# การศึกษาการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธ เพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจากสมาคมโหรภาคเหนือ

A STUDY OF PROPHECY AND BUDDHIST COUNSELING FOR STRESS THERAPY AT THE ASTROLOGICAL ASSOCIATION OF NORTHERN THAILAND

สาคร สังฆะณา

ประจำปีที่ 15 ฉบับที่ 1 ตุลาคม 2556-มีนาคม 2557

Chiangmai Rajabhat University

# การศึกษาการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธ เพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจากสมาคมโหรภาคเหนือ

A STUDY OF PROPHECY AND BUDDHIST COUNSELING FOR STRESS THERAPY AT THE ASTROLOGICAL ASSOCIATION OF NORTHERN THAILAND

สาคร สังฆะณา\*

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง "การศึกษาการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจาก สมาคมโหรภาคเหนือ" มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ (1) เพื่อศึกษาแนวคิดและทฤษฎีการพยากรณ์ (2) เพื่อศึกษาแนวคิด และทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียด (3) เพื่อบูรณาการผลการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธ เพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจากสมาคมโหรภาคเหนือ กลุ่มตัวอย่างคือผู้ที่มาใช้บริการจากสมาคมโหรภาคเหนือ จำนวน 30 คน โดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสัมภาษณ์ ด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ผลการวิจัยปรากฏ ดังนี้

- 1. แนวคิดและทฤษฎีการพยากรณ์ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา หลายสถานที่ เวลาและบุคคล เช่น การพยากรณ์ลำดับพุทธวงศ์ พระพุทธเจ้าทรงพยากรณ์พระสุบินของพระองศ์เอง พระพุทธเจ้าทรงพยากรณ์พระสุบินของ พระเจ้าปเสนทิโกศล เป็นต้น การนำเอาแนวคิดและทฤษฎีมาประยุกต์ใช้ในการทำนาย คาดการณ์โดยผู้ที่ทำหน้าที่ ในการพยากรณ์จะเป็นโหราจารย์ หรือบุคคลผู้ที่มีความสนใจในศาสตร์การพยากรณ์ มีการนำเอาเทคโนโลยีเช้ามาใช้เป็น เครื่องมือในการพยากรณ์กันอย่างแพร่หลาย การพยากรณ์มีความเป็นมาก่อนพระพุทธศาสนา ผสมผสานความเชื่อตั้งเดิมกับ ดาราศาสตร์ เทววิทยา มีอิทธิพลจากศาสนาพราหมณ์-ฮินดู ที่ว่าด้วยการทำนาย คาดการณ์ ที่บอกให้รู้ถึงเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น ทั้งเรื่องของเหตุการณ์ธรรมชาติ สังคมและวิถีชีวิตของบุคคล ซึ่งจากเหตุการณ์เหล่านี้เป็นเหตุให้การพยากรณ์มีอิทธิพล ต่อความเชื่อของพุทธบริษัทในทุกด้านของการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น ด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว ด้านการศึกษา ด้านการเงินและด้านการงาน มาจนถึงปัจจุบัน
- 2. แนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียด นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ กับผู้มีปัญหาด้านสุขภาพใช้หลักไตรลักษณ์ ทาน ศีล ภาวนา และหลักจริต 6 ด้านครอบครัวใช้หลักสังคหวัตถุ 4 ด้านการ ศึกษาใช้หลักอิทธิบาท 4 ด้านการเงินใช้หลักทิฎฐธัมมิกัตถประโยชน์ และด้านการงานใช้หลักมิจฉาวณิชชา เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีตัวอย่างของบุคคลผู้มีปัญหาความเครียดที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เช่น พระนางกีสาโคตมีเถรี พระนางเขมาเถรี พระนางปฏาจาราเถรี และพระองคุลิมาล เป็นต้น ซึ่งได้รับการให้คำปรึกษาจากพระพุทธเจ้า และได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ในเวลาต่อมา
- 3. การบูรณาการผลการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดของผู้มาใช้บริการจากสมาคมโหร ภาคเหนือ เพื่อต้องการบำบัดทุกข์ ให้กับผู้ที่ประสบปัญหาความเครียด จากการดำเนินชีวิตประจำวันในด้านต่างๆ พบว่า ผู้มารับบริการนำหลักไตรลักษณ์ หลักจริต 6 เพื่อบำบัดความเครียดด้านสุขภาพ หลักสังคหวัตถุ 4 เพื่อบำบัดความเครียด

