

พุทธนิเวศกับการสร้างสุขภาวะตามวิถีพุทธ  
**Buddhist Ecology and the Creation of Well-Being According  
to the Buddhist Way**

พระครูญาณปรีชา (นพดล ตปสีโล)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย

**Phrakhru Yanpricha (Noppadol Tapasilo)**

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Nongkhai Campus

Email: jacknitikorn2517@gmail.com

\*\*\*\*\*

### บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพุทธนิเวศกับการสร้างสุขภาวะตามวิถีพุทธเป็นการพัฒนาระบบนิเวศที่ยั่งยืน รักษาธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม ไม่ทำลายขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่นที่มีต่อธรรมชาติ เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนต่อชุมชนและธรรมชาติ และ การสร้างความสมดุลระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติเป็นการสร้างความสุขให้เกิดขึ้นอย่างแท้จริงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและปัญญา การสร้างความสมดุลระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติที่มีความสมดุลในมิติต่างๆ อาทิ ความสมดุลระหว่างการพัฒนาทางด้านกายและจิตใจ ความสมดุลระหว่างเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม การจัดการทรัพยากรธรรมชาติจึงเป็นการสร้างความสุขที่ตอบสนองความต้องการของตนเอง ชุมชนและสังคมจากความสัมพันธ์กันระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ เป็นบ่อเกิดความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยอาศัยปัญญาร่วมกันพิจารณาในทรัพยากรในชุมชน เพื่อให้เป็นการพัฒนาอย่างแท้จริงที่มีผลต่อความสุขของบุคคล ชุมชน และประเทศชาติ

**คำสำคัญ :** พุทธนิเวศ; สุขภาวะ; วิถีพุทธ

### Abstracts

This academic article aims to study the Buddhist Niwet and the creation of well-being according to the Buddhist way. It is a sustainable ecosystem development. Preserving nature, environment, not destroying local traditions towards nature. For sustainable development to the community and nature and creating a balance between man and nature is to create true happiness both physically and physically. mind and intelligence Creating a balance between humans and nature with a balance in various dimensions, such as a balance between physical and mental development. balance between economy society and environment Managing natural resources therefore creates happiness that meets their own needs. community and society from the relationship between man and nature It is the source of happiness both physically and mentally. By using wisdom together to consider resources

\* วันที่รับบทความ : 8 กุมภาพันธ์ 2566; วันที่แก้ไขบทความ 2 มีนาคม 2566; วันตอบรับบทความ : 3 มีนาคม 2566

Received: February 8 2023; Revised: March 2 2023; Accepted: March 3 2023

in the community. To be a real development that affects the happiness of individuals, communities and the nation.

**Keywords:** Buddha Niwet; well-being; Buddhist way of life

## บทนำ

ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมนั้นถือได้ว่าเป็นสิ่งที่มีคุณค่าต่อสิ่งมีชีวิตทุกชนิดในโลก เพราะทุกชีวิตล้วนเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมาจากธรรมชาติ คือ ป่าและอาศัยป่านั้นในการพัฒนาการเรียนรู้ รวมถึงการสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ ให้เกิดเป็นวัฒนธรรมอันดีงามของแต่ละสังคม นอกจากนี้มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายต่างก็อาศัยประโยชน์จากป่าในการดำรงชีวิตและการสืบพันธุ์ ดังนั้น เราจะพบว่ามนุษย์และสัตว์ต่างมีความสัมพันธ์กับป่าอย่างใกล้ชิด สำหรับพระพุทธศาสนาในฐานะที่เป็นองค์กรทางศาสนาก็มีพัฒนาการทั้งด้านความเป็นมาที่มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับป่าไม่แตกต่างไปจากสิ่งมีชีวิต หรือองค์กร หรือสังคมอื่น ๆ ดังจะพบว่า การแสวงหาโมกขธรรม คือ การหลุดพ้นขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น ก็ทรงเริ่มต้นที่การมุ่งตรงสู่ป่าเพื่ออาศัยความสงบจากป่านั้นในการพัฒนาจิต หรือแม้กระทั่งการตรัสรู้ของพระสัมมาสัมโพธิญาณของพระพุทธองค์ก็มีขึ้นภายใต้ต้นไม้ในป่า (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 4/1/32) และเมื่อตรัสรู้แล้วการแสดงธรรมครั้งแรกเพื่อประกาศพระสัทธรรมก็ทรงแสดง ณ ท่ามกลางแห่งป่า คือ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 4/12-13/33) แม้แต่วัดหรืออารามเป็นที่พักอาศัยของพระสงฆ์ทั้งหลายก็ล้วนแต่อยู่ในป่า โดยเฉพาะการกำหนดเขตในการทำกิจของสงฆ์ก็ต้องกำหนดเอาชายป่าเป็นสำคัญ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 4/21/32) ทั้งนี้ก็เพราะการอยู่ในป่านั้นย่อมถือว่าเป็นวัตรที่ดีในการพัฒนาจิตใจตนเองตามหลักของการธุดงค์วัตร (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), 2543 : 114 ) ดังนั้น เราจึงจะพบว่าพระพุทธศาสนามีความผูกพันกับป่าไม้และทรัพยากรธรรมชาติเป็นอย่างยิ่ง เพราะเหตุนี้พระพุทธองค์จึงทรงสอนให้พุทธศาสนิกชนได้มีความรักและรู้จักบุญคุณของป่า (พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ), 2535 : 18) ซึ่งหลักคำสอนดังกล่าวนี้ปรากฏอยู่ในหลักโอวาทปาฏิโมกข์ที่ว่าด้วยการปฏิบัติตนของพระภิกษุผู้เป็นศาสนทายาทของพระพุทธศาสนาว่า จะต้องละชั่ว ทำดี ทำจิตให้ผ่องแผ้ว ทำยสุตก็ทรงเน้นย้ำว่า จะต้องยินดีในเสนาสนะอันสูงสุดคือ มุงให้พระเข้าไปสู่ป่าเพื่อบำเพ็ญสมณธรรม (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 10/90/120)

อย่างไรก็ตามเราจะพบว่าในปัจจุบันนี้สถานการณ์ของทรัพยากรธรรมชาติของประเทศไทยนั้น กำลังอยู่ในขั้นวิกฤต เพราะมีการทำลายป่ากันเป็นจำนวนมาก ทั้งนี้ก็เพราะมีสาเหตุมาจากความไม่รู้และความอยากหรือค้นหาของมนุษย์ด้วยการนำเอาต้นไม้มาทำประโยชน์เพื่อสนองความต้องการ (ค้นหา) ของตนในรูปแบบต่างๆ ทำให้พื้นที่หรือจำนวนของป่าไม้ลดลงเป็นอย่างมาก ซึ่งผลจากการที่ป่าไม้ถูกทำลายนั้นก็ได้นำให้เกิดผลกระทบต่อโลกและธรรมชาติมากมาย ทำให้มนุษย์ได้รับความเดือดร้อนและในประเทศไทย สถานการณ์ของพื้นที่ป่าไม้ก็ถูกทำลาย ไม่แตกต่างไปจากพื้นที่อื่นๆของโลกมากนัก ซึ่งผลจากการทำลายป่าก็ทำให้เกิดปัญหาทางสิ่งแวดล้อมมากมาย เช่น เกิดภาวะฝนแล้ง ดินเค็มเสีย เกิดน้ำท่วมอย่างรุนแรง เกิดปรากฏการณ์ดินถล่ม เป็นต้น ซึ่งผู้เขียนเห็นว่า ควรจะนำกระบวนการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและการสร้างสุขภาวะของชุมชนตามวิถีพุทธเป็นแนวทางที่เหมาะสมกับการดำรงชีวิตของมนุษย์และสิ่งแวดล้อมที่อยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข ซึ่งเกิดจากความสุขที่เกิดจากธรรมชาติ สุขเกิดกับแต่ละบุคคลและสังคมที่อยู่อาศัยร่วมกันอย่างปกติและผาสุกต่อไป

### แนวคิดตามหลักพุทธนิเวศกับสิ่งแวดล้อม

ระบบนิเวศมีความสัมพันธ์กันทั้งระบบ ทุกหน่วยที่อยู่ในระบบนิเวศเดียวกันก็มีความสัมพันธ์กัน จึงไม่มีหน่วยใดเป็นอิสระจากสิ่งอื่น พระพุทธศาสนามีความสัมพันธ์กับระบบนิเวศ ทั้งในฐานะหลักพระธรรมวินัยและแนวทางการปฏิบัติ พระพุทธศาสนามีความสัมพันธ์กับระบบนิเวศวิทยาหลากหลายรูปแบบ ทั้งความสัมพันธ์ทางตรงและความสัมพันธ์ทางอ้อม ซึ่งสะท้อนให้เห็นอัตลักษณ์ของพระพุทธศาสนาที่มีความสอดคล้องกับการอนุรักษ์และเกื้อกูลต่อธรรมชาติหลายรูปแบบ (ประพันธ์ ศุภษร, 2552 : 66) พระพุทธศาสนามีลักษณะเป็นธรรมชาตินิยม เพราะถือว่ามนุษย์มีความสัมพันธ์กับธรรมชาติในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงทัศนะของพระพุทธศาสนาต่อธรรมชาติไว้ดังนี้ 1) พระพุทธศาสนา มองธรรมชาติเป็นที่รื่นรมย์ สอนให้มองเห็นและชื่นชมความงามตามธรรมชาติ และมีความสุขตามธรรมชาติ 2) มองสิ่งทั้งหลายในธรรมชาติเป็นเพื่อนร่วมภพธรรมชาติดันเดียวกันกับตน มีความเกิดแก่เจ็บ ตาย เหมือนกัน จำต้องมีความเมตตาต่อกัน 3) มองธรรมชาติว่ามีความสัมพันธ์กับการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ ธรรมชาติเป็นสภาพแวดล้อมที่มีคุณค่าและเอื้อต่อการพัฒนาตนของมนุษย์ เช่น ความวิเวกช่วยโน้มน้าวจิตใจให้สงบเป็นสมาธิ ภาพของสิ่งทั้งหลายที่ดำรงอยู่ตามธรรมชาติเกื้อหนุนให้ปัญญามองเห็นความจริงของโลกและชีวิต (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2543 : 20)

