

พลัง

จากภายใน

เราทำได้ร่วมกัน

(Inner Power, Together We Can)

สิ่งสูงสุดแห่งความเป็นมนุษย์

ประเวศ วะสี

พลังจากภายใน เราทำได้ร่วมกัน

(Inner Power, Together We Can)

สิ่งสูงสุดแห่งความเป็นมนุษย์

ศาสตราจารย์ นายแพทย์ประเวศ วะสี

พลังจากภายใน เราทำได้ร่วมกัน (Inner Power, Together We Can)

ผู้เขียน ศาสตราจารย์ นายแพทย์ประเวศ วะสี
พิมพ์ครั้งที่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๐
จำนวน ๘,๕๐๐ เล่ม

พิมพ์/เผยแพร่โดย

สถาบันรับรองคุณภาพสถานพยาบาล (องค์การมหาชน)

เลขที่ ๘๘/๓๙ ชั้น ๕ อาคารสุขภาพแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข

ซอย ๖ ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี ๑๑๐๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๘๓๒-๙๔๐๐ โทรสาร ๐-๒๘๓๒-๙๕๔๐-๒

www.ha.or.th

ออกแบบโดย

สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน

๓๖/๖ ซ.ประดิพัทธ์ ๑๐ ถ.ประดิพัทธ์ แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๖๑๘-๔๗๑๐ โทรสาร ๐-๒๒๗๑-๑๘๐๖, ๐-๒๒๗๘-๐๑๗๐

www.thaihealthbook.com e-mail : info@thaihealthbook.com

แยกสี/พิมพ์ที่ : พิมพ์ดี, สมุทรสาคร

ในช่วงประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติ

อย่างที่เป็นมนุษย์ในปัจจุบันประมาณ ๒๐๐,๐๐๐ ปี ประมาณ ๑๙๐,๐๐๐ ปี เป็นชีวิตในป่าล่าสัตว์ ประมาณ ๑๐,๐๐๐ ปี เป็นชุมชนเกษตรกรรม เพียง ๕๐๐ ปีนี้เองที่เริ่มเข้าสู่ยุคสังคมสมัยใหม่

แต่สังคมสมัยใหม่ก็เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วสลับซับซ้อนและยาก ใหม่และเร็วเสียจนระบบชีววิทยาที่เตรียมมาสำหรับสังคมสมัยเก่าไม่สามารถเผชิญได้ทัน

ความขัดแย้งระหว่างสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วสลับซับซ้อนและยาก กับระบบชีววิทยาของมนุษย์นำไปสู่ความเครียด ความเครียดนำไปสู่การมีภูมิคุ้มกันบกพร่องและพยาธิสภาพต่างๆ เช่น โรคหัวใจ โรคมะเร็ง โรคจิตประสาท และพฤติกรรมเบี่ยงเบนต่างๆ

มนุษย์ใช้พลังภายนอกไปเกือบหมดแล้วในการเผชิญกับปัญหาต่างๆ พลังภายนอกเป็นพลังหายากๆ และตื่น จึงไม่เพียงพอที่จะเผชิญกับความซับซ้อนและยากของสังคมปัจจุบัน

แต่มนุษย์ในฐานะที่เป็นมนุษย์ ซึ่งต่างจากสัตว์ มี**พลังภายใน**ที่ซ่อนอยู่ในตัวซึ่งเป็นพลังมหัศจรรย์ ประดุจพลังนิวเคลียร์ในตัวมนุษย์ และมีคุณภาพสูง ถึงเวลาที่มนุษย์จะต้องนำพลังภายในอันมหัศจรรย์ และมีคุณภาพสูง มาเผชิญกับความซับซ้อนและยากของสถานการณ์ปัจจุบัน เพื่อทำให้สิ่งที่เป็นไปได้เป็นไปได้

Inner power makes the impossible possible

สารบัญ

๑

พลังภายนอกและพลังภายใน
กับสมองส่วนหลังและสมองส่วนหน้า..... ๕

๒

จากพละ ๕ สู่พลังจากภายใน ๑๐ ประการ ๙

๓

เราทำได้ร่วมกัน
การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติในสถานการณ์จริง ๒๙

๔

ปกค. (INN)
กลไกแห่งความสร้างสรรค์และความสุขสำหรับทุกคน..... ๔๑

๕

จาก HA และ R2R สู่การสร้างสังคมสันติสุข ๔๕



พลังภายนอก และพลังภายใน

กับสมองส่วนหลัง และ สมองส่วนหน้า

มนุษย์วิวัฒนาการมาจากสัตว์ จึงมีส่วนของความ เป็น สัตว์อยู่ในตัว

สมองของมนุษย์สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่าว่าแบ่ง เป็น ๓ ส่วน คือ **สมองส่วนในสุดอยู่ก่อนไปข้างหลัง** เรียกว่า สมองสัตว์เลื้อยคลาน (reptilian brain) ทำหน้าที่เกี่ยวกับความอยู่รอด เช่น การเต้นของหัวใจ การหายใจ การสืบพันธุ์ การต่อสู้ การหนีเอาตัวรอด

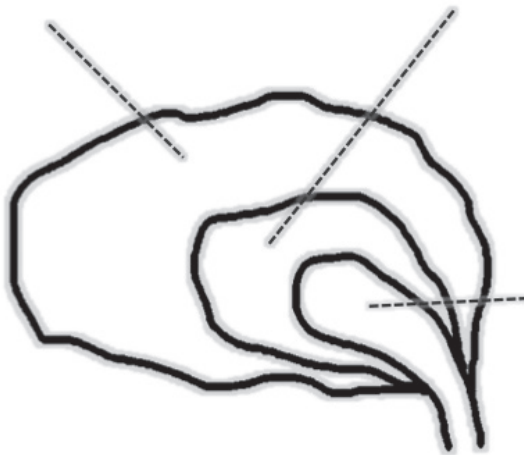
สมองชั้นกลาง เรียกว่า สมองสัตว์เลี้ยงลูกด้วยน้ำนม (mammalian brain) ทำหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์ความรู้สึก ดังจะเห็นได้ว่า สุนัขและแมวมีอารมณ์ แต่จระเข้ไม่มี

สมองส่วนหน้า

= สมองมนุษย์
- สถิติปัญญา วิจาร์ณญาณ ศีลธรรม

สมองชั้นกลาง

= สมองสัตว์เลี้ยงลูกด้วยน้ำนม
- อารมณ์



สมองส่วนหลัง

= สมองสัตว์เลื้อยคลาน
- ความอยู่รอด

รูปที่ ๑ แผนภาพแสดงสมอง ๓ ส่วนของมนุษย์

สมองชั้นนอกอยู่ค่อนไปข้างหน้า เป็นสมองมนุษย์ที่พอกหนาขึ้นมาใหญ่มาก ทำหน้าที่เกี่ยวกับสถิติปัญญา วิจาร์ณญาณ ศีลธรรม และเรื่องที่เป็นนามธรรมต่างๆ เช่น จินตนาการ

อาจกล่าวได้ว่า **พลังภายนอก** เกี่ยวกับส่วนที่สมองสัตว์ คือ สมองส่วนหน้าและสมอง ส่วนกลางเป็นส่วนใหญ่

พลังภายใน เกี่ยวกับสมองส่วนหน้า หรือ สมองส่วนที่เป็นมนุษย์เป็น ส่วนใหญ่

มนุษย์แต่ครั้งโบราณต้องใช้พลังกล้ามเนื้อมาก ไม่ว่าจะในการล่าสัตว์ ในการทำเกษตรกรรม และในการเอาตัวรอดจากภัยอันตรายต่างๆ เช่น การเผชิญกับสัตว์ร้าย หรือจากชนเผ่าอื่นที่มาโจมตี การเอาตัวรอดไม่ว่าจะโดยสู้หรือหนี ล้วนต้องการพลังกล้ามเนื้ออย่างมหาศาล ต่อมา amygdala ที่อยู่ในสมองชั้นกลาง ซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวกับอารมณ์ เช่น เมื่อเกิดความกลัวก็จะส่งไปให้ร่างกายหลั่งฮอร์โมนอะดรีนาลิน (adrenaline) ซึ่งจะกระตุ้นหัวใจให้เต้นเร็ว ความดันโลหิตสูงขึ้น กล้ามเนื้อเกิดพลังมหาศาล เพื่อการสู้หรือหนี

มนุษย์ได้ถูกโปรแกรมมาจากสภาพแวดล้อมในครั้งโบราณว่า ถ้าเผชิญปัญหาต้องผลิตสารเร่งคือ อะดรีนาลิน ปัญหาปัจจุบันได้เปลี่ยนไปแล้ว ไม่ใช่การเผชิญเสือในป่าอีกต่อไป แต่เป็นปัญหาใหม่ๆ ที่สลับซับซ้อน ยาก และเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ไม่ได้ใช้พลังกล้ามเนื้อแบบเดิมอีกต่อไป แต่ร่างกายก็ยังตอบโต้แบบเดิมคือ ผลิตอะดรีนาลินออกมา ทำให้หัวใจเต้นเร็ว ความดันโลหิตขึ้น สารกระตุ้นที่ไม่ได้ใช้นี้แหละเป็นตัวทำให้เกิดโรคเครียดกับบิวรารของโรคเครียดที่ตามมาเป็นพรวน อันเป็นปัญหาใหญ่ที่สุดของมนุษย์ทั่วโลก

“การใช้อำนาจได้ผลน้อยลงๆ” – Power is less and less effective

การใช้อำนาจก็เป็นการใช้พลังภายนอก

การใช้อำนาจก็มีการใช้กำลังหรือใช้ความรุนแรงเข้าบีบบังคับ การใช้อำนาจรัฐ และการใช้อำนาจเงิน – อำนาจทั้ง ๓ นี้สัมพันธ์กัน เคยใช้ได้กับปัญหาต่างๆ ตรงไปตรงมา แต่ปัญหาปัจจุบันที่สลับซับซ้อน การใช้อำนาจได้ผลน้อยลงๆ จึงเป็นที่มาของคำกล่าวข้างต้น ลองดูตัวอย่างประธานาธิบดีอเมริกัน ซึ่งอาจถือว่าเป็นผู้มีอำนาจสูงสุดในโลก ก็ทำอะไรไม่ค่อยได้ ทั้งเรื่องในประเทศของตัวเองและเรื่องของโลก

ในเมื่อพลังภายนอก ซึ่งรวมถึงการใช้อำนาจทั้งหลาย ไม่สามารถแก้ปัญหาสังคมปัจจุบัน ถึงเวลาต้องหันไปใช้พลังจากภายใน

พลังจากภายในเกี่ยวกับสมองส่วนหน้า ซึ่งเป็นสมองของมนุษย์ อันต่างจากสัตว์อื่นๆ เซลล์สมองและเส้นใยประสาทที่มีลักษณะพิเศษของสมองส่วนนี้ทำให้เกิดศักยภาพทางนามธรรมที่สัตว์อื่นๆ ไม่มี เช่น จินตนาการ จิตสำนึก วิจารณ์ญาณ ศีลธรรม ฯลฯ พลังจากภายในนี้มีพลัง ความลึกซึ้งและคุณภาพ มากกว่าพลังจากภายนอก และรอให้มนุษย์ใช้มาตั้ง ๒๐๐,๐๐๐ ปีแล้ว คือตั้งแต่มีความเป็นมนุษย์อย่างปัจจุบันที่เรียกว่า homo sapiens

