

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอานุப்புพิภกา

The Development of the Quality of Life According to Anupubbikatha

พระรังสรรค์ ดิคุขปญโญ (พิมพา)¹ พระศรีสมโพธิ² และสามารถ สุขุประการ³
PhraRangsan Tikakhapañño (Phimpa), Phrasrisombhot and Sarmart Sukhuprakarn

Received: September 01, 2021

Revised: October 05, 2021

Accepted: October 21, 2021

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาหลักอานุப்புพิภกาในพระพุทธศาสนาเถรวาท 2) ศึกษาความหมาย แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต และ 3) เสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอานุப்புพิภกา เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา และวรรณกรรมพระพุทธศาสนา ผลการศึกษา พบว่า 1) หลักอานุப்புพิภกา เป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่ฆราวาสไปตามลำดับขั้นจากง่ายไปหายาก มี 5 ประการ คือ 1.1) ทานกถา การพรณนาทาน 1.2) สีลกถา การพรณนาสีล 1.3) สัคคกถา การพรณนาสวรรค์ 1.4) กามาทีนวกถา การพรณนาโทษแห่งกาม และ 1.5) เนกขัมมานิสังสกถา อานิสงส์แห่งการออกบวช เมื่อจิตใจของผู้ฟังมีความบริสุทธิ์ผ่องใสปิติเบิกบานดีแล้ว พระพุทธเจ้าจึงทรงแสดงธรรมชั้นสูงที่มีความละเอียดลึกซึ้ง คือ อริยสัจ ๔ อันเป็นพระธรรมคำสอนที่พระพุทธองค์สั่งสอนสรรพสัตว์เพื่อการพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง 2) การพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ การทำให้บุคคลมีความเป็นอยู่ดี การได้รับการตอบสนองส่วนที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตตามความพึงพอใจ ดำรงชีวิตด้วยความสุขทางกายและจิตใจ 3) แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอานุப்புพิภกา พบว่า มีองค์ประกอบ ตัวชี้วัดในด้านต่าง ๆ เป็นตัวสะท้อนคุณภาพชีวิตสามารถแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ 3.1) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางโลก บรรลุความจำเป็นขั้นพื้นฐานของชีวิต และ 3.2) พัฒนาคุณภาพชีวิตทางพระพุทธศาสนา ดำเนินชีวิตด้วยปัญญาแก้ทุกข์ด้วยปัญญา

คำสำคัญ: การพัฒนา, คุณภาพชีวิต, อานุப்புพิภกา

¹ คณะสงฆ์จังหวัดกำแพงเพชร; Kamphaeng Phet Provincial Office of Buddhism

²⁻³ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย; Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding author, e-mail: r2p072@gmail.com, Tel. 087-5208426

Abstract

The objectives of this research paper were 1) to study Anupubbikatha in Theravada Buddhism; 2) to study the meaning, concepts and theories on quality of life development; and 3) to propose guidelines for developing the quality of life in accordance with Anupubbikatha. This was a qualitative research. Data were analyzed from the Tipitaka scriptures, commentaries and Buddhist literature. The results of the study showed that 1) Anupubbikatha is the Dhamma that the Lord Buddha preached to the layman in a sequence from simple to hard. There are 5 things: 1.1) Danakatha, describing Dana; 1.2) Silakatha, describing the precepts; 1.3) Saggakatha, describing heaven; 1.4) Kamadinavakatha, describing the dangers of eroticism; and 1.5) Nekkhamanisangsakatha, virtue of ordination. When the mind of the listener is pure and joyful, the Lord Buddha preached a high-level Dhamma with profound depth, namely the Four Noble Truths, which is the teachings that the Buddha taught all beings for release of all suffering; 2) the development of quality of life is to make the person's well-being, obtaining a satisfying lifestyle-related response, and living with physical and mental happiness; 3) the guidelines of quality of life development according to Anupubbikatha found that there are components and indicators in various aspects reflecting the quality of life which can be divided into 2 parts: 3.1) in terms of development of secular quality of life, the basic necessities of life are fulfilled; and 3.2) in the aspect of the development of the quality of life in Buddhism, there should be living with wisdom and solving suffering with wisdom.

