

บทที่ ๔

การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

หัวใจของการพัฒนาที่ยั่งยืนนั้น จำเป็นต้องพิจารณาองค์ประกอบหลักในเรื่องต่าง ๆ ควบคู่กัน โดยเฉพาะความหมายที่แท้จริงของการบูรณาการเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนและรักษาไว้ซึ่งคุณภาพของชีวิตในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะความสมดุลระหว่าง ๒ ส่วนสำคัญในชีวิต อันได้แก่ ร่างกายและจิตใจตามการนิยามคำว่า คุณภาพชีวิต ของงานวิจัยในครั้งนี้ ซึ่งหลักพุทธธรรมที่เลือกนำมาใช้ต้องสามารถเข้าไปส่งเสริมแนวคิดและหลักการปฏิบัติตนเพื่อตอบโจทย์ต่อการแก้ไขปัญหาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ได้อย่างมั่นคงในระยะยาว ตลอดจนสามารถกำหนดแนวทางการบูรณาการร่วมกันให้เกิดผลเป็นรูปธรรมได้อย่างแท้จริง

๔.๑ การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืนในทัศนะของนักวิชาการไทย

จากผลสรุปข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญกลุ่มเป้าหมายตามงานวิจัยในครั้งนี้ พบว่า มีมุมมองและข้อคิดเห็นที่หลากหลายทั้งในแง่มุมมองที่สอดคล้องกันและแตกต่างกันตามบริบทของข้อคำถามแต่ละข้อ ซึ่งแบบสัมภาษณ์ในครั้งนี้ ประกอบไปด้วยประเด็นข้อคำถามที่เกี่ยวข้องกับ ข้อมูลทั่วไปและข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้สัมภาษณ์ มุมมองสภาพและปัญหาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต (ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายไว้แล้วในบทที่ ๒) มุมมองในการพัฒนาคุณภาพชีวิต มุมมองเกี่ยวกับแนวทางการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิต มุมมองเกี่ยวกับการนำหลักธรรมมาแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิต และมุมมองเกี่ยวกับแนวทางในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนใน ๓ ระดับ (ได้แก่ ระดับปัจเจกชน ระดับองค์กร และระดับนโยบาย) ซึ่งสามารถสรุปประเด็นสำคัญในแต่ละประเด็น ได้ดังนี้

๔.๑.๑ มุมมองในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาคุณภาพชีวิตคนไทยในปัจจุบันกำลังมีปัญหาและพบช่องโหว่ในทุกมิติ โดยเฉพาะปัญหาทางด้านสุขภาพ ครอบครัวยุคใหม่ เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม อันเนื่องมาจากการขาดทิศทางและแนวทางการบูรณาการที่ถูกทางและได้ผล^{*} ซึ่งจะสังเกตได้ว่า กระบวนการเรียนรู้และระบบการศึกษาที่ไม่ตอบโจทย์ต่อการพัฒนาศักยภาพบุคคลให้พร้อมต่อการดำรงชีวิตอย่างรู้คุณค่า

^{*}สัมภาษณ์ ศิริพร เจริญพงศ์นรา, ผู้จัดการฝ่าย ICU โรงพยาบาลสมุทรสาคร, ๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

ทั้งต่อตนเองและสังคมรอบข้าง การขาดทักษะต่อการใช้ชีวิตทั้ง Social Skills และ Life Skills^๒ ย่อมมีสาเหตุสำคัญขึ้นพื้นฐานมาจากสภาพจิตใจที่อ่อนแอ ขาดสติและปัญญาในการคิดเชื่อมโยง วิเคราะห์ และเผชิญกับปัญหาเพื่อแก้ไขอย่างเป็นระบบจึงส่งผลให้เกิดวัฏจักรของความเจ็บ ความจน และความโง่^๓ ในชีวิตอยู่เสมอ ซึ่งในภาพรวมของความคิดเห็นผู้ให้สัมภาษณ์ตามงานวิจัย ส่วนใหญ่เห็นตรงกันว่า การจะมุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบยั่งยืนให้เกิดขึ้นในสังคมไทยมีความ เป็นไปได้ แต่ต้องมีการซ่อมเสริมและเติมเต็มทัศนคติของคนไทยให้มีทิศทางสอดคล้องกับ ความหมายของการพัฒนาอย่างยั่งยืนเป็นสำคัญ^๔ กล่าวคือ ต้องเร่งปลูกฝังความมีวินัย^๕ การปรับเปลี่ยนมุมมองและทัศนคติในการดำเนินชีวิตอย่างรู้คุณค่าทั้งต่อตนเองและผู้อื่น^๖ การใช้ กระบวนการศึกษาเพื่อเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพความเป็นมนุษย์ให้เกิดความสมบูรณ์พร้อมทั้ง ร่างกายและจิตใจ^๗ การนำหลักคิดและการปรับตัวเพื่อให้สามารถรักษาสอดคล้องของการพัฒนาคุณภาพ ชีวิตในทุกมิติ^๘ รวมทั้ง การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและหลักธรรมทางพุทธศาสนามาปรับ ใช้เพื่อให้คุณภาพชีวิตเกิดความมั่นคงและยั่งยืนได้อย่างแท้จริง

โดยสรุปแล้ว มุมมองในการพัฒนาคุณภาพชีวิตจากการให้สัมภาษณ์ข้างต้น ผู้ให้ สัมภาษณ์ทุกกลุ่มให้ข้อคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่า

^๒สัมภาษณ์ จิตติ มงคลชัยอรัญญา, คณบดีวิทยาลัยพัฒนศาสตร์ ป๋วย อึ๊งภากรณ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^๓สัมภาษณ์ สมทรง ธีรพงศ์ภักดี, พยาบาลวิชาชีพและผู้จัดการฝ่ายพยาบาล โรงพยาบาลสำโรง การแพทย์, ๓๐ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^๔สัมภาษณ์ พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาบุญโญ / วันจันทร์), รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^๕สัมภาษณ์ อรชร ไกรจักร, อาจารย์พิเศษมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๑ กันยายน ๒๕๕๘.

^๖สัมภาษณ์ ศุภชัย สุพรรณทอง, นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการพิเศษ กรมพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^๗สัมภาษณ์ สุขุมพงษ์ ชาญนวงศ์, อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหิดล, ๖ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^๘สัมภาษณ์ สมितिผล เนตรนิมิต, อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^๙สัมภาษณ์ ศิริพร เจริญพวงศันรา, ผู้จัดการฝ่าย ICU โรงพยาบาลสมุทรสาคร, ๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

๑) คุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบันประสบปัญหาในทุก ๆ ด้าน และมีช่องโหว่ต่อการจะเข้าไปแก้ไขปัญหแต่ละเรื่องเนื่องจากทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องยังทำงานแบบแยกส่วนกัน ขาดการประสานความร่วมมือกันอย่างมีประสิทธิภาพ

๒) สาเหตุของปัญหาคุณภาพชีวิตคนไทยส่วนใหญ่เป็นเพราะขาดความรู้ความเข้าใจในการบริหารจัดการชีวิต ส่วนหนึ่งเพราะขาดการศึกษาและการเรียนรู้ที่เพียงพอ การขาดจิตสำนึกรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่นในสังคมรอบข้าง ขาดระเบียบวินัยในการดำเนินชีวิต จนส่งผลให้มีความชัดเจนในการวางแผนเป้าหมายเพื่อจะพัฒนาความเป็นอยู่หรือคุณภาพชีวิตของตนเองให้ดีขึ้น

๔.๑.๒ มุมมองเกี่ยวกับแนวทางการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิต

จากความคิดเห็นในภาพรวมของผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่ ต่างเห็นสอดคล้องกันว่า แนวทางการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบันควรต้องประกอบไปด้วย การมุ่งปรับสภาพจิตใจเป็นอันดับแรก รวมไปถึงเรื่องของทัศนคติหรือความคิดเห็น ความเชื่อ ค่านิยม และรูปแบบการใช้ชีวิตที่ต้องสอดคล้องต่อการพัฒนาองค์ประกอบในเชิงคุณภาพของชีวิตในมิติอื่น ๆ เช่น การมีรายได้^{๑๑} การได้รับโอกาสทางการศึกษาเพื่อการประกอบอาชีพและไม่มีหนี้สิน^{๑๒} การมีปัจจัย ๔ อย่างครบถ้วนและเพียงพอ^{๑๓} เป็นต้น สำหรับอันดับที่สอง ก็คือ การวางกรอบแนวคิดและวิธีการเพื่อการแก้ไขและพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างชัดเจนและเป็นระบบ^{๑๔} โดยเฉพาะการรู้จักใช้การคิดวิเคราะห์ (Critical Thinking) เพื่อการตัดสินใจและแก้ปัญหาชีวิตได้อย่างถูกต้องและตรงประเด็นโดยประยุกต์ใช้หลักธรรมควบคู่^{๑๕} อันดับที่สาม ได้แก่ การตระหนักและส่งเสริมให้มีบทบาทการนำหลักความพอเพียงและหลักธรรมทางพุทธศาสนามาประยุกต์และใช้เป็นแสงสว่างนำทางเพื่อแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิต ปัจจุบันจนก่อให้เกิดลักษณะของสังคมอุดมปัญญาขึ้นจริงใน

^{๑๑}สัมภาษณ์ บรรจบ บรรณรุจิ, อาจารย์พิเศษมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๑๒}สัมภาษณ์ รุจิราพร ป้องเกิด, พยาบาลประจำโรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๓๐ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^{๑๓}สัมภาษณ์ สุภชัย สุพรรณทอง, นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการพิเศษ กรมพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย, ๒๕ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๑๔}สัมภาษณ์ ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต, รองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๑๕}สัมภาษณ์ พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาบุญโญ / วันจันทร์), รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕ กันยายน ๒๕๕๘.

ประเทศ^๕ และอันดับที่สี่ ได้แก่ การไม่หลงลืมที่จะใส่ใจในการดูแลสุขภาพกายและใจให้สมบูรณ์แข็งแรงอยู่เสมอ^๖ เพื่อเป็นรากฐานให้ชีวิตดำรงอยู่ได้อย่างสมดุล มั่นคง และยั่งยืน^๗ ได้อย่างแท้จริง

โดยสรุปแล้ว มุมมองเกี่ยวกับแนวทางการแก้ไขปัญหาคูณภาพชีวิตจากการให้สัมภาษณ์ข้างต้น ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกกลุ่มให้ข้อคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่า

๑) แนวทางการแก้ไขปัญหาคูณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบันควรต้องประกอบไปด้วย การมุ่งปรับสภาพจิตใจเป็นอันดับแรก รวมไปถึงเรื่องของทัศนคติหรือความคิดเห็น ความเชื่อ ค่านิยม และรูปแบบการใช้ชีวิตที่ต้องสอดคล้องต่อการพัฒนาองค์ประกอบในเชิงคุณภาพของชีวิตในมิติอื่น ๆ ได้แก่ การสร้างรายได้ที่เพียงพอ มีปัจจัย ๔ พร้อมต่อการดำเนินชีวิตด้วยความปกติสุข ไม่มีหนี้สินจนเป็นทุกข์ รู้จักคิดเป็นแก้ปัญหาเป็น โดยเฉพาะการนำหลักธรรมทางพุทธศาสนามาปรับใช้เป็นเครื่องนำทางในการดำเนินชีวิต

๒) ควรใส่ใจในการดูแลสุขภาพพร้อมทางด้านสุขภาพกายและใจให้สมบูรณ์แข็งแรงอยู่เสมอเพื่อให้เกิดรากฐานความมั่นคงในการดำเนินชีวิตแบบยั่งยืน

๔.๑.๓ มุมมองเกี่ยวกับการนำหลักธรรมมาแก้ไขปัญหาคูณภาพชีวิต

จากข้อคิดเห็นที่หลากหลายของผู้ให้สัมภาษณ์แต่ละคนในทุกกลุ่มศาสตร์สหวิทยาการ ได้ข้อสรุปสำคัญว่า ทุกหลักธรรมล้วนมีความเหมาะสมในการนำมาประยุกต์แก้ปัญหาคูณภาพชีวิตได้ทั้งหมด เพียงแต่ต้องให้เลือกนำมาใช้ให้ตรงกับบริบทของปัญหาที่ประสบอยู่เป็นสำคัญ^๘ นอกจากนี้ ควรใช้หลักอริยสัจ ๔ เพื่อเป็นกรอบในการวิเคราะห์ปัญหาทุกข์ทั้งหลายในชีวิตและพยายามแก้ปัญหาให้คลี่คลายอย่างเป็นขั้นตอน^๙ โดยความคิดเห็นผู้ทรงคุณวุฒิส่วนใหญ่เห็นว่า ควรใช้หลักโยนิโสมนสิการเพื่อวางรูปแบบการคิดไว้โดยแยกคายในการเชื่อมโยงหลักเหตุและผลอย่างละเอียดถี่ถ้วนเพื่อแก้ไขปัญหและพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นระบบและได้ผล^{๑๐}

^๕สัมภาษณ์ จิตติ มงคลชัยอรัญญา, คณบดีวิทยาลัยพัฒนศาสตร์ ป๋วย อึ๊งภากรณ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^๖สัมภาษณ์ อุสา เจริญชัย, ผู้จัดการฝ่ายอาชีวอนามัย โรงพยาบาลตำรวจ, ๓๐ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^๗สัมภาษณ์ ภาริส วงศ์แพทย์, อาจารย์แพทย์ โรงพยาบาลรามารับดี, ๓ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

^๘สัมภาษณ์ พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญฺโญ / วันจันทร์), รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^๙สัมภาษณ์ ศุภชัย สุพรรณทอง, นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการพิเศษ กรมพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๑๐}สัมภาษณ์ จิตติ มงคลชัยอรัญญา, คณบดีวิทยาลัยพัฒนศาสตร์ ป๋วย อึ๊งภากรณ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

ใช้หลักไตรสิกขา เพื่อนำมาสร้างวิถีปัญญาในการดำเนินชีวิตและควบคุมความมีระเบียบวินัยให้เกิดขึ้นในการบริหารจัดการรูปแบบการใช้ชีวิตอย่างสมดุลและเหมาะสม^{๒๑} โดยนำหลักศีลเพื่อสร้างความเป็นปกติสุขจากการรักษาระเบียบวินัยดำเนินชีวิตประจำวัน ใช้หลักสมาธิเพื่อสร้างปัสัทธิ (เกิดความสุขทั้งใจและกาย) และมีความมั่นคงในกำลังใจให้พร้อมต่อการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ สำหรับหลักปัญญาก็จะนำพาซึ่งทักษะและความรู้เท่าทันในการแก้ปัญหาทุกเรื่องในชีวิต โดยเฉพาะการพบทางออกของปัญหาที่เหมาะสมและสามารถพัฒนาให้คุณภาพชีวิตให้่องงามได้อย่างต่อเนื่อง^{๒๒} จนเกิดเป็นรูปธรรมที่ชัดเจนได้ตามเป้าหมายในทุกมิติที่วางไว้ ทั้งนี้ ผู้ให้สัมภาษณ์จำนวนหนึ่งยังให้ข้อคิดเห็นสนับสนุนให้มีการใช้หลักกัทธิบาท ๔ เพื่อนำมาส่งเสริมให้การขับเคลื่อนทุกพฤติกรรมเป้าหมายบรรลุผลสำเร็จในการเข้าไปแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตที่กำลังเผชิญอยู่ รวมทั้งการพัฒนาตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้อย่างมั่นคงต่อเนื่อง^{๒๓} รวมทั้งการพิจารณาหลักมัชฌิมาปฏิปทา^{๒๔} เพื่อมาสนับสนุนแนวทางการดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดคุณภาพภายใต้หลักการมีดุลยภาพในแต่ละบริบทของการดำเนินชีวิต เพื่อช่วยสนับสนุนให้คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างเป็นรูปธรรมได้อย่างแท้จริง

