



บทบรรยาย

ถึงเวลาที่คุณธรรม ต้องนำสังคมอุดมศึกษา

ดร.อากอง ชุมสาย ณ อยุธยา<sup>1</sup>

เรียบเรียง - ทศยา กวรัตน์<sup>2</sup>

<sup>1</sup> พิธีบวชการโรงเรียนสตรีชาติไทย จังหวัดฉะเชิงเทรา บรรยายเมื่อ 13 มีนาคม 2552 ณ ห้องประชุม  
ศูนย์สมทบการศึกษาศรีวิชัยเทคโนโลยีสุรนารี

<sup>2</sup> นักศึกษานานาชาติศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิตนานาชาติ สาขาวิชาเทคโนโลยีสังคม  
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

## บทบรรยาย

## ถึงเวลาที่คุณธรรม ต้องนำสังคมอุดมศึกษา

อาจออง ชุมสาย ณ อยุธยา<sup>1</sup>

เรียบเรียง: ทัทยา คชรัตน์<sup>2</sup>

ดร. อาจออง ชุมสาย ณ อยุธยา หนึ่งในความภาคภูมิใจของชาวไทยผู้มีส่วนร่วมโครงการอวกาศไวคิง ขององค์การนาซ่า ประเทศสหรัฐอเมริกา ในการออกแบบและสร้างอุปกรณ์ควบคุมการร่อนลงของยานอวกาศไวคิง 2 ลำสู่พื้นดาวอังคารเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติและของประเทศไทย สำหรับนักสร้างผู้ที่ไม่มียศหุด สามารถมองเห็นเส้นทางและเป้าหมายของชีวิตได้แจ่มชัดอย่าง ดร.อาจออง ผู้ที่เข้าใจอย่างทะลุปรุโปร่งว่า เมื่อมีความรู้และความรู้เหล่านั้นจะเกิดประโยชน์อย่างแท้จริง ก็ต่อเมื่อสามารถอธิบายและสอนคนอื่นได้

กองบรรณาธิการจึงได้เรียนเชิญ ดร. อาจออง ชุมสาย ณ อยุธยา มาเป็นเกียรติในการเป็นวิทยากรบรรยายในหัวข้อเรื่อง “ถึงเวลาที่คุณธรรม ต้องนำสังคมอุดมศึกษา” ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี เมื่อวันศุกร์ที่ 13 มีนาคม พุทธศักราช 2552 มีผู้ร่วมฟังบรรยายประมาณ 250 คน ซึ่งเป็นทั้งบุคลากรภายในมหาวิทยาลัย และบุคคลภายนอก

“เราอยู่ในแสงสว่าง แสงสว่างอยู่ในตัวเรา เราคือแสงสว่าง”

ถ้าเราขยันฝึกสมาธิ จะเห็นการเปลี่ยนแปลงครั้งยิ่งใหญ่ และเราจะเริ่มค้นพบศักยภาพที่แท้จริง ผู้ที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยในระดับอุดมศึกษานั้น จะต้องรู้จักตัวเองให้ได้ ว่าเราเป็นใคร มาอยู่ในโลกนี้ทำไม เพื่ออะไร สิ่งเหล่านี้สำคัญมาก อย่าคิดว่าการศึกษาในมหาวิทยาลัยคือเรียนแต่ทางด้านวิชาการ มันไม่ใช่แค่นั้น เราต้องรู้จักความเป็นมนุษย์ของเราด้วย เพราะถ้าไม่รู้จักตัวเองก็เท่ากับว่าหลงทางอยู่ในชีวิตนี้ ถ้าเรารู้จักตัวเอง จะพบว่าพวก

<sup>1</sup> ผู้อำนวยการ โรงเรียนสัตยาไส จังหวัดลพบุรี บรรยายเมื่อ 13 มีนาคม 2552 ณ ห้องสุรนารี สรุสมันนาคาร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

<sup>2</sup> นักศึกษามัธยมศึกษา หลักสูตรวิทยาการสารสนเทศมหาบัณฑิต สำนักวิชาเทคโนโลยีสังคม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

