

จริต 6 ในการดำเนินชีวิต SIX TEMPERAMENTS IN DAILY LIFE

^[1]สุทธิพงษ์ ศรีวิชัย Sudhipong Srivichai ^[2]วิโรจน์ คุ่มครอง Viroj Koomkrong
^[3]ธานี สุวรรณประทีป Thanee Suwanprateep
^{[1] [2] [3]}มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand
Corresponding Author E-mail: sudhipong.sr@mcu.ac.th

Article Received: July 07, 2024. Revised: August 30, 2024. Accepted: August 31, 2024.

บทคัดย่อ

จริต 6 คือ การแบ่งประเภทของบุคคลตามลักษณะนิสัยพื้นฐาน ซึ่งพระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ในพระไตรปิฎก เพื่อให้เข้าใจธรรมชาติของจิตใจมนุษย์ได้อย่างลึกซึ้งและนำไปใช้ในการพัฒนาตนเองรวมถึงการเข้าใจและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น โดยจริตมี 6 ประเภท ได้แก่ 1) ราคะจริต เน้นความสุขทางกายและความรู้สึกเพลิดเพลิน ชอบในสิ่งสวยงาม หลงใหลในกามคุณ ตัวอย่างเช่น พระนันทะที่หลงใหลในความสวยงามของหญิงสาว หรือพระเขมาเถรีที่ยังมีความผูกพันกับชีวิตในวัง 2) โทสะจริต มีอารมณ์ร้อน โกรธง่าย หงุดหงิดง่าย ตัวอย่างเช่น นายช่างแก้วที่โกรธจนทำลายพระพุทธรูป 3) โมหะจริต ชี้เกียจ เชื่องซึม ไม่ค่อยคิดอะไรมาก มักจะหลงผิด ตัวอย่างเช่น ผู้คนที่อยู่ในป่าทึบหนาทึบ ซึ่งเป็นป่าแห่งความทุกข์ยาก แต่กลับไม่พยายามหาทางออก 4) วิทกจริต กังวลมากเกินไป คิดมาก วิทกกังวลในเรื่องต่างๆ ตัวอย่างเช่น นักชัตตชาตก ที่วิตกกังวลเกี่ยวกับการเกิดใหม่ 5) สัทธาจริต เชื่ออะไรง่ายๆ ไม่ค่อยตั้งคำถาม หรือพิจารณาเหตุผล ตัวอย่างเช่น พระวัคคิเถระ ที่เชื่อในคำสอนของครูบาอาจารย์โดยไม่พิจารณา และ 6) พุทธิจริต ฉลาด มีปัญญา ชอบคิดวิเคราะห์ มีเหตุผล ตัวอย่างเช่น พระสาวกหลายรูป เช่น พระสารีบุตร พระมหากัสสปะ

จริต 6 เป็นแนวคิดที่ช่วยให้เราเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ได้อย่างลึกซึ้ง การรู้จักจริตของตนเองและผู้อื่น จะช่วยให้เราสามารถพัฒนาตนเองและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้ จริต 6 นั้นมีความสำคัญในการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก ได้แก่ 1) เข้าใจตนเอง ช่วยให้เข้าใจธรรมชาติของจิตใจตนเอง และสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม 2) เข้าใจผู้อื่น ช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของผู้อื่นได้ดีขึ้น ทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข 3) เลือกวิธีการสอนที่เหมาะสม ผู้สอนสามารถเลือกวิธีการสอนที่เหมาะสมกับจริตของผู้เรียน และ 4) แก้ไขปัญหา ช่วยให้เราสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดจากจริตของตนเองได้

คำสำคัญ: จริต; การดำเนินชีวิต; ความประพฤติ

ABSTRACT

The 6 Temperaments are a classification of people based on their basic character traits which the Buddha stated in the Tripitaka to provide a deeper understanding of the nature of the human mind and to apply it to self-development, including better understanding and living with others. There are 6 types of temperament: 1) Rāgacharita: emphasizing physical pleasure and enjoyment, liking beautiful things, and being infatuated

with sensual pleasures. For example, Phra Nanda was infatuated with the beauty of young women, or Phra Khema Theri who was still attached to life in the palace. 2) Dosacharita: hot-tempered, easily angered, and easily irritated. For example, a glass craftsman who was so angry that he destroyed a Buddha image. 3) Mohacharita: lazy, lethargic, and not thinking much, often misled. For example, people in the Thandaki forest, a forest of suffering, but did not try to find a way out. 4) Vitakkacharita: worrying too much, thinking too much, and worrying about various things. For example, the Nakkhatta Jataka: worrying about rebirth. 5) Saddhacharita: believing things easily, not asking questions or considering reasons. For example, Phra Vakkali Thera. Who believe in the teachings of teachers without considering. 6) Buddhicharita, clever, intelligence, like to think analytically, have reason. For example, many disciples such as Phra Sariputta, Phramaha Kassapa.

