



แก่น พุทธ จิตวิทยา

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

พระพรหมบัณฑิต

เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร

กรรมการมหาเถรสมาคม

แต่งตั้งให้



พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ)

(ป.ธ.๗, อว.ท., พธ.บ., วท.บ., คอ.ม.)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร

พระวิปัสสนาจารย์ พระกรรมวาจาจารย์

นักวิชาการศาสนา ศูนย์พระปริยัตินเทศก์แห่งคณะสงฆ์

พระธรรมทูตสายต่างประเทศ รุ่นที่ ๑๔

ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่

พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ

๓ เมษายน ๒๕๖๖





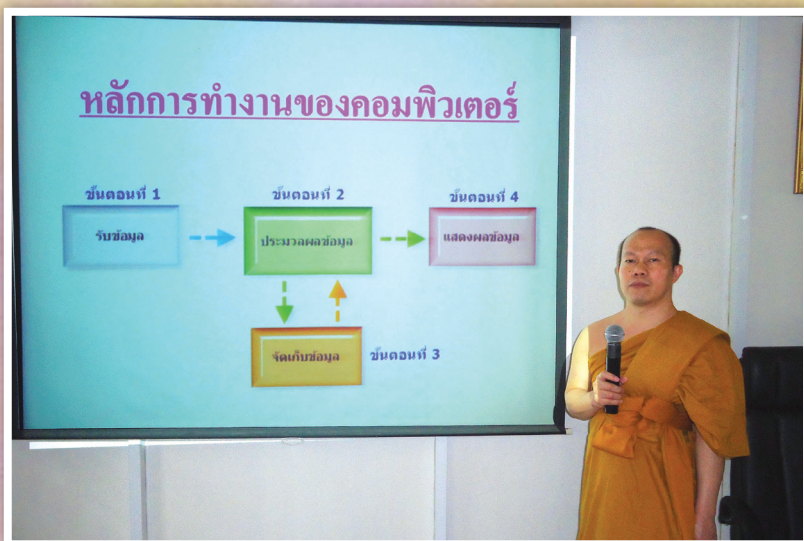




(၁)























ประวัติ

พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ

- ประวัติ : พระมหาผล วิเชียรสมโน (สมณะ)
- วันเดือนปีเกิด : วันจันทร์ที่ ๒๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๖
- ภูมิลำเนา : ๑๑๓ หมู่ ๖ บ้านชัยชุมภู ต.น้ำแวน
อ.เชียงคำ จ.พะเยา
บิดา นายแปง สมณะ มารดา นางคำ ศรีคำ
- บรรพชา : ๑๒ เมษายน ๒๕๒๘ โดยมีพระครูสุวรรณบุรีรักษ์
วัดแสนเมืองมา เป็นพระอุปัชฌาย์
- อุปสมบท : ๑๐ มิถุนายน ๒๕๓๘ โดยมีพระธรรมวิสุทธาจารย์
(สมณศักดิ์ พระพุทธวรญาณ) วัดประยุรวงศาวาส
เป็นพระอุปัชฌาย์
- การศึกษาทางธรรม : - นักธรรมชั้นเอก (๒๕๓๒)
-เปรียญธรรม ๗ ประโยค (๒๕๔๔)
- การศึกษาทางสามัญ : - อว.ท. (คอมพิวเตอร์สารสนเทศ)
ม.สวนสุนันทา (๒๕๔๒)
- วท.บ. (คอมพิวเตอร์สารสนเทศ)
ม.สวนสุนันทา (๒๕๔๕)
- พธ.บ. (จิตวิทยา) มจร (๒๕๔๑) พธ.บ. รุ่นที่ ๔๓
- คอ.ม. (เทคโนโลยีสารสนเทศ) KMUTT
ม.พระจอมเกล้าธนบุรี (บางมด)

- พธ.ด. กำลังทำคุณุภินิพนธ์
(ระดับปริญญาเอก สาขาพุทธจิตวิทยา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)
- เส้นทางชีวิต : - เดินทางมาศึกษาที่กรุงเทพฯ
และสังกัดวัดประยุรวงศาวาส ๒๕๓๕
- การศึกษา : - เป็นพระอาจารย์สอนพุทธศาสนาวินยาศาสตร์
(๒๕๓๕-ปัจจุบัน)
- เป็นพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน
(๒๕๓๘-ปัจจุบัน)
- เป็นครูสอนปริยัติธรรม (แผนกธรรม / บาลี)
(๒๕๔๐-ปัจจุบัน)
- เป็นกรรมการตรวจธรรมสนามหลวง
(๒๕๔๐-ปัจจุบัน)
- เป็นอาจารย์สอนหลักสูตร ป.ทศ.
(๒๕๕๒-ปัจจุบัน)
- เป็นเจ้าหน้าที่ (นักวิชาการศาสนา)
ศูนย์ปริยัตินิตยภัตแห่งคณะสงฆ์ (๒๕๖๒-ปัจจุบัน)
- เผยแผ่ : - เป็นพระธรรมทูตสายต่างประเทศ รุ่นที่ ๑๔
- เป็นพระวิปัสสนาจารย์
- เป็นพระวิทยากรแหล่งเรียนรู้วัดประยุรวงศาวาส
- เป็นพระวิทยากรแหล่งเรียนรู้ประจำพุทธมณฑล
นครปฐม (๒๕๔๑-ปัจจุบัน)
- การปกครอง : - เป็นประธานสามเณร วัดประยุรวงศาวาส
(พ.ศ. ๒๕๓๕)

- เป็นคณะกรรมการบริหารการปกครองคณะ ๑๓
วัดประยุรวงศาวาส
- เป็นผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส
- เป็นพระกรรมวาจาจารย์ (พระคู่สวด)
- สาธารณสงเคราะห์ : - เป็นผู้ดูแลห้องพระเครื่องและวัตถุมงคล
วัดประยุรวงศาวาส
- เป็นผู้คณะกรรมการองค์การสาธารณสงเคราะห์
วัดประยุรวงศาวาส
- เป็นผู้กรรมการและเลขานุการดูแล
อาคารสิริภักดีธรรม วัดประยุรวงศาวาส
- หน้าที่เฉพาะ : - เป็นผู้สนองงานในพระพรหมบัณฑิต
ที่ทำนอมอบหมาย (๒๕๓๙-ปัจจุบัน)
- เป็นผู้ดูแลเว็บไซต์ www.watprayoon.com
(๒๕๕๖-ปัจจุบัน)



โถมนาคารกถา

การที่**พระมหาผล วิชฌูจสมโณ (สมณะ)** ได้รับการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมของพระพรหมบัณฑิตที่ **พระครูปลัด-สวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมหาคุณานุนายก ตริปิฎกธรรมรักขิต** ครั้งนี้ ก็ด้วยคุณสมบัติ ๒ ประการ คือ

๑. อดีตहितสมบัติ พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ เป็นพระที่สนใจใฝ่การศึกษา จบเปรียญธรรม ๗ ประโยค, จบพุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) (จิตวิทยา), วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วท.บ.) (เทคโนโลยีสารสนเทศ), ครุศาสตรอุตสาหกรรมมหาบัณฑิต (คอ.ม.) (เทคโนโลยีสารสนเทศ), ขณะนี้กำลังศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒. ประสิดสมบัติ พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ ได้สนองงานพระศาสนาไว้หลายประการ ที่สำคัญคือ เป็นผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร, เป็นพระกรรมวาจาจารย์, เป็นกรรมการการบริหารปกครองคณะ ๑๓, เป็นครูสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรมและบาลี, เป็นครูสอนธรรมศึกษา, เป็นครูสอนพุทธศาสนาวินัย (พอ.ป.), เป็นกรรมการองค์การเผยแผ่วัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร, เป็นพระวิทยากรแหล่งเรียนรู้สำนักเรียนวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร, เป็นพระวิทยากรแหล่งเรียนรู้ประจำพุทธมณฑล, เป็นพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน, เป็นพระธรรมทูตสายต่างประเทศ, เป็นพระปริยัตินิเทศก์, เป็นเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์เผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ กำกับดูแลเว็บไซต์ของศูนย์และของวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร, เป็นเลขานุการ ดูแลอาคารสิริรักดีธรรม

กล่าวได้ว่า พระครูปลัดสวพัฒนภินิศจ์คุณ เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยสมบัติทั้ง ๒ ประการ ที่ได้มาด้วยความพากเพียรและความอดทน ดังคำที่อริสโตเติล นักปรัชญากรีก กล่าวไว้ว่า **“ความอดทนเป็นความขมขื่น แต่ผลของมันหวานขึ้นเสมอ” (Patience is bitter, but its fruit is sweet)**

ในวาระอันเป็นมงคลนี้ ขออำนาจแห่งคุณพระรัตนตรัย จงอภิบาลรักษาให้ท่านพระครูปลัดสวพัฒนภินิศจ์คุณ จงถึงความเจริญ งอกงาม ใญ่บุญยิ่งขึ้น ๗ ขึ้นไปในบรรพพุทธศาสนา ตลอดกาลนาน เทอญ



(พระพรหมภินิศจ์)

เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร

กรรมการมหาเถรสมาคม

มุทิตากถาแต่...
พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ
พระผู้มีน้ำใจเสียสละ

คติโบราณว่า
“เป็นผู้น้อยคอยกัมพนมกร
เหนื่อยไปก่อนตอนปลายจะได้ดี”

ท่านพระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ (พระมหาผล วิเชษฐสมโน) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เป็นพระเถระผู้มีความอ่อนน้อม ถ่อมตน มีน้ำใจเสียสละ มีจิตอาสาทุ่มเทเสียสละสนองกิจการงานคณะสงฆ์ ทั้งงานวัด งานระดับภาค ระดับหนและระดับประเทศ เป็นที่ประจักษ์ นับว่าเป็นกำลังสำคัญของวัดประยุรวงศาวาสและพระศาสนารูปหนึ่ง

ในโอกาสที่พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต กรรมการมหาเถรสมาคม, เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร, ประธานศูนย์พระปริยัติ นิเทศ ได้เมตตาแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ “**พระครูปลัด สวพัฒนบัณฑิตคุณ**” จึงแสดงให้เห็นว่า ท่านเป็นพระที่เพียบพร้อมด้วย ความรู้และความประพฤติที่ดีงาม เป็นที่ไว้วางใจ เป็นเหตุให้ได้รับผลจาก คุณความดีที่ได้บำเพ็ญมา

โอกาสนี้ จึงขอแสดงมุทิตาจิตด้วยความจริงใจที่เห็นท่าน พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ (พระมหาผล วิเชษฐสมโน) เจริญก้าวหน้า ในสมณเพศ

ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย จงดลบันดาลประทานพรให้
ท่านพระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ ร่วมเย็นเป็นสุขในพระบวรพุทธศาสนา
ปราศจากโรคภัย อุบัติวันตราย เจริญด้วยลาภ ยศ สุข สรรเสริญ ยิ่ง ๆ
ขึ้นไปตลอดกาลเป็นนิจเทอญ.



(พระเทพปฏิภาณกวี)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส
ประธานองค์การเผยแผ่วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร
เจ้าคณะเขตภาษีเจริญ
รองแม่กองธรรมสนามหลวงประจำหนใต้

มุทิताพจนวลี แต่... พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ

ในโอกาสที่**พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต**, ศ.ดร. กรรมการมหาเถรสมาคม ประธานศูนย์พระปริยัตินิตยภัตแห่งคณะสงฆ์ ประธานคณะกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร อุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เมตตาแต่งตั้งให้ **พระมหาผล วิเชษฐสมโน** ป.ธ.๗, อว.ท., วท.บ., พธ.บ., คอ.ม. ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมในพระพรหมบัณฑิตที่ **“พระครูปลัดสุวัฒน-บัณฑิตคุณ”** และกำหนดประกอบพิธีมอบตราตั้งและพัดยศ ในวันจันทร์ ที่ ๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๖ ณ พระอุโบสถวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร

พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (ผล วิเชษฐสมโน) เป็นพระเถระที่มีศีลาจารวัตรเรียบร้อย มีปกติประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตน มีอัธยาศัยไมตรี ประกอบด้วยคุณลักษณะ ๔ ประการ คือ (๑) คุณวุฒิ - มีความรู้ (๒) คุณสมบัติ - มีความพร้อม (๓) คุณภาพ - มีความโดดเด่น และ (๔) คุณธรรม - มีความดี โดยสรุปคือ “มีความรู้ดี ความสามารถดี และความประพฤติดี” นอกจากนี้ ท่านพระครูปลัดฯ ยังเป็นพระเถระผู้มีจิตอาสา สนองงานวัดและคณะสงฆ์ด้วยดีเสมอมา ผลงานที่โดดเด่นคือ การบริหารจัดการระบบสารสนเทศ เพื่อการสื่อสารและประชาสัมพันธ์ กิจกรรมของวัด ประยุรวงศาวาสวรวิหาร รวมทั้งงานกำกับดูแลอาคารสถาน

ที่และภารกิจอื่น ๆ ซึ่งท่านพระครูปลัดฯ ก็สนองงานให้สำเร็จประโยชน์
ได้เป็นอย่างดี ด้วยความทุ่มเทเสียสละและผลงานอันเป็นที่ประจักษ์ จึง
ได้รับพระบัญชาแต่งตั้งเป็นผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง และล่าสุด
ได้รับแต่งตั้งเป็น “**พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ**” จึงมีความเหมาะสม
ด้วยประการทั้งปวง ขอแสดงความยินดีที่เจริญขึ้นสมยินดีไว้ ณ โอกาสนี้

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย และบุญกุศลจรรยาสมาธิปฏิบัติ
ทั้งปวง จงมารวมกันเป็นพลบัจจย อำนวยพรให้ **พระครูปลัด
สวพัฒนบัณฑิตคุณ (ผล วิเขตฺตสมฺโม)** ประสบแต่ความสุข ปราศจาก
ทุกข์ และมีความเจริญในร่มธรรมยิ่ง ๆ ขึ้นไป ตลอดกาลเป็นนิตย์ เทอญ



(พระเทพพรเมธี, รศ.ดร.)

รองเจ้าคณะภาค ๑๕

รองประธานศูนย์พระปริยัตินิตศกัแห่งคณะสงฆ์

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

รองอธิการบดีฝ่ายบริหาร มจร

มูทิตากถาพจน์

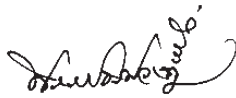
อันความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าในชีวิตและกิจการงานของแต่ละบุคคล ไม่เลือกว่าคฤหัสถ์หรือบรรพชิต ขึ้นอยู่กับบุคคลสำคัญ ๒ ฝ่าย คือ ฝ่ายผู้เยาว์ (ผู้ใต้บังคับบัญชา) กับฝ่ายผู้ใหญ่ (ผู้บังคับบัญชา) ซึ่งจำเป็นต้องเป็น อัญญมัญญปัจจัย อิงอาศัยซึ่งกันและกัน ได้แก่...

๑. มีความรู้
 ๒. มีความสามารถ
 ๓. มีโอกาส
 ๔. มีผู้สนับสนุน
 ๕. มีบุญกุศล (คุณประโยชน์-คุณความดี) ที่ได้บำเพ็ญไว้
- เข้าลักษณะที่ว่า “ผู้ใหญ่ดึง ผู้น้อยดัน เสมอกันประคับประคอง”

พระมหาผล วิเชษฐสมโณ เปรียญธรรม ๗ ประโยค ผู้ช่วยเจ้าอาวาส วัดประยุรวงศาวาส ผู้องค์คุณหรือคุณสมบัติครบถ้วนทุกประการดังกล่าว จึงได้รับเมตตาธรรมและความไว้วางใจจากพระเดชพระคุณพระพรหม-บัณฑิต ศ., ดร., มส. เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ให้ส่นองงาน และให้ดำรงตำแหน่งอันมีเกียรติยิ่ง ที่ “**พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ**” ฐานานุกรมในพระเดชพระคุณฯ

เป็นตราประทับรับประกันว่า “ผู้ใหญ่เมตตา ผู้บังคับบัญชาโปรดปราน” อย่างแท้จริง

จึงขอแสดงความอนุโมทนาชื่นชมยินดีมา ณ โอกาสนี้.



(พระราชาธรรมาที)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส

มุกิตาพจน์

ยอดไม้ต้องอ่อนโยน ยอดคนต้องอ่อนน้อม
เชือกไข่มัดสิ่งของ ความอ่อนน้อมมัดใจคน

พระมหาผล วิชฌูจสมโณ พระรูปร่างเล็ก ๆ ที่คบเห็นกันเป็น
กัลยาณมิตรมาตั้งแต่เมื่อครั้งเป็นสามเณร เจริญด้วยคุณวุฒิ วิทยุฒิ จวบจน
ปัจจุบันเป็นพระมหาเถระระดับบริหารของวัดประยุรวงศาวาส มีปฏิปทา
เป็นที่น่าเลื่อมใส พบกันคราใดยิ้มแจ่มแจ่มใส ยกมือประนมก้มไหว้ก่อน
เป็นนิตย์ จนเป็นกิริยาที่เป็นปกติของท่าน คือ อ่อนน้อม ยิ้มง่าย ไหว้งาม
จึงได้รับความรักความเมตตา ความชื่นชม จากครูบาอาจารย์ และญาติโยม
ก็ให้ความศรัทธาเคารพนบถนอม สมดังธรรมภาษิตที่กล่าวไว้ว่า

เย วุฑฒมปจายนฺติ นรา ธมฺมสุส โกวทา
ทิฏฺเฐ ธมฺเม จ ปาสํสา สมฺปราโย จ สุขคตฺติ ๖

นรชนเหล่าใด จลادتในธรรม ประพฤติอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่
นรชนเหล่านั้น จะได้รับความสรรเสริญในโลกนี้
และมีสุขคติเป็นที่ไปในโลกเบื้องหน้า

(ติตฺติรชาตกํ สุตตมํ ๖)

พระมหาผล ได้ก่อประโยชน์เกื้อกูลเป็นมณูญผลให้กับวัดประยุ-
รวงศาวาสในกิจการงานของคณะสงฆ์ เป็นผู้สนองงานพระเดชพระคุณ
หลวงพ่ोज้าอาวาสในด้านการประชาสัมพันธ์ กอปรด้วยจาคะและ
อิทธิบาทธรรม นำความวิวัฒนาเข้ามาสู่พระอารามเป็นอเนกประการ

ด้วยความอ่อนน้อม ด้วยความเอาใจใส่ในรู่ระหน้าที่ พร้อมบุญกุศลที่ท่านได้บำเพ็ญมาจนถึงพร้อม พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิตเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส จึงพิจารณาถวายฐานานุกรมในตำแหน่งพระครูปลัด มีราชทินนามตามที่ปรากฏว่า

**“พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุนายก
ตรีปิฎกธรรมรักขิต”**

ในวโรกาสอันเป็นมงคลนี้ จึงขอแสดงความชื่นชมยินดี และถวายมุทิตาสักการะแด่ พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (ผล) ด้วยโสมนัสยิ่ง และด้วยอาณิสสแห่งการประพตือปายนธรรมนี้ ขอให้**พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (ผล)** เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปด้วย อายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ คุณสารสมบัติ ตลอดกาลนาน เทอญ



(พระศรีธรรมภาณี)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส

มฤตดาพจน์

ในโอกาสที่ **พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต** กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ แต่งตั้งให้ **พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ)** (ป.ธ.๗, อว.ท., พธ.บ., วท.บ., คอ.ม.) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ดำรงตำแหน่งฐานานุกรม ที่ **พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ** นับว่าเป็นเกียรติยศ เกียรติศักดิ์ เกียรติคุณแก่วงศ์ตระกูล และเป็นขวัญเป็นกำลังใจ เป็นมงคลชีวิตอย่างยิ่งกับท่าน**พระมหาผล วิเชษฐสมโน** เพราะที่ท่านได้ช่วยงานของวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ในด้านต่าง ๆ เช่น ดูแลห้องพระเครื่องวัดถมงคล ดูแลอาคารสิริภักดีธรรม และดูแลเว็บไซต์ของวัดในการเผยแผ่บทพระธรรมเทศนาของพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิตของพระเถรานุเถระและสื่อสารกิจกรรมต่าง ๆ ของวัดทางเครือข่ายสังคมออนไลน์ทำให้ประชาชนได้รับทราบข่าวสารกิจกรรมของวัด ท่านได้ปฏิบัติหน้าที่มาด้วยดีอย่างต่อเนื่องด้วยความรับผิดชอบ สมดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ใน ขุททกนิกาย ธรรมบท ว่า

อุภูฐานะวะโต สะติมะโต
 สุจิกัมมัสสะ นิสัมมะการิโน
 สัญญะตัสสะ จะ อัมมะชีวิโน
 อปปะมัตตัสสะ ยะโสภิวัฑฒะติ

ยศย่อมเจริญ แก่ผู้มีความหมั่น มีสติ มีการงานสะอาด ใคร่ครวญแล้วทำ ระวังดีแล้ว เป็นอยู่โดยธรรม และไม่ประมาท

(๓๐)

ขออานูกาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย กุศลจริยาสัมมาปฏิบัติและ
บารมีธรรมที่ได้บำเพ็ญไว้ดีแล้ว จงรวมมาเป็นตบะเดชะพลวปัจจัยอำนวย
พรให้ท่าน**พระครูปลัดสวพัฒนภินทิตคุณ (พระมหาผล วิเชษฐสมโน)**
จงเจริญออกงามไพบูลย์ในพระพุทธศาสนายิ่ง ๆ ขึ้นไป และถึงพร้อมด้วย
จตุรพิธพรชัย คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธรรมสารสมบัติ ตลอด
กาลนานเทอญ

พระวิมลปัญญาภรณ์

(พระวิมลปัญญาภรณ์)

เจ้าคณะแขวงกัลยาณมิตร

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

แต่พระเถระที่เป็นสำคัญของวัด

ในโอกาสที่ พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ได้โปรดเมตตาามีคำสั่งแต่งตั้งพระครูฐานานุกรมในพระเดชพระคุณนั้น แต่พระเถระ พระมหาเถระภายในพระอารามวัดประยุรวงศาวาส ประกอบด้วย

๑. พระมหาผล วิเชษฐสมโน ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส ในตำแหน่งพระครูฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ**

๒. พระมหาชลอ อากาศโร ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส ในตำแหน่งพระครูฐานานุกรมที่ **พระครูวินัยธร**

๓. พระปลัดยรรยง ยสวทุมโก เจ้าหน้าที่ฝ่ายประชาสัมพันธ์ ในตำแหน่งพระครูฐานานุกรมที่ **พระครูพิศาลสรวิชัย**

นับเป็นมงคล และเกียรติประวัติแต่พระเถระทั้งสามรูปนั้นตลอดถึงวงศาคณาญาติ ในวันที่ ๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๖ ข้าพเจ้าในฐานะเป็นเพื่อนร่วมสำนัก มีความยินดีต่อพระครูฐานานุกรมทั้งสามรูปเป็นอย่างยิ่ง

กล่าวโดยเฉพาะอย่างยิ่ง **พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (ผล)** นั้น ท่านเป็นพระมหาเถระ ที่รับผิดชอบ ในด้านระบบไอทีสารสนเทศของวัดประยุรวงศาวาส ครั้งหนึ่งพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต เรียกข้าพเจ้าไปหารือเรื่องการพัฒนาเว็บไซต์ของวัดว่า ใครจะมีความรู้ความสามารถด้านนี้ดีที่สุด ข้าพเจ้าก็กราบเรียนว่า ท่านพระมหาผล วิเชษฐสมโน ท่านเรียนจบปริญญาตรี ปริญญาโท ด้านคอมพิวเตอร์โดยตรงมีความรู้ความสามารถด้านนี้เห็นควรให้ท่านทำหน้าที่ตรงนี้ บัดนั้นเป็นต้นมา เว็บไซต์วัดประยุรวงศาวาสก็ได้พัฒนาตามลำดับซึ่งเป็นฐานข้อมูลคลัง

ความรู้โดยเฉพาะของพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต และบทเทศนาของพระเถระภายในพระอารามจนมีคนกล่าวยกย่องอยู่เสมอว่ามีการพัฒนาก้าวยิ่งทันสมัย ทันสถานการณ์ ทันโลก ทันธรรม ก็เพราะด้วยความรู้ความสามารถของท่านเหมือนมีคนช่วยทำเป็นร้อยๆ แต่ทำรูปเดียวได้มีประสิทธิภาพยิ่ง

พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ ท่านยังเป็นเพื่อนร่วมเรียนในระดับปริญญาเอก สาขาวิชาพุทธจิตวิทยากับข้าพเจ้า ก็ได้เห็นศักยภาพด้านความรู้ความสามารถของท่านโดดเด่นทางด้านการศึกษาเป็นอย่างยิ่ง เป็นกัลยาณมิตรต่อเพื่อน ๆ ร่วมเรียนอีกด้วย และท่านยังชวนช่วยรวบรวมเรียบเรียงบทความวิชาการของพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต เรื่องแก่นพุทธจิตวิทยา เพื่อพิมพ์แจกเป็นธรรมทานในงานนี้ ทั้งนี้งานด้านพระศาสนาท่านก็ปฏิบัติหน้าที่สมบูรณ์ทั้งที่เป็นอัครมหาพราหมณ์และปรตติพราหมณ์ กล่าวคือท่านทำหน้าที่ ๆ ตนได้รับผิดชอบไม่มีเสียไม่มีบกพร่อง งานพระศาสนาก็สมบูรณ์ นับเป็นพระมหาเถระที่หาได้ยากรูปหนึ่ง

ดังนั้นในการนี้ ข้าพเจ้าขอแสดงมุทิตาจิตขึ้นชมต่อท่านพระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ (ผล วิเศษจสมโน) พระครูวินัยธร ชล่อ อาภากรโระ พระครูพิศาลสรุทธิ (ยรรยง ยสวทุณโก) ในวาระที่ได้รับแต่งตั้งเป็นพระฐานานุกรมของพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิตในครั้งนี้ ด้วยใจรักนับถือยิ่ง



(พระโสภณวชิราภี)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

เลขานุการศูนย์พระปริยัตินิตยภัตแห่งคณะสงฆ์

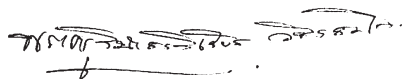
เลขานุการคณะกรรมการฝ่ายเผยแผ่ ของมหาเถรสมาคม

มุกิตาพจน์

พระมหาผล วิเชษฐสมโน ป.ธ.๗, อว.ท., วท.บ., พธ.บ., คอ.ม. ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส ได้สนองงานของวัดโดยเฉพาะในแง่ของงานประชาสัมพันธ์ การดูแลเว็บไซต์ของวัดประยุรวงศาวาสอย่างต่อเนื่อง และได้ทำหน้าที่ดูแลงานในส่วนพิพิธภัณฑ์พระพรหมบัณฑิตและดูแลจัดเตรียมสถานที่อาคารสิริรักดีธรรม รองรับการถ่ายทอดสดและงานอบรมบุคลากรทั้งภายในและภายนอกมาอย่างต่อเนื่อง นับว่าเป็นพระเถระที่เป็นมืองานสำคัญของวัดประยุรวงศาวาสรูปหนึ่งที่มีความโดดเด่น

พระเดชพระคุณ ศ., ดร. พระพรหมบัณฑิต เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส กรรมการมหาเถรสมาคม อุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ตระหนักถึงคุณูปการดังกล่าวมาจึงได้ถวายการยกย่องด้วยการตั้งเป็นพระฐานานุกรมในราชทินนามที่**พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ** นับว่าเป็นความเหมาะสมอย่างยิ่ง จึงขอถือโอกาสถวายมุกิตาจิตมา ณ โอกาสนี้

ขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และบุญบารมีทั้งหลายที่ได้ร่วมกันบำเพ็ญมาจงเป็นตบะเดชะพลวปัจจัยหนุนนำให้**พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (ผล วิเชษฐสมโน ป.ธ.๗)** มีความเจริญอกงามในพระบวรพุทธศาสนา เจริญด้วยจตุรพิธพรชัย คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ ตลอดกาลนานเทอญ



(พระครูวินัยธรวิเชียร วชิรธมฺโม)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส

มุกิตาพจน์

**“บูชา จะ บูชานียานัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง”
“การบูชาบุคคลที่ควรบูชา เป็นมงคลอันสูงสุด”**

ขอแสดงมุกิตาจิต ในการอันเป็นมงคลสำหรับชีวิต
ของมหาบ้านนอกรูปหนึ่ง

พระมหาพล วิชฌุจสมโณ นามสกุล **สมณะ** (ป.ธ.๗, อว.ท., พธ.บ., วท.บ., คอ.ม.) บ้านเดิมอยู่ที่อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา ซึ่งเป็นพื้นที่ ๆ ข้าพเจ้าผู้เขียน เคยไปทำการเปิดตัวพุทธธรรมะครั้งแรก เป็นการพบปะพูดคุยกับชาวบ้านในโครงการธรรมจาริกตามดำริของพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชวิสุทธိโสภณ (ปวง ธมฺมปญฺโญ) สมณศักดิ์ต่อมาคือพระอุบาลีคุณูปมาจารย์ อดีตเจ้าสำนักเรียนวัดศรีโคมคำ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๗ เพื่อหาเยาวชนมาบวชเพื่อการเรียนการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรมและบาลี ในสำนักเรียนวัดศรีโคมคำ

