

การเรียนรู้เพื่อสร้างจิตสำนึกอย่างยั่งยืนต่อสิ่งแวดล้อมตามหลักพุทธวิธี Learning to Create Sustainable Awareness the Environment According to Buddhist Principles

Received: January 28, 2020
Revised: January 31, 2020
Accepted: January 31, 2020

ประยูร เจนตระกูลโรจน์¹

Prayoon Jantrakulroj

(prayoon_d001@skinhospital.co.th)

บทคัดย่อ

บทความนี้นำเสนอมุมมองด้านความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม รวมไปถึงศึกษาแนวคิดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงเพื่อสร้างจิตสำนึกที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม พร้อมทั้งนำเสนอ มุมมองทางพระพุทธศาสนา ที่อธิบายถึงการเรียนรู้ในการสร้างจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีแนวคิด ที่สอดคล้องกันระหว่างแนวคิดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงและพุทธวิธีการสอนเพื่อสร้างจิตสำนึก ต่อสิ่งแวดล้อม ทั้งในมุมมองความสัมพันธ์และพึ่งพิงกันและกันของมนุษย์และสิ่งแวดล้อม การ สร้างจิตสำนึกด้วยกระบวนการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง รวมถึง การประยุกต์พุทธวิธีในการเรียนรู้ ผ่านกระบวนการเปิดประสบการณ์ของผู้เรียน การสะท้อนเชิงวิพากษ์ และการสนทนา การวิวาทะ โดยใช้เหตุผลต่อมุมมองด้านสิ่งแวดล้อมที่ให้ความสำคัญกับการอยู่กับสิ่งแวดล้อมด้วยความมี เมตตากรุณาต่อทุกสรรพชีวิต

คำสำคัญ: การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง, จิตสำนึกสิ่งแวดล้อม, พุทธวิธีการสอน

Abstract

This article aims to present perspective on the relationship between humans and environment along with studying at the learning to application concepts in order to build good awareness to the environment. Moreover, the article also

¹ โรงพยาบาลผิวหนังอโศก แขวงสามเสนนอก เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร

includes Buddhism perspective, which explain about learning to application of good awareness to the environment. Buddhist teaching and learning concepts generate good awareness to the environment as Buddhist teaching and learning to application concepts are related and relied on each other. Raising consciousness through the learning process towards change including application of Buddhist methods in learning bases on process of student's experiences from reflection of critical, conversation, and discussion. Those experiences with the reason of environment perspective are important for living with the kindness for every living thing.

Keywords: Learning to Application, Environmental Awareness, Buddhist Teaching Methods

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่งเกิดจากการปฏิบัติตามข้อบังคับหรือการมีสิ่งจูงใจ หรือการมีพฤติกรรมอันเกิดจากการวิตกกังวล ถือเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นเพียงชั่วคราว และมีโอกาสที่จะกลับไปปฏิบัติตามพฤติกรรมหรือนิสัยเดิมที่เคยเป็น (Maiteny, 2002) เพื่อให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมีความยั่งยืน การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะต้องเกิดจากภายในแสดงออกมาสู่ภายนอก (O'Brien, 2013) ดังนั้น การมีส่วนร่วมผ่านอารมณ์และการสร้างประสบการณ์ ที่มีความหมายในการสนับสนุนให้บุคคลเข้าใจและสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ได้จึงสำคัญ (Maiteny, 2002) รวมถึง นักนิเวศวิทยาได้พยายามชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นที่ต้องมีการพัฒนาและการบริโภคที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงอย่างสมดุล ภายใต้การอยู่ร่วมกันในโลกนี้อย่างมีสติและเคารพธรรมชาติรอบตัว (Macy, 1998)

นักวิจัยบางคนแนะนำว่า การเปลี่ยนจิตสำนึกที่ดีต่อสิ่งรอบตัวไม่ควรถูกมองว่าเป็นการเสียสละ ในทางตรงกันข้าม การสร้างความเข้าใจในกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงต่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน เป็นประเด็นชวนคิดถึงความเป็นมนุษย์ที่ต้องการมีชีวิตอยู่ที่สมดุลกับสภาพแวดล้อม ชีวิตมนุษย์ไม่ควรมียุคทองชีวิตที่ดี เพียงการมุ่งแสวงหาผลประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมรอบตัวเพียงฝ่ายเดียว (Belton, 2014) ในขณะที่ Newman (2014) ให้เหตุผลว่าการสร้างจิตสำนึกนั้น ควรเป็นกระบวนการที่มีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องและการขยายผลออกไปใน

ลักษณะของการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตนเองและสังคมในวงกว้าง ในขณะที่ O'Sullivan และ Taylor (2004) แนะนำว่า การเปลี่ยนแปลงจิตสำนึกภายใต้การมีสติในระบบนิเวศ เป็นกระบวนการที่ต้องการการมีส่วนร่วม พร้อมกับการลงมือปฏิบัติที่มีการหลอมรวมค่านิยมของระบบนิเวศรอบตัว จากความเห็นของนักวิชาการดังกล่าว ทำให้เห็นว่า การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ควรมีการสร้างความเข้าใจภายใต้การสร้างประสบการณ์การเรียนรู้ในสถานที่จริง นักวิชาการกลุ่มแนวคิดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ตระหนักดีว่า มีความจำเป็นที่จะต้องหาวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสม ในการสร้างการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงอย่างยั่งยืน ในขณะเดียวกันพระพุทธศาสนา มีหลักการอะไรบ้าง ที่จะเป็แนวทางในการสร้างการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ซึ่งโดยหลักการพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมนุษย์ให้ดียิ่งขึ้นอยู่แล้ว แต่ยังขาดแนวคิดมุมมองเชิงลึกในการพัฒนากระบวนการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงภายใต้การประยุกต์ให้สอดคล้องกับสังคมในยุคปัจจุบัน ในขณะที่ประเด็นด้านวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับการพัฒนาที่ยั่งยืน ได้ยอมรับว่าการพัฒนาอย่างยั่งยืน จะเกิดขึ้นภายใต้ปรากฏการณ์ ที่มีความสัมพันธ์กันระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม (เช่น Calvo และ De Rosa, 2017; Roep et al., 2015)

บทความนี้ เป็นการนำเสนอบทบาทของการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงต่อการมีจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน รวมถึง เป็นการสร้างความเข้าใจในประเด็นของการมีจิตสำนึกจากภายใน ซึ่งจะมีผลต่อการสร้างความยั่งยืนของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างไร เป็นการขยายความเข้าใจว่า จิตสำนึกภายใน สามารถสร้างความยั่งยืนและเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างเป็นรูปธรรมได้อย่างไร พร้อมทั้งนำเสนอกระบวนการสร้างจิตสำนึกอย่างยั่งยืนเชิงพุทธ โดยเปรียบเทียบกับแนวคิด ทฤษฎีของนักวิชาการต่าง ๆ โดยเฉพาะแนวคิดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง บทความนำเสนอมุมมองเชิงพุทธต่อการมีจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อม ทั้งในมิติแห่งหลักธรรมการเรียนรู้ ธรรมชาติแห่งจิตทางพระพุทธศาสนา และการปลูกจิตสำนึกที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม ภายใต้แนวคิดของการพึ่งพาซึ่งกันและกันหรือ 'จิตสำนึกทางนิเวศวิทยา' เพื่อสนับสนุนการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ดีในระยะยาว

จิตสำนึกและมิติภายในของความยั่งยืน ต่อสิ่งแวดล้อม

นักสังคมวิทยาสิ่งแวดล้อมได้ถกเถียงกันมานาน ในเรื่องการเปลี่ยนกระบวนทัศน์ที่จะเปลี่ยนแปลงสู่โลกที่ยั่งยืน ยกตัวอย่างเช่น Dunlap และ Catton (2523) แย้งว่า มนุษย์แทนที่จะมี

อำนาจเหนือธรรมชาติ จำเป็นต้องเริ่มเข้าใจตัวเองก่อนว่า เป็นส่วนหนึ่งของระบบนิเวศโลกขนาดใหญ่ การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืน เพราะหากการเปลี่ยนแปลงไม่สอดคล้องกับวัฒนธรรม ย่อมไม่สามารถนำพาสู่การเป็นความเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนได้ (Dessein et al., 2015) ระบบนิเวศวิทยากับวัฒนธรรมนั้น มักจะเชื่อมโยงกันและส่งเสริมสนับสนุนซึ่งกันและกัน เนื่องจากมิติทางสังคมและและสถานที่หรือสิ่งแวดล้อมนั้น มีความเชื่อมโยงต่อกันโดยเนื้อแท้ (Jones and Evans, 2012)

