

จิตตปัญญาศึกษา

สู่สุขภาวะสูงสุดและอารยธรรมใหม่

ประเวศ วะสี

มูลนิธิสธารณสุขแห่งชาติและมูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์

ปาฐกถาในงานจิตตปัญญาศึกษาเฟสติวล

ณ สวนสิริรุกขชาติ ศาลายา มหาวิทยาลัยมหิดล

๒๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

๑.

ภาพรวมจิตตปัญญาศึกษากับวิกฤตโลก

จิตตปัญญาศึกษาเป็นเครื่องมือสร้างศักยภาพสูงสุดแห่งความเป็นมนุษย์ เพื่อให้เผชิญกับวิกฤตโลกในปัจจุบันอันไม่มีทางออก

มนุษย์เป็นสัตว์ที่ฉลาดที่สุดบนพื้นพิภพ แต่กลับไม่สามารถสร้างการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุล ทั้งระหว่างคนกับคน และระหว่างคนกับธรรมชาติแวดล้อม มีการทำลายธรรมชาติอย่างรุนแรง จนมีผู้กล่าวว่าธรรมชาติสิ้นสุดแล้ว - The End of Nature สังคม เศรษฐกิจ มีความเหลื่อมล้ำอย่างรุนแรง เรียกว่ามีการเสียสมดุลอย่างรุนแรงทุกมิติจนถึงตัวมนุษย์เอง อะไรที่เสียสมดุล ย่อมปั่นป่วน วุ่นวายรุนแรง โกลาหล ไม่ยั่งยืน จนมีผู้สรุปว่าอารยธรรมปัจจุบันวิกฤตจนไม่มีทางไปในรูปเดิมแล้ว

คำถาม คือ ทำไมทั้ง ๆ ที่มนุษย์ก็มีศักยภาพสูงจึงไม่สามารถแก้วิกฤตโลกได้

คำตอบเบื้องต้น คือ มนุษย์ถูกทำให้ด้อยศักยภาพ

ระบบต่าง ๆ ที่สร้างขึ้นมามีอำนาจใหญ่โตเหนือมนุษย์ เช่น ระบบการเงิน ระบบพลังงาน ระบบการสื่อสาร ระบบการทำสงคราม มีนักปั่นการเงิน นักปั่นพลังงาน นักปั่นข่าวสาร นักปั่นสงคราม เพียงไม่กี่คน ก็มีอำนาจครอบงำคนทั้งโลก

มนุษย์จึงถูกลดทอนศักดิ์ศรีและศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์ ทำให้ไม่สามารถแก้ปัญหาที่ใหญ่โตเกินตัวได้ ทำอย่างไร ๆ ก็ไม่มีทางออกจากวิกฤต

มีทางเดียวเท่านั้น คือ ต้องหันมาหา**ศักยภาพสูงสุดในตัวมนุษย์**ที่ซ่อนเร้นหลับใหลอยู่ในตัว ที่ธรรมชาติได้ให้เครื่องมือไว้ ธรรมชาติฉลาดที่สุดดูเหมือนจะรู้ล่วงหน้าว่าในอนาคตจะต้องเผชิญ

๒.

มนุษย์มีศักยภาพที่จะเข้าถึงสิ่งสูงสุด

ความจริง – ความดี – ความงาม คือสิ่งสูงสุด

มนุษย์มีสมองส่วนหน้าที่ทำให้เข้าถึงสิ่งสูงสุด เมื่อเข้าถึงความจริงสูงสุดจะทำให้เกิดความสุขสูงสุด ประสบความงามอันล้นเหลือ และมีไมตรีจิตอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง

แต่มนุษย์ถูกโปรแกรมมาให้ใช้สมองส่วนหลัง ซึ่งเป็นสมองสัตว์เลื้อยคลาน (Reptilians) เพื่อความอยู่รอดด้วยการต่อสู้ แย่งชิง หลอกลวง เพราะมนุษย์มีชีวิตรอยู่ในยุคดึกดำบรรพ์ยาวนานถึง ๑๙๐,๐๐๐ ปี ซึ่งเป็นชีวิตในป่าดงพงพี เต็มไปด้วยสัตว์ร้ายและอันตรายต่าง ๆ สมองจึงถูกโปรแกรมมาให้ทำหน้าที่ปกป้องหลบภัยจากอันตรายต่าง ๆ เหล่านั้น จนเป็นสัญชาตญาณ และเป็นสัญชาตญาณที่ทำให้ยึดมั่นใน**ตัวตน**หรืออัตตา แม้ต้องเป็นเช่นนี้เพื่อความอยู่รอด ตัวตนก็เป็นทีแคบ เมื่อแคบก็บีบคั้นจิตที่มีตัวตนเป็นใหญ่จึงถูกบีบคั้น ก่อให้เกิดทุกข์แก่ตัวอื่นและผู้อื่น