เรานั้นมีศักยภาพมากมาย สามารถทำอะไรได้ และประสบความสำเร็จในทุกเรื่อง ทุกอย่าง

ลองมาดูตัวอย่างของบัณฑิตหนุ่มคนหนึ่ง ที่เพิ่งสำเร็จการศึกษามาจากสถาบันการศึกษาที่มีชื่อเสียงแห่งหนึ่ง กลับไปเยี่ยมคุณพ่อคุณแม่ซึ่งอยู่ในชนบทห่างไกล ระหว่างที่เดินทางไปไม่มีถนนไปถึง เพราะหมู่บ้านอยู่ในชนบท ต้องจ้างคนเรือพาไป ระหว่างที่เดินทางไปก็ชวนคนเรือคุย “นี่เธอ เธอมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับสถานะโลกร้อนของเรา มันจะมีอิทธิพลอะไรบ้างต่อท้องถิ่นของเรา?” คนเรือได้แต่ยิ้ม และบอกว่า “ผมไม่รู้เรื่องครับ” บัณฑิตหนุ่มเสียใจมาก อะไรกันเรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญที่สุดสำหรับโลกของเรา เธอกลับไม่รู้เรื่อง มันเหมือนกับว่าชีวิตของเธอสูญเสียชีวิตไปเปล่า 25% คนเรือก็ไม่ว่าอะไร บัณฑิตหนุ่มเลขชวนคุยอีก “นี่เธอ เธอมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับนายกรัฐมนตรีอภิสิทธิ์ เวชชาชีวะ เขาจะนำประเทศชาติเราไปรอดได้หรือ” คนเรือยิ้ม และบอกว่า “ผมไม่รู้เรื่องอะไรเลยครับ” บัณฑิตหนุ่มเสียใจมาก เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญสำหรับคนไทยทุกคน เธอกลับไม่รู้เรื่อง มันเหมือนกับว่าชีวิตของเธอสูญเสียชีวิตไป 50% แล้วเงียบไปอีกพักใหญ่ บัณฑิตหนุ่มไม่มีอะไรทำ เลขชวนคุยอีก “นี่เธอ เธอมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับตลาดหุ้นของเรา คิดว่ามันจะขึ้นหรือจะลง” คนเรือก็ถาม “ขอโทษเถอะครับ ตลาดหุ้นนี้เขาขายอะไรครับ ผมรู้จักแต่ตลาดสดที่ผมไปซื้อผัก ซื้อปลา แต่ตลาดหุ้นนี้เขาขายอะไร” บัณฑิตหนุ่มเสียใจมาก อะไรกัน เธอไม่รู้เรื่องอะไรสักอย่างหนึ่ง แบบนี้มันเหมือนกับว่าชีวิตของเธอสูญเสียชีวิตไป 75% แล้ว เงียบไปอีกพักหนึ่ง ปรากฏว่าลมเริ่มพัดแรงขึ้น เมฆมาปกคลุมบริเวณนั้น เพราะว่ามาจากสถานการณ์ภาวะโลกร้อน ดินฟ้าอากาศเปลี่ยนแปลง เกิดพายุอย่างรุนแรงขึ้นมา เรือเริ่มโคลงเคลง น้ำเริ่มไหลเข้ามาในเรือ ในที่สุดคนเรือก็เลยพูดออกมา “ท่านครับ ท่านวายน้ำเป็นไหมครับ” บัณฑิตหนุ่มตกใจ “ผมวายนี่ไม่เป็น ๆ ช่วยผมด้วย ๆ” คนเรือก็เลยบอกว่า แบบนี้ชีวิตของท่านกำลังจะสูญเสียชีวิตไป 100% คนเรามีความรู้ท่วมหัว แต่เอาตัวไม่รอดลงไป

นักศึกษาในระดับอุดมศึกษาอาจจะมีความรู้ด้านวิชาการ และอาจจะรู้อะไรต่ออะไรมากกว่าคนอื่น แต่ต้องสามารถเอาตัวรอดในโลก วิชาที่สำคัญอันหนึ่งที่จะต้องเรียนรู้กันก็คือวิชาที่จะช่วยให้เรามีความสุข ทำอย่างไรถึงจะมีความสุข ถ้าไม่อย่างนั้นแล้วชีวิตก็ไม่มี ความหมายเลย ถ้าเราเข้าใจตัวเอง สามารถมีความสุขท่ามกลางความวุ่นวายทั้งหลาย นักศึกษาที่กำลังศึกษาต้องออกไปสู่โลกอันกว้างใหญ่ และจะพบเจอปัญหาและอุปสรรคมากมายในการดำเนินชีวิต ปัญหาหลายด้านรอบตัว ภาวะโลกร้อนที่เกิดขึ้น ดินฟ้าอากาศจะแปรปรวน น้ำเริ่มท่วม กรุงเทพมหานคร ในที่สุดก็จะต้องจมลงไปได้ทะเล ข้างจะหายากขึ้นเพราะน้ำเค็มเข้ามา ระดับน้ำทะเลสูงขึ้น เศรษฐกิจตกต่ำ ทรัพยากรในโลกน้อยลง น้ำมัน

