

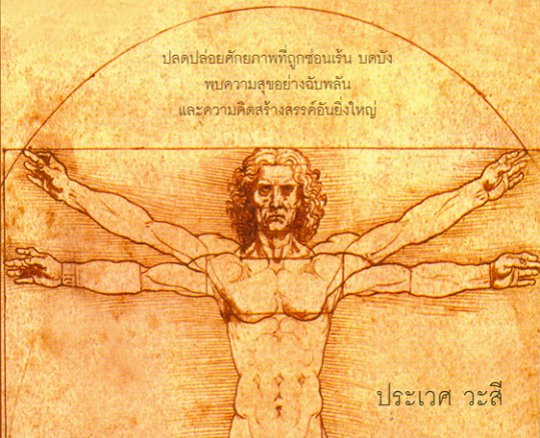


# ศักดิ์ศรี

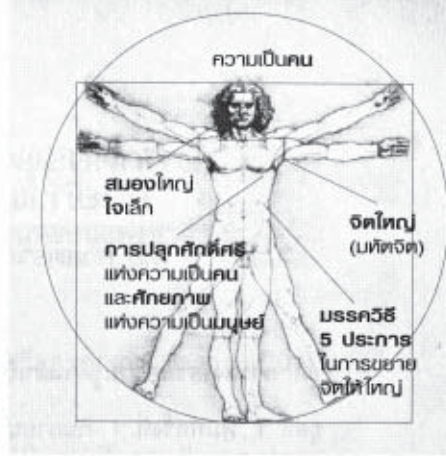
แห่งความเป็นคน

ศักยภาพแห่งความสร้างสรรค์

ปลดปล่อยศักยภาพที่ถูกซ่อนเร้น บดบัง  
พบความสุขอย่างฉับพลัน  
และความคิดสร้างสรรค์อันยิ่งใหญ่



ประเวศ วะสี



# ศักดิ์ศรี

แห่งความเป็นคน

ศักยภาพแห่งความ  
สร้างสรรค์

ศาสตราจารย์ นายแพทย์ประเวศ วะสี



# ศักดิ์ศรีแห่งความเป็นคน ศักยภาพแห่งความสร้างสรรค์

โดย ศาสตราจารย์ นายแพทย์ประเวศ วะสี

ชุด การส่งเสริมความรู้ด้านสิทธิมนุษยชน

ชุดที่ 1 พิมพ์ครั้งที่ 1 กันยายน 2545

จำนวน 20,000 เล่ม

จัดพิมพ์โดย

สำนักงานคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ

422 ถนนพญาไท (ใกล้สะพานหัวช้าง)

เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330

ตู้ ปณ. 400 ปณจ. รongเมือง กรุงเทพฯ 10330

โทรศัพท์/โทรสาร 0-2221-2940

โทรศัพท์เพื่อร้องเรียน 1377 [www.nhrc.or.th](http://www.nhrc.or.th)

# คำอนุโมทนา

## สำนักงานคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ

ศีลธรรมพื้นฐานคือการเคารพศักดิ์ศรีและคุณค่าแห่งความเป็นคน  
ของคนทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน

การเคารพศักดิ์ศรีและคุณค่าความเป็นคนเป็นฐานที่มาของความ  
ดีทั้งปวงในสังคม เช่น สิทธิมนุษยชน ประชาธิปไตยที่แท้จริง ความเสมอ  
ภาค ความยุติธรรมในสังคม การพัฒนาที่เอาคนเป็นตัวตั้ง การศึกษาที่  
คำนึงถึงความเป็นมนุษย์ การรักษาฐานทรัพยากรและการใช้อย่างเป็น  
ธรรม การแก้ไขความยากจน ฯลฯ

ถ้าปราศจากศีลธรรมพื้นฐานแห่งการเคารพศักดิ์ศรีและคุณค่า  
ความเป็นคนของคนทุกคนอย่างเท่าเทียมกันแล้ว สังคมไม่สามารถพัฒนา  
ไปสู่ความเจริญอย่างแท้จริงได้ สิทธิมนุษยชนนั้นมีฐานมาจากศีลธรรม  
พื้นฐานนี้ จึงเป็นฐานของความดีงามในสังคมทั้งปวง ดังกล่าวข้างต้น เช่น  
ประชาธิปไตย ความเสมอภาค ความยุติธรรมในสังคม การศึกษา เศรษฐ  
กิจ การอนุรักษ์และใช้ทรัพยากรอย่างเป็นธรรม ระบบสาธารณสุข เป็นต้น

คณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ จึงมีภารกิจที่สำคัญอย่าง  
ยิ่งที่จะทำให้ความถูกต้องหรือศีลธรรมเข้าไปเป็นฐานของการพัฒนาทั้งปวง  
โดยเบื้องลึกที่สุดคนในชาติต้องมีจิตสำนึกใหม่ เป็นจิตสำนึกที่เห็นความ  
สำคัญในความเป็นมนุษย์ของเพื่อนมนุษย์ทุกคน จิตสำนึกทางศีลธรรม  
พื้นฐานนี้จะปลดปล่อยมนุษย์ไปสู่อิสรภาพและเกิดความสุขความเจริญ  
อย่างแท้จริง

ขออนุโมทนาในการที่นายแพทย์ชูชัย ศุภวงศ์ เลขาธิการคณะ  
กรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ ดำริที่จะพิมพ์หนังสือเล่มนี้ของสำนัก  
พิมพ์หมอชาวบ้าน เพื่อแจกจ่ายไปอย่างกว้างขวาง เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของ

การกระตุ้นจิตสำนึกในเรื่องศักดิ์ศรีของความเป็นคนและศักยภาพแห่ง  
ความสร้างสรรค์ของเพื่อนมนุษย์

ประเวศ วะสี

ประเวศ วะสี

17 มิถุนายน 2545

# อารัมภบท

คณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ เป็นองค์กรที่จัดตั้งขึ้นตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2540 มาตรา 199 และ มาตรา 200 และพระราชบัญญัติคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ พ.ศ. 2542 โดยมีคณะกรรมการฯ 11 ท่าน ทำหน้าที่ในการรับเรื่องราวร้องทุกข์และตรวจสอบการละเมิดสิทธิมนุษยชน ทำการไกล่เกลี่ยหรือเสนอมาตรการในการแก้ไขที่เหมาะสม อีกทั้งมีหน้าที่ต้องเสนอแนะนโยบาย และข้อเสนอในการปรับปรุงกฎหมายต่อรัฐสภาและคณะรัฐมนตรี เพื่อส่งเสริมและคุ้มครองสิทธิมนุษยชน ภารกิจที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การส่งเสริม การศึกษา วิจัย และการเผยแพร่ความรู้ด้านสิทธิมนุษยชน

เพื่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันในสังคมไทยถึงหลักการ แนวคิด ตลอดจนแนวทางในการปฏิบัติด้านสิทธิมนุษยชนอย่างกว้างขวาง สำนักงานคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ จึงได้จัดพิมพ์หนังสือชุด การส่งเสริมความรู้ด้านสิทธิมนุษยชนขึ้นและหนังสือ “ศักดิ์ศรีแห่งความเป็นคน ศักยภาพแห่งความสร้างสรรค์” เป็นหนึ่งในหนังสือชุดการส่งเสริมความรู้ดังกล่าว โดยได้รับความอนุเคราะห์จากสำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน และศาสตราจารย์ นายแพทย์ประเวศ วะสี มอบต้นฉบับให้นำมาจัดพิมพ์เผยแพร่

สำนักงานคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติหวังเป็นอย่างยิ่งว่า สารจากหนังสือเล่มนี้จะมีส่วนสร้างเสริมวัฒนธรรมสิทธิมนุษยชนในสังคมไทยไม่มากนักน้อย จนในที่สุดวิถีชีวิตของผู้คนในแผ่นดินนี้เป็นวิถีชีวิตแห่งความเอื้ออาทรต่อมนุษยชาติ ตลอดจนให้ความเคารพต่อคุณค่าและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ โดยเฉพาะต่อคนเล็กคนน้อยในสังคมไทย

สำนักงานคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ

# คำนำ

(ในการจัดพิมพ์ครั้งที่ 3)

สมองของมนุษย์เป็นโครงสร้างที่วิจิตรพิสดารที่สุดในสรรพสิ่งทั้งหลายในจักรวาล เหตุนี้ทำให้มนุษย์ต่างจากสัตว์ทั้ง ๆ ที่ก็เป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง

สมองของมนุษย์ทำให้มนุษย์เป็นสัตว์ที่มีศักยภาพสูงยิ่ง แต่ศักยภาพนี้ซ่อนเร้นหรือถูกบดบังอยู่ ทำให้มนุษย์ไม่รู้จักหรือไม่สามารถเอาศักยภาพที่ซ่อนเร้นอยู่ขึ้นมาใช้ได้เต็มที่ ทำให้เกิดความเศร้าหมอง ไม่มีศักดิ์ศรี มีความทุกข์ ก่อความทุกข์ให้ตัวเอง ก่อความทุกข์ให้กันและกัน ทำลายสิ่งแวดล้อม ก่อให้เกิดความแตกกระจายทางสังคม อันรวมเป็นวิกฤติการณ์ของมนุษย์หรือวิกฤติการณ์ของโลก

หนังสือเล่มนี้แต่งขึ้นด้วยความปรารถนาที่จะช่วยให้เพื่อนมนุษย์ได้ค้นพบศักดิ์ศรีของความเป็นคน และศักยภาพอันยิ่งใหญ่แห่งการสร้างสรรค์ของตนเอง

มีผู้ที่อ่านไปแล้วบางคนบอกกลับมาว่า เขาอ่านหนังสือเล่มนี้แล้วช่วยให้เขาพบ “ความสุขอย่างฉับพลัน” นั่นคือวัตถุประสงค์ของหนังสือนี้ที่ผู้เขียนมีความเชื่อว่ามี การเรียนรู้ที่ทำให้ผู้เรียนพบความสุขฉับพลัน (instant happiness) และความคิดสร้างสรรค์ (creativity) อันยิ่งใหญ่ สิ่งนี้จะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อมนุษย์หลุดจากความคับแคบไปเชื่อมกับธรรมชาติ หรือความจริงอันกว้างใหญ่ไพศาล

การเรียนรู้ทุกวันนี้ไปติดอยู่ในความคับแคบ มนุษย์จึงไม่พบอิสรภาพหรือความสุข ควรจะมีการปฏิรูปการเรียนรู้ใหม่ ให้มนุษย์สามารถเข้าถึงธรรมชาติหรือความจริงที่เชื่อมโยงกันทั้งหมดอย่างยิ่งใหญ่เป็นเบื้องต้น การเรียนรายละเอียดเป็นเบื้องต้นไป แต่สามารถโยงกลับมาสู่ภาพ

รวมหรือบูรณาการได้ตลอดเวลา

ทุกวันนี้การเรียนรู้เริ่มต้นโดยเรียนแบบแยกย่อยและชอยลงไป โดยไม่เห็นภาพรวม เมื่อไม่เห็นจึงไม่สามารถโยงกลับได้ การเรียนแบบนี้จึงทำให้มนุษย์มี “ปัญหาแตก” หรือ “ปัญหาล้น” วัสดุชนิดที่แตกเป็นเสี่ยง ๆ เกิดความอึดอัดขัดข้อง หรือเรียนเพื่อติด ทำให้ขาดอิสรภาพ ความงาม ความสุข และความสร้างสรรค์ ที่จริง “ปัญหาแตก” หรือ “ปัญหาล้น” ไม่ใช่ปัญหา เพราะปัญหาคือต้องยาว ที่สามารถเชื่อมโยงสิ่งต่าง ๆ ได้

ขอให้ช่วยกันทำความเข้าใจเรื่องการเรียนรู้ ขอให้เรื่องการเรียนรู้หรือเรื่องปัญหาเป็นกระแสหลักของสังคม ขณะนี้เป็นไปได้แล้วที่มนุษย์ทุกคนทั้งโลกจะมีการเรียนรู้ที่ดี แล้วประสบอิสรภาพ ความงาม มิตรภาพ และสันติภาพ อันจะเป็นการอภิวัฒน์ของมนุษยชาติ

ขอให้ผู้อ่านทุกคนได้ประสบพรดังกล่าว

ประเวศ วะสี

(ศาสตราจารย์ นายแพทย์ประเวศ วะสี)

18.02.38

# สารบัญ

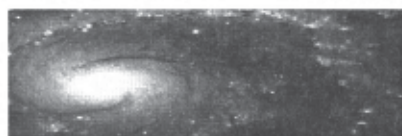
## 1 ความเป็นคน \_\_\_\_\_ 1



## 2 สมองใหญ่ใจเล็ก \_\_\_ 5



## 3 การปลุกศักดิ์ศรี แห่งความเป็นคน และศักยภาพ แห่งความเป็นมนุษย์ \_15



**4** จิตใหญ่ (มหัตจิต) \_\_\_\_\_ 19



**5** มรรควิธี 5 ประการ  
ในการขยายจิต  
ให้ใหญ่ \_\_\_\_\_ 25



**6** สรูป \_\_\_\_\_ 39



เรื่องที่สำคัญที่สุดของมนุษยชาติคือ  
การส่งเสริมให้คนทุกคนสามารถพัฒนาศักยภาพ  
แห่งความเป็นมนุษย์ได้เต็มที่  
ทุกแง่มุมของความสุข ศาสนิตสุข  
และการพัฒนาอย่างยั่งยืนอยู่ที่ตรงนี้



# 1 ความเป็นคน



“มนุษย์โลลิ”

“คุณเป็นคนหรือเปล่า”

คงจะไม่มีใครตอบว่า “เปล่า ไม่ได้เป็น”

และที่ตอบนั้นคงจะนึกถึงรูปร่างหน้าตาว่า**เป็นคน** แต่คนก็เป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง หรือมีวิวัฒนาการมาจากสัตว์ แล้วอะไรใน**ความเป็นมนุษย์**หรือ**ในความเป็นคน** ที่ทำให้คนต่างจากสัตว์ โปรดสังเกตคำที่ต่างกันนิดหน่อย แต่แตกต่างกันมากโดยความหมาย ตอนต้นใช้คำว่า “**เป็นคน**” ตอนหลังใช้คำว่า “**ความเป็นคน**”

มีคนสร้างวลีขึ้นมาชุดหนึ่งที่ว่า *กิน ชี บี้ นอน* ซึ่งใช้อธิบายพฤติกรรมพื้นฐานของสัตว์ คือมีการกิน การขับถ่าย การสืบพันธุ์ และการพักผ่อน ถ้ามนุษย์มีพฤติกรรมเพียง *กิน ชี บี้ นอน* ก็ไม่แตกต่างจากสัตว์ นี้จะเห็นได้ว่าลักษณะทางชีววิทยาทั้งที่เป็นร่างกายและพฤติกรรม มนุษย์ไม่ต่าง

