

การสร้างชุมชนสันติสุขด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา*

CREATING A PEACEFUL COMMUNITY WITH BUDDHIST PRINCIPLES

พระครูพุทธเจติยาภิรมย์

Phrakhru Buddhajetiayaphimon

คณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระนครศรีอยุธยา ประเทศไทย

Faculty of Buddhism, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Phra Nakhon Sri Ayutthaya, Thailand

*Corresponding author E-mail: phrakrubuddha@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์นำเสนอการสร้างชุมชนสันติสุขด้วยการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการสร้างชุมชนสันติสุข ในปัจจุบันนี้โลกกำลังพบเจอกับความขัดแย้งในหลากหลายมิติ การสร้างชุมชนที่เปี่ยมด้วยสันติสุข สงบสุข เป็นสุข และความปรองดอง จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง การใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันจึงเป็นแนวทางที่ดี โดยใช้วิธีสัง 4 สามารถวิเคราะห์ปัญหาได้อย่างเป็นระบบและมีขั้นตอนในการจัดทำแผนพัฒนาพื้นที่และชุมชน ใช้มรรคมีองค์ 8 ไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมแล้วสันติภาพขององค์กรของสังคมนั้น ๆ จะสงบสุข ปราศจากการเบียดเบียน ปรับใช้สารณียธรรม 6 ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน และข้อปธานียธรรม 7 เป็นธรรมที่มีประโยชน์ก่อให้เกิดความรัก ความสามัคคีในชุมชน อีกทั้งการมีส่วนร่วมภายในชุมชน ทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองภายในชุมชน หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาให้แนวทางปฏิบัติที่สำคัญสำหรับการสร้างชุมชนสันติสุข ทำให้เกิดการฝึกสติและสมาธิ การพัฒนาเมตตาและกรุณา การไม่เบียดเบียน การสื่อสารอย่างมีเมตตา การให้อภัย และการสร้างความสามัคคี การใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน ผ่านการศึกษาและการปฏิบัติ ส่งเสริมการศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในโรงเรียน ชุมชน และวัด จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม เช่น การนั่งสมาธิ การเจริญสติ และการวิปัสสนา สร้างเครือข่ายระหว่างวัด ชุมชน และองค์กรต่าง ๆ ที่ทำงานเพื่อส่งเสริมหลักธรรมทางพระพุทธ ศาสนากับชุมชน ผ่านนโยบายและโครงการต่าง ๆ ของรัฐ เพื่อให้ชุมชนสามารถสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อความเป็นสุขได้

คำสำคัญ: การสร้างชุมชนสันติสุข, หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา, ชุมชนสันติสุข

Abstract

This academic article aims to present the creation of a peaceful community using Buddhist principles by applying Buddhist principles as guidelines for building a peaceful community. At present, the world is experiencing conflicts in many dimensions. Creating a community filled with peace, tranquility, happiness, and harmony, therefore, is extremely important, and applying Buddhist principles to everyday life is a good guideline. By using the Four Noble Truths, problems can be systematically analyzed, and steps can be taken to prepare community development plans. Applying the Noble Eightfold Path with appropriateness will

* Received April 14, 2024; Revised April 28, 2024; Accepted April 30, 2024



ensure peace and eradicate encroachment among organizations of such societies. Applying the six principles of *Sāraṇīyadhamma* can build endearment, respect, and support for helping each other, and using the seven principles of *Aparihāṇīyadhamma* as useful Dhamma can lead to love and unity in the community. In addition, participation within the community can cause prosperity within the community. Buddhist principles provide important guidelines for creating peaceful communities. Buddhist principles build the practice of mindfulness and meditation, including the development of loving - kindness and compassion, non - harassment, compassionate communication, forgiveness, and building unity. The use of Buddhist principles in everyday life through study and practice promotes the study of Buddhist principles among schools, communities, and temples. Activities for practicing the teaching of Buddhism include meditation, mindfulness, and introspection. The creation of a network incorporating Buddhist temples, communities, and various agencies that promote Buddhist principles with communities through the government's policies and projects is supposed to encourage communities to build nurturing environments for happiness.

Keywords: Creating a Peaceful Community, Buddhist Principles, Peaceful Community

บทนำ

ในยุคปัจจุบันโลกกำลังเผชิญกับความขัดแย้งและความรุนแรงอย่างต่อเนื่อง การสร้างชุมชนที่เปี่ยมด้วยสันติสุข สงบสุข เป็นสุข และความปรองดอง จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง และเป็นความจำเป็นที่เร่งด่วน สังคมไทยปัจจุบันมีปัญหามากมาย หากความสงบมีได้ ทั้งที่เป็นแดนแห่งพระพุทธศาสนา เมื่อพิจารณาถึงเหตุที่แท้จริงแล้วจะพบว่า มูลเหตุของปัญหามีจุดกำเนิดมาจากความเสื่อมทางจิตใจของคนในสังคม เป็นเพราะการขาดคุณธรรมประจำใจ การขาดคุณธรรมและศีลธรรมนำไปสู่ความเห็นแก่ตัว ความโลภ และความโกรธ การทุจริต คอร์รัปชัน และการเอารัดเอาเปรียบ ที่สำคัญนำไปสู่การล่มสลายของสถาบันทางสังคมซึ่งส่งผลให้เกิดปัญหาทางสังคม เช่น ปัญหาอาชญากรรม ปัญหายาเสพติด และปัญหาความยากจน ซึ่งเป็นรากเหง้าของความขัดแย้งและความรุนแรงในสังคม ดังคำกล่าวที่ว่า “ศีลธรรมไม่กลับมาโลกจะวินาศ” ของท่านพุทธทาสภิกขุ ดังนั้น การแก้ปัญหาที่ถูกต้องที่สุด คือ การทำให้คนในสังคม มีศีลธรรมประจำใจ การปลูกฝังศีลธรรมให้เกิดขึ้นในจิตใจได้ จำเป็นต้องมีปัจจัยอยู่หลายประการข้อสำคัญที่สุด ก็คือ “การมีแบบอย่างที่ดีของสังคม” หมายถึง คุณความดีที่คนไทยทุกคนสมควรนำมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตได้ทั้งหมด มีอยู่แล้วใน “หลักพุทธธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา” (ธีรยุทธ พึ่งเทียร, 2541) หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาซึ่งเป็นมรดกอันล้ำค่าของมนุษยชาติ มีแนวทางและคำสอนที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อสร้างสรรค์สังคมที่สงบสุขได้อย่างยั่งยืน

