมีความกลัวในความตาย ภาวะการณสูญเสีสิ่งของหรือบุคคลอันเป็นที่รักความเสี่ยงเหล่านี้มีอัตราสูงทุกขณะลมหายใจ ยิ่งบุคคลใดมีความหวาดวิตกในเรื่องเหล่านี้มากในจิตใจเขาก็จะมีแนวโน้ม

^๑วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, จิตวิทยาพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพฯ: ศูนย์การพิมพ์กรุงเทพ, ม.ป.ป.), ๑ - ๓.

สูงที่จะศรัทธา และยอมรับความเชื่อในเรื่องชีวิตหลังความตาย หรือความเชื่อเรื่องเวียนว่ายตายเกิด การลดภาวะความวิตกกังวลเป็นที่ยอมรับของศาสนา เพราะมีการวิจัยทางจิตวิทยาศาสนาพบว่าผู้ที่เกิดความเชื่อมั่นในชีวิตมากขึ้นจากการรับความเชื่อทางศาสนาสามารถปรับตัวให้มีชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขมากกว่าผู้ที่ปฏิเสธศาสนา นอกจากนี้ยังพบว่า พิธีกรรมทางศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยลดความวิตกกังวล ความกลัวไร้สาเหตุได้^๒

นักปราชญ์หลายท่านได้ให้ความหมายและความสำคัญของศาสนาไว้ต่างๆ กันดังนี้
วิถีทางอันแน่นอนที่สุดเข้าไปสู่หัวใจของประชาชาติใดๆ ก็คือ เข้าไปทางศาสนาของชาตินั้น

ศาสนาเป็นพลังแห่งเจตนาของคนที่แท้จริงแต่เพียงอันเดียวในโลกนี้ (เบอร์นาร์ด ชอว์)
ถึงแม้ศาสนาเป็น “มายา” ดังที่พรอยด์กล่าวไว้ เราก็ยังจำเป็นต้องรับพิจารณาเรื่องความเชื่อศรัทธาของคน เพราะว่าถ้าคนเราคิดว่าอะไรอย่างหนึ่งเป็นความจริงแล้วความเชื่อมั่นใจอันนี้จะไร้แก่นเพียงใด ก็ย่อมจะมีอิทธิพลโน้มน้าวความประพฤติของเขาอย่างแน่นอน ...ความจริงก็คือว่า ประชาชาติโดยยอมเป็นไปตามสิ่งที่เขาเชื่อนับถือนั่นเอง”

พระพุทธศาสนา เกิดในชมพูทวีปเป็นศาสนาประเภท “สัจนิยม” โดยยึดหลักความจริงหรือหลักเหตุผลเป็นสำคัญ เคารพนับถือพระรัตนตรัย คือพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะที่พึ่งอันประเสริฐ บุคคลจะดีหรือชั่วอยู่ที่การกระทำของตนเอง หลักคำสอนเน้นในเรื่องกรรม คือการกระทำ ผู้ทำดีจะได้รับผลดี ผู้กระชั่วจะได้รับผลชั่ว

คำว่า “พุทธ” หมายถึงผู้รู้ ผู้ตื่น (จากกิเลส) ผู้เบิกบาน ผู้แจ่มใส คำสอนโดยย่อของพระพุทธศาสนา คือ

๑. ละความชั่วทั้งปวง
๒. ทำแต่ความดี
๓. ทำจิตใจให้สะอาดผ่องใส^๓

^๒วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, จิตวิทยาพุทธศาสนา, ๘ - ๑๑.

^๓บุญมี แท่นแก้ว, ปรัชญาศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๘),

๙ - ๑๐.

^๔เรื่องเดียวกัน, ๒๐.

โครงสร้างทางวัฒนธรรมภาคใต้

ลักษณะโครงสร้างทางวัฒนธรรมภาคใต้นั้นประกอบด้วย ลักษณะมูลฐานขององค์ประกอบสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม ทั้งโดยตรงและโดยอ้อมที่สามารถทำให้วัฒนธรรมภาคใต้อยู่ได้มี ๔ ประการคือ

๑. ศาสนา แม้ว่าประชาชนชาวใต้จะนับถือพุทธศาสนากันมากก็ตาม แต่ด้วยเหตุที่ชาวบ้านอยู่ใกล้ชิดกับธรรมชาติมานาน จึงมีความเชื่ออำนาจทางธรรมชาติฝังลึกอยู่ในจิตใจ จนยากที่จะทำให้สูญไปได้ ฉะนั้นจะเห็นว่าความเชื่อเรื่องผีสงเทวดาแบบดั้งเดิมยังคงอยู่เป็นรากฐานอยู่ชั้นล่าง มีพุทธศาสนาซ้อนอยู่ชั้นบน ในขณะเดียวกันความเชื่อทางศาสนาพราหมณ์ก็ได้เข้ามาปะปนด้วยในเวลาที่มีพิธีรีตองต่างๆ อย่างที่คนแต่ก่อนชอบพูดกันว่า พุทธกับไสยย่อมอาศัยกัน ดังจะเห็นว่าเวลามีพิธีสงฆ์ยังมีพิธีพราหมณ์และมีบัตรพลีผีสงเทวดาต่อท้ายปนๆ กันอยู่เสมอ ภาคใต้นั้นมีศาสนาพุทธ ทั้งหินยานและมหายาน เป็นแกนนำกำหนดวิถีชีวิตของชาวพื้นเมืองภาคใต้ ให้ประพฤติปฏิบัติไปตามแนวหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า หลักธรรมคำสั่งสอนนั้นก็ได้เข้ามาเกี่ยวพันกับการดำรงชีวิตอย่างมากมาย อาจเรียกได้ว่าเกือบตลอดเวลา ๑๒ เดือน ชาวใต้จะมีกิจกรรมทางพุทธศาสนาได้ขาด จนอาจถือได้ว่าศาสนาได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตชาวใต้ ศาสนาพราหมณ์ก็ได้เข้ามาแทรกในทางพิธีกรรมควบคู่กับพุทธศาสนาเสมอ ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม อาจเป็นเพราะศาสนาพราหมณ์ได้เข้ามาฝังรากหยั่งลึกอยู่ในภาคใต้เป็นเวลายาวนานกว่าพุทธศาสนา

๒. อาชีพ ของชาวใต้ส่วนใหญ่คือการทำเกษตรกรรมเช่นสวนยางพารา สวนผลไม้ ประมง ฯลฯ การดำเนินชีวิตที่เป็นผลออกมาในทางวัฒนธรรมจึงแสดงออกให้เห็นผลสะท้อนออกมาในทางวรรณคดีพื้นเมือง การละเล่นพื้นเมืองหรือนิสัยใจคอ และขนบธรรมเนียมประเพณี การตั้งถิ่นฐานและสิ่งแวดล้อมของชาวใต้อยู่ในโครงสร้างของการเกษตรกรรมทั้งสิ้น ในสมัยก่อนนั้นวัดสำคัญจะต้องมีที่กลบนาข้าวพระโยมสงฆ์ประจำอยู่ควบคู่กันไปด้วย เนื่องมาจากองค์การพระสงฆ์ยังต้องอาศัยผลิตผลทางเกษตรกรรมเพื่อดำรงสถานภาพของตน

๓. สภาพแวดล้อมทางภูมิศาสตร์ มีอิทธิพลต่อวัฒนธรรมพื้นถิ่นทั้งทางตรงและทางอ้อม ดินฟ้าอากาศ ฤดูกาล ทรัพยากรธรรมชาติ ป่า ภูเขา ทะเล พืชพรรณไม้ แม่น้ำ ลำคลอง เส้นทางคมนาคม การค้า ทำเรือ สภาพเหล่านี้ของภาคใต้แตกต่างจากภูมิภาคอื่นอย่างเด่นชัด และเป็นพื้นฐานอันสำคัญยิ่งเหตุที่ชาวใต้มีภาษา อาหารการกินอยู่ การแต่งกาย การดำรงชีวิต เครื่องมือเครื่องใช้ ศิลปกรรม ประวัติศาสตร์ สถาปัตยกรรม หัตถกรรม นาฏศิลป์เป็นของตนเอง ก็เพราะ

เอกลักษณ์ทางภูมิศาสตร์ช่วยเกื้อกูลโดยตรง ภาคใต้มีทรัพยากรตามธรรมชาติทุกด้านอุดมสมบูรณ์ยิ่งกว่าภูมิภาคใด ชาวพื้นเมืองรู้จักบำรุงรักษา นำเอามาใช้ และนำมาปรับปรุงใช้สอยให้เหมาะสมเป็นของตนเอง กลายเป็นโครงร่างทางวัฒนธรรมที่แสดงบุคลิกลักษณะของชาวใต้

๔. การศึกษาอบรม ด้วยเหตุที่ภาคใต้มีการศึกษาเจริญตลอดมาทุกยุคสมัยจึงทำให้ศิลปกรรม ศาสนา การละเล่นพื้นเมือง วรรณคดีพื้นเมือง และอื่นๆ เจริญรุ่งเรืองเป็นอันมาก ชาวใต้ได้รับการอบรมสั่งสอนศิลปวิทยาการต่างๆ อย่างกว้างขวาง การบวชเรียนนอกจากเป็นค่านิยมที่ยั่งยืนมั่นคงแล้วยังมีประสิทธิผลอีกด้วย เพราะค่านิยมชั้นมูลฐานทางการศึกษาอบรมนี้เองได้กลายเป็นแกนของวัฒนธรรมอย่างสำคัญไปในที่สุด^๕

ความสัมพันธ์ระหว่างชาวใต้กับวัด

ความสัมพันธ์ระหว่างชาวใต้กับวัดนั้นมีมากมายหลายด้าน ตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งถึงการตายขนบธรรมเนียมประเพณีต่างๆ ที่ชาวใต้ถือปฏิบัติสืบต่อกันมาแต่บรรพบุรุษมีหลายประการจนกลายเป็นส่วนหนึ่งที่จะขาดเสียมิได้ เป็นค่านิยมที่ฝังแน่นอยู่ในจิตใจ พิธีกรรมที่สำคัญมี ๒ ประการได้แก่

๑. ประเพณี ๑๒ เดือน หรือประเพณีสำคัญทางศาสนาในรอบปี ถือเป็นเทศกาลงานของสังคมส่วนรวม ซึ่งเป็นงานเกี่ยวกับการทำบุญให้ทาน และสนุกสนานรื่นเริงไปพร้อมกัน เช่น สงกรานต์ เข้าพรรษา ออกพรรษา สารทเดือนสิบ ฯลฯ เป็นต้น

๒. ประเพณีเกี่ยวกับชีวิต หรือประเพณีสำคัญอันเกี่ยวเนื่องกับชีวิต ความเป็นอยู่ในรอบอายุขัยของตนโดยตรง ถือเป็นงานปัจเจกชน การประกอบพิธีกรรมอาศัยทั้งพิธีพุทธและพราหมณ์ และความนิยมในสังคมนั้นๆ เป็นเกณฑ์ เช่นการเกิด การทำขวัญเด็ก การบวช การแต่งงาน การตาย เป็นต้น

นอกจากนั้นวัดยังเป็นแหล่งบริการยาสมุนไพรและการรักษาพยาบาลของชาวบ้านในอดีต ในแต่ละวัดจะมีพระภิกษุอาวาสหรือเจ้าอาวาสเองเป็นผู้มีความเชี่ยวชาญเรื่องสมุนไพรและยากลางบ้าน และวัดเป็นสำนักถ่ายทอดความรู้เรื่องนี้ ผู้ป่วยส่วนใหญ่จึงพึงใจที่จะไปรับการรักษาจากวัด เพราะจะได้รับการรักษาทั้งกายและใจ โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีอาการทางประสาทชาวบ้านมีความเชื่อว่าเพราะถูกผี ถูกคุณไสย หรือผีป่วนตายายให้โทษเพราะไปล่วง

^๕ เอกวิทย์ ฦ กลาง, ภูมิปัญญาทักษิณ, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพฯ : อมรินทร์, ๒๕๔๔),

ละเมิดท่านเข้า การแก้ไขต้องพึ่งพาบารมีของพระผู้ทรงศีล ฆีและอาถรรพณ์ทั้งหลายย่อมเกรงกลัว เวทมนตร์คาถาของผู้คงแก่เรียนและผู้ทรงศิลป์วิบุลย์ ดังนั้นเมื่อพระสงฆ์บำบัติรักษาอาการป่วยจึงใช้ทั้งยา พิธีกรรม และการสาธยายมนต์ประกอบ ตลอดจนการประพรมน้ำมนต์เพื่อบำบัดเปาโรคภัย และเป็นสิริมงคล ปกป้องคุ้มครองให้ผู้ป่วยหายป่วย ขวัญกำลังใจก็มีตามมา ไม่เพียงแต่พระสงฆ์เท่านั้น ชาวบ้านที่ชาวบ้านเชื่อถือเคารพว่าเป็นครูหมอก็ใช้เวทมนตร์คาถาในการขับไล่ผี เป็นการบำบัด^๖

โลกทัศน์ของชาวใต้ต่อศาสนาและความเชื่อ

โลกทัศน์ที่ชาวใต้มีต่อศาสนา ก่อนที่ชนพื้นฐานเมืองภาคใต้จะรับอิทธิพลของศาสนาจากอินเดีย เขามีลัทธิความเชื่อของตนเองอยู่แล้ว เป็นความเชื่อที่ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของปรากฏการณ์ธรรมชาติ ได้แก่การนับถือผีสง เทวดา วิญญาณบรรพบุรุษ ต่อมาลัทธิพราหมณ์จากอินเดีย ได้เข้ามาเป็นลำดับแรก แล้วพระพุทธศาสนาจึงเข้ามาในระลอกต่อมา ลัทธิความเชื่อทั้ง ๓ แหล่ง คือความเชื่อดั้งเดิม พราหมณ์และพุทธได้ประสมปนเปกัน จนกลายเป็นคติความเชื่อทางศาสนาของชาวภาคใต้ โดยเฉพาะในชั้นหลังสุดศาสนาอิสลามและศาสนาอื่นๆ ได้แพร่ขยายเข้ามาอีก แต่ก็ไม่มีอิทธิพลเหนือพุทธและพราหมณ์ เว้นแต่ บางจังหวัด เช่น นราธิวาส ยะลา ปัตตานีและสตูล ซึ่งนับถืออิสลามเป็นพื้น

สำหรับชาวไทยพุทธ จะยึดถือสถาบันสงฆ์เป็นที่พึ่งทางใจ นับถือศาสนาด้วยความศรัทธามากกว่าความคิดที่จะศึกษาถึงพุทธปรัชญา ดังนั้น วัดและปูชนียสถานทั่วไปจึงได้รับการทำนุบำรุงอย่างดี หมู่บ้านทำให้เกิดวัด และวัดก็ทำให้หมู่บ้านหนาแน่นขึ้น เจริญขึ้น เมื่อหมู่บ้านเจริญขึ้นชาวบ้านก็ทำนุบำรุงวัดมากขึ้น เป็นวงจรวัฏจักร หมุนเวียนไป

ชาวภาคใต้โดยทั่วไป มีความศรัทธาในศาสนาอย่างแรงกล้า ขึ้นชื่อว่างานบุญแล้ว เป็นต้องร่วมบริจาคช่วยเหลือกัน แรงสามัคคีที่มีศาสนาเป็นตัวเชื่อมเหนียวแน่นมาก สมัยก่อนวัดเป็นศูนย์รวมทางสังคม แหล่งวิทยาการทั้งหลาย เช่น วิชาความรู้การอาชีพและแม่ไสยศาสตร์ทั้งปวง มีการเรียนการศึกษากันที่วัด พระเป็นทั้งครู ผู้นำสังคม และแม่จันกระทั่งโหรผู้ทำนายทายทัก หากจะมองว่าศาสนาเป็นอย่างไร ชาวใต้ต่างจึงมองไปที่วัด และส่วนใหญ่เขาเข้าใจเองง่ายๆว่า “วัดคือศาสนา” คติในทางศาสนาที่ชาวใต้เชื่อถือที่เด่นๆ เช่น

^๖เอกวิทย์ ณ ถลาง, ภูมิปัญญาทักษิณ, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพฯ : อมรินทร์, ๒๕๔๔),

เชื่อว่าศาสนาเป็นศูนย์กลางในการสร้างสรรค์ความดี ใครก็ตามที่ห่างเหินศาสนา ถือว่าห่างไกลความดีงาม มีตัวอย่างที่แสดงให้เห็นความจริงในข้อนี้ ได้มากประการ เช่น นิยมให้บุตรหลานได้บวชเรียน การบวชเป็นการน้อมกาย วาจา ใจ เข้าไปใกล้ชีวิต พระศาสนา เข้าไปใกล้ความดี ผู้ที่ผ่านการบวชเรียนจึงเป็นคนสุก ได้รับการยอมรับจากสังคม ถือว่าเป็นผู้ใหญ่ มีการศึกษา รู้ดีรู้ชั่วแล้ว ชาวใต้จึงไม่เรียกคนที่บวชเรียนแล้วว่า “ไอ้” อีกต่อไป แต่จะเรียกว่า “หลวง” บ้าง “เณร” บ้างแหละ “เจ้า” บ้าง ตามแต่ความนิยมของท้องถิ่น และตามฐานะบุคคลคำเรียกเหล่านี้เป็นคำยกย่อง และให้เกียรติทั้งสิ้น แต่ถ้าใครก็ตามที่บวชเรียนแล้วยังล้าละเลเทเมาไม่เป็นคนดี ก็อาจพูดตำหนิ ศาสนาคือสิ่งที่จะทำให้คนเป็นคนดี

เชื่อในพระพุทธคุณมากกว่าพระธรรมคุณ หากจะว่าโดยหลักปรัชญาศาสนาแล้ว พระธรรมคือศาสนา ศาสนาคือคำสอนที่เป็นหลักปฏิบัติ เป็น อกาลิก แม้ผู้กำเนิดศาสนาจะล่วงลับไปตามกาลอายุขัย แต่พระธรรมเป็นตัวแทนอันอมตะ ความจริงเมื่อกล่าวถึงพุทธศาสนา ทุกคนควรจะได้นึกถึงพระธรรมคำสั่งสอนเป็นเบื้องต้นและพึงนิยมนำเอาคำสอนมาเป็นสรณะ แต่การนี้ไม่เป็นเช่นนั้น ชาวภาคใต้ทั่วไปเมื่อพูดถึงศาสนาพุทธ จะนึกถึงพระพุทธคุณเป็นเบื้องต้น ส่วนพระธรรมคุณเป็นเพียงเครื่องประกอบ การนึกถึงพระพุทธคุณเป็นไปในทำนองอิทธิปาฏิหาริย์ที่พระพุทธองค์ทรงมีอยู่ อิทธิปาฏิหาริย์ของพระองค์ที่ชาวบ้านกล่าวถึง นับเนื่องมาตั้งแต่สมัยอดีตชาติหรือครั้งยังเป็นพระโพธิสัตว์ ชาดกต่างๆ ในศาสนาทั้งนิบาตชาดกและชาดกนอกนิบาตเป็นที่เล่าตืดยอดติดปากกันโดยทั่วๆ แสดงถึงอิทธิพรานุภาพหรือความเป็นเลิศไม่ทางใดก็ทางหนึ่งของพระโพธิสัตว์ทั้งสิ้น ในพระชาติที่ทรงตรัสรู้เป็นสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เช่นเดียวกัน แง่มุมที่ชาวบ้านสนใจก็คือ เรื่องพุทธานุภาพชาวบ้านมองเห็นว่า พระพุทธคุณมีเป็นอเนกประสงค์ จนบางเรื่องกลายเป็นไสยศาสตร์หรือฝ่ายลัทธิพราหมณ์ไปก็มี ในความเชื่ออำนาจแห่งพระพุทธคุณ ได้แผ่ขยายไปในหมู่ชาวบ้านภาคใต้ทุกกิจกรรมที่ประกอบขึ้น นอกจากจะเพื่อความปิติสุขแล้ว ยังเพื่อกำจัดทุกข์โศก โรคภัย และเสนียดจัญไรทั้งมวล เช่น กลิกรนำน้ำพระพุทธรูปไปประพรมในนาข้าวหรือเรือทอที่มียาหรือศัตรูพืชรบกวน เอน้ำมนต์ประพรมหรือตบกระหม่อมเมื่อตกใจ ผันร้ายหรือเกิดกลางร้าย แม้ในการประกอบพิธีกรรมทางไสยศาสตร์ซึ่งถือว่าเป็นเดรัจฉานวิชาในทัศนะของพุทธ ก็ไม่วายที่อัญเชิญหรือน้อมนำเอาคุณพระพุทธเจ้าไปร่วมด้วยเสมอ และยกย่องไว้สูงสุดเลยทีเดียว เห็นได้ชัดจากการตั้งนะโม ๓ จบ ก่อนประกอบพิธีกรรมใดๆ ก็ตาม

โลกทรรศน์ของชาวใต้ต่อสิ่งเร้นลับ ชาวใต้จะมีความเชื่อว่าทุกสิ่งอย่างมีผู้สร้าง (อำนาจเร้นลับ) ยังคงฝังแน่นอยู่ในความรู้สึกของชาวบ้านชนบทภาคใต้ อำนาจเร้นลับหรือสิ่งที่อยู่เหนือธรรมชาติ (Super - Nature) เป็นเรื่องที่อยู่นอกเหนือเหตุผลและการพิสูจน์ แต่เป็นสิ่งที่ให้ความรู้สึกถึง

การมีอยู่จริง และมีความผูกพันกับมนุษย์ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นอิทธิพลทางความเชื่อที่ตกทอดกันมา ตั้งแต่สมัยโบราณ สิ่งเร้นลับทั้งหลายและคติทางศาสนาที่อยู่เหนือการพิสูจน์ ถือได้ว่าสิ่งเหนือธรรมชาติเหล่านี้มีอิทธิพลอย่างมากในการกำหนดความสำนึกทางศีลธรรม หรือรู้สึกผิดชอบชั่วดี ควรไม่ควร แต่สิ่งเหนือธรรมชาติบางอย่างส่งผลให้ทางลบ คือทำให้มั่งงาย จุดรั้งการพัฒนาตาม วิถีทางของวิทยาศาสตร์ เมื่อเกิดเหตุร้ายอะไรขึ้นกับมนุษย์ ก็มองเหตุว่าเป็นเรื่องของเคราะห์ เรื่อง ของดวง จิ้งหทงแกไขด้วยวิธีการที่เชื่อถือกันมา จะเห็นได้จากโลกทรรศน์ ที่ชาวได้มีต่อสิ่งเหนือ ธรรมชาติ เช่นดังต่อไปนี้

โลกทรรศน์ที่มนุษย์มีต่อคติเกี่ยวกับคุณไสย ไสยศาสตร์ คาถา อาคมและของขลัง เป็นศาสตร์ ที่เกี่ยวแก่ลัทธิเวทมนต์คาถาเจริญรุ่งเรืองในอินเดียมาแต่โบราณ หากจะกล่าวว่า ไสยศาสตร์เป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิตของชาวภาคใต้ก็เห็นจะไม่ผิด เพราะตั้งแต่เกิดจนตาย ไสยศาสตร์เข้ามาเกี่ยวข้องอยู่โดยตลอด เมื่อเจ็บท้องคลอด ตอนฝังรด เด็กขึ้นเปล โกงผมไฟทำ ขวัญ แต่งงาน สร้างบ้านใหม่ ขึ้นบ้านใหม่ ตอนตาย ตราสัง ทำโลงศพ เอาศพลงจากเรือน ทำ ประตุปา ทำบันไดผี นำศพขึ้นเผา สวดบ้าน วงหุ้มา คา กัลวันแทรกไสยศาสตร์อยู่ทั้งสิ้น

เชื่อว่าสตรีไม่เป็นมงคลในกิจการบางอย่าง ในทางศาสนาชาวภาคใต้ถือว่า สตรีเป็นมารของบุรุษผู้อยู่ในสมณะเพศ และแม้แต่ผู้ที่จวนเข้าสู่สมณะเพศ การเป็นภิกษุจึงต้อง ระวังสตรีกันมาก ก่อนบวชก็ต้องระวังกันมาก การถวายข้าวของแก่พระสงฆ์ ก็เป็นอีกลักษณะหนึ่ง ที่เห็นได้ชัด สตรีจะประเคนมือต่อมือไม่ได้ หรือเมื่อพระภิกษุเดินผ่าน สตรีและภิกษุต่างฝ่ายระวัง เป็นที่สุดที่จะไม่ให้แตะต้องกันแม้แต่ชายจีวร เด็กผู้หญิงแม้จะเยาว์วัยแค่ไหนก็ตาม ถ้าไม่จำเป็น จริงๆ พระภิกษุจะไม่แตะต้องโดยเด็ดขาด เหล่านี้คือพฤติกรรมที่คนทั่วไป และสมณะแสดงออก หรือมีท่าทีต่อสตรี

กิจทั้งหลายที่ประกอบขึ้นเพื่อความขลัง ความศักดิ์สิทธิ์ ชาวได้มัก ไม่ให้สตรีเข้าไปเกี่ยวข้อง เพราะถือว่าถ้าเข้าไปเกี่ยวข้องแล้ว กิจนั้นจะคลายความขลัง

สิ่งที่เห็นได้ชัดในชีวิตประจำวัน คือ การเดินบนบ้าน สตรีต้องระวังอยู่ ตลอดเวลา ว่าใครกำลังอยู่ใต้ถุนบ้าง เรื่องนี้ถ้ามองด้วยสายตาคนปัจจุบัน จะเห็นเป็นเรื่องของ มารยาท เรื่องการระแวดระวังแต่โบราณแล้วเกี่ยวข้องอยู่กับความเชื่อทางไสยศาสตร์มากกว่า

เชื่อเรื่องโชคลาง ชาวภาคใต้เชื่อเรื่องโชคลางกันมานานแล้ว โดยถือว่า เหตุร้ายหรือดีที่จะเกิดกับตนหรือการที่คิดทำขึ้น จะมีเครื่องหมายบ่งบอกให้ปรากฏ เครื่องหมาย อาจเป็นความรู้สึกผิดปกติในลักษณะหนึ่งใดในร่างกาย เช่น เขม่นตา ขนลุกขนพอง ฯลฯ

ความเชื่อเรื่องขวัญ ความเชื่อเรื่องขวัญมีมาตั้งแต่สมัยโบราณ เสถียรโกเศศ ให้ความเห็นว่า ขวัญมีความหมายอย่างเดียวกับคำว่า “วิญญาณ” หรือ Soul ในภาษาอังกฤษ สิ่งมีชีวิตทั้งหลายย่อมมีธรรมชาติอย่างหนึ่งเรียกว่า “ขวัญ” อยู่ประจำตน ถ้าขวัญยังอยู่ปกติก็มีความสุขสบาย เจริญงอกงาม ถ้าขวัญหายไปอาจจะเจ็บไข้ได้ป่วย หรือทชุดโทรมเสียหายเป็นธรรมดา ด้วยเหตุนี้ ขวัญจึงมีความสำคัญยิ่งสำหรับสิ่งมีชีวิต ชาวภาคใต้เชื่อมั่นในสิ่งนี้มาก จึงมีพิธีกรรมที่เรียกว่า “การทำขวัญ” เกิดขึ้น เริ่ม ตั้งแต่เกิดมีพิธีขึ้นเปล ทำขวัญเด็ก โคนจุกมีพิธีทำขวัญ ออกบวช มีพิธีทำขวัญนาค เจ็บไข้ได้ป่วยมีการสวดเคราะห์เรียกขวัญหรือบำรุงขวัญ แต่งงานมีพิธีทำขวัญบ่าวสาว ออกเป็นทหารหรือออกศึกสงครามมีพิธีทำขวัญทหาร

การทำขวัญนาค กุลบุตรที่เข้าสู่พิธีบรรพชาอุปสมบทจะต้องเตรียมตนก่อนเป็นเบื้องต้น พิธีที่นิยมทำกันคือ “การทำขวัญนาค” ด้วยเข้าใจว่า ขวัญอาจจะออกกระเหว่ร่อนอยู่จึงควรเชิญมาอยู่กับเนื้อกับตัวและเตรียมพร้อมเพื่อการบรรพชา ฉะนั้นก่อนวันบวชที่เรียกว่า “วันสุกดิบ” จึงมีการปลงผม เป็นเจ้านาคและจัดพิธีทำขวัญขึ้น อุปกรรมในพิธีทำขวัญจะมีเครื่องอัฐบริขารพร้อมสรรพ จัดบายศรีและเครื่องสังเวย ทำน้ำพระพุทธรูปสำหรับประพรมบายศรีและนาค ตลอดจนเครื่องบริขารต่างๆ แล้วทำผงเจิมนาค เอาเทียน ๙ เล่มทำเป็นแว่นเวียนเทียนปักไว้ในขันข้าวสารในพิธีนั้น หมอจะหันหน้าไปทิศเหนือหรือทิศตะวันออก เจ้านาคนั่งด้านซ้ายของหมอทำขวัญ แล้วเอาเทียนชัยปักบนยอดบายศรี จากนั้นก็เริ่มพิธีทำขวัญเจ้านาค โดยหมอจะว่าทำนองแหล่แพต่างๆ ไปเรื่อย ๆ มีใจความเป็นลำดับ ดังนี้

บทที่ ๑ บทชุมนุมเทวดาและบูชาพระรัตนตรัย

บทที่ ๒ แหล่ปฏิสนธิและพรรณนาพระคุณมารดา

บทที่ ๓ ว่าด้วยนามนาค

บทที่ ๔ ว่าด้วยระเบียบของบายศรีและผ้าไตร

บทที่ ๕ สอนนาค

บทที่ ๖ เชิญขวัญเจ้านาค

บิดามารดาของเจ้านาคมารับเอาใบตองในพิธีเป็นการรับขวัญ เอาไปไว้ในห้องนอน เป็นเสร็จพิธี บทแหล่ทำขวัญนาค มีคุณค่าต่อเจ้านาคเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นคำเตือนให้นึกถึงพระคุณ มารดา บิดา ครูอาจารย์ ตลอดจนวัตรปฏิบัติในเพศสมณะ^๓

^๓สุริวงส์ พงศ์ไพบูลย์, โลกทรรศน์ชาวไทยภาคใต้ (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยนำ, ๒๕๒๑), ๓๔.