จากสัตว์ เพราะฉะนั้นที่เรียกว่า “ความเป็นมนุษย์” หรือ “ความเป็นคน” นั้นจะต้องมีอะไรที่ทำให้คนต่างจากสัตว์อย่างสำคัญ

“ความเป็นมนุษย์” หรือ “ความเป็นคน” นี้คืออะไร

ในช่วงประวัติศาสตร์ของมนุษย์ มนุษย์เป็นสัตว์มากกว่ามีความเป็นคน ความเป็นคนเกิดขึ้นเมื่อใด และอาศัยอะไรที่บอกกว่ามีความเป็น คนอันต่างจากความเป็นสัตว์

ความรู้ทางวิทยาศาสตร์บอกเราว่า จักรวาลเกิดขึ้นจากการระเบิด ตุมใหญ่ (Big Bang) ของพลังงานที่อัดแน่นในจุดเล็กมาก เมื่อประมาณ 15,000 ล้านปีมาแล้ว โลกมีอายุประมาณ 4,500 ล้านปี สิ่งมีชีวิตต่าง ๆ เกิดขึ้นก่อนมนุษย์ช้านาน อย่างไดโนเสาร์ซึ่งสูญพันธุ์ไปก่อนที่จะมีมนุษย์ ตั้ง 50-60 ล้านปี มนุษย์เพิ่งปรากฏบนโลกนี้เมื่อ 1-2 ล้านปีมานี้เอง และมีชีวิตเช่นเดียวกับสัตว์อยู่ช้านาน

สิ่งที่มนุษย์ต่างจากสัตว์อย่างชัดเจนคือรู้จักทำเครื่องมือ สัตว์ทำเครื่องมือไม่เป็น นอกจากลิงบางตัวใช้ไม้กระทุ้ง ๆ อะไรนิดหน่อย เทคโนโลยีทำให้สังคมของมนุษย์เปลี่ยนแปลงไปเร็วมาก สัตว์ไม่มีเทคโนโลยี สังคมของสัตว์จึงไม่ค่อยเปลี่ยนแปลงเท่าใด

เทคโนโลยีหมายถึงการประยุกต์ใช้ความรู้ แต่ถ้าจะบอกว่าเป็นมนุษย์อยู่ที่การสร้างและการใช้เทคโนโลยี ก็คงจะไม่ใช่ยอมรับกัน ดังจะเห็นได้จากพระราชดำรัสของสมเด็จพระบรมราชชนก ที่ทรงมีต่อนักศึกษาแพทย์ว่า

“ฉันไม่ได้ต้องการให้เธอเป็นแพทย์เท่านั้น แต่ต้องการให้เธอเป็นคนด้วย”

แพทย์นั้นเป็นที่รู้กันว่ามีเทคโนโลยีเพียงทีเดียว แต่การเป็นคนมีอะไรมากกว่านั้น หรือมีอะไรที่ “สูงส่ง” กว่านั้น

นี่แปลว่าในความเป็นมนุษย์หรือในความเป็นคนนั้นต้องมีอะไรที่ “สูงส่ง”

แล้วที่ว่าสูงส่งนี้มีอะไรสูง ถ้าจะว่าการมีเงินมาก หรือมีความงาม

มาก หรือมีขมมาก ทำให้มีความเป็นมนุษย์มาก ก็คงจะไม่มีใครยอมรับ  
ความเป็นมนุษย์จึงเป็นอะไรที่มีคุณค่าสูงส่ง ที่ไม่ใช่เงิน ไม่ใช่ความ  
งามของร่างกาย ไม่ใช่ยศ

เงิน ความงามของร่างกายและยศจัดเป็นกามหรือวัตถุ  
คุณค่าอันสูงส่งของความเป็นมนุษย์ไปเหนือวัตถุ เมื่อไม่ใช่วัตถุ  
ก็ต้องเป็นนามธรรม

**มิติทางนามธรรมหรือระบบคุณค่านี้เองที่เป็นเรื่องเกี่ยวกับความ  
เป็นมนุษย์**

เพราะสัตว์ไม่มีนามธรรม สมองของสัตว์มีแต่ธรรมชาติที่เป็น  
วัตถุล้วน ๆ สัตว์จึงไม่มีบาปบุญคุณโทษ คงมีแต่ธรรมชาติล้วน ๆ

มนุษย์ในเบื้องต้นที่สมองยังไม่เจริญ ยังมีสภาพเป็นสัตว์ ยังไม่เกิด  
มิติทางนามธรรมหรือระบบคุณค่า ต่อเมื่อสมองเจริญถึงขนาด (คำว่า เจริญ  
ถึงขนาด หมายถึงทั้งทางกายภาพและทางหน้าที่) จึงเกิดมิติทางนามธรรม  
หรือระบบคุณค่าขึ้น ทำให้ไปพ้นความเป็นสัตว์ มีความเป็นมนุษย์หรือความ  
เป็นคนเกิดขึ้น

**มิติทางนามธรรมหรือระบบคุณค่าจึงเป็นคุณสมบัติพิเศษของ  
มนุษย์**

ถ้าใครไม่มีมิตินี้ หรือมีแล้วสูญเสียไป ก็เท่ากับไม่มีความเป็นมนุษย์  
หรือสูญเสียความเป็นมนุษย์ไป

สมองของมนุษย์เป็นโครงสร้างที่วิจิตรพิสดารที่สุดในจักรวาล ทำให้  
มนุษย์แตกต่างจากสัตว์อื่น ๆ เพราะสมองอันมีสมรรถนะมาก มนุษย์จึง  
มีศักยภาพอันไม่มีที่สิ้นสุด ในขณะที่สัตว์ไม่มีความดีความชั่ว มีแต่ธรรม-  
ชาติล้วน ๆ

สมองของมนุษย์ทำให้มนุษย์มีนามธรรมที่ล่วงเลยวัตถุธรรม จึงเกิด  
มีความดีความชั่วขึ้น มนุษย์ที่บรรลุความดีเป็นผู้ที่มีศักดิ์ศรีแห่งความเป็น  
คนสูงสุด เรื่องนี้จะเห็นได้ชัดเจนว่า เมื่อโยคีเจ้าชายลัทธิตถะทรงบรรลุ  
อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณนั้น บรรยายกันว่ามีความล้นสะเทือนไปทั่วโลก-

ธาตุหรือทั้งจักรวาลทีเดียว การที่คนคนหนึ่งบรรลุปัญญาที่ทำให้พึ่งตนเองได้โดยสมบูรณ์นั้น เป็นเรื่องที่ยิ่งใหญ่มากจนจักรวาลทั้งจักรวาลสั่นสะเทือน และเรื่องที่บรรยายกันว่าเทวดา พระอินทร์ พระพรหม ก็มาเคารพบูชา พระพุทธเจ้านั้น ก็เพื่อแสดงศักดิ์ศรีของมนุษย์ที่บรรลุความดี ว่าแม้แต่เทพหรือพระเจ้าก็ยังคงบูชา

### มนุษย์มีศักยภาพและมีศักดิ์ศรีถึงเพียงนี้

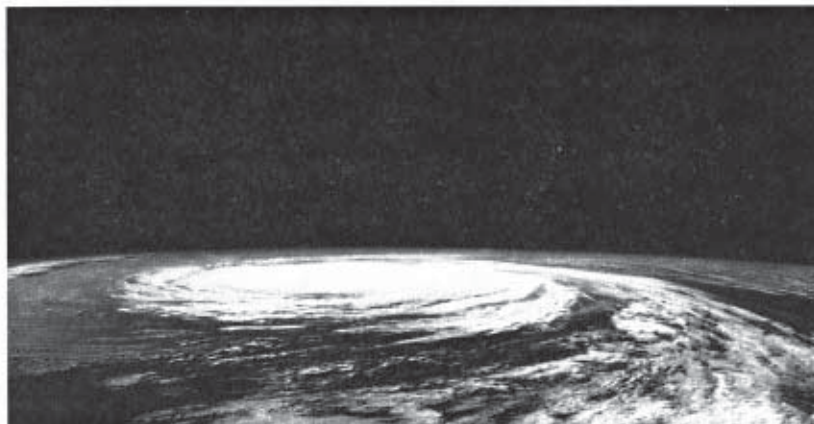
ในมนุษย์แต่ละคนจึงมีธรรมชาติหรือศักยภาพอันยิ่งใหญ่ซ่อนเร้นอยู่ ศักยภาพอันนี้สามารถทำให้มนุษย์บรรลุความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีจิตใจที่เป็นอิสระ ประกอบไปด้วยความสุขและความสร้างสรรค์อย่างเต็มที่ ในมนุษย์ภาพมีศักยภาพอันนี้อยู่ ซึ่งเป็นศักยภาพของมนุษย์โดยเฉพาะ สัตว์ไม่มีศักยภาพนี้ ฉะนั้นจึงอาจเรียกว่าเป็นศักยภาพแห่งมนุษย์ หรือความเป็นมนุษย์ หรือความเป็นคนนั่นเอง

คนทุกคนในฐานะที่เป็นคน ควรจะมีโอกาสพัฒนาให้เต็มตามศักยภาพของความเป็นคน แม้ใครคนใดคนหนึ่ง ไม่ว่าจะด้วยเหตุใดก็ตาม ไม่มีโอกาสหรือถูกทำให้ไม่มีโอกาสในการไปให้เต็มตามศักยภาพของความเป็นมนุษย์ ย่อมเป็นเรื่องน่าเสียดายและเป็นเรื่องชวนให้สลดสังเวชยิ่งนัก

เรื่องที่สำคัญที่สุดของมนุษยชาติคือ การส่งเสริมให้คนทุกคนสามารถพัฒนาศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์ได้เต็มที่ กุญแจของความสุสานติสุขและการพัฒนาอย่างยั่งยืนอยู่ที่ตรงนี้



## 2 สมองใหญ่ ใจเล็ก



เพื่อจะได้เข้าใจยุทธศาสตร์หรือแนวทางที่จะเข้าไปปลดปล่อยศักยภาพที่ยิ่งใหญ่แห่งมนุษย์ที่ซ่อนเร้นอยู่ เราควรทำความเข้าใจว่า อะไรมาบดบังศักยภาพของมนุษย์

ในสภาพที่ศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์ไม่สามารถแสดงออกได้ ลองพิจารณาดูว่าสภาพเช่นนั้นเป็นอย่างไร โดยกายภาพของสมอง มนุษย์มี “สมองใหญ่” แต่สมองใหญ่ไม่ได้แปลว่าจิตจะต้องใหญ่ด้วย

คนที่ไม่สามารถบรรลุศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์ได้อยู่ในสภาพที่เรียกว่า “จิตเล็ก” กล่าวคือ สมองใหญ่แต่ใจเล็กหรือจิตเล็ก

จิตเล็ก หมายถึงจิตที่คับแคบ หรือจิตที่ถูกกักขังไว้ในที่แคบ ไม่สามารถเชื่อมโยงกับธรรมชาติอันยิ่งใหญ่ได้ ธรรมชาติมีความยิ่งใหญ่ไพศาลอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

ถ้ามนุษย์สามารถเชื่อมจิตของตนเองกับธรรมชาติอันยิ่งใหญ่ได้ก็

จะมีจิตใหญ่ แต่มนุษย์มักจะมีจิตเล็ก จิตเล็กคือจิตที่ถูกกักขังอยู่ในที่แคบ ด้วยประการต่าง ๆ คือ

- จิตที่ถูกกักขังอยู่ในตัวเอง
- จิตที่ถูกกักขังอยู่ในค่านิยมทางสังคม
- จิตที่ถูกกักขังอยู่ในระบบหรือโครงสร้างของสังคม
- จิตที่ถูกกักขังอยู่ในความรู้
- จิตที่ถูกกักขังอยู่ในความคิด

เหล่านี้คือ **คุก 5** ที่กักขังจิตไว้ให้คับแคบ เป็นจิตเล็ก กล่าวคือ

### (1) จิตที่ถูกกักขังอยู่ในตัวเอง

จิตที่ถูกกักขังอยู่ในตัวเองได้แก่จิตที่เห็นแก่ตัว จิตที่เห็นแก่ตัวย่อมคับแคบ ต่ำ เกิดความโลภ เกลียด โกรธ กลัว จ้วงเจียอยู่อย่างนั้น จิตที่เห็นแก่ตัวจึงคับแคบ เป็นจิตเล็ก ไม่ถึงความเป็นจิตใหญ่ หรืออย่างที่พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ว่า *มองใกล้ ใจแคบ ใฝ่ต่ำ* ซึ่งเป็นคำอธิบายลักษณะจิตเล็กอย่างดี

### (2) จิตที่ถูกกักขังอยู่ในค่านิยมทางสังคม

ค่านิยมทางสังคมเป็นคุกที่กักขังจิตอย่างสำคัญยิ่ง เป็นการยากมากที่มนุษย์จะหลุดออกจากคุกนี้ไปได้ ดังจะยกตัวอย่างดังต่อไปนี้

ที่ใกล้ ๆ บ้านผมมีเด็กหนุ่มอยู่คนหนึ่ง เขาเป็นคนขยันช่วยพ่อแม่ทำงาน วันหนึ่งเขาจึงตัวตายเพราะสอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ เมื่อสังคมเอาเกียรติไปไว้กับการสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ เขาก็รู้สึกว่าเขาไม่มีเกียรติ เมื่อสอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ ที่จริงการที่เขาเป็นคนขยันขันแข็งช่วยพ่อแม่ทำงานนั้น ต้องนับว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่าเป็นอย่างยิ่ง แต่ขึ้นกับว่าสังคมยึดถืออะไรเป็นคุณค่า ค่านิยมการสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ทำลายความเป็น

## มนุษย์ลงอย่างมโหฬาร

หลายปีมาแล้ว ขณะที่ผมเดินอยู่ในสยามสแควร์ ผมเห็นเด็กหนุ่มคนหนึ่งหน้าตาดี อายุประมาณ 17 ปี เขาไม่กล้าสบตาคน และดูท่าทางไม่ค่อยมีความสุข เพราะงานที่เขาทำคือการรับจ้างชั่วคราว ซึ่งเขารู้สึกว่าเป็นงานต่ำ และคนไทยดูถูกคนทำงานต่ำ ที่จริง “งานต่ำ” ไม่มี มีแต่จิตใจคนที่ต่ำ ผมรู้สึกสงสารเขาจับใจ เพราะเขาเป็นคน เขาควรจะมีภูมิใจและมีความสุขกับงานที่เขาทำ เขามีความเป็นคนมากกว่าหลายคนที่ได้ผ่าน เขาไปเสียอีก แต่เพราะ “ค่านิยม” ในสังคม ทำให้เขามีความทุกข์ ค่านิยมของสังคม ถ้าไม่ถูกต้อง ย่อมทำลายความเป็นมนุษย์ของคนลง