ในสมัยนั้นสำนักเรียนเดิมเมื่อไม่มีอาจารย์สอนต่อในระดับสูงทุกคนที่อยากจะศึกษาต่อก็ต้องดิ้นรนหาที่เรียนต่อเอง รูปที่ไม่อยากไปจากสำนักเรียน ก็อยู่สอนรุ่นน้องหรือลาสิกขาไป แต่สามเณรพลในขณะนั้นตั้งใจมาทำการศึกษาที่กรุงเทพฯ ในสำนักเรียนวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ซึ่งถือว่าเป็นสำนักเรียนที่มีชื่อเสียงด้านการเรียนพระปริยัติธรรมทั้งแผนกธรรม และบาลี ได้รับคำแนะนำจากครูบาอาจารย์ที่เคยไปอบรมก่อนสอบหรือจากรุ่นพี่ที่ช่วยชี้ทางให้ และได้รับการสนับสนุนจากเจ้าสำนักเรียนเดิมคือพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชวิสุทธิโสภณ (ปวง ธมฺมปญฺโญ)

เมื่อสามเณรผลมาอยู่กรุงเทพฯ ณ สำนักเรียนวัดประยุรวงศาวาส ท่านเอาใจใส่ต่อการศึกษา และรับผิดชอบช่วยเหลือกิจการงานคณะสงฆ์ เป็นอย่างยิ่ง ท่านเป็นผู้ที่มีบุคลิกยิ้มแย้มแจ่มใส อ่อนน้อมถ่อมตน ต่อผู้หลักผู้ใหญ่ ต่อครูบาอาจารย์ มีน้ำใจต่อเพื่อน ๆ และรุ่นน้องอย่าง เสมอต้นเสมอปลาย จึงทำให้เป็นที่รักของพระเณรภายในวัด

เมื่อปี ๒๕๓๕ ข้าพเจ้าจึงได้นิมนต์พระมหาผลให้มาช่วยเหลืองาน ในสำนักเรียน ท่านก็เป็นทั้งนักเรียนมีหน้าที่เรียน เป็นทั้งอาจารย์ช่วยสอน พระปริยัติธรรมแผนกธรรม-บาลี อีกทั้งยังให้สอนเยาวชนที่มาเรียน พุทธศาสนวันอาทิตย์อีกด้วย ท่านก็ทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์แบบ มั่นงาน ที่ทำอะไรไม่มีคำตอบแทนใด ๆ

ปัจจุบันท่านได้สนองงานด้าน IT เป็นผู้ดูแลเว็บไซต์วัดประยุรวง-ศาวาส และงานที่ได้รับมอบหมายจากพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต หลวงพ่อเจ้าอาวาส ท่านก็ได้เอาใจใส่รับผิดชอบต่อหน้าที่ได้เป็นอย่างดี

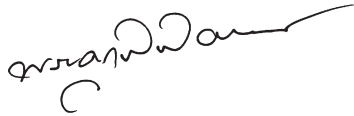
พระมหาผลโดยนัยแล้วท่านเป็นผู้ที่มีความกตัญญูตวกว่ต่อ ครูบาอาจารย์ เป็นผู้มิจิตวิญญานไม่เคยลบหลู่ครูบาอาจารย์ แม้คุณวุฒิ ท่านจะสูงกว่าครูอาจารย์ แต่ก็ไมเ่เยอหยิ่ง จึงทำให้ท่านเป็นที่รักของ พระผู้ใหญ่และเพื่อนร่วมงาน

ด้วยความอ่อนน้อม ด้วยความเอาใจใส่ในรู่รหน้าท่ี พร้อมบุญ กุศลที่ท่านได้บำเพ็ญมาจนถึงพร้อม พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส จึงแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุายก ตรีปิฎก-ธรรมรักขิต** ในวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในสากลโลก จงดลบันดาลประทานพรให้**พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ** ได้มีสุขภาพ ร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรงและจงเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ

(๓๖)

ธรรมสารสมบัติ ธนสารสมบัติ ปราบปรามสิ่งหนึ่งประการใดที่เป็นไป
โดยชอบ ประกอบด้วยธรรม ก็ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ ๆ
สมมโนธมฺมํมาตปฺรารณาทุกปฺรการ



(พระครูพิพิธธรรมภาณ)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

มุทิตากถา

การที่พระเถระรูปใด จะได้รับตำแหน่งใด ๆ ก็ตาม นอกจากจะเป็นผู้ที่ได้รับโอกาสและมีผู้สนับสนุนแล้ว ย่อมเป็นเครื่องประกาศว่าพระเถระรูปนั้น ต้องประกอบด้วยคุณสมบัติ ๓ ประการ คือ

๑. **คุณวุฒิ** (มีความรู้)
๒. **คุณภาพ** (มีความสามารถ)
๓. **มีคุณธรรม** (มีความดี)

ท่านอาจารย์**พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ** หรือที่พระภิกษุสามเณร และคณะศิษยานุศิษย์ รู้จักกันโดยทั่วไปว่า **ท่านอาจารย์มหาผล วิชฌูรสมโณ** เป็นพระเถระที่เพียบพร้อมด้วยความรู้ดี ความสามารถดี และความประพฤติดี มีความอ่อนน้อมถ่อมตน ได้สนองงานของวัดด้วยดีเสมอมา จนได้รับความไว้วางใจให้รับผิดชอบงานสำคัญระดับวัดและงานระดับประเทศ

ในโอกาสที่ได้รับเมตตาจากพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต กรรมการมหาเถรสมาคม, เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ได้โปรดเมตตาแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ “**พระครูปลัดสุวัฒน-บัณฑิตคุณ**” จึงนับเป็นศักดิ์ เป็นศรีแก่ท่านอาจารย์พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ และนำมาซึ่งความปลาบปลื้มแก่คณะสงฆ์ คณะ ๑๓ เป็นอย่างยิ่ง

ในโอกาสอันเป็นมงคลนี้ คณะสงฆ์ คณะ ๑๓ จึงขออน้อมมุทิตาจิต แสดงความยินดีเป็นอย่างยิ่ง

(๓๘)

ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัยจงอำนวยพรให้ท่านอาจารย์
พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ จงถึงความเจริญงอกงามไพศาลในพระบวร
พุทธศาสนา เป็นอัญมณีที่ล้ำค่าของคณะสงฆ์วัดประยุรวงศาวาสและ
พระศาสนายิ่ง ๆ ขึ้นไป

พ.ร.มหาสุทธีพงษ์ สุทธิวิไล

(พระมหาสุทธีพงษ์ สุทธิวิไล)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร

เจ้าคณะ ๑๓

ในนามคณะสงฆ์ คณะ ๑๓ วัดประยุรวงศาวาส

น้อมมุทิตาจิต พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ

ขอน้อมกราบนมัสการมุทิตาจิต พระมหาผล วิชฌูจสมโณ (สมณะ) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ในโอกาสได้รับ ดำรงตำแหน่ง ฐานานุกรม จากพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต ศ., ดร.) กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาส วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนา แห่งชาติ ที่แต่งตั้งให้เป็น “พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ”

กระผมในฐานะที่เป็นอาจารย์ผู้สอนท่าน เสมือนหนึ่งเป็นพ่อแม่ ของท่านพระมหาผล วิชฌูจสมโณ จึงรู้สึกปลื้มปิติยินดีเป็นอย่างยิ่ง ที่ลูกพระได้รับตำแหน่งเป็น “พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ” ในครั้งนี้

ขอกล่าวถึง พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ ที่กระผมได้รู้จักท่าน พระครูฯ ว่าท่านได้เข้าศึกษาเล่าเรียนที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ-ราชวิทยาลัย ในคณะมนุษยศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยา หลักสูตรพุทธศาสตร-บัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา จบการศึกษาเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๔๑ ซึ่งสมัยนั้น กระผมผู้เขียนเป็นหัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา ในขณะที่เป็นนิสิตได้สังเกตเห็นปฏิปทาน่าเลื่อมใส ท่านมีความวิริยะพากเพียรตั้งใจศึกษาเล่าเรียน เป็นอย่างดียิ่ง เมื่อเมื่อท่านจบ พธ.บ. แล้วท่านยังได้เรียนภาษาบาลีด้วย ในที่สุดจึงสอบไล่เปรียญธรรม ๗ ประโยค ถือว่าเหมาะสมอย่างยิ่งที่ท่าน ได้รับแต่งตั้งให้เป็น “พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ” และในปีการศึกษา ๒๕๖๔ ท่านยังได้ศึกษาระดับปริญญาเอก สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา อีกด้วย ซึ่งอีกไม่กี่เดือนนี้ก็จะเรียนจบ ดร.แล้ว

จึงขอน้อมกราบนมัสการมูทิตา ด้วยจิตอันบริสุทธิ์ของอาจารย์พ่อ ว่าท่านพระครูฯ มีศรัทธาอุทิศตนเพื่อพระพุทธศาสนา โดยได้นำสัทธิวิชาที่ได้เรียนมาไปประยุกต์เพื่อพัฒนาจิตใจและสังคม เมื่อผู้เขียนไปวัดประยูรฯ ได้เห็นท่านบริการญาติธรรมที่มาวัดเป็นอย่างดียิ่ง สมดังพุทธภาษิตที่ว่า “วิสุตาสปรมาญาติ” ความคุ้นเคยเป็นญาติอย่างยิ่ง

ในโอกาสที่ลูกชายของอาจารย์พ่อ พระมหาผล วิชฌูจสมโณ (สมณะ) ได้รับแต่งตั้งให้เป็น “พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ” จึงทำให้อาจารย์พ่อ ซึ่งถือว่าเป็นญาติธรรมคนหนึ่งมีความปลื้มปิติยินดีเป็นอย่างยิ่ง ขอให้ลูกพระครูฯ เจริญงอกงามในพระบวรพระพุทธศาสนา ขอให้สำเร็จสมปรารถนาเรียนจบดอกเตอร์ (ดร.) ในปีการศึกษานี้ด้วยเทอญ

ด้วยความรักและนับถือยิ่ง



(รศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง)

ผู้อำนวยการหลักสูตรปริญญาโท, เอก
สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา

ถวายนมูทิตาจิต

ขอน้อมถวายนมูทิตาจิตแด่ **พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ)** (ป.ธ.๗, อว.ท., พธ.บ., วท.บ., คอ.ม.) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร เนื่องในโอกาสที่ได้รับแต่งตั้งจาก **พระพรหมบัณฑิต** กรรมการมหาเถรสมาคม, เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรม ที่ **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต** ขอให้ท่านจงเจริญยิ่งขึ้นไปภายใต้ร่มบวรพระพุทธศาสนาตลอดกาล



(รศ.ดร.สมโกชน์ เอี่ยมสุภาษิต)

คำนิยม

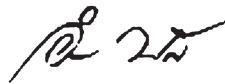
ขอแสดงความชื่นชมยินดีแก่ท่าน**พระมหาผล วิเชษฐสมโน** (ป.ธ.๗, อ.วท., วท.บ., พธ.บ., คอ.ม.) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ที่ได้รับการแต่งตั้งเป็น **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ** ฐานานุกรม ในพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต (ป.ธ.๙, ศ., ดร., ราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์, อัครมหาบัณฑิต) กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ประธานศูนย์พระปริยัติเนเทศก์แห่งคณะสงฆ์ ประธานกรรมการการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก

พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ เป็นพระนักปฏิบัติงานผู้ส่งเสริมกิจการงานพระพุทธศาสนาโดยแท้ ในฐานะที่กระผมทำงานรับใช้พระพุทธศาสนา มากกว่า ๔๐ ปี ได้มีโอกาสร่วมปฏิบัติงานใกล้ชิดกับพระสงฆ์มาเป็นจำนวนมาก พบว่าพระสงฆ์ในวัดประยุรวงศาวาส วรวิหารหลายท่านมีความมุ่งมั่น วิริยะอุตสาหะต่องานพัฒนากิจการพระศาสนาอย่างดียิ่งมาโดยตลอด พระอาจารย์มหาผล ถือได้ว่าเป็นภิกษุต้นแบบรูปหนึ่งที่มีความรับผิดชอบต่องาน ไม่ทอดธุระ ทำงานไม่หยุดหย่อนต่องานด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเป็นอย่างยิ่ง มีผลงานทั้งการสอนพระปริยัติธรรมแก่ภิกษุสามเณร เป็นทั้งพระวิปัสสนาจารย์ พระธรรมทูตในประเทศและต่างประเทศ เป็นพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน มีผลงานเป็นที่ประจักษ์มากมาย เป็นที่ไว้วางใจของพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิตเป็นอย่างยิ่ง จึงการได้รับการแต่งตั้งให้เป็น ผู้ช่วยเจ้าอาวาส ด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนา เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๖๒ นั้น เป็นหลักประกันความสามารถในการ

ปฏิบัติงานมาแล้วชั้นหนึ่ง เมื่อมาได้รับการแต่งตั้งในฐานะนุกรมที่**พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ** ย่อมเป็นเครื่องประกันถึงคุณภาพการปฏิบัติงานในหน้าที่ที่ผ่านมาได้อย่างเยี่ยมยอด ในอีกระดับหนึ่ง โดยไม่จำเป็นต้องกล่าวสิ่งอื่นได้อีกแล้ว ส่งผลให้ลูกศิษย์ทั้งหลายต่างมีความชื่นชมยินดีเป็นอย่างยิ่ง

กระผมในฐานะอาจารย์ และผู้ปฏิบัติงานร่วมกับท่านมา ขอแสดงความชื่นชมยินดีแต่ท่านในโอกาสอันเป็นมงคลครั้งนี้ และขออาราธนาองค์คุณแห่งพระศรีรัตนตรัย ได้โปรดดลบันดาลประทานพรให้ท่านห่างไกลจากสรรพทุกข์ สรรพโศก สรรพโรค สรรพภัย สรรพอันตรายใดๆ มีแต่ความสุข ความเจริญรุ่งเรืองตลอดไป มีพลานามัยสมบูรณ์ ได้รับใช้อุปถัมภ์ทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา ให้เจริญรุ่งเรือง มั่นคง ตลอดไป

ขอกราบนมัสการมาด้วยความเคารพอย่างสูง



(รองศาสตราจารย์พิเศษ ดร.อำนาจ บัวศิริ)

คำนิยม

ขออน้อมกราบถวายมุทิตาสักการะแด่พระเดชพระคุณเจ้าคุณ
อาจารย์พระพรหมบัณฑิต, (ประยูร ธมฺมจิตฺโต ป.ธ.๙) ศาสตราจารย์, ดร.
ราชบัณฑิต ในนามภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สืบเนื่องจากความกรุณาที่ยิ่งใหญ่ ในผลงาน
เชิงวิชาการหนังสือ “**แก่นพุทธจิตวิทยา**” ถือเป็นคัมภีร์แห่งความมั่งคั่ง
กับการบูรณาการศาสตร์พุทธนวัตกรรมในศิลปะเพื่อการบำบัดเยียวยา
เป็นสิ่งที่สะท้อนถึงคุณค่าความคิดสร้างสรรค์สามารถนำไปใช้เพื่อวิเคราะห์
สังเคราะห์และเข้าใจโลก เข้าใจความจริงของชีวิต โดยเฉพาะโลกทาง
จิตวิญญาณ สามารถผสมผสานองค์ความรู้จากต่างประเทศ ซึ่งต้อง
ยอมรับว่าได้เจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วกับภูมิปัญญาแบบตะวันออกให้
คุณประโยชน์ต่อคณาจารย์ นิสิต นักศึกษาตลอดจนผู้อ่านทั่วไปได้อย่าง
ดียิ่ง จึงนับว่าเป็นผลงานทางวิชาการที่สำคัญและล้ำค่าที่สุด

หลักแก่นพุทธจิตวิทยาในพระพุทธศาสนานั้น นอกจากสอดคล้อง
กับหลักวิทยาศาสตร์และหลักจิตวิทยาตะวันตกตั้งแต่ก่อนกำเนิดของ
จิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์เชิงพฤติกรรมถึงสองศตวรรษแล้ว ยังมีหลักการ
เนื้อหาสาระที่มีคุณค่ามีประโยชน์กว้างกว่าวิทยาศาสตร์ทั่วไป สาเหตุหลัก
เพราะวิทยาศาสตร์ที่มุ่งเรื่องความจริงเท่านั้น ในขณะที่แก่นพุทธจิตวิทยา
ครอบคลุม สิ่งสูงสุดคือการพ้นจากทุกข์ เหมาะสำหรับนักวิชาการผู้มุ่งศึกษา
และนักพัฒนาตนผู้มุ่งปฏิบัติเพื่อยกระดับวิวัฒนาการของตนเอง เป็น
เหมือนมีมณีล้ำค่าที่เป็นแนวทางปฏิบัติมีแผนที่ที่สมบูรณ์ที่สุดชี้ระยะตั้งแต่
จุดที่ท่านเป็นอยู่ไปสู่จุดที่ทุกท่านปรารถนา ได้แก่ความดี ความมั่งคั่งและ

ความจริงของชีวิต ซึ่งจะนำพามนุษย์บรรลุถึงอุดมคติของชีวิตได้อย่างแท้จริง ทั้งชีวิตในฐานะปัจเจกและชีวิตในฐานะที่เป็นสมาชิกส่วนหนึ่งของสังคม รวมทั้งเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติตามกฎหมายไตรลักษณ์ด้วย

ดังนั้น เพื่อสร้างโอกาสที่ดีให้แก่อาจารย์ นิลิต นักศึกษาผู้ประสงค์จะแสวงหา แก่นพุทธจิตวิทยา ของพระพุทธศาสนาด้วยตนเอง จึงหวังว่า ความมั่งคั่ง ความดีงามของหนังสือเล่มนี้จะช่วยส่องแสงสว่างทางความคิด เชิงระบบจิตปัญญาแก่ผู้อ่านให้มองเห็นคุณค่าแท้ของหลักพุทธจิตวิทยา และนำไปสู่การปฏิบัติเกิดผลได้มากขึ้น



(รศ.ดร.ประยูร สุขะใจ)

หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มุทิตาสักการะ แด่พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต

ขอน้อมถวายมุทิตาสักการะในโอกาสที่ **พระพรหมบัณฑิต ศ.ดร.** กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ อุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยแต่งตั้งให้**พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ)** (ป.ธ.๗, อว.ท., พธ.บ., วท.บ., คอ.ม.) ซึ่งดำรงตำแหน่งผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุนายก ตรีปิฎก-ธรรมรักขิต**

เนื่องด้วย**พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ)** เป็นผู้ถึงพร้อมทั้งในด้านอัตตหิตสมบัติและปรหิตปฏิบัติ มีปฏิปทาน่าเลื่อมใส ใฝ่รู้ใฝ่คิด เป็นผู้นำด้านจิตใจ และปัญญา มีศรัทธาอุทิศตนเพื่อพระพุทธศาสนา พร้อมกับมีความเสียสละเพื่อส่วนรวม จึงมีความเหมาะสมแก่การได้รับการแต่งตั้งสมณศักดิ์เป็นอย่างยิ่ง

อาจารย์ขอกราบอนุโมทนาในบุญที่ท่านได้สร้างในครั้งนี้อย่างตั้งใจ บริสุทธิ์ ในโอกาสที่**พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุ-นายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต** ได้นำจัดพิมพ์หนังสือจากการบรรยายพิเศษ ซึ่งเรื่อง “**แก่นพุทธจิตวิทยา**” โดยพระพรหมบัณฑิต บรรยายที่ห้องสมุดพระพรหมบัณฑิต อาคารสิริภักดีธรรม วัดประยุรวงศาวาส กรุงเทพมหานคร ในวันจันทร์ที่ ๒๑ มีนาคม ๒๕๖๕ และบรรยายนำการเสวนาแก่นพุทธ-

จิตวิทยา ที่บรรยายแก่ผู้บริหาร คณาจารย์ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎี-
บัณฑิต สาขาจิตวิทยา ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ณ หอประชุมอาคารสิริภักดีธรรม ชั้น ๓
วัดประยุรวงศาวาส เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน
พ.ศ. ๒๕๖๕ ทั้ง ๒ จัดพิมพ์เป็นเล่ม

หนังสือ “แก่นพุทธจิตวิทยา” ที่ท่านได้จัดพิมพ์ในครั้งนี้ เป็น
ประโยชน์อย่างยิ่งด้วยเนื้อหาสาระที่เหมาะสมสำหรับอาจารย์ และนิสิต
สาขาพุทธจิตวิทยา ทั้งในระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก
รวมทั้งผู้สนใจทั่วไป เป็นธรรมทาน เป็นบุญใหญ่ บารมีมาก อา尼สงส์สูงยิ่ง
เพราะเป็นการให้ปัญญา ให้สติ ให้แสงสว่าง ให้ความสุขสงบเย็น เข้าถึง
ความจริงแก่คนและสรรพสัตว์ทั้งหลาย



(รศ.ดร.เมธาวี อุดมธรรมมานุภาพ)

ภาควิชาจิตวิทยาคณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มฤตดาพจน์

ขอน้อมถวายมฤตาสักการะ เนื่องในโอกาสที่**พระพรหมบัณฑิต** กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนา แต่งตั้งให้ **พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ)** ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสวดีพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต** ในครั้งนี้

ในฐานะอาจารย์ประจำหลักสูตรดุสิตบัณฑิตสาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มีความยินดีอย่างยิ่งและขอแสดงมฤตาสักการะในกุศลกิจของท่านพระครูปลัดสวดีพัฒนบัณฑิตคุณ ที่ได้ทำงานเผยแผ่พระพุทธศาสนา ทำนุ คำชูพระศาสนา และได้สั่งสอนอบรมเยาวชนให้มีคุณธรรมจริยธรรมในโรงเรียนด้วยดีตลอดมา

ขอกราบอนุโมทนาอย่างยิ่ง ในโอกาสที่ได้ท่านได้จัดพิมพ์หนังสือแก่นพุทธจิตวิทยาของพระพรหมบัณฑิต อันเป็นประโยชน์ คุณูปการต่อวงการศึกษาเกี่ยวกับคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เหมาะสำหรับนิสิตครูบาอาจารย์ และผู้สนใจทั่วไป ได้รับความรู้ ความเข้าใจแก่นพุทธจิตวิทยา โดยมีเนื้อหาสาระทั้งปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ อันเป็นศาสตร์สาขาพุทธจิตวิทยาที่เปิดสอนในระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก สังกัดภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ให้มีความกระจ่างชัดเจนนยิ่งขึ้น

ท้ายสุดนี้ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัยขออำนาจคุณพระศรี-
รัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในสากลโลก อำนวยพรให้ท่าน**พระครูปลัด
สุวัฒนบัณฑิตคุณ** มีพลานามัย แข็งแรง สมบูรณ์พร้อมด้วยสติปัญญา
เป็นกำลังสำคัญในการสืบทอดพระศาสนาต่อไป



(รศ.ดร.กมลาศ ภูวนาธิพงศ์)

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

คำมูทิตาสักการะ

เนื่องในมงคลสมัยที่พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต กรรมการมหาเถรสมาคม ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ได้แต่งตั้ง **พระมหาผล วิเชษฐ-สมโณ (สมณะ)** (ป.ธ.๗, อว.ท., พธ.บ., วท.บ., คอ.ม.) ผู้ช่วยเจ้าอาวาส วัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ **พระครูปลัด สุธัมมบัณฑิตคุณ วิบูลมหาคณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักษิต** นับว่าเป็นยกย่องบุคคลที่ควรยกย่องและยกย่องคุณเครื่องความเป็นสมณะให้เจริญงอกงามไปบุลย์ ส่งเสริมศาสนทายาทให้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม และให้ปฏิบัติสมณกิจสมควรแก่สมณกิจยิ่งขึ้นไป

ในมงคลสมัยนี้ ได้จัดพิมพ์หนังสือแก่นพุทธจิต ซึ่งถอดคำจากปาฐกถาธรรมของ**พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต** เพื่อเป็นธรรมบรรณาการส่องทางชีวิตแก่กัลยาณมิตรผู้มาร่วมงาน แก่นพุทธจิตนี้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาชีวิตรอบด้าน ทั้งด้านปริยัติคือการเรียนรู้องค์ประกอบของชีวิตว่ามีลักษณะ หน้าที่ เหตุไฉนให้เกิดและผลที่ปรากฏอย่างไร แล้วนำไปสู่การปฏิบัติคือทำให้เกิดได้ ทำให้มีได้ และทำให้มากได้ ในหลักสมณะได้แก่การทำจิตให้สงบและวิปัสสนาได้แก่การทำจิตให้รู้แจ้งสรรพสิ่งตามความเป็นจริง จนบรรลุปฏิเวธ คือ ระงับความเครียดได้ชั่วครั้งชั่วคราวด้วยตทั้งควิมุตติ ระงับความเครียดได้อย่างยาวนานด้วยวิกขัมภณวิมุตติ และระงับความเครียดได้หมดสิ้นด้วยสมุจเฉทวิมุตติ แก่นพุทธจิตจึงเป็นธรรมโอสถที่เหมาะสมกับยุคสมัยอย่างยิ่ง เพราะเป็น

หลักพุทธธรรมที่สำคัญมากผ่านการสื่อสารด้วยภาษาที่เข้าใจง่ายแบบ
สาธิตาปอนเหยื่อ ทำให้เกิดสิริมงคลแก่ผู้ที่ศึกษาและปฏิบัติตามได้อย่าง
แท้จริง



(ผศ.ดร.อดุลย์ คนแรง)

อาจารย์ประจำคณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มุทิตาสักการะ

ขอน้อมกราบมุทิตาสักการะเพื่อแสดงความยินดีเป็นอย่างยิ่งกับ
พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ) เนื่องในโอกาสได้รับแต่งตั้งดำรง
ตำแหน่งฐานานุกรมในพระพรหมบัณฑิต ที่ **พระครูปลัดสุวัฒน-
บัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต**

ในวันเวลาที่ได้รู้จักท่าน ได้มองเห็นอริยาไยที่นุ่มนวลอ่อนโยน
มีเมตตาจิต และเห็นความมุ่งมั่นกระตือรือร้น มีความตั้งใจใฝ่เรียนใฝ่รู้
เป็นอย่างดียิ่ง ท่ามกลางภาระหน้าที่ความรับผิดชอบอันมากมาย ท่าน
มีความวิริยะอุตสาหะ มิได้ย่อท้อต่ออุปสรรคใดๆ ตลอดจนถึงการเป็น
ครูพระในการอบรมสั่งสอนเยาวชนทั้งหลาย ท่านใส่ใจมุ่งพัฒนาเด็ก ๆ
ให้เป็นคนดีมีคุณธรรม จริยธรรมที่ดี นับเป็นผู้ที่มีดวงจิตอันเป็นกุศล
อย่างยิ่งต่อหน้าทั้งๆ ได้รับผิดชอบก็ทำอย่างสมบูรณ์และงดงามเป็นที่สุด

ขอน้อมนมัสการและขอร่วมแสดงมุทิตาจิตกับท่านมา ณ ที่น



(ผศ.ดร.วิชชุดา วิฑิต์ชิตร์ตนา)

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มจร.

