

## วิเคราะห์แนวคิดพุทธสันติวิธีในวิถีชีวิต

### Analyzing the Concept of Buddhist Peace in the Way of Life

<sup>1</sup>พระปลัดธนเดช สมจิตโต (สมบัติมา)

PhraPralud Tanadech Samachitto (Sombutma)

<sup>2</sup>พระสุชีศม สีลเดชปุตติโย (จिरมหาสุวรรณ)

Phra Sukheesom Silatechaputtiyo (Jiramahasuwan)

<sup>1</sup>คณะพุทธศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

<sup>1</sup>Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

<sup>2</sup>ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา

<sup>2</sup>Buddhamahametta Foundation

<sup>1</sup>Corresponding author, e-mail: Sombutmas2020@Gmail.com

Received July 19, 2023; Revised February 20, 2024; Accepted: March 30, 2024



#### บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยคือ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับพุทธสันติวิธีในวิถีชีวิต 2) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับพุทธสันติวิธีในวิถีชีวิต 3) เพื่อบูรณาการแนวคิดพุทธสันติวิธีในวิถีชีวิตตามแนวพุทธ และ 4) เพื่อนำเสนอแนวทางและการสร้างองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับ “พุทธสันติวิธีในวิถีชีวิต” ด้วยการศึกษาจากเอกสารและงานวิจัย ผลการศึกษาพบว่า สันติวิธีเป็นวิธีการที่ไม่ใช้ความรุนแรงทุกรูปแบบ โดยจำแนกออกเป็น 3 ประเภท คือ สันติวิธีในการต่อสู้และเรียกร้อง สันติวิธีในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง และสันติวิธีในการดำเนินชีวิต โดยสันติวิธีในการดำเนินชีวิตจำแนกออกเป็น 4 วิธีการ คือ 1) พุทธสันติวิธีในวิถีชีวิตทาง กายภาพ ซึ่งเป็นการใช้สันติวิธีในการดำเนินชีวิตของบุคคล ได้แก่ วิธีทางสายกลาง วิธีการบริโศก ปังจัยดำรงชีพอย่างเกื้อกูล วิธีการเป็นพอเพียงและสันโดษ วิธีการจัดการชีวิต และวิธีการสำรวม อินทรีย์ 2) พุทธสันติวิธีในวิถีชีวิตทางด้านสังคม และสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นสันติวิธีในวิถีชีวิตมนุษย์กับ สังคมและสิ่งแวดล้อม โดยมีวัฒนธรรมแบบสันตินิยม 3) พุทธสันติวิธีในวิถีจิต ซึ่งเป็นสันติทางจิตใจใน ลักษณะของความสงบแห่งจิตและสงบจากกิเลส และ 4) สันติวิธีในวิถีปัญญา ซึ่งเป็นกระบวนการ การศึกษาเชิงพุทธสันติวิธีตามหลักไตรสิกขา ทำให้



มีวิถีชีวิตความเป็นอยู่และความเป็นไปโดยใช้สันติ วิธี ซึ่งสันติวิธีทั้ง 4 ประการดังกล่าวล้วนเป็นสันติวิธีในวิถีชีวิต

**คำสำคัญ:** พระพุทธศาสนา; สันติวิธี; วิถีชีวิต

## Abstract

This article has objectives are 1) To study the concept of Buddhism's peaceful way of life. 2) To study the principles of Buddhism related to Buddhism's peaceful way of life. 3) To integrate the concept of Buddhist peace in the way of life according to Buddhist principles, and 4) to present guidelines and generate a new knowledge about "Buddhist Peacefulness in the Way of Life" by studying documents and research. The findings found that "Peaceful means are methods that do not use any form of violence is classified into 3 types: Peaceful methods of fighting and demanding, Peaceful methods for resolving conflicts and peaceful ways of living life. For peaceful ways of living are divided into 4 methods: 1) Buddhist peaceful methods in the physical way of life, which is the persistence used of peaceful methods in the lives of individuals, including: middle way, the way of consumption, Supportive living factors, the way to be self-sufficient and secluded way of managing life and the way of restraint in organism 2) Buddhist means in the way of living life in terms of society and environment which is a peaceful way of human life with Society and environment with a peaceful culture 3) Buddhist peacefulness in the mental method which is peace of mind in characteristics of peace in mind and from defilements and 4) Peaceful way in the wisdom which is a process in Buddhist studies of peaceful methods according to the Threefold Principles, Making the way of daily life and be liable for applying peaceful methods, and all 4 peaceful methods mentioned above are all peaceful ways of life.

**Keywords:** Buddhism; Peace Method; Way of Life

## บทนำ

จากสภาพการณ์ทางสังคมที่ปรากฏให้เห็นความขัดแย้งและความรุนแรงทั่วทุกมุมโลก ประวัติศาสตร์ของมวลมนุษยชาติเต็มไปด้วยการสร้าง ความขัดแย้งและความรุนแรงต่อกัน ก่อให้เกิด สงครามครั้งรุนแรงมาแล้วหลายครั้ง ทั้งในระดับเชื้อชาติและระหว่างประเทศ โดยมีสงครามระดับโลก

เกิดขึ้นมาแล้ว 2 ครั้ง แต่แต่ละครั้งก่อให้เกิดความสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สินอย่างมหาศาล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงก่อนที่สงครามโลกครั้งที่ 2 จะสิ้นสุดลง “สหรัฐอเมริกาได้ทิ้งระเบิดปรมาณูลูกแรกลงที่ฮิโรชิมา ทำให้เมืองย่อยยับพร้อมกับมีประชาชนเสียชีวิตไป 80,000คน คิดเป็น 1 ใน 4 ของประชากรทั้งหมดของเมือง แต่ในอีก 3 วันต่อมา ระเบิดลูกที่ 2 ก็ถูกทิ้งลงที่เมืองนางาซากิ” (ปริชา ศรีวาลัย, 2546) ก่อให้เกิดความสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่ต่อมวลมนุษยชาติ จนทำให้ญี่ปุ่นประกาศยอมแพ้สงคราม “จาก ความสูญเสียในสงครามโลกครั้งที่ 2 ทำให้มีผู้เสียชีวิตในสนามรบ 14,434,033 คน บาดเจ็บ 25,024,822 คน เกิดความเสียหายทางเศรษฐกิจและการเงินประมาณ 1,600 พันล้านดอลลาร์” (ปริชา ศรีวาลัย, 2546) นอกจากนี้ยังทำให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บในรูปแบบใหม่ ที่เกิดจากสารกัมมันตภาพรังสีตกค้างซึ่งเป็นผล พวงมาจากการใช้ยุทธภัณฑ์สงคราม รวมทั้งผลกระทบต่อทรัพยากรทางธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมด้วย นอกจากสงครามโลกแล้วก็ยังมีสงครามเกิดขึ้นเรื่อยมา จนถึงปัจจุบันก็ยังมีหลายประเทศที่กำลังทำสงครามกันอยู่ “สงครามหรือความรุนแรงไม่ใช่ทางเลือกของมนุษยชาติ เพราะสงครามไม่เคยทำให้ ความขัดแย้งหมดไป แต่สันติภาพต่างหากที่หมดไป” (เขมานันท์ เขมานันโท, 2553) แม้ว่าบางพื้นที่สงครามจะสิ้นสุดลงแล้ว มนุษย์ ได้สร้างความบาดหมางและสิ่งสมอคมความรู้แบบรุนแรง รวมทั้งส่งมอบวัฒนธรรมแห่งการใช้ความ รุนแรงต่อกันมาทุกยุคสมัย และยังมีผลพวงกระทบไปถึงสิ่งแวดล้อมด้วย ทำให้มนุษย์นิยมใช้ความ รุนแรงเป็นการตัดสินใจมากกว่าการใช้สันติวิธี นอกจากนี้ยังพบว่าในวิถีชีวิต การบริโภค และวัฒนธรรมของมนุษย์เต็มไปด้วย การนิยมความรุนแรง ซึ่งสะท้อนให้เห็นความรุนแรงที่แฝงอยู่ในวิถี ชีวิตมนุษย์