ค่านิยมที่ดูถูกคนจนและคนทำงานหนักเห็นได้หลายอย่าง เช่น มีสุภาษิตแต่โบราณบทหนึ่งว่า “รักดีทามजू รักชั่วทามเสา” ซึ่งแปลว่า ถ้ารักดีได้ทำงานเบา ถ้ารักชั่วหรือเป็นคนไม่ดีต้องทำงานหนัก หรือคนทำงานหนักเป็นคนไม่ดี ที่จริงการทำงานหนักเป็นของดี เป็นงานที่สร้างสรรค์ ควรจะมีเกียรติกว่างานที่ไม่ได้สร้างสรรค์หรืองานที่ทำร้ายผู้อื่น แต่สังคมก็มีค่านิยมดูถูกคนทำงานหนัก ซึ่งเป็นการทำลายศักดิ์ศรีของมนุษย์อย่างยิ่ง

**“ขอให้ได้นั่งกินนอนกิน”** เป็นคำอวยพรอีกอย่างหนึ่งที่สะท้อนค่านิยมเกี่ยวกับงานหนักงานเบา การนั่งกินนอนกินไม่ทราบว่าเป็นอย่างไร นั่งกินนอนกินดอกเบี๋ยหรืออะไร หรือทำนายนหลังคน ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่ดี เป็นคน “ทำมาหากิน” น่าจะเป็นงานที่มีคุณค่าแห่งความเป็นมนุษย์มากกว่า

**“ขอให้ได้เป็นเจ้าของคน”** เป็นคำอวยพรอีกอย่างหนึ่งซึ่งสะท้อนระบบคุณค่าในเรื่องเจ้าขุนมูลนาย คุณค่าในการต้องเป็น “เจ้าคนนายคน” นี้มีผลกระทบต่อความรู้สึกและการทำงานในสังคมไทยมาก คนไทยมีค่านิยมที่จะต้องดำรงตำแหน่งบริหาร เช่น เป็นผู้อำนวยการ เป็นหัวหน้าภาค วิชา เป็นคนบด เป็นอธิการบดี เป็นอธิบดี เป็นปลัดกระทรวง ฯลฯ เพราะว่าตำแหน่งเหล่านี้คือการเป็น “เจ้าคนนายคน” เพื่อเป็นเกียรติแก่วงศ์ตระกูล

กลายเป็นว่าที่เป็นนั้นเพื่อเป็นเกียรติแก่วงศ์ตระกูล ไม่ใช่เพื่อหน่วยงานนั้นๆ จะประสบความสำเร็จในการงาน ผู้อาวุโสจำนวนมากไม่เหมาะ

ที่จะดำรงตำแหน่งบริหาร ท่านถนัดที่จะทำงานอื่นมากกว่า เมื่อไปดำรงตำแหน่งบริหาร งานของหน่วยงานก็เสีย งานที่ตนเองถนัดก็ไม่ได้ทำ แต่ก็ต้องไปเป็นผู้บริหารเพราะค่านิยมทางสังคมบังคับ

สมาชิกสภาผู้แทนราษฎรไม่ค่อยสนใจงานนิติบัญญัติเท่าใด แต่สนใจจะไปเป็นรัฐมนตรีมากกว่า เพราะการเป็นรัฐมนตรีคือการเป็น “เจ้าคนนายคน” ก็เป็นอันเกิดภาพแย้งกันเป็นรัฐมนตรี ที่ทะเลาะขัดแย้งกัน เรือรั้งก็เพราะเรื่องนี้ แต่งานนิติบัญญัติล้าหลังเป็นอย่างยิ่ง นี่ก็เป็นตัวอย่างผลเสียของค่านิยมการเป็น “เจ้าคนนายคน”

เรื่องสมณศักดิ์ของพระก็เช่นเดียวกัน พระอยากได้สมณศักดิ์และมีวิธีการชวนชวายเป็นได้มาอย่างน่าสลดสังเวช แทนที่จะชวนชวายเป็นเรื่องธรรมะ เรือยศนี่เป็นกิเลสที่ทำให้ลายความเป็นมนุษย์โดยไม่เลือกว่าเป็นผู้ใด

ค่านิยมที่เข้ามาบีบบังคับผู้คนยังมีอื่น ๆ อีกมาก ขอให้ช่วยกันพิจารณาดู

### (3) จิตที่ถูกกักขังอยู่ในระบบหรือโครงสร้างของสังคม

ระบบเป็นเครื่องกักขังจิตให้อยู่ในที่แคบ ดังตัวอย่างเช่น

ในระบบของตำรวจไทย ตำรวจเป็นเหยื่อของระบบอย่างน่าสงสาร ตำรวจเป็นผู้ได้รับอนุญาตให้ถืออาวุธ มีอำนาจตามกฎหมาย มีเจ้าหน้าที่รวมศูนย์ แต่มีเงินเดือนไม่พอกิน ในสภาพอย่างนี้ เมื่อตำรวจไปทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เช่น รีดไถ ก็ถูกสาธารณชนเกลียดชังจนไม่มีศักดิ์ศรี

หรือในระบบราชการที่รวมศูนย์ อะไร ๆ ก็ขึ้นกับ “เจ้านาย” การวิ่งเต้นเส้นสายเอาใจนายอย่างเสียศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ก็เกิดขึ้นอย่างมโหฬาร

หรือในระบบการเมืองที่ขาดการตรวจสอบ ปล่อยให้พนักงานการเมืองมีอำนาจง่าย ๆ การแย่งชิงประโยชน์มีสูง ความไม่ถูกต้องมีมาก จนคำว่าพนักงานการเมืองเหมือนเป็นคำว่าไม่มีศักดิ์ศรี

หรือในระบบสมณศักดิ์พระ ย่อมเป็นการยากที่จะมีพระที่ไม่ติด  
ในสมณศักดิ์ การติดในยศศักดิ์ย่อมทำให้จิตคับแคบ

ในวันฉธรรมการคิดของเรา เมื่อมีอะไรไม่ตี มักคิดเฉพาะกรรม  
ที่เป็นกรรมของปัจเจกบุคคล ไม่เข้าใจกรรมของระบบ แท้ที่จริงระบบเข้า  
มากำหนดพฤติกรรมของคนและพฤติกรรมของสถาบันในสังคมอย่างสำคัญ

#### (4) จิตที่ถูกกักขังอยู่ในความรู้

ในเรื่องความรู้ ถ้าไม่ระวัง จิตจะถูกกักขังอยู่ในความคับแคบของ  
ความรู้เป็นส่วน ๆ เช่น การศึกษาทุกวันนี้โดยส่วนใหญ่แยกความรู้เป็นส่วน ๆ  
โดยไม่เชื่อมโยงกัน เมื่อไม่เชื่อมโยงกันจิตก็ติดอยู่ในส่วนเล็ก ๆ นั้น ไม่ถึงซึ่ง  
ความเป็นจิตใหญ่ นี่เป็นเหตุให้มหาวิทยาลัยขาดพลัง ทั้งพลังทางปัญญาและ  
พลังทางจริยธรรม

จิตที่ถูกกักขังอยู่ในความรู้แคบ ๆ ทำให้ไม่สามารถไปช่วยปลด  
ปล่อยจิตที่ถูกกักขังอยู่ในที่แคบอีก 4 ประการได้

#### (5) จิตที่ถูกกักขังอยู่ในความคิด

ธรรมชาตินั้นเชื่อมโยงเป็นองค์รวม และเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง  
(อนิจจัง) อย่างไม่มีที่สิ้นสุด แต่มนุษย์มักจะคิดแบบแยกส่วน ไม่เชื่อมโยง  
คิดอย่างสำเร็จรูปตายตัว (นิจจัง) จึงเข้าไปสู่ความสุดโต่ง

##### “มนุษย์เป็นไปตามการคิด”

วิธีคิดจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง แต่เราไม่ค่อยได้สนใจกัน และ  
ในการศึกษาก็ไม่มีการสอนความสำคัญของวิธีคิด ในพระไตรปิฎกเต็มไปด้วย  
ด้วยวิธีคิดแบบหนึ่ง ซึ่งไม่เหมือนวิธีคิดที่มีอยู่ทั่วไป แต่มักจะนำเนื้อหา  
มาสอนกันเลย โดยไม่พูดถึงวิธีคิด เสมือนให้ผลไม้โดยไม่ให้เมล็ด หรือให้  
ปลาโดยไม่ให้แห

ท่านกฤษณมูรติ ซึ่งถือกันว่าเป็นศาสดาของคนร่วมสมัย ได้แสดงธรรมเทศนาและรจนานหนังสือไว้มาก แต่สิ่งที่ท่านกล่าวทั้งหมดมีอยู่เรื่องเดียวเท่านั้นคือเรื่องความคิด ว่าการคิดของมนุษย์ทำให้เข้าไม่ถึงความจริง ทำให้เกิดความขัดแย้งและความรุนแรง ความรุนแรงกำลังเป็นปัญหาใหญ่ในโลก

ในหนังสือเล่มหนึ่งของท่านกฤษณมูรติ ชื่อ “ไปให้พ้นความรุนแรง” หรือ Beyond Violence ได้พูดเรื่องการคิดที่นำไปสู่ความรุนแรง

**“ความทุกข์เกิดจากการคิด”**

เวลาเราฟังพระสวดมนต์ ส่วนใหญ่เราฟังท่านไม่รู้เรื่อง เมื่อท่านสวดปฏิบัติสมุพบาท หรือห้วงลูกโซ่แห่งการเกิดความทุกข์ ท่านเริ่มต้นประโยคแรกว่า

**อวิชชา ปัจจัย สังขารา**

**ความไม่รู้เป็นปัจจัยให้เกิดความปรุงแต่ง**

ความปรุงแต่งในที่นี้คือการคิดแบบผิด ๆ อันเป็นชนวนเป็นทอด ๆ นำไปสู่ความทุกข์

ความทุกข์ต่าง ๆ ตั้งแต่อย่างอ่อน ๆ เช่น ความเบื่อ ความหงุดหงิด รำคาญใจ ไปจนถึงโหม่นสออุปายาส ล้วนเกิดจากความคิด ถ้าหยุดคิดเสียได้ เช่น ขณะเจริญสติ ความทุกข์จะเข้ามาทำอะไรไม่ได้ หรือกล่าวว่ากรรมเข้ามาทำอะไรไม่ได้

**“คิดอย่างไรจึงมีปัญหา”**

ดังได้กล่าวไว้ตอนต้น มนุษย์โดยทั่วไปคิดแบบแยกส่วน ไม่เชื่อมโยง คิดอย่างสำเร็จรูปตายตัว (นิจจัง) จึงเข้าไปสู่ความสุดโต่ง ซึ่งจะขยายความเพิ่มเติมดังต่อไปนี้

ในชาณุสโสนิสสูตร\* พรหมณ์ชื่อชาณุสโสนีทูลถามพระพุทธองค์ว่า

\* ชาณุสโสนิสสูตร พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับหลวง เล่มที่ 16 หน้า 83

**“พระโคตมผู้เจริญ สิ่งทั้งปวงมีอยู่หรือหนอแล”**

เราฟังดูเผิน ๆ ก็อาจไม่คิดว่าคำถามนี้มีความสำคัญอย่างไร พระพุทธรองค์คริสต์ตอบว่า

**“ดูกรพราหมณ์ โวหารนี้ว่า สิ่งทั้งปวงมีอยู่ เป็นส่วนสุดที่หนึ่ง”**

คำว่า “ส่วนสุด” คือสุดโต่งตายตัวหรือ extreme เราอาจจะยังไม่เข้าใจว่าพูดอย่างนั้นมันสุดโต่งอย่างไร พราหมณ์ชาณูสโธณีได้ทูลถามคำถามที่สองว่า

**“พระโคตมผู้เจริญ ก็สิ่งทั้งปวงไม่มีอยู่หรือ”**

พระพุทธรองค์คริสต์ตอบว่า **“ดูกรพราหมณ์ โวหารนี้ว่า สิ่งทั้งปวงไม่มีอยู่ เป็นส่วนสุดที่สอง”**

การที่ว่าสิ่งทั้งปวงต้องมีอยู่ หรือสิ่งทั้งปวงต้องไม่มีอยู่ เป็นการตายตัวและสุดโต่ง ครั้นแล้วรับสั่งต่อไปว่า

**“ตถาคตแสดงธรรมโดยสายกลาง ไม่เข้าใกล้ส่วนสุดทั้งสองนั้น ดังนี้ว่า**

“... (เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี)...”

โปรดสังเกตให้ดูว่าสิ่งใดจะมีหรือไม่มี ไม่ใช่มีหรือไม่มีตายตัวสำเร็จรูปในตัวของตัวเอง แต่ขึ้นกับเงื่อนไขหรือเหตุปัจจัยที่เข้ามากำหนด

**“เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี”**

เพราะฉะนั้น สิ่งใด ๆ ณ จุดใดจุดหนึ่งแห่งสถานที่และกาลเวลา (space-time) จะไม่มีเหมือนกันเลย เพราะมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งอื่น ๆ หรือเหตุปัจจัยต่าง ๆ อย่างมีพลวัต (dynamic relativity) ถ้าเราเอาความคิดแบบสำเร็จรูปตายตัวเข้าไปใช้ก็จะไม่เป็นความจริง หรือขัดแย้งกับความจริง ซึ่งจะนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ ต่อไป

พระพุทธรองค์ทรงสอนเรื่องอนิจจัง หรือเรื่องความเปลี่ยนแปลงเป็นนิจนิรันดร์ ไม่มีอะไรคงที่ตายตัว หรือเป็นตัวเอกแยกเป็นเอกเทศ แต่ล้วนเป็นกระแสของเหตุปัจจัย (อิทัปปัจจยตา) อันไม่มีที่สิ้นสุด

การคิดแบบกระแสของเหตุปัจจัยคือวิธีคิดในพระไตรปิฎก เช่น

จิต ก็ไม่ใช่อะไรที่ตายตัว แต่เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจากกระแสของเหตุที่ผลักดันกันอย่างต่อเนื่อง

วิญญาณ ก็ไม่ใช่ดวงอะไรที่ตายตัว แต่เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจากกระแสของเหตุปัจจัยที่ผลักดันกันอย่างต่อเนื่อง

ความทุกข์ ความสุข ก็ไม่ใช่อะไรที่ตายตัว มีความเป็นอนิจจัง เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจากกระแสของเหตุปัจจัยที่ผลักดันกันอย่างต่อเนื่อง

ในโลกทัศน์แบบอิติปัจจยตา สรรพสิ่งทั้งหลายทั่วจักรวาลไม่ใช่อะไรอยู่หนึ่ง แยกตัวกันเป็นส่วน ๆ แต่ทั้งจักรวาลเป็นคลื่นแห่งอิติปัจจยตาที่กระเพื่อมไหวเชื่อมโยงกันทั้งหมด หรืออาจเรียกว่าเป็นความสัมพันธ์สากล (Universal Relativity)

การเข้าใจธรรมชาติตามที่เป็นอย่างจริงจะทำให้จิตเราแล่นติดต่อเชื่อมโยงไปหมด ไม่ถูกกักขังอยู่ในที่แคบหรือแยกเป็นส่วน ๆ

