

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

จากใน 4 บทที่ผ่านมา ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าสารัตถะเกี่ยวกับประเด็นรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตในพุทธปรัชญาตามพุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบท การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์หลัก 4 ประเด็น คือ 1) เพื่อศึกษาพุทธปรัชญาในการพัฒนาคุณภาพชีวิต 2) เพื่อศึกษาพุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบทว่าด้วยการพัฒนาคุณภาพชีวิต 3) เพื่อวิเคราะห์และวินิจฉัยรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตในพุทธปรัชญาตามพุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบท และ 4) เพื่อวิธานในการสร้างองค์ความรู้ใหม่และรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิต

### สรุปผลการวิจัย

การนำพุทธสารัตถะเชิงพุทธปรัชญาในอรรถกถาธรรมบท มาใช้ในการดำเนินชีวิตบนวิถีโลกหลังสมัยใหม่ ให้เข้ากับยุคไทยแลนด์ 4.0 ย่อมต้องมีการปรับตัวเพื่อก้าวเข้าสู่โลกใหม่ที่มีมิติความสัมพันธ์และสังคมซับซ้อนอย่างไร้เส้นแบ่ง ทำให้สภาพแวดล้อมเกิดการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในทิศทางที่คาดเดาได้ยาก แต่โดยสารัตถะก็คือ “ทำน้อยได้มาก” ใช้โอกาสทางสารสนเทศให้เกิดประโยชน์กับตัวเองมากที่สุด ลักษณะเห็นแก่ตัว กอบโกยไขว่คว้าเพื่อพวกพ้องของตนเอง ชนิดที่มีมือใครยาวสาวได้สาวเอา ส่วนอรรถกถาธรรมบทมิได้มุ่งให้บุคคลเห็นแก่ตัวอย่างนี้ แต่ทำให้เกิดการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในสังคม เสริมสร้างจิตสำนึก หล่อหลอมให้บุคคลคลายความเห็นแก่ตัว มุ่งให้เกิดประโยชน์สุขแก่กันและกัน งานวิจัยนี้ นำไปใช้ในลักษณะการเผยแผ่เชิงพุทธปรัชญาแนวมนุษยนิยม คือ การพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ มุ่งให้เกิดการอยู่ร่วมกันได้ในฐานะมนุษยชาติ บนพื้นฐานของความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และเคารพในการเป็นอยู่ร่วมกันอย่างคุณภาพ เพราะตราบใดที่ชีวิตของมนุษย์ยังมีความบกพร่อง ไม่สมบูรณ์ ประสบทุกข์อยู่ร่ำไป เผชิญหน้ากับปัญหาอย่างโศกโชนตลอดเวลา มนุษย์ย่อมแสวงหาทางออกของทุกเรื่องราวเชิงลบต่าง ๆ จนสามารถแก้ไขและพัฒนาให้ดีขึ้นได้ ตราบนั้นมนุษย์ก็ยังคงต้องพัฒนาชีวิตให้เกิดความราบรื่นดีงามเป็นสุขกันต่อไป ผู้วิจัยเชื่อว่า พุทธปรัชญาสามารถจะเป็นแนวทางที่มีความสอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของมนุษย์ ใช้ยึดถือเป็นหลักปฏิบัติสำหรับควบคุมตนเอง และใช้แก้ปัญหาที่

เกิดในระหว่างการดำเนินชีวิตได้อย่างเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนาให้ชีวิตบรรลุสู่เป้าหมายเชิงคุณภาพที่ยั่งยืนได้ ผู้วิจัยจะได้สรุปแต่ละประเด็น ดังนี้

#### 1) พุทธปรัชญาในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธปรัชญา ตามเรื่องเล่าที่ปรากฏในอรรถกถาธรรมบท แต่ละเรื่อง ล้วนแฝงไว้ด้วยนัยแห่งการแก้ไขพัฒนาชีวิตมนุษย์กระทั่งสังคมโลกอย่างหลากหลาย มุมด้าน ช่วยหล่อหลอมมโนธรรมในการดำเนินชีวิตตามรูปแบบและอุดมการณ์ของตน เป็นการพัฒนาจากภายในให้ปรากฏผลออกสู่ภายนอก มีรายละเอียดแต่ละประเด็นโดยสังเขป ดังนี้

คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าสามารถจัดแบ่งได้หลายลักษณะ เพราะหลักการทางพระพุทธศาสนาไม่มีการแบ่งแยกชัดเจนว่าส่วนไหนเป็นอภิปรัชญา ญาณวิทยา หรือจริยศาสตร์ ในทางปรัชญาแบ่งเป็นสารัตถะเชิงอภิปรัชญา ว่าด้วยอะไรเป็นสัจภาวะสูงสุดแห่งชีวิต สารัตถะเชิงญาณวิทยา ว่าด้วยจะรู้ความจริงแท้แห่งชีวิตนั้นได้อย่างไร และ สารัตถะเชิงจริยศาสตร์ ว่าด้วยชีวิตจะดำเนินไปสู่สัจภาวะนั้นได้อย่างไร สังคมมนุษย์จะมีความสุขที่แท้จริงได้ ก็ด้วยการพัฒนาทั้งปัจเจกภาวะและสังคมภาวะ ให้เป็นไปตามวิถีแห่งความดีตามกรอบภาวนาทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ และปัญญา อย่างมั่นคงอยู่เสมอ เพราะมนุษย์ทุกคนล้วนต้องการความสุขในชีวิต ไม่อยากมีความทุกข์ เพราะความทุกข์บั่นทอนต่อการทำกิจกรรมต่าง ๆ ส่งผลให้คุณภาพชีวิตแย่งทั้งทางกายและใจ การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามมรรควิธีทางพระพุทธศาสนานั้น จึงต้องมีการพัฒนาแบบบูรณาภาพไปด้วยกันทั้ง 4 ด้าน ได้แก่

