



กระบวนทัศน์เศรษฐกิจปรัชญาสุวรรณหุมิกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต

Suvarnabhumi Economic Paradigm and Live Quality Development

พระครูสังฆรักษ์ สุริยะ ปภสฺสโร (สพานทอง)^{1*}, พระสุทธิสารเมธี, ดร.²,

รศ.ดร.สุวิญ รักษัตย์³, พระครูวินัยธร เจริญ ทนตจิตโต, ดร.⁴

Phrakhru Sangkharak Suriya Pabhassaro (Sapanthong)¹, Dr.Phrasutthisanmethi²,

Assoc. Prof. Dr.Suwin Raksat³, Dr.Phrakhru Winaithorn Charoen Dantacitto⁴

¹⁻⁴บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

¹⁻⁴Graduate School, Mahamakut Buddhist University

*Corresponding Author's Email: suriya.pab@mbu.ac.th

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ ได้แก่ 1) เพื่อศึกษากระบวนทัศน์เศรษฐกิจสุวรรณหุมิ 2) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพชีวิต และ 3) เพื่อศึกษากระบวนทัศน์เศรษฐกิจสุวรรณหุมิกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ผลการศึกษาพบว่า จุดเปลี่ยนสำคัญของการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในสังคม และมุ่งให้ “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” พร้อมทั้งปรับเปลี่ยนวิธีการพัฒนาเป็นบูรณาการแบบองค์รวมเพื่อให้เกิดการพัฒนาที่สมดุล การพัฒนาชุมชนเมืองมากยิ่งขึ้น มีการกำหนดทิศทางการพัฒนา และกำหนดภาพความสำเร็จของการพัฒนาซึ่งทำให้ชุมชนรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของหรือเป็นผู้รับผลของการพัฒนาโดยตรง ที่สำคัญการพัฒนาทางเลือกเป็นการเคลื่อนย้ายเชิงกระบวนทัศน์ (paradigm) ของการพัฒนาจากการพัฒนากระแสหลักที่เน้น การพัฒนาทางด้านวัตถุและความเติบโตทางเศรษฐกิจ นำไปสู่แนวคิดการพัฒนามนุษย์อย่างเท่าเทียม มีส่วนร่วม และยั่งยืน ด้วยการใช้แนวทางการพัฒนาทางเลือกที่จะต้องมีการคิดเรื่องความเสมอภาคใช้กระบวนการมีส่วนร่วม สร้างความยั่งยืนทางสิ่งแวดล้อม และพัฒนาความอยู่ดีกินดีของประชาชน การพัฒนาทางเลือกมีส่วนสัมพันธ์กับปรัชญาแบบ “populist” ปรัชญา ที่เรียกร้องการกลับสู่ความเป็นชุมชน

คำสำคัญ : กระบวนทัศน์, ปรัชญาสุวรรณหุมิ, การพัฒนาคุณภาพชีวิต

ABSTRACT

This academic paper has 3 objectives: 1) to study the Suvarnabhumi economic paradigm, 2) to analyze the development of quality of life, and 3) to study the Suvarnabhumi economic paradigm and the development of quality of life. The results of the study found that : An important turning point of participation of all sectors in society and aiming to place “people as the center of development” as well as modifying the development method to be





integrated into a holistic way to achieve balanced development more urban development development direction has been established and defining the success of the development, which gives the community a sense of ownership or direct beneficiary of the development. Importantly, alternative development is a paradigm shift. (paradigm shift) of development from mainstream developments that emphasize Material development and economic growth Leading to the concept of equitable, participatory and sustainable human development by adopting alternative development approaches that require the principle of equality. Take part in the process create environmental sustainability and develop the well-being of the people The development of alternatives is associated with a “populist” philosophy, a philosophy that calls for a return to community.

Keywords : Paradigm, Suvarnabhumi Philosophy, Live Quality Development

1. บทนำ

การพัฒนาภายใต้กระบวนทัศน์ดั้งเดิมที่ยึดการเติบโตทางเศรษฐกิจเป็นสรณะหนึ่งเดียวหรือเป็นเป้าหมายหลัก มองกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ที่มุ่งคุ้มครองสิ่งแวดล้อมและสังคมว่าเป็น “อุปสรรค” ขัดขวางการพัฒนา นั้น มีข้อมูลหลักฐานมากมายทั่วโลกจนชี้ชัดแล้วว่า เป็นการพัฒนาที่ “ไม่ยั่งยืน” เนื่องจากก่อให้เกิดผลกระทบเชิงลบมากมาย ทั้งทำลายสิ่งแวดล้อมอย่างไม่บันยะบันยัง กระทบชีวิตความเป็นอยู่ของชุมชน อีกทั้งยังซ้ำเติมความเหลื่อมล้ำให้กว้างขวางขึ้นเรื่อย ๆ

