

แนวทางการบำบัดจิตใจช่วงโควิด 19: กรณีศึกษาสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์ในนวนิยาย เรื่อง พุทธศักราชอสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำ

นิยา บิลยะแม¹ และ มาโนช ดินลานสกุล²
สาขาภาษาไทย คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ^{1,2}
E-mail: niya_bill@hotmail.com¹ , m_nisara@hotmail.com²

วันที่รับบทความ: 26 พฤศจิกายน 2566

วันแก้ไขบทความ: 13 มีนาคม 2567

วันตอบรับบทความ: 26 มีนาคม 2567

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์ในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำเชิงจิตวิทยาและประยุกต์ผล การศึกษาเสนอเป็นหลักคิด เพื่อเป็นแนวทางการบำบัดจิตใจในช่วงโควิด 19 เชิงพุทธศาสนา ผลการศึกษาพบว่าสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์สะท้อนลักษณะนิสัยและความสัมพันธ์ ระหว่างมนุษย์ผ่านสัญชาตญาณเฉพาะบุคคล ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ส่งต่อผ่านนิสัยระดับผิว และระดับลึกของมนุษย์แต่ละคน สามารถประยุกต์หลักคิดที่ได้จากการศึกษาดังกล่าว คือ แนวทางที่ใช้บำบัดจิตใจในช่วงโควิด 19 ตามหลักของพุทธศาสนาเกี่ยวกับการสละ ความยึดติด การเปลี่ยนคำค่าเป็นธรรมทาน และการแก้ไขปัญหให้ตรงจุด ผลการศึกษานี้สามารถใช้เป็นแบบจำลองยุทธศาสตร์ด้านการดูแลสุขภาพทางจิตของประชาชนไทยให้ เข้มแข็งในสถานการณ์ต่าง ๆ โดยเฉพาะช่วงระบอบของโควิด 19

คำสำคัญ: แนวทางการบำบัดจิตใจ โควิด 19 สัญชาตญาณความเป็นมนุษย์ นวนิยาย

Idea for Mind Healing During COVID-19: Humanistic Instinct in a Novel Entitled Descendant of Memories of the Memories of the Black Rose Cat

Niya Bilyamae¹ and Manoch Dinlansagoon²

Department of Thai, Faculty of Humanities and Social Sciences, Thaksin University^{1,2}

E-mail: niya_bill@hotmail.com¹, m_nisara@hotmail.com²

Received: November 26, 2023

Revised: March 13, 2024

Accepted: March 26, 2024

Abstract

This paper aims to investigate the psychological aspects of humanistic instinct as depicted in the novel *Descendant of Memories of the Black Rose Cat* and present applied results based on Buddhism for mind healing during the COVID-19 pandemic. The investigation revealed that humanistic instinct reflected human habits and relationships through individual instincts inherited at both surface and deep levels. Insights from this investigation were applied using Buddhism principles for mind healing during the COVID-19 pandemic, including relinquishing attachments, transforming criticism into offerings, and solving problems by identifying their true causes. The results of this study could be used as a strategic model for improving the mental health of Thai people in different situations, particularly during the COVID-19 pandemic.

Keywords: Mind Healing, COVID-19, Humanistic Instinct, Novel

บทนำ

วิถีชีวิตของมนุษย์ตั้งแต่เกิดกระทั่งเสียชีวิตผูกติดกับความเปลี่ยนแปลงทางสังคม เพราะมนุษย์เป็นพลเมืองของแต่ละสังคมในโลกใบนี้ ธรรมชาติของมนุษย์ขึ้นอยู่กับปัจจัยทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมความเป็นมนุษย์ทั้งเชิงบวกและเชิงลบ ในศตวรรษที่ 21 นี้ เห็นได้ชัดว่าปัจจัยจากสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติส่งผลกระทบเชิงลบกับวิถีชีวิตของประชาคมโลกเป็นอย่างมาก เช่น ไฟป่า น้ำท่วม แผ่นดินไหว โรคภัย เป็นต้น โดยเฉพาะวิกฤตการณ์จากโรคระบาดที่ทำให้ลายวิถีชีวิตของมนุษย์ชาติอย่างมหาศาล นั่นคือโรคโควิด 19 มีสาเหตุมาจากไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ เริ่มระบาดในเดือนธันวาคม พ.ศ. 2562 จนองค์การอนามัยโลกได้ประกาศให้การระบาดนี้เป็นภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขระหว่างประเทศในวันที่ 30 มกราคม 2563 และประกาศให้เป็นโรคระบาดทั่วโลกในวันที่ 11 มีนาคม 2563

การระบาดของโรคภัยครั้งนี้ส่งผลกระทบต่อสังคม เศรษฐกิจ การเมือง การศึกษา และสุขภาพอย่างแสนสาหัส เพราะการแพร่กระจายของเชื้อโรครวดเร็ว และติดต่อกันง่าย ทำให้เกิดมาตรการเว้นระยะห่างทางสังคมหรือ Social Distancing ที่ประชาชนต้องอยู่แต่ในบ้านหรือหลีกเลี่ยงการปฏิสัมพันธ์แบบใกล้ชิดกัน นอกจากนี้ยังมีผลโดยตรงต่อสุขภาพจิตของประชาชน เกิดความเครียดสะสม เพราะไม่สามารถประกอบอาชีพได้เต็มที่หรือบางอาชีพต้องปิดกิจการลง ตลอดจนไม่อาจใช้ชีวิตอิสระตามต้องการ เนื่องจากคอยระมัดระวังตัวทุกอย่างก้าวในที่สาธารณะเพื่อไม่ให้เสี่ยงติดเชื้อโควิด 19 ผวนกับการรับรู้ข่าวสารผ่านสื่อต่าง ๆ เป็นไปอย่างฉับไว ช่วยให้ประชาชนติดตามข่าวสารได้ตลอด 24 ชั่วโมง การเข้าถึงข่าวสารอย่างสะดวกถือเป็นข้อดีที่สร้างความปลอดภัยให้ประชาชนรู้จักการดูแลตนเองอย่างถูกวิธี ตรงกันข้ามสภาวะการณ์เหล่านี้บีบคั้นอารมณ์ความรู้สึกของประชาชนให้เผชิญแรงกดดัน ความกังวล และความหวาดกลัว จนเกิดความทุกข์ทางใจเป็นผลเสียกับสุขภาพจิต อาจนำไปสู่การเป็นโรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตายในภายหลังได้ ฉะนั้น การดำรงชีวิตด้วยสติจึงเป็นสิ่งสำคัญ ดังที่ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ (2563) กล่าวว่า “การสร้างปัจจัยทางบวกให้กับประชาชนกลุ่มต่าง ๆ รวมทั้งบุคลากรสาธารณสุขที่เป็นด่านแรกในการจัดการปัญหาโควิด 19 เป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง โดยในสถานการณ์โควิด 19 นี้ ประชาชนมักได้ยินคำว่า ‘มีสติ’ อยู่เสมอในการปฏิบัติตนด้านสุขอนามัย การรับส่งข้อมูลข่าวสาร และการจัดการอารมณ์ความรู้สึก แต่ปัญหาหลักคือจะทำอย่างไร เพราะสติไม่ใช่เป็นเพียงความคิดที่สั่งตนเองให้มีสติแล้วจะมีได้ทันที หากในเชิงจิตวิทยานั้นสติเป็นสภาวะจิตขั้นสูงกว่าจิตพื้นฐานและฝึกฝนได้ ซึ่งจิตพื้นฐานมักสะสมความคิดลบกลายเป็นอารมณ์และความเครียดอย่างที่แต่ละคน

กำลังประสบในวิกฤตโควิด 19 สำหรับจิตชั้นสูงกว่าก็คือจิตอันมีสมาธิกับสติ จะมีคุณภาพที่ดีกว่า ทำให้บุคคลสามารถรับมือกับภาวะวิกฤตได้ดีกว่า การมีสติยังเป็นส่วนสำคัญของการเปลี่ยนแปลงตัวเองออกจากความกลัวสู่การเรียนรู้และก้าวไปหาการพัฒนาที่เน้นการมีสติกับปัจจุบัน เพื่อร่วมมือกันคิดหาทางออกในอนาคตอย่างมีความสงบและความอดทน ใช้ความคิดสร้างสรรค์รักษาสัมพันธภาพที่ดี ใช้ทักษะการทำงานเป็นกลุ่มในการปรับตัวและช่วยเหลือผู้อื่น ยินดีและชื่นชมกับผู้ที่ปรับตัวได้ ตลอดจนเห็นใจและช่วยเหลือผู้ที่ลำบาก ส่งเสริมให้การรับส่งข้อมูลข่าวสารเกิดความเข้าใจสถานการณ์และพยายามหาทางออกที่เป็นไปได้ รู้เท่าทันเหตุการณ์ และยอมรับความรู้สึกรับของตนเอง ด้วยการไม่กล่าวโทษหรือรังเกียจผู้อื่น หากอยู่กับความกลัวมากเกินไปจะทำให้หงุดหงิดง่าย ชอบบ่นว่า ตำหนิผู้อื่น เผยแพร่ส่งต่อข้อมูลโดยไม่ได้ตรวจสอบ ขยายความกลัวและความโกรธของตนออกไป รวมทั้งมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม” จึงสรุปได้ว่าการมีสติยอมผลักดันให้มีทัศนคติที่ดีในการใช้ชีวิต ไม่ว่ายามสุขหรือทุกข์ด้วยการเรียนรู้และเข้าใจ สัญชาตญาณความเป็นมนุษย์

ตลอดช่วงเวลาที่เรามีมาตรการเว้นระยะห่างทางสังคมนั้น ผู้เขียนมีโอกาสศึกษานวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำของ วีรพร นิติประภา จนพบแง่มุมน่าสนใจเกี่ยวกับสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์ในสภาวะการดำรงอยู่ของตัวตนที่ปรากฏผ่านบุคลิกภาพว่าตัวละครมีการกระทำสะท้อนความรู้สึกนึกคิดอย่างไร สิ่งนี้เป็นสัญชาตญาณดั้งเดิมและสัญชาตญาณปรุงแต่งใหม่ เพื่อดิ้นรน ปรับตัว และเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ได้ในสภาพสังคมที่มีปัญหาหลากหลายและแตกต่างกันออกไป เพราะไม่เช่นนั้นชีวิตจะไร้ความหวัง จุดที่น่าคิดคือเมื่อตัวละครเผชิญความสิ้นหวัง ความเสียใจ ความสูญเสีย หรือความทุกข์ใด ๆ ก็ตาม จะมีกระบวนการจัดการจิตใจของตนเองอย่างไรหรือเลือกจมอยู่กับความทุกข์ไปตลอดกาล ทั้งนี้การยึดติดกับความทุกข์อาจชักนำตัวละครสู่การมีปัญหาด้านสุขภาพจิต ซึ่งตัวละครจะมีวิธีการแบบใดในการเยียวยาตัวตนให้สามารถมีชีวิตอยู่บนโลกที่มีปัญหารุมเร้าได้อย่างปกติ

การศึกษานวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำช่วยให้เล็งเห็นมุมมองอันเป็นผลตอบสนองทางจิตใจเชิงลบหรือความทุกข์ที่เกิดจากแรงสะท้อนกลับของสถานการณ์ไม่ปกติทั้งระดับครอบครัว ระดับประเทศ และระดับระหว่างประเทศ นับเป็นวิกฤตที่ประชาชนต้องรับผลกระทบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เช่น ปัญหาความเหลื่อมล้ำ ปัญหาชาติพันธุ์ ปัญหาคนพลัดถิ่น ปัญหาการเมือง ปัญหาครอบครัว ฯลฯ จึงสังเกตเห็นว่าแต่ละตัวละครจะมีบาดแผลในจิตใจ ขึ้นอยู่กับว่าหนักหรือเบา ซึ่งมนุษย์ล้วนมีสัญชาตญาณในการรับมือหรือตอบสนองต่ออาการของบาดแผลดังกล่าวแตกต่างกัน