สมองสัตว์เลื้อยคลานจึงกำหนดความเป็นไปของโลก

ในยุคปัจจุบัน ซึ่งมีอายุประมาณ ๕๐๐ ปี เริ่มต้นเมื่อชาวยุโรปค้นพบวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีอันมีอำนาจมาก จึงใช้อำนาจที่พบใหม่นี้ไปแย่งชิงทั่วโลกและสร้างอารยธรรมตะวันตกขึ้นมา ซึ่งมีความเจริญทางวัตถุมากแต่เสียสมดุลอย่างรุนแรง จึงปั่นป่วน วุ่นวาย รุนแรง โกลาหล ไม่ยั่งยืน

ในสถานะเช่นนี้ แทนที่มนุษย์จะมีความสุขกลับประสบความทุกข์ ความคับแค้นต่าง ๆ นานา กันทั่วโลก แทนที่จะมี**สุขภาวะ**ด้วยความรู้ความเจริญสมัยใหม่ กลับประสบ**ทุกข์ภาวะ**กันถ้วนหน้า

ความต้องการมากที่สุดแต่ขาดแคลนที่สุด คือ ความสุข แต่มักจะได้ทุกข์แทนหรือความสุขเทียมที่พลิกเป็นทุกข์ได้ง่าย ๆ การพัฒนาทางเทคโนโลยี เศรษฐกิจ การเมือง การศึกษา ที่ทำกันอยู่ในปัจจุบันไม่ทำให้โลกหายวิกฤต จำเป็นต้องหันมาหาศักยภาพสูงสุดในตัวมนุษย์แต่ละคน

๓.

ศักยภาพสูงสุดของความเป็นมนุษย์

ศักยภาพสูงสุดของความเป็นมนุษย์ คือ การเข้าถึงสิ่งสูงสุด ได้แก่ การเข้าถึงความจริงสูงสุด ทำให้เกิดสุขภาวะสูงสุด หรือ **สุขภาวะทางปัญญา**

ความงาม เมื่อเข้าถึงความจริงก็ปรากฏความงามอยู่ทั่วไป จิตใจได้รับรู้ความงามเป็นกำไรชีวิต

ความดี เกิดไมตรีจิตอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง อันเป็นไปเพื่อการอยู่ร่วมกันด้วยดี หรือการ **ปฏิบัติสัมพันธภาพ** สัมพันธภาพที่ดีเป็นปัจจัยแห่งความสุข

สุขภาวะทางปัญญา เป็นผลจากการเข้าถึงสิ่งสูงสุด จึงเป็นสุขภาวะสูงสุดอันเป็นไปเพื่อการอยู่ **ร่วมกันอย่างสันติ** การอยู่ร่วมกันอย่างสันตีย้อนกลับมาเพิ่มพูนความสุขให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ปัญญา ไมตรีจิต การอยู่ร่วมกัน คือไตรยางค์แห่งความเจริญที่แท้จริง อันเกิดจากศักยภาพสูงสุดแห่งความเป็นมนุษย์

จิตตปัญญาศึกษา ที่ปลูกการตื่นรู้สู่ศักยภาพในตัวมนุษย์ จึงมีผลใหญ่ถึงเพียงนี้ อะไรที่มีผลใหญ่ก็ควรทำให้มาก

“พหุลีกะตา มหัทธผลา”

๔.