The 6 temperaments are a concept that helps us understand human nature deeply. Knowing the temperament of ourselves and others will help us develop ourselves and build better relationships with others. In addition, the 6 temperaments are very important in life, including: 1) Understanding ourselves, helping us understand the nature of our own minds and being able to develop ourselves appropriately; 2) Understanding others, helping us understand the behavior of others better, allowing us to live happily with others; 3) Selecting appropriate teaching methods, teachers can select teaching methods that are appropriate for the learners' temperaments, and 4) Solving problems, helping us to solve problems caused by our own temperaments.

Keywords: Temperament; Daily Life; Behavior

บทนำ

ในโลกยุคปัจจุบันนี้ หลักการทางพระพุทธศาสนาเป็นหลักฐานสำคัญได้แสดงบทบาทถึงความสำคัญเรื่องจิต 6 ประการซึ่งได้แก่ ราคะจิต โทสะจิต โมหะจิต สัทธาจิต พุทธิจิต และวิตกจิต องค์ความรู้ด้านจิตในพระพุทธศาสนา เป็นพื้นฐานแต่ให้ศึกษาได้ศึกษาเฉพาะราคะจิตเราสามารถพัฒนาระดับศักยภาพของตนเองให้เพิ่มขึ้นได้มีความเข้าใจธรรมชาติของตนเองและผู้อื่นได้อย่างลึกซึ้ง เพราะเป็นบุคลิกภาพพื้นฐานปัจจุบันนี้จะต้องมีความสอดคล้องกับความจริงตามสภาพจิตใจของแต่ละคน เพื่อนำไปสู่การพ้นทุกข์ซึ่งปัจจุบันการแก้ไขปัญหาไม่ได้ช่วยอย่างแท้จริงเพราะเป็นการแก้ไขปัญหาที่ปลายเหตุ บางคนไม่เข้าใจสัจธรรมของหลักเสียงจากความเป็นจริง ชีวิตจึงวนเวียนอยู่กับความทุกข์อยู่อย่างนี้ไป ในการเลือกกิจกรรมการพัฒนาปัญญาให้เหมาะสมกับจิตของมนุษย์แต่ละการแก้ปัญหาในทางที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งจำเป็นในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงแนะแนวทางในการดับทุกข์ทรงชี้ให้เห็นถึงความสิ้นชาติทรงอนุเคราะห์ด้วยประโยชน์ สรรพสัตว์ทั้งหลาย และวิธีการต่างๆ ที่ให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทรงใช้เวลาพระองค์เองกระทั่งพบทางแห่งความหลุดพ้นอันแท้จริงถึง 6 ปีด้วยการปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญศึกษาวิขามาก่อนแล้วนั้นก็คือการเดินตามทางสายกลางมีขมิมาปฏิบัติด้วยการเจริญให้ถึงพร้อมด้วยศีลสมาธิและปัญญาการปฏิบัติธรรมในตัว ofมนุษย์แต่ละคน (วิสุทธิ 167)

แนวทางแห่งพระพุทธองค์จะทำให้มนุษย์เข้าใจเข้าใจกฎที่เป็นลักษณะเกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ที่ประกอบด้วยรูปธรรมและสอนและทางปฏิบัติของพระพุทธองค์ เป็นสัจธรรมของชีวิตที่สอนให้มนุษย์เรียนจริงเพื่อนำชีวิตไปสู่จัดกิเลสสันดานของมนุษย์ให้เจือจางลงจนกระทั่งหมดไป เพื่อฝึกจิตให้เข้มแข็งสั่งสอนนั้นไปเผยแผ่ให้กับบุคคลอื่นและพัฒนาจิตให้การบรรลุผลที่เรียกว่าพระนิพพาน ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดของชีวิต ในปัจจุบันการเลือกกิจกรรมการพัฒนาปัญญาให้เหมาะสมกับจริตของมนุษย์แต่ละการแก้ปัญหาในทางที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งจำเป็น ในทางพระพุทธศาสนา (ช.ม. (ไทย) 29/156/430)

