

บทที่ ๒

แนวคิดการพัฒนาเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตน

การศึกษาเรื่องแนวคิดการพัฒนาเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตน ในบทนี้ผู้วิจัยจะนำเสนอแนวคิดการพัฒนาเพื่อการก้าวข้ามทั้งในด้านพระพุทธศาสนาและทฤษฎีทางตะวันตก ทั้งนี้เพื่อใช้เป็นหลักการพื้นฐานในการวิเคราะห์การก้าวข้ามพ้นตัวตนของมนุษย์ ดังนี้.

๒.๑ แนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตน

บุคคลที่จะพัฒนาตนเองได้จะต้องเป็นผู้มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงตัวเอง โดยมีความเชื่อหรือแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตนที่ถูกต้องซึ่งจะเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้การพัฒนาตนเองประสบความสำเร็จโดยมีความเชื่อมั่นว่า มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่สามารถฝึกหัดหรือพัฒนาได้เกือบทุกเรื่อง เพียงแค่ยอมรับความบกพร่องและรับความช่วยเหลือจากบุคคลหรือแหล่งความรู้อื่นๆ โดยที่จะต้องปรับแนวคิดของตน ไม่ยึดติด พร้อมทั้งจะยอมรับและฝึกหัดตนในสิ่งที่ดี ก่อให้เกิดความสำเร็จในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายหรือสิ่งที่ตนต้องการ

๒.๑.๑ ความหมายและความสำคัญของการพัฒนาตน (Meaning of Self Development)

การพัฒนา หมายถึง การทำให้เจริญ พัฒนาการ การทำความเจริญ การเปลี่ยนแปลงในทางเจริญขึ้น การคลี่คลายไปในทางดี^๑ การพัฒนาตน หมายถึง กระบวนการปรับเปลี่ยนและจัดระบบ พฤติกรรมให้สอดคล้องกลมกลืนเหมาะสมทั้งในด้านของตนเองและในด้านการสร้างความสัมพันธ์กับสังคม เพื่อให้เกิดความปึกคึกสุขในการดำรงชีวิต

ส่วนความสำคัญของการพัฒนาตนนั้น เป็นผลดีทั้งต่อตนเองและส่วนรวม กล่าวคือ เป็นการเตรียมพร้อมเพื่อรับแต่สิ่งที่ดี เกิดประโยชน์ แก่ใจส่วนที่บกพร่อง ทำให้มีความภาคภูมิใจในศักยภาพที่เพิ่มขึ้นมาของตน ส่วนที่เกิดต่อส่วนรวมนั้น เมื่อทุกคนในหน่วยงานมีความตั้งใจที่จะพัฒนาตนก็ย่อมส่งผลต่องาน ที่ทำร่วมกัน เพิ่มประสิทธิภาพ สามารถแข่งขันกับหน่วยงานอื่นๆ และยังส่งผลให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ก่อให้เกิดความมั่นคงของหน่วยงานและประเทศชาติโดยรวมทุกๆด้านได้

^๑ ราชบัณฑิตยสถาน,พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน,(กรุงเทพมหานคร:นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น,๒๕๔๖),หน้า๗๗๕.

สรุป การพัฒนาตน คือ การที่บุคคลพยายามที่จะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนด้วยตนเอง ให้ดีขึ้นกว่าเดิม เหมาะสมกว่าเดิม ทำให้สามารถดำเนินกิจกรรม แสดงพฤติกรรม เพื่อสนองความต้องการแรงจูงใจ หรือเป้าหมายที่ตนตั้งไว้เป็นการพัฒนาศักยภาพของตนด้วยตนเองให้ดีขึ้น

๒.๑.๒ การพัฒนาตนตามแนวพระพุทธศาสนา

การพัฒนาตนตามทฤษฎีของพุทธนั้น ตรงกับคำว่า “ภาวนา” ซึ่งหมายถึงการทำให้มีขึ้นเป็นขึ้น การทำให้เกิดขึ้น^๒ คำว่า “การพัฒนา” ในที่นี้เป็นคำที่กำหนดให้มีคุณค่าและตามหลักการของพุทธศาสนา การพัฒนาจะต้องดำเนินไปพร้อมๆ กัน ๔ ทาง คือ^๓

๑) การพัฒนาทางด้านกายภาพ (physical development) เป็นกระบวนการสร้างความเจริญงอกงามทางร่างกาย การฝึกอบรมร่างกายให้รู้จักติดต่อกับสิ่งภายนอกด้วยดีและปฏิบัติต่อสิ่งภายนอกเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมเจริญงอกงามและกำจัดให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญไป สิ่งภายนอกที่มีบทบาทต่อชีวิตมนุษย์ก็ คือ อารมณ์ภายนอกทั้ง ๕ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส จุดมุ่งหมายของการพัฒนาในข้อนี้ก็ คือ การทำให้บุคคลรู้จักวิธีการเกี่ยวข้องกับอารมณ์ภายนอกทั้ง ๕ อย่างนี้ อย่างถูกต้องเหมาะสม และเป็นคุณประโยชน์ต่อการพัฒนาชีวิตให้เจริญก้าวหน้าสูงขึ้น

๒) การพัฒนาทางด้านศีลธรรม (moral development) เป็นกระบวนการฝึก อบรมบุคคลให้มีศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายแก่บุคคลอื่น สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้เป็นอย่างดี มีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลต่อบุคคลอื่น

๓) การพัฒนาทางด้านจิตใจ หรือทางด้านอารมณ์ (spiritual or emotional development) เป็นความพยายามที่จะฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็ง ให้มีความมั่นคงและมีความเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตา กรุณา มีความขยันหมั่นเพียร มีความอดทน มีสมาธิ มีความสดชื่นเบิกบาน มีความสงบสุข แจ่มใส เป็นต้น การพัฒนาทางด้านจิตใจที่บางทีเรียกว่า การพัฒนาอารมณ์

๔) การพัฒนาทางด้านสติปัญญา (intellectual development) เป็นกระบวนการในการฝึกอบรมให้รู้และเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ผู้ที่มีความรู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาพของมัน สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ และบริสุทธิ์หลุดพ้นจากกิเลสเศร้าหมอง และทำตนให้

^๒ พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๒๐๓.

^๓ จันทน์ อธิวัฒน์สิทธิ์, สังคมวิทยาตามแนวพุทธ, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๕, หน้า ๑๖๓.

ปลอดพ้นจากความทุกข์ ทำตนให้มีความสุข สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งสามารถทำตนให้อยู่เหนือปัญหา เหนือความขัดแย้ง และพัฒนาส่วนรวมให้มีความสุข สงบ มีความเสมอภาค และมีความเป็นประชาธิปไตยอย่างมีคุณภาพ

หลักการพัฒนาตนเอง จะต้องเริ่มต้นด้วยการสำรวจและพิจารณาตนเองว่ามีข้อดีและข้อบกพร่องอะไรบ้าง เมื่อทราบแล้วก็วิเคราะห์ตนเองและตั้งเป้าหมายว่ามีสิ่งใดที่ดีและมีอยู่แล้ว ก็ควรรักษาไว้ สิ่งใดที่ไม่ดีและมีอยู่ ก็ควรจะหาทางทำให้ลดน้อยลงหรือควรขจัดให้หมดไป มีสิ่งใดที่ดีและยังไม่มีก็ควรจะนำมาเพิ่มให้มากขึ้น วิเคราะห์ ตั้งเป้าหมาย หาวิธีการ และวางแผนดำเนินการ โดยเลือกวิธีการที่เหมาะสม ลงมือปฏิบัติจริง ถ้าสามารถทำได้ตามแผนที่วางไว้ ก็ถือว่าแผนการที่วางไว้เหมาะสม แต่ถ้าทำไม่ได้ ต้องปรับปรุงให้เหมาะสมจนเราสามารถปฏิบัติได้ เมื่อดำเนินการตามแผนแล้ว จะต้องมีการประเมินผลการดำเนินการว่าบรรลุเป้าหมายเพียงใด มีปัญหาและอุปสรรคอะไรบ้างหรือไม่ระหว่างดำเนินการ ถ้ามีจะได้หาทางปรับปรุง เพื่อให้การดำเนินการในครั้งต่อไปมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น^๔

การพัฒนาตนขั้นสูงสุดของพระพุทธศาสนานั้น เน้นการพัฒนาปัญญาจนถึงขั้นสูงสุด โดยมีปรากฏใน มหาปริณิพพานสูตร^๕ ที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า ทางเดียวที่เป็นทางสายเอกที่จะสามารถพัฒนามนุษย์ให้ก้าวข้ามพ้นความเป็นปุถุชนเข้าสู่อริยชน คือ การปฏิบัติมหาสติปัฏฐาน ๔ ภายใต้อหังคารที่สนับสนุนเกื้อหนุน คือ โพธิปักขิยธรรม ๓๘ ด้วยความสำคัญดังกล่าว ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงนำเสนอ หลักการพัฒนาเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตนเชิงพุทธด้วยการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งจะกล่าวข้างหน้า

๒.๑.๓ ความหมายของการพัฒนาตนแนวตะวันตก

การพัฒนาตนตามแนวตะวันตกนั้น มีพื้นฐานมาจากจิตวิทยาหลายสาขา รวมถึงจิตวิทยาการศึกษา (Educational Psychology) ซึ่งหลายทฤษฎีใช้เป็นพื้นฐานในการปรับปรุงหลักสูตรการเรียนการสอนหลายระดับ ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตน ๔ ทฤษฎี คือ (๑) การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (๒) การเรียนรู้จากประสบการณ์ (๓) การเรียนรู้แบบองค์รวม และ (๔) การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ดังมีรายละเอียด ดังนี้

^๔ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๔.

^๕ ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

๑) การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative Learning)

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative Learning) เป็นกระบวนการในการเปลี่ยนแปลงกรอบอ้างอิง (Frame of Reference) ซึ่งได้แก่ มุมมองในการให้ความหมาย แบบแผนการคิดและชุดความคิดความเชื่อที่เราใช้อยู่เป็นประจำโดยไม่รู้ตัว ทำให้เรามีความเชื่อและเห็นว่าเป็นจริง จนชี้นำให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ ความหมายและเป้าหมายของการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งในทัศนะของเมซีโรว์คือ กระบวนการในการเปลี่ยนแปลงกรอบอ้างอิง (frames of references) ซึ่งได้แก่ มุมมองในการให้ความหมาย แบบแผนความคิด และชุดความคิดความเชื่อ ที่เราใช้อยู่เป็นประจำโดยไม่รู้ตัว เพื่อให้ความคิดนั้นครอบคลุมมากขึ้น จำแนกแยกแยะได้ดีขึ้น เปิดรับความคิดเห็นอื่นๆ ได้ดีขึ้น มีการใคร่ครวญข้อสรุปต่างๆ อย่างมีวิจารณญาณ มีความพร้อมทางอารมณ์ที่จะเปลี่ยนแปลงและสอดคล้องกลมกลืนกับประสบการณ์^๖

การแลกเปลี่ยนทางความคิดอย่างมีเหตุผล (rational discourse) นั้น เมซีโรว์ (Mezirow) เสนอว่า บุคคลนั้นจะต้องมีความสามารถในการเรียนรู้ที่เป็นพื้นฐาน ๒ ประการ จึงจะสามารถทำการแลกเปลี่ยนทางความคิดอย่างมีเหตุผล และเป็นอิสระได้อย่างแท้จริง คือ

๑) จะต้องสามารถใคร่ครวญด้วยตนเองอย่างมีวิจารณญาณได้ (Critically self-reflective)

๒) สามารถทำการตัดสินใจอย่างใคร่ครวญ (Reflective judgement) ในระหว่างกระบวนการแลกเปลี่ยนความคิดเชิงวิพากษ์อย่างมีวิจารณญาณ (Critical-dialectical discourse) ซึ่งถือว่าเป็นการประเมินข้อสรุปพื้นฐานและความคาดหวังในระดับลึก ที่เป็นพื้นฐานของความคิด ความเชื่อ คุณค่า และความรู้สึกทั้งของตนเองและบุคคลอื่น ในกระบวนการแลกเปลี่ยนความคิดได้^๗

นอกจากนี้ เขายังอธิบายว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงนี้ อาจเกิดขึ้นได้ทั้งจาก

๑) การปรับกรอบอ้างอิงที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมเชิงปริวิสัย (Objective reframing) คือ การใคร่ครวญเกี่ยวกับข้อสรุปหรือสมมุติฐานของบุคคลอื่น จากการอ่าน การวิเคราะห์ปัญหาหรือการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติ เช่น การเรียนรู้ในชุมชน ในองค์กรศาสนา เป็นต้น

๒) การปรับกรอบอ้างอิงเชิงอัตวิสัย (Subjective reframing) เช่น เกิดการตีความเรื่องราวชีวิต ของตนเองใหม่ เกิดจิตสำนึกทางการเมือง สังคมและวัฒนธรรมใหม่ มองบทบาทของตนทั้งในการทำงานและความสัมพันธ์ส่วนตัวใหม่ ทบทวนระบบการเรียนรู้และกรอบอ้างอิงของตนเอง

^๖ Mezirow, J. "Transformative learning as discourse". **Journal of Transformative Education**, 1(1) 2003:p.31.

^๗ Ibid, pp.58-63.

มีผู้ที่ไม่เห็นด้วยกับ เมซิโรว์หลายคน เช่น โอ.ซูลลิแวนและเทเลอร์ โดยที่ซูลลิแวนกล่าวว่า เป้าหมายของการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง ควรเป็นการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานที่เชื่อมโยงกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม^๘ และเทเลอร์(Taylor) ได้สรุปในบทความว่า ทฤษฎีของเมซิโรว์ ได้ขาดประเด็นที่สำคัญบางอย่าง เช่น บริบททางด้านวัฒนธรรมและสังคม บทบาทความสัมพันธ์ต่อการเรียนรู้ บทบาทของอารมณ์และความรู้สึกในการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง และความสำคัญของการเรียนรู้อื่นๆนอกจากความคิด เช่น ด้านความรู้สึก ด้านจินตนาการ ด้านอารมณ์และด้านการปฏิบัติด้วย^๙ ต่อมา มีการพัฒนาทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงในมุมที่แตกต่างออกไป โดยใช้ทฤษฎีจิตวิทยาเชิงลึกของคาร์ล จุงเป็นพื้นฐาน โดยบอยด์(Boyd) มองว่า การเปลี่ยนแปลงด้านพื้นฐาน คือ การเปลี่ยนแปลงขั้นรากฐานในบุคลิกภาพ ซึ่งเกิดจากการแก้ปัญหาภายในตนเองและพัฒนาของจิตสำนึกที่เปิดกว้างขึ้น ทำให้เกิดการบูรณาการของบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ขึ้น^{๑๐} นอกจากนี้ บอยด์และเมเยอร์ (Boyd & Myers) ก็มองว่า กระบวนการที่เป็นหัวใจของการเปลี่ยนแปลง คือ การตระหนักรู้และแยกแยะได้(discernment) ซึ่งประกอบด้วย (๑) การเปิดรับ(receptivity) (๒) การยอมรับ(recognition) และ(๓) การตัดใจ(grieving) นอกจากนี้ เทรมเมล(Tremmel) ยังมีมุมมองที่แตกต่างออกไปอีกว่า ในกระบวนการคิดใคร่ครวญนั้น บุคคลควรเปลี่ยนจากการมุ่งเน้นที่การขบคิดกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ต้องการหาทางออก ไปสู่การมี "สติ" ต่อสิ่งต่างๆ กำลังเกิดขึ้นรอบๆตัวแทน โดยเขาอธิบายว่า "เมื่อบุคคลผู้ใดมีสติ บุคคลผู้นั้นจะอยู่ในปัจจุบันขณะและใส่ใจต่อสิ่งที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น"^{๑๑}

สรุป แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะเป็นของ เมซิโรว์ บอยด์ ไมเออร์หรือเทรมเมล มีความเห็นที่ชัดเจนร่วมกันประการหนึ่ง คือ การใคร่ครวญเกี่ยวกับตนเอง การกล้าเผชิญและตรวจสอบความคุ้นเคยเดิมๆของตน ซึ่งถือว่าเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยที่ การใคร่ครวญเกี่ยวกับตนเอง จะต้องกระทำด้วยความรัก ความเมตตา

^๘ สรุปจากO'Sullivan, E. "Bringing a perspective of transformative learning to globalized consumption." **International Journal of Consumer Studies** , 27(4) 2003,pp.326-330.

^๙ Taylor,E. "Transformative Learning: A Critical Review.ERIC Clearinghouse on adult", **Career and Vocational Education** . Series No. 374 , 1998, p.57.

^{๑๐} สรุปจาก Boyd ,R. "Facilitating personal transformations in small group : part1". **Small Group Behavior**,20 (4),1989, pp.459-474.

^{๑๑} Tremmel,R. "Zen and the art of reflective practice in teacher education" . **Haward Educational Review**,63 (4), Winter, 1993,p.457.

ต่อตนเอง และมองเป็นความเชื่อมโยงระหว่างตนเองกับสิ่งต่างๆ ทั้งในอดีต ปัจจุบันและอนาคต เข้าใจถึงเหตุปัจจัยและความเป็นมาของลักษณะต่างๆ ในตนเอง มองเห็นทั้งศักยภาพและข้อจำกัดในตนเองได้อย่างสมดุล การเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นได้จริงเมื่อมีความมุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลง และลงมือปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง โดยสร้างแรงจูงใจหรือฉันทะให้เกิดในตน อีกทั้งจะต้องมีความพยายามอย่างจริงจังไม่ย่อท้อ เกิดจิตสำนึกต่อส่วนรวม โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของการเข้าใจความเป็นจริง มองเห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง จนเกิดสำนึกรับผิดชอบต่อโลกและสังคม

๒) การเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential Learning)

การเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential learning) คือ กระบวนการสร้างความรู้ ทักษะและเจตคติด้วยการนำเอาประสบการณ์เดิมของผู้เรียนมาบูรณาการเพื่อสร้างการเรียนรู้ใหม่ ๆ ขึ้น ผู้นำซึ่งจุดประกายให้กำเนิดทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่สำคัญๆ ได้แก่ จอห์น ดิวอี้ (John Dewey) ฌอง เพียเจต์ (Jean Piaget) เคิร์ต เลวิน (Kurt Lewin) และเดวิด โคลบ (David Kolb) ต่อเนื่องกันมาตามลำดับความเชื่อของ จอห์น ดิวอี้ (John Dewey) ในเรื่อง “Learning by doing” “หรือการเรียนรู้โดยการปฏิบัติจริง” เขาได้เสนอแนวคิดที่ว่า “เหตุการณ์ต่างๆ ย่อมเกิดและดำเนินอยู่แน่นอน แต่สิ่งที่เราจะต้องคำนึงถึงก็คือความหมายที่แฝงอยู่ในสิ่งนั้นนั่นเอง เขาชี้ให้เห็นความสำคัญของประสบการณ์ที่มนุษย์มีอยู่อย่างหลากหลาย แตกต่างกันและสนับสนุนความคิดของนักการศึกษาที่ว่า ประสบการณ์นั้นไม่สำคัญเท่ากับว่าผู้เรียนได้เรียนรู้อะไรบ้าง จากประสบการณ์นั้นๆ

เดวิด โคลบ (David Kolb) เขียนหนังสือที่เสนอให้มองการเรียนรู้ในฐานะกระบวนการที่ความรู้ถูกสร้างขึ้นมาจากการเปลี่ยนผ่านของประสบการณ์ (Transformation of experience) และการเรียนรู้ที่แท้จริงนั้น สามารถอธิบายได้ โดยแบ่งออกเป็น ๔ ขั้นตอน คือ

๑) ผู้เรียนจะต้องมีประสบการณ์ในเชิงรูปธรรม (Concrete experience) บางอย่างเสียก่อน

๒) คิดใคร่ครวญต่อประสบการณ์นั้น ผ่านแง่มุมต่างๆ จากการสังเกตอย่างใคร่ครวญ (Reflective observation)

๓) ผู้เรียนจะเริ่มสร้างมโนทัศน์ในเชิงนามธรรม (Abstract conceptualization) เพื่อสร้างฐานความคิดหรือมุมมองที่เกิดจากการบูรณาการข้อสังเกตต่างๆ มาเป็นทฤษฎี

๔) นำฐานคิดนั้นไปลงมือปฏิบัติจริงหรือทำการทดลองด้วยตนเอง (Active experimentation) ซึ่งผู้เรียนก็จะเกิดประสบการณ์เชิงรูปธรรม และก็เกิดวงจร วงกลับไปในข้อที่ ๑ ถึงข้อที่ ๔ อีก

วงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential learning cycle) ของโคลบและฟราย (Kolb and Fry) มีดังนี้

- ประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม (Concrete experience)
- กำหนดกรอบแนวคิดให้กับสิ่งที่ป็นนามธรรมและสรุปผล (Abstract conceptualization)
- การสังเกต และการแสดงความคิดเห็นหรือการให้ข้อมูลสะท้อนสิ่งที่ได้จากการสังเกต (Reflection of observation)
- นำผลสรุปของสิ่งที่เรียนรู้ไปทดลองใช้กับสถานการณ์ใหม่ที่ต่างออกไป (Active experimentation)^{๑๒}

แต่ก็มี จอห์น เฮอร์อน (John Heron) ได้แสดงความคิดเห็นโต้แย้งแนวคิดนี้ผ่านงานเขียนของเขา โดยอธิบายว่า แนวคิดของโคลบ ยังขาดมิติทางด้านจินตนาการและปัญญาญาณ ซึ่งเป็นมิติสำคัญของการเรียนรู้ของมนุษย์ที่เชื่อมโยงกับการเรียนรู้เชิงประสบการณ์^{๑๓}

สรุป การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ เป็นการเรียนรู้ผ่านสัญลักษณ์หรือสิ่งที่แสดงออกถึงความจริงบางประการ เป็นการเรียนรู้ผ่านมโนทัศน์โดยการผ่านแนวคิด ทฤษฎี ธรรมชาติต่างๆ การเรียนรู้แบบนี้เริ่มมีการตกผลึกทางความคิด เกิดความคิดรวบยอดที่ชัดเจน สามารถนำไปถ่ายทอดและชักนำการปฏิบัติต่อไปได้ นอกจากนี้ ยังเป็นการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติ ซึ่งเป็นการเรียนรู้ผ่านการนำความรู้ ความเข้าใจในตน ไปลงมือปฏิบัติจริง ซึ่งจะเกิดการเรียนรู้ทั้งในมิติของการปฏิบัติและความรู้สึกที่เกิดจากการมีประสบการณ์ปฏิบัติโดยตรง

นั่นคือ แสดงว่า การแสดงออกในพฤติกรรมต่างๆของมนุษย์ ขึ้นอยู่กับสิ่งที่เขาได้รับ นั่นเป็นประสบการณ์ที่ดีหรือเลวร้าย การพัฒนาตนจะประสบผลสำเร็จมากน้อยเพียงใด การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เหล่านั้น ก็เป็นเหตุปัจจัยต่อการพัฒนาได้

๓) การเรียนรู้แบบองค์รวม (Holistic Learning)

ความหมายและแนวความคิดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนอย่างเป็นองค์รวม (Holistic education) รอน มิลเลอร์ (Ron Miller)^{๑๔} ได้กล่าวไว้ว่า การศึกษาเชิงองค์รวมเป็นการศึกษาที่ตั้งอยู่

^{๑๒}สรุปจาก Kolb, A.Y.& Kolb, D.A. “Learning Style and Learning Spaces : Enhancing experiential learning in higher education”. **Academy of Management Learning & Education**, 4(2) .2005, pp.193-213.

^{๑๓} Heron, J. **Feeling and Personhood : Psychology in other Key**. Newberry Park CA : Sages, Publications, 1992, p.14.

^{๑๔} สรุปจาก Ron Miller, “ Holistic Education in the United State: A New Paradigm or a Cultural Struggle?” **In Caring for New Life : Essays on Holistic Education**. Brandon, VT: Foundation for Education Renewal, 2000, pp. 41-52.

บนฐานของการพัฒนาบุคลากร สามารถค้นพบความหมายและเป้าหมายในชีวิต ผ่านการเห็นความสัมพันธ์ของตนเองต่อสิ่งแวดล้อม ชุมชน โลก ธรรมชาติ จิตวิญญาณ และระบบจักรวาลทั้งหมด มิลเลอร์ (Miller) ได้อธิบายเปรียบเทียบระบบการศึกษาแบบองค์รวมและการศึกษากระบวนทัศน์เก่าโดยให้ความเห็นว่า การศึกษาในกระบวนทัศน์เก่าส่งเสริมให้มนุษย์ตัดความสัมพันธ์ของตนเองต่อสิ่งรอบตัว โดยกระตุ้นให้เกิดการอยู่รอด ผ่านการแข่งขันในตลาดแรงงานของโลกแห่งทุนนิยม ซึ่งการศึกษาเหล่านี้ทำให้มนุษย์เกิดความแตกแยกและเน้นการเอาประโยชน์ส่วนตนเท่านั้น ในขณะที่การศึกษาแบบองค์รวมนั้น เน้นเรื่องความสัมพันธ์ของบุคคลต่อโลก ความหมายของบริบท ทั้งด้านกายภาพ ความสัมพันธ์ ฯลฯ ต่อบุคคลหนึ่งๆ ผ่านทางวัฒนธรรมอันหลากหลายในสถานที่แต่ละแห่ง

ฟรอปส์ (Foebes)^{๑๕} ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของการเรียนรู้หรือการศึกษาแบบองค์รวมอันได้แก่

๑) การศึกษาที่เปิดให้ผู้เรียนมีอิสรภาพในการเรียนรู้ (Freedom) และมีลักษณะที่ยืดหยุ่นเพียงพอที่จะทำให้ผู้เรียนไม่รู้สึกลัวถูกบังคับให้เรียนอย่างเร่งรีบ

๒) ส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักพิจารณาความจริง และสิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Good judgment) ทั้งต่อตนเอง ต่อสังคมและระบบโดยรวม โดยแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงของตนเองกับระบบอย่างสม่ำเสมอ

๓) มีแนวทางในการพัฒนากระบวนการเรียนรู้อย่างเชื่อมโยงสัมพันธ์ และส่งเสริมให้ผู้เรียนมีส่วนสำคัญในการจัดการเรียนรู้ของตนเอง (Meta-learning)

๔) พัฒนาความสามารถทางสังคม เช่น ความสัมพันธ์ ฯลฯ (Social ability)

๕) ส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถระบุคุณค่าของการเรียนรู้ต่อตนเองได้ (Refining values) ผู้เรียนจะสามารถเรียนรู้ได้มีประสิทธิภาพ หากได้เรียนสิ่งที่มีความหมายและมีความสำคัญต่อเขาดังนั้นในการเรียนรู้อย่างผู้เรียนจึงเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ของตนเอง

๖) ส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถสร้างความรู้ด้วยตนเอง (Self knowledge) และความสามารถในการนำพาตนเองไปสู่การเปลี่ยนแปลงกระบวนทัศน์ไปสู่การมองเชิงองค์รวม

สรุปได้ว่า การศึกษาแบบองค์รวม เน้นให้มนุษย์พัฒนาจิตสำนึกและตระหนักถึงความสำคัญของตนเองกับระบบของโลกภายนอก และพัฒนาบุคคลในเชิงกายภาพ ปรัชญา วัฒนธรรมและสังคม โดยมีปัจจัยที่สำคัญ ๒ ประการด้วยกัน ได้แก่

^{๑๕} Foebes , S , What Holistic Education Claims About Itself; An Analysis of Holistic Schools Literature, American Education Research Association,. Oxford : 2004, pp.4-9.

