



พลพจน์ (ทรัพย์) ศรีพระจันทร์

ร่วมสร้าง ‘ชุมชนแห่งความตื่นรู้’ ขับเคลื่อนสังคมสู่สันติสุขอย่างยั่งยืน

- July 2, 2020
- , 2:32 pm
- , บทความตื่นรู้

โครงการขับเคลื่อนสังคมแห่งการตื่นรู้สู่หนึ่งเดียวกัน โดยมูลนิธิสหธรรมิกชน ภายใต้การสนับสนุนของ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ใน แผนระบบสื่อและวิถีสุขภาวะทางปัญญา ที่ดำเนินการมาตลอดปี พ.ศ. 2562 และยังคงเดินหน้าต่อไป เพื่อสร้างวัฒนธรรมแห่งความตื่นรู้ให้ผลิบานขึ้นในสังคม เชื่อมโยงผู้คนให้เกิดขึ้นเป็นชุมชนเล็กๆที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสร้างการเติบโตทางจิตวิญญาณ ให้ทุกชีวิตสามารถยืนหยัดอยู่ได้ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงต่างๆ

ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของโลกที่โหมกระหน่ำ ไม่ว่าจะความเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยี ที่มาพร้อมกับข้อมูลมหาศาลที่ถาโถมผ่านสื่อดิจิทัล ความเปลี่ยนแปลงของสังคม ที่นำมาซึ่งความขัดแย้งและเหตุการณ์ที่กระทบต่อ

ชีวิตผู้คน สร้างความสุขเสียมากมายอย่างไม่คาดฝัน ตลอดจนปัญหาเศรษฐกิจที่ยังไม่มีท่าทีว่าจะดีขึ้นในเร็ววัน อาจทำให้หลายคนตั้งคำถามกับตัวเองว่า เราจะผ่านมันไปได้อย่างไร?

นี่เป็นคำถามสำคัญที่นำมาสู่การริเริ่มโครงการ วิ วันเนส (We Oneness) หรือ โครงการขับเคลื่อนสังคมแห่งการตื่นรู้สู่หนึ่งเดียวกัน โดยมูลนิธิสหธรรมิกชน ภายใต้การสนับสนุนของ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ใน แผนระบบสื่อและวิถีสุขภาวะทางปัญญา ที่ดำเนินการมาตลอดปี พ.ศ. 2562 และยังคงเดินหน้าต่อไป เพื่อสร้างวัฒนธรรมแห่งความตื่นรู้ให้ผลิบานขึ้นในสังคม เชื่อมโยงผู้คนให้เกิดขึ้นเป็นชุมชนเล็กๆที่ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสร้างการเติบโตทางจิตวิญญาณ ให้ทุกชีวิตสามารถยืนหยัดอยู่ได้ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงต่างๆ

ชุมชนคนตื่นรู้สู่หนึ่งเดียวกัน

ธรากร กมลเปรมปิยะกุล นักเขียนและครีเอทีฟเพื่อสังคม ผู้ริเริ่มโครงการขับเคลื่อนสังคมแห่งการตื่นรู้สู่หนึ่งเดียวกัน กล่าวว่า “จากประสบการณ์พบว่าคนที่เริ่มสนใจเรื่องทางจิตวิญญาณนั้น มักเริ่มต้นด้วยสองสาเหตุ นั่นคือ เมื่อประสบกับความทุกข์และเมื่อเกิดความสงสัยในชีวิต ซึ่งโครงการนี้มีความมุ่งหมายที่จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ว่าแต่ละคนมีวิธีในการข้ามผ่านความทุกข์และความสงสัยต่อชีวิตได้อย่างไร”



ธรากร กมลเปรมปิยะกุล

ด้วยประสบการณ์ที่คร่ำหวอดในวงการโฆษณาอย่างยาวนาน ปณิธานของธรากรในวันนี้ คือการได้สร้างสรรค์สื่อหรือรูปแบบกิจกรรม ที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้คนเกิดการเติบโตภายใน เข้าใจถึงธรรมชาติและความเป็นจริงของชีวิต เห็นความสัมพันธ์ของร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ ที่ผสานเป็นหนึ่งเดียว สัมผัสได้ถึงความเป็นมนุษย์ที่มีอยู่ในตนเอง และผู้อื่น เกิดการตื่นรู้สู่หนึ่งเดียวกัน เขาเล่าถึงข้อสังเกตจากการทำงานเพื่อการตื่นรู้มาต่อเนื่องหลายปีว่า “การมาถึงของสื่อดิจิทัล ทำให้คนเราเสพข้อมูลมหาศาล อาจหลงไปกับภาพลักษณ์หรือกรอบที่สังคมกำหนดสร้างไปตามทฤษฎีและวัตถุนิยม จนทำให้คนหลงลืมที่จะหันมาทำความรู้จักตัวเองอย่างถ่องแท้ ถึงที่มา ความรู้สึกและความต้องการที่แท้จริงของตนเอง เพื่อจะกลับกรองว่าสิ่งที่ถ้าโถมเข้ามามากมายนั้น อะไรใช้หรือไม่ใช้กับตัวเอง”