สันติวิธีถือเป็นวิธีการที่มนุษย์จะใช้เพื่อการอยู่ร่วมกันได้ โดยวิธีการดังกล่าวมีการกล่าวไว้ในพระพุทธศาสนา ว่าหลักธรรมที่เกี่ยวกับการสร้างสันติประชาคม มีหลักธรรม 6 ประการ ได้แก่ หลักไตรสิกขา เป็นหลักพัฒนากาย จิต ปัญญาของตนเอง หลักสาราณียธรรม หลักอภิธานิยธรรม เป็นหลักเชื่อมความเมตตา ความสามัคคีของคนในสังคมเข้าด้วยกัน หลักกัลยาณมิตร หลักโยนิโสมนสิการ และหลักอภัยทาน เป็นหลักที่ใช้ระงับความขัดแย้ง

คำว่า "สันติ" ในบริบทนี้ หมายถึง "สังคมแห่งสันติ "สันติเชิงโลกิยะ" หรือ "สมมติสันติ" ดังที่ได้กล่าวแล้ว ด้วยเหตุนี้ คำว่า "สันติ" หรือ "ความสงบ" ในบริบทนี้จึงมีความหมายว่า "ภาวะที่ไร้ความรุนแรงทั้งทางตรงและทางอ้อม" และเมื่อเชื่อมกับคำว่า "พุทธสันติวิธี" หรือ "สันติวิธีเชิงพุทธ" นั้น จึงหมายถึง "วิธี ข้อปฏิบัติ หรือชุดของวิธีอย่างใดอย่างหนึ่งที่พระพุทธเจ้า หรือเหล่าสาวกของพระองค์ได้ใช้เป็นเครื่องมือในการจัดการความขัดแย้งอย่างสันติ" ซึ่งคำว่า "จัดการอย่างสันติ" หมายถึง "การใช้วิธี ข้อปฏิบัติ หรือชุดของวิธีทุกชนิดที่มีอยู่เข้าไปจัดการความขัดแย้งโดยไม่ใช้ความรุนแรง หรือปราศจากความรุนแรงทั้งทางตรงและทางอ้อม" การจัดการความขัดแย้งด้วยสันติวิธีมิได้เป็นหลักประกันว่า ทุกกรณีต้องสำเร็จ หรือทุกวิธีสามารถ "สร้างสันติภายนอก" ให้เกิดขึ้นแก่ "บุคคล" หรือ "กลุ่มบุคคล" ในสังคมได้ แต่บางกรณีสันติวิธีอาจจะใช้ไม่ได้ก็ได้ ด้วยเหตุผลดังกล่าวสันติวิธีอาจจะไม่ใช่วิธีที่ดีที่สุดก็ได้



แต่ในปัจจุบันนี้ นักสันติวิธีมีความคิดสอดคล้องกันว่า วิธีที่ดีที่สุดขณะนี้ที่มนุษย์มีอยู่และค้นพบคือ "สันติวิธี" หรือจะกล่าวอีกนัยหนึ่ง หากจะมองในมิติของพระพุทธศาสนาก็คือ วิธีที่ดีที่สุดที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบในการจัดการความขัดแย้งก็คือ "พุทธสันติวิธี" ถึงกระนั้น สันติวิธีของพระองค์สามารถเป็นหลักฐานที่สำคัญในการบอกนักสันติวิธีทุกคนที่เห็นตรงกันในประเด็นที่ว่า "สันติวิธีอาจจะใช้ไม่ได้ในทุกกรณี ทุกเหตุการณ์ และทุกวิธี" บางกรณี บางวิธี บางเหตุการณ์อาจจะประสบกับปัญหาและอุปสรรคก็ได้ ซึ่งข้อสมมติฐานนี้ได้รับการพิสูจน์โดยพระพุทธเจ้าเป็นที่เรียบร้อยแล้ว (พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส (นิตฺยบุณยากร) 2561)

สันติวิธีถือเป็นวิธีการที่มนุษย์จะใช้เพื่อการอยู่ร่วมกันได้ โดยวิธีการดังกล่าวมีการกล่าวไว้ในพระพุทธศาสนา ว่าหลักธรรมที่เกี่ยวกับการสร้างสันติประชาคม มีหลักธรรม 6 ประการ ได้แก่ หลักไตรสิกขา เป็นหลักพัฒนากาย จิต ปัญญาของตนเอง หลักสาราณียธรรม หลักอภิธานียธรรม เป็นหลักเชื่อมความเมตตา ความสามัคคีของคนในสังคมเข้าด้วยกัน หลักกัลยาณมิตร หลักโยนิโสมนสิการ และหลักอภัยทาน เป็นหลักที่ใช้ระงับความขัดแย้ง

ในบทความนี้จะได้วิเคราะห์แนวคิดพุทธสันติวิธีในวิถีชีวิต เพื่อจะได้เสนอแนวทางการใช้สันติวิธีในชีวิตประจำวันตามแนวทางพระพุทธศาสนาต่อไป

### แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับสันติวิธี

คำว่า "สันติวิธี" มาจากคำ 2 คำ คือ สันติ+วิธี โดยคำว่า "สันติ" หมายถึง ความสงบ ส่วนคำว่า "วิธี" หมายถึง หนทางหรือแนวทางที่จะกระทำ เมื่อนำมารวมกันเป็นคำว่าสันติวิธี หมายถึงแนวทางที่ทำให้เกิดความสงบ "สันติวิธี" ในภาษาอังกฤษนิยมใช้คำว่า Non-violence ซึ่ง ลักษณะของสันติวิธีจะมุ่งเน้นไปที่วิธีการหรือเครื่องมือในการจัดการกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้น โดยการจัดการความขัดแย้งในภาษาอังกฤษใช้คำว่า Conflict resolution, Conflict management และ Conflict transformation" (ชัยวัฒน์ สถาอานันท์, 2534) ซึ่งเป็นกลุ่มคำที่ว่าด้วยวิธีการจัดการความขัดแย้งอย่างสันติ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานให้ความหมายของสันติวิธีว่า หมายถึง "วิธีที่จะก่อให้เกิดความสงบ เช่น เจริญสงบศึกโดยสันติวิธี" (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546) นอกจากนี้ยังมีความหมายในเชิงวิธีการ "สันติ วิธีเป็นที่ไม่ใช้ความรุนแรงและวิธีการปฏิบัติที่ไม่รุนแรงในการแก้ปัญหาหรือดำเนินชีวิต" (รุ่งธรรม ศุภจิธรรมรักษ์, 2533) โดยสรุปแล้ว สันติวิธี หมายถึง วิถีชีวิตที่ไม่รุนแรงและวิธีการที่ไม่ใช้ความรุนแรงทุกรูปแบบทั้งทางตรงและ ทางอ้อม รวมทั้งจะต้องไม่ส่งเสริมหรือสร้างปัจจัยให้เกิดความรุนแรงด้วย

ส่วนการจัดกลุ่มของสันติวิธีมีนักวิชาการและนักสันติวิธีจำนวนมากได้จำแนกออกเป็น หลายแนวคิด ทั้งแนวคิดที่เห็นว่าสันติวิธีเป็นวิธีการบริหารจัดการชีวิตทั้งตนเองและสังคม หรือแนวคิดที่

เห็นว่าสันติวิธีจะต้องมองในแง่ของการดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข และยังมีแนวคิดที่ว่าสันติวิธีไม่ได้หมายถึงแค่วิถีทางจัดการความขัดแย้งเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการใช้ชีวิตด้วยสันติวิธีอีกด้วย โดยในบทความนี้ได้จำแนกสันติวิธีออกเป็น 4 ประเภท ดังต่อไปนี้

1) สันติวิธีทางกายภาพ สันติวิธีทางกายภาพ (สันติวิธีในการดำเนินชีวิต) สันติวิธีในการดำเนินชีวิต คือ การดำเนินชีวิตที่ไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ตาม แนวทางของศีล 5 เป็นเครื่องมือในการอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุขของมนุษย์ เป็นบรรทัดฐานหรือ กฎเกณฑ์ทางสังคม เพื่อให้มนุษย์สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข (พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, 2548) โดยสันติวิธีในการดำเนินชีวิตจะใช้เป็นประจำในชีวิตประจำวันก่อนที่จะมีความขัดแย้ง หรือเมื่อมีความขัดแย้งแล้วก็มีวิถีชีวิตที่สงบและปราศจากความรุนแรง ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่ดีของนักสันติวิธี โดยสันติวิธีประเภทนี้จะเป็นวิถีชีวิตที่เกื้อกูลต่อผู้อื่นและสิ่งอื่นด้วย ซึ่งเป็นลักษณะของการจัดการชีวิตอย่างสันติในวิถีชีวิต

