



นิเวศวิทยาแนวพุทธ: จากหลักธรรมสู่การปฏิบัติ
ในการเผชิญหน้าวิกฤตการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ
Buddhist Ecology: From Buddhist Principles to Practice
in Facing the Climate Change Crisis

กฤตชัย ชุมแสง

Krittachai Chumsaeng

โรงเรียนนครขอนแก่น

Corresponding Author, E-mail: krittachai.c@kkumail.com

Received 23/08/2026 | Revised 30/08/2026 | Accepted 30/08/2026

บทความวิชาการ (Academic Article)

บทคัดย่อ

วิกฤตการณ์การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศไม่ได้เป็นเพียงปรากฏการณ์ทางกายภาพ หากแต่เป็นภาพสะท้อนของวิกฤตทางจิตสำนึกที่มองการบริโภคเป็นเป้าหมายสูงสุดของความเจริญ มาตรการที่ดำเนินอยู่ในปัจจุบันจึงยังไม่เพียงพอ เพราะยังขาดมิติด้านกระบวนการทางเศรษฐกิจและจิตใจของพลเมืองมารองรับ บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เลนส์ “นิเวศวิทยาแนวพุทธ” อธิบายความเชื่อมโยงระหว่างระบบธรรมชาติกับพฤติกรรมมนุษย์ผ่านหลักปฏิจจนสมุปปาต ผสานกับเศรษฐศาสตร์แนวพุทธที่วิพากษ์ตรรกะการเติบโตทางเศรษฐกิจแบบไร้ขอบเขต และหลักอุปาทานที่ชี้ว่าวิกฤตทางวัตถุคือภาพสะท้อนของความยึดติดภายใน บทความใช้วิธีวิเคราะห์และสังเคราะห์เอกสารวิชาการร่วมสมัย โดยแสดงให้เห็นว่าหลักปฏิจจนสมุปปาต อธิบายมนุษย์ในฐานะส่วนหนึ่งของข่ายใยแห่งเหตุปัจจัยร่วมกับธรรมชาติ ไม่ใช่ผู้สังเกตการณ์ที่แยกขาดหรือผู้ปกครองที่อยู่เหนือกว่า เมื่อสืบสาวไปตามสายปฏิจจนสมุปปาต จะพบว่าต้นหสามมิติ คือการตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา ผลักดันพฤติกรรมบริโภคเกินขนาดและการเพิกเฉยต่อปัญหาสิ่งแวดล้อม โดยมีอวิชชาเป็นรากฐานของวงจรทั้งหมด บทความเสนอว่าการฝึกสติควบคู่กับความเข้าใจที่ถูกต้องต่อหลักสันโดษ อันหมายถึงความฉลาดในการบริโภคเพื่อคุณค่าที่แท้จริง ไม่ใช่ความเกียจคร้านหรือมกน้อยดังที่มักเข้าใจผิด เป็นเครื่องมือเชิงปฏิบัติที่จะเข้าไปแทรกแซงวงจรแห่งตัณหาได้ พร้อมทั้งนำเสนอโมเดลปฏิบัติ 5 ขั้น เป็นแนวทางฝึกฝนในชีวิตประจำวัน ดังปรากฏในกรณีศึกษาพิธิบวชป่าที่แสดงว่าหลักธรรมระดับปัจเจกสามารถขยายผลสู่บรรทัดฐานระดับชุมชนได้จริง

บทความนี้เสนอว่าทางออกของวิกฤตคือการปรับกระบวนการบริโภคทางเศรษฐกิจและจิตใจไปพร้อมกัน โดยการทบทวนนิยามความเจริญใหม่ จากปริมาณการบริโภคสู่คุณภาพของความเป็นอยู่ที่แท้จริง

คำสำคัญ: นิเวศวิทยาแนวพุทธ; ปฏิจจนสมุปปาต; ตัณหา; สันโดษ; การฝึกสติ

Abstract

The climate change crisis is not only a physical phenomenon, it reflects a consciousness crisis in which consumption is viewed as the ultimate goal of prosperity. Current measures therefore remain insufficient because they lack support from both economic paradigm and the mentality dimension of citizens. This article aims to use the



lens of Buddhist ecology to explain the interconnection between natural systems and human behavior through the Buddhist principle of dependent origination integrated with Buddhist economics, which critiques the logic of unlimited economic growth, and the principle of attachment, which suggests that material crises are reflections of internal attachment. The article uses an analysis and synthesis of contemporary academic literature. It demonstrates that the principle of dependent origination understands humans as part of an interconnected web of causes and conditions together with nature, rather than as dependent observers or superior rulers. When the chain of dependent origination is traced, the three dimensions of craving: sensual craving, craving for existence, and craving for non-existence are found to drive excessive consumption and indifference toward environmental problems, with ignorance serving as the foundation of the entire cycle. The article proposes that mindfulness practice, combined with a correct understanding of the Buddhist principle of contentment, can serve as a practical tool for intervening in the cycle of craving. Contentment is the wisdom to consume according to genuine value, not laziness or an inclination toward having little as it is often mistakenly interpreted. The article also presents a five-step practical model as a guide for practice in everyday life. This is illustrated through the case study of the ordination of forests, which demonstrates that Buddhist principles practiced at the individual level can genuinely expand into community-level norms.

The article suggests that the solution to the crisis is to adjust both economic and psychological paradigms, reconsidering the meaning of prosperity from the quantity of consumption toward the quality of genuine well-being.

Keywords: Buddhist ecology; dependent origination; craving; contentment; mindfulness practice

บทนำ

วิกฤตการณ์การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศที่โลกกำลังเผชิญในปัจจุบันมีรากลึกกว่าปัญหาทางวิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อมหรือเรื่องของก๊าซเรือนกระจกในชั้นบรรยากาศ แท้จริงแล้วเป็นผลพวงโดยตรงจากกระบวนทัศน์ทางเศรษฐกิจที่ครอบงำโลกมาตลอดศตวรรษที่ผ่านมา E. F. Schumacher นักเศรษฐศาสตร์ได้ชี้ให้เห็นถึงความขัดแย้งเชิงโครงสร้างนี้ไว้ว่า เศรษฐศาสตร์กระแสหลักคุ้นเคยกับการวัด มาตรฐานการครองชีพด้วยปริมาณการบริโภคประจำปี โดยตั้งสมมติฐานเสมอว่าผู้ที่บริโภคมากกว่าย่อมมีความเป็นอยู่ที่ดีกว่าผู้ที่บริโภคน้อยกว่า ตรรกะเช่นนี้ปรากฏชัดในตัวชี้วัดทางเศรษฐกิจกระแสหลักที่ใช้กันทั่วไปอย่างผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ ซึ่งยังมีการซื้อขายและใช้ทรัพยากรมากเท่าไร ตัวเลขก็ยิ่งสะท้อนว่าเศรษฐกิจเจริญเติบโตมากขึ้นเท่านั้น โดยไม่คำนึงว่าการบริโภคนั้นนำไปสู่ความเป็นอยู่ที่ดีอย่างแท้จริงหรือไม่ Schumacher เสนอว่าหากมองผ่านเลนส์ของเศรษฐศาสตร์แนวพุทธ มุมมองเช่นนี้นับว่าไร้เหตุผลอย่างยิ่ง เพราะการบริโภคเป็นเพียงเครื่องมือที่แสดงถึงความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์ เป้าหมายที่ถูกต้องจึงควรเป็นการบรรลุความเป็นอยู่ที่ดีสูงสุดด้วยการบริโภคน้อยที่สุด (Schumacher, 1973: 60-61)



ความขัดแย้งระหว่างตรรกะทั้งสองชุดนี้คือต้นเหตุของวิกฤตสิ่งแวดล้อมร่วมสมัย โดยระบบเศรษฐกิจที่ยึดการเติบโตอย่างไร้ขอบเขตมองธรรมชาติเป็นเพียงทรัพยากรเพื่อการตัดถวง และมองสินค้ากับการบริโภคว่าสำคัญกว่าตัวมนุษย์เอง Schumacher วิพากษ์แนวคิดเช่นนี้ว่าเป็นการลำดับความสำคัญที่ผิด คือให้ความสำคัญกับสินค้ามากกว่าผู้คน และให้คุณค่ากับการบริโภคมากกว่ากิจกรรมเชิงสร้างสรรค์ นั่นคือการเปลี่ยนจุดสนใจจากแรงงานไปสู่ผลผลิตของแรงงาน หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือการลดทอนความเป็นมนุษย์ (Schumacher, 1973: 60-61)

ในวงวิชาการพุทธศาสนาไทย พุทธทาสภิกขุได้วางรากฐานความคิดที่สอดคล้องกันไว้ในหนังสือ “คู่มือมนุษย์” โดยอธิบายว่าอำนาจของความยึดติดในวัตถุและสิ่งของเป็นเครื่องผูกพันมนุษย์ไว้กับความทุกข์ และเป็นเหตุแห่งพฤติกรรมการตัดถวง ครอบครองอย่างไม่มีที่สิ้นสุด (พุทธทาสภิกขุ, 2552: 51; พุทธทาสภิกขุ, 2554, 7-10) เมื่อนำหลักคิดเรื่องอุปาทานและปฏิเสธสมุปาทของพุทธทาสภิกขุมาพิจารณา ร่วมกับข้อวิพากษ์ของ Schumacher จะเห็นได้ว่าทั้งสองแนวคิดบรรจบกันที่จุดเดียวกัน คือการมองว่าวิกฤตทางวัตถุภายนอกเป็นภาพสะท้อนของวิกฤตทางจิตใจภายใน อันได้แก่ความไม่รู้เท่าทันต้นตอและความยึดมั่นถือมั่นของมนุษย์เอง