หนึ่งในผลผลิตนวัตกรรมเพื่อการตื่นรู้ที่เกิดขึ้นจากความตั้งใจของธรากร นั่นคือบอร์ดเกมตื่นรู้ A2O: Awake To Oneness ที่ใช้เวลาในการพัฒนารูปแบบมาอย่างยาวนานกว่า 8 เดือน ด้วยเห็นว่า “วัยรุ่นสมัยนี้ก็เผชิญความทุกข์ในชีวิตแทบไม่ต่างจากผู้ใหญ่เลย แต่ด้วยวัยที่ผ่านโลกมาน้อยกว่า จึงทำให้วัยรุ่นเป็นวัยที่หลงทางกับชีวิตได้ง่าย เราจึงพัฒนาแนวคิดเรื่องการตื่นรู้ขึ้นมาในรูปแบบบอร์ดเกม ที่สามารถเล่นไปพร้อมกับทบทวนและเรียนรู้ตัวเอง

ด้วยกันได้ ผ่านเส้นทางที่นำไปสู่การตื่นรู้ 4 ระดับ คือระดับ Sleep & Dream ระดับ Awakening Head ระดับ Awakening Heart และระดับ Awakening Life”



ความจริง ความงาม ความรัก

โครงการขับเคลื่อนสังคมแห่งการตื่นรู้สู่หนึ่งเดียวกันในปีแรกนั้น เน้นสร้างการตื่นรู้ในกลุ่มแกนนำของสังคม ได้แก่ ดารา นักแสดง นักเขียนบท ผู้จัดละคร คอนเทนต์ครีเอเตอร์ ครีเอทีฟและศิลปิน ด้วยหวังให้คนเหล่านี้ส่งต่อพลังแห่งการตื่นรู้ผ่านการสร้างสรรค์ผลงานต่างๆ **สุรางคณา สุนทรพนาเวศ** ดารา นักแสดง ในฐานะวิทยากรของโครงการ เล่าว่า “แต่ละกลุ่มอาชีพมีธรรมชาติที่แตกต่างกัน ดังนั้นจึงต้องออกแบบกิจกรรมเพื่อการตื่นรู้ให้เหมาะสม มีการประยุกต์การปฏิบัติธรรมมาใช้ เป็นการเวิร์กชอปที่สนุก เกิดการเรียนรู้ตัวเองไม่ต่างจากการปฏิบัติธรรม และยังได้เรียนรู้ถึงคนอื่น ๆ ที่ร่วมกิจกรรมด้วย เป้าหมายสำคัญของเวิร์กชอปที่เราทำคือการให้คนแกนนำเหล่านี้เมื่อกลับไปชีวิตจริงๆ แล้ว เขาสามารถวางตัวเองอยู่เหนือกระแสลบหรือกระแสบวกในสังคมได้ พร้อมกับสร้างกระแสแห่งความจริง ผ่านโซเชียลมีเดียหรือใส่ความคิดลงไปในงานของเขา ชี้ชวนให้ผู้คนกลับมาพิจารณาเห็นความจริงว่าในสิ่งหนึ่งสิ่งนั้นมีทั้งด้านบวกด้านลบ โดยปราศจากการตัดสินและไร้อคติ”