แนวคิดเกี่ยวกับจริต 6

จริต หรือ จริยา 6 ความประพฤติปกติ, ความประพฤติซึ่งหนักไปทางใดทางหนึ่ง อันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน, พื้นเพของจิต, อุปนิสัย, พื้นนิสัย, แบบหรือประเภทใหญ่ๆ แห่งพฤติกรรมของคน จริยาอาจหมายถึงจริต คือ ความประพฤติ กิริยา หรืออาการ ที่มักใช้ในทางไม่ดี เช่น เสียวจริต วิกลจริต ดัดจริต จริต คือ ความประพฤติที่หนักไปทางใดทางหนึ่ง อันเป็นปกติอยู่ในสันดาน มี 6 อย่าง คือ รากจริต โทสจริต โมหจริต สัทธาจริต พุทธิจริต และวิตกจริต คือ จิตท่องเที่ยว สถานที่จิตชอบท่องเที่ยว หรืออารมณ์ที่ชอบท่องเที่ยวของจิตนั้น (พระอุทิศสเถระ, 2547) ซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ก็ได้มีการกล่าวรายละเอียดของจริยา 14 ประการนี้ไว้เหมือนกัน แต่ให้ศึกษาเข้าใจ โดยสังเขปว่ามีจริยาเพียง 6 อย่างเท่านั้น (วิสุทธิ (ไทย) 167)

1. รากจริต หมายถึง แนวโน้มไปในทางกำหนดดินดีในกามารมณ์, ความใคร่ในกามคุณ, ความมีใจเอนเอียงไปในทางรักสวรั้งาม คนที่มีรากจริต มักจะมีลักษณะเป็นคนสุนทรีย์ในอารมณ์, รักสวรั้งาม, พุดจาอ่อนหวาน, สะอาด, ประณีต รากจริต เป็นหนึ่งใน 6 จริต ที่เป็นทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวพุทธปรัชญา (ช.ม. (ไทย) 29/727/435)

2. โทสจริต โทสจริต หมายถึง ความประพฤติที่มีพื้นนิสัยหนักไปในทางใจร้อน หงุดหงิด โกรธง่าย โทสจริต เป็นหนึ่งใน 6 จริต ที่เป็นทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวพุทธปรัชญา คนที่มีโทสจริต มักจะมีลักษณะเป็นคนร้อนใจ ไม่อดทน ไม่ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น และชอบวิพากษ์วิจารณ์ (ช.จ. (ไทย) 30/492/242)

3. โมหจริต เป็นคนที่มีความประพฤติหนักไปทางเขลา เชื่องซึม ไม่ค่อยชอบคิดมาก และขี้เกียจ โมหจริต เป็นหนึ่งใน 6 จริต ที่เป็นทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวพุทธปรัชญา คนที่มีโมหจริต มักจะมีลักษณะเป็นคนเฉื่อยชา ขาดความคล่องแคล่ว มักมีอคติเกี่ยวกับตัวเอง มองตัวเองว่าไม่ดี ไม่เก่ง ไม่สวย ไม่หล่อ ไม่มีความสามารถ (วิสุทธิ. (ไทย) 1/127)

4. สัทธาจริต สัทธาจริต คือคำที่ใช้เรียกผู้ที่มีนิสัยเชื่อง่าย หรือมีจิตที่เชื่อถือในสิ่งที่เห็นหรือได้ยิน โดยไม่ค่อยพิจารณาด้วยเหตุผล สัทธาจริต คนที่มีสัทธาจริต มักมีความเลื่อมใสในสิ่งที่ถูกต้อง แต่ถ้าไปเชื่อในสิ่งที่ผิด ก็จะเป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่นดังนั้น คนที่มีสัทธาจริต ควรมีความระมัดระวังในการเลือกสิ่งที่จะเชื่อถือ และใช้ปัญญาพิจารณาตามความเป็นจริง ไม่ให้เป็นเหยื่อของการหลอกลวงหรือเอาเปรียบ (ช.จ. (ไทย) 30/85/304)

5. พุทธิจริต หนักไปทางใช้ปัญญาแก้ปัญหาเจ้าปัญญาเจ้าความคิด มีความฉลาด มีปฏิภาณไหวพริบ การคิด การอ่าน ความทรงจำดี ถือหลักการ อนุรักษนิยม ชอบสั่งสอนคนอื่น (ช.ม. (ไทย) 29/156/430)

