



การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ*

THE BUDDHIST INTEGRATED DEVELOPMENT OF CITY

PEOPLE'S LIFE-QUALITY FOR NEW NORMAL

ภัทรานิษฐ์ กัปโก

Phattranit Kappako

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Email: oadsy1972@gmail.com

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ มีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี 2) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี และ 3) เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการศึกษาจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์เชิงลึก วิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอข้อมูลในรูปแบบการพรรณนาวิเคราะห์

ผลการวิจัยพบว่า

คุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีในท่ามกลางการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ประสบปัญหาทางด้านครอบครัว เกิดจากการเปลี่ยนแปลงค่านิยมเกี่ยวกับการสร้างครอบครัวซึ่งมีปัจจัยเชิงสาเหตุจากด้านเศรษฐกิจ ส่วนปัญหาด้านสังคมเกิดการหลอกลวงผ่านการสื่อสารสมัยใหม่ และปัญหาด้านจิตใจ ผู้สูงอายุส่วนหนึ่งมีปัญหาด้านจิตใจ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการโดยการนำหลักพุทธธรรม และกิจกรรมของคณะกรรมการชุมชน มาเป็นกรอบแนวทางการการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านครอบครัว ใช้หลักขรวาสธรรม กับส่งเสริมสร้างสายใยรักในครอบครัว ทำให้ลดปัญหาความรุนแรงในครอบครัว 2. ด้านเศรษฐกิจ ใช้หลักทักขณัมมิกัตถะ กับส่งเสริมให้ประชาชนดำเนินชีวิตตามแนวหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ทำให้สามารถพึ่งตนเองและมีความเป็นอยู่อย่างพอเพียง 3. ด้านสังคม ใช้หลักศีล 5 กับจัดให้มีศูนย์รวมจิตใจสร้างพลังยึดเหนี่ยวจิตใจคนในชุมชน ทำให้มีความจริงใจต่อกันและ เกิดความสามัคคีช่วยเหลือกันในสังคม และ 4. ด้านจิตใจ ใช้หลักจิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน กับส่งเสริมให้สมาชิกทุกครอบครัวถือศีลปฏิบัติธรรมทำให้คนส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตแข็งแรงขึ้น สามารถดำเนินชีวิตในช่วงการแพร่ระบาดของโรคระบาดได้อย่างปกติสุข

คำสำคัญ: การพัฒนาคุณภาพชีวิต; ชีวิตวิถีใหม่; พุทธบูรณาการ

* Received April 2, 2023; Revised April 10, 2023; Accepted April 17, 2023



ABSTRACT

The research consisted of following objectives, namely: 1) to study the new normal life-quality of people in Nonthaburi Province; 2) to study Dhamma principles being applied for the development of the people's new normal life-quality in Nonthaburi Province; and 3) to present a guideline in the Buddhist integrated new normal life-quality development of people in Nonthaburi Province. It was employed by the qualitative research methodology with collecting data from documents, the concerned research work and the in-depth interview. The collected data were analyzed and presented in descriptive explanation form.

The research's findings

Revealed that life-quality in the new normal of city people in Nonthaburi Province amid the COVID-19's spreading faces the family problems caused by changing the values of family-building with causal factors from the economy; meanwhile, social problems caused by fraud through modern communication; and mental problems of some elderly people. Meanwhile, guideline for the Buddhist integrated development of life-quality is to apply Buddhadhamma and community's activities in four aspects: 1. aspect of family: it is to integrate the Gharavasadhamma (Virtues for a good household life) for supporting love, warmth, and creating bond of love in family that enables to reduce stress, anxiety, and family violence; 2. aspect of economy: it is to integrate the Ditthadhammikattha (virtues conducive to benefits in the present) for encouraging people to live their lives in accordance with the Sufficiency Economy Philosophy that makes it possible to be self-reliant and live happily and sufficiently; 3. aspect of society: it is to integrate the Sila (Precepts) for organizing a mental center to create the binding power of people's minds in the community that enables society of urban people to live with sincerity to each other and create unity and help each other in society; and 4. mental aspect: it is to integrate the principles of Cittanupassanasatipatthana (the contemplation of mind) for encouraging all family members to observe the precepts and practice the Dhamma resulting most people have a stronger mental health and able to live a normal life during the epidemic with happiness.

