

การวิเคราะห์แนวคิด นีโอฮิวแมนนิสเพื่อการศึกษามุขมัย



นางสาววิไล องค์กรนันต์กุล

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2532

ISBN 974-576-326-8

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

015365

I 175132 64

AN ANALYSIS OF THE NEO-HUMANIST'S CONCEPT FOR HUMAN  
DEVELOPMENT

Miss Wilai Onganantkun

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education

Department of Non-Formal Education

Graduate School

Chulalongkorn University

1989

ISBN 974-576-326-8

หัวข้อวิทยานิพนธ์  
โดย  
ภาควิชา  
อาจารย์ที่ปรึกษา

การวิเคราะห์แนวคิด นิโอสิวแมนนิส เพื่อการพัฒนามนุษย์  
นางสาววิไล องค์กรันต์คุณ  
การศึกษานอกโรงเรียน  
รองศาสตราจารย์ ดร. เกียรติวรรณ อมาตยกุล  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรกุล เจนอบรม



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

.....  
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรารักษ์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....  
(ศาสตราจารย์ ดร.รัตนา พุ่มไพศาล)

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร. เกียรติวรรณ อมาตยกุล)

.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรกุล เจนอบรม)

.....  
(รองศาสตราจารย์ ดร. ไพฑูรย์ สีนลารัตน์)

พิมพ์ต้นฉบับบทความวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว



วิไล องค์อนันต์คุณ : การวิเคราะห์แนวคิด นีโอฮิวแมนนิสเพื่อการพัฒนามนุษย์ (AN ANALYSIS OF THE NEO-HUMANIST'S CONCEPT FOR HUMAN DEVELOPMENT) อ.ที่ปรึกษา : รศ.ดร.เกียรติวรรณ อมาตยกุล, ผศ.ดร.สุรกุล เจนอบรม, 338 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและวิเคราะห์ แนวคิดแบบนีโอฮิวแมนนิสที่มีส่วนสัมพันธ์กับการพัฒนามนุษย์ในด้านต่าง ๆ ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ภูมิปัญญา และสังคม อย่างละเอียด เพื่อเป็นพื้นฐานในการนำมาศึกษาและใช้ประโยชน์ในการพัฒนามนุษย์

ผลการวิจัยพบว่า มนุษย์จะพัฒนาทางด้านร่างกายได้โดยการกินอาหารอย่างถูกต้อง ออกกำลังกายอย่างถูกต้อง และมีการปฏิบัติตามหลักการปฏิบัติตน 16 ประการแบบนีโอฮิวแมนนิสอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ มนุษย์จะพัฒนาสังคมได้โดยการปรับระบบสังคมเสียใหม่ตามทฤษฎี เศรษฐกิจสังคมแบบเพร่าท์ และมีการปฏิบัติตามหลักคุณธรรมที่เรียกว่า ยามะ-นियามะ มนุษย์จะพัฒนาจิตใจและภูมิปัญญาได้โดยการฝึกสมาธิแบบนีโอฮิวแมนนิสจนเกิดการหยั่งรู้เอง ความปิติสุขและความรักสากลที่ไม่มีการแบ่งแยกชั้น

การวิจัยนี้ยังได้มีการศึกษาถึงเรื่องประวัติความเป็นมา และกิจกรรมการทำงานของกลุ่มนีโอฮิวแมนนิสในด้านต่าง ๆ อีกด้วย ซึ่งจะช่วยให้ผู้สนใจสามารถเข้าใจแนวคิดและจุดมุ่งหมายของกลุ่มนีโอฮิวแมนนิสได้ดีขึ้น

ภาควิชา ..... การศึกษานอกโรงเรียน  
สาขาวิชา ..... การศึกษานอกระบบโรงเรียน  
ปีการศึกษา ..... 2531

ลายมือชื่อนิสิต ..... *[Signature]*  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา ..... *[Signature]*

พิมพ์ต้นฉบับบทความวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว



WILAI ONGANANTKUN : AN ANALYSIS OF THE NEO-HUMANIST'S CONCEPT FOR HUMAN DEVELOPMENT. THESIS ADVISOR : ASSO.PROF.KIATIWAN AMARTAYAKUL, Ed,d., ASSO PROF. SURAKUL JANEOBROM, 338 PP.