สุรางคณา สุนทรพนาเวศ

เมื่อถามถึงสภาพสังคมในปัจจุบัน ว่าคนสมัยนี้โหยหาอะไร สุรางคณา ตอบอย่างไม่ลังเลว่า “ความรัก คนสมัยนี้ขาดความรักเพราะไม่เข้าใจความรัก ความรักที่แท้จริงนั้นจำเป็นต้องอยู่บนพื้นฐานของความจริง เริ่มต้นจากการมองเห็นความเป็นจริงของตัวเอง ยอมรับความเป็นจริงของตัวเองให้ได้โดยไม่ตัดสินตัวเองว่าอะไรดีหรือเลว คือ ยอมรับความไม่ดีหรือแม้แต่ความเลวของตัวเองให้ได้ แล้วจึงจะเริ่มรักตัวเองได้ ให้อภัยตัวเองเป็น และเมื่อรักตัวเองได้แล้วจึงจะรักคนอื่นได้ เป็นความรักที่ไม่มีการตัดสิน ไม่มีอคติ ยอมรับผู้อื่นในแบบที่เขาเป็นและรักได้อย่างไร้เงื่อนไข นำไปสู่การมองเห็นความงามของชีวิตที่แต่ละชีวิตบนโลกล้วนสอดประสานเติมเต็มกันและกันอย่างไม่มีสิ้นสุด”



“ทุกวันนี้สังคมไทยเป็นสังคมติดดี ยึดติดอยู่กับสิ่งที่ดี ด้วยการตัดสินความดีความเลวให้กับทุกสิ่งทุกอย่าง ใครว่าความสุขเป็นสิ่งที่ดี ก็แสวงหาความสุข โดยลืมไปว่าแม้แต่สิ่งที่เลวอย่างความทุกข์ก็เป็นสิ่งที่ดีได้ เพราะความทุกข์จะนำมาซึ่งการเรียนรู้และเกิดปัญญาในที่สุด และความสุขที่ได้มานั้นก็อาจนำไปสู่ความหลงระเหิงจนลืมไปว่าความสุขเองก็ไม่ใช่สิ่งที่จีรัง” สุรางคนา กล่าวเสริม

มองผ่านม่านความเชื่อที่เคยมีสู่การตื่นรู้

รัสรินทร์ เรื่องบูรณะรัตน์ Spiritual Journey Guide ผู้ให้คำแนะนำในการเข้าใจตนเองเพื่อแก้ไขปัญหาในชีวิต ผู้เขียนหนังสือและเจ้าของแฟนเพจ ลูกในฝัน คนอย่างฉันก็สร้างได้ หนึ่งในวิทยากรรับเชิญของโครงการ ที่ช่วยให้ใครหลายคนได้ก้าวผ่านปัญหาชีวิตมาอย่างมากมาย แชร์ประสบการณ์ว่า “ที่ผ่านมาเรามักผนวกเรื่องการเติบโตและการเรียนรู้ภายในตนเองเข้ากับเรื่องศาสนา ความเชื่อและพิธีกรรมต่างๆ เช่น การทำบุญเสริมโชคชะตา การสะเดาะเคราะห์แก้กรรม การบูชาสิ่งต่างๆ จนกลายเป็นความเชื่อที่ว่าทำแล้วชีวิตจะดี ในอดีตอาจเคยมีการแฝงข้อคิดให้เราได้เรียนรู้ แต่เมื่อเวลาผ่านไปพิธีกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นมากมาย กลับทำให้คนห่างไกลจากการเติบโตภายในของตนเองยิ่งขึ้นไปอีก ซึ่งถ้าเราพิจารณาดูจะเห็นว่าการทำสิ่งเหล่านั้น มีพื้นฐานมาจากความต้องการ ความคาดหวังและความกลัวที่มีอยู่ในใจทั้งสิ้น ซึ่งไม่ได้ก่อให้เกิดความเข้าใจตนเองบนความยั่งยืนใดๆ ไม่ได้ทำให้เรา

เข้าใจแก่นสารในคำสอนที่เป็นสาระสำคัญในศาสนาเลย และผลจากการผนวกความเชื่อเหล่านั้นเข้าด้วยกัน ก็ทำให้วัฒนธรรมการตื้นรุ่มไม่แบ่งบาน”



รสรินทร์ เรื่องบูรณะรัตน

ด้วยความตั้งใจที่ไม่อยากให้สิ่งที่ได้เข้าใจและเรียนรู้มันตายไปพร้อมกับตัวเอง รสรินทร์ ได้ผสมผสานหลายศาสตร์ให้สอดคล้องกับวิถีธรรม เพื่อช่วยให้ใครหลายคนได้คลายปมในชีวิต ผ่านกระบวนการและการพูดคุย กล่าวเพิ่มเติมว่า “เป็นธรรมดาที่หลายคนมีการเติบโตภายนอก เช่นเติบโตในหน้าที่การงาน การใช้ชีวิต การมีครอบครัว พอถึงจุดหนึ่งจะรู้สึกลุ่มเหลว รู้สึกมีบางอย่างขาดหายไป จนไม่สามารถพาชีวิตไปต่อได้ นั่นเป็นเพราะเขาไม่ได้ถูกเติมเต็มจากการเข้าใจภายในตนเองอย่างแท้จริง การกลับมาค้นหาถึงสาเหตุที่อยู่ภายในจึงเป็นเรื่องสำคัญ อาจเป็นเรื่องที่ยังติดอยู่ในความคิด ความรู้สึก และลึกลงไปถึงระดับจิตวิญญาณ กลายเป็นปมชีวิต เขาจะต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจกับมันเพื่อเติบโตอย่างสมดุล เมื่อเข้ามาสู่หนทางการเดินทางภายในแบบนี้

