

การพัฒนาสติเพื่อสร้างสันติภาพ

The Development of Mindfulness for Peace

ศศิวิมล ทองโอฬาร*

Sasivimoln Thongolan

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย

Buddhist studies, Graduate school,
Mahachulalongkornrajavidyalaya University.Thailand

Email : lookwha@yahoo.com

Received : May 2, 2019

Revised : August 7, 2020

Accepted : August 10, 2020

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับสติในคัมภีร์ พระไตรปิฎก ในพระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการสร้างสันติภาพ (๓) เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาสติเพื่อสร้างสันติภาพ การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพโดยการศึกษาจากเอกสารการสัมภาษณ์เชิงลึก และการวิจัยเชิงคุณภาพ สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิ โดยผู้วิจัยได้กำหนดไว้ ๒ กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา และกลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านสันติศึกษา ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาสติเพื่อสร้างสันติภาพ นอกจากจะช่วยลดปัญหาความขัดแย้งได้โดยตรงแล้วยังส่งผลดี ๓ ด้าน คือ (๑) ด้านพฤติกรรม เมื่อบุคคลมีการพัฒนาสติ ทำให้สำรวมระวัง กาย วาจา มีจิตอาสา (๒) ด้านจิตใจ มีhiri โอตตปปะ ซึ่งรวมไปถึง การมีจิตที่มี เมตตา กรุณา (๓) ด้านปัญญา สติที่ถูกพัฒนาแล้ว มีโยนิโสมนสิการ ช่วยควบคุมจิตใจและยับยั้งใจ

คำสำคัญ : การพัฒนาสติ; สันติภาพ

Abstract

The objectives of this study were : (1) To study the context of Mindfulness in Theravada Buddhist Scripture (2) To study the conceptual idea of Peace 3) To apply the principle of Mindfulness to Peace. The research is Documentary Research method

* ศศิวิมล ทองโอฬาร Sasivimoln Thongolan นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา Buddhist studies, Graduate school

and in-depth interview of Qualitative content analysis. The research findings were as the development of mindfulness to apply for decreasing conflict to create peace. We found result three approaches as follows: (1) Behavior : careful physical and verbal, generous, volunteer. (2) Mind : Loving kindness (Metta), friendliness and compassion. (3) Wisdom : wise consideration, analytical reflection.

Keywords : Development of Mindfulness; Peaceful

บทนำ

สันติภาพเกิดจากอิสรภาพและความสุข^๑ มนุษย์มีความฝึกฝนและโน้มเอียงไปในทางที่จะก่อความขัดแย้งและความรุนแรงมากกว่าจะสร้างสรรค์สันติภาพ จะเห็นได้ชัดว่าการทำลายสันติภาพง่ายกว่าการรักษาสันติภาพ ตัวอย่าง เช่น การสะสมอาวุธและสงครามกลายเป็นเรื่องปกติที่เกิดขึ้น ส่วนสันติภาพเป็นเพียงภาวะแทรกคั่นชั่วคราว อย่างไรก็ตาม สภาวะเช่นนี้ไม่ใช่สิ่งที่เลี่ยงไม่ได้ ความขัดแย้งเกิดขึ้นที่ใจและที่ใจนั้นก็จะเป็นสิ่งที่ทำให้แก้ไขความขัดแย้งได้^๒ ซึ่งสอดคล้องกับสุนทรพจน์ขององค์ทะไลลามะ ที่ได้กล่าวไว้ว่า

“การนองเลือดและความรุนแรง การที่คนถูกสังหารเป็นการนำพาความทุกข์ที่ยิ่งใหญ่ และในฐานะเป็นพระในพระพุทธศาสนา ข้าพเจ้าต้องคิดถึงมนุษยชาติอย่างจริงจัง จากประสบการณ์ส่วนตัว มนุษย์ทุกคนต้องการความสุขและไม่ต้องการมีความทุกข์ และทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับสิ่งนี้ไม่แตกต่างกัน ไม่ว่าจะนับถือ ศาสนาอะไร หรือจะไม่มีศาสนา ไม่ว่าจะมีความเชื่อทางสังคมเป็นอย่างไร จะมีการศึกษาหรือไม่ก็ตาม จะเป็นกษัตริย์ เชื้อพระวงศ์ ขอทาน ถึงที่สุดแล้วเป็นมนุษย์เหมือนกันหมด”^๓ การที่ทำให้โลกเป็นโลกที่สงบ สันติ จะต้องคิดถึงความสงบภายใน มีคำที่ต้องจำให้ขึ้นใจ คือ สันติภาพ ต้องมาจากความสงบภายในใจของคนแต่ละคน นั่นเป็นหนทางเดียว การสร้างโลกที่มีความสุขยิ่งขึ้น ที่ดีที่สุด คือ ต้องกลับไปดูภายในใจ ความสงบต้องมาจากที่นั่น เมื่อคนหนึ่งรวมกันเข้ามากขึ้นก็เป็นสังคม เป็นชุมชน เพราะสันติภาพไม่ได้มาจากสหประชาชาติ ถ้าสังคมไม่เห็นแก่หลักศีลธรรม จริยธรรมแล้ว ก็จะทำให้เกิด

^๑ คำปราศรัยของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ครั้งดำรงสมณศักดิ์เป็น พระธรรมปิฎก ในพิธีรับถวายเป็นพระราชาคณะชั้นราชบัณฑิตและวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ กรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส เมื่อวันที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๓๗.

^๒ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), สันติภาพเกิดจากอิสรภาพและความสุข, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๖๑), หน้า ๑๔.

^๓ สุนทรพจน์ขององค์ทะไลลามะ ในโอกาสปิดการประชุม Global Buddhist Congregation ๒๐๑๑, ณ กรุงเตลี อินเดีย ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๔.