จะหมดไปภายใน 35 ปีข้างหน้านี้ ต้องหาพลังงานทดแทนใหม่ แต่ทรัพยากรในโลกไม่เพียงพอสำหรับประชากร 6,700 ล้านคนที่อยู่ในโลกในปัจจุบัน เราจะเริ่มอพยพไปอยู่บนดาวอังคาร ดาวจันทร์ สร้างเมืองในอวกาศ เทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ต่อไปแทนที่จะไปทำงานตะวันตกกลาง ต้องไปทำงานในอวกาศ สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นในชีวิตของนักศึกษาที่กำลังศึกษาในปัจจุบัน เพราะฉะนั้นต้องเตรียมพร้อมในทุกด้าน มหาวิทยาลัยจะสร้างบัณฑิตขึ้นมาต้องให้เตรียมพร้อมที่จะอยู่ร่วมกัน สามัคคีกัน ช่วยเหลือกัน ไม่ใช่แย่งชิงทรัพยากรที่เหลือน้อยลง ต้องแบ่งปันกัน เมตตาต่อกัน คุณธรรมต้องนำหน้าแล้วในโลกนี้ ถ้าไม่พวกเราทำกันเอง ทำลายล้างกัน แต่ถ้ามีคุณธรรม จะไปได้ไกลเราจะแก้ปัญหาทุกอย่าง ได้ด้วยความสามัคคี เพราะฉะนั้นเราไม่ต้องการบัณฑิตที่เก่งอย่างเดียว ต้องการบัณฑิตที่มีคุณธรรม

### เมื่อ “ฉันต้องการความสุข”

พวกเราทุกคนบอกว่าเราต้องการความสุข ไม่มีใครที่ไม่อยากได้ความสุข ทุกคนพูดอยู่เสมอ “ฉันต้องการความสุข” แล้วจะทำอย่างไร ง่ายนิดเดียว คำตอบอยู่ในคำพูดของเรา มีอยู่สามคำ “ฉัน” “ต้องการ” “ความสุข” อยากจะให้เหลือคำเดียวคือ “ความสุข” ก็ต้องตัดตัว “ฉัน” ออกไป ตัดตัว “ต้องการ” ออกไป แล้วจะเหลือแต่คำว่า “ความสุข” พอใครมาคำ ฉันก็โกรธ โมโห ไม่พอใจ เป็นเพราะว่าตัว “ฉัน” นี้แหละ มากระทบ ฉันก็เลยโกรธ โมโหขึ้นมา ถ้าตัดตัวฉัน ไม่ยึดมั่นถือตน เราจะกลายเป็นคนที่นอบน้อม ถ่อมตน เป็นคนที่คิดถึงส่วนรวม ไม่ใช่คิดถึงแต่ตัว “ฉัน” เราจะมีความสุขมากขึ้น ตัวที่สองคือตัว “ต้องการ” ยุคนี้สมัยนี้ความต้องการของมนุษย์เลยเถิดไปไกล ต้องการอะไรต่ออะไรมากขึ้นตลอดเวลา พอต้องการมาก ก็ผิดหวังมาก ต้องการน้อยผิดหวังน้อย ไม่ต้องการอะไรเลย ไม่ต้องผิดหวังอะไรเลย ในชีวิตนี้การที่จะเป็นบัณฑิตในมหาวิทยาลัย ต้องรู้จักให้โดยไม่ต้องหวังอะไรตอบแทน ทำประโยชน์ให้แก่ส่วนรวม โดยไม่ต้องคิดถึงตัวเอง รับใช้ช่วยเหลือสังคม ทำประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติ ทำประโยชน์ให้แก่โลก ให้ไป ทำไป มันมีความสุขมากเมื่อทำอย่างนั้น

