



การดำเนินชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา Living According to Idappaccayatā Principle

เยาวลักษณ์ กุลพานิช^{1*}, พระมหาบุญศรี ญาณวฑฺฒโฒ²

Yaowalug Gulphanich^{1*}, Phramaha Boonsri Nanavuddho²

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย^{1,2}

Graduate School, Mahamakut Buddhist University^{1,2}

*Corresponding Author E-mail: Yaog2500@gmail.com

Received: 11/03/2022; Revised: 22/08/2022; Accepted: 14/11/2022

DOI: 10.14456/jpv.2022.38

บทคัดย่อ

บทความวิชาการเรื่อง “การดำเนินชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา” มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอแนวทางการดำเนินชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา เพื่อให้การดำเนินชีวิตสอดคล้องกับกระบวนการของธรรมชาติ มีความสมดุลและมีความสุขอย่างยั่งยืน ผลการวิเคราะห์พบว่า การดำเนินชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับความเปลี่ยนแปลงได้อย่างมีดุลยภาพ พอเหมาะพอดีนั้น มี 2 ขั้นตอน คือ 1) รู้และเข้าใจกฎของธรรมชาติและชีวิตตาม หลักอิทัปปัจจยตา ได้แก่ หลักเหตุและผล หลักไตรลักษณ์ หลักความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันของสรรพสิ่ง และ หลักความสมดุล 2) รู้ว่าจะต้องดำเนินการอย่างไรในการดำเนินชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา ประกอบด้วย 2.1) หลักเหตุและผล คือ ต้องรู้ธรรมชาติของกายใจ สืบสาวหาเหตุปัจจัยที่สัมพันธ์สืบทอดกันของกายใจและส่วนที่เกี่ยวข้อง และลงมือทำเหตุให้สอดคล้องกับผลที่ต้องการ 2.2) หลักไตรลักษณ์ คือ ไม่ประมาทต้องมี การเตรียมความพร้อมในกิจทั้งปวง 2.3) หลักความสัมพันธ์เชื่อมโยง คือ พิจารณาเหตุและผล ตลอดจนความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันระหว่างเหตุและผลของเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิต เพื่อให้สามารถหาวิธีการแก้ไขปัญหได้อย่างตรงจุด 2.4) หลักความสมดุล คือ ดำเนินชีวิตด้วยการเรียนรู้อยู่กับความเป็นจริง พิจารณาอิทัปปัจจยตาของสรรพสิ่งรอบตัวอย่างสม่ำเสมอ

คำสำคัญ : การดำเนินชีวิต; หลักอิทัปปัจจยตา



Abstract

The academic article “Living according to the Idappacchayatā principle” aims to present the way of living according to the Idappacchayatā principle in order to live in accordance with the process of nature for balance and sustainable happiness. The analysis found that there are two approaches to living with change in balance according to the Idappacchayatā as follows: 1) knowing and understanding the laws of nature and life according to the Idappacchayatā principle, i.e. cause and effect, The principle of the three characteristics (Tilakkana), The principle of interconnectedness of everything and the principle of balance. 2) knowing what to do to live by this principle consisting of 2.1) According to the principle of cause and effect, which is to know the nature of the mind and body, search for relate factors and act accordingly to the desired effect. 2.2) The Trinity principle is to not be careless, there must be preparation in all activities. 2.3) The relationship principle is to consider the cause, effect and relationship in order to be able to find a solution to the problem directly. 2.4) The principle of balance is to live life by learning to live with reality. Constantly contemplating the effects of the surrounding things during the practice of Vipassanā in the practice session and daily life.

Keywords: Living; Idappacchayatā

1. บทนำ

การดำเนินชีวิตของผู้คนในโลกนี้ย่อมหนีไม่พ้นผลกระทบจากเหตุการณ์เปลี่ยนแปลงพลิกผันที่เกิดขึ้นตลอดเวลาในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันที่มีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นหลายเหตุการณ์ เช่น การเปลี่ยนผ่านสู่ยุคดิจิทัล และการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ซึ่งส่งผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ของผู้คนที่อาศัยอยู่ในโลกใบนี้ทั้งด้านบวกและด้านลบ มนุษย์จึงจำเป็นต้องปรับตัวโดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในท่ามกลางกระแสแห่งความเปลี่ยนแปลงบีบคั้น ได้อย่างเป็นปกติสุข สามารถรักษาคุณภาพของชีวิตไว้ได้

การดำเนินชีวิตให้มีคุณภาพนั้นจะต้องรู้หลักคุณภาพของธรรม หมายถึง จะต้องรู้หลักการทั่วไปของธรรมชาติ คือ หลักอัมปเปจยตา ซึ่งหมายถึง ภาวะหรืออาการที่สิ่ง ๆ หนึ่งเป็นปัจจัยของอีกสิ่ง