ความโกรธ ความกลัว ความเกลียดชังและความเห็นแก่ตัว ซึ่งเหล่านี้เป็นเหตุแห่งปัญหาทั้งหมด^๕ ดังนั้น สันติภาพจึงเป็นสิ่งที่ควรเกิดขึ้นกับทุกระดับตั้งแต่ ระดับบุคคล ไปจนถึง ระดับที่เป็นสาธารณะ ซึ่งรัฐบาล ได้เล็งเห็นความสำคัญของ สันติภาพจึงได้ออกระเบียบว่าด้วยการเสริมสร้างความสมานฉันท์ พ.ศ. ๒๕๕๐ ดังนี้

ตามนัยแห่งระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีว่าด้วยการเสริมสร้างความสมานฉันท์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐ เพื่อให้การส่งเสริมความสมานฉันท์และป้องกันความขัดแย้งที่จะนำไปสู่ความรุนแรงตามนโยบายความมั่นคงแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐-๒๕๕๔ ซึ่งคณะรัฐมนตรีได้มีมติให้ความเห็นชอบ โดยอาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๑๑ (๘) แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน พ.ศ. ๒๕๓๔ ระเบียบนี้เรียกว่า “ระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีว่าด้วยการเสริมสร้างความสมานฉันท์แห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๐” เพื่อส่งเสริมการสร้างความสมานฉันท์ ที่นำไปสู่การป้องกันแก้ไขและจัดการกับปัญหาข้อพิพาทและความขัดแย้งในด้านต่างๆ ทั้งในระดับบุคคลและที่สืบเนื่องจากกฎหมายและนโยบายสาธารณะ เพื่อเป็นการส่งเสริมแนวทางในการป้องกันแก้ไขและจัดการกับปัญหาข้อพิพาทและความขัดแย้งด้วยสันติวิธีในรูปแบบต่างๆ การส่งเสริมกระบวนการยุติธรรม ทางเลือก และการสร้างสันติวัฒนธรรมให้เกิดขึ้นภายใต้หลักการและแนวทางการมีส่วนร่วม สันติวิธีและความยุติธรรมสมานฉันท์^๖

จากหนังสือคำสั่งสำนักนายกรัฐมนตรี ณ วันที่ ๑ กันยายน ๒๕๕๖ โดย คำสั่งสำนักนายกรัฐมนตรี ที่ ๑๘๗/๒๕๕๖ อาศัยอำนาจมาตรา ๑๑ แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการแผ่นดิน พ.ศ. ๒๕๓๔ โดยความเห็นชอบของคณะรัฐมนตรี นายกรัฐมนตรีจึงมีคำสั่งให้องค์กรรัฐให้ความสำคัญกับการปฏิบัติตามนโยบายการจัดการความขัดแย้งด้วยสันติวิธีซึ่งเป็นการนำเสนอวัฒนธรรมความมั่นคงของชาติที่ให้ความสำคัญในการปกป้องวิถีชีวิตด้วยสายสัมพันธ์ ที่เข้มแข็งทั้งระหว่างผู้คนทุกหมู่เหล่าและระหว่างรัฐกับประชาชนด้วยสันติวิธี ซึ่งจะช่วยแก้ไขปัญหาคความขัดแย้งในปัจจุบัน ลดความขัดแย้งที่ไม่จำเป็นในอนาคต และเป็นการฟื้นฟูความไว้วางใจของประชาชนที่มีต่อภาครัฐ คำสั่งนี้จะเป็นการเชื่อมโยงแนวทางสำคัญของ “ยุทธศาสตร์สันติวิธีเพื่อความมั่นคงของชาติ” กับ “นโยบายความมั่นคงแห่งชาติ” ที่เน้นการเสริมสร้างพลังความสามัคคีบนพื้นฐานของการมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายในบรรยากาศของการมีทัศนคติที่ดี ห่วงใย เอื้ออาทร ทำให้คนในชาติอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขบนพื้นฐานของความหลากหลายในวิถีคิด วิถีชีวิต และวัฒนธรรมโดยอาศัยจินตนาการและพลังปัญญาพร้อมเผชิญและเรียนรู้การแก้ไขปัญหาาร่วมกันและไม่ใช้ความรุนแรงต่อกันเมื่อเกิดความขัดแย้งหรือความเห็นต่างกัน^๖

^๕ หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ, *ดาไลลามะ สอนหนักกับคนไทย ที่ธรรมศาลา*, ธันวาคม ๒๕๕๕.

^๕ สำนักนายกรัฐมนตรี, *ราชกิจจานุเบกษา*, ๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๐, เล่ม ๑๒๔ ตอนพิเศษ ๑๙๙ ง, หน้า ๑.

^๖ สำนักนายกรัฐมนตรี, คำสั่งสำนักนายกรัฐมนตรี ที่ ๑๘๗/๒๕๕๖.

ด้วยเหตุผลข้างต้นจะเห็นได้ว่า การที่บุคคลถูกกระแสของกิเลสความปรารถนาของตัวดึงไปนั้น ถ้าไม่มีวิธีการจัดการเพื่อที่จะลดกิเลสในตัวบุคคลได้ ความขัดแย้งและปัญหาต่าง ๆ ก็จะส่งผลตามมาในสังคม ทั้งนี้ตามหลักธรรมคำสอนในทางพระพุทธศาสนามีการกล่าวถึงสติว่าเป็นสิ่งจำเป็น บุคคลควรมีสติเป็นเครื่องประคองตัว เพราะการที่บุคคลเป็นผู้มีสตินั้นจะเปรียบได้กับการเป็นผู้ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต พระพุทธศาสนานับว่าเป็นความหวังสุดท้ายท่ามกลางความขัดแย้งของสังคมโลก ที่จะนำพาวิถีอารยะไปสู่การพัฒนาสันติภาพ ด้วยเหตุว่าพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญา สามารถชี้หนทางไปอย่างถูกต้องสมบูรณ์ ส่งผลให้มวลมนุษยประสพสันติสุข สังคมเกิดสันติภาพได้หลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธเจ้าทรงนำมาใช้เป็นเครื่องมือสันติวิธี ยุติปัญหาความขัดแย้งไม่ให้ไปสู่ความรุนแรง^๗

