

สู่ความกว้างของดวงใจ: บนเส้นทางงานเยียวยาจิตใจวิถีพุทธ TO THE BREADTH OF MIND: ON THE ROAD OF MIND HEALING IN BUDDHIST WAY

ปณิสรา จันทร์पालะ¹

Panisara Chanpala

ผู้แต่ง : เพรศพรพรรณ แดนศิลป์

จัดพิมพ์โดย : สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง

จำนวน 247 หน้า

ราคา 190 บาท

หนังสือเล่มนี้ผู้เขียนได้เรียบเรียงจากงานวิทยานิพนธ์ของตนเองในระดับดุษฎีบัณฑิตเรื่อง “การศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโยนิโสมนสิการที่มีต่อปัญญาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยงและภาวะความเปลี่ยนแปลง” สิ่งที่ผู้เขียนต้องการจะสื่อให้กับผู้อ่านคือ การเดินบนเส้นทางในวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาโดยอยู่บนสายธารแห่งวิถีพระพุทธศาสนา

การเป็นนักจิตวิทยาที่กำลังปฏิบัติธรรมตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาพร้อมกับการให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ที่มีความทุกข์ให้หลุดพ้นจากช่วงเวลาเลวร้ายนั้นได้ เกิดจากการที่ผู้เขียนได้รับการหล่อหลอมผ่านการบ่มเพาะทั้งประสบการณ์ทางโลกและประสบการณ์ทางธรรมที่เขาสัมผัส จนทำให้เขาเกิดแรงบันดาลใจในการมุ่งมั่นทำงานในวิชาชีพจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ เขาได้เรียนรู้ความทุกข์ของเพื่อนมนุษย์ และเป็นแรงผลักดันที่ช่วยนำพาความทุกข์ออกจากผู้คนเหล่านั้น โดยการนำหลักพุทธธรรมมาผสานเข้ากับงานพัฒนาจิตใจของมนุษย์ ผู้เขียนต้องการมุ่งเน้นที่การฝึกพัฒนามนุษย์ให้รู้ เข้าใจ ธรรมชาติ และความเป็นไปของธรรมชาติตามความเป็นจริง แล้วนำสิ่งที่รู้นั้นมาประยุกต์ใช้ในการจัดสรรเหตุปัจจัย ฝึกฝนพัฒนาตนเองทั้งภายในและภายนอก เพื่อให้เกิดความดีงามเกื้อกูลต่อตนเอง สังคม และธรรมชาติ จนมีความรู้ความเข้าใจถึงขั้นละความทุกข์ทั้งปวงได้ และจุดเด่นของหนังสือเล่มนี้ผู้เขียนได้รวบรวมหลักความรู้ทางพระพุทธศาสนาในด้านการพัฒนาปัญญา และหลักโยนิโสมนสิการไว้อย่างเป็นขั้นเป็นตอนสามารถทำให้ผู้อ่านเข้าใจหลักการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยผ่านการบอกเล่าจากประสบการณ์ของผู้เขียนโดยตรง และจากความคิด ความรู้สึกของผู้ที่เข้าร่วมในงานวิจัย ผู้เขียนเองยังได้แนะนำแนวทางการคิด

แก้ปัญหาอย่างเป็นระบบตามเหตุปัจจัย โดยได้มีตัวอย่างจากประสบการณ์จริงประกอบกับหลักการทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย เพื่อที่ผู้อ่านจะสามารถใช้เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของทุกคนได้