2) สันติวิธีทางด้านสังคม (สันติวิธีในการต่อสู้และเรียกร้อง) สันติวิธีในการต่อสู้และเรียกร้อง (Peaceful Demonstrate/Protest) เป็นแนวทางที่ ถูกนำมาใช้เมื่อเกิดความไม่พอใจหรือมีความเห็นที่ไม่สอดคล้องกับผู้มีอำนาจ มีการดำเนินการใน ลักษณะประท้วงหรือเรียกร้องจากผู้มีอำนาจอย่างสงบ โดยสันติและไม่มีอาวุธ (วันชัย วัฒนศัพท์, 2547) ซึ่งสันติวิธีประเภทนี้ มักใช้ในการต่อสู้หรือเรียกร้องความต้องการจากผู้ที่มีอำนาจมากกว่า “เป็นวิธีที่กลุ่มบุคคลหรือมวลชนใช้ต่อสู้เพื่อให้ได้ในสิ่งที่ต้องการ” (มารค ตามไท, 2543) ยกตัวอย่างเช่น การชุมนุมเรียกร้องความต้องการจาก รัฐบาลให้ยุบสภาเพื่อคืนอำนาจให้กับประชาชน หรือการต่อสู้ด้วยการชุมนุมทางการเมือง รวมทั้งการชุมนุมเพื่อต่อสู้เรียกร้องสิทธิประโยชน์เท่าเทียมกันในฐานะพลเมือง เป็นต้น ซึ่งจะเป็นสันติวิธีที่แสดงเจตนาธรรมต่อผู้มีอำนาจทั้งในรูปของบุคคลหรือคณะ ซึ่งเป็นกระบวนการต่อสู้และเรียกร้องความต้องการโดยไม่ใช้ความรุนแรง

3) สันติวิธีทางด้านจิตใจ ในทางปฏิบัติ ผู้คนในสังคมก็ควรอยู่กันในเมตตาไมตรี ไม่มุ่งทำร้ายทำลายกัน โดยมีหลักเกณฑ์ขั้นต่ำ ให้มนุษย์รักษา สářรวมกายวาจา ไม่เบียดเบียนกัน ไม่ละเมิดล่วงเกินสิทธิ์ของผู้อื่น เป็นต้น รวมเรียกว่าในระดับกายวาจาก็สำรวมมีศีลเป็นเครื่องกำกับ การมีศีลเป็นเครื่องประกันในขั้นหนึ่งว่า มนุษย์อาจจะไม่เบียดเบียนกัน ด้วยกายเวลา แต่เพียงแค่ขั้นศีลนี้ ไม่พอสำหรับการจะสถาปนาสันติภาพได้ เพราะการมุ่งปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ และข้อปฏิบัติ จะทำให้รู้สึกแห้งแล้ง ไร้หัวใจ ไร้ชีวิตชีวิต จึงต้องพัฒนาศึกษาลึกไปอีกขั้น คือ เข้าไปถึงจิตใจ กล่าวคือ การฝึกหัดพัฒนาตนให้มีท่าทีปรารถนาดีต่อเพื่อร่วมโลก ธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม การเห็นคุณค่าของธรรมชาติ ความสามารถในการสู้ปัญหา อดทน เข้มแข็ง ใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ มุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ไม้ใจเสาะเปราะบาง ซึ่งรวมเรียกว่า พัฒนาการด้านจิตใจ ทั้งการรักษาศีล และการมีท่าทีต่อเพื่อนมนุษย์ ต้องพยายามให้เกิดขึ้นพร้อมกับการพิจารณาเป็นคุณค่า ไตร่ตรองผลดีผลเสีย แล้วลงมือปฏิบัติ ด้วยความรู้ความเข้าใจ การที่ต้นเข้าไปเกี่ยวข้องหรือจะลงมือปฏิบัติกิจการใด ต้องทำด้วยความรู้ ความ



เข้าใจ ไม่ทำด้วยความลุ่มหลงมัวเมา ไปตามกระแสของความอยาก เมื่อมีความรู้แล้วก็ทำการด้วยความรู้นั้น รวมเรียกว่า พัฒนาด้านปัญญา การพัฒนามนุษย์ในด้านศีล จิต และปัญญา เป็นการมุ่งไปสู่วิถีแห่งสันติภายใน กล่าวคือ เป็นวิถีทางอันประเสริฐเมื่อเข้าถึงความสุข เมื่อเกิดสันติภายในแล้วก็หวังในขั้นหนึ่งว่า ด้วยการถือคติเมตตาไมตรี สันติภาพจะแผ่ขยายออกไปสู่สังคมและโลกกว้าง (พระมหาภุชยะ ตรีโณ,ดร. 2551)

4) สันติวิธีทางด้านปัญญา (สันติวิธีในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง) สันติวิธีในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง (Peaceful Conflict Resolution) เป็นแนวทาง ที่ใช้ในการแก้ปัญหาหลังจากที่ความขัดแย้งหรือข้อพิพาทเกิดขึ้นแล้ว มีความพยายามยุติความขัดแย้ง โดยใช้สันติ (โคทม อาริยา, 2546) บางครั้งเรียกสันติวิธีประเภทนี้ว่าสันติวิธีในการจัดการกับความขัดแย้ง “การใช้สันติวิธี ไม่เพียงสามารถทำให้อีกฝ่ายยุติความรุนแรงได้เท่านั้น หากยังทำให้เขากลับมาเป็นมิตรกับผู้ใช้สันติวิธี ได้ด้วย” (พระไพศาล วิสาโล, 2544) ซึ่งสันติวิธีประเภทนี้จะถูกใช้ในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้งเกิดขึ้นแล้ว เช่น การเจรจาเพื่อ หาข้อยุติความขัดแย้ง การประนีประนอม การแยกกลุ่มขัดแย้งออกจากกัน และการไกล่เกลี่ย เป็นต้น

โดยสรุปแล้วสันติวิธีเป็นกระบวนการไม่ใช้ความรุนแรงที่สำคัญ 4 กระบวนการ ได้แก่ กระบวนการต่อสู้และเรียกร้องด้วยวิถีทางสันติ กระบวนการแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งและความรุนแรงอย่างสันติ กระบวนการดำเนินชีวิตตามวิถีแห่งสันติ และกระบวนการสันติวิธีทางด้านจิตใจ โดยในสถานการณ์ปกติก็ใช้สันติวิธีในการดำเนินชีวิต ในสถานการณ์ที่ต้องการหรืออยากให้ผู้มีอำนาจรับรู้ความต้องการก็ใช้สันติวิธีในการ เรียกร้อง เพื่อเป็นการบอกความต้องการด้วยการสร้างพลังต่อรองเพื่อให้ผู้มีอำนาจให้ความสำคัญและหาวิธีการช่วยเหลือหรือเยียวยา ส่วนในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้งก็ใช้สันติวิธีในการจัดการความขัดแย้งหรือการแก้ปัญหาความขัดแย้งด้วยวิธีการไม่ใช้ความรุนแรง หรือแม้แต่การจำกัดความขัดแย้ง ไม่ให้ยกระดับไปสู่ความรุนแรงก็เป็นสันติวิธีอีกรูปแบบหนึ่ง

### วิเคราะห์แนวคิดพุทธสันติวิธีในวิถีชีวิต

พระพุทธศาสนาได้ชื่อว่าเป็นศาสนาที่ว่าด้วยสันติ ทั้งสันติในแง่ของวิธีการและสันติในแง่ของผลที่ก่อให้เกิดสันติ โดยในบทความนี้ได้ศึกษาวิเคราะห์และจำแนกแนวคิดพุทธวิธีในวิถีชีวิต ออกเป็น 4 ด้าน ดังต่อไปนี้