โดยสรุปแล้ว มุมมองเกี่ยวกับมุมมองเกี่ยวกับการนำหลักธรรมมาแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตจากการให้สัมภาษณ์ข้างต้น ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกกลุ่มให้ข้อคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่า

๑) ทุกหลักธรรมมีความเหมาะสมต่อการนำมาประยุกต์เพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิต แต่ที่เหมาะสมที่สุดในปัจจุบันได้แก่ หลักโยนิโสมนสิการ (เพื่อปรับมุมมองและวิธีคิด) หลักไตรสิกขา (เพื่อกำกับและดูแลให้เกิดพฤติกรรมที่สอดคล้องเหมาะสมต่อการแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดขึ้นได้อย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง) และหลักกัทธิบาท ๔ (เพื่อเป็นเครื่องขับเคลื่อนและผลักดันพฤติกรรมเป้าหมายเพื่อการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตให้บรรลุผลสำเร็จและเกิดการพัฒนาไปสู่การยกระดับคุณภาพชีวิตได้อย่างยั่งยืน)

๒) กรอบหลักธรรมที่เหมาะสมต่อการนำมาวิเคราะห์แนวทางการแก้ปัญหาคุณภาพชีวิตในทุกมิติคือ หลักอริยสัจ ๔ และควรนำหลักมัชฌิมาปฏิปทาหรือทางสายกลางเพื่อกำหนด

^{๒๑} สัมภาษณ์ อูสา เจริญชัย, ผู้จัดการฝ่ายอาชีวอนามัย โรงพยาบาลสำโรงการแพทย์, ๓๐ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^{๒๒} สัมภาษณ์ พระศรีกัมภีรญาณ (สมจินต์ สมมาบุญโญ / วันจันทร์). รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๒๓} สัมภาษณ์ สานุ มัทธนาคุลย์, อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๓๐ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๒๔} สัมภาษณ์ ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต, รองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

น้ำหนักและสัดส่วนของการปฏิบัติตนให้เกิดความเหมาะสมต่อการรักษาคุณภาพในการดำเนินชีวิตได้อย่างแท้จริง

๔.๑.๔ มุมมองเกี่ยวกับแนวทางในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนใน ๓ ระดับ

๔.๑.๔.๑ ระดับปัจเจกชน ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่ต่างแสดงความคิดเห็นในภาพรวมว่า ควรใช้แนวคิดด้านหลักธรรมทางพุทธศาสนาควบคู่กับกระบวนการศึกษาที่มุ่งเน้นการเรียนรู้และการทำความเข้าใจกับปัญหาคุณภาพชีวิตทั้งในระดับส่วนบุคคลและบริบทแวดล้อมในอื่น ๆ ในชีวิต^{๒๕} โดยเฉพาะการตระหนักในสร้างภูมิคุ้มกันทางความคิดเพื่อพึ่งตนเองให้ได้ในทุกมิติจากการปรับทัศนคติที่ถูกต้องเหมาะสม^{๒๖} และมีการใช้หลักคุณธรรม จริยธรรม เพื่อฝึกขัดเกลาจิตใจให้ลด ละ เลิกอำนาจกิเลสทั้งปวงที่เกาะกุมให้เกิดมุมมองที่มัวเมาความเป็นตัวตน (My sets) ให้หมดไป^{๒๗} รวมทั้งเพื่อนำไปสู่การพัฒนากาย ใจ สังคม และปัญญาให้เกิดขึ้นอย่างสมดุล มั่นคง และยั่งยืน

๔.๑.๔.๒ ระดับองค์กร ควรนำกระบวนการศึกษาเพื่อการเรียนรู้และหลักธรรมทางพุทธศาสนาที่เหมาะสมมาประยุกต์เพื่อการพัฒนาบุคลากรในองค์กรให้เกิดภูมิคุ้มกันจากความเสี่ยงต่อการขาดคุณภาพชีวิตในมิติต่าง ๆ^{๒๘} โดยเฉพาะการมุ่งส่งเสริมให้เกิดการสำรวจและติดตามปัญหาด้านคุณภาพชีวิตในปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวชี้วัดความสุขในองค์กรซึ่งประกอบไปด้วย ๘ ด้าน ได้แก่ (๑) สุขภาพดี (Happy Body) (๒) น้ำใจงาม (Happy Heart) (๓) การผ่อนคลาย (Happy Relax) (๔) การหาความรู้ (Happy Brain) (๕) คุณธรรม (Happy Soul) (๖) ใช้เงินเป็น (Happy Money) (๗) ครอบครัวที่ดี (Happy Family) (๘) สังคมดี (Happy Society)^{๒๙} ซึ่งทั้ง ๘ ข้อข้างต้นต้องหล่อหลอมกันเพื่อสร้างคำว่า สมดุลชีวิตให้เกิดขึ้นซึ่งจะส่งผลถึงทักษะในการทำงานและการใช้ชีวิตที่ดีขึ้นอย่างมีคุณภาพภายใต้หลักธรรมาภิบาลและวัฒนธรรมองค์กรที่มีความเข้มแข็งอย่าง

^{๒๕} สัมภาษณ์ สมิตธิผล เนตรนิมิต, อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^{๒๖} สัมภาษณ์ อรชร ไกรจักร, อาจารย์พิเศษมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๑ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๒๗} สัมภาษณ์ วุฒินันท์ กันทะเตียน, อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๒๘} สัมภาษณ์ บรรจบ บรรณรุจิ, อาจารย์พิเศษมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๒๙} สัมภาษณ์ ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต, รองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

เหมาะสมภายใต้บริบทขององค์กรสังคมสุข^{๓๐} กล่าวคือ ส่งผลความมีคุณภาพให้เกิดใน ๓ ระดับ ได้แก่ ระดับจิตภาพ ระดับกายภาพ และระดับสังคม^{๓๑} อย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งความคิดเห็น ส่วนหนึ่งของผู้ให้สัมภาษณ์ต่างเห็นตรงกันว่า ประเด็นในเรื่องผู้นำองค์กร^{๓๒} เป็นอีกหนึ่งปัจจัย สำคัญที่ส่งผลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความสำเร็จในการจะพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ในระดับนี้

๔.๑.๔.๓ ระดับนโยบาย จัดเป็นเรื่องที่ค่อนข้างทำได้ยากและต้องใช้ระยะเวลา ต่อเนื่อง^{๓๓} พร้อมทั้งต้องใช้มุมมองการวิเคราะห์และเข้าถึงแนวทางการแก้ไขปัญหาเชิงระบบในทุก มิติที่เกี่ยวข้องกับปัญหาคุณภาพชีวิตของพลเมืองในชาติ^{๓๔} ซึ่งภาครัฐอาจตั้งเป็นวาระแห่งชาติ^{๓๕} เพื่อให้ทุกภาคส่วนกำหนดเกณฑ์ตัวชี้วัดเพื่อผลักดันให้คุณภาพชีวิตของพลเมืองทั่วประเทศเกิดได้ อย่างเป็นรูปธรรม โดยเกณฑ์ดังกล่าวต้องเป็นเสมือนเครื่องมือสำคัญในการยกระดับคุณภาพชีวิต ให้เกิดขึ้นได้จริงอย่างยั่งยืนซึ่งจะไม่อิงเกณฑ์เรื่อง GDP เพียงอย่างเดียวแต่ต้องครอบคลุมไปถึงการ ประเมินผลในมิติอื่น ๆ เพื่อนำมาเป็นตัวชี้วัดทั้งระดับครอบครัว ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อม^{๓๖} นอกจากนี้ ควรรวมไปถึงการได้รับสวัสดิการทั้งด้านสาธารณสุข การศึกษา และด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการปัจจัยทางด้านกายภาพและชีวภาพเพื่อส่งเสริมให้เกิดคุณภาพและความสุขของ คนไทยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว^{๓๗} ร่วมกับการ สนับสนุนบทบาทพุทธศาสนาเพื่อสังคม (Socially Engaged Buddhism) ให้เกิดขึ้นจริง ในสังคมไทยปัจจุบันโดยเริ่มจากพัฒนาระดับปัจเจกชนจนถึงระดับองค์กรให้ได้เสียก่อน^{๓๘}

^{๓๐}สัมภาษณ์ จิตติ มงคลชัยอรัญญา, คณบดีวิทยาลัยพัฒนศาสตร์ ป๋วย อึ๊งภากรณ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๓๑}สัมภาษณ์ ศุภชัย สุพรรณทอง, นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการพิเศษ กรมพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๓๒}สัมภาษณ์ รุจิราพร ป้องเกิด, พยาบาลประจำโรงพยาบาลศรีนครินทร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๓๐ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^{๓๓}สัมภาษณ์ พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ / วันจันทร์), รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๓๔}สัมภาษณ์ สุขุมพงษ์ ชาญนวงศ์, อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหิดล, ๖ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^{๓๕}สัมภาษณ์ อาชว์ฤทธิ์ น้อมเนียน, อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๓๖}สัมภาษณ์ ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต, รองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๓๗}สัมภาษณ์ ศิริพร เจริญพงศ์นรา, ผู้จัดการฝ่าย ICU โรงพยาบาลสมุทรสาคร, ๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

^{๓๘}สัมภาษณ์ พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ / วันจันทร์), รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

โดยเฉพาะการใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาบูรณาการร่วมกับศาสตร์ สหวิทยาการต่าง ๆ ซึ่งการจะผลักดันให้เป้าหมายในการยกระดับคุณภาพชีวิตเกิดขึ้นในสังคมไทยได้อย่างแท้จริง นอกจากการกำหนดให้เป็นวาระแห่งชาติร่วมกันแล้ว ยังต้องคำนึงถึงผลกระทบในแง่บวกและแง่ลบที่จะเกิดจากการปฏิรูประบบการบริหารจัดการในทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง^{๓๕} และการมุ่งเป้าหมายเพื่อส่งผลในระดับนโยบายสู่การปฏิบัติแบบเต็มเต็ม (Implementation)^{๓๖} เพื่อให้เกิดรูปธรรมที่ชัดเจน เช่น นโยบายส่งเสริมการศึกษาและการสร้างรายได้^{๓๗} การกำหนดตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตคนไทยอย่างมีมาตรฐานเป็นที่ยอมรับในระดับสากล^{๓๘} การสร้างสังคมอุดมสุขด้วยปัญญา^{๓๙} เป็นต้น

โดยสรุปแล้ว มุมมองเกี่ยวกับแนวทางในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนใน ๓ ระดับ จากการให้สัมภาษณ์ข้างต้น ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกกลุ่มให้ข้อคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่า

๑) ในระดับปัจเจกชนควรเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญที่สุดเพื่อขยายขอบเขตไปถึงการส่งเสริมให้องค์กรในภาพรวมเป็นองค์กรแห่งสังคมอุดมสุข ซึ่งในระดับนโยบายจัดเป็นระดับการส่งเสริมให้เกิดคุณภาพในภาพรวมได้ยากที่สุด เพราะมีเงื่อนไขต่าง ๆ เข้ามาเกี่ยวข้องและต้องคำนึงถึงความเป็นไปได้ในเชิงนโยบายสู่ภาคปฏิบัติ

๒) การพิจารณาสนับสนุนปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดการยกระดับคุณภาพชีวิตได้อย่างยั่งยืนควรต้องพิจารณาตั้งแต่ระดับจิตภาพ ระดับกายภาพ และระดับสังคมส่วนรวมตามลำดับ ซึ่งการเข้ามามีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องอย่างจริงจังจึงจะสร้างผลสำเร็จได้จริง โดยเฉพาะการใช้กระบวนการทางการศึกษาเพื่อการเรียนรู้และบูรณาการร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพจึงจะช่วยให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนเกิดผลได้ในเชิงคุณภาพไม่ใช่เชิงปริมาณ

จากบทสรุปข้อคิดเห็นในภาพรวมเกี่ยวกับมุมมองจากการให้สัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิตามกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัยข้างต้น การจะสร้างกรอบแนวคิดของหลักการและแนวทางเพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เห็นผลจำเป็นต้องนำหลักการบูรณาการเพื่อการพัฒนาและส่งเสริมกระบวนการทัศน์ในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ก้าวไปสู่ความยั่งยืนในทุกมิติได้อย่างเป็น

^{๓๕} สัมภาษณ์ ศุภชัย สุพรรณทอง, นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการพิเศษ กรมพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๓๖} สัมภาษณ์ จิตติ มงคลชัยอรัญญา, คณบดีวิทยาลัยพัฒนศาสตร์ ป๋วย อึ๊งภากรณ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

^{๓๗} สัมภาษณ์ สุชุมพงษ์ ชาญนุวงศ์, อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหิดล, ๖ ตุลาคม ๒๕๕๘.

^{๓๘} สัมภาษณ์ ภาริส วงศ์แพทย์, อาจารย์แพทย์ โรงพยาบาลรามาริบัติ, ๓ พฤศจิกายน ๒๕๕๘.

^{๓๙} สัมภาษณ์ พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ สมมาปญโญ / วันจันทร์), รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๘ กันยายน ๒๕๕๘.

