

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

งานวิจัยนี้ เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพโดยมีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ ได้แก่ (๑) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน (๒) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน และ (๓) เพื่อเสนอแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

จากผลการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนในปัจจุบันของคนไทย โดยเฉพาะในช่วงปี พ.ศ. ๒๕๕๕ – ๒๕๕๘ พบว่า ปัญหาส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับ ๓ เรื่องสำคัญ ได้แก่ ปัญหาอันดับแรก คือ ปัญหาทางด้านความคิดหรือทัศนคติส่วนบุคคล ในสังคมปัจจุบันที่กำลังขาดจิตสำนึกต่อความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น ขาดการใช้วิจารณญาณในการวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารในการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อให้ชีวิตเกิดความสมดุลและดำเนินไปอย่างถูกต้องทางอันเนื่องมาจากหลากหลายของปัจจัยแวดล้อมในชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในสังคมพหุวัฒนธรรมที่มีความหลากหลายทั้งในแง่คิดและการปฏิบัติตน กระแสวัตถุนิยมที่มีการสื่อสารข้อมูลกันอย่างไร้พรมแดนสามารถสะท้อนผลโดยตรงต่อผู้คนในสังคมได้อย่างไร้ขีดจำกัด จนส่งผลให้คนไทยต้องรู้สึกกดดัน ตึงเครียด จากการถูกบีบคั้นอารมณ์ความรู้สึกให้ต้องแข่งขัน เร่งรัด และจำเป็นต้องกลับไปทบทวนความเสี่ยง (Risk) ในการดำเนินชีวิตที่จำเป็นต้องปรับเปลี่ยนจากรูปแบบเดิม ๆ สภาพปัญหาที่สะท้อนว่า สังคมไทยกำลังป่วยมากขึ้นเรื่อย ๆ ล้วนมีที่มาจากความไม่พร้อมด้านสภาพจิตใจและความคิดมาเป็นอันดับแรก ๆ การขาดวิจารณญาณที่ดีพยายัมส่งผลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อการเกิดปัญหาด้านครอบครัว สังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมทั้งในระยะสั้นและระยะยาว ในขณะที่ปัญหาอันดับที่สอง คือ ปัญหาปากท้องซึ่งเกี่ยวข้องกับการขาดโอกาสในการสร้างรายได้ที่เพียงพอเพื่อการดำรงชีวิตที่ดีขึ้นซึ่งปัญหาดังกล่าวนี้นี้ ผลการศึกษายังพบรายละเอียดที่น่าสนใจว่า สาเหตุส่วนใหญ่ล้วนมีที่มาจาก การขาดองค์ความรู้ในทักษะอาชีพที่เพียงพอ การขาดศักยภาพต่อการตัดสินใจเพื่อจะเลือกโอกาสหรือเส้นทางในการทำงานเพื่อสร้างรายได้และสร้างความก้าวหน้าให้กับชีวิตตนเอง ปัญหาดังกล่าวจึงเกี่ยวข้องโดยตรงในฐานะรากฐานที่ปิดกั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตไม่ให้เกิดขึ้น ทั้งนี้ แนวทางการแก้ไขจำเป็นต้องอาศัยกระบวนการทางการศึกษาทั้งในระบบและนอกระบบเพื่อนำมาพัฒนาโอกาสที่ขาดหายไปเหล่านั้นร่วมกับหลักคิดไปสู่แนวปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสม

สำหรับปัญหาอันดับที่สาม ผลการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ พบว่า ปัญหาในการดูแลสุขภาพกายและใจของคนไทยในช่วงระยะเวลาที่ผ่านมาเป็นอีกเรื่องหนึ่งที่สวนทางกับสถิติการมีอายุที่ยืนยาวขึ้นของคนไทยจากความก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุข เนื่องจากปัญหาด้านสุขภาพของคนไทยพบสิ่งที่น่าสนใจว่า อัตราการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังอันเป็นผลสืบเนื่องจากการขาดวินัยในการดูแลสุขภาพตนเองที่ไม่ดีพอ ภาวะทุพโภชนาการที่ไม่สมดุลและขาดการดูแลเอาใจใส่ต่อการดูแลสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรงในระยะยาว ในท่ามกลางปัญหาบริบทแวดล้อมที่มีความเป็นมลพิษมากขึ้นเรื่อย ๆ ในปัจจุบัน ทั้งอากาศ อาหาร น้ำ และปัจจัยพื้นฐานอื่น ๆ ส่วนส่งผลทำลายสุขภาพกายและใจให้กับคนไทยมากขึ้นเรื่อย ๆ การขาดสมดุลในการบริหารจัดการเรื่องสุขภาพของตนเองจึงเป็นผลสะท้อนให้เห็นถึงสถิติการเกิดตายและปัญหาโรคภัยไข้เจ็บที่ทวีความรุนแรงและมีแนวโน้มจะมากขึ้นจนส่งผลให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตเกิดปัญหาได้มากตามลำดับ

จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับหลักธรรมในทางพุทธศาสนา พบว่า หลักพุทธธรรมทุกเรื่องสามารถนำมาประยุกต์เพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดความยั่งยืนได้ หากแต่หลักธรรมที่จัดได้ว่า มีความสอดคล้องและเหมาะสมต่อการนำมาแก้ไขปัญาและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบันตามข้อค้นพบข้างต้น ได้แก่ หลักธรรมในเรื่องหลักโยนิโสมนสิการหลักไตรสิกขา และหลักอิทธิบาท ๔ โดยควรนำมาประยุกต์เพื่อบูรณาการร่วมกันกับแนวคิดและมุมมองที่น่าสนใจในเรื่องการใช้กระบวนการทางการศึกษาเพื่อนำมาพัฒนาและหลักการดูแลสุขภาพองค์รวมเพื่อให้เกิดความสมดุลในทุกมิติที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมกับทุกช่วงวัย โดยมีเป้าหมายร่วมกันสูงสุดเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนให้เกิดขึ้นได้จริง

ภายหลังการวิเคราะห์กรอบแนวคิดตามงานวิจัยครั้งนี้ด้วยหลักอริยสัจ ๔ ทำให้เห็นมุมมองเกี่ยวกับสาเหตุของปัญหา (สมุทัย) จากสภาพปัญหา (ทุกข์) ใน ๒ เรื่อง คือ สาเหตุจากปัจจัยภายในที่บุคคลสามารถควบคุมและเปลี่ยนแปลงได้ด้วยตนเองได้ ได้แก่ เรื่องของทัศนคติคนไทยในการใช้ชีวิต (ความคิด) การได้รับการศึกษาที่ขาดคุณภาพและไม่เพียงพอ (การศึกษา) และการขาดการดูแลสุขภาพอย่างเหมาะสมและต่อเนื่องอย่างเพียงพอ (สุขภาพ) และสาเหตุจากปัจจัยภายนอกที่บุคคลไม่สามารถควบคุมหรือเปลี่ยนแปลงได้ด้วยตนเอง ได้แก่ เรื่องของบริบทแวดล้อมชีวิตที่มีความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม อันส่งผลต่อการดำรงชีวิตประจำวันของผู้คนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ในขณะที่แนวทางการแก้ไขปัญา (มรรค) สรุปได้ ๓ แนวทาง ได้แก่ (๑) การใช้หลักโยนิโสมนสิการเพื่อปรับเปลี่ยนทัศนคติและส่งเสริมมุมมองในการปลูกจิตสำนึกรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและสังคมรอบข้าง โดยเฉพาะการทำหน้าที่เป็นเครื่องมือสำคัญในการประทับประคองและผลักดันให้การยกระดับคุณภาพชีวิตเกิดความมั่นคงและยั่งยืนได้อย่างแท้จริง (๒) การใช้หลักไตรสิกขาร่วมกับแนวคิดทางการศึกษาเพื่อช่วยสร้างโอกาส

ให้กับชีวิตทั้งการมีรายได้ที่เพียงพอและการพัฒนาคุณภาพชีวิตในทุกมิติให้ดีขึ้น จนสามารถผ่านพ้นอุปสรรคและปัญหาที่ประสบในชีวิตไปได้ด้วยดี และ(๓) การใช้หลักอิทธิบาท ๔ ร่วมกับแนวคิดตามหลักการดูแลสุขภาพองค์รวม เพื่อขับเคลื่อนพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่การดูแลสุขภาพในทุกช่วงวัยให้เกิดผลได้อย่างเป็นรูปธรรม รวมทั้งก่อให้เกิดความต่อเนื่องในการป้องกันโรคไม่ไข้เพียงรักษาโรค โดยเฉพาะการมุ่งเป้าหมายสำคัญในการสร้างความสมบูรณ์แข็งแรงและการมีอายุยืนยาวได้อย่างมีคุณภาพ ทั้งนี้ เมื่อผลแห่งมรรคเกิดขึ้นได้อย่างต่อเนื่องแล้ว การบรรลุเป้าหมายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนซึ่งประกอบไปด้วยความมั่นคงและมีคุณภาพ (นิโรธ) ย่อมเกิดขึ้นได้โดยไม่ยากอีกต่อไป