<sup>\*</sup> พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ด้านครอบครัว หลักอิทธิบาท 4 เพื่อบำบัดความเครียดด้านการศึกษา หลักทิฎฐธัมมิกัตถประโยชน์ เพื่อบำบัดความเครียด ด้านการเงิน หลักมิจฉาวณิชชาเพื่อบำบัดความเครียดด้านการ ตามหลักการ กระบวนการ และวิธีการ

คำสำคัญ: การพยากรณ์, การให้คำปรึกษาเชิงพุทธ, การบำบัดความเครียด

#### ABSTRACT

The research entitled "A study of Prophecy and Buddhist Counseling for Stress Therapy of the Service Taker from the Astrological Association of Northern Thailand" consists of 3 objectives: 1) to study the concept and the theory of prophecy; 2) to study the concept of the Buddhist counseling for stress therapy and 3) to integrate the result of prophecy with the Buddhist counseling for stress therapy of the service taker from the Astrological Association of Northern Thailand. The samples are 30 people who took services from the Astrological Association of Northern Thailand, taken by simple random sampling. The tool used in the research is interview form with in-depth interview. The research findings reveled as follows:

- 1. The concept and theory of prophecy appeared in the Buddhism scripture in many places, times and persons. For example, to prophesy sequence of Buddhas, the Lord Buddha prophesied His dream; the Lord Buddha prophesied a dream of King Pasenti Kosol, etc. Application of concept and theory for prediction, the persons who work with this career are called the astrologer or the persons who are interested in the forecasting science, applying technology as a tool for forecasting extensively. Regarding to the prophecy, it originated before Buddhism. It is a combination of the traditional belief and astronomy and theology, influenced from Brahmanism and Hinduism on prediction that can describe the situation to happen- natural phenomena, social and of individual events. These events cause the prophecy to influence the Buddhist's faith in every respect of daily living, such as health, family, education, finance and works, until today.
- 2. The concept and theory of Buddhist counseling for stress therapy applied the Buddhist doctrines to those who had health problems, using principle of Trilak (the three characteristics of existence), alms-giving, keeping the precepts, practicing meditation, and principle of Carita 6 or intrinsic natures of a person; for family, using the principle of Sangahavatthu 4 of Base of sympathy; for education, using the principle of lddhipada 4 or the Four paths of Accomplishment; for finance, using the principle of Ditthadhammikattha or benefits obtainable here and now; and for work, using the principle of wrong dharma. In addition, there were examples of those who had the problem, appearing in Buddhism scripture, such as Kisa Gotami Theri, Khema Theri, Patacara Theri and Angulimala, etc. They all got counseling from the Lord Buddha and later attained the Arahantship.
- 3. Integration of the results of prophecy and the Buddhist counseling for stress therapy of the service taker from the Astrological Association of Northern Thailand for the purpose of eliminating sufferings of those who have trouble in daily life was found that the service takers applied the principle of Trilak and principle of Carita 6 to treat the stress on health, principle of Sangahavatthu 4 to treat the stress on family, principle of Iddhipada 4 to treat the stress on education, principle of

Ditthadhammikattha to treat the stress on finance, principle of wrong dharma to treat the stress on working according to the principles, processes and methods.

Keywords: Prophecy, Buddhist Counseling, Stress Therapy

#### บทน้ำ

การพยากรณ์กับสังคมไทยอยู่คู่กันมาตลอด ในสมัยโบราณการดำเนินชีวิตของบุคคลเกี่ยวข้องกับพิธีกรรม ความเชื่อ และประเพณีวัฒนธรรม ซึ่งล้วนเกี่ยวข้องกับการพยากรณ์ทั้งสิ้นตั้งแต่การเกิด การมีคู่ครอง การทำบุญต่ออายุ การตาย การทำศึกสงคราม การวางศิลาฤกษ์เสาหลักเมือง เป็นต้น จนกระทั่งปัจจุบันถึงแม้จะมีความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยี การพยากรณ์อาจจะไม่มีความจำเป็นแล้วกับการดำเนินชีวิตประจำวัน แต่เป็นเรื่องที่ผิดคาด การพยากรณ์ กลับได้รับความสนใจมากยิ่งขึ้น ยิ่งมีความเจริญมากเท่าใดการดำเนินชีวิตก็ยิ่งสลับซับซ้อนมากขึ้น ปัญหาความเครียด ความทุกข์ต่างๆ ก็มากขึ้น

ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และประเพณีวัฒนธรรมส่งผลให้ความเจริญ ทางด้านวัตถุเข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวัน ทุกคนต้องปรับตัวให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนไปเพื่อความอยู่รอด ความเจริญด้านวัตถุ กลับทำให้มนุษย์ขาดที่ยึดเหนี่ยว โดดเดี่ยว และไร้ที่พึ่งทางใจมากขึ้น ทุกคนในสังคมต้องแข่งขัน และแสวงหาทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดมาเพื่อตนเองมากขึ้น ยิ่งในสังคมอุตสาหกรรมที่ทุกอย่างต้องเร่งรีบ และมีการแข่งขันกัน อย่างรุนแรง ซึ่งเป็นต้นเหตุของความเครียดในด้านต่างๆ ตามมา การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ ก่อให้เกิดความเครียดในการดำเนินชีวิต ประจำวัน เช่น เศรษฐกิจฝึดเคือง ความไม่ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ความเหลื่อมล้ำของชนชั้น การแก่งแย่งทำมาหากิน การแข่งขันชิงดีชิงเด่น และความไม่ยุติธรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมเป็นเหตุให้อารมณ์และพฤติกรรมต่างๆ ของมนุษย์ในสังคม เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งเหตุการณ์เหล่านี้เป็นเครื่องบ่งชี้ถึงปัญหาความเครียดที่เพิ่มขึ้น ทั้งในด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว ด้านการศึกษา ด้านเศรษฐกิจ ด้านการงาน ความกังวลเหล่านี้นำไปสู่ปัญหาของความเครียด และนับวันจะยิ่งทวีความรุนแรง มากขึ้น (วนิดา ไชยรัตน์, 2521: 1) ผลจากการเปลี่ยนแปลง ส่งผลให้เกิดความเครียดมากขึ้น คือความหวาดกลัว ในการเปลี่ยนแปลง และดิ้นรน เพื่อความอยู่รอดจนทำให้ความเครียดรุนแรงขึ้น (ฝน แสงสิงแก้ว, 2518: 58)

นอกจากปัญหาดังกล่าวแล้ว ปัญหาดินฟ้าอากาศ ภัยธรรมชาติต่างๆ เช่น เกิดภาวะฝนแล้ง เกิดอุทกภัย วาตภัยและ อัคคีภัย มีปรากฏบ่อยมากขึ้น ซ้ำเติมกับการประสบภาวะเศรษฐกิจฝึดเคืองอย่างรุนแรง และเมื่อปัญหาต่างๆ ทับถมเข้ามา มากๆ ความเครียด ความวิตกกังวลใจ ความท้อแท้หมดหวังจึงเกิดขึ้น จำเป็นต้องหาทางออกต่างๆ เท่าที่จะสามารถผ่อนคลาย ความเครียด หรือความเดือดร้อนได้ ไม่ว่าจะเป็นทางด้านวัตถุหรือทางด้านจิตใจ บางคนอาจจะหาทางบรรเทาความเดือดร้อน ทางเศรษฐกิจโดยการประกอบอาชญากรรม เช่น จี้ปล้น ชิงทรัพย์ บางคนหันไปพึ่งสิ่งศักดิ์สิทธิ์เป็นที่พึ่งทางใจ บางคน หันเข้าปรึกษาโหราจารย์เพื่อพยากรณ์เหตุการณ์ในอนาคตเพื่อลดความกระวนกระวายใจ ผ่อนคลายความเครียดทางจิตใจ ของตน บางคนใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาใช้เพื่อความสงบในจิตใจ และปล่อยวางสิ่งที่มาทำให้จิตใจเป็นทุกข์ โดยยึดหลักอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2542)

มนุษย์เกิดมาพร้อมปัญหา นับตั้งแต่เรื่องเล็กๆ ไปจนถึงเรื่องใหญ่ๆ ดูเหมือนว่าปัญหานั้นจะเกิดขึ้นตลอดเวลา เมื่อเริ่มตื่น จนกระทั่งหลับ ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งวาระสุดท้ายแห่งชีวิต ถึงแม้เราจะยึดปรัชญาที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีศักดิ์ศรี มีความสามารถ มีศักยภาพอยู่ในตัวของตนเองทุกคน แต่ในบางครั้งปัญหาเกิดขึ้นกับตนเอง โดยไม่สามารถจะหาทางแก้ปัญหาได้ อาจเป็นเพราะ มนุษย์ชอบใช้อารมณ์ให้มาบดบังเหตุผล หรือในขณะนั้นจิตใจของเขาอ่อนแอ หมดพลังหรือมีอาการแปรปรวนของความเครียด ฉะนั้นจึงยังไม่สามารถที่จะแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง ดังที่มีคำพังเพยว่า "ผงเช้าตา" หรือ "เส้นผมบังภูเขา" ซึ่งหมายถึงเมื่อเกิด ปัญหาขึ้นแล้วมันจะมีวิธีแก้ไขที่ง่ายนิดเดียว แต่ไม่สามารถจะแก้ไขได้ ฉะนั้นมนุษย์จึงจำเป็นต้องหันไปพึ่งผู้ที่จะช่วยให้ปัญหา บรรเทาลงได้ หรือช่วยแก้ปัญหาให้หมดไปได้ โดยนำเรื่องของปัญหาไปเล่าให้โหราจารย์ฟังเป็นการระบายความในใจ