รายงานของคณะกรรมการระหว่างรัฐบาลว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (IPCC) ยืนยันว่ากิจกรรมของมนุษย์เป็นสาเหตุของภาวะโลกร้อนอย่างชัดเจน ทั้งชั้นบรรยากาศ มหาสมุทร และพื้นดินเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างกว้างขวางและรวดเร็วในระดับที่ไม่เคยปรากฏมาก่อน (IPCC, 2023) ข้อมูลระดับนานาชาตินี้ แสดงให้เห็นว่าวิกฤตที่กล่าวถึงเป็นสถานการณ์ร่วมของมนุษยชาติที่ทุกประเทศต้องเผชิญ เมื่อพิจารณาถึงนโยบายของประเทศไทยอย่างเป็นทางการ พบว่า รัฐบาลไทยกำหนดยุทธศาสตร์ระยะยาวในการพัฒนาแบบปล่อยก๊าซเรือนกระจกต่ำ (Thailand's Long-term greenhouse gas emission development strategy : LT-LEDs) ในปี พ.ศ. 2593 และการปล่อยก๊าซเรือนกระจกสุทธิเป็นศูนย์ภายในปี พ.ศ. 2608 ผ่านกรอบการดำเนินงานตามแผนพลังงานชาติ ซึ่งมุ่งเน้นมาตรการเชิงเทคนิคเป็นหลัก เช่น การเพิ่มสัดส่วนพลังงานหมุนเวียน การส่งเสริมเทคโนโลยียานยนต์ไฟฟ้า และการเพิ่มประสิทธิภาพการใช้พลังงาน (กรมการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและสิ่งแวดล้อม, 2567ก) และล่าสุดประเทศไทยยังได้ผลักดันร่างพระราชบัญญัติการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ซึ่งนับเป็นกฎหมายว่าด้วยการลดโลกร้อนฉบับแรกของประเทศ เพื่อใช้เป็นกลไกในการขับเคลื่อนเป้าหมายดังกล่าวให้เป็นรูปธรรม โดยมุ่งเน้นการเสริมสร้างศักยภาพและการปรับตัวของประเทศเพื่อให้มีภูมิคุ้มกันต่อภัยพิบัติและผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศอย่างยั่งยืน ผ่านกลไกการคาร์บอนภาคบังคับ ได้แก่ ระบบซื้อขายสิทธิในการปล่อยก๊าซเรือนกระจก (ETS) ภาษีคาร์บอน (Carbon Tax) และการจัดตั้งกองทุนภูมิอากาศเพื่อสนับสนุนทุกภาคส่วน (กรมการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและสิ่งแวดล้อม, 2567ข)

มาตรการเหล่านี้ล้วนเป็นการแก้ปัญหาในระดับเทคนิคและโครงสร้างเชิงนโยบายเป็นส่วนใหญ่ ยังไม่มีการกล่าวถึงมิติด้านกระบวนการทางเศรษฐกิจและจิตใจของพลเมือง ทั้งที่ปัญหาเชิงพฤติกรรมการบริโภคของประชาชนเป็นปัจจัยสำคัญพอ ๆ กับมาตรการเชิงเทคนิคในการบรรลุเป้าหมายเหล่านี้ อย่างไรก็ตาม กรอบคิดที่ผสมผสานเศรษฐศาสตร์แนวพุทธของ Schumacher เข้ากับหลักอุปาทานและปฏิเสธสมุปาทของพุทธทาสภิกขุดังที่กล่าวมาข้างต้น จึงอาจเป็นช่องทางหนึ่งในการเติมเต็มมิติทางจิตใจที่ขาดหายไปจากนโยบายระดับชาติ และส่งเสริมให้เป้าหมายเหล่านี้มีความยั่งยืนมากกว่าการพึ่งพาเทคโนโลยีเพียงด้านเดียว

บทความวิชาการฉบับนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เล่นส่ของนิเวศวิทยาแนวพุทธ อธิบายความเชื่อมโยงระหว่างระบบธรรมชาติกับพฤติกรรมมนุษย์ผ่านหลักปฏิเสธสมุปาท อันเป็นหลักธรรมที่อธิบาย

ความสัมพันธ์เชิงเหตุปัจจัยที่ผูกโยงสรรพสิ่งเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ ผสานกับกรอบเศรษฐศาสตร์แนวพุทธของ Schumacher ที่วิพากษ์ตรรกะการเติบโตทางเศรษฐกิจแบบไร้ขอบเขต พร้อมทั้งเสนอการฝึกสติเป็นแนวทางเชิงปฏิบัติในการรู้เท่าทันต้นตอหาการบริโภคที่เป็นต้นตอของวิกฤต ทั้งนี้เพื่อแสดงให้เห็นว่าทางออกของวิกฤตสิ่งแวดล้อมร่วมสมัยไม่อาจแยกขาดจากการปรับเปลี่ยนกระบวนทัศน์ทางเศรษฐกิจและจิตใจไปพร้อมกันได้

1. ปฏิจักษ์มุปบาทในมิตินิเวศวิทยา

หลักปฏิจักษ์มุปบาทในพระพุทธศาสนาอธิบายความจริงของโลกด้วยหลักการที่ว่า “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี” หมายถึง ปรากฏการณ์ทั้งหลายไม่อาจเกิดขึ้นได้โดยลำพัง แต่ดำรงอยู่ได้ด้วยเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันเป็นข่ายใย (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2564: 252) หลักธรรมข้อนี้ปฏิเสธความเชื่อว่าสรรพสิ่งมีตัวตนที่เป็นเอกเทศ ดำรงอยู่ได้ด้วยตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพาสิ่งอื่น แต่ชี้ให้เห็นว่าทุกสิ่งล้วนเกิดขึ้น ดำรงอยู่ และดับไปตามเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกันเป็นทอด ๆ ไม่มีสิ่งใดเป็นจุดเริ่มต้นหรือจุดสิ้นสุดที่แยกขาดจากสายธารแห่งเหตุปัจจัยทั้งหมด แนวคิดนี้สอดคล้องกับพระครูสันติบุญญาทร กตปุญโญ และพระครูจิรธรรมธัช, 2565: 1098-1099 ที่มองพระพุทธศาสนาและระบบนิเวศเป็นเครือข่ายความสัมพันธ์เชิงบูรณาการ กล่าวคือทุกหน่วยที่อยู่ในระบบเดียวกันย่อมไม่เป็นอิสระจากกัน ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับสังคม หรือมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม

เมื่อนำหลักการนี้มาพิจารณากับวิกฤตสิ่งแวดล้อมร่วมสมัย จะพบว่ามนุษย์เป็นส่วนหนึ่งในห่วงโซ่แห่งเหตุปัจจัยเดียวกันกับสรรพสัตว์และระบบนิเวศทั้งหมด ไม่ได้อยู่นอกระบบธรรมชาติในฐานะผู้สังเกตการณ์ หรือผู้ครอบครองที่แยกขาดออกไปแต่อย่างใด การทำลายป่าไม้ ณ จุดหนึ่งของโลก หรือการปล่อยก๊าซเรือนกระจกจากแหล่งอุตสาหกรรม ย่อมย้อนกลับมากระทบความมั่นคงทางอาหาร สุขภาพ และสภาพจิตใจของมนุษย์ในอีกมุมหนึ่งของโลกเสมอ ตามครรลองของเหตุปัจจัยที่ไม่มีสิ่งใดหลุดพ้นไปได้ ผลกระทบจึงไม่เคยจำกัดอยู่เฉพาะพื้นที่ต้นเหตุ มนุษย์ผู้ทำลายธรรมชาติจึงเป็นทั้งผู้กระทำและผู้รับผลในวงจรเดียวกันอย่างแยกไม่ออก ไม่มีผู้ใดอยู่นอกเหนือผลกระทบที่ตนก่อขึ้นเองได้

