



# พัฒนาสมอง สร้างเสริมบุคลิกภาพภายหลัง ~ ด้วยคิตะยก:

ด้วยศักยภาพทางวิชาการที่สูงมาก ทำให้เกิดความตื่นเต้นเร้าใจในการเรียนรู้ ตลอดจนการสนับสนุนจากครุภัณฑ์ที่ทันสมัยและครบครัน ทำให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างราบรื่นและสนุกสนาน ไม่ใช่เรื่องยากอีกต่อไป

## พลังแห่งคุณสืบเสียง

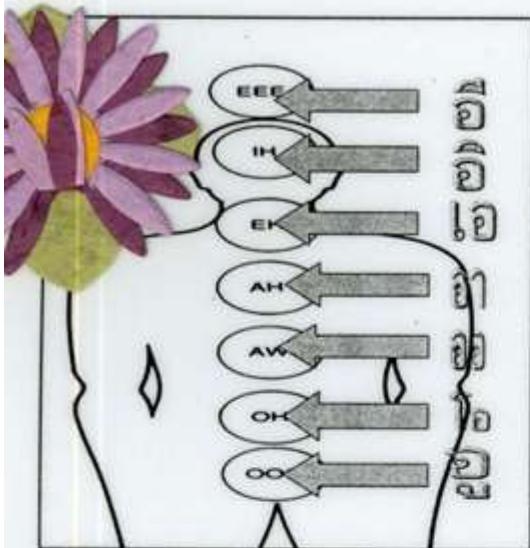
อาจารย์อริยะ สุพรรณแก้วซช. ผู้อำนวยการศูนย์ฯ  
วิจัยเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ด้วยดนตรีและโยคะแห่ง  
โรงเรียนกนกอมพิศวิทยา ขอanalyse ให้ฟังว่า ถึงสำคัญหลักๆ ที่เขา  
ต้องเข้าใจก่อนก็คือเรื่องของพลังคลื่นเสียงในการพัฒนา  
ร่างกายและจิตใจของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นคลื่น  
เสียงภายในร่างกายเราเอง รวมทั้งคลื่นเสียง  
ภายนอกจากดนตรีประเภทต่างๆ ที่เข้ามา  
มือที่ผลลัพธ์ร่างกายและจิตใจเรา โดยจาก  
การศึกษาค้นคว้ามาเป็นเวลาเกือบ 8 ปีนั้น  
ก็พบว่า มีงานวิจัยมากmany ที่เป็นเครื่องแสดง  
ให้เห็นถึงประโยชน์ของคลื่นเสียงที่มีต่อมนุษย์  
ไม่ว่าจะเป็นปรากฏการณ์ The Mozart Effects  
ซึ่ง Frances Rauscher นักวิจัยของ  
University of California ได้ทำการ  
ทดลองโดยแบ่งนักศึกษาเป็น  
3 กลุ่ม คือ กลุ่มนั้นๆ ให้ฟัง  
เพลง Sonata for Two  
Piano in D Major ชิ้น

Mozart กลุ่ม 2 พึงเพลง Relaxation และกลุ่ม 3 ให้อยู่ในความเงียบ โดยนักศึกษาแต่ละคนจะได้รับแบบทดสอบวัดทักษะเหตุผลด้านมิติสัมพันธ์ ซึ่งผลการวิจัยก็บันทึกว่าคะแนนของนักศึกษาเพิ่มขึ้นหลังจากฟังเพลงของ Mozart เมื่อเทียบกับการฟังเพลง Relaxation และไม่ฟังอะไรเลย ซึ่งถือว่าก็แสดงให้เห็นว่าคนหรือสัตว์ส่วนช่วงในการกระดับความตื่นตระหนักรู้ มีเรื่องที่ปักใจคิดเรื่องได้นั่นเอง



อาจารย์อริยะ สมรรถน์เกษฐ์

ผ่านผนังเซลล์ และเข้ารับสัมภาระของเสียงออกจากร่างกายได้ กีฬาสามารถแปลงเปลี่ยนไปเป็นพลังงานน้ำ舅ปุ่ก (เช่นใช้คุณภาพและพูนมากในน้ำเสียงต่างๆ) หากน้ำหนักผ่านคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า คลื่นโทรศัพท์ หรือแม้



แต่คลื่นเสียง หรือคันต์เรนา Heavy Metal ต่างๆ ในขณะเดียวกัน เขายังพบว่าหากเปิดเพลงประนก Air for The G String ของ Bach, Pastoral ของ Beethoven หรือเปิดเสียงสวดมนต์ให้น้ำพัง ผลึกของน้ำก็จะประยูรออกมานในแบบที่สวยงาม เป็นประกาย มีสีทอง สีเขียวปรากว่าขึ้นมาอย่างน่าอศจรรย์เลยทีเดียว และเมื่อพิจารณาจากข้อเท็จจริงที่ว่าในตัวเรามีน้ำเป็นส่วนประกอนอยู่มากถึง 70% ดังนั้นคันต์เรนและคลื่นเสียงจึงยอมมีผลต่อร่างกายเราอย่างเห็นได้ชัด

### คลื่นเสียงกับการบำบัด

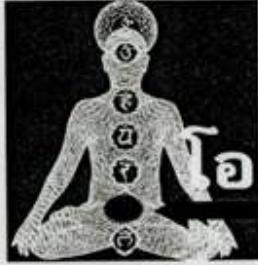
สวนคลื่นเสียงจะมีส่วนเข้าไปช่วยบำบัดรักษาน้ำพันร่างกายและจิตใจของเราได้อย่างไรนั้น อาจารย์อริยะอธิบายให้ฟังว่า “ร่างกายของมนุษย์นั้น อยู่ระหว่างแต่ละส่วนจะมีความร้อน และมีความต้องคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าแยกต่างกันไป เช่นถ้าความต้องน้ำอยู่ในระดับไม่ปกติ ก็อาจทำให้เกิดโรคได้ เช่นถ้ามีความต้องน้ำไป ก็อาจทำให้เป็นน้ำองอกหรือถ่ายน้ำอยไป ก็อาจทำให้เกิดการสะสมของสารพิษ ทำให้เกิดการอักเสบขึ้นมาได้ ดังนั้นวิธีการบำบัดรักษา เราจะต้องส่งคลื่นความต้องปกติที่สอดคล้องกับอย่างที่น้ำพองน้ำฯ เข้าไปปรับรูปน้ำให้คลื่นไม่ปกติกลายสู่ภาวะปกตินั่นเอง”

นอกจากนี้ ตามแนวของโยคยา ยังกล่าวไว้ว่า ร่างกายของเรามีจุดจักระสำคัญอยู่ 7 จุด ซึ่งถ้าเรากระตุ้นจุดศูนย์กลางพลังงานทั้ง 7 จุดนี้ให้ทำงานเป็นปกติได้นั้น เรายังจะมีสุขภาพที่แข็งแรง และอาจกล่าวเป็นอภิมหาญได้ หากเรานำคำแนะนำของจุดจักระทั้ง 7 นี้มาเทียบกับที่ตั้งของระบบต่างๆ ภายในร่างกาย ก็จะพบว่าคำแนะนำที่ปรากฏนั้นใกล้เคียงกัน ต่อมาไว้ท่องคุณธรรมะในการทำงานต่างๆ ของร่างกายอย่างมาก และก็ยังคงกับแนวของสมองและไขสันหลังอีกด้วย ดังนั้นจากผู้ที่ได้ว่า การส่งคลื่นเสียงที่เหมาะสม เข้าไปกระตุ้นจุดจักระต่างๆ ของร่างกาย ก็จะช่วยทั้งกระตุ้นการทำงานของอวัยวะภายใน กระตุ้นต่อมไว้ท่อ และกระตุ้นสมองทั้งระบบโดยที่เดียว โดยเราอาจแบ่งคนเรือกได้เป็น 2 กลุ่มด้วยกัน คือกลุ่มคนครีสมองร้าย ซึ่งผู้ฟังจะต้องตั้งใจฟังจึงจะได้ผล เช่นคนครีคลาสสิก หรือคนครีที่มีเนื้อร้องต่างๆ ส่วนคนครีสมองขาว เป็นกลุ่มที่ไม่ต้องตั้งใจฟังก็เกิดประโยชน์ เป็นการส่งคลื่นเสียงเข้าไปบำบัด พัฒนาสมองและจิตให้สำนึก ซึ่งแม้ข้อมูลนั้นแลบก็ให้ได้ โดยนั้นจากที่ได้ศึกษาทดลองมาแล้วนั้น ก็พบว่าคนครีกลุ่ม คิตะจักระ หรือคนครีที่แห่งการกระตุ้นพลังจักระ ซึ่งสร้างสรรค์โดยมาสเตรอริโยคยา มีพลังคลื่นเสียงที่ทรงประสิทธิภาพในการบำบัดรักษาและพัฒนาการใจได้ดีที่สุด”

