

บทที่ ๔

รูปแบบการประยุกต์ใช้ดาราศาสตร์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตในสังคมปัจจุบัน

ในบทนี้ ผู้วิจัยจะได้นำเสนอรูปแบบการประยุกต์ใช้แนวคิดดาราศาสตร์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตในสังคมไทยปัจจุบัน คำว่า “คุณภาพชีวิต” (Quality of Life) ไม่มีคำจำกัดและคำนิยามที่ตายตัว ตามความหมายของพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถานว่ามาจากสองคำ คือคำว่า “คุณภาพ” หมายถึง ลักษณะที่ดีเด่นของบุคคลหรือสิ่งของ และคำว่า “ชีวิต” คือความเป็นอยู่ คุณภาพชีวิตจึงหมายถึงความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล^๑

องค์การอนามัยโลกให้นิยามว่า คุณภาพชีวิตเป็นมุมมองของแต่ละบุคคลที่มีต่อสภาพชีวิตของตนเองภายใต้บริบททางวัฒนธรรมและระบบคุณค่าในที่ที่คนนั้นอาศัยอยู่และมีความสัมพันธ์กับเป้าหมาย ความหวัง มาตรฐานและความหวังโยของพวกเรา^๒ ดังนั้น คุณภาพชีวิตจึงหมายถึงการที่ชีวิตของบุคคลจะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดปัญหาทั้งกับสังคม เป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ มีความสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและค่านิยมทางสังคม มีความเข้าใจต่อโลกและชีวิตรวมทั้งสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ตลอดจนการแสวงหาสิ่งที่ตนพึงพอใจโดยได้มาอย่างถูกต้อง

คุณภาพชีวิตที่ดีนับเป็นสิ่งสำคัญเพราะเป็นจุดหมายของบุคคล สังคม และประเทศชาติ หากประชากรโดยรวมด้อยคุณภาพ แม้ว่าประเทศนั้นจะมีทรัพยากรธรรมชาติมากมายเพียงใด ก็ไม่อาจเจริญและพัฒนาให้ทันหรือทัดเทียมกับประเทศที่มีประชากรที่มีคุณภาพได้ คุณภาพของประชากรจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญและชี้ว่าการพัฒนาสังคมของประเทศจะเจริญก้าวหน้ากว่าอีกประเทศ เช่น ประเทศญี่ปุ่น หลังสงครามโลกครั้งที่ ๒ ที่สภาพบ้านเมืองตกอยู่ในภาวะย่ำแย่

^๑ ราชบัณฑิตยสถาน. พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒. กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น, ๒๕๔๖), หน้า ๒๕๓,๓๖๔

^๒ WHOQOL Group, The development of the World Health Organization Quality of Life assessment instrument (the WHOQOL”, In Quality of Life assessment :international in perspective, Orley J. Kunyken W.,eds (Berlin: Springer-Verlag, 1994) pp.41-60. (อ้างใน ดร.จุฑามาศ วารีนแสงทิพย์, “การฟื้นฟูคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายด้วยธรรมปฏิบัติ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓ (สมาคมโรคไตแห่งประเทศไทยพิมพ์เผยแพร่, ๒๕๕๓, หน้า ๑๐๖))

จากผลของสงคราม แต่ด้วยการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพของประชากรทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ทำให้ประเทศญี่ปุ่นยกฐานะเป็นประเทศมหาอำนาจทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมได้อย่างรวดเร็วเช่นในปัจจุบัน

๔.๑ ความหมายการพัฒนาคุณภาพชีวิต

ความเจริญในโลกปัจจุบัน เป็นที่ยอมรับกันว่าเป็นผลพวงที่มนุษย์ได้ค้นพบเกี่ยวกับ ดวงดาว เช่น การทำแผนที่โลก การใช้กล้องโทรทรรศน์ส่องดูดาวโดยกาลิเลโอ กาลิเลอี(Galileo Galilei) ทำให้มีการพัฒนาเครื่องมือที่เรียกว่ากล้องจุลทรรศน์ขึ้นมา ช่วยให้เราส่องเห็นเชื้อโรค ขนาดเล็ก เป็นเครื่องมือจำเป็นสำหรับการศึกษาด้านการแพทย์ กฎแรงโน้มถ่วงระหว่างมวลสาร ซึ่งเซอร์ไอแซค นิวตัน(Sir Isaac Newton)เป็นผู้ค้นพบ ใช้เป็นรากฐานในการพัฒนาวิชา วิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยีสมัยใหม่ แม้การเดินทางออกไปในอวกาศช่วยให้เกิดการพัฒนาระบบสื่อสารซึ่งเป็นประโยชน์ในการสื่อสารทางวิทยุ โทรทัศน์ โทรศัพท์

กล่าวได้ว่า เรื่องของดวงดาวเป็นเรื่องที่กระตุ้นให้มนุษย์ค้นพบสิ่งใหม่ ๆ อันเป็นประโยชน์และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์บนโลกใบนี้

แต่ความเจริญลักษณะข้างต้นเป็นความเจริญในด้านวัตถุเป็นส่วนใหญ่ อาจไม่เพียงพอต่อการพัฒนาชีวิตซึ่งประกอบขึ้นจากกายและจิตตามหลักของพระพุทธศาสนา การพัฒนาด้านจิตใจและละเทศศนคติอันเป็นความเข้าใจต่อโลกและชีวิตจึงเป็นสิ่งจำเป็นไม่ยิ่งหย่อนไปกว่าการพัฒนาด้านวัตถุ หลักปฏิบัติทางพระพุทธศาสนาจึงเข้ามามีบทบาทเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน ซึ่งมีความสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติของประเทศไทย(ฉบับที่ ๑๑) ซึ่งมีวัตถุประสงค์ข้อหนึ่งว่า “เพื่อพัฒนาคนไทยทุกกลุ่มวัยอย่างเป็นองค์รวมทั้งทางกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์ คุณธรรม จริยธรรม และสถาบันทางสังคมมีบทบาทหลักในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ”^๔

พระพุทธศาสนาได้แสดงหลักการพัฒนาชีวิตในแง่ที่สัมพันธ์กับดวงดาว ปรากฏในอัมมิกสูตร ซึ่งแสดงความเป็นปัจเจกการระหว่างพฤติกรรมของมนุษย์กับอตุตฺ(ดวงดาว) ก่อเกิดผลต่อการดำเนินชีวิตในทางที่ดี อาจเรียกว่า “คุณภาพชีวิต” ว่า

ภิกษุทั้งหลาย ในเวลาที่พระราชาทรงอยู่ในธรรม แม้พวกข้าราชการก็ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อพวกข้าราชการตั้งอยู่ในธรรม แม้พราหมณ์และคหบดีก็ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อพราหมณ์และคหบดีตั้งอยู่ในธรรม แม้ชาวนิคมนและชาวชนบทก็ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อชาวนิคมนและชาว

^๓ นิพนธ์ ทรายเพชร, จักรวาลและอวกาศ, (กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น, ๒๕๓๕), หน้า ๒ (บทนำ)

^๔ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่สิบเอ็ด พ.ศ.๒๕๕๕-๒๕๕๙, <<http://www.nesdb.go.th/Portals/0/news/plan/p11/plan11.pdf>>, 14 December 2013.

ชนบทตั้งอยู่ในธรรม ดวงจันทร์และดวงอาทิตย์ก็โคจรไปส่ม่าเสมอ เมื่อดวงจันทร์และดวงอาทิตย์โคจรไปส่ม่าเสมอ หมูดาวนักษัตรก็โคจรไปส่ม่าเสมอ เมื่อหมูดาวนักษัตรโคจรไปส่ม่าเสมอ คีนและวันก็หมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ เมื่อคีนและวันหมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ เดือนหนึ่งและครึ่งเดือนก็หมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ เมื่อเดือนหนึ่งและครึ่งเดือนหมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ ฤดูและปีก็หมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ เมื่อฤดูและปีหมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ ลมก็พัดไปส่ม่าเสมอ พัดไปถูกทางส่ม่าเสมอ เมื่อลมพัดไปส่ม่าเสมอ พัดไปถูกทางส่ม่าเสมอ พวกเทวดาก็ไม่ขัดเคืองใจ เมื่อพวกเทวดาไม่ขัดเคืองใจ ฝนก็ตกต้องตามฤดูกาล เมื่อฝนตกต้องตามฤดูกาล ข้าวกล้าทั้งหลายก็ออกรวงสุกพร้อมกัน ภิกษุทั้งหลาย มนุษย์ทั้งหลาย บริโภคข้าวกล้าสุกพร้อมกันย่อมมีอายุยืน ๑ มีผิวพรรณผ่องใส ๑ มีกำลัง ๑ มีความเจ็บป่วยน้อย ๑^๕

ดังนั้น “คุณภาพชีวิต” ในมุมมองของพระพุทธศาสนา จึงเทียบได้กับคำว่า “ภาวนา” ซึ่งหมายถึงการทำชีวิตให้เจริญองงาม^๖ มีทิศทางทำให้ชีวิตเป็นไปในทางที่ดี

การพัฒนาคุณภาพชีวิตในพระพุทธศาสนา แบ่งออกเป็น ๔ ด้าน ได้แก่ (๑) การพัฒนาทางความประพฤติ คือ ทางกาย และวาจา ให้มีศีล (๒) การพัฒนาด้านอินทรีย์ ๖ คือ ให้รู้จักสำรวมอินทรีย์ของตนอย่างมีสติกำกับ (๓) การพัฒนาด้านจิตใจให้เกิดความเข้มแข็งและมั่นคงสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ (๔) การพัฒนาด้านปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตนต่อสรรพสิ่ง ไม่ให้เกิดความลุ่มหลงมัวเมา แต่ให้เป็นอิสระจากสิ่งต่างๆ^๗ เรียกได้ว่า “หลักไตรสิกขา” นั่นเอง

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของสังคมไทย พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต)^๘ กล่าวว่า จะต้องพัฒนาคนก่อน เพื่อสร้างคนให้มีความเข้มแข็ง ๓ ประการ คือ

๑) ความเข้มแข็งทางพฤติกรรม ได้แก่ ความขยันขันแข็งจริงจังในการทำงาน

๒) ความเข้มแข็งทางจิตใจ ได้แก่ การช่วยเหลือตนเอง ไม่รอคอยการช่วยเหลือจากภายนอก

๓) ความเข้มแข็งทางปัญญา ได้แก่ ความพยายามทำด้วยตัวเอง ใช้ปัญญาเป็นเครื่องมือในการแก้ปัญหา ก่อให้เกิดภาวะผู้นำทางปัญญา

^๕ อย.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๗๐/๘๕-๘๖, อย.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๗๐/๑๑๕

^๖ ดูความหมายศัพท์เพิ่มเติมใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๑, หน้า, ๒๘๖-๒๘๗.

^๗ พระมหาสมชาย สิริจินโท (ห่านนท์), “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธคุณ (สมาน สุนโร)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.) (บทคัดย่อ)

^๘ ปัจจุบันเลื่อนสมณศักดิ์เป็นที่ “พระพรหมคุณาภรณ์”

เมื่อสร้างคนให้มีความเข้มแข็งแล้วก็จะสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมได้ อีกทั้งยังส่งผลให้ชุมชนเข้มแข็ง โดยยึดหลักธรรมเป็นแนวทางในการพัฒนา ดังนี้

- ๑) ถือหลักทำการให้สำเร็จด้วยความเพียรพยายาม ที่เรียกว่า “หลักกรรม”
- ๒) ถือหลักเรียนรู้ฝึกฝนพัฒนาชีวิตให้ดียิ่งขึ้นเรื่อยไป ทั้งทางพฤติกรรม ทางจิตใจ และทางปัญญา ที่เรียกว่า “ไตรสิกขา”
- ๓) ถือหลักการทำสิ่งทั้งหลายด้วยความเร่งรัดอย่างไม่ประมาท (หลักอัปปมาทะ)
- ๔) ถือหลักการทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนและมีความเป็นอิสระ^๙

สรุปว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตหรือภาวนา (การทำชีวิตให้เจริญงอกงาม) ถือว่าเป็นสิ่งที่ควรกระทำ โดยเฉพาะเรื่องการพัฒนากาย จิตใจ สังคม และทัศนคติ เป็นเรื่องสำคัญของคุณภาพชีวิตที่มุ่งหมายในงานวิจัยชิ้นนี้ เพราะเป็นเรื่องที่ครอบคลุมทั้งหมดของชีวิต ผู้วิจัยจึงนำเสนอรูปแบบการพัฒนาจากอดีตและยังคงมีอิทธิพลอยู่ในปัจจุบัน โดยกำหนดเป็น ๔ รูปแบบ คือ

- ๑) การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านกาย
- ๒) การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ
- ๓) การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสังคม
- ๔) การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านทัศนคติ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง ๔ ด้านข้างต้นนี้ มีความสัมพันธ์กับกฎธรรมชาติ (Natural Law) หรือนิยาม ๕ ซึ่งประกอบด้วย

๑) กรรมนิยาม กฎแห่งกรรม เช่น การให้ผลแห่งกุศลอันน่าปรารถนา การให้ผลแห่งอกุศลที่ไม่น่าปรารถนา

๒) อุตุนิยาม กฎแห่งดวงดาว เช่น ลมพัด ลมไม่พัด แดดกล้า แดดอ่อน ฝนตก ฝนไม่ตก ดอกบัวกลางวันแย้มบาน กลางคืนหุบ เป็นต้น

๓) พีชนิยาม กฎแห่งพืชพันธุ์ เช่น ผลข้าวสาลี ย่อมเป็นผลจากพืชข้าวสาลีเพียงอย่างเดียว รสหวานย่อมเป็นผลจากน้ำหวาน รสขมย่อมเป็นผลจากพืชขม เป็นต้น

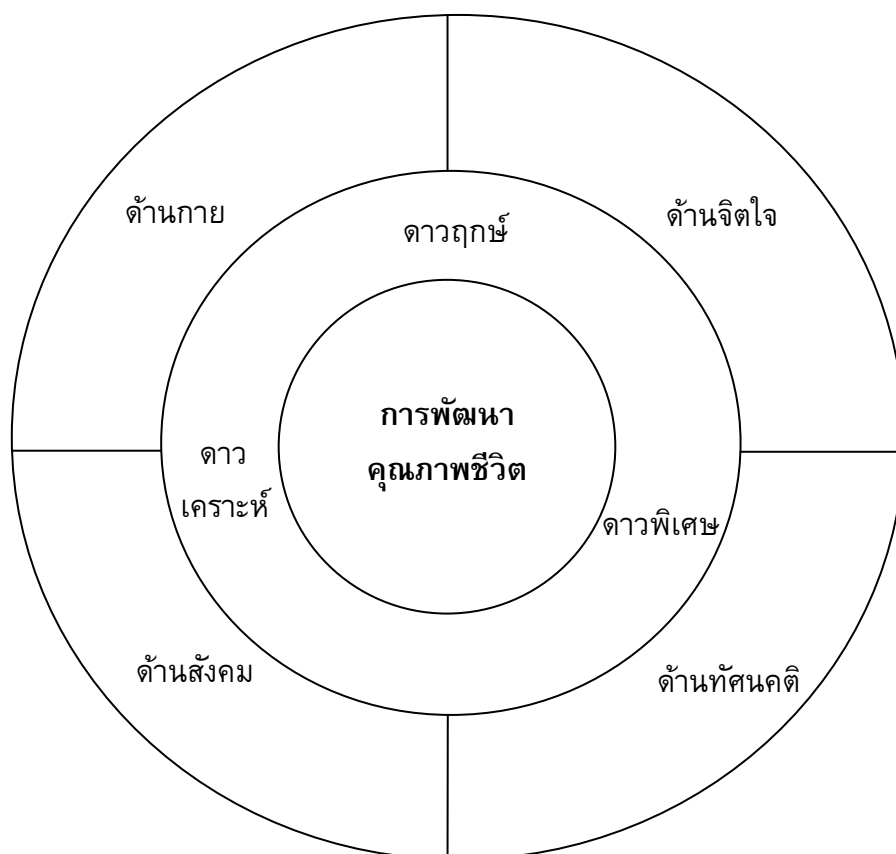
๔) จิตตนิยาม กฎแห่งการทำงานของจิต เช่น จิตและเจตสิกดวงก่อน ๆ เป็นปัจจัย โดยอุปนิสสยปัจจัยแก่จิตและเจตสิกดวงหลัง ๆ

๕) ธรรมนิยาม กฎแห่งธรรม คือความหมุนเวียนเปลี่ยนแปลง เช่น ปรากฏการณ์ความหวนไหวในหมื่นโลกธาตุในการเสด็จลงสู่ครรภ์เป็นต้น ของพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย^{๑๐}

^๙ ดูรายละเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), ธรรมกับไทยในสถานการณ์ปัจจุบัน, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๑), หน้า ๒๘ - ๓๓.

^{๑๐} ดู ที่.ม.อ.(บาลี) ๒/๑๗/๒๖-๒๗

ผู้วิจัยจะเน้นการอธิบายอุตุนิยาม ได้แก่ เรื่องดวงดาว คือ ดาวฤกษ์ ดาวเคราะห์ และดาวพิเศษ (ดาวหาง, อุกกาบาต) ให้สัมพันธ์กับนิยาม(กฎ)อื่น ๆ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา ดังจะเห็นภาพรวมจากภาพด้านล่างนี้



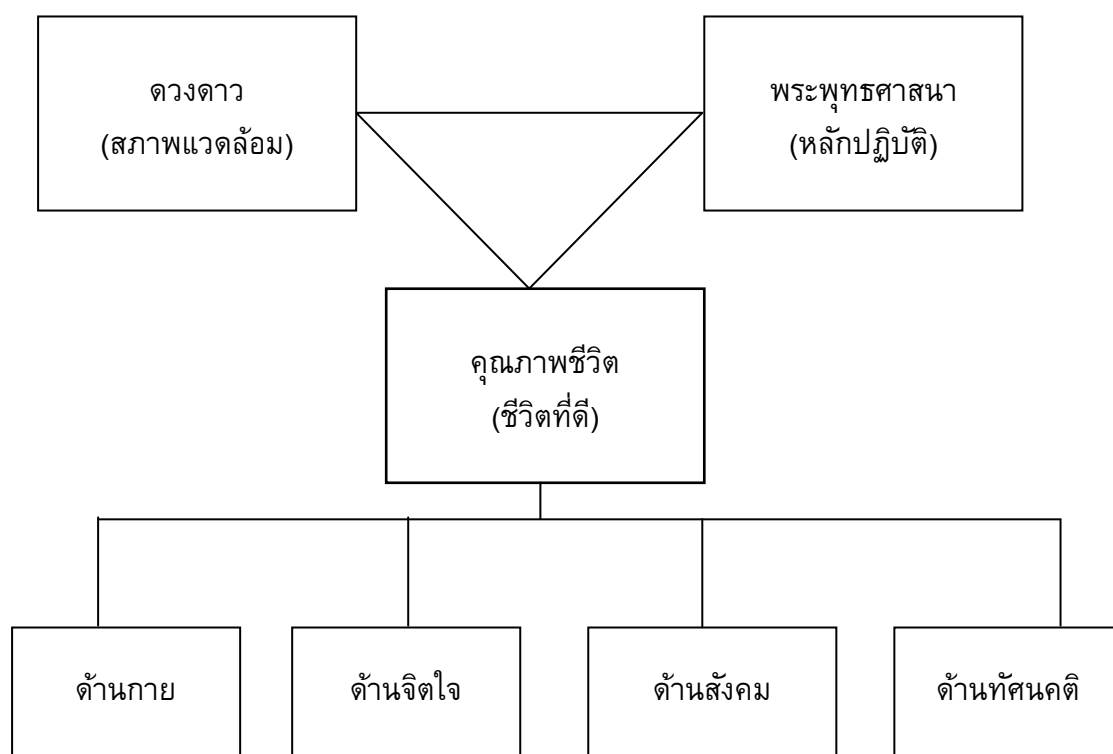
รูปแบบที่ ๑ คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านกาย หมายถึงสุขภาพร่างกาย เป็นความสัมพันธ์ระหว่างกับดวงดาวกับสภาพแวดล้อม ซึ่งมีผลต่อสุขภาพของบุคคล โดยเฉพาะเรื่องฤดูกาล ความร้อน ความเย็น เป็นต้น

รูปแบบที่ ๒ คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ เป็นความสัมพันธ์ระหว่างดวงดาวซึ่งเป็นปัจจัยสัมพันธ์การพัฒนาจิต ปรากฏในรูปของกรรมฐาน เป็นต้น

รูปแบบที่ ๓ คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสังคม เป็นความสัมพันธ์ระหว่างดวงดาวกับมนุษย์ โดยที่มนุษย์นำเรื่องดวงดาวมาเอื้อประโยชน์แก่สังคม เช่น กำหนดเทศกาลและพิธีกรรม ให้สอดคล้องกับฤดูกาล รวมทั้งกิจกรรมซึ่งมีผลต่อการอยู่ร่วมกันของคนในสังคม และการจัดระเบียบสังคมด้วย

รูปแบบที่ ๔ คือการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านทัศนคติ ได้แก่ การพัฒนาสติปัญญา มองชีวิตสัมพันธ์ถึงดวงดาว(โหราศาสตร์)ในเป็นไปในแง่ของความเสื่อมความเจริญของมนุษย์ เป็นการพัฒนาชีวิตเพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และมีสติปัญญารู้ทันโลก

ทั้งสี่รูปแบบนี้มีอิทธิพลในแง่เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นนับตั้งแต่อดีต มีพัฒนาการมาอย่างยาวนานตั้งแต่สมัยโบราณ เข้ามาสู่สังคมไทยผ่านสมัยต่าง ๆ ได้แก่ สุโขทัย อยุธยา รัตนโกสินทร์ กระทั่งรัตนโกสินทร์ในรัชกาลปัจจุบัน (ร.๙) เป็นรูปแบบที่น่าศึกษาและนำมาวิเคราะห์เพื่อให้เห็นถึงแนวคิดวิธีการประยุกต์ใช้และเชื่อมโยงกับหลักพระพุทธศาสนา เพื่อสรรหาแนวทางการส่งเสริมให้เกิดความมั่งคั่งแก่ชีวิตของคนในสังคมไทยปัจจุบัน ซึ่งมีกระบวนการที่จะนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีในด้านต่าง ๆ ดังนี้



๔.๒ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านกาย

ชีวิตของมนุษย์ประกอบด้วยร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักของชีวิต ตามหลักพระพุทธศาสนา ด้านกายเป็นองค์ประกอบอีกส่วนของชีวิต (ซึ่งประกอบขึ้นจากรธาตุดิน น้ำ ลม และไฟ) ในที่นี้ ผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษากาย ๒ ด้าน คือ (๑) ความมีสุขภาพกายที่ดี คือมีความแข็งแรง ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน (๒) ความมีระเบียบวินัยในตนเอง คือสามารถควบคุมความ

ประพัตติของตนได้ การพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่ว่าจะพัฒนาด้านใดด้านหนึ่งย่อมต้องมีความเกี่ยวข้องกับเรื่องด้านเสมอ เพราะหลักการพัฒนาในพระพุทธศาสนานั้นมีลักษณะที่เป็นองค์รวม แม้การพัฒนาด้านกายก็มีความเชื่อมโยงกับดาราศาสตร์ ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งในฐานะเป็นปัจจัยสัมพันธ์ เพราะมนุษย์อาศัยเกิด ดำรงชีวิต และเสียชีวิตบนดาวโลก เราไม่อาจปฏิเสธข้อเท็จจริงเหล่านี้ได้

๔.๒.๑ อิทธิพลของดวงดาวที่มีต่อร่างกาย

แนวคิดเรื่องสุขภาพได้ปรากฏในพระบาลี(พระไตรปิฎก)ซึ่งระบุถึงความเจ็บป่วยต่าง ๆ ว่าเกิดจากหลายสาเหตุ แต่ส่วนหนึ่งนั้นเกิดจากฤดูกาลแปรปรวน(อุตุปริณามชา) ดังพุทธพจน์ว่า “กายนี้มีทุกข์มาก มีโทษมาก เพราะฉะนั้น อาพาธต่างๆ คือ...อาพาธที่เกิดแต่ฤดูแปรปรวน...ความหนาว ความร้อน...”^{๑๑} หรือพุทธพจน์ที่แสดงความเจ็บป่วยหลายประการว่า “...ความเจ็บป่วยที่เกิดจากการเปลี่ยนฤดูกาล...ความหนาว ความร้อน...ความเจ็บป่วยที่เกิดจากการสัมผัสลม แดด”^{๑๒} (ฤดูกาลเกิดจากการที่โลกหมุนรอบดวงอาทิตย์) และคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาในชั้นอรรถกถายืนยันถึงอิทธิพลของดวงจันทร์ว่ามีผลต่อกายภาพของบุคคล^{๑๓} จากหลักฐานดังกล่าวนี้ถือได้ว่าดวงดาวสัมพันธ์ถึงมนุษย์และมีอิทธิพลต่อมนุษย์โดยตรงในแง่ของสุขภาพร่างกาย

โลกธาตุอันเป็นคัมภีร์ดาราศาสตร์โบราณที่มีอิทธิพลต่อสังคมไทย ได้พรรณนาถึงอิทธิพลของดวงดาวต่อระบบเลือดของมนุษย์และสภาพแวดล้อมว่า ปริมาณจักรที่ประกอบด้วยวัตถุหนึ่ง ย่อมสัมพันธ์ถึงปริมาณจักรที่ประกอบด้วยวัตถุอื่น แต่อิงอาศัยกันตามสัดส่วน เช่น คน สัตว์ ต้นไม้ อาศัยถ่ายเทธาตุจากกันและกัน การที่สัตว์และต้นไม้ดำรงชีพอยู่ได้ หรือฝนตก พายุพัด ดินฟ้า อากาศของโลกแปรปรวน ก็เนื่องจากดาวเคราะห์ ความเป็นอยู่ของมนุษย์บนพื้นโลก จึงมีเหตุผลเกี่ยวเนื่องจากอำนาจดาวเคราะห์ เช่น ดวงจันทร์ที่มีอิทธิพลต่อน้ำขึ้นลงในมหาสมุทร ย่อมเกี่ยวไปถึงน้ำที่เป็นส่วนย่อยในร่างกายมนุษย์ด้วย เช่น โลหิตในสตรี ทำให้ผู้หญิงมีระดูตามกำหนดจันทร์คติ^{๑๔}

^{๑๑} งบ.ทสก. (บาลี) ๒๔/๖๐/๘๘, งบ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๓๐, (ความร้อนและความเย็น ภาษาบาลีใช้คำว่า “สีต อุนหิ”)

^{๑๒} ขุ.มहा. (บาลี) ๒๙/๕/๑๐, ขุ.มहा. (ไทย) ๒๙/๕/๑๗ (สัมผัสที่เกิดจากลมและแสงแดด ภาษาบาลีใช้คำว่า “วาตาทป สมุสสุสา”)

^{๑๓} วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๐๙/๘๑-๘๒

^{๑๔} พระสารประเสริฐ (ตรี นาคระทีป), โลกธาตุ, (กรุงเทพมหานคร: คณะอนุกรรมการจัดทำเอกสารและบทความสดุดีบทความสำคัญ สำนักงานเอกลักษณ์ของชาติ, ๒๕๓๘), หน้า ๑๓-๑๕.