Keywords; Development of Life-quality; New Normal; Buddhist Integration

บทนำ

แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตได้ถูกกล่าวถึงโดยองค์กรสหประชาชาติในปี ค.ศ. 1973 (พ.ศ. 2516) แต่เป็นแนวคิดที่ไม่สามารถกำหนดนิยามของคุณภาพชีวิตให้ยอมรับกันในระดับสากลได้ จึงได้มีการให้คำนิยามใน 3 มิติใหม่ คือ ความสามารถในการกระทำการรับรู้และลักษณะอาการต่าง ๆ ซึ่งแยกออกเป็นประเด็นย่อย คือ ภารกิจประจำวัน การปฏิบัติกิจกรรมทางด้านสังคม การใช้สติปัญญา อารมณ์ และความรู้สึก สถานภาพทางเศรษฐกิจ สถานภาพทางด้านสุขภาพ ความเป็นอยู่ที่ดี และความพึงพอใจในชีวิต คุณภาพชีวิตเป็นความรู้สึกของการอยู่อย่างพอใจ มีความสุข ความพอใจต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ของชีวิตที่มีส่วนสำคัญต่อบุคคลนั้น ๆ โดยชี้ให้เห็นว่า ปัจจัยหลายประการที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ได้แก่ อาหาร สุขภาพอนามัย โภชนาการ



การศึกษา สิ่งแวดล้อม ทรัพยากร ที่อยู่อาศัย และรายได้ ขณะที่คุณภาพชีวิตในการปฏิบัติงาน หมายถึง การปฏิบัติงานด้วยความเต็มใจ และปฏิบัติงานอย่างมีความสุข โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้งานที่ปฏิบัตินั้นสำเร็จ ลุล่วงตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ และผู้ปฏิบัติงานได้รับผลตอบแทนจากการปฏิบัติงานอย่างเป็นธรรม และเพียงพอโดยแรงจูงใจในการปฏิบัติงานนั้นเป็นสิ่งที่กระตุ้นหรือสิ่งตอบแทนที่ทำให้บุคคลมีความต้องการที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งตอบแทนสำหรับแต่ละบุคคลอาจไม่เหมือนกันแต่ต้องครอบคลุมทั้งสุขภาวะทางกาย (Physical Well-being) สุขภาวะทางอารมณ์ (Emotional Well-being) สุขภาวะทางสังคม (Social Well-being) และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ (Spiritual Well-being)

กระบวนการเปลี่ยนแปลงไปสู่การพัฒนาหรือความเจริญก็จะต้องมีการวางแผนเพื่อหามาตรการในการปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์ยากที่ไม่พึงปรารถนาต้องมีความพยายามที่ตั้งใจกระทำเพื่อเปลี่ยนแปลงโครงสร้างสังคม และการพัฒนานี้ นอกจากเป็นการพัฒนาที่เป็นรูปธรรมคือเป็นวัตถุที่จับต้องได้ ยังมีการพัฒนาคุณภาพจิตใจ และความพอใจซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่สามารถจับต้องได้แต่สามารถวัดระดับได้ เป็นการพัฒนา เป็นกระบวนการปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเจริญโดยมีการวางแผนเพื่อหามาตรการในการปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์ยากที่ไม่พึงปรารถนา โดยการชักชวนหรือกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เป็นความพยายามที่ตั้งใจกระทำเพื่อเปลี่ยนแปลงโครงสร้างสังคมของประชากรเป้าหมาย โดยโครงการที่วางขึ้นนั้นเพื่อปฏิบัติการให้บรรลุผลตามเป้าหมายด้วยกลวิธีการทำงานพัฒนาต่าง ๆ

กล่าวได้ว่า การพัฒนาเป็นกระบวนการปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเจริญโดยมีการวางแผนเพื่อหามาตรการในการปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์ยากที่ไม่พึงปรารถนาโดยการชักชวนหรือกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเป็นความพยายามที่ตั้งใจกระทำเพื่อเปลี่ยนแปลงโครงสร้างสังคมโดยโครงการที่วางขึ้นนั้นเพื่อปฏิบัติการให้บรรลุผลตามเป้าหมายด้วยกลวิธีการทำงานพัฒนาต่าง ๆ ฉะนั้น การพัฒนาจึงเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเจริญ โดยมีการวางแผนเพื่อหามาตรการในการปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์ยากที่ไม่พึงปรารถนาเป็นความพยายามที่ตั้งใจกระทำ เพื่อเปลี่ยนแปลงโครงสร้างสังคม และคุณภาพชีวิตของสมาชิกต่าง ๆ ของสังคมให้สามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน

ในขณะที่ ความสำคัญในการเพิ่มคุณภาพของคนในสังคมนั้น คือ การพัฒนาคนให้สามารถใช้สติปัญญาตัดสินใจปัญหาเกี่ยวกับตนเอง และปัญหาเกี่ยวกับส่วนรวมได้ ซึ่งการพัฒนานี้ต้องพัฒนาที่ตนเองก่อน โดยปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนา เพราะพื้นฐานของสังคมที่ดีจะต้องอยู่บนหลักของพระพุทธศาสนา ส่วนประกอบของสังคมที่สำคัญ คือ มนุษย์หรือคน สังคมจะดี คนที่อยู่ในสังคมนั้นได้รับการพัฒนาดีแล้ว ฉะนั้น จึงถือว่าการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เป็นองค์ประกอบหรือเป็นตัวแปรที่สำคัญในการเพิ่มประสิทธิภาพการผลิต หรือประสิทธิภาพในการทำงานโดยจุดมุ่งหมายของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญ คือ การปรับปรุงประสิทธิภาพของบุคคล กลุ่ม และองค์การ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์จึงมีบทบาทเกี่ยวข้องกับเรื่อง การปฏิบัติงานว่าควรจะทำอะไรให้บรรลุผล และเรื่องกระบวนการทำงาน ว่าควรทำงานให้บรรลุผลได้อย่างไร ทรัพยากรบุคคลเป็นทรัพยากรที่มีค่าสูงสุดขององค์การ ตั้งแต่การให้การศึกษา การฝึกอบรม การพัฒนาซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นที่จะช่วยให้บรรลุสู่เป้าหมายขององค์การและองค์การประสบความสำเร็จ ในขณะที่การพัฒนาชุมชน หรือสังคมเป็นภาระหน้าที่อย่างหนึ่งที่พระสงฆ์ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ชุมชน และมีบทบาทในการเป็นผู้นำทางด้านจิตใจ เป็นที่ยึดเหนี่ยวศรัทธาของชาวชุมชนจึงสามารถที่จะนำพาให้ประชาชนในชุมชนนั้น ๆ ร่วมมือกัน เพื่อดำเนินการเกี่ยวกับการพัฒนาชุมชนนั้น เพื่อความเจริญก้าวหน้าของชุมชนทั้งด้านความเป็นอยู่ การศึกษา และสภาพแวดล้อมทางกายภาพด้านต่าง ๆ ภายในชุมชน เพื่อนำพาคนในชุมชนให้เจริญในทุกด้านอย่างมีความสุข



อย่างไรก็ตาม ในยุคชีวิตวิถีใหม่ที่มวลมนุษยชาติทั่วโลกกำลังเผชิญกับการระบาดอย่างหนักของโรคอุบัติใหม่ร้ายแรงที่ชื่อว่า โควิด-19 ซึ่งเป็นโรคติดต่ออุบัติใหม่ที่มีการแพร่ระบาดเป็นวงกว้าง และเป็นปัญหาสาธารณสุขทั่วโลกโดยส่งผลกระทบโดยตรงต่อวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชนทั่วทุกมุมโลกรวมทั้งประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งประชาชนในเขตพื้นที่จังหวัดนนทบุรีกำลังเผชิญกับการระบาดอย่างหนักของโรคอุบัติใหม่ร้ายแรงที่ชื่อว่า โควิด-19 นี้เช่นเดียวกัน ซึ่งในปัจจุบัน มีผู้ป่วยติดเชื้อ จำนวน 44,061 คน ทำให้ส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี และด้านเศรษฐกิจ เกิดการสูญเสียรายได้ โดยเฉพาะกลุ่มผู้มีรายได้น้อย ผู้มีอาชีพรับจ้าง ผู้ยากจน หรือกลุ่มเปราะบางทางสังคม และส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจของผู้คนในการดำรงชีวิตที่ต้องอยู่ในกรอบจำกัดอย่างเคร่งครัดในท่ามกลางการแพร่ระบาดอย่างหนักของโรคโควิด-19 นี้