การมีชุมชนหรือกลุ่มคนที่สนใจเรื่องเดียวกันจึงมีความสำคัญอย่างมาก นอกจากจะช่วยทำให้เขาไม่รู้สึกโดดเดี่ยวหรือแปลกแยกแล้ว ยังเป็นพื้นที่ให้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ซึ่งความเข้าใจที่ถูกต้องต่อตนเองและผู้อื่นนี้ ก็จะไปสู่สังคมแห่งการตื่นรู้นั่นเอง”



แม้ว่าวิทยาศาสตร์กับการเติบโตภายในจะยังไม่สามารถมาบรรจบกันได้สนิทแนบแน่นในตอนนี้อย่างไรก็ตาม แต่ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นก็เป็นตัวสะท้อนว่า เรากำลังอยู่บนเส้นทางที่ถูกต้อง รัสรินทร์ รู้สึกดีใจทุกครั้งที่ได้คำแนะนำของเธอ ได้มีส่วนทำให้ชีวิตของใครหลายคนดีขึ้นและเขาเหล่านั้นได้กลับมาเล่าให้เธอฟังถึงสิ่งที่เปลี่ยนไปอย่างน่าประหลาดใจ “จริงๆ แล้วการจะเปลี่ยนแปลงให้สังคมกลายเป็นสังคมที่ดีขึ้น มันอาจเป็นแค่การที่เรากลับมาเรียนรู้และเข้าใจตัวเอง ทำตัวเองให้ดี ทำครอบครัวให้ดี เมื่อทุกคนเข้าใจได้แบบนี้ มันก็ไม่ต้องมีใครมาดูแลใครหรือเป็นภาระให้ใคร ให้เราเห็นถึงความคิดและความรู้สึกของตัวเอง กลับไปทำความเข้าใจและยอมรับตัวเองอย่างแท้จริง เราจะเกิดความรัก ความเมตตา แล้วการให้อภัยก็จะเกิดขึ้นเองไปโดยปริยาย เป็นการเห็นตัวเราในตัวผู้อื่น เห็นผู้อื่นในตัวเรา ซึ่งสิ่งนี้แหละคือความเป็นหนึ่งเดียวกัน” รัสรินทร์ กล่าวแนะนำ

ตื่นรู้สู่นวัตกรรมทางสังคม

มูลนิธิสหธรรมิกชน องค์กรสาธารณกุศลที่มีบทบาทในการสร้างกระแสแห่งการเติบโตทางจิตวิญญาณและความรักในสังคม ที่มีภารกิจสำคัญคือ การสร้างนักสื่อสารสุขภาวะทางปัญญา การสร้างชุมชนตื่นรู้ ตลอดจนการสร้างสรรค์เนื้อหาสาระและสื่อ เป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนโครงการนี้ให้เดินหน้าไปและขยายวงการเรียนรู้ให้กว้างขึ้น **อิทธิศักดิ์ เลอยศพรชัย ประธานมูลนิธิ** กล่าวว่า “การทำโครงการตลอดหนึ่งปีที่ผ่านมา เปิดโอกาสให้ผู้ที่สนใจได้เข้ามาเวิร์กชอปและรับฟังสัมมนาหลายครั้ง เป็นที่น่ายินดีที่ทุกครั้งเราจะได้คนที่อยากจะมาช่วยงานกันมากขึ้นเรื่อยๆ เมื่อเขาเห็นประโยชน์และความสำคัญของเรื่องการตื่นรู้แล้ว เขาอยากจะมาช่วยขับเคลื่อนสิ่งนี้เข้าสู่สังคม เพราะมองว่าการตื่นรู้เป็นนวัตกรรมหรือหนทางในการแก้ไขปัญหาต่างๆในสังคม สามารถประยุกต์การตื่นรู้เข้ากับกิจกรรมต่างๆทางสังคมได้มากมาย สามารถนำการตื่นรู้ไปอยู่ในชีวิตประจำวันได้ ทั้งการทำงาน การตื่น การนอน การกิน การใช้ชีวิต”