ที่มีความทุกข์ความเดือดร้อน พร้อมกับปรึกษาหารือในการที่จะแก้ไขปัญหาไปด้วย โหราจารย์เป็นบุคคลที่มักจะมีผู้นำ ความทุกข์ร้อน ปัญหาหรือการจะเลือกตัดสินใจไปปรึกษาหารืออยู่เป็นประจำ ไม่ว่าจะเป็นโหราจารย์ที่จะใช้การพยากรณ์ ด้วยวิธีใดก็ตาม (เบญญรัตน์ อติชาตนานนท์, ม.ป.ป.: 292)

การเข้ารับบริการจากโหราจารย์จะเป็นทางเลือกที่ง่ายสะดวก แต่เสี่ยงต่อการไปพบกับโหราจารย์ที่ขาดความรู้ และจรรยาบรรณ รวมไปถึงเหล่ามิจฉาชีพที่อาจแอบแฝงตัวเข้ามา ซึ่งนอกจากผู้มารับบริการจะไม่ได้รับความสบายใจกลับไปแล้ว ยังอาจจะต้องเสียทรัพย์สินหรือถูกหลอกลวงอีกด้วย การเข้ารับบริการนี้อาจเปรียบเสมือนดาบสองคมซึ่งต้องเพิ่ม ความระมัดระวังในการเข้ารับบริการด้วย ถึงแม้ว่าอาชีพนี้จะอยู่คู่สังคมไทยมานานและเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยบรรเทาปัญหา ความเครียดได้ในชั้นต้นก็ตาม เห็นได้จากสื่อโฆษณาต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ นิตยสาร วิทยุ โทรทัศน์จะต้องมีโฆษณาเกี่ยวกับ การพยากรณ์เสมอ ข่าวการพยากรณ์ดวงเมือง หรือการพยากรณ์ดวงของบุคคลสำคัญได้รับความสนใจ ซึ่งสะท้อนให้เห็น การพยากรณ์เป็นส่วนหนึ่งของสังคมไทย บุคคลหลากหลายอาชีพทุกระดับชั้น ทุกเพศทุกวัย จากชาวบ้านหาเข้ากินค่ำ ชนชั้นกลาง ไปจนถึงผู้นำระดับประเทศ จึงไม่อาจปฏิเสธได้ว่าการพยากรณ์มีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของผู้คนในสังคมไทยปัจจุบัน โดยรู้สึกตัวหรือไม่ก็ตาม จะเชื่อหรือไม่ก็ตาม ถึงแม้เราจะไม่เชื่อ คนรอบข้างเราก็อาจจะเชื่อ หรืออาจกล่าวได้ว่าการพยากรณ์ เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นในสังคมไทย

จากข้อสังเกตข้างต้นผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาแนวคิดและทฤษฎีการพยากรณ์แนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษา เชิงพุทธ และตัวอย่างการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท รวมถึงการบูรณาการ ผลการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจากสมาคมโหรภาคเหนือ ในด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว ด้านการศึกษา ด้านการเงิน และด้านการงาน

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1. เพื่อศึกษาแนวคิดและทฤษฎีการพยากรณ์
- 2. เพื่อศึกษาแนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงพุทธ เพื่อบำบัดความเครียด
- 3. เพื่อบูรณาการผลการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธ เพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจากสมาคมโหร ภาคเหนือ

## ขอบเขตของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) และวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีขอบเขตการศึกษาวิจัยและวิเคราะห์เนื้อหา ดังนี้