ทั้งนี้ การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ที่ดีและมีความมั่นคงยั่งยืนนั้น จำเป็นต้องมีการบูรณาการหลักธรรมในพระพุทธศาสนาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาอย่างเป็นระบบ ดังนั้น จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนา ทั้งความรู้ ทักษะ ทศณคติที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ต้องการให้เกิดการเรียนรู้พัฒนา และนำไปสู่การปฏิบัติสร้างจิตสำนึกการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาาร่วมกัน อันจะนำไปสู่การพัฒนาชุมชนในประเทศชาติที่มีความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืนสืบต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี
2. เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี
3. เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In depth interview) กับผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposeful Sampling) แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ 1. กลุ่มนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา จำนวน 2 รูป/คน 2. กลุ่มนักวิชาการพัฒนาชุมชน จำนวน 6 คน และ 3. กลุ่มประชาชน ได้แก่ ประชาชนที่อาศัยอยู่ในชุมชนพื้นที่การวิจัย จำนวน 12 คน และ ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มารวบรวม เรียบเรียง สรุปผลของการวิจัย และอภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะโดยการเขียนในเชิงพรรณนาวิเคราะห์

สรุปผลการวิจัย

1. คุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า ในช่วงการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ทำให้สมาชิกครอบครัวมีความเครียด และวิตกกังวลมากขึ้นในด้านเศรษฐกิจคนเมืองส่วนใหญ่สามารถพึ่งพาตนเองได้ ส่วนด้านสังคมได้ประสบกับปัญหาภาวะการเรียนรู้ถดถอย การหลอกลวงผ่านการสื่อสารสมัยใหม่ เป็นต้น และด้านจิตใจ ผู้สูงอายุส่วนหนึ่งมีปัญหาด้านจิตใจ อย่างไรก็ตาม ในช่วงการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 โดยคณะกรรมการประจำชุมชนได้มีการจัดกิจกรรมกำกับดูแลความสงบสุขทั่วไปของชุมชน และจัดให้มีศูนย์รวมจิตใจสร้างพลังยึดเหนี่ยวจิตใจคนในหมู่บ้านให้เป็นหนึ่งเดียวส่งเสริม



ให้สร้างจิตสำนึกให้เกิดความรัก ความสามัคคี เอื้ออาทรต่อกันของคนในชุมชนทำให้สมาชิกทุกคนของชุมชนสามารถอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

2. หลักพุทธธรรมที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า ด้านครอบครัว คือ หลักฆราวาสธรรม ส่งเสริมสนับสนุนให้คนในครอบครัวมีความซื่อสัตย์จริงใจ รู้จักข่มใจ อดทนต่อสิ่งที่ไม่ชอบใจ และมีความเสียสละไม่มีใจคับแคบกับผู้อื่นทำให้ครอบครัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ด้านเศรษฐกิจ คือ หลักทฤษฎีธัมมิกัตถะ ส่งเสริมด้านเศรษฐกิจด้วยการประกอบอาชีพสุจริต ไม่ต้องเป็นหนี้สิน มีเงินเก็บ คบคนดี และดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ด้านสังคม คือ หลักศีล 5 เป็นพื้นฐานที่จะทำให้การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้เป็นอย่างดีมีความสุข และด้านจิตใจ คือ หลักจิตตานุปัสสนา สติปัญฐานนั้นจะส่งเสริมให้จิตใจเกิดความสงบสุขุม แจ่มใส และทำให้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี ด้วยการนำหลักพุทธธรรม และกิจกรรมของคณะกรรมการชุมชน มาเป็นกรอบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านครอบครัวใช้หลักฆราวาสธรรม กับส่งเสริมให้เกิดความรัก ความอบอุ่น สร้างสายใยรักในครอบครัว ทำให้ลดปัญหาความเครียด วิตกกังวล และความรุนแรงในครอบครัว 2. ด้านเศรษฐกิจ ใช้หลักทฤษฎีธัมมิกัตถะกับส่งเสริมให้ประชาชนดำเนินวิถีชีวิตตามแนวหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ทำให้สามารถพึ่งตนเองได้ มีความเป็นอยู่อย่างเป็นสุขและพอเพียง 3. ด้านสังคม ใช้หลักศีล 5 กับจัดให้มีศูนย์รวมจิตใจสร้างพลังยึดเหนี่ยวจิตใจคนในชุมชน ทำให้สังคมของคนเมืองสามารถดำเนินชีวิตด้วยความจริงใจต่อกัน และเกิดความสามัคคีช่วยเหลือกัน สังคม และ 4. ด้านจิตใจ ใช้หลักจิตตานุปัสสนาสติปัญฐาน กับส่งเสริมให้สมาชิกทุกครอบครัวถือศีลปฏิบัติธรรม ทำให้คนส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตที่แข็งแรงขึ้น สามารถดำเนินชีวิตในช่วงการแพร่ระบาดของโรคระบาดได้อย่างปกติสุข

