

# Paradigm Shift

## การเปลี่ยนกระบวนทัศน์



# Paradigm Shift

## การเปลี่ยนกระบวนทัศน์

จัดทำโดย

โครงการพัฒนาภาวะการนำด้วยพุทธกระบวนทัศน์

มูลนิธิเสฐียรโกเศศ-นาคะประทีป

๒๕๖๒

สนับสนุนโดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

# สารบัญ

<u>กระบวนทัศน์เก่า</u>	<u>4</u>
<u>เรียนรู้กระบวนทัศน์ทางเลือก</u>	<u>1</u>
<u>วิกฤตในโลกปัจจุบัน</u>	<u>8</u>
<u>กระบวนทัศน์ใหม่</u>	<u>11</u>

# กระบวนการทัศนศึกษา

เพื่อให้เห็นภาพกระบวนการทัศนศึกษามีลักษณะและผลกระทบต่อโลกอย่างไร นักเรียนโครงการพัฒนาภาวะการนำด้วยพุทธกระบวนการทัศนศึกษาได้ลงไปเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ในพื้นที่ทั้งทางสรรพสินค้าทันสมัยและวัฒนธรรมที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวยามราตรีหรือย่านโลกีย์ของกรุงเทพฯ ทำให้ผู้เรียนได้เห็นว่ามีภาพภายนอกจะแตกต่างแต่ความจริง โลกของคนจนและคนรวยต่างอยู่ใต้กระบวนการทัศนศึกษาเดียวกันและถูกกระตุ้นให้อยู่กับความโลภตลอดเวลา

## ข้อคิดจากการสังเกตการณ์ย่านพัฒนาพงษ์

- ทุกอย่างถูกมองเป็นสินค้า
- ผู้หญิงถูกทำให้กลายเป็นวัตถุ ผู้เรียนบางคนตั้งข้อสังเกตว่าผู้หญิงที่ต้องนั่งนอยหม่นนอยเตนโซ่ว แม้อายุยังน้อยแต่กลับดูไร้ความรู้สึก และไม่ใช่ว่าแค่เด็กสาวเท่านั้น พบว่าผู้หญิงส่วนหนึ่งอายุอยู่ในวัยกลางคนแล้ว แต่ยังติดอยู่ในวังวนนี้ เพราะเข้ามาตั้งแต่เด็ก ไม่สามารถใช้ชีวิตที่อื่นในสังคมได้
- แม้มันไม่มีความสุขกับสิ่งที่ทำ แต่ยากที่จะตั้งคำถามและใคร่ครวญว่าทำไมต้องมาอยู่ตรงนี้ เพราะสิ่งแวดล้อม แสงสีเสียง ความบันเทิงต่างๆ ดึงความสนใจไปจากกายใจของตน และไม่เห็นทางเลือกอื่นของชีวิตมากนัก
- ชีวิตในกรุงเทพฯ ความโลภถูกกระตุ้นอยู่ตลอดเวลา เพราะโฆษณาอยู่ทุกหนแห่ง ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ไม่ว่าจะตามจอโทรทัศน์ บนรถไฟฟ้า ป้ายรถเมล์ ทางเดินในตึก หน้าลิฟท์ ในลิฟท์ ฯลฯ หากไม่รู้เท่าทัน เรากลายเป็นเหยื่อได้ตลอดเวลา สัมพันธ์กับการทำให้ทุกอย่างเป็นสินค้าและทำให้คุณค่าของมนุษย์ถูกลดทอนลงจนกลายเป็นเพียงผู้ซื้อ
- สินค้าและแหล่งท่องเที่ยวเหล่านี้ทำให้คนพึงพอใจติดพันในกามคุณ เช่น รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส
- ผู้เรียนคนหนึ่งที่เคยทำงานในโลกธุรกิจกล่าวว่า การขายบริการทางเพศ คล้ายกับโลกของคนที่ทำงานบริษัทใหญ่ๆ ที่ต้องขายตัวตนเพื่อเอาใจผู้อื่น

## ข้อคิดจากการสังเกตการณ์ห้างสรรพสินค้า

- ทุกอย่างดูสะอาดตามมาตรฐานของโลกสมัยใหม่
- เห็นภาพที่ขัดแย้งระหว่างห้างสรรพสินค้าชั้นนำ โรงแรมหรู กับคนค้าขายข้างถนน กอนจะเดินเข้าห้าง สะท้อนถึงความเหลื่อมล้ำในสังคม
- มีหลายร้านปิดกิจการ เพราะเศรษฐกิจที่กำลังตกต่ำของประเทศไทย และการเติบโตของธุรกิจออนไลน์
- บรรยากาศหรูหราแต่ไม่เป็นมิตร ความใหญ่โตโอ้อ่าทำให้มนุษย์รู้สึกตัวเล็ก อับอายในตนเอง รู้สึกว่าดีไม่พอ และทางออกของคนที่ไม่รู้เท่าทันก็คือการซื้อให้มากขึ้น บริโภคมากขึ้น
- การซื้อสินค้าฟุ่มเฟือยเป็นเสมือนการหาความหมายให้แก่ชีวิตที่ว่างเปล่า
- สินค้าหรูหราที่วางขายมาจากการเอารัดเอาเปรียบธรรมชาติ

สิ่งที่ปรากฏอยู่ในห้างสรรพสินค้าและย่านพัฒนาพงษ์มีรากมาจากแนวคิดภาวะทันสมัย (modernisation) ที่เชื่อว่าชีวิตที่ดีต้องสะดวกสบาย ได้มาตรฐาน หูหรา ได้แนวคิดนี้มีอุดมการณ์บริโภคนิยมที่เร่งเร้าให้ออยากได้อย่างมี ตีค่าธรรมชาติและทุกสิ่งทุกอย่างเป็นสินค้า ผู้หญิงกลายเป็นวัตถุทางเพศ และใช้โฆษณาจูงใจให้คนซื้อเกินจำเป็น แม้สภาพภายนอกอาจดูต่างกัน แต่มองลึกลงไป ทั้งคนจนและคนรวยก็ต่างดิ้นรนหาเงินมาซื้อและบริโภค ต้องเผชิญกับความรู้สึกกลวงข้างใน ไม่รู้ความหมายของชีวิต

# เรียนรู้กระบวนการทัศนทางการเลือก

## เยี่ยมเยือนอาจารย์สุลักษณ์ ศิวรักษ์

การไปพบปะพูดคุยกับอาจารย์สุลักษณ์ ศิวรักษ์ - หนึ่งในผู้บุกเบิกแนวคิดพุทธศาสนาเพื่อสังคมในประเทศไทย ผู้เรียนต่างที่ทั้งวิถีชีวิตอันเรียบง่ายที่ซ่อนอยู่ใต้ความวุ่นวายของกรุงเทพฯ บริเวณบ้านไม้ได้กว้างขวางใหญ่โตแต่ร่มรื่นไปด้วยต้นไม้ ซึ่งแตกต่างจากสถานที่ทั้งสองแห่งก่อนหน้านี้ที่ได้ไปเยี่ยมมา อาจารย์ได้บอกเล่าประสบการณ์ตั้งแต่วัยเด็ก ไปเรียนต่อที่อังกฤษ จนกระทั่งกลับมาประเทศไทย และเริ่มต้นกิจกรรมเพื่อสังคม อาจารย์ได้ให้มุมมองสำคัญไว้ดังนี้