พวกเราโชคดีมากที่อยู่ในประเทศไทย เพราะว่าเรามีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ผู้ที่ได้พระราชทานเศรษฐกิจพอเพียงให้กับเรา รู้จักอยู่อย่างพอเพียง ช่วยให้เรามีความสุขมาก ลดความต้องการ ต้องรู้จักหาความสุข อาจารย์ในมหาวิทยาลัยต้องสอนวิชานี้ให้แก่ลูกศิษย์ ไม่ใช่สอนแต่วิชาการ เป็นหน้าที่ของครูอาจารย์ทุกคนที่จะต้องช่วยให้ลูกศิษย์มีความสุข

มีชายคนหนึ่งเป็นมหาเศรษฐี ร่ำรวยมหาศาล แต่อารมณ์รุนแรง พอเกิดอารมณ์บูดเบี้ยวขึ้นก็เกิดอาการปวดศีรษะ ตอนนี่เขาเมื่ออาการของตัวเอง เลยประกาศว่าใครรักษาอาการปวดศีรษะของเขาได้ จะยกทรัพย์สินสมบัติให้ครึ่งหนึ่ง ใคร ๆ ก็อยากจะได้เพราะว่า ร่ำรวยมาก เขาโดยสารพักอย่างมาให้ ยาแผนโบราณ ยาแผนจีน ยาแผนอายุรเวช ปรากฏว่า ก็ช่วยลดอาการปวดศีรษะ ได้สักพักหนึ่ง แต่พอเกิดอารมณ์บูดเบี้ยวขึ้นมาใหม่ อาการปวดศีรษะก็กลับมาใหม่ คือรักษาไม่ได้ถาวร วันหนึ่งมีฤาษีมาหา ฤาษีมาบอกท่านมหาเศรษฐีว่า “อยากจะทำให้อาการปวดศีรษะหาย ไป จงมองแต่สีเขียวอย่างเดียว” ท่านมหาเศรษฐีก็บอกว่า “โอ๊ย ง่ายมากเลย ก็จ้างคนทาสีเป็นร้อย ๆ คนเลย มาช่วยกันทาสีทั้งหมู่บ้าน ให้กลายเป็นหมู่บ้านสีเขียว” แล้วท่านมหาเศรษฐีก็แจกเงินให้กับชาวบ้านทุกคน “ไป ไปซื้อสีสีเขียว มาสวม เสื้อสี แดงสี เหลือง ไม่เอา เก็บไว้ในตู้ ไม่เอาทั้งคู่” หมู่บ้านทั้งหมู่บ้านก็เลยกลายเป็นหมู่บ้านสีเขียว มหาเศรษฐีมองเห็นเข้าก็สงบมากขึ้น พอจิตใจสงบ อาการปวดศีรษะก็หายไป

วันหนึ่งท่านฤาษีกลับมาเยี่ยมหมู่บ้าน มาเจอช่างทาสีไล่ตาม ท่านจะเข้าไปในบ้านของท่านมหาเศรษฐี แต่งกายสีน้ำตาลแบบนี้ไม่ได้ ผมต้องทาสีท่านก่อน วังไล่ตามจะทาสีท่านฤาษีก็ตกใจวิ่งหนีเข้าไปในบ้านของมหาเศรษฐี แล้วก็ไปต่อว่าท่านมหาเศรษฐีว่า “ทำไมล่ะ ทำไมท่านต้องออกแรงใช้เงินใช้ทองมากมายอย่างนั้น ไปเปลี่ยนทั้งหมู่บ้านไม่เห็นจำเป็นเลยที่จะต้องไปเปลี่ยนทุกคน ง่ายนิดเดียว อยากจะมองเห็นสีเขียว หาแว่นตาสีเขียวมาสวม เราก็เห็นสีเขียวรอบตัวเรา” เพราะฉะนั้นมาคิดกันดูให้ดี อยากจะให้โลกเป็นโลกที่ดี เห็นคนนั้นแล้ว คนนี้ร้าย เห็นคนไม่ดีทั่วไปหมด แล้วจะเปลี่ยนโลกของเราเป็นโลกดีได้อย่างไร เราเปลี่ยนตัวของเราเอง แล้วโลกก็เปลี่ยน เปลี่ยนตัวของเรามาสวมแว่นตาสีเขียว ก็เริ่มเห็นสีเขียวรอบด้าน เราเปลี่ยนตัวของเรา ก็เปลี่ยนโลกของเรา เพราะฉะนั้นการเปลี่ยนโลกไม่ใช่ไปเปลี่ยนคนอื่น เปลี่ยนที่ตัวเอง แล้วทุกสิ่งทุกอย่างก็เปลี่ยนรอบตัว โลกกลายเป็นโลกที่ดีขึ้น เมื่อเราเปลี่ยนตัวของเรา

