

การสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียงตามแนวทางนถกรณธรรมของชุมชนในภาคเหนือ  
A LIFE IN CREATE WITH SUFFICIENCY OF NATHAKARANADHAMMA IN  
NORTHERN COMMUNITY

นายศุภฉันย์ ไชยสองวรัชญ์\*

**บทคัดย่อ**

บทความวิจัยนี้ มุ่งวิเคราะห์รูปแบบการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียงตามหลักนถกรณธรรมของชุมชนในภาคเหนือ โดยการเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญใน 3 หมู่บ้าน ครอบคลุมพื้นที่ 3 จังหวัดทางภาคเหนือของประเทศ จากการวิเคราะห์ พบว่า มีประเด็นสำคัญ 4 ด้าน ประกอบด้วย 1. การพัฒนาด้านสภาพแวดล้อม 2. การพัฒนาด้านศีลธรรม 3. การพัฒนาด้านจิตใจ/สังคม และ 4. การพัฒนาด้านสติปัญญา โดยการพัฒนาแต่ละด้านมีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน ไม่มีหลักการอย่างใดอย่างหนึ่งที่มีความโดดเด่นกว่ากัน และเป็นการดำเนินไปอย่างบูรณาการอาศัยซึ่งกันและกัน การพัฒนาชุมชนที่ประสบความสำเร็จและยั่งยืนคือการพัฒนาตามแนวทางพระพุทธศาสนาที่แสดงไว้ในรูปแบบการพัฒนาชุมชนตามหลักนถกรณธรรม

**คำสำคัญ:** ชีวิตพอเพียง, นถกรณธรรม, เศรษฐกิจพอเพียง

**ABSTRACT**

This Journal focused to investigate the model of community development at north community by collecting data from 3 villages covering in 3 provinces in Thailand Northern region. From the analysis, it was found that there were four items as follows: 1) the environmental development, 2) the Self-Development, 3) The social development, 4. The windom development. However, the development of each side is linked and interrelated and integrated into each other. Therefore, the sustainable and effective of community development is the development in line with Buddhism that has already demonstrated in the community development based on the Nathakaranadhamma.

**Keywords:** A life of sufficiency, Nathakaranadhamma, Sufficiency Economy

\*หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

## 1. บทนำ

การพัฒนาศักยภาพบุคคลให้มีความรู้ความสามารถเพื่อการพึ่งพาตนเองได้ การที่บุคคลหนึ่งจะสามารถพึ่งตนเองได้นั้นต้องผ่านกระบวนการฝึกฝน อบรม หล่อหลอม จนกลายเป็นผู้สามารถพึ่งตนเองได้ในที่สุด เพื่อนำไปสู่การพึ่งตนเอง (พระธรรมเมธาภรณ์ (ระแบบฐิตญาโณ), 2542) พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงพระธรรมเทศนาไว้ในปฐมนาถสูตรและทุติยนาถสูตร ซึ่งว่าด้วยเรื่องของธรรมสำหรับการพึ่งตนเอง ประกอบด้วย หลักธรรม 10 ข้อ ได้แก่ 1) ความประพฤติดี 2) ความใฝ่รู้ 3) ความมีเพื่อนที่ดี 4) ความว่าง่าย 5) ความชวนชววยในกิจการ 6) ความฝึกฝนในคุณธรรม 7) ความขยันหมั่นเพียร 8) ความพอเพียง 9) มีสติ และ 10) ประกอบด้วยปัญญา (อง.ทสก.(ไทย) 24/17/25) หลักการพึ่งตนเอง เป็นหลักการที่มีการกล่าวถึงและนำมาใช้ในการพัฒนาสังคมอย่างแพร่หลายมากในสังคมปัจจุบัน จนอาจกล่าวได้ว่า การพึ่งตนเองเป็นแนวทางการพัฒนาอย่างหนึ่งซึ่งตั้งต้นจากความเข้าใจในธรรมชาติของคน ในฐานะที่เป็นมนุษย์ อย่างน้อยที่สุดก็ย่อมมีพลังสติปัญญา ความสามารถที่อยู่บนพื้นฐานทางธรรมชาติ และสาเหตุที่ช่วยตนเองไม่ได้ก็เพราะถูกปิดกั้นในการที่จะพัฒนาตนเองจากปัจจัยสิ่งแวดล้อม ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม การเมือง สามารถกำหนดเป้าหมายและการตัดสินใจของตนเองได้ ยืนอยู่บนความสามารถของตนเองได้ สามารถใช้ประโยชน์จากทรัพยากรที่มีอยู่ได้ และมีความสามารถที่จะพึ่งตนเอง การพัฒนาหรือการสร้างที่พึ่งตนเองต้องเริ่มต้นจากตนเองเพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่ดี ซึ่งรูปแบบนี้ได้เกิดขึ้นมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนในนาถสูตร ตามหลักฐานที่ปรากฏในทุติยนาถสูตร (อง.ทสก.(ไทย) 24/18/34-38) การมีวิถีชีวิตพอเพียงที่เหมาะสมตามพุทธวิถี เป็นหมู่บ้านเล็ก ๆ มีทุนทางสังคม มีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรมและรับจ้างทั่วไป ยึดถือและศรัทธาต่อพระพุทธศาสนา และได้ทำหน้าที่ของอุบาสกอุบาสิกา และชาวพุทธที่ดี ถึงแม้ว่ายังถือประเพณีเดิมอยู่บ้าง ทั้ง ๆ ที่การปฏิบัติในวิถีชีวิตประจำวันตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา การศึกษาวิจัยนี้มุ่งที่จะถ่ายทอดและนำเสนอหลักนาถกรณธรรม ว่าจะสอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชนได้อย่างไร และหาแนวทางที่จะให้ชุมชนได้ปฏิบัติหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์แบบในกระบวนการ พัฒนาและส่งเสริมวิถีชีวิตให้มีการพัฒนาแบบยั่งยืนอย่างแท้จริง หลักนาถกรณธรรม จึงมีความเหมาะสมที่จะนำไปประยุกต์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน และมีรูปแบบหรือกระบวนการเป็นขั้นตอนต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีการพัฒนาชุมชนแบบพอเพียง รูปแบบการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียงตามหลักนาถนธรรม ของชุมชนในภาคเหนือ