อภิปรายผลการวิจัย

คุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีในท่ามกลางการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ประสบปัญหาทางด้านครอบครัว เกิดจากการเปลี่ยนแปลงค่านิยมเกี่ยวกับการสร้างครอบครัวซึ่งมีปัจจัยเชิงสาเหตุจากด้านเศรษฐกิจ ส่วนปัญหาด้านสังคม เช่น ภาวะการเรียนรู้ถดถอย การหลอกลวงผ่านการสื่อสารสมัยใหม่ เป็นต้น และปัญหาด้านจิตใจ ผู้สูงอายุส่วนหนึ่งมีปัญหาด้านจิตใจ เนื่องจากบุตรหลานโยกย้ายไปยังต่างถิ่นเพื่อการประกอบอาชีพ ซึ่งปัญหานี้ก็ยิ่งถือว่ามียุทธวิธีจริงในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยเรื่อง รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนหมู่บ้านรักษาศีล 5 ในจังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า สภาพบริบทวิถีชีวิตชุมชนของหมู่บ้านอยู่ร่วมกันเป็นชุมชนใหญ่มีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย มีขนบธรรมเนียม จารีตประเพณี ศิลปวัฒนธรรม เป็นหนึ่งในชุมชนที่ดำเนินชีวิตตามวิถีพุทธ แต่ในสังคมปัจจุบันการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทางด้านเศรษฐกิจ และสังคมวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของคนทำให้เกิดปัญหาในชีวิตประจำวันตามมามากมาย

หลักพุทธธรรมที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี โดยหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาบูรณาการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการด้านครอบครัว ได้แก่ หลักฆราวาสธรรม ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ หลักฆราวาสธรรม เป็นหลักพุทธธรรมสำหรับการครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ สนับสนุนให้คนในครอบครัวมีความซื่อสัตย์จริงใจ รู้จักข่มใจ อดทนต่อสิ่งที่ไม่ชอบใจ และมีความเสียสละไม่มีใจคับแคบกับผู้อื่น ทำให้ครอบครัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ หลักทฤษฎีธัมมิกัตถะประโยชน์ หลักพุทธธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบัน ส่งเสริมการประกอบอาชีพสุจริต ไม่ต้องเป็นหนี้สิน มีเงินเก็บ คบคนดี และดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ด้านสังคม ได้แก่ หลักศีล 5 เป็นข้อ



ปฏิบัติพื้นฐานที่จะทำให้การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้โดยปราศจากการเบียดเบียนทำร้ายชีวิต การลักขโมย การประทุษร้ายในกาม การพุดบด และการดื่มน้ำเมา ทำให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และด้านจิตใจ ได้แก่ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ส่งเสริมให้มีการปฏิบัติศีลธรรม ทำให้จิตใจเกิดความสงบสุขุม แจ่มใส ทำให้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการของประชาชนในจังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิจัยพบว่า สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตของประชาชนในจังหวัดบุรีรัมย์ มี 4 ด้าน ได้แก่ ด้านครอบครัว ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม และด้านจิตใจ ส่วนการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการ ด้านครอบครัวมีการบูรณาการหลักฆราวาสธรรม ด้านเศรษฐกิจมีการบูรณาการหลักทฤษฎีธัมมิกัตถะ ด้านสังคมมีการบูรณาการหลักสังคหวัตถุ และด้านจิตใจมีการบูรณาการหลักศีล 5 ในชีวิตประจำวัน

