



การบูรณาการสัจธรรมในพระอภิธรรมปิฎกเพื่อการสร้างสรรค์
นวัตกรรมวิถีพุทธในสังคมไทยร่วมสมัย

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

พระมหาวิรัชญ์ ตนต์ิปาโล (สัจจธรรม)¹
Phramaha Werawich Tantipalo (sattaram)

วัดพรหมวงศาราม, ประเทศไทย¹
Wat Phromwongsaram, Thailand

Corresponding Author, e-mail: satta198023@gmail.com

Received 27 April 2023; Revised 15 May 2023; Accepted 11 June 2024



การบูรณาการสังขธรรมในพระอภิธรรมปิฎกเพื่อการสร้างสรรค์ นวัตกรรมวิถีพุทธในสังคมไทยร่วมสมัย

พระมหาวิรัชชัย ทัศนิตปาโล (สัตตารัมย์)

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อวิเคราะห์หลักปรมัตถธรรมในพระอภิธรรมปิฎกอย่างเป็นระบบ และสังเคราะห์องค์ความรู้ที่ได้จากการบูรณาการวิถีพุทธเชิงปัญญา เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจริยธรรมและคุณภาพทางจิตให้แก่สังคมไทยร่วมสมัย ท่ามกลางบริบทของวิกฤตการณ์ซ้อนทับ และพลวัตของเทคโนโลยีดิจิทัลที่สร้างชั้นที่มิเพียงส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจ แต่ยังก่อให้เกิดสภาวะเปราะบางทางจิตใจอย่างรุนแรงและความขัดแย้งเชิงโครงสร้างที่ร้ายลึกในระดับจิตวิญญาณ ผลการศึกษาจากการวิเคราะห์เชิงลึกพบว่า ปัญหาทางสังคมและวิกฤตสุขภาพจิตในปัจจุบันมีรากเหง้ามาจากอวิชชา หรือความไม่รู้เท่าทันในกระบวนการทำงานของธรรมชาติฝ่ายนามธรรม คือ จิตและเจตสิก โดยเฉพาะอย่างยิ่งอิทธิพลของอกุศลเจตสิก เช่น โลภะและโทสะ ที่ถูกกระตุ้นและขยายผลอย่างต่อเนื่องผ่านอัลกอริทึมของสื่อดิจิทัลจนกลายเป็นความปกติใหม่

บทความนี้จึงนำเสนอโมเดลทางยุทธศาสตร์วิถีพุทธบูรณาการ อภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่ ซึ่งขับเคลื่อนด้วย 3 กระบวนการสำคัญ ได้แก่ การรู้ (Knowing) เพื่อเข้าใจโครงสร้างจิต, การตื่น (Awakening) เพื่อเท่าทันผัสสะ, และการสร้างสรรค์ (Creating) เพื่อทำประโยชน์แก่สังคม โดยเน้นการถอดรหัสหลักธรรมเรื่องวิถีจิตและปัญญาให้แปรเปลี่ยนเป็นทักษะความฉลาดทางอารมณ์ และจริยธรรมสังคมที่จับต้องได้ ซึ่งนับเป็นการยกระดับพฤติกรรมทางศาสนาจากการนับถือเชิงจารีตพิธีกรรม สู่อุปนิสัยปฏิบัติด้วยปัญญาที่รู้แจ้งในเหตุปัจจัย อันจะเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตวิญญาณที่เข้มแข็งและยั่งยืนให้แก่ปัจเจกและสังคม

คำสำคัญ: พระอภิธรรมปิฎก; วิถีพุทธเชิงปัญญา; นวัตกรรมทางจิต; สังคมไทยร่วมสมัย



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

Phramaha Werawich Tantipalo (sattaram)

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 ที่ถูกขับเคลื่อนด้วยอัตราเร่งของเทคโนโลยีดิจิทัลที่ล้ำสมัย (Digital Disruption) และสภาวะความผันผวน ไม่แน่นอน ซับซ้อน และคลุมเครือสังคมไทยกำลังเผชิญหน้ากับสภาวะวิกฤตการณ์ซ้อนทับที่มีความละเอียดอ่อนและรุนแรงกว่าในอดีตอย่างมีนัยสำคัญ วิกฤตการณ์เหล่านี้มิได้จำกัดกรอบอยู่เพียงมิติทางเศรษฐกิจมหภาค ความเหลื่อมล้ำทางรายได้ หรือความไร้เสถียรภาพทางการเมืองเท่านั้น แต่ได้รุกรานลึกเข้าสู่พื้นที่ภายใน คือมิติทางจิตวิญญาณและโครงสร้างทางจริยธรรมของปัจเจกบุคคลอย่างรุนแรง กระแสโลกาภิวัตน์ที่มาพร้อมกับวัฒนธรรมวัตถุนิยมและบริโภคนิยมสุดโต่ง ซึ่งถาโถมผ่านอัลกอริทึมของสื่อสังคมออนไลน์ที่ถูกออกแบบมาเพื่อดึงดูดความสนใจ ได้ทำหน้าที่กระตุ้นเร้ากิเลสและความต้องการของมนุษย์ให้ทำงานตลอดเวลา ก่อให้เกิดค่านิยมเปรียบเทียบและความปรารถนาที่ไม่สิ้นสุด ส่งผลให้สภาวะจิตใจของคนในสังคมเกิดความแปรปรวน ภาวะหมดไฟ โรควิตกกังวล และความเครียดสะสม จนนำไปสู่ความขัดแย้งเชิงโครงสร้างที่ราวลึกในทุกระดับความสัมพันธ์ ตั้งแต่สถาบันครอบครัวไปจนถึงระดับชาติ สอดคล้องกับทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ที่ได้วิเคราะห์ไว้อย่างแหลมคมว่า สังคมปัจจุบันกำลังหลงติดและเชิดชูรูปแบบของวัตถุนิยมและการพัฒนาด้านจิตใจ ทำให้เกิดภาวะขาดสมดุลแห่งชีวิต (Life Imbalance) ซึ่งเป็นเหตุปัจจัยสำคัญที่ทำให้มนุษย์สูญเสียความสามารถในการแสวงหาความสุขที่แท้จริงจากภายใน และต้องพึ่งพาสิ่งเสพติดทางความรู้สึกจากภายนอกเพื่อหล่อเลี้ยงตัวตน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2552)