## 3. ขอบเขตการวิจัย

ผู้วิจัยได้ปรับใช้แนวคิดการพัฒนาชุมชน หลักนาถนธรรม และหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เพื่อเป็นกรอบในการวิเคราะห์ ประกอบด้วย 1. การพัฒนาด้านสภาพแวดล้อม ประกอบด้วย นาถนธรรม ประการที่ (2) พาหุสัจจะ ได้เล่าเรียนสดับฟังมาก (5) กิจกรณียศุ ทักขตา เอาใจใส่กิจธุระของเพื่อนร่วมหมู่คณะ (7) วิริยะ ความขยันหมั่นเพียร อันได้แก่ การที่คนในชุมชนเป็นคนที่ใฝ่เรียนรู้ ขวนขวายการทำงาน ขยันหมั่นเพียร 2. การพัฒนาด้านศีลธรรม ประกอบด้วย นาถนธรรม ประการที่ (1) ศีล มีความประพฤติดี (6) อัมมกามาตา เป็นผู้ไคร้ธรรม อันได้แก่ การที่คนในชุมชนเป็นคนที่มิระเบียบวินัย ผักใฝ่ในธรรม 3. การพัฒนาด้านจิตและสังคม ประกอบด้วย นาถนธรรม ประการที่ (3) กัลยาณมิตรตตา มิมิตรตั้งาม (4) โสวัจจัสตตา เป็นคนว่าง่าย ฟังเหตุผล (8) สันตุภูฐี มีความสันโดษ อันได้แก่ การที่คนในชุมชนเป็นคนที่มิเพื่อนดี เป็นคนว่าง่าย อยู่อย่างพอเพียง 4. พัฒนาด้านสติปัญญา ประกอบด้วย นาถนธรรม ประการที่ (9) สติ มีสติ (10) ปัญญา มิปัญญา อันได้แก่ การที่คนในชุมชนเป็นคนที่มิสติ เกิดปัญญา ซึ่งผู้วิจัยได้คัดเลือกมาจำนวนทั้งสิ้น 3 หมู่บ้าน ใน 3 จังหวัดทางภาคเหนือ ประกอบด้วย จังหวัดลำพูน จังหวัดเชียงราย และจังหวัดลำปาง

## 4. วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) รูปแบบการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) มุ่งศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา วรรณกรรมพุทธศาสนา และศาสตร์สากลในปัจจุบัน ทั้งในส่วนที่เป็นแนวคิด ทฤษฎี และปฏิบัติการ การพัฒนาชุมชน เศรษฐกิจพอเพียง ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการพัฒนาชุมชนตามหลักนาถนธรรม

### 1. แหล่งข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source of Data)

การศึกษารวบรวมข้อมูลจากพระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช 2539 และศึกษารวบรวมข้อมูล ที่เกี่ยวข้องกัหลักนาถนธรรม หลักการพัฒนาชุมชน และหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงตามศาสตร์ของพระราชา

1.1 หนังสือ ได้แก่ เอกสาร วารสาร ที่เกี่ยวข้องชุมชน รวมทั้งจากเอกสาร ผลงานวิจัย และสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

1.2 สื่ออิเล็กทรอนิกส์ ได้แก่ เว็บไซต์หน่วยงานราชการที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาของการพัฒนาชุมชน ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

### 2 แหล่งข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source of Data)

โดยใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก แบบสังเกตแบบมีส่วนร่วม และแบบสนทนากลุ่มย่อย ที่ใช้ในการศึกษา ดังนี้

2.1 การสัมภาษณ์เชิงลึก (In - Depth Interview) เพื่อศึกษาวิถีการดำเนินชีวิตในชุมชน ประเพณีความเชื่อ ความเข้าใจเกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของหมู่บ้าน วิถีชุมชน ความสัมพันธ์ของคนในหมู่บ้าน การยอมรับกฎ ระเบียบวิธีปฏิบัติของคนในหมู่บ้าน การรับรู้และมีส่วนร่วมในการพัฒนาหมู่บ้านชุมชน การนำหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา หรือ “หลักนาถกรรมธรรม” เข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา การพัฒนาจิตใจ สังคม ส่วนรวม โดยใช้ชุมชนเป็นฐาน

2.2 การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participatory Observation) ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมวิถีชีวิตของประชาชนในชุมชน ทั้งปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในวิถีการเรียนรู้ของชุมชน โดยผู้วิจัยได้เข้าพักอาศัยภายในชุมชนในช่วงการเก็บข้อมูล สังเกตและเข้าร่วมในกิจกรรมของชุมชน เช่น ในเรื่องของการทำมาหากิน การประกอบอาชีพ การร่วมในพิธีกรรมตามประเพณีของชุมชน

2.3 การสนทนากลุ่มย่อย (Focus group) ผู้วิจัยใช้การสนทนากลุ่มย่อยเป็นเวทีชุมชนที่อาศัยการวิเคราะห์และสังเคราะห์ ภายใต้การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างคนในชุมชนเพื่อให้เกิดองค์ความรู้ที่นำมาเป็นแนวทางการพัฒนาชุมชน การเก็บรวบรวมข้อมูลจึงเป็นไปด้วยการวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลที่สมบูรณ์

## 5. ผลการวิจัย

แนวคิด ทฤษฎี และปฏิบัติการ การพัฒนาชุมชน ในประเด็นที่เกี่ยวกับรูปแบบการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียงตามแนวนาถกรรมธรรม แล้วนำเสนอด้วยกระบวนการวิเคราะห์และสังเคราะห์ ในเชิงพรรณนาโวหาร ซึ่งได้สรุปผลการวิจัย ตามประเด็นดังนี้

5.1 แนวคิด ทฤษฎีการพัฒนาชุมชน การศึกษาวิจัยแสดงให้เห็นว่า การพัฒนาเป็นการเรียนรู้ ผูกพันพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพของมนุษย์ เพราะการมีศักยภาพที่ดีจะทำให้ชีวิตดีงาม ทำให้โลกรื่นรมย์และทำให้สังคมมีแต่สันติสุข โดยมนุษย์สามารถพัฒนาให้รู้ ให้เข้าใจ ให้ทำได้ ให้ทำเป็น ทำใ้ห่างดงามและทำให้เป็นประโยชน์ พร้อมๆ กัน 4 ทาง คือ การพัฒนาทางด้านกายภาพ การพัฒนาศีลธรรมและหรือการพัฒนาสังคม การพัฒนาทางด้านจิตใจ และการพัฒนาทางด้านปัญญา