มุมมองเช่นนี้ชี้ให้เห็นถึงความผิดพลาดของทัศนะที่มองว่ามนุษย์เป็นใหญ่กว่าและแยกขาดจากธรรมชาติ ดังที่ปรากฏอยู่ในวิถีคิดของอารยธรรมสมัยใหม่ ซึ่งได้รับอิทธิพลจากยุคปฏิวัติอุตสาหกรรมที่มองว่ามนุษย์เป็นนายเหนือธรรมชาติ และมีสิทธิ์อันชอบธรรมที่จะจัดการ หรือดัดแปลงธรรมชาติอย่างไรก็ได้ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2561: 230-231) ทัศนะที่แยกมนุษย์ออกจากระบบนิเวศเช่นนี้ขัดแย้งโดยตรงกับหลักปฏิจักษ์มุปบาท เพราะหากสรรพสิ่งล้วนเกิดจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกัน มนุษย์ก็ไม่อาจอ้างสถานะพิเศษที่อยู่เหนือ หรือแยกขาดจากเครือข่ายแห่งความสัมพันธ์นั้นได้ การมองว่ามนุษย์เป็นศูนย์กลางของจักรวาล และธรรมชาติเป็นเพียงทรัพยากรที่รองรับความต้องการของมนุษย์ จึงเป็นมิชฌาทิภูมิประเภทหนึ่ง คือความเห็นที่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริงตามที่กฎธรรมชาติแสดงไว้ ความเห็นผิดที่แยกความรู้ทางกายภาพออกจากจริยธรรมเช่นนี้ ย่อมส่งผลให้พฤติกรรมการดัดแปลงทรัพยากรธรรมชาติดำเนินไปอย่างไม่ยั้งคิด เพราะมองไม่เห็นว่าเป็นส่วนหนึ่งของเหตุปัจจัย และต้องรับผลกระทบย้อนกลับมาในฐานะห่วงโซ่เดียวกันในที่สุด

ในทางตรงข้าม หากเข้าใจปฏิจักษ์มุปบาทอย่างถูกต้อง มนุษย์จะเห็นตนเองในฐานะส่วนหนึ่งของเครือข่ายแห่งเหตุปัจจัยที่ไม่อาจแยกขาดจากธรรมชาติได้ ความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมจึงเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติ เมื่อบุคคลเข้าใจความเป็นจริงของโลกอย่างถูกต้อง



อย่างไรก็ดี การอธิบายว่าวิกฤตสิ่งแวดล้อมเป็นผลจากการกระทำของมนุษย์เพียงอย่างเดียว อาจนำไปสู่ความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนหากไม่ได้วางอยู่บนกรอบคิดที่ถูกต้อง พระพุทธศาสนาอธิบายความเป็นไปของโลกผ่านกฎธรรมชาติห้าประการที่เรียกว่าอนิยาม 5 ได้แก่ 1) อุตุนิยาม อันเป็นกฎธรรมชาติเกี่ยวกับอุณหภูมิหรือปรากฏการณ์ทางกายภาพอย่างดิน น้ำ อากาศ และฤดูกาล 2) พินนิยาม อันเป็นกฎเกี่ยวกับพันธกรรม 3) จิตนิยาม อันเป็นกฎเกี่ยวกับการทำงานของจิต 4) กรรมนิยาม อันเป็นกฎแห่งการให้ผลของการกระทำ และ 5) ธรรมนิยาม อันเป็นกฎความเป็นเหตุเป็นผลของสิ่งทั้งหลายโดยรวม

กรอบนิยาม 5 นี้จำเป็นต่อการทำความเข้าใจวิกฤตสิ่งแวดล้อม เพราะป้องกันการอธิบายแบบง่ายเกินไปว่าภัยพิบัติทางธรรมชาติเป็นเพียง “ผลของกรรม” ของมนุษย์ในความหมายเชิงศีลธรรมล้วน ๆ โดยมองข้ามกลไกทางกายภาพที่เป็นไปตามอุตุนิยามและธรรมนิยามซึ่งดำเนินไปตามเหตุปัจจัยทางวิทยาศาสตร์ ในขณะเดียวกัน กรอบนี้ยังคงให้ความสำคัญกับบทบาทของกรรมนิยามอยู่ด้วย เพราะการกระทำของมนุษย์ผ่านกรรมนิยามสามารถส่งผลกระทบไปสู่อุตุนิยามได้โดยตรง เช่น การตัดไม้ทำลายป่าอันเป็นการกระทำของมนุษย์ ย่อมส่งผลให้กลไกทางอุตุนิยามเปลี่ยนแปลง ดินพังทลาย วัฏจักรน้ำผิดปกติ นำไปสู่ภัยแล้งหรือน้ำท่วมในพื้นที่ปลายน้ำ ซึ่งย้อนกลับมากระทบความเป็นอยู่ของมนุษย์ผู้ก่อกรรมนั่นเอง และผู้อื่นที่ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรง ปรากฏการณ์เช่นนี้จึงสอดคล้องกับหลักที่ว่าสัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรมหรือเป็นไปเพราะกรรม แต่กรรมในที่นี้ทำงานผ่านการเชื่อมโยงกับกฎธรรมชาติข้ออื่นเสมอ ต่างจากความเข้าใจทั่วไปที่มักมองว่ากรรมทำงานโดยลำพังอย่างมีเจตนาลงโทษ การเข้าใจนิยาม 5 อย่างถูกต้องจึงช่วยให้มองวิกฤตสิ่งแวดล้อมได้อย่างรอบด้านมากขึ้น คือเห็นทั้งมิติทางวิทยาศาสตร์กายภาพและมิติทางจริยธรรมไปพร้อมกัน

กรอบนิยาม 5 ดังกล่าวจึงมีบทบาทสองชั้น คือทั้งเป็นเครื่องมือทางทฤษฎีที่อธิบายว่าวิกฤตสิ่งแวดล้อมเกิดขึ้นได้อย่างไร และเป็นหลักธรรมที่บทความนี้จะนำกลับมาใช้ออกแบบแนวทางปฏิบัติในลำดับต่อไป กล่าวคือ หากกรรมนิยามคือกฎที่การกระทำของมนุษย์ส่งผลเชื่อมโยงไปสู่อุตุนิยามและธรรมนิยามได้จริง การฝึกฝนให้บุคคลมองเห็นสายเชื่อมโยงนี้ก่อนลงมือกระทำการทางกาย วาจา และใจ ย่อมเป็นจุดแทรกแซงที่สำคัญพอ ๆ กับมาตรการเชิงเทคนิคหรือนโยบาย อย่างไรก็ตาม ก่อนจะขยายความหลักปฏิจจนสมุบาทไปสู่การวิเคราะห์ค้นหาและแนวทางปฏิบัติในลำดับต่อไป จำเป็นต้องยอมรับข้อจำกัดของการนำหลักธรรมนี้มาใช้อธิบายวิกฤตสิ่งแวดล้อมอย่างตรงไปตรงมา งานวิเคราะห์เชิงวิพากษ์ของ Capper (2024: 1-24) ชี้ให้เห็นว่าแม้ในทางปรัชญา พุทธจริยศาสตร์จะดูเหมือนมีความพร้อมอย่างยิ่งสำหรับยุคโลกร้อน เนื่องด้วยหลักคำสอนที่สนับสนุนการไม่เบียดเบียนกัน แต่เมื่อพิจารณาผลลัพธ์ในทางปฏิบัติอย่างละเอียดกลับพบข้อจำกัดอยู่หลายประการ กล่าวคือคุณค่าทางศีลธรรมในกรอบพุทธศาสนาแบบดั้งเดิมมักผูกอยู่กับการมีความรู้สึกตัวหรือสัมผัสรับรู้เป็นเกณฑ์ ส่งผลให้ดิน พืช และแหล่งน้ำ ซึ่งไม่ถูกจัดว่าเป็นสิ่งมีชีวิตที่รับรู้ได้ในความหมายนี้ มักไม่ได้รับความเคารพในเชิงจริยธรรมเท่าเทียมกับสรรพสัตว์ ทั้งที่การจัดการวิกฤตการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศอย่างแท้จริงจำเป็นต้องครอบคลุมถึงการดูแลเชิงศีลธรรมต่อองค์ประกอบที่ไม่มีความรู้สึกตัวเหล่านี้ไปพร้อมกันด้วย ข้อจำกัดนี้ชี้ให้เห็นว่าการนำปฏิจจนสมุบาทมาสร้างสำนักความรับผิดชอบต่อธรรมชาติโดยรวมดังที่กล่าวมาข้างต้น จึงควรเข้าใจในฐานะการตีความและขยายความเชิงประยุกต์ในบริบทปัจจุบัน มากกว่าจะถือเป็นหลักคำสอนดั้งเดิมของพระพุทธศาสนา ด้วยเหตุนี้ แนวทางปฏิบัติที่จะเสนอในบทความนี้จึงมุ่งเน้นที่พฤติกรรมการบริโภคของมนุษย์ต่อทรัพยากรธรรมชาติเป็นหลัก อันเป็นขอบเขตที่หลักธรรมเรื่องตัณหาและสันโดษสามารถให้คำอธิบายได้

อย่างชัดเจนที่สุด มากกว่าจะขยายไปสู่ประเด็นถกเถียงในจริยศาสตร์ว่าธรรมชาติที่ไม่มีความรู้สึกตัวควรมีสถานะทางศีลธรรมในตัวเองหรือไม่ ดังจะได้อภิปรายรายละเอียดต่อไป

ข้อจำกัดที่ Capper ระบุไว้ทำให้ผู้เขียนเห็นว่า สิ่งที่บทความนี้กำลังทำการตีความและขยายความปฏิเสธสมมุติฐานเพื่อให้อธิบายวิกฤตร่วมสมัยได้ ไม่ใช่การอ้างอิงว่าหลักธรรมดั้งเดิมครอบคลุมประเด็นนี้ไว้อยู่แล้วโดยสมบูรณ์ ด้วยเหตุนี้ การวิเคราะห์ในหัวข้อต่อไปจึงขอจำกัดอยู่ที่พฤติกรรมการบริโภคของมนุษย์เป็นหลัก อันเป็นมิติที่หลักธรรมเรื่องตัณหาและสันโดษให้คำอธิบายได้ดีที่สุด