แม้ว่าประเทศไทยจะมีต้นทุนทางวัฒนธรรมที่เข้มแข็งและยึดโยงกับพระพุทธศาสนาเถรวาทมายาวนาน ซึ่งควรจะเป็นรากฐานที่มั่นคงทางจิตวิญญาณ แต่ปรากฏการณ์ทางสังคมเชิงประจักษ์ในปัจจุบันสะท้อนให้เห็นถึงความย้อนแย้งน่ากังวล กล่าวคือ รูปแบบการนับถือศาสนาแบบจารีตนิยมหรือพุทธศาสนาเชิงวัฒนธรรมที่ปรากฏดาษดื่นในสังคมไทย ซึ่งเน้นหนักไปในเรื่องทานพิธี การประกอบพิธีกรรมเพื่อความสบายใจชั่วคราว หรือศรัทธาเชิงอ่อนวอนร้องขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์นั้น อาจเป็นเพียงเปลือกกระพี้ที่ไม่สามารถสร้างภูมิคุ้มกันทางปัญญาที่เพียงพอต่อการรับมือกับความซับซ้อนของกิเลสและปัญหาในโลกสมัยใหม่ได้ การยึดติดในรูปแบบพิธีกรรมโดยขาดความเข้าใจในสภาวะความจริงของชีวิต หรือที่เรียกว่าสึลล์พตปรามาส ทำให้วิถีพุทธในปัจจุบันขาดพลังในการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุแห่งทุกข์ ซึ่งสถิตฝังลึกอยู่ในกระบวนการทำงานของจิตใจ การแก้ปัญหาด้วยวิธีการแบบเดิมจึงเปรียบเสมือนการใช้ยาแก้ปวดเพื่อบรรเทาอาการของโรคร้าย หรือการตัดแต่งกิ่งก้านของต้นไม้พิษโดยไม่ได้ขุดรากถอนโคน ซึ่งไม่สามารถระงับวงจรแห่งความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากต้นเหตุและอวิชชาได้อย่างยั่งยืน

ในบริบทของการแสวงหาทางออกทางปัญญานี้ พระอภิธรรมปิฎกซึ่งเป็นหมวดคำสอนที่ว่าด้วยปรมัตถธรรมหรือสภาวะธรรมล้วน ๆ ที่เปี่ยมความจริงแท้แน่นอน มักถูกมองข้ามและละเลยจากพุทธศาสนิกชนส่วนใหญ่ ด้วยมายาคติที่ว่าเป็นเรื่องลึกซึ้งเกินความจำเป็น เข้าใจยาก เป็นเรื่องของพระสงฆ์องค์เจ้า หรือเป็นเรื่องไกลตัวสำหรับวิถีชีวิตฆราวาสที่ต้องทำมาหากิน อย่างไรก็ตาม บทความวิชาการนี้มุ่งโต้แย้งทัศนะดังกล่าวอย่างสิ้นเชิง โดยเสนอว่าแท้จริงแล้ว พระอภิธรรมมิใช่เพียงปรัชญานามธรรมที่ลอยตัวเหนือปัญหา แต่คือจิตวิทยาพุทธศาสตร์ชั้นสูงที่มีลักษณะเป็นวิทยาศาสตร์ทางจิต ซึ่งอธิบายปรากฏการณ์ทางจิตไว้อย่างเป็น



ระบบ ปราศจากสมมติบัญญัติ (Nizamis, 2012) เปรียบเสมือนการศึกษาระบบปฏิบัติการของจิต (Mind Operating System: Mind OS) ที่อธิบายกลไกการทำงานของพฤติกรรมมนุษย์ พลวัตของอารมณ์ และกระบวนการรับรู้โลกภายนอกได้อย่างละเอียดลออที่สุด ดังที่ปรากฏหลักฐานในคัมภีร์ธรรมสังคณี ที่จำแนกแจกแจงธรรมชาติของจิตและเจตสิกไว้อย่างละเอียด (อภิ.สง. (ไทย) 134/1/27) การมองข้ามพระอภิธรรมจึงเท่ากับการปิดโอกาสในการเข้าถึงเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพสูงสุดในการจัดการกับโลกภายในของมนุษย์

การทำความเข้าใจองค์ประกอบพื้นฐานของชีวิตตามหลักอภิธรรม อันได้แก่ จิต (Consciousness) เจตสิก (Mental Factors) และรูป (Matter) คือกุญแจสำคัญในการไขรหัสพันธุกรรมทางพฤติกรรมของมนุษย์ องค์ความรู้นี้ช่วยให้เราสามารถจำแนกแยกแยะสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะจิตได้อย่างแม่นยำ (Micro-analysis of Mind) รู้เท่าทันแรงขับภายใน (Internal Drives) อันเป็นรากเหง้าของพฤติกรรมที่แสดงออกทางกายและวาจา การศึกษาพระอภิธรรมจึงมิใช่เรื่องของการทำงานจำชื่อสภาวะธรรมเพื่อการสอบไล่ แต่เป็นความจำเป็นเร่งด่วนในการทำความเข้าใจมนุษย์ในมิติที่ลึกซึ้งที่สุด เพื่อยกระดับจากการเป็นผู้ถูกกระทำ โดยกิเลสและสิ่งเร้าภายนอก มาเป็นผู้บริหารจัดการชีวิตด้วยปัญญา (Wisdom-driven Life Management) ดังนั้น การนำหลักการนี้มาประยุกต์ใช้จึงเป็นนวัตกรรมทางความคิดที่จะช่วยเปลี่ยนผ่านสังคมไทยจากศรัทธา จริตที่เปราะบาง สู่วิชาปฏิบัติที่เข้มแข็งและตื่นรู้

จากความสำเร็จและที่มาของปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงกำหนดวัตถุประสงค์ของบทความนี้ เพื่อวิเคราะห์หลักปรมัตถธรรมในพระอภิธรรมปิฎกและสังเคราะห์องค์ความรู้สู่การบูรณาการวิถีพุทธเชิงปัญญา ในการเสริมสร้างความเข้มแข็งทางจริยธรรมและคุณภาพทางจิตในสังคมไทยร่วมสมัย โดยมุ่งหวังให้ผลการศึกษาเป็นกรอบแนวคิดใหม่ที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่สังคมไทยท่ามกลางความเปลี่ยนแปลง และเพื่อพิสูจน์ให้เห็นว่าพระอภิธรรมคือศาสตร์แห่งชีวิตที่ทันสมัยและจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับมนุษย์ในศตวรรษที่ 21