5.2 หลักการการพัฒนาชุมชนตามหลักนาถกรรมธรรม การศึกษาวิจัยแสดงให้เห็นว่า หลักการการพัฒนาชุมชนตามหลักนาถกรรมธรรม ส่งเสริมการพึ่งตนเอง การทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนเองได้ สามารถเป็นส่วนร่วมที่ดีของชุมชน ไม่ทำตนให้เป็นปัญหาหรือภาระถ่วงหมู่คณะ ซึ่งจะช่วยให้ชุมชนอยู่ร่วมกันด้วยดี การประพฤติธรรมสำหรับสร้างที่พึ่งแก่ตนเอง ล้วนต้องพึ่งพิงอาศัยหลักธรรมที่เรียกว่า นาถกรรมธรรม 1๐ ประการ ได้จำแนกการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียง เป็น 4 ด้าน ดังนี้

### 5.2.1 การพัฒนาด้านสภาพแวดล้อมหรือทางกายภาพ

สภาพแวดล้อมถือเป็นปัจจัยพื้นฐานแห่งการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์เบื้องต้นตามกระบวนการของหลักนาถกรรมธรรม ที่จะพัฒนามนุษย์ให้เป็นคนดีให้มีความสุขความเจริญตามหลักการ พัฒนาชุมชนพอเพียง ซึ่งการพัฒนามนุษย์ในที่นี้ จะวิเคราะห์ที่หลักนาถกรรมธรรม 3

ประการ คือ ไม่เรียนรู้ (พาทุสัจจะ) ขยันหมั่นเพียร (วิริยารัมภะ) ขวนขวายกิจของหมู่ (กิงกรณียะสุ ทักขตา) ดังจะแสดงให้เห็นต่อไปนี้

**พาทุสัจจะ** ได้ศึกษาศาสตร์ดีมาก คือ ศึกษาเล่าเรียนระดับรับฟังมาก อันใดเป็นสายวิชา ของตน หรือตนศึกษาศิลปวิทยาใด ก็ศึกษาให้ชำรอง มีความเข้าใจกว้างขวางลึกซึ้งรู้ชัดเจนและ ใช้ได้จริง พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการศึกษาเล่าเรียน เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่าง ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) กับค่านิยมในการบริโภคที่ไม่รู้จักประมาณในการบริโภค พระพุทธศาสนาสอนให้ บริโภคอย่างมีคุณค่าและพอเหมาะแก่การดำรงชีวิตอยู่ได้เท่านั้น ฉะนั้น การใช้พาทุสัจจะในการเรียน ให้เกิดปัญญา เพื่อการรู้เท่าทันโลก จึงเป็นสิ่งสำคัญ ที่จะทำให้อยู่ในโลก โดยไม่ตกไปในกระแสวัตถุ นิยมแห่งการบริโภคนิยมนี้

**วิริยารัมภะ** เพียรเพื่อละความชั่ว ประพฤติความดี คุณธรรมข้อนี้ช่วยให้คนละความชั่ว ประพฤติความดี เพราะในการละความชั่วจะต้องใช้ความพยายาม เพราะความชั่วละได้ยาก แต่เมื่อ ใช้ความพยายามให้มากก็สามารถละได้ เช่นคนที่เสพสิ่งเสพติด เช่น ยาบ้า สุราหรือเฮโรอีน ถ้าไม่ พยายามเลิกอย่างเด็ดขาด ย่อมไม่สามารถจะเลิกได้ แม้การทำความดีก็ทำยาก ต้องมีความเพียรพยายาม จึงจะสามารถทำความดีได้ เพราะฉะนั้น คนที่มีความขยันหมั่นเพียรจึงจะพึ่งตนเองได้ส่วนคนที่เกียจ คร้านไม่สามารถจะพึ่งตนเองได้

**กิงกรณียะสุ ทักขตา** ขวนขวายกิจของหมู่ คือ เอาใจใส่ช่วยเหลือธุระและกิจการของชน ร่วมหมู่คณะ ญาติ เพื่อนพ้อง และของชุมชน รู้จักใช้ปัญญาไตร่ตรองหาวิธีดำเนินการที่เหมาะสม ทำได้ จัดได้ ให้สำเร็จเรียบร้อยด้วยดี การทำประโยชน์ต่อสังคม เป็นสิ่งสำคัญที่เน้นการเสียสละทั้งแรงกาย แรงใจกำลังทรัพย์และสติปัญญา เป็นการปฏิบัติที่ยากยิ่งในสังคม

การพัฒนาหรือการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียง ด้านสภาพแวดล้อม เป็นการเกื้อกูล เกื้อหนุนและพึ่งพาตนเองด้วยการสร้างรั้วรอบขอบชิดปิดกั้นความชั่วความไม่ดีเข้าสู่ตนเอง สอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ว่า การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี จึงถือได้ว่าเป็นการสร้าง แผนชีวิตแบบชุมชนพอเพียง ประการแรก

### 5.2.2 การพัฒนาด้านศีลธรรมหรือการพัฒนาสังคม

การเตรียมปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตแบบพอเพียงเป็นกระบวนการของนาถกรรม ธรรม ที่จะเอื้ออำนวยช่วยเหลือสนับสนุนเกื้อกูลให้ได้อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม ทำให้ตั้งตนได้อย่างมั่นคง มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ทำให้ดำเนินชีวิตไปสู่จุดหมายได้อย่างราบรื่นไม่มีอุปสรรค นาถกรรมธรรมในหมวดนี้ได้บ่งบอกถึงพื้นฐานของบุคคลถึงในอดีตว่า เป็นบัณฑิต เป็นคนดี เป็นคน ฉลาด แล้วเป็นอุปรกรรมเกื้อสนับสนุนให้ได้อยู่ในถิ่นที่ดี มีบัณฑิตช่วยอบรมฝึกฝนให้เป็นคนดีไปใน กาลต่อมาด้วย หรือที่เรียกอีกประการว่าเป็นการสร้างหลักประกันให้กับตนเอง จะวิเคราะห์ที่หลัก นาถกรรมธรรม 2 ประการ คือ มีวินัย (ศีล) ฝั่ในธรรม (ธรรมกามตา) ดังจะแสดงให้เห็นต่อไปนี้