- กัลยาณมิตรคือผู้ที่ช่วยให้เราเติบโต ช่วยเหลือเมื่อลำบาก และช่วยบอกในสิ่งที่เราไม่อยากฟัง และทำหน้าที่เตือนสติ ไม่เพียงช่วยให้เติบโตด้านจิตวิญญาณ แต่กัลยาณมิตรจะช่วยให้เราเข้าใจโครงสร้างทางสังคมได้ชัดเจน เรากลายเป็นคนหลงตัวเองได้ทุกเมื่อ หากไม่มีกัลยาณมิตร
- ชีวิตเรียบง่ายคือหนทางอันประเสริฐ ชีวิตที่สมถะ บริโภคแต่น้อยจะช่วยบ่มเพาะความอ่อนน้อม ถ่อมตนต่อผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ในฐานะปัจเจกบุคคล นี่คือนหนทางหนึ่งที่จะต่อสู้กับโครงสร้างที่กดขี่ เพราะยิ่งบริโภคมากเท่าใด ยิ่งเอารัดเอาเปรียบผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมมากขึ้นเท่านั้น
- สมภาวิภาวนาจำเป็นต่อการบ่มเพาะตนเองและช่วยให้เกิดสันติสุขจากภายใน ตระหนักถึงโทษะ โลกะ โมหะ ที่อยู่ในตนเอง และเท่าทันว่ากิเลสเหล่านี้สำคัญอย่างยิ่งเมื่อเราทำงานเพื่อสังคม



- อหิงสา คนทำงานทางสังคมจำเป็นต้องลดละความโกรธเกลียดและเปลี่ยนแปลงสังคม ด้วยใจกรุณา อาจารย์เคยถูกจับเพราะขัดขวางทอกาซจากเมียนมาร์ ต่อมากลุ่มคนที่จับอาจารย์ได้ขอโทษและยอมรับว่าตนทำผิดไป ท้ายที่สุดคนเหล่านี้กลายเป็นกัลยาณมิตร เมื่อเราลดละความโกรธเกลียดและเป็นเพื่อนได้แม้แต่กับคนที่มีจุดยืนต่างกัน เมื่อนั้นเราจะสามารถเปลี่ยนแปลงสังคมได้ รู้จักคิดอย่างมีวิจารณญาณและกล้าวิพากษ์วิจารณ์ในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง กล้าตั้งคำถาม ขณะเดียวกันก็ไม่ยึดติดกับความคิดของตน แต่เปิดรับและเคารพความแตกต่างทางวัฒนธรรม ศาสนาและความเชื่อ
- สาธุชนไม่ควรเก็บทรัพย์สมบัติไว้ให้เป็นมรดกตกทอดถึงทายาท หากควรจัดสรรไว้ให้เป็นสาธารณกุศล อาจารย์ได้แนวคิดนี้มาจากอาจารย์ป่วย อังภาภรณ์ จึงตั้งใจว่าเมื่อเสียชีวิต บ้านและที่ดินที่อาศัยอยู่ปัจจุบันนี้จะยกให้มูลนิธิทั้งหมด
- ให้โอกาสแก่คนหนุ่มสาว โดยยอมรับในสิ่งที่พวกเขาเป็น รับฟังและเรียนรู้จากพวกเขาแม้แต่ในสิ่งที่ขัดแย้งกับความคิดของเรา
- ความจริง ความดี ความงาม คือพื้นฐานของสังคมในอุดมคติ

## ศึกษาฐานที่ตำบลหนองสาหร่าย อ.พนมทวน จ.กาญจนบุรี

แม่อาจารย์สุลักษณ์จะมีแนวคิดที่ออกจากกระบวนทัศน์เก่า แต่ยังเป็นแนวคิดที่มาจากชนชั้นนำ กระบวนกรจึงนำผู้เรียนไปเรียนรู้แนวทางจากชาวบ้านในชุมชนพึ่งตนเอง โดยผู้นำของชุมชนนี้ -นายศิวโรจน์ จิตนิยม- ตระหนักถึงภัยของวาทกรรมการพัฒนากระแสหลักตั้งแต่ ๕๐ กว่าปีที่ผ่านมา และเห็นว่าการเดินทางตามฝรั่งไม่ใช่ทางรอดของประเทศไทย

ตำบลหนองสาหร่ายประกอบด้วย ๙ หมู่บ้าน ประชากรส่วนใหญ่ทำอาชีพเกษตรกร ก่อนหน้านี้ชาวบ้านมีชีวิตอย่างเรียบง่ายและสงบสุข จนกระทั่งแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับแรกถูกประกาศใช้ รัฐต้องการการเติบโตมวลรวมทางด้านเศรษฐกิจ (GDP) และวัดฐานะของประชาชนด้วยเงินรายได้ ชาวบ้านจึงอยู่ต่ำกว่าเส้นความยากจน จากทำนา ๑ ครั้งต่อปี ต้องเพิ่มเป็น ๒ ครั้ง เพื่อให้มีผลผลิตและรายได้เพิ่มขึ้น แต่กลับกลายเป็นว่า ต้องเร่งด้วยปุ๋ยและสารเคมี แทนที่จะรายได้มากขึ้น กลับกลายเป็นหนี้สินที่เพิ่ม เมื่อเกือบ ๒๐ ปีที่แล้ว หนี้สินรวมกันมากกว่าร้อยละยี่สิบ สุขภาพก็ทรุดโทรมเนื่องจากวิถีชีวิต สิ่งแวดล้อมเลวลงเพราะสารเคมี อาจารย์ศิวโรจน์กล่าวว่า จากในน้ำมีปลา ในนามีข้าว กลายเป็น “ในน้ำมียา (ฆ่าแมลง) ในนามีหนี้” อาจารย์จึงร่วมมือกับผู้นำชุมชนคนอื่นๆ หาทางออกจากการพัฒนากระแสหลักและปลดปล่อยชาวบ้านจากปัญหาเหล่านี้ โดยมีการดำเนินงานดังนี้





