การบูรณาการสัจจธรรมในพระอภิธรรมปิฎกเพื่อการสร้างสรรค์นวัตกรรมวิถีพุทธในสังคมไทยร่วมสมัย

Integrating Ultimate Truths from the Abhidhamma Pitaka to Innovate Buddhist Way of Life in Contemporary Thai Society

พระมหาทรงชัย ศิริ

Phramaha Songchai Siri

วัดบางพลีใหญ่ใน, ประเทศไทย

Wat Bang Pleeyainai, Thailand

Corresponding Author E-mail: songchaisiri2531@gmail.com

Received 20 January 2023; Revised 21 March 2023; Accepted 21 June 2023

****

วารสาร
บาลีเถรวาทปริทรรศน์
Pāli–Theravāda Review Journal (PTRJ) ISSN : 3088-3148 (Online)

การบูรณาการสัจจธรรมในพระอภิธรรมปิฎกเพื่อการสร้างสรรค์นวัตกรรมวิถีพุทธในสังคมไทยร่วมสมัย

พระมหาทรงชัย ศิริ

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อวิเคราะห์หลักปรมัตถธรรมในพระอภิธรรมปิฎกอย่างเป็นระบบ และสังเคราะห์องค์ความรู้ที่ได้สู่การบูรณาการวิถีพุทธเชิงปัญญา เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจริยธรรมและดุลยภาพทางจิตให้แก่สังคมไทยร่วมสมัย ท่ามกลางบริบทของวิกฤตการณ์ซ้อนทับและพลวัตของเทคโนโลยีดิจิทัลดิสรัปชัน ที่มิเพียงส่งผลกระทบทางเศรษฐกิจ แต่ยังก่อให้เกิดสภาวะเปราะบางทางจิตใจอย่างรุนแรงและความขัดแย้งเชิงโครงสร้างที่ร้าวลึกในระดับจิตวิญญาณ ผลการศึกษาจากการวิเคราะห์เชิงลึกพบว่าปัญหาทางสังคมและวิกฤตสุขภาพจิตในปัจจุบันมีรากเหง้ามาจากอวิชชาหรือความไม่รู้เท่าทันในกระบวนการทำงานของธรรมชาติฝ่ายนามธรรม คือ จิตและเจตสิก โดยเฉพาะอย่างยิ่งอิทธิพลของอกุศลเจตสิก เช่น โลภะและโทสะ ที่ถูกกระตุ้นและขยายผลอย่างต่อเนื่องผ่านอัลกอริทึมของสื่อดิจิทัลจนกลายเป็นความปกติใหม่

บทความนี้จึงนำเสนอโมเดลทางยุทธศาสตร์ "วิถีพุทธบูรณาการ: อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่" ซึ่งขับเคลื่อนด้วย 3 กระบวนการสำคัญ ได้แก่ การรู้เพื่อเข้าใจโครงสร้างจิต, การตื่นเพื่อเท่าทันผัสสะ, และการสร้างสรรค์ เพื่อทำประโยชน์แก่สังคม โดยเน้นการถอดรหัสหลักธรรมเรื่องวิถีจิตและปัฏฐาน ให้แปรเปลี่ยนเป็นทักษะความฉลาดทางอารมณ์ และจริยธรรมสังคมที่จับต้องได้ ซึ่งนับเป็นการยกระดับพฤติกรรมทางศาสนาจากการนับถือเชิงจารีตพิธีกรรม สู่การปฏิบัติบูชาด้วยปัญญาที่รู้แจ้งในเหตุปัจจัย อันจะเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตวิญญาณที่เข้มแข็งและยั่งยืนให้แก่ปัจเจกและสังคม

คำสำคัญ: พระอภิธรรมปิฎก; วิถีพุทธเชิงปัญญา; นวัตกรรมทางจิต; สังคมไทยร่วมสมัย

วารสาร
บาลีเถรวาทปริทรรศน์
Pāli–Theravāda Review Journal (PTRJ) ISSN : 3088-3148 (Online)

Integrating Ultimate Truths from the Abhidhamma Pitaka to Innovate Buddhist Way of Life in Contemporary Thai Society

Phramaha Songchai Siri

Abstract

This academic article aims to systematically analyze the Ultimate Truths (Paramattha-dhamma) in the Abhidhamma Pitaka and synthesize this knowledge to innovate a "Wisdom-based Buddhist Way of Life" suitable for contemporary Thai society. Amidst the prevailing context of "Polycrisis" and the rapid dynamics of Digital Disruption, which have not only impacted the economy but have drastically exacerbated psychological fragility and deepened structural conflicts at a spiritual level, the study reveals that these socio-psychological issues are fundamentally rooted in "Avijja" (Ignorance) or a lack of insight into the intricate mechanisms of consciousness (Citta) and mental factors (Cetasika). Specifically, the study highlights how unwholesome factors (Akusala Cetasika), such as Greed and Hatred, are continuously amplified by digital algorithms until they become a new norm.

Consequently, the article proposes a strategic model titled "Integrated Buddhist Way: Abhidhamma for the New Generation," comprising three key processes: Knowing (understanding mental structures), Awakening (mindfulness at the point of contact), and Creating (social contribution). This model transforms complex concepts of Cognitive Series (Vithi-citta) and Conditional Relations (Patthana) into practical skills for emotional intelligence and social ethics. This approach elevates Buddhist practice from conventional rituals to wisdom-oriented application based on causal insight, thereby establishing sustainable spiritual immunity for both individuals and society.