ผลกระทบเชิงลบจากการพัฒนาบางครั้งต้องใช้เวลาอันยาวนาน อาจนานนับทศวรรษหรือมากกว่านั้น ก่อนที่จะปรากฏให้เห็นหรือส่งผลกระทบ เช่น ผลกระทบด้านสุขภาพจากมลพิษสะสม ด้วยเหตุนี้ แนวคิด “การพัฒนาที่ยั่งยืน” จึงให้ความสำคัญกับ “หลักความรอบคอบ” หรือ precautionary principle และ “ความยุติธรรมทางสังคม” หรือ social justice เพื่อกำกับให้รัฐหรือเอกชนคำนึงถึงทางเลือกต่าง ๆ อย่างรอบด้าน ที่สุดก่อนการตัดสินใจดำเนินโครงการ เปิดโอกาสให้ผู้มีส่วนได้เสียมีส่วนร่วมตั้งแต่เนิ่น ๆ และมีกลไกรับเรื่องร้องเรียนและกลไกเยียวยาที่มีประสิทธิภาพ (สฤณี อาชวานันทกุล, 2560) วิสัยทัศน์ในการสร้างกระบวนทัศน์ใหม่ เหตุปัจจัยอันก่อให้เกิด “ภาพของเศรษฐกิจชุมชน” ในตัวของมันเอง ภาครัฐแห่งการพัฒนาที่เป็นผลกระทบและทิศทางการพัฒนาที่ปฏิรังสรรค์กับเศรษฐกิจกระแสหลัก ยุทธศาสตร์การพัฒนาจึงมองถึงวิสัยทัศน์การสร้างกระบวนทัศน์ใหม่ของชุมชน ซึ่งมีกฎเกณฑ์แตกต่างจากการพัฒนากระแสหลัก โดยเน้นกระบวนกรเรียนรู้ของชุมชน และส่งเสริมกระบวนกรสร้างทุนชุมชนหรือทุนสังคม เป็นกระบวนกรศึกษาวิจัย ในกระบวนทัศน์ใหม่ควรเป็นการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนา โดยมีกระบวนกรผสมผสานความหลากหลายจากปัจจัยที่เป็นคุณต่อการพัฒนา เป็นกระบวนทัศน์ใหม่ที่ชุมชนเปิดรับเอาความรู้และความช่วยเหลือจากภายนอก ดังนั้นกระบวนกรผสมผสานความหลากหลายจากปัจจัยที่เป็นคุณ จะนำไปสู่ความร่วมมือพัฒนาแบบเบญจภาคีหรือพหุภาคีที่ภาคส่วนต่าง ๆ ของรัฐและเอกชนร่วมมือกับองค์กรชุมชนผลักดันให้เกิดการพัฒนาที่





ประสบความสำเร็จมีศักยภาพและมีการประสานกันวางแผนพัฒนาระดับภาค ระดับชาติ ซึ่งส่งผลกระทบต่อ การวางแผนยุทธศาสตร์การพัฒนาสังคมโดยรวม

อีกทั้งยังมีกระบวนการสร้างเครือข่ายชุมชน จะนำไปสู่กระบวนการทัศน์ใหม่ในการต่อยอดความรู้ในการ พัฒนาตนเองและเครือข่ายอยู่ตลอดเวลา นำไปสู่การยกระดับทุนที่เกิดจากการร่วมทุนกันระหว่างองค์กรชุมชน ในการสร้างธุรกิจอุตสาหกรรมชุมชนนี้ คือแนวคิดธุรกิจชุมชนและหลักคิดเศรษฐกิจชุมชน เพื่อสร้างความมั่นคง และพึ่งพิงตัวเอง โดยมีสมาชิกร่วมมือร่วมใจกันผลักดันให้การพัฒนามุ่งสู่ทิศทางใหม่ เป็นการพัฒนาแบบองค์ รวมทั้งยังเป็นหลักคิดหนึ่งที่จะพัฒนาชุมชนตาม หลักเศรษฐกิจพัฒนาปรัชญาสุวรรณภูมิ (Eco-Development Suvarnabhumi Philosophy) หลักปรัชญานี้เกิดจากการเสียสละแบ่งปัน สร้างความประเสริฐในชีวิต ใช้ปัจจัย เครื่องดำรงชีวิตเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ถึงขีดขั้นแห่งมนุษย์ที่สมบูรณ์ (สำนักงานพัฒนาเทคโนโลยีอวกาศและ ภูมิสารสนเทศ, 2562: 38)

