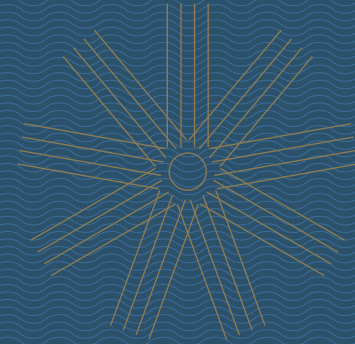


การตื่นรู้
อนาคตของมนุษยชาติที่กำลังผุดบังเกิด

ประเภท
วาลี



AWARENING

ประเภท วาลี

การตื่นรู้
อนาคตของมนุษยชาติ
ที่กำลังผุดบังเกิด



*Awakening
The Emerging Future of Mankind*



การตื่นรู้
อนาคตของ
มนุษยชาติ
ที่กำลังผุดบังเกิด

ศาสตราจารย์นายแพทย์ประเวศ วะสี

การตื่นรู้
อนาคตของมนุษยชาติที่กำลังผุดบังเกิด

AWAKENING

ISBN 978-616-7680-07-1

ผู้เขียน
ศาสตราจารย์นายแพทย์ประเวศ วะสี

พิมพ์ครั้งที่ 1 ธันวาคม 2559

จำนวนพิมพ์ 1,000 เล่ม

สนับสนุนการจัดพิมพ์โดย
มูลนิธิธิดาศรี-สุภาวดีวงศ์ (มสส.)

พิมพ์ที่
ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์

ดำเนินการผลิต
เป็นไท พับลิชซิ่ง
โทรศัพท์ 0 2736 9918
โทรสาร 0 2736 8891

e-mail: waymagazine@yahoo.com
website: www.waymagazine.org
facebook: www.facebook.com/waymagazine
twitter: www.twitter.com/way_magazine

สารบัญ

การตื่นรู้ ศักยภาพของความเป็นมนุษย์ >>> ๙

ตัวอย่างของการตื่นรู้ >>> ๑๕

สมองของมนุษย์

ธรรมชาติที่รอการตื่นรู้มา ๒๐๐,๐๐๐ ปี >>> ๓๓

วิกฤตอารยธรรมและทางออก >>> ๔๑

พหุบาท: เส้นทางอันหลากหลายสู่การตื่นรู้ >>> ๕๑

การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ (Interactive Learning Through Action) กับการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Transformation) >>> ๖๕

การสร้างสรรค์สังคมขึ้นใหม่

บุคคลวิวัฒน์ – กลุ่มวิวัฒน์ – สังคมวิวัฒน์ >>> ๗๗

การศึกษากับการตื่นรู้ควรอยู่ในกันและกัน >>> ๘๗

องค์กรเจริญสติ – การเจริญสติของคนทั้งมวล อนาคตของมนุษยชาติที่กำลังผุดบังเกิด >>> ๙๕

และนี่คือการเกิดของความหวัง หรือ ธรรมะที่เกิดขึ้นในที่สุด ได้เป็นศตวรรษที่
๑๓ ที่พอเราได้อ่านแล้ว เรา
ก็มี สิวหน้าดี

๑.

การตื่นรู้ ศักยภาพของความ เป็นมนุษย์

การตื่นรู้เป็นธรรมชาติอีกอย่างหนึ่งของมนุษย์ ที่เกิดจากการเข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวกัน ความจริงตามธรรมชาติอันกว้างใหญ่ไพศาลไม่มีที่สิ้นสุด หลุดเป็นอิสระจากการติดอยู่ในความบีบคั้นความคับแคบ เกิดความสว่างไสวและปีติสุขอันล้ำลึกอย่างไม่เคยมีมาก่อน มีมิตรภาพอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง อันเป็นไปเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ

มนุษย์อยู่ในธรรมชาติของการปรุ่่งแต่ง ซึ่งแยกเป็นส่วนๆ เป็นเขาเป็นเรา เป็นสิ่งที่ไม่มีชีวิต สิ่งมีชีวิต นานับการ โดยเอาตัวเองเป็นศูนย์กลางเป็นสมมติสัจจะ ไม่ใช่ความจริงตามธรรมชาติ เพราะความจริงตามธรรมชาติไม่มีตัวตนของใครเป็นศูนย์กลาง การเอาตัวเองเป็นศูนย์กลางจึงเป็นมายาคติ ตัวเองนั้นคับแคบ และขัดแย้งกับความเป็นจริงตามธรรมชาติ มนุษย์จึงตกอยู่ในความบีบคั้นไม่เป็นอิสระ ขัดแย้งในตนเอง และกับคนอื่นและสิ่งอื่น แม้มนุษย์จะสามารถศึกษา กฎเกณฑ์ทางฟิสิกส์และนำมาประดิษฐ์เทคโนโลยีและโลกทางวัตถุต่างๆ แต่สภาพความขัดแย้งในตนเองและกับคนอื่นและสิ่งอื่นก็ยังดำรงอยู่ หรือกลับมากยิ่งขึ้น จนกระทั่งสร้างสภาวะวิกฤต ทั้งวิกฤตชีวิต วิกฤตสังคม และวิกฤตสิ่งแวดล้อมแก่โลกทั้งใบ มนุษยชาติคงไม่สามารถจะหลุดออกจากสภาวะวิกฤตในปัจจุบัน ด้วยการอยู่ในสภาพของการปรุ่่งแต่ง แยกส่วนในแบบเดิม

แต่มนุษย์ไม่ได้มีธรรมชาติการปรุ่่งแต่งแยกส่วน แต่เพียงอย่างเดียว มนุษย์ยังมีธรรมชาติที่ซ่อนเร้นอยู่อีกอย่างหนึ่ง ดังที่กล่าวข้างต้น คือธรรมชาติของการ

เข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวกับความจริงตามธรรมชาติ ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิด เหมือนเป็นคนใหม่โดยสิ้นเชิง มีผู้เรียกสภาพใหม่นี้ว่า **การตื่นรู้** บ้าง และในชื่ออื่นๆ อีกหลายอย่าง ตามที่จะกล่าวต่อไป

มนุษย์เป็นสัตว์ประเภทหนึ่งที่มีชีวิตทางวัตถุ กินนอน สืบพันธุ์ มีความชอบ ความไม่ชอบ ความเกลียด ความกลัว การต่อสู้ การหลบภัย และความบีบคั้นนานาชนิด อันเป็นความรู้สึกนึกคิดตามสติสามัญ

แต่มนุษย์บางคน บางขณะ มีประสบการณ์ที่ทำให้ความรู้สึกนึกคิดเปลี่ยนไป มีความเป็นอิสระ เบาเนื้อเบาตัว มีความสุขอย่างลึกล้ำซึมซ่านไปทั้งเนื้อทั้งตัว ไม่รู้จะเรียกสภาวะอย่างนี้ว่าอะไร เรียกว่า ความรู้สึกอันเป็นทิพย์บ้าง การเข้าถึงพระเจ้าบ้าง การเกิดจิตสำนึกใหม่บ้าง การตื่นรู้บ้าง การรู้อยู่กับปัจจุบันบ้าง ฯลฯ

วิธีอธิบายสภาวะอันเป็นทิพย์นี้อย่างหนึ่งก็คือ เกิดขึ้นจากจิตไปเชื่อมโยงกับธรรมชาติที่ไม่ปรุ่่งแต่ง ซึ่งเชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียวกัน และใหญ่โตอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

สุด เป็นอนันตกาล ทำให้จิตสำนึกซึ่งเคยติดอยู่ในความคับแคบของตัวเอง ไปเชื่อมโยงกับความจริงที่ใหญ่ที่สุด จึงเป็นอิสระหลุดพ้นจากความบีบคั้น อิศรภาพจากความบีบคั้นเป็นความสุข อิศรภาพจึงเป็นอีกชื่อหนึ่งของความสุข จิตสำนึกใหม่เป็นจิตที่ใหญ่ จิตสำนึกเก่าเล็กติดอยู่ในความคับแคบ เสมือนติดอยู่ในคุกที่มองไม่เห็น การออกจากคุกทำให้มีความสุขฉันท การที่จิตออกจากที่คับแคบไปสู่ธรรมชาติที่กว้างใหญ่ไพศาลแล้วมีความสุขอย่างมหาศาลก็เช่นเดียวกัน

การออกจากมายาคติ คือ การเอาตัวเองอันคับแคบไปเข้าถึงความจริงของธรรมชาติ บางครั้งจึงเรียกว่า ปัญญา หรือวิชา และเรียกการติดอยู่ในความไม่รู้ (ความจริง) ว่าอวิชา หรือความหลงไป (โมหะ)

ธรรมชาติที่ใหญ่สุดประมาณนั้นบางทีก็เรียกว่า พระพรหมบ้าง ปรมัตถ์บ้าง หรือพระผู้เป็นเจ้าบ้าง ฉะนั้นการที่บางคนคิดพูดถึงการเข้าถึงพระพรหม หรือ ปรมัตถ์บ้าง หรือพระผู้เป็นเจ้า ก็มีความหมายทำนองเดียวกับการเข้าถึงธรรมชาติที่ใหญ่ที่สุด

ฉะนั้น คำว่า การเข้าถึงความจริงหรือธรรมชาติที่ใหญ่ที่สุด จึงเป็นคำกลางๆ ซึ่งอาจมีทางเข้าถึงอันหลากหลาย ซึ่งอาจจะเกี่ยวกับศาสนาหรือไม่เกี่ยวกับศาสนาก็ได้

การตื่นรู้ (Awakening) ก็เช่นเดียวกัน ที่หมายถึงตื่นรู้เพราะเข้าถึงความจริง โดยวิธีใดๆ ก็ได้ ซึ่งอาจเกี่ยวหรือไม่เกี่ยวกับศาสนาใดๆ ก็ได้ มีความเป็นสากล ที่ทุกคนไปเจอกันได้หมด เป็นอนาคตที่กำลังอุบัติเกิดของมนุษยชาติ

เพราะมนุษย์มีธรรมชาติของสมองเพื่อการตื่นรู้ ซึ่งสัตว์ไม่มี



ในทศคดี ที่ไม่รู้ตัว ละตกเป็นเหยื่อของความชอบใจไม่ชอบ
 ชัดพาไม่มีการแสดงน้ำใจในอนุสติบุคคล แต่ ความรักภักดีที่มีที่รู้ตัว

๒.

ตัวอย่างของการตื่นรู้

(๑) มนุษย์อวกาศชื่อ Edgar Mitchell

ไปยืนอยู่บนดวงจันทร์ มองมาเห็นโลกทั้งใบลอยฟ่อง
 อยู่ในอวกาศ เขากลับมายังโลกเป็นคนี่เปลี่ยนไปโดย
 สิ้นเชิง เขากล่าวว่า “I came back to Earth, a totally
 changed man” (ผมกลับมายังโลก เป็นคนี่เปลี่ยน
 ไปโดยสิ้นเชิง)

โดยมีความรู้สึกนึกคิดใหม่ มีความเบาสบาย เป็น
 อิสระจากความบีบคั้น มีความสุขอย่างล้ำลึก มีความรัก
 อันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง

เขาเกิดจิตสำนึกใหม่ (New Consciousness) ซึ่งเกิดจากการเข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวของโลกทั้งใบ กล่าวคืออยู่บนโลกก็เห็นแบบแยกส่วนเป็นชิ้นส่วนสิ่งนี้ แต่อยู่บนดวงจันทร์เห็นโลกทั้งใบเป็นหนึ่งเดียวกัน ธรรมชาติมีความเป็นหนึ่งเดียวกัน เมื่อจิตเราเข้าถึงความจริงอันเป็นหนึ่งเดียวกันก็เกิดจิตสำนึกใหม่ อันเป็นจิตสำนึกใหญ่ ซึ่งทำให้ความรู้สึกรู้สึกนึกคิดเปลี่ยนไปหมดที่เขาบอกว่า “ผมกลับมายังโลกเป็นคนี่เปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง”

เอ็ดการ์ มิทเชลล์ รู้แล้วว่าจิตสำนึกเปลี่ยนแปลงได้ และจิตสำนึกใหม่นี้ ดีเหลือเกิน เพราะทำให้เกิดความสุขอย่างล้นเหลือ และความรักอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์ และสรรพสิ่งจักเป็นไปเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ เขาจึงตั้งสถาบันที่มีชื่อว่า Institute of Noetic Sciences (IONS) ที่แคลิฟอร์เนีย ทำหน้าที่ศึกษาวิจัย ฝึกอบรม และเผยแพร่ เกี่ยวกับจิตสำนึกใหม่

(๒) Eckhart Tolle ชาวแคนาดา

เป็นผู้มีความทุกข์มากจนคิดจะฆ่าตัวตายอยู่หลายครั้ง เข้าวันหนึ่งคิดว่าวันนี้ต้องเอาแน่ เขาพูดกับตัวเองว่า **“I cannot live with myself any longer” (ฉันอยู่กับตัวเองคนนี่ต่อไปไม่ได้แล้ว)** การพูดกับตัวเองเช่นนั้น กระตุกความคิดเขาว่า ที่ว่า I cannot live with myself นั้น I กับ myself มันเป็นคนละคนกันหรืออย่างไร

ตัวเอง (ร่างกาย) มันเต็มไปด้วยความทุกข์

ฉัน (จิต) อยู่กับมันจะไม่ได้ไปอีกแล้ว

จิตเลยหลุดจากอำนาจกาย เขากลายเป็นคนไม่มีความทุกข์อีกต่อไป เขาก็ไม่เข้าใจเหมือนกันว่ามีอะไรเกิดขึ้น อยู่ต่อมาอีกเป็นสัปดาห์ๆ เขาก็ไม่มีความทุกข์ กลายเป็นคนมีความสุขอย่างถาวร กลายเป็นครูสอนเรื่องความสุข เขาเขียนหนังสือขายดีเล่มหนึ่งชื่อว่า

‘The Power of Now’ อำนาจแห่งปัจจุบันขณะ

การรู้อยู่กับปัจจุบันขณะคือการมีสติ ถ้ามีสติก็ไม่มีมีความทุกข์

หรืออย่างที่พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) สอนไว้ในเรื่อง

รักษาจิตไว้ เมื่อกายป่วย

จะอย่างไร เมื่อร่างกายเจ็บป่วย จิตใจจะไม่แปรปรวนตาม พระพุทธเจ้าได้ทรงค้นคว้าเรื่องของชีวิตไว้มากมาย แล้วหนทางช่วยให้คนทั้งหลายมีความสุข พระองค์เคยพบท่านที่ร่างกายไม่สบาย เจ็บไข้ได้ป่วย พระองค์เคยตรัสสอนว่า ให้ทำในใจ ตั้งใจไว้ว่า ถึงร่างกายของเราจะป่วย แต่ใจของเราไม่ป่วยไปด้วย การตั้งใจอย่างนี้เรียกว่า มีสติ ทำให้จิตใจไม่ตกอยู่ในอำนาจครอบงำของความแปรปรวนในร่างกายนั้น