หนึ่ง หรือความที่สิ่งต่าง ๆ เป็นเหตุเป็นปัจจัยของกันและกัน โดยมีสิ่งหนึ่งเป็น “เหตุ” ของอีกสิ่งหนึ่ง เป็น “ผล” ซึ่งเป็นหลักความจริงพื้นฐานว่า สิ่งหนึ่งสิ่งใดจะเกิดขึ้นมาลอย ๆ ไม่ได้ จะต้องมียุทธปัจจัย ส่องต่อกันมา เพื่อนำมาบูรณาการกับหลักการดำเนินชีวิต เพื่อให้มีแนวทางและหลักปฏิบัติที่พอเหมาะพอดีที่สามารถรักษาชีวิตให้มีดุลยภาพ มีความสัมพันธ์ที่พอเหมาะพอดีในการดำเนินชีวิตในทุกด้าน ทั้งด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ รวมถึงความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม เช่น สังคม เศรษฐกิจ เป็นต้น ด้วยเหตุดังกล่าว จึงเป็นแรงจูงใจในการศึกษาเรื่อง “การดำเนินชีวิตตามหลักอภิปรัชญา” เพื่อเสนอแนวทางในการดำเนินชีวิตให้เกิดความสมดุลภายใต้หลักอภิปรัชญาในครั้งนั้น

2. แนวคิดรูปแบบการดำเนินชีวิตของมนุษย์

รูปแบบการดำเนินชีวิต (lifestyle) หมายถึง วิธีการดำเนินชีวิตของบุคคล โดยที่ลักษณะของพฤติกรรมต่างๆ จะเป็นตัวบ่งบอกถึงรูปแบบการดำเนินชีวิต แต่ละแบบ (Spaargaren, G. and B. VanVliet, 2000: 50-75) พฤติกรรมในการเข้าสังคม ในการบริโภค ในการหาความบันเทิง การพักผ่อนหย่อนใจใช้เวลาว่าง และการแต่งตัว ล้วนเป็นส่วนประกอบของรูปแบบการดำเนินชีวิต รูปแบบการดำเนินชีวิตจะถูกดำเนินเป็นอุปนิสัย เป็นวิธีประจำที่กระทำสิ่งต่าง ๆ (Giddens, A, 1991) รูปแบบการดำเนินชีวิต โดยทั่วไปแล้วจะบ่งบอกถึงทัศนคติ ค่านิยม และ มุมมองของแต่ละบุคคล ดังนั้น รูปแบบการดำเนินชีวิต จึงมีความหมายในเชิงของอัตตาหรือตัวตน และใช้ในการสร้างสัญลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่ประกอบกับอัตลักษณ์ของบุคคล (Ropke, I. 1999: 399-420) คำว่า “รูปแบบการดำเนินชีวิต (Lifestyle)” มีหลายคำที่ให้ความหมายใกล้เคียงหรืออาจใช้แทนกันได้ เช่น วิธีชีวิต วิธีการดำเนินชีวิต การดำรงชีวิต หรือแบบแผนการใช้ชีวิต เป็นต้น ซึ่งมีนักวิชาการได้อธิบายความหมายของรูปแบบการดำเนินชีวิตไว้ค่อนข้างหลากหลาย โดยสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้ Evans, Jamal and Foxall (2009) อธิบายว่า รูปแบบการดำเนินชีวิต คือ สิ่งสะท้อนมาจาก รูปแบบของกิจกรรม (Activities) ความสนใจ (Interests) และความคิดเห็น (Opinions) โดยรูปแบบการดำเนินชีวิตมีความสำคัญในการสะท้อนความคิด และพฤติกรรมความเป็นตัวตนของบุคคลนั้น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับ Hoyer and MacInnin (2010) ที่กล่าวว่า รูปแบบการดำเนินชีวิต คือ การแสดงออกของพฤติกรรมที่เป็นจริงของบุคคล ซึ่งสะท้อนออกมาในรูปแบบของการทำกิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็น ส่วน Solomon (2015) อธิบายว่า รูปแบบการดำเนินชีวิต หมายถึง รูปแบบที่สะท้อนได้จากการใช้เวลา และการใช้จ่ายของแต่ละบุคคล (सानิตย์ หนูนิล และกนกวรรณ พวงประยงค์, 2562: 179) จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า รูปแบบการดำเนินชีวิต หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกผ่านการใช้เวลาในการทำกิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็น ซึ่งในแต่ละบุคคลหรือกลุ่มคนจะมีรายละเอียดของรูปแบบในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของปัจจัยตามบริบทของสภาพแวดล้อมของบุคคลหรือกลุ่มบุคคลนั้น ที่สำคัญ คือ กลุ่ม สังเกต อาชีพ รายได้



วัฒนธรรม และกลุ่มชั้นทางสังคม โดยทั่วไปรูปแบบการดำเนินชีวิตจะบ่งบอกถึงทัศนคติ ค่านิยม และมุมมองของแต่ละบุคคล ดังนั้นรูปแบบการดำเนินชีวิตจึงมีความหมายในเชิงของอัตตาหรือตัวตนด้วย

3. หลักการดำเนินชีวิตของมนุษย์

เมื่อมนุษย์เกิดมาแล้วก็ต้องดำรงชีวิตอยู่ในสังคมเป็นส่วนใหญ่ หลักการดำเนินชีวิตของมนุษย์นั้นส่วนมากมักจะมีแบบแผนมาจากสังคมที่ตนเองดำรงอยู่ ซึ่งแต่ละสังคมก็มีหลักการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันไปตามสภาพแวดล้อมและโลกทัศน์

3.1 หลักการดำเนินชีวิตของมนุษย์ขั้นพื้นฐาน

ในขั้นต้นชีวิตของมนุษย์ต้องการสิ่งที่ตนประสงค์หรือพึงพอใจ ซึ่งเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานดังนี้

3.1.1 ความต้องการทางชีววิทยา (Biological Needs) หมายถึง ความต้องการอันเกิดทางร่างกายอันเป็นความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นที่สุด เช่น ความต้องการอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค คือ ความต้องการทางกาย