2. กระบวนทัศน์เศรษฐกิจปรัชญาสุวรรณภูมิ

สุวรรณภูมิเป็นดินแดนซึ่งรู้จักกันแพร่หลายในหมู่ชาวอินเดีย ชาวลังกา ชาวจีน และชาวตะวันตกซึ่งแต่ ละชาติเรียกชื่อดินแดนแห่งนี้แตกต่างกันออกไป แต่ล้วนมีความหมายเช่นเดียวกันว่าเป็น “แผ่นดินทอง” ซึ่ง หมายถึง “ดินแดนที่มีความอุดมสมบูรณ์” ในพุทธศตวรรษที่ 3 สุวรรณภูมิเป็นดินแดนที่มีการเข้าไปเผยแผ่ พระพุทธศาสนา สายที่ 8 นำโดยพระโสณเถระและพระอุตตรเถระ ได้นำคำสอนทางพระพุทธศาสนา ซึ่ง เป็นอารยธรรมทางปัญญาที่มีคุณค่าควรแก่การนำไปปฏิบัติ เป็นอีกทางเลือกหนึ่งให้แก่คนพื้นเมือง ทำให้เกิด การผสมผสานดัดแปลงทั้งความเชื่อดั้งเดิม ศาสนาพราหมณ์และพระพุทธศาสนาให้กลมกลืนกัน ดังนั้นคำว่า “สุวรรณภูมิ” หรือ “สุวรรณภูมิ” หมายถึง แผ่นดินแห่งทองคำที่ครอบคลุมดินแดนตั้งแต่ส่วนที่อยู่เลยจาก อินเดียมาจนจรดถึงจีน (Beyond India before China) เป็นพื้นที่ซึ่งปรากฏในเอกสารโบราณว่ามีมาตั้งแต่ สมัยต้นพุทธกาล โดยมีผู้คนอพยพเข้ามาตั้งถิ่นฐานแล้วพัฒนาเป็นรัฐอิสระในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ดินแดนแห่งนี้มีความอุดมสมบูรณ์ เป็นแหล่งทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญและเป็นแหล่งใหญ่ของสินค้ามีค่า ซึ่ง เป็นที่ต้องการของพ่อค้าทั่วไป ได้แก่ ทองคำ เครื่องเทศ ไม้มีค่า อัญมณี และของป่า มีผู้เดินทางมาค้าขายและ อยู่อาศัย ทั้งพ่อค้า นักปกครอง นักเผชิญโชค ด้วยลักษณะทำเลที่ตั้ง ทำให้พื้นที่นี้เป็นทั้งอู่อารยธรรมและ สะพานเชื่อมการค้า การเดินทางระหว่างโลกตะวันออกและโลกตะวันตกมาตั้งแต่สมัยโบราณจนถึงปัจจุบัน และยังคงความสำคัญในบทบาทนี้ต่อเนื่องไปในอนาคต โดยกระบวนทัศน์เศรษฐกิจปรัชญาสุวรรณภูมิ เป็น กระบวนทัศน์กระแสทางเลือกใหม่ของการพัฒนาได้มุ่งเน้นการพัฒนาที่คุณค่าของความเป็นมนุษย์มากกว่าการ วัดความเจริญจากวัตถุ สิ่งของ หรือตัวเงินเพียงอย่างเดียว โดยเน้นคุณค่าภายในมากขึ้น ซึ่งเป็นคุณค่าที่แท้จริง มีความคงทน ถาวรและยั่งยืน ซึ่งในปัจจุบันประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกมีแนวโน้มที่จะนำกระบวนทัศน์ของ “**ทฤษฎี การพัฒนาทางเลือก**” เข้ามาใช้ในการพัฒนาชุมชนเมืองมากยิ่งขึ้น มีการกำหนดทิศทางการพัฒนาและกำหนด ภาพความสำเร็จของการพัฒนาซึ่งทำให้ชุมชนรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของหรือเป็นผู้รับผลของการพัฒนาโดยตรง กระบวนทัศน์ทางเลือกหนึ่งเพื่อนำไปสู่เศรษฐกิจที่มีระดับการพัฒนาที่สูงขึ้นคือ “**เศรษฐกิจสร้างสรรค์**”





(Creative Economy) ซึ่งเป็นยุทธศาสตร์ที่สำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของไทย จากการศึกษาพบว่า กระบวนทัศน์กระแสทางเลือกหนึ่งของการพัฒนา คือการปรับโครงสร้างการผลิตให้สมดุลและยั่งยืน จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อมีการพัฒนาคนและสังคมให้เชื่อมโยงกับการพัฒนาเศรษฐกิจ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ดังนั้นการกำหนดนโยบายและยุทธศาสตร์ควรพิจารณาถึงข้อเสนอแนะในการพัฒนาตามกระบวนทัศน์กระแสทางเลือกดังนี้ 1) ควรมีการจัดการองค์ความรู้เรื่องการพัฒนาเศรษฐกิจสร้างสรรค์ สร้างความพร้อมให้กับคนเป็นสำคัญ 2) การเสริมสร้างความเข้มแข็งและแนวทางผลักดันสู่การปฏิบัติที่ชัดเจน จัดระบบความพร้อมด้านองค์ความรู้และเทคโนโลยีสังคมและวัฒนธรรม 3) สร้างเศรษฐกิจสังคมสีเขียวตามแนวกระบวนทัศน์กระแสทางเลือกที่สามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน

สุวรรณภูมิเป็นดินแดนซึ่งรับรู้กันโดยทั่วไปในโลกยุคโบราณ โดยตั้งอยู่ระหว่างจีนและอินเดีย ในฐานะเป็นสะพานเชื่อมโลก เต็มไปด้วยของดีมีค่าหายาก เช่น ทองคำ เงิน หินมีค่า แร่โลหะบางชนิด ไม้หอม เป็นชุมทางการค้าสำคัญของโลก ซึ่งสินค้าที่คนในดินแดนสุวรรณภูมิต้องการ คือ เครื่องมือเครื่องใช้ที่ทำด้วยโลหะเช่น มีด พรำ หอก ภาชนะต่าง ๆ เช่น ตะเกียง หม้อ ชัน พาน ฯลฯ ตลอดจนเสื้อผ้า รูปเคารพทางศาสนา เครื่องประดับ เช่น ลูกปัด และอื่น ๆ เป็นดินแดนที่มีการแลกเปลี่ยนวิทยาการและเทคโนโลยี เป็นแหล่งผลิตผลจากป่า เช่น งาช้าง นอแรด หนังสัตว์ต่าง ๆ และผลิตผลทางการเกษตร เช่น ข้าว และเป็นอีกหนึ่งอารยธรรมของโลก ซึ่งนอกเหนือไปจากจีนและอินเดียสุวรรณภูมิเป็นชื่อเรียกดินแดนที่มีการกล่าวถึงในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ส่วนมากปรากฏในคัมภีร์อรุทธกถาขตก แต่มีปรากฏในคัมภีร์อื่น ๆ ด้วย และทั้งปรากฏในหลักฐานต่าง ๆ ทั้งของชาวอินเดีย ชาวลังกาชาวดะวันตก ชาวอาหรับ และชาวจีน มานานนับพันปี ซึ่งแต่ละชาติเรียกชื่อดินแดนแห่งนี้แตกต่างกันออกไปแต่ก็ล้วนมีความหมายไปในทางเดียวกันว่าเป็น “แผ่นดินทอง” บทความนี้ ศึกษาสุวรรณภูมิในมิติทางความเชื่อและศาสนา โดยเชื่อมโยงกับประเด็นต่าง ๆ คือ สถานที่ตั้งของสุวรรณภูมิ สุวรรณภูมิในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา การเผยแผ่พระพุทธศาสนาในสุวรรณภูมิในพุทธศตวรรษที่ 3 และเนื้อหาสาระของพระสูตรที่คณะพระสมณทูตทั้ง 9 สาย ได้เลือกนำมาแสดงแก่คนพื้นเมือง (มานพ นักรเรียน, บานชื่น นักรเรียน และฉัฐศุภางค์ สารมาศ, 2564: 43-44)

3. กระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิต

ความหมายคุณภาพชีวิต พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน ปี 2525 ได้ให้ความหมาย คุณภาพชีวิตว่า ประกอบด้วย คำ 2 คำ คือ “คุณภาพ” หมายถึง ลักษณะความดีประจำตัวของบุคคลหรือสิ่งของ และ “ชีวิต” หมายถึง ความเป็นอยู่ ดังนั้น คุณภาพชีวิต จึงหมายถึง ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล (พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2525; โอแรน Oram, 1985: 179) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตมีความหมายเช่นเดียวกับความผาสุก ซึ่งเป็นการรับรู้ของบุคคลต่อการมีชีวิตอยู่ตามประสบการณ์ของความพึงพอใจ ความรู้สึก เป็นความสุขภายในจิตใจ และการทำงานมีความสำคัญต่อชีวิตมนุษย์เป็นอย่างยิ่ง อาจกล่าวได้ว่าการทำงานเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตที่ปฏิบัติมากกว่ากิจกรรมใด ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมอุตสาหกรรม คาดกันว่ามนุษย์ได้ใช้เวลาถึงหนึ่งในสามของชีวิตเป็นอย่างน้อยอยู่ในโรงงานหรือสำนักงาน และยังเชื่อว่าในอนาคตอันใกล้นี้ มนุษย์