Keywords: Development, Quality of Life, Anupubbikatha

บทนำ

เมื่อมนุษย์ได้ถือกำเนิดและเจริญเติบโตมาบนโลกใบนี้ ความต้องการในการดำรงชีวิตนั้นย่อมมีความอยากจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วยกันทั้งสิ้น แต่ใช้ว่าทุกคนจะสมหวังในสิ่งที่ตนปรารถนาเสมอไป มีคนจำนวนไม่น้อยรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตไม่ดีพอหรือไม่พอดี จึงทำให้ไม่อาจพบความสุขอย่างแท้จริงได้ คุณภาพชีวิตที่ดีไม่ควรเป็นเพียงแค่การที่มนุษย์บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้เท่านั้น หากแต่ควรคำนึงถึงการมีชีวิตที่ดีมีคุณธรรม เป็นผู้ประพฤติปฏิบัติดีมีจริยธรรม (สุทธิพร บุญส่ง, 2552) ทำให้สังคมมีความน่าอยู่น่าอาศัย ในสภาวะการปัจจุบันนี้สังคมทุกระดับต่างกำลังประสบกับปัญหาวิกฤติการณ์แทบทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านการเมืองการปกครอง ด้านทรัพยากรธรรมชาติและด้านปัญหาสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ซึ่งนับวันจะทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น แม้สภาพสังคมจากอดีตถึงปัจจุบันจะเปลี่ยนไปมากแต่มนุษย์ทุกคนมี

ความต้องการทุกอย่างตามลำดับขั้นของความต้องการเหมือนกัน เว้นแต่จะมีระดับความต้องการ ความอยากได้อย่างมากน้อยต่างกัน บางคนมีความต้องการเพียงขั้นพื้นฐาน ไม่ต้องการชื่อเสียงหรือความยิ่งใหญ่ บางคนมีความทะเยอทะยานต้องการประสบความสำเร็จสูงสุดของชีวิต และเมื่อประสบความสำเร็จแล้วความต้องการก็ยังไม่หมดสิ้น อีกทั้งยังเพิ่มระดับความต้องการที่สูงขึ้น ความทะเยอทะยานความต้องการอาจเป็นสิ่งที่ดีเพราะเป็นแรงผลักดันให้เกิดแรงจูงใจที่จะทำงานให้ประสบความสำเร็จ ให้มีความก้าวหน้าในหน้าที่การงานเพื่อให้เราได้สิ่งที่ปรารถนา แต่หากมีมากเกินไปก็อาจเป็นภัยกับตัวเอง ครอบครัว สังคม ประเทศชาติ (ศิริ ฮามสุโพธิ์, 2542) เพราะเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ขาดคุณธรรมจริยธรรมนั่นเอง การพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้น จำเป็นต้องพัฒนาทั้งทางด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจในระดับที่เหมาะสมตามความจำเป็น (สมพร เทพลีธา, 2539)

การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา หรือที่เรียกว่า พุทธจริยธรรม มาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตควรนำมาปฏิบัติให้ครบองค์ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต), 2555) เช่น หลักกฤตจักรัฐพิธีธรรม (อง.อัฐฐก. (ไทย) 23/54/340) หลักขรวาสาธรรม (ส.ส. (ไทย) 15/246/354) หลักพรหมวิหารธรรม (ม.ม. (ไทย) 12/438/468) หลักอิทธิบาท 4 (ที.ม. (ไทย) 10/187/126) หลักศีล 5 (อง.นวก. (ไทย) 23/28/490) หลักทศ 6 (ที.ปา. (ไทย) 11/266-272/212-216) ล้วนแล้วแต่ได้ผลที่ดีตลอดมา หากย้อนไปในประวัติศาสตร์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาสมัยพุทธกาลนั้น หลักอนุพุทพิทกา (วิ.ม. (ไทย) 4/26/32) คือการแสดงพระธรรมเทศนาสูงขึ้นไปตามลำดับจากง่ายไปหายาก เพื่อให้มองเห็นชัดเจนจนสามารถปล่อยวางความยึดติดอยู่กับกามคุณได้ (พระธรรมกิตติวงศ์, 2553) นับว่าเป็นหลักธรรมที่มีสำคัญอย่างยิ่งซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอรหันต์สาวกที่ใช้ในการปรับทัศนคติของบุคคลที่มีความฟุ้งเฟ้อ ด้านความต้องการทางวัตถุ เช่น สมาชิกครอบครัวของยสะกุลบุตร (วิ.ม. (ไทย) 4/26-29/32-36) เป็นต้น ส่งผลให้เกิดความเข้าใจคุณและโทษของวัตถุ เข้าใจความหมายที่แท้จริงของการดำเนินชีวิตและทำให้จิตใจมีความบริสุทธิ์ผ่องใสพร้อมในการพัฒนาตนสู่คุณธรรมขั้นสูงยิ่งขึ้นไป

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาหลักอนุพุทพิทกาที่มีหลักการอย่างเป็นขั้นตอน มีลำดับชัดเจน เริ่มจากง่ายไปหายาก มีพัฒนาการอย่างเป็นระบบ เหมาะสมกับการนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิต สมควรจะได้ทำการศึกษาวิจัยอันจะเป็นประโยชน์ต่อผู้เผยแผ่พระพุทธศาสนาและเกิดประโยชน์อย่างเหมาะสมกับยุคปัจจุบันต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาหลักอนุพุทพิทกาในพระพุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษาความหมาย แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต
3. เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอนุพุทพิทกา

วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัยเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอนุพุทธพิกิตา เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา และวรรณกรรมทางพระพุทธศาสนาโดยเน้นวิจัยเอกสารเป็นหลัก (Documentary Research) ทั้งในส่วนที่เป็นหลักการ แนวคิด ทฤษฎี และปฏิบัติการ มีวิธีการและขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับต่อไปนี้

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ ข้อมูลจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และคัมภีร์ปกรณ์วิเสส
2. ศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ ส่วนที่เป็นคำอธิบายจากเอกสาร หนังสือ และตำราที่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอนุพุทธพิกิตา
3. วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารแล้วสรุปผลการวิจัยด้วยการวิเคราะห์เชิงพรรณนา

สรุปผลการวิจัย

1. หลักอนุพุทธพิกิตาในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า หลักอนุพุทธพิกิตาเป็นหลักธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงใช้ประกาศพระพุทธศาสนาในสมัยพุทธกาล ปรากฏอยู่หลายทีในคัมภีร์พระไตรปิฎก ทรงแสดงโปรดแก่ผู้มีอุปนิสัยวาสนาสามารถเข้าใจธรรมได้โดยง่าย แต่พระไตรปิฎกแสดงเพียงแต่หัวข้อธรรมเท่านั้น คือ 1) ทานกถา (การพรรณนาเรื่องของการให้ทาน) 2) สีลกถา (การพรรณนาเรื่องของการรักษาศีล) 3) สัคคกถา (การพรรณนาเรื่องสวรรค์) 4) กามาทีนวกถา (การพรรณนาโทษแห่งกาม ความเศร้าหมอง หมกมุ่นในกาม) และ 5) เนกขัมมานิสังสกถา (อานิสงส์แห่งการออกบวช อานิสงส์แห่งเนกขัมมะ) โดยมีลักษณะเรียงเป็นขั้นเป็นขั้นตามลำดับจากง่ายไปหายากเพื่อฟอกใจสัตว์ มีความสัมพันธ์กันด้านพื้นฐานจากดำเนินชีวิตของฆราวาส พระพุทธเจ้าเริ่มชี้ให้เห็นเริ่มจากการทำทาน การรักษาศีล เมื่อปฏิบัติทั้งสองอย่างนี้แล้วจึงได้อานิสงส์ทำให้เกิดในสุคติโลกสวรรค์ พรรณนาความมั่งคั่งบนสวรรค์ทั้ง 6 ชั้น และจากนั้นพรรณนาโทษแห่งกามที่มีอยู่บนสวรรค์ เมื่อพิจารณาได้ดังนี้แล้วจึงตรัสเทศนาอานิสงส์แห่งการออกจากกามเป็นลำดับสุดท้าย เมื่อจิตใจของผู้ฟังธรรมมีความบริสุทธิ์ผ่องใส ปิติเบิกบานดีแล้ว พระพุทธองค์ท่านจึงทรงแสดงธรรมที่มีความละเอียดลึกซึ้งเป็นลำดับต่อไป ทั้งอรรถกถาจารย์ นักปรัชญาทางพระพุทธศาสนา นักวิชาการสมัยใหม่ ได้ให้ความหมายของอนุพุทธพิกิตาไปในทิศทางเดียวกัน

