



การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
SENSE PERCEPTION THROUGH THE SENSE-BASES (ĀYATANA) OF
STUDENTS IN ABHIDHAMMAJOTIKA COLLEGE SCHOOL OF
MAHACHULALONGKORNRAJAVIDYALAYA UNIVERSITY

นายสาลี นีรามัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาชีวิตและความตาย

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

นายสาตี นิรามัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาชีวิตและความตาย

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Sense Perception Through The Senses-Bases (Āyatana) of
Students In Abhidhammajotika College School of
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Saly Niramai

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of
Master of Arts
(Life and Death Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
“การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง
กรณราชวิทยาลัย” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาชีวิตและความตาย

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

(พระมหาเฟื่อน กิตติโสภโณ, ผศ. ดร.)

ประธานกรรมการ

(ผศ. ดร.สาระ มุขดี)

กรรมการ

(ผศ. ดร.เริงชัย หมั่นชนะ)

กรรมการ

(พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินนโท, ผศ. ดร.)

กรรมการ

(ผศ. ดร.ประยูร สุขะใจ)

กรรมการ

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินนโท, ผศ. ดร. ประธานกรรมการ

ผศ. ดร.ประยูร สุขะใจ

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(นายสาส์ นีรามย์)

- ชื่อวิทยานิพนธ์** : การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะ
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ผู้วิจัย** : นายสาส์ นีรัมย์
- ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาชีวิตและความตาย)
- คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์** : พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินนโท, ผศ.ดร., B.A. (Education),
B.A. (English.), M.A.(Clinical Psychology),
Ph.D. (Industrial Psychology)
ผศ.ดร. ประยูร สุขะใจ, ป.ธ.๓, B.A. (Psychology), B.J. (Journalism),
LL.B. (Degree of Bachelor Laws), S.R. (Graduate Diploma),
M.Ed. (Education), M.A. (Politic), M.A. (Economic),
M.A. (Clinical Psychology), Ph.D. (Psychology)
- วันสำเร็จการศึกษา** : ๑๘ มีนาคม ๒๕๖๒

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ ศึกษาการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเปรียบเทียบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต และพยากรณ์ทำนายปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะที่ส่งผลต่อการรับรู้ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างนิสิต รวมทั้งสิ้น ๑๔๒ รูป/คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานด้วยค่าสถิติวิเคราะห์ด้วย One-way ANOVA และสถิติวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) ทั้งนี้ การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของตัวแปรในสมการพยากรณ์

ผลการวิจัยวิเคราะห์เชิงคุณภาพพบว่า กระบวนการรับรู้ของจิตและสมอง เกิดจากการกระทบกันระหว่างอายตนะภายนอกหรือสิ่งเร้าภายนอกกับอายตนะภายใน ซึ่งเป็นประสาทรับรู้ข้อมูลก่อนที่จะถูกกระแสจิตออกมารับรู้ และประมวลผลการรับรู้ตามหลักในพระพุทธศาสนา และหลักการเดียวกันในทางสรีรวิทยานั้นเป็นหน้าที่ของโครงสร้างระบบประสาทสัมผัส และส่งไปที่สมอง ซึ่งเป็นความแตกต่างกันในทัศนะของทั้งสองฝ่าย เพราะทางพุทธปรัชญาเถรวาท อธิบายว่ารูปเป็นเพียงสื่อกลางในการรับรู้ข้อมูล มีระบบการทำงานตามธรรมชาติ และแสดงออกทางการกระทำ ภายใต้การควบคุมของจิต ส่วนการรับรู้เป็นหน้าที่ของจิต แต่ในหลักสรีรวิทยา ไม่มีนามธรรม ทุกสิ่งเกิดจากลักษณะทางกายภาพ เกิดจากโครงสร้างการทำงานของระบบประสาท โดยมีสมองทำหน้าที่หลักในการประมวลผลการรับรู้ จิตในทางสรีรวิทยานั้น คือ ผลลัพธ์การทำงานของสมอง

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะ กับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต พบว่าปัจจัยด้านคุณธรรมและปัจจัยด้านจิตลักษณะ มีความสัมพันธ์กับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๕ คือ .๒๔ และ .๒๘ ตามลำดับ ส่วนปัจจัยด้านสังคมมีความสัมพันธ์แบบไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และจากค่า Correlation matrix ของปัจจัยดังกล่าว ไม่พบว่าปัจจัยที่เป็นตัวแปรอิสระทั้ง ๓ ตัว มีความสัมพันธ์กันเอง คือไม่เกิดปัญหา Multicollinearity ($r > 0.85$)

ส่วนการพยากรณ์ทำนายมีผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรอิสระพบว่า ปัจจัยจิตลักษณะ อายุ และอาชีพ สามารถสร้างสมการการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตได้ โดยตัวแปรทั้ง ๓ ตัว ร่วมกันพยากรณ์การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตได้อย่างถูกต้อง ร้อยละ ๑๙.๘ ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ ๙๕ ตามลำดับ

Thesis Title : Sense Perception through the Sense-Bases (Ayatana) of Students in Abhidhammajotika College School of Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Researcher : Mr. Saly Niramai

Degree : Master of Arts (Life and Death Studies)

Thesis Supervisor Committee

: Phra Kru Sangarak Ekapatra Abhichando, Asst. Prof. Ph.D. B.A. (Education), B.A. (English.), M.A. (Clinical Psychology), Ph.D. (Industrial Psychology)

Asst. Prof. Dr. Prayoon Suyajai, Pali III, B.A. (Psychology), B.J. (Journalism), LL.B. (Degree of Bachelor Laws), S.R. (Graduate Diploma), M.Ed. (Education), M.A. (Politic), M.A. (Economic), M.A. (Clinical Psychology), Ph.D. (Psychology)

Date of Graduation : March 18, 2019

Abstract

This study had the purpose and objectives about sense perception through sense-bases appearing in a scripture of Theravada Buddhism and a comparison of emotional perception through students' sense-bases even the prediction of social and virtual factors including the factors of mental characteristics having the conceptual result through the students' sense-bases in Jotika Abhidhamma College School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University. To collect the data was dependent on the questionnaires to a sampling group of all 142 students. The data analysis used the value of frequency, percentage, means, standard deviation and using statistics for analyzing One-way ANOVA and multiple regression analysis.

The result of qualitative research analysis was found that a process of perception and brain brought about an impact of external sense-feels or exter- stimulus and internal sense-fells which were nervous system receiving data before being percept by a mental current and its perceptual collection. According to

the principles of Buddhism and the similar principles of physiology it was the function of structure in touching nervous system and sending the result to the brain which had different views of both did because the philosophy of Theravada Buddhism explained that the matter (Rupa) was only an intermediary to receive the data which had a system of natural work and an expression of action under a control of mind.

While a perception was a duty of mind but in the principles of physiology there was not any abstraction (Namadharmas). Everything occurred from physical characteristics and the structures of working nervous system by depending upon the brain with a basic function of evaluating a perceptual result. Mind in the meaning of physiology was the result of working brain.

An analysis of relationship among social, virtual and mental characteristic factors and students' perception of sense – objects in bases was found that virtual and mental characteristic factors had the relationship of perception to sense – objects in bases on the statistical significance and from the correlation matrix of so-called factors, three free variations of factors were not found that they had a mutual relationship, namely, no problem of Multicollinearity ($r > 0.85$). While a prediction of analytic result of coefficient was found that mental characteristic factors, ages and career could be built as an equation to a perception of students' sense – objects in bases be depending upon three free variations for a common prediction of correctly perceiving students' sense – objects in bases at 19.8 percent in a confident level at 95% in order.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ เรื่อง “การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” นี้ ผู้วิจัยได้ค้นคว้าจึงพบและรับรู้ลักษณะอาการที่ปรากฏทางอารมณ์ที่มีความเกี่ยวข้องกับจิตและเจตสิก ในบริบทต่าง ๆ ของการดำรงชีวิตของหมู่สัตว์ทั้งหลายใน ๓๑ ภูมิ ซึ่งในความเป็นจริงอารมณ์นี้ซึ่งอยู่กับสัตว์โลกทุกประเภท ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากหลายฝ่าย จึงสำเร็จลงด้วยดี จากบุคคลหลายท่าน ดังต่อไปนี้

ขออนุโมทนาในความเมตตาอนุเคราะห์พระอาจารย์ พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินนโท ผศ.ดร., ประธานควบคุมวิทยานิพนธ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ประยูร สุขะใจ กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ให้ข้อคิดคำแนะนำในเรื่องการเขียนงาน ช่วยตรวจสอบคอยให้กำลังใจในการทำงานมาโดยตลอดและขอขอบพระคุณคณะกรรมการประธานผู้ทรงคุณวุฒิทั้งภายในและภายนอก ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะและคำแนะนำอันเป็นประโยชน์ในการพัฒนาปรับปรุงแก้ไขที่ให้งานวิทยานิพนธ์สมบูรณ์มากยิ่งขึ้นอันจะเอื้อต่อการศึกษาระบบธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาสืบต่อไป

ขอกราบขอบพระคุณในความอนุเคราะห์ตรวจสอบเครื่องมือวิจัยจากผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ พระปลัดสรวิชัย อภิปญโญ, ดร., รองศาสตราจารย์นิลรัตน์ กลิ่นจันทร์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เริงชัย หมื่นชนะ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมโภช ศรีวิจิตรวรกุล, ดร.วิชชุตา ฐิติโชติรัตนนา ซึ่งได้ให้ข้อเสนอแนะในการจัดทำเครื่องมือการวิจัยที่สมบูรณ์

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ได้อนุเคราะห์ในการแจกแบบสอบถามและแบบทดสอบเครื่องมือวิจัย และคณะอาจารย์ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ในความเมตตาอนุเคราะห์เก็บข้อมูล รวมถึง นิสิตผู้เรียนพระอภิธรรมทุกท่านที่ช่วยตอบแบบสอบถามอย่างครบถ้วน

ขอขอบคุณ พระมหาเพื่อน กิตติโสภโณ, ผศ.ดร. ที่อนุเคราะห์ตรวจบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และขอขอบคุณ คณาจารย์ เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยทุก ๆ ท่าน ตลอดถึงเพื่อนนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาชีวิตและความตาย รุ่นที่ ๑๐ ทุกท่าน ที่เป็นกำลังใจให้การสนับสนุน

ด้วยอำนาจบารมีธรรมและบุญกุศลจรรยาสัมมาปฏิบัติใด ๆ อันเกิดจากความสำเร็จของวิทยานิพนธ์เล่มนี้หากจะพึงมีอยู่บ้าง ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชาครูบาอาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาพระอภิธรรมให้แก่ผู้ทำวิทยานิพนธ์นี้ ประกอบกับผู้วิจัยเรื่องนี้ ซึ่งมีอายุกาลผ่านวัยมาถึงยุคปลายของชีวิต จวบจนมาถึงอายุ ๘๐ ปีโดยบริบูรณ์ อันเอื้อต่อการเข้าสู่หลักพุทธธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ขอบุญกุศลเหล่านี้จงแผ่ไปในสรรพสัตว์ทั้งหลายที่ได้ร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน และขอพระสัทธรรมจรัสเรืองแผ่ไพศาล เพื่อความเจริญไพบุลย์แก่ทุกชีวิตในกาลต่อไป

นายสาตี นีรามัย

๙ ธันวาคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทบทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ฎ
สารบัญภาพ	ฐ
สารบัญแผนภูมิ	ฑ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฒ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์การวิจัย	๔
๑.๓ สมมติฐานของการวิจัย	๔
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๕ ขอบเขตการวิจัย	๕
๑.๖ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	๕
๑.๗ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๘
บทที่ ๒ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๙
๒.๑ แนวคิดและกระบวนการเกี่ยวกับการรับรู้	๑๐
๒.๑.๑ การจัดหมวดหมู่และแบบแผนของการรับรู้	๑๑
๒.๑.๒ อิทธิพลที่มีผลต่อการรับรู้	๑๒
๒.๑.๓ ผลของแรงจูงใจต่อการรับรู้	๑๒
๒.๑.๔ แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้	๑๒
๒.๑.๕ ความหมาย องค์ประกอบของการเรียนรู้	๑๓
๒.๒ แนวคิดและหลักการปฏิบัติเกี่ยวกับอารมณ์ทางพระพุทธศาสนา	๑๗
๒.๒.๑ ธรรมชาติของมนุษย์เกี่ยวกับจิตในพระพุทธศาสนา	๑๗

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
๒.๒.๒ ความหมายของอารมณ์ในพระพุทธศาสนา	๒๓
๒.๒.๓ ความหมายของภวังคจิต	๕๖
๒.๒.๔ บ่อเกิดของภวังคจิต	๕๙
๒.๒.๕ รูปนามกับอารมณ์ของวิปัสสนากาวานา	๗๗
๒.๓ อารมณ์ของวิปัสสนา	๘๖
๒.๔ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับอารมณ์ทางจิตวิทยา	๘๙
๒.๔.๑ ความหมายของอารมณ์	๘๙
๒.๔.๒ ความสำคัญของอารมณ์	๙๗
๒.๔.๓ หน้าที่ของอารมณ์	๙๘
๒.๔.๔ องค์ประกอบของอารมณ์	๙๙
๒.๔.๕ ทฤษฎีของอารมณ์	๑๐๑
๒.๔.๖ ระบบลิมบิกและอารมณ์	๑๑๒
๒.๕ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับปัจจัยจิตสังคม	๑๒๑
๒.๕.๑ ความรู้เรื่องจิตสังคม	๑๒๑
๒.๕.๒ ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม	๑๒๒
๒.๕.๓ ความหมายของสัมพันธภาพ	๑๒๔
๒.๕.๔ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล	๑๒๕
๒.๕.๕ การสร้างสัมพันธภาพ	๑๒๙
๒.๕.๖ หลักพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพ	๑๓๐
๒.๕.๗ ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคล	๑๓๒
๒.๕.๘ การพัฒนาสัมพันธภาพ	๑๓๔
๒.๕.๙ คุณภาพของสัมพันธภาพ	๑๓๕
๒.๕.๑๐ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับจิตอาสา	๑๓๗
๒.๕.๑๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับจิตอาสา	๑๔๕
๒.๕.๑๒ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน	๑๔๙
๒.๖ ปัจจัยด้านคุณธรรม	๑๕๑
๒.๖.๑ การรักษาเบญจศีล-เบญจธรรม	๑๕๑
๒.๖.๒ เหตุผลเชิงคุณธรรม	๑๕๔
๒.๖.๓ การปฏิบัติตนตามหลักอิทธิบาท	๑๕๖

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
๒.๗ ปัจจัยด้านจิตลักษณะ	๑๕๙
๒.๗.๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง	๑๕๙
๒.๗.๒ ความมุ่งมั่นอนาคต	๑๖๗
๒.๗.๓ สุขภาพจิต	๑๗๒
๒.๘ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๑๗๕
๒.๘.๑ เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง	๑๗๕
๒.๘.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ในผู้สูงอายุ)	๑๘๑
๒.๘ กรอบแนวคิดการวิจัย	๑๘๗
บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๘๗
๓.๑ รูปแบบวิจัย	๑๘๘
๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๑๘๘
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๑๘๙
๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล	๑๙๐
๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๑๙๑
๓.๖ สถิติที่ใช้ในการวิจัย	๑๙๒
บทที่ ๔ ผลการวิจัย	๑๙๕
๔.๑ ศึกษาการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๑๙๕
๔.๒ ผลการวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของ นิสิตในโรงเรียนนอกรีตรมโชติกะวิทยาลัย	๒๐๒
๔.๓ ผลการวิเคราะห์สร้างสมการพยากรณ์ตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ของนิสิตในโรงเรียนนอกรีตรมโชติกะวิทยาลัย	๒๒๐
๔.๔ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย เรื่องรูปแบบการมีส่วนร่วมทางการเมืองใน ระบอบประชาธิปไตยของประชาชนชาวสกลนครตามแนวพุทธจิตวิทยา	๑๓๘
บทที่ ๕ สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ	๒๓๒
๕.๑ ผลการสังเคราะห์การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนา เถรวาท	๒๓๒

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
๕.๒ ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และ และปัจจัยด้านจิตลักษณะที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของ นิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย	๒๓๕
๕.๒.๑ ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไป	๒๓๕
๕.๒.๒ ข้อมูลกิจกรรมทางพุทธศาสนา	๒๓๕
๕.๓ ระดับพฤติกรรมและการรับรู้กับปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และ ปัจจัยด้านจิตลักษณะ	๒๓๖
๕.๓.๑ ปัจจัยด้านสังคม	๒๓๖
๕.๓.๒ ปัจจัยด้านคุณธรรม	๒๓๖
๕.๓.๓ แบบสอบถามปัจจัยทางจิตลักษณะ	๒๓๖
๕.๓.๔ การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต	๒๓๖
๕.๓.๕ เปรียบเทียบระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ปัจจัย ด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยทางจิตลักษณะ แยก ตามเพศ	๒๓๖
๕.๓.๖ ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้าน คุณธรรมในใจ ปัจจัยทางจิตลักษณะ และการรับรู้อารมณ์ทาง อายตนะของนิสิต	๒๓๗
๕.๓.๗ สรุปผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย	๒๓๗
๕.๓.๘ ตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรม โชติกะวิทยาลัย	๒๔๐
๕.๓.๙ สรุปข้อเสนอแนะการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียน อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย	๒๔๐
๕.๔ อภิปรายผลการวิจัย	๒๔๕
๕.๕ ข้อเสนอแนะ	๒๕๑
๕.๕.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๒๕๑
๕.๕.๒ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ	๒๕๑
๕.๕.๓ ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป	๒๕๓

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
บรรณานุกรม	๒๕๔
ภาคผนวก	๒๖๑
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย	๒๖๒
ภาคผนวก ข หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย	๒๖๔
ภาคผนวก ค แบบสอบถามเพื่อการวิจัย	๒๗๐
ภาคผนวก ง ค่า IOC ของผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ ท่าน	๒๗๙
ประวัติผู้วิจัย	๒๘๖

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ ๒.๑	ทวารวิมุตตอารมณ	๒๗
ตารางที่ ๒.๒	แสดงอารมณโดยพิสดาร และจำแนกจิต เจตสิก ที่รับอารมณโดยแน่นอน และไม่นอน	๓๒
ตารางที่ ๒.๓	จิตที่รับอารมณ	๕๑
ตารางที่ ๒.๔	อารมณ ๗ : อกุ, กุ, วิ, กิ, รูป, นิพ, บัญ	๕๒
ตารางที่ ๒.๕	แสดงวิปัสสนาภูมิ ๖	๘๘
ตารางที่ ๒.๖	สรุปแนวคิดเกี่ยวกับความหมายของอารมณ	๙๒
ตารางที่ ๔.๑	ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไป	๒๐๒
ตารางที่ ๔.๒	ข้อมูลกิจกรรมทางพุทธศาสนา	๒๐๔
ตารางที่ ๔.๓	ค่าเฉลี่ยการรับรู้อารมณทาง ๖ आयตนะ	๒๐๔
ตารางที่ ๔.๔	ร้อยละของระดับการรับรู้อารมณของนิสิต	๒๐๕
ตารางที่ ๔.๕	ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ ตามปัจจัยด้านสังคม	๒๐๖
ตารางที่ ๔.๖	ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ ตามปัจจัยด้านคุณธรรม	๒๐๗
ตารางที่ ๔.๗	ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ ตามปัจจัยทางจิตลักษณะ	๒๐๘
ตารางที่ ๔.๘	ระดับการรับรู้อารมณทาง आयตนะของนิสิต	๒๐๙
ตารางที่ ๔.๙	ค่าเฉลี่ยการรับรู้อารมณทาง आयตนะของนิสิต ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยทางจิตลักษณะ	๒๑๒
ตารางที่ ๔.๑๐	ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรมในใจ ปัจจัยทางจิตลักษณะ และการรับรู้อารมณทางอารมณทาง आयตนะของนิสิต	๒๑๔
ตารางที่ ๔.๑๑	ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตกับระดับการรับรู้อารมณทาง आयตนะของนิสิต	๒๑๕
ตารางที่ ๔.๑๒	ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตกับระดับการรับรู้อารมณทาง आयตนะของนิสิต ด้านสังคม	๒๑๖
ตารางที่ ๔.๑๓	ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตกับระดับการรับรู้อารมณทาง आयตนะของนิสิต ด้านสังคม	๒๑๘
ตารางที่ ๔.๑๔	ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตกับระดับการรับรู้อารมณทาง आयตนะของนิสิต ด้านจิตลักษณะ	๒๑๙
ตารางที่ ๔.๑๕	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะกับการรับรู้อารมณทาง आयตนะ	๒๒๑

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ ๔.๑๖ ทดสอบความเหมาะสมของสมการพยากรณ์การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ของนิสิต	๒๒๒
ตารางที่ ๔.๑๗ ค่า R Square ของสมการพยากรณ์การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต	๒๒๒
ตารางที่ ๔.๑๘ ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยของสมการพยากรณ์การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ของนิสิต	๒๒๓
ตารางที่ ๕.๑ สรุปผลการวิจัยตามสมมติฐานการวิจัย	๒๓๙

สารบัญแผนภาพ

	หน้า	
รูปภาพที่ ๒.๑	แสดงขั้นตอนของกระบวนการเรียนรู้	๑๑
รูปภาพที่ ๒.๒	แสดงปริมาณการรับรู้จากประสาทสัมผัสทั้งห้า	๑๑
รูปภาพที่ ๒.๓	แสดงถึงวงจรจิตกับวิถีจิตที่ทำงานสัมพันธ์กันแบบสันตติ	๒๒
รูปภาพที่ ๒.๔	ปฏิสนธิจิต	๒๖
รูปภาพที่ ๒.๕	แสดงถึงบ่อเกิดภวังคจิตในกระแสจิต	๖๐
รูปภาพที่ ๒.๖	แสดงประเภทของภวังคจิต	๖๒
รูปภาพที่ ๒.๗	แสดงกระบวนการทำงานของภวังคจิตในวิถีจิต	๖๕
รูปภาพที่ ๒.๘	แสดงกระบวนการเก็บสิ่งสมของภวังคจิต ๓ ขณะจิต	๗๑
รูปภาพที่ ๒.๙	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์ ๖ ทวาร ๖ วิญญาณ ๖	๙๗
รูปภาพที่ ๒.๑๐	ทฤษฎีอารมณ์ของเจมส์-เลนจ์	๑๐๒
รูปภาพที่ ๒.๑๑	ทฤษฎีอารมณ์ของ Jame-Lang	๑๐๓
รูปภาพที่ ๒.๑๒	ทฤษฎีการรับรู้ของอารมณ์ของแคนนอน-บาร์	๑๐๔
รูปภาพที่ ๒.๑๓	ทฤษฎีอารมณ์ของ Cannon-Bard	๑๐๕
รูปภาพที่ ๒.๑๔	ทฤษฎีรับรู้ของอารมณ์ (Cognitive Theory)	๑๐๖
รูปภาพที่ ๒.๑๕	การทำงานของ Hypothalamus เกี่ยวข้องกับอารมณ์	๑๑๑
รูปภาพที่ ๒.๑๖	วงจรกระแสประสาทของ Limbic System	๑๑๒
รูปภาพที่ ๒.๑๗	การตอบสนองทางสรีรวิทยา	๑๑๔
รูปภาพที่ ๒.๑๘	บทบาทของการเรียนรู้ในการแสดงออกทางอารมณ์	๑๑๗
รูปภาพที่ ๒.๑๙	แสดงการย้ายทุกข์ทางอารมณ์และการทำงาน	๑๑๘
รูปภาพที่ ๒.๒๐	แสดงการวิเคราะห์สาเหตุของพฤติกรรมด้วยรูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism Model)	๑๒๓
รูปภาพที่ ๔.๑	เรตาร์แสดงค่าเฉลี่ยการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยทางจิตลักษณะ	๒๑๓
รูปภาพที่ ๕.๑	เรตาร์แสดงค่าเฉลี่ยการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยทางจิตลักษณะ	๒๓๗

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่ ๒.๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

หน้า

๑๘๗

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้อ้างอิงข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาทศปิฎก ๒๕๐๐ และ ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ โดยใช้อักษรย่อแทนชื่อเต็มคัมภีร์ และ ระบุถึงเล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ ตัวอย่าง เช่น วิ.ม. (ไทย) ๔/๖/๘ หมายถึง วินัยปิฎกมหาวรรค (ภาษาไทย) พระไตรปิฎกเล่มที่ ๔ ข้อ ๖ หน้า ๘ เป็นต้น

อรรถกถา อ้างอิง อรรถกถา ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย รูปแบบการอ้างอิง จะใช้อักษรย่อแทน ชื่อเต็ม คัมภีร์ และระบุ ถึงเล่ม/ข้อ/หน้าตามลำดับ ตัวอย่าง เช่น ขุ.พุทธ.อ. (ไทย) ๙/๑/๓๒. (ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย) หมายถึง สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย พุทธวงศ์ อรรถกถา (ภาษาไทย)

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (บาลี)	=	วินัยปิฎก มหาวิภังคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.มหา. (ไทย)	=	วินัยปิฎก มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.ม. (บาลี)	=	วินัยปิฎก มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.ม. (ไทย)	=	วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.จ. (บาลี)	=	วินัยปิฎก จุฬวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.จ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก จุฬวรรค	(ภาษาไทย)
วิ.ป. (บาลี)	=	วินัยปิฎก ปริวารวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.ป. (ไทย)	=	วินัยปิฎก ปริวารวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขณธวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.สี. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.ม. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสก	(ภาษาไทย)

ม.อุ. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.อุ. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก	(ภาษาไทย)
สํ.ส. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก สํยุตตนิกาย สคาถวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.ส. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก สํยุตตนิกาย สคาถววรรค	(ภาษาไทย)
สํ.ข. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก สํยุตตนิกาย ขนธวาวรรคคปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.ข. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก สํยุตตนิกาย ขันธวาวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.ม. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก สํยุตตนิกาย มหาวาวรรคคปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.ม. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก สํยุตตนิกาย มหาวาวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย เอกกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.เอกก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทุก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย ทุกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ทุก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย ติกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ติก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย จตุกกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.จตุกก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย ปญจกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ปญจก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย ฉกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ฉก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฏฐก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย อฏฐกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.อฏฐก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย อฏฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย ทสกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.ทสก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.เอกาทสก. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก องคฺตตรนิกาย เอกาทสกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.เอกาทสก. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก อังคฺตตรนิกาย เอกาทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก ขุททกนิกาย ธมมปทปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตกปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.อิติ. (ไทย)	=	สูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.ม. (บาลี)	=	สูตรตนตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทศปาติ	(ภาษาบาลี)

ช.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทส	(ภาษาไทย)
ช.ป. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสมภิทามคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ช.ป. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง. (บาลี)	=	อภิธมมปิฎก ฌมมสังคณี ปาลี	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ. (บาลี)	=	อภิธมมปิฎก วิภังคปาติ	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก วิภังค์	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

วิ.มหา.อ. (บาลี)	=	วินัยปิฎก สมณุตปาสาทิกา มหาวิภังคอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
วิ.มหา.อ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก สมณุตปาสาทิกา มหาวิภังคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
วิ.ม.อ. (บาลี)	=	วินัยปิฎก สมณุตปาสาทิกา มหาวคคอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
วิ.ม.อ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก สมณุตปาสาทิกา มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.สี.อ. (บาลี)	=	ทีฆนิกาย สุมงฺคลวิลาสินี สีลกฺขณชวคคอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
ที.ม.อ. (บาลี)	=	ทีฆนิกาย สุมงฺคลวิลาสินี มหาวคคอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ. (บาลี)	=	มชฌิมนิกาย ปปลงฺกสุทนี มุลปณณาสกอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ. (บาลี)	=	มชฌิมนิกาย ปปลงฺกสุทนี มชฌิมปณณาสกอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
อง.เอกก.อ. (บาลี)	=	องคฺตตรนิกาย มโนรทปฺรณี เอกกนิปาตอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
อง.ทก.อ. (บาลี)	=	องคฺตตรนิกาย มโนรทปฺรณี ทกนิปาตอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
อง.ปลงจ.อ. (บาลี)	=	องคฺตตรนิกาย มโนรทปฺรณี ปลงจนิปาตอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
อง.ทสก.อ. (บาลี)	=	องคฺตตรนิกาย มโนรทปฺรณี ทสกนิปาตอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
อง.ทสก.อ. (ไทย)	=	อังกฺตตรนิกาย มโนรทปฺรณี ทสกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.ช.อ. (บาลี)	=	ชุททกนิกาย ปรมตถโชติกา ชุททกปาฐอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
ช.อิตฺ.อ. (บาลี)	=	ชุททกนิกาย ปรมตถทีปนี อิตฺิวุตตกอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)

อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง.อ. (บาลี)	=	อภิธมมปิฎก ฌมมสังคณี อฎฐสาลินีอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
อภิ.สง.อ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก ฌมมสังคณี อฎฐสาลินีอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ปกรณ์วิเสส

วิสุทฺธิ. (บาลี) = วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์ (ภาษาบาลี)
 วิกาวินี. (บาลี) = อภิธมฺมตถวิภาวินีฎีกา (ภาษาบาลี)

ฎีกาพระวินัยปิฎก

สารตถ.ฎีกา. (ไทย) = สารัตถทีปนีฎีกา (ภาษาไทย)

คำอธิบายคำย่อในภาษาบาลีและภาษาไทย

ก. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์พระไตรปิฎก: ผู้วิจัยอ้างอิงข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณปิฎก ๒๕๐๐ และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ โดยใช้อักษรย่อแทนชื่อเต็มคัมภีร์ตามระบบอ้างอิง เล่ม/ข้อ/หน้า ตัวอย่างเช่น ส.ส. (บาลี) ๑๕/๒๔๖/๒๕๘. หมายถึง สุตตันตปิฎก สังกุตตนิกาย สคาถวคคฺคปาติ เล่มที่ ๑๕ ข้อ ๒๔๖ หน้า ๒๕๘ และ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๔๖/๓๕๒. หมายถึง สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค เล่มที่ ๑๕ ข้อ ๒๔๖ หน้า ๓๕๒

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา: อ้างอิงอรรถกถาฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ภาษาบาลี พุทธศักราช ๒๕๓๓ และอรรถกถาฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ภาษาไทย พุทธศักราช ๒๕๕๒ รูปแบบการอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า ตัวอย่างเช่น อง.ทุก.อ. (บาลี) ๒/๔๕/๕๓. หมายถึง องคฺคตฺตรนิกาย มโนรณปุรณิ ทุกฺกนิปาตอฎฐกฺกถา ฉบับภาษาบาลี เล่มที่ ๒ ข้อ ๔๕ หน้า ๕๓ และ วิ.มหา.อ. (ไทย) ๑/๑๕/๒๔๑-๒๔๒. หมายถึง วินัยปิฎก สมันตปาสาทิกา มหาวิภังคอรรถกถา ฉบับภาษาไทย เล่มที่ ๑ ข้อ ๑๕ หน้า ๒๔๑-๒๔๒

ค. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ปกรณ์วิเสส: อ้างอิงปกรณ์วิเสสภาษาบาลีใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ รูปแบบการอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า ตัวอย่าง วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๔๖๔/๑๐๕. หมายถึง วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์ ฉบับมหาจุฬาลงกรณวิเสส เล่มที่ ๒ ข้อ ๔๖๔ หน้า ๑๐๕

ง. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ฎีกา : อ้างอิงคัมภีร์ฎีกาภาษาไทยใช้ฉบับมูลนิธิธรรมาภรณ์ มหาวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๒ รูปแบบการอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า ตัวอย่าง สารตถ.ฎีกา. (ไทย) ๑/๓๔๓-๓๔๔/๖๒๘-๖๒๙. หมายถึง สารัตถทีปนีฎีกา ฉบับภาษาไทย เล่มที่ ๑ ข้อ ๓๔๓-๓๔๔ หน้า ๖๒๘-๖๒๙

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสภาพการณ์ปัจจุบันปัญหาการขาดคุณธรรมจริยธรรมในสังคมไทยได้ทวีความรุนแรงและมีความหลากหลายมากขึ้นกว่าในอดีตที่ผ่านมา สาเหตุส่วนหนึ่งมาจากสภาพแวดล้อม และเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสการพัฒนาทางเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารไร้พรมแดน และปัญหาการขาดคุณธรรมจริยธรรมของคนในสังคม ยังส่งผลให้ประชาชนในสังคมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ให้หลงผิดและมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบน ขาดระเบียบวินัย ขาดความรับผิดชอบ พร้อมจะล่วงละเมิดสิทธิของบุคคลอื่น ซึ่งทำให้ภูมิคุ้มกันของประชาชนในสังคมที่จะต้านทานกับปัญหา ต้องขาดความมั่นคงจนเกิดปัญหาต่าง ๆ ของสังคมตามมา จำเป็นอย่างยิ่งต้องเริ่มจากสถานศึกษาและกระบวนการจัดการเรียนการสอนของสถานศึกษาทุกระดับ โดยได้มีสถานศึกษาที่ได้ก่อตั้งขึ้นมาเพื่อตอบโจทย์ปัญหาเหล่านี้ โดยการประยุกต์นำหลักธรรมนำการศึกษาประกอบการอบรมคุณธรรมไปพร้อม ๆ กัน เพื่อให้ผู้ที่จบศึกษาออกไปประกอบอาชีพที่มีคุณธรรมไปพัฒนาบ้านเมืองและประเทศชาติให้มีความเจริญก้าวหน้าต่อไปในอนาคต

การศึกษาปัจจุบันหลักสูตรที่จะพัฒนาทุนมนุษย์ให้เกิดการพัฒนาทุกด้าน เช่น ทางกาย สังคม อารมณ์และปัญญา จำเป็นต้องให้การศึกษาจนเข้าใจ่องแท้ในวิถีจิตเป็นปัจจัยเกื้อหนุนที่สำคัญให้ผู้สนใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ได้เข้าใจรายละเอียดของขั้นตอนการทำงานของจิต เพราะวิถีจิตเป็นการแสดงลำดับความเป็นไปของจิตและเจตสิก ที่รับอารมณ์ทางทวารภายนอกทั้ง ๖ เกิดขึ้นรับอารมณ์ใหม่อย่างต่อเนื่องติดต่อกันเป็นแถว เพื่อให้ทราบหน้าที่การทำงาน (กิจ) และสถานที่ทำงาน (ฐาน) ของจิตและเจตสิก ช่วยให้ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนามีความสงบแห่งจิต น้อมใจไปในองค์กรรมฐานนั้น ๆ มีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่ทุกขณะ จึงจะกำหนดได้ถูกหลัก ได้ปัจจุบันธรรมตรงกับปัจจุบันอารมณ์ เมื่อใดจิตมีอาการฟุ้งซ่านเพราะมีความเพียรมากเกินไป ก็สามารถข่มจิตในสมัยที่ควรข่ม ประคองจิตในสมัยที่ควรประคอง ยังจิตให้ระเริงในสมัยที่ควรระเริง วางเฉยจิตในสมัยที่ควรวางเฉย รู้หลักการกำหนดจิตให้เวทนาดับไปได้ในสมัยที่เวทนาปรากฏ มีอิมุตติสอันประณีต คือน้อมไปในมรรค ผล อันประณีตสูงสุด เป็นต้น^๑ การดำเนินไปของวิถีจิต ดังมีข้อความที่กล่าวไว้ใน

^๑อง.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๘๕/๔๑๔.

หนังสือปฏิจฉสมุปปาท เหตุผลแห่งวิภูสงสาร ความว่า หลังจากสัมปฏิจฉนจิตรับอารมณ์แล้ว จึงเกิดสันตริณจิตต่อมา ทำหน้าที่ไต่สวนอารมณ์ ว่าเป็นอารมณ์ที่ดีหรือไม่ดี เป็นต้น แล้วหลังจากนั้น โวภูฐัพพนจิตจะเกิดขึ้นทำหน้าที่ตัดสินอารมณ์ แล้วชวนจิต ๗ ขณะจึงเกิดต่อมา โดยทำหน้าที่เสพอารมณ์ ชวนจิตมีความเร็วและแรงผลักดัน ที่ไม่มีในจิตประเภทอื่น เพราะเป็นจิตที่ประกอบด้วยเจตสิกที่มีกำลังแรง เนื่องจากเป็นธรรมชาติที่ว่องไว และมีกำลังแรงในกามภูมิ จึงเรียกชวนจิตในกามภูมิจากชวนะ หลังจากชวนจิต ได้เกิดขึ้น ๗ ขณะแล้ว ทำให้เกิดตทาลัมพนจิต ต่อมาอีก ๒ ขณะ^๒

อย่างไรก็ตาม หลักของการศึกษาการทำงานของจิตให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ จำเป็นต้องศึกษาเรื่องอารมณ์ที่เป็นการขับเคลื่อนไหวของวิถีจิต ซึ่งมีส่วนสำคัญให้ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนา รู้ธรรมทั้งหลาย โดยอาการที่รู้ชัดไปตามความเป็นจริง เพื่อใช้ความรู้ และความเข้าใจนี้เป็นฐานรองรับอุปสรรคทั้งหลายที่คอยขัดขวาง และปรุงแต่งจิตไม่ให้เข้าถึงญาณอันประเสริฐ ซึ่งเป็นกระแสของการหลุดพ้น (วิมุตติ) ทวารเปรียบเสมือนประตูอันเป็นที่เข้าออกของวิถีจิตทั้งหลายที่เปิดออกให้จิตไปรับอารมณ์ เป็นที่ติดต่อกันให้เกิดความรู้ หรือแหล่งที่มาของความรู้เรียกว่า आयตนะ^๓ ซึ่งความต่อเนื่องขององค์ธรรมในที่นี้ ก่อให้เกิดการรับรู้ ซึ่งเป็นกระบวนการรับรู้ที่บริสุทธิ์ ก่อนที่จะถึงช่วงต่อที่จะสืบทอดจากการรับรู้ (ผัสสะ) ซึ่งมีปัจจัยหรือองค์ประกอบอื่น คอยปิดเบือนให้กระบวนการธรรมเอนเอียงไปจากความเป็นจริง^๔ เป็นสาเหตุให้เกิดเวทนา และส่งผลให้เกิดรอยต่อทางจริยธรรมระหว่างกุศลจิตและอกุศลจิต เมื่อเวทนาเป็นองค์ธรรมที่สำคัญยิ่ง ในการเจริญวิปัสสนา เพราะเป็นองค์ธรรมในมหาสติปัฏฐานสูตร^๕ आयตนะซึ่งจัดเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาเพื่อให้เกิดปัญญาแจ่ม ก็ย่อมมีความสำคัญมากด้วยเช่นกัน เฉกเช่นคำกล่าว ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ว่า เมื่อต้นไม้แข็งแรงมีดอกผลสมบูรณ์ ฟุ้งนกจากทิศนั้น ๆ ย่อมมาประชุมกันเสมอ เพื่อหลีกเร้น และหาอาหาร ฉันท ธรรม คือ จิต และเจตสิก ย่อมมาประชุมกันเสมอจากที่นั้น ๆ ในที่ ๖ แห่งมีรูปเป็นต้น เพื่อรับรู้อารมณ์ฉันทนั้น ทวาร ๖ มีรูปเป็นต้น จึงชื่อว่า आयตนะ เพราะเป็นที่ประชุม เพราะเป็นเหตุเกิดของจิตและเจตสิก^๖

^๒ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), ปฏิจฉสมุปปาท เหตุผลแห่งวิภูสงสาร, แปลโดย พระคันธสาราภิกษ, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๐๒.

^๓ พระธัมมपालมหาเถระ, ปรมัตถมัชฌิมสูตร วิสุทธิมคคมหาฎีกา ภาค ๓, แปลโดย สิริ เพ็ชรไชย, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพลส แอนด์ กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑๔๑

^๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๕), หน้า ๓๐-๓๒.

^๕ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๗/๒๑๐.

^๖ พระพุทธโฆสอาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมทาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินติ้ง, ๒๕๕๖), หน้า ๘๐๗.

จากการศึกษาของผู้วิจัยได้มีประสบการณ์เข้ารับการศึกษาใน โรงเรียนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ซึ่งถือเป็นแหล่งศึกษาอบรมให้ความรู้แก่พระ เณร และประชาชนทั่วไป โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้พระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา และ ประชาชนทั่วไป มีความเข้าใจลึกซึ้งในคำสอนพุทธศาสนาของพระพุทธเจ้าชั้นปรมาตมธรรม ซึ่งผู้ผ่าน การอบรมจะมีการพัฒนาสภาวะอารมณ์ตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะหลัก อธิติบาทสี่ต่ออารมณ์ของผู้เรียนหลักสูตรพระอภิธรรม ตามหลักพุทธศาสนา อธิติบาท สี่ เป็น เครื่องมือในการนำไปสู่การปฏิบัติให้บรรลุผลสำเร็จตามความมุ่งหมาย ในการพัฒนาอารมณ์ของ ผู้เรียนพระอภิธรรมจำเป็นมีการศึกษากระบวนการเปลี่ยนแปลงกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ภายในจิตของผู้เรียนผ่านทางสภาวะอารมณ์ ตามคุณลักษณะที่สอดคล้องกับหลักอธิติบาท สี่ ที่ ประกอบด้วย ฉันทะ คือ ความรักในการเรียนพระอภิธรรม วิริยะ คือ มีความบากบั่นพากเพียรที่จะ ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง จิตตะ คือจิตใจไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่อการเรียน และวิมังสา คือ มีความตั้งใจจริง จดจ่อในการติดตามค้นหาปัญหาของการเรียนเพื่อพัฒนาปรับปรุง ดังนั้น หลักอธิติ บาท สี่ จึงมีผลต่อการพัฒนาสภาวะอารมณ์ของกัลยาณมิตรให้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้จากการศึกษาที่ ผ่านมาพบว่ายังมีปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสภาวะอารมณ์ของกัลยาณมิตรต่อการเรียนพระอภิธรรม ได้แก่ ปัจจัยด้านสภาพเศรษฐกิจ เช่น เพศ อายุ สถานภาพสมรส สถานภาพครอบครัว ระดับความรู้ อาชีพ และประสบการณ์การทำงาน ปัจจัยด้านสังคม เช่น การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม การปฏิบัติตน เป็นจิตอาสา ความสัมพันธ์ระหว่างครูอาจารย์ เพื่อน แรงจูงใจการเป็นสมาชิกทางสังคม ปัจจัยด้าน คุณธรรมในจิต เช่น การรักษาเบญจศีล-เบญจธรรมห้า การปฏิบัติตนหลักอธิติบาทสี่ จำนวน และ ระยะเวลาการเข้าอบรมโปรแกรมพัฒนาจิตหรือพัฒนาสภาวะอารมณ์ ผลการเรียนหลักสูตรอภิธรรม ปัจจัยด้านจิตเดิม เช่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมุ่งมั่นอนาคต ความตระหนักรู้ และจริยธรรมใน จิตใจ ระดับการรับรู้สภาวะอารมณ์ชั้นอภิธรรม จึงมีความจำเป็นต่อการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ที่ เอื้อต่อความสมบูรณ์ที่ขอด้วยธรรมอันสมควรแก่ธรรมนั้น

ดังนั้นนิสิตหรือกัลยาณมิตรที่เรียนอภิธรรมบัณฑิตวิทยาลัย แม้ว่ากัลยาณมิตรเหล่านี้จะ เป็นผู้ปฏิบัติโดยทั่วไปรวมถึงผู้วิจัยจะมีพื้นฐานด้านการปฏิบัติ และปรีดีมาบ้างแล้ว แต่ก็ยังมีไม่ เพียงพอเพราะหลักคำสอนของพระพุทธองค์นั้นมีมากมาย องค์ธรรมมีความซับซ้อนและเชื่อมโยงกัน ยากสำหรับบุคคลทั้งหลายที่จะเข้าใจและเข้าถึงอย่างถ่องแท้ เช่น หลักธรรมในปฏิจจสมุพบาท เป็นต้น หากผู้ใดได้ศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม ในพระอภิธรรม มหาสติปัญญาสูตร อนัตตลักษณะสูตรเหล่านี้ เป็นต้น ย่อมจะเป็นสิริมงคลแก่ตนอย่างสูงสุด โดยเฉพาะความรู้เรื่องอารมณ์ที่ยึดโยงเชื่อมกระแสของ วิถีจิตนี้ยากที่จะทำความเข้าใจ ละเอียด ลึกซึ้งยิ่งนัก แต่ก็มีคุณอันใหญ่หลวง ได้แก่ ๑) ช่วยให้ผู้เจริญ วิปัสสนาธุระธรรมชาติของจิต และขั้นตอนการทำงานของจิต เจตสิก และสัมปยุตธรรมอื่น ๆ ๒) วิถีจิต เป็นการแสดงลำดับความเป็นไปของจิต หากศึกษาเรื่องอารมณ์ในอายตนะที่เข้าสู่วิถีจิตจนเข้าใจถ่อง แท้ จะเป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาและ/หรือผู้เรียนอภิธรรมบัณฑิต รู้วิธีเข้าถึงความ

สงบแห่งจิต น้อมใจไปในการกำหนดรู้ ๓) องค์ประกอบของกิจสังคหะในวิถีจิต สามารถอธิบายข้อเคลือบแคลงสงสัย และสอบทานสภาวะของการปฏิบัติให้กระจ่างขึ้น ตั้งแต่เริ่มต้นปฏิบัติจนกระทั่งบรรลุ มรรค ผล นิพพาน อันจะเหมาะสมแก่ฐานะที่ผู้ปฏิบัติปฏิบัติชอบเข้าถึงได้

กล่าวโดยสรุป ในการประมวลปัญหาทั้งหมดนี้เป็นเหตุผลสำคัญยิ่งที่ทำให้ผู้วิจัยมีความมุ่งมั่นอย่างแรงกล้าในอันที่จะค้นคว้าวิจัยในเรื่อง “การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย” เพื่อสร้างปัญญาภายในได้ไขความกระจ่างที่ผู้วิจัยยังเคลือบแคลงสงสัย เป็นการเสริมสร้างองค์ความรู้ที่เป็นข้อมูลเชิงวิชาการ สามารถน้อมนำเป็นบาทฐานในการศึกษาและปฏิบัติ เพื่อพัฒนาปัญญาการตื่นรู้สู่การบรรลุเป้าหมายชั้นสูงสุดได้อย่างถูกต้อง อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการเจริญวิปัสสนาภาวนา ของบุคคลผู้สนใจสืบไปและโดยเฉพาะอย่างยิ่งกัลยาณมิตรผู้หวังความเจริญฝ่ายเดียวเมื่อเข้าถึงการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะที่เห็นชอบตามธรรมแล้ว การเห็นกฎความจริงก็ปรากฏได้

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย

๑.๒.๓ เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย

๑.๓ สมมติฐานของการวิจัย

๑.๓.๑ ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตมีอิทธิพลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑.๓.๒ ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตมีอิทธิพลต่อปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑.๓.๓ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะมีอิทธิพลต่อตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๔.๑ ศึกษาการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ว่าเป็นอย่างไร

๑.๔.๒ เปรียบเทียบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ว่าเป็นอย่างไร

๑.๔.๓ พยากรณ์ทำนายปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรมและปัจจัยด้านจิตลักษณะส่งผลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ว่าเป็นอย่างไร

๑.๕ ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเกี่ยวกับวิถีจิต ในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ๖ ของตามหลักคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท โดยศึกษาค้นคว้าข้อมูลจาก คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ คัมภีร์พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย (แปล) ชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๒๕ อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๑.๕.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ และอรรถกถา ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสสอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ คัมภีร์ปรมัตถทีปนี รวมทั้งข้อมูลทุติยภูมิ ได้แก่ เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น หนังสือตำราทางวิชาการทางพระพุทธศาสนา เอกสารตำราทางจิตวิทยา วิทยานิพนธ์ งานวิจัย และบทความ

๑.๕.๒ ขอบเขตด้านประชากร

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนด ประชากร นิสิตระดับชั้น ๑-๙ ชั้น โรงเรียนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร

๑.๕.๓ ระยะเวลาดำเนินการวิจัย

ใช้เวลาในเก็บข้อมูลภาคสนาม ตั้งแต่เดือนธันวาคม ๒๕๖๐ - เดือนมกราคม ๒๕๖๑

๑.๖ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

การรับรู้ หมายถึง การสัมผัสโดยเริ่มตั้งแต่ การมีสิ่งเร้ามากระทบกับอวัยวะรับสัมผัสทั้งห้า และส่งกระแสประสาท ไปยังสมอง เพื่อการแปลความ

อารมณ์ หมายถึง เครื่องยึดเหนี่ยวของจิต ความรู้สึก สิ่งที่เกิดสวอย เครื่องสนับสนุน หรือสิ่งที่จิตไปยึดเหนี่ยว ได้แก่ อารมณ์ ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมมารมณ์

อายตนะ หมายถึง แตนเกิด ที่อยู่ ที่ประชุมของจิตและเจตสิก ผู้วิจัยอาจไม่ได้ระบุว่าเป็นอายตนะภายในหรือภายนอก เนื่องจากหมายเอาความหมายในความเป็นวิปัสสนาภูมิว่าเป็นบ่อเกิดแก่อารมณ์ของวิปัสสนา การเจริญวิปัสสนาโดยการกำหนดอายตนะเป็นอารมณ์หลัก แต่ในความเป็นจริงของการกำหนด จะมีนามธรรมอย่างอื่นปรากฏร่วมกับอารมณ์หลักอยู่ด้วยเสมอ

การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ หมายถึง กลุ่มตัวอย่างนิสิตมีอารมณ์เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิต ความรู้สึก สิ่งที่จิตเสวย เครื่องสนับสนุน หรือสิ่งที่จิตไปยึดเหนี่ยว โดยผ่านกระบวนการสัมผัส เริ่มตั้งแต่การมีสิ่งเร้ามากระทบกับอวัยวะรับสัมผัสทั้งห้า และส่งกระแสประสาท โดยมีการเรียนรู้เป็นกระบวนการต่อเนื่องเชื่อมโยงจากการรับรู้ เมื่อประสาทสัมผัสกระทบสิ่งเร้าและเกิดความรู้สึกประสาทสัมผัสอยู่ในส่วนของเบญจขันธ์ เรียกว่า “ผัสสะ” และก่อให้เกิดการรับรู้หรือวิญญาณ ได้มีการจัดลักษณะของประสาทสัมผัสไว้ ๖ ช่องทาง ดังนี้ จักขุสัมผัสคือการสัมผัสทางตา โสตสัมผัส คือการสัมผัสทางหู ฆานสัมผัส คือการสัมผัสทางจมูก ชิวหาสัมผัส คือการสัมผัสทางลิ้น กายสัมผัส คือการสัมผัสทางกายและมโนสัมผัส คือการสัมผัสทางใจหรือสัมผัสภายนอก อันจะเอื้อต่อการพัฒนาการรับรู้อารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างในระดับคุณธรรมพื้นฐานที่เหมาะสมกับการบูรณาการข้อวัตรปฏิบัติในชีวิตประจำวันเป็นสำคัญ

ปัจจัยจิตสังคม หมายถึง ปัจจัยที่ส่งผลต่อลักษณะทางจิตใจความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคลและลักษณะทางสังคมหรือสิ่งแวดล้อมในสังคมที่มีความสัมพันธ์กันหรือปฏิสัมพันธ์กัน อันจะมีผลต่อพฤติกรรม ในที่นี้ผู้วิจัยได้ศึกษาปัจจัยจิตสังคม ๓ ด้าน ได้แก่

ปฏิบัติตนเป็นจิตอาสา หมายถึง ความสำนึกของบุคคลที่มีต่อสังคม ส่วนรวม โดยการเอาใจใส่และการช่วยเหลือ ผู้ที่มีจิตอาสาจะแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่อาสาทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม เช่นการเสียสละเงิน สิ่งของเวลา แรงกาย และสติปัญญาเพื่อช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม โดยไม่หวังผลตอบแทน

ความสัมพันธ์ในครอบครัว หมายถึง การปฏิบัติตนของนิสิตหรือกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองที่มีต่อกัน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ การรับฟังความคิดเห็น การเป็นแบบอย่างที่ดี การดูแลเอาใจใส่ การให้ความเคารพความเข้าใจกันและกันและการสื่อสารระหว่างกัน

ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน หมายถึง การปฏิบัติตนของนิสิตหรือกลุ่มตัวอย่าง และเพื่อนที่มีต่อกันทั้งในและนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ การให้ความช่วยเหลือสนับสนุนเพื่อนเมื่อเพื่อนต้องการความช่วยเหลือ การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นทางด้านการเรียนการทำงานและด้านส่วนตัว การรู้จักให้และยอมรับเคารพในสิทธิของเพื่อน สนใจในความรู้สึกเพื่อน การห่วงใยใกล้ชิดสนิทสนมซึ่งกันและกัน และการทำงานภารกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน

ปัจจัยด้านคุณธรรม หมายถึง หลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่พุทธบริษัทได้ประพฤติกัมมปฏิบัติในการดำเนินชีวิตและได้พัฒนาคุณภาพชีวิตตามพุทธวิถีพุทธวิถีธรรม ในที่นี้ได้ข้อค้นพบหลักธรรม ๒ หมวด ดังต่อไปนี้

การรักษาเบญจศีล-เบญจธรรม หมายถึง หลักข้อปฏิบัติในการพัฒนาตนของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ หลักเบญจศีล หมายถึง ศีล ๕ ข้อ เป็นการงดเว้นจากการกระทำบาปทุจริต ๕ ประการ ได้แก่ ๑) งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ๒) งดเว้นจากการลักทรัพย์ ๓) งดเว้นจากการ ประพฤติล่วงละเมิดทางเพศ ๔) งดเว้น จากการพูดเท็จ ๕) งดเว้นจากการดื่มสุราและการเสพสิ่ง เสพติด และในส่วนหลักปฏิบัติด้านเบญจธรรม

หมายถึง หลักธรรม ๕ ประการ คือ ๑) เมตตากรุณา ๒) สัมมาอาชีวะ ๓) กามสังวร (สำรวมในกาม) ๔) สัจจะ ๕) สติสัมปชัญญะ ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้มีการประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวันและสามารถที่จะพัฒนาให้เข้าสู่กระบวนการรับรู้อารมณ์อันจะช่วยเหลือสนับสนุนได้การรู้แจ้งเห็นจริงในหลักธรรมที่ชอบแล้วด้วยธรรม

การปฏิบัติตนตามหลักอิทธิบาท หมายถึง อิทธิบาท ๔ คือ หลักธรรมหรือคำสอนในพระพุทธศาสนาที่มุ่งมั่นให้ผู้ปฏิบัติตามบรรลุถึงผลสำเร็จ หรือธรรมที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ อันประกอบด้วย หัวข้อธรรม ๔ ประการ คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา ได้แก่หลักฉันทะ หมายถึง ความพอใจ ความรัก ความชอบ ความสนใจในสิ่งที่ทำ คือ มีใจที่จะปฏิบัติหน้าที่เพื่อให้ประสบความสำเร็จ เมื่อมีหน้าที่รับผิดชอบก็มีจิตใจรักและมีความพอใจที่จะปฏิบัติในหน้าที่นั้นอย่างเต็มความสามารถ หลักวิริยะ หมายถึง ความขยันหมั่นเพียรที่พึงมี มีความมุ่งมั่นพยายามที่จะปฏิบัติด้วยความอุตสาหะอดทน ทำอย่างเต็มที่เต็มกำลัง และเต็มความสามารถ เพื่อให้ประสบผลสำเร็จในการปฏิบัติหน้าที่ตามภาระงานที่ได้รับมอบหมาย หลักจิตตะ หมายถึง การเอาใจใส่ในสิ่งที่ทำ หมั่นตรวจสอบดูแลในการปฏิบัติหน้าที่อยู่ หอย่างสม่ำเสมอตั้งใจและจดจ่อกับสิ่งที่ตนทำหรือกำลังปฏิบัติอยู่เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่ได้กำหนดไว้และหลักวิมังสา หมายถึง การพิจารณาไตร่ตรองโดยใช้สติปัญญาด้วยเหตุผล ใคร่ครวญว่าสิ่งไหนที่ดีต่อการปฏิบัติหน้าที่ สิ่งไหนที่ทำแล้วไม่เกิดผลเสียต่อการปฏิบัติหน้าที่ และคิดหาวิธีแก้ไข และปรับปรุงให้ดีขึ้นตามลำดับ

ปัจจัยจิตลักษณะ หมายถึง ลักษณะที่สะสมมาในตัวบุคคลตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันเป็นลักษณะค่อนข้างคงที่ ไม่อยู่ภายใต้อิทธิพลของสถานการณ์ปัจจุบัน ซึ่งปัจจัยจิตลักษณะที่มีผลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ในที่นี้ผู้วิจัยได้ศึกษาปัจจัยจิตสังคม ๓ ด้าน ได้แก่

การมีคุณค่าในตนเอง หมายถึง การรับรู้ตนเองที่ประกอบด้วย การรับรู้ตนเองทั่วไป การรับรู้ด้านครอบครัว และสังคมรวมถึงความรู้สึกดีที่มีต่อตนเอง ความเข้าใจตนเองแล้วแสดงออกมาในแง่ของการยอมรับ หรือไม่ยอมรับตนเองในแง่ความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จและความมีคุณค่าและพลังมีอำนาจในตนและการรับรู้ในช่วงวัยของตนเองโดยมองเห็นว่าตนเองเป็นคนมีคุณค่าโดยไม่จำเป็นต้องไปเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีหรือเลวกว่าและไม่คิดว่าตนเองต้องเป็นคนเลิศเลอแต่ควรตระหนักในข้อจำกัดของตนและสามารถคาดหวังได้ว่าจะปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น

ลักษณะมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถในการคาดการณ์ไกล ความสามารถวางแผนในอนาคต และมองเห็นผลที่จะเกิดขึ้น มีความเพียร พยายาม ปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้และสามารถอดทนได้รอคอยได้ในผลการกระทำนั้น

สุขภาพจิต หมายถึง การมีสุขภาพะที่รับรู้อารมณ์อย่างเหมาะสมและสมดุล ด้วยความสามารถในการปรับตัวและฟื้นตัวเมื่อต้องเผชิญกับความยากลำบากหรือภาวะวิกฤตในชีวิต สามารถผ่านพ้นและเรียนรู้จากเหตุการณ์นั้น ๆ ได้ด้วยพลังใจที่เข้มแข็งนับเป็นอีกมิติหนึ่งของพลังสุขภาพจิตที่สำคัญต่อการอยู่ดีมีสุข

นิสิต หมายถึง นิสิตระดับชั้นจุฬะตรี-ชั้นมหาเอก ๑-๙ ชั้น โรงเรียนนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์ กรุงเทพมหานคร

๑.๗ ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย

๑.๗.๑ ได้ทราบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๗.๒ ได้เปรียบเทียบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑.๗.๓ ได้พยากรณ์ทำนายปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรมและ ปัจจัยด้านจิตลักษณะส่งผลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทที่ ๒

ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเรื่อง การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของกนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ผู้วิจัยได้ทำการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นดังต่อไปนี้

- ๒.๑ แนวคิดและกระบวนการเกี่ยวกับการรับรู้
 - ๒.๑.๑ การจัดหมวดหมู่และแบบแผนของการรับรู้
 - ๒.๑.๒ อิทธิพลที่มีผลต่อการรับรู้
 - ๒.๑.๓ ผลของแรงจูงใจต่อการรับรู้
 - ๒.๑.๔ แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้
 - ๒.๑.๕ ความหมาย องค์ประกอบของการเรียนรู้
- ๒.๒ แนวคิดและหลักการปฏิบัติเกี่ยวกับอารมณ์ทางพระพุทธศาสนา
 - ๒.๒.๑ ธรรมชาติของมนุษย์เกี่ยวกับจิตในพระพุทธศาสนา
 - ๒.๒.๒ ความหมายของอารมณ์ในพระพุทธศาสนา
 - ๒.๒.๓ ความหมายของภวังคจิต
 - ๒.๒.๔ ป่อเกิดของภังคจิต
 - ๒.๒.๕ รูปนามกับอารมณ์ของวิปัสณาภาวนา
- ๒.๓ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับลักษณะของอารมณ์ทางจิตวิทยา
 - ๒.๓.๑ ความหมายของอารมณ์
 - ๒.๓.๒ ความสำคัญของอารมณ์
 - ๒.๓.๓ หน้าที่ของอารมณ์
 - ๒.๓.๔ องค์ประกอบของอารมณ์
 - ๒.๓.๕ ทฤษฎีของอารมณ์
 - ๒.๓.๖ ระบบลิมบิกและอารมณ์ (Limbic system and emotion)
- ๒.๔ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับปัจจัย
- ๒.๕ ปัจจัยด้านสังคม
 - ๒.๕.๑ ปฏิบัติตนเป็นจิตอาสา
 - ๒.๕.๒ ความสัมพันธ์ในครอบครัว
 - ๒.๕.๓ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน

- ๒.๖ ปัจจัยด้านคุณธรรม
 - ๒.๖.๑ การศึกษาเบญจศีล-เบญจธรรม
 - ๒.๖.๒ การปฏิบัติตนตามหลักอิทธิบาท
- ๒.๗ ปัจจัยด้านจิตลักษณะ
 - ๒.๗.๑ การมีคุณค่าในตนเอง
 - ๒.๗.๒ ความมุ่งมั่นอนาคต
 - ๒.๗.๓ สุขภาพจิต
- ๒.๘ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ๒.๙ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๒.๑ แนวคิดและกระบวนการเกี่ยวกับการรับรู้

การรับรู้เป็นกระบวนการตีความต่อสิ่งที่รู้สึกได้จากสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวด้วยอวัยวะรับสัมผัส (Sensory Organ) หรือที่เรียกว่าเครื่องรับ (Receptors) อันได้แก่

๑. อวัยวะการสัมผัสภายนอก ซึ่งประกอบด้วย ตา (Visual Sense) สำหรับการมองเห็น หู (Auditory Sense) สำหรับการได้ยิน จมูก (Olfactory Sense) สำหรับการดมกลิ่น ลิ้น (Gustatory Sense) สำหรับการชิมรส กาย (Skin Sense) สำหรับการสัมผัสทางกาย

๒. อวัยวะรับสัมผัสภายใน ซึ่งประกอบด้วย

ก. สัมผัสคีเนเซซิส (Kenesthesia) ทำให้ทราบการเคลื่อนไหวของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย มนุษย์รับรู้ได้โดยอาศัยประสาทในกล้ามเนื้อ เอ็น ข้อต่อของกระดูก

ข. สัมผัสการทรงตัว (Vestibular Sense) ทำให้ทราบการทรงตัว มนุษย์รับรู้การสัมผัสนี้โดยอวัยวะสัมผัสในช่องหูด้านใน

ในทางพฤติกรรมได้จัดลักษณะประสาทสัมผัสนี้อยู่ในส่วนของเบญจขันธ์ เรียกว่า “ผัสสะ” และก่อให้เกิดการรับรู้หรือวิญญาณ ได้มีการจัดลักษณะของประสาทสัมผัสไว้ ๖ ช่องทาง ดังนี้

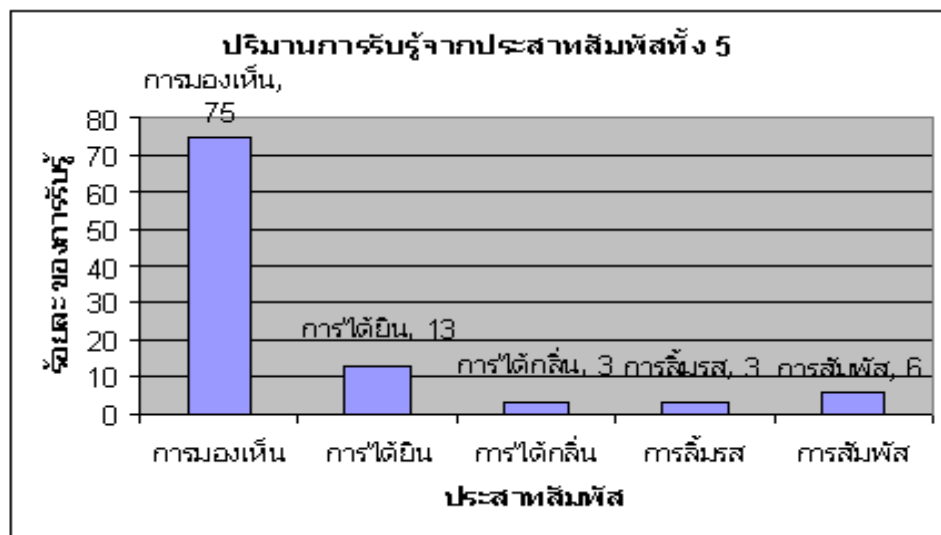
จักขุสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางตา
โสตสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางหู
ฆานสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางจมูก
ชีวหสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางลิ้น
กายสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางกาย
มโนสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางใจ หรือสัมผัสภายนอก

สรุปได้ว่ากระบวนการรับรู้ที่เกิดขึ้นมีขั้นตอนดังต่อไปนี้ ภาพที่ ๒.๑ แสดงขั้นตอนของกระบวนการรับรู้



รูปภาพที่ ๒.๑ แสดงขั้นตอนของกระบวนการรับรู้

จากการวิจัยเกี่ยวกับการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าของมนุษย์เพื่อใช้ในการรับรู้ พบว่ามีปริมาณการรับรู้ต่างกัน (ชัยยงค์ พรหมวงศ์, ๒๕๒๓, หน้า ๔๑)



รูปภาพที่ ๒.๒ แสดงปริมาณการรับรู้จากประสาทสัมผัสทั้งห้า

๒.๑.๑ การจัดหมวดหมู่และแบบแผนของการรับรู้

นักจิตวิทยา กลุ่มเกสตัลท์ (Gestalt Psychology) ได้ให้ความสำคัญเกี่ยวกับการรับรู้และพบว่ามนุษย์มีแนวโน้มในการจัดสิ่งที่รับรู้เป็นหมวดหมู่โดยอาศัยหลักการ (จำเนียร ชวงโชติ และคณะ, ๒๕๑๕, หน้า ๑๐๖-๑๑๐) ดังนี้

๑. **หลักความใกล้ชิดกัน (Proximity)** มนุษย์มีแนวโน้มที่จะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มีความใกล้ชิดกันเป็นเรื่องเดียวกัน ตัวอย่างเช่น เคยเห็นไฟมีสีแดงและรู้ว่าไฟนั้นมีความร้อนเมื่อไปเห็นภาพที่มีสีแดงเป็นส่วนใหญ่ก็จะมีความรู้สึกว่าเป็นบรรยากาศที่ร้อน เป็นต้น

๒. **หลักความคล้ายคลึงกัน (Similarity)** มนุษย์มักมีแนวโน้มรับรู้สิ่งที่คล้ายคลึงกันเข้าเป็นเรื่องเดียวกัน ตัวอย่างเช่น เราเคยฟังเพลงทำนองจีนจนจำได้ เมื่อได้ฟังเพลงทำนองจีนเพลงอื่นก็สามารถทราบได้ว่าเพลงนั้นเป็นเพลงจีนด้วยเช่นกัน

๓. หลักความต่อเนื่อง (Continuity) มนุษย์มีแนวโน้มที่จะรับรู้ว่ามีสิ่งซึ่งมีความต่อเนื่องกันนั้นจะเป็นเรื่องเดียวกัน

๔. หลักการประสานสนิท (Closure) สิ่งซึ่งใกล้เคียงสมบูรณ์หรือสิ่งซึ่งขาดความสมบูรณ์เพียงเล็กน้อยจะทำให้ผู้รับรู้ว่าเป็นสิ่งเดียวกันได้

๒.๑.๒ อิทธิพลที่มีผลต่อการรับรู้

การรับรู้ที่นอกจากจะต้องมีองค์ประกอบครบถ้วน อันได้แก่ อวัยวะสัมผัส การแปลความหมาย และประสบการณ์เดิมแล้ว ยังจะต้องมีความตั้งใจที่เกิดจากสิ่งเร้ามากระทบอารมณ์ ซึ่งสิ่งเร้าจะมี ๒ ลักษณะ ได้แก่

๑. สิ่งเร้าที่มีโครงสร้างและแบบแผน (Structured Stimulates) ได้แก่ สิ่งเร้าที่จัดเป็นรูปธรรม และการรับรู้ตรง

๒. สิ่งเร้าที่ไม่มีโครงสร้างและแบบแผน (Unstructured Stimulates) ได้แก่ สิ่งเร้าที่ไม่ชัดเจน การรับรู้ที่ขึ้นกับตนเองอันมีผลมาจากประสบการณ์เดิม ความสนใจ ความต้องการ ตลอดจนทัศนคติ

ดังนั้น ในการจัดประสบการณ์ให้แก่ผู้เรียนจึงควรใช้สื่อที่เป็นรูปธรรมมากกว่าการใช้สื่อที่เป็นนามธรรม

๒.๑.๓ ผลของแรงจูงใจต่อการรับรู้

มีคำกล่าวที่ว่า “คนเราจะเห็นในสิ่งที่ต้องการจะเห็น” มีปัจจัยหลายประการที่มีอิทธิพลหรือเป็นสิ่งกำหนดความรู้ของมนุษย์ อาทิ ความรู้ ความกลัว ประสบการณ์ การคาดคะเน ปัจจัยเหล่านี้จะส่งผลให้การรับรู้ผิดพลาดได้ มูลเหตุจูงใจที่สำคัญและมีผลต่อการรับรู้สามารถแยกได้ ๓ ประการ ดังนี้

๑. ความต้องการ เช่น นำคนที่หิวอาหารมาดูรายชื่ออาหารที่ไม่สมบูรณ์ คนที่หิวจะรับรู้รายชื่ออาหารได้เร็วกว่าคนที่ไม่หิว

๒. คุณค่าและความน่าสนใจ คนที่มีอคติต่อสิ่งหนึ่งจะรับรู้สิ่งนั้นผิดจากความเป็นจริง เช่น คนที่เกลียดนิโกรอาจมองเห็นว่านิโกรมีปากที่หนาผิดปกติเกินความจริง

๓. การให้รางวัล (Reward) หรือการเสริมแรงทางบวก (Reinforcement) จะให้ผลดีต่อการรับรู้มากกว่าการลงโทษ (Punishment) ดังนั้น ในการออกแบบบทเรียนสำเร็จรูปจึงควรจัดการเสริมแรงแก่ผู้เรียนเสมอ

๒.๑.๔ แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้

หลักการเรียนรู้ทางพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญต่อการพัฒนาการเรียนรู้ของมนุษย์ โดยมีแนวคิดที่ว่ามนุษย์จะเป็นผู้ประเสริฐหรือเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้วยการฝึกฝนตนเอง^๑ เป็น

^๑พ.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๒๒/๑๓๓.

การพัฒนาตนเองประสบผลสำเร็จไปตามลำดับตามสติปัญญาและความพร้อมของแต่ละบุคคล^๒ การฝึกฝนหรือการเรียนรู้จึงเป็นกระบวนการที่สำคัญต่อการดำรงชีวิต การอยู่รอด เพราะมนุษย์ต้องติดต่อกับเกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ หรือเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับโลกในฐานะปัจเจกบุคคลที่ต้องดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมส่วนรวม ดังนั้น การเรียนรู้ของมนุษย์จึงต้องมีการปรับตัวและพัฒนาตนเองตามสภาพแวดล้อมเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติ แม้แต่แนวคิดทางตะวันตกได้มองมิติการเรียนรู้ของมนุษย์ที่เน้นหนักปัจจัยด้านกายวิภาควิทยาและสรีรวิทยา ซึ่งทำให้เราได้เห็นพฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลงของมนุษย์ เพราะการเรียนรู้ถือเป็นกระบวนการของการได้รับความรู้ พฤติกรรม ทักษะ คุณค่า หรือความพึงใจ ที่เป็นสิ่งแปลกใหม่หรือปรับปรุงสิ่งที่มีอยู่ และอาจเกี่ยวข้องกับการสังเคราะห์ทักษะของการเรียนรู้เป็นได้ทั้งมนุษย์ สัตว์ ซึ่งถือเป็นความก้าวหน้าในการเรียนรู้เมื่อเทียบการแสวงหาเพื่อให้ได้ในสิ่งที่ต้องการและนำไปสู่พฤติกรรมของมนุษย์ ว่ามีกระบวนการเรียนรู้อย่างไร มีกฎเกณฑ์ สถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ หรือเงื่อนไขต่าง ๆ ที่ทำให้การเรียนรู้และการแก้ปัญหาเกิดขึ้นได้อย่างไร จึงทำให้นักจิตวิทยาได้สะท้อนถึงพฤติกรรมที่ตอบสนองที่เกิดการเรียนรู้อันเกิดจากแรงขับภายในและภายนอก ผู้เรียบเรียงได้ยกตัวอย่างหลักแนวคิดดังนี้

๒.๑.๕ ความหมาย องค์ประกอบของการเรียนรู้

จากการศึกษาแนวคิดของผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนาและนักจิตวิทยาหลายท่านให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ ดังต่อไปนี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายของ การเรียนรู้ไว้ว่า เดิมเรามีแต่คำว่าเรียน เวลานี้เมื่อพูดถึงคำว่า เรียนรู้ ในฐานะวิทยาการต่าง ๆ เรามักนิยมตามแนวคิดตะวันตก เราก็เทียบกับศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Learning แต่เดิมเราแปลว่าเรียน การศึกษาก็เท่ากับคำว่า เรียนเท่านั้น เพราะคำว่า เรียน เป็นคำไทย ส่วนคำว่า ศึกษา เป็นคำที่มาจากภาษาสันสกฤต คือ ศึกษา และตรงกับภาษาบาลีว่า ลิกขา^๓

ศาสตราจารย์นายแพทย์ประเวศ วะสี^๔ ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้หรือหลักปฏิบัติทางพระพุทธศาสนานั้นเรียกว่า ลิกขา หรือศึกษา วิธีชีวิต คือการศึกษา วิธีชีวิตที่ดีประกอบด้วยระบบการอยู่ร่วมกันที่ดี คือ ศิล หมายถึง การอยู่ร่วมกันด้วยความปกติ ระบบการอยู่ร่วมกันของชีวิตควรจะต้องประกอบด้วยการพัฒนาจิตและพัฒนาปัญญาให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปด้วย ทำให้

^๒ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๖๒/๒๒๗.

^๓ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), กระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคนสู่ประชาธิปไตย ในสาระความรู้ที่ได้จากการสัมมนาทางวิชาการเพื่อนำเสนอผลการวิจัย/ผลงานทางวิชาการเกี่ยวกับเรื่องกระบวนการเรียนรู้, รวบรวมและจัดพิมพ์โดยกรมวิชาการ, (กรุงเทพมหานคร: องค์การค้ำของคุรุสภา, ๒๕๔๔), หน้า ๓๖-๓๗.

^๔ ศาสตราจารย์นายแพทย์ประเวศ วะสี, พุทธธรรมกับอุดมการณ์สำหรับศตวรรษที่ ๒๑ ในพุทธธรรมกับอุดมการณ์สำหรับศตวรรษที่ ๒๑: ปาฐกถาครบรอบ ๖๐ ปี พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง, ๒๕๔๒), หน้า ๑๑๕-๑๑๖.

ระบบการอยู่ร่วมกันดียิ่งๆ ขึ้น ศิลสิกขา จิตสิกขา และปัญญาสิกขา ที่เรียกว่าการศึกษาทั้ง ๓ หรือ ไตรสิกขานั้น เพราะเป็นวิถีชีวิตทั้งหมด วิถีชีวิตทั้งหมดคือการศึกษา การศึกษาจึงไม่ใช่การเรียนวิชา

ศาสตราจารย์สุมน อมรวิวัฒน์^๕ ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้เป็น กระบวนการของผู้เรียนที่ประกอบด้วยองค์ความรู้คือ ปรัชญา ปฏิบัติ และปฏิเวธ ที่นำไปสู่ความเจริญงอกงามของสติปัญญา

สุชา จันทรเฒ^๖ ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้คือ กระบวนการเจริญงอกงามของอินทรีย์ ทำให้อินทรีย์สามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ดีขึ้น หรือปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ ๆ ได้ดี

สถิต วงศ์สุวรรณ^๗ ให้ทัศนะว่า การเรียนรู้หมายถึงกระบวนการเปลี่ยนแปลงปฏิภริยาตอบสนองหรือพฤติกรรม อันเนื่องมาจากการได้มีประสบการณ์บางส่วนหรือทั้งหมด และพฤติกรรมนั้นค่อนข้างถาวร

สุวิทย์ หิรัณยภานท์ และคณะ^๘ ได้ให้ทัศนะว่า การเรียนรู้เป็นการแก้ไขเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Changing behavior) ของผู้เรียนไปในทางที่ดีขึ้น อันเนื่องมาจากอินทรีย์ (Organism) ได้รับการปะทะกับสิ่งแวดล้อม

พจนานุกรมของเว็บสเตอร์ (Webster 's Third New International Dictionary) “การเรียนรู้ คือ กระบวนการเพิ่มพูนและปรุงแต่งระบบความรู้ ทักษะ นิสัย หรือการแสดงออกต่าง ๆ อันมีผลมาจากสิ่งกระตุ้นอินทรีย์โดยผ่านประสบการณ์ การปฏิบัติ หรือการฝึกฝน”^๙

เจมส์ ดรีเวอร์ (James Drever)^{๑๐} ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้เป็นการเปลี่ยนแปลงแก้ไขพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งเป็นผลจากประสบการณ์

^๕ศาสตราจารย์สุมน อมรวิวัฒน์, แนวคิดเกี่ยวกับการบูรณาการการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ในวิถีการเรียนรู้ของคนไทย: ประมวลสาระจากการประชุมและรวมข้อเขียนจากนักคิด, รวบรวมและจัดพิมพ์โดย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, (กรุงเทพมหานคร: โครงการวิถีการเรียนรู้ของคนไทย, ๒๕๔๖), หน้า ๕๘.

^๖สุชา จันทรเฒ, จิตวิทยาทั่วไป ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, ๒๕๔๑), หน้า ๑๕๑.

^๗สถิต วงศ์สุวรรณ, จิตวิทยาการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บำรุงสาสน์, ๒๕๒๕), หน้า ๒๔๘.

^๘สุวิทย์ หิรัณยภานท์ และคณะ, พจนานุกรมศัพท์การศึกษา, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ไอ.คิว. บุ๊คเซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๑๔๒.

^๙ประดินันท์ อุปรมัย, “มนุษย์กับการเรียนรู้”, เอกสารการสอนชุดพื้นฐานการศึกษา หน่วยที่ ๔, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (นนทบุรี: ศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย, ๒๕๔๐), หน้า ๑๒๑.

^{๑๐}J. Drever, A Dictionary of Psychology, (Great Britain: Penguin Books Ltd., 1985), p.152.

เจอโรม คาแกน (Jerome Kagan)^{๑๑} ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้เป็นการแสดงพฤติกรรมที่สำคัญต่อการดำรงอยู่ของมนุษย์ โดยเรียนรู้จากการสังเกตและการเลียนแบบ

คิมเบล (Kimble)^{๑๒} “การเรียนรู้ เป็นการเปลี่ยนแปลงค่อนข้างถาวรในพฤติกรรม อันเป็นผลมาจากการฝึกที่ได้รับการเสริมแรง”

โจเซฟ ดี. โนวัก (Joseph D. Novak)^{๑๓} ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้เป็นการให้การปรึกษา อันเป็นกระบวนการซึ่งแสวงหาช่องทางโดยตรงที่จะเปลี่ยนความหมายแห่งประสบการณ์ไปสู่อิสรภาพ

ฮิลการ์ด และ เบาเวอร์ (Hilgard & Bower)^{๑๔} “การเรียนรู้เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปจากเดิม อันเป็นผลมาจากการฝึกฝนหรือประสบการณ์ แต่มิใช่การเปลี่ยนแปลงชั่วคราวของร่างกาย เช่น ความเมื่อยล้า หรือการไช้ยา แต่เป็นการเรียนรู้ ที่ถือเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม อันเป็นผลมาจากประสบการณ์และการฝึก ทั้งนี้ไม่รวมถึงการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมที่เกิดจากการตอบสนองตามสัญชาตญาณ ฤทธิ์ของยา หรือสารเคมี หรือปฏิกิริยาสะท้อนตามธรรมชาติของมนุษย์”

คอนบาค (Cronbach)^{๑๕} “การเรียนรู้ เป็นการแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลง อันเป็นผลเนื่องมาจากประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลประสบมา”

สรุป การเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา จึงหมายถึง กระบวนการฝึกฝนพัฒนาตนด้วยอายตนะภายในตัวมนุษย์หรืออินทรีย์ ๖ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กายใจ สัมพันธ์กับอายตนะภายนอกหรืออารมณ์ ๖ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สิ่งที่ถูกต้องกาย) ธรรมารมณ์ (อารมณ์ ที่เกิดกับใจ) พร้อมกับการประพฤติปฏิบัติตามกระบวนการของไตรสิกขา ได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ทำให้มนุษย์เกิดการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเจริญงอกงามของชีวิต และเป็นวิถีชีวิตทั้งหมดของมนุษย์ นอกจากนั้นในมิติการเรียนรู้ทางจิตวิทยาได้มองการเรียนรู้เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความรู้สึก ความคิดเห็นและการกระทำของบุคคลภายหลังจากการเรียนรู้บางสิ่งบางอย่าง ทำให้การแสดงพฤติกรรมหรือการกระทำ หรือการดำเนินกิจกรรมบางอย่างเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมในลักษณะที่ค่อนข้างถาวร ซึ่งเป็นผลจากประสบการณ์การเรียนรู้ของบุคคล

^{๑๑}J. Kagan and E. Havemann, Psychology: An Introduction, 2nd edition, (United States of America: Harcourt Brace Javanovich, inc., 1972), pp.68-69.

^{๑๒}ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, **จิตวิทยาการศึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สื่อเสริม กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๘), หน้า ๓๐.

^{๑๓}สวิต ยมาภัยและคณะ, **ศิลปะการเรียนรู้**, งานแปลของสำนักคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ อันดับที่ ๑๓๖, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๓๔), หน้า ๖.

^{๑๔}E. R. Hilgard, Introduction to Psychology, (United States of America : Harcourt Brace & World, Inc., 1962), p. 623.

^{๑๕}คอนบาค (Cronbach), [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: http://www.baanjommyut.com/library2/psychology_of_learning/03.html [วันที่ ๑๐ เมษายน ๒๕๕๗].

๒.๑.๕.๑ จุดมุ่งหมายของการเรียนรู้

พฤติกรรมการเรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายของนักการศึกษาซึ่งกำหนดโดย บลูม และคณะ (Bloom and Others) มุ่งพัฒนาผู้เรียนใน ๓ ด้าน ดังนี้^{๑๖}

๑. **ด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain)** คือ ผลของการเรียนรู้ที่เป็นความสามารถทางสมอง ครอบคลุมพฤติกรรมประเภท ความจำ ความเข้าใจ การนำไปใช้ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์และประเมินผล

๒. **ด้านเจตพิสัย (Affective Domain)** คือ ผลของการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงด้านความรู้สึก ครอบคลุมพฤติกรรมประเภท ความรู้สึก ความสนใจ ทศนคติ การประเมินค่าและค่านิยม

๓. **ด้านทักษะพิสัย (Psychomotor Domain)** คือ ผลของการเรียนรู้ที่เป็นความสามารถด้านการปฏิบัติ ครอบคลุมพฤติกรรมประเภท การเคลื่อนไหว การกระทำ การปฏิบัติงาน การมีทักษะและความชำนาญ

๒.๑.๕.๒ องค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้

ดอลลาร์ด และมิลเลอร์ (Dallard and Miller) เสนอว่าการเรียนรู้ มีองค์ประกอบสำคัญ ๔ ประการ คือ

๑. **แรงขับ (Drive)** เป็นความต้องการที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล เป็นความพร้อมที่จะเรียนรู้ของบุคคลทั้งสอง ระบบประสาทสัมผัสและกล้ามเนื้อ แรงขับและความพร้อมเหล่านี้จะก่อให้เกิดปฏิกิริยา หรือพฤติกรรมที่จะชักนำไปสู่การเรียนรู้ต่อไป

๒. **สิ่งเร้า (Stimulus)** เป็นสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งเป็นตัวการที่ทำให้บุคคลมีปฏิกิริยา หรือพฤติกรรมตอบสนองออกมา ในสภาพการเรียนการสอน สิ่งเร้าจะหมายถึงครู กิจกรรมการสอน และอุปกรณ์การสอนต่าง ๆ ที่ครูนำมาใช้

๓. **การตอบสนอง (Response)** เป็นปฏิกิริยา หรือพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออกมาเมื่อบุคคลได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้า ทั้งส่วนที่สังเกตเห็นได้และส่วนที่ไม่สามารถสังเกตเห็นได้ เช่น การเคลื่อนไหว ท่าทาง คำพูด การคิด การรับรู้ ความสนใจ และความรู้สึก เป็นต้น

๔. **การเสริมแรง (Reinforcement)** เป็นการให้สิ่งที่มีอิทธิพลต่อบุคคลอันมีผลในการเพิ่มพลังให้เกิดการเชื่อมโยง ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองเพิ่มขึ้น การเสริมแรงมีทั้งทางบวกและทางลบ ซึ่งมีผลต่อการเรียนรู้ของบุคคลเป็นอันมาก^{๑๗}

^{๑๖} ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, จิตวิทยาการศึกษา, หน้า ๗๒.

^{๑๗} คอนบาค (Cronbach), [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: http://www.baanjommyut.com/library2/psychology_of_learning/03.html [วันที่ ๑๐ เมษายน ๒๕๕๗].

๒.๑.๕.๓ ทฤษฎีการเรียนรู้ (Theory of Learning)

ในการศึกษาทฤษฎีการเรียนรู้ทางตะวันตกเป็นวิทยาศาสตร์สาขาจิตวิทยาแขนงหนึ่ง ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ ซึ่งถือเป็นผลจากการศึกษาทางจิตวิทยาและสรีรวิทยา เกี่ยวกับสมองและระบบประสาท อธิบายหน้าที่ต่าง ๆ ของระบบประสาทและอวัยวะรับรู้ไว้อย่างละเอียดและชัดเจน จากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้จึงมีอิทธิพลต่อการจัดการเรียนการสอนมาก เพราะจะเป็นแนวทางในการกำหนดปรัชญาการศึกษาและการจัดประสบการณ์ เนื่องจากทฤษฎีการเรียนรู้เป็นสิ่งที่อธิบายถึงกระบวนการ วิธีการและเงื่อนไขที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้และตรวจสอบว่าพฤติกรรมของมนุษย์ มีการเปลี่ยนแปลงได้อย่างไร ซึ่งการศึกษาครั้งนี้จะเสนอบางทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับการทดลองในห้องปฏิบัติการอันจะเอื้อต่อกระบวนการเรียนรู้ในสรีรจิตวิทยาโดยเฉพาะระบบเซลล์ประสาทที่ส่งผลต่อการแสดงออกเชิงพฤติกรรม

๒.๒ แนวคิดและหลักการปฏิบัติเกี่ยวกับอารมณ์ทางพระพุทธศาสนา

๒.๒.๑ ธรรมชาติของมนุษย์เกี่ยวกับจิตในพระพุทธศาสนา

๒.๒.๑.๑ ความเข้าใจเรื่องภวังคจิต

การเข้าใจหลักธรรมชาติมนุษย์โดยเฉพาะเรื่องจิตของมนุษย์ต้องมีความรู้พื้นฐานเรื่องจิตในพุทธศาสนาเถรวาท เพราะภวังคจิตก็อยู่ในกระแสจิตที่มีกระบวนการเกิดดับอยู่ ๑๗ ขณะจิตหรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง คือภวังคจิตอยู่ในกระแสจิตที่มีการเกิดดับ ๆ โดยหนึ่งกระแสจิตจะมีองค์ประกอบการทำงานที่แตกต่างกันตามลักษณะหมายถึง จิตหนึ่งกระแสจะมีองค์ประกอบการทำงานอยู่ ๔ อย่างคือ ๑) ปฏิสนธิจิต ๒) ภวังคจิต ๓) จุตติจิต ๔) วิถิจิต เรียกกระบวนการทั้งหมดนี้ว่าจิต ดั้งเดิมกล่าวไว้ว่า “ปฏิสนธิจิต ภวังคจิต และจุตติจิต ก็เป็นอย่างเดียวกันนั่นเองและมีอารมณ์อย่างเดียวกัน (เอกวิสัย) ในชาติหนึ่งเหมือนอย่างนั้นแล”^{๑๘} ในทางอภิธรรมของพุทธปรัชญาเถรวาทได้มีการแบ่งจิตออกไว้ ๘๘ ดวง (โดยพิสดาร ๑๒๑ ดวง) คำว่าจิตในพุทธปรัชญาเถรวาทนั้นจะประกอบไปด้วยเจตสิกอยู่ด้วยเสมอ จิตและเจตสิกเป็นนามธรรมโดยที่จิตจะเป็นประธานในการรับรู้อารมณ์ ส่วนเจตสิกมีหน้าที่ในการเกิดร่วมกับจิตโดยการปรุงแต่งจิตให้มีอารมณ์เป็นไปต่างๆ ซึ่งจะมีอาการของเจตสิกหรือลักษณะของเจตสิกอยู่ ๔ ประการ คือ^{๑๙} ๑) เกิดพร้อมกับจิต ๒) ดับพร้อมกับจิต ๓) มีอารมณ์เดียวกับจิต ๔) อาศัยอยู่ในสถานที่เดียวกับจิต จะเห็นได้ว่าจิตมิได้เกิดขึ้นเพียงลำพังแต่เป็นธรรมชาติของจิตที่มี

^{๑๘} พระมหาประยูร ธมฺมจิตฺโต, จุฬาทา: วิชาการ: ปรัชญาบูรพทิศ, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๒๑.

^{๑๙} บรรจบ บรรณรุจิ, จิตวิเคราะห์เปรียบเทียบพระพุทธเจ้ากับซิกมันด์ ฟรอยด์, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๒๐), หน้า ๒๕.

เจตสิกเข้ามาประกอบพร้อมด้วยเสมอ ๆ ที่จะทำให้จิตมีความสามารถจะรับรู้อารมณ์ได้อย่างละเอียด ประณีต หรือสามารถที่จะแบ่งแยกอารมณ์ต่าง ๆ ออกได้ โดยปกติจิตจะสามารถบังคับควบคุมเจตสิกได้

ดังนั้น คำว่า “จิต” (จิตต์) หรือใจมีความหมายเหมือนกันโดยที่คำว่า จิต เป็น ภาษาบาลี ส่วนคำว่า “ใจ” เป็นภาษาสันสกฤตที่บุคคลทั่วไปรู้จักกันดี ภาษาอังกฤษใช้คำว่า “Mind” ทั้งสามคำมีความหมายเหมือนกันซึ่งเป็นสภาวะที่ไม่มีรูปร่างไม่มีตัวตน และมีส่วนสัมพันธ์อยู่กับการทำงานของร่างกาย^{๒๐} จิตในพระไตรปิฎกได้ให้ความหมายของจิตหรือใจคือ จิต มนะ มานัส หทัย ปิณฑระ มนายตนะ มนินทริย วิญญาน วิญญานขันธ มโนวิญญานธาตุ คัมภีร์อัฐสาลีนี้ อรรถกถา กล่าวขยายอธิบายคำว่า จิต ในพระไตรปิฎกไว้ดังนี้

- ๑) ธรรมชาติโดยย่อมคิต ธรรมชาตินั้นชื่อว่า “จิต”
- ๒) ธรรมชาติโดยย่อมน้อมไปหาอารมณ์ ธรรมชาตินั้นชื่อว่า “มโน”
- ๓) ธรรมชาติที่รวบรวมอารมณ์ไว้ภายในนั้นแหละชื่อว่า “หทัย”
- ๔) ธรรมชาติฉันทะ คือ ความพอใจที่มีอยู่ในใจนั้นชื่อว่า “มานัส”
- ๕) จิตเป็นธรรมชาติผ่องใสจึงเรียกว่า “ปิณฑระ”
- ๖) มนะที่เป็นอายตนะภายในจึงชื่อว่า “มนายตนะ”
- ๗) มนะที่เป็นอินทริย เรียกว่า “มนินทริย”
- ๘) ธรรมชาติที่รู้แจ้งซึ่งอารมณ์ชื่อว่า “วิญญาน”
- ๙) ขันธ คือ กองแห่งวิญญานมีวิญญานที่เป็นอดีต เป็นต้น ชื่อว่า “วิญญานขันธ”
- ๑๐) มนะที่เป็นธาตุรู้แจ้งชื่ออารมณ์ ชื่อว่า “มโนวิญญานธาตุ”^{๒๑}

ตามทฤษฎีทางพุทธปรัชญาเถรวาทพอจะสรุปธรรมชาติของจิตได้ดังนี้

๑) เป็นธรรมชาติผ่องใส หมายถึง จิตที่อยู่ในภาวะเดิม แต่ที่กลับต้องเศร้าหมองไปเพราะกิเลสต่าง ๆ เข้ามารบกวน

๒) เป็นธรรมชาติตื่นระแวงระวังรักษาไว้ได้ยาก ห้ามไว้ได้ยาก หมายถึง ภาวะของจิตขณะที่รับอารมณ์ย่อมไม่คงที่ ย่อมเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ พระอรรถกถาจารย์ได้อธิบายความหมายของแต่ละคำไว้ดังนี้

(๑) ที่ว่าตื่นระ (ผุทฺท) หมายถึง ตื่นระไปหาอารมณ์ต่าง ๆ เมื่อก้าวโดยสรุป คือ รูป (อารมณ์ที่รับรู้ทางตา) เสียง (อารมณ์ที่รับรู้ทางหู) กลิ่น (อารมณ์ที่รับรู้ทางจมูก) รส (อารมณ์ที่รับรู้ทางลิ้น) โผฏฐัพพะ (อารมณ์ที่รับรู้ทางกายสัมผัส) และ ธรรมารมณ์ (อารมณ์ที่รับรู้ทางใจ)

^{๒๐} สมถวิล ธนวิทยาพล, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ความคิดเรื่องจิตในพระสูตรต้นตปิฎก”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: สหวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๑๓๒.

^{๒๑} บรรจบ บรรณรุจิ, จิตวิเคราะห์เปรียบเทียบพระพุทธเจ้ากับซิกมันด์ ฟรอยด์, หน้า ๘-๑๐.

(๒) ที่ว่ากวัดแกว่ง (จปล) หมายถึง จับอยู่หรือหยุดอยู่ในอารมณ์เดียวไม่ได้นาน เปรียบเทียบเหมือนกับเด็กๆ ที่อยู่ในอิริยาบถเดียวได้ไม่นาน

(๓) ที่ว่ารักษาไว้ได้ยาก (ทุรกฺขิ) หมายถึง การรักษาไว้ได้ในอารมณ์ที่ถึงแม้จะเป็นสัปปายะ คือ ไม่เป็นข้าศึกต่อกิเลสทำได้ยาก อุปมาเหมือนการควบคุมโคจะไม่ให้เคี้ยวกินข้าวกล้าในที่ที่มีข้าวกล้าขึ้นย่อมควบคุมได้ยากฉะนั้น

(๔) ที่ว่าห้ามได้ยาก (ทฺนฺนิวารย) หมายถึง จะห้ามจิตไม่ให้น้อมไปสู่อารมณ์ที่เป็นวิสภาค คือ อารมณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สงบแห่งจิตย่อมทำได้ยาก

๓) เป็นธรรมชาติที่ไม่มีตัวตน เทียบกับผู้เดียว เทียบไปได้ไกล มีถ้าเป็นที่อาศัย ความหมายของแต่ละคำมีพระอรรถกถาจารย์อธิบายดังนี้

(๑) ที่ว่าไม่มีตัวตน (อสริริ) หมายถึง ว่าจิตนั้นไม่มีเรื่อร่างให้เห็น ไม่มีสีสัน เช่น สีเขียว สีแดง ให้กำหนดได้

(๒) ที่ว่าเทียบกับผู้เดียว (เอกจรี) หมายถึง ว่าการเกิดขึ้นของจิตนั้นเป็นไปทีละขณะนั้น คือ จิตจะเกิดขึ้นพร้อมกันทีละ ๗-๘ ขณะนั้นไม่มีเมื่อถึงคราวเกิดย่อมเกิดขึ้นทีละขณะ เมื่อถึงคราวดับก็ดับไปทีละขณะเหมือนกัน (จิตหนึ่งดวงมีการเกิดดับอยู่ ๑๗ ขณะ)

(๓) ที่ว่าเทียบไปได้ไกล (ทฺรงคฺมิ) หมายถึง จิตนั้นสามารถรับอารมณ์แม้จะอยู่ในที่ไกลได้นั้นทางไปและทางมาของจิตนั้นก็ปรากฏอวยแม้เพียงใยแมงมุม

(๔) ที่ว่ามีถ้าเป็นที่อยู่อาศัย (คฺุหาสย) หมายถึง ร่างกายของมนุษย์และสัตว์นั้นประกอบขึ้นจากมหาภูตรูป ๔ (รูปใหญ่หรือรูปต้นเดิม) คือ ปฐวี (ดิน) อาโป (น้ำ) เตโช (ไฟ) วาโย (ลม) หทัยรูปเป็นรูปที่อาศัยของจิตเกิดมาจากมหาภูตรูปนั้น ฉะนั้น หทัยรูปจึงเหมือนถ้ามีค้ำกล่าวที่แสดงไว้ในพระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๒๕ ว่า

ทฺรงคฺมิ	เอกจรี
อสริริ	คฺุหาสย
เย จิตฺตํ	สพฺพเมสุสนฺติ
โมกฺขนฺติ	มารพฺนธฺนา

แปลว่าจิตเป็นธรรมชาติไม่มีตัวตน เทียบกับผู้เดียว เทียบไปได้ไกล มีถ้าเป็นที่อยู่อาศัย ผู้ใดจักสำรวมจิตได้ ผู้นั้นจักพ้นจากมาร และบ่วงแห่งมารและในทางอภิธัมมัตถกวิภาวณิ ในปริจเฉทที่ ๑ กล่าววว่า

วิจิตฺตกรณฺา จิตฺตํ	อตฺตโน จิตฺตาย วา
จิตฺตํ กมฺมกิลเสหิ	จิตฺตํ ตายติ วา ตถา
จิโนติ อตฺตสนฺตํ	วิจิตฺตารมณฺิ วา ฯ ^{๒๒}

^{๒๒}บรรจบ บรรณรุจิ, จิตวิเคราะห์เปรียบเทียบพระพุทธเจ้ากับซิกมันด์ ฟรอยด์, หน้า ๘-๑๐.

แปลว่า ธรรมชาติที่มีชื่อว่าจิต

- เพราะทำสิ่งอันวิจิตร
- เพราะความที่ตนเองก็วิจิตร
- เพราะอันกรรมกิเลสสั่งสมไว้ หรือรักษาสิ่งที่มีกรรมกิเลสสั่งสมไว้
- เพราะสั่งสมไว้ซึ่งสันดานของตน
- เพราะมีอารมณ์อันวิจิตร

ความหมายของจิตที่กล่าวข้างบนนี้สามารถขยายความตามพระอรุณกถาได้ดังนี้

๑) ที่ชื่อว่าจิต เพราะสร้างสิ่งอันวิจิตร (จิตที่ปรุงแต่งขึ้น) ไว้ (วิจิตตกรรมา) หมายถึงสิ่งวิจิตรทั้งมวลในโลก เช่น ศิลปะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ก็เพราะอาศัยจิตเป็นต้นคิด

๒) ที่ชื่อว่าจิต เพราะตนเองเป็นธรรมชาติวิจิตร (จตุตโน วิจิตตาย) หมายถึง ตัวจิตเองนั้นเป็นธรรมชาติวิจิตร (จิตที่ปรุงแต่งขึ้น) ร่วมอยู่ด้วย (เตสสิกคณสมบัติของจิต) ภูมิ (ระดับของจิต) และอารมณ์ (สิ่งที่จิตเกาะเกี่ยวหรือยึดถือ) ทั้งที่เลว ประณีต และปานกลาง

๓) ที่ชื่อว่าจิต เพราะอันกรรมและกิเลสเก็บสั่งสมไว้ (จิตตํ กम्मกิลเสสสิ) หมายถึง วิบากจิต (จิตอันเป็นวิบากอันเกิดจากกรรมและกิเลส)

๔) ที่ชื่อว่าจิต เพราะเก็บสั่งสมไว้ซึ่งสันดานของตน (จิโนติ อตตสนตาน) หมายถึง พฤติกรรมต่าง ๆ ที่เก็บสั่งสมไว้ในจิตแล้วเกิดขึ้นกับวิถีจิตด้วย

๕) ที่ชื่อว่าจิต เพราะมีอารมณ์อันวิจิตร (วิจิตตตารมมณ) หมายถึง จิตนั้นรับอารมณ์ได้มากมายไม่มีที่สิ้นสุด หรือจิตจะเวียนเสียจากอารมณ์ไม่ได้

จากที่ได้กล่าวมาแล้วเป็นความหมายของจิต ส่วนที่เป็นลักษณะของจิตยังสามารถแบ่งออกได้ ๔ ประการ คือ

- ๑) ชื่อว่าจิต เพราะเป็นสภาพธรรมที่รู้แจ้งอารมณ์
- ๒) ชื่อว่าจิต เพราะสั่งสมสันดานของตนด้วยการเสพอารมณ์
- ๓) ชื่อว่าจิต เพราะเป็นสภาพธรรมอันประกอบด้วยกิเลสสั่งสมวิบากผล

๔) จิตแม้ทุกดวงชื่อว่าจิต เพราะเป็นธรรมชาติวิจิตร (ความแตกต่างกันของจิตนั้นไม่มีที่สิ้นสุด) ตามสมควรโดยอำนาจแห่งเจตสิกเกิดร่วมด้วย^{๒๓} ส่วนการทำหน้าที่ของจิตที่กล่าวไว้ในพระอภิธรรมมัตถสังคหะ มีอยู่ ๑๔ หน้าดังนี้

- ๑) จิตที่ทำหน้าที่ที่สืบต่อภพใหม่ จากอดีตภพเรียกว่า ปฏิสนธิจิต (เกิด)

^{๒๓} สุจินท์ บริหารวนเขตต์, **ปรมัตถธรรมสังเขปจิตสังเขปและภาคผนวก**, (กรุงเทพมหานคร: ชวนพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๑๘๐.

๒) จิตที่ทำหน้าที่รักษาภพของบุคคลให้เป็นไปไม่ให้เป็นอย่างอื่น เช่น เกิดปฏิสนธิจิต มาด้วยจิตใดก็ให้จิตนั้นเป็นไปตลอดชีวิตในภพหนึ่ง เรียกว่า ภาวะจิต

๓) จิตที่ทำหน้าที่พิจารณาอารมณ์ที่มาสู่ทวารทั้ง ๖ เรียกว่า อวชฺชนจิต

๔) จิตที่ทำหน้าที่เห็นรูป คือ จักขุวิญญาณ เรียกว่า ทสฺสนจิต

๕) จิตที่ทำหน้าที่ได้ยินเสียง คือ โสทฺถุวิญญาณ เรียกว่า สฺวนจิต

๖) จิตที่ทำหน้าที่ดมกลิ่น คือ ฆานุวิญญาณ เรียกว่า ฆายนจิต

๗) จิตที่ทำหน้าที่ลิ้มรส คือ ชิวหาวิญญาณ เรียกว่า สายนจิต

๘) จิตที่ทำหน้าที่สัมผัสทางกาย คือ กายุวิญญาณ เรียกว่า ทุสฺสนจิต

๙) จิตที่ทำหน้าที่รับอารมณ์ทั้ง ๖ เรียกว่า สัมปฏิจฉันนจิต

๑๐) จิตที่ทำหน้าที่ตรวจสอบสวนอารมณ์ทั้ง ๖ เรียกว่า สันตฺริณจิต

๑๑) จิตที่ทำหน้าที่ตัดสินอารมณ์ คือ มโนทวาร เรียกว่า โวฏฺฐัพพจิต

๑๒) จิตที่ทำหน้าที่เสพอารมณ์ เรียกว่า ชฺวนจิต

๑๓) จิตที่ทำหน้าที่ยึดหน่วงอารมณ์ เรียกว่า ตทาลัมพนจิต

๑๔) จิตที่ทำหน้าที่เคลื่อนจากภพจากปัจจุบัน เรียกว่า จุติจิต^{๒๔}

จิตทั้ง ๑๔ หน้าที่อยู่ในกระแสจิต ๑๗ ขณะจิตที่สลับกันระหว่างวิถีจิตที่รับอารมณ์จากอายตนะทั้ง ๖ แล้วเก็บส่งสมสู่ภาวะจิต โดยที่วิถีจิต และภาวะจิตนี้เกิดต่อกันอยู่ตลอดเวลา

จากลักษณะหน้าที่ของจิตทั้งหมด ๑๔ ข้อนี้จะอยู่บนฐาน (ที่ตั้งอยู่) ของจิต เพื่อให้รู้ว่าจิตตั้งอยู่ฐานไหน โดยปกติจิตจะมีอยู่ ๑๐ ฐาน แต่จะกล่าวแค่เพียง ๓ ฐาน คือ ๑) ปฏิสนธิจิต ๒) ภาวะจิต ๓) จุติจิต^{๒๕} เพราะทั้ง ๓ ฐานเป็นจิตที่พ้นวิถีจิตที่ทำหน้าที่ไม่รับอารมณ์จากภายนอก ซึ่งมีปฏิสนธิภาวะจิต และจุติจิต จะมีหน้าที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันหรือทำงานร่วมกันกับภาวะจิตในการสืบต่อ ดังนี้

๑) ปฏิสนธิจิต เป็นจิตที่ทำหน้าที่สืบต่อภพใหม่จากอดีตภพมีอยู่ ๑ ฐาน คือ ปฏิสนธิจิตจะอยู่ระหว่างจุติจิต (ดับ) กับภาวะจิต (เก็บส่งสมกรรมเก่า)

๒) ภาวะจิต เป็นจิตที่ทำหน้าที่รักษาภพการเกิดในภพปัจจุบันหรือภพใหม่ ของบุคคลให้เป็นไปโดยไม่ให้เป็นอย่างอื่น เช่น ปฏิสนธิจิตมาด้วยจิตใดก็ให้จิตนั้นเป็นไปตลอดชีวิตในภพหนึ่งๆ ซึ่งมีอยู่ ๖ ฐานคือ

(๑) ระหว่างปฏิสนธิ (การสืบต่อภพใหม่) กับอวชฺชนะ (การพิจารณาอารมณ์)

(๒) ระหว่างชฺวนะ (เสพอารมณ์) กับอวชฺชนะ (การพิจารณาอารมณ์)

(๓) ระหว่างตทาลัมพนะ (หน่วงอารมณ์ต่อจากชฺวนะ) กับอวชฺชนะ (การพิจารณาอารมณ์)

(๔) ระหว่างโวฏฺฐัพพนะ (ตัดสินอารมณ์) กับอวชฺชนะ (การพิจารณาอารมณ์)

^{๒๔}สมพร ศรีพาทิตย์, พระอภิธรรมมัตถสังคหะปริเฉทที่ ๓-๔, (กรุงเทพมหานคร: สุทธิสารการพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๓๖-๓๘.

^{๒๕}เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๘

(๕) ระหว่างชานะ (การพิจารณาอารมณ์) กับจุด (เคลื่อน)

(๖) ระหว่างตทาลัพพะนะ (หน่วงอารมณ์) กับจุด (เคลื่อน)

จะเห็นว่าภวังคจิตจะรับอารมณ์จากฐานทั้ง ๖ มาเก็บสะสมไว้ในภวังคจิตเพื่อเป็นการรักษาภาพเก่าไปสู่ภาพใหม่

๓) จุดิจิตเป็นจิตที่ทำหน้าที่เคลื่อนจากภาพหรือการดับของจิตมีอยู่ ๓ ฐานคือ

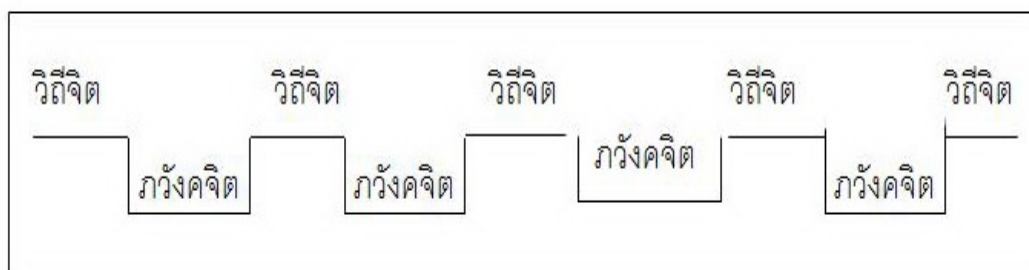
(๑) ระหว่างขวนจิต (เสพอารมณ์) กับปฏิสนธิจิต (สืบต่อภาพใหม่)

(๒) ระหว่างตทาลัมพนจิต (รับอารมณ์ต่อจากขวนจิต) กับปฏิสนธิจิต (สืบต่อภาพใหม่)

(๓) ระหว่างภวังคจิต (รักษาภาพชาติ) กับปฏิสนธิจิต (สืบต่อภาพใหม่)

จะเห็นว่าจุดิจิตเป็นจิตที่รับอารมณ์จากขวนจิต (เสพอารมณ์) และนำไปสู่การปฏิสนธิจิต โดยที่ปฏิสนธิจิตรับอารมณ์เข้ามาสู่ภวังคจิตที่เก็บสะสมอารมณ์ต่างๆ ไว้ ดังนั้นปฏิสนธิจิต ภวังคจิต และจุดิจิต มีการสืบต่อกันโดยมีภวังคจิตเป็นแกนหลักในการทำหน้าที่รักษาภาพชาติ หรือเป็นจิตที่เก็บสะสมการกระทำหรือกรรมต่างๆหรือที่วิถีจิตรับอารมณ์เข้ามาในการเกิดพฤติกรรมต่อไป เพื่อให้เห็นภาพชัดเกี่ยวกับวิถีจิตกับภวังคจิต ๙ ดังรูปภาพที่ ๒.๓ ดังนี้

ภาพแสดงการสืบต่อของวิถีจิตกับภวังคจิต



รูปภาพที่ ๒.๓ แสดงถึงภวังคจิตกับวิถีจิตที่ทำงานสัมพันธ์กันแบบสันตติ

ที่มา: [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.oknation.nationtv.tv/mblog/entry.php?id=966165>
[๑๕ มกราคม ๒๕๕๙]

จากรูปภาพที่ ๒.๓ แสดงการเกิดวิถีจิตกับภวังคจิตที่เกิดดับสลับกันอยู่อย่างต่อเนื่อง จากรูปภาพที่ ๒.๓ แสดงการเกิดวิถีจิตกับภวังคจิตที่เกิดดับสลับกันอยู่อย่างต่อเนื่องเป็นกระบวนการทำงานของกระแสจิต จะเห็นว่าภวังคจิตอยู่ในกระแสจิตที่มีการเกิดดับอยู่ใน ๑๗ ขณะจิต ภวังคจิตนี้จะไม่รับอารมณ์เปรียบเสมือนจิตแรกๆที่ปฏิสนธิที่ทารกอยู่ในครรภ์มารดาซึ่งเป็นจิตที่อยู่ในภวังคย์ยังไม่ได้รับรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ แต่มีอารมณ์อยู่ภายในลึกๆ โดยไม่รู้ตัวเรียกจิตนี้ว่า “ภวังคจิต” โดยภวังคจิตนี้มีอยู่ ๒ ขณะจิต คือ ขณะจิตแรกจะทำหน้าที่ปฏิสนธิจิต (ก่อนรับอารมณ์) และในขณะจิตที่สองเป็นภวังคจิตสุดท้ายที่จะทำหน้าที่จุดิจิต (รับอารมณ์แล้ว) ในการทำหน้าที่ของ

ภวังคจิตนี้จะเป็นการเก็บสังสมภาวะความเป็นกุศล (สุข) อกุศล (ทุกข์) และอุเบกขา จากวิถิจิตแล้วจะนำข้อมูลเหล่านี้ไปสู่ภพภูมิต่างๆ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่าภวังคจิตมีการเกิดดับสืบทอดกันเป็นทอด ๆ กลายเป็นภาวะต่าง ๆ ขึ้นมาที่เรียกว่า การสร้างภพชาติหรือสร้างความเป็นตัวตนของจิตขึ้นมาอีก ดังมีตัวอย่างการทำงานของจิตที่เกิดขึ้นของวิถิจิตกับภวังคจิตที่แสดงไว้ในคัมภีร์อภิมัตถวิภาวินี เพื่อให้เข้าใจไว้ชัดเจน ดังนี้ “มีชายคนหนึ่งนอนหลับอยู่ใต้ต้นมะม่วงต้นหนึ่ง มีผลมะม่วงสุกผลหนึ่งหล่นลงมากกระทบพื้นดิน เสียงมะม่วงกระทบพื้นทำให้ชายคนนั้นตื่นจากการหลับ หันหน้าไปดู และได้เห็นผลมะม่วงสุก ชายคนนั้นลุกขึ้นไปเก็บผลมะม่วงผลนั้นมาตรวจดูว่าสุกพอกินได้ จึงปิดฝุนออกแล้วนำผลมะม่วงใส่เข้าปากเคี้ยวกินจนละเอียดแล้วกลืนลงคอ ครั้นแล้วก็ล้มตัวลงนอนหลับต่อไปอีก”^{๒๖} เปรียบเทียบจิตจากตัวอย่างได้ดังนี้

- ตอนที่กำลังหลับ คือ ภวังคจิต
- ตอนที่มะม่วงหล่น คือ อารมณ์มากกระทบประสาท
- ตอนที่เริ่มตื่นจากหลับ คือ อติตภวังคจิต
- ตอนที่ตื่นแล้วแต่ยังงัวเงียอยู่ คือ ภวังคจลนะ
- ตอนที่ลืมตาขึ้น (ตาสว่าง) คือ ภวังคูปัจเฉทะ
- ตอนที่หันไปมองดูทางเสียง (เสียงมะม่วงตก) คืออาวัชชนะ
- ตอนที่เห็นและรู้ว่าเป็นมะม่วง คือ ปัญจวิญญูณ (อายตนะ ๖)
- ตอนที่ลุกขึ้นไปเก็บมะม่วง คือ สัมปฏิจฉันนะ
- ตอนที่ตรวจดูรู้ว่ามะม่วงสุก คือ สันติริณะ
- ตอนปลงใจกินปิดฝุนนำเข้าปาก คือ โวภูฏัพพะนะ
- ตอนที่เคี้ยวมะม่วงให้ละเอียด ซึ่งนานกว่าทุกตอน คือ ชวนะ
- ตอนที่กลืนมะม่วงลงคอ คือ ตทาลัมพะนะ
- ตอนที่ล้มตัวลงนอนหลับไปอีก คือ ตกสูภังค์

จากตัวอย่างแล้วนำมาแจกแจงให้แต่ละช่วงจิตหรือหน้าที่ของจิตแต่ละขณะจิตทำงานก็จะพบว่าจิตมีการทำงานต่อเนื่องเป็นกระแสสืบทอดกันตลอดเวลาทั้งตอนนอนหลับและตอนตื่น ซึ่งในชีวิตประจำวันไม่สามารถจะเห็นได้ เพราะเกิดเร็วจนไม่รู้สึกรู้สีกตัวว่าอยู่ในการทำงานของจิตดวงไหน (ยกเว้นมีสติที่มีการฝึกมาแจ้งอยู่แล้วอย่างดีเยี่ยม เช่น พระอรหันต์)

๒.๒.๒ ความหมายของอารมณ์ในพระพุทธศาสนา

ในการศึกษาการสังเคราะห์จิต เจตสิก โดยประเภทแห่งอารมณ์ ซึ่งจากคัมภีร์ว่าเกี่ยวกับอารมณ์และลักษณะของอารมณ์ในทางพระพุทธศาสนา ดังต่อไปนี้

^{๒๖} แสง จันทร์งาม, ปรากฏการณ์ทางจิต, (กรุงเทพมหานคร: สร้างสรรค์บุ๊คส์, ๒๕๒๔), หน้า ๕.