เอ็ดชาร์ท โทลเล เมื่อตั้งคำถามว่า “เอ๊ะ ฉัน (I) (ซึ่งคือจิต) กับตัวเอง (myself) (ซึ่งคือกาย) มันคนละคนกันหรืออย่างไร?” เกิด**กระทงปัญญา** จิตพ้นจาก

อำนาจกาย เป็นอิสระ ตื่นรู้ หหมดทุกข์ ทำนองเดียวกัน ในนิยายเซนที่มีการตั้งคำถามเพื่อกระทงปัญญา เพื่อตีประเด็นแตกก็ซาโตริ บรรลุมรรณันท์ ซึ่งเขามีชื่อเรียกว่าเป็นพวก Sudden School หรือพวกฉับพลันทันที

(๓) หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ

หลวงพ่อกุศลเป็นพระแบบชาวบ้าน ไม่มีความรู้ทางปริยัติมากมายแต่ประการใด คราวหนึ่งท่านค้นพบว่าเมื่อทำมือเคลื่อนไหวไปในท่าต่างๆ แล้วให้จิตตามรู้ไปกับการเคลื่อนไหวของแขนและมือ เมื่อ**ตามรู้**ไปสักพักหนึ่ง ปรากฏว่า**สงบจากการคิด** ท่านก็ฝึกทำไปเรื่อยๆ และก็ฝึก**ตามรู้** ความรู้สึกนึกคิด เมื่อรู้ความคิด ความที่กำลังคิดก็สงบไป ทำไปๆ ก็กลายเป็นว่ารู้กายรู้ใจต่อเนื่อง วันหนึ่งขณะที่กำลังเดินอย่างรู้ตัวต่อเนื่อง ท่านว่าจู่ๆ มันก็ “ขาดฝั่ง” ไปเลย กลายเป็นคนใหม่ มีความรู้สึกนึกคิดใหม่ คงจะทำนองเดียวกับที่เอ็ดการ์ มิทเชลล์กล่าวว่าเขาเป็นคนที่เปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง (กรณีที่ ๑ ข้างต้น)

การตามรู้ ก็คือ การมีสติ รู้อยู่กับปัจจุบันนั่นเอง สติทำให้จิตสงบและเข้าถึงปัญญา ซึ่งจะเรียกว่าการตื่นรู้ การตื่นรู้ด้วยวิธีต่างๆ ซึ่งจะกล่าวถึงต่อไป อาจกล่าวว่ามีสติ เป็นฐานทั้งสิ้นก็ได้ พระพุทธองค์จึงตรัสว่า

สติเป็นทางอันเอก (เอกะมัคโค)

(๔) อาจารย์ประมวล เพ็งจันทร์

อาจารย์ประมวลเรียนปรัชญาที่ประเทศอินเดีย และเป็นอาจารย์สอนปรัชญาในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปรัชญานั้นว่าด้วยการคิดและการตั้งคำถามว่าอะไรเป็นอะไร วิธีการหาคำตอบต่อคำถามที่ตั้งเป็นวิทยาศาสตร์ คำตอบที่ได้คือความรู้ การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ เรียกว่าเทคโนโลยี

ปรัชญา \implies วิทยาศาสตร์ \implies เทคโนโลยี

จึงเป็นกระบวนการต่อเนื่องกันไปอันเป็นวิสัยของวิชาการในโลกในปัจจุบัน

อาจารย์ประมวล ซึ่งสอนปรัชญาอยู่ในมหาวิทยาลัย

อาจจะยังรู้สึกไม่มีความสมบูรณ์ในตัวเองและแสวงหาวันหนึ่งเกิดทำสิ่งที่แปลกประหลาด คือออกเดินด้วยเท้าจากเชียงใหม่ไปบ้านเกิดของท่านที่เกาะสมุย โดยในตัวเองไม่มีเงินสักบาทเดียว ใครให้กินก็กิน ไม่มีใครให้กินก็ไม่กิน พักตามศาลาวัดหรืออะไรก็แล้วแต่ที่จะพักได้ คุ่มเดินไปตามทาง สัมผัสอยู่กับธรรมชาติอย่างที่เป็นไปล้วนๆ โดยไม่มีมายาคติอะไรมาขวางกั้น เช่น เงิน หรือฐานะความเป็นอาจารย์มหาวิทยาลัย

จากคนที่คิด (เชิงปรัชญา) มาเป็นสัมผัสอยู่กับธรรมชาติความเป็นจริงล้วนๆ ของภูมิประเทศ ดิน ฟ้า อากาศ ชีวิตของผู้คน โดยเฉพาะของชาวบ้านที่ยากไร้ หรือแม้แต่สุนัขขี้เรื้อน ที่มาอิงแอบหาไออุ่นขณะนอนในศาลาวัด

เมื่อเปลี่ยนจากคนที่คิด (ด้วยสมอง) มาเป็นคนที่รู้ (ความจริงตามธรรมชาติ) ด้วยใจ

ก็เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Transformation) ในตนเอง

ความรู้สึกนึกคิดก็เปลี่ยนไปเหมือนเป็นคนใหม่ คือ

มีความสงบ มีอิสรภาพ ตื่นตัวอยู่กับความสุขและความเมตตาตามสากล

เมื่อออกเดินทางจากเชียงใหม่อาจารย์ประมวลเป็นคนหนึ่ง แต่เมื่อถึงเกาะสมุย ‘เป็นคนี่เปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง’ เปลี่ยนจากคนที่อยู่ในความคิดปรุงแต่งไปเป็นคนี่สัมผัสอยู่กับความจริงตามธรรมชาติ

เมื่ออาจารย์ประมวลกลับไปเยือนอินเดีย สถานที่ที่เคยศึกษามาแต่เก่าก่อน สัมผัสอินเดียคราวแรกกับคราวหลังไม่เหมือนกัน

คราวแรกสัมผัสด้วยความคิดเพราะเรียนปรัชญาในการคิดย่อมมีขอบมีซัง มีความคาดหวัง สมหวังและผิดหวัง อาจเรียกว่าจิตมีความตื่นตระหนกทุกรายก็ได้

แต่ไปคราวหลังด้วยจิตที่เปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง สัมผัสอยู่กับความเป็นจริงว่ามันเป็นเช่นนั้นเอง มีความสงบ เห็นความงามและคุณค่าของผู้คนและสรรพสิ่ง ทุกอย่างกลายเป็นความงามและความสุข ต่างกันราวฟ้ากับดินจากเมื่อมาศึกษาที่อินเดียคราวก่อน

มนุษย์อยู่ในการคิดเป็นนิสัย จะห้ามไม่ให้คิดไม่ได้ การคิดมีประโยชน์ในแง่ที่ทำให้เกิดความรู้ แต่ขณะเดียวกันก็มีด้านที่เป็นโทษ กล่าวคือ **ทำให้เกิดความทุกข์ ความทุกข์เกิดจากการคิด**

ตัวอย่างนิทานโบราณมีว่า พระกับเณรเดินทางไปด้วยกันในป่า มาถึงลำธารแห่งหนึ่ง มีผู้หญิงจะข้ามแต่ข้ามไม่ได้ พระก็เลยสงเคราะห์อุ้มผู้หญิงข้ามส่งไปแล้วพระกับเณรก็เดินกันต่อไป เณรคิดมาตลอดทางว่าทำไมหลวงพี่จึงไปอุ้มผู้หญิง (ข้ามลำธาร) ๑๑ เมื่อถึงวัดจนล่วงเวลาค่ำคืน เณรก็ยังนอนไม่หลับ ฝ้าแต่คิดว่า ‘ทำไมหลวงพี่ไปอุ้มผู้หญิง’ จนดึกทนมัโหวจึงไปเคาะห้องหลวงพี่ซึ่งหลับไปแล้ว ถามเสียงเคียดว่า “หลวงพี่วันนี้ทำไมถึงไปอุ้มผู้หญิง” พระตอบว่า

“เราอุ้มเราก็จางไปแล้วที่ฝั่งตรงข้ามลำธาร แต่เณรสิอุ้มมาตลอดเวลา (ในความคิด) ว่างไม่ลง”

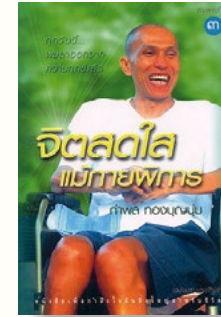
หรืออย่างที่มีผู้หญิงผู้หนึ่งคิดมากมีความทุกข์ต่อเนื่องอยู่หลายวันหลายคืน บ่นว่า “นี่ถ้าฉันหยุดคิดได้ฉันก็หายทุกข์”

ขณะที่มีสติรู้อยู่กับปัจจุบัน ขณะนั้นความคิดสงบ
ไป ความทุกข์จึงทำอะไรไม่ได้

ในการคิด ถ้าไม่รู้ตัว จะตกเป็นเหยื่อของความชอบ
หรือไม่ชอบ ซึ่งจะพาเราไปไกลแสนไกลในอกุศลมูล
เช่น ความโลภอันไม่มีที่สิ้นสุด ความโกรธที่ไม่ได้ตั้งใจ
พาไปสู่พยาบาล วิหิงสา คิดทำร้ายผู้อื่น ท่าน**กฤษณะ**
มูรติ ซึ่งเป็นศาสตราจารย์ที่ทำการสอนอยู่ในอินเดีย
ยุโรป และสหรัฐอเมริกา ได้พูดและเขียนเกี่ยวกับ**โทษ**
ของการคิด ไว้มาก ว่าความรุนแรงทั้งหลายที่เกิดขึ้น
ในโลกเกิดจากการคิด ในหนังสือเล่มหนึ่งของท่านชื่อ
Beyond Violence ซึ่งท่านจะพรั่าสอนซ้ำแล้วซ้ำอีกว่า
โลกจะมีสันติได้ก็ต่อเมื่อมนุษย์พากันออกจากการคิด
ไปสู่**การรู้**อยู่กับปัจจุบัน ซึ่งก็คือการมีสตินั่นเอง

(๕) นายกำพล กองบุญบุ่ม

กำพลเป็นเด็กที่ยากจน ใฝ่ฝันที่จะมีโอกาสได้เข้าไปเรียน
ในมหาวิทยาลัย ได้พบผู้อุปถัมภ์ได้เข้าเรียนพลศึกษา
สมใจนึก ได้ทำงานเป็นครูพลศึกษา มีความสุขอย่างยิ่ง



แล้ววันหนึ่งอนาคตก็ดับวูบลงทันที เมื่อเขาสอนการ
ฟุ้งหลาวลงน้ำแล้วหัวไปกระทบพื้น กระตุกต้นคอหัก
กดไขสันหลังทำให้เป็นอัมพาตแขนขาทั้ง ๒ ข้าง ที่เรียก
ว่าอัมพาตทั้งสี่ (Tetraplegia) แล้วชีวิตจะอย่างไรต่อ
ไป กำพลชวนขวายนฝึกเจริญสติด้วยวิธีต่างๆ จนจิตตื่นรู้
กับปัจจุบันตลอดเวลา ความทุกข์หายไปหมด เขากล่าว
ว่า “ความทุกข์นะหรือ ลากจากกันโดยสิ้นเชิง” กลายเป็น
ครูสอนความสุขให้คนอื่น ๆ

(๖) พระศิริมานนท์

ในครั้งพุทธกาล สมัยหนึ่งเมื่อพระพุทธองค์ประทับอยู่

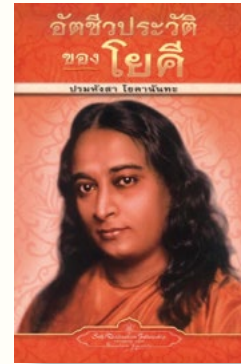
ณ วัดเซตวัน เมืองสาวัตถี พระรูปหนึ่งชื่อคิริमानนท์ อาพาธมีอาการทุกข์ทรมานอย่างมาก พระอาณนทน์เข้าไปกราบทูลพระพุทธรองค์ขอให้เสด็จไปเยี่ยมพระคิริमानนท์ถึงที่อยู่ พระพุทธรองค์ตรัสสัญญา ๑๐ ประการ ให้พระอาณนทน์ไปสวดให้พระคิริमानนท์ฟัง พระคิริमानนท์ฟังก็หายป่วยทันที สัญญา ๑๐ เกี่ยวกับความเป็นจริงของชีวิตว่าเป็นอนิจจัง อนัตตา อสุภะ ความเป็นรังโรค ... เรื่อยไปจนถึงวิราคะ นิโรธ และอานาปานสติ

คิริमानนทสูตร นิยมใช้สวดรักษาโรคคู่กันกับโพชฌงค์ ๗

ทั้ง ๒ พระสูตรนี้เป็นการกระตุกทางสติและปัญญา ทำให้เกิดการตื่นรู้ ซึ่งทำให้หลุดจากอำนาจความเจ็บป่วยทางกายได้

(๗) **ปรมหังสาโยคานันทะ**

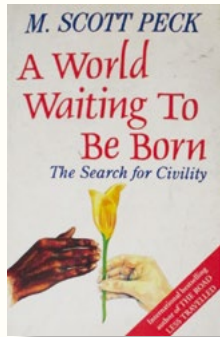
หนังสือ *อัตตชีวประวัติของโยคี* โดย ปรมหังสา โยคานันทะ ผู้นำโยคะศาสตร์ไปเผยแพร่ในสหรัฐอเมริกา ให้



คนตะวันตกได้เข้าใจเรื่องการตื่นรู้ โดยการเข้าถึงพระผู้เป็นเจ้าของสามี โยคี นักบุญ คนธรรมดาสามัญ ที่เข้าถึงพระผู้เป็นเจ้าของโยคีวิธี โยคะหมายถึงวิธีการที่ช่วยให้เข้าถึงพระผู้เป็นเจ้าของอันเป็นสภาพของการตื่นรู้เป็นเอกภาพกับธรรมชาติที่ใหญ่ที่สุด ศานติ และเอิบอาบเปี่ยมล้นไปด้วยอิสรภาพและความสุข

(๘) **A World Waiting To Be Born**

เป็นชื่อหนังสือของจิตแพทย์อเมริกันชื่อ Scott Peck เขารักษาคณอเมริกันที่มีความทุกข์จำนวนมากจนรักษาไม่ไหว ต่อมาเขาพบว่าตัวเองต้องช่วยส่งเสริมให้มีการ



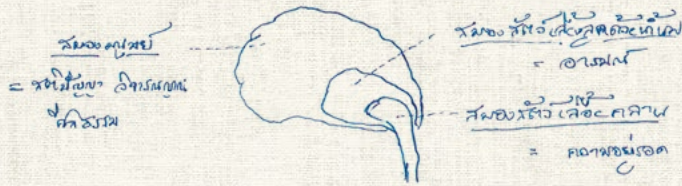
รวมตัวร่วมคิดร่วมทำ การรวมตัวร่วมคิดร่วมทำเขา เรียกว่าสร้างความเป็นชุมชน (Community Building) คำว่าชุมชนไม่จำเป็นต้องหมายถึงหมู่บ้านเสมอไป เมื่อมีการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำกันเรื่องอะไรก็ถือว่ามี ความเป็นชุมชนในเรื่องนั้น สก็อต เพ็ค พบว่าเมื่อสร้าง ความเป็นชุมชนได้สำเร็จทุกคนมีความสุขประดุจบรรลุนิพพาน เพราะในความเป็นชุมชนมีการลดความเห็นแก่ตัว มีความเสมอภาค ภารดรภาพ ความเอื้ออาทร ความเปิดเผยและจริงใจต่อกันเรียกว่าเกิดจิตสำนึกใหม่ ซึ่งเป็นจิตสำนึกที่ใหญ่กว่าตนเอง อาจเรียกว่า เป็นการบรรลุธรรมทางสังคมก็ได้ เรื่องนี้ดูเพิ่มเติมได้ในตอนที่ ๖

สำหรับผู้ที่คุ้นเคยเรื่องการตื่นรู้ หรือเรื่องการเจริญสติ หรือเรื่องการเกิดจิตสำนึกใหม่ จะคุ้นเคยกับเรื่องทำนองกรณีตัวอย่างที่กล่าวมาข้างต้นเป็นอย่างดี สำหรับผู้ที่ยังใหม่ต่อเรื่องนี้ ก็เป็นทำนองเรื่องเล่า พอให้เห็นภาพของการเกิดการตื่นรู้หรือจิตสำนึกใหม่ในหนทางที่แตกต่างหลากหลายเพื่อปูทางไปสู่พบหนทางแห่งการตื่นรู้ ในบทหลังๆ



๓.

