

ศึกษาการประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบท
ของประชาชนในชุมชนน้ำเย็น อำเภอน้ำเย็น จังหวัดอุบลราชธานี
A STUDY ON MENTAL DEVELOPMENT PROCESS APPEARING IN
THE DHAMMAPATA SCRIPTURE OF THE PEOPLE
IN NAMYUEN COMMUNITY, NAMYUEN DISTRICT,
UBON RATCHATHANI PROVINCE

¹พระครูวีรกิจชลธาร (กนต์วีโร/รัตนวัน)

²พระครูธรรมธรศิริวัฒน์ สิริวาทโน และ ³ทิพย์ภวิษณ์ ไสชาติ

¹Phrakru Veerakitchonlatharn (Kantaveero/Rattanawan)

²PhrakruThammathorn Siriwat Siriwatthano and ³Thippavit Saichart

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand.

¹Surin80696@gmail.com

Received December 25, 2021; Revised February 12, 2022; Accepted March 20, 2022

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบทหมวดจิตวรรค 3) เพื่อศึกษาการประยุกต์กระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์ธรรมบทของประชาชนในชุมชนน้ำเย็น อำเภอน้ำเย็น จังหวัดอุบลราชธานี การวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการวิจัยพบว่า 1) จิต หมายถึง สภาพที่รับรู้อารมณ์ ทั้งที่เป็นอารมณ์อันน่าพอใจและไม่น่าพอใจ สามารถรับรู้ได้ทั้งในอดีตและปัจจุบัน หน้าที่ของจิตจึงเป็นสภาวะธรรมที่เป็นนามธรรม มีสภาพที่นึกคิดรับจำ รู้ สิ่งต่างๆ ที่มากระทบตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ เพราะจิตนั้นเป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์ 2) กระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบทหมวดจิตวรรค มีทั้งหมด 9 เรื่อง

¹ นิสิต, หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตอุบลราชธานี

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตอุบลราชธานี

³ อาจารย์ ดร., หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตอุบลราชธานี

ได้แก่ (2.1) เรื่องอุกวิตกทั้ง 3 เข้าครอบงำจิตใจ วิตก 3 อย่าง (2.2) เรื่องความไม่ประมาทในชีวิต ด้วยการสำระยาอาการ 32 ประการ เป็นวิธีการฝึกจิตอันเข้มได้ยาก (2.3) เรื่องการรักษาจิตอย่างเดียวยังไม่ให้เลื่อนลอยฟุ้งซ่านก็สามารถพันทุกขได้ (2.4) เรื่องการปล่อยความคิดเลื่อนลอย (2.5) เรื่องความคิดและความจริงต่างกันคือคิดอยากบวชเป็นพระจะได้ไม่เป็นผู้ต้อยอยากเรื่องอาหาร (2.6) เรื่องการรู้จักใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นสัจธรรมความเป็นจริงตามธรรมชาติ (2.7) เรื่องการทำให้จิตใจเป็นสมาธิรวมกันเป็นหนึ่ง มีศรัทธาเชื่อมั่นในสิ่งที่ถูกต้อง (2.8) เรื่องการตั้งจิตไว้ผิดใน อกุศลกรรมบถ 10 ประการและ (2.9) เรื่องการตั้งจิตไว้ไม่ดีก็จะทำให้จิตนั้นฟุ้งไป 3) การประยุกต์กระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์ธรรมบท คือ (3.1) การประมาณตนไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน อยู่อย่างพอเพียง การอดทนอดกลั้น มีความขยันหมั่นเพียร ทำจิตใจให้สงบ (3.2) การพัฒนาจิตใจ ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น เป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี กล่าวทำและรับผิดชอบในสิ่งที่ทำ การพูดดี ทำดี มีสติในการใช้ชีวิตประจำวัน ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจทั้งต่อหน้าและลับหลัง (3.3) มีความศรัทธาในหน้าที่ตนเอง รักในอาชีพตนเอง เป็นแบบอย่างที่ดี มีความซื่อสัตย์สุจริต มีการพัฒนาตนเองต่อบทบาทหน้าที่ มีความรับผิดชอบ ขยันอดทน มีความพยายาม เชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง ตระหนักในหน้าที่และความรับผิดชอบต่อสังคม

คำสำคัญ : การประยุกต์, กระบวนการพัฒนาจิต, คัมภีร์ธรรมบท

Abstract

This article included 3 objectives as the followings: 1) to study the concept on mental in Theravada Buddhism; 2) to study the mental development process appearing in the Dhammapata scripture in the section of Citta Vagga (Mental Section); 3) to study the application of mental development process appearing in the Dhammapata scripture of the people in Namyuen community, Namyuen District, Ubon Ratchathani Province. It was a qualitative research. The research findings were as the followings. 1) Mental means the state of recognizing emotions i.e. both satisfactory emotions and unsatisfactory ones. It could be recognized both in the past and at the present. The duty of mental is an abstract. Mental is shapeless without appearance. It is only a state of emotion. It is a state of thinking, memorizing and recognizing various things sensing through eyes, ears, nose, tongue, bodily touch and mind. Mental is by nature acknowledging emotions. 2) Mental development process appearing in the Dhammapata scripture in the section of Citta Vagga (Mental Section) included 9 topics as the followings: (2.1) mind dominated by 3 unwholesome thoughts (Vitakka); (2.2) Heedful living by enunciating the Akara (modes) of 32 as a method of training mentality which is hard to be contained; (2.3) Mind

containment from being distracted that helps releasing from suffering; (2.4) aimless thought that is easily affected by trivial matters. (2.5) difference between thought and reality e.g. one wishes to be ordained for keeping himself away from hunger; (2.6) making use of wisdom for considering and seeing the truth as it naturally is; (2.7) concentrating one's mind in unity with faith and confidence in the right path; (2.8) misleading one's mind with Akusala-kammappatha 10 (unwholesome course of action); and (2.9) misleading one's mind that is hard to control and causes delusions. 3) The applications of mental development process appearing in the Dhammapata scripture included: (3.1) managing oneself in modesty, harmlessness, self-sufficiency, tolerance, diligence, and peace; (3.2) mental development through acceptance of others' opinion, having a good human relations and being responsible for what was done, right speech, right action, mindfulness in daily living, honest practice towards others with a truthful mind; (3.3) being faithful in one's own duties, loving one's own career, being a good model, being honest, developing oneself towards one's duties, being responsible, being diligent and patient, striving, being confident in one's own potentials, being aware of duties and responsibilities towards society.