ทางแพทย์แผนไทยอันเป็นภูมิปัญญาโบราณที่อยู่กับสังคมไทยมาช้านานบอกสาเหตุของการเกิดโรคภัย คือสภาพอากาศร้อนและหนาวเย็น^{๑๕} ซึ่งอาจมีมากหรือน้อยจนร่างกายไม่สามารถปรับสมดุลได้ จึงก่อให้เกิดโรคภัยตามมา

ในปัจจุบัน อิทธิพลของดวงดาวที่มีต่อกายภาพของมนุษย์ บรรจบ บรรณรุจิ ให้ข้อคิดเห็นว่า การโคจรของดวงดาวมีส่วนสัมพันธ์ทางกายภาพ เช่น การไหลเวียนของเลือด และมีความสัมพันธ์กับภูมิอากาศรอบตัวมนุษย์ ถ้าจะถือว่าดวงจันทร์เป็นดาวดวงหนึ่ง ข้างขึ้นจะทำให้เกิดการสูบฉีดของเลือดสูงขึ้น แต่ถ้าเป็นข้างแรมอาการจะเบาลง เรื่องความเจ็บป่วยของมนุษย์ดวงดาวก็เป็นปัจจัยสัมพันธ์ให้เกิดขึ้น^{๑๖}

นิพนธ์ ทรายเพชร ให้ข้อคิดเห็นว่า ดวงดาวที่มีอิทธิพลต่อชีวิตมนุษย์จริง ๆ มีสองดวงคือ ดวงอาทิตย์และดวงจันทร์ เช่น ดวงอาทิตย์เป็นดาวที่สำคัญที่สุดสำหรับสิ่งมีชีวิตที่เกิดบนโลกนี้ ถ้าไม่มีดวงอาทิตย์ โลกก็จะเย็นตัวลงทำให้ไม่มีสิ่งมีชีวิตเกิดขึ้นบนโลกได้^{๑๗}

สุพจน์ นิธินันท์ ให้ข้อคิดเห็นว่า พลังงานความร้อนที่แผ่ออกจากดวงอาทิตย์สร้างความอบอุ่นให้กับโลก ทำให้พืชและสัตว์เจริญเติบโตสืบเชื้อสายดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคง และการที่โลกโคจรไปรอบดวงอาทิตย์โดยที่แกนโลกเอียงไปจากแนวตั้งตรงทำให้เกิดฤดูกาลต่าง ๆ เช่น ฤดูร้อน ฤดูหนาว เกิดการเปลี่ยนแปลง ทำให้สิ่งมีชีวิตปรับตัวไปตามสภาพอากาศร้อนหรือหนาวเย็นที่เปลี่ยนแปลงไป^{๑๘}

ผู้เชี่ยวชาญพระพุทธศาสนาและดาราศาสตร์ต่างก็ให้ข้อคิดเห็นสอดคล้องกันว่า ดวงดาวมีอิทธิพลต่อร่างกายมนุษย์ในลักษณะต่างๆ เช่น มีผลต่อระบบในร่างกายและการเจริญเติบโต เป็นต้น

ดังนั้น จึงเชื่อได้ว่าดวงดาวมีอิทธิพลต่อร่างกายมนุษย์ทั้งทางตรงและทางอ้อม ทางตรงคือก่อให้เกิดความร้อนและความเย็น การไหลเวียนของโลหิต ตลอดจนการทำงานของร่างกาย การทางตัว (เกิดจากแรงโน้มถ่วงของดวงดาว) การเจริญเติบโตโดยรวมของมนุษย์และสัตว์ ทางอ้อมคือก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงเป็นฤดูกาลต่าง ๆ ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมที่มนุษย์

^{๑๕} โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์, *สุขภาพไทย วัฒนธรรมไทย*, (กรุงเทพฯ: สำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ, ๒๕๕๐), หน้า ๒๓.

^{๑๖} สัมภาษณ์ ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาควิชาภาษาตะวันออก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาภาษาศาสตร์และมานุษยวิทยา สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๐ ก.ย. ๒๕๕๖.

^{๑๗} สรุปลำคำสัมภาษณ์ อาจารย์นิพนธ์ ทรายเพชร, ราชบัณฑิตยสถานดาราศาสตร์, ผู้เชี่ยวชาญพิเศษด้านดาราศาสตร์และอวกาศของสสวท., ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖.

^{๑๘} สรุปลำคำสัมภาษณ์ อาจารย์สุพจน์ นิธินันท์, นักวิชาการศึกษาด้านการพิเศษศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษา ท้องฟ้าจำลองกรุงเทพมหานคร, ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖.

อาศัยอยู่ การปรับตัวให้สมดุลกับสภาพของดวงดาวถือว่าเป็นแนวคิดของการดูแลสุขภาพที่สำคัญทีเดียว

ผู้วิจัยเห็นว่า การที่เราทำความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างดวงดาวกับร่างกายของมนุษย์ (อุตุนิยมกับพีชนิยม) จะทำให้มีท่าทีที่ถูกต้องต่อดวงดาวและรู้จักใช้ประโยชน์จากธรรมชาติรอบตัว เช่น ปรับพฤติกรรมให้สอดคล้องกับฤดูกาล เพื่อความมีสุขภาพดี เป็นต้นได้

ก. การดูแลสุขภาพร่างกายโดยอาศัยแสงจากดาวฤกษ์ (ดวงอาทิตย์)

บรรดาดาวต่าง ๆ ในระบบสุริยจักรวาล ดวงอาทิตย์เป็นดาวฤกษ์ซึ่งอยู่ในกลุ่มดาวนพเคราะห์ ดวงอาทิตย์ได้เผาไหม้ตัวเอง แล้วปล่อยพลังงานออกมา ทั้งมนุษย์ พืชและสัตว์ต่างก็ได้อาศัยพลังงานจากดวงอาทิตย์ในการดำรงชีวิต โดยเฉพาะพลังงานแสงหรือแสงแดด ซึ่งมีผลต่อการเจริญเติบโตของมนุษย์รวมทั้งพืชและสัตว์ในด้านกายภาพ^{๑๙}

แนวคิดเรื่องการใช้ประโยชน์จากแสงของดวงอาทิตย์เพื่อสุขภาพ ปรากฏในพระไตรปิฎกส่วนพระวินัย ดังที่พระพุทธเจ้ามีพุทธานุญาตให้ดูแลสุขภาพและการใช้ชีวิตประจำวันโดยอาศัยแสงจากดวงอาทิตย์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไม่พึงเก็บบาตรไว้ทั้งที่ยังไม่แห้ง รูปใดเก็บไว้ ต้องอาบัติทุกกฏ ภิกษุทั้งหลายเราอนุญาตให้เอาบาตรผึ่งแดดก่อนจึงค่อยเก็บ”^{๒๐} หรือการนำสิ่งของเครื่องใช้ เช่น พรหมปูพื้น เตียง ตั่ง ฟูก หมอน ผ้าปูนั้น ผ้าปูนอน ผึ่งผึ่งแดด^{๒๑} กล่าวได้ว่าเป็นการใช้แสงเพื่อสุขภาพน้อย มีความปลอดภัยโรค หรือถ้ามีเชื้อโรคก็เป็นการทำเชื้อโดยอาศัยแสงเป็นตัวช่วย

ทางการแพทย์ โดยการค้นคว้าของแพทย์ในกรุงวอร์ซอ ประเทศโปแลนด์ (ปี ๑๙๒๒) ได้พิสูจน์ว่าการได้รับแสงดวงอาทิตย์มีสรรพคุณในการบำบัดและรักษาโรคกระดูกอ่อนได้ และสารป้องกันที่ร่างกายสร้างขึ้นเมื่อแสงอาทิตย์สัมผัสผิวก็คือวิตามินดี ๓ อีกหนึ่งศตวรรษต่อมา นักวิจัยในสหรัฐอเมริกาและอังกฤษได้พิสูจน์ว่าการรับประทานอาหารฉายแสงช่วยป้องกันโรคกระดูกอ่อนในเด็กและโรคกระดูกน่วมในผู้ใหญ่ได้ (อาหารฉายแสงคืออาหารที่ใช้รังสีฆ่าเชื้อแบคทีเรียและแมลงบางชนิด เป็นวิธียืดอายุอาหารและเพิ่มวิตามินดี ๓ ที่เข้มข้นตามธรรมชาติ) ในปัจจุบันได้มีงานวิจัยค้นคว้าจำนวนมากที่ชี้ให้เห็นว่าผู้ที่ได้รับแสงจากดวงอาทิตย์ในระดับที่เหมาะสมมีอัตราเสี่ยงจากโรคมะเร็งต่อมลูกหมาก มะเร็งเต้านม มะเร็งลำไส้เล็ก

^{๑๙} ความเห็นในเชิงรายละเอียดของอาจารย์นิพนธ์ทรายเพชร และ อาจารย์สุพจน์ นิธินันท์ ใน “บทสัมภาษณ์เพื่อประกอบงานวิจัย” (ภาคผนวก) ประกอบ.

^{๒๐} วิ.จุ. (บาลี) ๗/๒๕๔/๑๒, วิ.จุ. (ไทย) ๗/๒๕๔/๒๐-๒๑. วิ.จุ. (บาลี) ๗/๓๕๗/๑๕๕-๑๕๖, วิ.จุ. (ไทย) ๗/๓๕๗/๒๒๔-๒๒๕.

^{๒๑} วิ.จุ. (บาลี) ๗/๓๕๗/๑๕๕-๑๕๖, วิ.จุ. (ไทย) ๗/๓๕๗/๒๒๔-๒๒๕.

โรคกระดูกพรุน โรคกล้ามเนื้อหัวใจตายฉับพลัน โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคซึมเศร้า เป็นต้น น้อยกว่าผู้ที่ได้รับแสงอาทิตย์ ซึ่งเป็นแหล่งพลังงานรวมของวิตามินดี ๓ อันเป็นปัจจัยสำคัญ^{๒๒}

ฉะนั้น ในทางการแพทย์ถือว่าแสงแดดมีประโยชน์ในการทำลายเชื้อโรค ป้องกันและช่วยลดอัตราความเสี่ยงในการเกิดโรคต่างๆ ได้ เห็นได้ว่าเป็นแนวคิดเรื่องประโยชน์ของแสงแดดมีความสอดคล้องกับหลักที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาดังกล่าวมา

ในด้านปัญหาสุขภาพของคนไทยในปัจจุบัน ส่วนที่เกี่ยวกับแสงแดดก็คือการไม่ได้รับแสงแดดอย่างเพียงพอ ทำให้ร่างกายขาดวิตามินดี ๓ ดังที่ **ถนอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร**^{๒๓} เปิดเผยงานวิจัยซึ่งระบุว่า พบผู้หญิงไทยอายุเฉลี่ย ๒๕-๔๐ ปี มีค่าเฉลี่ยวิตามินดีในเลือดต่ำกว่าค่ามาตรฐานเฉลี่ยอยู่ที่ ๒๐ นาโนกรัมต่อมิลลิลิตร ซึ่งน้อยกว่าค่ามาตรฐาน คือต้องมากกว่า ๓๐ นาโนกรัมต่อมิลลิลิตร สาเหตุเกิดจากค่านิยมที่อยากมีผิวขาว จึงมีพฤติกรรมหลบเลี่ยงแสงแดดหรือกิจกรรมกลางแจ้ง รวมทั้งจากการใช้ครีมกันแดด สวมเสื้อผ้าหรืออุปกรณ์ป้องกันแสงแดด และการอยู่เฉพาะแต่ในห้องที่มีแสงแดดส่องไม่ถึง จนผิวหนังไม่ได้สัมผัสกับแสงแดด

นางถนอมวงศ์ กล่าวอีกว่า พฤติกรรมดังกล่าวส่งผลให้แสงแดดซึ่งมีคุณสมบัติในการสร้างวิตามินดีให้กับร่างกาย ซึ่งเป็นวิตามินที่ส่งเสริมให้มีการดูดซึมแคลเซียมในลำไส้เข้าสู่กระแสเลือด และช่วยยับยั้งการหลั่งพาราไทรอยด์ฮอร์โมนซึ่งเป็นฮอร์โมนอันตรายที่จะไปสลายแคลเซียมออกจากกระดูก กรณีดังกล่าวจะส่งผลให้เกิดความเสี่ยงต่อโรคเกี่ยวกับกระดูกคือโรคกระดูกพรุน และทำให้กระดูกต้นขาเปราะและหักง่ายเมื่อผู้หญิงมีอายุเข้าสู่ช่วงสูงวัย ช่วงเวลาที่จะได้รับวิตามินดีคือช่วงเช้าและช่วงเย็น หรือช่วงที่แดดไม่แรงเกินไปจนได้รับอันตรายจากรังสีอัลตราไวโอเล็ต ที่ทำลายเซลล์ผิวหนัง^{๒๔}

กล่าวได้ว่า ในเบื้องต้นของการดูแลสุขภาพควรต้องเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างดวงอาทิตย์กับโลก รวมทั้งร่างกายของมนุษย์ด้วย แล้วปรับพฤติกรรมให้ได้รับแสงแดดอย่างเพียงพอและเหมาะสม ตลอดจนการอยู่อาศัยในสถานที่ที่มีอากาศถ่ายเทและมีแสงแดดส่องถึง ก็จะทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีคือความไม่มีโรคภัย ซึ่งเกิดจากอิทธิพลของดาวฤกษ์โดยตรง แต่มนุษย์ต้องปรับพฤติกรรมให้สอดคล้อง ถึงจะได้รับประโยชน์

สรุปว่า การจะทำให้ร่างกายแข็งแรงซึ่งสัมพันธ์กับดวงดาวนั้นสามารถทำได้ ๓ วิธีที่สามารถทำควบคู่กันเพื่อนำไปสู่คุณภาพชีวิตในด้านกาย คือ

^{๒๒} ชานจิต ไซปรา, **คัมภีร์สุขภาพ**, แปลโดย ชีร์ ทิพกฤต, (กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์สุขภาพ อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๗), หน้า ๑๑๐-๑๒๑.

^{๒๓} อาจารย์ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

^{๒๔} สสส (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ), <<http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/news/36484>>, 16 September 2013.

- ๑) การรับแสงแดดในอุณหภูมิพอดี เพื่อเสริมสร้างวิตามินดี ๓ ให้กับร่างกาย
- ๒) การอยู่ในเคสสถานที่มีแสงแดดส่องถึงหรือบรรยากาศที่อบอุ่น
- ๓) การใช้เครื่องนุ่งห่มและสิ่งของเครื่องใช้ที่สะอาดโดยอาศัยแสงจากดวงอาทิตย์ ฆ่าเชื้อและป้องกันการเจริญเติบโตของเชื้อโรคต่าง ๆ

เมื่อทราบว่าการมีแสงแดดมีประโยชน์ต่อร่างกายและปรากฏเป็นพระวินัยสำหรับพระสงฆ์ ผู้วิจัยเห็นว่า การทำกายบริหารวิธีพุทธด้วยการเดินจงกรมหรือการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างมีสติ (กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน) ควรนำมาประยุกต์ให้สัมพันธ์กับช่วงเวลาที่แสงแดดมีอุณหภูมิพอเหมาะคือช่วงเช้าและช่วงเย็น ด้วยการเดิน ยืน นั่ง หรือนอนท่ามกลางแสงแดดที่เอื้อต่อสุขภาพ เชื่อว่าจะช่วยเสริมสร้างกระดูกให้แข็งแรง ลดอาการเหน็บชาและการปวดกระดูกอันเกิดจากการปฏิบัติได้ เชื่อว่าจะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพโดยตรงและส่งเสริมการปฏิบัติให้มีความก้าวหน้าตามลำดับด้วย

ข. การรักษาสุขภาพร่างกายในฤดูกาล

การโคจรและหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงของดวงดาวก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในธรรมชาติบนโลก ดวงดาวที่มีอิทธิพลโดยตรงคือโลกและดวงอาทิตย์ เนื่องจากการเคลื่อนที่รอบดวงอาทิตย์ของโลกในลักษณะที่แกนเอียงทำให้เกิดฤดูกาลต่าง ๆ ขึ้นภายในโลก เป็นผลที่มนุษย์ได้รับโดยตรง ในพระพุทธศาสนาปรากฏข้อปฏิบัติตนในฤดูกาลต่าง ๆ ว่า “ถ้าเป็นฤดูหนาว ฟังเปิดหน้าต่างกลางวัน ปิดกลางคืน ถ้าเป็นฤดูร้อน ฟังปิดหน้าต่างกลางวัน เปิดกลางคืน”^{๒๕} สำหรับประเทศไทยอยู่ใกล้เส้นศูนย์สูตรของโลกซึ่งเป็นเขตร้อนมีลมมรสุมพัดผ่านมี ๓ ฤดู คือฤดูร้อน ฤดูฝน และฤดูหนาว

- ๑) ฤดูร้อน เริ่มตั้งแต่เดือนมีนาคมถึงเดือนพฤษภาคม
- ๒) ฤดูฝน เริ่มตั้งแต่เดือนมิถุนายนถึงเดือนตุลาคม
- ๓) ฤดูหนาว เริ่มตั้งแต่เดือนพฤศจิกายนถึงเดือนกุมภาพันธ์^{๒๖}

สรุป นวัตกรรมให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมว่า การที่โลกโคจรไปรอบดวงอาทิตย์โดยที่แกนโลกเอียงไปจากแนวตั้งตรงทำให้เกิดฤดูกาลต่าง ๆ เช่น ฤดูร้อน ฤดูหนาว เกิดการ

^{๒๕} วิ.จู.(บาลี) ๗/๓๕๗/๑๕๕-๑๕๖ , วิ.จู. (ไทย) ๗/๓๕๗/๒๒๕.

^{๒๖} นิพนธ์ ทราญเพชร, จักรวาลและอวกาศ, (กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น, ๒๕๓๕), หน้า

เปลี่ยนแปลงหมุนเวียนฤดูกาลเป็นวัฏจักรในรอบปี ทำให้สิ่งมีชีวิตปรับตัวไปตามสภาพอากาศ ร้อนหรือหนาวเย็นที่เปลี่ยนแปลงไป^{๒๗}

นิพนธ์ ทรายเพชร ให้ข้อคิดเห็นว่า ธรรมชาติของดวงดาวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมนุษย์ เช่น ดวงอาทิตย์นั้นร้อน มนุษย์ก็ต้องปรับพฤติกรรมด้วยการเปลี่ยนไปอยู่ในที่เย็น อยู่ในร่ม หรือปลูกต้นไม้ให้ร่มเงา หรือสร้างบ้านในลักษณะที่หันไปทางดวงอาทิตย์ในเชิงมุมก็มีความสำคัญ การสร้างบ้านสร้างโบสถ์สามารถกำหนดฤดูได้โดยสังเกตจากแสงที่ลอดเข้าผ่านช่องที่กำหนดไว้ซึ่งใช้บอกองศา^{๒๘}

กล่าวได้ว่าเรื่องสภาพอากาศสัมพันธ์กับมนุษย์โดยตรง เรื่องดังกล่าวปรากฏว่าเป็นส่วนหนึ่งของคำสอนทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพ การรู้จักเลือกกาลและเทศะ(Time and Space)คือเลือกฤดูกาล ดินฟ้า อากาศ และภูมิประเทศ หรือที่อยู่อาศัย ได้แก่ สถานที่ไม่หนาวจัดหรือร้อนจนเกินไป แต่มีบรรยากาศที่เหมาะสม ย่อมส่งเสริมความมั่งคั่งของชีวิตได้

ดังนั้น การปรับสมดุลให้ร่างกายมีสุขภาพกายที่ดี ไม่เกิดโรคภัย สามารถทำได้โดยการเลือกสถานที่(เทศะ)หรือที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย ในทางพระพุทธศาสนาได้แนะนำวิธีการปฏิบัติเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยในฤดูกาลต่าง ๆ ว่า ถ้าเป็นฤดูหนาว ควรเปิดหน้าต่าง กลางวัน ตอนกลางคืนให้ปิด เพื่อสร้างความอบอุ่นให้ร่างกาย และในฤดูหนาวเป็นต้น ควรอยู่ในที่มีแสงแดดอุ่นหรือสิ่งให้ความอบอุ่น ตลอดจนรู้จักเลือกใช้ปัจจัยสี่ คืออาหาร เครื่องนุ่งห่ม อาหาร และยารักษาโรค ให้สอดคล้องกับบรรยากาศและฤดูกาลที่แปรเปลี่ยนไปในแต่ละช่วงของปี ตามหลักปฏิบัติที่จะทำให้เกิดความสุขกายที่แข็งแรงในเบื้องต้น คือ

๑) การอยู่ในสถานที่ที่มีอากาศเหมาะกับสภาพของร่างกายของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นส่วนของสภาพแวดล้อมที่ต้องเลือกสรร เช่น ไม่ร้อนจัดหรือหนาวจัด เป็นต้น

๒) รู้จักพิจารณาปัจจัยสี่ เช่น อาหารที่เหมาะสมกับช่วงฤดูกาล และรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

วิธีการเหล่านี้ จะทำให้บุคคลมีสุขภาพกายที่ดี นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี คือ

๑) ร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วย

๒) ทำงานได้มากขึ้น

๓) ไม่ต้องสูญเสียรายจ่าย

๔) มีอารมณ์แจ่มใส

^{๒๗} สัมภาษณ์ อาจารย์สุพจน์ นิธินันท์, นักวิชาการศึกษาคณะมนุษยศาสตร์เพื่อการศึกษา ท้องฟ้าจำลองกรุงเทพมหานคร, ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๒๘} สัมภาษณ์ อาจารย์นิพนธ์ ทรายเพชร (ราชบัณฑิตสาขาวิชาดาราศาสตร์, ผู้เชี่ยวชาญพิเศษด้านดาราศาสตร์และอวกาศของสสวท.), ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖

๕) ไม่เป็นภาระของสังคม

ผู้วิจัยเห็นว่า การจะมีสุขภาพทางกายที่ดีก็คือการมีสุขภาพกายที่แข็งแรง ซึ่งความมีสุขภาพที่แข็งแรงนี้ย่อมเอื้อให้บุคคลประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ได้ เพราะความไม่มีโรคภัยมาเบียดเบียน อย่างน้อยที่สุดก็ไม่เป็นภาระของครอบครัวและสังคม จึงปรากฏคำสอนในทางพระพุทธศาสนาอยู่มากแห่ง เช่น การเลือกอุตุสัปปายะ(บรรยากาศที่เอื้อต่อการปฏิบัติ)หรือการเลือกปฏิรูปเทศะ(สถานที่ที่เอื้อต่อการพัฒนาชีวิต)ซึ่งล้วนมีความสัมพันธ์กับดวงดาวทั้งสิ้น แต่สิ่งเหล่านี้จัดว่าเป็นปัจจัยภายนอกที่จะเอื้อให้เกิดการพัฒนาภายในระดับเบื้องต้น แต่ก็มีผลสำคัญในฐานะเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีของการพัฒนาชีวิตที่จะเป็นรากฐานของการพัฒนาที่สูงขึ้นไป

จึงกล่าวได้ว่า นี่คือการสัมพันธ์ระหว่างพีชะ(ร่างกาย) และอุตุ (ดวงดาว) ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมเป็นปัจจัยสัมพันธ์ถึง ก่อเกิดเป็นปัจจัยการแห่งความเสี่ยงและความเจริญของชีวิต ดังนั้น การดูแลรักษาสุขภาพร่างกายจึงถือเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่สำคัญประการหนึ่ง

๔.๒.๒ การสร้างระเบียบวินัยโดยอาศัยดวงดาว

การสร้างระเบียบวินัยโดยอาศัยดวงดาว เห็นได้จากการเข้าจำพรรษาในช่วงฤดูฝนของพระสงฆ์ที่กำหนดเอาการที่ดวงจันทร์โคจรไปเพ็ญในกลุ่มดาวอาสาหะ(กลุ่มดาวราศีหมี) ดังพุทธพจน์ว่า ภิกษุทั้งหลาย วันเข้าพรรษานี้มี ๒ วันคือ วันเข้าพรรษาดัน และวันเข้าพรรษาหลัง เมื่อพระจันทร์เพ็ญเสวยฤกษ์อาสาหะล่วงไปแล้ววันหนึ่ง พึงเข้าจำพรรษาดัน เมื่อพระจันทร์เพ็ญเสวยฤกษ์อาสาหะล่วงไปแล้วเดือนหนึ่ง พึงเข้าจำพรรษาหลัง ภิกษุทั้งหลาย วันเข้าพรรษามี ๒ วันเหล่านี้แล^{๒๙}

กล่าวได้ว่าพระพุทธเจ้าทรงใช้กลุ่มดาวฤกษ์อาสาหะมาเป็นเกณฑ์กำหนดเขตแดนระหว่างพรรษาดันและพรรษาหลัง เพื่อสร้างวินัยให้แก่หมู่สงฆ์

นอกจากนี้พระพุทธองค์ยังมีพุทธานุญาตให้มีวันปวารณา ๒ วัน คือวัน ๑๔ ค่ำ และวัน ๑๕ ค่ำ^{๓๐} โดยการเข้าพรรษาจะทำในวันพระจันทร์ข้างแรม คือวันแรม ๑ ค่ำ ส่วนการปวารณาออกพรรษานิยมทำในวันพระจันทร์ข้างขึ้น ดังความว่า การเข้าพรรษาย่อมสำเร็จในกาฬปักข์ (พระจันทร์ข้างแรม) ไม่สำเร็จในชุลนปักข์(พระจันทร์ข้างขึ้น) ปวารณาในวันมหาปวารณาย่อมสำเร็จในชุลนปักข์ ไม่สำเร็จในกาฬปักข์^{๓๑} หรือการเลือกสถานที่อันส่งเสริมการ

^{๒๙} วิ.ม. (บาลี) ๔/๑๘๔/๒๐๓, วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๘๔/๒๙๒-๒๙๓.