คำว่า”อารมณฺ์” หมายความว่า เป็นที่ยินดีคือยอมเป็นที่ยินดีแก่จิตและเจตสิกทั้งหลาย
ดังมีวจนัตถะ ว่า “อา อภิมุขิ รมนติ เอตถาคํ อารมณฺ์” จิต และเจตสิกทั้งหลายมายินดีพร้อมหน้า
กันในธรรมชาตินี้ ฉะนั้นธรรมชาตินี้ชื่อว่าอารมณฺ์ได้แก่อารมณฺ์ ๖

อารมณฺ์ เรียกว่า อารัมพะณะ ก็ได้ หมายความว่า เป็นที่ยึดหน่วงของจิตและเจตสิกทั้งหลาย
ดังมี วจนัตถะ ว่า “จิตตเจตสิกเกหิ อาลมพิยตฺติ อาลมพณฺ์” ธรรมชาติดังกล่าวและเจตสิกทั้งหลายยึด
หน่วง ฉะนั้น จึงชื่อว่า อาลัมพะณะ ได้แก่ อารมณฺ์ ๖ คือ

๑. รูปารมณฺ์ ได้แก่ สีต่าง ๆ
๒. สัททารมณฺ์ ได้แก่ เสียงต่าง ๆ
๓. คันธารมณฺ์ ได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ
๔. รสอารมณฺ์ ได้แก่ รสต่าง ๆ
๕. โผฏฐัพพารมณฺ์ ได้แก่ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง
๖. ธรรมารมณฺ์ ได้แก่ จิต เจตสิก ปสาทิป ๕ นิพพาน บัญญัติ

อารมณฺ์ทั้ง ๖ นี้จำแนกโดยอำนาจเป็น ๒ ประเภทคือ

๑. สามัญญอารมณฺ์ อารมณฺ์ชนิดสามัญธรรมดาทั่วไปไม่มีอะไรเป็นพิเศษ
๒. อธิปัตติอารมณฺ์ อารมณฺ์พิเศษที่มีอำนาจครอบครองและแนวจิต เจตสิกทั้งหลายนั้นให้
เข้ามาหาตน อารมณฺ์ทั้ง ๖ จำแนกตามการเป็น ๒ ประเภท คือ

๒.๑ เตกาอารมณฺ์ เป็นอารมณฺ์ที่เกี่ยวข้องด้วยกาลทั้ง ๓ คือ ปัจจุบัน อดีต อนาคต ได้แก่
จิต เจตสิก รูป

๒.๒ กาลวิมุตตอารมณฺ์ เป็นอารมณฺ์ที่ไม่เกี่ยวข้องกับกาลทั้ง ๓ ได้แก่ นิพพาน บัญญัติ
เพราะเป็น อสังขตธรรม ไม่ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัย ๔ ไม่มีการเกิดดับ

อารมณฺ์ ๖ จำแนกโดยประเภทใหญ่ มี ๔ ประเภท คือ

๑. กามอารมณฺ์ ได้แก่ อารมณฺ์ ๖ องค์ธรรมคือ กามจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘ เป็น
โลกียอารมณฺ์
๒. มหัคคตอารมณฺ์ ได้แก่ ธรรมารมณฺ์ องค์ธรรมคือ มหัคคตจิต ๒๗ เจตสิก ๓๕ เป็น
โลกียอารมณฺ์
๓. โลกุตตรอารมณฺ์ ได้แก่ ธรรมารมณฺ์องค์ธรรมคือโลกุตตรจิต ๘ เจตสิก ๓๖ นิพพาน
๔. บัญญัติอารมณฺ์ ได้แก่ ธรรมารมณฺ์ องค์ธรรมคือ บัญญัติธรรม ๒ คือ อตถบัญญัติ
สัททบัญญัติ

บัญญัติ คือ ธรรมที่นอกจากรูปและนาม ทั้งสองไม่ปรากฏมีจริงโดยสภาพปรมาตม เมื่อ
กล่าวโดยประเภทใหญ่แล้วมี ๒ ได้แก่ อตถบัญญัติ และสัททบัญญัติ

อรรถบัญญัติ เป็นบัญญัติที่พึงให้ ภูรู้เนื้อความ (คือวัตถุสิ่งของต่าง ๆ) ได้โดยประการต่าง ๆ ได้แก่ การสมมติขึ้นเพื่อให้รู้เนื้อความหรือความหมายแห่งรูปร่างสัณฐานหรือลักษณะอาการของชื่อนั้น ๆ เช่น ภูเขา ต้นไม้ เดิน วิ่ง เป็นต้น

สัทบัญญัติ เสียงคือคำพูดยอมทำให้รู้เนื้อความ (คือวัตถุ สิ่งของ เรื่องราวต่าง ๆ) และสภาพปรกติได้ด้วยประการต่าง ๆ ได้แก่ รู้จักเสียงชื่อเรียกชื่อนั้น ๆ คือ รู้ด้วยเสียงที่หมายถึง อรรถบัญญัตินั้น ๆ เช่น ในขณะที่ไม่ได้เห็นภูเขา ต้นไม้ ฯลฯ เมื่อออกเสียงพูดว่าภูเขา ต้นไม้ก็รู้และเข้าใจได้ว่าภูเขาต้นไม้มี่รูปร่างสัณฐานเป็นอย่างนั้น ๆ

อารมณ ๖ จำแนกโดยพิสดาร มี ๒๑ ประเภท ซึ่งจะได้แสดงในตารางข้างหน้า

จำแนกทวาริกจิตและทวาริมุตตจิตโดยอารมณ ๖

๑. จักขุทวาริกจิต มีรูปารมณ ที่เป็นปัจจุบันอย่างเดียว (ซึ่งกำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า)
 ๒. โสตทวาริกจิต ๔๖ มีสัทธารมณ ที่เป็นปัจจุบันอย่างเดียว (ซึ่งกำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า)
 ๓. ฆารทวาริกจิต ๔๖ มีคันธารมณ ที่เป็นปัจจุบันอย่างเดียว (ซึ่งกำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า)
 ๔. ชิวหาทวาริกจิต ๔๖ มีรสธารมณ ที่เป็นปัจจุบันอย่างเดียว (ซึ่งกำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า)
 ๕. กายทวาริกจิต ๔๖ มีโผฏฐัพพารมณ ที่เป็นปัจจุบันเพียงอย่างเดียว (ซึ่งกำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า)

๖. มโนทวาริกจิต ๖๗/๙๙ มีอารมณ ๖ ที่เป็นปัจจุบัน อดีต อนาคต และกาลวิมุตต์ตามสมควรแก่อารมณ

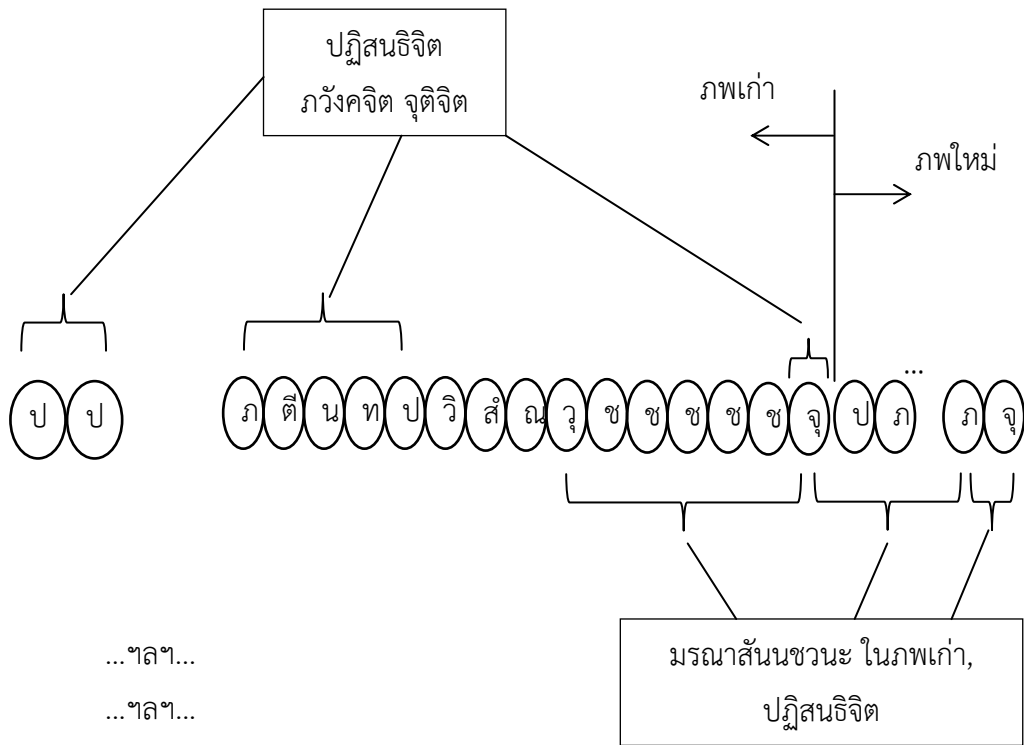
๗. ทวาริมุตตจิต ๑๙ มีอารมณหนึ่งอารมณใดในบรรดาอารมณทั้ง ๖ ที่เรียกว่ากรรมกรรมนิมิต คตินิมิต ซึ่งเป็นปัจจุบัน อดีต และบัญญัติที่ทวาริกมรณาสันนขณะรับเอามาจากภพก่อนเมื่อใกล้ตายเป็นส่วนมาก

สรุปโดยภาพรวม การรับอารมณของทวาริกจิตตั้งแต่จักขุทวาริกจิต เป็นคันจนถึงกายทวาริกจิต (อย่างละ ๔๖)รับรูปารมณ ฯลฯ โผฏฐัพพารมณ ที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งกำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า (ตามสมควรแก่ทวาร) เท่านั้น จิตพวกนี้ต้องอาศัยอารมณเป็นใหญ่ ถ้าไม่มีอารมณมาปรากฏเฉพาะหน้าแล้ว จิตเหล่านี้ก็เกิดขึ้นไม่ได้ ส่วนมโนทวาริกจิตที่เกิดขึ้นได้นั้น ไม่ได้อาศัยอารมณเป็นใหญ่ แต่อาศัยจิต เจตสิกเป็นใหญ่

สำหรับอารมณของทวาริมุตตจิต (ซึ่งเป็นจิตที่เกิดพ้นจากทวารทั้ง ๖ คือจิตที่ทำหน้าที่ปฏิสนธิ ภวังคจิต ๑๙ ดวง) นั้นได้แก่อารมณอย่างใดอย่างหนึ่งในบรรดาอารมณ ๖ ที่ไม่เกี่ยวกับปัจจุบันภพ แต่เป็นอารมณเดียวกันกับที่มรณาสันนขณะในภพก่อนรับเอามาเมื่อใกล้จะตาย ซึ่งเรียกว่า กรรมอารมณ กรรมนิมิตอารมณ คตินิมิตอารมณ

ฉะนั้น ปฏิสนธิจิตในภพใหม่ (รวมทั้งภวังคจิต และจุติจิตด้วย) ย่อมมีอารมณเดียวกันกับอารมณของมรณาสันนขณะที่เกิด ในภพก่อนเสมอ ถ้าอารมณของมรณาสันนขณะ เป็นกรรมอารมณ อารมณของปฏิสนธิจิตก็เป็นกรรมอารมณเช่นกัน ถ้าเป็นกรรมนิมิต หรือ คตินิมิต อารมณของปฏิสนธิจิตก็เป็นกรรมนิมิต หรือ คตินิมิต เช่นกัน ภวังคจิต จุติจิตในภพใหม่ก็มีอารมณเช่นเดียวกัน

สำหรับจุดิจิตในภาพเก่ามีอารมณ์เป็นอันเดียวกับอารมณ์ของปฏิสนธิจิตและภวังคจิตในพบเก่า
 นั้นเอง ฉะนั้น การเปลี่ยนอารมณ์ คือนิมิตทั้ง ๓ ในระหว่างภาพเก่ากับภาพใหม่นั้นก็คงเปลี่ยนกันตรงที่ปฏิสนธิ
 จิต (มรรณุปัตติตุกาะ หน้า ๓๒๗) เพื่อดูจากตัวอย่างมรรณาสันนวิธิตดังต่อไปนี้



รูปภาพ ๒.๔ ปฏิสนธิจิต

ตารางที่ ๒.๑ ทวารวิมุตตอาารมณ

ทวารวิมุตต อาารมณ	ความหมาย			
กรรมอาารมณ ^๑	การจัดแจงกระตุ้นชักชวนในสิ่งที่ดีและไม่ดีอันเป็นกุศลเจตนาที่ในมหากุศลจิต ๘ และอกุศลเจตนาที่ในอกุศลจิต ๑๑ (เว้นอุทัจจสัมปยุตตจิต ๑)	ธรรมารมณ	มโนทวาร	อดีต
กรรมนิมิตอาารมณ ^๒	อาารมณของกรรมที่เป็นผู้ให้ปฏิสนธิจิตเกิด เป็นอาารมณที่เป็นเหตุของการกระทำ ได้แก่ อาารมณทั้ง ๖ ที่ได้ประสบไปแล้ว เนื่องด้วยการกระทำทาง กาย วาจา ใจ ของตนแต่ละบุคคลๆ เท่านั้นไม่ใช่อาารมณ ๖ ทั่วไป	อาารมณ ๖	ทวาร ๖	ปัจจุบัน อดีต กาลวิมุตต์ ตามสมควร ^๕
คตินิมิตอาารมณ ^๓	อาารมณของภพชาติที่พึงถึง คือ อาารมณ ๖ ที่จะได้พบ ได้เสวยในภพที่สอง ไม่ใช่อาารมณ ๖ ที่เกี่ยวกับภพนี้	อาารมณ ๖	ทวาร ๖	ปัจจุบัน อดีต ตามสมควร ^๕

หมายเหตุ

- กรรมอาารมณ^๑
- เป็นนามธรรม (เจตนาเจตสิก)
 - เป็นกามธรรม (กามกุศล อกุศลเจตนา)
 - เป็นอาารมณของปฏิสนธิจิตในภพใหม่ของกามบุคคล (คืออุเบกขาสันตிரณจิต ๒ มหาวิปากจิต ๘) ในกามภูมิ ๑๑
- กรรมนิมิตอาารมณ^๒
- เป็นรูปธรรมก็ได้ หรือ นามธรรมก็ได้ หรือบัญญัติธรรมก็ได้
 - เป็นกามธรรม (กามจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘) หรือ มหัคคตธรรม (อากาศา. กุศล, อากิญ.กุศล) หรือบัญญัติธรรม (เกี่ยวกับรูปกรรมฐาน ๒๖ และรูปอกรรมฐาน)
 - เป็นอาารมณของปฏิสนธิจิตในภพใหม่ของกามบุคคลในกามภูมิ ๑๑, รูปบุคคล (คือรูปาวจรวิปากจิต ๕) ในรูปภูมิ ๑๕ (เว้นอสังญัสตตภูมิ ๑), อรูปบุคคล (อรูปาวจรวิปากจิต ๔) ใน อรูปภูมิ ๔
- คตินิมิตอาารมณ^๓
- เป็นรูปธรรมก็ได้ หรือ นามธรรมก็ได้
 - เป็นกามธรรม (กามจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘)
 - เป็นอาารมณของปฏิสนธิจิตในภพใหม่ของกามบุคคล (กามปฏิสนธิจิต ๑๐) ในกามภูมิ ๑๑

๔.๕ กรรมนิมิตอารมณ์, คตินิมิตอารมณ์ เมื่อใดจะเป็นกาลอะไรนั้น พึงทำความเข้าใจในคำอธิบายจากหลักสูตรจฺพ.โทหน้า ๓๘ ดังนี้

“.....ถ้าอารมณ์ของมรณาสันนชวณะเป็นนิปผันรูป มีรูปอารมณ์เป็นต้นนั้น”

*เวลาที่จิตดับลงแล้ว อารมณ์นั้นยังไม่ดับไป เมื่อเป็นเช่นนี้ ปฏิสนธิจิตและภวังคจิต อย่างมากที่สุด ๖ ดวงที่เกิดในภพใหม่นั้น ก็อารมณ์เป็นปัจจุบัน.

ส่วนภวังคจิตที่เกิดต่อจากนั้นมาจนกระทั่งถึงจุติจิตนั้น มีอารมณ์เป็นปัจจุบันไม่ได้

อารมณ์มรณาสันนชวณะ นี้ก็หมายถึง กรรมนิมิต หรือคตินิมิตอารมณ์นั่นเอง เพราะเป็นนิปผันรูป ย่อมเป็นกรรมอารมณ์ไม่ได้

เวลาที่จิตดับลงแล้วอารมณ์นั้นยังไม่ดับไป อันนี้ก็นึกถึงหลักที่ว่าอายุของรูปๆ หนึ่งเท่ากับเกิด - ดับของจิต ๑๗ ดวง (ขณะ)

ปฏิสนธิจิตและภวังคจิต ในที่นี้ ได้แก่ อุเบกขาสันตริณจิต ๒ และมหาวิปากจิต ๘ ซึ่งเป็นปฏิสนธิจิตในภพใหม่ของกามบุคคลในกามภูมิ จิตดังกล่าว ย่อมมีอารมณ์เป็นกามธรรมเท่านั้น นิปผันรูปกรรมนิมิตหรือคตินิมิตอารมณ์นั้นเป็นกามธรรม จึงเป็นอารมณ์ของจิตเหล่านั้นได้

ปฏิสนธิจิตและภวังคจิต (ดังกล่าว) อย่างมากที่สุด ๖ ดวง ที่เกิดในภพใหม่นั้นก็มีอารมณ์เป็นปัจจุบัน เพราะเมื่อจิตดับลงแล้วอารมณ์ยังไม่ดับไป พึงดูตัวอย่างมรณาสันนวิถึ

หลักการเชื่อมโยงปฏิสนธิจิตของการรับรู้ทางอารมณ์เกี่ยวกับมรณาสันนวิถึ ซึ่งนี้เป็นเพียงตัวอย่างของมรณาสันนวิถึ ซึ่งแสดงเพื่อให้เห็นถึงปฏิสนธิจิตในภพใหม่ และภวังคจิตที่เกิดตัวอย่างมากที่สุด ๖ ดวง ที่มีอารมณ์เป็นปัจจุบัน (เหตุผลและรายละเอียดเกี่ยวกับเนื้อเรื่องนี้ นักศึกษาจะค้นคว้าได้จากนามรูปวิถึวินิจฉัย และมรณุปัตตติจตุกกะในชั้นมัชฌิมอาภิธรรมิกะตรี)

* “.....ถ้านิปผันรูปอารมณ์ที่กล่าวแล้วนั้น **ดับลงพร้อมกับจุติจิต** ก็ดี...

ปฏิสนธิจิต ภวังคจิต จุติจิต (ของกามบุคคล) ในภพใหม่ก็มีอารมณ์เป็นอดีต...”

พึงดูตัวอย่างมรณาสันนวิถึ

ในมรณาสันนวิถึของกามบุคคลเหล่านี้ แม้ว่าปัจจุบันนิปผันรูปเป็นอารมณ์ก็ตาม แต่อารมณ์เหล่านี้ **ดับลงพร้อมกันจุติจิต** ดังนั้นปฏิสนธิจิต ภวังคจิต จุติจิต ของกามบุคคลที่ภพใหม่ ก็มีอารมณ์เป็นอดีต

* “...หรือ อารมณ์ของมรณาสันนชวณะนั้น เป็นธรรมารมณ์ที่เป็นจิต เจตสิก ก็ดี เช่นนี้ ปฏิสนธิจิต ภวังคจิต จุติจิต ในภพใหม่ ย่อมมีอารมณ์เป็นอดีต.....”

ข้อความนี้หมายถึงว่า

ก. กามจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ เป็นกรรมนิमितหรือคตินิमितธรรมารมณ์ของมรณาสันนชวณะ ในภพเก่า และเป็นอารมณ์ ของปฏิสนธิจิต ภวังคจิต จุติจิต (ของกามบุคคล) ในภพใหม่ อารมณ์นั้น เป็นอารมณ์ที่เป็นอดีต เพราะ “ปัจจุบันนามธรรมที่เป็นพหิตถ คือ ความยินดี ยินร้าย ความเลื่อมใส ความรู้ เป็นต้น ที่เกิดอยู่ภายในของคนอื่นนั้น แม้ว่าจะเป็นอารมณ์ของมรณาสันนชวณะได้ก็จริง แต่ก็ มีอาจที่จะตั้งอยู่จนกระทั่งถึงจุติจิตดับลงสำหรับปัจจุบันนามธรรมที่เกิดอยู่ภายในสันดานของตนนั้น ก็ มีอาจที่จะเป็นอารมณ์ของมรณาสันนชวณะได้ คงได้แต่นามธรรมที่เป็นอดีตเท่านั้น” (มรณุปัตติจตุกาะ หน้า ๓๔๒-๓๔๓)

ข. อากาสนัญญาตนกุศลจิต ที่เคยเกิดมาแล้วในสันดานของตนในภพเก่า เป็นมหัคคตกรรมนิमितธรรมารมณ์ของวิญญูสนัญญาตนวิปากจิต ซึ่งเป็นปฏิสนธิจิต (ของรูปบุคคล) ในภพใหม่

ค. อาภิญัจญญาตนกุศลจิต ที่เคยเกิดมาแล้วในสันดานของตนในภพก่อนเป็นมหัคคตกรรมนิमितธรรมารมณ์ของเนวสัญญาตนวิปากจิต ซึ่งเป็นปฏิสนธิจิต (ของอรูปบุคคล) ในภพใหม่ เช่นกัน

มหัคคตกรรมนิमितอารมณ์ดังกล่าวเป็นอดีตอารมณ์นั้น ชัดเจนอยู่แล้วเพราะ “เคยเกิดมาแล้วในสันดานของตนในภพก่อน”

“....ส่วนปฏิสนธิจิต ภวังคจิต จุติจิต ของกามบุคคลที่เกิดในกามภูมินั้น มีกาลวิมุตตอารมณ์คือ บัญญัติไม่ได้ เพราะอุเบกขาสันตริณจิต ๒ มกาวิปากจิต ๘ เหล่านี้ มีอารมณ์ ๖ ที่เป็นกามธรรมอย่างเดียว ฉะนั้นอารมณ์ของปฬกิสนธิจิต ภวังคจิต จุติจิตของกามบุคคล จึงเป็นอารมณ์ที่เป็นปัจจุบันหรืออดีต อย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น”

* “...ถ้าอารมณ์ของมรณาสันนชวณะนั้น เป็นบัญญัติธรรมารมณ์ คือบัญญัติที่เกี่ยวกับธรรมฐาน...

ปฏิสนธิจิต ภวังคจิต จุติจิต ในภพใหม่ ย่อมมีอารมณ์เป็นกาลวิมุตตอารมณ์ คือ บัญญัตินั่นเอง”

บัญญัติธรรมารมณ์ นั้นคือ

ก. บัญญัติกรรมนิमितธรรมารมณ์ที่เกี่ยวกับรูปกรรมฐาน ได้แก่ กิสมบัญญัติ ๑๐ อสุภบัญญัติ ๑๐ โภจนาบัญญัติ ๑ อานาปานบัญญัติ ๑ สัตว์บัญญัติ ๔

มรณาสันนชวณะของมนุษย์ เทวดา ซึ่งเป็นฉานลาภีบุคคลที่จะไปเกิดในรูปภูมิ และมรณาสันนชวณะของรูปพรหมที่จะเกิดรูปภูมิอีกก็ดี เหล่านี้จะมีมิติอารมณ์หลายประเภทหลายอย่างไม่ได้ คงมีได้แต่ประเภทเดียวคือ กรรมนิमितที่เป็นบัญญัติธรรมารมณ์ โดยแน่นอนเสมอไป (มรณุปัตติจตุกาะ หน้า ๓๕๑)

ปฏิสนธิจิต ภวังคจิต จุติจิต ในภพใหม่ (ซึ่งมีบัญญัติกรรมนิमितธรรมารมณ์ที่เกี่ยวกับรูปกรรมฐานเหล่านั้นเช่นเดียวกับมรณาสันนชวณะ) ก็คือ รูปาวจรวิปากจิต ๕ และเนื่องจากอารมณ์เป็นบัญญัติ กาลจึงเป็นกาลวิมุตต์

ข. บัญญัติกรรมนิमितธรรมารมณ์ที่เกี่ยวกับรูปกรรมฐาน ได้แก่

- อากาสบัญญัติที่ได้มาด้วยการเพิกจากกลิน ๙ ที่นอกจากอากาสกลิน เป็นอารมณ์ของมรณาสันนชวณะในภพเก่าและปฏิสนธิจิต ภาวังคจิต จุตติจิตในภพใหม่คือ อากาสัญญาจตนาวิปากจิต

- นัตถิภาวบัญญัติ (ความไม่มีแห่งอากาสัญญาจตนา) เป็นอารมณ์ของมรณาสันนชวณะในภพเก่า และปฏิสนธิจิต ภาวังคจิต จุตติจิตในภพใหม่ คือ อากัญญาจตนาวิปากจิต (มรณุปัตติจตุกกะ หน้า ๓๕๑)

“...ทวารวิมุตตจิต มีอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งในบรรดาอารมณ์ ๖ ที่เรียกว่า กรรมกรรมนิมิต คตินิมิต ซึ่งทวาริกมรณาสันนชวณะรับเอามาจากภพก่อนเมื่อใกล้จะตายก็มี...” เช่น

<p>ภพที่ ๓ กามภูมิ มนุษย์และเทวดาที่เป็นปัญจมถานลาภิบุคคลอันเกี่ยวเนื่องด้วยสัญญาวิราคาภาวนาเมื่อตาย (จติ)</p>	<p>ภพที่ ๒ เกิดในอสัญญสัตตภูมิเป็นอสัญญสัตตพรหมๆ นี้เมื่อครบอายุขัย ๕๐๐ มหากัปแล้วก็จติด้วยรูปคือ ชีวิตนวกกลาปที่ดับครั้งสุดท้าย (ไม่มีมรณาสันนชวณะหรือมรณาสันนวิธิเพราะภูมินี้มีแต่รูปเท่านั้น)</p>	<p>ภพที่ ๑ กามภูมิ ปฏิ ภา จุ ฯลฯ..... มาเกิดในกามภูมิ เป็นมนุษย์หรือเทวดาอีก ซึ่งปฏิสนธิจิต ภาวังคจิต จุตติจิตของบุคคลเหล่านั้น ย่อมมีอารมณ์คือ กรรม กรรมนิมิต คตินิมิต อย่างใด อย่างหนึ่ง ที่ได้รับมาจากอุปปริยเวทนียกรรมที่ตนเคยทำมาในภพก่อนๆ นับ ตั้งแต่ภพที่ ๓ เป็นต้นไป (ไม่ใช่ในภพก่อนซึ่งเป็นอสัญญสัตตพรหม) ตามสมควรแล้วแต่อุปปริยเวทนียกุศลกรรมใดมีโอกาสให้ผลปฏิสนธิในกามภูมิ</p>
--	--	---

สำหรับช่องจิตที่รับอารมณ์ได้แน่นอนและไม่แน่นอน พึงอาศัยหลักจากคาถาบาลีแสดงจิตที่รับอารมณ์แน่นอน ๔ ประเภท และไม่แน่นอน ๓ ประเภท ซึ่งมีสรุปรหัสเลขชุดที่ต้องจำได้และตารางที่ ๒.๒ แสดงการจำแนกจิตที่รับอารมณ์แน่นอนกับตารางที่ ๒.๓ แสดงการจำแนกจิตที่รับอารมณ์ไม่แน่นอนไว้แล้วพิจารณาประกอบด้วย เนื่องจากว่าจำนวนตัวเลขที่ใส่ไว้ในช่องจิต ที่รับอารมณ์ได้แน่นอนและไม่แน่นอน นั้นเป็นจำนวนที่กล่าวไว้โดยรวมๆ มิได้หมายความว่า เป็นจำนวนจิตทุกดวงที่รับอารมณ์ประเภทนั้นนั้นได้ทั้งหมด แต่จิตบางดวงภายในจำนวนตัวเลขนั้นรับอารมณ์บางส่วนขององค์ธรรมที่แสดงไว้เช่น อารมณ์พิสดารหมายเลข ๑ กามารมณ์ องค์ธรรม คือ การจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘ ที่รับอารมณ์ประเภทนี้ได้แน่นอนคือ จิต ๒๕ ดวง (ดูรหัสเลขชุดประกอบด้วย)

ได้แก่ ทวิปัญญาวิญญานจิต ๑๐ มโน ๓๓ สันตிரณจิต ๓ มหาวิปากจิต ๘ หลีตูปาทจิต ๑ แต่มีได้
หมายความว่า จิตทั้ง ๒๕ ดวงนี้ทุกดวงรับกามารมณ์ได้หมดทุกอย่าง แต่ว่าบางดวงรับกามารมณ์บาง
ชนิด เช่นจักขุวิญญานจิต ๒ รับเฉพาะรูปารมณ์ (ที่กำลังปรากฏเท่านั้น) ไม่ได้กามารมณ์ชนิดอื่น คือ
กรรมจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๗ ที่นอกจากรูปารมณ์ ดังนี้ เป็นต้น

ในตารางที่ ๒.๔ อารมณ์พิสดารหมายเลข ๒ มหัคคตอารมณ์ องค์ธรรม คือ มหัคคตจิต
๒๗ เจตสิก ๓๕ จิตที่รับอารมณ์ ประเภทนี้ได้แน่นอนคือ จิต ๖ ดวง รุหิสเลขชุดประกอบด้วยได้แก่
วิญญานัญญาตณณานจิต ๓ และ เนวสัญญานาสัญญาตณณานจิต ๓ จิตดวงไหนรับมหัคคตอารมณ์
ส่วนใดได้บ้าง ให้ดูตารางที่ ๒.๓ จะเห็นว่าไม่ใช่ทั้ง ๖ ดวงรับมหัคคตอารมณ์ได้หมดทุกอย่าง

จิตที่รับอารมณ์พิสดารอารมณ์อื่นๆ พึงพิจารณาศึกษาจากคาถาบาลี รุหิสเลขชุด และ
ตารางที่ ๒.๓ กับ ตารางที่ ๒.๔ ประกอบด้วยเช่นกัน

สำหรับช่องจิตที่รับอารมณ์ได้แน่นอนในตารางที่ ๒.๔ นั้นลงไว้เฉพาะตัวเลขของจิตเท่านั้น
ด้วยว่าเมื่อนักศึกษาทราบและเข้าใจ รุหิสเลขชุดที่กล่าวมาแล้วข้างต้นก็จะทราบได้ทันทีว่าหมายถึง
จิตอะไรบ้าง แต่จิตที่รับอารมณ์พิสดาร (บางประเภท) ไม่แน่นอน ก็มีกลุ่มจำนวนเลขของจิตฝ่าย
แน่นอนบางกลุ่ม มารวมอยู่ด้วย เช่นจิตที่รับน้ำอารมณ์ รูปารมณ์ปัจจุบันอารมณ์อดีตอารมณ์
อนาคตอารมณ์ปัญญาอารมณ์ ธรรมารมณ์ไม่แน่นอน มี ๔๓ ดวงคือ จิต ๑๒ ดวง (สันตிரณ ๓ มหา
วิปาก ๘ หลีตูปาท ๑) ของฝ่ายแน่นอนและจิต ๓๑ ดวง (๒๐+๕+๖) ของฝ่ายไม่แน่นอน

ทำไมจึงมีจิตของฝ่ายแน่นอนเข้ามาปนอยู่ด้วย?

จะเห็นว่าจิต ๑๒ ดวงของฝ่ายแน่นอนนั้นเป็นจิตที่รักกามารมณ์แน่นอนอย่างเดียวเมื่อดู
ตารางที่ ๑๘ ช่องกามารมณ์ของอารมณ์ประเภทใหญ่ ๔ ตามแนวตั้งจะเห็นว่าองค์ธรรมของกาม
อารมณ์บางส่วนก็เป็นนามอารมณ์บ้างรูปารมณ์บ้าง ฯลฯ และองค์ธรรมทั้งหมดของกามารมณ์ก็เป็น
ปัจจุบันอารมณ์ อดีตอารมณ์ อนาคตอารมณ์ ฯลฯ ได้ ฉะนั้นจิต ๑๒ ดวงนี้เป็นจิตฝ่ายแน่นอนจริง
เพราะรับแต่กรรมอารมณ์อย่างเดียว ไม่รับอารมณ์อื่นอีก ๓ ในอารมณ์ประเภทใหญ่ ๔ แต่จิต ๑๒
ดวงนี้รับอารมณ์ได้หลายอารมณ์ในอารมณ์ ๒๑ (แต่ต้องอยู่ในขอบเขตของกามารมณ์)

สำหรับหลักการกาเจตสิทธิรับอารมณ์แน่นอนและไม่แน่นอนมีดังนี้

- ก. เมื่อแรกต้องดูจำนวนจิตที่รับอารมณ์นั้นทั้งฝ่ายแน่นอนและไม่แน่นอนเสียก่อน
- ข. แล้วคิดหาจำนวนเจตสิกที่ประกอบกับจิตเหล่านั้นทั้งสองฝ่าย
- ค. หาเจตสิกที่รับอารมณ์แน่นอน
- ง. ทางฝ่ายไม่แน่นอนอารมณ์ที่ยกมานั้นมีเจตสิกดวงใดที่รับไม่ได้เลยให้เวรออกเสียงเช่น
เจตสิกที่รับ

กามารมณ์ไม่แน่นอนมี ๕๐ ดวง (เว้นอัปมัณฺญา ๒) พ่อแม่อัปมัณฺญาจะเข้าประกอบกับมหากุศลจิตซึ่งเป็นจิตฝ่ายรับอารมณ์ไม่แน่นอนได้ก็จริง ก็ต้องเว้นออกเสียง เพราะอัปมัณฺญาเจตสิก ๒ (กรุณาและมุทิตา) จะมีอารมณ์เป็นสัตว์บัญญัติกล่าวคือ ทุกจิตตสวับัญญัติหรือสุขิตตสวับัญญัติเท่านั้น ไม่สามารถมีอารมณ์เป็นกามารมณ์ได้จึงต้องเว้นออก ดังนี้ เป็นต้น

ตารางที่ ๒.๒ แสดงอารมณ์โดยพิสดาร และจำแนกจิต เจตสิก ที่รับอารมณ์โดยแน่นอน และไม่แน่นอน

อารมณ์โดยพิสดาร	จิตที่รับอารมณ์			เจตสิกที่รับอารมณ์	
	แน่นอน	ไม่แน่นอน	รวม	แน่นอน	ไม่แน่นอน
๒๑.พร้อมองค์ธรรม					
๑. กามอารมณ์ = ๕๔, ๕๒, ๒๘	๒๕ = ๑๓+๑๒ ๖ = ๓+๓	๓๑=๒๐+๕+๖ ๓๑=๒๐+๕+๖	๕๖ ๓๗	ไม่มี ไม่มี	๕๐ (เว้นอัป.๒) ๔๗ (เว้นวิรตี๓,อัป.๒)
๒. มหัคคตอารมณ์ = ๒๗, ๓๕	๘ = ๘	๑๑=๕+๕	๑๙	ไม่มี	๓๖=อัญญ.๑๓+ โสภณ.๒๓(เว้นอัป.๒)
๓.นิพพานอารมณ์ = นิพพาน	๑๔ = ๖+๘ ๑๓ = ๑๐+๓	๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖ ๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖	๕๗ ๕๖	ไม่มี ไม่มี	๕๐ (เว้นอัป.๒) ๕๐ (เว้นอัป.๒)
๔.นามอารมณ์ = ๘๙, ๕๒, นิพพาน					
๕.รูปอารมณ์ = ๒๘					
๖.ปัจจุบันอารมณ์ = ๘๙, ๕๒, ๒๘ ที่กำลังเกิดขึ้น	๑๓ = ๑๐+๓ ๖ = ๓+๓	๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖ ๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖	๕๖ ๔๙	ไม่มี ไม่มี	๕๐ (เว้นอัป.๒) ๔๗ (เว้นวิรตี๓,อัป.๒)
๗.อดีตอารมณ์= ๘๙, ๕๒, ๒๘ ที่ดับไปแล้ว	ไม่มี ๒๙ = ๒๑+๘	๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖ ๓๑ = ๒๐+๕+๖	๔๓ ๕๘/๖๐	ไม่มี อัป.๒	๕๐ (เว้นอัป.๒) ๕๐ (เว้นอัป.๒)
๘.อนาคตอารมณ์ = ๘๙, ๕๒, ๒๘ ที่จะเกิด	๑๓ = ๑๐+๓ ๖ = ๓+๓	๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖ ๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖	๕๖ ๔๙	ไม่มี ไม่มี	๕๐ (เว้นอัป.๒) ๔๗ (เว้นวิรตี๓,อัป.๒)
๙.กาลวิชุดอารมณ์ = นิพพาน, บัญญัติ	ไม่มี ๒๙ = ๒๑+๘	๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖ ๓๑ = ๒๐+๕+๖	๔๓ ๕๘/๖๐	ไม่มี อัป.๒	๕๐ (เว้นอัป.๒) ๕๐ (เว้นอัป.๒)
๑๐.บัญญัติอารมณ์ = อตถ.สัททบัญญัติ	๒๑ = ๑๕+๖ ๓๙= ๒๕+๖+๘	๓๑ = ๒๐+๕+๖ ๓๑ = ๒๐+๕+๖	๕๐/ ๕๒	อัป.๒ วิรตี ๓	๔๗ (เว้นอิสสา๑)อัป.๒ ๔๗ (เว้นอิสสา๑)อัป.๒
๑๑.ปรมัตถอารมณ์ = ๘๙,๕๒,๒๘, นิพพาน			๗๐		

อารมณ์โดยพิสดาร ๒๑ พร้อมองค์ธรรม	จิตที่รับอารมณ์			เจตสิกที่รับอารมณ์	
	แน่นอน	ไม่แน่นอน	รวม	แน่นอน	ไม่แน่นอน
๑๒. อัชฌัตตอารมณ์ = ๘๙, ๕๒, ๒๘ ที่เกิดขึ้นภายใน ตัวเอง ๑๓. พหิททอารมณ์ = ๘๙, ๕๒, ๒๘ ที่เกิดขึ้น แก่ผู้อื่น, รูปที่ไม่มี ชีวิต, นิพพาน, บัญญัติ ๑๔. อัชฌัตตพหิทท อารมณ์ = ๙, ๕๒, ๒๘ ที่เกิดขึ้นทั้งภายใน และภายนอก	๖ = ๓+๓ ๒๖=๑๕+อาภา. ๓+๘ ไม่มี	๕๖=๒๕+๒๐+๕+๖ ๕๖=๒๕+๒๐+๕+๖ ๕๖=๒๕+๒๐+๕+๖	๖๒ ๘๐/ ๖๒ ๕๖	ไม่มี อิสสา. ๑., อัป.๒ ไม่มี	๔๙ (เว้าอิสสา๑)อัป.๒ ๔๙ (เว้าอิสสา๑)อัป.๒ ๔๙ (เว้าอิสสา๑)อัป.๒
๑๕. ปัญจารมณ = วิสยรูป ๗ ๑๖. รูปารมณ = สี ต่างๆ ๑๗. สัททารมณ = เสียงต่างๆ ๑๘. คันธารมณ = กลิ่นต่างๆ	๓ = มโรธาทุ ๒ = จักขุวิญ.๒ ๒ = โสตวิญ.๒ ๒ = ฆานวิญ.๒ ๒ = ชิวหาวิญ.๒ ๒ = กายวิญ.๒	๔๓ = ๑๒+๒๐+ ๕+๖ ๔๖=มโนธาทุ๓+ ๑๒+๒๐+๕+๖ ๔๖=มโนธาทุ๓+ ๑๒+๒๐+๕+๖ ๔๖=มโนธาทุ๓+ ๑๒+๒๐+๕+๖ ๔๖=มโนธาทุ๓+ ๑๒+๒๐+๕+๖ ๔๖=มโนธาทุ๓+ ๑๒+๒๐+๕+๖	๔๖ ๔๘ ๔๘ ๔๘ ๔๘ ๔๘	ไม่มี ไม่มี ไม่มี ไม่มี ไม่มี ไม่มี	๕๐ (เว้าอัป.๒) ๕๐ (เว้าอัป.๒) ๕๐ (เว้าอัป.๒) ๕๐ (เว้าอัป.๒) ๕๐ (เว้าอัป.๒) ๕๐ (เว้าอัป.๒)
๑๙. รสารมณ = รส ต่าง ๆ ๒๐. โปฏฐัพพารมณ = เย็น-ร้อน, อ่อน- แข็ง, หย่อน-ตึง		๔๖=มโนธาทุ๓+ ๑๒+๒๐+๕+๖			
๒๑. ธรรมารมณ = ๘๙, ๕๒, ๒๘, นิ., บัญ.	๓๕= ๒๑+๖+๘	๔๓=๑๒+๒๐+๕+๖	๗๖/๗๘	อัป.๒	๕๐ (เว้าอัป.๒)

๒.๒.๒.๑ อารัมมณสังคหะ

ถ้าอารมณ์ของมรณาสันนขณะนั้น เป็นบัญญัติธรรมารมณ คือ บัญญัติที่เกี่ยวกับกรรมฐาน กสิณบัญญัติ เป็นต้นเหล่านี้แล้ว ปฏิสนธิจิต ภาวังคจิต จุตติจิต ในภพใหม่ย่อมมีอารมณ์เป็น กาลวิมุตตอารมณ คือ บัญญัติ นั้นเอง

อารมณ์ของทวารวิมุตตจิตเหล่านี้ เป็นอนาคตอารมณ์นั้น ย่อมมีไม่ได้ เพราะการรับอารมณ์ของทวารวิมุตตจิตนี้ รับอารมณ์ที่มรณาสันนขณะรับเอามาจากภพก่อนเมื่อใกล้จะตายนั่นเอง

ที่แสดงว่า ทวารวิมุตตจิตมีอารมณ์อย่างไรอย่างหนึ่ง ในบรรดาอารมณ์ ๖ ที่เรียกว่า กรรม กรรมนิमित คตินิมิต ซึ่งฉทวาริกมรณาสันนขณะรับเอามาจากภพก่อนเมื่อใกล้จะตาย เป็นส่วนมาก คำที่ว่า เป็นส่วนมาก นั้นหมายความว่า อารมณ์ของทวารวิมุตตจิตที่ไม่ได้มีอารมณ์กรรม กรรมนิमित คตินิมิต ซึ่งฉทวาริกมรณาสันนขณะรับเอามาจากภพก่อนเมื่อใกล้จะตายก็มี เช่นพวกมนุษย์และเทวดาที่เป็นปัญจมถานลาภบุคคล อันเกี่ยวเนื่องด้วยสัญญาวิราคภาวนา เมื่อตายจากกามภุมิแล้วก็ไปบังเกิดในอสัญญสัตตพรหม เป็นอสัญญสัตตพรหม เมื่อครบอายุชั้ย ๕๐๐ มหาภัปแล้ว ก็จุติลงมาเกิดในกามภุมิ เป็นมนุษย์หรือเทวดาอีก ปฏิสนธิจิต ภาวังคจิต จุตติจิต ของบุคคลเหล่านี้ ย่อมมีอารมณ์ คือ กรรม กรรมนิमित คตินิมิต อย่างไรอย่างหนึ่ง แต่อารมณ์เหล่านี้ ไม่ใช่เป็นอารมณ์ที่ฉทวาริกมรณาสันนขณะรับเอามาจากภพก่อน คือ ภพที่เป็นอสัญญสัตตพรหมเมื่อใกล้จะตาย เพราะอสัญญสัตตพรหมนี้จัดด้วยรูป คือ ชีวิตนวกกลาปที่ดับครั้งสุดท้ายนั่นเอง อารมณ์ที่เรียกว่ากรรม กรรมนิमित คตินิมิตของบุคคลเหล่านี้ เป็นอารมณ์ที่ได้รับมาจากอปราปริยเวทนียกรรมที่ตนเคยทำมาในภพก่อน ๆ นับตั้งแต่ภพที่ ๓ เป็นต้นไปตามสมควร หมายความว่าอปราปริยเวทนียกรรมใด มีโอกาสให้ผลปฏิสนธิในกามภุมิ อารมณ์ของอปราปริยเวทนียกรรมนั้นแหละ เป็นอารมณ์ที่เรียกว่า กรรม กรรมนิमित คตินิมิต แห่งทวารวิมุตตจิตของมนุษย์เทวดาเหล่านี้ ด้วยเหตุนี้แหละ พระอนุรุทธาจารย์จึงแสดงคำว่า เป็นส่วนมากในข้อนี้

๒.๒.๒.๒ ปริจเฉทที่ ๓ คาถาแสดงจิตที่รับอารมณ์แน่นอน ๔ ประเภทและไม่แน่นอน ๓ ประเภท

- | | |
|---------------------|--------------------|
| ๑. ปญจวิส ปริตตมहि | ฉ จิตตานิ มหาคคเต |
| เอกวิสตี โวหาเร | อภูฐ นิพพานโคจเร ฯ |
| ๒. วิสานุตตรมุตตมहि | อคคมคคผลุชมิเต |
| ปญจ สพพตถ ฉจเจติ | สตตธา ตตถ สงคโห ฯ |

๑. จิต ๒๕ ดวง คือ ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓ สันตிரณจิต ๓ มหาวิปากจิต ๘ หสิตุปปาหจิต ๑ เกิดได้ในอารมณ์ ๖ ที่เป็น กามธรรม อย่างเดียว

จิต ๖ ดวง คือ วิญญาณัญญาตนณานจิต ๓ เนวสัญญานาสัญญาตนณานจิต ๓ เกิดได้ในธรรมารมณที่เป็น มหัคคตะ อย่างเดียว

จิต ๒๑ ดวง คือ รูปาวจรจิต ๑๕ (เว้น อภิญญาจิต ๒) อากาสนัญญาตนฉานจิต ๓ อากิญจัญญาตนฉานจิต ๓ เกิดได้ในธรรมารมณที่เป็น บัญญัติอย่างเดียว

จิต ๘ ดวง คือ โลกุตตรจิต ๘ เกิดได้ในธรรมารมณที่เป็น นิพพานอย่างเดียว

๒. จิต ๒๐ ดวง คือ อกุศลจิต ๑๒ มหากุศลญาณวิปยุตตจิต ๔ มหากริยาญาณวิปยุตตจิต ๔ ที่เป็น กามะ มหัคคตะ บัญญัติ (เว้น โลกุตตรธรรม ๘)

จิต ๕ ดวง คือ มหากุศลญาณสัมปยุตตจิต ๔ กุศลอภิญญาจิต ๑ เกิดได้ใน อารมณ ทั้ง ๖ ที่เป็น กามะ มหัคคตะ โลกุตตระ บัญญัติ (เว้น อรหัตตมรรคอรหัตตผล)

อาร์มณสังคหะ

จิต ๖ ดวง คือ มหากริยาญาณสัมปยุตตจิต ๔ กริยาอภิญญาจิต ๑ มโนทวาราวชชนจิต ๑ เกิดได้ในอารมณทั้ง ๖ ที่เป็นกามะ มหัคคตะ โลกุตตระ บัญญัติ โดยไม่มีเหลือ

ในอาร์มณสังคหะนี้ มีการสงเคราะห์จิต ๗ นัย โดยประเภทแห่ง เอกันตะ ๔ อนุกัณตะ ๓ ดังที่กล่าวมาแล้ว ด้วยประการฉะนี้

คำอธิบายในคาถาที่ ๑

อารมณทั้ง ๖ เหล่านี้ เมื่อจำแนกโดยประเภทใหญ่แล้ว มี ๔ ประเภท คือ

๑. กามอารมณ ได้แก่ อารมณทั้ง ๖
๒. มหัคคตอารมณ ได้แก่ ธรรมารมณ
๓. โลกุตตรอารมณ ได้แก่ ธรรมารมณ
๔. บัญญัติอารมณ ได้แก่ ธรรมารมณ

ต่อไปนี้จะแสดงการจำแนกจิตที่เกิดขึ้นรับอารมณทั้ง ๔ ประเภท ตามลำดับดังนี้
การจำแนกจิต ๖๐ หรือ ๘๒ ดวง ที่รับอารมณแน่นอน โดยอารมณ ๖ และกาล ๓ (ปญจวิส ปริตตมहि)

๑. จักขุวิญญาณจิต ๒ มี
รูปารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว
๒. โสตวิญญาณจิต ๒ มี
สัททารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว
๓. ฆานวิญญาณจิต ๒ มี
คันธารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว

ปริจเฉทที่ ๓

๔. ชิวหาวิญญาณจิต ๒ มี
รสารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว

๕. กายวิญญาณจิต ๒ มี

โณฏฐัพพารมณฺ์ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว

๖. มโนธาตุ ๓ มี

ปัญจารมณฺ์ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว

๗. สันตฺรณจิต ๓ มหาวิปากจิต ๘ หลิตฺตฺปาทจิต ๑ รวม ๑๒ ดวงนี้ มี

อารมณฺ์ ๖ ที่เป็น ปัจจุบัน อดีต อนาคต

(ฉ จิตตานิ มหาคคเต)

๘. วิญญาณัญจายตนกฺุศลจิต ๑ วิปากจิต ๑ มี

มหัคคตธรรมารมณฺ์ คือ อากาสนัญจายตนกฺุศล ที่เป็น อดีต อย่างเดียว

๙. วิญญาณัญจายตนกริยาจิต ๑ มี

มหัคคตธรรมารมณฺ์ คือ อากาสนัญจายตนกฺุศล และกริยา ที่เป็นอดีต อย่างเดียว

๑๐. เวนสัณฺญาณสัณฺญาตฺนกฺุศล ๑ วิปากจิต ๑ มี

มหัคคตธรรมารมณฺ์ คือ อากิณฺจัญญาตฺนกฺุศล ที่เป็น อดีต อย่างเดียว

๑๑. เวนสัณฺญาณาสัณฺญาตฺนกริยาจิต ๑ มี

มหัคคตธรรมารมณฺ์ คือ อากิณฺจัญญาตฺนกฺุศล และ กริยา ที่เป็นอดีต อย่างเดียว

(เอกวีสติ โวหาเร)

๑๒. รูปาวจรปฐฺมณานจิต ๓ มี

บัญญัติธรรมารมณฺ์ คือ กสิณบัญญัติ ๑๐ อสุภบัญญัติ ๑๐ โภจรูปบัญญัติ ๑
อานาปานบัญญัติ ๑ ปิยมนาปสัตฺตวบัญญัติ ๑ ทุกขิตสัตฺตวบัญญัติ ๑ สุขิตสัตฺตวบัญญัติ ๑ ที่เป็นกาล
วิมุตต์ อย่างเดียว

อารัมมณสังคหะ

๑๓. รูปาวจรหุตฺตยณานจิต ๓ ตตฺตยณานจิต ๓ จตฺตถณานจิต ๓ รวม ๙ ดวงนี้

มีบัญญัติธรรมารมณฺ์ คือ กสิณบัญญัติ ๑๐ อานาปานบัญญัติ ๑ ปิยมนาปสัตฺตว
บัญญัติ ๑ ทุกขิตสัตฺตวบัญญัติ ๑ สุขิตสัตฺตวบัญญัติ ๑ ที่เป็น กาลวิมุตต์ อย่างเดียว

๑๔. รูปาวจรปญฺจณานจิต ๓ (เวณฺ์ อภิญญา) มี

บัญญัติธรรมารมณฺ์ คือ กสิณบัญญัติ ๑๐ อานาปานบัญญัติ ๑ มัชฌิมตสัตฺตว
บัญญัติ ๑ ที่เป็นกาลวิมุตต์ อย่างเดียว

๑๕. อากาสนัญจายตนณานจิต ๓ มีบัญญัติธรรมารมณฺ์ คือ กสิณฺคฺขานฺนิมาภาส
บัญญัติ ที่เป็น กาลวิมุตต์อย่างเดียว

๑๖. อากิณฺจัญญาตฺนณานจิต ๓ มี

บัญญัติธรรมารมณฺ์ คือ นตฺถิกาวบัญญัติ ที่เป็น กาลวิมุตต์ อย่างเดียว

(อภฺฐ นิพพานโคจร)

๑๗. โลกุตตรจิต ๘ หรือ ๔๐ มี

ธรรมารมณ คือ นิพพาน ที่เป็น กาลวิมุตต์ อย่างเดียว (หมายถึงสอุปาทิเสสนิพพาน)

การจำแนกจิต ๓๑ ดวง ที่รับอารมณ์ไม่แน่นอน โดยอารมณ์ ๖ และกาล ๓

(วิธานุตตรมุตตมฺหิ)

๑. อภฺฐจิต ๑๒ มหาภฺฐญาณวิปฺยุตตจิต ๔ มหาภฺฐญาณวิปฺยุตตจิต ๔ รวม ๒๐ ดวงนี้ มีอารมณ์ ๖ คือ รูปารมณ สัททารมณ คันธารมณ รัสซารมณ โภภฺฐัพพารมณ และธรรมารมณ ซึ่งได้แก่ โลภียจิต เจตสิก ปสาทรูป สุขุมรูป สัททภฺญญติ อตฺถภฺญญติ ที่เป็น ปัจจุบัน อดีต อนาคต และกาลวิมุตต์ (อคคฺมคคผลฺลชฺฌิตเต ปณฺจ)

๒. มหาภฺฐญาณสัมปฺยุตตจิต ๔ กุศลอภฺญญาจิต ๑ รวม ๕ ดวงนี้ มีอารมณ์ ๖ คือ รูปารมณ สัมมารมณ คันธารมณ รัสซารมณ โภภฺฐัพพารมณ และธรรมารมณ ซึ่งได้แก่ จิต ๘๗ (เวณฺนอรหัตตมรรค อรหัตตผล) เจตสิก ๕๒ ปสาทรูป สุขุมรูป นิพพาน สัททภฺญญติ อตฺถภฺญญติ ที่เป็น ปัจจุบัน อดีต อนาคต และกาลวิมุตต์ (สพฺพตฺถ น จ)

๓. มโนทวาราวชฺชนจิต ๑ มหาภฺฐญาณสัมปฺยุตตจิต ๔ ภฺริยาอภฺญญาจิต ๑ รวม ๖ ดวงนี้ มี อารมณ์ ๖ คือ รูปารมณ สัททารมณ คันธารมณ รัสซารมณ โภภฺฐัพพารมณ และธรรมารมณ ซึ่งได้แก่ จิต ๘๘ เจตสิก ๕๒ ปสาทรูป สุขุมรูป นิพพาน สัททภฺญญติ อตฺถภฺญญติ ที่เป็น ปัจจุบันอดีต อนาคต และกาลวิมุตต์ ทั้งหมดไม่มีเหลือ

อารมณ์พิสดาร ๒๑

๑. กามอารมณ์ ได้แก่

กามจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘ ได้อารมณ์ ๖

๒. มหัคคตอารมณ์ ได้แก่

มหัคคตจิต ๒๗ เจตสิก ๓๕ ได้อารมณ์ ๑ คือ ธรรมารมณ

๓. นิพพานอารมณ์ ได้แก่

นิพพาน ได้อารมณ์ ๑ คือ ธรรมารมณ

อาร์มณสังคหะ

๔. นามอารมณ์ ได้แก่ จิต

เจตสิก นิพพาน ได้อารมณ์ ๑ คือ ธรรมารมณ

๕. รูปอารมณ์ ได้แก่

รูป ๒๘ ได้อารมณ์ ๖

๖. ปัจจุบันอารมณ์ ได้แก่

จิต เจตสิก รูป ที่กำลังเกิดขึ้น ได้อารมณ์ ๖

๗. อดีตอาภรณ์ ได้แก่

จิต เจตสิก รูป ที่ดับไปแล้ว ได้อาภรณ์ ๖

๘. อนาคตอาภรณ์ ได้แก่

จิต เจตสิก รูป ที่จะเกิด ได้อาภรณ์ ๖

๙. กาลวิมุตตอาภรณ์ ได้แก่

นิพพาน บัญญัติ ได้อาภรณ์ ๑ คือ ธรรมารมณ

๑๐. บัญญัติอาภรณ์ ได้แก่

อรรถบัญญัติ สัททบัญญัติ ได้อาภรณ์ ๑ คือ ธรรมารมณ

๑๑. ปรมาตถอาภรณ์ ได้แก่

จิต เจตสิก รูป นิพพาน ได้อาภรณ์ ๖

๑๒. อัชฌัตตอาภรณ์ ได้แก่

จิต เจตสิก รูป ที่เกิดขึ้นภายในตัวเอง ได้อาภรณ์ ๖

๑๓. พหิทถอาภรณ์ ได้แก่

จิต เจตสิก รูป ที่เกิดขึ้นแก่ผู้อื่น และ รูปที่ไม่มีชีวิต นิพพาน บัญญัติ ได้อาภรณ์ ๖

๑๔. อัชฌัตตพหิทถอาภรณ์ ได้แก่

จิต เจตสิก รูป ที่เกิดขึ้นทั้งภายในและภายนอก ได้อาภรณ์ ๖

๑๕. ปัญจารมณ ได้แก่ วิสยรูป ๗ ได้อาภรณ์ ๕

ปริจเฉทที่ ๓

๑๖. รูปรามณ ได้แก่ สีต่างๆ

๑๗. สัททารมณ ได้แก่ เสียงต่างๆ

๑๘. คันธารมณ ได้แก่ กลิ่นต่างๆ

๑๙. รสอารมณ ได้แก่ รสต่างๆ

๒๐. โภภุสัพพารมณ ได้แก่ เย็น ร้อน แฉ่ง อ่อน หย่อน ตึง

๒๑. ธรรมารมณ ได้แก่ จิต เจตสิก ปสาทรูป สุขุมรูป นิพพาน บัญญัติ

การจำแนกจิตที่รับอาภรณ์โดยแน่นอน

๑. จิตที่รับ กามอาภรณ์ อย่างเดียว มี ๒๕ ดวง คือ

ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓ สันตึรณจิต ๓ มหาวิปากจิต ๘ หลิตุป

ปาทจิต ๑ รวม ๒๕ ดวง

๒. จิตที่รับ มหัคคตอาภรณ์ อย่างเดียว มี ๖ ดวง คือ

วิญญาณัญญาตณณานจิต ๓ เนวสัญญานาสัญญาตณณานจิต ๓ รวม ๖ ดวง

๓. จิตที่รับ นิพพานอาภรณ์ อย่างเดียว มี ๘ ดวง คือ

โลกุตตรจิต ๘

๔. จิตที่รับ นามอารมณ์ อย่างเดียว มี ๑๔ ดวง คือ

วิญญูณัญญาตณณานจิต ๓ เนวส์ัญญานาสัญญาตณณานจิต ๓ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๑๔ ดวง

อาร์มมณสังคหะ

๕. จิตที่รับ รูปอารมณ์ อย่างเดียว มี ๑๓ ดวง คือ

ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓ รวม ๑๓ ดวง

๖. จิตที่รับ ปัจจุบันอารมณ์ อย่างเดียว มี ๑๓ ดวง คือ

ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓ รวม ๑๓ ดวง

๗. จิตที่รับ อดีตอารมณ์ อย่างเดียว มี ๖ ดวง คือ

วิญญาณัญญาตณณานจิต ๓ เนวส์ัญญานาสัญญาตณณานจิต ๓ รวม ๖ ดวง

๘. จิตที่รับ อนาคตอารมณ์ อย่างเดียว ไม่มี

๙. จิตที่รับ กาลวิมุตตอารมณ์ อย่างเดียว มี ๒๙ ดวง คือ

รูปาวจรจิต ๑๕ (เว้น อภิญญาจิต) อากาสนัญญาตณณานจิต ๓ อากิญจัญญาตณณานจิต ๓ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๒๙ ดวง

๑๐. จิตที่รับ บัญญัติอารมณ์ อย่างเดียว มี ๒๑ ดวง คือ

รูปาวจรจิต ๑๕ (เว้น อภิญญาจิต) อากาสนัญญาตณณานจิต ๓ อากิญจัญญาตณณานจิต ๓ รวม ๒๑ ดวง

๑๑. จิตที่รับ ปรมัตถอารมณ์ อย่างเดียว มี ๓๙ ดวง คือ

ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓ สันตึรณจิต ๓ มหาวิปากจิต ๘ หสิตุปปาทจิต ๑ วิญญาณัญญาตณณานจิต ๓ เนวส์ัญญาตณณานจิต ๓ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๓๙ ดวง

๑๒. จิตที่รับ อัชฌัตตอารมณ์ อย่างเดียว มี ๖ ดวง คือ

วิญญาณัญญาตณณานจิต ๓ เนวส์ัญญานาสัญญาตณณานจิต ๓ รวม ๖ ดวง

๑๓. จิตที่รับ พหิทถอารมณ์ อย่างเดียว มี ๒๖ ดวง คือ

รูปาวจรจิต ๑๕ (เว้น อภิญญาจิต) อากาสนัญญาตณณานจิต ๓ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๒๖ ดวง

๑๔. จิตที่รับ ปัญจารมณ อย่างเดียว มี ๓ ดวง คือ

มโนธาตุ ๓

ปริจเฉทที่ ๓

๑๕. จิตที่รับ รูปารมณ อย่างเดียว มี ๒ ดวง คือ

จักขุวิญญาณจิต ๒

๑๖. จิตที่รับ สัททารมณ อย่างเดียว มี ๒ ดวง คือ

โสตวิญญาณจิต ๒

๑๗. จิตที่รับ คันธารมณฺ์ อย่างเดียว มี ๒ ดวง คือ
 ฆานวิญญานจิต ๒
๑๘. จิตที่รับ รสารมณฺ์ อย่างเดียว มี ๒ ดวง คือ
 ชิวหาวิญญานจิต ๒
๑๙. จิตที่รับ โฝฏฐัพพารมณฺ์ อย่างเดียว มี ๒ ดวง คือ
 กายวิญญานจิต ๒
๒๐. จิตที่รับ ธรรมารมณฺ์ อย่างเดียว มี ๓๕ ดวง คือ
 มหัคคตจิต ๒๗ (เว้น อภิญญาจิต ๒) โลกุตตรจิต ๘ รวม ๓๕ ดวง
๒๑. จิตที่รับ อารมณฺ์ได้อย่างเดียว มี ๒๘ ดวง คือ
 ทวิปัญจวิญญานจิต ๑๐ อากาสนัญญาตณฺณจิต ๓ อากิญจัญญาตณฺณจิต ๓
 วิญญาณัญญาตณฺณกุศลจิต ๑ วิปากจิต ๑ เนวสัณฺญาณานาสนัญญาตณฺณกุศลจิต ๑ วิปากจิต ๑
 โลกุตตรจิต ๘ รวม ๒๘ ดวง

คำอธิบาย จิตที่รับอารมณฺ์อย่างเดียว

ในทวิปัญจวิญญานจิต ๑๐ นั้น

๑. จักขุสัณฺญาณจิต ๒ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ รูปารมณฺ์
๒. โสตวิญญานจิต ๒ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ สัททารมณฺ์
๓. ฆานวิญญานจิต ๒ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ คันธารมณฺ์
๔. ชิวหาวิญญานจิต ๒ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ รสารมณฺ์
๕. กายวิญญานจิต ๒ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ โฝฏฐัพพารมณฺ์

อารมณฺ์สังคหะ

๖. อากาสนัญญาตณฺณจิต ๓ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ
 กสิณฺคฆาภิมากาสบัญญัติ
๗. อากิญจัญญาตณฺณจิต ๓ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ
 นตฺถิภาวบัญญัติ
๘. วิญญาณัญญาตณฺณกุศลจิต ๑ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ
 อากาสนัญญาตณฺณกุศลมาน ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตน ในภพนี้และภพก่อน
๙. วิญญาณัญญาตณฺณวิปากจิต ๑ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ
 อากาสนัญญาตณฺณกุศลมาน ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตน ในภพก่อน
๑๐. เนวสัณฺญาณานัญญาตณฺณกุศลจิต ๑ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ
 อากิญจัญญาตณฺณกุศลมาน ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตน ในภพนี้และภพก่อน
๑๑. เนวสัณฺญาณานาสนัญญาตณฺณวิปากจิต ๑ มีอารมณฺ์อย่างเดียว คือ
 อากิญจัญญาตณฺณกุศลมาน ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตนในภพก่อน

๑๒. โลกุตตรจิต ๘ มีอารมณ์อย่างเดียว คือ นิพพาน

๒๒. จิตที่รับ อารมณ์ได้ ๒ อย่าง มี ๒ ดวง คือ

วิญญาณัญญาตนกริยาจิต ๑ เนวส์ัญญานาสัญญาตนกริยาจิต ๑

คำอธิบาย จิตที่รับอารมณ์ ๒ อย่าง

๑. วิญญาณัญญาตนกริยาจิต ๑ อารมณ์ ๒ คือ

อากาศาสนัญญาตนกุศลฌาน ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตน ในภพนี้และภพก่อน และ
อากาศาสนัญญาตนกริยามาน ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตน ในภพนี้

๒. เนวส์ัญญานาสัญญาตนกริยาจิต ๑ อารมณ์ ๒ คือ

อากิญจัญญาตนกุศลฌาน ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตน ในภพนี้และในภพก่อน
และอากิญจัญญาตนกริยามาน ที่เคยเกิดมาแล้วแก่ตน ในภพนี้

ปริเฉทที่ ๓

๒๓. จิตที่รับ อารมณ์ได้ ๕ อย่าง มี ๓ ดวง คือ

มโนธาตุ ๓ รับอารมณ์ ๕ อย่าง คือ รูปารมณ์ สัทธารมณ์ คันธารมณ์
รสารมณ์ โผฏฐัพพารมณ์

๒๔. จิตที่รับ อารมณ์ได้ ๑๒ อย่าง มี ๓ ดวง คือ รูป

ปาวจรปัญจฌานจิต ๓

รับอารมณ์ ๑๒ อย่าง คือ กสิณบัญญัติ ๑๐ อานาปานบัญญัติ ๑๐ มัชฌัตต
สัตว์บัญญัติ ๑

๒๕. จิตที่รับ อารมณ์ได้ ๑๔ อย่าง มี ๙ ดวง คือ

รูปาวจรหุตติยฌานจิต ๓ คติยฌานจิต ๓ จตุตถฌานจิต ๓

รับอารมณ์ ๑๔ อย่าง คือ กสิณบัญญัติ ๑๐ อานาปานบัญญัติ ๑ ปิยมนาป
สัตว์บัญญัติ ๑ ทุกขิตสัตว์บัญญัติ ๑ สุขิตสัตว์บัญญัติ ๑

๒๖. จิตที่รับ อารมณ์ได้ ๒๕ อย่าง มี ๓ ดวง คือ

รูปาวจรปฐมฌานจิต ๓

รับอารมณ์ ๒๕ อย่าง คือ กสิณบัญญัติ ๑๐ อสุภบัญญัติ ๑๐ โภภฐาสบัญญัติ ๑
อานาปานบัญญัติ ๑ ปิยมนาปสัตว์บัญญัติ ๑ ทุกขิตสัตว์บัญญัติ ๑ สุขิตสัตว์บัญญัติ ๑

การจำแนกจิตที่รับอารมณ์ โดยไม่แน่นอน

๑. จิตที่รับ กามอารมณ์ มหัคคตอารมณ์ กาลวิมุตตอารมณ์ บัญญัติอารมณ์
ปรมัตตอารมณ์ ได้ ๕ อย่าง มี ๓๑ ดวง คือ

มโนทวาราวชชนจิต ๑ อกุศลจิต ๑๒ มหากุศลจิต ๘ มหากริยาจิต ๘ อภิญญาจิต ๒

รวม ๓๑ ดวง

๒. จิตที่รับ ปัจจุบันอารมณ์ อดีตอารมณ์ อนาคตอารมณ์ ธรรมารมณ์ รูปอารมณ์ นามอารมณ์ ได้ ๖ อย่าง มี ๔๓ ดวง คือ

มโนทวาราวชชนจิต ๑ สันตীরณจิต ๓ อกุศลจิต ๑๒ หสิตุปปาทจิต ๑ กามาวจร โสภณจิต ๒๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๔๓ ดวง

๓. จิตที่รับ อัชฌัตตอารมณ์ พหิททอารมณ์ อัชฌัตตพหิททอารมณ์ ได้ ๓ อย่าง มี ๕๖ ดวง คือ

กามจิต ๕๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๕๖ ดวง

๔. จิตที่รับ นิพพานอารมณ์ ไม่นั่นอน มี ๑๑ ดวง คือ

มโนทวาราวชชนจิต ๑ มหากุศลญาณสัมปยุตตจิต ๔ มหากริยาญาณสัมปยุตตจิต ๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๑๑ ดวง

๕. จิตที่รับ รูปารมณ์ ไม่นั่นอน และรับ สัททารมณ์ คันธารมณ์ รสารมณ์ โผฏฐัพพารมณ์ ก็ไม่นั่นอน มี ๔๖ ดวง คือ

กามจิต ๔๔ (เว้น ภิญญาจิต ๒ ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐)

๖. จิตที่รับ ปัญจารมณ์ ไม่นั่นอน คือ รับธรรมารมณ์ก็ได้ มี ๔๓ ดวง คือ

กามจิต ๔๑ (เว้น ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓) อภิญญาจิต ๒

การจำแนกจิตที่รับอารมณ์ โดยนั่นอน และ ไม่นั่นอนรวมกัน

๑. จิตที่รับ กามอารมณ์ ได้ มี ๕๖ ดวง คือ

กามจิต ๕๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๕๖ ดวง

๒. จิตที่รับ มหัคคตอารมณ์ ได้ มี ๓๗ ดวง คือ

อกุศลจิต ๑๒ มโนทวาราวชชนจิต ๑ มหากุศลจิต ๘ มหากริยาจิต ๘ อภิญญาจิต ๒ วิญญาณัญญาตณณานจิต ๓ เนวส์ัญญานาัญญาตณณานจิต ๓ รวม ๓๗ ดวง

๓. จิตที่รับ นิพพานอารมณ์ ได้ มี ๑๙ ดวง คือ

มโนทวาราวชชนจิต ๑ มหากุศลญาณสัมปยุตตจิต ๔ มหากริยาญาณสัมปยุตตจิต ๔ อภิญญาจิต ๔ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๑๙ ดวง

๔. จิตที่รับ นามอารมณ์ ได้ มี ๕๗ ดวง คือ

อกุศลจิต ๑๒ สันตীরณจิต ๓ มโนทวาราวชชนจิต ๑ หสิตุปปาทจิต ๑ กามาวจร โสภณจิต ๒๔ อภิญญาจิต ๒ วิญญาณัญญาตณณานจิต ๓ เนวส์ัญญานาัญญาตณณานจิต ๓ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๕๗ ดวง

๕. จิตที่รับ รูปอารมณ์ ได้ มี ๕๖ ดวง คือ

กามจิต ๕๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๕๖ ดวง

๖. จิตที่รับ ปัจจุบันอารมณ์ ได้ มี ๕๖ ดวง คือ

กามจิต ๕๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๕๖ ดวง

๗. จิตที่รับ อตีตอาภรณ์ ได้แก่ มี ๔๙ ดวง คือ

อกุศลจิต ๑๒ สันตীরณจิต ๓ มโนทวาราวชชนจิต ๑ หสิตุปปาทจิต ๑ กามาวจรโสภณจิต ๒๔ อภิญญาจิต ๒ วิญญาณัญญาตณมานจิต ๓ เนวสัณญานาสัณญาตณมานจิต ๓ รวม ๔๙ ดวง

๘. จิตที่รับ อนาคตอาภรณ์ ได้แก่ มี ๔๓ ดวง คือ

มโนทวาราวชชนจิต ๑ สันตীরณจิต ๓ อกุศลจิต ๑๒ หสิตุปปาทจิต ๑ กามาวจรโสภณจิต ๒๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๔๓ ดวง

๙. จิตที่รับ กาลวิมุตตอาภรณ์ ได้แก่ มี ๕๘ หรือ ๖๐ ดวง คือ

อกุศลจิต ๑๒ มโนทวาราวชชนจิต ๑ มหากุศลจิต ๘ มหากริยาจิต ๘ รูปาวจรจิต ๑๕ พร้อมด้วยอภิญญาจิต ๒ อากาสนัญญาตณมานจิต ๓ อากิญจัญญาตณมานจิต ๓ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๕๘ หรือ ๖๐ ดวง

๑๐. จิตที่รับ บัญญัติอาภรณ์ ได้แก่ มี ๕๐ หรือ ๕๒ ดวง คือ

อกุศลจิต ๑๒ มโนทวาราวชชนจิต ๑ มหากุศลจิต ๘ มหากริยาจิต ๘ รูปาวจรจิต ๑๕ พร้อมด้วย อภิญญาจิต ๒ อากาสนัญญาตณมานจิต ๓ อากิญจัญญาตณมานจิต ๓ รวม ๕๐ หรือ ๕๒ ดวง

อาร์มมณสังคหะ

๑๑. จิตที่รับ ปรมัตถอาภรณ์ ได้แก่ มี ๗๐ ดวง คือ

กามจิต ๕๔ อภิญญาจิต ๒ วิญญาณัญญาตณมานจิต ๓ เนวสัณญานาสัณญาตณมานจิต ๓ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๗๐ ดวง

๑๒. จิตที่รับ อัชฌัตตอาภรณ์ ได้แก่ มี ๖๒ ดวง คือ

กามจิต ๕๔ อภิญญาจิต ๒ วิญญาณัญญาตณมานจิต ๓ เนวสัณญานาสัณญาตณมานจิต ๓ รวม ๖๒ ดวง

๑๓. จิตที่รับ พหิททอาภรณ์ ได้แก่ มี ๘๐ หรือ ๘๒ ดวง คือ

กามจิต ๕๔ รูปาวจรจิต ๑๕ พร้อมด้วย อภิญญาจิต ๒ อากาสนัญญาตณมานจิต ๓ โลกุตตรจิต ๘ รวม ๘๐ หรือ ๘๒ ดวง

๑๔. จิตที่รับ อัชฌัตตพหิททอาภรณ์ ได้แก่ มี ๕๖ ดวง คือ

กามจิต ๕๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๕๖ ดวง

๑๕. จิตที่รับ รูปารมณ ได้แก่ มี ๔๘ ดวง คือ

อกุศลจิต ๑๒ จักขุวิญญาณจิต ๒ มโนธาตุ ๓ สันตীরณจิต ๓ มโนทวาราวชชนจิต ๑ หสิตุปปาทจิต ๑ กามาวจรโสภณจิต ๒๔ อภิญญาจิต ๒ รวม ๔๘ ดวง

๑๖. จิตที่รับ สัททารมณ ได้แก่ มี ๔๘ ดวง

เหมือนจิตที่รับ รูปารมณ เปลี่ยนแต่ จักขุวิญญาณจิต เป็นโสทวิญญาณจิต เท่านั้น

๑๗. จิตที่รับ คันธารมณ ได้แก่ มี ๔๘ ดวง

เหมือนจิตที่รับ รูปารมณ เปลี่ยนแต่ จักขุวิญญาณจิต เป็นฆานวิญญาณจิต เท่านั้น

๑๘. จิตที่รับ รสอารมณ์ ได้ มี ๔๘ ดวง

เหมือนจิตที่รับ รูปอารมณ์ เปลี่ยนแต่ จักขุวิญญาณจิต เป็นชีวหาวิญญาณ แทน

ปริจเฉทที่ ๓

๑๙. จิตที่รับ โผฏฐัพพอารมณ์ ได้ มี ๔๘ ดวง

เหมือนจิตที่รับ รูปอารมณ์ เปลี่ยนแต่ จักขุวิญญาณจิต เป็นกายวิญญาณจิต แทน

๒๐. จิตที่รับ ปัญจอารมณ์ ได้ มี ๔๖ ดวง คือ

กามจิต ๔๔ (เว้น ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐) อภิญญาจิต ๒ รวม ๔๖ ดวง

๒๑. จิตที่รับ ธรรมารมณ์ ได้ มี ๗๖ หรือ ๗๘ ดวง คือ

กามจิต ๔๑ (เว้น ทวิปัญจวิญญาณจิต ๑๐ มโนธาตุ ๓) รูปาวจรจิต ๑๕ พร้อมด้วย อภิญญาจิต ๒ อรูปาวจรจิต ๑๒ โลกุตตจิต ๘ รวม ๗๖ หรือ ๗๘ ดวง

การจำแนกเจตสิก โดยอารมณ์ ๒๑ แน่นอนและไม่แน่นอน

๑. เจตสิกที่รับ กามอารมณ์ แน่นอน ไม่มี

เจตสิกที่รับ กามอารมณ์ ไม่แน่นอน มี (เว้น อัปปมัญญา ๒)

๒. เจตสิกที่รับ มหัคคตอารมณ์ แน่นอน ไม่มี

เจตสิกที่รับ มหัคคตอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๔๗ ดวง (เว้น วิรตี ๓ อัปปมัญญา ๒)

๓. เจตสิกที่รับ นิพพานอารมณ์ แน่นอน ไม่มี

เจตสิกที่รับ นิพพานอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๓๖ ดวง คือ อัญญาสมานเจตสิก ๑๓ โสภณเจตสิก ๒๓ (เว้น อัปปมัญญา ๒)

๔. เจตสิกที่รับ นามอารมณ์ แน่นอน ไม่มี

เจตสิกที่รับ นามอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๕๐ ดวง (เว้น อัปปมัญญา ๒)

๕. เจตสิกที่รับ รูปอารมณ์ แน่นอน ไม่มี

เจตสิกที่รับ รูปอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๕๐ ดวง (เว้น อัปปมัญญา ๒)

๖. เจตสิกที่รับ ปัจจุบันอารมณ์ แน่นอน ไม่มี

เจตสิกที่รับ ปัจจุบันอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๕๐ ดวง (เว้น อัปปมัญญา ๒)

๗. เจตสิกที่รับ อติตอารมณ์ แน่นอน ไม่มี

เจตสิกที่รับ อติตอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๔๗ ดวง (เว้น วิรตี ๓ อัปปมัญญา ๒)

๘. เจตสิกที่รับ อนาคตอารมณ์ แน่นอน ไม่มี

เจตสิกที่รับ อนาคตอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๕๐ ดวง (เว้น อัปปมัญญา ๒)

๙. เจตสิกที่รับ กาลวิมุตตอารมณ์ แน่นอน มี ๒ ดวง คือ อัปปมัญญาเจตสิก ๒

เจตสิกที่รับ กาลวิมุตตอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๕๐ ดวง (เว้น อัปปมัญญาเจตสิก ๒)

๑๐. เจตสิกที่รับ บัญญัติอารมณ์ แน่นอน มี ๒ ดวง คือ อัปปมัญญาเจตสิก ๒

เจตสิกที่รับ บัญญัติอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๔๗ ดวง (เว้น วิรตี ๓ อัปปมัญญา ๒)

๑๑. เจตสิกที่รับ ปรมัตถอารมณ์ แน่นอน มี ๓ ดวง คือ วิรตีเจตสิก ๓
 เจตสิกที่รับ ปรมัตถอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๔๗ ดวง (เว้น วิรตี ๓ อัปปมัญญา ๒)
๑๒. เจตสิกที่รับ อัชฌัตตอารมณ์ แน่นอน ไม่มี
 เจตสิกที่รับ อัชฌัตตอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๔๙ ดวง (เว้น อีสสา ๑ อัปปมัญญา ๒)
๑๓. เจตสิกที่รับ พหิททอารมณ์ แน่นอน มี ๓ ดวง คือ อีสสา ๑ อัปปมัญญา ๒
 เจตสิกที่รับ พหิททอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๔๙ ดวง (เว้น อีสสา ๑ อัปปมัญญา ๒)
๑๔. เจตสิกที่รับ อัชฌัตตพหิททอารมณ์ แน่นอน ไม่มี (คือ ไม่มีได้)
 เจตสิกที่รับ อัชฌัตตพหิททอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๔๙ ดวง (เว้น อีสสา ๑ อัปป

มัญญา ๒)

๑๕. เจตสิกที่รับ รูปารมณ์ สัททอารมณ์ คันธารมณ์ รสอารมณ์ โภกฺกฐัพพารมณ์
 แน่นอน ไม่มี
 เจตสิกที่รับ รูปารมณ์ สัททอารมณ์ คันธารมณ์ รสอารมณ์ โภกฺกฐัพพารมณ์ ไม่แน่นอน
 มี ดวง (เว้น อัปปมัญญา ๒)

๑๖. เจตสิกที่รับ ปัญจอารมณ์ แน่นอน ไม่มี
 เจตสิกที่รับ ปัญจอารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๕๐ ดวง (เว้น อัปปมัญญา ๒)
๑๗. เจตสิกที่รับ ธรรมารมณ์ แน่นอน มี ๒ ดวง คือ อัปปมัญญาเจตสิก ๒
 เจตสิกที่รับ ธรรมารมณ์ ไม่แน่นอน มี ๕๐ ดวง (เว้น อัปปมัญญาเจตสิก ๒)

๒.๒.๒.๓ กระบวนการธรรมชาติของอารมณ์

จิตและเจตสิกทั้งหลาย มาอินตฺในธรรมชาตินี้ ฉะนั้น ธรรมชาตินี้ ชื่อว่า อารมณ์ธรรมชาติไต่
 ย่อมหน่วงเหนี่ยวจิต และเจตสิก ทั้งหลาย ฉะนั้น ธรรมชาตินั้น เชื่อว่า อารมณ์

อารมณ์ มี ๖ อย่าง

- | | |
|-------------------|---|
| ๑. รูปารมณ์ | องค์ธรรมได้แก่ วรรณรูป |
| ๒. สัททอารมณ์ | องค์ธรรมได้แก่ สัททรูป |
| ๓. คันธารมณ์ | องค์ธรรมได้แก่ คันธรูป |
| ๔. รสอารมณ์ | องค์ธรรมได้แก่ รสรูป |
| ๕. โภกฺกฐัพพารมณ์ | องค์ธรรมได้แก่ ปฐวีธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ |
| ๖. ฉัมมารมณ์ | องค์ธรรมได้แก่ ปสาทรูป ๕ สุขุมรูป ๑๖ จิต ๘๙ เจตสิก ๕๒ |

นิพพาน ปัญญุตติ

จำแนกอารมณ์ ๖ เป็น ๔ นัย

๑. กามอารมณ์ องค์ธรรมได้แก่ กามาวจรจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘
๒. มหัคคตอารมณ์ องค์ธรรมได้แก่ มหัคคตจิต ๒๗ เจตสิก ๓๕

๓. บัญญัติอารมณ์ องค์ธรรมได้แก่ บัญญัติธรรม เช่น บัญญัติว่า สัตว์ บุคคล

๔. โลกุตตรอารมณ์ องค์ธรรมได้แก่ โลกุตตรธรรม ๙ ชื่อว่า โลกุตตรอารมณ์

จิต ๗ อย่าง รู้อารมณ์ต่างกัน

- ๑. จิต ๒๕ ดวง รู้ กามอารมณ์ { ทวิปัญญาวิญญาณ ๑๐ รู้ รูปารมณ์
มโนธาตุ ๓ รู้ ปัญจารมณ์
ตทาลัมพณ ๑๑ และ หลิตุปปาทจิต ๑ รู้ ปัญจารมณ์
- ๒. จิต ๖ ดวง รู้ มหัคคตอารมณ์ { วิญญาณัญญาตณมานจิต ๓ มี กุศล วิบาก กิริยา
กุศล
เนวสัณญานาสัณญาตณมานจิต ๓ มี อากิญจัญญาตณ
วิบาก กิริยา
- ๓. จิต ๒๑ ดวง รู้ บัญญัติอารมณ์ { รูปาวจรจิต ๑๕ มี บัญญัติธรรมเป็นอารมณ์
เป็นอารมณ์ { อากาसानัญญาตณมานจิต ๓ มี กสิณुकขมาภิมากาสบัญญัติ
อากิญจัญญาตณมานจิต ๓ มี นัตถิภาวบัญญัติ เป็น
อารมณ์

๔. จิต ๘ ดวง รู้ โลกุตตรอารมณ์ [มรรคจิต ๔ ผลจิต ๔

๕. จิต ๒๐ ดวง รู้ อารมณ์ทุกอย่าง เว้น โลกุตตรธรรม { อกุศลจิต ๑๒
มหากุศลญาณวิปยุตจิต ๔
มหากิริยาญาณวิปยุตจิต ๔

๖. จิต ๕ ดวง รู้ อารมณ์ทุกอย่าง เว้น อรหัตตมรรค อรหัตตผล { มหากุศลญาณสัมปยุตจิต ๔
อภิญาญากุศลจิต ๑

๗. จิต ๖ ดวง รู้ อารมณ์ทุกสิ่งทุกอย่าง { มโนทวาราวชชนจิต ๑
มหากิริยาญาณสัมปยุตจิต ๔
อภิญาญากิริยาจิต ๑

ทวารวิมุตตจิต ๑๙ มีอารมณ์ ๓ อย่าง → { กรรมอารมณ์
กรรมนิमितอารมณ์
คตินิमितอารมณ์

[อุเบกขาสันตริณจิต ๒
มหาวิบากจิต ๘
มหัคคตวิบากจิต ๙]

ทำกิจ ปฏิสนธิ ภาวังค์ และ จุตติ

๑. จิต ๒๕ ดวง คือ ทวิปัญญา ๑๐, มโนธาตุ ๓, สันตริณ ๓, มหาวิปาก ๘, หลิตู ๑, เกิดได้ในอารมณ ๖ ที่เป็นกามธรรม อย่างเดียว จิต ๖ ดวง คือ วิญญาณัญญาตณมานจิต ๓, เนวสัญญานาสาสัญญายตณมานจิต ๓, เกิดได้ในธรรมารมณที่เป็น มหัคคตะ อย่างเดียว จิต ๒๑ ดวง คือ รูปาวจรจิต ๑๕ (เว้น อภิญญาจิต ๒), อากาสนัญญา ๓, อากิญจัญญา ๓, เกิดได้ในธรรมารมณที่เป็นบัญญัติอย่างเดียว จิต ๘ ดวง คือ โลกุตตรจิต ๘ เกิดได้ในธรรมารมณที่เป็น นิพพาน อย่างเดียว

๒. จิต ๒๐ ดวง คือ อุกุศล ๑๒, มหากุศล.วิปป ๔, มหากริยาวิปป ๔, เกิดได้ในอารมณ ๖ ที่เป็น กามะ, มหัคคตะ, บัญญัติ (เว้น โลกุตตรธรรม ๙) จิต ๕ ดวง คือ มหากุศล. สัมป ๔, กุศลอภิญญา ๑, เกิดได้ในอารมณ ทั้ง ๖ ที่เป็น กามะ, มหัคคตะ, โลกุตตระ, บัญญัติ (เว้น อรหัตตมรรค, อรหัตตผล) จิต ๖ ดวง คือ มหากริยา.สัมป ๔, กริยาอภิญญา ๑, มโน ๑, เกิดได้ในอารมณ ทั้ง ๖ ที่เป็น กามะ, มหัคคตะ, โลกุตตระ, บัญญัติ, โดยไม่มีเหลือ

อารมณทั้ง ๖ นี้ จำแนกโดยประเภทใหญ่แล้วมี ๔ ประเภท คือ

๑. กามอารมณ ได้แก่ อารมณทั้ง ๖
๒. มหัคคตอารมณ ได้แก่ ธรรมารมณ
๓. โลกุตตรอารมณ ได้แก่ ธรรมารมณ
๔. บัญญัติอารมณ ได้แก่ ธรรมารมณ

จำแนกจิต ๖๐ หรือ ๙๒ ดวง ที่รับอารมณแน่นอน โดยอารมณ ๖ และ กาล ๓ (ปญจวิส ปรีตตมทิ)

๑. จักขุวิญญาณจิต ๒ มี รูปอารมณ ที่เป็นปัจจุบัน อย่างเดียว
๒. โสทวิญาณจิต ๒ มี สัททอารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว
๓. ฆานวิญาณจิต ๒ มี คันธอารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว
๔. ชิวหาวิญาณจิต ๒ มี รสอารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว
๕. กายวิญาณจิต ๒ มี โผฏฐัพพอารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว
๖. มโนธาตุ ๓ มี ปัญจอารมณ ที่เป็น ปัจจุบัน อย่างเดียว

๗. สันตริณจิต ๓, มหาวิปากจิต ๘, หลิตูปปาหจิต ๑ มี อารมณ ๖ ที่เป็น ปัจจุบัน, อดีต, อนาคต (ฉ จิตตานิ มหคคเต)

๘. วิญญาณัญญาตณกุศลจิต ๑, วิปากจิต ๑, มี มหัคคตธรรมารมณ คือ อากาสนัญญาตณกุศล ที่เป็น อดีต อย่างเดียว

๙. วิญญาณัญญาตณกริยาจิต ๑ มี มหัคคตธรรมารมณ คือ อากาสนัญญาตณกุศล และ กริยา ที่เป็น อดีต อย่างเดียว

๑๐. เนวสัญญานาสาสัญญายตณกุศลจิต ๑, วิปากจิต ๑ มี มหัคคตธรรมารมณ คือ อากิญจัญญาตณกุศล ที่เป็น อดีต อย่างเดียว

๑๑. เนวส์ญญานาสนัญญายตนกริยาจิต ๑ มี มหัคคตธรรมารมณ คือ อากิญจัญญายตนกุศล และ กริยา ที่เป็น อดีต อย่างเดียว

(เอกวิสติ โวหาเร)

๑๒. รูปาวจรปฐมฌานจิต ๓ มี บัญญัติธรรมารมณ คือ กสิณบัญญัติ ๑๐, อสุภบัญญัติ ๑๐, โภกฐาสบัญญัติ ๑, อานาปานบัญญัติ ๑, ปิยมนาปัสตว์บัญญัติ ๑, ทุกขิตสตว์บัญญัติ ๑, สุกขิตสตว์บัญญัติ ๑, ที่เป็น กาลวิมุตต์อย่างเดียว

๑๓. รูปาวจรทุติยฌานจิต ๓, คติฌานจิต ๓, จตุตถฌานจิต ๓, มีบัญญัติธรรมารมณ คือ กสิณบัญญัติ ๑๐, อานาปานบัญญัติ ๑, ปิยมนาปัสตว์บัญญัติ ๑, ทุกขิตสตว์บัญญัติ ๑, สุกขิตสตว์บัญญัติ ๑, ที่เป็น กาลวิมุตต์ อย่างเดียว

๑๔. รูปาวจรปัญจมฌานจิต ๓ (เว้น อภิญญา) มี บัญญัติธรรมารมณ คือ กสิณบัญญัติ ๑๐, อานาปานบัญญัติ ๑, มัชฌัตตสตว์บัญญัติ ๑ ที่เป็น กาลวิมุตต์ อย่างเดียว

๑๕. อากาसानัญญายตนฌานจิต ๓ มี บัญญัติธรรมารมณ คือ กสิณุคฆาฎิมากาสบัญญัติ ที่เป็น กาลวิมุตต์ อย่างเดียว

๑๖. อากิญจัญญายตนฌานจิต ๓ มี บัญญัติธรรมารมณ คือ นตถิภาวบัญญัติ ที่เป็นกาลวิมุตต์ อย่างเดียว

(อภฺฐ นิพพานโคจร)

๑๗. โสภุตตรจิต ๘ หรือ ๔๐ มี ธรรมารมณ คือ นิพพาน ที่เป็น กาลวิมุตต์ อย่างเดียว (หมายถึง สอุปาทิเสสนิพพาน)

ตารางที่ ๒.๓ จิตที่รับอารมณ์

จิตที่รับอารมณ์	ดวง	กาม	มัทศคต	โลภุตตร	บัญญัติ	
ทวิ ๑๐, มโน ๓,	๒๕	อารมณ์ ๕				รับ อารมณ์ แน่นอน
สันตี๓, มหาวิ ๘, หสิ ๑		อารมณ์ ๖				
วิญ, ัญญา ๓, เนว ๓	๖		ฉัมมารมณ			
รูปา ๑๕, อากาศา ๓, อาภิญ๓	๒๑				ฉัมมารมณ	
โลภุต ๘	๘			นิพพาน (ฉัมมารมณ)		
อกุ ๑๒, มหากุ. วิป ๔, มหากิ.วิป ๔	๒๐	อารมณ์ ๖	ฉัมมารมณ		ฉัมมารมณ	รับ อารมณ์ ไม่ แน่นอน
มหากุ.สี ๔ กุ.อภิญ๑	๔+๑	อารมณ์ ๖	ฉัมมารมณ	ฉัมมารมณ (เว้นอรหัตตมัคคผล)	ฉัมมารมณ	
มหากิ.สี ๔ กิ.อภิญ ๑ มโนทวาราด	๕+๑	อารมณ์ ๖	ฉัมมารมณ	ฉัมมารมณ (ได้ทั้งหมดไม่มีเว้น)	ฉัมมารมณ	
	๘๙+๒	๕๖	๓๗	๑๙	๕๒	

ตารางที่ ๒.๔ อารมณ์ ๗ : อก, กุ, วิ, กิ, รูป, นิพ, บัญ.

ผู้รู้อารมณ์ อารมณ์	ภูมิ (จิตตูปบาท)												รวม	
	กาม				รูป			อรุพ			โลกุต			
	อกุ	กุ	วิ	กิ	กุ	วิ	กิ	กุ	วิ	กิ	กุ	วิ		
กาม อกุ	อกุ ๑๒	มหากุ ๘	ตทท ๑๑	กิ ๑๐ ปัญจทวาร	กุ อภิญญา ๑		กิ อภิญญา ๑							๔๓
“กุ														๔๓
“วิ														๔๓
“กิ														๔๓
รูป กุ	อกุ ๑๒	มหากุ ๘		กิ ๘ ปัญจทวารฯ หสิ	กุ อภิญญา ๑		กิ อภิญญา ๑							๓๑
“วิ														๓๑
“กิ														๓๑
อรุพ กุ	อกุ ๑๒	มหากุ ๘		กิ ๘ ปัญจทวารฯ หสิ	กุ อภิญญา ๑		กิ อภิญญา ๑	วิญญู. ๓, เนว. ๓					๓๗	
“วิ								๓๑						
“กิ								๓๓						
โลกุต กุ, วิ (เว้น อรม-พ)		กุ สั ๔		กิ สั ๔, มโนทวาร ๑		กุ อภิญญา ๑	กิ อภิญญา ๑							๑๑
อรม-อรพ														
รูป ๒๘	กามจิต ๕๔				อภิญญา กุ ๑		อภิญญา กิ ๑							๕๖
นิพ		กุ สั ๔		มโน ๑ มกิ สั ๔	อภิญญา กุ ๑		อภิญญา กิ ๑					โลกุต ๘		๑๙
บัญญัติ	อกุ ๑๒	กุ ๘		มหากิ ๘, มโนทวาร ๑	รูปา ๑๕	อภิญญา ๒		อากาสา ๓, อากิญา ๓						๕๒

จากการวิเคราะห์หลักธรรมชาติของอารมณ์ จึงเห็นได้ว่า ๑. การอาศัยวิปากจิตเป็นเครื่องจำแนกอารมณ์ เพราะว่า ถ้าอารมณ์เป็นอริกฐแล้ว วิปากจิตที่เกิดขึ้นรับอารมณ์นั้น ต้องเป็นกุศลวิปากจิต ถ้าอารมณ์เป็นอนิกรฐวิปากจิตที่เกิดขึ้นรับอารมณ์ก็เป็นอกุศลวิปากจิต สำหรับชวนจิตนั้นจะอาศัยเป็นเครื่องตัดสินไม่ได้ เพราะการเกิดขึ้นของชวนตรงกันกับอารมณ์ก็มี ไม่ตรงกันกับอารมณ์ก็มีดังพวกเดียร์ถีย์ทั้งหลายในขณะที่ได้เห็นพระสัมมาพุทธเจ้า หรือสาวกของพระองค์แล้วก็ไม่มีความยินดีพอใจแต่ประการใด กลับแสดงกิริยาอาการโดยเบือนหน้าหนีเสียบ้าง ใช้ปิดตาหรือหลับตาเสียบ้าง ซึ่งความจริงนั้น การที่ได้พบเห็นบุคคลผู้ประเสริฐถึงปานนี้ ก็ล้วนแต่เป็นกุศลวิปากที่เนื่องมาจากกุศลกรรมในอดีตทั้งสิ้น

สุกรชาวบ้านทั้งปวง เมื่อขณะได้กลิ่นหรือได้กินอุจจาระแล้ว ก็รู้สึกยินดีพอใจแต่ความจริงนั้นการได้กลิ่นอุจจาระนี้ ล้วนแต่เป็นอกุศลวิปากที่เนื่องมาจากอกุศลกรรมในอดีตนั่นเอง บุคคลบางคนได้รับอาหารที่ดีแต่ก็ไม่ชอบในอาหารเหล่านั้น นึกอยากรับประทานแต่อาหารที่เลว ๆ เมื่อว่าโดยความจริงแต่ การที่ได้รับอาหารอันประณีตนี้ ล้วนแต่เป็นกุศลวิปากที่เนื่องมาจากกุศลกรรมในอดีต เช่นเดียวกันฉะนั้น จะพึงเห็นได้ว่าการเกิดขึ้นของชวนจิตนี้ไม่ตรงกันกับอารมณ์ จึงต้องอาศัยวิปากจิตเป็นเครื่องจำแนกอารมณ์ ว่าอารมณ์นี้เป็นอริกฐหรืออนิกรฐ

๒. อาศัยทวารเป็นเครื่องจำแนกอารมณ์ เพราะว่าวัตถุสิ่งของบางอย่างมิใช่ว่าจะเป็นอริกฐหรืออนิกรฐ ได้ในทวารทั้ง ๖ เช่น อุจจาระ เมื่อว่าโดยกายทวารแล้วเป็นอริกฐ เพราะรู้สึกมีมวลงเลียดอันดี แต่เมื่อว่าโดยจักขุทวารและฆานทวารแล้วก็เป็นอริกฐ เพราะรูปรูปร่างนั้นน่าเกลียดและมีกลิ่นเหม็น และมโนทวารที่เกิดต่อกายทวารเป็นอริกฐ ส่วนมโนทวารที่เกิดต่อกายทวาร ฆานทวารเป็นอนิกรฐ หรือเพชรนิลจินดา แก้วมณีต่าง ๆ เหล่านี้ เมื่อว่าโดยจักขุทวารก็เป็นอริกฐ เพราะเป็นวัตถุที่สวยงาม แต่เมื่อว่าโดยกายทวารแล้วก็เป็นอนิกรฐ เพราะรู้สึกว่าจะแข็งมาก ส่วนมโนทวารที่จะเป็นอริกฐหรืออนิกรฐได้นั้น ก็สุดแท้แต่การเกิดขึ้นตามทวารนั้น ๕ วัตถุสิ่งของบางประการเป็นอริกฐหรืออนิกรฐได้ทั้ง ๖ ทวาร ดอกไม้บางชนิดเมื่อว่าโดยจักขุทวารก็เป็นอริกฐ คือ มีสีอันสวยสด แต่เมื่อว่าโดยฆานทวารแล้วเป็นอนิกรฐ เพราะมีกลิ่นเหม็น

๓. อาศัยอารมณ์เป็นเครื่องจำแนกอารมณ์ เพราะว่าบุคคลบางคนว่าโดยรูปารมณ สัททารมณแล้วก็เป็นอริกฐ คือ มีผิวพรรณสวย, รูปร่างงดงาม, เสียงไพเราะเมื่อว่าโดยธัมมารมณ คือ นิสัยใจคอแล้วก็เป็นอนิกรฐ คือ ไร้วางใจไม่ได้ ดอกไม้บางชนิดว่าโดยรูปารมณ คือ สีก็เป็นอริกฐ คือ น่ารักน่าพอใจ แต่ว่าโดยกลิ่นแล้วก็ไร้กลิ่นจึงเป็นอนิกรฐ คือ ไม่น่าพอใจ อาหารบางอย่างว่าโดยธัมมารมณ เป็นอริกฐ คือ เป็นประโยชน์แก่ร่างกาย ว่าโดยรสารมณ คันธารมณแล้วเป็นอนิกรฐ

๔. อาศัยกาลเป็นเครื่องจำแนกอารมณ์ เพราะว่าไฟก็ดี น้ำก็ดี ลมก็ดีทั้งสามอย่างนี้ เมื่อว่าโดยกาลแล้วก็เป็นได้ทั้งอริกฐและอนิกรฐ กล่าวคือ ไฟในยามฤดูหนาว หรือในขณะเวลาที่ต้องการใช้เกี่ยวกับการงานทุกอย่างแล้ว ไฟนี้ก็เป็นอริกฐ เมื่อถึงยามฤดูร้อนหรือไหม้บ้านเรือนก็เป็นอริกฐ น้ำและลมทั้งสองนี้เมื่อยามฤดูร้อนก็เป็นอริกฐ เมื่อถึงตราวฤดูหนาวก็เป็นอริกฐ ดวงอาทิตย์ก็เป็นไปในทำนองเดียวกันนี้ คือดวงอาทิตย์ต้องการอาบแดดก็เป็นอริกฐ เมื่อถึงยามร้อนไม่ต้องการอาบแดดก็เป็นอริกฐ

ดังนั้นการเกิดขึ้นของวิปากจิต การเกิดขึ้นของวิปากจิตนั้น แน่นนอน ไม่มีการเปลี่ยนแปลง หมายความว่าเวลาใดได้ประสพข้ออธิกฐารมณแล้ว จักขุวิญญาณจิตเป็นต้น จนถึงสัมปฏิจจนจิต, สันตிரณจิต และ ตทารัมมณจิต เหล่านี้ ต้องเป็นกุศลวิปากจิตทั้งสิ้น และในวิถิจิตเหล่านั้น โดยเฉพาะ สันตிரณจิต และ ตทารัมมณจิตทั้งสองพวกนี้ ย่อมเกิดพร้อมด้วยโสภมณัสสเวทนาเสมอ

ถ้าอารมณนั้นเป็นอิฏฐัมชณัตตารมณ (สภาวะอิฏฐารมณ) จักขุวิญญาณจิตเป็นต้น จนถึงสัมปฏิจจนจิต, สันตிரณจิต และตทารัมมณจิต เหล่านี้ ต้องเป็นกุศลวิปากจิต

สมถกรรมฐาน ๗ หมวดพร้อมด้วยความหมาย

๑. กสิน ๑๐	๒. อสุภ ๑๐	๓. อนุสติ ๑๐	๔. อัปมัณญา ๔	๕. อาหาเรปฏิกูล สัณญญา ๑
๑. ปรวิกสิน (กสินดินคือการเพ่ง ดินให้เป็นอารมณ)	๑. อุทรมาทกอสุก (ศพที่พองขึ้น ภายหลังตาย แล้ว ๒-๓ วัน)	๑. พุทธานุสติ (การระลึกถึงคุณของ พระพุทธ เจ้ามี ๙ อย่าง)	๑. เมตตา (หรือ ปิยมนาปัสตว บัญญัติ) (การแผ่ความรัก ใครหวังดีต่อสัตว์ ทั้งหลายโดยมา เลือกชั้นวรรณะ)	(พิจารณาในอาหาร ว่าเป็นของน่า เกลียดจนมี ความรู้สึกไปตามที่ พิจารณา)
๒. อาโปกสิน (กสินน้ำ คือการเพ่งน้ำ ให้เป็นอารมณ)	๒. วินีลกอสุก (ศพที่น้ำเกลียด โดยมีสี ต่างๆ ปน กัน โดยส่วนมาก มีสีเขียว)	๒. ธัมมานุสติ (การระลึกถึงคุณของ พระธรรมมี ๖ อย่าง)	๒. กรุณา หรือ ทุกขิตสัตวบัญญัติ (การแผ่ความ สงสารต่อสัตว์ ทั้งหลายที่กำลัง ได้รับทุกข์อยู่และ ที่จะได้รับ ทุกข์ ต่อไปในกาล ข้างหน้าโดยไม่ เลือกชั้นวรรณะ)	๖. วัตถถาน ๑ (การกำหนด พิจารณาธาตุ ๔ มี ปถวีธาตุเป็นต้นที่ ปรากฏในร่างกาย)
๓. เตโชกสิน (กสินไฟ คือการเพ่งไฟ ให้เป็นอารมณ)	๓. วิปพกอสุก (มีน้ำเหลืองน้ำ หนอง ไหล ออกมา)	๓. สังฆานุสติ (การระลึกคุณของ พระสงฆ์มี ๙ อย่าง)	๓. มุทิตา (หรือ สุขสัตวบัญญัติ) (การแผ่ความ ยินดี ต่อสัตว์ทั้งหลายที่ กำลังได้รับ ความสุขและจะ ได้รับความสุข ต่อไปในกาล ข้างหน้าโดยมาเลือก	๗. อารูป ๔ ๑. อากาสนัญจาย ตณณาน(หรือ๒. อรูปมาณ ๓. ปฐมา มารูปมาณ) เกิดขึ้นโดยมี กสิณุค ชาฎิมาภาสบัญญัติ เป็นอารมณ
๔. วาโยกสิน (กสินลม คือการเพ่ง ลมให้เป็นอารมณ)	๔. วิจฉิทกอสุก (ศพที่น้ำเกลียด โดยมีร่างกายขาด เป็น ๒ ท่อน)	๔. สีลานุสติ (การระลึกถึงความ บริสุทธิ์ของศีลที่ตน รักษาไว้โดยปราศจาก โทษ ๔ อย่าง คือ อนินทะ (ไม่ขาด), อฉิท ทะ (ไม่ทะเล), อสพละ (ไม่ต่าง), อกัมมาสะ (ไม่ พร้อม))	๔. จาคานุสติ (การระลึกถึงการบริจาค ทานของตนที่เป็นไป โดยบริสุทธิ์ ไม่มีการไ้อ อวด)	๒. วิญญาณัญจาย ตณณาน (หรือ ๒ พุติ ยารูปมาณ) เกิดขึ้นโดยมีอา กาสนัญจายตณ ณานหรือ ปฐมารูป
๕. นิลกสิน (กสินสีเขียว คือการ เพ่งสีเขียวให้เป็น อารมณ)	๕. วิฤชยิตก อสุก (ศพที่น้ำเกลียด โดยถูกสัตว์ มีแรง กา สุนัข กัดทิ้งยื้อ แย่งโดยอาการ ต่างๆ)	๕. จาคานุสติ (การระลึกถึงการบริจาค ทานของตนที่เป็นไป โดยบริสุทธิ์ ไม่มีการไ้อ อวด)	๕. มุทิตา (หรือ สุขสัตวบัญญัติ) (การแผ่ความ ยินดี ต่อสัตว์ทั้งหลายที่ กำลังได้รับ ความสุขและจะ ได้รับความสุข ต่อไปในกาล ข้างหน้าโดยมาเลือก	
๖. ปิตกสิน (กสินสีเหลือง คือการ เพ่งสีเหลืองให้เป็น อารมณ)	๖. วิชิตตกอสุก (ศพที่น้ำเกลียด	๖. เทวตานุสติ (การระลึกถึงกุศลกรรม ของตนมีศรัทธาเป็นต้น	๖. มุทิตา (หรือ สุขสัตวบัญญัติ) (การแผ่ความ ยินดี ต่อสัตว์ทั้งหลายที่ กำลังได้รับ ความสุขและจะ ได้รับความสุข ต่อไปในกาล ข้างหน้าโดยมาเลือก	
๗. โลหิตกสิน (กสินสีแดง คือการเพ่ง สีแดงให้เป็นอารมณ)				
๘. โอทาทกสิน (กสินสีขาว คือการเพ่ง สีขาวให้เป็นอารมณ)				

๙. อากาศกลืน (กลืนอากาศ คือการ พ่องอากาศให้เป็น อารมณ์)	โดยถูกทิ้งเรียราย ไว้มือเท้าศรีษะอยู่ คน ละทาง)	อยู่เนืองๆ เปรียบเทียบ กับเทวดาพรหม ทั้งหลาย)	ชั้นวรรณะ) ๔. อุเบกขา (หรือมัมหมัตตสัตว์ บัญญัติ)	วิญญานเป็น อารมณ์ ๓. อากิญจัญญายตน ฌาน (หรือตติยา รูปวิญญาน)
๑๐. อาโลกกลืน (กลืนแสงสว่าง คือการ พ่องแสงสว่างให้เป็น อารมณ์)	สุข (ศพที่น่าเกลียด โดยถูกสับฟันด้วย อาวุธเป็นริ้วเป็น รอย) ๘. โลहितกอสุก (ศพที่น่าเกลียด โดยมีโลหิตไหล อาบ ร่างกาย) ๙. ปุฬุกอสุก(ศพ ที่น่าเกลียดโดยมี หนอนไซทั่ว ร่างกาย) ๑๐ อัญญิกอสุก (ศพที่ น่าเกลียดมีแต่ กระดูก)	๗. อุปสมานุสติ (การระลึกถึงคุณของ พระนิพพาน ที่มีสภาพ สันติสุข) ๘. มรณานุสติ (การระลึกถึงความตาย อยู่เนืองๆ) ๙. กายาคตาสติ (การระลึกถึง ๓๒ โกฏฐาส มีเกสา (ผม), โลมา (ขน)) ๑๐. อานาปานัสสติ (การมีสติระลึกถึงลม หายใจเข้าออกอยู่ เนืองๆ)	(การวางเฉยต่อ สัตว์ทั้งหลายซึ่ง ไม่มีความรักใคร่ ความสงสารความ ยินดีแต่ประการ ใด โดยไม่เลือก ชั้นวรรณะ)	เกิดขึ้นโดยมีนัตถิ ภาวบัญญัติ เป็น อารมณ์ ๔. เนวสัณญานา สัณญายตนฌาน (หรือ จตุตถารูป วิญญาน) เกิดขึ้น โดยมีอา ภิญจัญญายตนฌาน หรือตติยารูป วิญญาน เป็น อารมณ์

สรุปโดยภาพรวม การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ในคำว่า อารมณ์นั้น เป็นที่ยินดีคือยอมเป็นที่ยินดีแก่จิตและเจตสิกทั้งหลาย ดังมีวจนัตถะ ว่า “อา อภิมุขั รมนติ เอตุถาต อารมมณ” จิต และเจตสิกทั้งหลายมายินดีพร้อมหน้ากันในธรรมชาตินี้ ฉะนั้น ธรรมชาตินี้ชื่อว่าอารมณ์ได้แก่อารมณ์ ๖ และอารมณ์ เรียกว่า อารัมพะณะ ก็ได้ หมายความว่า เป็นที่ยึดห่วงของจิตและเจตสิกทั้งหลาย ดังมี วจนัตถะ ว่า “จิตตเจตสิเกหิ อาลมพิยตีติ อาลมพณ” ธรรมชาติดังกล่าวและเจตสิกทั้งหลายยึดห่วง ฉะนั้น จึงชื่อว่า อารัมพะณะ ได้แก่ อารมณ์ ๖ คือ รูปารมณ สัททารมณ คันธารมณ รสอารมณ โผฏฐัพพารมณและธรรมารมณ อารมณ์ทั้ง ๖ นี้จำแนก โดยอำนาจเป็น ๒ ประเภทคือ สามัญญอารมณ อารมณชนิดสามัญญธรรมดาทั่ว ๆ ไปไม่มีอะไรเป็น พิเศษ อธิปัตติอารมณ อารมณพิเศษที่มีอำนาจครอบครองและแนวจิต เจตสิกทั้งหลายนั้นให้เข้ามาหาตน อารมณ์ทั้ง ๖ จำแนกตามการเป็น ๒ ประเภท คือ เตกาอารมณ เป็นอารมณ์ที่เกี่ยวข้องด้วยกาลทั้ง ๓ คือ ปัจจุบัน อดีต อนาคต ได้แก่ จิต เจตสิก รูป และกาลวิมุตตอารมณ เป็นอารมณ์ที่ไม่เกี่ยวข้องกับกาลทั้ง ๓ ได้แก่ นิพพาน บัญญัติ เพราะเป็น อสังขตธรรม ไม่ถูกปรุงแต่งด้วยปัจจัย ๔ ไม่มีการเกิด ดับ นอกจากนั้นยังมีการจำแนกประเภทคือ อารมณ์ ๖ จำแนกโดยประเภทใหญ่ มี ๔ ประเภท ได้แก่ ๑. กามอารมณ์ ได้แก่ อารมณ์ ๖ องค์ธรรมคือ กามจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘ เป็นโลกีย์อารมณ์ ๒. มหัคคต

อารมณ์ ได้แก่ ธรรมารมณ์ องค์ธรรมคือ มหัคคตจิต ๒๗ เจตสิก ๓๕ เป็นโลกียอารมณ์ ๓.โลกุตตร
 อารมณ์ ได้แก่ ธรรมารมณ์องค์ธรรมคือโลกุตตรจิต ๘ เจตสิก ๓๖ นิพพาน ๔.บัญญัติอารมณ์ ได้แก่
 ธรรมารมณ์ องค์ธรรมคือ บัญญัติธรรม ๒ คือ อตถบัญญัติ สัททบัญญัติ ซึ่งในบัญญัติ คือ ธรรมที่
 นอกจากรูปและนาม ทั้งสองไม่ปรากฏมีจริงโดยสภาพปรมาตม์ เมื่อกล่าวโดยประภทใหญ่แล้วมี ๒
 ได้แก่ อตถบัญญัติ และสัททบัญญัติ

อตถบัญญัติ เป็นบัญญัติที่ฟังให้ ฎรู้เนื้อความ (คือวัตถุสิ่งของต่าง ๆ) ได้โดยประการต่าง ๆ
 ได้แก่ การสมมติขึ้นเพื่อให้รู้เนื้อความหรือความหมายแห่งรูปร่างสัณฐานหรือลักษณะอาการของชื่อ
 นั้น ๆ เช่น ภูเขา ต้นไม้ เเดิน วัง เป็นต้น

สัททบัญญัติ เสียงคือคำพูดยอมทำให้รู้เนื้อความ (คือวัตถุ สิ่งของ เรื่องราวต่าง ๆ) และ
 สภาพปรมาตม์ได้ด้วยประการต่าง ๆ ได้แก่ รู้จักเสียงชื่อเรียกชื่อนั้น ๆ คือ รู้ด้วยเสียงที่หมายถึง อตถ
 บัญญัตินั้นนั้นเช่น ในขณะที่ไม่ได้เห็นภูเขา ต้นไม้ ฯลฯ เมื่อออกเสียงพูดว่าภูเขา ต้นไม้ก็รู้และเข้าใจได้
 ว่าภูเขาต้นไม้มี่รูปร่างสัณฐานเป็นอย่างนั้นนั้น

ดังนั้นการรับอารมณ์ของทวาริกจิตตั้งแต่จักขุทวาริกจิต เป็นต้นจนถึงกายทวาริกจิต
 (อย่างละ ๔๖)รับรูปรามณ์ ฯลฯ โผฏฐัพพารมณ์ ที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งกำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า
 (ตามสมควรแก่ทวาร) เท่านั้น จิตพวกนี้ต้องอาศัยอารมณ์เป็นใหญ่ ถ้าไม่มีอารมณ์มาปรากฏเฉพาะ
 หน้าแล้ว จิตเหล่านี้ก็เกิดขึ้นไม่ได้ ส่วนมโนทวาริกจิตที่เกิดขึ้นได้นั้น ไม่ได้อาศัยอารมณ์เป็นใหญ่ แต่
 อาศัยจิต เจตสิกเป็นใหญ่ สำหรับอารมณ์ของทวารวิมุตตจิตนั้นได้แก่อารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งใน
 บรรดาอารมณ์ ๖ ที่ไม่เกี่ยวกับปัจจุบันภพ แต่เป็นอารมณ์เดียวกันกับที่มรณะสันนขณะในภวก่อนรับ
 เอามาเมื่อใกล้จะตาย ซึ่งเรียกว่า กรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ คตินิมิตอารมณ์ ฉะนั้นปฏิสนธิจิต
 ในภพใหม่ (รวมทั้งภวังคจิต และจุติจิตด้วย) ย่อมมีอารมณ์เดียวกันกับอารมณ์ของมรณะสันนขณะ
 ที่เกิด ในภวก่อนเสมอ ถ้าอารมณ์ของมรณะสันนขณะ เป็นกรรมอารมณ์ อารมณ์ของปฏิสนธิจิตก็เป็น
 กรรมอารมณ์เช่นกัน ถ้าเป็นกรรมนิมิต หรือ คตินิมิต อารมณ์ของปฏิสนธิจิตก็เป็นกรรมนิมิต หรือ
 คตินิมิต เช่นกัน ภวังคจิต จุติจิตในภพใหม่ก็มีอารมณ์เช่นเดียวกัน

สำหรับจุติจิตในภพเก่ามีอารมณ์เป็นอันเดียวกันกับอารมณ์ของปฏิสนธิจิตและภวังคจิตใน
 ภพเก่านั่นเอง ฉะนั้น การเปลี่ยนอารมณ์ คือนิมิตทั้ง ๓ ในระหว่างภพเก่ากับภพใหม่นั้นก็เปลี่ยนกัน
 ตรงที่ปฏิสนธิจิต (มรณุปัตตติฎกกะ หน้า ๓๒๗) ตัวอย่างมรณะสันนวิธิดังกล่าวแล้ว

๒.๒.๓ ความหมายของภวังคจิต

คำว่า “ภวังคจิต” มีองค์ประกอบของคำคือ ภวังคะ (Bhavanga) กับจิต (Citta = Mind)
 คำว่าภวังคะหรือภวังค์ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน หมายถึง ส่วนที่สืบทอดระหว่างปฏิสนธิ
 จิตกับจุติจิตที่มีได้เสวยอารมณ์ในทวารทั้ง ๖ คือ จักขุทวาร โสททวาร ฆาน ทวาร ชิวหาทวาร กายทวาร

และมโนทวาร หรือหมายถึง ความเป็นอยู่โดยไม่รู้สีกตัว^{๒๗} จากการศึกษาพบว่า ภาวะจิตมีความหมายตามนัยดังต่อไปนี้

ภาวะจิต คือ จิตที่เป็นองค์แห่งภพ ตามหลักอภิธรรมกล่าวว่าภาวะจิตเป็นพื้นอยู่ระหว่างปฏิสนธิจิต และจุติจิตคือตั้งแต่เกิดจนถึงตายในเวลาที่มีได้เสวยอารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ คือจักขุทวาร โสทวาร ฆานทวาร ชิวหาทวาร กายทวาร และมโนทวาร แต่เมื่อมีการรับรู้อารมณ์ เช่น การเห็น การได้ยิน เป็นต้น ก็จะเป็นวิถีจิตขึ้นแทน ภาวะจิตนี้เมื่อวิถีจิตดับไปก็เกิดเป็นภาวะจิตอย่างเดิม ภาวะจิตก็คือ มโนที่เป็นอายตนะที่ ๖ หรือ มโนทวารอันเป็นวาท เป็นอภัยกถุต (ไม่สุขไม่ทุกข์) ซึ่งเป็นจิตตามสภาพหรือตามปกติของภาวะจิตที่ยังไม่ขึ้นสู่วิถีจิตรับรู้อารมณ์ (เป็นเพียงมโนยังไม่เป็นมโนวิญญาน) ดังพุทธพจน์ว่า “จิตนี้เป็นประภัสสร (ผุดผ่อง ผ่องใส บริสุทธิ์) แต่เศร้าหมองเพราะอุปกิเลสที่จรมา” ซึ่งมีความหมายว่า จิตนี้โดยธรรมชาติของมันเอง มิใช่เป็นสภาวะที่แปดเปื้อนสกปรกหรือมีสิ่งเศร้าหมองเจือปนอยู่ แต่สภาพเศร้าหมองนั้นเป็นของแปลกปลอมเข้ามา ฉะนั้นการชำระจิตให้สะอาดหมดจดจึงเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ จิตที่เป็นประภัสสรนี้ มีพระอรุณกถาที่อธิบายนี้คือ ภาวะจิต^{๒๘}

ภาวะจิต คือจิตขณะหนึ่งในจำนวน ๑๗ ขณะที่จัดเป็นปกติจิตหรือปกติมโน ธรรมชาติเป็นอภัยกถุต คือไม่เป็นบุญไม่เป็นบาป หรือไม่เป็นผลของอะไร แต่มีบทบาทสำคัญในฐานะเป็นองค์ของธรรมชาติหรือเป็นที่เก็บสิ่งสมนัสสันดาน^{๒๙}

ภาวะจิตแม้จะเกิดติดต่อกันไม่ถ้วน แต่ขณะที่จิตรับอารมณ์มีภาวะจิตเกิดขึ้นเพียง ๒ ขณะ (ดวง) เท่านั้น หมายความว่าภาวะจิตมีเพียง ๒ ขณะ คือ ๑) ขณะก่อนรับอารมณ์ ๒) ขณะที่รับอารมณ์เสร็จแล้ว และมีอีกนัยหนึ่งคือคัมภีร์หัตถุสัทธาของเถรวาทกล่าวว่า ภาวะจิต คือ มนะ (ใจ) ภายในมโนทวาร^{๓๐}

ภาวะจิต คือจิตที่ทำหน้าที่รักษาองค์แห่งภพ หมายถึง รักษากรรมวิบากของรูปนามสืบต่อจากปฏิสนธิวิบากจิต และ ปฏิสนธิกรรมรูปให้ดำรงอยู่ในภพนั้น ๆ トラบเท่าอำนาจของชนกรรม (กรรมให้เกิด) จะส่งผลให้เป็นไปเท่าอายุสังขารที่ดำรงอยู่ได้ ภาวะจิตนี้เป็นหน้าที่ประจำของจิตที่ต้องทำกิจ (หน้าที่) อยู่เสมอ คือ ภาวะจิตนี้ย่อมทำหน้าที่รักษาการเกิดเป็นบุคคลนั้น ๆ เอาไว้ เช่น เกิดเป็นนกกัรักษาความเป็นนกไว้ เกิดเป็นมนุษย์ก็รักษาความเป็นมนุษย์ไว้ สืบต่อกันตั้งแต่เกิดแล้วจน

^{๒๗} สำนักราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๒๕), หน้า ๖๑๘.