จิตวิทยาพุทธศาสนา

การวิเคราะห์จิตใจสาเหตุของพฤติกรรมต่างๆ ที่มีผลถึงจริยธรรมของบุคคล ลักษณะของจิต การจำแนกจิตกระแสการทำงานของจิต กระบวนการรับรู้และการเรียนรู้ กระบวนการทางอารมณ์ ความรู้สึก ความทุกข์ ความสุขที่มีบทบาทต่อคุณภาพและความเป็นไปของชีวิตมนุษย์ การเสริมสร้างความแตกฉานในจิตวิทยาพุทธศาสนา และตระหนักในคุณค่าของพุทธธรรมเมื่อได้ทราบถึงคุณลักษณะที่ถึงพร้อมซึ่งความเป็นศาสนา ปรัชญา จิตวิทยา ทั้งทางทฤษฎี และทางปฏิบัติอย่างสมบูรณ์ ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิต ทำให้มีสมรรถภาพในการปรับตัว และการแก้ปัญหาชีวิตที่เกิดขึ้น รู้จักการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น มีความเข้าใจในตนเอง และประยุกต์ใช้กับการประกอบอาชีพทุกด้าน ซึ่งสิ่งเหล่านี้มิใช่เป็นเรื่องในการดำรงชีวิตในสังคมที่มีความสับสนซับซ้อนอย่างในปัจจุบัน

ในการเผยแพร่พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ผู้เป็นพระบรมศาสดานั้น "พระองค์ทรงมีพระคุณที่สรรเสริญว่า อนุตฺตโร บุริสทฺมมสารถิ คือทรงเป็นผู้ทรงฝึกคนที่ควรฝึก ไม่มีผู้อื่นจะยิ่งกว่า"^๖ ฉะนั้นแนวทางในการฝึกอบรม บำบัด และฟื้นฟูสภาพจิตใจให้เด็กและเยาวชน กลับตัวกลับใจเป็นคนดีของสังคมนั้น จึงได้พยายามนำแนวทางของพระพุทธองค์มาใช้ ดังเห็นในพุทธวิธีทรงฝึกเวไนยชน พุทธชาดกเรื่องทรงฝึกเด็กอันทพาลได้แสดงไว้ว่า

เมื่อครั้งพระองค์ประทับอยู่ ณ ภูฏาครศาละ คือศาลาที่มีรูปเป็นเรือนยอดในปามหาวันใกล้เมืองเวสาลี ครั้งนั้น มีราชกุมารของกษัตริย์ลิจฉวีวงศ์หนึ่ง ตั้งแต่วัยเยาว์เป็นผู้ที่มีอหังการหยาบช้ำทารุณโหดร้าย ไม่เชื่อฟังคำสั่งสอนของพระบิดา มารดา ตลอดจนถึงครูในราชสำนัก ใครจะห้ามปรามว่ากล่าวตักเตือนอย่างไร ก็ไม่ฟังเสียงทั้งนั้น ใช้อำนาจอหังการหยาบช้ำต่อผู้อื่น และมักจะทำร้ายร่างกายผู้อื่น เพราะแม้เพียงความโกรธด้วยเหตุเล็กน้อยเรื่องเล็กน้อยก็ทำให้เป็นเรื่องใหญ่โต ก่อความวุ่นวายเดือดร้อนขึ้นในราชสำนักเสมอมา กษัตริย์ลิจฉวี ผู้เป็นพระบิดา มารดา ได้ปรึกษากันว่ากุมารนี้ไม่มีใครแล้วที่จะว่ากล่าวสั่งสอนให้เป็นคนดีได้ เห็นจะเป็นพุทธเวไนย คือเป็นผู้ขึ้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์เดียวเท่านั้นที่จะทรงแนะนำสั่งสอนให้กลับเป็นคนดีได้ เมื่อปรึกษาดังนั้นแล้วจึงได้นำพระกุมารองค์นั้น ไปเฝ้าพระพุทธเจ้าที่ปามหาวัน กราบพูลเรื่องราวและอหังการของกุมารให้ทรงทราบแล้ว พูลขอให้พระองค์ประทานโอวาทสั่งสอน พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงมีพระ

^๖พระธรรมยาลังกร, พุทธวิธีทรงฝึกเวไนยชน ตอน ๑ (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พิมพ์หามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๑๐. พิมพ์ในงานพระราชทานเพลิงศพพระไพฑูรย์สถาปิตและประชุมเพลิงศพนางไพฑูรย์สถาปิต พุทธศักราช ๒๕๑๐), ๑.

พุทธดำรัสแก่กุมารนั้นว่า ดูก่อนกุมาร เธอไม่ควรจะดูร้ายหยาบซ้ำผลุนผลันเบียดเบียนผู้อื่น กุมาร
 ขึ้นชื่อว่า คนที่มีวาจาหยาบ ย่อมไม่เป็นที่รักแม้ของมารดาบิดา ผู้บังเกิดเกล้า ทั้งไม่เป็นที่รักของ
 บุตรภรรยา หรือสามี ทั้งไม่เป็นที่รักของพี่น้องผู้ร่วมอุทรกัน ทั้งไม่เป็นที่รักของบรรดามิตรและญาติ
 พวกพ้อง ผู้ที่มีวาจาหยาบไม่เป็นที่ชอบใจของใครๆ ทั้งนั้น เป็นที่เกลียดกลัวของผู้อื่น เหมือนกับงู
 พิษที่จะเข้ามากัดเขาและเหมือนพวกโจรที่ลี้ภัยซ่อนเร้นอยู่จะปล้นเขา หรือเหมือนกับยักษ์ที่กินคน
 ใครๆ เห็นเข้าก็กลัวกันทั้งนั้น ฉะนั้น ผู้ที่มีวาจาหยาบก็ฉนั้น คนที่มีวาจาหยาบพอดตายไปเพียงวาระ
 จิตที่สอง หลังจากจติก็เข้าถึงอบาย มีนรกเป็นต้น ซึ่งเป็นที่ทรมาน เต็มไปด้วยความทุกข์ คนผู้โกรธ
 แม้ในปัจจุบันนี้เอง ถึงจะแต่งตัวด้วยเครื่องประดับประดาที่สวยงาม ก็ดูไม่สวยงาม น่าเกลียด น่า
 กลัว คนซึ่งโกรธ แม้จะมีดวงหน้าที่สวยงามสมบูรณ์เหมือนพระจันทร์ในวันเพ็ญ แต่ก็ย่นเหี่ยวแห้ง
 เหมือนกับดอกบัวที่ถูกฝนไฟ หรือเหมือนกระจกที่มีฝ้า หน้าของคนซึ่งโกรธก็มีรูปร่างผิดไปจาก
 ปรกติเดิมไม่น่าดู เพราะว่าสัตว์ทั้งหลายอาศัยความโกรธแล้ว ย่อมฆ่าตัวเองด้วยศัสตราที่มี กิเลส
 พิษ ผูกคอตาย กระโดดลงเหวเสียก็มี และผู้ที่ตายเพราะความโกรธอย่างนี้ ย่อมเกิดในอบาย มีนรก
 เป็นต้น แม้ในปัจจุบันก็ย่อมได้รับข้อครหาติเตียนโดยชาติว่าเป็นผู้เบียดเบียนผู้อื่น เวลาตายไปก็ยัง
 ตกนรกอีก แม้เมื่อพ้นจากนรกมาเกิดเป็นมนุษย์ ก็จะเป็นผู้ที่มีโรคมาก ตั้งแต่เกิดมาทีเดียว เช่นโรค
 ตา โรคหู เป็นต้นก็จะเกิดขึ้นกลุ่มรวมเบียดเบียนบุคคลนั้น บุคคลนั้นจะไม่หายจากโรค จะทนทุกข์
 ทรมานตลอดไปจนตาย ดูก่อนกุมาร เธอจึงเป็นผู้มีจิตประกอบด้วยเมตตา - กรุณา อ่อนโยนใน
 สัตว์อื่นเกิดอย่าเป็นคนซึ่งโกรธผลุนผลันเลย เพราะว่าผู้ที่มีจิตเมตตากรุณาเช่นนี้จะพ้นภัย มีภัยใน
 นรกเป็นต้น ด้วยอำนาจพระพุทธรูปที่ทรงแสดงโดยยอนี้ กุมารนั้นเมื่อฟังพระโอวาทอยู่ก็ละทิฐิ
 มานะ และเป็นคนเรียบร้อย ไม่มีพิษสง มีจิตเมตตาอ่อนโยนบังเกิดขึ้น ด้วยพระพุทธรูปโอวาทเพียง
 ครั้งเดียวเท่านั้น เมื่อกลับไปแล้ว ถึงผู้อื่นจะด่า หรือทุบตีก็ไม่โกรธ ทำตนเหมือนกับงูที่ถูกถอนเขี้ยว
 เสียแล้ว หรือเหมือนกับงูก้ามหัก และเหมือนกับโคเขาหักฉะนั้น ความเรื่องนี้ ภิกษุทั้งหลายทราบ
 กันแล้วจึงสนทนากันว่า ลิจจวิกุมารนี้ พ่อแม่ญาติมิตร ครูบาอาจารย์ สรรเสริญกันมานาน ก็อบรมให้
 ดีไม่ได้ แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงฝึกกุมารให้ละพยศร้ายได้ เหมือนกับพระองค์ทรง
 กระทำช้างที่ตกมันให้หยุดนิ่งได้ และสมกับที่พระองค์ตรัสว่า หมอช้างก็ฝึกช้างได้ คนฝึกม้าก็ย่อม
 ฝึกม้าได้ พระตถาคตสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงฝึกคนได้ดีกว่านั้น ดังนี้ผู้ที่ชื่อว่าฝึกคนได้ดีเท่าพระผู้มี
 พระภาคเจ้าไม่มีเลย ถึงเรื่องที่ภิกษุเหล่านั้นสนทนากัน เมื่อภิกษุเหล่านั้นกราบทูลให้ทรงทราบแล้ว
 จึงตรัสว่า กุมารนี้ เราสอนเพียงชาติเดียวหาได้ แม้ในชาติก่อนเราก็เคยฝึกให้เป็นคนดี ด้วยโอวาท
 เพียงครั้งเดียวมาแล้ว แล้วจึงทรงนำอดีตนิทานมาเล่าให้ภิกษุทั้งหลายฟังโดยความว่า

“ในอดีตกาล เมื่อพระเจ้าพรหมทัต ได้เสวยราชสมบัติในเมืองพาราณสี พระโพธิสัตว์บังเกิด
 ในสกุลพราหมณ์ เมื่อเจริญวัยแล้ว ก็ได้ไปเรียนไตรเพทและศิลปะในเมืองตักสิลา เมื่อเรียนสำเร็จ
 แล้วได้ครองพรหมวาสอยู่เพียงเวลาเล็กน้อย บิดามารดาก็ล่วงลับไป จึงได้ออกบวชเป็นฤๅษี ได้
 อภิญญา ๕ และเสมาบัติ ได้อาศัยอยู่ในป่าหิมพานต์เมื่ออยู่ในป่าหิมพานต์นานเข้า ก็ไปสู่ชนบท
 เพื่อต้องการอาหารที่มีรสเค็มรสเปรี้ยว เมื่อไปถึงเมืองพาราณสี ก็เข้าอาศัยอยู่ในราชอุทยานพอ

วันรุ่งขึ้นนุ่งห่มเรียบร้อย มีอาภักปิริยาสมบุรณ์อย่างแบบดาบสเข้าไปศึกษาจารย์ในพระนคร เดินผ่าน
ไปทางสนามหลวง

พระเจ้าพาราณสี ประทับยืนอยู่ที่สี่หับัญชร ทอดพระเนตรเห็นพระดาบสนั้นแล้ว ก็ทรงเลื่อม
ในอิริยาบถของพระดาบสนั้น จึงทรงพระดำริว่า พระดาบสนี้สำรวมอินทรีย์มีใจสงบ เดิน
ทอดส่ายตาเพียงชั่วแฉก ก้าวเท้าเดินมาน่าเกรงขามเหมือนกับราชสีห์ ถ้าสันติธรรมคือธรรมที่เป็น
เครื่องสงบสักรอย่างหนึ่งจะพึงมีอยู่ไซ้ร ก็จะมีในพระดาบสนี้เอง แล้วก็ทรงเสลี่ยงมาทางอำมาตย์
ผู้หนึ่ง อำมาตย์ผู้นั้นจึงกราบทูลถามว่า จะให้ทำอะไรพระเจ้าข้า จึงรับสั่งว่า เธอจงไปนำพระดาบส
องค์นั้นมา อำมาตย์นั้นเมื่อได้รับรับสั่งแล้ว จึงเข้าไปหาพระโพธิสัตว์ให้แล้วจึงเข้าไปรับภาชนะ
ภิกษาจากมือของท่าน เมื่อพระโพธิสัตว์ถามว่าทำไม เขาจึงบอกว่า พระราชารับสั่งให้นิมนต์
พระคุณเจ้าไป พระโพธิสัตว์จึงว่า เรามีได้คุ้นเคยกับราชสกุล เราอยู่ป่าหิมพานต์ อำมาตย์นั้นจึงรีบ
ไปกราบทูลพระราชาให้ทรงทราบ พระราชาจึงรับสั่งว่า พระดาบสที่จะคุ้นเคยในราชสกุลของเรา
องค์ก่อนๆ ก็ไม่มี ท่านจงไปนำพระดาบสนั้นมาเถิด อำมาตย์ไปแล้ว อ่อนวอนพระดาบสให้เข้าไปสู่
พระราชวังแล้ว พระราชาทรงนมัสการพระโพธิสัตว์แล้ว เชื้อเชิญให้นั่งบนบัลลังก์ทองภายใต้
เศวตฉัตรที่ยกไว้แล้วด้วยดี ทรงอังคาสพระโพธิสัตว์ด้วยโภชนะที่มีรสอันเลิศต่างๆ ที่พวกห้องเครื่อง
จัดไว้เพื่อพระองค์เอง เมื่อพระดาบสจันเสร็จแล้ว จึงรับสั่งถามว่า พระคุณเจ้าอยู่ที่ไหน พระ
โพธิสัตว์จึงถวายพระพรว่า อยู่ป่าหิมพานต์ พระราชาจึงดำรัสถามว่า บัดนี้พระคุณเจ้าจะไปไหน
พระโพธิสัตว์จึงถวายพระพรว่า อาตมภาพ จะเลือกหาเสนาสนะอันควรแก่การอยู่ในฤดูฝน
พระราชาจึงรับสั่งว่า ถ้ากระนั้นพระคุณเจ้าจงอยู่ในราชอุทยานเถิด เมื่อทรงรับปฏิญาณของพระ
ดาบสแล้ว พระองค์ก็เสวยพระกระยาหาร เมื่อเสร็จแล้ว ทรงนำพระโพธิสัตว์ไปสู่พระราชอุทยาน
รับสั่งให้สร้างบรรณศาลา ทำให้เป็นที่พักทั้งกลางวันและกลางคืนเสร็จแล้วได้ถวายบริวารสำหรับ
บรรพชิตแล้ว ทรงมอบหมายหน้าที่ให้ผู้เฝ้าราชอุทยาน คอยดูแลรักษาพระดาบส แล้วจึงเสด็จเข้าสู่
พระนครพระโพธิสัตว์ก็ได้อาศัยอยู่ในพระราชอุทยานนั้น พระราชาก็ได้เสด็จไปหาพระโพธิสัตว์ทุก
วัน วันละ ๒ ครั้ง ๓ ครั้งเสมอมา

พระราชาพระองค์นั้น มีพระราชโอรสอยู่องค์หนึ่ง เป็นผู้ดูร้ายหยาบช้า ซึ่งพระบิดาไม่สามารถ
จะทรงฝึกสอนอบรมให้ได้ดีได้ แม้บรรดาพระประยูรญาติอื่นๆ ก็ไม่สามารถจะทรงฝึกสอนอบรมให้ดี
ได้ แม้บรรดาพระประยูรญาติอื่นๆ ก็ไม่สามารถเช่นกัน จนพวกอำมาตย์ราชบริพาร พราหมณ์ และ
คฤหบดีทั้งหลาย รวมพวกกันแค้นเคืองพระกุมารนั้น และกล่าวแก่พระกุมารนั้นว่า พระองค์อย่าได้
ทำอย่างนี้เลยแต่พระกุมารก็ไม่เชื่อฟังถ้อยคำของใครๆ คงประพฤติดนเป็นผู้ดูร้ายหยาบช้าทารุณ
อยู่กับใครต่อใครเช่นเดิม จนพระราชาทรงพระดำริว่า คนอื่นนอกจากพระผู้เป็นเจ้าของเรา ซึ่งท่าน
เป็นพระดาบสผู้มีศีล ไม่มีใครจะสอนลูกของเราได้ จึงได้ทรงนำพระกุมารนั้นไปมอบให้พระดาบส
พร้อมด้วยพระดำรัสว่า ข้าแต่พระคุณเจ้า พระกุมารนี้เป็นเด็กดูร้ายหยาบช้า ไม่ยอมฟังเสียงใครๆ
เลย ขอให้พระผู้เป็นเจ้าของช่วยหาอุบายฝึกฝนสั่งสอนให้เป็นคนดีด้วยเถิด พระดาบสรับพระกุมารนั้น
ไปแล้วจึงนำเดินเที่ยวไปในพระราชอุทยานนั้น

เมื่อพระดาบสนำพระราชกุมารเดินไปในสวนนั้น จึงมองไปเห็นต้นสะเดาอ่อนๆ ต้นหนึ่งมีใบเดียว ทันใดนั้น ความคิดของพระดาบสก็เกิดขึ้น เห็นอุบายที่จะฝึกสอนพระกุมาร ซึ่งยังทรงพระเยาว์ไม่ทรงรู้จักต้นสะเดานั้น จึงออกอุบายว่า พระกุมาร จงเก็บใบไม้อ่อนๆ ต้นเล็ก ซึ่งแตกเป็นหน่อมีใบเดียวนั้นเสวยดูเถิด พระกุมารไม่ทรงรู้จักว่ารสใบไม้มันเป็นอย่างไร จึงเก็บใบสะเดาอ่อนๆ นั้นเคี้ยวดู แต่พอรู้สึกว่าเป็นใบไม้มีรสขมเท่านั้น ก็พิโรธว่าสาปแช่งต้นไม้นั้นเสียอย่างหยาดคายต่างๆ พร้อมกับทรงถอนหน่อสะเดานั้นขยี้ทิ้งไปพร้อมกับทรงล่ำทาบไปว่า อ้ายต้นไม้อูบาทว์นี้ ต้นเล็กนิดเดียวสูงแค่นี้ยังขมถึงปานนี้ ถ้าโตขึ้นจะขมสักแค่ไหน และจะทำให้คนอื่นพลอยถูกรสขมของเจ้าต้องเดือดร้อนล้มตายไปด้วย ฉะนั้น เจ้าต้นไม้นี้เจ้าอย่าเป็นอยู่เลย เมื่อพระดาบสได้เห็นอาการกิริยาของพระกุมารเช่นนั้น จึงถือโอกาสกล่าวสั่งสอนว่า พระองค์ถอนแล้วขยี้ต้นสะเดานี้ด้วยคิดว่า ต้นไม้นี้ในเวลายังเด็กอยู่ยังขมถึงปานนี้แล้ว ต่อไปต้นโตขึ้นจะขมสักเพียงไหน ความเจริญหรือความดีของต้นไม้นี้ จะมีมาแต่ไหนนั้น พระองค์ทรงทำแก่ต้นไม้นั้น ฉนใด พวกประชาชนก็จะทำแก่พระองค์ฉันนั้น โดยที่พวกเขาคิดเห็นกันว่า พระกุมารนี้เมื่อยังเล็กๆ อยู่ก็ดูร้ายหยาดเข้าทารุณถึงปานนี้ ต่อไปเมื่อโตขึ้นได้ครองราชย์สมบัติจะเป็นอย่างไร คงจะเป็นพระราชชาติดุร้ายทารุณ ความเจริญของบ้านเมืองและประชาราษฎร์จะมีได้อย่างไร แล้วพวกเขาก็กำจัดพระองค์เสีย ไม่ให้ครองราชย์สมบัติอันเป็นของสกุลวงศ์ของพระองค์ เหมือนกับพระองค์ถอนต้นสะเดานี้ เพราะฉะนั้น จงละความประพฤตินี้เป็นเครื่องข่มขืนในใจของประชาชน เหมือนกับความขมของใบสะเดาเพียงใบเดียวนั้นเสียเถิด และต่อแต่นี้ไปจงทรงมีความอดทนต่ออารมณ์ยั่วเย้าต่างๆ และจงมีเมตตากรุณา ในสัตรีอันผู้อื่นเกิด เพียงโอวาทที่ประกอบไปด้วยอุปมาครั้งเดียวเท่านั้น พระกุมารก็ละมานะหมดพยศร้าย ทรงประกอบไปด้วยขันติ เมตตา และกรุณา ตั้งตนอยู่ในโอวาทของพระโพธิสัตว์ เมื่อพระบิดาสวรรคตแล้ว ก็ได้ครองราชย์สมบัติ ทรงปกครองบ้านเมืองโดยธรรม และบำเพ็ญบุญมีทานเป็นต้นจนตลอดพระชนมายุ^๙

รวมถึงในพุทธประวัติเรื่องที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอน องคุลิมาล ให้กลับตัวกลับใจ ตั้งอยู่เป็นผู้ไม่ประมาท บำเพ็ญเพียร จนบรรลุแห่งพรหมจรรย์เป็นพระอรหันต์ แสดงให้เห็นได้ว่าเมื่อในอดีตกาลนั้นพระพุทธองค์ทรงฝึกอบรม สั่งสอน ผู้ที่เป็นอันธพาล และเกรง นั้นด้วยการใช้ลักษณะธรรมชาติรอบตัวมาอบรมสั่งสอน และชี้ให้เห็นถึงสภาวะความเป็นจริงอย่างเป็นเหตุเป็นผล ฉะนั้นจึงเชื่อว่าเด็กและเยาวชนจากสถานพินิจ นั้นก็สามารถฝึกอบรม บำบัด และฟื้นฟูสภาพจิตใจให้กลับตนเป็นคนดีได้เช่นกัน ด้วยหลักพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ แต่คงไม่ได้ทั้งหมดทุกคนทุกครั้งที่ไปเพราะเด็กและเยาวชนนั้นมีความสามารถในการรับรู้และเข้าใจที่แตกต่างกัน ดังที่พระพุทธองค์ได้ทรงเปรียบมนุษย์กับดอกบัว ๔ ลักษณะคือ

^๙พระธรรมยาลังกร, พุทธวิธีทรงฝึกเวไนยชน ตอน ๑, ๘ - ๑๔.

๑ อุกมตัตถุญ คือพวกฉลาดมาก เหมือนบัวที่พ้นน้ำแล้ว เพียงได้ฟังหัวข้อธรรมที่ยกขึ้น ก็จะเข้าใจได้โดยง่าย

๒ วิปจิตถุญ คือพวกฉลาดพอควร เหมือนดอกบัวที่อยู่เสมอน้ำ เพียงฟังคำอธิบายก็เข้าใจได้

๓ เยยะ คือพวกฉลาดปานกลาง หรือเวไนยสัตว์เหมือนดอกบัวที่อยู่ใต้น้ำ มีโอกาสที่จะโผล่ขึ้นมาในวันต่อไป เมื่อได้รับการอบรมบ่มสติปัญญาพอควรก็จะเข้าใจธรรมได้

๔ ปทปรมะ คือผู้ที่โง่เขลา เหมือนบัวที่อยู่ในโคลนตมยากที่จะสอนให้เข้าใจได้ ไม่มีโอกาสโผล่เหนือน้ำ^{๑๐}

ในกลุ่มเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ นั้นก็มีหลายระดับหลายจำพวกเช่นกัน คือเด็กที่ไม่ต้องสอนก็กลับตัวกลับใจได้ เด็กที่สามารถสอนพระธรรมคำสอน อบรม บำบัดและฟื้นฟูสภาพจิตใจได้และกลุ่มที่ไม่สามารถสอน อบรม บำบัด และฟื้นฟูสภาพจิตใจได้ เด็กและเยาวชนเหล่านั้นจึงไม่สามารถรับรองได้ว่าการอบรม บำบัด และฟื้นฟูสภาพจิตใจด้วยหลักพระธรรมคำสอนแล้ว เด็กและเยาวชนจากสถานพินิจจะตั้งอยู่เป็นผู้ไม่ประมาทหรือเป็นคนดีของสังคมได้ทุกคน ดังนั้นโครงการวัดพินิจธรรมสถานจึงมุ่งหวังในกลุ่มเด็กที่มีความประพฤติที่ดีที่สามารถจะอบรม บำบัด ฟื้นฟูสภาพจิตใจได้

วัดพินิจธรรมสถาน เป็นวัดที่นอกจากจะเป็นศูนย์กลางของชุมชนและเป็นสถานที่ประกอบศาสนพิธีแล้ว ยังเป็นสถานที่เพื่อใช้อบรมและฟื้นฟูสภาพจิตใจเด็กและเยาวชน โดยจะรับเด็กและเยาวชนจากสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดตรัง เข้ามาอบรมเป็นกลุ่มๆ ภายในบริเวณวัด ด้วยการปฏิบัติธรรม โดยให้เข้ากับพฤติกรรม อุปนิสัย และความต้องการของเด็กและเยาวชน ด้วยการให้หลักพระธรรมคำสอนและหลักจิตวิทยาพุทธศาสนา แบบผสมผสานเพื่อกระตุ้นการควบคุมพฤติกรรมและอารมณ์ของตนเองสำหรับเด็กและเยาวชนจากสถานพินิจฯ รวมถึงชุมชนและพุทธศาสนิกชนผู้สนใจในพระธรรมคำสอน ของพระพุทธองค์

ในการอบรม บำบัดและฟื้นฟูสภาพจิตใจของเด็กและเยาวชนด้วยหลักพระธรรม คำสั่งสอนของพระพุทธองค์ จำเป็นต้องทำความเข้าใจ พฤติกรรมของเด็กและเยาวชน ในด้านจิตวิทยาเบื้องต้นก่อน เพื่อทำความเข้าใจความต้องการเบื้องต้น และพฤติกรรมการแสดงออกของเด็กและเยาวชน รวมถึงสาเหตุที่อาจทำให้เด็กและเยาวชน แสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และการอบรม

^{๑๐}พุทธทาสภิกขุ, แก่นพุทธศาสนา (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แพรวพินิตา, ๒๕๒๔),

บำบัดฟื้นฟูสภาพจิตใจต้องอาศัยหลักจิตวิทยาในการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับเด็กและเยาวชน ให้เหมาะสมกับสภาวะทางจิตใจและร่างกายด้วย

เด็กและเยาวชน

ศาลคดีเด็กและเยาวชนกลางได้ตั้งขึ้นเป็นครั้งแรกโดยพระราชบัญญัติจัดตั้งศาลคดีเด็กและเยาวชนกลางเมื่อ พ.ศ.๒๔๙๔ มีความมุ่งหมายเพื่อสวัสดิภาพของเด็กและเยาวชน โดยกำหนดว่า

เด็ก หมายความว่า บุคคลที่มีอายุเกินกว่า ๗ ปีบริบูรณ์ แต่ยังไม่เกินกว่า ๑๔ ปีบริบูรณ์

เยาวชน หมายความว่า บุคคลที่มีอายุเกินกว่า ๑๔ ปีบริบูรณ์แต่ยังไม่ถึง ๑๘ ปีบริบูรณ์ แต่ไม่ให้นำความถึงบุคคลผู้บรรลุนิติภาวะแล้วด้วยการสมรส

ในทางการกฎหมายถือเอาผู้ที่มีอายุ ๑๘ ปีบริบูรณ์ เป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบในการกระทำความผิดด้วยตนเอง หรืออีกนัยหนึ่งในทางความคิดเห็นของนักกฎหมายนั้น ได้กำหนดเอาอายุครบ ๑๘ ปีว่าเป็นผู้มีสถานะแล้ว ผู้ที่มีอายุต่ำกว่า ๑๘ ปี ถ้าไปกระทำความผิดก็จะต้องถูกส่งตัวขึ้นศาลเด็ก แทนที่จะเป็นศาลของผู้ใหญ่ตามปกติธรรมดา^{๑๑}

พฤติกรรม

ความหมายของคำว่า พฤติกรรม นักจิตวิทยาให้ความหมายของคำว่า “พฤติกรรม” ใกว้างขวางมาก อย่างไรก็ตามเราพอ สรุปได้ว่า พฤติกรรมหมายถึง กิจกรรมที่มนุษย์แสดงออกทั้งหมด อาจจะมองเห็นได้ง่าย เช่นการเดิน การพูด การเขียน และสิ่งที่มองเห็นได้ยากหรือมองไม่เห็นเช่น การฟัง การจำ และการคิดหาเหตุผล

จากการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ทุกวัย พบว่าพฤติกรรมทุกชนิดที่แสดงออกมีจุดหมายปลายทาง ที่ผู้แสดงออกต้องการไปให้ถึง และมีหลักในการศึกษาพฤติกรรม ดังนี้

๑. พฤติกรรมทุกชนิดจะต้องมีสาเหตุ
๒. พฤติกรรมที่เหมือนกัน อาจจะมาจากสาเหตุที่แตกต่างกัน

^{๑๑}คมกริช วัฒนเสถียร, ศาลคดีเด็กและเยาวชน (กรุงเทพฯ : การพิมพ์พระนคร, ๒๕๐๗), ๑ - ๒.

