

การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม
ในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา*
THE LIFE QUALITY DEVELOPMENT OF PEOPLE ACCORDING TO
SAPPURISADHAMMA IN KHAORUPCHANG SUB-DISTRICT,
MUANGDISTRICT, SONGKHLA PROVINCE

พระภิกษุ สุจิตโต (น้ำแก้ว)*

Praklissada Sujitto (Namkaew)*

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมมาโคกราช

Mahamakut Buddhist University Srithammasokkaraj Campus, Thailand

*Corresponding Author E-mail: klissada508@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม และ 2) ศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ ได้แก่ ประชาชนที่อาศัยอยู่ในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา 10 หมู่บ้าน จำนวน 42,972 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตาราง Taro Yamane ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน โดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิตามสัดส่วน (Proportional stratifies sampling) วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ ค่า IOC แบบสอบถามนี้มีค่าเฉลี่ย 1.00 ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .9485

ผลการวิจัยพบว่า

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในตำบลเขารูปช้างตามหลักสัปปุริสธรรม โดยรวม อยู่ในระดับมาก ข้อที่มีคะแนนสูงสุดแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านธัมมัญญา คือ การวางแผน การดำเนินชีวิตและมีการตัดสินใจอย่างรอบคอบ ด้านอัตถัญญา คือ ดำเนินชีวิตให้ความสำคัญต่อคนรอบข้างด้านอัตถัญญา คือ ยอมรับความผิดพลาดในการดำเนินชีวิตที่ตนเองเป็นสาเหตุ ด้านมัตถัญญา คือ ประกอบอาชีพสุจริตชอบธรรม ด้านกาลัญญา คือ ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ ด้านปริสัญญญา คือ ปฏิบัติตามกฎระเบียบ ขนบธรรมเนียม ประเพณี ของชุมชน และด้านปุคคลัญญา คือ ยกย่องชมเชยและยอมรับบุคคลที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ

* Received February 21, 2023; Revised October 9, 2024; Accepted November 25, 2024



2. ข้อเสนอแนะ ให้คนในชุมชนรู้จักประมาณตนและมีเหตุผลในการดำรงชีวิต รู้จักหน้าที่ของตนเองและรับผิดชอบกับสิ่งที่กระทำมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ตั้งเป้าหมายค้นหาความสามารถของตนเอง แล้วทำในสิ่งที่ตนเองชอบหรือถนัด มีธรรมะในตนเอง รู้จักประมาณตน ยึดความถูกต้องเป็นหลัก ประกอบอาชีพที่สุจริต มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ จัดสรรเวลาการใช้ชีวิตประจำวัน ปฏิบัติตนเองไปตามกฎระเบียบของบ้านเมือง รักษาคุณธรรมของตนเอง นำความสามารถที่มีมาก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น และชุมชน

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิต, หลักสัปปุริสธรรม, การพัฒนาคุณภาพชีวิต

ABSTRACT

This research aimed to study 1) The development of people's quality of life under Sappurisdhamma principles and 2) The guidelines for developing the quality of life. The population of this quantitative research consisted of 42,972 people living in 10 villages in Khao Rup Chang subdistrict, Mueang Songkhla District, Songkhla Province. The sample size was determined using Taro Yamane's table, resulting in a sample of 400 people selected by proportional stratified sampling. Data were analyzed by frequency, percentage, mean, and standard deviation. The quality of the research tools was measured based on the IOC, which showed an average of 1.00, with a reliability score of .9485.

The results were found that:

1. Overall, the quality of life development of the people living in the Khao Rup Chang subdistrict, based on Sappurisdhamma principles, was high. In each aspect consideration, the highest level was on Thammanyuta-planning a careful life and well-considered decision-making, followed by Atthanyuta-living by prioritizing the wellbeing of those around them. Attanyuta means accepting the mistakes in life that one has caused. Matthannuta is for engaging in an honest profession. Kalanyuta is for utilizing time efficiently. Parisanyuta is for adhering to the community's rules, customs, and traditions. Finally, Pukkalanyuta is for acknowledging and praising individuals who demonstrate righteous and virtuous behavior.

2. Recommendations: It is recommended for the community members to practice self-awareness and live with reasons, understand their responsibilities, and take accountability for their actions. They should set life goals while discovering and utilizing their abilities. It is also suggested that individuals pursue

activities they enjoy and are interested in, cultivate inner moral values, practice moderation, adhere to righteousness, engage in honest and ethical professions, and fulfill their duties responsibly. Time management in daily life is crucial, and they should comply with laws and societal regulations while upholding personal integrity. Lastly, they should leverage their skills to benefit themselves, others, and the community.

Keywords: Quality of life, Sappurisdhamma, Development of life quality

บทนำ

สังคมไทยเป็นกลุ่มชนชาติที่อาศัยอยู่ร่วมกันในประเทศไทย มีถิ่นฐานการทำมาหากินต่อเนื่องกันมาอย่างยาวนาน เป็นสังคมที่ล้วนพึ่งพาอาศัยกัน มีขนบธรรมเนียมประเพณี และมีเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่ได้รับอิทธิพลมาจากพระพุทธศาสนาแทบทั้งสิ้น โดยมีหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นสิ่งที่จำเป็นในการช่วยพัฒนาสังคมทั้งในแง่ของการอกระเบียบ ข้อบังคับทางกฎหมาย ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นในการอยู่ร่วมกันในสังคม การอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีผู้คนจำนวนมากย่อมเกิดปัญหาที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งการดำเนินชีวิตในสังคมที่เปลี่ยนแปลงและเพื่อให้การใช้ชีวิตในสังคมสมัยใหม่มีประสิทธิภาพ เพราะสังคมสมัยใหม่เน้นการพัฒนาทางด้านวัตถุส่งผลให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ (सानิตย์ หนูนิล และ กนกวรรณ พวงประยงค์, 2562)