พระพุทธศาสนามองว่ามนุษย์กับธรรมชาติมีความสัมพันธ์ที่สอดคล้องกันอย่างกลมกลืน เมื่อมองในภาพรวมก็จะเห็นว่ามนุษย์เป็นองค์ประกอบของสิ่งอื่นในระบบนิเวศเดียวกัน เป็นไปตามกฎธรรมชาติในลักษณะเดียวกัน มีความเป็นพลวัตลักษณะเดียวกัน มนุษย์ใช้ธรรมชาติเป็นที่อยู่และที่พักผ่อนหย่อนใจ ใช้สิ่งที่มีอยู่ในธรรมชาติมาสังเคราะห์เป็นปัจจัยการดำรงชีพและปัจจัยใช้สอย ใช้องค์ความรู้ในธรรมชาติมาประยุกต์ใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์ และยังใช้ธรรมชาติเป็นเครื่องมือในการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ด้วย พระพุทธศาสนาจึงมีความสัมพันธ์กับระบบนิเวศหลากหลายรูปแบบ ดังต่อไปนี้

### 1. พระพุทธศาสนาสัมพันธ์กับระบบนิเวศในรูปของวิถีชีวิต

หลักธรรมวินัยของพระพุทธศาสนาถูกกำหนดขึ้นมาเพื่อให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตที่ไม่เบียดเบียนระบบนิเวศ และพระพุทธเจ้าทรงดำหนิการกระทำที่เป็นอุปสรรคต่อระบบนิเวศ เมื่อทรงดำหนิแล้วก็ทรงแสดงธรรมีกถารับสั่งกับภิกษุทั้งหลายว่า “ภิกษุทั้งหลายภิกษุไม่พึงชักชวนให้ฆ่าสัตว์ รูปใดชักชวนพึงปรับอาบัติตามธรรม ภิกษุทั้งหลายภิกษุไม่พึงใช้หนังโครูปใดใช้ต้องอาบัติทุกกฏภิกษุทั้งหลายหนงอะไรก็ตามภิกษุไม่พึงใช้รูปใดใช้ต้องอาบัติทุกกฏ” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 5/255/29-30) พระธรรมวินัยเป็นตัวกำหนดลักษณะวิถีชีวิตของชาวพุทธ จนทำให้ชาวพุทธมีวิถีชีวิตสัมพันธ์กับธรรมชาติ มองธรรมชาติด้วยความเมตตา มองธรรมชาติเป็นกัลยาณมิตร และมองธรรมชาติเป็นเสมือนผู้มีพระคุณ เราจึงมีหน้าที่กตัญญูต่อธรรมชาติ

### 2. พระพุทธศาสนาสัมพันธ์กับระบบนิเวศในรูปของพัฒนาจิต

พระพุทธศาสนาใช้ระบบนิเวศเป็นเครื่องมือหนึ่งในการสร้างปัจจัยเอื้อต่อการพัฒนาจิตใจ “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 10/374/302.) ในวนปัดถสูตรพระพุทธเจ้าทรงแสดงลักษณะของป่าที่มีผลต่อการพัฒนาจิตใจ 4 ลักษณะดังต่อไปนี้ 1) ป่าซุกที่อยู่แล้ว จิตไม่สงบ ไม่บรรลुरुธรรมวิเศษอะไร ปัจจัย 4 ก็หายาก ภิกษุไม่ควรอยู่ในป่าชนิดนั้นควรหลีกเลี่ยง 2) ป่าซุกที่อยู่แล้ว จิตไม่สงบ ไม่บรรลुरुธรรมวิเศษอะไร ปัจจัย 4 แม้จะหาได้ไม่ยาก ภิกษุไม่ควรอยู่ในป่าชนิดนั้น ควรหลีกเลี่ยง 3) ป่าซุกที่อยู่แล้ว จิตสงบ ได้บรรลुरुธรรมวิเศษด้วย ปัจจัย 4 แม้จะหาได้ยาก ภิกษุก็ควรอยู่ในป่าชนิดนั้นไม่ควรหลีกเลี่ยง 4) ป่าซุกที่อยู่แล้ว จิตสงบ ได้บรรลुरुธรรมวิเศษด้วย ปัจจัย 4 ก็หาได้ไม่ยาก ภิกษุควรอยู่ในป่าชนิดนั้น ไม่ควรหลีกเลี่ยง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 10/192/205-206)

### 3. พระพุทธศาสนาสัมพันธ์กับระบบนิเวศในรูปของการพึ่งพาปัจจัยดำรงชีพ

พระพุทธศาสนาสอนให้พึ่งพาระบบนิเวศด้วยการเสพบริโภค มีความตระหนักถึงคุณค่าของระบบนิเวศ ได้รับประโยชน์จากระบบนิเวศในรูปของปัจจัยดำรงชีพ “ดูก่อนพราหมณ์ ท่านไม่เพียงมีความเห็นอย่างนั้นเลยเราเห็นประโยชน์ 2 ประการ จึงเสพเสนาสนะอันเจียบสัจด์ คือ 1) เห็นความอยู่เป็นสุขทันตาเห็นของตน 2) อนุเคราะห์แก่ผู้ติดตามมาอยู่ภายหลัง จะได้มีกำลังใจปฏิบัติในการเสพเสนาสนะป่าอันเจียบ

สังัด” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 12/55/43) หลักปฏิบัติในการอยู่ป่าของพระภิกษุ ซึ่งถือเป็นข้อปฏิบัติที่เป็นวิถีชีวิตของพระภิกษุ การบริโภคปัจจัย 4 อย่างไม่ฟุ่มเฟือย รวมทั้งการตระหนักถึงคุณค่าของทรัพยากร ซึ่งแสดงออกในรูปของวิถีชีวิตของพระภิกษุกับการพึ่งพาระบบนิเวศ เช่น ข้อปฏิบัติตามหลักนิสสัย 4 คือ ปัจจัยเครื่องอาศัยของบรรพชิต พระพุทธเจ้าทรงชี้แนะไว้ว่า เมื่อพระอุปัชฌาย์ให้อุปสมบทแก่กุลบุตรเสร็จใหม่ ๆ พึงบอกนิสสัย เพื่อให้รู้แนวทางปฏิบัติที่ถูกต้อง ดังพุทธาณุญาตเกี่ยวกับนิสสัยดังนี้ 1) บรรพชาอาศัยโภชนะ คือ คำข่าวนหาได้มาด้วยกำลังแห่งปลีแข้ง บิณฑบาต เธอผู้ที่ได้รับการบรรพชาอุปสมบทแล้ว พึงทำความอดุทธสาหะในการบิณฑบาตตลอดชีวิตของการบวช 2) บรรพชาอาศัยบังสุกุลจีวร การนุ่งห่มผ้าบังสุกุล เธอพึงทำความอดุทธสาหะในการนุ่งห่มผ้าบังสุกุลจีวรนั้นตลอดชีวิต อติเรกลาก คือ ผ้าเปลือกไม้ ผ้าฝ้าย ผ้าไหม ผ้าขนสัตว์ ผ้าปาน ผ้าแกมกันเป็นเพียงส่วนที่เสริมเข้ามาเท่านั้น เพราะสมัยพุทธกาลผ้าบังสุกุลจีวรหายากและผู้มีศรัทธาจะถวายผ้าจีวรสำเร็จที่เรียกว่าคหบดีจีวรยังไม่มี ต่อมาหมอชีวกโกมารภักจได้กราบทูลขอพรจากพระพุทธเจ้าขอให้พระสงฆ์สามารถรับคหบดีจีวรจากผู้มีศรัทธาถวาย พระพุทธเจ้าก็ทรงอนุญาต นับแต่นั้นมาพระสงฆ์จึงสามารถรับผ้าไตรจีวรที่หายากจากผู้มีศรัทธาถวาย

3) บรรพชาอาศัยโคนต้นไม้เป็นเสนาสนะ ที่อยู่อาศัยเธอพึงทำความอดุทธสาหะในการอยู่โคนต้นไม้เป็นเสนาสนะตลอดชีวิต อติเรกลากคือวิหาร เรือนมุงแถบเดียว เรือนชั้น เรือนโล้น และถ้าเป็นเพียงส่วนที่เสริมเข้ามาเท่านั้น 4) บรรพชาอาศัยน้ำมูตรเน่าเป็นยา เกสซ์เธอพึงทำความอดุทธสาหะในการอาศัยน้ำมูตรเน่าเป็นยานั้นตลอดชีวิต อติเรกลาก คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อยเป็นเพียงส่วนที่เสริมเข้ามาเท่านั้น (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 4/73/101-102)