^{๓๐} วิ.ม. (บาลี) ๔/๒๑๒/๒๓๘-๒๓๙, วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๑๒/๓๓๗.

^{๓๑} วิ.ป. (บาลี) ๘/๓๒๓/๒๖๕, วิ.ป. (ไทย) ๘/๓๒๓/๔๓๙.

พัฒนากายในแง่ของวินัยกระทั่งการพัฒนาจิต มักกระทำภายใต้บรรยากาศที่เหมาะสมเรียกว่า อุตุสปปายะ^{๓๒} นั้นเอง

สังคมไทยในอดีตและปัจจุบันได้รับอิทธิพลแนวความคิดจากพระพุทธศาสนา จึงมีการจัดถือศีลอุโบสถตลอดสามเดือนในช่วงฤดูฝน ถือว่าเป็นการใช้ปรากฏการณ์จากดวงดาวให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาชีวิตในด้านวินัยภายใต้ข้อกำหนดที่อาศัยดวงดาว ดังที่ **บรรจบ บรรณรุจิ** แสดงทัศนะในมุมมองของนักศาสนา ว่า

การประยุกต์ใช้ในเรื่องหนึ่ง คือ พระพุทธเจ้าบอกให้พระศีกษาเรื่องวัน เดือน ปี ฤดูกาล เพื่อใช้สวดพระปาฏิโมกข์ ก็หมายความว่าพระก็ต้องเรียนรู้เรื่องดาววันเดือนปี ซึ่งวันเดือนปีสัมพันธ์กับการโคจรของดวงดาว เพราะการกำหนดวันเดือนปีก็ต้องอาศัยดวงดาว ที่สำคัญคือดวงอาทิตย์กับดวงจันทร์เป็นหลัก และพระพุทธเจ้าก็บอกให้พระเราศีกษาเพื่อจะกำหนดวันเดือนปีถูก กำหนดขึ้นแรมถูก เพราะวันเดือนปีสัมพันธ์กับดวงดาว^{๓๓}

ขณะที่ **นิพนธ์ ทรายเพชร** แสดงทัศนะในมิติของนักดาราศาสตร์ ว่า

การประยุกต์ใช้เรื่องดวงดาวมีในแทบทุกที่ แม้กระทั่งพระพุทธศาสนา การตั้งชื่อวันก็นำชื่อดาวมาตั้งชื่อวันต่าง ๆ วัน ๘ คำ ๑๕ คำ เป็นวันซึ่งศาสนาพุทธกำหนดเป็นวันสำคัญ เป็นการกำหนดจากตำแหน่งของดวงจันทร์ซึ่งเคลื่อนที่รอบโลก การเคลื่อนที่ของดวงจันทร์ครบหนึ่งรอบ คิดเป็นตัวเลขได้ ๒๙.๕๓ วัน เราก็เอาตัวเลขนี้มาทำเป็นปฏิทิน เรียกว่า ปฏิทินจันทรคติ เนื่องจากวันที่เป็นเศษส่วนไม่ได้ ฉะนั้น จึงบังคับให้เดือนมีทั้งเดือนเต็ม ๓๐ วัน และเดือนขาด ๒๙ วัน เป็นปฏิทินจันทรคติแบบไทย ปฏิทินจันทรคติจะมีวันสำคัญ ๔ วันในศาสนาพุทธซึ่งถือว่าเป็นวันพระ (วันขึ้นและแรม ๘ คำ) วันแรม ๑๔ หรือ ๑๕ คำ ถือว่าเป็นวันพระใหญ่ สมัยโบราณไม่มีปฏิทินก็กำหนดเอา

^{๓๒} อุตุ หมายถึง ฤดู ดินฟ้าอากาศ สภาพแวดล้อม ภาวะร้อนเย็น, ส่วนสปปายะ คือสิ่งที่เหมาะสม สิ่งที่เกิดอุล ช่วยสนับสนุนในการบำเพ็ญภาวนาให้ได้ผลดี ช่วยให้สมาธิ ตั้งมั่น ไม่เสื่อมถอย (อุตุปี กสฺส จิ สโต, กสฺสจि อุโณห สปปาโย โหติ. ตสฺมา ย โภชน วา อุตฺ วา เสวนตสฺส ผาสฺ โหติ, อสฺมาหิต วา จิตฺตํ สมายิติ, สฺมาหิต วา ถิตฺร โหติ, ต โภชน โส จ อุตฺ สปปาโย, อิตฺร โภชน อิตฺโร จ อุตฺ อสปปาโย. แม้อุตุพระโยคีบางรูปมีอุตุเย็นเป็นสปปายะ บางมีรูปมีอุตุร้อนเป็นสปปายะ เมื่อเธอเสพอภชนะหรืออุตุนใดเกิดความผาสุก จิตที่ยังไม่ตั้งมั่น ย่อมตั้งมั่น จิตที่ตั้งมั่นแล้ว มีธรรมชาติมั่นคง โภชนะ หรืออุตุนั้นเป็นสปปายะ นอกจากนี้เป็นอสปปายะ) วิสุทธิ. (บาลี-ไทย) ๒/๕๙/๓๕

^{๓๓} สัมภาษณ์ ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาควิชาภาษาตะวันออก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาภาษาศาสนศาสตร์ สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๐ ก.ย. ๒๕๕๖.

ดวงจันทร์บนท้องฟ้าโดยตรง เช่น เห็นดวงจันทร์ขึ้นครั้งดวงตอนหัวค่ำ จะเป็นวันพระขึ้น ๘ ค่ำ ทุกสังคมีมีการประยุต์ ไม่เว้นแม้แต่สังคศาสนา^{๓๔}

และ สุพจน์ นิธินันท์ แสดงทัศนะ ว่า

นักบวชหรือพระในสมัยก่อนมักเป็นนักดาราศาสตร์ด้วย พิธีกรรมทางศาสนาต่าง ๆ กำหนดให้มีพิธีกรรมขึ้นตามการนับวันเดือนปี ซึ่งการนับวันเดือนปีนั้น วันมีที่มาจาก การหมุนรอบตัวเองของโลก เดือนมีที่มาจากการโคจรของดวงจันทร์รอบโลกและปีเกิดจากที่โลกโคจรรอบดวงอาทิตย์ พระพุทธศาสนาใช้การเกิดข้างขึ้นข้างแรมของดวงจันทร์มากำหนดวันพระ วันโกน และวันสำคัญต่าง ๆ ในพุทธศาสนา เช่น วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชาและวันมาฆบูชา เป็นต้น^{๓๕}

ดังนั้น อุตุความหนาวเย็นหรือร้อน ฤดูกาล ข้างขึ้นหรือข้างแรมของดวงจันทร์ เป็นต้น กำหนดใช้เป็นกรอบของพฤติกรรมในลักษณะสร้างสรรค์วินัยให้กับชีวิต และก่อให้เกิดการเปลี่ยนพฤติกรรมทางกายบางอย่างในทางที่ดีได้

การทำกายให้สงบโดยหลักปฏิบัติที่อาศัยสภาพแวดล้อมช่วยเพื่อนำไปสู่ความวิเวก^{๓๖} ในเบื้องต้นเรียกว่า “กายวิเวก” คือการอยู่ในที่สงัด สงบ เช่น ป่า เป็นต้น ซึ่งเอื้อต่อการพัฒนา ปัจจุบันมีวัดหลายแห่งจัดวัดให้มีความรื่นรมย์ด้วยธรรมชาติ ก็เพื่อให้กายสะอาดและส่งเสริมให้จิตสงบ อันจะช่วยเอื้อให้เกิดจิตวิเวกตามมัจจนพัฒนาไปสู่ขั้นสูง(อุปวิเวก)

กิจกรรมภายใต้ความสงบอันเกิดจากสภาพแวดล้อม ทางพระพุทธศาสนา กำหนดให้มีการถือศีลในวัน ๑๕ ค่ำหรือ ๘ ค่ำ ตามข้างขึ้นหรือข้างแรมของดวงจันทร์ เรียกว่า อุโบสถศีล^{๓๗} เพื่อคุมกายให้เรียบร้อยโดยใช้สถานที่ภายในวัดเป็นต้น ซึ่งถือว่าเป็นสถานที่เอื้อให้จิตสงบและเอื้อต่อการพัฒนาจิตสูงขึ้นไปด้วยลำดับ เขียนแสดงความสัมพันธ์ได้ดังนี้

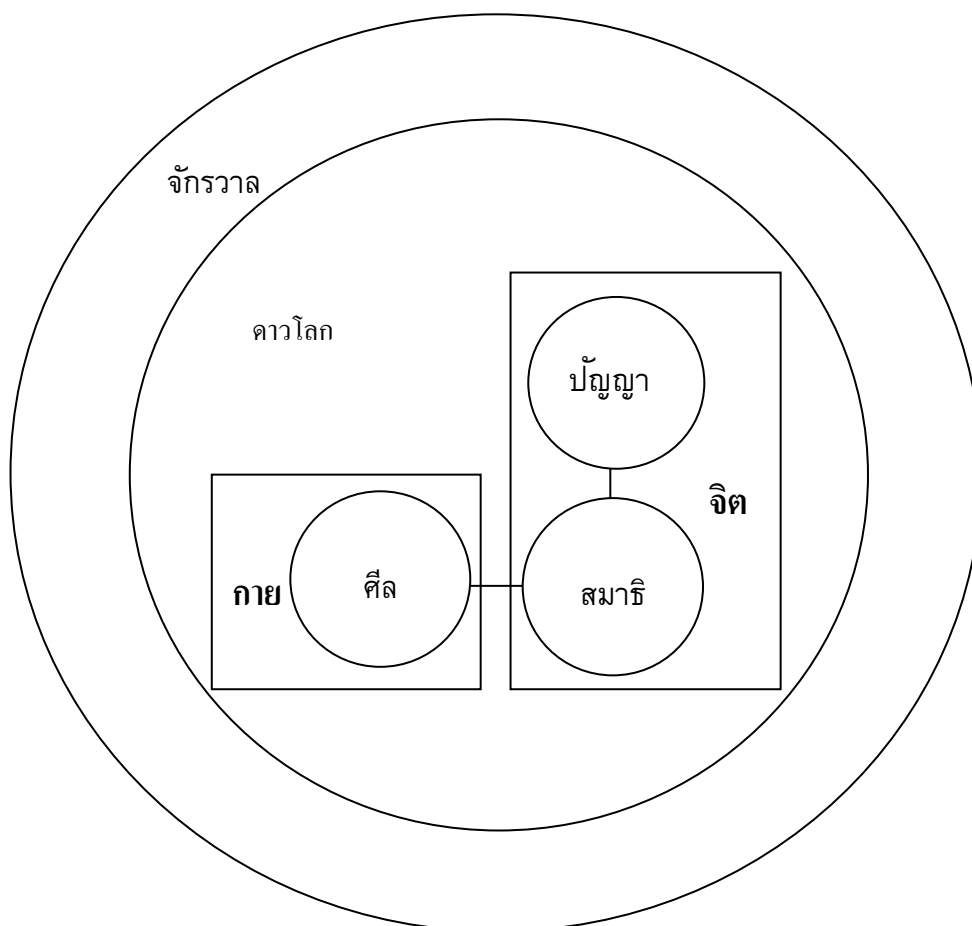
อุตุ (ดวงดาว) → ศีล (กายวิเวก) → สมาธิ (จิตตวิเวก) → และปัญญา(อุปวิเวก)

^{๓๔} สัมภาษณ์ อาจารย์นิพนธ์ ทรายเพชร (ราชบัณฑิตสาขาวิชาดาราศาสตร์, ผู้เชี่ยวชาญพิเศษด้านดาราศาสตร์และอวกาศของสสวท.), ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๓๕} สัมภาษณ์ อาจารย์สุพจน์ นิธินันท์, นักวิชาการศึกษาคำาณการพิเศษศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษา ท้องฟ้าจำลองกรุงเทพมหานคร, ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๓๖} วิเวก คือความสงัด มี ๓ ระดับ คือสังัดกาย สังัดจิต และสังัดเกิดกิเลส (ขุ.ม.(บาลี) ๒๙/๔๙/๑๑๖-๑๑๘), ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๔๙/๑๗๐)

^{๓๗} ศีลที่รักษาเป็นอุโบสถหรือศีลที่รักษาในวันอุโบสถ ได้แก่ ศีล ๘ ที่อุบาสกอุบาสิกาสมาทานรักษาเป็นการจำศีลในวันพระ คือขึ้นและแรม ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ แรม ๑๔ ค่ำในเดือนขาด (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๕๖๕.



ลักษณะการใช้ประโยชน์จากดวงจันทร์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตคือเป็นตัวช่วยจัดสรรระเบียบวินัยนี้ บรรจบ บรรณรุจิ กล่าวว่า ในแง่พฤติกรรม พระพุทธศาสนาสอนให้คนรักษาศีลในวัน ๘ คำ ๑๕ คำ โดยให้ตั้งสติกำหนดรักษาศีลที่วัดหรือที่บ้านก็ได้^{๓๔} ดังนั้น เห็นได้ว่าสังคมไทยในปัจจุบันได้ใช้เรื่องดวงดาวเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยการรักษาศีลในวันอุโบสถ และขยายผลไปถึงการงดเว้นสิ่งให้โทษ เช่น งดเหล้าในช่วงฤดูการเข้าพรรษา ก็เป็นรูปแบบที่ยังคงอิทธิพลอยู่ในปัจจุบัน

การมีคุณภาพชีวิตที่ดีก็คือความมีระเบียบวินัย(ศีล) พระพุทธศาสนาได้กำหนดเอาดวงดาวมาเป็นเครื่องมือให้เกิดการรักษาศีล ซึ่งถือเป็นรากฐานของการพัฒนาที่สำคัญทีเดียว ในดับของฆราวาสก็คือศีล ๕ ตลอดจนอุโบสถศีลที่รักษาตามจันทรคติกาล ส่วนบรรพชิตได้แก่สิกขาบทในพระปาฏิโมกข์และนอกพระปาฏิโมกข์ ข้อวินัยเหล่านี้ จะนำไปสู่การสร้างสรรคคุณภาพที่ชีวิตที่ดีอันเป็นผลสำเร็จ คือ

^{๓๔} ข้อคิดเห็นจากการสัมภาษณ์ ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาภาษาตะวันออก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาสังคมศาสตร์ สาขาสันติศาสตร์ สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๐ ก.ย. ๒๕๕๖.

- ๑) มีวินัยในการทำงาน
- ๒) มีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม
- ๓) รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนได้
- ๔) ไม่สร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่น

ผู้วิจัยเห็นว่า การพัฒนากายด้วยหลักของศีลโดยอาศัยการโคจรของดวงจันทร์เป็นต้นนี้ เป็นความสัมพันธ์ระหว่างกรรม(พฤติกรรม) จิต และอตุ(ดวงดาว) ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาบุคคลและสังคมโดยรวม เพราะเมื่อบุคคลมีวินัยในตนเอง ก็จะสามารถควบคุมตนให้อยู่ในกรอบกติกาการยาของสังคมได้ ย่อมถือว่าเป็นความเจริญของบุคคลนั้นและถือเป็นความเจริญของสังคมด้วย เพราะบุคคลถือเป็นหน่วยหนึ่งของสังคม จะสังเกตได้จากประเทศที่พัฒนาแล้ว ย่อมจะมีวินัยสูงกว่าประเทศที่กำลังพัฒนา หรือบุคคลที่พัฒนาแล้ว ย่อมมีวินัยสูงกว่าบุคคลที่กำลังพัฒนา เช่น วินัยบนท้องถนนหรือวินัยในการทำงาน เป็นต้น วินัยเป็นตัวชี้วัดความเจริญและความดีของคุณภาพของบุคคลได้

สังคมไทยเป็นสังคมที่ยังต้องพัฒนาในเรื่องระเบียบวินัยเพื่อให้ทัดเทียมกับนานาชาติอารยประเทศ โดยเฉพาะการรู้จักควบคุมตนเองนับเป็นรากฐานที่สำคัญในการสร้างระเบียบของชีวิตในด้านต่าง ๆ ปัจจุบันสังคมไทยได้ใช้การโคจรของดวงจันทร์เป็นต้นมาเป็นเครื่องกำหนดหมายเพื่อพัฒนาชีวิต โดยเฉพาะกำหนดหมายเวลา วัน เดือน และปี (ซึ่งเกิดจากการโคจรของดาวโลก ดวงจันทร์ และดวงอาทิตย์ที่สม่ำเสมอ) แสดงให้เห็นว่าแม้ดวงดาวเองก็ยังมีความเที่ยงตรง มีการโคจรสม่ำเสมอ มีการควบคุมวิถีการโคจรของตน และมีระยะห่างที่สมดุล เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งของดวงดาว ทำให้ดวงดาวยังคงรักษาดำแหน่งและวิถีการโคจรของตนไว้ได้ แม้ชีวิตของมนุษย์หรือคนในสังคมก็เช่นกัน ควรมีความเที่ยงตรงต่อเวลา มีการควบคุมตัวเอง มีความสม่ำเสมอในการทำหน้าที่และรับบทบาทของตน ไม่ล่วงล้ำสิทธิของผู้อื่น จึงจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่าและสามารถพัฒนาชีวิตให้สูงขึ้นได้

ดังนั้น การบริหารร่างกายกิติ ความมีระเบียบวินัย(ศีล)กิติ ย่อมมีลักษณะที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตคือมีมิติของการเชื่อมโยงไปถึงจิตใจ เนื่องจากร่างกายเป็นที่อาศัยของจิต(กุหาสย) ถ้าวร่างกายเจ็บป่วยย่อมเป็นอุปสรรคในการปฏิบัติธรรมและยังจะเป็นภาระของหมู่คณะและสังคมโดยรวมด้วย การบริหารร่างกายให้แข็งแรงหรือการดูแลสุขภาพในลักษณะต่าง ๆ (มีความสัมพันธ์กับระเบียบวินัยในตนเองด้วย) ความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายกับจิตในแง่ของการพัฒนาชีวิต ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า

ในกาลใด ผม เล็บ และขนของพระโยคินั้นยาวไป หรือร่างกายหมักหมมด้วยเหงื่อไคล ในเวลานั้นวัตถุกายในชื่อว่าเป็นธรรมชาติไม่สะสลาย คือไม่สะอาด ส่วนในกาลใด จีวรของเธอเก่าเศร้าหมอง มีกลิ่นเหม็น หรือว่าเสนาสนะรกเรื้อ ในเวลานั้นวัตถุกายนอก ชื่อว่าเป็นธรรมชาติไม่สะสลายคือไม่สะอาด เมื่อวัตถุทั้งภายในภายนอกไม่สะสลาย แม้

ญาณในจิตและเจตสิกที่เกิดขึ้น ก็ย่อมเป็นธรรมชาติที่ไม่บริสุทธิ์ เหมือนแสงสว่างแห่งเปลวประทีปที่อาศัยตัวโคมประทีปเกลียวไส้และน้ำมันที่ไม่บริสุทธิ์เกิดขึ้นฉะนั้น และเมื่อเธอพิจารณาสังขารทั้งหลายด้วยญาณที่ไม่บริสุทธิ์ แม้สังขารทั้งหลายก็จะเป็นอันปรากฏชัด เมื่อประกอบกรรมฐานไปเนื่อง ๆ แม้กรรมฐานก็ย่อมไม่ถึงความเจริญ ความงอกงาม ความไพบูลย์ได้

แต่เมื่อวัตถุทั้งภายในภายนอกมีความสละสลวย แม้ญาณในจิตและเจตสิกที่เกิดขึ้น ย่อมเป็นธรรมชาติสละสลวยคือบริสุทธิ์ เหมือนแสงสว่างแห่งเปลวประทีปที่อาศัยตัวโคมประทีป เกลียวไส้ และน้ำมันที่บริสุทธิ์เกิดขึ้นฉะนั้น และเมื่อเธอพิจารณาสังขารทั้งหลายด้วยญาณที่บริสุทธิ์ แม้สังขารทั้งหลายก็จะเป็นอันปรากฏชัด เมื่อประกอบกรรมฐานไปเนื่อง ๆ แม้กรรมฐานก็ย่อมถึงความเจริญ ความงอกงาม ความไพบูลย์ได้^{๓๙}

ความสัมพันธ์ระหว่างสุขภาพร่างกายกับจิตใจนี้ นับว่ามีอิทธิพลถึงกัน สามารถจะพัฒนาชีวิตต่อไปในมิติของจิตวิญญาณได้ ซึ่งผู้วิจัยจะได้นำเสนอและวิเคราะห์ในหัวข้อต่อไป

๔.๓ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ

พระพุทธศาสนากำหนดสิ่งที่อยู่รอบตัวมนุษย์เพื่อใช้เป็นเครื่องมือพัฒนาจิตของแต่ละบุคคล เรียกว่า “กรรมฐาน” แปลว่า ที่ตั้งของการกระทำ^{๔๐} (ทั้งสมถะและวิปัสสนา) มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้จิตไม่หวั่นไหว โดยเชื่อว่าเมื่อกายและจิตมีความพร้อมย่อมบรรลุกิจต่าง ๆ กระทั่งพัฒนาให้เกิดปัญญาได้

การพัฒนาจิตโดยการนำเรื่องดวงดาวซึ่งเป็นธรรมชาติรอบตัวมาเป็นเครื่องสนับสนุนการปฏิบัติธรรม ย่อมส่งผลด้านบวกต่อการพัฒนาจิต ดังคำว่า “แม้อุตุ พระโยคีบางรูปมีอุตุเย็นเป็นสัปายะ บางมีรูปมีอุตุร้อนเป็นสัปายะ เมื่อเธอเสพอภชนะหรืออุตุอันใดเกิดความ

^{๓๙} วิสุทธิ. (บาลี-ไทย) ๒/๖๑/๓๗-๓๘

^{๔๐} อสุภะ ๑๐ กายคตาสติ ๑ เหมาะกับคนที่มึนสยักรักสวयรักงาม (ราคจริต) , พรหมวิหาร ๔ วรณกสิณ ๔ เหมาะกับคนที่ใจร้อนหุนหัน โกรธง่าย (โทสจริต) , อานาปานสติ ๑ เหมาะกับคนที่หลงลืม ชีเมง และครุ่นคิด กังวล (โมหจริต/วิตกจริต), อนุสติ ๖ เหมาะกับคนที่ศรัทธา ซาบซึ้งง่าย (ศรัทธาจริต), มรณานุสติ อุปमानุสติ อาหาเรปฏิกูลสัญญา จตุธาตววัฏฐาน เหมาะกับคนที่ชอบพิจารณา (พุทธิจริต), ปฐวีกสิณ (เพ่งดิน) อาโปกสิณ (เพ่งน้ำ) เตโชกสิณ (เพ่งไฟ) วาโยกสิณ (เพ่งลม) อากาสกสิณ (เพ่งอากาศ) อาโลกกสิณ (เพ่งแสงสว่าง) อรูป ๔ ทั้งหมดนี้เป็นกรรมฐานที่เหมาะสมสำหรับคนทุกจริตนิสัย (วิสุทธิ. (บาลี-ไทย) ๑/๔๗/๔๐๕)