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าจะเป็นหนังสือที่เรียบเรียงมาจากงานวิจัยเพื่อทำวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาเอกของผู้เขียนเองนั้น แต่เนื้อหาสาระกลับมีความแตกต่างไปจากรายงานการวิจัยทั่วไป ผู้เขียนต้องการที่จะบอกเล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้นจากกระบวนการทำวิจัย เพราะความรู้ที่เกิดขึ้นมีใช้ความรู้เชิงทฤษฎี แต่เป็นความรู้ที่เกิดจากการศึกษาค้นคว้าเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ให้ข้ามพ้นความทุกข์ และผู้เขียนเข้าใจประจักษ์และเข้าใจในเรื่องของความทุกข์ และสามารถจะกำจัดความทุกข์ในใจของตนเองได้อีกด้วย สำหรับประเด็นที่น่าสนใจในหนังสือเล่มนี้ประกอบด้วย 8 ส่วน โดยมีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 สู่ความเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ ในส่วนนี้ได้กล่าวถึงเส้นทางการก้าวเข้าสู่การเป็นนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธของผู้เขียนเอง โดยสิ่งที่ผู้เขียนต้องการเล่าให้ผู้อ่านได้เข้าใจ คือการศึกษาที่มีครูอาจารย์คอยช่วยเหลือ บ่มเพาะลูกศิษย์และผสมกับการเก็บรวบรวมความรู้และประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้จากการเรียน การทำกิจกรรม ตลอดจนการฝึกปฏิบัติงานในระหว่างเรียน เปรียบเสมือนเป็นครูให้กับเขาได้เป็นอย่างดี สิ่งที่ผู้เขียนได้เรียนรู้และเกิดการเปรียบเทียบในการเรียนแต่ละช่วง ยกตัวอย่างเช่น ในระดับปริญญาตรี วิชาส่วนใหญ่ที่เรียนจะเน้นที่การศึกษาเกี่ยวกับอยู่ข้างนอกตัวเราทั้งนั้น ทำให้ผู้เขียนเข้าใจเรื่องอื่นๆ มากมายยกเว้นเข้าใจตนเอง เมื่อเขาได้เข้ามาศึกษาต่อในระดับปริญญาโท อาจารย์ได้สอนให้ทุกคนเข้าใจตนเองก่อนเป็นอันดับ

¹ นิสิตระดับดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

Ph.D. Candidate in Curriculum and Instruction, Department of Education, Faculty of Education, Naresuan University,
E-mail: plamnp_2525@hotmail.com

แรกโดยเฉพาะนักจิตวิทยาการศึกษาที่ต้องการให้การช่วยเหลือทางด้านจิตใจผู้อื่น แต่ตัวเองในฐานะผู้เรียนจะต้องได้รับการช่วยเหลือด้านจิตใจก่อนเป็นคนแรก เพราะเราจะไปช่วยเหลือคนอื่นได้อย่างไรหากเรายังไม่รู้จักทุกข์ของตนเองเลย สิ่งที่ได้เรียนรู้ในระดับปริญญาโทเป็นลักษณะของการชวนให้ใคร่ครวญในตนเอง ผู้เขียนกล่าวว่าการเรียนในช่วงแรกเปรียบเสมือนการเตรียมเนื้อดินให้พร้อม เป็นการพรวนเนื้อดิน เติมปุ๋ยให้ดินอุดมสมบูรณ์ก่อนที่จะเริ่มเพาะปลูก กิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างเรียนทำให้เขาเข้าใจโลกและชีวิตที่ถูกต้อง โดยเริ่มจากตนเองก่อน ซึ่งเป็นรากฐานที่มั่นคงและสำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิต การงาน และวิชาชีพ การสะสมประสบการณ์และการเข้าใจโลกและชีวิตของผู้เขียนเองเป็นระยะเวลา 3 ปี จนนำไปสู่การทำวิทยานิพนธ์ในระดับปริญญาเอก โดยการนำหลักโยนิโสมนสิการมาผสมผสานกับกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งในบทนี้ ผู้อ่านจะเห็นถึงการประมวลความรู้ ความเข้าใจและประสบการณ์ทั้งหมดออกมาแสดงให้เห็นอย่างชัดเจน

ส่วนที่ 2 คือเพื่อนร่วมทางสู่ปัญญา ในส่วนนี้ผู้อ่านจะเข้าใจว่า นักจิตวิทยาการศึกษาคือเพื่อนร่วมทาง ในช่วงเวลาแห่งความทุกข์ของทุกคนซึ่งต้องการใครสักคนที่รับรู้และเข้าใจ ผู้เขียนกล่าวว่า นักจิตวิทยาการศึกษา จะทำให้ผู้รับบริการได้เกิดการตระหนักในตนเอง ใส่ใจสนใจกับเรื่องราว ความคิดความรู้สึกที่ตนเผชิญอยู่ แล้วสำรวจใคร่ครวญ ทำความเข้าใจกับความจริงที่เกิดขึ้น ซึ่งไม่ได้เป็นไปตามความปรารถนาของตน นักจิตวิทยาการศึกษาจะไม่ใช่เป็นเพียงผู้ให้คำแนะนำ ในการแก้ปัญหาของผู้รับบริการเท่านั้น แต่เป็นผู้ทำให้ผู้รับบริการได้เกิดการเรียนรู้อย่างเข้าใจตนเองเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาตนเองต่อไปได้