สารัตถะและพลวัตแห่งพระอภิธรรมปิฎก

1. สารัตถะแห่งพระอภิธรรมปิฎก

พระอภิธรรมปิฎกนำเสนอชุดความรู้ที่เป็นปรมัตถสัจจะ (Ultimate Truth) ซึ่งมีความแตกต่างจากความจริงโดยสมมติ (Conventional Truth) หรือสัจจะทางโลกอย่างสิ้นเชิง โดยมุ่งเน้นการจำแนกแยกแยะสภาวะธรรมออกเป็นองค์ประกอบย่อยที่สุดอย่างเป็นระบบ เพื่อให้เห็นความจริงเชิงประจักษ์ว่า สิ่งที่มีมนุษย์ทั่วไปยึดถือเป็นตัวตน เป็นเรา หรือเป็นเขา นั้น แท้จริงเป็นเพียงภาพลวงตา (Illusion) ที่เกิดจากการประชุมรวมกันของธรรมชาติ 4 ประการที่ไหลเวียนเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย (Conditioned Reality) ได้แก่

1) จิต (Citta) ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ ทำหน้าที่เป็นประธานในการรับรู้โลก จิตในทางอภิธรรมมิใช่ดวงวิญญาณที่เป็นอมตะและล่องลอยไปเกิดใหม่ แต่เป็นเพียงกระบวนการของการระลึก (Awareness



Process) ที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปอย่างรวดเร็ว (ขณะจิต) การเข้าใจจิตในลักษณะนี้ช่วยทำลายความยึดมั่นในผู้รู้ว่าเป็นตัวตนที่ถาวร

2) เจตสิก (Cetasika) ธรรมชาติที่ประกอบปรุงแต่งจิตให้มีคุณสมบัติแตกต่างกัน เป็นคุณภาพของจิตในขณะนั้นๆ เจตสิกเปรียบเสมือนซอฟต์แวร์ที่กำหนดพฤติกรรมของจิต มีทั้งฝ่ายดี (โสภณ) ฝ่ายชั่ว (อกุศล) และฝ่ายกลางๆ หน้าที่ของเจตสิกคือการให้ความหมายและอารมณ์แก่สิ่งที่จิตรับรู้ เจตสิก 52 ดวงทำหน้าที่ขับเคลื่อนพฤติกรรมมนุษย์อย่างละเอียดซับซ้อน

3) รูป (Rupa) สสารและพลังงานที่เป็นองค์ประกอบทางกายภาพ ซึ่งมีความเสื่อมสลายและแปรปรวนไปตามปัจจัยทางความร้อนและความเย็น ความเข้าใจเรื่องรูปทำให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิต (Psychosomatic) ว่าความแปรปรวนของร่างกายส่งผลต่ออารมณ์ และความเครียดทางจิตส่งผลทำลายร่างกายอย่างไร

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

สำหรับการวิเคราะห์พฤติกรรมและปัญหาสังคมไทยในเชิงลึก จุดเน้นที่สำคัญที่สุดอยู่ที่พลวัตความสัมพันธ์ระหว่างจิตและเจตสิก ซึ่งเปรียบเสมือนน้ำบริสุทธิ์กับสีย้อมน้ำ จิตโดยธรรมชาติเป็นเพียงธาตุรู้ที่เป็นกลาง (ตั้งน้ำใส) แต่เจตสิกเป็นสิ่งที่เข้ามาปรุงแต่ง (ตั้งสีต่างๆ) ให้น้ำนั้นเปลี่ยนสภาพไป การเข้าใจกลไกนี้จะช่วยให้เราเห็นว่า พฤติกรรมที่ดีหรือชั่วของมนุษย์ไม่ได้เกิดจากเนื้อแท้ของบุคคลนั้นๆ (Intrinsic Nature) แต่เกิดจากเจตสิกที่เข้ามาครอบงำจิตในขณะนั้นๆ โดยเฉพาะกลุ่ม อกุศลเจตสิก 14 ซึ่งเป็นรากเหง้าของความขัดแย้ง (Conflict) และปัญหาสังคมเชิงโครงสร้าง สามารถจำแนกและขยายความได้ดังนี้

1) โมจตุกะ (กลุ่มความหลง) ประกอบด้วย โมหะ (ความไม่รู้จริง), อหิริกะ (ความไม่ละอายต่อบาป), อนอตตปปะ (ความไม่เกรงกลัวต่อบาป) และอุทัจจะ (ความฟุ้งซ่าน) กลุ่มนี้คือ รากฐานของความเสื่อมในระบบธรรมาภิบาลและความยุติธรรมในสังคม การประยุกต์วิเคราะห์ ปัญหาการทุจริตคอร์รัปชัน (Corruption) ที่ฝังรากลึกในสังคมไทย มีสาเหตุหลักมาจาก อหิริกะและอนอตตปปะ เมื่อผู้นำหรือบุคคลในสังคมขาดความละอายและเกรงกลัวต่อผลของการกระทำที่ไม่ถูกต้อง ย่อมกล้าที่จะเบียดเบียนสมบัติสาธารณะเพื่อประโยชน์ส่วนตนโดยไม่รู้สึกละอาย การแก้ปัญหาคอร์รัปชันจึงไม่อาจสำเร็จได้ด้วยเพียงมาตรการทางกฎหมาย แต่ต้องสร้างวัฒนธรรมความละอาย ต่อการทำให้เกิดขึ้นในจิตใจ (อภิ.สง. (ไทย) 34/365/110) อุทัจจะ ในบริบทปัจจุบันสะท้อนผ่านสภาวะสมาธิสั้นทางสังคมที่ผู้คนไม่สามารถจดจ่อกับสิ่งใดได้นาน ขาดความสามารถในการไตร่ตรองเหตุผล ทำให้ตกเป็นเหยื่อของข่าวลวง (Fake News) ได้ง่าย

2) โลติกะ (กลุ่มความโลภ) ประกอบด้วย โลภะ (ความอยากได้), ทิฏฐิ (ความเห็นผิด), และมานะ (ความถือตัว) เจตสิกกลุ่มนี้เป็นเครื่องยนต์หลักขับเคลื่อนลัทธิบริโภคนิยม (Consumerism) และระบบเศรษฐกิจที่เน้นการเติบโตอย่างไร้ขีดจำกัด การประยุกต์วิเคราะห์ โลภะ ทำงานร่วมกับ ทิฏฐิ ในการสร้างค่านิยมที่ผิดเพี้ยนว่า ความสุขเท่ากับความมั่งคั่งหรือการมีคือการเป็น (To have is to be) นำไปสู่ปัญหา

หนี้สินครัวเรือนและการทำลายทรัพยากรธรรมชาติ มานะ หรือความถือตัว ได้แสดงออกอย่างเด่นชัดและรุนแรงในยุคสื่อสังคมออนไลน์ผ่านพฤติกรรมความหลงตัวเองการสร้างภาพลักษณ์ เพื่อเรียกยอดไลค์และการยอมรับ ซึ่งนำไปสู่การเปรียบเทียบ ความอิจฉา และการแข่งขันทางวัตถุอย่างไม่มีที่สิ้นสุด จนเกิดภาวะซึมเศร้า เมื่อไม่ได้รับการตอบรับตามที่คาดหวัง