พระพุทธศาสนาสอนทำให้ทุกคนเข้าใจถึงธรรมชาติของความทุกข์และสาเหตุของความทุกข์ ซึ่งมักเกิดจากความโลภ ความโกรธ และความหลง หากทุกคนสามารถละวางความปรารถนาอันไม่สิ้นสุดและความเกลียดชังที่ฝังรากลึกได้ ก็จะสามารถปลดปล่อยตนเองจากพันธนาการแห่งความทุกข์ และเปิดทางให้เกิดความสงบสุขภายในจิตใจ พระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่ลึกซึ้งและทรงพลัง ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อเปลี่ยนแปลงและขัดเกลาสังคมได้อย่างมีนัยสำคัญ ประการแรก พระพุทธศาสนาสอนให้ละวางความโลภ ความโกรธ และความหลง ซึ่งเป็นรากเหง้าของความทุกข์และความขัดแย้งในสังคม เมื่อผู้คนสามารถละวางความปรารถนาอันไม่สิ้นสุดและความเกลียดชังที่ฝังรากลึกได้ สามารถสร้างสังคมที่สงบสุขได้ ประการที่สอง พระพุทธศาสนาเน้นย้ำถึงความสำคัญของเมตตากรุณาและการไม่เบียดเบียน เมื่อผู้คนปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความเมตตาและความปรารถนาดี ก็จะช่วย

สร้างสภาพแวดล้อมที่อบอุ่นและเอื้ออาทร ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับชุมชนที่สันติสุข และประการที่สาม พระพุทธศาสนาสอนให้มีสติและปัญญา เมื่อผู้คนมีความตระหนักในปัจจุบันและเข้าใจธรรมชาติของความเป็นจริง ก็จะสามารถตัดสินใจได้อย่างชาญฉลาดและมีเหตุผลมากขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่สังคมที่ยุติธรรมและเท่าเทียมมากขึ้น หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีศักยภาพที่จะเปลี่ยนแปลงและขัดเกลาสังคมได้อย่างมาก โดยการส่งเสริมความสงบสุข ความเมตตา และปัญญา เมื่อทุกคนสามารถปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความเมตตาและความปรารถนาดี จะสร้างสภาพแวดล้อมที่อบอุ่นและเอื้ออาทร ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับชุมชนที่สันติสุข

การสร้างชุมชนสันติสุขด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสามารถทำได้ผ่านกระบวนการ ดังนี้ การศึกษา และการปฏิบัติตาม การนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน การสร้างเครือข่ายและความร่วมมือ การเป็นแบบอย่าง การประเมินและการปรับปรุง กระบวนการเหล่านี้จะช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเจริญเติบโตของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในชุมชน และนำไปสู่การสร้างชุมชนสันติสุขที่ยั่งยืน การสร้างชุมชนสันติสุขด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจึงเป็นภารกิจที่ทำหายแต่คุ้มค่าที่จะลงมือทำ หากทุกคนสามารถนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างแท้จริง ทุกคนก็จะสามารถสร้างสังคมที่เปี่ยมด้วยความสงบสุข ความปรองดอง และความเจริญรุ่งเรืองได้อย่างยั่งยืน

ความหมายของการสร้างชุมชนสันติสุข

การสร้างชุมชนสันติสุข หมายถึง การสร้างสภาพแวดล้อมที่ปราศจากความรุนแรง ความเกลียดชัง และความขัดแย้ง โดยมุ่งเน้นที่การส่งเสริมความเข้าใจ ความเคารพ และความร่วมมือระหว่างสมาชิกในชุมชน มีนักวิชาการหลายท่าน นิยามความหมายการสร้างชุมชนสันติสุข ดังนี้

Johan Galtung นิยามว่า สันติภาพเชิงโครงสร้างเป็นสภาพที่ความรุนแรงทุกประเภท (ทางกายภาพ โครงสร้าง และวัฒนธรรม) ลดลงหรือขจัดออกไป (Galtung, J., 1969)

Amitai Etzioni นิยามว่า ชุมชนสันติสุขเป็นชุมชนที่สมาชิกมีความรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมกัน มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน และมีกลไกการแก้ไขข้อขัดแย้งอย่างสันติ (Etzioni, A., 1993)

วิลาสินี โสภานพ นิยามว่า ชุมชนที่มีความแตกต่างหลากหลายเป็นชุมชนพหุวัฒนธรรมแต่สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุขโดยไม่มีความขัดแย้ง โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกชุมชนสันติสุข ดังนี้ คือ ต้องเป็นพื้นที่ที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม ศาสนา และชาติพันธุ์ ในขณะเดียวกันก็เคารพความแตกต่างหลากหลายของอัตลักษณ์อื่นที่แตกต่างจากตน ต้องเป็นพื้นที่ที่ผู้คนที่แตกต่างกันหลากหลายมีโอกาส หรือกิจกรรมร่วมกันมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชน ต้องเป็นพื้นที่ที่ผู้คนในชุมชนมีกิจกรรมทางเศรษฐกิจฐานรากที่ช่วยเสริมสร้างรายได้แก่คนในชุมชน ต้องเป็นพื้นที่ที่มีกระบวนการการจัดการความขัดแย้งด้วยแนวทางที่มาจากการตัดสินใจร่วมกันจากคนในชุมชน และต้องเป็นพื้นที่ที่สามารถอยู่ร่วมกันภายใต้ความแตกต่างหลากหลายได้อย่างสันติสุขและสงบสุข (วิลาสินี โสภานพ, 2564)

ชนาภา ศรีวิสรณ์ นิยามว่า วิธีการ รูปแบบ ขั้นตอนที่น่าไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขในสังคมชุมชน โดยมีการเกื้อหนุน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน ยินดีร่วมกันพัฒนาความเป็นอยู่ให้เจริญก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้น และยังหมายรวมถึงความสัมพันธ์ของสังคมชุมชนในลักษณะที่มีความรักความสามัคคีร่วมกันรักษาความเป็นวิถีวัฒนธรรมของชุมชน มองเห็นประโยชน์ของชุมชนเป็นที่ตั้ง มีความเคารพให้เกียรติถ้อยทีถ้อยอาศัยซึ่งกันและกัน ดำรงอาชีพที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตชุมชนและคงเอกลักษณ์ท้องถิ่นไว้ได้อย่างมีความสุข (ชนาภา ศรีวิสรณ์, 2563)