ส่วนที่ 3 เส้นทางสู่ปัญญา ในส่วนนี้ผู้เขียนต้องการนำเสนอแนวคิดหรือแนวทางที่ใช้ในการแก้ปัญหา บำบัดเยียวยาจิตใจให้คนที่มีความทุกข์ ผู้เขียนได้อธิบายไว้ว่า กลุ่มนักจิตวิทยาการศึกษาหรือนักจิตบำบัดรุ่นใหม่นำแนวคิดพุทธธรรมไปผสานในการให้บริการแก่ผู้รับบริการอย่างมากมาย โดยเฉพาะนักจิตบำบัดตะวันตกที่ให้ความสนใจ “หลักอริยสัจ 4” นำมาเป็นฐานของการบำบัด และพัฒนาจิตใจ และหลักธรรมอีกประการหนึ่ง ซึ่งถูกนำมาประยุกต์ใช้เป็นอย่างมากคือ “การภาวนา” ผู้อ่านจะเห็นว่าการภาวนาได้เป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลเกิดปัญญาและความเข้าใจใน

ตนเอง ตลอดจนควบคุมตนเองได้ ดังนั้นอริยสัจ 4 และการภาวนาจึงเป็นหลักที่นักจิตวิทยาและนักจิตบำบัดในโลกตะวันตกนำไปสร้างกระบวนการจิตบำบัด และจากการที่ตัวผู้เขียนเขาได้คุ้นเคยกับพุทธศาสนาและได้มีโอกาสสนทนากับผู้รู้ในพุทธศาสนา จึงทำให้เกิดความสนใจและเริ่มเข้าใจหลักธรรมที่เป็นธรรมที่น่าสนใจ และเป็นประโยชน์อย่างมากคือ โยนิโสมนสิการและปัญญา จึงเกิดเป็นงานในการทำวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาเอก

ส่วนที่ 4 กัลยาณมิตรบนวิถีแห่งปัญญา ในส่วนที่ 4 นี้ผู้เขียนได้นำเสนอเกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาตนภายในกรอบของกัลยาณมิตร (ในตัวผู้สอน) กับสัมมาทิฐิหรือปัญญา (ในตัวผู้เรียน) ซึ่งเป็นกระบวนการเดียวกันกับที่ผู้เขียนปฏิบัติงานเป็นนักจิตวิทยาการศึกษา (กัลยาณมิตร) ต่อสมาชิกให้เกิดความเข้าใจตนเองและชีวิต (สัมมาทิฐิ หรือปัญญา) ซึ่งนักจิตวิทยาการศึกษาที่คือกัลยาณมิตรในการพัฒนาปัญญา ซึ่งเขาจะต้องได้รับการฝึกฝน และเข้าใจในอริยสัจ 4 จนสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นให้แก่ผู้เข้ารับบริการ ความเป็นกัลยาณมิตรคือปัจจัยภายนอกที่ “ปลูก” โยนิโสมนสิการให้เกิดขึ้นในผู้รับบริการเพื่อความเข้าใจโลกและชีวิตตามจริง จนนำไปสู่การแก้ปัญหาหรือดับทุกข์และอยู่กับชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ส่วนที่ 5 ปัญญา คือ ภาวะอันยอดเยี่ยม ในส่วนนี้ผู้เขียนได้นำเสนอเรื่องของปัญญา ซึ่งผู้เขียนได้อธิบายว่าปัญญาเกิดจากการมองเห็นอริยสัจ 4 คือ การเห็นซึ่งความทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ การดับทุกข์และวิถีทางแห่งการดับทุกข์ ทำให้เห็นปัญญาในหลักอิทัปปัจจยตา และปัญญาในหลักไตรลักษณ์ ก็คือปัญญาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยง และภาวการณ์เปลี่ยนแปลง ผู้เขียนเขาได้นำมาใช้เป็นตัวแปรตามในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาในวิทยานิพนธ์ของเขาที่ชื่อว่า “กลุ่มโยนิโสมนสิการ” ผู้อ่านจะได้ทราบว่าปัญญาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยงเป็นการเห็นแจ้งว่าปรากฏการณ์ในแต่ละปรากฏการณ์ สิ่งทุกสิ่ง ชีวิตทุกชีวิต เรื่องราวทุกอย่างต่างก็ไม่ได้เกิดขึ้นเอง แต่มีปัจจัยต่างๆ มาประกอบขึ้น ความมี “ปัญญาในหลักอิทัปปัจจยตา” จะทำให้เกิดความเข้าใจชัดเจนในจิตใจว่าเราจะต้องอ่อนน้อมต่อสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว และตัวเราเองไม่แน่ว่าจะกำหนดให้สิ่งต่างๆ เป็นไปตามใจเรา ส่วน “ปัญญาในหลักไตรลักษณ์” คือ การเห็นความเปลี่ยนแปลง ไม่ยั่งยืน ไม่คงที่ ทำให้บุคคลอยู่อย่างไม