This research was to study and analyse The Neo-Humanist's Concept that related to Human Development in Physical, Mental, intellectual and social realm in details. To be the base for the further study and utility of Human development in the society.

It was found that human being will be develop in the physical realm by the right consumption, the right exercise and to follow the 16 principle of the Neo-Humanist's concept. Human being will be develop in the social realm by change the society according to the Progressive Utilization Theory and follow the moral principle Yama-Niyama of the Neo-Humanist's concept. Human being will be developed in the mental and intellectual realm by doing Neo-Humanist's meditation until one feel the bliss and the Universal love and get the intuitive intellect.

This research also study about the history of the concept and the activities in many ways of the Neo-Humanist's Organization too. So that the reader can be better understand the concept and the goal of the organization.

ภาควิชา ..... การศึกษานอกโรงเรียน .....  
สาขาวิชา ..... การศึกษานอกระบบโรงเรียน .....  
ปีการศึกษา ..... 2531 .....

ลายมือชื่อนักศึกษา ..... *[Signature]* .....  
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา ..... *[Signature]* .....



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี เนื่องจากความกรุณาของ รองศาสตราจารย์ ดร. เกียรติวราพร อมาตยกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรกุล เจนอบรม อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่กรุณาให้คำแนะนำ ข้อคิด ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างยิ่งตลอดมา

ผู้วิจัยขอขอบคุณ ศาสตราจารย์ ดร.รัตนา พุ่มไพศาล และ รองศาสตราจารย์ ดร.ไพฑูรย์ สีนลารัตน์ ที่ให้เกียรติร่วมเป็นกรรมการพิจารณาวิทยานิพนธ์

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ศวีระบาทเรนจัน รักษาการ และอาสาสมัครของกลุ่มนีโอฮิวแมนนิสทุกคน ที่ได้นำเสนอแนวคิดที่มีคุณค่า ตลอดจนได้จัดกิจกรรมต่างๆ อันเป็นประโยชน์ต่อมนุษยชาติอย่างต่อเนื่อง จนผู้วิจัยสามารถทำการศึกษาและวิเคราะห์แนวคิดนี้ออกมา ให้ผู้อ่านสามารถเข้าใจง่ายและลึกซึ้งขึ้น ผู้วิจัยขอขอบคุณอาสาเรียของกลุ่มนีโอฮิวแมนนิส ที่ได้กรุณาให้เยี่ยมเอกสารจำนวนมากในการนำมาวิเคราะห์ และช่วยทำให้ผู้วิจัยสามารถทำความเข้าใจแนวคิดของกลุ่มได้อย่างลึกซึ้งขึ้น

สุดท้ายผู้วิจัยขอขอบคุณ คุณพ่อ คุณแม่ พี่น้อง มิตรสหาย และพนักงานแห่งความสงบดีงามทั้งหมดในจักรวาล ที่ได้สนับสนุนและเป็นกำลังใจ ให้ผู้วิจัยสามารถทำงานวิจัยชิ้นนี้ออกมาได้ด้วยดี งานวิจัยฉบับนี้มีใช้ เป็นแต่เพียงการทำ เพื่อให้สอผ่านเท่านั้น แต่เป็นงานที่ผู้วิจัยเห็นว่ามีความสำคัญแก่การที่จะห่มเท กำลังกายและกำลังใจในการค้นคว้าออกมา เพื่อให้เป็นแนวในการนำไปใช้ประโยชน์ใ้สังคมต่อไปได้