สรุปว่า การสร้างชุมชนสันติสุข หมายถึง กระบวนการสร้างสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ส่งเสริมสันติภาพ ความสามัคคี และความเป็นอยู่ที่ดีของสมาชิกทุกคนในชุมชน เป็นชุมชนที่มีการเกื้อหนุน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุข



หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาใช้เป็นแนวทางในการสร้างชุมชนสันติสุข

หลักการทางพระพุทธศาสนาสำหรับการสร้างชุมชนที่สันติสุขนั้นอิงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งเน้นความไม่รุนแรง ความเมตตา ความสมดุล ความสามัคคี ความรัก และความเข้าใจ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาประกอบด้วย

1. อริยสัจ 4

อริยสัจ 4 มีความหมายว่า สัจจะอย่างอริยะ คือ แท้และแน่นอน เป็นธรรมที่พระพุทธเจ้ายกย่องว่าเป็นยอดธรรม เป็นเสมือนรอยเท้าช้าง คือ ธรรมทั้งหลายรวมลงได้ในธรรมนั้นว่าโดยประเภทแล้วมี 4 ประการ คือ (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

1.1 ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ได้แก่ ปัญหาต่าง ๆ ของมนุษย์ สภาพะสิ่งทั้งหลายที่ตกอยู่ภายใต้ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่อาจให้ความพึงพอใจเต็มอ้อมได้อย่างแท้จริง พร้อมทั้งจะก่อปัญหาขึ้นแก่ผู้ที่ยึดติดถือมั่นในสิ่งใด ๆ ไว้ด้วยกิเลส ดังนั้น บัณฑิตจึงพึงรับรู้ความจริงเกี่ยวกับทุกข์ตามที่มันเป็นอยู่และมองดูรู้จักชีวิต รู้จักโลกตามที่มันเป็น

1.2 สมุทัย คือ สาเหตุแห่งทุกข์ ได้แก่ ความอยากด้วยกิเลส ที่ได้ยึดถือเอาตัวตนเป็นที่ตั้ง โดยอาการที่มีเรา จะเสพ จะได้ จะเป็น จะไม่เป็น อย่างนั้นอย่างนี้ ทำให้ถูกบีบคั้นด้วยความเร่าร้อน กระวนกระวาย หวงแหน เกลียดชัง หวั่นกลัว เบื่อหน่าย ในรูปใดรูปหนึ่งอยู่ตลอดเวลา ไม่อาจปลดปล่อยโล่งเบา เป็นอิสระ สดชื่น เบิกบาน ได้อย่างบริสุทธิ์สิ้นเชิง

1.3 นิโรธ คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ สภาพที่เข้าถึง เมื่อกำจัดอวิชชา สรรกัตถหาซึ่งเป็นเหตุสิ้นแล้วทุกข์ที่เป็นผลก็ดับสิ้นไป ไม่ถูกตัณหาย้อมใจหรืออุตุลากไป ไม่ถูกบีบคั้นด้วยความรู้สึกกระวนกระวาย ความเบื่อหน่ายหรือความคับข้องติดขัดอย่างใด ๆ หลุดพ้นเป็นอิสระ ประสบความสุขที่บริสุทธิ์ สงบ ปลอดโปร่งโล่งเบา ผ่องใส เบิกบาน หรือเรียกว่านิพพาน ความไม่มีทุกข์ ซึ่งก็หมายถึง การเข้าใจในสมุทัย ความเข้าใจสาเหตุแห่งทุกข์ ความเศร้าหมองทั้งปวง

1.4 มรรค คือ หนทางแห่งการดับทุกข์ หรือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์มีองค์ 8 ที่เรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา เป็นทางสายกลาง ดำเนินไปด้วยความพอดีที่จะเข้าถึงนิโรธ โดยไม่ติดข้องหรือเอียงไปหาที่สุดสองอย่าง คือ ความหมกมุ่นในกามสุข และการบีบคั้นทรมานตนเองให้เดือดร้อน เป็นกระบวนการหรือวิธีการพัฒนามนุษย์ไปสู่การมีปัญญา ไม่ต้องอาศัย อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ก้าวข้ามการดำเนินชีวิตโดยอาศัยแรงจูงใจจากกิเลสอันเป็นสาเหตุแห่งทุกข์ ไปสู่การอยู่ด้วยปัญญา ดำเนินชีวิตด้วยแรงจูงใจจากความปรารถนาในสิ่งที่ดีงาม ซึ่งพระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ว่า มรรคมองค์ 8 หรือวิธีการดับทุกข์ทั้งปวงนั้นมีอยู่ 8 ประการ

หลักธรรมนี้จะทำให้เราสามารถวิเคราะห์ปัญหาได้อย่างเป็นระบบ และมีขั้นตอนในการจัดทำแผนพัฒนาพื้นที่และชุมชน คือ ขั้นวิเคราะห์ปัญหา ขั้นหาสาเหตุของปัญหา ขั้นกำหนดเป้าหมายในการจัดการปัญหา และขั้นหาวิธีการในการแก้ไขและใช้พุทธสันติวิธีในการจัดการปัญหาในการพัฒนาไปสู่สมดุลเพื่อให้สังคมเกิดสันติสุขต่อไป (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2548)

สรุปว่า อริยสัจ 4 เป็นหลักธรรมที่ช่วยให้เข้าใจธรรมชาติของความทุกข์ สาเหตุของความทุกข์ และหนทางแห่งการดับทุกข์ หลักธรรมนี้สามารถนำมาใช้เป็นกรอบในการวิเคราะห์ปัญหาและวางแผนการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นระบบ เพื่อสร้างชุมชนที่สันติสุขและก่อให้เกิดความสมดุล มีประโยชน์ต่อการพัฒนาพื้นที่และชุมชน โดยช่วยให้เข้าใจสาเหตุของปัญหาและหาแนวทางแก้ไขที่ตรงจุด โดยการขจัดสาเหตุแห่งความทุกข์และส่งเสริมการเจริญเติบโตทางจิตใจ นำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืนและสอดคล้องกับหลักพุทธสันติวิธี