รูปธรรมซึ่งองค์กร SEAMEO Secretariat ได้กล่าวถึงเรื่องราวที่สำคัญของงานบูรณาการ การพัฒนา
 ขั้นพื้นฐานไว้อย่างน่าสนใจว่า ความหมายของคำว่า บูรณาการ เมื่อเรามองเห็นว่าการที่สิ่งทั้งหลาย
 ซึ่งเป็นหน่วยย่อย จะต้องมาประสานสัมพันธ์กลมกลืนกันให้ดีจึงจะเกิดความพอดีเป็นสมดุล และ
 สิ่งนั้นจึงจะดำเนินไปได้ด้วยดี ในกรณีที่เป็นอย่างนี้ เมื่อเรามีความเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายที่เป็น
 หน่วยย่อยเราจะทำอย่างไร เราก็มีหน้าที่ที่จะต้องนำเอามันเข้ามาประมวลประสานเข้าหากันเป็น
 องค์กรรวมในลักษณะอาการที่ทำให้เกิดความสมดุลให้ได้ ซึ่งการกระทำอันนี้เขาเรียกว่า บูรณาการ
 ซึ่งแปลว่า การกระทำให้สมบูรณ์ ภาษาอังกฤษใช้ว่า Integration ความหมายของศัพท์ว่า บูรณาการ
 หรือ Integration นั้นสำคัญของคำว่า บูรณาการ จึงหมายถึง การทำให้สมบูรณ์ โดยไปสัมพันธ์กับ
 ธรรมชาติในการมองสิ่งทั้งหลายเป็นองค์กรรวม ที่เรียกว่า Holistic view หรือ Holism ร่วมกับการยึด
 หลักสำคัญในเรื่องพัฒนาการเข้ามามีส่วนร่วมด้วยเสมอ ทั้งนี้ หากการบูรณาการสำเร็จจะส่งผลให้สภาพ
 องค์กรรวมมีชีวิตชีวาและดำเนินไปด้วยดี ตัวอย่างเช่น ภาวะที่เป็นรถยนต์ซึ่งมีความหมายเป็นพาหนะ
 ใช้ขับเคลื่อนได้เป็นภาวะและคุณสมบัติใหม่ที่ไม่เหมือนกับส่วนประกอบย่อยของมัน กล่าวคือ
 ส่วนประกอบย่อยของมันนั้นจะเป็นล้อ เป็นเครื่องยนต์ เป็นพวงมาลัย หรืออะไรก็ตาม ล้วนแต่ใช้
 ประโยชน์ในการขับเคลื่อนเป็นพาหนะไม่ได้เลยสักอย่างแต่พอมาประกอบกันเข้าเป็นองค์กรรวมแล้วมันมี
 ภาวะใหม่เป็นรถยนต์ เป็นพาหนะสำหรับใช้ประโยชน์ได้ แต่อย่างไรก็ดี มนุษย์นั้นไม่ใช่รถยนต์
 จุดแตกต่างจึงอยู่ที่ภายหลังการบูรณาการจะต้องเกิดความมีชีวิตชีวาเป็นที่ชัดเจนจึงจะเรียกได้ว่า
 เป็นการบูรณาการที่แท้จริง^{๔๔}

จากแนวคิดเรื่องการบูรณาการข้างต้น จะเห็นได้ว่า สิ่งสำคัญและจำเป็นในการจะหล่อ
 หลอมหลักการหรือแนวทางต่าง ๆ เพื่อก่อให้เกิดความสมบูรณ์ลงตัวจนเกิดแนวทางที่เหมาะสมต่อ
 การนำไปใช้เพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดความยั่งยืน จึงควรพิจารณาถึงหลักการ
 สำคัญในทางพระพุทธศาสนาที่สอนในเรื่องความพอดีหรือทางสายกลาง (หลักมัชฌิมาปฏิปทา)
 ควบคู่ไปด้วย

นอกจากนี้ ยังควรคำนึงถึงคำว่า ดุลยภาพ ซึ่งมีความหมายและนัยสำคัญในภาพรวม
 เกี่ยวข้องโดยตรงกับหลักความเสมอภาค ความเท่าเทียมกัน ความสมดุล พอเพียง และพอดีอย่าง
 ถูกต้องเหมาะสมตามเหตุปัจจัยที่ต้องมีขึ้นหรือเกิดขึ้นไปพร้อม ๆ กัน มีความยืดหยุ่นอย่างลงตัว
 ไม่ก่อให้เกิดความสูญเสียหรือเปลี่ยนแปลงต่อการรักษาสถานภาพหรือรูปแบบเพื่อการพัฒนาคุณภาพ
 ชีวิตให้เกิดขึ้น ในหลักพุทธธรรมสำคัญที่เกี่ยวข้องกับเรื่องดังกล่าวนี้ ได้แก่ หลักมัชฌิมาปฏิปทา

^{๔๔}SEAMEO Secretariat, บูรณาการกับพัฒนาการ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา :
http://www.seameo.org/vl/th_education/education/educate/integrate.htm (๑๖ พฤษภาคม ๒๕๕๘).

หรือ หลักปฏิบัติตนด้วยทางสายกลางตามหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา ไม่มากไปหรือน้อยไป โดยพิจารณาครอบคลุมจากเหตุปัจจัยที่ส่งผลให้สภาวะร่างกายและจิตใจได้รับการพัฒนาอย่างควบคู่กันพอเหมาะพอดี ไม่มีสิ่งใดเกินล้ำหรือด้อยไปกว่ากันจนเกิดปัญหาทุกข์ขึ้นมาในชีวิต การบริหารจัดการชีวิตและมีความสมดุลต่อหลักการปฏิบัติในรูปแบบของการบูรณาการหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้อง ในที่นี้ จึงต้องใช้เป็นเครื่องควบคุมตรวจสอบในเชิงปริมาณไปสู่เป้าหมายในเชิงคุณภาพของทุกมิติว่า มีการพัฒนาในสัดส่วนที่เหมาะสมหรือไม่เพียงใด มีความเป็นปกติสุขอย่างเพียงพอหรือไม่อย่างไร ซึ่งตัวอย่างที่น่าสนใจก็คือ หลักการดำรงตนด้วยปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช (รัชกาลที่ ๙) ที่พระองค์ได้ทรงพระราชทานเป็นแนวคิดหลักและแนวทางการดำเนินตามให้กับประชาชนในชาติทุกภาคส่วนได้ปฏิบัติและเดินตามรอยพระองค์ท่าน ตามปรัชญาการดำเนินชีวิตที่พอเพียงอันจะนำมาซึ่งความปกติสุขได้ตามอัตภาพ ไม่ฟุ้งเฟ้อด้วยกิเลสตัณหาหน้าหน้าปัญหา แต่กลับใช้ปัญญานำหน้าการก้าวเดินในชีวิตแทน สามารถยืนหยัดพึ่งพิงตนเองได้อย่างสมบูรณ์ เกิดดุลยภาพในทุกมิติ จึงเรียกได้ว่ามีชีวิตที่สมดุลและมีความสุขที่มั่นคงยั่งยืนได้อย่างแท้จริง^{๔๕}

ในการบูรณาการเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตในมิติองค์กรรวม จำเป็นต้องยึดถือหลักการสร้างกระบวนการที่ถูกต้องเหมาะสมเป็นเครื่องชี้นำทาง โดยเฉพาะการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อวางกรอบในการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตแบบเข้าใจและเข้าถึงการพัฒนา^{๔๖} ซึ่งจำเป็นต้องคำนึงถึงหลักการนำคุณธรรมเพื่อนำการพัฒนา ดังกระแสพระราชดำรัสแห่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน (รัชกาลที่ ๙) ในการเสด็จออกมหาสมาคมวันงานพระราชพิธีฉลองสิริราชสมบัติครบ ๖๐ ปี เมื่อวันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๔๙ ซึ่งต้องประกอบไปด้วย ๔ ประการ คือ

- ๑) การที่ทุกคนคิด พูด ทำด้วยความเมตตา มุ่งดีมุ่งเจริญต่อกัน
- ๒) การที่แต่ละคนต่างช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ประสานงาน ประสานประโยชน์กันให้งานที่ทำสำเร็จผลทั้งแก่ตน แก่ผู้อื่น และแก่ประเทศชาติ

^{๔๕} ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : [http:// www.sufficiency1.ob.tc](http://www.sufficiency1.ob.tc) (๒๕ พฤษภาคม ๒๕๕๘).

^{๔๖} บงกช นพวงศ์ ณ อยุธยาและคณะ, รายงานการวิจัยประเมินผลเชิงระบบเรื่อง : งานบูรณาการการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชน ศูนย์อำนวยการบริหารจัดการห้วยเขยแดนภาคใต้ (สอ.บต.) ปี ๒๕๕๔, (ปัตตานี : ศูนย์ศึกษาและพัฒนาธรรมาธิปไตย, ๒๕๕๔), หน้าบทคัดย่อ.

๓) การที่ทุกคนปฏิบัติอยู่ในความสุจริต ในกตีกา และระเบียบแบบแผนโดยเท่าเทียมเสมอ

๔) การที่ต่างคนต่างพยายามนำความคิดความเห็นของตนให้ถูกต้อง เทียบตรง และมั่นคงอยู่ในเหตุผล^{๔๗}

ทั้งนี้ จากกระแสพระราชดำรัสข้างต้นสามารถเชื่อมโยงกับแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืนได้ว่า ต้องเป็นแนวทางการพัฒนาที่ควบคู่ไปกับหลักสมคูล เกื้อกูลองค์ประกอบในทางสุจริต ใช้หลักเมตตาและความเพียรอย่างมั่นคงและต่อเนื่อง

นอกจากนี้ กระบวนทัศน์ในการกำหนดทิศทางการบูรณาการหลักการใด ๆ เพื่อความมั่นคงและยั่งยืนยังควรพิจารณาถึงหลักความสอดคล้อง ความเหมาะสม และเกิดความยืดหยุ่นในองค์กรร่วมเพื่อตอบโจทย์ต่อคำว่า ยั่งยืน ให้เกิดขึ้นกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ ในทุก ๆ มิติ ซึ่งในส่วนของแนวคิดพื้นฐานของการพัฒนาที่ยั่งยืนตามแนวพุทธนั้น พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้อธิบายว่า ควรประกอบไปด้วย ๔ ลักษณะพื้นฐาน คือ

๑) สิ่งทั้งหลายทั้งปวงมีความเป็นธรรมชาติและธรรมดาในการดำรงอยู่ตามเหตุปัจจัย กล่าวคือ สิ่งทั้งหลายทั้งปวงมีระดับความสัมพันธ์การเกิดดับโดยมีเหตุปัจจัยเกี่ยวข้องกันอย่างเป็นระบบเสมอ ซึ่งมนุษย์เราก็จัดเป็นส่วนหนึ่งของระบบความสัมพันธ์นั้น

๒) ชีวิตและการกระทำของมนุษย์เป็นไปตามหลักกฎแห่งกรรมและเหตุปัจจัย กล่าวคือ การดำเนินชีวิตและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มนุษย์เป็นผู้ก่อขึ้น ย่อมเป็นไปตามหลักกฎแห่งกรรมประกอบเหตุเช่นไร ผลที่ตามมาย่อมเป็นไปตามความเหมาะสมของเหตุปัจจัยที่เราได้สร้างขึ้นมาเสมอ

๓) มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐที่สามารถพัฒนาและฝึกฝนได้ กล่าวคือ หลักคิดสำคัญในเรื่องของจริยธรรมในทางพระพุทธศาสนาจะมุ่งนำพา ศึกษา หรือ การศึกษา เข้ามาเกี่ยวข้องกับในฐานะกระบวนการสำคัญที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองและสามารถยกระดับศักยภาพที่มีอยู่ในตัวบุคคลให้พัฒนาขึ้นไปได้อย่างเป็นรูปธรรม

๔) มนุษย์มีศักยภาพของการพัฒนาอย่างมีคุณภาพ กล่าวคือ ความเชื่อมั่นในทักษะความรู้ความสามารถในศักยภาพที่มนุษย์มีอยู่ทั้งการประสานเพื่อสร้างเสริมและการขัดแย้งเพื่อแสดงออกซึ่งความแตกต่าง หากประสานกลมกลืน สร้างสรรค์ ย่อมนำไปสู่ความสมบูรณ์และ

^{๔๗} สำนักราชเลขาธิการ, การเสด็จออกมหาสมาคมในงานพระราชพิธีฉลองสิริราชสมบัติครบ ๖๐ ปี, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : [http:// www.ohmpps.go.th](http://www.ohmpps.go.th) (๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๘).

รักษาสมดุลในการดำรงอยู่ของชีวิตมนุษย์ให้เกิดขึ้นกับสังคมและสภาพแวดล้อมทั้งหมดได้ โดยองค์รวม^{๔๘}

โดยสรุปแล้ว การพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืนจะเกิดขึ้นได้จริง จึงจำเป็นต้องประกอบไปด้วยหลักคิดสำคัญในเรื่อง การเข้าถึงความสมดุลในการอยู่ร่วมกันกับสภาวะแวดล้อมตามธรรมชาติได้อย่างกลมกลืนและลงตัว ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้งหรือวุ่นวาย เป็นไปเพื่อความสำเร็จสรรค์ และสามารถก่อให้เกิดสภาวะความปกติสุขในการดำรงชีวิตได้ในทุกมิติ

๔.๒ แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

แนวทางการบูรณาการระหว่างหลักพุทธธรรมเพื่อเข้าถึงการแก้ไขปัญหาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างยั่งยืน จึงควรประกอบไปด้วย

๔.๒.๑ การกำหนดขอบเขตที่ชัดเจนเกี่ยวกับลักษณะของปัญหาที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน ซึ่งในภาพรวมสำหรับงานวิจัยครั้งนี้ สรุปออกได้เป็น ๓ ประเด็นปัญหา ได้แก่ ปัญหาในการปรับทัศนคติและปลูกฝังจิตสำนึกที่รับผิดชอบ ปัญหาในการสร้างโอกาสการมีรายได้ที่เพียงพอและชีวิตที่ดีขึ้น และปัญหาในการดูแลสุขภาพกายและใจ

๔.๒.๒ การจะเชื่อมโยงและบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิต จำเป็นต้องมีลักษณะสำคัญโดยสรุป ๓ ประการ คือ ต้องสามารถแก้ปัญหาคุณภาพชีวิตที่ระบุได้ ต้องมีการพัฒนาร่วมกันอย่างถูกต้องเหมาะสม และต้องอาศัยหลักความมีคุณภาพและมั่นคงต่อเนื่องเพื่อให้บรรลุซึ่งเป้าหมายในการแก้ไขปัญหาและการพัฒนาได้อย่างแท้จริง

๔.๒.๓ แนวทางการวิเคราะห์และสังเคราะห์แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนตามงานวิจัยครั้งนี้ คือ

๔.๒.๓.๑ หลักพุทธธรรมที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์เพื่อการบูรณาการตามงานวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

- ๑) หลักอริยสัจ ๔ (เพื่อนำมาเป็นกรอบในการวิเคราะห์)
- ๒) หลักมัชฌิมาปฏิปทา (เพื่อนำมาเป็นหลักในการพิจารณาความเหมาะสมต่อสัดส่วนในการบูรณาการร่วมกัน)
- ๓) หลักโยนิโสมนสิการ (เพื่อนำมาปรับวิธีคิดและมุมมองในการปรับทัศนคติและส่งเสริมการปลูกฝังจิตสำนึกที่รับผิดชอบให้เกิดขึ้นในตัวบุคคล)

^{๔๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), การพัฒนาที่ยั่งยืน, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๑๕๑ - ๑๕๓.