วิไล องค์กรันต์คุณ



กิตติกรรมประกาศ ..... ๘

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ๙

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... ๑๓

สารบัญ ..... ๑๖

สารบัญภาพ ..... ๑๗

สารบัญตาราง ..... ๑๘

**บทที่ 1 ความเห็นแบบและงานวิจัยของนักวิทยาศาสตร์**

ปัญหาที่มีอยู่ในอดีตจนถึงปัจจุบัน ..... ๑๙

ความต้องการของงานวิจัย ..... ๒๐

คุณสมบัติของคนที่พัฒนางานวิจัย ..... ๒๑

แนวคิดแบบนีโอฮิวแมนนิส ..... ๒๒

วัตถุประสงค์ของการวิจัย ..... ๒๓

ขอบเขตของการวิจัย ..... ๒๔

ข้อจำกัดในการวิจัย ..... ๒๕

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย ..... ๒๖

วิธีดำเนินการวิจัย ..... ๒๗

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ..... ๒๘

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากงานวิจัย ..... ๒๙

**บทที่ 2 ประวัติความเป็นมา**

-ศรัทธา ความหมายและลักษณะที่สำคัญ ..... ๓๐

-ประวัติศรัทธาของนีโอฮิวแมนนิส ..... ๓๑

-กำเนิดและวิวัฒนาการ ..... ๓๒

-การศึกษาและอุปนิสัย ..... ๓๓

-การทำงานและการเรียนรู้ของกลุ่ม ..... ๓๔

-พัฒนาการและกิจกรรมของกลุ่ม ..... ๓๕

-แนวคิดเรื่องอำนาจของกลุ่มโดยสังเขป ..... ๓๖

-การวิเคราะห์เรื่องประวัติความเป็นมาของงานวิจัยนีโอฮิวแมนนิส ..... ๓๗

-เค้าโครงเนื้อหาของแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเพื่อการศึกษานวัตกรรม ..... ๓๘

**บทที่ 3 นีโอฮิวแมนนิสกับนวัตกรรมยุคใหม่ทางด้านเทคโนโลยี**

-ความสำคัญที่แท้จริงและเป็นมาคนที่แท้จริงของนวัตกรรมยุคใหม่ ..... ๓๙

-1.1 การมีเอาพารที่เหมาะสมกับวัฒนธรรมของงานวิจัย ..... ๔๐

- การกินอาหารกับผลกระทบที่จะเกิดกับร่างกายมนุษย์ ..... 41
- ชนิดของอาหาร ..... 44
- วิธีการกินอาหารที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายของมนุษย์ ..... 48
- สารอาหารชนิดต่างๆที่จำเป็นต่อร่างกาย ..... 50
- การแบ่งประเภทของสัตว์ออกตามลักษณะอาหารที่กิน ..... 51
- อันตรายจากการกินอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ..... 52
- ความแตกต่างระหว่างสุขภาพของคนที่ยังกินเนื้อสัตว์  
และคนที่กินอาหารประเภทพืชผักอย่างถูกวิธี ..... 58
- โปรตีนที่ใช้แทนโปรตีนจากเนื้อสัตว์ ..... 60
- การกินอาหารประเภทเนื้อสัตว์ และวิกฤตการณ์สาร  
ขาดอาหารของมนุษย์ ..... 71
- การวิเคราะห์เกี่ยวกับเรื่องการกินอาหารแบบนีโอฮิวแมนนิส ..... 74
- 1.2 การออกกำลังกายแบบนีโอฮิวแมนนิส ..... 81
  - อาสนะ ความหมายและความสำคัญ ..... 85
  - ประวัติความเป็นมา ..... 86
  - ความเหมาะสมของอาสนะต่อสภาพร่างกายของมนุษย์ ..... 87
  - อาสนะกับการออกกำลังกายแบบอื่นๆ ..... 88
  - วิธีการฝึกอาสนะ ..... 91
  - การหายใจที่ถูกต้อง ..... 92
  - ข้อปฏิบัติก่อนและหลังการฝึกอาสนะ ..... 93
  - ทำอาสนะพื้นฐานสำหรับชายและหญิง ..... 102
  - การนวดร่างกายหลังการฝึกอาสนะ ..... 103
  - การผ่อนคลายอย่างมีประสิทธิภาพ ..... 104
  - เตาซิกิ ..... 105
  - ตานดาวา ..... 106
- การวิเคราะห์เรื่องการออกกำลังกายแบบนีโอฮิวแมนนิส ..... 107
- 1.3 หลักการปฏิบัติตน 16 ประการของนีโอฮิวแมนนิส ..... 110
  - ความสำคัญของ การปฏิบัติตนตามหลัก 16 ประการ ..... 110
  - เนื้อหา ..... 111
  - แบบสำรวจตน ในการปฏิบัติตนหลัก 16 ประการ ..... 112
- การวิเคราะห์เรื่องหลัก 16 ประการของนีโอฮิวแมนนิส ..... 113