การพัฒนากาย (กายภาวนา) คือ การพัฒนาอินทรีย์ 6 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ซึ่งเป็นสิ่งเชื่อมต่อกับอารมณ์ทั้ง 6 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อารมณ์ที่ใจรับรู้ การพัฒนาอินทรีย์ 6 มีวัตถุประสงค์เพื่อฝึกฝนในด้านการใช้งาน คือ ทำให้อินทรีย์เหล่านั้นมีความเฉียบคม ละเอียด คล่องแคล่ว และให้มีความเป็นเอกภาพในด้านการเลือกสิ่งที่เป็นสารัตถะให้มากที่สุด ขณะเดียวกันก็มีวิธีหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่เป็นภัย เป็นโทษ หรือสิ่งไม่ดีต่าง ๆ ไม่ให้ทะลักเข้าสู่อินทรีย์ โดยมีใจเป็นตัวรับรู้ทั้งหมด เพราะเมื่อมนุษย์รักษาสุขภาพร่างกายให้เจริญเติบโตแข็งแรง กระตือรือร้นในการใฝ่ดี มีความองอาจกล้ากล้าท่ามกลางสังคม ไม่เกรงกลัวต่ออุปสรรคปัญหาต่าง ๆ รวมทั้งมีปฏิภาณไหวพริบในการแก้ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ให้ลุล่วงไปด้วยดีโดยธรรมได้อย่างสิ้นเชิง ตลอดถึงการฝึกตนให้สำรวมระมัดระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่ให้เป็นที่รังเกียจหรือตำหนิ แคลนของสังคม ย่อมเป็นการพัฒนาสารัตถภาพทางร่างกายที่สังคมยอมรับ นำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้บรรลุเป้าหมายด้านอื่น ๆ ได้ทุกกาลสมัย

การพัฒนาศีล (ศีลภาวนา) คือ การฝึกฝนด้านความประพฤติ ระเบียบวินัย ความสุจริตทางกายและวาจา โดยการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี มีความเกื้อกูล พึงพาอาศัยกันและกันโดยไม่เบียดเบียนทำลายกัน เพื่อให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกับคนในสังคมได้อย่างปกติสุข พบว่า การ

แสดงพฤติกรรมในส่วนที่ฉายออกทางวาจา ด้วยการไม่พูดนอกเหนือไปจากความไพเราะ ไม่พูดต่อเสียดใจให้เกิดกระทบกระทั่งความรู้สึกผู้อื่น และไม่พูดคำหยาบคายอันเป็นการดูถูกเหยียดหยามศักดิ์ศรีกันและกัน รู้จักจัดระเบียบความประพฤติให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้โดยสันติสุข ประพฤติเหมาะสมตามกฎระเบียบจารีตประเพณีตลอดถึงวัฒนธรรมทางสังคมต่าง ๆ เป็นต้น เป็นการพัฒนาสัมพันธภาพให้เกิดความมั่นคงในการรับรู้ความจริงอย่างถูกต้องตามครองธรรม เพราะหากมนุษย์มีชีวิตอยู่โดยไร้หลักศีลหลักธรรมกำกับใจให้เกิดความเหมาะสมต่อพฤติกรรมแล้ว ก็ยากที่จะพัฒนามรรควิธีแห่งชีวิตให้อยู่อย่างปกติสุขท่ามกลางสังคมได้ ดังกรณีรูปแบบการดำเนินชีวิตในสังคมเชิงลบของสุกรเปรต ที่พยายามขู่ข่มให้เกิดการทะเลาะวิวาทกัน เพื่อตนเองจะได้ครอบครองลาภสักการะแต่เพียงผู้เดียว เป็นต้น

การพัฒนาจิต (จิตภาวนา) คือ การฝึกฝนด้านคุณภาพของจิต การฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิ มีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบ ผ่องใส ปราศจากสิ่งรบกวน หรือทำให้เศร้าหมอง โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งและตรงตามความเป็นจริง พบว่า จุดเริ่มต้นที่พระพุทธเจ้าให้ความสำคัญ คือ ใจ หรือในทางปรัชญาเรียกว่า “อภิปรัชญา” ฉะนั้น เมื่อภาวะแห่งการพัฒนาทางอารมณ์จิตใจได้รับการเพาะบ่มให้เกิดความใสสะอาดในทิศทางที่ถูกต้องแล้ว ก็จะนำไปสู่การพัฒนาเจตสิก เจตสิกจะทำหน้าที่ญาณวิทยา ญาณวิทยาในฐานะเป็นตัวปัญญา จะประมวลสั่งองค์กาพย์พาให้เกิดกระบวนการในการทำงานต่อไป ดังนั้น กายกับใจจึงเป็นสิ่งที่แยกจากกันไม่ได้ ยิ่งถ้าทำหน้าที่ไม่ประสานกัน มีใจก็ไม่รับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตนเอง เห็นห่างแปลกแยกกับตัวเองมากขึ้น องค์ประกอบของชีวิตที่สมบูรณ์พร้อมก็ย่อมเกิดไม่ได้ เมื่อกายพร้อมใจก็ต้องพร้อม หรือเมื่อใจพร้อมกายก็ต้องพร้อมตามไปด้วย

