

Book Open MCB 516 April 65
 คอลัมน์คุยกับผู้อ่าน
 นพ.ประเวศ วะสี

สมองส่วนหน้าพาสู่ความสุข ความงาม และไมตรีจิต

มนุษย์ทุกคนมีสมอง ๓ ชั้น

ชั้นในสุด อยู่ไปทางข้างหลังทางท้ายทอย มาจากสัตว์เลื้อยคลาน ทำหน้าที่เกี่ยวกับความอยู่รอด เช่น กิน สืบพันธุ์ ต่อสู้ แย่งชิง หลอกลวง หลบหนี

ชั้นกลาง มาจากสัตว์เลี้ยงลูกด้วยน้ำนม ทำหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์

ชั้นนอก พอกเข้าอยู่ก่อนไปข้างหน้า เป็นสมองมนุษย์ ทำหน้าที่เกี่ยวกับความฉลาด

สมองส่วนหน้าสุด อยู่หลังหน้าผาก เรียกว่า Prefrontal cortex ทำหน้าที่เกี่ยวกับปัญญา วิจารณ์ญาณ ศีลธรรม การบรรลุธรรม

มนุษย์วิวัฒนาการมาจากลิงเมื่อ ๗ ล้านปีก่อน แต่ที่เป็นอย่างมนุษย์ปัจจุบันเรียกว่า Homo sapiens เพิ่งเมื่อ ๒๐๐,๐๐๐ ปีนี้เอง และจากอายุ ๒๐๐,๐๐๐ ปีนี้ เกือบทั้งหมดคือ ๑๙๐,๐๐๐ ปี เป็นยุคดึกดำบรรพ์ที่ล่าสัตว์และหาของป่ากิน ท่ามกลางภัยอันตรายต่างๆ ทั้งจากธรรมชาติ จากสัตว์ป่า และจากมนุษย์ต่างเผ่าพันธุ์

สมองส่วนหลังหรือสมองสัตว์เลื้อยคลานจึงมีบทบาทเด่น เพื่อการต่อสู้ แย่งชิง หลอกลวง หลบภัย

แม้มาถึงสมัยใหม่ราว ๔๐๐-๕๐๐ ปีที่ผ่านมา เมื่อมนุษย์ค้นพบความรู้ที่ทำให้เกิดความเจริญต่างๆ สมองสัตว์เลื้อยคลานก็ยังมีบทบาทเด่น ทำการต่อสู้แย่งชิงตลอดมา

ดังที่ชาวยุโรปเมื่อมีอำนาจมากจากความรู้ ก็ทำการต่อสู้แย่งชิงไปทั่วโลก ทำให้เกิดโลกแบบปัจจุบัน คือ

เจริญด้วยวัตถุแต่ยังใช้สมองสัตว์เลื้อยคลาน ต่อสู้ แย่งชิง จนเสียสมดุลไปหมดทั้งโลก ทำให้ปั่นป่วน วุ่นวาย รุนแรง วิกฤต ไม่มีสันติภาพ

ความปั่นป่วน วุ่นวาย เป็นภาวะที่ไม่เสถียร

ความสมดุล ความสงบ เป็นสภาวะเสถียร

ธรรมชาติพยายามปรับสภาวะที่ไม่เสถียรเป็นภาวะเสถียร เพราะภาวะเสถียรใช้พลังงานน้อยกว่า

จึงพยากรณ์ได้ว่า โลกจะต้องปรับไปสู่สภาวะเสถียร

โลกยุคใหม่จะเป็นโลกที่มีความสมดุล

เกิดจากมนุษย์มีจิตสำนึกใหม่ หรือตื่นรู้ (Awakening) ว่าโลกทั้งหมดเป็นหนึ่งเดียวกัน เหมือนเป็นคนคนเดียวกัน

เซลล์เป็นล้านๆ เซลล์และอวัยวะต่างๆ ในร่างกายไม่เป็นปฏิปักษ์และต่อสู้กัน เพราะมีสำนึกแห่งองค์รวมเดียวกันฉันใด เมื่อมนุษย์มีสำนึกแห่งองค์รวม ก็จะยุติการเป็นปฏิปักษ์และต่อสู้กัน แต่จะร่วมมือกัน คือ เปลี่ยนจาก...

การเผชิญหน้า (Confrontation) สู่ความร่วมมือ (Collaboration) หรือ C to C หรือ C2C

โลกมีความรู้และทรัพยากรเพียงพอที่คนทุกคนในโลกจะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ถ้ามี C2C หรือสันติภาพ

สมองส่วนหน้าเป็นเครื่องมือของจิตสำนึกใหม่ ที่รอให้มนุษย์ตื่นรู้มา ๒๐๐,๐๐๐ ปีแล้ว

โลกวิกฤตจนไม่มีทางไปต่อไป โดยใช้สมองสัตว์เลื้อยคลานแล้ว

มนุษย์จะต้องตื่นรู้มาใช้สมองส่วนหน้า เกิดจิตสำนึกแห่งองค์รวม

มนุษย์ที่ตื่นรู้จะมีความสุขอย่างลึกล้ำ ประสบความงามอย่างล้นเหลือ และมี
ไมตรีจิตอันไพศาล เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุล

ฉะนั้น จึงมีแรงจูงใจอย่างสูงที่จะทำให้มนุษย์ตื่นรู้ และมีวิธีการอันหลากหลายที่จะทำให้เกิดการตื่นรู้ วิธีการ
อันหลากหลายนี้มีชื่อรวมว่า จิตตปัญญาศึกษา

เป็นหน้าที่ของเราทุกคนที่จะแสวงหาและช่วยให้เพื่อนมนุษย์ได้พบกับจิตตปัญญาศึกษา



๗ มีนาคม ๒๕๖๕