2. มรรค 8

อริยมรรคมีองค์ 8 ประกอบด้วย (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

2.1 สัมมาทิฐิ ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในทุกขนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

2.2 สัมมาสังกัปปะ ความดำริในอันออกจากกาม ความดำริในอันไม่พยาบาท ความดำริในอันไม่เบียดเบียน

2.3 สัมมาวาจา ความงดเว้นจากการพูดเท็จ ความงดเว้นจากการพูดส่อเสียด ความงดเว้นจากการพูดหยาบ ความงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

2.4 สัมมากัมมันตะ ความงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ความงดเว้นจากการ ลักทรัพย์ ความงดเว้นจากการประพฤติดีกในกาม

2.5 สัมมาอาชีวะ บุคคลผู้ริยสาวกในศาสนา นี้ ละมิฉนาคาชีวะแล้ว เลี้ยงชีวิตอยู่ด้วยสัมมาอาชีวะ

2.6 สัมมาวายามะ ภิกษุในศาสนา นี้ ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปราบกความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียรเพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นมิให้เกิดขึ้น ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปราบกความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียรเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปราบกความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียรเพื่อสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปราบกความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียรเพื่อความดำรงมั่น ความไม่สับสน ความภิชัยโยย ความโง่เขลา ความเจริญ ความบริบูรณ์แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

2.7 สัมมาสติ ภิกษุในศาสนา นี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เนือง ๆ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่เนือง ๆ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เนือง ๆ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่เนือง ๆ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก

2.8 สัมมาสมาธิ ภิกษุในศาสนา นี้ สงัดจากกาม สงัดจากอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตก วิจารณ์ และสุขอันเกิดแต่วิเวกอยู่ บรรลุทุติยฌาน อันยังใจให้ผ่องใสเพราะวิตกวิจารณ์สงบ เป็นธรรมเอกผุดขึ้นภายในไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดแก่สมาธิอยู่ เพราะคลายปีติได้อีกด้วย จึงเป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยนามกายบรรลุตติยฌานซึ่งเป็นฌานที่พระอริยะทั้งหลายกล่าวสรรเสริญผู้ได้บรรลุว่า เป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข ดังนี้ อยู่ บรรลุจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับสนิทในก่อน มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่

มรรคมีองค์ 8 มีสาระสำคัญที่ควรศึกษา คือ มรรคมีองค์ 8 นั้นหากจะสังเคราะห์เข้าในไตรสิกขา 3 ได้สรุปจากหนังสือพุทธธรรม ชี้ให้เห็นว่า มรรคมีองค์ 8 สามารถจัดแบ่งเพราะลงในไตรสิกขา 3 ได้โดยจัดเป็นกลุ่ม ๆ ตามหน้าที่ของการปฏิบัติ ดังนี้ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), 2548)

1. กลุ่มมอศีลสิกขา ประกอบด้วย

1.1 สัมมาวาจา การเจรจาชอบ คือ เว้นจากวจีหุจรีต 4

1.2 สัมมากัมมันตะ การงานชอบ คือ เว้นจากกายหุจรีต 3

1.3 สัมมาอาชีวะ การเลี้ยงชีพชอบ คือ เว้นมิฉนาคาชีวะทุกอย่าง

2. กลุ่มมอจิตตสิกขา ประกอบด้วย

2.1 สัมมาวายามะ เพียรชอบ คือ ความเพียรในปธาน 4 อย่าง

2.2 สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ คือ ตั้งสติไว้ในสติปัฏฐาน 4



2.3 สัมมาสมาธิ ตั้งใจชอบ คือ ตั้งใจมั่นในฌาน 4

3. กลุ่มอภิปญญาสิกขา ประกอบด้วย

3.1 สัมมาทิฏฐิ เห็นชอบ มีเห็นตามอริยสัจ 4 เป็นต้น ซึ่งมีทั้งระดับโลกียะและโลกุตระ

3.2 สัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ คือ ดำริออกจากกาม ดำริไม่พยาบาท ดำริไม่เบียดเบียนด้วยเหตุผลของมรรคดังกล่าวมานี้ จะเห็นได้ว่าเป็นแนวทางให้เกิดสันติวิธีหรือเกิดสันติภาพแก่ตนเองและสังคมได้เป็นอย่างดี เนื่องจากการจัดวางความสำคัญทั้งภายนอกและภายในผสมผสานกัน คือ

3.2.1 สันติวิธีภายนอก ส่งเสริมด้วยอภิสีลสิกขา

3.2.2 สันติวิธีภายใน ส่งเสริมด้วยอภิจิตตสิกขา และอภิปญญาสิกขา

ดังนั้น เมื่อนำมรรคมืองค์ 8 ไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมแล้วสันติภาพขององค์กรของสังคมนั้น ๆ ย่อมจะสงบสุข ปราศจากการเบียดเบียน หรือทำร้ายซึ่งกันและกัน และยังเป็นการส่งเสริมให้บุคคลมีการกระทำที่ถูกต้องดีงามมีสติที่ระลึกรู้ชอบอยู่เสมอ มีจิตสำนึกในการทำความดีของตนเอง มีความพากเพียรพยายามในวิถีชีวิตที่ต้องรักความยุติธรรม เลี้ยงชีวิตประกอบอาชีพในทางสุจริต เป็นพลเมืองที่ดีของประเทศอีกด้วยมรรคมืองค์ 8 ดังกล่าวนี้นี้

สรุปว่า มรรคมืองค์ 8 เป็นหนทางแห่งการดับทุกข์ ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบ 8 ประการที่นำไปสู่การพัฒนาทางจิตใจและการกระทำที่ถูกต้อง ส่งเสริมสันติวิธีทั้งภายในและภายนอก โดยเน้นการกระทำที่ถูกต้อง การพัฒนาจิตใจ และการใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญหา มรรคมืองค์ 8 จะนำไปสู่สังคมที่สงบสุข ปราศจากการเบียดเบียน และส่งเสริมให้บุคคลมีคุณธรรม จริยธรรม และความรับผิดชอบต่อตนเอง ชุมชน และสังคม