๑) การเรียนรู้จากภายในบุคคล อันได้แก่การศึกษาที่จะทำให้เห็นถึงความเชื่อมโยงของบุคคลและโลกได้นั้น ต้องเริ่มจากภายในตัวบุคคล อันได้แก่ อารมณ์ ความรู้สึก อันเป็นพลวัตที่เกิดขึ้นภายในอย่างแตกต่างกันตามประสบการณ์ ความคิด ความรู้สึกของแต่ละบุคคลและเชื่อมโยงต่อสิ่งใกล้ตัว เช่น เพื่อน ครู ชุมชน วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อมรอบตัวตลอดจนวิถีชีวิต (Life style)

๒) ผู้สอนที่มีความเคารพต่อผู้เรียน อย่างมีใจที่เปิดกว้างและมีความรัก เพื่อให้ผู้เรียนแต่ละคนสามารถเติบโตตามวาระที่เป็นอยู่ได้ ผู้สอนในระบบของการศึกษาแบบองค์รวมนั้นไม่จำเป็นต้องเป็นผู้มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน แต่เป็นผู้ที่สามารถรับรู้ได้ถึงความต้องการและความรู้สึกของผู้เรียนแนวความคิดด้านการศึกษาแบบองค์รวมจึงเน้นความสัมพันธ์ระหว่าง ผู้สอนกับผู้เรียนและไม่เน้นไปที่หลักสูตรการเรียนการสอน แต่ในขณะเดียวกันผู้สอนจึงต้องเป็นผู้ที่รู้จักตนเองและสามารถสอนเรื่องต่างๆ ผ่านการกระทำที่ปรากฏต่อผู้เรียน

แนวความคิดเรื่องการศึกษาแบบองค์รวม (Holistic Education) หรือการศึกษาเพื่อพัฒนาคนในทุกๆ ด้านนี้ เป็นแนวคิดทางการศึกษาเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพและลักษณะนิสัยของมนุษย์อย่างเป็นองค์รวมตามธรรมชาติ เพื่อให้เกิดการพัฒนาทั้งจากภายนอกและภายใน ซึ่งเป็นรูปแบบของการศึกษาสมัยใหม่ ที่เน้นพัฒนาการในทุกด้าน

ในมุมมองของผู้วิจัย การเรียนรู้โดยใช้ทฤษฎีองค์รวมนี ทางของพระพุทธศาสนา ก็คือ หลักธรรม หลักปฏิบัติสมุปปาท ซึ่งเป็นหลักสำคัญที่แสดงให้เห็นถึงความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง ที่มีผลกระทบต่อชีวิตของมนุษย์ การที่บุคคลสามารถพิจารณาความจริงนี้ทั้งหมดจนเข้าใจถึงความสัมพันธ์ที่เป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกัน นั่นคือ การพิจารณาแนวคิดแบบองค์รวม (Holistic) จึงจะช่วยให้เข้าใจในความเป็นจริงทั้งหมดของชีวิตได้ ความเป็นมนุษย์มีความซับซ้อน มีองค์ประกอบทั้งทางกาย ใจและความคิด รวมทั้งเป็นสัตว์สังคม มีศักยภาพที่จะเกิดการพัฒนาภูมิปัญญาได้ทั้งทางกายและใจ ความคิดและความสัมพันธ์ มีการสื่อสารกัน สามารถเรียนรู้จากกันและกัน สามารถเรียนรู้และพัฒนาาร่วมกันในชุมชน สร้างสิ่งที่เป็นวัฒนธรรมของคนร่วมกัน และสืบทอดต่อเนื่องกันมาเป็นภูมิปัญญาของมนุษยชาติได้

๔) การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning)

การฝึกปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในหลักสติปัฏฐาน ๔ นั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องมีการสื่อสาร ระหว่างผู้ปฏิบัติกับวิปัสสนาจารย์หรือกัลยาณมิตร ดังนั้น จึงเป็นการเรียนรู้ของ ผู้ปฏิบัติที่มีส่วนร่วมกับผู้สอน จึงจะเกิดการเปลี่ยนแปลง เกิดการเรียนรู้ขึ้นได้

ความหมายของการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ได้มีผู้ให้นิยามไว้ดังนี้

สมใจ ปราบพล กล่าวว่า การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม หมายถึงการที่ผู้เรียนแต่ละคน มีส่วนร่วมโดยการเอาจิตใจเข้าร่วมทำให้เกิดการเรียนรู้ทั้งทางตรงและทางอ้อม อาศัยหลักการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ได้รับประสบการณ์ที่สัมพันธ์กับชีวิตจริง ได้รับการฝึกฝนทักษะการแสวงหาความรู้ ทักษะการบันทึกความรู้ ทักษะการคิด ทักษะการจัดการความรู้ ทักษะการแสดงออก ทักษะการสร้างความรู้ใหม่ และทักษะการทำงานกลุ่ม^{๑๖}

อรจริย์ ณ ตะกั่วทุ่ง กล่าวว่า การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น ตัดสินใจเลือกบทเรียนที่ต้องการเรียนรู้ในลักษณะกลุ่มหรือศึกษาด้วยตนเอง ผู้เรียนจะร่วมกันจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทุกขั้นตอนฝึกปฏิบัติการวางแผนการทำกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกันและทำรายงานผลการเรียนรู้^{๑๗}

โคลบ (Kolb) กล่าวว่า การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมี องค์ประกอบที่สำคัญ ในการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ ผู้เรียนควรมีทักษะในการเรียนรู้ทั้ง ๔ องค์ประกอบ แม้บางคนจะชอบ/ถนัดหรือมีบางองค์ประกอบมากกว่า เช่น เคยมีประสบการณ์จริง แต่ถ้าไม่ชอบแสดงความคิดเห็นหรือไม่นำประสบการณ์มาร่วมอภิปราย ผู้เรียนนั้นก็จะขาดการมีทักษะในองค์ประกอบอื่น ฉะนั้นผู้เรียนจึงควรมีทิศทางการเรียนรู้ทุกด้าน และควรมีพัฒนาการการเรียนรู้ให้ครบทั้งวงจร หรือทั้ง ๔ องค์ประกอบ^{๑๘}

หลักการของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม คือ กระบวนการสร้างความรู้โดยผู้เรียนเป็นเจ้าของการเรียนรู้เอง เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์เดิมของผู้เรียน ก่อให้เกิดความรู้ใหม่ๆ อย่างต่อเนื่องผู้เรียนสามารถกำหนดหลักการที่ได้จากการปฏิบัติและสามารถประยุกต์ใช้ทฤษฎีหรือหลักการได้อย่างถูกต้อง เป็นการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการทำงานเป็นกลุ่ม มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน และมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกันเอง ก่อให้เกิดเครือข่ายการเรียนรู้อย่างกว้างขวาง มีการแสดงออกทั้งการเขียนและการพูด^{๑๙} โดยมีรายละเอียด ดังนี้

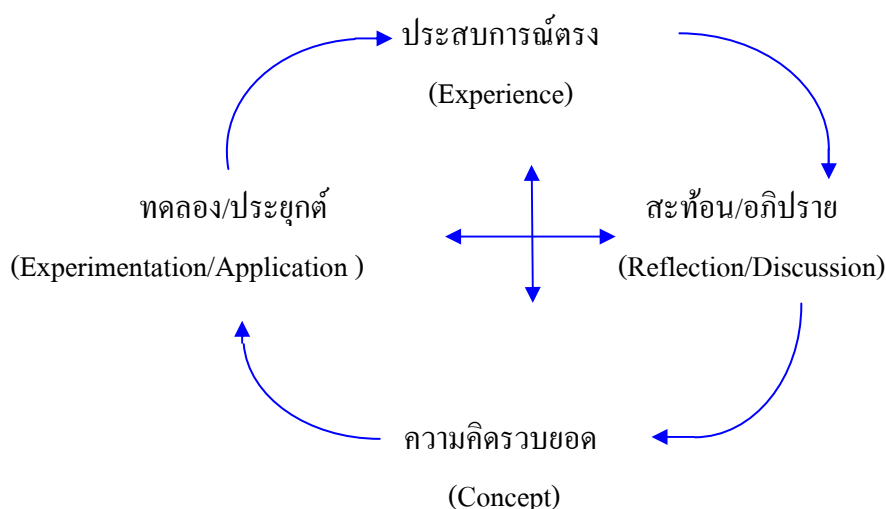
^{๑๖} สมใจ ปราบพล, การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม, (กรุงเทพมหานคร:สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, ๒๕๔๔), หน้า ๑๓-๑๔.

^{๑๗} อรจริย์ ณ ตะกั่วทุ่ง, สูดยอดการพัฒนาการเรียนการสอน, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เบรเนต, ๒๕๔๕). หน้า ๔๑.

^{๑๘} Kolb .**Participatory Learning Action**. London: International Institute for Environment and Development , 1994, p. 60.

^{๑๙} สุเทพ อ่วมเจริญ. ออนไลน์. ๒๕๔๕.(๑๐ มิถุนายน ๒๕๕๔).

แผนภาพที่ ๑ รูปแบบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม



การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม การปฏิรูปการเรียนรู้ตามแนวคิด ๕ ทฤษฎี.^{๒๐}

๑) ขั้นประสบการณ์ (Experience) ในการจัดการเรียน เนื้อหาที่ใช้ในการให้ความรู้หรือนำไปสู่การสอนทักษะต่างๆส่วนใหญ่จะเป็นเรื่องที่มีประสบการณ์อยู่ก่อนแล้ว องค์ประกอบที่เป็นประสบการณ์นี้ผู้สอนจะพยายามกระตุ้นให้ผู้เรียนซึ่งมีประสบการณ์อยู่ก่อนแล้ว ดึงประสบการณ์ของตัวเองออกมาใช้ในการเรียนรู้ และสามารถแบ่งปันประสบการณ์ที่เหมือนหรือแตกต่างไปจากตนเองได้ ขึ้นอยู่กับการใช้กระบวนการกลุ่มของผู้สอน การที่ผู้สอนพยายามให้ผู้เรียนดึงประสบการณ์มาใช้ในการเรียนจะทำให้เกิดประโยชน์ทั้งผู้เรียนและผู้สอน

๒) ขั้นการสะท้อนและอภิปราย (Reflection and discussion) ผู้เรียนจะได้ แสดงความคิดเห็น และความรู้สึกลงของตนเองแลกเปลี่ยนกับผู้สอน และผู้สอนจะเป็นผู้กำหนดประเด็นการวิเคราะห์ วิจัย ผู้เรียนจะได้เรียนรู้ถึงความคิด ความรู้สึกของคนอื่นที่ต่างไปจากตนเอง จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ได้กว้างขวางขึ้น

๓) ขั้นความคิดรวบยอด (Concept) เป็นขั้นที่ผู้เรียน ได้เรียนรู้เกี่ยวกับฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง และการนำเสนอต่อผู้สอน ผู้เรียนจะเข้าใจและเกิดความคิดรวบยอด ซึ่งความคิดรวบยอดนี้จะส่งผลไปถึงการเปลี่ยนแปลงเจตคติ หรือความเข้าใจในเนื้อหาขั้นตอนของการฝึกทักษะต่างๆ ที่จะช่วยให้ผู้เรียนปฏิบัติได้ง่ายขึ้น

^{๒๐} สุมนทนา พรหมบุญ, “การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม” การปฏิรูปการเรียนรู้ตามแนวคิด ๕ ทฤษฎี, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์โอเดียนสแควร์, ๒๕๔๐), หน้า ๑๖.

๔) ขั้นการทดลอง/การประยุกต์แนวคิด (Experimentation/Application) เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้ทดลองใช้ความคิดรวบยอดหรือผลิตขึ้นความคิดรวบยอดในรูปแบบต่างๆเป็นการแสดงถึงผลของความสำเร็จของการเรียนรู้ในองค์ประกอบที่ ๑ ถึง ๓ ผู้สอนสามารถใช้กิจกรรมในองค์ประกอบนี้ในการประเมินผลการเรียนการสอนได้

ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบมีส่วนร่วม จำเป็นต้องจัดกิจกรรมให้ครบทั้ง ๔ ขั้น และทั้ง ๔ ขั้นนั้น มีความสัมพันธ์กันอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะขั้นการสะท้อนและอภิปราย (Reflection and discussion) และขั้นความคิดรวบยอด (Concept) ซึ่งทั้ง ๒ ขั้นนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้ดึงข้อมูลเก่า หรือรับข้อมูลใหม่บางส่วนก่อนเพื่อนำไปสู่การอภิปราย และประยุกต์ใช้ สำหรับระยะเวลาของแต่ละขั้นขึ้นอยู่กับความสำคัญของขั้นนั้นๆ เช่น ถ้าเนื้อหาที่สำคัญมากก็อาจใช้เวลามากในขั้นประสบการณ์ หรือถ้าผู้สอนมีประเด็นในการอภิปรายที่สำคัญและมาก ก็อาจจะใช้เวลาในการอภิปรายมากกว่าขั้นความคิดรวบยอด

นั่นคือ ในการปฏิบัติเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตน ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น ก็เป็นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทั้งผู้ปฏิบัติและวิปัสสนาจารย์หรือกัลยาณมิตรที่มีส่วนร่วมในการแนะนำตลอดจนการสอบอารมณ์ในการปฏิบัติ ดังนั้น จึงเป็นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทั้งผู้เรียนและผู้สอน

๒.๒ การก้าวข้ามพ้นตัวตนแนวพระพุทธศาสนา

๒.๒.๑ ความหมายของคำว่า “การก้าวข้ามพ้นตัวตน” หรือ Self Transcendence คำนี้เป็นศัพท์ทางทฤษฎีทางตะวันตก ซึ่งเมื่อพิจารณาในความหมายแล้ว ก็คือการก้าวผ่านภาวะของการเป็นปุถุชนเข้าสู่ภาวะอริยชน ซึ่งในความหมายนี้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ตรงกับความหมายกับคำว่า บรรลุธรรม ในพระพุทธศาสนา นั่นเอง ดังนั้น จึงได้นำเอาหลักธรรม ตลอดจนหลักการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุธรรม ดังนี้

ความหมายของคำว่า บรรลุธรรม

ความหมายของคำว่า “บรรลุธรรม” หมายถึงความรู้และความเห็นตามความเป็นจริง อาจเรียกว่า มรรคญาณ ผลญาณ สัพพัญญุตญาณ ปัจจเวกขณญาณ หรือวิปัสสนา^{๒๑} ตรงกับคำว่า “ญาณทัสสนะ” เป็นคำสมาสระหว่าง คำว่า “ญาณ” ที่มีความหมายว่า “ความรู้” และคำว่า “ทัสสนะ” ที่มีความหมายว่า “ความเห็น” เมื่อนำมาสมาสเข้าด้วยกันจึงสำเร็จรูปเป็น “ญาณทัสสนะ”

^{๒๑} ที.สี.อ.(ไทย) ๒๓๔/๑๙๘.อ้างในที.ม.๑๐/๒๘๗/๒๒๓.

มีความหมายว่า การเห็นด้วยญาณ คือ ความรู้ คัมภีร์สารัตถปกาสินีอรรถกถาสังยุตตนิคาย ได้ให้ความหมายไว้ ๒ ประการ คือ

๑. การเห็นด้วยญาณ หมายถึง การเห็นและการมีความรู้ ความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง ซึ่งลักษณะ ๓ ประการ คือ (๑) อนิจจตา ความไม่เที่ยง (๒) ทุกขตา ความเป็นทุกข์ (๓) อนัตตตา ความไม่ใช่ตัวตน ที่รวมเรียกว่า ไตรลักษณ์ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาที่ พระอริยเจ้าทั้งหลายเห็นและเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง ด้วยวิปัสสนามรรคและผล

๒. การเห็นหรือความรู้ หมายถึง การเห็นและความรู้ที่เกิดขึ้นด้วยอำนาจของปรีชาญาณ ๓ หมายถึงว่าตั้งแต่ละข้อนั้นมีญาณเกิดขึ้น ๓ รอบ รอบที่ ๑ เรียกว่าสังขญาณ คือรู้หรือริยสัง ๔ ว่าเป็นของจริงไม่แปรผัน รอบที่ ๒ เรียกว่ากิจจญาณ คือรู้ว่าการที่ต้องทำให้สังขแต่ละข้อ รู้ว่าทุกข์เป็นสิ่งที่ต้องรู้ สมุทัยเป็นสิ่งที่ต้องละ นิโรธเป็นสิ่งที่ต้องทำให้แจ้ง มรรคเป็นสิ่งที่ต้องทำให้เกิดขึ้น รอบที่ ๓ เรียกว่ากตญาณ คือความรู้ถึงหน้าที่ ที่ทำแล้วในสังขแต่ละข้อ โดยรู้ว่าทุกข์เป็นสิ่งที่รู้แล้ว สมุทัยเป็นสิ่งที่ละได้แล้ว นิโรธเป็นสิ่งที่ทำให้แจ้งได้ แล้วมรรคเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดมีขึ้นได้และอาการ ๑๒ หมายความว่าญาณที่เกิดขึ้น ๓ รอบ ในอริยสัง ๔ นั้น^{๒๒}

ความหมายที่กล่าวมานี้ สรุปว่า ญาณทัสสนะ ก็คือการเห็นอริยสัง การเห็นอริยสังเป็นการเห็นขั้นมรรคโดยเข้าใจอริยสัง ๔ ได้อย่างแจ่มแจ้ง คือการเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต ๔ ประการได้แก่ ทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ความดับทุกข์และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้นั่นเอง พระพุทธเจ้าตรัสอธิบายการเข้าใจอย่างนั้น ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดเห็นทุกข์ ผู้นั้นชื่อว่าเห็นทุกข์สมุทัยบ้าง

เห็นทุกข์นิโรธบ้างเห็น ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาบ้าง ผู้ใดเห็นทุกข์สมุทัย

ผู้นั้น ชื่อว่าเห็นทุกข์บ้างเห็นทุกข์นิโรธบ้าง เห็นทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทาบ้าง

ผู้ใด เห็นทุกข์นิโรธ ผู้นั้นชื่อว่าเห็นทุกข์บ้าง เห็นทุกข์สมุทัยบ้าง

เห็นทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทาบ้าง ผู้ใดเห็นทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา

ผู้นั้นชื่อว่าเห็นทุกข์บ้าง เห็นทุกข์สมุทัยบ้าง เห็นทุกข์นิโรธบ้าง”^{๒๓}

การเข้าใจอริยสัง ดังคำอธิบายนี้ ก็คือการบรรลุธรรมหรือการก้าวข้ามพ้นตัวตนนั่นเอง บุคคลผู้เกิดความเข้าใจอย่างนี้ ก็คือ บุคคลผู้บรรลุธรรม ซึ่งเรียกว่า อริยะ แปลว่า ผู้ห่างไกลจากกิเลส

^{๒๒} ส.ม.อ. (บาลี) ๓/๑๐๘/๓๘๐.

^{๒๓} ส.สพ. (ไทย) ๑๕/๑๑๐๐/๖๑๑.

สรุป ญาณทัศนะ คือ การเห็นอริยสัจ การเห็นอริยสัจเป็นการเห็นขั้นมรรคโดยเขาใจอริยสัจ ๔ ได้อย่างแจ่มแจ้ง เป็นการเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต ๔ ประการ ได้แก่ ทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ ความดับทุกข์และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

คำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นมีมากมาย ทั้งส่วนที่เป็นคำสอนสำหรับประชาชนโดยทั่วไป และคำสอนสำหรับพระภิกษุ สำหรับคำสอนที่ทรงแสดงแก่พระภิกษุสงฆ์ส่วนมาก พระองค์ทรงมีพระประสงค์ให้พระภิกษุสงฆ์ นำไปประพฤติ เพื่อความหลุดพ้นจากอาสวะกิเลส เพื่อความพ้นทุกข์ เพื่อปัญญาและวิมุตติ เพื่อนิพพานเป็นสำคัญ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแนะนำภิกษุทั้งหลาย ในกรณีเมื่อถูกพวกปริพาชกถามว่า บวชเพื่ออะไร ก็ขอให้ตอบ ดังนี้

“ท่านทั้งหลาย เราทั้งหลายอยู่ประพฤติพรหมจรรย์ในพระผู้มีพระภาคเพื่อละสังโยชน์...ท่านทั้งหลายเราประพฤติพรหมจรรย์เพื่อถอนอนุสัย...ท่านทั้งหลาย เราทั้งหลายอยู่ประพฤติพรหมจรรย์ในพระผู้มีพระภาคเพื่อกำหนด รู้อรรถานะ(ทางไกล) ท่านทั้งหลาย เราทั้งหลายอยู่ประพฤติพรหมจรรย์ในพระผู้มีพระภาคเพื่อให้แจ้งผลแห่งวิชาและวิมุตติ ท่านทั้งหลาย เราทั้งหลายอยู่ประพฤติพรหมจรรย์ในพระผู้มีพระภาคเพื่อญาณทัศนะ”^{๒๔}

จะเห็นว่าพระองค์ถือว่าการออกบวชเป็นการสละบ้านเรือน เพื่อการแสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่ที่พระอริยะเจ้าทั้งหลายปฏิบัติ ซึ่งคำสอนแต่ละเรื่องที่ทรงนำมาแสดงแก่พระภิกษุแต่ละรูปนั้นก็ต้องเหมาะแก่อุปนิสัยของแต่ละท่าน เมื่อภิกษุนั้นๆ ได้ฟังแล้วน้อมนำเอาไปปฏิบัติไม่นาน ก็ได้ดวงตาเห็นธรรมสำเร็จเป็นอริยบุคคลชั้นใดชั้นหนึ่ง เมื่อมีความเพียรต่อไปก็บรรลุมรรคผลเป็นพระอรหันต์ รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำทำเสร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้ไม่มีอีกแล้ว เป็นผู้พ้นพวงแห่งมาร พ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง มีปรินิพพานเป็นที่สุด ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายในวัฏฏทุกข์นี้อีกต่อไป

ในมินทปัญหามีข้อสนทนาระหว่างพระเจ้ามิลินท์กับพระนาคเสนเกี่ยวกับประโยชน์ของการบวชมีข้อความปรากฏดังนี้ “พระเจ้ามิลินทร์ตรัสถามว่า ข้าแต่พระนาคเสน บรรพชาามีประโยชน์อย่างไร อะไรเป็นประโยชน์อย่างเยี่ยมของพระผู้เป็นเจ้า พระเถระตอบว่า ขอลวาทพระพร ทุกข์นี้จะดับไปและทุกข์อื่นจะไม่เกิดขึ้นด้วยสิ่งอันใด บรรพชาเพื่อสิ่งนั้น อนุปาทาปรินิพพานเป็นประโยชน์อย่างเยี่ยมของอادمภาพ”^{๒๕}

^{๒๔} ส.ม.(ไทย)๑๕/๔๗/๔๐.

^{๒๕} พระธรรมมหาวิราฐานุวัตร, มินทปัญหา ฉบับพร้อมด้วยอรรถกถา ฎีกา(ฉบับแปล), (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ลูก ศ. ธรรมภักดี, ๒๕๒๘), หน้า ๔๓.

สำหรับฆราวาสผู้อยู่ครองเรือนนั้น หลักธรรมที่ทรงสอน ก็เพื่อให้พ้นจากทุกข์ ที่เกิดจากการเวียนว่ายตายเกิดเช่นกัน แต่ผู้ที่ไม่ได้บวชเรียนนั้นมีความเป็นอิสระ มีความเป็นตัวของตัวเอง ไม่ได้อยู่ภายใต้พระธรรมวินัยเหมือนพระภิกษุ การสอนฆราวาส พระพุทธองค์จึงต้องพิจารณาถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งย่อมมีการรับรู้ที่แตกต่างกันด้วย อนุปปพิกถา^{๒๖} จึงเป็นหลักธรรมที่ทรงใช้ในการสอน จำแนกบุคคลเพื่อประพฤติปฏิบัติตามศักยภาพของตน

๒.๒.๒ หลักธรรมที่ควรศึกษา

การพัฒนาเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตนเชิงพุทธนั้น หลักธรรมที่ควรศึกษา เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องมี ดังนี้

๑. อนุปปพิกถา

อนุปปพิกถา เป็นหลักธรรมเทศนาของพระพุทธองค์ที่แสดงแก่ผู้ฟัง โดยจำแนกตามความสามารถในการสดับธรรม ตามความสามารถทางสติปัญญาของแต่ละคน อนุปปพิกถา ๕ หมายถึงเรื่องทีกล่าวถึงตามลำดับ ธรรมเทศนาที่แสดงเนื้อความลุ่มลึกลงไปโดยลำดับ เพื่อขัดเกลาอหังการของผู้ฟังให้ประณีตขึ้นไปเป็นขั้นๆ จนพร้อมที่จะทำความเข้าใจในธรรม มี ๕ ข้อ ดังนี้

๑) ทานกถา (เรื่องทาน)

๒) สีลกถา (เรื่องศีล)

๓) สักกกถา (เรื่องสวรรค์)

๔) กามาทีนวกถา (เรื่องโทษ ความต่ำทราม ความเศร้าหมองแห่งกาม)

๕) เนกขัมมานิสังสกถา (เรื่องอานิสงส์แห่งการออกจากกาม)^{๒๗}

ตามปกติ พระพุทธเจ้าเมื่อจะทรงแสดงพระธรรมเทศนาแก่คฤหัสถ์ ผู้มีอุปนิสัยสามารถที่จะบรรลุธรรมพิเศษ ทรงแสดงอนุปปพิกถานี้ก่อนแล้ว จึงตรัสแสดงอริยสัจ ๔ เป็นการกำจัดให้พร้อมที่จะรับ ดูกุศลที่ชักพอกสะอาดแล้ว ควรรับน้ำย้อมต่างๆ ได้ด้วยดี

อนุปปพิกถานั้น เป็นธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง เพื่อพอกอหังการของบุคคลผู้ฟังให้มีความประณีตขึ้นไปโดยลำดับ ถ้าหากว่าผู้ฟังสามารถที่จะชำระกิเลสของตนให้เบาบางลง

^{๒๖} วิ.ม.(ไทย) ๔/๒๖/๓๒.

^{๒๗} วิ.ม.(ไทย) ๔/๒๖/๓๒.

ได้ ตามที่ทรงแสดงแล้ว ต่อไปก็จะแสดงอริยสัจ ๔ ธรรมะทั้ง ๘ ข้อนี้ จึงเรียกว่า พหุลาภุศาสนี คือ พระธรรมที่พระองค์แสดงมากที่สุด เนื่องจากการค่อยๆ ชัดเขลาจิตใจของผู้ฟังไปโดยลำดับ แต่เวลาแสดงจริงๆ นั้น ไม่จำเป็นต้องแสดงครบหมดทั้ง ๕ ข้อ ผู้ฟังสามารถจะเรียนรู้ประพจน์ปฏิบัติได้ในระดับใด ก็จะทรงแสดงไปในระดับนั้น

เพื่อจะให้ทราบอรรถาธิบายในอนุปพิภพิกา ซึ่งตามปกติแล้ว ในพระไตรปิฎกจะไม่ให้รายละเอียดไว้โดยตรง เวลาแสดงอนุปพิภพิกาก็จะบอกแต่ชื่อไว้เท่านั้น รายละเอียดจึงอยู่ในพระสูตรอื่นๆ ที่แสดงถึงเรื่องของทาน หรือ เรื่องของศีล โทษแห่งกาม เป็นต้น

๑. ทานกถา กล่าวด้วยทาน คือการให้ ทรงแสดงอานิสงส์ของทาน อย่างที่ทรงแสดงไว้ในทานานิสังสสูตร ว่า

- ๑) ผู้ให้ทาน ย่อมเป็นที่รักที่พอใจของชนหมู่มาก
- ๒) สัตบุรุษ ผู้สงบ ย่อมคบหาผู้ให้ทาน
- ๓) กิตติศัพท์อันงามของผู้ให้ทาน ย่อมขจรไป
- ๔) ผู้ให้ทานย่อมไม่เหินห่างจากธรรมของคฤหัสถ์
- ๕) ผู้ให้ทานหลังจากตายแล้ว ย่อมเกิดในสุคติโลกสวรรค์^{๒๘}

เมื่อทรงแสดงทานไป ตามสมควรแล้ว อริยสัจของบุคคลพร้อมที่จะปฏิบัติธรรมเบื้องสูงขึ้นไปก็จะแสดงในเรื่องศีล

๒. สิลกถา คือกล่าวที่ว่าด้วยคุณของศีล การรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อย ไม่มีโทษ ทรงแสดงอานิสงส์ของศีลไว้ในมหาปริณิพพานสูตรว่า

- ๑) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลในโลกนี้ ย่อมมีโภคทรัพย์เป็นอันมาก ซึ่งมีความไม่ประมาทเป็นเหตุ
- ๒) กิตติศัพท์อันงามของบุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมขจรไป
- ๓) บุคคลผู้มีศีลสมบูรณ์ด้วยศีล จะเข้าไปยังบริษัทใดๆ จะเป็นชาติยบริษัทก็ตาม พราหมณ์บริษัทก็ตาม คหบดีบริษัทก็ตาม สมณบริษัทก็ตาม ย่อมแก้แล้วกล้า ไม่เก้อเขินเข้าไป
- ๔) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ย่อมไม่หลงลืมสติตาย
- ๕) บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล หลังจากตายแล้ว ย่อมไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์^{๒๙}

^{๒๘} อัง.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๓๕/๕๖.

^{๒๙} ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๕๐/๕๔-๕๕.

๓. สักกกา คือ สวรรค์,เมืองฟ้า เมืองทิพย์,เทวโลก,^{๓๐} หรือ สกฺก หมายถึง สวรรค์ โสภ โณ อกุโศ สกุโ^{๓๑} ผู้วิจัยมีความเห็นว่าในสวรรค์ เป็นสถานที่ที่มีความสวยงาม เป็นเมืองทิพย์ บุคคลได้รับอารมณ์เลิศ ซึ่งหมายถึงสภาพชีวิตที่มีความสุขกายสบายใจ ไม่เดือดร้อนในการเป็นอยู่ มีคุณธรรมภายในใจของบุคคลผู้นั้น เช่น มีหิริ มีโอตตปปะอยู่ภายในใจ บางทีก็หมายถึงสภาพจิตที่มีความเพลิดเพลิน สนุกสนานอยู่ในอารมณ์ต่างๆ จดมุ่งหมายจริงๆ นั้น หมายถึง ปรโลก คือโลกที่บุคคลจะไปอุบัติบังเกิดด้วยผลแห่งกุศลกรรมที่เขาได้กระทำเอาไว้

๔. กามาพีนวกตา หมายถึงกตาที่พรรณากามว่ามีโทษมากมีคุณน้อย มีความเลวทรามมาก มีความคีน้อย มีความเศร้าหมองมาก มีความผ่องแผ้วน้อย มีทุกข์มาก มีสุขน้อยเป็นต้น^{๓๒} ผู้วิจัยมีความเห็นว่าโทษแห่งกามทั้งหลาย เมื่อพระพุทธเจ้าทรงประโลมใจผู้ฟังด้วยเรื่องสวรรค์ จนเกิดความเพลิดเพลินยินดีสนุกสนานและปรารถนาที่จะเสพสุข ก็ทรงชี้ให้เห็นว่า สวรรค์นั้นเป็นกามสุข แม้จะมีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่ น่าปรารถนา น่าพอใจ หรือเป็นทิพย์ก็ตาม แต่ว่าที่แท้จริงแล้วก็มากไปด้วยเวร มากไปด้วยภัย ทิพยสุขเหล่านั้น ก็มีการแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป แม้สวรรค์เองก็เป็นอนิจจังไม่เที่ยงแท้ยั่งยืน ไม่ควรจะไปหลงนิยมนินดี

๕. เนกขัมมานิสงสกา หมายถึงกตาที่พรรณาคุณความดีของการไม่ติดใจเพลิดเพลินอยู่ในกาม ความปลอดโปร่งจากสิ่งล่อเร้าเข้ายวน การออกบวช เพื่อให้มีฉันทะที่จะแสวงหาความดีงาม และความสุกสันต์สงบที่ประณีตยิ่งขึ้นไปกว่านั้น^{๓๓} ผู้วิจัยมีความเห็นว่า อานิสงส์แห่งการออกจากกามว่าเป็นที่ปลอดภัย ยุติเวรภัยด้วยประการต่างๆ มีความสงบมีความโปร่งเบา มีความเป็นอิสระไม่ไปเกี่ยวเกาะผูกพันกับกามคุณทั้งหลายมากเกินไป แต่ในขณะเดียวกัน ก็ทรงแสดงประเภทของเนกขัมมะ คือ การออก ซึ่งแปลว่าการออกจากกาม หรือการออกเพื่อคุณอันใหญ่ นั่น เมื่อทรงแสดงหลักธรรมดังกล่าวแล้ว ผู้ฟังก็จะมีจิตใจที่อ่อนโยน นุ่มนวล น้อมไปในทางที่จะตั้งใจปฏิบัติตามพระองค์ก็จะแสดง องค์ธรรมที่ทรงค้นพบจากการตรัสรู้ คือ อริยสัจ ๔

^{๓๐} พระมหาสมปอง มุทิโต แปลเรียบเรียง,คัมภีร์อภิธานวรรณนา,(กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ธรรมสภา,๒๕๔๒),หน้า ๓๔.

