



การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน
ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา

Promoting the Four Noble Truths for the Development of the Quality
of Life in the Nang Yorn Community Kura Sub-District,
Kuraburi District, Phang Nga Province

พระใบฎีกาเดชเดชา เดชธมโม, พระครูโกศลธรรณกิจ และพระครูวิจิตรศีลาจาร
Phrabaideekadejdech Tejadhammo, Phrakhrukosolattthakit and Phrakhruwijitsilajarn
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Nakhon Si Thammarat Campus
Corresponding Author, Email: dechdechate777@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน 2) ศึกษาหลักอริยสัจ 4 ตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และ 3) ส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน นางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา การวิจัยเป็นรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีการศึกษาข้อมูลจากเอกสารและการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยกลุ่มให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ พระสงฆ์ ผู้นำชุมชน และประชาชนทั่วไป ผลการวิจัยนำเสนอในรูปแบบการบรรยายเชิงพรรณนา เพื่อสะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อมโยงระหว่างหลักธรรมในพระพุทธศาสนาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนในบริบทท้องถิ่น

ผลการวิจัยพบว่า

1. แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อนสะท้อนให้เห็นว่า การกระทำของมนุษย์ที่มุ่งหวังการเปลี่ยนแปลงอย่างมีจิตสำนึก สามารถดำเนินตามแนวทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ การมีความคิดที่ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ) การใช้วาจาที่ถูกต้อง (สัมมาวาจา) และการกระทำที่ชอบ (สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ) โดยมีเป้าหมายเพื่อความเจริญของมนุษย์อย่างยั่งยืน
2. หลักอริยสัจ 4 ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เป็นกระบวนการแห่งการดับทุกข์อย่างแท้จริง ประกอบด้วย 1) ทุกข์ คือ การกำหนดรู้ปัญหาที่เกิดขึ้น 2) สมุทัย คือ การค้นหาสาเหตุของปัญหา 3) นิโรธ คือ ความเข้าใจเป้าหมายของการดับทุกข์อย่างชัดเจน และ 4) มรรค คือ แนวทางการแก้ปัญหาอย่างถูกต้องผ่านหลักอริยมรรค
3. การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน นางย่อน มุ่งเน้นการแก้ปัญหาใน 3 ด้านหลัก ได้แก่ 1) ด้าน การศึกษา ศาสนา วัฒนธรรม และประเพณี



2) ด้านสิ่งแวดล้อม และการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ และ 3) ด้านเศรษฐกิจ และอาชีพของประชาชนในชุมชนโดยการนำหลักธรรมมาใช้เป็นแนวทางพัฒนาช่วยส่งเสริมการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบและยั่งยืน

คำสำคัญ: การส่งเสริม, การพัฒนาคุณภาพชีวิต, หลักอริยสัจ 4, ชุมชนนางยอน

Abstract

The purposes of this research were: 1) to study the concepts concerning the quality of life of the Nangyon community, 2) to examine the principles of the Four Noble Truths as presented in the Buddhist scriptures, and 3) to promote the application of the Four Noble Truths in enhancing the quality of life of the Nangyon community, Khura Sub-district, Khura Buri District, Phang Nga Province. This study employed a qualitative research design, utilizing both documentary analysis and in-depth interviews. The key informants included Buddhist monks, community leaders, and local residents. The findings were presented in a descriptive narrative form, aiming to reflect the interconnection between Buddhist principles and the development of community quality of life within the local context.

The research result found that:

1. The concept of the quality of life in the Nangyon community reflects that human actions aimed at conscious transformation can be carried out in accordance with the principles of Buddhism. These include right understanding and right thought (*samma-ditthi*, *samma-sankappa*), right speech (*samma-vaca*), and right conduct (*samma-kammanta*, *samma-ajiva*, *samma-sati*, *samma-samadhi*), with the ultimate goal of fostering sustainable human development.

2. The Four Noble Truths, as presented in the Buddhist scriptures, constitute a genuine process for the cessation of suffering. They comprise: 1) *Dukkha* the recognition of problems that arise, 2) *Samudaya* the identification of the causes of those problems, 3) *Nirodha* the clear understanding of the goal of extinguishing suffering, and 4) *Magga* the appropriate path for problem-solving through the principles of the Noble Eightfold Path.



3. The promotion of the Four Noble Truths for enhancing the quality of life in the Nangyon community emphasizes addressing three major aspects: 1) education, religion, culture, and tradition; 2) environment and natural resource management; and 3) economy and community livelihoods. The application of Buddhist principles as a guiding framework helps to promote systematic and sustainable solutions to these issues.