^{๒๘} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: เอสอาร์พริ้นติ้ง แมสโปรดักส์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๖๗.

^{๒๙} พระมหาสมจินต์ สมมาปัญญา, พุทธปรัชญาสาระและพัฒนการ, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๒๒๓.

^{๓๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒๓.

กระทั่งตายภวังคจิตจะหยุดทำหน้าที่ก็ต่อเมื่อมีอารมณ์ใหม่ในปัจจุบันมาคั่นตอนให้จิตนี้ขึ้นรับอารมณ์ใหม่ในปัจจุบันเสียเท่านั้น เมื่อพ้นจากการขึ้นสู่วິถีจิตรับอารมณ์ใหม่แล้ว ภวังคจิตก็ต้องทำหน้าที่รักษาองค์แห่งภพนี้อยู่ตลอดเวลา^{๓๑}

ภวังคจิต คือจิตดำรงภพชาติ หมายถึง วิบากจิต (ผลของกรรม) ประเภทได้ทำปฏิสนธิจิตที่ดับไปแล้วภวังคจิตก็จะเกิดสืบต่อทุกครั้งจนจะจุติจิต^{๓๒}

ภวังคจิต คือจิตที่เป็นองค์ของภพ หมายความว่า เป็นจิตที่เกิดสืบต่อเนื่องกำหนดพื้นฐานของความเป็นอยู่ในภพ (ความมีอยู่) นั้น ๆ นอกวิถิจิต^{๓๓}

จะพบว่า ภวังคจิตเป็นจิตที่ทำหน้าที่รักษาองค์แห่งภพหรือจิตที่ทำหน้าที่รักษาวิบากกรรมอันกรรมนี้จะมีทั้งกุศลกรรม (สุข) และอกุศลกรรม (ทุกข์) ที่เป็นเจตนาให้ก่อตัวขึ้นในช่วงขวนจิต (จิตที่เสวยอารมณ์) ใน ๑๗ ขณะจิตที่เกิดดับ แล้วส่งอารมณ์ดังกล่าวให้กับภวังคจิตซึ่งหมายถึง

๑) ภวังคจิตที่เกิดดับเพื่อหล่อเลี้ยงภาวะแห่งชีวิตในชาติปัจจุบันแต่จะไม่มีมารับอารมณ์

๒) ภวังคจิตเป็นรากฐานของชีวิตดำรงอยู่ตั้งแต่ปฏิสนธิจิต แล้วก็จุติจิต ดังนั้นถ้าจะสรุปความหมายของภวังคจิตก็สามารถรวมความหมายของภวังคจิตได้ ๔ ประเด็น คือ

(๑) ภวังคจิตเป็นจิตที่ไม่รับอารมณ์จากอายตนะภายนอก แต่ภวังคจิตจะทำหน้าที่เก็บส่งสมผลการกระทำในช่วงต่อวิถิจิต

(๒) ภวังคจิตในจิตพื้นฐานในกระบวนการทำงานของจิต หมายถึง วิถีในจิตที่รับอารมณ์แล้วดับไปในขณะเดียวกันภวังคจิตที่ไม่รับอารมณ์แต่จะทำหน้าที่เก็บส่งสมอารมณ์จากวิถิจิตแล้วดับไปจากนั้นก็พร้อมที่จะขึ้นสู่วิถิจิตเข้าแทนที่ซึ่งจะหมุนเวียนอย่างนี้ตลอดไป

(๓) ภวังคจิตทำหน้าที่การมีชีวิตอยู่หรือหล่อเลี้ยงชีวิต หมายถึง ในขณะที่หลับสนิท หรือหมดสติภวังคจิตจะยังคงเกิดดับอยู่อย่างต่อเนื่องไม่มีหยุด ซึ่งเป็นการรักษาภาวะของชีวิตของบุคคลไว้

(๔) ภวังคจิตทำหน้าที่รักษาองค์แห่งภพและกรรมที่ทำไว้ ไปสู่การปฏิสนธิจิต^{๓๔} ภวังคจิตตามความหมายทางจิตวิทยาคือภวังคจิต หมายถึงจิตที่เป็นองค์แห่งภพมีหน้าที่ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ซึ่งเป็นจิตที่ควบคุมระบบประสาททุกส่วนทั้งหมด โดยเฉพาะอย่างยิ่งระบบประสาทอิสระ

^{๓๑} พระราชวิสุทธิกวี, จิตวิทยาในพระอภิธรรม, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๔๓๓), หน้า ๕๐.

^{๓๒} สุจินต์ บริหารวนเขตต์, ปรมัตถธรรมจิตสังเขปและภาคผนวก, (กรุงเทพมหานคร : ชวนพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๑๕๐

^{๓๓} ระเบียบ ภาวโณ, อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่, หน้า ๑๒๘.

^{๓๔} พระมหาวิโรจน์ วิโรจน์ (ผาตา), “การศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องภวังคจิตในพุทธปรัชญากับอภิปรัชญาในพุทธปรัชญาโยคาจารย์”, หน้า ๘.

(Autonomic Nervous System) ที่ทำงานตามอวัยวะภายในต่างๆ โดยที่เราไม่รู้สึกรู้ตัว ภาวจิตเป็นจิตที่มีอยู่ในทุกเซลล์และควบคุมการทำงานภายในระบบเซลล์ต่างๆ ด้วย ภาวจิตเป็นจิตที่สืบเนื่องมาจากปฏิสันธิจิต เมื่อปฏิสันธิจิตเกิดขึ้นเพียงชั่วขณะจิตเดียวต่อจากนั้นก็เป็นภาวจิตเรื่อยไป จนกว่าจะมีอายตนะเกิดขึ้น (วิถิจิต) คือ ตา ห จมูก ลิ้น กาย และใจ ความจริงวิถิจิตนี้ คือส่วนหนึ่งของภาวจิตที่ติดต่อกับโลกภายนอกนั่นเอง^{๓๕}

จากความหมายของภาวจิตในพุทธปรัชญาเถรวาทที่ได้กล่าวมาแล้วจะพบว่าภาวจิตเป็นนามธรรมที่มีการเกิดดับและเป็นพลังงานทางจิตที่มีอยู่ในกระแสวิถิจิตอย่างหนึ่งรวมถึงมีความสามารถนำข้อมูลไปภพใหม่ได้

๒.๒.๔ บ่อเกิดของภาวจิต

ดังที่กล่าวมาแล้วว่าภาวจิตอยู่ในกระแสจิตใน ๑๗ ขณะ หรือทางอภิธรรมของพุทธปรัชญาเถรวาทแบ่งจิตไว้ ๘๙ ดวง (โดยพิสดารมี ๑๒๑ ดวง) และธรรมชาติของจิตจะเกิดดับเป็นไปใน ๒ ลักษณะ คือ

๑) วิถิจิต เป็นวิถีที่รับอารมณ์ หรือเสวยอารมณ์ในภพปัจจุบันที่เกิดขึ้นในวิถีประจำวัน โดยจิตแต่ละดวงในวิถีจิตจะเกิดดับต่อ ๆ กันไปโดยลำดับและช่วงสุดท้ายจะเป็นตทาลัมพณจิต (จิตที่ยืดหยุ่นอารมณ์) ที่รับอารมณ์แล้วจึงจุติจิต (ดับ) และทำให้จิตเคลื่อนจากภพปัจจุบันเข้าสู่ภาวจิต (พ้นวิถิจิต)

๒) จิตที่พ้นวิถิจิต (ภาวจิต) เป็นจิตที่ไม่อยู่ในฐานะรับอารมณ์หรือไม่รับรู้โลกภายนอก เช่น ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ตัวอย่างคือ เวลานอนหลับจะเรียกจิตในขณะนี้ว่าตกอยู่ในภาวจิตที่พ้นวิถิจิตนี้เรียกอีกอย่างว่า “วิถิมุตตจิต”^{๓๖} มีอยู่ ๓ ชนิด คือ ๑) ปฏิสันธิจิต ๒) ภาวจิต ๓) จุติจิต เป็นจิตที่พ้นวิถิจิตแต่จะเสวยอารมณ์ที่สืบเนื่องมาจากอดีตภพและวิถิจิต รวมทั้งเป็นพื้นฐานของชีวิตที่คนทั่วไปไม่อาจรู้ได้ในขณะตื่น^{๓๗}

จิตที่กล่าวมาข้างบนนี้เป็นกระบวนการทำงานของจิตซึ่งสามารถอธิบายจากแผนภาพเพื่อให้มองเห็นง่ายขึ้นดังรูปภาพที่ ๒.๕ ดังนี้

^{๓๕} นายแพทย์จำลอง ดิษยาณิษ, จิตวิทยาของความดับทุกข์, (เชียงใหม่: กลางเวียงการพิมพ์, ๒๕๔๕), หน้า ๘๗.

^{๓๖} สุนทร ธิรังษี, พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๒๒.

^{๓๗} ระวี ภาวิไล, อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่, หน้า ๑๕๘.



รูปภาพที่ ๒.๕ แสดงถึงบ่อเกิดภวังคจิตในกระแสจิต

ที่มา: สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล:<https://www.thammaonline.com/15366> [๑๕ มกราคม ๒๕๕๙]

จากรูปภาพที่ ๒.๕ กระแสจิตมีการเกิดดับอยู่ ๑๗ ขณะแบ่งเป็น ๒ ระยะดังนี้

๑) ระยะที่ ๔-๑๗ เป็นวิถีจิตรับอารมณ์หรือเสวยอารมณ์ในภพปัจจุบันสามารถแยกออกให้ชัดเจนได้ ๓ ช่วงคือ

(๑) ช่วง ๔-๘ เป็นจิตที่เกิดขึ้นรับอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางทวารทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ซึ่งเป็นปัจจัยให้จิตพิจารณาได้ส่วนอารมณ์และตัดสินอารมณ์ที่รับอารมณ์หรือจับอารมณ์เข้ามาที่ทั้งกุศล (สุข) อกุศล (ทุกข์) และอุเบกขา

(๒) ช่วง ๙-๑๕ เป็นขวนจิตที่ทำหน้าที่เสวยอารมณ์ต่อจากช่วงแรก (ช่วง ๔-๘) ในช่วงนี้มีอยู่ ๗ ขณะที่มีการเสวยอารมณ์อยู่ ๓ ประการคือ ๑) กุศลกรรม ๒) อกุศลกรรม ๓) อุเบกขา

(๓) ช่วง ๑๖-๑๗ เป็นจิตที่เรียกว่า ตทาลัมพนจิต คือจิตที่ทำหน้าที่ยึดหน่วงอารมณ์ต่อจากขวนจิต (เสวยอารมณ์) เป็นช่วงสุดท้ายของวิถีจิต ซึ่งตทาลัมพนจิตจะทำหน้าที่อยู่ ๒ ขณะคือ ๑) หน่วงอารมณ์เข้าสู่ภวังค์ ๒) ลีนสุดอายุอารมณ์ พร้อมกับลีนสุดวิถีจิตพอดี

๒) ระยะที่ ๑-๓ เป็นระยะที่จิตที่พ้นวิถีจิตเข้าสู่ภวังคจิตที่รับอารมณ์เก่าจากตทาลัมพนจิต ภวังคจิตนี้จะทำหน้าที่ ๓ ขณะจิต^{๓๘} คือ

(๑) ขณะจิตที่ ๑ เรียกว่าอดีตภวังค์ เป็นภวังคจิตที่รับอารมณ์จากทวารทั้ง ๖ ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งจากวิถีจิตเป็นครั้งแรก

^{๓๘} พระราชวิสุทธิกวี, จิตวิทยาในพระอภิธรรม, หน้า ๖๐.

(๒) ขณะจิตที่ ๒ เรียกว่าภวังคจลนะ เป็นจิตที่มีการเคลื่อนไหวของภวังคจิตที่สืบเนื่องมาจากอดีตภวังค์ คือมีอาการหวนไหวของอารมณ์เก่ากับอารมณ์ใหม่ที่รับมาจากทวารทั้ง ๕ แล้วทำให้เกิดการเคลื่อนไหวขึ้นภวังคจลนะ

(๓) ขณะจิตที่ ๓ เรียกว่าภวังคุปัจเฉพะซึ่งเป็นภวังคจิตที่เริ่มตัดอารมณ์เก่าของภวังคจิตดวงที่ ๒ (ภวังคจลนะ) ออกพร้อมที่จะเตรียมขึ้นสู่วິถิจิต หมายถึงภวังคจิตเริ่มปล่อยอารมณ์เก่าของภวังคจลนะที่เกิดขึ้นเป็นครั้งสุดท้ายทำให้ตัดขาดจากอารมณ์ของภวังคจลนะ และพร้อมที่จะดับลงเพื่อขึ้นสู่วิถิจิตต่อไป

๒.๒.๔.๑ ภาวะทั่วไปของภวังคจิต

ในธรรมชาติของภวังคจิตโดยภาวะทั่วไปแล้วจะมีการเกิดขึ้น (อุปาทขณะ) ตั้งอยู่ (ฐิตិขณะ) และดับไป (ภังคขณะ) ที่มีอยู่ในกระแสจิต ดังนั้นถ้าจะแบ่งในเรื่องของภาวะทั่วไปของภวังคจิตแล้วก็สามารถแบ่งได้ ๓ ประการดังนี้ ๑) ลักษณะของภวังคจิต ๒) ประเภทของภวังคจิต ๓) หน้าที่ของภวังคจิต

๒.๒.๔.๒ ลักษณะของภวังคจิต

ลักษณะของภวังคจิตจะเป็นจิตที่มีการเกิดขึ้น เรียกว่า อุปาทขณะ ตั้งอยู่ เรียกว่า ฐิติขณะ และดับสลายไป เรียกว่า ภังคขณะ ลักษณะเช่นนี้จะเป็นสันตติแต่อยู่ในช่วงของวิถิมุตตจิต (พื้นวิถิจิต) หรืออยู่ในภวังคจิตดังนั้นจะเห็นว่าลักษณะของภวังคจิตมีการเก็บสะสมอารมณ์อยู่ภายในต่อจากวิถิจิตและจะเกิดดับสืบต่อเนื่องกันตลอดเวลาในกระแสจิตเพื่อกำหนดพื้นฐานของความเป็นอยู่ของกระแสจิตในภพปัจจุบัน และภพเก่าที่มีอยู่ในภวังคจิต ลักษณะของภวังคจิตในลักษณะนี้จะไม่รับอารมณ์ภายนอกแต่นำอารมณ์ที่ได้สืบต่อเนื่องมาจากภพเก่าและภพปัจจุบันนั้น ๆ เพราะว่าภวังคจิตที่พื้นวิถิจิตแล้ว จะมีลักษณะเปรียบเสมือนพลังงานกระแสไฟฟ้าที่อยู่ในสายไฟที่ไม่สามารถมองเห็นได้แต่กระแสไฟมีอยู่ ลักษณะของภวังคจิตจะเป็นอย่างนี้ เป็นต้น

๒.๒.๔.๓ ประเภทของภวังคจิต

ประเภทของภวังคจิตมีอยู่ ๓ ประเภท ดังรูปภาพที่ ๒.๖ ดังนี้



รูปภาพที่ ๒.๖ แสดงประเภทของภวังคจิต^{๓๙}

จากรูปภาพที่ ๒.๖ มีการแบ่งประเภทได้ ดังนี้

ประเภทที่ ๑ คือ อดีตภวังค์ เป็นจิตดวงแรกที่รับอารมณ์ที่สืบต่อจากวิถิจิตแล้วเข้าสู่การเกิดยึดหน่วงอารมณ์ที่ได้อารมณ์เข้าสู่อดีตภวังค์เกิดปฏิสนธิจิต

ประเภทที่ ๒ คือภวังคจลนะ เป็นจิตดวงที่ ๒ ที่เกิดต่อจากอดีตภวังค์ที่คลายอารมณ์เก่าให้กับภวังคจลนะโดยที่มีอารมณ์เก่าในภวังคจลนะอยู่แล้ว และพร้อมก็รับอารมณ์ใหม่จากอดีตภวังค์เข้ามาทำให้เกิดการสั่นไหวอยู่ภายใน

ประเภทที่ ๓ ภวังคฺปิณฺณจิต เป็นจิตดวงที่ ๓ ที่รับอารมณ์ต่อจากภวังคจลนะอย่างเต็มที่ซึ่งพร้อมที่จะตัดขาดอารมณ์เก่าและสิ้นสุดลง (จฺตฺติจฺต) ก่อนที่วิถิจิตจะเกิดขึ้นต่อไป^{๔๐}

ประเภทของภวังคจิตทั้ง ๓ นี้จะมีกาเกิดปฏิสนธิจิตและจฺตฺติจฺตอยู่ภายในที่มีการทำงานสืบต่อกันอยู่ตลอดเวลาแบบสันตติ และเก็บสะสมข้อมูลต่างๆ ที่บุคคลหรือสัตว์ไปในภพภูมิตามแห่งจิตที่ได้กระทำการกรรมเอาไว้แล้วเก็บสะสมไปยังภพภูมิต่างๆ เสมือนกับว่าภวังคจิตเป็นแหล่งความจำในกระแสดิจิต

๒.๒.๔.๕ หน้าที่ของภวังคจิต

ภวังคจิตทำหน้าที่สืบต่อจากวิถิจิตแต่เป็นจิตที่ไม่รับอารมณ์หรือเสวยอารมณ์ภายนอก และเป็นองค์ประกอบของกระบวนการทำงานของจิต รวมถึงมีศักยภาพในการเก็บสะสมการ

^{๓๙} สืบค้น[online], แหล่งที่มา: <http://www.wbi.dru.ac.th/buddha/Document/Information/Apidhum/Parichet/PC4/> [๑๕ มกราคม ๒๕๕๙]

^{๔๐} พระมหาวิโรจน์ วิโรจริน, “การศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องภวังคจิตในพุทธปรัชญาเถรวาทกับอภยวิญญานในพุทธปรัชญาโยคาวาร”, ปริญญาานิพนธ์พุทธศาสตรบัณฑิต, หน้า ๑๘.

กระทำต่าง ๆ จากวิถีจิตไปสู่พฤติกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การฝันโดยที่ในระหว่างการฝันนั้น จะไม่รู้สึกรู้สีกตัว และยังทำหน้าที่สืบต่อไปสู่อีกภพหนึ่งซึ่งเป็นการนำข้อมูลที่ได้จากการกระทำ (กรรม) ต่าง ๆ ของบุคคลหรือสัตว์ซึ่งภวังคจิตจะนำอารมณ์เก่าหรืออดีตอารมณ์ เช่น กรรมอารมณ์ กรรมนิมิต อารมณ์ และ คตินิมิตอารมณ์ ซึ่งอารมณ์เหล่านี้จะเกิดกับบุคคลหรือสัตว์ที่กำลังจะจุติจิต (ดับหรือใกล้ตาย) เรียกอารมณ์ทั้งหมดนี้ว่า กรรม ภวังคจิตจะทำหน้าที่นำกรรมเหล่านี้ไปอีกภพหนึ่ง ซึ่งมีกระบวนการที่จะทำหน้าที่นำข้อมูลต่าง ๆ มีอยู่ ๕ ประการ^{๔๑} ดังนี้

๑) ภวังคจิตทำหน้าที่เป็นปฏิสนธิวิญญาณ หมายถึง ภวังคจิตดวงแรก (อดีตภวังค์) ที่ทำหน้าที่ในการเกิดใหม่ โดยการปฏิสนธิวิญญาณเหมือนกับการเกิดภพใหม่ที่น่าพาผลกรรมต่าง ๆ มาด้วย เช่น บุคคลที่เกิดมาในโลกมนุษย์ก็จะนำผลกรรมต่าง ๆ มาเก็บไว้ในภวังคจิต ถ้าผลกรรมดีก็จะนำไปสู่ความสุขในชีวิต และถ้าผลกรรมชั่วก็จะนำไปสู่ความทุกข์ยาก เป็นต้น และเมื่อกระทำการในภพใหม่ วิถีจิตก็จะทำหน้าที่รับอารมณ์เหล่านี้แล้วส่งไปเก็บส่งสมที่ภวังคจิตอีก เป็นอย่างนี้สืบเนื่องกันไปเรื่อย ๆ จนพบความจริงในชีวิต

๒) ภวังคจิตมีหน้าที่เป็นจุติวิญญาณ หมายถึง การดับของจิต หรือการเคลื่อนของจิต ซึ่งเป็นภวังคจิตดวงสุดท้าย (ภวังค์ปัจเจก) ที่อยู่ในอาการที่ไม่รู้สึกรู้สีกตัวเรียกว่า ตกภวังค์ นั่นคือ ภวังคจิตจะทำหน้าที่รักษาองค์ภพชาติในปัจจุบันต่อไปภพใหม่ เช่น กรณีที่บุคคลใกล้ตาย เป็นต้น

๓) ภวังคจิตทำหน้าที่สืบต่อเป็นสันตติหล่อเลี้ยงชีวิต หมายถึง ภวังคจิตไม่รับอารมณ์ภายนอกหรือเสวยอารมณ์ เช่น เวลานอนหลับสนิทหรือสลบหมดสติ ภวังคจิตจะทำหน้าที่สืบต่อของจิตอย่างต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาจนกว่าจะตื่นหรือรู้ตัวในการหมดสติ

๔) ภวังคจิตทำหน้าที่เป็นวิบากวิญญาณ หมายถึง ผลกรรมที่บุคคลได้ทำไว้ ภวังคจิตจะทำหน้าที่เก็บส่งสมผลกรรมหรือวิบากกรรมที่บุคคลหรือสัตว์กระทำเอาไว้ติดตามไปด้วยเสมอ เช่น กุศล อกุศล อุปนิสัย และสันดาน จากอดีตชาติมาด้วย

๕) ภวังคจิตทำหน้าที่เป็นปัจจัยให้เกิดวิถีจิต หมายความว่าผลกรรมที่ทำในอดีตภพหรือปัจจุบันก็ตาม ภวังคจิตจะเก็บส่งสมเอาไว้ และถ้ามีจังหวะเหมาะสมหรือ ภาวะที่เอื้ออำนวยให้เกิดภวังคจิตจะทำหน้าที่ขึ้นสู่วิถีจิตทันที

ที่กล่าวมาทั้ง ๕ ข้อ สรุปได้ด้วยจาก ดังนี้

จากรูปภาพ ตัวย่อ “ช” หมายถึง ชวนจิต (เสวยอารมณ์)

ตัวย่อ “ม” หมายถึง มโนทวาราวชชนะจิต (พิจารณาอารมณ์)

ตัวย่อ “ภ” หมายถึง ภวังคจิต

^{๔๑}บรรจบ บรรณรุจิ, จิต มโน วิญญาณ, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๓๗), หน้า ๒๗-๓๕.

ตัวย่อ “จติ” หมายถึง ดับหรือเคลื่อน

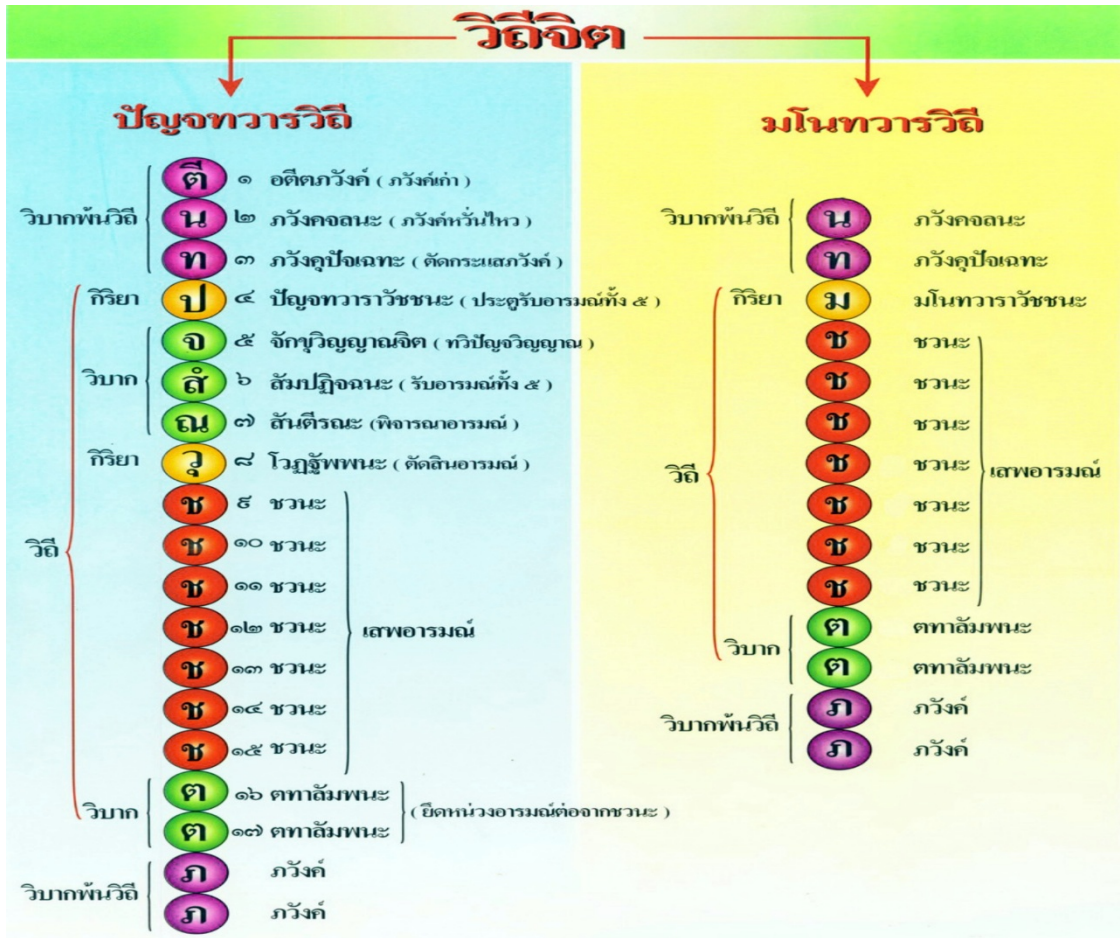
ตัวย่อ “ปฏิ” หมายถึง ปฏิสนธิจิต (เกิด)^{๔๒}

ได้แสดงถึงปฏิสนธิจิตและจติจิตในการเกิดภพใหม่ ซึ่งพบว่าจิตมีความต่อเนื่องกัน โดยมีจติจิตและปฏิสนธิจิตเชื่อมต่อกันในการเสวยอารมณ์กับการที่ทำหน้าที่การเก็บสังขารมรรณของภวังคจิต จะเห็นได้ว่าทั้ง๕ข้อโดยที่ส่วนข้อที่ ๑-๔ เป็นกระบวนการของภวังคจิตที่ทำหน้าที่นำไปสู่ภพใหม่และข้อที่ ๕ เป็นภวังคจิตที่ทำหน้าที่ขึ้นสู่วิถีจิต ที่จะแสดงการขึ้นสู่วิถีจิต และภวังคจิตเคลื่อนออกจากศูนย์กลางมนทวารออกมาจากแดนมนทวารเข้าสู่แดนทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย แล้วรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ หรือ แสดงพฤติกรรมขึ้นสู่กระแสวิถีจิต ตัวอย่างเช่น คนที่เกิดมาอายุสั้น พิการ หรือมีอาการต่าง ๆ เช่น มีนิสัยโกรธที่แสดงออกมาโดยที่ไม่รู้สึกตัวเพราะผลกรรมที่เกิดจากสังขารภวังคจิตในอดีตชาติหรือในปัจจุบัน เป็นต้น

ดังนั้นเพื่อให้เห็นภาพชัดเจนในกระบวนการของภวังคจิตและมีลักษณะเฉพาะของภวังคจิตที่มีการทำงานเกี่ยวพันกันอยู่ภายในกระแสวิถีจิตตามที่กล่าวมาแล้วจะพบว่าภวังคจิตเกิดดับสลับกับกระแสวิถีจิตอยู่ตลอดเวลาจากรูปภาพที่ ๒.๗ ดังนี้^{๔๓}

^{๔๒} พระมหาไพฑูริย์ สุทรวชิโร (น้อยจัน), “การวิเคราะห์เชิงปรัชญาเรื่องบาป ในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๒๓.

^{๔๓} สืบค้น[online], แหล่งที่มา: <http://www.puthakun.org/puthakun/index.php?option=com.content&view> [๑๕ มกราคม ๒๕๕๙]



รูปภาพที่ ๒.๗ แสดงกระบวนการทำงานของภวังคจิตในวิถีจิต^{๔๔}

๒.๒.๔.๖ กระบวนการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิต

โดยธรรมชาติแล้วภวังคจิตจะมีกระบวนการรับรู้อารมณ์อยู่ ๒ ลักษณะ คือ

- ๑) ลักษณะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิต
- ๒) ภาวะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิต

๒.๒.๔.๗ ลักษณะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิต

คำว่า “อารมณ์” ที่ใช้ในพุทธปรัชญาเถรวาท หมายถึง สิ่งที่รับรู้โดยทางอายตนะ ภายในคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทำให้เกิดรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สิ่งที่กระทบทางกาย) และ ธรรมารมณ์ (สิ่งที่รับรู้ทางใจ) ที่เรียกรวมกันว่าอายตนะภายนอก^{๔๕}

^{๔๔} นายแพทย์จำลอง ดิษยวณิช, วิปัสสนากรรมฐานและเขาวนอารมณ์, หน้า ๗๔.

^{๔๕} สุนทร รัชชี, พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก, หน้า ๒๖๑.

คำว่า “อารมณ์” ในพระอภิธรรม เรียกว่า อาลัมพะ หมายถึง สิ่งที่จิตรับรู้และสิ่งที่ “ถูกจิตรู้” จิตเป็นผู้รู้ (Subject) ส่วนอารมณ์เป็นตัวถูกรู้ (Object)^{๕๖}

คำว่า “อารมณ์” หมายถึงสิ่งที่เป็นที่ยึดหยุ่นของจิตและเจตสิกหรือเป็นสิ่งที่ยินดีของจิตและเจตสิก คือ อารมณ์ ๖ อย่าง ดังนี้

- ๑) รูปารมณ์ ได้แก่ สีต่าง ๆ จิตรับรู้โดยอาศัยจักขุทวาร (ตา)
- ๒) สัททารมณ์ ได้แก่ เสียงต่าง ๆ จิตรับรู้โดยอาศัยโสตทวาร (หู)
- ๓) คันธารมณ์ ได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ จิตรับรู้โดยอาศัยฆานทวาร (จมูก)
- ๔) รสารมณ์ ได้แก่ จิตรับรู้โดยอาศัยชีวหาทวาร (ลิ้น)
- ๕) โผฏฐัพพารมณ์ ได้แก่ เย็นร้อน อ่อนแข็ง หย่อนตึงจิตรับรู้โดยอาศัยสัมผัสทางกาย
- ๖) ธรรมมารมณ์ ได้แก่ จิตรับรู้โดยอาศัยมโนทวาร (ใจ)^{๕๗}

ลักษณะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิตจะทำหน้าที่ต่อจากกระบวนการของการรับรู้อารมณ์ของวิถิจิต ดังรูปภาพที่ ๑๒ ประกอบ คือ

จากรูปภาพ ๒.๗ เป็นลักษณะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิตที่รับรู้อารมณ์จากวิถิจิตที่มีอยู่ ๑๗ ขณะที่สามารถแบ่งช่วงของวิถิจิตออกเป็น ๓ ช่วงดังที่ได้กล่าวมาแล้วคือ

๑) ระยะเวลา ๔-๘ ขณะจิต เป็นจิตที่รับอารมณ์จากอายตนะทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย เข้ามาไต่สวน และตัดสินทางอารมณ์

๒) ระยะเวลา ๙-๑๕ ขณะจิตเป็นจิตที่เกิดการพินิจหรือเสวยอารมณ์เรียกว่า ชวนจิต

๓) ระยะเวลา ๑๖-๑๗ ขณะจิตเป็นจิตที่ยึดหยุ่นอารมณ์ที่ได้พินิจหรือเสวยอารมณ์ต่อจากระยะเวลา ๙-๑๕ หรือ เรียกว่า ชวนจิต จากนั้นตกลงสู่ภวังค์ เรียกช่วงนี้ว่า ตทาลัมพนจิต (ยึดหยุ่นอารมณ์) จากวิถิจิตทั้ง ๓ ช่วงที่รับอารมณ์จากทวารทั้ง ๕ จากนั้นก็เข้าสู่ภวังคจิตที่รับช่วงต่อคือ หมายเลข ๑-๓ มีอยู่ ๓ ดวง คือ ๑) อดีตภวังค์ ๒) ภวังคจลนะ ๓) ภวังคบุัจเฉทะ ทั้ง ๓ ดวงของภวังคจิตจะรับอารมณ์ต่อจากวิถิจิตโดยที่ลักษณะของวิถิจิตกับภวังคจิตจะทำงานสลับผลัดเปลี่ยนกันตลอดเวลา^{๕๘} ลักษณะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิตนี้ยังมีผู้รู้กล่าวไว้หลายท่านด้วยกัน ดังนี้

พระมหาประยูร ธรรมจิตโต กล่าวว่า เมื่อแรกจิตปฏิสนธิในครรภ์มารดา จิตอยู่ในภวังค์จึงเรียกว่าภวังคจิต จิตที่ไม่ออกมารับรู้อารมณ์ทางทวาร คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เป็นจิต

^{๕๖} แสง จันทร์งาม, ปรากฏการณ์ทางจิต, หน้า ๗.

^{๕๗} สมพร ศรีวราหิตย์, พระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๓-๔, (กรุงเทพมหานคร: สุทธิสารการพิมพ์, ๒๕๓๖), หน้า ๔๖-๔๗.

^{๕๘} พระมหาประยูร ธรรมจิตโต, มหาจุฬาฯ วิชาการ:ปรัชญาบูรพทิศ, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๖), หน้า ๒๑.

ปกติ (ปกติ มโนภวังคจิตต์ นาม) ที่คิดอารมณ์อยู่ภายในลึกๆ โดยไม่รู้สำนึกตัว และเมื่อ เด็กทารก คลอดออกมาจากครรภ์มารดาแล้ว ภวังคจิตยังคงทำหน้าที่ต่อไป รวมทั้งเมื่อมนุษย์หลับสนิทโดยไม่ฝัน หรือเข้านิโรธสมาบัติ จิตจะตกภวังค์ เมื่อใดอารมณ์มากระทบประสาทสัมผัส ภวังคจิตก็จะไหวตัว ออกมารับรู้อารมณ์ทาง ทวารทั้ง ๖ เรียกว่า การขึ้นสู่วิจิตเมื่อจิตรับรู้และกระทำทุกอย่างได้วิถีจิตจะไม่ เคยถูกลืมและสิ่งเหล่านี้จะถูกเก็บส่งสมไว้ในภวังค์ กรรมทั้งหลายถูกส่งสมไว้ในภวังคจิตนี้แหละที่ จุติจิตจากภพหรือชาติหนึ่งไปปฏิสนธิในอีกภพหนึ่ง^{๔๙}

สุนทร ฦ. รังษี กล่าวว่า วิถีจิตจะตกอยู่ในภวังคจิตเป็นชั้น ๆ สลับกันอยู่ตลอดเวลาจิตเกิดดับตามโครงสร้างจิต คือการรับรู้อารมณ์ไต่สวนอารมณ์ตัดสินอารมณ์และสิ่งต่ออารมณ์ จนมาถึงขณะจิตที่ ๑๕ เรียกว่า ขวนะ (จิตที่เสวยอารมณ์) จิตก็สิ้นสุดลงต่อจากนั้น ๒ ขณะจิตจะยึด หน่วงอารมณ์ที่พินิจแล้วสู่ภวังค์ คือ ภวังคจิตดวงที่ ๑ (อดีตภวังค์) เพราะตกอยู่ในอิทธิพลของอารมณ์เก่า ที่เพิ่งรับมาใหม่ๆ พอถึงภวังคจิตดวงที่ ๒ อารมณ์เริ่มเข้ามามีอิทธิพลเก่าทำให้ภวังคจิตกระทบกระเทือน เพราะแรงกระทบ ของอารมณ์ใหม่เรียกว่าภวังค์ไหว พอมาถึงภวังคจิตดวงที่ ๓ ภวังคจิตได้รับอิทธิ พลของ อารมณ์ใหม่เต็มทีภาวะภวังค์จึงสิ้นสุดลงต่อจากนั้นจิตก็ขึ้นสู่วิจิตรับอารมณ์^{๕๐}

ระวี ภาวิไล กล่าวว่า วิถีจิตทำหน้าที่ต่ออารมณ์ใหม่ในภพปัจจุบันการเกิดเป็นวิถี ในชีวิตประจำวันคือการที่อวิชชาระดับจิต (พิจารณาอารมณ์) จับอารมณ์ใหม่ขึ้นแล้วส่งต่อให้จิตที่เกิดดับ โดยลำดับกระทำกิจของตนตามสมควรแก่อารมณ์นั้นสืบต่อกันเป็นแถวจนเมื่อขวนะจิต(เสวยอารมณ์) เสร็จแล้วและถ้ากล่าวตามลักษณะอภิธรรมก็ คือหลังจากปฏิสนธิจิต เกิดขึ้น ๑ ขณะ ภวังคจิตก็รับ ช่วงเกิดดับสืบเนื่องโดยลำดับต่อกันเป็นแถวของจิต พันวิถีจิตซึ่งเป็นการกำหนดพื้นฐานของชีวิตการ เกิดสืบเนื่องกันเช่นนี้ทำให้บุคคลจะไม่รู้สึกรู้ตัว^{๕๑}

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ กล่าวว่า ตั้งแต่การดับลงแห่งปฏิสนธิไม่มีระหว่าง คั้นของผู้ที่ถือเอาปฏิสนธิใน ภพใหม่เมื่อขณะที่วิถีจิตไม่เกิด ปฏิสนธิจิตนั้นแหละถืออารมณ์ของ ปฏิสนธิจิตที่เกิดขึ้นในภพใหม่กลับเป็นจิตที่เรียกว่ากระแสภวังค์โดยความเป็นองค์แห่งภพเกิดขึ้นไม่ ขาดสายตลอดเวลาถึงจุติเกิด เหมือนหนึ่งกระแสน้ำในแม่น้ำและในที่สุดแห่งปัจจุบันภพ ภวังคจิตนั้น แหละดึงเอาอารมณ์ของปฏิสนธิจิตที่เกิดขึ้นในภพใหม่แล้วกลับเป็นจุติจิตด้วยอำนาจแห่งการเคลื่อน จากภพเก่าแล้วดับลง^{๕๒} จะเห็นได้ว่าภวังคจิตมีลักษณะรับรู้อารมณ์จากกระแสวิถีจิตและเป็นฐานรองรับ

^{๔๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๑.

^{๕๐} สุนทร ฦ. รังษี, พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๒๖๓-๒๖๔.

^{๕๑} ระวี ภาวิไล, อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่, หน้า ๑๖๕-๑๖๖.

^{๕๒} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธัมมัตถสังคหฎีกา, (กรุงเทพมหานคร: ทิพย์ วิสุทธิ, ๒๕๓๔), หน้า ๒๓๔.

ของชีวิตในขณะหลับนอนอย่างต่อเนื่องกันเป็นระบบตลอดเวลาและเก็บสะสมอารมณ์จากกระแสชีวิตจิต รวมทั้งนำผลการกระทำต่างๆขึ้นสู่ชีวิตจิตและภพต่อ ๆ ไปได้

๒.๒.๔.๘ ภาวะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิต

ในพุทธปรัชญาเถรวาทกล่าวถึงจิตไว้ ๘๙ ดวงหรือ ๑๒๑ ดวง (โดยพิสดาร) ถ้าแบ่งเป็นหมวดได้ ๖หมวด คือ ๑) อกุศลจิต ๑๒ ดวง ๒) อเหตุกจิต ๑๘ ดวง ๓) กามาวจรโสภณจิต ๒๔ ดวง ๔) รูปจรจิต ๑๕ ดวง ๕) อรูปาวจรจิต ๑๒ ดวง ๖) โลกุตตรจิต ๘ ดวง จิตเหล่านี้ทำหน้าที่ในการปฏิสนธิจิต ภวังคจิต และจุติจิต เนื่องจากจิตมีองค์ประกอบของเจตสิกอยู่ด้วยเพื่อการรับรู้ภาวะต่าง ๆ หรือมีการปรุงแต่งให้เกิดอารมณ์ต่าง ๆ จากภายนอกเข้าสู่จิต เจตสิกนี้มีอยู่ ๕๒ ดวงและมีเจตสิกอยู่ ๗ ดวงที่เรียกว่า สัมผัสจิตตสสารณเจตสิก ซึ่งจะเกิดกับจิตทุกดวง ดังนี้

- ๑) ผัสสะทำหน้าที่กระทบอารมณ์ เช่น ตากระทบรูป เป็นต้น
- ๒) เวทนาเป็นสภาพเสวยรสอารมณ์ เช่น อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ
- ๓) สัญญาทำหน้าที่จำอารมณ์ หรือหน่วยความจำ
- ๔) เจตนาทำหน้าที่ชวนชวยให้สำเร็จ
- ๕) เอกัคคตาซึ่งมีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียวทำให้เกิดร่วมกันหรือพร้อมกันในอารมณ์นั้น
- ๖) ชีวิตินทรีย์ เป็นสภาพอนุบาลเข้าร่วมกันให้เป็นไปหรือการหล่อเลี้ยงชีวิตให้

เป็นไปในหน้าที่ของตน

๗) มนสิการ คือ การทำอารมณ์ไว้ในใจหรือพิจารณาไว้ในใจ^{๕๓}

จากเจตสิกทั้ง ๗ ดวงนี้จะมีคุณสมบัติ ๔ ประการคือ

- (๑) เกิดพร้อมกับจิต
- (๒) ดับพร้อมกับจิต
- (๓) รับอารมณ์อย่างเดียวกับจิต
- (๔) อาศัยอยู่ที่เดียวกับจิต และเจตสิกทั้ง ๗ ดวงสามารถย่อลงได้ ๓ กองคือ

๑) เวทนาชั้น คือกองเวทนา เป็นส่วนที่เจตสิกรับความรู้สึกมาจากเสวยอารมณ์แบ่งออกเป็น ๓ อย่างคือ

- (๑) สุขเวทนา คือความรู้สึกเป็นสุข
- (๒) ทุกขเวทนา คือความรู้สึกทุกข์
- (๓) อุเบกขาเวทนา คือความรู้สึกเฉย ๆ หรือไม่สุขไม่ทุกข์

๒) สัญญาชั้น คือการสัญญาเป็นเจตสิกที่กำหนดรู้และจำได้หมายรู้ คือหมายรู้อารมณ์ทั้ง ๖ คือการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส และการนึกคิดหรือกล่าวอีกนัยหนึ่งในทางอภิธรรมมีสัญญา ๖ อย่างเช่นกันคือ ๑) จำรูป ๒) จำเสียง ๓) จำกลิ่น ๔) จำรส ๕) สัมผัสทางกาย ๖) ใจนึกคิด

^{๕๓} พระมหาประยูร ธมฺมจิตฺโต, มหาจุฬาฯ วิชาการ:ปรัชญาบูรพทิศ, หน้า ๙.

๓) สังขารชั้นรค์ คือกองสังขารเป็นส่วนที่เจตสิกปรุงแต่งหรือสภาพที่ปรุงแต่งคุณภาพของจิตให้เป็นกุศล (สุข) อกุศล (ทุกข์) และอุเบกขา สังขารยังหมายถึง ความดี (กุศล) ความชั่ว (อกุศล) หรือเรียกว่า บุญและบาปได้เช่นกัน

เจตสิกที่ปรุงแต่งจิตให้เป็นกุศล อกุศล และอัพยาภฤต เมื่อวิเคราะห์ให้ลึกลงไปจะพบว่าเป็นความทะยานอยากหรือตัณหาของบุคคลและสัตว์ที่มีจิตรับรู้อารมณ์เข้ามาแล้วทำให้เกิดความหลงในความเพลิดเพลินในตัณหาซึ่งแบ่งได้ ๓ อย่าง

๑) กามตัณหา คือความทะยานอยากในกามคุณ ๕ ได้แก่ ออยากในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสผัสทางร่างกายที่พอใจ เช่น ออยากเห็นรูปสวย เสียงไพเราะ อาหารอร่อย เป็นต้น

๒) ภวตัณหา ความทะยานอยากในภพ ความทะยานอยากในความดีหรือความเป็น ความอยากเป็นเจ้าของ เช่น ออยากในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ออยากเกิดเป็นเทวดา ออยากเกิดเป็นพรหม ไม่อยากสูญสลาย ฯลฯ

๓) วิภวตัณหา คือ ความทะยานในความไม่มีหรือ ความไม่เป็นอยากดับสูญ ออยากทำลาย เช่น ไม่อยากสูญสิ้นวาสนา เป็นต้น จะเห็นได้ว่าจิตนี้มีทั้งกุศล อกุศล และอุเบกขา เมื่อวิถีจิตรับรู้อารมณ์ต่างๆ จากภายนอกและจะถูกเก็บสะสมไว้ในภวังคจิตของบุคคลไว้หลังจากวิถีจิตเสวยอารมณ์เรียกว่า อนุสัย^{๕๔}

ดังนั้นภาวะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิตจะเกิดจากอำนาจของเจตสิกที่ปรุงแต่งเกิดขึ้นกับกระแสของวิถีจิตในการรับรู้อารมณ์ของตกุศล อกุศล และอุเบกขา ซึ่งทางพุทธปรัชญาเถรวาท ได้กล่าวถึงกุศล (สุข) อกุศล (ทุกข์) และอุเบกขา ไว้ ๒ ประเภท คือ

๑) ทางปัญจทวาร (ทวารทั้ง ๕) เกิดจากวิถีจิตในปัญจทวาร คือ จักขุวิญญาน โสทวิญญาน ชานวิญญาน ชิวหาวิญญาน และกายวิญญาน การที่จะเกิดอารมณ์ทางทวารทั้ง ๕ นี้ จะขึ้นอยู่กับเจตนาแรงหรือไม่แรงของอำนาจอารมณ์ที่ปรากฏชัดของกุศล (สุข) อกุศล (ทุกข์) และอัพยาภฤต (ไม่สุขไม่ทุกข์) ยกตัวอย่างเช่น มีชายคนหนึ่งเกิดมาด้วยอำนาจกุศลกรรม (กรรมดี) วันหนึ่งได้มองเห็นสตรีผู้หนึ่งรูปร่างหน้าตาสวยงาม ทำให้ชายคนนั้นเกิดความพอใจและคิดว่า สตรีคนนี้น่ารักอยากได้มาเป็นภรรยา เพียงคิดเท่านั้นก็จัดว่าเป็นอกุศลเกิดขึ้นในจิตของชายคนนั้น วิถีจิตจะเกิดเป็นลำดับตามหน้าที่ของจิต จากนั้นวิถีจิตดับลงก็จะเกิดภวังคจิตต่อเนื่องกันเรียกว่าภวังคจิตนี้ว่าอดีตภวังค์ดับลงไปแล้วแต่รูปรามณ์ (สตรีสวย) แต่ยังไม่ดับลง (อารมณ์ยังคงอยู่ภายใน) หลังจากนั้นไปกระทบกับจักขุทวาร (การมองเห็น) ทำให้เกิดการสัมผัสเตือนในภวังคจลนะเกิดขึ้นเพราะทำให้อารมณ์เก่าไม่มั่นคง เรียกว่าภวังคจลนะ จากนั้นดับลงภวังค์อีกดวงหนึ่งเกิดขึ้นมารับอารมณ์เก่าเป็นครั้งสุดท้ายเรียกว่า ภวังคูปัจเฉทะ แล้วดับลงและพร้อมที่จะขึ้นสู่วิถีจิต จากที่กล่าวมานี้หมายความว่าชายคนนั้นมีเจตนาที่เป็น

^{๕๔} นายแพทย์จำลอง ดิษยาณิษ, จิตวิทยาของความดับทุกข์, หน้า ๒๕-๒๖.

อกุศล คือมีโลภะและโมหะอยู่ในจิตโดยมีเจตสิกเกิดร่วมอยู่ด้วย เมื่อวิถิจิตเสวยอารมณ์อกุศลกรรมเหล่านี้จะเกิดขึ้นจากวิถิจิตแล้วจะถูกเก็บสะสมไว้ในภวังคจิตจนกระทั่งถึงเวลาอันเหมาะสมหรือจังหวะเหมาะที่จะทำให้ภวังคจิตแสดงพฤติกรรมออกมากับสตรีที่ชายคนนั้นต้องการเป็นภรรยาทันที แต่ทางตรงกันข้ามถ้าชายคนนั้นเกิดการเปลี่ยนใจเห็นสตรีผู้นั้นเกิดความไม่พอใจหรือรังเกียจขึ้นมา ก็จะทำให้ชายคนนั้นเห็นสตรีคนนั้นก็จะเกิดขึ้นในวิถิจิตของชายคนนั้นแล้วเสวยอารมณ์ไม่พอใจ (โทสะ) ทำให้อารมณ์ที่ไม่พอใจของชายคนนั้นในวิถิจิตจะถูกเก็บสะสมไว้ในภวังคจิต เช่นเดียวกัน อย่างนี้เป็นต้น

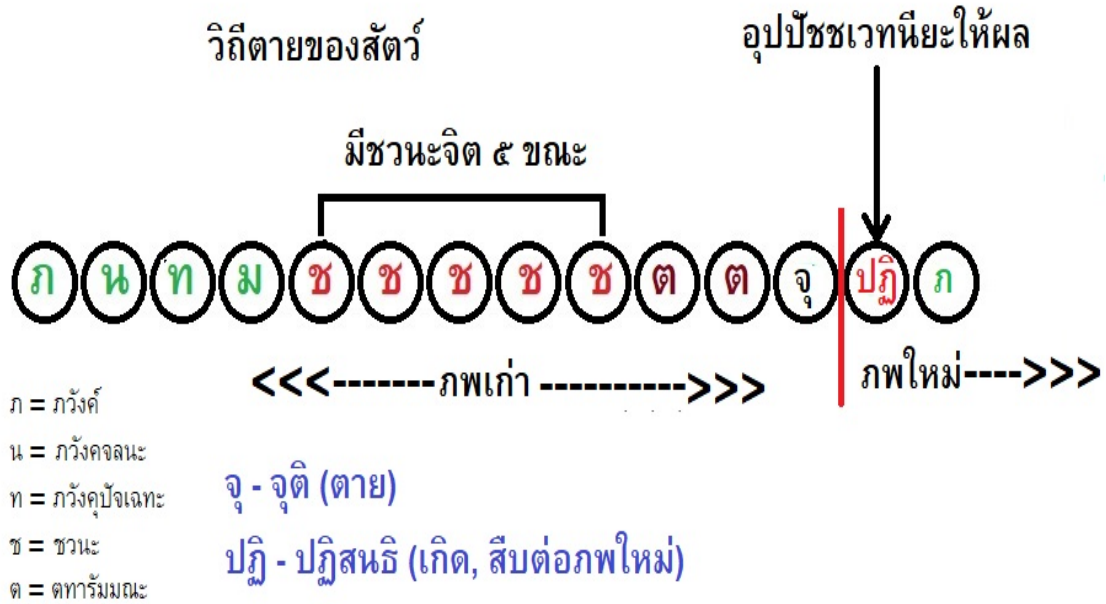
๒. ทางมโนทวาร (ทางใจ) วิถิจิตที่เกิดทางมโนทวารมีมากมายเพื่อให้เกิดความชัดเจนจึงขอยกตัวอย่าง ดังนี้ เมื่อชายคนหนึ่งที่กระทำการบางอย่างไว้ คือ การฆ่าสุกรเพื่อนำไปขาย ขณะที่ชายคนนั้นมองดูสุกรที่จะฆ่าก็เกิดความโลภอยากกินเนื้อสุกร โดยขณะนั้นปัญญาทวาร คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ทำให้เกิดวิถิจิตเกิดขึ้นดำเนินไปตามลำดับของจิตจนกระทั่งถึงชวันจิต (เสวยอารมณ์) ที่เป็นอกุศลจิต (กรรมไม่ดี) ต่อไปยังตทาสัมพนจิต (ยึดห่วงอารมณ์) ก็จะมารับอารมณ์จากนั้นตทาลัมพนจิตดับลงก็เข้าสู่กระแสภวังคจิต ทำให้เกิดการเก็บสะสมอารมณ์ของชายคนนั้นที่กระทำการฆ่าสุกรด้วยเจตนาทางมโนทวาร และเมื่อภวังคจิตได้เก็บสะสมอารมณ์เหล่านี้ไว้แล้วก็พร้อมที่จะให้ผลทุกขณะเมื่อมีโอกาสหรือจังหวะที่เหมาะสมเป็นต้น^{๕๕}

จะเห็นว่าภาวะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิตจะเกี่ยวข้องกับวิถิจิตและเจตจิต จากนั้นภวังคจิตจะเป็นจิตที่เก็บสะสมเอาไว้เพื่อรอจังหวะที่แสดงพฤติกรรมออกมาทั้งในทางกุศล (สุข) อกุศล (ทุกข์) และอุเบกขา ซึ่งจะเกิดอย่างนี้สลับต่อเลยๆไปจนกว่าอายุขัยหมดหรือเข้าสู่ภพใหม่

๒.๒.๔.๙ กระบวนการเก็บสะสมของภวังคจิต

กระบวนการเก็บสะสมของภวังคจิตก็จะเป็นช่วงต่อจากภาวะการรับรู้อารมณ์ของภวังคจิต ซึ่งเป็นการเก็บสะสมภายในของภวังคจิตจากวิถิจิตอีกทอดหนึ่ง ดูรูปภาพที่ ๒.๘ ประกอบดังนี้

^{๕๕} พระมหาไพฑูริย์ สุทฺธวิสุโธ (น้อยจัน), “การวิเคราะห์เชิงปรัชญาเรื่องบาป ในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, หน้า ๒๙.



รูปภาพที่ ๒.๘ แสดงกระบวนการเก็บสังขมของภวังคจิต ๓ ชณะจิต

จากรูปภาพที่ ๒.๘ เป็นกระบวนการทำงานเก็บสังขมภายในของภวังคจิตมีอยู่ ๓ ชณะจิต ดังนี้

ชณะจิตที่ ๑ คือ ภาวังคจิตเก่า (อดีตภาวังค์) มีกระบวนการที่เก็บสังขมอารมณ์ภายในกระแสของภวังคจิตโดยมีอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งและสืบต่อไปยังปฏิสนธิจิต ซึ่งอารมณ์ปฏิสนธิจิตนี้มีอยู่ ๓ อารมณ์ คือ

๑) กรรมอารมณ์ หมายถึง อารมณ์การกระทำที่บุคคลหรือสัตว์ที่กำลังจะหมดอายุขัย (ตาย) ได้กระทำไว้ในชีวิตที่ผ่านมาทั้งกุศล (สุข) อุกุศล (ทุกข์) และอุเบกขา จะทำให้กรรมอารมณ์เก็บสังขมนั้น ๆ นำไปสู่อีกภพหนึ่ง

๒) กรรมนิมิตอารมณ์ หมายถึง ความคิดนึกที่ปรากฏแก่จิตของบุคคลหรือสัตว์นั้นๆ ที่กำลังจะหมดอายุขัยที่จะเกิดการคิดนึกถึงอุปกรณ์หรือสิ่งของที่ใช้กระทำกรรมเอาไว้โดยเป็นไปตามอัตโนมัติ ตัวอย่างเช่น นึกถึงกรรม คือการฆ่าสัตว์ก็ต้องนึกถึงสิ่งที่ใช้ฆ่าพร้อมกันไปด้วย เช่น มีด ปืน ไม้ เป็นต้น ถ้าเป็นกุศลกรรม (กรรมดี) เช่นการใส่บาตรพระ อุปกรณ์ที่ใช้ทำกรรมดีนี้ได้แก่ ข้าวปลาอาหารที่ใช้ใส่บาตร เป็นต้น อุปกรณ์ที่ใช้กระทำเหล่านั้นเรียกว่า กรรมนิมิตที่จะปรากฏแก่จิตของผู้ที่กำลังจะหมดอายุขัย พร้อมๆ กับกรรม (การกระทำ) ที่ทำด้วย

๓) คตินิมิตอารมณ์ หมายถึง ภาพหรือสัญลักษณ์ของภพหน้าที่จิตจะไปเกิดหรือภพนิมิตให้บุคคลนั้นเห็นก่อนหมดอายุขัย เช่น เห็นภาพวิมาน (สวรรค์) วัว (สัตว์เดรัจฉาน) หรือ เปลวเพลิง (นรก) เป็นต้น

จากอารมณ์ทั้ง ๓ ที่กล่าวข้างต้นนี้จะทำให้เกิดการยึดห่วงอารมณ์ (ตทาลัมพนจิต) ดังกล่าวเข้าสู่ภวังคจิตอยู่ภายใน

ขณะจิตที่ ๒ คือภวังคจลนะหรือภวังคจิตไหว มีหน้าที่ภายในของภวังคจิตที่ทำต่อจากอดีตภวังคคาลัยอารมณ์เก่าให้กับภวังคจลนะทำให้ภวังคจลนะรับอารมณ์ใหม่อย่างใดอย่างหนึ่งจากอดีตภวังคกับอารมณ์เก่าที่มีอยู่แล้ว จึงเกิดแรงสั่นสะเทือนจึงทำให้เกิดการไหวขึ้นทำให้การสืบทอดอารมณ์เก่า และอารมณ์ใหม่ของอดีตภวังคที่เข้ามาเก็บสิ่งสมไว้มีพลังมากขึ้นและพร้อมที่รักษาอารมณ์ให้อยู่ในสภาพที่สมดุลจึงส่งต่อไปยังขณะจิตที่ ๓

ขณะจิตที่ ๓ คือภวังคปุจเฉทะหรือภวังคคัตต มีกระบวนการเก็บสิ่งสมภายในของภวังคจิตที่ทำให้การรับอารมณ์เก่าอย่างใดอย่างหนึ่งจากภวังคจลนะอย่างเต็มที่แล้วเก็บสิ่งสมอารมณ์ไว้ซึ่งเป็นการเก็บสิ่งสมไว้ต่อกันเป็นครั้งสุดท้าย (ดวงสุดท้าย) แล้วดับไป (จตุตจิต) จากนั้นก็พร้อมที่จะขึ้นสู่วິถิจิต (เสวยอารมณ์) หรือเก็บสิ่งสมข้อมูลส่งต่อไปสู่ภพหน้าได้

จากขณะจิตของภวังคจิตทั้ง ๓ ขณะจิต จะเป็นกระบวนการเก็บสิ่งสมอยู่ภายในทั้งที่เป็นกุศล อกุศล และอัปยาคฤต อย่างใดอย่างหนึ่งที่เป็นกรรมหรือประสบการณ์ ในอดีตกาล ก็ยังคงถูกเก็บสิ่งสมอยู่ในภวังคจิตอยู่ตลอดเวลาไป (ตราบไคที่ยังไม่ดับวิถิจิต) ในกระบวนการเก็บสิ่งสมภายในของภวังคจิตที่กล่าวมาจะมีอยู่ ๒ ช่วง ในการรับอารมณ์ คือ ๑) ก่อนรับอารมณ์ (ปฏิสนธิจิต) ๒) รับอารมณ์แล้ว (จตุตจิต) ซึ่งกระบวนการภายในของภวังคจิตในการเกิดภพใหม่มีขั้นตอนราย ละเอียดดังนี้

ขั้นตอนที่ ๑ เมื่อเวลาบุคคลหรือสัตว์ใกล้จะหมดอายุขัยนั้นจะมีอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งในการอารมณ์ ๓ ประการคือ กรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ และคตินิมิตอารมณ์ โดยที่อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งก็จะเข้าปรากฏแก่ขวนจิต (เสวยอารมณ์) ก่อนใกล้หมดอายุขัยซึ่งเป็นขั้นตอนของวิถิจิตรับอารมณ์

ขั้นตอนที่ ๒ เมื่อวิถิจิตของบุคคลหรือสัตว์นั้นๆ จะจตุตจิต (ดับลง) ที่นำไปสู่การปฏิสนธิจิตซึ่งมีอารมณ์อย่างเดียวกับขวนจิต (ตอนเสวยอารมณ์จะนำไปสู่ขั้นตอนของการจตุตจิตและปฏิสนธิจิต)

ขั้นตอนที่ ๓ จากปฏิสนธิจิตสืบทอดมายังภวังคจิตที่จะทำการเก็บสิ่งสมอารมณ์ที่เกิดขึ้นในกระแสนจิตติดต่อกัน ๑๖ ขณะ โดยมีภวังคจิตทำงานร่วมกันอยู่ ๓ ดวงคือ อดีตภวังค ภวังคจลนะ และภวังคปุจเฉทะ ซึ่งมีอารมณ์เดียวกับปฏิสนธิจิตและขวนจิต (เป็นขั้นตอนของการทำงานของภวังคจิต) ที่รับอารมณ์แล้วเก็บเก็บสิ่งสมไว้

ขั้นตอนที่ ๔ มโนทวาราวชชะเกิดขึ้นเพื่อพิจารณาอารมณ์ใหม่แล้วดับลงไปต่อจากนั้นขวนจิตเกิดขึ้น ๕ ขณะเพื่อเสวยอารมณ์ หมายถึง ยินดีในอารมณ์ในภพที่บุคคลหรือสัตว์นั้นเกิดภพภูมิใหม่ จากนั้นจิตก็ตกภวังคซึ่งเป็นไปตามกุศลกรรม อกุศลกรรมที่ได้กระทำเอาไว้ของบุคคลและสัตว์นั้น ๆ ต่อไปเป็นขั้นตอนของการเกิดวิถิจิตในปัจจุบันหรือเกิดภพใหม่

จากการทำงานของจิตนั้นถือเป็นกระบวนการภายในของภวังคจิตที่มีการเก็บสัง-
สมโดยที่ภวังคจิตจะมีกระบวนการอยู่ ๒ ขณะจิต คือ ปฏิสนธิจิต และจุติจิต ซึ่งจะนำผลกรรมของภพ
ชาติปัจจุบันบวกกลับอดีตชาติก่อน ๆ ไปสู่อีกภพหนึ่ง ๆ ทำให้บุคคลหรือสัตว์นั้น ๆ มีอุปนิสัยหรือ
พฤติกรรมต่างๆ ตามแต่ที่จะเก็บสังสมมากน้อยแค่ไหน ดังพระพุทธดำรัสที่เกี่ยวกับเรื่องนี้ว่า ภิกษุ
ทั้งหลาย นามและรูปเป็นอย่างไร? ผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา และ มนสิการเหล่านี้ เรียกว่า
“นาม” ส่วนมหาภูตรูป ๔ และอุปทานรูปเหล่านี้เรียกว่า รูป ภิกษุทั้งหลายวิญญาณเป็นไฉน?
วิญญาณ ๖ คือจักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณและมโน
วิญญาณ^{๕๖} ซึ่งจากพุทธดำรัสนี้ เมื่อพิจารณาให้ลึกกลงจากที่ได้กล่าวว่าการเกิดขึ้นของวิญญาณหรือจิต
ก่อให้เกิดมหาภูตรูป และอุปทานรูปก่อให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มาจากมหาภูตรูป แต่พุทธดำรัสนี้ได้
หมายถึง วิญญาณหรือจิตในวิถิจิตแต่หมายถึง ภวังคจิต การเกิดมหาภูตรูป และอุปทานรูปที่ก่อกำเนิด
ชีวิตนั้น ถ้าหากปราศจากภวังคจิตเป็นตัวนำปฏิสนธิจิตแล้วนามและรูปใหม่ก็เกิดขึ้นไม่ได้เพราะขาด
วิบากกรรมมาปรุงแต่ง แต่ในทรรคนะของพุทธปรัชญาเถรวาทถือว่ากรรมจะต้องประกอบด้วยเจตนา
ทุกครั้งย่อมสำเร็จผลเป็นวิบากอยู่ในภวังคจิต และวิบากกรรมนี้จะเป็นแรงผลักดันก่อให้เกิดปฏิสนธิจิตอยู่
ในภวังคจิต เมื่อปฏิสนธิจิตดับลงแล้วภวังคจิตจะทำหน้าที่ต่อไปอีก คือ เป็นรากฐานให้นามและรูป
เจริญเติบโต ในขณะที่เดียวกันก็ทำหน้าที่ควบคุมและตกแต่งกัน ถ้าภวังคจิตเก็บสังสมทางกุศลก็จะ
นำไปทางที่ดี และถ้าภวังคจิตเก็บสังสมในทางอกุศลก็จะไปทางที่มีแต่ความทุกข์ เป็นต้น ดังตัวอย่าง
นายเขียวเป็นคนไม่กล้าบาปเขาประกอบอาชีพสุจริตบังหน้าแต่เบื้องหลังเต็มไปด้วยการทรยศคดโกง
ฉ้อฉล แต่เนื่องจากเขาเป็นคนฉลาดมีอิทธิพลและมีเงินมากเขาจึงรอดพ้นจากเงื้อมมือของกฎหมายได้
ทุกครั้ง ชาวนาบางคนต้องกลายเป็นผู้เช่านาตนเองทำ สาเหตุเพราะกู้ยืมเงินนายเขียวจำนวนหนึ่งโดย
เอาที่นาเป็นประกันแล้วถูกนายเขียวใช้เล่ห์เหลี่ยมเพิ่มจำนวนเงินในสัญญากู้ จนเจ้าของนาไม่สามารถ
หาเงินมาชดใช้ได้จึงถูกนายเขียวยึดที่นาไป วันหนึ่งนายเขียวถูกลอบยิงบาดเจ็บสาหัสญาตินำส่ง
โรงพยาบาลในที่สุดอาการของนายเขียวเข้าขั้นโคม่า ทำให้ประสาทสัมผัสของเขาไม่สามารถรับรู้โลก
ภายนอก แต่ภายในจิตของนายเขียวเห็นเปลวเพลิงนรกประหนึ่งเขาได้ยืนดูอยู่อย่างใกล้ชิด สุดท้าย
เขาก็หมดลมหายใจ ดับจิตไปเกิดอยู่ในนรกที่นายเขียวเห็น เป็นต้น จากตัวอย่างในกรณีนี้อธิบายได้ว่า
ในมรณสมัย (เวลาใกล้ตาย) ทุกคืนมีมรณรูป (ลักษณะของไฟ) แห่งเปลวเพลิงซึ่งไปในทางทุกคติ
(เกิดไม่ดี)ทั้งหลายมีนรกเป็นต้น ย่อมมาสู่อารมณ์ใหม่ในทวารของบุคคลผู้มีบาปกรรม กล่าวอีกนัยหนึ่ง
คือด้วยอำนาจแห่งกรรม (การกระทำ) ภวังคจิตจะทำการเก็บข้อมูลสังสมไว้จากวิถิจิตที่ได้กระทำ
กรรมเอาไว้เมื่อใกล้หมดอายุขัย (ตาย) ก็จะปรากฏอารมณ์ที่ได้กระทำกรรมไว้กับบุคคลนั้นๆ ต่อ
จากนั้นจุติจิตจะเกิดอารมณ์ของภวังคที่เก็บสังสมไว้เกิดเป็นอารมณ์ขึ้นตามลำดับ ปฏิสนธิจิตเกิดขึ้น
แก่บุคคลนั้นในอารมณ์นั้นต่อไป นี่ถือเป็นปฏิสนธิจิตในอารมณ์เป็นปัจจุบัน (เกิด) ในลำดับแห่งจุติจิต
ซึ่งมีอารมณ์เป็นอดีต (จากภพเก่า) จากตัวอย่างนี้จะพบว่าอารมณ์ของจิตของนายเขียวผู้กำลังหมด

^{๕๖}บรรจบ บรรณรุจิ, จิต มโน วิญญาณ, หน้า ๑๗.

อายุขัย คือคตินิมิตเพียงอย่างเดียว เรียกว่า ทุคตินิมิต (เห็นทางไปเกิดที่ไม่ดี) เพราะเป็นนิมิตหรือสัญลักษณ์ของทุกคติที่มีพลังกรรมชั่วที่เก็บสะสมในภวังคจิตจะนำนายเขี้ยวไปเกิดภพใหม่ที่ไม่ดีต่อไป^{๕๗}

๒.๒.๔.๑๐ การเปลี่ยนแปลงสู่พฤติกรรมที่แสดงออกของภวังคจิต

จากภวังคจิตที่เก็บสะสมมาจากวิถีจิตในปัจจุบันหรืออดีตภพเป็นเหตุให้เกิดพฤติกรรมแสดงออกมา มีทั้งกุศล (สุข) อกุศล (ทุกข์) และอุเบกขา ซึ่งทำให้เกิดการกระทำต่าง ๆ ที่เกี่ยวเนื่องกับตัณหาหรือไม่ใช่ตัณหาก็คงอยู่ภายใต้อิทธิพลของภวังคจิตที่เก็บสะสมมาในอดีตหรือประสบการณ์ที่ผ่านมาที่คิดนึกว่าถูกต้องและเมื่อมีความพอใจในพฤติกรรมนั้นๆ ก็จะมีเจตนาในวิถีจิตนั้นแรง เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความกังวล และหวาดระแวง เป็นต้น ซึ่งในการทำงานของจิตนั้น เป็นวิถีจิตรับอารมณ์ต่าง ๆ ทางทวารทั้ง ๖ เข้ามาจากภายนอกซึ่งมีทั้งกุศล อกุศล และอุเบกขา ทำให้จิตมีทั้งสุขและทุกข์ตามไปด้วย ส่วนภวังคจิตจะเก็บสะสมอารมณ์ความสุข ทุกข์ และรู้สึกเฉยๆเหล่านั้นมาไว้เสมือนกิเลสอนุสัยนอนนิ่งอยู่ภายในลึก ๆ ในภวังคจิต และพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรมออกมาเมื่อถึงโอกาสและเวลาอันเหมาะสมโดยที่อารมณ์สั่งสมไว้ในภวังคจิตก็จะแสดงพฤติกรรมออกมาสู่วิถีจิตและถ้าเป็นอกุศล (ทุกข์) พฤติกรรมที่ออกมาก็จะทำให้เกิดความทุกข์กับตัวเอง และจะทำให้เดือดร้อนสังคมของผู้อื่นด้วย นำไปสู่ความไม่เหมาะสมในพฤติกรรมในการแสดงออกของบุคคลนั้นๆโดยภวังคจิตที่เก็บสะสมอารมณ์กิเลสไว้เช่น กิเลส ๓ ชนิด ดังนี้ คือ

๑) อนุสัยกิเลส คือ กิเลสอย่างละเอียดที่ตกตะกอนอยู่หรือเก็บสะสมอยู่ในภวังคจิต เบื้องลึกของกระแสจิต เปรียบเสมือนสันดานที่เป็นตะกอนนอนสงบอยู่ในภวังคจิตมีอยู่ ๓ ชนิดคือ

- (๑) ราคะอนุสัย เช่น ออยากได้ (โลภะ)
- (๒) ปฏิฆานุสัย เช่น ความเครียด (โทสะ)
- (๓) อวิชขานุสัย เช่น ความหลง (โมหะ)

๒) ปริยฐานกิเลส คือกิเลสอย่างกลางที่ถูกสั่งสมไว้เมื่อถูกกระตุ้นความรู้สึกในอนุสัย จะทำให้ฟุ้งซ่านมารับวิถีจิตทำให้บุคคลนั้นมีความรู้สึกตามกิเลสที่ถูกกระตุ้นหรือกระทบ เช่น ราคะ โทสะ และโมหะ เป็นต้น

๓) วิตกมกิเลส คือ กิเลสอย่างหยาบที่เห็นได้ชัดในปัจจุบันหรือเห็นได้เป็นประจำวันที่ไม่สามารถควบคุมได้ ถึงขั้นแสดงพฤติกรรมแสดงออกทางกาย ทางวาจา และทางใจ ตัวอย่างเช่น

- (๑) ราคะมีกำลังแรงถึงขั้นเปิดเว็บในอินเทอร์เน็ตดูภาพโป๊
- (๒) โทสะมีกำลังแรงขึ้นก็โต้เถียงไม่ยอมฟังเหตุผลเมื่อบิดาห้ามปราม
- (๓) โมหะที่กำลังแรงมากก็จะกลายเป็นบุคคลมิจฉาจิตคือความเห็นผิดเป็นชอบ

ปักใจเชื่อว่าบิดาเป็นผู้ใหญ่ประเภทไดโนเสาร์ หรือเห็นว่าการดูเว็บโป๊ช่วยผ่อนคลาย ทำให้จิตแจ่มใส

^{๕๗} สุนทร ฌ รังษี, พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก, หน้า ๒๗๕.

เบิกบาน ช่วยให้ไม่ต้องเป็นคนเก็บกด เป็นต้น จากอภุศลทั้ง ๓ ข้อนี้จะแสดงพฤติกรรมออกมาเมื่อมีเหตุปัจจัยในภวังคจิตถูกระตุ้น ส่วนทางด้านอภุศลก็จะตรงกันข้ามกับอภุศล คือ จะมีพฤติกรรมออกมาทางกาย ทางวาจา และทางใจ ในรูปของ อโลภะ และโอโมหะ เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ ความเมตตา และเกิดปัญญา^{๕๘}

ในการวิเคราะห์ที่กล่าวมาจะพบว่าภวังคจิตจะเก็บสิ่งสมอารมณ์ต่าง ๆ สุขและทุกข์แล้วจะแสดงพฤติกรรมออกมาทางวิถีจิตโดยไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ที่ดำรงชีวิตอยู่ แต่พฤติกรรมแสดงออกต่าง ๆ นี้จะเกิดขึ้นเนื่องจากความรุนแรงของเจตนาที่ถูกเก็บสิ่งสมในภวังคจิต ว่าจะมีเจตนามาก (แรง) หรือน้อย (เบาบาง) แต่ถ้าอารมณ์ที่มีเจตนาในการกระทำต่าง ๆ ไม่ถูกแก้ไขให้ดีขึ้นก็จะถูกเก็บสิ่งสมในภวังคจิตไว้ตามเดิม หรือมีการกระทำกรรมซ้ำ ๆ กันบ่อย ๆ เมื่อหมดอายุขัย ภวังคจิตก็จะทำหน้าที่นำข้อมูลเหล่านี้ไปอีกภพหนึ่ง จะมีลักษณะอย่างนี้คือเป็นวัฏจักรของกระแสจิตในชีวิต ดังตัวอย่างของการกระทำที่เก็บสิ่งสมไว้ในภวังคจิตไปสู่ภพใหม่ ดังต่อไปนี้ที่เป็นการพฤติกรรมที่แสดงออกของเด็กชายทะเลงที่มีอารมณ์โกรธ เพราะถูกบิดาของเขาเลี้ยงดูที่มีนิสัยโกรธเป็นประจำเหมือนกัน เมื่อเด็กชายทะเลงเข้าโรงเรียนก็แสดงพฤติกรรมโกรธกับเพื่อนๆ ในชั้นเรียน และชกต่อยกับเพื่อนโดยที่เพื่อนๆ ในโรงเรียนยอมรับเขาให้เป็นหัวหน้า ต่อมาทะเลงได้เข้าเรียนมหาวิทยาลัยก็ยังมีอารมณ์โกรธเหมือนเดิม จนกระทั่งเรียนจบจากมหาวิทยาลัย แล้วได้ทำงานด้วยการที่ทะเลงยังคงมีอารมณ์โกรธเก็บสิ่งสมอยู่ในภวังคจิตที่เป็นต้นเหตุให้การทำงานไม่ค่อยราบรื่นโดยไม่รู้ตัวเอง จนกระทั่งวันหนึ่งทะเลงระเบิดอารมณ์โกรธอย่างรุนแรงกับหัวหน้างาน ด้วยเหตุที่เก็บสิ่งสมอารมณ์โกรธไว้ในภวังคจิตดังกล่าว ทะเลงจึงถูกไล่ออกจากงาน รวมทั้งคู่หมั้นของทะเลงได้ยื่นคำขาดให้ทะเลงควบคุมอารมณ์โกรธ มิฉะนั้นจะถอนหมั้น^{๕๙}

จากตัวอย่างนี้จะเห็นว่าพฤติกรรมของทะเลงตั้งแต่เด็กจนกระทั่งโตมีงานทำ อารมณ์โกรธที่สั่งสมมาเป็นเวลานานของทะเลงก็ยังไม่มีการเปลี่ยนแปลง ด้วยเหตุผลนี้ทางพระพุทธศาสนาถือว่ามีเหตุและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กันเรียกว่ากฎแห่งกรรม เนื่องจากภาวะจิตที่ภวังคจิตได้เก็บสิ่งสมอารมณ์โกรธจากวิถีจิต (รับอารมณ์จากภายนอก) ที่ได้รับจากบิดามารดา และเมื่ออยู่โรงเรียนพฤติกรรมอารมณ์โกรธก็เป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ ให้เป็นหัวหน้าชั้น ทำให้ทะเลงมีความพอใจในอารมณ์โกรธ (ตมฺหา) แล้วถูกภวังคจิตเก็บสิ่งสมอารมณ์ดังกล่าวไว้ จนกระทั่งเรียนจบมหาวิทยาลัยแล้วเข้าทำงาน อารมณ์นี้ก็ยังคงเก็บสิ่งสมอยู่ไม่เปลี่ยนแปลงด้วยเจตนาที่แรงความโกรธที่มากพอแล้ว จนกระทั่งวันหนึ่งได้ระเบิดอารมณ์โกรธกับหัวหน้างานทำให้ทะเลงถูกไล่ออกจากงาน รวมทั้งคู่หมั้นได้ยื่นคำขาดให้ควบคุมอารมณ์ความโกรธ มิฉะนั้นจะถูกถอนหมั้น สาเหตุในครั้งนี้เพราะว่าภวังคจิตได้

^{๕๘}ดวงมณี จงรักษ์, ทฤษฎีการให้การปรึกษาและจิตบำบัดเบื้องต้น, (กรุงเทพมหานคร: ส.ส.ท, ๒๕๔๙), หน้า ๓๒๘.

^{๕๙}เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๒๘.

เก็บสิ่งสมอารมณ์โกรธไว้ตั้งแต่เด็กจนโต เมื่อถูกกระตุ้นจากอารมณ์ภายนอก อารมณ์โกรธที่ถูกเก็บสิ่งสมไว้ในภวังคจิตจึงจะแสดงพฤติกรรมต่างๆ ที่เก็บสิ่งสมไว้ออกมาโดยไม่รู้ตัว หรือจากภวังคจิตสู่วิถีจิต ถ้าขณะยังไม่สามารถกำจัดหรือควบคุมอารมณ์โกรธในการดำรงชีวิตของตนเองได้ที่อยู่ในภวังคจิตก็นำผลกรรม (อารมณ์โกรธ) ที่มีอยู่ไปสู่ภพใหม่ต่อไปเมื่อทะนงหมดอายุขัย(ตาย) จะเป็นลักษณะนี้เรื่อย ๆ จนกว่าจะเห็นความจริง จากตัวอย่างนี้มีพุทธพจน์กล่าวไว้ดังนี้

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย: กุมาร (เด็กแรกเกิด) นั้นอาศัยความเจริญและความเติบโตแห่งอินทรีย์ (ร่างกาย) ทั้งหลายแล้ว เป็นผู้เอิบอ้อมเพียบพร้อมด้วยกามคุณ ๕ ให้เขาบำเรออยู่ทางตา ด้วยรูปทั้งหลาย ทางหูด้วยเสียงทั้งหลาย ทางจมูกด้วย กลิ่นทั้งหลาย ทางลิ้นด้วยรสทั้งหลาย และทางกายด้วยสัมผัสทางผิวหนังทั้งหลาย ล้วนแต่นำปรารถนานำรักใคร่ นำพอใจ มีภาวะเป็นที่ตั้งแห่งความรัก เป็นที่เข้าไปตั้งอาศัยอยู่แห่งความใคร่ เป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด นำมาซึ่งความรักกุมาร นั้นครั้งเห็นรูปด้วยตาแล้ว ได้ยินด้วยเสียงแล้ว รู้สึกลิ้นด้วยจุมพแล้วลิ้มรสด้วยลิ้นแล้ว ถูกต้องสัมผัสทางหนังด้วยผิวกายแล้ว รู้แจ้งธรรมมารมณด้วยใจย่อมกำหนดยินดีในรูปและเสียง เป็นต้น อันมีลักษณะเป็นที่ตั้งแห่งความรักย่อมชัด เคื่องในรูปและเสียง เป็นต้น อันมีลักษณะเป็นที่ตั้งแห่งความชิงกุมารนั้นย่อมไม่รู้ชัดตามความเป็นจริงซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันเป็นที่ดับโดยไม่เหลือ แห่งธรรมอันเป็นบาปอกุศลทั้งหลายด้วย กุมารนั้นเมื่อประกอบความยินดี และความยินดีอยู่เช่นนี้ เสวยอยู่ซึ่งเวทนาใด ๆ เป็นสุขก็ตามเป็นทุกข์ก็ตามไม่ใช่ทุกข์ ไม่ใช่สุขก็ตาม เขาย่อมเพติดเพลิน พร่ำสรรเสริญ เมามหกอยู่ซึ่งเวทนานั้น ๆ เมื่อเป็นผู้เพติดเพลิน พร่ำสรรเสริญ เมามหกอยู่ซึ่งเวทนานั้น ๆ ความกำหนัดยินดีที่ได้ตามอยากย่อมบังเกิดขึ้น ความกำหนัดยินดีที่ได้เป็นไปในเวทนาทั้งหลาย ความกำหนัดยินดีในความอยากนั้นก็คืออุปทาน เพราะอุปทานของกุมาร นั้นเป็นปัจจัยจึงมีภพเพราะมีภพเป็นปัจจัยจึงมีชาติเพราะมีชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะ โสกะปริเทวะ ทุกขะโทมนัสสุปายาสทั้งหลายจึงเกิดขึ้นครบถ้วนซึ่งเกิดขึ้นพร้อมแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ย่อมมีอาการอย่างนี้ แล^{๖๐}

กล่าวโดยสรุปได้ว่าการเวียนว่ายตายเกิดของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายมีได้เพราะกิเลสตัณหาเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดภพต่างๆ ดังนั้นการที่จะไม่ให้เกิดภพต่างๆอีกก็ต้องดับกิเลสให้หมดจากจิตใจ มิฉะนั้นก็จะเป็นผู้สร้างภพใหม่ของตนเองอยู่ร่ำไป ดังพระพุทธเจ้าทรงเปรียบตัณหาเหมือนนายช่างผู้สร้างเรือน ดังนี้ เราแสวงหาตัวนายช่างผู้สร้างเรือนอยู่ เมื่อไม่พบจึงได้เร่ร่อนไปในสังสารวัฏนับชาติไม่ได้ การเวียนว่ายตายเกิดเป็นทุกข์ นายช่างผู้สร้างเรือนเอ๋ย (บัดนี้) เราพบเจ้าแล้ว เจ้าจักสร้างเรือนไม่ได้อีกแล้ว จิตของเราถึงสภาพ เป็นวิสังขาร (อันอะไรปรุงแต่งไม่ได้อีกต่อไป) เราได้บรรลุถึง

^{๖๐} พุทธทาส อินทปัญโญ, ปฏิภาณสมุภาทจากพระโอษฐ์, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมทานมูลนิธิไชยา, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔๙- ๑๕๑.

ความสิ้นค้นหาแล้ว^{๖๑} เมื่อเกิดใหม่ภวังคจิตที่เก็บสังขมไว้ในอดีตภพบวกกับภวังคจิตที่เก็บสังขมใหม่ในปัจจุบัน จะก่อให้เกิดการผสมพอกพูนด้วยความแรงตามความปรารถนา (เจตนา) เกิดไปตามเหตุปัจจัย เปรียบเหมือนน้ำที่เสีย (อกุศล) หรือน้ำดี (กุศล) ถ้าเติมลงไป (เก็บสังขม) ก็ทำให้น้ำนั้นเสียมากขึ้นหรือเสียน้อยลงก็ย่อมเกิดขึ้นได้ตามเหตุปัจจัยเช่นเดียวกับพฤติกรรมที่แสดงออกมาก็ฉนั้น

๒.๒.๕ รูปนามกับอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา

หลักการปฏิบัติวิปัสสนาจนบรรลุทิววิสุทธิเป็นต้น ไปจนถึงญาณทัสสนวิสุทธิในปริเฉทญาณนี้ จะกล่าวถึงวิปัสสนาญาณมีนามรูปปริเฉทญาณเป็นต้น ที่เกิดขึ้นตามลำดับแก่ผู้ปฏิบัติธรรมพร้อมด้วย วิสุทธิ ๕ มีทิววิสุทธิ เป็นต้น ความหมายของวิสุทธิกล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า นามรูปานียาถาทสสนํ ทิววิสุทธิ-นาม^{๖๒} “การหยั่งเห็นรูป (สภาพแปรปรวน) และนาม (สภาพนุ่มไปสู่อารมณ์ สภาพรู้อารมณ์) ตามความเป็นจริงชื่อว่า ทิววิสุทธิ” ผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อสมาธิมีกำลังมากขึ้น ความฟุ้งซ่านที่เป็นนิรวณ มักไม่ค่อยปรากฏขึ้นรบกวนจิต สติมีกำลังต่อเนื่องชัดเจนแม้ในบางขณะ ความฟุ้งซ่านจะเกิดขึ้นบ้างก็ถูกกำหนดได้โดยเร็วแล้วหายไปโดยฉนั้น สภาวะธรรมทางกายคือวาโยธาตุอันเป็นมหาธาตุรูปที่กระทบสัมผัสได้(วาโยโผฏฐัพพธาตุรูป) คือสภาวะพ อง ยุบ นิ่ง ยืน เดิน นอน เหยียด คู้ เคลื่อนไหวเป็นต้น ย่อมเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมอย่างชัดเจน อีกทั้งมหาธาตุรูปที่เป็นความแข็ง อ่อน เย็น ร้อน หย่อน ตึง ซึ่งบุคคลกระทบสัมผัสได้ก็เปลี่ยนแปลงชัดเจน ผู้ปฏิบัติย่อมเข้าใจว่า “สภาวะธรรมเหล่านั้นย่อมแปรปรวนชัดเจน “ และเข้าใจว่า “เป็นสภาวะอารมณ์ที่ไม่อาจ รู้อารมณ์ได้เหมือนท่อนไม้ ก้อนหินเม็ดทราย”

นอกจากนั้น ในบางขณะผู้ปฏิบัติธรรมยังเข้าใจอุปาทายรูป (รูปละเอียดที่อาศัยรูปหยาบเกิดขึ้น) เป็นต้นว่า - สีเป็นสิ่งที่ถูกเห็น และจักขุประสาทเป็นรูปใสที่เห็นสีได้

- เสียงเป็นสิ่งที่ถูกได้ยิน และโสตประสาทเป็นรูปใสที่ได้ยินเสียง
- กลิ่นเป็นสิ่งที่รับรู้ และฆานประสาทเป็นรูปใสที่ดมกลิ่น
- รสเป็นสิ่งที่ถูกรับรู้ และชิวหาประสาทเป็นรูปใสที่ถูกล้มรส
- เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อนตึงเป็นสิ่งที่ถูกกระทบสัมผัสและกายประสาท เป็นรูปใสที่

กระทบสัมผัสความเย็น ร้อน เป็นต้น

- ททยวัตถุเป็นที่อาศัยของความนึกคิด

จักขุเป็นประสาทรูป คือ รูปใสที่สามารถสะท้อนรูปที่ปรากฏตรงหน้าของตนได้โดยใช้แสงสว่างเป็นเครื่องช่วย เหมือนกระจกเงาใสที่สะท้อนภาพได้ตามหลักพระอภิธรรม ปสาทรูปที่เหมือนกระจกเงามี ๕ ประเภท คือ

^{๖๑}บรรจบ บรรรจุ, จิตวิเคราะห์เปรียบเทียบพระพุทธเจ้ากับซิกมันด์ ฟรอยด์, หน้า ๓๔.

^{๖๒}วิสุทธิ. ๒/๒๖๐; โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสีสยาตอ), หลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า ๔๗.

๑. จักขุประสาท ดำรงอยู่ซึ่มซาบเยื่อตา ๗ ชั้นเหมือนน้ำมันซึ่มซึบปุยนุ่น ๗ ชั้นในฐานะที่เห็นได้ ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งสรีระสัณฐานของผู้ยืนอยู่ตรงหน้า มีขนาดเท่าหัวเส้นอยู่กลางแหวดาคำที่มีตาขาวแหวดล้อม
๒. โสตประสาท ดำรงอยู่ซึ่มซาบ ตลอดสถานที่มีขนแดงเล็ก งอกขึ้นคล้ายวงแหวนภายในช่องหู
๓. ขานประสาท ดำรงอยู่ซึ่มซาบตลอดสถานที่มีสัณฐานดังกลีบแพะภายในจมูก
๔. ชิวหาประสาท ดำรงอยู่ซึ่มซาบตลอดสถานที่มีสัณฐานดังกลีบบัวเท่ากลางลิ้นที่ประกอบด้วยอวัยวะสัณฐาน
๕. กายประสาท ดำรงอยู่ซึ่มซาบตลอดร่าง กายทั้งหมด ไม่มีเหลือประดุงน้ำมันรดลงที่ผ้านุ่มผืนใหญ่ โดยยกเว้นที่ตั้งของไฟธาตุที่ย่อยอาหาร ปลายผม ปลายขน ปลายเล็บ และหนังแท้

การรู้เห็นรูปในลักษณะแปรปรวนและไม่อาจรู้อารมณ์ได้นี้ เป็นการรู้เห็นรูปตามความเป็นจริง (รูปยถาภาวทสสน) เพราะเป็นความเข้าใจรูปโดยลักษณะที่แปรปรวน (รูปปลกขณ) และโดยอาการปรากฏที่ไม่รู้อารมณ์ (อพยากตปจจุปฏา น) ดังข้อความในคัมภีร์มุลฎีกาและมหาฎีกาว่า อเจตโนอพยากโตติ เอตถ วีย อนารมมณตา วา อพพยากตตา ทฎ พพา.^{๖๓} “อีกนัยหนึ่งพึงทราบว่าการไม่รู้รู้อารมณ์เป็นอพยากตะ ดังคำว่า อเจตโน อพยากโต (ไม่มีเจตนา ไม่รู้อารมณ์) นี้” ข้อความข้างต้นหมายความว่า คำว่า อพยากตปจจุปฏา น แปลว่า “มีอาการปรากฏที่ไม่รู้รู้อารมณ์” ดังคำว่า อพยากโต แปลว่า ไม่รู้รู้อารมณ์ ที่พบในคัมภีร์อรรถกถาว่า อิติ เกสา นาม อิมสมิ สรีเร ปาฎิเยกโก โภฎา โส เจตโน อพยากโต สุฎุ โนิสสโต ฎทโท ปถวีธาตุ.^{๖๔} “โดยประการดังนี้ ธรรมตามว่าเป็นปฐวีธาตุเป็นอวัยวะเฉพาะส่วนหนึ่งในสรีระนี้ไม่มีเจตนา ไม่รู้รู้อารมณ์ ว่างเปล่า ไม่ใช่บุคคล มีความแข็ง.”

นอกจากนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมย่อมรู้สึกว่าจะจิตที่กำหนดรู้เหมือนเล่นเข้าไปหาสภาวะธรรมมีการพอง การยุบ เป็นต้น^{๖๕} และจิตที่เห็นได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส กระทบสัมผัส ต้องการจะเหยียดหรือคู้ เหมือนกับเล่นไปหาสภาวะธรรมที่พบบอยู่ ความรู้สึกอย่างนี้เป็นการรู้เห็นนามตามความเป็นจริง(นามยถาภาวทสสน) เพราะเป็นความเข้าใจนามโดยลักษณะที่นุ่มไปสู่อารมณ์ (นมลกขณ) ในเวลาก่อนปฏิบัติธรรมคนทั่วไปมักรับรู้สมมติบัญญัติที่เป็นรูปร่างสัณฐาน หรือคำสื่อความหมายจึงเข้าใจว่ามีตัวเราของเรา บุรุษหรือสตรี ผู้ที่เห็นสภาวะธรรมรูปนามตามความเป็นจริงว่า รูปมีสภาพแปรปรวนหรือไม่รู้รู้อารมณ์ ส่วนนามมีสภาพนุ่มไปสู่อารมณ์ ย่อมไม่รู้สึกว่ามีตัวตน ในขณะที่นั้นจะรู้สึกถึงความต่างกันของรูปนาม สภาวะพองในขณะพอง เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด- สภาวะยุบในขณะยุบ เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด

- สภาวะนั่งในขณะนั่ง เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด
- สภาวะเหยียดในขณะเหยียด เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด
- สภาวะคู้ในขณะคู้ เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด
- สภาวะเห็นในขณะเห็น เป็นคนละส่วนกับดวงตาหรือจิตที่กำหนด

^{๖๓} มุลฎีก. ๒/๙๑, วิสุทฎิ.ฎี. ๒/๒๕๔.

^{๖๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทฎิ. ๑/๓๙๑.

^{๖๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทฎิ.ฎี. ๒/๔๐๕.

สภาวะที่ปรากฏในร่างกายนี้ ตามประสบการณ์ในการปฏิบัติ คือสภาวะที่แปรปรวนจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง หรือสภาวะที่ไม่รู้อารมณ์ (รูป) พร้อมทั้งสภาวะที่น้อมไปสู่อารมณ์คือรู้อารมณ์นั่นเอง (นาม) ปัญญาที่เข้าใจอย่างนี้เป็นการหยั่งเห็นตามความเป็นจริง ความจริงแล้วการเปรียบเทียบดังที่กล่าวไว้ในคัมภีร์นั้นไม่ใช่หลักสำคัญ ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมเข้าใจรูปนามอย่างชัดเจนโดยแยกส่วนจากกันได้ว่า ในร่างกายนี้มีเพียงสภาวะที่ไม่รู้อารมณ์ (รูป) และสภาวะที่รู้อารมณ์ (นาม) ไม่มีบุคคล อตตะ หรือวิญญาณที่ซ่อนอยู่ในร่างกายนี้ ความเข้าใจดังกล่าวจัดเป็นนามารูปเลขฐานอย่างสมบูรณ์แล้ว ญาณประเภทนี้ชื่อว่าทิวฐิวสุทธิ คือความหมดจดแห่งความเห็น เพราะขจัดความเห็นผิดว่ามีตัวตน (อัตตทิวฐิว) ดังคัมภีร์มหาภูิกากล่าวว่า ๑. นามรูปานํ ยถาวาสสนนติ อิทํ นามํ, เอตตํกํ นามํ, น อิติ ภียโย . อิทํ รูปํ, น อิติ ภียโยติ จ เตสํ ลกขณสลลภขณมุขเน ชมมมตตภาวทสสนํ. ๒. อตตทิวฐิวโลชนโต ทิวฐิวสุทธิติ เวทิตพพ.^{๖๖}

๑. คำว่า นามรูปานํ ยถาวาสสนนํ (การรู้เห็นรูปนามตามความเป็นจริง) หมายความว่า การรู้เห็นตามความเป็นจริงเป็นเพียงสภาวะธรรม โดยมุ่งกำหนดลักษณะของรูปนามเหล่านั้นว่า สภาวะที่กำหนดนี้เป็นนามที่น้อมไปสู่อารมณ์ สภาวะที่กำหนดเพียงเท่านั้นเป็นนาม ไม่มีบุคคลที่นอกจากนามนี้ สภาวะที่ถูกกำหนดนี้เป็นรูปที่แปรปรวน สภาวะที่ถูกกำหนดเพียงเท่านั้นเป็นรูปไม่มีบุคคลนอกจากรูปนี้

๒. พึงทราบที่ชื่อว่า ทิวฐิวสุทธิ เพราะขจัดมลทินคือความเห็นผิดว่ามีตัวตน “กล่าวโดยสรุป วิปัสสนาญาณนี้ชื่อว่า นามรูปปริเฉทญาณ^{๖๗}” คือ ญาณกำหนดรูปนามสามารถกำหนดรู้ได้ว่ามีเพียงรูปนามโดยปราศจากสมมติบัญญัติที่เป็นบุคคล เรา ของเรา บุรุษ สตรี การกำหนดรูปนามนั้นเป็นการรู้เห็นลักษณะพิเศษ คือสภาวะลักษณะของรูปนามอย่างแท้จริงกล่าวคือ

- รูป เป็นสภาวะแปรปรวนและไม่รู้อารมณ์
- นาม เป็นสภาวะน้อมไปสู่อารมณ์

วิปัสสนาญาณนี้ยังเป็นการรู้เห็นลักษณะพิเศษของรูปและนามแต่ละอย่าง เช่น

- ความแข็งอ่อน เป็นลักษณะพิเศษของธาตุดิน(อาการกาย ๓๒)
- การกระทบ เป็นลักษณะพิเศษของผัสสะ

การเสวย เป็นลักษณะพิเศษของเวทนา

- การจำได้หมายรู้ เป็นลักษณะพิเศษของสัญญา
- การรู้อารมณ์ เป็นลักษณะพิเศษของวิญญาณ

^{๖๖} ดูรายละเอียดในวิสุทธิ.ฎี. ๒/๔๐๕.

^{๖๗} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), รจนา วิปัสสนานัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, พิมพ์ครั้งแรก, (ถ้าปาง: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด), ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์, หน้า๘๐-๘๒.

อนึ่ง ลักษณะพิเศษของรูปนามดังกล่าวปรากฏในปัจจุบัน ขณะที่ประกอบด้วยขณะจิต ๓ คืออุปาทกขณะ(ขณะเกิดขึ้น) ฐิติขณะ(ขณะตั้งอยู่) และภังคขณะ(ขณะดับไป) ไม่ปรากฏในอดีตที่ดับไปแล้วและอนาคตที่ยังมาไม่ถึง ดังนั้นจึงควรกำหนดรูปนามในปัจจุบันขณะเท่านั้นที่รู้นามได้ดี คือหาความสงสัยในคำว่ารูปนามจริง ๆ เกิดขึ้นเพราะการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เรียกว่า นามรูปปริเฉทญาณ เช่น พองกับยุบเป็นคนละอัน หูกับเสียงเป็นคนละอัน จมูกกับกลิ่นเป็นคนละอัน ลิ้นกับรสเป็นคนละอัน เป็นต้น ฐิเหตุปัจจัยของรูปนาม บางครั้งรูปเป็นเหตุนามเป็นผลก็มี บางครั้งนามเป็นเหตุรูปเป็นผลก็มี เช่น ท้องพองขึ้นเสียก่อนแล้วสติจึงตามไปกำหนดทีหลัง หรือตั้งใจจะกำหนดก่อนแล้ว ท้องจึงพองขึ้นไปทีหลัง เป็นต้น เรียกว่าปัจจัยปริศนญาณ รู้ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาของรูปนาม เช่นพิจารณารูปนาม คือร่างกายและใจนี้ว่าเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์ คือทนอยู่ไม่ได้เป็นอนัตตา คือไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใคร ๆ ทั้งสิ้น พิจารณากาลไกล ๆ เช่น เมื่อก่อนเป็นเด็ก ๆ แต่เดี๋ยวนี้ รูปนามนั้นแก่ เฒ่า ชราลงไปตามแล้ว เพราะรูปนามเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาจึงเป็นไปอย่างนี้ พิจารณาว่า รูปนามอดีตก็ดับไปในอดีต^{๖๘} รูปนามอนาคตก็ดับไปในอนาคต รูปนามปัจจุบันก็ดับไปในปัจจุบัน รูปนามอดีตจะกลับไปเป็นรูปนามอนาคตไม่ได้ รูปนามอนาคตจะกลับไปเป็นรูปนามอดีตหรือเป็นรูปนามอนาคตไม่ได้ เช่น ขณะที่เราเอาไม้เคาะกระดานเสียงดังขึ้น เมื่อหยุดเคาะเสียงก็ดับไปเสียงกับหูเป็นรูป ได้ยินเป็นนาม รูปกับนามนี้เกิดชั่วขณะนิดหน่อยแล้ว ก็ดังไปตามธรรมชาติของเขา ใครจะรู้หรือไม่รู้ก็ตาม เป็นธรรมนิยามเป็นธรรมฐิติอยู่อย่างนี้ตั้งแต่ไหนแต่ไรมาแล้วพระพุทธเจ้าจะอุบัติขึ้นมาตรัสในโลก หรือไม่ก็ตามรูปนามย่อมเป็นไปอย่างนี้ตลอดทั้งนี้เพราะรูปนามเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตานั้นเอง พิจารณาทุกขณะลมหายใจเข้าออก ทุกขณะที่ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่นว่า ลมเข้าและลมออกก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แม้รูปนามทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทำนองเดียวกันอย่างนี้ การพิจารณารูปนามเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์คือทนอยู่ไม่ได้เป็นอนัตตา คือบังคับบัญชาไม่ได้ อย่างนี้เรียกว่าสัมมสนญาณจากการศึกษาพบว่า ที่กำหนดรู้ รูปนามด้วยสามารถแห่งลักษณะที่จุดๆ แม้จะรู้ไม่ครบหมดทั้ง ๔ ประการก็ตามเพียงแต่รู้อย่างใดใน ๔ ประการนั้นอย่างเดียวได้ชื่อว่ารู้แล้ว แต่ว่าในลักษณะที่จุดๆ ปัจจุบันฐาน คืออาการปรากฏ หรือผลปรากฏ เป็นการที่สำคัญกว่า จึงเป็นประการที่ควรจักต้องรู้ โดยแท้ ก่อนอื่นต้องทำความเข้าใจไว้อย่างแน่นอนว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา นั้นต้องมี ปรมัตถอารมณ์ เป็นกรรม ฐาน มีอารมณ์เป็นบัญญัติ หรือเอาบัญญัติมาเป็นอารมณ์ในการ ปฏิบัติวิปัสสนา หาได้ไม่ปรมัตถอารมณ์ ชั้นที่ ๕ รูปชั้นที่ เวทนาชั้นที่ สัญญาชั้นที่ สังขารชั้นที่ วิญญาณชั้นที่ ชั้นที่ ๕ สงเคราะห์ คือ รูป นาม เป็นอาการของธรรม รูปธรรม นามธรรมที่จะต้องพิจารณาให้เห็นแจ้ง คือรูปนาม การที่จะให้เห็นแจ้งใน รูปนาม ต้องดำเนินการตามนัยแห่ง สติปัฏฐาน วิธีเดียว จะดำเนินการอย่างอื่นใดให้ปรากฏ รูปนาม ตามสภาพแห่งความเป็นจริงนั้นไม่มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องวิญญาณ ทางทวาร ๖ มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจมาแล้วตั้งแต่ครั้งพุทธกาล

^{๖๘} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสม มหาเถระ) ศาตราจารย์พิเศษ , ป.ธ.๙, M.A., Ph.D., อริย-
วังสปฏิบัติภา, หน้า ๔๐-๔๒.