3.1.2 ความต้องการทางสังคม (Social Needs) เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ชอบอยู่กันเป็นกลุ่ม ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพื่อความอบอุ่นใจ เพื่อสงเคราะห์กันและกัน จึงมีการแต่งงานมีคู่ครอง มีบุตรสืบสกุล มีเพื่อนฝูง ตลอดจนทั้งมีมิตรประเทศเพื่อช่วยเหลือกันและกันในด้านต่าง ๆ นอกจากนี้ยังต้องการความโดดเด่น เพื่อมียศ เกียรติ อำนาจ ชื่อเสียง บริวาร อีกด้วย

3.1.3 ความต้องการทางใจ (Mental Needs) อันเป็นความต้องการอันลึกซึ้งอยู่เบื้องหลัง ความต้องการด้านอื่น ประกอบด้วย ความต้องการความอบอุ่น ความปลอดภัยและหลักประกันในชีวิต ความต้องการความดี ความสมบูรณ์ ความต้องการบรรลุจุดหมายปลายทางชีวิต ความต้องการความสุขพิเศษซึ่งเป็นความสุขที่แท้จริง ความต้องการที่พึงอันประเสริฐ อาทิเช่น พระพุทธศาสนาสอนให้เข้าใจในไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา และสอนให้บรรลุถึงพระนิพพาน เป็นต้น และความต้องการปรัชญาชีวิต (บุญมี แท่นแก้ว, 2552: 28-29)

3.2 หลักการดำเนินชีวิตของมนุษย์ตามกลุ่มปรัชญา

กลุ่มปรัชญาแบ่งโลกทัศน์ของมนุษย์ออกเป็น 4 แบบ ซึ่งความเชื่อแต่ละแบบจะสะท้อนถึงพฤติกรรมในการดำรงชีวิตและหลักการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันดังนี้

3.2.1 กลุ่มจิตนิยม (Idealism) โลกทัศน์ของคนกลุ่มนี้ คือ โลกแห่งวัตถุที่เราจับต้องได้นั้นมีความสำคัญน้อยกว่าโลกนามธรรม ศักดิ์ศรีของมนุษย์อยู่ที่จิตใจมิใช่วัตถุ ปัญหาของคนและของสังคมนั้นอยู่ที่จิตใจคน ถ้าจิตใจของคนได้รับการขัดเกลาดีแล้ว ทุกสิ่งจะสงบเรียบร้อย มนุษย์มิได้เกิดมาเพื่อที่จะแสวงหาความสุขทางเนื้อหนังมังสา แต่เพื่อที่จะอยู่กับปัญญา



3.2.2 กลุ่มสสารนิยม (Materialism) โลกทัศน์ของคนกลุ่มนี้ก็คือ พระเจ้าไม่มี วัตถุเท่านั้นที่เป็นจริง ปัญหาของคนและสังคมอยู่ที่สิ่งแวดล้อม คนจะดีเองถ้ากินอิ่มนอนหลับ จิตใจคนเป็นไปตามเงื่อนไขของวัตถุ มนุษย์ไม่ควรแสวงหาอะไรนอกจากความสุขสบาย ชีวิตต้องสู้ ต้องแข่งขัน แต่ก็ควรจะมีกฎเกณฑ์และกติกากำหนด เพื่อประโยชน์ของคน

3.2.3 กลุ่มมนุษยนิยม (Humanism) โลกทัศน์ของคนกลุ่มนี้คล้ายกลุ่มสสารนิยม ต่างตรงที่กลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่ประนีประนอม ไม่เห็นว่าจะอะไรอย่างใดอย่างหนึ่งสำคัญที่สุด

3.2.4 กลุ่มโรแมนติก (Romantic) โลกทัศน์ของคนกลุ่มนี้ก็คือ มนุษย์ควรทำตามความรู้สึกของตน คนเราแต่ละคนมีเอกลักษณ์ของตนโดยเฉพาะที่ไม่เหมือนคนอื่น การได้แสดงออกซึ่งเอกลักษณ์ของตนเป็น สิ่งประเสริฐ สื่อในการแสดงออกก็ได้แก่ศิลปะแขนงต่าง ๆ (วิทย์ วิศทเวทย์, 2547: 74-97)

กล่าวโดยสรุป รูปแบบการดำเนินชีวิตของมนุษย์มีแบบแผนมาจากสังคมที่ตนเองดำรงอยู่ในด้านความต้องการดำเนินชีวิตขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ความต้องการทางชีววิทยา ทางสังคม และทางจิตใจ ผสมผสานกับการมีโลกทัศน์หรือความเชื่อแบบใดแบบหนึ่ง คือ จิตนิยม สสารนิยม มนุษยนิยม หรือโรแมนติก ทำให้บุคคลมีรูปแบบการดำเนินชีวิตหรือพฤติกรรมแตกต่างกันไป การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการดำรงชีวิตในแง่มุมที่หลากหลาย ดังกล่าวเป็นเครื่องมือสำคัญในการทำความเข้าใจตนเองและบุคคลอื่น ทำให้สามารถใช้ชีวิตร่วมกันได้อย่างราบรื่นก่อให้เกิดดุลยภาพในสังคม