**บทที่ 4 นีโอฮิวแมนนิสกับการพัฒนามนุษย์ทางด้านสังคม** ..... 114

- 2.1 เพร้าท์ ทฤษฎีเศรษฐกิจ สังคมและการเมือง ..... 117



- ความหมายและที่มา
- ประวัติศาสตร์ของ เมืองแบบชุมชนร่วมและสังคมชน
- สภาพและรูปแบบการรวม แบบวิเทศน์ เหนือที่เมืองจัน ในประวัติศาสตร์
- มนุษย์ทางด้านการเมือง การเมืองและเศรษฐกิจ
- เหตุการณ์การคิดทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- คุณสมบัติของสังคมแบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- ระบบการเมือง แบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- ระบบเศรษฐกิจแบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- ระบบอุตสาหกรรมแบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- ความคิดเกี่ยวกับเรื่อง ทศโศ โศขี และสังคม
- การปฏิรูปที่ดิน และการปฏิรูป เศรษฐกิจแบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- สมรรถนะ การสร้างสังคมแบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- ทฤษฎีปฏิวัติสังคมนิยม และลักษณะของทฤษฎีสังคมนิยม
- วิวัฒนาการของสังคมที่มุ่งจัดตั้งไปข้างหน้า
- ผู้นำในสังคมแบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- องค์ประกอบของสังคมที่เป็นทฤษฎี
- ความแตกต่างระหว่าง สังคมทฤษฎีเฮอร์เบิร์ตและทฤษฎีสังคมนิยม
- ความแตกต่างระหว่าง สังคมทฤษฎีเฮอร์เบิร์ตและทฤษฎีสังคมนิยม
- การวิเคราะห์ที่แนวคิดเรื่องทฤษฎีเศรษฐกิจในสังคมแบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
- 2.2 หลักคิดธรรมชาตินิยม
- เนื้อหา
- การวิเคราะห์เรื่อง หลักคิดของสังคมแบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต

**บทที่ 5** นีโอฮิวแมนนิสกับการพัฒนาชุมชนท้องถิ่นระดับจังหวัดและเมือง

- 3.1 อภิปรายทฤษฎีของ นีโอฮิวแมนนิส
  - สถานศึกษา
  - การกำเนิดสิ่งต่าง ๆ และ จักรวรรดิ
  - การกำเนิดของชีวิต
  - พัฒนาการของชีวิตของ มนุษย์แบบทฤษฎีเฮอร์เบิร์ต
  - คุณค่าและความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องนิตยสาร
- การวิเคราะห์เกี่ยวกับ เรื่องอภิปรัชญาของนีโอฮิวแมนนิส
- 3.2 โครงสร้างของสังคมและ จิตตวิทยาชุมชน
  - สมถ 3 ส่วน
  - สมถ 2 ชั้น