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการพัฒนาสติเพื่อสร้างสันติภาพ ซึ่งสติถือเป็นเครื่องมือสำคัญที่จะทำให้สามารถลด โลภะ โทสะ โมหะ ในใจลงได้ และเมื่อบุคคลสามารถพัฒนาสติให้เป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตได้แล้ว ก็จะทำให้จิตใจของบุคคลนั้น มีความสุข บังเกิดเป็นสันติภาพในเมื่อความสุขเกิดขึ้นในใจแล้ว ความสงบ ร่มเย็น ก็จะบังเกิดแผ่ไปกับผู้คนรอบข้าง รวมไปถึงระดับสังคมโดยรอบ สันติภาพภายนอก ก็จะบังเกิดขึ้นตามมาสืบต่อเป็นสันติภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับสติในคัมภีร์พระไตรปิฎกในพระพุทธศาสนาเถรวาท
๒. เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการสร้างสันติภาพ
๓. เพื่อเสนอแนวทางของการพัฒนาสติเพื่อสร้างสันติภาพ

วิธีการดำเนินการวิจัย/รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพโดยการศึกษาจากเอกสาร (Documentary Research) การสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) ที่เกี่ยวข้องเพื่อร่วมกันวิเคราะห์เนื้อหาด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative content analysis) ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

๑. สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิโดยเชิงลึก (In-depth Interview) โดยผู้วิจัยได้กำหนดไว้ ๒ กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา และ กลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านสันติศึกษา

^๗ วิลาวัณย์ สุทธิรักษ์, พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส (นิธิบุญยากร) และ ชันทอง วัฒนประดิษฐ์, “วิเคราะห์แนวทางการสื่อสารเพื่อสันติภาพขององค์คณะที่ ๑๔ ตามหลักพุทธวิธี”, วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร, ปีที่ ๕ ฉบับพิเศษ (พฤษภาคม ๒๕๖๐) : ๓๒๗.

๒. การสัมภาษณ์เชิงลึก ใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ การสัมภาษณ์บุคคลกับผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้สัมภาษณ์และผู้ให้ข้อมูล มีการสนทนาซักถามอย่างมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนในเรื่องของความคิด ความรู้ การสัมภาษณ์เป็นไปในลักษณะตัวต่อตัว เป็นการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลพูดในประเด็นที่ต้องการให้ได้มากที่สุด ในขณะที่ผู้สัมภาษณ์ทำหน้าที่ควบคุมการสัมภาษณ์ให้อยู่ในกรอบของเนื้อหาที่ต้องการศึกษา แนวทางสัมภาษณ์เป็นการสร้างกรอบคำถามและประเด็นที่ต้องการศึกษา โดยเลือกเฉพาะประเด็นที่นำไปสู่คำตอบของปัญหาในการวิจัย ทั้งที่เกี่ยวกับประสบการณ์ในด้านวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางการพัฒนาสติ และในด้านสันติศึกษา โดยมุ่งสอบถามเกี่ยวกับความขัดแย้งเชิงบวก กับ ความขัดแย้งเชิงลบ ว่าแตกต่างกันอย่างไร อะไรคือสาเหตุของความขัดแย้งเชิงลบ สติมีส่วนในการช่วยให้ลดปัญหาความขัดแย้งและทำให้สังคมเกิดสันติภาพได้อย่างไร สภาพที่เรียกว่า “สันติภาพ” “สันติภายใน” กับ “สันติภายนอก” คืออะไร การพัฒนาสติจะช่วยให้สังคมเกิดสันติภาพ และการใช้สติเชิงรุก(Active Mindfulness) กับการใช้สติเชิงรับ (Passive Mindfulness) ส่งผลต่อการสร้างสันติภาพได้อย่างไร

๓. การสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

๑. พระราชสิทธิเมธี วิ.ดร. ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ เจ้าคณะเขตพญาไท ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒. พระเมธีวราญาณ, ดร. ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ รองคณบดีฝ่ายบริหาร คณะพุทธศาสตร์ อาจารย์ประจำภาควิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๓. ผศ.ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโณม ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๔. ศาสตราจารย์พิเศษ ร้อยโท บรรจบ บรรณรุจิ อาจารย์ประจำหลักสูตร สาขาวิชาสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๕. พระมหาธีรโชติ ธีรปญฺโญ ป.ธ.๙ พระวิปัสสนาจารย์ประจำ คณะ ๕ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ พระวิปัสสนาจารย์ประจำศูนย์วิปัสสนากัมมัฏฐานนานาชาติ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ พระวิปัสสนาจารย์วัดบึงทองหลาง

๖. พระมหาดวงเด่น จิตตฺวาณ, ดร. (ตุนิน) อาจารย์ประจำหลักสูตรสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๗. ผศ.ดร.ชั้นทอง วัฒนประดิษฐ์ อาจารย์ประจำหลักสูตรสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผลการวิจัย

ความหมายและลักษณะของสติที่ปรากฏในทางพระพุทธศาสนาเถรวาท

คำว่า “สติ” ใน “สัมมา” มีรูปเป็นสัมมาสติ ลักษณะฝ่ายดี มีปรากฏความหมายของสติในพระไตรปิฎกดังนี้ว่า “สติตามระลึก ความทวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม”^๙ ซึ่งสามารถแยกแยะแสดงหน้าที่ของสติในฐานะต่าง ๆ ได้ดังนี้