ผาสุก จิตที่ยังไม่ตั้งมั่น ย่อมตั้งมั่น จิตที่ตั้งมั่นแล้ว มีธรรมชาติมั่นคง โภชนะหรืออุตุนั้นเป็น สัมปายะ...”^{๔๑}

ฉะนั้น การเลือกฤดูกาล สภาพอากาศ จึงนับว่ามีผลต่อการฝึกฝนพัฒนาจิตให้สูง เพื่อให้มีจิตประกอบด้วยเจตสิกฝ่ายดี เช่น สติ สมาธิ เป็นต้น อันเป็นคุณสมบัติในฝ่ายดีที่กำหนดสภาวะจิตที่ดี หรือการมีสุขภาพจิตที่ดีนั่นเอง เป็นสิ่งที่มุ่งเน้นในหัวข้อนี้

๔.๓.๑ การพัฒนาจิตภายใต้การโคจรของดาวเคราะห์ (โลก)

ในทางดาราศาสตร์ปัจจุบันถือว่าการที่โลกมีแกนเอียงหมุนรอบดวงอาทิตย์ก่อให้เกิด ฤดูกาลต่าง ๆ ทำให้บรรยากาศของโลกแต่ละช่วงเวลามีความแตกต่างกัน ซึ่งเป็นแนวคิดที่ต่าง จากดาราศาสตร์โบราณที่มีความเชื่อว่าฤดูกาลเกิดจากดวงอาทิตย์โคจรไปในราศีต่าง ๆ

สำหรับในประเทศไทยมี ๓ ฤดู คือ (๑) ฤดูร้อน อยู่ในช่วงประมาณกลางเดือน กุมภาพันธ์ถึงกลางเดือนพฤษภาคม (๒) ฤดูฝน อยู่ในช่วงกลางเดือนพฤษภาคมถึงประมาณ กลางเดือนตุลาคม (๓) ฤดูหนาว เริ่มประมาณกลางเดือนตุลาคมถึงกลางเดือนกุมภาพันธ์^{๔๒}

พระพุทธศาสนาถือว่าฤดูกาลเป็นปรากฏการณ์ธรรมชาติ เป็นไปตามกฎธรรมชาติที่ เรียกว่า “อุตุนิยาม” ฤดูกาลจึงเป็นเรื่องที่มีกฎเกณฑ์เกิดขึ้นตามเหตุและปัจจัย ไม่ใช่เรื่องเหนือ ธรรมชาติ แต่เป็นเรื่องธรรมชาติที่มีเหตุและผลสามารถอธิบายได้ ในสังคมไทยจึงมีกรรมหนึ่งซึ่ง มีทำหน้าที่พยากรณ์อากาศเรียกว่า “กรมอุตุนิยามวิทยา” เป็นเครื่องยืนยันในเรื่องดังกล่าว

ใน ๓ กาลดังกล่าว มีฤดูกาลที่ลัทธิศาสนาต่างถือการอยู่จำเพื่อใช้เป็นสถานการณ์ ปฏิบัติธรรม ก็คือฤดูฝน ช่วงเวลาดังกล่าวนี้นับเป็นระยะเวลาสำหรับการปลูกพืชผลทางการเกษตร ในทางพระพุทธศาสนาพระพุทธเจ้าทรงบัญญัติให้พระสงฆ์อยู่จำพรรษา ๓ เดือน (“พรรษา” แปลว่า ฤดูฝน, “จำ” แปลว่า พักอยู่) เริ่มนับตั้งแต่วันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ของทุกปี (หรือเดือน ๘ หลัง ถ้ามีเดือน ๘ สองหน) และสิ้นสุดลงในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ เพราะไม่ทรงต้องการให้ พระสงฆ์จาริกเผยแผ่ศาสนาไปตามสถานที่ต่าง ๆ เช่นที่เคยทำมาเพราะการเดินทางยากลำบาก กว่าฤดูกาลอื่น และจะทำให้พืชพรรณธัญญาหารในท้องไร่นาเกิดความเสียหาย การอยู่จำพรรษา จึงเป็นประเพณีนิยมสืบต่อกันมามากกว่า ๒,๕๐๐ ปี

ในช่วงฤดูฝนนี้ จำนวนพระสงฆ์ที่จำพรรษาในวัดจะมีมากกว่าฤดูกาลอื่น ทำให้วัดมี ลักษณะเป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้และการปฏิบัติธรรมมากกว่าในเวลาอื่น นอกจากได้ แลกเปลี่ยนประสบการณ์และสร้างความสามัคคีในหมู่คณะสงฆ์แล้ว พระสงฆ์บางรูปได้ใช้โอกาส นี้ตั้งจิตอธิษฐานทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จ เช่น ในสมัยพุทธกาล ก็มีพระจักขุบาลเถระผู้ตั้งจิต

^{๔๑} วิสุทธิ. (บาลี-ไทย) ๒/๕๙/๓๕

^{๔๒} ดูรายละเอียดเพิ่มเติมใน มหาวิทยาลัยมหิดล: วิทยาลัยศาสนศึกษา

ก. การฝึกจิตโดยใช้แสงจากดวงอาทิตย์และดวงจันทร์

หลักการฝึกจิตโดยทั่วไปจะพบว่ามีภาวนาจิตไปยึดกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพื่อให้จิตสงบเป็นสมาธิ แม้ในพระพุทธศาสนาเองก็ได้กำหนดวิธีการฝึกไว้ ๔๐ วิธี มีบางวิธีที่เกี่ยวข้องกับดวงดาว โดยนำมาประยุกต์ใช้กับปฏิบัติการทางจิตได้ คัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาได้พรรณนาถึงวิธีการนำแสงสว่างจากดวงจันทร์และดวงอาทิตย์มาเป็นเครื่องมือสำหรับฝึกจิต ดังนี้ว่า (วิธีที่หนึ่ง)

พระโยคาวจร เมื่อจะเรียนเอาอาโลกกสิณ ย่อมถือเอานิมิตในแสงสว่างที่ช่องฝาก็ได้ ที่ช่องดาลก็ได้ ที่ช่องหน้าต่างก็ได้ ดังนี้ ก่อนอื่นสำหรับพระโยคาวจรผู้มีบุญกระทำอธิการไว้แล้ว เพียงได้เห็นแสงสว่างแห่งพระอาทิตย์ก็ดี แสงสว่างแห่งพระจันทร์ก็ดี ลอดเข้าไปในช่องฝาเป็นต้นอย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วทำดวงให้ตั้งขึ้นที่ฝาหรือว่าที่พื้น หรือว่าลอดออกมาระหว่างกิ่งไม้ที่มีใบทึบหรือระหว่างซุ้มไม้ที่มีกิ่งทึบ แล้วทำดวงให้ตั้งขึ้นที่พื้นนั้นเทียว เข้าเท่านั้น นิมิตก็ย่อมเกิดขึ้นได้ พระโยคาวจรเมื่อนอนนี้พึงเจริญดวงแสงอันมีประการดังกล่าวแล้วนั้นนั่นแหละไปว่า “แสง แสง” ดังนี้ ก็ได้ว่า “สว่าง สว่าง” ดังนี้ก็ได้^{๔๔} วิธีที่สอง มีวิธีการ ดังนี้ว่า

โยคีผู้เคยปฏิบัติมาแล้ว กำหนดนิมิตได้ในธรรมชาติ เขอมองดูนิมิตต่าง ๆ เช่น ในแสงจันทร์ แสงอาทิตย์ . . . โยคีใหม่ย่อมแตกต่างออกไป โยคีใหม่นั้นกำหนดนิมิตได้ในที่เตรียมไว้ . . . โยคินีเลือกเอากำแพงที่หันหน้าทางทิศตะวันออกหรือตะวันตก เธอเอาน้ำใส่ถ้วยจนเต็ม วางไว้ในที่มีแสงอาทิตย์ ในบริเวณใกล้น้ำนี้ทำให้เกิดมณฑล(วงหรือดวง)ของแสงสว่าง แสงสว่างย่อมเกิดขึ้นและสะท้อนกลับไปที่กำลังกำแพง จากมณฑลนี้ เธอมองเห็นแสงสว่างได้ที่กำแพงนี้^{๔๕}

จะเห็นว่า มีการใช้ประโยชน์จากดวงดาวโดยอาศัยแสงสว่างเพื่อเป็นอุบายในการฝึกจิตได้ ผลที่เกิดจากการปฏิบัติ จะทำให้จิตสงบเป็นสมาธิและมีอภิญญาหรือพลังจิตที่สูง และเมื่อกล่าวถึงขั้นตอนและวิธีการ สรุปว่า สำหรับแนวปฏิบัติที่จะทำให้จิตมีคุณสมบัติในฝ่ายดีด้วยการอาศัยหลักทางดาราศาสตร์มาประยุกต์ใช้ คือ

๑) เลือกบรรยากาศ รวมถึงสถานที่ในการปฏิบัติอันเป็นปัจจัยแวดล้อมเอื้อต่อการพัฒนาจิตให้มีอารมณ์ที่ดี ซึ่งปัจเจกบุคคลต้องมีความรู้ในเรื่องของสภาพดินฟ้าอากาศด้วย

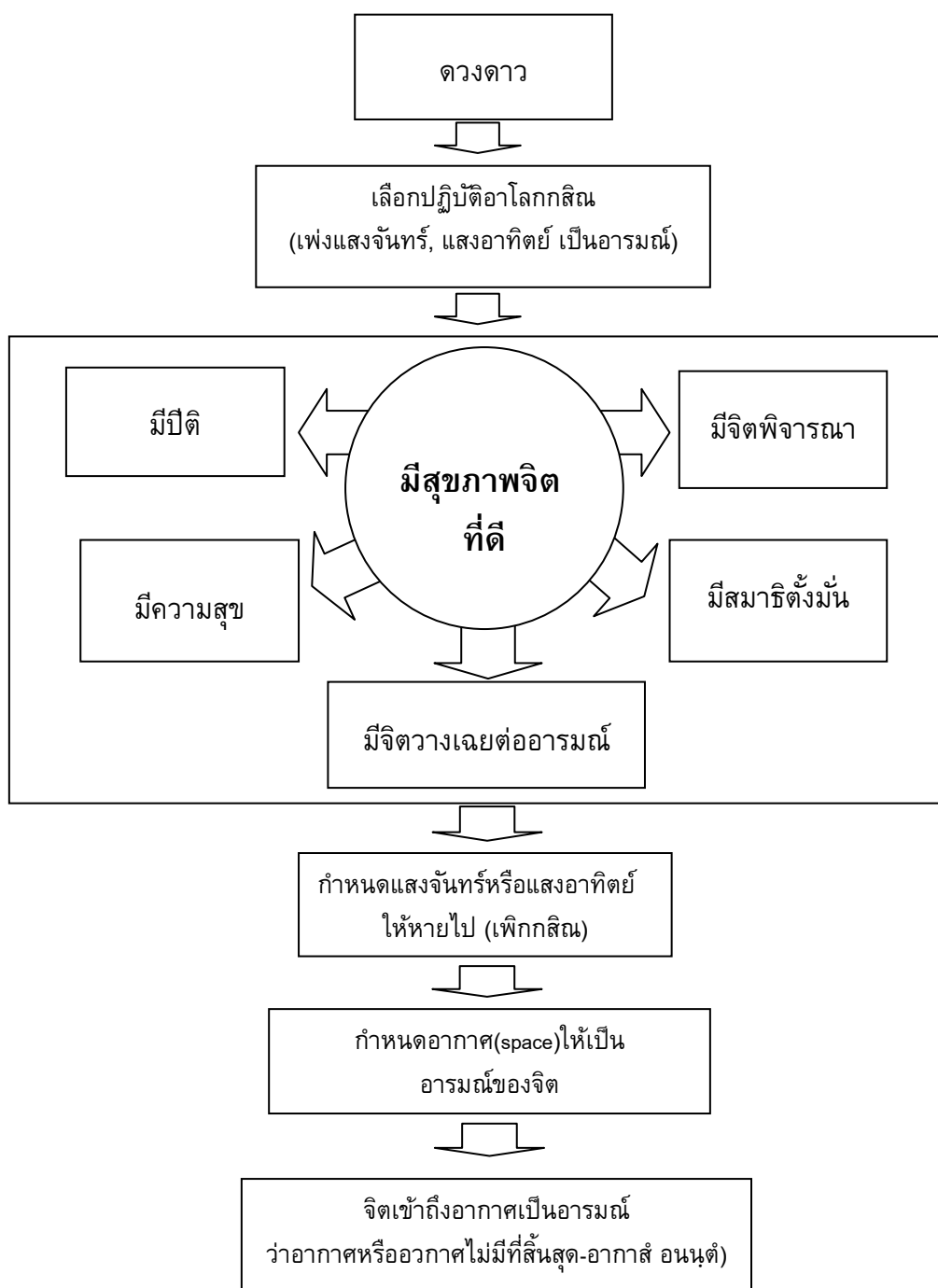
๒) เลือกกรรมฐานอันเป็นที่ให้จิตยึดเหนี่ยวโดยใช้แสงดวงอาทิตย์และแสงจันทร์ หรือที่เรียกว่า “อาโลกกสิณ - กสิณแสงสว่าง”

^{๔๔} วิสุทธิ. (บาลี-ไทย) ๒/๙๘/๑๙๖, วิสุทธิ. (บาลี-ไทย) ๒/๙๙/๑๙๗ - ๑๙๘.

^{๔๕} วิมุตติมรรค, หน้า ๑๒๓ - ๑๒๔.

๓) กำหนดจิตเฉพาะอารมณ์ คือแสงอาทิตย์หรือแสงจันทร์เพียงอย่างเดียว เพื่อเข้าถึงความสงบ (เอกัคตา)

สามขั้นตอนการปฏิบัตินี้จะช่วยให้กำจัดอารมณ์ด้านลบออกไปและเพิ่มพลังบวกคือเพิ่มอารมณ์ในฝ่ายดีอันจะช่วยให้จิตมีกำลังที่ดี ซึ่งเป็นคุณสมบัติของการพัฒนาจิตโดยตรง เขียนลำดับความสัมพันธ์ได้ ดังนี้



ปัจจุบันสำนักปฏิบัติบางแห่งในประเทศไทยได้ประยุกต์แสงจากดวงดาวมาอยู่ในรูปของของลูกแก้วกลมแทนแสงจันทร์และดวงอาทิตย์ เช่น วัดพระธรรมกาย เพื่อใช้เป็นอุปกรณ์สำหรับปฏิบัติ ซึ่งนับเป็นพัฒนาการจากอดีตสู่ปัจจุบัน

ขณะที่ในสายอภิญญาก็ปรากฏการเพ่งดาวฤกษ์คือดวงอาทิตย์เพื่อขจัดปัดเป่าสิ่งไม่ดีให้กับผู้นำของประเทศไทย ดังกรณีของ พระครูสุเทพสุทธินุคุณ(เจ้าอาวาสวัดศรีบุญเรือง จ.เชียงใหม่)เพ่งดวงอาทิตย์เพื่อปัดเป่าเสนียดจัญไรให้กับนายกยิ่งลักษณ์ ชินวัตรและคณะรัฐบาลไทย^{๔๖} ถือเป็นการประยุกต์ใช้ดาวฤกษ์เพื่อสร้างพลังจิตในอีกรูปแบบหนึ่ง

ผู้วิจัยเห็นว่า การประยุกต์ในลักษณะดังกล่าวนี้ จะนำไปสู่การสร้างสรรพปัญญาได้ จะต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของจริยธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น ความมีเมตตา และมีการพัฒนาต่อไปสู่การสร้างสรรพปัญญาจึงจะพันทุกซ์ได้โดยถาวร

ข. การพัฒนาจิตอันเกิดจากความง่วงโดยอาศัยดาวฤกษ์

อุปสรรคของการสร้างสมาธิอย่างหนึ่งก็คือความง่วง ๑ เป็นตัวขวางกั้นไม่ให้จิตมีความบริสุทธิ์และผ่องใส ความง่วงหรืออาการไม่สดชื่น อาจเกิดจากหลายสาเหตุ เช่น การอยู่ในบรรยากาศที่ปลอดแสงหรือเกิดจากฤดูกาลก็เป็นได้^{๔๗} ดังกรณีของพระเถระชื่อโมคคัลลานะ ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงอุบายสำหรับแก้ความง่วงโดยใช้ดาวฤกษ์ว่า ให้ลุกขึ้นยืน แล้วลูบนัยน์ตาด้วยน้ำ เหลียวดูทิศทั้งหลาย แหงนดูดาวนักษัตรฤกษ์ หรือทำในใจถึงอาโลกสัญญาคือ ความสำคัญในแสงสว่าง ตั้งความสำคัญไว้ว่ากลางวันในจิต ให้เหมือนกันทั้งกลางวันและกลางคืน มีใจเปิดเผยคลี่คลาย ไม่มีอะไรหุ้มห่อ ทำจิตให้โปร่งใส ข้อนี้จะเป็นเหตุให้ละความง่วงได้^{๔๘}

จากที่กล่าวมานี้ ทำให้ทราบถึงการใช้ประโยชน์จากสภาพแวดล้อมที่มีอยู่รอบตัว เช่น ดาวนักษัตร(ดาวฤกษ์)เป็นเครื่องช่วยในการละนิวรณ์อย่างถีนะมิทระ(ความง่วง) เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ช่วยให้กำจัดความง่วงได้ และยังทำให้เห็นอีกวิธีการคือการจำโนภาพของแสงสว่างโดยกำหนดไว้ในจิต ซึ่งเป็นวิธีที่สองของการแก้ไขอาการเชื่องซึมดังกล่าวเป็นต้นนี้

^{๔๖} เดลินิวส์ <<http://www.dailynews.co.th/Content/regional/192644/>>, 5 January 2014.

^{๔๗} แสงแดดช่วยให้อารมณ์แจ่มใส มีผลวิจัยพบว่า ผู้หญิงบางคนที่อยู่ในแถบประเทศที่มีฤดูหนาว ซึ่งมีแสงสว่างน้อยเป็นเวลายาวนาน จะเกิดอารมณ์ซึมเศร้าที่เกิดตามฤดูกาล แสดงถึงว่าแสงแดดมีผลต่อระบบประสาทและอารมณ์ ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะแสงแดดช่วยให้สมองหลั่งฮอร์โมนเอ็นโดฟินซึ่งเป็นสารแห่งความสุข, นิตยสารชีวจิต ฉบับประจำวันที 16 มกราคม 2546 อ้างใน <<http://www.oknation.net/blog/print.php?id=831456>>, 23 December 2013.

^{๔๘} อัง.สตตก.(บาลี) ๒๓/๔๘/๗๐ - ๗๑, อัง.สตตก.(ไทย) ๒๓/๔๘/๑๑๖- ๑๑๗. (บาลีว่า นกขตุตานิ ตารกุปานิ อุลโลเกยยาสิ)

ผู้วิจัยเห็นว่า ลำพังการแหงนดูดาวจะระงับความง่วงได้อย่างไร เพราะอาการง่วงของพระโมคคัลลานะดูมิใช่น้อย มิฉะนั้นพระพุทธรองค์คงไม่ตรัสสอนวิธีแก้ไว้ตั้งมากมาย ที่สำคัญแสงแห่งดาวในยามค่ำคืนก็ใช้ว่าจะมีมากจนแรงแให้ตาสว่างตื่นจากความง่วงได้ ลำพังแค่การแหงนดูดาวแล้วความง่วงจะหายไปนั้นดูไม่ชอบด้วยเหตุผล ตรงกันข้ามอาจจะเป็นการส่งเสริมให้เพิ่มทวีความง่วงมากกว่าเดิมก็เป็นได้ เพราะผู้เจริญกรรมฐานเห็นดาวแล้วเกิดการผ่อนคลายทางจิตยิ่งทำให้ง่วงมากกว่าเดิมอีก ฉะนั้น การแหงนดูดาวน่าจะต้องมีองค์ประกอบสำหรับพิจารณาเพิ่มเข้ามาอีก คือการกำหนดให้รู้ว่าดาวอะไร สีอะไร มีสัญญาณอย่างไร ก็ดวงอยู่ทิศอะไร เป็นฤกษ์ที่เท่าไรในฤกษ์ทั้ง ๒๗ ซึ่งน่าจะเป็นสิ่งที่พระโมคคัลลานะทราบดีอยู่แล้ว เพราะท่านเองก็เรียนจบไตรเพทมาก่อน การเพิ่มรายละเอียดเข้ามาเป็นเครื่องให้จิตได้พิจารณา ย่อมช่วยให้จิตที่ง่วงนั้นให้ตื่น ด้วยเหตุนี้อุบายแก้ความง่วงด้วยการแหงนดูดาวที่พระพุทธรองค์ประทานแก่พระโมคคัลลานะ มีรายละเอียดที่ลึกลงไป มิใช่เพียงการมองดูดาวเพียงอย่างเดียว แต่ต้องประกอบด้วยการพิจารณาตามด้วย ซึ่งความดังกล่าวมานี้สอดคล้องกับที่พระอรหันตญาณจารย์กล่าวถึงโยคีผู้ใส่ใจแสงจากดวงดาว (มนสิการอาโลกสัญญา) สามารถจะละนิรณคือความง่วงได้ ว่า

พระโยคาวจรผู้ผลัดเปลี่ยนอิริยาบถอื่นจากอิริยาบถที่จะถูกถีนมิทระครอบงำอยู่ก็ดี ผู้มนสิการถึงแสงดวงจันทร์ แสงประทีป และแสงคบเพลิงในตอนกลางคืน และแสงดวงอาทิตย์ในตอนกลางวันอยู่ก็ดี ผู้อยู่ในที่แจ้งก็ดี ผู้คบหากัลยาณมิตรที่ละถีนมิทระได้แล้วเช่นกับพระมหากัสสปเถระก็ดี ก็ย่อมละถีนมิทระได้^{๔๙}

การใช้แสงดาวมาแก้ไขในลักษณะนี้ ในโลกปัจจุบันอาจใช้ได้สำหรับบางพื้นที่เท่านั้น เพราะบางพื้นที่มีแสงไฟจ้า ทำให้ไม่สามารถมองเห็นแสงดาวได้สะดวกโดยเฉพาะตามเมืองใหญ่ ๆ การแก้ไขข้อบกพร่องของจิตบางอย่างอาจต้องเลี้ยวไปใช้วิธีการอื่น เช่น อยู่ในที่ๆ มีแสงสว่างมาก ๆ ด้วยแสงไฟฟ้าในยามกลางคืน หากไม่สามารถใช้วิธีการข้างต้นได้ หรือบางครั้งต้องอยู่ในที่ที่มีแสงแดดส่องถึง จะเป็นบรรยากาศที่ช่วยสร้างความกระตือรือร้นได้ ดังคำข้างต้นว่า ผู้อยู่ในที่แจ้ง ย่อมละความง่วงได้

บุคคลจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีซึ่งเกิดจากการพัฒนาจิตโดยอาศัยแสงดาวฤกษ์ ผลสำเร็จจะทำให้เป็นผู้ที่มีศรัทธาเชื่อมั่นในการปฏิบัติและมีจิตที่เป็นสมาธิสูง และเมื่อมีจิตใจที่มั่นคงไม่หวั่นไหว ก็จะมีเชื่อมั่นในตนเองและสิ่งที่ตนกระทำก่อนข้างสูงทีเดียว สามารถจะปฏิบัติหน้าที่และทำกิจต่างๆ ให้สำเร็จได้โดยง่าย เพราะไม่มีความลังเลใจหรือเกิดความสับสน

^{๔๙} ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๑๕/๓๐๐-๓๐๑.