เพื่อจะให้เห็นภาพว่าโจรผู้ร้ายและพระจักรพรรดิต่างๆ คือผู้ใช้พลังภายนอก แต่พระพุทธเจ้าใช้พลังภายใน พลังภายในเป็นธรรมชาติที่มีอยู่แล้วในตัวคน ดังที่พูดว่าทุกคนมีเมล็ดพันธุ์แห่งความดีอยู่ในจิตใจ หรือว่าทุกคนมีโพธิจิตอยู่ในตัว เราจะได้ดูกันต่อไปว่า พลังจากภายในเป็นอย่างไร

๒

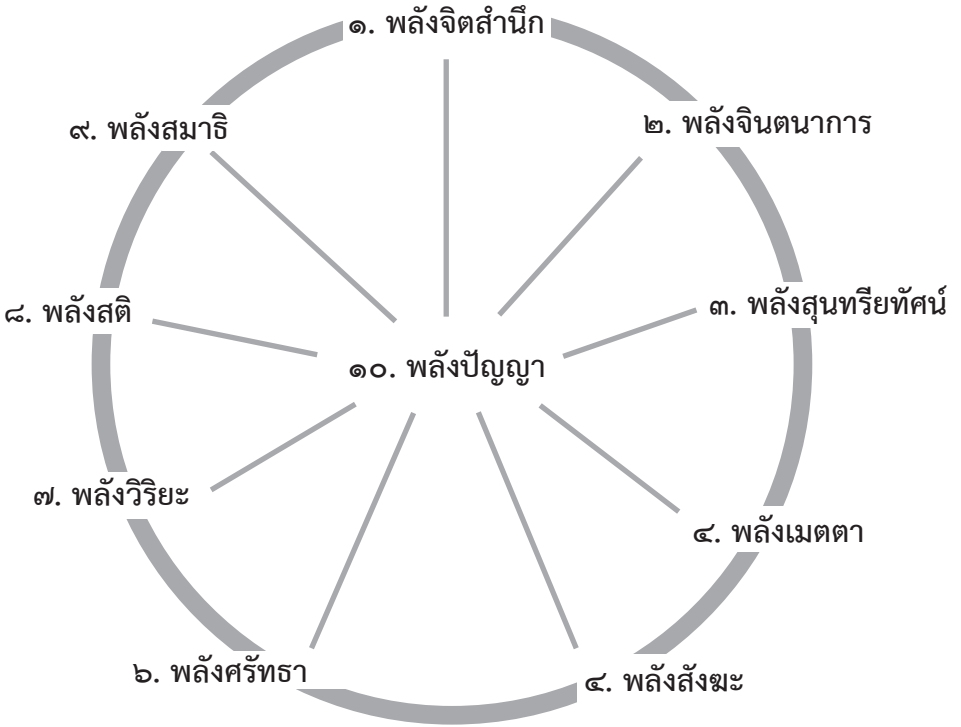
จากพละ ๕ สู่พลังจากภายใน ๑๐ ประการ

ในทางพระพุทธศาสนามีคำว่า อินทรีย์ ๕ พละ ๕ ซึ่ง
หมายถึง

ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา

ทั้ง ๕ ประกอบกันเป็นพละ หรือพลังมหาศาลที่ส่งให้
บรรลุนิพพาน นี่เป็นตัวอย่างของพลังจากภายใน

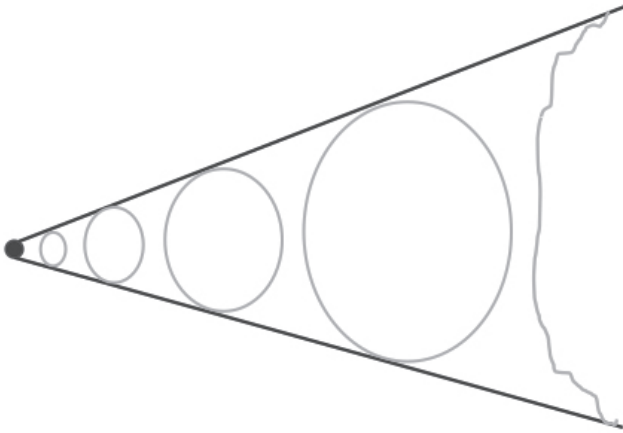
จากประสบการณ์กับการเผชิญปัจจุบันที่ยากและ
ซับซ้อน เราอาจขยายเรื่องพลังจากภายในเป็น ๑๐ ประการ
ดังนี้ (รูปที่ ๒)



รูปที่ ๒ พลังภายใน ๑๐ ประการ (ทศพลัง)

(๑) พลังจิตสำนึก จิตสำนึกของสัตว์มีข้อจำกัดตามชีววิทยาของตน เช่น จิตของทาก ของมด ของผึ้ง ของหนู ของแมว ของสุนัข ของลิง ของช้าง

สัตว์เหล่านี้แต่ละตัวมีความรู้สึกรู้สึกนึกคิดและกระทำได้ตามขนาดจิตของตัวเองเท่านั้น แต่สำหรับมนุษย์แล้วมีความเป็นพิเศษต่างจากสัตว์ที่คนอื่นๆ เดิมสามารถขยายจิตสำนึกให้ใหญ่ออกไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด



รูปที่ ๓ จิตสำนึกของมนุษย์อาจขยายใหญ่ออกไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

จิตสำนึกของโจรกับจิตสำนึกของพระพุทธเจ้ามีขนาดต่างกันมาก ทั้งๆ ที่เป็นคนเหมือนกัน ความเห็นแก่ตัว (ego) เป็นปฏิภาคกับจิตสำนึก คือคนที่เห็นแก่ตัวมาก จิตสำนึกเล็ก คิดถึงคนอื่นและสิ่งอื่นน้อย คนที่เห็นแก่ตัวน้อย จิตสำนึกใหญ่ คำนึงถึงคนอื่นและสิ่งอื่นมาก คนอาจมีจิตสำนึกที่ใหญ่มากจนเห็นคนทั้งหมดและธรรมชาติทั้งหมดเป็นหนึ่งเดียวกันก็ได้

คนที่จิตสำนึกเล็ก จะถูกความคับแคบบีบคั้นให้ขัดแย้งในตัวเอง และขัดแย้งกับผู้อื่น มนุษย์อวกาศชื่อ เอ็ดการ์ มิทเชลล์ เมื่อยืนอยู่บนดวงจันทร์มองเห็นโลกทั้งใบลอยฟ่องอยู่ในอวกาศ การเข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวของโลกทั้งใบ เขากลับมายังโลกเป็นคนที่ไม่เปลี่ยนแปลงไปโดยสิ้นเชิง คือมีความเป็นอิสระ มีความสุขอันเต็มด่ำ มีมิตรภาพอันไพศาลต่อมนุษยและธรรมชาติทั้งหมด เพราะเขาเกิดจิตสำนึกใหม่ ซึ่งเป็นจิตสำนึกใหญ่

การสัมผัสกับความทุกข์ยากของผู้คนก็กระตุ้นจิตสำนึกได้ ดังที่เจ้าชายสิทธัตถะ เมื่อเสด็จหนีออกจากวังกรุงกบิลพัสดุ์ แล้วไปพบคนเกิด แก่ เจ็บ ตาย ซึ่งแน่นอนจะต้องพบคนยากคนจนด้วย จิตสำนึกของพระองค์ท่านก็เปลี่ยนไป ซึ่งทำให้ทรงมีฉันทะวิริยะอย่างแรงกล้าในการแสวงหาความรู้เพื่อทำให้ได้

ในการพัฒนาปัจจุบันเป็น ego-centric คือเน้นที่ตัวตนเป็นศูนย์กลาง ทำให้ผู้คนมีจิตสำนึกคับแคบ ไม่สามารถสร้างสังคมแห่งการอยู่ร่วมกันอย่างสันติได้ ที่จะพ้นจากสภาวะวิกฤตได้ มนุษย์ชาติต้องขยายจิตสำนึกให้เป็นจิตสำนึกใหม่ ซึ่งเป็นจิตสำนึกใหญ่ที่คำนึงถึงคนทั้งหมดและธรรมชาติทั้งหมด

ขณะนี้กระบวนการจิตสำนึกใหม่เป็นกระแสใหญ่ในโลก (mega trend) มีวิธีการอันหลากหลายที่จะก่อให้เกิดจิตสำนึกใหม่ ซึ่งจะไม่กล่าวถึงในที่นี้ จะสรุปเพียงว่าจิตสำนึกเป็นพลังภายในที่มีพลังมหาศาลที่จะนำไปสู่สิ่งดีๆ ทั้งปวง

อนึ่ง ในสังคมผู้คนถูกทำให้ด้อยศักดิ์ศรี และด้อยศักยภาพของความเป็นคนด้วยมายาคติต่างๆ สำนึกในศักดิ์ศรีแห่งความเป็น

มนุษย์จะปลดปล่อยผู้คนออกจากพันธนาการของมายาคติ เป็นอิสระ เกิดความสุขอย่างล้าลึก และมีศักยภาพในการทำเรื่องดีๆ สำนึกในศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ของตนเอง และเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของคนอื่น อยู่ในตระกูลจิตสำนึก และเป็นพลังจากภายในอย่าง มหาศาล

(๒) พลังจินตนาการ ไม่แน่ว่าสัตว์จะมีจินตนาการได้บ้างหรือไม่ แต่มนุษย์สามารถมีจินตนาการได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด ความรู้มีข้อจำกัดว่ารู้แค่นี้ ทำได้แค่นี้ แต่จินตนาการไม่มีข้อจำกัด สามารถจินตนาการเกินเลยความจริงออกไป จินตนาการจะก่อให้เกิดพลังเพื่อสร้างความรู้ให้ทำให้ได้จริง เช่น จินตนาการว่าจะเหาะเหินเดินอากาศได้ ทำให้สร้างเครื่องบินได้ จินตนาการว่าจะมีหุทิพย์ ทำให้มีโทรทัศน์ จินตนาการว่าจะมีตาทิพย์ ทำให้มีโทรทัศน์ เจ้าชายสีหัตถ์ตระหงามี จินตนาการว่ามนุษย์พันทุกซ์ได้ ซึ่งเป็นจินตนาการที่ใหญ่มาก แต่ขณะนั้นยังไม่ทรงมีความรู้ ดังที่ไปลองผิดลองถูกอยู่ ๖ ปี จินตนาการทำให้เกิดฉันทะวิริยะอย่างแรงกล้าที่จะสร้างความรู้อันนำไปสู่การทำได้จริง ชาวคุณภาพโรงพยาบาลอาจมีจินตนาการว่าในอนาคตสถานบริการทุกแห่งจะมีคุณภาพสมบูรณ์ ผู้ป่วยทุกคนจะได้รับบริการที่มีความปลอดภัย และมีคุณภาพสูงสุดให้สมกับคุณค่าที่เกิดมาเป็นมนุษย์ เมื่อมีจินตนาการแล้วเราก็พากันทำให้ได้จริง เป็นที่รู้กันว่าความฝัน หรือจินตนาการยิ่งใหญ่ยิ่งมีพลังมาก เป็นพลังจากภายใน เราทุกคนต้องมีจินตนาการใหญ่