- โครงสร้างของจิตมนุษย์ ..... 854
- ร่างกายของมนุษย์ ..... 855
- จิตสำนึกระดับแรกของมนุษย์ องค์ประกอบและการทำงาน ..... 859
- จิตใต้สำนึก องค์ประกอบและคุณสมบัติ ..... 861
  - ความจำสมองและความจำเหนือสมอง ..... 866
  - ความตายตามแนวคิดแบบนีโอฮิวแมนนิส ..... 868
  - ความฝันตามแนวคิดแบบนีโอฮิวแมนนิส ..... 870
  - ผีหลอกตามแนวคิดแบบนีโอฮิวแมนนิส ..... 873
  - การสะกดจิต ผลประโยชน์และโทษ ..... 883
- จิตสำนึกพิเศษระดับที่หนึ่ง คุณสมบัติพิเศษของจิตประกอบ ..... 887
  - ความคิดที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ ..... 893
  - ความเป็นขั้วจิตพิเศษ ..... 894
  - การรู้เหตุการณ์ล่วงหน้า ..... 897
  - พลังจิตพิเศษ ..... 899
  - การใช้ชีวิตให้เข้าสู่อำนาจจิตพิเศษโดยอัตโนมัติ ..... 902
- จิตสำนึกพิเศษระดับที่สอง คุณสมบัติพิเศษของจิตประกอบ ..... 906
  - ความรู้จิตผู้ช่วย ..... 910
  - ความไม่ยึดมั่นถือมั่น ..... 911
- จิตสำนึกพิเศษระดับสูงสุด ..... 915
  - ความสุขที่แท้จริง ..... 917
  - จิตประภัสสร ..... 923
- การวิเคราะห์เกี่ยวกับเรื่องโครงสร้างของสมองและจิต ..... 927
- 3.3 ปัญหาที่เกิดจากความรู้สึกรวมแยกในจิตใจส่วนลึกของมนุษย์ ..... 928
  - ความรู้สึกแบบพื้นฐานนิยมและผลเสีย ..... 930
  - ความรู้สึกแบบชุมชนนิยมและผลเสีย ..... 933
    - บรรษัทข้ามชาติและการเอาเปรียบเอเซีย ..... 934
    - การเอาเปรียบทางจิตวิทยา ..... 937
    - วัฒนธรรมจอมปลอม ..... 939
  - ความรู้สึกมนุษยนิยม ..... 943
    - มนุษยนิยมจอมปลอมหรือความระแวงเมื่อหวงชาติ ..... 945
    - การเอาวัดเอาเปรียบที่ซับซ้อน ..... 947
  - ความรู้สึกแบบนีโอฮิวแมนนิส ..... 949
    - การพัฒนาจิตใจ ..... 950

- การศึกษา ..... 284
- การยกระดับจิตสำนึก ..... 285
- การปฏิบัติธรรม ..... 286
- การวิเคราะห์เกี่ยวกับเรื่องปัญหาที่เกิดขึ้นควมขุ่นใจ  
แบ่งแยกในส่วนเล็กของจิตใจมนุษย์ ..... 287
- 3.4วิธีการพัฒนาจิตและปัญญา ..... 288
  - การทดลองเรื่องการหยุดการทำงานของจิตสำนึก ..... 289
  - ความจริงเกี่ยวกับการหยุดการทำงานของจิตสำนึก ..... 290
  - การฝึกสมาธิ ..... 291
  - มโนตราและความสำคัญ ..... 292
  - สภาวะที่สงบ เบิกบาน ..... 293
  - คลื่นสมองและระดับการพัฒนาการของจิต ..... 294
  - ความก้าวหน้าทางจิตวิทยา ..... 295
  - หลักโยคะศาสตร์ที่ใช้ในการพัฒนาตน ..... 296
- การวิเคราะห์เรื่องการพัฒนาจิตและใช้ตม ขอบข่ายมีโอหิวาแนบนิส ..... 297

**บทที่ 6 บทสรุปและข้อเสนอแนะ**

- ปัญหาในการพัฒนาตน ..... 300
  - ทางกายภาพ ..... 301
  - ทางสังคม ..... 302
  - ทางจิตใจ ..... 303
  - ทางปัญญา ..... 304
- วิธีการแก้ปัญหาทางด้านต่างของมีโอหิวาแนบนิส ..... 305
  - ทางกายภาพ ..... 306
  - ข้อสรุป ..... 307
  - ทางสังคม ..... 308
  - ข้อสรุป ..... 309
  - ทางจิตใจและปัญญา ..... 310
  - ข้อสรุป ..... 311
- กิจกรรมของกลุ่มมีโอหิวาแนบนิสที่วัด ..... 312
- ข้อเสนอแนะ ..... 313
- บรรณานุกรม ..... 314
- ภาคผนวก ..... 315
- ประวัติผู้เขียน