^{๓๑} พันตรี ป.หลงสมบุญ,พจนานุกรม มคอ-ไทย,(กรุงเทพมหานคร:อาทรการพิมพ์,๒๕๔๐),หน้า ๖๘๒.

^{๓๒} ม.ม.อ.(บาลี) ๒/๖๕/๖๕-๓๐.เชิงอรรถใน ม.ม.(ไทย)๑๓/๖๕/๖๕.

^{๓๓} ม.ม.อ.(บาลี) ๒/๖๕/๓๐.เชิงอรรถในม.ม.(ไทย)๑๓/๖๕/๖๕.

๒. หลักอริยสัจ ๔

อริยสัจ ๔ มีปรากฏในพระสูตรที่สำคัญหลายสูตร โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่ปรากฏในพระธรรมเทศนาธัมมจักกัปปวัตตนสูตร^{๓๔} “ปัญจวัคคยิกถา”^{๓๕}อีกทั้งปฐมसारณสูตรและทุติยसारณสูตร โดยแสดงพุทธประสงค์ เพื่อต้องการบอกให้รู้ว่า การเรียงลำดับอริยสัจ ๔ คือ ทุกข ทุกขสมุทัย ทุกขนิโรธและทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา ซึ่งเป็นการแสดงผลไปหาเหตุ และเนื้อหาในอริยสัจ และวิชาสูตร ก็ได้ทรงแสดงธรรมเพื่อจะบอกให้รู้ว่า ความรู้อริยสัจ ๔ คือ วิชาหรือปัญญาขั้นสูงสุดที่ทรงมุ่งหมายถึงอริยสัจ ๔ ดังมีรายละเอียด ดังนี้^{๓๖}

๑) ทุกขอริยสัจ (ความจริงที่ประเสริฐคือทุกข์) พระพุทธเจ้าตรัสว่า จักขุเกิดแล้ว ญาณเกิดแล้ว ปัญญาเกิดแล้ว วิชาเกิดแล้ว แสงสว่างเกิดแล้วในธรรมทั้งหลายที่เราไม่เคยได้สดับมาก่อนว่าทุกขอริยสัจควรกำหนดรู้เราได้กำหนดรู้แล้ว

๒) ทุกขสมุทยอริยสัจ (ความจริงอันประเสริฐคือเหตุเกิดแห่งทุกข์) พระพุทธเจ้าตรัสว่า จักขุเกิดแล้ว ญาณเกิดแล้ว ปัญญาเกิดแล้ว วิชาเกิดแล้ว แสงสว่างเกิดแล้วในธรรมทั้งหลายที่เราไม่เคยได้สดับมาก่อนว่าทุกขสมุทยอริยสัจควรละเสีย เราละได้แล้ว

๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ (ความจริงอันประเสริฐคือการดับทุกข์) พระพุทธเจ้าตรัสว่า จักขุเกิดแล้ว ญาณเกิดแล้ว ปัญญาเกิดแล้ว วิชาเกิดแล้ว แสงสว่างเกิดแล้วในธรรมทั้งหลายที่เราไม่เคยได้สดับมาก่อนว่าทุกขนิโรธอริยสัจ ควรทำให้แจ้ง เราได้ทำให้แจ้งแล้ว

๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ (ความจริงอันประเสริฐคือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์) พระพุทธเจ้าตรัสว่า จักขุเกิดแล้ว ญาณเกิดแล้ว ปัญญาเกิดแล้ว วิชาเกิดแล้ว แสงสว่างเกิดแล้ว ในธรรมทั้งหลายที่เราไม่เคยได้สดับมาก่อนว่าทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ ควรให้เจริญ เราได้ให้เจริญแล้ว^{๓๗}

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย สมณะหรือพราหมณ์เหล่าใดเหล่าหนึ่ง รู้ชัดธรรมเหล่านี้ รู้ชัดความเกิดแห่งธรรมเหล่านี้ รู้ชัดความดับแห่งธรรมเหล่านี้ รู้ชัดปฏิบัติที่ให้ถึงความดับแห่งธรรมเหล่านี้... สมณะหรือพราหมณ์เหล่านั้น จักว่า เป็นสมณะในหมู่สมณะ...และ

^{๓๔} วิ.ม.(ไทย). ๔/๑๔/๒๑-๒๕.

^{๓๕} วิ.ม.(ไทย)๔/๑๐/๑๕.

^{๓๖} ศ.บญธ.(ไทย) ๑๓/๑๑๓/๒๐๘, ศ.ม.(ไทย)๑๕/๑๐๘๘/๖๐๓, บรรจบ บรรณรุจิ, ปัญญาในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร: ชื่อเรียกและพัฒนาการ, (วิทยานิพนธ์สถาบันทุนอุดหนุนการวิจัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕-๒๐.

^{๓๗} วิ.ม.(ไทย)๔/๑๕/๒๑-๒๕.

จัดว่าเป็นพราหมณ์ในหมู่พราหมณ์...ท่านทั้งหลายเหล่านั้นก็ได้ทำให้แจ้งประโยชน์ของความเป็นสมณะและประโยชน์ของความเป็นพราหมณ์ ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน”^{๓๘}

การตรัสสอนเช่นนี้เป็นเครื่องแสดงว่า พระพุทธเจ้าตรัสสอนอริยสัจ ๔ เพื่อความบริสุทธิ์ของจิตใจ(พรหมจรรย์) ให้เบื่อกความทุกข์ มีความสุขสงบ มีปัญญาทางธรรม และเข้าถึงความดับทุกข์ (นิพพาน)

๓. หลักปฏิจสุมุปปาท

หลักปฏิจสุมุปปาท เป็นกระบวนการของธรรมชาติ ซึ่งอาศัยกันและเป็นเหตุปัจจัยเกี่ยวโยงกัน ปฏิจสุมุปปาทเป็นหลักธรรมซึ่งพระพุทธเจ้าทรงแสดงในรูปของกฎธรรมชาติหรือความจริงอันมีอยู่โดยธรรมดา เป็นสภาวะธรรมชาติที่ไม่เกี่ยวกับการอุบัติขึ้นของพระพุทธเจ้า ดังพุทธพจน์ที่ว่า

ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตเกิดขึ้นก็ตาม ไม่เกิดขึ้นก็ตาม ชาติุนั้นคือ ความตั้งอยู่ตามธรรมดา ความเป็นไปตามธรรมดาก็คงตั้งอยู่อย่างนั้น ตถาคตรู้บรรลุชาติุนั้นว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง ครั้นรู้ บรรลุแล้วจึงบอก แสดงบัญญัติกำหนด เปิดเผย จำแนก ทำให้ง่ายว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง ตถาคตเกิดขึ้นก็ตาม ไม่เกิดขึ้นก็ตาม ชาติุนั้นคือความตั้งอยู่ตามธรรมดา ความเป็นไปตามธรรมดา ก็คงตั้งอยู่อย่างนั้น”^{๓๙}

จากพระพุทธพจน์ดังกล่าว จะเห็นได้ว่าพระพุทธเจ้าเป็นเพียงผู้ค้นพบความจริงด้วยปัญญาแล้วนำมาเปิดเผย แจกแจงแสดงให้ทราบถึงหลักธรรมอันประเสริฐและเป็นประโยชน์นี้ หลักปฏิจสุมุปปาทจึงไม่เพียงอธิบายให้เข้าใจในเหตุปัจจัยต่างๆของชีวิตเท่านั้น แต่สามารถจะอธิบายให้เข้าใจปรากฏการณ์ต่างๆ ของธรรมชาติได้อีกด้วย ดังนั้น ผู้เข้าใจปฏิจสุมุปปาทเท่ากับว่า ได้รู้แก่นแท้แห่งพระพุทธศาสนาและวิธีการดำเนินชีวิต ดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสพระพุทธพจน์นี้ไว้ว่า

“ผู้ใดเห็นปฏิจสุมุปปาท ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม ผู้ได้เห็นธรรม ผู้นั้นชื่อว่าเห็นปฏิจสุมุปปาท”^{๔๐}

^{๓๘} ส.นิ.(ไทย) ๑๖/๑๔/๒๓.

^{๓๙} อ.ทก. (บาลี) ๒๐/๑๓๗/๓๘๕.

^{๔๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๐๖/๓๓๘.

ปฏิจสุมุปปาท กับอริยสัจ ๔ คำสอนเรื่องปฏิจสุมุปปาท และอริยสัจ ๔ ต่างมีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน เพราะปฏิจสุมุปปาทก็เป็นเนื้อหาสำคัญของอริยสัจ ๔ และอริยสัจ ๔ ก็มีความหมายครอบคลุมปฏิจสุมุปปาท ในสัปดาห์แรกหลังจากตรัสรู้แล้ว พระพุทธองค์ยังทรงประทับนั่งโดยบัลลังก์เดียวตลอดเจ็ดวัน ณ สถานที่ตรัสรู้เพื่อทรงพิจารณาปฏิจสุมุปปาททั้งโดยอนุโลมและปฏิโลมอย่างลึกซึ้ง^{๔๐}

การพิจารณาโดยอนุโลมนัย หรือ สมุทัยวาร (สายเกิดแห่งทุกข์) ทรงมนสิการดังนี้

เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี

เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี

เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี

เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี

เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี

เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี

เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี

เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี

เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี

เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส จึงมี

กองทุกข์ทั้งมวลนี้ เกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนี้

ปฏิจสุมุปปาทโดยอนุโลมนัย จัดเป็นสมุทัยวาร หรือเป็นกระบวนการอันเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง องค์ทั้ง ๑๒ นี้ สามารถจำแนกได้เป็น ๒ พวก คือ ธรรมที่เป็นเหตุแห่งทุกข์พวกหนึ่ง และธรรมที่เป็นผล คือทุกข์อีกพวกหนึ่ง^{๔๑}

ปฏิจสุมุปปาทในคัมภีร์วิภังค์ แสดงไว้ ๒ นัยคือ ๑.แบบสุดต้นตภาชนีย์และ๒.แบบอภิธรรมภาชนีย์ ในการแสดง ๒ นัยนั้น แบบสุดต้นตภาชนีย์ ทรงแสดงองค์ธรรมของปฏิจสุมุปปาทซึ่งมีองค์ประกอบ ๑๒ ประการ พร้อมคำอธิบายขององค์ธรรมนั้นๆ แบบอภิธรรมภาชนีย์ ทรงแสดงองค์ธรรม ๑๒ ประการ ด้วยนัย ๔ นัยคือ ปัจจัยจตุกกะ เหตุจตุกกะ สัมปยุตตจตุกกะ อัญญมัญญจตุกกะ โดยหมุนเวียนสลับกันไปตามลำดับแห่งการอุบัติ และทรงจำแนกสังขารทั้งหลายทั้งฝ่ายกุศลและอกุศลซึ่งเกิดขึ้นเพราะอวิชชาเป็นมูล โดยวิธีสลับหมุนเวียนไปตามลำดับ

^{๔๐} วิ.ม.(ไทย) ๔/๑/๑.

^{๔๑} วิ.ม.(ไทย)๔/๑/๒-๓.

แห่งปฏิจสมเด็จพระบาท^{๔๓} สรุปแล้วปฏิจสมเด็จพระบาทมิได้แสดงเฉพาะเรื่องทุกข์ และเหตุแห่งทุกข์ (ทุกข์สมุทัย) เท่านั้น แต่ยังแสดงถึงการดับแห่งทุกข์ทั้งปวง (ทุกข์นิโรธ หรือ นิพพาน) ไว้ด้วย ดังนั้นปฏิจสมเด็จพระบาท และอริยสัจ ๔ จึงเป็นเรื่องเดียวกัน แต่ปฏิจสมเด็จพระบาทจะให้รายละเอียดที่มากกว่า จึงสรุปได้ว่าปฏิจสมเด็จพระบาทคือ การขยายความอริยสัจ ๔ ให้ละเอียดลึกซึ้งยิ่งขึ้น

ปฏิจสมเด็จพระบาท เป็นการเกิดขึ้นพร้อมของธรรมทั้งหลาย ในสภาวะธรรมที่เป็นปัจจัยอิงอาศัยกันของสิ่งทั้งหลายสืบต่อกันมา ตามกระบวนการระหว่างเหตุและผลอย่างไม่มีที่สิ้นสุดเป็นวงจร ไม่มีสิ่งใดเกิดขึ้น ตั้งอยู่โดยตัวของมันเอง เพราะสิ่งต่างๆ ทั้ง ๑๒ ปัจจัยนั้นต่างเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กัน ด้วยความสำคัญดังกล่าว พระสารีบุตรยืนยันว่า พระพุทธองค์ตรัสเป็นพุทธพจน์รับรองว่า...ผู้ใดเห็นปฏิจสมเด็จพระบาท ผู้นั้นชื่อว่าเห็นธรรม ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นชื่อว่า เห็นปฏิจสมเด็จพระบาท^{๔๔} พุทธทาสภิกขุจัดปฏิจสมเด็จพระบาทอยู่ในสัมมาทิฐิขั้นสูงสุด เพราะผู้ที่เข้าใจว่าปฏิจสมเด็จพระบาทเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดสืบต่อเนื่องในแต่ละขณะ จะเห็นว่าไม่มีสิ่งใดคงที่เป็นตัวยืนโรงที่ไม่เปลี่ยนแปลงที่เรียกว่าอัตตาได้ หากรู้แจ้งในปฏิจสมเด็จพระบาทที่เกิดดับอยู่ทุกขณะจิตอันสอดคล้องกับหลักอนัตตาในทางพระพุทธศาสนาซึ่งก็จะทำให้บรรลุจุดหมายสูงสุด คือนิพพานของพระพุทธศาสนาได้ในที่สุด พุทธทาสภิกขุได้อธิบายว่า ปฏิจสมเด็จพระบาทมีความสัมพันธ์อย่างแยกไม่ออกจากกฎแห่งกรรม ถ้าเข้าใจความหมายของปฏิจสมเด็จพระบาทอย่างถ่องแท้ ย่อมสามารถเข้าใจบทบาทและความหมายของกรรมได้ด้วย

สรุป หลักปฏิจสมเด็จพระบาท เป็นกระบวนการของธรรมชาติที่อิงอาศัยซึ่งกันและกันตามเหตุและปัจจัย เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นและก่อให้เกิดความทุกข์ของมนุษย์ เพราะมนุษย์ไปยึดมั่น ถือมั่น อีกทั้งขาดปัญญาด้วยความไม่รู้ ดังนั้นการรู้แจ้งในหลักปฏิจสมเด็จพระบาทจะก่อให้เกิดปัญญาและด้วยการปฏิบัติแนวสติปัฏฐาน ๔ จะทำให้เข้าถึงกระบวนการแห่งการก้าวข้ามพ้นตัวตนของมนุษย์ได้

๒.๒.๓ วิธีเตรียมตัวเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน

การปฏิบัติเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน สิ่งสำคัญประการแรก คือ การศึกษาหลักธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ ซึ่งทุกหลักธรรมล้วนแต่มีจุดหมายหมายเพื่อบรรลุปัญญาขั้นสูงสุดจนสามารถก้าวข้ามพ้นตัวตนได้ หลักธรรมที่นำไปสู่การปฏิบัติเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ในวาระต่างๆ กัน เพื่อให้เหมาะกับจริตนิสัยของแต่ละบุคคล โดยตรัสหลักธรรมที่สำคัญที่ใช้ในการปฏิบัติเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน คือโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ประกอบด้วย สติปัฏฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และ

^{๔๓} อภ.วิ.(บทนำ)เล่ม ๓๕ หน้า ๓๕.

^{๔๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๐๖/๓๐๘, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๓๐๖/๒๗๐.

อริยมรรคมีองค์ ๘^{๔๕} แต่ละหมวดธรรมมีความสมบูรณ์อยู่ในตัว ผู้ปฏิบัติจะถือหลักธรรมหมวดไหนในการปฏิบัติก็สามารถบรรลุธรรมได้เช่นเดียวกัน เปรียบเหมือนแม่น้ำทุกสายย่อมไหลลงสู่มหาสมุทร ฉะนั้น การปฏิบัติธรรมตามหมวดธรรมใดย่อมนำไปสู่การบรรลุธรรมได้ ฉะนั้น

โดยสรุปการปฏิบัติธรรมนั้นมี ๒ วิธี คือ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งจะต้องปฏิบัติควบคู่กันไป โดยเฉพาะวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถือว่าเป็นหัวใจของการปฏิบัติ ถ้าผู้ปฏิบัติยังไม่สามารถขจัดกิเลสเข้าสู่วิปัสสนาญาณได้ การบรรลุมรรคผลจะไม่เกิดขึ้นเลย เมื่อสามารถทำวิปัสสนาญาณให้แจ้งได้แล้ว การบรรลุมรรคผลจึงจะเกิดขึ้น

การปฏิบัติเมื่อได้ศึกษาหลักธรรมจนมีความเข้าใจและจดจำได้เป็นอย่างดีแล้วจึงลงมือปฏิบัติ ซึ่งต้องเตรียมตัวให้พร้อม ตัดสิ่งวิตกกังวลต่างๆออกให้หมดเสียก่อน เมื่อพร้อมแล้วจึงไปสู่สำนักของอาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถในการสอน แนะนำ แก้ไขข้อขัดข้องต่างๆได้ แล้วเริ่มลงมือปฏิบัติอย่างจริงจัง มีความมุ่งมั่นอย่างมีเป้าหมาย ไม่ท้อแท้ เพียรพยายามปฏิบัติไปตามขั้นตอน และต้องคอยตรวจสอบผลการปฏิบัติอยู่ตลอดเวลา พยายามปรับปรุงแก้ไขวิธีการปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักการที่ได้ศึกษา จนสามารถขจัดกิเลสออกจากจิตสันดาน และบรรลุมรรคผลตามที่ปรารถนาในที่สุด

ผลของการบรรลุธรรมนั้นมี ๔ ระดับ คือ โสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรหัตผล ซึ่งผลของการบรรลุธรรมแต่ละระดับ สามารถขจัดกิเลสได้ตามลำดับ ตั้งแต่กิเลสอย่างหยาบไปจนถึงกิเลสอย่างละเอียด พร้อมทั้งเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลนั้นๆ ไปด้วย

สถานะของการบรรลุธรรมและช่วงจังหวะในการบรรลุธรรมนั้น มีความแตกต่างกันแล้วแต่ประสบการณ์และภูมิหลังของแต่ละบุคคล แต่ที่เหมือนกัน คือ เมื่อถึงจุดสุดท้ายของการบรรลุธรรม คือการก้าวข้ามพ้นตัวตน ทุกคนล้วนมองเห็นความจริงของสรรพสิ่งว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราเป็นของเรา ทุกสิ่งเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีใครบังคับบัญชาได้

วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุธรรม

ในกระบวนการของการเรียนรู้ การศึกษาถือว่าเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้มนุษย์มีความเจริญก้าวหน้า เพราะเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการดำเนินชีวิตที่ดีงามและมีประสิทธิภาพ การศึกษาเป็นสื่อที่ดึงเอาความสามารถที่มีอยู่ในตัวออกมา การศึกษาเป็นการเลี้ยงดูตนให้เจริญเติบโตในด้าน

^{๔๕} อกุ.ทศก.ฎีกา ๓/๑๑๓-๑๑๖/๔๓๘.เชิงอรรถในส.สพ.๑๘/๑๑๖/๑๓๑.

ศีลธรรมอันเป็นทฤษฎีหลักในวงการศึกษานี้ ซึ่งมีความสอดคล้องกับหลักทฤษฎีที่ว่าด้วยการศึกษา เพื่อบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา ผู้ที่จะบรรลุธรรมได้นั้นต้องมี โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ เป็นพื้นฐานเกิดขึ้นอยู่ในจิตใจ โดยอาศัยการศึกษาเป็นสื่อ เพื่อจะดึงเอาโภธิปักขิยธรรมออกมา การศึกษาที่เป็นสื่อดังนั้นมีชื่อเรียกว่า สิกขา เนื่องจากเป็นข้อที่ต้องศึกษาและปฏิบัติให้เกิดมีขึ้น เพื่อฝึกหัดกาย วาจา และใจให้เจริญยิ่งขึ้นจนสามารถบรรลุธรรมที่เป็นเป้าหมายสูงสุดของการศึกษาและปฏิบัติในพระพุทธศาสนาได้ มี ๓ ประการ คือ

๑. **อธิศีลสิกขา** คือ ฝึกฝนในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีศีลสำรวมด้วยการสังวรในปาติโมกข์ สมบูรณ์ด้วย อาจารย์และโคจร เห็นภัยในโทษเพียงเล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลายอยู่ คือศีลชั้นเล็ก ศีลชั้นใหญ่ ศีลเป็นที่พึง เป็นเบื้องต้นเป็นความประพฤติ เป็นความสำรวม เป็นความระวัง เป็นหัวหน้าเป็นประธานเพื่อความถึงพร้อมแห่งธรรมที่เป็นกุศล

๒. **อธิจิตตสิกขา** คือ ฝึกฝนในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจารณ์ และสุข อันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์ สงบระงับไปแล้ว บรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขที่เกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปีติจึงคลายไปมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่าผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้แล้ว เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว บรรลุจตุตถฌาน ที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขาอยู่

๓. **อธิปัญญาสิกขา** คือ ฝึกฝนในธรรมวินัยนี้เป็นผู้มีปัญญา ประกอบด้วยปัญญาอันประเสริฐ หยั่งถึงความเกิดและความดับ เพิกถอนกิเลส ให้บรรลุถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์สมุทัย(เหตุเกิดทุกข์) เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์นิโรธ (ความดับทุกข์) เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา(ข้อปฏิบัติเครื่องดำเนินไปสู่ความดับทุกข์) เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า เหล่านี้อาสวะ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่อาสวะสมุทัย เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่อาสวะนิโรธ เธอรู้ตามความเป็นจริงว่า นี่ อาสวะนิโรธคามินีปฏิปทา นี้ชื่อว่าอธิปัญญาสิกขา^{๔๖}

สิกขา ๓ เหล่านี้ เมื่อสัตว์เกิดนึกถึง ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อทราบ ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อเห็นชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อพิจารณา ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่ออธิษฐานจิต ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อน้อมใจเชื่อด้วยศรัทธา ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อประครองความเพียร ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อตั้งสติ ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อตั้งใจมั่น ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อรู้ชัดด้วยปัญญาชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อรู้ชัดธรรมที่ควรรู้ชัด ชื่อว่าฟังศึกษา เมื่อกำหนดรู้

^{๔๖} พ.ม.(ไทย)๒๕/๑๐/๔๘-๔๙.

ธรรมที่ควรกำหนดรู้ ชื่อว่าพึงศึกษา เมื่อละธรรมที่ควรละ ชื่อว่าพึงศึกษา เมื่อเจริญธรรมที่ควรเจริญ ชื่อว่าพึงศึกษา เมื่อทำให้แจ้งธรรมที่ควรทำให้แจ้ง ชื่อว่าพึงศึกษา คือพึงประพฤติเอื้อเพื่อ สมาทาน ประพฤติ^{๔๗}

ศึกษาทั้ง ๓ เป็นหลักการที่ผู้ปฏิบัติธรรมต้องทำให้เกิดขึ้น เนื่องจากเป็นข้อที่ต้องศึกษาและปฏิบัติเพื่อ ฝึกหัดกาย วาจาและใจให้เจริญยิ่งขึ้น

๒.๒.๔ หลักการปฏิบัติเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน

พัฒนาการทางสติปัญญาของมนุษย์ สามารถพัฒนาได้จนถึงขั้นก้าวข้ามพ้นตัวตน หรือ บรรลุธรรมขั้นสูงสุดได้ มีหลักฐานมากมายที่แสดงถึงความพยายามที่จะเข้าใจโลกและชีวิต เพื่อใช้เป็นรากฐานกำหนดแนวทางประพฤติปฏิบัติ ทั้งต่อตนเอง ต่อเพื่อนมนุษย์และต่อโลกจนประสบผลสำเร็จ กิจกรรมทางการพัฒนาสติปัญญาเช่นนี้ทำให้เกิดศาสนาและระบบปรัชญาต่างๆ ขึ้นมา จุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา คือ การพัฒนาตนจนถึงความมีอิสระขั้นหลุดพ้นหรือการที่สามารถก้าวข้ามพ้นสภาวะปุถุชนเข้าสู่ความเป็นอริยชน การปฏิบัติเพื่อพัฒนาปัญญาตามหลักสติปัญญา ๔ หรือการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแนวสติปัญญา ๔ ที่มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ดังต่อไปนี้

วิปัสสนากัมมัฏฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก แต่ก็ให้ความหมาย โดยสรุปว่า เป็นการเห็นสรรพสิ่งด้วยปัญญา จนสามารถทำอาสวกิเลสทุกอย่างหมดสิ้นไปโดยสิ้นเชิง ไม่มีส่วนเหลือ เช่น รู้ในหลักสัจจะ ๔ โดยอาการ ๑๒ คือ ๑. ด้วยสภาวะเป็นของแท้ ๒. ด้วยสภาวะเป็นอนัตตา ๓. ด้วยสภาวะเป็นของจริง ๔. ด้วยสภาวะรู้แจ้ง ๕. ด้วยสภาวะเป็นเครื่องรู้ยิ่ง ๖. ด้วยสภาวะเป็นเครื่องกำหนดรู้ ๗. ด้วยสภาวะเป็นธรรม ๘. ด้วยสภาวะเป็นเหมือนอย่างนั้น ๙. ด้วยสภาวะธรรมที่รู้แล้ว ๑๐. ด้วยสภาวะเป็นธรรมที่ควรทำให้แจ้ง ๑๑. ด้วยสภาวะถูกต้อง ๑๒. ด้วยสภาวะตรัสรู้^{๔๘} ผู้วิจัยมีความเห็นว่า อาการ ๑๒ เป็นวิปัสสนากัมมัฏฐาน การรู้ชัดแจ้งอัสสาทะ หมายถึงสภาวะที่อโรยหรือสภาวะที่สุขกายและสุขใจที่เกี่ยวข้องกับกามคุณ^{๔๙} อาทิหน หมายถึงสภาวะที่ไม่อโรย หรือสภาวะที่ทุกข์กายและทุกข์ใจซึ่งมีธรรมเป็นเหตุ^{๕๐} นิสสรณวิมุตติหมายถึง นิพพาน เพราะเป็นที่สลัดกำจัดออกตั้งอยู่ในที่ไกลจากกิเลสทั้งปวง^{๕๑} ลักษณะเหล่านี้ผู้วิจัยเห็นว่า เป็นการปฏิบัติ เพื่อก้าวข้ามพ้น

^{๔๗} บ.ม.(ไทย) ๒๕/๑๐/๔๘.

^{๔๘} บ.ปฎิ.(ไทย) ๓๑/๑๑/๔๓๓.

^{๔๙} อง.จตุกก.อ.(บาลี)๒/๑๐/๒๘๘ เจริญวรรคใน ส.บ.(ไทย) ๑๓/๒๖/๒๘๘.

^{๕๐} อง.จตุกก.อ.(บาลี) เจริญวรรคใน ส.บ.(ไทย) ๑๓/๒๖/๓๘.

^{๕๑} ม.อุ.อ.(บาลี)เจริญวรรคใน ม.อุ.(ไทย) ๑๔/๑๕๓/๒๓๔.

ตัวตน หรือแม้กระทั่งการรู้ชัดตามเป็นจริงในอินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา เจริญสัทธินทรีย์ที่ให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้ เจริญวิริยอินทรีย์ ฯลฯ เจริญสตินทรีย์ ฯลฯ เจริญสมาธิ นทรีย์ ฯลฯ เจริญปัญญาอินทรีย์ที่จะให้ถึงความสงบ ให้ถึงความตรัสรู้ เพราะเจริญอินทรีย์ ๕ ประการนั้นแล สาวกของเราเป็นอันมากจึงได้บรรลุที่สุดแห่งอภิญญาและอภิญญาบารมีอยู่^{๕๒} ก็จัดเป็นความหมายของวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้งสิ้นเพราะฉะนั้น วิปัสสนากัมมัฏฐาน จึงมีความหมายหลายนัย หลายสำนวน ดังกล่าวนี เป็นตัวอย่างเพียงบางสำนวนเท่านั้น ทั้งนี้ เพื่อให้เข้าใจว่า การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน นั้นมุ่งที่ปัญญาในการวินิจฉัย และมีสติเป็นเครื่องมือในการทำงาน แต่ก็มีอาศัยสมาธิของจิตในเบื้องต้น คือ ขณิกสมาธิเป็นส่วนประกอบสำคัญในการปฏิบัติให้เกิดความเจริญก้าวหน้า

๒.๒.๔.๑ ความหมายของสมถกัมมัฏฐาน

สมถะ หมายถึง ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่ ความตั้งมั่น ความไม่ส่ายซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตไม่ซัดส่าย สมถะ สมาธิ นทรีย์ สมาธิพละ สัมมาสมาธิ^{๕๓} อรรถกถาอธิบายว่า “การเพ่งอารมณ์กัมมัฏฐาน”^{๕๔} หนังสือสมถกรรมฐานที่ปณิธิบายว่า “กิลเลเส สเมตติ สมโธ ธรรมใดทำให้กิลเลสมีกามฉันทนิเวรณเป็นต้นสงบลง ฉะนั้นธรรมนั้นชื่อว่า สมถะ ได้แก่สมาธิ”^{๕๕}

ดังนั้น สมถกัมมัฏฐาน หมายถึง อุบาย วิธี และการกระทำให้จิตสงบระงับจากกิลเลเส เครื่องเศร้าหมองเร่าร้อนทั้งหลาย จนจิตใจไม่มีอาการคั่นรน ไม่กระสับกระส่ายตลอดเวลาที่กิลเลเสเหล่านั้นสงบระงับอยู่^{๕๖} สมถะมี ๒ ประเภท ได้แก่

๑. **ปริตตสมถะ** หมายถึง การเจริญสมถกัมมัฏฐานของบุคคลที่ยังไม่ถึงอัปปนาภาวนา นั้นชื่อว่า ปริตตสมถะ เพราะในขณะนั้นมีแต่มหากุศล หรือมหากิริยาขวนะ เท่านั้นที่เกิดขึ้น องค์ฌานที่ประกอบอยู่นั้นก็มีกำลังอ่อนอยู่

^{๕๒} ส.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๓/๒๕๒.