3. สาราณียธรรม 6

สาราณียธรรมปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาว่า ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้ารับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลาย มาตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย สาราณียธรรม 6 ประการ (ธรรมเป็นเหตุให้ระลึกรู้ถึงกัน) ทำให้เป็นที่รักทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน สาราณียธรรม 6 ประการ ประกอบด้วย

3.1 ตั้งมั่นเมตตาทายกรรม ในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลายทั้งต่อหน้าและลับหลัง สาราณียธรรมแม้นี้ ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

3.2 ตั้งมั่นเมตตาวจีกรรม ในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลายทั้งต่อหน้าและลับหลัง สาราณียธรรมแม้นี้ ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

3.3 ตั้งมั่นเมตตามโนกรรม ในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลายทั้งต่อหน้าและลับหลัง สาราณียธรรมแม้นี้ ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

3.4 บริโภคโดยไม่แบ่งแยก ลากทั้งหลายที่ประกอบด้วยธรรม ได้มาโดยธรรม โดยที่สุดแม้เพียงบิณฑบาต บริโภคร่วมกับเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลายผู้มีศีลทั้งต่อหน้าและลับหลัง สาราณียธรรมแม้นี้ ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

3.5 เป็นผู้มิมีสีลไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นไท ท่านผู้รู้สรรเสริญไม่ถูกค้นหาและทัญญูครอบงำ เป็นไปเพื่อสมาธิ เสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลาย ทั้งต่อหน้าและลับหลัง สาราณียธรรมแม้นี้ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กันเพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

3.6 เป็นผู้ที่มีทิวทัศน์โดยทิวทัศน์อันประเสริฐ เป็นนิกายนิกรธรรม เพื่อความสันทุกขโดยชอบแก่ผู้ทำตาม เสมอกันกับเพื่อนพรหมจารีทั้งหลายทั้งต่อหน้าและลับหลัง สาราณียธรรมนี้ ทำให้เป็นที่รักทำให้เป็นที่เคารพ เป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันเดียวกันภิกษุทั้งหลาย

สาราณียธรรม 6 ประการนี้ ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันเดียวกัน ทิวทัศน์ไกลจากกิเลสที่เป็นข้าศึก เป็นนิกายนิกรธรรมนำบุคคลผู้ทำตามนั้นออกไป เพื่อความสันทุกขโดยชอบ นี่เป็นธรรมชั้นยอดที่ยึดคัมสาราณียธรรม 6 ประการนี้ไว้ ภิกษุทั้งหลาย ยอดอันเป็นส่วนสูงสุดเป็นที่ยึดคัมเรือนยอด แม้นใด ทิวทัศน์ไกลจากกิเลสที่เป็นข้าศึก เป็นนิกายนิกรธรรมนำบุคคลผู้ทำตามนั้นออกไป เพื่อความสันทุกขโดยชอบนี้ก็นั้นเหมือนกัน เป็นธรรมชั้นยอดที่ยึดคัมสาราณียธรรม 6 ประการนี้ไว้ (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

สรุปว่า สาราณียธรรม 6 เป็นหลักธรรมที่ช่วยสร้างความรัก ความเคารพ ความสามัคคี และความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในหมู่ผู้คน หลักธรรมนี้ประกอบด้วยภาระกระทำที่เมตตา การบริโภคที่ไม่แบ่งแยก การรักษาศีล การมีทิวทัศน์ที่ถูกต้อง และการปฏิบัติร่วมกันอย่างเสมอภาค การนำสาราณียธรรม 6 ไปใช้จะช่วยสร้างสังคมที่สงบสุข และมีเมตตา โดยส่งเสริมให้ผู้คนปฏิบัติต่อกันด้วยความเคารพและความเข้าใจ สร้างความสามัคคีและความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในชุมชนและสังคม

4. อปริหานิยธรรม 7

อปริหานิยธรรมในคัมภีร์พระพุทธศาสนา นั้นอาจกล่าวได้ว่าเป็นธรรมะ ที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนเหล่า กษัตริย์ลิจฉวีเป็นหลักธรรมที่ใช้สอนเพื่อการปกครองและป้องกันหมู่คณะเสื่อมถอย สามารถนำไปใช้ได้ทั้งหมู่ชน และผู้บริหารบ้านเมืองและพระภิกษุสงฆ์ ดังนี้ คือ อปริหานิยธรรมสำหรับหมู่ชนและการบริหารบ้านเมืองเป็นหลัก ในการปกครอง โดยปฏิบัติตามหลักการร่วมรับผิดชอบที่จะช่วยป้องกันความเสื่อม นำไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

“หลักการอปริหานิยธรรม” เป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าชี้ให้เห็นว่าเหตุที่ทำให้สังคมของชาววัชชี หรือ หลักการที่ร้อยรัดให้ชาววัชชีสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข เพราะหลักการนี้ หมายถึง หลักการที่ทำให้องค์กร หรือสังคมไม่เผชิญหน้ากับความเสื่อม หากกลุ่มคนต่าง ๆ พวกกันประพฤติและปฏิบัติร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ เพราะ เป็นหลักการที่จะทำให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างสมัคสมานสามัคคีปรองดองระหว่างกันและกัน สิ่งที่สะท้อนให้เห็นถึง สามัคคีธรรมในอปริหานิยธรรม ในแง่มุมนี้ของพระองค์มุ่งเน้นที่จะย้ำเตือนทั้งวัตรสการพราหมณ์ และประชาชนใน แคว้นวัชชีให้ตระหนักรู้ถึงคุณค่า และความสำคัญของอปริหานิยธรรมว่าเป็นหลักการที่จะนำไปสู่สันติสุขแก่มนุษย์ และสังคมที่อาศัยอยู่ร่วมกันได้อย่างไร แม้นักคิดบางท่านอาจจะตีความว่า สื่อสารของพระพุทธเจ้า ในลักษณะ ดังกล่าวได้เปิดช่องทางให้วัตรสการพราหมณ์ได้โอกาส และเห็นช่องทางที่จะยึดเมืองวัชชีตามความต้องการของพระ เจ้าอชาตศัตรูก็ตาม แต่หากมองในอีกมุมหนึ่ง จะพบว่า พระพุทธเจ้าพยายามจะสื่อสารให้เห็นถึงความสำคัญของ สามัคคีธรรมตามแนวของ อปริหานิยธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระองค์ได้อาศัยตัวอย่างของชาววัชชีที่ปฏิบัติตาม ครรลองของอปริหานิยธรรมให้พระสงฆ์ ซึ่งอยู่ภายใต้การปกครองของพระองค์ได้ปฏิบัติตนตามแนวของ อปริหานิยธรรมเช่นเดียวกันอปริหานิยธรรม จึงหมายถึง ธรรมไม่เป็นที่ตั้งแห่งความเสื่อม ธรรมที่ทำให้ไม่เสื่อม เป็นไปเพื่อความเจริญฝ่ายเดียว มี 7 อย่าง ที่ตรัสสำหรับภิกษุ ภิกษุอปริหานิยธรรม สรุปได้ว่า