สมองของมนุษย์ ธรรมชาติที่รอการ ตื่นรู้มา ๒๐๐,๐๐๐ ปี



สมองของมนุษย์เป็นสุดยอดวิวัฒนาการของธรรมชาติ

เพราะสมองมนุษย์เป็นโครงสร้างที่วิจิตรที่สุดในจักรวาล สามารถเรียนรู้ให้บรรลุอะไรก็ได้

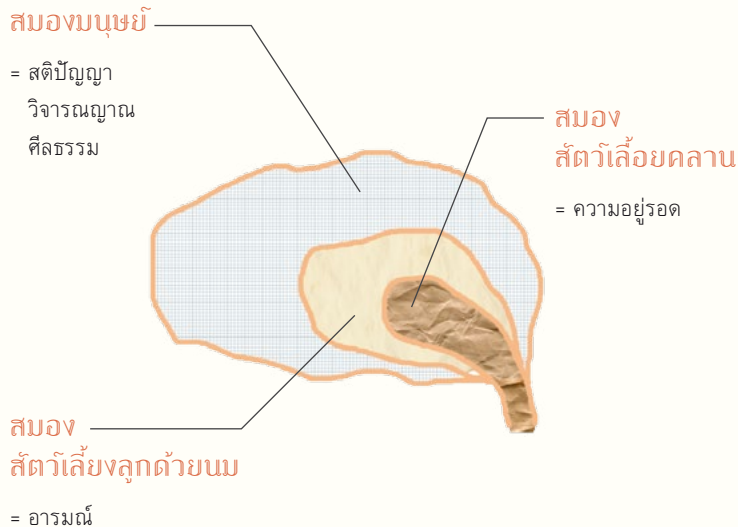
เนื่องจากมนุษย์พัฒนามาจากสัตว์ จึงมีส่วนที่เป็นสัตว์อยู่ในตัวมนุษย์ ทั้งทางรูปธรรมและนามธรรม ดีเอ็นเอของมนุษย์กับลิงชิมแปนซีต่างกันไม่ถึง ๕

เปอร์เซ็นต์ สมองมนุษย์เมื่อผ่าซีกก็สามารถเห็นได้ด้วย ตาเปล่าว่าแบ่งเป็น ๓ ชั้น คือ

ชั้นในสุด อยู่ข้างหลัง เรียกว่าสมองสัตว์เลื้อยคลาน (Reptilian brain)

ชั้นกลาง เรียกว่าสมองสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม (Mammalian brain)

ชั้นนอกสุด อยู่ข้างหน้า เป็นสมองมนุษย์ เรียกว่า ส่วนนอกใหม่ (Neo-cortex)



สมองส่วนที่เป็นธรรมชาติของสัตว์ก็ทำหน้าที่อย่าง ตามธรรมชาติของสัตว์ เช่น การกิน การสืบพันธุ์ การต่อสู้ การหลบภัย

สมองส่วนหน้าหรือสมองมนุษย์นั้น ทำหน้าที่ ในเรื่องนามธรรมที่สูงขึ้นไปจากวัตถุ เช่น สติปัญญา วิจารณ์ญาณ ศิลธรรม ความเห็นใจผู้อื่น การอยาก ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ เป็นส่วนที่ทำให้มนุษย์ต่างไป จากสัตว์ คือ เป็นผู้ที่มีจิตใจสูง สัตว์นั้นมีแต่สัญชาตญาณ ล้วนๆ ไม่มีบุญไม่มีบาป เช่น เสือไปกัดควายตายก็ไม่มี ใครว่าเป็นบาป

มนุษย์มีสมองส่วนที่เป็นศีลธรรมอยู่ตรงหลังหน้า ผาก เคยมีผู้ป่วยเกิดอุบัติเหตุรถชนกันแล้วหน้าผาก ยุบ พดดิกรรมที่เคยมีศีลธรรมหายไป ในสมัยปัจจุบัน มีเครื่องที่ทำให้เห็นภาพสมองที่เรียกว่า Brain Imaging ที่สามารถเห็นว่าเมื่อมีความรู้สึกนึกคิดอย่างไร ส่วนใดของสมองที่ตื่นตัวขึ้น เช่น เมื่อมีการนำพระ ธิเบตที่บำเพ็ญสมาธิภาวนามานานมาเข้าเครื่องตรวจ ก็พบว่าสมองส่วนหน้าปลายสุดของชายแดงขึ้น และ มีการเปลี่ยนแปลงอื่นๆ ในสมอง การตรวจคลื่นสมอง

พบว่าการเจริญสติทำให้ส่วนต่างๆ ของสมองทำงานประสานกัน (harmony) เหมือนเครื่องดนตรีทุกชิ้นในวงบรรเลงเพลงเดียวกัน

ในคนธรรมดาทั่วไปสมองจะวุ่นด้วยการคิดโน้นคิดนี้ และความรู้สึกต่างๆ ดังที่คำเรียกว่าจิตวุ่น ลองนึกถึงว่าเครื่องดนตรีแต่ละชิ้นบรรเลงไปคนละเพลง คงวุ่นวายสับสนไม่น่าฟัง แต่เมื่อจิตสงบสมองเกิด harmony เหมือนทุกส่วนร่วมเล่นเพลงเดียวกันเกิดความไพเราะสุดประมาณ

เมื่อสมองเกิด harmony จะมีการหลั่งสารต่างๆ ออกมาหลายชนิดที่ก่อให้เกิดความสุข อาจเรียกรวมๆ กันว่า **สารสุข** ปัจจุบันได้มีการศึกษาจนมีความรู้ว่าอนุของสารเหล่านี้เป็นอะไร และไปออกฤทธิ์อย่างไร จึงทำให้เกิดความสุขไปทั้งเนื้อทั้งตัว เพราะฉะนั้นผู้ที่เจริญสติเจริญสมาธิจนจิตสงบจึงเกิดความสุขเกิดซาบซ่านไปทั้งเนื้อทั้งตัว (bliss) นี่ก็เป็นอานิสงส์ของการมีจิตสงบจากความคิดปรุงแต่ง

หรืออย่างที่บรรยายกันว่าพระอรหันต์ทั้งหลาย

เพราะหมดกิเลสโดยสิ้นเชิง เสวยวิมุตติสุขหรือความสุขหรือความสุขอย่างยิ่ง หรือบรมสุขเช่นเดียวกับการเกิดทิพย์สุขของผู้เข้าถึงพระผู้เป็นเจ้า

มนุษย์อย่างที่เป็มนุษย์ในปัจจุบันที่เรียกว่า Homo sapiens นี้ มีอายุประมาณ ๒๐๐,๐๐๐ ปี จึงกล่าวว่าสมองส่วนหน้าของมนุษย์ที่ทำให้มนุษย์บรรลุสภาพการตื่นรู้หรือการเกิดจิตสำนึกใหม่ หรือการบรรลุธรรมนั้นรอการเข้ามา ๒๐๐,๐๐๐ ปีแล้ว

แต่การทำงานของสมองนั้นขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพระหว่างมนุษย์และระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม

ในสมัยดึกดำบรรพ์มนุษย์ต้องยุ่งอยู่กับการแสวงหาอาหารต่อสู้และหลบภัยจากภัยอันตรายต่างๆ ตลอดเวลา ก็ต้องใช้สมองส่วนหลังหรือสมองสัตว์เลื้อยคลานเป็นส่วนใหญ่ มีปฏิกิริยาตอบโต้กับธรรมชาติไปเยี่ยงสัตว์หรือเป็นสัตว์นั่นเอง สมองส่วนหน้าซึ่งเป็นที่อยู่ของนามธรรมอันสูงส่งไม่มีโอกาสได้พัฒนา

ในช่วงประมาณ ๔,๐๐๐-๑,๕๐๐ ปี ที่ผ่านมามีความประจวบเหมาะทางเรื่องความสมบูรณ์ของอาหาร

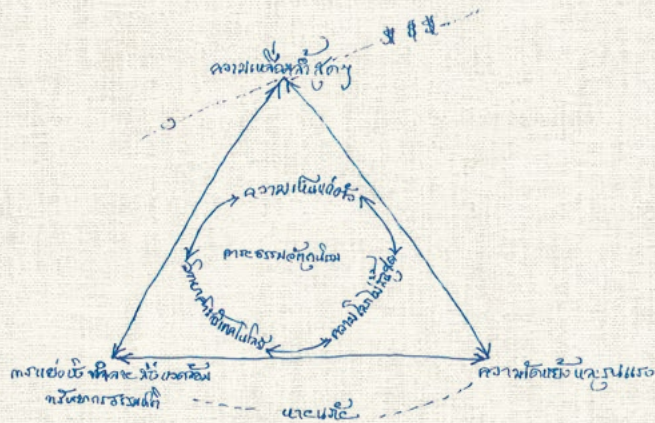
และสภาพสังคมที่เกิดปัญหาใหญ่ๆ ขึ้น จะเป็นอุปนิสัยที่
ก็ดี พระพุทธเจ้าก็ดี เหล่าจ้าวแห่งลัทธิเต๋าที่ดี พระคริสต์
ก็ดี พระมะหะหมัดก็ดี ล้วนเกิดในช่วงนี้ เสมือนเป็น Big
Bang ทางจิตสำนึก

ประมาณ ๕๐๐ ปี ที่มีการค้นหาทางวิทยาศาสตร์
และนำมาสร้างเป็นเทคโนโลยี โลกก็เอียงมาทาง
วัตถุนิยมมากขึ้นๆ จนมากที่สุด ซึ่งทำให้เสมือนปิด
สมองส่วนที่เป็นนามธรรม ซึ่งเกี่ยวกับการตื่นรู้ หรือ
การมีจิตสำนึกใหม่ หรือการบรรลุธรรมไปเสีย และเมื่อ
โลกประสบภาวะวิกฤตเนื่องจากอารยธรรมวัตถุนิยม
ก็ต้องหันมาพัฒนาสมองส่วนที่เป็นศักยภาพสูงสุด
ของความเป็นมนุษย์ เพื่อการตื่นรู้เพื่อการเกิดจิตสำนึก
ใหม่ ซึ่งรอการใช้งานมา ๒๐๐,๐๐๐ ปีแล้ว



๔.

วิกฤตอารยธรรม และทางออก



มนุษย์อย่างที่เป็นมนุษย์ปัจจุบันที่เรียกว่า Homo sapiens มีอายุประมาณ ๒๐๐,๐๐๐ ปี ซึ่งสั้นมากถ้าเทียบกับอายุของโลกประมาณ ๔,๕๐๐ ล้านปี และสรรพชีวิตต่างๆ ที่มีวิวัฒนาการมาประมาณ ๓,๕๐๐ ล้านปี และจะยิ่งสั้นมากถ้าพิจารณาถึงในช่วง ๒๐๐,๐๐๐ ปีนั้น เป็นชีวิตแบบล่าสัตว์เก็บของป่าเสีย ๑๙๐,๐๐๐ ปี เพิ่งตั้งเป็นชุมชนเกษตรกรรมก็แค่ ๑๐,๐๐๐ ปี เท่านั้นเอง และเป็นสังคมใหม่ก็ประมาณ ๕๐๐ ปีเท่านั้น

แต่ในช่วงเวลาอันสั้น มนุษย์ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงบนโลกใบนี้มากที่สุด อย่างที่ไม่มีธรรมชาติซึ่งรวมถึงสรรพสัตว์ชนิดอื่นๆ ทั้งหมดทำให้เกิดขึ้นมา ก่อนก่อนมีมนุษย์สรรพธรรมชาติทั้งหลายมีปฏิสัมพันธ์กันแบบรักษาสมดุล และปรับคืนสู่สมดุล ถึงสัตว์ใหญ่จะกินสัตว์เล็กก็ทำไปตามธรรมชาติของความอยู่รอดเท่านั้น ธรรมชาติของโลกจึงอยู่ในสมดุล และยั่งยืนมานานับด้วยพันล้านปี

แต่มนุษย์ โดยเฉพาะใน ๕๐๐ ปีหลัง อยู่เหนือความสัมพันธ์ตามธรรมชาติดังกล่าวข้างต้น เป็นต้นเหตุของการทำลายชีวิตของพันธุ์พืชและสัตว์จนสูญพันธุ์ไปจากโลกนับหมื่นนับแสนสปีชีส์ ทำลายป่าไม้ หน้าดินสร้างมลพิษในสิ่งแวดล้อม ปล่อยาวัตถุธาตุบางอย่างสู่ชั้นบรรยากาศ จนทำให้เกิดสภาวะโลกร้อน และก่อให้เกิดหายนะภัยต่างๆ รุนแรงมากขึ้น ฯลฯ จนมีผู้กล่าวว่าธรรมชาติสิ้นสุดแล้ว (The end of Nature) ถ้าธรรมชาติสิ้นสุดมนุษยก็สิ้นสุดด้วย เพราะธรรมชาติเป็นประจุมารดาของสรรพชีวิต ดังที่เรียกขานกันว่า พระแม่ธรรมชาติ (Mother Nature)

แม้อารยธรรมสมัยใหม่ได้สร้างความรู้และเทคโนโลยีอันมหัศจรรย์ต่างๆ ที่อำนวยความสะดวกแก่ชีวิต เช่น เครื่องยนต์กลไกต่างๆ เทคโนโลยีการคมนาคมและการสื่อสาร ยารักษาโรค สามารถเดินทางไปลงดวงจันทร์และดวงดาวอื่นๆ ฯลฯ แต่ไม่สามารถสร้างการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ความเหลื่อมล้ำมีมากขึ้น อันนำไปสู่ปัญหาต่างๆ มีความขัดแย้ง ความรุนแรง สงคราม การอพยพ หลบภัยความยากจน และความรุนแรงของมนุษย์จำนวนมากอย่างไม่เคยมีมาก่อน ผู้คนมีความกดดัน และความเครียดมากขึ้น ทำให้เกิดการฆ่าตัวตาย ฆ่าผู้อื่นตาย เช่น การกราดยิงโดยไม่มีเหตุผล เกิดการก่อการร้ายสากล ฯลฯ