Keywords: Application, Mental Development Process, Dhammapata Scripture

บทนำ

ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ในโลกนี้นั้น ชีวิตของมนุษย์ทุกคน ย่อมประกอบไปด้วย 2 ระบบที่สำคัญๆ คือ ระบบกายและระบบจิตที่เป็นแกนหลัก โดยระบบทั้งสองมีการทำงานที่รวมกันเป็นหนึ่งเดียว มีความสัมพันธ์สอดคล้องเชื่อมโยงกันและกัน เพื่อให้เกิดดุลยภาพต่อพฤติกรรมเป็นความสมบูรณ์แห่งชีวิต เราจะไม่สามารถทำความสำเร็จให้สมบูรณ์ในกิจการงานใดๆ ได้เลย ถ้าหากกายและจิตทำงานไม่สมดุลกัน หรือระบบใดระบบหนึ่งไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ ดังคำกล่าวที่ว่า ความสมบูรณ์มิได้ ถ้าไร้ดุลยภาพ ดังนั้น เราจึงต้องให้ความสำคัญกับระบบทั้งสองอย่างเท่าเทียมกัน เพราะต่างก็เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ประดุจดังกายกับเงา (อริยา คูหา, 2551 :1)

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่มีเหตุผล มีหลักการ แนวคิด มีตัวอย่างของเรื่องต่างๆ มากมาย ที่ถูกบันทึกไว้ในรูปแบบของพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณวิเสส เป็นต้น ที่ประกอบด้วยเรื่องราวต่างๆ อันเป็นการเผยแผ่หลักพุทธธรรมที่สำคัญ เพื่อรักษาไว้ซึ่งหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาให้คงอยู่ คัมภีร์อรรถกถาธรรมบท เป็นปกรณที่พระพุทธโฆษาจารย์เป็นผู้รจนา ในคราวเดินทางไปแปลและแต่งอรรถกถาที่มหาวิหาร เมืองอนุราชปุระ เกาะลังกา ประมาณ พ.ศ.963 รจนาขึ้นโดยมีนิทานประกอบ เพื่ออธิบายบทแห่ง

พระธรรม 423 คาถา ในขุททกนิกาย พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ 25 ที่แต่งอธิบายขยายความใน อรรถกถาธรรมบทมีทั้งหมด 302 เรื่อง แต่ละเรื่องประกอบด้วยหลักธรรม คติธรรม และ สาระประโยชน์มากมาย เป็นข้อความที่เรียบเรียงเพื่ออธิบายพุทธภาษิตของพระพุทธเจ้าที่ ตรัสไว้สั้นๆ (พระมหาสังเวย ธมฺมเนตติโก, 2535:20) แต่มีความไพเราะคมคายได้ใจความ กะทัดรัด เหมาะแก่การศึกษาเรียนรู้และใช้แก้ปัญหาชีวิตได้ดีอีกด้วย

ในคัมภีร์ธรรมบทได้รับความนิยมอย่างมาก สำหรับใช้เป็นสื่อในการเผยแผ่หลักพุทธ ธรรม จากรุ่นสู่รุ่นก็ยังคงความเป็นเอกลักษณ์มาโดยตลอด เพราะว่ามีคุณสมบัติพร้อมทั้ง อรรถและรส ได้แก่ มีสาระทางธรรมที่สั้น เรียบง่าย ชัดเจน ลึกซึ้ง สะท้อนหลักพุทธธรรมที่ แท้ ช่วยให้จดจำได้ง่าย และสามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้ แม้ข้อธรรมสั้น เรียบง่าย แต่ทว่าลึกซึ้งถึงแก่นพุทธธรรม ได้นำมาจัดรวมเป็นหมวดหมู่อย่างเหมาะสม ทำให้ผู้สนใจ สามารถเลือกอ่านได้ตามความสนใจและมีวิธีการสอนธรรมที่เด่นที่สุด คือ การใช้บท อุปาอุปัไม่อย่างคมคายชัดเจน (สุภาพรรณ ณ บางช้าง, 2526 :80)

คณะสงฆ์ไทยในอดีต ไม่ว่าจะเป็นสมัยสุโขทัยหรือสมัยอยุธยา ได้ใช้คัมภีร์อรรถกถาธรรม บท ประกอบการเรียนการสอนภาษาบาลี เพื่อเสริมพระไตรปิฎกเป็นเวลานานแล้ว (กรมการ ศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ, 2527:29) จนกระทั่งในสมัยปัจจุบัน ยังได้ใช้เป็นตำราเรียนของ พระภิกษุสามเณร ในส่วนของพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของกองบาลีสนามหลวง นอกจากนี้ ยังมีการแปลคัมภีร์อรรถกถาธรรมบทเผยแผ่ในรูปแบบต่างๆ เป็นจำนวนมาก เพื่อใช้เป็นสื่อ ในการเรียนการสอน การเผยแผ่หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

ในพระพุทธศาสนายุคต้น มีคำที่พระพุทธเจ้าทรงใช้เป็นชื่อจิตอยู่ 3 คำหลัก ๆ คือคำ ว่า “จิต มโน วิญญูณ” (ส.นิ. (ไทย) 16/61/116.) ทั้งสามคำนี้เป็นไวยากรณ์กัน (synonym) คือสามารถใช้แทนกันได้ส่วนพระพุทธพจน์ที่ว่า “โลกถูกจิตนำไป ถูกจิตผลักไล่ไป จิตเป็น ธรรมอย่างหนึ่งที่โลกทั้งหมดตกอยู่ในอำนาจ” (ส.ส.(ไทย) 15/62/73.) ในที่นี้โลกหมายถึงหมู่ สัตว์ (สัตว์โลก) ผู้ยังมีกิเลสซึ่งตกอยู่ภายใต้อำนาจการชักนำและการผลักไล่ของจิต พุดงายๆ จิตเป็นผู้สร้างโลกแห่งชีวิตของหมู่สัตว์ในสังสารวัฏทั้งหมด หรือความเป็นไปในชีวิตของสัตว์ โลกทั้งหมดสามารถทอนลงไปหาการทำงานของจิตได้ (พระมหาสมบุรณ์ วุฑฺฒิกโร, 2550 :149)