๑. สติในฐานะ อปัมมาทธรรม สติ แปลว่า ความระลึกได้ ทำให้นึกเพ่ง ในความหมายไปในแง่ของความจำ สติ นอกจากหมายถึงความไม่ลืม ความไม่เผลอ ไม่เผลอเลอ ไม่พินเพื่อนเลื่อนลอย แต่ความหมายในแง่ปฏิเสศ หมายถึง ความระมัดระวัง ความตื่นตัวต่อหน้าที่ ภาวะที่พร้อมอยู่เสมอในอาการคอยรับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้อง และตระหนักว่าควรปฏิบัติอย่างไร ในด้านจริยธรรม หน้าที่ของสติเปรียบเสมือนนายทวารประตู ที่มีหน้าที่คอยเฝ้าระวังคนที่เข้าออก คอยกำกับดูแลให้คนที่ควรเข้าออกให้เข้าออกได้ และคอยห้ามคนที่ไม่ควรเข้าไม่ให้เข้าไป ส่วนคนที่ไม่ควรออกก็ไม่ให้ออกมา ดังนี้แล้ว สติจึงเป็นหลักธรรมสำคัญในด้านจริยธรรมเป็นอย่างมาก เพราะสติจะเป็นตัวควบคุมเรา เตือนการปฏิบัติหน้าที่ และสติยังเป็นตัวคอยยับยั้งเรา ที่จะไม่ให้เราหลงเพลินไปกระทำในสิ่งที่ไม่ดีไม่เหมาะสม ไม่ให้ความไม่ดีผ่านเข้ามาในจิตใจ การดำเนินชีวิตหรือการประพฤติปฏิบัติโดยมีสติเป็นตัวกำกับอยู่เสมอ นั้น เรียกว่า “อปัมมาท” คือ ความไม่ประมาท ซึ่งเป็นหลักธรรมที่สำคัญยิ่ง สำหรับผู้ที่ก้าวหน้าในเรื่องของจริยธรรม

๒. สติในฐานะ โยนิโสมนสิการ ในแง่ความสำคัญเป็นองค์ประกอบฝ่ายปัญญา ส่วน อปัมมาท เป็นองค์ประกอบฝ่ายสมาธิ อปัมมาท จึงจัดเป็นองค์ประกอบภายใน เช่นเดียวกับ โยนิโสมนสิการ คู่กับหลักกัลยาณมิตร ที่เป็นองค์ประกอบภายนอก ดังพุทธพจน์แสดงความสำคัญของอปัมมาทนี้ บางที่ซ้ำกับโยนิโสมนสิการ เหตุผลก็คือธรรมทั้งสองอย่างนี้ มีความสำคัญเท่าเทียมกัน โยนิโสมนสิการ การใช้ความคิดถูกวิธี คือ การทำในใจโดยแยบคาย มองสิ่งทั้งหลายด้วยความคิดพิจารณาสืบค้นถึงต้นเค้า หาเหตุผลจนตลอดสาย แยกแยะออกพิเคราะห์ดูด้วยปัญญาที่คิดเป็นระเบียบและโดยอุบายวิธีให้เห็นสิ่งนั้น ๆ หรือปัญญานั้น ๆ หรือ ปัญหานั้น ตามสภาวะและตามความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย^{๑๐} เช่น สติคือการใคร่ครวญ โยนิโสมนสิการ จะช่วยให้ระลึกถึงคุณและโทษว่า ถ้าตัดสินใจทำลงไป คุณและโทษใดจะตามมา หรือจะแยกความสัมพันธ์ เชิงองค์ประกอบความสัมพันธ์ว่าสิ่งที่เค้าคิดเค้าถูกอาจจะเป็นแค่ฝันเพียงหนึ่ง ไม่ใช่องค์ประกอบหรือสาเหตุทั้งหมด^{๑๐}

^๙ อภ.ส. (ไทย) ๓๔/๒๓/๓๑.

^{๑๐} สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับเติม**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๕, (กรุงเทพมหานคร : นำอักษรการพิมพ์, ๒๕๖๐), หน้า ๓๑๑.

^{๑๐} สัมภาษณ์ พระมหาดวงเด่น จิตภาโณ, ๑๙ เมษายน ๒๕๖๒.

จากการแสดงหน้าที่ของสติในฐานะต่าง ๆ ข้างต้น แสดงให้เห็นว่า สติ เป็นหลักธรรมประการหนึ่งที่มีความสำคัญมากต่อการดำเนินชีวิต เพราะทำหน้าที่ทั้งการส่งเสริมความดี ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และยังทำหน้าที่ปฏิเสธความไม่ดี หรือคอยป้องกันสิ่งชั่วร้ายหรือความผิดพลาดต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากการขาดสติได้ อีกทั้งยังทำหน้าที่ส่งเสริมและสนับสนุนหลักธรรมประการอื่น ๆ ในเวลาเดียวกัน