มุกิตาพจน์

หนังสือ “แก่นพุทธจิตวิทยา” ธรรมนิพนธ์ของ**พระพรหมบัณฑิต** เล่มนี้ จัดพิมพ์ในโอกาสที่**พระพรหมบัณฑิต** กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนา แต่งตั้งให้ **พระมหาผล วิเชฏฐสมโณ (สมณะ)** ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่**พระครูปลัดสวดีนันทิตคุณ วิบูลมहाคณานุายก ตรีปิฎกธรรมรักษิต**

ในฐานะอาจารย์ประจำหลักสูตร สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มีความยินดีอย่างยิ่งและขอโน้มถวามมุทิตาสักการะในโอกาสอันสำคัญนี้ และขอแสดงความชื่นชมในกุศลกิจของท่านพระครูปลัดสวดีนันทิตคุณ ที่ได้ทำงานเผยแผ่งานพระพุทธศาสนา รวมถึงงานอบรมสั่งสอนเยาวชนให้มีคุณธรรมจริยธรรมในโรงเรียนมาโดยตลอด

อนึ่ง ขอกราบอนุโมทนาอย่างยิ่ง ในโอกาสที่ได้ท่านได้จัดพิมพ์หนังสือ “แก่นพุทธจิตวิทยา” ธรรมนิพนธ์ที่เป็นคุณูปการต่อวงการศึกษา ด้านคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เหมาะสำหรับนิสิต ครูบาอาจารย์ และผู้สนใจทั่วไปอย่างกว้างขวางและเป็นเอกสารสำคัญที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาในสาขาพุทธจิตวิทยาทั้งระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก สังกัดภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พระ ผู้สร้าง งานศาสนา กล้าคำชู
ครู ผู้สอน เยาวชน ผจญวิญญะ
ปลัด ในพระ พรหมบัณฑิต กิตติคุณ
สวัณน จริยวัตร ธรรมลิขิต
บัณฑิต แห่งมหาจุฬา ปัญญาหนุน
คุณ ความดี ชี้ควรคู่ มุฑิตา ฯ



(ผศ.ดร.พุทธชาติ แผนสมบุญ)

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มฤตาสักการะ พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ

เนื่องในโอกาสที่พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) กรรมการมหาเถรสมาคม, เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ แต่งตั้งให้ **พระมหาผล วิชฌูจสมฺโณ (สมณะ)** (ป.ธ.๗, อว.ท, พธ.บ., วท.บ., คอ.ม.) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ดำรงตำแหน่ง ฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต**

การได้รับตำแหน่งครั้งนี้ นำความปิติมายังญาติโยม ลูกศิษย์ลูกหา กัลยาณมิตรทุกคน กระผมในฐานะเป็นศิษย์วัดประยูร (พ.ศ. ๒๕๒๔-๒๕๓๒) เรียกว่าเป็นศิษย์สำนักเดียวกัน (สำนักที่ ๑) และเมื่อสองปีที่แล้วมา ผมได้ ชักชวนให้ท่านและพระครูโสภณปริยัตยานุกิจ (ปัจจุบันเป็นพระโสภณ- วชิรวาทิ) มาเป็นศิษย์ปริยัญญาเอก สาขาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (บริหารงานโดย รศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง หรือที่เรียกกันว่า อาจารย์พ่อ) สำนักที่ผมจบมา (สำนักที่ ๒) ด้วยผมเห็นว่า ภูมิทางการศึกษาของท่านแม้จะยาวแล้ว แต่ถ้ามีต่อด้วย ดร. อีก ย่อมจะ ทำให้จรัสแสงมากขึ้นอีก

พระมหาผล วิชฌูจสมฺโณ (สมณะ) เป็นคนอ่อนน้อม ถ่อมตน มีเขมฐาปายนธรรม ดูผิวเผินจากภายนอกเสมือนสามเณรตัวน้อย รูปหนึ่งเท่านั้น ไม่มีความรู้อะไร นอกจากคอยซ่งน้ำชาถวายการต้อนรับ

(๕๖)

พระผู้ใหญ่ แต่เมื่อได้รู้จักมักคุ้น สันทนาธรรมด้วยแล้ว จึงทราบว่ ท่าน
เป็นพระที่รู้ธรรมด้วยดี ดังคำโคลงที่ว่า

รวงข้าวคราวสุกน้อม	รวงลง
รวงสับซุงตรง	สู่ฟ้า
นักปราชญ์ฉลาดยง	ยิ่งถ่อม ตนนา
คนโง่ยอมโอ้อำ	อวดอ้าง ตนเอง

การอ่อนน้อมถ่อมตน จึงเป็นบุคลิกภาพของคนฉลาดในธรรม
อยู่ที่ไหนก็มีแต่คนสรรเสริญ สมดังพระบาลีตติรชาดก ที่ว่า

เย วุฑฒะมะปะจายันติ	นะรา อัมมัสสะ โกวิทา
ทิฏฐุ อัมเม จะ ปาสังสา	สัมปะราโย จะ สุกคะติ

นรชนเหล่าใดฉลาดในธรรมประพุดิอ่อนน้อมถ่อมตนต่อบุคคล
ผู้เจริญทั้งหลาย

นรชนเหล่านั้นเป็นผู้ได้รับการสรรเสริญในปัจจุบันและมีสุคติภพ
ในเบื้องหน้า

(ขุ.ชา. ๒๗/๓๗/๑๖)

(ผศ.ดร.เชน นคร)

มุทิตาสักการะ

เนื่องในโอกาสมหามงคล ที่**พระพรหมบัณฑิต** กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ ได้แต่งตั้งให้ **พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ)** ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคุณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต** ในวันจันทร์ที่ ๓ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๖๖ นี้ ได้นำมาซึ่งความปราบปลื้ม ความปิติยินดีเป็นอย่างยิ่งต่อคณะอุบาสก อุบาสิกา พุทธศาสนิกชนโดยทั่วไป โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้บริหาร คณาจารย์ และมวลนิสิตจากคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เนื่องจาก**พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ)** ท่านเป็น นิสิตระดับดุสิตบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา รุ่นที่ ๑๐ ภาควิชาจิตวิทยา พวกเราชาวครอบครัวพุทธจิตวิทยาเมื่อได้รับทราบข่าวอันเป็นมหามงคลนี้ จึงมีความรู้สึกปลื้มปิติยินดีเป็นพิเศษ

พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ) เป็นพระเถระที่มีปฏิปทาอันดียิ่งต่อการทำงานเพื่อรับใช้และเผยแผ่หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา พระคุณเจ้าเป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นทั้งวิชาและจรณะ สมกับเป็นศิษย์ของพระตถาคตโดยแท้ การที่ท่านได้รับการแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคุณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต** จึงมีความเหมาะสมทุกประการ

(๕๘)

ขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและสัจมาปฏิบัติที่ท่านได้บำเพ็ญ
มาด้วยดีแล้วตั้งแต่ต้นจนมาถึงวันนี้ จงมารวมกันเป็นตบะ เดชะ พลวปัจจัย
คุ้มครองป้องกันท่าน ให้มีความเจริญงอกงามไพบุลย์ในบวรพระพุทธ
ศาสนา ถึงพร้อมด้วยจตุรพิธพรชัย คือ อายุ วรรณะ สขะ พละ ตลอดไป
ด้วยเทอญ



(ผศ.ดร.มัน เสือสูงเนิน)

มฤติดาพจน์

แก่นพุทธจิตวิทยาเป็นคำบรรยายของพระเดชพระคุณ พระพรหม-
บัณฑิต, ศ.ดร. กรรมการมหาเถรสมาคม อุปนายกสภามหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร
ได้บรรยายเพื่อให้ความรู้เชิงลึกแก่ผู้บริหาร คณาจารย์ และนิสิตระดับ
บัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ซึ่งเป็นสาขาวิชาที่พระเดชพระคุณเป็นผู้ริเริ่ม
ก่อตั้งขึ้นมา เพื่อสืบสานพระราชปณิธานของล้นเกล้ารัชกาลที่ ๕ ในการ
บูรณาการหลักพุทธธรรมในพระไตรปิฎกกับศาสตร์ทางจิตวิทยาตะวันตก
อย่างแจ่มแจ้งทั้งในแง่ของทฤษฎีและปฏิบัติ ถือเป็นแนวทางในการจัดการ
เรียนการสอนของคณาจารย์ และเป็นแนวทางในการทำดุขุฎินิพนธ์ของ
นิสิตในสาขาวิชานี้ให้สามารถประยุกต์ใช้ได้จริง

เนื่องในโอกาสที่พระเดชพระคุณ **พระพรหมบัณฑิต, ศ., ดร.** ได้
เมตตาแต่งตั้งให้ **พระมหาผล วิเชษฐสมโน** ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุ-
รวงศาวาสวรวิหาร ซึ่งเป็นนิสิตปริญญาเอกของสาขาวิชาพุทธจิตวิทยา
รุ่นที่ ๑๐ ให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ**
วิบูลมहाคณานุายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต ในครั้งนี้ ถือว่าเป็นความ
เมตตาให้กำลังใจแก่ **พระมหาผล วิเชษฐสมโน** ให้เป็นกำลังสำคัญ
ในการยังธรรมาในพระพุทธศาสนาให้ยืนยงมั่นคงสืบไปแล้ว ยังถือว่าเป็น
ความเมตตาให้กำลังใจแก่มวลผู้บริหาร คณาจารย์ และนิสิตในสาขาวิชานี้
ด้วย

(๖๐)

ในฐานะรองคณบดีฝ่ายบริหาร คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และในฐานะอาจารย์ที่มีโอกาสถวายความรู้
แก่ **พระมหาผล วิเชษฐสมโณ** จึงขอแสดงมุทิตาจิตยินดีอย่างยิ่งแด่
พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (ผล วิเชษฐสมโณ) ขอให้ท่านจงเจริญ
มั่นคงในพุทธธรรม เป็นกำลังสำคัญของพุทธบริษัทของวัดประยุร-
วงศาवासวรวิหาร ของหลักสูตรปริญญาเอก สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา
มีพลานามัยแข็งแรง สมบูรณ์พร้อมด้วยสติปัญญา และเป็นกำลังสำคัญใน
การธำรงและสืบทอดพระพุทธานุศาสนาดลต่อไป



(ผศ.ดร.เมธาพันธ์ โพธิ์ธีรโรจน์)

รองคณบดีฝ่ายบริหาร

คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มุทิตาสักการะ
แด่พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ
(พระมหาผล วิเชษฐสมโน)

ขอถวายมุทิตาสักการะ ในโอกาสที่พระมหาผล วิเชษฐสมโน (สมณะ) เป็นผู้ที่มีปฏิปทาน่าเลื่อมใส ใฝ่รู้ใฝ่คิด เป็นผู้นำด้านจิตใจ และ ปัญญา มีศรัทธาอุทิศตน เพื่อพระพุทธศาสนา พร้อมกับมีความเสียสละ เพื่อส่วนรวม จึงมีความเหมาะสมแก่การได้รับการดำรงตำแหน่งฐานานุกรม ที่ พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมहाคณานุนายก ตรีปิฎก-ธรรมรักขิต

กระผมผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สรายุทธ อุดม อาจารย์ประจำ ภาควิชาจิตวิทยาคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขอกราบนมัสการมุทิตาสักการะด้วยความยินดียิ่ง ที่ท่านพระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (พระมหาผล วิเชษฐสมโน) เป็นผู้ที่มีความถึงพร้อมด้วยหลักธรรมในพรหมวิหารธรรม ๔ ประการ ซึ่งได้รับเมตตาจากพระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต ศ., ดร. กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาส วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนา แห่งชาติ อุปนายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรม ในครั้งนี้

จึงขอน้อมถวายมุทิตาสักการะด้วยความยินดียิ่ง พร้อมทั้งขออาราธนาพระบารมีของคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในสากลโลกนี้ ได้โปรดอำนวยการให้ท่านพระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ เป็นมีพละนาถ

(๖๒)

ที่แข็งแรง สมบูรณ์พูนผลพร้อมด้วยสติปัญญา และเป็นกำลังหลักสำคัญใน
การที่จะดำรงเพื่อการสืบทอดพระพุทธศาสนาให้เจริญยิ่ง ๆ สืบต่อไป



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สรายุทธ อุดม)
อาจารย์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

คำนิยาม

ในโอกาสที่ **พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต, ศ., ดร.)** กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ประธานกรรมการเผยแพร่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ แต่งตั้งให้ **พระมหาผล วิเชฏฺฐสมฺโณ (สมณะ)** ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่ **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมหา-คณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต**

โดยธรรมเนียมอันดีงามของคณะสงฆ์ไทย จะมีการแต่งตั้งพระสงฆ์ผู้พร้อมด้วยวิชาและจรณะ ผู้ทรงศีล ทรงธรรม ผู้ดำรงตำแหน่งทางคณะสงฆ์ให้ครองสมณศักดิ์ตามฐานานุกรมเพื่อทำกิจการพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองและเป็นที่พึ่งพาของสังคมต่อไป

ตำแหน่งฐานานุกรม คือ ตำแหน่งสมณศักดิ์ของพระสงฆ์ไทย ซึ่งภิกษุผู้มีตำแหน่งทางการปกครองคณะสงฆ์ทางพระสังฆาธิการ ฐานานุกรมประจำตำแหน่งเจ้าอาวาสพระอารามหลวงชั้นเอก ชั้นโท ชั้นตรี ฐานานุกรมประจำตำแหน่งเจ้าคณะอำเภอ ฐานานุกรมประจำตำแหน่งเจ้าคณะจังหวัด และฐานานุกรมประจำตำแหน่งเจ้าคณะภาคมีสิทธิในการตั้งฐานานุกรมประจำตำแหน่ง หรือพระราชาคณะ มีสิทธิตั้งพระภิกษุรูปอื่นให้เป็นฐานานุกรมได้ ตามฐานานุกรมศักดิ์ที่ได้รับพระบรมราชานุญาตตามที่ระบุไว้ในสัญญาบัตรพระราชาคณะ หรือสัญญาพระราชาคณะเจ้าคณะรอง สุพรรณบัฏสมเด็จพระราชาคณะและสมเด็จพระสังฆราช ที่ได้รับพระราชทานจากพระมหากษัตริย์ไทยทรงมีพระบรมราชโองการโปรดพระราชทานสมณศักดิ์ หรือพระราชบัญญัติ กฎระเบียบอื่นอันเกี่ยวเนื่อง

(๖๔)

ด้วยคณะสงฆ์

ในโอกาสที่ **พระมหาผล วิเชษฐสมโณ (สมณะ)** ได้รับความเมตตาจาก **พระพรหมบัณฑิต** (ประยูร ธมฺมจิตฺโต, ศ., ดร.) กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ ให้ตำแหน่งฐานานุกรมชั้นพระครูปลัดมีราชทินนามที่ **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมหาคุณานุนายก ตรีปิฎกธรรมรักขิต** ครั้นนี้ เป็นเรื่องเหมาะสมยิ่ง ทั้งด้วยวัตรปฏิบัติที่เหมาะสมและมีภูมิรู้ ภูมิธรรมทั้งดงาม ซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาและเป็นที่พึ่งของสังคมต่อไป

ขอกราบมูทิตาด้วยความเคารพ



(ผศ.ดร.สวพัฒน รักขันโท)

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

คำปรารภ

เนื่องในโอกาสที่**พระพรหมบัณฑิต** กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ประธานศูนย์พระปริยัตินิเทศก์ แห่งคณะสงฆ์ ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ อุปนายก สภามหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แต่งตั้ง ให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมที่**พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ (ผล วิเชฏฐสมโน)** นั้น ยังความเป็นธรรมลือรื่องคล ความปลื้มปิติและซาบซึ้ง ในเมตตาคุณ ให้เกิดขึ้นในชีวิตของข้าพเจ้า ครอบครัว วงศาคณาญาติ และครอบครัวพุทธจิตวิทยาเป็นอย่างยิ่ง

ในมงคลวโรกาสนี้ยังได้รับมอบต้นฉบับหนังสือ “**แก่นพุทธ จิตวิทยา**” ซึ่งมีเนื้อหาสาระทั้งปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็นศาสตร์สาขา พุทธจิตวิทยาที่เปิดสอนในระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และอีกในหลายสถาบันการศึกษา จากพระพรหมบัณฑิต ให้จัดพิมพ์เพื่อมอบแก่ผู้บริหาร คณาจารย์ นิสิต นักศึกษา และผู้สนใจทั่วไป จักเป็นเอกสารอ้างอิงงานวิจัย เป็นตำรา ในวงวิชาการอีกมากมาย จักเป็นคุณูปการต่อการศึกษาต่อไป

ขอกราบขอบพระคุณพระมหาเถรานุเถระ ขอขอบคุณครูอาจารย์ทุกท่าน ที่ได้เขียนคำมุทิตาสักการะ คำนิยาม คำอวยพร มุทิตาพจน์ เพื่อ จัดพิมพ์ลงในหนังสือเล่มนี้

ขออนุโมทนาขอบคุณ **รศ.ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (อาจารย์ ปู่)**, **คุณธนศวรรณ ยิ่งยง (คุณหอมแก้วพลอย)** ได้ร่วมบุญสมทบทุน จัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ **คุณอุษา บุชบา (อิงค์กี้)**, **คุณศิริวรรณ วิเศษ-**

โยธานันท์ (นกฮูก) รับเป็นเจ้าภาพกระเป๋ารักขีโลกลดโลกร้อน เพื่อ
มอบแก่ผู้มีเกียรติที่เข้าร่วมงาน **คุณสมัชญา เลิศชนะการ** เจ้าภาพออก
ร้านอาหารก๊วยเตี้ยวตั้มยำ **คุณแม่คำ ศรีคำ** เจ้าภาพกาแฟเย็น – Black
Canyon Coffee & Eatery **คุณพรพรพล – คุณบรรณรัตน์ หอมจรรยา**
– **คุณชมชนก โชติวิทิตวณิชย์** เจ้าภาพไอศกรีมไผ่ทอง **แม่ชีทองสุข**
นามเจ็ดสี คิษย์ชาวจีน-ฮ่องกง เพื่อต้อนรับผู้มีเกียรติที่ร่วมงาน และ
ขออนุโมทนาขอบคุณเจ้าภาพทุกท่านผู้ไม่ประสงค์ออกนาม ด้วยอนุภาพ
คุณพระศรีรัตนตรัย จงอำนวยการช่วยเหลือ ดลบันดาลประทานพรให้ทุกท่าน
มีความสุข ความเจริญ ปราศจากทุกข์ โศก โรค ภัย อุบัติอันตรายทั้งปวง
มีความร่มเย็นในร่มธรรมขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตลอดทุกทีพา
ราตรีกาล ด้วยเทอญ



(พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร

สารบัญ

ประวัติพระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ	(๑๗)
----------------------------------	------

มฤตดาพจน์

พระพรหมบัณฑิต	(๒๐)
พระเทพปฏิภาณกวี	(๒๒)
พระเทพปวรเมธี	(๒๔)
พระราชธรรมวาที	(๒๖)
พระศรีธรรมภาณี	(๒๗)
พระวิมลปัญญาภรณ์	(๒๙)
พระโสภณวชิราทී	(๓๑)
พระครูวินัยธรวิเชียร วชิรธมฺโม	(๓๓)
พระครูพิพิธธรรมภาณ	(๓๔)
พระมหาสุทธิพงษ์ สุทธิวิโส	(๓๗)

มฤตดา

รศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือตง	(๓๙)
รศ.ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต	(๔๑)
รองศาสตราจารย์พิเศษ ดร.อำนาจ บัวศิริ	(๔๒)
รศ.ดร.ประยูร สุยะใจ	(๔๔)
รศ.ดร.เมธาวี อุดมธรรมมานุภาพ	(๔๖)
รศ.ดร.กมลาศ ภูวนาธิพงษ์	(๔๘)

(๖๘)

ผศ.ดร.อดุลย์ คนแรง	(๕๐)
ผศ.ดร.วิชชุดา ฐิติโชติรัตนนา	(๕๒)
ผศ.ดร.พุทธชาติ แผนสมบูรณ์	(๕๓)
ผศ.ดร.เชน นคร	(๕๕)
ผศ.ดร.มัน เสือสูงเนิน	(๕๗)
ผศ.ดร.เมธาพันธ์ โพธิ์ธีรโรจน์	(๕๙)
ผศ.ดร.สรายุทธ อุดม	(๖๑)
ผศ.ดร.สุวัฒน์ รักขันโท	(๖๓)
คำปรารภ	(๖๕)
แก่นพุทธจิตวิทยา	๓
เสวนาแก่นพุทธจิตวิทยา	๒๖
กำหนดการ	๖๓

แก่นพุทธจิตวิทยา

พระพรหมบัณฑิต

(ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

แก่นพุทธจิตวิทยา*



ท่านเจ้าคุณคณบดีคณะมนุษยศาสตร์ ท่านผู้บริหาร คณาจารย์ และนิสิต ทั้งฝ่ายบรรพชิตและคฤหัสถ์ทุกท่าน ท่านผู้สนใจในเรื่องของพุทธจิตวิทยาทุกท่าน

การประชุมวันนี้พูดถึงแก่นพุทธจิตวิทยาซึ่งเป็นวิชาแยก มาต่างหากจากจิตวิทยาทั่วไป ที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ- ราชวิทยาลัย ในสมัยที่ผู้บรรยายเป็นอธิการบดี เรื่องเข้าสภามหาวิทยาลัยเพื่อเปิดหลักสูตรพุทธจิตวิทยา (Buddhist Psychology) กรรมการสภามหาวิทยาลัยได้ตั้งคำถามว่า พุทธจิตวิทยาที่จะเปิดนี้มองคัมภีร์ความรู้สมบุรณ์ในตัวเองหรือไม่ มีภาคปฏิบัติที่ทำให้มีการปฏิบัติทางจิตวิทยาหรือไม่ ถ้าองค์ความรู้ทางพุทธจิตวิทยายังจะต้องอิงอาศัยจิตวิทยาตะวันตก

* ปาฐกถาพิเศษ ในโครงการประชุมเครือข่ายการจัดการเรียนการสอนพุทธจิตวิทยา ปี ๒๕๖๕ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ให้ผู้บริหาร คณาจารย์ นิสิต และผู้สนใจในพุทธศาสนาและจิตวิทยาเข้าร่วมประชุมผ่านช่องทาง Online สื่ออิเล็กทรอนิกส์ระบบ Zoom และ Facebook Live โดยออนไลน์ ณ ห้อง สมุดพระพรหมบัณฑิต อาคารสิริภักดิ์ธรรม วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

เป็นหลัก ทำไมไม่เรียกจิตวิทยาประยุกต์ ถ้าเป็นแต่เพียงทฤษฎี ไม่มีภาคปฏิบัติ จะเป็นองค์ความรู้ที่สมบูรณ์ได้หรือไม่

บัดนี้เวลาผ่านมาเป็น ๑๐ ปีแล้ว ปรากฏว่าองค์ความรู้ทางพุทธจิตวิทยานั้นมีมากมายมีงานวิจัยเป็นกิจลักษณะจากวรรณกรรมพระพุทธศาสนา ของดีถ้าเก็บไว้ในตู้พระไตรปิฎกก็ไม่สามารถที่จะมีฤทธิ์เดชได้ ไม่สามารถจะเป็นอนุสาสนีปาฏิหาริย์ การเปิดวิชาเอกพุทธจิตวิทยานั้น ไม่ได้หมายความว่าองค์ความรู้พร้อมสมบูรณ์ แต่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กำลังเปิดช่องทางการวิจัย คำนคว้า เพื่อนำเอาพุทธศาสตร์มาใช้ให้เป็นประโยชน์ในสาขาจิตวิทยา ที่ยังไม่จบในตัวเอง เพราะฉะนั้นอย่าหวังว่าพุทธจิตวิทยามีความสมบูรณ์แล้ว

เมื่อดูประวัติพัฒนาการของพุทธจิตวิทยา หลายฝ่ายอ้างตัวเองว่า ศึกษาหรือวิจัยพุทธจิตวิทยา นั้นเป็นพุทธจิตวิทยาหรือไม่ แม้กระทั่งงานที่พวกเรากำลังทำ เวลาพูดถึงแก่นพุทธจิตวิทยา เราหมายถึง Essential characteristic คือ สิ่งที่มีลักษณะเป็นสาระสำคัญของพุทธจิตวิทยา

เราต้องเข้าใจว่าจิตวิทยาตะวันตกมีหลายสำนัก ทั้งจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis) พฤติกรรมนิยม (Behaviourism) กิจนิยม (Functionalism) เราหาสิ่งที่เป็นแก่นของจิตวิทยาตะวันตกได้หรือไม่ เพราะฉะนั้น แทนที่จะพูดถึงแก่นของจิตวิทยา เราน่าจะพูดถึงว่าทำไมสำนักเหล่านั้น รวมถึงพุทธจิตวิทยาด้วย จึงเป็นจิตวิทยา

นั่นคือเราไม่ได้พูดถึงแก่น เราพูดถึงลักษณะร่วม เรียกว่า Family Resemblance คือลักษณะละม้ายคล้ายคลึงกันของสมาชิกในครอบครัว เหตุใดจึงบอกว่า พ่อ แม่ พี่ น้อง ปู่ ย่า ตา ยาย เป็นเครือญาติกัน เราดูที่ลักษณะหน้าตา พวกเขามีอะไรบางอย่างที่บ่งบอกได้ว่าเป็นพี่น้องกัน เป็นพ่อแม่ลูกกัน ที่เราเห็นแล้วก็รู้ว่าพวกเดียวกัน เราจะทำอะไรให้พุทธจิตวิทยามี Family Resemblance มีลักษณะละม้ายคล้ายคลึงกันของการเป็นสมาชิกของจิตวิทยาทั่วไป อะไรคือสิ่งที่เป็นลักษณะร่วมของจิตวิทยาทั่วไป และเป็นลักษณะที่พบในพุทธจิตวิทยา ประเด็นปัญหา คือ ทำอย่างไรให้เขายอมรับว่าพุทธจิตวิทยาเป็นพวกเดียวกันกับจิตวิทยา เวลาที่เราทำจิตเวช จิตบำบัด ในมุมมองของพระพุทธานุศาสน์ที่เสนอไปนั้น ใช้จิตวิทยาหรือไม่ นี่เป็นสิ่งที่มหาวิทยาลัยต้องเอาใจใส่ เพราะเราผลิตบัณฑิตในด้านนี้

แต่ถ้าผลิตบัณฑิตไปแล้วเขาว่าไม่เป็นบัณฑิตด้านจิตวิทยา เพราะคุยกันไม่รู้เรื่อง พูดไปคนละทางสองทาง ก็จะเกิดปัญหา เพราะฉะนั้นต้องตอบคำถามว่าอะไรคือลักษณะร่วมที่สร้างความละม้ายคล้ายคลึงกันระหว่างพุทธจิตวิทยากับจิตวิทยาทั่วไป

เพื่อตอบคำถามว่า ความละม้ายคล้ายคลึงระหว่างพุทธจิตวิทยากับจิตวิทยาทั่วไปเป็นอย่างไร ก็มาดูพัฒนาการของพุทธจิตวิทยาทั้งในเชิงประวัติศาสตร์และในเชิงความคิด จะเห็นได้ว่าเวลาที่พูดเรื่องพุทธจิตวิทยา มโนทัศน์ความรู้อยู่ในพระไตรปิฎกเป็นฐาน ซึ่งพระไตรปิฎกภาษาบาลีนั้น ถือเป็นหลักฐานทาง

พระพุทธศาสนาที่เก่าแก่ที่สุด แม้แต่ทางมหายาน ก็ต้องอ้าง พระไตรปิฎกบาลีของเถรวาท โดยเฉพาะนิกายทั้ง ๔ ใน พระสูตรตันตปิฎก คือ ทีฆนิกาย มัชฌิมนิกาย สังยุตตนิกาย และ อังคุตตรนิกาย นี่ถือว่าเป็นคำสอนดั้งเดิม ตามฝ่ายมหายาน แต่ฝ่ายเรารวมหมดทั้งพระสูตร พระวินัย พระอภิธรรม ถือว่าเป็น คำสอนดั้งเดิมของพระพุทธเจ้า

ฉะนั้น เถรวาทมีองค์ความรู้ที่เป็นจิตวิทยาอยู่ในนั้น ต่อมามหายานได้ตีความต่างออกไป เน้นเรื่องจิตในมหายาน สำนักวิชญาณวาท หรือโยคอาจารย์ ซึ่งการตีความเหล่านี้ในเรื่องจิต ได้พัฒนาไปเป็นคำสอนฝ่ายมหายาน โดยเฉพาะพระพุทธศาสนา นิกายเซน ในโลกตะวันตกศึกษานิกายเซนมาก จึงเอาเซนกับ จิตวิทยามานวกร่วมเข้าด้วยกัน แล้วเอาไปใช้ในชีวิตประจำวัน ทำ จิตบำบัด จิตวิทยาพัฒนาการ จึงเกิดจิตวิทยาเชิงพุทธ แต่ยังไม่ใช่ พุทธจิตวิทยา แต่เป็นจิตวิทยาเชิงพุทธ (Buddhism-based Psychology) หมายถึง จิตวิทยาที่มีฐานอยู่บนคำสอนทาง พระพุทธศาสนา ซึ่งขั้นนี้ ทำให้จิตวิทยาเชิงพุทธมีความน่าสนใจ ในโลกตะวันตก แต่จะถือเป็นองค์ความรู้ที่สมบูรณ์ถึงขั้นพุทธจิตวิทยา ก็ยังไม่ได้ เราจึงต้องสร้างองค์ความรู้ด้วยงานวิจัยในมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ให้แตกแขนงออกไปเป็นพุทธ-จิตวิทยาให้ได้

พระไตรปิฎกเถรวาทเป็นจุดเริ่มต้นของความสนใจในพุทธ-จิตวิทยาในโลกตะวันตก เมื่อประมาณ ๑๒๐ ปีมาแล้ว มีการแปล

คัมภีร์แรกของอิทธิธรรม ชื่อว่า **“ธรรมสังคณี”** เป็นภาษาอังกฤษ ชื่อเรื่องว่า ***A Buddhist Manual of Psychological Ethics*** (**คู่มือจริยธรรมทางจิตวิทยาของชาวพุทธ**) แปลโดย นางริส เดวิดส์ (Ms. Rhys Davids) ในปี ค.ศ. ๑๙๐๐ ทำให้โลกตะวันตกหันมาสนใจศึกษาจิตวิทยาทางพระพุทธศาสนา ประมวลคำสอนในอิทธิธรรมเป็นองค์ความรู้ที่เป็นพื้นฐานของพุทธจิตวิทยาเถรวาท