2. ตัณหาและการบริโภคเกินขนาด เหตุแห่งภัยพิบัติทางสิ่งแวดล้อม

เมื่อปฏิเสธสมมุติฐานแสดงให้เห็นแล้วว่าสรรพสิ่งล้วนเชื่อมโยงเป็นข่ายใยเดียวกัน คำถามที่ตามมาคือเหตุใดมนุษย์จึงยังคงเร่งทำลายขยายโยนทิ้งต่อไปทั้งที่รู้ว่าตนเองก็เป็นส่วนหนึ่ง คำตอบของพุทธศาสนาอยู่ที่หลักตัณหา อันเป็นเหตุปัจจัยที่พระพุทธเจ้าทรงจำแนกออกเป็นสามประการ ได้แก่ 1) กามตัณหา คือความทะยานอยากในกาม ความอยากหรือไม่อยากในสัมผัสทั้งห้า เพราะความยินดีพอใจในกามคุณห้าที่ตนปรารถนา 2) ภวตัณหา คือ ความทะยานอยากในความอยากมีอยากเป็น คือ ความอยากเป็นนั่นเป็นนี่ หรืออยากได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ เมื่อได้เป็นแล้วหรือได้สิ่งนั้นมาแล้ว ไม่ต้องการให้มันเปลี่ยนแปลงไป และ 3) วิภวตัณหา คือ ความทะยานอยากในความไม่อยากมี ไม่อยากเป็น ไม่อยากเป็นนั่นไม่อยากเป็นนี่ หรือไม่อยากได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ ตลอดจนความอยากดับสูญ ตัณหาทั้งสามนี้พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในสมุทัย เพราะเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดกองทุกข์ต่าง ๆ

ในวงวิชาการเศรษฐศาสตร์แนวพุทธระดับนานาชาติ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้ขยายความเรื่องตัณหาไว้ในงานชื่อ Buddhist Economics: A Middle Way for the Market Place โดยเสนอกรอบคิดที่แยกความอยากของมนุษย์ออกเป็นสองประเภทซึ่งมีนัยสำคัญต่อพฤติกรรมการบริโภคอย่างยิ่ง คือตัณหาและฉันทะ ตัณหาเป็นความอยากที่มุ่งไปสู่ความรู้สึกพึงพอใจส่วนตน เกิดจากอวิชชาผลักดันให้แสวงหาวัตถุเพื่อปรนเปรอตนเองโดยไม่มีจุดสิ้นสุด ส่วนฉันทะเป็นความอยากที่มุ่งไปสู่ความเป็นอยู่ที่ดีอย่างแท้จริง เกิดจากปัญญาและการไตร่ตรองอย่างมีเหตุผล เมื่อบุคคลฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่อง ฉันทะจะมีกำลังมากขึ้นตามลำดับ ในขณะที่แรงบีบคั้นของตัณหาจะค่อยๆ ลดถอยลง กรอบคิดนี้ชี้ให้เห็นว่าพระพุทธศาสนามีได้ปฏิเสธความอยากหรือแรงขับเคลื่อนของมนุษย์โดยสิ้นเชิง หากแต่แยกแยะระหว่างความอยากที่นำไปสู่ความทุกข์และการทำลายล้างทรัพยากรอย่างไม่รู้จัก กับความอยากที่นำไปสู่การพัฒนาศักยภาพมนุษย์และความเป็นอยู่ที่ดีของทั้งปัจเจกบุคคล สังคม และสิ่งแวดล้อมไปพร้อมกัน (Payutto, 2016: 20-21) การแยกแยะนี้จึงเป็นพื้นฐานที่จะเชื่อมโยงไปสู่การอภิปรายเรื่องสันโดษและความฉลาดในการบริโภคในลำดับต่อไป

เมื่อนำกรอบคิดนี้มาพิจารณาร่วมกับระบบทุนนิยมร่วมสมัย ซึ่งเป็นการประยุกต์ตีความของผู้เขียนเพื่ออธิบายปรากฏการณ์ร่วมสมัยด้วยกรอบธรรมดั้งเดิม พบว่าตัณหาทั้งสามมีมิติปรากฏชัดในรูปแบบที่ต่างออกไปจากยุคพุทธกาล แต่ยังคงรากฐานเดิม คือการมี “ตัวกู ของกู” เป็นศูนย์กลาง ซึ่งหมายถึงสภาวะที่จิตหลงเข้าไปยึดถือว่ามีตัวตนอยู่จริง ความหลงนี้เกิดจากอวิชชาคือความไม่รู้แจ้งตามความเป็นจริง โดยมีตัณหาและอุปาทานเป็นเครื่องหนุนให้ภาวะนี้ก่อตัวขึ้น และนี่คือต้นเหตุของปัญหาต่าง ๆ โดยเฉพาะความทุกข์และความเห็นแก่ตัว (พระมหาสราวุธ โพธิ์ศรีขาม และ วัชรระ งามจิตรเจริญ, 2562: 337) กามตัณหาแสดงออกผ่านความอยากได้วัตถุสิ่งของ แฟชั่น และเทคโนโลยีใหม่เพื่อปรนเปรอความสุขทางสัมผัสทั้งห้าอย่างไม่หยุดยั้ง ตรงกับลักษณะที่ว่าเป็นความกำหนัดยินดีในกามคุณ ภวตัณหาปรากฏในรูปของความอยากมีอยากเป็น อยากครอบครองสถานะทางสังคมผ่านการแสดงออกด้วยสิ่งของที่บริโภค เมื่อได้มาแล้วก็



ไม่ต้องการให้มันเปลี่ยนแปลงไป เป็นความยึดติดในภาวะที่ตนปรารถนาให้คงอยู่ตลอดไป ส่วนวิภวตัณหา นั้นน่าสนใจที่สุดในบริบทของวิภวตัณหาเรื่องแวดล้อม เพราะมีลักษณะเป็นความไม่ยากเผชิญหน้ากับความจริงที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งในยุคปัจจุบันแสดงออกผ่านการเพิกเฉยหรือปฏิเสธปัญหาสิ่งแวดล้อม เพราะไม่ยากยอมรับความลำบากที่จะตามมาจากการเปลี่ยนวิถีชีวิตที่ตนเคยชิน

เมื่อข่าวสารภัยพิบัติและความเสื่อมโทรมของธรรมชาติยิ่งปรากฏชัดขึ้น จิตก็ยังมีแนวโน้มหลีกเลี่ยงที่จะรับรู้ความเชื่อมโยงระหว่างพฤติกรรมของตนกับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น เพราะการยอมรับเช่นนั้น ย่อมหมายถึงการต้องสั่นคลอนความเคยชินและความพึงพอใจที่มีต่อวิถีชีวิตเดิม ในทัศนะของผู้เขียน นี่อาจนับเป็นรูปลักษณ์ร่วมสมัยของวิภวตัณหาได้ ทั้งนี้เป็นการขยายความเชิงประยุกต์ โดยเป็นการเทียบเคียงเชิงอาการทางจิต คือความปรารถนาที่จะไม่รับรู้ปัญหาอันก่อความอึดอัดใจ ต่างจากความหมายดั้งเดิมใน คัมภีร์ที่หมายถึงความปรารถนาดับสูญในเชิงอภิปราย

เมื่อค้นหาทั้งสามมิตินี้ผลักดันพฤติกรรมการบริโภคให้ขยายตัวไม่หยุดยั้ง ผลลัพธ์ทางวัตถุที่ตามมา คือทรัพยากรธรรมชาติเสื่อมโทรมลงอย่างต่อเนื่อง ขณะเดียวกันวิภวตัณหาที่ทำหน้าที่ปิดกั้นไม่ให้มนุษย์ยอมรับความเชื่อมโยงระหว่างพฤติกรรมของตนกับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น วงจรทั้งสองนี้จึงเสริมกำลังกันเอง พฤติกรรมการบริโภคเกินขนาดเร่งให้วิกฤตสิ่งแวดล้อมทวีความรุนแรง ขณะที่ความรุนแรงของวิกฤตก็ยิ่งสร้างความอึดอัดที่ผลักดันให้จิตถอยหนีเข้าสู่วิภวตัณหามากขึ้นไปอีก กลายเป็นวงจรที่ตอกย้ำซ้ำเติมตัวเอง อย่างไม่มีทางออก トラบใดที่ยังไม่มีเครื่องมือเข้าไปตัดวงจรแห่งตัณหาและการเพิกเฉยนี้ลง