3) โทษะ (กลุ่มความโกรธ) ประกอบด้วย โทสะ (ความโกรธ), อีสสา (ความริษยา), มัจฉริยะ (ความตระหนี่), และกุกุกจะ (ความรำคาญใจ) นี้คือเชื้อเพลิงของความรุนแรงทางวาจาและกายภาพ และความแตกแยกทางสังคม การประยุตวิเคราะหฺ์ ปรากฏการณ์ Hate Speech, Cyberbullying และความขัดแย้งทางการเมืองที่แบ่งฝักแบ่งฝ่ายอย่างรุนแรงล้วนมีรากฐานมาจาก โทสะ ที่ขาดการยับยั้งชั่งใจ นอกจากนี้ อีสสา (ความริษยา) และ มัจฉริยะ (ความตระหนี่) ยังเป็นเจตสิกที่ขัดขวางการกระจายรายได้และการสร้างความเท่าเทียมในสังคม ทำให้ผู้มีทรัพยากรหวงแหนและกีดกันผู้อื่น เกิดการผูกขาดและขยายช่องว่างทางชนชั้นให้กว้างขึ้น ในทางตรงกันข้าม โสภณเจตสิก หรือสภาวะฝ่ายดีงาม เปรียบเสมือนวัคซีนทางสังคมหรือต้นทุนทางสังคมภายในจิตใจ ที่สังคมไทยจำเป็นต้องรื้อฟื้นและเสริมสร้างอย่างเร่งด่วน ได้แก่

(1) สติ (Mindfulness) ในทางอภิธรรม สติมิใช่เพียงการระลึกทั่วๆ ไป แต่ทำหน้าที่เป็นนายทวารหรือผู้คุ้มกัน (Guardian) ที่คอยยับยั้งกระแสกิเลสก่อนที่จะพุ่งพรูออกมาเป็นพฤติกรรม สติช่วยให้เราหยุดและเห็น อารมณ์ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ไม่ปล่อยไหลไปตามแรงกระตุ้นของอัลกอริทึม

(2) หิริ-โอตตปปะ พระพุทธองค์ทรงยกย่องธรรมคูนีว่าเป็นโลกบาลธรรมหรือธรรมคุ่มครองโลก มิให้มนุษย์ตกต่ำลงไปสู่พฤติกรรมของเดรัจฉาน หากสังคมใดมีธรรมคูนี้อย่างเข้มแข็ง สังคมนั้นจะมีระเบียบวินัยและจริยธรรมโดยอัตโนมัติ (Moral Self-regulation) โดยไม่ต้องใช้กฎหมายบังคับรุนแรงหรือกล้องวงจรปิดคอยจับผิด

(3) ตตรัมชัมตตตา (ความวางเฉยเป็นกลาง) เจตสิกตัวนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งในบริบทความขัดแย้งทางการเมือง เป็นรากฐานของความเป็นกลางทางใจที่ไม่เอนเอียงด้วยอคติ (Bias) หรือฉันทาคติ ช่วยให้บุคคลสามารถรับฟังความเห็นต่างด้วยใจที่เปิดกว้างและยุติธรรม อันเป็นคุณสมบัติพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการแก้ปัญหาความขัดแย้งและการสร้างความปรองดองในระบอบประชาธิปไตย (อภิ.สง. (ไทย) 34/15/55)

2. พลวัตสังคมไทยกับวิกฤตสุขภาพทางจิต

ความล้มเหลวในการจัดการผัสสะในยุคดิจิทัล ข้อมูลทางสังคมวิทยาและสาธารณสุขชี้ให้เห็นว่าสังคมไทยกำลังเผชิญกับโรคซึมเศร้า ภาวะเครียดเรื้อรังและความรุนแรงในครอบครัว ในอัตราที่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งหากวิเคราะห์ผ่านเลนส์ของพระอภิธรรม (Abhidhamma Lens) จะพบว่า ปัญหาเหล่านี้มิได้เกิดขึ้นลอยๆ หรือเป็นเพียงความผิดปกติของสารเคมีในสมองเท่านั้น แต่มีสมุฏฐานมาจากกระบวนการทำงานของจิตที่ขาดความรู้เท่าทันในกระบวนการผัสสะ (Contact) และวงจรปฏิจสมุปบาท

1) ผัสสะ ประตุแห่งวิกฤตและโอกาส ผัสสะคือจุดบรรจบของ 3 สิ่ง ได้แก่ (1) อายตนะภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) (2) อารมณ์ภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปพะ ธรรมารมณ์) และ (3) วิญญาณ



(ตัวรู้) ในอดีต ผัสสะของมนุษย์ถูกจำกัดด้วยกายภาพและเวลา แต่ในยุคดิจิทัล มนุษย์ถูกระงับด้วยผัสสะตลอด 24 ชั่วโมง ผ่านหน้าจอสมาร์ทโฟนที่เป็นเสมือนอายตนะที่ 7 การแจ้งเตือน (Notifications) และข้อมูลข่าวสารที่ไหลบ่า (Information Overload) ทำให้จิตต้องทำงานหนักในการรับรู้อารมณ์ซ้ำๆ อย่างรวดเร็ว ก่อให้เกิดภาวะจิตล้า (Mental Fatigue) และสูญเสียความสามารถในการพักผ่อน เมื่อมีผัสสะเกิดขึ้น ย่อมเกิดเวทนา (Feeling) ขึ้นทันทีโดยอัตโนมัติ ตามกฎแห่งปัจจุสมุปบาท (Dependent Origination) (ส.นิ. (ไทย) 16/20/34) ปัญหาสำคัญที่เป็นจุดตายของคนยุคใหม่คือ การขาดทักษะในการแยกแยะ (Discernment) ระหว่างเวทนาทางกาย/ใจ กับปฏิกิริยาปรุงแต่งทางจิต ซึ่งนำไปสู่วงจรอุบาทว์ดังนี้

(1) ความไม่รู้เท่าทัน (Avijja) ความไม่เข้าใจว่าเวทนาเป็นเพียงสภาวะธรรมชาติที่เกิดขึ้นและดับไปตามเหตุปัจจัย (Impermanence of Feeling) ทำให้เราหลงยึดถือว่าความรู้สึกนั้นเป็นของเรา