จนถึงสมัยปัจจุบัน แม้พุทธศาสนาจะมีทัศนะว่า กายและวิญญาณนั้นมิธรรมชาติที่แตกต่างกันก็จริง แต่ก็ถือว่ากายและวิญญาณทั้งสองนั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด กล่าวคือ ต่างก็อิงอาศัยเป็นเหตุปัจจัยแก่กันและกัน ดังข้อความที่กล่าวไว้ในวิสุทธิธรรมว่า รูปและนาม (กายกับวิญญาณ) เป็นของคู่กัน ทั้งคู่อาศัยกันและกัน เมื่ออย่างหนึ่งแตกสลาย ก็แตกสลายทั้งคู่ตามปัจจัย^{๖๙} ดังนั้นเพื่อความพ้นทุกข์พระพุทธรองค์จึงตรัสสอนในเรื่องสติปัฏฐาน เพื่อให้พุทธบริษัทได้ศึกษาตามแนวทางดำเนินที่พระองค์ตรัสไปสู่พระนิพพาน ดังต่อไปนี้

๑. ความหมายของวิญญาณ
๒. ประเภทวิญญาณ
๓. กระบวนการเกิดวิญญาณ
๔. การจำแนกวิญญาณ ๖ ตามแนวทางวิปัสสนาภาวนา

๑. ความหมายของคำว่าวิญญาณ

๑. ความหมายโดยสัททนต์ วิญญาณ (วิ+ ภา โพรธเน +ย) จิต,ใจ วิชาชาติ วิญญาณ สภาวะที่รู้ชัด ชื่อว่า วิญญาณะ (ซ็อน ญ, อาเทศ ญ เป็น อน , น เป็น ณ, ลบ อ), วิญญาณ นิจจ วา อนิจจ วาติ. อนิจจ ภาเต^{๗๐} วิญญาณเที่ยงหรือไม่เที่ยง, ไม่เที่ยง พระพุทธเจ้าข้า วาโยธาตุย้อมตั้งอยู่ ไม่ได้ในวิญญาณ ซึ่งเป็นสิ่งที่มองไม่เห็น “^{๗๑} ซึ่งวิญญาณนี้ หมายถึงนิพพาน^{๗๒}”

๒. ความหมายโดยอรรถนัย คำว่า “วิญญาณ” มาจากภาษาบาลีคำว่า “วิ” และ “ญา” ประกอบด้วย ญ ปัจจัย อ การันต์ สำเร็จรูปเป็นคำว่า “วิญญาณ” ภาษาไทยนำมาใช้ในรูปแบบคำว่า “วิญญาณ” แปลว่าความรู้แจ้ง โดยที่คำว่า “วิ” แปลว่าต่าง ๆ มากมายและคำว่า “ญา” แปลว่า “รู้”^{๗๓} คำว่าวิญญาณมีความหมายทั่วไปครอบคลุมเท่ากับคำว่า “วิญญาณชั้น”^{๗๔} ยกเว้นพุทธพจน์บางแห่งที่ใช้คำว่า “วิญญาณ” ในความหมายนิพพาน เช่น เกวัฏฐสูตรที่ว่า “ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ คำว่าวิญญาณ คือ^{๗๕} รู้แจ้งอารมณ์ทั้งปวง โดยความหมายเพียงว่าเป็นความรู้สึกรู้ถึงสิ่งต่าง ๆ แต่ไม่ได้หมายถึงความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง หรือรู้อย่างลึกซึ้งแบบปัญญาเป็นเพียงแค่รับรู้ อารมณ์ที่มากกระทบ คือ มองเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัส และนึกคิด วิญญาณทางตาก็คือ วิญญาณเห็น วิญญาณทางหูก็คือวิญญาณได้ยิน วิญญาณทางจมูกก็คือวิญญาณได้กลิ่น วิญญาณทาง

^{๖๙} ดูรายละเอียดใน พระพุทธโฆษาจารย์, **สุตฺติวิมฺรค ภาค ๓ ตอนจบ**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๕๔๑), หน้า ๑๙.

^{๗๐} พระมหาสมปอง มุทิโต, **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**, หน้า ๘.

^{๗๑} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๔๙๙ - ๓.

^{๗๒} ดูรายละเอียดใน ที.สี.อ. (บาลี) ๓ ๖, ที.สี.อ. (ไทย) /๔ .

^{๗๓} ดูรายละเอียดใน บรรจบ บรรณรุจิ, **ปฏิจสุมุบาท**, หน้า ๕.

^{๗๔} ดูรายละเอียดใน อภิ.ย. (บาลี) ๓๘/๖/๑; อภิ.ย. (ไทย) ๓๘/ ๖/๓๔.

^{๗๕} ดูรายละเอียดใน พร รัตนสุวรรณ , **วิญญาณคืออะไร**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๕๘), หน้า ๓.

ลื่น ก็คือวิญญาณรู้อรส วิญญาณทางกายก็คือวิญญาณรู้สัมผัส วิญญาณทางสมอง ก็คือวิญญาณนึกคิด เมื่อกล่าวถึงวิญญาณยังมีศัพท์ที่เป็นไวยากรณ์ของวิญญาณ ซึ่งมีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกอยู่ ๑ คำ คือ ^{๗๖}จิต มโน หทัย มนัส ปณฺชระ มนายตนะ มนินทริย วิญญาณขันธ มโนธาตุ และวิญญาณธาตุ ทั้ง ๑๐ คำ มีความเหมือนกันโดยอรรถ แต่ต่างกันโดยพยัญชนะเท่านั้น

๒. ประเภทของวิญญาณ

ภิกษุที่ได้ฟังธรรมจากพระสารีบุตรและได้ถามปัญหาท่านว่าจะพึงมีอยู่หรือ พระสารีบุตรตอบว่า “พึงมีอยู่ เมื่อใดพระอรียสาวกผู้ช้ตวิญญาน เหตุเกิดแห่งวิญญาน ความดับแห่งวิญญาน และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งวิญญานเมื่อนั้น แม้ด้วยเหตุเพียงเท่านี้ พระอรียสาวกก็ชื่อว่ามีสัมมาทิฐิ มีความเห็นตรง มีความเลื่อมใสอันแน่วแนในธรรมวินัยนี้ ประเภทแห่งวิญญานมีดังนี้

วิญญาณ ๖ ประการนี้คือ

๑. จักขุวิญญาณ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางตา
๒. โสตวิญญาน ความรู้แจ้งอารมณ์ทางหู
๓. ฆานวิญญาน ความรู้แจ้งอารมณ์ทางจมูก
๔. ชิวหาวิญญาน ความรู้แจ้งอารมณ์ทางลิ้น
๕. กายวิญญาน ความรู้แจ้งอารมณ์ทางกาย
- ๖ . มโนวิญญาน ความรู้แจ้งอารมณ์ทางใจ

มรรคมืองค์ ^{๗๗} นี้เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งวิญญาน เมื่อใด พระอรียสาวกผู้ช้ตวิญญาน เหตุเกิดแห่งวิญญาน ความดับแห่งวิญญาน และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งวิญญาน เมื่อนั้น ท่านละราคานุสัยโดยประการทั้งปวง ฯลฯ เป็นผู้ทาที่สุตแห่งทุกข์ ได้ แม้ด้วยเหตุเพียงเท่านี้ พระอรียสาวกก็ชื่อว่ามีสัมมาทิฐิ มีความเห็นตรง มีความเลื่อมใสอันแน่วแนในธรรมมาสู่พระสัทธรรมนี้^{๗๗}

๑. วิญญานเป็นปัจจัยอันสำคัญที่ทำให้มีสิ่งที่เราเรียกกันว่า นามรูป
๒. มีหน้าที่รู้แจ้งต่ออารมณ์ทั้งหกคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสกาย ใจ
๓. มีหน้าที่เกี่ยวกับการรับอารมณ์ รู้สึกรอารมณ์ เสวยอารมณ์ พิจารณาอารมณ์และทุกอย่างที่เกี่ยวกับอารมณ์ จนกว่าจะสำเร็จเป็น เวทนา สัญญา สังขาร และการเปลี่ยนแปลงกุศลหรืออกุศล
๔. เป็นความที่รู้สึกเกิดขึ้นทางอายตนะ เมื่อมีอารมณ์กระทบปราศจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน คือ เป็นอนัตตา^{๗๘}

^{๗๖} ขุ.ม. (ไทย) ๘/๔/๓, ขุ.จ. (ไทย) ๓ /๘๖/ ๗, ขุ.ป. (ไทย) ๓๓/๔๑ / ๑ , อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๖๕/๓๗๓/๔.

^{๗๗} ม.ม. (ไทย) ๑ /๑ ๑/๘๖-๘๗.

^{๗๘} ดูรายละเอียดใน พุทธทาสภิกขุ (เง่อม อินทปณฺโ) , ธรรมโฆษณัรธานุกรม, หน้า ๑๘๑.

ความสำคัญของวิญญาณก็คือ เป็นอินทรีย์ที่สามารถรู้แจ้งทางอารมณ์ต่าง ๆ และมันเป็นความรู้ประเภทพื้นหรือเป็นตัวหลักของประเภทความรู้ ซึ่งเป็นฐานทางเดินให้กับนามชั้นอื่น ๆ ซึ่งเกี่ยวข้องกับนามชั้นอื่นทั้งหมด^{๗๙} หมายความว่ามันเป็นทั้งความรู้เบื้องต้น และความรู้ตามที่เป็นปฐมเหตุหรือความรู้เริ่มแรกนั่นคือเมื่อเห็น เมื่อได้ยิน เป็นต้น (ช่วงนี้เกิดวิญญาณขึ้น) จึงรู้สึกชื่นใจหรือปีบชื่นใจ (เวทนา) จึงกำหนดได้ว่าเป็นนั่นเป็นนี่ (สัญญา) จึงมีเจตงานงตอบและคิดปรุงแต่งไปต่าง ๆ (สังขาร) เช่น เห็นน้ำตก (วิญญาณ) รู้สึกสบายชื่นใจ (เวทนา) หมายรู้ว่าน้ำตกมีสีขาวใสสะอาดชอบใจไม่อยากให้เวลาผ่านไปโกรธค วามมีดินนั้น คิดหาวิธีที่จะทำให้เห็นน้ำตกใสสะอาดนั้นสบาย ๆ ชัดเจนและนาน ๆ (สังขาร) ที่รู้ตามคือรู้ควบไปตามกับกิจกรรมของชั้นอื่น ๆ (เวทนา) ก็รู้ว่าเป็นทุกข์ (วิญญาณ) หมายรู้ว่าอย่างนั้นเป็นสุขอย่างนั้นเป็นทุกข์ (สัญญา) ก็รู้ไปตามนั้น เมื่อคิดนึกปรุงแต่งเจตงานงไปอย่างไร ๆ (สังขาร) ก็ย่อมมีความรู้ควบอยู่พร้อมกันด้วยโดยตลอด กระแสความรู้ย่นพื้นซึ่งเกิดดับต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาควบไปกับนามชั้นอื่น ๆ หรือกิจกรรมทุกอย่างในจิตใจนี้เรียกว่า วิญญาณ ท่านพุทธทาสกล่าวถึงหลักการสำคัญของวิญญาณมีอยู่ อย่างคือ^{๘๐}

วิญญาณที่ยังเป็นธาตุตามธรรมชาติมีลักษณะประภัสสร วิญญาณที่ถูกปรุงแต่งโดยสังขารหรือถูกอวิชชาปรุงแต่งเป็นความรู้สึกทางอายตนะและวิญญาณนี้จะเปลี่ยนชื่อไปตามอายตนะนั้น ๆ เช่น วิญญาณทางตา วิญญาณทางหู ดังกล่าวแล้ววิญญาณเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดสิ่งๆ เรียกว่า นามรูปขึ้น และทำหน้าที่รู้แจ้งต่ออารมณ์ทั้งหก^{๘๑} ทั้งมีหน้าที่เกี่ยวกับการรับอารมณ์ รู้สึกอารมณ์ เสวยอารมณ์ พิจารณาอารมณ์ และก็คลุกเคล้าอยู่กับอารมณ์ จนกว่าจะสำเร็จรูปเป็นเวทนา สัญญา สังขาร และกรรมที่เป็นกุศลหรืออกุศลขึ้น รวมความว่าความสำคัญของวิญญาณในความหมายแรกเพิ่งเล็งถึงนิพพานได้ ส่วนความสำคัญของวิญญาณที่เป็นวิญญาณที่อันตรายมาก ถ้าหม่อมมนุษย์ไม่เข้าใจวิญญาณในส่วนนี้ นี้ก็จะเกิดความทุกข์ทั้งปวงหรือตกนรก ซึ่งเป็นการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารตลอดกาลจากการศึกษาพบว่า วิญญาณเป็นส่วนที่สำคัญอย่างยิ่งของรูป ถ้ารูปปราศจากวิญญาณแล้วก็ไร้ความหมายของสิ่งที่มีชีวิต เพราะวิญญาณเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญของชีวิต ตัวชีวิตจริง ๆ นั้นมีองค์ประกอบอย่างคือรูปกับนาม ถ้าไร้วิญญาณก็ไม่เรียกว่าชีวิต ถ้าวิญญาณปราศจากร่างกายก็ไม่สามารถปรากฏเป็นชีวิตที่สมบูรณ์ได้ เพราะทั้ง อย่างมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เพราะเป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกัน

๓. กระบวนการเกิดวิญญาณ

คำว่า วิญญาณ คือ ความรู้สึกสุข ความรู้สึกทุกข์ และเฉย ๆ^{๘๒} และวิญญาณที่กล่าวถึงนี้เกิดขึ้นจากเหตุปัจจัย ถ้าไม่มีเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดวิญญาณก็ไม่เกิด เมื่อวิญญาณเกิดเพราะอาศัยเหตุปัจจัยใด ๆ ก็เรียกชื่อ วิญญาณตามเหตุปัจจัยนั้น ๆ ดังพุทธพจน์ที่ว่า

^{๗๙} ดูรายละเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๑๘.

^{๘๐} ดูรายละเอียดใน พุทธทาสภิกขุ (เงื่อม อินทปญฺโญ), ธรรมโฆษณอรรถานุกรม, หน้า ๑๘ .

^{๘๑} พุทธทาสภิกขุ (เงื่อม อินทปญฺโญ), ปรมัตถสภาวะธรรม, หน้า ๕๔.

^{๘๒} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๕๔/๔ ๘.

ภิกษุทั้งหลาย วิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยรูปารมณฺ์ก็เรียกว่า จักขุวิญญาณ (การรับรู้ทางตา) วิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยสัททารมณฺ์ก็เรียกว่า โสทวิญาณ (การรับรู้ทางหู) วิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยฆานารมณฺ์ก็เรียกว่าฆานวิญาณ (การรับรู้ทางจมูก) วิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยรสารมณฺ์ก็เรียกว่า ชิวหาวิญาณ(การรับรู้ทางลิ้น) วิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยโผฐัพพารมณฺ์ก็เรียกว่า กายวิญาณ (การรับรู้ทางผิวหนัง) วิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยธรรมารมณฺ์ก็เรียกว่า มโนวิญาณ (การรับรู้ทางใจ) อุปมาเหมือนไฟเกิดขึ้นเพราะอาศัยเชื้ออะไร ก็เรียกว่า “ไฟ” ตามเชื่อนั้น ๆ เช่นไฟที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยไม้ก็เรียกว่า “ไฟไม้” ไฟที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยป่าก็เรียกว่า “ไฟป่า” ไฟที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยหญ้าก็เรียกว่า “ไฟหญ้า” ไฟที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยมูลโคก็เรียกว่า “ไฟมูลโค” ไฟที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยแกลบก็เรียกว่า “ไฟแกลบ” ไฟที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยหยากเยื่อก็เรียกว่า “ไฟหยากเยื่อ”^{๘๓}

ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา คำว่า วิญญาณ แปลว่า การรู้แจ้งอารมณ์ในทางทวารต่าง ๆ หมายถึงธรรมชาติที่รู้แจ้งอารมณ์ตามทวารทั้ง ๖ ได้แก่ ทางตาได้แก่เห็น ทางหูได้ยิน ทางจมูกได้กลิ่น ทางลิ้นได้รส ทางกายได้การสัมผัส ทางใจได้ความนึกคิด^{๘๔} ในพุทธธรรม ก็ให้ความหมายของของ วิญญาณมีนัยคล้ายกับพระไต รปฏิภาว่า เมื่ออายตนะภายใน ซึ่ง เป็นแดนรับรู้ กระพบกับอารมณ์ อายตนะภายนอก ซึ่งเป็นที่ถูกรู้ก็จะเกิดความรู้จาเพราะ ความรู้จาเพราะแต่ละด้านนี้เรียกว่า วิญญาณ แปลว่าความรู้แจ้ง คือ รู้อารมณ์ ดังนั้นวิญญาณ ๖ อย่าง เท่ากับอายตนะและอารมณ์ ๖^{๘๕} คู่ วิญญาณ ทางตา ได้แก่ เห็น วิญญาณทางหู ได้แก่ ได้ยิน วิญญาณทางจมูก ได้แก่ ได้กลิ่น วิญญาณทางลิ้น ได้แก่ รู้รส วิญญาณทางกาย ได้แก่ รู้สิ่งต้องกาย วิญญาณทางใจ ได้แก่ รู้อารมณ์ทางใจหรือรู้เรื่องในใจ

สรุปได้ว่า อายตนะ ๖^{๘๖} อารมณ์ ๖ และวิญญาณ ๖^{๘๗} เป็นชื่อในภาษาธรรมและมีความเกี่ยวเนื่องกัน^{๘๘} ตามนัยพุทธพจน์ข้างต้นนี้ แสดงให้เห็นว่า วิญญาณที่เกิดขึ้นรับรู้อารมณ์ทางทวารต่าง ๆ นั้นเกิดจากเหตุปัจจัย และการดับไปของวิญญาณ เพราะขาดเหตุปัจจัย การเกิดและดับของ วิญญาณ จึงขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย ไม่ใช่เป็นการเกิดขึ้นอย่างลอย ๆ ดังนั้นสถานภาพของวิญญาณ จึงมีการเกิดดับอย่างต่อเนื่อง กล่าวคือมีการเกิดขึ้น ดำรงอยู่ชั่วขณะและดับไป ตกอยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ ดังพระพุทธพจน์ว่า ตุก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็แล ธรรมชาติใดที่เรียกว่าจิตบ้าง มโนบ้าง วิญญาณบ้าง ธรรมชาติบ้าง ขณะเก่ากำลังดับ ขณะใหม่กำลังเกิดขึ้น เป็นอย่างนี้เรื่อยไปตลอดวันและคืนปัญหาเกี่ยวกับเรื่องวิญญาณมีมาแล้ว ตั้งแต่ครั้งพุทธกาลจนถึงสมัยปัจจุบัน แม้พุทธศาสนาจะมีทัศนะว่า

^{๘๓} ม.ม. (ไทย)๑ /๔ /๔๓๑.

^{๘๔} ดูรายละเอียดใน ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๖๑/๙, ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔ ๓/๔๕๘.

^{๘๕} ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๕๔-๑๖๗/๑๑-๑๑๘.

^{๘๖} อายตนะ ๖ หมายถึงอายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ ดูรายละเอียดใน พุ.สุ.อ. (บาลี) ๑/๑๗๑/๔.

^{๘๗} ม.ม. (ไทย) ๑ /๑ ๑/๙๖.

^{๘๘} ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, หน้า ๓๕.

กายและวิญญาณนั้นมึธรรมชาติที่แตกต่างกันก็จริง แต่ก็ถือว่ากายและวิญญาณทั้งสองนั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด กล่าวคือ ต่างก็อิงอาศัยเป็นเหตุปัจจัยแก่กันและกัน ดังข้อความที่กล่าวไว้ในวิสุทธิธรรมกว่า รูปและนาม (กายกับวิญญาณ) เป็นของคู่กัน ทั้งคู่อาศัยกันและกัน เมื่ออย่างหนึ่งแตกสลาย ก็แตกสลายทั้งคู่ตามปัจจัย^{๘๙} ดังนั้นเพื่อความพ้น ทุกข์พระพุทธร้องค์จึงตรัสสอนในเรื่องสติปัฏฐาน เพื่อให้พุทธบริษัทจะได้เดินตามทางที่พระองค์ทรงดำเนินไปสู่พระนิพพาน ดังนี้คำว่า จิตมโน วิญญาณ ทั้ง ๓ นี้มีความหมายเหมือนกันโดยอรรถกล่าวคือเป็นธรรมชาติคิด หรือธรรมชาติที่น้อมเข้าไปหาอารมณ์ หรือว่าธรรมชาติรู้แจ้งอารมณ์ แต่ที่เรียกชื่อแตกต่างกันไป เพราะเน้นความหมายในการทำหน้าที่ ที่ต่างกัน อนึ่งการเกิดดับของวิญญาณในขณะที่รับรู้อารมณ์ทางทวารต่าง ๆ นั้นเป็นไปอย่างรวดเร็ว โดยไม่สามารถกำหนดได้ว่าวินาทีหนึ่ง มีการเกิดและดับกี่ครั้งเพราะลักษณะของวิญญาณนั้น เป็นธรรมชาติเปลี่ยนแปลงเร็ว ดังพุทธพจน์ที่ว่า ภิกษุทั้งหลายเราย่อมไม่พิจารณาสิ่งอื่นที่เปลี่ยนแปลงได้เร็วเหมือนจิต จิตนี้ เปลี่ยนแปลงได้เร็วเท่าใดนั้น แม้จะอุปมา ก็ทำได้ไม่ง่าย^{๙๐} การกำหนดเพื่อจะให้เห็นการเกิดดับของวิญญาณหรือจิตนั้น คนทั่วไปย่อมไม่สามารถทำได้ นอกจากสัพพัญญุตญาณ หรือผู้มีวิปัสสนาญาณแก่กล้า ด้วยเหตุที่จิตเป็นธรรมชาติเกิดและดับเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้เอง จึงทำให้นักปรัชญา นักคิด (ตักก วิมังสี) เจ้าลัทธิหรือศาสดาในศาสนาพราหมณ์-ฮินดูและศาสนาเชนเป็นต้น ซึ่งใช้ตรรกะหรือญาณในการหยั่งรู้ที่ไม่ตลอดสาย ไม่ครบวงจรเข้าใจผิดคิดว่าอาตมมัน หรือชีวะ^{๙๑} นั้นเป็นต้นกำเนิดของให้สรรพสิ่งเป็นสภาวะที่เป็นอมตะนิรันดร์คงที่ ไม่เปลี่ยนแปลง ไม่เกิดดับ โดยให้ความหมายของอตตาวัว ๓ ประการ คือ

๑. เป็นศูนย์กลางของการเปลี่ยนแปลงหรือแปรสภาพและหลักแหล่งแห่งความคงเดิม.
๒. เป็นศูนย์รวมคุณสมบัติของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง
๓. เป็นสิ่งที่มีความสมบูรณ์อยู่โดยตัวเอง ไม่ได้เกิดมาจากอะไร มีอยู่และเป็นมาอย่างนั้น โดยตัวเองไม่เปลี่ยนแปลง ไม่แปรสภาพ วิญญาณ ความรู้แจ้งอารมณ์ จิต ความรู้ที่เกิดขึ้นเมื่ออายตนะภายในและอายตนะภายนอกกระทบกัน วิญญาณ ๖ ได้แก่

๑. จักขุวิญญาณ หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางตา ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะรูปกระทบตา รูปกระทบตาเกิดความรู้ขึ้น คือ การเห็น

๒. โสตวิญญาน หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางหู ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะเสียงกระทบหู เสียงกระทบหูเกิดความรู้ขึ้น คือ การได้ยิน

๓. ชานวิญญาน หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางจมูก ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะกลิ่นกระทบจมูกกลิ่นกระทบจมูกเกิดความรู้ขึ้น คือ การรู้กลิ่น

^{๘๙}ดูรายละเอียดใน พระพุทธโฆษาจารย์, วิสุทธิธรรมภาค ๓ ตอนจบ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๑๙.

^{๙๐}ดูรายละเอียดใน อง.เอกก. (ไทย) ๔๘/๙.

^{๙๑}ส .นิ. (ไทย) ๑๖/๓๕/๗๕.

๔. ชิวหาวิญญูณ หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางลิ้น ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะรสกระทบลิ้น รสกระทบลิ้นเกิดความรู้ขึ้น คือ การรู้รส

๕. กายวิญญูณ หมายถึงความรู้อารมณ์ทางกาย ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะ โผฏฐัพพะกระทบกาย โผฏฐัพพะกระทบกาย เกิดความรู้ขึ้น คือ ความรู้อารมณ์ (รู้สิ่งต้องกาย)

๖. มโนวิญญูณ หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางกายความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะ โผฏฐัพพะกระทบกาย โผฏฐัพพะกระทบกาย เกิดความรู้ขึ้น คือ ความรู้อารมณ์ (รู้เรื่องในใจ)^{๙๒}

ภูมิเป็นที่ตั้งของวิญญูณ ๗ ประการ ภูมิเป็นที่ตั้งของวิญญูณเรียกว่า วิญญูณฐิติ มี ๗ คือ

๑. สัตว์เหล่าหนึ่ง มีกายต่างกัน เช่น พวกมนุษย์ พวกเทพบางหมู่ พวกวินิปาติกะ บางหมู่

๒. สัตว์เหล่าหนึ่งมีกายต่างกัน มีสัญญาอย่างเดียวกัน เช่น พวกเทพผู้อยู่ในจาพวกพรหมผู้เกิดในภูมิปฐมฌาน

๓. สัตว์เหล่าหนึ่ง มีกายอย่างเดียวกัน มีสัญญาต่างกัน เช่น พวกอภัสสระ

๔. สัตว์เหล่าหนึ่ง มีกายอย่างเดียวกัน มีสัญญาอย่างเดียวกัน เช่น พวกสุภิกษณะ

๕. สัตว์เหล่าหนึ่งผู้เข้าถึงชั้นอากาศานัญจายตนะ

๖. สัตว์เหล่าหนึ่งผู้เข้าถึงชั้นวิญญูณัญจายตนะ

๗. สัตว์เหล่าหนึ่ง ผู้เข้าถึงชั้นอากาศัญจายตน^{๙๓}

๒.๓ อารมณ์ของวิปัสสนา

อารมณ์ของวิปัสสนา เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ เมื่อย่อลงแล้วได้แก่ รูปนาม ผู้เจริญวิปัสสนา ภาวนามีอารมณ์เดียว คือ รูปนาม ตั้งแต่เกิดนามรูปปริจเฉทญาณเป็นต้นไป แต่เมื่อบรรลุภังคญาณเป็นต้นไป จนถึงอนุโลมญาณแล้ว จะรับรู้สภาวะต่อไปของรูปนามเป็นหลัก ซึ่งเป็นขณิกสมาธิระดับสูงของวิปัสสนายานิก นอกจากนี้ เมื่อวิปัสสนาจิตมีกำลังแก่กล้าอย่างสูงสุดก็จะบรรลุพระนิพพาน ซึ่งเป็นสภาวะที่ดับรูปนามสังขารทั้งหมดในขณะที่บรรลุมรรคผล^{๙๔} อนึ่ง วิปัสสนาภูมิ หมายถึง อารมณ์ของการปฏิบัติวิปัสสนา ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นั้น อารมณ์ที่เป็นพื้นฐานการกำหนดรู้มีอยู่ ๖ ภูมิ คือ

^{๙๒}ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวล, หน้า ๗.

^{๙๓}พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวล, หน้า ๗๓.

^{๙๔}สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสम्मหาเถระ ศาตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.), อริยวังสปฏิบัติ ปฏิบัติอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๗.

๑. ชั้น ๕
๒. อายุตนะ ๑๒
๓. ชาติ ๑๘
๔. อินทรี ๒๒
๕. อริยสัจ ๔
๖. ปฏิจสมุปบาท ๑๒

เมื่อยอลงแล้วก็เหลือเพียงรูปกับนามเท่านั้น ภูมิทั้ง ๖ นี้ เนื่องด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่พระพุทธองค์แสดงไว้ โดยให้ผู้ปฏิบัติกำหนดพิจารณารูปนามนี้ให้เห็นเป็นปรมัตถสัจจะ ความจริงที่ละเอียดอย่างยิ่ง มีอยู่ในรูปนาม มีเรื่องอุปมาด้วยน้ำต่อนหนึ่ง คือสมัยที่พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ที่เมืองสาวัตถี ได้ตรัสเรื่องแม่น้ำไหลเชื่อมจากยอดเขากับภิกษุทั้งหลายใจความว่า น้ำที่ไหลเชื่อมพัดพา (หญ้า ใบไม้ เป็นต้น) ไปในภายใต้ ถัดต้นหญ้า หรือต้นไม้มักเกิดที่ริมฝั่งทั้งสอง ต้นหญ้าหรือต้นไม้มักไปตามน้ำ หากบุรุษถูกกระแสแม่น้ำที่ไหลเชื่อมพัดพาไปจับไว้ ต้นหญ้าหรือต้นไม้นั้นก็จะหลุด บุรุษนั้นพึงถึงความพินาศ ฉันทิ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ หากบุคคลยึดถือโดยเป็นอัตตา ก็จะถึงความพินาศฉันทิ^{๔๕}

การที่ตรัสนี้ หมายถึงการตรัสถึงชั้น ๕ อันเป็นภูมิวิปัสสนาที่ผู้ปฏิบัติไม่ควรยึดถือโดยเป็นอัตตา เพราะเมื่อยึดถือก็จะไม่สามารถรู้แจ้งโลก (คือ ชั้น ๕) นี้ได้

ในฉัปปาณโกปมสูตร พระผู้มีพระภาคแสดงถึงความไม่सारวมอายตนะภายใน ๖ เปรียบเหมือนสัตว์ ๖ ชนิด ทรงเปรียบเทียบไว้ดังนี้ คือ

- ตา เปรียบเหมือน งู
- หู เปรียบเหมือน จระเข้
- จมูก เปรียบเหมือน นก
- ลิ้น เปรียบเหมือน สุนัขบ้าน
- กาย เปรียบเหมือน สุนัขจิ้งจอก
- ใจ เปรียบเหมือน ลิง^{๔๖}

ผู้ไม่सारวมอายตนะภายใน ๖ ก็จะเปรียบเหมือนสัตว์ ๖ ชนิดเหล่านี้ มักตกไปตามอำนาจของตณสมอ การที่พระองค์ทรงตรัสอย่างนี้ ก็เพราะอายตนะ เป็นภูมิวิปัสสนา ที่ผู้ปฏิบัติจำต้องนำมาประพตปฏิบัติให้ถูกต้อง แล้วจึงจะได้รับผลตามสมควร

^{๔๕}ดูรายละเอียดใน ส.ข. (ไทย) ๑๗/๑๗๗/๔๓.

^{๔๖}ดูรายละเอียดใน ส.ส. (ไทย) ๑๘/๒๖๒/๒๔๗.

ตารางที่ ๒.๕ แสดงวิปัสสนาภูมิ ๖

ขั้นที่ ๕		อายตนะ ๑๒	ธาตุ ๑๘	อินทรีย์ ๒๒	ปฏิจกสมุปาท ๑๒	อริยสัจ ๔
รูปธรรม	รูปขั้นที่	จักขายตนะ กายายตนะ คันธายตนะ ฆานายตนะ โสตายตนะ รูปายตนะ รสายตนะ ชีวหายตนะ สัทธายตนะ โผฏฐัพพายตนะ	จักขุธาตุ รูปธาตุ ฆานธาตุ โสตธาตุ คันธธาตุ ชีวหาธาตุ รสธาตุ กายธาตุ สัทธาธาตุ โผฏฐัพพธาตุ	จักขุนทรีย์ โสตินทรีย์ ฆานินทรีย์ ชีวหินทรีย์ กายินทรีย์ อิตถินทรีย์ ปุริสินทรีย์		
นามธรรม	เวทนา ขั้นที่ สัญญา ขั้นที่ สังขาร ขั้นที่ วิญญาณ ขั้นที่	ฆานายตนะ	จักขุวิญญาณ ธาตุ โสตวิญญาณ ธาตุ ฆานวิญญาณ ธาตุ ชีวหา วิญญาณธาตุ กายวิญญาณ ธาตุ มโนวิญญาณ ธาตุ มโนธาตุ	มโนินทรีย์ โทมนัสสินท รีย สมาธิินทรีย์ สุชินทรีย์ อุเปกชินท รีย ปัญญินทรีย์ สติินทรีย์ ทุกชินทรีย์ สัทธิินทรีย์ อนันตัญญุต สามิตินทรีย์ โสมนัสสินท รีย วิริยินทรีย์ อัญญินทรีย์ อัญญาตาว ินทรีย์	อวิชชา สังขาร วิญญาณ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพ ชาติ ชรามรณะ	สมุทยสัจจะ นิโรธสัจจะ มัคคสัจจะ
ทั้งรูป- นาม		ธัมมายตนะ	ธัมมธาตุ	ชีวิตินทรีย์	นามรูป สพายตนะ	ทุกขสัจจะ

จากการแสดงนี้ เพียงให้เห็นองค์ธรรมในวิปัสสนาภูมิ ๖ หรืออารมณ์วิปัสสนาเท่านั้น เพื่อการเจริญวิปัสสนากาวนา หรือสติปัฏฐาน ๔ เป็นไปด้วยดี

๒.๔ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับอารมณ์ทางจิตวิทยา

๒.๔.๑ ความหมายของอารมณ์

ในทางจิตวิทยา ปรัชญา และสาขาย่อยอื่นๆ อารมณ์ หมายถึงประสบการณ์ในความรู้สำนึก และอัตวิสัยที่ถูกกำหนดลักษณะเฉพาะโดยการแสดงออกทางจิตสรีรวิทยา ปฏิกริยาทางชีววิทยา และสภาพจิตใจ อารมณ์มักจะเกี่ยวข้องและถูกจัดว่ามีอิทธิพลซึ่งกันและกันกับพื้นอารมณ์ พื้นอารมณ์แต่กำเนิด บุคลิกภาพ นิสัย และแรงจูงใจ เช่นเดียวกับที่ได้รับอิทธิพลจากฮอร์โมนและสารสื่อประสาท อาทิ โดพามีน นอราดรีนาลีน เซโรโทนิน ออกซิโทซิน และคอร์ซิทอล อารมณ์มักเป็นพลังขับเคลื่อนเบื้องหลังพฤติกรรมไม่ว่าเชิงบวกหรือเชิงลบ^{๙๗} สรีรวิทยาของอารมณ์มีความเชื่อมโยงอย่างใกล้ชิดกับภาวะกระตุ้นของระบบประสาท ด้วยสถานะและความแรงของการกระตุ้นที่หลากหลายซึ่งเกี่ยวข้องกับอารมณ์เฉพาะอย่างโดยชัดเจน ถึงแม้ว่าการแสดงออกด้วยอารมณ์อาจดูเหมือนว่าเป็นการกระทำโดยไม่ต้องใช้ความคิด แต่มุมมองที่สำคัญของอารมณ์ก็คือการรับรู้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการตีความหมายของสิ่งที่เกิด ตัวอย่างเช่น เมื่อเกิดการขมขู่คุกคาม ประสบการณ์แห่งความกลัวจะบังเกิดโดยปกติ การรับรู้ถึงภัยอันตรายและภาวะกระตุ้นของระบบประสาทที่ตามมา เช่นชีพจรเต้นเร็ว หายใจเร็ว เหงื่อออก กล้ามเนื้อหดเกร็ง คือองค์ประกอบโดยรวมที่นำไปสู่การตีความหมายและการระบุว่าภาวะกระตุ้นเป็นสถานะอารมณ์ อารมณ์ก็มีความเชื่อมโยงกับแนวโน้มของพฤติกรรม การวิจัยเกี่ยวกับอารมณ์เพิ่มขึ้นอย่างมากภายในสองทศวรรษที่ผ่านมาในหลายสาขาที่ศึกษาอย่างเช่น จิตวิทยา ประสาทวิทยาแพทยศาสตร์ สังคมวิทยา และแม้แต่วิทยาการคอมพิวเตอร์ ทฤษฎีจำนวนมากที่พยายามอธิบายแหล่งกำเนิด ประสาทชีววิทยา ประสบการณ์ และการทำงานของอารมณ์ ได้แต่เพียงประคับประคองการวิจัยที่เข้มข้นมากยิ่งขึ้นเกี่ยวกับเรื่องนี้ อารมณ์ในลักษณะต่าง ๆ คือความรู้สึกที่โดยทั่วไปมีองค์ประกอบทั้งสรีรวิทยาและการรับรู้ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม^{๙๘} และมีผู้รู้ได้ให้ความหมายของอารมณ์ไว้ดังนี้

คำว่า อารมณ์ (Emotion) รากศัพท์มาจากภาษาลาตินว่า "Emovere" มีความหมายตรงกับคำว่า to stir up, agitate or excite ซึ่งหมายถึงสภาวะที่ร่างกายถูกกระตุ้นทำให้ปั่นป่วนหรือตื่นเต้นมีนักจิตวิทยาหลายท่านที่ได้ให้คำนิยามของคำว่าอารมณ์ไว้ เช่น^{๙๙}

^{๙๗}Gaulin, Steven J. C. and Donald H. McBurney. Evolutionary Psychology. Prentice Hall. 2003. Chapter 6, p. 121-142.

^{๙๘}สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <http://www.th.wikipedia.org/wiki/> [๑๕ กันยายน ๒๕๕๗].

^{๙๙}สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <https://www.l3nr.org/posts/209846> [๑๕ กันยายน ๒๕๕๗].

ความหมายของอารมณ์ (Emotion of Meaning) อารมณ์ มาจากภาษาอังกฤษ “Emotion” มีรากศัพท์มาจากภาษาละติน “emovere” ซึ่งแปลว่า ความปั่นป่วน ความวุ่นวาย หรือ ความตื่นเต้น (ธัญญา ธีระกนิษฐ์)^{๑๐๐}

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน^{๑๐๑} อธิบายว่า อารมณ์ หมายถึงความคิด ความรู้สึก ที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อย ๆ เช่น เดียวอารมณ์ดี เดียวอารมณ์ร้าย

นายแพทย์เทิดศักดิ์ เดชคง^{๑๐๒} กล่าวถึง อารมณ์ว่า เป็นสภาวะทางจิตใจที่มีผลมาจากการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้น ทั้งที่มาจากภายใน ได้แก่ ความสบาย ความเจ็บปวด และอาจมาจากสิ่งเร้า ภายนอก เช่น บุคคล อุณหภูมิ ดินฟ้าอากาศ อารมณ์ อาจมีความหมายได้หลายแง่ทั้งแง่ดีและแง่ร้าย

บารอน (Baron)^{๑๐๓} สรุปไว้ว่า อารมณ์เป็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงกายภาพ ระดับของการคิดแบบอัตโนมัติ และพฤติกรรมที่แสดงออก

เฟรดแมน (Feldman)^{๑๐๔} กล่าวว่า อารมณ์เป็นความรู้สึกต่างๆ (feeling) เช่น สุข เศร้า เสียใจ ซึ่งโดยทั่วไปแล้วมีผลต่อกระบวนการทางสรีระ และทางความคิด ซึ่งรวมกันทั้งหมดมีผลต่อการแสดงพฤติกรรม

ลาซารัส (Lazarus)^{๑๐๕} อารมณ์เป็นความรู้สึกที่จะเข้าหาบางอย่างเมื่อได้ประเมินว่าสิ่งนั้น เป็นสิ่งที่ดีหรือมีประโยชน์ และความรู้สึกที่จะถอยหนีเมื่อได้ประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ดีหรืออันตราย โดยจะประเมินสิ่งเร้าต่าง ๆ ตามความเหมาะสมและความสำคัญ ดังนั้นการตอบสนองทาง อารมณ์จึงขึ้นอยู่กับความคิดการเข้าใจเฉพาะบางอย่าง หรือขึ้นอยู่กับการประเมิน

^{๑๐๐}ธัญญา ธีระกนิษฐ์, การคิดอย่างมีสติคือ การมีใจจดจ่อ ความตื่นเต้น, [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <http://innovation.kpru.ac.th> [๑ เมษายน ๒๕๕๖]

^{๑๐๑}ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยา อังกฤษ -ไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๕๒๔), หน้า ๒๔๙, ๙๐๒.

^{๑๐๒}เทอดศักดิ์ เดชคง, ความฉลาดทางอารมณ์, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: พิษณุพรินติ้ง, ๒๕๔๒), หน้า ๒๐.

^{๑๐๓}Baron E. and Karen S. Ivers. *The Internet and Instruction Activities and Ideas*, (Colorado : Libralies Unlimited, 1996), p. 354.

^{๑๐๔}Feldman, M. P.. *Psychology in the Industrial Environment*. (London: Butter Worth, 1994), p. 320.

^{๑๐๕}Lazarus, R.S.and Folkman, *Stress Appraisal and Coping*, (New York : Springer, 1984), p. 150.

ไอซาร์ด (Izard)^{๑๐๖} ได้ให้ความหมายของอารมณ์ไว้ว่าเป็นลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ประสาทสัมผัสและปรากฏการณ์ของลักษณะท่าทาง

ยัง (Young)^{๑๐๗} ได้ให้ทัศนะไว้ว่า อารมณ์คือกระบวนการหรือสภาวะทางด้านความรู้สึกที่ถูกทำให้หวั่นไหว ซึ่งแสดงออกมาโดยการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในกล้ามเนื้อเรียบ(Smooth muscles) ต่อมต่าง ๆ และพฤติกรรมรวม

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์^{๑๐๘} ได้ให้ความหมายของอารมณ์ไว้ว่าเป็นสภาวะการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจอันเนื่องมาจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและอินทรีย์และการแสดงโต้ตอบนั้นเป็นไปตามสถานการณ์

พีรพล เทพประสิทธิ์^{๑๐๙} คำว่า อารมณ์ คือ ความว้าวุ่นใจ ปั่นป่วน เป็นสภาวะที่บุคคลสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง เป็นความรู้สึกส่วนตัวภายในของบุคคลนั้น ๆ เพราะมนุษย์ทุกคนมีความชอบธรรมที่ต้องได้รับการตอบสนองความต้องการทางอารมณ์ เพราะความต้องการทางอารมณ์เป็นสิ่งที่จำเป็นเช่นเดียวกับความต้องการทางร่างกาย อันเป็นสิ่งที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction) ของตนเองกับบุคคลอื่นกับสิ่งแวดล้อม

อารี เพชรพุด^{๑๑๐} อารมณ์ คือ ภาวะที่อินทรีย์ (Organism) ถูกเร้าทำให้เกิดการตอบสนองที่เรียกว่า ผลจากสิ่งเร้า ไม่ว่าจะผลกระทบอันนั้นจะหนักหรือเบา ก็จะทำให้เกิดปฏิกิริยาขึ้นได้ และมีการแสดงออกได้ ๓ อย่าง คือ

๑. แบบที่เกิดขึ้นทันที (Emotional Experience) เช่น รู้สึกโกรธ กลัว ดีใจ
๒. พฤติกรรมที่เป็นผลต่อเนื่อง (Emotional Behavior) เช่น เมื่อรู้สึกโกรธก็กล่าวคำสบคำสาบาน หรืออาจชกต่อยคนที่ทำให้โกรธ หรือเวลาดีใจก็หัวเราะยิ้มแย้มแจ่มใส
๓. เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physical changes) เช่น หน้าแดง ปากสั่น มือสั่น เป็นต้น

^{๑๐๖} Izard, C. E. **The face of emotion**. (New York: Appleton-Century-Crofts, 1971), p. 349.

^{๑๐๗} Young, P. T. Feeling and emotion. "In B. B. Wolman (Ed.)/ Handbook of general psychology". Englewood Cliffs, (New Jersey: Prentice-Hall, 1973), p.749.

^{๑๐๘} พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, **ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ**. (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๐), หน้า ๒๐.

^{๑๐๙} พีรพล เทพประสิทธิ์, **จิตวิทยาทั่วไป**, (กรุงเทพมหานคร: ทริปเพิ้ล กรุ๊ป, ๒๕๔๙), หน้า ๑๘๕-๑๘๖.

^{๑๑๐} อารี เพชรพุด, **จิตวิทยาทั่วไป**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๗), หน้า ๑๑๐.

ตารางที่ ๒.๖ สรุปแนวคิดเกี่ยวกับความหมายของอารมณ์

ลำดับที่	แนวคิด/ความหมายของอารมณ์	สรุปแนวคิด/ความหมายของอารมณ์
พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน	อารมณ์ หมายถึงความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ เช่น เดี่ยวอารมณ์ดี เดี่ยวอารมณ์ร้าย	เป็นสภาวะของความคิด ความรู้สึกของบุคคลที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ เช่น เดี่ยวอารมณ์ดี เดี่ยวอารมณ์ร้ายขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าและสภาพแวดล้อม
เทิดศักดิ์ เดชคง	อารมณ์ว่า เป็นสภาวะทางจิตใจที่มีผลมาจากการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้น ทั้งที่มาจากภายใน ได้แก่ ความสบาย ความเจ็บปวด และอาจมาจากสิ่งเร้าภายนอก เช่น บุคคล อุณหภูมิ ดินฟ้าอากาศ อารมณ์ อาจมีความหมายได้หลายแง่ทั้งแง่ดีและแง่ร้าย	เป็นสภาวะอาการรับสัมผัสทางจิตใจที่มีผลมาจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าเข้ากระตุ้นทั้งที่มาจากภายในและภายนอก จะรับสัมผัสทางจิตใจทั้งดีและรู้สึกไม่ดี
Baron	อารมณ์เป็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงกายภาพ ระดับของการคิดแบบอัตโนมัติ และพฤติกรรมที่แสดง ออก	เป็นการแสดงด้านปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ ทั้งระดับของการคิดและความรู้สึกจึงทำให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองออกมา
Feldman	อารมณ์เป็นความรู้สึกต่างๆ (feeling) เช่น สุข เศร้า เสียใจ ซึ่งโดยทั่วไปแล้วมีผลต่อกระบวนการทางสรีระ และทางความคิด ซึ่งรวมกันทั้งหมดมีผลต่อการแสดงพฤติกรรม	เป็นความรู้สึกที่ทั้งสุข เศร้า เสียใจ เศร้าใจและส่งผลต่อกระบวนการทางร่างกาย และทางความคิด ทำให้ส่งผลการแสดงทางพฤติกรรม
Lazarus	อารมณ์เป็นความรู้สึกที่จะเข้าหาบางอย่างเมื่อได้ประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ดีหรือมีประโยชน์ และความรู้สึกที่จะถอยหนีเมื่อได้ประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ดีหรืออันตราย โดยจะประเมินสิ่งเร้าต่างๆ ตามความเหมาะสมและความสำคัญดังนั้นการตอบสนองทางอารมณ์จึงขึ้นอยู่กับความคิดการเข้าใจเฉพาะบางอย่าง หรือขึ้นอยู่กับ การประเมิน	เป็นความรู้สึกที่จะประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ดีหรือมีประโยชน์ และความรู้สึกที่จะถอยหนีเมื่อได้ประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ดี จึงมีการตอบสนองทางอารมณ์ ซึ่งจะขึ้นอยู่กับความคิดการเข้าใจเฉพาะการประเมิน
Izard	อารมณ์ไว้ว่าเป็นลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ประสาทสัมผัสและปรากฏการณ์ของลักษณะท่าทาง	เป็นลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การรับรู้ทั้งประสาทสัมผัสและปรากฏการณ์พฤติกรรมที่แสดงออก

ลำดับที่	แนวคิด/ความหมายของอารมณ์	สรุปแนวคิด/ความหมายของอารมณ์
Young	อารมณ์ไว้ว่า เป็นกระบวนการหรือสถานะทางด้านความรู้สึกที่ถูกกระทบให้หวั่นไหว ซึ่งจะแสดงออกมาในรูปของการเปลี่ยนแปลงร่างกายทาง กล้ามเนื้อ เรียบต่อมต่างๆ และพฤติ กรรมรวม	เป็นกระบวนการหรือสถานะทาง ด้านความรู้สึกที่ถูกกระทบให้หวั่นไหว ซึ่งจะแสดงออกมาในรูปของการเปลี่ยนแปลงร่างกายทาง กล้ามเนื้อเรียบต่อมต่างๆ และพฤติกรรมทั้งหมด
พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์	อารมณ์ไว้ว่าเป็นสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจอันเนื่อง มาจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและอินทรีย์และการแสดงโต้ตอบนั้นเป็นไป ตามสถานการณ์	เป็นสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และจิตใจที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่าง สิ่งเร้าและอินทรีย์ด้วยการเกิดการโต้ตอบเป็นไปตามสถานการณ์จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ
พีรพล เทพประสิทธิ์	อารมณ์ คือ ความว่าวุ่นใจ บั่นป่วน เป็นสภาวะที่บุคคลสูญเสียความเป็นตัว ของตัวเอง เป็นความรู้สึกส่วนตัว ภายในของบุคคลนั้นๆ เพราะมนุษย์ทุกคนมีความชอบธรรมที่ต้องได้รับการ ตอบสนองความต้องการทางอารมณ์ เพราะความต้องการทางอารมณ์เป็นสิ่งที่จำเป็นเช่นเดียวกับความต้องการทาง ร่างกาย อันเป็นสิ่งที่เกิดจากการมี ปฏิสัมพันธ์(Interaction) ของตนเองกับ บุคคลอื่นกับสิ่งแวดล้อม	เป็นความรู้สึกส่วนตัวภายในของบุคคล เพราะมนุษย์ทุกคนมีความชอบธรรมที่ต้อง ได้รับการตอบสนองความต้องการทาง อารมณ์ และเป็นความต้องการทางร่างกาย ที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ของตนเองกับ บุคคลอื่นกับสิ่งแวดล้อมโดยรวม
อารี เพชรพุด	อารมณ์คือภาวะที่อินทรีย์ (Organism) ถูก เร้าทำให้เกิดการตอบสนองที่เรียกว่า ผล จากสิ่งเร้า ไม่ว่าจะผลกระทบอันนั้นจะหนัก หรือเบาก็ตามก็จะทำให้เกิด ปฏิกริยาขึ้น ได้ และมีการแสดงออกได้ ๓ อย่าง คือ ๑. แบบที่เกิดขึ้นทันที (Emotional Experience) เช่น รู้สึกโกรธ กลัว ดีใจ ๒. พฤติกรรมที่เป็นผลต่อเนื่อง(Emo tional Behavior) เช่น เมื่อรู้สึกโกรธก็ กล่าวคำสบคำสาบาน หรืออาจชกต่อย คนที่ทำให้โกรธ หรือเวลาดีใจก็หัวเราะ ยิ้มแย้มแจ่มใส ๓. เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physical changes) เช่น หน้าแดงปาก สิ้น มือสั่น เป็นต้น	เป็นภาวะที่อินทรีย์ถูกเร้าทำให้เกิดการ ตอบสนองจะทำให้เกิดปฏิกริยาขึ้นได้ คือ ๑. แบบที่เกิดขึ้นทันที (Emotional Experience) เช่น รู้สึกโกรธ กลัว ดีใจ ๒. พฤติกรรมที่เป็นผลต่อเนื่อง (Emotional Behavior) เช่น เมื่อรู้สึก โกรธก็กล่าวคำสบคำสาบาน ๓. เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physical changes) เช่น หน้าแดง ปาก สิ้น มือสั่น เป็นต้น

สรุปโดยภาพรวม อารมณ์เป็นสภาวะของความคิด ความรู้สึกของบุคคลที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อย ๆ ขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าและสภาพแวดล้อม ซึ่งสภาวะอาการรับสัมผัสทางจิตใจที่มีผลมาจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าเข้ากระตุ้นทั้งที่มาจากภายในและภายนอกจะรับสัมผัสทางจิตใจทั้งดีและรู้สึกไม่ดี เป็นการแสดงด้านปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ ทั้งระดับของการคิดและความรู้สึกจึงทำให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองออกมา นอกจากนั้นอารมณ์เป็นความรู้สึกที่จะประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ดีหรือมีประโยชน์ และความรู้สึกที่จะถอยหนีเมื่อได้ประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ดี จึงมีการตอบสนองทางอารมณ์ ซึ่งจะขึ้นอยู่กับความคิดการเข้าใจเฉพาะการประเมินและเป็นลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การรับรู้ทั้งประสาทสัมผัสและปรากฏการณ์พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นกระบวนการหรือสภาวะทาง ด้านความรู้สึกที่ถูกกระทบให้หวั่นไหว ซึ่งจะแสดงออกมาในรูปของการเปลี่ยนแปลงร่างกายทาง กล้ามเนื้อเรียบต่อมต่างๆ และพฤติกรรมทั้งหมดเป็นสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและอินทรีย์ด้วยการเกิดการโต้ตอบเป็นไปตามสถานการณ์จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นความรู้สึกส่วนตัวภายในของบุคคลเพราะมนุษย์ทุกคนมีความชอบธรรมที่ต้องได้รับการตอบสนองความต้องการทางอารมณ์ และเป็นความต้องการทางร่างกาย ที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ของตนเองกับบุคคลอื่นกับสิ่งแวดล้อมโดยรวม ดังนั้น อารมณ์จึงเป็นภาวะที่อินทรีย์ถูกเร้าทำให้เกิดการตอบสนองจะทำให้เกิดปฏิกิริยาขึ้นกับปรากฏการณ์เหล่านี้คือ ๑. แบบที่เกิดขึ้นทันที (Emotional Experience) เช่น รู้สึกโกรธ กลัว ดีใจ ๒. พฤติกรรมที่เป็นผลต่อเนื่อง (Emotional Behavior) เช่น เมื่อรู้สึกโกรธก็กล่าวคำสบคำสาบาน และ ๓. เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physical changes) เช่น หน้าแดง ปากสั่น มือสั่น เป็นต้น จึงกล่าวได้ว่า การศึกษาเรื่องอารมณ์เป็นเรื่องยาก เนื่องจากต้องอนุมานจากพฤติกรรมที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง นักจิตวิทยาได้สังเกตลักษณะของอารมณ์พบว่า อารมณ์เป็นภาวะที่ไม่คงที่ มีลักษณะที่สำคัญ ๔ ประการคือ^{๑๑๑}

๑. อารมณ์ไม่ใช่พฤติกรรมภายนอกหรือความคิดเฉพาะอย่างแต่อารมณ์เป็นประสบการณ์ความรู้สึกส่วนบุคคล

๒. อารมณ์เป็นความรู้สึกที่รุนแรงและมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่แตกต่างไปจากการกระทำปกติทั่วไป เช่น เมื่อมีอารมณ์กลัวจะมีมือสั่น

๓. อารมณ์มีความซับซ้อนกว่าความรู้สึกทางร่างกายอื่น ๆ บุคคลจะมีการประเมินหรือแปลความหมายของสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องแล้วจึงจะเกิดอารมณ์นั้น ๆ เช่น ชายคนหนึ่งเห็นสิงโตแล้วมีความรู้สึกอย่างไรขึ้นอยู่กับว่า ชายคนนั้นเห็นสิงโตเป็นสัตว์เลี้ยงที่เชื่องหรือสัตว์ป่าที่กำลังหิวกระหาย

^{๑๑๑} มุกดา ศรียงค์ และคณะ, จิตวิทยาทั่วไป, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๒), ๒๕๕-๒๕๖.

๔. อารมณ์จะเกิดร่วมกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ เช่น เมื่อเรารู้สึกประหลาดใจ จะเบิ่งตาโต ปากอ้า อาจยกมือปิดหน้า ส่วนการตอบสนองภายในจะมีการเปลี่ยนแปลงอัตราการทำงานของหัวใจ

สรุปได้ว่า อารมณ์ เป็นสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจอันเนื่องมาจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและอินทรีย์และการแสดงโต้ตอบนั้นเป็นไปตามสถานการณ์ และมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่แตกต่างไปจากการกระทำปกติทั่วไป การแสดงออกของภาวะจิตใจที่ได้รับการกระทบหรือกระตุ้นจากสิ่งเร้าทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองออกมาทำให้ร่างกายเกิดการเปลี่ยนแปลงจากผลกระทบหรืออาจทำให้จิตใจปั่นป่วนไม่เป็นปกติ ความรู้สึกรุนแรงแต่การเปลี่ยนแปลงนั้นก็มักควบคู่ไปกับกล้ามเนื้อเสมอ อาจกล่าวสรุปได้ว่า อารมณ์เป็นความรู้สึกชนิดต่าง ๆ ที่บุคคลมีต่อสิ่งเร้า ความรู้สึกเหล่านี้ อาจรุนแรง หรือเบาบางกว่าปกติ และอาจเกิดขึ้นพร้อมกับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพร่วมไปด้วย

นอกจากนั้น มนุษย์เรายังมีพฤติกรรมบางอย่างของชีวิตทางจิตใจของคนก็คือประสบการณ์ที่เป็นด้านอารมณ์ของตน บางทีในเรื่องนี้ กวีและศิลปินมองเห็นความรู้สึก ไม่ว่าจะเป็ความรัก ความโกรธความกลัว ความรื่นรมย์ได้ดีกว่านักวิทยาศาสตร์ เพราะอารมณ์เป็นสิ่งที่ทำการทดลองได้ลำบาก^{๑๒๒}ในห้องทดลอง เราอาจอนุมานอารมณ์จากพฤติกรรมที่แสดงออกมา แล้วก็เรียกพฤติกรรมนั้นตามอารมณ์ที่แสดงออกมา แล้วแต่สถานการณ์นั้นๆ แต่ถึงกระนั้นเราก็ไม่ค่อยพูดกันเป็นรูปเป็นร่างว่า อารมณ์รัก เกลียดเป็นอย่างไร ถึงแม้นักจิตวิทยาจะไม่ให้คำจำกัดความว่า “อารมณ์คืออะไร” แต่ก็ได้พยายามหาเกณฑ์ที่แสดงประสบการณ์ของคนประกอบไปด้วยอารมณ์ ดังต่อไปนี้

๑. ความเข้มข้นของความรู้สึก: อารมณ์มีความเข้มความบางต่างกัน เช่นความรื่นรมย์อาจมีขอบเขตกว้าง ตั้งแต่ความพึงพอใจเล็ก ๆ น้อย ๆ ไปถึงความยินดีปรีดาอย่างลึกลับใจ ความกลัวอาจจะมีขอบเขตตั้งแต่ประหวั่นพรั่นใจเล็กน้อยไปจนถึงกลัวจนจับใจหรือกลัวจนตัวสั่น

๒. ระดับของการแสดงออก : อารมณ์แต่ละอย่างทำให้ทำกิจกรรมได้ต่าง ๆ กัน เช่น ความโกรธอาจจะทำให้เราอยากเข้าไปทำลายต้นตอแห่งความโกรธนั้น ความกลัวอาจทำให้เราอยากถอยหนี แต่ระดับความเข้มข้นของกิจกรรมนี้ไม่ขึ้นตรงต่อระดับความเข้มข้นของอารมณ์เสมอไป ถึงแม้ความโกรธอย่างมากอาจทำให้คนแสดงพฤติกรรมหลายอย่างได้ แต่คนที่มีความเศร้าโศกเสียใจอย่างรุนแรงอาจจะแสดงอะไรออกมาไม่ได้เลย

๓. ท่วงทำนอง: อารมณ์มีลักษณะของท่วงทำนอง เช่น ท่วงทำนองยินดี ท่วงทำนองไม่ยินดี เช่น ความสนุกสนาน ความภาคภูมิใจก็แสดงอารมณ์ในทางบวก แต่ความรู้สึกผิด ความเศร้าโศกก็แสดงท่วงทำนองไม่ยินดี

^{๑๒๒} สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <https://www.sites.google.com/site/citwithya-phunthan/phathnakar-khx-ngbukhkh/xarmn-emotion> [๑๕ กันยายน ๒๕๕๗].

๔. ความซับซ้อน: มีหลายครั้งที่อารมณ์ของเราปะปนไปกับความคิด เราอาจจะไม่แน่ใจว่า เรากำลังสุขหรือทุกข์กันแน่ คนที่ไปปรับญาติกลับจากสงคราม อาจจะมีความสุขที่ได้เห็นญาติกลับบ้าน แต่ก็อาจเศร้าเสียใจที่ต้องเห็นญาติพิการจากสงคราม ความรู้สึกสุขหรือทุกข์ระคนกันและอาจจะวิตกกังวลต่อภาพที่จะได้เห็น

ส่วนการศึกษาในความหมายของอารมณ์ตามแนวทางพุทธจิตวิทยานั้น อารมณ์ คือ ธรรมชาติอันเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก “สภาวะที่สามารถยังให้จิตและเจตสิกธรรมข้อได้นั้น ชื่อว่า อารมณ์” ซึ่งมีองค์ประกอบด้วยอารมณ์ มี ๖ ประเภท คือ จิตจะต้องมีอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวอย่างแน่นอน จิตที่ไม่มีอารมณ์เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวนั้นไม่มีเลย อารมณ์ในสังคหะนี้มี ๖ ประเภท อันเป็นการจำแนกตามความสามารถแห่ง ทวารที่จะพึงรับอารมณ์นั้น ๆ ได้ คือ

๑. รูปารมณ์ แปลว่า รูปเป็นอารมณ์ ได้แก่ วัณณะ (สี) เป็นเครื่องยึดเหนี่ยว ของจิต และเจตสิก ทางตา

๒. สัททารมณ์ แปลว่า เสียงเป็นอารมณ์ ได้แก่ สัททหะ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยว ของจิต และเจตสิก ทางหู

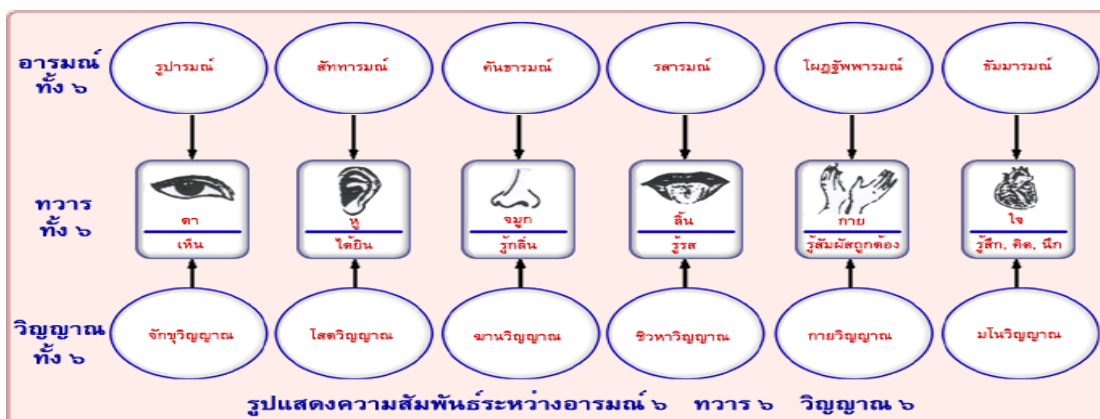
๓. คันธารมณ์ แปลว่า กลิ่นเป็นอารมณ์ ได้แก่ คันธะ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยว ของจิต และเจตสิก ทางจมูก

๔. รสอารมณ์ แปลว่า รสเป็นอารมณ์ ได้แก่ รสชะ คือ อมพิล รสเปรี้ยว, มจฺฐ รสหวาน, โลณิก รสเค็ม, กฏุก รสเผ็ด, ติตฺตรสขม และ กสาว รสฝาด รวมทั้งหมด ๖ รสเหล่านี้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิกทางลิ้น

๕. โภฏฐัพพารมณ์ แปลว่า การสัมผัสถูกต้องกาย เป็นอารมณ์ ได้แก่ ปฐวี ความแข็ง ความอ่อน, เตโช ความร้อน ความเย็น, วาโย ความหย่อน ความเคร่ง ตึง เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิต และเจตสิก ทางกาย ทั้ง ๕ อารมณ์นี้ รวมเรียกว่า ปัญจารมณ์

๖. อัมมารมณ์ แปลว่า สภาพธรรมที่สาธารณแก่ใจเป็นอารมณ์ ได้แก่ สภาว ธรรม ๖ ประการ คือ ปสาทรูป ๕, สุขุมรูป ๑๖, จิต ๘๙, เจตสิก ๕๒, นิพพาน และ บัญญัติ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก ทางใจ(ทางมโน) รวมอารมณ์ทั้ง ๖ นี้เรียกว่า ฉอารมณ์^{๑๑๓}

^{๑๑๓} สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <http://www.dhammadownload.com/2012/07/27/16294> [๑๐



ภาพที่ ๒.๙ แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอารมณฺ์ ๖ ทวาร ๖ วิญญาน ๖

ที่มา: สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <http://www.dhammadownload.com/2012/07/27/16294> [๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๑]^{๑๑๔}

๒.๔.๒ ความสำคัญของอารมณฺ์

การศึกษาเกี่ยวกับอารมณฺ์ (Emotion) เป็นสภาวะทางจิตใจที่เกิดความปั่นป่วน ตื่นเต้น หรือเปลี่ยนแปลงเมื่อมีสิ่งเร้ามากระตุ้น ซึ่งจะเกิดขึ้นอย่างฉับพลันทันที โดยเราจะไม่สามารถสังเกตเห็นได้โดยตรง แต่จะสังเกตเห็นได้ทางอ้อม จากการเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมต่างๆ ที่มีได้แสดงออกมาเป็นคำพูด (Non-Verbal Behavior) มีการแสดงออกทางสีหน้า กิริยาท่าทาง จะเห็นว่าอารมณฺ์เป็นสิ่งที่สำคัญที่มีผลทำให้บุคคลเกิด พฤติกรรมต่าง ๆ Hurlock^{๑๑๕} กล่าวถึงอารมณฺ์ ว่ามีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในชีวิตทำหน้าที่เป็นแรงจูงใจให้เกิดพฤติกรรมและช่วยส่งเสริมให้พฤติกรรมนั้นมีชีวิตชีวาอารมณฺ์มีอิทธิพลต่อการรับรู้เกี่ยวกับมนุษย์และสิ่งแวดล้อมและเป็นตัวกำหนดรูปแบบ พฤติกรรมในการปรับตัวว่าจะดำเนินชีวิตอย่างไร รูปแบบต่างๆ ของพฤติกรรมนี้ จะกลายเป็นนิสัย อารมณฺ์จึงเป็นพลังสำคัญในการดำเนินชีวิตของเด็กต่อไปเมื่อเป็นผู้ใหญ่ ส่วน อ่ำไพ สุจริตกุลและคณะ^{๑๑๖} ได้กล่าวถึงอารมณฺ์ว่าเป็นพื้นฐานที่สำคัญสำหรับบุคคลในการดำเนินชีวิตประจำวันและการทำงานร่วมกับผู้อื่นเพราะบุคคลที่มีบุคลิกภาพและอารมณฺ์ที่ดีจะสามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นและสามารถเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ สรุปได้ว่า อารมณฺ์มีความสำคัญเป็นอย่างมากในการดำรงชีวิตของบุคคลเพราะจะเป็นตัวกระตุ้นหรือเป็นแรงจูงใจให้บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ รวมทั้งเป็นพื้นฐานในการปรับตัวให้เข้ากับสังคมและผู้อื่น เพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ

^{๑๑๔} สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <http://www.dhammadownload.com/2012/07/27/16294> [๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๑]

^{๑๑๕} Hurlock, E. B. Child development (2nd ed.). (New york: Mc Graw – Hill, 1974), p. 17.

^{๑๑๖} อ่ำไพ สุจริตกุล และคณะ, การพัฒนาหลักการและวิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็ก ตามวิถีชีวิตไทย, (กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๑).

นอกจากนั้น มีนักสรีรจิตวิทยาและนักจิตวิทยา ได้พยายามสังเกตศึกษาลักษณะของ อารมณ์แล้วพบว่า อารมณ์เป็นสภาวะที่ไม่คงที่ ซึ่งมีลักษณะสำคัญ ๔ ประการ คือ ๑. อารมณ์ไม่ใช่ พฤติกรรมภายนอกหรือความคิดเฉพาะอย่าง แต่อารมณ์เป็นประสบการณ์ความรู้สึกส่วนบุคคล โดย แต่ละคนจะมีประสบการณ์ทางอารมณ์แตกต่างกันไปตามนิสัย ค่านิยม ความเชื่อหรือสิ่งอื่น ๆ ๒. อารมณ์เป็นความรู้สึกที่รุนแรงและมีการแสดงออกที่แตกต่างออกไปจากการกระทำแบบปกติ ๓. อารมณ์มีความซับซ้อนกว่าความรู้สึกอื่น ๆ โดยบุคคลจะมีการประเมินหรือแปลความหมายของ สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องแล้วจึงจะเกิดอารมณ์นั้น ๆ ๔. อารมณ์จะเกิดร่วมกับการเปลี่ยนแปลงทาง สรีระของร่างกาย จากลักษณะที่สำคัญ ๔ ประการนี้ จึงให้คำนิยาม อารมณ์ ไว้ว่า สภาวะอารมณ์ถือ เป็นประสบการณ์ที่บุคคลรู้สึกได้ทันทีที่เกิดขึ้นกับตน ทำให้เกิดการประเมินสถานการณ์ พร้อมกันนั้น ก็มีการแสดงออกทางปฏิกิริยาตอบสนองทางสรีระ ปฏิกิริยาตอบสนองนี้อาจเป็นปฏิกิริยาสะท้อนตาม ธรรมชาติ หรือเป็นกิริยาอาการที่เกิดจากการเรียนรู้ก็ได้

กล่าวโดยสรุปอารมณ์มีความสำคัญต่อชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ โดยเฉพาะเกี่ยวกับการปรับตัว ทำให้การดำเนินชีวิตมีความหมายแตกต่างไปจากเครื่องจักร เราใช้อารมณ์เป็นเครื่องบ่งชี้ ความรู้สึกนึกคิด ช่วยให้เราเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเองและผู้อื่น เป็นแรงผลักดันหรือแรงจูงใจทำให้เกิดความ กระตือรือร้นมีชีวิตชีวา ทำให้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ให้การช่วยเหลือผู้อื่น เป็นสัญญาณเตือนภัยให้รู้จักการ ต่อสู้ การเอาตัวรอด และการแสดงออกทางอารมณ์ยังสามารถบ่งบอกถึงสุขภาพจิตของบุคคลได้อีกด้วย

๒.๔.๓ หน้าที่ของอารมณ์

จากการสังเคราะห์เกี่ยวกับหน้าที่ของอารมณ์ จึงมีคำถามว่าเหตุใดเราจึงมีอารมณ์ อารมณ์จะกระตุ้นเราจะช่วยให้เรารวบรวมประสบการณ์นำไปสู่การกระทำและการสื่อสารถึงการ กระทำ (Fridja, 1989) ดังนี้ อังไฉ (พีรพล เทพประสิทธิ์)^{๑๑๗}

๒.๔.๓.๑ หน้าที่เป็นตัวเร้าให้เกิดพฤติกรรม (arousal) เหมือนเป็นการให้สัญญาณ ว่าจะมีบางอย่างที่สำคัญเกิดขึ้น ตัวอย่างเช่น สัตว์ที่ตกใจกลัวหรือตื่นเต้นที่มีคนเข้ามาใกล้ มันก็จะ เตรียมตัวโต้ตอบเพื่อเป็นการป้องกันตัวมันเอง ทำให้มีชีวิตรอด ส่วนมนุษย์ที่มีความรักก็จะผลิตลูก มากกว่าคนที่ไม่มีความรัก ฉะนั้น อารมณ์จะทำให้มีการกระทำที่รุนแรงขึ้น เช่น อารมณ์โกรธจะทำให้ ร่างกายมีความพร้อมที่จะกระทำทันทีทันใดได้

๒.๔.๓.๒ หน้าที่เป็นตัวรวบรวมอารมณ์ จะทำให้การรับรู้ของเรามีสีสันกับตัวเรา เองและคนอื่นและยังทำให้รวบรวมการคิดเป็นระบบที่รู้สึกได้ (Bower)^{๑๑๘} ตัวอย่างเช่น ถ้าเรากำลัง

^{๑๑๗} พีรพล เทพประสิทธิ์, จิตวิทยาทั่วไป, (กรุงเทพมหานคร: ทริบเพิ้ล กรุ๊ป, ๒๕๔๙), หน้า ๑๘๗-๑๘๘.

^{๑๑๘} Bower, H. & Hilgard, E. R. "Theories of learning", (5th ed.). Englewood Cliffs, (New Jersey: Prentice – Hall, 1981).

อยู่ในอารมณ์ดีทุกสิ่งทุกอย่างก็จะเป็นไปในด้านบวก ฉะนั้น ความรู้สึกที่เรารู้สึกตัว จะเป็นตัวที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ ถ้าเราโกรธเราก็จะพบคนอื่นโกรธ แม้ว่าคนนั้นจะไม่โกรธก็ตาม

๒.๔.๓.๓ หน้าที่เป็นตัวนำและเป็นตัวสนับสนุนให้มีการกระทำต่อไป เราจะพบว่า สัตว์ที่โกรธจะต่อสู้คนที่กลัวจะหนี คนที่รำเริงสนุกสนานก็ยินดีและกระตือรือร้นในการทำงาน ฉะนั้น อารมณ์จึงเป็นตัวนำให้เกิดพฤติกรรม ตัวอย่างคนที่ชอบรับประทานอาหารที่มีรสหวาน จะส่งเสริมในคนนั้นค้นหาและรับประทานอาหารหวาน แม้ว่าจะมีอันตราย อารมณ์ยังเป็นตัวสนับสนุนและทำให้มีพฤติกรรมต่อไปอีก ตัวอย่างเช่น ถ้าเรากลัว เราก็จะวิ่งนานขึ้นและเร็วขึ้นมากกว่าตอนที่เราเบื่อ ฉะนั้นปฏิภานี้จะมีประโยชน์สำหรับหลีกเลี่ยงอันตรายได้

๒.๔.๓.๔ หน้าที่เป็นการสื่อสาร สัตว์ส่วนมากจะเกี่ยวข้องกับสัญญาณต่าง ๆ เช่น กลิ่น ท่าทาง การแสดงออกทางหน้าตา สิ่งต่าง ๆ นี้จะเป็นการสื่อข้อความหรือพฤติกรรมกับสัตว์อื่น สัญญาณและท่าทางนี้จะเป็สัญญาณสื่อสารสังคมด้วย ตัวอย่างเช่น สุนัขพูดไม่ได้ว่า “แกไปให้พ้น” มันจะทำเสียงขู่ เราก็ได้ข้อความที่สื่อว่าไม่ชอบ สัญญาณของอารมณ์ก็เหมือนกับการแสดงของสีหน้า เสียงลักษณะของรูปร่างซึ่งมีความหมายในระดับหนึ่งได้ ตัวอย่างเช่น คนหนึ่งอาจจะพูดออกมาว่าเขาสนใจในเรื่องที่อีกคนหนึ่งพูด แต่คนฟังไม่มองคนพูด แต่หาว่าสื่อให้เห็นว่าคนฟังเบื่อที่จะฟังเป็นต้น

๒.๔.๔ องค์ประกอบของอารมณ์

อารมณ์จะประกอบไปด้วยองค์ประกอบ ๓ ประการ คือ

๒.๔.๔.๑ องค์ประกอบด้านสรีระ (Physiological dimension) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทางร่างกายที่จะต้องเกิดขึ้น ควบคู่กับ ปฏิภานทางอารมณ์ เช่น หัวใจเต้นเร็ว เหงื่อออกตามร่างกาย หรือ ไบหน้ำร้อนผ่าว เป็นต้น อารมณ์ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระได้มากที่สุดคือ อารมณ์กลัว และ อารมณ์โกรธ อารมณ์กลัวจะก่อให้เกิดการหลั่งของฮอว์โมน แอดรีนาลีนจากต่อมแอดรีนัล (Adrenal gland) ส่วนอารมณ์โกรธ จะก่อให้เกิดการหลั่งของฮอว์โมน นอร์แอดรีนาลีน (Noradrenalin)

๒.๔.๔.๒. องค์ประกอบทางด้านการนึกคิด (Cognitive dimension) หมายถึง การมีปฏิภานด้านจิตใจที่เกิดขึ้น ต่อสถานการณ์ที่กำลังเป็นอยู่และเกิดเป็นอารมณ์ขึ้นมา เช่น ชอบ ไม่ชอบ หรือ ถูกใจ ไม่ถูกใจ เป็นต้น

๒.๔.๔.๓. องค์ประกอบทางด้านการมีประสบการณ์ในการเรียนรู้ของบุคคล (Experiential dimension) หมายถึง การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายใน จิตใจของแต่ละบุคคล

นอกจากนั้นยังมีการแบ่งการตอบสนองอารมณ์ของบุคคล ซึ่งจะมีความแตกต่างกันไปตามการตอบสนองทางอารมณ์ ประกอบด้วยปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้

๑. ปฏิภานทางอารมณ์ เช่น การวิ่งหนีจากสิ่งที่เรากลัว

๒. การตอบสนองทางระบบประสาทอิสระเช่นหัวใจเต้นแรงขึ้นและเหงื่อออกบริเวณฝ่ามือเมื่อตกใจกลัว

๓. พฤติกรรมที่แสดงออกมา เช่น การยิ้ม หน้ามึนคิ้วขมวด

๔. ความรู้สึก เช่น ความโกรธ ความปิติ ความเศร้าโศกการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาที่เกิดขึ้นระหว่างที่อารมณ์รุนแรงเป็นผลจากการกระตุ้นของระบบประสาทเสรี เพื่อเป็นการเตรียมพร้อมสำหรับภาวะฉุกเฉิน

การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาที่เกิดขึ้นระหว่างที่อารมณ์รุนแรงเป็นผลจากการกระตุ้นของระบบประสาทเสรี เพื่อเป็นการเตรียมพร้อม สำหรับภาวะฉุกเฉิน ปัจจุบันเชื่อว่าระบบประสาทส่วนกลางของการตอบสนองทางอารมณ์ ถูกควบคุมโดยระบบประสาทภายในสมอง เมื่อความผิดปกติในสมอง เช่น สารสื่อประสาท ฮอร์โมนและวงจรระบบประสาท จึงทำให้คนเราเสี่ยงที่จะเป็นโรคซึมเศร้า ผู้ที่มีญาติเป็นโรคทางอารมณ์จะมีโอกาสเป็นโรคซึมเศร้ามากกว่า แต่ทั้งนี้ผู้ที่ไม่มีญาติเป็นโรคทางอารมณ์ก็อาจเป็นโรคนี้อีกได้ สภาพจิตใจของแต่ละคนอันเนื่องมาจากการเลี้ยงดู สภาพแวดล้อม และเหตุการณ์เลวร้ายในชีวิต ซึ่งส่งผลต่อกระบวนการคิดและมุมมองต่อตนเอง เช่น มองโลกในแง่ร้าย สิ้นหวังหรือขาดความภูมิใจในตนเอง^{๑๑๙} แต่ในปัจจุบันการรักษาหลักของอารมณ์หรือเกี่ยวกับอาการของโรคซึมเศร้าคือ การพูดคุยให้คำปรึกษา การทำจิตบำบัดและการใช้ยากดดันเศร้า ผู้ป่วยที่มีอาการรุนแรงอาจจำเป็นต้องได้รับการรักษาในโรงพยาบาล ผู้ป่วยส่วนใหญ่สามารถดีขึ้นได้จนสามารถทำงานและดำรงชีวิตได้อย่างปกติหากได้รับการรักษาที่เหมาะสม ในการศึกษาครั้งนี้จึงได้มีศึกษาป้องกันและรับรู้การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ที่ส่งผลต่อด้านสรีรจิตวิทยา ดังนี้

๑. การเปลี่ยนแปลงของอารมณ์

เมื่อมีเหตุการณ์ สถานการณ์ หรือสิ่งเร้าที่กระตุ้นด้านอารมณ์ การเกิดอารมณ์จะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นทั้งทางร่างกาย และจิตใจ โดยมีองค์ประกอบหลัก ๓ ประการ ดังนี้

๑.๑ ด้านการรับรู้ เป็นการทำงานร่วมกันด้านร่างกายของระบบประสาทรับความรู้สึกจากสิ่งแวดล้อม ส่งผ่านขึ้นไปยังสมองเพื่อแปลความหมายและรับรู้ว่ามีสิ่งกระตุ้นคืออะไร อาจจะเรียกว่าเป็นส่วนของความคิดที่เกิดขึ้นต่อสิ่งเร้านั้น ความคิดจะน้อมนำไปสู่การเกิดอารมณ์ตามมาถ้าความคิดไปในทางบวก อารมณ์ที่ตามมาก็เป็นอารมณ์ทางบวกถ้าความคิดเป็นลบอารมณ์ก็เป็นลบเช่นกัน

๑.๒ ด้านอารมณ์จากการรับรู้สิ่งเร้าอารมณ์ จะมีการเปรียบเทียบกับประสบการณ์เดิม ทำให้เกิดความรู้สึกที่เป็นอารมณ์แสดงออกทั้งทางด้านจิตใจและด้านร่างกายด้านร่างกายจะ

^{๑๑๙} สืบค้น [online], แหล่งที่มา: <https://www.bangkokhospital.com/index.php/th/diseases-treatment/depression-1>

กระทบระบบประสาทอัตโนมัติ ส่งผลต่ออวัยวะที่มีระบบประสาทอัตโนมัติ เช่นหัวใจเต้นเร็ว หน้าแดง เหงื่อซึม เป็นต้น อารมณ์ที่เกิดขึ้นสามารถปรุงแต่งให้การรับรู้สิ่งเร้าหรือความคิดต่อสิ่งนั้นยังเป็นบวกหรือลบมากขึ้น เช่น เราไม่ชอบสิ่งที่เพื่อนทำกับเรา เกิดอารมณ์ไม่พอใจอารมณ์อาจทำให้เราคิดถึง ความไม่พอใจที่เคยมีต่อเพื่อนคนนี้นี้อีกก่อน ยังมีอารมณ์ยิ่งคิด ยิ่งคิดมีอารมณ์ เป็นวัฏจักร

๑.๓ แรงผลักดัน จาการประสบการณ์ด้านอารมณ์ จะมีผลต่อแรงผลักดัน ภายในจิตใจ ทำให้อารมณ์ที่เกิดขึ้นต่อสิ่งที่มีอารมณ์มีทั้งระดับอารมณ์ที่เหมาะสมสอดคล้องกับ ตัวกระตุ้น และระดับอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม อันเป็นผลมาจากประสบการณ์การเรียนรู้และแรงผลักดัน ภายในจิตใจ ส่งผลต่อลักษณะอารมณ์และแบบแผนของพฤติกรรมที่ตอบสนอง ตัวอย่าง เช่น บางคน มีแรงผลักดันที่จะโทษว่าตนเองไม่ดี เมื่อทำอะไรผิดพลาดก็จะเกิดอารมณ์เศร้ารู้สึกผิดหวังตนเอง ผลักดันให้เป็นคนไม่กล้าทำอะไร เพราะกลัวว่าจะผิด

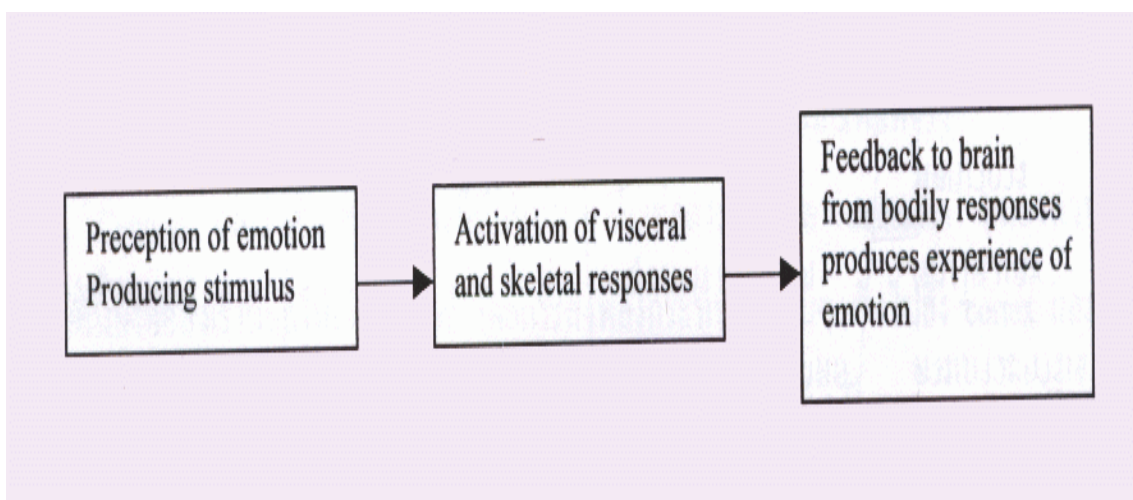
จากองค์ประกอบของอารมณ์ทั้งหมดดังได้กล่าวแล้วนั้น เมื่อมีสิ่งเร้าที่กระตุ้นอารมณ์และ เกิดเป็นอารมณ์ขึ้น จะมีการแสดงออกของอารมณ์ทางน้ำเสียง แววตา สีหน้า ท่าทาง และกำหนดทิศทางการ แสดงออกของท่าทาง เช่น อารมณ์โกรธอาจจะแสดงท่าทางจ้องหน้า พูดเสียงดัง ทุกโต๊ะข้างป่าข้าว ของอารมณ์เศร้าแสดงท่าทางคอดก ฟุบหน้า ร้องไห้ พูดเสียงเบา อารมณ์ดี แสดงท่าทางกระโดดโลดเต้น ยกมือไชโย เป็นต้น สิ่งที่สำคัญคือ การเรียนรู้ความเข้าใจลักษณะทางอารมณ์ของตนเอง สังเกตและติดตาม การเกิดอารมณ์ รวมทั้งการแสดงออก ที่ตอบสนองต่อ อารมณ์ที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะ การเกิดอารมณ์ทางลบที่อาจทำให้เกิดการแสดงออกที่ไม่เหมาะสมและส่งผลทางลบตามมาได้ การ เรียนรู้จักอารมณ์ของตนเอง จะเป็นพื้นฐานในการปรับเปลี่ยนอารมณ์ให้มีการแสดงออกที่เหมาะสม ต่อไป ดังนั้นในปัจจุบันเชื่อว่า ระบบประสาทส่วนกลางของการตอบสนองทางอารมณ์ (emotional responses) ถูกควบคุมโดย cerebral cortex และ limbic system ซึ่งประกอบด้วย thalamus, hypothalamus, amygdala และ hippocampus อารมณ์ยังขึ้นอยู่กับสารส่งต่อพลังประสาท (neurotransmitters) ในสมองปัจจุบันนี้เป็นที่ยอมรับกันว่า “อาการซึมเศร้า” (depression) เกี่ยวข้องกับ ระดับของ norepinephrine (NE) ที่ลดลง ยาที่ทำให้ระดับของ NE ลดลง จะทำให้เกิดอาการซึมเศร้า ส่วนยาต้านซึมเศร้า (antidepressants) ทำให้ระดับของ NE สูงขึ้น

๒.๔.๕ ทฤษฎีของอารมณ์

ทฤษฎีอารมณ์ (Emotion Theory) กล่าวว่า อารมณ์ หมายถึง สภาวะความหวั่นไหวของ ร่างกายเป็นความรู้สึกที่รุนแรงทำให้จิตใจปั่นป่วนและแสดงพฤติกรรมออกมาไม่เป็นปกติพฤติกรรมที่ แสดงออกมักรุนแรงกว่าธรรมดาและมักควบคุมไปกับความเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ นักจิตวิทยาพยายาม ตั้งทฤษฎีต่าง ๆ ขึ้นมาเพื่ออธิบายเรื่องของอารมณ์ว่าคืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร โดยมี ทฤษฎีดังนี้

๒.๔.๕.๑ ทฤษฎีอารมณ์ของเจมส์-เลนจ์ (James-Lange Theory) มีแนวคิดตรงข้ามกับแนวคิดสมัยก่อนที่ว่า สามัญสำนึกเป็นตัวบอกกว่าเมื่อเราร้องไห้เพราะเราเศร้าโศกวิงหนีเพราะ

ความกลัวแต่อารมณ์เกิดขึ้นโดยลักษณะดังนี้คือแรงกระตุ้นประสาทรับรู้ต่าง ที่ออกมาจากจุดสัมผัส และจากส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไปยังสมอง ข่าวสารจากประสาทรับรู้นี้เกิดจากร่างกายที่เตรียมพร้อม ดังนั้นอารมณ์เกิดขึ้นเพราะเหตุดังกล่าว เราไม่ได้ร้องไห้เพราะความเศร้าโศกแต่เรารู้สึกโศกเศร้า เพราะเรากำลังร้องไห้แนวคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพทำให้เราเกิดอารมณ์เป็นผล เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงLange ได้สนับสนุนแนวคิดนี้จนเป็นที่ยอมรับซึ่งมีใจความสำคัญตรงกัน โดยเน้นว่าอารมณ์ของคนเราเกิดขึ้นเนื่องจากมีสิ่งเร้าอารมณ์หลังจากนั้นร่างกายจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทำให้เกิดพลังประสาทรายงานการเปลี่ยนแปลงไปยังสมองทำให้เกิดอารมณ์



ภาพที่ ๒.๑๐ ทฤษฎีอารมณ์ของเจมส์-เลนจ์

ที่มา: สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.chamlongclinic-psych.com/document/emotion/http://www.dhammadownload.com/2012/07/27/16294> [๑ มิถุนายน ๒๕๖๑].^{๑๒๐}

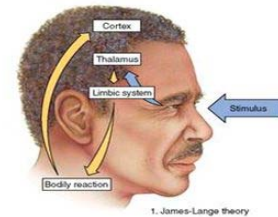
William James นักจิตวิทยาที่มีชื่อเสียงเชื่อว่าปัจจัยที่สำคัญในอารมณ์ที่เรารู้สึก คือ ผลสะท้อน (feedback) จากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เกิดขึ้นเมื่อมีการตอบสนองต่อสถานการณ์ที่ทำให้ตกใจหรือไม่สบายใจ เข้าทำนอง “เรากลัวเพราะเราวิ่งหนี” “เราโกรธเพราะเราทุบตีเขา” นักสตรีวิทยาชาวเดนมาร์ก ชื่อ Carl – Lange มีแนวความคิดแบบเดียวกันและในเวลาใกล้เคียงกัน ทฤษฎีนี้จึงมีชื่อว่า James – Lange theory

^{๑๒๐} สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.dhammadownload.com/2012/07/27/16294> [๑ มิถุนายน ๒๕๕๗]

ทฤษฎีทางอารมณ์ของ เจมส์-แลงก์ (James – Lange)

“อารมณ์เป็นผลต่อเนื่อง
ของการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย
แต่ อารมณ์ไม่ได้เป็นสาเหตุของการ
เปลี่ยนแปลง”

**(Emotion is a
consequence, not the cause
of the bodily expression)**



HG 020

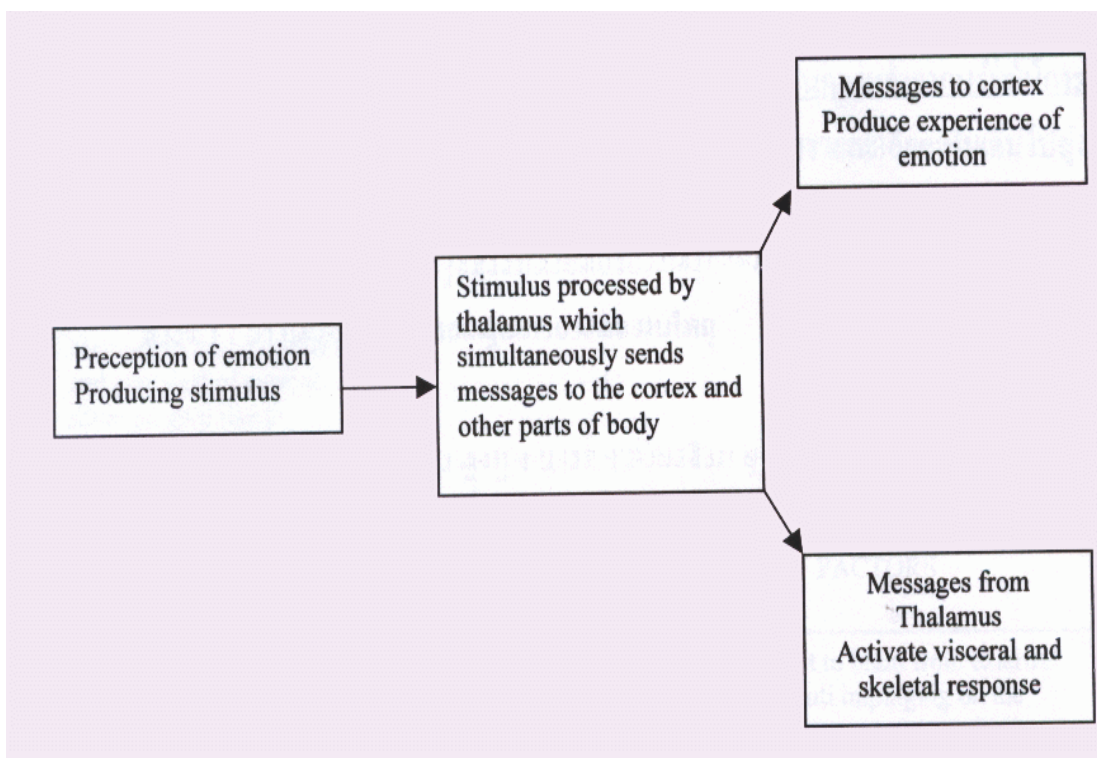
จิตวิทยาร่วมสมัย
Contemporary Psychology

ภาพที่ ๒.๑๑ ทฤษฎีอารมณ์ของ James-Lang

ที่มา: Bernstein, 1988, p. 451^{๑๒๑}

๒.๔.๕.๒ ทฤษฎีรับรู้ของอารมณ์ของแคนนอน-บาร์ด (Cannon-Bard Theory) เรียกอีกอย่างว่าThalamic Theory เกิดจากแนวคิดของนักจิตวิทยาที่ชื่อ Cannon และ Bard ทฤษฎีนี้เชื่อว่าสมองส่วนหนึ่งเรียกว่า Hypothalamus เป็นตัวควบคุมอารมณ์ของมนุษย์และสัตว์โดยมีการนำเอาสัญญาณทดลองโดยศึกษาสุนัขที่ฝึกจากสิ่งเร้าให้มีความรู้สึก โกรธ กลัว ดีใจ จนเคยชิน ต่อจากนั้นผ่าสมองสุนัขเอาส่วน Hypothalamus ออกแล้วสังเกตว่าสุนัขยังแสดงอารมณ์หรือไม่เมื่อถูกกระตุ้นด้วยสิ่งเร้าเดิม ผลคือสุนัขไม่แสดงอารมณ์ จากการศึกษพบว่า ความสำคัญของHypothalamus นั้นมีความสัมพันธ์กับระบบประสาทอัตโนมัติและต่อมพิทิวทวารี่ซึ่งมีบทบาทต่อความรู้สึกถ้าเอาสมองทั้งหมดในส่วนของ Cerebral Cortex ของสุนัขออกไป ก็ไม่แสดงอาการดุร้ายอะไร แต่ถ้าไปกระทบฮอร์โมน Hypothalamus ส่งกระบวนข่าวสารไปยัง Cerebral Cortex ทำให้เกิดความรู้สึกทางอารมณ์ ทฤษฎีของ Cannon-Bard ไม่ได้ให้ความสำคัญเกี่ยวกับผลกระทบของความรู้สึกทางกายภาพซึ่งเป็นพื้นฐานของทฤษฎี Lange

^{๑๒๑}Bernstein, D. A. and others. *Psychology*. (Boston : Houghton Mifflin Company, 1988), p. 451.



ภาพที่ ๒.๑๒ ทฤษฎีการรับรู้ของอารมณ์ของแคนนอน-บาร์

ที่มา: สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.chamlongclinic-psych.com/document/emotion/>^{๑๒๒}

นักสรีรวิทยาชื่อ Walter Cannon มีความเห็นขัดแย้งหลายอย่างกับทฤษฎีแรก ท่านได้ชี้ให้เห็นว่า

๑. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายดูเหมือนว่าไม่แตกต่างกันมากนัก จากการที่สภาพอารมณ์อย่างหนึ่งเปลี่ยนไปเป็นอีกอย่างหนึ่ง แม้จะมีความจริงที่เราในฐานะบุคคลหนึ่ง มักรู้อย่างแจ่มแจ้งว่าเรากำลังประสบกับอารมณ์ชนิดไหน

๒. อวัยวะภายในเป็นโครงสร้างที่ไม่ค่อยมีความไวเร็วมากนัก และมีเส้นประสาทมาเลี้ยงไม่ค่อยดี และการเปลี่ยนแปลงภายในเกิดช้ามากจนไม่น่าจะเป็นต้นเหตุของความรู้สึกทางอารมณ์

๓. การชักนำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเทียม (เช่น การฉีด adrenalin) ซึ่งเกี่ยวข้องกับอารมณ์ มิได้ทำให้เกิดประสบการณ์ของอารมณ์ที่แท้จริง

^{๑๒๒} สืบค้น, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.chamlongclinic-psych.com/document/emotion/> [๑๔ กันยายน ๒๕๕๗].

Cannon เชื่อว่าส่วนของสมองที่มีบทบาทสำคัญต่ออารมณ์ คือ thalamus สมองส่วนนี้จะตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดอารมณ์ โดยการส่งพลังกระทบ พร้อม ๆ กันไปยัง cortex และส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย ความรู้สึกทางอารมณ์เป็นผลของการยั่วยุพร้อม ๆ กันของ cortex และระบบประสาทเสรีตามทฤษฎีนี้การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และประสบการณ์ของอารมณ์เกิดขึ้นในเวลาเดียวกัน บางคนเรียกทฤษฎีนี้ว่า thalamus theory

สรุปว่าเป็นทฤษฎีแคนนอน - บาร์ด ที่กล่าวว่า สมองมีศูนย์กลางเฉพาะที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับกระบวนการทางอารมณ์ ศูนย์กลางดังกล่าวอยู่ในบริเวณทาลามิค - ไฮโปทาลามิค (Thalamic - Hypothalamic Region) (Morris, 1979, p. 394) ซึ่งเป็นผลให้การตอบสนองทางกายและอารมณ์ที่เกิดขึ้นเป็นไปในเวลาเดียวกัน กล่าวคือ หลังจากรับรู้สิ่งเร้าแล้วกระแสจะผ่านไปยังทาลามัส แล้วส่วนหนึ่งจะแยกสู่กล้ามเนื้อและระบบอวัยวะภายใน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการทำงานของระบบต่าง ๆ นั้นไปพร้อม ๆ กัน

ทฤษฎี Cannon-Bard

ขณะที่บุคคลกำลังเผชิญหน้าอยู่กับสิ่งเร้าที่กระตุ้นอารมณ์อยู่นั้น แรงกระตุ้นจากประสาทจะส่งผ่านไปยังส่วนของสมองที่ชื่อ **ทาลามัส** ซึ่งจะจัดการแยกแรงกระตุ้นออกเป็น 2 ส่วน โดยแรงกระตุ้นส่วนหนึ่งจะวิ่งผ่านไปสู่ส่วนที่เรียกว่าเปลือกสมอง และแรงกระตุ้นส่วนที่สองจะวิ่งผ่านไปยังสมองส่วนไฮโปทาลามัสซึ่งเป็นศูนย์การควบคุมการเปลี่ยนแปลงทางด้านต่าง ๆ ของร่างกาย และหลังจากนั้นอารมณ์ก็เกิดตามมา



2. Cannon-Bard theory

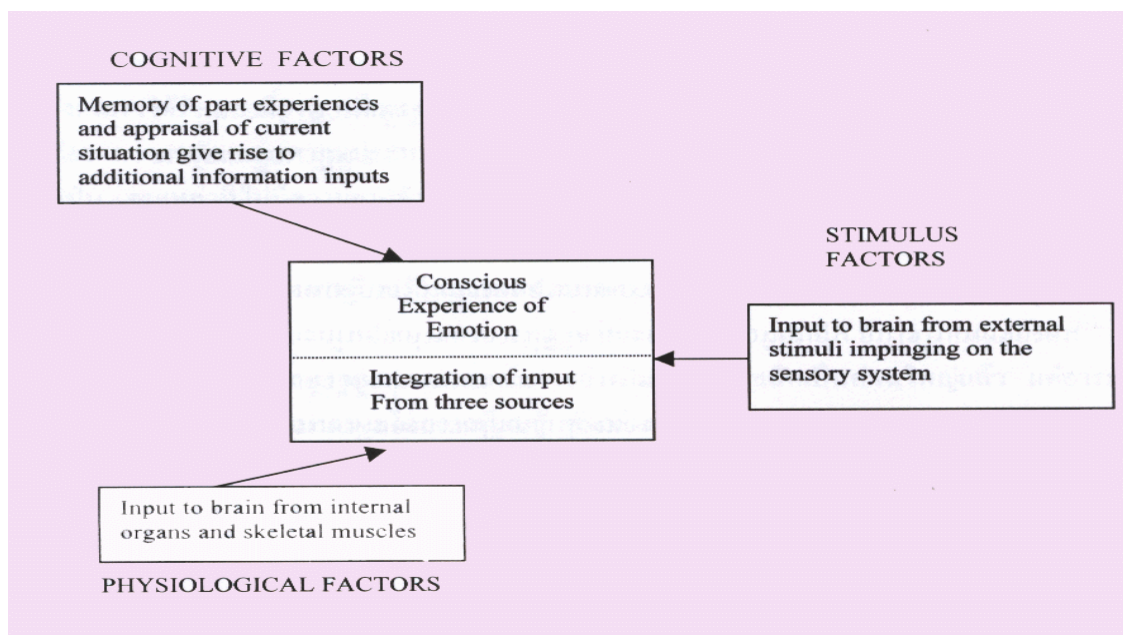
จิตวิทยาร่วมสมัย
Contemporary Psychology

ภาพที่ ๒.๑๓ ทฤษฎีอารมณ์ของ Cannon-Bard

ที่มา: Bernstein ^{๑๒๓}

^{๑๒๓} Bernstein. D. A. and others. *Psychology*, p.454, สืบค้น, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.google.co.th/search?newwindow=1&biw=1366&bih=626&> [๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐]

๓. ทฤษฎีรับรู้ของอารมณ์ (Cognitive Theory) นักทฤษฎีแซคเตอร์-ซิงเกอร์ กล่าวว่าอารมณ์คือการแปรความเปลี่ยนแปลงระดับความรู้สึกภายในที่บอกคุณภาพและลักษณะออกมาความรู้สึกภายในเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพที่เกิดจากปฏิกิริยาทางสมองโดยเฉพาะส่วนของ Hypothalamus และ Limbic System โดยทำหน้าที่ผ่านระบบประสาทอัตโนมัติ ความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์และสิ่งแวดล้อมทำให้เกิดความรู้สึกในจิตใจซึ่งความรู้สึกในจิตใจนี้ไม่ใช่ระดับความเปลี่ยนแปลงที่สมบูรณ์แต่ความรู้สึกส่วนมากเกิดจากอารมณ์กระตุ้นภายนอกเมื่อเป็นเช่นนี้จึงทำให้ประสาทรู้สึกเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในมากขึ้น นอกจากนั้นในการศึกษาระยะต่อมาพบว่า hypothalamus มีไฮโปทาลามัส เป็นศูนย์กลางที่สำคัญของการรวมหน่วย (integration) ของพลังกระทบที่เกิดจากอารมณ์ ประสบการณ์ของอารมณ์ในจิตสำนึกจะเกี่ยวข้องกับการรวมหน่วยของรายละเอียดจากแหล่งกำเนิดสามทางด้วยกัน ๑) ปัจจัยทางสรีรวิทยาเป็นพลังที่ไปสู่สมองจากอวัยวะภายในและกล้ามเนื้อลาย ๒) ปัจจัยทางสิ่งเร้าเป็นพลังที่ไปสู่สมองจากสิ่งเร้าภายนอก ซึ่งกระทบต่อระบบการรู้สึก และ ๓) ปัจจัยทางการรับรู้ เป็นความจำจากประสบการณ์ในอดีตและการประเมินสถานการณ์ในปัจจุบัน ทั้งสองสิ่งนี้จะก่อให้เกิดรายละเอียดเพิ่มเติมไปสู่สมอง



ภาพที่ ๒.๑๔ ทฤษฎีรับรู้ของอารมณ์ (Cognitive Theory)

ที่มา: สืบค้น, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.chamlongclinic-psych.com/document/emotion/>^{๑๒๔}

^{๑๒๔} สืบค้น, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.chamlongclinic-psych.com/document/emotion/>

ตามทฤษฎีนี้ความแตกต่างในเรื่องเวลาตามทฤษฎีของ James-Lange และ Cannon ไม่มีความหมายเท่าใดนัก ในบางโอกาสเมื่อมีอันตรายเกิดขึ้นทันทีทันใด กิจกรรมที่เกิดจากระบบประสาทเสรีอาจเกิดก่อน อาการแสดงอันแรกของประสบการณ์ทางอารมณ์ ในกรณีนี้ทฤษฎีของ James-Lange จะถูกต้องในโอกาสอื่นการรับรู้อารมณ์เกิดก่อนการเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทเสรีอย่างชัดเจน เช่น เมื่อมีคนมาตำเรา เราจะรู้สึกโกรธอย่างแรง ต่อมาจะมีอาการหน้าแดง ใจสั่น มือสั่น กล้ามเนื้อเกร็ง ในกรณีนี้ทฤษฎีของ Cannon จะถูกต้อง อย่างไรก็ตามสภาวะทางอารมณ์ที่เราทฤษฎีอารมณ์ของ Schachter^{๑๒๕} นอกจากนั้นจากการศึกษาของ แซคเตอร์และซิงเกอร์ (Schachter and Singer) ได้ทำการทดลอง เพื่อศึกษาเกี่ยวกับการเกิดอารมณ์ของบุคคลที่ใช้สิ่งกระตุ้นเหมือนกัน คือ การฉีดแอดรีนาลินแต่บุคคลแต่ละกลุ่มนี้ทราบความหมายของสิ่งกระตุ้นต่างกัน คือกลุ่มหนึ่งได้รับการบอกเล่าว่า สิ่งฉีดเข้าไปนั้นอาจจะทำให้เท้าชา แต่อีกกลุ่มหนึ่งได้รับการบอกเล่าข้อมูลเกี่ยวกับยาที่ฉีดเข้าไปตามความเป็นจริงผลการทดลองพบว่ากลุ่มที่ได้รับการบอกเล่าผิด ๆ ว่ายาทำให้เท้าชาแสดงอารมณ์มากกว่ากลุ่มที่ได้รับข้อมูลจริง ๆ ทั้ง ๆ ที่สิ่งที่กระตุ้นนั้นเหมือนกันทั้ง ๒ กลุ่ม

ดังนั้นจะเห็นได้ว่าอารมณ์เกิดขึ้นต่อการเร้าต่าง ๆ กันขึ้นอยู่กับกระบวนการคิดที่ให้ความหมายต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นร่างกาย ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละคน ดังนั้นแต่ละคนจึงมีอารมณ์ต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นชนิดเดียวกันต่างกัน

สรุปทฤษฎีการเกิดอารมณ์ทั้ง ๓ อย่างคือ

๑. ทฤษฎีเจมส์-ลาง ชั้นแรกบุคคลเกิดปฏิกิริยาทางร่างกายเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้า ต่อมาสมองส่วนส่วน Cortex ไตร่ตรองว่าควรจะเป็นอารมณ์อะไรจากการเคยมีประสบการณ์มาแล้ว

๒. ทฤษฎีแคนนอน-บาร์ค ชั้นแรกเมื่อบุคคลรับรู้สิ่งเร้า บุคคลนั้นจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและเกิดอารมณ์ในเวลาเดียวกันโดยมีสมองส่วนไฮโปทาลามัสและคอร์เทกซ์ทำงานประสานร่วมกัน

๓. ทฤษฎีแซคเตอร์-ซิงเกอร์ ชั้นแรกเมื่อบุคคลรับรู้สิ่งเร้าสมองส่วนคอร์เทกซ์จะทำงานโดยการคิดหาสาเหตุว่าร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงนั้นเกิดจากสาเหตุใด สถานการณ์ใดเมื่อคิดไตร่ตรองแล้วจึงเกิดอารมณ์

๒.๔.๕.๓ การแสดงออกทางสรีรวิทยาขณะเกิดอารมณ์

การศึกษาลักษณะเชิงสรีรวิทยาทำให้เกิดภาวะอารมณ์และแรงจูงใจในการแสดงออกทางพฤติกรรมว่ากันตามความจริงแล้ว ไม่มีความแตกต่างที่ชัดเจนระหว่างอารมณ์และการจูงใจ หลักพื้นฐานที่สุดในการแบ่งแยกสิ่งสองสิ่งนี้คือ อารมณ์มักจะถูกย่วยุโดยสิ่งเร้าภายนอกและการ

^{๑๒๕} Bernstein, D. A. and others. Psychology. Boston : Houghton Mifflin Company.

แสดงออกของอารมณ์จะมุ่งไปที่สิ่งเร้าในสิ่งแวดล้อมที่กระตุ้นให้เกิดขึ้น ในทางตรงกันข้ามแรงจูงใจมักจะถูกยั่วยุโดยสิ่งเร้าภายใน และโดยธรรมชาติจะมุ่งไปที่วัตถุบางอย่างในสิ่งแวดล้อม (เช่น อาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม) อย่างไรก็ตามในบางครั้งเราไม่อาจแยกความแตกต่างเช่นนี้ได้ ตัวอย่าง เหตุกระตุ้นใจบางอย่าง เช่น การเห็นหรือการได้กลิ่นอาหารที่อร่อย สามารถกระตุ้นให้เกิดความหิวต่างๆ ที่ไม่มีสิ่งเร้าเกี่ยวกับความหิวจากภายใน สิ่งเร้าภายในเช่น การขาดอาหารอย่างรุนแรงสามารถเร้าให้เกิดอารมณ์หุดหิดและก้าวร้าวได้ อย่างไรก็ตามการเชื่อมโยงถึงสาเหตุหลักส่วนหนึ่งเป็นเพราะลักษณะทางสรีรวิทยา ซึ่งผู้ศึกษาจึงได้นำเสนอลักษณะทางสรีรวิทยามีผลต่อการเกิดอารมณ์ ดังต่อไปนี้

๑. อารมณ์และสมอง (Emotion and brain)

ระบบการทำหน้าที่ของสมอง จะเห็นได้ว่าสมองมีหน้าที่ควบคุมและยั่วยุลักษณะเฉพาะทางสรีรวิทยาของอารมณ์ ส่วนที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ คือ ระบบประสาทเสรี (autonomic nervous system) ทั้ง sympathetic และ parasympathetic divisions ระบบประสาทส่วนนี้ถูกควบคุมโดยศูนย์ต่างๆ ในสมอง ผู้ที่ได้ทำการทดลองเป็นคนแรกคือ Cannon และ Bard (๑๙๒๘) โดยใช้แมวและสุนัข ตอนแรกได้พยายามเอา cerebral cortex ออกหมด พบว่า threshold of irritability ลดลง แต่สัตว์ยังสามารถแสดงอารมณ์ได้ ต่อมาเอา cortex และ thalamus ออกไป การแสดงออกของอารมณ์ยังคงมีอยู่ สุดท้ายเมื่อเอา hypothalamus ออก พฤติกรรมทางอารมณ์จะหายไปจึงเชื่อว่า hypothalamus เป็นศูนย์กลางที่สำคัญสำหรับการรวมหน่วยของพลังกระทบทางอารมณ์ต่างๆ การกระตุ้นกระแสไฟฟ้าที่สมองส่วนนี้ทำให้เกิดความกลัวหรือความโกรธในสัตว์ได้

ซึ่งการทำงานของ Hypothalamus เกี่ยวข้องกับอารมณ์ ประกอบด้วยหลักสามทางด้วยกันคือ ๑) neural impulse จาก receptor ผ่าน receptor ผ่าน hypothalamus หรืออาจอยู่แนบชิดส่วนนี้ เมื่อเดินทางไปสู่ cortex ๒) neural impulse จาก cortex ผ่านมาที่ hypothalamus ในสถานการณ์บางอย่าง เช่น ความคิด ความจำ การตัดสินใจ เป็นต้น อาจมีการกระตุ้นให้เกิดกิจกรรมใน hypothalamus และ ๓) neural impulse อาจถูกส่งจาก hypothalamus ไปยังกล้ามเนื้อและอวัยวะต่าง ๆ

กล่าวโดยสรุป เพื่อให้เห็นถึงความสำคัญโดยเฉพาะทาลามัสและไฮโปทาลามัส ซึ่งทำหน้าที่สำคัญเกี่ยวกับศูนย์รวมกระแสประสาท จะเห็นว่าการทำหน้าที่ของส่วนทาลามัส (Thalamus) เป็นศูนย์รวมกระแสที่ผ่านเข้าออก และแยกกระแสประสาทไปยังสมองที่เกี่ยวกับประสาทนั้น หรืออาจเรียกว่าเป็นสถานีถ่ายถอดกระแสประสาทเพื่อส่งไปยังจุดต่างๆ ในสมอง และยังทำหน้าที่ในการรับรู้ความเจ็บปวด ทำให้มีการสั่งการ และแสดงออกด้านพฤติกรรมด้านความเจ็บปวด ทาลามัสอยู่เป็นคู่ตั้งอยู่ใจกลางสมองของสัตว์มีกระดูกสันหลังรวมทั้งมนุษย์ด้วย ทาลามัสอยู่ระหว่างเปลือกสมองใหญ่ (Cerebral Cortex) กับสมองส่วนกลาง (Mid brain) ที่ตั้งอยู่ใจกลาง และเป็นศูนย์ศูนย์รวมประสาทสั่งการ มีหน้าที่ส่งผ่านกระแสประสาท ประสาทสัมผัสจำเพาะ (Special Sense) และส่งผ่านไป (Cerebral Cortex) หรือเปลือกสมองใหญ่ เป็นไปตามภาวะปกติของความมีสติ (Consciousness) ใน

ยามหลับและยามตื่น ทาลามัสจะห้อมล้อมรอบๆ เซอต เวนทริเคิล (Third Ventricle) มันเป็นผลผลิตหลักของเอ็มบริโอเนค ไดเอนซีฟาโลน (Embryonic Diencephalon) หรือตัวอ่อนของสมองส่วนกลาง ทาลามัสเป็นโครงสร้างใหญ่สุดของสมองส่วนกลาง ซึ่งเป็นส่วนของสมองที่ตั้งอยู่ระหว่างสมองส่วนกลาง (Mid brain) มีเซนซีฟาโลน และสมองส่วนหน้า เทเลซีฟาโลน (Telecephalon) ในมนุษย์ ครึ่งหนึ่งของทาลามัสแต่ละอันมีรูปร่างเหมือนจุกยางกลมๆ ลายปลายเทอร์โมมิเตอร์ สามารถบีบและคลายตัวได้ ทาลามัสอยู่บนสุดของก้านสมอง ใกล้กับใจกลางของสมองอยู่ในตำแหน่งที่สามารถส่งกระแสประสาทออกไปสู่ส่วนต่างของสมองได้ในทุกทิศทาง สมองส่วนกลาง (Diencephalon) ยังประกอบด้วย อีพิทาลามัส (Epithalamus) และเรติคูเลทนิวเคลียส (Reticulate Nucleus) ทาลามัสมีหลายหน้าที่หน้าที่โดยทั่วไปคือส่งผ่านระหว่าง ซับคอร์เทคัล (Subcortical) และเปลือกสมองใหญ่ (Cerebral Cortex) หน้าที่สำคัญคือช่วยในการทำงานของระบบสัมผัส (Special Sense) ทาลามิกนิวเคลียสจะรับและส่งต่อข้อมูลไปยังส่วนแรกของคอร์เทคัล (Cortical Area) เช่นรับภาพจากจอภาพตาหรือเรตินาแล้วส่งไป เลเทอรัล เจนิคูเลทนิวเคลียส (Lateral Geniculate Nucleus) ในทาลามัสซึ่งจะฉายไปสู่ส่วนแรกของสมองที่รับรู้ความรู้สึกในการมองเห็น ไพรมารี วิซอล คอร์เทกซ์ (Primary visual cortex) ในกรีบท้ายทอยหรือออกซิพิตัลลูบ (Occipital Lobe) ทาลามัสจะดำเนินการทั้งรับรู้ข้อมูลและส่งผ่านข้อมูล ทาลามัสจะคอยควบคุมความรู้สึก การตื่นเต้น การระมัดระวังการแสดงออก ถ้าทาลามัสถูกทำลาย จะทำให้ร่างกายเกิดการเจ็บปวดรุนแรงที่เรียกว่าโคม่า ส่วนการทำหน้าที่ของไฮโปทาลามัส (Hypothalamus) - ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางของระบบประสาทอัตโนมัติ และสร้างฮอร์โมนเพื่อควบคุมการผลิตฮอร์โมนจากต่อมใต้สมองซึ่งจะทำการควบคุมสมดุลของปริมาณน้ำและสารละลายในเลือด และยังเกี่ยวกับการควบคุมอุณหภูมิร่างกาย อารมณ์ ความรู้สึก วงจรการตื่นและการหลับ การหิว การอิม และความรู้สึกทางเพศ

๒. สรีรวิทยาของการเกิดอารมณ์

จากการศึกษาสรีรวิทยาของการเกิดอารมณ์ เมื่อเกิดอารมณ์แล้วจะมีการเปลี่ยนแปลงของคลื่นสมอง เช่น ถ้ามีความเครียด จะทำให้ระดับฮอร์โมนบางชนิดในสมองลดต่ำลง เป็นผลให้การเคลื่อนไหวของร่างกายช้าลงและเกิดอารมณ์เศร้า ศูนย์กลางของการเกิดอารมณ์ อยู่ที่การทำงานของระบบประสาทลิมบิก (Limbic System) โดยมีศูนย์กลางอยู่ที่สมองส่วนไฮโปทาลามัส ซึ่งเกี่ยวข้องกับการทำงานของระบบต่อมไร้ท่อ และระบบประสาทอัตโนมัติ ถ้าสมองส่วนไฮโปทาลามัสถูกกระตุ้นจะทำให้เกิดการคลั่ง ทุ อาละวาด แต่ถ้าถูกทำลายจะเกิดการสงบเฉย

โอล์ดและมิลเนอร์ (Old and Milner)^{๑๒๖} ได้ทำการทดลองกระตุ้นสมองส่วนไฮโปทาลามัสของแมว โดยปราศจากสิ่งเร้าภายนอกอื่นใด พบว่า แมวจะแสดงอาการแยกเขี้ยวคำราม ตัวโค้ง

^{๑๒๖}Olds, J., Milner, p. 1954. Positive reinforcement produced by electrical stimulation of septal area and other regions of rat brain. J.Comp. Physiol. Psycholo. 47, 419-427, สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.educ-bkkthon.com/blog/apsornsiri/wppdf> [๑๖ เมษายน ๒๕๕๗].

