

จิตวิทยาพุทธศาสนา

ผศ. ไกรวุฒิ มะโนรัตน์,
อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ความนำ

ผู้นำที่สำคัญของจิตวิทยาพุทธศาสนา (Buddhism) ก็คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งทรงพระนามเต็มว่า เจ้าชายสิทธัตถะพระราชโอรสในพระเจ้าสุทโธทนะและพระนางเจ้าสิริมหามายาเทวี กษัตริย์แห่งแคว้นสาเกตโดยพระองค์ได้เริ่มเผยแพร่แนวความคิดของพระองค์โดยการเทศนาสั่งสอนเวไนยสัตว์ก่อนพุทธศักราช ๔๕ ปี แนวคิดของพระองค์เป็นพุทธปรัชญา คือมนุษย์จะเรียนรู้จากชีวิตจริงตามหลักอริยสัจ ๔ อันประกอบด้วยทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค คำสอนของพระองค์ได้ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก สวางของพระองค์ได้นำพุทธธรรมซึ่งเป็นคำสั่งสอนของพระองค์ไปเผยแพร่จนเป็นที่ยึดถือและเป็นที่ยิ่งทางใจของพุทธศาสนิกชนไปทั่วโลกกว่า ๒,๖๐๐ ปี แล้ว^๑

ความหมายของจิตวิทยาพุทธศาสนา

คำว่า “จิตวิทยา” (Psychology) ตามรูปศัพท์ มาจากจิตกับวิทยา คำว่า “จิต” ตามคัมภีร์อภิธรรมมัตถกถาวิเนี หมายถึง (๑) ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ (จินตนา ตีติ จิตต์, อารมมณ วิชานา ตีติ อตฺถ) (๒) ธรรมชาติที่เป็นเหตุให้เจตสิกรู้อารมณ์ (จินตนา ตีติ สมปยุตตธมมา เอเตนา ตีติ จิตต์) คือจิตเป็นผู้นำในหน้าที่รู้อารมณ์ (๓) จินตนาการ (จินตนา ตีติ จิตต์) หมายความว่า สภาวะธรรมทั้งหมดเป็นเพียงอาการนั้น ๆ สภาวะธรรมเหล่านั้น ไม่มีรูปร่างสัณฐานหรือร่างกาย และดำเนินไปเนื่องด้วยเหตุปัจจัย สภาวะธรรมนั้นจะเกิดขึ้นด้วยอำนาจ กำลัง หรือความสามารถของตนไม่ได้^๒ แต่ในงานเขียนนี้ จิตหมายถึง ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ผ่านปัญญาทวาร คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย และรู้อารมณ์คือสิ่งที่รู้ด้วยใจ ผ่านมโนทวาร ส่วนคำว่า “วิทยา” หมายถึง ความรู้^๓

^๑ สงวน สุทธิเลิศอรุณ, จิตวิทยาทั่วไป, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๓๒), หน้า ๔.

^๒ พระสมุห์คณาจารย์, อภิธรรมมัตถกถาวิเนี สห อภิธรรมมัตถกถาวิเนี นาม อภิธรรมมัตถกถาวิเนี, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๖๖.

^๓ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๒๒๙.

เมื่อรวมคำทั้งสองเข้าด้วยกันเป็น “จิตวิทยา” จึงมีความหมายตามรูปศัพท์ว่า ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ผ่านปัญญาทวาร คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย และธรรมชาติที่รู้ธรรมารมณ์ คือสิ่งที่รู้ด้วยใจ ผ่านมโนทวารคือใจ และมีความหมายตามเนื้อหาว่า ศาสตร์ว่าด้วยความรู้เกี่ยวกับธรรมชาติของจิตและพฤติกรรมของจิต^๔