(2) การปรุงแต่งด้วยตัณหา (Tanha) เมื่อเกิดสุขเวทนา (เช่น ยอดโลโก้ คำชม) จิตจะเกิดความทะยานอยากที่จะรักษามันไว้ (Greed) และเมื่อเกิดทุกข์เวทนา (เช่น คำตำหนิ ข่าวร้าย) จิตจะเกิดความอยากผลักไสหรือทำลาย (Hate)

(3) อุปาทานและการยึดติด (Upadana) ความยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์เหล่านั้นอย่างรุนแรง เช่น การยึดติดว่าตนเองไร้ค่าเมื่อไม่มีใครสนใจ หรือการโกรธแค้นเมื่อถูกเห็นต่าง สิ่งเหล่านี้นำไปสู่ภาวะเสพติดความเจ็บปวดทางใจโดยไม่รู้ตัว

3. ผลกระทบเชิงโครงสร้าง

กระบวนการปรุงแต่งนี้เองที่แปรเปลี่ยนความเจ็บปวด (Pain) ซึ่งเป็นสภาวะธรรมชาติ ให้กลายเป็นความทุกข์ระทม (Suffering) ทางจิตใจ จนสั่งสมกลายเป็นความเครียดสะสม (Cumulative Stress) และบุคลิกภาพที่ก้าวร้าวหรือเปราะบาง (Fragile Self) สังคมที่เต็มไปด้วยผู้คนที่ขับเคลื่อนด้วยตัณหาและอุปาทาน ย่อมเป็นสังคมที่เปราะบาง แตกแยก และขาดความสุข ดังนั้น ทางออกของวิกฤตสุขภาวะทางจิตของคนไทย จึงมิใช่เพียงการเข้าหาจิตแพทย์เมื่อสายเกินแก้ แต่คือการสร้างภูมิคุ้มกันตั้งแต่ต้นน้ำด้วยการฝึก "ทักษะในการบริหารจัดการผัสสะ" (Contact Management Skills) หรือความสามารถในการมีสติขั้นพื้นฐานที่หน้าด่านของทวารทั้ง 6 เพื่อทำหน้าที่เป็นตัวกรอง (Filter) กันกระแสไม่ให้ผัสสะพัฒนาไปสู่วงจรอุบาทว์ของความทุกข์ การแก้ปัญหาจึงไม่ใช่การหนีจากโลกดิจิทัล แต่คือการสร้างสติให้เข้มแข็งพอที่จะอยู่กับโลกโดยไม่ถูกโลกครอบงำ ตามหลักพุทธธรรมที่เน้นการแก้ที่ต้นเหตุแห่งธรรม (ส.นิ. (ไทย) 16/60/114)

บทวิเคราะห์ (Analysis)

1. จากปรมาตมสู่ปัญญา

การแปลงนามธรรมสู่รูปธรรมแห่งความฉลาดทางอารมณ์ (From Ultimate Reality to Emotional Intelligence) หัวใจสำคัญของการบูรณาการพระอภิธรรมสู่สังคมสมัยใหม่ มิใช่การท่องจำจำนวนจิตหรือเจตสิกตามตำราเรียน แต่คือการถอดรหัสและแปลงหลักการเรื่องวิถีจิต (Cognitive Series / Thought

Process) ให้เป็นทักษะการรู้เท่าทันอารมณ์ที่สามารถนำมาปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน (Practicable Skill) วิธีจิตคือแผนผังแสดงลำดับการทำงานของจิตขณะรับรู้อารมณ์ ซึ่งเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็วระดับนาโนวินาที การศึกษาวิธีจิตทำให้เราเห็นช่องว่าง (Gap) ระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนอง ซึ่งเป็นพื้นที่แห่งอิสรภาพทางปัญญา (Bodhi, 2000) การวิเคราะห์วิธีจิตเพื่อการประยุกต์ใช้มุ่งเน้นที่การทำสมาธิที่เข้าใจจุดชี้ขาดทางจริยธรรม ซึ่งอยู่ที่ขณะจิตที่เรียกว่า โวภูฏัพพะนะ และ ชวนะ ซึ่งเป็นช่วงเวลา 7 ขณะจิตที่จิตเสวยอารมณ์และกระทำการ ธรรมชาติของจิตในขั้นตอนนี้จะถูกขับเคลื่อนด้วยความคุ้นชิน (Habitual Tendencies) หากขาดสติสัมปชัญญะในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อนี้ จิตจะไหลไปตามร่องเดิมของกิเลส แต่หากมีโยนิโสมนสิการและสติเข้าไปกั้น กระบวนการปรุงแต่งจะถูกตัดรอนและเปลี่ยนทิศทาง ทำให้เกิดการตอบสนองแบบใหม่ที่ประกอบด้วยปัญญา

กรณีศึกษาที่ 1 โภสมมูลจิตกับดักของทุนนิยมบริโภคและวัฒนธรรมเปรียบเทียบ ในระบบทุนนิยมแพลตฟอร์มที่ขับเคลื่อนด้วยอัลกอริทึมโฆษณาเชิงรุก โภสมมูลจิต (Greed-rooted Consciousness) จะถูกกระตุ้นให้ทำงานอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง โดยอาศัยการทำงานร่วมกันของเจตสิกสำคัญ 3 ตัว ได้แก่ "โลภะ" (ความอยากได้), "ทิฏฐิ" (ความเห็นผิด) และ "มานะ" (ความถือตัว/เปรียบเทียบ)

(1) กระบวนการทางจิต เมื่อจักขุวิญญาณเห็นภาพสินค้าหรูหราหรือวิถีชีวิตที่สมบูรณ์แบบในโซเชียลมีเดีย (จักขุทวารวิธี) ข้อมูลจะถูกส่งต่อไปยังมโนทวารวิธี หากขาดสติพิจารณาทิฏฐิเจตสิกจะปรุงแต่งให้เกิดความเชื่อผิดๆ ว่าคุณค่าของคนวัดกันที่สิ่งที่เขาครอบครอง ในขณะที่มานะเจตสิกจะทำการเปรียบเทียบตนเองกับภาพที่เห็น ก่อให้เกิดความรู้สึกขาดพร่องหรือความทุกข์ลึกๆ ซึ่งเป็นเชื้อเพลิงชั้นดีให้ตัณหาผลักดันให้เกิดอุปาทาน (ความยึดถือ) ว่าต้องได้สิ่งนี้มาเพื่อเติมเต็มตัวตนที่ขาดหาย