## การส่งคลื่นเสียงที่เหมาะสม เข้าไปกระตุ้นจุดต่างๆ ของร่างกาย ก็จะช่วยทั้งกระตุ้นการทำงานของอวัยวะภายใน กระตุ้นต่อมไว้ท่อ และกระตุ้นสมองทั้งระบบโดยที่เดียว

### วิธีการพิจิตาและกระตุ้นจักระ: ด้วยคลื่นเสียงร่างกายใบตาบอง

นอกจากคลื่นเสียงภายนอกที่มีพลังในการบำบัดแล้ว เรายังคนกีฬาสามารถสร้างเสียงเพื่อบำบัดตัวเองได้ เช่นกัน อาจารย์อริยะ กล่าวว่า “ตามแนวการฝึกแบบคิตะจักระนั้น ก่อนที่เราจะเริ่มให้เสียงในการบำบัดตัวเอง เราควรกำหนดการวางแผนจิตของเราให้เหมาะสม และมีสมาธิเสียก่อนด้วยการปล่อยคามุต และกำหนดจิตไปตามจุดจักระทั้ง 7 ของร่างกาย โดยวิธีนี้ได้แนวทางมาจากท่านสัจจโยคยา ซึ่งเขาเชื่อว่าการปล่อยคามุตเหล่านี้จะช่วยทำให้พลังจิตเพิ่มขึ้น และสุขภาพดีขึ้นได้ ตั้งแต่จักระ 1 ไปจนถึงจักระ 7 บอกว่า “ข้าพเจ้าคือผู้บูริสุทธิ์” จักระ 2 บอกว่า “คนทุกคนเป็นครูของข้าพเจ้าได้” เป็นการแสดงความอ่อนน้อม ลดตัวตนลง จักระที่ 3 บอกว่า “ข้าพเจ้าอยู่ในสิ่งที่ข้าพเจ้ามี” จักระที่ 4 “ข้าพเจ้ามีความรักให้กับคนทุกคน” จักระที่ 5 “คนทุกคนรวมทั้งข้าพเจ้าเองไม่มีความผิด” จักระที่ 6 “ถ้าข้าพเจ้าเคยทำผิดมาได้โดยไม่ได้ตั้งใจ โปรดให้อภัยข้าพเจ้าด้วย” และจักระที่ 7 “ข้าพเจ้าคือแสงสว่าง” เมื่อกำหนดจิตได้แล้ว ก็ต้องให้เสียงตามเรื่องเข้าไปบำบัดตามจุดต่างๆ พร้อมทั้งห่างประกอนซึ่งจะช่วยกระตุ้นให้แต่ละจักระทำงานตื้นๆ โดยจักระที่ 1 ซึ่งอยู่ตรงฝีมือ ให้



เปล่งเสียง คุ พร้อมยกมือทั้งสองข้างขึ้นระดับคิ้ว จักระที่ 2 อุปจังจุดกึ่งกลางหัวหน้า ให้เปล่งเสียง โ อ พร้อมประสามมือทั้งสองข้างเข้าด้วยกัน วางไว้ที่ระดับท้องเนื้อย จักระที่ 3 บริเวณสะตอ ให้เปล่งเสียง อ อ พร้อมนายมือทั้งสองข้าง ให้ที่ระดับห้อง จักระ 4 บริเวณหัวใจ ให้เปล่งเสียง อา พร้อมยกมือทั้งสองข้างขึ้นระดับอก จักระ 5 บริเวณลำคอ ให้เปล่งเสียง เอ พร้อมพนมมือไว้ที่ระดับคาง จักระ 6 บริเวณหน้าผาก ให้เปล่งเสียง อ พร้อมยกมือที่พนมข้น ให้ปลายนิ้วอยู่ระดับหน้าผาก และจักระ 7 บริเวณกลางกระหม่อม ให้เปล่งเสียง อ พร้อมยกมือขึ้นเหนือศีรษะ ให้ปลายนิ้วทั้งสองข้างหันเข้าหากัน การฝึกจิตพร้อมออกเสียง และทำท่าประกอบบ่นนี้จะช่วยบันดาลรักษาสุขภาพและใจของเราราได้อย่างดี นอกจากนี้ การเปล่งเสียงแต่ละจุดยังจะช่วยดึงดูดงานทำให้เรารอดอกเสียงแล้วรู้สึกติดชัด ก็แสดงว่า อวัยวะส่วนนั้นกำลังมีปัญหาแล้ว"

### คลื่นเสียงกับการพัฒนาเด็ก

นอกจากคลื่นเสียงจะมีผลต่อการบันดาลรักษาสุขภาพแล้ว เรายังสามารถนำคลื่นเสียงมาใช้ในการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ทั้งด้านสมอง จิตใจ และจิตวิญญาณให้ออกด้วย ซึ่งหลังจากที่อาจารย์อธิบายได้ศึกษาด้านควรมาม เป็นเวลานานพอสมควร ทำนั้นก็ได้ลองนำศาสตร์เหล่านี้มาประยุกต์ใช้กับเด็กนักเรียนในโรงเรียนสอนพิเศษไทย และก็ได้ทำการวิจัยในเด็กระดับอนุบาล 2 โดยการเปิดคลื่นเสียงให้ฟังในช่วงเวลาอนุกรรมการวันติดต่อกันเป็นเวลา 15 วัน ก็พบว่าเด็กที่มีปัญหาเรื่องการนอนไม่หลับ ก็สามารถนอนหลับอย่างสนิทได้ ง่ายขึ้นอย่างเห็นได้ชัด อาจารย์อธิบายเล่าให้ฟังว่า "จากเดิมเด็กนักเรียนในห้อง มี 30 คน มีถึง 20 คนที่ไม่ยอมนอนกลางวัน แต่พอเรานำคลื่นเสียงไปเปิด ปรากฏว่าเด็กยอมลงไปนอนเอง และกินนอนหลับกันได้หมดเลย ซึ่งการนอนนี้ มีผลต่อพัฒนาการเด็กไม่น้อยที่เดียว ทุกวันนี้การที่เด็กมีปัญหาเรื่อง睡眠สั่น กันยะเยะ สาเหตุหนึ่งก็มาจากการนอนไม่เพียงพอนี่เอง นอกจากนี้ยังพบว่า เด็กมีความตั้งใจเรียนมากขึ้นกว่าเดิม มีสมาธิในการเรียนมากขึ้น และมีพัฒนาการทางสติปัญญาสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด อาจารย์อธิบายยังเคยทดลองกับเด็กอหิตสติกที่สมาธิสั้นมาก สามารถสนใจกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้เพียง 5 นาทีเท่านั้น แต่หลังจากเปิดคลื่นเสียงให้ฟัง 7 วัน ก็พบว่าเด็กตั้งกล้าว ก็สามารถมีสมาธิได้ยาวนานขึ้นถึง 30 นาทีที่เดียว"

อย่างไรก็ตาม การเลือกเพลงให้เหมาะสมกับเด็กแต่ละคน แต่ละกลุ่มก็มีความสำคัญอย่างมากเช่นกัน อาจารย์อธิบายกล่าวว่า "การเลือกเพลง ก็เหมือนกับการจัดอาหารอย่างมีคุณประโยชน์นั่นเหมือนกัน เช่นเดียวกับชามาก หรือสมាមิสั้น หากต้องเลือกคนตัวกลุ่มที่ใช้บังบัดก่อน แล้วค่อยเปิดคนตัวนี้หรือ คลื่นเสียงที่ใช้ในการกระตุ้นและพัฒนาศักยภาพ จึงจะได้ผล แต่เด็กสมาธิดีอยู่แล้ว ก็สามารถพัฒนาศักยภาพได้โดยคนตัวรึมพัฒนาคลื่นสมองนี้ก็มีทั้งแบบที่เป็นคนตัวรึมเสียงธรรมชาติ ตนตัวรึคลื่นเสียงแห้งจัดวาก แลดูคนตัวจากงานวิจัยด้านการสั่งมนุษย์ไปกว่าครึ่งขององค์การ NASA เป็นต้น"

โครงสร้างศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับศีรษะโยคะ หรือสอนใจเรื่องการใช้คนตัวรึคลื่นเสียงเพื่อการพัฒนาเด็ก สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ ที่อาจารย์อธิบาย สุพารณ์นภยัช โทร.08-1803-3630 นะค่ะ ❸