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ โดยการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ด้วยการนำหลักพุทธธรรมบูรณาการกับกิจกรรมของชุมชน ได้แก่ 1. ด้านครอบครัว โดยใช้หลักฆราวาสธรรมบูรณาการร่วมกับกิจกรรมของคณะกรรมการประจำชุมชน ได้แก่ ส่งเสริมให้เกิดความรัก ความอบอุ่น สร้างสายใยรักในครอบครัว ทำให้ลดปัญหาความเครียดวิตกกังวล และความรุนแรงในครอบครัว ทำให้ครอบครัวทั้งของตนเองและผู้อื่นให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีมีความสุขอย่างยั่งยืน 2. ด้านเศรษฐกิจ โดยใช้หลักทฤษฎีธัมมิกัตถะบูรณาการร่วมกับกิจกรรมของคณะกรรมการประจำชุมชน ได้แก่ ส่งเสริมให้ประชาชนดำเนินวิถีชีวิตตามแนวหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ทำให้สามารถพึ่งตนเองได้ มีความเป็นอยู่อย่างเป็นสุขและพอเพียง 3. ด้านสังคม โดยใช้หลักศีล 5 บูรณาการร่วมกับกิจกรรมของคณะกรรมการประจำชุมชน ได้แก่ จัดให้มีศูนย์รวมจิตใจสร้างพลังยึดเหนี่ยวจิตใจคนในชุมชนทำให้สังคมของคนเมืองสามารถดำเนินชีวิตด้วยความจริงใจต่อกัน และกัน และก่อให้เกิดความสามัคคีช่วยเหลือกันในสังคม และ 4. ด้านจิตใจ โดยใช้หลักจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานบูรณาการร่วมกับกิจกรรมของคณะกรรมการประจำชุมชน ได้แก่ ส่งเสริมให้สมาชิกทุกครอบครัวถือศีลปฏิบัติธรรม ทำให้คนส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตที่แข็งแรงขึ้นสามารถดำเนินชีวิตในช่วงการแพร่ระบาดของโรคระบาดได้อย่างปกติสุข

องค์ความรู้การวิจัย

งานวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ จากการศึกษารวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ ด้วยการร่วมมือกันระหว่างคนเมือง และคณะกรรมการประจำชุมชน โดยการจัดกิจกรรมทางชุมชนบูรณาการกับหลักพุทธธรรม เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี สามารถสรุปองค์ความรู้จากการวิจัยได้ดังนี้

1. **ด้านครอบครัว** การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ด้วยการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน โดยส่งเสริมให้เกิดความรัก ความอบอุ่น สร้างสายใยรักในครอบครัว จัดให้แต่ละครอบครัวได้มีการจัดทำกิจกรรมร่วมกันโดยบูรณาการกับหลักฆราวาสธรรม ทำให้คุณภาพชีวิตด้านครอบครัวของคนเมืองส่วนใหญ่ในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข และทำให้ลดปัญหาความเครียดวิตกกังวล และความรุนแรงในครอบครัว

2. **ด้านเศรษฐกิจ** การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ด้วยการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนโดยส่งเสริมให้ประชาชนดำเนินวิถีชีวิตตามแนวหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ดำเนินการสร้างเศรษฐกิจชุมชนเพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีศักยภาพสามารถพึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืน โดยบูรณาการกับหลักทฤษฎีธัมมิกัตถะ ทำให้คุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจของคน



เมืองส่วนใหญ่ในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สามารถพึ่งพาตนเอง และมีความเป็นอยู่อย่างมีความสุขและพอเพียง

3. ด้านสังคม การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ด้วยการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนได้จัดให้มีศูนย์รวมจิตใจสร้างพลังยึดเหนี่ยวจิตใจคนในชุมชนให้เป็นหนึ่งเดียว และต้องเคารพกฎหมายบ้านเมืองอย่างเคร่งครัด เพื่อสร้างจิตสำนึกให้เกิดความรัก ความสามัคคี เอื้ออาทรต่อกันของคนในชุมชน โดยบูรณาการกับหลักศีล 5 ทำให้คุณภาพชีวิตด้านสังคมของคนเมืองส่วนใหญ่ในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สามารถดำเนินชีวิตด้วยการช่วยเหลือเกื้อกูลต่อกันและกัน และก่อให้เกิดความสามัคคีช่วยเหลือกันในสังคม