(2) นวัตกรรมทางปัญญา การบูรณาการวิธีพุทธทำได้โดยการฝึกใช้สติเจตสิกและปัญญาเจตสิก ให้ทำงานทันทีในขั้นโวภูฏัพพะนะ สติจะทำหน้าที่เหมือนเบรก ABS ที่ช่วยชะลอกระแสความอยาก ส่วนปัญญาจะทำหน้าที่ตรวจสอบความจำเป็นและรู้เท่าทันว่าความรู้สึกขาดพร่องนี้เป็นเพียงสภาวะธรรมชั่วคราว การรู้เท่าทันสภาวะอยากได้ ว่าเป็นเพียงเจตสิกชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นแล้วดับไป ไม่ใช่ความต้องการที่แท้จริงของชีวิต ช่วยให้บุคคลหลุดพ้นจากการเป็นทาสของบริโภคนิยม และเกิดพฤติกรรมการบริโภคด้วยปัญญา

กรณีศึกษาที่ 2 โทสมมูลจิตกับปรากฏการณ์แบ่งขั้วทางสังคมและการเมืองแห่งอัตลักษณ์ ในยุคที่ข้อมูลข่าวสารสร้างห้องแห่งเสียงสะท้อนและฟองสบู่ตัวกรอง โทสมมูลจิต (Hate-rooted Consciousness) มักถูกปลุกปั่นให้ทำงานร่วมกับโมหะ (Delusion) และ อหิริกะ (Shamelessness) เพื่อสร้างความเกลียดชังต่อผู้ที่มีความเห็นต่าง

(1) กระบวนการทางจิต เมื่อได้รับข้อมูลที่ขัดแย้งกับความเชื่อเดิม หรือถูกโจมตีอัตลักษณ์ (Identity Attack) จิตจะเกิดปฏิกษะ (ความขัดเคืองใจ) ขึ้นทันทีในขณะจิตแรก หากขาดสติ ชวนจิตจะแล่นไปในทางพยาบาทและการใช้วาจาหยาบคาย (Hate Speech) โดยไม่ละอาย เพราะถูกครอบงำด้วยทิฏฐิที่ยึดมั่นในความถูกต้องของตนเองเพียงฝ่ายเดียว (Dogmatism) กระบวนการนี้ทำให้ความเห็นต่าง ถูกตีความว่าเป็นภัยคุกคามต่อตัวตน

(2) นวัตกรรมทางปัญญา การประยุกต์ใช้อภิปรัชญาในกรณีนี้คือการฝึก ตตรัมชัมตตตาเจตสิก (Specific Neutrality of Mind) ให้เกิดขึ้น เพื่อปรับสมดุลจิตให้เป็นกลาง ไม่เอนเอียงด้วยอคติเพราะความชอบ (ฉันทาคติ) หรือความชัง (โทสาคติ) และใช้ขันติ (ความอดทน) ในการรองรับแรงกระทบ การมองเห็นว่า ความโกรธ คือไฟที่เผาผลาญจิตใจตนเองก่อนจะไปทำร้ายผู้อื่น และเห็นว่าผู้ที่เห็นต่างก็เป็นเพียงเพื่อนร่วมทุกข์ที่ตกอยู่ภายใต้อำนาจของกิเลสเช่นกัน เป็นกุญแจสำคัญในการลดความรุนแรงและสร้างพื้นที่สำหรับการสนทนาอย่างสันติเพื่อก้าวข้ามความขัดแย้ง

2. บูรณาการปัจจัย 24 คู่ความสัมพันธ์ทางสังคม

ความรับผิดชอบผ่านเลนส์ ปฏิกฐาน (Patthana) คัมภีร์ปฏิกฐาน (Conditional Relations) นำเสนอระบบนิเวศของเหตุปัจจัยที่ซับซ้อนและเชื่อมโยงกันตั้งเอยแมงมุม ซึ่งก้าวข้ามกรอบความคิดแบบเส้นตรงที่มองปัญหาแบบแยกส่วน การนำหลักปัจจัย 24 (อภิ.ป. (ไทย) 40/1-24/2-14) มาวิเคราะห์สังคมช่วยให้เราตระหนักถึงความรับผิดชอบร่วมกัน (Collective Responsibility) อย่างลึกซึ้ง โดยสามารถวิเคราะห์ผ่านปัจจัยสำคัญดังนี้

1) กัมมปัจจัย (Kamma-condition) หลักกัมมปัจจัยชี้ให้เห็นว่า ทุกเจตนา ไม่ว่าจะแสดงออกทางกาย วาจา หรือใจ ย่อมทิ้งร่องรอยและส่งผลกระทบต่อเนื่องเป็นลูกโซ่ ในระบบนิเวศสังคม ในโลกยุคดิจิทัล การกระทำกรรมมีอำนาจขยายผลรวดเร็วและกว้างขวาง การโพสต์ข้อความเท็จหรือข้อความเกลียดชังเพียงหนึ่งครั้ง ไม่ได้จบลงที่หน้าจอ แต่ได้ส่งแรงกระเพื่อมไปสู่จิตใจของผู้รับสารนับหมื่นนับแสนคน ก่อให้เกิดอสุภวิบในวงกว้าง ดังนั้น สังคมไทยจึงควรตระหนักว่าเสรีภาพในการแสดงออก ต้องมาพร้อมกับความรับผิดชอบทางกรรมเสมอ และตระหนักว่าเราทุกคนคือผู้ร่วมสร้างกรรมของสังคม

2) อุปนิสัยปัจจัย (Decisive Support Condition) อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมและการออกแบบสังคม ปัจจัยนี้อธิบายถึงความสัมพันธ์ที่มีกำลังแรงกล้า โดยเฉพาะ "ปกติอุปนิสัยปัจจัย" (Natural Decisive Support Condition) ซึ่งหมายถึงสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม สื่อ และบุคคลที่เสพคบ (Social Environment) ที่มีอิทธิพลอย่างรุนแรงต่อการก่อตัวของพฤติกรรม สื่อสังคมออนไลน์ที่เต็มไปด้วยความรุนแรง การโชว์ความร่ำรวย หรือลามกอนาจาร ย่อมเป็นปัจจัยหนุนที่หล่อหลอมให้เยาวชนซึมซับค่านิยมเหล่านั้นมาเป็นนิสัย (Normalizing Violence/Materialism) โดยไม่รู้ตัว การเข้าใจปัจจัยนี้เรียกร้องให้มีการ "วิศวกรรมสังคมเชิงกุศล" (Social Engineering for Good) โดยภาครัฐและสื่อมวลชนต้องร่วมมือกันสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตวิญญาณ (Enabling Environment) มากกว่าการปล่อยให้ไปตามยถากรรมของกลไกตลาด