จิตตปัญญาศึกษาคืออะไร

จิตตปัญญาศึกษา คือ การศึกษาให้รู้จิตของตนเอง

การศึกษาให้รู้วิชา กับการศึกษาให้รู้จิตต่างกัน

วิชาเป็นเรื่องภายนอก เรียนรู้โดยข้อมูลและการคิดด้วยตรรกะ

จิตเป็นเรื่องภายใน คือ ใจที่ไร้รูป เคลื่อนไหวรวดเร็ว การคิดไม่สามารถทำให้เข้าใจความจริงของจิตได้ ตรงข้ามการคิดยังเกิดจากการปรุงแต่งปัจจัยอันหลากหลาย ประกอบด้วยมายาคติมากมาย ไม่สามารถเข้าถึงความจริงทางจิตได้ ต้องอาศัยจิตที่ส่งรับรู้ความจริงของปัจจุบันจึงจะรู้ทันจิต

จิตที่รู้ความจริงของปัจจุบัน คือ สติ

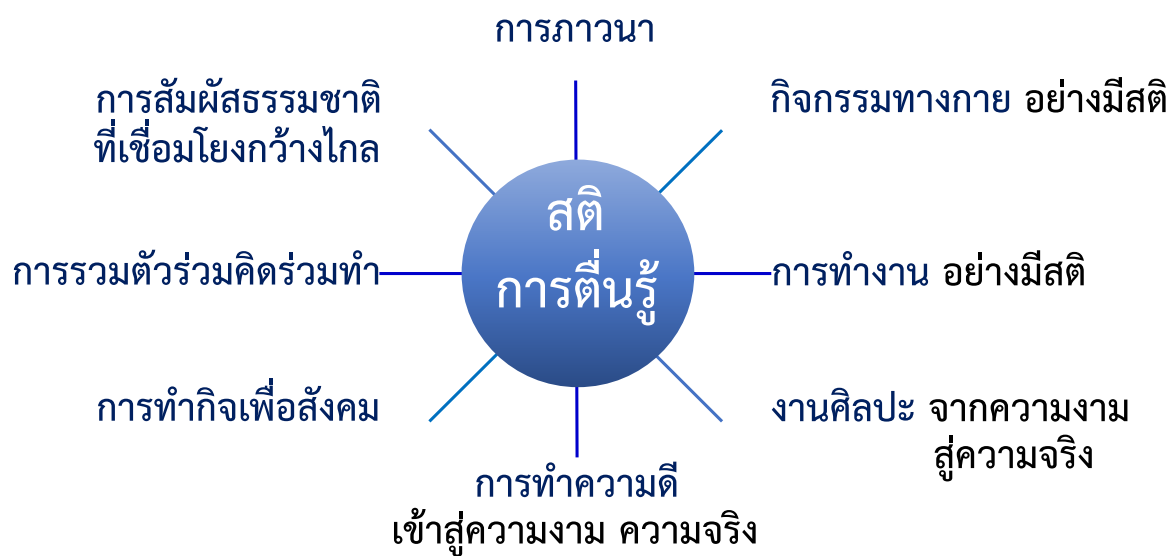
สติ จึงเป็นทางอันเอกให้เข้าถึงความจริง การเข้าถึงความจริง คือ ปัญญา

จิตตปัญญาศึกษาใช้วิธีการต่าง ๆ สู่ประจักษ์เพื่อเข้าไปสู่ปัญญา

วิธีการต่าง ๆ ของจิตตปัญญาศึกษา มีทั้งวิธีที่เป็นศาสนาที่เรียกว่า ภาวนา (Meditation) ซึ่งมีมาแต่เดิมทุกศาสนา

แต่มีวิธีการอื่น ๆ ที่ไม่เรียกว่าเป็นศาสนา อันเป็นทางไปสู่สติหรือกำกับด้วยสติ เช่น กิจกรรมทางกาย ทางศิลปะ ทางการทำงานและทางสังคม รวมกันทุกวิธี มีชื่อว่าจิตตปัญญาศึกษา เป็นคำกลาง ๆ รวมถึงเป็นการสื่อถึงผู้ที่เกลียดหรือกลัวคำว่าศาสนา

สรุปจิตตปัญญาศึกษา เป็นปฏิบัติศึกษาด้วยวิธีอันหลากหลาย เพื่อให้เกิดปัญญา รู้ความจริงของจิต อันก่อให้เกิดการตื่นรู้



รูปที่ ๑ พหุวิธีสู่การตื่นรู้ ทั้งหมดอาจเรียกว่า ภาวนา

ภาวนา คือ การทำให้เกิดหรือพัฒนา

๕.