6. วิตกจริต หมายถึง ลักษณะบุคลิกภาพ ที่แสดงออกเป็นความวิตกกังวล ความหวาดกลัว การมีอารมณ์แปรปรวน ความกลัวใจ ความอิจฉาริษยา ความขัดข้องใจ และความเหงา บุคคลที่มีลักษณะนี้จะมีอารมณ์ไม่เสถียร และมีโอกาสสูงที่จะประสบกับอารมณ์เชิงลบ หรือความผิดปกติทางจิต (วิสุทธิ. (ไทย) 173-182)

สรุปว่า จริต 6 คือการแบ่งประเภทของนิสัยใจคอของคนตามหลักพุทธศาสนา ซึ่งเป็นเหมือนลายนิ้วมือของจิตใจที่บ่งบอกถึงพฤติกรรมและความคิดของแต่ละบุคคล โดยแบ่งออกเป็น 6 ประเภท กล่าวสรุป คือ รากจิต รักสวยรักงาม โทสจริต โกรธง่าย โมหจริต ขี้เกียจ สัทธาจริต เชื้อคนง่าย พุทธิจริต ฉลาด และวิตกจริต กังวล

พฤติกรรมของคนในการดำเนินชีวิต

พฤติกรรมคือการตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามากระทบกับบุคคลทั้งภายในและภายนอกโดยการตอบสนองนั้นอาจจะสามารถสังเกตได้โดยตรงหรือไม่ก็ได้การแสดงออกนั้นอาจเกิดขึ้นในช่วงที่เรามีสติรู้สึกตัวหรือไม่รู้ตัวก็ได้ล้วนจัดเป็นพฤติกรรมทั้งสิ้นของมนุษย์ คือ พฤติกรรมมนุษย์ (Human Behavior) หมายถึง การกระทำของมนุษย์ทั้งด้านกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม โดยรู้สำนึกหรือไม่รู้สำนึก ทั้งที่สังเกตได้และไม่สามารถสังเกตได้พฤติกรรมมนุษย์จำแนกออกได้เป็น 2 ลักษณะ ได้แก่ 1) พฤติกรรมที่ไม่สามารถควบคุมได้เรียกว่า เป็นปฏิกิริยาสะท้อน เช่น การสะดุ้งเมื่อถูกเข็มแทง การกระพริบตาเมื่อมีสิ่งมากระทบกับสายตา 2) พฤติกรรมที่สามารถควบคุมและจัดระเบียบได้เนื่องจากมนุษย์มีสติ (สงวน สุทธิเลิศอรุณ, 2543) พฤติกรรมของมนุษย์โดยเฉพาะเยาวชนได้ให้ความหมายของพฤติกรรมว่า หมายถึงกิจกรรมที่มนุษย์แสดงออกทั้งหมด อาจจะมองเห็นได้ด้วยตา สัมผัสได้ด้วยกาย เช่น การเดิน การพูด การเขียน การแสดงออกทางสีหน้าและสิ่งที่มองเห็นได้ยากหรือมองไม่เห็น เช่น การฟัง การจำ และการคิดหาเหตุผล ถือว่าเป็นพฤติกรรมที่มีอยู่ในมนุษย์ (กระจำ อัฐนาถ, 2550)

นอกจากนี้ สานิตย์ หนูนิล และกนกวรรณ พวงประยงค์ (2562) กล่าวว่า รูปแบบการดำเนินชีวิต หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกผ่านการใช้เวลาในการทำกิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็น ซึ่งในแต่ละบุคคลหรือกลุ่มคนจะมีรายละเอียดของรูปแบบในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของปัจจัยต่างๆ ตามแต่บริบทของสภาพแวดล้อมที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลนั้นอาศัยอยู่

Evans, Jamal and Foxall (2009) อธิบายว่า รูปแบบการดำเนินชีวิต คือ สิ่งสะท้อนมาจาก รูปแบบของกิจกรรม (Activities) ความสนใจ (Interests) และความคิดเห็น (Opinions) โดยรูปแบบการดำเนินชีวิตมีความสำคัญในการสะท้อนความคิด และพฤติกรรมความเป็นตัวตนของบุคคลนั้นๆ

Hoyer and MacInnin (2010) ที่กล่าวว่า รูปแบบการดำเนินชีวิต คือ การแสดงออกของ พฤติกรรมที่เป็นจริงของบุคคล ซึ่งสะท้อนออกมาในรูปแบบของการทำกิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็น