(๓) พลังสุนทรียทัศน์ โดยสัญชาตญาณระว่างภัย มนุษย์จะมอง และจดจำในแง่ร้าย เพราะเรื่องไม่ดีอันตรายต่อเรา แต่การมองในแง่ร้ายก็ทำให้ทอนกำลังและขาดความสุข การมองเห็นความดี หรือ สุนทรียทัศน์ ทำให้เกิดความปิติและพลังสร้างสรรค์ มีผู้คนที่ทำอะไร ดีๆ มากมาย ถ้าเราไปรับรู้หรือเรียนรู้เรื่องเหล่านั้น เราก็จะมีความสุข มีกำลังใจ และฉลาดขึ้น ถ้าเราทำอย่างนี้มากขึ้นๆ ก็จะเกิดปัญญารอบรู้ และการที่เราไปรับรู้เรื่องดีๆ ก็ทำให้คนที่ทำเรื่องเหล่านั้นมีพลังขึ้น ด้วย ที่เรียกว่า Appreciative energy มีกระบวนการที่เรียกว่า Appreciative Inquiry (AI) ตามปรกติคนจะพูดถึงองค์กรในแง่ลบ เพราะธรรมชาติของความจำที่จำเรื่องร้ายมากกว่าเรื่องดีดังกล่าวแล้ว กระบวนการ AI ทำตรงข้ามคือ ไปถามกันว่า ท่านภูมิใจอะไรในองค์กรของท่านบ้าง มีเรื่องอะไรดีๆ ในองค์กรของท่านบ้าง การถามในทำนองนี้ทำให้องค์กรเกิดพลังมหาศาล เป็นพลังจากภายในอีกชนิดหนึ่ง

ในทางวิชาการมีเป็นอันมากที่ถือการวิพากษ์วิจารณ์เป็นหลัก ทำให้มองคับแคบ ใช้อัตโนมติมากเกินไป ก่อให้เกิดความทุกข์ความขัดแย้งในตัวเองและผู้อื่น ส่วนสุนทรียทัศน์ทำให้เปิดใจกว้างและเรียนรู้จากความเป็นจริง สามารถเป็นบ่อเกิดของการเป็นบุคคลเรียนรู้ และคนที่มีความสุขได้ รวมทั้งเกิดสามัคคีธรรม สุนทรียทัศน์จึงเป็นพลังจากภายในอีกอย่างหนึ่งซึ่งมีค่ามาก

นี้อาจจะรวมถึง เห็นความงามของธรรมชาติรอบๆ ตัวและความรู้สึกสำนึกถึงบุญคุณของสรรพสิ่งอย่างลึกซึ้ง ว่าชีวิตของเราเป็นไปได้เพราะคนอื่นและสิ่งอื่น ความกตัญญูรู้คุณของคนอื่นและสิ่งอื่นอย่างเต็มต่าอยู่ตลอดเวลา จะทำให้ความคิดจิตใจกลมกล่อม ประสาน

กับความเป็นจริงตามธรรมชาติ มีปิติสุขอยู่ในตัว รักผู้อื่น รักธรรมชาติ มีความเมตตา กรุณา มีพลังภายในพร้อมที่จะสร้างสรรค์ต่างๆ ตรงข้ามกับคนที่คิดแบบตายตัวเข้าไปสู่การแยกส่วนสุดโต่ง แม้มีความหวังดี หรืออุดมการณ์ก็นำตนเข้าไปสู่มุมอับ เครียด หมดพลัง หรือถึงเสียชีวิต เพราะภูมิกุ้มกันบกพร่อง เพราะความเครียด

(๔) พลังเมตตา สมองของมนุษย์มีส่วนที่รับรู้ความทุกข์ยากของผู้อื่นแล้วเกิดความเห็นใจ (empathy) และอยากช่วยเหลือ นี่เป็นเมล็ดพันธุ์แห่งความดีที่มีอยู่ในมนุษย์ทุกคน ความเมตตา กรุณาเป็นพลังภายในที่มีพลังสูงยิ่ง จนกล่าวกันว่า “เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก” เมตตาเป็นข้าศึกกับความโกรธ ความเกลียด ความโกรธ ความเกลียด เป็นเครื่องบั่นทอนกำลังและนำไปสู่ความรุนแรง การคิดด้วยเหตุผลบ่อยๆ ครั้ง ก็ไม่สามารถหยุดยั้งความโกรธ ความเกลียดได้ แต่เมตตา มีผลชะงัดมาก สามารถหยุดความโกรธ ความเกลียดได้ทันที การเจริญเมตตา ถ้าทำให้มากทำให้บุคคลบรรลุธรรมได้

ในการทำงานที่ยากบ่อยๆ ครั้ง มีอุปสรรคที่ทำให้ท้อถอย ท่านอาจารย์พุทธทาสได้ให้คาถาการทำงานฝ่าความยากไว้ คือ

สุทธิ ปัญญา เมตตา ชันติ

สุทธิคือความบริสุทธิ์ ซึ่งจะช่วยผ่อนหนักเป็นเบา แต่ก็ไม่พอ ต้องการปัญญา ซึ่งแม้ใช้ทั้งสุทธิและปัญญาแล้วก็ยังไม่พอ ต้องใช้เมตตาอีกด้วย กระนั้นก็ตามในปัญหาที่ยากสุดๆ ยังต้องการขันติอีก

พลังความเมตตาของพระพุทธองค์นั้นได้รับการกล่าวขวัญกันว่า สามารถหยุดยั้งภัยอันตรายต่างๆ ทั้งจากมนุษย์และอมมนุษย์ ท่าน

ดาไลลามะผู้นำชาวพุทธที่ได้รับศรัทธามากในโลกตะวันตกก็เน้นเรื่อง compassion หรือความกรุณาเป็นพิเศษ พระสันตะปาปาฟรานซิสองค์ปัจจุบันก็ทรงมีชื่อเสียงกระฉ่อนไปทั่วโลกในความเมตตาตามหาศาลของพระองค์

การทำอะไรควรเอาใจนำ ถ้าเอาความรู้มาจะเครียดและกลัว คือกลัวว่าเราไม่รู้จริง คนอื่นเขาจะมีความรู้มากกว่าเรา เราคงทำไม่ได้ เพราะความรู้ไม่พอ แต่ถ้าเอาใจนำ คือความเมตตา เราจะทำเพื่อเพื่อนมนุษย์ ความรู้มีเท่าใดก็ไม่เป็นไรหาเพิ่มเติมได้ ถ้าเอาใจนำเราจะไม่กลัว จะให้ไปพูดที่ไหนๆ ก็ได้ เพราะใจเพื่อเพื่อนมนุษย์ หรือความเมตตาเรามีอยู่จริงๆ ส่วนความรู้มีมาน้อยเท่าใดก็รับสภาพตามความเป็นจริง ไม่เป็นไรดอก เอาความจริงเข้าว่า เมื่อลงมือทำก็จะเรียนรู้ และมีความรู้ขึ้นมาเอง การมีความเมตตาหรือมีใจเพื่อเพื่อนมนุษย์ หรือมีหัวใจแห่งความเป็นมนุษย์ จึงเป็นพลังภายในที่ยิ่งใหญ่ ที่ก่อให้เกิดความสุข ขจัดความกลัว นำไปสู่สุขสัมพันธ์และความสร้างสรรค์ใหญ่ๆ ได้

(๕) พลังแห่งสังขะ สังขะหมายถึงการรวมตัว หรือการร่วมกัน หรือสังคัม หรือความเป็นชุมชน มนุษย์เป็นสัตว์ที่มีร่างกายที่อ่อนแอ เมื่อเทียบกับสัตว์อื่น เช่น เสือ หรือสิงโต แต่การที่มีมียีนเกิดขึ้นในสัตว์พันธุ์ที่เรียกว่า homo sapiens หรือเผ่าพันธุ์มนุษย์ในปัจจุบัน ที่ทำให้รวมตัวกันทำเรื่องต่างๆ มนุษย์ก็เอาชนะสัตว์ทั้งปวงได้ การรวมตัวร่วมคิดร่วมทำ ทำให้เกิดพลังร่วม ซึ่งมีพลังผูกมัดบังเกิดเพิ่มมหาศาล คือไม่ใช่ $๑ + ๑ = ๒$ แต่เป็นคล้ายๆ nuclear fusion คือเมื่อนิวเคลียสของ

ธาตุมารวมกัน แล้วปล่อยพลังมหาศาลออกมา ดังที่นิวเคลียสของธาตุไฮโดรเจน ๒ ตัว รวมกัน H + H ในดวงอาทิตย์ แล้วปล่อยพลังงานของดวงอาทิตย์ออกมาไปทั่วสุริยจักรวาล

พลังของการรวมตัวมีทั้งทำให้เกิดพลังภายนอก คือ พลังทางสังคม และพลังภายใน เช่น ปัญญาาร่วม และพลังอื่นๆ อันเป็นพลังมหาศาล ดังจะได้กล่าวแยกออกไปอีกในตอน “เราทำได้ร่วมกัน” ในขั้นนี้เพียงให้เห็นว่า การรวมตัวหรือการถักทอกันทางสังคม ทำให้สิ่งที่เป็นไปไม่ได้เป็นไปได้ (Social weaving makes the impossible possible)

(๖) พลังศรัทธา ศรัทธาในบุคคลหรือสิ่งที่ถูกต้องดีงามทำให้เกิดพลังภายในมหาศาล พระพุทธองค์จึงทรงบัญญัติศรัทธาไว้เป็นปฐมในพระ ๕ คือ **ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา** ศรัทธาในศาสนา นำไปสู่การสร้างสรรค้อย่างมหาศาลในโลก ทั้งในทางวัตรธรรมและในการกระทำ พวกมิชชันนารีที่อุทิศชีวิตทั้งชีวิตทำงานในดินแดนทุรกันดารเพื่อเพื่อนมนุษย์ก็เพราะมีศรัทธาในพระผู้เป็นเจ้าของ พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคจำนวนมากมีศรัทธาอย่างสูงสุดในพระศาสดา แล้วเกิดปัญญาบรรลุนิพพาน

ผู้นำที่ทรงคุณงามความดีก่อให้เกิดศรัทธาในหมู่คณะหรือในองค์กร ที่บางทีใช้คำว่า เป็นจิตวิญญาณขององค์กร ทำให้หมู่คณะหรือองค์กรมีพลังเพราะมีศรัทธาในผู้นำ

พันธกิจอันมีคุณค่าสูงส่งต่อเพื่อนมนุษย์ หรือส่วนรวมขององค์กร หรือโครงการ ก่อให้เกิดศรัทธาแก่สาธารณชนของผู้ยากเข้ามา

ร่วมงาน ทำให้ห้องค์กรหรือโครงการนั้นๆ มีพลัง เพราะฉะนั้นจึงมีหลักการว่า การจะทำอะไรๆ ให้สำเร็จต้องใช้คุณค่าของเรื่องนั้นๆ เป็นธงนำ เพราะคุณค่าก่อให้เกิดศรัทธาและพลัง อย่างเรื่องการรับรองคุณภาพโรงพยาบาลเป็นเรื่องที่มีคุณค่ามาก เพราะใครๆ ก็เข้าใจได้ง่ายว่าชีวิตของเพื่อนมนุษย์สำคัญมาก บริการของโรงพยาบาลควรจะมีคุณภาพในทุกมิติ บริการที่มีคุณภาพเป็นเรื่องของความเป็นมนุษย์ คนที่เกี่ยวข้องมีศรัทธาในคุณค่าของเรื่องนี้ กระบวนการรับรองคุณภาพโรงพยาบาลจึงเติบโตอย่างรวดเร็ว และให้ความปิติสุขกับทุกคนที่เกี่ยวข้อง เพราะคุณค่า ศรัทธา และพลัง

คุณภาพจึงเป็นเรื่องของความเป็นมนุษย์และเป็นเรื่องของชีวิต ดังที่คำขวัญของการประชุมใหญ่ HA ประจำปี ๒๕๕๙ ที่ว่า “คุณภาพในทุกกลมหายใจ”