# คีตะ-โยค-ศาสตร์แห่งสุขภาพดี ด้วยพลังคลื่นเสียง (ตอนที่ 1)



คนเก่าบัด惚ือพินฟูสุขภาพ  
จึงต้องวางแผนจิตของตัวเองใหม่  
คือจะต้องคิดดี จิตมีสุขภาพ และรู้จัก  
ปล่อยวาง ถ้าเราเครียดมากไปตัวจะ:  
ด่าหนด การการแพทย์ทางเลือกจึง  
บอกว่าเครียดตรงไหนก็เป็น  
เนริงตรงนั้น



ถือว่าเป็นเรื่องที่ใหม่ในวงการของการแพทย์ทางเลือก “คีตะ-โยค” ซึ่งเป็นการประยุกต์ในเรื่องของดนตรีที่นำมาพัฒนาให้สมองของมนุษย์ดีขึ้น อาจารย์อริยะ สุวรรณภูมิ ผู้อำนวยการศูนย์อภิวัฒน์ปัญญาได้ก่อรากฐานเรื่องถึงรายละเอียดของ “คีตะ-โยค” ให้พังผืดเป็นอีกเรื่องหนึ่งที่น่าสนใจอย่างไรให้ผู้อ่านได้ศึกษาดูกัน

“คีตะ-โยค” เป็นการบูรณาการศาสตร์ความรู้เกี่ยวกับพลังคลื่นเสียงจากดนตรีที่มากับศาสตร์ความรู้ทางด้านสมอง มีความรู้เกี่ยวกับภาษา การและความรู้เกี่ยวกับเรื่องการฟังสมาร์ตประกอนเข้าไป และประสานห้อง 4 เข้าด้วยกัน เพื่อยกระดับคุณภาพของมนุษย์ เสริมสร้างพลังแห่งจิตวิญญาณ เสริมสร้างคุณภาพสมอง เสริมสร้างพลังกายและเหล็กซึ่งภาพและพื้นฟูสุขภาพ

ซึ่งการจะเข้าใจในเรื่องของ “คีตะ-โยค” ได้นั้นจะต้องมีความรู้และความเข้าใจก่อนว่าคลื่นเสียงของดนตรีมีอิทธิพลต่อการพัฒนาด้านสมองของมนุษย์ โดยพิจารณาให้จากผลการวิจัยต่างๆ ในเรื่องของคลื่นเสียง การวิจัยแรกเป็นเรื่องของ



อาจารย์อริยะ สุวรรณภูมิ  
ผู้อำนวยการศูนย์บัณฑิตวิทยาลัยมนต์สุข

ปรากฏการณ์ The Mozart Effects นักวิจัยของ University of California ได้ทดลองแบ่งนักศึกษาเป็น 3 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 พังผืด sonata for two piano in D Major ของ Mozart กลุ่มที่ 2 พังผืด

เพลง Relaxation กลุ่ม 3 ความเงียบชิ้นนักศึกษาแต่ละคนจะได้รับแบบทดสอบวัดทักษะเหตุผลด้านมิติสัมพันธ์ ผลวิจัยพบว่าคะแนนของนักศึกษาเพิ่มขึ้นหลังจากได้ฟังเพลงของ Mozart เมื่อเทียบกับการฟังเพลง Relaxation และความเงียบ สรุปได้ว่า ดนตรีมีส่วนช่วยการดุ้นสมองให้มีเชาว์ปัญญาดีขึ้น

เรื่องต่อมาคือ การดันพับความลับของผลึกน้ำ นามดั้งชุราอิโน่ได้ดันพับวิธีด้วยภาชนะ (Water Crystal) และแยกประเภทผลึกน้ำที่เกิดขึ้นเป็น วุปหกเหลี่ยม ซึ่งมีคุณภาพสูงในการบำบัดด้วยในเซลล์ จะแทรกผ่านเซลล์เข้าไปในตัวของเสียได้ร่างกายทำให้เซลล์สะอาด มีสุขภาพดี และรูปกลม เป็นน้ำที่ไม่มีคุณภาพสูงในการบำบัดถ้าอยู่ในเซลล์จะผ่านเซลล์ได้ยาก ไม่สามารถไปช่วยรักษาของเสียได้หรือได้น้อย

สรุปว่าผลึกน้ำสามารถมีปฏิกิริยาได้ตอบกับสิ่งที่มีความละเอียดอ่อนได้โดยการแปลงเปลี่ยนรูปร่างของผลึกได้อย่างมีอัจฉริยะ ตัวอย่างการทดลองนำน้ำไปผ่านล้อต่างๆ เช่น เอาน้ำดีๆ ไปผ่านคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าเดาไม่core เน้นที่จะยกเศษเป็นน้ำที่มีคุณภาพดี และไม่ว่าจะเป็นน้ำที่ผ่านคลื่นไฟฟ้าหรือไม่ ก็จะเป็นน้ำที่ผ่านหน้าจอคอมพิวเตอร์ ก็มีผลเสียต่อร่างกายทั้งนั้น

ที่พูดถึงเรื่องนี้และให้ความล้าคุณกับน้ำที่เพาะไว้ในดักแม่น้ำประมาณ 70% ตั้งน้ำผลึกน้ำในร่างกายและในอวัยวะของเราอยู่ได้รับผลกระทบทั้งทางบวกและลบ จากอิทธิพลแห่งพลังคลื่นเสียงจากสิ่งแวดล้อมภายนอกหรือพลังแห่งความติดของตนเองได้

# คีตะโยคศาสตร์แห่งสุขภาพดี ด้วยพลังคุณเสียง (ตอนจบ)



ฉบับที่แล้วพูดถึงเรื่องของคนที่มีผลต่อการพัฒนาสมอง และเรื่องของจักรราปีแล้ว อีกเรื่องที่เกี่ยวข้องกันคืออะไร คือเรื่องของ “สภาวะกายแผลเหล็กชีวภาพ” อาจารย์อริยะ สุวรรณ์เกษชัย ได้อธิบายสภาวะนี้ซึ่งเกี่ยวพันกันกับการกระดุ้น 7 จักรราปี

“สภาวะกายแผลเหล็กชีวภาพ” เป็นสภาวะแห่งความสมดุล ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งถ้าสมบูรณ์พร้อมจะทำให้ร่างกาย ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและมีสุขภาพดี ศาสตร์ทางนี้จะสนใจในการพัฒนากายแผลเหล็กมาก โดยเชื่อว่าในร่างกายของมนุษย์จะมีชาติเหล็กฝังอยู่ตามกระดูก ถ้าเรากระดุ้นทั้ง 7 จักรราปีเมื่อก่อนกับกระดุนดังแต่หัวก็จะกัน ก็จะทำให้เหล็กในร่างกาย เรียงเป็นระเบียบเมื่อเหล็กในร่างกายเรียงเป็นระเบียบเข้าจะทำให้เกิดสภาวะกายแผลเหล็กขึ้นมา

ศักยภาพสภาวะกายแผลเหล็กชีวภาพ คือ เกิดความสมดุล ของพลังแผลเหล็กชีวภาพทั้ง 7 จักรราปี รวมที่ได้ด้วยมือที่ไวต่อ ประสพสัมผัสทำให้ร่างกายสมบูรณ์ปราศจากโรค หากสภาวะกายแผลเหล็กชีวภาพไม่สมบูรณ์ ก็จะไม่เกิดความสมดุลของพลัง แผลเหล็กชีวภาพครบ 7 จักรราปี จะกระตุ้นความพึงอ่านจิตแผลเหล็กชีวภาพมีความพร่องหรือมีพลังมากเกินไป ทำให้มีผลเสียต่อสุขภาพร่างกายบริเวณอวัยวะส่วนนั้นและอวัยวะส่วนอื่นที่เกี่ยวข้อง

ปรากฏการณ์ที่แสดงถึงการเข้าสู่กายแผลเหล็กชีวภาพคือ

1. เริ่มรู้สึกถึงสภาวะของพลังงานรอบตัวแต่สัมผัสมิได้
2. มีการเพิ่มขึ้นของประสพสัมผัสที่ทุก โดยมีความรู้สึกไว ต่อประสพสัมผัสด้านพลังงาน สามารถสัมผัสการดันกัน ของพลังงานแผลเหล็กที่คำนึงถึงสองข้างของตน สัมผัสถือว่าดี แต่ดึงของรอบตัวเองได้



3. ร่างกายส่วนอื่นๆ สามารถสัมผัสถึงสภาวะของพลังงานรอบตัวได้ มีความสามารถดึงพลังงานจากจักรราปีและดึง แนวตั้มเข้าสู่กายทิพย์คนดูดจนส่งถ่ายพลังงานออกจาก ตนก็ได้