หลักธรรมของสัทบุรุษหรือผู้ประพตติ เป็นตัวคอยบ่งบอก หรือคอยกำหนดให้คน ประพตติปฏิบัติดี ทุกคนสามารถนำมาประยุกต์ใช้ และถือปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้อยู่ใน กรอบของศีลธรรม ซึ่งจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำงาน ประกอบด้วยหลักธรรม 7 ประการ คือ 2554) 1) อตถัญญตา คือ การเป็นผู้รู้จักผลหรือประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการกระทำ 2) ธัมมัญญตา คือการรู้จักเหตุ พระธรรมปิฎกให้ความหมายในเชิงที่ว่า สิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควร ทำภายใต้เหตุและผลอันถูกต้อง 3) อตตัญญตา คือการรู้จักตน รู้จักประมาณตน วางตัวหรือ ปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสมในสังคม 4) มัตตัญญตา คือการรู้จักประมาณ หมายรวมถึงการเป็นคนรู้จักความพอดีในการจ่ายทรัพย์ด้วยการรู้จักประมาณกำลังตนเอง 5) กาลัญญตา คือ การรู้จักเวลา เข้าใจในกาลเวลาอันสมควรสำหรับการทำกิจการอันใด ๆ 6) ปริสสัญญตา คือ การรู้จักชุมชน หรือสังคมที่ตนอาศัยอยู่มีความต้องการอะไร มีความเห็น หรือข้อตกลงอย่างไร ทำให้สามารถอยู่ร่วมกับชุมชนได้อย่างมีความสุข และเกิดความร่วมมือ จากชุมชนอย่างแท้จริง และ 7) ปุคคัลลัญญตา คือ การรู้จักบุคคล เป็นผู้รู้จักเลือกคบคน ใครควร คบหรือไม่ควรคบ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต),

ผู้ศึกษาได้มีโอกาสพูดคุยกับคนในชุมชน ได้รู้พฤติกรรมของคนในชุมชน เท่าที่สังเกต การใช้ชีวิตกลุ่มวัยรุ่น ช่วงอายุ 18-20 ปี จะนำแบบอย่างการใช้ชีวิตของคนในเมืองมาใช้มีพฤติกรรม

ก้าวร้าว ไม่เชื่อฟังผู้ใหญ่ ซึ่งผิดกับอดีตผู้ใหญ่คอยสอนคอยชี้แนะ และที่สำคัญเรื่องการคบเพื่อนที่ไม่มีผู้ใหญ่คอยดูแล ส่งผลให้เกิดปัญหาทางสังคมมากมายในขณะที่ชนบทเริ่มนิยมประเพณีของไทยเรากำลังจะเปลี่ยนแปลงไป ส่งผลให้ชนรุ่นหลังยึดแบบอย่างและถูกกลืนไปในที่สุดจากสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมืองจังหวัดสงขลา จะต้องได้รับการพัฒนาในด้านคุณภาพชีวิต ผู้วิจัยเห็นสมควรใช้หลักธรรมในทางพุทธศาสนา คนในชุมชนยังให้ความสำคัญพุทธศาสนา เพราะหลักธรรมของพุทธศาสนาสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของประชาชนประจำวัน ทุกเรื่อง และเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาครั้งนี้ด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรมในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
2. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนตามหลักสัปปริสธรรมในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

1. ประชากร ได้แก่ ประชาชนจังหวัดสงขลา 10 หมู่บ้าน จำนวน 42,972 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตาราง Taro Yamane ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 400 คน โดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิตามสัดส่วน (Proportional stratifies sampling) วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. ศึกษาค้นคว้ารวบรวมข้อมูล ทบทวนวรรณกรรม แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในส่วนที่ 1) เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) คือ คัมภีร์พระไตรปิฎกเฉพาะที่เกี่ยวกับหลักสัปปริสธรรม และส่วนที่ 2) เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) คือ การศึกษาส่วนที่มีความเกี่ยวข้องกับเรื่องที่จะทำในงานวิจัย
3. กำหนดความสำคัญของปัญหา ตั้งวัตถุประสงค์การวิจัย สร้างกรอบแนวคิดจากการศึกษาค้นคว้ารวบรวมข้อมูลในงานเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาสร้างเป็นปัจจัยหรือตัวแปรที่ส่งผลต่อการวิจัย หลังจากนั้นแล้วก็ทำการกำหนดขอบเขตในการวิจัยไม่ว่าจะเป็นทางด้านเนื้อหา ประชากร พื้นที่หรือระยะเวลาในการดำเนินการวิจัยในครั้งนี้
4. สร้างเครื่องมือมาเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิเคราะห์ปัญหา และวิธีการแก้ปัญหา โดยการใช้วิธีการวิจัยในเชิงปริมาณ
5. เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลได้แล้วก็นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบ

6. จัดทำข้อมูลที่ได้ตรวจสอบความถูกต้องแล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

7. วิเคราะห์ข้อมูลได้มาแล้วก็นำมาแปลผลเพื่อหาบทสรุปของงานวิจัย

8. นำผลที่ได้มาสรุปผลและอภิปรายผลพร้อมทั้งข้อเสนอแนะ แนวทางการส่งเสริมในการทำวิจัยครั้งต่อไป

9. การจัดทำรายงานวิจัยและรูปเล่มวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เป็นแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้น เพื่อใช้เก็บข้อมูล โดยแบ่งเป็น 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามประกอบไปด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ เป็นแบบสอบถามแบบที่มีคำตอบให้เลือก จำนวน 5 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบข้อคำถามเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม ของประชาชนในเขตพื้นที่ตำบลเขารูปช้าง เป็นลักษณะของคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) โดยใช้มาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต (Likert)

ส่วนที่ 3 แบบข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม ในเขตพื้นที่ตำบลเขารูปช้าง เป็นแบบลักษณะของคำถามแบบเปิดเพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามแสดงความคิดเห็นได้โดยอิสระ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดโดยการสร้างข้อมูลลงรหัส และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ โปรแกรม SPSSv.20 (ต้องมิลิซสตี) โปรแกรมสำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลวิเคราะห์ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. ข้อมูลศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรมของประชาชนในเขตพื้นที่ตำบลเขารูปช้าง วิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรมในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา มีผลการวิจัยดังนี้

เพศ ส่วนใหญ่เป็นหญิง จำนวน 229 คน คิดเป็นร้อยละ 57.25 เพศชาย จำนวน 171 คน คิดเป็นร้อยละ 42.75

อายุ ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 31-40 ปี จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 29.75 รองลงมาอายุ 51 ปีขึ้นไป จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 27.75 อายุระหว่าง 20-30 ปี จำนวน 91 คน คิดเป็นร้อยละ 22.75 และอายุระหว่าง 41-50 ปี จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 19.75