จำเป็นต้องใช้เวลาของชีวิตเกี่ยวข้องกับการทำงานเพิ่มขึ้นไปอีก ซึ่งคนวัยแรงงานเป็นกลุ่มคนกลุ่มใหญ่ที่สุดของโครงสร้างประชากรไทย เป็นกลุ่มคนที่เป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ จึงเป็นกลุ่มประชากรที่ภาครัฐและเอกชนให้ความสำคัญไม่เพียงในการพัฒนาศักยภาพแต่รวมถึงคุณภาพชีวิตที่ดีด้วย ซึ่งกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงานนั้นประกอบด้วย 6 ประการดังนี้

3.1 การกำหนดผู้รับผิดชอบในการดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงาน

3.2 การสำรวจและเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อประเมินคุณภาพชีวิตการทำงานของบุคลากรในองค์กร เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจของบุคลากรในด้านต่าง ๆ และข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงและทำให้ทราบปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตในการทำงาน

3.3 นำข้อมูลที่ได้จากการสำรวจมาจัดลำดับความสำคัญเพื่อปรับปรุงปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตในการทำงาน

3.4 วางแผนการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงาน ซึ่งควรจัดทำทั้งแผนระยะยาวและแผนประจำปี เพื่อเป็นกรอบในการดำเนินการและติดตามความก้าวหน้า โดยในแผนควรประกอบด้วยขั้นตอนการดำเนินการระยะยาว ผู้รับผิดชอบ ดัชนีความก้าวหน้า

3.5 การดำเนินการตามแผน ควรสื่อสารการสร้าง ความเข้าใจให้บุคลากรทราบถึงเจตนารมณ์และความมุ่งมั่นในการดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงาน เพื่อให้เกิดความเข้าใจร่วมกันระหว่างองค์กรและบุคลากร

3.6 ติดตามและประเมินผลการดำเนินการ เพื่อเป็นข้อเสนอแนะในการปรับปรุงและพัฒนาอย่างต่อเนื่องต่อไป

หัวใจสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานให้ประสบความสำเร็จ เริ่มต้นจากเราจะต้องศึกษาและเข้าใจความหมายของคุณภาพชีวิตการทำงาน ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิต และฝึกฝนทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานในอนาคตก่อน หลังจากนั้นต้องเข้าใจกระบวนการดำเนินการโดยอาศัยเทคนิคในการพัฒนาตนเอง เพื่อให้สามารถพัฒนาตนเองหรือคนในองค์กรให้สามารถรับมือกับสถานการณ์ในอนาคตได้ นอกจากนี้ความมุ่งมั่นของผู้บริหารสูงสุด การมีส่วนร่วมของบุคลากรในการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานให้เกิดขึ้นในองค์กรนั้น ต้องอาศัยความร่วมมือกันระหว่างบุคลากรทุกระดับเพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างเป็นระบบ และการทบทวนปรับปรุงและพัฒนาอย่างต่อเนื่องจึงจะประสบความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงานและสร้างความผูกพันในองค์กรให้เกิดขึ้นได้อย่างจริงจัง พร้อมรับมือกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้อย่างมั่นคง กล่าวโดยสรุปแล้ว คุณภาพชีวิต หมายถึง การมีชีวิตที่สุขสบายหรือมีความสุข และการที่ชีวิตจะมีความสุขหรือมีความสุขได้นั้น จะต้องประกอบด้วยองค์ประกอบทั้ง เชิงวัตถุวิสัย (Objective) ได้แก่ ปัจจัยพื้นฐานสำหรับการดำรงชีวิต ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง สิ่งแวดล้อม และเชิงจิตวิสัย (Subjective) ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความพึงพอใจในชีวิต





4. องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต

ฟลานาแกน(Flanagan, 1987, 138-147) กล่าวถึง องค์ประกอบของคุณภาพชีวิตอันเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์จำแนกได้ 5 ประการ ได้แก่