Keywords: Enhancement, Quality of Life Development, The Four Noble Truths, Nang Yon Community

1. บทนำ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์นั้นมีความสำคัญเป็นอย่างมาก นอกจากจะพัฒนาทางกายภาพแล้ว สิ่งสำคัญยิ่งกว่านั้นคือ ต้องพัฒนาไปที่ระบบจิตใจ ศีลธรรม และสติปัญญาควบคู่กันไป เพื่อให้มนุษย์มีศักยภาพในการแก้ไขปัญหาความทุกข์ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะเมื่อมนุษย์สามารถพัฒนาทั้งทางกายคือวัตถุและสภาพจิตใจได้ในระดับหนึ่งแล้ว นำไปสู่บุคคลในอุดมคติ ตามเป้าหมายที่พึงปรารถนาของสังคม เมื่อมองถึงแนวทางของพระพุทธศาสนาแล้ว พระบรมศาสดา ทรงเน้นไปที่การพัฒนามนุษย์ไปที่ด้านการศึกษา ผ่านหลักอริยสัจ ซึ่งเป็นความจริงอันประเสริฐมี 4 ประการ ได้แก่ 1) ทุกขอริยสัจ คือ อาการไม่สุขสมใจในอารมณ์ต่าง ๆ 2) ทุกขสมุทยอริยสัจ คือ ความอยากที่ร่วมด้วยความกำหนดยินดีในอารมณ์นั้น 3) ทุกขนิโรธอริยสัจ คือ การละความอยากที่ร่วมด้วยความกำหนดยินดีในอารมณ์นั้น 4) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ คือ การปฏิบัติศีลด้วยปัญญาอย่างตั้งมั่น เพื่อละความกำหนดในอารมณ์นั้น (เสริมศรี ขวานิสากุล, 2565) เพื่อให้สรรพสัตว์มีแนวคิดเจตนาที่ดี กล่าวคือ มีสัมมาทิฐิ เป็นตัวนำ เป็นบุญนิमितแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย (มรรค) (พระไตรปิฎกภาษาไทย, อภ.ทสก-เอกาทสก. (ไทย) 24/121/275)

ชุมชนนางยอน ตำบลกระ อำเภอยะบุรี จังหวัดพังงา เดิมเรียกว่าชุมชน “บ้านนางยอน” ตั้งอยู่ในพื้นที่บริเวณสองฝั่งคลองนางยอน ซึ่งแต่เดิมเป็นคลองขนาดใหญ่ ไหลลงมาจากเทือกเขาแม่มาย ปัจจุบันชุมชนนี้ใหญ่ขึ้นจนถูกยกฐานะให้เป็นอำเภอยะบุรี แต่ประชาชนยังเรียกติดปากกันว่า “นางยอน” จากหลักฐานทางประวัติศาสตร์พบว่า เมืองยะได้ปรากฏชื่ออยู่ในประวัติศาสตร์มาตั้งแต่สมัยสุโขทัยในฐานะเป็นเมืองลูกของเมืองตะกั่วป่า โดยมีรายละเอียดว่า “เมืองตะกั่วป่ามีฐานะเป็นหัวเมืองขึ้นอยู่กับเมืองนครศรีธรรมราช ซึ่งมีฐานะเป็นแคว้นหนึ่งของอาณาจักรสุโขทัย ซึ่งในสมัยนั้นเมืองตะกั่วป่าเป็นเมืองใหญ่ด้วยเหตุที่มีแร่ดีบุกเป็นสินค้าสำคัญ” โดยวิถีชีวิตการประกอบอาชีพของชุมชนบ้านนางยอน มีความโดดเด่นน่าสนใจ เพราะชาวบ้านในชุมชนตลอดแนวสองฝั่งคลองนางยอน ทำเกษตรกรรมเกือบทั้งหมด เพราะมีสภาพดินในพื้นที่ซึ่งมีความสมบูรณ์อย่างสูง ประกอบกับสภาพ



ภูมิอากาศที่มีฝนตกชุกเกือบตลอดทั้งปี ทำให้ผลผลิตหลากหลายตลอดทั้งปี คือ ยางพารา ผลไม้ เช่น มังคุด ทุเรียน ลองกอง ลางสาด เป็นต้น (สามารถ สมจิตต์ และคณะ, 2547)

สภาพปัญหาทางสังคมของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา โดยภาพรวมแล้วมีประเด็นปัญหาเรื่องวัฒนธรรมและประเพณี ที่ยังขาดความสามัคคีในการร่วมกิจกรรมหรือประเพณีของชุมชน และปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะมีปัญหาเรื่องน้ำเน่าเสียหรือมลภาวะเป็นพิษ เพราะประชาชนยังขาดความเอาใจใส่ในการรักษาความสะอาดของระบบนิเวศอันเป็นพื้นที่ใช้สอยสาธารณะ ซึ่งมีผลกระทบต่อสภาพความเป็นอยู่ของคนในชุมชน ตลอดถึงปัญหาด้านเศรษฐกิจ ที่ชาวชุมชนยังมีรายได้ไม่เพียงพอต่อรายจ่ายและการดำรงชีพ เพราะประชาชนยังขาดทักษะในการประกอบอาชีพ ตลอดถึงยังขาดสวัสดิการที่ดีหรือตามที่กฎหมายกำหนด ทำให้คุณภาพชีวิตของคนในชุมชนไม่ดีเท่าที่ควร