นอกจากนี้ เมื่อวิเคราะห์ในภาพรวมเกี่ยวกับผลการศึกษาวิจัยในแต่ละประเด็นจากการสัมภาษณ์เชิงลึกตามทัศนะของนักวิชาการหรือผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง ๔ ด้าน ได้แก่ พุทธศาสตร์ สังคมศาสตร์ ศึกษาาสตร์ และสาธารณสุขศาสตร์ สามารถสรุปประเด็นที่น่าสนใจเพิ่มเติม ดังนี้

ตารางที่ ๓ มุมมองการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนในทัศนะของนักวิชาการไทย

ประเด็นมุมมอง	สรุปทัศนะในภาพรวม
(๑) การพัฒนาคุณภาพชีวิต	มีช่องโหว่ในทุกมิติ โดยเฉพาะปัญหาสุขภาพ ครอบครัวยุคใหม่ สังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม อันเนื่องมาจากการขาดการทำงานร่วมกันเชิงบูรณาการจากทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งสาเหตุส่วนบุคคลที่ยังขาดการตระหนักรู้และความเข้าใจในการบริหารจัดการชีวิตอย่างมีจิตสำนึกรับผิดชอบร่วมกัน การขาดวินัยและไม่สามารถการสร้างโอกาสในชีวิตได้ด้วยการศึกษา ปัญหาสุขภาพกายและใจที่เรื้อรัง ขาดความชัดเจนในการวางเป้าหมายในชีวิต โดยเฉพาะการขาดหลักธรรมเพื่อนำมาเป็นเข็มทิศในการดำรงชีวิตอย่างสมดุลและมั่นคง
(๒) แนวทางการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิต	ต้องมุ่งปรับสภาพจิตใจเป็นลำดับแรก เพื่อเชื่อมโยงไปถึงการเปลี่ยนแปลงทัศนคติให้เห็นถูกทาง วางความเชื่อและค่านิยมเกี่ยวกับรูปแบบการใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ โดยเฉพาะการสร้างโอกาสในการมีรายได้ที่เพียงพอ พยายามวางกรอบเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนและเป็นระบบ สามารถตัดสินใจต่อการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตที่ประสบอยู่ได้ตรงจุด รู้จักนำหลักธรรมมาสร้างปัญญาเพื่อการแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง เห็นผล และก่อให้เกิดภาวะดุลยภาพในการดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างแท้จริง

ตารางที่ ๓ มุมมองการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนในทัศนะของนักวิชาการไทย (ต่อ)