ยึดมั่นในสิ่งต่างๆ เป็นไปตามใจตนเอง เมื่อมองเห็นสิ่งต่างๆ รอบตัวอย่างเข้าใจปัญญาก็เกิดขึ้นตามมาทำให้เข้าใจชีวิตเกิดการพึ่งพาอาศัย ทำให้บุคคลอยู่ร่วมกันได้อย่างสมดุล และผู้เขียนยังได้นำเสนอการออกแบบวัดปัญญาในงานวิจัยของเขา ซึ่งแบบวัดปัญญาที่เขาพัฒนาขึ้น เป็นปัญญาในระดับบุคคลทั่วไปที่แก้ปัญหาความทุกข์ที่เกิดจากการใช้ชีวิตประจำวัน ไม่ใช่มุ่งถึงการดับทุกข์หรือดับกิเลสในทางพุทธศาสนา

ส่วนที่ 6 โยนิโสมนสิการ: วิธีแห่งปัญญา ในส่วนนี้ผู้เขียนได้กล่าวถึงโยนิโสมนสิการที่มีความสำคัญต่องานวิจัยของเขาเป็นอย่างมาก ผู้เขียนได้อธิบายว่า "โยนิโสมนสิการ" เป็นกระบวนการพิจารณาสิ่งต่างๆ ให้สอดคล้องกับ ความจริงหรือสัจจะของธรรมชาติ เพื่อการเจริญปัญญาในทางที่จะนำไปสู่การแก้ปัญหาของจิตใจ หรือปัญหาทางกายภาพอื่นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โยนิโสมนสิการคือความคิดที่สกัดวิชาและค้นหาไปพร้อมๆ กัน ผู้เขียนได้อธิบายถึง "กลุ่มโยนิโสมนสิการ" ไว้ว่าเป็นกลุ่มพัฒนาตนและการศึกษาเชิงจิตวิทยาที่ผู้เขียนเขาได้พัฒนาขึ้นในงานวิจัย โดยมีนักจิตวิทยาการศึกษาที่ได้รับการฝึกฝนอบรม พัฒนา และรักษาจิตใจตามแนวพัฒนาจิตใจของพุทธธรรมมาระดับหนึ่ง แล้วมาทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรในกระบวนการเป็นผู้นำกลุ่มที่เอื้อให้สมาชิกใคร่ครวญพินิจพิจารณาตนเองในเรื่องราวต่างๆ ที่สมาชิกบอกเล่า เพื่อเอื้อให้เกิดการพัฒนาเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม ความคิด และความเข้าใจที่วางรากฐานอยู่ในความจริง ผู้อ่านสามารถเข้าใจในหน้าที่ของกลุ่มโยนิโสมนสิการ ที่ช่วยแก้ไข้ปัญหาที่เกิดขึ้นในจิตใจ เป็นภาวะจากยึดมั่นถือมั่นไปสู่ความเป็นอิสระ ผู้เขียนได้นำวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ แบบอริยสัจ 4 มาใช้เป็นฐานในการวิจัย

ส่วนที่ 7 การบ่มเพาะ ส่วนนี้ผู้อ่านจะได้ทราบถึงวิธีการของกลุ่มโยนิโสมนสิการโดยมีหลักอริยสัจ 4 ซึ่งเปรียบเป็น "แผนที่" ในการเดินทางดำเนินการจัดกิจกรรมที่ให้กลุ่มสมาชิกได้ศึกษาประสบการณ์ของตนเองและสมาชิกในกลุ่ม และนักจิตวิทยาการศึกษาซึ่งเป็นผู้นำกลุ่มได้ "เลือก" หรือ "หยิบ" มาเป็นประเด็นสำคัญสำหรับการศึกษา โดยสมาชิกแต่ละคนจะเป็นทั้งผู้เรียนและผู้สอน (Experiential Learning) ซึ่งผู้นำกลุ่มกลุ่มจะเป็นกัลยาณมิตรสื่อสารกับสมาชิกในแนวทางของโยนิโสมนสิการ โดยใช้ระยะเวลาดำเนินกลุ่มประมาณ 20 ชั่วโมง แบ่งเป็นช่วงระยะเวลา 9 ช่วง คือ ช่วงที่ 1