4. การดำเนินชีวิตในยุคการปรับเปลี่ยนฉับพลัน

แนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลกปัจจุบันขึ้นอยู่กับ 2 ปัจจัย คือ การเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ และการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) การเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยีสารสนเทศทำให้การกระจายข้อมูลข่าวสารเป็นไปอย่างรวดเร็ว เกิดการเปลี่ยนแปลงจากสิ่งที่มีอยู่เดิมไปสู่สิ่งใหม่อย่างรวดเร็วฉับพลัน ส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม และการดำเนินชีวิตของมนุษย์ในสังคมในทุกบทบาทดังนี้

4.1 นักวิจัย ผู้เชี่ยวชาญ ผู้วางนโยบาย ผู้นำ และผู้บริหารในทุกภาคส่วนต้องปรับมุมมองใหม่

4.2 อุตสาหกรรมเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างก้าวกระโดด การผลิตมีประสิทธิภาพสูงและด้วยการจัดสรรทรัพยากรรูปแบบใหม่ ทำให้ราคาสินค้าและบริการลดลงอย่างมาก

4.3 องค์กรเปลี่ยนวิธีคิดใหม่ จากการควบคุมไปเป็นการส่งเสริมให้เกิดความร่วมมือในการสร้างสรรค์นวัตกรรมและการมองหาโอกาสใหม่ ทำให้เกิดการรวมพลังสร้างสิ่งใหม่

4.4 ผู้บริโภคได้รับผลิตภัณฑ์หรือบริการที่ใช้งานง่าย เข้าถึงง่าย จ่ายเงินง่ายกว่าเดิม



4.5 สังคมเปลี่ยนจากสังคมอุตสาหกรรมมาเป็นสังคมสารสนเทศเทคโนโลยีสารสนเทศตอบสนองตามความต้องการของผู้ใช้ ทำให้เกิดสภาพการทำงานแบบทุกสถานที่ทุกเวลา

4.6 ระบบเศรษฐกิจของทุกประเทศในโลกมีลักษณะการบังคับบัญชาแบบแนวราบมากขึ้น หน่วยธุรกิจจะมีขนาดเล็กลง และเชื่อมโยงกันกับหน่วยธุรกิจอื่นเป็นเครือข่าย การวางแผนและการตัดสินใจรอบคอบมากขึ้น

4.7 เทคโนโลยีสารสนเทศมีบทบาทสำคัญ มีผลให้วัฒนธรรม เศรษฐกิจ สังคม และการเมืองเปลี่ยนแปลงพลิกผันมีลักษณะเป็นสังคมโลกมากขึ้น ที่สำคัญคือส่งผลให้มีการพลิกผันทางศีลธรรม (Moral Disruption) โดยเฉพาะในเรื่องจริยธรรม (พุนศักดิ์ สักกทัตติยกุล, online)

ผลกระทบของการดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบันก่อให้เกิดความเครียดส่วนเกินแก่ร่างกายและจิตใจ ชีวิตขาดความสมดุล ซึ่งหากมีความเครียดสะสมมากเกินไปเป็นระยะเวลานานอาจทำให้เป็นโรคซึมเศร้า ส่งผลกระทบและบั่นทอนสุขภาพของบุคคลทั้งนี้ หากมีความเครียดสะสมมากเกินไปสามารถทำให้กลายเป็นโรคซึมเศร้า ซึ่งเป็นโรคที่มีอัตราการป่วยอันดับสองของโลก จึงเป็นสิ่งที่อันตรายต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างยิ่ง จึงเป็นแรงจูงใจในการศึกษาหลักอิทัปปัจจยตา ซึ่งเป็นหลักการใหญ่ที่ครอบคลุมองค์รวมของสรรพสิ่ง เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้เกิดความสมดุลต่อไป

5. หลักอิทัปปัจจยตาคืออะไร

คำว่า “อิทัปปัจจยตา” มาจากการผสมกันของคำว่า “อิทะ” แปลว่า “นี้” คำว่า “ปัจจยตา” แปลว่า “เป็นปัจจัย” เมื่อรวมกัน “อิทัปปัจจยตา” จึงแปลตามรูปศัพท์ได้ว่า ภาวะที่มีอันนี้ ๆ เป็นปัจจัย สิ่งนี้จึงมีหรือเกิดขึ้น หมายถึง ทุกสิ่งมีปัจจัยแห่งการเกิดและดับ เมื่อปัจจัยแห่งการเกิดมีแก่สิ่งใด สิ่งนั้นก็เกิดขึ้นหรือมีอยู่ เมื่อไม่มีปัจจัยแก่สิ่งใด สิ่งนั้นก็ดับไม่เกิดขึ้น หรือไม่มีอยู่ อิทัปปัจจยตา ยังมีชื่อที่เรียกแทนได้อีก คือ อัมมัญญิตตา (ความตั้งอยู่ตามธรรมดา) อัมมนิยามตา (ความแน่นอนตามธรรมดา) ตถตา (เป็นอยู่อย่างนั้น) อวิตถตา (ไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น) และอนัญญตา (ไม่เป็นไปโดยประการอื่น) (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 16, 2539: 79)

หลักอิทัปปัจจยตาเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบก่อนตรัสรู้และเป็นเหตุปัจจัยให้ตรัสรู้ เป็นกฎที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติ ดำรงอยู่อย่างธรรมดาเป็นเช่นนั้น และไม่ว่าพระพุทธเจ้าทั้งหลายจะเสด็จอุบัติขึ้นก็ตาม ไม่เสด็จอุบัติขึ้นก็ตาม ธาตุอันนั้นก็ยังคงดำรงอยู่ พระตถาคตย่อมตรัสรู้ทั่วถึงซึ่งธาตุอันนั้น พระองค์ตรัสบอก ทรงแสดงบัญญัติ แต่งตั้ง เปิดเผย จำแนกและกระทำให้ต้นพระพุทธรูปที่เป็นตัวบทแสดงหลักอิทัปปัจจยตาแยกได้เป็น 2 กระบวนการ คือ กระบวนการเกิดและกระบวนการดับ ดังนี้

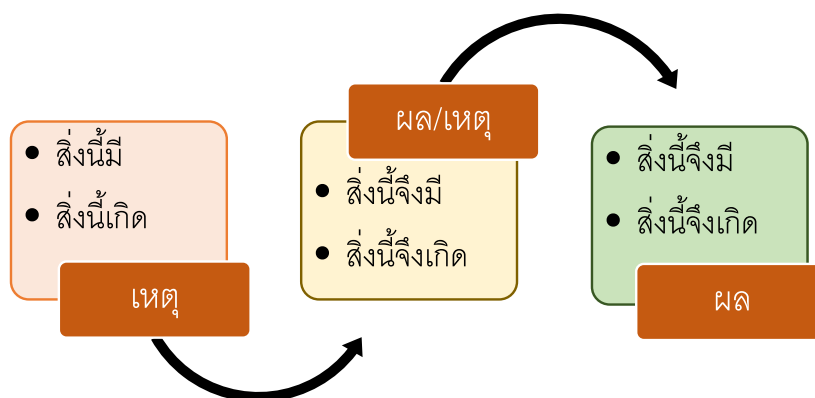


5.1 หลักอทิปปัจจยตาแสดงกระบวนการเกิด (สมุทัยวาร) แสดงตามลำดับเป็นอนุโลม
 เทียบได้กับหลักอริยสัจข้อที่ 2 คือ ทุกขสมุทัย

อิมสมึ สติ อิทํ โหติ เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี
 อิมสสุปปาทา อิทํ อุปปชติ เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

(พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 16, 2539: 79)

ดังแสดงในภาพ 1



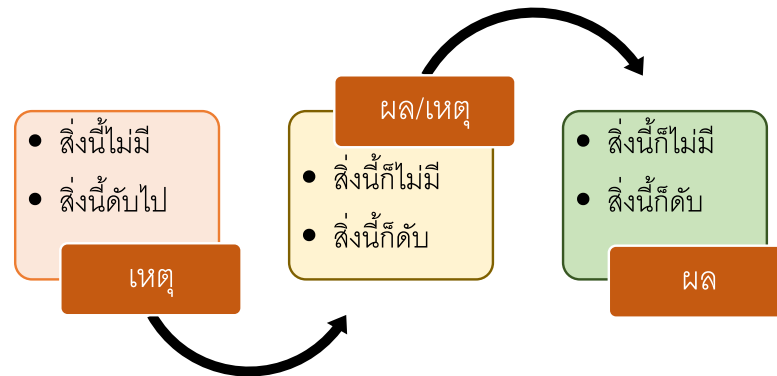
ภาพ 1 อทิปปัจจยตาแสดงกระบวนการเกิด (สมุทัยวาร)

5.2 หลักอทิปปัจจยตาแสดงกระบวนการดับ (นิโรธวาร) แสดงย้อนลำดับเป็นปฏิโลมเทียบ
 ได้กับหลักอริยสัจข้อที่ 3 คือ ทุกขนิโรธ

อิมสมึ อสติ อิทํ น โหติ เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี
 อิมสสุ นิโรธา อิทํ นิรุชฌติ เพราะสิ่งนี้ดับไป สิ่งนี้ก็ดับ

(พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 16, 2539: 79)

ดังแสดงในภาพ 2



ภาพ 2 อิทัปปัจจยตาแสดงกระบวนการดับ (นิโรธวาร)

อิทัปปัจจยตาเป็นหลักการทางพุทธศาสนากล่าวถึงความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันระหว่างเหตุและผล เป็นระบบสัมพันธ์ที่เป็นห่วงโซ่ หมุนสัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบ โดยมีหลักสำคัญคือ “สรรพสิ่งล้วนแต่เป็นเหตุปัจจัย อิงอาศัยกันและกันในฐานะที่สิ่งหนึ่งเป็นสาเหตุและอีกสิ่งหนึ่งเป็นผล” เมื่อมีเหตุย่อมมีผล และเมื่อเหตุดับผลก็ดับ คือ เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ย่อมมี เพราะความเกิดขึ้นแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ย่อมไม่มี เพราะความดับไปแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงตามเหตุปัจจัยอย่างมีระบบ ระเบียบ แบบแผน มีกฎเกณฑ์ และทิศทางที่แน่นอนตายตัว และเชื่อมโยงคำสอนทั้งปวงของพระพุทธเจ้าว่า ล้วนเป็นไปตามหลักกรรม หรือกฎของอิทัปปัจจยตาทั้งสิ้น (พุทธทาสภิกขุ, 2557: 341-349)