4. ร่างกายจะมีความเป็นกิมพีเกิดขึ้นในประสพสัมผัสต่างๆ เพิ่มเด่น เช่น เกิดสภาวะชาทิพย์ ทุกทิพย์ จิตทิพย์ เป็นต้น หรือบางคนดูดกายทิพย์ได้

5. ในระดับสูงส่ง สำนึ肯แผลเหล็กในร่างกายจะมีพลังงานสูงขึ้น มาก จนสามารถมีกำลังเห็นน้ำห่าให้ผู้อื่นที่อยู่ในสภาวะ การบ่มบุญปักด่านารถถูกยกระดับกายน้ำ ชาติ เข้าสู่สภาวะ กายแผลเหล็กชีวภาพได้ ถ้ากำลังเห็นน้ำห่าสูงส่งก็จะได้ผลอย่าง ช้าๆ ถ้ากำลังเห็นน้ำห่าสูงส่งก็จะได้ผลอย่างเรียบพลัน ต่อไปมาศึกษาท้าวใจของการฝึกคิดจะไบคะ ในเรื่องของ แนวทางการฝึกจิตตามแนวคิดจะไบคะ มี 3 แนวทาง แนวทาง แรกคือ การปฏิบัติธรรมจิต 7 ประการ

อาจารย์กล่าวว่า ก่อนที่จะพื้นฟูก้าวเองนั้นจะต้องวางแผนจิตให้ เที่ยวะสมเสียก่อน เพื่อให้เรามีสุขภาพที่ดีขึ้น การปฏิบัติธรรมจิต 7 ประการก็คือแนวทางการวางแผนจิตให้เที่ยวะสม ซึ่งประกอบด้วย การกำหนดธรรมจิตประจำ 7 จักรราปี เพื่อปรับสภาวะจิตก่อน ปฏิบัติจิต โดยเราต้องนักด้าวเองในธรรมจิต 7 ข้อดังนี้

ธรรมจิตข้อที่ 1 “ข้าพเจ้าคือผู้บุรุษ”

ธรรมจิตข้อที่ 2 “คนทุกคนเป็นครูของข้าพเจ้าได้”

ธรรมจิตข้อที่ 3 “ข้าพเจ้าพอใจในสิ่งที่ข้าพเจ้ามี”

ธรรมจิตข้อที่ 4 “ข้าพเจ้ามีความรักให้กับคนทุกคน”

ธรรมจิตข้อที่ 5 “คนทุกคนรวมทั้งข้าพเจ้าเองไม่มีความผิด นำไปได้”

ธรรมจิตข้อที่ 6 “ถ้าข้าพเจ้าเคยทำผิดมาได้โดยไม่ได้ตั้งใจ ไปรับให้อภัยข้าพเจ้าด้วย”

ธรรมจิตข้อที่ 7 “ข้าพเจ้าคือแสงสว่างแห่งปัญญา”

ทั้งหมดคือ ธรรมจิต 7 ประการ ซึ่งผู้บุรุษที่ต้องนั่งทำ นี่ เพื่อปรับสภาพจิตทั้ง 7 ข้อ เมื่อปฏิบัติจิตแล้วจะทำให้ตัว นี่ ความสุขและมองโลกในแง่ดี ไม่มีความทุกข์ ปล่อยวาง

อย่างเช่นน้ำที่ผ่านเสียงเพลงก็จะให้ผลึกที่ถ่างกันไปตามท่วงท่าของ คนที่พิสูจน์ความดื้อริคุณที่พึงบารุงเบาๆ หน้าตาจะผ่องใส่เพราะน้ำในตัวที่มีถึง 70% ก็จะสวยงามไปด้วย ส่งผลให้สุขภาพจิต และสุขภาพกายดีขึ้น

น้ำที่ผ่านค่าพุดก็จะแสดงผลึกที่ถ่างกันออกมากด้วย เช่น “ขอนคุณครัว” ผลึกน้ำก็จะสวยงาม คนที่ได้ฟังก็จะรู้สึกดีและมีความสุข แต่หากใช้ค่าพุดที่เป็นค่าต่ำ เช่น “ไอ้น้ำ” “ไอ้ใจ” น้ำก็จะแตกกระจาย มีสภาพดีขึ้น

ผลักความคิดนี้จึงสำคัญมาก คนที่จะนำบัดหรือพื้นฟูสุขภาพจิตต้องวางแผนจิตของตัวเองใหม่ คือต้องคิดดี จิตมีสมาร์ต และรู้จักปล่อยวาง ถ้าเราเครียดหนักในตัวจะดี ทางการแพทย์ทางเดิอก็จะบอกว่าเครียดตรงไหนก็เป็นมะเร็งตรงนั้น บางคนเครียดทำมาหากิน น้ำแท้ๆ ห้องจะดี จึงทำให้เป็นมะเร็งล่าสื้อได้ บางคนเครียดเพราะคิดในนั้น คิดนี้ ความตัวของน้ำจะไปเกิดที่สมองทำให้เป็นมะเร็งที่สมอง เพราะเวลาเราเครียดในส่วนไหนน้ำในส่วนนั้นก็จะกลับเป็นไม่เลกุใหญ่ น้ำไม่สามารถไปประลักษณ์ของเสียงในอวัยวะส่วนนั้นได้ จะเห็นว่าสิ่งแวดล้อมอาหารการกินเรื่องการวางแผน มีความจำเป็นมาก สำหรับการมีสุขภาพดี

เรื่องต่อไปคือ เรื่องอิทธิพลของคนหรือมีผลต่อมนุษย์ เป็นเรื่องที่ทราบกันดีว่า เพลงในลักษณะต่างๆ มีผลต่อจิตใจของผู้ฟัง เช่น เพลงปลูกใจ จะช่วยสร้างความอึดเดินให้แก่ผู้ฟัง

ซึ่งมีการศึกษาที่นำคนหรือแม่น้ำบัดผู้ป่วยในโรงพยาบาล เพื่อทดสอบการเจ็บป่วยลดความเครียด ต่อมานี้มีการศึกษาค้นพบว่า



นำบัดเข้ามา และคือจะไปคิดคือศาสตร์ของคนหรือนำบัดอีกสายหนึ่ง โดยแบ่งเป็นสองภาค

ภาคแรกคือ ศาสตร์แห่งการนำบัดด้วยผลักคลื่นเสียง คลื่นเสียงเป็นคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าประเภทหนึ่ง ความถี่ของคลื่นเสียงแบบรวมรวมอัตราธรรมชาติของคลื่นเสียง และสภาวะแห่งสิ่งคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าจะแบบตามความถี่ของคลื่นเสียง คลื่นเสียงจากสองแหล่งก้าวเนิดสามารถผสมผสานกันได้ทำให้เกิดเป็นคลื่นใหม่ขึ้นมา และการรับรู้จะตระหนึกรูปแบบและการแปลงของคลื่นนั้นทำให้โดยผ่านอวัยวะรับเสียงในช่องทุ้น เข้าสู่สมอง

ออกมากสามแบบ คือ ความถี่ที่ปกติ ความถี่ที่มากเกินไป ความถี่ที่น้อยเกินไป

ถ้าอวัยวะนั้นๆ มีความถี่ปกติและคงไว้อยู่นั้นไม่เป็นโรคมีสุขภาพดี ถ้าเมื่อไหร่ ก็ตามที่มีความถี่น้อยกว่าปกติ หรือมีความถี่มากกว่าปกติ ก็แสดงว่าอวัยวะนั้นอาจจะมีความผิดปกติ หรืออาจมีอาการเจ็บ

การรักษาเพื่อทำให้อวัยวะในร่างกายกลับไปมีคลื่นความถี่ปกติจะช่วยทำให้การทำงานของร่างกายเป็นปกติ ซึ่งทำได้โดยการสร้างแสงคลื่นเสียงที่มีความถี่ที่สอดคล้องกับอวัยวะเหล่านั้น และส่งคลื่นเสียงดังกล่าวเข้าไปเพื่อการบำบัดและชักจูงจนคลื่นความถี่ในอวัยวะที่ผิดปกติกลับมาสู่สภาวะปกติดังเดิม

ในศาสตร์ที่คล้ายแบบ โดยเฉพาะสายทางไปค่า กลุ่มคิด จักระ ได้ผลิตดนตรีกลุ่มนี้ขึ้นมา ซึ่งเป็นดนตรีที่มีคลื่นที่เหมาะสมสำหรับอวัยวะในส่วนต่างๆ ของร่างกาย ถ้าอวัยวะตรงไหนของร่างกายมีปัญหา เราจะใช้คลื่นนั้นเข้าไปบำบัดโดยตรง ด้วยการใช้คลื่นเสียง ด้วยอย่างเช่น คนที่ล้าไม่ได้ จะติดคลื่นเสียงที่ห้องแล้วปล่อยคลื่นที่เหมาะสมกับอวัยวะนั้นเข้าไปบำบัด