1. พุทธวิธีในวิถีชีวิตทางด้านกายภาพ จากการศึกษาพบว่ามีพุทธสันติวิธีที่มีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของมนุษย์ทางด้าน กายภาพ 5 ส่วน แต่ละส่วนก็จะมีผลต่อวิถีชีวิตมนุษย์โดยตรง ซึ่งมนุษย์สามารถจัดการได้อย่างสันติวิธี ด้วยตัวเอง ดังต่อไปนี้

1.1 สันติวิธีในวิถีทางสายกลาง หากมองในแง่แนวทางดำเนินชีวิตจะเห็นว่า พระพุทธเจ้าเป็นนักสันติวิธีจาก ประสบการณ์ตรง พระองค์ทรงใช้วิธีการเบียดเบียนมาก่อนที่จะทรงใช้สันติวิธี ประสบการณ์ที่ พระองค์ทรงอยู่ในเพศฆราวาสวิสัยทรงรู้สึกที่ชีวิตเต็มไปด้วยความทุกข์ (กามสุขัลลิกานุโยค) จากนั้น ทรงเสด็จออกบวชเพื่อแสวงหาวิธีการดับทุกข์ ทรงใช้วิธีการเบียดเบียนตัวเองด้วยการทรมานร่างกาย (อัตตกิลมณานุโยค) แต่ก็ไม่สามารถดับทุกข์ได้ จากนั้นก็ทรงใช้วิธีมีสมาธิปฏิบัติ อันเป็นวิธีการที่ไม่ สุดโต่งข้างใดข้างหนึ่ง อันเป็นแนวทางสันติวิธี “สันติวิธีจึงเป็นทางสายกลางซึ่งอยู่ระหว่างทางสุดโต่ง สองทาง คือ การยอมจำนนกับการใช้ความรุนแรง” (พระไพศาล วิสาโล, 2553) เพราะพระพุทธเจ้าไม่ยอมจำนนให้กับความ ทุกข์และไม่ทรงเลือกวิธีการดับทุกข์ด้วยความรุนแรง เพราะว่าทั้งการยอมจำนนกับความรุนแรงไม่ใช่ แนวทางของความดับทุกข์ได้ จากนั้นเป็นต้นมา พระองค์ก็ทรงเผยแผ่แนวทางสันติวิธีเพื่อนำไปสู่สันติ มาโดยตลอด ซึ่งการดำเนินชีวิตแบบทางสายกลางในระดับประชาชนทั่วไปเป็นการควบคุมวิถีชีวิต ไม่ให้เป็นไปตามอำนาจของกิเลสตัณหา มานะ และทิฐิ โดยพระพุทธศาสนาสอนเรื่องการใช้ชีวิต ความเป็นอยู่และความเป็นไปอย่างสันติ อยู่อย่างสงบและอยู่อย่างมีความสุข พระพุทธศาสนาংশอนให้ ดำรงชีวิตในทางที่เหมาะสม ไม่ตึงเกินไปและหย่อนเกินไป เพื่อให้มีชีวิตความเป็นอยู่อย่างสันติและมี สุขวิถีด้วย

1.2 สันติวิธีในวิถีการบริโภค ในพระพุทธศาสนามีคำสอนให้บริโภคอย่างมีสติ บริโภคอย่างรู้เท่าทัน และพิจารณา คุณค่าแท้จากการบริโภค สำรวมในการบริโภคปัจจัยการดำรงชีพโดยใช้หลัก โภชนมัตตัตถุญญา คือ ความรู้จักใช้เครื่องอุปโภคและเครื่องบริโภคอย่างพอดีเหมาะสม การดำเนินชีวิตควรคำนึงถึงความ พอดีเป็นสำคัญ เพราะโลกประสบกับปัญหาวิกฤตการณ์ทางนิเวศวิทยา เนื่องจากมนุษย์ใช้สอย สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติมากเกินไป และพระพุทธศาสนายังมีหลักการใช้ปัจจัยสันนิสิตสี่ซึ่งเป็นศีล ในการดำเนินชีวิต เพื่อควบคุมการใช้ปัจจัย 4 อย่างเหมาะสมและเกื้อกูล

ในเรื่องการบริโภคปัจจัย 4 ของพระภิกษุสงฆ์ในพระพุทธศาสนา รวมถึงการวิเคราะห์ ความหมายและ เป้าหมายของการบริโภคที่ถูกต้องตามพระราชบัญญัติ เนื่องจากหลักการบริโภคของพระพุทธศาสนา ได้บัญญัติผ่านกาลเวลานานนับประมาณ 2600 ปี ส่วนบริบททางสังคมและวัฒนธรรมย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเทศะ และหลักเกณฑ์ที่กำหนดไว้สำหรับการบริโภคปัจจัย 4 ทั้งในแง่ของการได้มา การใช้ การครอบครอง และการเก็บสะสม เนื่องจากบทบัญญัติบางข้อไม่เหมาะสมและสอดคล้องกับบริบททางสังคมปัจจุบัน และพระวินัยบางข้อก็ไม่อาจนำมาปฏิบัติตามได้ครบ เพราะสิ่งที่เคยมีในครั้งพุทธกาลก็ไม่มีแล้วในปัจจุบัน และสิ่งที่มีในปัจจุบันก็ไม่ตรงกับที่พระวินัยบัญญัติไว้ ทั้งนี้เนื่องจากบริบททางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป เมื่อนำมาพิจารณากับบรรทัดฐานทางพระพุทธศาสนา พบว่ามีข้อบัญญัติไว้สำหรับการบริโภคปัจจัย 4 มากมายที่ปรากฏอยู่ในพระวินัย อย่างไรก็ตาม มีข้อยึดหยุ่นอยู่ 2 ทาง คือ ในทางวินัยโดยตรงที่มีข้อยกเว้นที่ไม่เป็นอาบัติกำหนดไว้ให้ และอีกทางหนึ่งคือ ขออนุญาตในหลักธรรมต่างๆ เช่น หลักมหาปเทศ 4 ฯลฯ ไม่ว่าจะกาลเวลาหรือ



สิ่งแวดล้อมจะเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร การบริโภคปัจจัย 4 ของพระภิกษุสงฆ์ต้องดำเนินไปตามหลักการของมรรค 8 จึงจะทำให้สามารถพัฒนาจิตใจและสติปัญญาได้ ตามหลักพระพุทธศาสนา ข้อบัญญัติเกี่ยวกับการบริโภคปัจจัย 4 ไม่ได้วางไว้เพื่อให้พระภิกษุสงฆ์ปฏิบัติเท่านั้น แต่อุบาสก อุบาสิกาทั้งหลายยังสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อชีวิตที่มีความสุขได้ในปัจจุบัน