ระดับการศึกษา ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 23.25 และระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 23.25 รองลงมามีระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 20.75 ระดับการศึกษอนุปริญญาตรี/ปวส. จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 17.50 และระดับการศึกษาประถมศึกษา จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 15.25

อาชีพปัจจุบัน ส่วนใหญ่มีอาชีพรับจ้าง จำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 42.50 รองลงมาอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 25.75 อาชีพอื่น ๆ ได้แก่ รับราชการ พนักงานอัตราจ้าง/ลูกจ้างหน่วยงานของรัฐ พนักงานบริษัทเอกชน นักศึกษา ช่างเสริมสวย และแม่บ้านจำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 12.00 อาชีพเกษตรกรรวม จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 10.75 และอาชีพข้าราชการบำนาญ จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 9.00

รายได้ ส่วนใหญ่มีรายได้ ระหว่าง 10,000 บาทขึ้นไป จำนวน 121 คน คิดเป็นร้อยละ 30.25 รองลงมารายได้ระหว่าง 8,001-10,000 บาท จำนวน 109 คน คิดเป็นร้อยละ 27.25 รายได้ระหว่าง 6,001-8,000 บาท จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 17.00 รายได้ระหว่าง 4,001-6,000 บาท จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 13.50 และรายได้ระหว่าง 2,000-4,000บาท จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 12.00

2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม ในตำบลเขารูปช้าง อำเภอมือง จังหวัดสงขลา 7 ประการ ได้แก่ ข้อที่ 1 ด้านธัมมัญญตา (รู้จักเหตุ) ข้อที่ 2 ด้านอัตถัญญตา (รู้จักผล) ข้อที่ 3 ด้านอัตตัญญตา (รู้จักตน) ข้อที่ 4 ด้านมัตตัญญตา (รู้จักประมาณ) ข้อที่ 5 ด้านกาลัญญตา (รู้จักกาล) ข้อที่ 6 ด้านปริสสัญญตา (รู้จักชุมชน) ข้อที่ 7 ด้านปุคคลัญญตา (รู้จักบุคคล) พบว่า โดยรวมมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักสัปปุริสธรรมทุกด้านอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน และรายข้อ พบว่า

2.1 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม ข้อที่ 1 ด้านธัมมัญญตา (รู้จักเหตุ) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ วางแผนการดำเนินชีวิตและมีการตัดสินใจอย่างรอบคอบ รองลงมาการแก้ไขปัญหาจากสาเหตุที่เกิดขึ้นอย่างสมเหตุสมผล เมื่อการดำเนินชีวิตประสบปัญหาสามารถวิเคราะห์หาสาเหตุของปัญหานั้น รับฟังความคิดเห็นของคนรอบข้าง และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ เสนอแนวคิดในการแก้ไขปัญหาของชุมชน

2.2 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม ข้อที่ 2 ด้านอัตถัญญตา (รู้จักผล) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ดำเนินชีวิตให้ความสำคัญต่อคนรอบข้าง รองลงมากำหนดเป้าหมายในการดำเนินชีวิตเพื่อให้มีความเป็นอยู่ที่ดี คิดทบทวนต่อผลที่เกิดขึ้นจากการดำเนินชีวิตในทุกช่วงเวลา ปรับตัวในการดำเนินชีวิตให้ยืดหยุ่นตามสถานการณ์ และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ดำเนินชีวิตตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

2.3 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรม ข้อที่ 3 ด้านอัตตัญญูตา (รู้จักตน) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ยอมรับความผิดพลาดในการดำเนินชีวิตที่ตนเองเป็นสาเหตุรองลงมาเข้มแข็งและอดทนต่อปัญหาอุปสรรค ปฏิบัติตนจนเป็นที่ยอมรับ ศรัทธา และไว้วางใจของชุมชนวางตนให้เหมาะสมกับการเป็นสมาชิกชุมชน และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ มีความสุขุม รอบคอบ ควบคุมอารมณ์ ในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้

2.4 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรม ข้อที่ 4 ด้านมัตตัญญูตา (รู้จักประมาณ) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ประกอบอาชีพสุจริตชอบธรรม ไม่ใฝ่สูงจนเกินประมาณ รองลงมาพูดจาเหมาะสมตามกาลเทศะเช่น ไม่พูดคำหยาบ ถูกเหยียดหยาม ส่อเสียด สร้างบรรยากาศของครอบครัวให้มีความอบอุ่นรับฟังความคิดเห็นของสมาชิก สามารถควบคุมการใช้จ่ายเงินตามความจำเป็นให้เกิดประโยชน์และคุ้มค่า และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวัน

2.5 การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักสัปปริสธรรม ข้อที่ 5 ด้านกาลัญญูตา (รู้จักกาล) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ เช่น ไม่ใช้เวลาในการมั่วสุม รองลงมาจัดสรรเวลาในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม เช่น ทำมาหากิน พักผ่อนนอนหลับ รื่นเริง สามารถจัดลำดับความสำคัญของงานที่ต้องทำก่อนหลังได้ แบ่งเวลาได้อย่างเหมาะสมทั้งทางโลกและทางธรรม และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ จัดการงานใด ๆ ได้เสร็จทันเวลา

2.6 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรม ข้อที่ 6 ด้านปริสัณญูตา (รู้จักชุมชน) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ปฏิบัติตามกฎหมายระเบียบ ขนบธรรมเนียม ประเพณีของชุมชน รองลงมา สนับสนุนการอนุรักษ์วัฒนธรรมชุมชนท้องถิ่น รู้จักสภาพทางกายภาพของชุมชนได้ดี และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ นำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ในชีวิตประจำวัน และเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนในโอกาสต่าง ๆ ตามความเหมาะสม

2.7 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรม ข้อที่ 7 ด้านบุคคัลัญญูตา (รู้จักบุคคล) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ยกย่องชมเชยและยอมรับบุคคลที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ รองลงมา เลือกคบหาคนที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ สามารถให้คำแนะนำแก่คนที่คบหากัน เพื่อสิ่งที่ดีขึ้น เข้าใจความแตกต่างของคนได้เป็นอย่างดี เช่น อภัยภัย ความสามารถ และคุณธรรม และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ สามารถอ่านคนออกเข้าใจอุปนิสัยและการแสดงออกของคนได้เป็นอย่างดี

3. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม ในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ข้อที่	พัฒนาคุณภาพชีวิต	ข้อเสนอแนะ
1	ด้านธัมมัญญตา (รู้จักเหตุ)	ให้รู้จักประมาณตนและมีเหตุผลในการดำรงชีวิต รู้จักวางแผนชีวิตของตัวเอง และครอบครัวอย่างรอบคอบ ไม่บังคับข่มเหงกัน รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นไม่คิดร้ายต่อผู้อื่น ไม่อคติต่อสิ่งหนึ่ง สิ่งใดหรือการกระทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ผิดกฎหมาย หากมีปัญหาให้หาทางแก้ไขอย่างสมเหตุสมผล เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อคนในชุมชน มีความเสียสละ มีความเข้มแข็งด้านจิตใจต่อสิ่งยั่วยุของสิ่งไม่ดี
2	ด้านอัตถัญญตา (รู้จักผล)	รู้จักหน้าที่ของตนเองและรับผิดชอบกับสิ่งที่กระทำ มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ทำตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย รับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ไม่ก่อดินตนเองให้รู้สึกแย่หรือเสียสุขภาพจิต สุขภาพกาย ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข คิดทบทวนอย่างรอบคอบและปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ ทบทวนปัญหาที่เกิดขึ้นเพื่อการวางแผนหากเจอเหตุการณ์เดิมสามารถรู้และแก้ไขได้ รวมถึงเคารพกฎระเบียบของชุมชน เช่น ทิ้งขยะให้เป็นที่จ่อตรงให้เป็นระเบียบในที่ชุมชน
3	ด้านอัตตัญญตา (รู้จักตน)	ตั้งเป้าหมาย ค้นหาตนเองให้เจอว่ามีความสามารถด้านใด แล้วทำในสิ่งที่ตนเองชอบหรือถนัด โดยใช้ความรู้ความสามารถที่มีมาใช้ในการดำรง ชีวิตและทำให้เกิดประโยชน์กับชุมชน การรู้จักตัวตน หากเกิดปัญหาสามารถควบคุมอารมณ์และอดทนต่อปัญหาอุปสรรคได้
4	ด้านมัตตัญญตา (รู้จักประมาณ)	มีธรรมะในตนเอง รู้จักประมาณตน ยึดความถูกต้องเป็นหลัก ประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่ลักขโมย ไม่ฉ้อโกง ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน มีความพอดีและพอเพียง ควบคุมการใช้จ่ายไม่ใช้จ่ายเกินตัว สร้างความอบอุ่นให้แก่ครอบครัว และการศึกษาทางธรรมะควบคู่กับทางโลก
5	ด้านกาลัญญตา (รู้จักกาล)	มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ จัดสรรเวลาการใช้ชีวิตประจำวันให้เหมาะสมและเกิดประโยชน์กับตัวเอง ครอบครัว และคนรอบข้าง แต่งกายให้ถูกกาลเทศะ



ข้อที่	พัฒนาคุณภาพชีวิต	ข้อเสนอแนะ
6	ด้านปรีชาญาณ (รู้จักชุมชน)	ตรงต่อเวลา รู้จักการเข้าสังคม สร้างระเบียบวินัยให้กับตนเอง แบ่งเวลาให้เหมาะสมในการทำงาน ควรใช้เวลาไหนควรทำอะไร
7	ด้านบุคลิกภาพ (รู้จักบุคคล)	ปฏิบัติตนเองไปตามกฎระเบียบของบ้านเมืองไม่สร้างปัญหาให้กับคนในชุมชน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่ผู้อื่น สร้างความสัมพันธ์มิตรไมตรีต่อกัน ประพฤติตนเป็นคนดี ไม่อิจฉาพาลหาเรื่องทะเลาะกับชาวบ้าน ช่วยเหลือสังคมบ้าง บางโอกาส และร่วมงานกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน รักษาคุณธรรมของตนเอง นำความสามารถที่มีมาก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่นและชุมชนรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ให้คำแนะนำ คำปรึกษาในเรื่องดี ๆ ไม่กล่าวร้ายหรือใส่ความผู้อื่น มีคุณธรรมที่ดีต่อกัน เคารพ นอบน้อมผู้อาวุโสให้เกียรติซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์จริงใจ และยอมรับในความแตกต่างของแต่ละคน

อภิปรายผล

การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรมในตำบลเขารูปช้าง อำเภอมือง จังหวัดสงขลา สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรมในตำบลเขารูปช้าง อำเภอมือง จังหวัดสงขลา พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านบุคลิกภาพ รองลงมา คือ ด้านอัตตญาณ และด้านมัตตญาณ มีค่าเฉลี่ยเท่า ๆ กัน และด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านปรีชาญาณ อภิปรายผล ได้ดังนี้

1.1 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปุริสธรรม ข้อที่ 7 ด้านบุคลิกภาพ (รู้จักบุคคล) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ยกย่องชมเชยและยอมรับบุคคลที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ รองลงมา เลือคบหาคนที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ สามารถให้คำแนะนำแก่คนที่คบหากันเพื่อสิ่งที่ดีขึ้น เข้าใจความแตกต่างของคนได้เป็นอย่างดี และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ สามารถอ่านคนออกเข้าใจอุปนิสัยและการแสดงออกของคนได้เป็นอย่างดี การรู้จักและเข้าใจความแตกต่างแห่งบุคคลโดยอาศัยความสามารถ คุณธรรม และรู้จักที่จะปฏิบัติต่อบุคคลอื่น ๆ ด้วยดี ไม่มีอคติอะไรจะสัมพันธ์เกี่ยวข้อง จะใช้จะยกย่อง จะตำหนิหรือจะแนะนำสั่งสอนอย่างไร ซึ่งมีความสอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) เรื่องภาวะผู้นำที่ได้กล่าวว่า รู้จักบุคคลที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะคนที่มาร่วมงานร่วมไปด้วยกันและคนที่เราไปให้บริการตาม