Hawkins and Mothersbaugh (2013) ให้คำนิยามไว้อย่างใกล้เคียงกันว่า รูปแบบการดำเนินชีวิต คือ การแสดงให้เห็นว่าบุคคลใช้ชีวิตอย่างไร โดยจะแสดงออกมาในรูปแบบของการใช้เวลาในการทำ กิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็น

สรุปได้ว่า พฤติกรรมของคนมีความหลากหลายและซับซ้อน รูปแบบการดำเนินชีวิตเป็นตัวบ่งชี้ถึง ความเป็นตัวตนของแต่ละบุคคล การทำความเข้าใจพฤติกรรมและรูปแบบการดำเนินชีวิตจึงมีความสำคัญในการดำเนินชีวิตประจำวัน การทำงาน และการพัฒนาสังคม

จริต 6 ในการดำเนินชีวิต

การทำความเข้าใจจริต 6 นั้นเป็นประโยชน์อย่างมากในการดำเนินชีวิต เพราะจะช่วยให้เราเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น และสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ อย่างไรก็ตาม คนเราไม่ได้มีจริตเพียงอย่างเดียว แต่จะมีการผสมผสานของจริตต่างๆ กันไป โดยจริตที่เด่นชัดที่สุดจะบ่งบอกถึงบุคลิกภาพของคน

นั้นๆ ผู้วิจัยได้ทำการสรุปประเด็นเกี่ยวกับจริต 6 ในการดำเนินชีวิต มาประยุกต์ใช้ในการวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น เพื่อให้เข้าใจตัวตนและความต้องการของแต่ละบุคคลได้ดียิ่งขึ้น ดังนี้

จริต 6 คือการแบ่งประเภทของนิสัยใจคอของคนตามหลักพุทธศาสนา โดยแบ่งออกเป็น 6 ประเภทหลัก ดังนี้

1. ราคะจริต (รักสวยรักงาม)

ในการดำเนินชีวิต: คนที่มีราคะจริตสูง มักจะให้ความสำคัญกับรูปลักษณ์ภายนอก การแต่งกาย การใช้ชีวิตที่หรูหรา และความสุภาพทางกายภาพ เช่น การกินอร่อย การนอนหลับพักผ่อน

ตัวอย่าง: ชอบเลือกซื้อสินค้าแบรนด์เนม ชอบแต่งตัวตามแฟชั่น ชอบเข้าสังคม

2. โทสะจริต (ใจร้อน)

ในการดำเนินชีวิต: คนที่มีโทสะจริตสูง มักจะใจร้อน หงุดหงิดง่าย ไม่ยอมคน และชอบวิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่น

ตัวอย่าง: ขับรถเร็ว ชี้แจง ชี้แจง

3. โมหะจริต (ขี้เกียจ)

ในการดำเนินชีวิต: คนที่มีโมหะจริตสูง มักจะขี้เกียจ ไม่กระตือรือร้น และไม่ค่อยสนใจสิ่งรอบข้าง

ตัวอย่าง: ชอบนอน ชอบดูทีวี ไม่ชอบทำงาน

4. สัทธาจริต (เชื่อคนง่าย)

ในการดำเนินชีวิต: คนที่มีสัทธาจริตสูง มักจะเชื่อคนง่าย ไว้วางใจผู้อื่นได้ง่าย

ตัวอย่าง: เชื่อโฆษณา เชื่อคำพูดของคนอื่นโดยไม่พิจารณา

5. พุทธิจริต (ฉลาด)

ในการดำเนินชีวิต: คนที่มีพุทธิจริตสูง มักจะฉลาด มีเหตุผล ชอบคิดวิเคราะห์

ตัวอย่าง: นักวิทยาศาสตร์ นักคิด นักปรัชญา

6. วิตรกจริต (กังวล)

ในการดำเนินชีวิต: คนที่มีวิตรกจริตสูง มักจะกังวลใจ คิดมาก ไม่มั่นใจในตัวเอง

ตัวอย่าง: กลัวความล้มเหลว กลัวการถูกปฏิเสธ

นอกจากนี้ มีแนวทางการนำจริต 6 ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ได้แก่