แนวทางการบำบัดนั้นจะมีทั้งการใช้คลื่นเสียงเข้าไปบำบัด หรือใช้คลื่นเสียงของตัวเองนำบัดตัวเองก็ได้เช่น ซึ่งถ้าเราใช้คลื่นที่เหมาะสมเข้าไปบำบัดอวัยวะที่ป่วยแล้วก็จะทำให้ร่างกายของเรางดับลงมาสู่การเป็นผู้ที่มีสุขภาพดี

หน้ากระดาษหมุดพอต้องมีเรื่องที่น่าสนใจอีกเบื้องต้นคลื่นเสียงอย่างไรที่ตัวเราสามารถสร้างเองและนำมาบำบัดเอง และคลื่นเสียงที่สร้างขึ้นอย่างไรจึงนำมาใช้บำบัดได้และภาคปฏิบัติการการฝึกจิตตามแนวทางคิดไปค่า 3 แบบท่ออย่างไร nemหน้า มาติดตามกันต่อจะค่ะ C



แบบของคลื่นความถี่หรือพัฒนา คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าในอวัยวะต่างๆ จะแสดง

# คีตะ-โยคะ-ศาสตร์แห่งสุขภาพดี ด้วยพลังคลื่นเสียง (ตอนที่ 2)



กลุ่มคนตระสบของขวา (Right Brain Music Group) กลุ่มนี้เป็นผู้ที่สามารถฟัง พลังคลื่นเสียง จ: ส่งพลังบำบัดพำนัติได้ล้ำนัก แบบอนหลับก็สามารถพัฒนาศักยภาพสมองได้ เช่นเด็กเล็กๆ เวลา นอนเปิดเพลงเบาๆ ให้ฟังจะสามารถพัฒนาสมองเด็กได้



คราวที่แล้วพูดถึงเรื่อง “คีตะ-โยคะ” ซึ่งเกิดขึ้นจากการบูรณาการทางขวาจาก 4 แขน และได้พูดถึงเรื่อง คลื่นเสียงมืออิทธิพลต่อ การพัฒนาสมองของมนุษย์ และศาสตร์แห่งการบำบัดด้วยพลังคลื่นเสียง เป็นผล เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลา มาพ่อ กันด้วยเรื่องของการประยุกต์ใช้คณิตวิธีในการพัฒนาศักยภาพสมองของมนุษย์

อาจารย์อิวีบะ สุวรรณภัยชาช กล่าวว่าสาเหตุที่สมองมีความสำคัญต่อร่างกายมาจากแนวความคิด อภิวัฒน์ปัญญา ซึ่งความคิดนี้กล่าวว่าการก้าวไปสู่ภูมิปัญญาสูงสุด สมองนั้นบ่อมต้องได้วันการพัฒนาไปสู่ศักยภาพสูงสุดในทุกๆ ส่วนเสียก่อน

สมัยก่อนเราจะสนใจสมองเพียงแค่ซึ่กซ้ายซึ่กร้า ซึ่งเป็นสมองของคุณ ต่อมาจึงเริ่มสนใจสมองในทุกๆ ส่วนเพื่อที่จะกระตุ้นให้สมองเกิดการพัฒนา แนวคิดที่จะใช้คณิตวิธีมากระตุ้นสมองจึงเริ่มขึ้นโดยได้นำจากกลุ่มของพลังจักรวาล ซึ่งจะเป็นกลุ่มที่สอนข้างบนใจในเรื่องของสมองมาก ศาสตร์ทางศาสนาที่ใช้พัฒนานักบวชล้วน วางพื้นฐานอยู่บนสมองทั้งสิ้น เพราะนักบวชจะใช้วิธีการทำหนังสือ การฝึกสมาธิและการกำหนดจิตมากๆ กิจกรรมการพัฒนาสมองได้

สมองส่วนแรก คือส่วน Reptilean คณิตวิธีเกี่ยวข้องกับสมองส่วนนี้ก็ออกลอง, เครื่องเบนซ์, เครื่องเคาะจังหวะ, แคร, เปียโน ถ้ากระตุ้นด้วยเพลงที่มีเสียงกลองที่มีจังหวะอย่างตัว จะทำให้เกิดพลังแก่ร่างกายสร้างความอึดเดิม แต่ถ้ากระตุ้นด้วยกลองที่มีจังหวะไม่เป็น規律 จะทำให้สมองส่วนนี้เสียหายได้

สมองส่วนที่สอง Paleomammalian สมองส่วนอารมณ์นี้เป็นตัวที่จะแสดงอารมณ์ต่างๆ ออกมาน คณิตวิธีใช้กระตุ้นสมองส่วนนี้คือ คณิตวิปrage เก็บ, เครื่องเป่า, เครื่องสาย เสียงต่ำ - กลางและเปียโน ซึ่งจะทำให้เกิดการแสดงออกทางอารมณ์และสุนทรียภาพ

สมองส่วนที่สาม Neomammalian สมองส่วนปัญญา คณิตวิธีใช้กระตุ้นคือเครื่องสายเสียงสูง, ระฆัง, օอร์แกน, พินตั้ง ถ้าอย่างมีเสนาธิคีร์ชนมีสมองที่ตีร์ช ต้องใช้คันคีร์กกลุ่มนี้จะทำให้เรามีสุขภาพดีร์ช

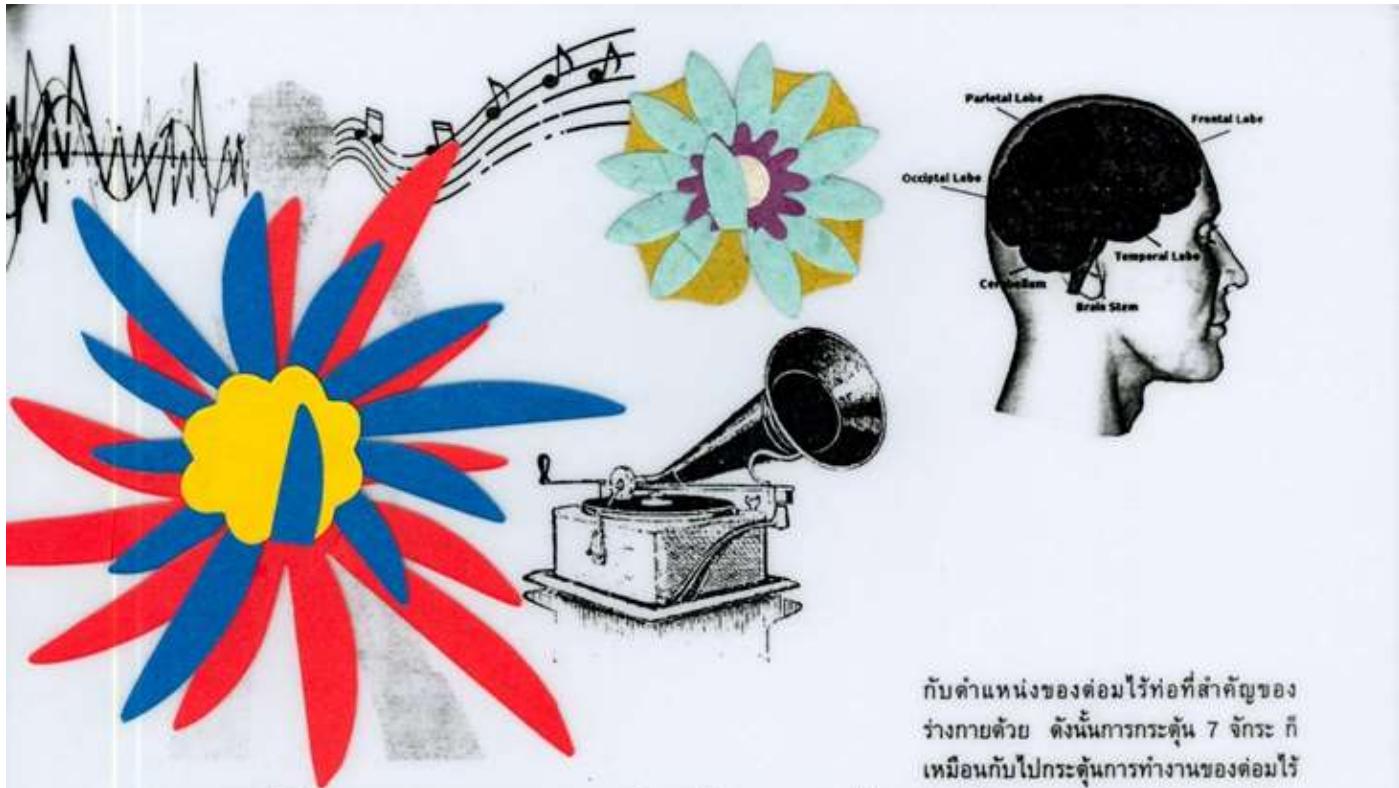
คณิตวิปrage เป็นคณิตวิปrageเดียวที่กระตุ้นสมองทั้งสามส่วน