- 4.1 มีความสุขสบายทั้งทางด้านร่างกาย และวัตถุ ทางด้านร่างกาย ได้แก่ การมีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ทางด้านวัตถุ ได้แก่ การมีบ้านน่าวอยู่ มีอาหารที่ดี มีเครื่องอำนวยความสะดวก
- 4.2 มีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น เช่น ความสัมพันธ์กับคู่สมรส บิดามารดา ญาติพี่น้องเพื่อนฝูง และบุคคลอื่น ๆ นอกจากนี้ การมีบุตรและการเลี้ยงดูบุตรก็ถือเป็นความสัมพันธ์ด้านนี้ด้วย
- 4.3 การมีกิจกรรมในสังคมและชุมชน การได้มีโอกาสช่วยเหลือและสนับสนุนผู้อื่นในสังคม
- 4.4 มีพัฒนาการด้านบุคลิกภาพ และมีความสำเร็จอย่างสมบูรณ์ตามพัฒนาการ เช่น การมีพัฒนาการทางสติปัญญา การเรียนรู้ และสนใจการเรียนรู้ การเข้าใจตนเอง รู้จุดบกพร่องของตน มีงานที่น่าสนใจทำ ได้รับผลตอบแทนที่ดี และการแสดงออกในทางสร้างสรรค์
- 4.5 มีสันถนาการ เช่น อ่านหนังสือ ฟังดนตรี ดูกีฬา และสิ่งบันเทิงอื่น ๆ และมีส่วนร่วมในสังคมจะเห็นได้ว่า องค์ประกอบของคุณภาพชีวิต ประกอบด้วยปัจจัยทั้งด้านตนเอง และสังคมรอบ ๆ ตัวที่มีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน



อ้างอิงข้อมูล : www.kapook.com

เรียบเรียงโดย : สุภาชิตอัฟริกา

5. การพัฒนาตนสู่คุณภาพชีวิตที่ดี หรือชีวิตผาสุก

การมีชีวิตหรือใช้ชีวิตให้มีคุณภาพหรือความผาสุกของชีวิต ย่อมเป็นสิ่งที่ปรารถนาของทุกคน และสังคม เพื่อให้การดำรงอยู่มีความสุข สงบร่วมกัน ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิต จึงเป็นการพัฒนาที่เริ่มต้นจากการพัฒนาตนเองเพื่อให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ปรับปรุงการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องและรองรับกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งมีแนวทางในการพัฒนา ดังต่อไปนี้





5.1 การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ได้แก่ การให้ความสำคัญกับสุขภาพ รู้จักบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะและครบ 5 หมู่ หาเวลาพักผ่อนและออกกำลังกายเป็นประจำ เพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์

5.2 การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านอารมณ์ เป็นการสร้างเสริมสุขภาพจิตที่ดี รู้จักควบคุมอารมณ์โดยการ หมั่นฝึกให้ทาน การทำงานอดิเรก การเข้าร่วมกิจกรรมสันตนาการ การฝึกสมาธิ เป็นต้น

5.3 การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสังคม เป็นการสร้างการยอมรับ และยกย่องจากสังคม ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ๆ หรือจากหน่วยงานต่าง ๆ ที่จัดขึ้น การใช้เวลาวางบำเพ็ญประโยชน์เพื่อชุมชน และการปฏิบัติตนโดยยึดหลักคุณธรรม จริยธรรม เป็นต้น

5.4 การพัฒนาคุณภาพชีวิตทางด้านสติปัญญา เป็นการเพิ่มทักษะทางด้านความรู้ให้กับตนเอง อาทิ เช่น การอ่านหนังสือ การเข้ารับการอบรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ ทักษะและประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ การศึกษาข้อมูลด้วยตนเองจากสื่อสารสนเทศ วิทยุ โทรศัพท์ อินเทอร์เน็ต รวมไปถึงการหัดสังเกตและติดตามการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม เป็นต้น นอกจากนั้นแล้วการศึกษาก็นับว่าเป็นตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตอีกข้อที่สำคัญ เพราะทั่วโลกจะถือว่า “ประเทศที่มีอัตราการศึกษาของประชากรภายในประเทศอยู่ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสูงนั้น ย่อมถือว่า ประชากรในประเทศนั้นมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วย” เช่น ประเทศ สหรัฐอเมริกา แคนาดา อังกฤษ เป็นต้น

จุดเริ่มต้นที่ดีในการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงาน คือ การเปิดใจยอมรับตนเอง การมีความพร้อมในการศึกษาเรียนรู้และมีสติตั้งรับกับการเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นในอนาคตอยู่เสมอ จะช่วยให้คุณสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ๆ ในสังคมได้อย่างมีความสุข นอกจากนี้ยังมีเทคนิคในการพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้น 6 ประการ ดังต่อไปนี้

1. วางแผนล่วงหน้า เพราะความสำเร็จที่ได้มาส่วนใหญ่มักจะมาจากแผนงานที่ชัดเจน มีวัตถุประสงค์เป้าหมาย กำหนดระยะเวลารูปแบบของกิจกรรม ขั้นตอนการดำเนินงาน นอกจากนั้นแล้วหลังจากสิ้นสุดใน ทุก ๆ กิจกรรมควรมีการวัดและประเมินผลตรวจสอบเพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงและแก้ไขสำหรับ แผนงานครั้งใหม่ในคราวหน้าต่อไป