**ศีล** ประพฤติดีมีวินัย คือ ดำเนินชีวิตโดยสุจริต ทั้งทางกาย ทางวาจา มีวินัย และ ประกอบสัมมาชีพ ที่สำคัญ คือ การรักษากาย วาจา ให้เรียบร้อย ศีลประจำวันของฆราวาสที่จำเป็น มาก คือ ศีล 5 แต่ละข้อนั้นเป็นเครื่องรักษากาย วาจา ให้ปกติเรียบร้อย เพราะหากไม่รักษาศีลกาย

วาจา ก็จะมีประพจน์ชั่วชีวิตเป็นคนทุศีลจะประพจน์ชั่วร้าย ทำลายความก้าวหน้าในชีวิตตนเอง พึงคบไม่ได้ แต่ผู้ที่รักาศิล ย่อมเป็นคนประพจน์ดี มีความเจริญก้าวหน้าในชีวิต เพราะฉะนั้น ศิลจึงเป็นที่พึงในชีวิตได้ ข้อสำคัญขอให้นำศิลมาปฏิบัติอย่างจริงจัง มิใช่ถือศิลเพียงเป็นประเพณีเท่านั้น ศิลมิใช่เพียงแคร์รักษาภายนอก วาจาเท่านั้น ยังเป็นหลักประกันชีวิต ทรัพย์สิน ครอบครัวยุ สัจจ และสติปัญญา อีกด้วย

**ธรรมกามา** เป็นผู้ใคร่ธรรม คือ รักธรรม ชอบศึกษา ค้นคว้า สอบถามหาความรู้หาความจริง รู้จักพูด รู้จักรับฟังสร้างความรู้สึกลึกซึ้งสนทนสนทนาใจ ชวนให้ผู้อื่นอยากเข้ามาปรึกษาหารือสนทนา ความใคร่ในธรรมที่ชอบ มีความปรารถนาในทางที่ชอบ ไม่ปรารถนาในทางที่ชั่ว เช่น มีความปรารถนาทรัพย์เงินทองในทางที่ชอบธรรม ไม่ปรารถนาอยากได้ในทางทุจริต เมื่อตั้งความปรารถนาในทางที่ถูกต้องเช่นนี้ ก็จะมีประกอบกิจการงานในทางสุจริต ทำให้ได้ลาภยศโดยชอบ ตรงข้ามหากตั้งความปรารถนาในทางชั่ว ก็จะมีประกอบกิจการงานในทางทุจริตทำให้ชีวิตประสบความเดือดร้อนพินทุตนเองในทางดีไม่ได้

การพัฒนาตนเองนั้น ต้องเกิดจากบุญซึ่งหมายถึงความดี เป็นบุคคลที่ประพจน์ดีปฏิบัติชอบทางกายวาจาและใจ การทำบุญทำได้โดยย่อ 3 วิธี คือ 1.การให้ทาน 2.การรักษาศิล และ 3. การเจริญภาวนา การได้ทำบุญทำความดีเอาไว้ในกาลก่อน ทำให้เป็นคนมีชีวิตอยู่ด้วยความไม่ประมาททำให้เป็นคนที่ได้เตรียมปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตเอาไว้ เพื่อใช้เป็นประโยชน์แก่อุปสรรคสนับสนุน ส่งเสริมให้การดำเนินชีวิตเป็นไปด้วยความราบรื่นไม่มีอุปสรรคเป็นชีวิตที่ดำเนินไปสู่สิ่งที่ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป ทั้งในชาตินี้และชาติหน้า เป็นต้นเหตุให้ได้สิ่งที่พึงปรารถนาอันได้แก่มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และนิพพานสมบัติ

การดำเนินชีวิตให้ถูกต้องตามกฎหมาย ระเบียบแบบแผน ขนบธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรม ศีลธรรมของศาสนาของสังคัม ละเว้นจากการกระทำที่ขัดต่อกฎหมายและจริยศาสตร์อันดีงาม เป็นต้น จึงเป็นการปรับเข็มทิศแห่งชีวิตให้ดำเนินไปในทิศทางที่ถูกต้อง

การพัฒนาหรือการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียง ด้านศีลธรรม จึงเป็นการพึ่งพาตนเองด้วยการสร้างหลักประกันให้ตนเองอย่างมั่นคง สอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ว่า ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี จึงถือได้ว่าเป็นการสร้างแผนชีวิตแบบชุมชนพอเพียง ที่สร้างความมั่นคงให้กับชีวิตอย่างยั่งยืน

### 5.2.3 การพัฒนาทางด้านจิตใจ

การเตรียมปัจจัยในการดำรงชีวิตแบบพอเพียงเป็นกระบวนการของนาถกรรมธรรม ที่ปรับสมรรถภาพของจิตใจให้มีสุขภาพดี คือ การฝึกปฏิบัติเพื่อปรับจิตวิญญาณความรู้สึก ให้มีปฏิกิริยา มีความรู้สึกไปในทางที่ดี ที่เหมาะสม ที่ไม่ทำให้ตัวเอง เดือดร้อน เป็นทุกข์ สำหรับการฝึกปฏิบัติเพื่อทำปฏิกิริยาให้ไปในทางที่ดีที่เหมาะสมกับมนุษย์และให้ทำปฏิกิริยาไปในทางเดียวกัน ไม่ขัดแย้งกัน จะวิเคราะห์ที่หลักนาถกรรมธรรม 3 ประการ คือ คบเพื่อนดี (กัลยาณมิตร) เป็นคนว่าง่าย (โสวัจสสตา) อยู่พอเพียง (สันตภูฐี , สันโดษ) ดังจะแสดงให้เห็นต่อไปนี้