ดังนั้น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ภิกษุดำรงชีพตามแนวทางนิสสัย 4 เพราะเป็นวิถีทางที่ไม่เบียดเบียนระบบนิเวศ ทั้งยังทำให้เกิดความสัมพันธ์กับระบบนิเวศแบบพึ่งพาโดยอาหารที่ใช้เลี้ยงชีพก็ไม่เบียดเบียนธรรมชาติ แต่อาศัยศรัทธาจากชาวบ้านเป็นผู้ถวายอาหารบิณฑบาต ส่วนเครื่องนุ่งห่มก็อิงอาศัยผ้าห่อศพที่เขาทิ้งแล้ว นำมาทำความสะอาด ตัดเย็บให้เป็นรูปแล้วนำไปย้อมโดยอาศัยสีตามธรรมชาติ เช่น เปลือกไม้ แก่นไม้ หรือดอกไม้บางชนิด เป็นต้น ส่วนที่อยู่อาศัยก็พึ่งพาระบบนิเวศป่าไม้และถ้ำ แม้ภายหลังพระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้สร้างเสนาสนะเป็นที่อยู่ได้ แต่ก็ไม่ส่งเสริมให้ตัดไม้ทำลายป่าหรือเบียดเบียนถิ่นที่อยู่อาศัยของสัตว์อื่น และยารักษาโรคก็อาศัยสิ่งที่อยู่ใกล้ตัวมากที่สุด หรือหากจำเป็นต้องใช้ปัจจัยทางธรรมชาติก็ใช้อย่างประหยัด

#### 4. พระพุทธศาสนาสัมพันธ์กับระบบนิเวศในรูปของความเชื่อและประเพณี

พระพุทธศาสนา นำความเชื่อเรื่องการสั่งสมบุญว่ามีความสอดคล้องกับการสร้างปัจจัยเอื้อต่อระบบนิเวศ การส่งเสริมระบบนิเวศทางสังคมและระบบนิเวศทางธรรมชาติเป็นการกระทำความดีอีกรูปแบบหนึ่ง “บุญย่อมเจริญทั้งกลางวันและกลางคืนตลอดกาลทุกเมื่อแก่ชนเหล่าใดที่ปลูกสวนอันน่ารื่นรมย์ ปลูกป่า สร้างสะพาน ขุดสระน้ำ บ่อน้ำ และให้ที่พักอาศัย บุญย่อมเจริญแก่ชนเหล่านั้นทั้งกลางวันและกลางคืนตลอดกาลทุกเมื่อ ชนเหล่านั้นดำรงอยู่ในธรรม สมบูรณ์ด้วยศีลแล้ว ย่อมไปสู่สวรรค์อย่างแน่นอน” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 15/47/61) การกระทำที่เป็นประโยชน์ต่อสาธารณะถือว่าเป็นการสร้างความสัมพันธ์กับระบบนิเวศอีกรูปแบบหนึ่ง เพราะวาระบบนิเวศเป็นสมบัติส่วนกลางของโลก หากบุคคลทำลายสระน้ำ บ่อน้ำ สวน ศาลาน้ำ หรือสะพานย่อมเกิดเป็นเปรต เปลือยกาย และน่าเกลียดน่าชังดุจเดียวกับเศรษฐกิจชนบาล การอุทิศตนสร้างหรือรักษาสิ่งที่เป็นสาธารณะประโยชน์ถือว่าเป็นบุญ ส่วนการกระทำที่กระทบต่อสาธารณะสมบัติถือเป็นบาป ความเชื่อเรื่องกรรม บุญ บาป นรก สวรรค์ ความดี ความชั่ว จึงเป็นอีกความเชื่อหนึ่งที่ทำให้การดำรงชีพของชาวพุทธเป็นไปด้วยความสัมพันธ์กับระบบนิเวศ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 26/234-235/205)

นอกจากนี้แล้วยังพบว่าพระพุทธศาสนายังมีอิทธิพลต่อความเชื่อ วัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิตของชาวพุทธ จนเป็นแรงผลักดันให้ปฏิบัติตัวไม่เป็นอุปสรรคต่อระบบนิเวศและยังดูแลรักษา ส่งเสริมอนุรักษ์ พื้นฟูระบบนิเวศผ่านทางกิจกรรมทางด้านความเชื่อและวัฒนธรรม รวมทั้งส่งผ่านองค์ความรู้และภูมิปัญญาที่มีความสัมพันธ์กับระบบนิเวศจากรุ่นสู่รุ่น ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับศาสนา ความเชื่อและวัฒนธรรม มีประเด็นสำคัญโดยสรุปดังต่อไปนี้ (ลัดดา หงส์พันธ์, 2551 : 18-19)

1. ป่าปู้ตา (แต่ละท้องถิ่นอาจเรียกต่างกัน เช่น ดอนปู้ตา หรือดงปู้ตา หรือดงปู้ตา) ซึ่งเป็นพื้นที่ที่ถูกกำหนดขึ้นเพื่อเป็นที่พำนักอาศัยของผีบรรพชน โดยมีการสร้างเรือนหรือศาล (ตูป) ให้หนึ่งหรือสองหลังอยู่ในทิศทางที่ต่างกันตามความเหมาะสม โดยทั่วไปนิยมให้อยู่ด้านทิศตะวันออกของชุมชน และมีลักษณะเป็นเนินสูง โนน โคน หรือดิน ซึ่งน้ำท่วมไม่ถึง มีสภาพเป็นป่าที่บ รมครึ้ม มีสัตว์ป่าชุกชุมหลากหลายพันธุ์ มีบรรยากาศน่าสะพรึงกลัว ทั้งเสียงร้องของสัตว์ คลุกเคล้าไปกับเสียงเสียดสีของต้นไม้ และเครือเถาวัลย์ ซึ่งทำให้อาณาเขตปู้ตา ดอนปู้ตา หรือดงปู้ตา หรือดงปู้ตา ดูขลังและศักดิ์สิทธิ์ ทำให้ชาวบ้านไม่กล้าเข้าไปรบกวนระบบนิเวศป่าและสัตว์ป่าในอาณาบริเวณป่าปู้ตา

2. ป่าช้า เป็นพื้นที่ที่ชุมชนใช้เป็นสถานที่เผาหรือฝังศพคนตาย และได้กำหนดเป็นเขตหวงห้ามเข้าไปใกล้กลายเป็น ยกเว้นได้รับความเห็นชอบจากชุมชน ดังนั้น ป่าที่อยู่บริเวณนี้จะไม่มีการล่าสัตว์ของจากป่าช้าไปใช้ หรือบริโภคในครัวเรือนเป็นอันขาดเพราะทุกสิ่งทุกอย่างในป่าช้า คือ ของผีบรรพชน ด้วยความเคารพยำเกรงไม่ลบหลู่ หลายคนไม่กล้าแม้แต่จะย่างกรายเข้าไปแต่ในด้านการใช้ประโยชน์ต่อส่วนรวม

ได้แก่ การตัดไม้บางต้นในป่าเข้ามาทำศาลาวัด เป็นต้น ซึ่งถือว่าเป็นกุศโลบาย หรือภูมิปัญญาอย่างหนึ่งที่จะรักษาป่าไว้ให้ยั่งยืนเพื่อสิ่งแวดล้อมที่ดี และเป็นพื้นที่สีเขียวที่สำคัญของชุมชน

3. ป่าทำเลี้ยงสัตว์ เป็นพื้นที่ที่ถูกกำหนดขึ้นพร้อมกับการตั้งชุมชน เพื่อใช้สำหรับการเลี้ยงปศุสัตว์ เช่น วัว ควาย เป็นต้น เป็นป่าที่ชาวบ้านกันขอบเขตไว้สำหรับใช้ประโยชน์ในการเลี้ยงสัตว์หรืออาจใช้สอยประโยชน์อื่น ๆ ด้วย เช่น ใช้ประโยชน์ในการปลูกหญ้าอาหารสัตว์พันธุ์พื้นเมือง เป็นต้นจะมีลักษณะเป็นดอน โคก หรือป่าโปร่ง มีต้นไม้ใหญ่และเล็กสลับกับทุ่งหญ้า ซึ่งคนในชุมชนเป็นเจ้าของร่วมกัน

4. ป่าวัดป่า คือ การมีวัดหรือสำนักสงฆ์ในป่า เป็นการอนุรักษ์ที่เกี่ยวเนื่องกับความศรัทธาทางพระพุทธศาสนา ลักษณะสภาพป่าทั่ว ๆ ไปในช่วงเริ่มแรกตั้งชุมชนยังคงอุดมสมบูรณ์ และมีพื้นที่เป็นบริเวณกว้างจึงมีภิกษุฝ่ายอรัญวาสีเดินธุดงค์รอนแรมมาปักกลดเพื่อบำเพ็ญวิปัสสนาธุระด้วยเล็งเห็นว่าเป็นที่วิเวกสงบตั้งอยู่ไม่ห่างไกลชุมชนนัก สามารถออกบิณฑบาตได้สะดวก และเมื่อพำนักอยู่นานวันประกอบกับญาติโยมมีศรัทธาอุปสาคะแก่กล้า จึงมักนิมนต์ให้อยู่อย่างถาวรโดยสร้างกุฏิให้กลายเป็นสำนักสงฆ์ และวัดป่าหรือในบางชุมชนมีทั้งสำนักสงฆ์ และวัดป่าด้วย พระภิกษุที่เป็นผู้ริเริ่มก่อตั้งสำนักมักกำหนดขอบเขตชั้นหอสี่มาไว้เสมอ ชาวบ้านจะไม่ล่วงละเมิดไปตัดไม้ หรือล่าสัตว์ในขอบเขตที่บ่งชี้ไว้ ทั้งนี้เนื่องจากเพราะศรัทธาหรือไม่ก็เกรงกลัวบาปกรรม พระสงฆ์จึงกลายเป็นผู้ดูแลป่าโดยปริยาย และยังได้ช่วยสร้างสรรค์ประโยชน์แก่สังคม ประเทศชาติ และพระพุทธศาสนา 2 รูปแบบ ดังนี้