การพัฒนาปัญญา (ปัญญาภาวนา) คือ การฝึกปรี้อปัญญาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ สรรพสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง จนกระทั่งหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ เมื่อปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้วก็จะช่วยให้จิตนั้นสงบ มั่นคง บริสุทธิ์ และผ่องใสยิ่งขึ้นตามลำดับ พบว่า แกนหลักแห่งวิถีและเป้าหมายของชีวิต จำต้องเป็นอยู่ด้วยปัญญาอย่างรู้ตัวทุกขณะ เพื่อจะได้รู้เท่าทันโลกที่มีแต่ความยุ่งยากเกิดขึ้นเหมือนปมด้ายที่ยุ่งขอด และเพื่อให้ชีวิตเกิดการพัฒนาคูณภาพที่ถูกต้องตามหลักคุณธรรมอย่างจริงแท้ ทฤษฎีต่าง ๆ ในทางพระพุทธศาสนามีไว้เพียงเพื่อเป็นอุบายให้เข้าถึงความหลุดพ้น เป็นเพียงเรือหรือแพที่ช่วยพามนุษย์ข้ามทะเลแห่งทุกข์ เมื่อถึงฝั่งแล้วก็ต้องจอดไว้ที่ฝั่งตามเดิม ไม่จำเป็นต้องแบกไปให้เป็นภาระอีก ผลจากการพัฒนาด้านปัญญา ทำให้เราไม่ต้องแบกเรือไปให้เหนื่อยเปล่าหลังจากที่ข้ามฝั่งไปแล้ว ข้ออุปมานี้เป็นกุศโลบายสอนให้มนุษย์รู้จักปลดปล่อยพันธนาการชีวิตจากสิ่งเดิม ๆ ที่ตนหลงติด จนเป็นเหตุให้หมกมุ่นอยู่ในโลกอันเจือด้วยทุกข์มาช้านาน มีอุทาหรณ์ปรากฏไว้คอยเตือนสติให้หลีกเลี่ยงในเรื่องเจ้าลิจฉวี เป็นต้น

การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านปัญญาหรือความรู้ นั้น พุทธปรัชญาเถรวาทเริ่มด้วยการสร้างความเห็นให้ถูกต้องก่อน เพราะความเห็นถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการทำความรู้ให้เกิดขึ้น หากความเห็นถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) ความรู้ที่ได้ย่อมถูกต้องตามไปด้วย หากความเห็นผิด (มิจฉาทิฐิ) ความรู้ที่ได้ย่อมผิดไปด้วย วิธีการทำความเข้าใจให้ถูกต้องนั้นอาศัยการฟัง การศึกษาจากผู้อื่น (ปรโตโฆสะ) แล้วพิจารณาโดยแยกกาย (โยนิโสมนสิการ) กล่าวคือ การฟังผู้อื่น เป็นความรู้แบบสุตามยปัญญา คือ ปัญญาที่สำเร็จจากการฟัง แล้วจึงคิดด้วยตนเอง เป็นความรู้แบบจินตามยปัญญา คือ ปัญญาที่สำเร็จจากการคิด แต่ที่จะขาดไม่ได้ คือ การนำสิ่งที่ถูกต้องตามหลักเหตุผลนั้นไปอบรมต่อเพื่อเข้าใจทุกอย่างได้ตามจริง เพราะสอดคล้องกับการปฏิบัติ เป็นความรู้แบบภาวนามยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการเจริญ ได้แก่ วิปัสสนาปัญญา ส่วนการตัดสินใจความรู้ พุทธปรัชญาเถรวาทได้วางหลักไว้ด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาด้วยหลักการคิดแบบเหตุผล (เหตุปัจจัย) และประสบการณ์ได้จากการปฏิบัติ หากความรู้ที่ผ่านกระบวนการคิดและปฏิบัติแล้วเกิดเข้าใจความจริงอย่างที่มีนัยเป็นไม่ปรุ่งแต่ง เป็นไปตามเหตุปัจจัย มีความไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงตลอดเวลาและไม่มีตัวตนจนหลุดพ้นจากสมมติทั้งปวง จัดเป็นความรู้ที่ถูกต้องและเป็นความจริงสูงสุด คือ พระนิพพาน