**กัลยาณมิตตตา** รู้จักคบคนดี คือ มีกัลยาณมิตรรู้จักเลือกเสวนาเข้าหาที่ปรึกษาหรือผู้แนะนำสั่งสอนที่ดี เลือกสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับและถือเยี่ยงอย่างสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี ซึ่งจะทำให้ชีวิตเจริญงอกงาม หรือบัณฑิต หมายถึงสัตบุรุษ คือผู้ประกอบกิจที่เป็นประโยชน์และประกอบกิจด้วยปัญญา รอบรู้ในเหตุผลรู้จักทางของความเจริญและความเสื่อม รู้จักอุบายที่จะทำให้ตนเองและผู้อื่นที่อยู่ในโอวาทของตนให้พ้นจากความเสื่อมและให้ถึงซึ่งความเจริญได้ ลักษณะสำคัญของบัณฑิต คือ มีจิตคิดแสวงหาประโยชน์ ทั้ง 3 ประการ คือ 1. ทิฏฐธัมมิกัตถะ คือ ประโยชน์ในปัจจุบันนี้ ประโยชน์ในชาตินี้ เป็นจุดหมายขั้นต้น หมายถึงประโยชน์ที่เรามองเห็นได้สัมผัสได้ ให้ความสุขได้ 2. สัมปรายิกัตถะ คือ ประโยชน์เบื้องหน้า ประโยชน์ในอนาคต เป็นประโยชน์ในด้านคุณค่าของชีวิต เป็นจุดหมายที่สูงกว่าประโยชน์ในปัจจุบัน 3. ปรมัตถะ คือ ประโยชน์อย่างยอดเยี่ยม ประโยชน์เป็นสาระแก่นของชีวิต เป็นจุดหมายที่สูงสุดของพุทธศาสนา ซึ่งการคบบัณฑิตเป็นเหตุให้ได้รับความสุข ความเจริญทำให้ล่วงพ้นอุปสรรคต่าง ๆ ได้ ทำให้ได้รับแต่ความสวัสดิ ส่วนเมื่อคบบัณฑิตได้รับความสวัสดิแล้ว สามารถพัฒนาตนเองได้ต่อไปด้วยคุณธรรม

**โสวัจจสตา** เป็นคนที่พูดกันง่าย คือ ไม่ถือรั้น ธรรมดา รู้จักรับฟังเหตุผลและข้อเท็จจริง พร้อมทั้งจะแก้ไขปรับปรุงตน ความเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่ายมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำรงชีวิตประจำวัน และเป็นคุณธรรมที่เหมาะสมกับทุกเพศ ทุกวัย ชนทุกชั้น ทั้งผู้น้อย ผู้ใหญ่ และผู้เสมอกัน

**สันตุฎฐิ** มีสันโดษรู้พอดี คือ ยินดี พึงพอใจแต่ในลาภผล ผลงานและผลสำเร็จต่าง ๆ ที่ตนสร้างหรือแสวงหามาได้ด้วยเรี่ยวแรงความเพียรพยายามของตนเองโดยทางชอบธรรมและไม่มีมัวเมาเห็นแก่ตัวความสุขทางวัตถุ ไม่น้อยเนื้อต่ำใจ ในสิ่งที่ตนมีอยู่ พอใจ และพยายามตั้งหน้าประกอบกิจการอย่างสุจริตเพื่อความก้าวหน้าในชีวิตต่อไป

การพัฒนาหรือการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียง ด้านจิตใจ จึงเป็นการพึ่งพาตนเองด้วยการสร้างหลักประกันให้ตนเองอย่างยั่งยืน สอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ว่า ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี จึงถือได้ว่าเป็นการสร้างแผนชีวิตแบบชุมชนพอเพียง ที่สร้างที่พึ่งแก่ตนเองอย่างมั่นคงและชีวิตพอเพียงอย่างยั่งยืน

#### 5.2.4 การพัฒนาด้านปัญญา

การเตรียมปัจจัยในการดำรงชีวิตแบบพอเพียงเป็นกระบวนการของนาถกรณธรรม ที่ได้ศึกษาหาความรู้มากได้รู้มาก ความเป็นผู้ศึกษาค้นคว้ามาก ได้ฟังมาก จำไว้ได้มาก จนเป็นเหตุให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่แจ่มแจ้งแห่งตลอด รู้ดี รู้ชั่ว รู้ผิด รู้ถูก มีความรู้ดีรู้ชั่วไม่ตกเป็นทาสของความชั่ว ทำให้มนุษย์เจริญ ทำให้มนุษย์เป็นสัตว์ที่ประเสริฐและยิ่งใหญ่ จะวิเคราะห์ที่หลักนาถกรณธรรม 2 ประการ คือ สติ และปัญญา ดังจะแสดงให้เห็นต่อไปนี้

**สติ** มีสติคงมั่น คือ รู้จักกำหนดจดจำ ระลึกการทำ คำที่พูด กิจที่ทำแล้ว และที่จะต้องทำต่อไปได้ จะทำอะไรก็รอบคอบ รู้จักยับยั้งชั่งใจ ไม่ผลิผลาม ไม่เลินเล่อ ไม่เลื่อนลอย ไม่ประมาท ไม่ยอมถลำลงในทางผิดพลาด ไม่ปล่อยปละละเลยทิ้งโอกาสสำหรับความดีงาม

**ปัญญา** มีปัญญาเหนืออารมณ์ คือ มีปัญญาหยั่งรู้เหตุผล รู้ดี รู้ชั่ว คุณโทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ มองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้จักพิจารณาวิจฉัยด้วยใจเป็นอิสระทำการใด ด้วยความคิดและมีวิจารณ์ญาณ ส่วนผู้ที่ขาดปัญญา ย่อมจะดำเนินชีวิตในทางที่ผิด เพราะไม่มี ปัญญาช่วยตัดสินใจว่าสิ่งใดควรทำหรือไม่ควรทำ เพราะฉะนั้น ในทางพระพุทธศาสนาจึงสอนว่า ก่อน จะทำการใดให้ใช้ปัญญาพิจารณาให้รอบคอบเสียก่อน

การพัฒนาหรือการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียงด้านปัญญา จึงเป็นการพึ่งพาตนเอง ด้วยการสร้างหลักประกันให้ตนเองอย่างยั่งยืน สอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่ว่า ความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี บนพื้นฐานแห่งความรู้ควบคู่กับคุณธรรม จึงถือได้ว่าเป็นการสร้างแผนชีวิตแบบชุมชนพอเพียง ที่สร้างที่พึ่งแก่ตนเองอย่างมั่นคง มั่งคั่ง และ สร้างชีวิตพอเพียงอย่างยั่งยืน

ตราบใดที่มนุษย์เราจำเป็นต้องอยู่ร่วมกันเป็นสิ่งคม ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลทางด้าน ธรรมชาติของมนุษย์เอง ด้านความต้องการปัจจัยสี่ ด้านวัฒนธรรม ด้านความต้องการความปลอดภัย ด้านความต้องการเป็นพวกเดียวกัน หลักธรรมในการพึ่งตนเอง อดตา ให้อุตตโน นาโถ หมายถึง การที่คนเราสามารถดำเนินชีวิตได้โดยไม่ได้หวังพึ่งคนอื่น สามารถยืนได้ด้วยลำแข้งของตนเอง ใน ภาวะเศรษฐกิจที่ตกอยู่ในอำนาจการแข่งขัน เอรัดเอาเปรียบ มีการเสนอข้อแลกเปลี่ยนที่น่าลุ่มหลง แล้วยุทธยต้องตกเป็นทาสสิ่งเหล่านั้น ไม่สามารถยืนได้ด้วยลำแข้งของตนเองได้ ต้องคอยพึ่งพา อาศัยบุคคลอื่น ก็จะต้องจัดการในการดำรงชีวิตของตนเองให้พ้นผ่านและใช้ชีวิตบนวิถีพอเพียงให้ดีและ มีความสุขได้อย่างยั่งยืน