๓. พฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่จำเป็นจะต้องเกิดมาจากสาเหตุแต่เพียงอย่างเดียว แต่อาจจะเกิดขึ้นมาจากสาเหตุหลายอย่างก็ได้^{๑๒}

พฤติกรรมของเด็กย่อมมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดกับความเจริญเติบโต การเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ ตลอดจนความปรารถนาของหัวใจ นอกจากนั้นขนบธรรมเนียม ประเพณีหรือวัฒนธรรมก็เป็นส่วนที่จะก่อให้เกิดพฤติกรรมขึ้นแก่เด็ก และสิ่งประกอบที่สำคัญและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กคือ ตัวบุคคล เช่น พ่อ แม่ ครู เพื่อน และประชาชนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับที่เด็กได้ติดต่อสัมพันธ์ด้วย แม้แต่ตัวของเด็กเองก็ยังเป็นเหตุ เช่น เมื่อเด็กรู้สึกเกิดปมด้อย รู้สึกขาดความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ เห็นตัวเองไม่มีคุณค่า ก็จะทำให้พฤติกรรมของเด็กเปลี่ยนแปลงไป สาเหตุของพฤติกรรมมีมากมายหลายอย่าง แต่สิ่งที่อยู่เบื้องหลังการแสดงออกของมนุษย์ส่วนใหญ่นั้น ได้แก่ แรงขับภายในตัวมนุษย์ ซึ่งเกิดขึ้นเพราะมีแรงเร้าจากภายนอกมากระตุ้นอวัยวะสัมผัส เราจึงอาจกล่าวได้อีกอย่างหนึ่งว่า พฤติกรรมทั้งหมดของมนุษย์เกิดจากการเร้า

ยกตัวอย่างให้เห็นชัดขึ้นก็ได้แก่ขณะที่เรามีชีวิตอยู่ ร่างกายมีความต้องการหลายอย่าง สำหรับการดำรงชีวิต เช่น อาหาร น้ำ อากาศ และอื่นๆ เมื่อใดก็ตามที่ร่างกายเกิดความรู้สึกหิว ความหิวเป็นสิ่งเร้า ทำให้ร่างกายเกิดแรงขับขึ้นภายใน ผลักดันให้เราไปแสวงหาอาหารเพื่อนำมาสนองร่างกายนั้นคือ การกระทำต่างๆ เพื่อให้ได้สิ่งที่ต้องการนั้น เรียก พฤติกรรม ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า ต้นตอสำคัญของพฤติกรรม ก็คือแรงขับ ซึ่งเกิดจากความต้องการของร่างกายอีกชั้นหนึ่ง ความต้องการของมนุษย์มีมากมาย พูดกันได้ไม่มีวันสิ้นสุด แต่นักจิตวิทยาได้สรุปสาเหตุของพฤติกรรมของเด็กว่า เนื่องมาจากความต้องการ ๒ ประเภท ได้แก่

๑. ความต้องการทางกาย หรือความต้องการทางสรีระความต้องการประเภทนี้เป็นสิ่งจำเป็นของการมีชีวิตอยู่ เช่น ความต้องการอาหารเพื่อบรรเทาความหิว ความกระหาย ความต้องการอากาศสำหรับหายใจ ความต้องการออกกำลังกาย ความต้องการขับถ่ายของเสีย เป็นต้น

สิ่งต่างๆ ที่ร่างกายของเด็กต้องการนี้ หากว่าไม่ขาดตกบกพร่อง เด็กก็จะเกิดความสุขและความพอใจ แต่ถ้าหากเกิดขาดขึ้นมาในขณะใดก็เป็นเหตุให้เด็กต้องดิ้นรน ตัดสินใจ ทำอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อให้ได้สิ่งที่ขาดมา จะเป็นแรงผลักดันให้เด็กกล้ากระทำพฤติกรรมที่มีจุดหมายปลายทาง และมีสาเหตุที่เนื่องมาจากความต้องการทางร่างกาย

๒. ความต้องการทางสังคม ถ้าหากพฤติกรรมของเด็กมีสาเหตุมาจากความต้องการแต่เพียงอย่างเดียว การเข้าใจพฤติกรรมของเด็กก็คงจะง่าย แต่เนื่องจากมนุษย์เราเป็น

^{๑๒} สุชา จันทน์เอม, จิตวิทยาวัยรุ่น (นครหลวง : แพรวพินทยา, ๒๕๑๕), ๑๗๔ - ๑๗๕.

สัตว์สังคม เด็กจึงมีความต้องการทางสังคมเกิดขึ้น เช่น ต้องการความสำเร็จ ต้องการความรัก ต้องการให้คนอื่นยกย่องและยอมรับนับถือ ต้องการเป็นอิสระและอื่นๆ

ความต้องการทางสังคมแต่ละอย่าง อาจทำให้เกิดพฤติกรรมนานาชนิด เช่น เด็กที่ต้องการความสำเร็จจะพยายามทุกอย่างที่จะไปให้ถึงจุดหมายปลายทางที่ตนตั้งไว้ โดยยอมอดทน หรือโดยทุจริตก็ได้เช่นกัน ลักษณะพฤติกรรมของเด็กที่แสดงออกมา โดยทั่วไปถ้าเป็นพฤติกรรมที่ปกติก็ไม่มีอะไรที่จะวิตก แต่ที่ต้องเอาใจใส่ให้มากหมายถึงพฤติกรรมที่ผิดปกติ ลักษณะพฤติกรรมของเด็กที่แสดงออกมาให้เห็นได้ชัดมีดังนี้ คือ

๒.๑ ขาดเสถียรภาพในทางอารมณ์ ทำอะไรเกินขอบเขตเพราะเด็กขาดความยับยั้งความคิด รู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือมีอารมณ์วู่วามซึ่งเป็นเครื่องหมายของการไม่บรรลุนิติภาวะในทางอารมณ์

๒.๒ ทำอะไรเป็นเด็กมีความอวดดี

๒.๓ จะสนใจในปัญหาเกี่ยวกับปรัชญา ศาสนา

๒.๔ ทำอะไรอยากได้น้ำ อยากทำเด่น มีความโอ้อวด การทำอะไรอยากเด่น หรืออยากได้น้ำนี้ เป็นความต้องการของทางจิตใจ

๒.๕ ชอบแสดงออกมาเหมือนผู้ใหญ่ เขาจะเลียนแบบการกระทำของผู้ใหญ่

๒.๖ ยืนยันและอ้างสิทธิ์บางสิ่งบางอย่าง เวลาผู้ใหญ่ห้ามปรามหรือดุด่า เด็กมักจะอ้างสิทธิ์ต่างๆ นานา เพื่อที่จะหลีกเลี่ยงหรือกระทำตามใจตนเอง

๒.๗ มีความสนใจในร่างกายเป็นพิเศษ เช่น สนใจในความองอาจ ความสวยงามของร่างกาย เป็นต้น

๒.๘ เด็กหญิงเจริญกว่าเด็กชาย ดังนั้นเด็กหญิงจึงมีความสนใจเพศตรงข้ามก่อน

ธรรมชาติและพฤติกรรมของวัยรุ่นที่เห็นเด่นชัด มีดังนี้

๑. เด็กวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นภายในร่างกายมาก เป็นผลให้อารมณ์ของเด็กเปลี่ยนแปลงด้วย

๒. เด็กวัยรุ่นต้องการบ้านที่มีความรัก ความอบอุ่น ต้องการบิดามารดาที่อบรมเขาด้วยความเข้าใจ

๓. เด็กวัยรุ่นมีความต้องการอิสรภาพมาก ไม่ชอบที่จะให้บิดามารดามายุ่งเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัวของเขา ไม่บังคับเข้มงวดจนเกินไป

๔. เด็กวัยรุ่นรักความยุติธรรมอย่างรุนแรง ถ้ารู้สึกว่าคุณไม่ได้รับความยุติธรรมจะแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบทันที

๕. เด็กวัยรุ่นต้องการจะมีอาชีพที่เป็นหลักฐาน ผู้ใหญ่จึงควรชี้แนวทางให้เด็กได้ประกอบอาชีพตามถนัด

๖ เด็กวัยรุ่นมีความรักและต้องการเพื่อนมาก มักจะเจ็บใจแทนเพื่อนและอยากมีทุกอย่างเหมือนเพื่อน

๗. เด็กวัยรุ่นเริ่มมีความสนใจเพื่อนต่างเพศ บิดามารดาไม่ควรกีดกัน เพราะจะทำให้วัยรุ่นหาทางหลีกเลี่ยงหนีผู้ใหญ่ไปพบกันเอง

๘. เด็กวัยรุ่นชอบที่จะคบเพื่อนเป็นกลุ่ม และแสดงออกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเป็นต้นว่ามีท่าทาง คำพูดแปลกๆ การแต่งกายที่คล้ายคลึงกัน

๙. เด็กวัยรุ่นมักคิดว่าตนเองเป็นผู้ใหญ่แล้ว จึงมักเลียนแบบผู้ใหญ่ แสดงความคิดเห็นต่างๆ อย่างรุนแรงและอาจผิดพลาดได้

๑๐. เด็กวัยรุ่นไม่ชอบที่จะให้ผู้ใหญ่ปฏิบัติต่อเขาอย่างเด็กๆ

๑๑. เด็กวัยรุ่นไม่ต้องการที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนให้บิดามารดารู้โดยสิ้นเชิง และไม่ชอบให้บิดามารดาเบียดเบียนส่วนตัวของตน

๑๒. เด็กวัยรุ่นไม่ชอบสภาพที่ผู้ใหญ่คิดว่าตนเองถูกเสมอไป

๑๓. เด็กวัยรุ่นไม่ชอบให้บิดามารดาทะเลาะกัน

๑๔. เด็กวัยรุ่นไม่ชอบให้ผู้ใหญ่นำตนไปเปรียบเทียบกับผู้อื่น

๑๕. เด็กวัยรุ่นไม่ชอบให้ผู้ใหญ่ดูว่า เมื่อเขาสอบได้คะแนนน้อยกว่าเพื่อนๆ

ความสนใจและอารมณ์ของวัยรุ่น สามารถแยกความแตกต่างของวัยรุ่นหนุ่มวัยรุ่นสาวออกได้ดังนี้

๑ ความสนใจในเรื่องสุขภาพ ได้แก่เรื่องการกิน การนอน การพักผ่อนนอนหลับ เสื้อผ้า ความสะอาด การป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ

๒. ความสนใจในเรื่องเพศ การทำงานของต่อมเพศในร่างกายของเด็กวัยรุ่นทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย

๓. ความสนใจในงานอาชีพ การศึกษาของนักจิตวิทยาพบว่าสิ่งที่วัยรุ่นปรารถนาอย่างยิ่งคือ ความเป็นหลักฐาน (Status) สืบเนื่องมาจากความต้องการเป็นไทยอิสระแก่ตัวเอง

๔. ความสนใจในกิจกรรมสนทนาการ เนื่องจากเด็กวัยรุ่นมีพลังงานมากจึงสนใจกีฬาเป็นทีม หรือกิจกรรมที่ทำเป็นกลุ่ม สนใจเรียนรู้การทำงานแปลกๆ และที่ยาก รวมทั้งต้องการมี

ความสามารถเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ด้วย ความสนใจในการค้นคว้าและสร้างจินตนาการ เด็กวัยนี้ควรมีความรู้สึกนึกคิดในการสร้างสรรค์การประดิษฐ์คิดค้นเริ่มจะมีขึ้น การค้นคว้าในวิทยาศาสตร์ สนใจมากในการประดิษฐ์การเขียนภาพ การแต่งบทประพันธ์ เป็นต้น

๕ ความสนใจการเรียนรู้ในสิ่งที่ตนสนใจ พยายามคิดค้นว่าทำอย่างไรจึงจะได้ผลดี ทำงานให้มีประสิทธิภาพ ปัญหายากๆ ได้

๖. ความสนใจในเรื่องคุณสมบัติส่วนตัว เด็กวัยรุ่นจะสนใจในลักษณะทั้งหลายที่จะนำตนไปสู่ความสำเร็จในด้านการงาน หรือการกระทำต่างๆ ในด้านการสังคมกับบุคคลอื่นๆ คุณลักษณะที่จำเป็นในการเข้าสังคมและเป็นที่ยอมรับของกลุ่มสังคมของตน

๗. ความสนใจในเรื่องปรัชญาชีวิต ในระยะที่ย่างเข้าสู่วัยรุ่นนี้เด็กเริ่มคิดถึงหลักอุดมคติ หรือสุภาษิตประจำตัว เพื่อเป็นเครื่องเตือนใจซึ่งแสดงให้เห็นว่าเขาเริ่มสนใจในปรัชญาชีวิตด้วย ซึ่งโดยปกติจะเกิดควบคู่^{๑๓}

พัฒนาการและความต้องการของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญ เป็นช่วงของชีวิตระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ พรอยด์ ได้อธิบายว่า วัยรุ่น “คือระยะของการเปลี่ยนแปลง” ซึ่งอธิบายว่าจะเป็นการเริ่มต้นของการเข้าสู่วัยหนุ่มสาว วัยรุ่นเป็นวัยที่ยังมี Id (สัญชาตญาณเดิม) ที่กำลังแข็งแรงซึ่งกำลังต่อสู้กับ Ego (ความรู้ตัวตนตามเหตุผล) ที่ยังอ่อนแออยู่ ลักษณะของวัยรุ่น คือการเอาตัวเองเป็นศูนย์กลางของจักรวาล และเป็นศูนย์กลางของความสนใจของคนอื่นทั้งหมด เด็กวัยรุ่นจะสร้างความรู้สึกที่อยากเป็นที่รัก เป็นที่สนใจ ในขณะเดียวกันก็อาจจะอุทิศตัวเองเพื่อสังคมอย่างมาก เด็กวัยนี้จะเห็นแก่ตัวมากวัตถุนิยม แต่ขณะเดียวกันก็จะมีอุดมการณ์ เป็นคนมีคุณธรรมสูงมาก ขณะที่วันรุ่งขึ้นลักษณะต่างๆ นี้จะเปลี่ยนไป เช่น กลายเป็นคนหยาบซ่า ไม่มีสัมมาคาราวะ มองโลกในแง่ร้าย เป็นต้น

ลักษณะพัฒนาการในเด็กวัยรุ่น วัยเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น (Puberty) ร่างกายมีการเจริญเติบโตทางเพศอย่างสมบูรณ์ทั้งในเด็กหญิงและชาย สำหรับเด็กหญิงสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงความเจริญของร่างกายเต็มก็คือ การมีประจำเดือนครั้งแรก ส่วนเด็กชายไม่มีลักษณะบ่งชี้เช่นเด็กหญิง แต่จะสังเกตได้จากการหลั่งน้ำอสุจิในครั้งแรก การมีขนตามอวัยวะเพศ น้ำเสียงที่พูดห้าวขึ้น มีลักษณะที่เรียกว่าแตกพาน เด็กหญิงนอกจากมีประจำเดือนเป็นครั้งแรกแล้ว สัดส่วนต่างๆ ของร่างกายก็

^{๑๓} สุชา จันทน์เอม, จิตวิทยาวัยรุ่น, ๑๗๔ - ๑๘๕.

เปลี่ยนไปโดย เฉพาะด้านอวัยวะเพศและการเจริญเติบโตของทรวงอก เนื่องจากต่อมต่างๆ ผลิตน้ำฮอริโมนไปบำรุงมากขึ้น ในระยะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นนี้ เป็นระยะที่เตือนให้เราเห็นว่าระยะของวัยรุ่นได้ใกล้เข้ามาแล้ว

วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence) การเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และความนึกคิด มีลักษณะค่อยเป็นค่อยไป ในด้านร่างกายนั้นมีการเปลี่ยนแปลงมากและสิ้นสุดลงเมื่อถึงวุฒิภาวะของวัยรุ่น ในด้านจิตใจนั้นส่วนใหญ่เป็นผลพลอยได้มาจากความเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย แม้ว่าลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจะเป็นสิ่งปกติของเด็กทุกคนเมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นก็ตาม แต่ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของเด็กแต่ละคนมักไม่เหมือนกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม

วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) ในระยะนี้การพัฒนาการของวัยรุ่นเริ่มเข้าสู่วุฒิภาวะอย่างสมบูรณ์แบบ ซึ่งมักมีการพัฒนาทางด้านจิตใจมากกว่าทางร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางด้านเกี่ยวกับความนึกคิดและปรัชญาชีวิต เด็กวัยรุ่นตอนนี้ มักพยายามปรับปรุงร่างกายของตัวเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมมากยิ่งขึ้น โดยพยายามหัดตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ด้วยตัวเอง ก่อให้เกิดความมั่นคงด้วยตนเอง แต่ก็ต้องขึ้นกับสภาพครอบครัวด้วยคือ ในบุคคลที่อยู่ในครอบครัวใหญ่ มีฐานะมั่นคงและพ่อแม่ไม่เข้มงวดจนเกินไป จะมีความมั่นใจและมั่นคงมากกว่าคนที่อยู่ในครอบครัวเล็กๆ และได้รับความเข้มงวดจากพ่อแม่ เมื่อประสบปัญหาในระยะนี้ เด็กมักหลีกเลี่ยงการขอความช่วยเหลือจากพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ แต่มักพยายามหาทางแก้ปัญหาด้วยตนเอง ซึ่งก่อให้เกิดการปรับตัวที่ดีขึ้นและอยู่ร่วมกับคนอื่นได้ด้วยความสะดวกสบาย แต่ในทางตรงกันข้ามถ้าแก้ปัญหาไม่ได้ ก็จะทำให้อารมณ์ไม่ดี ใจคออ่อนไหวง่าย แต่จะพยายามดับอารมณ์ด้วยความสุขุมเยือกเย็นมากยิ่งขึ้น

ตามปกติวัยรุ่นตอนปลายมักมีความกระตือรือร้นที่จะสร้างความประทับใจต่างๆ เพื่อที่จะแสดงว่าตนไม่ใช่วัยรุ่นต่อไป เช่น ในเด็กหญิงก็จะเริ่มใช้ลิปสติกและสวมรองเท้าส้นสูง ส่วนในเด็กชายมักจะฝันที่จะเป็นเจ้าของรถยนต์สักคัน ทั้งนี้เพื่อต้องการสร้างความประทับใจว่าขณะนี้เขาโตเต็มที่แล้วและย่อมจะมีสิทธิเสรีภาพต่างๆ เช่นเดียวกับผู้ใหญ่ และจะพยายามลอกเลียนแบบผู้ใหญ่ เช่นสูบบุหรี่ หัดดื่มเหล้า เป็นต้น

เด็กแต่ละคน ย่อมมีพัฒนาการแตกต่างกัน ทั้งในด้านขนาด รูปร่าง ความสามารถในการเรียนรู้ แม้ว่าเด็กจะมีอายุเท่ากันก็ตาม เมื่อเด็กย่างเข้าสู่วัยรุ่น ต่อมาไร้ท่อย่างต่างๆ จะเริ่มผลิตฮอริโมนเพื่อกระตุ้นให้อวัยวะบางส่วนของร่างกายทำงานได้สมบูรณ์ ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาการด้านอื่นๆ คือ

๑. พัฒนาการทางกาย ความเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย เป็นพื้นฐานที่จะนำไปสู่พัฒนาการในด้านอื่นๆ ของวัยรุ่นเช่น พัฒนาการทางด้านอารมณ์และพฤติกรรมที่เด็กแสดงออก สำหรับพัฒนาการทางกายนี้มีส่วนประกอบต่างๆ ได้แก่ โครงกระดูก ส่วนสูง น้ำหนัก ตลอดจนต่อมไร้ท่อต่างๆ การเปลี่ยนแปลงทางกระดูก เมื่อเด็กอายุ ๑๓ - ๑๔ ปี กระดูกจะแข็งแรงขึ้น ทั้งความแน่นและความแข็งของกระดูกอวัยวะต่างๆ เริ่มเคลื่อนไหวและใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่วนสูงและน้ำหนัก เด็กอายุ ๑๔ ปีส่วนใหญ่มีขนาดรูปร่างขยายขึ้นเห็นได้ชัด เป็นวัยที่มีความเติบโตทางส่วนสูงเป็นไปอย่างรวดเร็วที่สุด ต่อมไร้ท่อมีหน้าที่ผลิตฮอร์โมนต่างๆ ซึ่งจะช่วยในการพัฒนาร่างกายของเด็กต่อมเหล่านี้ขึ้นอยู่กับส่วนต่างๆของร่างกาย สภาพร่างกาย เป็นระยะที่พัฒนาการทางร่างกายเป็นไปอย่างรวดเร็ว มีน้ำหนักส่วนสูงเพิ่มขึ้น สัดส่วนต่างๆ ของร่างกายจะเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ อวัยวะเพศเติบโต มีระบบการทำงานได้อย่างเต็มที่ ซึ่งมีต่อลักษณะประจำเพศ (Primary and Secondary sex Characteristics) ทำให้สังเกตได้ว่าบุคคลใดเป็นเพศชายหรือเพศหญิง ต่อมไร้ท่อมักทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนต่างๆ เป็นเครื่องช่วยให้สารเคมีภายในร่างกายอยู่ในลักษณะสมดุล ต่อมเหล่านี้จะทำงานอยู่ในลักษณะซับซ้อน และทำงานขึ้นแก่กันและกันและ เช่น ต่อมเพศอวัยวะเพศของชายเริ่มผลิตอสุจิ และอวัยวะเพศเริ่มผลิตไข่ ต่อมเพศยังผลิตฮอร์โมนที่จะทำให้เกิดพัฒนาการของลักษณะที่แสดงเพศหญิงและชาย เช่น เด็กชายเริ่มมีหนวด เสียงแตกและอื่นๆ ส่วนเด็กหญิงจะเริ่มมีหน้าอก สะโพกผาย เอวคอด มีประจำเดือน

๒. พัฒนาการทางอารมณ์ พัฒนาการทางอารมณ์มีผลมาจากปัจจัยต่างๆ ดังต่อไปนี้ คือ

๒.๑ ผลจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจะต่อเนื่องถึงพัฒนาการทางอารมณ์ ที่มองเห็นชัด เช่น ลักษณะทางเพศปรากฏเด่นชัดขึ้น ทำให้เด็กมีความต้องการใหม่ๆ เริ่มสนใจเพศตรงข้าม

๒.๒ พ่อแม่ โรงเรียน เพื่อน ก็มีอิทธิพลต่อพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กวัยรุ่นเช่นกัน พ่อแม่สร้างกฎเกณฑ์ใหม่ๆ ทำให้เด็กเกิดความคับข้องใจ เกิดความขัดแย้งกับระเบียบวินัยขึ้น ฉะนั้นเวลาอยู่ในครอบครัว เด็กจะชอบเก็บตัวอยู่ตามลำพัง โรงเรียนและเพื่อนเป็นสิ่งแวดล้อมใหม่ที่ทำให้เด็กวัยรุ่นต้องปรับตัวอย่างมาก ทำให้พัฒนาการทางอารมณ์เต็มไปด้วยความไม่มั่นใจ

๒.๓ ฮอร์โมน มีส่วนทำให้เด็กเปลี่ยนแปลงในเรื่องเพศ ทำให้อารมณ์เด็กไม่มั่นคง ขาดความมั่นใจในตัวเอง ทำอะไรไม่ถูก ความต้องการที่สำคัญ คือ ต้องการพึ่งตนเอง

ต้องการมีส่วนร่วมของหมู่คณะ เด็กวัยรุ่นจึงมักรวมกันเป็นกลุ่มหรือแก๊ง เมื่อผู้ใหญ่กีดกันจึงมีความเครียดเกิดขึ้น ในวัยรุ่นย่อมประสบความขัดข้องใจและข้อขัดแย้งในใจหลายด้าน จึงทำให้เด็กวัยรุ่นมีลักษณะความรู้สึกทางอารมณ์หลายชนิดเกิดขึ้น ลักษณะที่สำคัญได้แก่

๒.๓.๑ เป็นคนเจ้าความคิด

๒.๓.๒ รู้ดีกว่าตนเองมีปมด้อย

๒.๓.๓ กระวนกระวายใจ

๒.๓.๔ เก็บตัว หนีสังคม ชีพเสา

๒.๓.๕ บุคลิกภาพเสื่อม เช่น ไม่ยอมรับผิดชอบทั้งๆ ที่เตือนและ

ลงโทษ

๒.๓.๖ วิตกกังวลใจและกลัว

๒.๓.๗ ร่างกายผิดปกติไม่สบายเพราะอารมณ์เสีย

๒.๓.๘ ฉุนเฉียวโมโหง่าย รุนแรง ปึงปึง

๒.๓.๙ ติดเพื่อน สร้างวิมานในอากาศ

แนวทางต่อไปนี้จะช่วยให้คนมีอารมณ์ดีได้ คือ

๑. พยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เร้าอารมณ์ให้เกิดความเศร้า ตกใจและกลัว

๒. จงเรียนรู้ศึกษาถึงอารมณ์ให้มาก เช่น จากการอ่านหนังสือ จากตัวละครที่แสดง หรือสังเกตจากชีวิตจริงว่าอะไรดีไม่ดี

๓. พยายามข่มใจให้สงบ ระวังยับยั้งอารมณ์ให้เป็นไปที่ละเล็กทีละน้อย

๔ ทำงานเป็นกิจวัตรประจำ งานจะช่วยให้เพลิดเพลินไม่คิดมาก

๕. มีอารมณ์รื่นเริงอยู่เสมอ เห็นโลกนี้น่าอยู่สนุกสนาน

สภาพทางจิตใจ อารมณ์ของเด็กวัยรุ่นจะรุนแรงกว่าวัยเด็ก เมื่อเขาจะทำอะไร มักจะต้องได้ดังใจ เด็กวัยรุ่นใจเร็วด่วนได้ การตัดสินใจไม่ค่อยมีการพิจารณาให้รอบครอบ ความรู้สึกนึกคิดในทางด้านสร้างสรรค์ประดิษฐ์คิดค้นเริ่มจะมีขึ้น ความสงสัยในกฎเกณฑ์และระเบียบแบบแผนของสังคมก็จะเกิดขึ้นด้วย ลักษณะพิเศษยิ่งของเด็กวัยรุ่นคือ ความปรารถนาจะมีเพื่อนต่างเพศ ด้วยเหตุที่ว่าอวัยวะทางเพศเจริญเติบโต พร้อมทั้งจะทำงานตามหน้าที่ของมันได้ฝ่ายเด็กผู้ชายก็มีตัวสเปิร์ม (Sperm) แล้วฝ่ายหญิงก็เริ่มมีไข่ที่สมบูรณ์ พร้อมทั้งจะผสมกันเป็นเด็กอ่อนได้