การสร้างจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อม หรือ “จิตสำนึกทางนิเวศวิทยา”

มีการถกเถียงกันถึงการเปลี่ยนแปลงจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อมควรอยู่ในระดับใด มีความจำเป็นขนาดไหนที่ต้องมี “จิตสำนึกทางนิเวศวิทยา” ที่สามารถเปลี่ยนแปลงไปสู่โลกที่ยั่งยืนมากขึ้น (เช่น Devall และ Sessions, 1985 ; O' Sullivan และ Taylor, 2004)

จิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อม เป็นประเด็นสำคัญในโลกยุคปัจจุบัน เนื่องจากสิ่งแวดล้อมมีผลกระทบและมีความสัมพันธ์โดยตรงต่อชีวิตของมนุษย์ และสิ่งมีชีวิตต่าง ๆ รอบตัวมนุษย์ สอดคล้องกับแนวคิดทางพระพุทธศาสนาซึ่งมองว่า สิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้ดำเนินไปตามวิธีแห่งธรรมชาติดี การพึ่งพาอาศัยกันและกัน ไม่มีสิ่งใดเป็นอิสระขาดจากกัน พระพุทธศาสนาย้ำให้เห็นชัดเจนถึงความเชื่อมโยงกันระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมอย่างเด่นชัดในหลักแห่งปฏิจจสมุปบาท (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2539) ชีวิตเรา เมื่อเปรียบเทียบกับสิ่งธรรมชาติอันมีจำนวนมากมายมหาศาล ก็ต้องนับได้ว่า เป็นสิ่งเล็กน้อยเสียเหลือเกิน และอีกประการหนึ่งที่สำคัญ คือ การสอนเรื่องธรรมชาติ ก็เพื่อให้รู้จักค้นหาความจริงที่ลึกลงไปกว่าการที่ตาเห็นรูป หรือการที่หูได้ยินเสียง นั่นคือ การให้ตรึกตรองไปถึงสิ่งที่อยู่เบื้องหลังปรากฏการณ์ทางธรรมชาติทั้งหลาย (ปรีชา ช้างขวัญยืน และสมภาร พรหมทา, 2556) พระพุทธศาสนาเชื่อว่า มนุษย์เรามีจิตใจที่สามารถยกระดับไปสู่สถานะที่มีความละเอียดประณีตเพิ่มมากขึ้นได้ โดยมีเงื่อนไขที่ต้องปฏิบัติตนให้สอดคล้องและสอดคล้องกับกฎธรรมชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับการดับทุกข์ในชีวิต ภายใต้การปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับธรรมชาติ ย่อมส่งผลในเชิงบวกให้กับมนุษย์ด้วยการมีระดับความสุขสงบเพิ่มมากขึ้นในชีวิต อย่างไรก็ตาม ระดับความสุขสงบ นเกิดจากการอยู่กับธรรมชาติอย่างสอดคล้องกัน ย่อมมีระดับความเข้มข้นแตกต่างกัน ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติของมนุษย์ ยกตัวอย่างเช่น คนที่ปล่อยวางความรู้สึกว่าเป็นเรา เป็นของเราได้ในระดับเบื้องต้น ย่อมได้รับผล

แห่งการเบาสบายในระดับต้น การมองโลกและชีวิตของสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตัวก็จะมีท่าทีที่เปลี่ยนไป จากความคิดที่เห็นความสำคัญของตนเองมาเป็นลำดับแรก ก็จะเริ่มเปลี่ยนเป็นมองสิ่งต่าง ๆ ว่า ล้วนแล้วแต่มีความสำคัญเช่นกันกับเรา ในส่วนนี้เองที่เป็นจุดเริ่มต้นให้เกิดหลักที่เรียกว่า เมตตาธรรมขึ้นมาในใจของมนุษย์ (บุญเชิด หนูอิม, 2559).

การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงเพื่อสร้างจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อม

ปี ค.ศ. 1978 Jack Mezirow ตีพิมพ์บทความลงในวารสาร Adult Education Quarterly ซึ่งให้เห็นถึงประเด็นการเรียนรู้ในผู้ใหญ่ที่มีการทำความเข้าใจ ประเมินซ้ำ และเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของสมมติฐานในใจ ที่มีผลต่อความคิดความเชื่อ เจตคติและการกระทำ จนถือเป็นจุดกำเนิดของการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ที่มีพัฒนาการต่อเนื่องมากกว่า 30 ปีและยังคงมีการพัฒนาต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา ในบทความดังกล่าว พบว่า ผู้หญิงมีโลกทัศน์ที่เปลี่ยนแปลง 10 ขั้นตอน ได้แก่ 1) เกิดความสับสน 2) ตรวจสอบตนเอง 3) ประเมินสมมติฐานต่าง ๆ อย่างจริงจัง 4) พบความสัมพันธ์ระหว่างความไม่พอใจกับกระบวนการสู่การเปลี่ยนแปลง 5) ค้นหาบทบาท ความสัมพันธ์และการปฏิบัติใหม่ 6) วางแผนปฏิบัติ 7) หาความรู้และทักษะเพื่อบรรลุแผน 8) ทดลองบทบาทใหม่ 9) สร้างสมรรถนะและความมั่นใจต่อบทบาทใหม่ 10) นำโลกทัศน์ใหม่มาเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเอง

นอกจากนี้ ยังมีทฤษฎีอีกหลายทฤษฎีที่ช่วยพัฒนาความเข้าใจในเรื่อง การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง มาอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ หลักการ Conscientization ของ Paulo Freire, ทฤษฎี Transformation ของ Roger Gould รวมทั้งข้อเขียนของ Jurgen Habermas และ Harvey Siegal (วิจารณ์ พานิช, 2558) การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง เป็นแนวคิดการเรียนรู้เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งที่ดีกว่าในทุกระดับ ทั้งในส่วนของปัจเจกบุคคลและในส่วนรวม จนถึงระดับโลก ภายใต้กระบวนการสร้างความความเข้าใจโดยใช้ประสบการณ์เดิมเป็นฐานคิด และใช้วิธีการตีความเพื่ออธิบายความหมายที่ฝังอยู่ในแต่ละเรื่องราว ถือเป็นการสร้างวิถีคิดที่ยกระดับข้ามผ่านวิถีคิดแบบเดิม ในกรณีที่บุคคลต้องต้องเผชิญกับความหมายที่ไม่ถูกต้องตามเหตุและผล อาจจำเป็นต้องมีการตีความเพื่อค้นหาความหมายที่ฝังลึกอยู่ในประสบการณ์ในหลายครั้ง โดยมีการอธิบายให้เห็นถึงความถูกต้องตามหลักจริยธรรม ภายใต้การพิจารณาตามหลักเหตุผล ซึ่งเป็นการสนับสนุนให้เกิดความหมายใหม่ในประสบการณ์เดิม ในขณะที่ความหมายใหม่นั้นสามารถ

ส่งผลต่อการกำหนดรูปแบบและแนวทางการลงมือปฏิบัติในวิถีทางใหม่ได้ (Mezirow, 1996) พร้อมกันนี้ O'Sullivan (2003) ได้อธิบายว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ที่ฝังลึกอยู่ภายใน อันเกิดจากการเคลื่อนตัวของโครงสร้างทางความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึกและจิตสำนึกไปสู่การปฏิบัติ ภายใต้ความเข้าใจตนเอง กลุ่มคนและการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมกล่าวได้ว่า การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง เป็นกระบวนการการเรียนรู้ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติในการมองโลก และการกำหนดความสามารถของตนเอง เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจความหมายในประสบการณ์เดิมและก่อให้เกิดความหมายใหม่ต่อไป

การนำแนวคิดการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงมีความเหมาะสมต่อการนำมาประยุกต์ใช้กับการสร้างจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม ดังจะเห็นได้จากที่ ธนา นิลชัยโกวิทย์, อติศร จันทรสขุ และ อัญชลี สติรเศรษฐ์ (2552) ได้กล่าวว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง เป็นการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงอย่างลึกซึ้ง (Transformative Education) เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักรู้ต่อโลกภายในของตนเอง ที่ ประกอบด้วยความคิด ความรู้สึก ความเชื่อ ทัศนคติ การมองโลก และชีวิต รวมไปถึงพฤติกรรมในชีวิต ประจำวันในแต่ละช่วงขณะ ความตระหนักรู้ดังกล่าวนี้ จะทำให้ผู้เรียนก้าวล่วงการพัฒนาตนให้เป็นคนที่มีสมบูรณ์และสร้างสรรค์ปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อสรรพชีวิตและสิ่งแวดล้อมรอบตัวในลักษณะที่เกื้อกูลกัน เช่นเดียวกับ นายแพทย์ประเวช วัฒนา (2547) มองว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน (Internalization) เป็นการเรียนรู้ที่ธรรมชาติภายนอกและธรรมชาติภายในหรือจิตใจ เชื่อมต่อกันในลักษณะเรียนรู้และพัฒนาธรรมชาติภายในให้สูงขึ้นตลอดเวลา เป็นรูปแบบการเรียนรู้ธรรมชาตินอกตัว เพื่อเป็นเครื่องมือในการพัฒนา ธรรมชาติในตัว (จิต) ตลอดเวลา เป็นกระบวนการของบุคคลที่เกิดการเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ (Transform) จากการรับรู้คุณลักษณะด้วยการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมไปสู่คุณลักษณะที่เกิดขึ้นภายในตนเอง

การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง มีรูปแบบการดำเนินการอยู่ 4 ระดับ ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เริ่มจากระดับบนสู่ระดับล่าง ได้แก่ (Mezirow, 2000) 1) การเปลี่ยนแปลงมุมมอง 2) การเปลี่ยนแปลงจิตนิสัย 3) การเปลี่ยนแปลงกรอบอ้างอิงใหม่ 4) การกลั่นกรองและพิจารณากรอบอ้างอิงเดิมอย่างละเอียด ในขณะที่ขั้นตอนการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงที่ เมอร์ซิโรว์ กำหนดไว้ สามารถสรุปให้เห็นหัวใจสำคัญของทฤษฎีการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง 3 ประเด็นหลัก คือ (วรรณดี สุทธิสาร, 2560) 1. ประสบการณ์ของผู้เรียนเป็นจุดเริ่มต้น และเป็น

สาระทางด้านจิตใจของการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง 2. การสะท้อนเชิงวิพากษ์ จำเป็นต้องใช้คำถามที่เชื่อมโยงถึงแนวคิดเชิงจริยธรรม แนวปฏิบัติ ความเชื่อ และประสบการณ์เดิมที่มีมาก่อนจนก่อให้เกิดข้อโต้แย้งในความคิด ความรู้สึก และการกระทำอันเกี่ยวข้องกับมโนธรรมสำนึก “การสะท้อน” จึงเป็นกระบวนการที่ แสดงการเปลี่ยนแปลงทาง “จิตใจ” ต่อสิ่งที่มีอยู่ภายในใจ กับแนวคิดใหม่ที่เกิดขึ้น เป็นกระบวนการตัดสินใจจากความคิดเก่าไปสู่ความคิดใหม่ ที่มีความถูกต้องและสอดคล้องกับธรรมชาติสิ่งแวดล้อมมากขึ้น 3. การสนทนา การวิวาทะ โดยใช้เหตุผล ซึ่งการสนทนาเป็นการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงตามหลักของความเชื่อที่ว่า การสนทนา เป็นเหตุผลจะทำให้พบกับเงื่อนไขที่เป็นประโยชน์ต่อการสร้างความเข้าใจกับผู้อื่น เป็นการขับเคลื่อนด้วย ลักษณะทางภาวะวิสัย ทุกการกระทำและทุกเรื่องราว จะถูกกระตุ้นด้วยคำถามและนำไปสู่การอภิปรายผล โดยมีเป้าหมายเบื้องต้น คือ สนับสนุนความเข้าใจระหว่างกลุ่มภายใต้การวิวาทะอย่างเป็นทางการเป็นผลต่อประสบการณ์ ผู้เรียนจะได้รับการท้าทายต่อโลกทัศน์ของตน และในที่สุดก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงระบบคุณค่าและ โลกทัศน์ (Affective Attributes) ความรู้ความเข้าใจ (Cognitive Attributes) และพฤติกรรม (Psychomotor Attributes) ซึ่งการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงนี้ มีทั้งส่วน ที่เป็นการเรียนรู้ภายในด้วยตัวคนเดียว และการมีส่วนร่วมในการสนทนาทางความคิดซึ่งเป็นเงื่อนไขสำคัญของกระบวนการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (Mezirow, 1991)

สรุปได้ว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเพื่อสร้างจิตสำนึกสิ่งแวดล้อมนั้น เป็นกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจากผู้สอนและผู้เรียน ภายใต้กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์เบื้องต้นจากผู้เรียนในด้านสิ่งแวดล้อม แล้วนำไปสู่การวิพากษ์ประเด็นของสิ่งแวดล้อมภายใต้การเชื่อมโยงสู่แนวปฏิบัติ ความเชื่อ และประสบการณ์เดิม ที่มีมาก่อนการทบทวนเพื่อ ใคร่ครวญตนเอง เพื่อให้มองเห็นสิ่งแวดล้อมตามความจริงอย่างระมัดระวัง และใช้กระบวนการการสนทนา การวิวาทะ โดยมีกรอบแนวคิด เชิงเหตุเชิงผล ซึ่งจะเป็นการยกระดับจิตวิญญาณของผู้เรียนให้เข้าถึงองค์ความรู้จิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อมได้อย่างลึกซึ้งและเข้าใจ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนในที่สุด

การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงด้านจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อมในมิติทางพระพุทธศาสนา

ในส่วนนี้ เป็นการกล่าวถึงแนวคิดทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับจิตสำนึก โดยเป็นการอธิบายความหมายและลักษณะของจิตสำนึกในทางพระพุทธศาสนา และชี้ให้เห็นกระบวนการ

ที่พระพุทธเจ้าสอนเพื่อสร้างจิตสำนึก หรือสร้างการเปลี่ยนแปลงภายในใจของมนุษย์ จะช่วยให้เห็นมุมมองทางพระพุทธศาสนาเกี่ยวกับจิตสำนึก โดยเฉพาะจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม และการเรียนรู้วิถีพุทธที่จะเปลี่ยนให้มนุษย์เกิดจิตสำนึกได้ชัดเจนมากขึ้น

1. จิตสำนึกในทางพระพุทธศาสนา

พระภุชงค์ ปญญาวุโธ (2562) ได้กล่าวไว้ว่า “จิตสำนึก” “จิตรู้สำนึก” หรือ “สมปฤติจิต” (Conscious Cognitive mind) หรือ “วิถิจิต” วิถิจิต หมายถึง จิตที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการรับรู้ อารมณ์ 6 ที่กำลังปรากฏทางทวาร 6 คือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ วิถิจิตนั้น แบ่งได้ 2 ประเภท คือ ปัญจทวารวิถิ และ มโนทวารวิถิ ซึ่งปัญจทวารวิถิ คือ วิถิจิตที่ปรากฏขึ้นรับรู้ปัญจอารมณ์ทางปัญจทวาร ได้แก่ รูปารมณ์ สัททารมณ์ คันธารมณ์ รสารมณ์ และโณภูมัพพารมณ์ ส่วนมโนทวารวิถิ มีอารมณ์ได้ทั้ง 6 คือ รูปารมณ์ สัททารมณ์ คันธารมณ์ รสารมณ์ โณภูมัพพารมณ์ และธัมมารมณ์ จึงกล่าวได้ว่า วิถิจิตนั้นเป็นนาม เพราะจิตเป็นสภาวะรู้อารมณ์ทางทวารทั้ง 6 เท่านั้น จับต้องไม่ได้ นอกจากนั้น ในคัมภีร์อภิธรรมปิฎก (อภ.สง.อ. (ไทย) 1/1/315-316.) ได้ให้ความหมายของวิถิจิตไว้ว่า หมายถึง จิต (พร้อมด้วยเจตสิก) ที่เกิดขึ้นโดยลำดับติดต่อกันเป็นแถว คือ จิตที่เกิดขึ้นเป็นไปในอารมณ์ทั้ง 6 และตามทวารทั้ง 6 ในขณะที่สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต) (2556) ได้ให้ความหมายวิถิจิตไว้ว่า “จิตในวิถิ” คือ จิตในวิถิแห่งการรับรู้เสพอารมณ์ จิตซึ่งเกิดขึ้นเป็นไปในวิถิ คือ พ้นจากภวังค์หรือพ้นจากภาวะที่เป็นภวังคจิต (มิใช่เป็นปฏิสนธิจิต หรือจุติจิต), พูดอีกอย่างหนึ่งว่า จิต 11 ชื่อซึ่งทำกิจ 11 อย่าง นอกจากปฏิสนธิจิต ภวังคจิต และจุติกิจ, “วิถิจิต” เป็นคำรวมเรียก จิตทั้งหลาย ซึ่งทำหน้าที่เกี่ยวกับการรับรู้อารมณ์ 6 ทางทวารทั้ง 6 (คำบาลีว่า “วิถิจิตฺตํ”) จิตสำนึก หรือ “จิตในวิถิ” สืบเนื่องจากเรื่องมโนกรรมจิตใจเป็นร่องละเอียดซับซ้อน ตามหลักพุทธศาสนานั้น มีการแบ่งจิตเป็น 2 ระดับ คือ จิตระดับวิถิ กับจิตระดับภวังค์ จิตระดับภวังค์เป็นจิตที่เป็นองค์แห่งภพ เป็นระดับที่เราไม่รู้ตัว เรียกได้ว่าไร้สำนึก ภพจะเป็นอย่างไร ชีวิตแท้ ๆ ที่กรรมออกผลจะเป็นอย่างไรรันนั้น อยู่ที่ภวังค์ แม้แต่จุติปฏิสนธิก็เป็นภวังคจิต ฉะนั้น หากจะพิจารณาเพียงจิตในระดับจิตที่รู้สำนึกเพียงอย่างเดียวอาจไม่พอ จำเป็นต้องมีการพิจารณาถึงจิตที่ลึกลงไปถึงชั้นจิตต่ำกว่าหรือเลยจิตสำนึกลงไป นั่นคือ ภวังคจิต หรือที่เรียกว่าจิตที่ไร้สำนึก ซึ่งจิตไร้สำนึกนี้ เป็นจิตส่วนใหญ่ของมนุษย์เทียบเหมือนภูเขาน้ำแข็งที่อยู่ในน้ำ น้ำแข็งส่วนที่อยู่ใต้น้ำมีมากกว่า ส่วนที่โผล่มาบนผิวน้ำเพียงเล็กน้อย คือ จิตสำนึกที่มีการแสดงออกอย่างชัดเจน แต่ส่วนที่ไม่รู้สำนึกหรือไร้สำนึกนั้น เหมือนก้อนน้ำแข็งที่อยู่ใต้ผิวน้ำ ซึ่งมีมากกว่าเป็นจิตส่วนใหญ่ของมนุษย์