Keywords: Abhidhamma Pitaka; Wisdom-based Buddhist Way; Mental Innovation; Contemporary Thai Society

บทนำ

ท่ามกลางพลวัตของโลกในศตวรรษที่ 21 ที่ถูกขับเคลื่อนด้วยอัตราเร่งของเทคโนโลยีดิจิทัลดิสรัปชัน (Digital Disruption) และสภาวะความผันผวน ไม่แน่นอน ซับซ้อน และคลุมเครือ สังคมไทยกำลังเผชิญหน้ากับสภาวะ วิกฤตการณ์ซ้อนทับที่มีความละเอียดอ่อนและรุนแรงกว่าในอดีตอย่างมีนัยสำคัญ วิกฤตการณ์เหล่านี้มิได้จำกัดกรอบอยู่เพียงมิติทางเศรษฐกิจมหภาค ความเหลื่อมล้ำทางรายได้ หรือความไร้เสถียรภาพทางการเมืองเท่านั้น แต่ได้รุกรานลึกเข้าสู่พื้นที่ภายใน คือมิติทางจิตวิญญาณและโครงสร้างทางจริยธรรมของปัจเจกบุคคลอย่างรุนแรง กระแสโลกาภิวัตน์ที่มาพร้อมกับวัฒนธรรมวัตถุนิยมและบริโภคนิยมสุดโต่ง ซึ่งถาโถมผ่านอัลกอริทึมของสื่อสังคมออนไลน์ที่ถูกออกแบบมาเพื่อดึงดูดความสนใจ ได้ทำหน้าที่กระตุ้นเร้ากิเลสและความต้องการของมนุษย์ให้ทำงานตลอดเวลา ก่อให้เกิดค่านิยมเปรียบเทียบและความปรารถนาที่ไม่สิ้นสุด ส่งผลให้สภาวะจิตใจของคนในสังคมเกิดความเปราะบาง ภาวะหมดไฟ โรคซึมเศร้า และความเครียดสะสม จนนำไปสู่ความขัดแย้งเชิงโครงสร้างที่ร้าวลึกในทุกระดับความสัมพันธ์ ตั้งแต่สถาบันครอบครัวไปจนถึงระดับชาติ สอดคล้องกับทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ที่ได้วิเคราะห์ไว้อย่างแหลมคมว่า สังคมปัจจุบันกำลังหลงติดและเชิดชูรูปแบบของวัตถุจนละเลยการพัฒนาด้านจิตใจ ทำให้เกิดภาวะขาดสมดุลแห่งชีวิต ซึ่งเป็นเหตุปัจจัยสำคัญที่ทำให้มนุษย์สูญเสียความสามารถในการแสวงหาความสุขที่แท้จริงจากภายใน และต้องพึ่งพาสิ่งเสพติดทางความรู้สึกจากภายนอกเพื่อหล่อเลี้ยงตัวตน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2552)

แม้ว่าประเทศไทยจะมีต้นทุนทางวัฒนธรรมที่เข้มแข็งและยึดโยงกับพระพุทธศาสนาเถรวาทมายาวนาน ซึ่งควรจะเป็นรากฐานที่มั่นคงทางจิตวิญญาณ แต่ปรากฏการณ์ทางสังคมเชิงประจักษ์ในปัจจุบันสะท้อนให้เห็นถึงความย้อนแย้ง ที่น่ากังวล กล่าวคือ รูปแบบการนับถือศาสนาแบบจารีตนิยมหรือพุทธศาสนาเชิงวัฒนธรรมที่ปรากฏดาดดื่นในสังคมไทย ซึ่งเน้นหนักไปในเรื่องทานพิธี การประกอบพิธีกรรมเพื่อความสบายใจชั่วคราว หรือศรัทธาเชิงอ้อนวอนร้องขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์นั้น อาจเป็นเพียงเปลือกกระพี้ที่ไม่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันทางปัญญาที่เพียงพอต่อการรับมือกับความซับซ้อนของกิเลสและปัญหาในโลกสมัยใหม่ได้ การยึดติดในรูปแบบพิธีกรรมโดยขาดความเข้าใจในสภาวะความจริงของชีวิต หรือที่เรียกว่า สีลัพพตปรามาส ทำให้วิถีพุทธในปัจจุบันขาดพลังในการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุแห่งทุกข์ ซึ่งสถิตฝังลึกอยู่ในกระบวนการทำงานของจิตใจ การแก้ปัญหาด้วยวิธีการแบบเดิมจึงเปรียบเสมือนการใช้ยาแก้ปวดเพื่อบรรเทาอาการของโรคร้าย หรือการตัดแต่งกิ่งก้านของต้นไม้พิษโดยไม่ได้ขุดรากถอนโคน ซึ่งไม่สามารถระงับวงจรแห่งความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากตัณหาและอวิชชาได้อย่างยั่งยืน

ในบริบทของการแสวงหาทางออกทางปัญญานี้ พระอภิธรรมปิฎก ซึ่งเป็นหมวดคำสอนที่ว่าด้วยปรมัตถธรรมหรือสภาวธรรมล้วนๆ ที่เป็นความจริงแท้แน่นอน มักถูกมองข้ามและละเลยจากพุทธศาสนิกชนส่วนใหญ่ ด้วยมายาคติที่ว่าเป็นเรื่องลึกซึ้งเกินความจำเป็น เข้าใจยาก เป็นเรื่องของพระสงฆ์องค์เจ้า หรือเป็นเรื่องไกลตัวสำหรับวิถีชีวิตฆราวาสที่ต้องทำมาหากิน อย่างไรก็ตาม บทความวิชาการนี้มุ่งโต้แย้งทัศนะดังกล่าวอย่างสิ้นเชิง โดยเสนอว่าแท้จริงแล้ว พระอภิธรรมมิใช่เพียงปรัชญานามธรรมที่ลอยตัวเหนือปัญหา แต่คือจิตวิทยาพุทธศาสตร์ชั้นสูง ที่มีลักษณะเป็นวิทยาศาสตร์ทางจิต ซึ่งอธิบายปรากฏการณ์ทางจิตไว้อย่างเป็นระบบ ปราศจากสมมติบัญญัติ (Nizamis, 2012) เปรียบเสมือนการศึกษาระบบปฏิบัติการของจิต (Mind

Operating System: Mind OS) ที่อธิบายกลไกการทำงานของพฤติกรรมมนุษย์ พลวัตของอารมณ์ และกระบวนการรับรู้โลกภายนอกได้อย่างละเอียดลออที่สุด ดังที่ปรากฏหลักฐานในคัมภีร์ธรรมสังคณี ที่จำแนกแจกแจงธรรมชาติของจิตและเจตสิกไว้อย่างละเอียด (อภิ.สงฺ. (ไทย) 134/1/27) การมองข้ามพระอภิธรรมจึงเท่ากับการปิดโอกาสในการเข้าถึงเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพสูงสุดในการจัดการกับโลกภายในของมนุษย์