4.1 การมีวัดในป่าทำให้พระและผู้ต้องการพัฒนาตน โดยอาศัยความสงบของป่าเป็นที่ขัดเกลาจิตใจและพัฒนาตนเอง เป็นที่หลีกเลี่ยงอยู่อย่างสงบจนได้รับประโยชน์จากความสงบสงัดนับเป็นแหล่งพัฒนาคุณภาพของบุคลากรทางพระพุทธศาสนาที่ดีที่สุดทางหนึ่ง

4.2 ธรรมที่เกิดจากความสงบสงัดของป่า พระสงฆ์ได้เป็นภาระช่วยนำออกไปเผยแผ่แก่ประชาชนให้เข้าใจธรรมและความสำคัญของป่าคู่กันไปในนัยเป็นการร่วมกันพิทักษ์ทั้งธรรมะและป่าให้คงอยู่คู่มนุษยชาติและสอดคล้องกับกระแสหลักของโลกในปัจจุบันและอนาคตเกี่ยวกับการพิทักษ์ระบบนิเวศของโลกไว้ให้ดีที่สุดอีกด้วย

พระพุทธศาสนาจึงนำความเชื่อมาเป็นเครื่องมือในการจัดปัจจัยเอื้อแก่ระบบนิเวศเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม เมื่อสังคมและสิ่งแวดล้อมดีแล้วก็จะเอื้อต่อการดำรงชีพอย่างมีความสุขและจะทำให้จิตใจและอารมณ์ดีไปด้วย

### 5. พระพุทธศาสนาสัมพันธ์กับระบบนิเวศในรูปของพิธีกรรม

พิธีกรรมเป็นองค์ประกอบหนึ่งของพระพุทธศาสนา นอกจากจะใช้พิธีกรรมในรูปของความเชื่อแล้ว พระพุทธศาสนายังนำพิธีกรรมมาเป็นเครื่องมือในการเสริมสร้างความสัมพันธ์กับระบบนิเวศด้วย ทั้งในรูปของการอนุรักษ์ ฟื้นฟู ดูแล รักษา การปลูกเสริม หรือการขยายพื้นที่ของระบบนิเวศ พระพุทธศาสนาใช้หลักธรรมและความเชื่อมาสร้างพิธีกรรมเพื่อจัดการความสัมพันธ์กับระบบนิเวศ เช่น พิธีบวชต้นไม้ พิธีทอดผ้าป่าต้นไม้หรือพันธุ์ไม้ พิธีการทำบุญด้วยการปลูกต้นไม้พิธีสะเดาะเคราะห์หรือสืบชะตาด้วยการปลูกต้นไม้ พิธีทอดกฐินต้นไม้การสร้างสำนักปฏิบัติธรรม เช่น 1) พิธีบวชต้นไม้ ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากความเชื่อเรื่องการอุปสมบท โดยถือว่าเพศพระสงฆ์เป็นเพศที่ได้รับความเคารพนับถือจากประชาชน เมื่อนำแนวความเชื่อเรื่องการอุปสมบทมาสู่การอนุรักษ์ป่าไม้ จึงมีพระสงฆ์เป็นผู้นำประกอบพิธี มีชาวบ้านและหน่วยงานต่างๆ เป็นสักขีพยาน โดยการใช้สัญลักษณ์ของพระสงฆ์มาเป็นสิ่งบ่งบอก โดยส่วนใหญ่จะนิยมนำจีวรมาพันรอบต้นไม้ในแต่ละต้นที่มีการบวชเพื่อมิให้ประชาชนเข้ามาทำลาย แต่บางแห่งก็ใช้วิธีการนำใบเสมาไปปัก 4 ทิศเพื่อเป็นการแสดงขอบเขตของป่าว่าเป็นเขตอภัยทาน โดยความร่วมมือของประชาชนในพื้นที่ และประกาศเป็นเขตห้ามล่าหรือบุกรุกทำลายป่าและสัตว์ป่า โดยพิธีดังกล่าวเป็นการอนุรักษ์ทรัพยากรป่าไม้อีกทางหนึ่ง 2) พิธีทอดผ้าป่าต้นไม้พันธุ์ไม้ ได้รับแนวคิดมาจากประเพณีการทอดผ้าป่า แต่เปลี่ยนจากการทอดผ้าป่าด้วยเงินและสิ่งของมาเป็นต้นไม้โดยให้ประชาชนนำต้นไม้มารวมกันไว้ที่วัด แล้วทำพิธีทอดถวายเมื่อพระสงฆ์รับแล้วก็จะนำประชาชนไปปลูกต้นไม้ร่วมกันในบริเวณวัดหรือที่สาธารณประโยชน์ที่กำหนดไว้ 3) พิธีการทำบุญด้วยการปลูกต้นไม้พิธีนี้ได้รับแนวความเชื่อที่มีอิทธิพลมาจากความเชื่อเรื่องบุญ (บุญเป็นชื่อเรียกสภาวะที่มีความร่มเย็นเป็นสุข) การปลูกต้นไม้ก็เป็นกระบวนการสะสมบุญอีกวิธีหนึ่ง ซึ่งจะทำให้เกิดความร่มเย็นเป็นสุขแก่ผู้เข้ามาใช้สถานที่ เนื่องจากการปลูกต้นไม้จำนวนมากจะได้รับเงาในการพักผ่อนหย่อนใจพระสงฆ์จึงชักชวนให้ประชาชนรอบ ๆ วัดมาร่วมทำบุญดังกล่าวเพื่อจะได้มีต้นไม้ภายในวัดมากขึ้น วัดจะได้เป็นสถานที่ร่มรื่น ผู้คนที่เข้ามาในวัดก็จะรู้สึกร่มเย็น 4) พิธีสะเดาะเคราะห์หรือสืบชะตาด้วยการปลูกต้นไม้ พิธีดังกล่าวมาจากพิธีสะเดาะเคราะห์โดยประชาชนเชื่อว่าเมื่อชีวิตตกต่ำต้องมีพิธีสะเดาะเคราะห์โดยพระสงฆ์โน้มน้าวให้ประชาชนเอาต้นไม้มาปลูกจึงได้ทั้งการสะเดาะเคราะห์ของตนเอง และเป็นการเพิ่มต้นไม้ให้ประเทศด้วย นอกจากนี้แล้วยังมีการสะเดาะเคราะห์ให้ต้นไม้ด้วยการใส่ปุ๋ยชีวภาพเพื่อเพิ่มพูนอินทรีย์วัตถุลงในดิน ทำให้ดินอุดมสมบูรณ์และต้นไม้ก็เจริญเติบโตได้ดี 5) พิธีทอดกฐินต้นไม้เป็นพิธีการใหญ่ที่ทำขึ้นปีละครั้ง กระบวนการคล้ายกับผ้าป่าต้นไม้ แต่จะมีการกำหนดขอบเขตเวลาให้สอดคล้องกับฤดูกาลโดยการทอดกฐินจะมีระยะเวลา 1 เดือนหลังออกพรรษา แต่กฐินต้นไม้จะกำหนดขึ้นในช่วง 1 เดือนแรกก่อนฤดูฝน ซึ่งเป็นช่วงที่สภาพอากาศเหมาะสมแก่การเจริญเติบโตของต้นไม้ 6) การสร้างสำนักปฏิบัติธรรมสำนักปฏิบัติธรรมจะเป็นสถานที่รวมตัวกันของผู้สนใจในการปฏิบัติธรรม ซึ่งสำนักปฏิบัติธรรมที่ดีควรมีความร่มรื่นท่ามกลางแมกไม้นานาชนิด ดังนั้น การสร้างสำนักปฏิบัติธรรมจึงมีอยู่ 2 รูปแบบ ได้แก่การ

ปฏิรูปวัดให้เป็นสำนักปฏิบัติธรรม โดยการปรับสภาพพื้นที่วัดเดิมให้ร่มรื่น ปรับภูมิทัศน์ให้เหมาะแก่การปฏิบัติธรรม และการสร้างสำนักปฏิบัติธรรมขึ้นในพื้นที่แห่งใหม่โดยจัดให้มีลักษณะเป็นสวนป่าที่มีความร่มรื่น การสร้างสำนักปฏิบัติธรรมจึงเป็นกระบวนการหนึ่งในการอนุรักษ์ฟื้นฟูระบบนิเวศ (พระอินถนอม ศรีหาคา, 2557 : 69)

ดังนั้น พระพุทธศาสนาจึงมีความสัมพันธ์กับระบบนิเวศอย่างลึกซึ้ง ไม่ได้มองแค่การเข้าไปจัดการกับระบบนิเวศเพียงด้านเดียวเท่านั้น แต่ยังมีความสัมพันธ์กันทั้งทางด้านวิถีชีวิต การพัฒนาจิตใจ การพึ่งพาปัจจัยในการดำรงชีพ ความเชื่อ ประเพณี และพิธีกรรม ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยเอื้อต่อการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างพระพุทธศาสนากับระบบนิเวศอย่างแน่นแฟ้น

## แนวคิดสุขภาวะตามหลักพระพุทธศาสนา

### 1. ความหมายของสุขภาวะ

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต) อธิบายคำว่า “สุขภาวะ” ในภาษาบาลี แปลว่า “ภาวะแห่งความเป็นสุข” มาจากคำว่า “สุข” แปลว่าความสุข กับคำว่า “ภาว” แปลว่า “ความเป็น” เมื่อนำมารวมกันจึงหมายถึงภาวะแห่งความสุข ภาวะที่เป็นสุข แปลมาจากภาษาอังกฤษว่า “well being” หรือ “wellness” เป็นคำที่มีความสัมพันธ์กันอย่างมากกับคำว่า “สุขภาพ” (health) และ “ความสุข” (happiness) ซึ่งเป็นส่วยย่อยของคำว่า “สุขภาวะ” รวมความแล้วก็คือการมี “คุณภาพชีวิตที่ดี” (quality of life) ซึ่งเป็นภาวะที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ในขณะที่สังคมก็มักมีลักษณะเอื้อต่อการส่งเสริมความสุขด้วย (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), 2551 : 8)

ในพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550 เป็นกฎหมายด้านสุขภาพที่มาจากรากฐานแนวคิดสำคัญ คือ “แนวคิดสุขภาวะองค์รวม” หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญาและทางสังคม (สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ, เอกสารคัดสำเนา: 21)

องค์การอนามัยโลก ได้ประกาศไว้เมื่อปี 2491 โดยให้ความหมายของคำว่าสุขภาพดีไว้ว่า หมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคมและปัญญา หรืออยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยไม่จำกัดเฉพาะความปราศจากโรคหรือปราศจากความพิการเท่านั้น (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), 2550 : 7)

องค์การวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (UNESCO) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต คือ อาหาร สุขภาพอนามัย โภชนาการ การศึกษา สิ่งแวดล้อม ทรัพยากรที่อยู่อาศัย การตั้งถิ่นฐาน การมีอาชีพ ค่านิยม ศาสนา จริยธรรม กฎหมาย และจิตวิทยา ซึ่งถือว่าเป็นคุณภาพชีวิตที่ดีและเป็นตัวชี้วัดสุขภาวะที่ดีด้วย (UNESCO, 1981 : 7)

ดังนั้น สุขภาวะจึงหมายถึง ภาวะที่บุคคลหรือสังคมเข้าถึงความสุขทางกายภาพและทางใจ โดยแสดงออกในรูปของ 1) สุขภาวะที่มนุษย์ทำให้มีขึ้น เช่น การดูแลรักษาสุขภาพทางกาย การฝึกหัดทางจิต การป้องกันภัยคุกคาม การสร้างกฎเกณฑ์ทางสังคมเพื่อให้เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข เช่น กฎหมาย ระเบียบกติกาทางสังคม ศีลธรรมทางสังคม ความเป็นธรรมทางสังคม เป็นต้น เพื่อให้เกิดภาวะที่สังคมมีสันติภาพ เป็นต้น 2) สุขภาวะที่เกิดจากการปรับตัวเข้ากับสภาพได้ หรือความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นสุขภาวะตามธรรมชาติ เช่น การปรับตัวเข้ากับฤดูกาล การประดิษฐ์คิดค้นที่อยู่ เครื่องนุ่งห่มและสิ่งอำนวยความสะดวกให้สอดคล้องกับสภาพภูมิประเทศและภูมิอากาศการปรับตัวเข้ากับระบบนิเวศ การปรับตัวเข้ากับความเชื่อ วัฒนธรรมประเพณีประจำท้องถิ่น

3) สุขภาวะที่มนุษย์สัมพันธ์กับธรรมชาติ สามารถใช้ประโยชน์จากทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีคุณค่า ในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อมในระบบนิเวศเดียวกัน เช่น ธรรมชาติบำบัดหรือการรักษาโรคด้วยสมุนไพร การอนุรักษ์และใช้ประโยชน์จากทรัพยากรได้อย่างยั่งยืน เป็นต้น 4) สุขภาวะในรูปของกระบวนการดำเนินชีวิตอย่างมีแบบแผนคือ ความสามารถในการวางแผนและดำเนินชีวิตอย่างมีแบบแผน มีความสามารถในการบริหารจัดการชีวิตได้ดี มีขั้นตอนในการดำเนินชีวิต ปราศจากทุกข์โศก สัมผัสปัจจัยแห่งความสำเร็จที่เอื้อต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดี เช่น การได้รับการศึกษาที่ดี การมีอาชีพและรายได้ที่มั่นคง การมีครอบครัวอบอุ่น เป็นต้น 5) สุขภาวะที่เกิดจากการได้รับความเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ไม่ถูกละเมิดสิทธิเสรีภาพ ไม่ถูกกระทำให้เสื่อมเสียศักดิ์ศรี การดูแลรักษาสมาชิกในสังคมให้มีศักดิ์ศรีเท่าเทียมกัน มีศักดิ์ศรีที่จะไม่ถูกเอารัดเอาเปรียบ มีศักดิ์ศรีที่จะไม่ถูกทำร้าย มีศักดิ์ศรีที่จะไม่ถูกปล่อยให้ได้รับความทุกข์ยากลำบาก มีศักดิ์ศรีในการได้รับการดูแลรักษาและเยียวยาในกรณีได้รับผลกระทบจากสังคม ในขณะที่ตัวก็เคารพศักดิ์ศรีของตนเองด้วยการรักษาสภาพความเป็นมนุษย์เอาไว้ได้ คือ การปฏิบัติตนไม่ให้เสื่อมจากความดีงาม และพัฒนาศักยภาพความเป็นมนุษย์อย่างสมศักดิ์ศรี 6) สุขภาวะที่เกิดจากการเข้าถึงหรือบรรลุถึงเป้าหมายบางอย่าง ทั้งที่เป็นเป้าหมายในระดับโลกียธรรม เช่น สำเร็จการศึกษา ทำงานสำเร็จตามบทบาทหน้าที่ เป้าหมายในการก่อร่างสร้างฐานะ เป็นต้นและบรรลุเป้าหมายระดับสูง เช่น ภาวะที่จิตมีความสุข ภาวะที่จิตหลุดพ้นจากความทุกข์ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “นิพพาน”

## 2. การจัดการสุขภาวะตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธศาสนาถือว่าสรรพสิ่งมีความสัมพันธ์กันเป็นเครือข่ายโยงใย การก่อความเสียหายกับสิ่งหนึ่งย่อมส่งผลกระทบต่อสิ่งอื่นด้วย เมื่อมองเข้ามาถึงกระบวนการดำเนินชีวิต การเสริมสร้างสุขภาวะตามแนวทางพระพุทธศาสนาจึงเป็นกระบวนการเพิ่มพูนสุขภาวะให้มีคุณภาพดียิ่งขึ้น ภายใต้การเสริมสร้างสุขภาวะแบบองค์รวมที่เรียกว่า “ไตรสิกขา” ดังต่อไปนี้

### 1) การเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านกายภาพ สังคมและสิ่งแวดล้อม (ศีล)

ศีลถูกกำหนดขึ้นตามหลักเหตุผลของกฎธรรมชาติ เป็นวิทยาศาสตร์ทางสังคมที่เป็นสหสัมพันธ์กัน และเป็นกระบวนการฝึกอบรมระดับบุคคลและสังคม เป็นระบบการฝึกอบรมเพื่อความเจริญ ได้แก่ เจตนางดเว้นจากการทำความชั่ว เมื่องดเว้นจากการทำชั่วก็ไม่เกิดความหวาดหวั่นใจ ทำให้จิตปลอดโปร่ง เมื่อจิตปลอดโปร่งก็ทำให้เกิดความสงบและเกิดสมาธิได้ง่าย เมื่อจิตเป็นสมาธิก็ทำให้เกิดความคล่องตัวในการใช้ปัญญา ทั้งปัญญาในระดับหาเหตุผลและปัญญาระดับความหลุดพ้น ซึ่งศีลเริ่มต้นจากความรับผิดชอบต่อตนเองแล้วขยายความเจริญด้านคุณธรรมไปสู่การบำเพ็ญประโยชน์สุขต่อสังคม นอกจากนี้ยังเป็นการป้องกันความเสียหายหรืออกุศลธรรมที่จะเกิดขึ้นกับตนเองและสังคม รวมทั้งการเสริมสร้างความมั่นคงทางสังคมด้วยในขณะเดียวกันการปฏิบัติศีลก็เป็นการสั่งสมบุญบารมีอีกรูปแบบหนึ่ง เพราะนอกจากจะงดเว้นจากการทำชั่วแล้วยังส่งเสริมให้ทำความดีเพื่อประโยชน์สาธารณะด้วย ส่งเสริมให้มีความสำรวมทางกาย วาจา ใจ เนื่องมาจากใจที่มีเจตจำนงงดเว้นจากการทำชั่วทางกายและวาจา ทำให้การแสวงหาทรัพย์และอาชีพสุจริต รวมทั้งการดำเนินชีวิตด้านอื่นๆ ก็มีความสุจริต และมีความสุข (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2559 : 833)

ดังนั้น การเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านกายภาพ สังคมและสิ่งแวดล้อมจึงมีศีลเป็นพลังงานขับเคลื่อนที่เป็นพลวัต เพราะศีลจะสะท้อนออกมาทางพฤติกรรมที่ดีงาม ไม่เป็นทุกข์โทษ เป็นสัญลักษณ์ของความดี ความงาม ความสุข การพัฒนาชีวิต และเป็นเครื่องมือสำคัญที่ทำให้อยู่อย่างมีความสุขในสังคม ในขณะเดียวกันก็ทำให้สังคมและสิ่งแวดล้อมเหมาะแก่การดำเนินชีวิต ไม่เป็นอุปสรรคต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วย ศีลจึงเป็นเครื่องมือสร้างเสริมสุขภาวะทางด้านกายภาพ สังคม และสิ่งแวดล้อม