จากแนวคิดเรื่อง จิตสำนึกในทางพระพุทธศาสนา ซึ่งสามารถเห็นถึงการแยกจิตสำนึก และจิตไร้สำนึก ในขณะที่นักวิชาการทั่วไปให้ความสำคัญในด้านจิตสำนึก แต่พระพุทธศาสนาได้ กำหนดให้รับรู้ความสำคัญของจิตไร้สำนึกด้วยเช่นกัน อย่างไรก็ตามในบทความนี้ ให้ความสำคัญ กับจิตสำนึก ซึ่งเป็นจิตที่รับรู้อารมณ์ต่าง ๆ จากทวารทั้ง 6 ดังนั้น การวิเคราะห์ในบทความนี้ จึงมุ่ง อธิบายการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยมีการจัดสภาพการเรียนรู้ให้เกิดจิตสำนึกผ่านทวารทั้ง 6 เพื่อให้มีจิตสำนึกที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม

2. ลักษณะการสอนของพระพุทธเจ้าเพื่อให้เกิดจิตสำนึก

ในมุมมองของพุทธศาสนา ชีวิตมีจุดมุ่งหมายเพื่อการพัฒนาดน การเรียนรู้เป็นส่วนหนึ่ง ของการฝึกฝนเพื่อทำให้เกิดความเจริญงอกงามและทำให้ศักยภาพได้ปรากฏออกมา ศักยภาพนี้ เมื่อได้รับการพัฒนาแล้ว ก็จะแสดงออกมาเป็นการกระทำเพื่อประโยชน์ของตนและสังคม (สถาบัน อาศรมศิลป์, 2561) การศึกษาหรือสิกขา เป็นสาระสำคัญในทางพระพุทธศาสนา ตลอดเวลา 45 พรรษาของพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ได้ทรงห่มเทให้กับการสอนเวไนยสัตว์ให้พ้นทุกข์ตามหลัก ทางพระพุทธศาสนา โดยที่พระองค์มีวิธีการสอนที่สามารถนำมาวิเคราะห์ เพื่อเป็นข้อพึงพิจารณา ในการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงในการสร้างจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งของพระพุทธเจ้าทรงมี พุทธวิธีในการสอนพอสรุปได้ดังนี้ (อุทัย วรเมธี ศรีสกุล, 2562)

2.1 ทรงคำนึงถึงผู้เรียน

1) ทรงสอนตามภูมิสติปัญญาของคนฟัง

บางครั้งพระพุทธองค์จะยังไม่ทรงสอนทันที แต่จะรอจังหวะและโอกาสให้ เป็น ประโยชน์ เมื่อยังไม่ถึงจังหวะ ไม่เป็นโอกาส เช่น ผู้เรียนยังไม่พร้อม ยังไม่เกิดปริปากแห่ง ญาณหรืออินทรีย์ ก็ต้องมีความอดทนไม่ชิงหักหาญหรือตั้งต้นทำ แต่ก็ต้องตื่นตัว อยู่เสมอ เมื่อถึง จังหวะหรือเป็นโอกาส ก็ต้องมีความฉับไวที่จะจับมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ไม่ปล่อยให้ผ่านเลยไปเสีย เปล่า แม้ในการเผยแผ่ศาสนาแก่คนส่วนใหญ่ พระพุทธเจ้าก็ทรงปฏิบัติตามจังหวะและโอกาส ด้วย เช่นในระยะแรกประกาศพระศาสนา ณ วันมาฆบูชา มี หลังตรัสรู้ 1 ปี เมื่อประทับอยู่ ณ เวฬุ วัน พระสงฆ์สาวกมาชุมนุมพร้อมกัน ณ ที่นั้น และเป็นโอกาสเหมาะ พระพุทธเจ้าก็ทรงแสดง โอวาทปาติโมกข์สำหรับเป็น หลักยึดถือร่วมกันของสงฆ์ ที่จะแยกย้ายกันไปบำเพ็ญศาสนกิจ และ เมื่อคราว นิครนถ์นาฏบุตรสิ้นชีวิต เกิดความแตกแยกในหมู่尼ครนถ์ พระสารีบุตรถือเหตุการณ์นั้น

เป็นตัวอย่าง ชี้ให้เห็นถึงคุณค่าในการรื้อกรองธรรมวินัย ชักชวนพระสงฆ์ให้พร้อมใจกันทำสังคายนา และท่านได้ทำสังคายนาเป็นตัวอย่างโดยแสดง สังคิติสูตรไว้

2) ทรงสอนตามภูมิหลังของผู้ฟัง

ก่อนแสดงธรรมแก่บุคคล พระพุทธองค์ทรงพิจารณาถึงสภาพการศึกษา เศรษฐกิจ และสังคมว่าเป็นอย่างไร เมื่อทราบแล้วก็ทรงเลือกเรื่องและวิธีสอนที่เหมาะสมกับฐานะของเขา การเลือกคน เป็นอุบายสำคัญในการเผยแผ่พระศาสนา ในการประกาศธรรมของพระพุทธเจ้า เริ่มแต่ระยะแรกประดิษฐานพระพุทธศาสนา จะเห็นได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงกำหนดพุทธกิจด้วยพระพุทโธบายที่เรียกว่า การวางแผนที่ได้ผลยิ่ง ทรงพิจารณาว่า เมื่อจะเข้าไปประกาศพระศาสนาในถิ่นใดถิ่นหนึ่ง ควรไปโปรดใครก่อน เขาอยู่ในฐานะเช่นไร เป็นอะไร ต้องศึกษาในรายละเอียดตรงนี้เสียก่อน เช่นเมื่อตรัสรู้ใหม่ ๆ ได้เสด็จไปโปรดเบญจวัคคีย์ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดพระองค์เมื่อครั้งออกแสวงธรรมก่อน ข้อนี้พิจารณาได้ทั้งในแง่ที่เบญจวัคคีย์เป็นผู้ไฝธรรม มีอุปนิสัยอยู่แล้วหรือในแง่ที่เคยอุปการะกันมา หรือในแง่ที่ว่า เป็นการสร้างความมั่นใจทำให้ผู้เคยเกี่ยวข้อง หมดความคลางแคลงใจ ครั้นสั่งสอนเบญจวัคคีย์แล้ว ก็ได้โปรด ยสกุमार พร้อมทั้งเศรษฐีผู้เป็นบิดาและญาติมิตร และเมื่อเสด็จเข้าแคว้นมคธ พระองค์ก็เสด็จไปโปรดชนกุล 3 พี่น้อง พร้อมบริวารทั้งพัน เริ่มด้วยชนกุลผู้ใหญ่เสียก่อน แล้วนำชนกุลเหล่านี้ผู้กลายเป็นสาวกแล้วเข้าสู่นครราชคฤห์ ประกาศธรรม ณ พระนครนั้น เป็นอันว่า พอเริ่มต้นประกาศพระศาสนาก็ได้นักบวชผู้ใหญ่ เศรษฐีและราชาซึ่งเป็นคนชั้นสูงในสมัยนั้นเป็นสาวก เป็นการทำให้ทางเสด็จเผยแผ่ให้ปลอดภัยต่อไป