การทำความเข้าใจองค์ประกอบพื้นฐานของชีวิตตามหลักอภิธรรม อันได้แก่ จิต (Consciousness) เจตสิก (Mental Factors) และรูป (Matter) คือกุญแจสำคัญในการ "ไขรหัสพันธุกรรมทางพฤติกรรม" ของมนุษย์ องค์ความรู้นี้ช่วยให้เราสามารถจำแนกแยกแยะสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะจิตได้อย่างแม่นยำ รู้เท่าทันแรงขับภายในอันเป็นรากเหง้าของพฤติกรรมที่แสดงออกทางกายและวาจา การศึกษาพระอภิธรรมจึงมิใช่เรื่องของการท่องจำชื่อสภาวธรรมเพื่อการสอบไล่ แต่เป็นความจำเป็นเร่งด่วนในการทำความเข้าใจมนุษย์ในมิติที่ลึกซึ้งที่สุด เพื่อยกระดับจากการเป็นผู้ถูกกระทำโดยกิเลสและสิ่งเร้าภายนอก มาเป็นผู้บริหารจัดการชีวิตด้วยปัญญา ดังนั้น การนำหลักการนี้มาประยุกต์ใช้จึงเป็นนวัตกรรมทางความคิดที่จะช่วยเปลี่ยนผ่านสังคมไทยจากศรัทธาจริตที่เปราะบางสู่ปัญญาจริต ที่เข้มแข็งและตื่นรู้

จากความสำคัญและที่มาของปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงกำหนดวัตถุประสงค์ของบทความนี้ เพื่อวิเคราะห์หลักปรมัตถธรรมในพระอภิธรรมปิฎกและสังเคราะห์องค์ความรู้สู่การบูรณาการวิถีพุทธเชิงปัญญา ในการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจริยธรรมและดุลยภาพทางจิตในสังคมไทยร่วมสมัย โดยมุ่งหวังให้ผลการศึกษาเป็นกรอบแนวคิดใหม่ที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่สังคมไทยท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง และเพื่อพิสูจน์ให้เห็นว่าพระอภิธรรมคือศาสตร์แห่งชีวิตที่ทันสมัยและจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับมนุษย์ในศตวรรษที่ 21

สารัตถะและพลวัตแห่งพระอภิธรรมปิฎก

1. สารัตถะแห่งพระอภิธรรมปิฎก: โครงสร้างรากฐานของพฤติกรรมมนุษย์และการรื้อถอนอัตตา

พระอภิธรรมปิฎกนำเสนอชุดความรู้ที่เป็นปรมัตถสัจจะ ซึ่งมีความแตกต่างจากความจริงโดยสมมติหรือสัจจะทางโลกอย่างสิ้นเชิง โดยมุ่งเน้นการจำแนกแยกแยะสภาวธรรมออกเป็นองค์ประกอบย่อยที่สุดอย่างเป็นระบบ เพื่อให้เห็นความจริงเชิงประจักษ์ว่า สิ่งที่มนุษย์ทั่วไปยึดถือว่าเป็นตัวตนเป็นเราหรือเป็นเขานั้นแท้จริงเป็นเพียงภาพลวงตา ที่เกิดจากการประชุมรวมกันของธรรมชาติ 4 ประการที่ไหลเวียนเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย ได้แก่

1) จิต ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ ทำหน้าที่เป็นประธานในการรับรู้โลก จิตในทางอภิธรรมมิใช่ดวงวิญญาณที่เป็นอมตะและล่องลอยไปเกิดใหม่ แต่เป็นเพียงกระบวนการของการระลึกรู้ที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปอย่างรวดเร็ว (ขณะจิต) การเข้าใจจิตในลักษณะนี้ช่วยทำลายความยึดมั่นในผู้รู้ว่าเป็นตัวตนที่ถาวร

2) เจตสิก ธรรมชาติที่ประกอบปรุงแต่งจิตให้มีคุณสมบัติแตกต่างกัน เป็นคุณภาพของจิตในขณะนั้นๆ เจตสิกเปรียบเสมือนซอฟต์แวร์ที่กำหนดพฤติกรรมของจิต มีทั้งฝ่ายดี (โสภณ) ฝ่ายชั่ว (อกุศล) และ

ฝ่ายกลางๆ หน้าที่ของเจตสิกคือการให้ความหมายและอารมณ์แก่สิ่งที่จิตรับรู้ เจตสิก 52 ดวงทำหน้าที่ขับเคลื่อนพฤติกรรมมนุษย์อย่างละเอียดซับซ้อน

3) รูป สสารและพลังงานที่เป็นองค์ประกอบทางกายภาพ ซึ่งมีความเสื่อมสลายและแปรปรวนไปตามปัจจัยทางความร้อนและความเย็น ความเข้าใจเรื่องรูปทำให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิต ว่าความแปรปรวนของร่างกายส่งผลต่ออารมณ์ และความเครียดทางจิตส่งผลทำลายร่างกายอย่างไร

4) นิพพาน สภาวะที่ดับกิเลสและกองทุกข์โดยสิ้นเชิง เป็นเป้าหมายสูงสุดที่อยู่เหนือเงื่อนไขของสมมติบัญญัติและกาลเวลา เป็นสภาวะเดียวที่ไม่ถูกปรุงแต่ง (อสังขตธรรม) ซึ่งเป็นจุดหมายปลายทางของการพัฒนาจิตเพื่ออิสรภาพที่แท้จริง (อภิ.สงฺ. (ไทย) 34/7/6)

สำหรับการวิเคราะห์พฤติกรรมและปัญหาสังคมไทยในเชิงลึก จุดเน้นที่สำคัญที่สุดอยู่ที่พลวัตความสัมพันธ์ระหว่างจิตและเจตสิก ซึ่งเปรียบเสมือนน้ำบริสุทธิ์กับสีย้อมน้ำ จิตโดยธรรมชาติเป็นเพียงธาตุรู้ที่เป็นกลาง (ดั่งน้ำใส) แต่เจตสิกเป็นสิ่งที่เข้ามาปรุงแต่ง (ดั่งสีต่างๆ) ให้น้ำนั้นเปลี่ยนสภาพไป การเข้าใจกลไกนี้จะช่วยให้เราเห็นว่า พฤติกรรมที่ดีหรือชั่วของมนุษย์ไม่ได้เกิดจากเนื้อแท้ของบุคคลนั้นๆ แต่เกิดจากเจตสิกที่เข้ามาครอบงำจิตในขณะนั้นๆ โดยเฉพาะกลุ่ม อกุศลเจตสิก 14 ซึ่งเป็นรากเหง้าของความขัดแย้งและปัญหาสังคมเชิงโครงสร้าง สามารถจำแนกและขยายความได้ดังนี้:

1) โมจตุกะ (กลุ่มความหลง) ประกอบด้วย โมหะ (ความไม่รู้จริง), อหิริกะ (ความไม่ละอายต่อบาป), อโนตตัปปะ (ความไม่เกรงกลัวต่อบาป) และอุทธัจจะ (ความฟุ้งซ่าน) กลุ่มนี้คือรากฐานของความเสื่อมในระบบธรรมาภิบาลและความยุติธรรมในสังคม

การประยุกต์วิเคราะห์ ปัญหาการทุจริตคอร์รัปชัน ที่ฝังรากลึกในสังคมไทย มีสาเหตุหลักมาจากอหิริกะและอโนตตัปปะ เมื่อผู้นำหรือบุคคลในสังคมขาดความละอายและเกรงกลัวต่อผลของการกระทำที่ไม่ถูกต้อง ย่อมกล้าที่จะเบียดเบียนสมบัติสาธารณะเพื่อประโยชน์ส่วนตนโดยไม่รู้สึกผิด การแก้ปัญหาคอร์รัปชันจึงไม่อาจสำเร็จได้ด้วยเพียงมาตรการทางกฎหมาย แต่ต้องสร้างวัฒนธรรมความละอายต่อการทำชั่วให้เกิดขึ้นในจิตใจ (อภิ.สงฺ. (ไทย) 34/365/110)

อุทธัจจะ ในบริบทปัจจุบันสะท้อนผ่านสภาวะสมาธิสั้นทางสังคม ที่ผู้คนไม่สามารถจดจ่อกับสิ่งใดได้นาน ขาดความสามารถในการไตร่ตรองเหตุผลทำให้ตกเป็นเหยื่อของข่าวลวงได้ง่าย

2) โลติกะ (กลุ่มความโลภ) ประกอบด้วย โลภะ (ความอยากได้), ทิฏฐิ (ความเห็นผิด), และมานะ (ความถือตัว) เจตสิกกลุ่มนี้เป็นเครื่องยนต์หลักขับเคลื่อนลัทธิบริโภคนิยม และระบบเศรษฐกิจที่เน้นการเติบโตอย่างไร้ขีดจำกัด

การประยุกต์ทำงานร่วมกับ ทิฏฐิ ในการสร้างค่านิยมที่ผิดเพี้ยนว่า ความสุขเท่ากับความมั่งคั่ง หรือการมีคือการเป็นนำไปสู่ปัญหาหนี้สินครัวเรือนและการทำลายทรัพยากรธรรมชาติ

มานะ หรือความถือตัว ได้แสดงออกอย่างเด่นชัดและรุนแรงในยุคสื่อสังคมออนไลน์ผ่านพฤติกรรมความหลงตัวเอง การสร้างภาพลักษณ์ เพื่อเรียกยอดไลค์และการยอมรับ ซึ่งนำไปสู่การเปรียบเทียบ ความอิจฉา และการแข่งขันทางวัตถุอย่างไม่มีที่สิ้นสุด จนเกิดภาวะซึมเศร้าเมื่อไม่ได้รับการตอบรับตามที่คาดหวัง

3) โทจตุกะ (กลุ่มความโกรธ) ประกอบด้วย โทสะ (ความโกรธ), อิสสา (ความริษยา), มัจฉริยะ (ความตระหนี่), และกุกกุจจะ (ความรำคาญใจ) นี่คือเชื้อเพลิงของความรุนแรงทางวาจาและกายภาพ และความแตกแยกทางสังคม

การประยุกต์ปรากฏการณ์ Hate Speech, Cyberbullying และความขัดแย้งทางการเมืองที่แบ่งฝักแบ่งฝ่ายอย่างรุนแรง ล้วนมีรากฐานมาจาก โทสะ ที่ขาดการยับยั้งชั่งใจ นอกจากนี้ อิสสา (ความริษยา) และมัจฉริยะ (ความตระหนี่) ยังเป็นเจตสิกที่ขัดขวางการกระจายรายได้และการสร้างความเท่าเทียมในสังคม ทำให้ผู้ที่มีทรัพยากรหวงแหนและกีดกันผู้อื่น เกิดการผูกขาดและขยายช่องว่างทางชนชั้นให้กว้างขึ้น

ในทางตรงกันข้าม โสภณเจตสิก หรือสภาวะฝ่ายดีงาม เปรียบเสมือนวัคซีนทางสังคมหรือต้นทุนทางสังคมภายในจิตใจ ที่สังคมไทยจำเป็นต้องรื้อฟื้นและเสริมสร้างอย่างเร่งด่วน ได้แก่

(1) สติ (Mindfulness) ในทางอภิธรรม สติมิใช่เพียงการระลึกรู้ทั่วไป แต่ทำหน้าที่เป็นนายทวารหรือผู้คุ้มกันที่คอยยับยั้งกระแสกิเลสก่อนที่จะพรั่งพรูออกมาเป็นพฤติกรรม สติช่วยให้เราหยุดและเห็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ไม่เผลอไผลไปตามแรงกระตุ้นของอัลกอริทึม

(2) หิริ-โอตตัปปะ พระพุทธองค์ทรงยกย่องธรรมคู่นี้ว่าเป็น "โลกบาลธรรม" หรือธรรมคุ้มครองโลก มิให้มนุษย์ตกต่ำลงไปสู่พฤติกรรมของเดรัจฉาน หากสังคมใดมีธรรมคู่นี้อย่างเข้มแข็ง สังคมนั้นจะมีระเบียบวินัยและจริยธรรมโดยอัตโนมัติ โดยไม่ต้องใช้กฎหมายบังคับรุนแรงหรือกล้องวงจรปิดคอยจับผิด

(3) ตัตรมัชฌัตตตา (ความวางเฉยเป็นกลาง) เจตสิกตัวนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งในบริบทความขัดแย้งทางการเมือง เป็นรากฐานของความเป็นกลางทางใจที่ไม่เอนเอียงด้วยอคติหรือฉันทาคติ ช่วยให้บุคคลสามารถรับฟังความเห็นต่างด้วยใจที่เปิดกว้างและยุติธรรม อันเป็นคุณสมบัติพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการแก้ปัญหาความขัดแย้งและการสร้างความปรองดองในระบอบประชาธิปไตย (อภิ.สงฺ. (ไทย) 34/15/55)