ดังนั้น ผู้เขียนประสงค์นำเสนอให้เห็นว่าหากสัญญาตญาณความเป็นมนุษย์โดนสั่นคลอน ด้วยนานาปัญหาจะส่งผลกับตัวตนความเป็นมนุษย์เช่นใด แล้วจะมีวิธีผ่อนคลายปัญหาให้เบาบางได้อย่างไร เพื่อสร้างความหวังและแรงบันดาลใจต่อการใช้ชีวิตอย่างเข้าถึงความสุข แม้ต้องประสบวิกฤตใด ๆ ก็ตาม

การประมวลองค์ความรู้ในการศึกษานวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำ เป็นการนำหลักบุคลิกภาพทางจิตวิทยาและหลักสติทางพุทธศาสนาวิเคราะห์สัญญาตญาณความเป็นมนุษย์ยามเจอวิกฤตการณ์ร้ายแรงเนื่องด้วยหลักการทางศาสนาเป็นการหลอมรวมหลักการทางจิตวิทยาเพื่อบริหารจัดการความรู้สึกนึกคิดจากภายใน ถือเป็นการดูแลรักษาตัวตนระดับจิตวิญญาณให้จิตใจเกิดความเข้มแข็งอย่างมีสติ จึงสอดคล้องกับแก่นแท้ของพุทธศาสนาที่ Kempton (2018) ได้กล่าวถึงธรรมชาติของชีวิต ซึ่งควรพัฒนาความเข้าใจโลกภายนอกและยอมรับโลกภายในผ่านวิถีคิดที่รับอิทธิพลจากพุทธศาสนาหยานในนิยายเช่นไว้ว่า “ความไม่เที่ยงคือสภาวะธรรมของสรรพสิ่งและความเปลี่ยนแปลงนั้นหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้น การพยายามจะเหนี่ยวรั้งอดีตหรือแม้กระทั่งขณะปัจจุบันเป็นเรื่องไร้สาระ ทำให้เครียดเสียเปล่า ๆ เมื่อความเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลันเกิดมาจากปัจจัยภายนอก ไม่ว่าจะจากความขาดแคลน ความสูญเสียหรือความเจ็บไข้ได้ป่วย อาจทำให้ตกใจ แต่การแข็งขืนกลับยิ่งสร้างความเปราะบางต่อเรื่องราวเหล่านั้น หากยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นก็จะหลุกย่นพื้นกลับขึ้นมาได้ในไม่ช้า เพราะเราต้องมีชีวิตต่อไปพร้อมกับรับรู้มันไปแล้วปล่อยวางความยึดติดความจริงคือเราไม่สามารถเหนี่ยวรั้งและเปลี่ยนแปลงอดีต เมื่อรู้จักยอมตามมันไป ยอมรับสิ่งที่จะมาและสิ่งที่จะไป ชีวิตจะพล้นพลิกผันจากการโรมรันในสมรภูมิไปเป็นการเรียงรายบนเวทีเด่นรำ” สารสำคัญของหลักการทางพุทธศาสนาจึงมีความเป็นสากล โดยมุ่งพิจารณาแต่ละสภาพการณ์ตามข้อเท็จจริงที่ปรากฏอยู่ในโมกขมัยปัจจุบัน ทำให้มนุษย์เรียนรู้ชีวิตด้วยความเข้าใจจนเกิดการยอมรับอย่างปล่อยวาง แต่ไม่ได้หมายถึงการเพิกเฉยต่อสิ่งนั้น ช่วยสนับสนุนการตัดสินใจในบทบาทการใช้ชีวิตลำดับถัดไปจากธรรมชาติอันเป็นสภาวะธรรมเพื่อการดำรงชีพอย่างเหมาะสม ซึ่งท่านพระพุทโธทาสภิกขุหรือพระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อมอินทปญฺญ) เป็นอีกหนึ่งพระอริยสงฆ์ผู้มีหลักคำสอนและหลักปฏิบัติทางพุทธศาสนาที่เน้นพุทธธรรมนำสังคม กระทั่งได้รับการยกย่องจากองค์การยูเนสโก (UNESCO) ให้เป็นบุคคลสำคัญของโลกด้านการส่งเสริมสันติธรรม สันติธรรม วัฒนธรรม ความสัมพันธ์และความเข้าใจอันดีของมวลมนุษยชาติ ท่านพระพุทโธทาสภิกขุจึงเป็นนักปฎิรูปหลักคำสอนเชื่อมสู่หลักปฏิบัติที่เน้นการลงมือทำให้เห็นจริง เมื่อสรุปลักษณะเด่นแห่งหลักคำสอน พบว่า เรื่องสัญญาตญาณหรือจิตว่างเป็นภาวะการปล่อยวางที่ได้รับการเน้นย้ำอย่าง

ต่อเนื่อง โดยท่านพระพุทธทาสภิกขุได้นำแนวคิดจากนิกายเซนในพุทธศาสนาหยานมาประยุกต์ใช้สำหรับชีวิตประจำวัน ดังที่ ท่านพระพุทธทาสภิกขุ (ม.ป.ป.) กล่าวว่า “กฎของโลก ธรรมชาติจะแสดงถึงความเป็นเหตุปัจจัยปรุงแต่งกันเกิดในสรรพสิ่งสื่อถึงความเป็นเช่นนั้นเอง ไม่พลั้งไหวไปตามความพอใจหรือไม่พอใจของมนุษย์ ในการนี้สมมติสัจจะจึงเป็นเพียงกฎเกณฑ์ชั่วคราวที่บัญญัติขึ้นเพื่อให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้ราบรื่น แต่เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยต่าง ๆ ถ้าข้อบัญญัติเหล่านั้นห่างไกลจากความจริงเชิงปรมัตถ์มากเพียงใด มนุษย์ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกฎธรรมชาติ แต่สร้างโลกของตนขึ้นด้วยการแยกออกจากความจริงโดยธรรมชาติ ย่อมไม่อาจจัดความทุกข์ตามจุดมุ่งหมายของพุทธศาสนาได้” ฉะนั้น ควรนำหลักคำสอนของท่านพระพุทธทาสภิกขุมาเป็นแนวทางการศึกษาสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์ในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำ เพราะเป็นหลักธรรมะที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาจิตใจด้วยการประสานหลักจิตวิทยาทำความเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ในสังคม ดังที่ ประเวศ วะสี (2553) อธิบายว่า “คำสอนธรรมะที่พันตัวตนของท่านพระพุทธทาสภิกขุสมสมัยยิ่งที่จะพามนุษย์ผู้ต้องการเข้าถึงธรรมให้พ้นความเป็นตัวตน ช่วยให้ผ่านพ้นวิกฤตชีวิต วิกฤตสังคม วิกฤตสิ่งแวดล้อม วิกฤตการเมือง หรือสรรพวิกฤตไปได้อย่างปกติสุข”

ผู้เขียนตระหนักว่าการสังเคราะห์ชุดความคิดจากนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำสามารถเป็นตัวอย่างการบรรเทาสภาพจิตใจของประชาชนที่ได้รับผลกระทบระยะยาวจากวิกฤตการณ์โควิด 19 หรือวิกฤตการณ์อื่น ๆ ในปัจจุบันและอนาคตได้ แม้สถานการณ์ที่ตัวละครในนวนิยายต้องเผชิญอาจเป็นคนละวิกฤตกัน แต่สิ่งที่เหมือนกันคือการจมปลักอยู่ในวังวนของปัญหาอันเป็นเหตุของความทุกข์แห่งชีวิต ทางออกที่เหมาะสมจึงเป็นการปลดปล่อยความทุกข์ให้จิตใจคลายความเครียด ความกังวล และ ความหวาดกลัว ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันแก่จิตใจให้เข้มแข็ง เพื่อมีแรงผลักดันในการรับมือปัญหาชีวิตเมื่อต้องประสบความทุกข์จากวิกฤตการณ์ต่าง ๆ ต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจารณ์วรรณกรรมในมุมมองจิตวิทยาสู่การประยุกต์หลักคิดผ่านหลักธรรมทางพุทธศาสนา

วรรณกรรมวิวัฒน์ไปตามยุคสมัย ก่อเกิดความสัมพันธ์ทางสังคมที่เชื่อมโยงวิถีชีวิตของมนุษย์กับกระแสเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน จึงเป็นการฉายภาพสะท้อนจากประสบการณ์ที่ผู้ประพันธ์ได้เรียนรู้เรื่องราวในสังคม อันเป็นผลดีต่อการนำมาวิเคราะห์เพื่อเทียบเคียงกับสภาวะทางจิตใจของคนทั่วไปที่เผชิญวิกฤตการณ์ต่าง ๆ ในหลากหลายมิติ ซึ่งใช้มุมมองจิตวิทยาเชิงสังคมเพื่อพิจารณาการตอบสนองของมนุษย์ต่อสถานการณ์

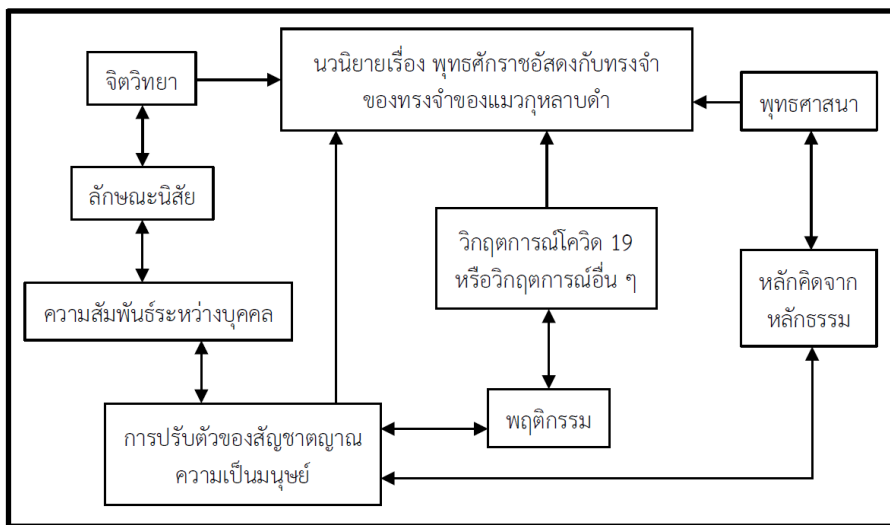
ในแต่ละสภาพแวดล้อมผ่านวรรณกรรมเป็นฉากหลัง โดยสังเคราะห์ชุดความคิดจากพฤติกรรมของตัวละครที่มีสัญชาตญาณการดิ้นรนด้วยการรับรู้เจตคติอันเป็นคุณลักษณะภายในถูกกำหนดผ่านสถานการณ์ การวินิจฉัยวรรณกรรมจึงเป็นพื้นฐานความรู้ช่วยให้เข้าใจปัจเจกชนในวิถีชีวิตจริงและสามารถแนะนำแนวทางการใช้ชีวิตเป็นแบบแผนเบื้องต้นสำหรับการรับมือกับปัญหา เพราะการเรียนรู้พฤติกรรมตัวอย่างสามารถปรับเจตคติให้เปลี่ยนแปลงตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ดังที่ Crisp (2015) อธิบายถึงพฤติกรรมการเปลี่ยนเจตคติผ่านทฤษฎีความไม่สอดคล้องของการรู้คิด เพื่อให้มนุษย์ดำรงอยู่ภายใต้แรงกดดันทางสังคมได้ดียิ่งขึ้น สรุปความได้ว่า “ทฤษฎีความไม่สอดคล้องของการรู้คิดสร้างขึ้นโดย Leon Festinger ที่ตั้งอยู่บนแนวคิดแบบ Sigmund Freud ซึ่งให้ความสำคัญกับสภาวะทางจิตของมนุษย์ เพราะมนุษย์มักเกิดประสบการณ์ไม่สุขสบายทางจิตใจเมื่อคิดทบทวนเกี่ยวกับพฤติกรรมของตนที่ตรงข้ามกับเจตคติดั้งเดิม เนื่องจากความไม่สอดคล้องระหว่างเจตคติกับพฤติกรรมที่แสดงออกจะปรับเจตคติให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่ทำไปแล้ว การเปลี่ยนเจตคติจึงเป็นวิธีเดียวที่จะคลี่คลายความไม่สอดคล้องระหว่างเจตคติกับพฤติกรรมที่แสดงออก ทำให้อึดอัดไม่สบายใจ ดังนั้น จิตกับสังคมเป็นหนึ่งเดียวกันที่จะแสวงหาความมั่นคง โครงสร้าง และความหมายการมีชีวิตอยู่ของมนุษย์”