เดิมวิทยาศาสตร์มองอะไรเป็นสิ่งตายตัว เพื่อชั่งตวงวัดได้แม่นยำ จนกระทั่งศตวรรษนี้เองที่วิทยาศาสตร์ก้าวหน้าค้นพบความเป็นอนิจจังและความเชื่อมโยง นั่นคือไอน์สไตน์พบกฎของความสัมพัทธ์ (Relativity) และมีการพบควอนตัม เมคานิกส์ (Quantum Mechanics) สิ่งต่าง ๆ ห้ามมีความตายตัวไม่ เช่น อิเล็กตรอนอาจจะเป็นอนุภาค (particle) หรือเป็นคลื่น (wave) ในขณะเดียวกันได้ การเป็นอนุภาคหมายถึงเป็นวัตถุมีตัวตน จึงต้องชั่งตวงวัดได้ แต่การเป็นคลื่นหมายถึงการเป็นพลังงานที่กระเพื่อมไป

ในขณะที่วิทยาศาสตร์แบบดั้งเดิมให้โลกทัศน์ที่คงที่ แยกส่วนตายตัว วิทยาศาสตร์ที่ก้าวหน้าให้โลกทัศน์ใหม่ เป็นโลกหรือจักรวาลที่มีความกระเพื่อมไหว เชื่อมโยงกันหมด เรียกว่าโลกทัศน์แบบควอนตัม ในปัจจุบัน ในโลกตะวันตกได้มีการนำเอาโลกทัศน์แบบควอนตัมเข้ามาอธิบายปรากฏการณ์ต่าง ๆ เช่น จิตใจ สุขภาพ สังคม ดังมีหนังสือชื่อ สังคมควอนตัม\*

ท่านอาจารย์หมอเสม พริ้งพวงแก้ว ท่านอายุ 88 ปีแล้ว ท่านว่า

\* Quantum Society โดย Danah Zohar and Ian Marshall, Bloomsbury, 1993

เมื่อท่านเรียนชั้นมัธยมอยู่ที่โรงเรียนเทพศิรินทร์ และเรียนเรื่องควอนตัม ท่านก็เข้าใจว่าอ็ทป์ปัจจัยตากับควอนตัมเป็นเรื่องเดียวกัน

พระพุทธรองค์ทรงสอนโลกทัศน์แบบอ็ทป์ปัจจัยตาเมื่อ 2,500 กว่าปี ก่อนที่นักวิทยาศาสตร์จะค้นพบว่าสรรพสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง และจักรวาลทั้งจักรวาลเป็นคลื่นที่เคลื่อนไหวเชื่อมโยง

ที่กล่าวนี้ไม่ได้พูดเชิงแข่งขัน แต่ทั้งอ็ทป์ปัจจัยตาและควอนตัมจะเป็นเครื่องเสริมซึ่งกันและกันให้เข้าใจธรรมชาติความเป็นจริงของโลกดีขึ้น นั่นคือเกิดโลกทัศน์ตรงตามความเป็นจริง

ที่กล่าวเรื่องนี้มาค่อนข้างยาวเพราะเป็นเรื่องที่สำคัญมาก โลกทัศน์เป็นเครื่องกำหนดการคิดและพฤติกรรม คนส่วนใหญ่จะมีโลกทัศน์แบบตายตัวแยกส่วน ซึ่งนำไปสู่การคิดแบบตายตัวแยกส่วนสุดโต่ง แบ่งขั้ว ขัดแย้ง และรุนแรง เมื่อท่านอาจารย์พุทธทาสสอนเรื่อง “ความถูกต้องเป็นกลาง” “เหนือดีเหนือชั่ว” “ไม่บวกไม่ลบ” ท่านหมายถึงเรื่องเดียวกันกับที่กำลังพูดนี้

ธรรมชาติมีความหลากหลายแตกต่างกันสุดประมาณ แต่ไม่ได้แยกขั้วเป็นปฏิปักษ์กัน หากทว่ามีเชื่อมโยงหรือปฏิสัมพันธ์กัน เรื่องนี้อาจจะเป็นเรื่องที่เราเข้าใจยาก แม้ผู้ที่เคารพในท่านอาจารย์พุทธทาสจำนวนมากก็ยังคิดแบบแบ่งขั้ว เช่น คิดว่าเราหรือพวกเราดี เขาหรือพวกเขาไม่ดี ความคิดแบบนี้นำไปสู่ปัญหาต่างๆ มาตลอด ทั้งในครอบครัว ในที่ทำงาน ในประเทศ และในโลก

ความคิดว่าคอมมิวนิสต์ดีทุนนิยมไม่ดี หรือทุนนิยมคอมมิวนิสต์ไม่ดี หรือทุนนิยมดีที่สุด หรือพรรคเทพพรรคมาร ล้วนแต่เป็นความคิดแบบแยกขั้วทั้งสิ้น เมื่อคราวคุณฉลาต วรฉัตร อดอาหารเรียกร้องการแก้รัฐธรรมนูญ พอดำเนินไปสักพักหนึ่งเกิดการแยกขั้วเป็น 2 ขั้วคือ ขั้วเชียร์ชวนกับขั้วดำชวน ทำท่าจะปะทะกัน

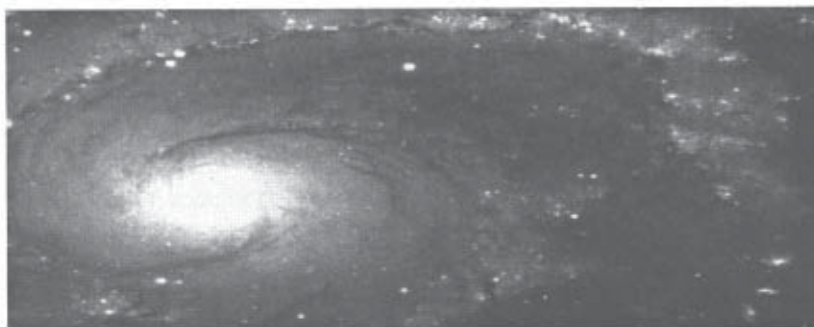
การคิดว่าเราดี เขาไม่ดีนี้ คือความคิดแบบสำเร็จรูปตายตัวสุดโต่งและไม่เป็นความจริง ทุกคนมีทั้งดีและไม่ดี สุดแต่ว่าเป็นเรื่องอะไร ขณะ

ใด เพื่ออะไร การคิดแบบนี้จะทำให้จิตเข้าไปติดอยู่ในที่แคบ ไม่เป็นอิสระ เป็นการบีบคั้นจิตอย่างหนึ่ง การมีโลกทัศน์เห็นสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง จะทำให้จิตเป็นอิสระ เข้าไปเชื่อมโยงกับธรรมชาติที่ยิ่งใหญ่ไม่มีที่สิ้นสุด



# 3 การปลูกศักดิ์ศรี

## แห่งความเป็นคน และศักยภาพ แห่งความเป็นมนุษย์



ในตอนที 2 ได้กล่าวถึงสิ่งต่าง ๆ ทีเข้ามา "ครอบงำ" มนุษย์อย่างหนัก ทำให้มนุษย์ขาดศักดิ์ศรีแห่งความเป็นคน ทำให้ทำอะไร ๆ โดยขาดความเคารพตัวเองและเคารพผู้อื่น ก่อความทุกข์ความเดือดร้อนต่อกันและกัน แม้ซึ้นชื่อว่าเป็นสัตว์ประเสริฐ แต่มนุษย์ก็ก่อให้เกิดการทำลายในโลกจนเกิดวิกฤตการณ์โลก ในชั่วระยะเวลาอันสั้นเมื่อเทียบกับอายุโลกและอายุของจักรวาล

แต่ในมนุษย์แต่ละคนมีธรรมชาติหรือศักยภาพอันยิ่งใหญ่ซ่อนเร้นอยู่ ซึ่งศักยภาพนี้สามารถทำให้มนุษย์บรรลุความเป็นมนุษย์ทีสมบูรณ์ มีจิตใจทีเป็นอิสระ มีความสุขและความสร้างสรรค์อย่างเต็มที่

ตามปกติเราใช้ศักยภาพด้วยสัดส่วนทีน้อยมากเมื่อเทียบกับศักยภาพทั้งหมดทีมนุษย์มี อาจไม่ถึงร้อยละ 10 เป็นทีน่าเสียดายมาก ถ้ามนุษย์แต่ละคนทีเกิดมาไม่ได้อู้จักและไม่ได้พบศักยภาพอันมหิมาทีซ่อนเร้นอยู่ใน

ความเป็นมนุษย์ของแต่ละคน

ควรจะเป็นหน้าที่ของคนทุกคน ครอบครัว ชุมชน โรงเรียน หน่วยงาน สื่อสารมวลชน หรือสังคมทั้งมวล ที่จะทำความเข้าใจถึงศักยภาพอันยิ่งใหญ่ของมนุษย์ และส่งเสริมสนับสนุนให้คนทุกคนได้มีโอกาสพัฒนาเต็มตามศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์

การศึกษาควรจะเป็นเครื่องมือในการลั้วไปนำเอาศักยภาพที่ซ่อนเร้นอยู่ในตัวคนแต่ละคนออกมาพัฒนาให้เต็มที่ แต่การศึกษาในปัจจุบันก็ไม่ได้ทำตรงนี้เท่าใด หรือกลับทำตรงข้าม การศึกษาจึงไม่มีพลังสร้างสรรค์อย่างที่ควรจะมี เพราะการศึกษายังไม่ถูกต้อง ควรจะมีการทบทวนเรื่องการศึกษาอย่างจริงจัง และทำให้การศึกษาเข้ามาเป็นเครื่องมือพัฒนาศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์

แต่คนที่ทราบเรื่องนี้ จะขอให้ระบบการศึกษาดีแล้วมาช่วยเรา หากควรไม่ เราแต่ละคนจะต้องสร้างศักยภาพของเราขึ้นมาเองอย่างทันทีทันใด

### เริ่มต้นจากความสำนึก

สำนึกว่าศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ไม่ได้ขึ้นกับเงิน ความงามของร่างกาย หรือยศ

ตรงข้าม สิ่งเหล่านี้ที่เรียกว่ากามหรือวัตถุนั้น ทำลายศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ได้ง่าย ๆ และนำไปครอบงำคนอื่น ก่อให้เกิดการบดบังศักดิ์ศรีและศักยภาพของความเป็นมนุษย์

เราไม่ควรถูกครอบงำด้วยเงิน ความงามของร่างกาย และยศ แต่ขณะเดียวกันเราไม่ต่อต้าน เพราะทั้งการถูกครอบงำและการต่อต้านไม่ใช่ความเป็นอิสระทั้งคู่ แต่เป็นความสุดโต่งตายตัว ความรู้เท่าทันต่างหากที่ทำให้มีความเป็นอิสระ

การมีเงิน ความงามของร่างกาย และยศ เป็นเรื่องของคนส่วนน้อย น้อยคนที่จะมี น้อยคนที่จะไปถึง ถ้าเราเอาสิ่งเหล่านี้มาเป็นคุณค่าของสังคมอย่างที่ทำกัน ก็จะทำลายศักดิ์ศรีของคนส่วนใหญ่ คนส่วนใหญ่ที่

เขาไม่มีเงิน ไม่มี ความงามของรูปร่าง ไม่มียศ แต่เขาเป็นคน ความเป็นคนมีค่ายิ่งกว่าเงิน ยิ่งกว่าความงามของรูปร่าง และยิ่งกว่ายศ

ต่อเมื่อคนแต่ละคน ไม่ว่าเขาจะอยู่ในสภาพใด ๆ ทางวัตถุ มีศักดิ์ศรีแห่งความเป็นคนได้ จึงจะเกิดความสุขความสมบูรณ์โดยทั่วตลอด เพราะฉะนั้น แต่ละคนจะต้องมีความสำนึกรู้ในคุณค่าของความเป็นคนของตนเอง เคารพความเป็นคนของตนเอง มีความปีติและความอึ้งใจในความเป็นคนของตัวเอง

**การมีความเป็นคนอย่างหนึ่งคือการเคารพความเป็นคนของผู้อื่น**  
การไม่เคารพความเป็นคนของผู้อื่นก็เท่ากับเรามีความเป็นคนน้อย  
ฉะนั้น การเคารพความเป็นคนของผู้อื่นกับการเคารพความเป็นคนของตนเองจึงเป็นเรื่องเดียวกัน

มนุษย์ต่างจากวัตถุและสัตว์ที่สามารถบรรลุอิสรภาพได้

**การบรรลุอิสรภาพคือความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์**

อิสรภาพ ปัญญา ความสงบ ความสุข คืออย่างเดียวกัน

อิสรภาพไม่ได้หมายถึงการทำอะไรได้ตามใจตัวเองมากที่สุด แต่หมายถึงจิตใจที่หลุดจากความบีบคั้นด้วยความเห็นแก่ตัว จากความบีบคั้นด้วยระบบคุณค่า จากความบีบคั้นของโครงสร้างทางสังคม จากความคับแคบของความรู้และความคิด ดังที่กล่าวถึงในตอนที 2

เราควรจะปลดปล่อยตัวเองจากความเห็นแก่ตัว จากความเชื่อ และจากการปฏิบัติที่ผิด ๆ ที่ทำมาอย่างเคยชิน ไปสู่อิสรภาพ ไปสู่ความรักเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติ ไปสู่ห้วงมรรณพแห่งความรู้อันกว้างใหญ่ไพศาล เชื่อมโยงและเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงกระเพื่อมไปทั้งสากลจักรวาล

เราจะเปลี่ยนแปลงตัวเองจากการเป็นผู้มีจิตเล็กไปสู่การเป็นผู้มีจิตใหญ่

ก็พยายาสหรือความสุขทางจิตวิญญาณนี้  
มีผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจอย่างใหญ่หลวง  
สุขภาพหรือสุขภาวะอย่างแท้จริงปรากฏขึ้น  
จิตใจถึงความพอเพราะได้พบความสุขที่แท้จริง  
และมีความกรุณาอย่างใหญ่หลวง  
ที่อยากให้คนอื่นได้พบความสุขเช่นนี้บ้าง



## 4 จิตใหญ่ (มหัตตจิต)



ธรรมชาติจิตของมนุษย์มิได้มีปริมาณเท่าที่รับรู้ทางวัตถุต้น ๆ เท่านั้น แต่สามารถขยายปริมาณของการรับรู้ไปสู่ธรรมชาติ หรือมิติที่กว้างใหญ่พันมิติทางวัตถุ