เมื่อกล่าวถึงความสำคัญของจิตแล้ว ถือได้ว่าเป็นเรื่องของชีวิตที่เป็นฝ่ายนาม ส่วน ร่างกายภายนอกนั้นเป็นชีวิตฝ่ายรูป เมื่อรูปกับนามมาอยู่ด้วยกันเข้าจึงกลายเป็นสิ่งจำเป็น อย่างยิ่ง โดยเฉพาะเรื่องของจิต เพราะจิตนี้โดยธรรมชาติของมันเอง มิใช่เป็นสภาวะที่แปด เปื้อนสกปรก หรือมีสิ่งเศร้าหมองเจือปนอยู่ แต่สภาพเศร้าหมองนั้นเป็นของแปลกปลอมเข้า มา ฉะนั้น การชำระจิตให้สะอาดหมดจดจึงเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2546:168) ถ้าหากจะเปรียบได้กับน้ำ ถึงจะขุ่นมัวสกปรกเพียงใด เราก็สามารถชำระให้ใส สะอาดได้ เพราะสิ่งที่ทำให้ขุ่นมัวนั้นเป็นของแปลกปลอม หมายความว่าน้ำโดยสภาวะของมัน

เองก็คือน้ำ ไม่ใช่เป็นของสกปรก (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2541:328) จึงมีความจำเป็นที่ต้องมีกระบวนการเพื่อพัฒนาคุณภาพจิตให้ปราศจากสิ่งที่เข้ามาทำรบกวนและทำให้จิตขุ่นมัวเศร้าหมอง จนทำให้จิตเดิมแท้นั้นสกปรกได้

โดยภาพรวมของคัมภีร์อรรถกถาธรรมบทดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจเรื่องแนวคิดเรื่องจิตและกระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์อรรถกถาธรรมบท ซึ่งเป็นสิ่งที่เป็นามธรรมว่ามีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตและมีผลกระทบต่ชีวิตของมนุษย์อย่างไรบ้าง โดยเฉพาะการนำมาประยุกต์ใช้เพื่อส่งเสริมกระบวนการพัฒนาจิตให้กับประชาชนในชุมชนน้ำยืน อำเภอน้ำยืน จังหวัดอุบลราชธานี ตามความเหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบทหมวดจิตวรรค
3. เพื่อการประยุกต์กระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์ธรรมบทของประชาชนในชุมชนน้ำยืน อำเภอน้ำยืน จังหวัดอุบลราชธานี

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยนี้เป็นการวิจัยคุณภาพเชิงพื้นที่ (Field Qualitative Research) และศึกษาจากเอกสาร ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอน และวิธีการดำเนินการวิจัยเป็น ขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ขั้นตอนกำหนดกรอบในการวิจัย

การกำหนดกรอบปัญหาในการวิจัย โดยให้เนื้อหาอยู่ในประเด็นเกี่ยวกับจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท กระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบท และวิเคราะห์กระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์ธรรมบทไปประยุกต์ใช้กับประชาชนในชุมชนน้ำยืน อำเภอน้ำยืน จังหวัดอุบลราชธานี

2. ขั้นศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนการศึกษาค้นคว้าเอกสารและรวบรวมข้อมูลการวิจัย โดยค้นคว้าเกี่ยวกับจิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท กระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบท และวิเคราะห์กระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์ธรรมบทไปประยุกต์ใช้กับประชาชนในชุมชนน้ำยืน อำเภอน้ำยืน จังหวัดอุบลราชธานี ด้วยการศึกษาค้นคว้าข้อมูลชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.2500 พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.2539 ศึกษาจากอรรถกถาพระสูตรต้นปิฎก ปกรณ์เสส อรรถกถาฎีกาปรณ

วิเสสและศึกษาค้นคว้าข้อมูลขั้นทุติยภูมิ ได้แก่ ศึกษาจากหนังสือ ตำราวิชาการ งานวิจัย งานวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้อง

3. การเก็บข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 การศึกษาภาคสนาม ในพื้นที่ชุมชนน้ำเย็น อำเภอน้ำเย็น จังหวัดอุบลราชธานี ด้วยการเก็บข้อมูลการสัมภาษณ์ เพื่อนำมาทำการวิเคราะห์ตามกระบวนการของการวิจัยต่อไป

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ

1) แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง และแบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง 2) แบบสังเกตการณ์

3.3 ขั้นตอนวิเคราะห์ข้อมูล คือ 1) จัดเรียงลำดับและแยกแยะข้อมูลที่ได้มาทั้งหมดให้เป็นหมวดหมู่ตามเรื่องการทำวิจัย 2) วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้มา ตามจุดประสงค์ของการวิจัย 3) นำเสนอผลการศึกษาแบบพรรณนาวิเคราะห์

3.4 เรียบเรียงข้อมูล นำข้อมูลที่ได้จากการค้นคว้าเอกสาร เพื่อวิเคราะห์เชิงสังเคราะห์เนื้อหา อธิบายความให้เห็นข้อเท็จจริง เพื่อตอบโจทย์เนื้อหาตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์มาเรียบเรียงเขียนเป็นวิทยานิพนธ์แบบพรรณนาเชิงโวหาร ตามโครงสร้างเนื้อหาและนำข้อมูลทั้งหมดมาสรุปผลการวิจัย อภิปรายผลการวิจัย และพิมพ์เผยแพร่ต่อไป

ผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาการประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบทของประชาชนในชุมชนน้ำเย็น อำเภอน้ำเย็น จังหวัดอุบลราชธานี ผลการวิจัย ดังนี้