- 1. ขอบเขตด้านเอกสาร จะใช้ข้อมูลจาก พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ ที่เกี่ยวข้องกับ การพยากรณ์ การให้คำปรึกษา และความเครียด ตลอดจนหนังสือ รายงานการวิจัย และเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 2. ขอบเขตด้านเนื้อหา ศึกษาการพยากรณ์ การให้คำปรึกษาเชิงพุทธ และความเครียด อย่างละเอียด ตลอดจน วิเคราะห์ผลของการพยากรณ์จากผู้ที่มาใช้บริการจากสมาคมโหรภาคเหนือ ว่ามีสาเหตุ และผลเป็นอย่างไรบ้าง
  - 3. ขอบเขตพื้นที่ ได้แก่ สมาคมโหรภาคเหนือ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
- 4. ขอบเขตประชากร ได้แก่ ผู้ที่มาใช้บริการจากสมาคมโหรภาคเหนือ วัดหม้อคำตวง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 300 คน โดยสุ่มอย่างง่าย ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน และทำการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจาก สมาคมโหรภาคเหนือครั้งนี้ เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งการศึกษาครั้งนี้ใช้ข้อมูล 2 แหล่งรวมกัน ดังนี้

- 1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสารขั้นปฐมภูมิ (Primary Data) โดยวิธีเก็บข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา และ การสัมภาษณ์จากกลุ่มตัวอย่าง
- 2. รวบรวมข้อมูลขั้นทุติยภูมิ (Secondary Data) โดยใช้วิธีการศึกษาเอกสาร (Documentary Research) จากวิทยานิพนธ์ หนังสือ เอกสาร บทความ เว็บไซต์ และงานวิจัยที่เกี่ยวช้อง

นอกจากนี้ยังได้ศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสารที่เกี่ยวช้องในเนื้อหาอื่นๆ เพื่อนำมาวิเคราะห์ ตลอดจน ใช้เป็นแนวทางในการศึกษาภาคสนามต่อไป

### เครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์โดยข้อคำถามประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว ด้านการศึกษา ด้านการเงิน และด้านการงาน

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1. การเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา วิทยานิพนธ์ หนังสือ เอกสาร บทความ เว็บไซต์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - 2. เก็บรวบรวมข้อมูลจากภาคสนาม

เพื่อให้การเก็บข้อมูลภาคสนามเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเลือกโดยการ ดูหลักเกณฑ์ทางการพยากรณ์กับดวงของผู้ที่มีปัญหาในด้านต่างๆ และนำดวงของผู้ที่มีปัญหาในด้านต่างๆ นั้น ยกมาเป็น ตัวอย่างด้านละหนึ่งคนที่เข้าหลักเกณฑ์ทางการพยากรณ์มากที่สุด ดังนี้

- 2.1 การสร้างความสัมพันธ์อันดีในเวลาอันสั้น โดยการยิ้มแย้มให้กับผู้ที่มารับบริการ หลังจากการพยากรณ์ เสร็จสิ้นแล้ว ซึ่งบางคนให้ความร่วมมือ และบางคนไม่ให้ความร่วมมือในการให้สัมภาษณ์
- 2.2 ขออนุญาต และแจ้งความประสงค์ในการสัมภาษณ์ครั้งนี้ว่าจะทำการวิจัยเกี่ยวกับเรื่องการมาใช้บริการ การพยากรณ์ด้วยเหตุผลอะไรบ้าง บางคนตอบให้ข้อมูลดี และบางคนไม่ยอมตอบ ซึ่งถือเป็นเรื่องส่วนตัวที่สามารถทำได้
- 2.3 การบันทึกข้อมูลภาคสนาม โดยการจดบันทึกรายละเอียดต่างๆ เช่น วัน เดือน ปี และเวลาเกิด ตลอดจน ปัญหา หรือความเครียดที่ต้องมาปรึกษาโหราจารย์ว่ามือะไรบ้าง ซึ่งหัวข้อที่ถามประกอบด้วย ด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว ด้านการศึกษา ด้านการเงิน และด้านการงาน
- 2.4 การตรวจสอบข้อมูล เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้อง ครบถ้วน ครอบคลุมตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบ ข้อมูลโดยการสัมภาษณ์หลายๆ คนในเรื่องเดียวกัน ในวันเวลาที่แตกต่างกันออกไป ทำให้มีความเหมือนกันบ้าง แตกต่างกันบ้าง ในเรื่องเดียวกัน

## การวิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผล

หลังจากที่ได้ข้อมูลครบถ้วนแล้ว ได้นำข้อมูลที่ได้บันทึกไว้อย่างละเอียดนั้น มาจัดหมวดหมู่ โดยจำแนกตาม เพศ อายุ ด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว ด้านการศึกษา ด้านการเงิน และด้านการงาน แล้วเรียบเรียงเขียนรายงานนำเสนอผลการวิจัย ต่อไป