ธรรมชาติที่กว้างใหญ่มีทั้งวัตถุธรรมและนามธรรม ในทางด้านวัตถุ เราอาจจะเกิดมาอยู่ในหมู่บ้านเล็ก ๆ และรู้เห็นเพียงเท่านั้น ต่อมาเราเห็นทะเล เกิดความรู้สึกว่าช่างใหญ่ไพศาลอะไรอย่างนั้น หรือถ้ารู้ความใหญ่ของโลก ก็ารู้สึกว่าโลกทั้งใบช่างใหญ่จริงหนอ แต่ดวงอาทิตย์มีขนาดใหญ่มากกว่าโลกตั้ง 1 ล้านเท่า ใหญ่กว่าโลกตั้งล้านเท่านี้จะมหึมาขนาดไหน แต่เนื่องจากอยู่ไกลมาก ไกลจากโลกตั้ง 93 ล้านกิโลเมตร จึงเห็นเป็นดวงเล็ก ความเล็กของดวงอาทิตย์ไม่ใช่ความจริง แต่เป็นภาพลวงตาเพราะความไกล ขนาดแสงเดินทางเร็วมากไปถึงไหนได้ทันทีทันใด แต่กว่าจะเดินทางจากดวงอาทิตย์มาถึงโลกก็กินเวลาตั้ง 8 นาที

นอกจากโลกแล้วยังมีดาวเคราะห์ดวงอื่น ๆ เช่น ดาวอังคาร ดาวพุธ ดาวพฤหัสบดี โคจรรอบ ๆ ดวงอาทิตย์อีก ปริมาณมวลของดวงอาทิตย์และดาวที่เป็นบริวารเรียกว่าสุริยจักรวาล สุริยจักรวาลช่างใหญ่อะไรเช่นนั้น แต่สุริยจักรวาลก็เป็นจุดกระจิริดนิดเดียวเมื่อเทียบกับความใหญ่ของสากลจักรวาล

สากลจักรวาลหรือที่เรียกว่าจักรวาลนั้นมีกำเนิดมาจากจุดที่เป็นเอกสภาวะหนึ่งเดียว (Singularity) ซึ่งมีขนาดเล็กกว่าปลายเข็มหมุด เกิดการระเบิดตูมใหญ่ (Big Bang) ของพลังงานที่อัดแน่น ณ จุดนี้ เมื่อประมาณ 15,000 ล้านปีมาแล้ว เกิดเป็นดวงดาวซึ่งรวมตัวเป็นกระจุกอยู่เป็นกลุ่ม ๆ หรือกาแล็กซี มีกาแล็กซีทั้งหมดประมาณ  $10^{11}$  หรือ 100,000,000,000 กาแล็กซี ในแต่ละกาแล็กซีมีดาวประมาณ  $10^{11}$  หรือ 100,000,000,000 ดวง เพราะฉะนั้น สุริยจักรวาลจึงเสมือนจุดเล็ก ๆ ในกาแล็กซีหนึ่งเท่านั้นเอง

ความกว้างใหญ่ของอวกาศและมหากาลเวลาเป็นความใหญ่ไพศาลอีกมิติหนึ่ง พ้นการรับรู้ตามปกติของมนุษย์

อย่างเมื่อเร็ว ๆ นี้ นักดาราศาสตร์สามารถถ่ายรูปภาพการระเบิดของดาวดวงหนึ่งได้ว่าเพิ่งระเบิดเมื่อเร็ว ๆ นี้เอง คือเมื่อ 100,000 ปีก่อน! แสงเพิ่งเดินทางมาถึงโลก ดาวระเบิดเมื่อ 100,000 ปีมาแล้ว แต่แสงเพิ่งเดินทางมาถึงโลก สิ่งที่เพิ่งเห็นในปัจจุบันเป็นอดีตที่เกิดขึ้นเมื่อ 100,000 ปีมาแล้ว

ดวงอาทิตย์ที่อยู่ไกลมาก แสงใช้เวลาเดินทาง 8 นาที ซึ่งนับว่าใกล้มากในระยะทางของจักรวาลซึ่งวัดกันเป็น "ปีแสง" อันหมายถึงระยะทางที่แสงเดินทางใน 1 ปี ลองวาดภาพว่าภายใน 1 ปี แสงจะเดินทางได้ไกลสักเท่าไร แต่ดาวที่ระเบิดนั้นอยู่ห่างไปที่แสงใช้เวลาเดินทาง 100,000 ปี ลองนึกภาพว่าพระพุทธเจ้าปรินิพพานไปเมื่อ 2,543 ปี ซึ่งเรารู้สึกว่านานมากแล้ว แต่แสงออกเดินทางจากดาวดวงนั้นเมื่อ 100,000 ปี เพิ่งมาถึงและยังต้องนึกอีกด้วยว่าเดินทางไม่ใช่โดยเครื่องบินหรือจรวด แต่ด้วยความ

เร็วของแสง 100,000 ปีแสงคงจะห่างออกไปอย่างจินตนาการไปไม่ถึง เท่านั้นยังไม่พอ ระยะทางระหว่างดาวบางดวงนั้นไกลถึง 1 ล้านปีแสง เท่านั้นยังไม่พอ จากขอบหนึ่งของจักรวาลไปถึงอีกขอบหนึ่งเป็นระยะ 4,000 ล้านปีแสง ด้วยขนาดใหญ่นี้ขนาดนั้น โลกทั้งโลกจะเล็กจนมองไม่เห็นเลย แล้วตัวเราจะเล็กสักเท่าใด เราไม่ใช่ศูนย์กลางของจักรวาล แต่เป็นส่วนน้อยนิดเดียวของจักรวาล

แต่เราอยู่ในจักรวาลทั้งหมด และจักรวาลทั้งหมดอยู่ในตัวเรา เพราะสสารและพลังงานที่อยู่ในตัวเรามีส่วนอยู่ในจุดที่เป็นเอกสภาวะหนึ่งเดียวเมื่อแรกก่อนจะมีการระเบิดตุมใหญ่ จักรวาลทั้งจักรวาล ซึ่งรวมทั้งตัวเราด้วย จึงเคยเป็นเอกสภาวะเดียวกัน จึงกล่าวได้ว่าจักรวาลอยู่ในเรา และเราอยู่ในจักรวาล

จิตของมนุษย์จึงสามารถขยายปริมาณทลไปรับรู้ธรรมชาติที่กว้างใหญ่ไพศาลอันไม่มีที่สิ้นสุดได้ ในการเจริญสมาธิ เมื่อพันฉาน 4 ไปชั้นหนึ่ง ท่านเรียกว่า “อากาศานัญจายตนะ” โดยผู้อยู่ในฉานทำความรู้สึกกว่า “อากาศไม่มีที่สิ้นสุด” และเลยไปอีกชั้นหนึ่งเรียกว่า “วิญญานัญจายตนะ” โดยผู้อยู่ในฉานทำความรู้สึกกว่า “วิญญานไม่มีที่สิ้นสุด” วิญญานหมายถึง การรู้ (Consciousness) ความรู้สึกว่าอากาศไม่มีที่สิ้นสุดและการรู้ไม่มีที่สิ้นสุดนี้ คล้ายกับความที่บรรยายมาข้างต้นในเรื่องการขยายจิตปริมาณทลไปรับรู้ธรรมชาติที่กว้างใหญ่ไพศาลอันไม่มีที่สิ้นสุด

เมื่อจิตได้สัมผัสหรือเชื่อมโยงกับธรรมชาติอันกว้างใหญ่ไพศาลสุดประมาณ ก็ะหลุดออกจากความคับแคบในตัวเองและความคับแคบอื่น ๆ ดังกล่าวข้างต้น

สถาน-กาล (space-time) อันไม่มีที่สิ้นสุดดังกล่าวข้างต้นเป็นทั้งรูปธรรมและนามธรรม แต่เป็นกลางตามธรรมชาติ มิติแห่งมนุษย์สามารถสัมผัสนามธรรมอีกประเภทหนึ่งซึ่งประกอบด้วยคุณค่าอันสูงส่ง

มิติทางนามธรรมของมนุษย์นี้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าจิตวิญญาณ (spirit) หรือมิติทางจิตวิญญาณ (spirituality หรือ spiritual dimension)

คำว่า จิตวิญญาณ นี้มีความหมายแตกต่างจากคำว่า จิต หรือคำว่าวิญญาณ เมื่อใช้แยกกัน จิตหมายถึงความรู้สึกนึกคิด ซึ่งสัตว์ก็มี วิญญาณในทางพุทธหมายถึงการรับรู้ เช่น เห็นอะไรแล้วรู้จากการเห็นเรียกว่า จักขุวิญญาณ หรือรู้จากทางการได้ยินเรียกว่า โสตวิญญาณ เป็นต้น

จิตหรือวิญญาณเป็นค่ากลาง ๆ ที่บอกสภาพตามธรรมชาติ โดยไม่มีความหมายเชิงคุณค่า แต่คำว่าจิตวิญญาณเป็นคำที่นำมาใช้ในเชิงคุณค่า หมายถึงนามธรรมหรือคุณค่าอันลึกซึ้งเลยเรื่องจิตและเรื่องวิญญาณออกไปอีก

ในสมัยปัจจุบัน เนื่องจากมิติทางจิตวิญญาณได้สูญหายไปจากมนุษย์เสียมากแล้ว จึงอาจไม่เข้าใจสิ่งทีกล่าวนมา ฉะนั้นจะขอยกตัวอย่างประกอบดังต่อไปนี้

มนุษย์อยู่กับธรรมชาติมาช้านาน เกิดความซาบซึ้งเห็นคุณค่าของธรรมชาติ เกิดความคิดทางนามธรรมเกี่ยวกับแม่ธรณี แม่คงคา รุกข-เทวดา เหล่านี้เป็นนามธรรมที่แสดงคุณค่าอันส่งเสริมความสัมพันธ์ด้วยความเคารพ

เมื่อเราเคารพสิ่งใด เราย่อมไม่ทำลายสิ่งนั้น แต่เมื่อเราเอาวิทยาศาสตร์เข้าไปวิเคราะห์ดิน น้ำ หรือต้นไม้ พบแต่สารและแร่ธาตุต่าง ๆ ไม่เห็นพบแม่ธรณี แม่คงคา หรือรุกขเทวดาแต่อย่างใด

ความคิดเชิงวิทยาศาสตร์ล้วน ๆ ดังกล่าวย่อมทำลายมิติเชิงคุณค่าหรือมิติทางจิตวิญญาณลง เหลือแต่เรื่องวัตถุล้วน ๆ เมื่อจิตใจสัมผัสได้แต่วัตถุ โดยขาดสัมผัสลึกซึ้งเชิงคุณค่า ความเคารพก็หายไป เมื่อไม่มีความเคารพ มนุษย์ก็เข้าไปสู่การทำลายได้ง่าย

ที่จริงวิทยาศาสตร์ไม่ใช่เลวร้ายอะไร แต่เป็นระบบปัญญาหรือการเข้าถึงความเป็นจริงอย่างหนึ่ง ทว่ามีข้อควรระวังคือ วิทยาศาสตร์อย่างที่เข้าใจกันยังไม่ใช่ความจริงทั้งหมด เรื่องคุณค่าหรือมิติทางจิตวิญญาณก็เป็นความจริง เป็นความจริงที่มีประโยชน์มาก และเป็นความจริงที่เกี่ยวกับความเป็นมนุษย์ เมื่อวิทยาศาสตร์อย่างที่เข้าใจไปไม่ถึงมิติของความเป็น

มนุษย์ และมนุษย์พากันไม่เข้าใจเรื่องนี้ ทำให้มนุษย์ชาติมีโลกทัศน์ที่ตื่นเพียงมิติทางวัตถุ การขาดคุณค่าของความเป็นมนุษย์ทำให้มนุษย์เข้าไปสู่การทำลายอย่างขนานใหญ่ เป็นวิกฤติการณ์ของโลกในปัจจุบัน

มิติทางคุณค่าหรือความเป็นมนุษย์จึงเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่งนัก มีแต่มนุษย์เท่านั้นที่จะมีมิตินี้ได้ ถ้ามนุษย์ถูกจำกัดด้วยเหตุใด ๆ ก็ตามที่จะไปไม่ถึงความเป็นมนุษย์ หรือความเป็นมนุษย์ถูกทำลายให้ลดลงหรือสูญหายไป จะเป็นเรื่องที่น่าสงสารและน่าเสียดายยิ่งนัก และเป็นเหตุให้มนุษย์เข้าไปสู่วิกฤติการณ์ด้วยประการต่าง ๆ ฉะนั้น เรื่องนี้จึงน่าจะเป็นเรื่องสำคัญที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้ทำความเข้าใจ

**การเกิดขึ้นของมิติทางจิตวิญญาณทำให้เกิดทิพย์สัมผัส**

ทิพย์สัมผัสหรือสัมผัสอันเป็นทิพย์ หมายถึงสัมผัสอันลึกลับล้ำตึ่มด่า ล่วงพ้นสัมผัสทางวัตถุ ดังกล่าวแล้ว สัมผัสของสัตว์มีแต่ทางวัตถุคือเรื่องกิน ชี ปี่ นอน อันเป็นสัมผัสอย่างหยาบ

แต่ทิพย์สัมผัสหรือสัมผัสทางจิตวิญญาณเป็นสัมผัสอันละเอียดอ่อน ลึกซึ้ง ก่อให้เกิดความปิติและความสุขแผ่ซ่านไปทั่วทั้งสรรพางค์กาย ไม่มีเอกเทศใด ๆ ในร่างกายที่ความปิติและความสุขจากทิพย์สัมผัสจะแผ่ไปไม่ถึง หรืออีกนัยหนึ่ง ความปิติและความสุขแผ่ซ่านไปถึงทุก ๆ อนุของร่างกาย

ทิพย์สุขหรือความสุขทางจิตวิญญาณ (spiritual happiness) นี้มีผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจอย่างใหญ่หลวง สุขภาพหรือสุขภาวะอย่างแท้จริงปรากฏขึ้น จิตใจถึงความพอเพราะได้พบความสุขที่แท้จริง และมีความกรุณาอย่างใหญ่หลวงที่อยากให้คนอื่นได้พบความสุขเช่นนี้บ้าง

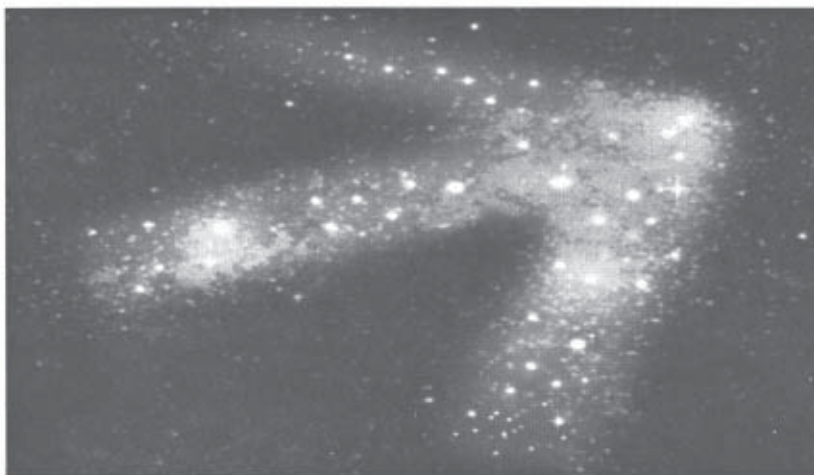
คนที่ไม่พบความสุขทางจิตวิญญาณจะยังไม่เคยพบความสุขอันแท้จริง ทำให้แสวงหาเรื่อยไปไม่หยุดหย่อน และก่อให้เกิดการทำลายไปด้วยบนเส้นทางแห่งการแสวงหา การพัฒนาที่ยั่งยืนจึงเกิดขึ้นไม่ได้เลย ถ้ามนุษย์ขาดการเข้าถึงมิติทางจิตวิญญาณหรือคุณค่าแห่งความเป็นมนุษย์