- สภา ๗๙ - อาจารย์ศิโรจน์และผู้นำอื่นๆ ได้ก่อตั้งสภาชุมชนร่วมกัน เรียกว่าสภา ๗๙ สมาชิกสภา มาจากตัวแทน ๗๙ คนของกลุ่มต่างๆ ในชุมชน เช่น องค์การบริหารส่วนตำบล อนามัย กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มสตรี กลุ่มเยาวชน เป็นต้น สมาชิกสภาได้ร่วมกันสำรวจปัญหาของชุมชน ระดมแนวคิด และหา ทางออกโดยนำแนวคิด “พึ่งตนเอง” มาใช้ ปัจจุบันสภานี้ยังมีอยู่ สมาชิกมาจากการเลือกตั้ง แม้ไม่ได้ มีจำนวน ๗๙ คนเหมือนเดิม แต่ยังใช้ชื่อเดิมเพื่อเป็นเกียรติแก่คนรุ่นบุกเบิก สภา ๗๙ เป็นหนึ่งในแรง ผลักดันให้เกิด พ.ร.บ. สภาองค์กรชุมชน และเป็นสภาชุมชนต้นแบบสำหรับชุมชนทั่วประเทศ
- แผนแม่บท หลังจากตระหนักว่าการเดินตามแผนเศรษฐกิจที่วัดด้วยเงินไม่ใช่คำตอบ และชุมชน ต้องการเติบโตอย่างยั่งยืนด้วยความสุข จึงได้ทำกระบวนการกำหนดเป้าหมายและพัฒนาตัวชี้วัดความ สุขหรือตัวชี้วัดความดี ทำแผนแม่บทชุมชนโดยสมาชิกในชุมชนเองเพื่อให้เกิดการร่วมมือกันทำงาน อย่างชัดเจนในชุมชน
- สถาบันการเงินชุมชนตำบลหนองสาหร่าย หรือเรียกอีกชื่อว่า “ธนาคารความดี” อาจารย์ศิโรจน์ เชื่อว่า ความดีคือที่มาของความสุข จึงส่งเสริมให้คนทำดีมากขึ้น และใช้ความดีนั้นอย่างเป็นรูปธรรม โดยสะสมความดีเพื่อเป็นเครดิตในการขอเงินกู้จากสถาบันการเงินของชุมชน ปัจจุบันมีเงินหมุนเวียน เกือบ ๕๐ ล้านบาท และนำกำไรส่วนหนึ่งไปจัดตั้งกองทุนสวัสดิการ
- กองทุนสวัสดิการชุมชน ก่อตั้งเมื่อ พ.ศ. ๒๕๔๖ ทำหน้าที่ช่วยเหลือด้านการเงินแก่สมาชิกตั้งแต่ เกิดจนตาย เช่น เงินช่วยเหลือเด็กแรกเกิด ค่ารักษาพยาบาล ทุนการศึกษา ช่วยงานแต่งงาน เป็นต้น โดยมีเงื่อนไขว่า สมาชิกต้องอยู่ในชุมชนอย่างน้อย ๖ เดือนและออมเงินอย่างน้อย ๓๕๐ บาทต่อปี
- กลุ่มอาชีพ ผู้นำชุมชนส่งเสริมให้หมู่บ้านมีอาชีพหลักที่แตกต่างกันไป เพื่อไม่ให้แข่งขันแต่ช่วย เหลือกัน



- ๙ หมู่บ้าน ของตำบลหนองสาหร่ายมีอาชีพหลักแตกต่างกันไปดังนี้
- หมู่ ๑ ผลิตปุ๋ยชีวภาพ เพื่อลดหนี้สินจากการซื้อปุ๋ยเคมี ชุมชนจึงตั้งโรงงานปุ๋ยอินทรีย์จากวัสดุในท้องถิ่น และจำหน่ายให้แก่สมาชิกในราคาถูกลง
- หมู่ ๒ ผลิตน้ำดื่ม เนื่องจากชุมชนต้องซื้อน้ำดื่มจากภายนอกจำนวนมาก เมื่อผลิตน้ำดื่มได้เอง ชุมชนจึงลดรายจ่ายที่ได้มาก
- หมู่ ๓ ธนาคารขยะ เป็นแหล่งรับซื้อขยะรีไซเคิลจากครัวเรือน
- หมู่ ๔ บริหารสถาบันการเงินชุมชนและธนาคารความดี
- หมู่ ๕ กลุ่มสตรีผลิตน้ำยาอเนกประสงค์ (ซักล้าง)
- หมู่ ๖ ตลาดข้าว รับซื้อข้าวจากคนในชุมชนและนำมาให้โรงสีประมวลซื้อเพื่อให้เกษตรกร ได้ราคาสูงกว่าแยกกันขาย โรงสี นอกจากนี้ยังมีโรงเรียนชาวนา โครงการชาวนาอัจฉริยะ และศูนย์การเรียนรู้เกษตรกรพอเพียง
- หมู่ ๗ ผลิตอ้เอ้ม หรือจุลินทรีย์ที่มีประสิทธิภาพ
- หมู่ ๘ ขนบแปรรูปจากผลผลิตในท้องถิ่น เช่น กัวย
- หมู่ ๙ ผลิตไม้กวาดทางมะพร้าวโดยกลุ่มผู้สูงอายุ



- โรงสีข้าวอัจฉริยะและการปฏิบัติทางการเกษตรที่ดีและเหมาะสม (Good Agriculture Practices หรือ GAP) สมาชิกทำนาใน GAP มี ๒๓ ครอบครัว และพื้นที่เกษตรอินทรีย์ ๕๐ กว่าไร่ ตัวเลขยังไม่มากนัก เพราะมาตรฐานเหล่านี้มีกฎระเบียบและหลายขั้นตอน ชาวบ้านส่วนหนึ่งยังไม่พร้อม และสภาพชุมชนไม่ต้องการบีบบังคับ แต่พยายามทำเป็นตัวอย่างให้เห็นว่าสมาชิกในกลุ่มนี้มีผลผลิตและรายได้ที่ดีกว่าอย่างไร ปัจจุบันนี้ หนองสาหร่ายได้รับการสนับสนุนด้านเทคโนโลยีการเกษตรจากมหาวิทยาลัยรังสิตภายใต้โครงการชาวนาอัจฉริยะ ในฐานะที่เป็นกลุ่มเกษตรกรที่มีศักยภาพในการบริหารจัดการกลุ่ม



## จากบทเรียนของชุมชนหนองสาหร่าย

“ผู้นำตามธรรมชาติ” สำคัญมากต่อชุมชน อาจารย์ศิวโรจน์คือผู้นำที่มีวิสัยทัศน์ รู้เท่าทันการพัฒนากระแสหลัก และกล้าใช้แนวคิดที่สวนทางกับกระบวนทัศน์เก่า นั่นคือเห็นคุณค่าของความสุขมากกว่าเงิน ไม่เชื่อในการพัฒนาทางวัตถุ

อาจารย์ไม่ผูกขาดอำนาจไว้ที่ตนเอง แต่ใช้โครงสร้างแบบกระจายอำนาจ กระบวนการแบบมีส่วนร่วม และพยายามบ่มเพาะผู้นำรุ่นใหม่ ดังเห็นได้จากกลุ่มเยาวชนที่ทำงานอย่างเข้มแข็ง โดยใช้หลักการเดียวกับอาจารย์สุลักษณ์คือ รับฟังคนรุ่นใหม่ที่มีความคิดความฝันอย่างไร และพร้อมสนับสนุน อยากรู้ก็ตาม มีผู้เรียนตั้งข้อสังเกตว่า ผู้นำที่เป็นหญิงในชุมชนยังมีจำนวนน้อย

ข้อสังเกตอีกประการคือ แม้ไม่เชื่อในวาทกรรมการพัฒนากระแสหลักและบริโภคนิยม แต่ชุมชนไม่ได้ต่อต้านการเปลี่ยนแปลง หากรู้จักปรับตัวให้สมสมัยและพร้อมเปิดรับ เช่น ยอมรับเทคโนโลยีที่เหมาะสมจากมหาวิทยาลัยรังสิตมาใช้ในการเกษตร เพราะช่วยทุ่นแรงและดีต่อสิ่งแวดล้อม ปัจจุบันชุมชนมีชื่อเสียงระดับประเทศ หน่วยงานต่างๆ ทั้งจากภาครัฐและเอกชนนำโครงการเข้ามา แม้จะไม่ปิดกั้นตัวเอง แต่ชาวบ้านก็ค่อนข้างระมัดระวังไม่รับโครงการที่ขัดกับแนวคิดความสุขและความยั่งยืน จึงต้องเรียนรู้ที่จะเจรจาต่อรองกับสิ่งทีมาจากข้างนอก