และทำท่าดุร้าย ทั้งนี้เพราะสมองส่วนไฮโปทาลามัสนี้ถ้าถูกกระตุ้นจะทำให้เกิดการคลั่ง ดุร้าย และ อาละวาดนั่นเอง เดลกาโด (Delgado)^{๑๒๗} ได้ทดลองใช้ขั้วไฟฟ้ากระตุ้นตามส่วนต่าง ๆ ของระบบ ประสาท ลิมบิก พบว่า ถ้ากระตุ้นส่วนหลังของไฮโปทาลามัสจะทำให้เกิดอารมณ์พอใจอย่างมาก โดย เขาเชื่อว่า สมองของคนเราส่วนใหญ่ ๖๐% มีความเป็นกลางไม่รับรู้ความพอใจและความเจ็บปวดใดๆ อีก ๓๕% เป็นส่วนที่รับรู้ความพอใจและอีก ๕ % เป็นส่วนที่รับรู้ความเจ็บปวด

สรีรวิทยาของการเกิดอารมณ์ จะเป็นลักษณะที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิดและเป็น ธรรมชาติ โดยปฏิภิกิริยาโต้ตอบสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาของบุคคล ได้แก่ การตึงเครียดของกล้ามเนื้อ หัวใจเต้น แรงแรง ถูกกระตุ้นได้ง่าย ปากคอแห้ง เหงื่อออก ภาวะอาหารปรี๊ดตัว ปัสสาวะบ่อย ตัวสั่น กระสับกระส่าย ทนเสียงรบกวนไม่ได้ ซึ่งจะเป็นอาการที่ปรากฏทั่วไปเป็นสากลและมีอยู่ตลอดเวลา เพราะมีสาเหตุมาจากการทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ ซึ่งมี ๒ ชนิด ๒ ชนิด คือ ๑. ซิมพาเธติก ซึ่งจะเตรียมและกระตุ้นการทำงานของร่างกายในภาวะฉุกเฉินให้สู้หรือหนี ๒. พาราซิมพาเธติก ซึ่งจะ ทำให้ร่างกายอยู่ในภาวะสงบช่วยให้คนหรือสัตว์มีชีวิตรอด

อัลเบิร์ต แอ็กซ์ (Albert Ax)^{๑๒๘} เป็นนักจิตวิทยาที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง การเกิดอารมณ์กับการเปลี่ยนแปลงทางสรีระและพฤติกรรม พบว่า ในบรรดาอารมณ์ทั้งหลาย อารมณ์ที่จัดว่าสามารถก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระได้มากที่สุด คือ อารมณ์กลัวและอารมณ์ โกรธ อัลเบิร์ต แอ็กซ์ ได้ทำการทดลองว่า ความกลัวกับความโกรธจะมีการตอบสนองทางด้านสรีระ แตกต่างกันอย่างไรร และเขาก็สรุปว่า อารมณ์กลัว จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตามบริเวณต่างๆ ๓ แห่ง คือ ๑. การหายใจจะถี่ขึ้น ๒. ความต้านทานกระแสไฟฟ้าที่ผิวหนัง (GSR) ตรงบริเวณมือจะลดลง ๓. มีความตึงเครียดของกล้ามเนื้อสูงมาก ในภาวะอารมณ์ที่ถือว่ามีเปลี่ยนแปลง ได้แก่ อารมณ์ โกรธ จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง คือ ๑. หัวใจจะเต้นช้าลง ๒. ความต้านทานกระแสไฟฟ้าที่ ผิวหนังตรงบริเวณมือจะสูงขึ้น และ ๓. กล้ามเนื้อมีความตึงเครียดสูง ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น

จากการศึกษาในสภาวะอารมณ์หวาดกลัวหรือตกใจกลัว จะก่อให้เกิดการหลั่งฮอร์โมน แอดรีนาลิน (Adrenalin) จากต่อมหมวกไต ส่วนอารมณ์โกรธจะก่อให้เกิดการหลั่งฮอร์โมนนอร์แอดรี นาลิน (Noradrenalin) ส่วนอารมณ์อื่น ๆ นักจิตวิทยายังไม่สามารถระบุแบบแผนที่แน่นอนของการ เปลี่ยนแปลงทางสรีระได้ ความเข้าใจเรื่องของการเปลี่ยนแปลงของร่างกายเมื่อตกใจกลัว จะนำไปสู่ ความเข้าใจในเรื่องแรงจูงใจกับแรงขับ คือ เมื่อบุคคลได้รับสิ่งเร้าจากภายนอกที่ทำให้ตกใจกลัวแล้ว ก็ จะเกิดความต้องการปกป้องตนเองหรือหลีกเลี่ยง จากนั้นจะก่อให้เกิดแรงขับที่ทำให้ร่างกายอยู่ในสภาพ

^{๑๒๗} Jose M. R. Delgado. Physical Control of the Mind -- Toward a Psychocivilized Society (Harper Colophon books) Paperback – January 1, 1971.

^{๑๒๘} Ax, Albert F. "The Physiological Differentiation between Fear and Anger in Humans" Psychosomatic Medicine, 1953. 15:533-42.

ที่ไม่สมดุล เช่น หัวใจเต้นถี่ขึ้น มีความตึงเครียดของกล้ามเนื้อสูงมาก และเหงื่อออกมาก ฯลฯ ซึ่งผลของแรงขับดังกล่าวจะผลักดันให้คนเราเกิดแรงจูงใจและพฤติกรรมตอบสนองไปตามการเรียนรู้หรือประสบการณ์ของแต่ละคน เช่น อาจวิ่งหนี หรืออาจร้องตะโกนให้ผู้อื่นช่วยเหลือ ซึ่งถือเป็นปฏิกิริยาตอบสนองที่เกิดจากสรีรวิทยาที่มีผลต่อการแสดงออกทางอารมณ์

จากความรู้เรื่องสรีระของอารมณ์นี้เองจึงได้มีผู้ประดิษฐ์เครื่องมือจับเท็จ เรียกว่า โพลีกราฟ (Polygraph) ขึ้น ซึ่งจะทำการบันทึกการวัดอัตราการเต้นของหัวใจ ความดันโลหิต อัตราการหายใจและแรงต้านทานกระแสไฟฟ้าบนมือ (Galvanic Skin Respond: GSR) แต่การใช้เครื่องมือต้องใช้อย่างระมัดระวัง เพราะมันจะใช้ไม่ได้ผลกับผู้ที่ใช้อยากล่อมประสาท



ภาพที่ ๒.๑๕ การทำงานของ Hypothalamus เกี่ยวข้องกับอารมณ์^{๑๒๒๙}

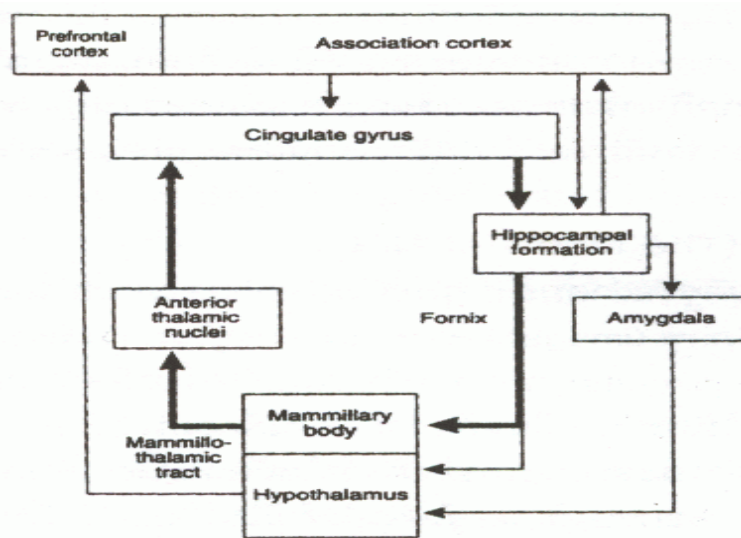
อย่างไรก็ตาม จากการทดลองใช้เครื่องโพลีกราฟนี้เป็นการผสมผสานอุปกรณ์ทางการแพทย์ที่ใช้ตรวจหาการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ขณะผู้ต้องสงสัยที่ถูกถามคำถามเกี่ยวกับเหตุการณ์หรือสิ่งที่เกิดขึ้น ผู้ตรวจจะดูอัตราการเต้นของหัวใจ ความดันโลหิต อัตราการหายใจ และการเปลี่ยนแปลงกระแสคลื่นไฟฟ้าที่ชั้นผิวหนัง โดยเปรียบเทียบกับภาวะปกติ ถ้าเส้นกราฟที่ได้มีการแกว่งหรือขึ้น ๆ ลง ๆ ที่ต่างกันมาก นั่นก็อาจจะชี้ได้ว่าผู้ที่ถูกตรวจสอบในขณะนั้นกำลังหลอกลวง แต่ว่าผลการตรวจสอบนั้นก็แล้วแต่ผู้ที่ทำหน้าที่ตรวจสอบจะตีความว่า นี่ใช่การโกหกหรือไม่ ในการจับเท็จด้วยเครื่องโพลีกราฟนั้น มักจะใช้ในการสอบสวนคดีอาญา แต่บางทีก็นำไปใช้ในกรณีอื่น ๆ ด้วยเช่นกัน ไม่แน่ว่าในอนาคตอาจจะมีการจับผู้สมัครงานเข้าเครื่องจับเท็จขณะสัมภาษณ์งาน ซึ่งปัจจุบันนี้ในบางหน่วยงานของรัฐบาลและเอกชนบางแห่งสหรัฐฯ ก็นำมาใช้กับพนักงานเข้าเครื่องจับเท็จก่อนว่าจ้างกันไปแล้ว

^{๑๒๒๙} สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.manager.co.th/Science/ViewNews.aspx?NewsID=9470000097206> [๑๖ เมษายน ๒๕๖๑].

การตรวจสอบผู้ต้องสงสัยด้วย “โพลีกราฟ” นี้สร้างขึ้นเพื่อมองหาระบบการแสดงออกที่ไม่ได้ตั้งใจอันเป็นนัยสำคัญขณะที่ผู้ต้องสงสัยอยู่ในสภาวะที่กดดันหรือเคร่งเครียด (เพราะพยายามจะปกปิดสิ่งที่ตัวเองซ่อนไว้) แต่ ดร.บ็อบ ลี (Dr. Bob Lee) อดีตผู้อำนวยการบริหารแอกซีไซชั่น ซิสเต็ม (Axciton Systems) ผู้ผลิตเครื่องโพลีกราฟ ระบุว่า การตรวจแบบนี้ไม่สามารถชี้ชัดลงไปได้หากผู้นั้นโกหกจริง แต่ก็ปรากฏการตอบสนองทางร่างกาย อันเป็นสิ่งที่ปรากฏในคนทั่วไปขณะที่พยายามหลอกลวงผู้อื่น ด้วยการถามคำถามกดดันพิเศษขณะสอบสวนและตรวจสอบ ซึ่งมีผลต่อปฏิกิริยาทางร่างกาย ส่วนโพลีกราฟก็จะช่วยแสดงว่าพฤติกรรมเช่นนี้โกหกอยู่หรือไม่ ดังนั้นเมื่อต้องถูกทดสอบผ่านเครื่องจับโกหก ร่างกายก็จะถูกพันธนาการไว้ด้วยสายอุปกรณ์ระโยงระยาง ที่พาดอกและช่องท้องเพื่อจับอัตราการหายใจ ที่ต้นแขนเพื่อจับความดันโลหิต และที่ปลายนิ้วเพื่อดูปริมาณเหงื่ออันเป็นตัวนำไฟฟ้า ดังได้นำเสนอภาพประกอบ

๒.๔.๖ ระบบลิมบิกและอารมณ์ (Limbic system and emotion)

ในการศึกษาแนวคิดทฤษฎีของ James Papez มีทฤษฎีที่ว่าระบบลิมบิก ก่อให้เกิดวงจรซึ่งพลังกระทบทางอารมณ์ (emotional impulse) ที่เกิดภายใน hypothalamus สามารถเดินทางไปสู่ cerebral cortex และโดยนัยเดียวกัน cerebral cortex ก็สามารถรับสภาวะทางอารมณ์ได้ที่ระดับของ hypothalamus วงจรนี้เรียกว่า Papez circuit นอกจากนี้ limbic lobe ยังมีบทบาทสำคัญอันดับแรกในกระบวนการและการรวมหน่วยของสัญญาณที่เกี่ยวข้องกับการรู้ (cognitive perceptions) ซึ่งมีจุดเริ่มต้นในบริเวณ cerebral cortex และพลังกระทบทางสัญชาตญาณ (instinctual impulses) ที่ออกมาจาก hypothalamus. Papez ได้เสนอแนะอย่างจำเพาะเจาะจงว่ารายละเอียดจาก hypothalamus จะถูกนำจาก mammillary bodies ไปยัง anterior thalamic nucleus โดย mammillothalamic tract และหลังจากนั้นก็จะไปสู่ cingulate gyrus ซึ่งการรวมหน่วยกับรายละเอียดจาก cerebral cortex จะถูกนำจาก cingulate gyrus ไปสู่ hippocampal formation และจากที่นี้ก็จะผ่าน fornix ไปสู่ mammillary bodies อีกทอดหนึ่ง (ดูภาพที่ ๒.๑๖)



รูปภาพที่ ๒.๑๖ วงจรกระแสประสาทของ Limbic System

ภาพที่ ๒.๑๖ สืบค้นออนไลน์: วงจรกระแสประสาทของ limbic system ซึ่งเกี่ยวข้องกับอารมณ์ เส้นหนาแสดงให้เห็นถึงวงจรเดิมที่ Papez เป็นผู้เสนอไว้ ส่วนเส้นบางบ่งถึงการเชื่อมโยงของส่วนต่าง ๆ ที่ MacLean เป็นผู้เสนอขึ้นภายหลัง (จาก Kandel ER, Schwartz JH. Jessel TM eds: Principle of Neural Science. New York, Elsevier, 1991)^{๑๓๐}

ต่อมา Paul MacLean ได้แนะนำว่าโครงสร้างอื่น ๆ ควรจะรวมเข้าไว้ใน limbic system ด้วย สิ่งเหล่านี้ได้แก่ amygdala, septum, nucleus accumbens (ส่วนของ striatum ใน basal ganglia), ส่วนของ hypothalamus anterior to mammillary bodies และ orbitofrontal cortex (ส่วนของprefrontal และ limbic association cortices)

นิวเคลียสของ limbic system สมัยดั้งเดิมยังรวมถึง hypothalamus, amygdala, cingulate gyrus, septal nuclei และ hippocampus (รูปที่ ๒) นิวเคลียสเหล่านี้เกี่ยวข้องกับ ความจำ จินตภาพทางตา (visual imagery) ความรู้สึกทางเพศ (sexuality) การแสดงออกและการกำหนดรู้ด้านต่าง ๆ ของอารมณ์ซึ่งรวมเรื่องความรัก ความเสียใจ ความเศร้าโศก ความซึมเศร้า ความกลัว ความก้าวร้าว ความโกรธ ความพอใจ ความสุข ความครื้นเครง และยังรวมแม้แต่ความรู้สึกปีติทางเพศและศาสนา (sexual and religious ecstasy) primitive cortical tissue (บริเวณที่เห็นเป็นจุด ๆ) ที่อยู่ล้อมรอบก้านสมองส่วนบน ส่วนที่รวมอยู่ใน limbic lobe ด้วย ได้แก่ hippocampus และ dentate gyrus ในภาพนี้เห็นส่วนของ temporal lobe ชัดเจน (จาก Kandel ER, Schwartz JH. Jessell TM eds: Principles of Neural Science. New York , Elsevier, 1991)^{๑๓๑}

๒.๔.๖.๑ การตอบสนองทางสรีรวิทยา (Physiological responses)

เมื่อประสบกับอารมณ์ที่รุนแรง เช่น ความกลัว หรือความโกรธ เราารู้ตัวว่ามีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายหลายอย่าง หัวใจเต้นเร็ว หายใจเร็วขึ้น ปากและคอแห้ง กล้ามเนื้อตึง เครียด เหงื่อออก แขนขาสั่น แน่นและอึดอัดในท้อง ส่วนใหญ่ของการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาที่เกิดขึ้นระหว่างอารมณ์รุนแรงเป็นผลจากการกระตุ้น sympathetic division ของระบบประสาทเสรี เพื่อเป็นการเตรียมพร้อมร่างกายสำหรับภาวะฉุกเฉิน การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาเมื่ออารมณ์เกิดขึ้นมีดังนี้

๑. ความต้านทานทางกระแสไฟฟ้า (electrical resistance) ของผิวหนังลดลง ความต้านทานของผิวหนังเช่นนี้บางที่เรียกว่า galvanic skin response (GSR)

๒. ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น ปริมาตรของเลือดในอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายเปลี่ยนแปลงไป

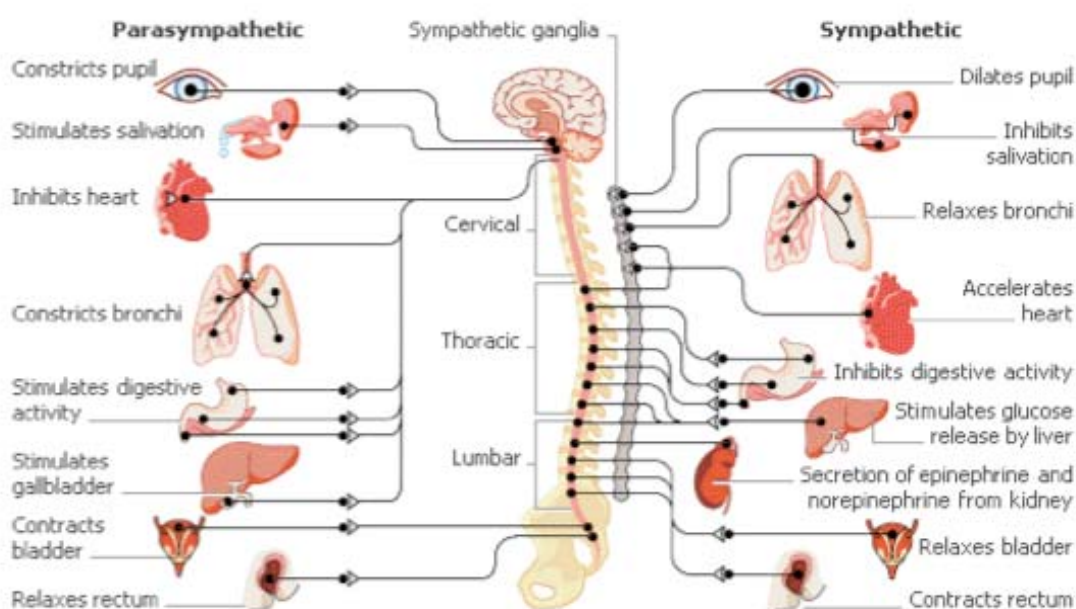
๓. หัวใจเต้นเร็วขึ้น บางรายอาจมีอาการเจ็บแปลบที่บริเวณหัวใจ

๔. การหายใจเร็วและแรงขึ้น

^{๑๓๐}Kandel ER, Schwartz JH., Jessel TM eds: Principle of Neural Science, (New York: Elsevier, 1991), p. 36.

^{๑๓๑}ibid..

๕. รูม่านตาขยายทำให้แสงตกลงไปบนจอภาพ (retina) มากขึ้น
๖. การหลั่งของน้ำลายลดลง ทำให้รู้สึกคอแห้ง
๗. ขนลุกขึ้น (goose pimples)
๘. การเคลื่อนไหวของกระเพาะและลำไส้ ลดลงหรือหยุดไปเลย เลือดจะเปลี่ยนทิศทางจากกระเพาะและลำไส้ไปยังสมองและกล้ามเนื้อลาย
๙. กล้ามเนื้อตึงหรือกระตุก
๑๐. มีการเปลี่ยนแปลงในส่วนประกอบของเลือดที่เห็นชัดที่สุดคือระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น เพื่อให้พลังงานเพิ่มมากขึ้น ดูภาพตัวอย่างการทำงานแหล่งการกระตุ้นอินทรีย์ (ภาพที่ ๒.๑๗)



รูปภาพที่ ๒.๑๗ การตอบสนองทางสรีรวิทยา

ที่มา: สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.stress.org/daily-life/>^{๑๓๒}

เมื่อมีอารมณ์เกิดขึ้น sympathetic system จะกระตุ้นอินทรีย์เพื่อให้มีพลังงานออกมาเมื่ออารมณ์ลดลง parasympathetic system ซึ่งทำหน้าที่เป็นระบบอนุรักษ์พลังงาน (energy-conserving system) จะทำงานแทนและทำให้อินทรีย์กลับคืนสู่ภาวะปกติ ทฤษฎีของอารมณ์ (theories of emotion)

^{๑๓๒} สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.stress.org/daily-life/> [๑๖ เมษายน ๒๕๖๑].

นอกจากนั้นยังมีตัวอย่างงานวิจัยเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา เช่น เมื่ออารมณ์ลดลง ระบบประสาทส่วนพาราซิมพาเธติก (Parasympathetic System) จะกลับเข้ามาทำงานแทน ซึ่งทำหน้าที่ควบคุมให้ระบบต่างๆ ของร่างกายทำงานตามปกติ

การเปลี่ยนแปลงทางสรีระจะเกิดขึ้นเมื่อมีความเครียดทางอารมณ์ สามารถวัดได้โดยใช้เครื่องมือจับเท็จ (Lie Detector) เครื่องมือจับเท็จไม่ใช่เครื่องมือใช้จับความเท็จจริง ๆ แต่เป็นการวัดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระอย่างง่าย ๆ เมื่อมีอารมณ์เกิดขึ้น การวัดส่วนมากจะวัดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระของร่างกายหลายอย่างด้วยกัน เช่น การเต้นของหัวใจ ความดันโลหิต การหายใจ และการเปลี่ยนแปลงการนำกระแสไฟฟ้าของผิวหนัง (GSR – Galvanic Skin Response)

การวัดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระแบบมาตรฐานโดยการบันทึกเป็นกราฟใช้วิธีการดังต่อไปนี้คือ ให้ผู้ถูกทดสอบพัก แล้ววัดการเปลี่ยนแปลงทางสรีระในขณะที่พักเพื่อใช้เป็นฐานเปรียบเทียบ (Base Line) เมื่อผู้ถูกทดสอบมีอารมณ์ จากนั้นผู้ทำการทดสอบถามคำถามซึ่งได้จัดเรียงไว้อย่างรอบคอบแล้วคำถามส่วนใหญ่จะให้ผู้ถูกทดสอบตอบว่า “ใช่” หรือ “ไม่ใช่” คำถามที่สำคัญ จะอยู่คละกันกับ คำถามทั่วไป คำถามแต่ละข้อจะใช้เวลาประมาณ ๑ นาที เพื่อเว้นช่วงให้เครื่องมือบันทึกการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของผู้ถูกทดสอบต่อคำถามแต่ละข้อ ถ้าคำถามใดจู่ๆ ผู้ถูกทดสอบจะเร้าอารมณ์ของผู้ถูกทดสอบให้เปลี่ยนแปลงไป เครื่องมือก็จะวัดการเปลี่ยนแปลงของเส้นกราฟ ซึ่งจะสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด

การใช้เครื่องมือจับเท็จนั้นยังมีปัญหาอยู่อีกหลายประการ เช่น ผู้ถูกทดสอบมีความบริสุทธิ์จริง แต่เผชิญอารมณ์เครียดต่อคำถามบางคำ ทำให้การบันทึกของกราฟนั้นเปลี่ยนแปลงไป ผู้ทำการทดสอบอาจจะนึกว่าบุคคลนั้นโกหกได้ ในทางตรงกันข้าม ถ้าผู้ที่โกหกเก่งอาจจะระงับอารมณ์ได้ดีผลจากกราฟไม่เปลี่ยนแปลง ทำให้ผู้ทำการทดสอบไม่ทราบว่าผู้ถูกทดสอบโกหกหรือไม่ นอกจากนี้คนที่ถูกทดสอบบางคนอาจจะคิดถึงบางสิ่งบางอย่างที่ตื่นเต้นหรือทำให้กล้ามเนื้อบางส่วนเกร็งในขณะที่ทดสอบ เพื่อหาฐานเปรียบเทียบ (Base Line) ดังนั้นเมื่อถามคำถามที่สำคัญจึงไม่พบความแตกต่างทางสรีระที่จะนำมาเปรียบเทียบว่าบุคคลนั้น ๆ โกหกหรือไม่ จากรูปที่ ๑ แสดงให้เห็นการบันทึกของเส้นกราฟ เมื่อบุคคลนั้นโกหกจริงและสร้างทำตามลำดับ ในการทดลองนี้ผู้ถูกทดสอบเลือกเลข ๒๗ และเมื่อผู้ทำการทดสอบถามว่าเลข ๒๗ ใช่ไหม ผู้ถูกทดสอบปฏิเสธ แต่จากกราฟพบว่าการเต้นของหัวใจเปลี่ยนไปผู้ถูกทดสอบสร้างทำให้การบันทึกของเส้นกราฟเปลี่ยนไปเมื่อผู้ทำการทดสอบถามเลข ๒๒ โดยผู้ถูกทดสอบเกร็งหัวแม่เท้าทำให้การเต้นของหัวใจและ GSR เปลี่ยนไป

จากเหตุผลข้างบนนี้ทำให้เครื่องมือนี้ไม่สามารถนำไปใช้ชั้นพิสูจน์หลักฐานในศาลได้แต่จะนำไปใช้ในการสืบสวนขั้นต้นและในการคัดเลือกคนเข้าทำงานในตำแหน่งที่ควรไว้วางใจได้ นอกจากนี้เครื่องมือจับเท็จจะนำไปใช้ในการทำงานวิจัย เพื่อศึกษาถึงการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์เนื่องมาจากความเครียดและสังเกตผลของยาที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ

๒.๔.๖.๒ การแสดงออกทางอารมณ์ (Emotional Expression)

๑. การแสดงออกทางอารมณ์โดยกำเนิด (Innate emotional expression) การแสดงอารมณ์พื้นฐานเป็นสิ่งที่มาตั้งแต่กำเนิด (innate) เด็กทุกชาติทุกภาษาจะร้องไห้เมื่อเจ็บปวดหรือเสียใจ และหัวเราะเมื่อสุขใจ จากการศึกษาเด็กที่ตาบอดหรือหูหนวกตั้งแต่แรกเกิดพบว่า การแสดงออกของสีหน้า ท่าทาง และท่วงทีกริยาหลาย ๆ อย่าง ซึ่งเราเอาไปสัมพันธ์กับอารมณ์ชนิดต่างๆ ได้รับการพัฒนาโดยความสุกสมบรูณ์ (maturation) การแสดงออกของอารมณ์เหล่านี้เกิดขึ้นในช่วงอายุที่เหมาะสม แม้ว่าจะไม่มีโอกาสสังเกตได้ในคนอื่น Sir Charles Darwin ได้เขียนหนังสือ The expression of emotions in man and animals ซึ่งพิมพ์ในปี ๑๘๗๒ ท่านกล่าวว่าวิธีแสดงออกของอารมณ์เป็นกระบวนที่ถูกถ่ายทอดทางพันธุกรรม และแต่เดิมมีคุณค่าเพื่อความอยู่รอด (Survival value) ของชีวิตบางอย่าง เช่น การแสดงความรู้สึกแค้น (disgust) หรือการไม่ยอมรับ (rejection) เกิดจากการที่อินทรีย์พยายามขจัดเอาสิ่งที่ไม่ดีหรือไม่น่าพึงพอใจ ซึ่งได้กินเข้าไปแล้ว การแสดงสีหน้าบางอย่างดูเหมือนจะมีความหมายสากล โดยมีได้คำนึงถึงวัฒนธรรมในที่ซึ่งคนเราได้รับการเลี้ยงดู เมื่อเอาภาพแสดงสีหน้าของความสุข ความโกรธ ความเสียใจ ความรู้สึก ความกลัว และความประหลาดใจ มาแสดงต่อคนชาวอเมริกัน บราซิล ชิลี อาเจนตินา ญี่ปุ่นและไทย คนเหล่านี้ไม่มีความยากลำบากในการบอกความแตกต่างของอารมณ์แต่ละชนิด พวกเขา เขา คนเผ่าและชาวเกาะที่อยู่ห่างไกลความเจริญก็บอกได้เช่นกัน

๒. บทบาทของการเรียนรู้ในการแสดงออกทางอารมณ์ (Role of learning in emotional expression) แม้ว่าการแสดงออกของอารมณ์บางอย่างมีมาตั้งแต่กำเนิดเป็นส่วนใหญ่แล้ว แต่อารมณ์ก็อาจได้รับการดัดแปลงมากมายโดยการเรียนรู้ ตัวอย่าง ความโกรธ อาจแสดงออกมาโดยการต่อสู้โดยใช้ภาษาที่ก้าวร้าว หรือโดยการลุกออกไปนอกห้อง แนนอนการออกจากห้องหรือการใช้คำหยาบมิใช่การแสดงความโกรธ ซึ่งมีมาตั้งแต่แรกเกิดการแสดงออกทางอารมณ์ทางสีหน้าและท่าทาง อาจแตกต่างกันในแต่ละวัฒนธรรม ตัวอย่าง ชาวจีนมีการแสดงออกทางอารมณ์บางอย่างแตกต่างจากชาติอื่นๆ อย่างมาก การตบมือแสดงถึงความกังวลใจ หรือความผิดหวัง การเกาหูและกำมั่งบ่งถึงการมีความสุข การแลบลิ้นออกมาแสดงถึงความประหลาดใจ ในสังคมตะวันตก การตบมือหมายถึงความสุข การเกาหูแสดงถึงความกังวล และการแลบลิ้นบ่งถึงการยั่วโทษ แม้แต่การใช้ภาษามือของคนทุกเชื้อชาติสังคมที่ต่างกันการรับรู้ก็ต่างกัน เช่น การแสดงสัญลักษณ์ของนิ้วมือได้บ่งบอกว่าแสดงออกถึงอารมณ์รัก อารมณ์แห่งความสุขหรืออารมณ์ของความเกลียดชัง รวมทั้งอารมณ์ของนิยามลัทธิแห่งความรุนแรง เป็นต้น

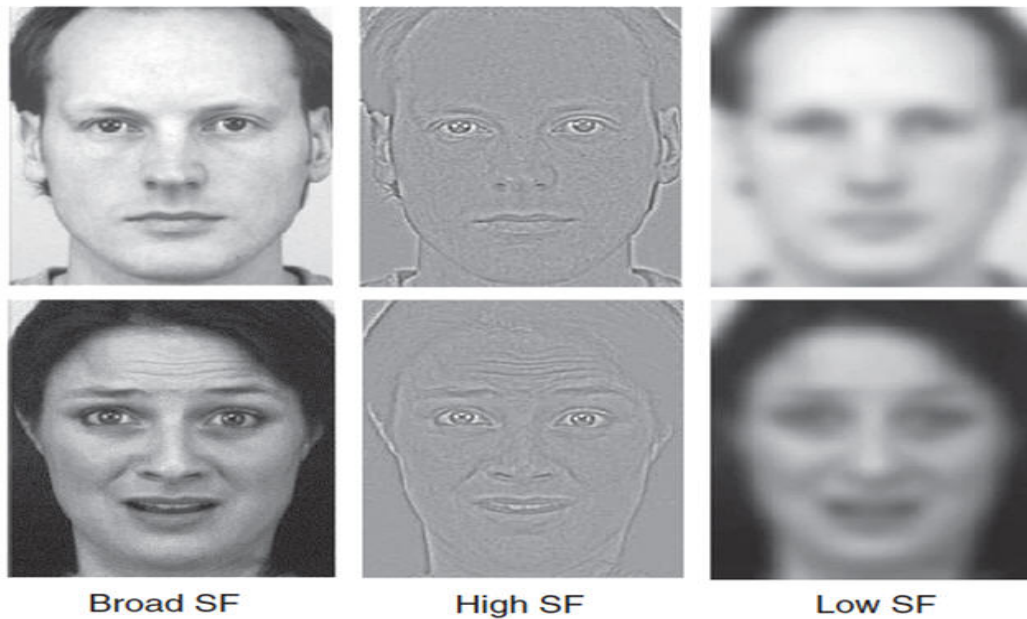


FIGURE 11.18 Involvement of Magnocellular and Parvocellular Systems in Emotional Perception

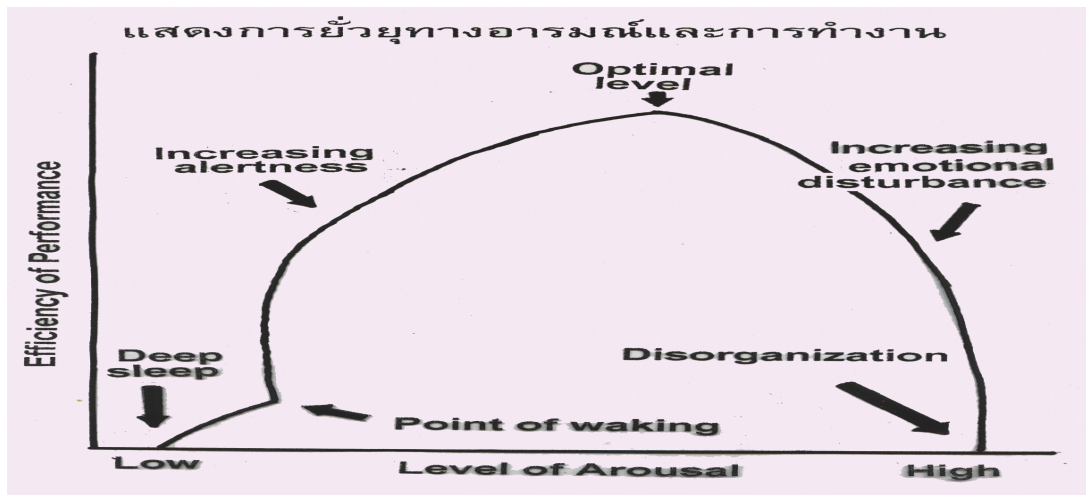
รูปภาพที่ ๒.๑๘ บทบาทของการเรียนรู้ในการแสดงออกทางอารมณ์

ที่มา: สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.employees.csbsju.edu/ltennison/psyc340/emotion.htm>^{๑๓๓}

๒.๔.๖.๓ การยั่วยุทธทางอารมณ์ และประสิทธิภาพของการทำงาน (Emotion Arousal and Effectiveness of Performance)

การตอบสนองอารมณ์ของแต่ละบุคคลจะเห็นได้ว่า ช่วงของระดับต่ำของการยั่วยุทธทางอารมณ์มีแนวโน้มที่ก่อให้เกิดความตื่นตัว และความสนใจในงานใกล้เคียง อย่างไรก็ตามเมื่ออารมณ์เกิดเข้มข้น (รุนแรง) ไม่ว่าจะน่าพอใจหรือไม่พอใจ ความสามารถในการทำงานมักลดลง ส่วนโค้งในรูปภาพที่ ๒.๑๘ แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างระดับของ การยั่วยุทธทางอารมณ์ และประสิทธิภาพของการทำงาน

^{๑๓๓} สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.employees.csbsju.edu/ltennison/psyc340/emotion.htm>



รูปภาพที่ ๒.๑๙ แสดงการย่ำแย่ทางอารมณ์และการทำงาน

ที่มา: สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.chamlongclinic-psych.com/document/emotion/>^{๑๓๔}

เมื่อระดับของการย่ำแย่ต่ำมาก เช่นตอนกำลังตื่นนอนใหม่ๆ ระบบประสาทอาจไม่ได้ทำงานเต็มที่ และไม่สามารถรับรายงานทางการรู้สึก (sensory messages) การกระทำจะเหมาะสมหรือมีประสิทธิภาพมากที่สุด เมื่อการย่ำแย่อยู่ในระดับปานกลาง ที่ระดับของการย่ำแย่ซึ่งสูงขึ้นไปกว่านี้ ความสามารถในการทำงานเริ่มลดลง อาจเป็นไปได้ว่าระบบประสาทส่วนกลางมีการตอบสนองต่อหลายๆ สิ่งมากเกินไปทันทีทันใด จึงเป็นการป้องกันการตอบสนองที่เหมาะสมไม่ปรากฏออกมาเด่นชัด ระดับของการย่ำแย่ที่เหมาะสมและรูปร่างของส่วนโค้งแตกต่างกันไปสำหรับงานแต่ละอย่าง เมื่อมีการย่ำแย่ของอารมณ์เกิดขึ้น นิสัยที่เกิดจากการเรียนรู้แบบง่ายๆ มีโอกาสสูญเสียหรือแตกแยกได้น้อยกว่าการตอบสนองอันซับซ้อนซึ่งต้องอาศัยการรวมหน่วยของกระบวนการความคิดหลายๆ อย่าง ซึ่งจะเห็นว่าคนเรามีการแตกแยกของพฤติกรรมโดยการย่ำแย่ทางอารมณ์ในขอบเขตที่ต่างกันไป การสังเกตคนจำนวนมากขณะมีวิกฤตการณ์ เช่น ไฟไหม้ น้ำท่วมทันทีทันใดพายุพัดบ้านพัง เป็นต้น พบว่าประมาณร้อยละ ๑๘ แสดงพฤติกรรมแบบปกติ และมีประสิทธิภาพส่วนใหญ่ราวร้อยละ ๗๐ มีการแตกแยกของบุคลิกภาพในระดับที่ต่างกันไป แต่ยังสามารถทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพตามสมควร ส่วนที่เหลือร้อยละ ๑๕ มีการแตกแยกของบุคลิกภาพจนทำอะไรไม่ได้เลย อาจวิ่งวนไปวนมา ส่งเสียงร้องกรีด วิงวอน บางคนกลับยั้งนิ่ง หรือแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมอย่างมาก การศึกษาทหารที่อยู่ภายใต้ความกดดันของการปะทะต่อสู้ที่รุนแรง พบว่าเพียงร้อยละ ๑๕ ถึง ๒๕ เท่านั้นสามารถใช้ปืนยิงต่อสู้เข้าศึกได้ พวกที่เหลือได้แต่ถือปืนจ้องแบบแข็งทื่อ และไม่สามารถยิงได้

^{๑๓๕} สืบค้น [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.chamlongclinic-psych.com/document/emotion/>
[๑๖ เมษายน ๒๕๖๑].

อย่างไรก็ตาม ยังมีการศึกษาถึงภาวะทางอารมณ์ที่ยาวนาน (Enduring Emotional States) บางครั้งอารมณ์ไม่อาจถูกระบาย (discharged) ออกไปได้ทันทั่วทั้งที่ แต่ยังคงมีอยู่ในลักษณะที่ถูกเก็บกดและไม่ได้รับการแก้ไขให้หมดไป ความโกรธ ความไม่เป็นมิตร ความอาฆาต หรือความกลัวที่ถูกเก็บกด (repressed) เอาไว้เป็นเวลานาน เช่น ความโกรธเจ้านาย ความกังวลเกี่ยวกับความเจ็บป่วยของภรรยา ความอาฆาตเพื่อนที่หักหลัง เป็นต้น อาจทำให้สมรรถภาพในการทำงานลดลง และมีผลเสียต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจได้ มีความผิดปกติทางร่างกายบางอย่าง ซึ่งเกี่ยวข้องกับ ความเครียดและความกดดันทางอารมณ์ เรียกว่า จิตสรีรภาพ (Psycho physiologic disorders) การยั่วยุของอารมณ์จะมีผลกระทบต่อระบบประสาทเสริมจนทำให้การเปลี่ยนแปลงของระบบสรีรวิทยาต่างๆ ในร่างกาย เกิดเป็นโรคขึ้น เช่น แผลในกระเพาะอาหาร หอบหืด โรคหลอดเลือดหัวใจ (coronary artery disease) ประสาทหัวใจ (cardiac neurosis) โรคปวดศีรษะข้างเดียว (migraine) โรคปวดศีรษะเนื่องจากความตึงเครียด (tension headache) ความดันโลหิตสูงและโรคผิวหนัง เป็นต้น ดังนั้นอารมณ์ที่เข้มข้นมากเกินไป สามารถก่อให้เกิดผลเสียอย่างรุนแรงต่อกระบวนการต่าง ๆ ที่ควบคุมพฤติกรรมปกติของคนเราได้

๒.๔.๖.๔ การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเมื่อเกิดอารมณ์

นักจิตวิทยามีความสนใจและทำการศึกษากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเมื่อเกิดอารมณ์ ดังนี้ (อารี เพชรพุด)^{๑๓๕}

๑. เกี่ยวกับการนำไฟฟ้าที่ผิวหนัง (Galvanic Skin Response) ในปี ค.ศ. ๑๘๘๘ นักวิทยาศาสตร์ ชาวฝรั่งเศสชื่อ Vigouroux และ Fere ได้ทำการทดลองโดยเอา electrode ไปวางบริเวณผิวหนังแล้วต่อไปยังกัลวานอมิเตอร์ เมื่อวาง electrode ไว้บนฝ่ามือนักศึกษาชายแล้วให้เขาสะกดชื่อคนรักของเขา ขณะที่เขาคิดถึงชื่อคนรัก เข็มของกัลวานอมิเตอร์จะส่ายผิดปกติ แสดงว่าพลังงานไฟฟ้าบนผิวหนังเพิ่มขึ้น

๒. การไหลของโลหิต (Blood Distribution) เมื่อเกิดอารมณ์ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความกดดันของโลหิตและการไหลเวียนของโลหิตตามบริเวณผิวหนังและภายในร่างกายเช่น เมื่อ คนอายุก็จะหน้าแดง เวลาโกรธจัดหน้าแดง คอแดง การเปลี่ยนแปลงเช่นนี้ เกิดขึ้นจากเส้นโลหิตฝอย บริเวณผิวหนังตรงนั้นขยายตัว และโลหิตถูกส่งไปหล่อเลี้ยงบริเวณผิวหนังมากขึ้น อาการตรงกันข้าม คือ คนที่มีความกลัวหรือตกใจเส้นโลหิตจะหดตัว โลหิตไปเลี้ยงบริเวณผิวหนังน้อย จะเห็นว่าหน้าซีด

^{๑๓๕} อารี เพชรพุด, จิตวิทยาทั่วไป, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๗), หน้า ๒๑๑-

๓. การเต้นของหัวใจ (Heart Rate) หัวใจจะเต้นเร็วและแรงเมื่อคนเกิดอารมณ์ ตื่นเต้นหัวใจเต้นแรงเป็นสัญลักษณ์ที่แสดงให้เห็นได้ง่ายเมื่อคนเกิดอารมณ์

๔. การหายใจ (Respiratory) อัตราการหายใจเข้าออกและการหายใจลึกเป็น เครื่องชี้ให้เห็นถึงการเกิดอารมณ์ โดยเฉพาะอารมณ์ที่เกี่ยวกับความขัดแย้งภายในใจ (conflicts) บาง ที่หายใจไม่ออก บางทีก็ถอนใจ

๕. การเปลี่ยนแปลงของม่านตาดำ (Pupillary Response) ม่านตาดำมักจะขยาย กว้างเมื่อคนมีอารมณ์โกรธ หรือเจ็บปวดหรือตื่นเต้น และจะหดตัว เมื่อมีอารมณ์เศร้า

๖. ปฏิกริยาที่ต่อมน้ำลาย (Salivary Secretion) จากผลการทดลองซึ่งสอดคล้อง กับการสังเกตพบว่า เมื่อเกิดอารมณ์ตื่นเต้นจะรู้สึกคอแห้ง เพราะต่อมน้ำลายผลิตปริมาณน้ำลายลดลง และออกมาน้อยลง

๗. มีการขมลุก (Pilomotor Response) เมื่อเกิดอารมณ์บางอย่างทำให้เส้นขน ตามตัวและเส้นผมลุกขึ้น

๘. เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในกระเพาะและลำไส้ (Gastrointestinal Motility) จากการตรวจสอบด้วยวิธี x-ray และวิธีใส่ลูกโป่งเข้าไปในกระเพาะอาหาร เพื่อจะดูการเคลื่อนไหว ของกระเพาะอาหารและลำไส้เมื่อเกิดอารมณ์รุนแรง พบว่า เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์อย่างแรง บางครั้งทำให้มีการคลื่นไส้ หรือท้องเสีย บางคนที่มีอารมณ์ค้าง หรือตึงเครียดนาน ๆ จะทำให้ผนัง กระเพาะอาหาร ลำไส้เกร็ง อาจทำให้เกิดแผลในกระเพาะอาหารได้

๙. มีการเกร็งตัวและสั่นของกล้ามเนื้อ (Muscle Tension and Tremor) เมื่อคน เกิดอารมณ์รุนแรง เช่น อารมณ์โกรธ อาจเกิดอาการเกร็งตัว และอาการสั่นของกล้ามเนื้อหรือบางครั้ง ถึงขั้นตัวแข็งจนกระดูกกระดูกติดไม่ได้

๑๐. เกิดการเปลี่ยนแปลงส่วนผสมของโลหิต (Blood composition) เพราะว่า เมื่อเกิดอารมณ์นั้น ต่อมไร้ท่อ คือ Adrenal Medulla จะทำงานเพิ่มขึ้นโดยฉีดฮอร์โมนออกมามากกว่า ปกติ ทำให้ส่วนผสมของโลหิตเปลี่ยนแปลงไป ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงปริมาณน้ำตาลในเลือดและ ความสมดุลกรดและด่าง ฮอร์โมนที่ต่อม Adrenal Medulla มี ๒ ชนิด คือ adrenalin และ noradrenalin ซึ่งมีผลต่อการเปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนแปลงของร่างกายเมื่อเกิดอารมณ์ดังกล่าว มาแล้วข้างต้นไม่ได้เกิดขึ้นอย่างอิสระ จะเกิดเป็นแบบแผนที่คล้องจองเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และอยู่ ภายใต้อิทธิพลของระบบประสาทและต่อมไร้ท่อ (Endocrine Glands) Walter B. Cannon นัก สรีรวิทยาได้ให้ข้อสังเกตไว้ว่าเวลาเกิดของอารมณ์รุนแรง เช่น เวลาโกรธจัด ร่างกายจะเตรียมพร้อม เพื่อจะเตรียมรับเหตุฉุกเฉินและป้องกันอันตรายเกิดขึ้น ซึ่งเป็นปฏิกริยาตอบสนอง ในกระบวนการ ทำงานของระบบประสาท Sympathetic division และ Parasympathetic division มีประสาทอยู่

ที่อวัยวะอย่างเดียวกัน แต่ทำหน้าที่ตรงกันข้าม Sympathetic division จะเป็นตัวเร่งให้ร่างกายเกิดปฏิกิริยาเช่นทำให้หัวใจเต้นเร็ว Parasympathetic division ทำให้ปฏิกิริยาคืนสู่สภาพปกติทำให้หัวใจเต้นปกติ ดังนั้นสรุปได้ว่า Sympathetic division ทำให้เกิดอารมณ์แล้ว Parasympathetic division ทำให้อารมณ์กลับคืนสู่ภาวะปกติ นอกจากนี้ระบบประสาทส่วนกลาง (Central Nervous System) มีบทบาทเกี่ยวกับการแสดงออกทางอารมณ์เช่นกัน คือเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ ทำให้หน้าตาบูดเบี้ยว ตัวสั่น เสียงครวญคราง หัวเราะเสียงดังรีนเริง ในการแสดงออกทางอารมณ์ ระบบประสาทส่วนกลางและประสาทอัตโนมัติ จะต้องประสานงานกันอย่างใกล้ชิด เชื่อกันว่าศูนย์ควบคุมของคนเรานั้นอยู่ที่Hypothalamus เพราะจากผลการทดลองตัดส่วนประสาทที่ควบคุมความดุร้ายออก จะทำให้สัตว์ลดความดุร้ายหรือพฤติกรรมที่รุนแรงลงได้

๒.๕ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับปัจจัยจิตสังคม

ในการศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับจิตสังคม ผู้วิจัยได้เริ่ม ต้นจากการศึกษา “จิตวิทยาสังคม” เรียนรู้เรื่อง “ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม” และความรู้จาก “ทฤษฎีสัมพันธภาพ” เพื่อความเข้าใจในเรื่อง “ปัจจัยทางจิตสังคม” ดังรายละเอียดต่อไปนี้

๒.๕.๑ ความรู้เรื่องจิตสังคม

จิตสังคม มาจากศัพท์ “จิต “ กับ “สังคม” มีความหมายคือ จิต หมายถึง ใจ สิ่งที่มีหน้าที่รู้คิด และนึก สังคม หมายถึง คนจำนวนหนึ่งที่มีความสัมพันธ์ต่อกันตามระเบียบกฎเกณฑ์ โดยมีวัตถุประสงค์สำคัญร่วมกัน^{๑๓๖}

การศึกษาเกี่ยวกับจิตสังคม จึงเป็นการศึกษาถึงความรู้สึกนึกคิด หรือใจของคนในสังคม โดยพิจารณาจากพฤติกรรมแสดงออก หรือพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ (Interpersonal behavior) ซึ่งมีมิติ ๔ ด้านคือ ด้านแต่ละบุคคล (Individuals) ด้านสิ่งแวดล้อมทางสังคม (Social environment) ด้านการปะทะสัมพันธ์ (Interaction) และผลของการปะทะสัมพันธ์ระหว่างแต่ละบุคคลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม^{๑๓๗}

“...การเข้าใจถึงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งได้รู้อิทธิพลจากการปรากฏตัว ภาพพจน์หรือการเสมือนปรากฏตัวของบุคคลอื่น ...” การเสมือนปรากฏตัวคือ การที่พฤติกรรมของบุคคลมักจะสะท้อนให้เห็นถึงความตระหนักในการเป็นสมาชิกคนหนึ่งของวัฒนธรรมใด วัฒนธรรมหนึ่งหรืออาชีพใดอาชีพหนึ่ง หรือกลุ่มสังคมใดสังคมหนึ่ง แม้จะอยู่คนเดียว พฤติกรรมของ

^{๑๓๖} อรรถสิทธิ์ เวชชาชีวะ, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์, ๒๕๔๒), หน้า ๓๑๒.

^{๑๓๗} สถิตย์วงศ์ วงศ์สุวรรณ, จิตวิทยาสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: เจริญรัตน์การพิมพ์, ๒๕๒๙), หน้า ๑๑.

เราจะแสดงให้เห็นอิทธิพลของความตระหนักในบทบาทสังคมของเราเอง และจะกระทำตามบทบาทที่สังคมกำหนด เสมือนว่ามีบุคคลอื่น ๆ อยู่ในที่นั้นด้วย^{๑๓๘}

ความแตกต่างของบุคคล มีสาเหตุหลายประการสรุปได้ ๒ ประการ คือ สาเหตุจากพันธุกรรม และจากสิ่งแวดล้อม

พันธุกรรม ไม่สามารถเลือก หรือเปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้น สิ่งแวดล้อมจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะสร้างเสริมลักษณะนิสัยให้เป็นที่ไปตามความประสงค์

กระบวนการที่เกิดจากการเรียนรู้และยึดถือปฏิบัติร่วมกันเป็นแนวทางให้บุคคลสามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้เป็นอย่างดี เรียกว่า กระบวนการสังคมปกติ (Socialization Process) มีลักษณะสำคัญ ๓ ประการ คือ

๑. การปฏิสัมพันธ์หรือการปะทะสัมพันธ์ของมนุษย์ (Human interaction)
๒. ความสามารถในการใช้ภาษา (Mastery of Language)
๓. การยอมรับด้วยความรักใคร่ (Affectionate Acceptance)^{๑๓๙}

สรุปได้ว่า จิตสังคมเป็นการศึกษาสาเหตุ ๒ ประการ คือ ลักษณะทางจิตใจความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคล และลักษณะทางสังคม หรือสิ่งแวดล้อมในสังคมที่มีความสัมพันธ์กัน หรือมีปฏิสัมพันธ์กันอันจะมีผลต่อพฤติกรรม

๒.๕.๒ ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม

แนวคิดพื้นฐานในการวิจัย ในสาขาจิตวิทยาและสาขาพฤติกรรมศาสตร์มีกรอบแนวคิดพื้นฐานในการศึกษาสาเหตุของพฤติกรรมศาสตร์มนุษย์ คือ รูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism Model) ซึ่งได้เป็นกรอบแนวคิดที่สำคัญในการวิจัยต่างๆ

รูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม เป็นกรอบแนวคิดที่ทันสมัยเนื่องจากเป็นข้อบ่งชี้เกี่ยวกับสาเหตุของพฤติกรรมต่าง ๆ หลายประเภท รวมทั้งพฤติกรรมการทำงาน ทฤษฎีนี้ระบุสาเหตุของพฤติกรรมของบุคคลอย่างน้อย ๔ สายหลัก ดังนี้

^{๑๓๘} สุวิไล เรียงวัฒนสุข, ผศ., **จิตวิทยาสังคม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท รุ่งศิลป์การพิมพ์ (๑๙๗๗) จำกัด, ๒๕๒๗), หน้า ๑-๒.

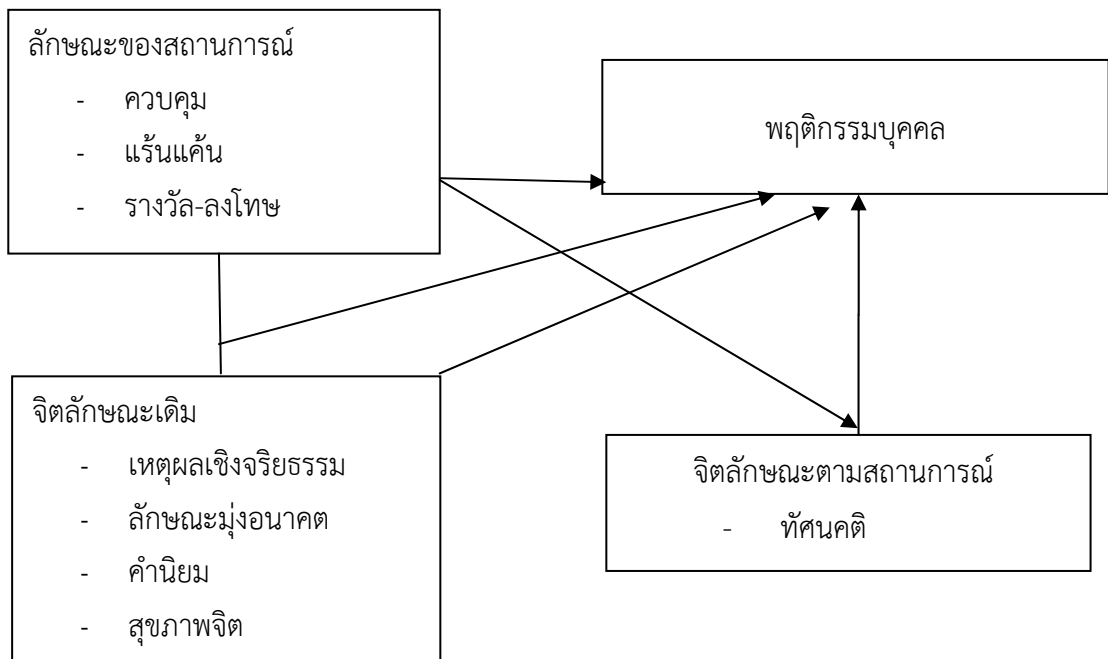
^{๑๓๙} ถวิล ธาราโกชน, **จิตวิทยาสังคม**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท โอ.เอส. พรินต์ติ้งเฮาส์, ๒๕๓๒), หน้า ๒๑-๒๒.

๑. สาเหตุฝ่ายสถานการณ์ (Situational Factors) ซึ่งเป็นสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวบุคคล หรือการรับรู้ของบุคคลที่เกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งรอบตัวของเขา เช่น ปทัสถานทางสังคมการสนับสนุนจากคนรอบข้าง เป็นต้น สถานการณ์เหล่านี้แบ่งเป็น ๒ ลักษณะคือ หนึ่งสถานการณ์ที่เอื้ออำนวยในการเกิดพฤติกรรมที่น่าปรารถนา เช่น การเห็นแบบอย่างที่ดีในการกระทำพฤติกรรมที่น่าปรารถนา และสองสถานการณ์ที่ขัดขวางมิให้เกิดพฤติกรรมที่น่าปรารถนา

๒. สาเหตุฝ่ายจิตลักษณะเดิม (Psychological Traits) เป็นจิตลักษณะหรือบุคลิกภาพที่ติดตัวมา อาจเกิดจากการถ่ายทอดทางสังคม เช่น สุขภาพจิต ประสบการณ์ทางสังคม สติปัญญา ค่านิยม เป็นต้น

๓. ปฏิสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุฝ่ายสถานการณ์กับฝ่ายจิตลักษณะเดิม ซึ่งเรียกว่า ปฏิสัมพันธ์แบบกลไก (Mechanical Interaction) เช่น พฤติกรรมของบุคคล ซึ่งเกิดจากการที่ผู้นั้นมีสุขภาพจิตที่ไม่ดีและกำลังอยู่ในสถานการณ์ที่ย่ำแย่ จึงทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ เป็นต้น

๔. สาเหตุฝ่ายจิตลักษณะตามสถานการณ์ หรือที่เรียกว่า ปฏิสัมพันธ์ภายในตน (Organismic Interaction) เป็นจิตลักษณะที่เปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ เช่น ทศนคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง สิ่งเหล่านี้เปลี่ยนแปลงตามสถานการณ์



รูปภาพที่ ๒.๒๐ แสดงการวิเคราะห์สาเหตุของพฤติกรรมด้วยรูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม (Interactionism Model)

รูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยม เป็นการกล่าวถึงสาเหตุของพฤติกรรมบุคคลในเชิงของระบบ “สาเหตุและผล” ทำให้รูปแบบทฤษฎีปฏิสัมพันธ์นิยมเป็นกรอบความคิดพื้นฐานที่สำคัญของการวิจัยในสาขาจิตพฤติกรรมศาสตร์ คำว่า “จิตสังคม” เป็นคำที่สะท้อนให้เห็นปัจจัยที่เป็นสาเหตุทั้งด้านจิตลักษณะหรือจิตใจ และด้านสถานการณ์หรือสังคม ซึ่งหมายถึง ปัจจัยเชิงสาเหตุ^{๑๔๐}

สรุปได้ความว่าพฤติกรรมของมนุษย์ต้องมีสาเหตุ เพื่อผลักดันและกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม ดังนั้นการศึกษาสาเหตุจำทำให้เข้าใจถึงพฤติกรรม และในส่วนของ การวางเงื่อนไข ก็เป็นสาเหตุสำคัญในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม งานวิจัยชิ้นนี้จึงมีความเชื่อว่าปัจจัยจิตสังคมมีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองกับความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค

๒.๕.๓ ความหมายของสัมพันธภาพ

ราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายว่า สัมพันธภาพ หมายถึง ความผูกพัน ความเกี่ยวข้องจากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องสัมพันธภาพ ได้มีผู้ให้ความหมายของคำว่า “สัมพันธภาพ” ไว้^{๑๔๑} ดังนี้

ซิคเกอร์ริง (Chickering) ได้ให้ความหมายของสัมพันธภาพระหว่างบุคคลไว้ว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึง การที่บุคคลมีความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นและการเปลี่ยนแปลงจากการพึ่งพาตนเองไปสู่การพึ่งพาซึ่งกันและกัน ซึ่งการอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้แก่ ความสามารถยอมรับ ความแตกต่างของบุคคลอื่นได้ และการมีน้ำใจกว้าง การให้ความช่วยเหลือสนับสนุน การให้และการรับ เป็นต้น^{๑๔๒}

ชัยพร วิชชาวุธ กล่าวว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคลเป็นพฤติกรรม ปฏิสัมพันธ์ตอบโต้ระหว่างบุคคล มนุษย์อยู่เป็นสังคม การกระทำของมนุษย์แต่ละคนจึงสัมพันธ์กับการกระทำของคนอื่น ๆ ในสังคม เกิดขึ้นทันทีเมื่อการกระทำของคนหนึ่งมีผลกระทบต่อผลกรรมที่อีกคนหนึ่งจะได้รับ^{๑๔๓}

กฤษณา ศักดิ์ศรี กล่าวถึง ความหมายของสัมพันธภาพว่า สัมพันธภาพเป็นความเกี่ยวข้องของมนุษย์ที่มีต่อกัน โดยทางตรงและทางอ้อม มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีความสามัคคีกันยอมรับนับถือ ตลอดจนการปฏิบัติตนให้อยู่ในกรอบของสถาบันและวัฒนธรรมเดียวกัน มีการสืบทอด

^{๑๔๐} ดุจเดือน พันธุนาวิน, **หลักและวิธีการประมวลเอกสารเพื่อความเป็นเลิศในการวิจัยทางจิตพฤติกรรมศาสตร์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โครงการส่งเสริมเอกสารทางวิชาการ คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๔๙), หน้า ๖๐-๖๓.

^{๑๔๑} ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕**, (กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์), หน้า ๗๙๖.

^{๑๔๒} Chickering, S.W., **IEducation and Identity**, (Sanfrancisco: Jossey Bass, 1993), p 90.

^{๑๔๓} ชัยพร วิชชาวุธ, **เอกสารการสอนชุดวิชามนุษยศาสตร์กับสังคม**, (นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, ๒๕๓๐), หน้า ๖๙.

เจตนาธรรมณ์ จนเกิดเป็นสังคมขึ้น ความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันของมนุษย์เข้าใจซึ่งกันและกัน ทั้งระหว่างบุคคลหรือกลุ่ม^{๑๔๔}

เกย์ (Gay) กล่าวว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคลเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในระหว่างบุคคล โดยกระบวนการนี้จะเกิดขึ้นทีละเล็กทีละน้อยอย่างต่อเนื่อง และรวมเข้าด้วยกันเป็นองค์ประกอบของกระบวนการของความคุ้นเคยและบุคคลที่เกี่ยวข้องจะอยู่ในฐานะบุคคลอันเป็นที่รักของกันและกัน^{๑๔๕}

จากความหมายของสัมพันธภาพระหว่างบุคคลดังกล่าว สรุปได้ว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึง พฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ตอบโต้ระหว่างบุคคล เพื่อทำความรู้จักกัน เพื่อให้ได้มาซึ่งความรักใคร่ ความเข้าใจอันดีต่อกัน อันจะนำมาซึ่งความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกันของบุคคลรวมทั้งสังคม ทำให้เกิดการปรับตัวทางสังคม ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เคารพในสิทธิผู้อื่น รู้จักการให้ และการยอมรับฟังซึ่งกันและกัน

๒.๕.๔ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

สัมพันธภาพระหว่างบุคคล เป็นผลรวมของการปฏิบัติความประพฤติระหว่างบุคคลซึ่งเกิดจากการที่บุคคลได้ร่วมทำกิจกรรมและมีส่วนร่วมในด้านการติดต่อสื่อความหมาย ความร่วมมือการเปลี่ยนแปลงการแก้ปัญหาและการจงใจซึ่งกันและกัน^{๑๔๖} แนวคิดหรือทฤษฎีที่เกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคลนั้นมีหลายทฤษฎี สำหรับงานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคลดังนี้

แนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีสามมติของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (FIRO – Fundamental Interpersonal Relation Orientation) โดยวิลเลียม ชูลท์ (Schultz) ทฤษฎีนี้ได้กล่าวถึงความต้องการระหว่างบุคคลทั้งในระดับพฤติกรรมและความรู้สึก ซึ่งจำเป็นและเพียงพอที่จะอธิบายการแสดงออกของบุคคล เมื่อมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในกลุ่มได้โดยความต้องการระหว่างบุคคลในระดับพฤติกรรมประกอบด้วย^{๑๔๗} ๓ มิติคือ

^{๑๔๔} กฤษณา ศักดิ์ศรี, **มนุษย์สัมพันธ์**, (กรุงเทพมหานคร: รวมสาส์นการพิมพ์, ๒๗๓๔), หน้า ๑๐.

^{๑๔๕} Gay, 1981, อังโน มณี ดิประสิทธิ์, “ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล อัตมโนทัศน์ สัมพันธภาพเชิงช่วยเหลือของพยาบาลประจำการกับความสามารถในการตัดสินใจทางการพยาบาล ภูมิภาคของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข”, **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๗.

^{๑๔๖} ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, **จิตวิทยาอุตสาหกรรม**, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพมหานคร, ๒๕๓๘), หน้า ๑๑๕-๑๑๗.

^{๑๔๗} Schultz, William C, **FIRO: A three diminution theory of Interpersonal Behavior**, (New York: Rinihart, 1966), p 59.

มิติที่ ๑ การเข้ากลุ่ม (Inclusion) เป็นมิติการเข้า – ออก (In-Out) หมายถึง ขอบเขตการติดต่อของมนุษย์ บางคนชอบการเข้ากลุ่มมาก ชอบที่จะไปงานเลี้ยงต่าง ๆ และทำสิ่งต่าง ๆ ร่วมกับกลุ่ม ชอบที่จะเป็นผู้เริ่มต้นการสนทนากับคนแปลกหน้าก่อน ในขณะที่บางคนชอบที่จะอยู่คนเดียว ชอบความเป็นส่วนตัว และหลีกเลี่ยงงานต่างๆ ซึ่งความแตกต่างเหล่านี้ตั้งแต่ระดับ Over Social (สภาพที่บุคคลรู้สึกเป็นทุกข์ เมื่ออยู่ตามลำพัง) จนถึง Under Social (สภาพที่บุคคลรู้สึกเป็นทุกข์ เมื่อมีบุคคลอื่นปรากฏอยู่ด้วย)

มิติที่ ๒ การควบคุม (Control) เป็นมิติของการอยู่เหนือกว่าหรืออยู่ใตกว่า (Top-Bottom) หมายถึง ขอบเขตของอำนาจการควบคุมและมีอิทธิพล บางคนมีความสุขเมื่อเขาได้รับมอบหมายให้ดูแลบุคคลอื่น ชอบที่จะเป็นเจ้านาย เป็นผู้ให้คำสั่งหรือเป็นผู้ทำการตัดสินใจสำหรับตนเองและผู้อื่น แต่บางคนชอบที่จะไม่ต้องควบคุมหรืออยู่เหนือบุคคลอื่น พอใจที่จะไม่เคยบอกให้ใครทำอะไรและพยายามค้นหาสภาพที่จะไม่ต้องรับผิดชอบอะไร มนุษย์มีความแตกต่างกันในความปรารถนาที่จะควบคุมบุคคลอื่น หรือเป็นอิสระจากการควบคุมบุคคลอื่นตั้งแต่ Autocratic (สภาพที่บุคคลรู้สึกเป็นทุกข์เมื่อไม่ได้เป็นผู้ควบคุม) จนถึง Abdicratic (สภาพที่บุคคลรู้สึกเป็นทุกข์ขณะที่ควบคุมบุคคลอื่น)

มิติที่ ๓ ความรักใคร่ผูกพัน (Affection) เดิมชูทส์ใช้คำว่า “Affection” ซึ่งแสดงถึงมิติของการอยู่ใกล้ – ไกล (Near-Far) หมายถึง ขอบเขตของการใกล้ชิดสนิทสนมกับบุคคลอื่น แต่จากประสบการณ์ที่ผ่านมาหลายที การใช้แบบวัดไฟโร-ปี แสดงให้เห็นว่าการใช้คำว่า Affection ทำให้ผู้ตอบสับสนแยกไม่ออกระหว่างความชอบพอที่เป็นความรู้สึกและความชอบที่เป็นพฤติกรรม ดังนั้นชูทส์ จึงเปลี่ยนมาใช้คำว่า “Openness” แทนความเปิดเผย (Openness) เป็นมิติของการเปิด-ปิด (Open-Close) หมายถึง ขอบเขตของการเปิดเผยของมนุษย์ บางคนได้รับความพอใจจากการมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ซึ่งเขาสามารถพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกของเขา ความลับและความคิดภายในตัวเขา ชอบที่จะมีคนที่เขาไว้วางใจได้หนึ่งหรือสองคนหรือมากกว่านั้น แต่บางคนพอใจกับการหลีกเลี่ยงจากการเปิดเผยกับบุคคลอื่นและค่อนข้างที่จะรักษาสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นให้อยู่ในระดับที่คุ้นเคยมากกว่าระดับการเป็นเพื่อนสนิท

ส่วนความต้องการระหว่างบุคคลในระดับความรู้สึกประกอบด้วย ๓ มิติ คือ

มิติที่ ๑ ความสำคัญ (Significance) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่รู้สึกว่าตนเองนั้นมีความสำคัญกับบุคคลอื่นและรู้สึกว่าบุคคลอื่นนั้นมีความสำคัญมีความหมายกับตนเอง

มิติที่ ๒ ความสามารถ (Competence) เป็นความรู้สึกถึงความสามารถของบุคคล เมื่อความสามารถคือการตัดสินใจในสิ่งต่าง ๆ หรือแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยความสามารถของตนเอง

มิติที่ ๓ ความน่าคบ (Likability) เป็นความรู้สึกน่าคบกับบุคคลอื่น บุคคลส่วนมากอาจจะมีความสามารถ มีความสำคัญแต่ไม่น่าคบ เช่น อาชญากรที่ประสบความสำเร็จ หรือจอมเผด็จการผู้กดขี่^{๑๔๘}

^{๑๔๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๒.

นอกจากนี้ ชูทส์ ยังได้แบ่งความเข้ากันได้ของบุคคล (Compatability) ออกเป็น ๒ ชนิด คือ

๑. Atmosphere Compatability เป็นความเข้ากันได้ของบุคคลซึ่งเกิดจากความต้องการที่เหมือนกัน เช่น ชอบสังคมเหมือนกัน

๒. Role Compatability เป็นความเข้ากันได้ของบุคคลซึ่งเกิดจากความต้องการที่ต่างกันหรือตรงกันข้ามกัน เช่น บุคคลที่ต้องการควบคุมบุคคลอื่น จะเข้ากันได้กับบุคคลที่ต้องการให้บุคคลอื่นควบคุมตนเอง

ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของซัลลิแวน ซึ่ง ฮอลล์ และลินเซย์ (Hall and Lindzey) ได้กล่าวถึง ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลโดยมีความเห็นว่า พฤติกรรมและบุคลิกภาพของมนุษย์เป็นผลมาจาก สัมพันธภาพระหว่างบุคคล บุคคลไม่สามารถแยกความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้เลยนับตั้งแต่เกิดมนุษย์นั้นเป็นผลผลิตของการมีความสัมพันธ์กันทางสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาเป็นเครื่องบ่งชี้ความต้องการของบุคคล และบอกทิศทางของการเจริญเติบโต^{๑๔๙}

๑. ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคล มีความเชื่อว่ามนุษย์มีความต้องการพื้นฐาน ๒ ประการ คือ

๑.๑ ความต้องการความพึงพอใจ (Satisfaction) เป็นความต้องการทางสรีระวิทยา เช่น ความหิว ความกระหาย ความต้องการทางเพศ

๑.๒ ความต้องการความมั่นคง (Security) เป็นความต้องการด้านจิตสังคมรวมถึงความสุขสบายใจ การมีความคิดและค่านิยมที่อยู่บนกรอบกับการยอมรับของสังคม สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้ขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล โดยที่บุคคลจะได้รับความอบอุ่นใจเพราะมีเพื่อน ซึ่งเพื่อนในที่นี้ หมายถึง ผู้หนึ่งผู้ใดที่บุคคลนั้นสนิทสนมพอที่จะยอมรับทุกข้อร้อนได้ ไม่ว่าจะอยู่ในวัยเดียวกันหรือไม่ก็ตาม บุคคลที่มีเพื่อนแม้หนึ่งคนย่อมไม่เป็นโรคจิต ประสาท

๒. โครงสร้างบุคลิกภาพ ซึ่งซัลลิแวนได้อธิบายว่า โครงสร้างบุคลิกภาพมีหลากหลายเป็นผลจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และสามารถแบ่งได้ ๓ ประการ คือ^{๑๕๐}

๒.๑ กระบวนการปรับเปลี่ยนพลังงาน (Dynamism) คือ พฤติกรรมที่เป็นความเคยชินในด้านความสัมพันธ์กับคนอื่น เช่น ชอบรับใช้ช่วยเหลือบุคคล ชอบเอาเปรียบ ชอบป้อนเพื่อให้ใครๆ เห็นอกเห็นใจ ฯลฯ ศูนย์กลางของกระบวนการปรับเปลี่ยนพลังงาน คือ ระบบตัวตน (Self System) เป็นกระบวนการที่พัฒนามาจากวิธีการป้องกันตนเอง เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์กับผู้อื่นดำเนินไปอย่างราบรื่น

^{๑๔๙} Hall and Lindzey, 1963, อ้างใน ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น = Introduction to Behavior Modification, (กรุงเทพมหานคร: โครงการส่งเสริมการแต่งตั้งข้าราชการพลเรือน, ๒๕๓๐), หน้า ๕๕-๕๗.

^{๑๕๐} ศรีเรือน แก้วกังวาน, ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เรือนแก้ว, ๒๕๔๗.), หน้า ๖๖.

๒.๒ กระบวนการสร้างสร้างภาพบุคคล (Personification) คือ มโนภาพที่บุคคลวาดเป็นภาพตัวเอง เป็นภาพคนอื่นที่มีสัมพันธ์ภาพกับตน โดยจะมีความเกี่ยวข้องอย่างลึกซึ้งกับความรู้สึก เจตคติและความคิดที่บุคคลมีขึ้นเนื่องจากได้รับประสบการณ์ทางด้านความพึงพอใจและความวิตกกังวล และจะมีความเกี่ยวข้องับประสบการณ์ของบุคคลที่เคยได้รับจากบุคคลอ้างอิง และสร้างภาพบุคคลตามประสบการณ์ที่ได้รับได้ผลิต อันจะทำให้บุคคลมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและบุคคลอื่น นั่นก็คือบุคคลสามารถที่จะประเมินตนได้ ดังนั้นภาพก็จะเกิดขึ้น

๒.๓ กระบวนการคิด (Cognitive Process) ซัลลิแวนเชื่อว่า กระบวนการคิดเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างบุคลิกภาพ ซึ่งมี ๓ ลักษณะใหญ่ ๆ

๒.๓.๑ ประสบการณ์โปรโตแทกซิก (Prototaxic) เป็นประสบการณ์ที่ยังมิได้พัฒนาปรับปรุง เป็นความคิดระดับทารกเกี่ยวกับการรับรู้ทางด้านประสาทสัมผัส ความรู้สึก ซึ่งเกิดขึ้นทันทีทันใดโดยปราศจากการเชื่อมโยงกับสิ่งแวดล้อมและในที่สุดบุคคลไม่สามารถรำลึกได้อีก

๒.๓.๒ ประสบการณ์พาราแทกซิก (Parataxic) เป็นประสบการณ์ที่ต่อเนื่องจากประสบการณ์โปรโตแทกซิก บุคคลเริ่มเชื่อมโยงสิ่งแวดล้อมให้มีความสัมพันธ์เป็นประสบการณ์ได้แยกได้ว่าสิ่งใดคือตนเอง สิ่งใดไม่ใช่ตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะเข้าใจสัมพันธ์ภาพระหว่างสิ่งต่างๆ

๒.๓.๓ ประสบการณ์ซินแทกซิก (Syntactic) เป็นประสบการณ์ขั้นสูงสุด บุคคลเริ่มเรียนรู้ติดต่อโดยใช้ภาษา คำพูด สัญลักษณ์ มีผลให้บุคคลสามารถติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นได้อย่างมั่นคง

สรุปได้ว่า ซัลลิแวน (Frigberg) เน้นสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลในสังคม เพราะจะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลมีพฤติกรรมเกิดขึ้นเขาเน้นความมั่นคงและสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลที่ดี เพื่อสภาพจิตสังคมสมบูรณ์ การมีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลที่ไม่ดีจะก่อให้เกิดปัญหามากมาย อันเป็นผลมาจากขาดความพึงพอใจ^{๑๕๑}

นอกจากทฤษฎีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลของไฟโรและซัลลิแวนแล้ว ยังมีทฤษฎีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ที่มีความเห็นสอดคล้องกันโดยมีสาระสำคัญตอนหนึ่งที่เน้นในเรื่องบุคคลที่มีความเชื่อว่า บุคคลแต่ละคนประกอบด้วยลักษณะและความต้องการทางเคมีสรีระวิทยา และด้านสัมพันธ์ภาพ ซึ่งเป็นผลมาจากการมีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลนี้มีพื้นฐานของการพัฒนาของบุคลิกภาพตั้งแต่วัยทารกตลอดจนช่วงชีวิต พัฒนาการนี้เป็นไปเพื่อให้ชีวิตที่มีความสุขและมีประโยชน์ บุคคลทุกคนมีความต้องการเฉพาะตน เมื่อความต้องการไม่ได้รับการตอบสนอง เป็นผลให้เกิดความไม่

^{๑๕๑} Frigberg, 1983, อังโน มณี ตีประสิทธิ์, “ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล อัตมโนทัศน์สัมพันธ์ภาพเชิงช่วยเหลือของพยาบาลประจำการกับความสามารถในการตัดสินใจทางการพยาบาล คุณเงินของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข”, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๔๘.

พอใจ ความคับข้องใจ เครียดและกังวล ความรู้สึกเหล่านี้เกี่ยวข้องกับระดับของความปรารถนาที่แต่ละบุคคลได้ตั้งไว้ และเมื่อนั้นบุคคลจะต้องจัดการกับความรู้สึกที่เกิดขึ้น และรู้สึกมั่นคงมากขึ้น

๒.๕.๕ การสร้างสัมพันธภาพ

การสร้างสัมพันธภาพนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตลอดเวลา เริ่มมาตั้งแต่แรกเกิดจนถึงช่วงสุดท้ายของชีวิต บุคคลจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในด้านต่าง ๆ ของชีวิตส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับด้านสัมพันธภาพ บางคนแม้จะมีความรู้ดีแต่มีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลภายนอกในรูปแบบที่ไม่เหมาะสมก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ไม่ดีต่อกัน ทำให้มีปัญหาในการดำรงชีวิต เกิดความอึดอัด ไม่สบายใจ ขาดความมั่นใจ จึงหลบหนีจากสังคมหรือประกับความล้มเหลวในชีวิตได้^{๑๕๒}

ในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีนั้น ควรเริ่มจากการทำความเข้าใจตนเอง และปรับปรุงในข้อบกพร่องของตนเองก่อน ในการเรียนรู้ที่จะมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ควรเริ่มจากการทำความเข้าใจเกี่ยวกับ “ตน” หรือ “ตนเอง” เสียก่อน ซึ่ง คมเพชร ฉัตรศุภกุล ได้แบ่ง “ตน” ออกเป็น ๓ ประเภท^{๑๕๓} ดังนี้

๑. ตนตามอุดมคติ (Idea Self) หมายถึง ตนที่เราอยากจะเป็น

๒. ตนที่ตนเองรับรู้และคนอื่นรับรู้ (Perceived Self) มี ๒ ลักษณะ ได้แก่

๒.๑ ตนที่ตนเองรับรู้ หมายถึง การที่เรามองตนเองว่าเป็นอย่างไร เช่น เรามองว่า ตัวเองเก่ง ดี รวย เป็นต้น

๒.๒ ตนที่คนอื่นรับรู้ หมายถึง การที่คนอื่นมองเราว่าเรามีลักษณะอย่างไร เช่น เป็นคนไม่สุภาพ ไม่เป็นมิตร เป็นต้น

๓. ตนที่เป็นจริง (Real Self) หมายถึง สภาพที่แท้จริงของบุคคล บางครั้งบุคคลบางคนไม่สามารถรู้จักตนเองได้ดี จึงแสดงพฤติกรรมออกไปไม่เหมาะสม เช่น บางคนชอบร้องเพลง ทั้ง ๆ ที่ร้องเพลงไม่เพราะเลย

จอร์นสัน (Johnson) ได้เสนอแนะวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกันไว้ดังนี้^{๑๕๔} คือ

^{๑๕๒} ศิริรัตน์ ผุดผ่อง, “ผลการฝึกสร้างสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนตามรูปแบบของจอยซ์และคณะของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ ๒ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์”, **ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๘), หน้า ๒๔.

^{๑๕๓} คมเพชร ฉัตรศุภกุล, **ทฤษฎีการให้คำปรึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๐), หน้า ๑๑๒-๑๑๓.

^{๑๕๔} Johnson, David W., **Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self-Actualization**, 3rd ed., (New York: Prentice – Hall, 1986), pp. 7– 9.

๑. การรู้จักและไว้วางใจกัน ซึ่งจะเกิดได้จากการเปิดเผยตนเอง ได้แก่ การเปิดเผยว่าเรามีความรู้สึกอย่างไรต่อสิ่งที่ได้กระทำลงไป การตระหนักรู้ในตนเอง ได้แก่ รู้ เข้าใจ และยอมรับในความรู้สึก ความคิด ความสามารถ และการกระทำของตนเอง การยอมรับตนเอง ได้แก่ พอใจและยอมรับลักษณะต่าง ๆ ของตนเอง

๒. การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา ได้แก่ บอกความคิด ความรู้สึกของเราให้ผู้อื่นทราบอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา

๓. การยอมรับและสนับสนุนกัน ได้แก่ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นมีปัญหา หรือประสบภาวะวิกฤติ การรู้จักแก้ปัญหาและขจัดความขัดแย้ง จะช่วยให้บุคคลมีความใกล้ชิด และสนิทสนมกันมากยิ่งขึ้น

การสร้างสัมพันธภาพนั้นเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตลอดเวลา เริ่มมาตั้งแต่แรกเกิดจนถึงช่วงสุดท้ายของชีวิต บุคคลจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในด้านต่างๆ ของชีวิตส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับด้านสัมพันธภาพ บางคนแม้จะมีความรู้ดีแต่มีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลภายนอกในรูปแบบที่ไม่เหมาะสม ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ไม่ดีต่อกัน ทำให้มีปัญหาในการดำรงชีวิต เกิดความอึดอัด ไม่สบายใจ ขาดความมั่นใจ จึงหลบหนีจากสังคมหรือประกับความล้มเหลวในชีวิตได้

๒.๕.๖ หลักพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพ

ความสามารถที่จะช่วยให้ผู้อื่นยอมรับเป็นเพื่อนนั้น ขึ้นอยู่กับความสามารถและทักษะทางสังคมของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ซึ่ง โคลแมน และแฮมเมอร์ (Coleman and Hammer) ได้กล่าวถึงพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพ ซึ่งประกอบด้วยปัจจัยสำคัญได้แก่^{๑๕๕}

๑. การมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน

สัมพันธภาพใดก็ตามจะยั่งยืน ก็ต่อเมื่อสัมพันธภาพนั้นสนองความต้องการของบุคคลทั้งสองฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นเพื่อความรัก การเป็นที่ยอมรับทางสังคม ความรู้สึกมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี เป็นต้น ถ้าไม่สนองความต้องการของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง สัมพันธภาพก็ไม่อาจคงอยู่ได้ ดังนั้น การมีวัตถุประสงค์และความต้องการร่วมกัน จึงเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญยิ่งในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

๒. การเคารพในสิทธิและความเป็นตัวของตัวเองของบุคคล

สัมพันธภาพที่ใกล้ชิดอาจแตกร้าวดได้ ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งล่วงล้ำสิทธิและไม่ยอมรับให้อีกฝ่ายหนึ่งเป็นตัวของตัวเอง คนที่เคยสนิทกันอาจเลิก คบกันได้ การปฏิบัติต่อกันแบบประชาธิปไตยด้วย

^{๑๕๕} สุภาพรณ โคตรจรัส, จิตวิทยาในการดำรงชีวิต, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๗), หน้า ๘๗.

ความเคารพในสิทธิและเสรีภาพของกันและกัน จึงเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่ง แต่ไม่ได้หมายความว่าเราจะต้องยอมรับและเห็นด้วยกับความคิด หรือความเชื่อของเขา

๓. โครงสร้างและแบบแผนของสัมพันธภาพ

สัมพันธภาพทางสังคมทั่วไป มักมีโครงสร้างและลักษณะการติดต่อสื่อสารที่สอดคล้องกัน เช่น สัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียน สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนกับเพื่อน บิดามารดากับบุตร เป็นต้น โครงสร้างและแบบแผนการติดต่อสื่อสารและขึ้นอยู่กับผู้อื่นที่อยู่ในสัมพันธภาพนั้นเป็นรายๆไป ส่วนใหญ่การพัฒนาขึ้นอยู่กับขอบเขตที่สร้างความพึงพอใจให้ทั้งสองฝ่าย สัมพันธภาพจะยาวนานหรือไม่ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจที่ทั้งสองฝ่ายได้รับ

๔. องค์ประกอบของการติดต่อสื่อสาร

องค์ประกอบในการติดต่อสื่อสารซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาในด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ได้แก่

๔.๑ การมีภูมิหลัง และประสบการณ์ที่แตกต่างกัน เช่น ผู้มีระดับการศึกษา และฐานะทางเศรษฐกิจเดียวกัน มักมีภาษาที่ติดต่อสื่อสารความหมายในระดับเดียวกัน

๔.๒ การเลือกรับรู้โดยให้ความสนใจเฉพาะข้อความบางตอน ทำให้ไม่ได้รับข้อเท็จจริงทั้งหมด ซึ่งทำให้การตีความผิดพลาดได้

๔.๓ อารมณ์ และความรู้สึกในขณะที่มีการรับรู้ปัจจัยในสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะป็นเหตุการณ์หรือบุคคลที่ก่อให้เกิดอารมณ์ต่าง ๆ เช่น ความมั่นใจ ความกลัว หรือ ความโกรธ เป็นต้น อาจทำให้เกิดการรับรู้และการตีความหมายที่ผิดพลาดได้

๕. การรู้จักตนเอง และสิ่งแวดล้อมอย่างกระจ่าง

๕.๑ การรับรู้ตนเองตามความเป็นจริง ซึ่งจะนำไปสู่การยอมรับตนเอง

๕.๒ การรับรู้ผู้อื่นได้ตรงความเป็นจริงยอมนำไปสู่การยอมรับในตัวจริงของผู้อื่น

๕.๓ การรับรู้ได้ตรงความเป็นจริง ซึ่งสัมพันธภาพจะยืดยาวได้ ถ้าสนองความต้องการ และก่อให้เกิดความพึงพอใจร่วมกันทั้งสองฝ่าย ดังนั้น จึงต้องพยายามขจัดปัญหาในการติดต่อสื่อสารที่เกิดขึ้น

๖. การห่วงใยในสวัสดิการของผู้อื่น

อาจแสดงออกโดยการพูดหรือการกระทำ อาจพูดปลอบใจ แสดงความห่วงใย หรือให้ความช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นประสบความยุ่งยากลำบากใจหรือแสดงความซาบซึ้ง แสดงความขอบคุณในคุณความดีที่ผู้อื่นได้แสดงต่อตน แสดงความชื่นชมในความดีที่ผู้อื่นมี ย่อมเป็นการเสริมแรงคุณลักษณะเช่นนั้น และช่วยสร้างเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

๗. การซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น

การเป็นตัวของตัวเองและซื่อสัตย์ต่อความคิดเห็นและความเชื่อของตนเองนั้น เป็นสิ่งที่สำคัญบุคคลไม่ควรหลีกเลี่ยงที่จะพูดความจริงเพียงเพราะไม่กล้าเผชิญความขัดแย้ง และควรมีความเชื่อด้วยว่าผู้อื่นก็ย่อมจะกล้าเผชิญความจริง และหาทางแก้ไขปัญหาได้ในทางสร้างสรรค์อย่างไรก็ตาม ความเป็นจริงที่พูดต้องแสดงให้เห็นความเคารพในความเป็นตัวของตัวเองของผู้อื่น คำนึงถึงความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น พร้อมทั้งแสดงความห่วงใย เป็นมิตรอย่างจริงจังด้วยความหวังดีจึงเป็นความจริงที่นุ่มนวลไม่ก้าวร้าว

ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า พื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพนั้นเป็นสิ่งสำคัญในการทำให้บุคคลเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น พฤติกรรมและการแสดงออกของแต่ละบุคคลจะทำให้สามารถรับรู้สิ่งที่ซ่อนเร้นอยู่ได้ การรับรู้และการตีความถึงอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นที่ถูกต้องและตรงตามความเป็นจริง รับรู้ตนเองและผู้อื่นตามสภาพความเป็นจริง รวมทั้งการแสดงออกด้วยความจริงใจ ความห่วงใย การรู้จักช่วยเหลือผู้อื่น จะทำให้สัมพันธภาพระหว่างบุคคลแน่นแฟ้นและยืนยาวขึ้นได้

๒.๕.๗ ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

ชไนเดอร์ (Schneider) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลไว้ดังนี้^{๑๕๖}

๑. ความพอใจร่วมมือ (Mutuality) หมายถึง การที่บุคคลคบหาสมาคมกันนั้นจำเป็นต้องคำนึงถึงความรู้สึกและความพอใจของทั้งสองฝ่ายเป็นเบื้องต้น ต่างฝ่ายพอใจคบหาสมาคม ถ้าต่างฝ่ายต่างไม่พอใจที่จะคบหาสมาคมต่อกัน ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลก็จะไม่ยืดยาวต่อไป อาจจะเป็นการรู้จักกันอย่างผิวเผินเท่านั้น

๒. การรู้จักละไว้วางใจกัน (Knowledge and Trust) เมื่อบุคคลพอใจที่จะคบหาสมาคมกันแล้ว ก็ต้องทำความรู้จักกันต้องศึกษารายละเอียดและประวัติส่วนตัวของฝ่ายตรงข้าม หาโอกาสสนทนากัน แล้ววิเคราะห์ดูว่า บุคคลนั้นๆมีทัศนคติหรือรสนิยมแบบเดียวกับตนหรือไม่ การที่จะให้ผู้อื่นไว้วางใจตนเองนั้น บางคนจะใช้วิธีเปิดเผยตนเอง แสดงความบริสุทธิ์ใจเพื่อให้ฝ่ายตรงข้ามรู้จักคุ้นเคยหรือไว้วางใจรวดเร็วขึ้น ซึ่งเป็นวิธีที่ดีที่จะช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจ สนทนากันเป็นอย่างดี

๓. ปทัสถานส่วนบุคคล (Personal Norms) สิ่งหนึ่งที่จะช่วยให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นไปอย่างแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น ได้แก่ ปทัสถานส่วนบุคคลที่แต่ละบุคคลยึดมั่นและแสดงออกอันมีผลกระทบต่อผู้อื่น เช่น การแสดงกิริยามารยาท ความประพฤติส่วนตัว อุปนิสัยใจคอ และบุคลิกภาพของบุคคลนั้น เป็นต้น ถ้าบุคคลมีปทัสถานส่วนบุคคลดี ก็เป็นเสน่ห์ของบุคคลนั้น ทำให้บุคคลนั้นเป็นที่รักใคร่และชื่นชอบของบุคคลอื่น อันจะเป็นปัจจัยในการสร้างสัมพันธภาพหรือมิตรภาพที่ดีต่อกันได้

^{๑๕๖} Schneider, 1976, อ้างใน สงวน สุทธิเลิศอรุณ, *ทฤษฎีและปฏิบัติการมาจิดวิทยาสังคม*, (กรุงเทพมหานคร: อักษรบัณฑิต, ๒๕๒๙), หน้า ๑๒.

๔. การลงทุนส่วนตัว (Self Investment) เมื่อบุคคลเข้าไปมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นหรือกลุ่มอื่นใดก็ตาม บุคคลอาจจะได้กำไรหรือขาดทุน กำไรในที่นี้หมายถึง ความพอใจ ความสำเร็จ ความร่าเริงและความสุขใจ ส่วนขาดทุน หมายถึง ความไม่สบายใจ ความทุกข์ใจ ความอับอายและความกระวนกระวายใจ ดังนั้น การที่บุคคลจะคบกับใครนั้น แต่ละบุคคลจะต้องพิจารณาถึงกำไรและขาดทุนไว้ในและยอมลงทุนโดยเสียบางส่วนเพื่อแลกกับบางอย่างที่พอใจ

คาร์คัฟ และเบเร็นสัน (Carkhuff and Berenson) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลไว้ดังนี้

๑. ความสัมพันธ์แบบเปิด หมายถึง การเปิดเผยความรู้สึก เต็มใจที่จะแลกเปลี่ยนข้อมูล ประสบการณ์ซึ่งกันและกันอย่างเปิดเผยเพื่อความเข้าใจอันดี และก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่มั่นคง

๒. มีความรู้สึกร่วม หมายถึง สามารถมีความเข้าใจบุคคลอื่น รับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับบุคคลอื่น

๓. เคารพและยอมรับในบุคคลอื่น หมายถึง ยอมรับบุคคลอื่นโดยไม่ตัดใจว่าถูกหรือผิดไม่ประเมินบุคคลอื่น เคารพในบุคคลอื่นว่า รับฟังความคิดเห็นของบุคคลอื่น

๔. การยอมรับโดยไม่ต้องเห็นด้วย หมายถึง การเป็นผู้ฟังที่ดีที่จะพยายามทำความเข้าใจโดยไม่ประเมินบุคคลอื่น แต่ให้ความสนใจในบุคคลอื่น^{๑๕๗}

นอกจากนี้ ในการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ไม่มีใครที่จะเป็น “ผู้รับ” หรือ “ผู้ให้” อยู่ฝ่ายเดียวได้ การพึ่งพาซึ่งกันและกัน เป็นพฤติกรรมสังคมที่จะต้องมีการตอบสนองกันอยู่ตลอดเวลา พฤติกรรมสังคมนี เป็นศิลปะที่เรียนรู้ได้ แต่จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับพื้นฐานอันละเอียดอ่อนในจิตใจของแต่ละบุคคลบางคนสามารถรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นได้ไว และสามารถ “ให้” สิ่งที่ผู้อื่นต้องการได้ถูกต้อง ผลที่เกิดขึ้นคือ ความพอใจอันนำไปสู่ไม่ตรีจิตและมิตรภาพ แต่บางคนพื้นฐานทางจิตใจยังไม่ละเอียดอ่อนนัก จึงไม่สามารถอ่านความรู้สึกหรือความต้องการของอีกฝ่ายหนึ่งได้ การตอบสนอง จึงอาจจะไม่ถูกต้อง ผลที่เกิดขึ้นนั่นก็คือ ความไม่พึงพอใจซึ่งจะนำไปสู่ความขัดแย้ง นอกจากนี้ปัจจัยที่แฝงอยู่เป็นเครื่องส่งเสริมให้มิตรภาพดำเนินไปอย่างราบรื่นคือ ความจริงใจที่เกิดขึ้นทั้งฝ่ายผู้ให้และผู้รับ^{๑๕๘}

จากปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างบุคคลดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า การพัฒนาตนเองเกี่ยวกับสัมพันธภาพซึ่งบุคคลจะต้องเปิดเผยความรู้สึกของตนเองและรับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้น

^{๑๕๗} Carkhuff, R.R. and Berenson, B.G., *Beyond Counseling and Therapy*, 2nd ed., (New York: Holl, Printchart and Winston, 1977), pp. 203–207.

^{๑๕๘} กิตยวดี บุญชื้อ, *การให้และรับความร่วมมือ ในกลุ่มสัมพันธ์: ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม ๑*, (กรุงเทพมหานคร: บุรพาศิลป์การพิมพ์, ๒๕๒๒), หน้า ๑๑๒-๑๑๔.

ของบุคคลอื่นด้วย เข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ยอมรับตนเองและผู้อื่น มีความไว้วางใจกัน เป็นทั้งผู้ให้และผู้รับ ซึ่งจะนำไปสู่การสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน

๒.๕.๘ การพัฒนาสัมพันธภาพ

แซสส์ (Sasse) กล่าวว่า สัมพันธภาพกับผู้อื่นมิได้เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติสัมพันธภาพจะเจริญหรือมีความมั่นคง ขึ้นอยู่กับบุคคลและความสัมพันธ์ของบุคคล ดังนั้น การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นจึงเป็นพื้นฐานของกระบวนการพัฒนาความรู้สึกและการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล^{๑๕๙}

การพัฒนาสัมพันธภาพประกอบด้วย

๑. การสร้างสายสัมพันธ์ เป็นความรู้สึกที่ทำให้บุคคลอื่นสบายใจ การสร้างสายสัมพันธ์ที่ดีนำไปสู่การปฏิสัมพันธ์ในครั้งต่อไป ขณะที่พัฒนาสายสัมพันธ์ บุคคลจะรู้สึกสบายใจ ไม่ป้องกันตนเอง แต่จะเปิดเผยตนเองและเล่าเรื่องเกี่ยวกับตนเองมากขึ้น

๒. การเล่าเกี่ยวกับตนเอง เมื่อบุคคลมีสายสัมพันธ์ต่อกัน บุคคลมักชอบเล่าถึงความรู้สึก ประสบการณ์ และทัศนคติของตนเอง ทำให้รู้จักตนเองและผู้อื่นมากขึ้น

๓. การรู้จักฟังพียงซึ่งกันและกัน บุคคลจะได้เรียนรู้ซึ่งกันและกันทราบว่าผู้อื่นชอบอะไร ไม่ชอบอะไร เพื่อจำได้ตอบสนองได้ถูกต้อง และทราบว่าช่วยเหลือนั้นได้อย่างไร

๔. ความต้องการสัมพันธ์ที่มั่นคง บุคคลจะเริ่มมีการเคารพซึ่งกันและกัน มีความเชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น และมีความรักในสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นเพื่อให้สัมพันธภาพนั้นมั่นคงต่อไป

นอกจากนี้ แซสส์ (Sasse) ยังกล่าวว่าการสร้างความคุ้นเคยเป็นสิ่งสำคัญซึ่งเปรียบเสมือนบันไดที่บุคคลต้องก้าวไปที่ละขั้นดังนี้^{๑๖๐}

๑. ความใกล้ชิดทางปัญญา เมื่อบุคคลมาพบกันจะเริ่มความสัมพันธ์ด้วยคำพูดและความคิด เช่น การพูดคุยเกี่ยวกับภาพยนตร์ ความเป็นไปของสังคม เป็นต้น ในขั้นนี้ต่างก็รักษาความรู้สึกที่แท้จริงในบางเรื่องของตนไว้และไม่แสดงออกเกินไป

๒. ความใกล้ชิดทางร่างกาย บุคคลที่มาถึงขั้นนี้จะมีความสนิทสนมกันมากขึ้น มีการสัมผัสกัน เช่น การจับมือ การแตะไหล่ การโอบกอด เป็นต้น

^{๑๕๙}Sasse, 1975, อ้างใน วิมล หนองพงษ์, “ผลของกิจกรรมกลุ่ม ที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ โรงเรียนองครักษ์ อำเภองครักษ์ จังหวัดนครนายก”, *ปฏิญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๘), หน้า ๒๘.

^{๑๖๐}Sasse, 1975, อ้างใน อาจารย์ ช่างประดับ, “องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี”, *ปฏิญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๐), หน้า ๑๙.

๓. ความใกล้ชิดทางอารมณ์ บุคคลที่มาถึงขั้นนี้จะมีความสนิทสนมกันมากขึ้นได้อย่างเป็นธรรมชาติ ไม่เสแสร้ง ไม่ปกป้องตนเอง บุคคลจะสามารถเข้าใจ มีความรักและสนับสนุนซึ่งกันและกัน มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ร่วมกันแลกเปลี่ยนความรู้สึกหรือความคิดส่วนตัวเนื่องด้วยความต้องการของแต่ละบุคคลนั้นมีความคิด และความสามารถทางปัญญา ส่วนบางคนอาจมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพราะมีความใกล้ชิดทางอารมณ์ ไว้วางใจซึ่งกันและกัน ในขณะที่สัมพันธ์ภาพกำลังพัฒนานั้น สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เกิดการพัฒนาร่วมกันคือ ลักษณะของบุคคลได้แก่

๓.๑ ความไว้วางใจ ความสามารถในการไว้วางใจผู้อื่น เป็นการแสดงถึงความเชื่อมั่นว่าจะไม่มีใครปฏิเสธ หรือทำให้เราเสียความรู้สึก ความไว้วางใจในที่นี้ หมายถึงการที่เราคาดหวังว่าบุคคลอื่นจะให้การยอมรับและสนับสนุน ความไว้วางใจจะเริ่มระหว่างสองระยะแรกของวงล้อสัมพันธ์ภาพ กล่าวคือ ขณะสร้างสายสัมพันธ์และแลกเปลี่ยนความรู้สึก ความไว้วางใจ จะมีส่วนสำคัญและเป็นตัวชี้ว่า วงล้อสัมพันธ์ภาพจะเดินไปทางใด

๓.๒ ความรักหรือความชอบ ความต้องการความรักความพอใจจะเป็นสิ่งสำคัญของสัมพันธ์ภาพโดยเฉพาะจำนวนและปริมาณของความรักในสัมพันธ์ภาพเป็นองค์ประกอบที่จะช่วยในการพัฒนา แต่ไม่จำเป็นว่าสัมพันธ์ภาพที่จะเกิดขึ้นจะต้องมีความรัก เช่นสัมพันธ์ภาพในทางธุรกิจ

๓.๓ พลังหรืออำนาจ เป็นส่วนหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคล หลังหรืออำนาจจะเห็นได้ชัดในบางสัมพันธ์ภาพ เช่น พ่อแม่มีอำนาจลงโทษลูก ตำรวจมีอำนาจยึดใบขับขี่ เป็นต้น พลังหรืออำนาจมิ ได้มีเพียงฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งดังตัวอย่าง ลูกก็มีพลังอำนาจที่จะแสดงออกได้หลายทาง เช่น ปัสสาวะรดที่นอน เป็นต้น หลังหรืออำนาจมักเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ อายุ การศึกษา การเงิน เพศ ทักษะหรือความสามารถ บุคลิกภาพ แต่พลังหรืออำนาจมักจะเป็นที่มาของความขัดแย้ง บางคนมีความต้องการอำนาจและมีความสุขมากที่ได้ใช้อำนาจ แต่บางคนต้องการเพียงเล็กน้อย บุคคลที่ต่อสู้เพื่ออำนาจจะมีสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นได้ไม่ยั่งยืน

๒.๕.๙ คุณภาพของสัมพันธ์ภาพ

ซิคเกอร์ริง (Chickering) กล่าวว่า คุณภาพของสัมพันธ์ภาพ หมายถึง ความรู้สึกจากการพึ่งตนเองหรือพึ่งบุคคลอื่นไปสู่การพึ่งพาซึ่งกันและกัน ได้แก่ การไว้วางใจ การให้ความช่วยเหลือสนับสนุน ตลอดจนการให้และการรับ บุคคลจะมีความสัมพันธ์สนิทสนมกันได้จะต้องมีพื้นฐานของความไว้วางใจเกิดขึ้นก่อน ความไว้วางใจจะทำให้บุคคลเกิดความอบอุ่นใจ กล้าแสดงความคิดเห็นช่วยเหลือเอาใจใส่ซึ่งกันและกันการมีความไว้วางใจจะต้องมีการพัฒนาเป็นขั้นตอนไม่ใช่ไปสู่จุดสูงสุดเลยภายในครั้งเดียว ความไว้วางใจจะถูกสร้างขึ้น ถ้าบุคคลมีความรู้สึกว่าได้รับการสนับสนุนและได้รับการยอมรับมีการเปลี่ยนความคิดซึ่งกันและกัน จะทำให้เกิดความไว้วางใจกันมากขึ้น^{๑๖๑}

^{๑๖๑}Chickering, S.W., *Education and Identity*, (Sanfrancisco: Jossey Bass, 1993), p 90.

นอกจากนี้สัมพันธภาพที่บุคคลมีการเปิดเผยตนเองจะทำให้เกิดความไว้วางใจ มั่นใจในตัวบุคคลนั้น การไว้วางใจจะเกิดจากการยอมรับคนอื่นและมีการติดต่อกันอย่างเปิดเผย มีการช่วยเหลือกันเท่าที่จะทำได้ หากบุคคลมีการเปิดเผยตนเองแต่ไม่รู้สึกรับบุคคลอื่น ความไว้วางใจก็จะไม่เกิดขึ้น และไม่เกิดการเปิดเผยตนเองอีกต่อไป^{๑๖๒}

สำหรับบุคคลที่ให้ความสำคัญกับการวิพากษ์วิจารณ์มากเกินไป จะเป็นบุคคลที่ไม่มีความไว้วางใจ และชอบตำหนิติเตียนบุคคลอื่น ถ้าบุคคลเรียนรู้ที่จะไว้วางใจบุคคลอื่น จะทำให้บุคคลนั้นไม่มองว่าตนเองอยู่เหนือกว่าหรือต่ำกว่าบุคคลอื่น แต่จะนับถือบุคคลว่าเป็นบุคคลหนึ่งหรือเป็นเพื่อน มิใช่ศัตรูหรือคู่แข่ง บุคคลจะปฏิบัติต่อบุคคลอื่นในฐานะที่เป็นมนุษย์มากกว่าวัตถุ^{๑๖๓}

ส่วนการให้การช่วยเหลือสนับสนุน เป็นการให้ความช่วยเหลือต่อบุคคลอื่น แต่ขณะเดียวกันต้องไม่เป็นการทำร้ายตนเอง หรือมีลักษณะที่สนองตอบความต้องการของบุคคลอื่นเสมอพยายามที่จะทำอะไรเพื่อบุคคลอื่นแต่ฝ่ายเดียว ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นรู้สึกเหนื่อยอ่อนทั้งกายและใจ กลายเป็นบุคคลที่ห่างเหินกับตนเอง แต่ถ้าเราเป็นตัวของตัวเองและรู้วิธีการสร้างความสมดุลระหว่างความต้องการของตนเองและบุคคลอื่น ถึงแม้ว่าเราจะช่วยเหลือบุคคลอื่นในยามที่บุคคลนั้นมีปัญหา แต่เราก็จะไม่แก้ปัญหาแทนบุคคลนั้นทั้งหมดทุกอย่าง เพราะเรามีความเชื่อมั่นว่าบุคคลนั้นมีความสามารถที่จะรับผิดชอบตนเองได้^{๑๖๔}

จากคุณภาพของสัมพันธภาพดังกล่าว สรุปได้ว่า คุณภาพของสัมพันธภาพจะเกิดขึ้นได้ต้องเริ่ม จากการไว้วางใจอันจะทำให้เกิดความอบอุ่นใจ กล่าวแสดงความคิดเห็น และนำไปสู่การช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน ซึ่งความไว้วางใจนั้นจะถูกสร้างขึ้นได้โดยบุคคลควรได้รับการสนับสนุนและยอมรับจากการเปิดเผยตนเอง อีกทั้งไม่ควรให้ความสำคัญกับการวิพากษ์วิจารณ์มากเกินไป มีการแลกเปลี่ยนและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แต่ก็เชื่อมั่นในความสามารถของผู้อื่นที่จะรับผิดชอบตนเองได้ด้วย ทั้งสองฝ่ายควรเป็นทั้งผู้ให้และผู้รับ จึงจะนำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีต่อไป

^{๑๖๒} Johnson. David W, *Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self –Actualization*, 3rd ed., (New York: Prentice – Hall, 1986), pp. 43–46.

^{๑๖๓} ชูชัย สมितिไกร, *ผลของประสบการณ์กลุ่มฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อทัศนคติส่วนบุคคลตามการรับรู้ของผู้รับการฝึก*, (เชียงใหม่: ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๓๐), หน้า ๘๗–๘๘.

^{๑๖๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๓ – ๑๑๔.

๒.๕.๑๐ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับจิตอาสา

๒.๕.๑๐.๑ ความหมายและความสำคัญของจิตอาสาทั่วไป

นักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายของคำว่า จิตอาสาไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน^{๑๖๕} พ.ศ. ๒๕๔๒ ได้ให้ความหมายคำว่า “จิตสำนึก” (เช่น จิตสำนึกต่อศาสนา) คือ ความตระหนักในหน้าที่ของศาสนิกชนพึงปฏิบัติต่อศาสนา หรือจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อม จึงเป็นอีกคำหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับคำว่า “จิตอาสา”

เทพ สงวนกิตติพันธุ์^{๑๖๖} ให้ความหมายของจิตอาสาว่า เป็นจิตใจที่มีความต้องการในการที่จะทำงานสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยความเต็มใจและสมัครใจ การเสียสละเปรียบเสมือนยาวิเศษที่ช่วยลดอาการของโรคเห็นแก่ตัวและช่วยลดทอนตัวตนหรืออัตตาของเราลงได้เป็นอย่างดี ถือว่าเป็นการช่วยเหลือผู้อื่นหรือนึกถึงส่วนรวม และยังช่วยเป็นกลยุทธ์ในการสร้างพฤติกรรมจิตบริการให้เกิดขึ้นกับผู้ให้บริการที่ดี เพื่อสร้างความพึงพอใจให้แก่ลูกค้า

มิชิตา จำปาเทศ รอดเจริญ^{๑๖๗} ได้ให้ความหมายของจิตอาสาว่า คือ การเป็นผู้มีใจรักที่จะทำงานนั้น ๆ สนใจงานด้านสังคม ยินดีทำด้วยความเต็มใจ เป็นจิตที่ต้องการให้ผู้อื่น ตั้งแต่การให้เงิน ให้สิ่งของ จนกระทั่งให้แรงงาน แรงสมอง หรือเรียกว่าอาสาสมัคร เพื่อประโยชน์ส่วนรวม และให้งานนั้นลุล่วงด้วยดี ช่วยเหลือผู้อื่นหรือสังคมมีความสุขมากขึ้น การให้หรือเสียสละนี้สามารถทำได้จนถึงการเสียสละความเป็นตัวตนหรืออัตตาของเราลงไปเรื่อย ๆ

ชลลดา ทองทวี^{๑๖๘} กล่าวถึงความหมายของจิตอาสา คือ กิจกรรมอาสาสมัคร เป็นกระบวนการ- การของการฝึก “การให้” ที่ดี เพื่อขัดเกลา ละวางตัวตน และบ่มเพาะการรักผู้อื่นโดยไม่มีเงื่อนไข เป็นการยอมสละตนเพื่อรับใช้และช่วยเหลือผู้ที่ประสบกับความทุกข์ยากลำบากในวิถีของพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา

^{๑๖๕}ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๒๑๒.

^{๑๖๖}เทพ สงวนกิตติพันธุ์, การให้บริการด้วยเทคโนโลยี นวัตกรรมศึกษาเชิงจิตวิทยา, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.stou.ac.th/Offices/rdec/udon/upload/Documents/service.doc>. [๒๓ ธันวาคม ๒๕๖๐].

^{๑๖๗}มิชิตา จำปาเทศ รอดเจริญ, คอลัมน์การบริหารงานและการจัดการองค์กร, [ออนไลน์] ประชาชาติธุรกิจ, ตอนที่ ๓๘, (๒๖ ธันวาคม ๒๕๕๗), แหล่งที่มา: <http://www.truelookpanya.com/new/cmsdetail/knowledge/27586/> [๒๓ ธันวาคม ๒๕๖๐].

^{๑๖๘}ชลลดา ทองทวี, (๓๐ กรกฎาคม ๒๕๕๙), “เครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา: จากจิตเล็กสู่จิตใหญ่ การเรียนรู้ในงานอาสาสมัคร”, [ออนไลน์], โพสต์ทูเดย์, บทความที่ ๗, แหล่งที่มา: http://jittapanya.blogspot.com/2006/09/blog-post_115849969911280252. [๒๓ ธันวาคม ๒๕๖๐].