จากข้างต้น นำมาสู่กรอบแนวคิดการวิจารณ์วรรณกรรมที่มุ่งศึกษาสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์ในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำเชิงจิตวิทยา โดยวิเคราะห์ลักษณะนิสัยของตัวละครทั้งนิสัยระดับผิวและระดับลึก ซึ่งใช้ทฤษฎีลักษณะนิสัยผิวและลักษณะนิสัยซ่อนเร้นในการวิเคราะห์ประเด็นนี้ให้กระจ่างชัด สามารถสรุปสาระสำคัญของทฤษฎีลักษณะนิสัยผิวและลักษณะนิสัยซ่อนเร้นตามที่ Cattell (1905-1998, อ้างถึงใน จิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์, 2559) กล่าวไว้ว่า “โครงสร้างบุคลิกภาพของมนุษย์จะประกอบสร้างด้วยลักษณะนิสัยสามัญและลักษณะนิสัยพิเศษ ซึ่งผันแปรตามความสามารถ พื้นอารมณ์ และลักษณะนิสัยพลวัต จึงสะท้อนผ่านลักษณะนิสัยส่วนผิวและลักษณะนิสัยซ่อนเร้น” ถัดมาจะวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่สื่อผ่านลักษณะนิสัยของตัวละครในการปฏิสัมพันธ์ต่อกัน โดยใช้ทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในการวิเคราะห์ประเด็นนี้ให้ชัดเจน สามารถสรุปสาระสำคัญของทฤษฎีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลตามที่ Sullivan (1953, อ้างถึงใน จิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์, 2559) กล่าวว่า “การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพัฒนาการตามช่วงวัยนำไปสู่พฤติกรรมที่หล่อหลอมโครงสร้างบุคลิกภาพส่วนบุคคลโดยปรากฏผ่านลักษณะนิสัยที่เป็นพลังพลวัต ซึ่งเป็นพลังภายในที่พร้อมจะเปลี่ยนแปลงเมื่อมีการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เพราะบุคคลจะเปลี่ยนพลังงานที่มีอยู่สู่การแสดงพฤติกรรม

แบบใดแบบหนึ่ง ถือเป็นพฤติกรรมอันสังเกตได้ เช่น การพูด การกระทำต่าง ๆ การแสดงออกทางสีหน้า การแสดงออกทางอารมณ์ ฯลฯ การทำความเข้าใจบุคลิกภาพ จึงได้จากการศึกษาพลังพลวัตเหล่านี้ที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองความพึงพอใจทางร่างกาย และความมั่นคงทางจิตใจ ทุกคนมีพลังพลวัตพื้นฐานเหมือนกัน แต่การแสดงออกแตกต่างกันตามประสบการณ์ของแต่ละคน” สุดท้ายเป็นการประยุกต์หลักคิดที่ใช้ปรับตัวของสัญญาณความเป็นมนุษย์ช่วงโควิด 19 ผ่านหลักธรรมทางพุทธศาสนา ซึ่งใช้หลักคิดของท่านพระพุทธทาสภิกขุที่สามารถนำมาแก้ไขปัญหาเพื่อเยียวยาลักษณะนิสัยจากระดับลึกสู่ระดับผิว ประกอบด้วยหลักคิดเกี่ยวกับการละความยึดติด หลักคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนคำค่าเป็นธรรมทาน และหลักคิดเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาให้ตรงจุด โดยปรากฏกระบวนการศึกษาตามกรอบแนวคิดดังนี้

ภาพ 1

กรอบแนวคิดการวิจัย



หมายเหตุ. จาก ผู้วิจัย, 2566

นิยามศัพท์เฉพาะ

สัญญาณความเป็นมนุษย์ หมายถึง สภาวะอารมณ์ ความรู้สึก และความนึกคิดที่มีมาตั้งแต่กำเนิด โดยปรากฏผ่านลักษณะนิสัยสู่การแสดงพฤติกรรม ซึ่งสะท้อนตัวตนของบุคคลในการรับมือสถานการณ์หรือวิกฤตการณ์ต่าง ๆ รวมทั้ง

วิกฤตการณ์โควิด 19 เพื่อให้สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในสภาพสังคมที่มีความหลากหลายอย่างอยู่รอด

แบบจำลองยุทธศาสตร์ หมายถึง การต่อยอดทางความคิดจากการศึกษาบทความนี้ เพื่อให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลใช้พัฒนาแนวทางการบำบัดจิตใจหรือดูแลสุขภาพทางจิตของประชาชนไทยให้มีความพร้อมที่จะเผชิญสถานการณ์หรือวิกฤตการณ์ต่าง ๆ ตลอดจนวิกฤตการณ์โควิด 19 ในอนาคตอย่างเหมาะสมและรู้เท่าทันสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีตและปัจจุบัน

สัญญาตญาณความเป็นมนุษย์ในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำเชิงจิตวิทยา

มนทัศน์ที่มีต่อสัญญาตญาณความเป็นมนุษย์ของตัวละครในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำนั้น เมื่อใช้หลักจิตวิทยาวิเคราะห์พฤติกรรมที่ตัวละครสะท้อนออกมาจะเห็นถึงจิตวิทยาในการปรับตัว ซึ่งบ่งบอกว่าตัวละครนั้น ๆ มีสุขวิทยาทางจิตเป็นอย่างไร โดยจำแนกการวิเคราะห์เป็น 2 ประเด็น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ลักษณะนิสัยมนุษย์ในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำเชิงจิตวิทยา

การศึกษาสัญญาตญาณความเป็นมนุษย์ที่สื่อผ่านลักษณะนิสัยของแต่ละตัวละครพบว่า มีนิสัยใจคอเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว ทั้งลักษณะนิสัยซ่อนเร้นของสมาชิกครอบครัวแซ่ตั้ง มีผลให้บุคลิกภาพปราศจากภูมิคุ้มกันต่อวิกฤตการณ์ในชีวิตที่ค่อนข้างอ่อนไหวต่อโลก เนื่องจากภูมิหลังในชีวิตแต่ละคนมีปัจจัยด้านพันธุกรรมด้านครอบครัว ด้านความรัก ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านการเมือง ด้านสุขภาพ หรือด้านวัฒนธรรมขัดเกลานิสัยที่ดีและไม่ดี ปัจจัยดังกล่าวเป็นตัวกำหนดสัญญาตญาณความเป็นมนุษย์ที่ใช้ปฏิภาณไหวพริบตามธรรมชาติปรับตัวให้อยู่รอดในสังคมซึ่งแวดล้อมด้วยปัญหา เช่น สัญญาตญาณความเป็นมนุษย์ของจิตรไสวที่รับอิทธิพลจากปัจจัยด้านพันธุกรรมจากยายทวดเส้งี่ยม ผู้มีนิสัยเย้ยหยันผู้อื่น ถือตัว และเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้จิตรไสวมีนิสัยแข็งกร้าวผสมกับนิสัยเก็บงำและทะเยอทะยานแบบตาทวดตง โดยมีปัจจัยด้านครอบครัวที่ถูกยายทวดเส้งี่ยมเลี้ยงดูอย่างเอาใจ เพราะเป็นบุตรชายคนโปรด จึงมีนิสัยทำอะไรตามใจและลัทธิขโมย ส่วนปัจจัยด้านความรักที่ไม่เคยสมหวังสักครั้ง ได้ชักนำให้จิตรไสวเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับปัจจัยด้านการเมืองในการร่วมก่อกบฏแมนฮัตตัน เพื่อให้อดิสร่าเห็นว่ารักเธอมากเพียงใด เมื่อก่อกบฏล้มเหลวเป็นผลให้เขาหมดอนาคตในอาชีพทหารเรือที่รัก

หมดใจ เขาต้องสูญเสียหญิงสาวที่รักกับอาชีพที่รักจึงหมดแรงบันดาลใจ หมกมุ่น ย้ำคิด
 ย้ำทำ และสร้างกำแพงล้อมโลกของตนเองไว้ ทำให้เกิดพฤติกรรมพุดคุยกับตัวเอง สำหรับ
 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจที่กิจการค้าข้าวของครอบครัวเจริญก้าวหน้าส่วนหนึ่งมาจากการเข้า
 สังคมของจิตรไสว ซึ่งต้องติดต่อธุรกิจและผูกสัมพันธ์กับผู้คนหลากหลายวงการจนรู้จัก
 คนร่ำรวยและใช้ชีวิตแบบเสียดสีโชค จึงได้รู้จักกับอาเภาร่ำรวยจากการพนันและชักจูง
 เขาเข้าสู่วงการอบายมุข ประกอบกับจิตรไสวมีนิสัยชอบความท้าทายและมีนิสัยใช้เล่ห์กล
 ลักขโมยเป็นทุนเดิมเลยลุ่มหลงกับการพนันจนเป็นหนี้สิน แล้วแอบขโมยสมบัติ
 ของครอบครัวไปจำหน่ายเพื่อเอาเงินมาใช้หนี้และยังรู้ว่าถูกอดิสรากับอาเภาทักหลัง ก่อเกิด
 ความแค้น ทำยี่ที่สุดเขาเลือกยุติปัญหาอย่างอ่อนแอต่อโลกโดยการฆ่าอดิสรากับอาเภา
 และฆ่าตัวเองตาย นอกจากนี้ปัจจัยด้านวัฒนธรรมยังหล่อหลอมให้จิตรไสวมีนิสัยไม่ชอบ
 ความต่ำต้อย หยิ่งทะนง ทะเยอทะยาน และเชื่อมั่นในความคิดของตนเอง เนื่องจากถือ
 ตัวเองว่าได้รับการศึกษาที่ดีจากต่างประเทศและได้เรียนรู้อารยธรรมสากล จึงมี
 ความหลงตัวเองว่ามีความรู้ความสามารถอย่างปัญญาชน ทำให้มองผู้อื่นด้อยกว่าตนเอง
 ยึดความคิดเป็นใหญ่ และรักความสมบูรณ์แบบ ทว่าชีวิตไม่ได้เป็นระบบระเบียบตามที่เขา
 ต้องการ เพราะไม่ได้ฉลาดในการวางแผนชีวิต เมื่อประสบความผิดหวังกลายเป็นจมอยู่
 ในวังวนความทุกข์ที่พยายามหากิจกรรมมาเบี่ยงเบนให้ลืมความทุกข์เพียงชั่วคราว
 ผลกระทบที่เห็นชัดคืออาการป่วยทางจิตยิ่งกำเริบและไม่อาจควบคุมได้ ซึ่งอาการลักขโมย
 และการพุดคุยกับตัวเองถือเป็นอาการของโรคประสาทชนิดหนึ่ง ดังข้อความที่อธิบาย
 พฤติกรรมของจิตรไสวว่า

“...กินข้าวกินปลาเสร็จก็เก็บตัวอยู่ในห้อง
 ต่ำ นอนอ่านหนังสือ เปิดแผ่นเสียงเล่นเพลงซึ้งหวาน
 จากมหานครเซี่ยงไฮ้ยามยังเรื่องรองด้วยความรัก
 ฟังคลอ และหลายครั้งในเวลาอย่างนั้นที่เขาจะ
 เอาเครื่องแบบทหารทัพเรือสยามซึ่งซุกเก็บในหีบ
 ได้เตี๋ยออกมาใส่ ยืนปรับทุกข์กับเงาสะทอนของตัวเอง
 ในกระจกทบทวนเรื่องจะกลับไปเป็นทหารอีกบางครั้ง...
 หลายครั้ง”

หมายเหตุ. จาก “ความฝันของแม่น้ำ,” โดย วีรพร นิติประภา, ใน สลักขณ บุนปาน (บ.ก.) พุทธศักราชอัสตังกับทรงจำของทรงจำ
 ของแมกกุลหลายคำ (3, น. 226), 2561, มติชนปากเกร็ด.