## 2) พุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบทว่าด้วยการพัฒนาคุณภาพชีวิต

จุดยืนของอรรถกถาธรรมบท มีแง่ที่ควรทำความเข้าใจอีกแง่หนึ่ง คือ จะเน้นไปที่การก้าวพ้นปัญหาโดยใช้ปัญญาวิเคราะห์ให้เห็นโทษ และพยายามที่จะพัฒนาชีวิตไปสู่สิ่งที่ก่อเกิดคุณภาพอย่างเข้าใจ เข้าถึงระดับขั้นของความสุขที่ยั่งยืนบนพื้นฐานความจริง ความถูกต้อง และความดี จากการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยพบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน ตามหลักพุทธปรัชญา มีเป้าหมายหลักในการแก้ไขปัญหามืดมนได้มุ่งเน้นเพียงทฤษฎีเท่านั้น แต่มุ่งให้นำความรู้ไปปฏิบัติจนเกิดผลแท้จริงต่อชีวิต ตามหลักพุทธอภิปรัชญา เมื่อได้เรียนรู้ความจริงแท้แห่งชีวิตตามรูปแบบในอรรถกถาธรรมบทผ่านกระบวนการทางพุทธญาณวิทยาแล้ว ปราภูกการณ์นั้นจะช่วยเตือนให้มีสติรู้จักปล่อยวางความหลงติดในสิ่งที่มีรูจนหลุดพ้นจากพันธนาการแห่งชีวิตได้ ส่วนประเด็นทางพุทธจริยศาสตร์ได้พยายามรื้อฟื้นมนุษย์สู่สัจต่อชีวิตเชิงบวก แสวงหารูปแบบต่อการสร้างสรรค์คุณภาพต่อการพัฒนาชีวิตอย่างแท้จริง โดยยึดหลักพุทธปรัชญาที่ว่าด้วยการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยอาศัยพุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบทเป็นเครื่องมือขับเคลื่อนให้ปรากฏคุณภาพทั้งในส่วนของปัจเจกภาวะและสังคมภาวะยิ่ง ๆ ขึ้นไป

การพัฒนาชีวิตตามหลักพุทธจริยศาสตร์มีอยู่ 2 ระดับ คือ ระดับวิถีชีวิตในสังสารวัฏ และระดับอุดมคติ เป้าหมายระดับวิถีชีวิตในสังสารวัฏ สรุปได้ 5 ข้อคือ (1) มีโภคทรัพย์เป็นอันมาก (2) คิดดีศัพท์อันงามย่อมขจรไป (3) เข้าไปยังบริษัทใด ๆ จะเป็นชาติขัตติยบริษัทก็ตาม พราหมณ์บริษัทก็ตาม คหบดีบริษัทก็ตาม สมณบริษัทก็ตาม ย่อมแก้แล้วกล้า ไม่ก่อกองเงินเข้าไป (4) ย่อมไม่หลงลืมสติตาย (5) หลังจากตายแล้วย่อมไปเกิดในสุคติ ส่วนเป้าหมายระดับอุดมคติ คือ วิชา วิมุตติ วิสุทธิ

มรรค ผล และนิพพาน โดยมีหลักไตรสิกขาเป็นจุดเชื่อมโยงตั้งแต่ต้นจนถึงเป้าหมายสุดท้าย เส้นทางสู่เป้าหมายจึงเริ่มต้นด้วยศีล ไปสู่สมาธิ ปัญญา และไต่ลำดับไปสู่นิพพาน ดังข้อความว่า “วินัยย่อมมีเพื่อประโยชน์แก่ความสำรวม (ศีล) ความสำรวมมีเพื่อประโยชน์แก่ความไม่เดือดร้อน ความไม่เดือดร้อนมีเพื่อประโยชน์แก่ความปราโมทย์ ความปราโมทย์มีเพื่อประโยชน์แก่ความอิมใจ ความอิมใจมีเพื่อประโยชน์แก่ความสงบ ความสงบมีเพื่อประโยชน์แก่ความตั้งใจมั่น (สมาธิ) ความตั้งใจมั่นมีเพื่อประโยชน์แก่ความรู้เห็นตามเป็นจริง (ปัญญา) ความรู้เห็นตามเป็นจริงมีเพื่อประโยชน์แก่ความเบื่อหน่าย ความเบื่อหน่ายมีเพื่อประโยชน์แก่ความตารอกกิเลส ความตารอกกิเลสมีเพื่อประโยชน์แก่ความหลุดพ้น (วิมุตติ) ความหลุดพ้นมีเพื่อประโยชน์แก่ความรู้เห็นความหลุดพ้น ความรู้เห็นความหลุดพ้นมีเพื่อประโยชน์แก่ความดับสนิทหาเชือมิได้ (นิพพาน)”