๔) หลักไตรสิกขา (เพื่อนำมาบูรณาการร่วมกันกับหลักการศึกษา เพื่อสร้างโอกาสการมีรายได้ที่เพียงพอและชีวิตที่ดีขึ้น)

๕) หลักอิทธิบาท ๔ (เพื่อนำมาบูรณาการร่วมกันกับหลักการดูแลสุขภาพองค์รวมเพื่อส่งเสริมสุขภาพกายและใจให้สมบูรณ์แข็งแรง)

๔.๒.๓.๒ การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน

ในการประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาทุนมนุษย์ที่ยั่งยืนถือเป็นแนวคิดทางศาสนาพุทธเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ และเป็นแนวทางที่น่าสนใจต่อการทำความเข้าใจในเรื่องทุนมนุษย์ โดยมีความสอดคล้องต่อกระบวนการวิเคราะห์ที่นักเศรษฐศาสตร์ส่วนใหญ่ในปัจจุบันใช้อยู่ ซึ่งการพัฒนาสังคมที่นำไปสู่ความมั่นคงของมนุษย์นั้น พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ให้แง่คิดว่า จำเป็นต้องตั้งอยู่บนฐานของระบบการพัฒนา ๒ ระบบ คือ

(๑) การพัฒนาทุนมนุษย์ตามทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียงแนวพุทธ ซึ่งเป็นแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว โดยเน้นความพออยู่พอกิน พึ่งพาตนเองได้ และมีความเข้มแข็งมีภูมิคุ้มกันปกป้องตนเองได้

(๒) การพัฒนาหลักพุทธธรรมที่มุ่งให้เป็นไปตามมาตรฐานสากลของโลก ตามทฤษฎีความทันสมัยซึ่งเป็นกระแสหลักของการพัฒนา โดยอยู่ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ของทุนมนุษย์ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของความโลภ อันเป็นกิเลสต้นเหตุพื้นฐานของมนุษย์ทั่วไป^{๔๔}

นอกจากนี้ ในเรื่องของการบูรณาการนั้น หากไม่ก้าวพร้อมไปกับพัฒนาการ ก็จะเป็นการบูรณาการที่สมบูรณ์ไปไม่ได้ ซึ่งการจะเชื่อมโยงระหว่างหลักพุทธธรรมกับแนวทางในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนนั้น จำเป็นต้องมีความสอดคล้อง สมดุล และสามารถสร้างพัฒนาการให้เกิดขึ้นได้อย่างจริงจังและเป็นรูปธรรมในลักษณะดุลยภาพ กล่าวคือ มีการพัฒนาทุกองค์ประกอบในการบูรณาการร่วมกันอย่างสมดุล ทั้งนี้ จากบทสรุปของการศึกษาในบทที่ ๓ สามารถสร้างตารางความเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างแนวคิดเพื่อนำหลักพุทธธรรมมาบูรณาการเพื่อการแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน ได้ดังนี้

^{๔๔} พระสมศักดิ์ สุนทวาใจ (สนธิกุล), “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธตามแนวของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้าบทคัดย่อ.

ตารางที่ ๑ การเชื่อมโยงหลักพุทธธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

สภาพปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตในปัจจุบัน	การเชื่อมโยงหลักพุทธธรรมเพื่อการบูรณาการไปสู่การแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน
(๑) ปัญหาในการปรับทัศนคติและปลูกฝังจิตสำนึกที่รับผิดชอบ	(๑) ใช้หลักโยนิโสมนสิการเพื่อปรับวิธีคิดและมุมมองในเรื่องทัศนคติและจิตสำนึกเพื่อรับผิดชอบให้ถูกทิศทาง โดยเฉพาะการมีวินัยในการบริหารจัดการชีวิตตนเอง
(๒) ปัญหาในการสร้างโอกาสการมีรายได้ที่เพียงพอและชีวิตที่ดีขึ้น	(๒) ใช้หลักไตรสิกขาร่วมกับหลักการศึกษาเพื่อพัฒนาและสร้างโอกาสการเรียนรู้เพื่อให้เกิดช่องทางสร้างรายได้ที่เพียงพอและยกระดับความเป็นอยู่ของชีวิตให้ดีขึ้น
(๓) ปัญหาในการดูแลสุขภาพกายและใจ	(๓) ใช้หลักอิทธิบาท ๔ ร่วมกับหลักการดูแลสุขภาพองค์รวมเพื่อส่งเสริมสุขภาพกายและใจให้สมบูรณ์แข็งแรง เพื่อให้เกิดความพร้อมต่อการเผชิญปัญหาชีวิตในทุกรูปแบบ
(ใช้หลักมัชฌิมาปฏิปทาหรือทางสายกลางมาเป็นแนวคิดเพื่อพิจารณากำหนดน้ำหนักและสัดส่วนตลอดจนความถูกต้องเหมาะสมต่อการบูรณาการร่วมกันอย่างลงตัวจากทุกหลักการ)	

จากตารางที่ ๑ ข้างต้น สามารถอธิบายได้ดังนี้

๑) จากบทสรุปการศึกษาและการวิเคราะห์เกี่ยวกับสภาพปัญหาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน พบว่า มีปัญหาสำคัญใน ๓ เรื่อง ได้แก่

๑.๑) ปัญหาในการปรับทัศนคติและปลูกฝังจิตสำนึกที่รับผิดชอบ ได้แก่การตระหนักและเห็นคุณค่าต่อความจำเป็นในการสร้างจิตสำนึกด้านคุณธรรมและความมีวินัยให้เกิดขึ้นในตนเองเพื่อให้สามารถดูแลตนเองและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสันติสุข โดยมีเป้าหมายเพื่อแก้ไขปัญหาเรื่องทัศนคติ ความคิด และความเชื่อส่วนบุคคล เพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญและจำเป็นต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น มีจิตสำนึกร่วมรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและสังคมรอบข้าง โดยเฉพาะการใช้หลักคุณธรรมและความมีวินัยในการบริหารจัดการชีวิตตนเองให้เกิดภาวะสมดุลจนเกิดความเป็นปกติสุขได้

๑.๒) ปัญหาในการสร้างโอกาสการมีรายได้ที่เพียงพอและชีวิตที่ดีขึ้น โดยเฉพาะการมุ่งแก้ไขปัญหามาเพื่อพัฒนาความพร้อมของคนไทยในปัจจุบันทุกช่วงวัยให้มีทักษะและความรู้ความสามารถในการคิดเป็น แก้ปัญหาเป็น สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ โดยเฉพาะการมุ่งพัฒนาศักยภาพส่วนบุคคลด้วยกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างโอกาสในการมีรายได้จากการประกอบอาชีพและช่องทางธุรกิจอื่น ๆ ได้อย่างเพียงพอตามอัตภาพและเป็นไปเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิต

ให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืน ทั้งนี้ การศึกษาย่อมนำมาซึ่งความมีสติปัญญาในการดำรงชีวิตได้ในทุกมิติ ช่วยลดความเสี่ยงต่อการหลงผิดในการดำเนินชีวิตประจำวัน เนื่องจากเป็นวิธีพัฒนาความคิดให้เห็นตรง ถูกต้อง และดีงาม รวมทั้ง กระบวนการทางการศึกษายังช่วยขัดเกลาและอบรมบ่มนิสัยให้เกิดความประณีตในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตในทุกเรื่อง ทั้งนี้ เป้าหมายสำคัญ คือ การเกิดความมั่นคงยั่งยืนได้อย่างต่อเนื่องและเห็นเป็นรูปธรรม

๑.๓) ปัญหาในการดูแลสุขภาพกายและใจ โดยเฉพาะการมุ่งแก้ไขปัญหในเรื่อง การปล่อยปละละเลยต่อการดูแลสุขภาพกายและใจอันเนื่องมาจากการขาดวินัยในการดูแลสุขภาพตนเองให้เกิดความสมบูรณ์แข็งแรงอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ เป้าหมายในการแก้ไขปัญหเรื่องนี้ไม่ใช่เพียงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บเท่านั้น แต่มีนัยสำคัญถึงการมีสุขอนามัยที่เหมาะสมตามหลักการดูแลสุขภาพองค์รวมให้เกิดขึ้นได้จริงในแต่ละช่วงวัย ดังนั้น คุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนส่วนบุคคลจึงต้องประกอบไปด้วยสภาวะการมีสุขภาพที่ดีและมีอายุที่ยืนยาวอย่างมีคุณภาพ มีความพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจตามอายุขัย ซึ่งจะกลายเป็นรากฐานสำคัญในการแก้ไขปัญหาด้านสุขภาพของคนไทยปัจจุบันให้พร้อมต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยั่งยืนได้

๒) จากบทสรุปการศึกษาและการวิเคราะห์ความสอดคล้องในบริบทเนื้อหาหลักกรรมทางพุทธศาสนาที่ได้จากการรวบรวมข้อมูลด้านเอกสารและการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิตามกลุ่มเป้าหมายการวิจัยครั้งนี้ พบว่า

๒.๑) หลักกรรมที่ผู้วิจัยนำมาเป็นกรอบแนวคิดเพื่อการวิเคราะห์ตามงานวิจัยในครั้งนี้ คือ

๒.๑.๑) หลักอริยสัจ ๔ ได้แก่ ทุกข์ (ปัญหา) สมุทัย (สาเหตุของปัญหา) นิโรธ (เป้าหมายจากการยุติปัญหา) มรรค (แนวทางแก้ปัญห) เพื่อให้ได้คำตอบเกี่ยวกับแนวทางในการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน ซึ่งอธิบายได้ดังนี้

๒.๑.๑.๑) ทุกข์ (ได้แก่ สภาพปัญหาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบันตามข้อ ๑.๑) ถึง ๑.๓) ข้างต้น)

๒.๑.๑.๒) สมุทัย (ได้แก่ สาเหตุที่ทำให้เกิดสภาพปัญหาตามข้อ ๑.๑) ถึง ๑.๓) ข้างต้น)

๒.๑.๑.๓) นิโรธ (ได้แก่ ผลตามเป้าหมายสุดท้ายจากทางเลือกในการบูรณาการร่วมกันตามงานวิจัยครั้งนี้ นั่นคือ คุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน)

๒.๑.๑.๔) มรรค (ได้แก่ แนวทางที่เกิดจากการบูรณาการร่วมกันระหว่างหลักโยนิโสมนสิการ หลักไตรสิกขา แนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน และแนวคิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพองค์รวมเพื่อคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน)

๒.๑.๒) หลักมัชฌิมาปฏิปทา (ทางสายกลาง) เพื่อนำมาเป็นหลักในการพิจารณาความเหมาะสมต่อการบูรณาการร่วมกัน โดยเฉพาะการพิจารณากำหนดน้ำหนักและสัดส่วน ตลอดจนความถูกต้องเหมาะสมต่อการบูรณาการร่วมกันอย่างลงตัวจากทุกหลักการ

๒.๒) หลักธรรมที่ผู้ทรงคุณวุฒิทุกกลุ่มผู้ให้สัมภาษณ์ (ทั้งด้านพุทธศาสตร์ ด้านสังคมศาสตร์ ด้านศึกษาศาสตร์ และด้านสาธารณสุขศาสตร์) ต่างให้ความคิดเห็นที่สอดคล้องและตรงกันว่า เป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญและจำเป็นต่อการนำมาใช้เพื่อการแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนไทยในปัจจุบัน คือ

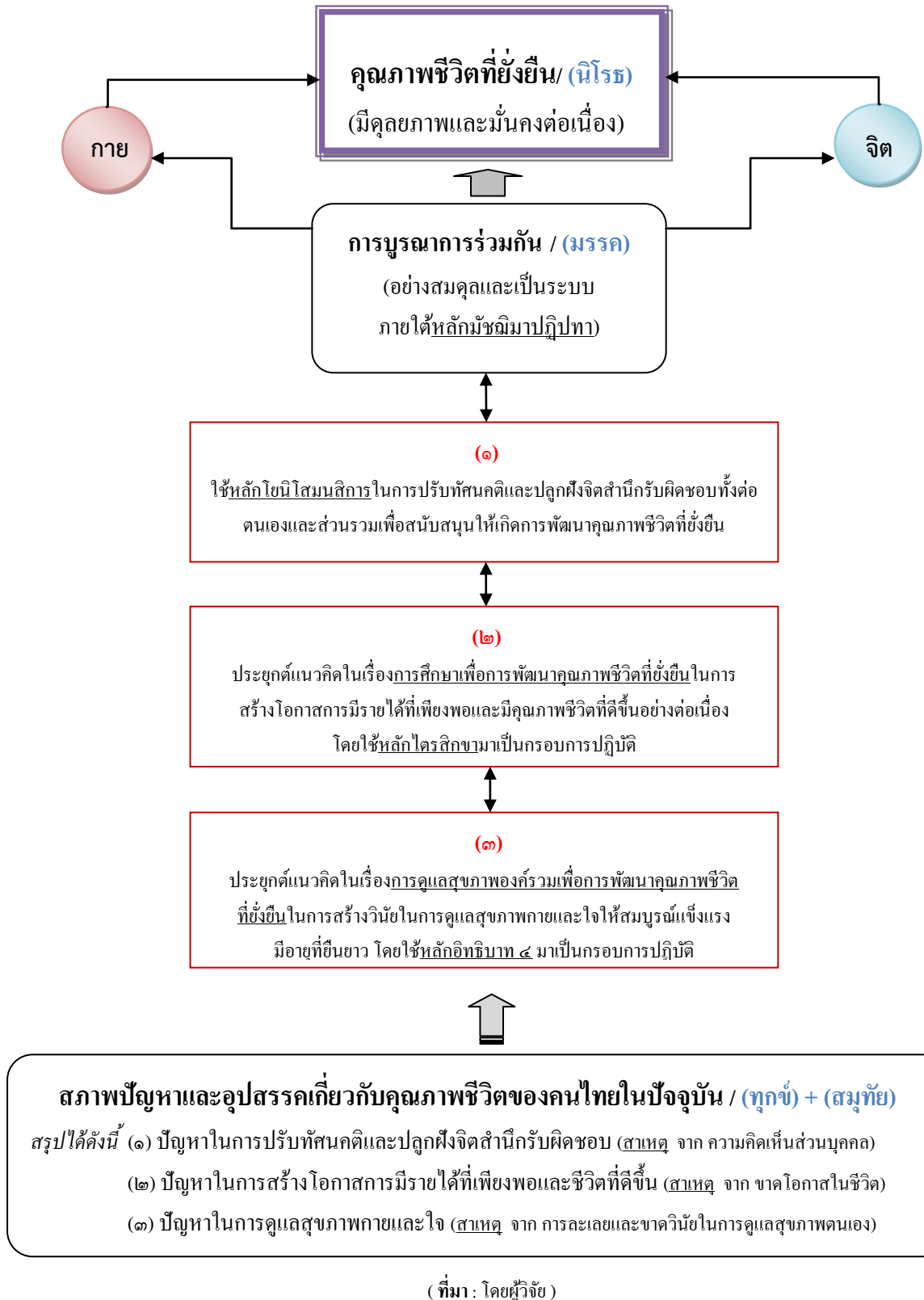
๒.๒.๑) หลักโยนิโสมนสิการ เนื่องจากเป็นหลักธรรมที่เหมาะสมต่อการนำมาปรับทัศนคติหรือความคิดของผู้คนให้มีสติและปัญญาในการวิเคราะห์บริบทของชีวิตรวมทั้งสามารถประยุกต์ร่วมกับกระบวนการทางการศึกษาเพื่อปลูกฝังจิตสำนึกรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและสังคมให้เกิดผลได้อย่างชัดเจน นอกจากนี้ หลักโยนิโสมนสิการยังจัดได้ว่าเป็นหลักธรรมที่มุ่งผลในการปรับกระบวนการคิดให้ได้ผลเป็นรูปธรรมได้ชัดเจน โดยเฉพาะ การปรับทัศนคติ ค่านิยมและความเชื่อ ให้เห็นตรงตามความเป็นจริง กระตุ้นให้กระบวนการคิดของบุคคลทำงานอย่างเป็นระบบ จึงสามารถสร้างความพร้อมต่อการทำความเข้าใจในบริบทของปัญหาในการดำเนินชีวิตได้อย่างชัดเจนจนสามารถตัดสินใจเพื่อแก้ปัญหาคุณภาพชีวิตได้ถูกทาง และสามารถนำไปสู่แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดความมั่นคงและยั่งยืนได้ในที่สุด