ทำไมในเมื่อมนุษย์ก็มีสติปัญญาสูง มีการค้นพบความรู้ที่อัศจรรย์ต่างๆ ที่ได้รับรางวัลโนเบลกันก็จำนวนมาก แต่ดูไม่มีความหวังว่ามนุษยชาติจะสามารถสร้างระบบการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ทั้งระหว่างคนกับคน และระหว่างคนกับธรรมชาติแวดล้อม จนกระทั่งมีผู้เรียกสภาวะปัจจุบันว่าเป็น **วิกฤตอารยธรรม** (Civilization Crisis)

นักปราชญ์ฝรั่ง ๓ คน คือ **Laslo, Graf** และ **Russell** คุยกันที่ชายฝั่งแคลิฟอร์เนีย ๓ วัน ๓ คืน ถึงวิกฤตของอารยธรรมปัจจุบัน เห็นว่าอารยธรรมตะวันตก กำลังก่อให้เกิดสภาวะวิกฤตอย่างรุนแรงทั่วโลกและไม่มีทางที่จะไปต่อไปในแนวทางเดิมโดยไม่วิกฤต เพราะเป็นอารยธรรมวัตถุนิยมบริโภคนิยม ทั้ง ๓ ท่าน เห็นว่ามีทางเดียวที่จะพ้นวิกฤตได้คือ **การปฏิวัติจิตสำนึก** (Consciousness Revolution)

ท่านดาไลลามะ เห็นว่าโลกวิกฤตเพราะเป็นโรคพร่องทางจิตวิญญาณ (Spiritual Deficiency) การแก้ไขจึงต้องปฏิวัติทางจิตวิญญาณ (Spiritual Revolution)

มีคนไทยที่กล่าวถึงเรื่องนี้ก่อนทั้งสองข้างต้นนั่น นาน คือท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุ ซึ่งไปก่อตั้งสวนโมกขพลาราม ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๔๗๕ และเริ่มพูดตั้งแต่ครั้งกระนั้นว่าวัตถุนิยมพาไปสู่โลกาวินาศ และท่านได้ฝากปณิธานไว้ ๓ ข้อ คือ

(๑) ขอให้ศาสนิกของศาสนาต่างๆ เข้าถึงหัวใจของศาสนาของตน

(๒) ขอให้มีความร่วมมือกันระหว่างศาสนา

(๓) ขอให้ช่วยมนุษยชาติถอนตัวออกจากวัตถุนิยม

หัวใจของทุกศาสนาคือจิตวิญญาณ (spiritual) หรือความสูงส่งทางจิตใจเหนือวัตถุ ฉะนั้นท่านอาจารย์พุทธทาสจึงมั่นใจว่า ถ้าศาสนิกของทุกศาสนาเข้าถึงหัวใจของศาสนาของตนๆ ก็จะไปเจอสิ่งเดียวกัน คือพัฒนาการทางจิตวิญญาณที่อยู่เหนือวัตถุหรือการถอนตัวออกจากวัตถุนิยม

การปฏิบัติจิตสำนึกที่ลาสโลกับคณะเสนอ การปฏิวัติทางจิตวิญญาณที่ท่านดาไลลามะกล่าว และการถอนตัวจากวัตถุนิยมที่ท่านอาจารย์พุทธทาสสั่งเสียไว้ ล้วนมีความหมายไปทางเดียวกันอาจารย์รวมเรียกเสียว่าการเกิดจิตสำนึกใหม่ เพื่อพิจารณาว่าจิตสำนึกใหม่จะช่วยให้มนุษยชาติพ้นวิกฤตอารยธรรมปัจจุบันได้อย่างไร



รูปที่ ๒ สรุปปรากฏการณ์ของวิกฤตอารยธรรมปัจจุบัน

วงกลมข้างใน เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างความเห็นแก่ตัว - ความรู้ทางวิทยาศาสตร์เทคโนโลยี - ความโลภอันไม่มีที่สิ้นสุด ดังนี้

สัตว์ทำไปตามความต้องการทางสรีรวิทยา มีความโลภจำกัดมาก เพราะไม่มีเทคโนโลยีที่จะสะสม มนุษย์เดิมก็เป็นเช่นนั้น ไม่มีประโยชน์อะไรที่จะล่าสัตว์มาเก็บกินและปล่อยให้เน่าเสีย ต่อมามนุษย์มีความรู้และเทคโนโลยีมากขึ้น มีความสามารถที่จะสนองตอบความโลภ ความโลภก็เพิ่มขึ้น เมื่อค้นพบระบบการเงิน ความโลภก็เพิ่มขึ้นอย่างไม่มีที่สิ้นสุด เพราะเงินเป็นสมบัติที่เพิ่มได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด สามารถเติมตัวเลขลงไปได้เรื่อยๆ 100000000000000... จึงมีคนมีเงินเป็นแสนเป็นล้านเป็นล้านล้าน และมีเทคโนโลยีที่ทรงพลังที่จะไปโค่นทำลายป่า จับปลาในมหาสมุทร ขุดแร่ธาตุ และน้ำมันจากใต้ดิน

ความเห็นแก่ตัว - ความรู้ทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี - ความโลภอันไม่มีที่สิ้นสุด จึงเป็นวงจรที่ขับเคลื่อนอารยธรรมวัตถุนิยม

สามเหลี่ยมข้างนอก คือผลของการพัฒนาตามแรงขับเคลื่อนของวงกลมข้างใน กล่าวคือ

- **ความเหลื่อมล้ำสุดๆ** หรือการขาดความเป็นธรรม

- **การแย่งชิงและทำลายทรัพยากรธรรมชาติ** จนโลกเสียสมดุล และคุกคามต่อความอยู่รอดของสรรพชีวิตบนโลกใบนี้ ซึ่งรวมถึงเกิดสภาวะโลกร้อนซึ่งนำไปสู่หายนภัยต่างๆ เช่น ลมแรง น้ำท่วม แผ่นดินไหว ภูเขาไฟระเบิด คลื่นสึนามิ

- **ความขัดแย้งความรุนแรงและสงคราม**

จากภาพวงกลมและสามเหลี่ยมข้างบนนี้จะเห็นว่า การสร้างความรู้ทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเพิ่มขึ้น ไม่มีทางที่จะช่วยให้มนุษย์หลุดออกจากวิกฤตอารยธรรมในปัจจุบัน เพราะมันจะไปทำให้วัฏจักรของความโลภและความเห็นแก่ตัว มีกำลังมากขึ้น ส่งแรงเหวี่ยงไปสู่สามเหลี่ยมแห่งวิกฤตการณ์มากขึ้น

ฉะนั้น การที่จะออกจากวิกฤตการณ์ปัจจุบันได้จึงจำเป็นต้องตัดวงจรในวัฏจักรของความเห็นแก่ตัว นั่นคือต้องปฏิวัติจิตสำนึก

จิตสำนึกเก่า เป็นจิตสำนึกที่เล็กคับแคบ เอาความเห็นแก่ตัวเป็นที่ตั้งทำให้โลกวิกฤตไม่ว่าจะสร้างความรู้และเทคโนโลยีขึ้นมาเท่าใดๆ ถ้ายังเห็นแก่ตัว (Ego-centric) โลกไม่หายวิกฤตหรือยิ่งวิกฤตมากขึ้น

จิตสำนึกใหม่ ซึ่งเป็นจิตสำนึกใหญ่ที่คำนึงถึงคนอื่นและสิ่งอื่นหรือคำนึงถึงทั้งหมด (Wholeness-centric) เพราะแต่ละคนเป็นส่วนหนึ่งของทั้งหมด ถ้าไม่คำนึงทั้งหมด ทั้งหมดย่อมเสียสมดุลดุจเดียวกับร่างกายของเราที่มี เซลล์และอวัยวะอันหลากหลาย ทุกเซลล์ทุกอวัยวะมี ‘จิต’ ที่คำนึงถึงทั้งหมด เพื่อให้ร่างกายทั้งหมดมีบูรณภาพและดุลยภาพ ถ้าเซลล์พวกใดพวกหนึ่งเอาตัวเองเป็นที่ตั้งไม่คำนึงถึงส่วนรวม นั่นคือเป็นมะเร็ง ทำให้ระบบรวมและเสียสมดุล นั่นคือเจ็บป่วยและวิกฤตอย่างยิ่ง

โลกที่เจ็บป่วยและวิกฤตก็เหมือนคนเป็นโรคมะเร็งเกิดขึ้นเพราะมนุษย์มีจิตเล็กแยกส่วน เอาตัวของตัวเองเป็นที่ตั้ง ขาดจิตสำนึกของส่วนรวม

เพราะฉะนั้น จิตสำนึกใหม่จึงเป็นเครื่องมือของการไปพ้นวิกฤตการณ์ของอารยธรรมปัจจุบัน นั่นเป็นเหตุที่ทำให้ไมลาสโล และคณะจึงกล่าวว่ามีทางเดียวเท่านั้นที่จะพ้นวิกฤต คือการปฏิบัติจิตสำนึก

ท่านดาไลลามะจึงกล่าวว่าจำเป็นต้องมีการปฏิบัติทางจิตวิญญาณ

ท่านอาจารย์พุทธทาสจึงฝากปณิธานไว้ว่าให้ช่วยให้มนุษย์ถอนตัวออกจากวัตถุนิยม

ทั้งหมดล้วนเป็นเรื่องเดียวกัน และเรื่องเดียวกันกับ ‘การตื่นรู้’ (Awakening) ตื่นรู้จากการหลับใหลอยู่ในจิตสำนึกเก่า ไปสู่การมีจิตสำนึกใหม่ ซึ่งเป็นจิตสำนึกของทั้งหมดร่วมกัน



๕.

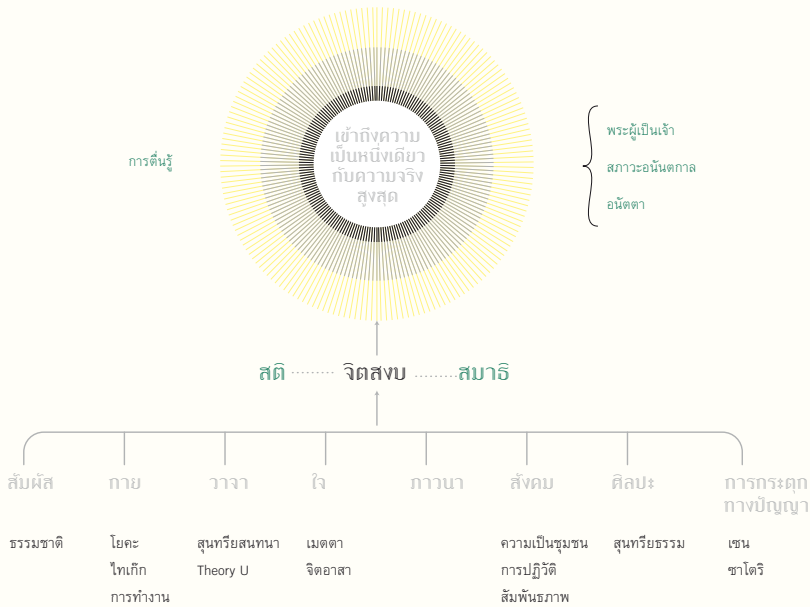
พหุบาท

เส้นทางอันหลากหลาย สู่การตื่นรู้

มนุษย์แต่โบราณมาได้ค้นพบเส้นทางอันหลากหลายสู่การตื่นรู้ ภายใต้สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมอันหลากหลาย ทั้งที่เกี่ยวกับศาสนาและไม่เกี่ยวกับศาสนา ทั้งแบบสมัยโบราณและสมัยใหม่ ทุกคนมีเสรีภาพที่จะเลือกทางที่เหมาะสมกับจริตและสภาพของคนๆ ไม่มีใครผูกขาดวิธีการใดวิธีการหนึ่งเดียว

แผนภาพข้างล่างสรุปประเภทของเส้นทางสู่การตื่นรู้หรือการเกิดจิตสำนึกใหม่ ดังนี้

การตื่นรู้ = การเข้าถึงความจริงสูงสุด (พระผู้เป็นเจ้า หรือสภาวะอนันตกาล หรือ อนัตตา)



รูปที่ ๓ แผนภาพสรุปพหุทางการตื่นรู้

การเข้าถึงความจริงสูงสุด = ปัญญาอันยิ่ง (อภิปัญญา)

ด้วยจิตที่สงบจึงจะเข้าถึงความจริงสูงสุดได้ จิตวุ่นเข้าถึงไม่ได้

จิตที่มีสติหรือสมาธิเป็นจิตที่สงบทำให้เข้าถึงความจริงได้

พหุบทในการทำให้จิตสงบและเข้าถึงความจริงที่มี เช่น

(๑) **ทางการสัมผัสธรรมชาติ** ธรรมชาติที่สงบ เช่น ป่า ทะเล ภูเขา ทะเลทราย หรืออื่นๆ ช่วยให้จิตสงบ ธรรมชาตินั้นเชื่อมโยงกันเป็นหนึ่งเดียวทั้งจักรวาล การเข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติทำให้เกิดจิตสำนึกใหม่ ดังในกรณีของมนุษย์อวกาศ เอ็ดการ์ มิทเชลล์ ที่กล่าวมาในกรณีตัวอย่างหรือการเข้าถึงธรรมชาติที่ไม่ปรุงแต่งอันเป็นสภาวะอนันตกาล เป็นธรรมชาติที่ไม่มีตัวตน โดยนัยพระผู้เป็นเจ้าก็คือธรรมชาติที่ใหญ่ที่สุดไร้ขอบเขต การเข้าถึงพระผู้เป็นเจ้าหรือเข้าถึงธรรมชาติที่ใหญ่ที่สุดจึงหลุดพ้นจากความ

บีบคั้นของความคับแคบในตัวตนได้ นั่นคือบรรลุนิสรภาพ หรือบรรลุความจริง ความดี ความงาม และความสุขอันเป็นทิพย์ หรือการตื่นรู้ หรือการบังเกิดขึ้นของจิตสำนึกใหม่

(๒) **ทางกิริยาทางกาย** การเคลื่อนไหวร่างกาย โดยมีสติกำกับเป็นทางสร้างการตื่นรู้ ไม่ว่าจะเป็โยคะไทเก๊ก หรือการเคลื่อนไหวมือแบบหลวงพ่อเทียนจิตตสุโข การทำงานทุกชนิดไม่ว่าจะเป็นการล้างชาม กวาดบ้าน ล้างส้วม ฯลฯ ถ้ามีสติกำกับอยู่กับการเคลื่อนไหวของร่างกายภายในการทำงานนั้นๆ จิตจะสงบและเข้าถึงความสุขอันเป็นทิพย์ เป็นกำไรชีวิตอันมหาศาล เพราะการงานเป็นสิ่งที่ต้องทำในชีวิตประจำวัน ถ้าทำไปหงุดหงิด รำคาญ หรือโกรธที่ต้องทำสิ่งนั้นงาน ก็จะเป็นความทุกข์ แต่ถ้าฝึกให้รู้ตัวในการทำงาน การทำงานก็จะกลายเป็นความสุขไป เมื่องานเป็นความสุข ก็จะไม่ย่อท้อ อดทน ทำได้มาก ทำได้ดี เป็นอิสระจากความบีบคั้นด้วยประการทั้งปวง