เมื่อพิจารณาค้นหาทั้งสามร่วมกัน ผู้เขียนเห็นว่าสิ่งที่ทำให้บริโภคนิยมร่วมสมัยรุนแรงกว่ายุคก่อน ไม่ใช่การค้นหาหรือภวตัณหาซึ่งมีมาแต่อดีต แต่เป็นวิภวตัณหาที่ทำหน้าที่ปิดกั้นไม่ให้มนุษย์รับรู้ผลกระทบจากพฤติกรรมของตน เมื่อไม่รับรู้ ความละอายหรือความรู้สึกผิดที่ควรจะหยุดกัมนัณหาและภวตัณหาไว้ บ้างจึงไม่เกิดขึ้น ตัณหาทั้งสามจึงทำงานเสริมกันเป็นวงจรเดียว โดยมีวิภวตัณหาเป็นตัวค้ำให้อีกสองตัณหา ดำเนินต่อไปได้โดยไม่ถูกทำลาย ข้อสังเกตนี้จึงสอดคล้องกับแนวทางปฏิบัติที่จะเสนอต่อไปว่าควรเริ่มที่ วิภวตัณหาก่อน มากกว่าจะแก้ที่ความอยากบริโภคโดยตรง

3. การฝึกสติในฐานะเครื่องมือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภค

เมื่อค้นหาทั้งสามมิติผลักดันวงจรการบริโภคเกินขนาดดังที่กล่าวมา คำถามเชิงปฏิบัติที่ตามมาคือ มีเครื่องมือใดที่จะเข้าไปแทรกแซงวงจรนี้ได้

ในทางวิชาการด้านพุทธจริยศาสตร์ร่วมสมัย Kaza ได้เสนอกรอบคิดที่สอดคล้องกับแนวทางของ บทความนี้โดยตรง กล่าวคือการตอบสนองเชิงจริยธรรมของพุทธศาสนาต่อวิกฤตสิ่งแวดล้อมไม่ควรจำกัด อยู่เพียงมิติใดมิติหนึ่ง หากแต่ต้องพัฒนาทั้งจริยศาสตร์เชิงคุณธรรมในระดับปัจเจกบุคคลควบคู่ไปกับจริย ศาสตร์เชิงสร้างสรรค์ในระดับสังคมไปพร้อมกันในลักษณะเสริมกัน Kaza ยังเลือกใช้บริโภคนิยมและการ เปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศเป็นกรณีศึกษาหลักในการอธิบายกรอบคิดนี้ โดยอาศัยคุณค่าพุทธศาสนาชุด เดียวกับที่บทความนี้นำมาใช้ ได้แก่ การไม่เบียดเบียน ความกรุณา สติในการเจริญภาวนา และอุบายโกศล อันหมายถึงความสามารถในการปรับประยุกต์หลักธรรมให้เหมาะสมกับบริบทที่เปลี่ยนแปลงไปโดยไม่ คลาดเคลื่อนจากแก่นสาระเดิม (Kaza, 2018: 432-451) ดังนั้น แนวทางที่บทความนี้กำลังจะนำเสนอ ต่อไปจึงมิได้มองการฝึกสติเป็นทางออกเดียวที่แยกขาดจากมิติสังคม หากแต่เป็นจุดเริ่มต้นระดับปัจเจกที่ เชื่อมโยงกับกลไกระดับชุมชนอย่างพิถีพิถัน และกลไกระดับนโยบายที่จะกล่าวถึงในลำดับถัดไป ตาม กรอบคิดที่ผสมผสานสองระดับจริยศาสตร์เข้าด้วยกันดังที่ Kaza เสนอไว้ ตัวอย่างที่ชัดของแนวทางนี้คือสุ ลักษณ์ ศิวรักษ์ ผู้ก่อตั้งเครือข่ายพุทธศาสนาเพื่อสังคมนานาชาติ ซึ่งเชื่อมจริยธรรมระดับปัจเจก โดยการ

ตีความศิลปะ (ไม่ลักทรัพย์) ใหม่ว่าความพุ่มเพื่อยท่ามกลางความยากจนก็เป็นการละเมิดศิลปะ เข้ากับเครือข่ายเคลื่อนไหวระดับโลกที่ทันท่วงทีโดยตรง (Barua, 2025) สอดคล้องกับที่บทความนี้เสนอว่าจิตที่ฝึกฝนแล้วในระดับปัจเจกเป็นเงื่อนไขเบื้องต้นของการเปลี่ยนแปลงเชิงสถาบัน

การเริ่มต้นด้วยเครื่องมือระดับปัจเจกดังที่จะกล่าวต่อไปนี้ ควรตั้งอยู่บนความตระหนักถึงข้อวิพากษ์ประการหนึ่งในวงวิชาการสิ่งแวดล้อมศึกษา กล่าวคือ Maniates (2001: 31-52) ได้ชี้ให้เห็นว่าแนวโน้มที่ครอบงำการตอบสนองต่อวิกฤตสิ่งแวดล้อมในสังคมอเมริกันร่วมสมัยนั้น มักอธิบายความสัมพันธ์ของสิ่งแวดล้อมว่าเป็นผลจากความบกพร่องของปัจเจกบุคคล และแสวงหาทางออกผ่านการเลือกของผู้บริโภคที่รู้แจ้งแต่ไม่ประสานงานกัน โดยกระบวนการผลกระทบความรับผิดชอบให้ปัจเจกเช่นนี้ทำให้พื้นที่สำหรับการขบคิดถึงสถาบัน อำนาจทางการเมือง และแนวทางเปลี่ยนแปลงการกระจายอำนาจในสังคมร่วมกันแคบลง ข้อวิพากษ์นี้เป็นข้อควรระวังสำหรับบทความนี้ เพราะโมเดลปฏิบัติ 5 ขั้นที่จะเสนอในลำดับถัดไปเป็นเครื่องมือที่ทำงานในระดับจิตของปัจเจกบุคคลเป็นหลัก จึงมีความเสี่ยงที่จะถูกมองหรือตีความในลักษณะเดียวกับที่ Maniates วิพากษ์ไว้ กล่าวคือ อาจทำให้ความสนใจของสังคมเลื่อนออกจากผู้ก่อมลพิษรายใหญ่ในระดับอุตสาหกรรมและนโยบายรัฐ ไปตกอยู่ที่ภาระความรับผิดชอบของปัจเจกบุคคลเพียงลำพังแทน

กระนั้นก็ตาม บทความนี้เลือกเสนอกลไกระดับปัจเจกเป็นจุดตั้งต้น เพื่อแสดงให้เห็นว่าเป็นจุดเริ่มต้นที่จำเป็นของเส้นทางการขยายผลที่มีตัวอย่างเชิงประจักษ์รองรับอยู่แล้วในบริบทไทย ดังที่กรณีศึกษาพิชิตวายุซึ่งจะกล่าวถึงต่อไปแสดงให้เห็นการฝึกฝนสติและสันโดษในระดับปัจเจกมิได้หยุดอยู่ที่ตัวบุคคลเพียงลำพัง แต่สามารถถูกแปลงเป็นบรรทัดฐานร่วมในระดับชุมชนผ่านพิธีกรรมและความเชื่อร่วม และจากจุดนั้นจึงขยายผลต่อไปสู่การออกแบบนโยบายเชิงโครงสร้างได้ในลำดับถัดมา กล่าวได้ว่า บทความนี้เห็นพ้องกับข้อเสนอของ Maniates ที่ว่าการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนจำเป็นต้องอาศัยการคิดในเชิงสถาบัน และนโยบายควบคู่ไปด้วย เพียงแต่มองว่าจิตที่ฝึกฝนแล้วในระดับปัจเจกคือเงื่อนไขเบื้องต้นที่ขาดไม่ได้ของการเปลี่ยนแปลงเชิงสถาบันที่ยั่งยืน เพราะบรรทัดฐานทางสังคมและนโยบายสาธารณะที่ปราศจากฐานทางจิตใจของพลเมืองผู้สนับสนุนย่อมเปราะบางและถูกพลิกกลับได้ง่าย ดังเช่นกรณีของมาตรการทางเทคนิคและนโยบายที่ดำเนินการอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งยังขาดมิติทางจิตใจของพลเมืองมารองรับ

พุทธศาสนาเสนอคำตอบไว้ที่การฝึกสติ อันเป็นกระบวนการฝึกฝนจิตให้รู้เท่าทันความเคลื่อนไหวของความอยากก่อนที่มันจะแปรสภาพไปเป็นพฤติกรรมการบริโภคโดยอัตโนมัติ การรู้เท่าทันเช่นนี้อาศัยสติปัญญาเป็นเครื่องพิจารณา มากกว่าจะเป็นการฝืนกดขี่หรือปฏิเสธความอยากด้วยกำลัง เมื่อจิตมีสติกำกับอยู่ ความอยากที่ผ่านเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ จะถูกสังเกตเห็นในฐานะปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นและดับไปเท่านั้น ไม่จำเป็นต้องลงมือทำตามในทันที

หลักธรรมที่ขับเคลื่อนเครื่องมือนี้ให้สมบูรณ์คือสันโดษ ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ถูกเข้าใจผิดอย่างกว้างขวางในสังคมไทย สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้ชี้แจงไว้อย่างชัดเจนว่าความเข้าใจที่ผูกสันโดษไว้กับความมกน้อยหรือความเกียจคร้านนั้นคลาดเคลื่อนจากความหมายดั้งเดิม เพราะแท้จริงสันโดษ หมายถึง ความสุขที่เกิดจากความพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่แล้ว ตรงข้ามกับผู้ที่ไม่สันโดษซึ่งจะมีความสุขได้แต่กับสิ่งที่ตนยังไม่ได้ครอบครอง จึงต้องวิ่งไล่หาความสุขอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ใช้เวลา แรงงาน และความคิดไปกับการแสวงหาสิ่งเสพใหม่อยู่ตลอดเวลาโดยไม่เคยถึงจุดอิ่มพอ ในทางตรงข้าม เมื่อบุคคลฝึกสันโดษได้ ทรัพยากรภายในเหล่านี้ที่อ้อมไไว้ได้ ก็จะถูกนำไปทุ่มเทให้กับการสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามและเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคมแทน (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2564: 105)