2.2 คำนึ่งถึงธรรมะ (เนื้อหา) โดยเลือกธรรมสอนให้เหมาะกับบุคคล จริตของคน หรือพื้นพทางจิตใจมีอยู่ 6 อย่าง ซึ่งแบ่งคนเป็น 6 ประเภทตามจริต เพราะฉะนั้น การเลือกหัวข้อธรรมที่จะมาสอนนั้น จำเป็นจะต้องเลือกหัวข้อให้เหมาะสมกับจริตของบุคคล หมายความว่า เลือกธรรมที่ตรงกันข้ามกับจริตของเขานั้นเอง เช่น ถ้าสอนคนรักสวयรักงาม หรือบุคคลที่มีราคะจริตเป็นเจ้าเรือนก็ ควรจะสอนธรรมในแง่ที่ไม่สวयไม่งามและน่าเกลียดของสังขารร่างกาย หรือถ้าให้งามก็ต้องให้งามในเชิงศิลป์ เป็นสุนทรียภาพ ถ้าสอนคนโทสจริต ก็ต้องเลือกธรรมที่ทำให้จิตใจร่มเย็น รู้จักข่มใจไม่ให้วู่วาม เช่น ขันติ หรือพรหมวิหารธรรม 4 (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) เป็นต้น สอนหลักพรหมวิหารธรรมสำหรับผู้ใหญ่ สอนกตัญญูกตเวทิตธรรม สำหรับผู้น้อย สอนเรื่องอบายมุข สำหรับวัยรุ่นที่ อยู่ในระยะล่อแหลมต่ออันตรายแห่งชีวิต เพราะยังใหม่ต่อโลก

2.3. คำนึ่งถึงเทคนิคและวิธีการสอน

1) วิธีการที่ทรงใช้ในการสอน

วิธีที่ทรงสอนนั้นมีมากมายหลายประการดังนี้ คือ

- ทรงสอนโดยวิธีเอ็กสปลีเคชัน คือ ทรงแสดงยืนยันไปข้างเดียว เช่น ความดีมีผลเป็นสุข ความชั่วมีผลเป็นทุกข์ หรือกุศลเป็นสิ่งควรบำเพ็ญ อุกุศลเป็นสิ่งที่ควรละ
- ทรงสอนโดยวิธีวิวิักษ์ลักษณะ คือ ทรงแยกประเด็นให้ชัดเจน การสอนโดยวิธีนี้คือ การแยกประเด็นสอน หรือตอบคำถาม
 - ทรงสอนโดยวิธีปุจฉาลักษณะ คือ ทรงยอนถามเสียก่อนแล้วจึงตรัสสอน
 - ทรงสอนโดยวิธีปฐนลักษณะ คือ พักปัญหาไว้ ไม่ทรงพยากรณ์ คือ ไม่ทรงตอบในเรื่องนั้น เพราะเห็นว่า ไม่ทรงเป็นประโยชน์หรือยังไม่ถึงเวลาที่เราควรรู้
 - ทรงสอนโดยอุปมาลักษณะ คือ ทรงสอนแบบเปรียบเทียบ เช่น ทรงเปรียบเทียบภิกษุด้วยด้าย เปลือกไม้ และผ้ากาสี เป็นต้น

2) สติการการสอน 3 อย่าง คือ

- ทรงสอนอย่างละมุนละม่อม เช่นที่ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จะเป็นความงามหาน้อยไม่ ถ้าพวกเธอผู้บวชในธรรมวินัยที่เรากล่าวไว้แล้ว จะพึงเป็นผู้มีความอดทน มีความสุภาพ
- ทรงสอนอย่างเข้มงวดรุนแรง เพื่อให้เหมาะสมกับอุปนิสัย หรืออินทรีย์ของเวไนยสัตว์
- ทรงสอนอย่างขอร้องวิงวอน ตัวอย่าง “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นธรรมทายาท คือ ผู้รับมรดกธรรมของเราเถิด อย่าเป็นอามิสทายาท คือ รับมรดกอามิสของเราเลย เรามีความห่วงใยเธอทั้งหลายว่า ทำอย่างไรหนอสาวกของเรา จะเป็นธรรมทายาท ไม่เป็นอามิสทายาท”

3) สอนจากรูปธรรมไปหานามธรรม

คำว่ารูปธรรม ได้แก่ สิ่งที่สามารถมองเห็นได้ด้วยตา ฟังได้ด้วยหูหรือสัมผัส ถูกต้องได้ด้วยอวัยวะสัมผัสทางกาย ส่วนนามธรรม ได้แก่ สิ่งไม่มีรูปร่าง ไม่สามารถเห็นหรือได้ยินได้ ไม่สามารถจะสัมผัส หรือ ถูกต้องได้ด้วยเครื่องมือพิเศษใด ๆ แต่ก็อาจรู้ได้ด้วยใจ ในการสอน

ของพระพุทธเจ้านั้น ถ้าจะต้องกล่าวถึงสิ่งที่เป็นรูปและนามคู่กันแล้ว พระองค์จะตรัส อธิบายเรื่องรูปก่อนแล้วจึงจะอธิบายนามธรรม ยกตัวอย่างเรื่องชั้น 5 พระพุทธเจ้าจึงตรัสรูปขึ้นก่อน

4) สอนจากสิ่งที่เห็นได้ง่ายไปสู่สิ่งที่เห็นได้ยาก

กลวิธีในการสอนข้อนี้ ได้แก่ การสอนเรื่องอนุพุทธานุสสติ คำว่า อนุพุทธานุสสติ คือ การสอนไปตามลำดับ เป็นวิธีการสอนผู้ที่ยังไม่เข้าใจธรรมมาก่อนเลย อนุพุทธานุสสติ มี 5 ข้อ คือ ทาน ศีล สวรรค์ โทษของกาม และการหลีกเลียงจากกาม ความมุ่งหมายในการสอนเรื่องอนุพุทธานุสสติ ก็เพื่อให้คนเบื่อหน่ายในกาม และ ให้หลีกเลียงจากกาม ดังนั้น ความมุ่งหมายในการสอนอนุพุทธานุสสติของพระพุทธเจ้าอยู่ที่ข้อสุดท้าย ได้แก่ เนกขัมมานิสังสกถา คือ การหลีกออกจากกาม วิธีการหนึ่งที่หลีกเลียงได้คือ การออกบวช การสอนของพระพุทธเจ้าเหล่านี้ คือ การสอนจากสิ่งที่เห็นได้ง่ายไปสู่สิ่งที่เห็นได้ยาก

5) สอนจากสิ่งที่รู้อยู่แล้วไปยังสิ่งที่ยังไม่รู้

กลวิธีสอนดังกล่าวนี้ ก็เป็นวิธีหนึ่ง ที่นักศึกษาปัจจุบันยอมรับว่าเป็นวิธีสอนที่ได้ผลดีวิธีหนึ่ง เพราะคนเรานั้นชอบการเทียบเคียง ในการสอนเด็กที่จะให้จำตัวหนังสือได้ง่าย จึงต้องวาดรูปอะไรต่อมิอะไรที่เด็กรู้อยู่แล้วประกอบด้วย เช่น ก.ไก่ ข.ไข่ ค.ควาย เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เด็ก ๆ เคยเห็นอยู่เสมอ ฉะนั้น เมื่อเด็กเห็นไก่อีกก็ทำให้นึกถึง ก.ไก่ ไปด้วย เป็นต้น