3) อาเสวนปัจจัย (Repetition Condition) พลังของการทำซ้ำและความเฉื่อยทางวัฒนธรรม หลักการนี้ระบุว่า จิตหรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นซ้ำๆ ย่อมมีกำลังมากขึ้นเรื่อยๆ (Habit Formation/Neuroplasticity) ปัญหาสังคมเรื้อรัง เช่น การคอร์รัปชัน การขับรถผิดกฎจราจร หรือการใช้ความรุนแรงในครอบครัว เกิดจากการที่สังคมเสพคุ้นกับสิ่งเหล่านั้นจนชินชาและเห็นเป็นเรื่องปกติ การแก้ปัญหาจึงต้องอาศัยการตัดวงจร การทำซ้ำเดิมและสร้างวัฒนธรรมใหม่ ที่เน้นการทำความดีซ้ำๆ จน

กลายเป็นนิสัยใหม่ของสังคม (New Normal of Goodness) การรณรงค์เพียงชั่วคราวจึงไม่เพียงพอ แต่ต้องอาศัยความต่อเนื่องในการปลูกฝังค่านิยมใหม่

4) สหชาติปัจจัย (Conascence Condition) ความเชื่อมโยงของโครงสร้าง นอกจากปัจจัยข้างต้นสหชาติปัจจัย ซึ่งให้เห็นว่าปรากฏการณ์ต่างๆ เกิดขึ้นพร้อมกันและอิงอาศัยกันปัญหาความยากจน ความเหลื่อมล้ำ และอาชญากรรม มิใช่สิ่งที่แยกขาดจากกัน แต่เป็นผลพวงของโครงสร้างสังคมที่เกื้อหนุนกันอยู่ การแก้ปัญหาจึงต้องมองในเชิงระบบองค์รวมไม่สามารถแก้ที่จุดใดจุดหนึ่งโดยละเอียดจุดอื่นได้

การวิเคราะห์สังคมผ่านเลนส์ปฏิกฐานทำให้เห็นความจริงที่ว่า เราไม่ได้แยกขาดจากเขา แต่สัมพันธ์กันอย่างแนบแน่นในลักษณะอิงอาศัยกันเกิด (Karunadasa, 2010) ปัญหาของคนกลุ่มหนึ่งย่อมส่งผลกระทบต่อส่วนรวมผ่านเครือข่ายของปัจจัย ดังนั้น การสร้างสังคมสันติสุขจึงไม่ใช่หน้าที่ของรัฐเพียงฝ่ายเดียว แต่เป็นหน้าที่ของทุกคนที่ต้องช่วยกันสร้างเหตุปัจจัยฝ่ายกุศลให้เกิดขึ้นในทุกขณะจิต เพื่อถักทอตาข่ายแห่งกุศลกรรมที่โอบอุ้มสังคมไทยไว้อย่างยั่งยืน

สรุป

จากการศึกษาวิจัยและการสังเคราะห์องค์ความรู้ในบทความนี้ นำไปสู่ข้อค้นพบเชิงประจักษ์ที่สำคัญว่า การบูรณาการพระอภิธรรมปิฎกสู่บริบทสังคมไทยร่วมสมัย มิได้มีนัยถึงการเรียกร้องให้หวนกลับไปสู่การท่องจำตัวบทคัมภีร์ในเชิงวิชาการหรือการศึกษาเพื่อการสอบไล่ หากแต่เป็นกระบวนการ วิศวกรรมทางปัญญาเพื่อปลูกฝังสัมมาทิฐิในระดับปรมัตถ์ให้หยั่งรากลึกในโครงสร้างความคิดของคนในชาติ ซึ่งคือทักษะการมองเห็นโลกและชีวิตตามความเป็นจริงของกระบวนการรูป-นาม ที่ปราศจากตัวตนการมองเห็นเช่นนี้มีใช้เพียงปรัชญา แต่เป็นรากฐานสำคัญในการรื้อถอนอัตตาและความขัดแย้งที่เกิดจากการยึดมั่นถือมั่น ซึ่งเป็นเชื้อเพลิงหลักของปัญหาสังคมในปัจจุบัน

เพื่อแปรเปลี่ยนนามธรรมสู่การปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมและยั่งยืน ผู้วิจัยขอเสนอโมเดลทางยุทธศาสตร์ที่เรียกว่า วิถีพุทธบูรณาการอภิธรรมสำหรับคนรุ่นใหม่ (Integrated Buddhist Way: Abhidhamma for the New Generation) ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลักที่ขับเคลื่อนสัมพันธ์กันในลักษณะวงล้อแห่งธรรม (Dhammacakka of Practice) ดังนี้:

1. การรู้ (Knowing - Pariyatti as Self-Discovery) การเปลี่ยนกระบวนการทัศนศึกษาพระอภิธรรมจากคัมภีร์สู่จิตตธรรมเป็นการศึกษาเพื่อเข้าใจตนเอง โดยใช้กรอบของจิตและเจตสิกมาเป็นแผนที่นำทางในการอ่านใจและถอดรหัสอารมณ์ของตนเอง

1) การปฏิบัติ ฝึกจำแนกสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นจริง เช่น เมื่อความโกรธเกิดขึ้น แทนที่จะกล่าวว่า ฉันโกรธให้ระบุงสภาวะนั้นว่าเป็นโทสมูลจิตกำลังทำงาน การเปลี่ยนภาษาที่ใช้คุยกับตนเอง ช่วยลดทอนความเป็นตัวตนและสร้างระยะห่างจากอารมณ์



2) เป้าหมาย การรู้เท่าทันว่าตนเองกำลังถูกขับเคลื่อนด้วยโลภะ โทสะ หรือโมหะ คือ จุดเริ่มต้นของการมีปัญญาที่แท้จริง เปรียบเสมือนการติดตั้งระบบปฏิบัติการทางจิต (Mind OS) ที่ปราศจาก บั๊ก (Bug-free) ให้แก่ชีวิต เพื่อให้สามารถประมวลผลสิ่งเร้าได้อย่างถูกต้องและแม่นยำ

2. การตื่น (Awakening - Patipatti as Mental Immunity) การนำหลักสติปัญญา มาประยุกต์ใช้ในการเท่าทันผัสสะในชีวิตประจำวัน โดยเน้นการสร้างอินทรีย์สังวรในรูปแบบใหม่ที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตดิจิทัล

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

2) เป้าหมาย การตื่นรู้ในขณะจิตปัจจุบันคือ ภูมิคุ้มกันทางปัญญาที่ดีที่สุด ที่จะป้องกันมิให้จิตไหลลงสู่ที่ต่ำด้วยอำนาจของไวรัสทางความคิด เช่น ลัทธิบริโภคนิยม ความเกลียดชัง หรือข่าวลวง (Fake News) ทำให้บุคคลสามารถดำรงตนอยู่ท่ามกลางกระแสเชี่ยวกรากของโลกไซเบอร์ได้อย่างไม่หวั่นไหว