4. ด้านจิตใจ การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ด้วยการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชน โดยการออกเยี่ยมบ้านเป็นการช่วยผ่อนคลายอาการป่วยทางจิตในช่วงสถานการณ์โรคระบาด และส่งเสริมให้สมาชิกทุกครอบครัวถือศีลปฏิบัติธรรม โดยบูรณาการกับหลักจิตตานุสสติปัฏฐาน ทำให้คุณภาพชีวิตด้านจิตใจของคนเมืองส่วนใหญ่ในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 มีสุขภาพจิตที่แข็งแรงขึ้น คลายความวิตกกังวลใจ และสามารถดำเนินชีวิตในช่วงการแพร่ของโรคระบาดได้อย่างปกติสุข

อย่างไรก็ตาม องค์ความรู้จากการวิจัยการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ ทั้ง 4 ด้านได้แก่ 1. ด้านครอบครัว 2. ด้านเศรษฐกิจ 3. ด้านสังคม และ 4. ด้านจิตใจ โดยการนำหลักพุทธธรรมกับกิจกรรมของคณะกรรมการประจำชุมชน เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี ผู้วิจัยได้สรุปเป็น C-B-L Model องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัยการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ สามารถแสดงแผนภาพได้ ดังนี้



ภาพที่ 1 การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ



จากแผนภาพองค์ความรู้จากการวิจัย การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ
สรุปเป็นรูปแบบ C-B-L Model ผู้วิจัยขออธิบายดังนี้

1. กิจกรรมชุมชน : Community Activities (C) คือ กิจกรรมกรรมของคณะกรรมการประจำชุมชนในแต่ละอำเภอของจังหวัดนนทบุรี นำมาเป็นกรอบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านครอบครัว การส่งเสริมกิจกรรมให้เกิดความรัก ความอบอุ่น สร้างสายใยรักในครอบครัว 2. ด้านเศรษฐกิจ โดยส่งเสริมให้ประชาชนดำเนินวิถีชีวิตตามแนวหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ดำเนินการสร้างเศรษฐกิจชุมชนเพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีศักยภาพสามารถพึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืน 3. ด้านสังคม จัดให้มีศูนย์รวมจิตใจสร้างพลังยึดเหนี่ยวจิตใจคนในชุมชนให้เป็นหนึ่งเดียว และต้องเคารพกฎหมายบ้านเมืองอย่างเคร่งครัด เพื่อสร้างจิตสำนึกให้เกิดความรัก ความสามัคคี เอื้ออาทรต่อกันของคนในชุมชน และ 4. ด้านจิตใจ โดยการออกเยี่ยมบ้านเป็นการช่วยผ่อนคลายอาการป่วยทางจิตในช่วงสถานการณ์โรคระบาด และส่งเสริมให้สมาชิกทุกครอบครัวถือศีลปฏิบัติธรรม

2. หลักพุทธธรรม : Buddhaddhamma (B) คือ การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี ได้แก่

2.1 หลักฆราวาสธรรม ส่งเสริมสนับสนุนพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว โดยส่งเสริมสนับสนุนให้คนในครอบครัวมีความซื่อสัตย์ จริ่งใจ รู้จักข่มใจ อดทนต่อสิ่งที่ไม่ชอบใจ และมีความเสียสละไม่มีใจคับแคบกับผู้อื่น ทำให้ครอบครัวอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

2.2 หลักทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ ส่งเสริมสนับสนุนพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ โดย ส่งเสริมด้านเศรษฐกิจด้วยการประกอบอาชีพสุจริต ไม่ต้องเป็นหนี้สิน มีเงินเก็บ คบคนดี และดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