จะเห็นว่า จิตวิทยาพุทธศาสนา มุ่งศึกษา “จิต” (mind) และ “กระบวนการทำงานของจิต” (mental process) เป็นหลัก โดยศึกษาว่าจิตเป็นอย่างไร พฤติกรรมอย่างไรออกมาจากจิตอย่างไร เหตุใดจึงออกมาเป็นสภาพจิตได้ คนรับรู้อย่างไร เป็นต้น^๕ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนามนุษย์ ใน ๓ ด้าน คือ ด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ทั้งนี้เพื่อให้มนุษย์ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง บรรลุประโยชน์สุข มิได้มุ่งเน้นศึกษาที่ “พฤติกรรม (Behavior)” โดยตรง ดังจิตวิทยาสมัยใหม่ ในปัจจุบัน ที่ศึกษาเฉพาะพฤติกรรม (Behavior) ของมนุษย์และสัตว์ ด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ เพื่ออธิบายสาเหตุของพฤติกรรม เพื่อทำนายหรือพยากรณ์พฤติกรรมที่เกิดขึ้น และเพื่อควบคุมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรม^๖ และศึกษาพฤติกรรมใน ๒ ด้าน คือ (๑) พฤติกรรมภายนอก (Overt behavior) ได้แก่ พฤติกรรมที่แสดงออกให้บุคคลอื่นมองเห็นได้ เช่น การยิ้ม การเขียนหนังสือ การเดิน หน้าแดง เป็นต้น (๒) พฤติกรรมภายใน (Covert behavior) ได้แก่ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายใน บุคคลอื่นมองไม่เห็น แต่สามารถวัดได้ เช่น การรู้สึก การรับรู้ การเรียนรู้ การคิด การจำ และอารมณ์ต่าง ๆ^๗

ความเป็นมาของจิตวิทยาพุทธศาสนา

ความเป็นมาของจิตวิทยาพุทธศาสนา อาจกล่าวได้ว่า ได้มีประวัติความเป็นมาอย่างยาวนานแล้ว คือตั้งแต่พระพุทธเจ้าทรงอุบัติขึ้นและทรงค้นพบความจริงของโลกและชีวิต แล้วทรงประกาศความจริง

^๔ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยจิตวิทยาแบบยั่งยืน*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๓), หน้า ๓๐.

^๕ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๐.

^๖ ประดินันท์ อุปรนัย, รศ.ดร., “จิตวิทยาและสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว” ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาจิตวิทยาและสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว*, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ หจก. อรุณการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๑.

^๗ ศิริินภา จามรมานและปนัดดา ชำนาญสุข, “พฤติกรรมมนุษย์” ใน *มนุษย์กับสังคม*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๒), หน้า ๒.

ของโลกและชีวิตนั้นออกมาแก่ชาวโลกแล้ว เป็นแต่เพียงว่าในสมัยนั้น ไม่มีการเรียกชื่อข้อเท็จจริงที่ทรงค้นพบนั้นว่า จิตวิทยาหรือศาสตร์อื่น ๆ เหมือนในสมัยปัจจุบัน^๘

อย่างไรก็ตาม เราสามารถกล่าวได้ว่า ความเป็นมาของจิตวิทยาพุทธศาสนา มีจุดเริ่มต้นจากการที่พระพุทธเจ้าทรงพิจารณาถึงปัญหาความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความพลัดพราก ความเศร้าโศก ความไม่สมหวัง และความเดือดร้อนในด้านต่าง ๆ ที่มีอยู่เป็นธรรมดาในโลกมนุษย์ หรือที่เรียกว่า “ความทุกข์” ของมนุษย์ แล้วทรงคิดหาทางแก้ไขปัญหาคือความทุกข์นั้น จนกระทั่งเสด็จออกจากพระราชวังไปศึกษาค้นคว้าทางจิต โดยทรงใช้ความเพียรพยายามอย่างหนักในหลาย ๆ ด้าน แล้วในที่สุดก็ได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและทรงตั้งพระพุทธศาสนาขึ้นมา และนี่เองคือจุดเริ่มต้นของพระพุทธศาสนาและคือจุดเริ่มต้นของจิตวิทยาพุทธศาสนา^๙