^{๕๓} อภ.ส. (ไทย) ๓๔/๕๔/๓๖.

^{๕๔} อญ.ปญจก.อ.(บาลี) ๓/๗๓/๓๖.

^{๕๕} พระสังฆมณฑลธรรมมาจริยะ, **สมถกรรมฐานที่ปณิธิ** ประจักษ์ที่ ๕ เล่ม, (กรุงเทพมหานคร:มูลนิธิสังฆมณฑล, ๒๕๓๕), หน้า ๑๖-๑๗.

^{๕๖} ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), **ผู้รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม** ประจักษ์ที่ ๕ ปกพิมพ์สังคหวิภาค, หน้า ๒.

๒. มหัคคตสมณะ หมายถึง การเจริญสมณกัมมัฐานของบุคคลที่เข้าถึง อปปนาภาวนา คือ มหัคคตฌาน เชื่อว่า มหัคคตสมณะ เพราะในขณะนั้นมหัคคตกุศล หรือกิริยาขณะเท่านั้นที่เกิดขึ้นองค์ฌานที่ประกอบอยู่นั้นก็มีกำลังมากสามารถเข้าไปเพ่งในสมถอารมณ์อย่างแน่วแน่ ส่วนองค์ฌานที่ประกอบกับมหัคคตกุศลนั้น ก็มีกำลังมากสามารถประหารนิวรณ์ธรรม โดยวิกขัมภะอีกด้วย^{๕๗}

สรุป สมณะคือความสงบของจิตอันมีอารมณ์เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวแห่งจิต บุคคลผู้ปรารถนา จะปฏิบัติกัมมัฐาน ควรทราบความหมาย และควรศึกษาเกี่ยวกับประเภทของสมณะและวิปัสสนาในพระไตรปิฎกและอรรถกถา จากนั้น พึงศึกษาถึงมูลเหตุให้เกิดสติในมหาสติปัฏฐานสูตร ทั้งโดยย่อและโดยพิสดารพร้อมด้วยอานิสงส์ในการปฏิบัติ ว่าจะให้ผลดีอย่างไรบ้าง เพื่อให้เกิดประโยชน์คุ้มค่ากับการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๒.๒.๔.๒ ความหมายของวิปัสสนากัมมัฐาน

วิปัสสนา คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัดความวิชัย ความเลือกสรร ความวิชัยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้แจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ชัด ปัญญาเหมือนปลูก ปัญญาในทฤษฎี ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศาตรา ปัญญาเหมือนปราสาท แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลง ความวิชัยธรรมและสัมมาทิฐิ^{๕๘} วิปัสสนา (วิ+ทิส+เพกฺขณ+ยุ+อา)วิปัสสนา,ปัญญา, ปัญญารู้แจ้ง,วิวิธ อนิจฺจาทิกํ สงฺขารสฺส ปสฺสตีติ วิปสฺสนา ปัญญาที่เห็นสภาวะธรรมต่างๆมีอนิจจลักษณะเป็นต้นในสังขารชื่อว่าวิปัสสนา(อาเทศ ทิสฺ ธาตุ ปสฺส,ยุ เป็น อน, ลบสระหน้า)^{๕๙}

เพราะฉะนั้น วิปัสสนากัมมัฐาน หมายถึง อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการงานทางใจที่จะให้เห็นแจ้ง ซึ่งมีความหมายว่าให้เห็นแจ้ง รูปนาม ให้เห็นแจ้ง ไตรลักษณ์ ให้เห็นแจ้ง อริยสัจ ให้เห็นแจ้งมรรคผล นิพพาน^{๖๐} ดังนั้นวิปัสสนากัมมัฐานจึงมีความหมาย ๖ ประเภท ดังนี้ ได้แก่

^{๕๗}. พระสัทธัมมโชติกะธัมมาจริยะ, สมถกรรมฐานที่ปณี ปริจเฉทที่ ๕ เล่ม, หน้า ๑๗.

^{๕๘} อภ.ส. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๗.

^{๕๙} พระมหาสมปอง มุทิโต แปลและเรียบเรียง, “กัมภีร์อภิธานวรรณนา”, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๒๐๖.

^{๖๐} ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ผู้รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม ปริจเฉทที่ ๕ ปกิณณกสังคหวิภาค, หน้า ๗๓.

๑. **สังขารปริกคณห** คือ วิปัสสนาญาณที่มีการกำหนดรู้ในสังขารธรรม รูปและ นาม

๒. **ผลสมาปัตติวิปัสสนา** คือ วิปัสสนาญาณที่เป็นเหตุให้เข้าผลสมาบัติได้

๓. **นิโรธสมาปัตติวิปัสสนา** คือ วิปัสสนาญาณที่เป็นเหตุให้เข้านิโรธสมาบัติได้^{๖๑}

๔. **จุฬวิปัสสนา** คือ วิปัสสนาน้อยๆ ได้แก่ผู้ลงมือปฏิบัติโดยกำหนดรูปนามภาวนา ว่า พองหนอ ยุบหนอ เป็นต้น จนเห็นรูปนาม เห็นเหตุปัจจัยของรูปนาม เห็นรูปนามเป็นของไม่เที่ยง มีแต่สิ้นไปหมดไปฝ่ายเดียว เป็นทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ เป็นของน่ากลัว เป็นอนัตตาคือบังคับบัญชาไม่ได้ และไม่มีสาระแก่นสารอะไรเลย

๕. **มัชฌิมวิปัสสนา** คือ วิปัสสนาอย่างกลาง ได้แก่ผู้ปฏิบัติตั้งใจอย่างจริงจัง โดยเดินจงกรมบ้าง นั่งกำหนดบ้าง กำหนดเวทนาบ้าง กำหนดจิตบ้าง กำหนดธรรมบ้างตามนัยแห่งพระไตรปิฎก อันมีปรากฏอยู่ใน มหาสติปัฏฐานสูตร และเห็นความเกิดดับของรูปนาม คือ ญาณที่ ๔ เป็นต้นไป จนกระทั่งถึงสังขารเพิกขณญาณ คือ ญาณที่ ๑๑

๖. **มหาวิปัสสนา** หมายถึง วิปัสสนาใหญ่ คือวิปัสสนาที่มีกำลังแก่กล้า สามารถเห็นอริยสัจ ๔ ซึ่งเรียกว่า สัจจานุโลมิกญาณ และสามารถทำลายปฏิกูลโคตรคือโคตรของปฏิกูลชนอันหนาแน่นไปด้วยกิเลสตัณหาให้เบาบางลงไป รูปนามดับหมด ซึ่งเรียกว่า โคตรภูญาณ ต่อจากนั้นมรรคญาณก็เกิดขึ้น ประทานกิเลสคือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาสให้เด็ดขาดออกไปแล้วปัจจุเวกขณญาณก็เกิดขึ้นมาพิจารณากิเลสที่ละ ทีละอณู มรรค ผล นิพพาน^{๖๒}

สรุป วิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึงการปฏิบัติเพื่อ ความเห็นแจ้ง คือ เห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิด รู้ผิดในสังขารเสียได้ และยังเป็นการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้ชัดในภาวะของสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นเอง^{๖๓} นอกจากนี้ วิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยที่แท้จริงแล้ว หมายถึงทั้งสมถะภาวนาและวิปัสสนาภาวนา คือ หมายถึงทั้งสมาธิและทั้งปัญญานั้นเอง ยิ่งไปกว่านั้นยังได้รวมเอาศีล ซึ่งไม่ใช่ตัวภาวนา เข้าไปอีกด้วยในฐานะเป็นบริวารหรือบาทฐานของสมาธิ เพื่อจะให้เข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนานี้ได้ดี ฉะนั้น ศีลกับสมาธิ จึงเป็นที่ตั้งอาศัยของวิปัสสนา เพราะว่า วิปัสสนานั้น หมายถึง การรู้แจ้งเห็นจริง การรู้แจ้งเห็นจริงจะเกิดขึ้นมาได้ ก็ในเมื่อบุคคลมีจิตใจที่ปีติปราโมทย์ คือ ไม่มีอะไรเป็นเครื่องเศร้าหมอง

^{๖๑} พ.ป.อ. (ไทย) ๖๘/๘๘๕.

^{๖๒} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), **วิปัสสนากัมมัฏฐาน ภาค ๒**, (กรุงเทพมหานคร : อัมรินทร์พรินต์ติ้ง กรุ๊ป, ๒๕๓๒), หน้า ๓๐๘-๓๐๙.

^{๖๓} พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๒๗๖.

ใจ^{๖๔} ดังนั้นวิปัสสนากัมมัฏฐาน จึงหมายถึง การรู้แจ้ง การรู้วิเศษ หรือการเห็นแจ้ง เห็นวิเศษ มี ๓ ความหมาย ได้แก่ ๑) ปัญญาที่รู้แจ้งปัจจุบัน รูป นาม ไตรลักษณ์ มรรค ผล นิพพาน ๒) ปัญญาที่รู้แจ้งซึ่งวิสุทธิ ๓ มีศีลวิสุทธิ เป็นต้น ๓) ปัญญาที่รู้แจ้ง วิปัสสนาญาณ ๑๖ มี นามรูปปริจเฉทญาณ เป็นต้น และมีปัจเจกขณญาณ เป็นปรีโยสาน^{๖๕}

๒.๒.๔.๓ ความสัมพันธ์ระหว่างสมถกัมมัฏฐานกับวิปัสสนากัมมัฏฐาน

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน มีความจำเป็นที่จะต้องทราบเกี่ยวกับ ประเภทของการปฏิบัติว่า มีกี่ประเภท และแต่ละอย่างนั้น มีความหมายอย่างไร เพื่อจะได้ทำให้ผู้ปฏิบัติไม่ไขว้เขว และเชื่อมั่นต่อการปฏิบัติว่า ได้ทำถูกต้องตามขั้นตอนต่างๆ ครบถ้วนแล้วเพียงแต่วิธีการปฏิบัติแตกต่างกันเท่านั้น ไม่ว่าจะเป็นการปฏิบัติแบบใช้สมถะนำหน้า การใช้วิปัสสนานำหน้า หรือปฏิบัติควบคู่ไปพร้อมๆ กัน และการปรับจิตของตนในคราวปฏิบัติฝึกจนเกิดความหลงเข้าใจผิดว่าตนได้บรรลุพระนิพพาน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๑. สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา หมายถึง ผู้เจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้าจนได้มรรคแล้วเสพอริยมรรคนั้น ทำให้มากจนละสังโยชน์ได้อนุสัยหมดสิ้นไป

๒. วิปัสนาปุพพังคมสมถภาวนา หมายถึง ผู้เจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้าจนได้มรรคแล้วเสพอริยมรรคนั้น ทำให้มากจนละสังโยชน์ได้อนุสัยหมดสิ้นไป

๓. สมถวิปัสสนายุกนัทธานา หมายถึง ผู้เจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป

๔. บุคคลผู้มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกันไว้ในเวลาที่จิตตั้งมั่น หมายถึง การสงบภายในมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดขึ้น เสพอริยมรรคนั้น ทำให้มากจนละสังโยชน์ได้อนุสัยหมดสิ้นไป^{๖๖}

เพราะฉะนั้น จึงมีปทัสสของปฏิบัติที่มีชื่อเรียกในอรรถกถาว่า“สมถยานิก” แปลว่า ผู้มีสมถะเป็นยาน หมายถึง การบำเพ็ญสมถะจนได้มานานแล้วจึงเจริญวิปัสสนา และนับว่าเป็นวิธีปฏิบัติอย่างหนึ่งในบรรดาวิธี ๔ อย่างที่กล่าว ได้แก่

^{๖๔} พุทธทาสภิกขุ, *คู่มือมนุษยดัมม์สมบูรณ์*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : สุขภาพใจ, ๒๕๔๑), หน้า ๑๕๘-๑๕๙.

^{๖๕} พระธรรมธีรราชมหามุนี, (โชคก ญาณสิทธิ), *วิปัสสนาญาณโสภณ*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : ศรีอนันต์การพิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๘๘ - ๘๙.

^{๖๖} พระมหาเข็มทอง ตนฺติปาโล (ฤทธิ์ลือไกร), “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปถัมภ์)”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ๑๓.

๑. หลักการการปฏิบัติแบบสมถปุพพังคมวิปัสสนา แบ่งเป็น ๖ ขั้นตอน ได้แก่ ๑) มีจิตเป็นสมาธิด้วยอำนาจเนกขัมมะ คือ ความคิดสละออก ไม่โลภไม่พัวพันในกาม ๒) มีจิตเป็นสมาธิด้วยอำนาจ อพยยาบาท คิณเมตตา อาโลกสัญญา การทำใจนึกถึงแสงสว่าง ไม่ให้ว่างเหงา ๓) มีจิตเป็นสมาธิด้วยอวิกเขปะ คือ ความไม่ฟุ้งซ่านปราศจากอุทธัจจะและธรรมวัตถาน คือ การกำหนดข้อธรรมซึ่งไม่มีวิกิจจนา ๔) เกิดญาณ คือ ความรู้ ปราโมทย์ ความแช่มชื่นใจ ด้วยอำนาจปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ๕) เกิดญาณ ด้วยอำนาจอากาสนัญญาตนสมาบัติ วิญญาณัญญาตนสมาบัติ อากิญจัญญาตนสมาบัติและเนวสัญญานาสัญญาตนสมาบัติ และ ๖) เกิดญาณ ด้วยอำนาจกสิณ ๑๐ อนุสติ ๑๐ อสุภะ ๑๐ หรือ วิธีปฏิบัติต่างๆ เกี่ยวกับอานาปานสติ ๓๒ รายการ ไม่ว่าจะอย่างไรอย่างหนึ่งก็ตาม^{๖๗}

เมื่อผ่านขั้นตอนแต่ละอย่างจนครบแล้ว ก็จะเกิดปัญญามองเห็นแจ้งซึ่งธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในสมาธินั้นๆ ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อย่างนี้เรียกว่าสมถะมาก่อน วิปัสสนาตามทีหลัง โดยในการปฏิบัติในวิธีที่ ๑ นี้ คือ ผู้เจริญวิปัสสนาทำสมถะคือสมาธิให้เกิดขึ้นก่อน จะเป็นอุปจารสมาธิ หรือ อัปปนาสมาธิก็ได้ จากนั้นจึงพิจารณาสมถะหรือสมาธินั้น กับทั้งธรรมอื่นๆ ทั้งหมดที่ประกอบรวมกับสมาธินั้น ให้เห็นสภาวะที่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นต้น จนเกิดมรรคเกิดขึ้นแก่ตนเอง

๒. หลักการปฏิบัติวิปัสสนาปุพพังคมสมถะ หลักในการปฏิบัติในวิธีนี้ คือ (เบื้องต้นแรก) วิปัสสนาใช้ปัญญาพิจารณาสังขารต่างๆ ตามสภาวะที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา หลังจากนั้น จิตเกิดความปล่อยวางธรรมทั้งหลายอันปรากฏในวิปัสสนานั้นแล้วจึงยึดเอาภาวะปล่อยวางนั้นเองเป็นอารมณ์แทน จึงมีภาวะอารมณ์หนึ่งเดียว ปราศจากความซัดส่าย มีสมาธิแน่วแน่

๓. หลักการปฏิบัติคณฺทสมถวิปัสสนา หลักในการปฏิบัติในวิธีนี้ คือ ผู้เจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไปโดยอาการ ๑๖ เช่น โดยอรรถแห่งอารมณ์ เป็นต้น เช่น เมื่อละอุทธัจจะคือความฟุ้งซ่าน ก็จะเกิดสมาธิขึ้น ได้แก่ภาวะที่จิตมีภาวะเป็นอารมณ์หนึ่งเดียว ไม่พลาถส่าย ซึ่งมีนิโรธเป็นอารมณ์ ขณะเดียวกันนั้น เมื่อละอวิชชา ก็เกิดวิปัสสนา คือ การตามดูรู้เห็นแจ้ง

๔. หลักการปฏิบัติธัมมทจฺจวิคคหิตมานัส ในการปฏิบัติในวิธีนี้ คือ เมื่อผู้ปฏิบัติกำลังมนสิการขั้น ๕ อย่างหนึ่งอย่างใดโดยไตรลักษณ์ ก็จะเกิดมีโอภาส คือ แสงสว่างขึ้นมา ญาณปีติ ปัสสัทธิ (ความสงบเย็น) สุข อธิโมกษ์ (ความปลงใจหรือศรัทธาแก่กล้า) ปัสสาคะ (ความเพียรที่พอดี) อุပ္ปฐฐาน (สติชัดหรือสติกำกับอยู่) อุเบกขา (จิตเรียบเสมอเป็นกลาง) หรือ นิกันติ (ความติด

^{๖๗} พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๓๒๖-๓๒๗.

ใจ) ขึ้นมาอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ปฏิบัติถึงโอกาส เป็นต้นนั้นว่าเป็นธรรม คือเข้าใจว่าเป็นมรรค ผล หรือ นิพพาน เพราะการนึกไปเช่นนั้น ก็จะเกิดความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ผู้ปฏิบัติมีใจถูกชักให้แวไปด้วยอุทธัจจะแล้ว ก็จะไม่รู้ตามความเป็นจริง ซึ่งสภาพที่ปรากฏอยู่ โดยภาวะเป็นของไม่เที่ยง โดยภาวะที่เป็นทุกข์ โดยภาวะที่เป็นอนัตตา

สรุปก็คือ วิธีทั้ง ๔ นั้น ย่อให้สั้นเหลือเพียง ๒ คือ วิปัสสนามีสมณะนำหน้า และสมณะมีวิปัสสนาหน้า ดังพระพุทธพจน์ที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า...“ภิกษุ เจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เมื่อเธอเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป มรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป”^{๖๘}

๒.๓ การก้าวข้ามพ้นตัวตนแนวทฤษฎีตะวันตก

๒.๓.๑ ความหมายและแนวคิดจิตวิทยาก้าวข้ามพ้นตนเอง (Transpersonal Psychology)

จิตวิทยาก้าวข้ามพ้นตัวตน (Transpersonal Psychology) เป็นจิตวิทยาที่ว่าด้วยเรื่อง สมรรถภาพและศักยภาพขั้นสูงสุดของมนุษย์ ซึ่งเป็นการพัฒนาก้าวมาจาก ทฤษฎี พฤติกรรมนิยม (คลื่นลูกที่ ๑) ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ดั้งเดิม (คลื่นลูกที่ ๒) ทฤษฎีมานุษยวิทยานิยม (คลื่นลูกที่ ๓) และ แนวจิตวิทยา ก้าวข้ามพ้นตัวตน (คลื่นลูกที่ ๔) ซึ่งให้ความสนใจเป็นพิเศษในเรื่องคุณค่าสูงสุด (Ultimate Value) ความเป็นหนึ่งเดียวของจิต (Unity Consciousness) ประสบการณ์แห่งปิติ (Peak Experiences) ความเบิกบานอันล้นลึก (Ecstasy) ประสบการณ์อันลึกลับ (Mystical Experience) ความรู้สึกตื่นตะลึง (Awe) ความมีความเป็น (Being) ความเข้าใจและการพัฒนาตัวเอง (Self-actualization) ความมีสาระ (Essence) ความสุขอันอมเิบ (Bliss) ความทึ่ง (Wonder) ความหมายขั้นสูงสุด (Ultimate meaning) การยกระดับตน (Transcendence of the Self) วิญญาณ (Spirit) ความเป็นหนึ่งเดียว (Oneness) ความสำนึกจักรวาล (Cosmic Awareness) และสาระประสบการณ์ตลอดจน ประสบการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง^{๖๙}

^{๖๘} อด.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓๐/๒๓๘.

^{๖๙} Maslow, A. **Religious, Values, and Peak- Experiences** .Clumbus ,Ohio: Ohio State

ความหมายของจิตวิทยาก้าวข้ามพหุตนเอง (Transpersonal Psychology)

คำว่า Transpersonal มีรากฐานมาจากคำในภาษาละติน ๒ คำ คือ คำว่า trans หมายถึง อยู่เหนือ หรือ ทะลุผ่าน และคำว่า persona หมายถึง หน้ากาก หรือส่วนหน้า เมื่อรวมทั้งสองคำเข้าด้วยกันมีความหมายว่า การอยู่เหนือ หรือก้าวข้ามความเป็นลักษณะส่วนบุคคล ใน Concise Encyclopaedia of Psychology, 1996 กล่าวว่า Transpersonal มีความหมายทางภาษาหมายถึง การข้าม หรืออยู่เหนือลักษณะส่วนบุคคลหรือจิตใจ ซึ่งหมายถึงการขยายของภาวะรู้สำนึกไปอยู่เหนือขอบเขตของ ego และอยู่เหนือความจำกัดของเวลาและ/หรือพื้นที่ และเป็นประเด็นทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับ สิ่งที่สูงที่สุดของความสามารถและศักยภาพของมนุษย์ซึ่งไม่เคยถูกกล่าวถึงมาก่อนในทฤษฎีพฤติกรรมนิยม จิตวิเคราะห์ และมนุษยนิยม Transpersonal Psychology จึงจัดเป็น “Fourth Force”

ในการสำรวจการให้ความหมายของ Transpersonal Psychology ของนักจิตวิทยาในสาขานี้ ในระหว่างปี ค.ศ. 1968 ถึง 1991 (Lajoie and Shapiro, 1992 cite in Braud and Anderson, 1998) สรุปว่า Transpersonal Psychology เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา ศักยภาพที่สูงสุดของมนุษย์ และศึกษาเกี่ยวกับการรับรู้ (recognition) การเข้าใจ (understanding) และการตระหนัก (realization) ในเรื่องการรวมกันของจิตวิญญาณ (spiritual) และภาวะที่ก้าวพ้นตัวตน (transcendence) ของจิตสำนึก หลายนัย เน้นที่การอยู่เหนือขีดจำกัดของ ego และบุคลิกภาพในภาวะ transcendent โดยเฉพาะในสาขาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจะสนใจในแง่มุมที่เกี่ยวกับภาวะที่เป็นสุขของบุคคล (well-being) โดยจะเน้นไปที่การทำความเข้าใจปัจจัยและกระบวนการที่ส่งเสริมหรือจำกัดประสบการณ์ด้านที่เกี่ยวข้องกับ Transpersonal และผลของประสบการณ์นั้นต่อบุคคล^{๓๐}

แนวคิดที่สำคัญของจิตวิทยาก้าวข้ามพหุตนเอง (Transpersonal Psychology)

ใน Transpersonal System นั้นได้นักทฤษฎีต่างๆ เสนอแนวคิดที่สำคัญ หลายทฤษฎีแต่ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญกับการพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สูงส่งกว่า (Higher human development) โดยให้ความหมายว่าเป็นภาวะที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกลึกซึ้งที่เชื่อมโยงกับสิ่งที่ลึกซึ้งจนทำให้เข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวกันตนเอง ชุมชน ธรรมชาติ หรือแม้แต่จักรวาล กระบวนการที่เชื่อมโยงอย่างลึกซึ้งนี้เป็นคุณสมบัติอันสูงสุดของมนุษย์ ได้แก่ เรื่องของการสร้างสรรค์ (creativity) ความกรุณา (compassion) การพ้นจากอัตตา (Selflessness) และการเกิดปัญญา (wisdom) ซึ่งใน

^{๓๐} สรุปจาก Lajoie, D.H. & Shapiro, S. I. “ Definition of Transpersonal Psychology : The First Twenty- Three years”, *Journal of Transpersonal Psychology*, 24 (1), 1992, pp.79-98.

Consis Encyclopaedia of Psychology, 1996 ได้สรุปโมเดลของ Transpersonal Psychology ไว้ดังนี้คือ^{๓๑}

ก. วิญญาณ (Consciousness)

Transpersonal Psychology พิจารณาภาวะวิญญาณ (consciousness) ในลักษณะของความเป็นแถบสีกขนาดใหญ่ ซึ่งบางภาวะมีลักษณะเฉพาะและมีคุณค่าต่อการศึกษา นั่นคือภาวะพิเศษที่ไม่ได้เกิดขึ้นในภาวะปกติ เป็นระดับที่สูงกว่า (higher stage) หมายถึงความสามารถที่เหมาะสมในการรวมกันของภาวะที่ต่ำกว่ากับสิ่งที่สูงกว่า นอกจากนี้ Kaspro และ Scotton, 1999 ได้กล่าวว่ากระบวนการเหล่านี้ อาจเกิดผลได้สองทางคือ ทางหนึ่งสำหรับผู้ที่มีความพร้อมสำหรับการพัฒนาไปสู่ระดับที่สูงกว่า จะเกิดภาวะเป็นหนึ่งเดียวกับตน ตื่นขึ้นจากขีดจำกัดที่เคยมีเพื่อมาพบกับความเป็นบุคคลที่แท้ (Awaken to who they genuinely are) ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่ไม่พร้อมเมื่อประสบกับภาวะเช่นนี้จะทำให้ขอบเขตของ ego (ego boundaries) เกิดการแตกแยก และทำให้เกิดความโกลาหล และวุ่นวายสับสน

ในเรื่องการพัฒนาไปสู่ระดับที่สูงกว่านี้มีส่วนที่สอดคล้องกับแนวคิดของศาสตราจารย์ นายแพทย์ประเวศ วะสี ที่กล่าวว่ามนุษย์มีศักยภาพที่สัตว์อื่นๆ ไม่มีคือ การยกระดับจิตใจให้เลียดตัวตน (Self transcending) เมื่อเลียดตัวตนก็ประสบอิสรภาพ มีความรักเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง มีความสุขยิ่ง และมีความสมบูรณ์ในตัวเอง ถ้าขาดความสมบูรณ์ในตัวเอง มนุษย์ก็ต้องไปหาสิ่งภายนอกมาเติม เช่น ยาเสพติด ความฟุ่มเฟือยทางวัตถุ ความรุนแรง แต่ก็ไม่สามารถทดแทนความสมบูรณ์ในตัวเองได้ และก่อกรรมอย่างอื่นต่อไป

ข. แรงจูงใจ (Motivation)

จิตวิทยาให้ความสนใจเรื่องของแรงจูงใจในแง่ที่เป็นพื้นฐานของมนุษย์หลายเรื่อง เช่น แนวความคิด (Concept) เรื่องความรัก (libido) ความมุ่งมั่น ความภาคภูมิใจในตนเอง Transpersonal Model สนใจแนวคิดเรื่องแรงจูงใจของ Maslow ซึ่งศึกษาแรงจูงใจที่เป็นลำดับขั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งให้ความสำคัญกับแรงจูงใจที่สูงกว่า (higher motive) อีกด้วย ซึ่งลำดับขั้นเช่นนี้มีความคล้ายคลึงกับแนวคิดในทางตะวันออก

^{๓๑} Walsh, R.& Vaughan, F. "On Transpersonal Definition" **Journal of Transpersonal Psychology**, 25 (2) 1993a, pp. 119-207.