ยกตัวอย่างเช่น การระบาดของโรค COVID-19 มีเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดคือ ไวรัส ซึ่งพิสูจน์ยังไม่ชัดเจนว่าเป็นไวรัสในค้างคาวหรือไม่ พอคนนำมากิน ไวรัสนั้นก็เข้ามาในตัวคน ๆ ก็ติดเชื้อโรค โลกหยุดชะงักตั้งแต่ปลายปี 2562 - 2565 มีผลกระทบต่อเนื่องทั้งทางสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคมเป็นวงกว้าง เพราะเหตุปัจจัยที่ส่งต่อกันเป็นลำดับ เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ย่อมมี เพราะความเกิดขึ้นแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น วิธีการหรือหนทางแก้ไข ก็ต้องแก้ไขที่สาเหตุโดยการศึกษาทำให้รู้ว่าสาเหตุเกิดจากไวรัส จึงศึกษาวิธีการจัดการ คือ การกำจัดโดยชุด antibody กับการป้องกันโดยวัคซีน และมาตรการป้องกันต่าง ๆ เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ย่อมไม่มี เพราะความดับไปแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป แต่เชื้อโรคก็มีการพัฒนากลายพันธุ์ บางทีก็อาจจะป้องกันได้ไม่ทั้งหมด ดังนั้นร่างกายมนุษย์ต้องปรับสมดุลใหม่ด้วยการสร้างภูมิคุ้มกันขึ้นเพื่อสู้กับเชื้อโรคก็กลับมาสู่สมดุลใหม่ เป็นต้น

ดังนั้น หากเราเข้าใจเป็นพื้นฐานก่อนว่า เรื่องอิทัปปัจจยตานี้มีอยู่ในวัตถุปัจจัยสิ่งของรอบตัวเราทั้งหมดไม่เว้นแม้แต่ตัวเรา และสภาวะภายในเราที่เป็นนามธรรมด้วย ถ้าเราเข้าใจเรื่องความเป็นไปของสิ่งทั้งหลายว่าล้วนเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย มีการปรุงแต่ง มีการเปลี่ยนแปลง มีการเกิดดับ มีความไม่คงทนคงที่ ไม่ถาวร ไม่มีตัวตนแท้จริง เป็นการประชุมกันของสิ่งทั้งหลาย ถ้าเรา



เข้าใจเช่นนี้นับว่าเรากำลังเดินตามรอยของการเข้าไปเห็นอิทัปปัจจยตา ซึ่งเป็นการเห็นธรรมในความหมายที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง

6. การนำหลักอิทัปปัจจยตาไปใช้ในการดำเนินชีวิต

การใช้หลักอิทัปปัจจยตาเป็นหลักในการดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดความสมดุลและพร้อมที่จะรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวางในทุกด้าน ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม และสามารถอยู่ร่วมกับความเปลี่ยนแปลงนั้นได้อย่างมีดุลยภาพ พอเหมาะพอดี มี 2 ขั้นตอน คือ 1) การศึกษาให้รู้และเข้าใจกฎของธรรมชาติและชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา 2) การศึกษาให้รู้ว่าจะต้องดำเนินการอย่างไรในการดำเนินชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา ดังนี้

ตารางที่ 1 การศึกษาหลักอิทัปปัจจยตาและการศึกษาวิธีการดำเนินชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา

ศึกษาให้รู้หลักอิทัปปัจจยตา	ศึกษาวิธีการดำเนินชีวิตตามหลักอิทัปปัจจยตา (มิติกายและใจ มิติสังคม มติปัญญา)
1) หลักเหตุและผล ศึกษาและเรียนรู้ความหมายของพุทธพจน์ที่ว่า “เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับไป สิ่งนี้ก็ดับ” กฎข้อแรกตามหลักอิทัปปัจจยตาแสดงว่าโลกดำเนินไปตามกระแสแห่งเหตุผล ทุกสิ่งไม่ได้เกิดขึ้นลอย ๆ โดยบังเอิญ	1) ต้องรู้ธรรมชาติของกายและจิตใจว่าคืออะไร มีองค์ประกอบปัจจัยใดบ้าง มีความเกี่ยวข้องกันอย่างไร ความต้องการตามธรรมชาติของกายของจิตมีอะไรบ้าง 2) สืบสาวหาเหตุปัจจัยที่สัมพันธ์สืบทอดกันของ กายใจและส่วนที่เกี่ยวข้อง การค้นหาด้วยวิธีดังกล่าวจะทำให้มองเห็นความเป็นจริงในขั้นต้นว่า สิ่งต่าง ๆ นั้นไม่ได้ตั้งอยู่ลอย ๆ ไม่ได้เกิดขึ้นลอย ๆ ไม่ได้ดำรงอยู่อย่างอิสระเพียงลำพัง แต่เกิดขึ้นด้วยอาศัยเหตุปัจจัยและดับไปด้วยการดับไปแห่งเหตุปัจจัย เป็นการพิจารณาในภาพหลักการรวม ซึ่งเป็นการสร้างสัมมาทิวฐิ คือ การมีปัญญาเห็นถูกต้องตามหลักความจริง 3) ลงมือทำเหตุให้สอดคล้องกับผลที่ต้องการอย่างมีเหตุผลเช่นเดียวกัน โดยยึดหลักวิชาการ หลักกฎหมาย หลักศีลธรรม จริยธรรม หรือหลักอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยคำนึงถึงเหตุปัจจัยและผลที่