(๓) **ทางวาจา** คนเราต้องพูดคุยในชีวิตประจำวัน และหน้าที่การงานถ้าใช้การพูดคุยมาสร้างการตื่นรู้

หรือจิตสำนึกใหม่ก็จะเป็นกำไรชีวิตตามปรกติ อารมณ์ความรู้สึกชอบไม่ชอบ และความยึดมั่นในตัวตนจะเข้ามาเป็นเจ้าเรือนในการพูดคุย ทำให้สัมมาวาจาเป็นไปไม่ได้ สัมมาวาจาตามที่พระพุทธเจ้าสอนประกอบด้วย

(๑) จะพูดอะไรต้องเป็นความจริง มีที่มา มีที่อ้างอิง

(๒) พูดเป็นปียวาจา ไม่พูดจาส่อเสียด เหยียดหยาม ดูหมิ่นดูแคลน หรือพูดให้เกิดความโกรธ ความเกลียด

(๓) พูดถูกกาลเทศะ

(๔) พูดแล้วเกิดประโยชน์

จะเห็นได้ว่าที่ผู้คนพูดจាកัน ยากที่จะมีคุณลักษณะครบทั้ง ๔ ข้อ มักจะพูดแพล้บๆ โดยไม่คำนึงถึงว่าจริงหรือไม่ มีประโยชน์หรือมีโทษยุคิธรรมต่อผู้อื่นหรือไม่ พูดเพราะต้องการยกตัวหรือเพื่อประโยชน์จริงๆ ที่เป็นบริภาชวิทยาเสียก็มาก จึงมักเป็นอกุศลกรรมนำไปสู่ผลร้ายต่างๆ แก่ปัญหาไม่ได้ กลับซ้ำเติมให้ปัญหาเพิ่มพูนขึ้น

สุนทรียสนทนา (Dialogue)

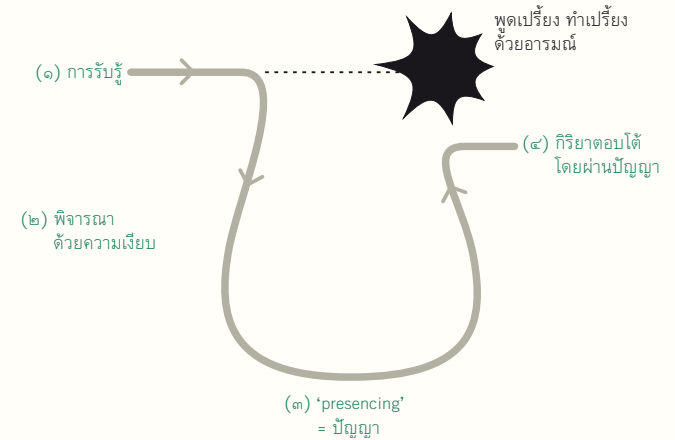
ไม่เน้นการพูดโต้เถียงกันไปมา แต่เน้นการฟังอย่างลึก (deep listening) การฟังอย่างลึกก็คือการฟังด้วยสติ ทำให้เข้าถึงความจริง เกิดปัญญา หรือจิตสำนึกใหม่ ซึ่งเป็นจิตที่ใหญ่กว่าตัวตน ทำให้เข้าถึงและเห็นใจคู่สนทนา คลี่คลายความขัดแย้ง และยกระดับสติปัญญาของทั้งสองฝ่ายหรือหลายฝ่ายได้

Otto Scharmer แห่ง MIT ได้สร้างทฤษฎีตัวยู หรือ Theory U ตามรูปข้างล่าง ดังนี้

(๑) เมื่อรับรู้อะไรเข้ามา แทนที่จะตอบโต้ทันทีด้วยการพูดเปรี้ยวทำเปรี้ยว ซึ่งเป็นอารมณ์ไม่ใช่ปัญญา

(๒) อย่าเพิ่งตัดสินใจว่าชอบหรือไม่ชอบ ให้แขวนไว้ก่อน พิจารณาอย่างเจียบๆ ด้วยจิตที่สงบ (ตรงนี้คงจะต้องมีสติ) ลงไปตามขาหน้าของตัว U

(๓) ที่ก้นตัว U เป็นสภาพที่เขาเรียกว่า ‘presencing’ เป็นคำใหม่ที่เขาสร้างขึ้น หมายถึงจิตนิ่งรู้อยู่กับปัจจุบันทำให้ความจริงแสดงตัวออกมา ผมคิดว่าตรงนี้ น่าจะใกล้เคียงกับการรับรู้อยู่กับปัจจุบันและปัญญา



รูปที่ ๔ Theory U ของ Otto Scharmer

(๔) เมื่อขึ้นไปตามขาหลังของตัว U คือกิริยาที่ตอบโต้ออกไปโดยผ่านปัญญามาแล้ว ไม่ได้ทำด้วยอารมณ์

นี่ก็จะคล้ายกับสุนทรียสนทนาที่กล่าวข้างต้น และตรงกับที่พระพุทธเจ้าสอนว่าเมื่อใครพูดอะไร เธออย่าเพิ่งเชื่อ แต่ก็อย่าเพิ่งปฏิเสธ (= แขวนไว้ก่อน) พิจารณาด้วยโยนิโสมนสิการ ว่าสมเหตุสมผล หรือมีประโยชน์

มีโทษอย่างไร ทั้งหมดก็มีสติเป็นตัวกลางนั่นเอง ที่นำไปสู่ปัญญา

(๔) **ทางใจ** ใจที่เจริญเมตตาอันไม่มีประมาณไปสู่สรรพสิ่งทุกทิศทุกทาง ทำให้เกิดความสุขแผ่ซ่านไปทั่วสรรพทางกาย และเป็นทางบรรลุธรรมหรือบรรลุความจริงสูงสุดได้ ทุกศาสนาจึงเน้นเรื่องความกรุณา (Compassion) ว่าเป็นทางเข้าถึงพระผู้เป็นเจ้า หรือถึงสภาวะอนัตตา การมีจิตอาสาหรือเกื้อกูลอื่นก็อยู่ในตระกูลเดียวกัน ความรักของแม่กว้างใหญ่ไพศาลดุจดินพ้ามหาสมุทร เป็นธรรมชาติอันยิ่งใหญ่ การเข้าถึงความรักของแม่ขยายจิตสำนึกให้ใหญ่ได้

(๕) **การภาวนา** การภาวนามีในทุกศาสนา การสวดมนต์ทำให้จิตสงบ เมื่อจิตสงบก็สามารถสัมผัสความจริงตามธรรมชาติ ในทางพุทธศาสนาหมายถึงการเจริญศีล สมาธิ ปัญญา เรื่องนี้มีโดยพิสดาร ในตำราและคำสอนต่างๆ ที่หาอ่านได้โดยไม่ยาก

(๖) **ทางสังคม** การรวมตัวร่วมคิดร่วมทำที่เรียกว่าสร้างความเป็นชุมชนนั้น Scott Peck จิตแพทย์

ชาวอเมริกันกล่าวว่าทำให้เกิดความสุข ประดุจบรรลุนิพพาน เพราะในการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำนั้นมีการลดความเห็นแก่ตัว ขยายการเห็นแก่ส่วนรวม มีเมตตาจิตต่อกัน เป็นการพัฒนาทางจิตวิญญาณ และทำให้เกิดจิตสำนึกใหม่ได้ พุดอีกนัยหนึ่งกระบวนการทางสังคมทำให้บรรลุธรรมได้

ตามปกติความไม่เท่าเทียมกัน และมายาคติต่างๆ ทำให้สัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลไม่เป็นไปในเชิงกัลยาณมิตร และการเรียนรู้จากกันถ้ามีการ**ปฏิวัติสัมพันธ์ภาพ (Associational Revolution)** คือผู้คนสัมพันธ์กันด้วยความเสมอภาค ภราดรภาพ มีเมตตาจิตต่อกัน และมีการเรียนรู้ระหว่างกัน (Interactive Learning) เช่น ระหว่างพ่อแม่กับลูก ครูกับนักเรียน ผู้คนในองค์กร และในสังคม จะเกิดการเข้าถึงสูงสุด คือความจริง ความดี ความงาม เกิดความสุขอันล้นเหลืออย่างขนานใหญ่เต็มสังคม การปฏิวัติสัมพันธ์ภาพควรจะได้รับความสนใจและนำเสนอต่อสังคมทดลองปฏิบัติ เรียนรู้จากการปฏิบัติ และต่อยอดขยายตัวออกไปให้เต็มสังคม เพราะเป็นทางใหญ่ที่จะสร้างสังคมจิตสำนึกใหม่

(๗) **ทางศิลปะ**: ศิลปะเป็นความงาม โดยที่สูงสุดนั้น ความจริง ความดี ความงาม อยู่ด้วยกัน เพราะฉะนั้น โดยผ่านทางความงาม บุคคลสามารถเข้าถึง ความจริง และความดีได้ ถ้าใครได้อ่าน **คิตาญซลี** ของมหากวี รพินทรนาถ ฐากูร อันเป็นสุนทรียธรรมที่ได้รับรางวัล โนเบล โดยชื่อก็บอกว่าเป็นการอัญชลีด้วยดนตรี จะรู้สึกว่าเป็นคำกลอนที่สื่อสารกับพระผู้เป็นเจ้าของเวลา กวีนิพนธ์ บทเพลง ดนตรี จิตรกรรมสถาปัตยกรรม ประติมากรรม ได้รับการนำมาสื่อสารเพื่อนำมนุษย์เข้าสู่ความจริงสูงสุด

สมัยนี้เทคโนโลยีการสื่อสารชนิดต่างๆ อาจเข้าถึง มนุษย์ทุกคน ควรมีการนำศิลปะทุกแขนงมาเป็นเครื่องมือ สร้างจิตสำนึกใหม่ถ้วนหน้า

อันที่จริง ความงามไม่ได้มีอยู่ในงานศิลปะอย่างที่ เรียกกันทั่วไปเท่านั้น ถ้าเจริญสติให้รู้อยู่กับปัจจุบัน ในงานทุกชนิดที่ทำ จิตสงบจากการปรุงแต่ง งานทุก ชนิดจะกลายเป็นความงาม ทุกสิ่งทุกอย่างกลายเป็น ความงาม ไม่ว่าน้ำสักหยดใบไม้สักใบ แมลงสักตัว หรือ ผู้คนอันหลากหลาย **สรรพสิ่งกลายเป็นศิลปะหรือความ**

งาม ทำให้เข้าใจว่าความงามมีอยู่ในทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้า จิตใจเราสงบ ปราศจากการปรุงแต่งและมายาคติ และ จะเข้าใจที่ว่าในสภาวะสูงสุดนั้น ความจริง ความดี ความ งาม อยู่ที่เดียวกันและในความเป็นมนุษย์นั้นมีศักยภาพ ที่จะเข้าถึงสิ่งสูงสุด

(๘) **การกระตุกทางปัญญา** มีการตื่นรู้ชนิด ฉับพลันทันที มีผู้ตั้งชื่อเรียกว่าลัทธิฉับพลัน (Sudden School) เช่น เกิดขึ้นขณะที่กำลังฟังธรรม หรือตนเอง แสดงธรรม หรือตีปริศนาธรรมแตก แบบพวกลัทธิ เซน เมื่อตีปริศนาธรรมแตกเรียกว่าบรรลู่ชาโตริ หรือ ได้รับการนำเข้าสู่โดยครูอาจารย์ผู้ทรงธรรมชั้นสูง หรือ โดยพระศาสดาเอง ในครั้งพุทธกาลมีเหตุการณ์เป็น อันมากที่พระสงฆ์สาวกได้สดับธรรมจากพระศาสดา แล้วบรรลู่ธรรมทันที

หนทางสู่การตื่นรู้คงจะไม่ได้มีเพียงเท่านั้น พหุบาท แห่งการตื่นรู้ที่นำเสนอข้างต้นพอให้เห็นหนทางอัน หลากหลาย และไม่ได้ตั้งใจจะให้เป็นคู่มือสู่การตื่นรู้ เพราะหนทางแต่ละบทนั้นมีผู้สร้างตำรับตำราไว้มากมาย ซึ่งผู้ที่สนใจจะค้นคว้าศึกษาได้ การมีจิตสงบเป็นทางเข้า

สู่ความจริงอันสูงสุด การเจริญสติน่าจะเป็นเครื่องมือของ
เส้นทางต่างๆ ที่นำบุคคลไปสัมผัสความจริงสูงสุด เกิด
การตื่นรู้และจิตสำนึกใหม่



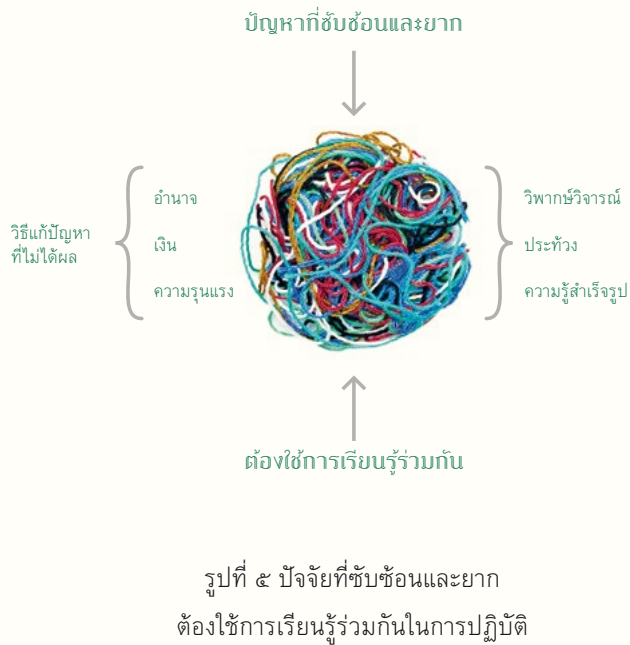


๖.