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจในลักษณะต่างๆ ของวัยรุ่นพอสรุปได้ดังนี้

รุนแรง

๑. มีความต้องการและความปรารถนาใหม่ๆ เกิดขึ้น และเป็นไปอย่าง

๒. มีความรู้สึกทางเพศเกิดขึ้น

๓. เกิดความกระวนกระวายใจในเรื่องความเติบโต

๔. สติปัญญาและความคิดเจริญก้าวหน้ากว้างขวางออกไป

๕. เริ่มรู้จักรับผิดชอบ และต้องการเป็นอิสระ

๖. อารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่ายและรุนแรง

๗. จินตนาการมีมากขึ้น

๘. ความเชื่อมั่นต่างๆ เป็นไปอย่างรุนแรง

๙. ความสนใจในการสมาคมมีมากขึ้น

๑๐. ประสาทส่วนต่างๆ และความรู้สึกด้านสัมผัสตื่นตัวขึ้นมา

ลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่น อารมณ์ที่เป็นลักษณะเฉพาะที่พบบ่อยในวัยรุ่น คือ

๑. ความโกรธ ความโกรธเป็นการแสดงออกทางอารมณ์อย่างหนึ่ง การ

แสดงออกของความโกรธจะแตกต่างกันไปตามวัย เพศ และลักษณะของบุคคล ความโกรธเกิดขึ้น

เมื่อคนเราเกิดความคับข้องใจ สาเหตุที่เด็กวัยรุ่นโกรธมีหลายอย่าง เช่น

๑.๑ ความต้องการเสรีภาพ

๑.๒ การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม

๑.๓ ฐานะทางสังคม ได้รับการยกย่อง

๑.๔ วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการได้รับความเป็นธรรม

๒ ความกลัว ความกลัวเป็นการแสดงออกทางอารมณ์อย่างหนึ่ง

เช่นเดียวกับความโกรธ ความกลัวเกิดขึ้นเมื่อบุคคลรู้สึกว่าตัวเองขาดความมั่นคงปลอดภัย สำหรับ

เด็กวัยรุ่น สาเหตุที่เด็กวัยรุ่นกลัวมักจะเนื่องมาจากสังคม

๓. ความรัก ความรักเป็นปฏิกิริยาทางอารมณ์อย่างหนึ่งที่แสดงต่อบุคคล

หรือสิ่งของ สำหรับความรักของเด็กเมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นนั้น พอจะแยกเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ดังนี้

คือ

๓.๑ รักตัวเอง ดังที่กล่าวมาแล้วว่า เด็กวัยรุ่นจะสนใจเกี่ยวกับรูปร่าง

หน้าตา และบุคลิกภาพของตัวเองเป็นอย่างมาก

๓.๒ รักเพื่อน กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลอย่างมากต่อเด็กวัยนี้ เด็กจะทุ่มเท

ความรักให้แก่เพื่อนเพศเดียวกัน และเพศตรงข้าม

๓.๓ รักคนที่เป็นวีรบุรุษในสายตาของเด็กเองเด็กจะเทิดทูนบูชาคน
เก่ง

๓. พัฒนาการทางสังคม โดยปกติเด็กวัยรุ่นไม่ชอบรวมกลุ่มกับสมาชิกใน
ครอบครัว เด็กวัยนี้เป็นวัยที่กลุ่มมีอิทธิพลต่อเขา เป็นวัยรวมพวก เลียนแบบเด็กบางคนแยกตัว
หลบซ่อนไม่เข้าเพื่อนฝูง ความต้องการที่จะทำงานร่วมกันกับเพื่อนต่างเพศ การรู้จักเลือกคบเพื่อน
ที่ตัวเองถูกใจ มีความสนใจ และมีบุคลิกภาพคล้ายคลึงกับตัวเอง เมื่อเด็กเติบโตมาถึงขั้นนี้ แสดง
ว่าเด็กมีความเชื่อมั่นในตัวเองมากขึ้น จึงทำหรือแสดงความคิดเห็นที่ไม่เหมือนคนอื่น ๆ เพราะเด็ก
ต้องการจะเป็นตัวของตัวเองมากขึ้นและอิทธิพลของหมู่คณะก็จะเริ่มลดน้อยลง

สรุปพฤติกรรมทางสังคมในวัยรุ่นลักษณะดังนี้

๓.๑ การสมาคมกับเพื่อนทั้งเพศเดียวกันและต่างเพศ

๓.๒ การเที่ยวเตร่เพื่อหาความรู้ ความบันเทิงใจ เด็กวัยนี้ชอบเที่ยวกัน
เป็นหมู่คณะ

๓.๓ การแต่งกาย ต้องเป็นไปตามสมัยนิยม ต้องการให้เหมือนเพื่อน ๆ
เพื่อหวังการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

๓.๔ การแสวงหาเอกลักษณ์ของการเป็นคนเก่ง ยอมรับและนับถือคน
ในเจตคติของเขา

๔. พัฒนาการทางเชาว์ปัญญา เด็กวัยรุ่นจะมีความกระตือรือร้น
ความสามารถเพิ่มขึ้นหลายอย่าง สนใจผู้อื่น สามารถใช้ความคิดของตนเองได้อย่างมีเหตุผล
สามารถออกความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่นได้ รู้จักสังเกตความรู้สึกที่คนอื่นมีต่อตนได้มากขึ้น ต้องการ
ทำตนให้ประทับใจแก่ผู้อื่น พยายามหาข้อบกพร่องเพื่อแก้ไข พัฒนาการทางปัญญาของวัยรุ่น
พอจะแยกเป็นข้อๆ ได้ดังนี้

๔.๑ มีความสามารถเพิ่มขึ้นหลายอย่าง สนใจผู้อื่นใช้ความคิดของ
ตัวเองอย่างมีเหตุผล มองเห็นการณ์ไกล

๔.๒ เริ่มรู้จักการพึ่งตัวเองทั้งนี้เนื่องมาจากเด็กวัยรุ่นมีความต้องการ
อิสระภาพ ต้องการแสดงความคิด และวางโครงการการทำกิจกรรมด้วยตัวเอง ไม่ต้องการให้ใคร
ปฏิบัติต่อเขาแบบเด็กๆ ความต้องการเป็นตัวของตัวเองนี้เป็นลักษณะพัฒนาการที่ดี

๔.๓ การรู้จักปรับตัว เด็กวัยนี้รู้จักใช้ความคิดของตนเองอย่างมีเหตุผล
สามารถมองเห็นความแตกต่างของสิ่งดีไม่ดี ดังนั้น เด็กจึงสามารถปรับตัวได้ดีเมื่ออยู่ต่างถิ่น
สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น และช่วยงานให้กับสาธารณประโยชน์ตามโอกาส เด็กชอบทำและ

เรียนรู้จากวิธีการลองผิดลองถูก (Trial and Error) การเรียนรู้วิธีนี้เป็นสิ่งที่สำคัญเพราะเด็กได้ลงมือทำเอง ได้พบปัญหาและได้คิดหาวิธีแก้ไขปัญหาลงมือไป จนกว่าจะได้ผลที่เขาพอใจ

๕. พัฒนาการทางเพศ เนื่องจากฮอร์โมนทางเพศทำงานมากขึ้นในช่วงวัยรุ่น อิทธิพลของฮอร์โมนทางเพศนี้มีผลต่อลักษณะทางกายวิภาคของร่างกายทั่วๆ ไป และลักษณะทางเพศทุติยภูมิ (Secondary Characteristic) และที่สำคัญยิ่งกว่านั้น คือ ไปกระตุ้นจิตใจให้เกิดแรงขับทางเพศ (Sexual Drive) ให้สูงขึ้น จึงจะเห็นได้ว่า ในวัยรุ่นนี้มีพลังงานมากทั้งพลังงานฝ่ายกาย พลังงานทางจิต และพลังงานทางเพศ พลังงานทางเพศที่มีมากขึ้นมานั้น จะทำให้วัยรุ่นเริ่มสนใจกับกิจกรรมหรือปฏิกิริยาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมทางเพศตนเองมากขึ้น ลักษณะพฤติกรรมทางเพศมี ๓ ประเภทคือ

๕.๑ พฤติกรรมทางเพศกับตัวเอง (Auto Sexuality) วัยรุ่นจะใช้ตัวเองเป็นวัตถุที่เร้าความรู้สึกทางเพศให้ถึงจุดสุดยอดทางเพศได้ พฤติกรรมที่พบบ่อยๆ คือ การสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเอง (Masturbation) ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่มาจากการที่วัยรุ่นมีความฝันหรือจินตนาการทางเพศสูง และต้องการผ่อนคลายความรู้สึกตึงเครียดเหล่านั้น

๕.๒ พฤติกรรมทางเพศกับคนเพศเดียวกัน (Homosexuality) ในช่วงที่อาจพบได้บ่อยคือ ในช่วงวัยรุ่นตอนต้น เป็นช่วงที่วัยรุ่นเริ่มเปลี่ยนจากวัตถุที่เร้าความรู้สึกทางเพศ (Erotic Object) จากตัวเองไปหาบุคคลอื่น เพื่อนเพศเดียวกันจะเข้ามามีบทบาทสำคัญมาก โดยทฤษฎี Bisexuality ของ ซิกมันด์ ฟรอยด์ ที่ว่า “มนุษย์ทุกคนจะมีลักษณะซึ่งมีความผสมผสานกันระหว่างเพศของของตัวเองกับเพศตรงข้าม”

๕.๓ พฤติกรรมทางเพศกับคนต่างเพศกัน (Heterosexuality) วัยรุ่นจะเริ่มสนใจเพื่อนต่างเพศมากในเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลางและตอนปลาย เนื่องจากมีความมั่นใจว่าเป็นความถูกต้องตามสังคมและจะเป็นทางที่เขาจะแสดงความรู้สึกได้อย่างเปิดเผย เป็นการลดความคับข้องใจที่ตนเองเคยมีความรู้สึกที่วัยรุ่นจะสนใจพฤติกรรมและกิจกรรมทางเพศมาก อยากรู้ อยากเห็น อยากทดลอง พฤติกรรมที่พบได้บ่อยๆ ก็ได้แก่ การแอบอ่านหนังสือปกขาว แอบดูภาพยนตร์เกี่ยวกับเซ็กส์ หรือแอบไปเที่ยวโสเภณี หรือแม้แต่การพยายามทำตัวให้เด่น หรือแต่งตัวให้เด่น เพื่อให้เพศตรงข้ามสนใจ พฤติกรรมเหล่านี้เชื่อว่ามาจากแรงขับทางเพศ

ความต้องการและความสนใจของวัยรุ่น ความต้องการของมนุษย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งของวัยรุ่น มักจะขึ้นอยู่กับค่านิยม (Value) ที่แต่ละคนยึดถือ และส่วนใหญ่มักจะยึดถือค่านิยมในกลุ่มที่ตนเข้าร่วมด้วย ในวัยรุ่นจะมีความต้องการใหม่ๆ เกิดขึ้นเพื่อเพิ่มเติมจากวัยเด็กหลายอย่าง ซึ่งเป็นไปตามสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและอารมณ์ของเด็ก ความต้องการที่สำคัญ คือ

๑. ต้องการความรัก เด็กวัยรุ่นต้องการความรักจากบุคคลหลายฝ่าย เช่น จากพ่อแม่ ญาติพี่น้อง จากครู จากเพื่อน ทั้งเพื่อนเพศเดียวกันและต่างเพศ

๒. ความต้องการอยากรู้และทดลองเกี่ยวกับเรื่องเพศ เด็กวัยรุ่นจะมีความสนใจในเรื่องเพศและเพื่อนต่างเพศ เป็นวัยที่ต้องการความรู้ความเข้าใจทางเพศอย่างถูกต้อง ถ้าถูกปิดกั้นจะแสดงออกทางอ้อมโดยการปิดบัง หรือโดยการหาความรู้อย่างไม่ถูกวิธี

๓. ความต้องการอิสรภาพมากขึ้น สำหรับความต้องการอิสรภาพนั้น จะรุนแรงมาก เด็กวัยรุ่นต้องการเป็นตัวของตัวเองต้องการตัดสินใจ วางแผน วางโครงการของชีวิต และอยากลงมือทำด้วยตัวเอง

๔. ความต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคมวัยนี้เป็นวัยที่อยากให้สังคมยอมรับ หรือชมเชย อยากมีชื่อเสียง อยากเด่น อยากดัง อยากรับผิดชอบในกิจกรรมบางอย่างเพื่อจะเป็นประโยชน์ต่อสังคม

๕. ต้องการรวมกลุ่ม สำหรับวัยนี้เพื่อนมีความสำคัญมาก เป็นวัยที่อยากให้เพื่อนยอมรับ

๖. ต้องการประสบการณ์ใหม่ๆ ความต้องการนี้อาจจะรุนแรงมากในวัยรุ่น เช่น ต้องการคบเพื่อนใหม่ๆ ต้องการทดลองทำสิ่งต่างๆ ตามเพื่อน

๗. ต้องการมีอนาคต ต้องการมีความสำเร็จ วัยรุ่นเป็นวัยที่เริ่มสนใจอาชีพต่างๆ อยากรับผิดชอบ อยากพึ่งตนเอง

๘. ต้องการแบบอย่างที่ดีถึงแม้วัยรุ่นจะชอบความเป็นอิสระ แต่ก็ยังอยากได้คำแนะนำจากผู้ใหญ่ที่ดี อยากเลียนแบบผู้ใหญ่

ความต้องการดังกล่าว ทั้ง ๘ ข้อนี้ จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับผู้ใหญ่ที่จะต้องเข้าใจ และยอมรับถึงลักษณะธรรมชาติของเด็กวัยรุ่นบ้าง ทั้งนี้เพื่อช่วยให้เด็กวัยรุ่นได้พัฒนาความคิด ความสามารถ และจะช่วยลดปัญหาช่องว่างระหว่างวัยอีกด้วย ความต้องการของวัยรุ่นทางด้านอารมณ์และสังคม มักจะแตกต่างไปจากเด็กเล็กและผู้ใหญ่ ความต้องการที่สำคัญๆ สามารถจัดกลุ่มตามแรงขับได้ดังต่อไปนี้

๑. ความต้องการทางเพศ เนื่องจากระยะนี้ต่อมต่างๆ ภายในร่างกายของวัยรุ่นกำลังทำงานเต็มที่ โดยเฉพาะต่อมเพศที่ผลิตฮอร์โมนออกมาเพื่อควบคุมการถึงวุฒิภาวะทางเพศทำให้วัยรุ่นพยายามหาทางออกเพื่อผ่อนคลายอารมณ์ไม่ว่าทางใดก็ทางหนึ่ง ดังนั้นจึงควรที่จะอบรมเรื่องเกี่ยวกับเพศตรงข้ามให้วัยรุ่นเข้าใจพอควร เพราะการปกปิดอาจทำให้เด็กที่มีความอยากรู้อยากเห็น พยายามทดลองหาความจริงด้วยตนเอง ซึ่งอาจทำให้เกิดผลเสียได้

๒. ความต้องการได้รับอิสระ เมื่อเด็กย่างเข้าสู่วัยรุ่นแล้ว เด็กจะพยายามแสวงหาความจริงและพยายามยืนหยัดอยู่ด้วยลำแข้งของตนเอง พ่อแม่จึงควรรู้จักผ่อนปรนปล่อยให้ลูกเป็นตัวของตัวเองบ้าง ซึ่งจะทำให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นในตัวเองขึ้น การพยายามที่จะทำให้เด็กทำตามความต้องการของเราเองจะทำให้เด็กเป็นคนที่ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นของตนเองและไม่กล้าที่จะตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ด้วย ซึ่งเราจะเห็นได้จากเด็กบางคนที่มีอายุพอที่จะรับผิดชอบเรื่องบางอย่างได้ด้วยตนเองก็ยังไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นทำให้

๓. ความต้องการที่จะหาเลี้ยงตนเอง เด็กหนุ่มสาวเริ่มมีความคิดที่จะหาเลี้ยงตนเองแทนที่จะต้องอาศัยพ่อแม่ ทั้งนี้เพราะเด็กจะรู้สึกว่าการหาเงินได้ด้วยตนเองจะทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ การใช้จ่ายเงินในการจับจ่ายสิ่งต่างๆ เป็นไปได้อย่างสบายใจโดยไม่ต้องเกรงใจใคร เพราะเป็นเงินที่หามาได้ด้วยตัวของเขาเอง และอีกประการหนึ่งเป็นการที่เขาจะพิสูจน์ได้ว่าเขาโตแล้ว ควรที่จะมีสิทธิเสรีภาพเพิ่มมากขึ้น แทนที่จะต้องถูกควบคุมเหมือนอย่างแต่ก่อน

๔. ความต้องการที่จะได้รับความนับถือจากสังคม เด็กต้องการให้สังคมยอมรับนับถือว่าตนเป็นผู้ใหญ่แล้ว โดยจะพยายามทำตนให้เหมือนผู้ใหญ่ ซึ่งเราจะเห็นได้จากการที่เด็กหนุ่มสาว พยายามดัดผมและสูบบุหรี่ เพื่ออวดความเป็นผู้ใหญ่ของตน ส่วนผู้หญิงมักพยายามแต่งตัวแต่งหน้า ทาปาก ใส่รองเท้าส้นสูง เป็นต้น

๕. ความต้องการในปรัชญาชีวิตที่น่าพอใจ เด็กวัยรุ่นพยายามถามเรื่องราวที่ตนอยากรู้อย่างมีเหตุผล ถ้าได้รับคำตอบที่ไม่พึงพอใจ ก็จะพยายามซักถามจนกว่าจะได้รับคำตอบที่พึงพอใจ โดยไม่ยอมเลิกถามความสงสัยง่ายๆ จึงเป็นหน้าที่ของโรงเรียนที่จะต้องส่งเสริมเด็กให้ได้สร้างปรัชญาของชีวิต เพื่อช่วยเหลือให้เด็กรู้จักสร้างมาตรฐานของศีลธรรมให้แก่ตนเองได้

นอกจากนี้สมาคมศึกษาแห่งชาติของอเมริกาได้ค้นพบความต้องการของวัยรุ่น ๑๐ ประการ คือ

๑. ต้องการที่จะปรับปรุงสมรรถภาพในการทำงานให้ดียิ่งขึ้น เพื่อจะได้มีส่วนร่วมในการผลิตเครื่องอุปโภคและบริโภค

๒. ต้องการที่จะรักษาสุขภาพให้สมบูรณ์

๓. ต้องการที่จะเข้าใจถึงสิทธิหน้าที่ของพลเมืองในระบบประชาธิปไตย

๔. ต้องการที่จะเข้าใจความสำคัญของครอบครัว และปัจจัยต่างๆ ที่จะนำมาซึ่งความสุขของครอบครัว

๕. ต้องการทราบถึงวิธีการใช้จ่ายสิ่งของ ตลอดจนบริการต่างๆ อย่างฉลาด

๖. ต้องการที่จะเข้าถึงวิธีการทางวิทยาศาสตร์ ความเจริญและความสำคัญทางวิทยาศาสตร์ที่มีอิทธิพลต่อชีวิตประจำวันของชีวิตมนุษย์เรา ตลอดจนความจริงต่างๆ ทางธรรมชาติ

๗. ต้องการที่จะซาบซึ้งในรสแห่งวรรณคดี ดนตรี และศิลปะ กล่าวคือต้องการรู้ถึงคุณค่า มองเห็นความงามและไพเราะของสิ่งเหล่านั้น

๘. ต้องการที่จะมีความสามารถในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เป็นอย่างดี รู้จักแบ่งสรรปันส่วนให้สมดุลกับกิจกรรมต่างๆ ของเขา

๙. ต้องการที่จะปรับปรุงความเคารพต่อผู้อื่น มีความสามารถดำรงชีวิตอยู่และงานร่วมกับบุคคลอื่น

๑๐. ต้องการปรับปรุงความสามารถ ในการคิด มีเหตุผลและมีความสามารถในการที่จะแสดงความคิดเห็นของตนได้อย่างแจ่มแจ้ง สามารถอ่านและฟังได้อย่างเข้าใจ^{๙๔}

สังคมกับวัยรุ่น

สังคมกับวัยรุ่น พัฒนาการทางสังคมนอกจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจของวัยรุ่นแล้วเรายังจะพบได้ว่า เด็กยังมีการเปลี่ยนแปลงตนเองเกี่ยวกับสถานะความเป็นอยู่ภายในครอบครัวด้วย ดังจะเห็นได้ว่า เด็กในวัยนี้ต้องการอิสระ และเป็นตัวของตัวเอง ชอบอยู่ตามลำพัง มีห้องอยู่เป็นสัดส่วน มีของใช้ส่วนตัว ดังนั้นเราจึงควรที่จะช่วยเหลือเขา โดยอาจจะจัดห้องให้เขาอยู่ตามลำพังให้เขาใช้ความคิดของตนเองได้อย่างเป็นอิสระ ซึ่งจะช่วยให้เขาสามารถที่จะปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ต่อไปในอนาคต ในระยะนี้เด็กกำลังมีความต้องการอย่างรุนแรงในการที่จะปรับปรุงตนเอง ให้เป็นที่ยอมรับนับถือของเพื่อนและบุคคลในวงสังคม โดยพยายามทำทุกสิ่งทุกอย่างสุดความสามารถ เพื่อที่จะได้มาซึ่งสถานะดังกล่าวซึ่งสามารถที่จะสังเกตได้จาก

๑. การแต่งตัว พิถีพิถันเป็นพิเศษ
 ๒. เอาใจใส่ในกิริยาท่าทางของตนและบุคคลในครอบครัว
 ๓. ต้องการให้ทุกคนยอมรับว่าตนเป็นผู้ใหญ่
 ๔. มีการรวมกลุ่มระหว่างเพื่อนสนิทในเพศเดียวกันในรูปของ “แก๊ง” แต่ในระยะต่อมามักเริ่มมีความสัมพันธ์ทางเพศตรงข้ามโดยจะมีสมาชิกต่างเพศเข้ามารวมกลุ่มด้วย
- สังคมของวัยรุ่นที่จะมีอิทธิพลต่อตัววัยรุ่นนั้นยังประกอบด้วย

^{๙๔} สุชา จันทน์เอม, จิตวิทยาวัยรุ่น, ๑๘๗ - ๒๐๐.

๑. ค่านิยมของสังคม วัยรุ่นจะสนใจต่อค่านิยมของสังคมที่มักจะถูกกำหนดโดยวัยรุ่นด้วยกันหรือรุ่นพี่ที่ไม่แตกต่างวัยกันมากนักหรือค่านิยมที่ได้รับจากสื่อมวลชน หรือค่านิยมที่เกี่ยวกับความสบายๆ ง่ายๆ ไม่ลึกลับ ซึ่งค่านิยมเหล่านี้บางครั้งวัยรุ่นก็รับไปแบบไม่แน่ใจตัวเอง และ หรือลงมือปฏิบัติตามไม่ได้ก็มี แต่เขาจะพยายามใส่ใจที่จะกระทำ

๒ แฟชั่น ทรงผม เสื้อผ้า เครื่องแต่งกาย เนื่องมาจากวัยรุ่นเบื่อกับความจำเจ และต้องการความตื่นเต้นสูงบวกกับวัยรุ่นมีพลังงานทางร่างกาย จิตใจ และพลังงานทางเพศสะสมไว้มาก จึงพร้อมที่จะแสดงออกทางด้านการแต่งกายแปลกๆ โดยไม่อายกัน

๓ ดนตรี วัยรุ่นนี้มีพลังงานทางด้านความคิดสูงมาก ในขณะเดียวกันการที่จะลงมือปฏิบัติการต่างๆ ด้วยร่างกายนั้น อาจจะไม่สมดุลกับความคิด วัยรุ่นจึงฝันได้มาก ดนตรีจะเป็นสื่อที่ทำให้ความคิดฝันของวัยรุ่นแปริดไปกับเสียงดนตรีได้เป็นอย่างดี

๔. โรงเรียน โรงเรียนมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นอย่างยิ่ง เพราะวัยรุ่นจะต้องออกจากครอบครัวมาเข้าสังคมใหม่ทำให้ต้องประสบความยุ่งยากต่อการปรับตัวให้เข้ากับครู เพื่อนฝูง ตลอดจนระเบียบกฎเกณฑ์ของโรงเรียน

๕. สื่อสารมวลชน สื่อมวลชน เช่น หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ วิทยุ โทรทัศน์ และหนังสืออ่านเล่นประเภทนวนิยาย ฯลฯ มีอิทธิพลต่อเด็กวัยรุ่นอย่างมาก แต่จะมีอิทธิพลเหนือความคิดของเด็กมากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายและจิตใจของเด็กแต่ละคนด้วย

๖ วัฒนธรรมแนวใหม่ การที่มีวัฒนธรรมใหม่ๆ เข้ามาในประเทศ ทำให้เด็กวัยรุ่นเกิดความรู้สึกสับสน ลังเลว่าจะยึดถืออะไรเป็นหลัก เกิดความขัดแย้งในใจเพราะถ้าปฏิบัติตามแนวใหม่ ก็จะต้องขัดกับความต้องการของพ่อแม่ ถ้าเชื่อพ่อแม่ก็จะเข้ากับกลุ่มเพื่อนไม่ได้เป็นต้น

๗. การเปลี่ยนแปลงทางสังคม ว่ามีอิทธิพลต่อเด็กวัยรุ่นเช่นกัน ทั้งนี้เพราะเด็กต้องอยู่ในสังคมจะต้องทำตัวให้สอดคล้องกับระเบียบแบบแผนของสังคม เช่น การเปลี่ยนจากสังคมเกษตรมาเป็นสังคมอุตสาหกรรม^{๑๕}

ปัญหาของวัยรุ่นและวิธีการป้องกันแก้ไข

ลักษณะของวัยรุ่นทั่วไปแล้วแบ่งออกเป็น ๒ ชนิด คือ

๑ พวกจิตใฝ่ดี พวกที่มีจิตใฝ่ที่จะกระทำแต่สิ่งที่ดีทั้งในยามปกติและในยามคับขัน มีความรู้สึกตัวดีอยู่ตลอดเวลา พวกนี้มีคุณธรรมประจำใจไม่เกรง มีความซื่อสัตย์

^{๑๕} สุชา จันทน์เอม, จิตวิทยาวัยรุ่น, ๒๐๐ - ๒๐๘.