1. เข้าใจตนเอง เมื่อรู้จักจริตของตัวเองแล้ว จะสามารถปรับปรุงพฤติกรรมในด้านที่ไม่ดีได้
2. เข้าใจผู้อื่น การรู้จักจริตของผู้อื่นจะช่วยให้เราเข้าใจความคิดและความรู้สึกของพวกเขาได้ดีขึ้น
3. สร้างความสัมพันธ์ที่ดี การปรับตัวเข้ากับผู้อื่นตามจริตของเขา จะช่วยให้เราสร้างความสัมพันธ์

ที่ดีได้

4. การทำงาน: การรู้จักจริตของเพื่อนร่วมงานจะช่วยให้เราทำงานร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อีกประการหนึ่ง จริต 6 เป็นแนวคิดที่ช่วยให้เราเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ได้อย่างลึกซึ้ง การรู้จักจริตของตนเองและผู้อื่น จะช่วยให้เราสามารถพัฒนาตนเองและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้ จริต 6 นั้นมีความสำคัญในการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก ได้แก่ 1) เข้าใจตนเอง ช่วยให้เราเข้าใจธรรมชาติของจิตใจตนเอง และสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม 2) เข้าใจผู้อื่น ช่วยให้เราเข้าใจพฤติกรรมของผู้อื่นได้ดีขึ้น ทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข 3) เลือกวิธีการสอนที่เหมาะสม ผู้สอนสามารถเลือกวิธีการสอนที่เหมาะสมกับจริตของผู้เรียน และ 4) แก้ไขปัญหา ช่วยให้เราสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดจากจริตของตนเองได้

ตัวอย่างการนำจริต 6 ไปใช้ในชีวิตรประจำวัน ได้แก่

1. การสื่อสาร หากเราต้องสื่อสารกับคนที่เป็นราคะจริต ควรเน้นไปที่ประโยชน์ที่เขาจะได้รับ เช่น ความสวยงาม ความหรูหรา
2. การทำงาน หากเราต้องทำงานกับคนที่เป็นโทสจริต ควรระมัดระวังในการพูดคุย และหลีกเลี่ยงการวิจารณ์
3. การสร้างทีม การสร้างทีมที่ประสบความสำเร็จ ควรมีการผสมผสานของคนที่มีจริตต่างๆ กัน เพื่อให้ทีมมีความหลากหลายและสามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างรอบด้าน

บทสรุป

จริต 6 คือการแบ่งประเภทของนิสัยใจคอของคนตามหลักพุทธศาสนา ซึ่งเป็นเหมือนลายนิ้วมือของจิตใจที่บ่งบอกถึงพฤติกรรมและความคิดของแต่ละบุคคล โดยแบ่งออกเป็น 6 ประเภท ดังนี้

1. ราคะจริต

ความหมาย: ชอบในความรัก ความใคร่ ความสวยงาม

ลักษณะ: เป็นคนรักสวยรักงาม ชอบความสนุกสนาน มีอารมณ์อ่อนโยน พุดจาไพเราะ

ตัวอย่าง: คนที่ชอบแต่งตัวสวยงาม ชอบฟังเพลงเพราะ ชอบกินอาหารอร่อย

2. โทสจริต (โทสะ + จริต)

ความหมาย: ชอบโกรธ ชอบทะเลาะวิวาท

ลักษณะ: เป็นคนใจร้อน หงุดหงิดง่าย ไม่ยอมคน ชอบวิจารณ์ผู้อื่น

ตัวอย่าง: คนที่ชอบเอะอะโวยวาย ขี้หึง ขี้ระแวง

3. โมหะจริต (โมหะ + จริต)

ความหมาย: ชอบความหลงลืม ขี้เกียจ

ลักษณะ: เป็นคนเฉื่อยชา ไม่ค่อยคิดอะไรมาก ไม่สนใจรอบข้าง

ตัวอย่าง: คนที่ชอบนอน ขี้ลืม ไม่กระตือรือร้น

4. สัทธาจริต (สัทธา + จริต)

ความหมาย: ชอบเชื่อถือในสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง

ลักษณะ: เป็นคนเชื่อคนง่าย ไว้วางใจผู้อื่นได้ง่าย

ตัวอย่าง: คนที่เชื่อโศกลาง เชื่อคำพูดของคนอื่นโดยไม่พิจารณา

5. พุทธิจริต (พุทธิ + จริต)

ความหมาย: ชอบใช้ปัญญา คิดวิเคราะห์

ลักษณะ: เป็นคนฉลาด เจ้าปัญญา มีเหตุผล

ตัวอย่าง: นักวิทยาศาสตร์ นักคิด นักปรัชญา

6. วิตกจริต (วิตก + จริต)