แผนผังแนวคิดชุมชนหน่อสาหร่าย

ชุมชนบริหารจัดการอย่างชาญฉลาด โดยสร้างความเป็นเจ้าของวิสาหกิจชุมชนร่วมกัน ผลกำไรกระจาย  
 แก่สมาชิกทุกคน สมาชิกชุมชนจึงต้องรับผิดชอบร่วมกัน ประชุมอย่างสม่ำเสมอ เมื่องานชุมชนเข้มแข็งแล้ว ก็  
 ถ่ายทอดองค์ความรู้ให้แก่ชุมชนอื่นๆ โดยมีผู้สนใจเดินทางที่หน่อสาหร่ายไม่ขาดสาย ชาวบ้านภาคภูมิใจใน  
 ชุมชนของตนเอง คนหนุ่มสาวกลับมาอยู่ในชุมชนมากขึ้นเรื่อยๆ จากที่แต่ก่อนย้ายไปทำงานในเมืองใหญ่  
 นอกจากด้านปากท้อง ชุมชนยังมีกิจกรรมเชื่อมสัมพันธ์อย่างสม่ำเสมอ เช่น ตลาดแห่งความรักซึ่งจัดขึ้นทุก  
 เดือน ให้คนในชุมชนนำของในไร่นาหรือของที่ไม่ได้ใช้มาแลกเปลี่ยนกัน เหล่านี้มาจากวิสัยทัศน์ของผู้นำ  
 ที่เข้าใจว่า ความสุขของมนุษย์ไม่ใช่แค่เรื่องปากท้อง แต่ชุมชนยังดูแลมิติอื่นๆ ทั้งด้านวัฒนธรรม ประเพณี  
 ความสัมพันธ์ การเกื้อกูลกัน การส่งเสริมศักยภาพของคนในชุมชน

# วิกฤตในโลกปัจจุบัน

สาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการแสวงหาอย่างใหญ่หลวงทั่วโลกในยุคปัจจุบัน ก็เพราะวิกฤติต่างๆที่รุมเร้าโลกมนุษย์ ที่แพร่กระจายไปอย่างทั่วถึงและไม่มีที่ท่าว่าระบบทัศน์แบบเดิมๆจะแก้ปัญหาได้ เช่น

๑. ระบบนิเวศเสียสมดุลและส่งผลกระทบต่อไปยังองค์ประกอบอื่นๆ เช่น ป่าไม้ลดลง ควันพิษมากขึ้น ทำให้อุณหภูมิสูงขึ้น เกิดภาวะโลกร้อนทำให้ธารน้ำแข็งทั่วโลกละลาย ส่งผลให้ระดับน้ำทะเลสูงขึ้น ถ้าน้ำทะเลสูงขึ้นแค่ ๑ เมตร ประชากรนับล้านที่อยู่ชายฝั่งก็จะไร้ที่อยู่อาศัย นอกจากนี้ยังมีปัญหามลภาวะ รอยรั่วในชั้นบรรยากาศ ฝนกรด สัตว์หลายชนิดสูญพันธุ์ และมหันตภัยธรรมชาติที่เกิดขึ้นบ่อยครั้งและรุนแรงมากกว่าแต่ก่อน ทั้งภัยแล้ง น้ำท่วม แผ่นดินไหว พายุ ฯลฯ รวมถึงแรงกดดันจากจำนวนประชากรที่เพิ่มมากขึ้นจนเกินความสามารถของระบบนิเวศโลก (Carrying Capacity) ที่จะรองรับ

๒. ความยุติธรรมทางสังคม เนื่องจากความรุนแรงเชิงโครงสร้างและการเอาตัวเอียง ความเหลื่อมล้ำทางสังคมที่เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ระบบเศรษฐกิจและสังคมเอื้อประโยชน์แก่คนจำนวนน้อย แต่คนจำนวนมากไม่อาจเข้าถึงคุณภาพชีวิตที่ดี แม้จะมีทรัพยากรธรรมชาติเพียงพอแต่ปัญหาความยากจนและอดอยากกลับปรากฏทั่วโลก คนจนไม่สามารถเข้าถึงปัจจัยพื้นฐานและบริการของรัฐได้ เช่น โรงพยาบาล การศึกษาที่มีคุณภาพ คนที่อยู่ประเทศร่ำรวยใช้ทรัพยากรมากกว่าคนในประเทศยากหลายเท่าตัว

๓. ชุมชนล่มสลาย คุณค่าหลักประการหนึ่งของสังคมกระแสหลักคือลัทธิปัจเจกชนนิยม ที่ก้าวไปสู่ความสุดโต่งขึ้นเรื่อยๆ ปัญหานี้ส่งผลกระทบต่อมนุษย์อย่างรุนแรง ผู้คนแยกตัวโดดเดี่ยว ไม่เชื่อมโยงกัน ต่างคนต่างอยู่ ไม่สนใจความทุกข์ของผู้อื่น และไม่เห็นว่าต้องทำอะไรเพื่อชุมชนหรือสังคม ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์เปราะบางลงเรื่อยๆ แม้แต่สมาชิกในครอบครัวเดียวกัน ชีวิตที่โดดเดี่ยวแปลกแยกมากกว่า ๕๐% ของชีวิตคู่จบลงที่หย่าร้าง ส่งผลกระทบไปถึงเด็กๆ

๔. ชีวิตที่ว่างเปล่า คนจำนวนมากไม่รู้ว่าความหมายของชีวิตคืออะไร ไม่รู้ว่ามีชีวิตไปเพื่ออะไรและเพื่อใคร คนเจ็บป่วยทางจิตใจมากขึ้นเรื่อยๆ ภาวะซึมเศร้ากลายเป็นโรคระบาด ๑ ใน ๕ ของคนอเมริกันต้องกินยาเพื่อเยียวยาภาวะทางจิตใจ

๕. สงครามและการก่อการร้าย มนุษย์เรากำลังอยู่ในสถานการณ์ที่เปราะบาง เพราะความขัดแย้งในโลกรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ และมีที่ท่าว่าจะหาทางออกอย่างสันติไม่ได้ ความขัดแย้งเหล่านี้มาจากหลายเหตุปัจจัยที่ซับซ้อน คนนับแสนนับล้านทั่วโลกเสียชีวิตและกลายเป็นผู้พลีชีพ และอีกสิบล้านต้องอยู่อย่างยากลำบาก