ความหมายที่ถูกต้องของสันโดษเช่นนี้สำคัญอย่างยิ่งต่อการนำมาประยุกต์ใช้แก่วิกฤตสิ่งแวดล้อม เพราะหากเข้าใจสันโดษผิดว่าเป็นความเกียจคร้านหรือการปฏิเสธความก้าวหน้า ก็จะนำไปสู่ข้อสรุปที่ผิดว่า พุทธศาสนาสอนให้คนนิ่งเฉยไม่ลงมือแก้ปัญหา แต่ความหมายที่ถูกต้องกลับชี้ไปในทางตรงข้าม สันโดษคือการนำพลังงานทางจิตที่เดิมหมดไปกับการไล่ตามสิ่งเสพ มาใช้ในทางที่เป็นประโยชน์แทน ไม่ใช่การหยุดพัฒนาหรือปฏิเสธความเจริญ กล่าวได้ว่า สันโดษในความหมายดั้งเดิม คือ ความฉลาดในการบริโภค โดยบริโภคเพื่อคุณค่าที่แท้จริงของชีวิตที่ตรงข้ามกับระบบบริโภคนิยม

เมื่อจิตใจที่ฝึกสติและเจริญสันโดษเริ่มมีความสงบและเต็มเต็มจากภายใน ความรู้สึกพร่องหรือขาดภายในที่เคยต้องเติมเต็มด้วยการบริโภควัตถุก็จะค่อยลดน้อยลง ผลที่ตามมาในระดับพฤติกรรมคือมนุษย์จะลดการบริโภคที่ฟุ่มเฟือยเกินจำเป็นลงได้โดยไม่ต้องอาศัยการบังคับจากภายนอก และในระดับจิตใจ ความวิตกกังวลต่อวิกฤตสิ่งแวดล้อมที่เคยกัดกร่อนอยู่ภายในก็อาจเปลี่ยนรูปไปเป็นพลังขับเคลื่อนการลงมือทำ ไม่ว่าจะเป็นการลดขยะ การปรับวิถีชีวิตให้เรียบง่ายลง หรือการมีส่วนร่วมผลักดันนโยบายสิ่งแวดล้อมด้วยจิตใจที่มั่นคงไม่หวั่นไหว การฝึกสติในความหมายนี้จึงเป็นการนำสติเข้าไปกำกับกับการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างเป็นรูปธรรม ไม่ว่าจะเป็นขณะเดินเลือกซื้อสินค้า หรือขณะตัดสินใจเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ

หลักธรรมเรื่องปฏิจจสมุปบาท ตัณหา และสันโดษที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ได้ถูกแปลงเป็นกลไกทางสังคมที่จับต้องได้จริงในชุมชนไทยมาเป็นเวลานาน ตัวอย่างที่ชัดเจนที่สุดคือพิธีบวชป่า ซึ่งเป็นพิธีกรรมที่ผสมผสานความเชื่อทางพุทธศาสนาเข้ากับการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ โดยอาศัยสัญลักษณ์ทางศาสนาอย่างจิ๋วและบทสวดมนต์มาห่อหุ้มต้นไม้ เพื่อยกสถานะของต้นไม้จากวัตถุสามัญที่มนุษย์จะกระทำอย่างไรก็ได้ตามใจชอบ ให้กลายเป็นสิ่งที่ควรแก่การเคารพและปกป้อง (มูลนิธิสืบนาคะเสถียร, 2565)

พิธีกรรมนี้มีพัฒนาการมาจากภูมิปัญญาท้องถิ่นในภาคเหนือของไทย โดยเฉพาะในจังหวัดพะเยา แพร่ และน่าน ซึ่งชุมชนได้นำพิธีกรรมทางศาสนามาผสมผสานกับการจัดการทรัพยากรป่าไม้ ตัวอย่างที่บันทึกไว้ชัดเจนคือกรณีของพระครูพิทักษ์นันทคุณ พระนักพัฒนาแห่งจังหวัดน่าน ผู้ริเริ่มพิธีบวชป่าเป็นครั้งแรกเมื่อ พ.ศ. 2523 โดยประยุกต์จากพิธีบวชคนมาใช้กับต้นไม้ (รักษ์ปานาน, ม.ป.ป.) กรณีนี้สอดคล้องกับที่ Darlington (2012) ได้ศึกษาขบวนการบวชป่าของพระสงฆ์นิกายเถรวาทในภาคเหนือที่แสดงให้เห็นว่า พิธีกรรมนี้ทำหน้าที่ต่อรองกับโครงการพัฒนาของรัฐที่คุกคามผืนป่าชุมชน งานวิจัยเชิงคุณภาพที่ศึกษาพัฒนาการของภูมิปัญญานี้ พบว่า พิธีบวชป่าทำหน้าที่เป็นเครื่องมือทางสังคมที่สร้างสำนึกร่วมในการอนุรักษ์ โดยอาศัยพลังแห่งความเชื่อทางศาสนาเป็นกลไกขับเคลื่อนหลัก มากกว่าจะพึ่งพากฎหมายหรือมาตรการบังคับจากภาครัฐเพียงอย่างเดียว ซึ่งประสบความสำเร็จในการอนุรักษ์ทรัพยากรป่าไม้ได้เป็นอย่างดี (สุธีพงษ์ ศรีวิราช, ปราบก แก้วเศษ และไพรัช ฤทัยผาด, 2562) ในมุมมองของบทความนี้ พิธีกรรมดังกล่าว สามารถอธิบายได้ในฐานะตัวอย่างเชิงรูปธรรมของการประยุกต์หลักธรรมที่กล่าวมาทั้งหมด ปฏิจจสมุปบาทปรากฏอยู่ในความเชื่อที่ว่าต้นไม้เชื่อมโยงกับความอุดมสมบูรณ์ของน้ำและฝน ส่วนสันโดษและการลดตัณหาปรากฏอยู่ในข้อตกลงร่วมของชุมชนที่จะไม่ตัดไม้ในพื้นที่ที่ผ่านการบวชแล้ว แม้จะมีความต้องการใช้ประโยชน์จากไม้นั้นก็ตาม พิธีบวชป่าจึงเป็นกลไกทางสังคมที่แปลงหลักธรรมเชิงปัจเจกให้กลายเป็นบรรทัดฐานร่วมในระดับชุมชน ซึ่งมีพลังในการยับยั้งพฤติกรรมการตัดวงทรัพยากรได้อย่างมีประสิทธิภาพไม่น้อยกว่ามาตรการทางกฎหมาย

กรณีศึกษาพิธีบวชป่าแสดงให้เห็นถึงการขยายผลหลักธรรม จากระดับปัจเจกบุคคลที่ฝึกฝนสติ และสันโดษด้วยตนเอง ไปสู่ระดับชุมชนที่อาศัยพิธีกรรมและความเชื่อร่วมเป็นกลไกสร้างบรรทัดฐานทางสังคม การขยายผลยังสามารถก้าวไปสู่ระดับนโยบายสาธารณะได้อีกด้วย หากผู้กำหนดนโยบายนำหลักการ

เรื่องความพอเพียงและการลดต้นทุนให้ออกแบบเป็นมาตรการเชิงโครงสร้าง เช่น การใช้มาตรการทางภาษี สนับสนุนการบริโภคอย่างพอเพียงและลงโทษการบริโภคที่ฟุ่มเฟือยเกินจำเป็น หรือการออกแบบนโยบายผังเมืองที่เอื้อให้ชุมชนพึ่งพาตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพาการขนส่งและการบริโภคจากแหล่งอื่นที่ไกลเกินจำเป็น จึงกล่าวได้ว่าหลักการเดียวกันที่เริ่มต้นจากการฝึกจิตของบุคคลเพียงคนเดียว สามารถขยายผลไปเป็นบรรทัดฐานของชุมชนดังที่ปรากฏในพิธีบวชป่า และท้ายที่สุดอาจกลายเป็นกรอบคิดที่กำหนดทิศทางนโยบายในระดับที่กว้างกว่าได้ หากมีความเข้าใจและความตั้งใจที่จะนำมาประยุกต์ใช้อย่างจริงจัง

หลักการเรื่องสติและสันโดษที่กล่าวมา หากปราศจากแนวทางปฏิบัติที่เป็นรูปธรรม ย่อมเสี่ยงต่อการเป็นเพียงอุดมคติที่งดงามในทางทฤษฎี แต่ยากจะนำไปใช้จริงในชีวิตประจำวัน เพื่อให้หลักการทั้งสองประการนี้แปรเป็นการกระทำที่จับต้องได้ ผู้เขียนจึงขอเสนอแนวทางปฏิบัติตามปฏิจลสัมปบาทที่ได้อภิปรายมาในบทความนี้ ออกมาเป็นลำดับขั้นห้าขั้นที่บุคคลสามารถนำไปฝึกฝนในขณะดำเนินชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่จิตกำลังเผชิญหน้ากับสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมการบริโภค โดยสังเคราะห์จากหลักธรรมพื้นฐาน ดังนี้