ศึกษาให้รู้หลักอทิปปัจจยตา	ศึกษาวิธีการดำเนินชีวิตตามหลักอทิปปัจจยตา (มิติกายและใจ มิติสังคม มิติปัญญา)
	จะเกิดขึ้นอย่างรอบคอบถี่ถ้วนก่อนดำเนินการ และบริหารจัดการด้วยปัญญา
2) หลักไตรลักษณ์ ศึกษาหลักและเรียนรู้ ความหมายของอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาในทุก สรรพสิ่ง ซึ่งแทรกซึมอยู่ในหลักอทิปปัจจยตา แสดงให้เห็นว่า ธรรมชาติของสรรพสิ่งมี ลักษณะแปรปรวนตามกระแสแห่งเหตุปัจจัย อย่างไม่หยุดนิ่งอยู่ทุกขณะ	4) ไม่ประมาทในกิจทั้งปวง ต้องมีการเตรียม ความพร้อมเพื่อรับมือกับทุกสถานการณ์ที่จะ เกิดขึ้น การเข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งใดควรคำนึงถึง ความถูกต้อง และประโยชน์แท้จริงที่จะได้รับจาก สิ่งนั้นด้วยก็จะช่วยป้องกัน หรือบรรเทาความ เสียหายที่อาจจะเกิดขึ้นในอนาคตได้
3) หลักความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันของสรรพ สิ่ง ศึกษาหลักและเรียนรู้ว่า สิ่งต่าง ๆ ล้วนอิง อาศัยกันเกิดขึ้น เกิดขึ้นจากเหตุปัจจัย หลากหลายซับซ้อน ไม่ได้ตั้งอยู่ลอย ๆ ไม่ได้ เกิดขึ้นลอย ๆ ไม่ได้ดำรงอยู่อย่างเป็นอิสระ จากสิ่งอื่น และไม่ได้ดำรงอยู่โดยตัวเองเพียง ลำพัง	5) พิจารณาบรรดาเรื่องหรือสิ่งที่เกี่ยวข้องกับชีวิต ว่า อะไรเป็นเหตุ อะไรเป็นผล และอะไรคือ ความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันระหว่างเหตุและผล ซึ่งก็คือชีวิตของแต่ละบุคคลนั่นเอง ด้วยวิธีการนี้ จะช่วยให้เห็นปัญหาและสาเหตุของปัญหาที่ กำลังเผชิญอยู่ตลอดจนปัจจัยที่เกี่ยวข้องตามจริง ซึ่งจะทำให้สามารถหาวิธีการหรือหนทางแก้ไข ปัญหานั้นได้อย่างตรงจุด โดยสร้างให้เกิดดุลย ภาพระหว่างความสัมพันธ์ที่หลากหลายของ ปัจจัยองค์ประกอบเหล่านั้นไปพร้อมกัน
4) หลักความสมดุล ศึกษาหลักและเรียนรู้ว่า หลัก อทิปปัจจยตาเป็นหลักของความสมดุล เป็นทางสายกลาง โดยเฉพาะสมดุลทางปัญญา หมายถึง การเข้าใจเหตุและผล ตรชนกั หน้าที่ต่ออริยสัจแห่งดุลยภาพองค์รวม	6) ดำเนินชีวิตด้วยการเรียนรู้อยู่กับความเป็น จริง พิจารณาอทิปปัจจยตาของสรรพสิ่งรอบตัว อย่างสม่ำเสมอ เช่น การหายใจต้องมี สติสัมปชัญญะ..ผลคือจิตใจเกิดความสงบ ซึ่งหาก สามารถทำสติสัมปชัญญะได้เป็นเวลานาน ก็ เกิดผลคือความสงบเต็มที่ เรียกว่า ความสมดุล ทำให้มีความยืดหยุ่นในการใช้ชีวิตได้ในทุก สถานการณ์ ตลอดจนต้องพร้อมในการพัฒนา เรียนรู้ไปตลอดชีวิต (Lifelong Learning)



7. สรุป

กล่าวโดยสรุป รูปแบบการดำเนินชีวิต หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่แสดงออกผ่านการใช้เวลาในการทำกิจกรรม ความสนใจ และความคิดเห็น ซึ่งแตกต่างกันขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม รูปแบบการดำเนินชีวิตจะบ่งบอกถึงทัศนคติ ค่านิยม และมุมมองของบุคคล การดำเนินชีวิตของมนุษย์นั้นมีแบบแผนมาจากสังคมที่ดำรงอยู่ประกอบด้วยความต้องการดำเนินชีวิตขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ความต้องการทางชีววิทยา ทางสังคม และทางจิตใจ ผสมผสานกับการมีโลกทัศน์หรือความเชื่อแบบใดแบบหนึ่ง คือ จิตนิยม สสารนิยม มนุษย์นิยม หรือ โรแมนติก ทำให้บุคคลมีรูปแบบการดำเนินชีวิตหรือพฤติกรรมแตกต่างกันไป การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการดำรงชีวิตในแง่มุมที่หลากหลายเป็นเครื่องมือสำคัญในการทำความเข้าใจตนเองและบุคคลอื่น ทำให้สามารถใช้ชีวิตร่วมกันได้อย่างราบรื่น ก่อให้เกิดดุลยภาพในสังคม โดยเฉพาะในสังคมโลกปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างพลิกผัน โดยมีสาเหตุจากการเปลี่ยนแปลงด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ และการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัส โคโรนา 2019 (COVID-19)