2.3 หลักศีล 5 ส่งเสริมสนับสนุนพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสังคม โดยหลักศีล 5 นั้นเป็นข้อปฏิบัติพื้นฐานที่จะทำให้การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้โดยปราศจากการเบียดเบียนทำร้ายชีวิต การลักขโมย การประพฤติดินในกาม การพูดปด และการดื่มน้ำเมา ทำให้สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

2.4 หลักจิตตานุสสนาสติปัฏฐาน ส่งเสริมสนับสนุนพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ โดยส่งเสริมให้มีการปฏิบัติศีลธรรม ทำให้จิตใจเกิดความสงบสุขุม แจ่มใส ทำให้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข

3. คุณภาพชีวิต : Life-Quality (L) คือ ความเป็นอยู่ที่ดีของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี ซึ่งได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านครอบครัว 2. ด้านเศรษฐกิจ 3. ด้านสังคม และ 4. ด้านจิตใจ โดยการนำหลักพุทธธรรมกับกิจกรรมของคณะกรรมการประจำชุมชน เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีสามารถการดำเนินชีวิตโดยให้มีความสุขทุกขน้อยหรือมีความเดือดร้อนน้อย ด้วยการมีความสุขตามอัตภาพโดยมีความเป็นอยู่แบบพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือยจนเกินพอดี และมีจิตใจเข้มแข็ง ในยุคโควิด-19

ดังนั้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการ ตามรูปแบบ C-B-L Model จึงเป็นการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับกิจกรรมของคณะกรรมการประจำชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านครอบครัว 2. ด้านเศรษฐกิจ 3. ด้านสังคม และ 4. ด้านจิตใจ

**ข้อเสนอแนะ****ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย**

1. ควรมีการนำผลการศึกษาคูณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีนี้ไปจัดทำเป็นแผนกลยุทธ์เพื่อใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในท้องถิ่นต่าง ๆ เพื่อเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืนต่อไป
2. ควรมีการส่งเสริมให้หน่วยงานต่าง ๆ ทั้งจากภาครัฐและเอกชนนำผลการศึกษาหลักธรรมที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีนี้ไปจัดทำเป็นแผนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในท้องถิ่นต่าง ๆ เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนต่อไป
3. หน่วยงานภาครัฐที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรผลักดันให้เกิดการทำงานร่วมกันอย่างเป็นระบบระหว่างภาครัฐและชุมชนเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการของประชาชนในท้องถิ่นต่าง ๆ ต่อไป

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรีแบบมีส่วนร่วม
2. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับภาคีเครือข่ายที่สนใจนำหลักธรรมมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองในจังหวัดนนทบุรี
3. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตวิถีใหม่ของคนเมืองเชิงพุทธบูรณาการในท้องถิ่นอื่น ๆ

บรรณานุกรม

- กองวิชาการแพทย์ กรมการแพทย์ และกระทรวงสาธารณสุข. (2564). คู่มือการบริหารความเสี่ยงในโรงพยาบาล. กรุงเทพฯ: บริษัท จรัสสินทวงศ์การพิมพ์ จำกัด.
- พระครูอุดมจันทวรรณ (อุตตโม). (2561). การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธบูรณาการของประชาชนในจังหวัดบุรีรัมย์. *วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*, 5(2).
- พระพุทธโฆสาจารย์. วิสุทธิมรรค. แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ). (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้งจำกัด, 2546.
- พระมหาถนอม จานวโร (พิมพ์สุวรรณ). (2563). *รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนหมู่บ้านรักษาศีล 5 ในจังหวัดนครปฐม*” (ปริญญาคุณานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาสุทิตย์ อาภากรโร และเชมณัญญ์ อินทสุวรรณ. (2553). *ตัวชี้วัดความสุข : กลยุทธ์การสร้างและการใช้เพื่อชุมชนเป็นสุข*. กรุงเทพฯ: สถาบันเสริมสร้างการเรียนรู้เพื่อชุมชนเป็นสุข.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ศูนย์บริหารสถานการณ์ โควิด-19 (ศบค.). จำนวนผู้ติดเชื้อโควิดในประเทศ. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : https://media.thaigov.go.th/uploads/public_img/source/310864.pdf [31 สิงหาคม 2564].
- UNESCO. *Quality of Life: An Orientation to Population Education*. Bangkok: UNESCO, 1980.