๒.๒.๒) หลักไตรสิกขา เนื่องจากเป็นเสมือนหลักธรรมหัวใจสำคัญที่ย่นย่ออริยมรรค เพื่อให้มีความเหมาะสมต่อการนำมาบูรณาการในทุกหลักการในการประยุกต์เพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในทุกมิติได้ในภาพรวม โดยเฉพาะการนำมาบูรณาการร่วมกันกับแนวคิดในเรื่อง การศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน เพื่อใช้สร้างโอกาสในการมีรายได้ที่เพียงพอจากการประกอบหรือจากช่องทางธุรกิจอื่น ๆ

๒.๒.๓) หลักอิทธิบาท ๔ เนื่องจากเป็นเสมือนหลักธรรมเพื่อขับเคลื่อนความสำเร็จในทุกหลักการในการประยุกต์เพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยได้ในทุกมิติในภาพรวม โดยเฉพาะการนำมาบูรณาการร่วมกันกับแนวคิดในเรื่อง การดูแลสุขภาพองค์รวมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน เพื่อใช้ส่งเสริมสุขภาวะให้เกิดขึ้นทั้งร่างกายและจิตใจจนเกิดความสมบูรณ์แข็งแรงและพร้อมต่อการมีอายุขัยที่ยืนยาวอย่างมีคุณภาพในการต่อสู้และเผชิญกับปัญหาคุณภาพชีวิตที่มักเกิดขึ้นอยู่เสมอ

แผนภูมิที่ ๒ แนวคิดเพื่อการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

ตามกรอบการวิเคราะห์ด้วยหลักอริยสัจ ๔



จากแผนภูมิข้างต้น สามารถอธิบายแนวคิดสำคัญในการบูรณาการหลักสูตรธรรมร่วมกันกับศาสตร์สหวิทยาการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนตามกรอบการวิเคราะห์ด้วยหลักอริยสัจ ๔ ได้ดังนี้

(๑) ขั้นทุกข์ (กำหนดปัญหา)

ได้แก่ สภาพปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน ซึ่งสรุปออกได้เป็น ๓ ประเด็นหลัก คือ

(๑.๑) ปัญหาในการปรับทัศนคติและปลูกฝังจิตสำนึกที่รับผิดชอบ ซึ่งครอบคลุมในลักษณะปัญหาที่เกี่ยวข้องกับปัญหาที่เกี่ยวข้องและเกิดขึ้นมาจากความคิดของบุคคลทั้งหมด โดยเฉพาะความคิดเห็นที่ผิดทิศทาง ความสับสนเกี่ยวกับการใช้ชีวิตอย่างไม่สมดุล เช่น การยึดติดกระแสวัตถุนิยม การใช้เทคโนโลยีโดยขาดจิตสำนึกที่รับผิดชอบและไม่คำนึงถึงผลกระทบที่ตามมา ปัญหาจิตภาพที่ส่งผลไปถึงกายภาพในด้านต่าง ๆ จนเกิดลักษณะการสร้างทุกข์ทั้งต่อตนเองและส่วนรวมอันเนื่องมาจากการสะสมสิ่งสมมติที่มากขึ้นเรื่อย ๆ ในชีวิตประจำวัน เป็นต้น ทั้งนี้ เมื่อไม่สามารถจะคิดหาทางออกของทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวัน ปัญหาคุณภาพชีวิตในเรื่องอื่น ๆ ก็ย่อมเกิดขึ้นมาตามลำดับ ปัญหาความเสื่อมถอยทางด้านคุณธรรมและจริยธรรมในตัวบุคคลอันเนื่องมาจากอิทธิพลทางด้านบริบทของสังคมที่เปลี่ยนไปจนปลูกฝังความคิดและความเชื่อแบบผิด ๆ ให้ผู้คนในสังคมเกิดค่านิยมเดินตามกันไปแบบไร้จุดหมายและไม่รู้คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ ที่แท้จริง การมุ่งแสวงหาแต่ความสุขจอมปลอมจนขาดการเข้าถึงความสุขที่ละเอียดและประณีต ทั้ง ๆ ที่ ควรให้ความสำคัญทางด้านจิตภาพมากกว่าด้านกายภาพ การไม่ตระหนักในกฎแห่งกรรมว่ามีจริงและสามารถส่งผลให้ชีวิตเป็นไปตามวิถีกรรมที่เลือกปฏิบัติ ปัญหาคุณภาพชีวิตจึงเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องและมีแนวโน้มแย่ลงในทุกมิติ

(๑.๒) ปัญหาในการสร้างโอกาสการมีรายได้ที่เพียงพอและชีวิตที่ดีขึ้น ซึ่งครอบคลุมในลักษณะปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการขาดโอกาสในการสร้างรายได้ที่เพียงพอในการหาเลี้ยงชีพในชีวิตประจำวัน ปัญหาหนี้สินในครัวเรือน ปัญหาที่เกี่ยวข้องด้านเศรษฐกิจ รวมทั้งปัญหาการไม่ได้รับสิทธิประโยชน์และความเท่าเทียมในสังคมอันเนื่องมาจากการนำกระบวนการเรียนรู้และการศึกษาที่มีคุณภาพและเพียงพอเพื่อจะตอบโจทย์ต่อการพัฒนาศักยภาพบุคคลให้พร้อมต่อการดำรงชีวิตอย่างรู้คุณค่าทั้งต่อตนเองและสังคมรอบข้าง การขาดทักษะต่อการใช้ชีวิตทั้งทักษะทางสังคม (Social Skills) และทักษะการใช้ชีวิต (Life Skills) ย่อมส่งผลให้สภาพจิตใจอ่อนแอ ขาดสติ และปัญญาในการคิดเชื่อมโยง วิเคราะห์ และไม่สามารถแก้ปัญหาได้อย่างระบบจึงส่งผลให้เกิดวัฏจักรของความเจ็บ ความจน และความโง่ เกิดขึ้นวนเวียนซ้ำซากในชีวิตอยู่เสมอ

(๑.๓) ปัญหาในการดูแลสุขภาพกายและใจ ซึ่งครอบคลุมในลักษณะของปัญหาที่เกี่ยวข้องกับความไม่มีวินัยในการดูแลสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจได้อย่างเหมาะสมในแต่ละช่วงวัย อันเนื่องจากการขาดความรู้ความเข้าใจในหลักการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม การขาดสุขอนามัยและสุขภาวะส่วนบุคคลที่ดีพอ เช่น ภาวะทุพโภชนาการ เป็นต้น โรคภัยอันเกิดจากมลพิษทางอากาศ อาหาร น้ำ และสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัย จนส่งผลให้เกิดอาการเจ็บป่วยเรื้อรัง ทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ รวมทั้ง โรคต่าง ๆ จากสาเหตุของความเครียด สภาวะอายุสั้นที่มีสาเหตุมาจากปัญหาด้านสุขภาพในทุกมิติ

(๒) **ขั้นสมุทัย (ตั้งสมมติฐานหรือสาเหตุของปัญหา)**

ได้แก่ สาเหตุสำคัญที่ก่อให้เกิดสภาพปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน ซึ่งจากการศึกษาที่ผ่านมาตามงานวิจัยครั้งนี้ สามารถสรุปออกได้เป็น ๒ สาเหตุสำคัญ คือ

(๒.๑) **สาเหตุปัจจัยภายใน (จากตัวบุคคล / สามารถควบคุมและปรับเปลี่ยนเองได้)**

(๒.๑.๑) สาเหตุจากความคิดเห็นส่วนบุคคลที่ยังขาดจิตสำนึกและความรู้ความเข้าใจในบริบทของการใช้ชีวิตที่มีคุณภาพในยุคที่สังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในทุกมิติ โดยเฉพาะการขาดปัญญารองรับและตัดสินใจในการควบคุมอารมณ์และการเลือกใช้ชีวิตในรูปแบบที่เข้าถึงภาวะสมดุล จึงนำพาทุกข์เข้ามาอย่างต่อเนื่องในทุกบริบทของชีวิต

(๒.๑.๒) สาเหตุจากการได้รับการศึกษาที่ไม่เพียงพอจนส่งผลให้คิดไม่เป็น วิเคราะห์ไม่ได้ แก้ปัญหาชีวิตแบบไม่ถูกทาง จึงส่งผลให้ชีวิตขาดคุณภาพตามอัตภาพ ที่ควรจะมีหรือจะเป็นด้วยความปกติสุข และที่สำคัญส่งผลให้ขาดโอกาสในชีวิตเพื่อสร้างรายได้ที่เพียงพอจากการหาเลี้ยงชีพ รวมทั้งไม่สามารถนำพาตนเองไปสู่โอกาสในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้อย่างเหมาะสมและยั่งยืนในอนาคต

(๒.๑.๓) สาเหตุจากการขาดการดูแลสุขภาพกายและใจอย่างถูกต้องเหมาะสมจนเกิดอาการสะสมเรื้อรังหรือเกิดโรคภัยไข้เจ็บที่บั่นทอนอายุขัย รวมทั้งความสมบูรณ์พร้อมของทั้งร่างกายและจิตใจ สาเหตุต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความเครียดสะสมในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะสาเหตุสำคัญจากการละเลยและขาดวินัยในการดูแลสุขภาพตนเองอย่างถูกวิธีและต่อเนื่องอย่างเพียงพอจนก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

(๒.๒) **สาเหตุปัจจัยภายนอก (จากสภาพแวดล้อมต่าง ๆ / ไม่สามารถควบคุมและปรับเปลี่ยนเองได้)**

ได้แก่ สาเหตุจากปัญหาอันเนื่องมาจากบริบทแวดล้อมของการดำรงอยู่ของชีวิตมีวิถีที่เปลี่ยนไปในปัจจุบันจนไม่สามารถควบคุมตัวแปรที่เข้ามามีอิทธิพลในการดำรงชีวิตให้อยู่ใน

ระดับดีหรือมีมาตรฐานได้อย่างเหมาะสม เช่น ปัญหาทุนนิยม บริโภคนิยม วัตถุนิยมพหุวัฒนธรรม เป็นต้น

(๓) **ขั้นนิโรธ** (เป้าหมายสุดท้ายของการใช้มรรคหรือวิธีแก้ปัญหา)

ได้แก่ การมีคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน ที่ควรประกอบไปด้วยความมีคุณภาพและมั่นคงต่อเนื่อง

(๔) **ขั้นมรรค** (แนวทางจากการวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลเพื่อแก้ปัญหา)

ได้แก่ ข้อเสนอเกี่ยวกับหลักพุทธธรรมที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องในภาพรวมตามข้อสรุปจากการศึกษาข้อมูลและข้อคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิทุกกลุ่มเป้าหมายจากการให้สัมภาษณ์ตามงานวิจัยเพื่อนำมากำหนดแนวทางการบูรณาการในการแก้ปัญหและพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดความยั่งยืนจากโจทย์ปัญหาในขั้นทุกข์ ได้ดังนี้

(๔.๑) ใช้หลักอริยสัจ ๔ เพื่อกำหนดกรอบการวิเคราะห์และสังเคราะห์แนวทางอย่างเป็นระบบ โดยกำหนดแต่ละขั้นตอนให้ชัดเจน คือ ทุกข์ (เข้าใจในบริบทของปัญหา) สมุทัย (รู้สาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหา) นิโรธ (มีเป้าหมายที่ชัดเจนจากการดับสาเหตุของปัญหา) และมรรค (ลงมือปฏิบัติตามแนวทางบูรณาการร่วมกันจากทุกหลักการอย่างเหมาะสมเพื่อแก้ไขปัญหและเป็นไปเพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการมีคุณภาพชีวิตที่ดีและยั่งยืนตามที่วางไว้)

(๔.๒) ใช้หลักมัชฌิมาปฏิปทา เพื่อกำหนดน้ำหนักและสัดส่วนของทุกพฤติกรรมในแต่ละหลักการเพื่อเข้าไปแก้ไขปัญหและพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดผลอย่างสมดุล ก่อให้เกิดลักษณะคุณภาพและความมั่นคงต่อการยกระดับคุณภาพชีวิตได้อย่างแท้จริง

(๔.๓) ใช้หลักโยนิโสมนสิการ เป็นกรอบแนวคิดในแต่ละขั้นตอนเพื่อพิจารณาโดยแยกแยะ มีการเชื่อมโยงหลักเหตุและผลอย่างละเอียดลึกซึ้งเพื่อวิเคราะห์สาเหตุและแนวทางในการแก้ปัญหและพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นระบบ รวมทั้ง ควรเป็นไปเพื่อการเห็นผลในการปรับเปลี่ยนทัศนคติและสามารถปลูกฝังจิตสำนึกที่ดีให้เกิดขึ้นในบุคคลได้อย่างเหมาะสมทั้งโดยเฉพาะการทำหน้าที่รับผิดชอบต่อตนเองและสังคมรอบข้างได้อย่างสมดุลและเป็นปกติสุขเป็นลักษณะสังคมอุดมปัญญาที่เกื้อกูลให้เกิดสิ่งดีงามในการอยู่ร่วมกัน

(๔.๔) ใช้หลักไตรสิกขา (ศีล สมาธิ และปัญญา) เป็นกรอบแนวคิดในแต่ละขั้นตอนเพื่อพิจารณาโดยหลักศีลในการฝึกฝนด้านระเบียบวินัยให้เกิดขึ้นรวมทั้งการบริหารจัดการชีวิตให้อยู่ในวิถีความเป็นปกติสุข หลักสมาธิเพื่อการสร้างปัสสัทธิ (เกิดความสงบทั้งใจและกาย) รวมทั้งเพื่อสร้างความมั่นคงในจิตใจให้พร้อมต่อการดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ สำหรับหลักปัญญาจะทำหน้าที่นำพาซึ่งความรู้เท่าทันในการแก้ปัญหายุ่งยากและช่วยให้พบทางออกที่เหมาะสม สามารถพัฒนาให้คุณภาพชีวิตดองงามได้อย่างต่อเนื่องจนเกิดเป็นรูปธรรมที่ชัดเจนได้

ตามเป้าหมายที่วางไว้ โดยเฉพาะการนำไปบูรณาการร่วมกันกับแนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน ซึ่งมุ่งเน้นการนำคุณค่าและหลักคิดเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้และถ่ายทอดองค์ความรู้ให้เกิดในตัวบุคคลจนสามารถปรับเปลี่ยนทัศนคติ ความเชื่อ ค่านิยม การปลูกฝังจิตสำนึก และการอบรมขัดเกลาให้เกิดลักษณะของผู้มีทักษะที่เพียงพอในการใช้ชีวิตได้อย่างชาญฉลาด โดยเฉพาะการคิดเป็นและแก้ปัญหาเป็น สามารถเข้าถึงการปฏิบัติตนเพื่อให้เกิดความสุขอย่างยั่งยืน นอกจากนี้ การศึกษายังช่วยปูพื้นฐานความพร้อมและช่วยเหลือให้บุคคลอยู่รอดปลอดภัย มีชีวิตที่เจริญรุ่งเรืองได้อย่างมีความสุขได้ตามอัตภาพที่ควรจะเป็น รวมทั้งสามารถเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสันติสุข

(๔.๕) ใช้หลักอิทธิบาท ๔ (ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา) เพื่อเป็นกรอบแนวคิดในการขับเคลื่อนพฤติกรรมเป้าหมายที่มุ่งตรงต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อสร้างวินัยในการบริหารจัดการชีวิตให้เดินหน้าไปสู่จุดหมายปลายทางคือ สุขและความสำเร็จของชีวิตอย่างสมคุณค่าที่ได้เกิดมาแล้ว รวมทั้งเมื่อนำไปบูรณาการร่วมกันกับแนวคิดเกี่ยวกับหลักการดูแลสุขภาพองค์รวมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน ซึ่งมุ่งเน้นการนำองค์ความรู้ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพในทุกมิติให้เกิดขึ้นได้อย่างถูกวิธีทั้งด้านร่างกายและด้านจิตใจเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์แข็งแรง ไม่ใช่เพียงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บย่อมเป็นไปเพื่อการเกิดผลในการบำรุงรักษาสุขภาพกายและใจให้มีภูมิคุ้มกันและมีศักยภาพที่พร้อมต่อการเผชิญปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินชีวิต นอกจากนี้ หลักอิทธิบาท ๔ เมื่อเจริญรูปแบบอย่างถูกวิธีด้วยความเพียรอย่างสร้างสรรค์และต่อเนื่องแล้ว ย่อมส่งผลด้านอันดีงามในการยึดอายุให้ยืนยาวได้อย่างมีคุณภาพได้ด้วย

นอกจากนี้ ในขั้นของมรรควิธีสำหรับแนวทางเพื่อการแก้ไข้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบันยังควรคำนึงถึงแนวทางการบูรณาการที่ควรเข้าไปสนับสนุนเป้าหมายใน ๓ ระดับ ให้เกิดขึ้นจากปัจจุบันสู่อนาคต ซึ่งจากผลสรุปการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิทุกกลุ่มเป้าหมายตามงานวิจัยในครั้งนี้ สรุปได้ว่า

(๑) ระดับปัจเจกชน ควรใช้กระบวนการศึกษาที่มุ่งเน้นการเรียนรู้และการทำความเข้าใจกับปัญหาคุณภาพชีวิตทั้งในระดับส่วนบุคคลและบริบทแวดล้อมในอื่น ๆ ในชีวิต โดยเฉพาะการตระหนักในภูมิคุ้มกันทางความคิดเพื่อพึ่งตนเองให้ได้ในทุกมิติอย่างถูกต้องเหมาะสมและมีการใช้หลักคุณธรรม จริยธรรมควบคู่กันเพื่อนำไปสู่การพัฒนาภายใน สังคม และปัญญาให้เกิดขึ้นอย่างสมดุล มั่นคง และยั่งยืน

(๒) ระดับองค์กร ควรนำกระบวนการศึกษาเพื่อการเรียนรู้และหลักธรรมทางพุทธศาสนาที่เหมาะสมมาประยุกต์เพื่อการพัฒนาบุคลากรในองค์กรให้เกิดภูมิคุ้มกันจากปัจจัยความเสี่ยงที่อาจส่งผลให้คุณภาพชีวิตในมิติต่าง ๆ แย่ลง โดยเฉพาะการมุ่งส่งเสริมการสำรวจและ

ติดตามปัญหาด้านคุณภาพชีวิตในปัจจุบันที่เกี่ยวข้องกับตัวชี้วัดความสุขในองค์กรซึ่งประกอบไปด้วย ๘ ด้าน ได้แก่ (๑) สุขภาพดี (Happy Body) (๒) น้ำใจงาม (Happy Heart) (๓) การผ่อนคลาย (Happy Relax) (๔) การหาความรู้ (Happy Brain) (๕) คุณธรรม (Happy Soul) (๖) ใช้เงินเป็น (Happy Money) (๗) ครอบครัวที่ดี (Happy Family) (๘) สังคมดี (Happy Society) สำหรับทั้ง ๘ ข้อข้างต้นต้องหล่อหลอมกันเพื่อสร้างคำว่า สมดุลชีวิตให้เกิดขึ้นอันจะส่งผลถึงทักษะในการทำงานและการใช้ชีวิตที่ดีขึ้นได้ภายใต้หลักธรรมาภิบาลและวัฒนธรรมองค์กรที่มีความเข้มแข็งและเหมาะสมภายใต้บริบทขององค์กรแห่งสังคมอุดมสุข กล่าวคือ ส่งผลความมีคุณภาพให้เกิด ๓ ระดับ คือ ระดับจิตภาพ ระดับกายภาพ และระดับสังคม

(๓) ระดับนโยบาย ต้องใช้มุมมองการวิเคราะห์และเข้าถึงแนวทางการแก้ไขปัญหาเชิงระบบในทุกมิติที่เกี่ยวข้องกับปัญหาคุณภาพชีวิตของพลเมืองในชาติ ซึ่งภาครัฐและทุกภาคส่วนต้องตั้งเกณฑ์ตัวชี้วัดเพื่อผลักดันในฐานะเครื่องมือสำคัญในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้เกิดขึ้นได้จริงอย่างยั่งยืน โดยเฉพาะการไม่อิงเกณฑ์เรื่อง GDP เพียงอย่างเดียว ต้องครอบคลุมไปถึงการประเมินผลในเรื่องอื่น ๆ ทั้งระดับครอบครัว ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อมทั่วประเทศ การได้รับสวัสดิการทั้งด้านสาธารณสุข การศึกษา และด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยทางด้านกายภาพและชีวภาพเพื่อส่งเสริมให้เกิดคุณภาพและความสุขของคนไทยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวร่วมกับการสนับสนุนบทบาทพุทธศาสนาเพื่อสังคม (Socially Engaged Buddhism) ให้เกิดขึ้นจริงในสังคมไทยปัจจุบัน โดยเฉพาะการใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนามาบูรณาการร่วมกับศาสตร์สหวิทยาการต่าง ๆ ซึ่งการจะผลักดันให้เป้าหมายในการยกระดับคุณภาพชีวิตเกิดขึ้นในสังคมไทยได้อย่างแท้จริงนั้น ภาครัฐต้องกำหนดให้เป็นวาระแห่งชาติ มีการคำนึงถึงผลกระทบในแง่บวกและแง่ลบที่จะเกิดจากการปฏิรูประบบการบริหารจัดการในทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง และการมุ่งเป้าหมายเพื่อส่งผลในระดับนโยบายสู่การปฏิบัติแบบเดิมเดิม (Implementation) เพื่อให้เกิดรูปธรรมที่ชัดเจน เช่น นโยบายส่งเสริมการศึกษาและการสร้างรายได้ การกำหนดตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตคนไทยอย่างมีมาตรฐานเป็นที่ยอมรับในระดับสากล เป็นต้น

สรุปบทวิเคราะห์แนวคิดในการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืนตามแผนภูมิที่ ๒ สามารถอธิบายได้ดังนี้

(๑) ปัญหา (ทุกข์) สรุปได้ ๓ ประเด็น คือ (๑.๑) ปัญหาในการปรับทัศนคติและปลูกฝังจิตสำนึกที่รับผิดชอบ (๑.๒) ปัญหาในการสร้างโอกาสการมีรายได้ที่เพียงพอและชีวิตที่ดีขึ้น และ (๑.๓) ปัญหาในการดูแลสุขภาพกายและใจ

(๒) สาเหตุของปัญหา (สมุทัย) สรุปได้ ๒ ปัจจัย คือ (๒.๑) ปัจจัยภายใน ได้แก่ สิ่งที่มา จากตัวบุคคลและสามารถควบคุมหรือปรับเปลี่ยนด้วยตนเองได้ โดยรวมแล้วคือ สาเหตุจากปัญหา จิตภาพโดยเฉพาะทัศนคติและจิตสำนึกของคนไทยในการใช้ชีวิต สาเหตุจากการไม่ได้รับคุณภาพ การศึกษาที่ดีและเพียงพอต่อการสร้างรายได้และการยกระดับคุณภาพชีวิต สาเหตุจากการขาด การดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสมและเพียงพอต่อเนื่อง และ (๒.๒) ปัจจัยภายนอก ได้แก่ สิ่งที่มาจาก นอกตัวบุคคลและไม่สามารถควบคุมหรือปรับเปลี่ยนด้วยตนเองได้ โดยรวมแล้วคือ สาเหตุจาก บริบทแวดล้อมชีวิตภายนอกที่มีผลต่อความเปลี่ยนแปลงต่อการดำเนินชีวิตอย่างรวดเร็วทั้งด้าน เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม จนก่อให้เกิดปัญหาคุณภาพชีวิตในเรื่องต่าง ๆ ตามมา

(๓) เป้าหมายสุดท้ายที่คาดหวังจากการแก้ไขปัญหและพัฒนาคุณภาพชีวิต (นิโรธ) ได้แก่ การมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างยั่งยืน

(๔) แนวทางการปฏิบัติแก้ปัญห (มรรค) สรุปได้ ๓ แนวทางเพื่อบูรณาการร่วมกัน ระหว่างหลักพุทธธรรมกับแนวคิดด้านศาสตร์สหวิทยาการ คือ

(๔.๑) การใช้หลักโยนิโสมนสิการ ในการปรับทัศนคติและปลูกฝังจิตสำนึก รับผิดชอบทั้งต่อตนเองและส่วนรวมเพื่อสนับสนุนให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนก่อให้เกิด การปรับทัศนคติและปลูกฝังจิตสำนึกที่รับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวมโดยเฉพาะการใช้ชีวิตอย่าง รู้คุณค่าและเกิดประโยชน์ทั้งระดับปัจเจกชน ระดับองค์กร และระดับนโยบาย

(๔.๒) การใช้หลักไตรสิกขา บูรณาการร่วมกับ แนวคิดเรื่อง การศึกษาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนในการสร้างโอกาสการมีรายได้ที่เพียงพอและสามารถยกระดับคุณภาพ ชีวิตที่ดีขึ้นได้อย่างยั่งยืน

(๔.๓) การใช้หลักอิทธิบาท ๔ บูรณาการร่วมกับ แนวคิดเรื่อง การดูแลสุขภาพ องค์กรร่วมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนในการสร้างวินัยในการดูแลสุขภาพกายและใจ ให้สมบูรณ์แข็งแรงอย่างต่อเนื่อง และมีอายุที่ยืนยาวอย่างมีคุณภาพในระยะยาว

ทั้งนี้ มรรควิธีตามข้างต้นทั้งหมดจะต้องเกิดผลเชื่อมโยงภายหลังการบูรณาการตั้งแต่ข้อ (๔.๑) – (๔.๓) และส่งผลต่อเนื่องระหว่างแนวทางการบูรณาการร่วมกันในภาพรวมเพื่อไปตอบ โจทย์ใน ๒ มิติ นั่นคือ มิติของสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน (ทุกข์) ตามผลการวิจัยในครั้งนี้ ทั้ง ๓ เรื่อง และ มิติของการบูรณาการร่วมกันระหว่างแนวทางแก้ปัญหา และพัฒนา ตามข้อ (๔.๑) – (๔.๓) จะนำไปสู่การสังเคราะห์แนวทางการบูรณาการร่วมกัน ในภาพรวมจากทุกหลักการเพื่อให้สามารถบรรลุเป้าหมายในการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างมี คุณภาพและยั่งยืน (นิโรธ) ซึ่งเมื่อขยายความในรูปแบบการบูรณาการหลักธรรมเข้ามาแก้ปัญหา และพัฒนาคุณภาพชีวิต สามารถอธิบายสรุปวิเคราะห์เพิ่มเติมได้ดังนี้

ตารางที่ ๒ การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

สภาพปัญหาเกี่ยวกับ การพัฒนาคุณภาพชีวิต ในปัจจุบัน	หลักพุทธธรรม (ที่นำมาใช้แก้ปัญหาและพัฒนา)	แนวทางการบูรณาการร่วมกัน (เพื่อการแก้ปัญหาและการพัฒนา)
(๑) ปัญหาในการปรับ ทัศนคติและปลูกฝัง จิตสำนึกที่รับผิดชอบ	(๑) ใช้หลักโยนิโสมนสิการ	(๑.๑) อุบายมนสิการ : โดยคิดและปรับมุมมอง ความเข้าใจในคุณค่าและความเป็นจริงของชีวิต ให้ถูกต้องชัดเจน เห็นประโยชน์และโทษของ การขาดจิตสำนึกที่รับผิดชอบทั้งต่อตนเองและ ส่วนรวม เห็นความจำเป็นในธรรมชาติของการ เปลี่ยนแปลงและการปรับตัวเพื่อความ อยู่รอด ของชีวิต เข้าใจความเป็นธรรมดาและพร้อมอยู่ ร่วมในบริบทที่แวดล้อมชีวิตทั้งครอบครัว สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม (๑.๒) ปณณสิการ : โดยคิดต่อเนื่องเป็น ขั้นตอนในความเป็นเหตุเป็นผลในแต่ละ องค์ประกอบของควมมีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถนำแนวทางในการเรียนรู้ตามระบบ การศึกษามาปรับใช้เพื่อการแก้ไขและพัฒนา มีทัศนคติเชิงบวกต่อการมุ่งพัฒนา ทุกองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน (๑.๓) การณมนสิการ : โดยคิดสืบค้นตาม แนวความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะสภาพปัญหาของคุณภาพชีวิตที่ ประสบอยู่ในปัจจุบัน ว่ามีที่มาที่ไปอย่างไร ทุกสาเหตุของปัญหาเริ่มต้นจากที่ใด ทำความ เข้าใจให้ชัดเจนแล้ววางใจให้พร้อมต่อการ เข้าไปต่อสู้กับปัญหาคด้วยวิธีแห่งปัญญาจาก ประสบการณ์และการฝึกอบรมมเฉพาะที่ได้ สั่งสมมา

ตารางที่ ๒ การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน (ต่อ)

สภาพปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตในปัจจุบัน	หลักพุทธธรรม (ที่นำมาใช้แก้ปัญหาและพัฒนา)	แนวทางการบูรณาการร่วมกัน (เพื่อการแก้ปัญหาและการพัฒนา)
		(๑.๔) <u>อุปาทกมนสิการ</u> : โดยคิดอย่างมีเป้าหมายในทางดีงาม ทำให้เกิดความเพียร มีสติมั่นคง จิตใจเข้มแข็งพร้อมที่จะนำกระบวนการเรียนรู้มาพัฒนาและปรับใช้เพื่อมุ่งสู่เป้าหมายในชีวิตได้จริง
(๒) ปัญหาในการสร้างโอกาสการมีรายได้ที่เพียงพอและชีวิตที่ดีขึ้น	(๒) หลักไตรสิกขาและแนวคิดเกี่ยวกับการศึกษาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน	(๒.๑) <u>ศีล</u> : เป็นหลักปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความเป็นปกติสุขของชีวิต โดยอาศัยการฝึกฝนด้านระเบียบวินัยให้เกิดขึ้นเพื่อการบริหารจัดการชีวิตอย่างมีคุณภาพ ใช้กระบวนการเรียนรู้และหลักการศึกษาเป็นพื้นฐานในการสร้างโอกาสในการประกอบสัมมาชีพเพื่อให้เกิดรายได้หรือมีช่องทางรายรับที่เพียงพอและนำไปสู่การเกิดคุณภาพชีวิตที่ดีได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน (๒.๒) <u>สมาธิ</u> : เป็นหลักปฏิบัติเพื่อก่อให้เกิดความมีสติมั่นคงและความสงบทั้งใจและกาย สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณภาพและมีกำลังใจพร้อมต่อการจะแก้ปัญหาเพื่อให้ผ่านพ้นอุปสรรคที่เข้ามาประสบในชีวิตได้อย่างเข้มแข็ง มีลักษณะคุณภาพในการดำรงชีวิต (๒.๓) <u>ปัญญา</u> : เป็นหลักปฏิบัติที่นำพา ซึ่งความรู้เท่าทันในการแก้ไขปัญหาทุกเรื่องในบริบทของชีวิต ทำให้พบทางออกที่เหมาะสมต่อการสร้างรายได้ที่เพียงพอและก่อให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีได้ทุกมิติอย่างต่อเนื่องเป็นรูปธรรม โดยเฉพาะการคิดเป็นและมีทักษะอันพึงประสงค์จากกระบวนการเรียนรู้และสังสมประสบการณ์ทางการศึกษา ทั้งข้อมูลส่วนตัว สังคม วิชาการ และสิ่งแวดล้อม

ตารางที่ ๒ การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน (ต่อ)

สภาพปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตในปัจจุบัน	หลักพุทธธรรม (ที่นำมาใช้แก้ปัญหาและพัฒนา)	แนวทางการบูรณาการร่วมกัน (เพื่อการแก้ปัญหาและการพัฒนา)
		เพื่อให้เกิดทักษะการใช้ชีวิตอย่างสร้างสรรค์ และบรรลุประโยชน์สูงสุด ทั้งต่อตนเองและสังคมที่อยู่ร่วมกันอย่างปกติสุขและยั่งยืน
(๓) ปัญหาในการดูแลสุขภาพกายและใจ	(๓) หลักอิทธิบาท ๔ และแนวคิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพองค์รวม เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน	(๓.๑) <u>ฉันทะ</u> : ได้แก่ การวางกำลังใจอย่างต่อเนื่องด้วยความพึงพอใจต่อการปฏิบัติตน เพื่อปรับเปลี่ยนรูปแบบการบริหารจัดการชีวิตให้มีวินัยในการดูแลรักษาสุขภาพตนเองทั้งด้านร่างกายและจิตใจให้สมบูรณ์แข็งแรง รวมทั้ง เพื่อให้พร้อมต่อการเผชิญกับทุกปัญหาที่เข้ามาในชีวิต โดยมีเป้าหมายสำคัญ คือ สุขภาพและความสำเร็จตามอัตภาพที่ควรจะมีพึงเป็นในการใช้ชีวิตด้วยความไม่ประมาท (๓.๒) <u>วิริยะ</u> : ได้แก่ การมีความเพียรพยายามอย่างสร้างสรรค์และต่อเนื่องเพื่อรักษาวินัยในการใช้ชีวิตให้สมดุล โดยเฉพาะการดูแลสุขภาพในแต่ละช่วงวัยได้อย่างเหมาะสมจนส่งผลให้ร่างกายแข็งแรงจิตใจเข้มแข็ง (๓.๓) <u>จิตตะ</u> : ได้แก่ การมุ่งมั่นตั้งใจในการปราบปรามระงับทุกพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่การแก้ไขปัญหาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้สัมฤทธิ์ผล โดยเฉพาะการดูแลสุขภาพพร้อมด้านสุขภาพกายและใจอย่างเป็นระบบต่อเนื่อง (๓.๔) <u>วิมังสา</u> : ได้แก่ การทบทวนและไตร่ตรองความถูกต้องเหมาะสมและแนวทางการแก้ไขปัญหาเพื่อนำไปสู่การพัฒนาปรับเปลี่ยนการใช้ชีวิตที่มีอายุยืนยาวได้อย่างมีคุณภาพและเป็นไปด้วยความปกติสุขได้อย่างแท้จริง

จากตารางที่ ๒ ข้างต้น สามารถยกตัวอย่างเพิ่มเติมเกี่ยวกับการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตตามข้อสรุปข้างต้นเพื่อมาปรับใช้ ได้ดังนี้

ตัวอย่าง นาย ก มีปัญหาเรื่องหนี้สินและความยากจนอันเนื่องมาจากรายได้น้อยเพียงพอลำบากในการดำรงชีวิตประจำวัน รวมทั้งมีโรคประจำตัวรุมเร้าอันเนื่องจากรับประทานอาหารไม่เป็นเวลา ขาดการพักผ่อนและออกกำลังกาย ประกอบกับเมื่อเกิดความตึงเครียดขึ้นครั้งใด ก็มักจะหาทางออกโดยดื่มสุราและสูบบุหรี่ โดยมักอ้างว่า เป็นสิ่งที่ทำให้จิตใจสบายคลายความวิตกกังวลไปได้บ้าง ในขณะที่ภรรยาของนาย ก จำเป็นต้องออกไปรับจ้างเพื่อหารายได้เพิ่มเติมแต่ก็ยังไม่มีเพียงพอต่อค่าใช้จ่ายในครัวเรือน สำหรับลูกก็ต้องหยุดเรียนกลางคันเพราะไม่มีเงินจ่ายค่าเล่าเรียนในแต่ละภาคการศึกษา

แนวทางการแก้ไขปัญหาเชิงบูรณาการ สรุปจากตัวอย่างได้ดังนี้

(๑) ใช้หลักโยนิโสมนสิการเพื่อวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น กล่าวคือ

(๑.๑) **อุบายมนสิการ** : มองสภาพความเป็นจริงและภาระหนี้สินที่เกิดขึ้นในปัจจุบันว่า อยู่ในขั้นไหนอย่างไร และมองหาทางออกของปัญหาไว้เป็นทางเลือกที่สามารถเกิดขึ้นจริงได้ในเบื้องต้น เช่น จำนวนเงินที่เป็นหนี้สิน บุคคลหรือองค์กรที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับระบบหนี้ ระยะเวลาในการต้องชำระหนี้สินดังกล่าว เป็นต้น

(๑.๒) **ปถมนสิการ** : กำหนดแนวคิดที่สร้างสรรค์และเป็นไปได้ในระยะสั้นและระยะยาวต่อการแก้ไขปัญหาเรื่องหนี้สินและปัญหา รายได้ในครอบครัวที่ยังไม่เพียงพอต่อการใช้จ่าย โดยพยายามหาทางออกของปัญหาอย่างถูกต้องเหมาะสมระหว่างทางเลือกเป็นหนี้ในระบบกับนอกระบบว่ามีข้อแตกต่างกันอย่างไร ควรเลือกทางออกแบบไหน พยายามมองโอกาสและความเป็นจริงของสภาพปัญหาหนี้สินในปัจจุบันของตนเองและครอบครัวว่า ควรมีลำดับขั้นตอนการแก้ไขให้ดีขึ้นได้อย่างไรโดยการผ่อนชำระหนี้ร่วมกันกับภรรยาอย่างมีวินัยในการใช้จ่าย หรือควรมีแนวทางในการบริหารจัดการรายรับและรายจ่ายในปัจจุบันให้เกิดความสมดุลและอยู่รอดได้อย่างมีประสิทธิภาพได้อย่างไร เช่น การทำตารางบัญชีรายรับรายจ่ายที่เป็นระบบ เป็นต้น

(๑.๓) **การณมนสิการ** : ทำความเข้าใจถึงสาเหตุของการเกิดหนี้สินและปัญหาทางการเงินที่เกิดขึ้นอย่างแท้จริง เช่น เป็นเพราะการขาดวินัยในการบริหารรายรับและรายจ่ายของตนเองจนเกิดความไม่สมดุลหรือไม่ หรือเป็นเพราะนิสัยการใช้จ่ายที่ฟุ้งเฟ้อเกินความจำเป็นของเรา เป็นต้น และเมื่อทราบสาเหตุแน่ชัดแล้วก็พยายามวางกรอบแนวคิดเพื่อการแก้ไขปัญหาอย่างได้ผลแบบค่อยเป็นค่อยไป โดยยึดหลักความพอเพียงและความยั่งยืนมาปรับใช้ในการสร้างวินัยในการอยู่ร่วมกันในครอบครัวทั้งภรรยาและลูกด้วยความสามัคคี เข้าใจและอดทนอดกลั้นแก้ปัญหาด้วยกันด้วยความสันติวิธี มีความสามัคคีและพร้อมเป็นกำลังใจซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง

(๑.๔) อุปาทกมนสิการ : กำหนดเป้าหมายที่มุ่งประสงค์ให้หมดปัญหาและเกิดการเปลี่ยนแปลงในทิศทางที่ดีขึ้นทั้งการบริหารจัดการหนี้สินที่มีอยู่ มีวินัยในการผ่อนชำระหนี้สินอย่างเป็นระบบ การหาช่องทางสร้างรายได้หรือรายรับที่เพียงพอต่อรายจ่าย เรียนรู้ร่วมกันในครอบครัวเพื่อประหยัดและมีธำรงถวัลย์ ไม่สร้างภาระหนี้สินใหม่แบบดินพอกหางหมู รวมทั้ง ควรมีกำลังใจและความหวังที่จะหมดหนี้สินด้วยความขยันหมั่นเพียรพยายามในการเลือกดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาทและต้องมีความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองว่าสามารถจะเอาชนะอุปสรรคและปัญหาในชีวิตต่าง ๆ ให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยดีในที่สุด

(๒) ใช้แนวคิดจากการศึกษาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนจากการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น โดย

(๒.๑) เชื่อมมั่นในระบบการศึกษาว่า มีความสำคัญและความหมายเท่ากับการพัฒนาทั้งตนเองและความเป็นอยู่ของชีวิตครอบครัวทั้งภรรยาและลูกให้ดีขึ้นได้ โดยเริ่มวางแผนอนาคตของตนเองและคนในครอบครัว โดยเฉพาะลูกให้มีโอกาสได้ศึกษาหาความรู้ หากไม่มีความพร้อมเรื่องค่าใช้จ่ายเพื่อลงทุนทางการศึกษา ก็ขอให้ใช้ช่องทางการพัฒนาศักยภาพตนเองด้วยวิธีอื่น ๆ เช่น การศึกษานอกระบบ การฝึกวิชาชีพเพื่อสร้างรายได้ (อาชีวศึกษา) การสร้างช่องทางสร้างรายได้ด้วยการใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีและช่องทางการสื่อสารในยุคข่าวสารไร้พรมแดนให้เป็นประโยชน์ โดยเฉพาะใช้หลักโยนิโสมนสิการมาวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารที่มีอยู่มากมายและหลากหลายในปัจจุบันเพื่อเลือกใช้ประโยชน์อย่างถูกต้องเหมาะสมตามหลักกฎหมายและศีลธรรม

(๒.๒) ใช้กระบวนการทางการศึกษามาปรับใช้ในกระบวนการทดลองและเรียนรู้เพื่อพัฒนางานในอาชีพ โดยเฉพาะการเพิ่มทักษะการคิดเป็นและทักษะการใช้ชีวิตที่สามารถจะเชื่อมโยงข้อมูลส่วนตัว ข้อมูลครอบครัว ข้อมูลบริบทแวดล้อมทางสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมให้กลายเป็นช่องทางหรือโอกาสในการสร้างรายได้ให้ตนเองสามารถเลี้ยงชีพและดูแลครอบครัวร่วมกันกับภรรยาได้อย่างเพียงพอและมีความสุขได้ตามอัตภาพที่เหมาะสม สำหรับลูกก็ควรให้กลับเข้าไปอยู่ในระบบการศึกษาโดยไม่จำเป็นต้องเป็นโรงเรียนเอกชนเพราะ โรงเรียนภาครัฐหรือโรงเรียนขนาดเล็กหรือโรงเรียนขยายโอกาสใกล้บ้านก็สามารถเป็นทางเลือกในการสร้างอนาคตให้ลูกเติบโตเป็นคนคุณภาพและมีงานทำได้ ซึ่งทั้งตัวนาย ก และภรรยา ต้องตระหนัก เข้าใจ และใช้โอกาสการอบรมสั่งสอน ชักจูง และส่งเสริมสนับสนุนให้ลูกมีทักษะทั้ง Social Skills และ Life Skills เพื่อพัฒนาความเป็นอยู่ร่วมกันในครอบครัวให้ดีขึ้นเรื่อย ๆ ได้อย่างเป็นรูปธรรม

(๓) ใช้แนวคิดจากการดูแลสุขภาพองค์รวมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนจากการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น โดย

(๓.๑) นำหลักคิดและวิธีการดูแลสุขภาพกายและใจที่ถูกต้องตามสุขลักษณะในแต่ละช่วงวัย โดยต้องเริ่มตั้งแต่การพยายามคิดเชื่อมโยงถึงผลดีและผลเสียจากการดูแลสุขภาพตนเอง โดยเฉพาะการใช้ทางออกจากข้ออ้างเรื่องความตึงเครียดสะสมด้วยการดื่มสุราและสูบบุหรี่ การใช้เวลาว่างของนาย ก แบบไม่ถูกวิธีจนส่งผลให้เกิดภาวะทฟุโภชนาเพราะรับประทานไม่เป็นเวลา การไม่ใส่ใจต่อการบริหารจัดการเวลาในการพักผ่อนและออกกำลังกาย ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ ยังกลายเป็นแบบอย่างที่ไม่ดีให้กับลูกและยังส่งผลให้บั่นทอนความสมบูรณ์แข็งแรงของตนเองจนไม่มีคุณสมบัติที่ดีในภาพลักษณ์ของการเป็นผู้นำครอบครัวสำหรับภรรยาอีกด้วย

(๓.๒) สร้างวินัยให้ตนเองและครอบครัวเพื่อการดูแลสุขภาพลักษณะอนามัยที่ดีในการอยู่ร่วมกัน โดยเฉพาะการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อการบริโภคอาหารที่มีประโยชน์และตรงเวลา ปัญหาโรคประจำตัวต่าง ๆ ที่มีอยู่แล้วก็ต้องเร่งรักษาและดูแลควบคุมอย่างใกล้ชิดร่วมกับการปรึกษาแพทย์ผู้ดูแลจากโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาล รวมทั้งนาย ก ต้องมีวินัยในกำหนดตารางการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้สุขภาพกลับมาสมบูรณ์แข็งแรง มีบุคลิกภาพที่ดี และพร้อมที่จะสร้างโอกาสให้กับชีวิตจากการทำงานที่ดีขึ้นกว่าเดิมได้ด้วยบุคลิกภาพที่เปลี่ยนไปจากเดิม

(๔) ใช้หลักไตรสิกขาเพื่อการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น กล่าวคือ