### 2) การเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านจิตใจและอารมณ์ (สมาธิ)

การที่บุคคลจะมีสุขภาวะดีหรือไม่ จิตใจและอารมณ์ก็เป็นสิ่งสำคัญ เพราะเป็นสุขภาวะที่เกิดมาจากภายใน เมื่อจิตและอารมณ์ดีก็จะแสดงพฤติกรรมที่ดีตามไปด้วย โดยการสร้างสุขภาวะทางจิตและอารมณ์ตามแนวทางพระพุทธศาสนาเน้นการฝึกสติและสมาธิเป็นหลัก เพราะในส่วนของสติจะส่งเสริมให้มีความระลึกรู้ได้ไม่ลืมหอง รับรู้สิ่งที่มากระทบอย่างรู้เท่าทัน ไม่เผลอ ไม่ประมาท และมีความสำรวมประโยชน์ของสมาธิคือการเตรียมจิตเพื่อเป็นบาทฐานไปสู่วิปัสสนา และยังสามารถสร้างความสามารถพิเศษเหนือสามัญได้ทำให้มีสุขภาพจิตที่ดีและพัฒนาบุคลิกภาพ และมีประโยชน์ในชีวิตประจำวัน คือ ทำให้จิตผ่อนคลายหายเครียด เสริมประสิทธิภาพการทำงานและกิจกรรมอื่นๆ ป้องกันอุบัติเหตุ เสริมสุขภาพกาย และแก้ไขโรค เมื่อสุขภาพจิตดี อารมณ์อันเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจก็ดีขึ้นไปด้วย เมื่อปฏิบัติสติและสมาธิอยู่เสมอทำให้จิตมีปกตินิสัยเยือกเย็น ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ประมาท การทำกิจกรรมต่างๆ ก็จะไม่ผิดพลาด

ก่อให้เกิดความมั่นคงในชีวิตนอกจากนี้แล้วยังทำให้เกิดปิติและสุขอีกด้วย (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2559 : 833)

ดังนั้น การสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตและอารมณ์จึงมีความสัมพันธ์กัน พระพุทธศาสนาจึงมีแนวทางเสริมสร้างสุขภาวะด้วยการฝึกสติและสมาธิ ผลจากการฝึกสติและสมาธิทำให้มีความรู้สึกตัว ไม่ประมาท มีความระมัดระวังในการดำเนินชีวิต รู้เท่าทันปัญหาชีวิตและแนวทางป้องกันภัยคุกคาม สามารถปรับตัวได้กับสภาพความเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสิ่งแวดล้อม มีสมรรถภาพในการควบคุมอารมณ์ได้ดี ไม่ตกเป็นทาสสิ่งเร้าภายนอกที่มากระทบ มีอารมณ์มั่นคงด้วยกุศลธรรม มีความสงบ ปราศจากความเครียด และแรงกดดันทุกรูปแบบ นอกจากนี้ยังเป็นการลดทอนความเห็นแก่ตัว และทำคุณประโยชน์เพื่อสาธารณชนด้วย

### 3) การเสริมสร้างสุขภาวะทางด้านปัญญา

ปัญญาในทางพระพุทธศาสนาหมายถึงความรู้ทั่ว ปรีชาหยั่งรู้เหตุผล ความเข้าใจชัดเจน ความรู้ความเข้าใจในการแยกแยะในเหตุผล ดีหรือชั่ว คุณหรือโทษ ประโยชน์หรือมิใช่ประโยชน์ เป็นต้น และรู้ที่จะจัดแจง จัดสรร จัดการ ดำเนินการทำให้มีเหตุผลลวงพ้นปัญหา ความรอบรู้ในกองสังขารตามความเป็นจริง ปัญญาในทางพุทธศาสนาเกิดจาก 3 ช่องทาง ได้แก่ 1) จินตามยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการคิดพิจารณา (ปัญญาเกิดจากโยนิโสมนสิการที่ตั้งขึ้นในตนเอง) 2) สุตมยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการศึกษาเล่าเรียน (ปัญญาที่เกิดจากปรโตโฆสะ) เป็นปัญญาที่ได้มาจากผู้อื่น 3) ภวานมยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติบำเพ็ญ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2551 : 232) การเรียงลำดับจินตามยปัญญาขึ้นก่อนก็เพราะว่าเป็นกระบวนการศึกษาที่เริ่มจากภายในสู่ภายนอก ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้คิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล ภายใต้สัมมาทิฐิและกุศลธรรม จากนั้นจึงได้ศึกษาจากปัจจัยภายนอก เช่น การอ่าน การได้รับคำแนะนำสั่งสอนจากครูอาจารย์ และกัลยาณมิตรซึ่งความรู้ลักษณะนี้ทำให้เกิดกระบวนการถ่ายทอดองค์ความรู้จากรุ่นสู่รุ่น ก่อให้เกิดภูมิความรู้และวิวัฒนาการด้านนวัตกรรมใหม่ๆ อยู่เสมอ แต่ยังไม่ใช่ความรู้แท้ เพราะมักจะผันแปรไปตามสภาพแวดล้อมและสิ่งเร้าในแต่ละช่วงเวลา พระพุทธศาสนาจึงได้มีแนวทางแสวงหาปัญญาแท้จากการปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นการยกระดับจากความรู้สู่การภavana โดยใช้มนสิการคือการพิจารณาชีวิตตามสภาพความเป็นจริงพิจารณาสืบค้นหาเหตุผลไปตามลำดับจนถึงต้นเหตุ จิตที่สามารถแยกแยะองค์ประกอบของชีวิตจนมองเห็นตัวสภาวะธรรมและความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย และตรึงตรองให้รู้สิ่งที่ดีหรือชั่วด้วยกระบวนการคิดแยกแยะ คิดตามสภาพ คิดเลือกสรร คิดสร้างสรรค์ ซึ่งจะนำไปสู่กระบวนการปฏิบัติทางสังคมด้วย โดยกระบวนการแสวงหาความรู้ที่ถูกต้องซึ่งประกอบด้วยสัมมาทิฐิและกุศลธรรม จึงจะทำให้เป็นความรู้เพื่อการพัฒนาอย่างสร้างสรรค์

ดังนั้น สุขภาวะทางด้านกายภาพ สังคม และสิ่งแวดล้อม เสริมสร้างคุณประโยชน์จากการใช้ศักยภาพทางร่างกายได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน ไม่เกิดภาวะความหวาดหวั่นใจ มีความมั่นคงทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ส่วนสุขภาวะทางด้านจิตและอารมณ์ จะทำหน้าที่ป้องกันทุกข์และปัญหาต่างๆ มีคุณภาพจิตสูง จิตมีประสิทธิภาพ เข้าใจชีวิตไม่เครียด บุคลิกภาพดี มีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสังคมและสภาพแวดล้อมได้ดี ในขณะที่สุขภาวะทางด้านปัญญาจะมี 2 ระดับ ได้แก่ ปัญญาระดับการอยู่ในโลกอย่างมีความสุข ปราศจากทุกข์หรือโทษภัยทางสังคม และปัญญาในระดับสูงสุดขั้นหลุดพ้นจากพันธนาการทางจิต ไม่มีอารมณ์ใดมาปรุงแต่งจิตได้นั้นเป็นสุขภาวะระดับสูงจนเกินกว่าจะสรรหาถ้อยคำใดมาสื่อสภาวะนั้นได้

### พุทธนิเวศกับการสร้างสุขภาวะตามวิถีพุทธ

#### 1) พุทธนิเวศกับการสร้างสุขภาวะทางด้านสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ

พระพุทธศาสนามีความใส่ใจในระบบธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม แนวคิดการปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมเป็นไปอย่างพึ่งพาอาศัยกัน มนุษย์ได้ประโยชน์จากสิ่งแวดล้อม ในขณะที่สิ่งแวดล้อมก็ถูกมนุษย์ใช้อย่างเหมาะสม นอกจากมนุษย์จะเป็นผู้ใช้ประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมแล้วก็ยังเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อมด้วย จึงไม่สามารถแยกมนุษย์ออกมาจากสิ่งแวดล้อมได้ และมนุษย์ยังมีพันธกิจร่วมกันในการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม ส่วนแนวคิดในการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมส่วนใหญ่ปรากฏในพระวินัย ซึ่งถูกบัญญัติขึ้นเพื่อเกื้อกูลต่อสิ่งแวดล้อม ในขณะที่ผู้ล่วงละเมิดก็จะมีฐานความผิดด้วย เช่น ในกรณี “ภิกษุฉัพพัคคีย์ จุดไฟเผาหญ้า คนทั้งหลายประณามว่าเหมือนคนเผาป่า จึงได้ทรงบัญญัติว่าภิกษุใดจุดไฟเผาหญ้า ต้องอาบัติทุกกฏ” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 7/283/70) เมื่อมองถึงการเกิดขึ้นของพระพุทธศาสนาก็จะเห็นว่ามีความเกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม โดยเจ้าชายสิทธัตถะประสูติในป่า แสวงหาโมกขธรรมในป่า ตรัสรู้ท่ามกลางธรรมชาติ เผยแผ่ธรรมและสอนวิถีชีวิตแก่พุทธบริษัทโดยอิงอาศัยสิ่งที่มีอยู่ตามธรรมชาติ และปรีณิพพานท่ามกลางธรรมชาติ กระบวนการของพระพุทธศาสนาจึงมีความกลมกลืนและมีดุลยภาพกับธรรมชาติ หากมองในแง่พื้นที่ก็จะเห็นว่าพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งพื้นที่สีเขียว เพราะพื้นที่ใดที่เป็นพุทธศาสนจักรพื้นที่นั้นก็เป็นพื้นที่ที่ภัยทาน เป็นเขตห้ามบุกรุกทำลายธรรมชาติและระบบนิเวศพื้นที่วัดจึงเป็นพื้นที่อนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมไปด้วย ในขณะที่พระสงฆ์ก็มีอีกสถานะเป็นนวกอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมด้วย ส่วนศีลและพระวินัยบัญญัติก็มีความเกื้อกูลกับธรรมชาติ การบริโภคใช้สอยปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีพล้วนแต่ได้รับมาจากธรรมชาติ ซึ่งใช้อย่างประหยัดเท่าที่จำเป็นและเกิดคุณประโยชน์สูงสุดไม่รุกรานธรรมชาติมากเกินไป และปล่อยให้ธรรมชาติได้ฟื้นฟูตนเองตามธรรมชาติ ขณะที่คำสอนของพระพุทธศาสนาก็มีความสัมพันธ์กับธรรมชาติ “พุทธศาสนิกชนที่แท้จริงต้องปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาอย่างจริงจังและจริงใจเมื่อนั้นเราจึงจะรักษาธรรมชาติไว้ได้ トラบใดที่คนยังมีความเห็นแก่ตัวอยู่ก็ไม่สามารถที่จะป้องกัน