ความขัดแย้งและการจัดการความขัดแย้งในสังคมในทางพระพุทธศาสนา

ความขัดแย้งในทางพระพุทธศาสนานั้น สามารถจำแนกได้หลายความหมาย ในทางโลกิยะนั้น ความขัดแย้งหมายถึงการที่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลมีความต้องการ ความเห็น การปฏิบัติต่อ ข้อมูล ผลประโยชน์ ค่านิยม ความสัมพันธ์ และโครงสร้าง ที่ก่อให้เกิดความขัดแย้งได้ ตัวอย่างเช่น ภายหลังการปฏิวัติเปลี่ยนแปลงการปกครองแผ่นดินเมื่อปี ๒๔๗๕ อำนาจรัฐได้เคลื่อนย้ายจากสถาบันพระมหากษัตริย์ไปอยู่ในมือของข้าราชการที่มีทหารเป็นแกนนำ ซึ่งนักวิชาการทางรัฐศาสตร์เรียกว่า ‘ระบอบอำมาตยาธิปไตย’ (Bureaucratic Polity) หรือ ‘รัฐราชการ’ ซึ่งระบอบการปกครองแบบนี้อาจเหมาะสมกับเงื่อนไขของสังคมไทยในอดีตที่มีประชากรไม่มาก แต่เมื่อประชากรมีมากขึ้น ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากความต้องการก็ขยายตัวเพิ่มขึ้น ทำให้ระบบที่ล้าสมัยไม่สามารถรองรับปัญหาที่เพิ่มขึ้นได้ จึงทำให้มีช่องว่างในการสื่อสารเพื่อเข้าใจและเข้าถึงปัญหา ของประชาชน และประชาชนยังมีทัศนคติทางวัฒนธรรมในเรื่องค่านิยม ว่ารู้สึกเกรงใจข้าราชการหรือเจ้าหน้าที่รัฐ ความเหลื่อมล้ำทางสังคม เศรษฐกิจ ระหว่างคนที่มีฐานะกับผู้มีรายได้น้อย ซึ่งเป็นสาเหตุของปัญหาความขัดแย้งในการเมืองไทย^{๑๑} เช่น ปัญหาความขัดแย้งทางสังคมที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบันนี้ หลาย ๆ ประการ

ดังนั้น ปัญหาการไม่ลงรอยกัน มีความเห็นไม่ตรงกัน ทำให้เกิดความไม่พอใจกัน ทะเลาะวิวาทเกิดขึ้น แต่สำหรับทางพระพุทธศาสนานั้น ความขัดแย้งเหล่านี้ อาจเกิดขึ้นจากสาเหตุจากความบาดหมาง การถกเถียง การทะเลาะ การแก่งแย่ง การวิวาท การมุ้งร้าย^{๑๒} ซึ่งจากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิชั้นทุกท่านล้วนได้ให้ สาเหตุของความขัดแย้ง มาจากกิเลส ๓ ตัว ได้แก่ โลภะ โมหะ โทสะ^{๑๓} ความขัดแย้งเกิดขึ้น ในพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาที่จะต้องมีการจัดการให้ความขัดแย้งเหล่านั้นสงบลง เพราะถือเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับสังคมมนุษย์ที่มีธรรมชาติอยู่อย่างหนึ่ง คือ รักสุขเกลียดทุกข์และไม่ชอบความวุ่นวายหรือปัญหาที่จะก่อให้เกิดความยุ่งยากแก่ตนเอง มนุษย์เองมักชอบที่จะก่อความรุนแรง

^{๑๑} คุณหญิงสุภารัตน์ เกษราพันธ์, “พุทธวิธีเชิงบูรณาการแก้ปัญหาความขัดแย้งในการเมืองไทยปัจจุบัน”, วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์, ปีที่ ๑๔ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม-สิงหาคม ๒๕๖๑) : ๗๐-๗๑.

^{๑๒} ดวงใจ ปินตามูล, พุทธวิธีจัดการความขัดแย้งเพื่อสร้างความปรองดองในสังคมโลก, วารสารมหาจุฬาริชาการ, ปีที่ ๒ ฉบับพิเศษ เนื่องในโอกาสเฉลิมฉลองวันวิสาขบูชาโลก ประจำปี ๒๕๕๘.

^{๑๓} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิมนี วิ.,ดร., ๑๘ เมษายน ๒๕๖๒.

หรือเป็นต้นเหตุของการสร้างปัญหา ซึ่งความจริงแล้วความขัดแย้งหรือปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมมนุษย์ มักมีเหตุผลมาจาก ความแตกต่าง และความเปลี่ยนแปลง^{๑๕}

การจัดการความขัดแย้งที่ปรากฏในพระวินัย ว่าด้วย อธิกรณสมณะ คำว่า “อธิกรณสมณะ” ประกอบด้วยคำ ๒ คำ คือ อธิกรณะ แปลว่า เหตุ โทษ เรื่องราว คดีความ ในที่นี้หมายถึงเรื่องที่เกิดขึ้นในพระสงฆ์ เป็นสิ่งที่สงฆ์จะต้องดำเนินการ^{๑๖}

คำว่า สมณะ แปลว่า การระงับ การทำให้สงบ เป็นชื่อวิธีการระงับอธิกรณในสังคมาสงฆ์

คำว่า อธิกรณสมณะ แปลว่า ธรรมเนียมระงับอธิกรณหรือวิธีการเพื่อระงับอธิกรณ^{๑๖} ความขัดแย้งใช้ในทางพระพุทธศาสนานั้น มีปรากฏขึ้นมาเป็นเวลานาน จะเห็นได้ว่า ไม่ว่าจะยุคหรือสมัยจะเปลี่ยนไปอย่างไร ความขัดแย้งเชิงลบยังคงมีอยู่ ไม่เว้นแม้แต่ในหมู่สงฆ์ ภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา แม่ชีหรือผู้มีศีล ดังนี้แล้ว อธิกรณ จึงเป็นเครื่องมือในการควบคุม ความขัดแย้ง คดีความ เรื่องราว ปัญหา เป็นการระงับข้อพิพาท ระงับเหตุ ที่เกิดรวมกันในกลุ่มสงฆ์ โดยหมู่สงฆ์ เป็นผู้ดำเนินการแก้ไขการจัดการความขัดแย้งที่เกิดขึ้นเอง

สติปฏิฐาน ๔ เครื่องมือจัดการความขัดแย้ง

สติปฏิฐาน ๔ ธรรมสำหรับการพัฒนาสติ สติปฏิฐาน คือ การตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณา กาย เวทนา จิต ธรรม เพื่อกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกให้ได้ โดยแยกพิจารณาเป็น ๔ ประการ คือ