ความแตกต่างเฉพาะตัว เพื่อปฏิบัติต่อเขาได้ถูกต้องเหมาะสมและได้ผลตลอดจนสามารถบริการให้ความช่วยเหลือได้ตรงตามความต้องการ รู้ว่าจะใช้วิธีสัมพันธ์พูดจาแนะนำติชมหรือจะให้เขายอมรับได้อย่างไร โดยเฉพาะในการใช้คน ซึ่งต้องรู้ว่าคนไหนเป็นอย่างไร มีความถนัด อธิบาย ความสามารถอย่างไร เพื่อใช้คนให้เหมาะกับงาน นอกจากนั้นก็รู้ประโยชน์ที่เขาพึงได้ เพราะในการทำงานนั้นไม่ใช่ว่าจะเอาเขามาเป็นเพียงเครื่องมือทำงานให้ แต่จะต้องให้คนที่ทำงานทุกคนได้ประโยชน์ ได้พัฒนาตัวเอง ผู้นำควรว่าเขาควรจะได้ประโยชน์อะไร เพื่อความเจริญของงานแห่งชีวิตที่แท้จริงของเขาด้วย (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต, 2540)

1.2 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรม ข้อที่ 3 ด้านอัตตัญญา (รู้จักตน) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ย จากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ยอมรับความผิดพลาดในการดำเนินชีวิตที่ตนเองเป็นสาเหตุ รองลงมา เข้มแข็งและอดทนต่อปัญหาอุปสรรค ปฏิบัติตนจนเป็นที่ยอมรับศรัทธา และไว้วางใจของชุมชน วางตนให้เหมาะสมกับการเป็นสมาชิกชุมชน และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ มีความสุขุม รอบคอบ ควบคุมอารมณ์ ในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ ซึ่งมีความสอดคล้องกับพัฒนา กิตติพราภรณ์ ที่ได้กล่าวว่านานาพรรณสนะธุรกิจเพื่อคุณภาพชีวิตที่ได้ให้คำจำกัดความของคุณภาพชีวิต คือ ชีวิตที่มีความสุข ซึ่งความสุขนั้นเกิดจากความสุข 2 ทาง ได้แก่ สุขทางกาย สุขทางใจที่ได้จากการรู้จักพอดีความพอใจในสถานภาพที่เป็นอยู่การมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความรักความอบอุ่นผูกพันในครอบครัวและเพื่อนมนุษย์ มีความอดทนเสียสละทำประโยชน์แก่สังคม (พัฒนา กิตติพราภรณ์, 2531)

1.3 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรม ข้อที่ 4 ด้านมัตตัญญา (รู้จักประมาณ) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ประกอบอาชีพสุจริตชอบธรรม ไม่ใฝ่สูงจนเกินประมาณ รองลงมา พูดจาเหมาะสมตามกาลเทศะเช่น ไม่พูดคำหยาบ ถูกเหยียดหยามส่อเสียด สร้างบรรยากาศของครอบครัวให้มีความอบอุ่นรับฟังความคิดเห็นของสมาชิก สามารถควบคุมการใช้จ่ายเงินตามความจำเป็นให้ เกิดประโยชน์และคุ้มค่า และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวัน การปฏิบัติกิจและทำการต่าง ๆ ทำทุกอย่างด้วยความเข้าใจ ชอบใจหรือเอาแต่ใจของตนแต่ทำตามความพอดี สอดคล้องกับหลักสัปปริสธรรม พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) เรื่องภาวะผู้นำ ความสำคัญต่อการพัฒนาคน พัฒนาประเทศ ได้กล่าวว่ารู้ประมาณรู้จักพอดี แห่งเหตุปัจจัยหรือองค์ประกอบทั้งหลายที่จะลงตัวให้เกิดผลดีงามตามที่มองเห็นด้วยปัญญา และสอดคล้องกับยุทธศาสตร์และแนวทางการพัฒนาตำบลเขาช้าง ยุทธศาสตร์ที่ 3 การพัฒนาการจัดการชุมชน/สังคม และความมั่นคงปลอดภัย แนวทางการพัฒนาเสริมสร้างความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัว ชุมชน สังคม และการป้องกันและแก้ไขปัญหาเสพติดจัดระบบการรักษาความสงบเรียบร้อย และป้องกันภัยฝ่ายพลเรือน-อนุรักษ์ฟื้นฟู และใช้ทรัพยากรธรรมชาติให้เกิดประโยชน์อย่างคุ้มค่าเพิ่ม

ประสิทธิภาพการบริหารจัดการทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และขยะแบบมีส่วนร่วมอย่างยั่งยืน (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต, 2540)

1.4 การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรม ข้อที่ 6 ด้านปริสัญญุตา (รู้จักชุมชน) โดยรวมทุกข้ออยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากสูงสุดไปต่ำสุด พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ปฏิบัติตามกฎหมาย ขนบธรรมเนียมประเพณีของชุมชน รองลงมาสนับสนุนการอนุรักษ์วัฒนธรรมชุมชนท้องถิ่น รู้จักสภาพทางกายภาพของชุมชนได้ดี และข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ นำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ในชีวิตประจำวัน และเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนในโอกาสต่าง ๆ ตามความเหมาะสม เมื่อเข้าไปเกี่ยวข้องกับชุมชนใดต้องรู้จักชุมชนและวัฒนธรรมท้องถิ่นของชุมชนนั้น ๆ ตลอดจนรู้จักให้เกียรติ ให้ความร่วมมือ ช่วยทำนุบำรุง รักษาชุมชนให้สงบเรียบร้อยน่าอยู่อาศัย สอดคล้องกับพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ที่ได้กล่าวไว้ว่ารู้กิริยาที่พึงประพฤติต่อชุมชนนั้น ๆ สังคมนั้น ๆ ว่า ชุมชนนี้ สังคมนี เมื่อเข้าไปอยู่ด้วยจะต้องประพฤติปฏิบัติตนอย่างไร ควรโอภาปราศรัยอย่างไร แล้วประพฤติตนให้เหมาะสมกับที่ประชุม ชุมชน สังคมนั้น ๆ ไม่ทำตัวเป็นคนขวางโลก เป็นต้น เพื่อการช่วยเหลือ การสงเคราะห์ การบำเพ็ญประโยชน์ต่อชุมชนนั้น ๆ ดังนั้นชุมชนต้องสร้างความเข้าใจและการพัฒนาเป็นการบริหารจัดการเพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อชุมชนด้วยความเอื้อเฟื้อต่อชุมชนจะเป็นภาพลักษณ์ที่ดีของชุมชนต่อไปได้ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2546)

2. ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนตามหลักสัปปริสธรรม ในตำบล เขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ผลจากการศึกษาข้อเสนอแนะพบว่า ข้อที่ 1 ด้านธัมมัญญุตา (รู้จักเหตุ) ให้รู้จักประมาณตนและมีเหตุผลในการดำรงชีวิต รู้จักวางแผนชีวิตของตนเองและครอบครัว อย่างรอบคอบ ไม่บังคับข่มเหงกัน รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ข้อที่ 2 ด้านอัตถัญญุตา (รู้จักผล) รู้จักหน้าที่ของตนเองและรับผิดชอบกับสิ่งที่กระทำ มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ทำตามหน้าที่ที่ได้รับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ไม่กีดกันตนเองให้รู้สึกแค้นหรือเสียสุขภาพจิต สุขภาพกาย ดำเนินชีวิต อย่างมีความสุข ข้อที่ 3 ด้านอัตตัญญุตา (รู้จักตน) ให้ตั้งเป้าหมายและค้นหาตนเองให้เจองานมีความ สามารถด้านใดแล้วทำในสิ่งที่ตนเองชอบหรือถนัด โดยใช้ความรู้ความสามารถที่มีมาใช้ในการดำรงชีวิต เพื่อให้เกิดประโยชน์กับชุมชน สามารถควบคุมอารมณ์และอดทนต่อปัญหาอุปสรรคได้ ข้อที่ 4 ด้านมัตตัญญุตา (รู้จักประมาณ) มีธรรมะในตนเอง รู้จักประมาณตน ยึดความถูกต้องเป็นหลัก ประกอบอาชีพที่สุจริต มีความพอดีและพอเพียง สร้างความอบอุ่นให้แก่ครอบครัว และมีการศึกษาทางธรรมะ ควบคู่กับทางโลก ข้อที่ 5 ด้านกาลัญญุตา (รู้จักกาล) มีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ จัดสรรเวลาการใช้ชีวิตประจำวันให้เหมาะสมและเกิดประโยชน์กับตัวเอง ครอบครัว และคนรอบข้าง สร้างระเบียบวินัยให้กับตนเอง ข้อที่ 6 ด้านปริสัญญุตา (รู้จักชุมชน) ให้ปฏิบัติตนเองไปตามกฎหมายของบ้านเมือง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แก่ผู้อื่น สร้างความสัมพันธ์มิตรไมตรีต่อกัน

ประพัตติตนเป็นคนดี ช่วยเหลือสังคม และร่วมงานกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน และ ข้อที่ 7 ด้าน ปุคคลัญญุตตา (รู้จักบุคคล) รักษาคุณธรรมของตนเอง นำความสามารถที่มีมาก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น และชุมชน รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นให้คำแนะนำ คำปรึกษาในเรื่องดี ๆ ไม่กล่าวร้ายหรือใส่ความผู้อื่น มีคุณธรรมที่ดีต่อกัน เคารพอ่อนน้อม อวูโส ให้เกียรติซึ่งกันและกัน มีความซื่อสัตย์ จริใจ และยอมรับในความแตกต่างของแต่ละคน

องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษาพบว่า หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาที่ทำให้คนเป็นคนดี มีคุณธรรม และเป็นผู้ควรแก่การยกย่องเคารพนับถือ และสามารถดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ประกอบด้วย หลักธรรม 7 ประการ ดังนี้

1. อตถัญญุตตา คือ ความเป็นผู้รู้จักวิเคราะห์สาเหตุของสถานการณ์และความเป็นไปของชีวิต
2. ธัมมัญญุตตา คือ ความเป็นผู้รู้จักวิเคราะห์สาระและผลอันเกิดจากสาเหตุดังกล่าว
3. อัตตัญญุตตา คือ ความเป็นผู้รู้จักวิเคราะห์ตนเองทั้งในด้านความรู้ คุณธรรม และความสามารถ

4. มัตตัญญุตตา คือ ความเป็นผู้รู้จักหลักของความพอดี การดำเนินชีวิตพอเหมาะพอควร
5. กาลัญญุตตา คือ ความเป็นผู้รู้จักปฏิบัติตนให้ถูกกาลเทศะ
6. ปริสสัญญุตตา คือ ความเป็นผู้รู้ปฏิบัติการปรับตนและแก้ไขตนให้เหมาะสมกับสภาพของกลุ่มและชุมชน

7. ปุคคลัญญุตตา คือ ความเป็นผู้รู้จักปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับบุคคลที่มีความแตกต่างกัน

การรู้จักหลักธรรม เป็นการรู้หลักความจริงของธรรมชาติ รู้หลักการ รู้หลักเกณฑ์แบบแผนหน้าที่ รู้กฎแห่งธรรมดา รู้กฎเกณฑ์แห่งเหตุผล และรู้หลักการที่จะทำให้เกิดผล ซึ่งจะเป็นเหตุให้ทำการใด ๆ ได้สำเร็จผลตามความมุ่งหมาย ซึ่งการดำเนินชีวิตสมัยใหม่จำเป็นต้องรู้หลักของเหตุเป็นสำคัญ ไม่ว่าจะเป็นพูด คิด หรือลงมือทำสิ่งใด ควรคำนึงถึงเหตุหรือสาเหตุของการเกิดปัญหา เพราะการแก้ปัญหาก็ดี และมีประสิทธิภาพนั้นคือ การแก้ไขที่ต้นเหตุของปัญหา ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาก็เช่นเดียวกัน มุ่งเน้นการศึกษาทำความเข้าใจปัญหา เมื่อเหตุเกิดที่ใดให้รีบแก้ไขที่นั่น ฉะนั้นการดำเนินชีวิตในยุคสมัยของการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็วเช่นนี้ ควรให้ความสำคัญกับสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบันมากกว่า การนึกถึงอดีต และเป็นผู้รู้เหตุแห่งการทำความดี ละความชั่ว เพราะความดีเมื่อทำแล้วนำมาซึ่งความสุข ส่วนความชั่วเมื่อทำแล้วก็เป็นเหตุแห่งความทุกข์ รู้จักผลที่จะได้รับ