เมื่อจิตรไสวมีความแปรปรวนทางอารมณ์สูงยามเจอปัญหาอาถรรพ์และมีความขัดแย้งภายในจิตใจ เลยปรับอารมณ์ได้ไม่ถือว่าต้องเยียวยาจิตใจอย่างไร ทำให้รากเหง้าของจิตใต้สำนึกด้านลบถูกกระตุ้น แล้วแสดงพฤติกรรมนั้นออกมาเพื่อระบายความเครียดที่กดทับกันอยู่ แม้มีพฤติกรรมที่ผิดปกติจากเดิม แต่ยังรับรู้ว่าคุณเองทำอะไรอยู่ มีสติต่อสิ่งที่ทำ และเปิดรับเรื่องราวที่เกิดขึ้นตามสภาพความเป็นจริง ดังนั้น การวิเคราะห์อาการทางจิตของจิตรไสวพบว่าไม่ได้ป่วยเป็นโรคจิต แต่มีอาการโรคประสาทซ่อนเร้นอยู่ในนิสัยส่วนลึก โดยอาการทางประสาทของเขาตรงกับผลการวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างโรคประสาทกับโรคจิตของ ลักขณา สิริวัฒน์ (2545) สรุปได้ว่า “โรคประสาทเป็นความแปรปรวนทางพฤติกรรมที่ยังอยู่ในขอบเขตและเหตุผลความเป็นจริง มีความเชื่อทั่ว ๆ ไปพอเข้าใจได้ แต่จะยึดคิย้าทำ ส่งผลให้ความสามารถในการปรับตัวแก้ไขปัญหิต่าง ๆ ได้ไม่ดี บุคลิกภาพเปลี่ยนแปลงไปไม่มาก และความสนุกสนานหรือสมาธิในการทำงานลดลง ส่วนโรคจิตจะมีพฤติกรรมแปลกไปจากปกติวิสัยมากหรือไม่สมเหตุสมผลเลย เกิดภาวะการต่อต้านที่ไม่รู้จักตัวเอง ไม่ยอมรักษา ไม่คิดว่าตนเองป่วย และปฏิเสธการวินิจฉัยรักษา ทำให้ไม่สามารถปรับตัวและแก้ไขปัญหาใด ๆ ได้เลย จนมีบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลงไปมาก เป็นผลให้นิสัยใจคอเปลี่ยนแปลงไปโดยสิ้นเชิง”

2. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำเชิงจิตวิทยา

การเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกี่ยวกับสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์ที่สื่อผ่านลักษณะนิสัยของแต่ละตัวละครในการปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ปรากฏผลการศึกษาที่ถ่ายทอดให้เห็นถึงนิสัยอันมีแก่กัน เช่น ความรัก ความเกื้อกูล ความมีน้ำใจ ความเมตตา ความเกลียด การเอาเปรียบ ฯลฯ ซึ่งลักษณะนิสัยที่ปฏิบัติกับผู้อื่นขึ้นำวุฒิภาวะทางอารมณ์ของแต่ละคนว่าเป็นเช่นใด และยังมีผลต่อการปรับตัวเพื่อใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคม เช่น ที่ดาวทวดตงมีพลังพลวัติด้วยการปลูกฝังบุตรทุกคนเรื่องการกลับคืนบ้านเกิดในประเทศจีน สืบเนื่องจากความไม่สงบและสงครามในแผ่นดินจีน ทำให้ดาวทวดตงต้องอพยพมารับช่วงต่อกิจการค้าข้าวจากลุงที่ประเทศไทย จึงจำเป็นต้องทิ้งครอบครัวที่ประเทศจีนมาอยู่ประเทศไทยและหวังว่าสักวันหนึ่งจะย้ายไปตั้งรกรากยังถิ่นฐานบ้านเกิดอีกครั้ง เพราะรักในแผ่นดินแม่สุดหัวใจ พลังใจนี้ได้สร้างแรงจูงใจที่มั่นคงแก่เขาอย่างแรงกล้า จวบจนมีครอบครัวและได้เดินทางกลับประเทศจีนเพื่อจัดการเรื่องเรียนให้จิตรไสว เลยมีโอกาสดูกลับไปเยี่ยมบ้านเกิด พบว่าสมาชิกในครอบครัวต่างเสียชีวิตจากสงครามและน้ำท่วมกันหมดแล้ว เขาหัวใจสลายและบอบช้ำเป็นอย่างมาก แต่ความสูญเสียไม่ได้บั่นทอนกำลังใจและความมุ่งมั่นที่จะยืนหยัดในบ้านเกิดอีกครั้ง เขาใช้เวลาทั้งหมดที่เหลืออยู่สร้างทรัพย์สิน

อันมันคงไว้ในประเทศจีน เพื่อรอวันกลับสู่บ้านเกิดที่จะได้รวมครอบครัวที่ประเทศไทยและประเทศจีนเข้าด้วยกัน แล้วใช้ชีวิตอย่างอิสระในแผ่นดินเกิด ดังที่ตาทวดตงบรรยายว่า

“ทั้ง ๆ ยังเคืองแค้นแทบคลั่งที่ต้องสูญเสียทั้งครอบครัวไปกับสายน้ำโดยน้ำมือผู้ปกครอง แต่ความมุ่งมั่นจะหวนคืนบ้านเกิดเมืองนอนยังฝังลึกในใจไม่เสื่อมคลาย ตาทวดตงตัดสินใจเดินทางข้ามแผ่นดินที่พื้กับน้องหันมารบพุ่งกันเองกลับไปโผวเล้งอีกครั้ง บอกสงหยู่ให้ช่วยพาหาซื้อที่ทาง ระหว่างการบ้านการเมืองยังระส่ำระสายกับยังต้องอยู่ดูแลกิจการในเมืองไทย ก็จะทำให้เขาเข้าทำนาไปก่อน เขาบอกเพื่อนสั้น ๆ หลังตระเวนดูจนทั่วก็มาต้องใจเอาผืนดินร้างระแหงแห้งผาก ร้อยกว่าไร่นอกเมือง พลิกพื้นให้กลับมาอุดมสมบูรณ์ไม่ใช่เรื่องยาก...”

หมายเหตุ. จาก “ดวงตาทมาไกลโพ้น,” โดย วีรพร นิติประภา, ใน สลักขณ บุนปาน (บ.ก.) พุทธศักราชอัสตกับทรงจำของทรงจำของแมวหลายคำ (3, น. 82), 2561, มติชนปากเกร็ด.

พฤติกรรมของตาทวดตงสะท้อนถึงสัญญาตญาณความเป็นมนุษย์ที่รู้จักเอาตัวรอดโดยมีการวางแผนอย่างรอบคอบและแก้ไขปัญหาย่างชาญฉลาด สิ่งทีลงมือทำมาจากกระบวนการคิดสังเคราะห์ด้วยการใช้เหตุผลวิเคราะห์อย่างถี่ถ้วน สามารถผสานความสัมพันธ์ระหว่างสถานการณ์อันเป็นข้อเท็จจริงเข้ากับการตัดสินใจได้ดี ว่าจะลงมือทำอะไรเพื่อให้อนาคตตามที่หวังไว้ประสบผลสำเร็จ นิสัยดังกล่าวถ่ายทอดพันธุกรรมสู่รุ่นลูกน้อยเป็นอย่างมาก เช่น นิสัยของจรุงสิน แม้จะเป็นครูแต่ด้วยอาการทางประสาทของโรคซึมเศร้าภายหลังคลอดบุตรและการไม่ยอมรับความจริง ซึ่งแสดงพฤติกรรมออกมาว่าปัญหาอันเกิดขึ้นไม่ใช่ตนเองที่กระทำลงไป แต่สุดท้ายยอมหลีกหนีความจริงไม่พ้น เพราะรู้อยู่แก่ใจว่าเป็นคนฆ่าบุตรด้วยมือของตัวเอง ดังข้อความบรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่า

“...เอ็งกลัวอะไรบอกข้าซิ บอกข้ามา
มีอะไรให้เอ็งกลัวนักหนา กลัวอะไรหรือ กลัวอะไร...
วันโรค โปลิโอ ห่า ชิฟิลิส ไทโก ปัญหาอ่อน ธรณีพิโรธ
ความอดอยาก พิกุลพิการ สงคราม พายุ คุณไสย ภูตผี ภู
ตะขาบ พระชุกศพซักรักใสในหีบเหล็กถ่วงน้ำ...ทุกอย่าง...
ทุกอย่างที่เธอกลัวมาชั่วชีวิต ผิดแต่หลังให้กำเนิดจุณความ
กลัวนั้นยังเติบโตโถมท้นจนไม่อาจข่มหลับ...ระหว่างนั่งกล่อม

ลูกหลับที่ระเบียงริมน้ำกลางบ้ายอบระอุ ขณะจรงลินไม่ทัน
ตั้งตัว จู่ ๆ รวดราวจากไหนไม่รู้ก็จู่โจม โศกเศร้ารันทตราว
โลกทั้งโลกกำลังจะแหลกสลาย คนทั้งหมดกำลังจะต้องตาย
อย่างทุกข์ทรมาน รวมทั้งลูกกำลังหลับไหลไม่รู้เรื่องรู้ราวอยู่
ในอ้อมอก โดยที่เธอผู้ซึ่งนำเขามาสู่โลกโหดร้ายไม่อาจ
ช่วยเหลือปกป้อง...เธอเริ่มระลึกได้ว่าเดินลงทำน้ำไป
คลองพลุกพล่านกลับกลายเป็นว่างเปล่าในโมงยามร้อนระอุ...
โดยไม่หยุดยั้งละล้าละลังเธอก็หย่อนลูกลงในธารกระຈ้าง..”

หมายเหตุ. จาก “พุทธศักราชอัสตง,” โดย วีรพร นิติประภา, ใน สลักชน บุนปาน (บ.ก.) พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำ
ของแมวกุหลาบดำ (3, น. 250-251), 2561, มติชนปากเกร็ด.