ในทางจิตหรือมีอุปสรรคทางจิตนั่นเอง ฉะนั้นความมั่นคงของจิต จึงนับเป็นปัจจัยของความสำเร็จในแทบทุกด้านของการดำเนินชีวิต

ดังนั้น กระบวนการเหล่านี้จะนำบุคคลไปสู่การมีคุณภาพชีวิตในทางจิตวิญญาณโดยตรง เมื่อปฏิบัติตามวิธีการดังกล่าวมา จะได้รับผลคือการมีคุณภาพชีวิตที่พึงประสงค์ดังนี้

- ๑) มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง คือมีวิวัฒนาการทางอารมณ์ (สมาธิโต)
- ๒) มีจิตใจปลอดโปร่ง ไม่เครียดหรือตกอยู่ในภาวะกดดัน (ปริสุทฺโธ)
- ๓) สภาพจิตใจอยู่ในภาวะที่พร้อมจะทำงานให้สำเร็จลุล่วง(กมฺมณีโย)

เพราะวิธีการปฏิบัติดังกล่าวมาเป็นวิธีการพัฒนาจิตวิญญาณให้สูงขึ้น โดยใช้ธรรมชาติรอบตัวเช่นแสงจากดวงดาวหรือมีการประยุกต์ในลักษณะอื่นของสมัยปัจจุบัน ผลสำเร็จก็คือความเป็นผู้มีจิตใจที่สงบ และเป็นรากฐานของการพัฒนาปัญญาซึ่งเป็นระดับที่สูงขึ้นไป ดังหลักการทางพระพุทธศาสนาที่ว่า “เมื่อจิตสงบย่อมเห็นตามความเป็นจริง”

ในหัวข้อการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจนี้ จะเห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างอตุ (ดวงดาว) กับจิตอย่างเด่นชัด ว่าจิตทำงานภายใต้อตุ และอตุก็มีอิทธิพลถึงโดยตรง ผู้วิจัยเห็นว่า การเรียนรู้ธรรมชาติของดวงดาว ย่อมเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาจิตโดยมาก เช่น ใช้แก้ความวุ่นหรืออาการเชื่อมซึมของจิต ด้วยการอยู่กลางแจ้ง มีแสงดาวฤกษ์(แสงแดด)ส่องถึง และการรับแสงอรุณอยู่เป็นประจำจะช่วยลดอาการเหน็บชาหรือการปวดกระดูกอันเกิดจากการเดินหรือนั่งสมาธิได้ ส่งผลให้จิตไม่ยึดเกาะอยู่กับทุกขเวทนา จะช่วยให้จิตเข้าถึงสมาธิได้ง่ายขึ้น ลักษณะการใช้ประโยชน์เช่นนี้ถือว่าเป็นการใช้ชีวิตให้เป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ ซึ่งจะเป็นปัจจัยช่วยให้เข้าใจถึงธรรมชาติของสิ่งทั้งหลายได้ง่ายด้วย

๔.๔ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสังคม

ในอดีตสังคมไทยมีการประยุกต์ใช้ดวงดาวเพื่อเป็นเครื่องกำหนดเวลาทั้งแบบจันทรคติ^{๕๐} และแบบสุริยคติ^{๕๑} กระทั่งในสังคมปัจจุบัน ก็ได้อาศัยแนวคิดดั้งเดิมมาพัฒนาต่อเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในสังคมให้ดีขึ้น

^{๕๐} กนก ขจรจันทร์, คู่มือครุฑาราศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร: พิสิฐการพิมพ์, ๒๕๓๔), หน้า ๒๑๕.

^{๕๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๗๑-๒๗๒.

๔.๔.๑ การพัฒนาสังคมภายใต้ดวงดาว

คำว่า “สังคม (society)” หมายถึง การอยู่ร่วมกันของมนุษย์ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “โลก” มี ๓ อย่าง คือ ๑) สังขารโลก หมายถึง สภาวะธรรมที่ปรุงแต่งตามเหตุปัจจัย ๒) สัตวโลก หมายถึงหมู่สัตว์ และ ๓) โอกาสโลก หมายถึง อวกาศ ดวงดาว จักรวาล^{๕๒} ในที่นี้มุ่งอธิบายโลกคือหมู่สัตว์ซึ่งอยู่กันเป็นสังคมว่าควรมีหน้าที่และการปฏิบัติอย่างไรจึงจะเป็นสังคมแห่งการเรียนรู้และพัฒนาไปสู่ความเจริญงอกงาม เพราะการกระทำของคนในสังคมนั้นมีความเกี่ยวพันกับสภาพแวดล้อมและมีอิทธิพลถึงกัน ดังอัมมมิกสูตรว่า

ภิกษุทั้งหลาย ในเวลาที่พระราชาไม่ตั้งอยู่ในธรรม^{๕๓} แม้พวกข้าราชการ ก็ไม่ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อพวกข้าราชการไม่ตั้งอยู่ในธรรม แม้พราหมณ์และคหบดีก็ไม่ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อพราหมณ์และคหบดีไม่ตั้งอยู่ในธรรม แม้ชาวนิคมนและชาวชนบทก็ไม่ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อชาวนิคมนและชาวชนบทไม่ตั้งอยู่ในธรรม ดวงจันทร์และดวงอาทิตย์ก็โคจร(หมุน)ไปไม่สม่ำเสมอ เมื่อดวงจันทร์และดวงอาทิตย์โคจรไปไม่สม่ำเสมอ หมู่ดาวนักษัตรก็โคจรไปไม่สม่ำเสมอ เมื่อหมู่ดาวนักษัตรโคจรไปไม่สม่ำเสมอ คีนและวันก็หมุนเวียนไปไม่สม่ำเสมอ เมื่อคีนและวันหมุนเวียนไปไม่สม่ำเสมอ เดือนหนึ่งและครึ่งเดือนก็หมุนเวียนไปไม่สม่ำเสมอ เมื่อเดือนหนึ่งและครึ่งเดือนหมุนเวียนไปไม่สม่ำเสมอ ฤดูและปีก็หมุนเวียนไปไม่สม่ำเสมอ เมื่อฤดูและปีหมุนเวียนไปไม่สม่ำเสมอ ลมก็พัดไปไม่สม่ำเสมอ พัดไปผิดทางไม่สม่ำเสมอ เมื่อลมพัดไปไม่สม่ำเสมอ พัดไปผิดทางไม่สม่ำเสมอ พวกเทวดาก็ขัดเคืองใจ เมื่อพวกเทวดาขัดเคืองใจ ฝนก็ไม่ตกต้องตามฤดูกาล เมื่อฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล ข้าวกล้าทั้งหลายก็ออกรวงสุกไม่พร้อมกัน ภิกษุทั้งหลาย มนุษย์ทั้งหลายบริโภคข้าวกล้าที่สุกไม่พร้อมกันย่อมมีอายุน้อย ๑ มีผิวพรรณไม่ดี ๑ มีกำลังไม่ดี ๑ มีความเจ็บป่วยมาก ๑^{๕๔}

จากพุทธพจน์ข้างต้นนี้จะเห็นถึงความเป็นปัจจัยการของอุตุในฐานะที่เป็นสภาพแวดล้อมรอบตัวมนุษย์ว่ามีการส่งผลต่อมนุษย์ ซึ่งพบว่าเมื่อสังคมไม่ดำรงอยู่ในธรรม ดวงดาวก็จะวิปริต ฝนฟ้าไม่ตกต้องตามฤดูกาล อาหารก็ไม่สมบูรณ์ เมื่อมนุษย์กินอาหารที่ไม่สมบูรณ์ ย่อมเกิดโรคร้าย และมีอายุสั้น

ในทางตรงกันข้าม หากสังคมโดยรวมมีความประพฤติที่ดีงาม คือตั้งอยู่ในธรรม ฤดูกาล สังคม และธรรมชาติ รวมทั้งมนุษย์ก็จะมีคุณสมบัติกัน ดังพุทธพจน์ว่า

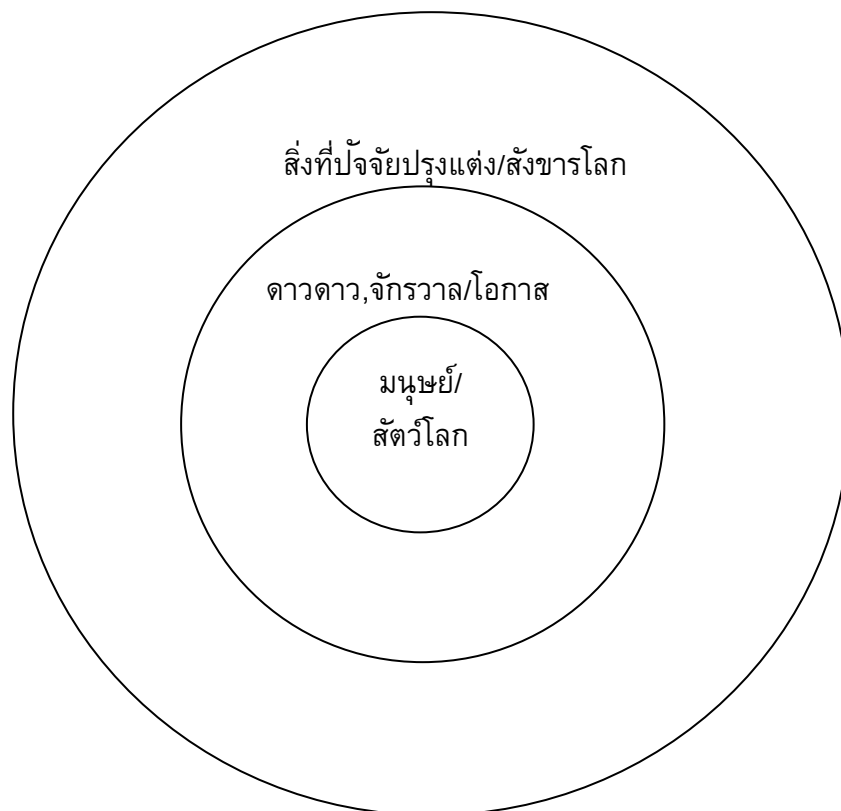
^{๕๒} โลก มี ๓ อย่างคือ ๑) สังขารโลก หมายถึงสภาวะธรรมที่ปรุงแต่งตามเหตุปัจจัย, ๒) สัตวโลก หมายถึงหมู่สัตว์ และ ๓) โอกาสโลก หมายถึง อวกาศ ดวงดาว จักรวาล (วิสุทธิ. (บาลี-ไทย) ๒/๑๓๖/๒๙๘.

^{๕๓} ไม่ตั้งอยู่ในธรรม หมายถึง ไม่เก็บพลี (ภาษี) ๑๐ ส่วนที่พระราชาในกาลก่อนตั้งไว้ และอาชญาอันสมควรแก่ความผิด เก็บพลีเกินและลงอาชญาเกินความผิด (อง.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๗๐/๓๕๗)

^{๕๔} อง.จตุกก.(บาลี) ๒๑/๗๐/๘๕, อง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๗๐/๑๑๔-๑๑๕

ในเวลาที่พระราชวังตั้งอยู่ในธรรม แม้พวกข้าราชการก็ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อพวกข้าราชการตั้งอยู่ในธรรม แม้พราหมณ์และคหบดีก็ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อพราหมณ์ และคหบดีตั้งอยู่ในธรรม แม้ชาวนิคมนและชาวชนบทก็ตั้งอยู่ในธรรม เมื่อชาวนิคมนและชาวชนบทตั้งอยู่ในธรรม ดวงจันทร์และดวงอาทิตย์ก็โคจรไปส่ม่าเสมอ เมื่อดวงจันทร์และดวงอาทิตย์โคจรไปส่ม่าเสมอ หมู่ดาวนักษัตรก็โคจรไปส่ม่าเสมอ เมื่อหมู่ดาวนักษัตรโคจรไปส่ม่าเสมอ คี้นและวันก็หมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ เมื่อคีนและวันหมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ เดือนหนึ่งและครึ่งเดือนก็หมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ เมื่อเดือนหนึ่งและครึ่งเดือนหมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ ฤดูและปีก็หมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ เมื่อฤดูและปีหมุนเวียนไปส่ม่าเสมอ ลมก็พัดไปส่ม่าเสมอ พัดไปถูกทางส่ม่าเสมอ เมื่อลมพัดไปส่ม่าเสมอ พัดไปถูกทางส่ม่าเสมอ พวกเทวดาก็ไม่ขัดเคืองใจ เมื่อพวกเทวดาไม่ขัดเคืองใจ ฝนก็ตกต้องตามฤดูกาล เมื่อฝนตกต้องตามฤดูกาล ข้าวกล้าทั้งหลายก็ออกรวงสุกพร้อมกัน ภิภษุทั้งหลาย มนุษย์ทั้งหลายบริโภคข้าวกล้าสุกพร้อมกันย่อมมีอายุยืน ๑ มีผิวพรรณผ่องใส ๑ มีกำลัง ๑ มีความเจ็บป่วยน้อย ๑^{๕๕}

เรื่องของดวงดาวกับสังคมของมนุษย์ ถือว่ามีความใกล้เคียงกัน จึงมีความจำเป็นจะต้องศึกษาให้เกิดความเข้าใจ สามารถเขียนให้โยงความสัมพันธ์กันได้ดังนี้



^{๕๕} อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๗๐/๘๕-๘๖, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๗๐/๑๑๕.

จากโครงสร้างนี้ เห็นได้ว่ามนุษย์อาศัยอยู่บนดาวโลก ซึ่งเป็นดาวเคราะห์ดวงหนึ่งในระบบสุริยจักรวาล แม้วัตถุ เช่น บ้าน รถ ที่ดิน ก็มีความสัมพันธ์กับมนุษย์ด้วยกันทั้งในระดับบุคคล กลุ่มคน ชุมชน และสังคม รวมถึงทั้งสังคมโลกในระดับกว้าง สังคมตั้งแต่อดีตกระทั่งปัจจุบันจะเห็นว่ามี ความแตกต่างในทุกระดับชั้น

คัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาได้พรรณนาความอยู่รอดของสังคม ว่าก่อนจะสิ้นศาสนาของพระกัสสปสัมมาสัมพุทธเจ้า อสนีบาตอันน่ากลัวตกลงไปรอบ ๆ อุกกาบาตตกจากท้องฟ้า ดาวหางปรากฏ เกลียวแห่งเปลวไฟมีควันพวยพุ่ง หม่อมฤกษ์ครุฑครางอย่างน่าสยดสะอึก สมัยที่มนุษย์มีวิระมากขึ้น โลกจะพินาศด้วยไฟ สมัยที่มีโทษะมากจะถูกทำลายด้วยน้ำ และในกาลที่มนุษย์มีโมหะมาก จะถูกทำลายด้วยลม แม้หมื่นจักรวาล แสนโกฏิแห่งจักรวาล และจักรวาลอันนับจำนวนมิได้ค่อย ๆ เสื่อมอยู่ทุกขณะและจะแหลกสลายพร้อมกันที่สุดในที่สุด^{๕๖} ความเสื่อมศีลธรรมและความเสื่อมของโลกและจักรวาลจะเห็นได้ว่ามีความสัมพันธ์กันและส่งผลถึงกันซึ่งจะนำไปสู่ภัยพิบัติทางธรรมชาติและการล่มสลายของสังคมเหมือนในอดีต

ในปัจจุบัน จะพบเห็นการที่โลกเคลื่อนตัวทำให้เกิดรอยแยกหรือการที่อุกกาบาตพุ่งชนโลกก่อให้เกิดคลื่นสึนามิ (ภัยจากน้ำ) ทำให้ผู้คนล้มตายกันเป็นจำนวนมาก^{๕๗}

โดยเฉพาะวันที่ ๒๖ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๗ ประเทศไทยประสบเหตุแผ่นดินไหวทำให้เกิดคลื่นถล่มแถบบริเวณภาคใต้ ๕ จังหวัด ผู้คนล้มตายเป็นจำนวนมาก และสึนามียังถล่มเข้าใส่หมู่เกาะอาเงะห์ ประเทศอินโดนีเซีย มาเลเซีย พม่า ศรีลังกา อินเดีย หมู่เกาะมัลดีฟส์ และโซมาเลียในทวีปแอฟริกา ซึ่งเหตุการณ์ครั้งนี้ ถือเป็นมหันตภัยครั้งร้ายแรงที่สุดครั้งหนึ่งในประวัติศาสตร์โลก คร่าชีวิตผู้คนไปกว่า ๒๐๐,๐๐๐ คน บาดเจ็บกว่า ๕๐๐,๐๐๐ คน และมีผู้สูญหายเกือบ ๑๐๐,๐๐๐ คน บ้านเรือนได้รับความเสียหาย ทำให้มีผู้ไร้ที่อยู่อาศัยกว่า ๕ ล้านคน รวมถึงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมยังได้รับความเสียหายอย่างมากด้วยเช่นกัน^{๕๘}

นี่ก็เป็นปรากฏการณ์พื้นผิวของดาวโลกเกิดการเคลื่อนที่ พระพุทธศาสนามองว่าสัมพันธ์กับพฤติกรรมของมนุษย์และกรรมในอดีต สะท้อนให้เห็นพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคมที่สัมพันธ์กับโลก และมีความเป็นไปได้ที่มนุษย์อาจถูกทำลายด้วยน้ำในลักษณะเดียวกันนี้ก็ว่าได้ เหมือนเช่นที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

^{๕๖} พุ.พุทธ. (บาลี) ๓๓/๑๒๙-๑๓๔/๑๙๗, พุ.พุทธ. (ไทย) ๓๓/๑๒๙-๑๓๔/๒๕๕. (ความบาลีว่า “อุกกา ปตีสฺส นภสสา ธุมเกตุ ปทิสฺสธ สฐมา ชาลวฏฏา จ วรฺสฺสึ กรุณฺ มิตา.”)

^{๕๗} ออง.ฎีกา (บาลี) ๓/๖๕- ๖๖/ ๒๒๙-๒๓๑.

^{๕๘} คลื่นสึนามิในมหาสมุทรอินเดีย พ.ศ. ๒๕๔๗ เป็นหนึ่งในภัยธรรมชาติครั้งที่มีผู้เสียชีวิตมากที่สุด ในประวัติศาสตร์มนุษยชาติ มีผู้เสียชีวิตกว่า ๒๓๐,๐๐๐ คน ใน ๑๔ ประเทศที่ติดกับมหาสมุทรอินเดีย

^{๕๙} สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

สภาพของสังคมไทยในปัจจุบัน บนความขัดแย้งทางการเมือง จะพบเห็นการท้าทายคู่ตรงข้ามอย่างไร้มนุษยธรรม ด้วยการแสดงออกทางสื่อสารต่าง ๆ ภายใต้อารมณ์โทสะ เช่น การด่าทอ การตัดต่อภาพให้เกิดการดูถูกอีกฝ่าย การโพสต์ข้อความทำลายคู่ต่อสู้ การทุบทำลายข้าวของและทรัพย์สินของฝ่ายตรงข้ามตน เป็นการแสดงออกถึงความไร้เมตตาธรรมซึ่งอาจนำไปสู่ภัยพิบัติต่าง ๆ ดังตัวอย่างที่ผู้วิจัยนำเสนอข้างต้น

ฉะนั้น คนในสังคมควรจะมีท่าทีและแนวปฏิบัติที่เอื้อให้เกิดความสมดุลในธรรมชาติตามหลักของพระพุทธศาสนาได้จำแนกท่าทีในแต่ละสถานการณ์ ได้แก่ ในยามปกติควรมีท่าทีหวังดีและเอ็นดูต่อผู้อื่น (เมตตา) เมื่อบุคคลอื่นเดือดร้อนควรวางอีกท่าทีคือชวนช่วยช่วยเหลือตามสติกำลัง (กรุณา) เมื่อผู้อื่นได้รับความสมปรารถนาควรมีท่าทียินดีปรีดากับความสำเร็จของเขา (มุทิตา) และเมื่อเข้าไปเกี่ยวข้องกับหลายเรื่อง ไม่ว่าจะดีหรือร้าย ยังต้องตระหนักคือการวางเฉยไม่ร้อนรน หรือหลงระเห็จไปกับสิ่งต่าง ๆ มีปัญญารู้เท่าทันต่อเหตุการณ์เสมอ (อุเบกขา)^{๖๐} จึงมีพุทธพจน์เช่นว่า “โลโกปตถภูมิภา เมตตา-เมตตาธรรมค้ำจุนโลก” หมายถึงเมตตาเป็นธรรมที่จะช่วยให้มนุษยโลก โลกนี้ และโลกอื่น(จักรวาล)ดำรงอยู่อย่างสมดุลตลอดไป ซึ่งอาจตีความได้ในลักษณะนี้

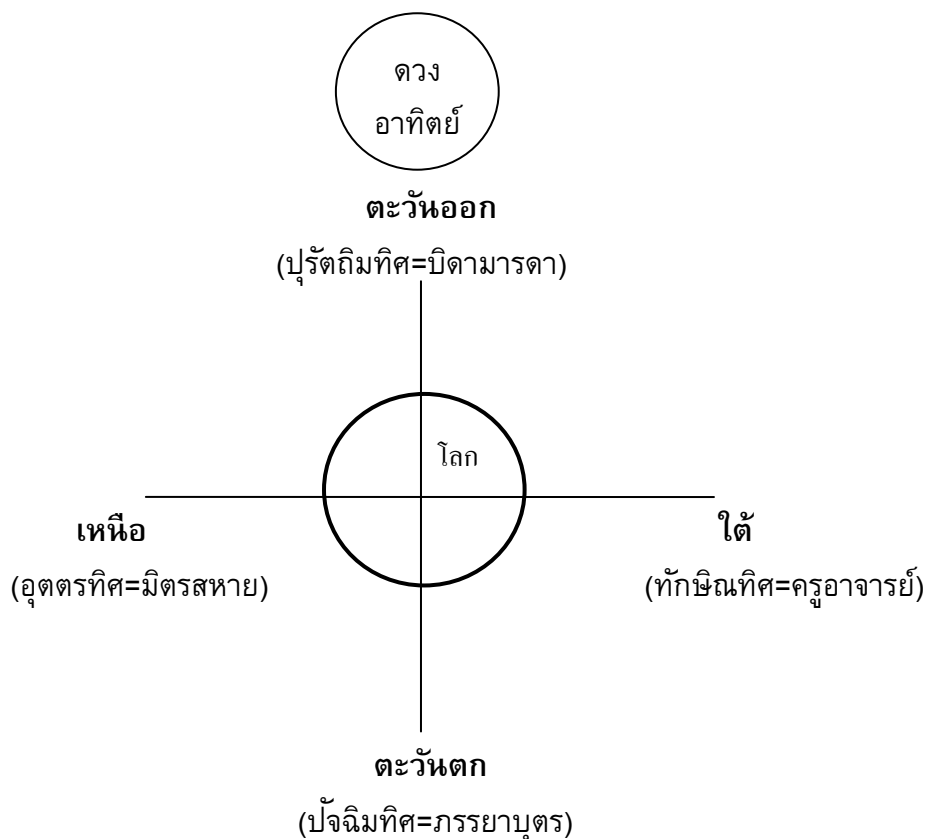
ดังนั้น คนในสังคมควรวางท่าทีมีเมตตาต่อกัน เคารพในความเห็นที่แตกต่าง ถือหลักอหิงสาไม่เบียดเบียนกัน แสดงออกภายใต้หลักของศีลธรรม จัดว่าเป็นการสร้างความสมดุลในสังคมมนุษย์ โลก และจักรวาล โดยองค์รวม

๔.๔.๒ การพัฒนาสังคมด้วยแนวคิดเรื่องทิส

แนวคิดเรื่องทิสเกิดจากการนำโครงสร้างของสุริยจักรวาลมาประยุกต์ใช้เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ของมนุษย์กับดวงดาว ซึ่งเป็นโลกทัศน์แบบโบราณ เกณฑ์การหาทิสโดยที่บุคคลหันหน้าไปทางดาวฤกษ์คือดวงอาทิตย์ กำหนดด้านขวาเป็นทิสใต้ ด้านซ้ายเป็นทิสเหนือ^{๖๑} เป็นหลักของการหาทิสแบบง่าย ๆ ในปัจจุบัน

^{๖๐} พรหมวิหาร ๔ ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา (อง.ปญจก. (บาลี) ๒๒/๑๙๒ ๒๕๒)

^{๖๑} สัมภาษณ์ อาจารย์นิพนธ์ ทราชเพชร, ราชบัณฑิตสาขาวิชาดาราศาสตร์, ผู้เชี่ยวชาญพิเศษด้านดาราศาสตร์และอวกาศของสสวท., ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖.



เดิมทีเรื่องทิศนี้ มีมูลเหตุมาจากชาวอารยันโบราณซึ่งอพยพมาจากแคสเปียน กระทั่งพวกเขาได้ข้ามเขา ขณะที่ยืนอยู่กึ่งกลางหุบเขา ก็ได้เห็นอุษาคีคือแสงสว่างของดวงอาทิตย์ ขึ้น(ตะวันออก) จึงกำหนดให้เบื้องหน้านั้นเป็นปฐัถิมทิศ และเรียกทิศขวามือว่าทักษิณทิศ เรียก ทิศทางซ้ายมือว่าอุตตรทิศ^{๒๒} แม้พระพุทธเจ้าก็ทรงเป็นชาวอารยัน เมื่อพระองค์ได้ประดิษฐาน พระพุทธศาสนาแล้ว ทรงกำหนดบุคคลและคุณธรรมประจำแต่ละทิศว่า มารดาบิดาเป็นทิศ เบื้องหน้า อาจารย์เป็นทิศเบื้องขวา บุตรภรรยาเป็นทิศเบื้องหลัง มิตรสหายเป็นทิศเบื้องซ้าย ทาสกรรมกรเป็นทิศเบื้องล่าง สมณพราหมณ์เป็นทิศเบื้องบน เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติพัฒนาตนให้ สูงขึ้น ดังปรากฏในสังคาลสูตร พระสุตตันตปิฎก^{๒๓}

^{๒๒} ข้อคิดเห็นจาก ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาภาษาตะวันออก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาสังคมศาสตร์ สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๘ ต.ค. ๒๕๕๖. และดูรายละเอียดใน พระสารประเสริฐ (ตรี นาคประทีป), *โลกธาตุ*, กรุงเทพมหานคร: คณะอนุกรรมการจัดทำเอกสารและบทความสำคัญ สำนักรงานเอกลักษณ์ของชาติ, ๒๕๓๘), หน้า ๒๐.