**5.3 การสร้างชีวิตแบบพอเพียงตามหลักนาถกรรมธรรมของชุมชนในภาคเหนือ** ปัจจัย สำคัญของการพัฒนาชุมชนตามหลักนาถกรรมธรรมของชุมชนในภาคเหนือ ที่สามารถขับเคลื่อนการ พัฒนาชุมชนมาโดยตลอดได้นั้นประกอบไปด้วย 5 ประการ ดังนี้

**5.3.1 บทบาทภาวะผู้นำของชุมชน** ชุมชนในภาคเหนือเป็นชุมชนท้องถิ่น ที่มี ประเพณีวัฒนธรรมเป็นกรอบการดำเนินชีวิตของคนในชุมชน จึงเกิดปรากฏการณ์การบูรณาการ ระหว่างวัฒนธรรมความเชื่อเรื่องผี ความศรัทธาในพระพุทธศาสนา และโครงสร้างการปกครองทาง สังคมปัจจุบัน ทำให้ความเป็นอยู่ในชุมชนที่ต้องอาศัยความรับผิดชอบในการพัฒนาชุมชน จึงมีการ ยึดถือปฏิบัติโดยให้ความเคารพนับถือผู้นำชุมชน ผู้นำชุมชนได้มีการแบ่งบทบาทหน้าที่ที่สำคัญใน การเป็นผู้นำ หรือเป็นแกนนำที่ทำหน้าที่รับผิดชอบและเอาใจใส่ดูแลคนในชุมชน ประกอบไปด้วย ผู้นำทางพระพุทธศาสนา ผู้นำทางความเชื่อเรื่องผี(หมอผี) ผู้นำทางโครงสร้างทางสังคม และผู้นำ ทางปราชญ์ภูมิปัญญา

**5.3.2 การมีส่วนร่วมของชุมชน** การมีส่วนร่วมของคนในชุมชนจะดำเนินการภายใต้ ประเพณีวัฒนธรรมของชุมชน และการเข้ามามีส่วนร่วมของแต่ละบุคคลจะสะท้อนให้เห็นถึงความ เต็มใจของผู้คน เนื่องจากการดำเนินการในชุมชน กล่าวคือ ไม่ว่าจะเป็นการตัดสินใจ การดำเนินการ การลงโทษ กระบวนการเหล่านี้ไม่ได้ถูกระทำโดยบุคคลใดบุคคลหนึ่ง แต่จะมีการลงประชามติของ คนในชุมชนผ่านกิจกรรมหรือพิธีกรรมทางด้านความเชื่อ นอกจากการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนที่

ได้ดำเนินการภายใต้ประเพณีวัฒนธรรมมาตั้งแต่บรรพบุรุษ การเข้าไปศึกษาวิจัยครั้งนี้ยังเป็นการปลุกฝังและสร้างกระบวนการให้กับชุมชนให้เห็นคุณค่าของการมีส่วนร่วม เช่น การสนทนากลุ่มย่อยของคนในชุมชน ที่ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ได้แสดงความคิดเห็น และได้องค์ความรู้ในการพัฒนาชุมชนของตนเอง เป็นต้น และได้เข้าใจถึงการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา หลักนาถกรรมธรรม เข้ามาเป็นรูปแบบการพัฒนาชุมชนแบบพอเพียง การมีส่วนร่วมของคนในชุมชนจึงมีลักษณะของความยั่งยืน ถึงแม้จะไม่มีแกนนำจากชุมชนภายนอกก็ตามการมีส่วนร่วมของชุมชนในภาคเหนือจะดำเนินไปมากยิ่งขึ้น และจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาชุมชนต่อไป

**5.3.3 วิสัยทัศน์/ค่านิยม ของชุมชน** ชุมชนในภาคเหนือเป็นชุมชนที่อาศัยความเป็นธรรมชาติในการดำเนินชีวิตในอดีต และปัจจุบันมีการประยุกต์อย่างเหมาะสมกับยุคทุนนิยม จึงแสดงให้เห็นว่าความคาดหวัง หรือจุดมุ่งหมายของการพัฒนาชุมชนนั้น ชุมชนได้เน้นหลักการพัฒนาชุมชนภายใต้รูปแบบเศรษฐกิจพอเพียง ที่มีความต้องการพออยู่ พอกิน และมีความสุข ด้วยเหตุนี้การพัฒนาชุมชนในภาคเหนือจึงสามารถดำเนินการตามหลักนาถกรรมธรรมได้อย่างลงตัว อาทิเช่น ด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ เป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ (พาหุสัจจะ) มีความขยันหมั่นเพียร (วิริยารัมภะ) ขวนขวายใส่ใจในงาน (กิงกรรมเยสุ ทักขตา) เป็นต้น

**5.3.4 บทบาทประเพณีวัฒนธรรมของชุมชน** การพัฒนาชุมชนในภาคเหนือได้อาศัยบทบาทประเพณีและวัฒนธรรมของชุมชนเป็นหลักสำคัญ เนื่องด้วยประเพณีวัฒนธรรมอันดีงามที่ถูกปลุกฝังเป็นคติความเชื่อ เป็นค่านิยม และเป็นวิสัยทัศน์ของชุมชน ได้ผ่านการกล่อมเกลาทางด้านพฤติกรรม และจิตใจของผู้คนในบ้านมานับหลายสิบปี ทำให้เกิดประเพณีวัฒนธรรมที่สะท้อนให้เห็นถึงเป็นโครงสร้างสำคัญในชุมชน เป็นเครื่องมือ และกรอบทางวัฒนธรรมของการดำเนินชีวิตที่เป็นจุดเด่นของชุมชน ดังจะแสดงให้เห็นประเพณีวัฒนธรรม ได้แก่ ความเชื่อ/การนับถือ การแต่งกาย / ภาษา ประเพณีและภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นต้น