คำว่า“อทิปปัจจยตา” แปลว่า ภาวะที่มิอันนี้ ๆ เป็นปัจจัย สิ่งนี้จึงมีหรือเกิดขึ้น หมายถึง ทุกสิ่งมีปัจจัยแห่งการเกิดและดับ เมื่อปัจจัยแห่งการเกิดมีแก่สิ่งใด สิ่งนั้นก็เกิดขึ้นหรือมีอยู่ เมื่อไม่มีปัจจัยแก่สิ่งใด สิ่งนั้นก็ไม่ได้เกิดขึ้น หรือไม่มีอยู่ หลักอทิปปัจจยตาเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบก่อนตรัสรู้และเป็นเหตุปัจจัยให้ตรัสรู้ เป็นกฎที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติที่ครอบคลุมเหตุปัจจัยในทุกมิติในสังขารทั้งรูปธรรมและนามธรรม ทั้งฝ่ายกุศลและอกุศล บนความสัมพันธ์กันระหว่างเหตุและผล ที่สัมพันธ์กันเป็นห่วงโซ่ เป็นหลักทั่วไป เรียกว่า “หลักอทิปปัจจยตา” แสดงกระบวนการเกิดตามลำดับเป็นอนุโลม เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น และแสดงกระบวนการดับ (นิโรธวาร) แสดงย้อนลำดับเป็นปฏิโลม ความว่า เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับไป สิ่งนี้ก็ดับ ดังนั้น อทิปปัจจยตา จึงหมายถึงความเป็นเหตุและผลแบบสิ่งหนึ่งอาศัยสิ่งหนึ่ง เป็นหลักการใหญ่ พิจารณากระบวนการของธรรมชาติด้วยตัวกฎหรือสภาวะล้วน ๆ ซึ่งเป็นการอธิบายตามแนวทางของเหตุผลอย่างกว้าง ๆ กลาง ๆ ในภาพรวมทั้งกระบวนการ จึงสามารถนำไปอธิบายธรรมชาติสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างกว้างขวาง

การดำเนินชีวิตตามหลักอทิปปัจจยตา เพื่อให้เกิดความสมดุลและพร้อมรองรับการเปลี่ยนแปลงมี 2 ขั้นตอน คือ 1) รู้และเข้าใจกฎของธรรมชาติและชีวิตตามหลักอทิปปัจจยตา ได้แก่ หลักเหตุและผล หลักไตรลักษณ์ หลักความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันของสรรพสิ่ง และหลักความสมดุล 2) รู้หน้าที่ของตนว่าจะต้องดำเนินการอย่างไรในการดำเนินชีวิตตามหลักอทิปปัจจยตา ประกอบด้วย 2.1) หลักเหตุและผล คือ ต้องรู้ธรรมชาติของกายใจ สืบสาวหาเหตุปัจจัยที่สัมพันธ์สืบทอดกันของกายใจและส่วนที่เกี่ยวข้อง และลงมือทำเหตุให้สอดคล้องกับผลที่ต้องการ 2.2) หลักไตรลักษณ์ คือ ไม่ประมาทต้องมีการเตรียมความพร้อมในกิจทั้งปวง 2.3) หลักความสัมพันธ์เชื่อมโยง คือ พิจารณาเหตุ



และผล ตลอดจนความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันระหว่างเหตุและผลของเรื่องที่เกี่ยวข้องกับชีวิต เพื่อให้สามารถหาวิธีการแก้ไขปัญหาได้อย่างตรงจุด 2.4) หลักความสมดุล คือ ดำเนินชีวิตด้วยการเรียนรู้อยู่กับความเป็นจริง พิจารณาข้อป้จยตาของสรรพสิ่งรอบตัวอย่างสม่ำเสมอ โดยต้องปรับตัวให้รวดเร็ว และมีความยืดหยุ่นในการใช้ชีวิตได้ในทุกสถานการณ์ ตลอดจนต้องพร้อมในการพัฒนาเรียนรู้ไปตลอดชีวิต (Lifelong Learning)

8. เอกสารอ้างอิง

- บุญมี แท่นแก้ว. (2552). *จริยธรรมกับชีวิต*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- พุทธทาสภิกขุ. (2557). *อิทัปปัจจยตา*, พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: ธรรมทานมูลนิธิ.
- พูนศักดิ์ สักกทัตติยกุล. (2564). *ผลกระทบของเทคโนโลยี*.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2551). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*, พิมพ์ครั้งที่ 32. กรุงเทพฯ: เอส.อาร์. พรินติ้งแมส โปรดักส์.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่ม 1*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. โรงพิมพ์มูลนิธิมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- วิทย์ วิศทเวทย์. (2547). *ปรัชญาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- सानิตย์ หนูนิล และกนกวรรณ พวงประยงค์. (2562). ปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตของคนรุ่นใหม่ในชนบทไทย. *วารสารพัฒนาสังคม*. 21 (2), 179.
- อดุลย์ จาตุรงค์กุล และดลยา จาตุรงค์กุล. (2550). *พฤติกรรมผู้บริโภค*, พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: self and society in the late modern age*. Retrieved March 11, 2022, from https://books.google.co.th/books/about/Modernity_and_Self_identity.html?id=Jujn_YrD6DsC&redir_esc=y
- Ropke, I. (1999). The Dynamics of Willingness to Consume. *Ecological Economics*, 328; 399-420.
- Spaargaren, G. and B. VanVlie. (2000). Lifestyle, Consumption and the Environment: The Ecological Modernisation of Domestic Consumption. *Environmental Politics*. 9 (1), 1-16.