วัลย์รัตน์ ยิ่งคำนูน^{๑๖๙} ได้กล่าวว่า จิตอาสา (จิตสำนึก) เป็นพฤติกรรมอย่างหนึ่งของมนุษย์ที่แสดงออกถึงภาวะทางจิตใจที่เกี่ยวกับความรู้สึก ความคิด ความปรารถนาต่าง ๆ เป็นภาวะทางจิตตื่นตัวและรู้ตัวสามารถตอบสนองต่อสิ่งเร้าจากประสาทสัมผัสทั้งห้า เป็นสิ่งที่เกิดจากประสบการณ์ต่าง ๆ ของมนุษย์ที่รวมตัวกันขึ้น และมีความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ต่าง ๆ เหล่านั้น และประเมินค่าสิ่งเหล่านั้นออกมาเป็นจิตสำนึก

กล่าวได้ว่า “จิตอาสา” เป็นการใช้พลังกายและพลังใจ เสียสละ ทำงานเพื่อส่วนรวม เป็นการกระทำด้วยความเต็มใจ และบริสุทธิ์ใจ โดยมีได้หวังผลตอบแทน เป็นเงินทองหรือวัตถุภายนอก แต่เป็นการกระทำเพื่อความสุขอิมเมมทางจิตใจ ที่ไม่อาจวัดค่าได้จากสิ่งภายนอก โดยที่ไม่เบียดเบียนตนเอง และไม่เบียดเบียนผู้อื่นด้วย ความมีจิตอาสาช่วยลดความเห็นแก่ตัว และความเป็นตัวเป็นตนลง เป็นจิตแห่งความกรุณาซึ่งบ่มเพาะให้เกิดความองงามภายในตน

๒.๕.๑๐.๒ ความสำคัญของจิตอาสา

ในปัจจุบัน สังคมไทยเป็นสังคมที่มีช่องว่างและความเหลื่อมล้ำ หลาย ๆ คน ขาดโอกาสในการเข้าถึงการยกระดับคุณภาพชีวิต มีคนต้องการความช่วยเหลือในหลาย ๆ รูปแบบ จุดเป็นจุดเริ่มต้นของกลุ่มคนหรือบุคคลก่อตั้งองค์กรจิตอาสาขึ้น เพื่อให้ความช่วยเหลือผู้อื่นด้วยตนเอง ทำให้เกิดความรู้สึกอิมเมมใจจากการให้ ซึ่งเป็นบุญกิริยาอย่างหนึ่งของพระพุทธศาสนา

สมพงษ์ สิงหะพล^{๑๗๐} กล่าวว่า จิตสำนึกเป็นความรู้สึกนึกคิดภายในบุคคลและเป็นสิ่งที่เกิด ขึ้นได้โดยการเรียนรู้ จิตสำนึกเมื่อเกิดขึ้นแล้วยากนักที่จะหยุดหรือหมดหายไป คนที่มีจิตสำนึกที่ดีจะประพฤติปฏิบัติอย่างเหมาะสมกับจิตสำนึกนั้น และใช้จิตสำนึกของตนเพื่อประโยชน์ต่อสิ่งต่าง ๆ เช่นบุคคลที่มีจิตสำนึกด้านระเบียบวินัยจะไม่ขับรถผิดกฎจราจร บุคคลที่มีจิตสำนึกสาธารณะจะไม่ขีดเขียนในสถานที่สาธารณะ

ดวงเดือน พันธุนาวิน^{๑๗๑} กล่าวถึงการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมว่า เด็กช่วงแรกเกิดจนถึงก่อน ๑๐ ขวบ เป็นช่วงที่เด็กมีความไวต่อการรับการปลูกฝัง และส่งเสริมจริยธรรม และวัฒนธรรมเป็นอย่างดี เพราะเด็กยังเป็น “ไม้อ่อนที่ดัดง่าย” ฉะนั้น การปฏิบัติต่อเด็กอย่าง

^{๑๖๙} วัลย์รัตน์ ยิ่งคำนูน, “การศึกษาผลสัมฤทธิ์ของโครงการจิตอาสา: กรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางมดวิทยา สีสุกหวาดจวนอุบลัมภ์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

^{๑๗๐} สมพงษ์ สิงหะพล, เอกสารการสอนรายวิชาพฤติกรรมกรรมการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย, (นครราชสีมา: สถาบันราชภัฏ, ๒๕๔๒), หน้า ๑๖.

^{๑๗๑} ดวงเดือน พันธุนาวิน, จริยธรรมของเยาวชนไทย, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๖), หน้า ๒-๓.

เหมาะสมกับพัฒนาการทางร่างกาย โดยเฉพาะเหมาะสมกับพัฒนาการทางจิตใจของเด็ก จะเป็นการป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ได้มาก

วัลย์รัตน์ ยิ่งคำนุ่น^{๑๗๒} กล่าวว่า การปลูกฝัง ส่งเสริม หรือพัฒนา ให้เด็กมีจิตสำนึกด้านสาธารณะด้วยวิธีการต่าง ๆ จะทำให้เด็กมีจิตใจที่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน อาสาดูแลรับผิดชอบส่วนรวม มีการใช้สมบัติของส่วนรวมอย่างเห็นคุณค่า ใช้อย่างทะนุถนอม รู้จักการแบ่งปันโอกาสในการใช้ของส่วนรวมให้กับผู้อื่น เมื่อเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ปัญหาที่เกิดการเอาเปรียบคนอื่น ปัญหาการทำลายสาธารณะสมบัติต่าง ๆ จะลดลง การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนและประโยชน์พวกพ้องก็จะลดน้อยลง และจะนำมาสู่สังคมที่พัฒนาขึ้น

ความสำคัญของจิตอาสา คือ การมีจิตสำนึกเพื่อส่วนรวม เป็นความรับผิดชอบต่อตนเองอยู่ ตลอดจนมีคุณธรรมจริยธรรมซึ่งอยู่ในจิตใจและส่งผลสู่การกระทำภายนอก และกลายเป็นความรู้สึกนึกคิดของตนจนเป็นจิตใต้สำนึกภายในของบุคคลนั้น ๆ ช่วยสร้างความเอื้ออิมใจและมีความสุขจากการเป็นผู้ให้

๒.๕.๑๐.๓ ลักษณะของจิตอาสาทั่วไป

ลักษณะจิตอาสา หมายถึง คุณลักษณะทางจิตใจของบุคคลเกี่ยวกับการมองเห็นคุณค่า หรือการให้คุณค่าแก่การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นสิ่งสาธารณะ ที่ไม่มีผู้ใดผู้หนึ่งเป็นเจ้าของหรือเป็นสิ่งที่คนในสังคมเป็นเจ้าของร่วมกัน เป็นสิ่งที่สามารถสังเกตได้จากความรู้สึกนึกคิดหรือการกระทำที่แสดงออกมา โดยพิจารณาจากความรู้ความเข้าใจหรือพฤติกรรมที่แสดงออก มีนัก วิชาการกล่าวถึงลักษณะของจิตอาสา ดังนี้

ณัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์^{๑๗๓} จากการทำวิจัยเรื่องการพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของจิตอาสาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน พบว่าองค์ประกอบของจิตอาสา มี ๓ องค์ประกอบ คือ ๑) การช่วยเหลือผู้อื่น ได้แก่ การช่วยแนะนำสิ่งที่ถูกที่ควรแก่ผู้อื่น การอำนวยความสะดวกให้กับผู้อื่น และการแบ่งปันสิ่งของให้กับผู้อื่น ๒) การเสียสละต่อสังคม ได้แก่ การสละเงิน แรงกาย เพื่อผู้อื่นและสังคม และการสละเวลาและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม ๓) ความมุ่งมั่นพัฒนาสังคม ได้แก่ การสนใจในปัญหาและการ

^{๑๗๒} วัลย์รัตน์ ยิ่งคำนุ่น. “การศึกษาผลสัมฤทธิ์ของโครงการจิตอาสา: กรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางมดวิทยา สี่ลูกหวาดจวนอุปลัมภ์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

^{๑๗๓} ณัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์. “การพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของจิตอาสาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน”, วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๐).

เปลี่ยนแปลงพร้อมทั้งเสนอความคิดที่จะพัฒนาสังคมและการร่วมพัฒนากิจกรรมการเสริมสร้างจิตอาสา เพื่อสังคมอย่างสร้างสรรค์และหลากหลาย

สรุปได้ว่า คุณลักษณะจิตอาสาทางจิตใจของบุคคลจะมีองค์ประกอบด้านการช่วยเหลือผู้อื่นมากที่สุด การเสียสละต่อสังคมรองลงมา และด้านความมุ่งมั่นพัฒนาสังคม ทั้งนี้มีปัจจัยที่ส่งผลต่อจิตอาสา คือ ปัจจัยด้านสังคม/ชุมชนครอบครัว เพื่อน สื่อมวลชน โรงเรียน/ครู และปัจจัยด้านนักเรียน ตามลำดับ

ชาย โพธิสิตา และลัดดาวัลย์ เกษมเนตร^{๑๗๔} กล่าวถึงพฤติกรรมที่แสดงออก ใน ๓ ประเด็นตามนิยามความหมายจิตสาธารณะ ดังนี้ คือ

๑) หลีกเลี่ยงการใช้หรือการกระทำที่จะทำให้เกิดความชำรุดเสียหายต่อส่วนรวมที่ใช้ประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม กำหนดตัวชี้วัดจากการดูแลรักษาของส่วนรวม ใช้ของส่วนรวมแล้วเก็บเข้าที่ ลักษณะการใช้ของส่วนรวมรู้จักใช้ของส่วนรวมอย่างประหยัด

๒) ถือเป็นหน้าที่ที่จะมีส่วนร่วมในการดูแลรักษาของส่วนรวมในวิสัยที่ตนสามารถทำได้ กำหนดตัวชี้วัดจากการทำตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และหรือการรับอาสาที่จะทำบางอย่างเพื่อส่วนรวม

๓) การเคารพสิทธิในการใช้ของส่วนรวมที่เป็นประโยชน์ร่วมกันของกลุ่ม กำหนดตัวชี้วัดจาก

(๑) การไม่ยึดครองของส่วนรวมนั้นมาเป็นของตนเอง

(๒) การเปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้สามารถใช้ของส่วนรวมนั้น

กล่าวได้ว่าไม่ว่าการกระทำสิ่งใด ๆ ต่อของส่วนรวม ควรดูแลรักษาเสมือนเป็นของของเรา รับอาสาทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมเป็นสำคัญ และเคารพสิทธิของผู้อื่นอยู่เสมอ ๆ

๒.๕.๑๐.๔ ปัจจัยที่ก่อให้เกิดจิตอาสา

ไพบุลย์ วัฒนศิริธรรม และสังคม สัจจกร^{๑๗๕} ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ก่อให้เกิดจิตอาสาว่า จิต-อาสา จิตสาธารณะ หรือจิตสำนึกสาธารณะ (Public Consciousness) มาจากคำว่า

^{๑๗๔}ชาย โพธิสิตา และลัดดาวัลย์ เกษมเนตร. “จิตสำนึกต่อสาธารณะสมบัติ: ศึกษากรุงเทพมหานคร”, รายงานวิจัย, (นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๐), หน้า ๒-๓, ๑๔-๑๕.

^{๑๗๕}ไพบุลย์ วัฒนศิริธรรม และสังคม สัจจกร. *สำนึกไทยที่พึงปรารถนา*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เดือนตุลา, ๒๕๔๓), หน้า ๑๓.

๑) P = Professional ทำงานแบบมืออาชีพ คนไทยทุกคนที่คิดใหม่ ทำใหม่ จะต้องเป็นมืออาชีพ รู้ในหน้าที่ ๆ รับผิดชอบ รู้รอบในงานที่เกี่ยวข้อง ต้องพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา หาความรู้ใหม่เสมอ

๒) U = Unity เอกภาพ ค่านิยมใหม่ต้องเป็นไปในทิศทางของความสามัคคีในหมู่คณะ ไม่อิจฉาริษยากัน ควรจะฝึกการทำงานเป็นทีม เพราะการที่คนในองค์กรมีเอกภาพ จะช่วยให้การขับเคลื่อนภาระงานเพื่อมวลประชาเป็นไปด้วยความเรียบร้อย ในความเป็นเอกภาพก็ยอมให้มีความแตกต่างได้ แต่อย่าแตกแยก

๓) B = Believe ความเชื่อ คนไทยทุกคนจะต้องทำงานด้วยความเชื่อ เชื่อคำสอนของพระพุทธเจ้า เชื่อในสิ่งที่ถูกต้อง แล้วยึดให้มั่น ถ้าคนไทยทุกคนขาดแล้วซึ่งความเชื่อ การทำงานก็จะขาดพลัง

๔) L = Locally ภูมิปัญญาท้องถิ่น คนไทยทุกคนต้องเป็นผู้ที่เชื่อ และศรัทธา ในความเป็นพลังที่ยิ่งใหญ่ของภูมิปัญญาไทย ลดความเชื่อทันสมัยนิยมลง จะนำไปสู่การแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ และเข้ากับบริบทของสังคมไทย คนไทยทุกคนต้องเลิกดูถูกภูมิปัญญาของคนในระดับรากหญ้า แล้วหันไปสู่วิถีของการเรียนรู้ร่วมกัน เข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ในชุมชน

๕) I = Integrity ความซื่อสัตย์ คนไทยทุกคนจะต้องยึดเอาความซื่อสัตย์เป็นที่ตั้ง เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับสังคม คิดดี ทำดี เพื่อชาติ งานทุกชิ้นจะต้องตรวจสอบได้และมีความโปร่งใส

๖) C = Creative สร้างสรรค์ ทุกคนจะต้องคิดและทำงานที่สร้างสรรค์พัฒนานวัตกรรมใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้นกับสังคม ต้องไม่หยุดนิ่ง เพื่อประชาชนและประเทศชาติ

การมีจิตอาสาหรือจิตสาธารณะนั้น เป็นสิ่งที่เกิดตามวิถีการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ชุมชน มีผลต่อการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของบุคคลจิตสำนึกสาธารณะหรือจิตสำนึกทางสังคม อยู่ภายใต้อิทธิพลของปัจจัยแวดล้อมทั้งภายในและภายนอก

ปัจจัยภายนอก เป็นปัจจัยที่เกี่ยวกับภาวะทางสัมพันธภาพของมนุษย์ ภาวะทางสังคมเป็นภาวะที่ลึกซึ้งที่มีผลต่อจิตสำนึกด้านต่าง ๆ ของมนุษย์ เป็นภาวะที่ได้อบรมกล่อมเกลา และสะสมอยู่ในส่วนของการรับรู้ที่ละเอียดที่ละน้อย ทำให้เกิดสำนึกที่มีรูปแบบหลากหลาย ภาวะแวดล้อมทางสังคมนี้เริ่มตั้งแต่พ่อแม่ พี่น้อง ญาติ เพื่อน ครู สื่อมวลชน บุคคลทั่วไป ตลอดจนระดับองค์กร วัฒนธรรม ประเพณี ความเชื่อ กฎหมาย ศาสนา รวมทั้งภาวะแวดล้อมด้านสื่อสารมวลชน และส่วนที่กำกับสำนึกของบุคคล คือ การได้สัมผัสจากการใช้ชีวิตที่มีพลังต่อการเกิดสำนึก อาทิ การไปโรงเรียน ไปทำงาน ดูละคร ฟังผู้คนสนทนากัน รับรู้เหตุการณ์บ้านเมือง ขับรถฝ่าการจราจรที่แออัด เป็นต้น

ปัจจัยภายใน ความสำนึกที่เกิดจากปัจจัยภายใน หมายถึง การคิดวิเคราะห์ของแต่ละบุคคลในการพิจารณาตัดสินคุณค่าและความดีงาม ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมและการประพฤติ

ปฏิบัติโดยเฉพาะการปฏิบัติทางจิตใจ เพื่อขัดเกลาก่อนให้เป็นไปทางใดทางหนึ่ง โดยเกิดจากการรับรู้จาก การเรียนรู้ การมองเห็น การคิดแล้วนำมาพิจารณาเพื่อตัดสินใจว่าต้องการสร้างสำนักแบบใด ก็จะมีการฝึกฝนและสร้างสมสำนักเหล่านั้น

หฤทัย อาจปรุ (๒๕๔๔)^{๑๗๖} อธิบายว่า จิตสาธารณะเป็นสิ่งที่ต้องใช้เวลาในการสร้างและต้องมีการกระทำอย่างสม่ำเสมอเป็นกิจวัตร จากการศึกษาอภิปรายกลุ่มย่อยในการสัมมนาเกี่ยวกับสำนักของพลเมือง ณ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้สรุปปัจจัยที่เป็นรูปธรรม อันนำไปสู่การพัฒนาจิตวิญญาณสาธารณะ คือ

๑. การสร้างองค์กร ผู้นำ สื่อ วัฒนธรรมใหม่ การสร้างประโยชน์ร่วมกัน
๒. การทำให้เกิดกลุ่ม ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ มีการเข้าร่วมกับกลุ่มมีกิจกรรมสาธารณะและมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง
๓. มีทุนประชาคม ได้แก่ ความรู้ ภูมิปัญญา ทรัพยากร
๔. การได้รับข้อมูลข่าวสาร ความรู้ต่าง ๆ ทั้งในระบบและนอกระบบศึกษา
๕. การสร้างเครือข่ายทุกเพศ ทุกวัน
๖. การปรับเปลี่ยนโครงสร้างโดยเริ่มจากตนเอง ให้มีระบบคิดที่ยอมรับความคิดเห็นผู้อื่น
๗. การสร้างกฎระเบียบร่วมกัน สร้างความตระหนัก มีการปลูกฝังตั้งแต่เด็ก สร้างให้เกิดวัฒนธรรมใหม่
๘. ความรู้สึกเป็นเจ้าของ ฐานะพลเมืองไทย การสร้างจิตสำนึกในความเป็นเจ้าของร่วมกัน การมีสิทธิ์ทั้งส่วนบุคคลและส่วนร่วม
๙. การมีส่วนร่วมในด้านต่าง ๆ มีการเปิดโอกาสให้แสดงออก มีประเด็นที่จะเคลื่อนไหวร่วมกันมีการเสียสละทุ่มเทและการกระทำอย่างต่อเนื่อง ไม่ติดรูปแบบ มีการสร้างเครือข่ายและมีมาตรฐานหรือกฎหมายบังคับ

ทุนทางวัฒนธรรม ได้แก่ ศาสนา ประเพณี ความเชื่อ จริยธรรม ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเอื้ออาทรต่อกัน โดยเริ่มต้นจากสถาบันครอบครัวโดยการศึกษาและสื่อจะมีส่วนร่วมสร้างให้เกิดความคิดหลากหลายที่ชี้ให้เห็นคุณโทษต่าง ๆ รวมทั้งการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วมที่ชุมชน การมีผู้นำหรือบุคคลสาธารณะที่เป็นแบบอย่าง มีจิตสำนึกต่อสังคมมีคุณธรรมและสามารถสร้างระบบผู้นำร่วมได้

ดังนั้น จิตอาสาหรือจิตสำนึก ไม่สามารถแยกแยะได้ว่าเกิดจากปัจจัยภายในหรือภายนอกเพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่ง เพราะทุกสรรพสิ่งมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน จิตสำนึกจากภายนอกเข้ามาโดยธรรมชาติ มีผลต่อความรู้สึกของตนแล้วกลายเป็นจิตสำนึก แต่จิตสำนึกที่เกิดจากปัจจัยภายในเป็นความตั้งใจ จากปัจจัยภายในและภายนอกกลายเป็นปฏิสัมพันธ์ที่มีความต่อเนื่องกัน

^{๑๗๖} เรื่องเดียวกัน, ๒๕๔๔.

โดยการกระทำของตนต้องมีความรับผิดชอบ ไม่ให้เกิดผลกระทบและเกิดความเสียหายต่อส่วนรวม และช่วยสังคมในการรักษาของส่วนรวม โดยเน้นการช่วยเหลือผู้อื่น การเสียสละต่อสังคม และความมุ่งมั่นพัฒนา ถือว่าเป็นความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม

๒.๕.๑๐.๕ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมจิตอาสา

ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ (Piaget) เพียเจต์ เป็นผู้ริเริ่มทางความคิดที่ว่าพัฒนาการทางจริยธรรมของมนุษย์นั้นย่อมขึ้นอยู่กับพัฒนาการทางสติปัญญาและได้แบ่งพัฒนาการทางสติปัญญาออกเป็น ๔ ระดับคือ

๑. ขั้นการรับรู้จากประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว (Sensorimotor operation)
๒. ขั้นเริ่มคิดด้วยญาณ (Pre-operational thinking)
๓. ขั้นคิดด้วยรูปธรรม (Concrete-operation thinking)
๔. ขั้นคิดตามแผนของตรรกวิทยา (Formal operational thinking)

จากพัฒนาการทางสติปัญญาทั้ง ๔ ขั้น เพียเจต์ได้นำมาเป็นหลักเกณฑ์ในการแบ่งขั้นพัฒนาการทางจริยธรรม เป็น ๓ ขั้น คือ

๑. ขั้นก่อนจริยธรรม เริ่มตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ ๒ ขวบ เป็นขั้นที่ยังไม่มีความสามารถในการรับรู้สิ่งแวดล้อม ได้อย่างละเอียด มีแต่ความต้องการทางร่างกาย เด็กเหล่านี้จะมีพัฒนาการทางสติปัญญาในขั้นรับรู้จากประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว (Sensorimotor operation)

๒. ขั้นฝึกคำสั่ง อยู่ในช่วงอายุระหว่าง ๒-๘ ปี ในขั้นนี้เด็กจะสามารถรับรู้สภาพแวดล้อมและบทบาทของตนเองต่อผู้อื่น รู้จักเกรงกลัวผู้ใหญ่ เห็นว่าคำสั่งหรือกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เห็นสิ่งที่ต้องปฏิบัติตาม ซึ่งเด็กวัยนี้จะมีพัฒนาการทางสติปัญญาในขั้นเริ่มคิดด้วยญาณ (Pre-operational thinking)

๓. ขั้นยึดหลักแห่งตน พัฒนาการในขั้นนี้จะมีตั้งแต่เด็กอายุ ๘ ปีขึ้นไปเด็กวัยนี้จะมีพัฒนาการทางสติปัญญาในขั้นคิดด้วยรูปธรรม (Concrete-operational thinking) และขั้นคิดตามแบบแผนของตรรกวิทยา (Formal operational thinking) ซึ่งเด็กสามารถใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลประกอบการตัดสินใจและตั้งเกณฑ์ที่เป็นตัวของตัวเองได้

ผลจากการวิจัยในระยะเวลาต่อมา เพียเจต์ได้ตั้งเกณฑ์การให้เหตุผลเชิงจริยธรรมไว้ ๒ เกณฑ์ คือ

๑. การตัดสินใจจากเจตนาของการกระทำ (Intentional in judgement) เด็กเล็กจะตัดสินใจการกระทำจากปริมาณสิ่งของ ส่วนเด็กโตจะตัดสินใจจากเจตนาของการกระทำ

๒. การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์จากผู้อื่น (Relativism in judgement) เด็กเล็กจะตัดสินใจการกระทำโดยยึดเอาความเชื่อ ความเห็นชอบของผู้ใหญ่ว่าถูกต้อง ในขณะที่เด็กโตจะยึดเอาเหตุผลและสถานการณ์ประกอบการตัดสินใจ

๒.๕.๑๐.๖ ทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก (Kohlberg)

กระบวนการสร้างจิตอาสา วราพร วันไชยธนวงศ์และคณะ(๒๕๕๑)^{๑๗๗} ได้กล่าว ถึงกระบวนการสร้างจิตอาสา ไว้ดังนี้

๑. การปลูกฝังให้ตระหนักถึงความสำคัญของจิตอาสา การมีจิตอาสาเกิดจากการที่ได้รับการปลูกฝังมาตั้งแต่เด็ก จากครอบครัวและสถานศึกษา และสร้างจิตสำนึกโดยมีกิจกรรมที่ให้การช่วยเหลือและเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น “ปลูกฝังจิตสำนึกในการช่วยเหลือผู้ตกทุกข์ได้ยาก”

๒. การเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกาย จิตใจ ความรู้และการติดต่อสื่อสาร ควรมีความพร้อมที่มาจากจิตใจ ร่างกายที่แข็งแรง มีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพและการสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันการเจ็บป่วย พร้อมทั้งทักษะในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นด้วย เช่น “สร้างที่จิตใจให้เกิดความรู้สึกรักอยากช่วยเหลือจริงๆ” “การสร้างจิตสำนึกกับการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม” “ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม” “การสร้างจิตอาสาอย่ามั่งสร้างจากตัวเอง” “การสร้างจิตอาสาเริ่มจากความสนใจในสิ่งที่ทำ”

๓. การสร้างความเชื่อมั่นในตน การจะเกิดความเชื่อมั่นในตนเองที่จะเกิดจิตอาสา ควรจะมีกิจกรรมที่เป็นการทำงานช่วยเหลือและทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น เช่น “คนเราไม่ได้มีจิตใจที่โหดร้าย แต่ความรู้สึกดีๆที่ซ่อนอยู่ยังไม่ได้รับการกระตุ้นต่างหาก” “สิ่งที่เราสนใจ เราสนใจจิตอาสา เราลงมือทำสิ่งเหล่านี้ จิตอาสา ก็จะเกิดขึ้น

ประวิช จรด้า(๒๕๕๒)^{๑๗๘} ได้ให้แนวคิดและความหมายเกี่ยวกับอาสาสมัครและจิตอาสาว่า”อาสาสมัคร” (Volunteer) จะมีความหมายคล้ายคลึงและมีความเกี่ยวข้องกันกับคำว่า “จิตอาสา”(Volunteer Spirit)

อาสาสมัคร เป็นงานที่มีความสำคัญทั้งในระดับชาติและระดับนานาชาติ ดังจะเห็นได้จากการที่องค์การสหประชาชาติและรัฐบาลได้ให้ความสำคัญต่องานอาสาสมัคร ดังนี้

องค์การสหประชาชาติ ได้กำหนดให้ พ.ศ. ๒๕๔๔ (ค.ศ. ๒๐๐๑) เป็นปีอาสาสมัครสากลเพื่อเน้นถึงความสำคัญของงานอาสาสมัครและกระตุ้นให้คนในสังคม ภาครัฐ ภาคธุรกิจและองค์กรเอกชนได้หาแนวทางที่จะส่งเสริมสนับสนุนยกระดับและสร้างความเข้มแข็งให้กับงานอาสาสมัคร ทั้งในระดับบุคคล กลุ่มและสาธารณชน

^{๑๗๗} วราพร วันไชยธนวงศ์ และคณะ, การพัฒนากระบวนการสร้างจิตอาสาของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี เชียงใหม่, อ้างแล้วในเรื่องเดียวกัน, (๒๕๕๑).

^{๑๗๘} ประวิช จรด้า และประเวศ วะสี, “จิตวิญญาณในสังคมไทย”, จดหมายข่าวชุมชนคนรักสุขภาพ ฉบับสร้างสุข, ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๙๗ (๒๕๕๒).

ประเวศ วะสี (๒๕๕๒)^{๑๗๙} ได้ปาฐกถาพิเศษในงานสานจิตรเสวนา มหกรรมความรู้การพัฒนาจิต ๑๐ กันยายน ๒๕๕๒ ณ ศูนย์นิทรรศการและการประชุมไบเทค บางนาจัดโดยมูลนิธิสวดศรี - สฤชดีวงศ์ และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ เรื่อง จิตวิญญาณในสังคมไทย ตามท่านดาไลลามะ เคยกล่าวไว้ว่า ปัญหาของมนุษย์ทุกวันนี้คือความพร่องจิตวิญญาณ และการแก้ไขปัญหามนุษย์ชาติ คือ การปฏิวัติทางจิตวิญญาณ (Spiritual Revolution) คำว่าจิตวิญญาณ หมายถึง สิ่งอะไรก็ตามที่มีคุณค่าสูงทางจิตใจ หรือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ ทางพุทธศาสนา ไตรสิกขาได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา สุขภาวะเกิดจากปัญญา ปัญญา หมายถึง การลดความเห็นแก่ตัวลง ที่สุดแล้วเราจะถึง อนัตตา คือความไม่มีตัวตน นั่นคือ สุขภาวะทางปัญญา ความมีเมตตา กรุณา ก็ถือว่ามีปัญญา แต่ถ้าเห็นแก่ตัวก็ไม่ถือว่ามีปัญญาเพราะไม่ถือว่ามีคุณค่าทางจิตวิญญาณการมีเมตตากรุณาถือว่าเริ่มต้นในทิศทางของจิตวิญญาณ ในพระไตรปิฎกก็บอกว่าถ้าเพื่อนแผ่เมตตาไปทุกทิศทางอย่างไม่สิ้นสุดก็สามารถบรรลุธรรมได้ ยามใดเราไม่เห็นแก่ตัวเราจะมีความสุขลึก ๆ ดังนั้น ทำอย่างไรให้รู้ ให้มันเกิดบ่อยขึ้น อยู่ยาวนานขึ้น นั่นเป็นภาคปฏิบัติ นั่นคือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ ทั้งนี้ หากหันมาดูแลสุขภาพแผนปัจจุบันกับการแพทย์แผนโบราณหรือแผนไทยแพทย์แผนปัจจุบันเป็นการใช้ยากับการผ่าตัด แพทย์แผนโบราณจะใช้ร้อยแปด ความเชื่อ น้ำใจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ การช่วยเหลือกัน หรือความเป็นชุมชน เช่น ครั้งหนึ่งมีผู้ป่วยหนักใกล้เสียชีวิต หมอโกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ ถามว่าอยากให้เราทำอะไร ผู้ป่วยบอกว่าอยากดูรำผีฟ้า หมอจึงไปจัดมาให้ แก้กูกขึ้นมานั่งได้เพราะแกเชื่อรำผีฟ้าทำให้มีสุขภาพดี หรือในกรณีหมู่บ้านโรแซสไต์ เพนซิลวาเนีย สหรัฐอเมริกา มีหมอคนหนึ่งสังเกตว่าทำไมคนจากหมู่บ้านนี้อายุนาน ไม่ค่อยเป็นโรคหัวใจหรือมะเร็งเหมือนที่อื่น ทั้งที่คนก็กินเหล้า สูบบุหรี่ ความอบอุ่น คนเป็นกันเอง และดูแลกันเอง นี่เป็นบ่อเกิดของสุขภาพที่สำคัญ ซึ่งเป็นหัวใจของความเข้มแข็ง เป็นเรื่องของความเป็นชุมชนและเป็นสุขภาวะทางจิตวิญญาณ โลกกำลังจะเปลี่ยน มนุษย์โหยหามิติทางจิตวิญญาณเพื่อทำให้เกิดความสมบูรณ์ในตัวเอง เมื่อไปหาสิ่งที่มาเติมก็จะหา ๓ อย่าง คือ ยาเสพติด ความฟุ่มเฟือย และความรุนแรงซึ่งเป็นไปทั่วโลก

๒.๕.๑๑ ความสัมพันธ์ในครอบครัว

๒.๕.๑๑.๑ ความสัมพันธ์ในครอบครัวในวัยผู้ใหญ่

จากการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของครอบครัวนั้น ซึ่งมีแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการมีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ของบรอดเฮดและคณะ (Broadhead et al., 1983 cited in Smith, 1996) อ้างใน วิภาพร สิทธิศาสตร์ และสุชาดา สนวนุ่ม)^{๑๘๐} ได้ให้ความหมายของการมี

^{๑๗๙} เรื่องเดียวกัน.

^{๑๘๐} วิภาพร สิทธิศาสตร์ และสุชาดา สนวนุ่ม, “พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน เขตความรับผิดชอบของ สถานีอนามัยบ้านเสาหิน ตาบลวัดพริก อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก”, รายงานการวิจัย, (พิษณุโลก: วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พุทธชินราช สถาบันพระบรมราชชนก สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๕๐), หน้า ๒๙.

สัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลว่า “เป็นความรู้สึกนึกคิดที่ตีระหว่างบุคคล มีการยอมรับพฤติกรรมของบุคคลอื่น และมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล และมีผลทำให้บุคคลเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ต้องการ” ส่วนวอล์คเกอร์ (S.N. Walker, Personal communication, Feb 14, 1999 อ้างถึงใน วิภาพร สิทธิศาสตร์และสุชาดา สนวนุ่ม)^{๑๘๑} ได้ให้ความหมายของการมีสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลว่า “เป็นการวางเงื่อนไขในการติดต่อสื่อสาร เพื่อส่งเสริมความรู้สึกของความผูกพันอันลึกซึ้งและความใกล้ชิดมากกว่าการติดต่ออย่างเป็นทางการ การติดต่อสื่อสารจะรวมถึงการแบ่งปันความคิด ความรู้สึกทั้งที่เป็นคำพูดและไม่เป็นคำพูด” จากทฤษฎีเชิงจิตสังคมได้อธิบายว่าบุคคลทุกเพศทุกช่วงวัยของสังคมนั้น ซึ่งยังเป็นผู้คงมีความต้องการทางสังคมเช่นเดียวกับบุคคลในวัยกลางคนหรือวัยทำงานและวัยผู้สูงอายุ แต่เนื่องจากผู้สูงอายุบางรายมีข้อจำกัดทางร่างกาย การได้ยินลดลง ทำให้การติดต่อและการสื่อสารกับผู้อื่นลดลง การที่ผู้สูงอายุต้องอยู่คนเดียวและยังพบกับข้อจำกัดอื่น ๆ เนื่องจากภาวะสุขภาพและการสูญเสียในหลาย ๆ ด้านจากความสูงอายุ ทำให้เกิดความรู้สึกอ้างว้าง ว้าเหว และขาดที่พึ่งโดยที่ความรู้สึกว่าเหวนี้ อาจเกิดขึ้นได้แม้จะมีบุคคลอื่นอยู่รอบข้าง ความว้าเหวในผู้สูงอายุมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นเป็นเวลานานและมีความรุนแรงมากกว่าในวัยอื่น ดังนั้น การดำรงสัมพันธ์ภาพอันดีระหว่างบุคคลในครอบครัวและเพื่อนบ้านจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่จะสร้างความมั่นคงทางสังคมให้แก่ผู้สูงอายุ การพูดคุยและพบปะกับครอบครัวและเพื่อนๆ อย่างสม่ำเสมอ จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกอบอุ่นและใกล้ชิดกับบุคคลรอบข้าง อีกทั้งยังได้รับความช่วยเหลือเมื่อยามจำเป็น ดังนั้น การคงไว้ซึ่งสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลในผู้สูงอายุ จะช่วยส่งเสริมความผาสุกทางด้านร่างกายและจิตใจ และการมีคุณภาพชีวิตที่ดีตามมา จากการศึกษาของมิลเลอร์ (Miller, 1995)^{๑๘๒} เกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งเสริมความผาสุกในผู้สูงอายุ จำนวน ๖ ราย พบว่าการมีสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อความผาสุกของผู้สูงอายุ นอกจากนี้ วิภาพร สิทธิศาสตร์และสุชาดา สนวนุ่ม อ้างใน พวงผกา ชื่นแสงเนตร (๒๕๓๘) วิไล กุศลวิศิษฏ์กุล และอุมาพร อุดมทรัพย์ากุล และอุทัยวรรณ กสานต์สกุล^{๑๘๓} ยังพบว่าสัมพันธ์ภาพภายในครอบครัวเป็นปัจจัยที่สามารถทำนายความพึงพอใจในชีวิตของกลุ่มตัวอย่างได้

^{๑๘๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๙.

^{๑๘๒} Miller, C.A. *Nursing Care of Elder Adult Theory and practice*. 2nd ed. (Philadelphia : J.B. Lippincott, 1995).

^{๑๘๓} วิภาพร สิทธิศาสตร์ และสุชาดา สนวนุ่ม, “พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน เขตความรับผิดชอบของ สถานีอนามัยบ้านเสาหิน ตาบลัดพริก อําเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก”, รายงานการวิจัย, หน้า ๒๙.

๒.๕.๑๑.๒ ความสัมพันธ์ในครอบครัวในวัยรุ่น

การศึกษาระบบของครอบครัวเป็นหน่วยพื้นฐานทางสังคมหน่วยแรกที่มีผลอย่างยิ่งต่อการพัฒนาการ^{๑๘๔} ของบุคคลที่เป็นสมาชิกในครอบครัว โดยอาจจะสามารถทำนายความสำเร็จ หรือ ล้มเหลวในชีวิตของ บุคคลได้โดยดูจากครอบครัว ความผูกพันในครอบครัวเป็นปัจจัยที่สำคัญ^{๑๘๕} ที่ทำให้สมาชิกในครอบครัวดีหรือไม่ดีได้ เช่น หากครอบครัวไม่สามารถตอบสนองความต้องการ ต่อ พัฒนาการวัยรุ่นได้อย่างเหมาะสม การพัฒนา ก็จะเลวลง และเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ กับ ความเครียดและความสับสน ในช่วงวัยรุ่น สัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับวัยรุ่น จะทำให้เด็ก เข้มแข็งต่อการเผชิญปัญหาที่เข้ามาจากภายนอก และปัญหาที่เกิดจากพัฒนาการของวัยรุ่นเอง เพราะ การมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบิดามารดาจะทำให้วัยรุ่นรู้สึกถึงการได้รับการ สนับสนุนช่วยเหลือเมื่อ ต้องการซึ่งสัมพันธภาพดังกล่าวนี้ คือ ความผูกพันในครอบครัว ความรู้สึกผูกพันในครอบครัวนี้ ทำให้ สมาชิกครอบครัวมีความใกล้ชิดกัน แบ่งปันความรู้สึกนึกคิดกัน ความรู้สึกนี้ช่วยให้มีสภาวะทางจิต สังคมดี หากวัยรุ่นรู้สึกขาดการสนับสนุนจากครอบครัว^{๑๘๖} หรือความรู้สึกผูกพันต่อครอบครัว จะทำให้มีความเครียดส่งผลต่อการสามารถในการปรับตัวและสมรรถนะทางจิตสังคมของวัยรุ่น

จากแนวคิดทฤษฎีความผูกพัน (Attachment theory)^{๑๘๗} เสนอแนะว่าความ ผูกพันเป็นสายใยทางอารมณ์ความรู้สึกที่จะทำหน้าที่ ให้ความปลอดภัยและมั่นคงกับเด็ก โดยที่ ความรู้สึกที่มั่นคงปลอดภัยได้มาจากบุคคลต่าง ๆ ที่มีความผูกพันด้วย โดยเฉพาะความผูกพันที่มี ความปลอดภัยกับผู้ที่ทำให้การดูแลหลังจากเด็ก ได้รับความเชื่อมั่นไว้วางใจและเกื้อกูลอย่างมีคุณภาพ โดยไม่รู้ตัวซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้เด็กมองตนเองว่ามีคุณค่า กับความรักและการดูแล โดยมีงานวิจัยจำนวน ไม่น้อย ที่ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู และผลของพัฒนาการของเด็กแต่มีจำนวน งานวิจัยไม่มากนัก ที่ศึกษาอิทธิพลของครอบครัวที่มีผลต่อการปรับตัวและพฤติกรรมของวัยรุ่นตอน

^{๑๘๔} Friedman, M. M., **Family Nursing**, New York: Appleton Century Croft, 1992.

^{๑๘๕} Minuchin, S., **Families and family therapy**. Cambridge: Harvard University Press. cited in Taylor, V. (1998). Gifted adolescents and the balanced family concept. *Info*, 1 (1) (1974): 5-26.

^{๑๘๖} Shulman, L.S. **Knowledge and teaching: Foundations of the new reform**. Harvard Educational Review, 57(1), 1 - 22. Seiffge-Krenke I. The highly structured climate in families of adolescents with diabetes: functional or dysfunctional for metabolic control?, *J Pediatr Psychol*, 1998; 23: 313-22 cited in Taylor, V. (1998). Gifted adolescents and the balanced family concept. *Info*, 1(1) (1987): 5-26

^{๑๘๗} Cutrona, C. E., Cole, V., Colangelo, N., Assouline, S. G., & Russell, D. Perceived parental social support and academic achievement: An attachment theory perspective. **Journal of Personality and Social Psychology**, 66 (1994): 369-378

ปลายหรือวัยผู้ใหญ่ตอนต้น^{๑๘๘} ซึ่งยังคงพบผลที่น่าสนใจว่าเป้าหมายการถ่ายทอดทางสังคมและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดู ที่แตกต่างกันของบิดามารดา ที่ผู้ใหญ่ตอนต้นได้รับในช่วงวัยผู้ใหญ่ นั้นมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวทางด้านอารมณ์สังคมของวัยรุ่น ชาวจีนและวัยรุ่นชาติยุโรปอเมริกันได้แก่ การมองเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้ความสามารถทางวิชาการ ความวิตกกังวลและความซึมเศร้า และผลการวิจัยจากต่างประเทศ ยืนยันว่าผู้ปกครองที่ให้ความอบอุ่นสูงและพึงพิงทางอารมณ์^{๑๘๙} และให้การสนับสนุนความเป็นตัวของตัวเอง จะทำให้วัยรุ่นมีความสามารถ มีการเผชิญปัญหา และมีพฤติกรรมเอื้อสังคมมากกว่า

และจากการศึกษาวิจัยหลายเรื่องในประเทศไทย ต่างยืนยันว่าความสัมพันธ์ที่มีภายในครอบครัวมีส่วนเกี่ยวข้องกับคุณลักษณะทางจิตใจ และพฤติกรรมที่มีคุณภาพของบุคคล เช่น การศึกษาของอรพินทร์ ชูชม อัจฉรา สุขารมณ และทัศนากิติ^{๑๙๐} ในการวิเคราะห์โมเดลการตัดสินใจทางการศึกษา – อาชีพ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าบิดามารดาที่ให้การสนับสนุนบุตรของตนจะนำไปสู่ ความวิตกกังวลน้อยลง ซึ่งส่งผลต่อการรับรู้ที่ดีต่อความสามารถของตนเอง และส่งผลต่อการตัดสินใจทางการศึกษา-อาชีพได้ในที่สุด นอกจากนี้ยังพบว่านักเรียนที่มีสัมพันธภาพที่ดี กับเพื่อนมีความสนใจร่วมกับเพื่อน ได้รับการยอมรับช่วยเหลือ และสนับสนุนจากเพื่อนแล้วจะส่งผลให้นักเรียนมีความสามารถในการตัดสินใจทางการศึกษา-อาชีพ ที่เหมาะสม มีความพร้อมในการตัดสินใจ และมีการรับรู้ข้อมูลทางการศึกษา-อาชีพ สอดคล้องกับการวิจัยของดวงเดือน พันธมนาวิน งามตา วนินทานนท์ และคณะ^{๑๙๑} ที่ศึกษาลักษณะทางจิตและพฤติกรรมของนักเรียนวัยรุ่นชายและหญิงที่อยู่ในสภาวะเสี่ยงทางครอบครัว (ศึกษาเปรียบเทียบครอบครัวประเภท ปกติ แยกแยกและเครียด) จากโรงเรียนประถมศึกษาและมัธยมศึกษา พบผลว่าตัวแปรที่สามารถเข้าทำนายนายามีสุขภาพจิตดี (มีความวิตกกังวลอย่างสมเหตุสมผล) ของนักเรียนได้เป็นลำดับแรก ทั้งในกลุ่มนักเรียนรวม และในกลุ่มนักเรียนประเภทต่างๆ เช่นเดียวกับการศึกษาของงามตา

^{๑๘๘} Yan, L. et al. “Maternal socialization goals, parenting styles, and social – emotional adjustment among Chinese and European American Yong adults”. 2Testing a mediation model. *The Journal of Genetic Psychology*, 171 (2010): 330 – 362

^{๑๘๙} Zimmer-Gembeck, M. J. & Locke E. M. (2007). *The Socialization of Adolescent Coping Behaviors: Relationships with Families and Teachers*. *Journal of Adolescence*, 30:1–16

^{๑๙๐} อรพินทร์ ชูชม อัจฉรา สุขารมณ และทัศนากิติ, การวิเคราะห์ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจทางการศึกษา –อาชีพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย, หน้า ๑๙๒

^{๑๙๑} ดวงเดือน พันธมนาวิน งามตา วนินทานนท์ และคณะ, ลักษณะทางจิตและพฤติกรรมของนักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในภาวะเสี่ยงในครอบครัวและแนวทางป้องกัน, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, ๒๕๓๖)

วณินทานนท์ และอุษา ศรีจินดารัตน์^{๑๙๒} ที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุ ด้านการจัดการศึกษาตามแนวปฏิรูปการศึกษา สภาพแวดล้อมทางครอบครัวและโรงเรียน ที่มีต่อความสุขใจและพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าความสุขใจได้รับอิทธิพลทางตรงจากตัวแปรเชิงสาเหตุ ๓ ด้านเรียงตามลำดับความสำคัญ คือ ๑. เจตคติต่อการเรียนตามแนวปฏิรูปการศึกษา ๒. สัมพันธภาพในครอบครัว และ ๓. บรรยากาศในโรงเรียน (ค่า $\beta = .05, .30,$ และ $.๕๕$ ตามลำดับ) โดยที่บรรยากาศในโรงเรียนประกอบด้วย ความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับครู และความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนกับนักเรียน นอกจากนี้ยังพบว่าสัมพันธภาพในครอบครัวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการเรียนผ่านทางความสุขใจ (ค่า $\beta = .09$) โดยความสุขใจมีอิทธิพลคั่นกลางระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับพฤติกรรมการเรียน

๒.๕.๑๒ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน

ปัจจัยทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมากที่สุดคือ กลุ่มเพื่อน เพื่อนเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น ทั้งความคิดค่านิยม การเรียนรู้ วัยรุ่นมักเลือกคบเพื่อนที่มีรสนิยมทัศนคติที่คล้ายคลึงกัน เด็กชายจะรวมกลุ่มกับเด็กชายด้วยกัน เด็กหญิงก็จะรวมกลุ่มและมีกิจกรรมร่วมกันเพราะการมีเพื่อน เป็นสิ่งสำคัญต่อความเข้มแข็งทางจิตใจ หากคบเพื่อนที่ดี มีความเข้มแข็งมีภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจที่ดี ก็จะคอยแนะนำและให้กำลังใจ ไปในทางที่ควรจะเป็น ในทางตรงกันข้าม หากคบเพื่อนที่อ่อนแอ ท้อแท้ เศร้าซึมสิ้นหวัง หรือดูร้าย เกเร มีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจที่อ่อนแอ ก็อาจทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้

สัมพันธภาพในวัยรุ่นกับเพื่อน^{๑๙๓} เป็นการรับรู้ความ สัมพันธ์และพฤติกรรมของวัยรุ่นที่แสดงกับเพื่อน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อกัน สัมพันธภาพระหว่างบุคคล เป็นปัจจัยหนึ่งต่อการส่งเสริมความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่น และจากการศึกษาพบว่าสัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภูมิคุ้มกันทางจิต (ความแข็งแกร่งในชีวิต)^{๑๙๔} วัยรุ่นที่มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนทำให้วัยรุ่นได้ รับรู้ว่ามิบุคคลที่ให้การช่วยเหลือ (I have) วัยรุ่นได้สัมพันธภาพที่ดีทำให้วัยรุ่นมีความมั่นใจในตนเอง มากขึ้น (I am) จึงเป็นการส่งเสริมให้วัยรุ่นนั้นมี ความสามารถมากขึ้นในการแก้ไข

^{๑๙๒}งามตา วณินทานนท์ และ อุษา ศรีจินดารัตน์, ปัจจัยเชิงสาเหตุด้านการจัดการศึกษาตามแนวปฏิรูปการศึกษา สภาพแวดล้อมทางครอบครัวและโรงเรียนที่มีต่อความสุขใจและพฤติกรรมการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย: การวิจัยช่วงยาวหลายระยะ, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒).

^{๑๙๓}Grotberg, E. H., *Tapping Your Inner Strength: How to Find the Resilience to Deal with Anything*. (Oakland: New Henderson, 1999).

^{๑๙๔}อรพินทร์ ชูชม และคณะ, “ปัจจัยเชิงเหตุและผลของภูมิคุ้มกันทางจิตของเยาวชน”, รายงานวิจัย, ฉบับที่ ๑๓๗, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๔)

ปัญหาต่าง ๆ ที่ ผ่านเข้ามา (I can)^{๑๙๕} สิ่งเหล่านี้จึงเสริมสร้างทำให้ วัยรุ่นมีความแข็งแกร่งในชีวิตมากขึ้นทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

ซิกเกอร์ริง (จ็กรินทร์ พริ้งทองฟูอ้างอิงจาก Chickiring.)^{๑๙๖} กล่าวว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคลมีความสำคัญ และเป็นปัจจัยหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาของนักเรียน นักศึกษา และเป็นองค์ประกอบหนึ่งของทฤษฎีพัฒนานิสิต นักศึกษา นอกจากนี้ ซิกเกอร์ริง (จ็กรินทร์ พริ้งทองฟู อ้างอิงจาก วิมล หนองพงษ์)^{๑๙๗} กล่าวอีกว่า สัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึงการที่บุคคลมีความรู้สึกอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น และเปลี่ยนจากการพึ่งพาตนเอง หรือพึ่งพาบุคคลอื่นไปสู่การพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ซึ่งความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ได้แก่ การไว้ใจกัน การให้ความช่วยเหลือ สนับสนุน การให้และการรับ เป็นต้น

ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการได้เสนอแนวคิดที่ว่า ช่วงวัยรุ่นนั้นกลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อคุณลักษณะและพฤติกรรมของบุคคล โดยผลจากการวิจัยในต่างประเทศ ยังคงยืนยันว่าความผูกพันกับผู้ปกครองของวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับการปรับตัว^{๑๙๘} ได้อย่างครอบคลุม ไม่ว่าจะการเห็นคุณค่าในตนเอง ความสามารถเผชิญปัญหา และความสามารถทางสังคม ในขณะที่ความผูกพันกับเพื่อนมีความสำคัญมาก สำหรับพัฒนาการความสามารถทางสังคม และความใกล้ชิดกับเพื่อนและจากการประมวลงานวิจัยที่ใช้แบบวัดความผูกพันของผู้ปกครองและเพื่อน (Inventory of Parental and Peer Attachment : IPPA)^{๑๙๙} พบว่าความผูกพันของผู้ปกครองและเพื่อนต่างทำนายความซึมเศร้า การเห็นคุณค่าในตนเอง ความสามารถของตน และเจตคติต่อโรงเรียนได้สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลจากการศึกษาวิจัยเสนอแนะว่า มิตรภาพมีบทบาทต่อสุขภาวะทางจิตและการปรับตัวของวัยรุ่น โดยความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดผูกพันกับเพื่อนเอื้อต่อสุขภาวะทางจิตและเป็นกันชนต่อต้าน ความเครียดทางจิตและสังคม สรุปลงแนวคิด การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ซึ่งเป็นสมาชิกในสังคมของนิสิต ซึ่งมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งถ้าหากนิสิตละเลยต่อสังคม โลกและสังคมก็จะละทิ้งเขา โดยเชื่อตามความเป็นจริงในส่วนลึกของจิตใจแล้ว กลุ่มตัวอย่างยังต้องการสังคมจะพอใจและมีความสุขในตนเองถ้าเขายังคงทำกิจกรรมในสังคมและเพื่อสังคม ความสุขในวัยเรียนรู้การร่วมกิจกรรมทางสังคม ถือเป็น การมีส่วนร่วม หมายถึง การเปิดโอกาสให้นิสิตมีส่วนร่วมในการคิด

^{๑๙๕} พชรินทร์ นินทจันทร์, โสภณ แสงอ่อน, และทัศนาว ทวีคุณ, โปรแกรมการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิต, (กรุงเทพมหานคร: จุฑาทอง, ๒๕๕๕).

^{๑๙๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๗.

^{๑๙๗} เรื่องเดียวกัน.

^{๑๙๘} Markiewicz, D. Doyle, A.B., & Brendgen, M. "The quality of adolescents' friendships : Associations with mothers' interpersonal relationships, attachments the parents and friends, and prosocial behaviors", *Journal of Adolescence*, 24 (2001): 429 – 445

^{๑๙๙} Wilkinson, R.B. "Bete friend attachment versus peer attachment in the prediction of adolescent psychological adjustment". *Journal of Adolescence*, 33 (2010): 703 – 717.

ริเริ่ม การพิจารณาตัดสินใจ การร่วมปฏิบัติและร่วมรับผิดชอบในเรื่องต่าง ๆ อันมีผลกระทบต่อตนเอง ได้ปฏิบัติศาสนกิจที่วัด ร่วมทำบุญต่างๆ พร้อมทั้งงานอาสาสมัครเพื่อชุมชน ซึ่งได้แก่ การร่วมบำเพ็ญสาธารณประโยชน์เข้าร่วมกิจกรรมในหมู่บ้านร่วมกันและทุกภาคส่วนท้องถิ่นนั้นๆ

๒.๖ ปัจจัยด้านคุณธรรม

๒.๖.๑ การรักษาเบญจศีล-เบญจธรรม

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเบญจศีลและเบญจธรรม พระมหาเถระนักปราชญ์และนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาได้ตรัสและได้กล่าวถึง แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเบญจศีลและเบญจธรรม ได้แก่ สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส^{๒๐๐} ได้ตรัสเกี่ยวกับเรื่องเบญจศีลและเบญจธรรมสรุปได้ว่า เมื่อรับศีล ๕ หรือเบญจศีล คือ ความประพฤติชอบทางกายและวาจา เป็นข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว อันได้แก่ (๑) เว้นจากการฆ่า การประทุษร้ายกัน (๒) เว้นจากการลัก ขโมย โกง ละเมิดกรรมสิทธิ์ทำลายทรัพย์สิน (๓) เว้นจากการประพฤติผิดในกาม การล่วงละเมิดสิ่งที่ผู้อื่นรักใคร่ หวงแหน (๔) เว้นจากการพูดเท็จ โกหก หลอกลวง และ (๕) เว้น จากน้ำเมา คือสุราเมรัย และสิ่งเสพติดให้โทษแล้ว สมควรประพฤติธรรมอันดีงามอีกส่วนหนึ่ง ก็จะได้เป็นผู้มีธรรมดีงามคู่กัน คือ ข้อ ๑ ควรมีเมตตา กรุณา อนุโลมตามสิกขาบทที่ ๑ ข้อ ๒ ต้องหากินในทางที่ชอบ อนุโลมตามสิกขาบทที่ ๒ ข้อ ๓ ระวังความประพฤติมิให้ผิดในทางกาม อนุโลมตามสิกขาบทที่ ๓ ข้อ ๔ รู้จักรักษาสัตย์ อนุโลมตามสิกขาบทที่ ๔ ข้อ ๕ เป็นผู้รักษาสติ อนุโลมตามสิกขาบทที่ ๕

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายีมหาเถร) ได้ทรงบรรยายความว่า “ศีล” เป็นสิ่งสำคัญที่ควรจะมีก่อน เพราะศีลเป็นเบื้องต้นแห่งความดีงาม เป็นที่พึ่งเบื้องต้นเป็นมารดาแห่งกัลยาณธรรมและเป็นบ่อเกิดแห่งกุศลธรรมทั้งปวง คำว่า ศีล แปลว่า ประกติสิ่งไรเป็นปรกติสิ่งนั้นย่อมไม่มีโทษ อย่างบ้านเมืองสงบเป็นปรกติหมายความว่า ปราศจากภัยจากภายในและภายนอก คนมีความปรกติภายในตน คือไม่มีภัยเบียดเบียน มี อาหารเครื่องนุ่งห่มที่อยู่อาศัยเป็นปรกติ คนที่อยู่ร่วมกันไม่เบียดเบียนก่อทุกข์แก่กัน คือ ไม่ฆ่า กัน ไม่ทำร้ายกัน ไม่ลักฉ้อ แ่่งชิงกัน ไม่ลักลอบทำชู้กัน ไม่ขี้บดหลอกลวงกัน ไม่ขี้เมาก่อความ รำคาญทะเลาะวิวาทกัน ในครอบครัวนั้นก็อยู่เป็นปรกติไม่มีใครเดือดร้อนลำบากทุกข์ยาก คำว่า ปรกตินี้จึงหมายถึงความเรียบร้อยภายในตัวบุคคลแต่ละคน และทั้งหมดนี้ที่อยู่ร่วมกัน ปรกติ นี้มาจากภาษาบาลีคือ ศีล^{๒๐๑}

^{๒๐๐} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, **ธรรมคดี**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหา มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๑๔), หน้า ๒๒๕-๒๒๗.

^{๒๐๑} สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายีมหาเถร), **ธรรมคดี**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๔๖), หน้า ๖.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)^{๒๐๒} ได้กล่าวว่า เบญจศีล คือ ศีล ๕ เว้นฆ่าสัตว์เว้นลักทรัพย์ เว้นประพฤตินิดในกาม เว้นพูดปด เว้นของเมา เบญจธรรม คือ ธรรม ๕ ประการที่ควร ประพฤติคู่กับการรักษาเบญจศีลเมตตากฎาสัมมาอาชีวะสำรวมในกาม สัจจะสติสัมปชัญญะ

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดีสุรเตโช)^{๒๐๓} ได้กล่าวว่า เบญจศีล แปลว่า ศีล ๕ ข้อ หมายถึง การงดเว้นจากการกระทำบาป ๕ ประการ ได้แก่ งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการ ลักทรัพย์งดเว้นจากการประพฤตินิดในกาม งดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการดื่มสุรา และยาเสพติด เบญจธรรม หมายถึง ข้อที่ควรปฏิบัติ ๕ ประการ คือ เมตตากฎา สัมมาอาชีวะ กามสังวร สัจจะ สติสัมปชัญญะ

ทรงวิทย์ แก้วศรีได้กล่าวว่า การเจริญเมตตาคจิต กรุณาจิต มุทิตาจิต อุเบกขาจิต ไปในทิศทั้งหลายไม่มีขอบแดน เป็นการแผ่ความปรารถนาดีแก่ผู้อื่นให้มีความสุขความสบายทั่ว กัน ไม่เลือกที่รักมักที่ชัง จึงเป็นการสร้างความรู้สึกให้สัตว์ทั้งหลายอยู่ร่วมกันโดยไม่มีเวรต่อกัน ไม่เบียดเบียนกันเป็นการแผ่เมตตาอย่างไม่มีประมาณ ไม่มีขีดจำกัด^{๒๐๔}

สุชีพ ปุญญานุภาพ^{๒๐๕} ได้กล่าวว่า หลักศีลธรรมทางพระพุทธศาสนาชั้นสามัญที่ เรียกว่า เบญจศีล เบญจธรรม คือ ศีล ๕ และ ธรรม ๕ ซึ่งพระพุทธศาสนาสอนไว้ในแง่เว้น ความชั่วและแง่ทำความดีเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ในการครองชีวิต เบญจศีล เบญจธรรมนั้น ศีล หมายถึงการเว้นความชั่ว ธรรม หมายถึง การเพิ่มพูนความดีแบ่งออกเป็นฝ่ายละ ๕ คู่ ดังนี้ (๑) เว้นจากฆ่าสัตว์และมนุษย์เป็นศีลข้อที่ ๑ เมตตากฎา เป็นธรรมข้อที่ ๑ (๒) เว้นจากลักทรัพย์เป็นศีลข้อที่ ๒ สัมมาอาชีวะ เป็นธรรมข้อที่ ๒ (๓) เว้นจากผิดในกาม เป็นศีลข้อที่ ๓ กามสังวร (สำรวมในกาม) เป็นธรรมข้อที่ ๓ (๔) เว้นจากพูดเท็จ เป็นศีลข้อที่ ๔ สัจจะ พูดจริง เป็นธรรมข้อที่ ๔ (๕) เว้นจากดื่มสุราเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาท เป็นศีลข้อ ๕ สติสัมปชัญญะ สำรวมระวัง เป็นธรรมข้อที่ ๕^{๒๐๖}

สรุป หลักเบญจศีลเป็นหลักเบื้องต้นแห่งความดีงาม เป็นที่พึงเบื้องต้น และเป็นบ่อ เกิดแห่งกุศลธรรมทั้งปวง คู่กันกับหลักเบญจธรรม คือธรรมที่ทำให้การดำเนินชีวิตเกิดความ สมบูรณ์ เป็น

^{๒๐๒} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๔๐-๑๔๑.

^{๒๐๓} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดีสุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์คำวัด, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา และสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๔๘๐-๔๘๑.

^{๒๐๔} ทรงวิทย์ แก้วศรี, เบญจศีล เบญจธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๐), หน้า ๒๐.

^{๒๐๕} สุชีพ ปุญญานุภาพ, คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๓), หน้า ๘๑.

^{๒๐๖} รัชชนันท์อัครเดช, การบริหารสิ่งแวดล้อม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยา, ๒๕๔๙), หน้า ๑๓.

กระบวนการวิเคราะห์บุคคลเพื่อเตรียมการพัฒนา เพื่อจัดสรรหลักการหรือหลักธรรมให้เหมาะกับจริต (นิสัย) ของบุคคลนั้น ๆ เป็นการขัดเกลากิเลสให้เบาบาง และให้มี มนุษยธรรม เมื่อประพฤติปฏิบัติไปตามลำดับขั้นแล้ว จากขั้นพื้นฐานเบื้องต้นจนกระทั่งถึงขั้น สูงสุด เป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติเจริญก้าวหน้า ปลอดภัย ปลอดภัย เพิ่มพูนความดีงามแก่ผู้ประพฤติ ปฏิบัติ โดยมุ่งความบริสุทธิ์คือความหมดจด ปราศจากมลทินคือเครื่องเศร้าหมองอันเป็น เป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ซึ่งสอดคล้องกับ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง กับเบญจศีล และเบญจธรรม งานวิจัยของพระมหาประเสริฐ ญาณสีโล^{๒๐๗} (ธรรมจง) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การศึกษาเชิง วิเคราะห์เรื่องแนวความคิดเชิงจริยศาสตร์ในมงคลสูตร” ผลของการวิจัยพบว่า วินัยมี ๒ อย่าง คือ วินัยของบรรพชิต (อนาคาริกวินัย) และวินัยของคฤหัสถ์ (อาคาริกวินัย) วินัยนี้สามารถแบ่ง ออกเป็น ๔ ประการ คือ ๑) ไตรสรณคณห์หมายถึง การปฏิญาณตนนับถือ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์เป็น ที่พึ่ง เป็นวินัยเบื้องต้นเพื่อควบคุมจิตใจให้อยู่ในระเบียบของ คฤหัสถ์ทั้งชายหญิง ๒) เบญจศีล คือ ศีล ๕ ประการมีการเว้นจากการฆ่า การเบียดเบียนมนุษย์และ สัตว์การเว้นจากการลักขโมยสิ่งของผู้อื่น การเว้นจากการประพฤติผิดในกาม การเว้นจากการ พุดเท็จ และการเว้นจากการดื่มสุราและของมึนเมา๓) อุโบสถ หรือศีล ๔) กุศลกรรมบถ ๑๐ ประการคือ กายกรรม ๓ วจีกรรม ๔ และมโนกรรม ๓

พระมหาณรงค์ศักดิ์ โสภณสิทธิ (โสภณ)^{๒๐๘} ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ศึกษาบทบาทการ เผยแพร่พุทธธรรมของพระธรรมปริยัติเวที (สุเทพ ฝุสธมโม)” ผลของการวิจัยพบว่า ศีลคือ การ ควบคุมมารยาททางกาย ทางวาจาให้เป็นระเบียบเรียบร้อย มิให้ล่วงละเมิดบัญญัติมีคุณประโยชน์ ๓ ประการ คือ ประการที่หนึ่ง ผู้รักษาศีล ย่อมไปสู่สุคติภพ ประการที่สอง ผู้รักษาศีล ย่อมได้รับโภค สมบัติ ประการที่สาม ผู้รักษาศีล ย่อมปฏิบัติให้ถึงพระนิพพานได้

รังษี สุนทร^{๒๐๙} ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของอนาลบิณฑิก อุบาสกที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา” ได้กล่าวสรุปว่า พระพุทธเจ้าตรัสกับท่านอนาลบิณฑิก คหบดีว่า บุคคลผู้ทุศีล ละเวรภัย ๕ ประการไม่ได้ จะต้องตกนรก เวรภัย ๕ ประการ คือ ๑) การฆ่าสัตว์

^{๒๐๗}พระมหาประเสริฐ ญาณสีโล (ธรรมจง), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องแนวความคิดเชิงจริยศาสตร์ ในมงคลสูตร”, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย), ๒๕๔๗), หน้า ๕๐-๕๑.

^{๒๐๘}พระมหาณรงค์ศักดิ์ โสภณสิทธิ (โสภณ), “ศึกษาบทบาทการเผยแผ่พุทธธรรมของ พระธรรมปริยัติเวที (สุเทพ ฝุสธมโม)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๘๖.

^{๒๐๙}รังษี สุนทร, “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของอนาลบิณฑิกอุบาสกที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธ ศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๑๗๐.

๒) การถือเอาสิ่งของที่เจ้าของมิได้ให้ ๓) การประพฤติดุคในเรื่องราวใคร่๔) การกล่าวเท็จ ๕) การดื่มสุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

วนิดา ฉายาสุตบุตร^{๒๑๐} ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระนางสามาวดีในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” ได้กล่าวสรุปว่า เมตตาธรรมเป็นคุณธรรมขั้นพื้นฐานที่อยู่ในเบญจธรรม หรือกัลยาณธรรม ได้แก่ ธรรมอันดีงาม ๕ ประการ คือ (๑) เมตตา กรุณา คือ ความรัก ความสงสาร คิดช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ (๒) สัมมาอาชีวะ คือการหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต (๓) กามสังวร คือความสำรวมระวังในกาม (๔) สัจจะ คือความจริงใจ (๕) สติสัมปชัญญะ คือความระลึกได้ รู้ตัว คุณธรรมพื้นฐานในด้านความเมตตานั้น เมื่อได้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอก่อให้เกิดคุณค่า ๒ ประการ คือคุณค่าด้านการทำจิต ทำให้ผู้ปฏิบัติมีชีวิตที่ประเสริฐ มีความสุข และคุณค่าด้านการทำกิจ ทำให้การกระทำเป็นเหตุให้เกิดความสามัคคี จิตคิดปรารถนาดี เอื้อเพื่อต่อกันเกิดประโยชน์สุขต่อตนเองและส่วนรวม

สรุป เบญจศีล คือ ศีล ๕ ประการ มีการเว้นจากการฆ่า การเบียดเบียนมนุษย์และสัตว์ การเว้นจากการลักขโมยสิ่งของผู้อื่น การเว้นจากการประพฤติดุคในกาม การเว้นจากการพูดเท็จ และการเว้นจากการดื่มสุราและของมึนเมา ส่วนเบญจธรรม ได้แก่ ธรรมอันดีงาม ๕ ประการ คือ เมตตา-กรุณา สัมมาอาชีวะ กามสังวร สัจจะ และสติสัมปชัญญะ

๒.๖.๒ เหตุผลเชิงคุณธรรม

ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์

ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์ เป็นทฤษฎีที่แสดงถึงสาเหตุต่าง ๆ ทางจิตใจที่ส่งผลให้มนุษย์มีพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์ กล่าวว่า พฤติกรรมมนุษย์เกิดจากพลังชีวิตในตัว ได้แก่ พลังอิด อีโก้ และซูเปอร์อีโก้ ที่กระตุ้นให้มนุษย์ประกอบพฤติกรรมหรือทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมตามขั้นตอนของแอร์คสัน กล่าวว่า ลักษณะสัมพันธ์ภาพที่บุคคลมีกับกลุ่มต่าง ๆ และข้อขัดแย้งทางสังคมจิตวิทยาที่เกิดจากความสัมพันธ์นั้น ๆ เป็นตัวกระตุ้นให้มนุษย์มีพฤติกรรมหรือทฤษฎีลำดับขั้นของความต้องการของมาสโลว์ กล่าวว่า พฤติกรรมมนุษย์ถูกเร่งให้กระทำ โดยกลุ่มความต้องการเป็นลำดับขั้นโดยเริ่มจากความต้องการพื้นฐานในระดับต่ำสู่ความต้องการในระดับที่สูงขึ้น เป็นต้น

ทฤษฎีทางพฤติกรรมศาสตร์ต่างๆ ที่กล่าวมาเป็นของชาวตะวันตกที่พยายามอธิบายสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมของมนุษย์ อย่างไรก็ตามสำหรับสังคมไทย ดวงเดือน พันธุพานิช ได้นำเสนอทฤษฎีที่นำไปสู่การค้นคว้าวิจัยและการประยุกต์เพื่อพัฒนาบุคคลและสังคมที่อธิบาย

^{๒๑๐}วนิดา ฉายาสุตบุตร, “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระนางสามาวดีในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๖๒.

พฤติกรรมของคนไทย คือ ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรมทฤษฎีต้นไม้ทางจริยธรรมแสดงถึงสาเหตุของพฤติกรรมของคนดีและของคนเก่งว่าพฤติกรรมเหล่านี้มีสาเหตุทางจิตใจอะไรบ้าง ทฤษฎีนี้สร้างจากผลการสรุปผลการวิจัยในเรื่องดังกล่าวของเยาวชนและประชาชนชาวไทยอายุ ๖ ถึง ๖๐ ปี จำนวนรวมหลายพันคนซึ่งเป็นผลการวิจัยในประเทศไทย ในช่วง ๒๐ ปีนี้

ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม มี ๓ ส่วน คือ ส่วนที่เป็นดอกและผลไม้มือของต้นไม้ ส่วนลำต้นและส่วนที่เป็นราก ภาพที่ ๑ (ภาพผนวก) ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ส่วนที่ ๑ ส่วนที่เป็นดอกและผลไม้มือบนต้น แสดงถึงพฤติกรรมการทำงานดี ละเว้นชั่วและพฤติกรรมการทำงานอย่างขยันขันแข็งเพื่อส่วนรวม ส่วนแรกนี้เป็นพฤติกรรมประเภทต่าง ๆ ที่รวมเข้าเป็นพฤติกรรมของพลเมืองดี พฤติกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศและพฤติกรรมการทำงานอาชีพอย่างขยันขันแข็ง ผลที่ออกมาเป็นพฤติกรรมต่าง ๆ ที่น่าปรารถนา มีสาเหตุมาจากส่วนที่ ๒ และส่วนที่ ๓

ส่วนที่ ๒ ส่วนของลำต้นของต้นไม้ ซึ่งเป็นจิตลักษณะที่แสดงถึงสาเหตุทางจิตใจของการเกิดพฤติกรรมอันประกอบด้วยจิตลักษณะ ๕ ด้าน คือ (๑) เหตุผลเชิงจริยธรรม (๒) มุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง (๓) ความเชื่ออำนาจในตน (๔) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และ (๕) ทศนคติคุณธรรมและค่านิยม ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนั้น ๆ ถ้าต้องการที่จะเข้าใจ อธิบาย ทำนายและพัฒนาพฤติกรรมชนิดใด จะต้องใช้จิตลักษณะบางด้านหรือทั้ง ๕ ด้านนี้ประกอบกันจึงจะได้ผลดีที่สุด

ส่วนที่ ๓ ส่วนที่เป็นรากของต้นไม้ ซึ่งเป็นจิตลักษณะที่แสดงถึงสาเหตุทางจิตใจของการเกิดพฤติกรรม อันประกอบด้วยจิตลักษณะ ๓ ด้าน คือ (๑) สติปัญญา (๒) ประสบการณ์ทางสังคม (๓) สุขภาพจิต จิตลักษณะทั้ง ๓ นี้ อาจใช้เป็นสาเหตุของการพัฒนาจิตลักษณะ ๕ ประการที่ลำต้นของต้นไม้ก็ได้

กล่าวโดยสรุป คือ บุคคลจะต้องมีลักษณะพื้นฐานทางจิตใจ ๓ ด้านในปริมาณที่สูงเหมาะสมกับอายุ จึงจะเป็นผู้ที่มีความพร้อมที่จะพัฒนาจิตใจทั้ง ๕ ประการที่ลำต้นของต้นไม้ โดยที่จิตลักษณะทั้ง ๕ ประการนี้จะพัฒนาไปเองโดยอัตโนมัติ ถ้าบุคคลมีความพร้อมทางด้านจิตใจ ๓ ด้านดังกล่าวและอยู่ในสภาพที่แวดล้อมทางบ้าน ทางโรงเรียน และทางสังคมที่เหมาะสม นอกจากนั้นบุคคลยังมีความพร้อมที่จะรับการพัฒนาจิตลักษณะบางประการใน ๕ ด้านนี้โดยวิธีการอื่น ๆ ด้วยฉะนั้น จิตลักษณะพื้นฐาน ๓ ประการ จึงเป็นสาเหตุของพฤติกรรมคนดีและของคนเก่งนั่นเองนอกจากนี้ จิตลักษณะพื้นฐาน ๓ ประการที่รากนี้อาจเป็นสาเหตุร่วมกับจิตลักษณะ ๕ ประการที่ลำต้นเพื่อใช้อธิบายทำนายและพัฒนาพฤติกรรมดังกล่าวมาแล้วด้วยจิตลักษณะทั้ง ๘ ด้านที่ประกอบเป็นรากและลำต้นของต้นไม้จริยธรรม มีลักษณะและรายละเอียด ดังนี้ ดวงเดือน พันธุมนาวิ ^{๒๑๑}

^{๒๑๑} ดวงเดือน พันธุมนาวิ, ทฤษฎีต้นไม้จริยธรรม: การวิจัยและการพัฒนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๒.

๑. การมีเหตุผลเชิงจริยธรรมสูง คือ การเป็นคนที่จะเห็นแก่ส่วนรวมมากกว่าที่จะเห็นแก่ส่วนตัวหรือพวกพ้อง

๒. การมีการมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง คือ การเป็นคนที่สามารถคาดการณ์ไกลและรู้จักบังคับตนเองให้อดไหวได้

๓. ความเชื่ออำนาจในตน คือ การเป็นคนเชื่อว่าทำได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว สิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเป็นผลจากการกระทำของตน

๔. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง คือ ความมีวิริยะอุตสาหะ ฝ่าฟันอุปสรรคจนเกิดความสำเร็จตามเป้าหมาย

๕. มีทัศนคติ คุณธรรมและค่านิยมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมนั้นและสถานการณ์ที่จะกระทำนั้น เช่น มีทัศนคติที่ดี มีค่านิยมที่ดีต่อการรักษาระเบียบวินัย เป็นต้น

๖. มีสติปัญญา มีความเฉลียวฉลาด

๗. มีประสบการณ์ทางสังคมสูง รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา เข้าใจจิตใจของผู้อื่น

๘. มีสุขภาพจิตดี มีความวิตกกังวลน้อย หรือในปริมาณที่เหมาะสมกับเหตุการณ์

ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะธรรมที่กล่าวมาโดยสรุปแสดงถึงปัจจัยทางจิตใจลักษณะต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการมีพฤติกรรมของบุคคล (ธรรมบุญ เขาวะวนิชย์)^{๒๑๒} แสดงถึงความสัมพันธ์ในเชิงสาเหตุและผลระหว่างจิตลักษณะ ๘ ด้านกับพฤติกรรมประเภทต่าง ๆ ทฤษฎีนี้จึงมีสังกัด(หรือ มโนทัศน์) ๔ ด้านด้วยกัน (ดวงเดือน พันธุมนาวิน)^{๒๑๓}

๒.๖.๓ การปฏิบัติตนตามหลักอิทธิบาท

๒.๖.๓.๑ หลักธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทเพื่อความสำเร็จ

หลักธรรมในหมวดนี้หมายถึง อิทธิบาท ๔ เป็นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการทำงานให้สำเร็จ เมื่อสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้แล้วได้ทรงนำหลักอิทธิบาท ๔ นี้มาสอนชาวโลกให้รู้จักจริงและนำไปใช้ ในการทำงานให้บรรลุผลสำเร็จ อิทธิบาท ๔ ทำให้เกิดแรงจูงใจใฝ่สำเร็จ หรือสัมฤทธิ์ผล พุทธทาสได้อธิบายว่า คำว่าอิทธิบาทมาจากคำว่า “อิทธิ” แปลว่าฤทธิ์ “บาท” แปลว่า รากฐาน หรือเครื่องให้งองงามขึ้นมา อิทธิบาท จึงหมายถึง เครื่องมือให้เกิดฤทธิ์ขึ้นมา “ฤทธิ์” นั่นก็คือความสำเร็จ หรือเครื่องให้ถึงความสำเร็จ ส่วนอิทธิบาทก็คือ ฤทธิ์บาท ได้แก่ รากฐานของความสำเร็จ ซึ่งเป็นเครื่องมือทำให้เกิดความสำเร็จ ๔ ประการ ได้แก่ ฉันทะ (ความพอใจ)

^{๒๑๒} ธรรมบุญ เขาวะวนิชย์, “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมกรให้บริการประชาชนของข้าราชการตำรวจ: ศึกษาเฉพาะกรณีข้าราชการตำรวจในสถานีตำรวจนครบาล”, *วิทยานิมิตน์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยหัวเฉียว, ๒๕๔๒), หน้า ๑๖-๑๘.

^{๒๑๓} ดวงเดือน พันธุมนาวิน, *ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะธรรม: การวิจัยและการพัฒนา*, หน้า ๔.

วิริยะ (ความเพียร) จิตตะ (ความเอาใจใส่) วิมังสา (สอบสวน)^{๒๑๔} สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน อธิรปาทสูตรว่า

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุควรเจริญธรรม ๔ ประการเพื่อรู้ยิ่งราคะธรรม ๔ ประการ อะไรบ้างคือ ภิกษุ ในธรรมวินัยนี้

๑. เจริญอุทิสบาทที่ประกอบด้วยฉันทสมาธิปานสังขาร

(สมาธิที่เกิดจากฉันทะและความเพียรสร้างสรรค์)

๒. เจริญอุทิสบาทที่ประกอบด้วยวิริยสมาธิปานสังขาร

(สมาธิที่เกิดจากวิริยะและความเพียรสร้างสรรค์)

๓. เจริญอุทิสบาทที่ประกอบด้วยจิตตสมาธิปานสังขาร

(สมาธิที่เกิดจากจิตตะและความเพียรสร้างสรรค์)

๔. เจริญอุทิสบาทที่ประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปานสังขาร

(สมาธิที่เกิดจากวิมังสาและความเพียรสร้างสรรค์)

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุควรเจริญธรรม ๔ ประการเพื่อรู้ยิ่งราคะ^{๒๑๕}

อุทิสบาท ๔ นั้นสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรัสพิงพันไว้กับเรื่องสมาธิ เพราะสมาธิเกิดจากอุทิสบาทข้อใด ก็มีชื่อเรียกตามอุทิสบาทข้อนั้น โดยนัยนี้จึงมีสมาธิ ๔ ข้อ คือ (๑) ฉันทสมาธิ ที่เกิดจากฉันทะ หรือสมาธิที่มีฉันทะเป็นใหญ่ (๒) วิริยสมาธิ สมาธิที่เกิดจากวิริยะ หรือสมาธิที่มีวิริยะเป็นใหญ่ (๓) จิตตสมาธิ สมาธิที่เกิดจากจิตตะ หรือสมาธิที่เกิดจากจิตตะ หรือสมาธิที่มีจิตตะเป็นใหญ่ และ (๔) วิมังสาสมาธิ สมาธิที่เกิดจากวิมังสา หรือสมาธิที่มีวิมังสาเป็นใหญ่^{๒๑๖} สมาธิที่กล่าวมานี้ จะเกิดมีควบคู่ไปกับความเพียรพยายามที่เรียกว่าปานสังขาร ซึ่งหมายถึงสังขารที่เป็นตัวความเพียร หรือความเพียรที่เป็นเครื่องปรุงแต่ง หรือความเพียรที่เป็นแรงสร้างสรรค์ สมาธิเกิดจาก ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา ได้กล่าวขยายความดังนี้

๑) ฉันทะ (ความพอใจ) หมายถึงความมีใจรักในสิ่งที่ทำ และพอใจใฝ่รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้น อยากทำสิ่งนั้น ๆ ให้สำเร็จบรรลุจุดมุ่งหมาย เป็นความรักความใฝ่ใจปรารถนาต่อภาระที่ดั่งงามเต็มเปี่ยมสมบูรณ์ อันเป็นจุดหมายของสิ่งที่กระทำหรือซึ่งจะเข้าถึงได้ด้วย

^{๒๑๔} พุทธทาสภิกขุ, การงานที่เป็นสุข, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๓๗), หน้า ๙๐.

^{๒๑๕} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๒๗๖/๓๙๑.

^{๒๑๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๑๕๐/๓๔๓.

การกระทำนั้น อยากให้สิ่งนั้น ๆ เข้าถึงหรือดำรงอยู่ในภาวะที่ดีที่ตรงตามที่ประณีต ที่สมบูรณ์ของสิ่งนั้น ๆ ของงานนั้นเกิดมีเป็นจริงขึ้น อยากทำให้สำเร็จผลตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งงานนั้น

ความอยากที่จะเป็นฉันทะนี้ เป็นคนละอย่างกันกับความอยากได้สิ่งนั้น ๆ มาเสพเสวย หรืออยากเอามาเพื่อตัวตนในรูปใดรูปหนึ่ง ซึ่งเรียกว่าเป็นตัณหา ความอยากของฉันทะนั้นทำให้เกิดความสุขความชื่นชมเมื่อเห็นสิ่งนั้น ๆ งานนั้น ๆ บรรลุความสำเร็จเข้าถึงความสมบูรณ์อยู่ในภาวะอันดีงามของมัน หรือพูดแยกออกไปว่าขณะเมื่อนั้นกำบังเดินหน้าไปสู่จุดหมายก็เกิดปิติเป็นความอึดเอิบใจครั้งงานที่ทำบรรลุเป้าหมาย ก็ได้รับโสมนัสเป็นความฉ่ำชื่นใจ ที่พร้อมด้วยความรู้สึกโปร่งโล่งผ่องใสเบิกบานแผ่ออกไปเป็นอิสระไร้ขอบเขต ส่วนความอยากของตัณหา ทำให้เกิดความทุกข์ความสดชื่น เมื่อได้สิ่งนั้นมาให้ตนเสพเสวยรสอร่อย หรือปรนเปรอ ความยิ่งใหญ่พองขยายของตัวตน เป็นความฉ่ำชื่นในที่เศร้าหมอง หมกหมักตัวกีดกันกักตนไว้ในที่คับแคบ และมักติดตามมาด้วยความหวงแหน ห่วงกังวล เศร้าเสียดายและหวั่นกลัวหวาดระแวง

๒) วิริยะ (ความเพียร) เป็นความอาจหาญแกลั้วกล้าบากบั่นก้าวไปใจสู้ไม่ย่อท้อไม่หวั่นกลัวต่ออุปสรรคและความยากลำบาก เมื่อบุคคลรู้ว่าสิ่งใดมีคุณค่าควรแก่การบรรลุถึง ถ้าวิริยะเกิดขึ้นแก่เขาแล้ว แม้ได้ยินว่าจุดหมายตนจะลุล่วงได้ยากนักก็มีอุปสรรคมาก หรืออาจใช้เวลานานสักเท่าใดเขาก็ไม่ท้อถอย แต่กลับเห็นเป็นสิ่งท้าทายที่เขาจะเอาชนะให้ได้ทำให้สำเร็จ ส่วนผู้ที่ขาดความเพียรอยากบรรลุความสำเร็จเหมือนกัน แต่พอได้ยินว่าต้องใช้เวลานานก็หมดแรงถอยหลัง คนที่มีความเพียรเท่ากับแรงหมุน เวลาทำงานหรือปฏิบัติธรรมก็ตาม จิตใจจะแน่วแน่มั่นคง พุ่งตรงต่อจุดหมาย สมาธิก็เกิดขึ้น ได้เรียกว่า เป็น วิริยะสมาธิ พร้อมทั้งมีประธานสังขารคือ ความเพียรสร้างสรรค์เข้าประกอบคู่ไปด้วยกัน

๓) จิตตะ (ความคิดจดจ่อ หรือเอาใจใส่) เป็นการแสดงผูกพัน จดจ่อเฝ้าเรือนั้น ใจอยู่กับงานนั้นไม่ปล่อยไม่ห่างไปทางไหน ถ้าจิตตะ เป็นไปอย่างแรงกล้าในเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรืออย่างใดอย่างหนึ่ง คนผู้นั้นจะไม่สนใจ ไม่รับรู้เรื่องอื่น ๆ ใครจะพูดอะไรเรื่องอื่น ๆ ไม่สนใจ แต่ถ้าพูดเรื่องนั้นงานนั้นจะสนใจเป็นพิเศษทันที บางที่จัดทำเรื่องนั้น งานนั้น ขลุ่ยจนอยู่ได้ทั้งวันทั้งคืน ไม่เอาใจใส่ร่างกาย การแต่งเนื้อแต่งตัว จิตจะแน่วแน่มั่นคงในกิจที่ทำ มีกำลังมาเฉพาะสำหรับกิจนั้น เรียกว่าเป็นจิตสมาธิ พร้อมนั้นก็เกิดประธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์ร่วมสนับสนุนไปด้วย

๔) วิมังสา (ความสอบสวนไตร่ตรอง) หมายถึง การใช้ปัญหาพิจารณาหมั่นใคร่ครวญ ตรวจสอบตรวหาเหตุผล และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนเกินเลยบกพร่อง หรือข้อข้องใจเป็นต้น ในกิจที่ทำรู้จักทดลอง และคิดค้นหาเหตุผล ชอบสอบสวนทดลองเมื่อทำอะไรก็คิดพิจารณาทดสอบไปด้วย เช่นคิดว่าผลนี้เกิดจากสาเหตุอะไร ทำไมจึงเป็นอย่างนี้ ผลคราวนี้เกิดจากปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบนี้เข้าไป จะเกิดผลอย่างไร ถ้าวางเปลี่ยนองค์ประกอบนั้นแล้วไม่เกิดผลอย่างที่คาดหมายเป็นเพราะอะไร จะแก้ไขจุดไหน ฯลฯ การคิดหาเหตุผลและสอบสวนทดลองอย่างนี้ ย่อมช่วยรวมจิต

ให้คอยกำหนด และติดตามเรื่องที่พิจารณาอย่างใกล้ชิดติดใจตลอดเวลา เป็นเหตุให้จิตแน่วแน่แล่น
 ดิ่งไปกับเรื่องที่พิจารณา ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก และมีกำลัง เรียกว่า เป็นวิมิงสาสมาธิ ซึ่งก็จะมี
 ปธานสังขาร คือความเพียรสร้างสรรค์เกิดมาด้วย

สรุปได้ว่า หลักธรรมอิทธิบาท ๔ เป็นการกระทำเกี่ยวเนื่องกันเหมือนลูกโซ่ คือ
 มีฉันทะ ความพอใจในสิ่งที่จะทำนั้น ย่อมให้เกิด วิริยะ คือความพากเพียรจะทำงานนั้นให้สำเร็จ
 แล้วย่อมทำให้มีจิตตะ คือใจฝักใฝ่ในกิจการนั้น แล้วมีการไตร่ตรองหาเหตุผล หาข้อบกพร่อง เพื่อ
 จะได้แก้ไขให้ดียิ่งขึ้นคือ วิมิงสา งานใด ๆ ก็ตามที่บุคคลใช้หลักธรรมอิทธิบาท ๔ ย่อมทำให้ประสบ
 ความสำเร็จทุกครั้งไป

๒.๗ ปัจจัยด้านจิตลักษณะ

๒.๗.๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self- Esteem)

๒.๗.๑.๑ ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง

ทัตนา บุญทอง^{๒๑๗} กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง คือความต้องการมี
 เกียรติยศ ชื่อเสียง และได้รับการยกย่อง นับถือ จากบุคคลอื่น ทั้งที่อยู่ในวงแคบ เช่น ครอบครัว
 เพื่อนฝูง จนกระทั่งบุคคลในสังคมในวงกว้าง นอกจากนี้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองนั้นเป็นส่วนหนึ่ง
 ของ อัตตาในคนที่เรียกว่า Ego Needs ซึ่งอธิบายได้เป็น ๒ ลักษณะ คือ ความต้องการเป็นผู้
 แข็งแกร่งต้องการความสำเร็จ ความสมบูรณ์ ความมั่นใจที่จะเผชิญโลกและมีชีวิตอยู่อย่างอิสระเสรี กับ
 อีกลักษณะหนึ่ง คือ ความต้องการชื่อเสียง เกียรติยศ ฐานะตำแหน่ง การยกย่องสรรเสริญ ชื่นชม
 และความเคารพนับถือจากบุคคลอื่น เป็นต้น การที่บุคคลมีความมูมานะเพียรพยายาม ทำงานหนัก
 เพื่อ ความสำเร็จและความมีเกียรติยศ ชื่อเสียง พยายามรักษาศักดิ์ศรีและคุณค่าของตนเองอยู่เสมอ
 นั้น เพื่อตอบสนองความต้องการในอัตตาส่วนนี้

เกียรติวรรณ อมาตยกุล^{๒๑๘} กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เป็นความต้องการ
 ของคนที่มีจิตใจละเอียดอ่อนลึกซึ้ง มีการพัฒนาจิตใจสูงขึ้น รู้จักศึกษาจิตใจตนเอง ควบคุมตนเอง
 รู้จักใช้ชีวิตให้อยู่เหนืออิทธิพลของความต้องการชั้นต่ำกว่าได้สามารถจะเห็นว่าตัวเองมีคุณค่า มี
 ความสามารถ มีความภาคภูมิใจในความเป็นเอกลักษณ์ของตัวเอง มีความมั่นใจในการกระทำต่าง ๆ
 ของตัวเองได้โดยไม่ต้องรอฟังคนอื่นหรือสิ่งอื่น

^{๒๑๗} ทัตนา บุญทอง, เอกสารการสอนชุดวิชามนมิตและกระบวนการพยาบาล หน่วยที่ ๑-๗,
 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, (กรุงเทพมหานคร: หนึ่งเจ็ดการพิมพ์, ๒๕๒๗).

^{๒๑๘} เกียรติวรรณ อมาตยกุล, *สู้ชีวิตด้วยจิตวิทยา*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ภาพพิมพ์,
 ๒๕๓๓).

ทิพย์วัลย์ สุทิน^{๒๑๙} กล่าวว่า การนับถือตนเอง (Self-Esteem) หมายถึง ความรู้สึก ความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเองว่ามีความสามารถมีคุณค่า ซึ่งจะมีระดับตั้งแต่การนับถือตนเองต่ำไปจนถึงการนับถือตนเองสูง การที่บุคคลยอมรับตนเอง นับเป็นทักษะสำคัญในการที่จะเรียนรู้พัฒนาตนเอง และการดำเนินชีวิตเพราะความสามารถในการรักษาสัมพันธภาพ ระหว่างบุคคลได้ดี มีผลมาจาก การที่บุคคลยอมรับหรือปฏิเสธตนเอง และจะเป็นสิ่งที่ใช้ทำนายสัมพันธภาพที่บุคคลอื่นมีต่อเรา ได้ เช่นกัน ซึ่งลักษณะดังกล่าวนี้จะเป็นผลมาจากพัฒนาการนับถือตนเองของบุคคลนั่นเอง

รัฐดา ครบประสี^{๒๒๐} กล่าวว่า Self-Esteem หมายถึง รู้คุณค่าในตนเอง คนที่มี Self-Esteem จะต้องมีความสมดุลของความต้องการผลสำเร็จ ความมีเกียรติ และความซื่อสัตย์ ซึ่งอาจ หมายถึงจิตใต้สำนึก และพฤติกรรมนั่นเอง

สุพัตรา ทาวงศ์^{๒๒๑} ได้ให้ความหมายว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem) คือ ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในทางที่ดี มีความเคารพและยอมรับตนเองว่ามีความสำคัญ มีความสามารถและใช้ความสามารถที่มีอยู่กระทำการต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมาย ยอมรับนับถือตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง เคารพในตนและผู้อื่น และมีชีวิตอยู่อย่างมีเป้าหมาย

Rosenberg^{๒๒๒} ให้ความหมาย ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองว่าเป็นความรู้สึก ยอมรับนับถือ ในตนเอง และคิดว่าตนเองมีค่า

Coopersmith^{๒๒๓} กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง คือ ขอบเขตที่บุคคลมีความเชื่อ เกี่ยวกับความสามารถของตนเองว่าเขามีความสำคัญและมีคุณค่า สอดคล้องกับ

Rand^{๒๒๔} กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เป็นการผสมผสานกันระหว่าง ความ มั่นใจในตนเองกับการยอมรับนับถือตนเองทำให้มีความแน่ใจว่าสามารถมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า

^{๒๑๙}ทิพย์วัลย์ สุทิน, การนับถือตนเอง, [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <http://www.webhost.wu.ac.th/stipawan/index> (๒ กันยายน ๒๕๕๒).

^{๒๒๐}รัฐดา ครบประสี, ความหมายของ Self-Esteem, [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: www.jvkk.go.th/jvkkfirst/story/general/10.htm (๒ กันยายน ๒๕๖๑).

^{๒๒๑}สุพัตรา ทาวงศ์, ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem) และเทคนิคเฉพาะในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง, [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <http://www.dllibrary.spu.ac.th:8080/dspace/bitstream/> (๒ กันยายน ๒๕๕๒).

^{๒๒๒}Rosenberg, M. "Society and the Adolescent Self-Image", Princeton, (New Jersey: Princeton University Press, 1965).

^{๒๒๓}Coopersmith, kS., Parental Characteristics Related to Self-Esteem: In the Antecedents of Self-Esteem, (San Francisco : Freeman, 1967).

^{๒๒๔}Rand, A., The New Left, (New York: Signet. 1975).

Branden^{๒๒๕} ได้ให้ความหมายของความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองว่าเป็นเหมือนประสบการณ์ของความเป็นจริงที่เราสามารถเรียนรู้ และดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณค่า

Carpenito^{๒๒๖} กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เป็นบุคลิกอย่างหนึ่งของบุคคลที่จะ มีการตัดสินใจว่ามีคุณค่าในตนเอง จากผลการประเมินตนเองในเรื่องความสามารถและการยอมรับของสังคม

Barry and Morgan^{๒๒๗} กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เป็นความรู้สึกของการยอมรับตนเอง และเป็นการมองคนในทางบวก

Bandura^{๒๒๘} ได้ให้คำจำกัดความของการเห็นคุณค่าในตนเอง ว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การประเมินตนเองของบุคคลว่าตนเป็นอย่างไร ถ้าบุคคลใดมีความรู้สึกกว่าตนเองเป็นบุคคลที่ไร้ค่า จะกล่าวได้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ในขณะที่บุคคลใดได้แสดงความภาคภูมิใจในตนเอง จะกล่าวได้ว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง นอกจากนั้นยังได้อธิบายเพิ่มเติมอีกว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานในการประเมินตนเอง ที่มาจากความสามารถของบุคคลหรือมีความสามารถในการตัดสินใจของตนเองทั้งด้านบวก และด้านลบ การเห็นคุณค่าในตนเองได้รับการพัฒนาขึ้นมาจากความรู้สึกว่าตนเองเป็นบุคคลที่มี ความสามารถ มีความภาคภูมิใจในตนเอง บุคคลจะพึงพอใจกับมาตรฐานการกระทำของตนเองที่ได้ตั้งไว้ ในขณะที่บุคคลใดก็ตามเมื่อประเมินตนเองแล้วพบว่าตนเองล้มเหลวหรือกระทำกิจกรรมใด ๆ ไม่ได้ตามมาตรฐานที่ตนเองตั้งไว้ บุคคลจะรู้สึกขาดความพึงพอใจต่อตนเอง

Bandura กล่าวว่า การตัดสินใจจากสังคม (Social Judgement) มีอิทธิพลในการรับรู้ของบุคคลว่าจะประเมินตนเองออกมาใน ลักษณะเช่นใด เช่น จะพบอยู่เสมอ ๆ ว่าบุคคลจะรู้สึกไม่พึงพอใจและไม่ยอมรับต่อคำติเตียนที่ บุคคลอื่นมีต่อความคิดเห็นและการกระทำของตนเอง นอกเหนือจากนั้น การเห็นคุณค่าในตนเองยังเกี่ยวข้องกับการประเมินตนเองในด้านการมีคุณค่าซึ่งจะขึ้นกับวัฒนธรรมประเพณีของสังคมนั้น ๆ ว่าให้คุณค่ากับบุคคลนั้นอย่างไร และบุคคลนั้นได้มีพฤติกรรมตอบสนองต่อคุณค่าทางสังคมได้อย่าง เหมาะสมตามมาตรฐานของสังคมนั้นได้ดีเพียงใดอีกด้วย

^{๒๒๕}Branden, N., *The Psychology of Romantic Love*, (New York: Bantam Books, 1980).

^{๒๒๖}Carpenito, L. J., *Nursing Diagnosis: Application to Clinical Practice*, (Philadelphia: J.B. Lippincott Company, 1983).

^{๒๒๗}Barry, P.D. and Morgan, A.J., *Mental health and Mental illness*, 3rd ed. (Philadelphia: Lippincott Company, 1985).

^{๒๒๘}Bandura, A., *Social Foundations of Thought and Action*, (Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall, 1986).

Stuart and Sundeen^{๒๒๙} กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง (Self – Esteem) หมายถึง เป็นการตัดสินเกี่ยวกับคุณค่าของคนจากความสำเร็จ หรือความล้มเหลวในเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยวิเคราะห์จากการรับรู้เกี่ยวกับตนเองในสิ่งที่จริง กับการรับรู้เกี่ยวกับตนเองตามที่คาดหวังไว้ บุคคลที่รู้สึกว่าคุณค่าประสบความสำเร็จตามความคาดหวัง จะรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง แต่ถ้าบุคคลนั้นล้มเหลวหรือไม่เป็นไปตามที่คาดหวังไว้จะรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองต่ำ

Hamachek^{๒๓๐} กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินในสิ่งที่ตนเองกำลังทำและสิ่งที่ตนกำลังกระทำอยู่ หากสิ่งนั้นบุคคลประเมินว่าเป็นสิ่งที่ดีมีคุณค่าและมี ความสำคัญแล้ว ย่อมส่งผลให้บุคคลเกิดการชื่นชมและเห็นคุณค่าในตนเอง

สรุปได้ว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการประเมินตนเองจากบุคคลรอบข้างในสิ่งที่ตนทำ หากสิ่งที่ตนทำเป็นสิ่งที่ดีและประสบความสำเร็จ โดยเป็นสิ่งที่บุคคลรอบข้างให้คุณค่าและเห็น ความสำคัญสิ่งนั้น บุคคลจะยอมรับนับถือและเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองจะส่งผลต่อความรู้สึกนึกคิด การแสดงออก ความสามารถในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมและการทำงานตามบทบาทหน้าที่ อันจะส่งผลต่อการประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่าง ๆ ในอนาคต

๒.๗.๑.๒ องค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง

Maslow^{๒๓๑} ได้แบ่งการเห็นคุณค่าในตนเอง ออกเป็น ๒ ประเภท คือ

๑. ประเภทที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกรับรู้ในคุณค่าของตนเอง (Self-Respect) การยอมรับ นับถือและการประเมินคุณค่าตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองประเภทนี้ประกอบด้วย ปัจจัยต่าง ๆ ซึ่ง ได้แก่ การมีจุดเด่น (Strength) ผลสัมฤทธิ์ (Achievement) ความสามารถ (Mastery and Competence) ความเชื่อมั่น (Confidence) การพึ่งตนเองและควมมีอิสระเสรี (Independence and Freedom)

๒. ประเภทที่เกี่ยวข้องกับการได้รับการตัดสินว่ามีคุณค่าจากผู้อื่น (Esteem from Other) เช่น การมีชื่อเสียงเกียรติยศ ตำแหน่ง ความรุ่งเรือง มีอำนาจเหนือผู้อื่น ได้รับการยอมรับและความสนใจ มีความสำคัญ มีศักดิ์ศรีหรือเป็นที่น่าชมเชยของผู้อื่น

^{๒๒๙}Stuart, G. W. and Sundeen, S.J., *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*, 3rd ed. (St Louis, USA: C.V. Mosby Co.ม 1987).

^{๒๓๐}Hamachek, D. “Self-concept and school achievement: Interaction dynamics and a tool for assessing the self-concept component,” *Journal of Counseling & Development*, 73 (4) (1995): 419-425.

^{๒๓๑}Maslow, A. H., *Motivation and Personality*, (New York: Happer and Row, 1970).

Felker^{๒๓๒} ได้กล่าวถึงรูปแบบ ๓ ลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่จำเป็นต่อกระบวนการตัดสินการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลไว้ดังนี้

๑. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนเป็นผู้มีประสบการณ์และเป็นจุดศูนย์กลางของ ความสนใจ ทั้งในขณะที่อยู่ในกลุ่มและนอกกลุ่ม
๒. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม เมื่อ ตนประสบความสำเร็จหรือตงามล้มเหลวในเป้าหมายที่ตั้งไว้
๓. ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองว่า ตนสามารถปฏิบัติตนได้เหมาะสมกับสภาพการณ์ เมื่อประเมินตนเองว่าเป็นบุคคลที่มีคุณค่าหรือไร้คุณค่า

Coopersmith^{๒๓๓} กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นทัศนคติต่อการยอมรับนับถือ ตนเองและเชื่อในความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จและความมีคุณค่าของตน อีกทั้ง Coopersmith ยังได้กล่าวถึงสาเหตุของการมีคุณค่าในตนเองว่ามาจากแหล่งสำคัญซึ่งบุคคลใช้เป็นสิ่งที่ตัดสินความสำเร็จของตนเอง ๔ แหล่งดังนี้

๑. การมีอำนาจ (Power) หมายถึง การที่บุคคลสามารถมีอิทธิพลและควบคุมบุคคลอื่นได้
๒. การมีความสำคัญ (Significance) หมายถึง การได้รับการยอมรับ ได้รับการใส่ใจ รวมทั้ง ได้รับความรักใคร่จากบุคคลอื่นได้
๓. การมีคุณความดี (Virtue) หมายถึง การยึดมั่นตามมาตรฐานทางจริยธรรม และศีลธรรม ของสังคม
๔. การมีความสามารถ (Competence) หมายถึง การประสบผลสำเร็จในการกระทำสิ่งต่าง ๆ

Barry^{๒๓๔} แบ่งองค์ประกอบของความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองออกเป็น ๔ องค์ประกอบ คือ

๑. ความรู้สึกต่อร่างกายตนเอง (The Body Self) หมายถึง การที่บุคคล มีความรู้สึกต่อรูปร่าง ตลอดจนความสามารถขั้นพื้นฐานของร่างกาย

^{๒๓๒}Felker, D. W., **Building positive Self-Concept**, (Minneapolis: Minnesota, Burgess, 1974).

^{๒๓๓}Coopersmith, S. **The Antecedents of Self-esteem**, (California: Consulting Psychologists Press, Inc. 1981).

^{๒๓๔}Barry, A. E., "The effect of assertiveness training on performance self-esteem and sex role in student nurses," **Dissertation Abstracts International**, 50: 4210, 1989.

๒. ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น (The Interpersonal Self) หมายถึง การเป็นส่วนหนึ่งของความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่บุคคลิกและรู้สึกเกี่ยวกับวิธีที่เขามีสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

๓. ความสำเร็จของตนเอง (The Achieving Self) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกเกี่ยวกับ ความสามารถของเขาที่จะนำไปสู่ความสำเร็จของชีวิตครอบครัว การศึกษาและการทำงาน

๔. ความเป็นเอกลักษณ์ของตน (The Identification Self) เป็นความรู้สึกของบุคคลทาง นามธรรม และพฤติกรรมแสดงความสนใจในทางศีลธรรมและจิตวิญญาณ

๒.๗.๑.๓ ปัจจัยที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

Coopersmith^{๒๓๕} แบ่งปัจจัยมีอิทธิพลต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองออกเป็น ๒ คือ ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก

๑. ปัจจัยภายใน หมายถึง ลักษณะเฉพาะของแต่ละกลุ่มที่มีผลทำให้ความรู้สึกมีคุณค่าใน ตนเองของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ได้แก่

๑.๑ ลักษณะทางกายภาพ (Physical Attributes) เช่น รูปร่าง ส่วนสูง บุคลิกภาพ หรือ คุณสมบัติอย่างอื่นที่สามารถมองเห็นได้ถ้าบุคคลมีรูปร่างหน้าตาหรือบุคลิกภาพดี เขาก็จะเกิดความ ภาคภูมิใจในตนเอง และมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้ส่วนหนึ่ง แต่ลักษณะทาง กายภาพจะสู่ต่อ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองหรือไม่เพียงใด ขึ้นอยู่กับค่านิยมส่วนตัว

๑.๒ ความสามารถทั่วไปสมรรถภาพและผลงาน (General Capacity, Ability, Performance) ลักษณะทั้งสามด้านนี้มีความสัมพันธ์ระหว่างกันและช่วยส่งเสริมให้บุคคล เกิด ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง โดยใช้สติปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยโดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่กำลัง ศึกษา ถ้าเรียนจะประสบผลความสำเร็จหรือความล้มเหลวย่อมส่งผลต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

๑.๓ ภาวะทางอารมณ์ (Affective States) หมายถึง ความพึงพอใจ ความเครียด หรือความวิตกกังวล ความเศร้าเสียใจ หรือภาวะอารมณ์อื่นที่อยู่ในตัวบุคคลทั้งที่แสดงออก และไม่แสดงออก อารมณ์ดังกล่าวเกิดจากการประเมินประสบการณ์และการได้รับการปฏิบัติจากผู้อื่น และมีผลต่อการ ประเมินตนเองในเวลาต่อมา ถ้าบุคคลประเมินว่าบุคคลรอบข้างยอมรับและรู้สึกชื่นชมเขา เขารู้สึก พึงพอใจและเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง แต่ถ้าเขาประเมินตนเองในด้านลบ เขาก็ จะเกิด ความรู้สึกด้อย มีความวิตกกังวลและเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

^{๒๓๕} Coopersmith, S., *The Antecedents of Self-esteem*, (California: Consultation Psychologists Press, Inc, 1981).

๑.๔ ค่านิยมส่วนบุคคล (Self – Value) ในการประเมินคุณค่าของตน บุคคลจะเปรียบเทียบกับสิ่งที่ตนให้คุณค่า หรือกับสิ่งที่ตนให้ความสำคัญ ซึ่งแต่ละคนจะมีค่านิยมต่อสิ่งต่าง ๆ ไม่เหมือนกัน ถ้าบุคคลให้คุณค่าต่อสิ่งใดแล้วไปสู้เป้าหมายในสิ่งนั้นไม่ได้ก็จะเกิดความรู้สึกที่ไม่ดี

๑.๕ ความมุ่งหวัง (Aspiration) เป็นความปรารถนาที่จะเป็นหรือที่จะกระทำในสิ่งต่าง ๆ การตัดสินคุณค่าของบุคคลส่วนหนึ่งเกิดขึ้น จากการเปรียบเทียบผลการปฏิบัติและความสามารถ ของตนกับเกณฑ์ความสำเร็จที่ตั้งไว้ ประสบการณ์ที่ได้รับความสำเร็จจะนำไปสู่ความคาดหวังใน ความสำเร็จครั้งต่อไป ทำให้เกิดความปรารถนาที่กระทำสิ่งต่าง ๆ ต่อไป ถ้าสามารถปฏิบัติได้ตาม เกณฑ์ที่กำหนดไว้ ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

๑.๖ อิทธิพลด้านชีววิทยาและพื้นฐานทางอารมณ์ (Biological Temperament Influences) พัฒนาการความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเกิดขึ้นภายใต้การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่าง ลักษณะ พื้นฐานทางอารมณ์ของตน และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่ตอบสนอง การยอมรับความสามารถ และมี ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะของตน ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นขั้นตอนพื้นฐานของการส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

๒. ปัจจัยภายนอก หมายถึง สภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ซึ่งส่งผลให้ บุคคลเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกัน ได้แก่

๒.๑ สัมพันธภาพในครอบครัว เป็นประสบการณ์ในครอบครัวที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่า ในตนเองของเด็ก เด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่ให้ความรัก ความอบอุ่น ให้การเลี้ยงดูที่ใกล้ชิด ให้การยอมรับเด็ก มีแบบแผนในการเลี้ยงดูเด็กอย่างชัดเจน ก็จะมีผลให้เด็กมีอารมณ์ที่มั่นคง และรู้จักยืดหยุ่น นอกจากนี้ บุคลิกภาพและคุณลักษณะของพ่อแม่ เช่น ความภาคภูมิใจของพ่อแม่ ความ มั่นคงทางอารมณ์ สัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ ล้วนส่งผลต่อความรู้สึกมีคุณค่าต่อตัวเด็กทั้งสิ้น เช่นพ่อแม่ที่มีบุคลิกภาพเก็บตัว ไม่แสดงออก มักจะไม่แสดงความรักต่อตัวลูกตรง ๆ ทำให้เด็กไม่แน่ใจ ในความรักของพ่อแม่ที่มีต่อตน เด็กจึงเกิดความรู้สึกที่ไม่ดีต่อตนเองและจะส่งผลต่อตัวเด็กเมื่อเขา อยู่ในสังคมภายนอก

๒.๒ สถาบันการศึกษาและการศึกษา สถาบันการศึกษาสามารถจัดสภาพแวดล้อมในการ พัฒนาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักเรียนได้ ให้เขาทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างอิสระไม่ขัดต่อ ระเบียบที่วางไว้ เป็นการส่งเสริมให้เขามีความมั่นใจในตนเอง สามารถเป็นที่พึ่งของตนได้ ครู อาจารย์เป็นผู้ที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ซึ่ง ศึกษาพบว่า ความสนใจและความเอาใจใส่ที่ครูอาจารย์มีต่อศิษย์สามารถเปลี่ยนแปลงความคิดเห็น ของเด็กที่มีต่อตนเองไปในทางที่ดี ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

๒.๓ สภาพภาพทางสังคมและกลุ่มเพื่อน หมายถึง องค์ประกอบที่บอก ระดับชั้นทาง สังคม เช่น ตำแหน่ง ฐานะทางสังคม รายได้เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางสังคมสูง

ก็มักจะ มีแนวโน้มที่จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าบุคคลที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางสังคมปานกลางและต่ำ นอกจากนี้กลุ่มเพื่อนยังมีอิทธิพลต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กล่าวคือ หาก กลุ่มเพื่อนให้การยอมรับเขาก็จะมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง แต่ถ้าหากกลุ่มเพื่อนไม่ให้การยอมรับ และมักจะตำหนิเขาอยู่เสมอ เขาก็จะมองตนเองและคนอื่นไม่ดีเช่นกัน

๒.๔ การเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองส่วนหนึ่งเกิดจากการ เปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่นในกลุ่มเดียวกันกับตน ในด้านความสามารถ ทักษะ ความถนัด ถ้าหาก เด็กรู้สึกดีต่อกว่าผู้อื่น เด็กก็จะมีแนวโน้มการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

กล่าวโดยสรุป ศึกษาวิเคราะห์ที่ตัวแปรด้านการมีคุณค่าในตนเองมีผลต่อกลุ่มตัวอย่างของนิสิตเกี่ยวกับการพัฒนาการรับรู้ทางอารมณ์ทางอายตนะโดยพบว่า Barry^{๒๓๖} กล่าวว่า มนุษย์ทุกคนมีความต้องการมีคุณค่าในตนเอง มองตนในแง่ดี และยอมรับตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ได้ถูกพัฒนามาตั้งแต่วัยเด็ก โดยเริ่มในระยะสั้นหลังคลอด ทารกจะ เริ่มรู้จักร่างกายตนเองที่ละเล็กทีละน้อย ซึ่งเหล่านี้เป็นพื้นฐานของการรับรู้ตนเอง และทารก สามารถรับรู้ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองจากการสัมผัสของผู้เลี้ยงดู การมีสัมพันธ์ภาพกับบุคคล สำคัญของเด็กช่วยให้เด็กมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองได้ตลอดชีวิต ซึ่งแนวคิดนี้คล้ายคลึงกับ ทฤษฎีทางจิตวิเคราะห์ของ Sullivan ที่กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองถูกสร้างขึ้นตั้งแต่ในวัย ทารก โดยมารดาจะเป็นแบบอย่างโครงสร้างต่อความรู้สึกมีคุณค่าในเด็ก มารดาที่แสดงความรัก และพอใจบุตร จะทำให้เด็กเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ส่วนเด็กที่ไม่ได้รับความรักและสนใจจาก มารดาจะรู้สึกว่าคุณค่าต่ำ การรับรู้คุณค่าของตนเองอาจประเมินได้จากบุคคลในสังคม และ ปฏิกริยาของบุคคลที่แสดงออกกับสังคม สิ่งแวดล้อมมีพื้นฐานมาจากการอบรมเลี้ยงดูของ ครอบครัว และบุคคลสำคัญที่มีต่อวงจรชีวิตของเขา อิทธิพลที่สำคัญที่สุดที่เป็นวิธีที่ ให้เด็กรับรู้ตัว เขา คือวิธีที่พ่อแม่และบุคคลที่สำคัญสำหรับเขาแสดงปฏิกริยาต่อเขา และเมื่อเขาโตขึ้น ปฏิกริยาของ บุคคลรอบ ๆ ตัวเขาจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่เขาแสดงออก หากเขาได้รับความรักจากครอบครัว และเพื่อน ๆ เขาก็จะมองตนเองในทางบวก และพัฒนาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในทางบวก แต่ ถ้าครอบครัวและเพื่อนไม่เห็นคุณค่าของเขา แต่ยังคงแสดงความรังเกียจ หรือวิพากษ์วิจารณ์ และไม่ ยอมรับเขา สิ่งเหล่านี้ก็จะนำไปสู่ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในทางลบ นอกจากนี้ บุคคลที่เคยมีความรู้สึกต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในทางบวก แต่เมื่อมีความเจ็บป่วยเกิดขึ้น จะเป็นผลให้ ภาพลักษณ์เกี่ยวกับตนเองเปลี่ยนแปลงไป รวมทั้งความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองก็จะลดลงชั่วคราว ดังนั้นเขาจึงจำเป็นต้องมีการปรับตัว แต่ถ้าเขาไม่สามารถปรับตัวได้ เขาก็จะมีความรู้สึกในทางลบต่อตัวเขาเป็นเวลานาน และจะมีชีวิตอยู่ด้วยความรู้สึกที่ไร้คุณค่า ดังนั้น ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในทางบวก จึงเป็นสิ่งจำเป็นต่อความเป็นปกติสุขของร่างกายและจิตใจของบุคคล จึงสอดคล้องกับ กระบวนการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในการวิจัยครั้งนี้

^{๒๓๖} Barry, A. E., "The effect of assertiveness training on performance self-esteem and sex role in student nurses," *Dissertation Abstracts International*, 1989, 4210A, p.50.