ดังนั้นการดำเนินชีวิตสมัยใหม่จำเป็นต้องให้ความสำคัญต่อตนเอง รู้ว่าประพัตติปฏิบัติอย่างไร เหมาะสมแก่ภาวะของตนเพื่อให้เกิดผลดี และรู้จักปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ควรคำนึงถึงความเป็นอยู่อย่างพอเพียง รู้จักการวางแผนสำหรับการหาทรัพย์และการใช้จ่ายทรัพย์อย่างพอประมาณ ไม่ฟุ่มเฟือย หรือใช้จ่ายเกินความจำเป็น การ

เป็นผู้รู้จักการวางแผนในการดำเนินชีวิตจะทำให้ไม่เดือดร้อนในภายหลัง รู้จักการเรียงลำดับความจำเป็น นอกจากนี้ยังต้องรู้จักจัด เวลาให้เหมาะสม ยุคนี้นี้เรื่องของเวลาก็คือเป็นสิ่งสำคัญคนที่บริหารเวลาได้ดีจะรู้สึกกว่าชีวิต มีคุณค่า สิ่งเหล่านี้นำไปสู่ความสบายใจและสุขใจเป็นคนที่ทำอะไรอย่างมีเป้าหมาย และจะมุ่งมั่นจนกว่าถึงจุดหมายของตน เมื่อผสมกับทักษะและเทคนิคในการบริหารเวลา โอกาสที่จะบรรลุเป้าหมายก็ย่อม มากขึ้น การบริหารเวลาเป็นสิ่งที่มิประโยชน์ต่อชีวิตเป็นอย่างยิ่ง ยังเป็นการรักษาความสมดุลในชีวิต เวลาเปรียบเสมือนผู้ช่วยให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ทุกบทบาทที่ตนเองต้องรับผิดชอบ ทั้งเรื่องครอบครัว สังคมการเรียน สุขภาพ การเงินการงาน ฯลฯ และจำเป็นต้องมีความรู้ความเข้าใจต่อขนบธรรมเนียม ประเพณี ระเบียบข้อปฏิบัติของแต่ละสังคมนั้น ๆ เพราะแต่ละสังคมจะมีขนบธรรมเนียม ประเพณีที่แตกต่างกันออกไปตามความเชื่อหรือค่านิยม ฉะนั้นการเป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจ ในสังคมจะช่วยให้สามารถประพฤติปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเองและบุคคลในสังคม รู้ความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยอัยยาศัยความสามารถและคุณธรรม เพื่อปฏิบัติต่อผู้อื่นโดยถูกต้อง รวมทั้งเข้าใจธรรมชาติของคน รู้ว่าควรจะทำปฏิบัติต่อบุคคลแต่ละประเภทอย่างไรจึงจะเหมาะสม ดังนั้นการดำเนินชีวิตสมัยใหม่ให้มีคุณภาพมีความเจริญก้าวหน้า จำเป็นต้องเป็นผู้ที่มีความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ตลอดทั้งสภาพแวดล้อมรอบข้างที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา มีเหตุผล มีความรอบคอบ ระมัดระวังในการลงมือกระทำสิ่งใดก็ตาม ซึ่งหลักสัปปริสธรรมจะเป็นเครื่องควบคุมพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตร่วมกันของคนในสังคม ทำให้เข้าใจความเป็นธรรมชาติของชีวิต เข้าใจสังคมแวดล้อมมากขึ้น และรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มองเห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน แม้ความเจริญทางด้านวัตถุเข้ามา มีบทบาทในการดำเนินชีวิตมีความสะดวกสบายเพิ่มมากขึ้น แต่การพัฒนาจิตใจกลับถดถอยส่งผลให้ไม่เห็นคุณค่าในการอยู่ร่วมกัน ขาดความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ซึ่งการอยู่ร่วมกันในสังคมก็ไร้ความหมาย สังคมสมัยใหม่ที่เต็มไปด้วยวัตถุนิยมต่าง ๆ ก็จะทำให้เกิดโทษเพียงฝ่ายเดียว สรรพพฤติกรรมหรือการกระทำเป็นเครื่อง กำหนดอนาคต ดังนั้นการดำเนินชีวิตในช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็วเช่นนี้จำเป็นต้องศึกษาทำความเข้าใจต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ซึ่งหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาจึงเป็นแนวทางที่สำคัญในการประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต ในทัศนะทางพระพุทธศาสนา มองว่าพฤติกรรมหรือการกระทำเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เพราะพฤติกรรมหรือการกระทำเท่านั้น คือเครื่องบ่งชี้ถึงความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ และในยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงเช่นนี้ อาจเกิดปัญหา ในการดำเนินชีวิตต่าง ๆ มากมายทั้งตนเองและผู้อื่น หลักสัปปริสธรรม มีความสัมพันธ์ต่อการประพฤติตนที่ดีของบุคคลในสังคม เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการดำเนินชีวิตสมัยใหม่ จำเป็นต้องประพฤติตนตามหลักความมีเหตุ มีผล มีสติสัมปชัญญะ ไม่เผลอ รู้จักตน เข้าใจตน และเข้าใจผู้อื่น ทั้งยังเป็นผู้รู้จักประมาณ ในสถานการณ์บ้านเมืองปัจจุบันเกิดภาวะวิกฤติ มีผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ ตกต่ำ ข้าวยาก หนักแพง เกิดภัยธรรมชาติและ เกิดโรคระบาด

อย่างรุนแรง ซึ่งการรู้จักประมาณในการใช้จ่ายเป็นสิ่งจำเป็นในสังคมสมัยใหม่ การมีวินัยในตนเอง การบริหารจัดการเวลา การเคารพสถานที่ และเคารพบุคคลอื่น ดังนั้น หลักสัปปุริสธรรม ควรปลูกฝังให้มีขึ้นภายในจิตใจ เพราะเป็นหลักธรรมที่สามารถประยุกต์ใช้กับพฤติกรรม การดำเนินชีวิตสมัยใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สรุป

การศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในตำบลเขารูปช้างตามหลักสัปปุริสธรรม คือ ธรรมซึ่งเป็นคุณสมบัติของคนดี ประกอบด้วย อัมมัญญตา อัตถัญญตา อุตถัญญตา มัตถัญญตา กาลัญญตา ปริสสัญญตา และบุคคลัญญตา หลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางที่สำคัญในการประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต หลักธรรมทางพระพุทธศาสนากล่าวถึงพฤติกรรมหรือการกระทำเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เพราะพฤติกรรมหรือการกระทำนั้นคือเครื่องบ่งชี้ถึงความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ และในยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงเช่นนี้อาจเกิดปัญหาในการดำเนินชีวิตต่าง ๆ มากมายทั้งตนเองและผู้อื่น ซึ่งทุกคนสามารถนำมาประยุกต์ใช้และถือปฏิบัติ ต้องกระทำตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับคนอื่น และจะต้องบังคับจิตใจตนเองให้อยู่ในกรอบของศีลธรรมอันดีงามซึ่งจะช่วยส่งผลต่อประสิทธิภาพในการดำรงชีวิตที่ถูกต้องและเหมาะสม

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยจุดประสงค์เพื่อต้องการปรับปรุงเรื่องของการเป็นอยู่ของคนในชุมชนตำบลเขารูปช้างเพื่อยกระดับชีวิตเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนคนในชุมชนให้ อยู่ดีมีสุขขึ้นโดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นหลักศาสนาของชาวไทย และอีกประเด็นเรื่องของการเป็นอยู่แบบไม่เป็นระเบียบขึ้นโดยเฉพาะเด็กเยาวชนไทยที่กำลังจะเกิดการใช้ชีวิตแบบคนรุ่นใหม่ที่ไม่มีความผูกพันและก้าวก่ายการใช้ชีวิตแบบนี้ไม่มี การเห็นใจกันเกิดการก้าวร้าวส่งผลและพฤติกรรมการเล่นแบบกันจน ทำให้ล้มประเพณีของ ไทยไปสิ่งเหล่านี้จะต้องรับการดูแลอย่างใกล้ชิดของคนในชุมชนมิให้เกิดเรื่องเหล่านี้ในชุมชน เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาผลกระทบเป็นพิษ เป็นต้น ปัญหาเหล่านี้จึงมีความจำเป็นต้องได้รับการพัฒนา และปรับปรุงคุณภาพชีวิตของประชาชนให้มีคุณภาพชีวิตที่สูงขึ้นเพื่อช่วยให้คนในชุมชนมีความกินดีอยู่ดี มีความสุข ในส่วนของประโยชน์ของการพัฒนาคุณภาพชีวิตมีดังนี้

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตช่วยทำให้บุคคลสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมโดยมีแนวทางในการดำรงชีวิตที่ดีขึ้นซึ่งส่งผลให้สังคมมีความสงบสุขไปด้วย
2. การพัฒนาคุณภาพชีวิต กระตุ้นให้บุคคลและสังคมเกิดความกระตือรือร้นคิดที่จะปรับปรุงตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้นอยู่เสมอ
3. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทำให้บุคคลรู้จักใช้ปัญญา มีเหตุผล มีคุณธรรม จริยธรรม หลักการบริหารเพื่อมาแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองและสังคมได้ต่อไป

4. การพัฒนาคุณภาพชีวิต ทำให้บุคคลและสังคมอยู่ร่วมกันด้วยความสมานฉันท์ ช่วยลดปัญหาความขัดแย้งและปัญหาสังคม

5. การพัฒนาคุณภาพชีวิตทำให้บุคคลและสังคม ที่มีความรู้ความเข้าใจอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข เกิดความร่วมมือร่วมใจในการส่งเสริมศิลปะ วัฒนธรรม ประเพณีและค่านิยมที่ดีงาม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

ประชาชนในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ดำเนินชีวิตตามหลักสัปปริสธรรมทั้ง 7 ด้าน อยู่ในระดับมาก อีกทั้งเสนอแนะให้คนในชุมชนรู้จักประมาณตนและมีเหตุผลในการดำรงชีวิต รู้จักหน้าที่ของตนเองและรับผิดชอบกับสิ่งที่กระทำมีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ตั้งเป้าหมายค้นหาความสามารถของตนเอง แล้วทำในสิ่งที่ตนเองชอบหรือถนัด มีธรรมะในตนเอง รู้จักประมาณตน ยึดความถูกต้องเป็นหลัก ประกอบอาชีพที่สุจริต มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ จัดสรรเวลาการใช้ชีวิตประจำวัน ปฏิบัติตนเองไปตามกฎระเบียบของบ้านเมือง รักษาคุณธรรมของตนเอง นำความสามารถที่มีมาก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น และชุมชน ดังนั้นองค์กรหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องควรนำผลการวิจัยครั้งนี้ไปศึกษาวางแผนบริหารจัดการดำเนินงานตามหลักสัปปริสธรรมให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์และแนวทางการพัฒนาตำบลเขารูปช้างต่อไปและประชาชนดำเนินชีวิต ข้อที่ 1 ธัมมัญญาตา (รู้จักเหตุ) มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ เสนอแนวคิดในการแก้ไขปัญหาของชุมชน ดังนั้นผู้นำท้องถิ่นควรส่งเสริมให้ชุมชนมีความรู้ความเข้าใจได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของชุมชนมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนหลักสัปปริสธรรม ในตำบลเขารูปช้าง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

2. ควรทำการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อสัมภาษณ์ประชาชน หรืออภิปรายผลกลุ่มจากประชาชนให้ได้ข้อมูล ตัวแปร และผลการวิจัยที่มีความชัดเจนมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- บุญชม ศรีสะอาด. (2535). การวิจัยเบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาสน์.
 พณณิ กิตติพรภรณ์. (2531). ชีวิตที่มีคุณภาพ. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสาร.
 พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2540). ภาวะผู้นำ ความสำคัญต่อการพัฒนาคน พัฒนาประเทศ. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.

- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (46ข). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- พัฒน์ กิติไพฑูริย์. (2535). นานาพรรณสาระธุรกิจเพื่อคุณภาพชีวิต...ของใคร. เศรษฐศาสตร์ และบริหารธุรกิจ, 15(1), 12.
- สันติย์ หนูนิล และกนกวรรณ พวงประยงค์. (2562). ปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตของ คนรุ่นใหม่ในชนบทไทย. วารสารพัฒนาสังคม, 21(2). 176-195.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2554). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.