๒. พวกจิตไม่ดี ใจจะแยกออกได้อีกเป็น ๒ ชนิด คือ

๒.๑ พวกจิตเฉยๆ ไม่ได้ดีและไม่ใ้ชั่ว ไม่ค่อยมีความกระตือรือร้น ไม่อยากช่วยตัวเอง แต่ก็ไม่ถึงกับจะทำให้ใครๆ เขาเดือดร้อน

๒.๒ พวกจิตใ้เลว พวกนี้มักจะมีจิตใจที่ใ้กใ้เฝือกกับการทำผิดหรือทำไม่ดี ตลอดเวลา ทั้งในเวลาปกติ หรือในเวลาที่มีความคับข้องใจ

ลักษณะปัญหาของวัยรุ่นออกเป็น ๓ ชนิด คือ

๑. ปัญหาที่เกิดจากตัวของวัยรุ่นเองในขณะนั้น (Self Originator Aspect) ปัญหาเหล่านี้ ปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงในช่วงของความเป็นวัยรุ่น มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม เขาวนปัญหา อารมณ์ และทางเพศ ปัญหาทั้งหลายที่เกิดขึ้นกับตัวนั้น มาจาก

๑.๑ เกิดการเปลี่ยนแปลง หลายๆ อย่างในเวลาเดียวกันในตัววัยรุ่น

๑.๒ เกิดจากความไม่รู้ล่งหน้า ไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดเปลี่ยนแปลงขึ้น จึงเกิดความวุ่นใจและความกังวล

๑.๓ เกิดจากพลังงานในช่วงอายุของวัยรุ่นมีมาก ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และทางเพศ

๒. ปัญหาที่เกิดจากสังคมมองวัยรุ่นว่ามีปัญหา (Social Response Aspect) เช่น วัยรุ่นไ้ผมยาว แต่งตัวแปลกๆ ผู้ใหญ่ก็มองว่าเป็นฮิปปี หรือเป็นเด็กมีปัญหา หรือวัยรุ่นอยากเด่น อยากเล่นดนตรี สนใจการเรียนน้อยลงไป ผู้ใหญ่ก็คิดว่ามีปัญหามั้ไม่อยากเรียน

๓ ปัญหาที่เกิดจากปฏิกิริยาต่อต้านของวัยรุ่นที่มีต่อสังคม (Reaction Aspect) ปัญหานี้เป็นปัญหาที่ร้ายแรง และเป็นปัญหาที่ยากต่อการแก้ไข วัยรุ่นจะเกิดปฏิกิริยา (Reaction) เมื่อเขาคิดว่าผู้ใหญ่หรือสังคมไม่เข้าใจเขา สิ่งที่เขาจะกระทำหรือแสดงออกมานั้นจึงเป็นไปในลักษณะของการต่อต้านกฎเกณฑ์หรือผู้ใหญ่เหล่านั้น โดยมีข้อแนะนำในการป้องกันแก้ไขปัญหาคือ วัยรุ่นมีดังนี้ คือ

๓.๑ พ่อแม่ หรือผู้ใหญ่ ต้องเข้าใจลักษณะของปัญหาที่เกิดขึ้นตามขั้นตอน

๓.๒ ปัญหาหลายๆ อย่างที่มองดูเหตุผลแล้ว ดูประหนึ่งว่าเป็นปัญหา แต่แท้จริงแล้วไม่ได้เป็นปัญหา เช่นความอยากเด่น การแต่งกาย แฟชั่น ฯลฯ ผู้ใหญ่เป็นแต่เพียงให้แนวทางในการแสดงออก ออมยอมให้เป็น

๓.๓ การแก้ไขปัญหาคือให้แก้ไขเป็นขั้นตอนไป

๓.๔ ที่ทำของผู้ใหญ่ที่จะแสดงต่อวัยรุ่น ควรจะเหมาะสมทั้งสีหน้าท่าทาง น้ำเสียง ความรู้สึกของความเป็นมิตร อ่อน ให้ความช่วยเหลือ

๓.๕ ความสัมพันธ์กับลูกวัยรุ่น พ่อควรจะสนิทสนมใกล้ชิดกับลูกชาย และ แม่ควรจะสนิทสนมใกล้ชิดกับลูกสาว^{๖๖}

ความเชื่อในศาสนาของวัยรุ่นไทย

ความเชื่อกับศาสนาเป็นสิ่งที่ต้องไปควบคู่กันเสมอ เพราะศาสนาเป็นบ่อเกิดของความเชื่อ ถ้าปราศจากความเชื่อ ศาสนาก็จะคงอยู่ไม่ได้ ความเชื่อจึงเปรียบเสมือนพื้นฐานของความรู้สึกนึกคิด ตลอดจนพฤติกรรมต่างๆ ของมนุษย์

ทัศนคติของวัยรุ่นต่อศาสนา จากลักษณะของสังคมไทยที่ยังคงยึดมั่นในขนบธรรมเนียมประเพณี ค่านิยมตลอดจนวัฒนธรรม เป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการปลูกฝังความเชื่อในศาสนาของสมาชิกในสังคมอย่างยิ่งเพราะขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมต่างได้รับอิทธิพลมาจากศาสนาทั้งสิ้น วัยรุ่นก็ยังคงมีทัศนคติที่ดีต่อศาสนา เพราะถือว่าศาสนาเป็นของสูง^{๖๗} เป็นสิ่งดีงาม

ความศรัทธาในศาสนาของวัยรุ่น ศรัทธาในศาสนาก็เช่นเดียวกัน ต้องเกิดจากการใช้สติปัญญาคิดหาเหตุผลเพื่อให้เกิด เรื่องศรัทธานั้นเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะศรัทธาจะนำไปสู่การประพฤติปฏิบัติตน ซึ่งการประพฤติปฏิบัติตนนี้เป็นหัวใจของศาสนา เพราะหลักคำสอนของศาสนาจะไร้ประโยชน์และคุณค่า ถ้าไม่มีการปฏิบัติวัยรุ่นไทยโดยส่วนรวมแล้ว ยังให้ความสำคัญและเทิดทูนศาสนาว่าเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นต่อพวกเขาอยู่มาก^{๖๘}

สาเหตุที่ทำให้เด็กพาลเกร

เด็กเกรหลายคนมักเป็นเด็กที่เสียเปรียบ (Handicapped Child) กว่าเด็กธรรมดาทั่วไป เช่นขาดอาหาร รูปร่างบกพร่องบางประการ เด็กเรียนหนังสือไม่ทันเพื่อนมองทาบและเป็นเด็กเรียนช้า เด็กบางคนเคยได้รับความกระทบ กระเทือนใจอย่างรุนแรง นอกจากนี้เด็กบางคนเคยประสบกับความข้องคับใจ (Frustrations) ต่างๆ แต่ไม่ได้หมายความว่าเด็กเกรจะต้องเป็นเด็กอยู่

^{๖๖} สุชา จันทน์เอม, จิตวิทยาวัยรุ่น, ๒๐๘ - ๒๑๔.

^{๖๗} เรื่องเดียวกัน, ๒๑๗.

ในลักษณะดังกล่าวมาไปทุกคน ทั้งนี้เพราะปัจจุบันนี้มีอยู่ไม่น้อยที่เด็กที่มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด มีสุขภาพดี มีฐานะที่ดีแต่ประพฤติดนเป็นพาลเถรได้เช่นเดียวกัน สาเหตุที่พบมากที่สุดที่ทำให้เด็ก เถรพอสรูปโดยสังเขปได้ดังนี้

๑. ความยากจน (Poverty)
๒. บ้านแตก (The Broken Home)
๓. วัยรุ่น (Adolescence)
๔. ความเป็นเพศชาย (Mas Culinity)
๕. การเงินของครอบครัว (The Flow of Money)^{๑๔}

มูลเหตุแห่งความเถรนั้น มีหลายประการด้วยกันและเด็กเถรแต่ละคนย่อมมีสาเหตุ แตกต่างออกไป การที่เด็กและเยาวชนประพฤติขัดต่อสังคมนั้น เกิดมาจากสาเหตุและความ ต้องการด้านต่างๆ นั้นเอง และความต้องการเหล่านั้นเอง ที่เป็นสิ่งผลักดันให้เด็กแสดงพฤติกรรม ต่างๆ ออกมา ซึ่งบางครั้งก็ขัดต่อศีลธรรมอันดีของสังคม ซึ่งความต้องการของเด็กวัยรุ่นมีความ ต้องการต่างๆ พอสรุปโดยสังเขปในด้านต่อไปนี้ คือ

๑. เด็กวัยรุ่นทุกคนต้องการที่จะปรับปรุงสมรรถภาพในการทำงานให้ดียิ่งขึ้น เพื่อจะได้มีส่วนร่วมในการผลิตเครื่องอุปโภคบริโภค
๒. เด็กทุกคนต้องการที่จะบำรุงรักษาสุขภาพให้ดี เพื่อให้มีร่างกายสมบูรณ์
๓. เด็กทุกคนมีความต้องการที่จะเข้าใจถึงสิทธิ และหน้าที่ของพลเมืองในระบบ การปกครอง เพื่อจะได้ปฏิบัติตนให้เหมาะสมในการที่ตนเป็นสมาชิกของชุมชน และเป็นพลเมือง ของประเทศและของโลก
๔. เด็กทุกคนต้องการที่จะเข้าใจความสำคัญของครอบครัวและเหตุการณ์ต่างๆ ที่ จะนำความสุขมาสู่ครอบครัว
๕. เด็กทุกคนต้องการทราบปัญหาเศรษฐกิจที่เกี่ยวกับปัญหาชีวิตประจำวัน
๖. เด็กทุกคนต้องการที่จะเข้าใจ วิธีการทางวิทยาศาสตร์และความจริงทาง วิทยาศาสตร์ ซึ่งเกี่ยวกับธรรมชาติของโลกและมนุษย์
๗. เด็กทุกคนต้องการที่จะปรับปรุงความสามารถ ที่จะซาบซึ้งถึงคุณค่าของความ สวยงาม ความไพเราะของวรรณคดี ศิลปะดนตรี และธรรมชาติ
๘. เด็กทุกคนมีความต้องการที่จะมีความสามารถในการใช้เวลาว่างให้เป็น ประโยชน์ และรู้จักแบ่งเวลานั้นให้พอเหมาะกับกิจการของตน

^{๑๔} สุชา จันทน์เอม, จิตวิทยาวัยรุ่น, ๒๒๓ - ๒๒๖.

๙. เด็กทุกคนต้องการเคารพนับถือบุคคลอื่น และมีความสามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

๑๐. เด็กทุกคนต้องการปรับปรุงความสามารถในการคิดอย่างมีเหตุผล สามารถที่จะแสดงความคิดเห็นของตน ตลอดจนจนสามารถอ่านและฟังได้อย่างเข้าใจ

๑๑. เด็กทุกคนต้องการ ความรักความอบอุ่น จากบิดา มารดาและครูอาจารย์

๑๒. เด็กทุกคนต้องการความปลอดภัยในการดำรง ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น

๑๓. เด็กทุกคนต้องการความสำเร็จ และชื่อเสียงในชีวิต

๑๔. เด็กทุกคนต้องการให้ผู้ใหญ่สนใจ และเห็นความสำคัญของตน^{๑๙}

นอกจากนี้ โครว์ และโครว์ (Crow and Crow) ได้กล่าวถึงสาเหตุที่เด็กประพฤติผิด หรือทำให้เด็กไม่ร่วมมือหรือไม่สามารถเข้ากับคนอื่นได้นั้น อาจเนื่องมาจาก

๑. สภาพร่างกาย

๒. สภาพทางส่วนตัว

๓. สภาพทางสังคม

๔. สภาพในขณะนั้น

สภาพร่างกาย สุขภาพไม่ดี อาจทำให้เด็กประพฤติผิดต่างๆได้ พฤติกรรมบางอย่างเกิดมาจากสภาพทางร่างกาย ถ้าเราไม่ได้เอาใจใส่ปล่อยปละละเลยก็จะก่อผลเสียให้เกิดขึ้นแก่เด็ก

สภาพทางส่วนตัว เป็นสาเหตุที่สามารถทำให้เด็กประพฤติผิดได้เช่น

๑. การทำตามใจตัว อาจเกิดจากการขาดเสถียรภาพทางอารมณ์ หรือกระทำเพื่อให้เพื่อนๆ ชอบตน

๒. การไม่รู้เท่าถึงการณ์ เป็นเพราะขาดความสามารถทางจิตหรือเพราะไม่บรรลุวุฒิภาวะ

๒.๑ การขาดความสามารถทางจิตใจ เช่นทำอะไรซ้ำ เพราะสมองทึบ ขาดความว่องไว

๒.๒ ความไม่บรรลุวุฒิภาวะ เด็กอาจจะพอใจในการกระทำเพื่อความสนุกหรือเล่นตลก

๒.๓ การเอาอย่างความประพฤติไม่ดี

๒.๔ การตระหนี่ตัว อันเป็นรากฐาน ของการจะเข้ากับใครไม่ได้

^{๑๙}สุชา จันทน์เอม, จิตวิทยาวัยรุ่น, ๒๒๗ - ๒๒๘.

สภาพทางสังคม เด็กประพฤติผิดเพราะเด็กต้องการแสดงเด่น และทำอะไรตามความพอใจ จึงอาจแสดงพฤติกรรมออกมาในทางที่ผิดได้ สาเหตุอาจเนื่องมาจาก

๑. ความต้องการเป็นส่วนหนึ่ง หรือที่หนึ่งในหมู่คณะ

๒. ความปรารถนาที่จะมีเสรีภาพในกิจกรรม

สภาพในขณะนั้น กิจกรรมที่เกิดขึ้นเป็นไปตามความมุ่งหมาย ตามบุคคลและสิ่งแวดล้อมที่เป็นอยู่ในขณะนั้น เป็นต้นเหตุให้เกิดปฏิกิริยาแห่งความประพฤติของวัยเด็ก สิ่งที่สำคัญอีกอย่างคือ ระยะเวลาของการทำงาน หรือการทำกิจกรรมของเด็ก

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้นับว่าเป็นความต้องการในด้านต่างๆ ของเด็กวัยรุ่น และเป็นแรงจูงใจที่จะนำไปสู่การกระทำ หรือพฤติกรรมต่างๆ ทั้งในทางที่สังคมยอมรับและไม่ยอมรับ พฤติกรรมต่างๆ ที่เด็กแสดงออกมาเป็นการตอบสนองหรือบำบัดแรงจูงใจต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั่นเอง และพฤติกรรมต่างๆ ที่เด็กใช้แก้ปัญหาอันเกิดจากความต้องการของเด็กนี้ บางครั้งก็นำไปสู่การเป็นพาลเกรโดยที่เด็กเองไม่ได้ตั้งใจให้เป็นเช่นนั้น แต่ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ หรือด้วยความเขลาขาดการแนะนำที่ดี จึงทำให้เด็กประพฤติขัดต่อสังคม จนได้ชื่อว่าเป็นเด็กเกร

ดังนั้นในการที่จะช่วยเหลือหรือลดปริมาณของเด็กเกรให้ลดน้อยลง สังคมของเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งครอบครัวและสังคมสภาพแวดล้อมของเด็กมีบทบาทที่จะช่วยป้องกันไม่ให้เด็กกลายเป็นเด็กเกรหรือเด็กที่สังคมรังเกียจได้มาก ด้วยการเอาใจใส่ ดูแล ทำความเข้าใจสภาวะต่างๆ ของเด็กในแต่ละช่วงเวลา ขณะของความต้องการในการตอบสนองต่ออารมณ์และความต้องการทั้งทางร่างกายและจิตใจ

การเรียนรู้และการรับรู้

การเรียนรู้ หมายถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอันเป็นผลจากการได้รับประสบการณ์ การเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมนี้ สามารถทำให้ผู้เรียนเผชิญกับเหตุการณ์ชนิดเดียวกันในลักษณะที่แตกต่างกันไปจากเดิม การเรียนรู้มีขอบเขตกว้างขวาง และสลับซับซ้อน จนกล่าวได้ว่า บุคลิกภาพของคนเรานั้นเป็นผลของการเรียนรู้แทบทั้งสิ้น

นักจิตวิทยาเชื่อว่า การเรียนรู้ของคนเรานั้นจะแยกออกเป็นส่วนย่อยไม่ได้ เวลาคนรับรู้สิ่งต่างๆ นั้น คนเราย่อมรับรู้เป็นส่วนรวมเสียก่อน จึงค่อยมองเห็นภาพที่ชัดเจนในภายหลัง ดังนั้น การเรียนรู้ก็คือการเปลี่ยนแปลงแบบแผนของการรู้จัก (Cognitive Structure) ของผู้เรียนให้ละเอียดและชัดเจนขึ้น กล่าวได้ว่าการเรียนรู้อย่อมเกิดจาก ประสบการณ์ ยิ่งเมื่อผู้เรียนรู้อะไรก็ต้องเรียนรู้

ในเรื่องที่ซับซ้อนแล้ว ก็ต้องรับรู้และพิจารณารายละเอียดปลีกย่อยให้มาก การเรียนรู้ที่ซับซ้อน เช่นนี้เกี่ยวข้องกับกระบวนการทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับการจัดระเบียบของความคิด ความจำ การสังเกตความคิดรวบยอด ทักษะคิด ความเข้าใจ และการแก้ปัญหาอย่างใกล้ชิด

การเรียนรู้และการรับรู้จะต้องเกี่ยวเนื่องควบคู่กันไป มีการรับรู้ก่อนแล้วจึงเกิดการเรียนรู้ หรือเพราะมีการเรียนรู้แล้วจึงทำให้การรับรู้่ายและเร็วขึ้น

การรับรู้ หมายถึงการที่เราได้ทราบลักษณะของสิ่งต่างๆ ที่ล้อมรอบตัวเราจากอวัยวะสัมผัสของเรา ว่าอะไร มีความหมายอย่างไร กล่าวคือ การรับรู้ นั้นเป็นผลของการเรียนรู้บวกกับความรู้สึกรู้จักจากการสัมผัส การรู้จักสิ่งต่างๆ โดยผ่านทางอวัยวะสัมผัสที่กล่าวมาแล้วข้างต้นเป็นการเรียนรู้ อย่างหนึ่ง

ในทางพุทธศาสนา กล่าวว่าคนประกอบด้วยส่วนสำคัญของสองส่วนคือ ส่วนร่างกายและส่วนจิตใจ ร่างกายไม่มีความสามารถจะรับรู้อะไรได้เลย เพราะถือว่ากายเป็นวัตถุธาตุ (แม้สมองก็เป็นวัตถุรู้อะไรไม่ได้) ตัวรู้คือจิต คำว่าจิตมีวิเคราะหตามหลักอภิธรรมว่า จินตตติ จิตต อารมณ วิชานาตติ อตฺโถ (ธรรมชาติโดยอมคิด เพราะเหตุนี้ ธรรมชาตินั้นชื่อว่า จิต อธิบายว่า ธรรมที่รู้แจ้งซึ่งอารมณ์) ซึ่งก็ไม่ได้ขัดแย้งกับแนวความคิดของนักจิตวิทยาที่บอกถึงลักษณะการเรียนรู้ในภาพรวมก่อนแล้วจึงแยกย่อยในแต่ละส่วน และทางพุทธศาสนาได้อธิบายเรื่องของจิตว่า จิตประกอบด้วยอารมณ์ ๔ ประการ

๑. อดีตกรรม หรือประสบการณ์เก่า
๒. อารมณ์ หรือสิ่งเร้ามากระทบอวัยวะ
๓. เจตสิก หรือความรู้สึกนึกคิดของจิต
๔. วัตถุรูป คืออวัยวะที่รับสิ่งเร้าเช่น หู ตา จมูก ปาก กาย ฯลฯ^{๒๐}

วิธีการเรียนรู้แบบพุทธ

พระพุทธเจ้าทรงแสดงวิธีการเรียนรู้ มีองค์ประกอบ ๕ ประการ คือ

๑. การฟัง หมายถึงการฟังด้วยความตั้งใจ ความสนใจ ฟังพร้อมด้วยกำหนดข้อที่ควรกำหนด เป็นการเปิดโอกาสให้ตนได้ประสบการณ์ เปรียบเหมือนการเปิดฝาภาชนะรับน้ำยามฝนตก (สุตมยปัญญา)

^{๒๐}วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, จิตวิทยาพุทธศาสนา, ๑๒๔ - ๑๒๕.

๒. การจำได้ หมายถึงการฟังแล้วจำได้ การอ่านแล้วจำได้ หรือการเขียนแล้วจำได้ การกระทำต่างๆ เพื่อช่วยความจำก็อยู่ในข้อนี้ การจำได้ (สัญญา) หมายถึงความสามารถในการรับเรื่องต่างๆ ที่ผ่านมาจากประสบการณ์ไว้ได้ เหมือนภาชนะที่เปิดฝารับน้ำไว้นั้น มีความสามารถที่จะอุ้มที่จะรับน้ำนั้นไว้ได้ เพราะไม่ทะลุไม่รั่วไม่มีรอยร้าว น้ำจึงอยู่ได้

๓. การสาธยาย หมายถึงการอ่านทบทวนบ่อยๆ การพูดถึงเนื้อหาวิชานั้นบ่อยๆ การบรรยายเรื่องนั้นบ่อยๆ หรือการตั้งปัญหาและทำการตอบปัญหานั้นด้วยตนเอง

๔. การเพ่งพินิจด้วยใจ หมายถึงการเอาใจติดตามพินิจดู จนความรู้ปรากฏที่ใจ หรือเห็นความรู้ด้วยใจ ต้องอาศัยวิธีการทางสมาธิเข้าช่วย ให้อยู่ด้วยความรู้สึกปลอดโปร่งปราศจากอารมณ์รบกวน ปราศจากอารมณ์กังวลใจ (ภาวนามยปัญญา)

๕. แทะทะลุเข้าถึงความถูกต้องด้วยทัศนะ หมายถึงความเข้าใจชัดเจนอย่างถูกต้อง ภายใต้แสงสว่างแห่งทัศนะที่ถูกต้องเข้าถึงความรู้ด้วยเหตุผลที่ถูกต้อง เข้าถึงความรู้อย่างแท้จริง เป็นตัวความรู้อย่างแท้จริง ปรากฏใสสะอาดชัดเจน (วิปัสสนาปัญญา)^{๒๑}

ในลักษณะของการเรียนรู้ สามารถเกิดขึ้นได้พร้อมๆ กัน หลายลักษณะในขณะเดียวกัน ก่อเกิดความเข้าใจ และจำได้ จากการฟัง การสาธยาย การเพ่งพินิจด้วยความเข้าใจและ แทะทะลุเข้าถึงทัศนะขององค์ความรู้ ได้อย่างถูกต้อง โดยการฝึกฝน หัดเรียนรู้ จากการใช้สติและปัญญาเข้ามาเป็นองค์ประกอบการเรียนรู้ ซึ่งการเรียนรู้ที่ตั้งอยู่บนฐานของอริยสัจทั้ง ๔ ประการ

ในทางปรัชญาบริสุทธิ์ (Pure Philosophy) ในพระพุทธศาสนามีดังนี้

๑. อภิปรัชญา (Metaphysics) สาขานี้จะกล่าวถึง “ความจริง” ทั้งที่สัมผัสได้และสัมผัสไม่ได้ ถ้าจิตขุนมัว ไม่ผ่องใส ร่างกายก็ไม่สมบูรณ์ จิตไม่ดี คิดก็คิดในทางไม่ดี ทำก็ทำในทางไม่ดี ผลที่เกิดย่อมไม่ดีเป็นอกุศล (บาป) และอริยสัจอันเป็นความจริง อันประเสริฐมี ๔ อย่างคือ

๑.๑ ทุกข์ เป็นสภาวะที่ทนได้ยากยิ่ง เช่นการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นต้น

๑.๒ สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ เช่นอวิชชาความไม่รู้จริง ตัณหาความอยาก ความใคร่ อุปทานความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนและอื่นๆ

๑.๓ นิโรจ ความดับทุกข์ ความสิ้นไปแห่งทุกข์ โดยปฏิบัติในไตรสิกขา หรืออริยมรรคมีองค์ ๘ ได้อย่างสมบูรณ์ ย่อมดับทุกข์ได้จริง

๑.๔ มรรค อันเป็นทางปฏิบัติเพื่อนำไปสู่ความดับทุกข์ ได้แก่ ปฏิบัติในไตรสิกขา หรืออริยมรรคมีองค์ ๘ นั้นเอง อย่างครบถ้วน ถูกต้องสมบูรณ์

^{๒๑} วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, จิตวิทยาพุทธศาสนา, ๑๒๕.

๒. ญาณวิทยา (Epistemology) สาขานี้กล่าวถึงทฤษฎีความรู้หรือแหล่งที่เกิดความรู้ ในพระพุทธศาสนาทฤษฎีความรู้มี ๓ ทางคือ

๒.๑ สุตมยปัญญา ความรู้เกิดจากการฟังจากท่านผู้รู้หรือนักปราชญ์ รวมทั้งจากการอ่านตำราหรือคัมภีร์ที่น่าเชื่อถือ ในการฟังตั้งใจ หรือฟังด้วยดี ฟังด้วยจิตที่ตั้งมั่น จึงจะเกิดปัญญาได้ แม้การอ่านตำราหรือคัมภีร์ต้องมีจิตแน่วแน่ จิตเป็นสมาธิ จิตจดจ่ออยู่เฉพาะตำรานั้น จิตผ่องใส ย่อมทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจได้ดี

๒.๒ จินตามยปัญญา ความรู้เกิดจากการคิดใคร่ครวญ วิเคราะห์ ทบทวน ตรวจสอบ ตรวาทานด้วยเหตุด้วยผล เพราะถ้าเราประสบกับสิ่งใด จะเป็นทางตาทางหูก็ตาม ถ้าเราไม่คิดใคร่ครวญ ไม่วิเคราะห์ ตรวจสอบด้วยเหตุผล สิ่งที่เราเห็น สิ่งที่เราได้ฟังมาอาจจะไม่ถูกต้อง ไม่เป็นจริงได้ แต่ถ้าเราได้คิด ใคร่ครวญ วิเคราะห์ให้ดียิ่งขึ้น ย่อมเกิดความรู้จริงได้

๒.๓ ภาวนามยปัญญา ความรู้เกิดจากการฝึกฝน อบรม การปฏิบัติจริง เนื่องจากการศึกษาเล่าเรียนในภาคทฤษฎีอย่างเดียว จะไม่เกิดความรู้จริง ไม่เชี่ยวชาญจริง จึงจำต้องอาศัยการปฏิบัติ การฝึกฝนอบรมต่อเนื่อง ความรู้ที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาจึงจะเกิดผลดีได้ ภาวนามยปัญญาคือ การนำเอาหลักทฤษฎีที่ได้ศึกษาเล่าเรียนนั้นมาปฏิบัติหรือทดลองนั่นเองถ้าได้ผลจริงถือว่าทฤษฎีที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมานั้นใช้ได้และถูกต้อง

การศึกษาในพระพุทธศาสนามี ๓ ระดับ

ในพุทธปรัชญาหรือพุทธธรรมจึงมีระดับการศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ให้มีปัญญาจริงไว้ ๓ ระดับคือ

๒.๓.๑ ปริยัติศึกษา หมายถึง การศึกษาเล่าเรียนจากตำราหรือศึกษาในทางทฤษฎี เพื่อให้เข้าใจในหลักคำสอนหรือตำรานั้นๆ ก่อน

๒.๓.๒ ปฏิบัติศึกษา หมายถึง การนำเอาหลักทฤษฎีที่ได้ศึกษามาแล้วปฏิบัติ ทดลอง วิเคราะห์ ทบทวน ใคร่ครวญว่าถูกต้องหรือไม่ อย่างไร ถ้าถูกต้องย่อมเกิดผลดีจริง

๒.๓.๓ ปฏิเวธศึกษา หมายถึง การได้รับผลหรือรู้แจ้งเป็นผลจริงที่เกิดเมื่อได้ปฏิบัติ ทดลอง วิเคราะห์ ใคร่ครวญมาแล้วตามข้อที่ ๑ และข้อที่ ๒ นั้น

๓. จริยศาสตร์ (Ethics) สาขาจริยศาสตร์นี้ในพระพุทธศาสนาหรือพุทธปรัชญามี ๓ ระดับคือ

๓.๑ ระดับต้น ได้แก่ เบญจศีล เบญจธรรม คือการปฏิบัติดีทางกายและวาจาให้มีความเรียบร้อย

๓.๒ ระดับกลาง ได้แก่ กุศลกรรมบถ คือ ทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดความดี ๑๐ ประการ คือ กายสุจริต ๓ วจีสุจริต ๔ และมโนสุจริต ๓

๓.๓. ระดับสูง ได้แก่อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ คือ

๓.๓.๑ มีความเห็นชอบ

๓.๓.๒ มีความดำริชอบ

๓.๓.๓ มีวาจาชอบ

๓.๓.๔ มีการทำงานชอบ

๓.๓.๕ มีความเลื่อมใสชอบ

๓.๓.๖ มีความพยายามชอบ

๓.๓.๗ มีการตั้งสติไว้ชอบ

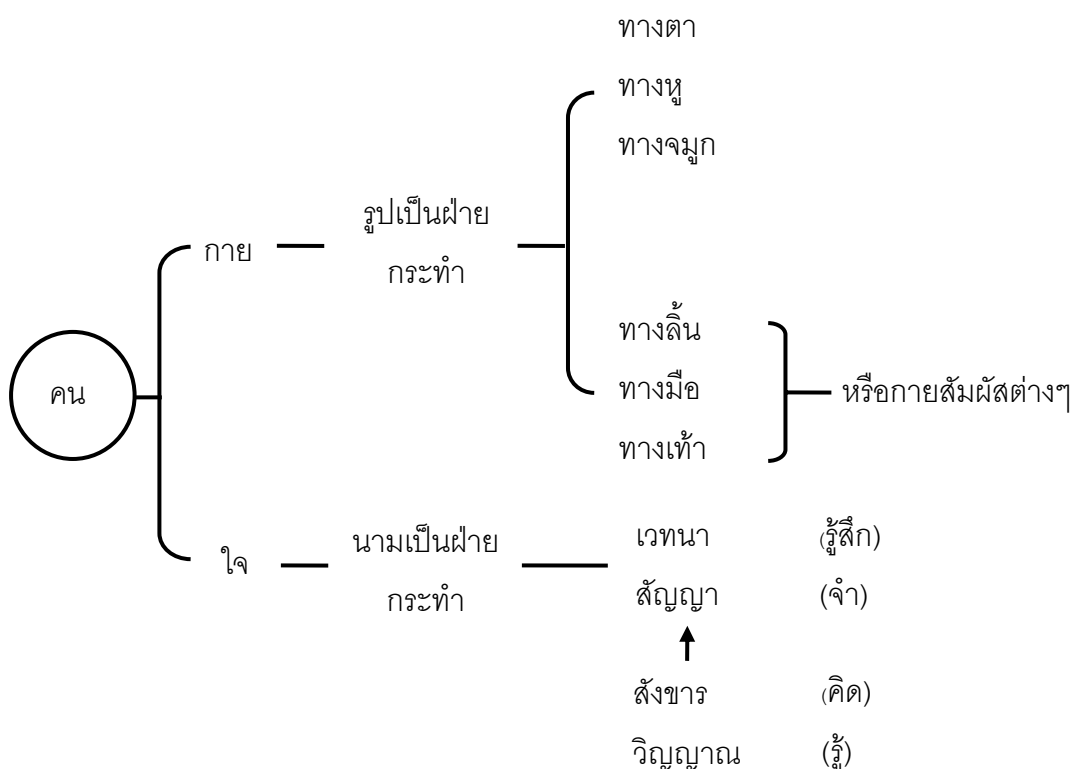
๓.๓.๘ มีการตั้งสมาธิชอบ^{๒๒}

จากที่กล่าวมานี้พอจะสรุปได้ว่า การเรียนรู้ในพุทธศาสนานั้นคือการเรียนรู้ในทางที่จะทำให้พ้นทุกข์ เป็นการเรียนรู้ได้จากการมองทุกสิ่งทุกอย่างตามสภาวะความเป็นจริงของมัน (ยถาภูต) ซึ่งเป็นไปตามลักษณะของสามัญลักษณะ หรือไตรลักษณ์ ลักษณะธรรมชาติที่มีอยู่โดยทั่วไป แยกเป็นการพิจารณาชั้น ๕ คือ รูปกับนามอันเป็นที่อาศัยของกิเลสอาสวะให้เห็นชัดแจ้ง โดยยกเอาไตรลักษณ์มาประกอบ

ในการพิจารณาให้เห็นว่าชั้น ๕ หรือแม้แต่ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกล้วนตกอยู่ภายใต้อำนาจทั้ง ๓ ลักษณะคือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา เมื่อรับรู้ทุกสิ่งทุกอย่างด้วยสภาวะเป็นจริงอย่างนี้แล้วจิตใจจะรู้เท่าทันและหมดอาลัยใน ชั้น ๕ ว่าไม่ใช่ตัวตน ไม่เฉพาะคนเราหรือสัตว์สิ่งของ อะไรอย่างใดอย่างหนึ่งล้วนแล้วแต่ เมื่ออาสวะที่หมักดองอยู่ในสันดานนั้นหมดไป จิตใจจะบรรลुถึงซึ่งความอิสระอย่างเต็มที่ ไม่ยึดติดอยู่กับความเป็นตัวตนของตนปล่อยวางเป็นความว่าง ไม่รู้สึกถึงความเป็นเจ้าของแม้แต่ตัวของตนเอง

การเรียนรู้เป็นการกระทำอย่างหนึ่งของส่วนที่เป็นกาย กับส่วนที่เป็นใจ หรือจิตกระทำ อย่างที่ จอน ดิวอี้ (John Dewey) ได้ให้คำอธิบายไว้จนเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปในวงการศึกษาว่า การเรียนโดยการกระทำ (Learning by Doing) ซึ่งก็สอดคล้องกับหลักการ “การเรียนรู้โดยการกระทำ” ทางพุทธศาสนาได้ดังนี้

^{๒๒} บุญมี แท่นแก้ว, ปรัชญาศาสนา, ๓๖ - ๓๗.