การสอนอริยสัจนั้น เป็นการสอนจากสิ่งที่รู้อยู่แล้วไปยังสิ่งที่ยังไม่รู้ อันนี้เป็นวิสัยของมนุษย์ ย่อมรู้จักความทุกข์ตั้งแต่แรกเกิด เมื่อสอนให้รู้จักสิ่งที่รู้อยู่แล้ว ต่อไปก็ทรงสอนสิ่งที่ยังไม่รู้ คือ ปัญหาที่ว่าด้วยความทุกข์นั้นมาจากไหน หรืออะไรเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ซึ่งพระพุทธองค์ได้ทรงค้นพบและนำมาเปิดเผยว่า ต้นเหตุแห่งทุกข์ก็คือ สมุทัย แปล ตามตัวว่า เหตุเกิดแห่งทุกข์ แล้วจึงสอนต่อไปว่า สมุทัยได้แก่ตัณหา 3 อย่างคือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา (ความอยาก ความอยากเป็นนั่นเป็นนี่, ความอยากที่เจือด้วยโทสะ) ต่อจากนั้น พระพุทธองค์ก็ทรงสอนข้อสัจข้อที่ 4 คือ มรรค สัจจะ แปลว่า ทางนำไปสู่ความดับทุกข์ได้สิ้นเชิง ได้แก่มรรคมรรค 8 ประการ คือ ความเห็นชอบ พุทชอบ ทำงานชอบ เลี้ยงชีพชอบ พยายามชอบ ตั้งสติชอบ ตั้งใจมั่นชอบ อริยมรรคนี้ ท่านเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา เป็นวิธีนำไปสู่ความดับทุกข์ได้

6) การสอนด้วยอุปมาอุปไมย

การเปรียบเทียบให้เห็นการสอนวิธีนี้ ก็เป็นวิธีที่นักการศึกษาปัจจุบันใช้กันอยู่ เพราะเป็นวิธีที่ทำให้ได้ผลดี ทั้งนี้ เพราะชื่อนามธรรมเป็นเรื่องที่มองเห็นได้ยาก ธรรมเป็นเรื่อง

ของนามธรรม การที่จะสอนให้เข้าใจได้ ต้องอาศัยการเปรียบเทียบให้เห็นผล แม้แต่พระพุทธองค์ก็ทรงอาศัยหลักการเปรียบเทียบ การสอนด้วยการเปรียบเทียบนี้ ทำให้เข้าใจได้ง่ายเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับ การเปรียบเทียบ เช่น ทรงเปรียบเทียบ มนุสสเทโว มนุษย์ผู้มีลักษณะเหมือนเทวดาคือ เป็นคนดีมีศีลธรรมดีเยี่ยม มนุสสมนุสโส มนุษย์มีลักษณะเหมือนมนุษย์ คือ มีมนุษย์ธรรมในจิตใจ มนุสสเปโต มนุษย์ผู้มีลักษณะเหมือนเปรต เพราะประพฤติดูเห็นภัยต่อสังคม มนุสสติรจฉาน มนุษย์ผู้มีลักษณะเหมือนสัตว์ดิรัจฉาน คือ ไม่มีคุณธรรมอะไร มักทำตัวเป็นคนทรยศ ขาดกตัญญูกตเวทิตะ รวมไปถึง ทรงเปรียบเทียบกิเลสเหมือนกองไฟ เพราะกิเลสทำให้เดือดร้อนเหมือนไฟ ที่ทำให้ร้อน จึงเรียกกิเลสสำคัญทั้ง 3 กองว่าไฟ ดังคำว่า รากคคิ ไฟ คือ รากะโทสคคิ ไฟ คือ โทสะ และ โมหคคิ ไฟ คือ ความลุ่มหลง ทรงเปรียบเทียบกับของบางอย่าง ถึงมีอยู่ก็เหมือนไม่มี เพราะไม่ให้ประโยชน์อะไรมิ ฉะนั้น ก็ทำให้ประโยชน์น้อยเกินไป สิ่งที่มีอยู่เหมือนไม่มี เช่น มีธนู แต่ไม่มีสาย มีกรรยา แต่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน มีเรือ แต่ไปจอดไว้ที่ฝั่งต่างข้าม มีรถ แต่เปลารขาด มีมิตร แต่อยู่ห่างไกล มีเพื่อน แต่ล้วนแต่เป็นคนเลว ๆ เป็นต้น

7) สอนด้วยอุปกรณ์การสอน

จากหลักฐานที่ศึกษาค้นคว้าได้นั้น แสดงให้เห็นว่า พระพุทธองค์ทรงสอนด้วย อุปกรณ์การสอนมาแล้ว และอุปกรณ์การสอนของพระพุทธองค์ไม่ต้องลงทุนทำขึ้นใหม่ เพราะมีอยู่แล้วทั่วทุกแห่ง ฉะนั้น การใช้อุปกรณ์ประกอบการสอนของพระพุทธองค์มีอยู่ 3 วิธีคือ

1. ใช้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นอุปกรณ์
2. ให้ภาพนิมิตเหมือนภาพยนตร์เป็นอุปกรณ์
3. ใช้วิธีทดลองด้วยตนเองเป็นอุปกรณ์

8) สอนด้วยการทำตนให้เป็นตัวอย่าง

วิธีการนี้หมายความว่า ผู้สอน เมื่อสอนเขาอย่างไร ก็ต้องปฏิบัติอย่างนั้นด้วย นับเป็นวิธีที่สำคัญยิ่ง เป็นบุคคลตัวอย่างหรือบุคคลชั้นครู บุคคลที่สอนคนอื่นแล้วคนอื่นชอบ เอาเป็นตัวอย่าง

เทคนิคต่าง ๆ ในการสอนเพื่อให้เหมาะสมกับจริตและภูมิหลังของผู้ฟัง จึงทรงใช้เทคนิคดังกล่าวมาช่วยสอน ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

1. **ทรงใช้อารมณ์ขัน** ในบางครั้งพระพุทธองค์ทรงสอนด้วยสำนวนโวหารที่ส่อแสดงว่ามีอารมณ์ขัน แต่การที่มีอารมณ์ขันนั้น เป็นเพียงอุบายในการสอนคนเท่านั้น

2. **ทรงเร่งให้เกิดความเจริญ** บางครั้งทรงยกเอาการกระทำอันน่าหวาดกลัวต่าง ๆ ขึ้นมาเปรียบเทียบสอน เพื่อให้ผู้ฟังเกิดความกลัว แล้วจะได้ปฏิบัติตามคำสอนโดยเคารพ

3. **ทรงเร่งเร้าให้รีบเร่งปฏิบัติ** การเร่งปฏิบัติธรรมเพื่อความหลุดพ้นนั้น เป็น การกิจที่จะต้องทำอย่างรีบเร่ง ก่อนที่มัจจุราจะมามากดคร่ำไป พระพุทธองค์ทรงตำหนิความเกียจคร้าน และความประมาทมัวเมาเสมอ

4. **ทรงใช้วิธีรุนแรงในการสอน** ในบางกรณี พระพุทธเจ้าก็ทรงใช้วิธีรุนแรงใน การสอน เช่น การขับไล่ (ประณาม) ไปเสียให้พ้น ทั้งนี้ ก็เพื่อให้ผู้มีอุปนิสัยหยาบบางคนหรือบางพวกได้

5. **ทรงใช้ปฏิภาณไหวพริบในการตอบโต้** ในการสอนบุคคลบางคน พระพุทธองค์ก็ต้องทรงใช้ปฏิภาณไหวพริบโต้ตอบอย่างฉับพลัน จึงจะสามารถเปลี่ยนแปลงท่าทีทางจิตใจของเขาต่อพระองค์ได้

6. **ไม่ทรงก้าวร้าวใคร** ในการประกาศแนวความคิดใหม่ ท่ามกลางความคิดเก่าที่มีการยึดถือมั่นคงแล้วนั้น ไม่ใช่งานที่ทำได้ง่าย ตรงกันข้าม กลับเป็นงานที่ยากและมีอันตรายอย่างยิ่ง เพราะจะถูกต่อต้านอย่างรุนแรง

พระพุทธองค์ทรงประกาศแนวความคิดใหม่ได้สำเร็จอย่างสันติและปรินิพพานไป เมื่อถึงอายุไข เพราะพระองค์ทรงมีวิธีการอันฉลาดในการเผยแพร่พระศาสนา

จากเทคนิคและพุทธวิธีการสอนที่กล่าวมานี้ ทำให้เห็นว่า พระพุทธเจ้าเมื่อสอนพุทธบริษัท พระองค์ทรงคำนึงถึงผู้ฟัง ความพร้อมแห่งผู้ฟัง และทรงเลือกเนื้อหาหรือข้อธรรมที่สอดคล้องกับผู้ฟังได้เป็นอย่างดี และในขณะที่สอน พระองค์ใช้วิธีการสอนที่หลากหลายให้สอดคล้องกับผู้ฟัง เพื่อให้ผู้ฟังมีจิตสำนึกและเกิดปัญญาสามารถบรรลุคุณธรรมขั้นสูงได้ด้วยวิธีการสอนของพระองค์ดังกล่าวแล้ว