สุขภาวะที่สมบูรณ์ของมนุษยชาติทั่วโลก

(Complete well - being of mankind around the world)

คือ อุดมการณ์อันสูงส่งขององค์กรพัฒนาจำนวนมาก เช่น องค์การอนามัยโลก มูลนิธิร็อกกี้เฟลเลอร์ ฯลฯ

สุขภาวะที่สมบูรณ์ มีความหมายลึกและครอบคลุมที่สุด

องค์การอนามัยโลกได้ให้คำจำกัดความของสุขภาพไว้ว่า

Health is complete well – being, physically, mentally, socially (and spiritually)

สุขภาวะที่สมบูรณ์ ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ (หรือทางปัญญา)

สุขภาวะที่สมบูรณ์ จึงสูงส่งและครอบคลุมทั้งหมด

จึงควรเป็นเป้าหมายสูงสุดของมนุษยชาติร่วมกันทั่วโลก

อาจเรียกว่าเป็น “สิ่งสูงสุด” ก็ได้

สุขภาวะทางจิตวิญญาณ (spiritual health) แปลอีกอย่างหนึ่งว่า **สุขภาวะทางปัญญา** เพราะ Spiritual หมายถึงการเข้าถึงความจริงสูงสุดเหนือตัวตน การเข้าถึงความจริงก็คือ ปัญญา

ปัญญา เข้าถึงความจริงสูงสุด ทำให้เกิดความสุขสูงสุด

สุขภาวะทางปัญญา จึงเป็น **ความสุขสูงสุด – ประมัตถ์ สุขขัง**

จิตตปัญญาศึกษาทำให้เกิดสุขภาวะทางปัญญา ซึ่งเป็นความสุขสูงสุด

สุขภาวะทางปัญญาช่วยให้ความเป็นมนุษย์สมบูรณ์

สิ่งที่มนุษย์ต้องการมากที่สุดคือความสุข แต่มักได้ทุกข์เพราะความไม่รู้ (อวิชชา) ของจิต

เมื่อ**จิตรู้** คือ จิตตปัญญา จึงเกิดความสุขและเรียกว่าสุขภาวะทางปัญญา

เมื่อความสุขเป็นแรงจูงใจสูงสุด และจิตตปัญญาศึกษาก็เป็นเครื่องมือสร้างสุขสูงสุด จึงพยากรณ์ได้ไม่ยากว่า ผู้คนจะหันมาหาจิตตปัญญาศึกษากันมากขึ้น ๆ ส่งผลให้อุดมการณ์ “สุขภาวะที่สมบูรณ์ของมนุษยชาติ” เกิดขึ้นจริง

การที่มีการจัดจิตตปัญญาศึกษาเฟสดีวัลก็ดี หรือการจัดประชุมระดับชาติว่าด้วยจิตตปัญญาก็ดี เพื่อเป็นกลไกส่งเสริมความเข้าใจและเห็นคุณค่าของจิตตปัญญาศึกษาและสุขภาวะทางปัญญา เพื่อการขยายผลสู่มนุษยชาติ

๖.

สุขภาวะที่สมบูรณ์ถ้วนหน้า

ในเมื่อจิตสำนึกใหม่หรือจิตใหญ่เป็นเครื่องมือสร้างสุขและเปลี่ยนยุค จิตตปัญญาศึกษาจึงควรขยายตัวให้เป็นเครื่องเรียนรู้ของคนทั้งปวง เพื่อสร้าง**สุขภาวะทางปัญญาถ้วนหน้า**

ก็ต้องคิดถึงแนวทางที่จะใช้ในการขับเคลื่อน

คำว่า**จิตตปัญญาศึกษา**ก็ดี คำว่า**สุขภาวะทางปัญญา** เป็นคำใหม่ที่คนทั่วไปไม่คุ้นเคย ต้องใช้เวลาตีความจึงจะเข้าใจ เป็นคำที่จะใช้ในยุทธศาสตร์หลักไม่ได้

ยุทธศาสตร์หลักต้องเลือกใช้คำที่สาธารณะเข้าใจทันที และเห็นคุณค่าคำว่า**เจริญสติ** เป็นคำเก่าที่สาธารณะคุ้นเคยอยู่แล้ว และเริ่มเป็น Big Trend ในโลก ที่มีการพูด การเขียนถึง Mindfulness & Meditation กันมากขึ้นเรื่อย ๆ บางทีก็เรียกว่า **Vipassana** ซึ่งแต่เดิมคนที่กลัวเรื่องศาสนาไม่กล้าพูดถึง แต่เดี๋ยวนี้เริ่มติดตลาด และคำว่า “เจริญสติ” ยังมีโครงสร้างสถาบันรองรับมาก