ในฝ่ายมหายาน วิชฌาณวาทหรือโยคอาจารย์ ได้ตีความเรื่องจิตในอิทธิธรรมขยายออกไป เป็นจิตตมัตรา หรือจิตตมาตร (Mind Only) ศึกษาเรื่องจิตเท่านั้นเป็นคำสอนที่เป็นหลักในวิชฌาณวาทที่ให้ความสำคัญแก่วิญญานคือจิต คำสอนเรื่องนี้เป็นที่ยอมรับในมหายานโดยเฉพาะพระพุทธศาสนานิกายเซน เช่น ในญี่ปุ่นรับเอาไปพัฒนาเป็นองค์ความรู้ และแพร่ไปในตะวันตก มีการพูดกันเรื่อง Zen Buddhism and Psychoanalysis (พุทธศาสนานิกายเซนกับจิตวิเคราะห์) เรื่องพุทธศาสนากับจิตบำบัด นี้เรียกว่าเป็น Buddhism-based Psychology (จิตวิทยาที่อยู่บนฐานของพระพุทธศาสนา)

ปัจจุบันโลกให้ความสนใจจิตวิทยาเชิงพุทธมากขึ้น เช่น นำความคิดเรื่อง Mindfulness คือเรื่องสติในวิปัสสนากรรมฐานไปใช้เป็นจิตวิทยาพัฒนาการเพื่อพัฒนาเด็กในโรงเรียนในอเมริกา นับพันแห่ง โดยไม่บอกว่า Mindfulness (สติ) มาจากศาสนาใด แต่อิทธิพลของสติไม่ได้เริ่มมาจากโรงเรียน แต่เริ่มจากจิตบำบัดในกลุ่มจิตเวช ในโรงพยาบาลหรือมหาวิทยาลัยแพทย์ กลุ่มที่มี

ชื่อเสียงมาก คือ MBSR (Mindfulness-based Stress Reduction) หมายถึงการลดความเครียดโดยอาศัยสติเป็นฐาน คือฝึกสติแล้วลดความเครียด คนที่ริเริ่มเรื่องนี้ คือ จอน กาบัต-ซิน (Jon Kabat-Zinn)

เมื่อเราจัดประชุมเสวนาเนื่องในวิสาขบูชาโลกเรื่อง Mindfulness (สติ) คนทั่วโลกมาสัมภาษณ์เรื่องสติ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของจิตวิทยาเชิงพุทธ ยังไม่ใช่พุทธจิตวิทยา จะเห็นได้ว่าเรื่องของจิตวิทยาเชิงพุทธ มีการพัฒนาโดยเอาไปเชื่อมกับจิตวิทยาที่เป็นระบบ เพราะนักจิตวิทยาเองเมื่อศึกษาวรรณกรรมทางพระพุทธศาสนา ก็สนใจพระพุทธศาสนา และนำเอาความคิดทางพระพุทธศาสนาไปใส่ในงานจิตวิทยาของตัวเอง เหมือนอย่าง MBSR (Mindfulness-based Stress Reduction) หมายถึงการลดความเครียดโดยอาศัยสติเป็นฐาน หรือโรงเรียน Mindfulness-based learning การเรียนบนฐานของสติ ตอนนี้อยู่ในประเทศไทยก็ทำเรื่องการบริหารจิตและเจริญปัญญาที่เรียกว่า Mindfulness and Concentration Based Education (การศึกษาที่อยู่บนฐานของสติและสมาธิ) ในกระทรวงศึกษาธิการ

การปะทะสังสรรค์กันในเรื่องของจิตวิทยาตะวันตกกับพระพุทธศาสนา ที่เห็นชัดอันหนึ่งคือในงานของวิลเลียม เจมส์ (William James) บิดาของจิตวิทยาสมัยใหม่ โดยเฉพาะในอเมริกา ผู้ให้กำเนิด Functionalism คือกิจนิยม ที่พูดถึงกิจ หน้าที่ในองค์ประกอบของจิต โครงสร้างของจิตมีองค์ประกอบอย่างไร หน้าที่

ของความคิด ความรู้สึก อารมณ์ต่างๆ ในสถานการณ์ต่างๆ เป็นอย่างไร วิลเลียม เจมส์ มีอิทธิพลต่อจิตวิทยาในอเมริกาจนกระทั่งมาเป็น Behaviourism (พฤติกรรมนิยม) ในปัจจุบัน

ในปี ๑๙๐๓ วิลเลียม เจมส์ ได้พบนาคาริก ธรรมปาละ ชาวศรีลังกา ผู้มีชื่อเสียงในยุคนั้นมาก เพราะอนาคาริก ธรรมปาละ ได้รับเลือกให้ไปร่วมประชุม World Parliament of Religions (สภาศาสนาโลก) ซึ่งจัดเป็นครั้งแรกในโลกที่สหรัฐอเมริกา เขาได้ขึ้นพูดในนามของพระพุทธศาสนาเถรวาท ในฝ่ายมหายานมีอาจารย์จากญี่ปุ่นมาพูด มีคนแปลเป็นนักศึกษาหนุ่มชื่อ ซูซูกิ (D.T. Suzuki) พูดเรื่องเซน ซูซูกิจึงได้แจ้งเกิดในการประชุมครั้งนั้น อนาคาริก ธรรมปาละก็แจ้งเกิดในสภาศาสนาโลกในครั้งนั้นเช่นกัน

วันหนึ่งขณะที่อยู่ในอเมริกา เขาได้ไปฟังวิลเลียม เจมส์ ผู้เขียนหนังสือ ***Principles of Psychology*** (หลักจิตวิทยา) ขณะที่กำลังบรรยายให้นักศึกษาฟังอยู่ที่มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด อนาคาริก ธรรมปาละไปนั่งฟัง เนื่องจากสื่อรายงานเรื่องเขาเยอะ ตอนประชุมสภาศาสนาโลก วิลเลียม เจมส์ จำอนาคาริก ธรรมปาละได้ จึงกล่าวว่า “เมื่อผมกลับไปนั่งแล้ว ให้คุณคนนี่ซึ่งน่าจะพูดได้ดีกว่าผมในเรื่องจิตวิทยาขึ้นมาพูด” การที่วิลเลียม เจมส์ พูดอย่างนี้ แสดงว่า อนาคาริก ธรรมปาละรู้พุทธจิตวิทยา เขาจึงให้อนาคาริก ธรรมปาละพูดสรุปโครงสร้างจิตวิทยาในพระพุทธศาสนา

วิลเลียม เจมส์ ได้สรุปการปาฐกถา และได้รับการบันทึก

ไว้นจนถึงปัจจุบันว่า “This is the psychology everybody will be studying 25 years from now (นี่เป็นจิตวิทยาที่ทุกคนจะต้องเรียนกันในอีก ๒๕ ปีจากนี้ไป)” คำพยากรณ์ของวิลเลียม เจมส์ ถูกครึ่งหนึ่ง คือคนทุกวันนี้จะต้องเรียนเรื่อง Mindfulness (สติ) ในพุทธจิตวิทยา แต่ชาวโลกใช้เวลาเกิน ๒๕ ปี กว่าจะหันมาสนใจพุทธจิตวิทยา

อีกสำนักหนึ่งที่โด่งดังมาพร้อมกับวิลเลียม เจมส์ ก็คือ สำนักโครงสร้างนิยม (Structuralism) ก่อตั้งโดย วิลเฮ็ล์ม วุนด์ท์ (Wilhelm Wundt) ชาวเยอรมัน นักจิตวิทยาทั้งสองคือ วิลเลียม เจมส์ กับ วิลเฮ็ล์ม วุนด์ท์ ต่างฝ่ายต่างวิจารณ์ซึ่งกันและกัน

วิลเลียม เจมส์ วิจารณ์ โครงสร้างนิยม ของวิลเฮ็ล์ม วุนด์ท์ ว่ามีแต่สำนักปฏิบัติการ แต่ไม่มีฐานทางความคิด “Plenty of school, but no thought (มีแต่สำนักมากมายแต่ไม่มีทฤษฎีทางความคิด)” ทั้งนี้เพราะวิลเฮ็ล์ม วุนด์ท์ เป็นคนที่ทำให้จิตวิทยาเป็นวิทยาศาสตร์ แยกออกมาเป็นศาสตร์เฉพาะสาขาหนึ่งด้วยการสังเกตทดลอง แต่มีจุดอ่อนตรงที่มีแต่การทดลอง แต่ไม่มีคำสอนที่เป็นรากฐานทางทฤษฎี

วิลเฮ็ล์ม วุนด์ท์ ได้วิจารณ์กิจนิยมของวิลเลียม เจมส์ ว่า “It is literature. It is beautiful, but it is not psychology. (มันเป็นแค่วรรณกรรม ไพเราะงดงาม แต่ไม่ใช่จิตวิทยา)” วิลเฮ็ล์ม วุนด์ท์ หมายถึงหนังสือหลักจิตวิทยาของวิลเลียม เจมส์ เป็นแค่วรรณกรรมไพเราะ งดงาม แต่ไม่ใช่จิตวิทยา ในขณะที่อีกฝ่ายหนึ่ง

เอาแต่ทำวิจัยด้วยสถิติและปริมาณโดยไม่สนใจหลักพุทธธรรม ก็อาจถูกวิจารณ์ได้ว่าเป็นภาคปฏิบัติแต่ขาดรากเหง้าทางทฤษฎี ซึ่งถ้าเอาทฤษฎีทางพระพุทธศาสนาคือปริยัติมารวมเข้ากับ ภาคปฏิบัติก็จะทำให้เป็นพุทธจิตวิทยาที่สมบูรณ์

เราสามารถที่จะพูดได้ว่า ถ้าเป็นแต่ภาคปฏิบัติไม่มี รากเหง้า no thought ไม่มีทฤษฎี ไม่มีคำสอนทางพระพุทธศาสนา เป็นรากฐานเลย ก็ไม่สามารถเรียกว่าพุทธจิตวิทยา เป็นได้เพียง จิตวิทยาเชิงพุทธ (Buddhism-based Psychology) เป็นจิตวิทยา ที่มีฐานทางพระพุทธศาสนา ไม่ใช่พุทธจิตวิทยา เพราะฉะนั้น จะต้องหารากเหง้าของพุทธจิตวิทยาในพระไตรปิฎก ตรงกันข้าม ฝ่ายที่เน้นแต่หารากเหง้าในพระไตรปิฎกโดยไม่มีภาคปฏิบัติ มาประกอบ ก็อาจถูกวิจารณ์ได้ว่า งานวิจัยนั้นเป็นแค่วรรณกรรม ไม่ใช่จิตวิทยา

สรุปแล้วแก่นพุทธจิตวิทยาต้องมียอดประกอบ ๓ อย่าง คือ ปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ ถ้ามีแต่ปริยัติ คือทฤษฎี ก็เป็นแค่ วรรณกรรมทางพระพุทธศาสนา ถ้ามีแต่ภาคปฏิบัติเช่นจิตบำบัด แต่ไม่มีหลักพุทธธรรมรองรับ ก็เป็นแค่จิตวิทยาทั่วไป และผลที่ ออกมาก็ไม่ใช่ปฏิเวธ คือการดับทุกข์อย่างถาวร เพราะฉะนั้น ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ต้องมีครบในพุทธจิตวิทยา เริ่มจากทฤษฎี หรือปริยัติ คำสอนทางพุทธจิตวิทยา นำไปสู่ภาคปฏิบัติ และ จากภาคปฏิบัตินำไปสู่ผลที่พึงปรารถนาตามแนวคำสอนของ พระพุทธศาสนาที่เรียกว่าปฏิเวธ ทั้งปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ

รวมกันจึงจะถือว่าเป็นแก่นพุทธจิตวิทยา ทั้งนี้หมายความว่า
ในงานวิจัยเดียวกันอาจจะมีภาคปฏิบัติร้อยละ ๗๐ ปริยัติร้อยละ
๒๐ และปฏิเวธร้อยละ ๑๐

ที่มาของพุทธจิตวิทยาในเชิงปริยัติได้จากอภัพพสูตรว่า
“ชาติ ๑ ชรา ๑ มรณะ ๑ ถ้าธรรมทั้ง ๓ ประการนี้แล ไม่พึงมี
ในโลก พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ถึงบังเกิดในโลก
ธรรมวินัยอันพระตถาคตทรงประกาศไว้แล้วไม่พึงรุ่งเรืองในโลก”
หมายความว่าถ้าโลกนี้ไม่มีความทุกข์อันเนื่องมาจากชาติ ชรา
พยาธิ มรณะ พระพุทธเจ้าไม่จำเป็นต้องอุบัติ พระธรรมไม่จำเป็นต้อง
ต้องรุ่งเรืองในโลก

ถ้าทุกคนอยู่สบายกันหมด เป็นเทวดาบนสวรรค์กันหมด
ไม่เจ็บ ไม่ป่วย ไม่ใช่ แล้วจะต้องมีหมอทางกายไว้ทำอะไร
มีจิตแพทย์ไว้ทำอะไร แต่เพราะโลกเรามีสุขมีทุกข์คลเคล้ากัน
พระพุทธเจ้าจึงอุบัติ โลกไม่ได้สุขอย่างเดียวและไม่ได้ทุกข์อย่าง
เดียว สุขก็ทำให้คนอยากอยู่ ทุกข์ก็ทำให้คนเบื่อหน่าย สุขอย่าง
เดียวก็ไม่จำเป็นต้องมีธรรมะ แต่เพราะพบทุกข์จึงเห็นธรรมะ
ธรรมะมีคุณค่าเพราะมีทุกข์ หมอยังมีคุณค่าเพราะคนไข้เป็น
ทุกข์

ฉะนั้น ฐานตรงนี้เป็นแนวคิดพื้นฐานทางพระพุทธศาสนา
ที่จะต้องมียวิธีรักษา เยียวยา โดยพระพุทธเจ้าจัดระบบโรคไว้
๒ อย่าง โรคทางกาย กายิกโรค รักษาด้วยยาทางกาย โรคทางใจ
เจตสิกโรค รักษาด้วยธรรมะ คนที่ไม่เป็นโรคทางใจมีอยู่ประเภท

เดียวคือ พระอรหันต์ เมื่อเป็นโรคก็ต้องหาที่มา ทำไมจึงเกิดโรคเกิดเพราะอะไร เป็นองค์ความรู้ เรียกว่าระบบปริยัติ หรือทฤษฎี ส่วนในทางปฏิบัติ พระพุทธเจ้าทรงมีมหากรุณาธิคุณ เห็นสรรพสัตว์มีความทุกข์ สงสารอยากจะช่วย ก็สอนให้คนพ้นทุกข์ เมื่อสอนให้พ้นจากโรคทางจิตใจ ก็เป็นสัพพโลกติกิจจโก แพทย์ผู้รักษาโรคให้ชาวโลกทั้งปวง

ท่านพระอริยมุนีเถระได้กล่าวเอาไว้ว่า พระพุทธเจ้าเป็นแพทย์ผู้รักษาโรคให้ชาวโลกทั้งปวง ยาที่พระพุทธเจ้าใช้ในการรักษาคือธรรมโอสธ ยาคือธรรมะ ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นหนึ่งในพระไตรปิฎก เป็นธรรมโอสธ ในภาคปฏิบัติต้องค้นคว้า ธรรมโอสธคืออะไร มุ่งไปสู่อะไร เพื่อการหายจากโรค ปฏิเวธคือการหลุดพ้น ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในปหาราทสูตรว่า ทะเลมียรสเดียวคือรสเค็มฉ่ำใจ ธรรมวินัยนี้ก็มีรสเดียว คือวิมุตติรส ฉะนั้น วิมุตติรส คือ รสแห่งความพ้นทุกข์

ความพ้นทุกข์ คือเป้าหมายของธรรมะ แก่นของธรรมะนำไปสู่เป้าหมายคือแก้ปัญหาได้ หลุดพ้นได้ แต่ปัญหาไม่สามารถแก้ได้ ๑๐๐ เปอร์เซนต์ เหมือนเป็นหนึ่งนอกระบบ เจ้าหนึ่งตามไล่จะฆ่าเอา เราก็ไปก๊ากจากในระบบมาใช้หนึ่งนอกระบบ ก็จะเป็นหนึ่งในระบบ ฉะนั้นการแก้ปัญหาเป็นขั้นตอน ปัญหาไม่ได้หมดไปทันที ทำนองเดียวกันวิมุตติก็มีขั้นตอน

เราประสงค์จะให้คนพ้นทุกข์ทางจิตใจ แต่ไม่ได้หาย ๑๐๐ เปอร์เซนต์ แต่เป็นไปที่ละขั้น ดังคำกล่าวที่ว่า “สวدمนตัมเป็น

ยาทา ภาวนาเป็นยากิน” ปวดเมื่อยก็ทายา ปวดตรงไหนทาตรงนั้น โรคไม่ได้หายขาดเพราะข้างในจะต้องรักษาอีก ว่าปวดเพราะอะไร อาจจะต้องรักษาภายใน นี่เรียกว่าตัทธังควิมุตติ หลุดพ้นด้วยองค์นั้น ๆ คือหลุดพ้นจากกิเลสด้วยธรรมที่เป็นคู่ปรับหรือธรรมที่เป็นตรงกันข้าม เช่น เราอิจฉาริษยาคนอื่น ก็ต้องฝึกเจริญมูทิตา คือพลอยยินดี เป็นธรรมะคู่ปรับทำให้เราไม่ทุกข์เพราะความอิจฉาริษยา ถ้าเราเป็นคนมักโกรธ ก็แผ่เมตตา แต่ก็ยังไม่ได้หมดความโกรธจากจิตใจ ยังมีอนุสัย มีสันดานเป็นความโกรธอยู่ แต่วันนี้หายโกรธ อีก ๓ วันอาจจะโกรธใหม่ นี่เรียกว่า ตัทธังควิมุตติ

ในส่วนที่ ๒ วิกัมภณวิมุตติ หลุดพ้นด้วยการข่มไว้ ถ้าเทียบกับข้อแรก วัชพีชกรหน้าบ้านเรา เราก็ตกแต่งให้สวยงาม ตัดหญ้าเอาไปทิ้ง เรียกว่าตัทธังควิมุตติ รกตรงไหนตัดตรงนั้น ส่วนวิกัมภณวิมุตติ คือการข่มด้วยสมาธิ คือการเอาหินมาทับหญ้าไม่ให้ความทุกข์ผุดขึ้น ลืม ๆ ไปเสีย หญ้าไม่งอกเพราะหินมาทับ ถ้าฝึกสมาธิอยู่ตราบใด กิเลสก็ไม่ฟุ้งตรานั้น แต่เมื่อเลิกทำสมาธิ กิเลสก็ฟุ้ง

ข้อที่ ๓ คือตัดถอนรากกิเลสได้ ดับกิเลสเสร็จสิ้นเด็ดขาด เรียกว่า สมุจเฉทวิมุตติ คือทำวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อตัดรากกิเลสได้ก็หลุดพ้น

ข้อที่ ๔ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ หลุดพ้นด้วยความสงบระงับ

ข้อที่ ๕ นิสสรณวิมุตติ หลุดพ้นด้วยสลัดออกได้

ข้อ ๑ แก่ปัญหาเฉพาะหน้า ข้อ ๒ ลืมปัญหา ดับปัญหา

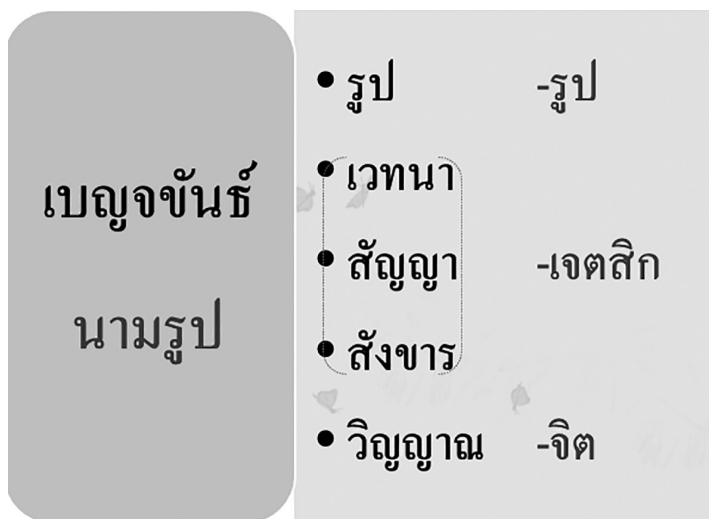
โดยยกตัว ข้อที่ ๓ แก่ด้วยปัญญา ตัดขาดไปเลย ข้อ ๔ และ ๕ แก่ปัญหาได้เบ็ดเสร็จเด็ดขาด

ในการที่จะทำจิตบำบัด จะต้องคำนึงว่าจะรักษามากขนาดไหน เช่นคนอยากฆ่าตัวตาย จะพูดอย่างไรไม่ให้เขาฆ่าตัวตาย เป็นตทังควมุตติ แต่เขาก็ยังอยากฆ่าตัวตายเพราะยังทุกข์อยู่ ก็ต้องหาอะไรให้เขาเพลินเพลิดเป็นวิกขัมภนวมุตติ แต่เขาก็ยังไม่หมดทุกข์ ยังถึงสมุทฺเทวมุตติ เพราะฉะนั้นการเยียวยารักษาความเจ็บไข้ทางจิตใจจึงมีขั้นตอน แล้วแต่ว่ามีความสามารถในระดับใด แต่ว่าเป็นประโยชน์ด้วยกันทั้งนั้น

ฉะนั้น ถ้าจะศึกษาพุทธจิตวิทยา ต้องไปดูปริยัติคือ เบญจขันธ์ นามรูป ปฏิบัติเรื่องกรรมฐาน สมถวิปัสสนาให้เกิดวิมุตติ ปฏิเวธ คือตทังควมุตติ วิกขัมภนวิมุตติ สมุทฺเทวมุตติ โครงสร้างเป็นแบบนี้ ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธต้องเชื่อมโยงถึงกัน

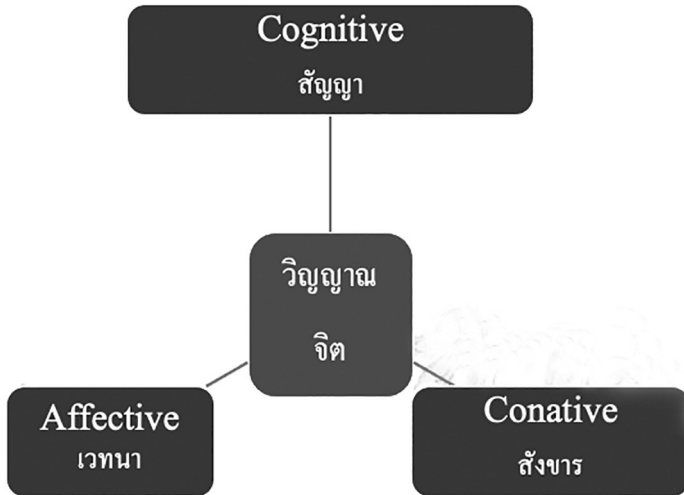
เมื่อเรียนทฤษฎีของพุทธจิตวิทยา ท่านต้องเข้าใจเรื่องโครงสร้างของเบญจขันธ์ คือชีวิต เบญจขันธ์เป็นภาษาของพระสุตตันตปิฎก ส่วนนามรูปเป็นภาษาที่ของอภิธรรม เบญจขันธ์คือกองทั้ง ๕ ประกอบด้วย

๑. รูป คือร่างกาย
๒. เวทนา ความรู้สึก
๓. สัญญา ความจำ
๔. สังขาร คือสิ่งที่ปรุงแต่งจิตทั้งหลาย
๕. วิญญาณ คือตัวจิต



ในอภิธรรมใช้คำว่านามรูป กล่าวคือ ขันธ์ ๕ ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นนาม ส่วนรูปขันธ์ คือร่างกายก็เป็นรูป นามแบ่งออกเป็น ๒ อย่าง คือ จิต หมายถึงวิญญาณขันธ์ และเจตสิก หมายถึง สิ่งที่ปรุงแต่งจิต ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร จิตเหมือนกับน้ำใสไม่มีสี เจตสิก เหมือนกับสีของน้ำ สมมติว่า เวลาจิตโกรธก็เป็นสีแดง หากจิตเกิดความรักก็เป็นสีชมพู และเวลาจิตเกิดความหลงก็เป็นสีดำ สิ่งเหล่านี้เรียกว่า เจตสิก หมายถึง สิ่งที่ปรุงแต่งจิต

การแบ่งนามขันธ์ออกเป็น เวทนา สัญญา สังขาร เทียบได้กับการที่กัจจนิยม (Functionalism) จัดกลุ่มองค์ประกอบของจิต เป็น ๓ กลุ่ม คือ ๑) เวทนา อยู่ในกลุ่ม Affective ๒) สัญญา อยู่ในกลุ่ม Cognitive ๓) สังขาร อยู่ในกลุ่ม Conative



จะเห็นได้ว่าการศึกษาทฤษฎีทางจิตวิทยาในพระพุทธศาสนา มีลักษณะคล้ายกับกิจนิยมอยู่บ้าง และมีส่วนคล้ายกับโครงสร้างนิยม (Structuralism) เพราะศึกษาลงไปในรายละเอียดของจิตและเจตสิกสักมาก ภาษาในอภิปรัชญา เรียกว่า ลักษณะ-ทิจุตกณะ โดยศึกษาเรื่องจิตเพื่อตอบคำถามต่อไปนี้

๑. จิตมีลักษณะอย่างไร
๒. จิตมีกิจคือหน้าที่ทำอะไร
๓. อะไรเป็นปัจจุปัจจัยฐาน คืออาการปรากฏของจิต
๔. อะไรเป็นปทัชฐาน คือเหตุให้เกิดจิต

ในข้อแรกที่ว่าด้วยลักษณะของจิต คัมภีร์ธรรมสังคณี ให้คำนิยามไว้ว่า “อาร์มมะณัง จินเตตติ จิตตัง (จิตคือธรรมชาติที่คิดถึงอาร์มณ)” คำว่า อาร์มณ ในที่นี้ หมายถึงสิ่งที่ถูกคิด (object)

ไม่ใช่อารมณ์ความรู้สึก (feeling) เวลาคิดถึงอะไร สิ่งที่ถูกคิดเรียกว่าอารมณ์ คือสิ่งที่จิตเกาะเอาไว้ จิตเป็นธาตุที่รู้และไม่ได้เกิดขึ้นลอย ๆ ต้องมีสิ่งที่ถูกรู้ ตรงกับทฤษฎี Intentionality คือการมุ่งอารมณ์ของจิต ดังคำที่ว่า “Consciousness is consciousness of something (จิตคือธรรมชาติที่คิดบางสิ่งบางอย่างอยู่เสมอ) ถ้าจิตไม่คิดก็ไม่ใช่จิต และไม่มีอยู่ ดังที่เดส์การ์ต (Descartes) กล่าวว่า “I think therefore I am (เพราะฉันคิดฉันจึงมีอยู่)” แสดงว่า ถ้าฉันไม่คิดฉันก็ไม่มีอยู่ จิตต้องคิดและรับรู้ว่าตัวมันเองมีอยู่ ใครคิดคนนั้นก็รู้ว่าตนเองมีอยู่ คนอื่นจะมานูमानว่าเรามีจิตก็ได้ เรียกว่า Theory of Mind (TOM) ถ้าเขานูमानว่าเรามีจิต นั่นก็เป็น Theory (ทฤษฎี) สำหรับเขา แต่สำหรับเรา มันไม่ใช่ Theory เพราะเราคิดและรู้ว่าจิตมีลักษณะดังนี้

๑. วิชาณะนะลักขณะณัง รู้แจ้งอารมณ์เป็นลักษณะ

๒. ปุพพังคะมะระสัง จิตมีการเป็นหัวหน้าเป็นหน้าที่ หมายความว่า เมื่อจิตเกิดขึ้นแต่ละขณะต้องมีเจตสิกมาประกอบเสมอ

๓. สันธานะปัจจุภูฐานัง จิตมีการเชื่อมต่อกันเป็นอาการที่ปรากฏ นั่นคือ จิตหลายดวงเชื่อมต่อกันเป็นกระแสจิตเรียกว่า วิญญานโสตะ (กระแสวิญญาน)

๔. นามรูปปะทัฏฐานัง จิตมีนามรูปเป็นเหตุใกล้ หมายถึง จิตอาศัยร่างกายและเจตสิกมาประกอบจึงเกิดขึ้นได้

ส่วนเจตสิก สิ่งที่ปรุงแต่งจิต มีลักษณะดังนี้

๑. เอกุปปาทะ เกิดพร้อมกับจิต เหมือนกับสีในน้ำ สีแยก

จากน้ำไม่ได้ น้ำคือจิต สีคือเจตสิก การคิด การรับรู้อารมณ์เช่น เห็นเงิน การรับรู้ว่ามีเงินเป็นจิต ตัณหาที่รู้เป็นจิต แต่จำได้ว่าเงิน เพราะมีสัญญา เมื่อเห็นเงินแล้วมีความสุขเป็นเวทนา ชอบหรือไม่ชอบเงินนั้น เป็นสังขารเพราะฉะนั้น เจตสิก คือ เวทนา สัญญา สังขาร เกิดพร้อมกับจิต