^{๒๓} ที.ปา (บาลี) ๑๑/๒๖๖- ๒๗๓/๑๖๔-๑๖๖ , ที.ปา (ไทย) ๑๑/๒๖๖- ๒๗๓/๒๑๒-๒๑๗

พระพุทธศาสนาได้สอนหลักการอยู่ร่วมกับผู้อื่นไว้หลายลักษณะเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์เชิงสร้างสรรค์ โดยอาศัยหลักปฏิบัติตามความพันธ์ระหว่างบุคคลกับบุคคล เป็นข้อปฏิบัติคือบุคคลในสังคมควรมีหน้าที่ต่อกันอย่างไร ควรจะเกื้อกูลกันอย่างไรระหว่างผู้ให้กำเนิด ผู้ให้ความรู้ ผู้ร่วมสุขร่วมทุกข์ ผู้เป็นคู่ชีวิต ผู้ที่ควรกราบไหว้บูชา ผู้เป็นบริวารรับใช้ แนวการปฏิบัติเช่นนี้เรียกว่า ทิศ ๖ (จ ทิศา)^{๖๔} ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติที่สังคมไทยควรตระหนักและให้ความสำคัญเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติให้เกิดเป็นรูปธรรม

ปัญหาต่าง ๆ ในสังคมไทยปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นการคอร์รัปชัน ทุจริต ปัญหาครอบครัว ล้วนเกิดจากการที่คนในสังคมไม่ทำหน้าที่ที่ตนมี จึงเกิดปัญหาตามมา เช่น พ่อแม่ไม่ทำหน้าที่ในฐานะผู้ให้กำเนิด ก็จะเป็นปัจจัยหนึ่งให้เยาวชนติดยาเสพติดหรือครอบครัวแตกแยก เป็นต้น หรือสถานการณ์ความรุนแรงทางการเมืองในปัจจุบัน ซึ่งเกิดขึ้นในสังคมไทย คือเรื่องข้อกล่าวหาว่ารัฐบาลเห็นแก่พวกพ้องเชื่อมโยงกับการออกพรบ.นิรโทษกรรม ทำให้ประชาชนที่ไม่เห็นด้วยออกมาต้านกระแสดังกล่าว ซึ่งนำไปสู่ความรุนแรง ในที่สุดรัฐบาลตัดสินใจยุบสภา^{๖๕} หากจะสืบสาวหาเหตุ ส่วนหนึ่งเกิดจากการไม่ทำหน้าที่ให้สมบูรณ์ จนก่อให้เกิดความไม่ไว้วางใจของประชาชนอีกกลุ่ม

ดังนั้น การทำหน้าที่จึงเป็นความเจริญก้าวหน้าของสังคมไทยและสังคมโลกด้วย และการทำหน้าที่ของคนในสังคม ถือว่าเป็นรากฐานของการขับเคลื่อนสังคมให้ก้าวไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง

๔.๔.๓ การพัฒนาสังคมด้วยการสร้างสรรค์กิจกรรมสัมพันธ์ดวงดาว

กิจกรรมในสังคมไทย เฉพาะที่เกี่ยวกับดวงดาว ซึ่งได้กำหนดตามการโคจรของดวงจันทร์ที่เพ็ญหรือดวงอาทิตย์ซึ่งโคจรผ่านกลุ่มดาวต่าง ๆ ปรากฏว่ามีความโดดเด่นและมีอิทธิพลต่อสังคม คือเรื่องเทศกาล พิธีกรรม และกิจกรรม มีรายละเอียด ดังนี้

ก. เทศกาล

เทศกาลในที่นี้คือช่วงเวลาหรือระยะเวลาที่กำหนดเอาดวงดาวบนท้องฟ้ามาเป็นเครื่องกำหนดเวลาและสถานที่ของคนในสังคม มีความเชื่อมโยงกับเรื่องของดวงดาวอย่างลึกซึ้ง เพราะการกำหนดเทศกาลนั้นจะต้องสัมพันธ์กับวิถีของธรรมชาติ ซึ่งสังคมไทยได้ตระหนักถึงสิ่ง

^{๖๔} ที.ปา (บาลี) ๑๑/๒๖๖- ๒๗๓/๑๖๔-๑๖๖ , ที.ปา (ไทย) ๑๑/๒๖๖- ๒๗๓/๒๑๒-๒๑๗

^{๖๕} ประกาศยุบสภา 9 ธ.ค. 2556 <<http://www.youtube.com/watch?v=b0Z1s4csZLc>>, 5 January

เหล่านี้มาช้านานนับตั้งแต่สมัยสุโขทัยเป็นต้นมา เช่น เทศกาลลอยกระทง ดวงดาวที่มีอิทธิพลต่อสังคมมากที่สุดเห็นจะเป็นดวงจันทร์ รองลงมาคือดวงอาทิตย์

ผู้เชี่ยวชาญทางด้านดาราศาสตร์ให้ข้อคิดเห็นว่า การใช้ดาวเพื่อบอกฤดูกาลต่าง ๆ เช่น ดวงอาทิตย์ปัดเหนือมากเป็นหน้าร้อน ปัดใต้มากเป็นหน้าหนาว สังคมได้กำหนดเทศกาลต่าง ๆ ให้สอดคล้อง ดาวอื่นๆ เช่น ดาวจระเข้ เป็นกลุ่มดาวที่ใช้บอกทิศทางและฤดู และเวลาด้วย ถ้ามันขึ้นหัวค่ำจะบอกว่าเป็นฤดูอะไร เวลาเป็นเรื่องดาราศาสตร์ เราจึงต้องดูดาว เห็นดาวกลับมาที่เก่าคือเท่ากับ ๑ วัน แต่ที่จริงดาวอยู่ในตำแหน่งเดิม เพราะโลกหมุนรอบตัวเอง สังคมไทยกำหนดเอาดาวโลกซึ่งหมุนรอบตัวเอง ๑ รอบ เป็นเวลา ๑ วัน หมุนรอบดวงอาทิตย์ครบรอบเป็นเวลา ๑ ปี^{๖๖} ในสังคมโบราณจะมีงานเทศกาลต่าง ๆ ในหมู่บ้านซึ่งเป็นสมัยที่ไม่มีไฟฟ้าใช้ มักจะจัดงานในช่วงวัน ๑๕ ค่ำ อาศัยดวงจันทร์จากท้องฟ้าช่วยในด้านความสว่าง เรื่องวันสำคัญ เช่น วันอาสาฬหบูชา วันวิสาขบูชา ก็มาจากกลุ่มดาวต่าง ๆ เป็นการนำเรื่องดวงดาวมาประยุกต์ใช้เพื่อกำหนดกิจกรรม มีความสัมพันธ์กับวันขึ้น ๑๕ ค่ำ^{๖๗}

ในปัจจุบันเทศกาลที่สังคมไทยให้การยอมรับและถือปฏิบัติเป็นกิจกรรมในสังคมตลอดระยะเวลา ๑ ปี ซึ่งผู้วิจัยประมวลได้คือ

- ๑) เทศกาลเข้าพรรษา
- ๒) เทศกาลออกพรรษา
- ๓) เทศกาลลอยกระทง
- ๔) เทศกาลขึ้นปีใหม่
- ๕) เทศกาลสงกรานต์

เทศกาลเหล่านี้กำหนดเอาความสัมพันธ์กับสภาพดินฟ้าอากาศและดวงดาวบนท้องฟ้าเป็นเกณฑ์ชี้วัด เช่น เทศกาลเข้าพรรษาเป็นช่วงที่พระจันทร์โคจรผ่านกลุ่มดาวอาสาฬหะหรือกลุ่มดาวราชสีห์ คือหลังวันอาสาฬหบูชาเพียง ๑ วัน ตรงกับวันที่ดวงจันทร์แรม ๑ ค่ำ หรือเทศกาลลอยกระทงก็จะเป็นช่วงวันเพ็ญเดือนสิบสอง(พฤศจิกายน) เป็นช่วงที่เพ็ญผ่านฤดูฝนเข้าสู่ฤดูหนาว น้ำไม่ลดมากจนเกินไปและวันเพ็ญนั้นจะมีน้ำขึ้นมากเพราะอิทธิพลของดวงจันทร์ การลอยกระทงในวันเพ็ญจึงมีความสะดวกกว่าในวันอื่น ๆ การกำหนดเวลาช่วงเทศกาลเหล่านี้ในปัจจุบันยังคงยึดถือธรรมเนียมปฏิบัติที่ถือกันมาแต่เดิม กล่าวได้ว่าคุณค่าอีกอย่างหนึ่งของ

^{๖๖} ข้อคิดเห็นจากการสัมภาษณ์ อาจารย์นิพนธ์ ทรายเพชร, ราชบัณฑิตสาขาวิชาดาราศาสตร์, ผู้เชี่ยวชาญพิเศษด้านดาราศาสตร์และอวกาศของสสวท., ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๖๗} ข้อคิดเห็นจากการสัมภาษณ์ ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาควิชาภาษาตะวันออก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาภาษาศาสตร์และภาษาศาสตร์ สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๐ ก.ย. ๒๕๕๖

ดาราศาสตร์คือการประยุกต์ใช้เป็นเครื่องบอกเวลาเพื่อให้สัมพันธ์กับการดำเนินชีวิตของคนในสังคมไทยในแต่ละช่วงเวลาอย่างสำคัญตลอดมากระทั่งปัจจุบัน

ข. พิธีกรรม

พิธีกรรมคือการประกอบกิจสำคัญตามความเชื่อในทางสังคม ในที่นี้มีความเชื่อมโยงกับเทศกาล เพราะเมื่อกำหนดช่วงเวลาอันหมายถึงเทศกาลแล้ว ก็จะต้องมีกิจกรรมมารองรับว่าจะทำสิ่งใดในช่วงเวลานั้น เช่น เทศกาลเข้าพรรษา ก็จะมีกิจกรรมในทางศาสนา คือ การถวายผ้าอาบน้ำฝน การอธิษฐานเข้าพรรษาของพระภิกษุผู้อยู่จำพรรษา หรือช่วงเทศกาลสงกรานต์จะมีการรดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ ทำบุญอุทิศแก่บุพการีผู้ล่วงลับ เป็นต้น ในเทศกาลอื่น ๆ ก็มีการปรากฏการณ์ที่น่าสนใจ

๑) วันขึ้นปีใหม่ ปัจจุบัน กำหนดวันที่ ๑ มกราคม เป็นวันเริ่มต้นของปี เพราะเป็นวันที่มีความใกล้เคียงกับวันแรม ๑ ค่ำของไทย ๒) มีความสอดคล้องต้องตามจารีตประเพณีไทยโบราณ ต้องตามคติทางพระพุทธศาสนา ตรงตามอารยประเทศต่าง ๆ^{๖๘} ซึ่งมีปรากฏการณ์ใหม่ ๆ เกิดขึ้น เช่น การสวดมนต์ข้ามปีของพุทธศาสนิกชน การสังสรรค์ประชุมกันเพื่อต้อนรับปีใหม่ตามสถานที่ต่าง ๆ ของคนในสังคม

๒) วันสงกรานต์ คือการย้ายที่ เคลื่อนที่ของพระอาทิตย์ซึ่งย่างขึ้นสู่ราศีใหม่คือราศีเมษ หมายถึงวันขึ้นปีใหม่^{๖๙} ในสังคมไทยปัจจุบันยังใช้ประเพณีดังกล่าวนี้แสดงออกถึงความกตัญญูด้วยการรดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ การทำบุญอุทิศแด่บรรพบุรุษผู้ล่วงลับกลาย รวมทั้งเป็นวันพบปะกับญาติที่แยกย้ายกันไปทำงานซึ่งได้กลับสู่ภูมิลำเนาเดิม ถือเป็นกิจกรรมสำคัญในช่วงวันสงกรานต์นี้

๓) วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา และวันมาฆบูชา คือการบูชาในวันเพ็ญเดือนวิสาขะ(เดือน ๖) เดือนอาสาฬหะ(เดือน ๘) และเดือนมาฆะ(เดือน ๓) เป็นวันทางพระพุทธศาสนาที่พุทธศาสนิกชนกระทำการบูชาพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ซึ่งแต่ละวันก็จะมีสาระสำคัญต่างกัน ในปัจจุบัน วันวิสาขบูชาได้รับยกย่องให้เป็นสากลของโลก จึงมีกิจกรรมและพิธีกรรมมากมายในวันนี้ มีการประชุมและร่วมเวียนเทียนระหว่างผู้นำชาวพุทธทั่วโลกและพุทธศาสนิกชนทั่วโลกด้วย ถือเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นใหม่ในปัจจุบัน

กิจกรรมเหล่านี้เห็นได้ว่ามีความเชื่อมโยงกับพระพุทธศาสนา อาจเพราะพระสงฆ์เองก็เป็นนักดาราศาสตร์มาแต่เดิมด้วย ดังที่ **สุพจน์ นิธิภัทร์** ให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมว่า นักบวชหรือพระในสมัยก่อนมักเป็นนักดาราศาสตร์ด้วย พิธีกรรมทางศาสนาต่าง ๆ เกิดขึ้นตามนับวัน

^{๖๘} แปลก สนธิรักษ์, **พิธีกรรมและประเพณี**, หน้า ๒๖ -๒๗.

^{๖๙} กนก ขจรจันทร์, **คู่มือครูดาราศาสตร์**, หน้า ๑๐๕

เดือนปี ซึ่งมีที่มาจาก การหมุนรอบตัวเองของโลก เดือนที่มีที่มาจาก การโคจรของดวงจันทร์รอบโลก และปีเกิดจากที่โลกโคจรรอบดวงอาทิตย์ พระพุทธศาสนาใช้การเกิดข้างขึ้นข้างแรมของดวงจันทร์มากำหนดวันพระ วันโกน และวันสำคัญต่าง ๆ ในพุทธศาสนา เช่น วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา และวันมาฆบูชา เป็นต้น^{๗๐}

ค. กิจกรรมสัมพันธ์ดวงดาว

กิจกรรมสัมพันธ์ดวงดาวคือกิจกรรมที่คนสังคมให้ความสนใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับดวงดาว เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นและกำลังเติบโตในสังคมไทยปัจจุบัน คือ

๑) กิจกรรมการดูดาว คือดูดาวด้วยตาเปล่าหรือด้วยกล้องโทรทรรศน์ เป็นกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับประชาชนให้รู้จักธรรมชาติรอบตัว

๒) การถ่ายภาพดวงดาว และวัตถุบนท้องฟ้า เป็นงานอดิเรกสำหรับนักดาราศาสตร์สมัครเล่นและเป็นกิจกรรมเพื่อพักผ่อนสำหรับคนทั่วไป

๓) กิจกรรมแสดงทางท้องฟ้าภายในโดมท้องฟ้าจำลองกรุงเทพมหานคร ใช้เป็นแหล่งเรียนรู้ทางดาราศาสตร์สำหรับเยาวชน ประชาชน และผู้สนใจทั่วไป

๔) กิจกรรมชมปรากฏการณ์ทางดาราศาสตร์ เช่น สุริยุปราคาเต็มดวง สุริยุปราคาบางส่วน สุริยุปราคาวงแหวน และจันทรุปราคาเต็มดวง หรือบางส่วน ใช้เป็นสื่อจริงในการเรียนรู้ทางดาราศาสตร์

๕) กิจกรรมท่องเที่ยวดูดาว ตามแหล่งพักผ่อนตามธรรมชาติ เช่น อุทยานเขาใหญ่ อุทยานน้ำหนาว

๖) การแต่งกลอน แต่งสักวาชมดาวและกลุ่มดาวบนท้องฟ้า การแต่งเพลงชมดาว และเดือน ในวันวิทยาศาสตร์ วันที่ ๑๘ สิงหาคมของทุกปี^{๗๑}

อาจถือว่าเรื่องที่เกิดขึ้นเหล่านี้ เป็นปรากฏการณ์ใหม่ในสังคมไทยปัจจุบัน ผู้เชี่ยวชาญเชื่อว่าส่งผลให้ประชาชนมีความเข้าใจในธรรมชาติของดวงดาวอย่างถูกต้อง

สรุปว่า ได้มีการโยงเรื่องดวงดาวเข้าสัมพันธ์กับชีวิตของคนในสังคม จนเป็นกิจกรรมในฤดูกาลต่าง ๆ และเกิดกิจกรรมใหม่ ๆ ขึ้นในปัจจุบัน ซึ่งแสดงออกถึงเรื่องราวต่าง ๆ ได้แก่ (๑) ความสนุกสนานรื่นเริงบันเทิง เช่น ลอยกระทง (๒) ความสามัคคีของคนในชุมชน เช่น การทอดกฐิน (๓) ความเชื่อในทางศาสนา เช่น การเข้าพรรษา (๔) การแสดงออกซึ่ง

^{๗๐} สัมภาษณ์ อาจารย์สุพจน์ นิธินันท์, นักวิชาการศึกษาคณะศึกษาศาสตร์เพื่อการศึกษา ท้องฟ้าจำลองกรุงเทพมหานคร, ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๗๑} ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ อาจารย์สุพจน์ นิธินันท์, นักวิชาการศึกษาคณะศึกษาศาสตร์เพื่อการศึกษา ท้องฟ้าจำลองกรุงเทพมหานคร, ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖

คุณธรรมของบุคคล เช่น การรดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ในวันสงกรานต์ มีหลากหลายรูปแบบแตกต่างกันตามภูมิภาค เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในสังคมและยังมีอิทธิพลอยู่อย่างเห็นได้ชัด เป็นคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน

ผู้วิจัยเห็นว่า สังคมจำเป็นต้องมีบทบัญญัติในการอยู่ร่วมกันทุกยุคสมัย จึงจะเป็นสังคมที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ซึ่งปัจจุบันเราเรียกบทบัญญัติในลักษณะนี้ว่า “รัฐธรรมนูญ” พระพุทธศาสนาได้แสดงหลักปฏิบัติเสมือนเป็นรัฐธรรมนูญในการอยู่ร่วมกันไว้อย่างชัดเจนในทุกระดับ ในแง่ของบทบาทและหน้าที่ของคนในสังคมที่จะเป็นสังคมในอุดมคติ คือความมีคุณภาพชีวิตที่ดี การจัดระเบียบและอธิบายโครงสร้างของสังคมจึงเป็นสิ่งจำเป็น โดยมุ่งเน้นที่มนุษย์ผู้อยู่ในสังคมว่าจำเป็นต้องมีภาระหน้าที่ต่อสมาชิกในสังคมอย่างไร ซึ่งมีมูลเหตุมาจากเรื่องทิศและโครงสร้างของจักรวาลในยุคโบราณ

นอกจากนี้ การกำหนดเทศกาลและกิจกรรม ถือเป็นการกำหนดวันเวลาโดยอาศัยดวงดาวเพื่อที่จะประพาศดินให้สอดคล้องกับธรรมชาติของโลกและจักรวาลโดยรวม เพื่อให้ได้รับผลสำเร็จสูงสุดจากเรื่องกล่าว จึงเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่มุ่งไปสู่ความเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ อันหมายถึงการดำรงตนให้ไม่ขัดแย้งกับธรรมชาติ มีหน้าที่ที่เป็นมิตร และอยู่กันอย่างถ้อยทีถ้อยอาศัยตามหลักอหิมาสมาหรือปจฺยการ ซึ่งปรากฏในรูปของกรรม (พฤติกรรมของคนในสังคม) กับอตุ (ดวงดาว) ที่ทำงานสัมพันธ์กันซึ่งเป็นนิยามสำคัญในหัวข้อนี้

๔.๕ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านทัศนคติ

คำว่า “ทัศนคติ”^{๗๒} (Attitude) แปลว่า แนวความคิด ที่นี้หมายถึง “ปัญญา” ได้แก่ ความเข้าใจที่ถูกต้องต่อโลกและชีวิตที่สัมพันธ์กัน คุณภาพชีวิตด้านทัศนคตินี้ ที่โดดเด่นในสังคมไทย คือเรื่องการใช้ดาราศาสตร์ในเชิงพยากรณ์หรือโหราศาสตร์ เป็นเรื่องที่มีอิทธิพลสูงต่อสังคมปัจจุบัน การที่จะสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องและนำไปสู่ปัญญาที่แท้จริงนั้น ควรต้องมีความเข้าใจในบริบทของสังคม แนวคิด และวิธีการที่จะนำสู่ปัญญา โดยเฉพาะวิธีการที่จะก่อให้เกิดสติปัญญา ถือว่าเป็นส่วนที่มีความสำคัญต่อรูปแบบในการพัฒนาด้านทัศนคติและเป็นเป้าหมายสำคัญ

^{๗๒} ทางพระพุทธศาสนาให้ศัพท์ว่า “ทิวฏฐิ” แปลว่า ความเห็นหรือความเข้าใจ มีสองลักษณะคือความเห็นผิด เรียกว่ามิจฉาทิฐิ และความเห็นชอบเรียกว่าสัมมาทิฐิ ซึ่งหมายถึง “ปัญญา” ในที่นี้ผู้วิจัยมุ่งถึงการสร้างทิวฏฐิคือสัมมาทิฐิ ได้แก่ ความเข้าใจที่ถูกต้องต่อโลกและชีวิตของปัจเจกบุคคลและสังคม รวมถึงระบบองค์กรรวมของจักรวาล ความหมายในพจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน แปลว่า “แนวความคิด” (พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, หน้า ๕๒๑)

ในปัจจุบัน มีทัศนคติเรื่องโลกและชีวิต ผู้วิจัยได้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๔ ท่าน^{๗๓} ซึ่งให้ข้อคิดที่น่าสนใจในการสร้างสรรค์การมองโลกและชีวิตที่สัมพันธ์กับดวงดาว คือ

๑) **ทัศนะของบรรจบ บรรณรุจิ** ว่า เรื่องวันเวลา จะเห็นว่าดวงอาทิตย์และดวงจันทร์ไม่เคยหยุดนิ่ง โคจรอยู่ตลอดเวลา การโคจรของดวงจันทร์และดวงอาทิตย์กำหนดใช้ในโลก เริ่มจากเป็นวินาที นาที ชั่วโมง วัน เดือน และปี ซึ่งจะเห็นว่าไม่เคยหยุดนิ่ง เคลื่อนไหวตลอดเวลา ฉะนั้น ถ้าเรารู้ว่าชีวิตเราเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เดินเข้าไปสู่ความแก่ เจ็บ ตาย จึงต้องมีสติ ให้เริ่มต้นพัฒนาชีวิตในช่วงวัยต้นๆ ด้วยความไม่ประมาท

๒) **ทัศนะของนิพนธ์ ทรายเพชร** ว่า ที่จริงดาราศาสตร์เกี่ยวข้องกับเรามาก เพราะว่าเราก็ออยู่บนดาวดวงหนึ่งที่เรียกว่าโลก โลกเคลื่อนที่อย่างไร ก็เป็นเรื่องที่คนในโลกจะต้องรู้ต้องเข้าใจ โลกมีการหมุนรอบตัวเองทำให้เกิดปรากฏการณ์อะไรบางอย่าง เป็นเรื่องใกล้ตัวที่เราจะต้องเข้าใจ โลกเคลื่อนรอบดวงอาทิตย์ลักษณะที่แกนโลกเอียงส่งผลอะไรแก่เรา เป็นดาวดวงแรกที่เราต้องทำความรู้จัก โลกเป็นดาวไม่ใช่สิ่งที่อยู่กับที่ นี่คือนี่สิ่งที่ควรจะต้องเข้าใจ ปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดจากการเคลื่อนส่งผลอะไรแก่เราทุกคน และอย่างน้อย ๆ เป็นการใช้ประโยชน์จากดวงดาวที่เกิดขึ้นให้ถูกต้อง ให้มองให้ตรงตามความเป็นจริง ให้เอาใจใส่ในเรื่องของความคิดจิตใจของตนเองให้มากกว่าที่จะนึกถึงดวงดาวในแง่อื่น

๓) **ทัศนะของสุพจน์ นิธินันท์** ว่า กิจกรรมเรียนรู้เกี่ยวกับดวงดาวด้วยตาเปล่าหรือด้วยกล้องดูดาว จะส่งผลให้ประชาชน เยาวชน มีความเข้าใจในธรรมชาติของดวงดาวอย่างถูกต้องไม่หลงเชื่อมโนในทางผิด แกไขความเชื่อ และความเข้าใจที่ไม่มีเหตุผลให้เข้าถึงสาเหตุที่แท้จริง

๔) **ทัศนะของธนากร สินเกษม** ว่า ศาสตร์เรื่องดวงดาวนี้มีความจำเป็น แต่ต้องมีการประยุกต์และทำที่ถูกต้องและเลือกให้เหมาะสม เรื่องดวงดาวในแง่โหราศาสตร์ อย่าเชื่อตามกระแส หรือสื่อต่าง ๆ ควรหาผู้ที่เป็นกัลยาณมิตร

เห็นได้ว่า ทั้ง ๔ ทัศนะนี้ แสดงวิธีมองโลกและการดำเนินชีวิตที่จะก่อให้เกิดพัฒนาการทางความคิด ทั้งในแง่โลกทางวัตถุ และแง่ของการคิดเพื่อให้เกิดการพัฒนาชีวิตในด้านต่าง ๆ เพื่อให้มีความรู้และมีความเข้าใจ ทำที่การมองโลกเช่นนี้ พระพุทธศาสนาถือว่าเป็นแนวการมองโลกและชีวิตโดยแยบคาย (โยนิโสมนสิการ)

หลักทางพระพุทธศาสนาแสดงถึงความพร้อมในการคิดอย่างแยบคาย(โยนิโสมนสิการสัมปทา)อันเป็นวิธีนำไปสู่ความมีสติปัญญาและคุณภาพชีวิตว่า “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อ

^{๗๓} สรุปความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ ดูในภาคผนวก: บทสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อประกอบงานวิจัย

ดวงอาทิตย์กำลังจะอุทัย ย่อมมีแสงอรุณขึ้นมาก่อน เป็นบุพนิมิต จันได โยนิโสมนสิการ-สัมปทา (ความถึงพร้อมด้วยการมนสิการโดยแบบคาย) ก็เป็นตัวนำ เป็นบุพนิมิตเพื่อความเกิดขึ้นแห่ง อริยมรรคมีองค์ ๘ ฉะนั้น”^{๗๔}

กระบวนการสร้างสรรค์สติปัญญา ซึ่งมีความสัมพันธ์กับโลกและจักรวาลภายใต้กรอบ ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยจึงแยกประเด็นเพื่อการศึกษา คือ (๑) การพัฒนาทัศนคติภายใต้ดาวฤกษ์และดาวเคราะห์ (๒) การเปิดโอกาสเรียนรู้เรื่องดวงดาวเพื่อ พัฒนาสติปัญญา (๓) กระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างสติปัญญา ซึ่งมีรายละเอียดต่อไปนี้

๔.๕.๑ การพัฒนาทัศนคติภายใต้ดาวฤกษ์และดาวเคราะห์

การพยากรณ์ชีวิต ดวงชะตา เป็นอีกรูปแบบหนึ่งของการใช้ประโยชน์จากดวงดาว โดยเรียกว่า “โหราศาสตร์” (Astrology) จัดเป็นวิชาที่ว่าด้วยการพยากรณ์โดยอาศัยการโคจร ของดวงดาวเป็นหลัก^{๗๕} ดาวต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นดาวฤกษ์ ดาวเคราะห์ และดาวพิเศษได้เข้ามา เป็นส่วนหนึ่งของคำอธิบายชีวิตอย่างเป็นระบบ ภายใต้แผนที่ชีวิตที่เรียกว่า “ดวงชะตา”^{๗๖} ดัง ภาพประกอบ



ภาพ: ดวงชะตาภายใต้อิทธิพลของดวงดาว

^{๗๔} ส.มหา. (บาลี) ๑๙/๕๕/๒๓-๒๔, ส.มหา. (ไทย) ๑๙/๕๕/๔๔.