## สาเหตุของวิกฤต

๑. วัฒนธรรมและวิถีชีวิต วัฒนธรรมสมัยใหม่อย่างบริโภคนิยมฝังลึกอยู่ในเนื้อตัวของคนยุคนี้ ความเชื่อของบริโภคนิยมขัดกับหลักธรรมของศาสนาที่สอนให้อยู่อย่างเรียบง่าย แต่เราไม่คิดว่ามันเป็นปัญหาเพื่อคำว่า “ความก้าวหน้า” “การพัฒนา” และ “ความทันสมัย” มนุษย์กลางผลาญทรัพยากรของโลกและสร้างขยะมหาศาล ลัทธิปัจเจกชนนิยมก็ทำให้คนเอาตนเองเป็นใหญ่ เราทำอะไรก็ได้เพื่อความต้องการของตนเอง ไม่สนใจว่าส่งผลกระทบต่อผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมอย่างไร โลกาวิวัฒน์ เทคโนโลยีการสื่อสารและอินเทอร์เน็ตก็ทำให้วัฒนธรรมดั้งเดิมหายไป เราใช้ทรัพยากรธรรมชาติเพื่อสนองความต้องการมากกว่าเมื่อ ๓๐ ปีที่แล้วถึง ๕๐%
๒. อุดมการณ์ทางการเมือง ช่วงสามสิบปีที่ผ่านมา อุดมการณ์ทุนนิยมและเสรีนิยมมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อโลกใบนี้ อุดมการณ์นี้ผลักดันให้แสวงหากำไรสูงสุด สนใจแต่การเติบโตทางเศรษฐกิจและพัฒนาทางวัตถุโดยไม่สนใจความยั่งยืน ลัทธิอำนาจนิยมที่สะท้อนอยู่ในสังคม รัฐและสถาบันต่างๆ รวมถึงทัศนคติของปัจเจกบุคคล แม้อุดมการณ์สังคมนิยมจะพยายามหาทางเลือกใหม่ให้ แต่ก็ประสบความล้มเหลวเป็นส่วนใหญ่ เพราะเมื่อวิเคราะห์ลึกลงไปแล้ว อุดมการณ์นี้ก็ยังคงตั้งอยู่บนกระบวนทัศน์เก่านั้นเอง
๓. โครงสร้างทางเศรษฐกิจ เศรษฐกิจแบบทุนนิยมและตลาดเสรีที่เน้นการหากำไรสูงสุดนำไปสู่ปัญหามากมาย เช่น การเอารัดเอาเปรียบสิ่งแวดล้อม ความเหลื่อมล้ำ ความขัดแย้ง ทุนใหญ่ครอบงำรัฐ
๔. เทคโนโลยี เทคโนโลยีสมัยใหม่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมอย่างยิ่ง ทั้งการเดินทาง การผลิต เครื่องมือสื่อสาร เหล่านี้มีทั้งที่ก่อมลภาวะและสิ้นเปลืองพลังงาน นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อชีวิตมนุษย์ เช่น เครื่องมือที่สะดวกสบายทำให้เราเคลื่อนไหวน้อยลง และหมกมุ่นกับมือถือ คอมพิวเตอร์ ฯลฯ ซึ่งล้วนแต่เป็นภัยต่อสุขภาพ
๕. โลกทัศน์และกระบวนทัศน์เก่า วัฒนธรรมและวิถีชีวิต ระบบโครงสร้างสังคม และอุดมการณ์ ตลอดจนเทคโนโลยีดังกล่าว ล้วนตั้งอยู่บนโลกทัศน์และระบบคุณค่าเก่าที่มารากจากตะวันตกยุคแสงสว่างแห่งปัญญา (Age of Enlightenment) ที่กำลังครอบงำโลกนี้อยู่ ในช่วงประมาณ ๕๐๐ ปีที่ผ่านมา ทั้งวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่ใช้อยู่ทุกหนแห่งไม่ว่าจะประเทศพัฒนาหรือด้อยพัฒนาทำให้เราเชื่อว่ามนุษย์ยึดถือตนเองเป็นศูนย์กลาง (Anthropocentrism) คิดว่าตนเหนือกว่าธรรมชาติ จึงเอารัดเอาเปรียบธรรมชาติเพื่อสนองความต้องการที่ไม่มีที่สิ้นสุดของตน โลกทัศน์แบบกลไกของเดส์การ์ตส์และนิวตันก็ทำให้คนมองโลกแบบแยกส่วนและเป็นแค่วัตถุที่ไม่มีชีวิตจิตใจ แม้แต่การแพทย์แผนปัจจุบันก็ได้รับอิทธิพลจากโลกทัศน์นี้ ร่างกายมนุษย์จึงเป็นเหมือนเครื่องจักรและแพทยรักษาแบบแยกส่วน นอกจากนี้ยังมีคุณค่าทางสังคมอื่นๆ เช่น ลัทธิชายเป็นใหญ่ที่กดขี่คุณค่าแบบผู้หญิง การศึกษากระแสหลัก การแข่งขัน ความเชื่อที่ว่าโลกก้าวหน้าได้อย่างไม่จำกัด ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นชุดความคิดที่นำมาซึ่งวิกฤตที่มนุษยชาติกำลังเผชิญอยู่

ระดับของประเด็น	สภาพปัจจุบันบนกระบวนทัศน์เก่า	สภาพสังคมที่ดิงามบนกระบวนทัศน์ใหม่	ระดับการจัดการ
ปรากฏการณ์	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ผู้คนมีความสุขน้อยลงเพราะมีเวลาว่าง/ (เวลาให้ครอบครัว/พักผ่อนน้อยลง</li> <li>● สิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรมลง ชยะเพิ่มขึ้น</li> <li>● ทรัพยากรจะขาดแคลนเพราะการใช้ทิ้งใช้ขว้าง</li> <li>● คนอพยพเข้าเมืองใหญ่มากขึ้นเรื่อยๆ เพราะความรู้สึกด้อย เพราะวิถีท้องถิ่นถูกทำลาย</li> <li>● ทำงานหนักแล้วจับจ่ายใช้สอยตลอดเวลา (เลิกพร่องอยู่เสมอ)</li> <li>● ประชาชนไม่สนใจการเมือง มีส่วนร่วมน้อยลง(อยู่แบบรัฐรักษาตัวรอดเป็นยอดดี)</li> <li>● รัฐดูแลผลประโยชน์ของทุนใหญ่</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● คนมีความสุขมากขึ้น มีเวลาว่าง และมีเวลาให้ครอบครัวมากขึ้น</li> <li>● มีการดูแลสิ่งแวดล้อม และจัดการมลพิษ</li> <li>● ใช้ทรัพยากรอย่างทนุถนอม บริโภคอย่างรู้จักพอ</li> <li>● ทุกคนพอใจกับชีวิตในท้องถิ่นและภูมิใจในรากทางวัฒนธรรมของตนเอง</li> <li>● ประชาชนมีสำนึกความรับผิดชอบต่อความเป็นพลเมือง</li> <li>● รัฐทำหน้าที่พื้นฐานในการให้ความเป็นธรรมระหว่างทุนกับประชาชน (รัฐทำหน้าที่คุ้มครองประชาชนไม่ให้ทุนเอาเปรียบ)</li> </ul>	<p>ปฐมพยาบาล / สงเคราะห์ (แก้ปัญหาชั่วคราว)</p>
แนวโน้มลักษณะที่เกิดขึ้นช่วยให้คาดการณ์อนาคตได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ทรัพยากรร่อยหรอกำลังขาดแคลน/มลพิษ/เพิ่มข้ามพรมแดน</li> <li>● บรรษัทขนาดใหญ่เติบโตขึ้นเรื่อยๆ และมีอิทธิพลเหนือรัฐ</li> <li>● รัฐมีอำนาจในการต่อรองกับทุนน้อย</li> <li>● ช่องว่างระหว่างคนมีและคนจนขยายตลอดเวลา</li> <li>● คนทำงานหนักขึ้นแต่มีความสุขน้อยลง</li> <li>● คนละทิ้งวิถีชีวิตที่เคยพึ่งพาตนเองในท้องถิ่นเข้าสู่อุตสาหกรรมในเมืองใหญ่มากขึ้น</li> <li>● การย้ายฐานการผลิตไปยังที่ๆมีทรัพยากรถูก</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ทรัพยากรธรรมชาติค่อยๆ ฟื้นฟูขึ้น ชยะ และมลพิษลดลง</li> <li>● รัฐควบคุมบรรษัทขนาดใหญ่ได้ /คนอำนาจกับทุนได้</li> <li>● ช่องว่างระหว่างคนมีและคนจนลดลงเรื่อยๆ</li> <li>● คนรู้จักหาสมดุลระหว่างการทำงานและการหาความสุขใส่ตัว การดูแลสัมพันธภาพในชีวิต</li> <li>● ทุกท้องถิ่น ทุกวัฒนธรรมย่อยรู้สึกตนเองสำคัญ และมีคุณค่า ดำรงอยู่ได้อย่างมีคุณภาพทั้งด้านเศรษฐกิจ การเมือง และวัฒนธรรม</li> <li>● ผลิตและบริโภคในท้องถิ่นมากขึ้น เกิดตลาดท้องถิ่นมากมาย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● การพัฒนา</li> <li>● อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม</li> <li>● ทำให้โครงสร้างที่มีอยู่ไม่เลวร้ายเกินไป</li> <li>● การปรับตัว</li> </ul>
โครงสร้าง (ออกแบบ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ระบบการผลิตเป็นเส้นตรง และกระตุ้นบริโภคนิยมอย่างไม่มีขอบเขต</li> <li>● ตลาดเสรีมากขึ้น ตลาดเป็นใหญ่ขึ้น รัฐอำนาจน้อยลง เน้นกำไรสูงสุด กดค่าแรง) (ส่งผ่านต้นทุนการผลิตไปที่อื่น</li> <li>● ทุนใหญ่มีอำนาจมากขึ้นจนครอบงำรัฐ การเมืองเสรีประชาธิปไตยได้อิทธิพล) (บรรษัท</li> <li>● ขยายทุนข้ามพรมแดนผ่านกติกาโลกาภิวัตน์</li> <li>● การแย่งชิงทรัพยากรและตลาดข้ามพรมแดน</li> <li>● กระจายสินค้าและบริการโดยโฆษณาอย่างมโหฬารพื้นเขตแดนประเทศ</li> <li>● ใช้งบในการทหารมากเกือบ ๕๐การผลิต) % อาวุธเป็นอุตสาหกรรมสำคัญในสหรัฐและหลายประเทศในยุโรป</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ระบบการผลิตเป็นวงกลม เน้นการบริโภคแบบพอดี</li> <li>● ตลอดเพื่อสังคมและสิ่งแวดล้อม กำไรพอประมาณ เกื้อกูลผู้บริโภคและดูแลแรงงานอย่างเหมาะสม</li> <li>● ทุนใหญ่ถูกควบคุมให้อยู่ในขอบเขต ป้องกันการผูกขาด</li> <li>● ขยายธุรกิจท้องถิ่นให้เข้มแข็ง และกระจายอย่างทั่วถึง</li> <li>● ทุนร่วมดูแลทรัพยากรท้องถิ่นในทุกที่ เห็นคุณค่า เคารพในศักดิ์ศรี และทรัพยากรของประเทศเพื่อนบ้าน</li> <li>● จำกัดการโฆษณาที่กระตุ้นความโลภของมนุษย์อย่างไม่มีขอบเขต</li> <li>● ลด ละ เลิก อุตสาหกรรมที่ทำลายชีวิตและธรรมชาติ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ปฏิรูป ปฏิวัติ ทาง/ โครงสร้าง</li> </ul>