(๗) **พลังวิริยะ** นี้อาจรวมเรื่องพลังจิต หรือ Will power เข้ามาอยู่ในเรื่องเดียวกัน ความมุ่งมั่นอย่างแรงกล้าและความเพียรเป็นพลังอย่างยิ่ง พระศาสดาจึงทรงจัดเป็นองค์ธรรมที่ ๒ ของพละ ๕ ถัดมาจากศรัทธา กล่าวคือเมื่อมีศรัทธาแล้วจะมีความมุ่งมั่นอย่างแรงกล้าและความเพียรอย่างยิ่ง ในพระราชนิพนธ์เรื่องพระมหาชนก โดยพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช แกนหลักของเรื่องคือ “**ความเพียรอันบริสุทธิ์**” แม้ยังมองไม่เห็นฝั่ง ในที่สุดความมหัศจรรย์ผุดบังเกิด สังคมปัจจุบันเป็นระบบซับซ้อน มีความโกลาหล (chaos) เกิดขึ้นเป็นประจำ และไม่มีใครพยากรณ์อนาคตได้ เมื่อเหตุปัจจัยถึงพร้อมก็มีปรากฏการณ์ผุดบังเกิดขึ้น ประดุจความมหัศจรรย์ เพราะไม่มีใครพยากรณ์ได้ว่าจะเกิดขึ้นในลักษณะใดและเมื่อใด ความ

เพียรอันบริสุทธิ์ไม่ย่อท้อหยุดไปเสียก่อนในขณะที่ยังมองไม่เห็นอนาคต เป็นปัจจัยให้ความมหัสจรรย์ผุดบังเกิดขึ้น นี่เป็นเรื่องที่ควรกลับไปอ่านพระราชนิพนธ์เรื่องพระมหาชนก อันมีความนัยที่สำคัญในเรื่อง “ความเพียรอันบริสุทธิ์” ที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชตั้งพระทัยอย่างมากที่จะให้ปวงชนชาวไทยยึดเป็นหลักธรรมประจำใจ และหลักปฏิบัติในชีวิต

ในหมวดธรรมแห่งความสำเร็จที่เรียกว่า **อิทธิบาท ๔** (อิทธิ = สำเร็จ) คือ **ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา** วิริยะก็เป็นองค์คุณแห่งความสำเร็จที่เราจะต้องรดน้ำพรวนดินให้แข็งแรงขึ้น วิริยะสัมพันธ์อยู่กับความเข้มแข็ง คนอ่อนแอไม่เอาจริงเอาจัง ชี้ขลาด เจองานหนักก็ไม่กล้าสู้ ลึกๆ แล้วมีความทุกข์อยู่ในจิตใจเพราะความอ่อนแอของตนเอง ถ้าเรามีความตั้งใจจริงที่เรียกว่า strong will ทำให้เกิดวิริยะอย่างแรงกล้า เอาชนะความอ่อนแอในตัวเองให้ได้สักครั้งหนึ่ง จะเกิดความปิติและความสุข และไม่กลัวงานหนักหรืองานยากอีกต่อไป มีความกล้าหาญไม่กลัวอะไร

ในหมวดที่สำคัญที่เรียกว่า **โพชฌงค์ ๗** หรือองค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ ประกอบด้วย

สติ

ธัมมวิจยะ (ธรรมวิจยะ)

วิริยะ

ปิติ

ปีสัสทธิ

สมาธิ

อุเบกขา

วิริยะก็เป็นองค์ธรรมหนึ่งของการตรัสรู้ ถัดจากวิริยะไปเป็นปีติ คือวิริยะหรือความขยันขันแข็งเอาจริงเอาจัง ทำให้เกิดความปีติในเนื้อในตัว ทำให้เกิดความสงบระงับ (ปัสสัทธิ) ตรงข้ามกับความขี้เกียจซึ่งนำไปสู่ความทุกข์

นักทำงานจึงควรศึกษาวิริยะจนขึ้นใจ และปฏิบัติเป็นนิสัย นี่ก็เป็นพลังภายในอีกอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดความสำเร็จและความสุข

(๘) **พลังสติ** มีการสรรเสริญสติว่าเป็นธรรมอันเอกบ้าง เป็นพลังแห่งปัจจุบันขณะ (The Power of Now) บ้าง เป็นปาฏิหาริย์แห่งการตื่นอยู่เสมอบ้าง สติปรากฏอยู่ในหมวดธรรมต่างๆ เป็นอันมาก เช่น ในพละ ๕ ดังกล่าวแล้ว ที่ประกอบด้วย **ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา** เป็นองค์แรกของโพชฌงค์ ๗ หรือองค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ คือ **สติ ธรรมวิจยะ วิริยะ ปีติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา และสัมมาสติ** เป็นองค์หนึ่งในมรรค ๘ เป็นต้น จึงมีผู้กล่าวว่าสติเป็นที่ต้องการในที่ทั้งปวง

สติ คือ การรู้อยู่กับปัจจุบัน

ตามปรกติเราไม่รู้อยู่กับปัจจุบัน แต่อยู่ในความคิด เช่น ฟุ้งซ่านไปในอดีต หรือวิตกกังวลไปในอนาคต หรือที่เรียกว่าอยู่ในความคิดปรุงแต่ง เมื่อรู้อยู่กับปัจจุบัน ความคิดปรุงแต่งก็สงบไป จิตสงบและมีความสุข ความสุขเกิดจากความสงบไปของความคิดปรุงแต่ง ความคิดปรุงแต่งนี้ภาษาพุทธเรียกว่า สังขาร เวลาพระท่านสวด “...อุปสโม สฺโข” อุปสโม หมายถึง สงบระงับความคิดปรุงแต่ง แล้วมีความสุขอย่างยิ่ง

เมื่อมีสติรู้อยู่กับปัจจุบัน ทำให้เป็นอิสระจากการถูกครอบงำด้วยความคิดปรุงแต่ง เมื่อเป็นอิสระจึงรู้สึกเบาสบายและมีความสุข

อย่างยิ่ง จิตที่สงบเป็นกลางสามารถสัมผัสธรรมชาติความเป็นจริงได้
จึงว่องไวควรแก่การทำงาน เป็นจิตที่มีสมรรถนะ และนำไปสู่ปัญญา

มีการสังเกตและศึกษาวิจัยผลของการเจริญสติกันมาก พบ
ว่าการเจริญสติทำให้สุขภาพดี ไม่ค่อยเจ็บป่วย เป็นอะไรก็หายง่าย ลด
ความเครียด อายุยืน ความดันโลหิตลด มีสารสุขจำพวก endorphins
หลั่งออกมามากขึ้น ภูมิคุ้มกันเพิ่มขึ้น ความสัมพันธ์กับคนอื่นดีขึ้น
การเรียนรู้และปัญญาสูงขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงทางสมองที่ตรวจพบ
ได้ด้วยวิธีต่างๆ รวมทั้งเทคนิคที่เรียกว่า brain imaging

โดยที่การเจริญสติมีแต่ผลดี รวมทั้งทำให้พบความสุขอย่างที่ไม่
เคยเจอมาก่อน ขณะนี้การเจริญสติจึงเป็นกระแสใหญ่ไปทั่วโลก จน
สามารถพยากรณ์ได้ว่าในอนาคตมนุษย์จะเจริญสติทั่วโลก เพราะมี
แรงจูงใจที่ใหญ่มากคือความสุข มนุษย์ล้วนแสวงหาความสุข แต่เจอ
ความสุขปลอมมมาตลอด เช่น ความฟุ้งเฟ้อ ยาเสพติด เมื่อมาเจอ
ความสุขที่แท้จากการเจริญสติ พร้อมทั้งผลดีอื่นๆ อีกมาก รวมทั้งราคา
ถูกอีกด้วย เป็น Happiness at low cost จริงๆ จึงไม่มีข้อสงสัยเลย
ว่าทำไมมนุษย์จะไม่เจริญสติกันทั่วโลก นอกจากจะทำเป็นรายบุคคล
แล้ว ยังมีเป็นรายองค์กร คือองค์กรแห่งการเจริญสติ เช่น บริษัท
แห่งการเจริญสติ มหาวิทยาลัยแห่งการเจริญสติ ฯลฯ มีแรงจูงใจสูงยิ่ง
เช่นเดียวกับที่จะทำให้องค์กรสนใจการเป็นองค์กรแห่งการเจริญสติ
กล่าวคือองค์กรที่ส่งเสริมเจริญสติในองค์กร จะพบว่าผู้คนในองค์กรมี
ความรักและสามัคคีกันมากขึ้น การลาป่วยและค่าใช้จ่ายในการรักษา
ผู้คนที่เจ็บป่วยลดลง มีผลงานเพิ่มขึ้น เช่น บริษัทมีกำไรเพิ่มขึ้น

บุคคลพึงเรียนรู้ในการเจริญสติและส่งเสริมให้ผู้อื่นเจริญสติ มีตำรับตำราและคู่มือ รวมทั้งครูบออาจารย์ที่สอนการเจริญสติมากมาย ที่แสวงหาไม่ยาก ข้อสำคัญต้องลองปฏิบัติทุกวัน ใหม่ๆ จะพบว่ายากที่จะให้รู้อยู่กับปัจจุบัน เพราะจิตจะหลุกหลิกอยู่ในความคิดเหมือนลูกลิง แต่เมื่อมีวิริยะทำไปๆ จะดีขึ้นเรื่อยโดยไม่รู้ตัว และจะค่อยๆ เปลี่ยนเป็นคนใหม่โดยสิ้นเชิง ความหงุดหงิดรำคาญซึ่งเคยเป็นเจ้าเรือนก็จะลดน้อยหรือหายไปหมดเลย มีความสุขยิ่งขึ้น และเมื่อมีสติรู้อยู่กับปัจจุบันจะประสบความสำเร็จอันล้นเหลือ และมีมิตรภาพต่อคนทั้งหมด และสรรพรสสิ่ง ไม่ค่อยเจ็บป่วยหรือเป็นก็หายง่าย เรียนรู้หรือทำงานอะไรก็ได้ผลดี คนที่เจริญสติจึงกล่าวตรงกันว่า ถ้าไม่ได้เจริญสติก็จะเสียดายแยะ หรือไม่เสียชาติเกิดที่มีโอกาสเจริญสติ

ปรกติการทำงานบางอย่างเบื่อหน่ายไม่ยอมทำ ทำแล้วมีความทุกข์ เช่น ล้างชาม กวาดบ้าน ล้างส้วม ลิฟต์เสียต้องเดินขึ้นชั้นบน แต่ถ้าทำสิ่งเหล่านี้ด้วยสติรู้อยู่กับปัจจุบัน เช่น ล้างชาม มือที่จับชามก็รู้ น้ำไหลมากระทบชามก็รู้ ฟองน้ำที่ถูล้างก็รู้ ชามสะอาดก็รู้ความสะอาด จะมีความปิติสุขตลอดเวลา การล้างชามแต่ละใบกลายเป็นความสุขไปหมด ไม่หงุดหงิดรำคาญเลย เพราะความทุกข์เกิดจากความคิด ขณะคิดจะไม่รู้ แต่ถ้ารู้อยู่กับปัจจุบันของการล้างชามก็จะไม่คิดเมื่อหยุดคิดปรุงแต่งก็สุข เราสามารถทำให้งานทุกชนิดเป็นความสุขได้ ถ้าเรามีสติรู้อยู่กับปัจจุบันของงานนั้น เมื่องานทุกชนิดกลายเป็นความสุขก็จะรู้สึกที่เราช่างมีบุญจริงๆ นี่แหละพลังแห่งสติ