^{๗๕} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่น, ๒๕๔๖), หน้า ๑๓๑๔-๑๓๑๕.

^{๗๖} ดูรายละเอียดเพิ่มเติมใน นิพัทธ์พร เพ็งแก้ว, ไทบ้านดูดาว, (กรุงเทพมหานคร: ศยาม, ๒๕๕๒), หน้า ๑๖๕-๑๗๕.

ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาได้พรรณนาถึงโหราจารย์(เนมิตุตกา)ว่าได้อาศัยการดูดาวบนท้องฟ้าเชื่อมโยงถึงความเป็นไปของชีวิตมนุษย์ในลักษณะต่าง ๆ^{๗๗} เช่นกรณีการพยากรณ์ความเป็นของชีวิตซึ่งปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา คือ

๑) เรื่องจุพเศรษฐี กล่าวคือ พระโพธิสัตว์เกิดในตระกูลเศรษฐี มีชื่อว่าจุพเศรษฐี เป็นบัณฑิต ฉลาด รู้มิติทุกอย่าง วันหนึ่ง เศรษฐีเข้าเฝ้าพระราชาระหว่างทางได้เห็นหนูดาย จึงคำนวณนักษัตร ในขณะนั้น จึงกล่าวขึ้นว่า “กุลบุตรผู้มีจักขุถือเอาหนูดายนี้ อาจเพื่อเลี้ยงดูภรรยา และประกอบการงาน” ชายผู้ยากไร้คนหนึ่ง ชื่อว่าจุพอันเตวาสิก ฟังคำของเศรษฐีนั้นแล้ว คิดว่า “จุพเศรษฐีนี้ไม่รู้ จักไม่กล่าว” จึงถือเอาหนูดายในตลาดแห่งหนึ่ง เพื่อเป็นอาหารของแมว ได้เงินมาแล้วนำไปลงทุนในลักษณะต่าง ๆ จนร่ำรวยกลายเป็นเศรษฐีในที่สุด^{๗๘}

๒) เรื่องสามาวดี เรื่องดังกล่าวพรรณนาถึงพระดาบสผู้ดูลักษณะดาวนักษัตร ดังความตอนหนึ่งที่ดาบส(อดีตพระราช)ตรัสบอกพระราชเทวีผู้เป็นพระมารดาของพระเจ้าอุเทนขณะที่ตกยากในป่าว่า วันหนึ่ง พระดาบส ได้ตรวจดูความประกอบแห่งดาวนักษัตร เห็นความเห็นหมองแห่งดาวนักษัตรของพระเจ้าปรีดิปะ จึงตรัสว่า “นางผู้เจริญ พระเจ้าปรีดิปะในกรุงโกสัมพีสวรรคตแล้ว” พระราชเทวีได้ดำริว่าเหตุไรพระผู้เป็นเจ้าจึงตรัสอย่างนี้ ท่านมีความอาฆาตกับพระเจ้าปรีดิปะนั้นหรือ? ดาบสได้ยืนยันข้อเท็จจริงว่าตนไม่มีสาเหตุโกรธแค้นอันใด แต่เพราะได้เห็นความเศร้าหมองของดาวนักษัตรของพระเจ้าปรีดิปะ จึงกล่าวอย่างนั้น ต่อมาพระโอรสของพระราชเทวีจึงได้ยกทัพช้างเข้าไปยึดพระนคร แล้วครองราชสมบัติต่อจากพระราชอาพองค์นั้นผู้สวรรคต เป็นไปตามคำบอกของดาบสทุกประการ^{๗๙}

จากกรณีตัวอย่างข้างต้นนี้ได้แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างอุตุนิยมวิทยากับกรรมนิยามว่ามีการทำงานสอดประสานและอิงอาศัยกัน ตลอดจนพบว่าได้มีการพยายามสังเกตและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับดวงดาวมาช้านาน มีการจัดการจนกลายเป็นองค์ความรู้ที่มีระบบที่เรียกว่า “โหราศาสตร์” เรื่องของการดูดวงชะตาจึงเป็นปรากฏการณ์หนึ่งซึ่งเกิดขึ้นในสังคมมาอย่างยาวนานและในปัจจุบันก็ยังทรงอิทธิพลอยู่ในสังคมไทย

^{๗๗} เช่น ที.สี. (บาลี) ๙/๒๐๘/๖๙, ที.สี. (ไทย) ๙/๒๐๘/๗๑, ที.สี. (บาลี) ๙/๒๔/๑๑, ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔/๙, ขุ.ชา.เอกก. (บาลี) ๔/๑๖๕-๑๗๗/๑๗๓, ขุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๑๕/๑๒๖, ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๒๐๐/๑๒๓.

^{๗๘} ขุ.ชา.เอกก. (บาลี) ๔/๑๖๕-๑๗๗/๑๗๓ (โส ปณฺธิโต พยฺตุโต สพฺพนมิตฺตานิ ชานาติ. โส เอกทิวสํ ราชูปฺฐานํ คจฺจนฺโต อนฺตรวិถิยํ มตฺมุสิกํ ทิสฺวา ตงฺขณฺณญฺเวย นกฺขตฺตํ สฺมานเฑวาทิ อิทฺมาห “สกุภา จกฺขุมฺตา กุลปฺตฺเตน อิมิ อุนฺหุรี คเหตฺวา ทารากฺรณฺญจ กาคฺตุ กมฺมฺนฺเต จ ปโยเชตฺตุนฺติ”.)

^{๗๙} ขุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๑๕/๑๒๖ (สามาวดีวตฺถุ) อเถกทิวสํ ตาปโส นกฺขตฺตโยคํ อุลฺลเกนฺโต ปฺรณฺตปฺสฺส นกฺขตฺตปีพฺนํ ทิสฺวา “ภทฺเท โกสฺพิยํ ปฺรตฺปราชฺชา มโตะติ อาห. “กสฺมา อญฺย เหวํ วเทสิ, กิเณ เตเน สหฺริ อามฺาโต อตฺถิ”ติ. “นตฺถิ ภทฺเท, นกฺขตฺตปีพฺนมฺสฺส ทิสฺวา เหวํ วทามิ”ติ.

ปัจจุบัน จะพบการใช้ดวงดาวเพื่อพัฒนาชีวิตที่ปรากฏในวิถีชีวิตของคนไทย ดังที่ **ธนกร สินเกษม** ให้ข้อมูลว่า สังคมไทยนำเรื่องดวงดาวมาประยุกต์ใช้ตั้งแต่เกิดจนตาย สมัยโบราณจะมีการโกนจุก หาฤกษ์คลอด ดูว่าศึกษาอะไรถึงจะเหมาะกับดวงชะตา มีการประยุกต์ใช้กับเรื่องฤกษ์ในการสู่ขอและหมั้นหมาย การรู้ดวงดาวเป็นความไม่ประมาทในชีวิต ถึงผลคำนวณจะบอกว่าจะมีความร่ำรวย บุคคลก็ต้องขยันทำงาน การรู้ว่าจะมีเหตุร้ายก็เพื่อไม่ประมาท^{๘๐}

แม้ในทางพระพุทธศาสนาปัจจุบัน พบว่ามีการใช้ดวงดาวเพื่อพัฒนาชีวิตอาราม ดังที่ **ธนกร สินเกษม** กล่าวว่า ปัจจุบันวัดต่าง ๆ ได้อาศัยดวงดาวเพื่อหาช่วงของการทำงาน บางวัดจะทำพิธีต้องหาฤกษ์ยาม เช่น ฤกษ์ในการขอ ออกฎีกา กฐินผ้าป่า เรื่องสร้างอุโบสถก็ต้องหาช่วงเวลาที่สร้างด้วยการวางศิลาฤกษ์ ใช้ฤกษ์ ๒๗ ถ้าจะให้มีคนมาอุปถัมภ์วัด ใช้ราชาฤกษ์ มหัทธโนฤกษ์ เป็นต้น^{๘๑}

คุณค่าและประโยชน์ของเรื่องโหราศาสตร์นี้ **บรรจบ บรรณรุจิ** นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา ให้รายละเอียดเพิ่มเติมว่า วิชาทงดวงดาว ศัพท์บาลีเรียกว่า “โชติศาสตร์” หรือสันสกฤตเรียกว่า “โชยติศาสตร์” (Jyotish) เป็นศาสตร์ที่มีความสำคัญกับการบริหารบ้านเมือง โดยเฉพาะกษัตริย์โบราณจะต้องเรียนชโยติศาสตร์ ซึ่งเป็นวิชาที่สัมพันธ์กับการจัดกองทัพ จะทำให้รู้การโคจรของลม จัดตั้งกองทัพและการเดินทัพ โดยเฉพาะการเดินทางเรือเป็นเรื่องเรื่องที่สำคัญ ในระดับวิถีชีวิตของชาวบ้านก็จะดูขึ้นแรมเป็นหลัก ต่อมาก็ได้มีการนำความรู้เรื่องดวงดาวมาศึกษาเชิงโหราศาสตร์ เป็นการศึกษาเพื่อทำนายชีวิตของผู้คน ซึ่งตรงนี้เป็นความนิยมตั้งแต่ชนชั้นล่างถึงระดับชนชั้นสูง กระทั่งกำหนดให้เกิดวิชาหนึ่งเรียกว่าวิชาโหราศาสตร์ ๗ ก็คือวิชาที่เรียนรู้เรื่องกลางวันและกลางคืน หมายถึงเรียนรู้เรื่องดวงจันทร์และดวงอาทิตย์เป็นหลัก จากนั้นก็มีดาวเคราะห์ ดาวบริวารทั้งหลายที่มาสัมพันธ์ แล้วก็โยงมาถึงชีวิตของคน ในทัศนะของผม ก็คือความสัมพันธ์กับชีวิตของผู้คน^{๘๒}

แนวคิดพื้นฐานของความเชื่อในทางโหราศาสตร์ พระนักวิชาการทางพระพุทธศาสนาบางท่านมองว่าเป็นการวิเคราะห์สัมพันธ์ภาพระหว่างวิถีชีวิตมนุษย์กับดวงดาว^{๘๓}

^{๘๐} สรุปคำสัมภาษณ์ อาจารย์ธนกร สินเกษม, นายกสมาคมโหรแห่งประเทศไทย, ๘ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๘๑} สัมภาษณ์ อาจารย์ธนกร สินเกษม, นายกสมาคมโหรแห่งประเทศไทย, ๘ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๘๒} สัมภาษณ์ ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาภาษาตะวันออก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาภาษาศาสตร์และภาษาศาสตร์ สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๐ ก.ย. ๒๕๕๖.

^{๘๓} พระมหาหรรษา ธมฺมหาโส, พุทธจักรวาลวิทยา, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๙๕.

ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าตรงกับหลักนิยาม ๕ ในส่วนอตุและกรรมว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างลึกซึ้ง อย่างไรก็ตาม ผลคำนวณที่บรรดานักโหราศาสตร์อาศัยดวงดาวเป็นนิमितสะท้อนผลกระทบจะมีกฎเกณฑ์อยู่เหมือนกัน โดยพิจารณาในเรื่องเกี่ยวกับดวงดาวที่เป็นเครื่องหมายให้รู้ถึงผลแห่งกรรมที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีเรื่องของจุพเศษฐี และนางสามาวดี^{๔๔} เป็นตัวอย่าง

ข้อมูลเหล่านี้ชี้ถึงตัวอย่างที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เป็นการมองชีวิตสังคม และดวงดาวในระบบที่เรียกว่า “อิทัปปัจจยตา” คือการมองสิ่งทั้งหลายในเชิงเป็นเหตุปัจจัยแก่กันและกัน อิงอาศัยกันเกิดขึ้น การมองชีวิตในลักษณะนี้จะก่อให้เกิดความคิดที่มีเหตุและผล เกิดการศึกษาค้นคว้าและเรียนรู้เพื่อสร้างความเข้าใจที่มากยิ่งขึ้น เพื่อนำไปสู่ปัญญาคือความเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง และก่อให้เกิดความพากเพียรพยายามในการประกอบกุศลกรรม ดังเรื่องของจุพเศษฐีเป็นตัวอย่าง ที่สะท้อนให้เห็นอิทธิพลของวิชาโหราศาสตร์และการประกอบความเพียรจนประสบความสำเร็จ เมื่อมองในเชิงลึก จะพบกระบวนการของการพัฒนาชีวิตที่ส่งต่อเป็นปัจจัยสืบเนื่องกัน คืออตุนิยามและกรรมนิยาม สามารถอธิบายได้ว่า ดวงดาวเป็นนิमितของกรรมหรือภาพสะท้อน แต่ผู้ที่ทำกรรมคือมนุษย์ การประกอบความเพียรจึงเป็นหน้าที่ของผู้ทำกรรมที่มุ่งความสำเร็จ ดวงดาวไม่สามารถทำให้เกิดความสำเร็จโดยตรงได้ ดังปรากฏตามพุทธพจน์ว่า “ประโยชน์เป็นฤกษ์ของประโยชน์ ดวงดาวจักทำอะไรได้”^{๔๕} หมายความว่าดวงดาวไม่สามารถบันดาลให้คนอัปโชคหรือมีโชค แต่เป็นความพากเพียรประกอบกรรมของมนุษย์ต่างหากเป็นตัวกำหนด และที่สำคัญความสำเร็จต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้นแก่มนุษย์ผู้มีสติปัญญารู้จักใช้ดวงดาวให้เป็นประโยชน์ เหมือนจุพเศษฐีที่ได้ลูกเขยเป็นเศษฐีสืบทอดมรดกดำรงวงศ์ตระกูลให้เจริญมั่งคั่งสืบไป

๔.๕.๒ การเปิดโอกาสเรียนรู้เพื่อพัฒนาสติปัญญาเรื่องดวงดาว

เรื่องโหราศาสตร์ นับแต่อดีตได้มีการศึกษาในวงจำกัดและเป็นสิทธิของคนบางกลุ่มเท่านั้น ในสมัยสุโขทัยและอยุธยา ตลอดจนรัตนโกสินทร์จะพบเฉพาะเพียงกลุ่มพระสงฆ์พราหมณ์ และพระมหากษัตริย์ ที่มีโอกาสได้ศึกษาในเรื่องเหล่านี้อย่างจริงจัง ภายในสถานศึกษาเช่นวังหรือไม่กี่เป็นวัด มีวัตถุประสงค์เพื่อรับใช้ราชการบ้านเมืองและการปกครองเป็นหลัก และจัดว่าเป็นศาสตร์ต้องห้ามสำหรับบุคคลนอก

แต่ในปัจจุบัน กระแสของโหราศาสตร์ได้รับความนิยมมากยิ่งขึ้น มีสถานที่ให้ศึกษาเรียนรู้อย่างเป็นระบบ ไม่สงวนกลุ่มผู้ศึกษา และมีความเกี่ยวข้องกับสังคมในหลายลักษณะ เช่น ที่ ธนกร สินเกษม ให้ข้อมูลว่า เพราะสังคมไทยชื่นชอบในการดูดวง หน่วยงานต่าง ๆ เมื่อมีการจัดงาน ก็ได้เชิญหมอดูมาดูเพื่อความผ่อนคลายและให้ความเพลิดเพลิน มีข้อมูลว่า

^{๔๔} ขุ.ชา.เอกก.(บาลี) ๔/๑๖๕-๑๗๗/๑๗๓. ขุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๑๕/๑๒๖.

^{๔๕} ขุ.ธ.เอกก. ๒/(๙)๔๙/๒๙-๓๒ (นักขัตตชาดก)

สังคมไทยมีอัตราการดูดวงมากขึ้น ช่องทางในการเรียนรู้และใช้บริการการดูดวงก็มากขึ้นด้วย สมัยโบราณผู้หญิงไม่สามารถเรียนโหราศาสตร์ได้ แต่ปัจจุบันผู้หญิงสามารถเรียนได้ ยึดเป็นอาชีพได้ ผู้เรียนอีกส่วนเป็นคุณรุ่มสาว ผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย ศาสตร์ที่ได้รับความนิยมจากวันเดือนปีเกิด ซึ่งออกมาในรูปของเลข ๗ ตัว จักราศี เป็นที่นิยม แต่มีความเชื่อมโยงกับพระพุทธศาสนาหรือบางทีก็เกี่ยวกับพราหมณ์ด้วย แล้วแต่ศาสตร์นั้น ๆ ^{๘๖} จึงเห็นได้ว่าการศึกษาและรับบริการในเรื่องโหราศาสตร์เปิดกว้างมากยิ่งขึ้น

การใช้ดวงดาวในทางโหราศาสตร์ลักษณะดังกล่าวนี้ **บรรจบ บรรณรุจิ** แสดงทัศนะว่า เรื่องดวงดาวเป็นศาสตร์แห่งความรู้ที่ไม่มีผิดหรือถูกในตัวมันเอง แต่มันความจริงทางธรรมชาติ ผิดถูกอยู่ที่การนำไปใช้ นำไปใช้ในทางถูกหรือผิดก็ได้ ถ้าเรานำความรู้ทางดาราศาสตร์วิทยาศาสตร์ไปสร้างระเบิดนิวเคลียร์ในการทำลายกันก็เป็นบาป แต่จะใช้เพื่อส่งเสริมกิจกรรมเพื่อความเจริญของมนุษย์ถือว่าการสร้างสรรค์ เช่นเดียวกับที่เรานำเรื่องดวงดาวมาใช้ในทางโหราศาสตร์ ใช้ทางสร้างสรรค์ก็ได้ หรือจะใช้ในทางทำลายด้วยการทำให้คนเมาเมาล้มลง กลายเป็นว่าดวงดาวกำหนดดีชั่วให้แก่ชีวิตมนุษย์ อันนี้ลุ่มหลง ^{๘๗}

ในปัจจุบัน กิจกรรมทางโหราศาสตร์ เช่น การดูดวง มีความเฟื่องฟูกว่าสมัยก่อนมากเนื่องจากมีการพัฒนาวิชาความรู้โดยอาศัยเครื่องมือทางวิทยาศาสตร์เข้ามาช่วย เช่น ดูด้วยโปรแกรมดูดวง หรือดูทางโทรศัพท์ในรูปแบบของธุรกิจการให้บริการ รวมทั้งมีบุคคล กลุ่มบุคคลและสมาคม มูลนิธิให้บริการการศึกษาในเรื่องดังกล่าว แหล่งเรียนรู้ที่สำคัญยังคงเป็นสถานที่ภายในวัด ซึ่งทำหน้าที่บริหารจัดการโดยฆราวาส ถือว่าเป็นปรากฏการณ์ที่มีในปัจจุบัน ทำให้การศึกษาดวงดาวในแง่โหราศาสตร์มีความแพร่หลายกว่าแต่ก่อนอย่างเห็นได้ชัด แต่การใช้ในลักษณะนี้อาจมีทั้งคุณและโทษ ประชาชนที่เข้ามาเกี่ยวข้องในทางโหราศาสตร์จึงต้องมีความรู้และวิจญาณเป็นพื้นฐาน เช่นที่ **ธนกร สินเกษม** ให้ข้อคิดเห็นว่า เรื่องดวงดาวในแง่โหราศาสตร์ อย่าเชื่อตามกระแสหรือสื่อต่าง ๆ ควรหาหมอดูซึ่งเป็นกัลยาณมิตร ปัจจุบันหมอดูที่ประกอบอาชีพที่ไม่สุจริตมีมากขึ้น จะต้องรู้จักเลือก เพื่อจะได้ไม่ถูกหลอก หมอดูกับเมืองไทยเป็นของคู่กัน ฉะนั้น จะต้องเลือกหมอดูที่มีจริยบรรณ คือ (๑) พูดจาให้สุภาพ (๒) เก็บความลับของผู้รับคำพยากรณ์ (๓) รักเกียรติของตนและผู้รับคำพยากรณ์ (๔) ทายอย่างมีหลักและสมสมัย (๕) ไม่หลงกระแส (๖) ไม่เรียกเงินจากผู้รับคำพยากรณ์มากเกินไป เพราะคนที่มาขอรับคำพยากรณ์ส่วนใหญ่ประสบความทุกข์มา ผู้รู้เรื่องดวงดาวจึงควรเป็นที่พึ่ง และผู้มา

^{๘๖} สรุปรื้อหาจากการสัมภาษณ์อาจารย์ธนกร สินเกษม, นายกสมาคมโหรแห่งประเทศไทย, ๘ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๘๗} สัมภาษณ์ ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาภาษาตะวันออก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาภาษาศาสตร์สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๐ ก.ย. ๒๕๕๖

ขอรับคำพยากรณ์ไม่จำเป็นต้องเสียค่าใช้จ่ายมากมาย เพียงแก้ไขดวงชะตาด้วยพุทธมนต์ ถวายสังฆทาน บูชาพระก็เพียงพอ ไม่จำเป็นต้องสิ้นเปลือง^{๔๔}

สิ่งที่ปรากฏในสังคมไทยปัจจุบันที่เห็นเด่นชัดคือการเปิดโอกาสให้ผู้หญิงและเพศที่สามเรียนรู้เรื่องโหราศาสตร์ได้ สามารถที่จะนำไปประกอบเป็นอาชีพอย่างเปิดเผย ซึ่งต่างจากอดีตที่ภูมิปัญญาเหล่านี้ผูกขาดไว้เฉพาะกลุ่ม แสดงให้เห็นถึงทัศนคติที่เปลี่ยนแปลงไป แต่เมื่อศาสตร์เหล่านี้เปิดกว้างมากขึ้น โอกาสที่จะมีผู้ศึกษาก็มากขึ้นด้วย การศึกษาหรือการนำเรื่องดังกล่าวไปใช้ ต้องมีความรู้และมีจริยธรรมเป็นพื้นฐาน จึงจะก่อให้เกิดคุณแก่ผู้ใช้และผู้รับบริการในเรื่องดังกล่าวนี้

๔.๕.๓ กระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างสติปัญญา

ในแง่การอาศัยดวงดาวเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตคือความไม่หลงงมงายในปรากฏการณ์ต่าง ๆ และมีความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับดวงดาว เป็นเรื่องที่มีความจำเป็นมากทีเดียว นักโหราศาสตร์อาศัยกฎอตุณียามซึ่งเป็นกฎของดวงดาวและจักรวาลมาเชื่อมโยงกับพีชนิยามบ้าง กรรมนิยามบ้าง จิตนิยามบ้าง แล้วพยากรณ์ชีวิตมนุษย์ในแต่ละปีแต่ละเดือนเพื่อเตือนให้พวกเขาอยู่ในโลกอย่างรู้ทันชีวิต การที่ใครได้จับเอาเวลาตกฟากหรือเวลาเกิดของบุคคล จึงเป็นการโยงความสัมพันธ์จากเหตุไปหาผลโดยผ่านธรรมชาติคือดวงดาวหรือสิ่งประดิษฐ์ฐานขึ้นแทนเรียกว่า “นาฬิกา” (ซึ่งเป็นสัญลักษณ์แทนเวลา) ของสมัยใหม่ในปัจจุบัน ดังนั้น การเรียนรู้ดวงดาวให้เกิดสติปัญญา จะต้องทำความเข้าใจในกฎเกณฑ์ในทางพระพุทธศาสนาคือกฎแห่งความสัมพันธ์ และวิธีคิดที่จะนำไปสู่ปัญญา ดังนี้