<b>ชุดความคิด</b> อุดมการณ์ คุณค่าพื้นฐาน ความเชื่อ	<b>อุดมการณ์</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ทุณนิยมผู้ประกอบการ</li> <li>• เสรีนิยมใหม่</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ทุณนิยมเพื่อสังคม</li> <li>• เสรีนิยมเพื่อสังคม</li> <li>• นิเวศนิยม</li> </ul>	เปลี่ยนขั้น พื้นฐาน / ปฏิรูป ปฏิวัติถึง ระบบ ความ คิดความเชื่อ
	<b>ระบบคุณค่าพื้นฐาน</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• บัณฑิตชนนิยม</li> <li>• เสรีภาพส่วนบุคคล</li> <li>• การแก่งแย่งแข่งขันเป็นของดี</li> <li>• ความโลภเป็นของดี</li> <li>• ความเหลื่อมล้ำเป็นธรรมชาติของสังคมมนุษย์</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• บัณฑิตชนนิยมสมดุลกับชุมชนนิยม</li> <li>• เสรีภาพส่วนบุคคลทั้งนับบวกและลบ</li> <li>• เรียนรู้จากกันและกัน ร่วมมือกัน สำคัญกว่าการแข่งขัน</li> <li>• ความพอดีเป็นของดี</li> <li>• สังคมมนุษย์ลดความเหลื่อมล้ำลงได้มาก (ความเสมอภาคนำมาซึ่งคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น)</li> </ul>	
	<b>ความเชื่อพื้นฐาน</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• การเจริญเติบโตแบบเส้นตรง</li> <li>• วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เป็นคำตอบทุกอย่าง</li> <li>• มนุษย์เป็นนายธรรมชาติ</li> <li>• ชีวิตมีเป้าหมายก้าวไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• การเจริญเติบโตแบบวงกลม (นิยามความเจริญก้าวหน้ากันใหม่)</li> <li>• วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีเป็นคำตอบบางอย่าง คำตอบหลายอย่างต้องได้มาจาก ศาสนา ปรัชญา และภูมิปัญญาท้องถิ่น</li> <li>• มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ</li> <li>• ชีวิตไม่มีเป้าหมายลึกลับซึ่งอะไรมา นอกจาก หาเงิน หาอำนาจ หาชื่อเสียง และความ สะดวกสบาย</li> </ul>	

## กระบวนทัศน์ใหม่

กระบวนทัศน์เก่าที่ครอบงำวัฒนธรรมมนุษย์มาหลายร้อยปีส่งผลกระทบต่อโลกอย่างรุนแรง และเราไม่มีทางแก้ไขวิกฤตที่เกิดขึ้นด้วยกระบวนทัศน์แบบเดิม มนุษย์ต้องเปลี่ยนแปลงวิธีคิดใหม่ ชุดความคิดที่กำลังเกิดขึ้นในโลกขณะนี้ให้ความสำคัญกับระบบนิเวศ คุณค่าและภูมิปัญญาดั้งเดิมตามท้องถิ่นต่างๆ หลากอย่าง ความเป็นองค์รวม ความเชื่อมโยงและเป็นส่วนหนึ่งซึ่งกันและกัน (inter-being) และมองโลกในฐานะที่เป็นองค์รวมที่มีชีวิต ไม่ใช่ก้อนวัตถุที่ทำงานอย่างเครื่องยนต์กลไก

### ๑. การพัฒนาในกระบวนทัศน์ใหม่

กระบวนทัศน์เก่าซึ่งเน้นที่การพัฒนาวัตถุเพื่อตอบสนองความต้องการของมนุษย์ และเชื่อในความก้าวหน้าแบบไม่มีที่สิ้นสุดนั้นส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมที่เลวร้ายมากมายทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และด้านโลกทัศน์ และเราไม่อาจใช้กระบวนทัศน์เดิมที่สร้างปัญหามาแก้ไขปัญหาเหล่านี้ได้ เราต้องแสวงหาทางเลือกใหม่ที่พัฒนาอย่างเป็นองค์รวม (Holistic Worldview) เช่น แนวทางการพัฒนาแบบฐานที่ใช้ปรัชญาความสุขมวลรวมประชาชาติ (GNH) ที่เห็นความสุขมีค่ากว่าวัตถุและเห็นคุณค่าของธรรมชาติ แนวคิดการเมืองสีเขียว และแนวคิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน เป็นต้น