(๙) **พลังสมาธิ** หมายถึง การที่จิตตั้งมั่นแน่วแน่ที่สิ่งใดสิ่งหนึ่ง จิตที่เป็นสมาธิจะไม่มีความทุกข์ เพราะไม่รับรู้กับอารมณ์ใดอื่น นอกจากสิ่งที่จิตจดจ่ออยู่ จิตที่เป็นสมาธิจะเป็นจิตที่มีพลังมาก จะทำอะไรก็มีผลมาก ทั้งทางดีและทางร้าย ทางดีหรือทางที่เป็นกุศล ท่านเรียกว่า สัมมาสมาธิ เป็น ๑ ในมรรค ๘ สมาธิจะเป็นองค์ในหลายหมวดธรรม เช่น พละ ๕ ตามที่กล่าวมาแล้วว่ามี ศรัทธา วิริยะ สติ **สมาธิ** ปัญญา เป็น ๑ ในโพชฌงค์ ๗ หรือองค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ คือ สติ ธรรมวิจยะ วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ **สมาธิ** อุเบกขา และเป็น ๑ ในมรรค ๘ ดังกล่าวแล้ว

คนไม่มีสมาธิ จิตใจวอกแวกกวัดแกว่งไปทางโน้นทางนี้ จิตจะอ่อนแอ ความจำไม่ดี ไม่เป็นฐานของปัญญา ทำงานได้ผลน้อย ตรงข้ามกับคนที่มีสมาธิสามารถมีจิตจดจ่ออยู่กับงานที่ทำที่เรียกว่า **จิตตะ** ในอิทธิบาท ๔ หรือหนทางแห่งความสำเร็จอันประกอบด้วย ฉันทะ วิริยะ **จิตตะ** วิมังสา จิตตะหมายถึงมีจิตใจจดจ่อในงานที่ทำ ซึ่งก็คือสมาธิ สมาธิจึงเป็นพลังที่สำคัญเพื่อความสำเร็จ

การเจริญสมาธิเรียกว่า สมถภาวนา ถ้าวิปัสสนาหมายถึงการเจริญปัญญา ซึ่งจะกล่าวต่อไปในข้อที่ (๑๐) การเจริญสมาธิต้องคู่ไปกับการเจริญสติจึงจะดี สมถภาวนาล้วนๆ อาจหลงไปได้ เพราะเมื่อสมาธิถึงระดับหนึ่งจะเกิดนิมิต นิมิตก็เหมือนความฝัน สิ่งที่เห็นในฝันเรียกว่า สุบินนิมิต สิ่งที่เห็นในสมาธิเรียกว่า สมาธินิมิต ถ้าไปหลงว่าเป็นความจริงจะทำให้ฝันเพื่อนไปได้ การเจริญสติ คือ การรู้อยู่กับความจริง ทำให้ไม่หลงไป สติกับสมาธิเชื่อมโยงกัน คือ ขณะก็ตามรู้เป็นสติ แต่เมื่อเพ่งอยู่ ณ จุดเดียวเป็นสมาธิ ท่านเปรียบเหมือนตอน

ไกวเปลเด็ก ขณะที่เด็กยังไม่หลับยังมุดลูกมุดนั่ง อาจพลัดตกจากเปล เมื่อใดก็ได้ คนไกวเปลต้องตามมองทุกระยะที่เปลแกว่งไป เพื่อให้แน่ใจว่า เด็กยังอยู่ในเปล การตามรู้ทุกระยะนี้คือสติ แต่เมื่อเด็กหลับแล้ว นอนสงบอยู่ เพียงแต่ดูที่จุดใดจุดหนึ่งที่เปลแกว่งไปก็รู้ว่าเด็กยังอยู่ในเปล การเพ่งอยู่ที่จุดใดจุดหนึ่งคือสมาธิ สติกับสมาธิจึงต่างกัน แต่สัมพันธ์และเกี่ยวกัน การอธิบายทางทฤษฎีอาจยังไม่เป็นที่เข้าใจหรือไม่ แจ่มแจ้ง แต่ถ้าได้ฝึกปฏิบัติจะเข้าใจชัดเจนขึ้นมาเอง สมาธิเป็นพลังจากภายในที่สำคัญอีกอย่างหนึ่ง นอกจากเพื่อความสำเร็จในการทำงานแล้ว ยังเป็นความสุข ใช้รักษาโรคได้ และเป็นฐานของปัญญา

(๑๐) พลังปัญญา ปัญญาจำเป็นแก่การมีชีวิตรอด คนหรือสัตว์ที่ปัญญาอ่อนจะเอาตัวรอดยาก เพราะปัญญาทำให้รู้ว่าอะไรคืออะไร อะไรเกิดจากอะไร อะไรมีประโยชน์สำหรับอะไร และทำอย่างไรจะสำเร็จประโยชน์ ในทางพระพุทธศาสนาจัดว่าปัญญามี ๓ อย่าง คือ

(ก) สุตมยปัญญา สุตตะ = ฟัง มยะ = โดยทาง สุตมยปัญญา หมายถึงปัญญาที่เกิดโดยทางการฟัง ครั้งโบราณยังไม่มี การอ่าน ข้อนี้โดยนัยในสมัยนี้ย่อมหมายถึงปัญญาที่เกิดจากการรับรู้ข้อมูลข่าวสารความรู้ต่างๆ จะเป็นโดยการฟัง การดู หรือโดยสื่อต่างๆ หรือการแสวงหาข้อมูล

(ข) จินตามยปัญญา จินตา = การคิด ข้อนี้หมายถึงปัญญาที่เกิดจากการคิดด้วยเหตุผล ภาษาทางพระว่าคิดอย่าง แยกคาย หรือ โยนิโสมนสิการ ไกล่เตี๋ยหรือตรงในส่วนหนึ่งกับที่เรียกว่า การวิเคราะห์และสังเคราะห์

(ค) **ภาวนามยปัญญา** ภาวนา หมายถึงการทำให้เกิด การปฏิบัติ หรือการพัฒนา (development) ในทางพระ หมายถึง ศีล สมาธิ ปัญญา ปัญญาในทางพระพุทธศาสนา มีความหมายจำเพาะ หมายถึงการเข้าถึงความจริง คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วลดการยึดมั่นในตัวตนลง หรือ ถ้างถึงกับหมดไปเลยก็สงบเย็น (นิพพาน)

ปัญญาอาจใช้อย่างหลวมๆ หมายถึงความรู้ การเฝ่ความรู้ ความหมายจำเพาะขึ้นมาคือว่า ปัญญาใหญ่กว่าความรู้ ความรู้อาจจะรู้อะไรเป็นเรื่องๆ แบบแยกส่วน แต่ปัญญาหมายถึงรู้อย่างเชื่อมโยงกัน ทั้งหมดหรือรอบรู้ เนื่องจากสรรพสิ่งล้วนเชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียว ปัญญา หมายถึงการเข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวของทั้งหมด หรือเข้าถึงสิ่งสูงสุด ในทางพุทธถือว่า มีปัญญาต้องลดความเห็นแก่ตัว ถ้าความเห็นแก่ตัวหมดโดยสิ้นเชิง จิตก็จะสว่างไสว ดังที่มีพุทธสุภาษิตว่า “แสงสว่างเสมอปัญญาไม่มี” – **นัตถิ ปัญญา สมาอาภา**

รูปที่ ๒ พลังภายใน ๑๐ ประการนั้นวางปัญญาไว้ตรงกลาง และเชื่อมโยงกับพลังอีก ๙ ประการ คือ พลังจิตสำนึก พลังจินตนาการ พลังสุนทรียทัศน์ พลังเมตตา พลังสังขะ พลังศรัทธา พลังวิริยะ พลังสติ และพลังสมาธิ ทั้งนี้เพราะพลังทุกชนิดล้วนสัมพันธ์อยู่กับปัญญา ปัญญาในแง่หนึ่งคือองค์รวมของสรรพพลังภายใน

ปัญญาจึงมีช่วงกว้าง (Spectrum of wisdom) ตั้งแต่การแสวงหา รับรู้ข้อมูล ข้อความรู้ การคิดด้วยเหตุผล หรือวิเคราะห์สังเคราะห์ให้เป็นปัญญาที่สูงขึ้น คือ เข้าใจความเป็นจริง และความเป็นจริงที่ซับซ้อน รู้เท่าทัน รู้วิธีแก้ปัญหา หรือรู้วิธีพัฒนาหรือทำให้

สำเร็จ ตลอดไปจนเข้าใจความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง เข้าถึงความงาม
ของความหลากหลาย มีเมตตาริจิตต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง มีความ
สุขจากการเป็นอยู่ด้วยปัญญา

ลองพิจารณาดูหลังจากภายในทั้ง ๑๐ ประการที่กล่าวมา ว่า
เมื่อรวมกันทั้ง ๑๐ ประการ เป็นพลังมหาศาลเพียงใด ประณีตและ
ละเอียดอ่อนปานใด ลึกซึ้งเพียงใด เชื่อมโยงสัมพันธ์กันเพียงใด และ
เป็นไปเพื่อความสุขและความสำเร็จเพียงใด

เกิดมาเป็นมนุษย์ทั้งที ควรจะมีโอกาสพัฒนาตนให้เต็มตาม
ศักยภาพของความเป็นมนุษย์ ลองพิจารณาว่าถ้าบุคคลได้พัฒนาพลัง
ทั้ง ๑๐ ภายในตน จะมีลักษณะใกล้เคียงกับคำว่าพัฒนาให้เต็มตาม
ศักยภาพของความเป็นมนุษย์มากน้อยเพียงใด

ลองเทียบกับผู้ที่ได้ชื่อว่ามีการศึกษาในปัจจุบัน ที่รู้เฉพาะส่วน
เหมือนตาบอดคลำช้าง แล้วยกหูชูหาง วิพากษ์วิจารณ์ มีอัตโนมติสูง
มีความขัดแย้งในตัวเองและกับผู้อื่น เครียด ป่วย เป็นโรครุมิคุ้มกัน
บกพร่อง เหล่านี้นับว่าน่าสงสารและน่าเสียดาย เพราะชีวิตของแต่ละ
คนมีคุณค่า ควรจะมีโอกาสพัฒนาตัวเองให้มีปัญญากลมกล่อมจนเกิด
อิสรภาพในตัวเอง ประสบความสุขอย่างล้ำลึก และความงามที่ดำรง
อยู่ทั่วไป มีเมตตาริจิตต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง มีสมรรถนะที่จะทำ
สิ่งดีๆ ให้สำเร็จ ทั้งโดยตนเองและโดยร่วมกันทำกับผู้อื่น

นี่คือชีวิตที่มีคุณภาพ

กระบวนการรับรองคุณภาพโรงพยาบาลเป็นเรื่องใหญ่ เมื่อทำ
ไปๆ จึงมีความลึกซึ้งและเชื่อมโยงมากขึ้นๆ จึงเป็นเรื่องหนีไม่พ้นที่จะ
มาค้นพบว่าหลังจากภายในเป็นเรื่องเกี่ยวกับคุณภาพและศักยภาพ
ของความเป็นมนุษย์ เรื่องนี้จะนำเราไปสู่ความฝันใหญ่ร่วมกันว่า

**มนุษย์ทุกคนสามารถพัฒนาไปสู่ศักยภาพสูงสุดของความเป็น
มนุษย์**

และต้องร่วมกันทำให้เป็นจริง เราทำได้ร่วมกัน

๓

เราทำได้ร่วมกัน การเรียนรู้ร่วมกัน

ใน การปฏิบัติ ในสถานการณ์จริง

การรวมตัวเป็นธรรมชาติของมนุษย์และสัตว์หลายชนิด เพราะการร่วมกันทำให้มีโอกาสรอดชีวิตมากกว่าอยู่โดดเดี่ยว