**5.3.5 การจัดการตนเอง / แผนการพัฒนาของชุมชน** การพัฒนาชุมชนในภาคเหนือตั้งแต่อดีตที่ได้ดำเนินการพัฒนาภายใต้ประเพณีวัฒนธรรมของคนในชุมชน และมีการบูรณาการพัฒนาชุมชนตามหลักนาถกรรมธรรมได้นั้น เกิดจากกระบวนการจัดการตนเอง ซึ่งได้ชี้ให้เห็นว่าผู้ศึกษาวิจัยและบุคคลภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการหาแนวทางและการดำเนินการพัฒนาชุมชนตามหลักนาถกรรมธรรมนั้น เป็นเพียงพี่เลี้ยงและผู้แนะนำให้ดำเนินการเท่านั้น จึงเห็นได้ว่า การพัฒนาชุมชนในภาคเหนือเกิดจากการจัดการตนเอง ที่มีภาวะผู้นำ มีการการเรียนรู้ผ่านประเพณีและวัฒนธรรม และมีเป้าหมายของการพัฒนาที่มุ่งเน้นในด้านจิตใจเป็นสำคัญ

## 6. อภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยแสดงให้เห็นว่า พระพุทธศาสนามีหลักธรรมคำสอนที่สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ หลักธรรมนั้นคือหลักนาคกรณธรรมนับว่าเป็นหลักที่มีกระบวนการชัดเจนและส่งผลให้การพัฒนาชุมชนหรือการสร้างชีวิตแบบพอเพียงที่มีความโดดเด่นกว่าแนวคิดทฤษฎีอื่น ดังได้แสดงให้เห็นการพัฒนาชุมชนหรือการสร้างชีวิตแบบพอเพียงของชุมชนในภาคเหนือ ที่มีการพัฒนาชุมชนเชิงบูรณาการระหว่างการดำเนินวิถีชีวิตภายใต้ประเพณีวัฒนธรรม มีจุดเด่นของ บทบาทภาวะผู้นำของชุมชน การมีส่วนร่วมของชุมชน วิสัยทัศน์ค่านิยม ของชุมชน บทบาทประเพณีวัฒนธรรมของชุมชน การจัดการตนเองแผนการพัฒนาของชุมชน กับหลักนาคกรณธรรม นำมาพัฒนาชุมชนและเกิดประสิทธิภาพของการพัฒนาชุมชนที่ยั่งยืน และกระบวนการของนาคกรณธรรมยังได้ชี้ให้เห็นถึงทางโลกียธรรมและโลกุตระธรรมและภายในหลักธรรมแต่ละหมวดก็ยังมีข้อปลีกย่อยหรือมีองค์ประกอบต่างๆ ที่เชื่อมโยงกัน ส่งเสริม สนับสนุน เกื้อกูล ทั้งภายในด้านเดียวกันและระหว่างด้านเป็นดังโครงข่ายใยแมงมุม การพัฒนาชุมชนจึงมีความจำเป็นที่จะต้องมีการดำเนินภายใต้หลักนาคกรณธรรม และที่สำคัญการสร้างชีวิตแบบพอเพียงหรือรูปแบบการพัฒนาชุมชนตามหลักนาคกรณธรรม ยังมีจุดหมายที่เด่นชัดของการพัฒนาชุมชน คือ การพัฒนาที่มีจุดหมายในด้านของจิตใจเป็นสำคัญ ประกอบไปด้วย 4 ด้าน คือ 1. การพัฒนาด้านสภาพแวดล้อม 2. การพัฒนาด้านศีลธรรมหรือด้านสังคม 3. การพัฒนาด้านจิตใจ 4. การพัฒนาด้านปัญญา โดยการพัฒนาแต่ละด้านมีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน ไม่มีหลักการอย่างใดอย่างหนึ่งที่มีความโดดเด่นกว่ากัน และเป็นการดำเนินไปอย่างบูรณาการอาศัยซึ่งกันและกัน การพัฒนาชุมชนที่ประสบความสำเร็จและยั่งยืนคือการพัฒนาตามแนวทางพระพุทธศาสนาที่แสดงไว้ในการสร้างชีวิตแบบพอเพียงตามหลักนาคกรณธรรม สอดคล้องกับการศึกษาของพระศักดิ์ดา วิสุทธิญาณ โภทโณ ในวิทยานิพนธ์เรื่อง “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักการพระพุทธศาสนา” ว่าการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา เน้นฝึกพัฒนามนุษย์ในทุกๆ มิติ เพราะปรัชญาที่ว่ามนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐที่พัฒนาให้ดีขึ้นได้ สามารถที่จะเรียนรู้จนมีปัญญา เข้าถึงสัจจะธรรมได้ มนุษย์สามารถพัฒนาไปสู่สภาพที่ดีกว่าเดิมได้ ทั้งใน ระดับโลกียะภูมิ และระดับโลกุตระภูมิ เป็นการพัฒนาที่ยั่งยืน พัฒนาทุกด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสติปัญญา อารมณ์ สังคม และ สิ่งแวดล้อมรอบตัว ซึ่งถือว่าการใช้ชีวิตอย่างสมดุล ด้วยหลักการเดินทางสายกลางส่วนพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักทฤษฎีตะวันตกจะพัฒนามนุษย์เพื่อสนองตอบความต้องการขององค์กรด้วยการเพิ่มผลผลิตตามแนวคิดของปรัชญาระบบทุนมนุษย์ ผลของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์มีลักษณะฉาบฉวย กล่าวคือ ไม่มีความยั่งยืน มีเพียงศักยภาพของร่างกาย และมีสติปัญญา ทักษะความสามารถเฉพาะในงานที่ทำหรือผลเฉพาะด้านจึงต้องปรับเปลี่ยนและคิดค้นทฤษฎีใหม่ๆ อยู่ตลอดเวลาเพื่อตอบโจทย์หรือสนองความต้องการของมนุษย์ที่มีความต้องการอย่างไม่สิ้นสุดแต่การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนานั้นมีจุดอ่อนที่ด้านผลลัพธ์ของการพัฒนาจะให้ผลได้ล่าช้า และมองไม่เห็นเป็นรูปธรรมได้อย่างรวดเร็ว ซึ่งจุดอ่อนดังกล่าวนี้ทำให้คนภายนอกที่ไม่เข้าใจมองว่าการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนานั้นไม่ได้ผลที่แท้จริง (พระศักดิ์ดา