“ การทำอะไรก็ได้ที่ชอบ  
ตั้งใจทำให้ประณีต  
การทํานั้นก็จะมาพัฒนาจิตใจ  
พยายามทำให้ลึกถึงฐาน  
ก็จะไปเชื่อมโยงกับเรื่องทั้งหมด ”

*ระพี สาคริก*



# 5 มรรควิธี 5 ประการ ในการขยายจิตให้ใหญ่



การปรับจิตเล็กให้เป็นจิตใหญ่โดยวิธีการ 5 ประการ หรือเบญจมรรค  
แห่งการขยายจิต มีดังต่อไปนี้

## (1) การขยายความรักต่อสรรพสิ่งทั้งหลายให้เป็นความรักสากล(Uni- versal Love)

เราควรขยายความรักตัวเองอันคับแคบไปสู่ความรักเพื่อนมนุษย์  
ทั้งมวลและธรรมชาติทั้งหมด ยิ่งเราขยายความรักความเมตตาต่อเพื่อน  
มนุษย์และสรรพสิ่งทั้งหลายออกไปได้มากเท่าไร จิตใจเราก็ยิ่งมีความสุขและ  
มีอิสรภาพมากขึ้นเท่านั้น

จิตใจที่ขาดรักหรือมีความเกลียดชังยึดติดอยู่ในความคับแคบและ  
บีบคั้น ในพระไตรปิฎกมีข้อความหลายแห่งที่บอกว่า ถ้าขยายความเมตตา

ให้แผ่ออกไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด จิตจะหลุดพ้นหรือบรรลुความเป็นอิสระได้

เราควรมีความรักเพื่อนมนุษย์โดยไม่มีเงื่อนไขประดุจมารดารักบุตร แม่รักลูกโดยไม่มีเงื่อนไข ไม่ว่าลูกจะติเลวอย่างไรแม่อีกก็รักเสมอ เพราะความรักของแม่ที่มีต่อลูกเป็นความรักที่บริสุทธิ์ จึงไม่มีเงื่อนไขใด ๆ ทุกคนมีแม่ทั้งสิ้น และทุกคนได้รับความรักที่ยิ่งใหญ่ที่สุด แม่รักเราตั้งแต่เรายังอยู่ในท้อง และถนอมเลี้ยงดูเรา เราควรตอบแทนความรักอันยิ่งใหญ่ที่เราได้รับมาด้วยความรักอันยิ่งใหญ่ต่อมนุษย์ทั้งมวล

การฝึกให้รักผู้อื่นและรักสรรพสิ่งทั้งหลายเป็นการศึกษาที่สำคัญที่สุดสำหรับความเป็นมนุษย์ โฉนการศึกษาในปัจจุบันจึงไม่ฝึกมนุษย์ในสิ่งนี้ด้วยเล่า การเข้าใจว่าตัวเราเองกับสรรพสิ่งทั้งหลายมาจากเอกสภาวะเดียวกัน จักรวาลทั้งหมดกับตัวเราเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ในการรักตัวเอง ถ้าจิตเราใหญ่ เราก็ต้องรักสรรพสิ่งทั้งหมด เพราะทั้งหมดก็อยู่ในตัวเราด้วย เราเป็นทั้งหมด และทั้งหมดเป็นเรา ขอให้ทุก ๆ อณูในร่างกายของเราเจืออิมเอบซาบซ่านด้วยความรักที่เป็นความรักแห่งจักรวาลหรือความรักสากล (Universal Love) ในสภาพที่ทั้งเนื้อทั้งตัวเต็มไปด้วยความรักเช่นนี้ ระบบร่างกายทั้งระบบจะเต็มไปด้วยความหย่อนคลาย มีความสงบ มีอิสรภาพ มีความสุข มีปัญญา อยู่ในฐานะที่จะเรียนรู้จากทุกบุคคลและทุกสถานการณ์ตามความเป็นจริง

ตรงข้ามกับความเกลียดที่ทำให้เครียด ทุรนทุราย บีบคั้น ทุกข์ ขาดปัญญา และขาดการเรียนรู้จากทุกบุคคลและทุกสถานการณ์ เพราะจิตหมกมุ่น ทุรนทุราย และมีอคติอยู่ในความเกลียด

ความรักไม่ควรจะติดอยู่เพียงแค่ตัวเอง พรรคพวก สนิทวงศ์ ชนวรรณะ เผ่าพันธุ์ ลัทธิ ศาสนา ความเกลียดซึ่งระหว่างศาสนานั้นเกิดจากการเอาความคับแคบของตัวเองไปใส่ในพระเจ้า พระเจ้าไม่ใช่พระเจ้าเล็ก ๆ ประจำเผ่าพันธุ์ดอก แต่เป็นพระเจ้าที่ใหญ่ทั้งจักรวาลและทรงรักคนทั้งหมด

การรักแต่เฉพาะมนุษย์ก็ไม่พอ ควรรักธรรมชาติทั้งหมดด้วย เพราะมนุษย์ก็เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ เราควรรักต้นไม้ใบหญ้า แม่น้ำ ลำธาร สรรพสัตว์ทั้งหลาย ทั้งหมดล้วนเป็นธรรมชาติที่เชื่อมโยงถึงกัน

การเจริญเมตตาต่อสรรพสิ่งทั้งหลายอยู่เป็นนิจศีล จนกระทั่งความรักเป็นสภาวะปกติอันนิจนันท จิตของบุคคลย่อมบรรลถึงความใหญ่ไป ทั้งจักรวาล หลุดพ้นจากความคับแคบ เป็นอิสระ สงบ สุข และเต็มไปด้วย มิตรภาพ

## (2) การสัมผัสธรรมชาติอันยิ่งใหญ่และอัศจรรย์:

เมื่อสัมผัสกับสิ่งที่กว้างใหญ่ไพศาล จิตของเราจะหลุดออกจากความคับแคบ เช่น เมื่อเราตะลึงลานกับความยิ่งใหญ่ของป่าไม้ ภูเขา หรือทะเล นั่นแหละคืออาการของจิตที่ออกจากความคับแคบไปเชื่อมโยงกับธรรมชาติอันกว้างใหญ่ไพศาล ธรรมชาตินั้นกว้างใหญ่ไพศาลไร้พรมแดนเสมอ จิตของเราต่างหากที่ถูกกักขังอยู่ในที่แคบ ไม่ได้สัมผัสธรรมชาติที่ใหญ่โตไร้ขอบเขต

การสัมผัสกับธรรมชาติที่ยิ่งใหญ่ทำให้ “หัวใจพอง” คือจิตของเราไปเชื่อมกับความใหญ่ ทำให้เกิดความซาบซึ้ง ตื้นต่ำ บางครั้งขนลุก เป็นทิพย์สัมผัสหรือการสัมผัสทางจิตวิญญาณ หรือเกิดมิติทางจิตวิญญาณขึ้น หรือมีประสบการณ์ทางจิตวิญญาณ (spiritual experience) คนโบราณที่อยู่กับป่าเขาจะเกิดมิติทางวิญญาณนี้ทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นคนในทวีปใด ๆ แม้ธรณี แม่คงคา รุกขเทวดา ล้วนเป็นมิติทางจิตวิญญาณเช่นเดียวกับผีปูด่าที่รักษาป่าต้นน้ำลำธาร จิตวิญญาณของชาวอินเดียนแดงและคนพื้นเมืองต่าง ๆ ในความเคารพธรรมชาติ กำลังได้รับการอ้างถึงเป็นอันมากโดยนักสิ่งแวดล้อม

เมื่อนักบินกำลังบินอยู่ในที่สูง และอยู่กับท้องฟ้าอันกว้างขวางไม่มีที่สิ้นสุด จิตใจจะสงบอิมเม็บ นักบินอวกาศคนหนึ่งเมื่อกำลังโคจรอยู่รอบ

โลก เห็นโลกทั้งโลก เมื่อกลับมายังโลก เขาบอกว่าเขาเปลี่ยนเป็นคนละคน กล่าวคือได้เกิดมิติทางจิตวิญญาณขึ้นในตัวเขา เขาไม่เหมือนคนเดิมอีกต่อไปแล้ว

การสัมผัสหรือมีประสบการณ์ที่โยงจิตเข้าไปเชื่อมกับธรรมชาติอันยิ่งใหญ่จึงมิได้หลายประการ แม้แต่การมองดูท้องฟ้าและดวงดาวต่างๆ ถ้าเราเข้าใจ จิตใจก็จะเชื่อมกับจักรวาลอันกว้างใหญ่สุดจินตนาการ หลุดออกจากความมีตัวตนไปชั่วคราว ยิ่งสมัยนี้มีเครื่องมือต่างๆ เช่น วิทยุท้องฟ้าจำลอง ที่นำเราไปสัมผัสหรือทำให้เกิดจินตนาการว่าเราท่องเที่ยวไปในจักรวาลได้ ยิ่งทำให้สามารถขยายจิตของเราให้ใหญ่ได้ง่ายขึ้น

ความตายเป็นธรรมชาติอันยิ่งใหญ่ที่สุดอย่างหนึ่ง ผู้ที่เผชิญกับความตายมาแล้วจิตใจจะเปลี่ยนไป กลายเป็นผู้มีมิติที่ลึกซึ้งทางจิตใจ หรือมีมิติทางจิตวิญญาณนั่นเอง หรือมีการพัฒนาทางจิตวิญญาณ มีความเมตตาสูงขึ้น ความเมตตาก็จะขยายจิตให้ใหญ่ขึ้นดังที่กล่าวในตอนก่อน การสัมผัสกับความตายจึงเป็นการยกระดับจิตวิญญาณให้สูงขึ้น เมื่อพูดถึงตรงนี้ จะทำให้เห็นว่าการศึกษาในปัจจุบันเป็นการศึกษาทางเทคนิคัลเท่านั้น แต่ขาดการยกระดับจิตวิญญาณที่เป็นเรื่องสำคัญของความเป็นมนุษย์ ถ้าเรามีวิธีทำให้มนุษย์เผชิญกับความตายได้ก็จะมีเครื่องมือพัฒนามนุษย์อย่างสำคัญ

การเจริญมรณานุสสติก็มีประโยชน์ในการยกระดับจิตวิญญาณ สมเด็จพระสังฆราชของศรีปัจจุบันทรงสอนเสมอว่า ให้หัดตายทุกวันแล้วเราจะเป็นคนดียิ่งขึ้น ที่จริงพิธีรดน้ำศพ การฟังสวดศพ การเผาศพ ก็มีขึ้นเพื่อให้มนุษย์ได้ใช้เป็นเครื่องยกระดับจิตวิญญาณของตน คนสมัยใหม่ยุ่งมากและขาดเครื่องรับทางจิตวิญญาณ จึงพลาดจากการเอาประโยชน์จากการสัมผัสกับความตาย

การสัมผัสกับศิลปะอันยิ่งใหญ่ (อริศิลป์) ทำให้จิตหลุดออกจากความคับแคบในตัวเอง เกิดความสุข ความดีมีค่า เป็นทิพย์สัมผัส เป็นการยกระดับจิตวิญญาณ อริศิลป์หมายถึงศิลปะใดๆ ที่ยกระดับจิตวิญญาณ

เพราะเหตุนี้ ในกิจการทางศาสนาต่าง ๆ จึงมีศิลปะเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยทั้งสิ้น เช่น โบสถ์ วิหาร พระเจดีย์ ภาวนาดนตรี และเพลงสวดในโบสถ์ของศาสนาคริสต์ เหล่านี้ล้วนทำให้จิตใจสงบ และเข้าไปเชื่อมโยงกับ “จิตใหญ่” ได้ง่าย

ศิลปะสามารถมีอยู่ในการทำงานทุกชนิด ศาสตราจารย์ระพี สาคริก กล่าวเสมอว่า ในการทำงาน ถ้าตั้งใจทำให้ประณีต (เป็นศิลปะ) ก็จะมาพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น ถ้าเราเข้าใจประเด็นนี้ก็จะสามารถทำให้งานทุกชนิดไม่ว่าจะเป็นกวาดบ้าน ล้างชาม ล้างส้วม พิมพ์หนังสือ ฯลฯ เป็นศิลปะที่จะเข้ามาพัฒนาจิตวิญญาณของเราได้ทั้งสิ้น

การเจริญสติ เจริญสมาธิ เมื่อจิตสงบในขั้นหนึ่งจะสัมผัสความงามอันล้นเหลือรอบตัว เป็นศิลปะอย่างหนึ่ง เป็นศิลปะที่เกิดในการภาวนาเป็นภาวนาศิลป์ เป็นทิพยสัมผัสอย่างหนึ่ง

การสัมผัสความยิ่งใหญ่ของธรรมชาติและอริศิลปะเป็นการขยายปริมณฑลของจิตใจ ทำให้เกิดความสุข ความสงบ เป็นโอกาสที่จะพัฒนาทางปัญญาให้สูงขึ้นต่อไป

### (3) การเรียนรู้เชื่อมโยงเป็นบูรณาการ

ธรรมชาตินั้นเชื่อมโยงต่อเนื่องอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าเราเรียนรู้อย่างเชื่อมโยงเป็นบูรณาการ เราก็เข้าไปเชื่อมโยงกับความจริงและความใหญ่ของธรรมชาติ ทำให้เรามีจิตใจใหญ่ไปด้วย ถ้าเรารู้เป็นท่อน ๆ เป็นส่วน ๆ จิตใจของเรา ก็จะเล็กเป็นส่วน ๆ คับแคบ ชัดแย้ง เรื่องตาบอดคล้ายข้างเป็นตัวอย่างที่ดี เพราะตาบอดจึงไม่เห็นข้างทั้งตัว แต่ละคนคล้ายได้และรู้เฉพาะส่วนของตน แล้วทะเลาะกันใหญ่ ถ้าตาไม่บอด ไม่ว่าจะเริ่มที่ส่วนใดของข้าง ก็จะนำไปสู่การรู้ข้างทั้งตัวเป็นบูรณาการ เพราะความรู้แล่นถึงกันไปหมดไม่ติดขัด