ประเด็นมุมมอง	สรุปทัศนะในภาพรวม
(๓) การนำหลักธรรมมาแก้ไขปัญหาคูณภาพชีวิต	การวิเคราะห์แนวทางในการแก้ไขปัญหาคูณภาพชีวิตด้วยหลักอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ (สภาพปัญหา) สมุทัย (สาเหตุของปัญหา) นิโรธ (เป้าหมายเมื่อสิ้นสุดปัญหา) และมรรค (แนวทางหรือวิธีการแก้ไขปัญหา) จัดเป็นทางเลือกที่เหมาะสมต่อการนำหลักธรรมเรื่องต่าง ๆ มาประยุกต์เพื่อบูรณาการร่วมกัน ซึ่งในทุกแนวทางต้องใช้หลักมัชฌิมาปฏิปทา (ทางสายกลาง) มากำกับสัดส่วนเพื่อสร้างวิธีการที่เหมาะสมในการแก้ไขปัญหาคูณภาพชีวิตอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะจากสภาพปัญหาคูณภาพชีวิตคนไทยในปัจจุบันควรนำหลักโยนิโสมนสิการมาปรับใช้เพื่อการสร้างหลักคิดและวิจารณ์ญาณให้มาก ใช้หลักไตรสิกขาเพื่อกำกับและดูแลแนวทางการยกระดับคูณภาพชีวิตให้ดีขึ้นตามลำดับ ตั้งแต่ขั้นศีล ขั้นสมาธิ และขั้นปัญญา โดยอาศัยเครื่องมือหลักคั่นสำคัญในหลักอิทธิบาทธรรมมาเป็นกำลังหนุนทุกปัจจัยให้ไปสู่ผลสำเร็จ สามารถบรรลุเป้าหมายได้ตั้งแต่ระดับบุคคล ระดับครอบครัว ระดับสังคมชุมชน และระดับประเทศชาติ รวมทั้งสอดคล้องตามกระแสพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว (รัชกาลที่ ๙) ว่าด้วยเรื่องปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อันเป็นคำตอบสำคัญสำหรับโจทย์ของการมีคูณภาพชีวิตที่ยั่งยืน ได้อย่างแท้จริง
(๔) แนวทางในการยกระดับคูณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนใน ๓ ระดับ (ได้แก่ระดับปัจเจกชน ระดับองค์กร และระดับนโยบาย)	ในระดับปัจเจกชน จัดเป็นขั้นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดในทุกองค์ประกอบที่จะผลักดันและขับเคลื่อนเพื่อยกระดับคูณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้ โดยมุ่งเป้าหมายสำคัญในการสร้างทัศนคติหรือความคิดเห็นให้ถูกต้องและถูกทิศทางเสียก่อน โดยเฉพาะการนำหลักพุทธธรรมมาปรับใช้อย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง ร่วมกับการดูแลความสมบูรณ์แข็งแรงให้เกิดขึ้นจนกระทั่งพัฒนาไปสู่การหล่อหลอมดัชนีชี้วัดความสุขในองค์กรที่เกี่ยวข้องกับ ๘ ด้าน คือ ด้านสุขภาพ ด้านน้ำใจ ด้านการผ่อนคลาย ด้านการหาความรู้ ด้านคุณธรรม ด้านการใช้เงิน ด้านครอบครัว และด้านสังคม ทั้งนี้ผลของความเข้มแข็งและเป็นปกติสุขขององค์กรย่อมนำไปสู่ผลในระดับนโยบายซึ่งจัดได้ว่า เป็นเรื่องที่ยากที่สุด แต่ก็สำคัญที่สุดในภาพรวม ทั้งนี้ เนื่องจากต้องอาศัยระยะเวลาเพื่อสร้างสันติสุขให้เกิดขึ้นตามหลักธรรมมาภิบาล ไม่อิงเกณฑ์ในเรื่องรายได้ GDP

ตารางที่ ๓ มุมมองการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนในทัศนะของนักวิชาการไทย (ต่อ)

ประเด็นมุมมอง	สรุปทัศนะในภาพรวม
(๔) แนวทางในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืน – (ต่อ) ใน ๓ ระดับ (ได้แก่ ระดับปัจเจกชน ระดับองค์กร และระดับนโยบาย)	ของประเทศเพียงแต่อย่างเดียว แต่ต้องมุ่งคำนึงถึงสวัสดิการที่เพียงพอและเหมาะสมสำหรับประชาชนในประเทศในทุก ๆ ด้าน โดยเฉพาะควรนำบทบาทของหลักพุทธธรรมเพื่อมาช่วยเหลือและชี้นำให้สังคม (Social Engaged Buddhism) ในทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องต้องเข้ามาทำงานเชิงบูรณาการร่วมกันอย่างจริงจังและเห็นผล ไม่ควรแยกส่วนกันทำงานหรือรับผิดชอบการพัฒนาคุณภาพชีวิตในภาพรวมระดับประเทศจึงต้องใช้การสร้างแนวปฏิบัติแบบเต็มเต็ม (Implementation) ให้กับทุกภาคส่วนในรูปแบบขยายผลตั้งแต่ระดับองค์กรจนถึงระดับปัจเจกชนอย่างชัดเจนและมีความเอกภาพในทางปฏิบัติ

จากตารางที่ ๓ ข้างต้น เมื่อวิเคราะห์ข้อมูลในภาพรวมเพื่อนำมาสรุปข้อเสนอเกี่ยวกับแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน สามารถสรุปได้ดังนี้

(๑) ใช้หลักโยนิโสมนสิการปรับวิธีคิดและมุมมองในการกำหนดรูปแบบพฤติกรรมที่สอดคล้องและเหมาะสมต่อการแก้ไขปัญหา รวมไปถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้อย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ

(๒) ใช้หลักไตรสิกขาเข้ามากำกับและดูแลทุกพฤติกรรมเป้าหมายควบคู่กับการใช้หลักอิทธิบาท ๔ เพื่อขับเคลื่อนไปสู่ผลในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนและเป็นรูปธรรม

๕.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัย

การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนจำเป็นต้องอาศัยการพิจารณาภาพรวมของหลักการ แนวทาง และวิธีการในการบูรณาการร่วมกันระหว่างหลักพุทธธรรมที่สำคัญขึ้นพื้นฐานและมุมมองแนวคิดที่มีความเกี่ยวข้องต่อการแก้ไขปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยเฉพาะหลักคุณลักษณะและหลักมัชฌิมาปฏิปทาที่ต้องประกอบไปด้วยความเสมอภาคในการพัฒนาองค์ประกอบแต่ละมิติควบคู่กันไปด้วยความพอเหมาะพอดี ไม่มากเกินไปหรือน้อยไป และจำเป็นต้องครอบคลุมเป้าหมายของการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดผลได้อย่างแท้จริง ในทุก ๆ ด้าน รวมทั้งไม่ก่อให้เกิดข้อจำกัดอันเป็นอุปสรรคกั้นขวางให้รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตเกิดข้อขัดข้องทั้งในระยะสั้นและระยะยาว สำหรับข้อเสนอแนะที่น่าสนใจและจะเป็นประโยชน์จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ มีดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

สำหรับข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาวิจัยไปประยุกต์ใช้นั้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ๒ ประเด็น ดังนี้

๕.๒.๑.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ผู้กำกับนโยบาย ผู้บริหารทุกระดับ ควรพิจารณาผลจากการวิจัยครั้งนี้ เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลเพื่อการตัดสินใจและพัฒนาร่วมกับการนำหลักการงานเชิงบูรณาการมาเพื่อแก้ไขปัญหาเชิงระบบให้เกิดผลเป็นรูปธรรมในทุกมิติโดยอาศัยหลักคิดสำคัญที่เกี่ยวข้องใน ๔ เรื่อง คือ มิติด้านร่างกาย มิติด้านจิตใจ มิติด้านสังคม และมิติด้านสติปัญญา ทั้งนี้ ควรจัดตั้งหลักสูตรทางการศึกษาและการวิจัยจากเพื่อขยายผลอย่างต่อเนื่องในระดับชาติ มีการผลักดันให้เกิดการประยุกต์หลักพุทธธรรมโดยง่ายเพื่อใช้ในชีวิตประจำวัน ร่วมกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อขยายผลให้เกิดในวงกว้างสำหรับการพัฒนาระดับคุณภาพชีวิตให้กับประชาชนในชาติอย่างเสมอภาคทั่วถึง และเกิดคุณภาพได้อย่างมั่นคงต่อเนื่อง

๕.๒.๑.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนจะเกิดขึ้นในระดับบุคคลหรือในระดับภาพรวมของทั้งประเทศได้หรือไม่ ต้องเริ่มจากการนำแนวคิด วิธีการ และแนวทางขององค์ความรู้ที่เกิดจากการผสมผสานกันอย่างลงตัวของหลักพุทธธรรมกับแนวทางเพื่อการยกระดับคุณภาพชีวิตได้ตามเป้าหมายในทั้งในระดับปัจเจกชน และระดับองค์กร การเรียนรู้เพื่อทำความเข้าใจในปัญหาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต ย่อมต้องนำไปสู่การตระหนักรู้ต่อการสร้างภูมิคุ้มกันทางความคิดเพื่อพึ่งพาตนเองให้ได้จริง ต้องคิดเป็น แก้ปัญหาเป็นและมีการใช้หลักคุณธรรม จริยธรรมควบคู่กันไปภายใต้หลักธรรมาภิบาลที่มีประสิทธิภาพ อันจะนำไปสู่ความยั่งยืนที่แท้จริงของชีวิตในสังคมอุดมปัญญาและสังคมอุดมสุขได้ต่อไป