การเรียนรู้ร่วมกันในการ ปฏิบัติ (Interactive Learning Through Action) กับการ เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Transformation)

ปัจจุบันเต็มไปด้วยปัญหาที่สลับซับซ้อนและยากต่อการ
แก้ไข เช่น ความยากจนและความเหลื่อมล้ำ การแย่งชิง
ทรัพยากร การขาดความยุติธรรม เครื่องมือเดิมๆ เช่น

การใช้อำนาจ ใช้เงิน ใช้ความรุนแรง ใช้การวิพากษ์
วิจารณ์ การประท้วง ใช้ความสำเร็จรูป ล้วนไม่ได้ผล
ในรูป ๕ ข้างล่าง



การใช้ความรู้สำเร็จรูปก็เช่น เคยเรียนวิชา
นิติศาสตร์ รัฐศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ ฯลฯ ก็นำความรู้
นั้นๆ มาใช้โดย **ไม่เรียนรู้** เพราะปัญหาซับซ้อนหลายแง่
หลายมุม หลายมิติ มีความจำเพาะกรณี ซึ่งถ้าไม่เรียนรู้
จากสถานการณ์จริง เพียงแต่เอาความรู้มาใช้โดย
ไม่เข้าใจความจริงจึงไม่ได้ผล นี่เป็นเหตุให้การพัฒนา
ทั้งหลายในโลกไม่ได้ผล เป็นวิธีการเก่าๆ เป็น
กระบวนการที่คนเก่าในการพัฒนา

กระบวนการทัศน์ใหม่ในการพัฒนา (New Develop-
ment Paradigm) คือการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ
ในสถานการณ์จริง

ในปัญหาแต่ละเรื่องมีบุคคล องค์กร สถาบัน
เกี่ยวข้องอยู่ด้วยจำนวนมาก ทุกคนมีความสำคัญต่อ
ความสำเร็จหรือความล้มเหลว ใครจะเก่งไปคนเดียวก็จะ
แก้ปัญหาไม่ได้ **จึงต้องมีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ**

การปฏิบัติเป็นสถานการณ์จริง

การปฏิบัติโดยไม่เรียนรู้ หรือเรียนรู้โดยไม่ปฏิบัติ
ก็ไม่สำเร็จ

จึงต้องมีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ

ตามปรกติจะไม่เรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ เพราะมีเครื่องขวางกั้น เช่น อคติ มายาคติต่างๆ ความเหลื่อมล้ำ การขาดสัมมาวาจา

การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ เกิดปรากฏการณ์ดังต่อไปนี้

(๑) **การเคารพศักดิ์ศรี** และคุณค่าความเป็นคนของคนทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน

(๒) **เคารพความรู้ในตัวคน** ตามปรกติจะเคารพความรู้ในตำรา เลยทำให้เกิดความเหลื่อมล้ำว่าใครมีการศึกษา มากน้อยแค่ไหน ได้ปริญญาอะไร เหล่านี้เป็นมายาคติ คนทุกคนมีความรู้ในตัวที่ได้จากการทำงาน และประสบการณ์ชีวิต ถ้าเคารพความรู้ในตัวคนทุกคน จะมีเกียรติ การจะเกิดการเรียนรู้ร่วมกันทุกคนต้องมีเกียรติเสมอกัน เช่น จะพัฒนาคุณภาพโรงพยาบาล แพทย์ พยาบาล เกษัช นักกายภาพบำบัด นักเทคนิคการแพทย์ เจ้าหน้าที่ต้อนรับ คนเซ็นเปเล คนใช้ ญาติ

คนใช้ ฯลฯ ล้วนมีศักดิ์ศรีและคุณค่าความเป็นคน ต้องมีความเสมอภาค

(๓) **เห็นคุณค่า** (Appreciate) ชื่นชมซึ่งกันและกัน ไม่ใช่หวาดกลัวถูกเสียดสี มีกติกากว่าจะไม่ว่ากัน ทำให้ทุกคนกล้าที่จะแสดงออกในการประชุม ตามกระบวนการทัศน์เก่าหลายคนไม่กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น เพราะกลัวจะถูกคนอื่นว่าเซยไม่ได้เรื่อง พุดโง่ๆ การพูดจาถูกกันก็เป็นการใช้อำนาจชนิดหนึ่ง ไปปิดกั้นผู้อื่นให้ไม่มีเสรีภาพในการแสดงออกเมื่อมีกติกาก็จะไม่มีการว่ากัน ทุกคนก็จะได้รับการปลดปล่อยให้เป็นอิสระกล้าแสดงความคิดเห็นของตน

(๔) **ความสุข** จะเกิดขึ้นอย่างล้นเหลือ เพราะความเสมอภาคในศักดิ์ศรีแห่งความเป็นคน การได้รับการเห็นคุณค่าความรู้ในตัว และเสรีภาพในการแสดงออกโดยไม่ต้องกลัวว่าจะถูกว่า นี่เป็น**สุขสัมพันธ**ที่เกิดขึ้นในกระบวนการทัศน์ใหม่ ต่างจากทุกขสัมพันธซึ่งมีอยู่อย่างล้นเหลือในกระบวนการทัศน์เก่า และจะเข้าใจว่าที่เรียกว่ามีสิ่งขวางกั้นในรูปของอคติ และมายาคติ นั่นคืออะไร ซึ่งเป็นสิ่งจองจำมนุษย์ไว้ในความคับแคบและบีบคั้น

กระบวนการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติเข้ามาปลดปล่อยมนุษย์ออกจากพันธนาการของอคติและมายาคติไปสู่เสรีภาพจึงมีความสุขยิ่งนัก

(๕) ความรักและความเชื่อใจไว้วางใจกัน

(Trust) เมื่อเกิดสุขสัมพันธ์ดังกล่าวในข้อที่ผ่านมา จะเกิดความรักระหว่างกันมาก หรือความรักระหว่างกันทำให้เกิดความสุข ความเชื่อใจไว้วางใจกันที่เกิดขึ้นมีค่ามาก ซึ่งไม่ค่อยมีในสังคมอำนาจนิยม ที่ผู้คนไม่จริงใจต่อกัน นินทาว่าร้ายซ่อนข้อมูล ออกใบปลิว แอบแทบข้างหลัง ความเชื่อใจไว้วางใจกันซื้อไม่ได้ด้วยเงิน แต่เกิดจากกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ ความสุขและความรักระหว่างกันส่งเสริมการเรียนรู้ ท่ามกลางความเกลียด ความกลัว ความเครียด การเรียนรู้จะมีน้อย สมพรครูสอนลิงที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี อธิบายให้กรรมการสภาการศึกษาที่ไปดูงานว่า ต้องทำให้ลิงรักผู้สอนก่อนจึงจะฝึกได้ ในการศึกษาของเรามักทำให้การเรียนรู้เป็นความทุกข์ คนไทยจึงเกลียดการศึกษา

(๖) **เกิดปัญญาร่วม** (Collective Wisdom) และ **นวัตกรรม** เมื่อผู้คนที่มีความหลากหลาย สามารถเข้า

มาเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติจะทำให้เกิดปัญญาร่วม และเมื่อคนที่มีพื้นฐานความรู้และประสบการณ์เข้ามาเรียนรู้ร่วมกันจะเกิดสิ่งใหม่หรือนวัตกรรมขึ้น ถ้าของเหมือนๆ กันเจอกันจะไม่เกิดสิ่งใหม่ เช่นถ้าไฮโดรเจน (H) เจอกับไฮโดรเจน ก็ไม่เกิดสิ่งใหม่ แต่เมื่อไฮโดรเจนเจอกับออกซิเจน (O) ซึ่งเป็นของต่างกันเกิดเป็น H₂O หรือน้ำซึ่งมีคุณสมบัติใหม่โดยสิ้นเชิง ต่างไปจากคุณสมบัติของ H และคุณสมบัติของ O ฉะนั้นเมื่อคนที่มีความรู้และประสบการณ์ต่างกันมาเจอกันในการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ จึงเป็นการดียิ่งนัก เพราะจะทำให้เกิดคุณสมบัติใหม่ขึ้น ซึ่งไม่มีอยู่ดั้งเดิมในบุคคลต่างๆ

ความที่เกิดนวัตกรรมขึ้นเป็นประจำในการเรียนรู้กลุ่ม จึงมีผู้ใช้คำว่า Group Genius หรือ ‘อัจฉริยะกลุ่ม’

(๗) **เกิดพลังทางสังคม** (Social Energy) กระบวนการทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น ซึ่งอาจเรียกโดยสรุปว่า คือการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำ ทำให้เกิดพลังทางสังคม ซึ่งเป็นพลังยิ่งยวดเหมือนพลังนิวเคลียร์ที่เกิดจาก fusion ดังพลังงานจากดวงอาทิตย์ที่แผ่ไปทั้งสุริยะจักรวาล เกิดจากปฏิกิริยาการเชื่อมนิวเคลียร์ (Nuclear

Fusion) ของอะตอมไฮโดรเจน (H) ๒ อะตอม กลายเป็นธาตุตัวใหม่ที่มีโปรตอนในนิวเคลียส ๒ ตัว คือฮีเลียม (He) ในกระบวนการนี้ปล่อยพลังงานมหาศาลออกมา การรวมตัวกันทางสังคม ซึ่งอาจเรียกว่า Social Fusion ก็ให้พลังสร้างสรรค์อันมหาศาลออกมา

(๘) **สัมฤทธิ** หรือสำเร็จประโยชน์ ปัจจัย ๑-๗ ข้างต้น เป็นพลังมหาศาล (Enormous Energy) ทำให้ฝ่าเรื่องสลบซับซ้อนและยากไปสู่ความสำเร็จได้

ถ้าอ่าน ๘ ข้อข้างต้นซ้ำๆ ลึกๆ จะเห็นการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Transformative) หลุดออกจากอคติและมายาคติไปสู่ความจริง เกิดจิตสำนึกใหม่ เกิดความรักในเพื่อนมนุษย์ เกิดความปิติสุขอันล้นเหลือ มีมิติของการพัฒนาจิตวิญญาณชัดเจน

ในประเทศไทยมีงานใหญ่ที่ใช้การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติหลายเรื่อง เช่น กระบวนการพัฒนาคุณภาพโรงพยาบาลที่เรียกว่า HA กระบวนการการทำงานประจำเป็นงานวิจัย (Routine to Research = R2R) กระบวนการทำงานพัฒนาสุขภาพชุมชน จะ

สังเกตเห็นว่ากระบวนการเหล่านี้ทำให้เกิดพัฒนาการทางจิตวิญญาณ ความปิติสุข ความสำเร็จ และขยายตัวอย่างรวดเร็ว

ในหนังสือชื่อ *คำตอบอยู่ที่อำนาจขององค์กร ประชาชน: ปฏิรูปสังคมไทยต้องเริ่มที่นี่* ที่มี ประชา หุตานุวัตร และ วราภรณ์ หลวงมณี เป็นบรรณาธิการ จัดพิมพ์โดยโครงการผู้นำแห่งอนาคต ได้รวบรวมกรณีให้ศึกษาในการแก้ปัญหาต่างๆ ไว้เกือบ ๒๐ ตัวอย่าง โดยใช้กระบวนการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ

กรณีหนึ่งคือ **'ชุมชนบ้านน้ำเค็มจัดการตนเอง'** สู่ **'พึ่งพาแห่งความสุข'** โดย **ไมตรี จงไกรจักร** บ้านน้ำเค็ม จังหวัดพังงาล่มสลายโดยสิ้นเชิงจากการโดนคลื่นสึนามิถล่ม เมื่อ ๒๖ ธันวาคม ๒๕๔๗ การฟื้นตัวทั้งทางเศรษฐกิจ จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อม เกือบเป็นไปไม่ได้ ลำพังภาครัฐทำไม่ได้ ไมตรีได้เขียนเล่าไว้โดยละเอียดว่ามีใครและองค์กรอะไรบ้างที่เข้ามาช่วยกันใช้อำนาจสั่งการคงจะไม่ได้ผล เขาใช้การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติในสถานการณ์จริง ทำให้ฝ่าความยากไปสู่ความสำเร็จ และเกิดปิติสุขร่วมกัน กระบวนการ

นี้สามารถดึงผู้คนและองค์กรเข้ามาร่วมมากขึ้นๆ จนขยายวัตถุประสงค์ไปเพื่อการสร้างพลังงาทั้งจังหวัดให้เป็นจังหวัดแห่งความสุข โดยทำการทุกตำบลทั้ง ๕๑ ตำบล โดยเรียกว่าเป็น ‘พลังงาแห่งความสุข’

การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติเป็นปฏิบัติไปสู่การปฏิรูปสังคมหรือการสร้างสรรคสังคมขึ้นใหม่



๗.

การสร้างสรรค์สังคมขึ้นมาใหม่ บุคคลวิวัฒน์ - กลุ่มวิวัฒน์ - สังคมวิวัฒน์

มนุษย์ล้านไฟฝันที่จะสร้างสรรค์สังคมขึ้นมาใหม่ ที่เป็นสังคมแห่งการอยู่ร่วมกันที่เจริญ หรือสังคมศรีอาริยะ

แต่ไม่รู้จะอย่างไร

เพราะโครงสร้างของสังคมดูใหญ่โตซับซ้อน ยากที่จะเข้าไปมีส่วนและมองไม่เห็นว่าจะทำให้ดีขึ้นได้



อย่างไร ผู้คนเคยฝากความหวังไว้กับสิ่งต่างๆ ดังต่อไปนี้ว่าจะช่วยสร้างสังคมศรีอาริยะ แต่ก็ต้องผิดหวังเป็นเรื่อยๆ ไป คือ

(๑) **การเมือง** ซึ่งเป็นอำนาจสูงสุด ถ้าการเมืองดีเสียอย่าง ทุกอย่างก็จะดีหมด

(๒) **การค้าเสรี** จะมีมือที่มองไม่เห็นจัดการให้ทุกอย่างลงตัว

(๓) **เทคโนโลยีที่ก้าวหน้า** จะมาทำให้มีกินมีใช้โดยทั่วถึง

(๔) **ศาสนา** ถ้ามีคนปฏิบัติธรรมกันมากๆ สังคมก็จะดี

(๕) **การศึกษา** ถ้าคุณภาพคนดีก็จะแก้ปัญหาทั้งปวงได้

ทั้ง ๕ ข้อข้างต้น ก็ไม่ใช่จะจริงหรือไม่จริงไปทั้งหมด แต่ในระบบปัจจุบันได้มีสิ่งมีชีวิต species ใหม่ที่ไม่เคยมีมาในวิวัฒนาการของโลก ที่มีขนาดใหญ่ และมีฤทธิ์มีอำนาจกว่าองค์กรหรือสถาบันใดๆ นั่นคือ

บริษัทข้ามชาติซึ่งมีเงินทุนขนาดใหญ่ และมีอำนาจทำการได้โดยไร้ขอบเขตเป็น**มหาออตตา** ตัวตนที่มีอำนาจมหาศาลเช่นนี้ ทำให้โลกเสียดุลยภาพ เกินกว่าที่สถาบันทางสังคมทุกชนิดจะสามารถควบคุมให้ทั้งหมดมีบูรณภาพและความยั่งยืนได้ จึงเกิดวิกฤตอารยธรรมดังกล่าวข้างต้น

ท่ามกลางสังคมที่บีบคั้นไร้ทางออก บางคนจึงปลีกตัวไปปฏิบัติธรรมแล้วพบเสรีภาพ ความสงบ และความสุข รู้สึกซาโตริวว่า **“ใช่เลย”**

แต่ การปลีกตัวออกไปปฏิบัติธรรมนอกสังคม แม้จะ **“ใช่เลย”** มีข้อจำกัดที่น้อยคนเท่านั้นที่จะทำได้ เพราะท่ามกลางสังคมที่เหลื่อมล้ำสับสนและรุนแรง คนส่วนใหญ่จะติดกับอยู่กับสภาวะวิกฤต ไม่สามารถปลีกตัวไปได้ ข้อจำกัดอีกประการหนึ่ง คือเรื่องการผลิตทางเศรษฐกิจ คนที่ปลีกตัวไปปฏิบัติธรรมเต็มเวลาต้องอาศัยผู้อื่นทำการผลิตหาเลี้ยง จำนวนคนที่จะทำอย่างนั้นได้จึงเกินความสามารถการผลิตของคนที่เหลือไม่ได้