บทอาขยิยชาดก สำนวนลิขสิทธิ์

แผนผังที่ ๑ แสดงผังการเรียนรู้โดยการกระทำ

ที่มา : บุญมี แท่นแก้ว, ปรัชญาศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๘), ๓๙.

ดังนั้น ในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร พระพุทธองค์จึงทรงแสดงหลักการเรียนรู้ (เพื่อดับทุกข์) คือมรรค ๘ ไว้ดังนี้

ใจเป็นฝ่ายทำ (รู้)	๑. สัมมาทิฏฐิ (ความเห็นชอบ)	ปัญญา
	๒. สัมมาสังกัปปะ (ความมุ่งหมายดำริชอบ)	ปัญญา
กายเป็นฝ่ายทำ	๓. สัมมาวาจา (เจรจาชอบ)	ศีล
	๔. สัมมากัมมันตะ (ทำกรงานชอบ)	ศีล
	๕. สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีวิตชอบ)	ศีล
ใจเป็นฝ่ายทำ (รู้)	๖. สัมมาวายามะ (ความเพียรชอบ)	สมาธิ
	๗. สัมมาสติ (ความระลึกชอบ)	สมาธิ
	๘. สัมมาสมาธิ (ความตั้งใจชอบ)	สมาธิ

เมื่อพิจารณาหมวด ๘ จะเห็นได้ว่าเป็นหลักของไตรสิกขา หมายถึงการเรียนรู้หรือการปฏิบัติ ๓ หลักการคือ

๑. หลักศีลสิกขา เป็นการศึกษาเพื่อให้รู้จักใช้อายตนะและอวัยวะทั้งหลายมี มือ เท้า ปาก ตา เป็นต้น ทั้งทางกาย ทางวาจา ให้มีระเบียบ มีระบบ มีวิธีการแสดงออกที่เหมาะสม และมีวินัย สามารถนำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดความเรียบร้อยทางกายและวาจา ศีลสามารถ กำจัดกิเลสระดับหยาบ ที่แสดงออกทางกาย ทางวาจาหรือที่เรียกว่า “วิติกมกิเลส” เท่านั้น สมาธิ กำจัดกิเลสระดับกลางที่คอยรบกวนจิตใจให้เดือดร้อนเศร้าหมองหรือที่เรียกว่า “ปริยฐานกิเลส” เท่านั้น และปัญญา สามารถกำจัดกิเลสระดับละเอียดที่นอนนิ่งในสันดานเรียกว่าอนุสัยกิเลส กิเลสระดับนี้ที่ทำให้ปญชน ไม่สามารถข้ามพ้นเป็นพระอรหันต์ เพราะฉะนั้น “ปัญญา” จึงมีความสำคัญสูงสุด ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ปัญญา หิ เสฏฐา กุสลา วทนต์” คนฉลาดย่อมยกย่องว่าปัญญาแลประเสริฐสุด แต่ปัญญาในที่นี้ต้องเป็นโลกุตตรปัญญาจึงจะสามารถกำจัดอนุสัยกิเลสได้

๒. หลักจิตสิกขา เป็นการศึกษาเพื่อฝึกจิตให้เป็นสมาธิคือไม่ให้วอกแวกกระสับกระส่าย ให้รู้จักมนสิการ และมีโยนิโสมนสิการ จิตจึงต้องมีการควบคุมให้ดีเพราะทั้งการกระทำหรือคำพูดทั้งหลายนั้นมาจากจิตทั้งสิ้น ดังพระพุทธพจน์ในพระธรรมบทททกนิกายว่า “มโนปุพพังคมา ธมมา มโนเสฏฐา มโนเมया” แปลความว่า ธรรม (คือการกระทำที่เป็นกุศล หรืออกุศล) ทั้งหมด มีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐสุด สำเร็จด้วยใจ ด้วยเหตุนี้ การศึกษาเรื่องจิตเพื่อทำให้จิตมีสมาธิ เพื่อให้เกิดพลังจึงมีความจำเป็นในการฝึกฝนเสริมสร้างพลังกำลังของจิต

๓. หลักปัญญาสิกขา คือหลักการศึกษาเพื่อให้เกิดปัญญาความรู้แจ้ง ให้รู้จักสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง (ยถาภูต) นำไปปฏิบัติฝึกหัด ใคร่ครวญทดสอบเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง ปัญญา แบ่งออกได้หลายประการดังต่อไปนี้

๓.๑ ปัญญา แบ่งออกเป็น ๒ ชนิดคือ

๓.๑.๑ โลกียปัญญา หมายถึงปัญญาชั้นโลกียะไม่เป็นไปเพื่อสิ้นกิเลส

ตัณหา

๓.๑.๒ โลกุตตรปัญญา หมายถึงปัญญาที่เป็นไปเพื่อสิ้นกิเลสตัณหาได้แก่ความรู้ในอริยสัจ ๔ โดยตรง

๓.๒ ในอภิธรรมมัตถกถาปิณี กล่าวว่า ปัญญามี ๓ ประเภทคือ

๓.๒.๑ อายโกศล ฉลาดรอบรู้ในความเจริญ

๓.๒.๒ อปายโกศล ฉลาดรอบรู้ในความเสื่อม

๓.๒.๓ อุปายโกศล ฉลาดรอบรู้ในวิธีการหรืออุบายต่างๆ

๓.๓ ในอัมมจักกัปปวัตตนสูตร พระพุทธองค์ตรัสว่าปัญญามี ๔ ประการคือ

๓.๓.๑ ความรู้ในทุกข์ หรือสิ่งที่เป็นปัญหา

๓.๓.๒ ความรู้ในเหตุแห่งทุกข์ หรือสาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหา

๓.๓.๓ ความรู้ในการดับทุกข์ หรือรู้ว่าปัญหานั้นแก้ไขได้

๓.๓.๔ ความรู้ในข้อปฏิบัติเพื่อให้ถึงความดับทุกข์ คือรู้ในวิธีการ

แก้ปัญห

๓.๔ ในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๑ ข้อที่ ๒๓๑ แสดงถึงสาเหตุให้เกิดปัญญา ๓

ประการคือ

๓.๔.๑ จินตามยปัญญา ปัญญาเกิดจากคิดนึกตรึกตรอง

๓.๔.๒ สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟังตามพระบาลีที่ว่า

สุสสุส ลภเต ปญญา แปลว่า ฟังด้วยดีย่อมได้ปัญญา

๓.๔.๓ ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากอบรมจิตคือการเจริญภาวนา ๒

ประการสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา

สมถภาวนา คือการอบรมจิตแบบสมถวิธี โดยใช้ธรรมที่เป็น
อารมณ์ของสมถะ ๔๐ ประการ
วิปัสสนาภาวนา คือการอบรมจิตโดยใช้หัวข้อธรรมในโพธิปักขิย

ธรรม (ธรรมเป็นฝ่ายตรัสรู้ หรือธรรมให้เกิดความรู้คือปัญญา) ๓๗ ประการ

ผลทางจิตที่ได้รับการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือได้โลกียปัญญาและ
โลกุตระปัญญา เพื่อสามารถดำรงชีวิตตามอริยมรรค ๘ ประการส่งผลให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจสภาพจิตใจ
ของตนเอง มีสติในการกระทำ ผลของการปฏิบัติสรุปโดยย่อได้ดังนี้

๑. จิตของผู้ที่ทำการฝึกฝนแล้วย่อมสามารถทำให้บุคคลนั้นมีจิตใจที่ตั้งอยู่
ในเจตนาและความคิดที่ถูกต้องเหมาะสมได้ อันเป็นประโยชน์แก่ตนเองและสังคม

๒. ผู้ที่มีการฝึกอบรมจิต จะเป็นผู้มีปัญญาที่จะทำให้ตนมีชีวิตอยู่อย่างมี
ความสุขได้แม้ในเวลาที่เกิดความทุกข์

๓. ผู้ที่ได้รับการฝึกอบรมจิตทางสมาธิและวิปัสสนากัมมัฏฐาน จะเป็นผู้ที่ไม่
มีความหวั่นไหวด้วยโลกธรรม (คือเหตุปัจจัยภายนอกอันเป็นธรรมดาโลก) จิตมีสภาวะความมั่นคง
ในทางอารมณ์ เพราะมีความประณีตในทางจิตที่เรียกว่าจิตมีพัฒนาการสูงขึ้น^{๒๓}

^{๒๓} บุญมี แท่นแก้ว, ปรัชญาศาสนา, ๔๖ - ๔๗.

การอบรม

ลักษณะการอบรม บำบัด พัฒนาสภาพจิตใจเด็กและเยาวชนภายในวัดพินิจธรรมสถาน จึงประกอบด้วย ๓ ส่วนหลักคือ

๑. อบรมหลักพระธรรมคำสอน
๒. อบรมหลักปฏิบัติ ฝึกสมาธิ และเจริญวิปัสสนากรรมฐาน
๓. อบรมศิลปวัฒนธรรม และหัตถกรรมพื้นบ้าน

๑. การอบรมหลักพระธรรมคำสอน พระธรรมคำสอนต่างๆของพระพุทธองค์นั้นเป็น หลักธรรมที่เป็นไปตามหลักธรรมชาติ ที่มีอยู่ในธรรมชาติ เพราะในธรรมชาติมีหลักธรรมต่างๆอยู่ มากมาย ขึ้นกับจะหยิบหลักธรรมเรื่องใด ส่วนใดนำมาใช้ ดังเช่น ในสูตรที่มีอยู่ในสังยุตนิคาย เล่า เรื่องนี้ไว้ว่า; เมื่อกำลังเดินกันอยู่ในป่า พระพุทธเจ้าท่านกำใบไม้ที่เรียกราดอยู่ขึ้นมากำมือหนึ่งแล้ว ถามภิกษุทั้งหลายในที่นั้นว่า ใบไม้ที่กำขึ้นมานี้กับใบไม้ทั้งหมดในป่า มันมากน้อยกว่ากันกี่มาก น้อย ทุกคนก็เห็นว่ามันมากกว่ากันมาก จนเปรียบเทียบกันไม่ไหว.พระพุทธเจ้าจึงบอกว่าเรื่องที่ ตรัสรู้และรู้นั้นมันมากเท่ากับใบไม้ทั้งป่า แต่เรื่องจำเป็นที่ควรรู้ควรนำมาสอน นำมาปฏิบัติ นั้น เท่ากับใบไม้กำมือเดียว^{๒๔}

หลักธรรมคำสอนและหลักปฏิบัติ ในการอบรมธรรมของพระพุทธองค์นั้นมี มากมาย ด้วยความมุ่งหมายให้พ้นจากทุกข์ทั้งปวง ในการนำหลักธรรมคำสอนและหลักปฏิบัติของ พระพุทธองค์ มาอบรมและปฏิบัติธรรม สำหรับเด็กและเยาวชนจากสถานพินิจฯ และพุทธบริษัท ในวัดพินิจธรรมสถานนั้น เป็นไปเพื่อทำความเข้าใจถึงหลักพระธรรมคำสอน และหลักปฏิบัติให้ เข้าใจได้ง่ายและรวดเร็วเพื่อสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีสติสัมปชัญญะ ให้รู้เท่าทัน ความเป็นไปและเหตุการณ์ต่างๆ ที่จะผ่านเข้ามา และระลึกถึงพระธรรมอยู่เป็นเนืองนิตย์ โดยการ แสดงออกของวัดพินิจธรรมสถานในรูปแบบของการอบรมพระธรรมคำสั่งสอนในความเป็นไปของ หลักธรรมชาติ ตั้งแต่ส่วนหยาบที่เป็นรูปธรรมมองเห็นได้ สัมผัสได้ จนกระทั่งถึงส่วนละเอียดที่เป็น นามธรรมมองเห็นได้ยาก สัมผัสได้ยาก และทำความเข้าใจได้ยาก ซึ่งตามหลักพุทธธรรมเบื้องต้น นั้นได้ถือว่า สิ่งทั้งหลายเกิดจากส่วนประกอบต่างๆ มาประชุมกันเข้า หรือมีอยู่ในรูปของการ รวมตัวเข้าด้วยกันของส่วนประกอบต่างๆ คือ สิ่งทั้งหลายมีอยู่ในรูปของกระแส ส่วนประกอบ แต่ ละอย่างๆ ล้วนประกอบขึ้นจากส่วนประกอบอื่นๆ ย่อยลงไป ในแต่ละอย่างไม่มีตัวตนของมันเอง เป็นอิสระ ล้วนเกิดดับต่อกันไปเรื่อย ไม่เที่ยง ไม่คงที่ กระแสนี้ไหลเวียนหรือดำเนินต่อไป อย่างที่ดู

^{๒๔} พุทธทาสภิกขุ, แก่นพุทธศาสนา, ๙ - ๑๐.

คล้ายกับรักษารูปแนวและลักษณะทั่วไปไว้ได้อย่างค่อยเป็นค่อยไป ก็เพราะส่วนประกอบทั้งหลาย มีความสัมพันธ์เนื่องอาศัยกันและกัน เป็นเหตุปัจจัยสืบต่อแก่กันอย่างหนึ่ง และเพราะ ส่วนประกอบเหล่านั้นแต่ละอย่างล้วนไม่มีตัวตนของมันเอง และไม่เที่ยงแท้คงที่อย่างหนึ่ง

กฎธรรมชาตินี้ เป็น ธรรมชาติ คือภาวะที่ทรงตัวอยู่โดยธรรมดา เป็น ธรรมลัทธิ คือ ภาวะที่ตั้งอยู่หรือยืนตัวเป็นหลักแน่นนอนอยู่โดยธรรมดาเป็น ธรรมนิยาม คือกฎธรรมชาติ หรือ กำหนดแห่งธรรมดาไม่เกี่ยวกับผู้สร้างหรือผู้บันดาล หรือการเกิดขึ้นของศาสนาหรือศาสดาใดๆ กฎ ธรรมชาตินี้แสดงฐานะของศาสดา ในความหมายของพุทธธรรมด้วยว่าเป็นผู้ค้นพบกฎเหล่านี้แล้ว นำมาเปิดเผยชี้แจง พระพุทธตรัสรู้ได้เข้าถึงหลักพระธรรมนั้นแล้ว จึงออกแสดง วางแผน ตั้งเป็น หลัก เปิดเผยแจ่มแจ้ง ทำให้เข้าใจง่ายว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้ง ปวงเป็นอนัตตา ทั้งหมดนั้นเป็นธรรมนิยาม หรือกฎธรรมชาติ^{๒๕}

กฎธรรมชาติ (Orderliness of nature) ในคัมภีร์อภิธรรมรูนุชอรรถกถาแบ่ง นิยาม หรือกฎ ธรรมชาติเป็นอยู่ ๕ อย่างด้วยกัน คือ

๑. อนุตุนิยาม (Physical inorganic order) คือ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับอุณภูมิหรือ ปรากฏการณ์ธรรมชาติต่าง ๆ โดยเฉพาะ ดิน น้ำ อากาศ และฤดูกาล อันเป็นสิ่งแวดล้อมของมนุษย์

๒. ฟิซนิยาม (Physical organic order) คือ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับความสัมพันธ์ รวมทั้ง พันธุกรรม

๓. กรรมนิยาม (Order of act and result) คือ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับพฤติกรรมของ มนุษย์ คือ กระบวนการให้ผลของการกระทำ

๔. ธรรมนิยาม (Order of the norm) คือ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับความสัมพันธ์ และ ความเป็นเหตุเป็นผลแก่กันของสิ่งทั้งหลาย

๕. จิตตนิยาม (Physic law) คือ กฎธรรมชาติเกี่ยวกับกระบวนการทำงานของจิต (ที.อ.๒/๓๔; สงฺคณี อ.๔๐๘)^{๒๖}

คำว่า ธรรมชาติ หมายถึง สิ่งที่เกิดขึ้นเอง ไม่มีใครไปตบแต่งสร้างสรรคขึ้น เช่น ดิน ไฟ อากาศ แม่น้ำ ภูเขา สัตว์ และมนุษย์ เป็นต้น รวมถึงลักษณะต่าง ๆ อันมีมาแต่กำเนิด เช่น รูปร่าง ลักษณะของคนอื่นได้แก่ สูง ต่ำ ดำ ขาว เป็นต้น อันเป็นไปตามหลักพันธุกรรมและ

^{๒๕} วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, จิตวิทยาพุทธศาสนา, ๖๗ - ๖๘.

^{๒๖} พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), พิมพ์ ครั้งที่ ๓ (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๙), ๖๗.

คุณสมบัติต่าง ๆ ที่ซึ่งมีอยู่ในสสารและพลังงาน กฎธรรมชาติทั้ง ๕ ประการนี้ เป็นกฎถาวรและเป็นไปตามธรรมชาติของมัน ไม่ขึ้นอยู่กับอำนาจใด ๆ ทั้งสิ้น

ความเป็นไปต่างๆ นั้นเป็นไปตามกฎธรรมชาติ อาศัยความสัมพันธ์และความเป็นปัจจัยเนื่องอาศัยกันของสิ่งทั้งหลายเอง ไม่มีตัวการอย่างอื่นที่นอกเหนือออกไปในฐานะผู้สร้างหรือผู้บันดาล จึงเรียกเพื่อเข้าใจง่าย ๆ ว่าเป็นกฎธรรมชาติ ซึ่งมีหลักธรรมใหญ่ ๆ อยู่ ๒ หมวด ที่ถือได้ว่าพระพุทธรูปแสดงในรูปของกฎธรรมชาติ คือ ไตรลักษณ์ และ ปฏิจสุมุขบาท ความจริงธรรมทั้ง ๒ หมวดนี้ถือได้ว่าเป็นกฎเดียวกัน แต่แสดงในคนละแง่หรือในคนละแนว เพื่อมองเห็นความจริงอย่างเดียวกัน คือ ไตรลักษณ์ มุ่งแสดงลักษณะของสิ่งทั้งหลายซึ่งปรากฏให้เห็นว่าเป็นอย่างนั้น ในเมื่อสิ่งนั้นเป็นไปโดยอาการที่สัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อแก่กันตามหลักปฏิจสุมุขบาท ส่วนหลักปฏิจสุมุขบาท ก็มุ่งแสดงถึงอาการที่สิ่งทั้งหลายมีความสัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อแก่กันเป็นกระแส จนมองเห็นลักษณะได้ว่าเป็นไตรลักษณ์^{๒๗}

ดังนั้นจะเห็นได้จากพุทธพจน์ ว่ามนุษย์เราเมื่อเกิดมาก็ตกอยู่ภายใต้กฎสำคัญ ๓ ประการแล้วโดยหาทางหลีกเลี่ยงได้ยากและเป็นกฎตายตัวที่อยู่คู่กับทุกสรรพสิ่งมาช้านาน โดยที่สิ่งนี้จะครอบงำทุกสิ่งทุกอย่างทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ทั้งเป็นสิ่งที่มิชีวิตและไม่มีชีวิต โดยไม่มีการยกเว้นสิ่งใด ๆ ทั้งสิ้น ไตรลักษณ์ หรือลักษณะ ๓ ประการ คือ

๑. อนิจจตา

๒. ทุกขตา

๓. อนัตตตา

ไตรลักษณ์ (The Three Characteristics of Existence) นี้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามัญลักษณะ หมายถึงลักษณะทั่ว ๆ ไป หรือเสมอเหมือนกันแก่สิ่งทั้งปวง ที่เกิดขึ้นกับสังขาร กล่าวคือสังขารทั้งหลายตกอยู่ภายใต้อำนาจแห่งกฎ ๓ ประการนี้ คือ

๑. อนิจจตา (Impermanence) คือความไม่เที่ยง ความไม่มั่นคง ไม่คงที่ หรือไม่ถาวร เพราะจะต้องมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา แต่จะช้าหรือเร็ว เห็นได้ยากหรือเห็นได้ง่าย ขึ้นอยู่กับสภาพของสิ่งนั้น ๆ ตลอดจนถึงปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้วย และจะต้องมีการเปลี่ยนแปลงอย่างแน่นอน ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป

ในการดูให้เห็นความไม่เที่ยงนั้น ดูได้ ๒ วิธีคือ

๑.๑. ดูโดยนิमित คือดูรวม ดูรวมทั้งตัวหรือดูภาพรวมแล้วก็เรียกชื่อเป็นที่หมายรู้กัน เช่น ดูว่านี่คือ คน สุนัข หนังสือ เป็นต้น

^{๒๗} พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), ๖๗.

๑.๒. ดูโดยอนุพยัญชนะ คือดูรายละเอียดของสิ่งนั้นๆ โดยแยกออกเป็น ส่วนๆ เช่น ดูคน ก็แยกออกเป็นขั้น ๕ ธาตุ ๕๔ และแยกออกเป็น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เป็นต้น ดูให้ลึกลงไปจนกระทั่งความเป็นคนหายไปหรือแต่ส่วนประกอบหรืออวัยวะต่างๆ ซึ่งเมื่อแยกดูให้ละเอียดลึกลงไปแล้วก็จะเห็นว่าไม่มีอะไรเลยที่จะพึงยึดถือเอา

๒. ทุกขตา (Stress and Conflict) คือความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยการ เกิดขึ้นและสลายตัว ภาวะที่กดดัน ผื่นและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยที่ปรุงแต่งให้มีสภาพเป็น อย่างนั้นเปลี่ยนแปลงไปจะทำให้คงอยู่ในสภาพนั้นไม่ได้ ภาวะที่สมมุติมีความบกพร่องอยู่ในตัว ไม่ให้ความสมอยากแท้จริง หรือความพึงพอใจเต็มที่แก่ผู้อยากด้วยตัณหา และก่อให้เกิดทุกข์แก่ผู้ เข้าไปอยากเข้าไปยึดด้วยตัณหาอุปาทาน

ความทนอยู่ไม่ได้ ความต้องขัดแย้งในตัว หากเราสังเกตจะเห็นได้ว่าไม่มีสิ่ง ใด ๆ ที่จะดำรงอยู่ ทนอยู่ หรือเป็นอยู่ในสภาพเดิมได้ สิ่งนั้น ๆ จะต้องเปลี่ยนไปอยู่เสมอทุกเมื่อ ภาวะที่ไม่สามารถดำรงอยู่ในสภาพเดิมของสังขารทั้งปวงนั้นแหละ คือ ทุกขัง หรือทุกขตา

ความเปลี่ยนแปลง (อนิจจตา) กับความทนอยู่ไม่ได้จำเป็นต้องเปลี่ยนแปลง ไป (ทุกขตา) ถ้ามองอย่างผิวเผินก็จะเห็นเป็นสิ่งเดียวกัน เพราะการเปลี่ยนแปลงก็คือภาวะที่ไม่อยู่ ในสภาพเดิม และภาวะที่ไม่อยู่ในสภาพเดิมหรืออยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ก็คือการเปลี่ยนแปลงนั่นเอง แต่ถ้ามองให้ลึกแล้วจะเห็นว่าเหตุผลซึ่งกันและกันมีใช้สิ่งเดียวกัน

๓. อนัตตตา (Soullessness หรือ Non Self) คือความเป็นอนัตตา ความมิใช่ ตัวตน หรือความไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมันเอง ในโมกขุปายกถา ซึ่งเป็นพระราชนิพนธ์ใน พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้มีอธิบายเกี่ยวกับความเป็นอนัตตาของสิ่งทั้งหลายไว้ใน อรรถ ๔ ประการ คือ

๓.๑ เพราะไม่อยู่ในอำนาจ คือ ไม่อยู่ในอำนาจของใคร ไม่ขึ้นต่อผู้ใด จะ เรียกร้องหรือปรารถนาให้มันเป็นอย่างใด ๆ ไม่ได้ แต่มันจะต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัย หากต้องการ ให้มันเป็นอย่างไรจะต้องทำเหตุปัจจัยขึ้น เช่น ต้องการพ้นทุกข์จะต้องปฏิบัติตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา

๓.๒ เพราะเป็นข้าศึกแก่อัตตา คือ แย้งต่ออัตตา และโดยสภาวะของมันเอง ก็ปฏิเสธอัตตาอยู่ในตัวนั่นคือ การที่องค์ประกอบทั้งหลายสัมพันธ์กันดำเนินไปโดยความเป็นไป ตามเหตุปัจจัยนั่นเอง ซึ่งเป็นการปฏิเสธอยู่ในตัวว่า ไม่มีตัวตนต่างหากซ่อนอยู่ที่จะมาแทรกแซง บงการหรือแม้แต่ขัดขวางความเป็นไปตามเหตุปัจจัย

๓.๓ เพราะเป็นช่องว่างเปล่า คือ เป็นสภาพซึ่งเปล่าปราศจากตัวตนที่เป็นสาระเพราะว่างจากความเป็นสัตว์ บุคคล เรา เขา ที่แท้จริง ไม่มีตัวผู้สร้างบันดาลให้เป็นไปอย่างนั้นอย่างนี้

๓.๔ เพราะไม่มีเจ้าของ คือไม่เป็นตัวตนของใคร ไม่มีใครเป็นเจ้าของ มันเกิดขึ้นและเป็นไปตามเหตุปัจจัย กล่าวคือมันเป็นเพียงขบวนการธรรมล้วน ๆ ที่เป็นไปตามลำพัง เพราะอาศัยเหตุปัจจัย^{๒๘}

คำว่า อนิจจตา ทุกขตา และอนัตตตานี้ โดยทั่วไปมักเรียกกันจนติดปากว่าอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ใช้เป็นคำคุณศัพท์ในความหมายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่มีตัวตน

พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ในคิลานสูตร ดิกนิบาต อังคุตตรนิกาย ว่า

สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา.....

สพฺเพ สงฺขารา ทุกฺขา.....