แนวคิดพื้นฐานทางจิตวิทยาพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนามีเป้าหมายที่การดำเนินชีวิตที่ดีงาม ปราศจากทุกข์ โดยมีเป้าหมายสูงสุดคือนิพพาน อย่างไรก็ตาม แม้พระพุทธศาสนาจะมีเป้าหมายสูงสุดอยู่ที่นิพพาน แต่พระพุทธศาสนาก็ได้ละทิ้งในเรื่องโลกและชีวิต โดยสอนให้มนุษย์รู้เท่าทันตามความเป็นจริงตามธรรมชาติของโลกและชีวิตว่า เป็นสิ่งไม่เที่ยงแท้ มีการเกิดขึ้น เปลี่ยนแปลง และเสื่อมสลายไปตามกฎธรรมชาติ การเข้าไปยึดติดจะทำให้เกิดทุกข์ แต่การมีความรู้ มีความเข้าใจเรื่องโลกและชีวิตอย่างถ่องแท้ตามความเป็นจริง จะเป็นหนทางหนึ่งที่จะช่วยแก้ปัญหาคือความทุกข์ในชีวิตได้ในระดับหนึ่ง^{๑๐}

ปรัชญาของพระพุทธศาสนา เป็นการนำมนุษย์ไปสู่การแสวงหาความจริงแท้ คือ “อริยสัจ” ที่เป็นการค้นพบที่พระพุทธเจ้าตรัสให้มนุษย์ตระหนักถึงความจริงด้านต่าง ๆ ของชีวิต ๔ ประการ คือ (๑) ชีวิตมนุษย์เป็นทุกข์ที่ต้องเผชิญ (ทุกข์สัจ) (๒) ความทุกข์อันเกิดจากการกระทำของมนุษย์เอง

^๘ จานงค์ อติวัฒน์สิทธิ์, รศ.ดร., *สังคมิวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์*, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๒.

^๙ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), *จากจิตวิทยาสู่จิตภาวนา*, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๙), หน้า ๑๑-๑๒.

^{๑๐} พระสรสิช รักพรหม, “การศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดทางการเมืองของเพลโตกับแนวความคิดทางการเมืองของพุทธศาสนาเถรวาท”, *ปริญญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๓๗, หน้า ๖๐.

(ทุกขสมุทัย) แต่มีหนทางที่จะไม่ต้องเผชิญกับทุกข์เพราะมนุษย์ต่างแสวงหาความสุข (๓) ความสุขที่แท้เป็นอย่างไร (ทุกขนิโรธ) และ (๔) วิธีทางที่จะไปถึง (มรรค) อริยสัจ^{๑๑}

การศึกษาจิตวิทยาตามพุทธปรัชญา จึงหมายถึงการศึกษามนุษย์เพื่อพัฒนามนุษย์ หรือเพื่อให้มนุษย์ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องบรรลุประโยชน์สุข^{๑๒} ด้วยการพัฒนาคนใน ๓ ด้าน คือ^{๑๓}

๑. ด้านพฤติกรรม คำว่า "พฤติกรรม" ในทัศนะพระพุทธศาสนา หมายถึงการแสดงออกทางกาย วาจา และสิ่งที่สืบเนื่องมาจากจิตที่อยู่ภายใน การแสดงออกมาทางกายทั้งหมดเรียกว่า กายกรรม ทางวาจาเรียกว่า วจีกรรม และทางใจเรียกว่า มโนกรรม รวมความว่า พฤติกรรมของมนุษย์ จำแนกตามทางหรือทวารที่แสดงพฤติกรรมออกมาได้ ๓ ทาง คือ (๑) กายทวาร พฤติกรรมทางกาย (๒) วจิตวาร พฤติกรรมทางวาจา (๓) มโนทวาร พฤติกรรมทางใจ

พระพุทธศาสนาถือว่า พฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมา ไม่ว่าจะอยู่ในที่เปิดเผยหรือในที่ลับ ล้วนเป็นผลสืบเนื่องมาจากบทบาทแห่งการกำหนดวิถีชีวิตทั้งสิ้น ทั้งในปัจจุบันและอนาคต ผลของพฤติกรรมจะมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด แยกกันไม่ออก พฤติกรรมในอดีต ย่อมส่งผลต่อพฤติกรรมที่กำลังทำในปัจจุบันและในอนาคต ซึ่งจะกลับวนเวียนอยู่เช่นนี้ トラบาใด ที่พฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกมานั้นเป็นพฤติกรรมที่มีกิเลส และพฤติกรรมที่ช่วยย้อมก่อให้เกิดชีวิตในทางที่จะเป็นทุกข์ ส่วนพฤติกรรมที่ดีย่อมส่งผลต่อชีวิตในทางที่เป็นความสุขใจทางใจ^{๑๔}