2. ความหมาย แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต พบว่า คุณภาพชีวิต คือความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล การจะพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น จำเป็นต้องพัฒนาให้มีทักษะในการดำรงชีพ พัฒนาด้านจิตใจ พัฒนาด้านการเรียนรู้ พัฒนาให้มีสุขภาวะที่ดีมีคุณธรรมจริยธรรม พัฒนาให้เป็นคนที่มีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกที่ดีต่อสังคมส่วนรวม มีทักษะความสามารถรู้เท่าทันกับการเปลี่ยนแปลงรอบตัว และสามารถพึ่งพาตนเองได้เพื่อประโยชน์ต่อตนเอง ส่วนรวม และความก้าวหน้าความสุขความสำเร็จในชีวิต นักปรัชญาชาวตะวันตกแสดงทัศนะไว้ว่า คุณภาพชีวิต มี

ความหมายหลายมิติ โดยรวมแล้ว คือการได้รับการตอบสนองทางด้านร่างกาย จิตใจ วัตถุ สังคม สภาพแวดล้อม และด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตตามความพึงพอใจของแต่ละบุคคล ส่วนนักปรัชญาชาวตะวันตกแสดงทัศนะว่า คุณภาพชีวิตเป็นสภาพการดำรงชีวิตที่มีความสุขทางกายและจิตใจจากการได้รับการตอบสนองทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และด้านอื่นที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีพ โดยมีการหล่อหลอมความเชื่อ ค่านิยม ศีลธรรมและจริยธรรมให้มีความสมดุลกัน โดยองค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ด้านร่างกาย ต้องมีสติปัญญาดี สุขภาพร่างกายแข็งแรง ด้านจิตใจ ต้องมีจิตใจดี อารมณ์แจ่มใส ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ต้องได้รับการยอมรับจากคนในสังคมและดำเนินชีวิตอย่างสงบสุข