อิทธิศักดิ์ เลอยศพรชัย

“หลายปีที่ผ่านมาเราอาจได้ยินคำว่า Social Enterprise หรือกิจการเพื่อสังคม แล้วก็มีกิจการเพื่อสังคมเกิดขึ้นมากมาย แต่ก็มีกิจการเพื่อสังคมที่ล้มหายตายจากไปมากมาย ไม่สามารถขับเคลื่อนต่อไปได้อย่างยั่งยืน สิ่งที่ยั่งยืนและมูลนิธิจะขับเคลื่อนต่อไปจากนี้คือการผลักดันให้มันวัดกรรมเพื่อสังคมในรูปแบบใหม่ ที่เรียกว่า Spiritual Enterprise กิจการเพื่อการเติบโตทางจิตวิญญาณ เป็นกิจการที่ใช้หัวใจตื่นรู้ในการก่อตั้งขับเคลื่อนในทุกขั้นตอน ทั้งในการวางนโยบาย กลยุทธ์ วางแผนงาน ประกอบกิจการเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อสังคมตามความเป็นจริง ทำให้เกิดการตื่นรู้สู่หนึ่งเดียวกันทั้งในระดับตนเองและในระดับสังคม ซึ่งผมมีความเชื่อว่ากิจการประเภท Spiritual Enterprise นี้จะเป็นกิจการที่สามารถเปลี่ยนแปลงสังคมได้อย่างมาก เพราะใจที่ตื่นรู้มันเป็นสิ่งที่คนทุกคนต้องการทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว เพื่อการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์สมดุลและมีความสุข” อธิศักดิ์ กล่าวทิ้งท้าย

นอกเหนือจากการสร้างชุมชนแห่งการตื่นรู้ การพัฒนานวัตกรรมบอร์ดเกมตื่นรู้ การจัดเวิร์กช็อปและการจัดสัมมนาอย่างต่อเนื่อง We Onenesss ยังได้รวบรวมบันทึกประสบการณ์ตื่นรู้ ของผู้ผ่านประสบการณ์ตื่นรู้ทั้ง 40 ชีวิต ขึ้นเป็นครั้งแรกในเมืองไทย ลงในหนังสือ ‘ONE หนึ่งเดียวกัน’ อาทิ พระจิตร์ จิตตสัวโร, พศิน อินทรวงค์ นักเขียนและผู้บรรยายธรรมะรุ่นใหม่, อังคณา มาตศรีสรรงค์ หรือ ครูณา แห่งมูลนิธิพื้นที่ปัญญาธิ์ก โรงเรียนพ่อแม่ ลูก, วัชรารัตน์ สุทธรวนาเวศ หรือ ตา สุรางคณา สุทธรวนาเวศ อดีตรองนางสาวไทย นักแสดงและพิธีกร, นพ. สันต์ ใจยอดศิลป์ อดีตศัลยแพทย์หัวใจผู้แบ่งปันข้อคิดและเกร็ดธรรมร่วมสมัย, ประสิทธิ์ วิทย์สัมฤทธิ์ ครีเอทีฟผู้ร่วมก่อตั้งบริษัทซูโจกะกัลยาณมิตร, ดร.เมธา

หริมเทพาธิป อาจารย์ประจำหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาปรัชญาและจริยศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เป็นต้น ทั้ง 40 คน กับ 40 เรื่องเล่านี้ จะนำผู้อ่านไปทำความรู้จักกับสถานะที่เกิดขึ้น และทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในจิตใจ จนนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงอย่างพลิกผันในชีวิตพวกเขา เป็นแรงบันดาลใจให้กับผู้อ่านในการก้าวเดินไปบนเส้นทางชีวิตของตนเองต่อไป



หนังสือ 'ONE หนึ่งเดียวกัน'

We Oneness หรือ โครงการขับเคลื่อนสังคมแห่งการตื่นรู้สู่หนึ่งเดียวกัน โดยมูลนิธิสหธรรมิกชน ภายใต้การสนับสนุนของ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ยังคงเดินหน้าปลูกคนไทยให้ตื่นจากทุกความลุ่มหลง ผ่านกิจกรรมต่างๆที่กำลังจะเกิดขึ้นต่อเนื่องในปี พ.ศ. 2563 ซึ่งเป็นปีที่สอง ติดตามความเคลื่อนไหวได้ที่ www.weoneness.com และ www.facebook.com/WeOneness