2. พลวัตสังคมไทยกับวิกฤตสุขภาวะทางจิต

ความล้มเหลวในการจัดการผัสสะในยุคดิจิทัล ข้อมูลทางสังคมวิทยาและสาธารณสุขชี้ให้เห็นว่าสังคมไทยกำลังเผชิญกับโรคซึมเศร้า ภาวะเครียดเรื้อรังและความรุนแรงในครอบครัว ในอัตราที่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งหากวิเคราะห์ผ่านเลนส์ของพระอภิธรรม จะพบว่า ปัญหาเหล่านี้มิได้เกิดขึ้นลอยๆ หรือเป็นเพียงความผิดปกติของสารเคมีในสมองเท่านั้น แต่มีสมุฏฐานมาจากกระบวนการทำงานของจิตที่ขาดความรู้เท่าทันในกระบวนการผัสสะและวงจรปฏิจจสมุปบาท

ผัสสะประตูแห่งวิกฤตและโอกาส

ผัสสะคือจุดบรรจบของ 3 สิ่ง ได้แก่ 1. อายตนะภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) 2. อารมณ์ภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์) และ 3. วิญญาณ (ตัวรู้) ในอดีต ผัสสะของมนุษย์ถูกจำกัดด้วยกายภาพและเวลา แต่ในยุคดิจิทัล มนุษย์ถูกกระหน่ำด้วย "ผัสสะ" ตลอด 24 ชั่วโมง ผ่านหน้าจอสมาร์ตโฟนที่เป็นเสมือนอายตนะที่ 7 การแจ้งเตือน (Notifications) และข้อมูลข่าวสารที่ไหลบ่า ทำให้จิตต้อง

ทำงานหนักในการรับรู้อารมณ์ซ้ำๆ อย่างรวดเร็ว ก่อให้เกิดภาวะ "จิตล้า" (Mental Fatigue) และสูญเสียความสามารถในการพักผ่อน

จากเวทนาสู่ตัณหา

เมื่อมีผัสสะเกิดขึ้น ย่อมเกิดเวทนาขึ้นทันทีโดยอัตโนมัติ ตามกฎแห่งปฏิจจสมุปบาท (สํ.นิ. (ไทย) 16/20/34) ปัญหาสำคัญที่เป็นจุดตายของคนยุคใหม่คือ การขาดทักษะในการ แยกแยะระหว่างเวทนาทางกาย/ใจ กับปฏิกิริยาปรุงแต่งทางจิต ซึ่งนำไปสู่วงจรอุบาทว์ดังนี้:

(1) ความไม่รู้เท่าทัน ความไม่เข้าใจว่าเวทนาเป็นเพียงสภาวะธรรมชาติที่เกิดขึ้นและดับไปตามเหตุปัจจัย ทำให้เราหลงยึดถือว่าความรู้สึกนั้นเป็นของเรา

(2) การปรุงแต่งด้วยตัณหา เมื่อเกิดสุขเวทนา (เช่น ยอดไลค์ คำชม) จิตจะเกิดความทะยานอยากที่จะรักษามันไว้ และเมื่อเกิดทุกขเวทนา (เช่น คำด่า ข่าวร้าย) จิตจะเกิดความอยากผลักไสหรือทำลาย (Hate)

(3) อุปาทานและการยึดติด ความยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์เหล่านั้นอย่างรุนแรง เช่น การยึดติดว่าตนเองไร้ค่าเมื่อไม่มีใครสนใจ หรือการโกรธแค้นเมื่อถูกเห็นต่าง สิ่งเหล่านี้นำไปสู่ภาวะ "เสพติดดราม่า" หรือเสพติดความเจ็บปวดทางใจโดยไม่รู้ตัว

3 ผลกระทบเชิงโครงสร้าง

กระบวนการปรุงแต่งนี้เองที่แปรเปลี่ยนความเจ็บปวดซึ่งเป็นสภาวะธรรมชาติ ให้กลายเป็นความทุกข์ระทมทางจิตใจ จนสั่งสมกลายเป็นความเครียดสะสม และบุคลิกภาพที่ก้าวร้าวหรือเปราะบางสังคมที่เต็มไปด้วยผู้คนที่ขับเคลื่อนด้วยตัณหาและอุปาทาน ย่อมเป็นสังคมที่เปราะบาง แตกแยก และขาดความสุข

ดังนั้น ทางออกของวิกฤตสุขภาวะทางจิตของคนไทย จึงมิใช่เพียงการเข้าหาจิตแพทย์เมื่อสายเกินแก้ แต่คือการสร้างภูมิคุ้มกันตั้งแต่ต้นน้ำด้วยการฝึกทักษะในการบริหารจัดการผัสสะหรือความสามารถในการมีสติขั้นพื้นฐานที่หน้าด่านของทวารทั้ง 6 เพื่อทำหน้าที่เป็นตัวกรองกั้นกระแสไม่ให้ผัสสะพัฒนาไปสู่วงจรอุบาทว์ของความทุกข์ การแก้ปัญหาจึงไม่ใช่การหนีจากโลกดิจิทัล แต่คือการสร้างสติให้เข้มแข็งพอที่จะอยู่กับโลกโดยไม่ถูกโลกครอบงำ ตามหลักพุทธธรรมที่เน้นการแก้ที่ต้นเหตุแห่งธรรม (สํ.นิ. (ไทย) 16/60/114)

บทวิเคราะห์ (Analysis)

จาก ปรมัตถ์สู่บัญญัติ การแปลงนามธรรมสู่รูปธรรมแห่งความฉลาดทางอารมณ์ หัวใจสำคัญของการบูรณาการพระอภิธรรมสู่สังคมสมัยใหม่ มิใช่การท่องจำจำนวนจิตหรือเจตสิกตามตำราเรียนแต่คือการถอดรหัสและแปลงหลักการเรื่องวิถีจิต ให้เป็นทักษะการรู้เท่าทันอารมณ์ ที่สามารถนำมาปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน วิถีจิตคือแผนผังแสดงลำดับการทำงานของจิตขณะรับรู้อารมณ์ ซึ่งเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็วระดับนาโนวินาที การศึกษาวิถีจิตทำให้เราเห็นช่องว่างระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนองซึ่งเป็นพื้นที่แห่งอิสรภาพทางปัญญา (Bodhi, 2000)