๑. การพิจารณาเห็นกายในกาย
๒. การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา
๓. การพิจารณาเห็นจิตในจิต
๔. การพิจารณาเห็นธรรมในธรรม^{๑๗}

สติสามารถชำระพฤติกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะ เป็น กายกรรม วาจกรรม มโนกรรม ให้บริสุทธิ์ อิสระ ไม่เกื้อกมลหรือเป็นไปด้วยอำนาจของตัณหา อุปาทาน สติจะทำงานร่วมกับสัมปชัญญะ ทำให้พฤติกรรมเหล่านั้นถึงด้วยปัญญา ดังนั้น สติก็ยังเป็นเครื่องมือที่สามารถช่วยขจัดความขัดแย้งทั้งความขัดแย้งภายในตนเองและความขัดแย้งที่มีต่อผู้อื่น

^{๑๕} รัฐพล เย็นใจมา, สุรพล สุยะพรหม, “ความขัดแย้งในสังคม : ทฤษฎีและแนวทางแก้ไข”, วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์, ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๒ (เมษายน-มิถุนายน ๒๕๖๑) : ๒๓๔.

^{๑๖} วิ.มหา. (ไทย) ๒/-/๔๔.

^{๑๖} วิ.จุ. (ไทย) ๖/๔/๔๐.

^{๑๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๘/๒๒๒.

จากการประยุกต์ใช้สติตามหลักสติปัฏฐาน^{๑๘} ซึ่งได้แก่ กาย เวทนา จิต และ ธรรม เมื่อสติระลึก รู้ตาม ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก รู้ทันอริยาบท รู้เท่าทันอารมณ์ รู้ว่าสิ่งชอบ สิ่งนี้ไม่ชอบ สิ่งนี้พอใจ สิ่งนี้ไม่พอใจ ระลึกถึงขณะที่ถูกกระทบ ไม่ว่าจะ เป็น ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และ ทางใจ รับรู้ถึงสิ่งที่ดีหรือไม่ดีที่มากระทบ แล้วสามารถรู้เท่าทันอารมณ์ในขณะนั้น เท่ากับรู้เท่าทันตนเอง สติแปลว่า เครื่องกั้นกิเลส ซึ่งกิเลส ได้แก่ โลภะ โทสะ และ โมหะ^{๑๙} ดังนี้แล้ว เมื่อบุคคลรู้เท่าทันอารมณ์ ต่างๆ ที่มากระทบ เมื่อบุคคลรู้เท่าทันลมหายใจ รู้ทันความคิด รู้ทันใจตนเอง รู้ทันความรู้สึก ความชอบ ไม่ชอบ รู้ทันจิตใจ ที่จะไปปรุงแต่งกับสิ่งที่มากระทบ เช่น ตาเห็นรูป จมูกได้กลิ่น หูได้ยิน เมื่อบุคคลรู้เท่าทันเช่นนี้ ความคิดในการขัดแย้งเชิงลบจะไม่เกิดขึ้น เพราะจิตนั้นไม่ได้ปรุงแต่ง จากสิ่งที่มากระทบ ทำให้ กิเลส นั้น เบาลงหรือค่อยจางไป จนในที่สุด ความขัดแย้งเชิงลบ ก็จะลดลงจนกระทั่งถูกขจัดหมดไป

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ สามารถสรุปแนวทางการพัฒนาสติเพื่อสร้างสันติภาพได้ดังนี้ คือ

๑. ความขัดแย้งเชิงบวก กับ ความขัดแย้งเชิงลบ สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ความขัดแย้งเชิงบวก หมายถึงความขัดแย้งที่นำไปสู่การพัฒนา จะเป็นการพัฒนาส่วนตัวบุคคล จนไปถึงการพัฒนาที่เป็นส่วนรวม ความขัดแย้งเชิงบวกเป็นความขัดแย้งเชิงแนวคิดที่ต้องการพัฒนาแต่มีความคิดเห็นที่ต่างกัน เป้าหมายจุดเริ่มต้น หรือคำจำกัดความต่างกัน มีความคิดดี แต่ไม่ยอมกัน ถือถึฐึเข้าหากันทำให้เกิดความขัดแย้ง ส่วนความขัดแย้งเชิงลบคือความขัดแย้งที่นำไปสู่ความวุ่นวายเดือนร้อนทั้งส่วนตนและส่วนรวม

๒. สำหรับสาเหตุของความขัดแย้งเชิงลบนั้น คือกิเลส ๓ ตัว ได้แก่ โลภะ โมหะ โทสะ ทำให้ขาดจากความมีสติ เมื่อบุคคลมีความโลภอยากได้มากก็ทำให้เกิดความขัดแย้ง ซึ่งในทางกลับกันเมื่อบุคคลอื่นเกิดความโลภก็จะเกิดความขัดแย้งกลับมาได้เช่นกัน

๓. สติมีส่วนในการช่วยให้ลดปัญหาความขัดแย้งและทำให้สังคมเกิดสันติภาพได้ เพราะสติทำให้เกิดปัญญา เริ่มจากการทำให้เกิดการสำรวจตรวจสอบ มองดูเห็นโทษของความขัดแย้ง สติช่วยทำให้เห็นถึงสาเหตุของปัญหาความขัดแย้ง และช่วยในการหาทางแก้ไขเพื่อให้เกิดสันติภาพได้ในที่สุด เพราะสันติภาพเกิดจากความสงบทั้งทางกายภาพภายนอกคือการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ไม่มีความขัดแย้ง และยังมี การพัฒนาสติภายในคือทำให้จิตใจสงบ ไม่ตกอยู่ในอำนาจของกิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลง ดังนั้น

^{๑๘} ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่างๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจกิเลส มี ๔ อย่าง คือ กายานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดพิจารณา กาย การมีสติกำกับดูรู้ทันกายและเรื่องทางกาย เวทนานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันเวทนา จิตตานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันจิตหรือสภาพและอาการของจิต อัมมานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันธรรม เรียกสั้นๆ ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม [พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๙๖.]