ด้วยปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะวิจัยเรื่อง “การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา” เพื่อเตือนสติให้มนุษย์ในสังคมมีความตระหนักในความรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่ต่อสังคม และสร้างจิตสำนึกให้ตั้งอยู่บนรากฐานของศีลธรรมอันดี เพื่อให้อนุชนรุ่นหลังประพาสติดตามแนวทางทางพระพุทธศาสนาให้มีความเจริญก้าวหน้า สืบต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา
2. เพื่อศึกษาหลักอริยสัจ 4 ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
3. เพื่อส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 รูปแบบการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ที่เน้นการศึกษาเอกสาร (Documentary study) และการศึกษาภาคสนาม (Field study) ที่เกี่ยวกับการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา โดยเฉพาะการศึกษาค้นคว้ารวบรวมข้อมูลจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา มีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. การศึกษาในเชิงเอกสาร โดยศึกษาค้นคว้า และรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งพระไตรปิฎก หนังสือ รายงานการวิจัย และเอกสารอื่น ๆ เกี่ยวกับการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน



2. การศึกษาในภาคสนาม ศึกษาแบบการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน โดยมีขั้นตอนในการศึกษา ดังนี้

1) กำหนดพื้นที่เป้าหมายที่จะศึกษา โดยสำรวจ และศึกษาสภาพบริบทของวัด ศาสนาสถาน ขนบธรรมเนียม ประเพณี และสภาพปัญหาของชุมชนนางย่อน เป็นต้น

2) ศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key-informant) ประกอบด้วยพระสังฆาธิการผู้มีประสบการณ์ด้านการปกครอง ผู้นำชุมชน และตัวแทนประชาชนในพื้นที่ จำนวน 20 รูป/คน ทั้งนี้ เพื่อพิจารณาถึงกระบวนการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน

3) ดำเนินการศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต และการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 ชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอดุสิต จังหวัดพังงา

4) ถอดองค์ความรู้การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอดุสิต จังหวัดพังงา

5) สรุปผลการศึกษาวิจัย และข้อเสนอแนะทั้งในระดับนโยบาย ครอบคลุม ชุมชน วัด และระดับสังคม

3.2 พื้นที่ดำเนินการวิจัยและกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

1. พื้นที่ดำเนินการวิจัย ได้แก่ ชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอดุสิต จังหวัดพังงา

2. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ รวมจำนวน 20 รูป/คน ประกอบด้วย

- 1) พระสงฆ์ จำนวน 4 รูป
- 2) ผู้นำชุมชน จำนวน 2 คน
- 3) ตัวแทนประชาชน จำนวน 14 คน

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการ พัฒนาขึ้นจากการทบทวนเอกสารวรรณกรรม แนวคิดทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 ของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอดุสิต จังหวัดพังงา โดยผ่านการวิเคราะห์เนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก โดยดำเนินการออกแบบสัมภาษณ์ที่เกี่ยวกับการส่งเสริมการใช้หลักอริยสัจ 4 ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน เพื่อการแก้ปัญหาทางการศึกษา ศาสนา วัฒนธรรม และประเพณี ด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติ และด้านเศรษฐกิจ

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

- 1) เก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง



- 2) ติดต่อประสานงานกับกลุ่มเป้าหมายเพื่อดำเนินการสัมภาษณ์
- 3) ดำเนินการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย
- 4) ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 ชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา โดยดำเนินการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย วิเคราะห์ผลการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย
- 5) ดำเนินการวิเคราะห์การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 ชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา
- 6) ถอดองค์ความรู้จากการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 ชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบการวิเคราะห์ข้อมูล โดยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ดำเนินการโดยการนำข้อมูลที่รวบรวมได้จากวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ มาจัดหมวดหมู่ แยกประเด็น และวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ร่วมกับการพิจารณาความสอดคล้องกับสถานการณ์พื้นที่ และแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เพื่อหาข้อสรุป และเรียบเรียงผลการวิเคราะห์ข้อมูล และรายงานผลการศึกษาในรูปแบบการบรรยาย และรายงานผลการศึกษาในรูปแบบพรรณนาเนื้อความ