สพฺเพ ธมฺมา อนัตตา.....

ซึ่งมีความหมายว่า ตถาคต (พระพุทธเจ้า)ทั้งหลายจะอุบัติหรือไม่ก็ตาม ธาตุ (หลัก) นั้นก็

ยังคงอยู่เป็นธรรมฐิติ (ความดำรงอยู่แห่งธรรม) เป็นธรรมนิยาม (กฎธรรมชาติ) ว่า

สังขารังปวงไม่เที่ยง.....

สังขารังปวงเป็นทุกข์.....

ธรรมังปวงเป็นอนัตตา.....^{๒๙}

ความรู้ในไตรลักษณ์ เป็นตัวเร่งโดยตรงสำหรับความไม่ประมาท เพราะเมื่อรู้ว่าสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่คงที่ เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ไม่คงตัว จะต้องแตกสลายกลับกลายเป็นไม่รอเวลาและไม่ฟังใคร เป็นไปตามเหตุปัจจัย เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็จำเป็นต้องอยู่เองว่า วิธีปฏิบัติที่ถูกต้องย่อมมีอยู่อย่างเดียวคือ พึงเร่งรัดทำการตามเหตุปัจจัย หมายความว่า จะต้องเร่งชวนช่วยป้องกันความเสื่อมที่ยังไม่เกิดขึ้น แก้ไขปัญหาและความเสียหายผิดพลาดที่เกิดขึ้นแล้ว รักษาสิ่งดีที่มีให้คงอยู่ และทำสิ่งที่ดีเพื่อให้เกิดความเจริญงอกงามต่อไป ทั้งนี้ด้วยการศึกษาเหตุปัจจัยและทำการตรงตัวเหตุตัวปัจจัยนั้น เช่น รู้ว่าสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง จะเสื่อมสิ้นสูญสลายไปตามเหตุปัจจัย เมื่อเราต้องการความดำรงความเจริญ เราก็ต้องเพียรพยายามทำกรรมทั้งหลายอัน

^{๒๘} พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ), ๖๘.

^{๒๙} เรื่องเดียวกัน, ๖๙.

จะเป็นเหตุให้สิ่งดีงามนั้นดำรงอยู่ได้นานที่สุดและบังเกิดประโยชน์แก่คนมากที่สุดโดยนัยนี้จึงเรียกว่า คุณค่าด้านการทำกิจ หรือคุณค่าเพื่อความไม่ประมาท

คำสอนของพระพุทธเจ้าที่แนะนำให้ทำกิจด้วยความไม่ประมาทนั้น แบ่งตามประเภทของจิตได้ ๒ อย่าง คือ

๑. เกี่ยวกับจิตด้านใน ได้แก่ คำสอนที่แนะนำกระตุ้นเตือนให้เร่งพัฒนาจิตใจของตน อย่างที่เรียกว่า ทำความเพียรทางจิต เพื่อบรรลุภูมิธรรมที่สูงยิ่ง ๆ ขึ้นไป ซึ่งก็คือ การเข้าถึงคุณค่าด้านการทำจิตของไตรลักษณ์ หรือ ความสามารถทำใจของตนให้หลุดพ้นเป็นอิสระได้มากขึ้นไปโดยลำดับนั่นเอง กิจด้านนี้อาจเรียกง่าย ๆ ว่า การปรับปรุงภายใน หรือเรียกสั้น ๆ ว่า ปรับภายใน

๒. เกี่ยวกับจิตด้านนอก ได้แก่ คำสอนที่แนะนำเร้าเตือนให้เร่งพัฒนาชีวิตด้านนอก เกี่ยวกับความเป็นอยู่ประจำวัน การดำรงตนในโลก ให้กระตือรือร้นขยันหมั่นเพียรในการประกอบอาชีพการงาน การทำหน้าที่ของตน การแก้ไขป้องกันปัญหาต่าง ๆ การสร้างสรรค์สิ่งดีงาม และการบำเพ็ญกิจเพื่อประโยชน์สุขของส่วนรวม กิจด้านนี้อาจเรียกง่าย ๆ ว่า การปรับปรุงภายนอก หรือเรียกสั้น ๆ ว่า ปรับภายนอก

พระอภิธรรมเป็นพุทธศาสนาที่มีเค้าความเชิงจิตวิทยาอยู่มาก พุทธศาสนาทิบายจิตโดยอาศัยลักษณะกิจกรรมของจิต เช่นมีเนื้อหาเกี่ยวกับ การคิด ความจำ การใช้เหตุผล (Reasoning) การสร้างเจตนา ความรู้สึก ความต้องการ ความทะยานอยากซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมทางจิต มีการกล่าวถึงจิตที่เรียกว่าวิญญาณ อารมณในจิต วัตถุของอารมณในจิต สมุฏฐานของอารมณภายในจิตใจ คำสอนเรื่องจิตที่มักปรากฏเกี่ยวข้องกับสังสารวัฏและนิพพาน นั้นเป็นส่วนสำคัญของพุทธวิทยา

ความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายและจิตใจ ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างจิตกับร่างกาย มีคำอธิบายในคัมภีร์สำคัญทางพุทธศาสนาหลายเล่ม ในลักษณะนามและรูปมีความสัมพันธ์เชิงเหตุปัจจัยซึ่งจะแยกขาดจากกันมิได้ ชีวิตจะเจริญต่อไปไม่ได้เลยถ้าร่างกายและจิตใจมิได้อาศัยอยู่ร่วมกัน เพราะร่างกายเป็นที่อาศัยของกระแสอายตนะการทำงานของจิต ในวิสุทธิมรรคได้อธิบายลักษณะสำคัญของร่างกายและจิตใจไว้ว่านามและรูปนั้น มีอยู่ในโลกนี้โดยปรมาตมสัจจะ ในนามและรูปนั้น สัตว์และคนไม่มีเลย นามและรูปเป็นของว่างเปล่า อันปัจจัยปรุงแต่งขึ้นเหมือนหุ่นยนต์ นั้นเป็นกองทุกข์เช่นกองหญ้าและฟืน^{๓๐}

^{๓๐} วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, จิตวิทยาพุทธศาสนา, ๒๓ - ๒๕.

นามและรูปอยู่ร่วมกันได้เพราะมีสามัญลักษณะเหมือนกันคือ มีความเป็นอนิจลักษณะ ทุกขลักษณะ และอนัตตลักษณะ และชีวิตของมนุษย์เจริญอยู่ได้ด้วยอาหารหล่อเลี้ยง ๔ ประการ คือ

๑. กวฬิงการอาหาร คืออาหารที่บริโภคดื่มกินให้ร่างกายอยู่ได้

๒. ผัสสาหาร คืออาหารใจที่ได้แก่รูปารมณฺ์ สัททารมณฺ์ คันถารมณฺ์ รสอารมณฺ์และ ธรรมารมณฺ์ สิ่งเหล่านี้หล่อเลี้ยงให้ชีวิตทางจิตมีกระแสอารมณ์ออกมาทางกาย วาจาและใจ

๓. มโนสัณฺญาเจตนาหาร คือความหวัง ความตั้งใจอันมีส่วนที่ทำให้ชีวิตจิตใจมีความสดชื่น อยากมีชีวิตอยู่ ที่เรียกว่า ชีวิตอินทรีย์เจตสิก

๔. วิญญาณาหาร คือความรู้และปัญญา

กวฬิงการอาหารทำให้ร่างกายทรงตัวอยู่ได้ มโนสัณฺญาเจตนาหารทำให้เกิดการวางแผนของการกระทำ ซึ่งทำให้มีปฏิสนธิชีวิตของกรรม และวิญญาณาหารทำให้เกิดความรู้ต่างๆ จิตกับร่างกายมีกิจการงานต่างกันแต่ประสานกัน จึงมีองค์กรรม (การกระทำทั้งหมด) เป็นหน่วยเดียวกัน ซึ่งย่อมส่งผลในทางที่เหมือนกัน การกระทำทางกายและวาจา ถ้ามีจิตสร้างเจตนาร่วม แล้ว ถือเป็นการกระทำที่วิบากกรรมสมบูรณ์ในตัวเอง อันจะส่งผลของการกระทำไปสู่ปัจจุบันและอนาคตของการกระทำนั้นได้ สิ่งเหล่านี้ที่ช่วยหล่อเลี้ยงนามรูปให้มีความเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงไปตามวัฏจักรของกรรม^{๓๑}

๒. การอบรมหลักปฏิบัติธรรมฝึกสมาธิ และเจริญวิปัสสนากรรมฐาน การปฏิบัติธรรม นั้น หมายความว่า การนำธรรมมาปฏิบัติ เอาธรรมมาใช้ เอามาใช้ดำเนินชีวิตการทำงาน คือเอาธรรมมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตจริง ทำให้การดำเนินชีวิตนั้นเป็นไปด้วยดี เป็นชีวิตที่มีความสุขนั่นเอง หรือเอามาช่วยให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง

การปฏิบัติธรรมก็จะเป็นเรื่องกว้างๆ ไม่เฉพาะการที่จะปลีกตัวออกจากสังคม ไปอยู่ที่วัด ไปอยู่ที่ป่า แล้วก็ไปนั่งบำเพ็ญสมาธิอะไรอย่างนั้น ไม่ใช่แค่นั้น อันนั้นเป็นเพียงส่วนหนึ่ง เป็นการพยายามนำธรรมมาใช้ในขั้นลึก ในการที่จะฝึกฝนจิตใจอย่างจริงจัง การปฏิบัติธรรมต้องมียุติเวลา นั่งอยู่ก็ต้องมีการปฏิบัติธรรมคือเอาธรรมมาใช้เมื่อปฏิบัติสิ่งนั้น ทำสิ่งนั้นอย่างถูกต้อง ก็เป็นการปฏิบัติธรรม เมื่อทำงานหรือทำหน้าที่ของตนอย่างถูกต้องตั้งใจทำให้ดี ให้เกิดคุณประโยชน์ ให้สำเร็จความมุ่งหมายที่ตั้งใจ ก็เป็นการปฏิบัติธรรม แม้แต่การนั่งฟังปาฐกถาก็มีการปฏิบัติธรรม เมื่อตั้งใจฟัง ฟังเป็นใช้ความคิดพิจารณาไตร่ตรอง สิ่งที่ได้รับฟังนั้นทำให้เกิดปัญญาขึ้น ก็เป็นการปฏิบัติธรรมทั้งนั้น เป็นอันว่า การปฏิบัติธรรมนี้ เป็นเรื่องที่กว้างมาก หมายถึงการ

^{๓๑} สุริยวงศ์ พงศ์ไพบูลย์, โลกทรรศน์ชาวไทยภาคใต้, ๔๘.

นำเอาธรรมมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ชีวิต หรือการทำกิจทำงานทำหน้าที่ให้ถูกต้อง ทำทุกเรื่องทุกอย่างให้ถูกต้อง ให้ดี ให้เกิดผลเป็นประโยชน์ เพราะจะได้เข้าถึงชีวิตที่ดังามมีความสุขที่แท้จริงนั่นเองเป็นการปฏิบัติธรรม^{๓๒}

สมาธิคือความแน่วแน่ของใจ ของจิตของเรา ปกติใจซึ่งเป็นพลังเป็นสิ่งที่กระเพื่อม เหมือนกับน้ำอยู่ตลอดเวลา เมื่อมีการเคลื่อนไหว มีการคิดไป ไหลไปตามอารมณ์ โดยไม่มีหลักยึดเหนี่ยว ก็จะเหวี่ยง จะหมดกำลังไปโดยเปล่าประโยชน์

สมาธิ ตามตัวอักษรแปลว่า ความตั้งมั่น หมายถึงความตั้งมั่นแห่งจิต มีความมั่นคง ทนทาน เสาเรือนที่ปักลงม่นย่อมรับน้ำหนักได้ดี ไม่โยกคลอนฉุนไค ดวงจิตที่มั่นคงด้วยกำลังสมาธิก็ฉุนนั้น ย่อมไม่วอกแวกหวั่นไหว แม้มีอารมณ์ภายนอกมากกระทบก็สามารถรักษาปกติภาพของดวงจิตไว้ได้ ดวงจิตอย่างนี้มีคุณค่ามาก กระแสดวงจิตก็เหมือนกระแสน้ำ ถ้าพุ่งไปทางเดียวก็มีกำลังแรง เมื่อแยกไปหลายทาง กำลังก็อ่อนลง

สิ่งใดก็ตามที่อยู่ภาวะเข้มข้น ย่อมมีคุณสมบัติกล้าขึ้นกว่าเมื่ออยู่ในภาวะธรรมดา ฉุนไค เมื่อบุคคลสามารถรวมกระแสจิตให้เป็นหนึ่งเดียว (เอกัคคตา) กระแสดิจหรือกระแสความคิด ย่อมมีกำลังแรง สามารถทำสิ่งที่คนธรรมดาทำไม่ได้ ฉุนนั้น

สมาธิมีผลดีต่อการทำงานทุกชนิด การทำงานด้วยใจสงบย่อมดีกว่าทำด้วยใจฟุ้งซ่าน การทำงานหรือการศึกษาเล่าเรียน ถ้าทำด้วยใจเป็นสมาธิก็เหนื่อยน้อยและได้ผลงานมาก มีความเพลิดเพลินและความสุขในการทำงานนั้นเป็นอย่างดี ถือว่าเป็นพรอันประเสริฐของชีวิต

สมาธิเป็นที่ย่ออันสงบสุขของดวงใจ ไม่มีทีใดจะให้ความสงบสุขแก่ดวงจิตอันไม่มีโทษเท่ากับสมาธิ แม้พระอริยเจ้าอยู่ปราศจากกิเลสแล้วยังอาศัยเรือนแก้ว กล่าวคือสมาธินี้แหละเป็นที่พักผ่อน สมาธิยังเป็นบาทฐานอันสำคัญยิ่งของปัญญา คือการรู้เห็นตามเป็นจริงซึ่งเป็นคุณธรรมหลักในพระพุทธศาสนา สมดังพระพุทธภาษิตที่ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย! จงเจริญสมาธิเถิด, ผู้มีจิตตั้งมั่นดีแล้ว ย่อมรู้ชัดเห็นตามเป็นจริง”
พุทธพจน์นี้ แสดงทั้งความหมาย (จิตตั้งมั่น) และประโยชน์ที่มุ่งหมายของสมาธิ (รู้ชัดตามเป็นจริง)

“...ภิกษุทั้งหลาย ! เปรียบเทียบห้วงน้ำใส กระจางไม่ขุ่นมัว คนตาดียืนอยู่บนฝั่ง ฟังเห็นได้ซึ่งหอยโข่ง หอยกาบ ก้อนหิน ก้อนกรวด ตลอดจนจณผุ่ปลา ที่กำลังแหวกว่ายอยู่บ้าง กำลังหยุดอยู่บ้าง ฉุนไคภิกษุก็ฉุนนั้นเหมือนกัน ด้วยจิตที่ไม่ขุ่นมัว ก็จักรู้ได้ซึ่งประโยชน์ตนประโยชน์

^{๓๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), สมาธิ [ออนไลน์], เข้าถึงเมื่อ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๔๘. เข้าถึงได้จาก <http://www.dhammadownload.com/book/dhamma๑/index.php>

ผู้อื่น ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย จักประจักษ์แจ้งได้ ซึ่งคุณวิเศษยิ่งกว่ามนุษย์สามัญ คือ ญาณทัสสนะที่สามารถทำให้เป็นอริยะชน...”

เมื่อจิตตั้งสงบแน่วนิ่งเรียบสนิท จะคิดพิจารณาสิ่งใด เรื่องใด ก็มองเห็นง่ายเข้าใจชัดเจน เมื่อเข้าใจธรรมชาติของสิ่งทั้งหลาย รู้เท่าทันธรรมชาติของความเป็นไปตามเหตุปัจจัย จิตใจก็หายเร่าร้อนกระวนกระวาย สงบ ผ่องใส เป็นอิสระปลอดกิเลส ไร้ทุกข์ เป็นประโยชน์สูงสุดของชีวิต ถึงแม้ยังไม่ใช้ปัญญา เพียงแต่สมาธิอย่างเดียว เกิดขึ้นเมื่อใดจิตใจก็สงบผ่องใส มีความสุขดับกิเลสดับทุกข์ได้ชั่วคราว ตลอดเวลาที่สมาธินั้นยังคงอยู่^{๓๓}

การนั่งสมาธิ มี ๒ ลักษณะคือ

๑. นั่งสมาธิเพื่อให้จิตสงบ ได้พักจิตใจ นั่งโดยการดูลมหายใจ ตั้งจิตอยู่ที่รูจมูก สังเกตลมที่กระทบตอนเข้าและออก บางคนบริหารด้วย เมื่อจิตสงบ บางทีคำบริกรรมจะหายไป ก็ให้หายไป บางทีสงบจนลมหายใจละเอียดแผ่วเบา เหมือนไม่ได้หายใจ การนั่งให้จิตสงบอย่างนี้ เรียกสมถะภาวนา

๒. วิปัสสนา เป็นการดูจิตเพื่อเจริญปัญญา จิตจะเจริญของเขาเอง แล้วแต่เขาจะหยิบกกรรมใดขึ้นมาพิจารณา โดยก่อนหน้านั้นผู้ปฏิบัติเพียงแต่เจริญสติสัมปชัญญะเท่านั้น แต่เรื่องนี้เป็นเรื่องที่ต้องศึกษาถึงวิธีปฏิบัติที่ละเอียดมาก จึงจะถึงขั้นนี้ได้ หลักการดูจิตจากหนังสือของหลวงปู่ดูลย์ อตุโล หลักของท่านว่า “อย่าส่งจิตออกนอก”

ความหมายของวิปัสสนา หมายถึงการพิจารณาสังขารตามหลักไตรลักษณ์ (ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา) นั้นเอง

การทำสมาธิทำได้หลายวิธีการ แต่ละคนมีวิธีทำสมาธิแตกต่างกันไปแล้วแต่ใจชอบ การทำสมาธิ ทำบ้างเล็กน้อยก็ยังดี จะรู้สึกสดชื่น สมองปลอดโปร่ง และความจำดีแลฯ อาทิเช่น

การทำสมาธิโดยสวดมนต์ สำหรับคนที่ยังไม่เคยทำสมาธิและมีความเครียดอยู่มาก จะผ่อนคลายความเกร็งต่อการนั่งสมาธิ หันไปเป็นการสวดมนต์แทนก็อาจจะช่วยได้ ทำให้จิตใจเกิดสมาธิได้อีกแบบหนึ่ง

คุณหม่อชินโอสถ หัสบำเรอ ได้แนะนำให้ผู้ป่วยที่ไม่เคยทำสมาธิมาก่อน ให้ทำสมาธิด้วยการแผ่เมตตา วิธีนี้นอกจากจะทำให้จิตใจสงบแล้ว ยังเป็นการแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์อีกด้วย

^{๓๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), สมาธิ [ออนไลน์], เข้าถึงเมื่อ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๔๘. เข้าถึงได้จาก <http://www.dhammadownload.com/book/dhamma๑/index.php>

วิธีสวดซ้ำ ๆ และให้หายใจเข้า – ออกตามที่กำหนดไว้ การสวดดังกล่าวถ้าสวดแบบท่องจำจะใช้เวลาประมาณ ๑๕ นาที ถ้าสวดซ้ำ ๆ แบบกำหนดลมหายใจอาจใช้เวลาประมาณ ๑ ชั่วโมง ซึ่ง ๑๕ นาทีถึง ๑ ชั่วโมงเป็นเวลานานพอที่จะทำให้จิตใจสงบ

ทำสมาธิโดยฟังธรรม การทำสมาธิด้วยการมาฟัง นั่งสงบฟัง โดยไม่ทำอะไรควบคู่ไปด้วย ใจจดจ่อฟังให้รู้เรื่อง ก็จะมีสมาธิได้เหมือนกัน และเวลาฟังซ้ำจะได้ข้อคิดอะไรใหม่ ๆ ขึ้นมาเสมอ เพราะเวลาฟังบางช่วงเราก็เผลอไป หรือวันที่เรามีเรื่องมากกระทบใจการฟังก็ได้คำที่มาช่วยให้คิด ซึ่งเป็นคำที่วันก่อนเราอาจไม่สนใจ ดังนั้นเวลาฟังแล้วก็ยังฟังใหม่ได้เรื่อยๆ

แบบกำหนดลมหายใจ การทำสมาธิ แบบกำหนดลมหายใจ จัดว่าเป็นแบบที่ง่ายและสะดวกที่สุดกว่าทุกวิธี จึงมีผู้นิยมทำกันอย่างแพร่หลาย ตั้งแต่สมัยพุทธกาลมาจนถึงปัจจุบันเป็นแบบที่พระพุทธเจ้า ได้ทรงแสดงไว้ชัดเจน ในอานาปานสติสูตร (๑๔/๑๖๗) และสติปัฏฐานสูตร (๑๒/๘๔) วิธีการทำสมาธิ แบบกำหนดลมหายใจ มีหลักการทำแยกย่อยออกไปอีกมาก เพื่อป้องกันความสับสนจึงขออธิบายเป็นข้อๆ ดังนี้

๑. แบบอิสระ คือ เอาจิตไปกำหนดที่ลมหายใจ อยู่กับลมที่หายใจเข้า และลมหายใจออก โดยไม่ต้องใช้คำบริกรรมหรือคำภาวนาเข้าประกอบด้วย เมื่อขณะที่กำลังหายใจเข้า ก็เอาจิตเข้าไปประกบกับลมที่กำลังหายใจเข้าด้วย เมื่อขณะที่กำลังหายใจออก ก็เอาจิตเข้าไปประกบกับลมที่กำลังหายใจออกด้วย การทำแบบนี้ เราจะหลับตาทำ หรือลืมตาทำก็ได้ตามถนัด แต่ในการฝึกแรกๆ การหลับตาจะสะดวกและทำง่ายกว่า เมื่อตาไม่เห็น ใจก็ยอมไม่คิดไม่ปรุงให้ฟุ้งซ่านทำนั่งขัดสมาธิ นั่งตัวตรง ขาขวาซ้อนทับขาซ้าย มือขวาวางซ้อนทับมือซ้าย เป็นท่าที่ดีที่สุด สำหรับผู้ที่จะทำนานๆ แต่สำหรับผู้ที่เป็นพิธี ใช้เวลาไม่มากนัก จะใช้ทำนั่งหรืออิริยาบถไหนก็ได้ ขอแต่ว่าให้หายใจสะดวกและนั่งสบายเป็นพอแบบอิสระนี้ มีวิธีทำแยกออกเป็น ๒ อย่าง คือ แบบปักหลัก กับ แบบตามลม

๑.๑ แบบปักหลัก คือ ไม่ตามลมเข้า ไม่ตามลมออก ทำอุปมาเหมือนนยามเฝ้าประตู ดูเฉพาะคนที่กำลังผ่านประตูเข้า และออกเท่านั้น ขณะที่เรากำลังหายใจเข้าอยู่ ให้สังเกตว่า ลมกระทบจมูกตรงส่วนไหนชัดเจนมากที่สุด ถ้ายังจับได้ไม่ชัดเจน ควรหายใจแรง ๆ ลึก ๆ สัก ๓ ครั้ง ก็จะรู้ได้ทันทีว่า ส่วนไหนถูกกระทบมากที่สุด ก็เอาตรงนั้นแหละ เป็น “ศูนย์กลาง” ของลมหายใจ ทุกขณะที่หายใจเข้าและหายใจออก เอาจิตไว้กับลมหายใจเข้า และลมหายใจออกตลอดเวลา เมื่อเผลอลืมไป ก็ให้ตั้งต้นทำไปใหม่ ซึ่งในการฝึกแรกๆ มันก็ยอมลืมง่ายเป็นธรรมดา ขอให้ตั้งใจมีฉันทะเอาจริงเอาจริง ไม่นานนักจิตก็ยอมจะเกิดความคุ้นเคย เกิดความเชื่อง เหมือนหมาถูกล่ามโซ่อยู่นานๆ ความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จย่อมอยู่ที่นั่น ข้อควร

ระวัง ในการทำสมาธิทุกครั้ง ควรปลูกประสาทให้ตื่นตัวอยู่เสมอ นั่นคือ เมื่อเกิดความง่วงงัวเงีย หรืออ่อนเพลียก็ไม่ควรนั่งทำ ควรบริหารร่างกาย ให้เกิดความสดชื่นก่อน จิตจะเป็นสมาธิง่าย และจะไม่เสียนิสัย คือ นั่งโง่งงง่วง สะลึมสะลือ

๑.๒ แบบตามลม คือ ตามลมเข้าและตามลมออก เมื่อหายใจเข้า ก็จับลมที่บริเวณจมูก แล้วก็ตามลมเข้าไปในท้อง เมื่อสุดลมหายใจเข้าก็หยุดนิดหนึ่ง พอลมหายใจออก ก็ตามลมออกมาด้วย โดยตั้งฐานของลมไว้ ๓ จุด คือบริเวณจมูก (หรือโพรงจมูก) หน้าอกตรงลิ้นปี่ และสะดือ เมื่อหายใจเข้าเริ่มจับจุดที่หนึ่ง คือ บริเวณจมูก ตรงที่ลมกระทบขัด ตามลมเข้าไปจับจุดที่ ๒ คือ หน้าอก ตามลมเข้าไปสิ้นสุดเอาที่สะดือ เมื่อหายใจออก ก็ผ่าน ๓ จุด เช่นเดียวกัน

๒. แบบผสม คือ ใช้เลขเข้ามานับประกบด้วยกับใช้คำบริกรรม หรือคำภาวนา เข้าผสมกับลมหายใจ มีวิธีการทำแยกออกเป็น ๓ ประเภท ดังนี้

๒.๑ การนับเป็นคู่ คือ เมื่อหายใจเข้านับว่า “หนึ่ง” หายใจออกนับว่า “หนึ่ง” หายใจเข้าครั้งที่สองนับว่า “สอง” หายใจออกครั้งที่สองนับว่า “สอง” นับไปจนถึง “สิบ” แล้วก็ตั้งต้นนับหนึ่งไปจนถึงสิบอีก ทำอย่างนี้เรื่อยไปตามกำหนดเวลาที่ต้องการ

๒.๒ การนับเป็นเดี่ยว คือ เมื่อหายใจเข้าไม่นับ เมื่อหายใจออกสุดแล้ว จึงนับ “หนึ่ง” กล่าวคือนับเฉพาะลมหายใจออกอย่างเดียว ตอนลมหายใจเข้าไม่นับ นับหนึ่งไปจนถึงสิบ แล้วตั้งต้นนับหนึ่งจนถึงสิบอีกเรื่อยไป

๒.๓ การบริกรรมหรือภาวนา คือ ใช้คำต่างๆ เช่น พุท - โธ พอง - ยุบพอง สัมมารหัง เป็นต้น เข้าประกบกับลมหายใจเข้าและออก แบบพุท - โธ หายใจเข้าระลึกว่า “พุท” หายใจออกระลึกว่า “โธ” แบบพองพอง - ยุบพอง หายใจเข้าระลึกว่า “พองพอง” หายใจออกระลึกว่า “ยุบพอง” แบบสัมมารหัง หายใจเข้าระลึกว่า “สัมมารหัง” หายใจออกก็ระลึกว่า “สัมมารหัง” เมื่อเราปฏิบัติธรรม ทำความเห็นให้ถูกต้อง เห็นดีเป็นดี เห็นชั่วเป็นชั่ว เห็นบุญเป็นบุญ เห็นบาปเป็นบาป ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว และเมื่อเรามีความเห็นถูก ความคิดก็ถูกไปด้วย ทำให้เราพูดดี ทำดี ทำอาชีพสุจริต มีความเพียรพยายามในทางที่ดี มีสติ มีสมาธิ คือ มรรคมีองค์ ๘ จะขยับตามไปทุกขั้นตอนแล้วส่งผลให้เรา ทำดี เว้นชั่ว ทำใจให้ผ่องแผ้ว ตามไปด้วย เพราะเมื่อเห็นบาปเป็นบาปได้แล้ว เราคงไม่อยากไปทำบาป เมื่อทำดี ก็มีจิตใจดี ทำให้ใจก็ผ่องแผ้ว รู้หลักปฏิจจสมุปาบทว่าทำให้เป็นทุกข์ มีตัวต้นหาความอยากได้ เป็นตัวตั้งตัวดี แล้วก็ค่อยปลงค่อยวาง ก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ ปกติคนเราก็มีสมาธิกันอยู่โดยธรรมชาติแล้วทั้งนั้น แต่เราอาจไม่รู้สึกรู้ว่านั่นเป็น สมาธิ

ระดับขั้นต่างๆ ของสมาธิและการได้ฌาน ระดับของความตั้งมั่นในความสงบนิ่งของจิต แบ่งออกเป็น ๓ ขั้นกล่าวคือ (สมาธิ ๓)