๒. เอกนิโรธะ เจตสิกดับพร้อมกับจิต

๓. เอการัมมณะ เจตสิกมีอารมณ์เดียวกับจิต คือคิดเรื่องเดียวกัน

๔. เอกวัตถุกะ เจตสิกมีฐานคือร่างกายเป็นที่ตั้งเดียวกันกับจิต

เจตสิกนี้แหละที่ปรุงแต่งเข้ากับจิต ทำให้คนจึงเป็นโรคจิต โรคประสาท เพราะเวลาคิดเอาเจตสิกฝ่ายอกุศลไปปรุงแต่งจิต จิตก็พิกลพิการ เจตสิกจึงแบ่งออกเป็น ๓ คือ ฝ่ายกลาง ฝ่ายร้าย และฝ่ายดี ดังนี้

๑. เจตสิกฝ่ายกลาง เรียกว่า อัญญสมานาเจตสิก แปลว่า สิ่งประกอบเข้ากลาง ๆ ไม่ดีไม่ร้าย เช่น เจตนาความตั้งใจ เอาঁคคตา ความคิดเรื่องเดียว เหล่านี้ทำให้เป็นกลางใช้ได้ทั้งเรื่องดีเรื่องร้าย

๒. เจตสิกฝ่ายร้าย เรียกว่า อกุศลเจตสิก เช่น โลภ โกรธ หลง อิจฉาริษยา พอมาปรุงแต่งจิตก็ทำให้คนเบียดเบียนกันจนละเมิดศีลธรรม คนที่ถูกเบียดเบียน ก็เกิดความเครียด (Stress) เมื่อเครียดมากก็มีผลทำให้เป็น Post-Traumatic Stress Disorder

(PTSD) จิตเพี้ยนไปเพราะความเครียดหลังจากที่เกิดวิกฤติในชีวิต เช่น สูญเสียคนรัก ของรัก นี้มาจากอกุศลเจตสิกประกอบเข้ามาในจิต ทำอย่างไรจึงจะขับไล่อกุศลเจตสิกออกไป ทำจิตใจให้ผ่อนคลายจากอกุศลเจตสิก

๓. เจตสิกฝ่ายดี เรียกว่า โสภณเจตสิก เช่น ศรัทธา ปัญญา เมตตา กรุณา ยังมีมากจิตยิ่งผ่อนคลายมาก เข้มแข็งมาก ยังมีเมตตา มากก็จะมีคุณความดีที่เป็นอกุศลได้ ยังมีความฉลาดมากตัวโมหะ ก็จะลดลง แทนที่จะมุ่งเอาตอนที่ เป็นโรคจิตแล้วค่อยมาแก้ คนที่เป็นโง่เขลา เพราะเกิดโมหะ ไม่ได้พิจารณา ไม่มีสติ ไม่มีปัญญา เป็นโรคกลัวสารพัด ถ้าหากพัฒนาโสภณเจตสิกตัวปัญญาขึ้นมา มีสติมีปัญญา จะไม่เป็นโง่เขลา กระบวนการพัฒนาเจตสิกฝ่ายดี ภายในจิตใจ จัดอยู่ในขอบข่ายของ Positive Psychology (จิตวิทยาเชิงบวก)

ถามว่า คนเราเกิดมาจิตเต็มแท้นะหรือไหม ตอบว่า ไม่ จิตเต็มแท้นะจะมีอนุสัยกิเลสอยู่ทั้งฝ่ายดี ฝ่ายชั่ว เรียกว่าเป็น potential เป็นศักยภาพ เพราะฉะนั้นจิตของฝ่ายเถรวาท เป็นดังนี้ว่า “ปะภัสสะระมิตัง ภิกขเว จิตตัง ตัญจะ โข อาคันตุเกหิ อุปักกิลเสหิ อุปกิลิฏฐัง” แปลความว่า “ภิกษุทั้งหลาย จิตนี้ ผุดผ่อง และจิตนั้นแลเศร้าหมอง เพราะอุปกิเลสที่จรมา”

จิตปกติไม่ดี ไม่ชั่ว เปรียบเหมือนน้ำใส แต่ไม่ได้หมายความว่าไม่มีตะกอน น้ำใสเพราะว่าตะกอนนอนก้น เป็นอนุสัยกิเลส พอไปกวนให้ขุ่นก็ฟุ้ง ดังกรณีของเด็กที่ถูกกวนให้โกรธบ่อยๆ ก็เป็น

เด็กก้าวร้าว ซึ่งมาจากการที่เราไปกวณเจตสิกทั้งหลายให้พุ่ง

จิตเป็นกระแส คำว่ากระแสจิตภาษาบาลีเรียกว่า วิญญูณโสตะ ในพระไตรปิฎกมีปรากฏคำว่า วิญญูณโสตะ (กระแสจิต) ในอภิธัมมัตถสังคหะ จิตมี ๒ ลักษณะ คือ ๑) เป็นวิถีจิตคือกระแสจิตที่ออกมารับรู้อารมณ์ภายนอก ๒) เป็นภวังคจิต เป็นกระแสจิตใต้สำนึก

วิลเลียม เจมส์ ได้เขียนไว้ในหนังสือหลักจิตวิทยา (Principles of Psychology) ในปี ๑๘๙๐ เรื่องกระแสจิต (Stream of consciousness) จิตไม่ได้แยกกันเป็นส่วนๆ เพราะฉะนั้น อุปมาสายโซ่จึงใช้ไม่ได้กับเรื่องนี้ แต่สิ่งที่ใช้ได้คือ กระแสน้ำ หรือ stream จิตเหมือนกระแสน้ำที่ไหลต่อเนื่องเป็นกระแสไม่เคยขาดสาย หยดน้ำในกระแสแต่ละหยดเชื่อมต่อกัน มีปฏิสัมพันธ์อยู่ในกระแสนั้น จึงไม่เหมือนโซ่ผูกติดกัน เพราะฉะนั้นจิตแต่ละดวงเป็นอิสระต่อกัน โดยเกิดขึ้นและดับลงเป็นกระแสเชื่อมกัน ท่านจึงอุปมาเหมือนกระแสน้ำ เป็น stream of thought (กระแสความคิด)

พระพุทธเจ้าได้สอนไว้ว่าตั้งแต่เกิดจนตายมีกระแสจิตเดียว จิตทำงานตลอดเวลา ตั้งแต่ตื่นนอนจนหลับ จิตเกิดติดต่อกันเป็นกระแส ตั้งแต่เด็กจนโต ทำให้เกิดความรู้สึกว่ามีการสืบทอดของตัวเอง เรียกว่า Personal Identity เหตุที่เป็นคนเดียวกันกับตอนเด็ก เพราะว่าจิตเป็นกระแสเดียวกัน ตั้งแต่จำความได้เกิดที่ไหน เรียนที่ไหน จิตเป็นกระแส มีบางช่วงที่หลับโดยไม่ฝัน

จิตไม่ได้ขาด กระแสจิตยังต่อเนื่องไปอยู่ ตั้งแต่เกิด เรียกว่า ปฏิสนธิจิต จนกระทั่งตาย จุตติจิต ไม่เคยขาด มีสิ่งที่เชื่อมกันคือ ภวังคจิต ทั้งปฏิสนธิจิต จุตติจิต และจิตที่ต่อภพต่อชาติ เป็นกระแสเดียวกัน เรียกว่าภวังคจิต

ตอนที่หลับโดยไม่ฝัน จิตได้สำนึกทำงาน เวลาจิตออกมาทางตา ทางหู ทางจมูก ก็เป็นวิถีจิต เรียกว่า Mind process เห็น รูป ฟังเสียง จิตเกิดดับเร็วมาก รับรู้ ๑ ครั้งก็ดับ ๑ ดวง จิตจึงออกมา เห็นภาพแล้ว ลงภวังค์ เป็นแบบนี้ตลอดทั้งวัน จิตจะตกภวังค์อยู่ไม่ถึงวินาทีแล้วส่งต่อกันเรื่อย ๆ เป็นกระแส บางคนใจลอยวิถีจิตก็ไปที่อื่น แต่กระแสจิตไม่ได้ขาด หากหลับโดยไม่ฝัน จิตก็ยังทำงานในภวังค์ ตื่นขึ้นมาก็ทำงานต่อ เป็นวิถีจิตคือจิต รู้สำนึก

ทางพระพุทธศาสนาจิตรู้สำนึกกับจิตได้สำนึกเป็นกระแสเดียวกัน กระแสจิตเหมือนงูเลื้อยเข้าไปอยู่ในโพรงซึ่งเป็นภวังคจิต จิตที่ออกมานอกโพรงเป็นวิถีจิต ทั้งวิถีจิตและภวังคจิตเป็นกระแสเดียวกัน วิถีจิตคือจิตที่ออกมาจากภวังค์แล้วรับรู้ทางตา ทางหู เป็นต้น ท่านเปรียบจิตเหมือนแมงมุม ตามปกติจิตจะอยู่ในภวังค์ รับเอาอารมณ์ในอดีตมาคิดโดยที่ไม่รู้ตัว เป็นจิตได้สำนึก เมื่อรูปมากระทบตา เสียงกระทบหู จิตตื่นมาถูกรูป ฟังเสียง เหมือนกับแมงมุม เมื่อมีแมลงมาเกาะที่ใย แมงมุมก็ออกมาจับแมลงไปกิน แล้วกลับที่เดิม นั่นคือภวังคจิตออกมารับรู้อารมณ์ ทางตา ทางหู เป็นต้น แล้วกลับเข้าสู่ภวังค์

อีกตัวอย่างหนึ่ง จิตเหมือนปลาที่กระโดดขึ้นมาสูบเหยื่อเหนือน้ำ ตอนที่อยู่ในน้ำ เป็นภวังคจิต ตอนที่กระโดดมาสูบเหยื่อเป็นวิถิจิต เพราะฉะนั้นภวังคจิตกับวิถิจิตจึงเป็นกระแสเดียวกัน

ที่บรรยายมานั้นเป็นเรื่องของภาคทฤษฎี หรือปรัญชาของพุทธจิตวิทยา ต่อไปนี้จะพูดถึงภาคปฏิบัติ อันมีจุดเริ่มต้นที่พบในมรุตปิณฑิกสูตร ความตอนหนึ่งว่า “ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย จักขุวิญญาณเกิดขึ้นเพราะอาศัยตาและรูป เพราะประชุม ๓ ประการ จึงเกิดผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัย จึงเกิดเวทนา บุคคลเสวยเวทนาอันใด ก็จำเวทนาอันนั้น บุคคลจำเวทนาอันใด ก็ตรึกถึงเวทนาอันนั้น บุคคลตรึกถึงเวทนาอันใด ก็เนิ่นช้ำอยู่ที่เวทนาอันนั้น บุคคลเนิ่นช้ำอยู่ที่เวทนาอันใด ส่วนแห่งสัญญาเครื่องเนิ่นช้ำก็ครอบงำบุรุษ เพราะเนิ่นช้ำอยู่ที่เวทนานั้นเป็นเหตุ”

ขยายความว่า ผัสสะ เกิดจากองค์ประกอบ ๓ อย่างมาประชุมกันคือ จักขุวิญญาณ ตาและรูป ผัสสะคือการที่ตาเห็นรูปในขณะนั้น ภวังคจิตออกมารับรู้รูปทางตา เกิดเวทนา ความรู้สึกสุขหรือทุกข์ มีความจำได้หมายรู้ปรุงแต่ง หากมีโยนิโสมนสิการก็ปรุงแต่งไปในทางที่ดี ถ้าไม่มีโยนิโสมนสิการก็ทำให้เกิดการปรุงแต่งในทางร้ายเกิดความเครียด เป็นปัญจะ (ปรุงแต่ง) และปัญจะสัญญาทั้งหมด ผกผันให้พิสดาร เช่นเห็นคนมองหน้าเราอาจจะเกิดความชอบ เป็นสุขเวทนาเพราะอิฏฐารมณ์ มีสัญญาคือจำได้ว่าคนนี้เป็นใคร ปรุงแต่งว่าคนนี้รักเรา หรือหากเห็นคนจ้องแล้วคิดว่าเขาจะมาขโมยของเรา เหล่านี้เป็นกระบวนการ

ปรุงแต่งให้เกิดสุขหรือทุกข์ หากจิตตกไปในภวังค์ก็ทำให้เรา
 ย่ำคิด เรียกว่าเคี้ยวเอื้องทางความคิด เอาความคิดมาย่ำคิดย่ำทำ
 ตรงนี้เป็นกระบวนการของปัญญาจะก่อให้เกิดความทุกข์ ส่วน
 การดับทุกข์เรียกว่านิปปัญญะเกิดจากการปฏิบัติกรรมฐาน

กรรมฐานมีไว้เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดความทุกข์ ถ้ามีทุกข์
 ก็ใช้เป็นจิตบำบัดด้วยการชำระอกุศลเจตสิก นอกจากนั้นกรรมฐาน
 ยังช่วยพัฒนาโสภณเจตสิกในจิตวิทยาเชิงบวก สรุปว่า พุทธ-
 จิตวิทยานอกจากจะเป็น Psychotherapy (จิตบำบัด) ยังเป็น
 Positive Psychology (จิตวิทยาเชิงบวก) ที่พัฒนาจิตให้มีสติ
 สมานะ ปัญญา

สติเป็นเจตสิกที่ระลึกรู้ทันปัจจุบันทั้งภายในและภายนอก
 ตัวเรา เป็นสภาวะที่ไม่ใจลอยคือมองให้เห็นฟังให้ได้ยิน ส่วน
 สมานะคือการปักใจมั่นอยู่ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเป็นเจตสิกที่เรียกว่า
 เอกัคคตา แปลว่าคิดเรื่องเดียว จิตที่มีสมานะย่อมคิดเพียงเรื่อง
 เดียวไม่วอกแวกไปคิดเรื่องอื่น

สมถกรรมฐานเน้นการฝึกสติและสมาธิดังที่พบในจิตวิทยา
 เชิงบวก นั่นก็คือสภาวะ The flow ที่จิตลื่นไหลเป็นอันเดียวกันกับ
 งานที่กำลังทำโดยนักจิตวิทยาชื่อซิกเซนทมิฮาลี (Csikszentmihalyi)
 ที่ศึกษาคนเก่ง เช่นนักดนตรี ในขณะที่เขาแสดงได้อย่างดี จิต
 ของเขาจะ flow คือลื่นไหลเป็นกระแส ไปทางเดียว คือเขาไม่สนใจ
 เรื่องอื่น มีสมาธิในการทำงานแสดงนั้น

วิปัสสนากรรมฐานเน้นการฝึกสติและสัมปชัญญะ ตามแนว มหาสติปัฏฐานสูตร สัมปชัญญะหมายถึงความรู้ชัด มี ๔ อย่าง คือ

๑. สาทถกสัมปชัญญะ รู้ชัดว่ามีประโยชน์หรือไม่ เวลาที่ ทำอะไรก็ตามจะต้องตรวจสอบตนเองเสมอ เช่นขณะกำลังพูด กำลังสอน กำลังบรรยาย ต้องมีสัมปชัญญะรู้ชัดว่าตรงประเด็น หรือไม่ที่พูดนั้นมีประโยชน์เพียงใด

๒. สปปายสัมปชัญญะ รู้ชัดเป็นสปปายะคือเหมาะสม หรือไม่ เช่นรู้ว่าเรื่องที่บรรยายนั้นยากเกินความรู้ความเข้าใจของผู้ฟังหรือไม่

๓. โคจรสัมปชัญญะ รู้ชัดว่าในแตงงานที่กำลังทำอะไร แล้วประมวลเอาเรื่องที่เกี่ยวข้องมาประกอบเข้ากับเรื่องที่กำลังทำ

๔. อสัมโมหสัมปชัญญะ รู้ชัดว่าไม่ด้วยไปตามอำนาจอคติ ตัดสินใจไปบนฐานของปัญญาคือความรู้รอบด้าน ไม่ใช่ตัดสิน ไปตามอารมณ์ของคนที่ยึดด้านเดียวด้วยอคติ

สัมปชัญญะจะช่วยลดอคติลงจนเราสามารถมองเห็น แก่นพุทธจิตวิทยาอันประกอบด้วย ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ และ พบลักษณะละม้ายคล้ายคลึง (Family Resemblance) ระหว่าง พุทธจิตวิทยากับจิตวิทยาทั่วไปตรงที่วิปัสสนากรรมฐานมีบทบาท สำคัญในการแก้ทุกข์ด้วยการชำระจิตให้ผ่องใสจากอกุศลเจตสิก มีผลให้เกิดกระบวนการจิตบำบัด (Psychotherapy) ในขณะที่ สมถกรรมฐานช่วยพัฒนาโสภณเจตสิกอันเป็นหน้าที่สำคัญของ จิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology)

เสวนาแก่นพุทธจิตวิทยา*



ท่านพระเถรานุเถระทุกรูป ขอเจริญพรท่านรองศาสตราจารย์ ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง ในฐานะผู้อำนวยการหลักสูตร ท่านคณะครูบาอาจารย์ที่ทรงคุณวุฒิ มีท่านรองศาสตราจารย์ ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต เป็นต้น

ในฐานะเจ้าของที่ขอต้อนรับและอนุโมทนาทุกท่านที่ได้มาใช้เวทีที่วัดประยุรวงศาวาส เสวนาเรื่องแก่นพุทธจิตวิทยา โดยระดมระดับมันสมองของภาควิชามาช่วยกันคิด ซึ่งคาดหวังว่าจะได้ผลของการเสวนาที่เป็นขึ้นเป็นอัน และจับต้องได้ นำไปเป็น Model เป็นหลักในการเรียนการสอนพุทธจิตวิทยา เนื่องจากว่าเป็นผู้กล่าวนำเสวนาในเรื่องนี้ จะขอให้กรอบในการพิจารณาอาจจะเรียกว่าต่อเนื่องจากการบรรยายเมื่อครั้งก่อนในเรื่องเดียวกัน เรื่องแก่นพุทธจิตวิทยา และเข้าใจว่าข้อสังเกตที่ได้พูดในครั้งนั้น นำมาสู่การเสวนาที่ลงลึกในวันนี้

* บรรยายแก่ผู้บริหาร คณาจารย์ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยา ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ณ หอประชุมอาคารสิริภักดีธรรม ชั้น ๓ วัดประยุรวงศาวาส เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๕

ข้อสังเกตอันเกี่ยวข้องกับที่ได้ตั้งประเด็นว่าแก่นพุทธจิตวิทยาจะต้องประกอบด้วยปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ คือ ทฤษฎี ปฏิบัติ และผลของการปฏิบัติ เพราะเราองค์ความรู้ในทางพุทธจิตวิทยามีครบทุกอย่าง ไม่ใช่ไม่มีแล้วเรามาสร้างขึ้น นี่คือประเด็นไม่ยากให้ทั้งเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งพุทธจิตวิทยามีความงดงาม เพราะมีความสมบูรณ์ในทั้ง ๓ ด้าน

ในการพูดถึงเรื่องนี้โดยอ้างคำวิจารณ์ของวิลเฮ็ล์ม วุนด์ท์ (Wilhelm Wundt) เจ้าของสำนักจิตวิทยาชื่อว่าโครงสร้างนิยม (Structuralism) ที่ได้วิจารณ์กิจนิยม (Functionalism) ของวิลเลียม เจมส์ (William James) ผู้เขียนหลักจิตวิทยา (Principles of Psychology) ว่างานของกิจนิยม โดยเฉพาะของวิลเลียม เจมส์ เป็นวรรณกรรมทั้งงดงาม แต่ไม่ใช่จิตวิทยา เพราะว่าภาคปฏิบัตินั้นขาดไป ถ้ามีภาคปฏิบัติที่ได้ผล ก็ไม่ใช่แค่ทศลิปป์ เราก็ต้องระวังในการวิจารณ์แบบนี้ต่อพุทธจิตวิทยาเหมือนกัน เขียนงานวิจัยสวยหรูแต่เอาไปประยุกต์ไม่ได้ ก็จะเข้าลักษณะที่ถูกวิจารณ์โดยกลุ่มพฤติกรรมนิยมบ้าง โครงสร้างนิยมบ้าง ซึ่งวิลเลียม เจมส์ ก็ตอบโต้ผู้วิจารณ์ว่ามีสำนักปฏิบัติหลากหลาย แต่ไม่ค่อยมีแนวความคิดที่เป็นระบบ ขาดทฤษฎีที่เป็นฐานที่แข็งแรง ซึ่งทั้งสองเรื่องนี้ปรากฏอยู่ในกระบวนการเรื่องพุทธจิตวิทยาในปัจจุบัน

หลายปีมาแล้วจัดสัมมนาเรื่อง Mindfulness (สติ) ในการประชุมเสวนาเนื่องในวิสาขบูชาโลก มีนักปฏิบัติการ นักจิตวิทยา นักจิตบำบัดจากยุโรปมาเยอะ มานำเสนอผลงาน แต่พอถามถึง

พื้นฐานทางความคิด องค์ความรู้ เขาตอบไม่ได้ พูดได้แต่ว่า สติจะรักษาโรคเครียดได้อย่างไร และบอกว่าเป็นพุทธจิตวิทยา แต่มีคำถามว่าต่างจากการนำเสนอทั่ว ๆ ไปอย่างไร โยงไม่ถึงรากทางพระพุทธศาสนา เรียกว่าขาดพุทธธรรมรองรับ

ฝ่ายพวกเราในประเทศไทย นำเสนอพุทธจิตวิทยาในที่ประชุมเป็นทฤษฎีมากมาย แต่ไม่เหมือนกับทางสถาบันบางแห่ง เช่นมหาวิทยาลัยโยโรปะ ที่เขามี Buddhist Psychotherapy จิตบำบัดเชิงพุทธ แต่เรายังไปไม่ถึง

สรุปแล้วเราจะนำทั้งสองฝ่ายมาเจอกัน คือทั้งภาคปริยัติ และภาคปฏิบัติได้อย่างไร พยายามหาคำตอบในเรื่องนี้มา นำเสนอ เค้าโครงที่เป็นแก่นพุทธจิตวิทยาที่สมบูรณ์ ด้านปริยัติ ไม่ต้องเรียนหลายเรื่อง เพียงเรียนเรื่องชีวิตของมนุษย์ เรื่อง เบญจขันธ์ นามรูป เรื่องเบญจขันธ์เรียนแบบพระสูตร เรื่อง นามรูปเรียนแบบอภิธรรม ทั้งอย่างใดอย่างหนึ่งก็ไม่ได้ แต่จะไม่ลงในรายละเอียดอภิธรรม เพียงแต่ประยุกต์เอามาใช้ในพุทธจิตวิทยา นี่เป็นทฤษฎีพื้นฐาน

จากนั้นภาคปฏิบัติ คือประยุกต์เรื่องสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน ในฐานะเป็น Methodology เป็นระเบียบวิธีวิจัยเรื่องความคิด ในเรื่องปริยัติ และในการที่จะพัฒนาจิตต่อไป ให้เกิดผล เรียกว่าวิมุตติ อย่างน้อยให้พ้นจากปัญหาใน ๓ ระดับ คือ ๑. ตทังควิมุตติ ๒. วิกขัมภณวิมุตติ ๓. สมุจเฉทวิมุตติ

ตทังควิมุตติ คือ พ้นปัญหาชั่วคราว ด้วยองค์นั้น ๆ เช่น

เราเครียด เราโกรธ ทำอย่างไรจึงจะหายโกรธ ทำอย่างไรจึงจะหายเครียด หรือถ้าเป็นมากอย่างเช่นนางกิสสาโคตมีเป็นโรคจิต ต้องใช้จิตบำบัด จะไปถึงขั้น**วิกขัมภณวิมุตติ** คือข่มไว้ด้วยสมณะ หรือตัดขาดรากของปัญหาทั้งหลายด้วยวิปัสสนาเป็น**สมุจเฉทวิมุตติ**

ถ้าเราไม่สามารถอธิบายให้เชื่อมโยงทั้งภาคปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ บางทีเลือกปฏิบัติสโตอย่างเดียว Mindfulness ก็อาจจะเป็นเชิงปฏิบัติแต่ขาดพื้นฐานทางพระพุทธศาสนา หรือได้แต่พื้นฐานทางพระพุทธศาสนาแต่ไม่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ ก็เป็นเพียงทฤษฎีที่คนอาจจะไม่สนใจ ฉะนั้น ๓ ขั้นตอนนี้เขาทำกันอย่างไร และมาถึงสถานการณ์ปัจจุบันได้อย่างไร

ปริยัติ อธิบายได้ ๓ นัย พระสูตรเรียกว่า สุตตันต-ภาษาณีย์ ภาษาณีย์ แปลว่า แจกแจง แจกแจงแบบวรรณกรรมทางพระสุตตันตปิฎก และเรื่องเดียวกันก็ต้องแจกแจงอธิบายแบบอภิธรรมด้วย ท่านจะเห็นเองว่าถ้าเราเน้นแต่พระสูตรอย่างเดียว ตัวองค์ความรู้พื้นฐานทางจิตวิทยา Psychology นี้ไปไม่ถึง ถ้าเน้นแต่อภิธรรมอย่างเดียวจะโยงไม่ถึงภาคปฏิบัติ ในขณะที่พระสูตรเน้นการปฏิบัติเยอะ แต่เรื่องทฤษฎีไม่ครอบคลุมรอบด้านเท่ากับอภิธรรม

เรื่องชีวิตมนุษย์ ถ้าใช้ในภาษาของพระสูตรเราเรียกว่าเบญจขันธ์ คือขันธ์ ๕ ซึ่งชีวิตมนุษย์นั้นประกอบด้วยร่างกายกับ

จิตใจ และแบ่งเป็นชั้น ๕ กอง กองที่เป็นรูป คือร่างกาย และ กองที่เป็นนาม แยกเป็น ๔ กอง คือ เวทนา ความรู้สึก สัญญา ความจำ สังขาร การปรุงแต่ง และเป็นตัวจิต คือวิญญาณ

แท้ที่จริง คำว่า วิญญาณ ในพระสูตร เป็นไวพจน์ของคำว่า จิต เป็นอันเดียวกัน แต่ภาษาอภิธรรมเรียกวิญญาณ หรือจิต

ในอภิธรรมนั้น จิตก็คือวิญญาณ รูปก็ตรงกับรูปในพระสูตร แต่สิ่งที่ต่างออกไป และมีประโยชน์ในการทำความเข้าใจ คือคำว่า เจตสิก แปลว่าสิ่งที่ปรุงแต่งประกอบเข้ากับจิต จิตเป็นความคิด กลางๆ เป็นธรรมชาติที่คิด ไม่ดี ไม่ชั่ว แต่เวลาคิดแล้วจะมีเครื่อง ปรุงแต่งจิตให้ดี ให้ชั่ว ให้สุข ให้ทุกข์ เรียกว่าเจตสิก ซึ่งเจตสิกจะมี ๓ กลุ่ม คือ เวทนา สัญญา สังขาร ซึ่งเป็นตัวปรุงแต่งให้ดี ให้ชั่ว ให้สุข ให้ทุกข์

เบญจขันธ์ ๕ กอง คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ในอภิธรรมลดเหลือนามรูป นามคือฝ่ายนามธรรม ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ส่วนรูปคือร่างกาย สรุปล้วนนามรูปรวม กันเป็นบุคคล มีกายกับจิต ถ้ามีแต่กายอย่างเดียว หรือมีแต่นาม อย่างเดียวก็อยู่ไม่ได้ เพราะฉะนั้นนามรูปแยกออกเป็น ๓ คือ จิต เจตสิก รูป

อภิธรรมกล่าวถึงลักษณะที่จิตตกะ แปลว่า หมวด ๔ ของ เรื่องลักษณะเป็นต้นของ จิต เจตสิก รูป ในพุทธจิตวิทยา ดังนี้

๑. เมื่อศึกษาเรื่องจิต ท่านต้องรู้ว่าอะไรคือลักษณะที่เราใช้เป็นคำนิยามของจิต จิตคืออะไร และลักษณะที่เป็นแก่นของจิต

ทำให้ต่างจากเจตสิกอย่างไร ต่างจากรูปอย่างไร นี่เรียกว่าลักษณะ

๒. ต้องรู้ถึงรส หมายถึง กิจ (function) คือหน้าที่ของจิต
เจตสิก เวทนา สัญญา อภิสรรณจะอธิบายไว้ทุกเรื่อง