สำหรับกลุ่มคณิตวินคีตะ-โยคะแบบเป็นสองกลุ่ม คือ กลุ่มคณิตวิเศษของข้าม และกลุ่มคณิตวิเศษของขวา

กลุ่มคณิตวิเศษของข้าม (Left Brain Music Group) สมองข้ามทำหน้าที่เกี่ยวกับการได้ยินจังหวะและรับดับเสียงของคณิตวิ คณิตวิกลุ่มนี้ผู้ฟังจะต้องตั้งใจฟัง ต้องมีสติในการฟัง เพราะเป็นคณิตวิที่มีเสียงประกอบคำร้อง ถ้าไม่ตั้งใจฟังจะไม่เป็นประโยชน์ หากตั้งใจฟังจะพัฒนาศักยภาพสมองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กลุ่มคณิตวิเศษของขวา (Right Brain Music Group) กลุ่มนี้ไม่จำเป็นต้องมีสติในการฟัง พลังคลื่นเสียงจะส่งพลังบำบัดผ่านจิตให้ล้ำนัก แม้กระทั่งก้ามารถพัฒนาศักยภาพสมองได้ เช่น เด็กเล็กๆ เวลานอนเปิดเพลงเบาๆ ให้ฟังจะสามารถพัฒนาสมองของเด็กได้





## กลุ่มเดนต์รีที่ใช้ในการพัฒนาศักยภาพสมองคือ

กลุ่มเดนต์รีคลาสสิกปะกอนด้วย กลุ่มเดนต์รีคลาสสิกพัฒนา I.Q., กลุ่มเดนต์รีคลาสสิกพัฒนาอารมณ์, กลุ่มเดนต์รีคลาสสิกพัฒนาสมาร์ท

กลุ่มเดนต์รีพัฒนาคลื่นสมอง ปะกอนด้วยเดนต์รีที่ได้จากการวิจัยเพื่อพัฒนาศักยภาพคลื่นสมอง, กลุ่มเดนต์รีเสียงรวมชาติ

## กลุ่มเดนต์รีด้านศาสบานและสังคมความเบื้องต่างๆ

กลุ่มเดนต์รีดีดะจักร้า คือกลุ่มเดนต์รีทางไบค์ ที่มีความเรื่อเกี่ยวกับข้อและสะโพกถึงกับอวัยวะของร่างกาย 7 อุจ ซึ่งมีคลื่นเสียงแตกต่างกัน

กลุ่มเดนต์รีเพเพเจ้าจักร้า สำหรับคนที่ศึกษาดีดะโดยค่าในระดับสูง

กลุ่มเดนต์รีดีดะจักร้า ซึ่งเป็นแกนหลักของค่าไบค์ กลุ่มเดนต์รีนี้มีพื้นฐานมาจากอินเดีย ศาสตร์ทางไบค์กล่าวว่า ร่างกายของมนุษย์มีอุจล่าตัญ 7 อุจ เรียกว่า จักร เป็นที่ตั้งของศูนย์ประสาทใหญ่และต่อมไว้ห่อที่ล่าตัญ เมื่อจักระเหล่านี้ถูกกระตุ้นให้มีศักยภาพทำงานสูงขึ้น ก็จะช่วยในการพัฒนาศักยภาพการทำงานของระบบ

ประสาท, ช่วยในการพัฒนาระบบท่องไว้ห่อ และระบบประสาทในร่างกาย, พัฒนาศักยภาพของการเดินทางของกระเพาะประสาท รวมทั้งพัฒนาศักยภาพการทำงานของสมองด้วยเป็นปัจจัยเกื้อหนุนต่อการพัฒนาสติปัญญาเป็นอย่างมาก นอกจากนั้นยังเป็นการพัฒนาพลังจิตและสามารถลดลงความคิดสร้างสรรค์ในระดับสูงด้วย

เมื่อนำมาใช้ด้วยกัน ค่าแผนผังของต่อมไว้ห่อในร่างกาย ค่าแผนผังของ 7 อุจนั้นไปอยู่ในค่าแผนผังที่ใกล้เคียง



กับค่าแผนผังของต่อมไว้ห่อที่ล่าตัญของร่างกายด้วย ดังนั้นการกระตุ้น 7 อุจ ที่ เมื่อก่อนกับไปกระตุ้นการทำงานของต่อมไว้ห่อ ซึ่งจากสภาพถ่ายทางวิทยาศาสตร์พบลักษณะพิเศษตามอุจต่างๆ ในร่างกายใกล้เคียงกับที่ดังของจักระ นับว่าเป็นการยืนยันความถูกต้องของความมือญของจักระในร่างกายมนุษย์ทางภาษา

นอกจากนี้จากการค้นคว้าของมาสเตอร์และไบค์คันพบว่าแต่ละจักระหรือแต่ละต่อมไว้ห่อนั้นจะมีความถี่ของคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าเฉพาะตัวอยู่ ซึ่งการใช้คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าของต่อมไว้ห่อเหล่านั้นจะช่วยกระตุ้นการทำงานของต่อมไว้ห่อหรือจักรนั้นได้

ดังนั้นการใช้คลื่นเสียงที่เหมาะสมจะช่วยเพิ่มความไม่สมดุลของจักระและต่อมไว้ห่อรวมทั้งอวัยวะที่จักรนั้นเกี่ยวข้องได้โดยละเอียด จักรนั้นให้ต่อมไว้หอทั้ง 7 อุจ ในคราวเดียว ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงแล้ว จะเกิดการเคลื่อนที่ของพลังงานของกระเพาะประสาทที่เรียกว่าพลังภูมชาลินี เดินทางจากกระดูกกันกับไปสู่สมองจะพัฒนาให้กลับเป็นชุดเปอร์เซ็นต์

ฉบับหน้ามาต่อ กันด้วยเรื่องของสภาวะภายในร่างกายและจักระ แหล่งทางการฝึกจิตและการปฏิบัติตามแนวทางคิดไบค์ นั่นคือ

# แนวทางช่วยเหลือเด็กสมาร์ทสัน (ตอนที่ ๓) “การพัฒนาสมาร์ทเด็กด้วยคลื่นเสียง”

เสียงดูดนตรีอิทธิพลต่อการนอน ความรู้สึกของผู้พิการ ช่วยกระตุ้นเซลล์สมองให้เกิดการพัฒนาอย่างเป็นระบบ ก่อให้เกิดพัฒนาการด้านลิตปัลญาตามมา

การช่วยเหลือเด็กสมาร์ทสัน ด้วยการพัฒนาสมาร์ทเด็กด้วยเสียงผู้เรียนนำเสนอบาบตีเส้า คงพอเป็นแนวทางให้อาจารย์หลายท่านได้นำไปทดลองประยุกต์ใช้กันบ้าง แต่แนวทางที่จะช่วยเหลือเด็กนั้นมีอีกมากมาย โดยเฉพาะการใช้คลื่นเสียงจากคนครัวช่วยสร้างสมาร์ทให้กับเด็ก



Copyright John Wiley & Sons

## คลื่นเสียงกับเด็ก

ทุกภัยการนำบัดดี้พัลค์ลีนเสียงระบุว่า เนื่องจากอวัยวะและเซลล์ต่าง ๆ ของร่างกายมีการตอบสนองต่อแรงดึงและแรงขยายแต่ละอย่างแตกต่างกัน แต่ละส่วนของร่างกายจะมีการสะท้อนเสียงได้ตามธรรมชาติและมีการตอบสนองได้ติดกับเสียงที่สั่นในภาวะต้นเติบโต ความสั่นสะเทือนที่ไม่ประสาหันกันแต่ละส่วนของร่างกายจึงอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายได้ ทั้งนี้คืนเสียงแบ่งออกได้เป็นสองชนิด คือคืนเสียงธรรมชาติ และคืนเสียงมนุษย์ คืนเสียงจากคนดู สร้างความสั่นสะเทือนต่ออวัยวะและระบบประสาทในร่างกายโดยองค์รวม