มรรควิธีแห่งชีวิตที่ดีมีคุณภาพของมนุษย์ด้วยการอาศัยปัจจัย 4 เป็นหลัก ถือเป็นปกติสุขเพียงพอแล้วสำหรับมนุษย์ส่วนใหญ่ แต่พุทธทระสนะมองว่าเป็นการติดอยู่ในโลก หากหวนกลับมามุ่งพัฒนาทางด้านจิตใจได้ จึงจะถือว่าเป็นทางออกที่ดีที่สุดสำหรับการเข้าใจ เข้าถึง และพัฒนาคุณภาพชีวิตสู่วิถีแห่งโลกุตระ ซึ่งเป็นเป้าหมายสุดท้ายที่ยอดเยี่ยม การดำเนินวิถีชีวิตตามรูปแบบอรรถกถาธรรมบททั้งเชิงบุคลาธิษฐานและเชิงธรรมาธิษฐาน เป็นการประยุกต์ใช้ปรากฏการณ์ทางพระพุทธศาสนาแก้ไขปัญหาอย่างมีวิธีการที่เป็นเชิงประจักษ์ เพราะเนื้อหาในอรรถกถาธรรมบทแต่ละเรื่อง เป็นเรื่องราวที่สร้างศิลปะการมองโลกที่ละเอียดอ่อนไปในทิศทางที่ถูกต้องดีงาม ชวนให้เกิดความเพลิดเพลินทางจิตใจ สะท้อนทางบวกต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต และสามารถเชื่อมต่อกะบวนการพัฒนาทั้ง 4 ด้าน ที่เรียกว่า ภาวนา ได้แก่ การฝึกฝนพัฒนาสมรรถนะด้านร่างกาย (กายภาพ/กายภาวนา/ภาวิตกาย) การฝึกฝนพัฒนาในการแสดงพฤติกรรมอันงาม เย็น สงบ สำรวม เรียบร้อย (ศีลภาพ/ศีลภาวนา/ภาวิตศีล) การฝึกฝนพัฒนาคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพทางจิต (จิตภาพ/จิตภาวนา/ภาวิตจิต) และการฝึกฝนพัฒนาสมองหรือปัญญา (ปัญญาภาพ/ปัญญาภาวนา/ภาวิตปัญญา) เมื่อชีวิตมนุษย์ได้รับการพัฒนาให้มีคุณภาพดีพร้อมอย่างถูกต้องแล้ว ก็จักเกื้อหนุนให้เกิดโลกทรรศน์ที่สร้างระบบความสัมพันธ์ต่อวิถีชีวิตของมนุษย์

### 3. รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตในพุทธปรัชญาตามพุทธศาสตร์ในอรรถกถาธรรมบท

การดำเนินชีวิตของมนุษย์ จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับการฝึกฝนพัฒนาตนให้เกิดคุณภาพชีวิต เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคมในมิติต่าง ๆ ทางด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ และสติปัญญา เมื่อสภาพร่างกายได้รับการพัฒนาให้เกิดคุณภาพอย่างสมบูรณ์ดีแล้ว ก็เป็นเสมือนจุดตั้งต้นให้ความประพฤติที่แสดงออกภายนอกมักดีตามไปด้วย รูปลักษณะภายนอกที่พัฒนาดีแล้วนั้นจะช่วยส่งผ่านถึงความเป็นผู้มีศีล การดำเนินชีวิตไปตามกรอบของความจริง ถูกต้องตามหลักศีลธรรม ย่อมฉายออกมาทางกาย วาจา ใจ ที่งาม เย็น สงบ สำรวม เรียบร้อย ไม่เบียดเบียนใคร เมื่อจิตได้รับการพัฒนาให้เกิดความผ่อนคลาย แข่มชื่น เบิกบาน ปกัสสร คล่องตัวจนเป็นจิตที่ควรแก่การงาน (กมฺมณีย์) การ

ดำเนินชีวิตก็จะมีสติสัมปชัญญะออกหน้า รู้จักควบคุมอารมณ์ต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นกระบวนการสะท้อนผ่านความคิดที่เป็นระบบ ประกอบด้วยเหตุผล รู้จักใช้ปัญญาแยกแยะแก้ไข ปัญหา ตลอดถึงเข้าใจและยอมรับความแปรเปลี่ยนของสรรพสิ่งตามสภาพแห่งโลกิยปัญญา เมื่อฝึกฝนอบรมพัฒนาตนเองตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสชี้แก่นางแห่งความดีไว้ ย่อมสามารถส่งผ่านโลกิยปัญญานั้น ให้เกิดความละเอียดลึกซึ้งถึงขั้น โลกุตระปัญญา อันเป็นเป้าหมายแห่งการบรรลุมรรคผลเบื้องสูงได้เช่นเดียวกัน

มนุษย์มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาตนเองทั้งภายนอกและภายใน ซึ่งเป็นสิ่งเกื้อกูลให้ชีวิตสามารถดำรงอยู่ได้ด้วยดี เช่น การประกอบอาชีพที่สุจริต เว้นอาชีพที่ทุจริต จัดเป็นการพัฒนาด้านกายและศีลในเบื้องต้น ขณะเดียวกันก็ทำกิจการหน้าที่ด้วยความสำรวมระมัดระวัง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่ให้ตกเป็นเหยื่อของตัณหาจนทำให้ตนเองต้องประสบทุกข์ร้อน หลังจากนั้นก็พัฒนาตนให้มีจิตใจที่เข้มแข็งด้วยการเจริญสมณะกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้จิตใจเกิดความมั่นคง มีปัญญารู้แจ้งอย่างถูกต้อง รู้เท่าทันต่อปัญหาที่เกิดขึ้นและสามารถระงับได้ทันท่วงทีอย่างมีหลักการ วิธีการ เมื่อบุคคลไม่พัฒนาตนเองทางด้านร่างกาย สังคม อารมณ์ และปัญญาแล้ว ย่อมทำให้เกิดโทษตามมาหลายอย่างเช่นกัน คือ ทำให้เกิดความประทุษร้ายต่อกันทั้งทางกาย ทางวาจา และทางจิตใจ เพราะขาดศีลเป็นเครื่องกำกับชีวิต เมื่อขาดสติ ไม่สำรวมอินทรีย์ ก็จะทำให้เพเลิดเพลินหลงติดในวัตถุที่วิ่งเข้าสู่อินทรีย์ทั้งทางหู ทางตา เป็นต้น ในแต่ละวันซึ่งมากับสื่อมวลชน บุคคล สถานที่ เป็นต้น ทำให้ผู้คนในสังคมปัจจุบันประสบกับปัญหาความเครียดอย่างยากจะหลีกเลี่ยงได้ ตรงกันข้ามถ้าบุคคลมีตนฝึกฝนดีแล้ว พัฒนาตนให้เป็นที่พึ่งแก่คนอื่นได้ ย่อมทำงานให้แก่สังคมได้ดี ประคับประคองสังคมให้พัฒนาไปสู่ความเจริญก้าวหน้าอย่างมีคุณภาพ ทำให้เกิดการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