Maslow ได้อธิบายเรื่องแรงจูงใจไว้ในช่วงสุดท้ายของชีวิตเขาว่า ลำดับขั้นแรงจูงใจของมนุษย์แบ่งเป็น ๓ ขั้น ได้แก่ แรงจูงใจที่เกิดจากการขาดแคลน (Deficiency-motivated stage) แรงจูงใจที่เกิดจากความประสงค์เพื่อพัฒนาตัวตน (Humanistically motivated stage) และแรงจูงใจเพื่อก้าวข้ามพ้นตัวตน (Transcendentally motivated stage) แรงจูงใจ ๒ ขั้นแรกคือแนวคิดเดิมที่เขาเคยเสนอไว้แต่ขั้นที่ ๓ เป็นแนวคิดใหม่ที่เกิดขึ้นหลังจากที่เขาได้เผชิญภาวะเสียชีวิต อันเนื่องมาจากโรคหัวใจ เป็นช่วงที่เขาเริ่มตระหนักถึงคุณค่าที่แท้จริงของชีวิตในช่วงเวลาที่เหลืออยู่น้อยของเขา

โดยสรุป Transpersonal Psychology มีความเชื่อเกี่ยวกับแรงจูงใจว่า การที่คนเราจะประสบความสำเร็จถึงขั้นที่สูงกว่าได้นั้น แรงจูงใจจะต้องมีการเคลื่อนไหว เปลี่ยนแปลงในหลายทาง จากความต้องการทางกายไปสู่ความต้องการทางจิตมากขึ้น จากความแข็งไปสู่ความละเอียดอ่อน จากการใช้อำนาจไปสู่การลดอำนาจ จากความขาดแคลนไปสู่ความพอเพียง จากการยึดตนเองเป็นศูนย์กลางไปสู่เห็นแก่ส่วนรวม จากการหลีกเลี่ยงไปสู่การเผชิญ จากแรงเสริมภายนอกมาสู่แรงเสริมภายใน จากสัญชาตญาณไปสู่การพัฒนาอย่างมีวัฒนธรรม จากสิ่งที่พบได้ดาษดื่นไปสู่สิ่งที่เป็นลักษณะเฉพาะพบได้ในบางคนเท่านั้น

ค. อัตลักษณ์ (Identity)

สิ่งหนึ่งที่ทำให้มุมมองของ Transpersonal psychology ต่างจากมุมมองของนักจิตวิทยาดั้งเดิมฝ่ายตะวันตกคือ concept เรื่อง Identity ลักษณะของ Self-sense ที่นักจิตวิทยาตะวันตกมองนั้นเป็นเพียงเปลือกของแคปซูล (The skin encapsulated ego) นักจิตวิทยา Transpersonal และตะวันออก พิจารณาในสิ่งที่ลึกซึ้งและขยายขอบเขตกว่านั้น คือมองรวมไปถึงเรื่องจิตและโลกที่อยู่ภายนอกตัวตนด้วย สนใจภาวะที่ยกระดับจิตให้เลยตัวตน (Transcending) อยู่เหนือการแบ่งแยก ซึ่งจะทำให้เข้าใจภาวะองค์รวมทั้งหมดของการมีอยู่ (The interrelated unity of the existence) ยกตัวอย่างเช่นการศึกษาเกี่ยวกับการฝึกสมาธิและโยคะซึ่งมีจุดมุ่งหมายที่จะทำให้เกิดการตระหนักรู้และมุ่งไปที่การตรวจสอบ สิ่งที่ตนรู้โดยตรง

โดยสรุป Transpersonal System มีความเชื่อว่าการจะศึกษาเรื่องของตัวตนได้ จะต้องลิ้มเรื่องตัวตนและเป็นหนึ่งเดียวกับสรรพสิ่ง

๒.๓.๒ ทฤษฎีจิตวิทยาก้าวข้ามพหุตนเอง (Transpersonal Psychology)

จิตวิทยาก้าวข้ามพหุตนเอง เป็นจิตวิทยาที่มีลักษณะเด่นไม่เหมือนทฤษฎีจิตวิทยาต่าง ๆ ที่มีอยู่ กล่าวคือ เป็นทฤษฎีจิตวิทยาที่มีลักษณะร่วมของหลายทฤษฎี เปรียบประหนึ่งภาพตัวต่อ ที่ต้องนำหลายมุมมองมาประกอบเป็นภาพรวมของทฤษฎีนี้ ด้วยลักษณะที่เด่นและแตกต่างดังกล่าว จึงทำให้ผู้วิจัยใคร่จะศึกษาว่า นักจิตวิทยาหรือนักการศึกษาทางตะวันตก มีมุมมองเกี่ยวกับการก้าวข้ามพหุตนเอง (Transpersonal Psychology) อย่างไรและมีรายละเอียดมากน้อยแค่ไหนจนทำให้มนุษย์ก้าวข้ามพหุตนเองได้ นักจิตวิทยาและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมีรายละเอียด ดังนี้

๒.๓.๒.๑ มาสโลว์ (Maslow, A.B. ๑๙๐๘-๑๙๗๐)

Abraham Maslow เกิดเมื่อวันที่ ๑ เมษายน ค.ศ. ๑๙๐๘ ที่เมือง Brooklyn ในประเทศสหรัฐอเมริกา รัฐ New York บิดามารดาเป็นชาวยิว (Jews) ซึ่งอพยพมาจากรัสเซีย Maslow เป็นพี่ชายคนโตมีพี่น้อง ๗ คน เรียนที่มหาวิทยาลัย Wisconsin ในสาขาจิตวิทยา เขาได้รับปริญญาตรีเมื่อ ค.ศ. ๑๙๓๐ ปริญญาโท ในปีค.ศ. ๑๙๓๑ และปริญญาเอกในปีค.ศ. ๑๙๓๔ ปีค.ศ. ๑๙๕๑ Maslow ได้รับแต่งตั้งเป็นประธานของคณะจิตวิทยาที่มหาวิทยาลัย Brandeis และอยู่ในตำแหน่งนี้จนถึงปีค.ศ. ๑๙๖๑ และหลังจากนั้นเขาก็ได้รับตำแหน่งเป็นศาสตราจารย์ทางจิตวิทยา ในระหว่างนี้เขาเป็นบุคคลสำคัญในการเคลื่อนไหวในกลุ่มจิตวิทยามนุษยนิยมในหมู่นักจิตวิทยาชาวอเมริกันถึงปี ๑๙๖๕ เขาได้ย้ายไปเป็นประธานมูลนิธิ W.P. Laughlin ใน Menlo Park ที่ California และที่นั่นเองเขาได้ศึกษาในเรื่องที่เขาสนใจคือปรัชญาทางการเมืองและจริยธรรม และถึงแก่กรรม เมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ค.ศ. ๑๙๗๐ เมื่ออายุเพียง ๖๒ ปี ด้วยอาการหัวใจวายหลังจากที่ป่วยเป็นโรคหัวใจเรื้อรังมาเป็นเวลานาน หนังสือที่ Maslow เขียนมีเป็นจำนวนมาก ตัวอย่างเช่น Toward a Psychology of Being , Religions, Values and Peak Experiences, The Psychology of Science : A Reconnaissance

Maslow เชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์เป็นจำนวนมากสามารถอธิบายโดยใช้แนวโน้มนิยมของบุคคลในการค้นหาเป้าหมายที่จะทำให้ชีวิตของเขาได้รับความต้องการ ความปรารถนาและได้รับสิ่งที่มีความหมายต่อตนเอง เป็นความจริงที่จะกล่าวว่ากระบวนการของแรงจูงใจเป็นหัวใจของทฤษฎีบุคลิกภาพของ Maslow โดยเขาเชื่อว่ามนุษย์เป็น “สัตว์ที่มีความต้องการ” (wanting animal) และเป็นการยากที่มนุษย์จะไปถึงขั้นของความพึงพอใจอย่างสมบูรณ์ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow เมื่อบุคคลปรารถนาที่จะได้รับความพึงพอใจและเมื่อบุคคลได้รับความพึงพอใจในสิ่งหนึ่งแล้วก็จะยังคงเรียกร้อง ความพึงพอใจสิ่งอื่นๆ ต่อไป ซึ่งถือเป็นคุณลักษณะของมนุษย์ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความต้องการจะได้รับสิ่งต่างๆ อยู่เสมอ

Maslow กล่าวว่า ความปรารถนาของมนุษย์นั้นคิดตัวมาแต่กำเนิดและ ความปรารถนาเหล่านี้จะเรียงลำดับขั้นของ ความปรารถนา ตั้งแต่ขั้นแรกไปสู่ ความปรารถนาขั้นสูงขึ้นไปเป็นลำดับ

ลำดับขั้น ความต้องการของมนุษย์ (The Need Hierarchy Conception of Human Motivation) Maslow เรียงลำดับ ความต้องการของมนุษย์จากขั้นต้นไปสู่ ความต้องการขั้นต่อไปได้เป็นลำดับ ดังนี้

๑. ความต้องการทางด้านร่างกาย (Physiological needs)
๒. ความต้องการ ความปลอดภัย (Safety needs)
๓. ความต้องการ ความรักและ ความเป็นเจ้าของ (Belongingness and love needs)
๔. ความต้องการได้รับ ความนับถือยกย่อง (Esteem needs)
๕. ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-actualization needs)

ลำดับขั้น ความต้องการของMaslow มีการเรียงลำดับขั้น ความต้องการที่อยู่ในขั้นต่ำสุดจะต้องได้รับ ความพึงพอใจเสียก่อนบุคคลจึงจะสามารถผ่านพ้นไปสู่ ความต้องการที่อยู่ในขั้นสูงขึ้นตามลำดับ โดยการเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงเป็น ความต้องการอย่างหนึ่งของบุคคลที่จะบรรลุถึงจุดสูงสุดของศักยภาพของตน ถ้าบุคคลเหล่านี้ได้บรรลุถึงเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ก็เชื่อได้ว่าเขาเหล่านั้นเป็นคนที่รู้จักตนเองอย่างแท้จริง^{๗๒}

ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงจะดำเนินไปอย่างง่ายหรือเป็นไปได้โดยอัตโนมัติ Maslow ได้สรุปว่า การไม่เข้าใจตนเองอย่างแท้จริงเกิดจาก ความพยายามที่ไม่ถูกต้องของการแสวงหา ความมั่นคงปลอดภัย เช่น การที่บุคคลสร้าง ความรู้สึกให้ผู้อื่นเกิด ความพึงพอใจตนโดยพยายามหลีกเลี่ยงหรือจัดข้อผิดพลาดต่างๆ ของตน บุคคลเช่นนี้จึงมีแนวโน้มที่จะพิทักษ์ความมั่นคงปลอดภัยของตน โดยแสดงพฤติกรรมในอดีตที่เคยประสบผลสำเร็จ แสวงหา ความอบอุ่น และสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งลักษณะเช่นนี้ย่อมขัดขวางวิถีทางที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง

แรงจูงใจเบื้องต้นและแรงจูงใจระดับสูง (Deficit Motivation versus Growth Motivation) ในระยะต่อมา Maslow ได้อธิบาย ความคิดของเขาเรื่องลำดับของแรงจูงใจเพิ่มขึ้นจาก

^{๗๒} Maslow, **Religious, Values, and Peak- experiences** .Columbus ,Ohio: Ohio State Univ.Press,1964

ที่กล่าวมาแล้ว คือ เขาได้แบ่งแรงจูงใจของมนุษย์ออกเป็น ๒ ชนิดใหญ่ๆ ได้แก่ แรงจูงใจเบื้องต้น (deficit motive) และแรงจูงใจระดับสูง (growth motive)^{๓๓}

๑. แรงจูงใจเบื้องต้น (Deficit motive or Deficiency or D motive) คือแรงจูงใจที่อยู่ในลำดับต่ำซึ่งเกี่ยวข้องกับสรีรภาพของอินทรีย์และ ความต้องการ ความปลอดภัย จุดมุ่งหมายของแรงจูงใจชนิดนี้ คือ การขจัดไม่ให้อินทรีย์เกิด ความตึงเครียดจากสภาพการขาดแคลน เช่น ความหิว ความกระหาย ความหนาว ความรู้สึกไม่ปลอดภัย ในสภาพการณ์นี้แรงจูงใจเบื้องต้นจะทำให้เกิดแรงขับพฤติกรรม ลักษณะของแรงจูงใจเบื้องต้น มีลักษณะ ๕ ประการ ดังนี้^{๓๔}

๑) การขาดแรงจูงใจเบื้องต้นทำให้นุคคลเกิด ความเจ็บป่วยไม่สบาย เช่น ความหิว ถ้ามนุษย์ไม่ได้รับประทานอาหารเขาก็จะเกิด ความเจ็บป่วย

๒) การเกิดขึ้นของแรงจูงใจเบื้องต้นจะป้องกันมิให้เกิด ความเจ็บป่วย เช่น เมื่อหิว ถ้าเรารับประทานอาหารอย่างเหมาะสมเราก็จะไม่เกิด ความเจ็บป่วย

๓) แรงจูงใจเบื้องต้นจะซ่อมแซมและรักษา ความเจ็บป่วย หมายถึง ความว่า ไม่มีสิ่งใด ๆ ที่จะรักษา ความอดอยากได้เหมือนอาหาร

๔) ภายใต้อิทธิพลของความซับซ้อนของสภาพการณ์ที่ให้นุคคลเลือกได้โดยอิสระ แรงจูงใจเบื้องต้น จะได้รับการเลือกจากบุคคล ที่ขาดแคลนมากกว่า คนที่ได้รับ ความพึงพอใจแล้ว เช่น คนที่อดอยาก ย่อมเลือกอาหารมากกว่าเรื่องเพศ

๕) คนที่มีสุขภาพดีพฤติกรรมของเขาจะไม่ถูกควบคุมโดยแรงจูงใจเบื้องต้นทั้งนี้ เพราะคนที่มีสุขภาพดีก็เนื่องจากมีโอกาสที่จะได้รับสิ่งที่ต้องการอย่างพอเพียง ดังนั้นพฤติกรรมของเขาก็จะไม่ถูกควบคุมโดยการแสวงหาอาหาร เป็นต้น

๒. แรงจูงใจระดับสูง (Growth motive or Metaneeds or Metamotive) แรงจูงใจระดับสูงจะตรงข้ามกับแรงจูงใจเบื้องต้น เพราะเป้าหมายของแรงจูงใจชนิดนี้เป็นเป้าหมายระยะไกลซึ่งเกี่ยวข้องกับพลังที่ติดตัวมาแต่กำเนิดเพื่อที่จะพัฒนาศักยภาพของบุคคล จุดประสงค์ของแรงจูงใจระดับสูงก็เพื่อจะปรับปรุง ความเป็นอยู่โดยการเพิ่มพูนประสบการณ์ ซึ่งไม่เหมือนกับแรงจูงใจเบื้องต้น เพราะแรงจูงใจเบื้องต้นเกิดขึ้นเพื่อลดหรือเพิ่ม ความตึงเครียด

^{๓๓} Maslow, A. H, **The Father Reaches of Human nature** , harmondsworth, Middlesex:Penquin, 1973, p. 327.

^{๓๔} Maslow, A.H. “A theory of human motivation”. **Psychological Review**, 50,1943 b, pp. 370-396.

สรุป Maslow กล่าวถึงความสำคัญของการศึกษาที่ทำให้มนุษย์เชื่อมโยงสัมผัสกับตัวตนที่แท้จริงของตนเอง ซึ่งจะเข้าถึงได้ด้วยการข้ามพ้นตัวตนของตนเอง (self-transcendence) ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อนุญษ์บรรลุความต้องการระดับบรรลุศักยภาพภายในตน (self-actualization) และดำรงอยู่โดยสัมผัสกับปัจจุบันขณะของตนเองได้อย่างเต็มเปี่ยมและแท้จริง ในระดับนี้ บุคคลกระทำสิ่งต่างๆ ด้วยแรงจูงใจระดับที่เหนือความต้องการขั้นพื้นฐาน (metamotivation) อันเป็นกระบวนการธรรมชาติที่เกิดขึ้นเมื่อข้ามพ้นขอบเขตอันคับแคบของความต้องการขั้นพื้นฐาน เพื่อบรรลุความเป็นมนุษย์อย่างเต็มสมบูรณ์ (Full Humanness)

๒.๓.๒.๒ คาร์ล จี จุง (Carl G. Jung)

Jung เกิดที่ประเทศสวิสเซอร์แลนด์ เมื่อวันที่ ๒๖ กรกฎาคม ค.ศ. ๑๘๗๕ และเสียชีวิตเมื่อวันที่ ๖ มิถุนายน ค.ศ. ๑๙๖๑ เขาเป็นนักจิตแพทย์ชาวสวิส งานวิจัยที่เขาทำเป็นเรื่องพฤติกรรมของบุคคล

แนวคิดที่สำคัญ ในช่วงแรกนั้น Jung เน้นการศึกษาเรื่องจิตไร้สำนึก เช่นเดียวกับฟรอยด์แต่ต่อมา ได้ศึกษาค้นคว้าในเรื่องต่างๆ อย่างลึกซึ้งขึ้น ทำให้มี Jung มีแนวความคิดแตกต่างกัน โดยมีความเชื่อว่ามนุษย์ที่เกิดมามีแนวโน้มที่จะรับมรดกจากบรรพบุรุษของเขา ซึ่งจะเป็นการชี้นำ พฤติกรรม และกำหนดจิตสำนึก ตลอดจนการตอบสนองต่อประสบการณ์และโลกส่วนตัวของเขา หรืออาจกล่าวได้อีกอย่างหนึ่งว่า มีการก่อตัวของเชื้อชาติ และเผ่าพันธุ์ (Racial) และจะสะสมในบุคลิกภาพที่นำไปสู่การเลือกรูปแบบของการปรับตัว และการเลือก ที่จะอยู่ในโลก ของประสบการณ์แต่ละบุคคล บุคลิกภาพแต่ละบุคคลจึงเป็นผลของการกระทำของแรงขับภายใน (Inner Forces) ที่กระทำต่อแรงปะทะภายนอก (Outer Forces) ทฤษฎีนี้เน้นเรื่องของการเริ่มต้นของบุคลิกภาพที่เชื้อชาติ หรือเผ่าพันธุ์ ในขณะที่ ฟรอยด์ เน้นจุดเริ่มต้นของบุคลิกภาพจากหลังกำเนิด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยทารก นอกจากนี้ Jung ยังได้อธิบายว่า บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล เป็นเสมือนผลผลิตของอดีต กล่าวคือ มนุษย์ได้ถูกปรุงแต่งและถูกวางรูปแบบให้เป็นตัวตนในปัจจุบัน โดยมีประสบการณ์ที่สะสมในอดีตโดยไม่รู้จุดเริ่มต้นของมนุษย์ว่าแยกมาจากเผ่าใด รากฐานของบุคลิกภาพ จึงเป็นเรื่องอดีตชาติ (Archaic) และบรรพกาล (Primitive) ซึ่งติดตัวมาตั้งแต่กำเนิด และเป็นเรื่องของความไร้สำนึก ที่ไม่สามารถจดจำได้ และมีขอบเขตอย่างกว้างขวาง (Universal) Jung ได้อธิบาย องค์ประกอบของจิต (Structural Components of Psyche) ว่ามี ๓ ระบบดังนี้ คือ^{๓๕}

^{๓๕} Allan B. and others. **Text Book of Transpersonal Psychiatry and Psychology**. New York : Basics Books. 1996, pp. 43-47.

๑. โครงสร้างทางบุคลิกภาพ (Structure of Personality) ประกอบด้วยปัจจัยต่างๆ ที่สำคัญ ได้แก่ ตัวตน (Ego) ภาวะไร้สำนึกตัวตน (Personal Unconscious) จิตไร้สำนึกที่สะสมมาแต่อดีตกาล (Collective Unconscious) หน้ากาก (Persona) ลักษณะของหญิงที่มีอยู่ในชาย (Anima) และเงา (Shadow)

๑.๑ ตัวตน (Ego) เป็นการรับรู้ในตนเองมีการระลึกรู้ เป็นจิตสำนึก (Conscious Mind) ประกอบด้วยความรู้สำนึกในการรับรู้สิ่งต่างๆ ได้แก่ ความเข้าใจ ความจำและระลึกรู้ ในการแสดงพฤติกรรมตลอดจนความรู้สึกที่เป็นเอกลักษณ์และบทบาทของตนเอง ซึ่งถือว่า Ego เป็นศูนย์กลางของความรู้สำนึกทำให้เกิดบุคลิกภาพและปม (Complex) ที่หมายถึงการรวบรวมความคิดต่างๆ เข้ามาเป็นเอกลักษณ์ ซึ่งเกิดจากความรู้สึกต่างๆ ไป Ego ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของจิต (Psyche) ที่ทำให้บุคคลรับรู้พฤติกรรมของตน

๑.๒ ภาวะไร้สำนึกตัวตน (Personal Unconscious) เป็นส่วนที่ติดอยู่กับ Ego ที่ประกอบด้วยประสบการณ์ซึ่งครั้งหนึ่งยังอยู่ในจิตสำนึก (Conscious) แต่บุคคลพยายามเก็บกดไว้ (Repressed) การสะกดไว้จนลืม (Forgotten) หรือการเพิกเฉยไม่รับรู้ (Ignored) จากเหตุผลบางประการ เช่น เป็นประสบการณ์บางเรื่องที่ไม่เป็นที่พึงพอใจ เมื่อเวลาผ่านไปจะทำให้กำลังอ่อนลงในระยะแรกจะทำให้เกิดการรับรู้อยู่ในระดับจิตสำนึก ลักษณะของประสบการณ์สามารถจะนำขึ้นมารับรู้ได้อีก เมื่อมีสิ่งเร้าที่เหมาะสมมากระตุ้น และเรื่องปม (Complex) หมายถึง การรวบรวมความคิดให้เป็นเอกลักษณ์หรือเป็นกลุ่มของการจัดระบบทางความคิด การรับรู้ ความจำ การคิดต่างๆ ที่มีอยู่ในระดับจิตไร้สำนึกเป็นศูนย์กลางซึ่งมีการกระทำเสมือนแม่เหล็กที่คอยดึงดูดกลุ่มประสบการณ์ต่างๆ อย่างไรก็ตาม ปมจะแสดงคุณสมบัติเหมือนบุคลิกภาพโดยอัตโนมัติ โดยมีระบบความคิด และพลังการเคลื่อนไหวด้วยตัวของมันเอง ซึ่งปมของบางคน อาจมีความเข้มแข็งและมีความยิ่งใหญ่จนสามารถควบคุมบุคลิกภาพทั้งหมด ซึ่งนำไปสู่การแสดงออก เพื่อให้ปมไปสู่เป้าหมายในที่สุด

๑.๓ จิตไร้สำนึกที่สะสมมาแต่อดีตกาล (Collective Unconscious) เป็นเสมือนที่รวบรวม และสะสมความทรงจำที่ซ่อนอยู่ภายใน และติดตาม สืบต่อ ตลอดจน ตกทอดเป็นมรดกจากบรรพบุรุษในอดีตก่อนกำเนิดเป็นพลังจิตส่วนที่เหลือหรือตกค้างมาจากพัฒนาการ และวิวัฒนาการของมนุษย์ที่เกิดจากประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นซ้ำๆ กัน จากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง มนุษย์จะสืบทอดประสบการณ์ในอดีตของคนรุ่นก่อนๆ มาเป็นแนวโน้มที่ทำให้เกิดกำหนดพฤติกรรม Jung อธิบายว่า เมื่อย้อนหลังกลับไปในอดีตชาติใดๆ ก็ตามมนุษย์ย่อมได้รับสิ่งต่างๆ จากแม่ ซึ่งทำให้มนุษย์เกิดความสมบูรณ์ และมีศักยภาพประสบการณ์ระหว่างแม่กับทารกจะถูกถ่ายทอดกันและสร้างเป็นรูปแบบในสมองของมนุษย์ตกทอดสืบต่อกัน มานานตั้งแต่อดีตชาติ

ดังนั้น ปรากฏการณ์เหล่านี้จึงทำให้ทารกเกิดมาพร้อมกับ ความสามารถที่จะมองเห็นและพัฒนาความสามารถ ในการรับรู้และโต้ตอบกับแม่ โดยผ่านประสบการณ์และการฝึกหัด ในชาติปัจจุบัน โดยมีรากฐานมาจากอดีตชาติเป็นพื้นฐานที่อยู่เบื้องหลัง

Jung เชื่อว่า Collective Unconscious เป็นรากฐานของโครงสร้างทางบุคลิกภาพ ที่ก่อรูปร่างให้กับมนุษย์อย่างเรียบร้อยแล้ว ตั้งแต่กำเนิด ซึ่งเป็นเสมือนภาพที่ติดตัวอยู่แล้วนั่นเอง โดยมีสิ่งที่เรียกว่า รูป หรือ แม่พิมพ์ หรือ แม่แบบ (Archetype) จะเป็นส่วนประกอบของ Collective Unconscious ซึ่งมีชื่อเรียกต่างๆ กันไป ได้แก่ สิ่งที่จะมีอิทธิพลต่อสิ่งต่างๆ (Dominant) ภาพในเทพนิยาย (Mythological Images) หรือ รูปแบบในการแสดงพฤติกรรม (Behavior Pattern) โดยที่ Archetype จะเป็นความคิดที่กว้างขวางของมนุษย์ ซึ่งได้ก่อตัวขึ้นเป็นจินตนาการหรือรูปภาพต่างๆ (Image or Visions) โดยรูปภาพเหล่านี้จะสอดคล้องกับความสำนึก และการรับรู้ตามปกติในชีวิตซึ่งอยู่ในสถานการณ์ที่รู้ตัวจะเห็นได้ว่า Archetype อื่นๆ จะเป็นประสบการณ์ที่เกิดซ้ำๆ กันหลายชั่วอายุคน

๑.๔ หน้ากาก (Persona) เป็นสิ่งที่ตัวละครใช้สวมไว้ เพื่อแสดงบทบาทต่างๆ ในการแสดงหน้ากาก็ยังแสดงปฏิกิริยา หรือตอบโต้กับ ข้อเรียกร้อง ทางสังคม และขนบธรรมเนียมประเพณี เพื่อตอบสนองความต้องการของ Archetype ภายในตนเอง และเพื่อให้สอดคล้องกับความคาดหวังของสังคมที่ต้องการทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่างๆ หน้ากากจึงมีลักษณะของการประนีประนอม ระหว่างความต้องการต่างๆ ของสิ่งแวดล้อมกับ รากฐานความเป็นจริงที่อยู่ภายในแต่ของละบุคคล และแสดงบทบาทหลายๆ อย่างในชีวิตประจำวันที่จะช่วย ควบคุมพลังรุนแรง ที่เป็นจุดเริ่มต้นของอุปนิสัยต่างๆ ที่มีอยู่ใน Collective Unconscious และมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความประทับใจกับคนอื่น ๆ ซึ่งเป็นเสมือนบุคลิกภาพสาธารณะ (Public Personality) ซึ่งเป็นพฤติกรรม ต่างๆ ที่บุคคลแสดง โดยใช้ความเห็นของสาธารณชน ซึ่งตรงกันข้ามกับบุคลิกภาพส่วนตัว (Private Personality) แต่ในเวลาเดียวกัน หน้ากากก็มีส่วนเสีย เพราะทำให้บุคคลเรียนรู้ที่จะปิดบังตัวตนที่แท้จริงไว้ นอกจากนี้ ยังทำให้บุคคลปิดบังศักยภาพ หรือพลังความสามารถต่างๆ ที่อาจทำให้บุคคลสูญเสีย ความเป็นตัวของตัวเองไป

๑.๕ ลักษณะของหญิงที่มีอยู่ในชาย (Anima) และลักษณะของชายที่มีอยู่ในหญิง (Animus) หรืออาจเรียกว่าลักษณะเพศแฝงเร้น ซึ่งเป็นการอธิบายถึงลักษณะความเป็นหญิงในบุคลิกภาพของผู้ชาย เช่น ความอ่อนโยน ความนึ่มนวล เป็นต้น ลักษณะความเป็นหญิง ที่มักแฝงไว้ในชาย (Anima) และลักษณะความเป็นชายในบุคลิกภาพของผู้หญิง เช่น ความเข้มแข็ง ความเด็ดเดี่ยว ที่มักแฝงไว้ในตัวหญิงเช่นกัน (Animus)

Jung อธิบายว่า ลักษณะความเป็นหญิงในบุคลิกภาพของชาย หรือความเป็นชายในบุคลิกภาพของหญิงเกิดจาก Archetype คือรูปของผู้หญิงในชาย (Feminine Archetype) ที่เรียกว่า Anima หรือรูปของผู้ชายในผู้หญิง (masculine Archetype) ที่เรียกว่า Animus รูปต่างๆ เหล่านี้แม้ว่าอาจเกิดจากโครโมโซมเพศ (Sex Chromosomes) และการทำงานของต่อมเพศ (Sex Glands) ก็ตาม แต่สาเหตุสำคัญ Jung เชื่อว่าเป็นผลของประสบการณ์ทางเชื้อชาติ และเผ่าพันธุ์ของมนุษย์ระหว่างชายกับหญิง ซึ่งมีชีวิตและใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันมา

๑.๖ เงา (Shadow) เป็นรูป (Archetypes) เป็นสิ่งที่เรียกว่า สัญชาตญาณพื้นฐานที่มีคล้ายกับสัตว์ เมื่อมีวิวัฒนาการจนกลายเป็นมนุษย์ๆ จึงรับ และสืบทอดมาจากวิวัฒนาการ จากรูปแบบที่ต่ำกว่ามาสู่ความเป็นมนุษย์ ทำให้มนุษย์มีแนวโน้มที่จะทำสิ่งเลวร้ายและผิดศีลธรรม เป็นส่วนของจิตที่อยู่ลึกที่สุด หรืออาจเรียกได้ว่าเป็น Shadow ซึ่ง Jung เชื่อว่า Shadow เป็นด้านของความเป็นสัตว์ (Animal Side) ที่อยู่ในธรรมชาติของมนุษย์ และเป็นจุดเริ่มต้นของความคิดของมนุษย์ในส่วนที่เป็นความชั่วร้าย ซึ่งสะท้อนออกมาให้เห็น ในลักษณะภายนอก ทำให้เป็นพฤติกรรมที่ยังไม่ได้ขัดเกลา หรือพฤติกรรมที่แสดงความรู้สึกก้าวร้าว พฤติกรรมที่เป็นศัตรูกับผู้อื่น หรือเป็นพฤติกรรม ที่ไม่น่าชื่นชมรวมถึงความคิด ความรู้สึก และการกระทำที่สังคมไม่ยอมรับ เพราะเป็นการแสดงสิ่งที่ไม่เหมาะสม Shadow เหล่านี้จะถูกปิดบังโดยใช้หน้ากาก (Persona) หรือเก็บลงสู่ประสบการณ์ไร้สำนึกของบุคคล (Personal Unconscious) นั่นเอง

๒. ตน (Self) หมายถึง รูป (Archetype) ซึ่งนำบุคคลไปสู่การแสวงหาวิธีการต่างๆ เพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเอง ให้ถึงจุดสูงสุด (Self Realization) และเป็นวิถีทางของบุคคล (Way of Individual) ที่ทำให้บุคลิกภาพมีความเป็นเอกภาพและมีความสมดุล มั่นคง การทำงานของ Self จะเป็นเช่นเดียวกับ Archetype อื่นๆ คือ จูงใจให้เกิดพฤติกรรม นอกจากนี้ Self จะทำหน้าที่ เป็นเป้าหมายของชีวิต และเป็นเป้าหมายสุดท้ายที่มนุษย์ พึงแสวงหา ถือว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลมุ่งไปสู่ความเข้าใจตนเอง

ทฤษฎีนี้เชื่อว่า มนุษย์จะแสวงหาความสมบูรณ์ได้ก็โดยการผ่านทางหลักธรรมทางศาสนา ซึ่งทุกศาสนาจะกล่าวถึงสัจธรรมที่เกี่ยวข้องกับตัวตน การแสวงหาหลักธรรมในทางศาสนาเป็นเรื่องของการแสวงหาเอกภาพ และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของบุคคล ตลอดจนความต้องการเป็นผู้บริสุทธิ์ สะอาด สว่าง สงบ โดยใช้การฝึกฝนหรือ การปฏิบัติตามพิธีกรรมทางศาสนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งหลักธรรมจากศาสนาทางซีกโลกตะวันออก เช่น โยคะ การฝึกสมาธิ เป็นต้น ทฤษฎีนี้ยังพบว่ารูปแมนดาลัส (Mandalas) หรือ Magic Circle เป็นสัญลักษณ์ ที่พบจากการเขียนรูปและศิลปะของทุกวัฒนธรรม ที่บุคคลสร้างขึ้นจากการรับรู้ทางประสาทสัมผัสทั้งห้าของมนุษย์ (Sensation) การกำหนดรู้ภายในใจตนเอง (Intuition) การรู้สึก (Feeling) และการคิด (Thinking) ซึ่ง