จากข้างต้นกล่าวได้ว่า พฤติกรรมของจรงลินสื่อให้เห็นภาพสะท้อนซึ่งผู้มีการ
ทางประสาทในสมัยก่อนต้องแบกรับความทุกข์ทรมานจากโรคและการขาดความเข้าใจ
ของคนในสังคม แม้ปัจจุบันที่นวัตกรรมทางการแพทย์พัฒนาอย่างก้าวหน้าก็พบว่
การยอมรับทางสังคมต่อผู้ป่วยทางประสาทยังได้รับการปฏิบัติไม่เหมาะสมอยู่ จึงไม่
แปลกที่ผู้ป่วยทางประสาทในสมัยก่อนมักถูกมองเป็นคนเสียสติหรือคนวิปริต จนโดน
เพิกเฉย หลงลืม และไม่ได้รับการรักษาอย่างถูกต้องเหมือนปัจจุบันนี้ เพราะเทคโนโลยียังไม่
เจริญและขาดองค์ความรู้ที่หลากหลาย ส่งผลให้การปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมเป็นไปด้วย
ความลำบาก เช่น ไม่มีใครอยากสมาคม โดนกลั่นแกล้ง โดนทอดทิ้ง โดนประณาม ฯลฯ

การศึกษาสัญญาชาตญาณความเป็นมนุษย์ในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราช
อัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำเชิงจิตวิทยา ทั้งด้านลักษณะนิสัยและ
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นกรณีศึกษาให้เห็นถึงสัญญาชาตญาณการแสดงพฤติกรรม
ของมนุษย์ในการดำเนินชีวิต ซึ่งส่งผลต่อลักษณะนิสัยเฉพาะบุคคลที่เชื่อมสู่การปฏิสัมพันธ์
ระหว่างบุคคลในสังคม ช่วยให้สามารถประเมินได้ว่าทัศนคติอันมีผลโดยตรงต่อสุขวิทยา
ทางจิตสะท้อนออกมาในรูปแบบใดและอย่างไรดังได้อธิบายไว้ข้างต้น เพราะผลการวิเคราะห์
ส่วนนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับการสังเคราะห์หลักคิดที่ใช้แก้ไขข้อบกพร่องด้านพฤติกรรม
ของประชาชนไทยที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โควิด 19 อันทำให้สัญญาชาตญาณ
ความเป็นมนุษย์ในแง่การรู้คิดหรือรู้สำนึกต่อการปรับตัวเพื่อขจัดปัญหาและอยู่ให้ได้เมื่อ
ปัญหาเริ่มร้าว เกิดความตระหนักดีในการมองโลกเชิงบวก เพราะเป็นสิ่งสำคัญให้ดำรงชีวิต
ไปได้บนความเปลี่ยนแปลงของโลกที่ปัจจุบันเผชิญปัญหาหลายด้าน จึงลดทอนคุณภาพ
ชีวิตของมนุษย์ลง เช่น ปัญหาสิ่งแวดล้อม ปัญหาโรคระบาด ปัญหาเศรษฐกิจ ฯลฯ หากไม่

เรียนรู้วิธีการปรับตัวอย่างเหมาะสมและถูกต้อง ย่อมทำให้สุขภาพทางจิตของประชาชน
เจ็บป่วย ซึ่งมีแนวโน้มว่าเมื่อจิตใจป่วยใช้อย่างยิ่งปิดกั้นสติปัญญาในการหาทางออกให้กับปัญหา
หมดแรงบันดาลใจที่จะใช้ชีวิต และไม่เห็นคุณค่าในตนเอง

การประยุกต์หลักคิดในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำที่ใช้ปรับตัวของสัญญาณความเป็นมนุษย์ช่วงโควิด 19 เชิงพุทธศาสนา

การวิเคราะห์ลักษณะหลักคิดตามแนวทางพุทธศาสนาด้วยการใช้หลักธรรม
ของท่านพระพุทธทาสภิกขุเป็นการศึกษาว่าหลักคิดใดบ้างของท่านพระพุทธทาสภิกขุ
สามารถเป็นหนทางแก้ไขปัญหาคอขวดในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำ
ของทรงจำของแมวกุหลาบดำประสบ เพื่อสังเคราะห์หลักคิดเป็นองค์ความรู้นำไปประยุกต์
ใช้ปรับตัวในสถานการณ์โควิด 19 เพราะสัญญาณความเป็นมนุษย์ย่อมเปลี่ยนแปลง
ไปตามวิกฤตการณ์ที่กำลังเผชิญ ทั้งปัญหาโควิด 19 หรือปัญหาอื่น ๆ ปรากฏหลักคิด
ของท่านพระพุทธทาสภิกขุที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้แก้ปัญหาคอขวดเป็น 3 ประเภท
ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. หลักคิดเกี่ยวกับการลดความยึดติด

การลดความยึดติดเป็นสิ่งที่กระทำได้ยาก หากสามารถลดความยึดติด
ในอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาให้เบาบางลงย่อมเกิดความสงบแก่จิตใจ ช่วงวิกฤตการณ์โควิด 19
ถือเป็นบททดสอบมนุษยชาติที่ต้องเผชิญปัญหาโรคร้ายอีกครั้งหนึ่ง ผลกระทบที่เกิดขึ้นคือ
ความสูญเสียอย่างมหาศาลต่อตัวบุคคลและสังคม ถ้าย้อนดูประวัติศาสตร์การเกิดโรค
ระบาด พบว่า สถานการณ์โควิด 19 ไม่ใช่ความแปลก แต่เป็นการระบาดของโรคชนิด
ใหม่ที่ต้องหาวิธีการรักษาและควบคุมการลุกลาม เนื่องจากเป็นโรคที่ยังไม่มียารักษา
แพร่ระบาดง่ายและคร่าชีวิตประชากรโลกจำนวนมาก จึงสร้างความวิตกกังวลและ
ความกลัวแก่คนทุกคน อันมีต่อความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดกับวิถีความเป็นอยู่ สถานการณ์
โควิด 19 สะท้อนพฤติกรรมการยึดติดอย่างเด่นชัด เช่น การยึดติดในความสุข
การยึดติดในความสบาย การยึดติดในความรวย การยึดติดในความมั่นคง การยึดติด
ในเศรษฐกิจที่ดี การยึดติดในหน้าที่การงานอันก้าวหน้า ฯลฯ การยึดติดนับเป็นนิสัย
ธรรมชาติที่ติดตัวมนุษย์ปุถุชนซึ่งยังละทางโลกไม่ได้ จึงไม่ใช่เรื่องผิดแผกหากมนุษย์ยัง
ยึดติดในกิเลสอันเป็นสัญญาณติดตัวมาแต่กำเนิดและพัฒนาไปตามวุฒิภาวะในแต่ละ
ช่วงวัยของชีวิต เหมือนที่แต่ละตัวละครในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำ
ของทรงจำของแมวกุหลาบดำ ต่างมีนิสัยยึดติดแตกต่างกันตามกิเลสเฉพาะบุคคล เช่น
จรวงสินหวาดกลัวความเปลี่ยนแปลงในชีวิตที่จะนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ เป็นการยึดติด

ทัศนคติเดิม ๆ อันฝังใจมาตั้งแต่วัยเยาว์ เรียกการยึดติดประเภทนี้ว่า ‘ทิฏฐุปาทาน’ ก็เลขนิดนี้จะสร้างความหมกมุ่น ความเชื่อมั่น และความอ่อนแอ หลอมรวมให้จຽงสินเชื่อว่าความคิดเห็นต่อการมองโลกในแบบของตัวเองเป็นความจริง เธอใช้จิตใจด้านการถือทิฐิเกินตัว ตัดสินความเป็นไปของโลกในแง่ลบ จนเกิดความกลัวว่าโลกต้องเปลี่ยนแปลงสู่ความเลวร้าย ทำให้การดำรงชีวิตแต่ละวันคือความไม่ปลอดภัย เช่น การกลัวโรคระบาด การกลัวอาชญากรรม การกลัวความอดอยาก การกลัวความหลอกลวง การกลัวชีวิตไม่สมบูรณ์แบบ ฯลฯ การยึดติดทิฐิอย่างไม่ปล่อยวาง ยิ่งทวีความเชื่อมั่นในความคิด ส่งผลให้ตลอดชีวิตของเธอเต็มไปด้วยความทุกข์และไร้ความสุขทางจิตใจ การยึดติดอย่างไม่ลดละและไม่เห็นต้นเหตุแห่งทุกข์ทำให้จมดิ่งสู่การป่วยเป็นโรคซึมเศร้า เมื่อพฤติกรรมการยึดติดไม่ใช่สภาวะสามัญอีกต่อไป แต่กลายเป็นโรคซึมเศร้าแบบทอนสุขภาพจิตลงเรื่อย ๆ การใช้ธรรมชาติบำบัดอาจไม่ใช่วิธีการแก้ไขเพียงวิธีเดียว เพราะการป่วยเป็นโรคซึมเศร้าคืออาการทางประสาทที่สมองหลั่งสารเคมีผิดปกติ จึงต้องพึ่งจิตแพทย์รักษาอาการ แต่จຽงสินไม่ได้รับการรักษาอย่างถูกวิธีจากจิตแพทย์ เนื่องด้วยสมัยก่อนนวัตกรรมทางการแพทย์ยังไม่พัฒนาก้าวหน้าไกลเช่นปัจจุบันนี้ ดังนั้น ในสถานการณ์โควิด 19 จะเห็นได้ว่าประชาชนไทยล้วนเกิดความตื่นตระหนก ความวิตกกังวล ความเครียด และความกลัวต่อความไม่แน่นอนของชีวิตที่ไม่รู้ว่าตนเองจะติดโรคร้ายไหม ไม่รู้ว่าการทำมาหากินจะประสบผลกระหนมากน้อยเพียงใด และไม่รู้ว้าชีวิตจะอยู่ดีมีสุขหรือไม่ พฤติกรรมเหล่านี้เป็นการยึดติดประเภท ‘อิตถวาพาทาน’ เป็นการยึดมั่นในตัวตนหรืออิตถา ดังที่ ท่านพระพุทททาสสิกขุ (2501) กล่าวว่า “ความยึดมั่นว่าตัวว่าตนนี้เป็นสิ่งสำคัญและเป็นสิ่งเร้นลับอย่างยิ่ง... เพราะมันเป็นสัญชาตญาณขั้นต้นที่สุดของสิ่งที่มีชีวิต และเป็นมูลฐานของสัญชาตญาณอื่น ๆ เช่น สัญชาตญาณหาอาหารกิน สัญชาตญาณต่อสู้อันตราย หลบหนีอันตราย... ซึ่งล้วนอาศัยสัญชาตญาณแห่งความรู้สึกรยึดติดว่าเป็นตัวตนทั้งนั้น มันต้องยึดมั่นว้ามีตัวเราเสียก่อนมันจึงไม่ยอมตาย...ความยึดถือว้ามีตัวตนนี้มีประจําอยู่ในสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลายถ้าไม่อย่างนั้นแล้วมันจะมีชีวิตรอดมาไม่ได้ แต่อันนั้นมันก็เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความทุกข์ในการแสวงหาอาหาร ในการต่อสู้...ฉะนั้น จึงกล่าวว้ามันเป็นรากฐานแห่งความทุกข์ทั้งปวงด้วย”