พฤติกรรมของมนุษย์เกิดจาก (๑) ตัณหา คือ พอใจ ชอบใจ ยินดี ออยาก รักใคร่ ต้องการที่ไม่ดี ไม่สบาย ไม่เกื้อกูล เป็นอกุศล (๒) ฉันทะ คือ พอใจ ยินดี รักใคร่ ต้องการที่ดีงาม สบาย เกื้อกูล เป็นกุศล โดยตัณหามุ่งประสงค์เวทนา ต้องการสิ่งสำหรับเอามาเสพเสวย เอาอัตตาเป็นศูนย์กลาง พฤติกรรมที่แสดงออกมาย่อมเป็นไปอย่างสับสน กระวนกระวาย เป็นทุกข์ ส่วนฉันทะ มุ่งประสงค์

^{๑๑} ภาณวี วนะภูติ, "มโนทัศน์พื้นฐานของแนวคิดเชิงจิตวิทยาในพระพุทธศาสนาเถรวาท", ปรินญาพุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑-๑๖.

^{๑๒} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พัฒนาคูณภาพชีวิตด้วยจิตวิทยาแบบยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๙๒.

^{๑๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๕.

^{๑๔} พระมหาสุภาวัฒน์ ชุตินันโต (สุขดำ), "การศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเมืองพฤติกรรมของมนุษย์ในทรรศนะของพุทธปรัชญาเถรวาทกับซิกมันด์ฟรอยด์", ปรินญาพุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๘. บทคัดย่อ.

ที่ประโยชน์ อันได้แก่ ประโยชน์หรือชีวิตทางเศรษฐกิจ (ทิฏฐธัมมิกัตถะ) ประโยชน์หรือชีวิตหลังความตาย (สัมปรายิกัตถะ) และประโยชน์สูงสุดคือพระนิพพาน (ปรমัตถะ)

ในการพัฒนาพฤติกรรม โดยเฉพาะพฤติกรรมทางกาย เพื่อให้มนุษย์สามารถดำรงตนให้อยู่ร่วมกับสังคมหรืออยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างเป็นปกติสุขนั้น จำต้องอาศัยธรรมชาติของมนุษย์ ๒ อย่าง คือ (๑) อาศัยความเคยชิน ทั้งนี้เนื่องจากชีวิตมนุษย์ส่วนใหญ่ที่ดำรงอยู่นั้นล้วนดำรงอยู่ด้วยความเคยชิน พฤติกรรมในการแสดงออกต่าง ๆ ก็เป็นไปตามความเคยชินแทบทั้งนั้น^{๑๕} (๒) อาศัยการสร้างศรัทธาเข้ามาช่วย^{๑๖} ทั้งนี้เพราะเมื่อมนุษย์มีศรัทธาที่จะให้บุคคลอื่นฝึกฝนตนเองและยอมให้ฝึกฝนตนเอง กระบวนการฝึกฝนพัฒนาย่อมได้ผลเร็วขึ้น

๒. ด้านจิต คำว่า “จิตหรือจิตต์” หมายถึงธรรมชาติที่รู้อารมณ์ สภาพที่นึกคิด ความคิด ใจ^{๑๗} การพัฒนาจิต อาศัยธรรมชาติ ๒ ส่วน คือ (๑) อาศัยธรรมชาติภายนอกตัวมนุษย์มาเป็นอารมณ์หรืออุปกรณ์สำหรับการฝึกฝน เช่น สีต่าง ๆ อากาศ ช่องว่าง ของที่ไม่สวยงาม เป็นต้น (๒) อาศัยธรรมชาติภายในที่เกิดกับจิต ได้แก่ สติ มาเป็นเชือกผูกจิตไว้กับอุปกรณ์หรืออารมณ์ที่ต้องการ โดยมีกัลยาณมิตรคอยดูแล ให้คำแนะนำ ตรวจสอบความก้าวหน้าในการฝึกฝน และอาอาศัยธรรมชาติภายในที่เกิดในร่างกายคือลมหายใจเข้า – ออก เป็นอารมณ์หรืออุปกรณ์ให้สติใช้มัดจิตเอาไว้