๒.๗.๒ ความมุ่งมั่นอนาคต

๒.๗.๒.๑ ความหมายของลักษณะมุ่งมั่นอนาคต

การศึกษาเกี่ยวกับความมุ่งมั่นอนาคตมีผลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายนตะของนิสิต ซึ่งจากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับลักษณะมุ่งอนาคต เป็นลักษณะที่สำคัญและจำเป็นต้องมีสำหรับผู้ศึกษาเล่าเรียน ในการหวังผลเพื่อสำเร็จการศึกษา หากขาดลักษณะดังกล่าวนี้แล้ว อาจมีผลให้สำเร็จการศึกษาช้าหรือล้มเลิกการศึกษาลงได้

ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต ดวงเดือน พันธุนาวัน ได้ให้ความหมายของลักษณะมุ่งอนาคต (Future orientation) ว่ามีความหมายต่อเนืองกัน ๓ ขั้นตอน^{๒๓๗} คือ

๑) การคิดได้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งใกล้ สิ่งนั้นยังมีลักษณะเป็นนามธรรม เพราะยังไม่เกิดขึ้นจริง

๒) การยอมรับความสำคัญของสิ่งนั้นว่ามีความสำคัญในปริมาณที่ใกล้เคียงกับสิ่งที่ได้เกิดขึ้นแล้ว การยอมรับความสำคัญของสิ่งที่ยังมาไม่ถึง ยังไม่เกิดขึ้นนั้น แสดงถึงระดับสติปัญญาขั้นสูงของบุคคล

๓) การยอมรับว่าสิ่งนั้นอาจจะเกิดขึ้นกับตนก็ได้ ทั้งที่เป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ตาม ถ้ามีสถานการณ์ หรือสาเหตุที่นำมาก่อน การยอมรับว่าผลเสียอาจเกิดขึ้นกับตนได้ มิใช่จะเกิดกับผู้อื่นเท่านั้น

ดังนั้น ลักษณะมุ่งอนาคต จึงเป็นลักษณะทางจิต ทางการรู้คิด การรับรู้ และการยอมรับของบุคคล ในบางกรณีมีลักษณะใกล้เคียงกับการมีทัศนคติที่ดีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่จะสามารถเพิ่มประโยชน์และลดโทษที่บุคคลจะได้รับในอนาคต

จรรยา สุวรรณทัต กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตว่า เป็นลักษณะของการมองสู่ออนาคตข้างหน้า ซึ่งเป็นการมองที่ลึกซึ้งกว่าไกลที่จะมีผลไม่เพียงแต่ผู้มองเท่านั้น หากครอบคลุมไปถึงบุคคลอื่น และสังคมมนุษย์ชาติที่บุคคลนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องด้วย โดยลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์กับเขาวนปัญญาและจริยธรรมของบุคคล^{๒๓๘}

^{๒๓๗} ดวงเดือน พันธุนาวัน และคณะ “ความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคนไทย: การปลูกฝังอบรมและคุณภาพชีวิต”, รายงานการวิจัย, (กรุงเทพมหานคร: คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๙๒.

^{๒๓๘} จรรยา สุวรรณทัต, “ลักษณะมุ่งอนาคต”, ใน ประมวลบทความทางวิชาการระหว่างปี พ.ศ. ๒๕๒๖-๒๕๓๑ ฉบับอภินันทนาการครบรอบ ๓๓ ปี สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, รวบรวมจัดพิมพ์โดย สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๑), หน้า ๕๐.

พระมหาไชยา กาละปักษ์ ได้ให้ความหมายของการมุ่งอนาคตว่า หมายถึง ปริมาณความสามารถในการคาดการณ์ไกล เล็งเห็นความสำคัญของสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต^{๒๓๙}

รังสรรค์ หังสนาวิน ได้ให้ความหมายของการมุ่งอนาคตว่า หมายถึง การรายงาน พฤติกรรมการทำงานที่แสดงถึงลักษณะมุ่งอนาคต เช่น มีความซื่อสัตย์ในการทำงาน การทำงานเต็มความสามารถ และทำงานตามเป้าหมายของหน่วยงาน เป็นต้น^{๒๔๐}

Mischel กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต (Future Orientation) หมายถึง การแสดงออกของพฤติกรรมการรอคอยเพื่อผลที่ดีกว่าในอนาคต (Delay of Gratification) เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่งเกิดจากความสามารถในการคาดการณ์ไกล และเล็งเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียของเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีความต้องการได้รับผลในอนาคตที่ดีกว่า หรือมากกว่าผลที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน จึงดำเนินการวางแผนปฏิบัติ ต่อจากนั้นจะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นไปตามแผนที่วางไว้ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต และปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมแก่กาลเทศะ ไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย ซึ่งผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจัดว่าเป็นผู้มีจริยธรรมสูงด้วย^{๒๔๑} สรุปได้ว่า การมุ่งอนาคต ได้แก่ ความคาดหวังในสิ่งที่ตนคาดหวังมุ่งหวัง รวมถึงบุคคลและสภาพแวดล้อมที่ตนเองได้คาดหวังเอาไว้

๒.๗.๒.๒ องค์ประกอบของลักษณะมุ่งอนาคต

ดวงเดือน พันธุนาวิน ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของ ลักษณะมุ่งอนาคต ว่าเป็นลักษณะทางจิต (ทางบุคลิกภาพ) ประเภทหนึ่งของบุคคลในอันที่จะคาดการณ์ไกล และเห็นความสำคัญของสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต แบ่งได้ ๓ องค์ประกอบ^{๒๔๒} คือ

๑. ความสามารถคาดการณ์ คือ การที่บุคคลสามารถคิดได้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในอนาคต เข้าใจและมองเห็นเหตุการณ์ที่จะเกิดอย่างทะลุปรุโปร่ง โดยผู้ที่เข้าใจลักษณะของสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอย่างชัดเจน จึงต้องเป็นผู้ที่มีสติปัญญาสูงถึงขั้นนามธรรม การเข้าใจสิ่งที่จะเกิดในอนาคตอย่างชัดเจน อาจเกิดขึ้นได้ ๒ วิธี

^{๒๓๙}พระมหาไชยา กาละปักษ์, “ปัจจัยเชิงเหตุแบบบูรณาการของบ้าน สถานศึกษา สื่อ และจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพบุรุษของนักเรียนอาชีวศึกษา”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๔๑.

^{๒๔๐}รังสรรค์ หังสนาวิน, “ลักษณะทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับการทำงานอย่างมุ่งผลสัมฤทธิ์ของพัฒนาการ”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๔๙), หน้า ๙.

^{๒๔๑}Walter Mischel, **Self-control Introduction to personality**, third edition, (Holt-Rinehart and Winston Inc., 1974). pp. 14-15

^{๒๔๒}ดวงเดือน พันธุนาวิน, “ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสนับสนุนทางสังคมของหัวหน้าสถานีอนามัยตำบล”, **รายงานการวิจัย**, หน้า ๑-๗.

วิธีแรก คือในกรณีที่สิ่งนั้นเคยเกิดขึ้นก่อนบุคคลนั้นเคยประสบมาก่อน ถ้าสิ่งนั้นจะเกิดขึ้นเป็นครั้งที่สองหรือครั้งต่อไป บุคคลที่มีประสบการณ์ก็จะคาดการณ์ถึงเหตุการณ์ได้อย่างชัดเจนมากกว่าผู้ที่ไม่มีประสบการณ์

วิธีที่สอง คือ การศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร และถามจากผู้รู้ ว่า เหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นนั้นจะมีลักษณะอย่างไร การค้นหาข้อมูลเพื่อเป็นการเตรียมตัวรับเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น โดยมีเป้าหมายที่จะดำเนินการให้เกิดผลสำเร็จในอนาคตให้มากที่สุด

๒. ความเชื่อว่าสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตนั้น อาจะเกิดกับตนเองได้ เช่นเดียวกับที่เกิดกับผู้อื่น

๓. การมองเห็นคุณค่าหรือความสำคัญของสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ในปริมาณที่ไม่ลดลง คือ ผู้ที่มองเห็นคุณค่าหรือความสำคัญของผลดีและผลเสียที่จะเกิดกับตัวเขาในอนาคต ในปริมาณที่เท่ากันหรืออาจจะมากกว่าที่จะเกิดกับตัวเขาทันทีในปัจจุบัน การที่บุคคลจะมีลักษณะมุ่งอนาคตในองค์ประกอบที่สามนี้ เกิดจากการที่บุคคลนั้นอยู่ในสภาพแวดล้อมและสังคมที่มีความมั่นคง ในสภาพแวดล้อมและสังคมที่มีความมั่นคง ถาวร มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน บิดา มารดา รักษาคำพูดและรักษาสัญญา นั่นคือ เคยมีประสบการณ์ว่า สิ่งที่ตนรอคอยนั้น ตนได้รับจริง ๆ ในที่สุด ลักษณะมุ่งอนาคตนี้มีความเกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ละความรับผิดชอบต่อสังคมของบุคคลด้วย

สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตมีองค์ประกอบคือ ความสามารถในการคาดการณ์ สิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตและเข้าใจอย่างชัดเจนทั้งนี้เกิดจากได้เคยประสบมาก่อน หรือจากการศึกษามีความเชื่อว่าจะเกิดขึ้นแน่นอน และมองเห็นคุณค่าของสิ่งที่จะเกิดขึ้น

๒.๗.๒.๓ หลักธรรมเกี่ยวกับลักษณะมุ่งอนาคต

ลักษณะมุ่งอนาคต เป็นลักษณะที่พุทธศาสนาให้ความสำคัญมาก ไม่มีศาสนาใดหรือวัฒนธรรมไหนที่จะมุ่งอนาคตมากเท่าพุทธศาสนา โดยดูได้จากการกำหนดเป้าหมาย “นิพพาน” ซึ่งต้องใช้เวลาต่อเนื่องหลายภพหลายชาติจึงจะบรรลุได้ จึงเป็นเป้าหมายอันยาวไกลของบุคคล^{๒๔๓}

นิพพาน เป็นสันติสุข คือสุข อันเกิดแต่ความสงบจากกิเลส ถือเป็นความสุขที่เกิดจากความพ้นทุกข์ คือ พ้นจากกิเลส^{๒๔๔}

กิเลส คือธรรมชาติที่ทำให้จิตใจเศร้าหมอง เรา่ร้อง มีสภาพเป็นอกุศล ๑๐ อย่าง ได้แก่ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความเห็นผิด ความถือตัว ความสงสัย ความหดหู่ ท้อถอย ความฟุ้งซ่าน ความไม่ละอายต่อบาป และความไม่กลัวบาป

^{๒๔๓}เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๓.

^{๒๔๔}พระมหาแสวง โชติปาโล, บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประการ ถอดความจากคัมภีร์อภิธรรมมัตถะสังคหะ และคัมภีร์อภิธรรมมัตถะวิภาวินี, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิแนบมหาธีรานท์, ๒๕๓๑), หน้า ๖๒-๖๓.

๑. กิเลส ๓ ชั้น สรุปลงได้ดังนี้คือ

๑) กิเลสอย่างหยาบ หรือ วิตีกกมกิเลส เป็นกิเลสที่แสดงออกมาทางกาย และทางวาจา เป็นกายทุจริต ๓ มีการฆ่าสัตว์, ลักทรัพย์ และประพฤติดัดในกาม และวจีทุจริต ๔ มีการพูดปด, พูดส่อเสียด, พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อ กิเลสชนิดนี้เรารู้ได้ และผู้อื่นก็รู้ได้ด้วย

ในการแสดงออกมาทางกาย ก็เป็นการเบียดเบียน การฆ่า ทำลายร่างผู้อื่น สัตว์อื่นจนบางครั้งก็กลายเป็นสงคราม โง่งกิน ลักขโมย ปล้นสะดม หรือประพฤติดัดในกาม ช่มชู้น ก่อความแตกแยก และสับสนในครอบครัว หรือการตีมีสุรา เสพของมีนเมา เสพของเสพติดให้โทษ

ส่วนที่แสดงออกมาทางวาจา ก็เป็นการพูดเท็จ หลอกลวง ใส่ความผู้อื่น หรือ พูดคำหยาบไม่น่าฟัง ก่อให้เกิดความเจ็บใจ หรือพูดส่อเสียดให้ผู้อื่นแตกแยก ก่อความแตกแยกใน สังคม หรือพูดจาเพ้อเจ้อเหลวไหล ไร้สาระประโยชน์ สรุปลงได้ว่า สังคมที่มีความวุ่นวายและเดือดร้อน อยู่ในปัจจุบัน ส่วนใหญ่เกิดจากกิเลสอย่างหยาบทั้งสิ้น

๒) กิเลสอย่างกลาง หรือ ปริยภูฐานกิเลส เป็นกิเลสที่แสดงอาการปรากฏ อยู่ภายในใจ เป็นความยินดี ยินร้าย ขณะประสบอารมณ์ ถ้าเป็นอริภูฐานรณณ์ก็รู้สึกพอใจ ถ้าเป็น อนิภูฐานรณณ์ ก็ไม่พอใจ ความพอใจและไม่พอใจ ในขณะที่รับอารมณ์นี้เป็นกิเลสอย่างกลาง ยังปรากฏ อยู่ภายในใจ ถ้าอยู่ระหว่างการปฏิบัติธรรม กิเลสอย่างกลางนี้ คือ นีวรณธรรม กิเลสชนิดนี้เรายัง สามารถรู้ได้ แต่คนอื่นไม่อาจรู้ได้

กิเลสอย่างกลางนี้ ทำให้ใจมัวหมองให้สกปรก ไม่ผ่องใส และเป็นกิเลส ประเภทนีวรณ คือ กิเลสที่ป้องกันจิตไม่ให้พัฒนา ทำจิตให้ไร้ความสงบสุข เช่น ทำให้กัลลภกัณฐะเราร้อน ด้วยอำนาจราคะ หรือทำให้เคียดแค้นเจ็บใจด้วยอำนาจพยาบาท หรือทำให้ฟุ้งซ่านและรำคาญหาความ สงบใจไม่ได้ด้วยอำนาจอุทธัจจ กุกกัจจะ เป็นต้น

กิเลสประเภทนี้เป็นตัวฆ่าสุขภาพจิต หรือเป็นตัวทำลายความสงบสุขของ มนุษย์มากที่สุด และทำให้คนเป็นโรคจิต โรคประสาทมากที่สุด ซึ่งกำลังทวีมากขึ้นในเมืองใหญ่ๆ ของ โลกปัจจุบัน อันเป็นปัญหาสังคมที่กำลังเพิ่มขึ้นอย่างน่าวิตก

๓) กิเลสอย่างละเอียด หรืออนุสัยกิเลส มีอำนาจแฝงนอนเนื่องอยู่ในชั้นธ สันดานมีความเห็นผิดในรูปนามชั้น ๕ ว่า เป็นอัตตา ตัวตน เรียกว่า สักกายทิฏฐิ เป็นกิเลสอย่าง ละเอียดที่ใคร ๆ ก็รู้ไม่ได้ ต้องอาศัยพระธรรมของพระพุทธองค์ จึงจะรู้ได้^{๒๔๕}

^{๒๔๕} ปัญญานันโท, พระพุทธะกับวิทยาศาสตร์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ปริมาต์, ๒๕๕๑), หน้า ๙๙-๑๐๑.

อนุสัยกิเลสนี้ นอนสงบนิ่งอยู่ในจิตใจ เหมือนตะกอนที่นอนอยู่ในก้นของภาชนะน้ำ คือ ปกติว่าน้ำที่มีตะกอน ถ้าตะกอนนั้นยังนอนอยู่ ก็เป็นน้ำที่ใสสะอาด ใช้ดื่มหรือใช้อย่างอื่นได้ดี แต่ถ้าตะกอนฟุ้งขึ้นมา น้ำนั้นก็กลายเป็นน้ำสกปรก ใช้ดื่มก็ไม่ได้ จะใช้อาบ หรือใช้ล้างภาชนะอย่างใดอย่างหนึ่งก็ไม่ได้ เป็นน้ำสกปรกแล้วฉนั้นใด จิตที่มีอนุสัยกิเลสนอนอยู่นี้ก็เช่นกันถ้าอนุสัยไม่ฟุ้งขึ้นมา ก็เป็นจิตที่สะอาดผ่องใส ใช้งานได้ดี แต่ถ้าอนุสัยฟุ้งขึ้นมา เป็นกิเลสอย่างกลางหรืออย่างหยาบแล้ว จิตก็จะเศร้าหมองสกปรก มีคุณภาพต่ำ และการที่คนเราต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย เวียนว่ายตายเกิดอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ก็เพราะอนุสัยกิเลสนี้เอง แม้กิเลสอย่างกลางและอย่างหยาบก็มีรากเหง้าจากอนุสัยกิเลสนี้ ดังนั้น อนุสัยกิเลสจึงเป็นบ่อเกิดแห่งโทษทุกข์ทั้งหมด

๒. กิเลส ๓ สาย ที่เป็นต้นเค้าหรือรากเหง้าของการทำความชั่ว โดยมีการก่อตัวเริ่มจากอนุสัยกิเลส แล้วกลายเป็นกิเลสอย่างกลาง บางครั้งก็ฟุ้งจนเป็นกิเลสอย่างหยาบ ดังนี้

๑) กิเลสสายโลภะ มีต้นเค้าอยู่ที่ราคะอนุสัย ราคะ หมายถึงความคิด หรือความพอใจ เมื่อฟุ้งตัวขึ้นเป็นกิเลสอย่างกลาง ก็จะเป็นกามฉันท คือ ความพอใจในทางกาม หรืออาจเป็นอกิษณา คือ ความโลภ อยากได้ของผู้อื่น เมื่อระงับไม่อยู่ ก็จะกลายเป็นกิเลสอย่างหยาบเมื่อแสดงออกมาทางกายก็อาจเป็นการลักทรัพย์ หรือประพฤตินิดในกาม ถ้าแสดงออกมาทางวาจาก็อาจเป็นการพูดหลอกลวง หรือฉ้อโกงผู้อื่น

๒) กิเลสสายโทสะ มีต้นเค้าอยู่ที่ ปฏิฆานุสัย ปฏิฆะ หมายถึง การกระทบกระทั่งจิต หรือความไม่พอใจ เมื่อฟุ้งตัวเป็นกิเลสอย่างกลางก็จะกลายเป็นกุกุกจะ ความรำคาญหรือพยาบาท ความผูกใจเจ็บ ถ้าระงับไว้ไม่อยู่ ก็จะกลายเป็นกิเลสอย่างหยาบ คือ ถ้าแสดงออกมาทางกาย ก็อาจจะเป็นการฆ่า การทำลาย การเบียดเบียนคนอื่น สัตว์อื่น เมื่อแสดงออกมาทางวาจา ก็อาจจะเป็นการพูดคำหยาบ ด่าว่าให้คนอื่นเจ็บใจ

๓) กิเลสสายโมหะ มีต้นเค้าที่อวิชชาอนุสัย อวิชชา หมายถึง การไม่รู้ตามความเป็นจริง เมื่อฟุ้งตัวขึ้นเป็นกิเลสอย่างกลาง ก็อาจเป็น ถีนมิทธะ ความท้อแท้และความง่วงซึ่งอุจจะ ความฟุ้งซ่าน หรืออาจเป็นความลังสสัย จนบางคนถึงกับกลายเป็นมิจฉาทิฎฐิ เช่น ไม่เชื่อในบาปบุญ ถ้าระงับไม่อยู่ ก็จะกลายเป็นกิเลสอย่างหยาบ คือแสดงออกมาทางกาย อาจเป็นการเสพของมีนเมา หรือเสพของเสพติดให้โทษต่างๆ ถ้าออกมาทางวาจา ก็เป็นการพูดเพื่อเจ้าเอ้อแหละ ไ้ประโยชน์

สรุปได้ว่า ลักษณะมุ่งอนาคตในทางพุทธศาสนานั้น ระดับสูงสุดคือ นิพพาน เนื่องจากภารกิจที่จะมุ่งอนาคตไปสู่นิพพานได้ จำเป็นต้องตัดกิเลสที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็ความหยาบของกิเลส หรือกิเลสสายต่างๆ ที่เกิดขึ้น เนื่องจากจิตที่มีกิเลสย่อมจะมีความทุกข์ ความเร่าร้อน ถูกห่อหุ้มไว้ด้วยตัณหา อุปาทาน เป็นจิตที่ไม่อาจสัมผัสความเยือกเย็นและความสุขอันยอดเยี่ยมอย่างแท้จริง และนิรันดร อย่างนิพพานได้

๒.๗.๓ สุขภาพจิต

๒.๗.๓.๑ ความหมายของคำว่าสุขภาพจิต

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสุขภาพจิตของผู้สูงอายุนั้น นับได้ว่าเกิดปัญหา มากมาย สาเหตุหลักทั้งจากสภาพร่างกายและสภาพแวดล้อมที่ทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพทางจิต ซึ่งโอกาสที่ผู้สูงอายุจะได้รับการดูแลเป็นกรณีพิเศษ เพราะการที่ผู้สูงอายุอยู่ตามลำพังนั้น จะมี พฤติกรรมเสี่ยงต่อการปรับตัวโดยเฉพาะผู้ที่มีการพัฒนาการตั้งแต่วัยเด็กไม่สมดุล มีนักวิชาการได้ให้ ความหมายของสุขภาพจิตไว้ดังนี้

กึ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์^{๒๔๖} ให้ความหมายว่า สุขภาพจิต หมายถึงความสามารถ ของบุคคลที่จะปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขปราศจากความเครียดทางจิตใจ

สุภัททา ปิณฑะแพทย์ (มปป.)^{๒๔๗} ให้ความหมายว่า สุขภาพจิต หมายถึง สภาพ ทางจิตและความคิดของบุคคล สุขภาพจิตที่ดีจะต้องปราศจากโรคทางจิตทั้งหลาย มีความสุขทางด้าน จิตใจตามที่บุคคลควรจะมี

ถวิล ธาราโกชน อัจจาก วีระ ไชยศรีสุข^{๒๔๘} ให้ความหมายว่า สุขภาพจิต หมายถึง สภาวะที่สมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ไม่ความเจ็บป่วยใด ๆ และดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้เป็น อย่างดีโดยไม่มี ความหวาดหวั่นพรั่นพรึง

ถวิล ธาราโกชน^{๒๔๙} ให้ความหมายว่า สุขภาพจิต หมายถึง คุณสมบัติของจิตใจ อันมีความคิดเป็นพื้นฐานในการที่บุคคลจะสามารถตอบโต้ต่อสิ่งแวดล้อมด้วยความประสม กลมกลืน พอเหมาะพอดี แสดงให้เห็นถึงความสมบูรณ์ของจิตใจ ปราศจากความประหวั่นพรั่นพรึงและ ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

โอเบอร์ทัทเฟออร์ (วิลลาต บุญทองขาว อัจอิงจาก Oberteuffer)^{๒๕๐} ได้ศึกษา สุขภาพจิตที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาในโรงเรียน ผลการศึกษาพบว่า อิทธิพลของชั้นเรียนก็เป็น สิ่งแวดล้อมอย่างหนึ่งที่มีผลต่อสุขภาพจิต และการจัดบรรยากาศของห้องเรียนดีจะมีส่วนช่วย ให้ นักเรียนขยันและปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดี

^{๒๔๖} กึ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์, จิตวิทยาทั่วไป, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑ ฉบับปรับปรุง, (กรุงเทพมหานคร: ไทย เจริญการพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๒๒๑.

^{๒๔๗} ถวิล ธาราโกชน, จิตวิทยาทั่วไป, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๑), หน้า ๑๕๔.

^{๒๔๘} เรื่องเดียวกัน.

^{๒๔๙} Oberteuffer, Delbert. *School Health Education: A Textbook for Teachers, Nurses, and other Professional Personnel*, (New York: Harper, 1954).

^{๒๕๐} Ibid., p.32.

ไทรแอนดิส (Triandis)^{๒๕๑} ได้เสนอแนวคิด เกี่ยวกับการรับรู้ของบุคคลไว้ ๓ ประการ ดังนี้

๑. ความรู้ความเข้าใจ (Cognitive Component) เป็นการที่สมองของบุคคล ได้รับรู้และวินิจฉัยข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับ ทำให้เกิดการรับรู้ ซึ่งแสดงออกในแนวคิดว่าจะไร้อุทหรืออะไรผิด

๒. ความรู้สึก (Affective component) เป็นลักษณะทางอารมณ์ของบุคคลที่ คล้อยตามความคิด ถ้าบุคคลมีความคิดในทางที่ดีต่อสิ่งใด ก็จะมีความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งนั้น อารมณ์จะ แสดงออกในรูปของความชอบหรือไม่ชอบหรือไม่พอใจ องค์ประกอบด้านความรู้สึกจะเป็นตัวเร้า ความคิดอีกทีหนึ่ง

๓. พฤติกรรม (Behavioral Component) คือความพร้อมที่จะประพฤติปฏิบัติ หรือตอบสนอง เป็นผลเนื่องมาจากความคิดและความรู้สึกซึ่งจะออกมาในรูปของการยอมรับหรือ ปฏิเสธ

จากเอกสารดังกล่าว สรุปได้ว่า สุขภาพจิตที่แตกต่างกัน มีผลทำให้ผู้สูงอายุ ประสบปัญหาที่แตกต่างกัน ดังนั้นในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงคาดว่าสุขภาพจิตที่น่าจะเป็นปัจจัย หนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการปรับพฤติกรรมของผู้สูงอายุ

๒.๗.๓.๒ ความสำคัญของสุขภาพจิต

การพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิตของบุคคลากร ถือเป็นภารกิจสำคัญของทุก องค์การเพราะสุขภาพของบุคลากรถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อความสำเร็จและความ ล้มเหลวในการดำเนินงานตามเป้าหมายขององค์กร หากบุคลากรมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ไม่ดี ร่างกายไม่สมบูรณ์ แข็งแรง เกิดอาการเจ็บป่วยได้ง่าย จิตใจย่อมเกิดความทุกข์ วิตกกังวล เครียดนอน ไม่หลับ ส่งผลให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลงอาจนำไปสู่การเกิดอุบัติเหตุ ลาป่วย ขาดงานทำงาน ผิดพลาด ส่งผลเสียต่อหน้าที่การงานและองค์กรทั้งค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ค่าความเสียหาย อันเนื่องมาจากความผิดพลาด ฯลฯ ดังนั้น การพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพจิตจึงก่อให้เกิด ประโยชน์ต่อองค์กรอย่างมหาศาล ส่งผลให้บุคลากรมีสุขภาพดี สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมี ประสิทธิภาพ มีขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงาน กระตือรือร้น รับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนมีความ อดกลั้น อดทน เผชิญปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ อย่างมีสติ สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม และเพื่อน ร่วมงานได้อย่างมีความสุข

^{๒๕๑} Triandis, Hary C., *Attitude Theory and Measurement*, (New York: John Willey and Son Inc., 1971), p. 2-3.

๒.๗.๓.๓ องค์ประกอบที่มีผลต่อสุขภาพจิต^{๒๕๒}

๑. องค์ประกอบทางกาย มีผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดี ผู้ที่มีร่างกายสมบูรณ์ปราศจากโรคภัยต่าง ๆ ก็จะมีอารมณ์ดี สดชื่น ปรอดโปร่ง ฯลฯ

๒. องค์ประกอบทางจิตใจ การมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ทำให้มีความสุขกายและความสบาย

๓. องค์ประกอบทางสังคม การอยู่ในสภาพของสังคมที่ไม่บีบคั้นจิตใจมีความสุขกับการทำงานในอาชีพและมีความสุขกับการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่น

๒.๗.๓.๔ ประเภทของอารมณ์และความรู้สึกที่เป็นปัญหาทางจิต

๑. ความรู้สึกด้อย ได้แก่ ความรู้สึกที่ทำให้ตนเองคิดว่าไม่เท่าเทียมบุคคลอื่นซึ่งจะก่อให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น เศร้าซึม มีพฤติกรรมชดเชย อ่อนไหวง่าย

๒. ความเครียด ได้แก่ ความรู้สึกอัดอั้นบีบคั้นหาทางออกไม่ได้ เช่น เมื่อใกล้จะสอบทำให้เกิดภาวะทางอารมณ์ที่หมกมุ่นและหงุดหงิด ความเครียดมีผลต่อการทำงานของระบบร่างกายทำให้เกิดโรคบางชนิด เช่น โรคกระเพาะอาหาร เป็นต้น นอกจากนี้ ยังสามารถทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยทางกายโดยไม่มีสาเหตุ เช่น หายใจไม่ออก จุกเสียด แน่นหน้าอก หายใจติดขัด เกิดเป็นอาการผื่นขึ้นตามร่างกาย มีอาการปวดท้อง ฯลฯ

๓. ความขัดแย้ง เกิดจากภาวะความจำเป็นที่ต้องเลือกทำหรือเลือกคิดซึ่งจะก่อให้เกิดความขัดแย้งในลักษณะ ดังนี้

๓.๑ ต้องการทั้งสองอย่างแต่ต้องเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง บุคคลต้องสละสิ่งที่ชอบอย่างใดอย่างหนึ่งไป (รักพี่เสียดายน้อง)

๓.๒ เกิดความต้องการและไม่ต้องการในขณะเดียวกัน เนื่องจากสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความพอใจและไม่พอใจ (ได้อย่างเสียอย่าง)

๓.๓ ไม่ต้องการทั้งสองอย่างแต่ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง บุคคลอยากจะหลีกเลี่ยงทั้งสองอย่างแต่ทำไม่ได้ (หนีเสือปะจระเข้)

๓.๔ ความกลัว เป็นภาวะของจิตที่เกิดจากความไม่มั่นใจในความปลอดภัยของตนเองก่อให้เกิดความกระวนกระวายใจ

^{๒๕๒} สุภัททา ปิณฑะแพทย์, พฤติกรรมมนุษย์และการพัฒนาคน, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา, ๒๕๔๒), หน้า ๑๙๔-๑๙๖

๓.๕ ความกังวลใจ เป็นภาวะทางจิตที่ตลกค่าง เมื่อบุคคลจะต้องทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้ลุล่วงไปแต่ต้องรอคอยให้เวลานั้นมาถึงเพื่อสิ่งนั้นจะได้แล้วเสร็จไปความเหงา เป็นอาการที่รู้สึกว้าเหว อ้าว้าง ท้อใจ หดหู่ ขาดความสดชื่น ทำให้หมดอาลัยในชีวิต

ในประเทศไทยมีงานวิจัยหลายเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต เช่น ดวงเดือน พันธุมนาวิ และคณะ (๒๕๒๘)^{๒๕๓} ศึกษาเรื่องปัจจัยทางจิตวิทยาในเวชนที่เกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูบุตรของบิดามารดา จำนวน ๖๖๒ คน ผู้ซึ่งมีบุตรกำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ในถิ่นแออัดจำนวนเท่า ๆ กัน ผลในส่วนความสัมพันธ์ระหว่างจิตลักษณะด้านต่าง ๆ ที่ศึกษาพบว่า บิดามารดาที่มีสุขภาพจิตดีเท่าใด มีความรู้สึกแออัดในที่พักอาศัยน้อยเท่านั้น และบิดามารดาที่มีสุขภาพจิตดีเท่าใดก็มีทัศนคติที่ดีต่อบุตรมากเท่านั้น ส่วน งามตา วนิทานนท์ (๒๕๓๖)^{๒๕๔} ทำการศึกษาลักษณะทางพุทธศาสนา ลักษณะทางจิตใจและพฤติกรรมของบิดามารดาที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูบุตรกลุ่มตัวอย่างเป็นบิดามารดาในกรุงเทพฯ และปริมณฑล จำนวน ๕๔๕ คน ผู้ซึ่งมีบุตรอยู่ระหว่าง ๘- ๑๕ ปี ผลในส่วนความสัมพันธ์ระหว่างจิตลักษณะด้านต่าง ๆ ที่ศึกษา พบว่า บิดามารดาที่มีสุขภาพจิตดีเท่าใด ย่อมมี ทัศนคติที่ดีต่อบุตรมากเท่านั้น

สรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะดีเหมาะสมก็จะสามารถปรับตัวได้ดี และก็เป็นการส่งเสริมเอื้อต่อการมีสุขภาพจิตดีด้วย เพราะการรับรู้อารมณ์ที่เป็นบวกทำให้บุคคลดำรงชีวิตอยู่โดยปราศจากปัญหาต่อการปรับพฤติกรรมและบุคลิกภาพทำให้เกิดการตระหนักรู้ในการดำเนินชีวิตด้วยความเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตดังกล่าวแล้ว

๒.๘ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๘.๑ เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

เอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น หนังสือตำราทางวิชาการ วิทยานิพนธ์ งานวิจัย และบทความรวมทั้งเอกสารจากสื่ออินเทอร์เน็ต

จากการศึกษาข้อค้นพบว่า คัมภีร์พระไตรปิฎก ปรากฏข้อความซึ่งเป็นคำสอนของสมเด็จพระ-สัมมาสัมพุทธเจ้า เกี่ยวกับจิตและวิถีจิต ไว้หลายแห่ง เช่น พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ปรากฏข้อความแสดงถึง การกำหนดจิตในมหาสติปัฏฐานสูตรไว้ว่า^{๒๕๕} “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุบางรูปในธรรมวินัยนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน เขา ไม่ฉลาด ไม่เฉียบแหลม พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มี

^{๒๕๓} ดวงเดือน พันธุมนาวิ และคณะ, “ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสนับสนุนทางสังคมของหัวหน้าสถานีอนามัยตำบล”, รายงานการวิจัย, หน้า ๑-๗.

^{๒๕๔} งามตา วนิทานนท์, ลักษณะทางพุทธศาสนาและพฤติกรรมศาสตร์ของบิดามารดาที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูบุตร, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, ๒๕๓๖), หน้า ๑๓๔.

^{๒๕๕} ส.ม. (ไทย) ๑๘/๓๗๔/๒๒๑.

ความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกนี้ เมื่อเธอพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ จิตไม่ตั้งมั่น ละความเศร้าหมองไม่ได้ เธอไม่กำหนดนิมิตนั้น เห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ... พิจารณาเห็นจิตในจิต ... พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ เมื่อเธอพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ จิตไม่ตั้งมั่น ละความเศร้าหมองไม่ได้ เธอไม่กำหนดนิมิตนั้น ภิกษุณั้น ย่อมไม่ได้ธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขในปัจจุบัน” และการศึกษาในขุนทกนิกาย มหานิทเทศ ได้มีข้อความแสดงถึงความผูกพันระหว่างจิต และตัณหาไว้ว่า “อีกนัยหนึ่ง จิต ตรัสเรียกว่า ที่เกิดในภายใน คือ จิต มโน มานัส หทัย ปันดระ มนะ มนายตนะ มนินทรีย์ วิญญาน วิญญานชั้นธ มโนวิญญานธาตุ ที่เกิดจากผัสสะเป็นต้นนั้น ตัณหานั้นไปพร้อมกัน คือ เกิดร่วมกัน ระคนกัน เกี่ยวเนื่องกัน เกิดพร้อมกัน ดับพร้อมกัน มีวัตถุอย่างเดียวกัน มีอารมณ์อย่างเดียวกันกับจิต”^{๒๕๖}

พระอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์ ปรากฏข้อความแสดงถึงผลของสภาวะธรรมที่เป็นอกุศลไว้ว่า^{๒๕๗} “จิตที่เป็นอกุศล สหระคตด้วยโทมนัส สัมปยุตด้วยปฏิกะ มีรูปเป็นอารมณ์ ฯลฯ มีธรรมเป็นอารมณ์ หรือปรารภอารมณ์ใด ๆ เกิดขึ้นโดยมีเหตุชักจูง ในสมัยใด ในสมัยนั้น เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญานจึงมี เพราะวิญญานเป็นปัจจัย นามจึงมี เพราะนามเป็นปัจจัย आयตนะที่ ๖ จึงมี เพราะอายตนะที่ ๖ เป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ปฏิกะจึงมี เพราะปฏิกะเป็นปัจจัย อธิโมกข์จึงมี เพราะอธิโมกข์เป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัย ชาตจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะจึงมี” และในคัมภีร์ฎีกา แสดงข้อความเกี่ยวกับอายตนะ และวิถีจิตไว้หลายแห่ง เช่น อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี แสดงข้อความการจำแนกจิตตามวิถีไว้ว่า^{๒๕๘} “พึงทราบการดำเนินไปของอารมณ์ (ในทวาร) ๖ อย่าง ดังนี้ คือ ในปัญจทวาร (๔ อย่าง) คือ อติมหันตารมณ ๑ มหันตารมณ ๑ ปรีตตารมณ ๑ อติปรีตตารมณ ๑ ส่วนในมโนทวาร (๒ อย่าง) คือ วิภูตารมณ ๑ อวิภูตารมณ ๑”

นอกจากได้ในการศึกษาค้นคว้าในปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆษาจารย์ ได้อธิบายเกี่ยวกับสภาวะของอายตนะไว้ว่า^{๒๕๙} “อายตนะทั้งหลายที่เป็นสังขตะทั้งสิ้น พึงเห็นโดยไม่มีความคิดริ และโดยไม่มีความคิดขวย จริยังอยู่ความดำริอย่างนี้ ย่อมไม่มีแก่จักขุและรูปเป็นต้นว่า ‘ชื่อว่า วิญญานพึงเกิดขึ้นในความพร้อมเพรียงของเราทั้งหลายเกิด’ ทั้งจักขุและรูปเป็นต้นเหล่านั้นไม่ดำริ ไม่ถึงความชวนขวยโดยความเป็นทวารก็ดี โดยความเป็นวัตถุก็ดี โดยความเป็นอารมณ์ก็ดี เพื่อให้

^{๒๕๖} พุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๕๑/๔๑๔.

^{๒๕๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๔๘/๒๓๔.

^{๒๕๘} พระอนุรุธะ และพระญาณธชะ, **อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี**, แปลโดย พระคันทสสาราภิวงศ์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖), หน้า ๔๗.

^{๒๕๙} พระพุทธโฆษาจารย์, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๘๑๑.

วิญญานเกิดขึ้น ที่แท้มันเป็นธรรมดานี้เองที่วิญญานทั้งหลายมีจักขุวิญญาน เป็นอาทิ เกิดขึ้นได้ เพราะความพร้อมเพรียงแห่งจักขุและรูปเป็นต้นแล เพราะเหตุนี้ อายตนะเหล่านั้น บัณฑิตพึงเห็น โดยไม่มีความดำริ และโดยไม่มีความชวนชวายเป็นเหตุ”

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) อธิบายรายละเอียดเพิ่มเติมอายตนะภายในไว้ในหนังสือ “พุทธธรรม” ว่า “อายตนะภายในหรือทวาร ๖ นั้น มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า^{๒๖๐} “อินทรี ๖” คำว่าอินทรี แปลว่า ภาวะที่เป็นใหญ่ หมายถึงหน้าที่ ที่เป็นใหญ่ เป็นเจ้าหน้าที่ หรือเป็นเจ้าการในเรื่องนั้น ๆ เช่น ตาเป็นเจ้าการในการรับรู้รูป หูเป็นเจ้าการในการรับรู้เสียง เป็นต้น อินทรี ๖ คือ จักขุอินทรี โสติดินทรี ฆานินทรี ชิวหินทรี กายินทรี และมนินทรี คำว่าอินทรี นิยมใช้กับอายตนะ ในขณะที่ทำหน้าที่ของมันในชีวิตจริง และเกี่ยวกับจริยธรรม เช่นการสำรวจจักขุอินทรี เป็นต้น ส่วนอายตนะนิยมใช้ในเวลาพูดถึงสภาวะที่อยู่ในกระบวนการธรรม เช่นว่า อาศัยจักขุ อาศัยรูป เกิดจักขุวิญญาน เป็นต้น และสภาวะลักษณะ เช่นว่า จักขุไม่เที่ยง เป็นต้น

ทฤษฎีการรับรู้ (Perception Theory) การรับรู้เป็นพื้นฐานการเรียนรู้ที่สำคัญของบุคคล เพราะการตอบสนองพฤติกรรมใดๆจะขึ้นอยู่กับ การรับรู้จากสภาพแวดล้อมของตนและความสามารถในการแปลความหมายของสภาพนั้นๆ ดังนั้นการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ จึงขึ้นอยู่กับปัจจัยการรับรู้ และสิ่งเร้าที่มีประสิทธิภาพซึ่งปัจจัยการรับรู้ ประกอบด้วย ประสาทสัมผัส และปัจจัยทางจิตคือ ความรู้เดิม ความต้องการ และเจตคติ เป็นต้น การรับรู้จะประกอบด้วยกระบวนการสามด้าน คือ การรับสัมผัส การแปลความหมายและอารมณ์ การรับรู้เป็นผลเนื่องมาจากการที่มนุษย์ใช้อวัยวะรับสัมผัส (Sensory motor) ซึ่งเรียกว่า เครื่องรับ (Sensory) ทั้ง ๕ ชนิด คือ ตา หู จมูก ลิ้น และผิวหนัง จากการศึกษาวิจัยมีการค้นพบว่า การรับรู้ของคนเกิดจากการเห็น ๗๕% จากการได้ยิน ๑๓% การสัมผัส ๖% กลิ่น ๓% และรส ๓% การรับรู้จะเกิดขึ้นมากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับสิ่งที่มีอิทธิพล หรือปัจจัยในการรับรู้ ได้แก่ ลักษณะของผู้รับรู้ ลักษณะของสิ่งเร้า การที่มนุษย์จะรับรู้และสามารถพัฒนาจนเป็นการเรียนรู้ได้ดีหรือไม่นั้น ย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนี้

๑. สติปัญญา ผู้มีสติปัญญาสูงกว่า ย่อมรับรู้ได้ดีกว่าผู้มีสติปัญญาต่ำกว่า
๒. การสังเกตและพิจารณา ขึ้นอยู่กับความชำนาญ และความสนใจต่อสิ่งเร้า
๓. คุณภาพของจิตในขณะนั้น ถ้ามีความเหนื่อยอ่อน เครียด หรืออารมณ์ขุ่นมัว อาจทำให้แปลความหมายของสิ่งเร้าที่สัมผัสได้ไม่ดี แต่ในทางตรงกันข้าม หากสภาพจิตใจโปร่งใส ปลอดโปร่ง ก็จะทำให้การรับรู้และการเรียนรู้เป็นไปด้วยดี และเป็นระบบการจัดระบบการรับรู้ มนุษย์เมื่อพบสิ่งเร้าไม่ได้รับรู้ตามที่สิ่งเร้าปรากฏแต่นำมาจัดระบบตามหลักดังนี้

^{๒๖๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๓๖.

๑. หลักแห่งความคล้ายคลึง (Principle of similarity) สิ่งเร้าใดที่มีความคล้ายกันจะรับรู้ว่าเป็นพวกเดียวกัน

๒. หลักแห่งความใกล้ชิด (Principle of proximity) สิ่งเร้าที่มีความใกล้กันจะรับรู้ว่าเป็นพวกเดียวกัน

๓. หลักแห่งความสมบูรณ์ (Principle of closure) เป็นการรับรู้สิ่งที่ไม่สมบูรณ์ให้สมบูรณ์ขึ้น

ความคงที่ของการรับรู้ (Perceptual constancy) ความคงที่ในการรับรู้มี ๓ ประการ ได้แก่

๑. การคงที่ของขนาด
๒. การคงที่ของรูปแบบ รูปทรง
๓. การคงที่ของสีและแสงสว่าง

การรับรู้ที่ผิดพลาด แม้ว่ามนุษย์มีอวัยวะรับสัมผัสถึง ๕ ประเภทแต่มนุษย์ก็ยังรับรู้ผิดพลาดได้ เช่น ภาพลวงตา การรับฟังความบอกเล่าทำให้เรื่องบิดเบือนไป การมีประสบการณ์และค่านิยมที่แตกต่างกัน ดังนั้นการรับรู้ถ้าจะให้ถูกต้องจะต้องรับรู้โดยผ่านประสาทสัมผัสหลายทางผ่านกระบวนการคิดไตร่ตรองให้มากขึ้น

หลักการรับรู้สำหรับการศึกษา

๑. การรับรู้จะพัฒนาตามวัยและความสามารถที่จะรับรู้สิ่งภายนอกอย่างถูกต้องและเหมาะสม

๒. การรับรู้โดยการเห็นจะก่อให้เกิดความเข้าใจดีกว่า การได้ยินและประสาทสัมผัสอื่นๆ ดังนั้นการเรียนรู้โดยผ่านประสาทสัมผัสได้มากจะก่อให้เกิดความเข้าใจที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

๓. ลักษณะและวิธีการรับรู้ของแต่ละคน จะแตกต่างกันตามพื้นฐานของบุคลิกภาพและจะแสดงออกตามที่ได้รับรู้และทรงตระหนักรู้ของเขา

๔. การเข้าใจผู้เรียนทั้งในด้านคุณลักษณะและสภาพแวดล้อมจะเป็นผลดีต่อการจัดการเรียนการสอน

การรับรู้เป็นกระบวนการตีความต่อสิ่งที่รู้สึกได้จากสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวด้วยอวัยวะรับสัมผัส (Sensory Organ) หรือที่เรียกว่าเครื่องรับ (Receptors) อันได้แก่ อวัยวะการสัมผัสภายนอก ซึ่งประกอบด้วย ตา (Visual Sense) สำหรับการมองเห็น หู (Auditory Sense) สำหรับการได้ยิน จมูก (Olfactory Sense) สำหรับการดมกลิ่น ลิ้น (Gustatory Sense) สำหรับการชิมรส กาย (Skin Sense) สำหรับการสัมผัสทางกาย

๒. อวัยวะรับสัมผัสภายใน ซึ่งประกอบด้วย

ก. สัมผัสคีเนสเธซิส (Kenesthesia) ทำให้ทราบการเคลื่อนไหวของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย มนุษย์รับรู้ได้โดยอาศัยประสาทในกล้ามเนื้อ เอ็น ข้อต่อของกระดูก

ข. สัมผัสการทรงตัว (Vestibular Sense) ทำให้ทราบการทรงตัว มนุษย์รับรู้การสัมผัสนี้โดยอวัยวะสัมผัสในช่องหูด้านใน

ในทางพฤติกรรมได้จัดลักษณะประสาทสัมผัสที่อยู่ในส่วนของเบญจขันธ์ เรียกว่า “ผัสสะ” และก่อให้เกิดการรับรู้หรือวิญญูณ ได้มีการจัดลักษณะของประสาทสัมผัสไว้ ๖ ช่องทาง ดังนี้

จักขุสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางตา
โสตสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางหู
ฆานสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางจมูก
ชีวหาสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางลิ้น
กายสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางกาย
มโนสัมผัส	หมายถึง	การสัมผัสทางใจ หรือสัมผัสภายนอก

สรุปได้ว่ากระบวนการรับรู้ที่เกิดขึ้นมีขั้นตอนดังกล่าวแล้ว จากการวิจัยเกี่ยวกับการใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้าของมนุษย์เพื่อใช้ในการรับรู้ พบว่ามีปริมาณการรับรู้ต่างกัน (ชัยยงค์ พรหมวงศ์, ๒๕๒๓, หน้า ๔๑)

พระนรบดีพ ถาวรธมโม (อินทรรักษ์) ศึกษาเรื่อง^{๒๖๑} “ศึกษาเปรียบเทียบกระบวนการรับรู้ของจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท และสมถะในหลักสรีรวิทยา” พบว่ากระบวนการรับรู้ของจิตและสมถะ เกิดจากการกระทบกันระหว่างอายตนะภายนอกหรือสิ่งเร้าภายนอกกับอายตนะภายใน ซึ่งเป็นประสาทรับรู้ข้อมูล ก่อนที่จะถูกกระแสจิตออกมารับรู้ และประมวลผลการรับรู้ตามหลักในพระพุทธปรัชญาเถรวาท และหลักการเดียวกันในทางสรีรวิทยานั้นเป็นหน้าที่ของโครงสร้างระบบประสาทสัมผัส และส่งไปที่สมอง ซึ่งเป็นความแตกต่างกันในทัศนะของทั้งสองฝ่าย เพราะทางพุทธปรัชญาเถรวาทอธิบายว่ารูปเป็นเพียงสื่อกลางในการรับรู้ข้อมูล มีระบบการทำงานตามธรรมชาติ และแสดงออกทางการกระทำ ภายใต้การควบคุมของจิต ส่วนการรับรู้เป็นหน้าที่ของจิต แต่ในหลักสรีรวิทยา ไม่มีนามธรรม ทุกสิ่งเกิดจากลักษณะทางกายภาพ เกิดจากโครงสร้างการทำงานของระบบประสาท โดยมีสมองทำหน้าที่หลักในการประมวลผลการรับรู้ จิตในทางสรีรวิทยานั้น คือ ผลลัพธ์การทำงานของสมอง

^{๒๖๑} พระนรบดีพ ถาวรธมโม (อินทรรักษ์), “การศึกษาเปรียบเทียบกระบวนการรับรู้ของจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท และสมถะในหลักสรีรวิทยา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๔.

พระมหาสมณีก เตชปณฺโณ (สินสุทฺธ) ศึกษาเรื่อง^{๒๖๒} “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างชั้น ๕ กับอายตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา” พบว่าการจะหลุดพ้นจากสังสารวัฏหรือไม่นั้น จำเป็นต้องอาศัยรูปนามชั้น ๕ ทางอายตนะทั้งภายในและภายนอกในการกำหนดรู้ หรือการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ผู้ปฏิบัติเมื่อหยั่งเห็นรูปนามชั้น ๕ ทางอายตนะ ๑๒ ตามความเป็นจริง ย่อมรับรู้สภาวะการเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส และการนึกคิด อันเป็นอารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยมีสติเป็นองค์ธรรมกำกับ เมื่อสติมีกำลังมากขึ้นย่อมเกิดปัญญาเห็นความจริงของรูปนามตามหลักพระไตรลักษณ์ ซึ่งดำเนินไปตามแนวทางแห่งวิปัสสนาญาณ จนพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง สู่วิษณุบุคคล

พระวรรณนะ มหาคมภีโร (โตน้อย) ศึกษาเรื่อง^{๒๖๓} “ศึกษาวิธีการนำเสนอเรื่องอายตนะ ๖ ในหนังสือทวาร ๖ ของทันตแพทย์สม สุจิรา” พบว่าในหนังสือทวาร ๖ ของทันตแพทย์สม สุจิรา ได้ใช้ศาสตร์ต่าง ๆ รวมทั้งพุทธปรัชญามาอธิบายเรื่องกรรมในการฝึกสติให้เกิดปัญญาเพื่อคุ้มครองทวารทั้ง ๖ และหากไม่มีสติคุ้มครองทวารทั้ง ๖ มีความติดใจในอารมณ์จนก่อให้เกิดเวทนา ตัณหา อุปาทาน (ตัวกู-ของกู) ตามมาอย่างนี้เรื่อยไป ย่อมไม่หลุดพ้นจากกฎแห่งกรรมต้องเวียนว่ายตายเกิด ได้รับความทุกข์อยู่เรื่อยไปไม่มีที่สิ้นสุด

พระมานัส โสภณจิตโต (ชอบมี)^{๒๖๔} ศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิธีการกำหนดรูปนามทางวิญญาณ ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” พบว่ารูปนามเป็นหลักธรรมสำคัญของการเจริญวิปัสสนาภาวนา ถือเป็นภุมิ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา กล่าวโดยสรุปแล้วเป็นบ่อเกิดของปัญญา รูปนามพระพุทธรูปองค์ตรัสตามอุปนิสัยของเวไนยสัตว์ เช่น ตรัสเป็นชั้น ๕, อายตนะ ๑๒, ธาตุ ๑๘, อินทรีย์ ๒๒, อริยสัจ ๔, ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ทั้งหมดนี้เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาทั้งสิ้น วิญญาณ ๖ คือ ความรู้ อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งจัดเป็นอายตนะ ๖ เป็นภุมิเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ความสุข ความทุกข์ หรืออารมณ์ทั้งมวลล้วนอาศัยตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นบ่อเกิดทั้งสิ้น

^{๒๖๒}พระมหาสมณีก เตชปณฺโณ (สินสุทฺธ), “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างชั้น ๕ กับอายตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๕.

^{๒๖๓}พระวรรณนะ มหาคมภีโร (โตน้อย), “ศึกษาวิธีการนำเสนอเรื่องอายตนะ ๖ ในหนังสือทวาร ๖ ของทันตแพทย์สม สุจิรา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๖.

^{๒๖๔}พระมานัส โสภณจิตโต (ชอบมี), “ศึกษาวิธีการกำหนดรูปนามทางวิญญาณ ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๕.

ณัฐพร จงกลการพาณิชย์^{๒๖๕} ศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์ผัสสะในการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการเจริญวิปัสสนาภาวนาภาคสนาม ๗ เดือน” พบว่าการปลดปล่อยทุกข์ได้ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นหนทางเดียว ได้แก่ การมีสติรู้ให้เท่าทันผัสสะ ที่มากระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่ว่าจะสภาวะธรรมใดจะเกิดขึ้น การมีความสนใจ และใส่ใจ ด้วยการมีสติเข้าไปกำหนดรู้ตามอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ณ ขณะผัสสะกระทบนั้นอย่างต่อเนื่องตลอดสาย ทำให้เกิดปัญญาารู้แจ้ง ประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ การเกิดดับของรูปนาม ซึ่งทำให้ผ่อนคลายความยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานขันธ์ เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต สุข สงบ สันติ เป็นเหตุปัจจัยให้ความทุกข์นั้นย่อยลงหรือพ้นไปในที่สุด

๒.๘.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (ในผู้สูงอายุ)

ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา ได้ศึกษาเรื่อง ผลการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนอนุบาลวัดปรีดิยาศ กรุงเทพมหานคร จำนวน ๖๐ คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ ๓๐ คน เครื่องมือที่ใช้ทดลองได้แก่ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งจันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล ได้แปลและดัดแปลงมาจากแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่านักเรียนมีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๕ และจากการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างของการเห็นคุณค่าในตนเองก่อน และหลังการฝึกอบรม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ปานกลาง และต่ำ พบว่าในกลุ่มที่เข้าค่ายฝึกอบรมมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๕^{๒๖๖}

ดิเรก ชัยชนะ ศึกษาเรื่อง การศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองและการรับรู้ปัจจัยส่งเสริมประสิทธิภาพการบำบัดของผู้เข้ากลุ่มให้คำปรึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มให้คำปรึกษาแบบต่อเนื่อง และกลุ่มมาราธอน พบว่า นักศึกษาที่เข้ากลุ่มให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบ ต่อเนื่องมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๕ แต่ไม่มีความแตกต่างกันระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบมาราธอน เมื่อสิ้นสุดการดำเนินกลุ่มทั้งสองรูปแบบพบว่า การรับรู้ต่อปัจจัยส่งเสริมประสิทธิภาพการบำบัดในกลุ่มให้คำปรึกษาแบบต่อเนื่อง และกลุ่มมาราธอน มีความแตกต่างกันตามลำดับความสำคัญ แต่มีปัจจัยด้าน “ความรู้สึกร่วมและ

^{๒๖๕} ณัฐพร จงกลการพาณิชย์, “การศึกษาวิเคราะห์ผัสสะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาภาคสนาม ๗ เดือน”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓.

^{๒๖๖} ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, “ผลการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕”, *วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๙).

สัจจะแห่งการดำรงอยู่ของชีวิต” เป็นสองปัจจัยเดียวที่มีคะแนนการรับรู้แตกต่างกันมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๕^{๒๖๗}

รพีพร ศิลาวรรณ ได้ศึกษาเรื่อง ผลการฝึกอาสนะและสมาธิตามแนวคิดมนุษยนิยมใหม่ ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กบ้านเชียงใหม่ ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่ฝึกอาสนะและสมาธิตามแนวคิดมนุษยนิยมใหม่ มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๑^{๒๖๘}

พิชญรัตน์ บุญช่วย ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษากระบวนการสร้างภาวะนา๔โดยใช้หลักไตรสิกขากล่าวถึงความหมายและความสำคัญของไตรสิกขาและภาวะนา๔สรุปได้ความว่าไตรสิกขาเป็นกระบวนการฝึกอบรมตนในด้านความประพฤติทางกายความประพฤติทางจิตและความสามารถทางปัญญาเพื่อการหลุดพ้นจากอาณัติของกิเลสอันเนื่องมาจากการรู้แจ้งสัจธรรมตามความเป็นจริงและภาวะนา๔เป็นคุณสมบัติที่เกิดขึ้นจากการฝึกอบรมนั้นสามารถนำไปใช้ประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตให้พ้นทุกข์ซึ่งการศึกษาและอบรมตนตามหลักไตรสิกขาเป็นการฝึกฝนวิธีการใช้องค์ประกอบทั้ง๓ด้านคือด้านร่างกายจิตใจและปัญญาให้ทำหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพในการหาเลี้ยงชีวิตที่ถูกต้องและนำพาชีวิตให้พบกับประโยชน์สูงสุด^{๒๖๙}

ชนัฐชารีย์ เขียวชะอุ่ม^{๒๗๐} ได้ศึกษาเรื่อง ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ที่มีสนับสนุนจากเพื่อนแตกต่างกัน พบว่านักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนสวัสดิศึกษา กรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง ๑๐-๑๑ ปี จำนวน ๕๖ หลังการทดลองกิจกรรม นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ และนักเรียนที่มีการสนับสนุนจากเพื่อนมากมีการเห็นคุณค่าในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสนับสนุนของเพื่อนกับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๑

^{๒๖๗}ดิเรก ชัยชนะ, “การศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองและการรับรู้ปัจจัยส่งเสริมประสิทธิภาพการบำบัดของผู้เข้ากลุ่มให้คำปรึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มให้คำปรึกษาแบบต่อเนื่องและกลุ่มมาราธอน”. **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๕)

^{๒๖๘}รพีพร ศิลาวรรณ, “ผลการฝึกอาสนะและสมาธิตามแนวคิดมนุษยนิยมใหม่ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กบ้านเชียงใหม่”, **การค้นคว้าแบบอิสระศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕)

^{๒๖๙}พิชญรัตน์ บุญช่วย, “การศึกษากระบวนการสร้างภาวะนา๔โดยใช้หลักไตรสิกขา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙).

^{๒๗๐}ชนัฐชารีย์ เขียวชะอุ่ม, “ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ที่มีสนับสนุนจากเพื่อนแตกต่างกัน”, **ปริญญาโท**, สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๙).

ยุทธการ โสเมือง ได้ศึกษาเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดขอนแก่น จากการศึกษา โดยแบบกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ ๑๐ คน เด็กเยาวชนที่ได้รับการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และกลุ่มทดลองมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕^{๒๗๑}

ปรารธนา ไชยประเสริฐ ได้ศึกษาเรื่อง การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชาติพันธุ์ชาวเขา ช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียน วัดดอนจั่น จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า กลุ่มนักเรียนจำนวน ๒๐ คน ได้ที่เข้าร่วมกิจกรรมที่ออกแบบไว้ ๘ กิจกรรม ส่งผลต่อความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ที่เพิ่มขึ้นหลังการเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๑^{๒๗๒}

อารุณี ไทยบัณฑิตย์ ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ทำสอนโดยการฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการ จากการศึกษาพบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณไม่แตกต่างกัน แต่หลังจากที่กลุ่มทดลองได้รับการฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการแล้วปรากฏว่ากลุ่มทดลองมีความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และยังพบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕^{๒๗๓}

กมลพรรณ หอมมาน ^{๒๗๔} ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้สมรรถนะในตนเองกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่าง คือผู้สูงอายุที่อยู่ในชุมชนเขตอำเภอเมือง อำเภอท่ายาง อำเภอบ้านลาด และอำเภอเขาย้อย จังหวัดเพชรบุรี จำนวน

^{๒๗๑} ยุทธการ โสเมือง, “ผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดขอนแก่น”, **ปริญญาานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาการแนะแนวและการให้คำปรึกษา**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๔).

^{๒๗๒} ปรารธนา ไชยประเสริฐ, “การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชาติพันธุ์ชาวเขา ช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียน วัดดอนจั่น จังหวัดเชียงใหม่”, **ปริญญาานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๓).

^{๒๗๓} อารุณี ไทยบัณฑิตย์, “การพัฒนาความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ทำสอนโดยการฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการ”, **ปริญญาานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๕).

^{๒๗๔} กมลพรรณ หอมมาน, “ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้สมรรถนะในตนเองกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ”, **วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลผู้ใหญ่**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙).

๑๕๐ คน พบว่า ผู้สูงอายุที่มีการรับรู้สมรรถนะในตนเองสูงมีพฤติกรรมการดูแลตนเองดีในทางตรงกันข้ามถ้าผู้สูงอายุมีการรับรู้สมรรถนะในตนเองต่ำจะมีพฤติกรรมการดูแลตนเองไม่ดี

คานธีชา บุญยยาว^{๒๗๕} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การออกแบบกิจกรรมศิลปะเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัย” ผลการวิจัยพบว่า ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุทุกช่วงวัยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ สรุปว่ากิจกรรมศิลปะเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถนำไปใช้ เพื่อเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุข้อเสนอแนะจากงานวิจัยการจัดกิจกรรมศิลปะเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุให้ดีขึ้น ผู้สอนต้องมีพื้นฐานความรู้ความเข้าใจในเรื่องของศิลปะ การเห็นคุณค่าในตนเอง และสมรรถภาพของผู้สูงอายุเพื่อให้สามารถสร้างกิจกรรมที่เหมาะสม สอดคล้องกับความสนใจ ของผู้สูงอายุบรรยากาศขณะปฏิบัติกิจกรรมศิลปะควรมีความสนุกสนานและเป็นกันเองจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย กล้าแสดงความคิดเห็นร่วมกันการจัดนิทรรศการศิลปะมีความสำคัญมากเพราะเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ เกิดความภาคภูมิใจรู้สึกว่าคุณค่าในตนเองยังมีคุณค่าและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

อะเคื้อ กุลประสูติติลก^{๒๗๖} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การวิเคราะห์เส้นทางปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตบางเขน กรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่า การมองโลกในแง่ดี และการสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ส่วนการเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้ความสามารถของตนเอง และการสนับสนุนทางสังคม มีอิทธิพลทางอ้อมต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยส่งผ่านการมองโลกในแง่ดี ตัวแปรทั้งหมดอธิบายความแปรปรวนของคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้ ร้อยละ ๕๔

นปภัช กั้นแพงศรี^{๒๗๗} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมกิจกรรมศิลปะต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมระยะแรก” ผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองภายหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมศิลปะ สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมศิลปะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและค่าเฉลี่ยคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง หลัง

^{๒๗๕} คานธีชา บุญยยาว, “การออกแบบกิจกรรมศิลปะเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัย”, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา ภาควิชาศิลปะ ดนตรีและนาฏศิลป์ศึกษา คณะครุศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๕), บทคัดย่อ.

^{๒๗๖} อะเคื้อ กุลประสูติติลก, “การวิเคราะห์เส้นทางปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตบางเขน กรุงเทพมหานคร”, วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ, มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร, ๒๕๕๗, บทคัดย่อ.

^{๒๗๗} นปภัช กั้นแพงศรี, “ผลของโปรแกรมกิจกรรมศิลปะต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมระยะแรก”, หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

การเข้าร่วมกิจกรรมในสัปดาห์ที่ ๑, ๒, ๓, ๔, และ ๕ เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตั้งนั้น โปรแกรมกิจกรรมศิลปะเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองสามารถนำไปใช้เพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมระยะแรกได้

กมลพรรณ หอมนาน^{๒๗๘} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้ สมรรถนะในตนเองกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ” ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ การรับรู้สมรรถนะในตนเอง และความรู้สึกมีคุณค่า ในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเอง ของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .๓๓๐, P < .๐๐๑ : r = .๒๓๓, p < .๐๑$ ตามลำดับ) ระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้สมรรถนะในตนเอง และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ($r = .๑๖๘, p < .๐๕ : r = .๒๓๖, P < .๐๑$) ภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความรู้สึกมีคุณค่าใน ตนเองและพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัย สำคัญทางสถิติ ($r = .๒๕๐, p < .๐๑; r = .๑๙๓, p < .๐๕$ ตามลำดับ) แต่รายได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกมี คุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.๑๘๘, p < .๐๕$) เมื่อวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบ ขั้นตอนพบว่า การรับรู้สมรรถนะในตนเอง ความรู้สึกมีคุณค่า ในตนเอง และระดับการศึกษา สามารถร่วมทำนายพฤติกรรม การดูแลตนเองของผู้สูงอายุได้ร้อยละ ๑๙.๗ ผลการศึกษาครั้งนี้ มีข้อเสนอในการให้การพยาบาล เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุตระหนักในคุณค่าของตนเองและมี การรับรู้สมรรถนะในตนเอง ซึ่งจะก่อให้เกิดแรงจูงใจในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลสุขภาพของตนเองที่ดีต่อไป

อัญชลี ชุ่มบัวทอง^{๒๗๙} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “คุณภาพการนอนหลับ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการนอนหลับ และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ” ผลการวิจัยพบว่าพบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ ๔๒.๗ มีคุณภาพการนอนหลับดี และร้อยละ ๕๗.๑ มีคุณภาพการนอนหลับที่ไม่ดี เพศและอายุไม่ได้ส่งผลต่อ คุณภาพการนอนหลับ ปัจจัยที่รบกวนการนอนหลับและพยากรณ์คุณภาพการนอนหลับอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ ๐.๐๐๑ ของกลุ่มตัวอย่างมากที่สุดคือความเจ็บปวด และความสูงอายุ โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ได้ร้อยละ ๒๓.๗ กลุ่มตัวอย่างมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเฉลี่ย ๒๙.๘๗ ± ๔.๒ ซึ่งเป็นคะแนนในระดับที่ค่อนข้างสูง เพศ ระดับอายุ และระดับการศึกษาไม่ได้ส่งผลต่อ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ผลการวิจัยในครั้งนี้เป็นข้อมูลพื้นฐานที่สามารถนำไป วางแผนการปรับปรุงคุณภาพการนอนหลับ จัดการกับปัจจัยที่รบกวนการนอนหลับ และส่งเสริมให้มีความรู้สึกมีคุณค่า ในตนเองให้สูงขึ้นในผู้สูงอายุ

^{๒๗๘} กมลพรรณ หอมนาน. “ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้ สมรรถนะในตนเองกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ”, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙), บทคัดย่อ.

^{๒๗๙} อัญชลี ชุ่มบัวทอง. คุณภาพการนอนหลับ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการนอนหลับ และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

สุริวัลย์ ลีพิมพ์พัฒนกุล^{๒๘๐} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การจัดกิจกรรมการเรียนรู้หัตถศาสตร์ เพื่อเสริมสร้างความพร้อมใน การเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองและการมองเห็นคุณค่าในตนเองของผู้เกษียณอายุราชการ” ผลการวิจัยพบว่า ๑) กิจกรรมการเรียนรู้หัตถศาสตร์เพื่อเสริมสร้างความพร้อมในการเรียนรู้ โดยการ ชี้นำตนเองและการมองเห็นคุณค่าในตนเองของผู้เกษียณอายุราชการ กระทรวงศึกษาธิการ ที่บูรณาการองค์ความรู้ ด้านการเสริมสร้างความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเอง ด้านการมองเห็นคุณค่าในตนเอง และด้านหัตถ ศาสตร์ ซึ่งมีทั้งหมด ๕ กิจกรรม คือ กิจกรรมเปิดใจจึงได้ใจ กิจกรรมหนึ่งชีวีแสนมีค่า กิจกรรมสำหรับคุณ คนที่มีความสุขที่สุดในโลก กิจกรรมอิฐสองก้อนกิจกรรมถักน้ำสร้างสรรค์ โดยจัดในรูปแบบของการ ฝึกอบรม ระยะเวลา ๒ วันต่อเนื่อง ๒) ผลการใช้กิจกรรมการเรียนรู้หัตถศาสตร์ส่งผลให้ความพร้อมในการ เรียนรู้โดยการชี้นำตนเอง การมองเห็นคุณค่าในตนเอง และผลสัมฤทธิ์ด้านหัตถศาสตร์ ภายหลังการอบรม สูงกว่าก่อนเข้ารับการอบรม

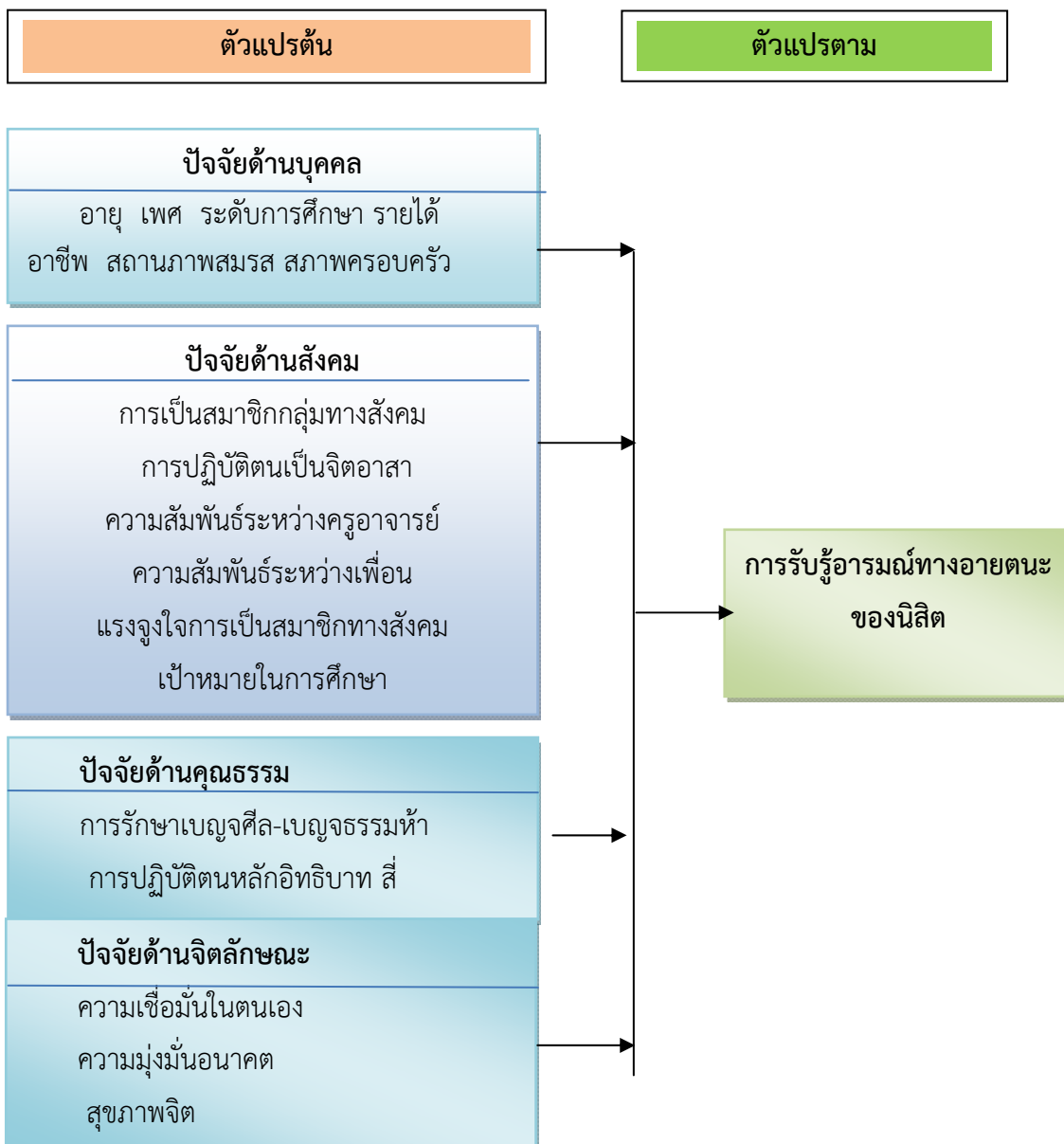
ธิดารัตน์ ศรีสุโข^{๒๘๑} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่” ผลการศึกษา พบว่าภายหลังการเข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม ๑. คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองแตกต่างกันไป จากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐๐ ๒. คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันไปจากก่อนการทดลอง ๓. คะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลองแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐๐ สรุป ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า กระบวนการกลุ่มสามารถเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มตัวอย่างทุกช่วงวัยได้ ดังนั้นสถานสงเคราะห์กลุ่มตัวอย่างทุกช่วงวัยสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง และควรนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างทุกช่วงวัยในองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนอื่นๆ หรือในสถาบันการศึกษาต่อไป

จากการศึกษาทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมดนี้ พบว่างานวิจัยและวิทยานิพนธ์ที่ศึกษาทั้งหมดนี้ได้วิจัยเฉพาะแง่มุมที่สอดคล้อง และใกล้เคียงกับเนื้อหาการศึกษาวิถีจิตในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ๖ ของนิตินในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัยเท่านั้น แต่ยังไม่ตรงและครอบคลุมประเด็นเนื้อหาทั้งหมดเพียงสามารถใช้เป็นแนวทางในการวิจัยเท่านั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ยังไม่เคยมีงานวิจัย ที่กล่าวถึงการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิตินหรือกัลยาณมิตรอย่างเป็นกิจจะลักษณะ ดังนั้นการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงมุ่งศึกษาเพิ่มเติมในรายละเอียด เพื่อประโยชน์แก่ผู้สนใจการศึกษาของผู้ปฏิบัติสืบต่อไป

^{๒๘๐}สุริวัลย์ ลีพิมพ์พัฒนกุล. “การจัดกิจกรรมการเรียนรู้หัตถศาสตร์ เพื่อเสริมสร้างความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองและการมองเห็นคุณค่าในตนเองของผู้เกษียณอายุราชการ”, **ปริญญาคุณศึกษิต สาขาอาชีวศึกษา คณะศึกษาศาสตร์**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

^{๒๘๑}ธิดารัตน์ ศรีสุโข. ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่”, **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

๒.๙ กรอบแนวคิดการวิจัย



แผนภูมิที่ ๒.๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ ๓

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรม
โชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์ กรุงเทพมหานคร
ซึ่งมีรายละเอียดของวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

๓.๑ รูปแบบการวิจัย (Research Design)

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ(Observational Research) รูปแบบภาคตัดขวาง
(Cross-Sectional Descriptive Studies)

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population and Sample group)

๓.๒.๑ ประชากร (Population)

ประชากรในการศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นนิสิตโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา ๒๕๖๐ มีจำนวน ๒๐๐ คน

๓.๒.๒ กลุ่มตัวอย่าง (Sample group)

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา ๒๕๖๐ และเนื่องจากทราบจำนวนประชากรที่แน่นอนในทะเบียนนิสิตปีการศึกษา ๒๕๖๐ มีจำนวน ๒๐๐ คน ผู้วิจัยจึงใช้เป็นฐานในการคำนวณหาขนาดตัวอย่าง จากตารางขนาดของกลุ่มตัวอย่างของ เครจซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan, ๑๙๗๐) โดยผู้วิจัยกำหนดให้ ระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ ๕% และระดับความเชื่อมั่น ๙๕% ($\alpha = ๐.๐๕, Z = ๑.๙๖$) ได้จำนวนตัวอย่าง เท่ากับ ๑๓๒ คน และเพื่อป้องกันความครบถ้วนสมบูรณ์ของแบบสอบถามผู้วิจัยเก็บตัวอย่างเพิ่มอีก ร้อยละ ๕ จำนวนตัวอย่าง เท่ากับ $๑๓๒ * ๕\% + ๑๓๒ \cong ๑๔๐$ คน

สรุปได้ว่า ผู้วิจัยต้องเก็บจำนวนตัวอย่างไม่ต่ำกว่า ๑๔๐ คน โดยมีความผิดพลาดไม่เกิน ร้อยละ ๕ ที่ระดับความเชื่อมั่น ร้อยละ ๙๕

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๓.๓.๑ แบบสอบถาม (Questionnaire)

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ คือแบบสอบถาม (Questionnaire) โดยผู้วิจัยได้แนวทางการสร้างข้อคำถามจากแบบสอบถามของนักวิจัยจากการทบทวนวรรณกรรมซึ่งได้รับอนุญาตแล้ว จำนวน ๑ ชุด ประกอบด้วย ๕ ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ ๑ แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคล

ประกอบด้วย เป็นข้อคำถามปลายเปิดและให้เลือกตอบ ได้แก่ อายุ เพศ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพ สถานภาพสมรส สภาพครอบครัว

ส่วนที่ ๒ แบบสอบถามปัจจัยด้านสังคม

ประกอบด้วย เป็นข้อคำถามปลายเปิดและให้เลือกตอบมี ๕ ระดับ ได้แก่ การเป็นสมาชิกกลุ่มทางสังคม การปฏิบัติตนเป็นจิตอาสา ความสัมพันธ์ระหว่างครูอาจารย์ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน แรงจูงใจการเป็นสมาชิกทางสังคม เป้าหมายในการศึกษา

ส่วนที่ ๓ แบบสอบถามปัจจัยด้านคุณธรรม

ประกอบด้วย เป็นข้อคำถามปลายเปิดและให้เลือกตอบมี ๕ ระดับ ได้แก่ การรักษาเบญจศีล-เบญจธรรมห้า การปฏิบัติตนหลักอิทธิบาท สี่

ส่วนที่ ๔ แบบสอบถามปัจจัยด้านจิต

ประกอบด้วย เป็นข้อคำถามปลายเปิดและให้เลือกตอบมี ๕ ระดับ ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมุ่งมั่นอนาคต สุขภาพจิต

ส่วนที่ ๕ แบบสอบถาม การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต

ลักษณะคำถามเป็นแบบประมาณค่า ๕ ระดับ ให้คะแนนดังนี้

เมื่อตอบ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนนเท่ากับ ๕
	เห็นด้วย	ให้คะแนนเท่ากับ ๔
	ไม่แน่ใจ	ให้คะแนนเท่ากับ ๓
	ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนนเท่ากับ ๒
	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้คะแนนเท่ากับ ๑

๓.๓.๒ แบบสอบถาม (Questionnaire)

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

๑. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นจากแนวคำถาม ให้อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา ด้านนิเทศศาสตร์ และด้านพุทธจิตวิทยา จำนวน ๓ ท่าน พิจารณาตรวจสอบความครอบคลุมของเนื้อหา ความตรงตามเนื้อหา (content validity) เพื่อพิจารณาความถูกต้อง และความชัดเจนของการใช้ภาษา แล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำ ได้ค่า IOC เท่ากับ .๐๙๘

๒. ทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยนำแบบสอบถามที่แก้ไขปรับปรุงแล้ว ตาม คำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ไปทดลองใช้ (try out) กับนิสิตโรงเรียนนอภีธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา ๒๕๖๐ ที่คล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างและไม่ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๓๐ ราย โดยค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งชุดเท่ากับ .๘๘๙ (กำหนดเกณฑ์ค่าความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้คือไม่น้อยกว่า ๐.๗๐) ซึ่งถือว่าแบบสอบถามที่สร้างขึ้นสามารถนำไปใช้เพื่อการวิจัยนี้ได้ (กำหนดเกณฑ์ค่าความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้คือไม่น้อยกว่า ๐.๗๐)

๓. ทดสอบความเชื่อมั่น (reliability) ของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ในแบบสอบถามที่เป็นแบบวัดประมาณค่า (Rating scale) โดยค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งชุดเท่ากับ .๘๙๕ (กำหนดเกณฑ์ค่าความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้คือไม่น้อยกว่า ๐.๗๐)

๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย มีดังนี้

๓.๔.๑ ทำหนังสือขออนุญาตต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อขออนุญาตทำวิจัย และขอให้ออกหนังสือในนามบัณฑิตวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนนอภีธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย และขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยในเขตพื้นที่

๓.๔.๒ ติดต่อประสานงานกับ ผู้อำนวยการโรงเรียนนอภีธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ให้ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลจากนิสิตกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนการเก็บข้อมูล

๓.๔.๓ นัดหมายวันที่และเวลาที่จะเก็บข้อมูล โดยผู้วิจัยเป็นผู้ไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยมี ผศ.ดร.ประยูร สุยะใจ ร่วมลงไปสังเกตการณ์

๓.๔.๔ ชี้แจงให้นิสิตตัวอย่างให้ทราบวัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับและกระบวนการศึกษาวิจัย โดยแจ้งให้ผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง บอกเนื้อหาโดยรวมของแบบสอบถาม และขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามการวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบสิทธิใน

การตอบรับหรือปฏิเสธ หากไม่เข้าร่วมวิจัยจะไม่เกิดผลเสียใดๆ แก่ตัวนิสิต ผลของคำตอบหรือข้อมูลทุกอย่างจะเก็บเป็นความลับ และการนำเสนอรายงานวิจัยจะนำเสนอเป็นภาพรวมเท่านั้น

๓.๔.๕ การตอบแบบสอบถามนั้นนิสิตกลุ่มตัวอย่างไม่ต้องระบุชื่อ บ้านเลขที่ หรือเบอร์โทรศัพท์ เพื่อป้องกันการเชื่อมโยงข้อมูลถึงนิสิตซึ่งทุกข้อความถามของนิสิตนั้นเป็นความลับ

๓.๔.๖ ให้นิสิตผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง และเปิดโอกาสให้ซักถามสิ่งที่ไม่เข้าใจ หากนิสิตต้องการยุติการตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยยินยอมยุติตามความต้องการของนิสิตและยกเลิกการเก็บข้อมูลของนิสิตรายนั้น

๓.๔.๗ เก็บรวบรวมแบบสอบถามจากนิสิต ให้ได้จำนวนไม่ต่ำกว่า ๑๔๐ ราย

๓.๔.๘ ตรวจสอบความถูกต้องและความเป็นไปได้ของข้อมูล (Cleaning data) ใส่รหัส

๓.๔.๙ วิเคราะห์ข้อมูลและประมวลผลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ด้วยโปรแกรมสถิติสำเร็จรูปแบบ และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์มีดังนี้

๑. ศึกษาคุณลักษณะทั่วไปด้านปัจจัยด้านสภาพเศรษฐกิจฐานะ ของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์ด้วยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

๒. ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต วิเคราะห์ด้วย One-way ANOVA

๓. ศึกษาสมการพยากรณ์ระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต จากปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิต โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) ทั้งนี้การทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของตัวแปรในสมการ ดังนี้

๑. ทดสอบการแจกแจงแบบปกติ (Normality)

๒. มีรูปแบบความสัมพันธ์เป็นเชิงเส้นตรง (Linearity)

๓. ความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนมีค่าคงที่หรือมีความเป็นเอกภาพ(Homoscedasticity) โดยวิเคราะห์ค่าความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อน (Residual analysis) ถ้าข้อมูลมีการกระจายมากหรือกระจายห่างจากเส้นถดถอยมาก แสดงว่ามีความคลาดเคลื่อน (Residual) สูง ถ้าข้อมูลมีการกระจายน้อยหรือกระจายห่างจากเส้นถดถอยน้อย แสดงว่าความคลาดเคลื่อน (Residual) ต่ำ ถ้าค่าความคลาดเคลื่อนต่ำจะส่งผลให้การพยากรณ์มีความถูกต้องสูง

๔. ทดสอบลักษณะความไม่สัมพันธ์กันเอง (Autocorrelation) หรือมีความเป็นอิสระกันของ e_i และ e_j เป็นลักษณะที่บ่งบอกได้ถึงการได้มาของข้อมูลว่าเป็นไปอย่างสุ่ม (Random) ตรวจสอบโดยใช้ Durbin–Watson test

๕. การทดสอบ Multicollinearity หรือความสัมพันธ์กันเองของตัวแปรอิสระ

๓.๖ สถิติที่ใช้ในการวิจัย

๓.๖.๑ สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยใช้สูตรดังนี้

๑. สูตรการหาค่าร้อยละ (Percentage)

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

เมื่อ	f	หมายถึง	ความถี่หรือจำนวนข้อมูล
	X	หมายถึง	ค่าของข้อมูลหรือคะแนน
	n	หมายถึง	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
	P	หมายถึง	ค่าร้อยละ

๒. สูตรการหาค่าเฉลี่ย (mean)^๑

$$\bar{X} = \frac{\sum fx}{n}$$

เมื่อ	\bar{X}	หมายถึง	ค่าเฉลี่ย
	$\sum fx$	หมายถึง	ผลรวมของข้อมูลทั้งหมด
	n	หมายถึง	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
	f	หมายถึง	ความถี่

^๑บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์, ศาสตราจารย์เกียรติคุณ, ระเบียบวิธีวิจัยทางสังคมศาสตร์, หน้า ๓๕๐.

๓) สูตรการหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)^๒

$$S.D. = \sqrt{\frac{n(\sum fx^2) - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ	S.D.	หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	$\sum fx^2$	หมายถึง	ผลรวมกำลังสอง
	$(\sum fx)^2$	หมายถึง	ผลรวมของข้อมูล
	n	หมายถึง	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

๓.๖.๒ สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

๑. ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้สูตร^๓ ดังนี้

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right)$$

เมื่อ	α	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา
	k	หมายถึง	จำนวนข้อของแบบสอบถาม
	$\sum S_i^2$	หมายถึง	ผลรวมของความแปรปรวนของแต่ละข้อ
	S_t^2	หมายถึง	ความแปรปรวนของคะแนนรวม

๒. ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Consistency: IOC) เพื่อหาความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ โดยใช้สูตร^๔ ดังนี้

^๒ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๕๘.

^๓ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๖๗.

^๔ พวงรัตน์ ทวีรัตน์, การสร้างและพัฒนาแบบทดสอบผลสัมฤทธิ์, (กรุงเทพมหานคร: สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๐), หน้า ๒๙.

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	IOC	หมายถึง	ดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถามกับวัตถุประสงค์
	$\sum R$	หมายถึง	ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด
	N	หมายถึง	จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

เกณฑ์การให้คะแนนข้อคำถามแต่ละข้อของผู้เชี่ยวชาญ มีค่าที่เป็นไปได้ ๓ ค่า ดังนี้

- + ๑ เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นสามารถวัดได้ตรงตามนิยามศัพท์เฉพาะ
- ๐ เมื่อไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นสามารถวัดได้ตรงตามนิยามศัพท์เฉพาะ
- ๑ เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามนั้นไม่สามารถวัดได้ตรงตามนิยามศัพท์เฉพาะ

ผู้วิจัยปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ เลือกข้อคำถาม ที่มีค่า IOC มากกว่า หรือเท่ากับ ๐.๕๐ ขึ้นไป ผลการหาค่า IOC ได้ค่า IOC อยู่ระหว่าง ๐.๕๐ - ๑.๐๐

การวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) ใช้เพื่อตรวจสอบลักษณะความสัมพันธ์ของตัวแปรต่างๆตั้งแต่สองตัวแปรขึ้นไปที่มีลักษณะของความสัมพันธ์เป็นแบบเชิงสุ่ม (Stochastic relation) โดยอาศัยความรู้ ประสบการณ์และการทดลองในอดีต เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวิเคราะห์ โดยรูปแบบจำลองความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) สามารถแสดงได้ ดังนี้

หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R) โดยใช้สูตร^๕

$$R_{Y.1,2,3...k}^2 = \beta_1 r_{Y_1} + \beta_2 r_{Y_2} + \dots \beta_k r_{Y_k}$$

เมื่อ $R_{Y.1,2,3...k}^2$	แทน	ค่ากำลังสองของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวแปรอิสระตัวที่ ๑ ถึง k กับตัวแปรตาม Y
$\beta_1, \beta_2, \beta_3 \dots \beta_k$	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปของคะแนนมาตรฐานของตัวแปรอิสระตัวที่ ๑ ถึง k
$r_{Y_1}, r_{Y_2}, r_{Y_3} \dots r_{Y_k}$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระตัวที่ ๑ ถึง k กับตัวแปรตาม Y

^๕Pedhazur, E.J., *Multiple Regression in Behavioral Research*, (New York: Holt Rinehart and Winston, 1997), p. 104.

ทางอายตนะ เป็นเรื่องธรรมดาที่เกิดขึ้น เมื่อมีอารมณ์มากระทบอายตนะภายใน มีเกิดขึ้น ตามธรรมชาติไม่ควรยึดมั่น ถือมั่น ว่าเป็นเราหรือของเรา

๒๐. อาศัยรูปอายตนะ รูปร่างของพระพุทธองค์ เป็น หัสสนาพุทธตริยา สัททหายตน ฟังพระเทศน์ และฟังแผ่น CD ที่พระภราดรจรรยาบรรยายธรรม เป็นสวานานุตตริยะ เป็นความสุข แต่ ฤาษี ดาบส ผู้บำเพ็ญฌานและวิปัสสนา จะไม่สนใจ คั้นธายตนะ รสายตนะ โภภฏฐัพพายตนะ ให้มาเป็นอารมณ์ ถือศีล ๘ ทุกวัน เป็นคนรับอาหาร อยู่นิ่ง ๆ สมณะ สันโดษ มกน้อย ธัมมายตนะ ที่สนใจ คือ พระนิพพาน เมื่อผู้อื่นทำไม่ดีก็ให้อภัย (จาคานุสสติ) เพราะ พระพุทธองค์ สอนว่า ถ้าข้าพเจ้าโกรธก็จะพิจารณาอะไรโดยไม่รอบคอบ

๒๑. เมื่อได้รับผลกระทบ(ที่เกิดขึ้นปัจจุบัน) รับรู้ว่าเป็น วิกิภาคนอกอิตยอภิมันในสิ่งที่เกิดขึ้นกับชีวิตตามความเป็นจริงแม้จะได้พยายามแก้ปัญหาแล้วอย่างดีที่สุดรับรู้เสมอว่าชีวิตที่เป็นอยู่ต้องมีแก่ เจ็บ และตาย ชีวิตเป็นของไม่เที่ยง ด้วยหลัก อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ใช้ชีวิตเรียบง่าย ด้วยสติอยู่

๒๒. เมื่อมีอารมณ์มากระทบในชีวิตประจำวันแรง ๆ ทำให้กลับมาตั้งพิจารณาถึงสิ่งที่เกิดขึ้นว่าเรากำลังทำอะไร จุดมุ่งหมายของชีวิตคืออะไร และเรากำลังอยู่บนเส้นทางนั้นไหม ความทุกข์ใจเป็นเพียงสิ่งที่มากระทบชั่วคราวก่อนที่จะหายไป เราจะจัดการกับมันอย่างไร การเข้าใจถึงการปฏิบัติธรรมและซึ่งสมาธิก็เป็นเทคนิคที่ดีที่ช่วยให้เราได้ตั้งพิจารณาตนเอง หากมีการสวดมนต์ ฟังธรรมก็เป็นสิ่งที่ช่วยผ่อนหนักเข้าสู่น้ำเบา แต่หากกำหนดรู้ได้ในชีวิตประจำวันด้วย โอกาสระลึกก็จะมามากน้อย เป็นเครื่องมือในการต่อสู้กับอุปสรรคในชีวิต

๒๓. ใช้ชีวิตอย่างมีสติ รับรู้แต่ไม่ยึดถือ ปล่อยวาง ทำใจให้ว่างเหมือนดังกระจก เพื่อไม่ให้อำนาจแก่สิ่งที่มากระทบนั้น อันจะเป็นผลนำทุกข์มาให้ตน (ไม่ส่งจิตออกนอก)

ดังนั้น จึงแสดงตารางภาพที่ ๔.๓ และภาพที่ ๔.๔ โดยสรุปภาพรวมการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ดังต่อไปนี้

บทที่ ๕

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรม
โชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์ กรุงเทพมหานคร
โดยรูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจ(Observational Research) แบบภาคตัดขวาง (Cross-Sectional
Descriptive Studies) ใช้แบบสอบถามที่มีความเชื่อมั่น(Reliability) ของแบบสอบถามทั้งหมดเท่ากับ
.๘๙๕ เป็นเครื่องมือในการสำรวจ จึงสรุปผลและอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

๕.๑ ผลการสังเคราะห์การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

พบว่า การรับรู้อารมณ์ของทวาริกจิตตั้งแต่จักขุทวาริกจิต เป็นต้นจนถึงกายทวาริกจิต
(อย่างละ ๔๖)รับรู้อารมณ์ ฯลฯ โสภณธรรม ที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งกำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้า
(ตามสมควรแก่ทวาร) เท่านั้น จิตพวกนี้ต้องอาศัยอารมณ์เป็นใหญ่ ถ้าไม่มีอารมณ์มาปรากฏเฉพาะ
หน้าแล้ว จิตเหล่านี้ก็เกิดขึ้นไม่ได้ ส่วนมนทวาริกจิตที่เกิดขึ้นได้นั้น ไม่ได้อาศัยอารมณ์เป็นใหญ่
แต่อาศัยจิต เจตสิกเป็นใหญ่ สำหรับอารมณ์ของทวารวิมุตตจิตนั้นได้แก่อารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งใน
บรรดาอารมณ์ ๖ ที่ไม่เกี่ยวกับปัจจุบันภพ แต่เป็นอารมณ์เดียวกันกับที่มรณะสันนชวณะในภพก่อนรับ
เอามาเมื่อใกล้จะตาย ซึ่งเรียกว่า กรรมอารมณ์ กรรมนิมิตอารมณ์ คตินิมิตอารมณ์ ฉะนั้นปฏิสนธิจิต
ในภพใหม่ (รวมทั้งภวังคจิต และจุติจิตด้วย) ย่อมมีอารมณ์เดียวกันกับอารมณ์ของมรณะสันนชวณะที่
เกิด ในภพก่อนเสมอ ถ้าอารมณ์ของมรณะสันนชวณะ เป็นกรรมอารมณ์ อารมณ์ของปฏิสนธิจิตก็เป็น
กรรมอารมณ์เช่นกัน ถ้าเป็นกรรมนิมิต หรือ คตินิมิต อารมณ์ของปฏิสนธิจิตก็เป็นกรรมนิมิต หรือ คติ
นิมิต เช่นกัน ภวังคจิต จุติจิตในภพใหม่ก็มีอารมณ์เช่นเดียวกันสำหรับจุติจิตในภพเก่ามีอารมณ์เป็นอัน
เดียวกันกับอารมณ์ของปฏิสนธิจิตและภวังคจิตในภพเก่านั่นเอง ฉะนั้น การเปลี่ยนอารมณ์ คือนิมิตทั้ง ๓
ในระหว่างภพเก่ากับภพใหม่นั้นก็คงเปลี่ยนกันตรงที่ปฏิสนธิจิต

สรุปโดยภาพรวมพบว่า อารมณ์เป็นสภาวะของความคิด ความรู้สึกของบุคคลที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ ขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าและสภาพแวดล้อม ซึ่งสภาวะอาการรับสัมผัสทางจิตใจที่มีผลมาจาก
การตอบสนองต่อสิ่งเร้าเข้ากระตุ้นทั้งที่มาจากภายในและภายนอกจะรับสัมผัสทางจิตใจทั้งดีและรู้สึก
ไม่ดี เป็นการแสดงด้านปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ ทั้งระดับของการคิดและ
ความรู้สึกจึงทำให้เกิดพฤติกรรมตอบสนองออกมา นอกจากนั้นอารมณ์เป็นความรู้สึกที่จะ
ประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่ดีหรือมีประโยชน์ และความรู้สึกที่จะถอยหนีเมื่อได้ประเมินว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่ง
ที่ไม่ดี จึงมีการตอบสนองทางอารมณ์ ซึ่งจะขึ้นอยู่กับการคิดการเข้าใจเฉพาะการประเมินและเป็น

ลักษณะของพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การรับรู้ทั้งประสาทสัมผัส และปรากฏการณ์พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นกระบวนการหรือสภาวะทาง ด้านความรู้สึกที่ถูกกระทบ ให้อ้วนไหว ซึ่งจะแสดงออกมาในรูปของการเปลี่ยนแปลงร่างกายทาง กล้ามเนื้อเรียบต่อมต่าง ๆ และ พฤติกรรมทั้งหมดเป็นสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้า และอินทรีย์ด้วยการเกิดการโต้ตอบเป็นไปตามสถานการณ์จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกาย และจิตใจ เป็นความรู้สึกส่วนตัวภายในของบุคคลเพราะมนุษย์ทุกคนมีความชอบธรรมที่ต้องได้รับการตอบสนองความต้องการทางอารมณ์ และเป็นความต้องการทางร่างกาย ที่เกิดจากการมี ปฏิสัมพันธ์ของตนเองกับบุคคลอื่นกับสิ่งแวดล้อมโดยรวม ดังนั้น อารมณ์จึงเป็นภาวะที่อินทรีย์ถูกเร้า ทำให้เกิดการตอบสนองจะทำให้เกิดปฏิกิริยาขึ้นกับปรากฏการณ์เหล่านี้คือ ๑. แบบที่เกิดขึ้นทันที (Emotional Experience) เช่น รู้สึกโกรธ กลัว ดีใจ ๒. พฤติกรรมที่เป็นผลต่อเนื่อง (Emotional Behavior) เช่น เมื่อรู้สึกโกรธก็กล่าวคำสบคำสาบาน และ๓.เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physical changes) เช่น หน้าแดง ปากสั่น มือสั่น เป็นต้น จึงกล่าวได้ว่า การศึกษาเรื่องอารมณ์เป็นเรื่องยาก เนื่องจากต้องอนุมานจากพฤติกรรมที่ไม่สามารถสังเกตได้โดยตรง นักจิตวิทยาได้สังเกต ลักษณะของอารมณ์พบว่า อารมณ์เป็นภาวะที่ไม่คงที่ มีลักษณะที่สำคัญดังกล่าวแล้ว

พบว่าอายตนะ ๖ อารมณ์ ๖ และวิญญาณ ๖ เป็นชื่อในภาษาธรรมและมีความเกี่ยวเนื่องกัน ตามนัยพุทธพจน์ข้างต้นนี้ แสดงให้เห็นว่า วิญญาณที่เกิดขึ้นรับรู้อารมณ์ทางทวารต่าง ๆ นั้น เกิดจากเหตุปัจจัย และการดับไปของวิญญาณ เพราะขาดเหตุปัจจัย การเกิดและดับของวิญญาณ จึงขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย ไม่ใช่เป็นการเกิดขึ้นอย่างลอย ๆ ดังนั้นสถานภาพของวิญญาณ จึงมีการเกิดดับอย่างต่อเนื่อง กล่าวคือมีการเกิดขึ้น ดำรงอยู่ชั่วขณะและดับไป ตกอยู่ภายใต้กฎของไตรลักษณ์ ดังพระพุทธรพจน์ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็แล ธรรมชาติใดที่เรียกว่าจิตบ้าง มโนบ้างวิญญาณบ้าง ธรรมชาติบ้าง ขณะเก่ากำลังดับ ขณะใหม่กำลังเกิดขึ้น เป็นอย่างนี้เรื่อยไปตลอดวันและคืนปัญหาเกี่ยวกับเรื่องวิญญาณมีมาแล้ว ตั้งแต่ครั้งพุทธกาลจนถึงสมัยปัจจุบัน แม้พุทธศาสนาจะมีทัศนะว่า กายและวิญญาณนั้นมีธรรมชาติที่แตกต่างกันก็จริง แต่ก็ถือว่ากายและวิญญาณทั้งสองนั้นมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด กล่าวคือ ต่างก็อิงอาศัยเป็นเหตุปัจจัยแก่กันและกัน ดังข้อความที่กล่าวไว้ในวิสุทธิมรรคว่า รูปและนาม (กายกับวิญญาณ) เป็นของคู่กัน ทั้งคู่อาศัยกันและกัน เมื่ออย่างหนึ่งแตกสลาย ก็แตกสลายทั้งคู่ตามปัจจัย ดังนั้นเพื่อความพ้นทุกข์ พระพุทธองค์จึงตรัสสอนในเรื่องสติปัฏฐาน เพื่อให้พุทธบริษัทจะได้เดินตามทางที่พระองค์ทรงดำเนินไปสู่พระนิพพาน ดังนี้คำว่า จิต มโน วิญญาณ ทั้ง ๓ นี้มีความหมายเหมือนกันโดยอรรถกล่าวคือเป็นธรรมชาติคิด หรือธรรมชาติที่โน้มเข้าไปหาอารมณ์ หรือว่าธรรมชาติรู้แจ้งอารมณ์ แต่ที่เรียกชื่อแตกต่างกันไป เพราะเน้นความหมายในการทำหน้าที่ ที่ต่างกัน อนึ่งการเกิดดับของวิญญาณในขณะที่รับรู้อารมณ์ทางทวารต่าง ๆ นั้นเป็นไปอย่างรวดเร็ว โดยไม่สามารถกำหนดได้ว่าวินาทีหนึ่ง มีการเกิดและดับกี่ครั้งเพราะลักษณะของวิญญาณนั้นเป็นธรรมชาติเปลี่ยนแปลงเร็ว ดังพุทธพจน์ที่ว่า ภิกษุทั้งหลายเราย่อมไม่พิจารณาสิ่งอื่นที่เปลี่ยนแปลง

ได้เร็วเหมือนจิต จิตนี้ เปลี่ยนแปลงได้เร็วเท่าใดนั้น แม้จะอุปมาก็ทำได้ไม่ง่าย การกำหนดเพื่อจะให้รู้เท่าทันการเกิดดับของวิญญานหรือจิตนั้น คนทั่วไปย่อมไม่สามารถทำได้ นอกจากสัพพัญญุตญาณ หรือผู้มีวิปัสสนาญาณแก่กล้า ด้วยเหตุที่จิตเป็นธรรมชาติเกิดและดับเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้เอง จึงทำให้นักปรัชญา นักคิด เจ้าลัทธิหรือศาสดาในศาสนาพราหมณ์-ฮินดูและศาสนาเซนเป็นต้น ซึ่งใช้ตรรกะหรือญาณในการหยั่งรู้ที่ไม่ตลอดสาย ไม่ครบวงจรเข้าใจผิด คิดว่าอาตมัน หรือชีวะ นั้นเป็นต้นกำเนิดของให้สรรพสิ่งเป็นสภาวะที่เป็นอมตะนิรันดร์คงที่ ไม่เปลี่ยนแปลง ไม่เกิดดับ โดยให้ความหมายของอตตาวัว ๓ ประการ คือ ๑. เป็นศูนย์กลางของการเปลี่ยนแปลงหรือแปรสภาพและหลักแหล่งแห่งความคงเดิม ๒. เป็นศูนย์รวมคุณสมบัติของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และ ๓. เป็นสิ่งที่มีความสมบูรณ์อยู่โดยตัวเอง ไม่ได้เกิดมาจากอะไร มีอยู่และเป็นมาอย่างนั้นโดยตัวเองไม่เปลี่ยนแปลง ไม่แปรสภาพ วิญญาน ความรู้แจ้งอารมณ์ จิต ความรู้ที่เกิดขึ้นเมื่ออายตนะภายในและอายตนะภายนอกกระทบกัน วิญญาน ๖ ได้แก่ ๑. จักขุวิญญาน หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางตา ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะรูปกระทบตา รูป กระทบตาเกิดความรู้ขึ้น คือ การเห็น ๒. โสทวิญญาน หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางหู ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะเสียงกระทบหู เสียง กระทบหูเกิดความรู้ขึ้น คือ การได้ยิน ๓. ชานวิญญาน หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางจมูก ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะกลิ่นกระทบจมูก กลิ่น กระทบจมูกเกิดความรู้ขึ้น คือ การรู้กลิ่น ๔. ชิวหาวิญญาน หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางลิ้น ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะรสกระทบลิ้น รส กระทบลิ้นเกิดความรู้ขึ้น คือ การรู้รส ๕. กายวิญญาน หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางกาย ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะโผฏฐัพพะกระทบ กาย โผฏฐัพพะกระทบกาย เกิดความรู้ขึ้น คือ ความรู้อารมณ์ (รู้สิ่งต้องกาย) ๖. มโนวิญญาน หมายถึง ความรู้อารมณ์ทางกายความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะ โผฏฐัพพะกระทบกาย โผฏฐัพพะกระทบกาย เกิดความรู้ขึ้น คือ ความรู้อารมณ์

พบว่า พระพุทธศาสนาได้แบ่งคุณสมบัติของจิต (เจตสิก ๕๒) ออกเป็น ๓ กลุ่มหลักๆ คือ ๑) คุณสมบัติของจิตด้านกลางๆ (neutral) ซึ่งเป็นส่วนประกอบของจิตทั้งด้านบวกและด้านลบ เช่น ผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา เป็นต้น เรียกว่า “อัญญาสมานาเจตสิก” โดยมากคุณสมบัติของจิตด้านนี้จะเกี่ยวข้องกับการทำงานของจิตในการรับรู้โลกทางอายตนะ ซึ่งน่าจะใกล้เคียงกับสิ่งที่ทางจิตวิทยาเรียกว่าการตอบสนองต่อสิ่งเร้าภายนอกที่ผ่านเข้ามาทางประสาทสัมผัส ๒) คุณสมบัติของจิตด้านลบ (negative) เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความริษยา (อิจฉา) ความตระหนี่ (มัจฉริยะ) เป็นต้น รวมเรียกว่า “อกุศลเจตสิก” ซึ่งก็คืออารมณ์ด้านลบตามความหมายทางจิตวิทยา ๓) คุณสมบัติของจิตด้านบวกหรือด้านที่ดีงามเป็นกุศล (positive) เช่น ความเมตตากรุณา ความไม่โลภ ความไม่โกรธ ความไม่หลง เป็นต้น รวมเรียกว่า “โสภณเจตสิก” ซึ่งอารมณ์ด้านบวกนี้น่าจะเทียบได้กับความฉลาดทางอารมณ์ในทางจิตวิทยา ดังนั้นพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับองค์ประกอบด้านอารมณ์ของมนุษย์เป็นอย่างมาก เพราะถึงแม้เจตสิกหรือคุณสมบัติของจิตทั้ง ๕๒ ประการ จะไม่ได้กล่าวถึงคุณสมบัติด้านอารมณ์ทั้งหมด คือมีเจตสิกบางส่วนที่กล่าวถึงเรื่องศีล เช่น สัมมาวาจา และสมมาอาชีวะ เป็นต้น และเรื่องปัญญา เช่น ปัญญินทรีย์ และอโมหะ เป็นต้น แต่ก็ถือว่าเป็นเพียงส่วนน้อยส่วนใหญ่แล้วจะกล่าวถึงคุณสมบัติของจิตด้านที่เกี่ยวกับเรื่องอารมณ์เป็นหลัก ตรงนี้สะท้อนให้เห็นว่า

เรื่องอารมณ์เป็นมิติด้านหนึ่งของชีวิตที่มีความสำคัญมากและเป็นศักยภาพของชีวิตด้านหนึ่งที่พระพุทธศาสนาต้องการพัฒนา นอกจากนั้นยังพบว่าวิธีการกำหนดรูปนามทางวิญญาณ ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พบว่ารูปนามเป็นหลักธรรมสำคัญของการเจริญวิปัสสนาภาวนา ถือว่าเป็นภูมิเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา กล่าวโดยสรุปแล้วเป็นบ่อเกิดของปัญญา ซึ่งรูปนามนั้น พระพุทธองค์ตรัสตามอุปนิสัยของเวไนยสัตว์ เช่น ตรัสเป็นชั้นที่ ๕, อายุขณะ ๑๒, ธาตุ ๑๘, อินทรีย์ ๒๒, อริยสัจ ๔, ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ทั้งหมดนี้เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาทั้งสิ้น วิญญาณ ๖ คือ ความรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งจัดเป็นอายตนะ ๖ เป็นภูมิเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ความสุข ความทุกข์ หรืออารมณ์ทั้งมวลล้วนอาศัยตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นบ่อเกิดทั้งสิ้น ในด้านกระบวนการเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างชั้นที่ ๕ กับอายตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา พบว่าการจะหลุดพ้นจากสังสารวัฏหรือไม่นั้น จำเป็นต้องอาศัยรูปนามชั้นที่ ๕ ทางอายตนะทั้งภายในและภายนอกในการกำหนดรู้ หรือการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ผู้ปฏิบัติเมื่อหยั่งเห็นรูปนามชั้นที่ ๕ ทางอายตนะ ๑๒ ตามความเป็นจริง ย่อมรับรู้สภาวะการเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส และการนึกคิด อันเป็นอารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยมีสติเป็นองค์ธรรมกำกับ เมื่อสติมีกำลังมากขึ้นย่อมเกิดปัญญาเห็นความจริงของรูปนามตามหลักพระไตรลักษณ์ ซึ่งดำเนินไปตามแนวทางแห่งวิปัสสนาญาณ จนพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง สู่ความเป็นอริยบุคคลตามเหตุปัจจัยของการปฏิบัติและรับรู้ การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของผู้ปฏิบัติเป็นสำคัญ

๕.๒ ผลการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนนอภีธรรมโชติกะวิทยาลัย

๕.๒.๑ ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไป

พบว่า นิสิตกลุ่มตัวอย่างของโรงเรียนนอภีธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ ๖๓.๔ และเพศชาย ร้อยละ ๒๐.๔ มีช่วงอายุ ๕๐ ปีขึ้นไป ร้อยละ ๖๔.๘ ระดับการศึกษาส่วนมากจบระดับปริญญาตรี/เทียบเท่า ร้อยละ ๔๓.๗ ประกอบอาชีพ ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ ๒๘.๒ ธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย ร้อยละ ๑๘.๓ พนักงานเอกชน ร้อยละ ๑๖.๒ รับจ้าง/ลูกจ้าง ร้อยละ ๑๑.๓ กสิกรรม/เกษตรกรรม ร้อยละ ๒.๑ และพระภิกษุ ร้อยละ ๒๓.๙ นิสิตส่วนมากมีรายได้สูงกว่า ๒๐,๐๐๐ บาทต่อเดือน ร้อยละ ๔๔.๔ สถานภาพสมรส ส่วนใหญ่ มีสถานะโสด ร้อยละ ๕๕.๖ และ ส่วนมากอาศัยอยู่เป็นครอบครัว/ลูกหลาน ร้อยละ ๔๙.๓

๕.๒.๒ ข้อมูลกิจกรรมทางพุทธศาสนา

พบว่า นิสิตมีกิจกรรมเกี่ยวกับการบำรุงและสืบทอดพระพุทธศาสนาหลายกิจกรรม นิสิตมีการทำบุญให้ทาน/ตักบาตร ร้อยละ ๔๗.๒ ฟังธรรม/อ่านหนังสือธรรมะ ร้อยละ ๔๓.๗ ไหว้พระสวดมนต์ที่บ้าน ร้อยละ ๓๒.๔ ปฏิบัติธรรม/นั่งสมาธิ ร้อยละ ๓๒.๔ และเข้าวัดฟังธรรม ร้อยละ ๑๘.๓

๕.๓ ระดับพฤติกรรมและการรับรู้กับปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะ

๕.๓.๑ ปัจจัยด้านสังคม

ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ตามปัจจัยด้านสังคมทั้ง ๑๕ ข้อ ของนิสิตพบว่าอยู่ในระดับที่ดี ด้วยค่าเฉลี่ยของปัจจัยด้านสังคม เท่ากับ ๓.๔๖ (คะแนนเต็ม ๕) ,ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ ๐.๓๖ โดยระดับความเชื่อมั่น ๙๕% ของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมและการรับรู้ตามปัจจัยด้านสังคม เท่ากับ ๓.๖๘ - ๓.๘๑

๕.๓.๒ ปัจจัยด้านคุณธรรม

ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ตามปัจจัยด้านคุณธรรมทั้ง ๒๐ ข้อ ของนิสิตพบว่าอยู่ในระดับที่ดี ด้วยค่าเฉลี่ยของปัจจัยด้านคุณธรรมเท่ากับ ๔.๐๖ (คะแนนเต็ม ๕) ,ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ ๐.๕๐ โดยระดับความเชื่อมั่น ๙๕% ของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมและการรับรู้ตามปัจจัยด้านคุณธรรม เท่ากับ ๓.๙๑ - ๔.๑๕

๕.๓.๓ แบบสอบถามปัจจัยทางจิตลักษณะ

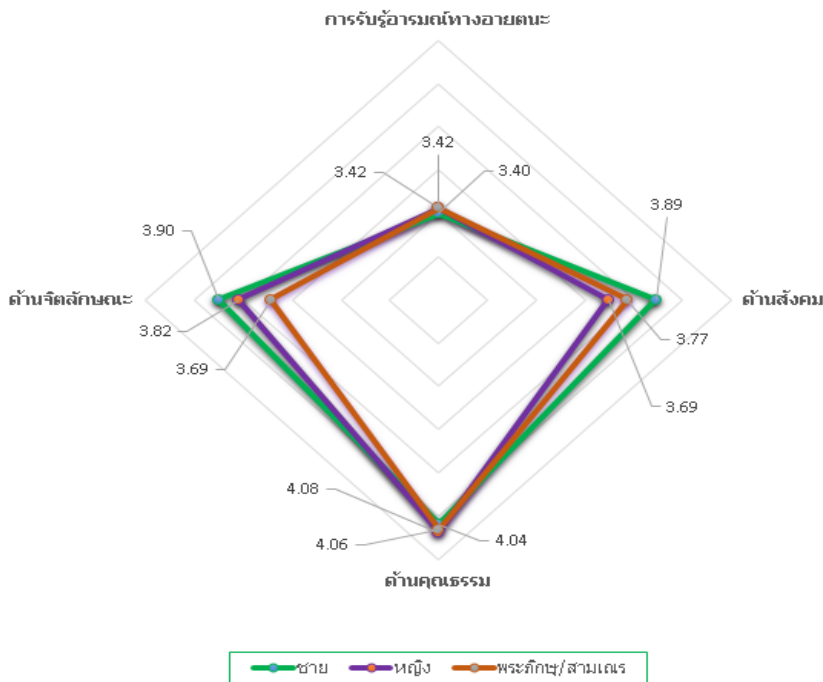
ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ตามปัจจัยด้านจิตลักษณะทั้ง ๑๕ ข้อ ของนิสิตพบว่าอยู่ในระดับที่ดี ด้วยค่าเฉลี่ยของปัจจัยด้านจิตลักษณะ เท่ากับ ๓.๘๑ (คะแนนเต็ม ๕) ,ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ ๐.๔๙ โดยระดับความเชื่อมั่น ๙๕% ของค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมและการรับรู้ตามปัจจัยด้านจิตลักษณะ เท่ากับ ๓.๗๓ - ๓.๘๙ (รายละเอียดตามตารางที่ ๔.๕)