ตามที่ท่านพระพุทททาสสิกขุกล่าวไว้ว้า การยึดติดตัวตนเป็นสัญชาตญาณแรกสุดของมนุษย์ต่อยอดไปยังสัญชาตญาณการเอาตัวรอดอื่น ๆ การยึดติดตัวตนอาจเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์ แต่ในการใช้ชีวิตจำเป็นต้องยึดติดตัวตนเพื่อสามารถมีชีวิตอยู่บนโลกใบนี้ได้ เช่นนั้นเมื่อประชาชนไทยยังสละกิจวัตรทางโลกไม่ได้จึงเป็นความปกติที่ยามเผชิญสถานการณ์โควิด 19 ต่างเกิดความตื่นตระหนก ความวิตกกังวล ความเครียด และ

ความกลัวว่าชีวิตอาจส่อเสี่ยงต่อความตายหากติดโรค ชีวิตขาดรายได้อันมั่นคงอย่างเก่า อาชีพที่เพียรทำมาหลายปีต้องขาดทุนหรือปิดกิจการ ตลอดจนนานับปัญหาซึ่งรุ่มร้อนภายในจิตใจ สิ่งนี้คือการยึดติดว่าทุกอย่างมีอยู่และเป็นความถาวร ทั้งที่ทุกสรรพสิ่งตั้งอยู่ด้วยความเปลี่ยนแปลงและไร้ความเที่ยงแท้ หากหลงยึดติดจนขาดสติและปัญญาไตร่ตรอง ถูกผิย้อมตกลงไปในวัฏจักรความทุกข์ไม่มีที่สิ้นสุด เฉกเช่นประชาชนไทยบางส่วนมีความทุกข์หนักกับปัญหาโควิด 19 แล้วมีอาการป่วยเป็นโรคซึมเศร้าหรือบางคนหนีปัญหาด้วยการฆ่าตัวตาย วิกฤตการณ์ที่เกิดขึ้นจึงส่งผลกระทบต่อสุขภาพทางจิตของประชาชนไทยโดยตรง

ผู้เขียนมองว่าในเบื้องต้นสามารถนำหลักการถือสติของท่านพระพุทธทาสภิกขุ มาประยุกต์ใช้บริหารจิตได้ด้วยการลดทิฐิกับอัตตาลงบ้าง ตระหนักว่าทุกสิ่งเกิดขึ้นล้วนมีเหตุ มีปัจจัย และจะคลี่คลายไปตามธรรมชาติของมัน การที่ต้องสูญเสียความมั่นคงจากโรคร้าย ถ้าพิจารณาให้ดีก็จะเห็นชีวิตอีกด้านหนึ่งที่มนุษย์ยึดติดผลประโยชน์จากโลกอย่างมากมาย ทำให้โลกเสียสมดุลและเกิดวิกฤตการณ์ทางธรรมชาติ รวมถึงโรคระบาดต่าง ๆ หน้าที่ซึ่งมนุษย์ควรกระทำคือการปล่อยวางทิฐิกับอัตตาบางส่วนลง เพราะคงเป็นไปได้ยากหากจะให้ละทิฐิกับอัตตาเสียทั้งหมด เนื่องจากมนุษย์ยังดำรงตนอยู่ในวัฏสงสาร การลดทิฐิกับอัตตาลงย่อมส่งเสริมให้มนุษย์สามารถปรับสัจจะตามกฎไปตามการเปลี่ยนแปลงได้ดีขึ้น มองโลกด้วยความเข้าใจและใช้สติในการเปลี่ยนความทุกข์ซึ่งนำทางออกที่สว่างมากกว่าจมปลักอยู่กับความทุกข์นั้น ดังที่ ท่านพระพุทธทาสภิกขุ (2501) กล่าวถึงผลดีของการลดความยึดติดว่า “อันความจริงตัวกูมิได้มีแต่พอเปลอ มันเป็นมีโพล่มาได้พอหายเปลอตัวกูก็หายไปหมด...สหายเอ๋ยจงถอนซึ่งตัวกูและถอนทั้งตัวสออย่างเต็มที่ มีกันแต่ปัญญาและปรานี หน้าที่ใครทำให้ดีเท่านี้เอ๋ย”

2. หลักคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนคำตาเป็นธรรมทาน

เมื่อเกิดปัญหาใด ๆ ขึ้น โดยธรรมชาติของสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์มักแสดงนิสัยอยากรู้ อยากเห็น และหาต้นเหตุที่สร้างปัญหาว่าคืออะไร ซึ่งการด่าทอตัวต้นเหตุหรือผลกระทบของปัญหาเป็นพฤติกรรมที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ตราบที่มนุษย์มีชีวิตอยู่ในโลกต่อให้เป็นผู้บรรลุนิพพานก็เลี่ยงการโดนด่าไม่ได้ เพราะมนุษย์มีความคิดหลากหลาย ทำให้การแสดงความคิดเห็นต่อบุคคลหนึ่ง ๆ มีทั้งด้านดีและไม่ดีขึ้นอยู่กับความพึงใจ ช่วงสถานการณ์โควิด 19 นี้ เป็นวิกฤตการณ์ที่หนักหน่วงในศตวรรษที่ 21 ซึ่งการระบอบในแต่ละประเทศเกิดขึ้นหลายระลอก หากยังไม่มีการรักษาอย่างแนบแน่นก็ทำได้เพียงควบคุมการลูกกลามของโรคให้ได้มากที่สุด สิ่งหนึ่งอันสะท้อนผ่านพฤติกรรมของมนุษยชาติซึ่งกำลังอยู่ในภาวะวิกฤตกังวลและเครียดนั้นคือ การระเบิดอารมณ์ด้วยการกล่าวโทษปัจจัยที่ทำให้ต้อง

มาประสบชะตากรรมแบบนี้ เช่น การด่าชาวจีนว่าเป็นสาเหตุ การด่าการบริหารงานของรัฐบาล การด่าบุคคลที่กักตุนหน้ากากอนามัย การด่าบุคคลที่นำเชื้อโควิด 19 มาติดผู้อื่น ฯลฯ เหมือนที่บางตัวละครในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอสังกกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำมีนิสัยชอบด่าทอสิ่งต่าง ๆ ถ้าไม่เป็นดังใจหวัง เช่น ยายทวดเสี้ยมมักใช้อารมณ์ตัดสินปัญหาและระบายความอัดอั้นตันใจใส่เจริตศรียามเห็นทำอะไรไม่ถูกใจ ในวันที่เจริตศรียามโดนสามีทิ้งแล้วต้องย้ายกลับมาอยู่บ้านด้วยความเศร้าโศก แต่ยายทวดเสี้ยมไม่ปล่อยโยนเธอเลยกลับด่าสาปว่าเพราะนิสัยถือด้านเป็นเหตุ ตลอดจนเรื่องราวร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัวก็โดนยายทวดเสี้ยมกล่าวโทษว่าเป็นอีกานำพาความอัปมงคลมาสู่ครอบครัว ทั้งชีวิตของยายทวดเสี้ยมคือการยึดติดในอดีตและใช้อัตตานำชีวิตจึงปราศจากการเข้าถึงความสุขสงบทางใจอย่างแท้จริง ตัวอย่างพฤติกรรมของยายทวดเสี้ยมหากลองปรับทัศนคติย่อมเห็นอีกมุมที่สามารถเปลี่ยนคำด่าเป็นธรรมทาน ชี้หนทางแห่งสติปัญญาแก่ชีวิตได้

ในห้วงเวลาที่ประเทศไทยประสบสถานการณ์โควิด 19 เป็นโมฆะยามที่ต่อให้ด่าทออะไรก็ตามแต่ยังเป็นการเติมความทุกข์แก่จิตใจเสียมากกว่า ถ้าเปลี่ยนคำด่าเป็นธรรมทานจะพบว่าคำด่านั้นอาจเป็นการชี้แนะแก่มืดอันมีคุณประโยชน์สามารถนำไปแก้ไขปัญหาค้นพบได้ เช่น การเยียวยาสาภาพจิตใจของประชาชน การเข้าใจความรู้สึกและความต้องการของประชาชน ฯลฯ ดังที่ ท่านพระพุทธานุสสิกะ (ม.ป.ป.) กล่าวถึงการให้คำด่าเป็นธรรมทานว่า “แม้คำด่าก็เป็นธรรมทาน พระพุทธเจ้าท่านตรัสเองว่าให้ทุกคนถือว่าคำด่าเป็นคำชี้ชมทรัพย์ เพราะว่ามันเป็นคำด่าด้วยความหวังดี ด้วยความรักลูก ด้วยความรักศิษย์ ด้วยความรักเพื่อนมนุษย์จึงได้ด่า ฉะนั้น คำด่าจึงเป็นคำชี้ชมทรัพย์ มันมีความหมายเฉพาะของมัน ไม่ใช่ด่าด้วยกิเลส มันด่าด้วยความอยากให้ดี”

คำกล่าวของท่านพระพุทธานุสสิกะข้างต้นทำให้เห็นการรู้จักปรับกระบวนทัศน์ในการมองโลกเชิงบวกที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตอย่างมีสติ เมื่อสถานการณ์โควิด 19 เกิดขึ้น ทุกคนต่างได้รับผลกระทบเหมือนกัน แม้จะได้รับความทุกข์ยากด้วยสัจจตถญาณความเป็นมนุษย์ย่อมดิ้นรนเอาตัวรอดให้ได้ แต่การเอาตัวรอดนั้นหากต้องการด่าเพื่อกล่าวโทษฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งก็ไม่ได้ส่งผลดีที่จะขจัดปัญหาให้หมดไป ถ้าคำด่านั้นตระหนักแล้วว่าสร้างผลดีก็ไม่เสียแรงด่า เพราะการคำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมและการปรับตัวต่อสถานการณ์โควิด 19 คือสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อใช้เวลาหลังจากเข้าสู่ภาวะปกติ ฟื้นฟูประเทศทั้งจิตใจของประชาชน เศรษฐกิจ การเมือง หรือด้านอื่น ๆ ให้กลับมามีอรรถกัมอีกครั้ง ดังนั้น ทุกฝ่ายต้องเปิดใจให้กว้าง ลดทิฐิกับอดีต และเลิกด่าทออย่างไร้แก่นสาร

3. หลักคิดเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหให้ตรงจุด

การประสบวิกฤตการณ์โควิด 19 เป็นปัญหาเรื้อรังที่ทุกประเทศต่างเร่งหาทางออกอันเป็นไปได้มากที่สุด เพื่อควบคุมสถานการณ์โควิด 19 ไม่ให้ลุกลามยิ่งขึ้น โดยในปี พ.ศ. 2564 ได้ค้นคว้าวิจัยวัคซีนป้องกันโควิด 19 สำเร็จและนำไปใช้จริง เช่น วัคซีนชื่อ ‘BNT162’ จากประเทศสหรัฐอเมริกา วัคซีนชื่อ ‘AZD1222’ จากประเทศอังกฤษ วัคซีนชื่อ ‘Coronavac’ จากประเทศจีน ฯลฯ แต่ประชาชนในบางประเทศยังกังวลต่อประสิทธิภาพของวัคซีนว่าจะมีผลข้างเคียงอย่างไรบ้าง การสร้างความเชื่อมั่นคุ้มครองสวัสดิภาพให้เกิดขึ้นในหัวใจของประชาชน เป็นปัจจัยที่ควรตระหนักอย่างมาก กล่าวคือ ต้องมีความมั่นคงที่จะรับมือและแสดงความพร้อมในทุกด้านว่าสามารถจัดการปัญหาโควิด 19 ได้อย่างจริงจัง เหมือนที่ตาวอดตง อีกหนึ่งตัวละครในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำ มีนิสัยแก้ไขปัญหาย่างรอบคอบ และรู้ต้นสายปลายเหตุ เนื่องจากสงครามและการเมืองที่ร้อนระอุในแผ่นดินจีน ทำให้ตาวอดตงต้องอพยพมาอยู่ประเทศไทย ซึ่งหวังว่าสักวันหนึ่งจะย้ายครอบครัวกลับไปตั้งรกรากที่ประเทศจีนอีกครั้ง เพื่อไม่ให้สิ่งที่วาดหวังไว้ดูเลือนลอยไร้จุดหมาย จึงต้องสร้างความเชื่อมั่นให้สมาชิกในครอบครัวศรัทธาว่าสามารถพาทุกคนกลับไปประเทศจีนได้และจะอาศัยอย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดี ตัวอย่างพฤติกรรมของตาวอดตงสื่อให้เห็นว่าการกระทำ การใดก็ตามนั้น ความเชื่อมั่นทางจิตใจเป็นสิ่งสำคัญ ถ้าปลูกฝังความเชื่อมั่นว่าสามารถแก้ไขปัญหได้จริง ๆ ในเชิงปฏิบัติให้เห็นเป็นรูปธรรมย่อมกระทำได้อย่างราบรื่น เพราะพลังความเชื่อมั่นที่เต็มเปี่ยมจะกำหนดเป้าหมายให้บรรลุผล