สารบัญภาพ

ภาพที่ 1	เปรียบเทียบรูปร่างฟันของสัตว์ที่กินเนื้อสัตว์และมนุษย์.....	10
ภาพที่ 2	เปรียบเทียบตำแหน่งของจักรราและต่อมไทรอยด์ต่างๆในร่างกาย.....	19
ภาพที่ 3	แสดงตำแหน่งของต่อมไทรอยด์และต่อมพิทูอิทารีในสมอง.....	19
ภาพที่ 4	แสดงลักษณะของปอดเมื่อมีการหายใจอย่างถูกต้องและไม่ถูกต้อง.....	20
ภาพที่ 5	แสดงภาพการปรับโพรงจมูกด้านซ้ายให้โล่ง.....	20
ภาพที่ 6-7	แสดงภาพทำออสแนห้ที่ฐานของเพศชาย.....	21
ภาพที่ 8-9	แสดงภาพทำออสแนห้ที่ฐานของเพศหญิง.....	21
ภาพที่ 10	แสดงภาพการหดตัวของร่างกาย.....	22
ภาพที่ 11	แสดงภาพของส่วนต่างๆของฝ่าเท้าที่สัมพันธ์กับอวัยวะต่างๆของร่างกาย.....	22
ภาพที่ 12	แสดงภาพการฝึกท่าเดาซิกิ.....	23
ภาพที่ 13	แสดงภาพการฝึกท่าดานดรา.....	23
ภาพที่ 14	แสดงภาพประกอบมันตราอาบน้ำ.....	23
ภาพที่ 15	แสดงภาพประติศลักษณะของอุคคณิ.....	23
ภาพที่ 16	แสดงภาพโครงสร้างของอาคารตั้งโรงงานอุตสาหกรรมตามแบบทฤษฎีเพวีร์ท.....	23
ภาพที่ 17	แสดงภาพของกฎจักรสังคย.....	23
ภาพที่ 18-19	แสดงภาพกำเนิดของจักรวาลตามอภิปรัชญาแบบนีโอฮิวแมนนิ.....	23
ภาพที่ 20	แสดงภาพตำแหน่งของสมองส่วนต่างๆของมนุษย์.....	24
ภาพที่ 21	แสดงภาพการเจริญเติบโตของอินโดคอรินเทอรี่.....	24
ภาพที่ 22	แสดงภาพของสมองและการทำงานเกี่ยวกับกับร่างกายทั้งสองซีก.....	24
ภาพที่ 23	แสดงภาพของอาการทอลองเรื่องการทำงานของตนเองสองซีก.....	24
ภาพที่ 24	แสดงภาพของคลื่นกายและคลื่นจิตของมนุษย์ในสภาวะแบบต่างๆ.....	25
ภาพที่ 25	แสดงภาพคลื่นสมองของมนุษย์เมื่อเวลาไปลมเขิระดับต่างๆ.....	25
ภาพที่ 26-30	แสดงภาพของคลื่นสมองชนิดต่างๆ.....	25
ภาพที่ 31	แสดงภาพการเปลี่ยนแปลงไปของคลื่นสมองเมื่อบุคคลฝึกสมาธิจนจิตพัฒนาไปถึงระดับต่างๆ.....	25

- ตารางที่ 1 แสดงปริมาณสารอาหารที่มีอยู่ในอาหารแต่ละชนิด
- ตารางที่ 2 แสดงการ เปรียบเทียบโครงสร้างทางกายภาพของนมผงและนมสด  
เนื้อสัตว์และสัตว์ปีกที่เลี้ยงด้วยนมแม่ไม่เพียงพอ
- ตารางที่ 3 แสดงแบบบันทึกการวัดขนาดของร่างกายของเด็กแรกเกิดถึง 1 ปี
- ตารางที่ 4 แสดงการ เปรียบเทียบคุณสมบัติของนมแม่และนมผงชนิดอื่น
- ตารางที่ 5 แสดงการ เปรียบเทียบคุณสมบัติของนมแม่และนมผงชนิดอื่น
- ตารางที่ 6 แสดงการ เปรียบเทียบการทำ งานของสมองที่อ่อนแอและแข็งแรง