การพัฒนาสรรพสิ่งจำต้องเริ่มที่มนุษย์แต่ละปัจเจกก่อน ตามกถกติกา หลักการ และวิธีการที่มนุษย์ทั้งหลายร่วมกันกำหนดขึ้น พระพุทธเจ้าทรงมุ่งหมายที่มนุษย์เป็นเบื้องต้น เป็นศูนย์กลาง และเป็นที่สุด ขยายผลสู่การพัฒนาอื่นและฝ่ายอื่นที่เกี่ยวข้อง ทรงสอนให้พุทธสาวกพัฒนาชีวิตตามแนวอุปนัย (Inductive) ถือนัยจากจุดเล็กขยายออกสู่ส่วนใหญ่ จากแคบไปหากว้าง จากใจสู่วาจาสู่กายของบุคคล และจากบุคคลสู่ครอบครัว ชุมชน สังคมตามลำดับ มนุษย์เป็นผู้สามารถฝึกฝนพัฒนาตนเองได้ แม้พระพุทธเจ้าก็ใช้คำเรียกว่า เวไนยสัตว์ แปลว่า สัตว์โลกผู้ควรแนะนำได้ ดังนั้น มนุษย์ในฐานะเป็นสัตว์พิเศษกว่าสัตว์อื่น ๆ เกือบทุก ๆ ด้าน จะปล่อยให้คุณภาพชีวิตหยุดนิ่งไม่ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการฝึกจิตใจอดทน อดกลั่นจากกิเลสขั้วทั้งหลาย โดยเริ่มปลูกฝังจากจุดเล็ก ๆ เหมือนต้นไม้ที่ปลูกจากเมล็ดพันธุ์เล็ก ๆ กับการขุดเอาต้นไม้ใหญ่มาปลูกย่อมจะเกิดความมั่นคงถาวรต่างกัน ยิ่งชีวิตที่มีแต่หนาม คือ ปัญหาต่าง ๆ เกี่ยวเกาะ ก็ยากจะขึ้นสู่ที่สูงหรือจุดหมายที่หวังได้ เพราะต้องคอยหยุดปลดหนามนั้นอยู่เรื่อย ๆ แต่หากไร้ซึ่งสิ่งเหนี่ยวเกาะ



ย่อมเป็นการง่ายและราบรื่น ดังนั้น จึงต้องประครองชีวิตไม่ให้ปัญหาต่าง ๆ เข้ามา ควรหาวิธีการให้ชีวิตดำเนินสู่มรรควิถีสี่ที่ถูกต้องสมบูรณ์อย่างดีมีคุณภาพต่อไป

ผู้วิจัยเชื่อว่า การนำหลักการ แนวทาง และวิธีการของพระพุทธเจ้าที่แสดงไว้ในอรรถกถาธรรมบท สามารถนำมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตได้ทุกยุคทุกสมัย โดยเฉพาะในสังคมปัจจุบันให้เกิดความราบรื่นเป็นประโยชน์ทั้งเชิงปัจเจก และเพื่อแผ่สังคมให้เข้าใจ เข้าถึง และเกิดการพัฒนาอย่างจริงแท้ ถูกต้อง บนพื้นฐานแห่งความดีอย่างยั่งยืนได้

### องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัย

องค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับ “รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตในพุทธปรัชญาตามพุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบท” นี้ เมื่อนำพุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบท มาประยุกต์ใช้เป็นเครื่องมือพัฒนาคุณภาพชีวิต ย่อมจะสามารถประครองชีวิตนิตริย์ให้บรรลุเป้าหมายเชิงคุณภาพอย่างเป็นปกติสุข สงบสุข และบรมสุขได้ตามลำดับ ตามหลัก “ไตรศีลา หรือ KWV MODEL”



ภาพที่ 3 ไตรศีลา หรือ KWV MODEL

กล่าวได้ว่า “ไตรศีลา หรือ KWV Model” เป็นหลักการหนึ่งที่เกิดจากการประยุกต์ใช้พุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบท ให้สอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในสังคมปัจจุบัน ซึ่งเป็นการนำปัญหาที่เกิดขึ้นจริงมาวิเคราะห์ตามกระบวนการวิธีทางพุทธปรัชญาโดยใช้อรรถกถาธรรม