4. สรุปผลการวิจัย

4.1 แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา

แนวคิดการพัฒนาคูณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน เป็นกระบวนการพัฒนาศักยภาพของชาวชุมชนให้มีความรู้ และทักษะในการดำเนินชีวิต พร้อมทั้งสามารถแก้ไขปัญหา ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน ทำให้ชาวชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่อุดมสมบูรณ์ ด้วยองค์ประกอบของการพัฒนา 4 ประการ ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย ชาวชุมชนรู้จักดูแลสุขภาพ เพราะเข้าใจในความเป็นทุกข์ทรมานของสังขาร ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่ค่อยมีโรคภัย สามารถประกอบอาชีพอย่างมีประสิทธิภาพ 2) ด้านจิตใจ ชาวชุมชนโดยส่วนใหญ่มีจิตใจแจ่มใส โอบอ้อมอารี มีเมตตากรุณา ดำเนินชีวิตอย่างสงบ เพราะไม่หลงไปกับสภาวะทุกข์ที่บีบคั้นมากจนเกินไป รู้เท่าทันความทะยานอยากของกิเลสตัณหาตามเหตุปัจจัยของชีวิต 3) ด้านสังคม ชาวชุมชน ส่งเสริมเรื่องการมีระเบียบมารยาทรับผิดชอบต่อสังคมส่วนรวม เพราะเข้าใจสาเหตุที่ทำให้เกิดความขัดแย้งที่จะนำไปสู่ความทุกข์ ทำให้มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาด้วยการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข และ 4) ด้วยปัญญา ชาวชุมชนสามารถนำหลักอริยสัจ 4 และหลักอริยมรรคมาใช้เพื่อเป็นรากฐานของการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง



4.2 หลักอริยสัจ 4 ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

คำว่า อริยสัจ แปลว่า “ความจริงอันประเสริฐ” มี 4 ประการ เป็นความจริงสากลที่ทุกคนต้องประสบ และเป็นหลักทฤษฎีที่พระพุทธเจ้าทรงใช้ในการตรัสรู้และสอนสาวก เพื่อเป็นแนวทางพัฒนาชีวิต โดยถือว่าเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา และเป็นแนวทางการแก้ปัญหาชีวิต มีปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และมีองค์ประกอบ ได้แก่ 1) ทุกข์ (ปัญหา/สภาพความจริง) ความไม่สมบูรณ์ของชีวิต เช่น ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ความพลัดพราก ความผิดหวัง ในเชิงทฤษฎี ถือว่า “การยอมรับปัญหา” คือก้าวแรกของการพัฒนา 2) สมุทัย (เหตุแห่งทุกข์) สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ส่วนใหญ่คือ ตัณหา (ความอยากไม่รู้จักพอ), อวิชชา (ความไม่รู้ความจริง) ในเชิงทฤษฎีเปรียบเสมือน การวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา 3) นิโรธ (ความดับทุกข์/สภาพเป้าหมาย) การดับเหตุแห่งทุกข์ ทำให้จิตหลุดพ้น มีความสงบเย็น (นิพพาน) ในเชิงทฤษฎีคือ การกำหนดเป้าหมายชีวิตที่ติงาม ปราศจากความทุกข์ และ 4) มรรค (แนวทางปฏิบัติ) เป็นวิธีการเพื่อให้ถึงนิโรธ เรียกว่า อริยมรรคมีองค์ 8 ได้แก่ สัมมาทิฐิ, สัมมาสังกัปปะ, สัมมาวาจา, สัมมากัมมันตะ, สัมมาอาชีวะ, สัมมาวายามะ, สัมมาสติ, สัมมาสมาธิ ในเชิงทฤษฎีคือ วิธีการแก้ปัญหาและการปฏิบัติแท้จริงของมนุษย์ได้อย่างยั่งยืน กระบวนการอริยสัจ 4 ประการนี้มีคุณค่าทางทฤษฎี เป็นทฤษฎีสากล ใช้ได้ทั้งด้านจิตใจ สังคม การศึกษา และการพัฒนาคุณภาพชีวิต เป็นวิธีคิดเชิงเหตุผล ไม่ใช่ความเชื่อที่มโนง่าย เป็นกระบวนการพัฒนาแบบองค์รวม ครอบคลุมทั้งการรู้ปัญหา การวิเคราะห์ การตั้งเป้าหมาย และการลงมือปฏิบัติ สามารถอธิบายเป็น “ทฤษฎีการแก้ปัญหา” ดังนี้ 1) ทุกข์ คือ การระบุปัญหา 2) สมุทัย คือ การวิเคราะห์หาสาเหตุ 3) นิโรธ คือ การกำหนดเป้าหมายหรือสภาพที่พึงประสงค์ 4) มรรค การวางแผนและปฏิบัติแก้ปัญหา ฉะนั้น หลักอริยสัจ 4 คือ กรอบคิดเชิงระบบที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบในการแก้ทุกข์ของมนุษย์ ซึ่งสามารถประยุกต์ใช้ได้ทั้งในทางธรรม (เพื่อความพ้นทุกข์) และทางโลก (เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและสังคม)