วัฒนธรรมจีนเรียกคุณสมบัติแบบพุ่งตรงไปข้างหน้าและลักษณะแบบเพศชายว่า หยาง ส่วนคุณสมบัติแบบตั้งรับและลักษณะแบบเพศหญิงเรียกว่า หยิน และหยินกับหยางจำเป็นต้องสมดุลกัน ทุกวันนี้โลกเราใช้แนวทางแบบหยาง เช่น ความเข้มแข็ง การแข่งขัน การมองแบบกลไก การเปลี่ยนแปลง บั๊จเจกบุคคล กระบวนทัศน์ใหม่จะต้องถ่วงดุลด้วยหยิน เช่น ความนุ่มนวล/ความกรุณา ความร่วมมือ การมองแบบองค์รวม การมีรากเหง้า ความเป็นชุมชน เป็นต้น เหนือสิ่งอื่นใดคือรักษาสมดุลหยินหยาง เพื่อสรรพสิ่งทั้งมวลและโลกนี้อยู่ร่วมกันได้อย่างเป็นสุข

หยางพร่อง	หยิน	หยาง	หยินพร่อง
ความอ่อนแอ	ความอ่อนโยน	ความเข้มแข็ง	ความก้าวร้าว
การสยบยอมต่อธรรมชาติ	การทะนุถนอมธรรมชาติ	การใช้ประโยชน์จากธรรมชาติ	การเอาเปรียบธรรมชาติ
อนุรักษ์นิยม หยุคนิ่ง	การเลือกสรรอนุรักษ์ของเดิมที่ดีงาม	การปรับปรุงเปลี่ยนแปลง	การถูกถอนราก
หลงมกมาย	ให้ค่ากับศาสนา/ปรัชญา/บทกวี	ให้ค่าวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	วัตถุนิยม
ขาดความแม่นยำ	การสังเคราะห์เห็นองค์รวม	การวิเคราะห์แยกแยะเห็นส่วนย่อย	แยกส่วน
ส่วนรวมทำลายบั๊จเจกชน	ให้ค่าชุมชน สัมพันธ์ระหว่างมนุษย์	บั๊จเจกชน ความเป็นตัวของตัวเอง	บั๊จเจกชนนิยม ตัวใครตัวมัน
การหยุคนิ่ง แยกตัว โดดเดี่ยว	ความร่วมมือ เกื้อกูลกัน	การเรียนรู้จากกันและกัน	การแข่งขัน

## ๒. วิทยาศาสตร์ใหม่

เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่สำคัญของการเสริมแนวคิดเรื่อง กระบวนทัศน์ใหม่ เพราะ เพราะการค้นพบของ วิทยาศาสตร์ใหม่ ได้ทำให้เห็นข้อจำกัดของสมมติฐานของการมองโลกแบบเดิมแบบยุคฝรั่งเศส (European Enlightenment) ของวิทยาศาสตร์แบบกลไก หรือวิทยาศาสตร์เดิม วิทยาศาสตร์ใหม่ที่สำคัญๆ ได้แก่

๒.๑ ควอนตัมฟิสิกส์ (Quantum Physics) ที่พยายามศึกษาอะตอมและอนุภาคที่เล็กกว่าอะตอม ได้ค้นพบทฤษฎีใหม่ที่ต่างจากวิทยาศาสตร์เก่าโดยสิ้นเชิง

- ฟิสิกส์เก่าแบบนิวตันบอกว่าอะตอมคืออนุภาคที่เล็กที่สุดของสสาร มันแข็งและตัน และไม่ สามารถแบ่งแยกได้ แต่ควอนตัมพบว่าเราไม่สามารถแยกโลกออกเป็นหน่วยที่เล็กที่สุดได้อีกแล้ว ข้าง ในอะตอมประกอบด้วยพื้นที่ว่าง (๙๙%) อนุภาคย่อย (อิเล็กตรอน โปรตอน และ ควาร์ก) และคลื่น พลังงาน แท้จริงแล้ว สิ่งที่คุณเหมือนเป็นวัตถุที่ตันจึงเป็นพลังงานแม่เหล็กไฟฟ้าของอิเล็กตรอนผลัดกัน อยู่ โลกกายภาพที่เราอาศัยอยู่นี้จึงเป็นเหมือนสนามพลังของสรรพสิ่ง
- อิทธิพลของผู้สังเกต (Observer Effect) - คุณสมบัติของอนุภาคจะขึ้นอยู่กับผู้สังเกต ถ้าไม่มีผู้ สังเกตจะแสดงตัวลักษณะหนึ่ง แต่ถ้ามีผู้สังเกตจะเป็นอีกลักษณะ รวกับว่าอนุภาคเหล่านี้มีชีวิตและ ทำการแสดงให้เห็นผู้สังเกตดู สอดคล้องกับความคิดของนักวิจัยชาวอังกฤษ Henri Bortoft ที่ว่า เมื่อเปลี่ยน วิธีมอง สิ่งที่ถูกมองก็จะเปลี่ยน และโลกนี้จะเปลี่ยนได้ เมื่อมนุษย์เปลี่ยนวิธีมองโลกใหม่
- ความพัวพัน (Entanglement) - เมื่ออะตอมแตกตัวเป็นอนุภาคที่เล็กลง ถ้าแยกอนุภาค A ออกจาก อนุภาค B พบว่าถ้าอนุภาค A ถูกกระทำ อนุภาค B จะมีปฏิกิริยาตอบสนองทันที แม้จะอยู่ไกลกันคนละ ซีกโลกก็ตาม เหมือนกับว่าอนุภาคเหล่านั้นสื่อสารกันได้

จากมุมมองของควอนตัมฟิสิกส์จะเห็นว่าธรรมชาติของโลกนี้ไม่ได้แยกขาดจากกันเป็นส่วนๆ แต่เป็น เครือข่ายความสัมพันธ์ที่ซับซ้อน และมีคลื่นพลังงานที่โยงใยกัน

๒.๒ ทฤษฎีกายา (Gaia Theory) พัฒนาขึ้นโดยเจมส์ เลิฟล็อก (James Lovelock) เชื่อว่าโลกนี้ มีชีวิต (a living organism) และสรรพสิ่งบนโลกนี้โยงใยเป็นหนึ่งเดียวกัน (inter-being) เราไม่สามารถแบ่ง แยกสัตว์ กอนหิน หรือต้นไม้ออกจากมนุษย์ แม้แต่สิ่งไม่มีชีวิตอย่างกอนหิน มหาสมุทร หรือชั้นบรรยากาศ ก็มี ความโยงใยสัมพันธ์กันอย่างแน่นแฟ้นกับสิ่งมีชีวิต และการดำรงอยู่ของแต่ละส่วนขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของ องค์กรวมทั้งหมด