### “ชีวิตคือการเรียนรู้ การเรียนรู้ไม่มีที่สิ้นสุด”

เราจะเริ่มมาเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเราเอง ต้องเข้าใจตัวเองและเข้าใจกระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์ ว่าเรียนรู้ได้อย่างไร เราคือผู้เรียนรู้ ทุกคนคือผู้เรียนรู้ เป็นนักศึกษา เป็นอาจารย์ก็เรียนรู้ ไม่มีใครที่ไม่มีการเรียนรู้ トラบโคที่มีชีวิตอยู่ สมมติว่าผมจะกระดิกนิ้ว เริ่มต้นตรงไหนจึงจะกระดิกนิ้วได้ ฝรั่งเศสบอกว่ามาจากสมอง ไม่ใช่ ต้องคิดก่อน ต้องคิดว่าจะกระดิกนิ้ว แล้วสมองจึงจะทำตามคำสั่ง ต้องอาศัยความคิดจิตใจมาก่อนสมองเสมอ จิตใจเป็นสิ่งที่อยู่เหนือสมอง

เพราะฉะนั้นกระบวนการเรียนรู้ ต้องใช้จิตใจ ใช้สำนึกเป็นจุดเริ่มต้น เพราะว่าจุดนี้คือจุดที่เรารู้จัก จุดที่ใช้ในการรับรู้ทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าเมื่อจิตใจไม่อยู่กับเนื้อกับตัว ก็ไม่สามารถที่จะเรียนรู้อะไรได้ การรับรู้ไม่เกิดขึ้น ถ้าสติไม่อยู่กับเนื้อกับตัว ไม่มีการรับรู้ ดังนั้นการจะเป็นนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาต้องมีสติ สติต้องอยู่กับเนื้อกับตัวตลอดเวลา ต้องฝึกสมาธิให้ได้ ในการเรียนรู้ของเราก็ตรงกับฝรั่ง ไม่มีอะไรแตกต่างกันในเรื่องการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม รับข้อมูลเข้ามา โดยใช้ประสาทสัมผัสทั้งห้า ใช้ตาในการรับแสง ใช้หูในการรับเสียงเข้ามา เพื่อจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม เสร็จแล้วก็จะบันทึกข้อมูลเหล่านั้น ไว้ในจิตได้สำนึก จิตได้สำนึกนี่คือความทรงจำ เราจะบันทึกทุกอย่างที่เห็น ได้ยิน ได้ฟังมาเก็บบันทึกไว้ และจิตได้สำนึกนี่มหัศจรรย์กว่าหน่วยความจำในเครื่องคอมพิวเตอร์ คอมพิวเตอร์เล็กของผมมีหน่วยความจำไม่มาก ในที่สุดเมื่อใส่ข้อมูลเข้าไปก็เต็ม พอเต็มก็ปฏิเสธว่ารับอะไรไม่ได้แล้ว แต่จิตได้สำนึกไม่มีวันเต็ม เราเรียนรู้ตลอดชีวิต ใส่ข้อมูลเข้าไปไม่เคยปฏิเสธเลยว่ายารู้ไม่ไหว ไม่เรียนรู้แล้ว เราเริ่มเข้าใจวิธีการเรียนรู้ของเราแล้ว แต่ทำอย่างไรจึงจะเชื่อมโยงกับสำนึกของเราถึงจะเกิดการรับรู้ เกิดความเข้าใจ ต้องเข้าใจวิธีการตีความ ทุกสิ่งทุกอย่างต้องตีความก่อนที่จะเข้าใจ มีการรับเอาสัญญาณมาจากประสาทสัมผัสทั้งห้า แล้วเอาข้อมูลที่บันทึกอยู่แล้วมาใช้ในการตีความ เราไปดึงข้อมูลออกมาจากจิตได้สำนึก ก็คือหน่วยความจำนั่นเอง นำออกมาและมาเปรียบเทียบ พอมีอะไรใกล้เคียงกันก็บอกว่าเข้าใจแล้วเหมือนกับเครื่องคอมพิวเตอร์ เพราะฉะนั้นวิธีการคือ จะตีความโดยการเอาข้อมูลที่มีอยู่แล้วมาเปรียบเทียบ สังเกตว่าพวกเราตีความไม่เหมือนกัน เด็กบางคนเห็นอะไรบางอย่างก้าวร้าวขึ้นมาเลย แต่อีกคนเห็นสิ่งเดียวกันแต่เฉย แสดงว่าตีความกันคนละแบบ ขึ้นอยู่กับข้อมูลที่ใส่เข้าไปเท่านั้นเอง เราสามารถเปลี่ยนตัวเองได้ โดยการที่ใส่ข้อมูลใหม่เข้าไป ต้องใส่โปรแกรมใหม่ให้กับตัวเอง พอมีความคิดอะไรเข้ามาจงใช้วิจารณ์ญาณ วิธีการง่ายนิดเดียว ให้เขาตั้งคำถามสองคำถาม คำถามข้อแรก “สิ่งนี้ดีสำหรับเราไหม?” ถ้าตอบว่าดี ตั้งคำถามข้อที่สอง “ดีกับทุกคนไหม?” ถ้าดีสำหรับทุกคนเอาข้อมูลนี้ไปใช้ได้ แต่ถ้าไม่ดีกับทุกคนก็ปฏิเสธ ในเมื่อไม่มีประโยชน์แก่ส่วนรวม จะไม่เอาข้อมูลนี้ไปใช้ นี่คือการใช้วิจารณ์ญาณ และคิดอย่างไร ก็ส่งข้อมูลนั้นกลับไปบันทึกไว้ในจิตได้สำนึกเป็นเรื่องที่สำคัญ เท่ากับว่าเราเริ่มเสริมสิ่งที่ดีที่งามเข้าไปในจิตได้สำนึก เพราะฉะนั้น ในชีวิต คิดดี พูดดี ทำดี ตลอดเวลา คิดแต่สิ่งที่ดี ทำแต่ความดี สิ่งเหล่านี้ก็จะฝังลงไป ในจิตได้สำนึก ในเบื้องต้นเพื่อช่วยให้พวกเราเอาชนะตัวเอง ต้องเอาศีลเข้ามาช่วย นี่เป็นส่วนของคุณธรรมในชีวิตของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาต้องรักษาศีล ทุกศาสนามีบทบัญญัติเหมือนกันเพื่อช่วยให้เป็นคนดี สอนเหมือนกัน ต้องเข้าใจว่าศัตรูของเราอยู่ในตัวเรา ความโกรธ ความโลภ ความหลง ความอิจฉาริษยา การยึดมั่นถือตน ความอหังการ พยาบาท ความกลัว ความวิตกกังวล มันอยู่ในตัวของเรา