"การต้อนรับต่อสรรพสิ่ง" ช่วงที่ 2 "ความโยงโยในสรรพสิ่ง" ช่วงที่ 3 "ความจริงในความรัก" ช่วงที่ 4 "ความภาคภูมิใจในชีวิต" ช่วงที่ 5 "ยิ้มแย้มให้แก่ชีวิต" ช่วงที่ 6 "ความทรงจำ" ช่วงที่ 7 "ปณิธานแห่งชีวิต" ช่วงที่ 8 "ความโชคดีในชีวิต" ช่วงที่ 9 "ตำราชีวิต" การดำเนินกลุ่มตลอดช่วงเวลา 3 วัน 2 คืน ผู้เขียนได้จัดแผนการดำเนินงานโดยอาศัยการศึกษาตำราพุทธธรรม ประกอบกับประสบการณ์การเป็นผู้นำกลุ่มการปรึกษาแนวพุทธธรรม ความรู้ทั้งหมดได้ถูกนำมาใช้ในกระบวนการโยนิโสมนสิการนี้

ส่วนที่ 8 เมล็ดพันธุ์อันงอกงาม ในส่วนนี้ผู้เขียนต้องการนำเสนองานวิจัยที่ได้ทำในระดับปริญญาเอก ต้องการแบ่งปันเรื่องราวที่เป็นประโยชน์จากงานวิจัยและผลการวิจัยที่เกิดขึ้น การวิจัยเรื่อง "การศึกษาลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโยนิโสมนสิการที่มีต่อปัญญาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยงและภาวะความเปลี่ยนแปลง" มุ่งที่จะตอบคำถามการวิจัยว่า กลุ่มโยนิโสมนสิการมีผลต่อปัญญาหรือไม่ และปัญญาที่เกิดขึ้นหลังการเข้ากลุ่มโยนิโสมนสิการเป็นอย่างไร รูปแบบการวิจัยผสมระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง ใช้ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง โดยมีกลุ่มควบคุม โดยใช้แบบวัดปัญญาและแบบตรวจสอบการดำเนิน กลุ่ม โดยใช้ข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์เชิงลึก "ตัวแปรอิสระ" คือ การเข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม มี 3 ลักษณะ คือกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทฤษฎี และกลุ่มควบคุม "ตัวแปรตาม" คือ ค่าคะแนนปัญญาที่วัดจากแบบวัดปัญญา จากการทดลองทำให้ผู้อ่านทราบว่า กลุ่มโยนิโสมนสิการ มีผลต่อการเพิ่มปัญญาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยงและภาวะความเปลี่ยนแปลง ทั้งระหว่างการทดลองและหลังการทดลอง ซึ่งเป็นผลมาจากกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วยปัจจัย 2 ประการ คือ 1) กระบวนการโยนิโสมนสิการของสมาชิกในกลุ่ม 2) ความเป็นกัลยาณมิตรของผู้นำกลุ่ม ผู้เขียนได้กล่าวว่า ปัจจัยทั้ง 2 ประการเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการเกิดปัญญา ความเป็นกัลยาณมิตรในงานวิจัยหมายถึงนักจิตวิทยาการศึกษาในกลุ่มโยนิโสมนสิการถือว่าเป็นปัจจัยภายนอกที่มีความเข้าใจและฝึกฝนตนเองจนเห็นอริยสัจ 4 และเข้าใจกระบวนการโยนิโสมนสิการมีส่วนเอื้อให้สมาชิกได้เข้าใจชีวิต เข้าใจธรรมชาติที่อยู่ใต้อยองโยแห่งความสัมพันธ์และเห็นกฎความเปลี่ยนแปลงในชีวิตและสรรพสิ่ง จนสามารถทำให้