การทำลายป่าที่เพิ่มขึ้นได้” การบริโภคน้ำจืด 4 ตามความจำเป็นโดยปราศจากความเห็นแก่ตัว และการแสวงหาประโยชน์จากธรรมชาติโดยไม่คำนึงถึงผลกระทบและมลภาวะ หากใช้เกณฑ์ศีลธรรมขั้นพื้นฐานมาชี้วัดก็พบว่า เป็นการละเมิดศีลข้อที่ 1 ในฐานใช้ความรุนแรงต่อสิ่งแวดล้อม ละเมิดศีลข้อที่ 2 ในฐานการยึดครองเอาทรัพยากรสาธารณะมาเป็นของตนเอง ละเมิดศีลข้อที่ 3 ในฐานทำลายความสัมพันธ์ของระบบนิเวศ ละเมิดศีลข้อที่ 4 ในฐานเอารัดเอาเปรียบผู้อื่นในการเข้าถึงทรัพยากรอย่างเป็นธรรม ละเมิดศีลข้อที่ 5 ในฐานหลงใหลมัวเมาการบริโภคนิยมเกินจำเป็น ในขณะที่เดียวกันก็ละเมิดธรรมที่เกี่ยวกับเมตตา กรุณา กัลยาณธรรม โยนิโสมนสิการ ทิริ โอตตปปะ เป็นต้น (พุทธทาสภิกขุ, 2533 : 14)

นอกจากนี้ยังมีแนวทางในการป้องกันไม่ให้เกิดมลภาวะต่อสิ่งแวดล้อมที่ปรากฏในพระวินัยยกตัวอย่างเช่น “พึงทำความสำเหนียกว่าเราไม่ใช่จักไม่ถ่ายอุจจาระปัสสาวะหรือบ้วนน้ำลายลงบนของเขียว” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 2/652/732) และยังมีวินัยบัญญัติในการอยู่จำพรรษาในช่วงฤดูฝน ไม่ออกจาริกธุดงค์ไปปฏิบัติธรรมที่แห่งอื่นตลอดระยะเวลา 3 เดือน เพื่อป้องกันการเหยียบย่ำพืชในช่วงที่กำลังเจริญเติบโตได้ดี และยังเป็นส่งเสริมให้สิ่งแวดล้อมได้มีโอกาสพักฟื้นตัวตามธรรมชาติด้วย “พวกภิกษุณีพากันเที่ยวจาริกไปภายในพรรษาจึงบัญญัติให้หยุดไปภายในพรรษา เพื่อป้องกันการเหยียบย่ำของเขียวและหล้าป้องกันการเบียดเบียนชีวิตซึ่งมีอินทรีย์เดียวและไม่ให้ทำลายสัตว์เล็กน้อย” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 3/969/234) นอกจากนี้ยังมีความใส่ใจในชีวิตของสรรพสัตว์ทุกชนิดและทุกขนาดว่า เจตนาเป็นเหตุดวงใจจากการฆ่าสัตว์” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 10/402/335) และมีความใส่ใจในการถนอมรักษาสภาพพื้นดิน ไม่ทำกิจกรรมที่จะทำให้กระทบต่อพื้นดินและสิ่งมีชีวิตที่อยู่บนดินด้วย “ถ้าไม่มีกระโถนพึงเทน้ำลงพื้นดินอย่างระมัดระวัง หากไม่มีกระโถนเป็นพาชนะรอบรับน้ำที่นำไปใช้ในกิจต่างๆ พระพุทธเจ้าทรงให้เทลงพื้นอย่างระมัดระวัง เพื่อเป็นการรักษาหน้าดินและไม่ทำให้ถูกทำลายรวมทั้งไม่ให้กระทบต่อสรรพสัตว์ที่อาศัยอยู่ในดิน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 7/364/231)

ดังนั้น พระพุทธศาสนาที่มีลักษณะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม มีกฎเกณฑ์และวิถีชีวิตตลอดถึงหลักธรรมคำสอนที่สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อม กิจกรรมทางศาสนาก็เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันกับสิ่งแวดล้อม สุขภาวะทางด้านสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ ได้แก่ การตระหนักถึงความสำคัญของสิ่งแวดล้อม การเข้าใจระบบและกลไกของสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ การเข้าใจระบบความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างมีคุณภาพ การปรับตัวเพื่อเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ไม่ให้สิ่งแวดล้อมเป็นไปอย่างที่เราต้องการให้เป็น นอกจากนี้ยังรวมถึงการจัดการสิ่งแวดล้อมในส่วนที่เป็นปัญหา การป้องกันภัยคุกคามต่อสิ่งแวดล้อม การป้องกันและจัดการมลภาวะให้เหมาะสมแก่การอยู่อาศัย และการอยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างพึ่งพาอาศัย โดยสุขภาวะทางด้านสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติแสดงออกได้ 2 ลักษณะ ได้แก่ การที่มนุษย์ยอมรับและปรับตัวเพื่อให้อยู่ร่วมกับสิ่งแวดล้อมอย่างมีความสุข และการเข้าไปจัดการสิ่งแวดล้อมทาง

ธรรมชาติเพื่อให้เหมาะสมกับการดำรงชีพอย่างมีความสุข โดยการเข้าไปจัดปัจจัยเพื่อให้เอื้อต่อการดำรงชีพ และถูกสุขลักษณะ

## 2) พุทธนิเวศกับการสร้างสุขภาวะทางด้านสิ่งแวดล้อมทางสังคม

สิ่งแวดล้อมทางสังคมมีลักษณะเป็นสิ่งแวดล้อมที่มนุษย์สร้างขึ้น เพื่อจัดปัจจัยเอื้อให้สามารถอยู่ร่วมกันได้ จึงมีความเกี่ยวข้องกับความเป็นสมาชิก กระบวนการทางสังคม สถานที่ และเครื่องมือที่ใช้ประกอบกิจกรรมในการดำรงชีพ หากไม่สามารถจัดการกับสิ่งแวดล้อมทางสังคมได้ก็จะทำให้เกิดปัญหาหลากหลายรูปแบบ หน้าที่ การงาน ความรับผิดชอบ ข้าวของ เงินทอง บุตร ภรรยา สามี สิ่งเหล่านี้จะทำให้เกิดเรื่องขึ้นมา สิ่งอื่นไม่ค่อยก่อเรื่อง เพราะมันอยู่ไกลตัว มันไม่ได้กลุ่มรวมแวดล้อมตัวเราอยู่ (พุทธทาสภิกขุ, 2537 : 94) หากไม่สามารถบริหารบริบทสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่อยู่รอบตัวเราได้ สิ่งแวดล้อมก็เป็นส่วนหนึ่งในการก่อปัญหา ในขณะที่สิ่งแวดล้อมทางสังคมที่อยู่ห่างตัวออกไปก็ต้องมีปฏิสัมพันธ์ที่ติดต่อกันด้วย “อยู่บ้านใกล้กันก็ทำให้รู้สึกว่าได้ของมีคุณค่ามาอยู่ใกล้ๆ เราจะกลายเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า (พระพยอม กัลยาโณ, คัดสำเนา: 22) อยู่ร่วมกันสมาชิกในสังคมเดียวกันด้วยความพึงพาอาศัย ไม่สร้างความหวาดระแวงและความไม่ไว้วางใจให้เกิดขึ้น อยู่ร่วมกันด้วยความสุจริต ใช้งานจาอ่อนหวานและส่งเสริมการไม่วิวาทกัน ก่อให้เกิดสมานฉันท์ระหว่างผู้ที่แตกต่างกันขจัดความทะเลาะของชุมชนทำให้สามัคคีกันและทรงผลิตเพลีนบันเทิงอยู่กับผู้ที่ปรองดองกัน (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 11/235/192)

ดังนั้น สุขภาวะทางด้านสิ่งแวดล้อมทางสังคมคือการอยู่ในสังคมที่มีความสงบสุข ไม่มีภัยคุกคามทุกรูปแบบ ไม่มีอาชญากรรม มีหลักประกันความมั่นคงของชีวิต สมาชิกในสังคมมีความรักใคร่กลมเกลียว มีความยุติธรรม มีความเกื้อกูลกัน สร้างปัจจัยทางกายภาพให้เอื้อต่อสุขภาวะ มีกฎเกณฑ์การอยู่ร่วมกันอย่างเป็นธรรม เป็นสังคมแห่งความสุจริตทางกาย วาจา และทางใจ สร้างโอกาสในการเข้าถึงทรัพยากรอย่างเท่าเทียมกัน ขณะที่ระบบเศรษฐกิจ การเมือง สังคม การศึกษา ศาสนา วัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิต สถานพยาบาล ระบบสุขภาพอนามัย การบริการ และกระบวนการทางสังคมอื่นๆ ล้วนเป็นระบบสิ่งแวดล้อมทางสังคมทั้งสิ้น การเสริมสร้างปัจจัยเหล่านี้เพื่อให้เอื้อต่อชีวิตความเป็นอยู่ จัดโครงสร้างทางสังคมให้เหมาะแก่การดำรงชีพ และการจัดกระบวนการทางสังคมเพื่อให้สมาชิกปฏิสัมพันธ์อยู่ร่วมกันตามบทบาทหน้าที่และสถานภาพ ส่งเสริมให้สมาชิกปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคม และดำรงชีพอยู่ได้ภายใต้ทรัพยากรที่มีอยู่