1. จิต คือ สภาพที่รับรู้อารมณ์ ทั้งที่เป็นอารมณ์อันน่าพอใจและไม่น่าพอใจ สามารถรับรู้ได้ทั้งในอดีตและปัจจุบัน จิตนี้มีธรรมชาติที่เกิดดับที่ละดวง เป็นนามธรรมไม่มีรูปร่างและอาศัยกายเท่านั้นเป็นที่อยู่ เมื่อกายนี้ดับจิตก็จะดับและไปจุติใหม่ทันที จิตนั้นเป็นฝ่ายนามธรรม ไม่มีรูปร่างปรากฏให้เห็น เป็นแต่เพียงสภาวะทางอารมณ์เท่านั้น ที่คอยเป็นตัวในการทำหน้าที่รับรู้สิ่งนึกคิด เพื่อส่งต่อไปยังกายคือประสาทสัมผัสทั้ง 6 มนุษย์จึงรู้และเข้าใจในการสื่อสารซึ่งกันและกัน เพราะมีองค์ประกอบครบทั้งส่วนของวัตถุ อายตนะภายในภายนอก และวิญญาณ เมื่อทั้งสามองค์ประกอบทำงานร่วมกันก็ทำให้เกิดความรู้สึกนึกคิดจำได้หมายรู้สิ่งต่างๆ ในโลก ส่วนประกอบของจิตจะขาดจากเจตสิกไม่ได้เลย โดยธรรมชาติของชีวิตแล้ว ก็จะต้องมีจิต เจตสิก และรูป เมื่อรวมกันแล้วก็จะได้ชีวิตที่เป็นฝ่ายรูปและนาม ฝ่ายนามนี้เองคือส่วนของจิตและเจตสิก ส่วนรูปนั้นก็อาศัยจิตเจตสิกฝ่ายนามนี้เอง จึงทำให้เกิดการรับรู้ถึงอารมณ์และสิ่งต่างๆ ได้อย่างชัดเจน จิตก็คือธรรมชาติที่รู้อารมณ์ หรือธรรมชาติที่ทำหน้าที่ เห็น ได้ยิน รู้กลิ่น รู้รส รู้สีกต่อการสัมผัสถูกต้องทางกาย และรู้สึกนึกคิดทางใจ จิต

ที่เป็นอารมณ์รับรู้สักรั้จึ่งมีอยู่ 3 ประเภทด้วยกันคือ จิตที่ประกอบด้วยความโลภ โกรธ หลง จิตที่ไม่ประกอบด้วยความโลภ โกรธ หลง และจิตที่ไม่เป็นไปตามสองประการดังกล่าว แต่เป็นจิตที่มีลักษณะกลางๆ ไม่ประกอบด้วยฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง จิต หมายถึง สภาพที่รับรู้ อารมณ์ ทั้งที่เป็นอารมณ์อันน่าพอใจและไม่น่าพอใจ สามารถรับรู้ได้ทั้งในอดีตและปัจจุบัน จิตนี้มีธรรมชาติเกิดดับทีละดวง เป็นนามธรรมไม่มีรูปร่าง และอาศัยกายเท่านั้นเป็นที่อยู่ เมื่อ กายนี้ดับจิตก็จะดับและไปจุติใหม่ทันที จิตนั้นเป็นฝ่ายนามธรรม ไม่มีรูปร่างปรากฏให้เห็น เป็นแต่เพียงสภาวะทางอารมณ์เท่านั้น หน้าที่ของจิตจึงเป็นสภาวะธรรมที่เป็นนามธรรม มี สภาพที่นึกคิด รับจำ รู้ สิ่งต่างๆ ที่มากระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เพราะจิตนั้นเป็น ธรรมชาติที่รู้อารมณ์

2. กระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบทหมวดจิตวรรค มีทั้งหมด 9 เรื่อง ได้แก่ 1) เรื่องอุกวิตกทั้ง 3 เข้าครอบงำจิตใจ วิตก 3 อย่าง คือ (1) กามวิตก ความตรึงในทาง กาม (2) พยาบาทวิตก ความตรึงในทางพยาบาท (3) วิหิงสาวิตก ความตรึงในทางเบียดเบียน 2) เรื่องความไม่ประมาทในชีวิต ด้วยการสาธยายอาการ 32 ประการ เป็นวิธีการฝึกจิตอันเข้ม ได้ยาก 3) เรื่องการรักษาจิตอย่างเดียวไม่ให้เลื่อนลอยฟุ้งซ่านก็สามารถพ้นทุกข์ได้ 4) เรื่อง การปล่อยความคิดเลื่อนลอยไปเรื่อยๆ เพียงแค่พระอุปัชฌาย์ไม่รับผ้าของตน จนทำให้ตนเอง อายาสึก 5) เรื่องความคิดและความจริงต่างกันคือคิดอยากบวชเป็นพระจะได้ไม่เป็นผู้อุด อยากเรื่องอาหาร 6) เรื่องการรู้จักใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นสัจธรรมความเป็นจริงตาม ธรรมชาติ จิตก็จะพ้นจากความยึดติดได้ 7) เรื่องการทำให้จิตใจเป็นสมาธิรวมกันเป็นหนึ่ง มี ศรัทธาเชื่อมั่นในสิ่งที่ถูกต้อง 8) เรื่องการตั้งจิตไว้ผิดใน อกุศลกรรมบถ 10 ประการ และ 9) เรื่อง การตั้งจิตไว้ไม่ดีก็ทำให้จิตนั้นฟุ้งไป จนยากที่จะควบคุมได้ จนทำให้เกิดความหลงใน รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสได้

3. การประยุกต์กระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์ธรรมบทของประชาชนในชุมชนน้ำ ยืน อำเภอน้ำยืน จังหวัดอุบลราชธานี ได้แก่ 1) การประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้าน การครองตน ได้แก่ การประมาณตนไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน อยู่อย่างพอเพียง การอดทนอด กลั้น มีความขยันหมั่นเพียร ทำจิตใจให้สงบ เชื่อมั่นในตนเอง การนำเอาหลักธรรมไปปฏิบัติ เพื่อการบริหารตนเอง เป็นคนมีระเบียบวินัย ดำเนินชีวิตได้อย่างดีงาม การคิดดี พูดดี ทำดี มี สติในการใช้ชีวิตประจำวัน เป็นผู้มีความรับผิดชอบที่ดี ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น 2) การ ประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้านการครองคน ให้ความสำคัญของการพัฒนาด้านจิตใจ ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น เป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกล้าทำและรับผิดชอบในสิ่งที่ทำ การ ปฏิบัติตามสังคหวัตถุ 4 ที่ช่วยประสานคนหมู่มา การพูดดี ทำดี มีสติในการใช้ ชีวิตประจำวัน ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจทั้งต่อหน้าและลับหลัง พิจารณาอย่าง รอบคอบ ช่วยเหลือผู้อื่นบ้างตามกำลัง ปฏิบัติกับทุกคนอย่างเสมอภาคไม่ลำเอียง 3) การ ประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้านการครองงาน มีความศรัทธาในหน้าที่ตนเอง รักใน