#### ผลการวิจัย

แนวคิดและทฤษฎีการพยากรณ์ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา หลายสถานที่ เวลาและบุคคล เช่น การพยากรณ์ ลำดับพุทธวงศ์ พระพุทธเจ้าทรงพยากรณ์พระสุบินของพระองศ์เอง พระพุทธเจ้าทรงพยากรณ์พระสุบินของพระเจ้าปเสนทิโกศล เป็นต้น การนำเอาแนวคิดและทฤษฎี มาประยุกต์ใช้ในการทำนาย คาดการณ์โดยผู้ที่ทำหน้าที่ในการพยากรณ์จะเป็นโหราจารย์ หรือ บุคคลผู้ที่มีความสนใจในศาสตร์การพยากรณ์ มีการนำเอาเทคโนโลยีเข้ามาใช้เป็นเครื่องมือในการพยากรณ์กันอย่างแพร่หลาย การพยากรณ์มีความเป็นมาก่อนพระพุทธศาสนา ผสมผสานความเชื่อดั้งเดิมกับดาราศาสตร์ เทววิทยา มีอิทธิพลจากศาสนา พราหมณ์-ฮินดู ที่ว่าด้วยการทำนาย คาดการณ์ ที่บอกให้รู้ถึงเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นทั้งเรื่องของเหตุการณ์ธรรมชาติ สังคม และวิถีชีวิตของบุคคล ซึ่งจากเหตุการณ์เหล่านี้ เป็นเหตุให้การพยากรณ์มีอิทธิพลต่อความเชื่อของพุทธบริษัทในทุกด้านของ การดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น ด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว ด้านการศึกษา ด้านการเงิน และด้านการงาน มาจนถึงปัจจุบัน

แนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียด นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้กับ ผู้มีปัญหาด้านสุขภาพใช้หลักไตรลักษณ์ ทาน ศีล ภาวนา และหลักจริต 6 ด้านครอบครัวใช้หลักสังคหวัตถุ 4 ด้านการศึกษา ใช้หลักอิทธิบาท 4 ด้านการเงินใช้หลักที่ฎฐธัมมิกัตถประโยชน์ และด้านการงานใช้หลักมิจฉาวณิชชา เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีตัวอย่างของบุคคลผู้มีปัญหาความเครียดที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เช่น พระนางก็สาโคตมีเถรี พระนางเขมาเถรี พระนางปฏาจาราเถรี และพระองคุลิมาล เป็นต้น ซึ่งได้รับการให้คำปรึกษาจากพระพุทธเจ้า และได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ในเวลาต่อมา

การบูรณาการผลการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจากสมาคมโหร ภาคเหนือ โดยนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเช้ามาประยุกต์ใช้ด้วย จากการเก็บข้อมูลจากผู้ที่มาใช้บริการการพยากรณ์ จำนวน 30 คน สรุปได้ดังนี้ โดยแยกเป็นปัญหาความเครียดของผู้มาใช้บริการออกเป็นหมวดหมู่ ซึ่งบางคนอาจจะมีปัญหา ความเครียดมากกว่าหนึ่งด้าน เช่น

ด้านสุขภาพ จากจำนวน 30 คน จะมีผู้ที่มีปัญหาด้านสุขภาพจำนวน 27 คน และได้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช้ามาประยุกต์ใช้ เช่น หลักไตรลักษณ์ หลักจริต 6 เป็นต้น

ด้านครอบครัว จากจำนวน 30 คน จะมีปัญหา 13 คน สามารถนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเช้ามาประยุกต์ใช้ เช่น หลักสังคหวัตถุ 4 เป็นต้น

ด้านการศึกษา จากจำนวน 30 คนจะมีปัญหาอยู่ 7 คน นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ เช่น อิทธิบาท 4 เป็นต้น

ด้านการเงิน จากจำนวน 30 คน จะมีปัญหาอยู่ 10 คน จะนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาประยุกต์ใช้ เช่น หลักทิฎฐธัมมิกัตถประโยชน์ เป็นต้น

ด้านการงาน จากจำนวน 30 คน จะมีปัญหาอยู่ 4 คน จะนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาประยุกต์ใช้ เช่น หลักมิจฉาวณิชชา เป็นต้น

นอกจากหลักธรรมต่างๆ ที่นำมาประยุกต์ใช้เพื่อบำบัดความเครียดนี้แล้ว หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนายังมีหลาย หลักธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์และเชื่อมโยงสัมพันธ์กันในทุกด้านของการดำเนินชีวิตประจำวัน