อย่างที่โรงเรียนสัตยาไส เปลี่ยนนิสัยของเด็กได้ภายในระยะเวลาสั้น ๆ แต่ต้องช่วยกันทุกคน คุณครูทุกท่านต้องช่วยกัน ต้องทำงานกันหนัก นักเรียนต้องให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี กิจกรรมแรกของโรงเรียนสัตยาไสคือกิจกรรมหน้าเสาธง เชิญธงขึ้นสู่เสา ร้องเพลงชาติ สวดมนต์ แล้วคุณครูก็ไปยืนอยู่หน้าเสาธง และบอกนักเรียน สมมติว่าเราจะเปลี่ยนนิสัยจากคนที่ขาดความมั่นใจ ขาดความกล้าหาญ ให้มีความมั่นใจ มีความกล้าหาญ เด็กนักเรียนในโรงเรียนต่าง ๆ ส่วนใหญ่เป็นอย่างนั้น คนไทยขาดความมั่นใจในตัวเองค่อนข้างเยอะ ไม่กล้าพูด ไม่กล้าแสดงออก เราจะเปลี่ยนนิสัยทุกคนให้กลายเป็นคนที่มีความมั่นใจ มีความกล้าหาญ คุณครูไปยืนอยู่หน้าเสาธงแล้วคุณครูนำ ขอให้นักเรียนทุกคนพูดตามคุณครู “ต่อไปนี่ เราจะเด็กกล้าหาญ เราจะเดินก้าวหน้าไปด้วยความมั่นใจ เราจะข้ามอุปสรรคทั้งหลายด้วยความกล้าหาญ ด้วยความมั่นใจ เราจะประสบความสำเร็จในชีวิตของเรา” เด็กพูดตาม ความคิดเหล่านั้นก็ฝังเข้าไปในจิตใจสำนึกโดยอัตโนมัติ พอจะร้องเพลงก็ร้องเพลง โดยการใส่ความกล้าหาญเข้าไปในเพลง นี่เป็นเพลงที่ครูที่โรงเรียนสัตยาไสแต่งขึ้นมา เพื่อสอนให้เด็กมีความกล้าหาญ “เรามีความกล้า เรามีความกล้า พวกเรามีความพยายาม มีปัญหาอะไร เราไม่เคยหวั่น เราต้องฟันฝ่าถึงเส้นชัย” หาเพลงง่าย ๆ สอนเด็ก แล้วมันก็ฝังลงไป ในจิตใจสำนึก แค่อาทิตย์เดียว ถ้าทำกันอย่างนี้ทั้งโรงเรียน ทั้งสถาบันรับรองได้เลยเปลี่ยนนิสัยของเด็กได้ ใช้เวลาไม่นาน