อาชีพตนเอง เป็นแบบอย่างที่ดี มีความซื่อสัตย์สุจริต มีการพัฒนาตนเองต่อบทบาทหน้าที่ มีความรับผิดชอบ ขยันอดทน มีความพยายาม เชื่อมมั่นในศักยภาพของตนเอง ผู้เสียสละแรงกายเพื่อให้ได้มาเพื่อความถูกต้อง และกระตือรือร้น ตระหนักในหน้าที่และความรับผิดชอบต่อสังคม

อภิปรายผล

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาการประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบทของประชาชนในชุมชนน้ำเย็น อำเภอน้ำเย็น จังหวัดอุบลราชธานี มีประเด็นที่สามารถอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. จิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง สภาพที่รับรู้อารมณ์ ทั้งที่เป็นอารมณ์อันน่าพอใจและไม่น่าพอใจ สามารถรับรู้ได้ทั้งในอดีตและปัจจุบัน จิตนี้มีธรรมชาติที่เกิดดับทีละดวง เป็นนามธรรมไม่มีรูปร่าง และอาศัยกายเท่านั้นเป็นที่อยู่ เมื่อกายนี้ดับจิตก็จะดับและไปจุติใหม่ทันที จิตนั้นเป็นฝ่ายนามธรรม ไม่มีรูปร่างปรากฏให้เห็น เป็นแต่เพียงสภาวะทางอารมณ์เท่านั้น ที่คอยเป็นตัวในการทำหน้าที่รับรู้สิ่งนึกคิด เพื่อส่งต่อไปยังกายคือประสาทสัมผัสทั้ง 6 มนุษย์จึงรู้และเข้าใจในการสื่อสารซึ่งกันและกัน เพราะมีองค์ประกอบครบทั้งส่วนของวัตถุ อายตนะภายในภายนอก และวิญญาณ เมื่อทั้งสามองค์ประกอบทำงานร่วมกัน ก็ทำให้เกิดความรู้สึกนึกคิดจำได้หมายรู้สิ่งต่างๆ ในโลก คำที่เป็นไวยากรณ์ของจิตได้แก่ คำว่า มนัส หทัย ปันธุระ มนายตะ มนินทริย วิญญาณ วิญญาณขันธ และมนโวิญญาณธาตุ ใช้แทนกันได้ในบางโอกาส มิใช่แทนกันได้ทุกโอกาสเสมอไป ถึงอย่างไรก็ตามถือได้ว่าเป็นคำที่มีความหมายที่คล้ายกันกับคำว่าจิต ที่สามารถสื่อสารกันให้เข้าใจได้ สอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ พุทธธรรม เกี่ยวกับจิต หรือวิญญาณไว้ว่า แบ่งออกเป็น 6 คือ จักขุวิญญาณ โสตวิญาณ ฆานวิญาณ ชิวหาวิญาณ กายวิญาณ และมนโวิญญาณ ตามแนวอภิธรรม เรียกวิญญาณขันธทั้งหมดว่า "จิต" และจำแนกออกไปเป็น 99 หรือ 121 ดวง คือ 1) จำแนกตามภูมิ หรือระดับจิต เป็นกามาวจรจิต 54 ดวง รูปาวจรจิต 15 ดวง อรูปาวจรจิต 12 ดวง โลกุตตรจิต 8 (แยกพิสดารเป็น 40 ดวง) 2) จำแนกโดยคุณสมบัติเป็น อกุศลจิต 12 ดวง กุศลจิต 21 ดวง (พิสดาร 37 ดวง) วิบากจิต 52 ดวง) กิริยาจิต 20

ส่วนประกอบของจิตจะขาดจากเจตสิกไม่ได้เลย โดยธรรมชาติของชีวิตแล้ว ก็จะต้องมีจิต เจตสิก และรูป เมื่อรวมกันแล้วก็ได้ชีวิตที่เป็นฝ่ายรูปและนาม ฝ่ายนามนี้เองคือส่วนของจิตและเจตสิก ส่วนรูปนั้นก็อาศัยจิตเจตสิกฝ่ายนามนี้เอง จึงทำให้เกิดการรับรู้ถึงอารมณ์และสิ่งต่างๆ ได้อย่างชัดเจน จิตก็คือธรรมชาติที่รู้อารมณ์ หรือธรรมชาติที่ทำหน้าที่ เห็น ได้ยิน รู้กลิ่น รู้รส รู้สีกต่อการสัมผัสถูกต้องทางกาย และรู้สึกนึกคิดทางใจ จิตที่เป็นอารมณ์รับ

ความรู้สึกจึงมีอยู่ 3 ประเภทด้วยกันคือ จิตที่ประกอบด้วยความโลภ โกรธ หลง จิตที่ไม่ประกอบด้วยความโลภ โกรธ หลง และจิตที่ไม่เป็นไปตามสองประการดังกล่าว แต่เป็นจิตที่มีลักษณะกลางๆ ไม่ประกอบด้วยฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง สอดคล้องกับ บรรจบ บรรณรุจิ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ “จิต มโน วิญญาณ” ว่าร่างกายมีได้ เพราะปัจจัยหลายอย่างประชุมกัน ของธาตุ 4 คือ ปฐวี อาโป เตโช วาโย ส่วนจิต มโน วิญญาณมีได้เพราะการปรุงแต่งเจตสิกธรรมต่าง ฉะนั้นจึงสรุปได้ว่า ในทรรคนะของพระพุทธศาสนา ไม่มีอัตตาที่แท้จริง สรรพสิ่งล้วนเป็น อนัตตาทั้งสิ้น เพราะเกิดดับอยู่ตลอดเวลา