#### อภิปรายผล

- 1. ด้านสุขภาพ ซึ่งปัญหาด้านสุขภาพเป็นตัวชี้ให้เห็นภาพโดยรวมของสังคมได้พอสังเขปว่า สังคมโดยรวมมีปัญหา ในเรื่องของสุขภาพมาก ซึ่งมองว่านโยบายของรัฐได้ให้ความสำคัญกับปัญหาอย่างจริงจังแล้วหรือยัง ถ้าหากว่ายังไม่ให้ ความสำคัญปัญหาเรื่องสุขภาพนี้จะส่งผลกระทบต่อสังคมโดยรวมได้เช่นกัน ตัวอย่างเช่น ถ้าคนในสังคมมีปัญหาเรื่องสุขภาพ ปัญหาเรื่องความเครียดจะตามมา และจำเป็นต้องหาที่บำบัดความเครียด การพยากรณ์ เป็นอีกทางหนึ่งที่สามารถบำบัด ความเครียดได้
- 2. ด้านครอบครัว จากปัญหาด้านครอบครัวที่ได้สรุปมานั้น เป็นตัวชี้ให้เห็นภาพโดยรวมของสังคมได้พอสังเขป ดังนี้ ถ้าคนในสังคมโดยส่วนใหญ่มีปัญหาในเรื่องครอบครัว ซึ่งเป็นหน่วยที่เล็กสุดในสังคมนั้น จะส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ของ คนในสังคมทั้งโดยตรงและโดยอ้อมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ที่จะทำให้สังคมนี้เกิดสภาวะของปัญหาความเครียดได้ ส่งผลให้ผู้คน ในสังคมต้องหาทางที่จะต้องบำบัดความเครียดนั้นให้บรรเทาลง โดยปรึกษาผู้ที่มีความรู้ ความชำนาญในด้านนั้นๆ เพื่อจะได้ คำปรึกษาที่ตรงประเด็น และสามารถบรรเทาปัญหาความเครียดนั้นได้ การพยากรณ์ เป็นอีกทางหนึ่งที่สามารถบำบัด ความเครียดได้
- 3. ด้านการศึกษา จากปัญหาด้านการศึกษาที่ได้สรุปมานั้น เป็นตัวชี้ให้เห็นภาพโดยรวมของสังคมได้พอสังเขป ดังนี้ ถ้าคนในสังคมโดยส่วนใหญ่ที่อยู่ในวัยของการศึกษามีปัญหาในเรื่องการศึกษาจะสะท้อนให้เห็นถึงระบบการศึกษาของประเทศ โดยรวม ว่านโยบายการศึกษาของประเทศนั้นถึงเวลาที่จะต้องมีการปฏิรูปหรือยัง ซึ่งส่งผลกระทบต่อคนในสังคมทั้งโดยตรง และโดยอ้อมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ที่จะทำให้สังคมนี้เกิดสภาวะของปัญหาความเครียดได้ ส่งผลให้ผู้คนในสังคมต้องหาทางที่จะ ต้องบำบัดความเครียดนั้นให้บรรเทาลง โดยปรึกษาผู้ที่มีความรู้ ความชำนาญในด้านนั้นๆ เพื่อจะได้คำปรึกษาที่ตรงประเด็น และสามารถบรรเทาปัญหาความเครียดนั้นได้ การพยากรณ์ ก็เป็นอีกทางหนึ่งที่สามารถบำบัดความเครียดได้
- 4. ด้านการเงิน จากปัญหาด้านการเงินที่ได้สรุปมานั้น เป็นตัวชี้ให้เห็นภาพโดยรวมของสังคมได้พอสังเขป ดังนี้ ถ้าคนในสังคมโดยส่วนใหญ่ มีนิสัยที่ในการใช้เงินที่ฟุ่มเพื่อย ใช้เงินเกินรายได้ เป็นหนี้ นำเงินในอนาคตมาใช้ ไม่มีการออม จะสะท้อนให้เห็นถึงภาวะเศรษฐกิจ การเงินของประเทศโดยรวม มีปัญหา ซึ่งส่งผลกระทบต่อคนในสังคมทั้งโดยตรงและ โดยอ้อมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ที่จะทำให้สังคมนี้เกิดสภาวะของปัญหาความเครียดได้ ส่งผลให้ผู้คนในสังคมต้องหาทางที่จะต้อง บำบัดความเครียดนั้นให้บรรเทาลง โดยปรึกษาผู้ที่มีความรู้ ความชำนาญในด้านนั้นๆ เพื่อจะได้คำปรึกษาที่ตรงประเด็น และสามารถบรรเทาปัญหาความเครียดนั้นได้ การพยากรณ์ ก็เป็นอีกทางหนึ่งที่สามารถบำบัดความเครียดได้
- 5. ด้านการงาน จากปัญหาด้านการงานที่ได้สรุปมานั้น เป็นตัวชี้ให้เห็นภาพโดยรวมของสังคมได้พอสังเขป ดังนี้ ถ้าคนในสังคมโดยส่วนใหญ่ ว่างงาน ตกงาน หรือมีปัญหาในที่ทำงาน จะส่งผลให้เกิดปัญหาความเครียดตามมา และส่งผลกระทบ ต่อคนในสังคมทั้งโดยตรงและโดยอ้อมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ที่จะทำให้สังคมนี้เกิดสภาวะของปัญหาความเครียดโดยรวมได้ ส่งผลให้ผู้คนในสังคมต้องหาทางที่จะต้องบำบัดความเครียดนั้นให้บรรเทาลง โดยปรึกษาผู้ที่มีความรู้ ความชำนาญในด้านนั้นๆ เพื่อจะได้คำปรึกษาที่ตรงประเด็น และสามารถบรรเทาปัญหาความเครียดนั้นได้ การพยากรณ์ เป็นอีกทางหนึ่งที่สามารถ บำบัดความเครียดได้