บทเป็นเครื่องมือหลัก เพื่อแสวงหาความเป็นเอกภาพ สวรรค์ภาพ สัมพันธภาพ คุณภาพ และ  
บูรณาภาพ ในการพัฒนาชีวิตให้เกิดคุณภาพแบบองค์รวม พร้อมทั้งประเมินค่าสิ่งที่เป็นโทษจาก  
ปัญหานั้น ๆ และสิ่งที่เป็นคุณประโยชน์

ดังนั้น หลักการ “ไตรศิวา หรือ KVV Model” นี้ จึงเป็นอีกหนึ่งเครื่องมือที่คนใน  
สังคมปัจจุบันควรจะได้นำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต เมื่อทุกคนนำมาประยุกต์ใช้  
อย่างจริงจัง ปัญหาต่าง ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อแต่ละด้านก็จะเบาบางลง และหมดไปได้ในที่สุด การ  
พัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางอรรถกถาธรรมบทนั้น ไม่ใช่เป็นการพัฒนาแบบแยกส่วน การ  
พัฒนาหล่อหลอมจากคนให้มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้นั้น ต้องอาศัยการพัฒนาเชิงบูรณาภาพ  
ระหว่างกาย สังคม อารมณ์ และปัญญา ให้มีความเป็นไปสอดคล้องกัน เพราะฉะนั้น การจะพัฒนา  
สิ่งใดก็ตาม จะต้องเกิดการควบคู่กันให้เห็นในลักษณะองค์รวม เช่น การจะพัฒนาร่างกายอย่างเดียว  
โดยที่ไม่มีการพัฒนาอารมณ์ไปด้วย ประสิทธิภาพในการพัฒนาก็จะไม่เกิดประสิทธิภาพเต็มที่  
เหมือนร่างกายมีอวัยวะไม่ครบอาการ 32 ฉะนั้น ถ้าเน้นในเชิงสังคม หากเด่นอยู่คนเดียวโดยไม่  
สนใจคนรอบข้าง ก็อยู่ไม่ได้เช่นเดียวกัน การแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในทิศทางที่เป็นประโยชน์ก็ถือ  
แก่ส่วนรวม จนตกผลึกเกิดรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธปรัชญาจากสิ่งที่มีไว้ให้รู้  
กล่าวคือ พุทธสารัตถะในอรรถกถาธรรมบท โดยวิเคราะห์ผ่านกรอบทฤษฎี 4 ทิศด้าน คือ ด้าน  
ร่างกาย ด้านสังคม (จิต) ด้านอารมณ์ (จิตใจ) และด้านสติปัญญา สามารถก่อให้เกิดการเข้าใจความ  
จริงแท้ของชีวิต เข้าถึงแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้บรรลุสู่เป้าหมาย คือ ความสุขทั้ง 3  
ระดับ ได้แก่ ปกติ สงบสุข และ บรรรมสุข คือ พระนิพพาน สืบไป

### ข้อเสนอแนะ

การศึกษาอรรถกถาธรรมบทผ่านแง่มุมที่เป็นอดีตกับปัจจุบัน จะช่วยเปิดมุมมองใหม่ใน  
การแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่มากับภาวะสังคมโลกสมัยใหม่ อีกทั้งเป็นรูปแบบที่สำคัญในการพัฒนา  
ชีวิตให้เกิดสัมพันธภาพที่หลากหลาย ผู้วิจัยจึงเกิดแนวคิดและพยายามที่จะสอดแทรกสารัตถะใน  
อรรถกถาธรรมบทนี้ ผ่านสังคมโซเชียลปัจจุบัน เช่น เฟสบุ๊ก เป็นต้น ให้สังคมได้เห็น ได้เรียนรู้  
ได้เข้าใจ และได้เข้าถึงสารัตถธรรมคำสอน ให้เกิดการแพร่หลายทางสังคมมากยิ่งขึ้น เพื่อนำมา  
ประยุกต์ใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยอาศัยข้อเท็จจริงจากสารัตถธรรมในอรรถ  
กถาธรรมบท เพื่อบรรลุเป้าหมายแห่งความสุข 3 ประการ ได้แก่ ปกติสุข สงบสุข และบรรรมสุข  
คือ พระนิพพาน ตามลำดับ ส่วนข้อเสนอแนะผลที่ได้จากการวิจัยนี้ มี 2 ประเด็น คือ



## ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้

งานวิจัยคุณิพนธ์นี้มุ่งประโยชน์เพื่อใช้แก้ไขปัญหาทั้งเชิงปัจเจกและสังคม ย้ำให้มนุษย์ใช้ชีวิตตามกรอบของอรรถกถาธรรมบทอันเป็นจุดเริ่มต้นที่เล็ก ๆ แต่มีเงื่อนไขและแนวทางเพียงพอที่จะกำหนดการเปลี่ยนแปลงของผู้คนและทุก ๆ ชีวิต ให้ดำเนินไปสู่จุดหมายอย่างมีคุณภาพได้ ซึ่งในการดำเนินชีวิตของแต่ละปัจเจก ต่างก็มีแนวทาง หลักการ และวิธีการเป็นกรอบยึดหรือ แผนที่นำทางให้ชีวิตรับการพัฒนาจากจุดเล็ก ๆ ขยายแผ่ออกไป จนเมื่อหลาย ๆ จุดของสิ่งใดสิ่งหนึ่งมาบรรจบกัน ก็จักส่งผลเชิงบวกตามรูปแบบที่ดีค่าไว้ให้ปรากฏชัดขึ้นได้ ยิ่งภาวะโลกปัจจุบันยิ่งจำเป็นที่จะต้องแสวงหารูปแบบมาช่วยจุดประกายรองรับกับภาวะซับซ้อนทางสังคมบนความหลากหลายโดยแท้ เพราะความหลากหลายเป็นความสวยงามทางสังคม และเป็นปัจจัยแห่งการสร้างสรรคสังคมใหม่ ภายใต้กรอบวิธีคิด วิธีปฏิบัติ และวิธีสร้างสรรคคุณค่าในอรรถกถาธรรมบทอันเป็นเรื่องเล่าที่ยังตกค้าง ซึ่งผู้วิจัยได้ปลุกกระแสเพื่อสร้างรูปแบบใหม่ต่อการพัฒนาชีวิตให้เกิดคุณภาพที่ค้ำจามสมเจตจำนงสูงสุดอย่างจริงแท้