4.1 หมั่นประชุมกันเนืองนิตย์

4.2 เมื่อประชุมก็พร้อมเพรียงกันประชุม เมื่อเลิกประชุมก็พร้อมเพรียงกันเลิก และพร้อมเพรียง ช่วยกันทำกิจที่สงฆ์จะต้องทำ

4.3 ไม่บัญญัติสิ่งที่พระพุทธเจ้าไม่บัญญัติขึ้น ไม่ถอนสิ่งที่พระองค์บัญญัติไว้แล้ว สมาทานศึกษา อยู่ในสิกขาบทตามที่พระองค์ทรงบัญญัติไว้



- 4.4 ภิกษุเหล่าใด เป็นผู้ใหญ่ เป็นประธานในสงฆ์ เคารพนับถือภิกษุเหล่านั้น เชื่อฟังถ้อยคำของท่าน
- 4.5 ไม่ลู่อ่านาจนแก่ความอยากที่เกิดขึ้น
- 4.6 ยินดีในเสนาสนะป่า
- 4.7 ตั้งใจอยู่ว่า เพื่อนภิกษุสามเณรซึ่งเป็นผู้มีศีล ซึ่งยังไม่มาสู่อาวาส ขอให้มาแล้วขอให้อยู่เป็นสุข

(มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

หลักอปริยานิยธรรม 7 ประการ เป็นธรรมที่มีประโยชน์ก่อให้เกิดความรัก ความสามัคคีในชุมชน อีกทั้งการมีส่วนร่วมภายในชุมชน ทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองภายในชุมชน สร้างรายได้กับครอบครัวและภายในชุมชน เกิดความรักใคร่ เคารพซึ่งกันและกัน มีการให้เกียรติกันไม่ว่าศาสนาใด ๆ ก็ตามสามารถอยู่ร่วมกันด้วยความเข้าใจกัน และชุมชนเกิดความสันติสุข (เสฐียรพงษ์ วรรณปก, 2533)

สรุปว่า อปริยานิยธรรม 7 ประการ คือ หลักธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนเพื่อป้องกันความเสื่อมถอยของหมู่คณะ ประกอบด้วย การประชุมพร้อมเพรียง เคารพผู้ใหญ่ ไม่ลู่อ่านาจนความอยาก และยินดีในเสนาสนะ ซึ่งช่วยสร้างความสามัคคีและความเจริญรุ่งเรืองภายในชุมชน โดยเกิดจากความรัก และความสามัคคีของคนในชุมชน

การสร้างชุมชนสันติสุขด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

การสร้างชุมชนสันติสุขด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา หรือใช้หลักพุทธสันติวิธีหรือสันติวิธีเชิงพุทธ หมายถึง วิธี ข้อปฏิบัติ หรือชุดของวิธีอย่างใดอย่างหนึ่งที่พระพุทธเจ้าและเหล่าสาวกของพระองค์ได้ใช้เป็นเครื่องมือในการจัดการความขัดแย้งอย่างสันติ ความสอดคล้องกันระหว่าง สังคมแห่งสันติ กับพุทธสันติวิธี คือ สังคมแห่งสันติ เป็นสังคมที่ไร้ความรุนแรง หรือปราศจากความรุนแรงทั้งทางตรงและทางอ้อม แต่สังคมดังกล่าวยังมีความขัดแย้ง และบางครั้ง หรือบางสถานการณ์ความขัดแย้งดังกล่าวได้พัฒนาตนเองไปสู่จุดที่สังคมไร้สันติ หรือปราศจากสันติ จึงมีความจำเป็นต้องใช้วิธีการเชิงสันติเข้าไป จัดการความขัดแย้งโดยไม่ใช้ความรุนแรง หรือปราศจากความรุนแรงทั้งทางตรงและทางอ้อม สันติวิธีอาจจะไม่ใช่วิธีที่ดีที่สุดก็ได้

ประเวศ วะสี นิยามว่า “สันติวิธี” คือ การป้องกันการละเมิดสิทธิมนุษยชนของสภาพการใช้ความรุนแรงและสงคราม” โดยให้เหตุผลว่า “ในการสงคราม ไม่ว่าในครั้งโบราณหรือในปัจจุบันจะมีการละเมิดสิทธิมนุษยชนอย่างรุนแรงโดยไม่สามารถทำอะไรได้มากนัก สิทธิมนุษยชนเป็นการเคารพในศักดิ์ศรี และคุณค่าความเป็นมนุษย์ทุกคน ต่อเมื่อมนุษย์มีจิตสำนึกในศีลธรรมพื้นฐานนี้จึงจะสามารถสร้างการอยู่ร่วมกันอย่างสันติและยั่งยืนได้ (ประเวศ วะสี, 2545) แต่นักสันติวิธีมีความคิดสอดคล้องกันว่า วิธีที่ดีที่สุดขณะนี้ที่มนุษย์มีอยู่และค้นพบ คือ สันติวิธี หรือจะกล่าวอีกนัยหนึ่ง หากจะมองในมิติของพระพุทธศาสนา ก็คือ วิธีที่ดีที่สุดที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบในการจัดการความขัดแย้ง ก็คือ พุทธสันติวิธี สันติวิธีของพระองค์สามารถเป็นหลักฐานที่สำคัญในการบอกนักสันติวิธีทุกคนที่เห็นตรงกันในประเด็นที่ว่า ข้อสมมติฐานนี้ได้รับการพิสูจน์โดยพระพุทธเจ้าเป็นที่เรียบร้อยแล้ว พุทธสันติวิธีในฐานะเป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต

แนวคิดสำคัญที่เกี่ยวกับประเด็นนี้ ก็คือ หลักการที่ปรากฏในพระพุทธศาสนา ก็คือ การนำเสนอเรื่องศีล 5 เพื่อเป็นเครื่องมือสำคัญในการอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุขของมนุษย์ในเชิงปัจเจก และป้องกันไม่ให้มนุษย์เชิงปัจเจกไปเบียดเบียน และทำร้ายคนอื่น ๆ ในสังคม ซึ่งหลักการนี้ นอกจะเป็นการให้ชีวิตแก่คนอื่นหรือสัตว์อื่นแล้วยังเป็นการเปิดโอกาสให้ชีวิตตนเองด้วย ฉะนั้น หลักการศีลนี้ ศีลเป็นหลักการพื้นฐานสำหรับการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข จัดได้ว่าเป็นบรรทัดฐานหรือกฎเกณฑ์ทางสังคมที่มนุษย์สามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขนอกจากนั้นแล้ว หลักการอื่น ๆ เช่น ทิฐุธรรมมีกัตถประโยชน์ 4 คือ การมองเห็นประโยชน์ในความคิดเห็นที่แตกต่าง ทิศ 6 คือ การพิจารณาผลกระทบในทุกทิศทางก่อนการกระทำ สังคหวัตถุ 4 คือ หลักปฏิบัติเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และพรหมวิหาร 4 คือ คุณธรรมที่นำไปสู่ความสุขและความสงบสุขทั้งภายในและภายนอก ถือได้ว่าเป็น



หลักการเชิงรุกและเชิงรับที่มนุษย์สามารถใช้เป็นหลักปฏิบัติเพื่อพัฒนาตนเอง และเข้าไปเกี่ยวข้องกับมนุษย์ด้านอื่น ๆ หรือกลุ่มอื่น ๆ ในสังคม ที่ทำให้มนุษย์นำไปเป็นคู่มือในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและเกิดสันติสุขทั้งภายในและภายนอก

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาให้แนวทางปฏิบัติที่สำคัญสำหรับการสร้างชุมชนสันติสุข ได้แก่

การฝึกสติและสมาธิ การฝึกสติช่วยให้ตระหนักถึงความคิดและอารมณ์ของตนเอง ซึ่งจะช่วยลดความเครียด ความกังวล และความโกรธที่อาจนำไปสู่ความขัดแย้ง การฝึกสติและสมาธิเป็นหัวใจสำคัญของการสร้างชุมชนสันติสุข ช่วยให้ตระหนักถึงความคิดและอารมณ์ของตนเองในปัจจุบัน โดยไม่ตัดสินหรือวิพากษ์วิจารณ์ เมื่อฝึกสติจะสามารถสังเกตเห็นความคิดและอารมณ์ที่เป็นลบได้อย่างชัดเจนมากขึ้น และปล่อยวางความคิดเหล่านั้นก่อนที่จะนำไปสู่ความขัดแย้งหรือความรุนแรง

การพัฒนาเมตตาและกรุณา เมตตาและกรุณาเป็นคุณธรรมพื้นฐานสำหรับการสร้างชุมชนที่สงบสุข เมตตา หมายถึง ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุขและปราศจากความทุกข์ ส่วนกรุณา หมายถึง ความปรารถนาที่จะช่วยเหลือผู้อื่นที่กำลังประสบความทุกข์ยาก เมื่อพัฒนาเมตตาและกรุณา จะสามารถเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากขึ้น และลดความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน

การไม่เบียดเบียน หลักการไม่เบียดเบียนเป็นหลักธรรมพื้นฐานของพระพุทธศาสนา ซึ่งกำหนดให้เราละเว้นจากการกระทำใด ๆ ที่อาจก่อให้เกิดความทุกข์หรือความเสียหายต่อผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นทางกาย วาจา หรือใจ เมื่อเราปฏิบัติตามหลักการนี้ จะสามารถสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและเป็นมิตรสำหรับทุกคน

การสื่อสารอย่างมีเมตตา การสื่อสารอย่างมีเมตตา หมายถึง การพูดและการฟังด้วยความเคารพ ความเข้าใจ และความเห็นอกเห็นใจ เมื่อเราสื่อสารอย่างมีเมตตา จะสามารถหลีกเลี่ยงการใช้คำพูดที่รุนแรงหรือโจมตี ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งได้

การให้อภัย การให้อภัยช่วยให้ปล่อยวางความโกรธและความขุ่นเคือง ซึ่งจะช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่เป็นสุขและสันติ การให้อภัยเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการสร้างชุมชนสันติสุข เมื่อให้อภัย จะสามารถปล่อยวางความโกรธและความขุ่นเคือง ซึ่งจะช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่เป็นสุขและสันติ การให้อภัยไม่ได้หมายความว่า จะยอมรับหรือเห็นด้วยกับการกระทำของผู้อื่น แต่หมายความว่า จะปล่อยวางความรู้สึกเชิงลบที่ตนมีต่อผู้อื่น

การสร้างความสามัคคี การสร้างความสามัคคี หมายถึง การทำงานร่วมกันเพื่อเป้าหมายร่วมกัน เมื่อสร้างความสามัคคี จะสามารถลดความแตกแยกและส่งเสริมความร่วมมือ ซึ่งจะช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสันติสุขและความเจริญรุ่งเรือง

สรุปว่า แนวทางปฏิบัติที่สำคัญ คือ การฝึกสติและสมาธิช่วยให้ตระหนักถึงความคิดและอารมณ์ของตนเอง ซึ่งจะช่วยลดความเครียด ความกังวล และความโกรธที่อาจนำไปสู่ความขัดแย้ง การพัฒนาเมตตาและกรุณาช่วยให้เห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากขึ้น และลดความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน หลักการไม่เบียดเบียนกำหนดให้ละเว้นจากการกระทำใด ๆ ที่อาจก่อให้เกิดความทุกข์หรือความเสียหายต่อผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นทางกาย วาจา หรือใจ ที่สำคัญ คือ คนในชุมชนต้องสามัคคีกัน การนำหลักธรรมเป็นแนวทางไปใช้ในชีวิตประจำวัน ทำให้สมาชิกในชุมชนสามารถสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสันติสุขและความเป็นสุขได้