“เจริญสติถ้วนหน้า” จึงควรเป็นยุทธศาสตร์หลัก (Main strategy)

“จิตตปัญญาศึกษาถ้วนหน้า” และ **“สุขภาวะทางปัญญาถ้วนหน้า”** ควรเป็นยุทธศาสตร์เสริม (Complementary) หรือยุทธศาสตร์โดยสาร ที่อาศัยยุทธศาสตร์เจริญสติเป็นพาหนะ หรือชี้ยุทธศาสตร์เจริญสติไปสู่เป้าหมาย โดยจะเพิ่มเสริมแต่งให้หลากหลายหรือวิจิตรอย่างใดก็เป็นการดี ถือเป็นการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ

๗.

แนวทางในการส่งเสริมการเจริญสติถ้วนหน้า

๑. ทำการศึกษา สำรวจ (Mapping) ว่า สถานปฏิบัติธรรม หรือฝึกสอนการเจริญสติมีที่ใดบ้าง ใครเป็นครูอาจารย์ มีวิธีการสอนอย่างไร องค์การที่เหมาะสมจะทำงานนี้ คือ **สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์**ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่มีพระสุธีรัตนบัณฑิต (ดร.มหาสุทิตย์) เป็นผู้อำนวยการ โดยทีมมหาจุฬา มีวิทยาเขตกระจายทั่วประเทศ และมีพระนิสิตหลายหมื่นรูป จึงมีกำลังพอเพียงที่จะทำการวิจัย ศึกษา สำรวจข้อมูลในเรื่องนี้ และเป็นแหล่งข้อมูลเรื่องสถานเจริญสติ ที่ทำการเผยแพร่ข้อมูลอย่างแพร่หลาย เพื่อประโยชน์ของผู้ต้องการฝึกเจริญสติ และเพื่อการพัฒนาต่อไป
๒. การพัฒนา “สติภาวนาสถาน” มีทั้งด้านกายภาพ ด้านบุคลากร ด้านวิชาการ และด้านการจัดการ เพื่อให้คนอยากไป เข้าถึงได้ง่าย และได้ประโยชน์มากขึ้น เรื่องนี้องค์กรที่ปฏิบัติคือ สำนักพุทธศาสนา กรมการศาสนา และกระทรวงวัฒนธรรม
๓. ส่งเสริม**เศรษฐกิจธรรมะ** กิจกรรมในข้อ (๑) และ (๒) จะทำให้เกิดระบบเศรษฐกิจธรรมะ เช่น การท่องเที่ยวธรรมะ และตลาดชุมชนรอบ ๆ สติภาวนาสถาน ซึ่งต่อไปจะรวมถึงชาวต่างประเทศที่เดินทางเข้ามาเพื่อฝึกการเจริญสติในประเทศไทย
ฉะนั้น ระบบเศรษฐกิจธรรมะอาจขยายใหญ่มาก เป็นเศรษฐกิจที่มีส่วนสำคัญในระบบเศรษฐกิจชาติ เมื่อมีคนจำนวนมากได้รับประโยชน์ทางเศรษฐกิจจากระบบเศรษฐกิจธรรมะ ก็จะเป็นพลังอย่างสำคัญเข้ามาหนุนส่งยุทธศาสตร์การเจริญสติถ้วนหน้า
ทั้งองค์กรส่งเสริมการท่องเที่ยว กระทรวงวัฒนธรรม และกระทรวงพาณิชย์ จึงควรเข้ามามีบทบาทส่งเสริมระบบเศรษฐกิจธรรมะ
๔. ส่งเสริมองค์กรเจริญสติ เนื่องจากในสมัยปัจจุบัน คนส่วนใหญ่มักสังกัดอยู่ในองค์กร ไม่ชนิดใดก็ได้ชนิดหนึ่ง เพราะฉะนั้นยุทธศาสตร์ที่สำคัญคือ ส่งเสริมองค์กรเจริญสติ ให้องค์กรจำนวนมากที่สุดที่จะมากได้เป็นองค์กรเจริญสติ เป้าหมายหลักคือ องค์กรธุรกิจหรือ**บริษัทเจริญสติ** เพราะประโยชน์เห็นได้ชัด ที่ถ้า**บริษัทเจริญสติ**จะมีกำไรมากขึ้น โดยที่พนักงานจะเจ็บป่วยและลางานน้อยลง มีความสุข และร่วมกันทำงานดีขึ้น ต่อไปบริษัททุกบริษัทจะเป็นบริษัทเจริญสติ และภาคธุรกิจมีแรงผลักดันมาก สามารถขับเคลื่อนให้บุคคลและองค์กรอื่นๆ เป็นบุคคลและองค์กรเจริญสติ รวมทั้งการพัฒนาต้นน้ำ คือ **สติภาวนาสถาน**ให้ดีขึ้นด้วย อาจเรียกว่าบริษัทเจริญสติ คือ ยุทธศาสตร์หลักก็ได้