สมาชิกเกิดกระบวนการโยนิโสมนสิการ ซึ่งผู้เขียนกล่าวว่า เป็นปัจจัยภายใน ที่เอื้อให้สมาชิกได้เกิดการสังเกต พินิจพิจารณา ใคร่ครวญจนเข้าใจความเป็นไปของ ธรรมชาติ และสามารถจัดการกับความทุกข์ได้ จากการอ่านในส่วนนี้จะพบว่า การเอื้อเพื่อเกื้อกูลชีวิต เกิดขึ้นได้เพราะเมื่อสมาชิกในกลุ่มโยนิโสมนสิการเกิด ภาวะจิตใจที่เข้าถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยง ซึ่งมีผลให้เขารู้จักสำนึกในคุณค่าของสิ่งต่างๆ การที่สมาชิกรู้จัก คุณค่าของตนเอง เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง ผู้กล่าวอธิบายไว้ว่าบุคคลเหล่านี้ก็จะมีหลักและทิศทางในการ ดำเนินชีวิตที่สร้างสรรค์ และจากผลการวิเคราะห์ ผู้อ่านจะได้ทราบว่ากระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาที่ อาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา สามารถเอื้อให้ สมาชิกเกิดความสำนึก ขอบคุณ กตัญญู ต่อเหตุปัจจัย ที่เกื้อกูลในชีวิตของตนเองที่อาศัยอยู่ร่วมกัน

บทสรุป

ในภาพรวมหนังสือเล่มนี้ เป็นการนำเสนอ กระบวนการการเรียนรู้และการทำงาน จนมาถึงการ ประมวลความรู้และประสบการณ์ผ่านการกลั่นกรองจน เกิดเป็นงานวิจัยในวิทยานิพนธ์ในระดับปริญญาเอก ข้อค้นพบที่เกิดขึ้นในงานวิจัย จึงเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญ ของการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในการ กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ผลที่เกิดขึ้นจึงช่วย ยืนยันและเป็นการสนับสนุนว่าหลักพุทธธรรม สามารถ นำมาเป็นฐานสำคัญต่อกระบวนการจิตวิทยาการ ปรึกษา ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาตนเองและแก้ปัญหา

มนุษย์ และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในสถานศึกษา โดยเฉพาะ ในระดับอุดมศึกษาที่มีทรัพยากรมนุษย์ที่อยู่ใน ช่วงควรได้รับการปลูกฝังและพัฒนากระบวนการคิด ให้เข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง เพื่อการ ดำรงชีวิตและการดำรงตนอย่างเกื้อกูลต่อตนเองและ สังคม เนื้อหาทั้งหมดที่มีอยู่ในหนังสือจะทำให้ผู้อ่าน หลายๆ ท่านเข้าใจและเกิดความรู้ซึ่งเป็นความรู้ที่ เกิดขึ้นภายใน มิใช่ความรู้ที่เกิดจากภายนอกที่ถูก บ้อนเข้ามาสู่ตัวเรา ทำให้มองเห็นถึงแนวทางในการ แก้ปัญหาที่ถูกต้องตลอดจนกระบวนการทำงาน ประสบการณ์ของผู้เขียน ที่ผู้อ่านสามารถจะนำมา ประยุกต์ใช้เป็นตัวอย่างในการทำงานได้ โดยเฉพาะใน การทำงานวิจัยที่ผู้อ่านได้รับข้อคิดจากประเด็นใน หนังสือเล่มนี้ เกี่ยวกับการที่เราทำสิ่งที่เราสร้างไป ทดลองใช้กับกลุ่มทดลอง ซึ่งเราจะได้ประโยชน์เต็มที่ ตามเป้าหมายงานวิจัยที่ตั้งไว้ แต่หลังจากนั้นโดยส่วน ใหญ่ นักวิจัยหลายๆ คนจะไม่ได้มองย้อนกลับไปยัง กลุ่มที่เราไปทดลองนวัตกรรมว่าพวกเขาเหล่านั้นจะได้ ประโยชน์อะไรบ้าง ซึ่งผู้อ่านมองว่าประเด็นนี้มี ความสำคัญมาก การที่จะทำอะไรก็ตามเราจะต้อง เกื้อกูลกัน ประโยชน์ที่ได้รับควรจะเกิดขึ้นทั้งสองฝ่าย มิใช่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งได้รับผลประโยชน์เพียงฝ่ายเดียว หนังสือเล่มนี้จะแฝงแนวคิดและสอนวิธีการคิดใน ทางบวก เพื่อให้ผู้อ่านได้เข้าใจเกี่ยวกับสิ่งที่เกิดขึ้น ต่างๆ รอบตัวเราได้เป็นอย่างดี เหมาะสมกับการนำ ประเด็นต่างๆ ที่แฝงอยู่นั้นนำมาใช้ในการดำเนินชีวิต ของคนในสังคมได้เป็นอย่างดี