ฉะนั้นการปฏิบัติธรรมแม้ดี แต่สมการโดยรวมของ

สังคมแล้วยังเป็นไปไม่ได้ที่จะทำให้ทั้งหมดดีขึ้น **การที่จะทำให้คนทั้งหมดดีขึ้น** จึงต้องการ

(๑) การมีส่วนร่วมของคนทั้งหมด เป็นสิ่งที่ทุกคนทำได้

(๒) ทุกคนเกิดจิตสำนึกใหม่ ที่คำนึงถึงคนอื่นและสิ่งอื่น ไปพ้นการเอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง

(๓) มีการรวมตัวกัน (Social Fusion) เกิดพลังทางสังคม

(๔) มีการปฏิบัติภารกิจในสังคมให้สำเร็จ ประโยชน์โดยมีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ

(๕) ข้อ (๑) - (๔) ข้างต้น ทำให้เกิดโครงสร้างใหม่ทางสังคม ที่เอื้ออำนวยให้ (๑) - (๔) ดียิ่งๆ ขึ้น

การสร้างสรรคสังคมขึ้นใหม่ โดยมีลักษณะ ๕ ประการ ดังกล่าวมีความเป็นไปได้ ดังต่อไปนี้

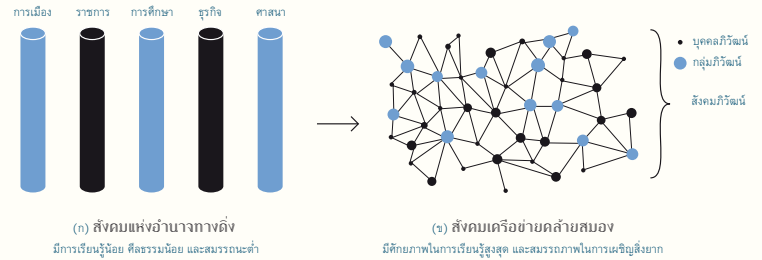
(๑) **บุคคลวิวัฒน์** คนทุกคนมีศักยภาพที่จะ **‘ตื่นรู้’** แล้วมีจิตสำนึกใหม่ ด้วยวิธีการอันหลากหลายดังกล่าว ในตอนที่ ๕ สมองเพื่อการตื่นรู้มีอยู่ในคนทุกคนและรอ

การตื่นรู้มา ๒๐๐,๐๐๐ ปีแล้ว มนุษย์มักไปใช้สมองเพื่อสนองสัญชาตญาณอย่างสัตว์มาจนวิกฤตสุดๆ ไม่มีทางไปในภพภูมิเดิม ถึงเวลาต้องใช้สมองเพื่อการตื่นรู้กันทั่วทุกคนแล้ว นอกจากแรงบีบบังคับของสภาพวิกฤตแล้ว ยังมีแรงจูงใจเพื่อการตื่นรู้ที่สูงยิ่ง นั่นคือในสภาวะที่ตื่นรู้จะพบความสุขมหาศาลอย่างไม่เคยพบมาก่อน คนที่ตื่นรู้แล้วจะมีการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตน (Personal Transformation) โดยที่ความรู้สึกนึกคิดจะเปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง เหมือนเป็นคนใหม่ที่สามารถคิดเรื่องดีๆ ทำเรื่องดีๆ อาจเรียกบุคคลที่เปลี่ยนแปลงไปเช่นนี้ว่าบุคคลวิวัฒน์

(๒) **กลุ่มวิวัฒน์** มีการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำ หรือเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติในเรื่องต่างๆ อย่างหลากหลาย เต็มสังคม กลุ่มอาจจะเป็นกลุ่มเล็กๆ มีคนไม่กี่คน ไปจนถึงกลุ่มขนาดใหญ่ทั้งองค์กร หรือทั้งชุมชน ทุกคนสามารถเลือกเข้ากลุ่มตามความสนใจ คนเดียวอาจอยู่ในหลายกลุ่มได้ ดังที่บรรยายในตอนที่ ๖ กลุ่มเรียนรู้ร่วมกันเกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน ซึ่งอาจเรียกว่าเป็น Organizational Transformation ซึ่งมีลักษณะ ๘

ประการดังกล่าวไว้ โดยมีความเสมอภาค ภารดรภาพ ความรัก ความสุข ปัญญาพร้อม พลังทางสังคม และพลังของความสำเร็จ อาจเรียกกลุ่มชนิดนี้ว่าเป็น **กลุ่มวิวัฒน์** เป็นกลุ่มที่มีพลังมหาศาลที่มีพัฒนาการทางจิตวิญญาณมีความสุขและสร้างสรรค์อย่างยิ่งทำอะไรๆ ก็สำเร็จได้ง่าย เมื่อมีกลุ่มวิวัฒน์ทำงานในเรื่องต่างๆ อย่างหลากหลายไม่ว่าเรื่องเล็กหรือเรื่องใหญ่ไม่ว่าเรื่องเชิงพื้นที่ หรือเชิงองค์กร หรือเชิงประเด็นตลอดไปจนเรื่องนโยบาย โดยวิธีนี้ก็เท่ากับว่าคนไทยทุกคนมีส่วนร่วมในการปฏิบัติภารกิจเพื่อประเทศตามความถนัดของตัวเต็มประเทศ กลุ่มวิวัฒน์เป็นประกันให้ทั้งความสุขและความสำเร็จ ถ้ามีกลุ่มวิวัฒน์อย่างหลากหลายเต็มประเทศ จะทำให้ประเทศแก้ปัญหาต่างๆ ได้หมด โดยคนไทยทั้งหมดที่มีความสร้างสรรค์และความสุขอย่างเต็มเปี่ยม

(๓) **สังคมวิวัฒน์** – สังคมเปลี่ยนโครงสร้างใหม่ เป็นสังคมเครือข่ายคล้ายสมอง เมื่อ (๑) และ (๒) โดยเฉพาะ (๒) เกิดขึ้นเต็มสังคม สังคมจะเปลี่ยนโครงสร้างแห่งอำนาจทางดิ่งไปสู่การเป็นสังคมเครือข่ายคล้าย



รูปที่ ๖ สังคมแห่งอำนาจ (ก) กับสังคมเครือข่ายคล้ายสมอง

สมอง สังคมแห่งอำนาจเป็นสังคมที่บีบคั้น มีความทุกข์มาก มีการเรียนรู้ค่อย ค่อยรวมค่อย สมรรถนะต่ำ บุคคลวิวัฒน์และกลุ่มวิวัฒน์จะเชื่อมโยงกันเป็นเครือข่าย ในเครือข่ายไม่มีใครมีอำนาจเหนือใคร แต่เข้ามาเชื่อมโยงกันเชิงกัลยาณมิตรและการเรียนรู้ระหว่างกัน สมองเป็นโครงสร้างที่มีศักยภาพในการเรียนรู้สูงสุด สามารถเรียนรู้ให้บรรลุอะไรก็ได้

สังคมวิวัฒน์ ที่เป็นสังคมเครือข่ายเปลี่ยนคุณสมบัติไปโดยสิ้นเชิง เป็นสังคมที่มีความเสมอภาค ภารดรภาพ กัลยาณมิตรธรรม เป็นสังคมแห่งการ

เรียนรู้ที่มีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติอย่างหลากหลายเต็มประเทศ เป็นสังคมอุดมปัญญาโดยแท้ที่มีการตื่นรู้และพัฒนาการทางจิตวิญญาณสูง เป็นสังคมอุดมสุข เพราะอิสรภาพ กัลยาณมิตรธรรมและปัญญา

สังคมเครือข่ายเป็นสังคมที่มีชีวิต มีการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติตลอดเวลา จึงขยายตัว และยกระดับคุณภาพขึ้นไปเรื่อยๆ

ถ้าทำความเข้าใจเรื่อง ‘การตื่นรู้’ เชิงระบบ

จะเห็นว่าสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงชั้นพื้นฐาน (Transformation) หรือการวิวัฒน์ทั้ง ๓ ระดับ คือ

- **ระดับบุคคล** (Personal Transformation) – **บุคคลวิวัฒน์**
- **ระดับองค์กร** (Organizational Transformation) – **กลุ่มวิวัฒน์**
- **ระดับสังคม** (Social Transformation) – **สังคมวิวัฒน์**

รวมกันเป็นสังคมที่เปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง เป็นสังคมที่มีอิสรภาพ โดยองค์รวม (Wholistic Freedom) คือ

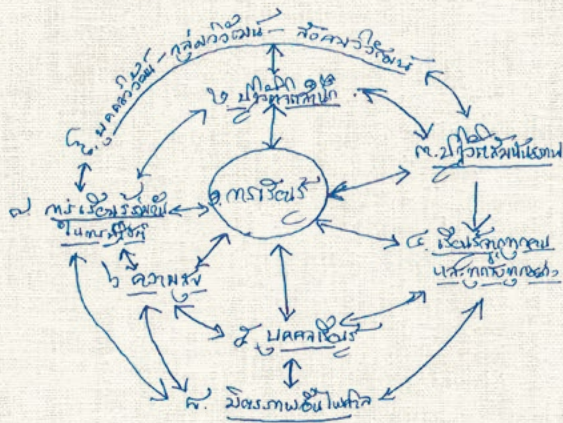
ทั้งบุคคล ทั้งกลุ่ม และทั้งหมดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างบรรสาน (harmony)

ไม่ใช่เน้นเฉพาะที่เสรีภาพส่วนบุคคล แต่ไปกระทบองค์รวมหรือทำให้องค์รวมแตก ดังที่เป็นอยู่เป็นอันมากในความคิดเสรีภาพแบบตะวันตก ซึ่งยังเป็นเสรีภาพแบบแยกส่วนและเสรีภาพที่ไม่สมบูรณ์



๕.

การศึกษากับการตื่นรู้ ควบคู่ในกันและกัน



มนุษย์ล้วนแสวงหาความสุขและความดีงาม

การศึกษาที่แท้จริงนำมนุษย์ไปสู่อิสรภาพ ความสุข ความงาม สัมฤทธิผล และมีมิตรภาพอันไพศาล

แต่ในโรงเรียนและมหาวิทยาลัยกลับเต็มไปด้วย ความบีบคั้น และทุกข์สัมพันธ์ อย่างน่าสงสารและ น่าเสียดาย สมควรทบทวนว่าการศึกษที่แท้หรือการ เรียนรู้ที่ดี ที่จะนำคนทั้งมวลไปสู่อิสรภาพ ความสุข

ความงาม สัมฤทธิผล และมิตรภาพอันไพศาล นั่นคือ
อย่างไร

การศึกษาเป็นระบบที่กว้างใหญ่ไพศาลที่เกี่ยวข้อง
กับชีวิตของคนทั้งสังคม ถ้าค้นพบว่าการเรียนรู้ที่ดีนั้น
คืออย่างไร การปฏิรูปการเรียนรู้จะเป็นประตุสู่ความสุข
และความดีงามของคนทั้งมวลอย่างแท้จริง

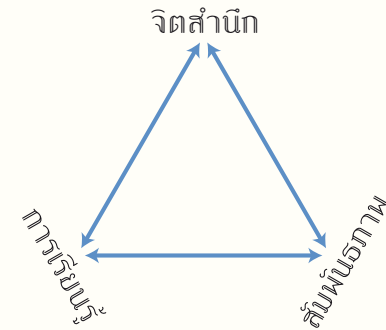
ที่พูดเรื่องการตื่นรู้มาทั้งหมดใน ๗ ตอนข้างต้น
เป็นการพูดถึงมิติพิเศษที่ยกระดับความเป็นมนุษย์โดย
การเข้าถึงความจริง การตื่นรู้ก็คือรู้ความจริง ความดี
ความงาม ทำให้เกิดอิสรภาพ ความสุขอันล้นเหลือ ความ
งาม และมิตรภาพอันไพศาล

**การศึกษากับการตื่นรู้จึงควรไปด้วยกันหรืออยู่
ในกันและกัน**

การตื่นรู้ทำให้เกิดจิตสำนึกใหม่ และสัมพันธภาพ
ใหม่ ซึ่งอาจเรียกว่าการปฏิวัติจิตสำนึก (Consciousness
Revolution) และการปฏิวัติสัมพันธภาพ (Associational
Revolution) ก็ได้

การเรียนรู้-จิตสำนึก-สัมพันธภาพ มีผลถึงกันและ

กัน (รูปที่ ๗) ดังนี้ ถ้าจิตสำนึกคับแคบ เอาตัวตนของ
ตัวเองเป็นศูนย์กลาง สัมพันธภาพกับคนอื่นและสิ่งอื่น
จะเป็นเชิงอำนาจ สัมพันธภาพเชิงอำนาจทำให้มีการ
เรียนรู้น้อย **วงจรแห่งจิตสำนึกคับแคบ-สัมพันธภาพ
เชิงอำนาจ-การเรียนรู้** เป็นวงจรที่ไม่เจริญหรือ
อนารยะ นำไปสู่ความทุกข์ความบีบคั้น ความไม่
สัมฤทธิผล และขาดมิตรภาพ



รูปที่ ๗ สามเหลี่ยมแห่งการเรียนรู้ - จิตสำนึก - สัมพันธภาพ

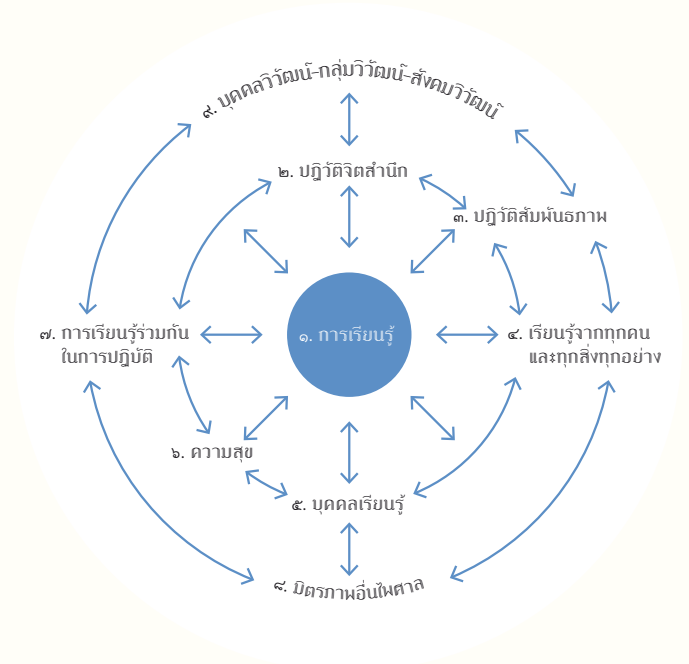
ในทางตรงข้ามจิตสำนึกที่ใหญ่คำนึงถึงทั้งหมด
ไม่เอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง นำไปสู่สัมพันธภาพที่