## 3) พุทธนิเวศกับการสร้างสุขภาวะทางด้านสิ่งแวดล้อมในฐานะสภาวะธรรม

พระพุทธศาสนามองว่านอกจากสิ่งแวดล้อมจะให้คุณประโยชน์ทางการดำรงชีพแล้ว ยังมีคุณประโยชน์ในแง่ของการศึกษากระบวนการทางธรรมชาติด้วย ซึ่งเรียกว่าสภาวะธรรม เพราะพระพุทธเจ้าทรงรู้แจ้งกฎทางธรรมชาติ สอนตามกฎธรรมชาติ อาศัยสิ่งแวดล้อมภายนอกเป็นเครื่องมือเข้าถึงสัจธรรม ตอนแรกมนุษย์ขึ้นต่อธรรมชาติภายนอกในการมีความสุข แต่เมื่อมนุษย์พัฒนามากขึ้น ก็สามารถมีความสุข



สะ) และความเป็นส่วนประกอบของกันและกัน (ปริชาร) และยังเป็นสิ่งแวดล้อมกับหลักธรรมอื่นๆ เช่น อริยสัจ 4 ไตรลักษณ์ วิมุตติ นิพพาน เป็นต้น (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 14/136/174-175)

ดังนั้น สุขภาวะทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เป็นไปตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ได้แก่

- 1) สุขภาวะทางด้านสังคม คือ การที่สมาชิกในสังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีระเบียบกฎเกณฑ์ (มีศีล 5 เป็นศีลทางสังคม) การได้อยู่ในสังคมที่มีสัมพันธภาพดี เป็นสังคมที่มีความอนุเคราะห์ เกื้อกูลและส่งเสริมกัน เป็นสังคมที่มีความเท่าเทียมกันในการเข้าถึงทรัพยากรและการบริการ ตลอดถึงเป็นสังคมที่เข้าใจสิทธิและหน้าที่ รวมทั้งเคารพในสิทธิมนุษยชน ปราศจากภัยคุกคามทุกรูปแบบ มีความปลอดภัยทางสังคม ความเป็นธรรมทางสังคม และอยู่ในสังคมที่มีโครงสร้างเอื้ออำนวยต่อชีวิตความเป็นอยู่ สังคมที่มีลักษณะดังกล่าวจะเป็นสังคมแห่งสุขภาวะ
- 2) สุขภาวะด้านสิ่งแวดล้อม คือ การได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี แบ่งออกเป็นสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติที่ดี มีระบบนิเวศที่สมบูรณ์ มีระบบการป้องกันการรุกรานธรรมชาติ มีสภาพภูมิศาสตร์ สภาพภูมิอากาศ ที่เหมาะสมกับการดำรงชีพ มีระบบการจัดการและป้องกันมลภาวะที่ดี ส่วนสิ่งแวดล้อมที่เกิดจากฝีมือของมนุษย์ คือ การเข้าไปจัดการหรือแทรกแซงกระบวนการทางธรรมชาติเพื่อให้เหมาะแก่การอยู่อาศัย เช่น การปรับภูมิทัศน์และการจัดระบบกำจัดขยะมูลฝอยและมลภาวะ เป็นต้น

สิ่งแวดล้อมทางสังคมจึงมีความเกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาวะ 4 ลักษณะ ได้แก่ การจัดโครงสร้างทางกายภาพและโครงสร้างทางสังคมเพื่อให้เอื้อต่อการดำรงชีพ กระบวนการทางสังคม ความสัมพันธ์ทางสังคม และการปรับตัวเพื่อดำรงอยู่ในสังคม ในขณะที่สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติอีกรูปแบบหนึ่งก็คือสิ่งแวดล้อมที่เป็นสภาวะธรรม ได้แก่ ความเป็นกฎธรรมชาติ สภาวะธรรมทางธรรมชาติ การที่จิตเข้าไปรับรู้สภาวะธรรมตามธรรมชาติ และตัวสภาวะธรรมเองก็เป็นสิ่งแวดล้อมที่เกื้อกูลกับสภาวะธรรมอื่นด้วย โดยสุขภาวะทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมจึงมีความสัมพันธ์กับการปรับดุลยภาพระหว่างมนุษย์ สังคมและสิ่งแวดล้อม โดยมุ่งเน้นดุลยภาพระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ ดุลยภาพระหว่างมนุษย์กับสังคมและสิ่งแวดล้อม (รวมทั้งวัฒนธรรม ประเพณี และวิถีชีวิต) และดุลยภาพระหว่างมนุษย์กับสิ่งที่มีนามธรรม เช่น ความเชื่อ ค่านิยม ทศนคติ คุณธรรมและสภาวะธรรม ซึ่งดุลยภาพเหล่านี้จะเสริมสร้างให้เกิดสุขภาวะทางสังคมและสิ่งแวดล้อม

## สรุป

พุทธนิเวศกับการสร้างสุขภาวะตามวิถีพุทธการบริหารจัดการทรัพยากรทางธรรมชาติกับการสร้างสุขภาวะตามวิถีพุทธเป็นการสร้างความสุขให้เกิดขึ้นอย่างแท้จริงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและปัญญา การสร้างความสมดุลระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติที่มีความสมดุลในมิติต่างๆ อาทิ ความสมดุลระหว่างการพัฒนาทางด้านกายและจิตใจ ความสมดุลระหว่างเศรษฐกิจ สังคมและสิ่งแวดล้อม การจัดการทรัพยากรธรรมชาติจึงเป็นการสร้างความสุขที่ตอบสนองความต้องการของตนเอง ชุมชนและสังคมจากความสัมพันธ์กันระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ เป็นบ่อเกิดความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยอาศัยปัญญาร่วมกันพิจารณาในทรัพยากรในชุมชน เพื่อให้เป็นการพัฒนาอย่างแท้จริงที่มีผลต่อความสุขของบุคคล ชุมชน และประเทศชาติ

จากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีผลการบริหารจัดการทรัพยากรทางธรรมชาติกับการสร้างสุขภาวะตามวิถีพุทธคือความสัมพันธ์ระหว่างนิเวศวิทยาเชิงพุทธ (Buddhist Ecology) กับทุนทางสังคม/ทรัพยากรธรรมชาติ (Social Capital) ที่เกื้อหนุนต่อวิถีชีวิตชุมชนผ่านพิธีกรรมทางพระพุทธศาสนา โดยการจัดการทรัพยากรธรรมชาติชุมชนจะต้องประกอบด้วย คุณค่า (Valuable) ตระหนักถึงผลกระทบจากภัยทางธรรมชาติที่จะส่งผลกระทบต่อชุมชน ทำให้ชุมชนเกิดตระหนักเห็นถึงคุณค่าในการสร้างเกิดความสมดุลต่อธรรมชาติและสังคม คติ/ความเชื่อ (Thinking/Faithfulness) อันเป็นกรอบและแนวทางในการอนุรักษ์ผ่านพิธีกรรมทางพระพุทธศาสนาหรือพิธีกรรมของชุมชน

## เอกสารอ้างอิง

- พุทธทาสภิกขุ. (2533). *พุทธศาสนิกกับการอนุรักษ์ธรรมชาติ*. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- พุทธทาสภิกขุ. (2537). *อิทัปปัจจยตา*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ.
- พุทธทาสภิกขุ. (2542). *คู่มือมนุษย์*. กรุงเทพมหานคร:ธรรมสภา
- พุทธทาสภิกขุ. (2535). *พระสงฆ์กับการอนุรักษ์ป่า*. ในนิตยสารเสขิยธรรม. 2 (9).
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). (2543). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 9), กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). (2551). *ฟื้นฟูสุขภาวะยามสังคมวิกฤต*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). นนทบุรี: บริษัทสหมิตรพรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). (2550). *สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ อักษรสัมพันธ์ (1987) จำกัด.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพมหานคร: บริษัทเอส.อาร์.พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด.

- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). (2550). *การพัฒนาที่ยั่งยืน*. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด,
- พระพยอม กัลป์ยาโน. (ม.ป.พ). *การสร้างคุณค่าให้ชีวิต และหลักปฏิบัติเพื่อเพิ่มคุณค่าชีวิต*. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา
- พระอินถนอม ศรีหาคทา. (2557). *การสังเคราะห์กระบวนการจัดการระบบนิเวศเพื่อการอนุรักษ์ป่าและสัตว์ป่าในภาคอีสาน*. ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสารคาม
- ประพันธ์ ศุภสร. (2552). *พระวินัยกับการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ลัดดา หงสุรพันธุ์, (2551). *รูปแบบที่เหมาะสมของการอนุรักษ์ ป่า และพัฒนาป่าวัฒนธรรมในวัดป่าภาคอีสานโดยชุมชนมีส่วนร่วม*. ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาสารคาม.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ. “*สช-สช. : ไปไม่ตันเดียวกัน*”. เอกสารประกอบการสัมมนา, หน้า 21.
- UNESCO, (2581). *Quality of Life : Orientation to Population Education*. Bangkok : UNESCO.