เป็นการพยายามที่จะสร้างความเจริญงอกงาม ให้ตนเองโดยการรับเอาหลักธรรมต่างๆ ของศาสนา ซึ่งแตกต่างกันไปตามความเชื่อของแต่ละบุคคลหรือแต่ละศาสนา อย่างไรก็ตาม รูปMandalas ที่พบในศาสนาพุทธ ลัทธิเต๋า และศาสนาอื่นๆ ทางซีกโลกตะวันออก โดยมีดอกไม้สี่เหลี่ยมทอง อยู่ตรงกลาง ซึ่งแสดงขอบเขตของความสุขอย่างสูงสุดหรือความดีความงามอย่างสูงสุด

ในความเห็นของผู้วิจัย Jung กำลังพูดถึง "จิตรู้" ตัวตน (Conscious Mind) เท่านั้น โดยเขาเชื่อว่าจิตรู้นี้ต่อไปจะไปรวมอยู่เป็นความจำอันสากลหรืออาร์คไทป์ (Archetype) และเชื่อในทฤษฎีอนัตตาที่มีว่าทุกสรรพสิ่งไม่ใช่ตัวตน ที่เมื่อไล่ถึงเบื้องต้นสุด ก็คือ ความจริงที่สุด(Ultimate Truth)หรือสิ่งเดียวกับจิตไร้สำนึกร่วมแห่ง (Collective Unconscious Continuum)^{๓๖}

๒.๓.๒.๓ ทฤษฎีการหายใจแบบโฮโลโทรปิกของ สแตนนิสลาฟ กรอฟ (Stanislav Grof)

สแตนนิสลาฟ กรอฟ เกิดในปี ค.ศ. ๑๙๑๑ ที่กรุงปราก ประเทศเช็กโกสโลวาเกีย (ในขณะนั้น) กรอฟได้รับปริญญาแพทยศาสตรบัณฑิตจากมหาวิทยาลัยชาร์ลส์ (Charles University) และได้รับปริญญาเอกสาขาปรัชญาทางการแพทย์ (Doctor of Philosophy in Medicine) จากสถาบันวิทยาศาสตร์เช็กโกสโลวาเกีย (Czechoslovakian Academy of Science) กรอฟเริ่มต้นทำงานด้วยการทำวิจัยเกี่ยวกับยาหลอนประสาท (psychedelic) ระหว่างปี ค.ศ. ๑๙๕๖-๑๙๖๐ และต่อมาในปี ค.ศ. ๑๙๖๐-๑๙๖๓ เขาได้รับตำแหน่งผู้ควบคุมและตรวจสอบการวิจัย (Principal Investigator) ที่โปรแกรมวิจัยยาหลอนประสาทของสถาบันวิจัยทางจิตเวช ที่กรุงปราก จากนั้นกรอฟได้ย้ายไปทำงานที่อเมริกา ในช่วง ๗ ปีแรกเท่านั้น เขาทำวิจัยเกี่ยวกับจิตบำบัดโดยใช้สารแอลเอสดี (LSD Psychotherapy) โดยใน ๒ ปีแรกเขาทำงานที่ภาควิชาการวิจัยและคลินิก (Clinical and Research Fellow) ที่มหาวิทยาลัยจอห์นฮอปกินส์ และหน่วยวิจัยของโรงพยาบาลสปริงกรูฟสเตต (Spring Grove State Hospital) ที่เมืองบัลติมอร์ และใช้เวลา ๕ ปีต่อมาในการดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการศูนย์วิจัยจิตเวชที่ศูนย์วิจัยจิตเวชแมริแลนด์ (Maryland Psychiatric Research Center) นอกจากนี้ ยังได้เป็นหัวหน้าโครงการวิจัยเกี่ยวกับการบำบัดด้วยยาหลอนประสาทโครงการต่างๆ ที่เกิดขึ้นในอเมริกา ต่อมาในปี ค.ศ. ๑๙๗๓ - ๑๙๘๗ ได้รับทุนวิจัยที่สถาบันอีซาเลน (Esalen Institute) ที่เมืองบีกเฮอ รัฐแคลิฟอร์เนีย เขาและคริสตินา กรอฟ ภรรยา ได้พัฒนาวิธีการบำบัดที่ไม่ใช้ยาหลอน

^{๓๖} Meckel,D.J.&Moore,R.L. *Self and Liberation : The Jung / Buddhism Dialogue*. New York : Paulist Press, 1992, pp.106-113.

ประสาทขึ้น ซึ่งมีชื่อว่า การบำบัดด้วยการหายใจแบบโฮโลโทรปิก (Holotropic Breathwork) ซึ่งต่อมากลายเป็นเครื่องหมายการค้า (Trademark) ของพวกเขาในการบำบัดและการฝึกอบรม

ตลอดช่วงที่ทำวิจัย ได้ควบคุมการทดลองใช้ยาหลอนประสาทถึงกว่า ๓๐๐๐ ครั้ง และศึกษาจากรายงานของคนอื่นๆ อีกกว่า ๒๐๐๐ ชิ้น ด้วยการเล็งเห็นถึงประสิทธิภาพของยาหลอนประสาทในการเข้าถึงสถานะเหนือธรรมดาของจิตสำนึก (Non-Ordinary States of Consciousness) และได้พัฒนาจิตบำบัดโดยใช้สารแอลเอสดีขึ้นเพื่อเข้าถึงสถานะดังกล่าว แต่เนื่องจากต่อมามีกฎหมายเกี่ยวกับการห้ามใช้ยาหลอนประสาทออกมา เขาจึงเลิกการบำบัดด้วยวิธีการนี้และหันไปพัฒนาวิธีการอื่นที่จะเข้าถึงสถานะเหนือธรรมดาของจิตสำนึก จนเกิดเป็นการบำบัดด้วยการหายใจแบบโฮโลโทรปิกขึ้น ซึ่งประกอบด้วยการหายใจอย่างรวดเร็ว (Rapid Breathing) การใช้ดนตรีที่เร้าความรู้สึกให้นึกถึงภาพเหตุการณ์ต่างๆ ในอดีต (Evocative Music) และการสัมผัสที่ทำให้ผ่อนคลาย (Bodywork) วิธีการนี้ช่วยให้บุคคลเข้าถึงสถานะเหนือธรรมดาของจิตสำนึก ที่เรียกว่า สถานะโฮโลโทรปิก (Holotropic state)^{๓๓} ซึ่งกรอฟเชื่อว่าการเข้าถึงสถานะดังกล่าวเป็นกระบวนการช่วยเยียวยาปัญหาทางจิตใจของบุคคลที่เกิดขึ้น รวมถึงปัญหาทางด้านจิตวิญญาณที่เกิดขึ้น เรียกว่า วิกฤติทางจิตวิญญาณ (Spiritual Crisis or Spiritual Emergency) และได้สร้างแผนที่ทางจิตไว้ ดังนี้

การสร้างแผนที่ทางจิต (Cartography of Psyche) แบบใหม่ขึ้น ซึ่งแบ่งจิตของมนุษย์ออกเป็น ๓ ระดับคือ

๑. ระดับของจิตในชีวิตทั่วไปของบุคคล (Biographical-recollective level) และจิตไร้สำนึกแนวน فروยด์ (the Freudian Individual Unconscious)

๒. ระดับของจิตในช่วงขณะแห่งการเกิด (Perinatal level) ซึ่งเกี่ยวข้องกับบาดแผลทางจิตใจในขณะที่เกิด (Trauma of Birth)

๓. ระดับของจิตที่พ้นไปจากตัวตน (Transpersonal level) ซึ่งเกี่ยวข้องกับแง่มุมที่หลากหลาย อาทิ The Ancestral, Racial, Collective, Physicogenetic, Karmic, and Archetypal Matrices^{๓๔}

สแตนลีย์ กรอฟ ได้สรุป งานวิจัย เรื่อง “Sacred Source : Life Death and Survival of Consciousness” ว่า หลักฐานการวิจัยทางด้านวิทยาศาสตร์ในด้านของประสบการณ์ก้าวข้ามพ้น

^{๓๓} สรุปจาก Grof, S. “Varieties of Transpersonal Experience : Observation From LSD Psychotherapy”. *The Journal of Transpersonal Psychology* ; 4 (1) 1972, pp. 45-80.

^{๓๔} Grof, S. *Realms of the human unconscious : Observations from LSD research*, New York: Dutton, 1974, p.6.

ตัวตน ได้บ่งชี้อย่างชัดเจนว่า มนุษย์ทุกคนและแต่ละคน สามารถที่จะแสดงคุณสมบัติสนามแห่งจิต (a field of consciousness or a mind field) ที่ทะลุทะลวงผ่านที่ว่าง เวลา และความเป็นเส้นตรงที่เหตุ จะต้องก่อผลเสมอ (Linear Causality) สนามที่ไม่ต่างไปจากสนามคว้นดัมที่ประกอบด้วยอนุภาค (Wave Particle) ที่พัวพันกัน มนุษย์จึงคงมีคุณสมบัติเช่นนั้น หรือรับรู้ความเป็นสองนั้น ด้วยอายตนะภายนอกกับจิตที่อยู่ภายใน คือ เป็นและเห็นโลกทั้งที่เป็นอนุภาค หรือสรรพสิ่ง - หนึ่ง กับเป็นคลื่นหรือเป็นรังสีแสงของสนามแห่งจิตอันไม่มีที่สิ้นสุด การตาย จึงเป็นการสูญสลายของรูปกายและจิตรู้ แต่จิตที่เชื่อมโยงกับสนามจิตอันสากลจะดำรงอยู่ต่อไป^{๗๕}

๒.๓.๒.๔ ทฤษฎีจิตวิทยาบูรณาการของ ศรี อโรบินโด (Sri Aurobindo)

ศรี อโรบินโด (Sri Aurobindo, ค.ศ. 1872-1950) เป็นชาวอินเดีย ได้รับอิทธิพลจากศาสนาตะวันออกอย่างมาก จบการศึกษาจากมหาวิทยาลัยเคมบริดจ์ ประเทศอังกฤษ เป็นนักเคลื่อนไหวทางสังคม เป็นผู้ชี้นำทางจิตวิญญาณของชาวอินเดีย ได้ศึกษาศาสตร์ทางตะวันออกอย่างลึกซึ้ง โดยเฉพาะศาสตร์แห่งโยคะซึ่งเชื่อมโยงกายกับปราณของมนุษย์จนสามารถเชื่อมโยงจนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน สู่ความสงบสันติสุข จนเสนอศาสตร์ที่สำคัญที่มีชื่อเสียง เช่น Holistic Yoga เป็นต้น

ศรี อโรบินโด ได้เขียนหนังสือเล่มหนึ่ง (Aurobindo : Life Divine) ส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนั้น พูดถึงจักรวาลแห่งสัจภาวะ หรือความจริงแท้ หรือพระเจ้า กับจักรวาลปรากฏการณ์ และชีวิตและมนุษย์กับสังคมของมนุษย์นั้น ศรี อโรบินโด เขียนเอาไว้ดังนี้^{๗๖}

พรหมันหรืออาตมัน (Brahman or Atman) ที่มีสองสภาวะ คือหนึ่งจักรวาลแห่งสัจภาวะหรือความจริงแท้ (พระเจ้า พระนิพพาน เต๋า) ที่ดูเหมือนว่าจะคงที่และไม่มีการเปลี่ยนแปลงใดๆกับสองจักรวาลแห่งปรากฏการณ์ที่เกิดจากข้อหนึ่ง (ข้างบน) ที่หมุนสั้นเคลื่อนไหวในเวลาและอากาศ (สถานที่) การหมุนสั้น (vibrations) ที่คลี่ขยายจากเอกภาวะสู่ความหลากหลายและให้ความหลากหลายในเอกภาวะ ทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาล (ปรากฏการณ์หรือกายภาพ) เกิดจากการสั่นสะเทือนเคลื่อนไหว (พลังงานจิตวิญญาณ) จนชนปะทะกันก่อการสรรค์สร้างเป็นสรรพสิ่งเป็น

^{๗๕} Grof, S. **Psychology of the Future: Lessons from Modern Consciousness Research**. Albany: State university of New York Press. 2000 ,pp. 187-193.

^{๗๖} Aurobindo , Sri. **The Life Devine**. Pondicherry: Srii Aurobindo Ashram. 1970, referred to Michael Daniels, **Shawdow Self Spirit: essay in Transpersonal Psychology**, UK, London: Imprint Academic, 2005, pp. 193-197.

ชีวิต และแล้วพลังงานหรือจิตวิญญาณก็เข้าไปอยู่ในสสารนั้น สิ่งที่อยู่ในสสารคือมนัสที่ให้นามรูป เวทนาความรู้สึก และสิ่งที่อยู่เบื้องหลังมนัสก็คือจิตวิญญาณหรืออาตมันที่คงที่ไม่เสื่อมสลาย การดำรงอยู่ของจักรวาลกายภาพคือการรวมเข้าหากันและการคลี่ขยายของเอกภาวะหนึ่งเดียว

พฤติกรรมของจักรวาลหรือปฏิกิริยาสองประการที่อยู่ตรงกันข้าม แต่พึ่งพากันอย่างสมดุลพอดีนี้ มีสิ่งที่อยู่เบื้องหลัง และสิ่งนั้นคือระดับของจิตวิญญาณที่คัมภีร์ยีน-หยางไม่ได้พูดถึง แต่เคน วิลเบอร์ เอามาเป็นหัวใจของความคิดทางจิตวิทยาจิตวิญญาณ (Spiritual Psychology) ของเขา นั่นคือ องค์ความรู้สองประการที่กล่าวมาตั้งแต่ต้น ญาณทัสนะกับเหตุผล (Intuition and Rational) นั่นคือระดับจิตสองระดับ (Transpersonal: and Self or Egoic Rational) ที่มนุษย์ต้องเรียนรู้โดยอัตโนมัติเพราะมันเป็นเป้าหมายของจักรวาล นั่นคือระดับจิตผ่านพ้นตัวตนแห่งความเป็นองค์รวมที่เชื่อมโยงกันดังได้กล่าวมาแล้ว กับระดับจิตที่แตกต่าง เดินเป็นเส้นตรง (linear) และแยกส่วนที่เราอยู่ในปัจจุบัน

ศรี อรโรบินโท^{๔๐} กล่าวว่า เป้าหมายสุดท้ายของมนุษย์ ก็เพื่อความรู้สูงสุด หรือการเรียนรู้ที่นำไปของสรรพสิ่งในปรากฏการณ์ของโลกและจักรวาล สัจธรรมสูงสุด(The Ultimate Truth) มีเพียงหนึ่งเดียว และการเดินทางสู่จุดหมายปลายทางของมนุษย์ มี ๓ ขั้นตอน คือ

(๑) ความหลับใหลของจิตใต้สำนึก (Sub - Consciousness)

(๒) การตื่นของอัตตาตัวตน แล้วตื่นผ่านพ้นตัวตน (Self- Consciousness)

(๓) จิตเหนือสำนึก (Super- Consciousness) และระดับธรรมจิต (Spirituality) เป็นเนื้อหาสาระของ การเดินทางเดินทางสู่เป้าหมายสุดท้ายของมนุษยชาติที่แท้จริง

เขากล่าวว่า จิตของมนุษยชาติเดินทางผ่านจาก การรู้ทางกายอย่างผิวเผิน(Superficial Bodily Awareness) สู่ระดับจิตรู้ตัวตนและอีโก้ (Self-consciousness)จนเข้าสู่ การผ่านพ้นความเป็นตัวตน (Transcendent Self) สู่ระดับจิตเหนือสำนึก (Super- Consciousness) สู่สภาวะเอกภาพกับจักรวาล (Cosmic Unity)

โยคะแบบองค์รวม (Holistic Yoga)

ความหมายของคำว่า “โยคะ” มาจากรากศัพท์ ยุช แปลว่า ประกอบหรือ รวมกันสิ่งสำคัญ โยคะคือ การรวมกายกับใจของผู้ฝึกเข้าไว้ด้วยกัน โยคะหมายถึง กระบวนการที่มนุษย์เรียนรู้ที่จะดำรงชีวิตอย่างเป็นองค์รวมให้ได้มากที่สุด ซึ่งรวมไปถึงการทำความรู้จักตัวตนของตัวเองและการลดทอนหรือขจัดสภาวะต่างๆ ที่บั่นทอนความเป็นองค์รวม ซึ่งการอยู่อย่างองค์รวมโยคะให้

^{๔๐} สรุปลจากAurobindo , Sri. **The Mother** . Pondicherry: Sri Aurobindo Ashram Trust, 1999, pp.

ความสำคัญกับเทคนิคต่างๆ ที่จะช่วยให้ มนุษย์รู้จักมูลเหตุทุกชนิดที่ขาดสมดุล อันก่อให้เกิดความเจ็บป่วยและจัดปรับให้มันคืนสู่ความเป็นปกติ ดังนั้น โยคะจึงเป็นศาสตร์ที่ว่าด้วยการพัฒนาทางด้านจิตและด้านกายของมนุษย์ และ ทางด้านการบำบัดรักษาไปพร้อมๆ กัน โยคะให้ความสำคัญยิ่งยวดกับหลักแห่งความสมดุล การฝึกทำโยคะจึงเป็นการเหยียดแล้ว คลายสลับกันไปจนจบ โยคะคือ วินัยต่อร่างกายและจิตใจมุ่งไปที่การประสานกลมกลืนกับของระบบต่างๆ ของชีวิต โดยอาศัยเทคนิคหลายๆ อย่างประกอบกัน ทั้งอาสนะ (การฝึกทำทางกาย) การหายใจ สมาธิ

สภาวะ ๓ ประการของโยคะ

๑. การรวมกาย จิตเข้าด้วยกัน อันหมายถึง การมีสติรู้อยู่กับกายตลอดเวลา

๒. ความสมดุลโยคะคือ การสร้างสมดุลให้เกิดขึ้น ทั้งสมดุลภายในตนเองและสมดุลระหว่างตนเองกับสิ่งรอบตัว

๓. การพัฒนาจิต กระบวนการของโยคะเป็นการฝึกจิต โยคะทำให้จิตเข้มแข็ง ตลอดจนยกระดับจิตให้สูงขึ้น^{๔๒}

การจัดกลุ่มประเภทโยคะ เดิมจัดไว้ ๔ กลุ่มดังนี้

๑. กลุ่มญาณโยคะ คือ โยคะที่เน้นการใช้ปัญญาขบคิด จนกระทั่งผู้ฝึกเข้าสู่ความหลุดพ้น พระพุทธเจ้าเป็นตัวอย่างที่ชัดเจนที่สุดของผู้ปฏิบัติญาณโยคะ

๒. กลุ่มกรรมะโยคะ คือ โยคะที่มุ่งเน้นด้านการทำงาน การรับใช้ผู้อื่น โดยไม่ คาดหวังผล ผู้ฝึกโยคะแนวนี้จะทำงานอย่างทุ่มเท ไปจนกระทั่ง เข้าสู่ความหลุดพ้น ตัวอย่างของกรรมะโยคะ ที่ชัดเจนคือ อรชุนแห่งมหาภารณ์ ภควัทคีตา ที่ทำหน้าที่ การรบของตนอย่างเป็นกรรมะโยคะ

๓. กลุ่มภักติโยคะ เน้นการใช้ศรัทธาเป็นตัวนำ ผู้ฝึกจะสวดมนต์เปล่งเสียงไป จนกระทั่งตนเองถึงซึ่งความหลุดพ้น มีการปฏิบัติภักติโยคะกันมากในอินเดีย แม้ในยุคปัจจุบันที่ เราจะเห็น นักบวชหลายคนทุ่มเท กับการสวดมนต์อย่างจริงจัง

๔. กลุ่มราชาโยคะ มุ่งฝึกควบคุมจิต จนกระทั่งเข้าถึงความหลุดพ้น

^{๔๒} Aurobindo, Sri. **The Teaching of Sri Aurobindo.** In: Sri Aurobindo Birth Centenary Library (Vol. 26. Pondicherry: Sri Aurobindo Ashram Trust.1972a, pp. 95-97.

วิถีแห่งโยคะ ๘ ประการ

การฝึกโยคะไม่ใช่ฝึกท่าโยคะเท่านั้นแต่ในความเป็นจริงการฝึกโยคะประกอบด้วยเทคนิค ๘ ประการ ซึ่งล้วนมีความสำคัญ และมีความเชื่อมโยงกัน ดังนั้น การฝึกโยคะที่ครบสมบูรณ์ควรครอบคลุมการฝึกมรรคทั้ง ๘ ดังนี้^{๔๓}

๑. ยามะหรือศีล ๕ โยคะเป็นการฝึกกายและจิตใจไปพร้อมๆ กัน และการมีจริยธรรมนั้นถือเป็นพื้นฐานอันดับแรกของ ความเป็นมนุษย์ที่เดียว ยามะมีด้วยกัน ๕ ข้อ ได้แก่ อหิงสา ไม่ลักทรัพย์ ไม่พูดปด ประพฤติพรหมจรรย์ และไม่ถือครองวัตถุ เกินความจำเป็น

๒. นิยามะหรือวินัย ๕ คือ การอยู่ร่วมกันในสังคมโดยไม่เบียดเบียน ลำดับถัดไปคือ การสร้างวินัยในตนเอง นิยามะ มีอยู่ด้วยกัน ๕ ข้อ คือ อุดทน สันโดษ ชำระกายใจให้บริสุทธิ์ หมั่นศึกษาตนเองและมีศรัทธา

๓. อาสนะหรือการดูแลสุขภาพ เมื่อมีศีล มีวินัย ต่อมาก็ดูแลสุขภาพตนเอง อาสนะไม่ใช่การออกกำลังกายอย่างที่หลายคนเข้าใจ แต่เป็นการจัดปรับสมดุลให้กับระบบต่างๆ ขั้นตอนในการฝึกอาสนะ ได้แก่ การเตรียมความพร้อม ฝึกท่าอาสนะ ปิดท้ายด้วย การผ่อนคลาย

๔. ปราณายามะหรือการฝึกลมหายใจ เมื่อร่างกายสมดุล เป็นปกติ ก็พร้อมต่อการฝึกควบคุมลมหายใจ ลำดับขั้นของการฝึกลมหายใจ คือ เข้าใจระบบหายใจของตนเอง มีสติรู้ลม หายใจของตนเองตลอดเวลา ควบคุมลมหายใจ หายใจช้าลงและลมหายใจสงบ

๕. ปรัชยาหาระหรือสำรวมอินทรีย์ เมื่อร่างกายนิ่ง ลมหายใจสงบ จากนั้นก็ฝึกควบคุมอารมณ์ ซึ่งมักแปรปรวนไปตาม การกระทบกระทั่งจาก ภายนอก ปรัชยาหาระคือ การ ควบคุมประสาทสัมผัสทั้ง ๕ ได้แก่ การสำรวม รูป รส กลิ่น เสียงและสัมผัส

๖. ชารณะหรือการเพ่งจ้อง (Concentration) เมื่อกายสงบ อารมณ์ก็มั่นคงจึงเริ่มอบรมจิต ซึ่งมีธรรมชาติของการไม่อยู่นิ่ง ชารณะคือ การฝึกบรรมจิตให้นิ่ง จิตนิ่งเป็นจิตที่มีประสิทธิภาพเป็นจิตที่สามารถทำงานได้สำเร็จลุล่วง

๗. ฌาน (Meditation) การอบรมจิตสมาธิทำให้อารมณ์มีคุณภาพสูงขึ้นๆ จนถึงขั้นฌาน ฌานคือ จิตที่สามารถจดจ่ออยู่กับเรื่องใดเพียงเรื่องเดียวเป็นจิตที่มั่นคงอยู่ในสิ่งที่กำลังทำ เป็นจิตที่รู้เห็นตามความเป็นจริง

^{๔๓} อ้างใน B., Kahn M. , & Hess, J. "Speaking from the heart : Integral T-groups as a tool for training transpersonal psychotherapists". **Journal of Transpersonal Psychology** , 35(2),2003,pp.127-142.

๘. สมาธิ (Transconsciousness) สมาธิของโยคะ ไม่เหมือนกับสมาธิของพุทธ ในที่นี้ สมาธิ คือ ผลสูงสุดที่ได้จากการฝึกโยคะ จิตสมาธิของโยคะคือ จิตที่มี ความเป็นหนึ่งเดียว (โยคะแปลว่า หนึ่งเดียว) จิตที่เป็นหนึ่งเดียว คือ จิตที่พ้นจากความเป็นสองพ้นจากความเป็นธรรมดา เป็นจิตที่ หลุดพ้น

จะเห็นได้ว่า การปฏิบัติโยคะครบทั้ง ๘ ประการ ก็คือ การมี วิธีชีวิตไปตามครรลอง ของโยคะซึ่งเป็นการนำพาของของผู้ฝึก ให้มีความแข็งแรง ยกกระดักจิตของผู้ฝึกให้สูงขึ้น จนไปสู่ เป้าหมายสุดท้าย อันได้แก่ ความหลุดพ้น (โมกษะ) คือ ความเป็นอิสระจากสิ่งผูกมัดทั้งหลายทั้ง ปวง

สรุป การฝึกฝนค้นคว้าด้วยการนำเอาศาสตร์ โยคะ ซึ่งเป็นศาสตร์เก่าแก่ของตะวันออก โดยเฉพาะประเทศอินเดีย ซึ่งเป็นศาสตร์ชั้นสูงก่อให้เกิดความสงบสุข สันติในจิตวิญญาณ แต่ก็ยังไม่สามารถช่วยมนุษย์ให้ก้าวข้ามพ้นตัวตนได้

๒.๓.๒.๕ ทฤษฎีลำดับขั้นของโครงสร้างของเคน วิลเบอร์

เคน วิลเบอร์ (Ken Wilber) เกิดเมื่อวันที่ ๓๑ มกราคม พ.ศ. ๒๔๙๒ (ค.ศ. ๑๙๔๙) ที่ เมืองโอคลาโฮมาซิตี สหรัฐอเมริกา เป็น นักฟิสิกส์ นักปรัชญา นักจิตวิทยา และนักทฤษฎีคนสำคัญของโลก เขาพัฒนาทฤษฎีที่มีชื่อว่า ทฤษฎีบูรณาการ โดยวางอยู่บนกระบวนทัศน์เมแทบ (Meta-Paradigm) คือ “ทุกคนถูกต้อง” เขาเขียนหนังสือเล่มแรกตั้งแต่อายุ ๒๓ ปี ชื่อ The Spectrum of Consciousness หนังสือเล่มสำคัญเล่มอื่นๆ ของเขาได้แก่ Sex, Ecology, Spirituality และ A Brief History of Everything

พัฒนาการแนวคิดของ เคน วิลเบอร์

Wilber-๑ (ค.ศ. ๑๙๗๗-๑๙๗๙): “Romantic-Jungian” โดยมีแนวคิดเหมือนกับนักปรัชญา Romantic และนักจิตวิทยาแนว Jung ที่เชื่อว่าการเติบโตทางจิตวิญญาณเป็นการเดินทางกลับไปสู่ภาวะ ดั้งเดิมที่เคยเป็นมาก่อน แต่ได้ถูกหลงลืมไป

Wilber-๒ (ค.ศ. ๑๙๘๐-๑๙๘๒): บูรณาการจิตวิทยาทั้งตะวันตกและตะวันออกอย่าง กว้างขวางมากขึ้น และมองว่าการเติบโตทางจิตวิญญาณเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายหลัง กล่าวคือไม่ได้เป็น การเดินทางกลับไปสู่พระเจ้า แต่เป็นการเดินทางไปหาพระองค์

Wilber-๓ (ค.ศ. ๑๙๘๓-๑๙๘๗): พัฒนาการไม่ได้เป็นเส้นตรง และไม่ได้มีเส้นเดียว แต่มี หลายเส้น เช่น ปัญญา (cognitive) อารมณ์ (emotional) สังคม (social) จิตวิญญาณ (spiritual) เป็นต้น ตัวตนจะทำหน้าที่รักษาสมดุลระหว่างเส้นต่างๆเหล่านี้

ในช่วง ค.ศ. ๑๙๘๘-๑๙๙๔ เหตุการณ์พัฒนาทฤษฎี เนื่องจากประสบวิกฤติในชีวิต จากการที่ภรรยาคนที่สอง ป่วยเป็นมะเร็งและใช้เวลาส่วนใหญ่เพื่อรักษาภรรยา แต่เธอเสียชีวิตลง ในปี ค.ศ. ๑๙๘๙ และเล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้นในชีวิตช่วงนั้นในหนังสือชื่อ Grace and Grit

Wilber-๔ (ค.ศ. ๑๙๙๕-๒๐๐๑): ผนวกเอามิติสังคม วัฒนธรรม พฤติกรรม และจิตเข้าด้วยกัน หรือที่เรียกว่า “จตุรทัศน์” (the four quadrants) เข้าอยู่ในการพัฒนาของปัจเจกบุคคล เขาแสดงให้เห็นถึงการพึ่งพิงอิงอาศัยซึ่งกันและกันของทั้งสี่มิติและวิพากษ์การมองเพียง “ทัศน์” เดียว โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิทยาศาสตร์ที่มองแต่ทัศน์พฤติกรรมและสังคม (ในแง่ของระบบสังคม)

Wilber-๕ (ค.ศ. ๒๐๐๑-ปัจจุบัน): “ทฤษฎีหลังอภิปรัชญาที่สมบูรณ์” (Integral Post-Metaphysics) โดยใช้วิธีวิทยาที่หลากหลายที่ถูกพัฒนาขึ้นมาทั้งในยุคก่อนสมัยใหม่ ยุคสมัยใหม่ และหลังสมัยใหม่ในการเข้าถึงความจริงในมิติต่างๆ ของ “โลกิยธรรม” หรือ “ความเป็นไปในโลก” (being-in-the-world) และอาศัยแนวคิดของ Sheldrake เรื่อง “การปรากฏของอดีตหรือการย้อนอดีต” (Presence of the Past) เป็นหลักในการอธิบายพัฒนาการในจตุรทัศน์ (หรือที่เรียกว่า “กรรม และการสร้างสรรค์สากล” Kosmic Karma and Creativity) แบบจำลองของเขาที่เรียกว่า AQAL ก็คือ All Quadrants, All Levels, All Lines, All States, All Types หรือ “ทุกทัศน์ ทุกระดับ ทุกเส้น ทุกสถานะ ทุกประเภท”



All Quadrant All Level

สี่เหลี่ยมของ AQAL ครึ่งบนเป็นพฤติกรรมส่วนบุคคล ครึ่งล่างเป็นพฤติกรรมกลุ่ม^{๘๔}

^{๘๔} Wilber. K. **Integral Psychology : Consciousness, Spirit Psychology Therapy**. Boston& London : Shambhala, 2000, p.60.