1.3 สันตวิธีในวิถีพอเพียง ปัญหาส่วนใหญ่ของมนุษย์คือการไม่รู้จักสถานภาพของตนเอง ไม่เคารพใน สถานภาพของตนเอง จึงมีพฤติกรรมก้าวก่ายและคุกคามต่อคนอื่น พระพุทธศาสนาจึงมีคำสอนเรื่อง สันโดษ ซึ่งเป็นรากฐานของวิถีพอเพียงในการดำเนินชีวิต เพราะสันโดษ คือ ความยินดี ความพอใจ ความยินดีด้วยของตนที่ได้มาด้วยเรี่ยวแรงและความเพียรโดยชอบธรรม ความยินดีด้วยปัจจัย 4 ตาม มีตามได้ ความรู้จักอิมและรู้จักพอ ซึ่งเป็นสันตวิธี ดังต่อไปนี้ 1) ยถาลภสันโดษ คือ ยินดีตามที่ตน ได้มาอย่างสุจริต ตนได้สิ่งใดมาหรือเพียรหาสิ่งใดมาได้ เมื่อเป็นสิ่งที่ตนจึงได้ไม่ว่าจะหายาบหรือ ประณีตแค่ไหนก็ยินดีพอใจด้วยสิ่งนั้น ไม่ติดใจอยากได้สิ่งอื่น ไม่เดือดร้อนกระวนกระวายในสิ่งที่ตน ไม่ได้ ไม่ปรารถนาสิ่งที่ตนไม่พึงได้ หรือกินไปกว่าที่ตนจึงได้โดยถูกต้องชอบธรรม ไม่เพ่งเล็งปรารถนา สิ่งที่คนอื่นได้และการไม่ริษยาคนอื่น ซึ่งเป็นวิถีพอเพียงตามที่ตนได้หรือตามที่ตนมีอยู่ ไม่ใช่ชีวิตเกิน จำเป็นรวมทั้งการไม่ใช้ทรัพยากรเกินจำเป็น จึงทำให้มีวิถีชีวิตแบบเกื้อกูลต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้วย 2) ยถาลภสันโดษ คือ ยินดีตามกำลัง ยินดีแต่พอแก่กำลังร่างกายสุขภาพและวิสัยแห่งการใช้ สอยของตน ไม่ยินดีอยากได้เกินกำลัง จนมีหรือได้สิ่งใดมาอันไม่ถูกต้องกับกำลังร่างกายหรือสุขภาพ สิ่งใดที่ไม่เหมาะกับตนก็สละให้กับคนอื่น ใช้ปัจจัยการดำรงชีพเฉพาะที่จำเป็นและมีประโยชน์ต่อชีวิต จริงเท่านั้น ส่วนอื่นที่มีมากเกินไปก็เป็นปัจจัยฟุ่มเฟือยและเกินกำลังที่ร่างกายต้องการ เพราะเมื่อเมื่อ ทำอะไรโดยไม่ประเมินกำลังและความสามารถของตนเองเท่ากับการนำตนเองเข้าสู่วิถีแห่งความ รุนแรง และ 3) ยถาสารูปสันโดษ คือ ยินดีตามสมควร ยินดีตามสิ่งที่เหมาะสมกับตน อันสมควรแก่ ภาวะและฐานะ แนวทางดำเนินชีวิตและจุดหมายแห่งการบำเพ็ญกิจของตน ไม่ปรารถนาสิ่งของหรือ ตำแหน่งหน้าที่ที่ไม่เหมาะสมกับตนเอง เมื่อพิจารณาแล้วว่าคนอื่นเหมาะสมกว่าก็ยินดีมอบให้หรือยอม ถอยตนเองออกมา เพราะเห็นว่าสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ที่เหมาะสมกับตนเองคืออยู่แล้ว ซึ่งกลายมาเป็นวิถี ชีวิตแบบพอเพียงและสันโดษ (อรรถกถาพระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 2 ข้อที่ 252 หน้าที่ 48-50 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554)

1.4 สันตวิธีในวิถีการจัดการชีวิต ในพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่เหมาะสมกับการจัดการชีวิตหลายรูปแบบ แต่ที่เป็น หลักธรรมที่ได้กำหนดอย่างเป็นขั้นตอน คือ สัมมปธาน 4 ซึ่งเป็นการจัดการกับชีวิตอย่างสันตวิธี 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) สังวรปธาน คือ การใช้ความเพียรระวังป้องกันไม่ให้ตนเองทำความชั่ว โดยการ สำรวจพฤติกรรมและจิตใจของตนเองเพื่อไม่ให้ก่ออกุศลกรรมและอกุศลจิต ต่อมาคือการเฝ้าระวังภัย คุกคามจากภายนอกในรูปของการสำรวมระวังปัญหาและภัยคุกคามจากสิ่งอื่นไม่ให้เข้ามาสู่ชีวิต ตนเองและสังคม ซึ่งเป็นขั้นสันตวิธีในวิถีแบบสำรวมตน 2) ปหานปธาน คือ

เพียรกำจัดอกุศลกรรม และอกุศลจิตของตนเอง ซึ่งเป็นการแก้ไขข้อบกพร่อง ปัญหา หรือข้อขัดแย้งต่างๆ ซึ่งเป็นการจัดการ กับสิ่งที่ไม่ดีที่เป็นภัยคุกคามต่อชีวิตทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งเป็นขั้นสันติวิธีในวิถีการแก้ปัญหาชีวิต 3) ภาวนาปธาน คือ เพียรพยายามพัฒนาตัวเองและสรรสร้างสิ่งที่ดีมีคุณค่าแก่ชีวิตและสังคม คือ การ พัฒนาทางด้านร่างกาย พัฒนาทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม พัฒนาทางด้านจิตใจและอารมณ์ รวมทั้งการพัฒนาทางด้านปัญญาด้วย ซึ่งเป็นขั้นสันติวิธีในวิถีการ พัฒนาแบบองค์รวม 4) อนุรักษนาปธาน คือ เพียรรักษาสิ่งสิ่งดีงามเอาไว้ รักษาความดี รักษาคนดีมีคุณธรรม ส่งเสริมคนดีให้มีอำนาจในสังคม ดูแลรักษาพระสงฆ์ที่ทรงภูมิรู้และภูมิธรรม รวมทั้งรักษาวัฒนธรรมและประเพณีอันดีงาม ซึ่งดู สัมพันธ์เป็นจารีตและวิถีวัฒนธรรมแบบสันติของชาวพุทธ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 35 ข้อที่ 408 หน้าที่ 333 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

**2. พุทธสันติวิธีในวิถีชีวิตทางด้านสังคม** พระพุทธศาสนามีหลักธรรมคำสอนเพื่อให้วิถีชีวิต เกี่ยวข้องต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นเจตนารมณ์ของพระพุทธศาสนาในเชิงสาธารณณะ จึงมี หลักธรรมคำสอนที่มีลักษณะเป็นสากล ในส่วนที่มีลักษณะเป็นพุทธสันติวิธีในวิถีทางสังคม ดังนี้

2.1. วิถีชีวิตที่ไม่มุ่งร้าย พระพุทธศาสนาสอนให้มีการกระทำและความรู้สึกนึกคิดที่ไม่มุ่งร้าย ต่อผู้อื่นและ สังคมรวมทั้งสิ่งแวดล้อมด้วย “การไม่คิดเบียดเบียนมุ่งร้ายและไม่แบ่งฝ่าย แต่เป็นเพื่อน ร่วมชาติ เพื่อนร่วมโลก ที่สำคัญคือเป็นเพื่อนมนุษย์ที่รักสุขเกลียดทุกข์ มีรอยยิ้มและหน้าตาเหมือน เรา มองจุดร่วมระหว่างเรากับเขามีมากกว่าจุดต่าง” พระพุทธศาสนา mong สรรพสิ่งทั้งหลายว่าเป็น เพื่อนร่วมเกิด แก่เจ็บตาย แต่ที่เป็นมุมมองพิเศษก็คือพระพุทธศาสนาเห็นว่าสรรพสัตว์ทุกตัวตนเป็น เพื่อนร่วมทุกข์ จึงมีฐานคิดแบบเมตตากรุณาและความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ปรารถนาที่จะให้พ้นทุกข์ หรือปลดเปลื้องให้ ทุเลาเบาบางลง ซึ่งเป็นลักษณะของสันติวิธีในวิถีชีวิตแบบไม่มุ่งร้ายต่อสังคมและ สิ่งแวดล้อม

พระพุทธศาสนานิยมความสงบ ไม่รุกรานใคร ชอบวิถีชีวิตแบบสันโดษ มีความ เป็นอยู่แบบ พึ่งพาอาศัยกัน มีความรักและสามัคคีกัน และมีการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน นิยมการเป็นอยู่ อย่างสันติ “สอนให้แก้ปัญหาด้วยวิธีการแห่งเมตตา-กรุณาอย่างสากล จึงถือว่าพระพุทธศาสนาเป็นขบวนการ สันตินิยม (pacifism) ที่แท้จริงรายแรกของโลก” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2550) จึงมีคำ สอนในเป็นแนวทางสงบ เช่น สุข อื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี ทำให้วิถีชีวิตของชาวพุทธเป็นแบบสันติอัน เป็นอัตลักษณ์ของนักสันตินิยม