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอนุพุทธิกถา พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ความสำคัญ 2 ส่วนคือ 1) การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางโลก พัฒนาคุณภาพชีวิตให้บรรลุความจำเป็นขั้นพื้นฐานของการดำเนินชีวิตที่ดีมีความสุข 2) พัฒนาคุณภาพชีวิตทางพระพุทธศาสนา มุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิตสู่การเนนชีวิตด้วยปัญญา แก่ทุกข์ด้วยปัญญา กระทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคมช่วยเหลือซึ่งกันไม่ทำตนให้เป็นภาระที่ก่อให้เกิดปัญหาสังคม การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอนุพุทธิกถา เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตจากสิ่งที่สามารถทำได้ง่ายไปหายากมีลำดับเป็นขั้นเป็นตอน และเพื่อประโยชน์สูงสุดควรนำหลักธรรมอนุพุทธิกถามาใช้ตามขั้นตอนให้ครบองค์ ทานกถาเป็นบันไดขั้นแรกของการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอนุพุทธิกถา เพราะทาน คือการให้ โดยอาจจะเริ่มจากให้ในสิ่งที่เราพอให้ได้ไม่เดือดร้อน เมื่อให้ทานแล้วจะทำให้เป็นผู้ที่มีความเสียสละ ละกิเลส มีจิตใจผ่องใสในระดับพื้นฐาน จากนั้นเป็นบันไดขั้นที่สองของการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยศีล กถา สร้างองค์ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องและมีโครงการที่ส่งเสริมการรักษาศีล 5 ให้สามารถปฏิบัติได้จริงในการดำเนินชีวิตประจำวันให้เป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต ก็จะทำให้สังคมมีความสงบสันติสุข อีกทั้งการรักษาศีล 5 นี้ยังเป็นการปลูกฝังให้คนในสังคมมีระเบียบวินัย รู้จักเคารพกฎ กติกาสังคมอีกด้วย เมื่อการรู้จักให้ทานและการไม่ประพฤติผิดศีล 5 ทำให้คนเรามีโอกาสที่จะ ประสบความสุขในการดำเนินชีวิต หลังจากตายไปแล้วโอกาสได้ไปเสวยสุขในสวรรค์ดินแดนแห่งความสุขที่พร้อมด้วยกามคุณ ดังนั้นไม่ว่าความสุขในชีวิตหรือความสุขในสวรรค์ก็ยังคงต้องข้องเกี่ยวกับกามคุณอยู่ การพัฒนาคุณภาพชีวิตเรื่องโทษแห่งกาม หรือกามาที่นวกถา คือทำความเข้าใจ โทษของการหมกมุ่นอยู่ในบ่วงแห่งกามที่เกิดขึ้น โทษที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตและสังคมเพื่อเตือนสติ ให้ใช้ชีวิตอย่างผู้มีปัญญา การพัฒนาคุณภาพด้วยเนกขัมมานิสังสกถา ฝึกเว้นหมดจากสิ่งที่ทำให้เกิดทุกข์มุ่งสร้างปัญญาในการดำเนินชีวิตด้วยการฝึกปฏิบัติธรรมขัดเกลากิเลส เพื่อประโยชน์ทั้งต่อตนเอง ผู้มีพระคุณ และพระพุทธศาสนา

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัย พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอนุพุทธิกถา เป็นการพัฒนาตน โดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่อยู่ในพระไตรปิฎก คือ อนุพุทธิกถา มีลักษณะเรียงลำดับ ความลุ่มลึกจากง่ายไปหายากใช้สั่งสอนฆราวาสเพื่อมุ่งให้เกิดปัญญาในการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับ

งานวิจัยของพระครูสุนทรขันตริต (คำนึ่ง ขนติพโล) (2561) พบว่า อนุப்புพิภกา คือพระธรรมเทศนาที่แสดงไปตามลำดับ เพื่อฟอกและขัดเกลาอภัยของผูฟังให้สะอาดบริสุทธิ์ มีความลึกซึ้งเป็นชั้น ๆ จากง่ายไปหายาก ส่วนใหญ่พระพุทธเจ้าจะแสดงแก่คฤหัสถ์หรือฆราวาส เพราะอนุப்புพิภกาเน้นสอนผู้ครองเรือนมากกว่าบรรพชิต มีเนื้อหาเกี่ยวกับการให้ทาน รักษาศีล สวรรค์ โทษของกาม และเนกขัมมะ ซึ่งเป็นการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขด้วยปัญญา สอดคล้องกับงานวิจัยของเดชา บุญมาสุข (2558) พบว่า นิยามของคำว่า คุณภาพชีวิต คือ ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลที่ประกอบด้วยปัจจัยพื้นฐานที่พอเพียง และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพของแต่ละบุคคลทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ หลักพุทธธรรมที่มีความเหมาะสมเพื่อนำพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบันมากที่สุด คือ 1) หลักโยนิโสมนสิการปรับวิธีคิดและมุมมองในการกำหนดรูปแบบพฤติกรรมที่สอดคล้องและเหมาะสมต่อการแก้ไขปัญหา รวมถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้อย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ 2) ใช้หลักไตรสิกขาเข้ามากำกับและดูแลทุกพฤติกรรมเป้าหมายควบคู่กับการใช้หลักอิทธิบาท 4 เพื่อขับเคลื่อนไปสู่ผลในการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนเป็นรูปธรรมดำเนินชีวิตด้วยปัญญา และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อเป้าหมายให้ประชาชนดำเนินชีวิตได้ด้วยปัญญานี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาสมชาย สิริจินโท (หานนท์) (2547) พบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตในพระพุทธศาสนาเถรวาทแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) การพัฒนาทางความประพฤติ คือ ทางกาย และทางวาจา ให้มีศีล 2) การพัฒนาด้านอินทรีย์ 6 คือ ให้รู้จักสำรวมอินทรีย์ของตนอย่างมีสติกำกับ 3) การพัฒนาด้านจิตใจให้เกิดความเข้มแข็งและมั่นคงสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ 4) การพัฒนาด้านปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตนต่อสรรพสิ่งทั้งปวง ไม่ให้เกิดความลุ่มหลงมัวเมา แต่ให้เป็นอิสระจากสิ่งต่าง ๆ

องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักอนุப்புพิภกา” ผู้วิจัยได้รับองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย ดังนี้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ภาครัฐควรมีการนำหลักอนุพุทพิกถาไปประยุกต์ใช้สำหรับแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในสังคมในด้านอื่น ๆ ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน
2. หน่วยงานปกครองส่วนท้องถิ่นควรมีการส่งเสริมให้นำหลักอนุพุทพิกถาจัดทำเป็นโครงการต่อเนื่องเพื่อให้พัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนอย่างยั่งยืน
3. มหาเถรสมาคมควรส่งเสริมคณะสงฆ์ให้ความสำคัญกับหลักการสอนตามหลักอนุพุทพิกถาที่เป็นลำดับขั้นตอนแก่ประชาชนรอบวัดให้เข้าใจในหลักธรรมจากง่ายไปหายาก

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. บรรจุเข้าเป็นหนึ่งในหลักสูตรปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยสงฆ์
2. สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติจัดทำเอกสารหนังสือหรือใบลานให้พระสงฆ์แสดงพระธรรมเทศนาในวันธรรมสวนะ
3. กระทรวงศึกษาธิการและสภาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาตินำหลักอนุพุทพิกถาไปประยุกต์ใช้ในการขับเคลื่อนประเทศ

เอกสารอ้างอิง

- เดชา บุญมาสม. (2558). *การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูสุนทรขันติรัตน์ (คำนึ่ง ขนติพิโล). (2561). *การศึกษาวิเคราะห์อนุพุทพิกถาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2555). *พระพุทธศาสนาในอาเซียน*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พระมหาสมชาย สิริจินโท (ห่านนท์). (2547). *พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระเทพวรคุณ (สมาน สุเมโธ)*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ศิริ ฮามสุโพธิ์. (2542). *ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต*. กรุงเทพฯ: โอ. เอส. พริ้นติ้ง เฮ้าส์.
- สมพร เทพสิทธา. (2539). *การพัฒนาเศรษฐกิจ การพัฒนาสังคมและการพัฒนาคน*. กรุงเทพฯ: สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทยในพระราชูปถัมภ์.
- สุทธิพร บุญส่ง. (2552). *คุณธรรมจริยธรรมกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: ทริปเฟล็ด เอ็ดดูเคชั่น.