พุทธวิธีการสอนดังกล่าว โดยเฉพาะเทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า บางส่วนมีความสอดคล้องกับวิธีการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง 3 วิธี ดังนี้

เทคนิคการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง	พุทธวิธีการสอน
การคำนึงถึงประสบการณ์ของผู้เรียน	ทรงสอนตามภูมิสติปัญญาและภูมิหลังของคนฟัง
การสะท้อนเชิงวิพากษ์ เชื่อมโยงถึงแนวคิดเชิงจริยธรรม แนวปฏิบัติ ความเชื่อและประสบการณ์	- ทรงสอนโดยวิธีวิภาษลักษณะ คือทรงแยกประเด็นให้ชัดเจน การสอนโดยวิธีนี้ คือการแยกประเด็นสอนหรือตอบคำถาม

เดิมที่มีมาก่อน จนก่อเกิดข้อโต้แย้งในความคิดความรู้สึก	- ทรงสอนโดยอุปมาลักษณะ คือทรงสอนแบบเปรียบเทียบ เช่น ทรงเปรียบเทียบ ภิกษุด้วยด้ายเปลือกไม้ และผ้ากาสี เป็นต้น
การสนทนา การวิวาทะ โดยใช้เหตุผล ให้พบกับเงื่อนไขที่เป็นประโยชน์ต่อการสร้างความเข้าใจกับผู้อื่น	- ทรงสอนโดยวิธีอุปมาลักษณะ คือทรงย้อนถามเสียก่อนแล้วจึงตรัสสอน

ตารางที่ 1 ตารางความสอดคล้องเทคนิคการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงและพุทธวิธีในการสอน

จากตารางดังกล่าว สะท้อนให้เห็นว่า แนวคิดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงนั้น มีความสอดคล้องกับพุทธวิธีในการสอน ที่พระพุทธเจ้าเคยใช้สอนเหล่าพุทธบริษัทมาช้านาน เทคนิคการเรียนรู้ทั้งสอง สามารถสร้างความน่าสนใจในการนำไปพัฒนาประยุกต์ใช้ในการสร้างจิตสำนึกที่ยั่งยืนได้ ทั้งนี้ อาจต้องมีการศึกษาวิจัย โดยเฉพาะการนำหลักพุทธวิธีการสอนมาพัฒนาปรับปรุงให้เป็นรูปแบบที่เหมาะสมในการเรียนการสอน เพื่อสร้างจิตสำนึกของผู้เรียน ในขณะที่เทคนิคการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงนั้น มีนักวิชาการสนใจค้นคว้าทดลองอย่างต่อเนื่อง จนกลายเป็นองค์ความรู้ใหม่ ๆ ที่น่าสนใจและแพร่หลายในวงการการศึกษามาช้านาน

จิตสำนึกวิถีพุทธต่อสิ่งแวดล้อม

โดยหลักการแล้ว พระพุทธศาสนามีหลักปฏิบัติที่เอื้อต่อการมีจิตสำนึกที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม ซึ่งปรากฏในรูปแบบของหลักธรรมของพระพุทธเจ้า จากงานของ ประพันธ์ ศุภสร (2559) ได้สรุปไว้ว่า พระพุทธศาสนาได้กำหนดความสัมพันธ์ระหว่างพุทธธรรมกับสิ่งแวดล้อมในหลักธรรมดังต่อไปนี้

1. **อิทัปปัจจยตา** เป็นหลักธรรมเกี่ยวกับกฎธรรมชาติ แสดงให้เห็นถึงกฎธรรมชาติที่เป็นไปในจิตของมนุษย์ ทั้งด้านบวกและด้านลบ ปฏิจจสมุปบาทเป็นกฎธรรมชาติที่ดำรงกฎอยู่อย่างนั้น คือ เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยนั้น ความเป็นกฎธรรมชาติ จึงทำให้ให้พุทธธรรมสัมพันธ์สิ่งแวดล้อมในฐานะเป็นองค์ความรู้ อันแสดงให้เห็นมนุษย์มองเห็นความที่สรรพสิ่งต้องพึ่งพากัน ไม่ทำลายต่อกัน ทำให้เกิดจิตสำนึกในการอนุรักษ์ สร้างระบบจริยธรรมจนถึงโลกุตระธรรมในที่สุด

2. **กรรม** เป็นหลักความเชื่อในพุทธศาสนาที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของชาวพุทธเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะการได้รับผลของกรรมซึ่งมีประเภทต่าง ๆ จนทำให้เกิดอุปายเพื่อบรรเทาทุกข์

กรรมชั่ว หรือวิธีการที่จะลดกรรมหนักให้เป็นเบา ด้วยการขอขมาโทษหรือสารภาพความผิดของตน ต่อสิ่งนั้น ๆ จนเกิดมีกิจกรรมร่วมแผ่อยู่ในประเพณีต่างๆ เช่น ประเพณีลอยกระทง ประเพณีก่อพระเจดีย์ทราย เป็นต้น

3. เมตตา เป็นคุณธรรมขั้นพื้นฐานอย่างหนึ่ง ที่สัมพันธ์กับกฎแห่งกรรม เพราะถ้ามนุษย์ปราศจากเมตตาจิต ก็ไม่สามารถให้อภัยชีวิตคนสัตว์และสิ่งแวดล้อมอื่นได้

อย่างไรก็ตาม การมีเพียงหลักธรรมสำหรับการให้ความเคารพแต่สิ่งแวดล้อม โดยปราศจากการปลุกจิตสำนึกสิ่งแวดล้อม ย่อมเสี่ยงต่อการถูกทำลายอย่างต่อเนื่อง ชาวพุทธเอง มีหลักการปลุกจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อมรอบตัว เช่น พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2418) ได้กล่าวถึงการปลุกจิตสำนึกต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม ไว้ว่า ชาวพุทธควรมีการมองกว้าง คิดไกล ใฝ่สูง โดยเฉพาะการมองกว้างที่แสดงให้เห็นถึงภาวะของการให้ความเคารพต่อสิ่งแวดล้อม โดยพระพุทธศาสนาสอนให้มองกว้าง กล่าวคือ ไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว แต่ให้มองกว้างออกไปในสังคมโลก มีปัญญามองเห็นระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยในสรรพสิ่ง ในธรรมชาติทั้งหมด มองว่าธรรมชาติทั้งหมดนี้ เป็นระบบแห่งปัจจัยสัมพันธ์ สิ่งทั้งหลายในจักรวาลนี้มีความสัมพันธ์ พึ่งพาอิงอาศัยและส่งผลกระทบต่อกันทั้งสิ้น และให้มีเมตตากรุณาดำเนินชีวิตและบำเพ็ญกิจต่าง ๆ มองกว้างนั้น ถ้ายังมองออกไปไม่ถึงทั้งโลก หรือถึงอารยธรรมของมนุษยชาติ ก็ขอเพียงมีจิตสำนึกทางสังคมสิ่งแวดล้อม ในระดับประเทศชาติของตัวเองก่อน ค่อยฝึกขยายทัศนะออกไป การฝึกให้เป็นผู้มีจิตสำนึกทางสังคมและสิ่งแวดล้อมนั้น ตอนแรกอาจจะเริ่มจากการมีความรักบ้านเมือง มีความซาบซึ้งภูมิใจในความดีงามของชุมชนหรือสังคมของตน ซึ่งจะแสดงออกมาในจิตใจ เช่น เมื่อเห็นคนต่างประเทศเข้ามาในบ้านเมืองของตน ก็คิดนึกว่า ถ้าคนต่างชาติเหล่านั้นเดินทางไปในประเทศของเรา ได้เห็นความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความสะอาด ทิวทัศน์ธรรมชาติที่สวยงามในบ้านเมืองของเรา และประชาชนที่อยู่ดีมีสุขมีน้ำใจ เขาก็คงจะชื่นชม แม้แต่ไม่เห็นคนต่างชาติเหล่านั้น แต่ตนเองเดินทางไปในบ้านเมืองของตัวเอง มองเห็นความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความสะอาด ทัศนียภาพในธรรมชาติแวดล้อมที่ยังคงอยู่ในสภาพอันดี และประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี แล้วเกิดความรู้สึกชื่นใจ ความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้ ถ้ามีขึ้นเกิดขึ้นเสมอ ๆ ก็จะชักนำจิตใจและความคิดไปในทางที่ดีงามและสร้างสรรค์ จะทำให้ชีวิตและสังคมเจริญพัฒนาไปในทางที่ดีงามถูกต้องได้

ดังนั้น การปลุกจิตสำนึกต่อสังคมและสิ่งแวดล้อมในทางพระพุทธศาสนา จึงให้ความสำคัญต่อมุมมองของการที่มนุษย์มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เนื่องจากมนุษย์กับ