ผู้เขียนเล็งเห็นว่าการแก้ไขปัญหให้ตรงจุดในสถานการณ์โควิด 19 ต้องทำความเข้าใจมูลเหตุแห่งปัญหาเสียก่อน ว่าการที่ประชาชนไทยเกิดความตื่นตระหนก ความวิตกกังวล ความเครียด และความกลัวมาจากปัญหาทางกายและทางจิต เนื่องด้วยจิตใจขาดความเชื่อมั่น จึงส่งผลให้เกิดความตื่นตระหนก ความวิตกกังวล ความเครียด และความกลัว อาจนำไปสู่ปัญหาทางกายคืออาการทางประสาท โดยเฉพาะโรคซึมเศร้า การใส่ใจอารมณ์ความรู้สึกของประชาชนเป็นสิ่งที่ควรจัดการในลำดับแรก หากประชาชนมีจิตใจเข้มแข็งก็จะเข้าใจและเปิดใจรับข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ อย่างมีวิจารณญาณ ช่วยให้การแก้ไขวิกฤตการณ์โควิด 19 เป็นไปด้วยดีมากขึ้น ดังที่ ท่านพระพุทธานุสสิริ (ม.ป.ป.) กล่าวว่า “เรื่องส่วนรวมของโลกก็สืบเนื่องไปจากเรื่องส่วนตัวของบุคคล เมื่อบุคคลแต่ละคนเป็นอย่างไร โลกทั้งหมดก็ต้องเป็นอย่างนั้น...เดี๋ยวนี้คนแต่ละคนในโลกถูกกระทำให้สนใจหรือเข้าใจเข้าใจเกี่ยวข้องกับแต่เรื่องทางฝ่ายวัตถุ...จนถึงกับไม่สนใจหรือเหลียวแลเรื่องทางฝ่ายจิต สิ่งที่จะต้องสังเกตให้ดีก็คือการที่มนุษย์สมัยนี้เมื่อสนใจในเรื่องฝ่ายวัตถุหรือฝ่าย

ร่างกายมากเข้า ก็ารู้สึกว่าเรื่องทั้งหมดมีแต่เรื่องเดียวคือเรื่องทางฝ่ายร่างกาย ไม่ได้แยกออกเป็น 2 เรื่อง คือ เรื่องกายกับจิต เห็นว่ามีแต่กายอย่างเดียว สำคัญอยู่ที่วัตถุอย่างเดียว... คือเมื่อทางร่างกายหรือวัตถุดีแล้วก็หมดปัญหา แม้จะมีกินมีใช้ มีอนามัยดี...มันก็ยังหาความสุขที่แท้จริงไม่ได้...เพราะว่ามันได้มีโรคภัยไข้เจ็บทางจิตประสาทนี้เพิ่มขึ้นมาใหม่ ในลักษณะที่ไม่เคยมีมาแต่กาลก่อน แม้แต่เชื้อโรคทางกายซึ่งเป็นเรื่องทางกายทางวัตถุแท้ ๆ นี้ มันก็มีแปลกออกมา เนื่องจากทางจิตมันแปลกออกไป มันก็ยังมีปัญหาเพิ่มขึ้นมาใหม่เป็นความไม่สมบูรณ์ ไม่เพียงพออยู่นั่นเอง ที่นี้พูดถึงเรื่องอนามัยหรือเรื่องโรคภัยไข้เจ็บ ถ้ามีวัฒนธรรมทางจิตเพียงพอ มีบรรทัดฐานทางจิตเพียงพอ โรคภัยไข้เจ็บจะไม่ท่วมท้นโลกมากเหมือนสมัยนี้ นี่เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่จะต้องแยกดูกันโดยละเอียดว่าโรคภัยไข้เจ็บทางกายนี้มันมาจากโรคภัยไข้เจ็บทางวิญญาณอย่างไร ขอยืนยันเป็นเพียงสมมติฐานไว้ที่หนึ่งก่อนว่า ความเจ็บไข้ทางเนื้อหนังทางวัตถุนี้มันมาจากทางจิต”

ตามคำกล่าวของท่านพระพุทธทาสภิกขุข้างต้น สามารถนำมาเตือนสติให้ขบคิดว่าการเกิดโรคโควิด 19 แท้จริงสาเหตุมาจากการที่มนุษย์แสวงวัตถุอย่างไม่รู้จักเพียงพอ เช่น การทำลายป่า การค้าสัตว์ป่า การสร้างมลพิษทางอากาศ การสร้างขยะ การกินอยู่อย่างไม่เลือก ฯลฯ เมื่อโลกถูกทำลายอย่างหนักจนเสียสมดุล ย่อมเกิดวิกฤตการณ์ส่งผลเสียต่อวิถีชีวิตของมนุษย์ เช่น เกิดไฟป่า เกิดอุทกภัย เกิดสภาวะเรือนกระจก เกิดโรคระบาด ฯลฯ อาจกล่าวได้ว่า ถ้ามนุษย์พึงพิงธรรมชาติอย่างเกื้อกูล โลกก็จะสะอาดและปราศจากวิกฤตการณ์ร้ายแรง ตรงกันข้ามเมื่อมนุษย์ใช้ธรรมชาติอย่างสิ้นเปลืองและไม่ดูแล โลกก็จะ เป็นพิษและเกิดวิกฤตการณ์รุนแรงตอบแทนมนุษย์ ดังสัจธรรมที่ว่าใครทำอะไรไว้มักได้รับ สิ่งนั้นตอบแทน หากตั้งสติและใคร่ครวญดี ๆ จะพบว่าแม้สถานการณ์โควิด 19 ทำให้มนุษย์เผชิญกับความสูญเสียอย่างมหาศาล แต่ก็มอบบทเรียนราคาแพงมหาศาลเช่นกัน เพื่อให้มนุษย์หันมาพิจารณาสัญชาตญาณดั้งเดิมว่าที่ผ่านมาได้ยึดสติในการดำเนินชีวิตมากน้อยเพียงใด หรือใช้กายที่ขาดสติเน้นความต้องการเป็นเข็มทิศชี้นำชีวิตกันแน่ ท้ายที่สุดทุกยุคสมัยเมื่อโลกถึงจุดซึ่งฐานทรัพยากรร่อยหรอ สิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรม และมลภาวะเป็นพิษ สะท้อนว่าโลกได้เสียสละเลือดเนื้อของตัวเองหล่อเลี้ยงความต้องการของมนุษย์จนโลกป่วยหนักและเป็นผลให้มนุษย์ป่วยเป็นโรคร้ายเหมือนกัน เพราะมนุษย์กับโลกต่างเป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน เมื่อวิกฤตการณ์โควิด 19 เกิดขึ้นแล้ว จึงควรมองถึงการบำบัดทุกข์แก่ประชาชนด้านจิตใจควบคู่กับการรักษาโรคทางกายไปด้วย ถ้าประชาชนมีสุขภาพทางจิตที่ดี จะสามารถปรับสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์อันมีอยู่ในตัวเรียนรู้ เข้าใจ และเชื่อมั่นกระบวนการทำงานของทุกภาคส่วนด้วยความศรัทธา

สรุปผลและอภิปรายผลการวิจัย

การวิเคราะห์สัจพจน์ความเป็นมนุษย์เชิงจิตวิทยาและการประยุกต์หลักคิดที่ใช้ปรับตัวของสัจพจน์ความเป็นมนุษย์ช่วงโควิด 19 เชิงพุทธศาสนาในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำ ปรากฏข้อที่น่าสนใจว่าการใช้ทฤษฎีทางจิตวิทยามาศึกษาสัจพจน์ความเป็นมนุษย์ของตัวละครสามารถนำไปปรับใช้วิเคราะห์พฤติกรรมของประชาชนไทยที่ได้รับผลกระทบภายหลังจากวิกฤตการณ์โควิด 19 คลี่คลาย เพื่อประเมินสุขภาพจิตและสร้างความเข้มแข็งทางใจแก่ประชาชน พบว่า เมื่อลักษณะนิสัยดั้งเดิมของมนุษย์เป็นเช่นไร ยิ่งเจอปัญหายิ่งตอกย้ำให้นิสัยดั้งเดิมแข็งแกร่ง เชื่องซึม หรือเย็นชายิ่งขึ้น จึงขาดแรงบันดาลใจพัฒนาสู่นิสัยเชิงบวก เช่น ยายทวดเสียนกับจิตรไสวที่นิสัยถือตัวและทุนหันพลันแล่น ยามเจอปัญหาในชีวิตทำให้นิสัยดั้งเดิมร้ายแรงขึ้น ส่งผลต่อการบริหารจัดการชีวิตเป็นไปด้วยความล้มเหลว ฯลฯ ลักษณะนิสัยดั้งเดิมที่ไม่ดียิ่งกระทบความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลให้มีระยะห่างกันหรือสร้างกำแพงกันตัวเองออกจากสังคม เช่น จงสว่างที่นิสัยอ่อนไหวเป็นทุนเดิม วันหนึ่งรู้ว่าไม่ใช่ลูกแท้ ๆ ของครอบครัวแช่ตั้ง ก็เกิดความน้อยใจในโชคชะตาและชอบปลีกตัวอยู่คนเดียว เลยกลายเป็นคนไม่เข้าสังคมและไม่สูงส่งกับใคร ฯลฯ กรณีตัวอย่างดังกล่าวนี้หากนำไปศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการด้านการประเมินสัจพจน์ความเป็นมนุษย์อันหมายถึงพฤติกรรมที่ส่งต่อผ่านนิสัยระดับผิวและระดับลึกของมนุษย์แต่ละคนย่อมทำให้เข้าใจความรู้สึกนึกคิดของประชาชนที่ประสบวิกฤตการณ์โควิด 19 ว่ามีสภาพจิตใจเป็นอย่างไร เพื่อจะได้เตรียมแผนสำหรับการเยียวยาจิตใจประชาชนหรืออาจนำข้อมูลไปออกแบบคู่มือเกี่ยวกับแนวทางการดูแลตัวเองให้ห่างไกลจากโรคโควิด 19 หรือโรคระบาดอื่น ๆ เนื่องจากการศึกษาพฤติกรรมของตัวละครในนวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำ ช่วยให้เห็นโครงสร้างลักษณะนิสัยอันเป็นสัจพจน์ตามธรรมชาติในการตอบสนองเพื่อตอบโต้ปัญหาที่มักใช้ความรู้สึกผสานกับอารมณ์นำสติปัญญา ส่งผลให้การแก้ไขปัญหาหรือการรับมือกับความทุกข์มุ่งให้ความสำคัญต่อตนเองเป็นที่ตั้ง ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลขาดการปรับตัวให้อยู่ร่วมกันอย่างสมานฉันท์จึงไม่อาจดำเนินชีวิตท่ามกลางปัญหาหรือความทุกข์ด้วยความสันติ เพราะการมีสันติเป็นการรักษาความสัมพันธ์ที่ดี ซึ่งนำไปสู่การมีสติ สามารถหาทางออกในภาวะไม่ปกติได้อย่างสงบ ดังที่ เสาวลักษณ์ สุทธิพรโอภาส และ กฤตสุขิน พลเสน (2564) อธิบายถึงทักษะการพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ในยุคชีวิตวิถีใหม่ที่อยู่ร่วมกับโรคโควิด 19 (New Normal) สู่ยุคชีวิตวิถีถัดไปภายหลังโรคโควิด 19 (Next Normal) ตามทฤษฎีทางจิตวิทยาไว้ว่า “ปัจจัยพื้นฐานด้านสิ่งแวดล้อมทั้งธรรมชาติ สังคม และครอบครัว มีอิทธิพลโดยตรง