การวิเคราะห์วิถีจิตเพื่อการประยุกต์ใช้มุ่งเน้นที่การทำความเข้าใจจุดชี้ขาดทางจริยธรรม ซึ่งอยู่ที่ขณะจิตที่เรียกว่า โวฏฐัพพนะและชวนะ ซึ่งเป็นช่วงเวลา 7 ขณะจิตที่จิตเสพเสวยอารมณ์และกระทำกรรม ธรรมชาติของจิตในขั้นตอนนี้จะถูกขับเคลื่อนด้วยความคุ้นชิน หากขาดสติสัมปชัญญะในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อนี้ จิตจะไหลไปตามร่องเดิมของกิเลส แต่หากมีโยนิโสมนสิการและสติเข้าไปกั้น กระบวนการปรุงแต่งจะถูกตัดรอนและเปลี่ยนทิศทาง ทำให้เกิดการตอบสนองแบบใหม่ที่ประกอบด้วยปัญญา

กรณีศึกษาที่ 1 โลภมูลจิตกับดักของทุนนิยมบริโภคและวัฒนธรรมเปรียบเทียบ ในระบบทุนนิยมแพลตฟอร์ม ที่ขับเคลื่อนด้วยอัลกอริทึมโฆษณาเชิงรุก โลภมูลจิตจะถูกกระตุ้นให้ทำงานอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง โดยอาศัยการทำงานร่วมกันของเจตสิกสำคัญ 3 ตัว ได้แก่ โลภะ (ความอยากได้), ทิฏฐิ (ความเห็นผิด) และ มานะ (ความถือตัว/เปรียบเทียบ)

(1) กระบวนการทางจิต เมื่อจักษุวิญญาณเห็นภาพสินค้าหรูหราหรือวิถีชีวิตที่สมบูรณ์แบบในโซเชียลมีเดีย (จักขุทวารวิถี) ข้อมูลจะถูกส่งต่อไปยังมโนทวารวิถี หากขาดสติพิจารณาทิฏฐิเจตสิกจะปรุงแต่งให้เกิดความเชื่อผิดๆ ว่า คุณค่าของคนวัดกันที่สิ่งที่เขาครอบครอง ในขณะที่มานะเจตสิกจะทำการเปรียบเทียบตนเองกับภาพที่เห็น ก่อให้เกิดความรู้สึกขาดพร่องหรือความทุกข์ลึกๆ ซึ่งเป็นเชื้อเพลิงชั้นดีให้ "ตัณหา" ผลักดันให้เกิดอุปาทาน (ความยึดถือ) ว่าต้องได้สิ่งนี้มาเพื่อเติมเต็มตัวตนที่ขาดหาย

(2) นวัตกรรมทางปัญญา การบูรณาการวิถีพุทธทำได้โดยการฝึกใช้สติเจตสิกและปัญญาเจตสิกให้ทำงานทันทีในขั้นโวฏฐัพพนะสติจะทำหน้าที่เหมือนเบรก ABS ที่ช่วยชะลอกระแสความอยาก ส่วนปัญญาจะทำหน้าที่ตรวจสอบความจำเป็นและรู้เท่าทันว่าความรู้สึกขาดพร่องนี้เป็นเพียงสภาวะธรรมชั่วคราว การรู้เท่าทันสภาวะอยากได้ ว่าเป็นเพียงเจตสิกชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นแล้วดับไป ไม่ใช่ความต้องการที่แท้จริงของชีวิต ช่วยให้บุคคลหลุดพ้นจากการเป็นทาสของบริโภคนิยม และเกิดพฤติกรรมการบริโภคด้วยปัญญา

กรณีศึกษาที่ 2 โทสมูลจิตกับปรากฏการณ์แบ่งขั้วทางสังคมและการเมืองแห่งอัตลักษณ์ ในยุคที่ข้อมูลข่าวสารสร้างห้องแห่งเสียงสะท้อนและฟองสบู่ตัวกรอง โทสมูลจิตมักถูกปลุกปั่นให้ทำงานร่วมกับโมหะและอหิริกะเพื่อสร้างความเกลียดชังต่อผู้ที่มีความเห็นต่าง

(1) กระบวนการทางจิต เมื่อได้รับข้อมูลที่ขัดแย้งกับความเชื่อเดิม หรือถูกโจมตีอัตลักษณ์ จิตจะเกิดปฏิฆะ (ความขัดเคืองใจ) ขึ้นทันทีในขณะจิตแรก หากขาดสติ ชวนจิตจะแล่นไปในทางพยาบาทและการใช้วาจาผรุสวาท โดยไม่ละอาย เพราะถูกครอบงำด้วยทิฏฐิ ที่ยึดมั่นในความถูกต้องของตนเองเพียงฝ่ายเดียว กระบวนการนี้ทำให้ความเห็นต่างถูกตีความว่าเป็นภัยคุกคามต่อตัวตน

(2) นวัตกรรมทางปัญญา การประยุกต์ใช้อภิธรรมในกรณีนี้คือการฝึกตัตรมัชฌัตตตาเจตสิกให้เกิดขึ้น เพื่อปรับสมดุลจิตให้เป็นกลาง ไม่เอนเอียงด้วยอคติเพราะความชอบ (ฉันทาคติ) หรือความชัง (โทสาคติ) และใช้ขันติ (ความอดทน) ในการรองรับแรงกระทบ การมองเห็นว่าความโกรธคือไฟที่เผาผลาญจิตใจตนเองก่อนจะไปทำร้ายผู้อื่น และเห็นว่าผู้ที่เห็นต่างก็เป็นเพียงเพื่อนร่วมทุกข์ที่ตกอยู่ภายใต้อำนาจของกิเลสเช่นกัน เป็นกุญแจสำคัญในการลดความรุนแรงและสร้างพื้นที่สำหรับการสนทนาอย่างสันติเพื่อก้าวข้ามความขัดแย้ง