สิ่งแวดล้อมเป็นระบบแห่งปัจจัยที่สัมพันธ์กัน สิ่งทั้งหลายในจักรวาลนี้ มีความสัมพันธ์พึ่งพาอิงอาศัยและส่งผลกระทบต่อกันทั้งสิ้น การมีหลักธรรมที่เอื้อต่อสิ่งแวดล้อม เช่น หลักอหิंपัจจยตา ความเมตตา และ หลักกรรม ล้วนเป็นสาระัตถะ ที่รื้อการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อปลูกจิตสำนึกอย่างยั่งยืนในการมีชีวิตอยู่ที่สมดุลต่อสิ่งแวดล้อม สิ่งที่ทำหายที่สุด นั่นก็คือ จะทำอย่างไรให้มีกระบวนการเรียนการสอนที่ประยุกต์เอาทั้งแนวทางการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง และหลักพุทธวิธีในการสอนมาประยุกต์ใช้ ให้สามารถพัฒนามนุษย์ในปัจจุบันให้เกิดจิตสำนึกที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม ถือเป็นประเด็นท้าทายที่น่าสนใจต่อการศึกษาค้นคว้าต่อไป

บทสรุป

นักสังคมวิทยาด้านสิ่งแวดล้อมได้นำเสนอแนวคิดที่ว่า ด้วยการพึ่งพิงซึ่งกันและกันของสิ่งมีชีวิตและยังมีความกังวลต่อสังคมปัจจุบันที่เน้นการพัฒนาและการบริโภคอย่างขาดความสมดุล มนุษย์ควรมีชีวิตอยู่ที่สมดุลกับสภาพแวดล้อม โดยไม่มุ่งแสวงหาหรือแสวงหาผลประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมรอบตัวเพียงฝ่ายเดียว ปัจจุบัน ได้มีแนวทางการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง เพื่อก่อเกิดจิตสำนึกที่ยั่งยืน ด้วยการเข้าใจว่ามนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของระบบนิเวศโลกขนาดใหญ่ การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืน เพราะหากการเปลี่ยนแปลงไม่สอดคล้องกับวัฒนธรรม ย่อมไม่สามารถนำพาสู่การเป็นความเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนได้ ในขณะที่พระพุทธศาสนาซึ่งมองว่าสิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้ดำเนินไปตามวิธีแห่งธรรมชาติมีการพึ่งพาอาศัยกันและกัน ไม่มีสิ่งใดเป็นอิสระขาดจากกัน ดังนั้น มุมมองของนักวิชาการสังคมวิทยาที่เกี่ยวข้องระบบนิเวศวิทยา มีความสอดคล้องกับแนวคิดทางพระพุทธศาสนา สิ่งที่น่าสนใจต่อไปคือ เมื่อทุกคนเห็นว่าสิ่งแวดล้อมกับมนุษย์มีความสัมพันธ์กัน จะทำอย่างไรให้ความเข้าใจนี้ มีความยั่งยืน ดังนั้น การเรียนรู้เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลง จึงดูเหมือนจะเป็นวิธีที่น่าสนใจ เพราะสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในทุกระดับ ทั้งในส่วนของปัจเจกบุคคลและในส่วนร่วมจนถึงระดับโลก ภายใต้กระบวนการสร้างความความรู้ความเข้าใจ โดยมีประสบการณ์เดิมเป็นฐานคิด โดยใช้วิธีการตีความเพื่ออธิบายความหมายที่ฝังอยู่

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ที่ฝังลึกอยู่ภายใน อันเกิดจากการเคลื่อนตัวของโครงสร้างทางความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึก และจิตสำนึกไปสู่การปฏิบัติ ภายใต้ความเข้าใจตนเอง กลุ่มคน และการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม กล่าวได้ว่าการ

เรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง เป็นกระบวนการการเรียนรู้ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติในการมองโลก และการกำหนดความสามารถของตนเอง เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจความหมายในประสบการณ์เดิมและก่อให้เกิดความหมายใหม่

เมื่อวิเคราะห์เรื่องจิตสำนึกในทางพระพุทธศาสนา พบว่า พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญจิตสำนึก และจิตไร้สำนึก ซึ่งจิตสำนึกในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง จิตที่รับรู้อารมณ์ต่าง ๆ จากทวารทั้ง 6 การพัฒนาจิตสำนึกให้เกิดขึ้นในมนุษย์ ย่อมเกิดจากการเรียนรู้ ซึ่งทางพระพุทธศาสนา ได้นำรูปแบบการสอนของพระพุทธเจ้าซึ่งใช้สอนเหล่าพุทธบริษัทอย่างมีประสิทธิภาพอันดีมาช้านาน และยังมีรูปแบบการสอนบางประเด็น ที่สอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีหัวใจสำคัญ 3 ประเด็นหลัก คือ 1. ประสบการณ์ของผู้เรียน 2. การสะท้อนเชิงวิพากษ์ 3. การสนทนา การวิวาทะ โดยใช้เหตุผล

สำหรับการปลูกจิตสำนึกต่อสิ่งแวดล้อมในมุมมองทางพระพุทธศาสนา มีการชี้ชวนให้ชาวพุทธมีมุมมองต่อสังคมและสิ่งแวดล้อมที่กว้างมากขึ้น กล่าวคือ การไม่เป็นคนเห็นแก่ตัว แต่ควรมองออกไปไปในสังคมโลกด้วยปัญญาที่พิจารณาเห็นระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยในสรรพสิ่ง ในธรรมชาติทั้งหมด มองว่าธรรมชาติทั้งหมดนี้ เป็นระบบแห่งปัจจัยสัมพันธ์กัน พึงพาอิงอาศัยและส่งผลกระทบต่อกัน จึงควรมีความเมตตากรุณาต่อทุกสรรพชีวิตนั่นเอง

รายการอ้างอิง

- ประพันธ์ ศุภสร. (2559). *พุทธธรรมเพื่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม*. สืบค้นเมื่อ 24 มกราคม 2563, จาก <http://gin.mcu.ac.th/wp-content/uploads/2015/01/พุทธธรรมเพื่อการอนุรักษ์ สิ่งแวดล้อม.pdf>
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2581). *เจาะหาความจริงเรื่องศาสนาประจำชาติ*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระภุชงค์ ปญญาวุฑฺโฒ. (2562). *ศึกษาวิถีจิตในการพิจารณาอุปมาในปัจจัยปริศนาคถาญาณ* (ปริยญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต พธ.ม. สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระนครศรีอยุธยา
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2556). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 21). กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- _____. (2481). *หลักกรรมสำหรับคนสมัยใหม่*. กรุงเทพฯ: แอคทีฟ พรินท์.

- _____. (2481). *เจาะหาความจริงเรื่องศาสนาประจำชาติ*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- มนุชย์ (บุญเชิด หนูอิม. (2015). การเรียนรู้จิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อมตามแนวพุทธปรัชญา. *วารสารวิชาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์มหาวิทยาลัยบูรพา*, 23(43), 61-83.
- สถาบันอาศรมศิลป์. (2561). *เรียนรู้คุณค่าแห่งชีวิต*. กรุงเทพฯ: บริษัท แพลน ปรีนติ้ง จำกัด.
- อุทัย วรเมธี ศรีสกุล, ชอบดี สวนโคก, อนุสรณ์ นางทะราช, สิทธิพล เวียงคำ, สุภาพ บัวช่วย, และสาคร ศรีระวรรณ. (2018). พุทธวิธีการเรียนการสอน. *วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์*, 5(1), 71-81.
- Belton, T. (2014). *Happier People Healthier Planet: How Putting Wellbeing First Would Help Sustain Life on Earth*. Silverwood Books, Bristol.
- Calvo, M., De Rosa, A. (2017). *Design for social sustainability. A reflection on the role of the physical realm in facilitating community Co-design*. Des. J. 20 (Suppl. 1), 1705–1724.
- Catton Jr, W. R., & Dunlap, R. E. (1980). A new ecological paradigm for post-exuberant sociology. *American behavioral scientist*, 24(1), 15-47.
- Devall, B., Sessions, G., (1985). *Deep Ecology: Living as if Nature Mattered*. Gibbs Smith Publisher, Layton, Utah.
- Jones, P., Evans, J., (2012). Rescue geography: place making, affect and regeneration. *Urban Stud.* 49 (11), 2315–2330.
- O'Brien, K. (2013). Global environmental change III: Closing the gap between knowledge and action. *Progress in Human Geography*, 37(4), 587-596.