

ส่องเตา...ส่องกระต่าย

นำเสนอเมื่อ : 21 ก.ย. 2552

ชีวิตเป็นของ ประหลาดและน่ากลัวพอสมควรนะคะ เมื่อนึกถึงว่า ต่อให้เราดูแล้วชีวิตดีแค่ไหน พยายามใช้ส่องและสติปัญญาเพียงใด แต่อุบัติเหตุก็เกิดขึ้นได้เสมอ เพราะโลกนี้มีตัวแปรมากมายที่อยู่เหนือความควบคุมของเรา

หลาย เรื่องเหนือความคาดหมาย เช่น เราอาจขับรถมาดีๆ แล้วโดนรถอี๊กคันขับมาชน ทำงานอยู่ดีๆ บริษัทก็ขาดทุน และเราโดนเลย์ออฟ โดนแฟนบอกเลิก แต่งงานไปแล้วต้องมาหย่าร้าง ไปตรวจสุขภาพประจำปีแล้วพบว่าเราเป็นโรคร หรือคนที่รักต้องตายจากไป...รู้ไหมคะว่า ในภาวะฉุกเฉินของชีวิตเหล่านี้ เกิดอะไรขึ้นในสมองของเราบ้าง



ความคิดของคนเรามีความเร็ว 3 ระดับ

และหากเราเลือกใช้ได้อย่างถูกต้องตามกาลเทศะ เหมาะควรแก่เหตุการณ์เฉพาะหน้า...เราก็สามารถใช้สมอง ของเราได้อย่างเต็มศักยภาพ และไม่มีวัน "ตกเป็นทาสความคิด" ของตัวเองแน่ๆ

ความเร็วที่หนึ่ง คือ "เร็วมาก"...เป็นการตัดสินใจในภาวะฉุกเฉิน อุบัติเหตุ เช่น

รถคันหน้าเบรกกะทันหัน เราต้องเหยียบเบรกให้ทันก่อนชนท้ายเขา หรือถูกจี้ ปล้น ไฟไหม้ ถูกทำร้ายร่างกาย ถูกแฟนบอกลอก...เหตุการณ์เหล่านี้ สมองส่วนคิดที่ประมวลผลซำมากนั้น...คิดให้เราไม่ทัน ค่ะ ตัวเราจะถูกสั่งการโดยสมองส่วนอารมณ์ให้ "ทำอะไรสักอย่าง" ทันที เพื่อหนีชีวิตรอดเร็วที่สุดที่สุด เช่น วิ่งหนี หรือกระโดดเขาสูกับโจร...แมกการตัดสินใจแบบที่หนึ่ง จะเร็วมาก แต่จุด อ่อนคือ เร็วเกินไป จึงไม่ไ้รวมเอาข้อมูลปลักย่อยทั้งหมดมาไซ เราจึงมักไ้เดียนเรื่อง สามิโมโหภรรยาไ้กว่าไปมีกิ๊ก แลวพลังมือฆำภรรยาโดยที่ไ้ไม่ได้ตั้งใจ หรือแมกกระทั่งชาวพอฆำลูกตาย เพราะโมโหเสียรอกก็มิมาแลว...สมองเรำคำนวณพลาดไ้ด บอยๆ ค่ะ อย่ำไ้ใจเขำมากไปไ้ในภำวะฉุกเฉิน เพราะสมองของเรำจะสั่งการรุนแรงมากและไ้เสถียรเลย