บูรณาการปัจจัย 24 สู่ความสัมพันธ์ทางสังคม: ความรับผิดชอบผ่านเลนส์ปัฏฐาน

คัมภีร์ปัฏฐานนำเสนอระบบนิเวศของเหตุปัจจัยที่ซับซ้อนและเชื่อมโยงกันดั่งใยแมงมุม ซึ่งก้าวข้ามกรอบความคิดแบบเส้นตรง ที่มองปัญหาแบบแยกส่วน การนำหลักปัจจัย 24 (อภิ.ป. (ไทย) 40/1-24/2-14) มาวิเคราะห์สังคมช่วยให้เราตระหนักถึงความรับผิดชอบร่วมกันอย่างลึกซึ้ง โดยสามารถวิเคราะห์ผ่านปัจจัยสำคัญดังนี้

1) กัมมปัจจัย

หลักกัมมปัจจัยชี้ให้เห็นว่า ทุกเจตนาไม่ว่าจะแสดงออกทางกาย วาจา หรือใจ ย่อมทิ้งร่องรอยและส่งผลกระทบต่อเนื่องเป็นลูกโซ่ในระบบนิเวศสังคมในโลกยุคดิจิทัล การกระทำกรรมมีอานุภาพขยายผลรวดเร็วและกว้างขวางการโพสต์ข้อความเท็จหรือข้อความเกลียดชังเพียงหนึ่งครั้ง ไม่ได้จบลงที่หน้าจอ แต่ได้ส่งแรงกระเพื่อมไปสู่จิตใจของผู้รับสารนับหมื่นนับแสนคน ก่อให้เกิดอกุศลวิบากในวงกว้าง ดังนั้น สังคมไทยจึงควรตระหนักว่า เสรีภาพในการแสดงออกต้องมาพร้อมกับความรับผิดชอบทางกรรมเสมอ และตระหนักว่าเราทุกคนคือผู้ร่วมสร้างกรรมของสังคม

2) อุปนิสสยปัจจัย

ปัจจัยนี้อธิบายถึงความสัมพันธ์ที่มีกำลังแรงกล้า โดยเฉพาะปกตูปนิสสยปัจจัยซึ่งหมายถึงสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม สื่อ และบุคคลที่เสพคบที่มีอิทธิพลอย่างรุนแรงต่อการก่อตัวของพฤติกรรม สื่อสังคมออนไลน์ที่เต็มไปด้วยความรุนแรง การโชว์ความร่ำรวย หรือลามกอนาจาร ย่อมเป็นปัจจัยหนุนที่หล่อหลอมให้เยาวชนซึมซับค่านิยมเหล่านั้นมาเป็นนิสัยโดยไม่รู้ตัว การเข้าใจปัจจัยนี้เรียกร้องให้มีการวิศวกรรมสังคมเชิงกุศล โดยภาครัฐและสื่อมวลชนต้องร่วมมือกันสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตวิญญาณมากกว่าการปล่อยให้เป็นไปตามยถากรรมของกลไกตลาด

3) อาเสวนปัจจัย

หลักการนี้ระบุว่า จิตหรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นซ้ำๆ ย่อมมีกำลังมากขึ้นเรื่อยๆ ปัญหาสังคมเรื้อรัง เช่น การคอร์รัปชัน การขับรถผิดกฎจราจร หรือการใช้ความรุนแรงในครอบครัว เกิดจากการที่สังคมเสพคุ้นกับสิ่งเหล่านี้จนชินชาและเห็นเป็นเรื่องปกติ การแก้ปัญหาจึงต้องอาศัยการตัดวงจรการทำซ้ำเดิม และสร้างวัฒนธรรมใหม่ ที่เน้นการทำความดีซ้ำๆ จนกลายเป็นนิสัยใหม่ของสังคมการรณรงค์เพียงชั่วครั้งชั่วคราวจึงไม่เพียงพอ แต่ต้องอาศัยความต่อเนื่องในการปลูกฝังค่านิยมใหม่

4) สหชาตปัจจัย ความเชื่อมโยงของโครงสร้าง นอกจากปัจจัยข้างต้น สหชาตปัจจัย ชี้ให้เห็นว่าปรากฏการณ์ต่างๆ เกิดขึ้นพร้อมกันและอิงอาศัยกัน ปัญหาความยากจน ความเหลื่อมล้ำ และอาชญากรรมมิใช่สิ่งที่แยกขาดจากกัน แต่เป็นผลพวงของโครงสร้างสังคมที่เกื้อหนุนกันอยู่ การแก้ปัญหาจึงต้องมองในเชิงระบบองค์รวมไม่สามารถแก้ที่จุดใดจุดหนึ่งโดยละเลยจุดอื่นได้

การวิเคราะห์สังคมผ่านเลนส์ปัฏฐานทำให้เห็นความจริงที่ว่า เรา ไม่ได้แยกขาดจาก เขา แต่สัมพันธ์กันอย่างแนบแน่นในลักษณะอิงอาศัยกันเกิด (Karunadasa, 2010) ปัญหาของคนกลุ่มหนึ่งย่อมส่งผล

กระทบต่อส่วนรวมผ่านเครือข่ายของปัจจัย ดังนั้น การสร้างสังคมสันติสุขจึงไม่ใช่หน้าที่ของรัฐเพียงฝ่ายเดียว แต่เป็นหน้าที่ของทุกคนที่ต้องช่วยกันสร้างเหตุปัจจัยฝ่ายกุศลให้เกิดขึ้นในทุกขณะจิต เพื่อถักทอตาข่ายแห่งกุศลกรรมที่โอบอุ้มสังคมไทยไว้อย่างยั่งยืน

บทสรุป

จากการศึกษาวิจัยและการสังเคราะห์องค์ความรู้ในบทความนี้ นำไปสู่ข้อค้นพบเชิงประจักษ์ที่สำคัญว่า การบูรณาการพระอภิธรรมปิฎก สู่บริบทสังคมไทยร่วมสมัย มิได้มีนัยถึงการเรียกร้องให้หวนกลับไปสู่การท่องจำตัวบทคัมภีร์ในเชิงวิชาการ หรือการศึกษาเพื่อการสอบไล่ หากแต่เป็นกระบวนการวิศวกรรมทางปัญญาเพื่อปลูกฝังสัมมาทิฏฐิระดับปรมัตถ์ให้หยั่งรากลึกในโครงสร้างความคิดของคนในชาติ ซึ่งคือทักษะการมองเห็นโลกและชีวิตตามความเป็นจริงของกระบวนการรูป-นาม ที่ปราศจากตัวตน การมองเห็นเช่นนี้มิใช่เพียงปรัชญา แต่เป็นรากฐานสำคัญในการรื้อถอนอัตตาและความขัดแย้งที่เกิดจากการยึดมั่นถือมั่น ซึ่งเป็นเชื้อเพลิงหลักของปัญหาสังคมในปัจจุบัน