ต่อพฤติกรรมของมนุษย์ จึงเกิดการหาหนทางเอาชนะปัญหาด้วยสัญชาตญาณ เชื่อว่าสัญชาตญาณเป็นคุณลักษณะสำคัญ ผลักดันให้มนุษย์พยายามปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งการแสดงออกของพฤติกรรมเป็นผลพวงจากกระบวนการทางจิต เพราะจิตก่อให้เกิดปัญญา โดยจิตมีหน้าที่ควบคุมทุกขั้นตอนภายในร่างกาย ช่วยให้มนุษย์เรียนรู้ที่จะปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลง” สอดคล้องกับที่ Dewey (1973) นำเสนอวิธีการจัดการชีวิตด้วยการปรับพฤติกรรมให้ก้าวทันความเปลี่ยนแปลงว่า สภาพในการแก้ไขปัญหาของมนุษย์จะเป็นเช่นไรขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่สั่งสมมา ดังนั้น การปรับตัวให้อยู่รอดภายใต้สิ่งแวดล้อมที่ไม่เหมือนเดิม ควรใช้แนวทางการเรียนรู้แบบลงมือทำตั้งรับสถานการณ์อย่างเหมาะสม การศึกษาองค์ความรู้ดังกล่าว ชี้แนะแนวทางได้ว่าการมีจิตใจที่สมบูรณ์พร้อมมีผลให้การสื่อสารผ่านพฤติกรรมในการรับมือและปรับตัวต่อวิกฤตการณ์โควิด 19 หรือวิกฤตการณ์อื่น ๆ เป็นไปด้วยธรรมชาติเชิงบวกมากกว่าการด่วนตัดสินใจเชิงลบ นับเป็นการบำบัดตัวตนแบบทะนุถนอมกายและใจ (Mind-Body Interventions) ให้เกิดความสมดุลอย่างยั่งยืน

ส่วนการวิเคราะห์การประยุกต์หลักคิดที่ใช้ปรับตัวของสัญชาตญาณความเป็นมนุษย์ช่วงโควิด 19 ตามแนวทางพุทธศาสนา โดยใช้หลักธรรมของท่านพระพุทธาสภิกขุเป็นแนวทางศึกษาหลักคิดด้านต่าง ๆ เพราะหลักคำสอนของท่านพระพุทธาสภิกขุเน้นการปฏิบัติจนเกิดผลและประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน เพื่อพัฒนาจิตใจของมนุษย์ให้มีภูมิคุ้มกันที่ดีด้วยการนำธรรมะขัดเกลาสติปัญญา ดังที่ สมเจตน์ ฝืทองงาม (2557) กล่าวว่า “ท่านพระพุทธาสภิกขุได้พัฒนาตัวเองโดยการศึกษา ค้นคว้า และฝึกฝนให้พ้นจากความทุกข์ซึ่งก็ช่วยเหลือผู้อื่นให้ตระหนักรู้และพ้นจากความทุกข์ด้วยการสั่งสอน ร่วมกับการแนะนำให้มนุษย์รู้ธรรมะ มีธรรมะ ใช้ธรรมะ และได้รับผลจากธรรมะ ส่งเสริมให้มีความประพฤติปฏิบัติถูกต้องจนดับความทุกข์ได้จริง หมดความเห็นแก่ตัว และเกิดสัมมาทิฐิสูงสุดในการดำเนินชีวิต ท่านพระพุทธาสภิกขุเป็นผู้ริเริ่มทำความเข้าใจหลักพุทธธรรมในระดับที่น่ามาใช้ได้จริง ตลอดจนแก้ไขปัญหาด้านศีลธรรมซึ่งเป็นสาเหตุแห่งนานาปัญหา จึงตั้งใจอย่างแน่วแน่ที่จะวางรากฐานสันติสุขระดับบุคคลและสันติภาพของมนุษยชาติในฐานะผู้พยายามใช้หลักศาสนธรรมเป็นเครื่องมือ แนวทางและเป้าหมายอย่างเป็นรูปธรรมสำหรับแก้ไขวิกฤตการณ์ของมนุษยชาติ” จากการนำหลักธรรมของท่านพระพุทธาสภิกขุมาศึกษานวนิยายเรื่อง พุทธศักราชอัสดงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำ พบข้อสังเกตว่าตัวละครทุกตัวต่างติดอยู่ภายใต้กับดักความยึดติดเป็นหลัก กล่าวคือหลงอยู่ในทิฐิกับอัตตาของตนเอง เช่น จรุงสินยึดติดความคิดของตัวเองว่าโลกนี้ช่างโหดร้ายและมีแต่เรื่องร้าย ๆ ทำลายชีวิตให้ไร้ความสุข

ทำให้กรุงลินเป็นคนหมกมุ่นและอ่อนไหว สุดท้ายทั้งชีวิตต้องประสบกับอาการโรคซึมเศร้า และอาการทางจิตใจอื่น ๆ ซึ่งความยึดติดนี้สามารถสังเคราะห์หลักคิดเกี่ยวกับการสละความยึดติดด้วยการปล่อยวางและมุ่งแก้ไขปัญหาวางอย่างเข้าใจธรรมชาติที่เป็นอยู่ ทั้งยังประยุกต์หลักคิดดังกล่าวใช้ประโยชน์ในวิกฤตการณ์โควิด 19 หรือวิกฤตการณ์อื่น ๆ เพื่อบำบัดจิตใจของประชาชนไทย ร่วมกับการใช้หลักคิดเกี่ยวกับการเปลี่ยนคำต่ำเป็นธรรมทานและหลักคิดเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหามาให้ตรงจุดมาปรับสภาพจิตใจของประชาชน ด้วยการยึดแก้ไขปัญหามาจากจิตใจเป็นพื้นฐาน ถ้ามีจิตใจที่ดีจะสร้างภูมิคุ้มกันทางกาย ในการต่อสู้กับโรคภัยและฟื้นฟูสภาพจิตใจภายหลังสถานการณ์โควิด 19 ได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ซึ่งผู้เขียนเล็งเห็นว่าจะเป็นคนุเคราะห์นโยบายหากนำผลจากการมีศึกษานี้ไปประยุกต์เป็นต้นแบบสำหรับการสร้างแบบจำลองยุทธศาสตร์ด้านการดูแลสุขภาพทางจิตของประชาชนไทยให้เข้มแข็ง สอดคล้องกับที่ เสาวลักษณ์ สุทธิพรโอภาส และ กฤตสุขชิน พลเสน (2564) กล่าวถึงการประยุกต์หลักธรรมตามแนวทางพุทธศาสนา เพื่อบำบัดโรคแบบใช้กายและใจ (Mind-Body Interventions) ว่า การนำธรรมะมาใช้บำบัดรักษาโรคถือเป็นวิธีการใหม่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีความสงบสุขระยะยาว ปัจจุบันได้รับความนิยมมากขึ้น เพราะสามารถปฏิบัติกันได้ทุกเพศ ทุกวัย ทุกเวลา ทุกสถานที่ และเสียค่าใช้จ่ายน้อย ไม่เพียงแต่เป็นการบำบัดรักษาโรคทางกายและใจไปพร้อม ๆ กันแล้วยังเป็นประโยชน์ต่อการสร้างสุขภาพเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดโรคต่าง ๆ ทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น ถือเป็นการพัฒนาจิตใจมนุษย์ที่ใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนา ช่วยในการเปลี่ยนแปลงหรือยกระดับคุณภาพการดำรงชีวิตของผู้คนให้ดีกว่าเดิม เมื่อประชาชนมีสุขภาพจิตที่ดีจะเปิดรับการขัดเกลาทัศนคติให้เข้าใจต่อวิกฤตการณ์โควิด 19 หรือวิกฤตการณ์อื่น ๆ ในอนาคตว่าควรปฏิบัติตนด้านสุขอนามัยทั้งร่างกายและจิตใจอย่างไร ดังนั้น แม้โรคโควิด 19 หรือสรรพโรคภัยจะเป็นการติดเชื้อโรคทางกาย ถ้าไม่ใส่ใจดูแลจิตใจของประชาชน ก็อาจเกิดโรคทางใจบั่นทอนสถานการณ์ให้ร้ายแรงยิ่งขึ้น อาจกล่าวได้ว่าหากประชาชนมีสุขภาพจิตที่พร้อมรับมือกับวิกฤตการณ์โควิด 19 หรือวิกฤตการณ์อื่น ๆ ย่อมสร้างพลังทางใจสนับสนุนให้การแก้ไขปัญหานั้นไปได้ด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

- จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์. (2559). จิตวิทยาบุคลิกภาพและพฤติกรรมสุขภาพ. โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประเวศ วะสี. (2553). โลกาภิวัตน์-ธรรมาภิวัตน์. วารสารพุทธศาสนา, 38(3), 35.
- พุทธทาสภิกขุ. (2501). **คู่มือมนุษย์**. ธรรมสภา.
- พุทธทาสภิกขุ. (ม.ป.ป.). **เคล็ดลับในการครองชีวิต**. ธรรมสภา.
- พุทธทาสภิกขุ. (ม.ป.ป.). **ธรรมในฐานะเป็นเครื่องมือสร้างคน สร้างชาติ และสร้างโลก**. แสงธรรม.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. (2563). การดำเนินงานสุขภาพจิตภายใต้วิกฤตโควิด 19 ของประเทศไทย. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย, 28(4), 280-291.
- ลักขณา สรวิวัฒน์. (2545). สุขวิทยาจิตและการปรับตัว. โอ.เอส. พริ้นตังแฮส.
- วีรพร นิติประภา. (2561). พุทธศักราชอัสตงกับทรงจำของทรงจำของแมวกุหลาบดำ (พิมพ์ครั้งที่ 3). มติชนปากเกร็ด.
- สมเจตน์ ผิวดองงาม. (2557). พุทธทาสภิกขุกับการแนะแนวทางการดำเนินชีวิต. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี, 6(2), 177-178.
- เสาวลักษณ์ สุทธิพรโอภาส และ กฤตสุขชิน พลเสน. (2564). การพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์ในยุคชีวิตวิถีใหม่ภายใต้ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาและพุทธศาสนา. วารสารโรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์, 17(2), 41-48.
- Crisp, R. J. (2015). *Social Psychology: A Very Short Introduction*. Oxford University Press.
- Dewey, J. (1973). *The Philosophy of John Dewey*. G. P. Putnam's Sons.
- Kempton, B. (2018). *Wabi Sabi*. Piatkus Books.