ความเร็วที่สอง คือ "เร็วปานกลาง" ...หนูดีขอเรียกว่า "สมองกระต่าย" คือคิดได้ปั๊บปั๊บ รวดเร็ว...เราทุกคนถูกฝึกมาให้คิดแบบนี้ตั้งแต่สมัยอยู่ในโรงเรียน แลวคะ คือ การคิดหำคำตอบ หำเหตุผล การคิดแบบนี้สนใจมหำคำตอบ และมักคิดวำคำตอบที่ไ้ดีที่สุดมีแค่คำตอบเดียว มองเห็นวำ "การคิด" แลวพลังงานสมองเป็นเครื่องมือแก้ไขปัญหำที่ไ้ที่สุด จึงเน้นที่การ "คิด คิด คิด" เพื่อหำคำตอบให้ไ้ และเห็นวำการหำคำอธิบายมำให้ไ้ด เป็นสิ่งทีไ้สำคัญกว่ำการสั่งเกตอย่างละเอียดละออ...จุด อ่อนของการคิดแบบนี้คือ เรำจะคิดมาก คิดเยอะ หยุตคิดไ้ไม่ได้ จนทำไ้เกิดอาการสมองล่ำ นอนไม่หลับเพราะสมองวิ่งวน และมักตกอยู่ในภำวะ "วิ่งชนก่ำแพง" เวล่ำหำทางออกไ้ไ้เวลาเจอปัญหำใหญ่ เพราะรอไ้เป็น ...คนที่ไ้เป็นแบบนี้ล่ำสำรมาก หนูดีมักเรียกวำเขำ "ตกเป็นทาส" ความคิดของตัวเองคะ

ความเร็วที่สาม คือ "ช้ามาก" ...มีอีกชื่อวำ "สมองเต่า" ...นี่เป็นดำนำของปัญญำระดับสูง แต่คนท่วไปไ้ไม่ค่อยมีโอกำสไ้สัมผัสหรือน่ำมำไซ ระบบการศึกษำมองไ้ไม่เห็นค้ำของความคิดแบบนี้ เพราะ "มันช้ำมากกก" ค่ะ เมื่อไ้ไซ...เรำเลยไ้กว่าตัวเองไ้ไม่มี และพอสัมผัสเขำโดยบังเอิญสักครั้งก็ตกอกตกใจ ไ้กว่ามีปำฏิหาริย์ ...ลองนึกถึงเวล่ำที่เรำนั่งจิบก้ำแพไ้ในรำนก้ำแพ แลวปล่อยความคิดล่องลอยไปเรื่อยๆ สิคะ ไ้ไม่นึกไ้ไม่คิด นิ่งดูคนเดินผำนไปมำอย่ำงเพลิดเพลีน ลืมตัวตนไปชั่วคร่ำว...และเวบหนึ่งก็เกิดความคิดสร้ำงสรค์อย่ำงมหัศจรรย์ หรือคำตอบของปัญหำที่เรำวิ่งวนคิดแทบตายคิดไ้ไม่ออก... อยูดิจ ก็ผุดขึ้นมำเสียอย่ำงนั้น ...นี่ละคะ มหัศจรรย์ปัญญำอย่ำงเต่า นักคิดยิ่งใหญ่ทำไ้ไม่มีมำกในยุคโบราณ ก็เพราะวำ เวล่ำในอดีตเป็นของถูก จึงทำไ้คนมี "เวล่ำปล่อยอำรมณ" จนเกิดความคิดยิ่งใหญ่ติงๆ มำกมำย ความคิดสร้ำงสรค์ก็บันดลมำจำกความเร็วของความคิดแบบ ที่สามนี้เอง

และที่น่ำที่งคือ หำก เรำเริ่มใช้ปัญญำอย่ำงเต่า...ทรำบใหม่คะวำ มันจะย้อนกลับมำช่วยเรำ "คิด" และ "ตัดสินใจ" ไ้ไ้ในภำวะฉุกเฉิน ทีไ้เป็นเวล่ำแห่งคว่ำมเป็นคว่ำมตาย ถ้ำตัดสินใจพลาดเรำอำจไ้ไม่เหลืออะไรเลย...ดั่งนั้น การจัดเวล่ำให้เรำไ้ได้นิ่งปล่อยความคิด สบำยๆ ไ้ไม่มุงหำคำตอบ แต่มองเห็นภำพรวมและตั้งค้ำถำมกว่ำง จึงเป็นเรื่องจำเป็น หำกเรำต้องการไซสมองให้เต็มศักย์ภำพ