ก. กฎแห่งความสัมพันธ์

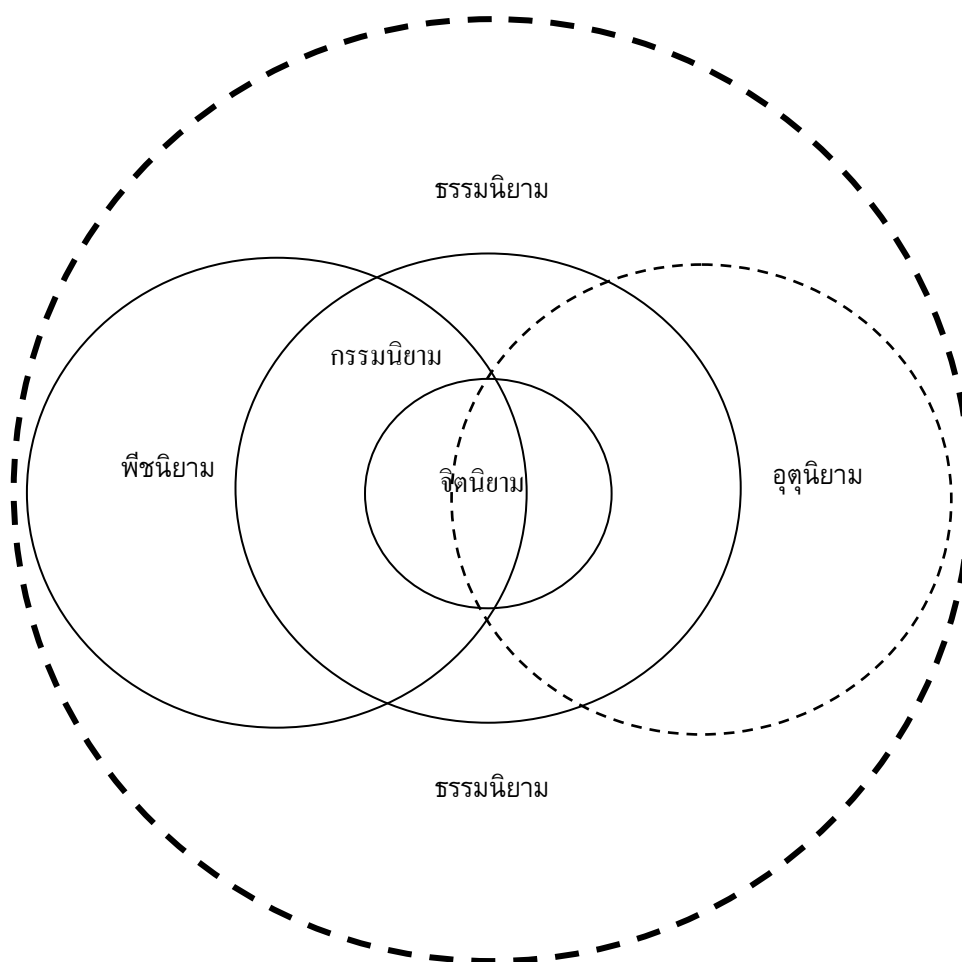
กฎแห่งความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับดวงดาว พระพุทธศาสนาได้อธิบายในรูปของนิยามหรือกฎ ๕ ประการ^{๔๕} ได้แก่

- ๑) อตุณียาม กฎแห่งดวงดาว
- ๒) พีชนิยาม กฎแห่งพีชพันธ์
- ๓) กรรมนิยาม กฎแห่งกรรม
- ๔) จิตตนิยาม กฎแห่งการทำงานของจิต
- ๕) ธรรมนิยาม กฎแห่งธรรม คือความหมุนเวียนเปลี่ยนแปลง

^{๔๔} สัมภาษณ์ อาจารย์ธนกร สินเกษม, นายกสมาคมโหราแห่งประเทศไทย, ๘ ก.ย. ๒๕๕๖

^{๔๕} นิยาม ๕ ประการ ดู ที่.ม.อ.(บาลี) ๒/๑๗/๒๖-๒๗

นิยามหรือกฎเหล่านี้เป็นตัวควบคุมสิ่งทั้งหลายที่มีชีวิตและมีสภาพเป็นเพียงวัตถุให้ดำเนินไปตามกฎเกณฑ์ที่ควรเป็น โหราจารย์ได้อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับดวงดาวในเชิงพยากรณ์โชคชะตาราศีอธิบายสุขทุกข์ของมนุษย์สัมพันธ์กับการโคจรของดวงดาวในแต่ละวัน เดือน และปีว่าจะประสบเหตุใด ๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจแก่ประชาชนในแง่มุมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับท้องฟ้าและชีวิตของบุคคล เขียนแบบความสัมพันธ์ได้ดังนี้



แผนภาพนี้อธิบายกฎความสัมพันธ์ระหว่างจิต กรรม อุตุนิยาม พืชนิยามและธรรม ซึ่งทำงานสอดประสานกันเหมือนลูกโซ่ที่ส่งแรงถึงกัน ผู้วิจัยได้จัดจิตไว้ชั้นในสุด เพราะถือตามพุทธปรัชญาว่า “สิ่งทั้งหลายมีจิตเป็นประธาน...”^{๙๐} พลังงานของจิตก่อให้เกิดกรรม(Action-กรรม) และมีผลกระทบต่อธรรมชาติรอบตัวมนุษย์ ต้นไม้ พืชพันธุ์(พืชนิยาม) และสภาพดินฟ้าอากาศ(อุตุนิยาม) ซึ่งทั้งหมดทั้งสิ้นมีลักษณะที่เป็นไดนามิค(Dynamic)คือการหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา

^{๙๐} ขุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๑/๑๕, ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑/๒๓

(ธรรม) การที่มนุษย์จะเข้าใจธรรมชาติของโลกและชีวิตได้ ควรเข้าใจสิ่งเหล่านี้ในลักษณะที่เป็นความสัมพันธ์กัน(อิทัปปัจจยตา)เสียก่อน ว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงเชื่อมโยงถึงกันทั้งมนุษย์และธรรมชาติรอบตัวมนุษย์ จัดว่าเป็นการสร้างสัมมาทิฐิให้เกิดขึ้นในเบื้องต้น

เรื่องนิยาม ๕ นี้ บรรจบ บรรณรุจิ แสดงทัศนะในฐานะที่มีความเกี่ยวข้องกับโหราศาสตร์ว่า อุดินยามกับกรรมนิยาม ก็มีความเป็นไปได้ ว่าคนเราจะเกิดในฤดูกาลไหน ภูมิประเทศอะไร มันสัมพันธ์กับเรื่องวิบากของกรรม จะสังเกตได้ว่า เวลาที่เกิดขึ้น จะพบในคัมภีร์ว่าขณะที่แม่เจ็บท้องก็จะเกิดลมกัมมชวาตปันปน (ลมที่เกิดจากกรรม) ลมที่เกิดจากกรรม ก็คือกรรมของลูกสัมพันธ์กับกรรมของแม่ ลูกที่เกิดมาในวันเวลาไหนอย่างไร จะมีวิถีชีวิตอย่างไร ผู้มีญาณจะรู้ว่าเด็กคนนี้จะมียุทธกรรมมาอย่างไร ถ้าหากว่าเราไม่มีญาณอย่างนั้น คนโบราณศึกษาโดยใช้วิชาโหราศาสตร์ด้วยการนำวันเวลาดตกฟากของเด็กเป็นตัวตั้ง ผูกดวง อ่านวิบากกรรมของเด็กได้เหมือนกัน^{๑๑}

การประยุกต์ในลักษณะนี้จะเห็นว่ามีการใช้กันมากในปัจจุบัน เช่น การจับยาม เลข ๗ ตัว จักรราศี เป็นต้น ล้วนแต่นำเรื่องวัน เดือน ปี และเวลาเป็นตัวตั้งทั้งสิ้น จึงเชื่อได้ว่าเป็นการโยงความสัมพันธ์ระหว่างเวลาหรืออดีตไปสู่กรรมหรือการกระทำรวมถึงผลของการกระทำซึ่งเป็นแนวการอธิบายในเชิงพุทธศาสนาโดยอาศัยหลักคิดเชิงอิทัปปัจจยตา ซึ่งเป็นแนวที่ปฏิเสธเทพเจ้าหรืออำนาจลบนันดาลกระทั่งดวงดาวมีอำนาจลิขิตชีวิตคนซึ่งเป็นโลกทัศน์แบบพราหมณ์เรื่องดวงดาวในทัศนะแบบพุทธศาสนามองเพียงเป็นปัจจัยสัมพันธ์กับชีวิตเท่านั้น ดวงดาวไม่ได้มีอิทธิพลโดยตรงที่จะกำหนดชีวิตคนให้เป็นคนดีหรือคนชั่วได้ แต่การจะเป็นคนดีหรือคนชั่วนั้นอยู่ที่การกระทำ นี่เป็นโลกทัศน์โหราศาสตร์เชิงพุทธ (Buddhist Astrology)

ข.วิธีคิดที่จะนำไปสู่ปัญญา

วิธีคิดที่ถูกต้องเป็นสิ่งสำคัญที่จะนำไปสู่ความเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริงของบุคคลและสังคมโดยรวม ผู้วิจัยเห็นว่า การคิดที่แยบยล(โยนิโสมนสิการ)ในเมื่อบุคคลได้รับข้อมูลหรือสารต่างๆเกี่ยวกับดาราศาสตร์ ทั้งในแง่ปรากฏการณ์และคำพยากรณ์ ต้องรู้จักนำมาขบคิดพิจารณา ใคร่ครวญให้ถ่องแท้ เพื่อให้เห็นถึงคุณและโทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์จนเกิดความเข้าใจในระดับหนึ่ง และสามารถวางท่าทีได้ถูกต้องต่อปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น รวมถึงบริหารจัดการชีวิตของตนได้อย่างเข้าใจและรู้เท่าทัน ผู้วิจัยจึงให้น้ำหนักกับการที่บุคคลจะรู้จักพิจารณาซึ่งถือว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญอันที่จะก่อให้เกิดปัญญาขึ้นในตัวบุคคลในแง่ที่

^{๑๑} สัมภาษณ์ ผศ.ร.ท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาภาษาตะวันออก จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาสังคมศาสตร์ สาขาสังคมศาสตร์ สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๐ ก.ย. ๒๕๕๖

เกี่ยวกับดาราศาสตร์ โดยอาศัยวิธีคิด ๒ ลักษณะ คือ คิดแบบแยกแยะส่วนประกอบและคิดแบบสามัญลักษณ์^{๔๒}

๑) วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ

วิธีดังกล่าวนี้ เป็นการพิจารณาให้เห็นองค์ประกอบของสิ่งทั้งหลาย เช่น โลกและจักรวาลนี้ประกอบด้วยอะไร หากย่อยลงไปจนเหลือกระทั่งจุดที่ตัดแบ่งไม่ได้ จะเป็นเช่นไร หรือการพิจารณาสภาพของธาตุทั้ง ๔ คือดิน น้ำ ลม ไฟ ที่ผันแปรตามการโคจรของดวงดาวที่ปรากฏออกมาในรูปของฤดูหรือฤดูกาล วิธีคิดนี้มีผลทำให้จิตสงบจนถึงขั้นยกเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาเพื่อให้รู้แจ้งแทงตลอดในธาตุขั้นทั้งปวงได้ เพราะธาตุทั้ง ๔ ในร่างกายของมนุษย์กับธาตุอันเป็นองค์ประกอบพื้นฐานของโลกและจักรวาลนี้มีโครงสร้างในระดับอนุภาคเหมือนกัน ต่างแต่มนุษย์มีจิตวิญญาณเท่านั้น^{๔๓} การรู้แจ้งสังขารโลกนี้ก็เท่ากับรู้แจ้งโลกทั้งหมดด้วยในระดับโครงสร้าง ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า ตถาคตบัญญัติร่างกายอันยาวาวหนาตีบนี้ว่าโลก ที่สุดแห่งโลกอยู่ตรงนี้

ผู้วิจัยเห็นว่า วิธีในลักษณะนี้เป็นวิธีคิดแบบที่ก่อให้เกิดวิชาใหม่ในทางวิทยาศาสตร์ เรียกว่า “ฟิสิกส์”(physics) ในปัจจุบัน เป็นวิธีคิดที่นำไปสู่การศึกษาวัตถุในระดับอนุภาค(particle) ที่สุดแล้วจะทำให้เห็นถึงความไม่เที่ยงของสิ่งทั้งหลาย จึงเป็นจุดที่ทำให้บุคคลตั้งอยู่ในความไม่ประมาทได้

๒) วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์

การคิดแบบสามัญลักษณ์ คือการพิจารณาให้เห็นถึงความไม่คงที่ของชีวิต โลก และจักรวาล เช่น พิจารณาให้เห็นถึงความจริงที่โลกและจักรวาลมีความเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ แม้ชีวิตของเราเอง มีการเกิดขึ้น ดำรงอยู่ และดับสูญไปเป็นธรรมดา การตระหนักว่าสิ่งทั้งหลายไม่ว่าจะเป็นโลกหรือชีวิตเราย่อมเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ย่อมจะทำให้ไม่ประมาทในชีวิตได้ การคิดในลักษณะนี้เป็นการย้อนกลับมามองตนเองซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาชีวิตในด้านต่างๆ อันเป็นความเจริญงอกงามของชีวิต

^{๔๒} ตูรายเอียดใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๖๗๖-๖๘๐ ประกอบ.

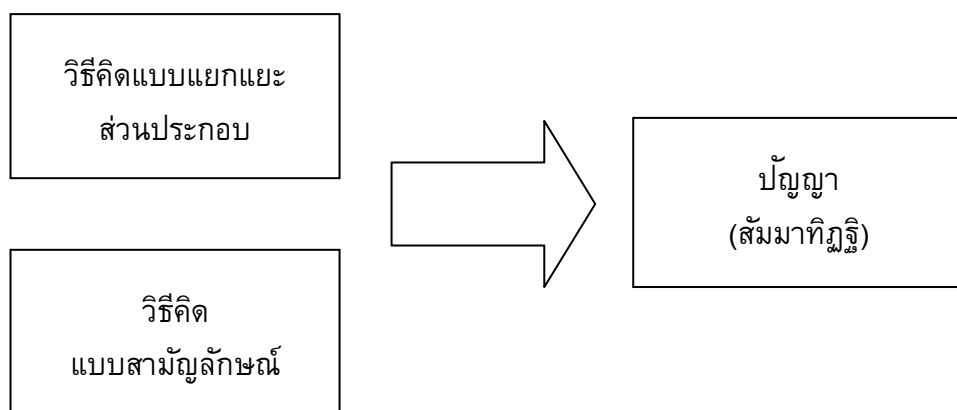
^{๔๓} ดูความเห็นจากการสัมภาษณ์ อาจารย์นิพนธ์ ทรายเพชร, ราชบัณฑิตสาขาวิชาดาราศาสตร์, ผู้เชี่ยวชาญพิเศษด้านดาราศาสตร์และอวกาศของสสวท., ๑๐ ก.ย. ๒๕๕๖ (ภาคผนวก) ประกอบ

เรื่องดวงดาวแม้ว่าจะมีความสำคัญต่อชีวิตมนุษย์ในหลายแง่มุม แต่การกระทำของมนุษย์คือการบริหารจัดการชีวิตย่อมเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ถ้าจะนำเรื่องดวงดาวมาประยุกต์ใช้กับการพัฒนาชีวิต ควรเข้าใจว่าดวงดาวมีการโคจรอยู่ตลอดเวลา เคลื่อนไหวไม่หยุดนิ่ง จึงกำหนดใช้ในโลกมนุษย์โดยเริ่มจากวินาทีเป็นนาฬิกา ชั่วโมง วัน เดือน และปี ซึ่งจะเห็นว่าไม่เคยหยุดนิ่งเช่นกัน เพราะฉะนั้น เมื่อรู้ชีวิตของตนเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลาเดินเข้าไปสู่ความแก่ เจ็บ ตาย ทุกขณะ จึงต้องมีสติ หันมาใส่ใจตัวเอง เริ่มต้นพัฒนาชีวิตในช่วงวัยต้นๆ ด้วยความไม่ให้ประมาทในดำเนินชีวิตในทุกๆ ด้าน

ผู้วิจัยเห็นว่า เรื่องการใช้ดวงดาวเพื่ออธิบายความเสื่อมความเจริญของชีวิตของคนในสังคมไทยปัจจุบัน สำคัญก็คือชีวิตมีความเปลี่ยนแปลงเหมือนที่ดวงดาวมีความเปลี่ยนแปลง ความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งของชีวิต โลก และจักรวาล แม้กระทั่งสังคมก็มีลักษณะเคลื่อนไหวไม่หยุดนิ่ง (Dynamic) การกำหนดทิศทางนั้นขึ้นอยู่กับผู้กระทำเป็นสำคัญ ซึ่งผู้กระทำต้องมีความคิดที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิต ไม่หลงติดงมงายกับเรื่องดวงดาวจนเกินไป หมอดูหรือโหราจารย์ที่บอกชะตาชีวิตมีสาระสำคัญเพื่อให้ย้อนกลับมาพัฒนาชีวิตให้ดี ซึ่งก็คือการย้อนกลับมาที่การกระทำ ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาสังคมโดยรวมได้

ฉะนั้น การมีวิธีคิดและคิดอย่างถูกต้อง จะก่อให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดี คือ (๑) มีความเชื่อมั่นในตนเอง (๒) ไม่หลงงมงาย (๓) รู้จักแสวงหาความรู้ และ (๔) มีความเข้าใจโลกและชีวิตในความเป็นเหตุและผล นอกจากนี้ยังจะช่วยให้บุคคลเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างชีวิตกับดวงดาวในเชิงโหราศาสตร์ได้ โดยตระหนักถึงการกระทำอย่างไม่ประมาท รวมทั้งกำหนดท่าทีในการดำเนินชีวิตโดยสัมพันธ์กับธรรมชาติรอบตัวได้อย่างกลมกลืน ซึ่งมีกระบวนการสำคัญที่จะนำไปสู่การเรียนรู้และเข้าใจ ดังนี้

กระบวนการสร้างสรรค์เชิงต้นรู้นำไปสู่ปัญญา



ในรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านทัศนคตินี้ จะเห็นถึงนิยามที่มีความโดดเด่น คือ จิต(จิตรู้) อุดม และธรรม (ความเปลี่ยนแปลง เป็นต้น) โดยมนุษย์ต้องสร้างสรรค์สติปัญญา

มองให้เห็นความสัมพันธ์แห่งชีวิต โลก และจักรวาล เพื่อดำรงชีวิตอยู่บนดวงดาวได้อย่างมีความสุข

สำหรับการนำเรื่องดาราศาสตร์ไปประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง ๔ รูปแบบ ในปัจจุบัน สรุปเป็นตารางได้ดังนี้

คุณภาพชีวิต	ดาราศาสตร์	หลักพระพุทธศาสนา	คุณภาพชีวิตที่พึงประสงค์
กาย (อตุ+พีชะ)	- ดาวฤกษ์ - ดาวเคราะห์ - ดาวพิเศษ	<u>สุขภาพกาย</u> ๑. เลือกอตุสัปปายะ (เลือกสภาพแวดล้อม) ๒. รู้ประมาณในการบริโภค (แสงแดดและที่อยู่อาศัย) ๓. กายบริหาร เช่น เดินจงกรม	๑. ร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคภัย ๒. ทำงานได้มากขึ้น ๓. ไม่ต้องสูญเสียรายจ่าย ๔. มีอารมณ์แจ่มใส ๕. ไม่เป็นภาระของสังคม
		<u>ระเบียบวินัยทางกาย</u> ๑. อุโบสถศีล ๒. วิเวก	๑. มีวินัยในการทำงาน ๒. มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ๓. รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนได้ ๔. ไม่สร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่น
จิตใจ (อตุ+จิต)	- ดาวฤกษ์ - ดาวเคราะห์ - ดาวพิเศษ	- สมถกรรมฐาน: อาโลกกสิณ - วิปัสสนากรรมฐาน	๑. มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง คือมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ๒. มีจิตใจปลอดโปร่ง ไม่เครียด หรือตกอยู่ในภาวะ กดดัน ๓. สภาพจิตใจอยู่ในภาวะ พร้อมจะทำงานให้สำเร็จลุล่วง
สังคม (อตุ+กรรม)	- ดาวฤกษ์ - ดาวเคราะห์ - ดาวพิเศษ	- โลก ๓ - ทิศ ๖ - พรหมวิหาร ๔	๑. มีความสามัคคี ๒. ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ๓. รับทราบและหน้าที่ของตน ๔. มีความเคารพซึ่งกันและกัน
ทัศนคติ อตุ+จิต+ธรรม)	- ดาวฤกษ์ - ดาวเคราะห์ - ดาวพิเศษ	- อิทัปปัจจยตา - นิยาม ๕ - โยนิโสมนสิการ	๑. มีความเชื่อมั่นในตนเอง ๒. ไม่หลงงมงาย ๓. รู้จักแสวงหาความรู้ ๔. มีความเข้าใจโลกและชีวิต ในความเป็นเหตุและผล

ในบทที่ ๔ นี้ ผู้วิจัยจะใช้กรอบประวัติศาสตร์และปรัชญามาอธิบายและวิเคราะห์ “รูปแบบการประยุกต์ใช้ดาราศาสตร์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตในสังคมปัจจุบัน” ดังนี้

ในเชิงประวัติศาสตร์: รูปแบบการประยุกต์ใช้ดาราศาสตร์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตในสังคมปัจจุบัน ได้แก่ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านกาย จิต สังคม และทัศนคติ จะเห็นว่ามีรากฐานมาจากแนวคิดการพัฒนาชีวิตจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา รวมทั้งฎีกา อันเป็นระบบความรู้ดั้งเดิม ในปัจจุบันการพัฒนาคุณภาพชีวิตยังใช้แนวคิดทางพระพุทธศาสนา แต่อธิบายด้วยความรู้ทางวิทยาศาสตร์

ในเชิงปรัชญา: การประยุกต์ใช้ดาราศาสตร์ในปัจจุบันมีความหลากหลาย แต่ก็มีฐานคิดหลักคือฐานคิดแบบวิทยาศาสตร์ การพัฒนากายเป็นต้นก็จะเน้นเฉพาะกายเพียงอย่างเดียว ไม่เน้นองค์รวมเพราะในทางวิทยาศาสตร์ถือว่าจิตไม่มีอยู่จริง การทำงานของร่างกายเป็นเป็นเรื่องของสมอง แนวคิดดังกล่าวนี้ไม่สอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตดั้งเดิมที่เห็นว่าจิตอาศัยกายและกายก็อาศัยจิตเช่นเดียวกัน ระบบการพัฒนาเดิมนั้นมองชีวิตแบบเป็นองค์รวม ซึ่งจะแตกต่างจากสมัยใหม่ที่มองชีวิตเป็นเรื่องของวัตถุและมองแบบแยกส่วน ซึ่งเป็นแนวคิดแบบวัตถุนิยม โดยถือว่ามนุษย์เป็นเพียงสสาร (สสารนิยม)

การพัฒนาคุณภาพชีวิตในระบบของพระพุทธศาสนา (ระบบอทิปปัจจยตา) คื้อมองสิ่งต่างๆ เป็นปัจจัยสัมพันธ์ มีลักษณะคล้ายห่วงโซ่ ด้วยฐานความคิดในลักษณะนี้ ทำให้รูปแบบหรือแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นไปแบบองค์รวม คือไม่ได้เน้นด้านใดด้านหนึ่งของชีวิต ลักษณะของการพัฒนาชีวิตจึงไม่ได้พัฒนาในรูปของแนวดิ่งหรือแนวตั้ง แต่เป็นการพัฒนาทั้งระบบแบบคู่ขนานไปพร้อมกัน เพราะเชื่อว่ากายกับจิต สังคม และทัศนคติ เป็นปัจจัยแก่กันและกัน การพัฒนาชีวิตจึงต้องทำควบคู่ไปพร้อมกัน และให้สัมพันธ์กับธรรมชาติของโลกและจักรวาล อันเป็นตัวกำหนดสภาพแวดล้อมที่ชีวิตดำรงอยู่

ฉะนั้น การบูรณาการความรู้จากหลาย ๆ ศาสตร์ เช่น วิทยาศาสตร์ มนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และจิตศาสตร์ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตในสมัยปัจจุบัน กลายเป็นกระแสที่น่าสนใจและมีแนวโน้มความสอดคล้องกับแนวคิดทางพระพุทธศาสนามากที่สุดเวลานี้

ในบทนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ วิพากษ์วิจารณ์ และเสนอข้อคิดเห็น ซึ่งคาดว่าจะจะเป็นหลักคิดสำหรับการนำดวงดาวไปประยุกต์ใช้และพัฒนาคุณภาพชีวิตในอนาคตได้อีก ซึ่งมีรูปแบบและเนื้อหาหลักดังกล่าวมา และจะได้ทำการสรุปเป็นต้นในบทต่อไป