ปลาจึงอยู่เป็นฝูง เหยี่ยวจึงอยู่เป็นชุมชน หมาในจึงรวมตัวกันล้อมสัตว์ที่ใหญ่กว่ามันได้ มนุษย์เมื่อเป็นคนป่าล่าสัตว์จึงอยู่เป็นกลุ่ม ซึ่งช่วยกันไล่ต้อนจับสัตว์ได้ดีกว่าทำแบบโดดเดี่ยว และเมื่อ ๑๐,๐๐๐ ปีที่แล้ว เมื่อพบเทคโนโลยี

เกษตรกรรม ก็ตั้งบ้านเรือนอยู่เป็นชุมชนเกษตรกรรม ชุมชนเป็นวิถีชีวิตร่วมกันอย่างสมดุล ระหว่างคนกับคน และระหว่างคนกับธรรมชาติ แวดล้อม เมื่อสมดุลก็ยั่งยืน ชุมชนจึงเป็นสังคมที่ยั่งยืนมาถึง ๑๐,๐๐๐ ปี

ในครั้งสุดท้ายที่ประทับบนเขาคิซิมกุณ ณ เมืองราชคฤห์ หมวดธรรมที่พระพุทธองค์นำมาสอนมากที่สุดคือ **อปปริหานิยธรรม** หรือธรรมะเพื่อความเจริญถ่ายเดียว ดูเพียง ๒ ข้อแรก ก็จะเห็นว่า อปปริหานิยธรรม คือธรรมะแห่งการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำ หรือธรรมะเพื่อสังคมเข้มแข็ง ๒ ข้อ นั้นคือ (๑) หมั่นประชุมกันเป็นเนืองนิตย์ (๒) พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิกประชุม พร้อมเพรียงกระทำกิจที่พึงทำ

ในสังคมปัจจุบันมนุษย์ได้สูญเสียความสามารถในการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำไปเป็นอันมาก กลายเป็นปัจเจกชนนิยม เพราะเหตุหลายประการ เช่น ความสะดวกสมัยใหม่ทำให้ไม่ต้องพึ่งพากัน อำนาจปกครองรวมศูนย์ที่เน้นความสัมพันธ์ทางดิ่งระหว่างผู้มีอำนาจกับผู้ใต้อำนาจ การศึกษาที่เน้นการเรียนรู้แบบปัจเจก ไม่เน้นการเรียนรู้ร่วมกันและลัทธิเสรีนิยมส่วนบุคคล เป็นต้น

ในมหาวิทยาลัยและในองค์กรต่างๆ เราจะเห็นอาจารย์และบุคลากรขาดทักษะของการอยู่และทำงานร่วมกัน จึงขาดความสุขและความสร้างสรรค์จากความเป็นชุมชนหรือการร่วมกัน ชีวิตที่มีความเป็นปัจเจกสุดโต่งมีความเครียดสูง

ในสหรัฐอเมริกา จิตแพทย์ชื่อ Scott Peck รักษาคนอเมริกันที่มีความทุกข์จำนวนมากจนรักษาไม่ไหว กระทั่งต้องช่วยส่งเสริมการ

รวมตัวร่วมคิดร่วมทำที่เขาเรียกว่า สร้างความเป็นชุมชน (community building) เขากล่าวว่าเมื่อรวมตัวกันสำเร็จทุกคนมีความสุข ประดุกปรดูลินิพพาน สกอตต์ เพค เชื่อว่าอนาคตของโลกคือความเป็นชุมชน หรือการรวมตัวกัน จึงตั้งชื่อหนังสือของเขาว่า A World Waiting To Be Born “โลกที่รอจะเกิดขึ้น” เพราะโลกแห่งความโดดเดี่ยวนั้น มนุษย์เครียดและมีความทุกข์มากเกินไป จะต้องหันกลับไปเรียนรู้ที่จะรวมตัวร่วมคิดร่วมทำ มีความเป็นชุมชนกันใหม่ ชุมชนไม่จำเป็นต้องเป็นชุมชนตามพื้นที่เสมอไป แต่อาจเป็นการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำในรูปและวิธีต่างๆ เช่น ชุมชนทางวิชาการ ชุมชนทางอินเทอร์เน็ต ชุมชนทางการเงิน ฯลฯ

โดยสรุปควรมีการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำในทุกพื้นที่ ในทุกองค์กร และในทุกเรื่อง

การรวมตัวกันในชุมชนชนบทเป็นเรื่องง่ายที่สุด เพราะคนในชุมชนมีพื้นฐานและธรรมชาติของการอยู่ร่วมกันอยู่แล้ว ชุมชนท้องถิ่นเป็นฐานของประเทศ หากมีการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำเพื่อพัฒนาอย่างบูรณาการในทุกหมู่บ้าน ทุกตำบล และทุกจังหวัด ฐานของประเทศจะแข็งแรงมาก และจะรองรับประเทศทั้งหมดให้มั่นคง และยังยืน ฉะนั้นที่ชูเป้าหมายการพัฒนาประเทศว่า **มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน** นั้น ยุทธศาสตร์การพัฒนาคือ ส่งเสริมการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำเพื่อการพัฒนาอย่างบูรณาการ โดยเอาพื้นที่เป็นตัวตั้งในทุกหมู่บ้าน ทุกตำบล และทุกจังหวัด

เมื่อเป็นยุทธศาสตร์ชาติ รัฐบาลต้องบริหารจัดการเชิงยุทธศาสตร์ในทุกภาคส่วน เข้ามาส่งเสริมการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำดังกล่าว ทั้งภาครัฐ ภาคการศึกษา ภาคประชาสังคม และภาคธุรกิจ

การศึกษาควรจะเปลี่ยนแปลงจากการเรียนรู้แบบปัจเจกมาเป็นเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติในสถานการณ์จริง การศึกษาเป็นภาคที่ใหญ่มาก ในร้อยปีเศษที่ผ่านมา การศึกษาออกไปอยู่นอกสังคมคือไม่รู้ร้อนรู้หนาว ไม่รวมทุกข์ร่วมสุข ไม่รวมแก้ปัญหา เพราะไปเอาวิชาเป็นตัวตั้ง การศึกษาจึงไม่เป็นพลังทางสังคมอย่างที่ควรเป็น หัวใจของการปฏิรูปการศึกษาต้องย้ายการศึกษาให้มาอยู่ในสังคม โดยเปลี่ยนกระบวนการเรียนรู้จากการเอาวิชาเป็นตัวตั้ง เป็นการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติในสถานการณ์จริง การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะทำให้เกิดการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำเต็มสังคม เป็นสังคมเข้มแข็ง สังคมเข้มแข็งเป็นปัจจัยให้เศรษฐกิจดี การเมืองดี และศีลธรรมดี

อาจารย์มหาวิทยาลัยยังค่อนข้างถืออิฐส่วนตนเป็นสำคัญ ขาดทักษะในการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำ หากอาจารย์สามารถรวมตัวร่วมคิดร่วมทำหรือที่เรียกว่า มีความเป็นชุมชนทางวิชาการ จะมีความสุขมากกว่านี้และทำให้มหาวิทยาลัยมีบทบาทในการพัฒนาประเทศไทยได้สูงยิ่ง ผู้บริหารมหาวิทยาลัยควรศึกษาศาสตร์แห่งการสร้างพลังในองค์กร ซึ่งเขาได้วิจัยค้นคว้าและพัฒนาขึ้นเป็นอันมาก AIC เป็นเทคนิคหนึ่ง ซึ่งจะได้กล่าวต่อไปในตอนท้ายของบทนี้

วัดควรเป็นศูนย์กลางของชุมชน เรามีวัดทั่วประเทศประมาณ ๓๐,๐๐๐ วัด โดยเฉลี่ยประมาณ ๕ วัด ต่อ ๑ ตำบล เราได้กล่าวแล้วว่าชุมชนท้องถิ่นเข้มแข็งเป็นหัวใจของการพัฒนาประเทศ หาก

สามารถทำให้วัดกลับมาเป็นศูนย์กลางชุมชน ทั้งสังคมไทยและพุทธศาสนาจะเข้มแข็ง

อุดมการณ์ทางพุทธศาสนา คือ สังฆะ หรือชุมชนแห่งการเรียนรู้ ถ้าดูพลังภายใน ๑๐ ประการในรูปที่ ๒ ล้วนเกี่ยวกับหลักธรรมทางพุทธศาสนา จนอาจสรุปได้ว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อเพิ่มศักยภาพแห่งความเป็นมนุษย์และการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุล ทั้งระหว่างคนกับคนและระหว่างคนกับธรรมชาติแวดล้อม

ในเมื่อวัตถุประสงค์ของชุมชนกับพระพุทธศาสนาตรงกันคือ เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุล ทั้งระหว่างคนกับคนและระหว่างคนกับธรรมชาติแวดล้อม ความร่วมมือระหว่างชุมชนกับวัดจะส่งเสริมซึ่งกันและกัน และจะเป็นการฟื้นฟูพระพุทธศาสนา หลังจากที่ชุมชนกับวัดแยกทางกันไปและเกิดความเลอะเลือนในหลักธรรมไปมีใช้น้อย การส่งเสริมให้วัดกลับมาเป็นศูนย์กลางของชุมชนจึงเป็นประเด็นใหญ่ของประเทศไทยอย่างหนึ่ง วิธีการก็หนีไม่พ้นจากการที่พระสงฆ์และผู้นำชุมชนจะต้องเข้ามาเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ เข้าหลักที่ว่า **“เราทำได้ร่วมกัน”** เมื่อพระสงฆ์กับผู้นำชุมชนเข้ามาร่วมกัน สิ่งที่เป็นไปไม่ได้ก็จะเป็นไปได้ เพราะการร่วมกันก่อให้เกิดพลังมหาศาล นั่นก็คือ

หลังจากภายใน เราทำได้ร่วมกัน

เมื่อพระกับผู้นำชุมชนร่วมกัน ก็ยังจะทำอะไรต่อมิอะไรในการพัฒนาประเทศไทย นอกเหนือไปจากเรื่องชุมชนเข้มแข็ง ผู้นำพระและผู้นำในทางต่างๆ จึงควรพิจารณาเรื่องนี้กันให้ดีๆ

กระบวนการรับรองคุณภาพโรงพยาบาล (HA) และงาน ประจำสู่การวิจัย (R2R)

HA ซึ่งทำมากกว่า ๒๐ ปี และ R2R ซึ่งทำมา ๙ ปี พิสูจน์ให้เห็นว่าการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติเป็นพลังสร้างสรรค์มหาศาลเพียงใด ทั้งพลังจิตสำนึกซึ่งเป็นพลังจากภายในและพลังแห่งการร่วมกันที่ทำให้ทำเรื่องยากๆ ได้ รวมทั้งก่อความสุขให้ผู้ที่เกี่ยวข้องในกระบวนการนี้ทุกคน กระบวนการทั้ง ๒ ได้สร้างผู้ที่มีการตื่นรู้และมีทักษะในการส่งเสริมการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติขึ้นมาจำนวนมาก ผู้ตื่นรู้เหล่านี้จะเป็นฐานให้ขยายการพัฒนาประเทศไทยในเรื่องต่างๆ ต่อไป เพราะในที่สุดแล้วประเทศไทยต้องเป็นหนึ่งเดียว (One Thailand) ที่คนทั้งประเทศตื่นรู้ และรวมตัวกันสร้างสังคมสันติสุข