การศึกษาของเราทุกวันนี้ทำแบบตาบอดคล้ายข้าง ทำให้เกิดผู้คน

ที่จิตเล็กเพราะถูกจำกัดให้รู้เห็นเฉพาะเรื่อง ความรู้ไม่แล่นตลอด ทำให้เกิดความคับแคบ ชัดแย้ง ทะเลาะกันสูง และทำงานไม่ได้ผล อย่างเช่น เกษตรตำบลที่รู้แต่ทางเทคนิค เช่น เรื่องปุ๋ย เรื่องสารพิษฆ่าแมลง แต่ไม่เข้าใจชีวิต สังคม และสิ่งแวดล้อมของเกษตรกร ไม่สามารถเอาเทคนิคไปเชื่อมต่อกับระบบชีวิตของเกษตรกรได้ เกษตรตำบลหลายคนเกลียดเกษตรกร ในทำนองเดียวกัน ครูมีเทคนิคในการสอน นักเศรษฐศาสตร์รู้เทคนิคทางเศรษฐศาสตร์ นักนิติศาสตร์เอาศาสตร์เป็นเทคนิค หรือแพทย์ที่เห็นคนไข้ เข้าใจแต่ไข้ ไม่เข้าใจคน ฯลฯ

เหล่านี้คือการเอา “ศาสตร์” ไปเป็นเพียงเทคนิค ไม่ได้นำไปเป็นปัญญาที่ทำให้เข้าใจเรื่องทั้งหมดและเชื่อมต่อกันได้ “ศาสตร์” ก็เลยเป็น “ศาสตรา” การศึกษาก็เหมือนให้อาวุธคนละชิ้น บางคนถือหอก บางคนถือแหลน บางคนถือท้าว โดยไม่เข้าใจความจริงของชีวิต สังคม สิ่งแวดล้อม อันเชื่อมโยงกัน เมื่อไม่เข้าใจความจริงของชีวิต สังคม และสิ่งแวดล้อม แต่มีอาวุธคนละชิ้น ๆ ก็เปรียบประดุจการศึกษาได้สร้างคนป่าขึ้น โลกยุ่งเพราะการศึกษาแบบนี้ เรียกว่าเป็นการศึกษาที่ทำลายศักยภาพของมนุษย์ก็ได้

การเรียนรู้อะไรควรจะเชื่อมโยงทั่วตลอด อาจจะต้องตั้งต้นที่ตรงไหนก็ได้ แต่อย่าหยุดเฉพาะเรื่องนั้น หรือติดตามรายละเอียดเรื่องนั้นลงไปทางเดียว แต่ให้โยงกลับไปที่ธรรมชาติทั้งหมดเป็นองค์รวมหรือบูรณาการ การรู้อะไรเชื่อมโยงทำให้ความรู้แล่นตลอดไม่ติดขัด ทำให้เกิดความแจ่มแจ้ง (enlightened) ทำให้เกิดความเป็นอิสระ ทำให้มีความเมตตาสูง เกิดมิติทางจิตวิญญาณขึ้น ความเชื่อมโยงทำให้เกิดการพัฒนาทางจิตวิญญาณ

ผมเคยพบนักวิทยาศาสตร์ที่เก่ง ๆ ขนาดรางวัลโนเบลหลายคน ที่มีความรอบรู้และมีความเมตตาสูงยิ่ง หวังดีต่อลูกศิษย์ ต้องการช่วยเพื่อนมนุษย์จำนวนมากด้วยความรู้ที่เขามี ผมจึงมีความแน่ใจว่า ความรู้หรือวิทยาศาสตร์ ถ้ารู้ให้แจ่มแจ้ง เป็นทางที่จะพัฒนาจิตวิญญาณอีกทางหนึ่ง

อย่างสำคัญทีเดียว ความรู้กับความดีไม่ใช่ทางสองแพร่ง ถ้าเราเข้าใจ ความรู้อย่างเป็นทางการ

การรู้อะไรให้เชี่ยวชาญเป็นพิเศษไม่ได้ขัดแย้งกับการรู้อย่างเชื่อมโยง ที่จริงคำว่า “specialist” น่าจะแปลว่า “ผู้เชี่ยวชาญพิเศษ” มากกว่า “ผู้ชำนาญเฉพาะทาง” special ก็แปลว่าพิเศษอยู่แล้ว “เชี่ยวชาญพิเศษ” แปลว่ารู้อื่นด้วยแต่รู้อันนี้เป็นพิเศษ คำว่า “เฉพาะทาง” อาจทำให้เข้าใจว่ารู้อื่นแต่ไม่รู้เรื่องอื่น ความเชื่อมโยงระหว่างความรู้กับความเชี่ยวชาญพิเศษอาจเกิดขึ้นได้ 2 ทาง คือเรียนเรื่องทั่วไปแล้วสนใจอะไรเป็นพิเศษ หรือเริ่มเรียนเรื่องที่สนใจเป็นพิเศษแล้วเชื่อมโยงไปสู่องค์รวม

อาจารย์ระพี สาคริก มักกล่าวว่า “การทำอะไรก็ได้ที่ชอบ ตั้งใจทำให้ประณีต การทำนั้นก็จะมีพัฒนาจิตใจ พยายามทำให้ลึกถึงฐานก็จะไปเชื่อมโยงกับเรื่องทั้งหมด”

นี่เป็นวาทะที่สำคัญยิ่ง ที่ผมอยากจะเรียกว่า “ระพีกถา” หรือ “คาถาของอาจารย์ระพี” ที่เดียว

ทำไมจึงกล่าวอย่างนั้น

“ทำอะไรก็ได้ที่ชอบ” ช่วยตอบคำถามว่าควรทำอะไร บางคนพยายามเค้นความคิดเท่าไรก็คิดไม่ออกว่าควรทำอะไรดี ระพีกถาบอกว่าทำอะไรก็ได้ที่ชอบ การได้ทำอะไรที่ตนชอบทำให้มีความสุข การที่ได้ทำอะไรที่ชอบทำให้ดีมีค่ากับเรื่องนั้นเป็นเวลาช้านาน เป็นการฝึกสมาธิ การฝึกสมาธิไม่ได้มีแต่การนั่งเพ่งอย่างเดียว แต่เกิดขึ้นในการทำงานได้ด้วย

“ตั้งใจทำให้ประณีต” ทำให้การกระทำนั้นเป็นศิลปะ และพยายามทำให้ลึกถึงฐานก็จะไปเชื่อมโยงกับเรื่องทั้งหมด การเข้าใจเรื่องทั้งหมดทำให้เข้าใจตัวเอง “การทำอะไรก็ได้” กลายเป็นการพัฒนาจิตใจและจิตวิญญาณไปเลย

ถ้าเข้าใจตามที่ว่ามานี้ จะสามารถทำให้ทุกสิ่งทุกอย่างที่ประสบ หรือกระทำเป็นการเรียนรู้ที่พัฒนาปัญญา ศิลปะ จิตวิญญาณ เป็นการ

ขยายจิตให้เป็นจิตใหญ่ บรรลุอิสรภาพมากขึ้นๆ ชุ่มไปด้วยความสุขและความสร้างสรรค์ทุกวัน ๆ

#### (4) การเจริญสติ

ตามปกติจิตถูกกักขังอยู่ในความคิดอันคับแคบ การเจริญสติเป็นการปลดปล่อยจิตไปสู่ความใหญ่ การเจริญสติจึงเป็นการสร้างศักยภาพอย่างมหาศาลอย่างที่เรียกกันว่าพลังแห่งสติ

ตามปกติจิตจะเข้าไปอยู่ในความคิด หรือมีความคิดเป็นที่อยู่ แน่นนอน การคิดเป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญญาที่เรียกว่า จินตมยปัญญา แต่ความคิดส่วนใหญ่ไม่มีประโยชน์ เช่น คิดฟุ้งซ่าน คิดวิตกกังวล คิดแล้วเครียด เรียกว่าคิดแล้วโง่และทุกข์

การเจริญสติคือการฝึกจิตให้รู้อยู่กับปัจจุบัน อาจจะรู้กาย เช่น รู้การย่างก้าว รู้ลมหายใจเข้า รู้ลมหายใจออก หรือทำนั้ง ทำนอน ยืน เดิน กลืน รู้ความรู้สึก คือรู้ว่ากำลังรู้สึกสุข หรือกำลังรู้สึกทุกข์ หรือกำลังรู้สึกเฉย ๆ รู้การคิด คิดดีหรือคิดไม่ดีก็รู้ หรือเห็นความคิด

เมื่อจิตตามรู้จนรู้อยู่กับปัจจุบัน ความคิดจะสงบไป ความสงบที่แท้จริงคือความสงบที่หยุดคิด เมื่อหยุดคิดจิตก็จะเป็นกลางหรือเป็นอิสระ เมื่อเป็นอิสระก็จะสัมผัสธรรมชาติตามที่เป็นจริง ธรรมชาติตามที่เป็นจริงนั้นใหญ่ จิตที่มีสติจึงเป็นจิตใหญ่

เมื่อจิตสงบจากความคิดจะพบความสุขที่ล้นเหลือ และจะเข้าใจคำพูดที่ว่า “ความสุขคือความสงบ” ธรรมชาติทุกอย่างจะปรากฏเป็นความงาม เป็นภาวานาศิลป์ ความทุกข์จะเข้ามาไม่ได้ เพราะความทุกข์เกิดจากความคิด ปัญญาจะเฉียบแหลมและเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ซึ่งตามปกติเป็นของยากมาก ก็จะกลายเป็นของง่ายเหมือนอัตโนมัติ

การเจริญสติจึงมีอานิสงส์ถึงเพียงนี้ ขอให้ทุกคนฝึกเจริญสติ มีตำรับตำราและคู่มือเกี่ยวกับเรื่องนี้มากมาย ในที่นี้จึงกล่าวเพียงสั้น ๆ

## (5) การรวมกลุ่มทำกิจกรรมหรือการสร้างความเป็นชุมชน

การรวมกลุ่มทำกิจกรรมในที่นี้หมายถึงการสร้างความเป็นชุมชน เมื่อเกิดความเป็นชุมชนขึ้นย่อมเกิดศักยภาพในการสร้างสรรค์อย่างไม่จำกัด ทำให้เกิดความสุขอันล้นเหลือ และประสบความสำเร็จในกิจการทุกชนิด

ทุกคนจึงควรทำความเข้าใจเรื่องการสร้างความเป็นชุมชน และสร้างความเป็นชุมชนในชีวิตและการงานของตน ความเป็นชุมชนเป็นอนาคตของมนุษยชาติ เป็นมรรควิธีอย่างหนึ่งของการเข้าถึงความมีจิตใหญ่

**ความเป็นชุมชนหมายถึง การที่คนจำนวนหนึ่ง เทาใดก็ได้ มีวัตถุประสงค์ร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารหรือรวมกลุ่มกัน มีความเอื้ออาทรต่อกัน มีการเรียนรู้ร่วมกันในการกระทำ มีการจัดการ เพื่อให้เกิดความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ร่วมกันนั้น**

กลุ่มใด ๆ ที่เข้ากับคำจำกัดความข้างต้นถือว่ามีความเป็นชุมชน ความเป็นชุมชนจึงอาจเกิดขึ้นในที่และสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น ในครอบครัว ในบริษัท ในวัด ในโรงเรียน ในหมู่บ้าน ในชุมชนแออัด หรือในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน

ความเป็นชุมชนเริ่มต้นด้วย 2 ข้อแรกของ**อภิธานิยธรรม** หรือธรรมะเพื่อความเจริญ คือ

1. หมั่นประชุมกันเป็นเนืองนิตย์
2. พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม  
พร้อมเพรียงกันกระทำกิจที่พึงทำ

การประชุมและพร้อมเพรียงกันกระทำกิจที่พึงทำคือกระบวนการเรียนรู้ที่ทรงพลังยิ่ง การเรียนรู้อาจทำคนเดียว ซึ่งมีทั้งข้อดีและข้อด้อย ข้อด้อยคือชี้แจงบ้าง ไม่รู้เรื่องบ้าง หรือเข้าไปติดอยู่ในความคิดผิด ๆ โดยไม่มีใครช่วยแก้ไขบ้าง การเรียนรู้ร่วมกันช่วยแก้ไขข้อบกพร่องทั้งสามนั้น

การเรียนรู้มีทั้งทางทฤษฎีและทางปฏิบัติ ในการปฏิบัติใด ๆ

ย่อมต้องเผชิญกับความจริงที่หลากหลาย สลับซับซ้อน และเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง ฉะนั้นจึงไม่มีความเป็นจริง ณ จุดใดจุดหนึ่งของกาลสถาน จะเหมือนกันเลย การทำอะไรด้วยการเอาความรู้ที่มีอยู่ไปใช้โดยไม่เรียนรู้จากสถานการณ์จริงจึงไม่ได้ผล ฉะนั้นจึงกล่าวว่า การเรียนรู้ร่วมกันในการกระทำเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ทรงพลังยิ่งนักในการทำอะไรให้สำเร็จ

การหมั่นประชุมกันเป็นเนืองนิตย์ ถ้าทำโดยถูกต้อง กล่าวคือใช้ความจริงที่เป็นข้อมูลหลักฐาน มีที่มา มีที่อ้างอิง มีความสุภาพ ไม่เอาความเห็นของตนเป็นใหญ่ เห็นคุณค่า (appreciate) ซึ่งกันและกัน จะทำให้ผู้ร่วมประชุมมีความสุข และดึงเอาศักยภาพของตนออกมาเต็มที่ เพราะมีความเป็นประชาธิปไตย ไม่ถูกเผด็จการโดยคนใดคนหนึ่ง

ในการประชุมที่ไม่สักแต่ว่าประชุม แต่มีการทำให้ถูกต้องดังกล่าว เป็นการใช้ธรรมะเป็นอย่างยิ่ง ได้แก่ การลดละการถือตัวเป็นใหญ่หรือความเห็นแก่ตัว การมีความเมตตา การเห็นคุณค่าของผู้อื่น (มุทิตา) การมีขันติธรรมต่อความคิดเห็นที่แตกต่างกัน หรือการเห็นคุณค่าหรือความงามของความหลากหลายของผู้ร่วมประชุม

เมื่อการประชุมอย่างถูกต้องเป็นเนืองนิตย์ดำเนินไประยะหนึ่งจะมี **ผู้นำตามธรรมชาติ**เกิดขึ้น ผู้นำตามธรรมชาติคือบุคคลที่มีปัญญา มีจิตใจเสียสละเพื่อส่วนรวม สามารถติดต่อสื่อสารกับสาธารณะ เป็นที่ยอมรับหรือให้ความเคารพโดยสมาชิกอย่างอัตโนมัติ

**ผู้นำนี้จะมีหลายคนในเรื่องต่าง ๆ มีทั้งชายและหญิง**

ตรงนี้มีชื่อสังเกต 2 อย่าง ดังนี้

**หนึ่ง** ผู้นำตามธรรมชาติเป็นผู้นำที่แท้จริง แต่ผู้นำโดยการแต่งตั้งหรือแม้โดยการเลือกตั้ง อาจไม่ใช่ผู้นำที่แท้จริง เพราะไม่ถูกตัว การจะรู้ว่าใครเป็นผู้นำที่แท้จริงต้องผ่านกระบวนการการทำงานร่วมกัน แล้วคุณสมบัติความเป็นผู้นำจะปรากฏขึ้น ซึ่งแม้เจ้าตัวเองก็ไม่ทราบคุณสมบัติของความเป็นผู้นำของตัวเอง ถ้าไม่ผ่านกระบวนการการทำงานร่วมกัน

