



ข่าวประชาสัมพันธ์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๔ สุขุมวิท ๒๓ แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ ๐-๒๖๔๙-๕๐๐๐ ภายใน ๑-๕๖๖๖ โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๒๕๔-๐๓๑๔

ข่าวจากหนังสือพิมพ์สยามรัฐ ฉบับประจำวันที ๑๔ เดือนธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๕ หน้า ๑ ต่อ ๑๐

ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสิ่งพิมพ์ สนใจดูที่ได้ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

นักวิชาการเตือนอย่าสติแตก ตื่นตระหนกข่าววันโลกแตก

นักวิชาการเตือนสติอย่าตระหนกวัน
สิ้นโลก เผยบันทึกความมั่นคงทาง
จิตใจของมนุษย์ ยังสื่อกระพือข่าว

ผนวกปรากฏการณ์ธรรมชาติทั่วโลก
ผู้คนยิ่งเชื่อมากขึ้นซึ่งเกิดมาก็ต้องตาย
แนะนำควรมีสติ ■ อ่านต่อหน้า 10

■ นักวิชาการ ต่อจากหน้า 1

และอยู่กับปัจจุบันทำทุกวันให้มีค่า
เมื่อวันที่ 13 ธ.ค.55 ดร.จิตรา ดุษฎี
เมธา ประธานโครงการศูนย์พัฒนาความ
สุขมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ(มศว) กล่าวถึงกรณีกระแสเรื่อง
วันสิ้นโลก วันที่ 21 ธ.ค.55 ตามปฏิทิน
สากล ปี ค.ศ.2012 หรือ 21/12/2012 ซึ่ง
มีการตีความเชื่อมโยงกับปฏิทินมายาของ
ชนเผ่าโบราณแห่งอาณาจักรมายา ว่า
เป็นเรื่องที่เกิดจากกระแสความกลัวที่มี
อยู่ในจิตใจของมนุษย์ ซึ่งเราจะกลัวกับ
สิ่งที่ไม่แน่นอนในชีวิต สิ่งที่คาดเดาหรือ
สิ่งที่ยังไม่เกิด เพราะมนุษย์ชอบความ
มั่นคงแน่นอนและต้องการความปลอดภัย
ในชีวิต เมื่อมีข่าวในลักษณะนี้ออกมา
ทำให้เราเห็นถึงความไม่มั่นคงในชีวิต
และเกิดความกลัวขึ้น

ดร.จิตรา กล่าวต่อว่า ความกลัวใน
จิตใจมนุษย์ทุกคนมีอยู่แล้วซึ่งมาจากการ
ต้องการชีวิตที่สุขสบายมั่นคงและมีความ
ปลอดภัย เมื่อมีกระแสข่าวโลกจะแตก
ทำให้มนุษย์รู้สึกว่าตัวเองกำลังจะสูญเสีย
ความมั่นคง ความปลอดภัย ความสะดวก
สบายในชีวิต ประกอบกับข่าวสารที่โหม
หนักขึ้นทุกวัน ก็ยิ่งทำให้คนเรายิ่งวิตก
กังวลมากขึ้นๆ คนที่นำเสนอข้อมูลเรื่อง
วันสิ้นโลกก็เล่นกับกระแสความกลัวของ
มนุษย์สร้างกระแสข่าวคู่ไปกับความกลัว
คนที่ตื่นกลัว ตื่นตูมและเชื่อในข่าวนั้น
และนำไปเชื่อมโยงกับปรากฏการณ์ทาง

ธรรมชาติที่เกิดขึ้นจากทั่วโลก คนก็
ยิ่งเชื่อมากขึ้น

“ไม่ว่าจะเกิดเหตุการณ์วันสิ้นโลก
หรือไม่ อยากบอกผู้คนในสังคมว่า คน
เราเกิดมาแล้วต้องตาย ดังนั้นเราต้อง
อยู่กับปัจจุบัน เรากำหนดความตายไม่ได้
ว่าจะตายวันไหน แต่ทำอะไรให้เรามี
สติกับทุกขณะเวลาและอยู่กับปัจจุบัน
ให้ได้ และจงทำทุกอย่างในวินาทีนี้ให้ดี
ที่สุด อย่าให้เกิดการตั้งคำถามใจ หลาย
สิ่งหลายอย่างยังไม่ได้ทำ เก็บความโกรธ
ความโมโหและผัดวันประกันพรุ่งอยู่
ตลอดเวลา หลายคนจึงกลัวตายเพราะ
รู้ว่าตัวเองยังทำอะไรได้ไม่สมบูรณ์ แต่
ถ้าเราได้ทำทุกอย่างในทุกวันนี้ให้เสร็จ
สมบูรณ์หรือดีที่สุด ไม่ค้างคา ไม่เคือง
แค้นเราก็จะไปรุ่งเบาและพร้อมจะรับกับ
สถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ทุกอย่าง พร้อม
จะรับเหตุการณ์ทุกเหตุการณ์ได้ อะไร
จะเกิดก็พร้อมรับสภาพอย่างคงที่เตรียม
ตัวเองอยู่ในความพร้อมตลอดเวลา”

ดร.จิตรา กล่าวต่อว่า คนบางคนไม่
เคยพูดดีกับคนในครอบครัว ไม่เคยกอด
แม่ไม่เคยให้อภัยเวลาที่โกรธหรือทะเลาะ
กับเพื่อนๆ หรือคนใกล้ชิด มันมีการตั้ง
ค้างใจ จิตไม่เสร็จสมบูรณ์ คนประเภท
นี้จะเป็นคนที่ตื่นกลัวกับเรื่องที่ยังไม่ถึง
และกังวลกับสิ่งที่ควบคุมไม่ได้ ซึ่งใน
ความเป็นจริงนั้นสิ่งที่อยู่เหนือการควบคุม
ของเรามีอยู่เพียง 10% เท่านั้น หากแต่
สิ่งที่เราดูแลและควบคุมได้มีถึง 90% ซึ่ง
ส่วนใหญ่อยู่ที่ตัวเราเองเป็นสำคัญ