3. การสร้างสรรค์ (Creating - Pativedha as Social Contribution) การยกระดับจากการฝึกตนภายใน (Inner Cultivation) สู่ออกไปสร้างสังคมภายนอกด้วยเจตนาที่เป็นกุศล โดยตระหนักว่าวิถีพุทธมิใช่การปลีกวิเวกเพื่อความหลุดพ้นส่วนตนเพียงอย่างเดียว แต่คือการสัมพันธ์กับโลกด้วยจิตที่เกษม

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

2) เป้าหมาย การสร้างสังคมที่เกื้อกูลและยั่งยืนที่ซึ่งสมาชิกในสังคมตระหนักว่าทุกการกระทำคือกรรมที่ส่งผลต่อระบบนิเวศรวม การเป็นพลเมืองตื่นรู้ จึงเป็นเป้าหมายสูงสุดของการปฏิบัติตามแนวทางนี้

บทสรุปของการศึกษานี้ยืนยันว่า พระอภิธรรมมิโช ศาสตราจารย์ที่ตายแล้วหรือเป็นเพียงซากฟอสซิลทางคัมภีร์ แต่เป็นมรดกทางปัญญาที่มีชีวิตที่มีความร่วมสมัยและจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับมนุษย์ในศตวรรษที่ 21 ซึ่งหากสังคมไทยสามารถบูรณาการโมเดลนี้เข้ากับวิถีชีวิตและระบบการศึกษาได้ ย่อมเป็นการผสานการฝึกฝนจิตใจ (Mind Training) เข้ากับการทำหน้าที่ทางสังคมอย่างกลมกลืน นำไปสู่การแก้ปัญหาวิกฤตการณ์ซ้อนทับที่ต้นเหตุแห่งธรรม และสร้างสันติสุขที่ยั่งยืนให้แก่สังคมไทย ท่ามกลางความท้าทายของโลกอนาคต

องค์ความรู้

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นนัยสำคัญทางปรัชญาที่ว่า แนวทางพุทธจริยธรรมแบบอภิธรรมมีความแตกต่างอย่างสิ้นเชิงจากจริยธรรมศาสตร์เชิงบรรทัดฐานของตะวันตก หรือแม้แต่ศีลธรรมแบบจารีตนิยม ที่มักเน้นการควบคุมพฤติกรรมทางกายและวาจาผ่านกฎระเบียบ ข้อห้าม หรือบทลงโทษทางสังคม ซึ่งถือเป็นการจัดการที่ปลายเหตุ โดยการใช้ข้อจำกัดของจริยธรรมเชิงบรรทัดฐาน การบังคับใช้กฎระเบียบโดยปราศจากการพัฒนาจิตใจ นำไปสู่ภาวะการกดขี่ทางอารมณ์ หรือการสร้างพฤติกรรมหน้าไหว้หลังหลอก กล่าวคือ บุคคลอาจไม่ทำชั่วในที่แจ้งเพราะกลัวกฎหมาย แต่ภายในจิตใจยังเต็มไปด้วยความโลภและความโกรธที่รอวันปะทุเมื่อสบโอกาส ในทางตรงกันข้าม พระอภิธรรมเน้นการแก้ปัญหาที่เหตุปัจจัยระดับรากเหง้า คือที่ระดับเจตสิก

โดยเฉพาะการจัดการกับ โลกะ โทสะ และโมหะ ซึ่งเป็นสมุฏฐานที่แท้จริงของการกระทำ การมองเห็นว่า ผู้กระทำผิดแท้จริงคือเหยื่อของกิเลส ช่วยเปลี่ยนท่าทีของสังคมจากการพิพากษาและลงโทษเป็นการเยียวยา และแก้ไข สอดคล้องกับงานวิจัยของ Karunadasa (2010) ที่ระบุว่าพุทธธรรมมองความจริงในลักษณะพลวัต ของเหตุปัจจัยที่ไหลเวียนไม่ใช่ตัวตนที่คงที่ถาวร แนวทางนี้จึงเป็นกุญแจสำคัญในการลดความรุนแรงในสังคม ได้อย่างยั่งยืน เพราะเป็นการรื้อถอนขนวนระเบิดที่อยู่ภายในจิตใจ

การก้าวข้ามกำแพงภาษาด้วยสะพานแห่งวิทยาศาสตร์ อุปสรรคสำคัญประการหนึ่งในการนำพระ อภิธรรมมาใช้ในสังคมไทยร่วมสมัยคือกำแพงภาษาบาลีและภาพลักษณ์ความเก่าแก่คร่ำครึ ที่ทำให้คนรุ่นใหม่ รู้สึกแปลกแยกและเข้าไม่ถึง การอภิปรายผลเสนอว่าทางออกมิใช่การละทิ้งภาษาบาลี แต่คือการสร้าง นวัตกรรมการแปลความหมาย โดยใช้ศาสตร์สมัยใหม่มาเป็นเครื่องมือเทียบเคียง เพื่อสร้างความเข้าใจที่จับ ต้องได้ ซึ่งการเทียบเคียงกับประสาทวิทยาศาสตร์ (Neuroscience) สามารถอธิบายเรื่องวิถีจิต (Cognitive Process) โดยเปรียบเทียบกับกระบวนการประมวลผลข้อมูลของสมองหรืออธิบายเรื่องภวังคจิตในบริบทของ จิตใต้สำนึกที่เก็บข้อมูลพื้นฐานของชีวิต การใช้คำอธิบายเช่นนี้ช่วยเปลี่ยนภาพลักษณ์ของอภิธรรมจากไสย ศาสตร์/ปรัชญาโบราณให้กลายเป็นวิทยาศาสตร์ทางจิตที่ทันสมัย และการเทียบเคียงกับจิตวิทยาการรู้คิด สามารถอธิบายเรื่องเจตสิกว่าเปรียบเสมือนแอปพลิเคชันหรือซอฟต์แวร์ ที่ทำงานอยู่บนระบบปฏิบัติการของ จิต การอธิบายว่าสติ คือทักษะ (การรู้เท่าทันความคิดตนเอง) ช่วยให้คนรุ่นใหม่เห็นประโยชน์ของการฝึกจิตใน แง่ของการพัฒนาศักยภาพสมองมากกว่าเพียงเป้าหมายทางศาสนา

เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2546). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: บริษัท สหธรรมิก 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). *The 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.