ในการพัฒนาจิตนี้ มีเป้าหมายในการพัฒนาไว้ ๓ ประการ คือ (๑) ให้จิตมีคุณภาพ เช่น มีความเมตตา กรุณา (๒) ให้จิตมีสมรรถภาพ เช่น มีความเข้มแข็ง อดทน ใช้งานได้ดี (๓) ให้จิตมีสุขภาพ เช่น ร่าเริง เบิกบาน มีปราโมทย์ และสำคัญคือเพื่อให้เป็นฐานปฏิบัติการทางปัญญา หรือเป็นบาทฐานของวิปัสสนา^{๑๘} โดยสารัตถะก็คือ ฝึกฝนจิตให้เกิดสมาธิเพื่อรับใช้การพัฒนาปัญญา^{๑๙}

๓. ด้านปัญญา คำว่า “ปัญญา” แปลว่า การรู้ทั่ว การตัด และการทำให้สว่าง กล่าวคือ ความรู้รอบในสังขาร การตัดกิเลสในใจเสียได้ เรียกว่า มีปัญญา และเมื่อมีปัญญาเกิดขึ้นก็กำจัดความมืดคือ

^{๑๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), *พัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยจิตวิทยาแบบยั่งยืน*, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๓๖.

^{๑๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), *พุทธธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๗๔๒.

^{๑๗} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, หน้า ๓๖.

^{๑๘} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), *พุทธธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ ๘, หน้า ๘๓๓.

^{๑๙} พระมหาสมปอง จนทวโส (ยุงรัมย์), “ธรรมชาติของมนุษย์ในพุทธปรัชญาเถรวาทกับปรัชญาของอริสโตเติล”, *ปริญญาอักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล)*, ๒๕๔๘, หน้า ๒๒.

อวิชา ทำให้สว่างคือวิชา ญาณและอริยสัจ ๔^{๒๐} ปัญญา เกิดจากการเรียนรู้และการปฏิบัติ เรียกการ
เรียนรู้ภาคทฤษฎีว่า “ สุตมยปัญญาและจินตมยปัญญา ” และเรียกการเรียนรู้ด้วยการลงมือปฏิบัติว่า
“ ภาวนามยปัญญา หรือปัญญาภาวนา หรือวิปัสสนาภาวนา ”^{๒๑}

ในการพัฒนาปัญญา อาศัยธรรมชาติที่เนื่องมาจากการพัฒนาด้านพฤติกรรม (กายและศีล) และ
จิต และอาศัยองค์ประกอบภายนอก คือ ปรโตโฆสะ องค์ประกอบภายใน คือ โยนิโสมนสิการ บวกกับ
หลักการพัฒนาปัญญา ๓ ประการ คือ สุตะ จินตา และภาวนา เข้ามาช่วยโดยมีธรรมชาติที่เรียกว่า
อินทรีย์ ๖ ซึ่งมีอยู่แล้วในชีวิตมนุษย์เป็นช่องทางเชื่อมต่อระหว่างภายในกับภายนอก

ผลที่ได้จากการพัฒนาในแต่ละด้านจะส่งเสริมสนับสนุนซึ่งกันและกัน นั่นคือ พฤติกรรม (กาย
และศีล) ที่พัฒนาได้แล้วเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการพัฒนาด้านจิตใจ จิตใจที่พัฒนาได้แล้วเป็น
ประโยชน์อย่างมากต่อการพัฒนาด้านปัญญา ปัญญาที่พัฒนาได้สมบูรณ์แล้ว เป็นประโยชน์อย่างมาก
ต่อการฝึกฝนอบรมพฤติกรรมและจิตใจ^{๒๒}