วิสุทธิญาณโณ, 2550) เหมือนกันกับ พระเกื้อพงศ์ ปิยธมโม (พิมพ์พร) ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง การศึกษาเชิงวิเคราะห์ประโยชน์ของหลักพุทธธรรม 4 ในฐานะเป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต ผลการวิจัยพบว่า 1) หลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง หลักการที่ทำให้ชีวิตดีขึ้นมีความสุข มีความสมบูรณ์ทั้งด้านสุขภาพ ได้แก่ สุขภาพกาย และสุขภาพจิต ด้านสังคม ได้แก่ วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณี และด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ การประกอบอาชีพ คือมีรายได้สามารถเลี้ยงตนเอง และครอบครัว เป็นต้น รวมทั้งมีความรู้สึกของการอยู่อย่างพอใจต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ของชีวิต และที่มีส่วนสำคัญมากที่สุด คือบุคคลสามารถดำรงตนเองให้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเอง และสังคม รู้จักการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และไม่ทำตนให้เป็นภาระที่ก่อให้เกิดปัญหาสังคม (พระเกื้อพงศ์ ปิยธมโม (พิมพ์พร), 2554) เสมือนกับการศึกษาวิจัยของพระสรชัย จกกวโร (แนบกลาง) ได้ศึกษางานวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์นาลกรณธรรมอันเป็นที่พึ่งของชีวิตในสังคมปัจจุบัน” ได้กล่าวไว้ว่า ความเป็นมาของนาลกรณธรรม เกิดขึ้นโดยพระพุทธเจ้ารับสั่งแก่พระภิกษุว่าเธอทั้งหลายจงมีตนเป็นที่พึ่งอย่ามีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง จงมีธรรมเป็นที่พึ่ง อย่ามีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่งเลย ซึ่งหมายถึงธรรมอันเป็นที่พึ่งของคนในโลกนี้ อันเป็นหลักการสำคัญของการครองชีวิต (พระสรชัย จกกวโร (แนบกลาง), 2556) และสอดคล้องกับพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้กล่าวสนับสนุนเช่นกันครั้งที่แสดงทัศนะเรื่องการพึ่งพาตนเองตามหลักเศรษฐกิจแนวพุทธ ดังความต่อไปนี้ว่า “พระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทจัดเป็นภูมิปัญญาตะวันออก ตอนนีโลกตะวันตกกำลังสับสน เกิดความอับจนในเรื่องภูมิปัญญา มีปัญหาเศรษฐกิจ เศรษฐกิจในสหรัฐอเมริกากำลังชะลอตัว เศรษฐกิจของโลกก็หยุดชะงักตามที่เป็นเช่นนี้ เพราะคิดแบบวัตถุนิยม หรือบริโภคนิยมแต่ละประเทศผลิตสินค้าเพื่อกระตุ้นต้นตอหา ไม่มีคำว่าพอเพียงในระบบเศรษฐกิจแบบทุนนิยมพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีแนวพระราชดำริเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งมีฐานมาจากหลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่สอนในเรื่องการพึ่งตน อดตา หิ อดตโน นาโถ ตนแลเป็นที่พึ่งของตน เศรษฐกิจพอเพียงสอนเรื่องการพึ่งตนเอง สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบันเป็นเพราะไม่รู้จักพอเพียง คือ ไม่รู้จักพึ่งตนเองไปกู้เงินต่างประเทศมากเกินไป ไม่มีความสันโดษ คือ ไม่พอใจตามที่มี ไม่ยินดีตามที่ได้ และไม่รู้จักคำว่าพอดี(มัตตัญญูตา) หรือทางสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทาเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงมีฐานมาจาก ภูมิปัญญาทางพุทธศาสนา เราต้องพยายามใช้ทรัพยากรในประเทศของเราเอง รู้จักคำว่าพอเพียง คือ พอใจตามมี ยินดีตามได้ ตามหลักสันโดษ โดยให้มีความสุขกาย และสุขใจไปด้วยกันหลักธรรมดังกล่าวนี้มีอยู่ในเศรษฐกิจพอเพียง (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2544).

## 7. ข้อเสนอแนะ

การศึกษาเพื่อหารูปแบบการพัฒนาชุมชนหรือการสร้างชีวิตแบบพอเพียงตามแนวนาลกรณธรรม ซึ่งผลการศึกษาได้แสดงให้เห็นถึงแนวทางการพัฒนาชุมชนตามหลักนาลกรณธรรมของชุมชนในภาคเหนือ และอาศัยอัตลักษณ์รวมทั้งปัจจัยต่าง ๆ ในการพัฒนาชุมชน จึงแสดงให้เห็นว่าเมื่อชุมชนได้นำหลักนาลกรณธรรมซึ่งเป็นหลักการทางพระพุทธศาสนามาบูรณาการกับการพัฒนาชุมชน แล้วเกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาชุมชนเป็นอย่างยิ่ง

ดังนั้นจึงจำเป็นในการนำมาสู่นโยบายเชิงปฏิบัติการของการพัฒนาชุมชนในแต่ละชุมชน ภายใต้การบริหารจัดการของหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุมชน และการนำรูปแบบการสร้างแผนชีวิตแบบพอเพียงตามแนวนาถกรณธรรมไปประยุกต์ใช้หรือบูรณาการกับการพัฒนาชุมชนอย่างเหมาะสม เพื่อการพัฒนาชุมชนที่ยั่งยืนตามหลักการทางพระพุทธศาสนาต่อไป และที่สำคัญผู้นำชุมชนควรมีบทบาทในการสนับสนุนการพัฒนา ทั้งนี้เพื่อสร้างความเข้มแข็งกับชุมชน สร้างความเป็นหนึ่งเดียวของชุมชนให้สมาชิกของชุมชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน เช่น ร่วมคิด ร่วมวางแผน ร่วมดำเนินการ ร่วมประเมินผล รักษาวิถีชีวิตดั้งเดิมของชุมชน เพื่อการพึ่งพาตนเองอย่างยั่งยืนต่อไป

### บรรณานุกรม

- พระแก้วพงศ์ ปิยธมโม พิมพ์พร. (2554). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์ประโยชน์ของหลักพุทธการธรรม 4 ในฐานะเป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิต”. *วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระธรรมเมธาภรณ์ ระเบียบ สุตญาโณ. (2542). *โลกและชีวิตในวิถีแห่งธรรม*. กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระศักดิ์ดา วิสุทธิญาโณ. (2550). “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักการพระพุทธศาสนา”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.