4.3 การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลกระ อำเภอบัวชุม จังหวัดพิจิตร

1. การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อนด้านการศึกษา ศาสนาวัฒนธรรมและประเพณี ให้สมาชิกในชุมชนนางย่อนได้รู้จักการช่วยเหลือต่อกันสมาชิกในชุมชนสอดส่องดูแลเรื่องการศึกษา ศาสนาวัฒนธรรมตลอดถึงประเพณี ให้ความสนใจแนะนำทุกคนได้ และมีความรักสามัคคี ทำให้ไม่มีความแตกแยกในชุมชน เพราะได้รู้จักเหตุผลที่อยู่ด้วยกันอย่างทอ่งแท้ ทำให้เข้าใจเหตุผลต่อกันระหว่างคนในชุมชน ซึ่งเป็นการป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นตามมาในภายหลัง เมื่อสมาชิกในชุมชนทุกคนมีความรู้หลักพระพุทธศาสนามาประพฤติปฏิบัติแล้ว ประเพณีวัฒนธรรมต่าง ๆ ที่เคยปฏิบัติมาก็มีการถ่ายทอดรุ่นสู่รุ่นต่อไป



2. การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ทำให้สามารถแก้ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรธรรมชาติได้ โดยเฉพาะเรื่องการตัดต้นไม้ทำลายป่า การทิ้งขยะลงในแม่น้ำทำให้แหล่งน้ำเน่าเสีย หรือการปล่อยมลพิษทางอากาศ ที่จะส่งผลกระทบต่อระบบนิเวศและย้อนกลับมาสู่คุณภาพชีวิตของมนุษย์ โดยการป้องกันการทิ้งสิ่งปฏิกูลปนเปื้อนสู่สิ่งแวดล้อม และการปลูกฝังจิตสำนึกเรื่องการรักษาสีเขียวสิ่งแวดล้อม เช่น การรณรงค์ไม่ให้มีการเผาขยะ การปลูกป่าทดแทน หรือการส่งเสริมให้เยาวชนร่วมกันอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมในรูปแบบต่าง ๆ ดำเนินชีวิตตามหลักอริยมรรค หรือมัชฌิมาปฏิปทา ทำให้ชุมชน มีระบบนิเวศที่น่าอยู่อาศัย และประชาชนก็จะมีคุณภาพชีวิตที่ดี

3. การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน สามารถแก้ไขปัญหาด้านเศรษฐกิจ หรือการเพิ่มรายได้ให้เพียงพอกับรายจ่ายอย่างยั่งยืน ด้วยการฝึกฝนของตนเอง โดยใช้หลักอริยสัจ 4 ผ่านแนวทางอริยมรรคข้อสัมมาวายามะ สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ตลอดถึงละเว้นอบายมุข อันเป็นทางแห่งความเสื่อม ซึ่งเป็นแนวทางการแก้ปัญหาได้อย่างมั่นคง เป็นเครื่องสนับสนุนการเพิ่มค่าครองชีพของคนในชุมชนและไม่ต้องพึ่งพาโชคกลางหรือดวงชะตา โดยใช้หลักอริยสัจ 4 เป็นองค์ธรรมสำคัญในการดำเนินชีวิตเพื่อให้บุคคล ครอบครัว ชุมชน เกิดความสุข โดยมีองค์ประกอบคือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และอริยมรรค 8

5. อภิปรายผลการวิจัย

5.1 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา ผลการวิจัยพบว่า

แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลคุระ เป็นกระบวนการพัฒนาศักยภาพของชาวชุมชนให้มีความรู้ และทักษะในการดำเนินชีวิต พร้อมทั้งสามารถแก้ไขปัญหา ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน ทำให้ชาวชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่อุดมสมบูรณ์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ เดชา บุญมาสุข ได้วิจัยเรื่อง “การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน” ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นเป้าหมายที่สำคัญของผู้คน โดยมากหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ได้รับความสนใจยิ่งคือ หลักอริยสัจ 4 ซึ่งประกอบด้วย 1) ทุกข์ เป็นการมีอยู่ของทุกข์ คือการสำรวจความไม่สบายกายไม่สบายใจของตนเอง 2) สมุทัย เป็นเหตุแห่งทุกข์ คือการค้นหาสาเหตุว่าเกิดจากอะไร 3) นิโรธ เป็นความดับทุกข์ คือการหาแนวทางแก้ปัญหาที่ต้นเหตุ 4) มรรค เป็นหนทางนำไปสู่ความดับทุกข์ คือการใช้สติแก้ปัญหาในระยะยาว กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อความเข้าใจในธรรมชาติของชีวิตและความทุกข์ พัฒนาทักษะในการจัดการอารมณ์และความคิด การเสริมสร้างปัญญาในการแก้ปัญหา การสร้างสมดุลและสุขภาวะที่ดีในชีวิต