๕.๓.๔ การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต

พบว่า ระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะทั้ง ๓๐ ข้อ ของนิสิต พบว่าอยู่ในระดับที่ดี ด้วยค่าเฉลี่ยของการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ เท่ากับ ๓.๔๒ (คะแนนเต็ม ๕) ,ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ ๐.๒๙ โดยระดับความเชื่อมั่น ๙๕% ของค่าเฉลี่ยคะแนนระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ เท่ากับ ๓.๓๗ - ๓.๔๖ ตารางที่ ๔.๖ ระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต (n = ๑๔๒ คน)

๕.๓.๕ เปรียบเทียบระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยทางจิตลักษณะ แยกตามเพศ

พบว่า นิสิตทั้งเพศชาย เพศหญิง และพระ/สามเณร มีระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ปัจจัยด้านสังคม และปัจจัยทางจิตลักษณะ อยู่ในระดับพอใช้ ส่วนปัจจัยด้านคุณธรรมอยู่ในระดับดี ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาตามภาพเรดาร์ พบว่า ระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตและด้านคุณธรรม มีค่าเฉลี่ยใกล้เคียงกันทั้งเพศชาย เพศหญิง และพระ/สามเณร ส่วนด้านสังคมและจิตลักษณะพบว่าเพศชายมีค่าสูงกว่าเพศหญิงและพระ/สามเณร



รูปภาพที่ ๕.๑ เรตาร์แสดงค่าเฉลี่ยการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ปัจจัยด้านสังคัม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยทางจิตลักษณะ

๕.๓.๖ ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านสังคัม ปัจจัยด้านคุณธรรมในใจ ปัจจัยทางจิตลักษณะ และการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต

ผลการแปลงค่าคะแนนเป็นระดับของพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านสังคัม ปัจจัยด้านคุณธรรมในใจ ปัจจัยทางจิตลักษณะ และ การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต วิเคราะห์ผลได้ ดังนี้ (รายละเอียดตามตารางที่ ๔.๗)

๕.๓.๖.๑ ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านสังคัม พบว่านิสิตมีระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านสังคัม ส่วนใหญ่อยู่ในระดับ ดี ร้อยละ ๖๗.๖ (ประมาณ ๗ ใน ๑๐ คน) ระดับดีมาก ร้อยละ ๑๔.๑ (ประมาณ ๑ ใน ๑๐ คน) และระดับพอใช้ ร้อยละ ๑๘.๓ (ประมาณ ๒ ใน ๑๐ คน)

๕.๓.๖.๒ ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านคุณธรรม พบว่านิสิตมีระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านคุณธรรม ส่วนใหญ่อยู่ในระดับ ดี ร้อยละ ๖๙.๐ (ประมาณ ๗ ใน ๑๐ คน) ระดับดีมาก ร้อยละ ๑๖.๙ (ประมาณ ๒ ใน ๑๐ คน) และระดับพอใช้ ร้อยละ ๑๔.๑ (ประมาณ ๑ ใน ๑๐ คน)

๕.๓.๖.๓ ระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของ ปัจจัยทางจิตลักษณะ พบว่านิสิตมีระดับพฤติกรรมและการรับรู้ของปัจจัยด้านจิตลักษณะ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี ร้อยละ ๖๖.๒ (ประมาณ ๗ ใน ๑๐ คน) ระดับดีมาก ร้อยละ ๑๔.๘ (ประมาณ ๑ ใน ๑๐ คน) และระดับพอใช้ ร้อยละ ๑๙.๐ (ประมาณ ๒ ใน ๑๐ คน)

๕.๓.๖.๔ ระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต พบว่านิสิตมีระดับพฤติกรรม และการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับ ดี ร้อยละ ๖๖.๙ (ประมาณ ๗ ใน ๑๐ คน) ระดับ ดีมาก ร้อยละ ๑๖.๒ (ประมาณ ๑ ใน ๑๐ คน) และระดับพอใช้ ร้อยละ ๑๖.๙ (ประมาณ ๒ ใน ๑๐ คน)

๕.๓.๗ สรุปผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย (ตารางที่ ๕.๒)

สมมติฐานข้อที่ ๑ ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตมีอิทธิพลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สรุปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคล มีเพียงอายุที่ต่างกันมีผลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value ๐.๐๓ คือเมื่ออายุมากระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในระดับสูงจะเพิ่มขึ้น สำหรับ เพศ การศึกษา อาชีพ สถานภาพครอบครัว และที่อยู่อาศัย ไม่พบว่ามีผลต่อระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต ทางสถิติ

สมมติฐานข้อที่ ๒ ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตมีอิทธิพลต่อปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สรุปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ รายได้ สถานภาพครอบครัว และที่อยู่อาศัย ไม่พบว่ามีผลต่อปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะของนิสิต ทางสถิติ

สมมติฐานข้อที่ ๓ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะ มีอิทธิพลต่อตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สรุปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ และ รายได้ และปัจจัยด้านคุณธรรม ปัจจัยด้านจิตลักษณะ มีอิทธิพลต่อตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕

ตารางที่ ๕.๑ สรุปผลการวิจัยตามสมมติฐานวิจัย

ตัวแปร	สมมติฐานวิจัย ข้อที่ ๑ การรับรู้อารมณ์ ทางอายตนะ		สมมติฐานวิจัย ข้อที่ ๒ ปัจจัยด้าน สังคม		สมมติฐานวิจัย ข้อที่ ๒ ปัจจัยด้าน คุณธรรม		สมมติฐานวิจัย ข้อที่ ๒ ปัจจัยด้าน คุณธรรม		สมมติฐานวิจัย ข้อที่ ๓ ตัวแบบการ รับรู้อารมณ์ ทางอายตนะ	
	Sign.	ผลสรุป	Sign.	ผลสรุป	Sign.	ผลสรุป	Sign.	ผลสรุป	Sign.	ผลสรุป
เพศ	.๙๑๕	ยอมรับ H _o	.๐๖๔	ยอมรับ H _o	.๙๓๖	ยอมรับ H _o	.๒๘๗	ยอมรับ H _o	.๗๔๔	ยอมรับ H _o
อายุ	.๐๐๒*	ปฏิเสธ H _o	.๔๕๙	ยอมรับ H _o	.๔๙๑	ยอมรับ H _o	.๘๒๗	ยอมรับ H _o	.๐๑๑*	ปฏิเสธ H _o
การศึกษา	.๕๗๘	ยอมรับ H _o	.๐๙๒	ยอมรับ H _o	.๒๘๑	ยอมรับ H _o	.๐๘๒	ยอมรับ H _o	.๓๘๓	ยอมรับ H _o
อาชีพ	.๔๙๖	ยอมรับ H _o	.๖๐๙	ยอมรับ H _o	.๒๐๒	ยอมรับ H _o	.๑๓๙	ยอมรับ H _o	.๕๙๔	ยอมรับ H _o
รายได้	.๖๘๗	ยอมรับ H _o	.๗๒๒	ยอมรับ H _o	.๖๘๔	ยอมรับ H _o	.๒๑๒	ยอมรับ H _o	.๐๔๑*	ปฏิเสธ H _o
สถานภาพ สมรส	.๑๒๔	ยอมรับ H _o	.๕๘๖	ยอมรับ H _o	.๑๖๐	ยอมรับ H _o	.๖๓๒	ยอมรับ H _o	.๕๗๑	ยอมรับ H _o
สมาชิก ครอบครัว	.๒๗๐	ยอมรับ H _o	.๖๐๘	ยอมรับ H _o	.๙๘๓	ยอมรับ H _o	.๓๘๓	ยอมรับ H _o	.๘๙๐	ยอมรับ H _o
ปัจจัยด้าน สังคม	-	-	-	-	.๑๔๕	ยอมรับ H _o			.๖๔๔	ยอมรับ H _o
ปัจจัยด้าน คุณธรรม	-	-	-	-	.๑๙๘	ยอมรับ H _o			.๖๓๘	ยอมรับ H _o
ปัจจัยด้านจิต ลักษณะ	-	-	-	-	.๑๐๓	ปฏิเสธ H _o			.๐๐๑*	ปฏิเสธ H _o

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < .๐๕

** ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < ๐.๐๑

๕.๓.๘ ตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย

การสร้างตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัยนี้ ใช้สถิติสมการถดถอยเชิงพหุคูณ(Multiple regression) ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรอิสระพบว่า ปัจจัยด้านจิตลักษณะ อายุ และอาชีพ สามารถสร้างสมการการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตได้ โดยตัวแปร ทั้ง ๓ ตัว ร่วมกันพยากรณ์การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตได้อย่างถูกต้อง ร้อยละ ๑๙.๘ ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ ๙๕ เขียนเป็นสมการ Multiple regression ได้ดังนี้

$$Y = ๒.๓๔๔ + ๐.๒๑๖ (X_1) + ๐.๐๙๗ (X_{5,1}) + ๐.๒๕๙ (X_{2,1}) + ๐.๒๕๙ (X_{5,2}) + ๐.๑๒๑ (X_1) + ๐.๑๑๙ (X_{5,1}) + ๐.๐๖๖(X_{2,1}) + ๐.๒๕๙ (X_{5,2})$$

$$R^2 = .๑๙๘ ; p\text{-vale} < .๐๕$$

เมื่อ Y = การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต

X_1 = ปัจจัยด้านสังคม

$X_{5,1}$ = อายุ ๔๑-๕๐ ปี $X_{5,2}$ = อายุ ๕๐ ปีขึ้นไป

$X_{7,1}$ = พนักงานเอกชน/รับจ้าง $X_{7,2}$ = ธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย/เกษตรกร $X_{7,3}$ = พระ/สามเณร

Baseline ; $X_{5,0}$ = อายุ ๒๐-๔๐ ปี

$X_{7,0}$ = ราชการ/รัฐวิสาหกิจ

๕.๓.๙ สรุปข้อเสนอแนะการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย

พบว่า การศึกษาวิเคราะห์การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต โรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่าปัจจัยด้านคุณธรรมและปัจจัยด้านจิตลักษณะ มีความสัมพันธ์กับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๕ คือ .๒๔ และ .๒๘ ตามลำดับ ส่วนปัจจัยด้านสังคมมีความสัมพันธ์แบบไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และการทดสอบค่า Power of test ของสมการใช้เทคนิคการวิเคราะห์ด้วย stepwise ตรวจสอบอำนาจการพยากรณ์พบว่า Model ๑ ที่สร้างขึ้นจากปัจจัยด้านสังคม อายุ และอาชีพ พบว่า R Square เท่ากับ .๒๓๔ หมายความว่าโมเดลที่สร้างจากตัวแปรอิสระทั้ง ๓ ตัว มีความกลมกลืนกับข้อมูลดี สามารถพยากรณ์คะแนนการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตได้อย่างถูกต้อง ร้อยละ ๑๙.๘

ในส่วนการศึกษาวิเคราะห์เชิงคุณภาพนั้นพบว่า อารมณ์ตามแนวทางพุทธศาสนานั้น อารมณ์ คือ ธรรมชาติอันเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก “สภาวะที่ สามารถยังให้จิตและเจตสิกธรรมชองได้นั้น ชื่อว่า อารมณ์” ซึ่งมีองค์ประกอบด้วยอารมณ์ มี ๖ ประเภท คือ จิตจะต้องมีอารมณ์ อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวอย่างแน่นอน จิตที่ไม่มีอารมณ์เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวนั้นไม่มีเลย อารมณ์ในสังคหะนี้มี ๖ ประเภท อันเป็นการจำแนกตามความสามารถแห่ง ทวารที่จะพึงรับอารมณ์นั้น ๆ ได้ คือ

๑. รูปารมณ์ แปลว่า รูปเป็นอารมณ์ ได้แก่ วัณณะ (สี) เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก ทางตา

๒. สัททารมณ์ แปลว่า เสียงเป็นอารมณ์ ได้แก่ สัททะ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก ทางหู

๓. คันธารมณ์ แปลว่า กลิ่นเป็นอารมณ์ ได้แก่ คันธะ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก ทางจมูก

๔. รสอารมณ์ แปลว่า รสเป็นอารมณ์ ได้แก่ รสชะ คือ อมพิล รสเปรี้ยว, มธุร รสหวาน, โลณิก รสเค็ม, กฏก รสเผ็ด, ติตตรสขม และ กสาว รสฝาด รวมทั้งหมด ๖ รสเหล่านี้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิกทางลิ้น

๕. โภกฐัพพารมณ์ แปลว่า การสัมผัสถูกต้องกาย เป็นอารมณ์ ได้แก่ ปฐวี ความแข็ง ความอ่อน, เตโช ความร้อน ความเย็น, วาโย ความหย่อน ความเคร่ง ตึง เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก ทางกาย ทั้ง ๕ อารมณ์นี้ รวมเรียกว่า ปัญจารมณ์

๖. อัมมารมณ์ แปลว่า สภาพธรรมที่สาธารณแก่ใจเป็นอารมณ์ ได้แก่ สภาวะ ธรรม ๖ ประการ คือ ปสาทรูป ๕, สุขุมรูป ๑๖, จิต ๘๙, เจตสิก ๕๒, นิพพาน และ บัญญัติ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก ทางใจ(ทางมโน) รวมอารมณ์ทั้ง ๖ นี้เรียกว่า ฉอารมณ์ ดังกล่าวแล้ว

นอกจากนั้น จึงประมวลองค์ความรู้และแนวคิดเกี่ยวกับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตสรุปข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้ข้อค้นพบจากข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ดังนี้

๑. ในช่วงปีหลังที่มีอายุมากขึ้นได้ไปปฏิบัติธรรม ฟังธรรมที่มีพระอาจารย์หรือฆราวาสที่มีความรู้ในการอธิบายในการเข้าคอร์สปฏิบัติต่าง ๆ ทำให้เข้าใจธรรมชาติและหลักธรรมของพระพุทธองค์มากขึ้น ซึ่งโดยปกติข้าพเจ้าก็เป็นคนใฝ่ธรรมะอยู่แล้ว แต่อย่างไรก็ตามมีข้อสังเกตว่า ถึงแม้เราจะอยู่ในสถานที่ปฏิบัติธรรมทั้งหลายหรือในหมู่ผู้เรียนปฏิบัติอภิธรรมจะพบบ่อยๆว่า บุคคลที่เราพบเห็นพูดจาด้วยยังมีอารมณ์ที่ไม่มีเมตตากันเท่าไรนัก ยังทำสิ่งที่คิดว่าไม่น่าจะทำให้เห็นอยู่บ่อยๆ จึงไม่ค่อยศรัทธาเท่าไรนัก แต่ก็เข้าใจได้ว่า มันเป็นการยากที่จะสลัดโลภะ ตัณหา อุปาทานเหล่านี้ ซึ่งติดตัวมาหลายร้อยหลายพันภพมาแล้ว แต่การได้ศึกษาพระธรรมในพระพุทธศาสนาถือเป็นโชคดีที่สุด และได้นำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เวลาเราโกรธ กังวลวิตกจริตเรื่องใดใด ก็พยายามกำหนดให้พ้นอารมณ์ กำลังพยายามอยู่ตลอด แต่บางทีก็เผลอไปติดสุข ดุละคร กินอาหารอร่อยๆ ยังกำหนดไม่ค่อยทันแต่ถือว่าได้เริ่มก้าวแล้ววันหนึ่งคงจะไปถึงฝั่งแน่นอน

๒. ทำจิตว่าง ไม่โลภ โกรธ หลง มองทุกสิ่งว่ามันเป็นธรรมชาติของมัน คือ มีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ไม่ยึดติด เพื่อโกรธ หรือตำเราก็มไม่ได้ตอบและให้อภัย ไม่เข้าใกล้ เอาใจไปทางธรรม เช่น อ่านหนังสือธรรม เขียนธรรม ฟังธรรม ช่วงให้จิตเราไม่หลงทาง คือ รักษาอายตนะของเราให้อยู่ในทางคำสอนของพระพุทธองค์ รักษากายและจิตโดยใช้หลักธรรม

๓. ยังไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ ๑๐๐เปอร์เซ็นต์ แต่รู้ว่าปัจจุบันสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้มากกว่าอดีตที่ผ่านมาเยอะขึ้น ขณะจิตรู้ จิตคิด ไปทางที่เป็นอกุศล ใช้สติกำกับรู้ตัว รู้

อารมณ์นั้นอยู่เสมอ คือการมีสติ การรับรู้อารมณ์ทางปัญญาทวารตีไม่ตี ขอให้มึสติกับสิ่งนั้น การรักษาความรู้สึก กระทบ ตา หู จมูกพยายามทำจิตใจให้สงบเมื่อมีสิ่งไม่ตีมากระทบ

๔. ชีวิตที่เรียบง่าย ไม่ต้องคิดอะไรมากสิ่งที่เราทำ คือ ทำเท่าที่ทำได้ พอใจในสิ่งที่เรามี ข้าพเจ้าคิดว่ายังใช้หลักธรรมในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะน้อย สาเหตุแท้จริงในการใส่ใจการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะต่าง ๆ ที่ดีขึ้น น่าจะมาจากปัญหาสุขภาพที่เกิดจากความชราที่มาเยือนเป็นหลัก ทำให้เกิดการตระหนักความสำคัญในการดำรงชีวิตที่เหลืออย่างมีคุณภาพ ต้องการดูแลอาหารที่ควรรับประทานและไม่ควรรับประทาน รวมถึงการออกกำลังกาย การวางจิตที่เหมาะสม เพื่อความสุขของตนเองเมื่อประสบปัญหาต่าง ๆ การรำลึกถึงความตายบ่อยๆ เป็นต้น การทำประโยชน์เพื่อสังคม

๕. ให้ยึดหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า จำใช้กฎไตรลักษณ์เข้ามาใช้ในการดำเนินชีวิต เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป และดำเนินชีวิตสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา ปล่อยวาง มีเมตตา ให้อภัย ช่วยเหลือผู้อื่น

๖. ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ย่อมมีทั้งดีและชั่วทั้งถูกและผิด การคิดการพิจารณาในสิ่งที่ทำ คำที่พูดตลอดจนสิ่งต่าง ๆ ที่เห็นที่ได้ยินตามอายตนะภายในหรือภายนอกก็ตามเป็นสิ่งจำเป็นในการดำเนินชีวิตของคนเราทุกคนเพียงแต่เรารู้จักในการคิดพิจารณาในอายตนะนั้น ๆ ให้เข้าใจชัดเจน ถูกต้องที่จะทำให้เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

๗. ผู้ประพฤติดุธรรมย่อมเป็นสุขจะทำอะไรก็สำเร็จเพราะจะใจเย็นไม่ทำอะไรที่ประมาท ชอบช่วยเหลือผู้อื่น ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

๘. รูปนามล้วนเป็นสามัญลักษณ์ คือ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จะต้องเปลี่ยนแปลงตามเหตุ และปัจจัยปรุงแต่ง และเสื่อมสิ้นไปตามกาลเวลา ยามมีชีวา ลืมตา อ้าปาก แขนขาขยับได้ ควรดำเนินชีวิตทำกรรมดีละเว้นกรรมชั่ว กรรมดีทำแล้วตัวเราก็จะเป็นสุข คนอื่นก็จะไม่เดือดร้อน กรรมชั่วทำแล้วตัวเรามีทุกข์รวมทั้งคนอื่นก็เดือดร้อน ความสุขจะมีที่ไหน ถ้าคิดดี พูดดี ทำดี และเข้าใจรูปนาม เหตุปัจจัย ก็จะอยู่ได้โดยไม่เบียดเบียนใคร ตัวเราหรือสังคม

๙. เมื่อตาเห็นรูปก็มองเห็นทะลุว่าเป็นการแบกภาระที่อยู่ในกายมากมาย ดับ ไต ไล่ ฟุง และเมื่อภายในเจ็บป่วยก็ต้องดูแลรักษา เห็นเป็นเรื่องระอา แบกภาระจนตาย เมื่อหูได้ยินเสียงไม่ว่าดีหรือไม่ดีก็ดับไปเป็นเพียงคลื่นมากระทบประสาทหูเท่านั้นไม่มีอะไรที่ไพเราะหรือไม่ไพเราะจับแค่นี้ได้ยินเรื่องใหม่ก็เข้ามา เสียงใหม่ ๆ ก็เข้ามา หากควรที่หลงไหลได้ปลื้มไปกับเสียงไม่

๑๐. การรับรู้อารมณ์ของข้าพเจ้าพยายามใช้สติระคอง เราก็ไม่เพลิดเพลิน ก็จะมีสติว่ามีความพอใจและภูมิใจ แต่อาจจะมึบางครั้งที่สติตามไม่ทันผัสสะ ทำให้กระทำในสิ่งที่ไม่ค่อยสมควรออกไป พอผ่านไปแล้ว รู้สึกว่านี่เราพยายามมีสติอยู่ ก็เลสมันยังแทรกเข้ามาได้ ดังนั้นครั้งต่อไป เราต้องระวังตัวมากขึ้น อย่าเพลิดเพลิน อย่าห่างใจ ต้องมีสติอยู่ตลอดเวลาให้ได้ เมื่อมีสติตลอดเวลาแล้วมักจะพยายามหาเหตุผลมาสนับสนุนการกระทำของตนว่ามีผลดีอย่างไร ทำให้เกิดปัญญาตามมาด้วย

๑๑. แคร่รับรู้ความรู้สึกที่มากกระทบ เมื่อเกิดความไม่พอใจ ชอบใจให้กลับมามองที่ความรู้สึก และหากรู้สึกไม่สบายกาย ระลึกเสมอว่าเป็นวิบากที่เคยทำมา และพยายามไม่ให้กรรมล่วงมา

ทางกายหรือทางใจ รู้สึกตามความจริง ในแต่ละวันจะดูความคิด ความรู้สึกของอารมณ์และจะตามดูอารมณ์ ก็รู้สึกว่ามันไม่คงที่

๑๒. อารมณ์ทางอายตนะต่าง ๆ เมื่อเกิดขึ้น ความรู้สึกพอใจ และอาจจะไม่พอใจ ย่อมตามมา ถ้าสภาวะขณะนั้นเกิดขึ้น จะพยายามรับรู้และยอมรับว่าเมื่อเกิดขึ้นแล้วไม่นานก็จะดับไป และอารมณ์เหล่านี้จะมีเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา เพราะฉะนั้นถ้าหลีกเลี่ยงได้ให้หลีกเลี่ยง ถ้าเลี่ยงไม่ได้ต้องยอมรับ และทำอารมณ์ให้ปกติเหมือนเดิม

๑๓. การรับรู้ทางอายตนะตามความเป็นจริงเป็นรูปนามจะต้องฝึกปฏิบัติด้วยสติเท่านั้น การเรียน ธรรมะอภิธรรมอย่างเดียวไม่ได้ผล เพราะเพียงจำได้ไม่สามารถเข้าถึงจิตใจหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้

๑๔. เมื่อข้าพเจ้าเห็นบุคคลทั้ง ๔ ประเภท คือ การเกิด ก็น้อมมาใส่ตนว่าการเกิดคือความทุกข์ ทุกข์ที่จะดิ้นรนเพื่อควมมีชีวิตอยู่เพื่อปากท้องตน เห็นคนแก่ก็มักจะบอกว่าสักวันเราก็แก่เหมือนไม้ไผ่ผึ่งที่ไร้เรี่ยวแรง แต่ความสามารถและความรู้ที่เรามีจะแบ่งปันให้คนอื่นรู้ได้อย่างไร และทำได้อย่างไรให้เหมือนเรา เห็นคนป่วยก็คิดถึงเวลาตนป่วย ทุกครั้งที่ป่วยหนักจะกำหนดตรงที่เจ็บและเอาจิตไปดูความเจ็บก็จะทุเลาลง เห็นคนตาย ก็ชอบเข้าไปดูเพื่อเป็นอนุสสาวะกรรมฐานว่าสุดท้ายแล้วคนเราก็แค่นี้ แต่สิ่งที่คงอยู่คือความดีที่เราทำทุกอย่างล้วนแตกสลายไปแต่ความดีและสิ่งที่เราทำให้คนอื่น จะไม่หายไปจากความทรงจำ

๑๕. รับรู้ว่าสิ่งที่เกิดทางอายตนะ มีเกิด ตั้งอยู่ และดับไม่จีรังยั่งยืน ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น เมื่อเกิดการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ข้าพเจ้าพยายามสำรวมระวังกายใจ ไม่ได้ตอบทันที พยายามตั้งสติก่อน เพื่อความปลอดภัย ที่จะไม่เผลอทำร้ายตนเองและผู้อื่น สนใจในการศึกษาพระอภิธรรม พระบาลี การปฏิบัติ เจริญภาวนา และได้ปฏิบัติทั้งหมดแล้ว ในปัจจุบัน และมีความตั้งใจที่จะนำไปสู่เป้าหมายในบั้นปลายชีวิต

๑๖. วางใจให้ถูก ให้เย็น รับรู้รส กลิ่น เสียง รูป เหมือนคนทั่วไป ยังไม่สามารถละทิ้งหรือวางเฉยได้ มีความมุ่งมั่นทำทุกอย่างให้สำเร็จดังที่ตั้งไว้ ไม่ชอบให้มีการทะเลาะวิวาทเกิดขึ้น มักจะเป็นฝ่ายหลีกเลี่ยงไปเสมอ ทุกสิ่งทุกอย่างเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้น และเข้ามาในชีวิตทั้งเรื่องดีและไม่ดี ก็ขอให้คิดทุกสิ่งทุกอย่างเป็นบวก ทุกอย่างที่เกิดขึ้นในขณะนั้นๆ แต่ละคนก็มีเหตุผลส่วนตัว ทั้งเหตุผลที่ถูกต้อง และไม่ถูกต้อง ณ เวลานั้นๆ เมื่อเวลาที่ไม่ใช่ขณะนั้นๆ ก็อาจจะไม่ใช่ตัดสินใจอย่างนั้น เพียงคิดแค่เป็นบวก ก็ใช้ได้

๑๗. เมื่อกระทบกับสิ่งที่ไม่ถูกใจ ไม่ชอบ จะพยายามกำหนด เห็นหนอ คิดหนอ ให้ทันเมื่อก่อน (๒-๓ ปีก่อน) ซ้ำมากกว่าจะรู้ตัว แต่ปัจจุบันเร็วขึ้น ทำให้มีความสุขกับการรู้ทันมากขึ้น มักจะนำหลักธรรมมาใช้ประกอบการพิจารณาและยอมรับกับสภาพที่บังคับบัญชาไม่ได้ การรับรู้อารมณ์ทางอายตนะหลักธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตคือ ทางสายกลาง ไม่มากไม่น้อย เป็นพอประมาณตามสถานการณ์กับตัวเอง

๑๘. การเรียนอภิธรรมก็ช่วยในการที่ทำให้รู้ว่า อายตนะภายนอกที่มากกระทบนั้นทำให้เราเกิดทุกข์ได้ เราก็ต้องพยายามและก็เข้าใจในอารมณ์ที่มากกระทบ แล้วก็เข้าใจ รับรู้ และก็เข้าใจว่ามันเป็นไปตามอารมณ์ที่มีเข้ามา และแล้วเดี๋ยวมันก็เปลี่ยนแปลงไปไม่ว่าทุกข์ หรือสุข ไม่พอใจหรือพอใจ ก็ตามเดี๋ยวมันก็หายไป ดังนั้นการดำเนินชีวิตจึงมีความสุขมากขึ้น ความทุกข์ก็น้อยลง และหมั่นไหว้พระสวดมนต์บ่อย ๆ ชีวิตก็มีความสุขมากขึ้น

๑๙. ใช้ธรรม เมตตา ให้กับตนเองและผู้อื่น เช่น เมื่อโกรธ ก็ต้องคิดว่ากำลังทำร้ายตนเอง ทำให้เสียสุขภาพกายและใจต้องเมตตาตนเอง ด้วยความไม่โกรธต่อไป ถ้าโกรธผู้อื่นก็ต้องเมตตาทั้งตนเองและผู้อื่น ที่จะไม่ทำให้ทั้งตนเองและผู้อื่นเป็นทุกข์ ความโกรธเป็นอกุศล ไม่ควรให้เกิดทั้งตนเอง และกับผู้อื่นจะทำให้เป็นเหตุไปสู่อบาย ซึ่งยังเป็นทุกข์ขึ้นไปอีก รับรู้ แคร้รู้ตามความเป็นจริง ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และทำให้ความโกรธ ไม่พอใจ หายไปได้เร็วขึ้น อารมณ์เย็นขึ้น ซึ่งการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ เป็นเรื่องธรรมดาที่เกิดขึ้น เมื่อมีอารมณ์มากกระทบอายตนะภายใน มีเกิดขึ้น ตามธรรมชาติไม่ควรยึดมั่น ถือมั่น ว่าเป็นเราหรือของเรา

๒๐. อาศัยรูปายตนะ คุรูปของพระพุทธองค์ เป็น หัสสนาพุทธตริยา สัททหายตน ฟังพระเทศน์ และฟังแผ่น CD ที่พระภราดรจรรยา บรรยายธรรม เป็นสวานนุตตริยะ เป็นความสุข แต่ ฤาษี ดาบส ผู้บำเพ็ญฌานและวิปัสสนา จะไม่สนใจ คันธายตนะ รสายตนะ โภภุฏฐัพพายตนะ ให้มาเป็นอารมณ์ ถือศีล ๘ ทุกวัน เป็นคนรับอาหาร อยู่ง่าย ๆ สมณะ สันโดษ มกน้อย ฌมมายตนะ ที่สนใจ คือ พระนิพพาน เมื่อผู้อื่นทำไม่ดีก็ให้อภัย (จาคานุสสติ) เพราะ พระพุทธองค์ สอนว่า ถ้าข้าพเจ้าโกรธก็จะพิจารณาอะไรโดยไม่รอบคอบ

๒๑. เมื่อได้รับผลกระทบ(ที่เกิดขึ้นปัจจุบัน) รับรู้ว่าเป็น วิบากในอดีตยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นกับชีวิตตามความเป็นจริงแม้จะได้พยายามแก้ปัญหาแล้วอย่างดีที่สุดรับรู้เสมอว่าชีวิตที่เป็นอยู่ต้องมีแก่ เจ็บ และตาย ชีวิตเป็นของไม่เที่ยง ด้วยหลัก อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ใช้ชีวิตเรียบง่าย ด้วยสติอยู่ตลอดเวลา

๒๒. เมื่อมีอารมณ์มากกระทบในชีวิตประจำวันแรง ๆ ทำให้กลับมานั่งพิจารณาถึงสิ่งที่เกิดขึ้นว่าเรากำลังทำอะไร จุดมุ่งหมายของชีวิตคืออะไร และเรากำลังอยู่บนเส้นทางนั้นไหม ความทุกข์ใจเป็นเพียงสิ่งที่มากกระทบชั่วคราวก่อนที่จะหายไป เราจะจัดการกับมันอย่างไร การเข้าใจถึงการปฏิบัติธรรมและซึ่งสมาธิก็เป็นเทคนิคที่ดีที่ช่วยให้เราได้นั่งพิจารณาตนเอง หากมีการสวดมนต์ ฟังธรรม ก็เป็นสิ่งที่ช่วยน้อมนำกุศลเข้าสู่ตัว แต่หากกำหนดรู้ได้ในชีวิตประจำวันด้วย โอกาสระลึกก็จะมีความน้อย เป็นเครื่องมือในการต่อสู้กับอุปสรรคในชีวิต

๒๓. ใช้ชีวิตอย่างมีสติ รับรู้ แต่ไม่ยึดถือ ปล่อยวาง ทำใจให้ว่างเหมือนดังกระจก เพื่อไม่ให้อำนาจแก่สิ่งที่มากกระทบนั้น อันจะเป็นผลนำทุกข์มาให้ตน (ไม่ส่งจิตออกนอก)

๕.๔ อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ศึกษาการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท พบว่า พระพุทธศาสนาได้แบ่งคุณสมบัติของจิต (เจตสิก ๕๒) ออกเป็น ๓ กลุ่มหลักๆ คือ ๑) คุณสมบัติ

ของจิตด้านกลางๆ (neutral) ซึ่งเป็นส่วนประกอบของจิตทั้งด้านบวกและด้านลบ เช่น ผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา เป็นต้น และพบว่าวิธีการกำหนดรूपนามทางวิญญาณ ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พบว่ารूपนามเป็นหลักธรรมสำคัญของการเจริญวิปัสสนาภาวนา ถือว่าเป็นภูมิ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา กล่าวโดยสรุปแล้วเป็นบ่อเกิดของปัญญา ซึ่งรूपนามนั้น พระพุทธองค์ตรัสตามอุปนิสัยของเวไนยสัตว์ เช่น ตรัสเป็นชั้น ๕, อายุตนะ ๑๒, ชาติ ๑๘, อินทรีย์ ๒๒, อริยสัจ ๔, ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ทั้งหมดนี้เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาทั้งสิ้น วิญญาณ ๖ คือ ความรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งจัดเป็นอายุตนะ ๖ เป็นภูมิเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ความสุข ความทุกข์ หรืออารมณ์ทั้งมวลล้วนอาศัยตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นบ่อเกิดทั้งสิ้น ในด้านกระบวนการเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างชั้น ๕ กับอายุตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา พบว่าการจะหลุดพ้นจากสังสารวัฏหรือไม่นั้น จำเป็นต้องอาศัยรूपนามชั้น ๕ ทางอายุตนะทั้งภายในและภายนอกในการกำหนดรู้ หรือการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ผู้ปฏิบัติเมื่อหยั่งเห็นรूपนามชั้น ๕ ทางอายุตนะ ๑๒ ตามความเป็นจริง ย่อมรับรู้สภาวะการเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส และการนึกคิด อันเป็นอารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยมีสติเป็นองค์ธรรมกำกับ เมื่อสติมีกำลังมากขึ้นย่อมเกิดปัญญาเห็นความจริงของรूपนามตามหลักพระไตรลักษณ์ ซึ่งดำเนินไปตามแนวทางแห่งวิปัสสนาญาณ จนพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง สู่ความเป็นอริยบุคคลตามเหตุปัจจัยของการปฏิบัติและรับรู้ การรับรู้อารมณ์ทางอายุตนะของผู้ปฏิบัติ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ารूपนามเป็นหลักธรรมสำคัญของการเจริญวิปัสสนาภาวนา ถือว่าเป็นภูมิ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา กล่าวโดยสรุปแล้วเป็นบ่อเกิดของปัญญา รุปนามพระพุทธองค์ตรัสตามอุปนิสัยของเวไนยสัตว์ เช่น ตรัสเป็นชั้น ๕, อายุตนะ ๑๒, ชาติ ๑๘, อินทรีย์ ๒๒, อริยสัจ ๔, ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ทั้งหมดนี้เป็นอารมณ์ของวิปัสสนา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาสมนึก เตชปณฺโณ (สินสุทฺธ) ศึกษาเรื่อง^๑ “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างชั้น ๕ กับอายุตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา” พบว่าการจะหลุดพ้นจากสังสารวัฏหรือไม่นั้น จำเป็นต้องอาศัยรूपนามชั้น ๕ ทางอายุตนะทั้งภายในและภายนอกในการกำหนดรู้ หรือการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ผู้ปฏิบัติเมื่อหยั่งเห็นรूपนามชั้น ๕ ทางอายุตนะ ๑๒ ตามความเป็นจริง ย่อมรับรู้สภาวะการเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส และการนึกคิด อันเป็นอารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยมีสติเป็นองค์ธรรมกำกับ เมื่อสติมีกำลังมากขึ้นย่อมเกิดปัญญาเห็นความจริงของรूपนามตามหลักพระไตรลักษณ์ ซึ่งดำเนินไปตามแนวทางแห่งวิปัสสนาญาณ จนพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง สู่ความเป็นอริยบุคคล และงานวิจัยของพระวรวงศ์มหาราชมณีโร (ไต้น้อย)

^๑พระมหาสมนึก เตชปณฺโณ (สินสุทฺธ), “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างชั้น ๕ กับอายุตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕).

ศึกษาเรื่อง^๒ “ศึกษาวิธีการนำเสนอเรื่องอายตนะ ๖ ในหนังสือทวาร ๖ ของทันตแพทย์สม สุจีรา” พบว่า ในหนังสือทวาร ๖ ของทันตแพทย์สม สุจีรา ได้ใช้ศาสตร์ต่าง ๆ รวมทั้งพุทธปรัชญามาอธิบายเรื่องกรรม ในการฝึกสติให้เกิดปัญญาเพื่อคุ้มครองทวารทั้ง ๖ และหากไม่มีสติคุ้มครองทวารทั้ง ๖ มีความตั้งใจใน อารมณ์จนก่อให้เกิดเวทนา ตัณหา อุปาทาน (ตัวกู-ของกู) ตามมาอย่างนี้เรื่อยไป ย่อมไม่หลุดพ้นจากกฎ แห่งกรรมต้องเวียนว่ายตายเกิด ได้รับความทุกข์อยู่เรื่อยไปไม่มีที่สิ้นสุด และยังสอดคล้องกับงานวิจัย ของพระมานัส โสภณจิตโต (ชอบมี)^๓ ศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิธีการกำหนดรูปนามทางวิญญาน ๖ ในการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” พบว่ารูปนามเป็นหลักกรรมสำคัญของการเจริญวิปัสสนาภาวนา ถือว่าเป็นภูมิ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา กล่าวโดยสรุปแล้วเป็นบ่อเกิดของปัญญา รูปนามพระพุทธรูปองค์ตรัสตาม อุปนิสัยของเวไนยสัตว์ เช่น ตรัสเป็นชั้น ๕, อายตนะ ๑๒, ธาตุ ๑๘, อินทรี ๒๒, อริยสัจ ๔, ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ทั้งหมดนี้เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาทั้งสิ้น วิญญาน ๖ คือ ความรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งจัดเป็นอายตนะ ๖ เป็นภูมิเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา ความสุข ความทุกข์ หรืออารมณ์ทั้งมวลล้วนอาศัยตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นบ่อเกิดทั้งสิ้น

ในการศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิต ลักษณะ มีอิทธิพลต่อตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า สมมุติฐานข้อที่ ๑ ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตมีอิทธิพล ต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สรุปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคล มีเพียงอายุที่ต่างกันมีผลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของ นิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value ๐.๐๓ คือเมื่ออายุมากระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของ นิสิตในระดับสูงจะเพิ่มขึ้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างนิสิตได้เข้าศึกษาในหลักสูตรอภิธรรม โชติกวิทยาลัยถือได้ว่าเป็นผู้มีอายุและประสบการณ์ในชีวิตที่หลากหลายจึงทำให้มีพัฒนาการด้าน ศีลธรรมและคุณธรรมความดีงามอยู่ในระดับที่สามารถพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและ จิตใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านศีลเมื่อมีพฤติกรรมที่ปกติละเว้นจากการล่วงละเมิดบุคคลอื่นได้แล้ว ก็ สามารถที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะได้อย่างถูกต้อง ซึ่งศีลถือว่าเป็น ความสำคัญต่อการปรับเปลี่ยนการรับรู้อารมณ์ของกลุ่มตัวอย่างได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายีมหาเถร) ได้ ทรงบรรยายความว่า “ศีล” เป็นสิ่ง สำคัญที่ควรจะมีก่อน เพราะศีลเป็นเบื้องต้นแห่งความดีงาม เป็นที่พึ่งเบื้องต้น เป็นมารดาแห่งกัลยาณ ธรรมและเป็นบ่อเกิดแห่งกุศลธรรมทั้งปวง คำว่า ศีล แปลว่า ปรกติสิ่งใดเป็นปรกติสิ่งนั้นย่อมไม่มีโทษ

^๒ พระวรธนะ มหาคมภิโร (โตน้อย), “ศึกษาวิธีการนำเสนอเรื่องอายตนะ ๖ ในหนังสือทวาร ๖ ของทันตแพทย์สม สุจีรา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

^๓ พระมานัส โสภณจิตโต (ชอบมี), “ศึกษาวิธีการกำหนดรูปนามทางวิญญาน ๖ ในการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕).

อย่างบ้านเมืองสงบเป็นปรกติหมายความว่า ปราศจากภัยจากภายในและภายนอก คนมีความปรกติภายในตน คือไม่มีภัยเบียดเบียน มี อาหารเครื่องนุ่งห่มที่อยู่อาศัยเป็นปรกติคนที่อยู่ร่วมกันไม่เบียดเบียน ก่อทุกข์แก่กัน คือ ไม่ฆ่า กัน ไม่ทำร้ายกัน ไม่ลักฉ้อ แแยงชิงกัน ไม่ลักลอบทำชู้กัน ไม่ซึ่บดลือกกลางกัน ไม่ซึ่เมา ก่อความ รำคาญทะเลาะวิวาทกัน ในครอบครัวนั้นก็อยู่เป็นปรกติไม่มีใครเดือดร้อนลำบากทุกข์ยาก คำว่า ปรกตินี้จึงหมายถึงความเรียบร้อยภายในตัวบุคคลแต่ละคน และทั้งหมดนี้ที่อยู่ที่อยู่ร่วมกันปรกตินี้มาจากภาษาบาลีคือ สีส^๔ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของพระนรบดีพ ถาวรธมโม (อินททัศน์) ศึกษาเรื่อง^๕ “ศึกษาเปรียบเทียบกระบวนการรับรู้ของจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท และสมองในหลักสรีรวิทยา” พบว่ากระบวนการรับรู้ของจิตและสมอง เกิดจากการกระทบกันระหว่างอายตนะภายนอกหรือสิ่งเร้าภายนอกกับอายตนะภายใน ซึ่งเป็นประสาทรับรู้ข้อมูล ก่อนที่จะถูกกระแสจิตออกมารับรู้และประมวลผลการรับรู้ตามหลักในพระพุทธปรัชญาเถรวาท และหลักการเดียวกันในทางสรีรวิทยานั้น เป็นหน้าที่ของโครงสร้างระบบประสาทสัมผัส และส่งไปที่สมอง ซึ่งเป็นความแตกต่างกันในทัศนะของทั้งสองฝ่าย เพราะทางพุทธปรัชญาเถรวาท อธิบายว่ารูปเป็นเพียงสื่อกลางในการรับรู้ข้อมูล มีระบบการทำงานตามธรรมชาติ และแสดงออกทางการกระทำ ภายใต้การควบคุมของจิต ส่วนการรับรู้เป็นหน้าที่ของจิต แต่ในหลักสรีรวิทยา ไม่มีนามธรรม ทุกสิ่งเกิดจากลักษณะทางกายภาพ เกิดจากโครงสร้างการทำงานของระบบประสาท โดยมีสมองทำหน้าที่หลักในการประมวลผลการรับรู้ จิตในทางสรีรวิทยานั้นคือ ผลลัพธ์การทำงานของสมองทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างเมื่ออายุมากขึ้น ทั้งอายุโดยหลักธรรมชาติและอายุสมองจึงทำให้มีผลต่อกระบวนการรับรู้ที่แตกต่างกัน ดังนั้นปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตมีอิทธิพลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต มีอายุที่ต่างกันมีผลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ p-value ๐.๐๓ คือเมื่ออายุมากระดับการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในระดับสูงจะเพิ่มขึ้นสอดคล้องกับข้อสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อที่ ๒ ปัจจัยส่วนบุคคลของนิสิตมีอิทธิพลต่อปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะของนิสิตในโรงเรียนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สรุปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ การศึกษา อาชีพ สถานภาพครอบครัว และที่อยู่อาศัย ไม่พบว่ามีผลต่อปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านคุณธรรม แต่ในส่วนของปัจจัยด้านจิตลักษณะของนิสิต เมื่อวิเคราะห์ผลพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ ๐.๐๑ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า กลุ่มตัวอย่างมีการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะในด้านจิตลักษณะ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงคุณลักษณะของความมุ่งอนาคต ในจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาคือการพ้นจากความทุกข์ ถือได้ว่าเป็นผู้ที่เห็นคุณค่าที่เกิดขึ้นภายในตนเอง และยังได้พัฒนาคุณภาพของจิตที่มีการปรับพฤติกรรมและบุคลิกภาพให้มีผล

^๔ สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายีมหาเถร), **ธรรมคดี**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๖), หน้า ๖.

^๕ พระนรบดีพ ถาวรธมโม (อินททัศน์), “การศึกษาเปรียบเทียบกระบวนการรับรู้ของจิตในพุทธปรัชญาเถรวาท และสมองในหลักสรีรวิทยา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

ต่อสุขภาพจิตเป็นสิ่งสำคัญ ในด้านลักษณะความมุงอนาคตนั้นได้สอดคล้องกับแนวคิดกับหลักพุทธธรรม คือเป็นลักษณะที่พุทธศาสนาให้ความสำคัญมาก ไม่มีศาสนาใดหรือวัฒนธรรมไหนที่จะมุงอนาคตมากเท่าพุทธศาสนา โดยดูได้จากการกำหนดเป้าหมาย “นิพพาน” ซึ่งต้องใช้เวลาต่อเนื่องหลายภพหลายชาติจึงจะบรรลุได้ จึงเป็นเป้าหมายอันยาวไกลของบุคคล^๖ เพราะคำว่านิพพาน เป็นสันติสุข คือสุขอันเกิดแต่ความสงบจากกิเลส ถือเป็นความสุขที่เกิดจากความพ้นทุกข์ คือ พ้นจากกิเลส^๗ และในด้านสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่างยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนิตา ยอดดี^๘ ให้ความหมายว่า สุขภาพจิตเป็นสภาวะของจิตใจที่มีความสุข ความสามารถควบคุมอารมณ์ให้มั่นคง ทำจิตใจให้เบิกบานแจ่มใสปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้ทุกสถานการณ์โดยปราศจากความวิตกกังวลคับข้องใจหรือข้อขัดแย้งใด ๆ ไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนกับตนเองและบุคคลอื่น และสอดคล้องกับงานวิจัยของถวิล ธาราโภชน^๙ ให้เสนอว่าสุขภาพจิต เป็น คุณสมบัติของจิตใจอันมีความคิดเป็นพื้นฐานในการที่บุคคลจะสามารถตอบโต้ต่อสิ่งแวดล้อมด้วยความประสม กลมกลืนพอเหมาะพอดี แสดงให้เห็นถึงความสมบูรณ์ของจิตใจ ปราศจากความประหวั่นพรั่นพรึงและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข อาจกล่าวได้ว่ากลุ่มตัวอย่างเกิดกระบวนการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะโดยเป็นผู้มีสุขภาพจิตที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงานรับรู้และตระหนักรู้กับสภาวะอารมณ์ที่เกิดกับตนเองสามารถที่จะเอื้อต่อการปฏิบัติให้สู่เป้าหมายแห่งความสำเร็จมุงอนาคตได้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ ญัฐพร จงกลการพาณิชย์^{๑๐} ศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์ผัสสะในการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการเจริญวิปัสสนาภาวนาภาคสนาม ๗ เดือน” พบว่าการปลดปล่อยทุกข์ได้ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นหนทางเดียว ได้แก่ การมีสติรู้ให้เท่าทันผัสสะ ที่มากระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่ว่าสภาวะธรรมใดจะเกิดขึ้น การมีความสนใจ และใส่ใจ ด้วยการมีสติเข้าไปกำหนดรู้ตามอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ณ ขณะผัสสะกระทบนั้นอย่างต่อเนื่องตลอดสายทำให้เกิดปัญญารู้แจ้ง ประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ การเกิดดับของรูปนาม ซึ่งทำให้ผ่อนคลายความยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้น ๓ เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต สุข สงบ สันติ เป็นเหตุปัจจัยให้ความ

^๖ดวงเดือน พันธมนาวิน และคณะ, “ความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคนไทย: การปลุกฝังอบรมและคุณภาพชีวิต”, รายงานการวิจัย, (คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๔๐), หน้า ๙๓.

^๗พระมหาแสวง โชติปาโล, บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประการ ถอดความจากคัมภีร์อภิมมัตถะสังคหะและคัมภีร์อภิมมัตถะวิภาวินี, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิแนบมหาธีรานท์, ๒๕๓๑), หน้า ๖๒-๖๓.

^๘เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕๔.

^๙โอเบอร์ทท์เฟอ์ (วิลาค บุญทองขาว อ้างอิงจาก Oberteuffer)

^{๑๐}ญัฐพร จงกลการพาณิชย์, “การศึกษาวิเคราะห์ผัสสะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาภาคสนาม ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓).

ทุกขน้อยลงหรือพ้นไปในที่สุด และงานวิจัยของพระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดีสุรเตโช)^{๑๑} ได้ กล่าวว่า เบญจศีล แปลว่า ศีล ๕ ข้อ หมายถึง การงดเว้นจากการกระทำบาป ๕ ประการ ได้แก่ งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการลักทรัพย์ งดเว้นจากการประพฤติก่อความผิดทางเพศ งดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการดื่มสุรา และยาเสพติด เบญจธรรม หมายถึง ข้อที่ควรปฏิบัติ ๕ ประการ คือ เมตตา กรุณา สัมมาอาชีวะ กามสังวร สัจจะ สติสัมปชัญญะ และนอกจากนั้นยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ เกียรติวรรณ อมาตยกุล^{๑๒} กล่าวว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง เป็นความต้องการของคนที่มีจิตใจละเอียดอ่อนลึกซึ้ง มีการพัฒนาจิตใจสูงขึ้น รู้จักศึกษาจิตใจตนเอง ควบคุมตนเอง รู้จักใช้ชีวิตให้อยู่เหนืออิทธิพลของความต้อการขั้นต่ำกว่าได้สามารถจะเห็นว่าตัวเองมีคุณค่า มีความสามารถ มีความภาคภูมิใจในความเป็นเอกลักษณ์ของตัวเอง มีความมั่นใจในการกระทำต่าง ๆ ของตัวเองได้โดยไม่ต้องรอฟังคนอื่นหรือสิ่งอื่น ดังนั้น ปัจจัยด้านจิตลักษณะของนิสิตในโรงเรียนนอกระบบวิชาชีพวิทยาลัย เมื่อวิเคราะห์ผลพบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ ๐.๐๑ เป็นไปตามข้อสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อที่ ๓ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรม และปัจจัยด้านจิตลักษณะ มีอิทธิพลต่อตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนนอกระบบวิชาชีพวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สรุปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ และ รายได้ และปัจจัยด้านคุณธรรม มีอิทธิพลต่อตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p\text{-value} < .05$ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุและรายได้ พร้อมกับในด้านคุณธรรม ซึ่งเป็นการรับรู้จะประกอบด้วยกระบวนการสามด้าน คือ การรับสัมผัส การแปลความหมาย และอารมณ์ การรับรู้เป็นผลเนื่องมาจากการที่มนุษย์ใช้อวัยวะรับสัมผัส (Sensory motor) ซึ่งเรียกว่า เครื่องรับ (Sensory) ทั้ง ๕ ชนิด คือ ตา หู จมูก ลิ้น และผิวหนัง จากการวิจัยมีการค้นพบว่า การรับรู้ของคนเกิดจากการเห็น ๗๕% จากการได้ยิน ๑๓% การสัมผัส ๖% กลิ่น ๓% และรส ๓% การรับรู้จะเกิดขึ้นมากน้อยเพียงใด ขึ้นอยู่กับสิ่งที่มีอิทธิพล หรือปัจจัยในการรับรู้ ได้แก่ ลักษณะของผู้รับรู้ ลักษณะของสิ่งเร้า การที่มนุษย์จะรับรู้และสามารถพัฒนาจนเป็นการเรียนรู้ได้ดีหรือไม่นั้น ย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนี้ ๑. สติปัญญา ผู้มีสติปัญญาสูงกว่า ย่อมรับรู้ได้ดีกว่าผู้มีสติปัญญาต่ำกว่า ๒. การสังเกตและพิจารณา ขึ้นอยู่กับความชำนาญ และความสนใจต่อสิ่งเร้าและ ๓. คุณภาพของจิตในขณะนั้น ถ้ามีความเหนียวอ่อน เครียด หรืออารมณ์ขุ่นมัวการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะจะไม่สมบูรณ์สืบเนื่องจากปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยด้านคุณธรรมมีผลต่อการปรับพฤติกรรมการรับรู้อารมณ์ทาง

^{๑๑}พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดีสุรเตโช), *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสตร์ คำวัด*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๔๘๐-๔๘๑.

^{๑๒}เกียรติวรรณ อมาตยกุล, *สู้ชีวิตด้วยจิตวิทยา*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ภาพพิมพ์, ๒๕๓๓).

อายตนะซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของวนิดา ฉายาสุตบุตร^{๑๓} ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระนางสามาวดีในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” ได้กล่าวสรุปว่า เมตตาธรรมเป็นคุณธรรมขั้นพื้นฐานที่อยู่ในเบญจธรรม หรือกัลยาณธรรม ได้แก่ ธรรมอันดีงาม ๕ ประการ คือ (๑) เมตตากรุณา คือ ความรัก ความสงสาร คิดช่วยให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ (๒) สัมมาอาชีวะ คือการหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต (๓) กามสังวร คือความสำรวมระวังในกาม (๔) สัจจะ คือความจริงใจ (๕) สติสัมปชัญญะ คือความระลึกได้ รู้ตัว คุณธรรมพื้นฐานในด้านความเมตตานั้น เมื่อได้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอก่อให้เกิดคุณค่า ๒ ประการ คือ คุณค่าด้านการทำจิต ทำให้ผู้ปฏิบัติมีชีวิตที่ประเสริฐ มีความสุข และคุณค่าด้านการทำกิจ ทำให้การกระทำเป็นเหตุให้เกิดความสามัคคี จิตคิดปรารถนาดี เอื้อเพื่อต่อกันเกิดประโยชน์สุขต่อตนเองและส่วนรวม กลุ่มตัวอย่างจะมีปัจจัยด้านคุณธรรมเพราะต้องมีหลักการปฏิบัติที่ดี จึงจะสามารถมีกระบวนการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะได้อย่างเหมาะสม และสอดคล้องกับงานวิจัยของสุชีพ ปุญญานุภาพ^{๑๔} ได้กล่าวว่า หลักศีลธรรมทางพระพุทธศาสนาชั้นสามัญที่ เรียกว่า เบญจศีลเบญจธรรม คือ ศีล ๕ และ ธรรม ๕ ซึ่งพระพุทธศาสนาสอนไว้ในการเว้น ความชั่วและทำความดีเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ในการครองชีวิต เบญจศีล เบญจธรรมนั้น ศีล หมายถึงการเว้นความชั่ว ธรรม หมายถึง การเพิ่มพูนความดีแบ่งออกเป็นฝ่ายละ ๕ คู่ ดังนี้ (๑) เว้นจากฆ่าสัตว์และมนุษย์เป็นศีลข้อที่ ๑ เมตตากรุณา เป็นธรรมข้อที่ ๑ (๒) เว้นจากลักทรัพย์เป็นศีลข้อที่ ๒ สัมมาอาชีวะเป็นธรรมข้อที่ ๒ (๓) เว้นจากผิดในกาม เป็นศีลข้อที่ ๓ กามสังวร (สำรวมในกาม) เป็นธรรมข้อที่ ๓ (๔) เว้นจากพูดเท็จ เป็นศีลข้อที่ ๔ สัจจะ พูดจริง เป็นธรรมข้อที่ ๔ (๕) เว้นจากดื่มสุราเมรัยอันเป็นเหตุแห่ง ความประมาท เป็นศีลข้อที่ ๕ สติสัมปชัญญะ สำรวมระวัง เป็นธรรมข้อที่ ๕^{๑๕} ดังนั้น ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยด้านคุณธรรม มีอิทธิพลต่อตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนอภิศรรวม โขตินิกะวิทยาลัย สรุปได้ว่าปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ และ รายได้ และปัจจัยด้านคุณธรรม มีอิทธิพลต่อตัวแบบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p\text{-value} < .05$

^{๑๓}วนิดา ฉายาสุตบุตร, “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระนางสามาวดีในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๖๒.

^{๑๔}สุชีพ ปุญญานุภาพ, *คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๓), หน้า ๘๑.

^{๑๕}ธัชชนันท์อัครเดช, *การบริหารสิ่งแวดล้อม*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๑๓.

๕.๕ ข้อเสนอแนะ

๕.๕.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑. พบว่า การจัดการศึกษาของสถาบันและหน่วยงานที่รับผิดชอบควรพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอนด้านพระอภิธรรมบัณฑิตศึกษาอันจะเอื้อประโยชน์ต่อการเรียนรู้และการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาอย่างเหมาะสม

๒. พบว่า ควรให้มีหลักสูตรด้านอภิธรรมระดับบัณฑิตศึกษาและระดับชั้นเพื่อพัฒนานวัตกรรมโดยเฉพาะการจัดการศึกษาทั้งภาคทฤษฎีและการปฏิบัติให้มากขึ้น เพราะผลการวิจัยกลุ่มตัวอย่างยังสามารถพัฒนาการรับรู้อารมณ์ได้อย่างเหมาะสมถ้ามีการปฏิบัติด้านวิปัสสนากรรมฐานเพิ่มขึ้น

๓. พบว่า ควรให้มีการส่งเสริมสนับสนุนยุทธศาสตร์หลักของสถาบันการศึกษาอื่นๆ ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เป็นสำคัญ เพราะจากผลการวิจัยยังพบว่า นิสิตที่เรียนรู้ในสถาบันการศึกษาแห่งนี้ เป็นผู้ที่มีเจริยาสัมมาปฏิบัติถึงพร้อมด้วยการเป็นผู้เข้าสู่ความเป็นมีทักษะทางปัญญาเป็นเลิศต่อหลักสูตรการเรียนรู้ในระดับองค์ธรรมอย่างรู้ตัวทั่วพร้อม

๕.๕.๒ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

๑. พบว่าการรับรู้อารมณ์ด้านรูปารมณ์ คือรูปเป็นอารมณ์ ได้แก่ วัณณะ (สี) เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตในการรับรู้ของกลุ่มตัวอย่างพบว่าเมื่อท่านเห็นสิ่งสวยงามต่างๆ ทั้งบุคคล วัตถุสิ่งของ ทำให้ท่านเพลิดเพลินใจอยากเข้าไปใกล้ ซึ่งเป็นส่วนที่สามารถกำหนดรับรู้อารมณ์ทางอายตนะมีสติรู้เท่าทันควรส่งเสริมพัฒนาให้นิสิตได้ตระหนักรู้ให้มากยิ่งขึ้น และส่วนที่ควรช่วยเหลือให้นิสิตได้พัฒนาการรับรู้อารมณ์ด้านเมื่อท่านเห็นศพคนตายภาพอุจาดตา ท่านไม่อยากดูหรืออยากหลีกเลี่ยง และเมื่อท่านเห็นคนเกิด แก่ เจ็บ ตายแล้ว ท่านรู้สึกว่าเป็นทุกข์ จึงควรให้กลุ่มตัวอย่างได้ใช้หลักธรรมโยนิโสมนสิการให้เข้าใจถึงหลักไตรลักษณ์ในการเอื้อต่อความงอกงามแห่งจิตต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ

๒. พบว่าการรับรู้ด้านสัททอารมณ์ คือ เสียงเป็นอารมณ์ ได้แก่ สัททะ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิต ในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของกลุ่มตัวอย่างพบว่าเมื่อท่านได้ยินการชักชวนไปทำบุญ ท่านมักชอบใจอยากมีส่วนร่วมและเมื่อท่านได้ยินเรื่องราวจากสื่อต่างๆถึงการทำร้ายกัน ท่านมักเกิดรู้สึกสงสาร ซึ่งการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตถือได้ว่าการตระหนักรู้และรู้เท่าทันอารมณ์ที่ปรากฏควรให้มีการพัฒนาเพื่อความเจริญในธรรมมากยิ่งขึ้น ส่วนในด้านการรับรู้อารมณ์ที่ควรปรับปรุงและควรให้ความช่วยเหลือคือเมื่อท่านได้ยินเสียงคนทะเลาะวิวาทย์กันท่านมักจะรำคาญอยากหลีกเลี่ยง ถือได้ว่าสภาพจิตใจหรืออารมณ์ในการรับรู้ยังไม่เอื้อต่อการปฏิบัติที่ไม่สามารถกำหนดรู้เท่าทันกฎของไตรลักษณ์ได้

๓. พบว่า การรับรู้อารมณ์ด้านคันธอารมณ์ คือ กลิ่นเป็นอารมณ์ ได้แก่ คันธะ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิก ทางจมูกในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของกลุ่มตัวอย่างพบว่าท่านไป

เยี่ยมคนไข้ ท่านจะรู้สึกอึดอัดกับกลิ่นที่ไม่ปกติของคนไข้ และท่านได้กลิ่นเน่าเหม็น กลิ่นซากสัตว์หรือซากศพคน ท่านอยากที่จะหลีกเลี่ยง ซึ่งในระดับการรับรู้อารมณ์ถือได้ว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ให้การรับรู้อารมณ์อย่างดียิ่งเพราะสามารถเข้าใจในหลักธรรมชาติที่เกิดขึ้นควรต้องมีการส่งเสริมในการปฏิบัติธรรมได้พิจารณาเพื่อเอื้อต่อความเห็นชอบตามธรรม นอกจากนั้นสิ่งที่ควรพัฒนาและปรับปรุงด้านการรับรู้อารมณ์ คือท่านได้กลิ่นดอกไม้หรือกลิ่นน้ำหอม ท่านมีความชอบอยากได้ เพราะการยึดติดกับสิ่งที่สวยงามหรือกลิ่นที่หอมทำให้เกิดอุปกิเลสได้ง่ายขึ้น จำเป็นอย่างยิ่งผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบจำต้องพิจารณาให้เกิดการตระหนักรู้ความจริงว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นสิ่งสมมติปรุงแต่งขึ้นมาทั้งสิ้น

๔. พบว่า การรับรู้อารมณ์ด้านรสอารมณ์ คือรสเป็นอารมณ์ ได้แก่ รสเค็ม รสเปรี้ยว รสเปรี้ยว, มธุรส รสหวาน, โลงนิกร รสเค็ม, ภูฏกร รสเผ็ด, ติตตรสขม และ กสว รสฝาด รวมทั้งหมด ๖ รส ท่านนี้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิกทางลิ้น ในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ท่านชอบดื่ม น้ำอัดลม น้ำหวานปรุงสี และเครื่องดื่มบำรุงกำลังและเมื่อท่านเจ็บไข้ได้ป่วย ท่านรู้สึกไม่อยากกินยาบางชนิดที่มีรสขมต่างๆที่รู้ว่าเป็นยา ซึ่งในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะด้านนี้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจและตระหนักรู้เป็นอย่างดีควรปฏิบัติและส่งเสริมให้เจริญมากยิ่งขึ้น แต่ในส่วนด้านการรับรู้อารมณ์ที่ควรปรับปรุงและควรให้ความช่วยเหลือคือ ก่อนท่านจะรับประทานอาหารท่านมักจะเติมเครื่องปรุงรส เพื่อเพิ่มรสชาติความอร่อย ในการปรุงแต่งจิตที่รับรู้อารมณ์ทางอายตนะด้านนี้ถือได้ว่าควรปรับปรุงอันจะเอื้อให้ก่อให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บและ/หรือการยึดติดกับรสชาติของอาหารที่จะมีคุณน้อยแต่มีโทษมาก

๕. พบว่า การรับรู้อารมณ์ด้านโณภูฏัพพารมณ์ แปลว่า การสัมผัสถูกต้องกาย เป็นอารมณ์ ได้แก่ ปฐวี ความแข็ง ความอ่อน, เตโช ความร้อน ความเย็น, วาโย ความหยาบ ความแรง ตึง เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิตและเจตสิกทางกาย ทั้ง ๕ อารมณ์นี้ รวมเรียกว่า ปัญจารมณ์ ในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ในบางโอกาสท่านมีเจตนาสัมผัสและเนื้อต้องตัวคนอื่นด้วยความพึงพอใจ และเมื่อท่านถูกทำกรละเมิดล่วงเกินทางกาย ทั้งเจตนาและไม่เจตนาก็ตามท่านมักตอบโต้ทันที ในพฤติกรรมกรรมการปรับตัวต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะด้านนี้ถือว่า มีความเหมาะสมและสมควรต่อการปฏิบัติที่จะเอื้อต่อผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบและปฏิบัติตามธรรม ซึ่งกลุ่มตัวอย่างปรับสมดุรับรู้อารมณ์ได้เป็นอย่างดี ส่วนในด้านการรับรู้อารมณ์ที่ควรปรับปรุงและควรให้ความช่วยเหลือคือ ในบางโอกาสท่านสัมผัสทางกายจากบุคคลอื่นโดยไม่เจตนา ท่านรู้สึกเพียงแต่ว่าสัมผัส ซึ่งในข้อนี้เป็นส่วนที่ยังไม่เกิดการตระหนักรู้ เพียงแต่รับรู้เฉยๆ ควรให้เกิดการเข้าใจธรรมชาติและความจริงที่ปรากฏเพราะการพัฒนาตนเองต้องเข้าใจในสภาวะองค์รวมของนามรูป เมื่อเข้าใจนามรูปสภาวะธรรมใด ๆ ที่เกิดขึ้นต้องกำหนดรู้ทุกขณะจิตเป็นสำคัญ

๖. พบว่า การรับรู้อารมณ์ด้านธัมมารมณ์ แปลว่า สภาพธรรมที่สาธารณแก่ใจเป็นอารมณ์ ในการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของกลุ่มตัวอย่างพบว่า เมื่อท่านเห็นคนเข้ามาทำบุญที่วัด ท่านมีความยินดีกับเขาด้วยและเมื่อบุคคลที่เป็นที่รักได้เสียชีวิต ท่านรู้สึกหดหู่ใจเศร้าโศกเสียใจ ซึ่งจากข้อค้นพบ

ของกลุ่มตัวอย่างในระดับการรับรู้อารมณ์ด้านนี้ถือว่าควรส่งเสริมพัฒนาให้มากขึ้นเพราะเป็นอารมณ์ที่เป็นกุศลธรรม ที่ควรทำความเข้าใจจิตที่เกิดการตระหนักรู้พร้อมรู้เท่าทันความเป็นจริงของชีวิต ส่วนในด้านการรับรู้อารมณ์ที่ควรปรับปรุงและควรให้ความช่วยเหลือคือท่านนั่งเรียนหนังสือหรือทำงาน ท่านมักคิดถึงเรื่องราวอื่นๆด้วยโดยท่านไม่รู้ตัว ซึ่งเป็นการรับรู้อารมณ์ที่ยังขาดตัวสติสัมปชัญญะที่จะเอื้อต่อการปฏิบัติหน้าที่และไม่รับรู้อารมณ์ในปัจจุบันขณะจำต้องมีการปรับปรุงในวิถีจิตที่เหมาะสมกับการใช้งานต่อไป

๕.๕.๓ ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรศึกษาวิเคราะห์บูรณาการบริบทเกี่ยวกับอารมณ์ในพุทธจิตวิทยาและจิตวิทยาตะวันตกอันจะช่วยพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของยุคสังคัมร่วมสมัย

๒. ควรศึกษาพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์ในบริบทพระพุทธศาสนาตามหลักปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมในสถาบันการศึกษาและองค์กร เพื่อสร้างรูปแบบการพัฒนาวิจัยนวัตกรรมตามบริบทประเทศไทย ๔.๐

๓. ควรศึกษาโปรแกรมการทดลองรูปแบบการพัฒนาอารมณ์ที่เสริมสร้างการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน และการสร้างเกณฑ์มาตรฐานวัดอารมณ์ของพุทธศาสนิกชนในสังคมไทยเป็นสำคัญ

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาอรรถกถา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๒.

_____. ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฎีกา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. ปกรณ์วิเสสภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาปกรณ์วิเสส. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๕.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับสยามรัฐเตปิฎก ๒๕๒๕. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕.

_____. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

คณะกรรมการโครงการจัดสร้างพระไตรปิฎกนิสสยะ. พระไตรปิฎกนิสสยะ (ฉบับพิเศษ) มหาสติปิฎฐานสูตร. แปลโดยจรัญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔.

คู่มือการฟังพระอภิธรรม เล่ม ๒. ปริจเฉทที่ ๔ วิถีสังคหวิภาค. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์, ๒๕๕๒.

คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ธรรมภาคปฏิบัติ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

จินต์ บริหารนเขตต์. ปรมัตถธรรมสังเขป จิตตสังเขป และภาคผนวก. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ โอ. เอส. พรินติ้งเฮาส์, ๒๕๕๓.

บุญมี เมธางกูล. ความฝัน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สยามประเทศ, ๒๕๓๕.

- ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย. **คู่มือการศึกษาหลักสูตรจุฬารัตนบัณฑิตโท**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๕.
- ธนิต อยู่โพธิ์. **วิปัสสนานิยม**. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **ปฏิจจนูปบาท เหตุผลแห่งวัฏสงสาร**. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓.
- พระธัมมपालมหาเถระ. **ปรมัตถ์มัญจสา วิสุทธิมคคมหาฎีกา ภาค ๓**. แปลโดย สิริ เพ็ชรไชย. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพลส แอนด์ กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๕.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร : เอสอาร์พริ้นติ้ง แมสโปรดักส์, ๒๕๔๖.
- พระมหาสมจินต์ สมมาปัญญา. **พุทธปรัชญาสาระและพัฒนาการ**. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัย จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.
- พระราชวิสุทธิกวี. **จิตวิทยาในพระอภิธรรม**. กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๔๓๓.
- พระพุทโธสาจารย์. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖.
- พระมหาประยูร ธรรมจิตโต. **จุฬาฯ : วิชาการ : ปรัชญาบูรพทิศ**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.
- พระกัมมัญฐานาจริยะ อุ บัณฑิตาภิวังสะ. **โพชนงค**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖.
- พระกัมมัญฐานาจริยะ พระบัณฑิตาภิวังศ์. **รู้แจ้งในชาตินี้**. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๐.
- พระคันธสาราภิวังศ์. **โพธิปักขิยธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๕.
- พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี). **วิปัสสนาภูมิ**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๘.
- พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี). **อานาปานสติภาวนา**. กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.
- _____ . **เอกสารประกอบการสอน รายวิชา สัมมนาวิปัสสนาภาวนา**. หลักสูตรพุทธศาสนา มหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา ศูนย์บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส มจร., ๒๕๕๕.

พระญาณธชเชร (แลตีสยาตอ). **อภิธัมมัตถสังคหะ และ ปรมัตถทีปนี**. แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์.

พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๖.

พระธมมपालมหาเถร. **ปรมัตถ์มัญจสา วิสุทธิมัคคมหาฎีกา ภาค ๑**. แปลโดย สิริ เพ็ชรไชย.

กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพลส แอนด์ กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕.

_____ . **ปรมัตถ์มัญจสา วิสุทธิมัคคมหาฎีกา ภาค ๒**. แปลโดย สิริ เพ็ชรไชย. กรุงเทพมหานคร:

บริษัท ธนาเพลส แอนด์ กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕.

_____ . **ปรมัตถ์มัญจสา วิสุทธิมัคคมหาฎีกา ภาค ๓**. แปลโดย สิริ เพ็ชรไชย. กรุงเทพมหานคร:

บริษัท ธนาเพลส แอนด์ กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕.

พระธรรมธีรราชฆมาหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ). **วิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์

พรินท์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๓.

(๒) วิทยานิพนธ์:

กมลพรรณ หอมานาน. “ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การรับรู้ สมรรถนะในตนเอง

กับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ”. **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:

มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙.

คานธีชา บุญยาว. “การออกแบบกิจกรรมศิลปะเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุใน

แต่ละช่วงวัย **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาศิลปศึกษา ภาควิชาศิลปะ ดนตรีและ**

นาฏศิลป์ศึกษา คณะครุศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

ชนัฐชาริ เขียวชะอุ่ม. “ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ที่มีสับสนจากเพื่อนแตกต่างกัน”. **ปริญญาวิทยานิพนธ์**

สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๙.

ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, “ผลการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาที่

๕”. **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๙.

ณัฐนิชากร ศรีบริบูรณ์. “การพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุของจิตอาสาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ใน

โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน”. **วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหา**

บัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

ณัฐพร จงกลการพาณิชย์. “การศึกษาวิเคราะห์ผัสสะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔

เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาภาคสนาม ๗ เดือน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร**

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

ดิเรก ชัยชนะ. “การศึกษาการเห็นคุณค่าในตนเองและการรับรู้ปัจจัยส่งเสริมประสิทธิภาพการบำบัด

ของผู้เข้ากลุ่มให้คำปรึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มให้คำปรึกษาแบบต่อเนื่องและกลุ่ม

มาราธอน”. **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย

รามคำแหง, ๒๕๔๕.

- ธิดารัตน์ ศรีสุโข. “ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านธรรมปกรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาคลินิก**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓.
- นปภัช กั้นแพงศรี. “ผลของโปรแกรมกิจกรรมศิลปะต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมระยะแรก”. **หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์**. บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๗.
- ปรารธนา ไชยประเสริฐ. “การทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชาติพันธุ์ชาวเขา ช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียน วัดดอนจั่น จังหวัดเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย เชียงใหม่, ๒๕๕๓.
- พระนรบดีพ ถาวรธมโม (อินททศน์). “การศึกษาเปรียบเทียบกระบวนการรับรู้ของจิตในพุทธ-ปรัชญาเถรวาท และสมองในหลักสรีรวิทยา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- พระมหาณรงค์ศักดิ์ โสภณสิทธิ (โสภะ). “ศึกษาบทบาทการเผยแพร่พุทธธรรมของ พระธรรมปริยัติเวที (สุเทพ ผุสธมโม)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.
- พระมหาประเสริฐ ญาณสีโล (ธรรมจง). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องแนวความคิดเชิงจริยศาสตร์ในมงคลสูตร”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.
- พระมหาสมนึก เตชปญโญ (สินสุทธิ). “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างขั้น ๕ กับอายตนะ ๑๒ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.
- พระมานัส โสภณจิตโต (ชอบมี). “ศึกษาวิธีการกำหนดรูปนามทางวิญญาณ ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.
- พระวรธนะ มหาคมภีโร (ไต้น้อย). “ศึกษาวิธีการนำเสนอเรื่องอายตนะ ๖ ในหนังสือทวาร ๖ ของทันตแพทย์ สม สุจีรา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.
- พิชญ รัชต์บุญช่วย. “การศึกษากระบวนการสร้างภาวนาโดยใช้หลักไตรสิกขา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ยุทธการ โสเมือง. “ผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน จังหวัดขอนแก่น”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย สาขากการแนะแนวและการให้คำปรึกษา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๔๔.

รพีพร ศิลาวรรณ, “ผลการฝึกอาสาสมัครและสมาธิตามแนวคิดมนุษยนิยมใหม่ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กในสถานสงเคราะห์เด็กชานบ้านเชียงใหม่”. **การค้นคว้าแบบอิสระศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๔๕.

รังษี สุหนต์. “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของอนาถบิณฑิกอุบาสกที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธ ศาสนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

วนิดา ฉายาสุดบุตร. “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทของพระนางสามาวดีในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

วัลย์รัตน์ ยิ่งดำนุ่น. “การศึกษาผลสัมฤทธิ์ของโครงการจิตอาสา: กรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบางมดวิทยา สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

สุรีวัลย์ ลิ้มพิพัฒนกุล. “การจัดกิจกรรมการเรียนรู้หลักสูตร เพื่อเสริมสร้างความพร้อมในการเรียนรู้ โดยการชี้แนะตนเองและการมองเห็นคุณค่าในตนเองของผู้เกษียณอายุราชการ”. **ปริญญาคุษฎิบัณฑิต สาขาอาชีพศึกษา คณะศึกษาศาสตร์**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๕๗.

อัญชลี ชุ่มบัวทอง. “คุณภาพการนอนหลับ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการนอนหลับ และความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ”. **งานวิจัย**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ, ๒๕๕๘.

อารุณี ไทยบัณฑิตย์, “การพัฒนาความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ทำสอนโดยการฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการ”. **ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๕.

(๓) บทความ:

อะเคื้อ กุลประสูติติลก. “การวิเคราะห์เส้นทางปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตบางเขน กรุงเทพมหานคร”, **วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ** : มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร, ๒๕๕๗.

(๔) เอกสารอื่น ๆ ที่ไม่ได้ตีพิมพ์:

อาณัติชัย เหลืองอมรชัย. “เอกสารประกอบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาอาชีวศึกษาระดับมัธยมศึกษาโท”. **วิจัยสนากรรมฐาน**
ปริจเฉทที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสัทธรรมโศติกะ, ๒๕๕๗.(อัดสำเนา)

๒. ภาษาอังกฤษ

(I) Books:

Branden, N. **The Psychology of Romantic Love**. New York: Bantam Books. 1980.

Barry,P.D. and Morgan, A .J., **Mental health and Mental illness**. 3rd ed. Philadelphia:
 Lippincott Company, 1985.

Bandura, A., **Social Foundations of Thought and Action**. Englewood Cliffs, NJ :
 Prentice-Hall, 1986.

Barry, A. E. “The effect of assertiveness training on performance self-esteem and sex
 role in student nurses.” **Dissertation Abstracts International**. 50 : 4210.
 1989.

Coopersmith, S. **TheAntecedents of Self-esteem**. California : Consultion
 Psychologists Press, Inc, 1981.

Carpenito, L. J. **Nursing Diagnosis: Application to Clinical Practice**. Philadelphia: J.B.
 Lippinocott Company, 1983.

C.J. Moor. **Handbook of Sensation and Perception**. Victoria: E. Bruce Goldstein Printing,
 2005.

Coopersmith, kS. **Parental Characteristics Related to Self-Esteem: In the
 Antecedents of Self-Esteem**. San Francisco: Freeman, 1967.

Coopersmith, S. **The Antecedents of Self-esteem**. California: Consultion
 Psychologists Press, Inc. 1981).

Felker, D. W., **Building positive Self-Concept**. Minneap Olis: Minnesota, burgess.
 1974.

Hamachek, D. “Self-concept and school achievement: Interaction dynamics and a tool
 for assessing the self-concept component.” **Journal of Counseling &
 Development** 73 (4) (1995): 419-425.

Maslow, A. H. **Motivation and Personality**. New York: Happer and Row, 1970.

Robert Ornstein and Richard Thomson. **The Amazing Brain**. Boston: Houghton Mifflin
 Company, 1968.

- Rosenberg, M. "Society and the Adolescent Self-Image". **Princeton**. New Jersey: Princeton University Press, 1965.
- Stuart, G. W. and Sundeen, S. J. **Principles and Practice of Psychiatric Nursing**. 3rd ed. St Louis, USA: C.V. Mosby Co. 1987.
- S.S. Stevens and Frad Warshofsky. **Sound and Hearing**. New York: Time-Life Books, 1970.
- The most Venerable Mahasi Sayadaw. **A practical way of Vipassana (Insight Meditation)**. Yangon: Stars Empire One Stop Printing Service, 2011.
- _____. **Practical Insight Meditation**. Yangon: Buddha Sasana Nuggaha Organization, 1979.
- _____. **The Stipattthana Vipassana Meditation**. Yangon: Buddha Sasana Nuggaha Organization, 1979.
- _____. **Purpose of Practising Kammatthana Meditation**. Yangon: Buddha Sasana Nuggaha Organization, 1995.
- _____. **Vipassana Spiritual Insight**. Translated by Dr.KO Gyi. Second edition. Yangon: Tiger Offset, 1994.
- Venerable Sayadaw Ashin Jatila. **Dhamma Discourses**. Second printing. Yangon: Mahasi Meditation Centre, 2005.

(II) Articles

- I. Friedmann, "The cytology of the ear". **British Medical Bulletin**. vol.18, 1963.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

รายนามผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

๑. พระปลัดสรวิชัย อภิปัญญา, ดร.
ตำแหน่งหน้าที่การงาน อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๒. รศ. นิลรัตน์ กลิ่นจันทร์
ตำแหน่งหน้าที่การงาน อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๓. ผศ. ดร. สมโภช ศรีวิจิตรวรกุล
ตำแหน่งหน้าที่การงาน อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๔. ผศ. ดร. เรียงชัย หมั่นชนะ
ตำแหน่งหน้าที่การงาน อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๕. ดร. วิชชุดา ลูติโซติรัตนนา
ตำแหน่งหน้าที่การงาน อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

ภาคผนวก ค
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
เรื่องการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนนอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

คำชี้แจงแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยเพื่อการศึกษาของนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาชีวิตและความตาย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อเปรียบเทียบการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิตในโรงเรียนนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและเพื่อพยากรณ์ทำนายปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยด้านคุณธรรมและปัจจัยด้านจิตลักษณะส่งผลต่อการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของกัลยาณมิตรในโรงเรียนนอภิธรรมโชติกะ วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบข้อความด้วยความมีอิสระ ตอบได้ตามความเป็นจริง คำตอบของผู้ตอบแบบสอบถามไม่มีข้อใดถูกหรือผิด และในการตอบแบบสอบถามผู้ตอบไม่ต้องลงชื่อไว้ในแบบสอบถาม โดยคำตอบทั้ง ๖ ตอนของท่าน นำมาใช้ในการศึกษาวิจัยและเป็นประโยชน์ในทางวิชาการเท่านั้น

คำชี้แจง แบบสอบถามฉบับนี้แบ่งออกเป็น ๖ ตอน ดังต่อไปนี้

- ตอนที่ ๑ แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป
- ตอนที่ ๒ แบบสอบถามปัจจัยทางสังคม
- ตอนที่ ๓ แบบสอบถามปัจจัยด้านคุณธรรม
- ตอนที่ ๔ แบบสอบถามปัจจัยด้านจิตลักษณะ
- ตอนที่ ๕ แบบสอบถามการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของกัลยาณมิตร
- ตอนที่ ๖ ข้อเสนอแนะทั่วไป

ขอขอบคุณทุกท่านที่เสียสละเวลาเอื้อเพื่อให้ข้อมูลเป็นอย่างดี

นายสาตี นีรามย์

นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาชีวิตและความตาย

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามที่เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เมื่ออ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หน้าข้อความที่เป็นจริงหรือเติมคำในช่องว่างซึ่งตรงกับความเป็นจริงในปัจจุบันของท่านให้ครบถ้วน

๑. เพศ ๑. ชาย ๒. หญิง
๒. อายุ ๑. อายุต่ำกว่า ๒๐ ปี ๒. อายุ ๒๑ - ๓๐ ปี
 ๓. อายุ ๓๑ - ๔๐ ปี ๔. อายุ ๔๑ - ๕๐ ปี
 ๕. อายุสูงกว่า ๕๑ ปี ขึ้นไป
๓. สถานภาพ ๑. โสด ๒. สมรส ๓. หย่าร้าง ๔. หม้าย
๔. ระดับการศึกษา
 ๑. ประถมศึกษา (ป.๔ , ป.๖ หรือ ป.๗) ๒. มัธยมศึกษา (ม.๑ , ม.๓)
 ๓. ป.ว.ช. / ป.ว.ส. หรือ อนุปริญญา ๔. ปริญญาตรี
 ๕. สูงกว่าปริญญาตรี ๖. อื่น ๆ
๕. อาชีพเดิม
 ๑. ราชการ / รัฐวิสาหกิจ ๒. พนักงานบริษัทเอกชน
 ๓. ธุรกิจส่วนตัว / ค้าขาย ๔. กสิกรรม / เกษตรกร
 ๕. รับจ้าง / ลูกจ้าง ๖. อื่น ๆ
๖. รายได้ของครอบครัว เฉลี่ยต่อเดือน
 ๑. ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท ๒. ระหว่าง ๕,๐๐๐ - ๕,๕๐๐ บาท
 ๓. ระหว่าง ๕,๕๐๑ - ๑๐,๐๐๐ บาท ๔. ระหว่าง ๑๐,๐๐๑ - ๑๕,๐๐๐ บาท
 ๕. ระหว่าง ๑๕,๐๐๑ - ๒๐,๐๐๐ บาท ๖. สูงกว่า ๒๐,๐๐๐ บาท ขึ้นไป
๗. ที่อยู่อาศัย
 ๑. คนเดียว ๒. ครอบครัว/ลูกหลาน
 ๓. ญาติ / มิตร ๔. อื่น ๆ
๘. กิจกรรมทางศาสนาที่ปฏิบัติบ่อยที่สุด
 ๑. ทำบุญให้ทาน / ตักบาตร ๒. ไหว้พระสวดมนต์ที่บ้าน
 ๓. ฟังธรรม / อ่านหนังสือธรรมะ ๔. ปฏิบัติธรรม / นั่งสมาธิ
 ๕. เข้าวัดฟังธรรม

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามปัจจัยทางสังคม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด เพียงช่องเดียว ระดับความคิดเห็นในแต่ละข้อมีความหมายดังต่อไปนี้

มากที่สุด	หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
มาก	หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ	เห็นด้วย
ปานกลาง	หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ	ไม่แน่ใจ
น้อย	หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ	ไม่เห็นด้วย
น้อยที่สุด	หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ลำดับ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑.	ท่านมีความพอใจทำงานในการช่วยเหลือผู้อื่น					
๒.	ท่านมีความเพียรพยายามในการปฏิบัติงานให้บรรลุผล					
๓.	มีจิตใจฝึกฝนในการทำงานด้านการช่วยเหลือ					
๔.	ได้ช่วยเหลือให้ข้อชี้แนะหลักคำสอนทางพุทธศาสนา					
๕.	ได้แสดงออกถึงความยินดีกับผู้ที่ได้เข้าไปช่วยเหลือ					
๖.	สมาชิกในครอบครัวของท่านมีความรักใคร่สามัคคีกัน					
๗.	เมื่อท่านไม่สบายจะมีสมาชิกในครอบครัวดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด					
๘.	สมาชิกในครอบครัวไม่มีเวลาพูดคุยเรื่องต่างๆ กับท่าน					
๙.	สมาชิกในครอบครัวและท่านไม่สนใจซึ่งกันและกัน					
๑๐.	สมาชิกในครอบครัวจะคอยซักถามท่านอยู่เสมอเมื่อท่านมีปัญหา					
๑๑.	ทุกคนที่พบท่านก็อยากจะพูดคุยด้วย					
๑๒.	ท่านเป็นที่รักของเพื่อนในชั้นเรียน					
๑๓.	ท่านได้ร่วมทำกิจกรรมการเรียนรู้กับเพื่อน					
๑๔.	ท่านจะได้รับความไว้วางใจจากคนอื่นน้อย					
๑๕.	ถึงแม้ว่าจะประสบปัญหาในชีวิตท่านก็อยู่ร่วมกับคนอื่นได้					

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามปัจจัยด้านคุณธรรม

คำชี้แจง ให้ท่านอ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว ซึ่งแบ่งออกเป็น ๕ ลำดับ ได้แก่

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้าง ไม่จริงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
๑.	ท่านคิดว่าท่านมีความมั่นคงในชีวิต					
๒.	ท่านพยายามปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้					
๓.	ท่านมีความสุขในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน					
๔.	ปัจจุบันท่านมีความรู้สึกภูมิใจในการดำเนินชีวิต					
๕.	ท่านทำบุญทุกครั้งเมื่อมีโอกาส					
๖.	เมื่อท่านมีความทุกข์ท่านก้าวผ่านไปได้					
๗.	ขณะที่ท่านพบอุปสรรคในการดำเนินชีวิตท่านสามารถฟันฝ่าไปได้โดยไม่ย่อท้อ					
๘.	ถึงแม้บางครั้งมีความเหน็ดเหนื่อยแต่ท่านรู้สึกมีความสุข					
๙.	ท่านดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างไม่เบื่อหน่าย					
๑๐.	ท่านมานะบากบั่นเพื่อความสุขในการดำเนินชีวิต					
๑๑.	ท่านมีจิตใจที่แน่วแน่ มั่นคงเชื่อว่าสามารถดำเนินชีวิตได้					
๑๒.	ท่านมีความตั้งใจจริงเพื่อจะดำเนินชีวิตให้บรรลุเป้าหมายในแต่ละวัน					
๑๓.	ท่านสามารถรับผิดชอบภารกิจประจำวันได้อย่างเหมาะสม					
๑๔.	ท่านสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้เมื่อพบปัญหาหรืออุปสรรค					
๑๕.	ท่านพยายามรักษาจิตใจให้แจ่มใสในการดำเนินชีวิต ประจำวัน					
๑๖.	ท่านนำประสบการณ์จากการทำงานในอดีตมาพัฒนาการดำเนินชีวิต					
๑๗.	ท่านสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเรียบง่ายโดยไม่แสวงหาสิ่งอื่นใด					
๑๘.	ท่านสามารถตรวจสอบข้อบกพร่องของตนเองมาปรับปรุงแก้ไข					
๑๙.	ท่านมักเอาใจใส่และแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น					
๒๐.	ท่านสามารถดำเนินชีวิตได้ด้วยใช้เหตุผลมากกว่าความรู้สึกส่วนตัว					

ตอนที่ ๔ แบบสอบถามปัจจัยทางจิตลักษณะ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด เพียงช่องเดียว ระดับความคิดเห็นในแต่ละข้อมีความหมายดังต่อไปนี้

มากที่สุด หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ **เห็นด้วยอย่างยิ่ง**

มาก หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ **เห็นด้วย**

ปานกลาง หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ **ไม่แน่ใจ**

น้อย หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ **ไม่เห็นด้วย**

น้อยที่สุด หมายถึง ท่านมีพฤติกรรมและการรับรู้ดังกล่าวในระดับ **ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง**

ลำดับ	ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
๑.	ท่านมีความภูมิใจที่ท่านเป็นคนดีในสังคม					
๒.	ท่านพอใจที่ยังทำประโยชน์ให้แก่สังคมได้					
๓.	ท่านมั่นใจว่าท่านเป็นคนที่สังคมต้องการ					
๔.	ท่านภูมิใจกับประสบการณ์การทำงานของท่าน					
๕.	บุคคลรอบข้างมักยกย่องท่าน					
๖.	ท่านสามารถเล็งเห็นผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต					
๗.	ท่านมีการวางแผนการเรียนรู้เพื่ออนาคตในวันข้างหน้า					
๘.	ท่านมีการวางแผนในการดำรงชีวิตอย่างมีระบบ					
๙.	ท่านมีการคิดพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน					
๑๐.	ท่านคิดพัฒนาเพิ่มเติมเสริมศักยภาพของตนเอง					
๑๑.	ท่านมีสมาธิกับงานสิ่งที่กำลังทำอยู่ได้					
๑๒.	ท่านกังวลใจ หากงานไม่สำเร็จ					
๑๓.	ท่านรู้สึกว่าคุณสามารถตัดสินใจในเรื่องการทำงาน ของตนเอง					
๑๔.	ท่านรู้สึกตึงเครียดอยู่ตลอดเวลาในการทำงาน					
๑๕.	ท่านสามารถเอาชนะความยากลำบากที่เกิดขึ้น					

ตอนที่ ๕ แบบสอบถามการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต

คำชี้แจง ให้ท่านอ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุดเพียงช่องเดียว ซึ่งแบ่งออกเป็น ๕ ลำดับ ได้แก่

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้าง ไม่จริงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ลำดับ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด
๑.	เมื่อท่านเห็นสิ่งสวยงามต่างๆ ทั้งบุคคล วัตถุสิ่งของ ทำให้ท่านเพลิดเพลินใจอยากเข้าไปใกล้					
๒.	เมื่อท่านเห็นศพคนตายภาพอุจาดตา ท่านไม่อยากจะดูหรืออยากหลีกเลี่ยง					
๓.	เมื่อท่านเห็นรอยเหี่ยวย่นบนใบหน้า ท่านมักหยาบบำรุงผิวมาใช้ดูแลผิวพรรณ					
๔.	เมื่อท่านเห็นคนเกิด แก่ เจ็บ ตายแล้ว ท่านรู้สึกว่าเป็นทุกข์					
๕.	เมื่อท่านเห็นวัตถุสิ่งของใดๆ ท่านสามารถกำหนดรู้สภาพที่แท้จริงของวัตถุสิ่งของนั้นๆ					
๖.	เมื่อท่านได้ยินเสียงคนทะเลาะวิวาทภัยกันท่านมักจะรำคาญอยากหลีกเลี่ยง					
๗.	เมื่อท่านได้ยินเรื่องราวจากสื่อต่างๆถึงการทำร้ายกัน ท่านมักเกิดรู้สึกสงสาร					
๘.	เมื่อท่านได้ยินการชักชวนไปทำบุญ ท่านมักชอบใจอยากมีส่วนร่วม					
๙.	เมื่อท่านถูกตำหนิ ถูกกล่าวโทษ ท่านจะตอบโต้กลับทันที					
๑๐.	เมื่อท่านถูกใส่ความ ท่านไม่ตอบโต้ แต่ท่านมักเก็บความคับแค้นใจเอาไว้					

ลำดับ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด
๑๑.	ท่านได้กลิ่นดอกไม้หรือกลิ่นน้ำหอม ท่านมีความชอบ อยากได้					
๑๒.	ท่านได้กลิ่นรูป กลิ่นเทียน ท่านมักอยากปฏิบัติธรรม หรืออยากทำบุญ					
๑๓.	ท่านได้กลิ่นเน่าเหม็น กลิ่นซากสัตว์หรือซากศพคน ท่านอยากที่จะหลีกเลี่ยง					
๑๔.	ท่านไปเยี่ยมคนไข้ ท่านจะรู้สึกอึดอัดกับกลิ่นที่ไม่ปกติ ของคนไข้					
๑๕.	เมื่อท่านได้กลิ่นหรือสิ่งเน่าเหม็นของตัวเอง ท่านมักใช้ น้ำยาหรือสารระงับกลิ่น					
๑๖.	เมื่อท่านได้รับประทานอาหารรสชาติที่ท่านชอบท่าน มักจะทานด้วยความเพลินเพลิน					
๑๗.	ก่อนท่านจะรับประทานอาหารท่านมักจะเติมเครื่อง ปรุงรส เพื่อเพิ่มรสชาติความอร่อย					
๑๘.	ท่านชอบดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานปรุงสี และเครื่องดื่ม บำรุงกำลัง					
๑๙.	บ่อยครั้งที่ท่านต้องฝืนกินอาหารที่มีเนื้อ ทั้งที่ท่านไม่ ชอบ					
๒๐.	เมื่อท่านเจ็บไข้ได้ป่วย ท่านรู้สึกไม่อยากกินยาบางชนิด ที่มีรสขมทั้งๆที่รู้ว่าป่วย					
๒๑.	ในบางโอกาสท่านสัมผัสทางกายจากบุคคลอื่นโดยไม่ เจตนา ท่านรู้สึกเพียงแต่ว่าสัมผัส					
๒๒.	เมื่อท่านถูกผู้อื่นเข้ามาแตะเนื้อต้องตัวแล้วท่านเกิด ความรู้สึกรำคาญขึ้นในใจ					
๒๓.	ในบางโอกาสท่านมีเจตนาสัมผัสแตะเนื้อต้องตัวคนอื่น ด้วยความพึงพอใจ					
๒๔.	เมื่อท่านถูกทำการละเมิดล่วงเกินทางกาย ทั้งเจตนา และไม่เจตนา ก็ตามท่านมักตอบโต้ทันที					

ลำดับ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อย ที่สุด
๒๕.	เมื่อท่านมีอาการเกิดเจ็บไข้ได้ป่วย ท่านเกิดการรับรู้ เป็นเพียงความไม่สมดุลของธาตุในร่างกาย					
๒๖.	เมื่อท่านเห็นคนเข้ามาทำบุญที่วัด ท่านมีความยินดีกับ เขาด้วย					
๒๗.	เมื่อบุคคลที่เป็นที่รักได้เสียชีวิต ท่านรู้สึกหดหู่ใจเศร้า โศกเสียใจ					
๒๘.	ท่านเคยรู้สึกกลัวการสูญเสียตำแหน่งหน้าที่การงาน หรือวัตถุสิ่งของที่ท่านมี					
๒๙.	ท่านจะรู้สึกโกรธต่อคนทำหรือไม่ทำสิ่งใดที่ตรงกับใจ หรือความต้องการของท่าน					
๓๐.	ท่านนั่งเรียนหนังสือหรือทำงาน ท่านมักคิดถึงเรื่องราว อื่นๆด้วยโดยท่านไม่รู้ตัว					

ตอนที่ ๖ ข้อเสนอแนะทั่วไป

คำชี้แจง ให้ท่านแสดงการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะหลักธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ
ของท่านในปัจจุบัน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ผู้ศึกษาวิจัย

ขอขอบพระคุณในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้

ภาคผนวก ง

ค่า IOC ของผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ ท่าน

ค่า IOC ของผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ ท่าน

เรื่อง

ความสัมพันธ์ปัจจัยจิตสังคมที่มีต่อพฤติกรรมตามหลักเบญจศีลเบญจธรรม

ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามปัจจัยทางสังคม

ลำดับ	ข้อความ	ลำดับผู้ตรวจ IOC					ค่า IOC	สรุป
		๑	๒	๓	๔	๕		
๑.	ท่านมีความพอใจทำงานในการช่วยเหลือผู้อื่น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒.	ท่านมีความเพียรพยายามในการปฏิบัติงานให้บรรลุผล	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๓.	มีจิตใจฝักใฝ่ในการทำงานด้านการช่วยเหลือ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๔.	ได้ช่วยเหลือให้ข้อชี้แนะหลักคำสอนทางพุทธศาสนา	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๕.	ได้แสดงออกถึงความยินดีกับผู้ที่ได้เข้าไปช่วยเหลือ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๖.	สมาชิกในครอบครัวของท่านมีความรักใคร่สามัคคีกัน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๗.	เมื่อท่านไม่สบายจะมีสมาชิกในครอบครัวดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๘.	สมาชิกในครอบครัวไม่มีเวลาพูดคุยเรื่องต่างๆ กับท่าน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๙.	สมาชิกในครอบครัวและท่านไม่สนใจซึ่งกันและกัน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๐.	สมาชิกในครอบครัวจะคอยซักถามท่านอยู่เสมอเมื่อท่านมีไปไหน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๑.	ทุกคนที่พบท่านก็อยากจะพูดคุยด้วย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๒.	ท่านเป็นที่รักของเพื่อนในชั้นเรียน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๓.	ท่านได้ร่วมทำกิจกรรมการเรียนรู้กับเพื่อน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๔.	ท่านจะได้รับความไว้วางใจจากคนอื่นน้อย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๕.	ถึงแม้ว่าจะประสบปัญหาในชีวิตท่านก็อยู่ร่วมกับคนอื่นได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามปัจจัยด้านคุณธรรม

ลำดับ	ข้อความ	ลำดับผู้ตรวจ IOC					ค่า IOC	สรุป
		๑	๒	๓	๔	๕		
๑.	ท่านคิดว่าท่านมีความมั่นคงในชีวิต	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒.	ท่านพยายามปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๓.	ท่านมีความสุขในการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๔.	ปัจจุบันท่านมีความรู้สึกภูมิใจในการดำเนินชีวิต	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๕.	ท่านทำบุญทุกครั้งเมื่อมีโอกาส	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๖.	เมื่อท่านมีความทุกข์ท่านก้าวผ่านไปได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๗.	ขณะที่ท่านพบอุปสรรคในการดำเนินชีวิตท่านสามารถฟันฝ่าไปได้โดยไม่ย่อท้อ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๘.	ถึงแม้บางครั้งมีความเหน็ดเหนื่อยแต่ท่านรู้สึกมี	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๙.	ท่านดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างไม่เบื่อหน่าย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๐.	ท่านมานะบากบั่นเพื่อความสุขในการดำเนินชีวิต	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๑.	ท่านมีจิตใจที่แน่วแน่ มั่นคงเชื่อว่าสามารถดำเนินชีวิต	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๒.	ท่านมีความตั้งใจจริงเพื่อจะดำเนินชีวิตให้บรรลุเป้าหมายในแต่ละวัน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๓.	ท่านสามารถรับผิดชอบภารกิจประจำวันได้อย่าง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๔.	ท่านสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้เมื่อพบปัญหาหรืออุปสรรค	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๕.	ท่านพยายามรักษาจิตใจให้แจ่มใสในการดำเนินชีวิตประจำวัน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๖.	ท่านนำประสบการณ์จากการทำงานในอดีตมาพัฒนาการดำเนินชีวิต	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๗.	ท่านสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเรียบง่ายโดยไม่แสวงหาสิ่งอื่นใด	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๘.	ท่านสามารถตรวจสอบข้อบกพร่องของตนเองมาปรับปรุงแก้ไข	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๙.	ท่านมักเอาใจใส่และแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๐.	ท่านสามารถดำเนินชีวิตได้ด้วยใช้เหตุผลมากกว่าความรู้สึกส่วนตัว	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้

ตอนที่ ๔ แบบสอบถามปัจจัยทางจิตลักษณะ

ลำดับ	ข้อความ	ลำดับผู้ตรวจ IOC					ค่า IOC	สรุป
		๑	๒	๓	๔	๕		
๑.	ท่านมีความภูมิใจที่ท่านเป็นคนดีในสังคม	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒.	ท่านพอใจที่ยังทำประโยชน์ให้แก่สังคมได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๓.	ท่านมั่นใจว่าท่านเป็นคนที่สังคมต้องการ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๔.	ท่านภูมิใจกับประสบการณ์การทำงานของท่าน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๕.	บุคคลรอบข้างมักยกย่องท่าน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๖.	ท่านสามารถสังเกตเห็นผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๗.	ท่านมีการวางแผนการเรียนรู้เพื่ออนาคตในวันข้างหน้า	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๘.	ท่านมีการวางแผนในการดำรงชีวิตอย่างมีระบบ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๙.	ท่านมีการคิดพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๐.	ท่านคิดพัฒนาเพิ่มเติมเสริมศักยภาพของตนเอง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๑.	ท่านมีสมาธิกับงานสิ่งที่กำลังทำอยู่ได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๒.	ท่านกังวลใจ หากงานไม่สำเร็จ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๓.	ท่านรู้สึกว่าคุณสามารถตัดสินใจในเรื่องการทำงานของตน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๔.	ท่านรู้สึกดีที่ได้อยู่ตลอดเวลาในการทำงาน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๕.	ท่านสามารถเอาชนะความยากลำบากที่เกิดขึ้น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้

ตอนที่ ๕ แบบสอบถามการรับรู้อารมณ์ทางอายตนะของนิสิต

ลำดับ	ข้อความ	ลำดับผู้ตรวจ IOC					ค่า IOC	สรุป
		๑	๒	๓	๔	๕		
๑.	เมื่อท่านเห็นสิ่งสวยงามต่างๆ ทั้งบุคคล วัตถุ สิ่งของ ทำให้ท่านเพลิดเพลินใจอยากเข้าใกล้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒.	เมื่อท่านเห็นศพคนตายภาพอุจาดตา ท่านไม่ อยากดูหรืออยากหลีกเลี่ยง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๓.	เมื่อท่านเห็นรอยเหยี่ยวบนใบหน้า ท่านมัก หายำรุงผิวมาใช้ดูแลผิวพรรณ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๔.	เมื่อท่านเห็นคนเกิด แก่ เจ็บ ตายแล้ว ท่าน รู้สึกว่าเป็นทุกข์	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๕.	เมื่อท่านเห็นวัตถุสิ่งของใดๆ ท่านสามารถ กำหนดรู้สภาพที่แท้จริงของวัตถุสิ่งของนั้นๆ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๖.	เมื่อท่านได้ยินเสียงคนทะเลาะวิวาทย์กันท่าน มักจะรำคาญอยากหลีกเลี่ยง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๗.	เมื่อท่านได้ยินเรื่องราวจากสื่อต่างๆถึงการทำ ร้ายกัน ท่านมักเกิดรู้สึกสงสาร	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๘.	เมื่อท่านได้ยินการชักชวนไปทำบุญ ท่านมัก ชอบใจอยากมีส่วนร่วม	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๙.	เมื่อท่านถูกตำหนิ ถูกกล่าวโทษ ท่านจะตอบโต้ กลับทันที	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๐.	เมื่อท่านถูกใส่ความ ท่านไม่ตอบโต้ แต่ท่านมัก เก็บความคับแค้นใจเอาไว้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๑.	ท่านได้กลิ่นดอกไม้หรือกลิ่นน้ำหอม ท่านมี ความชอบอยากได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๒.	ท่านได้กลิ่นธูป กลิ่นเทียน ท่านมักอยาก ปฏิบัติธรรม หรืออยากทำบุญ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๓.	ท่านได้กลิ่นเน่าเหม็น กลิ่นซากสัตว์หรือ ซากศพคน ท่านอยากที่จะหลีกเลี่ยง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้

ลำดับ	ข้อความ	ลำดับผู้ตรวจ IOC					ค่า IOC	สรุป
		๑	๒	๓	๔	๕		
๑๔.	ท่านไปเยี่ยมคนไข้ ท่านจะรู้สึกอึดอัดกับกลิ่นที่ไม่ปกติของคนไข้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๕.	เมื่อท่านได้กลิ่นหรือสิ่งเน่าเหม็นของตัวเอง ท่านมักใช้น้ำยาหรือสารระงับกลิ่น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๖.	เมื่อท่านได้รับประทานอาหารรสชาติที่ท่านชอบ ท่านมักจะทานด้วยความเพลินเพลิน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๗.	ก่อนท่านจะรับประทานอาหารท่านมักจะเติมเครื่องปรุงรส เพื่อเพิ่มรสชาติความอร่อย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๘.	ท่านชอบดื่มน้ำอัดลม น้ำหวานปรุงสี และเครื่องดื่มบำรุงกำลัง	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๑๙.	บ่อยครั้งที่ท่านต้องฝืนกินอาหารที่มีเนื้อ ทั้งที่ท่านไม่ชอบ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๐.	เมื่อท่านเจ็บไข้ได้ป่วย ท่านรู้สึกไม่อยากกินยา บางชนิดที่มีรสขมทั้งหมดที่รู้ว่าเป็นยา	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๑.	ในบางโอกาสท่านสัมผัสทางกายจากบุคคลอื่น โดยไม่เจตนา ท่านรู้สึกเพียงแต่ว่าสัมผัส	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๒.	เมื่อท่านถูกผู้อื่นเข้ามาแตะเนื้อต้องตัวแล้ว ท่านเกิดความรู้สึกรำคาญขึ้นในใจ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๓.	ในบางโอกาสท่านมีเจตนาสัมผัสและเนื้อต้องตัวคนอื่นด้วยความพึงพอใจ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๔.	เมื่อท่านถูกทำการละเมิดล่วงเกินทางกาย ทั้งเจตนาและไม่เจตนา ก็ตามท่านมักตอบโต้ทันที	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๕.	เมื่อท่านมีอาการเกิดเจ็บไข้ได้ป่วย ท่านเกิดการรับรู้เป็นเพียงความไม่สมดุลของธาตุในร่างกาย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๖.	เมื่อท่านเห็นคนเข้ามาทำบุญที่วัด ท่านมีความยินดีกับเขาด้วย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้

ลำดับ	ข้อความ	ลำดับผู้ตรวจ IOC					ค่า IOC	สรุป
		๑	๒	๓	๔	๕		
๒๗.	เมื่อบุคคลที่เป็นที่รักได้เสียชีวิต ท่านรู้สึกหดหู่ใจเศร้าโศกเสียใจ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๘.	ท่านเคยรู้สึกกลัวการสูญเสียตำแหน่งหน้าที่ การงาน หรือวัตถุสิ่งของที่ท่านมี	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๒๙.	ท่านจะรู้สึกโกรธต่อคนทำหรือไม่ทำสิ่งใดที่ ตรงกับใจ หรือความต้องการของท่าน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้
๓๐.	ท่านนั่งเรียนหนังสือหรือทำงาน ท่านมักคิดถึงเรื่องราวอื่นๆด้วยโดยท่านไม่รู้ตัว	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๑	ใช้ได้

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ/ฉายา/นามสกุล : นายสาส์ นิรามัย
- เกิด : วันที่ ๑๔ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๔๘๒
- ภูมิลำเนา : อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
- การศึกษา : พ.ศ. ๒๔๙๐-๒๔๙๔ สำเร็จการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๔
โรงเรียนบ้านหม้อ ๑ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
- : พ.ศ. ๒๔๙๔-๒๕๐๐ สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๖
โรงเรียนสุวรรณรังษฤษฎ์วิทยา อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
- : พ.ศ. ๒๕๐๑-๒๕๐๒ สมัครงานสอบ-สำเร็จเตรียมอุดมศึกษาชั้นปีที่ ๒
(แผนกอักษรศาสตร์)
- : พ.ศ. ๒๕๐๒-๒๕๐๘ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี คณะนิติศาสตร์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- : พ.ศ. ๒๕๓๔-๒๕๓๕ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท
หลักสูตรพัฒนบริหารศาสตร์ มหบัณฑิต
สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์
- : พ.ศ. ๒๕๔๓ สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรกฎหมายปกครอง
รุ่นที่ ๒ แห่งเนติบัณฑิตยสภา
- : พ.ศ. ๒๕๔๔ สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรหัวหน้าความ
รุ่นที่ ๗ สภานายความ
- : พ.ศ. ๒๕๔๔ สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรกฎหมายภาษี
รุ่นที่ ๑ แห่งเนติบัณฑิตยสภา สภานายความ
- : พ.ศ. ๒๕๔๔ สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรกฎหมายทรัพย์สิน
ทางปัญญา รุ่นที่ ๑ แห่งเนติบัณฑิตยสภา
- : พ.ศ. ๒๕๔๖ สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรกฎหมายการค้าระหว่าง
ประเทศ ภาคปฏิบัติ และการระงับข้อพิพาทแห่งเนติบัณฑิตยสภา
- : พ.ศ. ๒๕๔๘ สำเร็จการศึกษอบรมหลักสูตรพรรคการเมืองกับ
การปกครองระบอบประชาธิปไตย สำหรับผู้บริหารพรรคการเมือง รุ่นที่ ๔
- : พ.ศ. ๒๕๕๔ สำเร็จการศึกษาประกาศนียบัตรอภิศรรมบัณฑิต
รุ่นที่ ๔๗/๒๕๕๓ อภิศรรมโชติภควิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

- : พ.ศ. ๒๕๕๕ สำเร็จการอบรมหลักสูตร “นักเผยแพร่พระอภิธรรม”
รุ่นที่ ๑ ระหว่างวันที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๕๕ – ๖ ธันวาคม ๒๕๕๖
- : พ.ศ. ๒๕๖๑ สำเร็จการศึกษาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พธ.ม.)
สาขาวิชาชีวิตและความตาย ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

- เข้าศึกษา** : พุทธศักราช ๒๕๕๙
- สำเร็จการศึกษา** : พุทธศักราช ๒๕๖๑
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : ๖๖/๑ หมู่ ๙ ซอย ๔/๑ ถนน/แขวง เขตทวีวัฒนา
กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐

ประสบการณ์การทำงาน

- : เข้ารับราชการกรมที่ดิน เมื่อวันที่ ๑๑ ตุลาคม ๒๕๐๔ -๕ กรกฎาคม ๒๕๔๒ รวมระยะเวลา ๒๔ ปี โดยมีประวัติย่อการรับราชการ ดังต่อไปนี้
- : พ.ศ. ๒๕๐๔ – ๒๕๑๑ ดำรงตำแหน่งเสมียนพนักงานชั้นจัตวา
สำนักงานที่ดินจังหวัดเพชรบุรี
- : พ.ศ. ๒๕๑๘ – ๒๕๒๓ ดำรงตำแหน่งเจ้าพนักงานที่ดินจังหวัด
(เจ้าพนักงานที่ดิน ๖) สำนักงานที่ดินจังหวัดหนองคาย
- : พ.ศ. ๒๕๒๓ – ๒๕๓๑ ดำรงตำแหน่งเจ้าพนักงานที่ดินจังหวัด
(เจ้าพนักงานที่ดิน ๗) สำนักงานที่ดินจังหวัดหนองคาย, จังหวัดเพชรบุรี
และอุดรธานี และผู้ตรวจราชการกรมที่ดินตามลำดับ
- : พ.ศ. ๒๕๔๐ – ๒๕๔๒ ดำรงตำแหน่งเจ้าพนักงานที่ดินจังหวัด
สมุทรสงคราม (ระดับ ๘)

เครื่องราชอิสริยาภรณ์ที่ได้รับ

- : ๕ ธันวาคม ๒๕๑๒ เบญจมาภรณ์มงกุฎไทย (บ.ม.)
- : ๕ ธันวาคม ๒๕๑๕ จตุภรณ์มงกุฎไทย (จ.ม.)
- : ๕ ธันวาคม ๒๕๑๙ ตริยาภรณ์มงกุฎไทย (ต.ม.)
- : ๕ ธันวาคม ๒๕๒๓ ทวียาภรณ์มงกุฎไทย (ท.ม.)
- : ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๙ ทวีติยาภรณ์มงกุฎไทย (ท.ช.)
- : ๕ ธันวาคม ๒๕๓๐ เหรียญจักรพรรดิมาลา(ร.จ.พ.)
- : ๒ ธันวาคม ๒๕๔๑ ประถมาภรณ์มงกุฎไทย (ป.ม.)

- เบอร์โทรศัพท์** : ๐๘๑-๓๕๐๖๐๖๘