ลักษณะของจิตวิทยาพุทธศาสนา

จิตวิทยาพุทธศาสนามีลักษณะเฉพาะในด้านการศึกษาและวิธีการศึกษา คือ (๑) ศึกษาจิตเพื่อ
เข้าถึงความจริงทางจิต หรือศึกษาจิตในฐานะธรรมชาติที่มีอยู่โดยสภาวะ เรียกว่า ธรรมชาติรู้ (๒) ศึกษา
กระบวนการของจิตหรือพฤติกรรมของจิต เช่น จิตมีรากะ มีโทสะ มีโมหะ อันเป็นตัวการสำคัญที่ทำให้
มนุษย์แสดงพฤติกรรมออกทางกายและวาจา (๓) ใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ หรือใช้ความรู้ทาง
วิทยาศาสตร์ช่วยในการศึกษาเพื่อเข้าถึงความจริงทางจิต^{๒๓} โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างจริยธรรมแก่
ผู้ศึกษา รวมทั้งพัฒนาบุคลิกภาพของมนุษย์ให้สมบูรณ์ทั้งด้าน IQ และ EQ ไม่ได้ศึกษาจิตเพื่อมุ่งบำบัด
ปัญหาทางจิตของคนที่เป็นโรคจิต และมุ่งพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อนำไปใช้ในการอยู่ร่วมกับสังคมทั่วไป

^{๒๐} ปู่ แสงฉาย, **มลินทปัญหา ฉบับพร้อมด้วยอรรถกถา** ฎีกา, ชำระโดยพระธรรมมหาวิธานวัตร, (กรุงเทพ-
มหานคร : โรงพิมพ์ ลูก ส. ธรรมภักดี, ๒๕๒๘), หน้า ๔๖,๕๖-๕๗,๑๔๐.

^{๒๑} พระมหาสมปอง จันทวิโส , “ **ธรรมชาติของมนุษย์ในพุทธปรัชญาถรวาทกับปรัชญาของอริสโตเติล** ”,
หน้า ๓๖๘-๑๗๐.

^{๒๒} **เรื่องเดียวกัน**, หน้า ๒๔.

^{๒๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **จากจิตวิทยาสู่จิตภาวนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๑๓.

รวมทั้งวัตถุประสงค์ด้านอื่น เช่น การนำจิตวิทยาไปใช้ในระบบอุตสาหกรรมเพื่อเพิ่มผลผลิตและกระตุ้น
 บริโศคนิยม เป็นต้น^{๒๔} ส่วนลักษณะทั่วไปของจิตวิทยาพุทธศาสนา อาจกล่าวได้ว่ามีอยู่ ๔ ด้าน ดังนี้

๑. ด้านแนวคิดทฤษฎี จิตวิทยาพุทธศาสนาศึกษาจิตและพฤติกรรมของจิต โดยแยกจิตกับ
 พฤติกรรมของจิตออกจากกันอย่างชัดเจน ดังจะเห็นได้จากหลักนิยามหรือกฎธรรมชาติที่สำคัญ ๒ อย่าง
 คือจิตนิยาม อันได้แก่กฎเกณฑ์เกี่ยวกับการทำงานของจิต และกรรมนิยาม อันได้แก่กฎเกณฑ์เกี่ยวกับ
 พฤติกรรมของมนุษย์ตลอดถึงผลของพฤติกรรมนั้น ๆ^{๒๕} ทั้งนี้ เพื่อแก้ไขพฤติกรรมมนุษย์ทางกาย
 ทางวาจาและทางใจ เพื่อพัฒนาจิตให้สมบูรณ์ เพื่อพัฒนามนุษย์ด้านจริยธรรม ศีลธรรม เน้นไปที่
 ความดีและความชั่วของสังคม

๒. ด้านขอบเขตของเนื้อหา จิตวิทยาพุทธศาสนา มองปัญหาทางจิตของมนุษย์โดยไม่จำกัดอยู่ที่
 ผู้ป่วยทางจิต แต่มองปัญหาของ “มนุษย์ทุกคนที่ยังไม่ไร้ทุกข์”^{๒๖} ดังนั้น จุดมุ่งหมายในการแก้ปัญหา
 มนุษย์ จึงมีจุดสนใจอยู่ที่ “การพัฒนาปุถุชนสู่อริยชนหรืออารยชน” เพื่อไม่ให้ปุถุชนเหล่านั้นกลับมา
 สร้างปัญหาทั้งนี้เพราะพระพุทธศาสนามองมนุษย์ปุถุชนว่ายังเป็นปัญหาที่ยังจะต้องได้รับการ
 พัฒนาอยู่^{๒๗} จึงเริ่มต้นจากมนุษย์ปุถุชนสู่อริยชน^{๒๘}