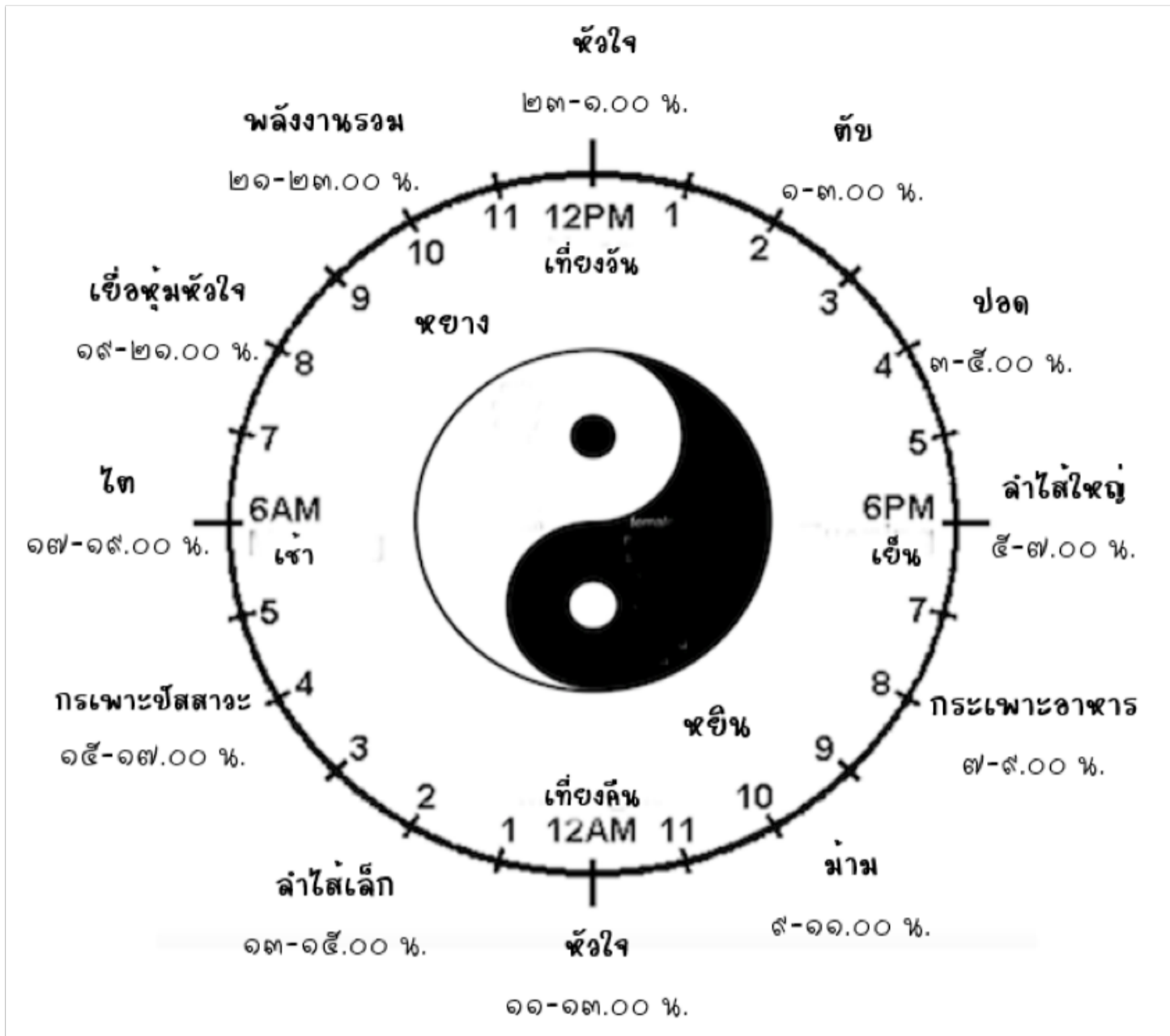
## ๓. การดูแลสุขภาพในกระบวนการใหม่

แม้การแพทย์สมัยใหม่จะก้าวหน้ามาก แต่ปัญหาก็มากตามไปด้วย เช่น คนส่วนใหญ่ไม่อาจเข้าถึง โดยเฉพาะคนจนและคนชายขอบ คนทำงานด้านนี้จำนวนหนึ่งขาดความเห็นใจต่อผู้ป่วย มีการรักษาแบบผิดๆ ค่าใช้จ่ายสูง มีความเหลื่อมล้ำแตกต่างกันในการรักษาพยาบาล แม้เทคโนโลยีชีวการแพทย์จะก้าวหน้า แต่ค่าใช้จ่ายที่ลงทุนไปกับการพัฒนาสิ่งเหล่านี้ดูจะไม่คุ้มกับผลได้ต่อสุขภาวะของคนส่วนใหญ่ องค์การอนามัยโลกกล่าวว่าความก้าวหน้าล้ำยุคของวิทยาการทางการแพทย์กระจุกอยู่กับการดูแลรอยที่มีอยู่เพียงน้อยนิดเท่านั้น การแพทย์สมัยใหม่มองร่างกายมนุษย์เป็นกลไกและรักษาแบบแยกส่วน เมื่อเกิดโรคใดโรคหนึ่งขึ้น ก็สนใจเฉพาะอาการของโรคนั้น โดยไม่มองภาพรวมว่าสาเหตุมาจากอะไรและส่งผลกระทบต่อส่วนอื่นๆ ของร่างกายอย่างไร แต่การแพทย์แบบองค์รวมจะไม่จำกัดอยู่แค่ที่เซลล์หรืออวัยวะ แต่มองทั้งหมดของร่างกายและจิตใจมนุษย์ รวมถึงสิ่งแวดล้อมที่คนผู้นั้นอาศัยอยู่ เพื่อจะได้เข้าใจทั้งปรากฏการณ์และรักษาได้ถูกต้อง

การแพทย์สมัยใหม่นิยามว่าสุขภาพดีคือการไม่มีโรคและโรคเกิดจากกลไกทางชีวภาพทำงานได้ไม่ดี แต่การแพทย์ทางเลือกจะมองว่า สุขภาพดีหรือไม่ดีขึ้นอยู่กับมุมมองและประสบการณ์เฉพาะตัวของแต่ละปัจเจกบุคคล และขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่นๆ ที่มาจากสภาพแวดล้อมด้วย สุขภาพของบุคคลเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา สิ่งที่มีมองว่าเป็นโรคอาจเป็นแค่ขั้นตอนหนึ่งของการเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งใหม่ การจะตัดสินว่าสุขภาพเป็นอย่างไรต้องดูระยะยาว และบางครั้งก็แยกไม่ได้เลยว่าอะไรคือสุขภาพดี อะไรคือภาวะเจ็บป่วย แนวคิดการแพทย์แบบองค์รวมจะมองสุขภาพเป็นกระบวนการและเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดจากหลากหลายมิติ และระดับ สิ่งสำคัญคือการรักษาสมดุลของร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ

# ตัวอย่างแนวคิดสุขภาพทางเลือกแบบแพทย์แผนจีน

## หยินหยาง - นาฬิกาชีวิต



แพทย์แผนจีนเชื่อว่าร่างกายมีนาฬิกาชีวิตที่ทำงานอย่างเป็นระบบคล้ายกับตั้งโปรแกรมไว้ และมีสภาวะแบบหยิน-หยาง โดยหยินหมายถึงความเย็น ตอนกลางคืน การหยุดนิ่ง ส่วนหยางหมายถึงความร้อน กลางวัน การเคลื่อนไหว ถ้าต้องการสุขภาพดีและรักษาสมดุลของร่างกาย เราจะต้องปฏิบัติตัวให้สอดคล้องกับเวลาและอวัยวะที่ปฏิบัติการในช่วงนั้นๆ เช่น ตื่นนอนช่วงตี 3-5 เพื่อให้ปอดได้สูดอากาศบริสุทธิ์ ชับถ่ายช่วงตี 5-7 โมงเช้า กินอาหารเช้าช่วง 7-9 โมงเช้า ห้ามอาบน้ำหรือทำให้ร่างกายเย็นในช่วงสามทุ่มถึงห้าทุ่ม เพราะเป็นเวลาของระบบความร้อนร่างกาย เป็นต้น