๓. ปัจจุปัฏฐาน ผลหรืออาการที่ปรากฏของจิต และเจตสิก

๔. ปทัฏฐาน เหตุให้เกิด

ทางจิตวิทยาบอกว่าจิตจับต้องไม่ได้ แต่สิ่งหนึ่งที่ฝ่าย
ปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) บอกว่ามีศาสตร์ของจิต
คือใช้การมองด้านใน (Introspection) บ้าง ใช้การคิดคำนึง
(Reflection) บ้าง เอาใจมองมาที่ใจ มองดูด้านใน เพื่อให้หา
แก่นของความเป็นจิต การมองด้านในที่เรียกว่า Insight หรือ
ในกรรมฐานเรียกว่า จิตตานุปัสสนา คือศึกษาเรื่องจิต และ
ธัมมานุปัสสนา ศึกษาธรรมชาติเจตสิกที่ประกอบกับจิต เขาก็ใช้
วิธีที่เรียกว่า การคิดคำนึง (contemplation) ปรากฏว่าจิตเป็นสิ่งที่
จับต้องไม่ได้ เราไม่รู้เลยว่าจิตเป็นอะไร ยกเว้นอย่างที่ได้ส์การ์ต
(Descartes) พูดว่า “I think therefore I am ข้าพเจ้าคิดเพราะ
ฉะนั้นข้าพเจ้าจึงมีอยู่” ถ้าไม่คิดก็เหมือนตาย เพราะฉะนั้น
ธรรมชาติที่คิดแยกจิตกับสสารออกจากกัน

สสารเป็นสิ่งที่กินที่ ต้องมีที่อยู่ จับต้องได้ แต่จิตจับต้อง
ไม่ได้ ไม่มีที่อยู่ ทำอย่างไรจึงจะพิสูจน์ว่าจิตมีจริง ได้ส์การ์ตบอกว่า
“I think therefore I am ข้าพเจ้าคิดเพราะฉะนั้นข้าพเจ้าจึงมี” ถ้า
ไม่คิดก็ไม่มี ไม่ต้องมาถามว่าข้าพเจ้ามีอยู่หรือไม่ เราไม่สามารถ
จะบอกได้ว่าจิตมีธรรมชาติอะไร เรารู้แต่ว่าจิตเป็นธรรมชาติที่คิด

ตั้งคำนิยามที่ว่า **อาร์มมะณัง จินเตตตีติ จิตตัง** จิตคิดถึงอารมณ์ คำว่า อารมณ์นี้ในภาษาบาลี หมายถึง อาลัมพนะ แปลว่า สิ่ง जिตไปเกาะเอาไว้ เป็น Object of thought เวลาเราคิดถึงบางสิ่ง บางอย่าง สิ่งที่ถูกคิดเรียกว่าอารมณ์ เพราะฉะนั้นจิตจะต้องมีอารมณ์แปลว่าสิ่งที่ถูกคิดเสมอ หากจิตไม่มีสิ่งที่ถูกคิด จิตจะเกิดขึ้นไม่ได้เลย

เพราะฉะนั้นจึงมีความสัมพันธ์กันระหว่างความคิดกับสิ่งที่ถูกคิด แต่จะมีทฤษฎีต่อไปว่าแล้วผู้คิดเป็นใคร ศาสนาพราหมณ์ บอกว่าเป็นอาตมัน เป็นวิญญาณอมตะ แต่พระพุทธศาสนาบอกว่า เป็น process เป็นกระบวนการ เป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัย ไม่มีอัตรา

จิตต้องคิดถึงสิ่งที่ถูกคิด ซึ่งทางปรากฏการณ์วิทยา บอกว่า จิตจะต้องมุ่งอารมณ์เสมอ Intentionality of Consciousness ถ้าจิตไม่มุ่งอารมณ์ก็ไม่ใช่จิต เพราะฉะนั้นเวลาเขาให้คำนิยามของจิตในปรากฏการณ์วิทยา บอกว่า “Consciousness is consciousness of something จิตเป็นสิ่งที่คิดถึงบางสิ่งบางอย่าง”

พระพุทธศาสนาให้คำนิยามว่า จิตต้องคิดถึงบางสิ่ง บางอย่างเสมอ แม้ขณะที่ท่านหลับโดยไม่ฝัน จิตตกภวังค์ ภวังคจิต ไม่ใช่จิตไร้สำนึก (unconscious) แต่เป็นจิตที่ทำงานและคิดถึงอารมณ์อยู่เสมอโดยที่อาจจะไม่มีความสำนึกตัว เพราะฉะนั้น ในขณะที่หลับโดยไม่ฝัน ไม่ได้หมายความว่าเราตาย แต่จิตยัง

ทำงานโดยคิดแบบความถี่ต่ำ จิตกำลังคิดอยู่ แต่คิดโดยไม่มีเรื่องคิดไม่ได้ ในพระพุทธศาสนาเรียกว่า ภวังค์ แปลว่า subconscious จิตใต้สำนึก

จิตต้องคิดถึงอารมณ์บางสิ่งบางอย่างเสมอ ถ้าไม่คิดก็คือจิตดับ แม้กระทั่งเวลาเราหลับโดยไม่ฝัน หรือเข้ากรรมฐานนิโรธสมาบัติ จิตก็ยังทำงานในระดับภวังค์

ขอขยายความลักษณะที่จิตทุกกะของจิตดังต่อไปนี้

๑. จิตมีความรู้แจ้งอารมณ์เป็นลักษณะ (วิชานะนะ-ลักษณะ) เมื่อสัมผัสกับสิ่งที่ถูกรู้ จิตเป็นตัวประกาศเปิดเผย โลกนี้ถ้ามีแต่แม่น้ำ ภูเขา ลำธาร โดยไม่มีจิตผู้รับรู้ ถึงมีก็เหมือนไม่มี จินตนาการว่าบนดวงจันทร์มีใครรู้บ้างว่ามีอะไรบ้าง เพราะไม่มีจิตไปประกาศเปิดเผย ไม่มีจิตเป็นแสงสว่างไปส่องว่ามีหินอยู่บนดวงจันทร์ เพราะฉะนั้นทุกวันนี้พระจันทร์เหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้นเลย แต่โลกเกิดขึ้น เพราะมีจิตเป็นผู้รู้แจ้ง นี่เป็นวิชานลักษณะ

๒. จิตเป็นหัวหน้าของเจตสิก (ปุพพังคะมะระสัง) ดังบาลีว่า **มะโนปุพพังคะมา ธัมมา** ธรรมคือเจตสิกทั้งหลายมีจิตเป็นหัวหน้า

๓. จิตมีการเกี่ยวข้งกันเป็นผล (สันธานะปัจจุปฏฐานัง) จิตเกิดดับทุกขณะเป็นกระแสต่อกัน เป็นสันตติ ไม่ใช่ดับแล้วไม่เกิดต่อ ที่เรานั่งเรียนอยู่ตอนนี้ พิสูจน์ได้อย่างไรว่าเราคือคนเดียวกันกับคนที่เพิ่งเข้าห้องมา ในเมื่อจิตเกิดดับทุกขณะตอบว่าเพราะว่ามีสันตติ หรือสันธานะ การเชื่อมต่อกันจนเกิดวิญญูณโสตะคือกระแสจิต

๔. จิตมีนามรูปเป็นเหตุไกล้ (นามะรูปะปะทัฏฐานัง) จิตจะเกิดได้ต้องมีกายหรือรูป เป็นที่อาศัย มีนามหรือเจตสิก เป็นเหตุไกล้

รวมความว่า จิตจะเกิดลอย ๆ ไม่ได้ ต้องมีอารมณ์ แปลว่า สิ่งที่ถูกคิด และต้องมีเครื่องปรุง เรียกว่าเจตสิก เวลาที่ท่านเห็น ภาพบนจอรู้ว่าเป็นสีอะไร ท่านจึงจำได้อ่านออก ความจำได้เป็น สัญญา อ่านไม่ออก เกิดความหงุดหงิด นี่เป็นเวทนา ความชอบหรือไม่ชอบก็ตามมา เกี่ยวข้องกันหมด ไม่ได้แค่รับรู้เฉย ๆ เพราะฉะนั้นจิตเปรียบจิตเหมือนแสงไฟ ไฟที่ไม่มีสี สีเขียว สีแดงที่เราเอามาบังหน้าไฟฉาย สีที่ไปกับไฟคือเจตสิก อีกแบบหนึ่งท่านเปรียบเทียบจิตเป็นน้ำที่ไม่มีสี นั่นคือจิตหรือวิญญาณ ส่วนสีที่ปนอยู่ในน้ำ คือเจตสิก ซึ่งเราแยกเจตสิกออกจากจิตไม่ได้ เพราะเจตสิกเครื่องปรุงแต่งจิตนั้นเป็นเอกุปปาตะ เกิดพร้อมกับจิต เอกนิโรธะ ดับพร้อมกับจิต เช่นเราชอบหรือไม่ชอบ พอคิดว่าเราโกรธ ความโกรธนี้เป็นเจตสิก พออยากจะหายโกรธต้องไม่คิดเรื่องนั้น พอไม่คิดก็ไม่โกรธ ก็ดับพร้อมกัน

เอการัมมณะ เจตสิกเป็นเรื่องเดียวกันกับจิต หากเกิดความโกรธ เช่น โกรธแมว เป็นไปไม่ได้ที่เราคิดถึงเรื่องสุนัขแล้วมาโกรธแมวตัวนี้ ในเวลาเดียวกันจิตกับเจตสิกต้องพุ่งไปที่อารมณ์เดียวกัน

เจตสิกเป็นเอกวัตตฤกะ มีฐานที่ตั้งเดียวกันกับจิต หมายถึง หทัยวัตตฤ แปลว่าที่ตั้งของหทัย ไม่มีคำตอบที่ชัดเจนในสมัยนั้น

บางท่านว่าอยู่ที่หัวใจ บางท่านว่าอยู่ที่สมอง แต่สรุปแล้วต้องกายเป็นฐาน และจิตเกิดที่ไหน เจตสิกต้องไปอยู่ที่นั่น

อภิธรรมอธิบายเจตสิกเยอะมาก ในพระสูตรมีแค่ ๓ อย่าง คือ เวทนา สัญญา สังขาร แต่ในอภิธรรมแยกเป็น ๕๒ เจตสิก ซึ่ง ๕๒ เจตสิกนี้ ถ้าเราทำความเข้าใจแล้ว เราจะสามารถพัฒนาจิตได้ เจตสิกอะไรที่มันไม่ดี เป็นเหตุให้เราเป็นโรคจิต โรคประสาท เรากำจัดออกไปได้ จิตบำบัดแนวพุทธ (Buddhist Psychotherapy) จัดการกับเจตสิกที่ไม่ดี ถ้าน้ำคาลามาผสมกับน้ำดี เราก็ทำน้ำให้ใส นั่นคือ สะจิตตะปะริโยทะปะนัง ทำจิตให้ผ่องใสจากเจตสิกฝ่ายไม่ดี ท่านเปรียบจิตเหมือนน้ำ เจตสิกเหมือนสีของน้ำ เราจะต้องเอาสีหรือองค์ประกอบที่ไม่ดีออกไปจากจิต และสีที่ว่่านั้นคือ เจตสิก เจตสิกมีอยู่ ๕๒ อย่าง แบ่งออกเป็น ๓ กลุ่ม ดังนี้

๑. กลุ่มกลาง ๆ ที่ไม่ดีไม่ชั่ว เรียกว่าอัญญสมานาเจตสิก มี ๑๓ เช่น เวทนา ความรู้สึก สัญญา ความจำ เอกัคคตา คิดเรื่องเดียว หมายความว่า จิต ๑ ดวง คิดได้ ๑ เรื่องเท่านั้น ไม่คิดหลายอย่าง จิตทุกดวงมีเอกัคคตา นี่ไม่ดีไม่ชั่ว แต่ถ้าเราพัฒนาเอกัคคตาไปในทางดี มีสมาธิเป็นศักยภาพ เราก็พัฒนาไปให้กลายเป็นคนมีสมาธิดี เรียนเก่ง สมาธิตรงนี้เป็นกลาง ๆ หมายความว่า เอาสมาธิไปในทางดีก็ได้ เอาไปโกงเขาก็ได้ ในทางอิทธิบาท ๔ ฉันทะมีใจรัก ขยันเรียนก็ได้ มาเรียนพุทธจิตวิทยาก็ได้ หรือ ฉันทะในทางฟุ้งซ่าน เป็นกามฉันทะก็ได้ หมกมุ่นในเรื่องที่ไม่เป็นเรื่อง ติดการพนันก็เป็นฉันทะเหมือนกัน วิริยะก็เช่นกัน ขยันเรียน

ขยันโง่ ฉะนั้นเราจะต้องพัฒนาแหล่งพวกนี้เพื่อเอาไปเสริมเจตสิกฝ่ายดี

๒. อกุศลเจตสิกมี ๑๔ เครื่องปรุงแต่งที่ไม่ดี และหากได้กลุ่มกลาง ๆ เอามาเสริม เช่น วิริยะ จันทะ สมาธิมาเสริมก็ไปกันใหญ่ เช่นความโลภ เพ่งเล็งอยากได้ของเขา โทสะกลายเป็นพยาบาทปองร้ายเขา หาช่องทางจะฆ่าเขาให้ตาย โมหะกลายเป็นโง่เขลา คิดอยู่แต่เรื่องทีกล้วย

๓. โสภณเจตสิกมี ๒๕ เจตสิกฝ่ายดีเป็นเนื้อหาของจิตวิทยาเชิงบวก และเวลาพระเทศน์ให้มีเมตตา มีกรุณา โดยเฉพาะเน้นย้ำเรื่องมีศรัทธา ปัญญา สติ เราไม่ใจเข้าว่านี่คือพุทธจิตวิทยาก็เทศน์กันไป แต่ที่จริงต้องการพัฒนาเจตสิกฝ่ายกุศล มีสติ ศรัทธา ปัญญา

เพราะฉะนั้นการเทศน์ของพระ มุ่งให้ละกิเลส คืออกุศลเจตสิก ละความชั่วทั้งหลาย กำจัดออกไป เช่น อุทธัจจะ ฟุ้งซ่าน กุกกจะ คือ guilty ความผิดทำใจ หากไปทำผิดอกุศลเจตสิกก็จะมา หากจะสอนให้คนรักสามัคคีกันต้องพัฒนาโสภณเจตสิกเพิ่มเมตตา กรุณา เกิดความรักสามัคคี แต่คุณธรรมเหล่านั้นจะไม่มีพลังถ้าไม่มีปัญญา ความจำ เช่นหากจะกตัญญูคน แต่เป็นคนขี้หลงขี้ลืม จะกตัญญูได้อย่างไร กตัญญูอยู่ในโสภณเจตสิกต้องมีปัญญามาเสริม มีสมาธิมาเสริม เพราะฉะนั้นกระบวนการที่บอกว่าอิทธิบาท ๔ จันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา เป็นตัวกลาง ๆ เอาจันทะมาใช้ในการเพิ่มปัญญา ก็จะทำให้เรียนได้เก่ง นี่คือหลักในการพัฒนาชีวิต

จิตมีการสืบท่อเป็นสันตติ หรือสันธานะ มีการเกี่ยวข้อ
กันเป็นผล จิตแต่ละขณะเกิดขึ้นมาก ไวยิ่งกว่าสายฟ้าแลบ ดังบาลี
ที่ว่า

**ชีวิตัง อตตะภาโว จะ สุขะทุกขา จะ เกวะลา
เอกะจิตตะสะมายุตตา ละหุโส วัตตะเต ขะณ**

แปลความว่า ชีวิต อตตภาพ และสุขทุกข์ทั้งมวล ประกอบ
ด้วยจิตดวงเดียว ขณะของจิตเป็นไปเร็ว

ชีวิตมีอดีต ปัจจุบัน อนาคต มีสุข มีทุกข์ ที่เป็นอดีตดับ
ไปแล้ว อนาคตยังมาไม่ถึง ฉะนั้นที่เราเป็นจริง ๆ อยู่ทุกวันนี้คือ
ปัจจุบัน ปัจจุบันคือขณะจิตที่กำลังเกิดขึ้นตอนนี้ ที่นี้ เดี่ยวนี้
ที่กำลังนั่งฟังอยู่ จิตที่ฟังเมื่อต้นชั่วโมงดับไปแล้ว เพราะฉะนั้น
จิตเกิดดับทุกขณะ เราจะสุข จะทุกข์ อยู่ที่จิตขณะเดียว คือ
ขณะปัจจุบันเท่านั้น เราบอกว่าทุกข์เพราะว่าโดนตำเมื่อวาน จิต
เมื่อวานที่โดนตำดับไป แต่ที่ทุกข์คือจิตปัจจุบันไปนึกถึงเมื่อวาน
ถ้าเราไม่นึกถึงมัน เราก็ไม่ทุกข์ เพราะฉะนั้นสุขทุกข์ทั้งมวลอยู่ที่
ปัจจุบัน จิตดวงเดียวคือจิตปัจจุบัน ขณะจิตเป็นไปเร็ว คือเกิดดับ
เร็ว ตรงนี้เกิดคำถามว่าเมื่อจิตเกิดดับเร็วแล้วทำไมจึงต่อเนื่อง
ทำไมจึงเป็นสันธานะ มีสันตติ เรียกวิญญูณโสตะกระแสจิต

เพราะฉะนั้นจิตแต่ละดวงทำนองอุปมาเหมือนหยดน้ำแต่ละ
หยดในแม่น้ำเจ้าพระยา รวมกัน ต่อกันเร็วมาก แล้วกลายเป็น
วิญญูณโสตะ นี่เอามาจากพระสูตร เป็นกระแสวิญญูณ กระแส
จิต

กระแสจิตเกิดดับต่อเนื่องกัน เวลาจิตดวงเก่าดับไป เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้จิตดวงใหม่เกิดขึ้น จิตดวงใหม่ก็ไม่ได้เป็นจิตที่ต่างจากดวงเก่าโดยสิ้นเชิง เพราะรับอุปการะ คือรับมรดกมาแล้ว ส่งต่อตามหลักปฏิจจสมุปบาท อาศัยกันและกันเกิดขึ้น เมื่อจะดับไปก็เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้จิตดวงใหม่เกิดขึ้น ดวงใหม่ที่เกิดขึ้นก็ไม่ใช่อันเดียวกับดวงเดิม และไม่ใช่อันเดียวกัน ที่ว่าไม่ใช่ดวงเดิม เพราะเป็นจิตที่เกิดใหม่ และที่ไม่ต่างกัน เพราะรับมรดกจากจิตดวงเดิม กรรมที่เราสร้างตั้งแต่เป็นเด็ก ไม่ได้หายไปไหน แต่เก็บก่อกองสะสมไว้ ถามว่าสะสมไว้ที่ไหน อภिरหมตอบว่า มีจิตที่ก่อภพก่อชาติคือภวังคจิต เก็บกรรมไว้ทั้งหมด ความจำไว้ทั้งหมด ทำไมจึงพูดว่าคน ๆ นี้เป็นคน ๆ เดียวกัน เพราะภวังคจิตเก็บความทรงจำเก็บมรดกไว้ คน ๆ นี้จึงเป็นคน ๆ เดียวกัน คนที่ทำความกรรมต้องรับกรรมแม้จิตจะเกิดดับไป เพราะเขาได้รับมรดกต่อเนื่องกันมา แต่คน ๆ นั้นจะเป็นคน ๆ เดียวกับคนเก่าก็ไม่ใช่ จะเป็นคนใหม่ก็ไม่เชิง (นะ จะ โส นะ จะ อัญญโณ)

ภวังค์เหมือนที่เก็บก่อกอง เป็นที่พักของจิต จิตออกมาจากภวังค์รับรู้ทางตา จักขุ คือตา จิตที่รับรู้ทางตาเรียกว่าจักขุวิญญาณ ซึ่งจักขุวิญญาณไปกระทบกับภาพเกิดผัสสะ คือการกระทบมาจากองค์ประกอบ ๓ ประการ ตินณัง สังคตိ ผัสโส คือ

๑. มีจักขุประสาท

๒. มีภาพอยู่ข้างหน้า

๓. มีจิตเจตนาออกมารับรู้จักจักขุวิญญาณ ถ้าไม่มีเจตนา

เราใจลอยก็มองไม่เห็น

พอมี ๓ อย่างแล้ว เกิดผัสสะ คือการสัมผัสที่ทำให้เกิดการรับรู้ นี่คือการมาสัมผัสโลกภายนอกผ่านอายตนะ เชื่อมต่อตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ พอมีผัสสะ จะเกิดเวทนาและสัญญาพร้อมกัน เวทนามับสัญญาเป็นสหชาติเกิดพร้อมกัน พอเกิดพร้อมกัน จะรู้สึกชอบ ไม่ชอบ หรือเฉย ๆ ขึ้นอยู่กับสิ่งที่เรารับรู้ ถ้าเป็น อิฏฐารมณ์ เราจะชอบ ถ้าไม่ชอบเป็นอนิฏฐารมณ์ หรือดูแล้ว เฉย ๆ เป็นมัชฌัตตารมณ์ เพราะฉะนั้นอารมณ์ที่ถูกใจก็เกิด สุขเวทนา เป็นอิฏฐารมณ์ ที่ไม่ถูกใจเป็นอนิฏฐารมณ์ก็เกิด ทุกขเวทนา มัชฌัตตารมณ์เป็นกลาง ๆ นี่คือการอุเบกขาเวทนา

ในขณะที่เกิดเวทนา ทำไมท่านรู้อารมณ์ว่าอันนี้ถูกใจหรือไม่ถูกใจ เพราะท่านมีความจำ ท่านมีสัญญา สมมติมองไปที่จอภาพ มีแต่ภาษาบาลี ไม่ถูกใจหลายคน เพราะสัญญาของท่านไม่มีเรื่อง ภาษาบาลี เกิดอนิฏฐารมณ์ เพราะไม่มีสัญญาเกี่ยวกับเรื่องนี้ ก็เกิด ทุกขเวทนา แต่พอท่านรู้เรื่อง ก็เกิดสัญญากับเวทนาไปด้วยกัน พอเกิดสัญญาแล้ว จิตเกิดดับต่อเนื่องกันมา ส่งต่อไปที่อะไร ท่าน ไม่ได้ฟังเฉย ๆ ท่านคิดด้วย แสดงว่าท่านตรึก พอมีสัญญา ท่าน คิดต่อ พอคิดแล้ว ตรงนี้เป็นทางแยก ทุกเรื่องที่เราคิด เราคิดดีก็ได้ คิดร้ายก็ได้ การคิดปรุงแต่งทำให้เกิดสังขารแปลว่าปรุงแต่ง ถ้าเรา ชอบเราปรุงแต่งเป็นความอยากได้ เกิดกามตัณหา ภวตัณหา อายาก มียากเป็น ถ้าไม่ชอบเราก็เกิดวิภวตัณหา แล้วพอมีตัณหา สมมติ แค่ว่าลสิ่งพักนายกรัชมณตรี ปรุงแต่งกันใหญ่ ผู้ที่เกี่ยวข้อง ในรอบ

๑ เดือน เราจะเห็นคนแสดงบทบาทต่าง ๆ กัน พอศาลตัดสินให้นายกรัฐมนตรีอยู่ต่อ ก็ปรุงแต่งกันอีก

การปรุงแต่งนี้เรียกว่าปัญจะ กลายเป็นปัญจสัญญา เป็นความจำที่ฝังใจในเรื่องนั้น ถ้าความจำนั้นเป็นความจำที่กระทบกับการสูญเสียคนรัก ของรัก ที่ร้ายแรง ที่เราเรียกว่า Trauma เราย้ำคิดย้ำทำ คนที่ถูกกระทำมีอะไรสะกิดหน่อยเดียว เห็นภาพอะไรหน่อยเดียว จะโยงกันมาเป็นระบบ มีผัสสะ มีสัญญา ความทรงจำ แล้วจะเอาเรื่องเก่า ๆ มาฟื้น อยู่ไม่เป็นสุขทั้งคนบ่น คนถูกบ่น นี่คือ ปัญจะ

ปัญจะ แปลว่า ผกผันให้พิสดารคือปรุงแต่ง การไม่ปรุงแต่งเรียกว่านิปปปัญจะ เป็นไวพจน์ของนิพพาน ดับทุกข์ เพราะฉะนั้นจุดนี้เป็นจุดแยก ท่านจะไปซ้าย คือ ปัญจะ หรือจะไปขวา อนิปปปัญจะ ถ้าไปปัญจะแปลว่าเข้าสู่กระบวนการปรุงแต่งให้เกิดความทุกข์ ถ้าคิดปรุงแต่งให้เกิดความทุกข์ เรียกว่า อโยนิโสมนสิการ แต่ถ้าท่านอยากจะปรุงแต่งให้เป็นความสุข ให้มีสุขภาพจิตดี โยนิโสมนสิการ เข้ามาตรงนี้ ที่พูดกันว่า โยนิโสมนสิการ เป็น Keyword แท้ที่จริงในพระสูตรคำนี้ เรียกว่าวิตก แต่แปลว่าการคิด ถ้าประกอบด้วยเจตสิกฝ่ายดีก็เป็นโยนิโสมนสิการ ฝ่ายไม่ดีก็เป็นอโยนิโสมนสิการ คนปรุงแต่งจะไม่อยู่เฉย จะกังวล **ยัมปิ จังง นะ ละภะติ, ตัมปิ ทุกขัง** อยากจะได้สิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น เป็นทุกข์

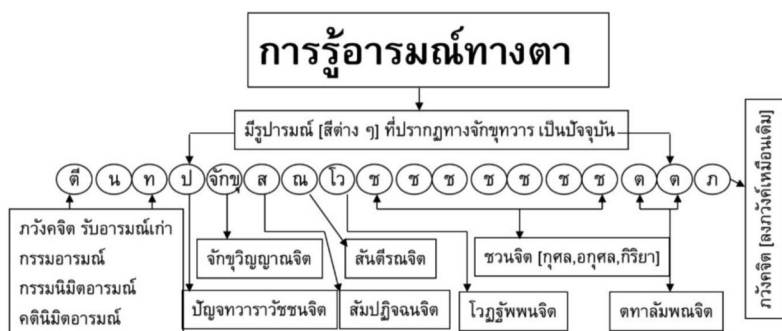
เพราะฉะนั้นจักขุวิญญาณตาผ่านเห็นรูป จะเห็นรูปได้ต้อง

มีผัสสะกระทบกัน มีรูป มีตา มีจักขุวิญญาณ เกิดผัสสะแล้ว เวทนา รู้สึก ขึ้นอยู่กับอารมณ์ที่เราชอบหรือไม่ชอบ ก็เป็นสุข ทุกข์ หรือ เฉย ๆ เกิดพร้อมกัน เป็นสหชาติ รวมถึงสัญญาที่เกี่ยวข้องคือ ความจำ จำที่ดีก็ได้ จำไม่ดีก็ได้ คนซมก็ยิ้มไปทั้งวันมีความสุข คนดำเราก็จำไปอีก ต้องเอาคืน บุญคุณต้องทดแทนความแค้น ต้องชำระเป็นวิตก ตรึกแปลว่าคิด คิดดีก็เป็นโยนิโสมนสิการ คิดไม่ดีเป็นอโยนิโสมนสิการ แล้วถ้าคิดไม่ดีจะเป็นปัญจะ แปลว่า สังขารปรุงแต่งให้เป็นโลภ โกรธ หลง อิจฉาริชยา แล้วฝังอยู่ในใจเรียกว่าปัญจสัญญา เรื่องนั้นค่อย ๆ บ่มเพาะเข้าไป ถ้าเป็นเรื่องที่ไม่ดีก็เป็นอาฆาตพยาบาท ถ้ากลัวผีก็กลัวผีไปเรื่อย ๆ นี่ก็เป็นปัญจสัญญา

ที่กุฏิสุริยาวัดประยูรฯ มีพระรูปหนึ่ง ท่านตื่นขึ้นมาตอนเช้า เข้าไปทำความสะอาดห้องที่มีกระจก พอเหนื่อยแล้วก็นอนอยู่หน้าห้องกระจก สมัยก่อนที่ตรงนั้นล็อกกันว่าผีดูเพราะเป็นที่เก็บอัฐิ ตอนจะนอนนึกกลัวผีจึงเปิดคอมไฟปรับให้คว่ำลงแล้วก็นอนหลับไป พอตื่นขึ้นมาคอมไฟส่องตรงหน้า ลืมตาเห็นเงาตัวเองในนั้น ด้วยที่กำลังจ้องเจียกับเห็นภาพในคอมไฟ ทำให้สะดุ้งสุดตัวนึกว่าผีวิ่งลงไปถามลูกศิษย์ว่าเมื่อครูมีใครขึ้นไปหรือไม่ ลูกศิษย์ตอบไม่เห็นใครขึ้นไป นึกสงสัยว่าใครมาจากไหน คิดว่าเป็นผีแน่ ๆ นอนไม่หลับทั้งคืนคิดแต่เรื่องผี วันรุ่งขึ้นลูบที่หัวผมร่วงหมด นั่นเป็นปัญจะ ปรุงแต่ง เพราะกลัวผี พอปรุงแต่งไม่ใช่ว่าจะลืมจิตแต่ละขณะส่งต่อ ปรุงแต่งเป็นปัญจสัญญา ความจำเรื่องผียัง