วิธีการคือ มีกลุ่มนักธุรกิจเจริญสติเป็นพลังขับเคลื่อน

ฉะนั้น ต้องหานักธุรกิจเจริญสติมาเป็นพลังขับเคลื่อน

๕. เครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา และเครือข่ายสุขภาวะทางปัญญา นอกจากขับเคลื่อนงานของเครือข่ายเองแล้ว ควรเชื่อมโยงกันและเชื่อมโยงกับสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ของมหาจุฬาฯ และ สสส. สำนัก ๑๑ และสำนัก ๗ พัฒนายุทธศาสตร์เจริญสติถ้วนหน้า และแสวงหานักธุรกิจเจริญสติมาร่วมงานให้ได้ ควรดูตัวอย่างมูลนิธิพุทธฉือจี้ที่มีนักธุรกิจที่มีศรัทธาเข้ามาช่วยจัดการ จนเป็นกิจการเพื่อประโยชน์ของเพื่อนมนุษย์ที่ใหญ่โต เทคโนโลยี และการจัดการเนี้ยบมาก

๘.

ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางของอารยธรรมใหม่

จากการวิจัย ศึกษา สำรวจ จะพบว่าประเทศไทยมีทุนทางธรรมที่ใหญ่มาก และถ้านำทุนนี้มาทำให้เกิดประโยชน์ตามยุทธศาสตร์เจริญสติถ้วนหน้า ต่อไปคนทั้งโลกจะเจริญสติเพราะมีแรงจูงใจสูงมาก

แรงจูงใจสูงสุด คือ ความสุข

ในเมื่อการเจริญสติทำให้เกิดความสุขสูงสุดอย่างไม่เคยเจอมาก่อน และเป็นความสุขราคาถูก (Happiness at low cost) จึงพยากรณ์ได้ว่ามนุษย์เจริญสติกันทั่วโลก

จิตสำนึกใหม่ด้วยการเจริญสติ หรือจิตตปัญญาศึกษา นอกจากทำให้เกิดสุขภาวะทางปัญญาแล้ว ยังก่อให้เกิดมิติจิตอันไพศาล อันเป็นไปเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสมดุลง ทั้งระหว่างคนกับคน และระหว่างคนกับธรรมชาติแวดล้อม

จึงเป็นที่มาของยุคใหม่ หรืออารยธรรมใหม่ ที่เป็นอารยธรรมที่แท้จริง ไม่ใช่เป็นเพียงคำว่าอารยธรรม (Civilization) แต่โดยสาระหาใช่อารยะใหม่

ส่วนจะเรียกชื่ออารยธรรมใหม่ว่าอะไร ก็คงปรากฏขึ้นเอง เช่น

- อารยธรรมสมองส่วนหน้า
- อารยธรรมสุขภาวะที่สมบูรณ์ (Complete well - being) ของมนุษยชาติ
- ยุคศรีอาริยะ

ฯลฯ

ประชาชนจะเป็นผู้ให้ชื่อเอง และมีหลายชื่อ

ประเทศไทยจะกลายเป็น ศูนย์กลางแห่งการเจริญสติของโลก

ประเทศไทยจะกลายเป็น ประเทศเจริญสติ

Thailand A Mindful Country

ถ้ามีการทำภาพยนตร์ดี ๆ ชื่อ **Thailand, A Mindful Country** ฉายให้ดูกันทั่วโลก และทั่วประเทศ

ผลจะเป็นอย่างไร ก็จินตนาการได้ไม่ยาก

คำว่า **เยียวยาโลก – Heal the World**

ก็จะเป็นความจริงและความงามที่เกิดขึ้นกับมนุษยชาติ