### “ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้กับชีวิต”

มีเรื่องที่สำคัญกว่า เราเปลี่ยนนิสัยตัวเองได้ เปลี่ยนนิสัยเด็กได้ แต่พอกลับไปอยู่อย่างเดิม ไปเจอปัญหาเหมือนเดิม จิตใจก็ตกต่ำลงไปใหม่ จะทำอย่างไรถึงจะไม่ให้ตกต่ำ ต้องสร้างภูมิคุ้มกันให้กับตัวเอง ต้องสร้างภูมิคุ้มกันให้กับเด็ก ให้กับเยาวชน วิธีการสร้างภูมิคุ้มกันก็คือต้องรู้จักยกระดับจิตใจของผู้เรียน ของนักศึกษาให้สูงขึ้น โดยอาศัยศีลและสมาธิ การสวดมนต์ การภาวนาตามศาสนาของตัวเองก็คือการสร้างสมาธิ เริ่มไปสัมผัสกับจิตเหนือสำนึก เป็นผู้ที่อยู่ในตัวเรา การหยั่งรู้จะเกิดขึ้น เรามีมโนธรรมอยู่ในจิตเหนือสำนึก จะคอยเตือน อันนี้ดี อันนี้ไม่ดี อันนี้ควรทำ อันนี้ไม่ควรทำ นี่คือมโนธรรมที่เกิดขึ้นในจิตเหนือสำนึกของเรา พอเริ่มยกระดับจิตใจ เราจะเริ่มได้สิ่งเหล่านี้เข้ามาในตัว นี่คือภูมิคุ้มกันหลักง่าย ๆ ศีล สมาธิ ปัญญา บทบัญญัติ สวดมนต์ ภาวนา ยกกระดับจิตใจ ปัญญาเกิดขึ้นในทุกศาสนาเหมือนกัน นี่เป็นการทดลองที่มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย มีนักศึกษา 3 กลุ่ม กลุ่มแรกไม่เคยฝึกสมาธิ มาทดลองฝึกสมาธิ แล้ววัดความจำ ปรากฏว่าความจำอยู่ในระดับ 40% กลุ่มที่สองฝึกสมาธิมาหนึ่งปี ปรากฏว่าความจำเพิ่มเป็น 60% กลุ่มที่สามฝึกสมาธิสองปี ความจำเพิ่มเป็น 70% ยิ่งฝึกสมาธิ ความจำยิ่งดีขึ้น ในที่สุดจะรู้วิธีที่จะดึงข้อมูลที่เราบันทึกอยู่ในจิตได้สำนึกออกมา เพราะฉะนั้นไม่ต้องท่องหนังสือมากมาย ถ้ามีสมาธิ

จะทำอะไร ได้ดีขึ้นอยู่เรื่อย ๆ ฟังอาจารย์บรรยายหนังสือจำได้หมด ถ้ามีสมาธิ มีสติอยู่กับตัว