ฝังอยู่ลงไปที่ภวังคจิต

บางคนเรียนอภิธรรมมาก็ไม่เข้าใจว่าเป็นอันเดียวกันกับพระสูตร หรือบางคนเรียนพระสูตรมาก็ไม่เข้าใจว่าเป็นอันเดียวกันกับอภิธรรม เพราะฉะนั้นระบบแก่นพุทธจิตวิทยาจึงได้ดีกันเอง ทั้ง ๆ ที่เป็นเรื่องเดียวกัน เมื่อเข้าใจเช่นนี้จะทำให้อภิธรรมเป็นฐานที่เข้มแข็งของพุทธจิตวิทยา



ยกตัวอย่างที่เราเห็นจอภาพ ท่านเห็นได้อย่างไร จิตของท่านตกภวังค์อยู่เสมอ ในการเห็นจิตเกิดดับ ๑๗ ขณะแล้วจึงตกภวังค์ ถ้าไม่ถึง ๑๗ ขณะท่านจะอ่านภาพบนจอไม่ได้ แล้ว ๑๗ ขณะนั้นเสี้ยววินาทีแล้วเกิดต่อเนื่อง ๆ เกิดดับตลอดเวลาส่งต่อใน ๑๗ ขณะกว่าท่านจะอ่านรู้เรื่อง เรื่องในมรรูปณทิกสูตรเท่ากับ ๑๗ ขณะนั้นเป็นอย่างไร ปัญญาจะอยู่ตรงไหนในฝังอภิธรรม

๑. ตี หมายถึงภวังคจิตที่เป็นอดีต จิตตกลงสู่ภวังค์

๒. น เมื่อมีภาพขึ้นบนจอเกิดผัสสะ ถ้าไม่มีภาพการกระทบกันไม่เกิด พอมีภาพขึ้นมา ยังอ่านไม่ออก นี่เป็น น คือ ภวังคจลนะ

ยังเป็นภวังค์ แต่จ้วงเจียยังไม่ตื่นเต็มที่อาจจะยังฝันค้างอยู่

๓. ท ภวังค์ปัจเจก ภวังค์เริ่มสั่นและหยุด จิตพ้นสภาวะ
ได้สำนึก ออกมาจากประตู่ ประตูคือมโนทวาร

๔. ป ปัญจทวาราวัชชนวิถี พอพ้นมโนทวารแล้วแสดงว่า
ไม่ได้อยู่ในระดับภวังค์ ออกมาทางตา พอมาทาทางตา ทางหู ทาง
จมูก ทางอะไรก็ได้ สมมติการเห็นภาพออกมาทางตา ภวังค์ขาด
ไปแล้ว ตอนนี่เริ่มออกมาจากภวังค์ เรียกว่าเข้ามาทางตา

๕. จักขุ พอวิ่งไปทางตาเกิดจักขุวิญญาณ ในมรรูปณทิกสูตร
นั้น จักขุวิญญาณเป็นตัวแรกแต่ในอธิธรรมเกิดจักขุวิญญาณคือ
วิญญาณรับรู้ทางตาขึ้นมา

๖. ส พอเห็นภาพแล้วท่านจะเกิดการกระทบกัน เรียกว่า
สัมผัสภูิจฉณะ รับอารมณ์ทางตา

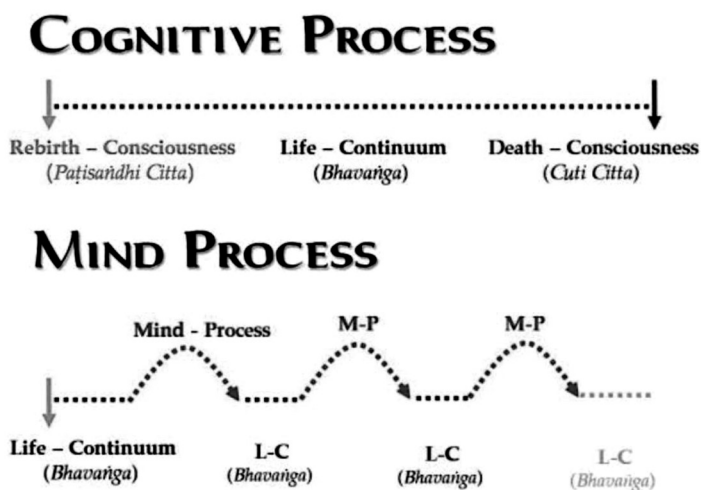
๗. ณ เกิดสันติริณะ คือพิจารณา ในที่นี้เห็นว่าถูกใจ
ไม่ถูกใจ ชอบ หรือไม่ชอบ ทำให้เกิดเวทนา

๘. โว คือ โวฏฐัพพะ แปลว่าถ้าเกิดชอบก็ปลงใจว่าอันนี้
ดี รวมสัญญาอยู่ในนั้นด้วย หรือถ้าดูว่าเหมือนผี ก็ปลงใจว่าผี
แน่นอน

๙. ช คือ ๗ ขณะจิต ประตู่ต่าง ปปัญจะ ประตู่ต่างว่าผีมาแล้ว
ตายแน่นอน ชนหัวลูก ถ้าการรับรู้ไม่ถึงปัญจะ จะไม่ร้ายแรง
ไม่ชนหัวลูก รับผิดชอบ เข้าใจว่าเงาตนเองไม่ใช่ผีก็จบ ตัดชวณะ
พุทธจิตวิทยามีไว้เพื่อให้ตัดชวณะ แปลว่าเล่นไป ปปัญจะ ประตู่ต่าง
ว่าเป็นผี ประตู่ต่างว่าเป็นเทวดา แล้วแต่เราจะประตู่ต่าง

๑๐. ต พอปรุงแต่งเสร็จจะเกิด ต คือตทาลัมพะ Register คือบันทึกเอาไว้เป็นปัญญาสัญญา Register คือใส่ยี่ห้อไว้ว่าวันนี้โดนผีหลอก จิตตกวังค์ในเรื่องนั้น แม้ลืมแล้วแต่วันดีคืนดีโผล่ขึ้นมา คนที่เป็น Trauma ต่อให้พยายามลืมก็ไม่ลืม

พอตกวังค์แล้วจะจดจำเอาไว้ แม้ไปทำเรื่องใหม่ก็ไม่ลืม เพราะปัญญาเกิด ๗ ครั้งไปแล้ว ถ้าตัดกระแสตรงนี้ได้ เราจะใช้โยนิโสมนสิการมาตัดกระแส จะทำให้สุขภาพจิตดี มีสุขภาพจิตที่เข้มแข็ง

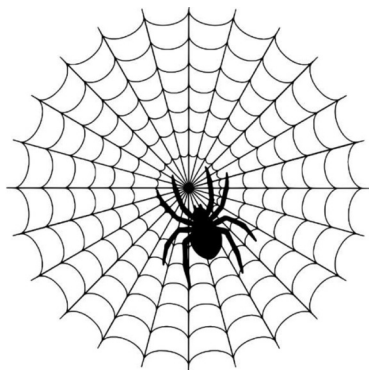


ตั้งแต่เกิดจนตายจิตเป็นกระแสเดียว นี่คือ Cognitive Process กระบวนการวิญญานโสตะ ตอนเกิดเรียกว่าปฏิสนธิจิต จากปฏิสนธิจิตจะออกมารับรู้โลกภายนอกแล้วตกวังค์ เรียกว่า Life-Continuum คือวังค์ จิตจะลงไปอยู่ในวังค์ จนกระทั่งตาย

จิตดวงสุดท้ายก็เป็นภวังคจิต แต่เราเรียกว่าจิตตจิต เคลื่อนไปสู่ภพใหม่ เพราะฉะนั้นระหว่างนั้นก็เป็นการกระแสนี้เหมือนกันเรียกภวังคจิต ภวังคะ แปลว่าองค์แห่งภพ แต่เวลาที่มันเก็บ ก่อใหม่ด้วยในขีวิต Mind Process ที่เรียกว่าวิถีจิต ตัวภวังคจิตคือเส้นตรง วิถีจิตคือเส้นที่โค้ง ออกมารับรู้โลกภายนอกทางตา ทางหู เหมือนนั่งฟังตอนนี จิตท่านไม่ได้ตกภวังค์ แต่ว่าท่านจะมารับรู้เห็นภาพ ฟังเสียง พอเห็นแล้วเก็บเป็นปัญญาสัญญาลงในภวังค์ สลับกันอยู่อย่างนี้ เหมือนปลาที่กระโดดมาสูบเหยื่อเหนือน้ำ ปกติปลาอยู่ใต้น้ำ พอมีแมลงบินมา ปลาโผล่จากน้ำขึ้นไปจับเหยื่อแล้วตกลงมา การที่ปลาอยู่ใต้น้ำคืออยู่ในภวังค์ แล้วมีอาการเข้ามาทางตา ทางหู จิตออกจากภวังค์ขึ้นมาจับเหยื่อแล้วก็ลอยอยู่ไม่ได้ ต้องตกภวังค์แล้วพอเจอเหยื่อใหม่ก็ขึ้นอีก สลับกันอย่างนี้ กระแสเป็นอย่างนี้

เพราะฉะนั้น วิถีจิต (Mind Process) ก็คือภวังคจิตออกจากภวังค์ออกมาสูบเหยื่อแล้วตกลงภวังค์

ในอภิธรรมท่านบอกว่าจิตที่อยู่ในภวังค์เหมือนแมงมุมมีอาการของมัน กินอาหารย่อยอาหาร แต่หากมีอาการภายนอกมากกระทบคือรูปารมณ์ กระทบทางตา เช่น แมลงมาโดนใยแมงมุม ก็จะออกมาจับแมลงไปกิน การที่แมงมุมออกมาเหมือนจิตออกมาจากภวังค์เข้าไปสู่วิถีจิต พอได้เหยื่อคืออารมณ์แล้วก็กลับไปตกภวังค์เหมือนเดิม แล้วแต่ว่าจะเป็นการรับรู้อารมณ์ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย แม้กระทั่งทางใจ ไม่มีอะไรให้คิดก็เอา



ปัญญัสถูญญามาคิด ตอนนั้นไม่มีใครด่าเลย แต่โกรธยิ่งกว่าโดนด่า เพราะนึกได้ว่าโดนด่าเมื่อตอนกลางวัน นั่นเป็นธรรมารมณ์ เป็น object of thought อยู่คนเดียวให้ระวังความคิด

ปฏิจจสมุปบาทเป็นฐานของพุทธจิตวิทยา แล้วแต่ที่เราเอามาจากแหล่งไหน ปฏิจจสมุปบาท เรียกว่าปัจจัยการ ๑๒ ประกอบด้วย อวิชชา สังขาร วิญญาณ นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาส

ในปัจจัยการ ๑๒ นี้ เราจะอธิบายแบบข้ามภพข้ามชาติ ก็ได้ ในชาติที่แล้วเพราะเรามีอวิชชา ไปทำสังขาร แปลว่า กรรมที่เราทำ ปรงแต่งให้เกิดวิญญาณในชาติปัจจุบัน คือปฏิสนธิวิญญาณ วิญญาณนั้นทำให้เกิดนามรูป คือวิญญาณมีชนกกรรม จะเกิดเป็นคนสวย คนหล่อ คนดีวิญญาณจะทำให้เกิดรูปตามนั้น โง่ ฉลาด อยู่ที่ชาติที่แล้วด้วย อยู่ที่กรรมที่ทำมาด้วย และทำให้เกิดนามรูปที่สมบูรณ์ มีสติปัญญาสามารถมานั่งอยู่ตรงนี้ มาเรียน



จิตวิทยา พระพรหมบัณฑิตขึ้นจอภาพเรื่องปฏิจสงมุปาบท ท่านมองเห็นภาพด้วยสฬายตนะ ตอนนี้ใช้ตามองมาที่จอ นี่คือสฬายตนะ แดนเชื่อมกับโลกภายนอก เกิดผัสสะ คือ จักขุวิญญาณ กระทบรูป

พอเกิดผัสสะแล้วก็มีเวทนาขึ้นมา รู้สึกว่าสุขหรือทุกข์ และในตรงนี้มีสัญญาอยู่ด้วย สัญญากับเวทนาเป็นสหชาติคือเกิดร่วมกัน พอมีเวทนา ก็มีสัญญา จากนั้นก็คิดคือตรีก เกิดปัญจะปรุงแต่ง ถ้าชอบก็เกิดตัณหา อยากได้หรืออยากทิ้ง อยากหนีเมื่อคิดบ่อย ๆ ว่าอยากได้แล้วยังไม่ได้เสียที ก็หมกมุ่น เรียกว่าอุปาทาน เกิดอุปาทาน และเกิดบุคลิกลักษณะ เรียกว่าภพ ภพคือกรรม การกระทำความกรรม เช่น เราต้องทำวิจัยเพิ่มขึ้น อ่านหนังสือเพิ่มขึ้น ชัยกว่าเดิม เรียกว่ากรรมภพ เกิดชาติหน้าชาติต่อไป นี่อธิบายแบบข้ามภพข้ามชาติ

ปฏิจจสมุปบาทสามารถใช้อธิบายการเกิดดับชาตินี้ชาติเดียวก็ได้ และในคัมภีร์ท่านก็อธิบายแบบนี้ไว้ด้วย พุทธจิตวิทยาสามารถใช้ประโยชน์จากการอธิบายแนวนี้ นั่นคือเราทุกคนมีวิชชาด้วยกันทั้งนั้น รู้ในสิ่งที่ไม่ควรรู้ ไม่รู้ในสิ่งที่ควรรู้ เกิดอวิชชา แล้วเกิดสิ่งที่เป็นคุณสมบัติของจิตคือสังขารที่สะสมมาเป็นอนุสัย เป็นสันดาน เป็นบุคลิกลักษณะสังขาร ทำให้วิญญานคือจิตของเราเป็นแบบนี้ แบบที่เราเป็น และเมื่อจิตเป็นอย่างนี้ บุคลิกหน้าตาก็พลอยเป็นไปด้วย เช่น วิญญานเครียด รูปก็สื่อแสดงว่าเครียดคือหน้าตาเคร่งเครียด เรียกว่านามรูปพลอยเป็นอย่างนั้น เหมือนกับคนที่กลัวผี เมื่อเดินไปในที่มืด นามรูปก็จับจ้องด้วยความกลัว สฬายตนะคือประสาทสัมผัส ตา หู เป็นต้น จับจ้องแต่เรื่องผี นกแสกบินผ่านมาก็ใจหาย คิดว่าต้องมีคนตายแน่วันนี้

เพราะฉะนั้น สิ่งที่จะสะสมมาจะบังคับให้เราไปยึดอยู่กับเรื่องเดียว เหมือนกับปรับคลื่นอยู่แต่เรื่องผี ส่วนอีกประเภทหนึ่งปรับคลื่นอยู่ว่างวอดหน้าหอยจะออกอะไร นี่เป็นนามรูป รู้ว่าต้องโดนกินก็ยิ่งจะเล่นหอย อวิชชาทำให้เกิดการปรุงแต่ง วิญญานกับนามรูป เมื่อไปหาพระเทศน์ก็ขอเลขเด็ด เทศน์ก็ไม่ฟัง เอาแบ่งไปพอกต้นไม้ เห็นเป็นเลขเด็ดด้วยสฬายตนะ ผัสสะทำให้เกิดสัญญา เห็นเป็นเลข ถ้าได้เลขเด็ดเกิดเวทนาความรู้สึกเป็นความสุขแล้วคิดว่ารวยแน่ ผกผันพิศดาร ผันเฟื่องไปภูหนี่ยมสินมาซื้อหอยมีอุปาทานยึดมั่นถือมั่นว่าจะเป็นเศรษฐีแล้ว เกิดภพคือบุคลิก

ลักษณะของคนบ้าหอย เกิดพฤติกรรมกลายเป็นชาติ แปลว่าเกิดเป็น ทำให้กลายเป็นคนบ้าหอย

ทั้งหมดนี้เรียกวังจรแห่งทุกข์เพราะสร้างอุปาทานให้เป็นไปในทางที่ทำให้ก่อภพก่อชาติ เป็นวังจรแห่งทุกข์ เป็นเรื่องเดียวกันกับที่ท่านกล่าวไว้ในมรณุปินทิกสูตรและอภิธรรม

วังจรแห่งสุขและทุกข์เริ่มที่ผัสสะต่อด้วยเวทนาและปัจจัยสัญญา พอไม่ได้ตั้งใจก็เป็นทุกข์ ยัมปิจัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง ไม่ได้สิ่งใดที่ปรารถนาก็เป็นทุกข์ ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข พลัดพรากจากคนรักของรักก็เป็นทุกข์ อัมปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข พบสิ่งที่ไม่ชอบใจก็ทุกข์ เมื่อมีอุปาทานเรื่องที่ผิดหวังก็ยิ่งมีความทุกข์เพิ่มขึ้น เช่น ยึดติดว่าชาตินี้ฉันเป็นผู้แพ้ การตีตราว่าผู้แพ้คืออุปาทาน ที่แพ้เพราะคิดว่าแพ้ บุคลิกของคนแพ้เป็นอย่างนั้น บางคนตีตราว่าตัวเองทำอะไรไม่ขึ้น เก็บเงินไม่อยู่ เพราะอุปาทาน



เมื่อวังจรแห่งทุกข์เริ่มที่ผัสสะ การตัดดวงจรนี้ก็ต้องทำในขั้นผัสสะ คือท่านให้ทำตามแบบลิง ๓ ตัว ตัวหนึ่งปิดหู ตัวหนึ่ง

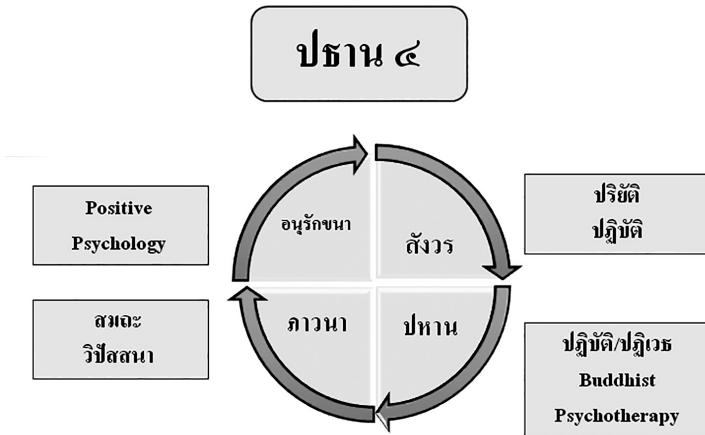
ปิดตา อีกตัวหนึ่งปิดปาก คืออินทรียัสังวร ถ้าดูเรื่องไหนแล้วเครียด ก็อย่าไปดู อย่าไปฟัง ถ้าดูแล้วทำให้ปัญจสัญญาฟัง เราก็อย่าไปดู เรียกว่าตัดวงจร ใครเขียนดำในเว็บไซต์ก็อย่าไปเปิดดู นี่คือการตัดผัสสะ ถ้าตัดผัสสะไม่ทันก็ให้ไปคุมที่ปัญจสัญญา คือเมื่ออ่านหรือฟังแล้วอย่าปรุงแต่ง

เราสามารถตัดผัสสะและคุมปัญจสัญญาได้ด้วยสติ ถ้าขาดสติหรือสติแตกก็เป็นโรคทางใจ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในโรคสูตรว่า โรคมี ๒ อย่าง คือ ๑.กายิกโรคคือโรคทางกาย ๒.เจตสิกโรคคือโรคทางใจ ปรากฏว่าสัตว์ทั้งหลายผู้ยืนยันว่าไม่มีโรคทางกายตลอด ๑ ปีก็มี แต่ว่าผู้ที่ยืนยันว่าไม่มีโรคทางใจแม้เพียงครู่เดียวหายากในโลกเว้นแต่พระอรหันต์ผู้สิ้นกิเลส คำว่าโรคในภาษาบาลีแปลว่า สิ่งที่เสียดแทง หากมีอะไรมาเสียดแทงใจให้เราเจ็บปวด ให้เราวิเสสา ให้เราทุกข์ เรียกว่าโรคทางใจ ถ้าเสียดแทงบ่อยมากเพราะมีอุปาทานก็เกิด Trauma คือทรมานทรมายจนกลายเป็นโรคจิต

คนที่เป็โรคจิตมักมีอกุศลเจตสิก เช่น โลภ โกรธ หลง ท่วมทับใจ เรียกว่าคุณภาพจิตไม่ดี เมื่อเจอปัญหาชีวิต จิตใจจะทุกข์ง่ายจนเกิดเป็นโรคทางใจ ตรงกันข้ามคนที่มีโสภณเจตสิกพัฒนาดีแล้ว เมื่อเจอปัญหาชีวิตก็มีภูมิต้านทานสูงมักจะทุกข์ยาก ดังนั้นพระพุทธศาสนาจึงส่งเสริมให้พัฒนาคุณภาพจิตในลักษณะเดียวกันกับจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology)

พระพุทธเจ้าแจกธรรมโอสธแก่คนที่ทุกข์ง่ายเพื่อรักษา

โรคทางใจ ธรรมโอสถนี้เป็นประมวลคำสอนที่ใช้เป็นจิตบำบัด (Psychotherapy) พระพุทธเจ้าจึงได้ชื่อว่า สัพพะโลกะตักกิจะโก แพทย์ผู้รักษาโรคทางใจให้คนทั้งปวง



กระบวนการป้องกันรักษาสุขภาวะของจิตทั้งในฝ่ายพัฒนา จิตและแก้ไขแก้ปัญหาโรคจิตนี้เป็นไปตามหลักปธาน ๔ คือ

๑. **สังวรปธาน** ป้องกันไม่ให้เกิดโรคทางใจ โดยถือว่าการป้องกันดีกว่าการรักษา (Prevention is better than cure)

๒. **ปหานปธาน** แก้ไขโรคทางใจที่เกิดขึ้นแล้ว นี่เป็นงานของจิตเวชหรือจิตบำบัด

๓. **ภาวนापธาน** สร้างสุขภาวะทางใจที่เข้มแข็ง นี่เป็นงานของจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology)

๔. **อนุรักษนาปธาน** รักษาสุขภาวะทางใจให้ยั่งยืนถาวร พระอรหันต์เป็นตัวอย่างของคนที่มีสุขภาวะทางใจที่สมบูรณ์

ปธาน ๔ ดังกล่าวมาเป็นกรอบในภาคปฏิบัติของพุทธจิตวิทยา สังวร คือระวังไม่ให้เกิดความทุกข์จนถึงเสียสุขภาพจิตด้วยภาคปริยัติและปฏิบัติ ถ้าเกิดปัญหาขึ้นแล้วต้องปหานะ เลิกสะแกไข นี้อยู่ในดินแดนของจิตบำบัดเชิงพุทธ (Buddhist Psychotherapy) ผลของการปฏิบัติคือบำบัดรักษาหายเป็นผลคือปฏิเวธ ในเวลาเดียวกันเราก็ภาวนาคือพัฒนาเจตสิกฝ่ายบวก และจัดการชำระล้างอกุศลเจตสิกฝ่ายไม่ดี ในที่นี้ภาวนาแปลว่าพัฒนา คือเพิ่มพลังให้กับเจตสิกที่เป็นกุศลด้วยสมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน การทำกรรมฐานบ่อยๆ เพื่อสร้างสุขภาวะของจิตด้วยพหุสิทธิ์ณะคือการทำบ่อย ๆ จัดเป็นอนุรักษนาซึ่งเป็นงานของจิตวิทยาเชิงบวก

ในการใช้ปธาน ๔ ท่านให้เจริญสติเพื่อตัดกระแสการปรุงแต่งที่ทำให้เกิดทุกข์ตามหลัก ปัจจัยการที่ทุกข์เกิดเพราะปัจจัยจลัญญา สังวรปธานช่วยระวังไม่ให้เกิดการปรุงแต่งจนกลายเป็นความทุกข์ เช่น เมื่อเห็นรูปให้สักแต่ว่าเห็น ไม่ต้องผูกพัน พิจารณาด้วยปัจจัยจลัญญา ดังที่พระพุทธเจ้าสอนพาหิยะว่า “**ทิฏฐะ ทิฏฐะมัตตัง ภาวิสสะติ** เมื่อเห็นให้สักแต่ว่าเห็น **สุเต สุตตะมัตตัง ภาวิสสะติ** ได้ยินให้สักแต่ว่าได้ยิน **มุเต มุตตะมัตตัง ภาวิสสะติ** เมื่อได้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัสให้สักแต่ว่าได้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส **วิญญาเต วิญญาตะมัตตัง ภาวิสสะติ** เมื่อคิดก็ให้สักแต่ว่าคิด เมื่อใดทำได้อย่างนี้ เมื่อนั้นเธอก็จะว่างอย่างยิ่ง คือไม่มีทั้งในโลกนี้และในโลกหน้า”

ที่ว่า “เห็นให้ลึกแต่ไม่เห็น” หมายความว่าให้หยุดอยู่ที่ผัสสะ ไม่ปรุงแต่ง ไม่ชอบ ไม่ชัง ไม่หลง ไม่กลัว ไม่มีอคติ และเมื่อไม่ปรุงแต่งด้วยปัญญาแล้วเราจะทุกข์ได้อย่างไร ตัณหวจรแห่งทุกข์ ภาคทฤษฎีเป็นอย่างนี้ ในทางปฏิบัติต้องเจริญสติให้มาก เพื่อตัดกระแสในระดับผัสสะ ดังพระบาลีว่า **“ยานิ โสตานิ โลกัสमिं สติ เตสं นิวาระणं** กระแสเหล่าใดที่มีอยู่ในโลก สติเป็นเครื่องตัดกระแสเหล่านั้น” หมายความว่ากระแสของสิ่งเร้าที่ตาโถมเข้ามากระทบทำให้เราชอบ เราชัง เราหลง เรากลัว สติเป็นเครื่องตัดกระแสเหล่านั้น สติคือตัดก่อนตายเตือนก่อนวายวอด นั่นคือสติ (Mindfulness) ที่เป็นที่ยอมรับปฏิบัติอยู่ในยุโรปและอเมริกาทุกวันนี้

ในทางปฏิบัติเราใช้สติตัดวงจรปฏิจจสมุปบาทในระดับผัสสะ ถ้ากำหนดสติในระดับผัสสะนี้ไม่ทัน ทำนุให้ใช้สติตัดวงจรที่สัญญาตามแนวของมรुปิณทิกสูตร ดังนี้ เมื่อตาเห็นรูป เราไม่ได้ลึกแต่ไม่เห็น เพราะเรามีสัญญาคือความจำเกี่ยวกับรูปนั้น เมื่อจำได้ก็เอาไปตรึกคือคิดด้วยโยนิโสมนสิการ หรืออโยนิโสมนสิการ เพราะฉะนั้นจุดที่จะตัดวงจรแห่งทุกข์มีเพิ่มขึ้นอีก ๒ จุด คือ ๑. จัดการกับสัญญาให้ถูกต้อง ๒. จัดการกับวิตกคือความคิดให้ถูกต้อง

ที่ว่าจัดการกับสัญญาเพราะเหตุที่ว่า สัญญามี ๒ อย่าง คือ อจิรสัญญา สัญญาที่ไม่ยั่งยืน หมายถึงความจำระยะสั้น (Short-term memory) และถิรสัญญา สัญญาที่ยั่งยืน หมายถึง

ความจำระยะยาว (Long-term memory) สัญญาเป็นตัวส่งต่อข้อมูลให้เกิดการคิด เพราะมีสัญญาคือจำได้เรื่องใดก็นำเรื่องนั้นไปคิดปรุงแต่ง นั่นคือสัญญาเป็นเหตุให้เกิดความคิดปรุงแต่ง ถ้าจำได้มากเพียงใดก็คิดปรุงแต่งให้พิศดารได้มากเพียงนั้น ถ้าจำไม่ได้ก็คิดปรุงแต่งต่อไปไม่ได้

หลักปฏิบัติมีอยู่ว่า เมื่อเห็นหรือได้ยิน ให้หยุดอยู่ที่ความจำระยะสั้นโดยไม่นำเอาเรื่องนั้นมาขำคิดขำทำ เช่น ถูกใครด่าเราโกรธ แต่พอโกรธแล้วกลับถึงบ้านเราก็ลืมเรื่องถูกด่านั้น เพราะเรามีเรื่องใหม่มาแทนที่ แต่ถ้าในขณะนั้นเราฟังเสียงด่าเต็มสองหู โดยให้ความสนใจเรื่องนั้นด่าเกิน ๑ นาที เรื่องนั้นจะกลายเป็นถิสสัญญา วิธีปฏิบัติในเรื่องนี้ คืออย่าฟังคำด่าเกิน ๑ นาที เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดถิสสัญญา ถ้าฟังนานจนเกิดถิสสัญญาเราจะนำเรื่องนั้นมาตริก็คือคิดปรุงแต่งกลายเป็นปัญจะ เมื่อปรุงแต่งแล้วก็เกิดความทุกข์