All Quadrant All Level (AQAL) โดยทั่วไปกระบวนการรับข่าวสารข้อมูลจากสิ่งแวดล้อม (Environmental Scanning) ซึ่งเป็นขั้นตอนที่สำคัญในกระบวนการมองอนาคต จะคำนึงถึงห้าด้านด้วยกัน คือ Social, Technology, Environment, Economics และ Politics หรือเรียกอีกอย่างว่า STEEP analysis แต่ว่ากระบวนการนี้มักจะถูกรองโดยพื้นฐานความคิดของคนผู้นั้น หรือเรียกอีกอย่างว่าเรามักจะเห็นในสิ่งที่เราอยากเห็นและได้ยินในสิ่งที่เราอยากได้ยินเท่านั้น

AQAL model ได้ถูกเสนอขึ้นโดย Ken Wilber ด้วยการจัดกลุ่มข่าวสารข้อมูลเป็นสี่เหลี่ยมหลักๆ คือ: Interior-Individual (เจตนา), Exterior-Individual (พฤติกรรม), Interior-Collective (วัฒนธรรม) และ Exterior-Collective (สังคม). ในที่นี้ STEEP analysis ได้ถูกรวมอยู่ในเรื่องสังคมแล้ว โมเดลนี้ยังสามารถพัฒนาเพิ่มเติมโดยการแบ่งเรื่องทั้งสี่หัวข้อออกเป็นหลายชั้นเช่น “matter to body to mind to soul to spirit”. จะเห็นได้ว่าข้อมูลที่เรากำลังจะพิจารณาจะมีขอบเขตที่กว้างกว่าเดิมมาก

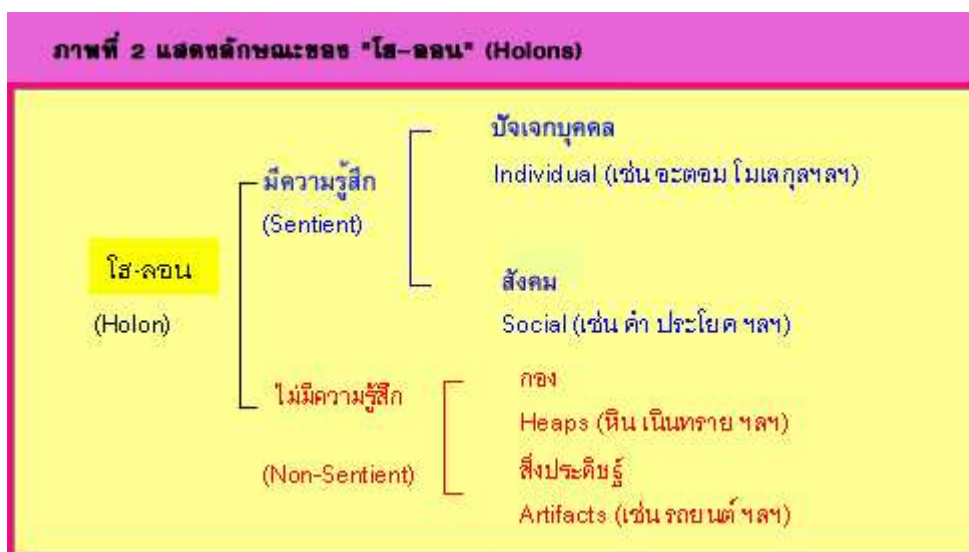
“Spirituality” วิลเบอร์ กล่าวว่า คำนี้มีความหมายอย่างน้อย ๕ นัยคือ:

(๑) ระดับสูงสุดของพัฒนาการด้านต่างๆ ของมนุษย์ (๒) ปรัชญาการอันเป็นผลรวมของพัฒนาการด้านต่างๆ ในระดับสูงสุด (๓) เส้นทางพัฒนาการโดยเฉพาะเส้นทางหนึ่ง (๔) ทักษะหนึ่งๆ (เช่น ความเปิดกว้างหรือความรัก) ที่เรามีได้ ไม่ว่าจะอยู่ในระดับการพัฒนาจิตใจใด (๕) โดยปกติแล้ว คำนี้จะใช้กับประสบการณ์การเข้าถึงสภาวะของการสัมผัสกับความจริงบางอย่างที่ยิ่งใหญ่กว่าตัวตน โดยไม่ได้มีนัยถึงระดับขั้นพัฒนาการของจิต^{๘๕}

เคน วิลเบอร์ ได้วิเคราะห์ว่า จริงๆ แล้ว ทุกสิ่งในจักรวาลนี้ล้วนสัมพันธ์เชื่อมโยงกันหมด นั่นคือ หน่วยของค์หรือ โสตอน คือ ความจริงประกอบด้วยโสตอนหรือหน่วยของค์รวมต่าง หรือองค์รวมที่เป็นส่วนย่อยขององค์รวมอื่นๆ สิ่งต่างๆ ก็เป็นองค์รวมในตัวของมันเอง แต่ในขณะที่เดียวกันก็เป็น บางส่วนหรือส่วนย่อยของสิ่งอื่นที่เป็นองค์รวมที่ใหญ่กว่าด้วย ซึ่งการค้นพบนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า ตรงกับพระพุทธศาสนาได้มีหลักธรรมที่สำคัญในการพิจารณาในการปฏิบัติเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตน หรือการบรรลุธรรม คือ กฎปฏิจาสมุปบาท นั่นเอง.

^{๘๕} Wilber K .The Atman Project : A Transpersonal View of Human Development.

Wheaton: Quest Books. 2000, p.129.



เคน วิลเบอร์ กล่าวว่า วิวัฒนาการทางจิตใจมนุษย์ ผ่านเงาแถบสีต่างๆ ที่เรียกว่า “เส้นทาง” (line) จะเป็นการต่อยอดของเส้นที่เดิมมีเพียงเส้นทางเดียว หรือเป็นวิวัฒนาการที่เริ่มต้นจะมีหลายๆ เส้นทางก็ได้ ฉะนั้น เส้นทางจึงไม่มีความสำคัญเมื่อพิจารณาถึงหน้าที่ของจิตรู้ที่สัมพันธ์กับรูปร่างทางกายภาพ เคน วิลเบอร์ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ *The Eye of Spirit*^{๘๖} ว่า... เพราะฉะนั้น วิวัฒนาการทางจิตมากหรือน้อย ก็ต้องสะสมเป็นขั้น (วาสนาบารมี) ให้ได้เรียบร้อยเสียก่อน จึงจะสามารถหลุดพ้นออกไปจากวัฏฏะแห่งวิวัฒนาการ หลุดออกไปจากมิติแห่งกาลเวลาได้ เข้าไปสู่สถานะที่ไร้กาลเวลา ไร้การเปลี่ยนแปลงได้ สถานะที่รู้จิตหนึ่ง รู้จิตตัวตนแห่งความเป็นจริง นั่นคือ จิตหนึ่ง คือ ความว่างที่ยิ่งใหญ่ (Emptiness) ซึ่งสอดคล้องกับหลักการปฏิบัติเพื่อการก้าวข้ามพ้นตัวตนของพระพุทธศาสนา ที่กล่าวว่า ผู้ที่จะสามารถก้าวข้ามพ้นตัวตนจากปฏุนเข้าสู่ความเป็นอริยชนได้นั้น จะต้องผ่านขั้นตอน ในการสะสมบารมีเสียก่อน จะคิดหมายก้าวพ้นบรรลุธรรมหรือนิพพาน ในชาติภพเดียวคงไม่ได้ จิตของตนเองเท่านั้นที่จะกำหนดความก้าวหน้าบารมี ของการเกิดใหม่

๒.๓.๒.๖. ทฤษฎีจิตสังเคราะห์ (Psychosynthesis) ของโรเบิร์ตโต แอสซาจิโอลี

โรเบิร์ตโต แอสซาจิโอลี (Roberto Assagioli 1888-1974) จิตแพทย์ชาวอิตาลี ศิษย์ของ Sigmund Freud ได้เสนอแนวทางจิตสังเคราะห์ (Psychosynthesis) สำหรับวิธีการจิตรักษา โดยเริ่มต้นจาก การจัดการกับปัญหาทางกายภาพ โดยเฉพาะเรื่องการเจ็บป่วยทางกายที่มีสาเหตุมาจาก

^{๘๖} Wilber, K. *The Eye of Spirit : An Integral Vision for a World Gone Slightly Mad* . Boston & London : Shambhala, 1997, pp.279-280.

พยาธิสภาพทางจิต (Psychosomatic Disorder) แล้วค่อยๆ ดำเนินผ่านสภาพความปั่นป่วนทางใจ หรือทุกข์ทางใจ และในที่สุดก็บรรลุถึงแบบฝึกหัดในระดับจิตวิญญาณขั้นสูงสุด (Spiritual Exercise)^{๘๗}

จิตวิทยาสังเคราะห์ (Psychosynthesis) เป็นวิธีการที่ครอบคลุมการตระหนักรู้ในตนเอง และการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ จุดมุ่งหมายที่สำคัญ คือ ช่วยให้ผู้คนได้ค้นพบจิตวิญญาณอันเป็นธรรมชาติที่มีประสิทธิภาพของเขา เป็นวิธีที่มากกว่าการทำจิตบำบัด เป็นการสังเคราะห์เคลื่อนย้ายสิ่งที่เราไม่ต้องการในชีวิตออกไป จนกว่าจะเจอความสมดุลในความต้องการ หรือบางส่วนของสิ่งที่พึงพอใจ เป็นวิธีการปรับปรุงตัวเองร่วมกับวิวัฒนาการของธรรมชาติทั้งหมด เป็นศาสตร์ที่ผสมผสานระหว่างจิตวิทยากับจิตวิญญาณ ที่เน้นคุณค่าของความสามารถหรือปัญญาของแรงบันดาลใจ และความเข้าใจในความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นจิตวิทยาการก้าวข้ามพ้นตัวตนที่ทุกคนสามารถนำไปใช้ได้หมด เป็นวิธีการของการเข้าใจชีวิต ช่วยให้เรารู้จักตนเองและความไว้วางใจในกระบวนการของการเจริญเติบโตของเรา และองค์รวมที่เกี่ยวข้อง

๒.๓.๒.๓. ทฤษฎีเกลียวพลวัต (Spiral Dynamic Theory)

Spiral Dynamic หรือเกลียวพลวัต คือ รูปแบบที่ได้มาจากระบวนการจัดองค์กรทางวัฒนธรรมร่วมของมนุษยชาติ ที่สอดคล้องต่อเนื่องกับ สเปกตรัมทางจิต ของเคน วิลเบอร์ (Ken Wilber)^{๘๘} โมเดล “เกลียวพลวัต” นี้ผู้นักเบิกคนแรกคือ แกร เกรฟส์ (Glare Graves) ที่ได้ทำการทดสอบวิจัยรูปแบบพัฒนาของจิตมนุษย์กับคนจำนวนห้าหมื่นคนทั่วโลก ไม่พบข้อขัดแย้งสำคัญแม้แต่กรณีเดียว ต่อมา ดอน เบ็ค (Don Beck) และคริสโตเฟอร์ โควาน (Christopher Cowan) ได้นำโมเดลนี้มาปรับปรุง ทดลองใช้ประโยชน์ในการแก้ไขปัญหาการแบ่งแยกสีผิวในประเทศอัฟริกาได้เป็นผลสำเร็จ โดยทำการแบ่งระดับจิตของมนุษย์ออกเป็น ๕ ระดับ แล้วใช้สี ๕ สีเป็นตัวแทนระดับจิตของมนุษย์ ซึ่งมีระดับกำหนดพฤติกรรมต่างๆ ของมนุษย์นั้น มุ่งชี้ให้เห็นว่า คนเรานั้นแตกต่างกันที่ภายในหรือที่ระดับจิต ไม่ใช่ที่ภายนอก ไม่ว่าจะเป็นฐานะ ตำแหน่ง หรือสีผิวนอกจากนี้ โมเดล “เกลียวพลวัต” ยังจำแนกระดับจิตทั้ง ๕ ของออกเป็นสองชั้น (tier) ใหญ่ๆ ชั้นที่หนึ่ง (first-tier thinking) กลุ่ม ๖ ระดับแรก อันเป็นระดับจิตแบบที่ยังคิดเรื่องของตัวเองเป็นหลัก (subsistence levels) ไม่ว่าจะเป็นเพื่อความอยู่รอดในเชิงปัจจัย ๔ ความอยู่รอดทางธุรกิจของตนเอง

^{๘๗} Assagioli, R. *Psychosynthesis : A Manual of Principles and Procedures* , New York : Hobbs Dorman, 1965, p.19.

^{๘๘} Ken Wilber, "Spectrum of Consciousness", *Main Currents*, Vol.31, no. 2. 1997, pp.175-180.

หรือความอยู่รอดทางการเมืองของคนก็ตาม ฉะนั้น จิตของคนใน ๖ ระดับแรกนี้จึงมักขัดแย้ง ปะทะทางความคิดกันเสมอ เพราะต่างก็ยัง ยึดมั่นในตัวกู ของกูอยู่

ส่วนขั้นที่สอง (second-tier thinking) มี ๓ ระดับ (ระดับที่ ๗-๘-๙) เป็นระดับจิตที่เริ่มข้ามพ้นตัวตน (transpersonal) สามารถพัฒนาภายในจิตใจได้อย่างเป็นองค์รวมและรอบด้านระดับจิตทั้ง ๙ โดยใช้แถบสีทางจิต

ดอน เบ็ค (ผู้ร่วมกับ แคลร์ เกรฟส์ (Clare W. Graves) สร้างทฤษฎีสไปรัลไดนามิกส์ หรือ จิตวิวัฒน์ (Don Beck and Spiral Dynamics; in: What is Enlightenment?; 2002) อธิบายว่า วิวัฒนาการของจิต คือสิ่งที่อยู่เบื้องหลังปัญญา พฤติกรรม บุคลิกภาพของมนุษย์ (จิตปัจเจก) และรูปแบบ ความเชื่อ หรือค่านิยมของสังคม (จิตร่วมหรือวัฒนธรรม) รูปแบบของความเชื่อหรือค่านิยมนี้ เรียกว่า มิมส์ (memes) หรือปัญญาร่วมของสังคม ซึ่ง ดอน เบ็ค นำมาอธิบายวิวัฒนาการของจิตโดยสัมพันธ์กับสี ๘ สี ๘ ระดับ (แบ่งออกเป็นสองชั้น ชั้นล่างมี ๖ สี ๖ ระดับ และชั้นบนจะมี ๒ สี ๒ ระดับ) แต่ละสี จะบ่งบอกถึงโลกทัศน์ ปัญญา อุปนิสัย และพฤติกรรมของแต่ละคนที่มีต่อสังคมโดยรวมในช่วงขณะนั้น ซึ่งแตกต่างกันไปตามระดับหรือสี โดยได้ศึกษาวิจัยลักษณะของระดับ หรือเกลียวทั้งแปดมีมส์ทางวัฒนธรรม และพบว่าแต่ละเกลียว ที่วิวัฒนาการขึ้นมาใหม่จะมีเนื้อหาสาระหรือลักษณะของระดับเดิมม้วนซ่อนอยู่ในเนื้อใน พร้อมกับจะมีลักษณะใหม่ปรากฏขึ้นมา (transcend and include) นอกจากนี้ ยังพบว่าเกลียวหรือมีมส์ในแต่ละระดับ ให้รูปแบบของมีมส์หรือวัฒนธรรมที่สอดคล้องกับสีต่างๆ ที่เป็นสัญลักษณ์ที่ส่อนิสัย หรือสื่อค่านิยมหรือพฤติกรรมของคนมีความแตกต่างกัน ได้ขึ้นมา โดยขั้นตอนของวิวัฒนาการมีทั้งหมด ๘ สี ด้วยกัน^{๘๕}

ประชากรโลกโดยส่วนใหญ่หรือกว่า ๙๐ เปอร์เซ็นต์ จะมีระดับจิตหรือสีกระจายอยู่ระหว่างระดับสาม (สีแดง) ถึงระดับหก (สีเขียว) ระดับใดจะมีมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับคนในสังคม (หรือชาติพันธุ์) ย้อนนั้นๆ ว่า มีวิวัฒนาการของจิตในระดับใดหรือสีอะไร (ที่จะชี้บ่งระดับของจิตร่วมทางสังคมหรือวัฒนธรรมของสังคมย้อนนั้นๆ อีกทีหนึ่ง)มีเพียงไม่ถึง ๑๐ เปอร์เซ็นต์ ของประชากรโลกเท่านั้นที่มีวิวัฒนาการของจิตกระจายอยู่ในอีก ๔ ระดับของทั้งสองชั้นที่เหลือ ยกตัวอย่าง จะมีคนที่อยู่ในระดับต่ำสุด สีดิน หรือสีน้ำตาลอ่อนแห้งๆ (Beige) คือระดับจิตด่าบรรพ์ของคนถ้ำ น้อยมาก ไม่ถึง ๐.๐๕ เปอร์เซ็นต์ ของประชากรทั้งหมด และที่มีน้อยกว่านั้นอีกได้แก่ระดับ ๘ หรือระดับจิตสูงสุด สีเขียวครามใส (Turquoise) อันเป็นระดับจิตของผู้มีปรีชาญาณเฉกเช่นศาสดา อรหันต์ ที่จิตได้วิวัฒนาการผ่านพ้นตัวตน สู่ว่างอย่างแท้จริง ระดับทั้งหมดมีดังนี้

^{๘๕} Don Beck and Christopher Conant: "Spiral Dynamics", **Mastering Values, Leadership and Change**, Oxford & Malen, MA: Blackwell, 1996, pp.103-104.

ชั้น I มี ๖ ระดับ หรือ ๖ สี

ระดับที่ ๑ ระดับต่ำสุด สีดินหรือสีน้ำตาลอ่อนแห้งๆ (Beige) เริ่มมีตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ประมาณ ๑ แสนปีมาแล้ว ลักษณะน่า ทำอะไรก็ได้เพื่อให้อยู่รอด

พฤติกรรม-นิสัย

- ใช้สัญชาตญาณและความเคยชินนำ ชีวิตเป็นปัจจุบันขณะ
- อุตตายังไม่มีหรือไม่ตื่น หรืออาจมีบ้างปรากฏในเหตุการณ์เฉพาะหน้า ช่วงสั้นๆ
- อาหาร น้ำ ความอบอุ่น ปลอดภัยและสืบพันธุ์ คือพฤติกรรมที่กระทำเพื่อความอยู่รอด
- ชีวิตขึ้นกับที่อยู่อาศัยในเวลานั้น

ระดับที่ ๒ สีม่วง (Purple) ๕ หมื่นปี ลักษณะน่า ถ้าเจ้าพ่อ ผี สิ่งที่ยึดเหนี่ยว มีความสุข ผ่าพันธุ์ก็สุข ปลอดภัย

พฤติกรรม-นิสัย

- เชื่อในบัญชาของเจ้าพ่อเจ้าแม่ผีป่า บูชาสัญลักษณ์เร้นลับ
- ปฏิบัติตามหัวหน้า ผู้เฒ่า บรรพบุรุษ และวินัยกลุ่ม
- ป้างเจก สยบยอมต่อกลุ่ม
- รักษาไว้ซึ่งสถานที่และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เหตุการณ์ ความทรงจำ
- เครื่องครัด ศรัทธาต่อจารีตประเพณี การตาย การเกิด ฤดูกาล

ระดับที่ ๓ สีแดง (Red) ๑ หมื่นปีก่อน ลักษณะน่า เป็นตัวของตัวเอง ไม่สนใจ อยากทำก็ทำ

พฤติกรรม-นิสัย

- โลกคือป่าดงดิบ มีแต่เสือ สิงห์ กระต๊อง สิ่งที่โหด
- หนีการบังคับหรือแม้แต่หน้าที่ หากไม่ชอบก็ไม่ทำ
- ขำใหญ่ ขำเท่ จึ่งเสนอหน้าและเรียกร้องต่อการรับรู้
- เห็นแต่ความต้องการของตน ด้านได้ อายอด
- ก้าวร้าว ขาดต้องมาก่อนในทุกรูปแบบ โกงคือเก่ง คือฉลาด

ระดับที่ ๔ สีน้ำเงิน (Blue) ๕ พันปี ลักษณะน่า ชีวิตมีทิศทางความหมายที่ฟัลลิจิตไว้แล้ว

พฤติกรรม-นิสัย

- เสียสละเพราะศรัทธาโดย ไร้ข้อแม้ต่อศีลธรรม
- คิดและข้อปฏิบัติคือวิถีชีวิตที่กำหนดเด็ดขาดโดยเบื้องบน
- ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบในวันนี้ ต้องได้ดี (สวรรค์) ในวันหน้า
- ความอยากเป็นความผิด ต้องปลง ต้องสำนึก

- วัฒนธรรมและระเบียบวินัยเท่านั้น ที่สร้างคุณธรรมความดีงาม

ระดับที่ ๕ สีส้ม (Orange) ๓๐๐ ปีก่อน ลักษณะนำ แข่งขันเพื่อชนะ แต่อยู่ภายใต้กฎ เคารพ

ข้อบังคับพฤติกรรม-นิสัย

- ความเจริญก้าวหน้า คือ เนื้อในของแต่ละคนที่มีมาโดยกำเนิด
- ความเจริญก้าวหน้า ขึ้นกับการเรียนรู้ความลับของธรรมชาติ
- การหาประโยชน์จากธรรมชาติ เพื่อชีวิตที่ดีกว่าคือความถูกต้อง
- เลี้ยง มองโลกในแง่ดี สู่ความสำเร็จ ข้าจะกำหนดตัวข้าเอง
- สังคมก้าวบนเหตุผล การแข่งขัน ยุทธศาสตร์ และเทคโนโลยี

ระดับที่ ๖ สีเขียวใบไม้ (Green) เริ่มที่ ๑๕๐ ปีก่อน ลักษณะนำ สุขสงบอยู่ที่ภายใน ห่วงใย

ผู้อื่นพฤติกรรม-นิสัย

- จิตวิญญาณต้องถูกปลดปล่อยจากค้นหา จากการแยกแบ่ง
- ห่วงใย อ่อนไหว คุณธรรม อยู่เหนือชาติ วัฒนธรรม และเหตุผล
- ให้โอกาส แบ่งสรร ธรรมชาติที่จำเป็นให้มนุษย์โลกเท่าๆ กัน
- ตัดสินใจโดยฟังผู้อื่น ฝึกฝนปรับจิตวิญญาณอย่างต่อเนื่อง

ขั้นที่ II มี ๒ ระดับ ๒ สี

ระดับที่ ๗ สีเหลือง (Yellow) เริ่มมีเมื่อ ๕๐ ปีก่อน ลักษณะนำ ชีวิตคือความรับผิดชอบ

องค์กรวมพฤติกรรม-นิสัย

- รู้ธรรมชาติ รู้ระบบ รู้ชีวิต รู้สังคม
- วิฤติและการเปลี่ยนแปลง คือบรรทัดฐานของจักรวาล
- ยึดหยุ่น เชื่อมโยงพึ่งพากัน ไหลเลื่อนวนเวียนเป็นวัฏจักร

ระดับที่ ๘ สีเขียวครามกระฉ่ำใส (Turquoise) เริ่มมีมาเมื่อ ๓๐ ปีก่อนแต่ยังคงน้อยมาก

พฤติกรรม-นิสัย

- องค์กรวมแห่งกาย จิต จิตวิญญาณ
- ความโยงโยเป็นหนึ่งเดียวกันกับธรรมชาติ และสิ่งสูงสุด
- ปลั่งงาน (จิต) และข้อมูล (ปัญญาญาณ) ซึมแทรกทั่วทั้งโลก

๒.๓.๒.๘ ทฤษฎีสตรีนิยม

แนวคิดสตรีนิยม คือ ความพยายามวิพากษ์วิจารณ์ และปรับปรุงสถานภาพที่เสียเปรียบของผู้หญิงที่สัมพันธ์กับผู้ชายภายใต้สถานการณ์ทางวัฒนธรรมเฉพาะหนึ่งๆ เนื่องจากเชื่อว่าผู้หญิงถูกปฏิบัติอย่างเลวร้าย และได้รับความทุกข์ทรมานจากระบบสังคมที่ไม่เป็นธรรม เพียงเพราะเกิดเป็นเพศหญิง จึงต้องกระทำการบางอย่างเพื่อแก้ไขสิ่งที่เบียดเบียนของผู้หญิง แปรเปลี่ยนความสัมพันธ์ทางสังคม วิเคราะห์ถึงความเป็นรองและหาหนทางเปลี่ยนแปลงสภาพนี้ โดยจัดระดับความสูงต่ำทางเพศเสียใหม่เพื่อสร้างความเท่าเทียมทางสังคม ในนามของผู้ที่มีมนุษยธรรมเดียวกัน และเคารพในความแตกต่างของกันและกัน

แนวคิดสตรีนิยมสายถอนรากถอนโคน (Radical Feminist) ต้องการเปลี่ยนแปลงที่ระบบโครงสร้าง ซึ่งในความเป็นจริงนั้นไม่ยากที่จะทำได้ ระยะเวลาจึงมีแนวคิดสตรีนิยมสายวัฒนธรรม (Cultural Feminist) ที่ต่อ ยอด และให้ความสนใจเพิ่มเติมเรื่องความเป็นตัวตนของผู้หญิง การยกย่องเชิดชูคุณค่าของผู้หญิง และการสร้างอัตลักษณ์ของผู้หญิงขึ้นมาเองจะสนใจการเปลี่ยนแปลงที่ตัวตนของผู้หญิง ซึ่งจะเป็นเส้นทางสู่การเปลี่ยนแปลงที่ตัวระบบ ดังที่สายถอนรากถอนโคนคิด สิ่งที่นักสตรีนิยมทั้งสองสายนี้วิเคราะห์คือ สังคมจัดผู้คนออกเป็นประเภทต่างๆบนฐานความเป็นเพศสร้างขึ้น ดำรงอยู่ และสืบทอดต่อไปอย่างไรในชีวิตประจำวัน โดยผ่านสถาบันทางสังคมต่างๆ เช่น ครอบครัว การเมือง จารีตประเพณี เมื่อสตรีนิยมสายวัฒนธรรมเชิดชูคุณลักษณะของผู้หญิง จึงเกิดแนวคิดสตรีนิยมสายนิเวศตามมานั่นคือ ผู้หญิงควรมีจุดยืนร่วมกันธรรมชาติสร้างวัฒนธรรมของผู้หญิงขึ้นมาเองให้เทียบเท่าวัฒนธรรมของผู้ชาย ในท้ายที่สุด สิ่งที่นักสตรีนิยมทั้ง ๓ สายนั้นคิดตรงกันคือ มนุษย์ไม่ได้เกิดมาเป็นชาย และหญิงโดยกำเนิดแต่กลายเป็นเพศในภายหลังเนื่องจากการจัดกลาทางสังคมวัฒนธรรม

๒.๓.๒.๘.๑ แนวคิดสตรีนิยมสายถอนรากถอนโคน (Radical feminist)

ซีโมน เดอ โบวัวร์ (Simone de Beauvoir, 1908-1986)^{๙๐} นักสตรีนิยมสายถอนรากถอนโคน (Radical Feminist) เขียนหนังสือเรื่อง “เพศที่สอง” ได้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับผู้หญิงและความเป็นเพศหญิงว่า “ผู้หญิงไม่ได้เกิดมาเป็นผู้หญิงแต่แรก แต่กลายเป็นผู้หญิงในภายหลัง” กระบวนการทางสังคมเป็นผู้จัดกลาและอบรมเด็กหญิงและเด็กชายให้แตกต่างกัน กำหนดบทบาททางสังคมให้แต่ละเพศมีการแบ่งงานกันทำ ผลที่เกิดขึ้นคือ ผู้หญิงและผู้ชายอยู่ในฐานะที่ไม่เท่า

^{๙๐} Simone de Beauvoir: อ้างถึงใน ลัทธิสตรีนิยม, ๒๕๔๔: ๒๓-๓๓.