^{๑๙} สัมภาษณ์ พระเมธีวราญาณ, ดร., ๒๖ เมษายน ๒๕๖๒.

สติจึงทำให้เกิด “สันติภายใน” และ “สันติภายนอก” การพัฒนาสติจะช่วยให้สังคมเกิดสันติภาพ ทั้งจากการใช้สติเชิงรุก (Active Mindfulness) และการใช้สติเชิงรับ (ssenlufdniM evissaPอันส่งผลต่อการสร้างสันติภาพและการแสดงออกทางพฤติกรรม สติช่วยในการควบคุมความคิด ซึ่งจะส่งผลโดยตรงต่อพฤติกรรมทางกาย ทางวาจาและใจ คือช่วยในการควบคุมตนเองก่อน โดยที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น ดังนั้น การพัฒนาสติเพื่อสร้างสันติภาพ ผู้วิจัยพบว่า จะส่งผลที่ดีใน ๓ ด้าน คือ

๑. ด้านพฤติกรรม เมื่อบุคคลมีการพัฒนาสติแล้ว แล้วจะช่วยให้บุคคลนั้นมีกาย วาจา ที่สำรวมระวัง มีความปรารถนาดีต่อตนเอง ไม่เบียดเบียนตนเอง ไม่ทำบาปกับตนเอง รวมไปถึงการที่ไม่ทำให้ตนเองเดือดร้อน พฤติกรรมเหล่านี้จะช่วยส่งผลต่อไปยังบุคคลอื่น คือมีความปรารถนาดีต่อผู้อื่น ไม่เบียดเบียนผู้อื่น มีใจเพื่อแผ่อยากช่วยเหลือ เป็นจิตอาสาหรืออาสาสมัครช่วยเหลืองานต่างๆ เป็นต้น

๒. ด้านจิตใจ การพัฒนาสติจะช่วยให้บุคคลนั้นมีจิตใจไม่หยาบกระด้าง ทำให้เป็นคนที่ไม่คิดร้ายต่อตนเองและบุคคลอื่น เป็นคนที่มีจิตใจโอบอ้อมอารี มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักการให้อภัย มีความเคารพทั้งต่อตนเองและผู้อื่น มีความละอายต่อบาป ซึ่งรวมไปถึง การมีจิตที่มีเมตตา กรุณา เป็นต้น

๓. ด้านปัญญา เมื่อสติที่ถูกพัฒนาอย่างดีแล้ว จะช่วยทำให้บุคคลนั้นเกิดการพิจารณาเหตุและผลถึงสิ่งต่างๆ ได้อย่างแยบคาย ทำให้จิตเกิดสมาธิ และมีโยนิโสมนสิการ ช่วยในการควบคุมจิตใจ และยับยั้งตน ไปในทิศทางที่ถูกที่ควร อย่างมีเหตุผล ไม่ให้หลงไปในทางไม่ดี

บทสรุป

การพัฒนาสติมาใช้เพื่อลดความขัดแย้งนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่บุคคลจะต้อง ศึกษาถึงวิธีการในการพัฒนาสติอย่างไรให้เกิดสันติภาพโดยควรเริ่มจากภายในจิตใจก่อน เพราะการที่บุคคล สามารถจัดการกับ อารมณ์ ความรู้สึก ความนึกคิดได้ จะช่วยให้การแสดงออก ไปในทางกาย วาจา และใจ ของเรานั้น มีความสงบ สำรวมระวังมากยิ่งขึ้น

ดังนั้น การที่จะพัฒนาสติได้ดีนั้น จึงต้องอาศัยการฝึกและพัฒนาจิตในบุคคลนั้นให้มีความเข้มแข็งให้สติได้พัฒนาเป็นสันติภายในระดับบุคคล โดยวิธีการฝึกปฏิบัติตามแนวทางของพระพุทธศาสนา เช่น การฝึกปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นต้น ซึ่งเป็นหลักการสำคัญในทางพระพุทธศาสนา เมื่อสันติภายในได้ถูกพัฒนาอย่างดีแล้ว ก็จะส่งผลออกมาเป็น สันติภายนอก ที่จะไม่เบียดเบียนผู้อื่น อยู่ร่วมกันอย่างถ้อยที ถ้อยอาศัย มีความปรารถนาดีต่อกัน เข้าใจและเห็นอกเห็นใจกัน มีน้ำใจ มีเมตตา กรุณาต่อกัน มีความสามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เมื่อมีสันติภายในเกิดขึ้น ดังนี้แล้ว ความสุขก็จะเกิดขึ้น เมื่อสันติสุขเกิดแล้วสันติภาพก็เกิดขึ้นในสังคมตามลำดับ

ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัย “การพัฒนาสติเพื่อสร้างสันติภาพ” นี้ ผู้วิจัยพบว่า การนำหลักพัฒนาสติมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน จะช่วยทำให้จิตของบุคคลนั้น มีการระลึกรู้ อยู่ เนื่องๆ ทำให้จิตนั้นเป็นไปในทางกุศล เมื่อมีความรู้เท่าทันอารมณ์อย่างต่อเนื่อง ทำให้ความรู้สึกที่เป็น โลภะ โทสะ และโมหะ ในจิตใจนั้น จะค่อย ๆ บรรเทาเบาคลาย ช่วยทำให้จิต มีความผ่อนคลาย ยิ่งสติได้รับการพัฒนายิ่งขึ้นเรื่อย ๆ จะทำให้เกิด ปัญหาที่ช่วยในการเข้าใจสภาพตามความเป็นจริงได้โดยง่าย สามารถช่วยในการหาสาเหตุและวิธีการ ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ทำให้เกิดแนวความคิดและวิธีการใหม่ๆ ได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงขอเสนอเพิ่มเติม คือ