(๔.๑) หลักศีล : เพื่อนำมาประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวันและการอยู่ร่วมกันโดยความปกติสุขในครัวเรือน นาย ก หากประพฤติตามหลักศีลได้แล้ว ก็จะค่อย ๆ ปรับพฤติกรรมไปสู่ความเป็นปกติชนที่มีความสุขได้ทั้งตนเองและขยายความสุขไปสู่ภรรยาและลูก โดยเฉพาะการเลิกดื่มเหล้าและงดสูบบุหรี่อื่นเป็นหนทางให้ผิศีล การไม่ใช้ความรุนแรงในครอบครัว เป็นต้น นอกจากนี้ เมื่อสมาชิกทั้งครอบครัวนำหลักศีลมาเป็นหลักปฏิบัติในการดำเนินชีวิตได้แล้ว ปัญหาต่าง ๆ ก็จะยุติลงอยู่ในระดับที่ไม่ถูกลามจากเดิม เพราะไม่ผิหลักศีลในพฤติกรรมทางกาย วาจา และใจ ชีวิตย่อมปกติสุข เกิดสันติสุข ไม่ก่อให้เกิดปัญหาทั้งตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อม จนเกิดสังคมอุดมสุขได้

(๔.๒) หลักสมาธิ : เพื่อสร้างพลังใจให้เข้มแข็งต่อการเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ที่ประสบอยู่ทั้งในปัญหาด้านสุขภาพส่วนตัวของ นาย ก และปัญหาหนี้สินในครัวเรือน รวมทั้งปัญหาที่เกี่ยวข้องกับทุกข์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับสมาชิกในครอบครัวทั้งภรรยาและลูก ซึ่งหลักสมาธิจะเข้าไปมีบทบาทกำกับและประคับประคองให้กำลังใจของคนในครอบครัวให้มีความพร้อมต่อการเผชิญและแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตที่เป็นอยู่ให้มีทิศทางที่ดีขึ้นเรื่อย ๆ ต่อเนื่อง และเป็นไปเพื่อการสร้างความสงบสุขให้เกิดขึ้นได้ในครอบครัวเพราะรู้จักใช้สมาธิเป็นเครื่องอยู่อาศัยและประคับประคองอารมณ์ในการอยู่ร่วมกันโดยไม่ใช้อำนาจกิเลสตัณหาเป็นเครื่องนำทางในการ

ดำเนินชีวิต นอกจากนี้ หลักสมาธิยังสามารถพัฒนาระดับสติปัญญาให้เกิดขึ้นอย่างเข้มแข็งจนนำพาตนเองและครอบครัวให้เป็นความสุขที่มั่นคงได้อย่างแท้จริงต่อไป

(๔.๓) หลักปัญญา : เพื่อนำมาวินิจฉัยในสาเหตุของปัญหาทุกข์ที่เกิดขึ้นทั้งในระดับบุคคลและระดับครอบครัว ย่อมเห็นสาเหตุของปัญหาทุกข์ การใช้ปัญญาอย่างถูกวิธีและเหมาะสม จะช่วยให้พบหนทางแก้ไขปัญหาดัง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่ก่อให้เกิดลักษณะคุณภาพชีวิตที่ไม่พึงประสงค์ นาย ก พร้อมภรรยาและลูกจึงสามารถที่จะพัฒนาสถานะทางการเงินในครัวเรือนให้ดีขึ้นได้ตามลำดับ มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น และมีอนาคตร่วมกันอย่างยืนยาวและมีคุณภาพจากการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดีพอ ซึ่งการใช้กระบวนการเรียนรู้เพื่อปลูกฝังปัญญาให้เกิดขึ้น ย่อมส่งผลให้พบวิธีแก้ปัญหามุมมองในการพัฒนาอนาคตของตนเองให้เกิดลักษณะของ คุณภาพชีวิตที่ดีและยังยืนอย่างมีคุณภาพมั่นคงได้โดยไม่ยาก

(๔) ใช้หลักอิทธิบาท ๔ เพื่อวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น กล่าวคือ

(๔.๑) ฉันทะ : ได้แก่ นาย ก ต้องเรียนรู้ที่จะสร้างกำลังใจที่ประกอบไปด้วยความพึงพอใจในการจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองเสียใหม่ โดยเฉพาะในเรื่องของการเลือกใช้เวลาเพื่อการพัฒนาตนเอง ขยันหมั่นเพียรอย่างสร้างสรรค์ในการหาช่องทางประกอบสัมมาชีพหรือการสร้างรายได้เพื่อมาดูแลครอบครัวอย่างสมบทบาทการเป็นหัวหน้าครอบครัวที่ดีของลูกและภรรยา การใช้หลักความมีวินัยในการดูแลสุขภาพกายและใจตนเองให้แข็งแรงและพร้อมต่อการเผชิญปัญหา ร่วมกันกับสมาชิกในครอบครัวด้วยความเข้มแข็ง มีหลักฉันทะในการประทับประคองกำลังใจซึ่งกันและกันอย่างอ่อนโยนและสร้างสรรค์ ย่อมสร้างโอกาสให้การมุ่งยกระดับความเป็นอยู่และ คุณภาพชีวิตที่ดีสามารถเกิดขึ้นได้โดยไม่ยากอีกต่อไป

(๔.๒) วิริยะ : ได้แก่ นาย ก ภรรยา และลูก ต้องส่งเสริมกำลังใจเพื่อช่วยให้เกิดความเพียรต่อการรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองให้ได้อย่างเต็มศักยภาพ เมื่อสมาชิกทุกคนในครอบครัวทำหน้าที่ได้สมบูรณ์แล้ว ก็จะไม่พบกับความตกต่ำในการดำเนินชีวิต เพราะมีความพยายามจนนำพาให้สถานภาพครอบครัวพ้นปัญหาหรือวิกฤตการณ์ที่เลวร้ายไปได้ด้วยดี นอกจากนี้ การมีความเพียรอย่างต่อเนื่องย่อมส่งผลให้โอกาสการบรรลุความสุขและความสำเร็จในทุก ๆ ด้านของชีวิตก็จะเกิดขึ้นได้ตามลำดับ

(๔.๓) จิตตะ : ได้แก่ นาย ก ภรรยา และลูก ต้องมุ่งมั่นตั้งใจต่อการเติมเต็มกำลังใจที่ขาดหายซึ่งกันและกัน โดยเห็นประโยชน์ต่อการฝึกสมาธิเพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะการลดความผิดพลาดในการดำเนินชีวิตด้วยหลักคุณธรรม ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับเหตุแห่งความเสื่อมในชีวิต พยายามตั้งเป้าหมายความสำเร็จแบบต่อเนื่องทีละขั้น ๆ โดยมุ่งมั่นทุ่มเทและ

ตั้งใจทำแต่ละวันให้ดีที่สุดจนกระทั่งสามารถนำพาตนเองและครอบครัวให้ได้รับความผาสุกได้ตามที่คาดหวังเอาไว้

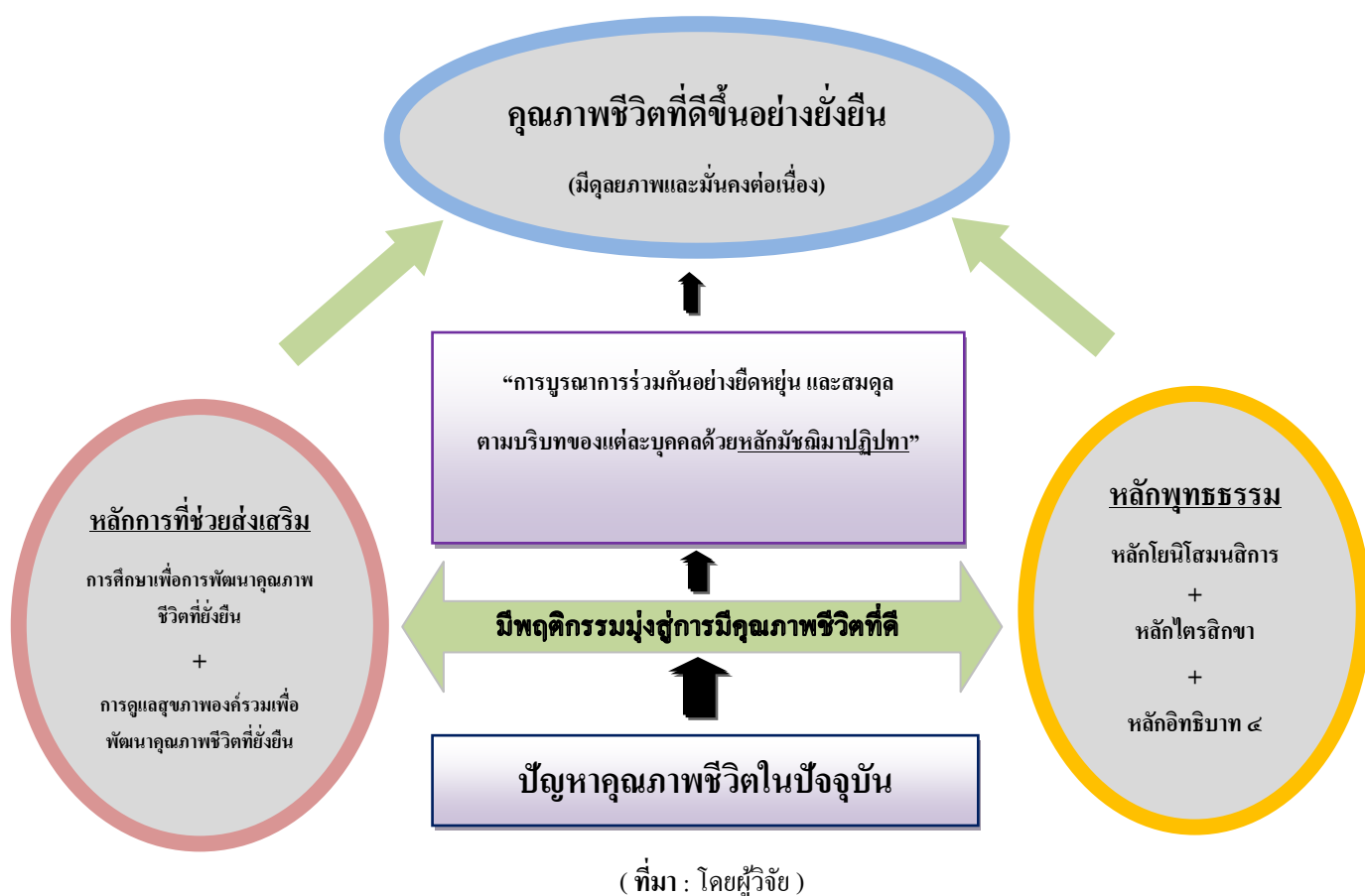
(๔.๔) วิมิงสา : ได้แก่ นาย ก ควรหมั่นทบทวนและไตร่ตรองร่วมกันกับสมาชิกในครอบครัวเพื่อพิจารณาปัญหาและอุปสรรค ตลอดจนแนวทางการแก้ไขปัญหาเพื่อนำไปสู่การพัฒนาหรือยกระดับคุณภาพชีวิตของให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนในระยะยาว โดยเฉพาะการลำดับความสำคัญในการแก้ไขปัญหาก่อนหลังอย่างเป็นระบบ การวางแผนทั้งในระยะสั้นและระยะยาวเพื่อปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตและพื้นฐานความสุขแบบพอเพียงให้เกิดขึ้นในครัวเรือนได้อย่างแท้จริง

โดยสรุปแล้ว จากกรณีตัวอย่างและแนวทางที่ปรากฏตามข้อ (๑) – (๕) อาจสรุปแนวทางจากการบูรณาการหลักการทั้งหมดได้ว่า

นาย ก และครอบครัว ต้องเริ่มต้นการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตที่ประสบอยู่ในปัจจุบันด้วยการใช้หลักคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อวิเคราะห์และเชื่อมโยงความคิดอย่างเป็นระบบ จนเห็นสภาพปัญหาได้ตรงตามความเป็นจริง สามารถมองเห็นสาเหตุและวิธีการแก้ปัญหาให้ได้อย่างชัดเจนเสียก่อน หลังจากนั้นจึงนำแนวคิดทางการศึกษามาเป็นเครื่องมือสำคัญในการขับเคลื่อนทุกแนวทางที่เหมาะสมเพื่อให้เกิดการผ่อนคลายสภาพปัญหาทั้งในระยะสั้นและระยะยาว รวมทั้งสามารถนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพตนเองและสมาชิกในครอบครัวให้ถึงพร้อมต่อการสร้างโอกาสในการมีรายได้ที่เพียงพอ สามารถนำพาสิ่งดี ๆ ให้เกิดขึ้นได้ในอนาคตอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ นาย ก ต้องตระหนักในความสำคัญและจำเป็นต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลักการดูแลสุขภาพองค์รวมร่วมกับสมาชิกในครอบครัวเพื่อให้มีความพร้อมต่อการสร้างสุขภาพกายและใจที่สมบูรณ์แข็งแรงอันจะเป็นปัจจัยพื้นฐานเริ่มต้นในการจะประสบความสุขและความสำเร็จในชีวิตได้ในอนาคต สำหรับหลักไตรสิกขาควรนำมาเป็นเครื่องกำกับดูแลทุกหลักการเพื่อกำหนดกรอบพฤติกรรมทางด้านกาย วาจา และใจ ให้เกิดความเป็นปกติสุขในการดำรงชีวิต มีความมั่นคงในความรักสามัคคีร่วมกันในครอบครัวเพื่อให้ผ่านพ้นอุปสรรคและปัญหาทั้งหลายให้จงได้ รวมทั้งระดับสติปัญญาที่เพิ่มขึ้นด้วยกระบวนการเรียนรู้และพัฒนาอย่างต่อเนื่องจากการศึกษาจะสอดคล้องประสานกับหลักไตรสิกขาได้อย่างลงตัวเพื่อนำพาชีวิตของคนในครอบครัวทุกคนให้บรรลุเป้าหมายการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้อย่างความสมดุลและยั่งยืน ทั้งนี้ หลักอิทธิบาท ๔ จะเข้ามามีบทบาทในการขับเคลื่อนทุกพฤติกรรมเป้าหมายที่กำหนดไว้เพื่อการแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดผลในเชิงรูปธรรมได้อย่างยั่งยืนได้อย่างแท้จริง

สำหรับในภาพรวมของแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน สามารถอธิบายเชื่อมโยงหลักการสำคัญได้ตามแผนภูมิดังต่อไปนี้

แผนภูมิที่ ๓ แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน



จากแผนภูมิข้างต้น สามารถสรุปแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนได้ดังนี้

(๑) ใช้หลักโยนิโสมนสิการปรับวิธีคิดและมุมมองในการกำหนดรูปแบบพฤติกรรมที่สอดคล้องและเหมาะสมต่อการแก้ไขปัญหา รวมไปถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้อย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ

(๒) ใช้หลักไตรสิกขาเข้ามากำกับและดูแลทุกพฤติกรรมเป้าหมายควบคู่กับการใช้หลักอิทธิบาท ๔ เพื่อขับเคลื่อนไปสู่ผลในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนและเป็นรูปธรรม