เพราะฉะนั้น ถ้าเราหยุดสัญญาไว้แค่ให้เป็นความจำระยะสั้น อย่าให้เป็นถิสสัญญาคือความจำระยะยาว คืออย่าไปใส่ใจสิ่งนั้นนานเกิน ๑ นาที เราจะไม่นำเรื่องนั้นไปคิดปรุงแต่งจนเกิดตัณหาและอุปาทาน จะเห็นได้ว่าตัณหาและอุปาทานถูกตัดไป เพราะไม่มีถิสสัญญา นี่คือความหมายของประโยคที่ว่า “เห็นให้ลักแต่ว่าเห็น ได้ยินให้ลักแต่ว่าได้ยิน” นั่นคือระวังอย่าให้สิ่งที่เห็นและได้ยินกลายเป็นถิสสัญญา



มีอาจารย์สอนวิชาจิตวิทยาคนหนึ่งชูแก้วซึ่งมีน้ำอยู่ครึ่งแก้ว
ให้ณิสิตดูแล้วถามว่า แก้วนี้หนักมากไหม ณิสิตบอกว่าไม่หนัก
อาจารย์ถามต่อว่าคิดอย่างไรหากถือแก้วนี้ไว้สัก ๑๐ นาที ครึ่ง
ชั่วโมง ๑ ชั่วโมง ๒ ชั่วโมง ตอนแรกแก้วนี้ไม่หนัก แต่เมื่อเรา
ถือแก้วเอาไว้นานเข้า มันหนัก ทำให้กล้ามเนื้อเราปวดเมื่อย

ในทำนองเดียวกัน จิตของเราที่เจอปัญหาเดิมๆ จาก
ถิรสัญญาที่เอามาซ้ำคิดซ้ำทำ ตอนแรกเรื่องไม่ใหญ่ เมื่อซ้ำคิด
ซ้ำทำบ่อยเข้าก็กลายเป็นเรื่องใหญ่ เราเรียกการซ้ำคิดซ้ำทำว่า
เป็นอุปาทาน นั่นแสดงว่าเพราะถิรสัญญาถูกปรุงแต่งเป็น
อุปาทาน ความทุกข์ก็เกิดขึ้นตามมา ดังพระบาลีที่ว่า “**สังขิตเตนะ
ปัญฺจุปาทานักขนฺธา ทุกฺขา** โดยสรุปชีวิตคือชั้น ๕ ที่มีอุปาทาน
เป็นทุกข์” เราอาจจะป่วยไข้ทางกายบ้างก็ปล่อยให้ไปตาม
ธรรมชาติ เราจะไม่ทุกข์มาก แต่ถ้าเรายึดมั่นว่าทำไมเราต้องป่วย
แสดงว่ามีอุปาทาน เรายิ่งทุกข์ใจซ้ำเข้าไปกับการทุกข์กาย

ที่ว่าซ้ำคิดซ้ำทำตรงกับคำว่า เคี้ยวเอื้องทางอารมณ์
(Rumination) เพราะถิรสัญญาเป็นเหตุ เราจึงเคี้ยวเอื้องทาง
อารมณ์ คือนำเรื่องเก่ามาซ้ำคิดจนเกิดอุทธัจจะกุกกุกจะความ

พุ่ง่านรำคาญใจเกิดความรู้สึกผิด (guilty) เพราะเราย่ำคิดย่ำทำ คนที่ย่ำคิดย่ำทำบ่อย ๆ ก็มักจะเครียดและกลายเป็นโรคจิต หาก ตัดภริสัญญาได้ก็ไม่ต้องย่ำคิดย่ำทำ สติเป็นเครื่องตัดกระแส เพราะทำให้หยุดการสร้างภริสัญญา

ในยุโรปและอเมริกามีการใช้สติลดความเครียดในวงการ จิตบำบัดเรียกว่า MBSR (Mindfulness-based Stress Reduction) การลดความเครียดบนฐานของสติ เราเคยจัดสัมมนาเรื่องทำนอง นี้ในงานวิสาขบูชาโลกที่ประเทศไทย ปรากฏว่า MBSR มีแต่ ภาควิชาปฏิบัติ แต่ไม่มีฐานปริยัติ แม้เขาจะศึกษาแนวคิดเรื่องสติจาก พระพุทธศาสนาบ้าง นั่นก็เป็นแค่ Buddhism-based Psychology เป็นจิตวิทยาเชิงพุทธ ไม่ใช่พุทธจิตวิทยา

ในสหรัฐอเมริกา มีโรงเรียนที่ฝึกเด็กนั่งกรรมฐาน เรียกว่า โรงเรียนสติ (Mindful School) ได้ผลดีมากคือ เด็กไม่เครียด เรียน เก่งขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดี นั่นก็ไม่ใช่พุทธจิตวิทยา เพราะ ขาดฐานทางปริยัติ

ครั้งหนึ่ง Time Magazine ขึ้นปกว่า The Mindful Revolution (ปฏิวัติโลกด้วยสติ) แสดงว่าการฝึกสติเป็นกระแสอยู่ ตอนนี้อย่าคนเครียดกันมาก ถ้าเรามีภาควิชาปฏิบัติกรรมฐานที่ใช้ ในชีวิตประจำวันได้ พุทธจิตวิทยาจะช่วยได้มากเพราะชาวโลก กำลังสนใจเรื่องนี้ กรรมฐานในชีวิตประจำวันเรียกว่า สัมผัสทุก กรรมฐาน กรรมฐานที่เป็นประโยชน์ในทุกสถานการณ์ กรรมฐาน ทั้งสมณะและวิปัสสนาต่างเริ่มที่การฝึกสติทั้งนั้น



ในสมถกรรมฐาน สติช่วยให้จิตสงบเกิดวิมุตติ หมายความว่า หลุดพ้นจากความทุกข์ชั่วคราวด้วยการข่มไว้ คือตอนหนึ่ง กรรมฐานหรือสวดมนต์ เราไม่เครียด แต่พออยู่คนเดียว ความเครียดก็เข้าครอบงำจิตใจด้วยการเคี้ยวเอื้องทางอารมณ์ เพราะฉะนั้นเมื่อเราโกรธให้แผ่เมตตาหรือแผ่ความรัก ความรักจะไปล้างความโกรธเกิดตถวิมุตติ หลุดพ้นด้วยธรรมะหรือกุศลเจตสิก นี่เป็นการเพิ่มเจตสิกฝ่ายดีเข้ามา เราจะเห็นได้ว่าในเรื่องสมถกรรมฐานเป็นการเพิ่มพลังให้กับเจตสิกฝ่ายดี เช่น แผ่เมตตา หรือนึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เกิดเจตสิกฝ่ายดี นี่เป็นสมถกรรมฐาน

อีกอย่างหนึ่ง ใช้พลังสมาธิ เช่น กำหนดลมหายใจเข้าออก ไม่คิดอะไร เป็นสติ เรียกว่าอานาปานสติ พอทำอานาปานสติเรามีสมาธิโฟกัสอยู่แต่เรื่องลมหายใจเข้าออก เราจะลืมเรื่องอื่นไปหมด เรียกว่าเอาสมาธิมากดปัญหา การกดปัญหาเหมือนเอาหินทับหญ้า หินไม่งอก แต่พอเรายกหินออก หญ้ามันงอก การใช้สมาธิ การคิด

เรื่องเดียวมากดปัญหาเอาไว้ เรียกว่าวิกัมภนวิมุตติ

สติรู้ทันสิ่งเฉพาะหน้าที่นี้ เดียวนี้ มีลักษณะที่จตุกกะ ๔ ประการ สติไม่ใช่สัญญา สัญญาคือความจำ ในอภิธรรมท่านบอกว่าสติอยู่บนฐานของอิสรสัญญา สติจะเกิดได้ต้องอาศัยความจำดี คือ จำเรื่องดี ๆ เอาไว้สอนตนเองในสถานการณ์นั้น ๆ สติเป็นเครื่องดึงเอาปัญญามาใช้แก้ปัญหาเฉพาะหน้า

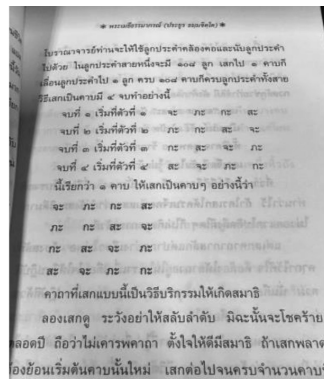
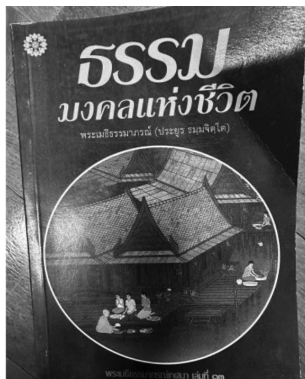
นางมัลลิกาภรรยาของพันธุเสนาบดีกำลังถวายเป็นอาหารแด่พระสารีบุตร คนใช้ถือจานอาหารมาส่งให้นางมัลลิกาประเคน แต่จานอาหารตกลงมาแตกต่อหน้าพระสารีบุตร พระสารีบุตรเปล่งอุทานทันทีว่า “สิ่งที่จะต้องแตกเป็นธรรมดา แตกไปแล้วอย่าคิดอะไรเลย” พอพระสารีบุตรพูดประโยคนี้จบลง นางมัลลิกาก็ลงกราบบอกว่า “ดิฉันก็กำลังคิดเหมือนที่ท่านบอก” ว่าแล้วก็ตั้งจดหมายน้อยออกมา จดหมายเขียนว่า “สามีของท่านที่ไปปราบโจรนั้นพร้อมกับลูกชายถูกฆ่าตายหมดแล้ว” นางมัลลิกาย่านแล้วไม่ได้บอกลูกสะใภ้ แต่เก็บไว้คนเดียว โดยคิดว่า “ภิชชนะ-ธัมมัง ภินนัง สิ่งที่จะต้องแตกเป็นธรรมดา ได้แตกดับไปแล้ว” นี่คือสติเครื่องเตือนใจให้เกิดปัญญา ดังคำกล่าวที่ว่า “สติมา ปัญญาเกิด สติเตลิดมักเกิดปัญญา”

ภาคปฏิบัติของพุทธจิตวิทยาพบได้ในมหาสติปัฏฐานสูตร ที่เน้นให้ใช้สติกำหนดพิจารณาดูที่กาย (กายานุปัสสนา) ใช้สติกำหนดพิจารณาดูที่เวทนา (เวทนานุปัสสนา) ใช้สติกำหนดพิจารณาดูที่จิต (จิตตานุปัสสนา) ใช้สติกำหนดพิจารณาดูที่ธรรม

(อัมมานุปัสสนา)

ตามแนวพระสูตร มีการใช้เบญจขันธ์เป็นตัวตั้งของการใช้สติพิจารณา กล่าวคือกายานุปัสสนาพิจารณาจตุรุปขันธ์ เวทนานุปัสสนาพิจารณาจตุเวทนาขันธ์ จิตตานุปัสสนาพิจารณาวิญญานขันธ์ และธรรมนุปัสสนาพิจารณาจตุสัจจะขันธ์และสังขารขันธ์ ดังนั้น เมื่อเราปฏิบัติกายานุปัสสนาหรือจิตตานุปัสสนาโดยไม่เข้าใจว่ารูปหรือจิตคืออะไร เราจะปฏิบัติไม่ได้ เพราะเป้าหมายของการดูกาย เวทนา จิต ธรรม เพื่อให้เห็นความไม่เที่ยง เพราะสิ่งต่าง ๆ เกิดดับทุกขณะ เมื่อเห็นความไม่เที่ยงจะเห็นความทุกข์ เมื่อเห็นความทุกข์จะเห็นอนัตตา ลตละอุปาทานการยึดมั่นถือมั่น เราจะเข้าถึงนิปปัญจะ จิตจะปล่อยวางหลุดพ้น เพราะฉะนั้นในที่สุดแล้วการพิจารณาจตุขันธ์ ๕ นำไปสู่การรู้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ได้เคยพูดเรื่องสติและสมาธิในชีวิตประจำวัน เมื่อ พ.ศ. ๒๕๓๙ พิมพ์เป็นหนังสือออกมาชื่อธรรมมงคลแห่งชีวิต นี่เป็น



แนวที่พระพรหมบัณฑิตได้ใช้สอนคนทั่วไปโดยบริกรรมคาถากาสลักว่า จะ ภาะ กะ สะ ขณะบริกรรมก็ให้ใช้สติพิจารณาอัมมานูปัสสนา ไม่ได้ดูกาย ไม่ได้ดูเวทนา ไม่ได้ดูจิต แต่ให้ดูธรรม นี่เป็นวิธีของพระพรหมบัณฑิต

อัมมานูปัสสนาพิจารณาดูสัญญาชั้นธและสังขารชั้นธมุ่งตัดกระแสดิธสัญญาด้วยสติ เพื่อไม่ให้เกิดการปรุงแต่งเป็นบัญญัติสัญญา ตัวอย่างเช่น ทำไมเราโกรธ ทำไมเราเศร้า ทำไมเราทุกข์ เพราะเราไปจำเรื่องเหล่านั้นแล้วนำมาเคี้ยวเอื้องทางอารมณ์ เมื่อเราตัดดิธสัญญาได้แล้วเราจะเอาอะไรมาคิด นั่นแหละคืออัมมานูปัสสนา พิจารณาให้เห็นความไม่เที่ยงของสัญญาว่ามันเกิดดับตลอดเวลาแล้วเราก็จะปล่อยให้ความจำผ่านไปโดยไม่นำกลับมาปรุงแต่งให้เกิดความทุกข์

ในมหาสติปัฏฐานสูตร คำว่าอัมมานูปัสสนาคือพิจารณาดูนิรณ ๕ ได้แก่ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะ วิจิกิจฉา เช่น พิจารณาดูอุทธัจจะคือความเครียดและฟุ้งซ่านในใจว่ามันไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เราสอนตัวเองว่าความเครียดและความเศร้าจะอยู่ได้ไม่นาน เรารู้แล้วก็ปล่อยให้มันผ่านไปเรียกว่า รู้แล้วละ รู้แล้ววาง

ในทางปฏิบัติ เมื่อต้องการตัดกระแสความคิดเพื่อไม่ให้เกิดดิธสัญญาในเรื่องใดก็ตาม อาตมาจะเสกคาถากาสลักว่า จะ ภาะ กะ สะ โดยเสกเป็นคาบ คำว่าคาบแปลว่าวน มี ๔ จบดังนี้

จบที่ ๑ เริ่มจากตัวที่ ๑ คือ จะ ภาะ ภาะ สะ

จบที่ ๒ เริ่มจากตัวที่ ๒ คือ ภาะ ภาะ สะ จะ

จบที่ ๓ เริ่มจากตัวที่ ๓ คือ ภาะ สะ จะ ภาะ

จบที่ ๔ เริ่มจากตัวที่ ๔ คือ สะ จะ ภาะ ภาะ

โบราณกล่าวถึงประโยชน์ของคาถากาสลักไว้ว่า

จะ ภาะ ภาะ สะ ปฐมัง เป็นมนต์ขลังเป่าปัดกำจัดผี

อีกทั้งโรคภัยร้ายกาฬ เสก ๗ ที โภยภัยไม่ใกล้กราย

คาถานี้เป็นของโบราณ อายุ ๕๐๐ ปีเศษ เสกคาถาอย่าง
เดียวเป็นสมณะ ทำให้จิตสงบมีสมาธิ ถ้ารู้ความหมายและพิจารณา
ตามไปด้วยจะเป็นวิปัสสนาแบบธัมมานุปัสสนา

คาถานี้อยู่ในคัมภีร์ชื่อว่า วชิรสารัตถสังคหะ พระรัตน-
ปัญญาเถระ แต่งที่เชียงใหม่ เมื่อ พ.ศ. ๒๐๗๘ เน้นคำแรกของ
คาถา ๔ บาทต่อไปนี้

จะชะ ทุชชะนะสังสัคคัง

ภาชะ สารุสะมาคะมัง

กะระ ปุญญะมะโหรัตตัง

สะระ นิจจะมะนิจจะตัง

แปลความว่า

หลีกเลียงคนพาล

สังสรรค์บัณฑิต

ทำดีเป็นนิจ

คิดถึงความเปลี่ยนแปลง

นี่คือการปฏิบัติวิปัสสนาแบบธัมมานุปัสสนา การคิดถึง
ความเปลี่ยนแปลงช่วยให้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แม้สิ่งที่ทำ
ให้เราเจ็บปวดหัวใจก็ไม่เที่ยง ไม่นานก็ดับไป สิ่งที่เราคิดว่าจะทำ
วางแผนอย่างดีก็ไม่ได้ทำ เพราะไม่เที่ยง

สิ่งที่ดีมาก ๆ ของคาถานี้ คือ แก้นิสัยผัดวันประกันพรุ่ง
เช่น เวลาซื้อเกี๊ยวจะเขียนวิทยานิพนธ์หรือจะอ่านหนังสือ เรามัก
จด ๆ จ้อง ๆ ไม่ทำสักที แต่พอเสกคาถานี้ถึงจบสุดท้ายว่า สะ จะ
กะ กะ จบลงตรงคำว่า กะ มาจากคำว่า กะระ แปลว่า ทำดีเป็นนิจ
เราก็ลงมือทำทันที เพราะคำว่า กะ นี้ ช่วยเตือนสติเราว่า ทำทันที
ที่นี้ เดี่ยวนี้

รวมความว่า สติ เป็นหัวใจของการปฏิบัติทางด้าน
พุทธจิตวิทยา เป้าหมายของการพัฒนาจิตอยู่ที่การเจริญสติ
สติจึงเป็นจุดเริ่มต้นและจุดหมายปลายทางของภาคปฏิบัติ การ
ถวายนาน รัชกาลีสถิต และเจริญจิตภาวนาล้วนต้องอาศัยการเจริญ
สติ คนผู้มีสติเต็มร้อยเรียกว่าพระอรหันต์ คือเป็นผู้มีสติไพบุลย์
ส่วนคนที่มีสติเป็นศูนย์เรียกว่าคนเสียสติ ที่ต้องบำบัดด้วยวิธีการ
พุทธจิตวิทยา ดังนั้นพระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุ
พึงมีสติสัมปชัญญะตลอดเวลา นี่เป็นคำพร่ำสอนสำหรับเธอ
ทั้งหลายของเรา”



กำหนดการพิธีแต่งตั้งฐานานุกรม
ใน...พระพรหมบัณฑิต

(ป.ธ.๙, ศ., ดร., ราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์, อัครมหาบัณฑิต)

กรรมการมหาเถรสมาคม,
เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร,
ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก (ICDV),
ประธานศูนย์พระปริยัตินิตยเทศแห่งคณะสงฆ์,
ประธานกรรมการการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ,
ประธานสมาคมมหาวิทยาลัยพระพุทธศาสนานานาชาติ (IABU)
และอุปนายกสภามหาวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ณ หอประชุมชั้น ๓ อาคารสิริภักดิ์ธรรม
วัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร
แขวงวัดกัลยาณ์ เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร



วันจันทร์ที่ ๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๖

เวลา ๑๔.๐๐ น. คณะจารย์ ผู้บริหาร ภาควิชาจิตวิทยา
คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
และพุทธศาสนิกชน พร้อมกัน
ณ มณฑลพิธีชั้น ๓ อาคารสิริภักดิ์ธรรม

เวลา ๑๕.๐๐ น. ● พระพรหมบัณฑิต ประธานเดินทางมาถึง

● พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ

กตสวितซ์ไพฑูรย์เถียนบูชาพระรัตนตรัย

- **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ
พระครูวินัยธร ชลอ อาภาภโร
และพระครูพิศาลสรุจณี**

ถวายเครื่องสักการะแด่พระเดชพระคุณ
พระพรหมบัณฑิต กรรมการมหาเถรสมาคม
เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ประธาน
ศูนย์พระปริยัตินิตเทศก์แห่งคณะสงฆ์ ประธาน
กรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

- **ศาสนพิธีกรอาราธนาศีล
ประธานสงฆ์ให้ศีล**

- **พิธีตั้งพระฐานานุกรม**

- **รองศาสตราจารย์**

ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง

อ่านตราตั้งฐานานุกรม

- **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ,
พระครูวินัยธร ชลอ อาภาภโร
และพระครูพิศาลสรุจณี**

เข้ารับการแต่งตั้งฐานานุกรม

- **พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์ ๙ รูป
เจริญชัยมงคลคาถา**

- **พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต
กล่าวสัมโมทนียกถา**

- **พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ,
พระครูวินัยธร ชลอ อาภาภโร
และพระครูพิศาลสรุจณี**

ถวายจตุปัจจัยไทยธรรมแด่

พระเดชพระคุณพระพรหมบัณฑิต

- แม่ชีทองสุข นามเจ็ดสี

ศิษยานุศิษย์ชาวจีน-ฮ่องกง

ถวายเครื่องจตุปัจจัยไทยธรรมแด่พระสงฆ์
ทรงสมณศักดิ์เจริญชัยมงคลคาถา (ชุดที่ ๑)

- คณะจารย์ ผู้บริหาร ภาควิชาจิตวิทยา

คณะมนุษยศาสตร์

(ถวายเครื่องจตุปัจจัยไทยธรรมแด่พระสงฆ์
ทรงสมณศักดิ์เจริญชัยมงคลคาถา (ชุดที่ ๒)

- คณะญาติธรรมพระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ

ถวายเครื่องจตุปัจจัยไทยธรรมแด่พระสงฆ์
ทรงสมณศักดิ์เจริญชัยมงคลคาถา (ชุดที่ ๓)

- คณะญาติธรรมพระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ

ถวายเครื่องจตุปัจจัยไทยธรรมแก่ภิกษุ-สามเณร
(คณะทำงานตามรายชื่อ) (ชุดที่ ๔)

- ผู้ร่วมบุญสมทบทุนจัดพิมพ์หนังสือ “แก่น
พุทธจิตวิทยา”, เจ้าภาพของที่ระลึก และ
เจ้าภาพออกร้านอาหาร เข้ารับของที่ระลึก
จากพระพรหมบัณฑิต

- พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์ทั้งนั้น อนุโมทนา

- พุทธศาสนิกชนกรวดน้ำ รับพร เป็นเสร็จพิธี

- ท่านผู้มีเกียรติเข้าถวายเครื่องสักการะมุทิตาจิต
ตามลำดับ

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

เจ้าภาพร่วมบุญ
พิธีแต่งตั้งฐานานุกรม
พระครูปลัดสวพัฒนภัณฑิตคุณ,
พระครูวินัยธร ชลอ อากาศโร
และพระครูพิศาลสรวุฒิ
ใน...พระพรหมบัณฑิต



วันจันทร์ที่ ๓ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๖

● ร่วมบุญสมทบทุนพิมพ์หนังสือ “แก่นพุทธจิตวิทยา”

- | | |
|--|------------------|
| ๑. พระครูปลัดสวพัฒนภัณฑิตคุณ | |
| ๒. รศ.ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (อาจารย์ปู) | จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท |
| ๓. ผศ.ดร.เชน นคร | จำนวน ๓,๐๐๐ บาท |
| ๔. คุณธนศวรรณ ยิ่งยง (คุณหอมแก้วพลอย) | จำนวน ๒๐,๐๐๐ บาท |

● ร่วมบุญเป็นเจ้าภาพกระเป๋ารักโลก ลดโลกร้อน

- | | |
|------------------------------------|--------------|
| ๑. คุณอุษา บุษบา (อิงค์กี้) – | |
| คุณศิริวรรณ วิศวะโยธานันท์ (นกฮูก) | จำนวน ๕๐๐ ใบ |
| ๒. คุณมาวิน – คุณกาญจนา ตาเมือง | จำนวน ๕๐ ใบ |

● ร่วมบุญออกร้านอาหาร

- | | |
|---|----------------|
| ๑. คุณสมัชญา เลิศชนะการ | |
| เจ้าภาพออกร้านอาหารถ้วยเดียวต้มยำ | จำนวน ๒๐๐ ชาม |
| ๒. คุณแม่คำ ศรีคำ เจ้าภาพออกร้านกาแฟเย็น
(Black Canyon Coffee) | จำนวน ๒๐๐ แก้ว |
| ๓. คุณพรรัชพล – คุณบรรณรัตน์ หอมจรรยา | |
| – คุณชมชนก โชติวิทิตวาณิชย์ เจ้าภาพออกร้านไอศกรีมไผ่ทอง ๑ ถึง | |

๔. คุณสุจิตรา จันทร์มนตรี – คุณชลธิชา หัตถกันยา

เจ้าภาพออกร้านกระเพาะปลา

๕. คุณแม่บัวยี่ วันตา – คุณวีรยุทธ คชศิลา

เจ้าภาพลูกชิ้นปิ้ง

จำนวน ๕๐๐ ไม้

● เจ้าภาพไทยธรรม

๑. แม่ชีทองสุข นามเจ็ดสี ศิษย์ชาวจีน-ฮ่องกง

– เจ้าภาพถวายจตุปัจจัยไทยธรรมแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์

เจริญชัยมงคลคาถา (ชุดที่ ๑)

จำนวน ๙ ชุด

๒. พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (ผล วิเศษจสมณ)

– เจ้าภาพถวายจตุปัจจัยไทยธรรมแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์

เจริญชัยมงคลคาถา (ชุดที่ ๒)

จำนวน ๙ ชุด

– เจ้าภาพถวายจตุปัจจัยไทยธรรมแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์

เจริญชัยมงคลคาถา (ชุดที่ ๓)

จำนวน ๙ ชุด

– เจ้าภาพถวายจตุปัจจัยไทยธรรมแก่ภิกษุ-สามเณร

(คณะทำงานตามรายชื่อ) (ชุดที่ ๔)

จำนวน ๑๕ ชุด

๓. พระครูพิศาลสรวิทย์ (ยรรยง ยสวฑฒโก)

– เจ้าภาพถวายผ้าไตรแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์

เจริญชัยมงคลคาถา (ชุดที่ ๒)

จำนวน ๙ ชุด

– เจ้าภาพถวายผ้าไตรแก่ภิกษุ-สามเณร

(คณะทำงานตามรายชื่อ) (ชุดที่ ๔)

จำนวน ๑๕ ไตร



แก่นพุทธจิตวิทยา

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

พิมพ์ครั้งแรก ๓ เมษายน ๒๕๖๖ จำนวน ๑,๐๐๐ เล่ม

เนื่องในโอกาส : การแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งฐานานุกรมของพระพรหมบัณฑิตที่

พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ วิบูลมหาคณานุนายก

ตรีปิฎกธรรมรักชิต

ที่ปรึกษา

พระพรหมบัณฑิต	พระเทพปฏิภาณกวี	พระเทพพรเมธี
พระราชธรรมวาทी	พระศรีธรรมภาณี	พระวิมลปัญญาภรณ์
พระโสภณวชิราภี	พระครูวินัยธรวิเชียร วชิรธมฺโม	พระครูพิพิธธรรมภาณ
พระมหาสุทธิพงษ์ สุทธิวิโส	รศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือตง	รศ.ดร.สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต
รศ.ดร.ประยูร สุยะใจ	รศ.ดร.อำนาจ บัวศิริ	รศ.ดร.เมธาวี อุดมธรรมมานุภาพ
รศ.ดร.กมลลาด ภูวนาธิพงษ์	พล.อ.ต.ดร.นภัทร์ แก้วนาค	ผศ.ดร.อดุลย์ คนแรง
ผศ.ดร.วิษุตา จิตฺติโชติรัตนนา	ผศ.ดร.พุทธชาติ แผนสมบุญ	ผศ.ดร.เชน นคร
ผศ.ดร.มัน เสือสูงเนิน	ผศ.ดร.เมธาพันธ์ โพธิ์ธีรโรจน์	ผศ.ดร.สรายุทธ อุดม
ผศ.ดร.สวณันท์ รักชนโท		

บรรณาธิการ

พระครูปลัดสวพัฒนบัณฑิตคุณ (ผล วิเชษฐสมโน)

กองบรรณาธิการ

คุณทรงศักดิ์ ชวศุภกุล, คุณสมัชญา เลิศชนะการ

แบบปก/รูปเล่ม

วิโรจน์ จิรวิทยาภรณ์ / จิตราภรณ์ นคร

พิมพ์ที่ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด เซน ปริ้นตัง

๗/๔๑๔ ม.๕ ต.บางใหญ่ อ.บางใหญ่ จ.นนทบุรี ๑๑๑๔๐

โทร. ๐๒ ๙๒๗ ๙๑๙๔, ๐๙๑ ๔๙๙ ๔๑๖๑

e-mail: chenprinting@hotmail.com

แก่น พุทธ จิตวิทยา

แก่นพุทธจิตวิทยาอันประกอบด้วย **ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ** และพบลักษณะละม้ายคล้ายคลึง (Family Resemblance) ระหว่างพุทธจิตวิทยากับจิตวิทยาทั่วไปตรงที่วิปัสสนากรรมฐาน มีบทบาทสำคัญในการแก้ทุกข์ด้วยการชำระจิตให้ผ่องใสจาก อกุศลเจตสิกมีผลให้เกิดกระบวนการจิตบำบัด (Psychotherapy) ในขณะที่สมถกรรมฐานช่วยพัฒนาโสภณเจตสิกอันเป็นหน้าที่สำคัญของจิตวิทยาเชิงบวก (**Positive Psychology**)

 **พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)** 