อนึ่ง การย้อนดูวิธีการที่พระพุทธเจ้าได้ทรงเคยใช้วิเคราะห์ปัญหาสังคมที่ได้ผลมาแล้ว จากองค์ความรู้ที่ปรากฏอยู่ในอรรถกถาธรรมบทนี้ ผู้วิจัยมองว่า สามารถเป็นเครื่องมือชนิดหนึ่งที่เป็นต้นแบบในการที่จะนำมาเป็นเครื่องมือแก้ปัญหาด่าง ๆ ได้ เพราะหลักการของพระพุทธศาสนาเป็นอภิปรัชญาที่ครอบคลุม ไม่เคยถูกจำกัดด้วยยุคสมัยที่เปลี่ยนผ่าน สิ่งที่พระพุทธเจ้าได้เคยเทศน์ไว้ในครั้งยุคโบราณก็สามารถนำมาใช้ในสังคมยุคหลังสมัยใหม่นี้ได้ เพราะพื้นฐานของคนไม่ว่าจะยุคสมัยไหนก็มีรากเหง้า หรือบ่อเกิดจากอกุศลมูลเหมือนกัน มีต่างบ้างก็แต่รูปแบบ กาลเวลา และสถานที่ทางกายภาพ ที่ยุคนี้มีปัจจัยค้ำจามเชิงวัตถุเสริมให้เกิดการหลงติดมากขึ้นเท่านั้น แต่สิ่งที่เหมือนกันคือ สวรรค์ของการเกิดตัวปัญหาที่มีรากเหง้าจากอกุศลมูลดังกล่าว

## ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

จากการที่ได้ศึกษาวิจัย การพัฒนาคุณภาพชีวิตในพุทธปรัชญาตามพุทธสาส์ตถะในอรรถกถาธรรมบท ทำให้ได้รู้ได้เห็นแง่คิด มุมมอง วิธีการที่หลากหลายอันจักเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านต่าง ๆ อย่างกว้างขวาง แต่ก็ยังมีเรื่องที่น่าจะศึกษาเพิ่มจากนี้เกี่ยวกับการนำเรื่องราวในอรรถกถาธรรมบทไปใช้เผยแผ่ให้สังคมได้ยึดเป็นแบบอย่างแนวทางต่อการดำเนินชีวิตในแง่มุมต่าง ๆ อีก เพื่อให้เกิดข้อมูลทางวิชาการมากขึ้น จึงควรขยายมุมมองการพัฒนาเพื่อชี้ให้เห็น

แนวคิดสำคัญที่กว้างขึ้น เพราะยังมีเรื่องที่ซับซ้อนอีกมากมายชวนให้ศึกษาและวิจัยกันต่อไปในประเด็นเหล่านี้ คือ

1. แนวทางในการแสวงหาจุดร่วมเพื่อพัฒนาสังคมให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยใช้ อรรถกถาธรรมบทเป็นสื่อกลางในการเชื่อมสัมพันธ์ภาพเชิงพหุวัฒนธรรม
2. วิเคราะห์อำนาจหรือคุณค่าของกรรมในอรรถกถาธรรมบทผ่านแง่มุมต่าง ๆ พร้อมทั้ง ยกตัวอย่างผลกระทบแต่ละประเด็นมาประกอบให้เห็นเชิงประจักษ์
3. วิเคราะห์กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอรรถกถาธรรมบท กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาตะวันตก เช่น แนวคิดของมาสโลว์ ว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร
4. นัยวิเคราะห์อรรถกถาธรรมบทมีความสัมพันธ์ หรือแตกต่างจากลักษณะอรรถปริวรรตศาสตร์ทางตะวันตกอย่างไร

ผู้วิจัยเห็นว่า การศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นทั้ง 4 ดังกล่าวนี้ จะทำให้เกิดผลการวิจัยที่มีคุณค่ายิ่งต่อวงวิชาการ และผู้สนใจใคร่ศึกษาทั่วไปก็จะได้ประโยชน์อย่างมาก เพราะประเด็นเหล่านี้ อยู่ในกระแสโลกตลอดเวลา แต่ยังไม่สามารถหาข้อสรุปเป็นที่น่าพอใจของทุกฝ่ายได้ จึงเสนอแนะหัวข้อเหล่านี้เพื่อการวิจัยครั้งต่อไป