เสมอภาคหรือเชิงกัลยาณมิตร ความเสมอภาคทำให้สามารถเรียนรู้จากคนอื่นและทุกสิ่งทุกอย่าง การเรียนรู้จากคนอื่นและทุกสิ่งทุกอย่างทำให้ฉลาด เกิดสัมฤทธิ์ผล และมีมิตรภาพ บุคคลเปลี่ยนจากบุคคลอำนาจเป็นบุคคลเรียนรู้

จิตสำนึกใหม่ สัมพันธภาพใหม่ การเรียนรู้ สัมฤทธิ์ผล และมีมิตรภาพ ยังให้เกิดสุข

จิตสำนึกใหญ่ - สัมพันธภาพใหม่ - การเป็นบุคคลเรียนรู้ จึงเป็นวงจรที่เจริญ หรืออารยะ นำไปสู่ อิศรภาพ ความสุข ความงาม สัมฤทธิ์ผล และมีมิตรภาพ อันไพศาล

ฉะนั้น การตื่นรู้ซึ่งนำไปสู่การปฏิบัติจิตสำนึก ปฏิวัติสัมพันธภาพและการสร้างบุคคลเรียนรู้ จึงเป็น ประตูลู่ความสุขและความดีงาม ตามรูปที่ ๘ ดังนี้



รูปที่ ๘ การเรียนรู้ - การปฏิบัติจิตสำนึก - การปฏิบัติสัมพันธ์ภาพ นำไปสู่สังคมอารยะ

- ๑. การเรียนรู้ (ที่ดี) อยู่ตรงกลาง สัมพันธ์กับ
- ๒. การปฏิบัติจิตสำนึก (การตื่นรู้) จิตสำนึกใหม่เกิดขึ้นโดยเส้นทางอันหลากหลาย ดังกล่าวในตอนที่ ๕

๓. ปฏิวัติสัมพันธภาพ (Associational Revolution) ดังกล่าวข้างต้น

สัมพันธภาพเชิงกัลยาณมิตร นำไปสู่ ๔. การเรียนรู้จากทุกคนและทุกสิ่งทุกอย่าง การสามารถเรียนรู้จากทุกคนและทุกสิ่งทุกอย่าง ทำให้การเรียนรู้เป็นชีวิต-ชีวิตเป็นการเรียนรู้ บุคคลเช่นนี้เป็น ๕. บุคคลเรียนรู้ บุคคลเรียนรู้จะฉลาดขึ้นเรื่อยๆ ในทุกทาง และ ๖. มีความสุขอย่างยิ่ง ความสุขเกิดจากมีการเรียนรู้ที่ถูกต้อง ความสุขยิ่งทำให้ยิ่งอยากเรียนรู้ ไม่ใช่ทำให้การศึกษาเป็นความทุกข์ ซึ่งทำให้คนเกลียดการศึกษาเยี่ยงระบบการศึกษาในปัจจุบัน ๗. การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ ดังที่กล่าวโดยพิสดารในตอนที ๗ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Transformation) และทำให้สามารถฝ่าความยากในการแก้ปัญหาที่ซับซ้อนและยากรวมทั้งทำให้เกิดความสุข ประดุจบรรลุนิพพาน

๘. มิตรภาพอันไพศาล เกิดจากกระบวนการทั้งหมด

๙. บุคคลวิวัฒน์ กลุ่มวิวัฒน์ สังคมวิวัฒน์ ตามที่

กล่าวถึงในตอนที ๗ เป็นผลกระบวนการทั้งหมดซึ่งมีการเรียนรู้ที่ดีเป็นศูนย์

การเรียนรู้ที่ดีจึงเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุดของมนุษย์

โดยจะเรียกการเรียนรู้ที่ดีว่าเป็นการปฏิรูปการเรียนรู้หรือปฏิวัติการเรียนรู้ก็ได้

การเรียนรู้ที่ดีต้องไปให้ถึงสิ่งสูงสุด ของความเป็นมนุษย์ คือการตื่นรู้ หรือการเกิดจิตสำนึกใหม่ ซึ่งมีการเจริญสติเป็นสะพานนำไปสู่

บัดนี้การเจริญสติกำลังได้รับความนิยมเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว เพราะประสบการณ์จากการเจริญสติทำให้พบความสุขที่ไม่เคยเจอมาก่อน สุขภาพดี สติ ปัญญาดี และเกิดมิตรภาพอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง



มรดกของเรา คือ ทรัพยากรที่คือมรดกที่เราได้ ปล่อยให้ทรัพยากรเหล่านี้จะหมด
ในที่สุดมันก็จะหมด เช่น หมดที่น้ำใต้ดิน มันจะหมดที่น้ำ หมดที่อากาศ
ซึ่งมันได้หมดที่น้ำ เว้นแต่เราจะทำอะไรสักอย่าง มันก็จะหมดที่น้ำ
แต่แค่แค่ไม่กี่ปี ๑๗๙ สัตว์ป่าที่สูญพันธุ์ในตำนานก็หายไป

๕.

องค์การเจริญสติ - การเจริญสติของคนทั้งมวล อนาคตของมนุษยชาติ ที่กำลังผุดบังเกิด

กระแสใหญ่ของโลก (Megatrend) คือการเจริญสติ

เพราะมนุษย์ได้ค้นพบโดยประสบการณ์ด้วยตนเองว่า การเจริญสตินำมาซึ่งความสุขอันประณีต ที่ไม่เคยพบมาก่อน ทำให้สุขภาพดี ลดความเครียด สมองดี

สติปัญญาดี และสัมพันธภาพดีขึ้น

การศึกษาวิจัยทางการแพทย์พบว่าการเจริญสติ ทำให้ความดันโลหิตลด อัตราการเต้นของหัวใจช้าลง สารก่อความเครียดจำพวกอะดรีนาลีนลดลง สารก่อความสุขพวกเอ็นดอร์ฟินต่างๆ เพิ่มขึ้น ภูมิคุ้มกันเพิ่มขึ้น สมอ้อมมีการเปลี่ยนแปลงที่ตรวจพบได้ด้วยเครื่องมือที่เรียกว่า Brain Imaging การทำงานของส่วนต่างๆ ของสมองมีความบรรสาน (harmony) มากขึ้น ประดุจว่าเครื่องดนตรีทั้งวงบรรเลงเพลงเดียวกัน ในยามจิตวุ่นนั้น เหมือนกับเครื่องดนตรีแต่ละชิ้นต่างเล่นกันไปคนละทิศละทาง วุ่นวายโกลาหล แต่เมื่อเครื่องดนตรีทุกชิ้น บรรเลงเพลงเดียวกัน ก็เกิดความบรรสาน (harmony) เป็นเพลงที่ไพเราะฟังแล้วเกิดความสุข เช่นเดียวกับสภาพสมองเมื่อมีการเจริญสติ

แรงจูงใจที่ใหญ่ที่สุดของมนุษย์คือความสุข

เมื่อทำอะไรแล้วมีความสุข ก็อยากจะทำสิ่งนั้น ซ้ำๆ ฉะนั้นโดยที่การเจริญสติทำให้เกิดความสุขชนิดที่มนุษย์ไม่เคยเจอมาก่อนจากการทำอย่างอื่น ๆ จึง

ไม่มีข้อสงสัยเลยเถาะว่า มนุษย์จะเจริญสติกันมากขึ้นๆ จนหมดทั้งโลก

นั่นคืออนาคตของมนุษยชาติที่กำลังอุบัติบังเกิด

ซึ่งเป็นการสมควร เพราะมนุษย์ได้พัฒนามาด้วยการไม่เจริญสติ

มาจนวิกฤตสุดๆ จนไม่มีทางไปต่อไปโดยไม่วิกฤต ในภพภูมิเดิมของการไม่เจริญสติ

สมองมนุษย์ส่วนหน้า ซึ่งเกี่ยวกับสติปัญญา วิจารณ์ญาณ และศีลธรรม ที่ถูกกระตุ้นได้ด้วยการเจริญสติ ก็รอให้มนุษย์ใช้มาถึง ๒๐๐,๐๐๐ ปีแล้ว แม้คนบางคน ตั้งแต่อดีตกาล ซึ่งรวมถึงพระศาสดาของศาสนาต่างๆ เป็นผู้ตื่นรู้เข้าถึงความจริงอันสูงสุด และนำมาประกาศ แต่กระแสใหญ่ของโลกก็ไปทางอำนาจและวัตถุนิยม จนเกิดวิกฤตอารยธรรมในปัจจุบัน

ในพหุบาทหรือเส้นทางอันหลากหลายสู่จิตสำนึกใหม่ ที่กล่าวถึงในตอนที่ ๕ มีสติเป็นสะพานร่วม จะเกี่ยวกับศาสนาหรือไม่เกี่ยวข้องก็ได้ การเจริญสติจึงเป็นสากล

การเจริญสตินอกจากทำให้เกิดความสุข และ สุขภาพดีแล้ว ยังทำให้เกิดปัญญา เข้าใจธรรมชาติ ตามความเป็นจริง ว่าธรรมชาติทั้งหมดสัมพันธ์เป็น หนึ่งเดียวกัน ไม่ใช่ตัวตนของเราเราเป็นศูนย์กลางของ สรรพสิ่ง ปัญญาและจิตสำนึกของความเป็นหนึ่งเดียว ของทั้งหมดจะทำให้คำนึงถึงการอยู่ร่วมกัน ทั้งระหว่าง มนุษย์กับมนุษย์และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน สติจึงเป็นปัจจัยให้เกิดการ พัฒนาอย่างยั่งยืน

เสน่ห์ของสติอีกอย่างหนึ่งคือสามารถสัมปยุต กับการงานทั้งปวง ไม่ว่าจะงานอะไรๆ ก็สามารถทำ ด้วยการเจริญสติได้ ซึ่งเมื่อเจริญสติแล้วก็จะทำให้ ทำการนั้นๆ ดีขึ้น เช่น กวาดบ้านได้ดีขึ้น ปีนภูเขาได้ดีขึ้น ชกมวยได้ดีขึ้น ยิงปืนได้แม่นยำขึ้น เรียนหนังสือได้ดีขึ้น ทำวิจัยได้ดีขึ้น แม้แต่เช็กส์ก็ดีขึ้น ฯลฯ **สติจึงเป็นที่ ต้องการในงานทั้งปวง**

ยังมีคำถามอยู่ว่าการที่คนตะวันตกกำลังหลง เสน่ห์ของการเจริญสติอยู่ในขณะนี้ เป็นเพียงในเชิง เทคโนโลยีสร้างความสุขและสมรรถนะในการทำงาน

เพียงเท่านั้น หรือว่าเข้าถึงทางไปสู่ปัญญาด้วย ถ้าเพียง แต่เพิ่มสมรรถนะก็ยังไม่พอ เพราะถ้าใจเจริญสติก็จะ ปล้นได้ดีขึ้น

ในทางพุทธนั้นใช้สติและสมาธิเป็นทางไปสู่ปัญญา

ดังที่พูดว่าศีล สมาธิ ปัญญา

การเจริญสมาธินั้นเรียกว่า สมถะกรรมฐาน ส่วน เจริญปัญญานั้นเรียกว่าวิปัสสนากรรมฐาน

สติจัดรวมอยู่กับสมาธิ สมาธิถ้าขาดปัญญายัง ทำให้หลงไปได้

ปัญญาหมายถึงการเข้าถึงความจริง แล้วคลายจาก การยึดมั่นในตัวตนหรือตัวกูของกู ทำให้หมดปัญหากับ ตัวเอง และผู้อื่น

การตื่นรู้เป็นปัญญา

สติช่วยให้รู้อยู่กับปัจจุบัน การรู้อยู่กับปัจจุบันทำให้ เข้าถึงความจริงหรือการตื่นรู้และปัญญา

เมื่อพูดถึงการเจริญสติของคนทั้งมวล หมายถึง การตื่นรู้ของคนทั้งองค์กรด้วย

องค์กรเจริญสติ

การเจริญสตินั้นนอกจากทำกันเป็นรายบุคคลแล้วยังมีการทำกันเป็นเชิงองค์กรด้วย เช่น บริษัทเจริญสติ โรงเรียนเจริญสติ เพราะมีแรงจูงใจที่จะทำให้องค์กรทำเช่นนั้น เช่น คนในองค์กรสุขภาพดีขึ้น มีวันลาป่วยน้อยลง องค์กรประหยัดค่าใช้จ่ายในการรักษา สมรรถนะของคนในองค์กรดีขึ้น ความขัดแย้งน้อยลง บริษัทมีกำไรมากขึ้น เป็นต้น มีโรงเรียน และมหาวิทยาลัยที่สนับสนุนให้ครูอาจารย์และผู้เรียนเจริญสติมากขึ้นเรื่อยๆ เพราะช่วยให้การเรียนและสัมพันธภาพในองค์กรดีขึ้น แนวโน้มอนาคตจะมีองค์กรเจริญสติเพิ่มมากขึ้นๆ เช่น โรงพยาบาลเจริญสติ กรมกองเจริญสติ มหาวิทยาลัยเจริญสติ ฯลฯ

มหาวิทยาลัยมหิดล ในฐานะที่ดำเนินการโครงการจิตปัญญาศึกษา น่าจะเป็นมหาวิทยาลัยแรกที่ประกาศ

ว่า **มหาวิทยาลัยมหิดลเป็นมหาวิทยาลัยแห่งการเจริญสติ** โดยส่งเสริมให้คณาจารย์และบุคลากรในทุกคณะ สถาบันตลอดจนนักศึกษา ศึกษาค้นคว้าและปฏิบัติการการเจริญสติในรูปแบบหลากหลายตามจริตและความสนใจของแต่ละบุคคล แล้วมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน เกิดเป็นเครือข่ายแห่งการเจริญสติ โรงพยาบาลในสังกัดมหาวิทยาลัยอาจทำการวิจัยเรื่อง **คลินิกเจริญสติ** เพราะเป็นที่รู้จักกันอยู่แล้วว่าการเจริญสติทำให้สุขภาพดี ไม่ค่อยเจ็บป่วย หรือเจ็บป่วยก็หายง่าย อายุขัยเพิ่มขึ้น อาจพบว่าการเจริญสติอาจมีผลต่อ telomere ของโครโมโซมซึ่งกำหนดอายุขัย โรงเรียนแพทย์จึงนำวิจัยการป้องกันและรักษาโรคด้วยการเจริญสติ เหล่านี้เป็นต้น

เมื่อมีบุคคลและองค์กรเจริญสติมากขึ้นๆ จนถึงมวลวิกฤต สังคมก็จะเปลี่ยนคุณภาพ เป็นสังคมวิวัฒน์ (ตามรูปที่ ๘) หรือสังคมที่มีการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ทั้งระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติแวดล้อมอันเป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษยชาติ

มนุษย์มีศักยภาพที่จะตื่นรู้ และการตื่นรู้ของคน
ทั้งมวลจะนำไปสู่เป้าหมายสูงสุดของความเป็นมนุษย์

๙ ตุลาคม ๒๕๕๙



สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงชินวราลงกรณ

และ นายแพทย์ สอน สอน สอน สอน สอน สอน สอน สอน สอน สอน

เป็นพระสงฆ์ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