ซึ่งปัญหาในแต่ละด้าน ล้วนเป็นต้นเหตุของความเครียดในการดำเนินชีวิตประจำวันทั้งสิ้น แต่ปัญหาทุกปัญหา มีทางแก้ไขได้เสมอจะแก้ไขด้วยตนเอง หรือถ้าแก้ไขด้วยตนเองไม่ได้จำเป็นที่จะต้องปรึกษากับผู้มีความรู้ความสามารถในการ ให้คำปรึกษาในด้านนั้นๆ จะเป็นแบบทางการหรือแบบง่ายๆ สามารถเลือกใช้บริการได้ตามความสะดวกทั้งของผู้ให้บริการ และผู้รับบริการ แต่สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยสนใจการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดโดยผ่านการพยากรณ์ เพราะถือว่าเป็นวิธีที่ง่ายและสะดวกกับผู้มีปัญหาความเครียดทุกๆ คน

### ข้อเสนอแนะ

#### 1. ข้อเสนอแนะทางวิชาการ

จากการศึกษาการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดของผู้มารับบริการจากสมาคมโหร ภาคเหนือ สรุปได้ว่าปัญหาความเครียดต่างๆ ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตนั้นมีมากมายหลายด้าน เช่นด้านสุขภาพ ด้านครอบครัว ด้านการเงิน ด้านการศึกษา ด้านการงาน ซึ่งแต่ละด้านนั้นล้วนเป็นต้นเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด เมื่อเกิด ความเครียดจะจัดการกับความเครียดนั้นได้อย่างไร ในเบื้องต้นก็จะจัดการด้วยตนเองก่อน แต่ถ้าจัดการด้วยตนเองไม่ได้ก็ต้อง ไปปรึกษากับผู้มีความรู้ความชำนาญในเรื่องนั้นช่วยในการแก้ปัญหานั้นอย่างมืออาชีพ

#### 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 2.1 ศึกษาการพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธเพื่อบำบัดความเครียดในสถานที่อื่นๆ ว่าจะมีความเหมือน และแตกต่างกันของปัญหาอย่างไรบ้าง เช่น จังหวัดใหญ่ๆ ที่มีความสับสนวุ่นวาย ชนบทที่มีความเป็นธรรมชาติ องค์กร หรือหน่วยงานต่างๆ
- 2.2 ศึกษาพยากรณ์กับการให้คำปรึกษาเพื่อบำบัดความเครียดเปรียบเทียบกับการให้คำปรึกษาแบบจิตวิทยา ว่าจะมีผลสัมฤทธิ์ที่เหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร

#### เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2542. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

เบญญรัตน์ อติชาตนานนท์. ม.ป.ป. สี่ศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สากลการศึกษา.

ฝน แสงสิ่งแก้ว. 2518. **สุขภาพจิต และการสร้างสุขภาพจิตในสังคมที่ผันผวน เรื่องของสุขภาพจิต.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรไทย.

วนิดา ไชยรัตน์. 2521. **ปัญหาสุขภาพจิตของผู้ป่วยที่มารับการรักษาในโรงพยาบาลวชิรพยาบาล.** วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ ศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.