การศึกษาของ ดุษฎี พนมยงค์ บุญทัศนกุล (2539) สรุปไว้ว่า ในขณะพังเสียงดูดนตรีคนเราจะใช้สมองซึ่งขาด้านท่านองเพลง ดูดภาพเสียง ฯลฯ และใช้สมองซึ่งขาด้านการควบคุมลักษณะดูดนตรีที่ขับข้อง เช่น จังหวะ ตัวโน้ต ฯลฯ นั้นคือความสามารถทางดูดนตรีของมนุษย์โดยภายในได้อิทธิพลของสมองซึ่งขาด้านความเข้าใจ แต่ขณะพังดูดนตรีจะใช้สมองซึ่งขาด้านความเข้มแข็งทำงานและกระตุ้นให้ความแข็งแรงของเสียงไปประสาทเพิ่มพูนขึ้น เสียงไปประสาทเหล่านี้จะเพิ่มปริมาณสร้างแขนขาไปซึ่งต่อระหัวงาช่องเสอล์สมองด้วยกัน การเชื่อมโยงนี้จะเพิ่มมากขึ้นและเป็นแรงผลักดันสำคัญที่ช่วยกระตุ้นให้สมองส่วนที่สร้างความคิดในเรื่องเหตุผลและตรรกะที่ทำงานดีขึ้น ผลที่ตามมาคือ ก่อให้เกิดการเรียนรู้และเกิดความเข้าใจ มีความติดสร้างสรรค์ รู้วิธีแก้ไขปัญหา ซึ่งอาจเรียกว่าเป็นการส่งเสริมการดำเนินชีวิตให้มีสภาพสมบูรณ์ นอกจากนี้ยังพบว่าการพังเสียงดูดนตรีดังกล่าวช่วยให้คลื่นเสียงไปรับเข้าสู่ภาวะอัลฟ่า ส่งผลทำให้สมองมีการจัดระบบการทำงานที่เป็นระเบียบ มีสมรรถนะ รวมถึงช่วยให้ผู้พิการเกิดความรู้สึกสงบและอนุคติ โดยเสียงดูดนตรีที่จะก่อให้เกิดประไบชน์ดังกล่าวนั้น ของมีคุณลักษณะที่พิเศษ คือ เป็นเสียงดูดนตรีที่บรรเลงโดยคนดูประเภทเครื่องสาย มีความถี่ของจังหวะประมาณ 60 ครั้งต่อหนึ่งนาที (Slow Baroque Music)

นอกจากนี้ พศ.ดร.อุษณีย์ อนุรุทธวงศ์ ซึ่งศึกษาด้านครัวเรือนกับผลการวิจัยดูดนตรีคลาสสิกกับการพัฒนาสมอง ได้กล่าวไว้ว่า ขณะนี้มีผลงานวิจัยของนักดูดนตรีชาวเชคโกสโลวาเกียและออสเตรียพบว่าดูดนตรีแต่ละอย่างให้ผลต่อสมองมนุษย์โดยตรง เช่น หากเด็กกำลังฟังกรีกเรียรา ไม่ให้เมื่อฟังเพลงคลาสสิกบางเพลงสามารถทำให้สงบลงได้

ผู้เชี่ยวชาญด้านดูดนตรีและนักวิจัยทางด้านการพัฒนาศักยภาพสมองด้วยพัลค์ลีนเสียงจากต่างประเทศ แบ่งประเภทคืนเสียงจากคนดูเป็นสองตัว ไว้ดังนี้

1. คลื่นเสียงจากดนตรีประเภทเครื่องเบส เครื่องเคาะ จังหวะ แคร์ จะไปกระตุ้นการทำงานของสมองส่วนก้านสมอง และไขสันหลัง

2. คลื่นเสียงจากดนตรีประเภทสู้ยเครื่องเป่า เครื่องสาย จะไปกระตุ้นสมองส่วนอารมณ์ที่เรียกว่าลิมบิก

3. คลื่นเสียงจากดนตรีประเภทพิณดัง เครื่องสายเสียงสูง ออร์แกน ระฆัง จะไปกระตุ้นการทำงานของสมองส่วนโนโอ-คอร์เทกซ์ หรือสมองระดับอารยยะ หรือสมองส่วนปีบัญญา



อาจารย์อริยะ สุวรรณภัยชาช



### ศึกษาสร้างความเข้าใจ

อาจารย์อริยะ สุวรรณภัยชาช ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ด้วยดนตรีและไอลีค กล่าวว่า กลุ่มดนตรีต่าง ๆ ที่ใช้ในการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ สามารถแบ่งได้เป็น 6 กลุ่มใหญ่ ๆ ดังนี้

1. กลุ่มดนตรีคลาสสิก (Classic Music) เป็นเพลงที่มีศักยภาพสูงมากในการสื่อสารทางอารมณ์และสติปัญญา ประกอบด้วย กลุ่มดนตรีคลาสสิกพัฒนาเราร์ปีบัญญา, กลุ่มดนตรีคลาสสิกพัฒนาสมาร์ต และกลุ่มดนตรีคลาสสิกพัฒนาสามາชີ

2. กลุ่มดนตรีพัฒนาคลื่นสมอง ได้แก่ กลุ่มดนตรีที่ได้จากการวิจัยที่ผลิตเพื่อพัฒนาศักยภาพคลื่นสมอง, กลุ่มดนตรีเสียงธรรมชาติ, กลุ่มดนตรีลีนเสียงแห่งจักรวาล และกลุ่มดนตรีจากงานวิจัยด้านการส่งมนุษย์ไปอวกาศขององค์การ NASA

3. กลุ่มดนตรีทางศาสนาและลัทธิความเชื่อต่าง ๆ

4. กลุ่มดนตรีประกอบโปรแกรมสั่งจิตให้สำนึก การวิจัยพบว่า การบรรยายเสียงทุ่มด้วยเสียงดนตรีจะเป็นเครื่องมือสอนนิมนานได้ดีมาก

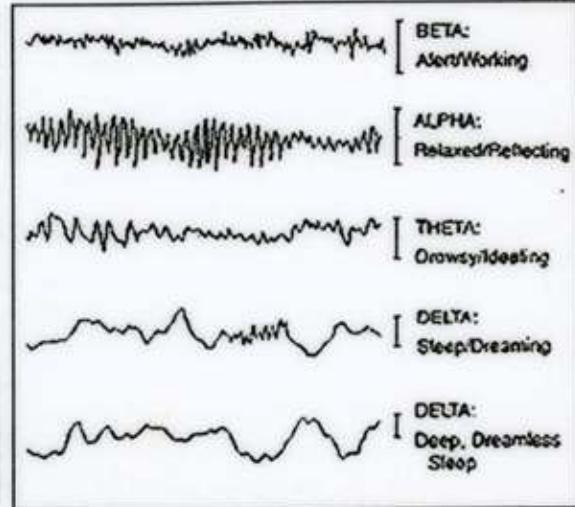
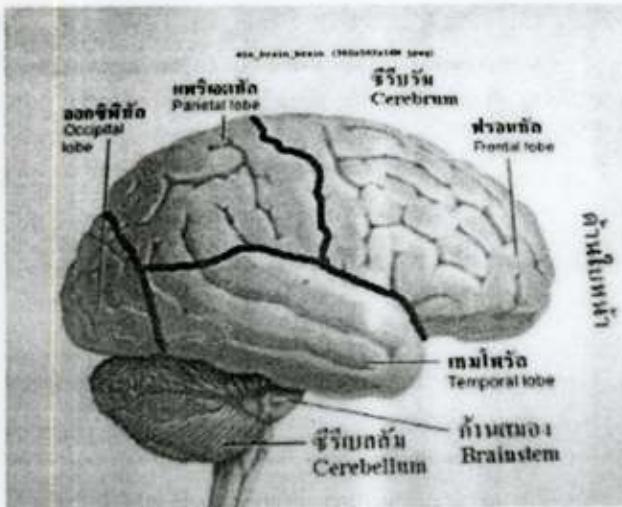
5. กลุ่มดนตรีสววรค์ เพื่อพัฒนาจิตเห็นอ่อนนิက เป็นดนตรีที่ให้คลื่นเสียงเฉพาะ ซึ่งจะช่วยกระตุ้นศักยภาพของสมอง, สมาร์ต และการทำงานของห้องน้ำรือในร่างกายได้เป็นอย่างดี ดนตรีประเภทนี้ไม่เหมาะสมสำหรับผู้ล้มไขตอนครัวทั่วไป การใช้ต้องอยู่ในกระบวนการดูแลและของไคคามาสเดอร์ที่เชี่ยวชาญด้านพัฒนาไปด้วยตัวเอง