โดยสรุปแล้ว แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน ควรมีลักษณะที่สามารถปรับใช้ในชีวิตได้ตรงตามบริบทของปัญหาแต่ละบุคคล โดยยึดหลักความยืดหยุ่นและคงไว้ซึ่งการรักษาคุณภาพจากความสมดุลในทุกองค์ประกอบของการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยเฉพาะการกำหนดกรอบทิศทางของหลักการ แนวทาง และวิธีการ ที่ต้องตอบโจทย์ปัญหาได้จริงและก่อให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่องบนพื้นฐานความสมบูรณ์แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ การเลือกใช้หลักมัชฌิมาปฎิพา (ทางสายกลาง) เพื่อเป็นหลักธรรมสำคัญในการสร้างความพอดีและพอเพียงต่อการควบคุมและดูแลให้สัดส่วนของการหล่อหลอมหลักการต่าง ๆ เหล่านั้นให้เกิดผลได้ในเชิงคุณภาพ ทั้งนี้ผลของคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนที่แท้จริงต้องสามารถสะท้อนให้เห็นถึงการขยายผลต่อทุกองค์ประกอบของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม องค์กร และประเทศชาติในระยะยาว

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ๒ ประเด็น ดังนี้

๕.๒.๒.๑ ควรมีการศึกษาวิจัยต่อยอดประเด็นการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตในมิติและรูปแบบอื่น ๆ ในลักษณะผลงานทางวิชาการ

โดยเฉพาะการมุ่งเน้นหลักการติดตามและประเมินผลการวิจัยที่ต้องมีผลรองรับเหตุปัจจัยสำคัญที่สามารถส่งผลให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดผลในเชิงรูปธรรมได้อย่างชัดเจน รวมทั้ง เพื่อต่อยอดและขยายผลในด้านการวิจัยเชิงพัฒนาในลำดับต่อไป ซึ่งหากพิจารณาเลือกรูปแบบการวิจัยเชิงทดลองร่วมกับการจัดเก็บข้อมูลรายบุคคลที่มีการศึกษาเปรียบเทียบกันระหว่างรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตทรัพยากรมนุษย์ในแต่ละประเทศทั่วโลกว่า มีรูปแบบสำคัญเพื่อการยกระดับคุณภาพชีวิตในลักษณะใดบ้าง และเมื่อเทียบเคียง เชื่อมโยง และวิเคราะห์แนวทางบูรณาการร่วมกับหลักพุทธธรรมที่เป็นไปในทิศทางเดียวกันแล้ว สามารถจะประยุกต์รูปแบบหรือวิธีการให้เกิดความน่าสนใจได้อย่างไร สิ่งเหล่านี้ ย่อมเป็นประโยชน์ในแงุ่มทางวิชาการเพื่อปรับใช้ได้ทั้งในระดับบุคคลและระดับสังคมส่วนรวมในประเทศได้อย่างชัดเจนขึ้นในอนาคต

๕.๒.๒.๒ ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับหลักพุทธธรรมและองค์ความรู้ทางด้านศาสตร์สหวิทยาการในหัวข้อต่าง ๆ เพื่อนำมาบูรณาการร่วมกันอย่างเป็นระบบในการสร้างแนวทางและรูปแบบที่น่าสนใจและนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างหลากหลายวิธีและมีประสิทธิภาพในทางปฏิบัติ

ควรมีการศึกษาวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับความเป็นไปได้ต่อการประยุกต์ใช้คุณค่าจากหลักพุทธธรรมในหัวข้ออื่น ๆ โดยมุ่งเน้นการวิจัยเพื่อสังเคราะห์แนวทางการพัฒนา การบูรณาการผสมผสาน และการสร้างแนวทางและรูปแบบที่เป็นรูปธรรมอันจะเป็นประโยชน์ต่อการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นในมิติต่าง ๆ ซึ่งการจะพัฒนากลไกหรือเครื่องมือเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืนที่น่าสนใจในอนาคตควรเป็นลักษณะที่มุ่งเน้นความยืดหยุ่นและสามารถแสดงผลเชิงประจักษ์ในมุมมองที่หลากหลาย รวมทั้งควรสามารถใช้ประทับประกอบสถานะคุณภาพในการดำเนินชีวิตให้เกิดขึ้นได้เป็นอย่างดี เช่น การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมร่วมกับหลักปรัชญาแนวคิดทางตะวันตกหรือตะวันออก เพื่อตอบโจทย์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ การพัฒนารูปแบบค่านิยมและทัศนคติพื้นฐานของประชาชนในประเทศให้เป็นผู้อยู่ดีกินดีและมีคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนได้อย่างแท้จริง เป็นต้น