กล่าวได้ว่า การพยายามแก้ปัญหาความทุกข์ที่มีอยู่ทั่วไปตามปกติของชีวิตและสังคม คือจุดสนใจ
 และคือจุดเริ่มต้นของจิตวิทยาพุทธศาสนา ต่างจากจิตวิทยาตะวันตกที่จุดสนใจเริ่มต้นที่การพยายาม
 แก้ปัญหาของคนไข้ที่ป่วยทางจิต ซึ่งหมายถึงคนที่มีจิตวิปริตจากปกติ แล้วจึงค่อย ๆ ขยายความสนใจ
 ไปที่ปัญหาของคนทั่วไปในภายหลังดังที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน^{๒๙}

๓. ด้านวิธีการ ใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ ที่หมายถึงการถือประสบการณ์ การสังเกต การตรวจสอบ
 และการทดลอง แต่คำว่า “ประสบการณ์” นี้หมายถึงประสบการณ์ของจิตที่เราได้รับ ที่รู้ประจักษ์ใน
 จิตของตน ซึ่งเทียบได้กับทางตะวันตกก็คือการมองดูจิตของตนเอง (Introspection)^{๓๐}

^{๒๔} สุเทพ พรหมเลิศ, ผศ., “วิชาจิตวิทยาในพระไตรปิฎก”, กรุงเทพมหานคร: คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัย
 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕, (อัดสำเนา).

^{๒๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕.

^{๒๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑.

^{๒๗} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยจิตวิทยาแบบยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๒๗-๒๘.

^{๒๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๒.

^{๒๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), จากจิตวิทยาสู่จิตภาวนา, พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๑๒.

^{๓๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒.

๔. ด้านเป้าหมาย จิตวิทยาพุทธศาสนา นอกจากจะมีเป้าหมายในการศึกษาเพื่อบรรยายและ วัตถุประสงค์ พยากรณ์พฤติกรรม ควบคุมหรือปรับพฤติกรรม และสร้างทฤษฎีมาอธิบายพฤติกรรมของ บุคคลแล้ว ยังมีเป้าหมายสูงสุดตามหลักการทางพระพุทธศาสนา คือ “การพัฒนาปุถุชนสู่อริยชนหรือ อารยชน” เพื่อไม่ให้ปุถุชนเหล่านั้นกลับมาสร้างปัญหาต่อไป

สรุป

จิตวิทยาพุทธศาสนา มุ่งศึกษาที่จิตและกระบวนการทำงานของจิตเป็นหลัก คือศึกษาว่าจิต เป็นอย่างไร พฤติกรรมอย่างนี้ออกมาจากจิตอย่างไร เหตุใดจึงออกมาเป็นสภาพจิตได้ คนรับรู้อย่างไร เป็นต้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนามนุษย์ใน ๓ ด้าน คือ ด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา เพื่อให้มนุษย์ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องบรรลุประโยชน์สุข โดยมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาเพื่อสร้าง จริยธรรมแก่ผู้ศึกษา รวมทั้งพัฒนาบุคลิกภาพของมนุษย์ให้สมบูรณ์ทั้งด้าน IQ และ EQ ไม่ได้ศึกษาจิต หรือศึกษาจิตวิทยาเพื่อมุ่งบำบัดปัญหาทางจิตของคนที่เป็นโรคจิต และมุ่งพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อนำไป ใช้ในการอยู่ร่วมกับสังคมทั่วไป รวมทั้งวัตถุประสงค์ด้านอื่น เช่นการนำจิตวิทยาไปใช้ในระบอบอุตสาหกรรม เพื่อเพิ่มผลผลิตและกระตุ้นบริโภคนิยม เป็นต้น