ข้อเสนอเพื่อการนำไปใช้

บุคคลควรมีเป้าหมายในการศึกษาถึงหนทางในการที่จะให้ตนเองมีสันติภายใน โดยเบื้องต้นอาจ เริ่มต้นจากการให้ เพื่อให้เข้าใจถึงความรู้สึกเสียสละ รู้สึกถึงการมีส่วนร่วม แบ่งปันให้คนอื่นมีความสุข เพื่อให้จิตรู้จักเมตตา กรุณา ให้จิตรู้จักถึงความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ นำไปสู่กระบวนการขัดเกลาจิตใจโดยใช้หลัก การฝึกปฏิบัติตามแนวสติปัญญา อาทิจการระลึกรู้ถึงลมหายใจ เพื่อช่วยลดสาเหตุโดยตรงของความขัดแย้ง ได้อย่างยั่งยืน

สันติภายในที่ผ่านการฝึกฝนและพัฒนา จะนำมาประยุกต์ใช้กับบุคคลภายนอกได้ตั้งแต่ระดับ ปัญญาบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม ไปจนถึงระดับนโยบายสาธารณะ เช่น กระบวนการยุติธรรม หรือ กระบวนการระหว่างรัฐกับประชาชน เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อเป็นการส่งเสริมแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหา ความขัดแย้งด้วยสันติวิธีในรูปแบบการพัฒนาสติต่อไป

บรรณานุกรม

- ดวงใจ ปินตามูล .“พุทธวิธีจัดการความขัดแย้งเพื่อสร้างความปรองดองในสังคมโลก”. **วารสารมหาจุฬาริชาการ**. ปีที่ ๒ ฉบับพิเศษ เนื่องในโอกาสเฉลิมฉลองวันวิสาขบูชาโลก ประจำปี ๒๕๕๘.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- _____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๖.
- _____. **สันติภาพเกิดจากอิสรภาพและความสุข**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๖๑.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

รัฐพล เย็นใจมา. สุรพล สุยะพรหม. “ความขัดแย้งในสังคม : ทฤษฎีและแนวทางแก้ไข”. **วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์**. ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๒ (เมษายน-มิถุนายน ๒๕๖๑) : ๒๓๔.

วิลาวัลย์ สุทธิรักษ์. พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส (นิธินุญยากกร) และ ชันทอง วัฒนะประดิษฐ์. “วิเคราะห์แนวทางการสื่อสารเพื่อสันติภาพขององค์ทะเลมที่ ๑๔ ตามหลักพุทธวิธี”. **วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร**. ปีที่ ๕ ฉบับพิเศษ (พฤษภาคม ๒๕๖๐) : ๓๒๗.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับเติม**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๕. กรุงเทพมหานคร : นำอักษรการพิมพ์, ๒๕๖๐.

สุดารัตน์ เกตุราพันธ์, คุณหญิง. “พุทธวิธีเชิงบูรณาการแก้ปัญหาความขัดแย้งในการเมืองไทยปัจจุบัน”. **วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์**. ปีที่ ๑๔ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม-สิงหาคม ๒๕๖๑) : ๗๐-๗๑.

สำนักนายกรัฐมนตรี. **คำสั่งสำนักนายกรัฐมนตรี ที่ ๑๘๗/๒๕๕๖**.

สำนักนายกรัฐมนตรี. **ราชกิจจานุเบกษา** (๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๐). เล่ม ๑๒๔ ตอนพิเศษ ๑๙๙ ง .หน้า ๑. สัมภาษณ์ พระราชสิทธิธนี วิ., ดร. ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์. เจ้าคณะเขตพญาไท. ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๘ เมษายน ๒๕๖๒.

สัมภาษณ์ พระเมธีวราญาณ, ดร. ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์. รองคณบดีฝ่ายบริหาร คณะพุทธศาสตร์ อาจารย์ประจำ ภาควิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๖ เมษายน ๒๕๖๒.

สัมภาษณ์ พระมหาดวงเด่น จิตถาโณ,ดร. อาจารย์ประจำหลักสูตรสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๙ เมษายน ๒๕๖๒.

สัมภาษณ์ ผศ.ดร.แมชีกฤษณา รักษาโณม ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๙ เมษายน ๒๕๖๒.

สัมภาษณ์ ศาสตราจารย์พิเศษ ร้อยโท บรรจบ บรรณรุจิ อาจารย์ประจำหลักสูตร สาขาวิชาสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๘ เมษายน ๒๕๖๒.

สัมภาษณ์ พระมหาธีรโชติ ธีรปญโญ ป.ธ.๙ พระวิปัสสนาจารย์ประจำ คณะ ๕ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ พระวิปัสสนาจารย์ประจำศูนย์วิปัสสนากัมมัฏฐานนานาชาติ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ พระวิปัสสนาจารย์วัดบึงทองหลาง, ๑๙ เมษายน ๒๕๖๒.

สัมภาษณ์ ผศ.ดร.ชันทอง วัฒนะประดิษฐ์ อาจารย์ประจำหลักสูตรสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๙ เมษายน ๒๕๖๒.

หอดจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ. **ดาไลลามะ สนทนากับคนไทย ที่ธรรมศาลา**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.dalailama.com/webcasts/post/208-address-to-the-global-buddhist-congregation-2011>. [๓๐ เมษายน ๒๕๖๒].