ขั้นที่ 1 รู้ตัว (สติ) เมื่อสิ่งเร้าปรากฏขึ้น ไม่ว่าจะเป็นโฆษณา การพบเห็นสินค้าใหม่ หรือคำนิยามทางสังคมที่กระตุ้นให้เกิดความอยาก ขั้นแรกคือการรู้เท่าทันว่าความอยากกำลังเกิดขึ้นในจิตขณะนั้น สติทำหน้าที่เป็นเครื่องสังเกตที่จับความเคลื่อนไหวของความอยากได้ตั้งแต่ยังเป็นเพียงความรู้สึกอ่อน ๆ ก่อนที่มันจะเติบโตจนกลายเป็นแรงผลักดันให้ลงมือกระทำ หากขาดสติในขั้นนี้ ความอยากจะแปรสภาพเป็นพฤติกรรมโดยอัตโนมัติ โดยที่จิตไม่มีโอกาสได้ทบทวนแม้แต่บ่อย

ขั้นที่ 2 หยุด (สร้างระยะห่าง) เมื่อรู้ตัวแล้วว่าความอยากกำลังเกิดขึ้น ขั้นต่อมาคือการหยุดชั่วคราว ก่อนตอบสนอง สร้างช่องว่างทางสติปัญญาระหว่างสิ่งเร้ากับการกระทำ ในช่วงเวลานี้บุคคลตั้งคำถามกับตนเองว่าสิ่งที่อยากได้นั้นเป็นกามตัณหา ภวตัณหา หรือเป็นความจำเป็นที่แท้จริงต่อความเป็นอยู่ที่ดี การหยุดนี้ไม่จำเป็นต้องยาวนาน เพียงช่วงเวลาสั้น ๆ ก็เพียงพอที่จะตัดวงจรอัตโนมัติที่เคยพาจิตจากความอยากไปสู่การกระทำโดยไม่ผ่านการพิจารณา

ขั้นที่ 3 พิจารณา (ปัญญา) หลังจากหยุดแล้ว ขั้นนี้คือการใช้ปัญญาพิจารณาผลกระทบที่จะเกิดขึ้นตามแนวปฏิจลสัมปบาท คือมองให้เห็นว่าการบริโภคครั้งนี้ไม่ได้จบอยู่ที่ตนเองเพียงผู้เดียว แต่เชื่อมโยงไปสู่ห่วงโซ่แห่งเหตุปัจจัยที่กว้างออกไป ทั้งทรัพยากรธรรมชาติที่ต้องใช้ในการผลิต ผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมที่จะย้อนกลับมาสู่ตนเองและผู้อื่นในวันข้างหน้า การพิจารณาเช่นนี้ทำให้เห็นว่าตนเองมิได้แยกขาดจากผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้น หากแต่เป็นทั้งผู้กระทำและผู้รับผลในวงจรเดียวกัน การพิจารณาในขั้นนี้จึงเป็นการนำกรอบนิยาม 5 มาใช้เป็นเครื่องมือ กล่าวคือ บุคคลพึงตั้งคำถามกับตนเองว่าการบริโภคครั้งนี้ ในฐานะกรรมนิยาม จะส่งผลต่อเนื่องไปกระทบอุตุนิยามและพินนิยามในรูปแบบใด เช่น การใช้ทรัพยากรในกระบวนการผลิตสินค้าชิ้นหนึ่งเชื่อมโยงไปสู่การเปลี่ยนแปลงของระบบนิเวศ ณ จุดใดจุดหนึ่งของห่วงโซ่อุปทานอย่างไร การพิจารณาด้วยกรอบนี้ช่วยป้องกันมิให้การไตร่ตรองในขั้นปัญญาคงอยู่ในความรู้สึกผิดเชิงศีลธรรมอย่างเลื่อนลอย แต่เป็นการมองเห็นเหตุปัจจัยเชิงประจักษ์ที่ตนเองมีส่วนเกี่ยวข้องอยู่จริง สอดคล้องกับหลักธรรมนิยามที่ว่าสรรพสิ่งดำเนินไปตามเหตุผลอันเป็นระบบ

ขั้นที่ 4 เลือก (สันโดษ) เมื่อพิจารณาด้วยปัญญาแล้ว ขั้นนี้คือการตัดสินใจเลือกบนฐานของสันโดษ คือความพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่แล้วและความฉลาดในการบริโภคเพื่อคุณค่าที่แท้จริง การเลือกในขั้นนี้อาจหมายถึงการเลือกไม่บริโภค การเลือกบริโภคในปริมาณที่น้อยลง หรือการเลือกทดแทนด้วยสิ่งที่ตนมีอยู่แล้วโดยไม่ต้องแสวงหาเพิ่ม ขั้นนี้คือจุดที่หลักการแปรเป็นการกระทำที่เป็นรูปธรรม

ขั้นที่ 5 ทำซ้ำ (อบรมจิต) ขั้นสุดท้ายคือการฝึกฝนทั้งสี่ขั้นตอนข้างต้นซ้ำ ๆ ในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นขณะเดินเลือกซื้อสินค้าในห้างสรรพสินค้า หรือขณะตัดสินใจเรื่องเล็กน้อยที่สุด การทำซ้ำเช่นนี้คือกระบวนการอบรมจิตให้ลำดับขั้นทั้งสี่กลายเป็นความเคยชินใหม่ที่เกิดขึ้นเองโดยไม่ต้องเค้นความพยายามอย่างหนักในแต่ละครั้ง เมื่อปฏิบัติสม่ำเสมอ พฤติกรรมการบริโภคที่เกินขนาดจะค่อยลดลงไปโดยมิได้อาศัยการบังคับจากภายนอก หากแต่เป็นผลตามมาโดยธรรมชาติของจิตที่ได้รับการฝึกฝนแล้ว

โมเดล 5 ขั้นนี้เกิดจากการนำปฏิจจสมุปบาท ตัณหา และสันโดษ ซึ่งมักถูกอภิปรายแยกกันในวงวิชาการมาร้อยเรียงเป็นกระบวนการเดียวที่ใช้ได้จริงในขณะจิตเผชิญหน้ากับสิ่งเร้า ต่างจาก Kaza ที่วางจริยศาสตร์ระดับปัจเจกและระดับสังคมไว้คู่ขนานกัน จุดนี้เองที่ผู้เขียนเห็นว่าเป็นข้อเสนอเฉพาะของบทความต่อวงวิชาการนิเวศวิทยาแนวพุทธ ซึ่งแสดงเป็นภาพ ดังนี้



ภาพที่ 1 โมเดลปฏิบัติ 5 ขั้น จากต้นหาสู่การบริโภคอย่างมีสติ

บทสรุป

วิกฤตการณ์การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศที่โลกกำลังเผชิญอยู่ในปัจจุบันมิอาจแก้ไขได้ด้วยมาตรการทางเทคนิคหรือนโยบายเพียงอย่างเดียว เพราะรากเหง้าของวิกฤตนี้ฝังลึกอยู่ในกระบวนการทัศนทางเศรษฐกิจและจิตใจที่มองธรรมชาติเป็นเพียงทรัพยากรเพื่อการตัดวง และมองการบริโภคเป็นเป้าหมายสูงสุดของความเจริญ บทความนี้ได้แสดงให้เห็นว่าวิกฤตทางวัตถุภายนอกที่โลกเผชิญอยู่ในปัจจุบันเป็นภาพสะท้อนของวิกฤตทางจิตสำนึกภายในที่สั่งสมมาอย่างยาวนาน

หลักปฏิจจสมุปบาทได้แสดงให้เห็นว่ามนุษย์คือเส้นใยหนึ่งในข่ายใยแห่งชีวิตเดียวกัน ไม่อาจแยกขาดจากธรรมชาติได้ การทำลายธรรมชาติ ณ จุดหนึ่งจึงย้อนกลับมากระทบมนุษย์เองอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยง ข้อเสนอเรื่องความเชื่อมโยงในข่ายใยแห่งชีวิตนี้พึงเข้าใจในขอบเขตของพฤติกรรมมนุษย์ต่อทรัพยากรธรรมชาติเป็นสำคัญ ยิ่งไปกว่านั้น ยังต้องยอมรับว่าการขยายขอบเขตทางศีลธรรมให้ครอบคลุมธรรมชาติที่ปราศจากความรู้สึกตัว เช่น แผ่นดินและแหล่งน้ำ ยังเป็นประเด็นที่พุทธจริยศาสตร์ยังไม่มี