2. ขจัดความขี้เกียจ เพราะความขี้เกียจนี้แหละเป็นอุปสรรคสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิต เมื่อปล่อยให้ ความขี้เกียจเข้ามาเยือนแล้วก็ยากเหลือเกินที่จะสลัดมันออกไป เพราะฉะนั้นเราจึงควรสกัดความขี้เกียจนี้ ตั้งแต่เริ่มต้น โดยการไม่ผัดวันประกันพรุ่ง และควรลงมือปฏิบัติทันทีเมื่อพร้อม

3. ฝึกนิสัยประหยัด อดออม เพราะการใช้จ่ายที่ถูกวิธีและสมควรแก่ฐานะนั้น เป็นการสร้างระเบียบวินัย ขึ้นพื้นฐานให้แก่ตนเองและยังใช้เป็นหลักประกันที่แน่นอนเมื่อถึงคราวคับขันเร่งด่วนอีกด้วย

4. หัดคิดในมุมสร้างสรรค์ เป็นการคิดเชิงบวก คิดแต่เรื่องที่ดีงาม มองปัญหาต่าง ๆ ให้เป็นเรื่องเล็กที่สามารถ แก้ไขได้ การหัดเปิดมุมมองใหม่ ๆ กับสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รายล้อมรอบ ๆ ตัวนั้น เป็นการพัฒนากระบวนการทาง ความคิดและสร้างทัศนคติที่ดีให้เกิดขึ้น หลีกเลียงการมองตนเองเป็นศูนย์กลาง พร้อมกันนั้น ควรหัดรับฟัง ให้มากและสละเวลาบางส่วนแลกเปลี่ยนเสวนาแสดงความคิดเห็นกับผู้อื่นอยู่เสมอ





5. ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ เปรียบเสมือนกับบททดสอบบทหนึ่ง ที่จะนำทางเราสู่ความสำเร็จ เมื่อเราคิดจะลงมือทำการสิ่งใด ควรตั้งรับและเตรียมใจไว้ว่า “ทางเดินสู่ความสำเร็จนั้น ย่อมต้องมี อุปสรรคขวากหนามเป็นเพื่อนร่วมเดินทางด้วยเสมอ” ปัญหาทุกปัญหาจึงมาพร้อม ๆ กับการความสำเร็จ และเมื่อใดที่เราพบกับความสำเร็จ เราจะรู้ว่า “ไม่ว่าจะอีกกี่สิบปัญหาในภายหน้า เราก็จะสามารถผ่านพ้นมันไปได้ เหมือนอย่างคราวนี้เช่นกัน”

6. เคารพตนเอง โดยเชื่อมั่นในความสามารถให้โอกาสตนเองในการกล้าลองผิดลองถูก เพราะ ผู้ที่สามารถยึดหยัดอยู่บนความสำเร็จนั้นได้ ล้วนแล้วแต่ผ่านบททดสอบ ปัญหา และอุปสรรคต่าง ๆ มานับไม่ถ้วน

6. องค์ประกอบการพัฒนาที่ยั่งยืน

ในการศึกษาแนวคิดและองค์ประกอบการพัฒนาที่ยั่งยืน มีนักวิชาการในหลากหลายสาขาและสถาบันต่าง ๆ ได้ให้ความหมายและองค์ประกอบการพัฒนาที่ยั่งยืนไว้ในลักษณะที่คล้ายคลึงกัน เช่น (กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม, 2556, 12) กล่าวว่า การพัฒนาที่ยั่งยืน คือการพัฒนาที่เน้นให้มนุษย์คำนึงถึงขีดจำกัดของทรัพยากรธรรมชาติบนโลก และให้มีการดำเนินการพัฒนาควบคู่ไปกับการอนุรักษ์และฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยให้เป็นการพัฒนาที่ตอบสนองความต้องการของคนทั้งในยุคปัจจุบัน และยุคต่อ ๆ ไป อย่างเท่าเทียมกัน

หลักการสำคัญของการพัฒนาที่ยั่งยืน คือ การสร้างสมดุลระหว่าง 3 มิติของการพัฒนาอันได้แก่

6.1 มิติการพัฒนาเศรษฐกิจที่ยั่งยืน ซึ่งเป็นการพัฒนาเศรษฐกิจให้เจริญเติบโตอย่างมีคุณภาพ กระจายรายได้ให้เอื้อประโยชน์ต่อคนส่วนใหญ่ในสังคม โดยเฉพาะคนที่มีรายได้น้อย

6.2 มิติการพัฒนาสังคมที่ยั่งยืน ซึ่งเป็นการพัฒนาคนให้มีความรู้ มีสมรรถนะและมีผลิตภาพสูงขึ้น ส่งเสริมให้เกิดสังคมที่มีคุณภาพ และเป็นสังคมแห่งการเรียนรู้