2.2. กฎเกณฑ์ทางมนุษยธรรมสากล พระพุทธศาสนามีกฎเกณฑ์ในการปฏิบัติทางสังคม เพื่อให้เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ “เรียกว่ามนุษยธรรม คือ หลักธรรมที่ทำให้คนให้เป็นมนุษย์ ได้แก่ ศีล 5” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2551) มนุษยธรรมจึงเป็นหลักธรรมสากล ไม่ได้เจาะจง เฉพาะพุทธศาสนิกชนเท่านั้น แม้แต่ศาสนิกชนที่นับถือศาสนาอื่นก็สามารถปฏิบัติตามหลักศีล 5 ได้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักจริยธรรมการเมืองระหว่างประเทศ 5 ประการ (เขมานันท์ เขมานันโท, 2553)



ได้แก่ (1) การไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน (2) การเคารพซึ่งกันและกันในสิทธิการปกครอง และการครองอาณาจักร (3) การไม่ก้าวก่ายในเรืองภายในของกันและกัน (4) การส่งเสริมความเสมอภาคและผลประโยชน์ของกันและกัน (5) การอยู่ด้วยกันอย่างสงบและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นการนำหลักศีลห้าของพระพุทธศาสนามาใช้กับสถานการณ์ทางการเมืองของโลกปัจจุบันเพื่อให้เกิด สันติภาพในโลก ศีล 5 จึงเป็นกฎเกณฑ์ทางของมนุษยธรรมเชิงสันติ

2.3 พุทธวิธีเสริมสร้างความสามัคคี พระพุทธศาสนามีแนวทางการเสริมสร้างความสามัคคีในสังคม เช่น หลักศีล 5 และ หลักสารณียธรรม เป็นต้น “เพราะเจตนาธรรมของศาสนาต้องการให้มีความรักความสามัคคีและการ อยู่ร่วมกันได้โดยสันติ” (กวีวงศ์, 2550) พระพุทธเจ้าทรงตรัสถึงท่าทีของพระพุทธศาสนาต่อแนวทางสันติวิธีในการ อยู่ร่วมกันว่า “ภิกษุพร้อมเพรียงกัน ขึ้นชมกัน ไม่วิวาทกัน เป็นเหมือนน้ำนมกับน้ำ มองกันด้วยนัยน์ตาที่เปี่ยมด้วยความรัก” ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 20 ข้อที่ 125 หน้าที่ 372 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) พุทธพจน์ลักษณะนี้ล้วนเป็นไปเพื่อสร้างสรรค์แนวทางสันติวิธีทั้งสิ้น และจุดยืนของพระพุทธศาสนาก็คือสันติวิธี มองเพื่อนมนุษย์ด้วยเมตตา ในฐานะที่เป็นเพื่อนร่วมเกิด แก่ เจ็บ ตาย และเพื่อนร่วมทุกข์ จึงมีแนวทางปฏิบัติที่ไม่เบียดเบียนการดำเนินชีวิตทางกาย วาจา และใจ โดยมีจุดหมายปลายทางของชีวิตเพื่อสันติสุข

2.4 สันติวิธีในโครงสร้างทางสังคม พระพุทธศาสนาเห็นว่าโครงสร้างทางสังคมทำให้เกิดความขัดแย้งและความรุนแรง โดยเฉพาะโครงสร้างทางด้านความเชื่อและเชื้อชาติ ซึ่งทำให้เกิดความไม่เท่าเทียมทางสังคม โดยเห็นว่าระบบวรรณะได้สร้างความขัดแย้งทางโครงสร้าง ทำให้ชนชั้นสูงกดขี่ชนชั้นต่ำ ในขณะที่ชนชั้นต่ำก็ โหยหาสิทธิความเท่าเทียม ซึ่งทำให้เกิดการต่อสู้ทางเชื้อชาติและชนชั้น “โดยไม่ปล่อยให้อัตตลักษณ์ทางเชื้อชาติ ภาษา ศาสนา อุดมการณ์ มาเป็นเครื่องกีดขวางมนุษย์ออกจากกัน” (พระไพศาล วิสาโล, 2553) เพราะพระพุทธศาสนาไม่ได้ให้คุณค่าของคนที่แหล่งกำเนิด แต่ให้คุณค่าจากความประพฤติดีงาม และเห็นว่ามนุษย์มีสิทธิในชีวิตมาตั้งแต่กำเนิด พระพุทธศาสนาจึงพยายามสลายโครงสร้างทางสังคมที่ไม่เป็นธรรมและสร้างสันติวิธีในสังคมเชิงโครงสร้าง เช่น มีศีลเสมอกันและความเป็นธรรมทางสังคม เป็นต้น

2.5 สันติวิธีในวิถีไม่เบียดเบียน พระพุทธศาสนามีหลักคำสอนเพื่อความไม่เบียดเบียนกัน เรียกว่า “ อภัยปาชณะ ” คือ ความไม่เบียดเบียน เพราะเห็นว่ามนุษย์ในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และสิ่งแวดล้อม มนุษย์จึง ไม่ควรเบียดเบียนสัตว์อื่น รวมทั้งไม่เบียดเบียนสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เช่น ไม่ทิ้งน้ำเสีย สารพิษ ขยะลงไปสู่แหล่งน้ำหรือที่สาธารณะ ไม่ส่งเสียงดังมากจนเกินไป เพราะพระพุทธศาสนาถือว่าความไม่ เบียดเบียนเป็นสุขในโลก ซึ่งเป็นสันติวิธีในแบบที่ส่งเสริมความหลากหลายทางชีวภาพ

2.6 สันติวิธีในวิถีการเคารพสิ่งอื่น หลักธรรมเรื่องความเคารวะ คือ ความเคารพ ซึ่งพระพุทธศาสนาไม่ได้มองแค่กรอบ ของการเคารพมนุษย์ที่นำเคารพเท่านั้น แต่ยังมองถึงความเคารพ

คนทั่วไปและสัตว์ในฐานะที่เป็น สิ่งมีชีวิตเหมือนกัน และพระพุทธศาสนายังมีแง่มุมของการเคารพต่อธรรมชาติด้วย โดยคนส่วนใหญ่ เชื่อกันว่าต้นไม้แต่ละต้นเป็นที่อยู่หรือเป็นวิมานของรุกขเทวดา โดยเฉพาะต้นไม้ใหญ่ที่เรียกว่า ต้นไม้ เจ้าไพร (เจ้าป่า) ดังนั้น การมีความเคารพต่อรุกขเทวดาทำให้ประชาชนไม่กล้าเข้าไปตัดต้นไม้ ซึ่งเป็น การป้องกันต้นไม้ไม่ให้ถูกทำลายก็เป็นสันติวิธีในวิถีของการเคารพสิ่งที่อยู่รอบตัวมนุษย์

2.7 สันติวิธีในวิถีความกตัญญู การรู้คุณและการตอบแทนบุญคุณมีความกตัญญู คือ การรู้คุณค่าของสังคมและ สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติแล้วตอบแทนคุณ ในส่วนของสังคมก็มีความเด่นชัดอยู่แล้วว่า พระพุทธศาสนาเน้นความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ นอกจากนี้แล้วมนุษย์ยังต้องมีความกตัญญูต่อสิ่งแวดล้อมด้วย โดยการอนุรักษ์และถนอมทรัพยากรธรรมชาติ พระพุทธศาสนาสอนให้กตัญญูทุกเวทีต่อสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ ในมหาวาณิชชาดก ระบุว่า “บุคคลนั่งหรือนอนอยู่ใต้ร่มเงาของต้นไม้ใดไม่ควรทำกรณกิจของต้นไม้เพราะว่า ผู้ประทุษร้ายมิตรเป็นคนเลว” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ 27 ข้อที่ 196 หน้าที่ 454 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ผู้ใดได้รับประโยชน์จาก สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติแล้ว ยังคิดทำลายธรรมชาติโดยไม่รู้จักพออีกผู้นั้นเป็นคนทรยศต่อมิตร