ระบบสุขภาพชุมชนหรือระบบสุขภาพอำเภอ (District Health System)

ในขณะที่ระบบการศึกษาทั้งหมดถลอกตัวจากความเป็นจริงของประเทศไทย เพราะเอาวิชาเป็นตัวตั้ง ระบบสุขภาพอำเภอเป็นทุนอันยิ่งใหญ่เพื่อพัฒนาประเทศไทย เพราะเป็นระบบที่ฝังอยู่ในฐานความเป็นจริงของประเทศ ในชุมชน ๘๐,๐๐๐ หมู่บ้าน ๘,๐๐๐ ตำบล ๘๐๐ อำเภอ มีสถานอนามัย หรือ รพ.สต. ๑๐,๐๐๐ แห่ง ในระดับตำบล โรงพยาบาลชุมชน ๘๐๐ แห่ง ในระดับอำเภอและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านอีกประมาณ ๑ ล้านคน ร่วมกับองค์กรชุมชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

ระบบสุขภาพชุมชนจึงครอบคลุมฐานของประเทศทั้งหมด ถ้ามีการบริหารจัดการให้ทรัพยากรในระบบสุขภาพชุมชนทั้งหมดเชื่อมโยงกันเป็นเครือข่าย ที่ทั้งให้บริการ ทั้งทำการวิจัย และทั้งพัฒนาคน ระบบสุขภาพชุมชนจะเป็นสถาบันทางวิชาการขนาดใหญ่ที่ฐานความเป็นจริงของประเทศไทย และเป็นพลังให้พัฒนาเรื่องต่างๆ ต่อไปทุกเรื่อง เพราะสุขภาพคือทั้งหมด (Health is the whole) และในการนี้ต้องการ “พลังจากภายใน เราทำได้ร่วมกัน”

AIC

กระบวนการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ (Interactive learning through action)

การพัฒนาต่างๆ ในโลกไม่ค่อยประสบความสำเร็จ นานมาแล้วผู้หญิงนอร์เวย์คนหนึ่งชื่อ Turid Sato ทำงานกับธนาคารโลก เขาประเมินโครงการประมาณ ๕,๐๐๐ โครงการ ที่ธนาคารโลกให้ความช่วยเหลือกับประเทศต่างๆ พบว่าไม่ทำให้ประชาชนในพื้นที่ที่โครงการไปทำการพัฒนาดีขึ้น ทูริต ซาโต จึงแสวงหาว่าจะมีวิธีจัดการอย่างไรที่จะทำให้โครงการได้ผลจริง คนอังกฤษคนหนึ่งชื่อ Robert Chamber ไปทำการวิจัยว่าทำไมการพัฒนาต่างๆ จึงไม่ได้ผล พบว่า “**เป็นเพราะใช้ความรู้โดยไม่ได้เรียนรู้**” นั่นคือความรู้สำเร็จรูปที่เคยเรียน เช่น วิชาเศรษฐศาสตร์ รัฐศาสตร์ นิติศาสตร์ ฯลฯ เมื่อนำไปใช้โดยไม่เรียนรู้ในสถานการณ์จริงที่ซับซ้อนและยาก และมีความจำเพาะย่อมไม่ได้ผล

การประชุมที่มีการโต้เถียง วิพากษ์วิจารณ์กัน ก็ไม่มีพลังสร้างสรรค์ ฉะนั้นไม่ว่าสักแต่มีการประชุมแล้วจะได้ผล ยกตัวอย่างเช่น การประชุมภาควิชาแห่งหนึ่ง อาจารย์วิจารณ์หัวหน้าภาควิชาซึ่งเป็นประธานอย่างรุนแรง ประธานโกรธสั่งให้อาจารย์ท่านนั้นหยุดพูด อาจารย์ตอบ “ไม่หยุด” หัวหน้าภาควิชา “ถ้าฉันคุณออกจากที่ประชุม” อาจารย์ “ไม่ออก” หัวหน้าภาควิชาไม่รู้จะทำอย่างไร นอกจากสั่งปิดประชุม และไม่อยากประชุมอีกเลย นี่เป็นตัวอย่างของการประชุมที่ไม่สร้างสรรค์

AIC เป็นกระบวนการประชุมที่สร้างสรรค์

Bill Smith ชาวอังกฤษค้นพบกระบวนการพัฒนาพลังสร้างสรรค์ขององค์กร ประกอบด้วย ๓ ขั้นตอน ดังนี้

(๑) A - Appreciation ประชุมผู้เกี่ยวข้องในองค์กรทุกคน ให้ทุกคนใช้เวลาเงียบๆ ประมาณ ๕ นาที จินตนาการถึงสิ่งที่ดีที่สุดที่อยากเห็นเกิดขึ้นกับองค์กร แล้วเขียนในแผ่นกระดาษ จะเขียนเป็นข้อความก็ได้ วาดรูปก็ได้ หรือแต่งเป็นโคลงกลอนก็ได้ แล้วแต่ละคนนำเสนอ **มีกติกากว่าห้ามว่ากัน** ทุกคนมีหน้าที่ชื่นชมจินตนาการของคนอื่น (appreciate) ถ้ามีกติกากว่าห้ามว่ากัน ทุกคนจะมีเสรีภาพที่จะจินตนาการ มิฉะนั้นสมาชิกจะมีความกลัวว่า จะถูกคนอื่นว่าเขาไม่ได้ ความ เพราะในที่ประชุมผู้คนจะมีความไม่เท่าเทียมกัน ด้วยตำแหน่งฐานะ ความรู้ คุณวุฒิ วิทยุฒิ บางคนรู้สึกต่ำต้อยและไม่กล้า การมีกติกากว่าห้ามว่ากัน ทำให้เกิดเสรีภาพและความเสมอภาพ และต่อไปจะเกิดภราดรภาพ

มีผู้สังเคราะห์จินตนาการถึงสิ่งที่ดีที่สุดขององค์กรที่ทุกคนร่วมสร้าง นี่คืออุดมทัศน์หรือนโยบายที่สมาชิกทุกคนร่วมสร้าง ซึ่งจะทำให้ทุกคนมีพันธะผูกพัน หรือ commitment ที่จะทำ ถ้าผู้บริหารประกาศนโยบายคนเดียว คนอื่นๆ ฟังแล้วอาจไม่พูดอะไร แต่ในใจพูดว่า “มึงประกาศ มึงก็ทำไปคนเดียว” ไม่เกิดพลังสร้างสรรค์ในองค์กร แต่การที่ทุกคนร่วมสร้างนโยบายโดยไม่มีใครว่าใคร ทุกคนจะมีความสุขและรักกันมาก พร้อมทั้งจะทำในขั้นต่อไปคือ

(๒) I – Influence คำคำนี้ที่แปลเป็นไทยความหมายไม่สู้ดี แต่ในภาษาอังกฤษไม่มีความหมายทางลบเหมือนภาษาไทย ดูการกระทำก็แล้วกัน นั่นคือประชุมคนทั้งหมดในองค์กรต่อจากขั้นตอนที่ (๑) ให้ทุกคนใช้เวลา ๕-๑๐ นาที คิดว่าถ้าจะให้บรรลุตามอุดมทัศน์หรือนโยบายที่ร่วมกันสร้างในขั้นตอนแรก จะต้องทำเรื่องใหญ่ๆ อะไรบ้าง คิดมาหนึ่งข้อก็ได้ สองสามข้อก็ได้ แล้วแสดงต่อที่ประชุม มีผู้รวบรวมสังเคราะห์ว่าที่มีผู้เสนอมาทั้งหมด สามารถจัดเป็นกลุ่มเรื่องใหญ่ๆ สัก ๔-๕ กลุ่ม มีเรื่องที่ใช้คำพูดต่างกันแต่เป็นเรื่องเดียวกัน ก็จับเข้ามารวมเข้าด้วยกัน ถ้ามว่ากลุ่มเรื่องใหญ่ๆ ๔-๕ กลุ่ม ที่ควรทำในองค์กรคืออะไร มันคือ strategies หรือกลยุทธ์ ที่ทุกคนร่วมสร้างให้องค์กรบรรลุความฝันอันสูงสุดที่ทุกคนร่วมสร้าง

(๓) C – Control คำนี้แปลเป็นไทยความหมายก็ไม่ค่อยดี ผมอยากเปลี่ยนให้เป็นการ commitment มากกว่า คราวนี้แบ่งเป็นกลุ่ม ๔-๕ กลุ่มตาม strategies ที่ได้ในข้อ (๒) ใครนัดในเรื่องไหนเข้ากลุ่มในเรื่องนั้น กลุ่มทำแผนปฏิบัติหรือ Plan of Action คนส่วนใหญ่จะทำแผนปฏิบัติไม่เป็น ต้องมีคนทำเป็นทำหน้าที่ coaching การทำแผนปฏิบัติเป็นจะทำให้ทุกคนเข้าใจขั้นตอนต่างๆ ชัดเจนขึ้น เช่น

วัตถุประสงค์ทั่วไป วัตถุประสงค์เฉพาะ เป้าหมายงานที่ต้องทำ เทคโนโลยีที่ต้องใช้ วิเคราะห์อุปสรรค และการเอาชนะอุปสรรค บุคลากรผู้ปฏิบัติและการพัฒนาผู้ปฏิบัติให้ทำได้ ทรัพยากรที่ต้องใช้ การติดตามผล และการปรับแผน เป็นต้น

เมื่อทำมาถึงขั้นนี้ทุกคนจะเกิด commitment ที่จะพัฒนาองค์กรไปสู่เป้าหมายที่ร่วมกันสร้าง องค์กรจะมีพลังสร้างสรรค์ มหาศาลและมีความรักกันมากของสมาชิกในองค์กร

บิลล์ สมิทธี เรียกกระบวนการ AIC ว่าเป็นกระบวนการทัศน์ใหม่ในการพัฒนา (New Development Paradigm) ที่ใช้กระบวนการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ (Interactive learning through action) เป็นเครื่องมือ

การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัตินำไปสู่การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (transformation) ๘ ประการ การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติเป็นเครื่องมือฝ่าความยากไปสู่ความสำเร็จ และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน ๘ ประการ ดังนี้

- (๑) เกิดการเคารพศักดิ์ศรีคุณค่าความเป็นคนของคนทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน ซึ่งตามปกติจะมีความไม่เท่าเทียมกันอยู่เป็นนิสัย
- (๒) เกิดความเคารพความรู้ในตัวคน ออกจากมายาคติที่เดิมเคารพแต่ความรู้ตามตำรา ซึ่งมีความลดหลั่นกันตามปริญญาที่ได้รับ แต่ในการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ ใครมีความรู้อะไรในตัวก็นำออกมาใช้ การเคารพความรู้ในตัวคนทำให้ทุกคนมีเกียรติหมด ไม่ใช่มีเฉพาะคนที่ได้ปริญญาสูง
- (๓) มีความเอื้ออาทรต่อกัน
- (๔) มีความเปิดเผยและจริงใจต่อกัน ซึ่งตามปกติในสังคมทางดิ่งที่มีสัมพันธภาพเชิงอำนาจ ผู้คนจะซ่อนเร้นและไม่จริงใจต่อกัน ความเปิดเผยและจริงใจทำให้เกิดความเชื่อถือไว้วางใจต่อกัน (trust) ซึ่งมีค่ามาก ทำให้มีความสุขและทำอะไรง่ายไปหมด
- (๕) ความร่วมกันทำให้เกิดพลังทางสังคมอย่างที่ว่า “เราทำได้ร่วมกัน”
- (๖) การเรียนรู้ร่วมกันทำให้เกิดปัญญาร่วม (collective wisdom) และนวัตกรรม