๑.สมาธิที่เกิดขึ้นชั่วขณะ แต่ตั้งมั่นอยู่ไม่ได้นาน (ขณิกสมาธิ)

๒.สมาธิที่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวได้นิ่งสงบ และนานกว่าระดับแรกแต่ยังไม่ตัดขาดจากสิ่งรบกวนภายนอกหรือเรียกว่าสมาธิขั้นจวนเจียน (อุปจารสมาธิ)

๓.สมาธิที่แนบแน่นและมั่นคงอยู่ในอารมณ์นั้นๆ จนตัดจากสิ่งรบกวนภายนอกได้สิ้น เป็นสมาธิในฌาน (อัปปนาสมาธิ)

ประโยชน์ของสมาธิ

ประโยชน์ข้อแรกของสมาธิคือ การพัก การสงบของใจ เพื่อให้เกิดกำลัง เมื่อใจสงบนิ่งได้พัก ใจก็จะเย็น จะสบายขึ้น หรือถ้าเราจะเปรียบเทียบ ก็เหมือนอย่างกับไฟฉาย หากเราเปิดอยู่ตลอดเวลา แบตเตอรี่จะอ่อนลง ๆ แสงของมันจะค่อย ๆ มัวเข้า ในที่สุดเมื่อเรามีปัญหา มีความจำเป็น ที่จะใช้แสงไฟฉายส่องดูอะไร มันก็ไม่มีกำลังพอจะส่องให้เราเห็นได้ชัดเจน ใจของคนเราก็เหมือนกัน หากปล่อยให้ไหลไปกับอารมณ์ ไปในอดีต ไปในอนาคต โดยไม่มีเป้าหมายอยู่อย่างนั้น เมื่อเวลาที่มีปัญหาอะไรเกิดขึ้น เราต้องการคิดให้เป็นเหตุ เป็นผล มันก็ไม่มีแรงจะคิดแล้ว แต่ถ้าเราทำสมาธิให้ใจได้พักอย่างนี้ เมื่อมีปัญหาหรือมีงานที่ต้องการจะทำ ใจก็มีกำลัง พร้อมที่จะทำงานได้ด้วยประสิทธิภาพที่สูง

ประโยชน์ข้อที่สอง คือมีสติสัมปชัญญะ เมื่อใจมีกำลังแล้ว เราฝึกสติ ฝึกสติสัมปชัญญะอยู่ตลอดเวลา สองสิ่งนี้จะคมขึ้น จะอยู่กับจิตของเรามากขึ้น แต่เดิมนั้น มีหลายสิ่งที่เราทำโดยไม่ต้องใช้สติใช้ความคิดมากมายนัก

ประโยชน์ข้อที่สาม คือ ปัญญา ปัญญาจะค่อย ๆ เพิ่มขึ้น และแนะสอนใจให้เราค่อย ๆ แลเห็นว่า อะไรคือสิ่งที่เราต้องการจริง ๆ กันแน่ เราเริ่มต้นอยู่ได้ด้วยความพอใจใน ความมี ความเป็นของเราเริ่มมีที่พัวพัน มีหลัก มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ไม่ใช่วิ่งตามค่านิยม หรือวิ่งตามสิ่งที่อยู่รอบข้างของเรา จนปล่อยตัวเองให้กลายเป็นอะไรอย่างหนึ่ง ที่ถูกลมของภาวะแวดล้อมภายนอก หรือโลกธรรม ซึ่งได้แก่ความสุข ความทุกข์ นิินทา สรรเสริญ ความมี และ ความเสื่อม จาก ลาม ยศ เหล่านี้ มากำหนดชีวิตของเรา แต่เราจะเริ่มกำหนดชีวิตของเราเอง เมื่อเราเอาปัญญาแนะสอนตัวของเราย่อยครั้งเข้า ความหวั่นไหว ความสับสน ความไม่แน่ใจ ก็จักค่อย ๆ คลายลงไป เราจะมีหลักของเรา เราก็จะเริ่มมองเห็นว่า บางครั้ง ใจของเราไม่ได้ต้องการอย่างนั้นจริง ๆ แต่มันเกิดจากความอยาก ความโลภ ซึ่งเป็นของเกินพอ เกินความจำเป็น เพราะถ้าเรามองลงไปให้แน่วแน่แล้ว เราจะพบว่า ถ้าเราไม่มี เราก็ไม่เดือดร้อน หรือมันไม่ได้ทำให้ความเป็นอยู่ของ

เราขณะนี้ขัดสนลงไปเลย แต่เพราะเรามีความรู้สึกว่า คนอื่นซึ่งอยู่ในฐานะเดียวกันกับเรา เขามีเขาเป็น หากเราไม่มี เราน้อยหน้าเขา ซึ่งความน้อยหน้าอันนั้น ก็ไม่ได้มีอะไรเป็นของจริงของจริง อาจเป็นเพราะจิตของเราคิดไปเอง

ประโยชน์ข้อสุดท้ายของสมาธิคือ เพื่อแก้ไขขัดเกลาสันดานของตน ให้เป็นคนประณีตขึ้นเป็นคนมีจิตใจสะอาด ผ่องใสขึ้น เมื่อเรากำหนดสติเพ่งมองเข้าไปในใจของเรา เราแลเห็นว่า เรามีข้อบกพร่อง เช่นเราเป็นคนขี้โกรธ อะไรไม่ได้ดั่งใจ เราก็ค่อย ๆ มองดูว่า เมื่อโกรธออกไปอย่างนั้นแล้ว มันช่วยให้อะไรดีขึ้นบ้าง เราจะพบว่า ตรงกันข้าม มันมีแต่จะทำให้ทรุดโทรมมากขึ้นไปเท่านั้น ดังนั้นอะไรทุกอย่างก็จะค่อย ๆ ดีขึ้น สิ่งที่จะเป็นอุปสรรค เป็นความยากลำบาก เป็นปัญหา ก็จะไม่ค่อย ๆ คลายลงไป หรือหากยังเหลืออยู่ ก็จะเหลืออยู่ในแง่ที่เบาบาง ซึ่งอย่างน้อยที่สุด เราคงพบหนทางออกได้ หากเราบากบั่นต่อไป

ถ้าหากเราฝึกฝนอบรมจิตใจของตนให้สงบระงับเป็นสมาธิได้ ย่อมได้อานิสงส์บุคคลที่ทำให้จิตสงบมีอานิสงส์ คือ

๑. ความจำแม่นยำดี ความจำไม่หลงลืม

๒. อยู่ในสังคมไม่ผิดใคร เราอยู่กับสังคมคนหมู่มากๆ ไม่ผิดหมางกับใคร เพราะจิตใจเราสงบ เราฟังคนอื่นเขาพูด เขาจะเถียงกันวุ่นวายอะไร เขาก็จะนั่งดูยืนดูอยู่ก็ตาม เขาเดินไปเรารู้หากจิตใจเราสงบ พวกนั้นเขาเถียงกันเรื่องอะไร เราก็มองไม่ผิดหมางกับใคร เพราะจิตใจเราสงบ คนมีสมาธิ ให้ความสุขอย่างนั้น

๓. อานิสงส์ เมื่อมีปัญหาอะไรเกิดขึ้นแก่ตนแล้ว ย่อมแก้ปัญหาด้วยตนเองได้ คนที่มีจิตมีสมาธิ สงบ แนบแน่น มันคงอยู่ ก็เพราะรู้ว่าเมื่อทุกข์เกิดขึ้นแก่จิตใจของตนเอง คือปัจจุบันนั้นมันทุกข์เพราะเหตุอะไร มันสวหาเหตุผลให้จงได้ สวขึ้นไป มันจะ รู้เพราะจิตมันอยู่นิ่งอยู่ เราคิดเรื่องอะไรมันจึงทุกข์ เมื่อรู้ว่าทุกข์เรื่องนั้นก็หยุดคิดเรื่องนั้น ทุกข์ก็ดับไป เรียกว่าแก้ปัญหาด้วยตนเอง เวลามีความสุขสบายรื่นเริง โล่งสบาย มีความสุข ก็รู้มันมาจากเหตุอะไร คนที่จิตมีสมาธิ ย่อมเข้าใจ คิดเรื่องนี้แล้วจิตของมีความสุขอย่างนี้ก็รู้ รู้จักทั้งดี และไม่เกิดขึ้น เป็นอานิสงส์ ของบุคคลที่ทำให้จิตใจของตน ให้สงบระงับเป็นสมาธิเป็นอย่างนี้ เราก็จะได้อานิสงส์อย่างนี้

ประโยชน์ของการฝึกสมาธิภาวนาในภาษาชาวบ้าน ที่เห็นได้ชัดเจนในระดับแรก คือ ทำให้จิตใจที่เคยวุ่น กลับมาเป็นสงบเยือกเย็น คนที่เคยเอาแต่ใจตัวเองเป็นคนอารมณ์ร้อน จุนเจียวมาก่อน ก็ทำให้เป็นคนหนักแน่นมีเหตุผลมากขึ้น ไม่โกรธง่ายและรู้จักระงับอารมณ์ได้เป็นอย่างดี ทั้งยังมีจิตใจงาม ยังผลให้สภาพจิตโดยทั่วไปมีแต่ความปลอดโปร่ง ผ่องใส และบ่งบอกได้จากใบหน้าที่ยิ้มเอิบ หรือจะว่าแก่ซำลงก็ไม่ว่า เพราะว่าการเผาผลาญพลังงานในร่างกาย ดำเนิน

ไปด้วยความมีระเบียบและทำงานซ้ำลง นั่นก็คือคนที่ฝึกสมาธิภาวนา จะมีผลพลอยได้ทำให้แลดูอ่อนกว่าวัย ในระดับที่ดีขึ้นมาอีกชนิดหนึ่งก็คือ ช่วยรักษาโรคภายในกายเราได้ และทำให้ร่างกายเราแข็งแรง เพราะการที่สภาพจิตที่ผ่านการฝึกสมาธิ จะทำให้กระแสคลื่นความถี่ในสมองมีระเบียบ ไม่กระจัดกระจาย เมื่อมีระเบียบก็มีพลังงานที่แรงกว่าคนปกติ ทำให้การใช้ความคิดในเรื่องใดๆ ก็ตาม สามารถขบปัญหาได้แตกและว่องไว ส่วนด้านการเดินพลังงานในจักรตามจุดต่างๆ ของร่างกายก็เป็นการทำให้อวัยวะต่างๆ ทำงานได้อย่างสมบูรณ์ ไม่บกพร่อง สุขภาพกายก็แข็งแรง โรคภัยก็ไม่ค่อยเบียดเบียน ในระดับที่สูงขึ้นไปก็คือ ทำให้ล่วงรู้ในอดีต อนาคต และเห็นความเป็นไปของสิ่งต่างๆ ซึ่งทั้งนี้ก็ต้องแล้วแต่ความบริสุทธิ์ของระดับสมาธิภาวนา ที่เป็นเช่นนี้เพราะจิตเรานิ่งและว่าง สามารถใช้พลังของจิตเพ่งกำหนดรู้ไปที่เรื่องใดเรื่องหนึ่ง จะได้คำตอบในเรื่องนั้นๆ เอง ไม่ว่าจะเป็นการแก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน หรือเพื่อความหลุดพ้นก็ตาม และนั่นก็คือเป็นการขัดเกลาจิตใจ และทำให้เกิดปัญญาที่แท้จริงเข้าใจต่อสภาพของสิ่งต่างๆ ก่อนที่จะก้าวเข้าไปสู่ขั้นสูงสุด ในระดับที่สูงที่สุดก็คือ ช่วยเพิ่มบุญ หรือเรียกว่าเป็นการสั่งสมกรรมดีให้มีกระแสเพิ่มขึ้นในตัวเราเอง กรรมดีนี้จะส่งผลแรงได้มากน้อยแค่ไหนก็ขึ้นอยู่กับระดับของการทำสมาธิ ความจริงบุญที่เกิดจากสมาธินี้แม้ในระดับต้นๆ ที่จิตสงบก็เรียกว่าได้บุญแล้ว และกรรมดีนี้เองที่จะช่วยลดทอนแรงแห่งกระแสกรรมชั่วที่เราได้เคยทำไว้ในอดีตให้มีความน้อยลง หรือตามให้ผลไม่ทัน เพราะอำนาจกรรมดีที่เพิ่มขึ้นจะคอยเติมให้อยู่เสมอ แต่ถ้าทำได้จนถึงขั้นสูงสุดเรียกว่าบรรลุนิพพาน ก็คือหลุดพ้นจากอำนาจแห่งกรรมได้ ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

การฝึกกรรมฐานนั้นมี ๒ อย่างคือ

๑. สมถกรรมฐาน คือการใช้อารมณ์เป็นที่ตั้งเพื่อฝึกกำหนดจิตให้เกิดความสงบ เป็นสมาธิ

๒. วิปัสสนากรรมฐาน คือการใช้อารมณ์เป็นที่ตั้งในการกำหนดจิต เพื่อการเจริญภาวนาตามหลักไตรลักษณ์เพื่อเข้าสู่มรรค ผล และนิพพาน ในบางแห่งมีเรียกว่าอรัญกรรมฐาน หรือแปลว่ากรรมฐานที่เป็นเครื่องรักษาตัว ซึ่งก็ใช้หลักการเจริญกรรมฐานเช่นเดียวกัน เช่นการใช้พุทธานุสสติ หรือมรณะสติ เป็นต้น

ทั้งสองอย่างนี้เกือบจะเป็นอย่างเดียวกัน ต่างกันก็ตรงที่ระดับของสมาธิที่เรียกว่าได้ฌาน ถ้าหากว่าได้ฌานในระดับฌานสมาธิ คือความรู้สึกโล่งสบาย สงบ ลืมตัวชั่วคราว หากประคองความสงบนิ่งต่อไปก็จะได้จนถึงระดับ อุปจารสมาธิ ซึ่งจะนานกว่าขั้นแรก

ความหมายของกรรมฐาน หมายถึงสิ่งที่ใช้เป็นอุปายในการกำหนดจิต เพื่อพิจารณา เจริญภาวนา เป็นเหมือนอุปกรณ์ในการฝึกอบรมจิต (บางตำราเรียก กัมมฐานก็ใช้ได้

เหมือนกัน) ในทางพระพุทธศาสนามีกรรมฐานทั้งสิ้น ๔๐ กอง ในความเป็นจริงจะใช้สลับกันค่อนข้างมาก โดยความหมายไม่ต่างกันมากนัก เช่นวิปัสสนาสมาธิ หรือ วิปัสสนากาวานาก็ได้ มีความหมายเดียวกันว่าคือการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง หรือการเจริญปัญญานั้นเอง ประโยชน์ของการฝึกสมาธิภาวนา ตามหลักศาสนาพุทธที่พระพุทธเจ้าทรงแนะนำไว้แบ่งออกเป็น ๔ ระดับ คือ

๑. สมาธิภาวนาที่เป็นไปเพื่อความสุขในปัจจุบัน หรือเพื่อพักผอนจิต (ทิฏฐธรรมสุขวิหาร)

๒. สมาธิภาวนาเพื่อการได้ญาณทัสสนะ คือการได้ญาณพิเศษเช่นมัญญิทัตติยญาณ เป็นต้น ยังถือเป็นขั้นต้นเท่านั้น

๓. สมาธิภาวนาเพื่อสติและสัมปชัญญะ คือเพื่อให้มีสติรู้ตัวอยู่ตลอดเวลาถูกต้องหรือไม่ ทำอะไรด้วยความรอบคอบและยังคิด

๔. สมาธิภาวนาเพื่อความสิ้นไปซึ่งอาสวะ นั่นก็คือดับกิเลสทั้งปวงได้หมด เพื่อบรรลุนิพพาน

การเจริญสมาธิภาวนาท่านแบ่งออกเป็น ๒ อย่างหลักๆ กล่าวคือ (ภาวนา ๒)

๑. สมถภาวนา คือการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ มีสมาธิเพื่อการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขในปัจจุบัน

๒. วิปัสสนาภาวนา คือการฝึกอบรมจิตให้เกิดปัญญาและรู้แจ้งในความเป็นไปของสภาวะต่างๆในโลก

ความหมายในทางพุทธและประเภทของภาวนาที่เกี่ยวกับการฝึก (ภาวนา ๔) ในทางพุทธศาสนากาวานาคือ การทำให้เจริญ การฝึกหรือพัฒนาให้เจริญขึ้น ในทางพระพุทธศาสนาแบ่งการภาวนาออกเป็ดังนี้คือ

๑. กายภาวนา คือการฝึกฝนอินทรีย์ทั้ง ๕ ให้เป็นไปในทางกุศล ในทางที่ดี

๒. ศีลภาวนา คือการประพฤติอยู่ในศีลธรรม ระเบียบวินัย

๓. จิตตภาวนา คือการพัฒนาจิตให้เจริญด้วยคุณธรรมทั้งปวง

๔. ปัญญาภาวนา คือการเจริญปัญญาให้รู้แจ้งในสภาวะของสิ่งต่างๆ

การเจริญภาวนา แบบกรรมฐานจะแบ่งการฝึกสมาธิออกเป็นขั้นต่างๆ ๓ ขั้น (ภาวนา ๓) ดังนี้คือ

๑.ปริกรรมภาวนา เป็นขั้นตอนแรกในการฝึกจิตให้มีสมาธิโดยกำหนดใช้สิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นอารมณ์กรรมฐาน เช่นการระลึกถึงพุทธานุภาพเป็นต้น หรือกองใดกองหนึ่งใน กรรมฐาน

๔๐

๒.อุปจารภาวนา ความหมายทางตรงของคำนี้ แปลว่าจนเจียน ความหมายโดยนัยก็คือสมาธิขั้นจนเจียนหรือเกือบจะสงบนิ่งดีแล้ว เป็นขั้นตอนที่ได้หลังจากการกำหนดจิตในขั้นแรกเป็นอารมณ์กรรมฐาน แล้วเกิดความสงบตัดจากอารมณ์*นิวรณ์ได้ (อารมณ์ของกามฉันทะ การคิดร้าย ความหดหู่ พึงชำน สงสัย)

๓.อัปปนาภาวนา หมายความว่าขั้นแน่วแน่ กล่าวคือ เมื่อผ่านสองขั้นต้นมาแล้ว นิमितที่เกิดขึ้นนั้นจะสมาธิไม่ขาดตอนด้วยอุปจารสมาธิ ประคองความสงบนิ่งและอารมณ์ของจิตได้ไปจนถึงขั้นปฐมฌานอันถือว่าได้บรรลุการเจริญภาวนาขั้นต้นแล้ว^{๓๔}

๓. การอบรมศิลปวัฒนธรรม และหัตถกรรมพื้นบ้าน ศิลปวัฒนธรรมเป็นสิ่งแสดงความเจริญของมนุษย์ชาติใดมีศิลปวัฒนธรรมเป็นแบบอย่างของตนเอง พื้นฐานของวัฒนธรรมที่สามารถสืบทอดต่อกันมาเป็นเวลานาน หลายชั่วอายุคน นอกจากจะแสดงถึงความเจริญทางจิตใจของชนในชาติ ยังเป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงความเข้มแข็งและความสามัคคีในการรักษาเอกลักษณ์ของชาติไว้ได้ ศิลปะและวัฒนธรรมมีความผสมกลมกลืนกันในลักษณะของการสืบทอดพฤติกรรม ความคิดความเชื่อ รูปแบบของผลงานและแนวความคิดในการสร้างงานนั้น อาจกล่าวได้ว่า วัฒนธรรมเป็นผู้สร้างงานศิลปะ และงานศิลปะก็ได้มีส่วนจรรโลงวัฒนธรรมซึ่งมีบริบทที่กว้างใหญ่กว่า วัฒนธรรมคือวิถีการดำเนินชีวิตที่สัมพันธ์กับสังคมและสภาพแวดล้อมเมื่อกล่าวถึงวัฒนธรรมเป็นการกล่าวถึงในทางดีงามวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่พัฒนาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ตามสภาพสังคมและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาเช่นกัน ศิลปวัฒนธรรมคือวัฒนธรรมในเชิงศิลปะ ศิลปะคือส่วนหนึ่งของวัฒนธรรม เป็นผลพวงหรือภาพสะท้อนของวัฒนธรรม ศิลปะอาจเป็นวัตถุหรือเป็นปรากฏการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งที่เหลือตกทอดอยู่ หลังจากที่วัฒนธรรมเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา ศิลปะจึงเป็นสิ่งที่มีความค่าอย่างหนึ่งในสังคม ในอันที่จะสืบค้นจากศิลปวัตถุหรือศิลปะที่เป็นปรากฏการณ์ เพื่อแสวงหาความรู้สึกรู้สึกนึกคิดและวิถีการดำเนินชีวิตในสังคมแต่ละช่วงเวลา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระราชดำริบ่อยครั้งที่แสดงความห่วงใย วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่สืบทอดกันมาเป็นสายเลือด เป็นสิ่งที่พัฒนาปรับปรุง เปลี่ยนแปลงให้เจริญก้าวหน้า สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม วัฒนธรรมมิใช่สิ่งที่บอกแต่เพียงความ

^{๓๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), สมาธิ [ออนไลน์], เข้าถึงเมื่อ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๔๘. เข้าถึงได้จาก <http://www.dhammadownload.com/book/dhamma๑/index.php>

เจริญก้าวหน้า หรือมิได้บอกแต่เพียงอดีตที่เจริญมาช้านานเท่านั้น วัฒนธรรมเป็นผลมาจากภูมิปัญญาความคิดที่มีพัฒนาการสืบเนื่องกันมาภูมิปัญญาความคิดของกลุ่มชนในบริบทสังคมแต่ละช่วงเวลา

วัฒนธรรม คือสิ่งที่ทำให้เกิดความเจริญงอกงามแก่หมู่คณะ วิถีชีวิตของหมู่คณะ ที่แสดงถึงความเจริญงอกงามในด้านศีลธรรม ด้านวิทยาการ และความเป็นระเบียบเรียบร้อย^{๓๕}

หัตถกรรม คืองานช่างที่ทำด้วยมือมีประโยชน์ใช้สอยเป็นหลัก^{๓๖}

การอบรม ศิลปวัฒนธรรมและหัตถกรรมพื้นบ้านนั้นจะมาจากชุมชนเป็นแกนหลัก สำคัญในการเผยแพร่องค์ความรู้ต่างๆ ที่มีอยู่ในชุมชน ส่งต่อให้กับเด็กและเยาวชนฯ ซึ่งสามารถนำไปใช้ประกอบสัมมาอาชีพต่อไปได้ เป็นการส่งเสริมให้ชุมชนได้มีส่วนร่วมในการช่วยอบรม บำบัด และฟื้นฟูสภาพจิตใจ ได้เรียนรู้การใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมชุมชนได้อย่างมีความสุข และ สันติ การศึกษาศิลปวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี และหัตถกรรมภายในวัดพินิจธรรมสถาน นั้น ได้คำนึงถึงความเหมาะสมกับสถานที่ซึ่งเป็นวัดและการควบคุมดูแลรักษาความปลอดภัยเป็น สำคัญ และการเลือกหาวัสดุอุปกรณ์ มาทำเครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ที่มีอยู่ทั่วไป ในชุมชน

มหาวิทยาลัยศิลปากร สงวนลิขสิทธิ์ การสร้างวัด

การสร้างวัด มีขั้นตอนและวิธีดำเนินการตามที่ได้กำหนดไว้ในกฎกระทรวง ฉบับที่ ๑ (พ.ศ.๒๕๐๗) ออกตามความในพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ พ.ศ. ๒๕๐๕ ดังนี้

๑. บุคคลใดประสงค์จะสร้างวัด ให้ยื่นคำขออนุญาตต่อนายอำเภอท้องที่ที่จะ สร้างวัดนั้น ตามแบบคำขออนุญาตสร้างวัด (ศด.๑) ซึ่งทางราชการได้กำหนดไว้

๒. นายอำเภอหรือหัวหน้าเขตได้รับคำขออนุญาตสร้างวัดแล้ว พิจารณา เห็นสมควรให้นำปรึกษาเจ้าคณะอำเภอหรือเจ้าคณะเขต นายอำเภอหรือหัวหน้าเขตเสนอเรื่องและ ความเห็นไปยังผู้ว่าราชการจังหวัด

๓. ผู้ว่าราชการจังหวัด พิจารณาเห็นสมควรให้นำปรึกษาเจ้าคณะจังหวัด ผู้ว่า ราชการจังหวัด เสนอเรื่องและความเห็นไปยังกรมการศาสนา

^{๓๕}ราชบัณฑิตสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตสถาน พ.ศ.๒๕๔๒ (กรุงเทพฯ : นามนี้บุ๊คส์พับลิเคชั่น, ๒๕๔๖), ๑๐๕๘.

^{๓๖}เรื่องเดียวกัน, ๑๒๘๐.

๔. เมื่อกรรมการศาสนาพิจารณาเห็นสมควรให้สร้างวัด จะส่งรายงานให้กระทรวงศึกษาธิการ เพื่อขอรับความเห็นชอบแล้วนำเสนอมหาเถรสมาคม

๕. มหาเถรสมาคมพิจารณาเห็นชอบแล้ว กรรมการศาสนาจะออกหนังสืออนุญาตให้สร้างวัด

๖. กรรมการศาสนาส่งหนังสืออนุญาตให้สร้างวัดไปให้จังหวัด เพื่อทราบและมอบหนังสืออนุญาตให้แก่ผู้ขออนุญาตต่อไป

การตั้งวัด

การตั้งวัด มีขั้นตอนและวิธีดำเนินการตามที่ได้กำหนดไว้ในกฎกระทรวง ฉบับที่ ๑ (พ.ศ.๒๕๐๗) ออกตามความในพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ พ.ศ. ๒๕๐๕ ดัง

๑. ให้ผู้ได้รับอนุญาต ทายาท หรือผู้แทน เสนอรายงานขอตั้งวัดตามแบบ (ศถ.๓) ซึ่งทางราชการได้กำหนดไว้ต่อนายอำเภอหรือหัวหน้าเขต

๒. นายอำเภอหรือหัวหน้าเขตได้รับรายงานขอตั้งวัด และพิจารณาเห็นสมควรให้นำปรึกษาเจ้าคณะอำเภอหรือเจ้าคณะเขต แล้วเสนอเรื่องและความเห็นไปยังผู้ว่าราชการจังหวัด หรือผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร

๓. ผู้ว่าราชการจังหวัด หรือผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร พิจารณาเห็นสมควรให้นำปรึกษาเจ้าคณะจังหวัดหรือเจ้าคณะกรุงเทพมหานคร ผู้ว่าราชการจังหวัด หรือผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร ส่งเรื่องและความเห็นไปยังกรรมการศาสนา

๔. เมื่อกรรมการศาสนาพิจารณาเห็นสมควรให้สร้างวัด จะส่งรายงานให้กระทรวงศึกษาธิการ เพื่อขอรับความเห็นชอบแล้วนำเสนอมหาเถรสมาคม

๕. มหาเถรสมาคมพิจารณาเห็นชอบแล้ว กระทรวงศึกษาธิการจะได้ประกาศตั้งวัดในราชกิจจานุเบกษาตามแบบ ว.๑ ทำกฎกระทรวง ดังกล่าว

๖. กรรมการศาสนา จะได้ส่งประกาศตั้งวัดไปให้ผู้ว่าราชการจังหวัด หรือผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร เจ้าคณะภาค เพื่อทราบและแจ้งให้ผู้ได้รับอนุญาตสร้างวัด ทายาท หรือผู้แทนดำเนินการโอนที่ดิน และสิ่งปลูกสร้างให้แก่วัดนั้นตามกฎหมาย

๗. เจ้าอาวาส จะต้องบันทึกประวัติของวัดไว้เป็นหลักฐานด้วย และพิจารณาจาก

๗.๑ มีประชาชนในละแวกใกล้เคียงจำนวนมากพอที่จะทำนุบำรุงให้วัดเจริญได้

๗.๒ ตั้งอยู่ห่างจากวัดที่มีพระภิกษุอยู่จำพรรษาไม่ต่ำกว่า ๒ กิโลเมตร เว้นแต่จะมีเหตุอันสมควร

๗.๓ มีที่ดินพอที่จะขยายให้วัดเจริญได้ซึ่งไม่ต่ำกว่า ๖ ไร่ เว้นแต่จะมีเหตุจำเป็น

๗.๔ สามารถจัดให้มีพระภิกษุมาอยู่อาศัยและจำพรรษาในวัดได้ไม่น้อยกว่าสี่รูป โดยมีเอกสารแสดงการยินยอมของพระภิกษุที่จะเข้ามาอยู่อาศัยและจำพรรษาประกอบมาด้วย

มหาวิทยาลัยศิลปากร สงวนลิขสิทธิ์