การสร้างชุมชนสันติสุขด้วยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสามารถทำได้ผ่าน การศึกษาและการปฏิบัติ ส่งเสริมการศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในโรงเรียน ชุมชน และวัด การจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม เช่น การนั่งสมาธิ การเจริญสติ และการวิปัสสนา การนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน สนับสนุนให้ผู้คนนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น การฝึกความเมตตา การละวางความโลภ และการพัฒนาปัญญา สร้างโครงการและกิจกรรมที่ส่งเสริมการปฏิบัติธรรมในชุมชน การสร้างเครือข่ายและความร่วมมือ สร้างเครือข่ายระหว่างวัด ชุมชน และองค์กรต่าง ๆ ที่ทำงานเพื่อส่งเสริมหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาร่วมมือกับผู้นำ



ชุมชนและหน่วยงานภาครัฐเพื่อบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้าในนโยบายและโครงการต่าง ๆ รวมทั้งการเป็นแบบอย่าง ผู้นำชุมชนและบุคคลที่มีชื่อเสียงควรเป็นแบบอย่างในการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ในชีวิต สร้างสื่อและเนื้อหาที่ส่งเสริมหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและการสร้างชุมชนสันติสุข การประเมินและการปรับปรุง ประเมินผลกระทบของโครงการและกิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ปรับปรุงและพัฒนาโครงการและกิจกรรมอย่างต่อเนื่องเพื่อให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และนำมาใช้แก่คนในชุมชน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด กระบวนการเหล่านี้จะช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเจริญเติบโตของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในชุมชน และนำไปสู่การสร้างชุมชนสันติสุขที่ยั่งยืน

สรุป

การสร้างชุมชนสันติสุขเป็นกระบวนการที่ต้องใช้ความพยายามและความมุ่งมั่น หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาให้แนวทางปฏิบัติที่ทรงคุณค่าสำหรับการสร้างชุมชนดังกล่าว โดยเน้นย้ำถึงความสำคัญของสติ เมตตา กรุณา และการไม่เบียดเบียน และใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น 1) อริยสัจ 4 สามารถวิเคราะห์ปัญหาได้อย่างเป็นระบบ และมีขั้นตอนในการจัดทำแผนพัฒนาพื้นที่และชุมชน คือ ขั้นวิเคราะห์ปัญหา ขั้นหาสาเหตุของปัญหา ขั้นกำหนดเป้าหมายในการจัดการปัญหา และขั้นหาวิธีการในการแก้ไข 2) มรรคมีองค์ 8 ประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมแล้วสันติภาพขององค์กรของสังคมนั้น ๆ ย่อมจะสงบสุข ปราศจากการเบียดเบียน หรือทำร้ายซึ่งกันและกัน 3) สาราณียธรรม 6 ทำให้เป็นที่รัก ทำให้เป็นที่เคารพเป็นไปเพื่อความสงเคราะห์กัน เพื่อความไม่วิวาทกัน เพื่อความสามัคคีกัน เพื่อความเป็นอันเดียวกัน และ 4) อปริหานิยธรรม 7 เป็นธรรมที่มีประโยชน์ก่อให้เกิดความรัก ความสามัคคีในชุมชน อีกทั้งการมีส่วนร่วมภายในชุมชน ทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองภายในชุมชน สร้างรายได้กับครอบครัวและภายในชุมชนเกิดความรักใคร่ เคารพซึ่งกันและกัน เมื่อนำหลักธรรมเหล่านี้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน จะทำให้เกิดการฝึกสติและสมาธิ การพัฒนาเมตตาและกรุณา การไม่เบียดเบียน การสื่อสารอย่างมีเมตตา การให้อภัย และสร้างความสามัคคี สมาชิกในชุมชนสามารถสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสันติสุข ความเป็นสุข และความสามัคคีได้โดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทาง ผ่านการศึกษาและการปฏิบัติ ส่งเสริมการศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในโรงเรียน ชุมชน และวัด การจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม เช่น การนั่งสมาธิ การเจริญสติ และการวิปัสสนา โดยมีเครือข่ายและความร่วมมือ ระหว่างวัด ชุมชน และองค์กรต่าง ๆ ที่ทำงานร่วมกับกับผู้นำชุมชนและหน่วยงานภาครัฐเพื่อบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้าในนโยบายและโครงการ ต่าง ๆ โครงการที่สำคัญ คือ โครงการหมู่บ้านศีล 5 เพราะการรักษาศีลเป็นหลักการพื้นฐานสำหรับการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

เอกสารอ้างอิง

- ชนาภา ศรีวิสรณ์. (2563). กระบวนการสร้างสันติสุขสัมพันธ์ตามหลักสันติวิธีเชิงบูรณาการของชุมชนดอยช้าง จังหวัดเชียงราย. ใน ดุษฎีพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาสันติศึกษา. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ธีรยุทธ พึ่งเทียร. (2541). พระพุทธศาสนากับการพัฒนาชุมชน. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ประเวศ วะสี. (2545). สันติวิธีกับสิทธิมนุษยชน. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2548). สู่การศึกษาแนวพุทธ. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพมหานคร: กระทรวงศึกษาธิการ.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2548). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 13). กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอสอาร์พรินติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด.

- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วิลาสินี โสภภาพ. (2564). การสร้างชุมชนสันติสุขภายใต้สังคมพหุวัฒนธรรม : กรณีศึกษาบ้านหน้าทับ อ. ท่าศาลา จ. นครศรีธรรมราชและชุมชนตำบลแม่สะเรียง อ. แม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน. ใน รายงานการวิจัย. สถาบันพระปกเกล้า.
- เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2533). อปรีหานิยธรรม 7 หลักธรรมสำหรับการปกครอง. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มติชน.
- Etzioni, A. (1993). The Spirit of Community: Rights, Responsibilities, and The Communitarian Agenda. USA: Crown.
- Galtung, J. (1969). Violence, peace, and peace research. Journal of Peace Research, 6(3), 167-191.