เทียมกันโดยผู้หญิงจะตกเป็นฝ่ายที่ด้อยกว่าชายเสมอ ซิโมนมองว่าสาเหตุที่ผู้หญิงด้อยกว่าชายได้แก่

๑. ผู้หญิงเป็นผู้ถูกระทำโดยผู้ชาย (Passive) เช่น ลักษณะอ่อนแอ ต้องพึ่งพาผู้อื่น ไม่เสรี ไม่เท่าเทียม ด้อยกว่า เป็นรอง และต้องตกอยู่ภายใต้ผู้อื่น เพราะผู้ชายเป็นผู้กระทำและควบคุม

๒. ผู้หญิงถูกนิยามความเป็นหญิงโดยผู้ชาย ให้ความเป็นอยู่นั้นขึ้นอยู่กับชาย และสัมพันธ์กับการมีอยู่ของผู้ชายในขณะที่ผู้ชายไม่ได้ถูกนิยามด้วยความเป็นชาย และการนิยามนั้นอิสระโดยที่ไม่จำเป็นต้องสัมพันธ์กับผู้หญิงเลย

๓. ผู้หญิงถูกผู้ชายมองว่าเป็นอื่น (The Others) ไม่มีแม้แต่โอกาสกำหนดความหมาย และเอกลักษณ์ให้กับตัวเองในฐานะที่เป็นผู้กระทำบ้าง ถูกลดฐานะลงเป็นเพียงผู้ถูกระทำ เป็นวัตถุทางด้านเศรษฐกิจ จิตใจและทางเพศ ซึ่งมีผู้ชายเป็นผู้กระทำเสมอมา โดยที่ผู้ชายได้พัฒนาเสรีภาพของเขาให้อยู่เหนือฝ่ายหญิงโดยปฏิบัติต่อหญิงในฐานะผู้อื่นหรือสิ่งอื่น

ด้วยเหตุนี้ผู้หญิงที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ จึงมักหนีไม่พ้นปัญหาที่เกิดจากภาวะความเป็นสองเพราะมีฐานะเป็นผู้หญิงกำกับอยู่ จึงต้องจำใจทำตัวให้มีความเป็นผู้หญิง หรือเป็นสิ่งที่ไม่มีบทบาทในสังคมชาย ที่สำคัญคือไม่สามารถปฏิเสธบทบาทที่สังคมกล่าวหาว่าเป็นธรรมชาติของผู้หญิงโดยไม่ให้เกิดปัญหาถูกตำหนิ หรือไม่มีความขัดแย้งกับคุณค่าที่ผู้ชายกำหนดไว้ได้เลย และการที่ผู้หญิงถูกลดทอนคุณค่าทางสังคมลงนั้นมีสาเหตุสำคัญเบื้องต้นมาจากสถาบันครอบครัวคือ

๑. รูปแบบความรักของผู้หญิงและผู้ชาย ผู้ชายจะมองว่าความรัก คือ หน้าที่ส่วนผู้หญิงมองว่าความรักคือชีวิตทั้งชีวิต จึงไม่อยู่บนพื้นฐานความเสมอภาค แต่อยู่บนพื้นฐานการเอาเปรียบผู้หญิง เป็นกับดักและข้ออ้างที่ใช้อธิบายความยินดีถูกเอาเปรียบ ความรักที่เท่าเทียมจึงต้องเป็นความรักที่ต่างฝ่ายต่างมีเสรีภาพทางความคิดและการกระทำ มีความเสมอภาคระหว่างเพศทั้งสอง

๒. การแต่งงานและความเป็นภรรยา เป็นการสูญเสียความเป็นอิสระที่แต่ละคนพึงมี และทำให้ชีวิตคู่เป็นเพียงเรื่องของสิทธิ และหน้าที่ที่ชายและหญิงจะต้องปฏิบัติ แทนที่จะเป็นการรวมชีวิตระหว่างผู้ที่เสมอภาค การแต่งงานทำให้วิถีชีวิตผู้หญิงปิดตายอยู่กับการดูแลบ้านและครอบครัว ผู้หญิงจะถูกจำกัดให้อยู่กับความซ้ำซากจำเจ ชีวิตการแต่งงานที่เท่าเทียมจึงควรเป็นการอยู่ร่วมกันด้วยความรัก เอื้อเพื่อซึ่งกันและกัน ที่ต่างฝ่ายให้ผู้หญิงและผู้ชายมีโอกาสทำกิจกรรมทางเศรษฐกิจและสังคมอย่างเสมอภาคกัน ต้องเปลี่ยนแปลงที่โครงสร้างสังคมครอบครัว ผู้หญิงควรปลดปล่อยตัวเองจากความเป็นรอง ด้วยวิธีการต่อไปนี้ คือ

๑. จะต้องมียาชีพหรือทำงานนอกบ้าน เพราะถือเป็นเงื่อนไขแรกของการที่จะทำให้บุคคลเป็นอิสระทางเศรษฐกิจและด้านอื่นๆ ตามมา การมีงานทำและมีรายได้จะทำให้ผู้หญิงสามารถ

พึ่งพาตัวเองได้ เลี้ยงดูลูก และรับผิดชอบชีวิตตัวเองได้ ลักษณะเช่นนี้ถือเป็นการเปลี่ยนโครงสร้างสังคม

๒. ยืนหยัดถึงความมีอิสระของตนเอง ในการนิยาม กำหนด ให้เอกลักษณ์ และความหมาย แก่ตนเองในฐานะที่เป็นคนที่มีอิสระโดยถูกขืนมาเคลื่อนไหวต่อสู้เปลี่ยนแปลงตนเองจากสภาพที่เป็นเพียงวัตถุให้กลายเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เลือกทำในสิ่งที่ผู้ชายสามารถทำได้มากกว่าเลือกทำตาม ธรรมชาติที่แท้จริงตามสรีระของตนเองทั้งหมด ลักษณะเช่นนี้คือ การเปลี่ยนจากการตกเป็นวัตถุ สิ่งของในสังคมให้กลายมาเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

ปัจจัยที่ทำให้ผู้หญิงด้อยกว่าชาย คือ มาจากครอบครัวและค่านิยมในการทำงาน ปัญหาของผู้หญิงจึงเป็นการประสานหน้าที่ในการเป็นแม่เพื่อดำรงเผ่าพันธุ์มนุษย์ กับการมีส่วนในการเป็นแรงงานที่สร้างสรรค์ให้กลมกลืนกัน ในกรณีที่ไม่สามารถทำได้ผู้หญิงก็ต้องเลือกเอาระหว่างงานบ้านกับงานนอกบ้าน ต้องเลือกเอาระหว่างการรับใช้ครอบครัวกับการใช้แรงงานเพื่อสังคม^{๕๐}

สรุป คือ แนวคิดเกี่ยวกับสตรีในทัศนะของ ซิโมน เดอร์ โบวัวร์ คือ ผู้หญิงและผู้ชายมีความแตกต่างทางสรีระเป็นความแตกต่างกันทางธรรมชาติ แต่ไม่ยอมรับว่าธรรมชาติ “ความเป็นผู้หญิง” และ “ความเป็นชาย” นั้นมีอยู่จริงหรือคิดตัวมาตั้งแต่เกิด การอบรมเลี้ยงดูเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายให้แตกต่างกันต่างหาก ที่มีบทบาทในการกำหนดและสร้างสภาพแห่งความเป็นหญิงกับความเป็นชาย สังคมมีอิทธิพลเหนือเด็กทั้งหญิงและชายอย่างชัดเจน เพราะสังคมได้หล่อหลอมเด็กๆ ตั้งแต่วัยทารกให้เป็นไปตามความประสงค์ของวัฒนธรรมในสังคม ความแตกต่างระหว่างผู้หญิงและผู้ชายที่ถูกหล่อหลอมขึ้นมานี้เอง เป็นสาเหตุให้ผู้หญิงต้องตกเป็นฝ่ายเสียเปรียบอยู่ตลอดเวลา การที่ผู้หญิงส่วนใหญ่ไม่คิดที่จะต่อสู้เพื่อความเสมอภาคนั้น เป็นเพราะทัศนคติและค่านิยมของสังคมได้ฝังรากลึกมากจนทำให้ผู้หญิงยอมรับสถานภาพที่ต่ำต้อยของตน สำหรับการต่อสู้เพื่อความเสมอภาคในทัศนะของซิโมน ผู้หญิงต้องต่อสู้เพื่อผู้หญิงด้วยกัน ไม่ใช่เพื่อเข้าไปยึดตำแหน่งหน้าที่ของผู้ชาย แต่เพื่อเปลี่ยนแปลงสถานภาพของผู้หญิงส่วนใหญ่ เพื่อให้การกดขี่ การเอารัดเอาเปรียบและการเลือกปฏิบัติต่อผู้หญิงหมดไปจากสังคม ตลอดจนเพื่อให้ผู้หญิงได้มีโอกาสในสังคมในฐานะมนุษย์คนหนึ่งอย่างเต็มภาคภูมิเท่าเทียมกับผู้ชาย

สตรีนิยมสายถอนรากถอนโคน มองว่าที่มาของการกดขี่ผู้หญิง มาจากโครงสร้างระบบชายเป็นใหญ่ เนื่องจากความเชื่อ ค่านิยมทางสังคมและบทบาททางการเมืองของชายที่อยู่เหนือบทบาทของผู้หญิงตลอดมา การครอบงำของเพศชายที่ไม่ได้หมายถึงการครอบงำในแง่ของปัจเจก

^{๕๐} ลัทธิวรรณะ, ๒๕๔๑: ๒๗-๓๓.

หรือกลุ่มผู้ชายเหนือผู้หญิง แต่เป็นโครงสร้างการครอบงำที่เป็นระบบ การให้คุณค่าของลำดับชั้นสูงต่ำที่ฝังอยู่ในสังคม นั่นคือ การให้คุณค่าแก่สิ่งที่เกี่ยวข้องกับผู้ชาย และความเป็นชายมากกว่าสิ่งที่เกี่ยวข้องกับผู้หญิง และความเป็นหญิงทั้งหมดทุกอย่าง เคท มิลเลต (Kate Millet)^{๕๒} นักสตรีนิยมสายถอนรากถึงโคน ที่เน้นการศึกษา การเมือง เรื่องเพศ เสนอว่าระดับสูงต่ำของชายและหญิง เกิดจากการเมือง เรื่องเพศ หรือความสัมพันธ์ของโครงสร้างอำนาจ มีลักษณะดังต่อไปนี้ คือ

๑. การที่คนกลุ่มหนึ่ง ถูกควบคุมจากคนอีกกลุ่มหนึ่งให้ด้อยกว่า
๒. ผู้ชายมีอำนาจเหนือผู้หญิง สามารถควบคุมผู้หญิงให้อยู่ภายใต้ความต้องการต่างๆ ด้าน
๓. เส้นทางอำนาจภายในสังคม อยู่ในมือของผู้ชายทั้งหมดอย่างสมบูรณ์

การยอมรับของสังคมต่อความสัมพันธ์ทางเพศที่เลื่อมล้ำทางอำนาจ เกิดจากกระบวนการขัดเกลาทางสังคม ไปสู่การเมืองแบบชายเป็นใหญ่ทั้งด้าน บุคลิกลักษณะ บทบาทและสถานภาพ ความมีอำนาจสูงสุดของผู้ชายและถึงที่สุดแล้ว การที่ผู้ชายเป็นใหญ่นั้นไม่ได้อยู่ที่ความแข็งแรงทางสรีระ

สรุป แนวคิดของ เคท มิลเลต เชื่อว่าต้นเหตุของการกดขี่ผู้หญิงอยู่ที่ระบบชายเป็นใหญ่ และการยอมรับค่านิยมทางสังคมที่เลื่อมล้ำทางอำนาจเช่นนี้ ผ่านกระบวนการขัดเกลาทางสังคมของทั้งสองเพศตั้งแต่เกิดสู่การเมืองแบบชายเป็นใหญ่ ความแตกต่างของสถานภาพระหว่างชายและหญิงเป็นผลมาจากการกำหนดบทบาททางเพศในสถาบันครอบครัว ที่จะอบรมเลี้ยงดูคนทั้งสองเพศให้สอดคล้องตรงตามบทบาท และบุคลิกภาพทางเพศที่ถือเป็นสากล ให้เด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงมีพฤติกรรมที่ถือว่าถูกต้องสำหรับแต่ละเพศ

แนวคิดเกี่ยวกับการแบ่งบทบาททางเพศที่แตกต่างกันของชายและหญิง เคท มิลเลต เชื่อว่าเกิดจากสาเหตุต่อไปนี้ คือ

๑. บทบาทของเพศชาย จะเป็นบทบาทตามประสบการณ์ของมนุษย์ที่ไม่ว่าจะกิจกรรมใดๆ ก็ตาม ส่วนใหญ่แล้วผู้ชายสามารถกระทำได้ทั้งสิ้น ซึ่งไม่มีบทบาทที่เกี่ยวข้องกับความเป็นเพศชายเท่านั้น ผ่านกระบวนการขัดเกลาทางสังคมให้เหมาะสมกับเพศ โดยที่เด็กชายจะได้รับการปลูกฝังและหล่อหลอมให้มีบุคลิกลักษณะของเพศชาย คือ ก้าวร้าวและอยู่เหนือผู้หญิง เป็นต้น

๒. บทบาทของผู้หญิงจะเป็นประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับบทบาทหน้าที่ตามเพศและสรีระความเป็นแม่กับภรรยาเท่านั้น เช่น ดูแลบ้าน เลี้ยงลูก หาดอาหาร ส่วนการขัดเกลาทางสังคมเพศหญิง

^{๕๒} อ้างถึงใน วารุณี ภูริสินสิทธิ, สตรีนิยม: ขบวนการและแนวคิดทางสังคมแห่งทศวรรษที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์คบไฟ, ๒๕๔๕), หน้า ๕๐.

จะถูกหล่อหลอมให้มีลักษณะอ่อนแอและพึ่งพาครอบครัว ซึ่งเป็นทั้งหน่วยพื้นฐานและสถาบันหลักของสังคมแบบชายเป็นใหญ่หน้าที่ในครอบครัวของผู้หญิงถูกใช้เป็นเครื่องแบ่งแยกบทบาททางเพศและทำให้ชายและหญิงมีระดับสูงต่ำ ในบทบาททางเพศนั้นๆอย่างชัดเจน จนกลายที่ยอมรับว่าเป็นเรื่องธรรมดา

วิธีการปลดปล่อยผู้หญิงจากการถูกกดขี่ตามแนวคิดของ มิลเลต สรุปได้ดังนี้ คือ

๑. ล้มล้างบทบาททางเพศ ต้องล้มล้างระบบชายเป็นใหญ่โดยต้องมีการปฏิวัติทางเพศใหม่ทั้งหมด

๒. สร้างความสัมพันธ์ชายหญิงรูปแบบใหม่ นำความสัมพันธ์ทางเพศรูปแบบใหม่ที่เน้นความเสมอภาคระหว่างเพศเข้ามาแทนที่รูปแบบความสัมพันธ์แบบเดิม ที่ถือเอาบทบาททางเพศเป็นเครื่องแบ่งแยก และ กดขี่ผู้หญิง

๓. ยกเลิกกฎเกณฑ์ข้อห้ามของผู้หญิง เปลี่ยนข้อห้ามและกฎเกณฑ์ที่กำหนดให้ผู้หญิงกระทำมาเป็นความสมัครใจและให้อิสระกับผู้หญิงแทน แมรี คัลลี^{๕๓} นักสตรีนิยมสายวัฒนธรรมที่โดดเด่นท่านหนึ่งได้เขียนหนังสือเรื่อง “Gyn/Ecology: The Meta Ethics of Radical Feminist” โดยวิเคราะห์ผู้หญิงในฐานะเป็นศูนย์กลาง ว่าเกือบทุกสังคมในโลกเป็นสังคมชายเป็นใหญ่ มีอารยธรรมเหยียดหรือเกลียดผู้หญิง มีสาเหตุมาจาก

๑. เป็นเหยื่อ : ผู้ชายทำให้ผู้หญิงมีสภาพเป็นเหยื่อและปฏิเสธอำนาจทางเศรษฐกิจการเมืองของผู้หญิง

๒. นิยามคุณลักษณะของผู้หญิง คุณลักษณะของความเป็นหญิงไม่ว่าด้านบวก เช่น เรื่องความอ่อนโยน การดูแลเอาใจใส่ หรือด้านลบ เช่น ความอิจฉาริษยา เป็นสิ่งที่ระบบชายเป็นใหญ่สร้างนิยามขึ้นมาทั้งสิ้น

๓. กำหนดกฎเกณฑ์ข้อบังคับ ระบบชายเป็นใหญ่ได้ประกาศถึงวัฒนธรรมของผู้ชายที่เป็นหลัก และหากคุณลักษณะใดแตกต่างไปจากคุณค่าที่วัฒนธรรมตั้งไว้ ก็จะถูกมองว่าเป็นวัฒนธรรมที่ด้อยหรือถูกมองว่าลบไป

๔. สร้างภาพลักษณ์ผู้หญิงในอุดมคติ ระบบชายเป็นใหญ่ได้สร้างภาพผู้หญิงแบบปลอมๆ ขึ้นมาหล่อหลอมให้ผู้หญิงเป็นไปตามความต้องการของผู้ชาย สร้างความเข้าใจผิดผ่านนิทาน

^{๕๓} Mary Daly, **Gyn/Ecology : The Meta Ethics of Radical Feminist**. Boston: Beacon Press, 1990, pp. 315-321.

ปริมปราและมายาคติของระบบชายเป็นใหญ่ ในทุกระดับ ได้สร้างมลพิษแก่จิตใจ จิตวิญญาณและร่างกายของผู้หญิง

ฉะนั้น คัลลี จึงเสนอว่าผู้หญิงควร “ปฏิเสธคำตราหน้าเหล่านั้นทั้งหมด” คุณลักษณะของความเป็นผู้หญิงเป็นสิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้นไม่มีอะไรเกี่ยวข้องกับผู้หญิงอย่างเป็นทางการ อาจกล่าวได้ว่า จุดยืนของสตรีนิยมสายถอนรากถอนโคน มาจนถึงนักสตรีวิทยาสาวัฒนธรรมว่าผู้หญิงต้องหันกลับมาค้นหาความเป็นตัวตนของผู้หญิงโดยถือว่าเป็นการเดินทางของจิตใจ ความเท่าเทียมกันอยู่ที่อิสรภาพในการค้นพบความเป็นตัวคนที่แท้จริง และจุดมุ่งหมายของผู้หญิงเอง

สรุป แนวคิดสตรีนิยมสายวัฒนธรรม เชื่อว่าหญิงและชายมีลักษณะที่ต่างกันเพราะสังคมวัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดความเป็นเพศในภายหลัง ไม่มีลักษณะของผู้หญิงที่ไม่ดีเพราะสิ่งที่ผู้หญิงดูไม่ดีทั้งหมดนั้นเป็นเพราะ “อุดมการณ์ชายเป็นใหญ่” และมีความเชื่อว่า “ผู้หญิงคือศูนย์กลาง” หากผู้หญิงค้นพบความเป็นตัวตนของผู้หญิงเองภายใต้อิสรภาพในการค้นพบด้วยสติปัญญาและสิทธิในความเป็นมนุษย์เหมือนชาย อย่างเท่าเทียม จะกล่าวหาว่าลักษณะของผู้หญิงไม่ดีไม่ได้ เพราะมนุษย์มีคุณค่า มีสติปัญญาและมีจิตวิญญาณ ทางออกก็ต้องไม่กำหนดว่านอกจากลักษณะทางชีวภาพแล้ว ไม่มีความแตกต่างระหว่างเพศ

เป็กกี้ ไรท์ (Peggy Wright, 1998) นักเคลื่อนไหวสตรี ได้วิจารณ์งานเขียนของ เคน วิลเบอร์ ว่า จิตวิทยาข้ามผ่านตัวตน เป็นการเรียนรู้ที่เกี่ยวกับภายในตัวตนและความสัมพันธ์ระหว่างตนด้านใน ซึ่งมีความสำคัญต่อการติดต่อสื่อสารกับบุคคลและความสัมพันธ์กับบุคคลภายนอก ตลอดจนความรู้สึก อารมณ์และธรรมชาติภายนอกที่อยู่รอบตัว ซึ่งเป็นเรื่องความเข้าใจสัมพันธ์กันทางด้านจิตวิญญาณ^{๕๔}

แนวคิดสตรีนิยม คือ ความพยายามวิพากษ์วิจารณ์ และปรับปรุงสถานภาพที่เสียเปรียบของผู้หญิงที่สัมพันธ์กับผู้ชายภายใต้สถานการณ์ทางวัฒนธรรมเฉพาะหนึ่งๆ เนื่องจากเชื่อว่าผู้หญิงถูกปฏิบัติอย่างเลวร้าย ความสัมพันธ์ทางสังคม วิเคราะห์ถึงความไม่เป็นรองและหาหนทางเปลี่ยนแปลงสภาพนี้โดยจัดระดับความสูงต่ำทางเพศเสียใหม่เพื่อสร้างความเท่าเทียมทางสังคม ในนามของผู้ที่มีมนุษยธรรมเดียวกัน และเคารพในความแตกต่างของกันและกัน

๒.๓.๒.๕ วิสัยทัศน์การมีส่วนร่วม (Participatory Vision Theory)

เฟอเรอร์ (Ferrer) เป็นผู้ช่วยศาสตราจารย์ของสถาบันบูรณาการการศึกษา ของCalifornia institutes of Integral Studies เป็นผู้สนใจพัฒนาการของ Transpersonal Psychology และได้รับ

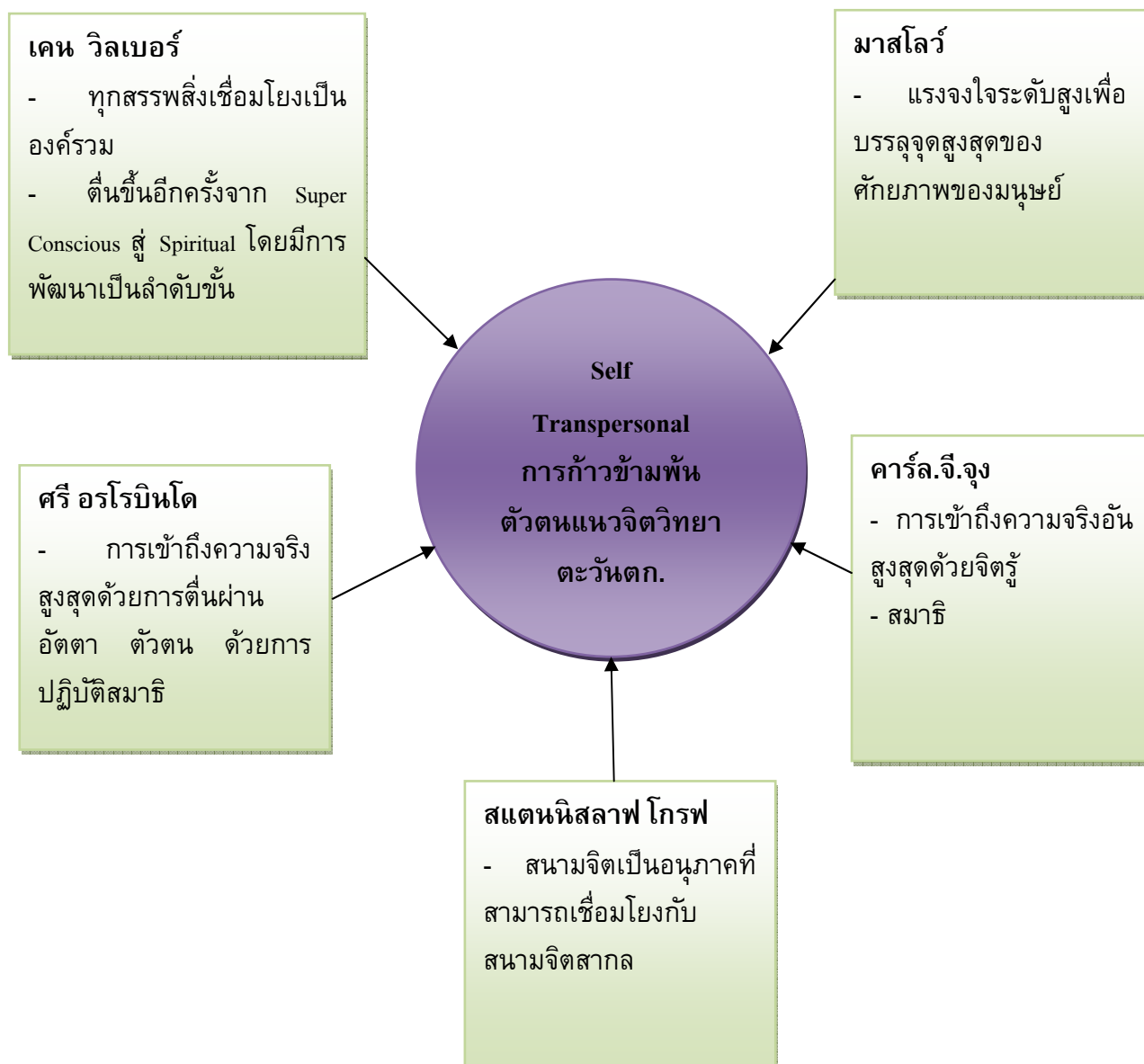
^{๕๔} Wright , P . Gender Issues in Ken Wilber's Transpersonal Theory in Dialogue : Conversation with Leading Transpersonal Thinkers. Wheaton, IL : Quest Book , 1998, pp.207-236.

อิทธิพลมาจาก Stsnislav Grof มาก เขาเชื่อว่า การที่บุคคลจะมีการเปลี่ยนแปลงจนถึงขั้นก้าวข้ามพ้นตัวตนได้นั้น บุคคลผู้นั้น จะต้องผ่านกระบวนการหล่อหลอมทุกสิ่งที่ผ่านมาในชีวิต จนสามารถมองเห็นความเชื่อมโยงของสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาสัมผัสในทุกช่วงชีวิตของเขา จนความคิดตกผลึกสามารถตัดสินใจทำหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่การก้าวข้ามพ้นสิ่งเดิมของมนุษย์ที่เคยคิด เคยทำ นำไปสู่ภาวะใหม่ คนใหม่ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างสิ้นเชิง โดยมีวิสัยทัศน์ มุมมองในการแยกแยะของจุดมุ่งหมายของจิตวิญญาณ คุณค่า วิธีทางที่จะไปถึงและความจริงอันยิ่งใหญ่^{๕๕}

เขาเชื่อว่า ปรากฏการณ์ภายในที่ก้าวข้ามพ้นตัวตนนั้น เป็นเวลาที่ตระหนักถึงความจริงคือว่า ประสบการณ์ทางจิตวิญญาณที่ไม่ได้เกิดในหรือพื้นฐานภายในใจของเรา แต่มีความสัมพันธ์กับ หรือมีพื้นที่เชื่อมต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนั้นกับผู้อื่น หรือสิ่งอื่นที่มีผลหล่อหลอมเขาซึ่งอาจจะเรียกว่า สิ่งแวดล้อมภายนอกทั้งหมดที่กระทบหรือต่อประสบการณ์ที่ได้รับ เช่นการศึกษาทั้งแบบมีโครงสร้างและไม่มีรูปแบบ การอบรมเลี้ยงดู ประสบการณ์ที่ดีหรือไม่ดีที่ได้รับ ฯลฯ ดังนั้นวิสัยทัศน์การมีส่วนร่วมของ Ferrer จึงมีมุมมองที่แตกต่างจากนักจิตวิทยาคนอื่นๆ

^{๕๕} Ferrer , Ferrer's **Critique of the three Assumptions of experientialism**. Albany: State University of New York Press, 2002, pp.130-131.

แผนภาพที่ ๒ : สรุปแนวคิดนักจิตวิทยาก้าวข้ามพ้นตัวตน



ในมุมมองของผู้วิจัย จิตวิทยาพัฒนาการที่หล่อหลอมบุคคลตั้งแต่แรกเกิดก็ล้วนแล้วแต่มีผลต่อพฤติกรรม ความคิด ความเชื่อของบุคคลนั้น การที่ความคิดจะตกผลึก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ด้านอัตตา (Ego) บุคคลนั้นก็ต้องพิจารณาห้ภาพรวมทั้งหมด มองเห็นความเชื่อมโยงของทุกส่วนที่เข้ามาสัมผัส แล้วสรุปเป็นจุดมุ่งหมาย หรือสิ่งที่จะต้องตัดสินใจลงมือปฏิบัติ หรือตัดสินใจ Ferrer จึงได้สรุปว่า เป็นสิ่งที่ตกตะกอน ตกผลึกด้านความคิด โดยที่เขาเน้นว่าประสบการณ์และความรู้ เป็นสิ่งสำคัญยิ่งที่มีส่วนร่วมเป็นหลักตามธรรมชาติ

การเรียนรู้ทฤษฎีตะวันตกที่ผู้วิจัยนำเสนอ เพื่อนำเข้าสู่การก้าวข้ามพ้นตัวตนเชิงพุทธ นั้น ล้วนแต่เป็นการเรียนรู้เพื่อการต่อสู้เพื่อเอาชีวิตรอด การเรียนรู้อารมณ์ของมนุษย์เพื่อปรับตัวในการอยู่ร่วมกัน ไม่ว่าจะเป็นสังคมเล็กหรือใหญ่ เป็นการเรียนรู้ที่นำมาใช้ในการดำเนินชีวิต รู้ความรับผิดชอบ รู้ความซื่อ ความดี ความซื่อซึ้งซึ้งใจ แต่ก็ยังไม่ใช่ความรู้ที่จะนำไปสู่ปัญญาขั้นสูงสุดของมนุษย์ คือ การก้าวข้ามพ้นตัวตนจากสภาพปุถุชนสู่อริยชน ความรู้ศาสตร์ทางโลกจึงถือว่าเป็นเส้นทางสู่ความจริงที่ยังหยาบอยู่ เพราะเป็นความรู้ทางโลกียะ ส่วนหลักการการก้าวข้ามพ้นตัวตนเชิงพุทธที่ผู้วิจัยนำเสนอ นั้น เป็นความรู้ในการพัฒนาจิต ซึ่งถือว่าเป็นความรู้จริงที่ละเอียดที่สุด

สรุป ผู้วิจัยมองว่า แท้จริงแล้วพระพุทธศาสนากับวิทยาศาสตร์มีความเหมือนกัน คือ ความต้องการแสวงหาความจริงที่แท้จริงในธรรมชาติ โดยที่พระพุทธศาสนา มีหลักธรรมที่แสดงข้อเท็จจริงให้โลกได้รับรู้ และวิธีการไปสู่ความจริงแท้นั้น คือ การปฏิบัติภาวนาทางจิตหรือการปฏิบัติภาวนา โดยการฝึกสมาธิทั้งสมถภาวนาเพื่อความสุขของจิตไปจนถึงวิปัสสนาภาวนา ซึ่งเป็นการฝึกสติให้รู้เท่าทันสิ่งที่เข้ามากระทบประสาทสัมผัสทั้งห้า เป็นการใช้เท่าทันทุกสรรพสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตและจักรวาล เป็นการก้าวข้ามพ้นที่มนุษย์จะต้องฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง ดังคำสอนที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” โดยแท้