สภาพรู้ทั้งหลายมีจิตเป็นผู้รู้ แต่ปุณชนทั่วไปจะเข้าใจผิดว่า เราเห็น เราได้ยินเรารู้ กลิ่น เราสูรส เราเย็น เราร้อน เรารู้สึก เราคิดนึกต่างๆ ที่จริงแล้ว สภาพรู้ทั้งหลายนี้เป็นจิต ไม่ใช่เรา เป็นเพียงสภาวะธรรม ที่เกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัย เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปอย่างรวดเร็ว หาแก่นสาร หาเจ้าของ หาตัวตนมิได้เลย มีแต่จิตกับอารมณ์ เท่านั้น ที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วก็ดับไป เพราะไม่รู้ความจริงเช่นนี้ จึงหลงผิดคิดว่าเป็นเรามาตลอดเวลา ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย และเพราะมีเรานี้แหละ จึงได้มีแต่ความทุกข์อยู่ตลอด เพราะมีเรานี้แหละจึงมีความรู้สึก เหมือนกับแบกโลกไว้ทั้งโลก ถ้าเอาเรา ออกเสียได้ก็จะรู้สึก เหมือนกับว่ากำลังยืนอยู่เหนือโลก ลักษณะของจิตโดยธรรมชาติแล้ว ก็จะไปได้ไกลไม่จำกัดเวลาสถานที่ เทียบไปแล้วดวงเดียวทั้งในอดีตและปัจจุบัน ไม่มีรูปร่างที่สามารถมองเห็นได้ มีเพียงร่างกายเท่านั้นเป็นที่อยู่อาศัย เมื่อชีวิตดับลงจิตนี้ก็จะเกิดใหม่ทันที ถ้าเป็นสภาพจิตของปุณชนคนธรรมดาทั่วไปแล้ว ก็จะมีลักษณะ ดันรน กวดแกว่ง รักษาไว้ยาก ห้ามไว้ได้ยาก ข่มได้ยาก เพราะเป็นธรรมชาติของจิต แต่ถ้าจิตนั้นได้รับการขัดเกลาพัฒนาจนถึงที่สุดแล้ว จิตนั้นก็จะพ้นอิสระจากสิ่งผูกมัดทั้งหลายในโลกได้ สอดคล้องกับ คงศักดิ์ ต้นพิจิต ได้กล่าวสรุปไว้ว่า “โลกอันจิตเสือกใส่ไปโลกทั้งหมดเป็นไปตามอำนาจของธรรมอย่างเดียว คือจิต” นั่นคือ ความคิดที่เกิดขึ้นกับจิต เป็นการเคลื่อนไหว เป็นการกระเพื่อมหวั่นไหวของจิต เป็นแรงกระตุ้นที่เกิดขึ้นกับจิต (สังขาร) น้อมนำไปให้คนทำอะไรต่าง ๆ นานาตามอำนาจของโลก โกรธ หลง ที่แฝงมิกับความคิด สร้างโลกแห่งจินตนาการของตนเองขึ้นมาเสมือนภาพลวงดั่งกับของจริง (Hologram) ทำให้คนทำชั่วหรือดี ต่างกันไป เกิดกรรมจำแนกสัตว์บุคคลต่างๆ กันขึ้น

หน้าที่ของจิตจึงเป็นสภาวะธรรมที่เป็นนามธรรม มีสภาพที่นึกคิด รับจำ รู้ สิ่งต่างๆ ที่มากระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เพราะจิตนั้นเป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์ แม้พระพุทธองค์เองก็ยังให้ความสำคัญในเรื่องของจิตเป็นอันดับแรก เนื่องจากจิตนี้เป็นใหญ่ที่สุดในชีวิต จะสุขหรือทุกข์ เศร้าหมองหรือผ่องใสก็อยู่ที่จิตเท่านั้น เมื่อจิตดีก็จะนำชีวิตไปสู่ทางที่ดี หากจิตนี้ไม่ดีก็จะนำชีวิตไปสู่อบายได้เช่นเดียวกัน การทำงานของจิตจึงขึ้นอยู่กับอายตนะภายนอก และอายตนะภายใน อันประกอบด้วยวิญญาณฝ่ายที่เป็นตัวรับรู้ เมื่อมีรูปมีตาเห็นรูปและวิญญาณคือตัวรู้ประกอบกัน ก็จะทำให้การทำหน้าที่ของจิตนั้นเกิดขึ้นอย่างสมบูรณ์ ถ้าหากรับรู้สิ่งต่างๆ แล้วเกิดความยึดติดถือมั่นในสิ่งนั้นๆ ก็จะส่งผลนั้นต่อไปในภพอื่นๆ ทำให้เกิด

ภพเกิดชาติอย่างไม่มีที่สิ้นสุด จิต หมายถึง สภาพที่รับรู้อารมณ์ ทั้งที่เป็นอารมณ์อันน่าพอใจ และไม่พอใจ สามารถรับรู้ได้ทั้งในอดีตและปัจจุบัน จิตนี้มีธรรมชาติเกิดดับที่ละดวง เป็นนามธรรมไม่มีรูปร่างและอาศัยกายเท่านั้นเป็นที่อยู่ เมื่อกายนี้ดับจิตก็จะดับและไปจุติใหม่ทันที จิตนั้นเป็นฝ่ายนามธรรม ไม่มีรูปร่างปรากฏให้เห็น เป็นแต่เพียงสภาวะทางอารมณ์เท่านั้น หน้าที่ของจิตจึงเป็นสภาวะธรรมที่เป็นนามธรรม มีสภาพที่นึกคิด รับจำ รู้ สิ่งต่างๆ ที่มากระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เพราะจิตนั้นเป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์ สอดคล้องกับ ภาณุวงศ์ (Dr.Thich Minh Chau) ได้กล่าวไว้ในหนังสือจิตวิทยาเชิงพุทธ เนื้อหากล่าวถึงชีวิตที่ประกอบด้วยรูปหรือร่างกายและนามคือส่วนที่เป็นจิตที่มีความสามารถอยู่ 4 ประการ คือ 1) ความรู้สึก 2) ความทรงจำ 3) การคิดปรุงแต่ง 4) การรับรู้สิ่งต่างๆ และอธิบายถึงสภาพที่ทำให้เกิดทุกข์ สาเหตุของการเกิดทุกข์ การเวียนว่ายตายเกิด กฎแห่งกรรม ตลอดจนวิธีการทำให้ทุกข์ลดลงจนถึงการดับทุกข์ไปในที่สุด

2. กระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์ธรรมบทหมวดจิตวรรค มีทั้งหมด 9 เรื่อง ได้แก่ 1) เรื่องถูกวิตกทั้ง 3 เข้าครอบงำจิตใจ วิตก 3 อย่าง คือ (1) กามวิตก ความตรึงในทางกาม (2) พยาบาทวิตก ความตรึงในทางพยาบาท (3) วิหิงสาวิตก ความตรึงในทางเบียดเบียน 2) เรื่องความไม่ประมาทในชีวิต ด้วยการสำระยายอาการ 32 ประการ เป็นวิธีการฝึกจิตอันเข้มได้ยาก 3) เรื่องการรักษาจิตอย่างเดียวไม่ให้เลื่อนลอยฟุ้งซ่านก็สามารถพ้นทุกข์ได้ 4) เรื่องการปล่อยความคิดเลื่อนลอยไปเรื่อยๆ เพียงแค่พระอุปัชฌาย์ไม่รับผ้าของตน จนทำให้ตนเองอยากสึก 5) เรื่องความคิดและความจริงต่างกันคือคิดอยากบวชเป็นพระจะได้ไม่เป็นผู้อุดอยากเรื่องอาหาร 6) เรื่องการรู้จักใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นสัจธรรมความเป็นจริงตามธรรมชาติ จิตก็จะพ้นจากความยึดติดได้ 7) เรื่องการทำให้จิตใจเป็นสมาธิรวมกันเป็นหนึ่ง มีศรัทธาเชื่อมั่นในสิ่งที่ถูกต้อง 8) เรื่องการตั้งจิตไว้ผิดใน อกุศลกรรมบถ 10 ประการ และ 9) เรื่อง การตั้งจิตไว้ไม่ดีก็ทำให้จิตนั้นฟุ้งไป จนยากที่จะควบคุมได้ จนทำให้เกิดความหลงในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสได้ สอดคล้องกับ สอดคล้องกับ พระมหาราชเชนทร์ ธรรมกโม (ธาตุเงิน) ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบความจริงเรื่องจิตในพระพุทธศาสนา กับ จิตในปรัชญาตะวันตกสมัยโบราณ” งานวิจัยนี้มีจุดหมายในการนำหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาส่วนที่เป็นความจริงสูงสุดหรือปรมัตถธรรม โดยเฉพาะเรื่องวิญญานที่แบ่งออกเป็น อกุศลจิต (จิตที่ชั่ว) กุศลจิต (จิตที่ดี) วิปากจิต (จิตที่เป็นผลของอกุศลจิตและกุศลจิต) และโลกุตตรจิต (จิตที่พัฒนาแล้ว) ที่พระพุทธเจ้าได้สอนไว้ที่ปรากฏเป็นหลักฐานในคัมภีร์พระไตรปิฎก นำมาเสนอเป็นตัวหลัก แล้วนำทัศนะเรื่องจิตของนักปรัชญาตะวันตกสมัยโบราณมาเปรียบเทียบ ตามที่มีผู้บันทึกหรือนิพนธ์ไว้ ซึ่งทำให้เห็นจุดเริ่มต้นของความคิดเรื่องจิตทางตะวันตกและตะวันออกมีความคล้ายคลึงกันเพียงใด รวมทั้งกระบวนการพัฒนาสู่ความสูงสุดด้วย โดยเฉพาะแนวคิดเรื่องจิตของตะวันตก มักจะเป็นไปในด้านอัตตวิสัยมากกว่าปรวิสัย ซึ่งนำไปสู่การตอบปัญหาทางชีวิตและพฤติกรรมของมนุษย์ได้

3. การประยุกต์กระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์ธรรมบทของประชาชนในชุมชนน้ำเย็น อำเภอน้ำเย็น จังหวัดอุบลราชธานี ได้แก่ 1) การประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้านการครองตน ได้แก่ การประมาณตนไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน อยู่อย่างพอเพียง การอดทนอดกลั้น มีความขยันหมั่นเพียร ทำจิตใจให้สงบ เชื่อมั่นในตนเอง การนำเอาหลักธรรมไปปฏิบัติเพื่อการบริหารตนเอง เป็นคนมีระเบียบวินัย ดำเนินชีวิตได้อย่างดีงาม การคิดดี พูดดี ทำดี มีสติในการใช้ชีวิตประจำวัน เป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น 2) การประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้านการครองคน ให้ความสำคัญของการพัฒนาจิตใจ ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น เป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกล้าทำและรับผิดชอบในสิ่งที่ทำ การปฏิบัติตามสังคหวัตถุ 4 ที่ช่วยประสานคนหมู่มาก การพูดดี ทำดี มีสติในการใช้ชีวิตประจำวัน ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจทั้งต่อหน้าและลับหลัง พิจารณาอย่างรอบคอบ ช่วยเหลือผู้อื่นบ้างตามกำลัง ปฏิบัติกับทุกคนอย่างเสมอภาคไม่ลำเอียง 3) การประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้านการครองงาน มีความศรัทธาในหน้าที่ตนเอง รักในอาชีพตนเอง เป็นแบบอย่างที่ดี มีความซื่อสัตย์สุจริต มีการพัฒนาตนเองต่อบทบาทหน้าที่ มีความรับผิดชอบ ขยันอดทน มีความพยายาม เชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง ผู้เสียสละแรงกายเพื่อให้ได้มาเพื่อความถูกต้อง และกระตือรือร้น ตระหนักในหน้าที่และความรับผิดชอบต่อสังคม สอดคล้องกับพระอริการไพศาล กิตติภทฺโท (บำรุงแคว้น) (2545) ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์เรื่องการประยุกต์ใช้พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย” พบว่าร่างกายและจิตใจทั้งสองนี้มีความสัมพันธ์กัน เมื่อมนุษย์ป่วยทางด้านร่างกาย จิตใจก็พลอยกระทบกระเทือนไปด้วย ในทำนองเดียวกัน เมื่อมนุษย์ไม่สบายใจ ร่างกายก็พลอยกระทบกระเทือนไปด้วย การบำบัดรักษาต้องดำเนินควบคู่กันไปทั้งด้านร่างกายและจิตใจ บางคนป่วยใจมากกว่าป่วยกาย เมื่อจิตใจสำคัญกว่าร่างกายเช่นนี้ พระพุทธศาสนาจึงเน้นเรื่องการดูแลจิตใจเป็นสำคัญ การนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในการบำบัดดูแลผู้ป่วยด้านจิตใจ เป็นวิถีทางบำบัดรักษาที่มีเหตุผลทางวิทยาศาสตร์รองรับส่งผลให้การบำบัดโรคทางกายหายได้ไวหรือไม่ลุกลามไป การศึกษาพบว่า พระพุทธศาสนาเกี่ยวข้องกับการแพทย์และการเยียวยา 2 ด้าน คือ ด้านสัจธรรม คือการดูแลรักษาชีวิตตามธรรมชาติ กับด้านจริยธรรม คือการดูแลรักษาโรคที่เกิดขึ้นทั้งทางกายและจิตใจด้วยการเน้นการกระทำที่ถูกต้องดีงามเป็นประโยชน์แก่คนไข้อย่างแท้จริง