สรุป พุทธสันติวิธีในวิถีชีวิตทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งพระพุทธศาสนาจะมุ่งเน้น การมีวิถีชีวิตที่ไม่มุ่งร้ายตนเองและผู้อื่น พระพุทธศาสนายังมีอัตลักษณ์วิถีชีวิตแบบสันตินิยม มีศีล 5 เป็นกฎเกณฑ์ทางมนุษยธรรมสากล มีพุทธวิธีที่มุ่งการเสริมสร้างความสามัคคี การปรับโครงสร้างทางสังคมให้เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ในขณะที่เดียวกันก็มีมิติทางสิ่งแวดล้อมในรูปของสันติวิธีในวิถีไม่เบียดเบียน วิธีการเคารพสิ่งอื่น วิถีความกตัญญูทุกเวที ทำให้มีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือ เพื่อนมนุษย์ ตั้งอยู่ในภาวะเอื้อเฟื้อ เพื่อให้การตอบสนองความต้องการของตนนั้น ไม่ไปเบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายกับผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเกื้อกูลกันได้ด้วยดี ทั้งยังวิถีที่เป็นกัลยาณมิตรต่อสิ่งแวดล้อมด้วย

3. พุทธสันติวิธีในด้านจิตใจ สันติวิธีในโลกทัศน์ทางจิตของพระพุทธศาสนาจากการฝึกหัดพัฒนาจิตใจ ซึ่งเป็น กระบวนการทางจิตตภาวนาตามแนวทางพระพุทธศาสนา โดยจำแนกสันติวิธีทางจิตออกเป็น 3 คุณลักษณะ ประกอบด้วย สันติวิธีในวิถีคุณภาพจิต สันติวิธีในวิถีสุขภาพจิต และสันติวิธีในวิถี สมรรถภาพทางจิต ดังต่อไปนี้

3.1 สันติวิธีในวิถีคุณภาพของจิต คุณธรรมทางจิตที่มีลักษณะเป็นสันติวิธี ซึ่งเกิดจากการเสริมสร้างจิตใจให้ตั้งงามและมีกุศลจิต เช่น มีเมตตา มีความรัก ความเป็นกัลยาณมิตร มีกรุณา อยากรช่วยเหลือ ปลอดภัยของผู้อื่น มีจาคะ คือ มีน้ำใจเผื่อแผ่ มีคารวะ มีความกตัญญู เป็นต้น โดยมีสติเป็นตัวควบคุมเพื่อไม่ให้กล้าเข้าสู่การเบียดเบียนกัน” (พระไพศาล วิสาโล, 2553) พุทธศาสนาจึงมีแนวทางปฏิบัติเพื่อดำเนินไปสู่สันติภาพ สามารถเปลี่ยนพฤติกรรมและความรู้สึกของมนุษย์ให้มีเมตตา กรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ ซึ่งคุณธรรม เหล่านี้เป็นแรงผลักดันให้มีพฤติกรรมแบบสันติวิธี



3.2 สันติวิธีในวิถีสุขภาพจิต การมีสุขภาพจิตดี มีความสุข สดชื่น ร่าเริงเบิกบานปลอดโปร่ง สงบ ผ่องใส มีปิติ ปราโมทย์ ไม่เครียด ไม่กระวนกระวาย ไม่สับสนวุ่นวาย ไม่คับข้องใจ ไม่ขุ่นมัวเศร้าหมอง ไม่หดหู่ โศกเศร้า ไม่บีบคั้นทางจิต เป็นต้น ซึ่งเป็นวิถีของจิตที่มีสุขภาพดีและมีสันติในวิถีจิต โดยผู้ที่มี สุขภาพจิตดีก็จะทำให้มีวิถีของสุขภาวะทางจิต

3.3 สันติวิธีในวิถีสมรรถภาพของจิต จิตที่มีขีดความสามารถระดับสูง ก่อให้เกิดพลัง ผลักดันให้สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น มีสติมั่นคง มีวิริยะ (ความเพียร) มีขันติ (อดทน) มีสมาธิ (จิตตั้งมั่นแน่วแน่) มีสัจจะ (จริงจัง) มีอธิษฐาน (เด็ดเดี่ยวแน่วแน่ต่อจุดหมาย) ซึ่งเป็น คุณลักษณะของจิตที่พร้อมและ เหมาะกับการใช้งาน โดยจะส่งเสริมทั้งกระบวนการดำเนินชีวิตให้มี ประสิทธิภาพและประสบผลสำเร็จ ตามความมุ่งหมาย และส่งเสริมทางสติปัญญา

สรุป คุณลักษณะทางจิตทั้งส่วนที่เป็นวิถีสุขภาพจิต วิถีคุณภาพจิต และวิถีสมรรถภาพจิต ล้วนแสดงแง่มุมของสันติ 3 ประการ คือ ประการแรกทำให้ธรรมชาติของจิตมีสันติ ดังคำว่า สุขอื่นยิ่ง กว่าความสงบ ไม่มี ประการที่สอง แสดงให้เห็นคุณลักษณะของจิตที่มีสันติ ซึ่งสะท้อนออกมาในแง่ ของคุณธรรม ประการที่สาม เป็นการแสดงให้เห็นประสิทธิภาพของจิตที่มีสันติ ซึ่งแสดงออกในรูปของ แรงผลักดันของจิตให้มีการใช้สันติวิธีทางพฤติกรรม

**4. พุทธสันติวิธีในด้านปัญญา** พระพุทธศาสนามีการเสริมสร้างสติปัญญาและอย่างเป็น กระบวนการ เรียกว่าไตรสิกขา ซึ่งเป็นการศึกษาเรื่องศีล สมาธิและปัญญา อันเป็นกระบวนการศึกษา เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และ แก้ปัญหาความทุกข์ “การเสริมสร้างความรู้ ความคิด ความเข้าใจ และการหยั่งรู้ความจริง รู้เห็นเท่า ทันโลกและชีวิตตามสภาวะจริง” (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2544) ซึ่งเป็นกระบวนการเสริมสร้างปัญญาเชิงสันติ โดยได้จำแนกการ ส่งเสริมวิถีทางปัญญา ออกเป็น 3 แนวทาง ดังต่อไปนี้

4.1 สันติวิธีในจินตตามยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการที่ไม่ได้ฟังจากคนอื่น แต่เกิดจากการคิด การค้นคว้า วิจัย วิเคราะห์วิจารณ์และทดลอง ปฏิบัติจนรู้เข้าใจและเห็นผลด้วยตนเอง ซึ่ง พระพุทธศาสนาจะเน้น ปัญญาในแบบสัมมาทิฐิซึ่งเป็นปัญญาที่เกื้อกูลและสร้างสรรค์ โดยการใช้ โยนิโสมนสิการคิด ไคร่ครวญอย่างมีเหตุผลอิงสังขจรธรรม และทิศทางของปัญญามุ่งสู่กุศลเจตนา เป็น ต้น โดยการไม่คิดมุ่ง ร้ายหรือคิดหาทางเอารอดเอาเปรียบผู้อื่น หรือไม่คิดไปในทางทุจริต ซึ่งเป็นวิธีคิด ในเชิงสันติและมีผล จากความรู้เพื่อสันติ

4.2 สันติวิธีในสุตมยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการฟังจากผู้อื่น หรือการอ่านหนังสือ การ สังเกต และการเล่าเรียน ศึกษาจากแหล่งข้อมูลภายนอกทั้งหมด โดยใช้ปรโตโฆสะ คือ การได้รับ ข้อมูลจากผู้อื่น ทั้งฐานคิด แนวคิดทฤษฎี อุดมการณ์มาจากผู้อื่น โดยอาศัยกัลยาณมิตรที่สมบูรณ์ด้วย คุณสมบัติที่ดี เช่น ครู อาจารย์ ตำรา และสื่อการเรียนการสอนต่างๆ เป็นต้น เพื่อเป็นฐานความรู้ใน การคิดพิจารณาในขั้น ของจินตตามยปัญญา โดยกัลยาณมิตรมีคุณลักษณะของผู้มีสันติวิธี การถ่ายทอด

ความรู้จึงใช้วิธีการ สันติเนื้อหาของความรู้ที่มีความสัมพันธ์กันกับสันติวิธี เพื่อนำความรู้ไปใช้อย่างสร้างสรรค์ต่อชีวิต และโลกต่อไป

4.3 สันติวิธีในภาวนามยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการลงมือทดลองปฏิบัติจนทำให้รู้เห็น ประจักษ์ด้วยตนเอง ใช้ได้ทั้ง ในแง่ของการปฏิบัติเพื่อพัฒนาจิตใจและปัญญาให้มีสันติทางจิตใจและ ปัญญา “ทำให้ไม่ยึดมั่นใน ตัวตน มองตัวตนในฐานะเป็นเพียงเครื่องมือสำหรับทำตามปกติสุข สงบ สันติแก่ตนเองและผู้อื่น ไม่เจือปนกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันจะเป็นสันติสุขและสันติภาพของโลก อย่างแท้จริง” (ปัญญา เฉลิมชัยกิจ, 2544) และปัญญาในแง่ของการประดิษฐ์คิดค้นนวัตกรรมและเทคโนโลยีในเชิงสร้างสรรค์และเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

สรุป ปัญญาในทางพระพุทธศาสนาเกิดขึ้นมาจาก 3 กระบวนการ คือ กระบวนการคิด วิเคราะห์สังเคราะห์ด้วยตัวเอง กระบวนการศึกษาเรียนรู้จากผู้อื่น และกระบวนการทดลองปฏิบัติจน ได้รับความรู้มาจากการปฏิบัติ การ โดยปัญญาในพระพุทธศาสนาจำแนกออกเป็น 2 ระดับ คือ ระดับโลกียปัญญา ซึ่งเป็นปัญญาในเชิงแก้ทุกข์ต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม และระดับโลกุตระปัญญา ซึ่งเป็นความรู้ในขั้นที่ดับทุกข์ได้ พระพุทธศาสนาจึงมีกระบวนการเสริมสร้างทางปัญญาเชิงสันติและมีการใช้ปัญญาเพื่อสันติ

## บทสรุป

สันติวิธีเป็นวิธีการที่ไม่ใช้ความรุนแรงทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยได้จำแนกออกเป็น 3 ประเภท คือ สันติวิธีในการต่อสู้และเรียกร้อง สันติวิธีในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง และสันติวิธีในการ ดำเนินชีวิต ในบทความนี้มุ่งวิเคราะห์สันติวิธีในการดำเนินชีวิตในแง่มุมมองสันติวิธีในวิถีชีวิตเป็นหลัก โดย ได้จำแนกสันติวิธีในวิถีชีวิตตามหลักภาวนา 4 ดังต่อไปนี้ 1) พุทธสันติวิธีในวิถีทางกายภาพเป็นการใช้ สันติวิธีที่เน้นการดำเนินชีวิตในทางกายภาพในระดับบุคคล ได้แก่ สันติวิธีในวิถีทางสายกลาง สันติวิธี ในวิถีการบริโภคที่เกื้อกูล รวมทั้งสันติวิธีในวิถีการเป็นพอเพียงและสันโดษในวิถีการดำเนินชีวิต และ สันติวิธีในวิถีการการจัดการชีวิตอย่างมีขั้นตอนตามหลักสัมมัปปธาน 4 และสันติวิธีในวิถีการการ สำรวมอินทรีย์ 2) พุทธสันติวิธีในวิถีชีวิตทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นสันติวิธีที่เกี่ยวกับ วิถีทางสังคมและสิ่งแวดล้อม โดยปราศจากการมุ่งร้าย การมีวิถีวัฒนธรรมเชิงพุทธแบบสันตินิยม การ มีศีล 5 เป็นกฎเกณฑ์ทางมนุษยธรรมสากล การเสริมสร้างความสามัคคีและเอื้อต่อการอยู่ร่วมกัน อย่างสันติ นอกจากนี้ยังมีมิติทางสิ่งแวดล้อมในรูปของวิถีชีวิตที่ไม่เบียดเบียน วิถีการเคารพสิ่งอื่น และ วิถีความกตัญญูต่อสิ่งแวดล้อม และมีวิถีที่เป็นกัลยาณมิตรต่อสิ่งแวดล้อมด้วย 3) พุทธสันติวิธีในวิถีจิต คือ พุทธศาสนาสอนให้พัฒนาจิตใจเพื่อให้ธรรมชาติของจิตมีสันติคือความสงบทางจิตและสงบจาก กิเลส โดยเห็นว่าสุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี และการพัฒนาให้คุณลักษณะของจิตที่มีสันติ คือ ทำให้ จิตมีคุณธรรม และการทำให้จิตมีสมรรถภาพสันติ ซึ่งเป็นแรงผลักดันของจิตให้มีการใช้สันติวิธีอย่างมี



ประสิทธิภาพ 4) สันติวิธีในวิถีปัญญา คือ กระบวนการศึกษาเชิงพุทธเป็นไปแบบสันติวิธีตามหลักไตรสิกขา โดยมีรูปแบบการเสริมสร้าง จินตามยปัญญา สุตมยปัญญา และภาวนามยปัญญาก็เป็นวิธีการสร้างปัญญาเชิงสันติ ส่วนระดับปัญญาทั้งโลกียปัญญาและโลกุตระปัญญาก็เป็นทั้งวิธีการเสริมสร้างปัญญาและมีเป้าหมายเพื่อสันติ ทำให้พระพุทธศาสนามีวิถีชีวิตอย่างสันติ ทั้งการเป็นอยู่และการเสพบริโภคปัจจัยการดำรงชีพ รวมทั้งมีวิถีการอยู่ร่วมกันอย่างเกื้อกูล และการพัฒนาชีวิตอย่างสันติ เพื่อให้มีชีวิตความเป็นอยู่และความเป็นไปโดยสันติวิธี

### เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย*. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- กวีวงศ์. (2550). *สารนิพนธ์พุทธทาสว่าด้วยสมานฉันท์และสันติวิธี*. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.
- เขมานันท์ เขมานันโท. (2553). *สันติภาพ ทางเลือกเดียวและศีล 5 (ปัญญาศีล)*. พุทธวิธีสู่โลกสันติ. กรุงเทพมหานคร: ภูมิทอง.
- ชัยวัฒน์ สถาอานันท์. (2534). *สันติทฤษฎี-วิถีวัฒนธรรม (Peace theory and cultural elements)*. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- ปัญญา เฉลิมชัยกิจ. (2544). *ข้อธรรมคำคมพุทธทาสภิกขุ*. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.
- ปรีชา ศรีวัลย์. (2546). *สงครามโลกครั้งที่ 2*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2544). *พุทธธรรม (ฉบับเดิม)*. กรุงเทพมหานคร: ดวงแก้ว.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2550). *ความจริงและเมตตาที่กอรปด้วยปัญญา สลายความขัดแย้ง*. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์สวย จำกัด.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพมหานคร: เอส.อาร์.พรีนติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด.
- พระไพศาล วิสาโล. (2553). *สติ มรรคาแห่งสันติ*. กรุงเทพมหานคร: เนชั่นบุ๊คส์.
- พระไพศาล วิสาโล. (2544). *สันติวิธี วิธีแห่งอารยะ*. กรุงเทพมหานคร: โกมลคีมทอง.
- มารค ตามไท. (2543). *การจัดการความขัดแย้งด้วยสันติวิธีในสันติวิธี: ยุทธศาสตร์ชาติเพื่อความมั่นคง*. กรุงเทพมหานคร: สถาบันยุทธศาสตร์ สำนักงานสภาความมั่นคงแห่งชาติ.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542*. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น.
- รุ่งธรรม ศุจิธรรมรักษ์. (2533). *สันติศึกษากับสันติภาพ*. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- วันชัย วัฒนศัพท์. (2547). *ความขัดแย้ง: หลักการและเครื่องมือแก้ปัญหา*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). นนทบุรี: สถาบันพระปกเกล้า.

โคทม อารียา. (2546). การส่งเสริมสันติวิธี. เอกสาร 30 ปี 14 ตุลา จดหมายข่าวประชาชน. 10(3): 23-25.

พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส. (2548). รูปแบบการจัดการความขัดแย้งโดยพุทธสันติวิธี: กรณีลุ่มน้ำแม่ตาช้าง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส (นิธิบุญยากร) (2561). พุทธสันติวิธี: การบูรณาการหลักการและเครื่องมือจัดการความขัดแย้ง. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์.

พระมหากฤษณะ ตรุโณ,ดร. (2551). พระพุทธศาสนากับการสร้างสันติภาพโลก. สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ 1 ธันวาคม 2566, จาก <https://www.mcu.ac.th/article/detail/14299>