คำตอบที่มั่นคงตายตัว เมื่อเข้าใจความเชื่อมโยงเช่นนี้แล้ว การวิเคราะห์ค้นหาทั้งสามมิติได้ช่วยอธิบายว่าเหตุใดมนุษย์จึงยังคงเร่งทำลายชายฝั่งที่ตนเองพึ่งพาอยู่นั้นต่อไป ทั้งจากความอยากเสพ ความอยากครอบครองสถานะ และความไม่ยอมเผชิญหน้ากับความจริงอันไม่พึงประสงค์ ซึ่งปรากฏชัดในลักษณะของการเพิกเฉยต่อปัญหาสิ่งแวดล้อมเพื่อรักษาความเคยชินของตนไว้ และสุดท้ายการฝึกสติควบคู่กับความเข้าใจที่ถูกต้องต่อหลักสันโดษ ได้เสนอเครื่องมือเชิงปฏิบัติที่จะเข้าไปแทรกแซงวงจรแห่งค้นหาและการเพิกเฉยนี้ และการสร้างสรรค์ที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและโลกแทน

ข้อเสนอของบทความนี้คือ ทางออกของวิกฤตดังกล่าวไม่อาจแยกขาดจากการปรับเปลี่ยนกระบวนทัศน์ทางเศรษฐกิจและจิตใจไปพร้อมกันได้ นิเวศวิทยาแนวพุทธมิได้เสนอให้มนุษย์ละทิ้งความเจริญหรือหวนคืนสู่ความยากจนดังที่มักถูกเข้าใจผิด หากแต่เสนอให้บทวนนิยามของความเจริญเสียใหม่ จากการวัดด้วยปริมาณการบริโภคไปสู่การวัดด้วยคุณภาพของความเป็นอยู่ที่แท้จริง การใช้หลักปัจเจกสมุบัติทำให้มนุษย์ตระหนักถึงความรับผิดชอบที่มีต่อโลกในฐานะส่วนหนึ่งของระบบเดียวกัน กรอบคิดนี้จึงช่วยเสริมให้มาตรการเชิงเทคนิคอย่างยุทธศาสตร์ระยะยาวในการพัฒนาแบบปล่อยก๊าซเรือนกระจกต่ำ (LT-LEDs) หรือร่างพระราชบัญญัติการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศที่รัฐบาลไทยผลักดันอยู่มีความยั่งยืนมากขึ้น เพราะนโยบายที่ขาดฐานทางจิตใจของพลเมืองรองรับ ย่อมเป็นเพียงการบังคับจากภายนอกที่คงอยู่ได้ตราบเท่าที่มีการบังคับใช้เท่านั้น เมื่อใดที่การบังคับนั้นอ่อนแรงลงหรือหมดไป พฤติกรรมเดิมก็มีแนวโน้มจะกลับคืนมาได้ง่าย ขณะที่การฝึกสติเป็นเครื่องมือที่ช่วยหยุดยั้งวงจรแห่งความอยากบริโภคเกินขนาด ซึ่งเป็นวัฏจักรที่ทำร้ายมนุษย์และโลกไปพร้อมกัน ท้ายที่สุดแล้ว ความท้าทายของยุคโลกาภิวัตน์อยู่ที่คำถามว่ามนุษย์จะหลุดพ้นจากค้นหาที่ผูกมัดไว้กับวงจรการบริโภคไม่สิ้นสุดได้อย่างไร มากกว่าคำถามเรื่องการลดก๊าซเรือนกระจกเพียงอย่างเดียว เพราะการลดก๊าซเรือนกระจกอย่างยั่งยืนย่อมต้องเริ่มจากจุดนั้นก่อนเสมอ

ข้อเสนอนี้มีนัยเชิงปฏิบัติหลายระดับ ในระดับการศึกษา โมเดล 5 ชั้นสามารถนำไปใช้ในการเรียนการสอนวิชาสังคมศึกษาหรือพุทธศาสนาระดับมัธยมศึกษาได้ ในระดับนโยบาย หลักสันโดษและการลดค้นหาอาจใช้เป็นฐานคิดเสริมให้ LT-LEDs และร่างพระราชบัญญัติการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศให้ได้รับการยอมรับจากภายในมากกว่าการบังคับใช้ และในระดับชุมชน กรณีพิธิบวชป่าแสดงให้เห็นว่าการฟื้นฟูพิธีกรรมทางศาสนาที่ผูกกับการอนุรักษ์ยังเป็นช่องทางที่มีศักยภาพ คุณค่าของนิเวศวิทยาแนวพุทธจึงขยายจากระดับปัจเจกไปสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงสถาบันได้จริงดังที่กล่าวมา

เอกสารอ้างอิง

- กรมการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและสิ่งแวดล้อม. (2567ก). *ทำไม... ประเทศไทย ต้องส่งเสริมมีส่วนร่วมที่ประเทศกำหนด (NDC)*. กรมการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและสิ่งแวดล้อม. <https://www.dcce.go.th/3305/>
- กรมการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและสิ่งแวดล้อม. (2567ข). *สรุปสาระสำคัญของร่างพระราชบัญญัติการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ พ.ศ.* กรมการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและสิ่งแวดล้อม. <https://www.dcce.go.th/datacenter/3350/>
- พระครูสันติบุญญาทร กตปุญโญ และพระครูจิตรธรรมธัช. (2565). การจัดการระบบนิเวศวิถีพุทธแบบบูรณาการเชิงระบบ. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*, 7(1), 1097-1110. <https://so06.tci-thaijo.org/index.php/mcjou/article/view/255547>
- พระมหาสารวาท โพธิ์ศรีขาม และ วัชร งามจิตต์เจริญ. (2562). *ตัวกู ของกู ในทัศนะของพุทธทาสภิกขุ*. การประชุมวิชาการบัณฑิตศึกษาระดับชาติ สรรพศาสตร์ สรรพศิลป์ ประจำปี 2562. 27 มิถุนายน



- 2562: คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
337-351. <https://arts.tu.ac.th/uploads/arts/Doctorate/Meeting/M28.pdf>
- พุทธทาสภิกขุ. (2552). *คู่มือมนุษย์ของพุทธทาสภิกขุ*. กรุงเทพฯ: กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม.
- พุทธทาสภิกขุ. (2554). *หลักปฏิบัติเกี่ยวกับกิจจสมุปปาท*. กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.
https://elibrarycub.com/Sample_ebook/S_37282.pdf
- มูลนิธิสืบนาคะเสถียร. (2565). *พิธีบวชป่า การผจญความเชื่อทางศาสนากับการอนุรักษ์ธรรมชาติ*. มูลนิธิสืบนาคะเสถียร. <https://www.seub.or.th/bloging/into-the-wild/blessing-trees/>
- รักษ์ปานาน. (ม.ป.ป.). *พระครูพิทักษ์นันทคุณ*. รักษาปานาน.
<https://www.rakpanan.org/Initiative/Personal/Pages/Page2.aspx>
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2561). *การพัฒนาที่ยั่งยืน* (พิมพ์ครั้งที่ 21). นครปฐม: วัดญาณเวศกวัน. https://www.watnyanaves.net/th/book_detail/26
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2564). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 43). นครปฐม: วัดญาณเวศกวัน.
https://www.watnyanaves.net/uploads/File/books/pdf/dictionary_of_buddhism_pramuan-dhaama.pdf
- สุธีรพงษ์ ศรีวิราช, ปรรณ แก้วเศษ และไพรัช ถิตยผาด. (2562). บวชป่า: การใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านในการอนุรักษ์ทรัพยากร ป่าไม้ในชุมชนภาคเหนือผ่านพิธีกรรมบวชป่า. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี*, 10(1), 121–144. https://so02.tci-thaijo.org/index.php/human_ubu/article/view/182585
- Barua, D. (2025, February 28). *Buddhism and activism: Sulak Sivaraksa's teachings on social change*. Buddhistdoor Global. <https://www.buddhistdoor.net/features/buddhism-and-activism-sulak-sivaraksas-teachings-on-social-change/>
- Capper, D. (2024). Buddhist environmental ethics and climate change. *Religion Compass*, 18(1), e12483.
https://www.researchgate.net/publication/377071149_Buddhist_environmental_ethics_and_climate_change
- Darlington, S. M. (2012). *The ordination of a tree: The Thai Buddhist environmental movement*. State University of New York Press.
- IPCC. (2023). *Climate change 2023: Synthesis report. Contribution of Working Groups I, II and III to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change* (H. Lee & J. Romero, Eds.).
https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/downloads/report/IPCC_AR6_SYR_LongerReport.pdf
- Kaza, S. (2018). *Buddhist environmental ethics: An emergent and contextual approach*. In D. Cozort & J. M. Shields (Eds.), *The Oxford handbook of Buddhist ethics* (pp. 432–451). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198746140.013.17>
- Maniates, M. F. (2001). Individualization: Plant a tree, buy a bike, save the world?. *Global Environmental Politics*, 1(3), 31–52. <https://doi.org/10.1162/152638001316881395>
- Payutto, P. A. (2016). *Buddhist economics: A middle way for the market place* (J. B. Dhammavijaya, Trans.; Rev. ed.). Wat Nyanavesakavan.
https://www.watnyanaves.net/uploads/File/books/pdf/buddhist_economics.pdf



วารสารเมธีวิจัย Savant Journal of Social Sciences

ปีที่ 3 ฉบับที่ 4 กรกฎาคม – สิงหาคม 2569

Volume 3 Number 4 July - August 2026

Schumacher, E. F. (1973). *Small is beautiful: Economics as if people mattered*. London: Blond & Briggs.
https://sciencepolicy.colorado.edu/students/envs_5110/small_is_beautiful.pdf