(๗) พลังทางจิตใจ พลังทางสังคม และพลังปัญญาาร่วม ทำให้
ฝ่าความยากไปสู่ความสำเร็จ

(๘) คนทั้งกลุ่มเกิดความสุขประดุจบรรลุนิพพาน

ฉะนั้นที่ว่า “เราทำได้ร่วมกัน” นั้นเป็นความจริงแท้ การรวมตัว
ร่วมคิดร่วมทำที่ใช้การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติเป็นเครื่องมือ นั้น
เป็นพลังแห่งความสำเร็จและความสุขอันมหาศาล คนที่ร่วมใน
กระบวนการ HA หรือ R2R ล้วนเคยได้รับรสแห่งความสุขจากการรวม
ตัวร่วมคิดร่วมทำมาแล้วทั้งสิ้น

การถักทอกันทางสังคมทำให้สิ่งที่เป็นไปไม่ได้เป็นไปได้

(Social weaving makes the impossible possible)

๑

ปกค. (INN) กลไก

แห่ง

ความสร้างสรรค์ และความสุขสำหรับทุกคน

อันที่จริงคนไทยทุกคนล้วนอยากทำเพื่อประเทศของตน แต่ไม่รู้จะทำอะไรและอย่างไร เพราะโครงสร้างทุกอย่างดูใหญ่โตเข้าไม่ถึง ไม่รู้จะเข้าไปมีส่วนได้อย่างไร

ต่อไปนี้เป็นวิธีที่คนทุกคนสามารถทำได้ อย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

วิธีนี้เรียกโดยย่อว่า **ปกค.** หรือ **INN** ซึ่งประกอบด้วย
ดังนี้

(๑) ปังเจกบุคคล (Individual) แต่ละคนสำนึกในศักดิ์ศรีและ ศักยภาพแห่งความเป็นคนของตน และลงมือทำอะไรดีๆ ที่ตนชอบ คนทุกคนมีศักดิ์ศรีและคุณค่าแห่งความเป็นมนุษย์อยู่ในตัว แต่ถูกมายาคติต่างๆ ในสังคมกระทำจนรู้สึกด้อยศักดิ์ศรีและด้อยศักยภาพ เหมือนติดอยู่ในคุกที่มองไม่เห็น (The invisible prison) คนที่อยู่ในคุกยอม ไม่มีเสรีภาพ ไม่มีศักดิ์ศรี ไม่มีศักยภาพ ของเหล่านี้เป็นมายาคติ คือไม่จริง ความจริงคือคนทุกคนมีศักดิ์ศรีมีคุณค่า สำนึกในศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ของตนเอง คือการสลัดตัวออกจากมายาคติไปสู่ความจริง สำนึกในความจริงนี้จะทำให้เสมือนออกจากคุก มีอิสรภาพ มีความสุขอย่างลึกซึ้ง ลงมือทำอะไรดีๆ ที่ตนชอบ การได้ทำอะไรที่ตัวเองชอบจะมีความสุขและทำได้ดี จะเห็นว่าเรื่องดีๆ ทั้งหลายจะหนีไม่พ้นระบบสังคมสันติสุข ซึ่งครอบคลุมทุกอย่าง ฉะนั้นการที่ปัจเจกบุคคลคนไทยทุกคนมีสำนึกในศักดิ์ศรีและคุณค่าแห่งความเป็นคนแล้วลงมือทำอะไรดีๆ ที่ตนชอบ จึงเป็นพลังมหาศาลในการสร้างสังคมสันติสุข และถ้าแต่ละปัจเจกบุคคลสามารถสร้างพลังภายใน ๑๐ ประการตามที่กล่าวในรูปที่ ๒ จะยังมีความสุขและมีศักยภาพยิ่ง

(๒) กลุ่ม (Nodes) มีการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำของคนที่มีวัตถุประสงค์เดียวกันในเรื่องต่างๆ อย่างหลากหลาย กลุ่มอาจมีเพียงไม่กี่คนไปจนถึงกลุ่มขนาดใหญ่ ทั้งชุมชน หรือทั้งองค์กร เรื่องที่สนใจก็อาจมีความหลากหลายมาก กลุ่มจะใช้การเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติ

เป็นเครื่องมือ สมาชิกของกลุ่มจะมีความสุขมากประดุจบรรลุนิพพาน ตามคำกล่าวของจิตแพทย์อเมริกันชื่อ Scott Peck เพราะกลุ่มไม่ได้สัมพันธ์กันด้วยอำนาจ หรือด้วยการยึดตัวตนเป็นที่ตั้ง แต่ด้วยความเอื้ออาทรและเรียนรู้ร่วมกัน กลุ่มจึงมีความสร้างสรรค์และมีความสุขสูง หากมีกลุ่มที่ทำในเรื่องต่างๆ เต็มสังคม สังคมก็จะเต็มไปด้วยคนที่มีความสุข ความสำเร็จ เป็นพลังมหาศาลในการสร้างสังคมสันติสุข กลุ่มนี้ก็คือ “เราทำได้ร่วมกัน” นั่นเอง

(๓) เครือข่าย (Network) ปัจเจกบุคคลตาม (๑) และกลุ่มตาม (๒) เชื่อมโยงกันเป็นเครือข่าย แต่ละคน แต่ละกลุ่มเป็นสมาชิกได้หลายเครือข่าย เมื่อมีปัจเจกบุคคลตาม (๑) กลุ่มตาม (๒) และเครือข่ายตาม (๓) เต็มประเทศ สังคมก็จะเปลี่ยนโครงสร้าง จากโครงสร้างแห่งอำนาจ (รูป ๔ ก) ไปเป็นสังคมเครือข่ายคล้ายสมอ (รูป ๔ ข)

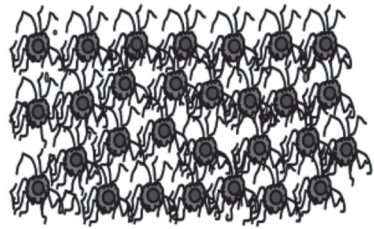
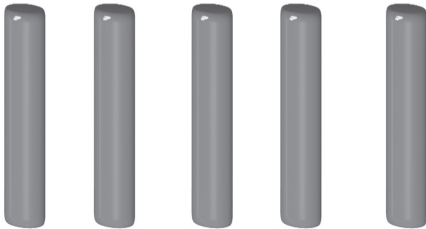
การเมือง

การศึกษา

ศาสนา

ราชการ

ธุรกิจ



(ก) สังคมที่มีสัมพันธภาพเชิงอำนาจ

(ข) สังคมเครือข่ายคล้ายสมอ

รูปที่ ๔ สังคมแห่งอำนาจทางตั้ง (ก) และสังคมเครือข่าย (ข)

สังคมเครือข่ายเป็นสังคมที่มีการเรียนรู้สูง มีความสุข มี
สมรรถนะและความสำเร็จสูง เป็นสังคมสันติสุข

ปกค. หรือ **INN** ตามที่อธิบายข้างต้นเป็นสันติวิถี ที่สร้างการ
เปลี่ยนแปลงอย่างลึกซึ้ง (Transformation) ทั้งทางจิตสำนึกและ
สัมพันธภาพทางสังคมอันนำไปสู่สังคมสันติสุข ซึ่งวิถีที่รุนแรงไม่อาจ
สร้างได้



จาก HA และ R2R

สู่การสร้าง สังคมสันติสุข

“พลังจากภายใน ร่วมกันเราทำได้” เป็นพลัง
สร้างสรรค์มหาศาล – Enormous Creative Energy (ECE)
เพราะพลังภายใน ๑๐ ประการดังที่กล่าวในตอน ๒ เป็น
ประดุจการระเบิดพลังจากภายใน ที่เรียกว่า “ระเบิดจาก
ข้างใน” เต็มตามศักยภาพของความเป็นมนุษย์ บวกกับ
“ร่วมกัน” หรือรวมตัวร่วมคิดร่วมทำ เป็น social fusion
ซึ่งให้พลังมหาศาลประดุจ nuclear fusion ซึ่งเป็นพลังแสง
อาทิตย์

เมื่อเชื่อมกันทั้ง การระเบิดจากข้างใน + พลังจากการควมรวม
ทางสังคม จึงเกิดพลังสร้างสรรค์มหาศาลดังกล่าว ใช้เป็นเครื่องมือ
สร้างสังคมสันติสุขต่อไปได้ การอยู่ร่วมกันอย่างสมดุระหว่างคนกับ
คน และระหว่างคนกับธรรมชาติแวดล้อม เป็นสิ่งสูงสุดของความเป็น
มนุษย์ ประเทศไทยมีทรัพยากรต่างๆ มากมาย มากกว่าประเทศสวีต-
เซอร์แลนด์ จึงควรสามารถพัฒนาประเทศไทยให้เป็นประเทศที่น่าอยู่
ที่สุดในโลก ถ้าคนไทยสามารถรวมพลังกันและมีวิธีพัฒนาที่เหมาะสม
“พลังจากภายใน ร่วมกันเราทำได้” เป็นเครื่องมือที่จะพาเราไปถึง
สิ่งสูงสุด วิธีการ **ปกค.** หรือ **INN** เป็นวิธีการที่ทุกคนสามารถลงมือ
ทำได้ด้วยตนเอง และรวมกลุ่มกันทำ ตลอดจนสร้างเครือข่ายกันทั้ง
ประเทศ

กระบวนการ HA และ R2R ได้สร้างคนจำนวนมากที่มีจิตสำนึก
และมีทักษะในการทำงานรวมกลุ่ม ซึ่งสามารถพัฒนาพลังจากภายใน
ให้ยิ่งๆ ขึ้นไปอีก และพัฒนาการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติให้มี
ประสิทธิภาพสูงขึ้นในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน ทั้ง ๓
ระดับ คือ

- ระดับบุคคล – Personal Transformation
- ระดับองค์กร – Organizational Transformation
- ระดับสังคม – Social Transformation

การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานทั้ง ๓ ระดับ เป็นทั้งพลังและผลของการเปลี่ยนแปลงเต็มศักยภาพของความเป็นมนุษย์ อันก่อให้เกิดเสรีภาพ ความสุขอันประณีต ความงาม และมิตรภาพอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง อันเป็นไปเพื่อการอยู่ร่วมกันด้วยสันติสุข ซึ่งเป็นการบรรจบกันของ

ความจริง ความดี ความงาม
อันเป็นสิ่งสูงสุด



พิมพ์/เผยแพร่โดย

สถาบันรับรองคุณภาพสถานพยาบาล (องค์การมหาชน)

เลขที่ ๘๘/๓๙ ชั้น ๕ อาคารสุขภาพแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข

ซอย ๖ ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี ๑๑๐๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๘๓๒-๙๔๐๐ โทรสาร ๐-๒๘๓๒-๙๕๔๐-๒

www.ha.or.th



พิมพ์/เผยแพร่โดย

สถาบันรับรองคุณภาพสถานพยาบาล (องค์การมหาชน)

เลขที่ ๘๘/๓๙ ชั้น ๕ อาคารสุขภาพแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข

ซอย ๒ ถ.ติวานนท์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี

โทรศัพท์ ๐-๒๘๓๒-๙๔๐๐ โทรสาร ๐-๒๘๓๒-๙๕๔๐-๒

www.ha.or.th