6. กลุ่มดนตรีพระราชินพันธ์ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช เพื่อพัฒนาสามາชີและอีกตัว

### พัฒนา กระตุ้นสมอง

อย่างไรก็ตาม อาจารย์อริยะ กล่าวเพิ่มเติมว่า การนำเอาคลื่นเสียงจากดนตรีประเภทต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาศักยภาพสมองส่วนต่าง ๆ ควรให้ความสำคัญในการเลือกวันพัฟดนตรีในชีวิตประจำวันเป็นอย่างยิ่ง เพราะเครื่องดนตรีต่างกันก็จะให้คลื่นเสียงที่ออกมาต่างกัน ซึ่งให้ผลประโยชน์ต่อร่างกาย อารมณ์และจิตใจที่ต่างกัน เช่น ใช้เสียงกลองกระตุ้นความกระตือรือร้นของร่างกาย ใช้เครื่องเป่ากระตุ้นการพัฒนาจิตใจ ระหว่างพัฒนาความคิดทางปีบัญญาฯ ฯ ทั้งนี้เชื่อว่า เครื่องดนตรีประเภทเปียโน มีพลังกระตุ้นสมองทุกส่วน

“ในการพัฒนาไอลีค อีกตัว เอ็มตัว และสามາชີ ด้วยพัฟดนตรีนั้น ต้องอาศัยการกระตุ้นสมองส่วนต่าง ๆ โดยครุ่นคันตามหลักการของทฤษฎีอกิรัตน์ปีบัญญา ซึ่งเป็นทฤษฎีที่จะ



พัฒนาศักยภาพสมองของมนุษย์ ด้วยการพัฒนาสมองแต่ละส่วนไปพร้อม ๆ กัน คือ 1. ต้องกระตุ้นศักยภาพสมอง เพื่อพัฒนาศักยภาพสมองส่วนปัจจุบัน นำไปสู่การพัฒนาไอคิว ด้วยคนดี คลาสสิกพัฒนาไอคิว และคนดีคลาสสิกพัฒนาพูสมองส่วนต่าง ๆ 2. ต้องพัฒนาคลื่นสมอง และระบบประสาหัตโนมัติ เพื่อการปรับให้สภาวะคลื่นสมองอยู่ในสภาวะคลื่นสมองอัลฟ่า อันเป็นการเพิ่มศักยภาพให้กับระบบพาราซิมพาเอติกให้สูงขึ้น เพื่อปรับสภาพจิตให้ผ่อนคลาย มีสมาธิ และเพิ่มการหลังขอร์โนนที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ 3. กระตุ้นการพัฒนาของต่อมไร้ท่อในร่างกาย เพื่อพัฒนาสมารี ด้วยคนดีสวาร์ต ซึ่งเป็นคนดีที่สร้างโดยไบโคมาสเดอร์ และสุดท้ายคือ 4. ต้องพัฒนาศักยภาพจิตล้ำนิจ ดีดีสำนึก เพื่อพัฒนาอิคิวและอัมคิว

### ประยุกต์ใช้เพื่อบำบัด

ผลการทดลองวิจัยโดยใช้คนดีบ้าบัดเด็กที่มีสมาธิบกพร่องหรือสมาธิล้านรุนแรง และเด็กอหิสติกเป็นรายบุคคลของอาจารย์อริยะ พนว่าสามารถช่วยลดอาการลงได้ชัวยว่า

"ผลการทดลองบ้าบัดเด็กที่มีอาการบุกชั่นมากด้วยคนดีในระยะสั้น 12 ครั้ง 24 ชั่วโมง พนว่ามีประสิทธิผลค่อนข้างน้อย

เพียงลดอาการลงชัวยว่าควรเท่านั้นและกลับมีอาการร้อนใน สำหรับเด็กที่มีสมาธิล้านรุนแรงหรือเด็กอหิสติก ถ้ามีอาการมากควรปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะ ซึ่งจะดูแลให้คำปรึกษาแนวทางการแก้ไขเด็กได้ดีกว่าการใช้ตันตระปั่นตัด ที่สำคัญเด็กพ่อนอนร้อน อาการป่วยของลูกและพบแพทย์ทางสมองได้เร็วท่อนอาชญา 3 ชั่วโมง มีโอกาสที่จะพื้นฟูลูกให้เป็นปกติได้ เพราะอายุช่วงนี้สมองกำลังเติบโตมากอาจจะสร้างเซลล์สมองมากทดแทนส่วนที่เสียหายได้ แต่ถ้าอายุเกิน 3 ชั่วโมงแล้วโอกาสที่จะพื้นฟูมีน้อยมาก

ทั้งนี้สำหรับเด็กที่บุกชั่นติดปากติดใจหนึ่งอาการสามารถช่วยให้พ่อแม่ลดสิ่งเร้าที่จะทำให้บุกชั่นลดลง เช่น การเมืองเล่นมากเกินไป การหมกมุนกับเกมคอมพิวเตอร์ เป็นต้น จะทำให้การช่วยของเด็กลดลงดี ถ้าเด็กมีพลังมาก ๆ วิ่งมาก ๆ ลูกชนไม่ทบุด ก็อาจให้เด็กออกกำลังกายในตอนเย็นก็จะทำให้เด็กได้ใช้กำลังมาก ๆ จะทำให้เด็กหลับง่าย"

นอกจากนี้ ผลการวิจัยบ่อยของศูนย์วิจัยเพื่อการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ด้วยคนดีและไบคิว เกี่ยวกับการใช้คนดีพัฒนาคลื่นสมองและคนดีพัฒนาศักยภาพต่อมไร้ท่อกับเด็กสมาธิล้านรุนแรง ศึกษาเด็กพิเศษ (อหิสติก) ว่าจะมีผลต่อการปรับสภาพคลื่นสมองให้ลดความถี่ลงในระดับคลื่นอัลฟ่า และลดการทำงานของระบบประสาหัตโนมัติพาราซิมพาเอติก ที่เพิ่มอาการเครียด เพิ่ม





การทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติพาราซิมพาเอติก เพื่อทำให้จิตใจผ่อนคลาย นอกจากนี้ ดนตรีก็กลุ่มพัฒนาศักยภาพต่อไปได้ ห้อยช่วยกระตุ้นทำให้ระบบของเรียนในร่างกายและการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายตลอดจนระบบประสาททำงานได้ดีขึ้น อาจเป็นเหตุทำให้มีศักยภาพของสมាមิดีขึ้น

การนำคณตรีหรือคลิปเสียงไปใช้เพื่อพัฒนาสมามิตรของเด็กสมามิตรนั้น อาจเป็นเพียงส่วนหนึ่งที่ช่วยให้เห็นว่า กลุ่มเด็กตั้งกล่าวมีสมามิตรขึ้น แม้จะเพียงแค่ช่วงระยะเวลาหนึ่ง แต่นั้นแสดงให้เห็นว่า หากเด็กได้รับการนำมัคโดย่างต่อเนื่อง ความคู่กันวิธีการนำมัคอื่น ๆ ที่นำเสนอมาแล้ว เด็กมีโอกาสที่จะควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น ซึ่งคงต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจจากบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่จะต้องช่วยกันอย่างจริงจัง ๗๙

อ้างอิงข้อมูลบางส่วนจาก : ฐานข้อมูลการวิจัยการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม สำนักงานเลขานุการสภาการศึกษา

## ตัวอย่างชุดดูแลศึกษาสักจากงานวิจัยของอาจารย์อริยะ สุพรรณบุรี

### พัฒนาไอคิว

ประกอบด้วย ชุด Bach Activator Music, Brain Conversation Mozart Music I, Brain Conversation Mozart Music II, Chopin Activator Music, Mozart Activator Music, Mozart Chopin Bach Activator, Mozart Chopin Beethoven Activator, Mozart Limbic Music, Mixer Limbic Activators และ Mixer Limbic Speed Activators

### พัฒนาสมาร์ต

ประกอบด้วย ชุด Bach Chant, Bach meditation 1, Bach meditation 2, Classic Meditation, Jesus Meditation, Meditation for Sleep 1, Meditation for Sleep 2, Mozart Meditation, Parietal Mozart Music 1, Parietal Mozart Music 2, Super Violin Meditation 1, Super Violin Meditation 2 และ Violin Meditation

### พัฒนาอารมณ์

ประกอบด้วย ชุด Emotion Energizing 1, Emotion Energizing 2, Frontal Fantasy Activator, Frontal Lobe Activator, Frontal Mozart Music, Mozart Energizing และ Temporal Mozart Music