โปรดสังเกตคุณสมบัติของผู้นำตามธรรมชาติอีกครั้งหนึ่งคือ **มี**

**ปัญญา มีความเสียสละเพื่อส่วนรวม สามารถติดต่อสื่อสารกับสาธารณะ และเป็นที่ยอมรับหรือให้ความเคารพโดยสมาชิกอย่างยิ่ง**

ถ้าได้ผู้นำที่มีคุณสมบัติอย่างนี้ย่อมหวังความเจริญและความสุขได้ ความขัดแย้งจะมึนน้อยเพราะทุกคนยอมรับ นี่คือประชาธิปไตยที่แท้จริง ในขณะที่การแต่งตั้งและการเลือกตั้ง โดยเฉพาะการเลือกตั้งที่ใช้เงินเป็นใหญ่ มักไม่ได้คนที่มีความสัมพันธ์ดังกล่าว ทำให้ไม่ได้ผล มีความขัดแย้ง และมีความรุนแรง เป็นประชาธิปไตยเพียงรูปแบบ แต่ขาดสาระ หรือความจริงไม่ใช่ประชาธิปไตย

**จึงมีผู้กล่าวว่าความเป็นชุมชนคือประชาธิปไตยที่แท้จริง**

**สอง** การมีผู้นำหลายคนประกันความยั่งยืนขององค์กร ในระบบเผด็จการที่มีผู้นำคนเดียว แม้ดีอย่างไรก็ตาม จะไม่ยั่งยืน เพราะเมื่อผู้นั้นเปลี่ยนแปลงไป ตายไป หรือมรณภาพไป องค์กรนั้นก็ล่มสลาย ในความเป็นชุมชนที่ถูกต้องจะมีผู้นำตามธรรมชาติหลายคน และมีทั้งหญิงและชาย เมื่อผู้หนึ่งผู้ใดตายไป องค์กรก็ยังดำเนินต่อไปได้ ข้อนี้ควรจะเป็นเกณฑ์อย่างหนึ่งในการทำนายความยั่งยืนของชุมชน

เมื่อมีผู้นำของกลุ่มเกิดขึ้นก็จะเกิดความเป็นองค์กร คือมีการจัดการ เช่น มีคณะกรรมการประเภทต่าง ๆ มีประธานกลุ่มและผู้รับทำหน้าที่อื่น ๆ การมีการจัดการที่ดีทำให้เกิดความเข้มแข็งขององค์กร

กลุ่มต้องมีการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง โดยสามารถวิเคราะห์ปัญหา วินิจฉัยปัญหา วิเคราะห์ทางเลือก ทำให้ตัดสินใจทางเลือกที่ถูกต้อง นี่คือกระบวนการเรียนรู้ที่ทรงพลัง อันจะทำให้ชุมชนสามารถปรับตัวได้อย่างต่อเนื่องต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป

ชุมชนควรสร้างความเป็นเครือข่ายกับชุมชนอื่น ๆ ทำให้เกิดเครือข่ายชุมชน เมื่อเกิดเครือข่ายชุมชนยิ่งทำให้เกิดศักยภาพมากขึ้น ชุมชนและเครือข่ายชุมชนมีศักยภาพอันไม่มีที่สิ้นสุดในการแก้ปัญหาทุกชนิด เช่น ปัญหาความยากจน ปัญหาสิ่งแวดล้อม ปัญหาสังคมต่าง ๆ เช่น อนามัยสุขภาพ อาชญากรรม ยาเสพติด โสเภณี โรคเอดส์ ความรุนแรงอื่น ๆ ชุมชนเป็น

ผู้นุรักษ์และพัฒนาวัฒนธรรม ความเข้มแข็งของชุมชนและเครือข่ายของชุมชนคือประชาธิปไตยที่แท้จริง

**ความเข้มแข็งของชุมชนจึงเปรียบประดุจภูมิคุ้มกันทางสังคม**

เราจะห้ามไม่ให้เชื้อโรคเข้าร่างกายไม่ได้ แต่ถ้าร่างกายมีภูมิคุ้มกัน แม้เชื้อโรคเข้าไปก็ไม่ทำให้เกิดโรคลูกกลม แต่ถ้าภูมิคุ้มกันบกพร่อง เชื้อโรคเข้าไปก็ทำให้เกิดโรคลูกกลมร้ายแรง อย่างในกรณีโรคเอดส์ สังคมก็เช่นเดียวกัน จะไปห้ามไม่ให้เกิดปัญหาไม่ได้ แต่ถ้าสังคมมีภูมิคุ้มกัน ปัญหาก็จะไม่ลุกลามเป็นวิกฤตการณ์ทางสังคมเยี่ยงทุกวันนี้ เพราะมนุษย์มีความเป็นปัจเจกบุคคลมากเกินไป สังคมจึงขาดภูมิคุ้มกัน ความเข้มแข็งของชุมชนคือภูมิคุ้มกันของสังคม

การที่ความเข้มแข็งของชุมชนมีศักยภาพอย่างยิ่งเพราะมีองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการเข้ามาผนวกกัน อันได้แก่

1. ธรรมะ
2. การเรียนรู้
3. การจัดการ

องค์ประกอบแต่ละองค์ประกอบของทั้งสามนั้นมีพลังมาก กล่าวคือ ธรรมะ การเรียนรู้ และการจัดการ แต่องค์ประกอบอย่างใดอย่างหนึ่งยังไม่เพียงพอที่จะเผชิญกับความยากของปัญหา ต่อเมื่อทั้งสามเข้ามาผนวกกัน ศักยภาพอันสูงยิ่งจึงเกิดขึ้น

การที่เมื่อความเป็นชุมชนเกิดขึ้นแล้วสมาชิกมีความสุขอันล้นเหลือ เพราะกลุ่มมีความเอื้ออาทรต่อกัน มีการลดความเห็นแก่ตัว และมีความสำเร็จสูง การรวมกลุ่มทำกิจกรรมจึงเป็นการปฏิบัติธรรมและเป็นการพัฒนาทางจิตวิญญาณอีกทางหนึ่ง ทำให้จิตใจเข้าไปเชื่อมกับคุณค่าอันสูงส่ง

การรวมกลุ่มทำกิจกรรมหรือการสร้างความเป็นชุมชนนี้ ควรสร้างให้เกิดในที่ทั่วไป ทั้งในเมืองและชนบท เพราะเป็นหัวใจของการแก้ปัญหาทั้งหลาย ในการศึกษาทุกชนิดควรส่งเสริมการสร้างความเป็นชุมชน ไม่ใช่

ส่งเสริมความเป็นปัจเจกบุคคลอย่างทุกวันนี้ ควรมีสถาบันในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับการสร้างความเป็นชุมชนคอยช่วยฝึกอบรมให้กลุ่มต่าง ๆ ที่ต้องการสร้างความเป็นชุมชน รัฐบาลและภาคธุรกิจควรร่วมกันตั้ง "กองทุนเพื่อพัฒนาสังคม" เป็นเงินก้อนใหญ่ เช่น ลัก 10,000 ล้านบาทหรือมากกว่า เพื่อส่งเสริมสนับสนุนการสร้างความเป็นชุมชน

สถาบันต่าง ๆ ควรทบทวนเรื่องนี้ และรื้อฟื้นการสร้างความเป็นชุมชนขึ้นในองค์กรของตน เช่น วัด และมหาวิทยาลัย อันที่จริงสงฆ์คือชุมชนเรียนรู้ แต่ทุกวันนี้พระสงฆ์ขาดความเป็นชุมชน ต่างรูปต่างอยู่ระเผลอไม่ใช้ที่จะร่วมกันทำงานเพื่อส่วนรวม ลัทธิปัจเจกชนนิยมได้คิดกลานเข้าสู่วัดด้วย มหาวิทยาลัยก็ขาดความเป็นชุมชนวิชาการ (Academic Community) ขวามหาวิทยาลัยจึงขาดความสุขและความสร้างสรรค์ หัวใจของการพัฒนาศักยภาพของมหาวิทยาลัยอยู่ที่การสร้างความเป็นชุมชนวิชาการ ไม่ใช่อย่างอื่น

**การรวมตัวกันทางวัฒนธรรม** เป็นวิธีหนึ่งที่ย่าง อันก่อให้เกิดความสุขและความสร้างสรรค์ การรวมตัวทางวัฒนธรรมอาจเกิดตามท้องถิ่น เช่น จังหวัด อำเภอ ตำบล เป็นการรวมตัวกันเพื่อทำกิจเพื่อส่วนรวม เช่น อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม อนุรักษ์ศิลปะ ศึกษารรณะ ช่วยเหลือคนจน ช่วยเหลือคนป่วย เด็กกำพร้า เด็กเร่ร่อน ช่วยเหลือคนเป็นโรคเอดส์ ฯลฯ

การรวมตัวกันทำเพื่อเพื่อนมนุษย์จะก่อให้เกิดความปิติและความสุขอย่างล้นเหลือแก่ผู้ไปร่วมทำกิจกรรม เป็นการเริ่มต้นด้วยวิธีง่าย แต่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทิศทางของมนุษยชาติ จากการระงมด้วยความเห็นแก่ตัวและวัตถุนิยม ไปเป็นมนุษยธรรมหรือพัฒนาการทางจิตวิญญาณ

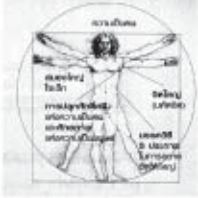
ทั้ง 5 วิธี หรือเบญจมรรค อันได้แก่

- (1) การขยายความรักต่อสรรพสิ่งทั้งหลายให้เป็นความรักสากล (Universal Love)
- (2) การสัมผัสธรรมชาติอันยิ่งใหญ่และอธิศัลปะ
- (3) การเรียนรู้เชื่อมโยงเป็นบูรณาการ

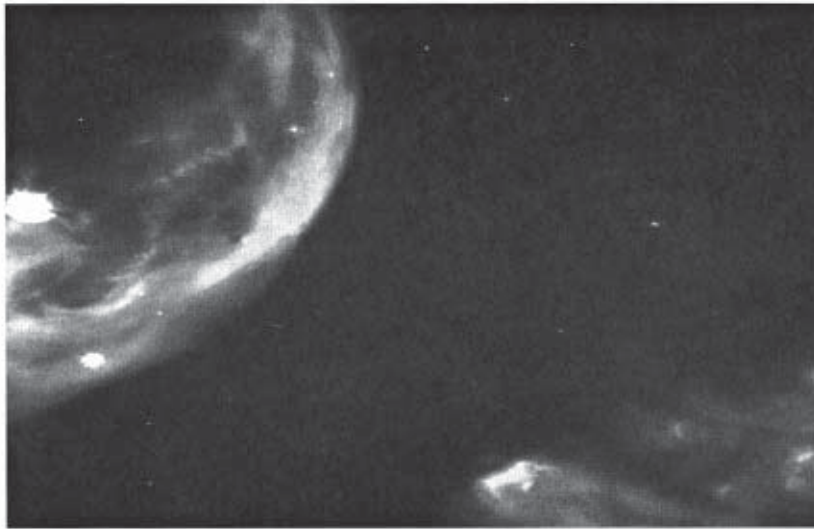
(4) การเจริญสติ

(5) การรวมกลุ่มทำกิจกรรมหรือการสร้างความเป็นชุมชน

เป็นไปเพื่อขยายจิตเล็กไปสู่จิตใหญ่ เพื่อเชื่อมโยงกับคุณค่าอันสูงส่งหรือพัฒนาการทางจิตวิญญาณ ทำให้เกิดศักยภาพแห่งความสร้างสรรค์ที่ยิ่งใหญ่ อันเป็นไปเพื่ออิสรภาพ ความดี ความงาม ความสุข มิตรภาพ ศานติภาพ และการพัฒนาอย่างยั่งยืน



# สรุป



ศักดิ์ศรีของความเป็นคนอยู่ที่คุณค่า ไม่ใช่เงิน หรือความงามของ  
รูปร่าง หรือยศ ความเป็นมนุษย์อยู่ที่คุณค่าซึ่งสูงกว่าเรื่องทางกามหรือวัตถุ  
มนุษย์ทุกคนควรสร้างจิตสำนึกของความเป็นคน โดยเคารพความ  
เป็นคนของตนเองและเคารพความเป็นคนของผู้อื่น ในความเป็นมนุษย์  
ของทุกคนมีศักยภาพอันมหาศาลซ่อนเร้นอยู่ สมมองของมนุษย์ใหญ่ แต่  
ใจเล็กเพราะเข้าไปติดอยู่ในความคับแคบด้วยประการต่าง ๆ การที่จะล้าง  
เอาศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์มาใช้ได้อย่างเต็มที่ มนุษย์ต้องรู้จักการ  
ปลดปล่อยตัวเองจากความคับแคบ ให้จิตเป็นอิสระ สามารถไปเชื่อมโยง  
กับความจริงตามธรรมชาติที่กว้างใหญ่ไพศาล ทำให้จิตปริมนทลขยายออก  
เป็นจิตใหญ่ จิตใหญ่เป็นจิตที่มีศักยภาพในการสร้างสรรค์สูงสุดเต็มตาม  
ศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์

ศักดิ์ศรีแห่งความเป็นคนและศักยภาพแห่งความสร้างสรรค์คือ

พลังขับเคลื่อนอันยิ่งใหญ่ ที่จะนำมนุษยชาติไปสู่อิสรภาพ ความดี ความงาม ความสุข มิตรภาพ ศานติภาพ และการพัฒนาอย่างยั่งยืน  
นี่เป็นคำอำนวยพรแก่ท่านทั้งหลายไปพร้อมกันด้วย

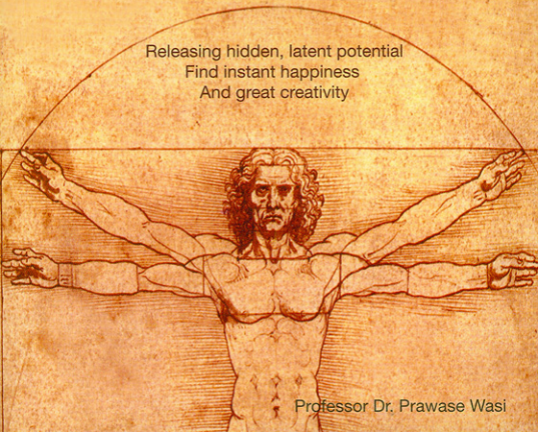




# The Dignity of Human Beings

The Potential of Creativity

Releasing hidden, latent potential  
Find instant happiness  
And great creativity



Professor Dr. Prawase Wasi