ด้วยการฝึกฝนตามมรรคมีองค์ 8 (พระอุดมรัต อุตตโม (ร่มจันทร์) และพระธนพล ธนปาโล (ศรีบุรินทร์), 2568)

5.2 หลักอริยสัจ 4 ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

หลักอริยสัจ หรือจตุราริยสัจ หรืออริยสัจ 4 (พระไตรปิฎกภาษาไทย, อภ.วิ. (ไทย) 35/189/163) คือ การเข้าใจความทุกข์ที่เป็นเหตุให้สรรพสัตว์รู้เท่าทันกิเลสเครื่องเศร้าหมอง เป็นหลักคำสอนที่สำคัญของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงตรัสถึงหลักความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยบุคคล มีอยู่ 4 ประการ คือ

1) ทุกข์ คือ สภาพที่ทนได้ยาก ภาวะที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ สภาพที่บีบคั้น
2) สมุทัย คือ สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา 3 คือ กามตัณหา ความทะยานอยากในกาม ความอยากได้ทางกามารมณ์ ภวตัณหา ความทะยานอยากในภพ ความอยากเป็นโน่นเป็นนี่ ความอยากที่ประกอบด้วยภวทิฏฐิหรือสัสสตทิฏฐิ และวิภวตัณหา ความทะยานอยากในความปราศจากภพ ความอยากไม่เป็นโน่นเป็นนี่

3) นิโรธ คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ ดับสาเหตุที่ทำให้เกิดความทุกข์ กล่าวคือ ดับตัณหาทั้ง 3 ประการได้อย่างสิ้นเชิง

4) มรรค คือ แนวปฏิบัติที่นำไปสู่หรือนำไปถึงความดับทุกข์ มีองค์ประกอบ อยู่แปดประการ คือ สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ สัมมาวาจา เจรจาชอบ สัมมากัมมันตะ ทำการงานชอบ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ สัมมาวายามะ พยายามชอบ สัมมาสติ ระลึกรู้ชอบ และสัมมาสมาธิ ตั้งใจชอบ สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาเศกศักดิ์ จันทวิโส ได้วิจัยเรื่อง “การวิเคราะห์การบรรลุธรรมของพระองค์คุณสิริมาเถระ” ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตในแนวทางอริยมรรคของบุคคลนั้น สามารถ จัดตามคุณลักษณะการประพฤติดของบัณฑิต ได้ดังนี้ 1) คិតติ คือ สัมมาทิฏฐิ และสัมมาสังกัปปะ 2) พุดติ คือ สัมมาวาจา และ 3) ทำติ คือ สัมมาอาชีวะ สัมมากัมมันตะ และ สัมมาวายามะ (พระมหาเศกศักดิ์ จันทวิโส และคณะ, 2566)

5.3 การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลกระ อำเภอบัวชุม จังหวัดพิจิตร

1. การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อนด้านการศึกษา ศาสนาวัฒนธรรมและประเพณี ทำให้สมาชิกในชุมชนนางย่อนได้เข้าใจถึงความเสื่อม และไม่คงทนถาวรของกระบวนการทางธรรมชาติ อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ แม้แต่ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรมประเพณี หรือศาสนา ก็มีวันที่จะเสื่อมสลายได้ ฉะนั้น การป้องกันไม่ให้วัฒนธรรมประเพณี หรือศาสนาเสื่อมสูญ สมาชิกในชุมชนทุกคนควรความรู้หลักพระพุทธศาสนา มาประพฤติปฏิบัติ เพื่อรักษาประเพณีวัฒนธรรมต่าง ๆ ที่เคยปฏิบัติมาอย่างเข้าใจและรู้คุณค่า ตามแนวทางที่ถูกต้อง คือ เดินตามทางอริยมรรค 8 ประการ ได้แก่



สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ (ชนิดาภา พรหมิ, 2566)

2. การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน สามารถแก้ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม ด้วยการตระหนักรู้ถึงระบบกลไกความเป็นไปของธรรมชาติ ซึ่งตั้งอยู่ในความทุกข์ ไม่คงทนถาวรอันเนื่องมาจากความเปลี่ยนแปลงทางธรรมชาติเอง หรือการกระทำของมนุษย์ โดยใช้หลักทางสายกลาง มีความเห็นเป็นสัมมาทิฐิ เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นทางการดับหรือระงับความทุกข์ มีสัมมาสติ ด้วยการไม่ตัดต้นไม้ทำลายป่า ไม่ทิ้งสิ่งของปฏิกูลลงในแม่น้ำ ลำคลองและลดปริมาณการปล่อยของเสียสู่ชั้นบรรยากาศ จนนำไปสู่ความสงบสุข คือ สัมมาสมาธิ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศุภกาญจน์ วิชาชาติ จากการศึกษาพบว่า หลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้แก้ปัญหาภาวะโลกร้อนได้ คือ หลักอริยสัจ 4 สภาวะโลกร้อนส่งผลกระทบต่อทุกระบบองค์รวมของชีวิต และวิธีแก้ปัญหาภาวะโลกร้อนได้อย่างสันติสุขและยั่งยืน คือ หลักอริยสัจ 4 เพราะมีระบบการประยุกต์ที่ชัดเจน ได้แก่ การกำหนดรู้ตามสภาพจริง (ทุกข์), การกำจัดสาเหตุที่ทำให้เกิดสภาวะโลกร้อน (ทุกข์สมุทัย), การทำให้ประจักษ์ชัดแจ้งถึงปัญหาสภาวะโลกร้อนหมดไป (ทุกข์นิโรธ) และการแก้ปัญหาภาวะโลกร้อนได้โดยใช้ระบบทางสายกลางหรือมีขณิมาปฏิบัติ (ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา) (ศุภกาญจน์ วิชาชาติ, 2561)

3. การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน สามารถแก้ไขปัญหาด้านเศรษฐกิจ ด้วยการฝึกฝนอบรมของตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา โดยใช้หลักอริยสัจ 4 ผ่านแนวทางอริยมรรค ข้อสัมมาวายามะ สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ คือการประกอบสัมมาอาชีพ ซึ่งเป็นแนวทางการแก้ปัญหาได้อย่างมั่นคงและยั่งยืน เป็นเครื่องสนับสนุนในการดำเนินชีวิตของคนในชุมชนให้เกิดความสุขอย่างถาวร สอดคล้องกับงานวิจัยของ แม้นเหมือน สิทธิศักดิ์ พบว่า หลักของอริยสัจ 4 มีสาระสำคัญคือเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น เราจะต้องรู้ว่าปัญหานั้นอยู่ที่ใด หาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาให้พบ แล้วหยุดสร้างเหตุขึ้นเสีย ตั้งปณิธานที่จะแก้ปัญหานั้นให้สำเร็จ นำวิธีการแก้ปัญหาปฏิบัติให้ได้ผล (แม้นเหมือน สิทธิศักดิ์, 2561)

6. ข้อเสนอแนะ

6.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมแก่สมาชิกในครอบครัวว่าควรทำหน้าที่นี้ตั้งแต่ยังเด็ก การศึกษาองค์ความรู้จากการวิจัยนี้จะทำให้พ่อแม่และลูก หรือสมาชิกในครอบครัวได้เรียนรู้วิธีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเพื่อนำไปประพฤติปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่ดี



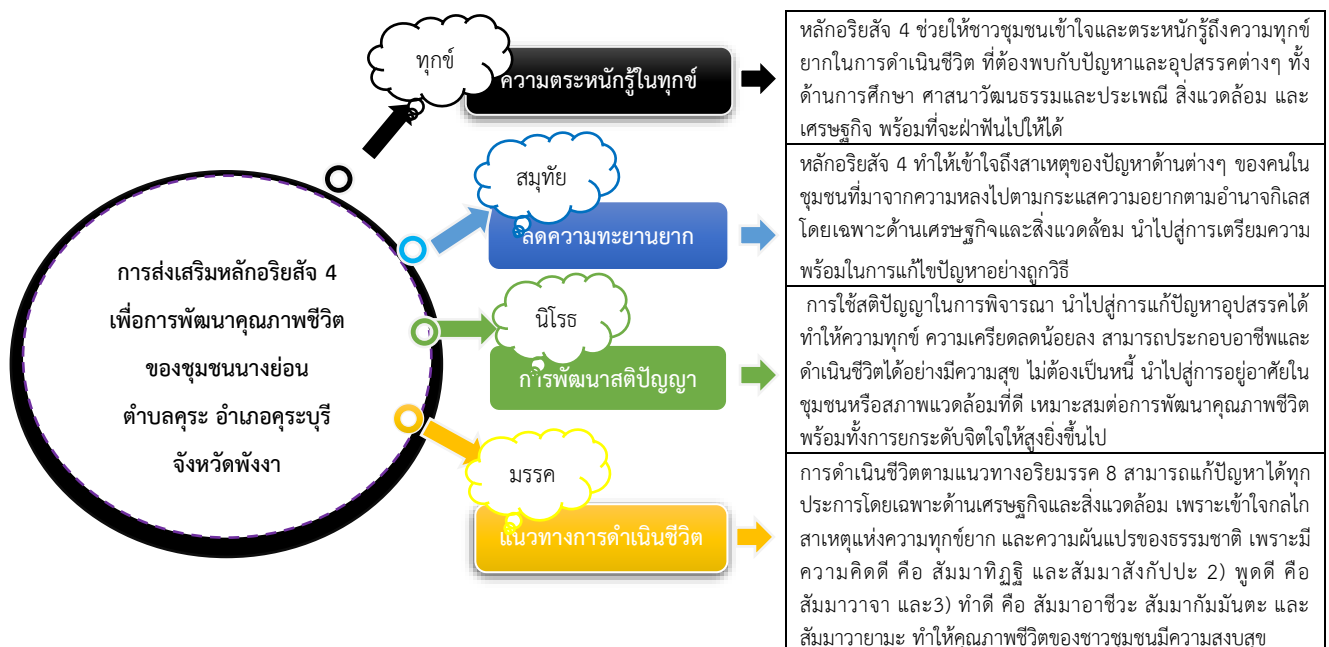
2. ควรสร้างค่านิยมเรื่องการนำมาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปประพฤติปฏิบัติ และอบรมลูกหลานในฐานะเป็นผู้ปกครองแนะนำในสิ่งที่เป็ประโยชน์ และเป็นต้นแบบการในเรื่องการพัฒนาคุณภาพ