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

จิต คือ สภาพที่รับรู้อารมณ์ ทั้งที่เป็นอารมณ์อันน่าพอใจและไม่น่าพอใจ สามารถรับรู้ได้ทั้งในอดีตและปัจจุบัน มีสภาพที่นึกคิด รับจำ รู้ สิ่งต่างๆ ที่มากระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เพราะจิตนั้นเป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์ มีกระบวนการพัฒนาจิตที่ปรากฏในคัมภีร์

ธรรมบทหมวดจิตวรรค มีทั้งหมด 9 เรื่อง ได้แก่ 1) เรื่องภูทิตกทั้ง 3 เข้าครอบงำจิตใจ วิตก 3 อย่าง คือ (1) กามวิตก ความตรึงในทางกาม (2) พยาบาทวิตก ความตรึงในทางพยาบาท (3) วิหิงสาวิตก ความตรึงในทางเบียดเบียน 2) เรื่องความไม่ประมาทในชีวิต ด้วยการสำระยาอาการ 32 ประการ เป็นวิธีการฝึกจิตอันเข้มได้ยาก 3) เรื่องการรักษาจิตอย่างเดียวไม่ให้เลื่อนลอย ฟุ้งซ่านก็สามารถพ้นทุกข์ได้ 4) เรื่องการปล่อยความคิดเลื่อนลอยไปเรื่อยๆ เพียงแค่พระอุปัชฌาย์ไม่รับผ้าของตน จนทำให้ตนเองอยากสึก 5) เรื่องความคิดและความจริงต่างกันคือ คิดอยากบวชเป็นพระจะได้ไม่เป็นผู้ออกอยากเรื่องอาหาร 6) เรื่องการรู้จักใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นสัจธรรมความเป็นจริงตามธรรมชาติ จิตก็จะพ้นจากความยึดติดได้ 7) เรื่องการทำให้จิตใจเป็นสมาธิรวมกันเป็นหนึ่ง มีศรัทธาเชื่อมั่นในสิ่งที่ถูกต้อง 8) เรื่อง การตั้งจิตไว้ผิดในอกุศลกรรมบถ 10 ประการ และ 9) เรื่อง การตั้งจิตไว้ไม่ดีก็จะทำให้จิตนั้นฟุ้งไป จนยากที่จะควบคุมได้ จนทำให้เกิดความหลงในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสได้

การประยุกต์กระบวนการพัฒนาจิตในคัมภีร์ธรรมบทของประชาชนในชุมชนน้ำเย็น อำเภอน้ำเย็น จังหวัดอุบลราชธานี ได้แก่ 1) การประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้านการครองตน ได้แก่ การประมาณตนไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน อยู่อย่างพอเพียง การอดทนอดกลั้น มีความขยันหมั่นเพียร ทำจิตใจให้สงบ เชื่อมั่นในตนเอง การนำเอาหลักธรรมไปปฏิบัติเพื่อการบริหารตนเอง เป็นคนมีระเบียบวินัย ดำเนินชีวิตได้อย่างดีงาม การคิดดี พูดดี ทำดี มีสติในการใช้ชีวิตประจำวัน เป็นผู้มีความรับผิดชอบที่ดี ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น 2) การประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้านการครองคน ให้ความสำคัญของการพัฒนาจิตใจ ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น เป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกล้าทำและรับผิดชอบในสิ่งที่ทำ การปฏิบัติตามสังคหวัตถุ 4 ที่ช่วยประสานคนหมู่มาก การพูดดี ทำดี มีสติในการใช้ชีวิตประจำวัน ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจทั้งต่อหน้าและลับหลัง พิจารณาอย่างรอบคอบ ช่วยเหลือผู้อื่นบ้างตามกำลัง ปฏิบัติกับทุกคนอย่างเสมอภาคไม่ลำเอียง 3) การประยุกต์ใช้กระบวนการพัฒนาจิตด้านการครองงาน มีความศรัทธาในหน้าที่ตนเอง รักในอาชีพตนเอง เป็นแบบอย่างที่ดี มีความซื่อสัตย์สุจริต มีการพัฒนาตนเองตอบทบาทหน้าที่ มีความรับผิดชอบ ขยันอดทน มีความพยายาม เชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง ผู้เสียสละแรงกายเพื่อให้ได้มาเพื่อความถูกต้อง และกระตือรือร้น ตระหนักในหน้าที่และความรับผิดชอบต่อสังคม

เอกสารอ้างอิง

- อริยา คูหา, (2555). *กาย จิต: ความสมบูรณ์แห่งชีวิต*, คณะศึกษาศาสตร์ : มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- พระมหาสังเวย ธมฺมเนตติโก, (2535). *แต่งตามธรรมบท*, กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ประติพัทธ์, สุภาพรรณ ณ บางช้าง, (2526). *ประวัติวรรณคดีบาลีในอินเดียและลังกา*, กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ, (2527). *ประวัติการศึกษสงฆ์*, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ การศาสนา.
- พระมหาสมบุรณ์ วุฑฺฒิกโร (พรรณา), (2550). “จิตตมาตรของนิกายโยคอาจารย์: การศึกษาเชิง วิเคราะห์บนฐานแนวคิดเรื่องจิตในพระพุทธศาสนายุคต้น”, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), (2546). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์* กรุงเทพฯ: บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), (2541). *จาริกบุญ จารึกธรรม*, กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์สวย จำกัด.
- พระอธิการไพศาล กิตฺติภทฺโท (บำรุงแคว้น) (2545) *การศึกษาวิเคราะห์เรื่องการประยุกต์ใช้ พุทธปรัชญาในการบำรุงรักษาจิตผู้ป่วย* บัณฑิตวิทยาลัย:มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