ผมเริ่มฝึกกับตัวเองตอนอายุสิบห้า ก่อนที่จะฝึกสมาธิเกร ไม่ตั้งใจเรียน ความจำไม่ดี สอบได้ที่โหลในประเทศอังกฤษ พอฝึกสมาธิหนึ่งปีความจำดีขึ้น ผมสอบได้ที่หนึ่งในประเทศอังกฤษ ได้รับรางวัลจากนายกรัฐมนตรีประเทศอังกฤษ ได้ที่หนึ่งในทุกวิชา ทั้งด้านศิลปะ ดนตรี หรือภาษาอังกฤษก็ชนะชาวอังกฤษ วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์เพราะผมฝึกสมาธิ ไปศึกษาต่อโดยเข้ามหาวิทยาลัยที่ดีที่สุดในประเทศอังกฤษคือ มหาวิทยาลัยเคมบริดจ์ เรียนได้สองปีเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี อาจารย์บอกผมว่าเรารู้เรื่องหมดแล้ว ไม่ต้องเรียนแล้ว มอบปริญญาตรีให้ และให้ปริญญาโทโดยไม่ต้องเรียน ผมไปทำปริญญาเอก นั่งสมาธิแล้วภาพก็ปรากฏขึ้นมา เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการขยายคลื่น ไมโครเวฟ ใช้ทางด้านการสื่อสาร โทรคมนาคม เข้าใจหมดเลย ก็เขียนวิทยานิพนธ์ไปส่งอาจารย์ อาจารย์ก็ตกใจ “ฉันยังไม่ได้อนุมัติหัวข้อวิทยานิพนธ์ เธอทำมาได้อย่างไร” ปกติต้องผ่านการสอบหัวข้อก่อน ผมบอกท่านว่าลองอ่านดูก่อน ท่านก็อ่านและฟังมากกว่านี้เป็นวิทยานิพนธ์ที่ยอดเยี่ยม ตั้งตั้งคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ทุกคนมาประชุมกันและให้ผมเสนอ พอได้ฟังแล้วทุกคนทิ้งไปหมด ยอดเยี่ยม ให้ผ่าน เลยได้รับปริญญาเอกจาก Imperial College of Science and Technology ในประเทศอังกฤษ

ผมฝึกสมาธิวันละชั่วโมงทุกวันไม่เคยขาดตอนที่เป็นนักศึกษาคุณนักวิทยาศาสตร์ที่ยิ่งใหญ่ อย่างเช่น เซอร์ไอแซก นิวตัน ชอบไปนั่งอยู่ใต้ต้นแอปเปิลตั้งแต่เด็ก หลับตาแล้วทำอยู่เป็นประจำ พอโตขึ้นมาเริ่มคิดถึงดาวหางฮัลเลย์ว่าจะหมุนเวียนมาทุกกี่ปี คำนวณไม่ได้จากการคิดการทดลอง ก็ไปนั่งอยู่ใต้ต้นแอปเปิล แล้วลูกแอปเปิลตกลงมา เขาก็บอกว่า “อ้อ รู้แล้ว ๆ” เซอร์ไอแซก นิวตัน ตอบคนทั้งโลกว่าดาวหางฮัลเลย์จะหมุนเวียนมาทุก 76 ปี ในขณะเดียวกันค้นพบทฤษฎีแรงโน้มถ่วง ซึ่งทำให้ก้าวหน้าอย่างรวดเร็วทางด้านวิทยาศาสตร์ ฟิสิกส์ ฮัลเบิร์ต ไลน์สไตน์ ตอนที่เรียนอยู่สอบตก โคนไป่ออก สมัครเข้าไปเรียนในระดับอุดมศึกษาที่เยอรมัน ปรากฏว่าที่นั่นไม่ยอมรับเป็นนักศึกษา แต่ในที่สุดโตขึ้นมา ค้นพบทฤษฎีที่เปลี่ยนแปลงโลก กลายเป็นนักวิทยาศาสตร์ที่ยิ่งใหญ่ของโลก ทั้งที่ไม่เป็นที่ยอมรับในระดับมหาวิทยาลัย แต่กลับเป็นผู้ที่ค้นพบสิ่งสำคัญ ฮัลเบิร์ต ไลน์สไตน์บอกว่า “การหยั่งรู้ไม่ได้มาจากความตั้งใจ หรือมาจากขั้นตอนของการศึกษา แต่มาจากใจโดยตรง”

ถ้าเราเข้าไปถึงจิตใจของเรา เราจะเริ่มรู้อะไรด้วยตัวของเราเอง