เพื่อแปรเปลี่ยนนามธรรมสู่การปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมและยั่งยืน ผู้วิจัยขอเสนอโมเดลทางยุทธศาสตร์ที่เรียกว่า วิถีพุทธบูรณาการอภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่ ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลักที่ขับเคลื่อนสัมพันธ์กันในลักษณะวงล้อแห่งธรรม ดังนี้

1. การรู้

การเปลี่ยนกระบวนทัศน์การศึกษาพระอภิธรรมจากคันถธุระสู่จิตตธุระเป็นการศึกษาเพื่อเข้าใจตนเอง โดยใช้กรอบของจิตและเจตสิกมาเป็นแผนที่นำทาง ในการอ่านใจและถอดรหัสอารมณ์ของตนเอง

1.1 การปฏิบัติ ฝึกจำแนกสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นจริง เช่น เมื่อความโกรธเกิดขึ้น แทนที่จะกล่าวว่า "ฉันโกรธ" ให้ระบุสภาวะนั้นว่าเป็นโทสมูลจิตกำลังทำงานการเปลี่ยนภาษาที่ใช้คุยกับตนเอง ช่วยลดทอนความเป็นตัวตนและสร้างระยะห่างจากอารมณ์

1.2 เป้าหมาย การรู้เท่าทันว่าตนเองกำลังถูกขับเคลื่อนด้วยโลภะ โทสะ หรือโมหะ คือจุดเริ่มต้นของการมีปัญญาที่แท้จริง เปรียบเสมือนการติดตั้งระบบปฏิบัติการทางจิต (Mind OS) ที่ปราศจากบั๊กให้แก่ชีวิต เพื่อให้สามารถประมวลผลสิ่งเร้าได้อย่างถูกต้องและแม่นยำ

2. การตื่น

การนำหลักสติปัฏฐานมาประยุกต์ใช้ในการเท่าทันผัสสะในชีวิตประจำวัน โดยเน้นการสร้างอินทรียสังวรในรูปแบบใหม่ที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตดิจิทัล

2.1 การปฏิบัติ สร้างจุดหยุดระหว่างสิ่งเร้า (เช่น เสียงแจ้งเตือน, หัวข้อข่าวล่อเป้า) และการตอบสนอง (เช่น การกดไลค์, การคอมเมนต์ด้วยอารมณ์) โดยใช้ช่วงเวลาเพียงเสี้ยววินาทีในการหายใจและตั้งสติ เพื่อให้ปัญญาได้เข้ามาทำหน้าที่แทนสัญชาตญาณดิบ

2.2 เป้าหมาย: การตื่นรู้ในขณะจิตปัจจุบันคือภูมิคุ้มกันทางปัญญาที่ดีที่สุด ที่จะป้องกันมิให้จิตไหลลงสู่ที่ต่ำด้วยอำนาจของไวรัสทางความคิด เช่น ลัทธิบริโภคนิยม ความเกลียดชัง หรือข่าวลวง (Fake News) ทำให้บุคคลสามารถดำรงตนอยู่ท่ามกลางกระแสเชี่ยวกรากของโลกไซเบอร์ได้อย่างไม่หวั่นไหว

3. การสร้างสรรค์

การยกระดับจากการฝึกตนภายในสู่การสร้างสรรค์สังคมภายนอกด้วยเจตนาที่เป็นกุศล โดยตระหนักว่า วิถีพุทธมิใช่การปลีกวิเวกเพื่อความหลุดพ้นส่วนตนเพียงอย่างเดียว แต่คือการสัมพันธ์กับโลกด้วยจิตที่เกษม

3.1 การปฏิบัติ การทำหน้าที่พลเมืองและการมีส่วนร่วมทางการเมืองและสังคม โดยมีรากฐานมาจากเมตตา (ปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข) และอุเบกขา (วางใจเป็นกลางในธรรม) การขับเคลื่อนสังคมด้วยจิตที่ปราศจากอคติย่อมนำไปสู่การแก้ปัญหาที่ยั่งยืนมากกว่าการขับเคลื่อนด้วยความโกรธแค้น

3.2 เป้าหมาย การสร้างสังคมที่เกื้อกูลและยั่งยืนที่ซึ่งสมาชิกในสังคมตระหนักว่าทุกการกระทำคือกรรมที่ส่งผลต่อระบบนิเวศรวม การเป็นพลเมืองตื่นรู้จึงเป็นเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติตามแนวทางนี้

บทสรุปของการศึกษานี้ยืนยันว่า พระอภิธรรมมิใช่ศาสตร์ที่ตายแล้วหรือเป็นเพียงซากฟอสซิลทางคัมภีร์ แต่เป็นมรดกทางปัญญาที่มีชีวิตที่มีความร่วมสมัยและจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับมนุษย์ในศตวรรษที่ 21 ซึ่งหากสังคมไทยสามารถบูรณาการโมเดลนี้เข้ากับวิถีชีวิตและระบบการศึกษาได้ ย่อมเป็นการผสาน การฝึกฝนจิตใจเข้ากับการทำหน้าที่ทางสังคมอย่างกลมกลืน นำไปสู่การแก้ปัญหาวิกฤตการณ์ซ้อนทับที่ต้นเหตุแห่งธรรมและสร้างสันติสุขที่ยั่งยืนให้แก่สังคมไทย ท่ามกลางความท้าทายของโลกอนาคต

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.* กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย.* (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: บริษัทสหธรรมิก จำกัด.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2552). *การพัฒนาที่ยั่งยืน.* (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2532). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.* กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

Bodhi, B. (Ed.). (2000). *A Comprehensive Manual of Abhidhamma: The Abhidhammattha Sangaha of Acariya Anuruddha*. Kandy: BPS Pariyatti Editions.

Karunadasa, Y. (2010). T*he Theravada Abhidhamma: Its Inquiry into the Nature of Conditioned Reality.* Hong Kong: Centre of Buddhist Studies, The University of Hong Kong.

Nizamis, K. (2012). The Dhamma and the Mind: A Buddhist Perspective. *Journal of Buddhist Ethics,* 19, 350-385.