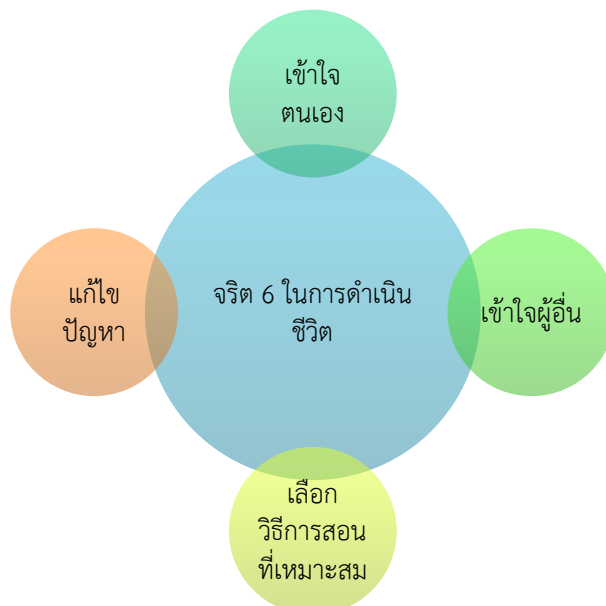
ความหมาย: ชอบวิตกกังวล กังวลใจ

ลักษณะ: เป็นคนขี้กังวล คิดมาก ไม่มั่นใจในตัวเอง

ตัวอย่าง: คนที่กลัวความล้มเหลว กลัวการถูกปฏิเสธ

ประโยชน์ของการรู้จักจิต 6 ประกอบด้วย 1) เข้าใจตัวเอง: รู้ว่าตัวเองมีนิสัยอย่างไร เพื่อปรับปรุงแก้ไขตนเอง 2) เข้าใจผู้อื่น: สามารถเข้าใจพฤติกรรมของคนอื่นได้ดีขึ้น 3) สร้างความสัมพันธ์ที่ดี: สามารถปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้ง่ายขึ้น 4) พัฒนาตนเอง: สามารถพัฒนาจุดแข็งและแก้ไขจุดอ่อนของตนเองได้

จิต 6 เป็นแนวคิดที่ช่วยให้เราเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ได้อย่างลึกซึ้ง การรู้จักจิตของตนเองและผู้อื่น จะช่วยให้เราสามารถพัฒนาตนเองและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้ จิต 6 นั้นมีความสำคัญในการดำเนินชีวิตเป็นอย่างมาก ได้แก่ 1) เข้าใจตนเอง ช่วยให้เราเข้าใจธรรมชาติของจิตใจตนเอง และสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม 2) เข้าใจผู้อื่น ช่วยให้เราเข้าใจพฤติกรรมของผู้อื่นได้ดีขึ้น ทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข 3) เลือกวิธีการสอนที่เหมาะสม ผู้สอนสามารถเลือกวิธีการสอนที่เหมาะสมกับจิตของผู้เรียน และ 4) แก้ไขปัญหา ช่วยให้เราสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดจากจิตของตนเองได้ สรุปดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 จิต 6 ในการดำเนินชีวิต

เอกสารอ้างอิง

- กระจำจ อัฐนาถ. (2550). พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากาฬสินธุ์ เขต 3. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.
- พระอุปติสสเถระ. (2547). วิมุตติมรรค. แปลโดย พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) และคณะ. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์. (2553). คู่มือการจัดระบบการเรียนการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้. พระนครศรีอยุธยา: เทียนวัฒนา พรินท์ติ้ง.

- สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2543). **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**. กรุงเทพมหานคร: อักษราพิพัฒน์.
- सानิตย์ หนูนิล และกนกวรรณ พวงประยงค์. (2562). ปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตของคนรุ่นใหม่ในชนบทไทย. **วารสารพัฒนาลังคม**. 21(2). 176-193.
- Evans, M., Jamal, A. & Foxall, G. (2009). **Customer behavior**. 2nd ed. Chichester: John Winley & Sons.
- Hawkins, D. I. & Mothersbaugh, D. L. (2013). **Customer behavior: building marketing strategy**. 12th ed. New York: McGraw-Hill Irwin.
- Hoyer, W. D. & MacInnin, D., J. (2010). **Customer behavior**. 5th ed. Manson, Ohio: SouthWestern Cengage Learning.