6.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอริยสัจ 4 ในพระพุทธศาสนา เพื่อการพัฒนา समाอาชีพ
2. ศึกษาคุณค่าหลักพุทธธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตของเยาวชนในยุคปัจจุบัน

7. องค์ความรู้ที่ได้รับ

องค์ความรู้ที่ได้รับจากการส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนนางย่อน ตำบลกระ อำเภอบุรี จังหวัดพังงา สามารถช่วยให้ชาวชุมชนสามารถแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิต นำไปสู่การแก้ไขปัญหาทางการศึกษา ประเพณี เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม เพราะเข้าใจจัดการกับความทุกข์ยาก และความไม่แน่นอนของธรรมชาติ ผ่านการสร้างกรอบแนวคิดและทักษะการดำเนินชีวิตตามแนวทางอริยมรรค 8 ทั้งมีกระบวนการคิด พุด และทำที่ถูกต้อง คือ มีความเห็นเป็นสัมมาทิฐิ ประกอบอาชีพสุจริต มีความเพียรที่ชอบ ทำให้คุณภาพชีวิตของชาวชุมชนนางย่อน มีความสงบสุขทั้งในปัจจุบัน และอนาคตอย่างยั่งยืน และมีระบบโครงสร้างชุมชนที่เข้มแข็ง ดังรูปแบบโมเดล



ภาพที่ 1 : การส่งเสริมหลักอริยสัจ 4 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านนางย่อน
ตำบลกระ อำเภอบุรี จังหวัดพังงา



เอกสารอ้างอิง

- ชนิดาภา พรหมิ. (2566). การพัฒนาหลักสูตรบูรณาการตามหลักอริยสัจ 4. *วารสารบรรณสารศึกษาศาสตร์และมนุษยสังคมศาสตร์*, 4(1), 38-45.
- พระมหาเศกศักดิ์ จันทวิโส และคณะ. (2566). *การวิเคราะห์การบรรลุธรรมของพระองค์สมเด็จพระมหาสมณเจ้าพรหมมุนี*. *วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*, 10(7), 110-118.
- พระอุดมรัตน์ อุตตโม (ร่มจันทน์) และพระชนพล ธนปาโล (ศรีบุรินทร์). (2568). แนวทางการประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ 4 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต. *วารสารสันติสุข*, 1(1), 1-13.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- แม่นเหมือน สิริศักดิ์. (2561). การประยุกต์หลักอริยสัจ 4 สำหรับการพัฒนาตนและพัฒนางาน. *วารสารวิชาการ สถาบันพัฒนาพระวิทยากร*, 1(1), 54-66.
- ศุภกาญจน์ วิชานาติ. (2561). การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อแก้ปัญหาภาวะโลกร้อน. *วารสารวิชาการ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร*, 2(1), 12-35.
- สามารถ สมจิตต์ และคณะ. (2547). *โครงการแนวทางการจัดการท่องเที่ยวเชิงนิเวศแบบมีส่วนร่วมชุมชนบ้านนางย่อน ตำบลคุระ อำเภอกุระบุรี จังหวัดพังงา (ระยะที่ 1)*. (รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์). สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) สำนักงานภาค.
- เสริมศรี ขวานิสกุล. (2565). *ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักอริยสัจ 4 ในชีวิตประจำวันตามแนวแพทย์วิถีธรรม*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.