6.3 มิติพัฒนาสิ่งแวดล้อมที่ยั่งยืน ซึ่งเป็นการใช้ทรัพยากรธรรมชาติในปริมาณที่ระบบนิเวศสามารถฟื้นตัวกลับสู่สภาพเดิมได้ การปล่อยมลพิษออกสู่สิ่งแวดล้อมในระดับที่ระบบนิเวศสามารถดูดซับและทลายมลพิษนั้นได้ โดยให้สามารถผลิตมาทดแทนทรัพยากร ประเภทที่ใช้แล้วหมดไปได้แนวคิดและองค์ประกอบการพัฒนาที่ยั่งยืนข้างต้นสอดคล้องกับแนวคิดของ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2552) ซึ่งกล่าวว่า กระแสในการพัฒนาแบบใหม่มี 2 กระแส กระแสแรกเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืนตามแนวคิดของคณะกรรมการโลกว่าด้วยสิ่งแวดล้อมและการพัฒนา(CSD) คือมุ่งพัฒนาควบคู่ไปกับการให้ความสำคัญแก่สิ่งแวดล้อมอันเนื่องมาจากการเพิ่มจำนวนประชากร ส่งผลให้เกิดปัญหาทรัพยากรย่อยเหือด และการเกิดมลภาวะ กระแสที่สองคือ การพัฒนาตามแนวคิดของยูเนสโก (UNESCO) ที่ให้ความสำคัญแก่คุณค่าของมนุษย์และวัฒนธรรม ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนา สำหรับชาวพุทธแล้ว การพัฒนาที่ยั่งยืนควรเป็นการพัฒนาเพื่อสร้างสังคมที่ยั่งยืน ควบคู่กับตอบสนองความต้องการของตนได้ โดยไม่ส่งผลกระทบต่อสัตว์โลก และประชาชนรุ่นต่อ ๆ ไปในอนาคตต้องเดือดร้อน นั่นหมายความว่า การทำกิจกรรมของมนุษย์ต้องสอดคล้องกับกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ ต้องบูรณาการทั้งเศรษฐกิจและธรรมชาติเข้าด้วยกัน เพื่อจะพิทักษ์รักษา





ทรัพยากรธรรมชาติ และกำจัดความยากจนออกไป ดังนั้น การพัฒนาที่ยั่งยืนจึงมีแนวทางสรุปได้ ดังนี้ (1) ต้องมีการวางนโยบายประชากรให้เหมาะสม เช่น ควบคุมจำนวนประชากรด้วยการวางแผนครอบครัว ในการแก้ปัญหาประชากรที่สำคัญอย่างหนึ่งคือการแก้ปัญหาทางการศึกษาเพราะจะครอบคลุมไปถึงการแก้ปัญหา ด้านอื่น ๆ ทั้งหมด ทั้งปัญหาความยากจน สาธารณสุขตลอดจนการอนุรักษ์ธรรมชาติ (2) ต้องอนุรักษ์หรือสงวน ทรัพยากร สิ่งแวดล้อม ใช้ทรัพยากรอย่างประหยัดและอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสามารถ ดำเนินการได้หลายวิธี เช่น การประกาศพื้นที่เป็นป่าสงวนวนอุทยานอุทยานแห่งชาติ เขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่า การฟื้นฟูแหล่ง ธรรมชาติที่เสื่อมโทรม การรักษาดิน น้ำ และอากาศให้ปลอดภัยและมีมลภาวะ โดยสอดคล้องกับแนวคิด ของ (นิตยา กมลวิทนินดา, 2546: 14) ได้ให้แนวคิดว่าการพัฒนาที่ยั่งยืนเป็นการพัฒนาที่ดำเนินไปโดยคำนึงถึง ชีตจำกัดของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และการตอบสนองความต้องการในปัจจุบันโดยไม่ส่งผลเสีย ต่อความต้องการในอนาคต เป็นการพัฒนาที่คำนึงถึงความเป็น “องค์รวม” คือ การกระทำสิ่งใดต้องคำนึงถึง ผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับสิ่งอื่น ๆ ซึ่งการพัฒนาตามแนวคิดนี้ ยึดหลักความรอบคอบ และค่อยเป็นค่อยไป รวมทั้งเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืนไม่ได้ปฏิเสธ “ระบบเทคโนโลยี” เพียงแต่ต้องคำนึงว่าเทคโนโลยีที่นำมาใช้นั้น เป็นไปในทางสร้างสรรค์หรือทำลาย

7. บทสรุป

กระบวนการทัศน์เศรษฐกิจปรัชญาสุวรรณภูมิกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งสามารถทำให้ทราบว่าการพัฒนา กระบวนการทัศน์ของระบบทุนนิยมในสังคม ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านวิถีคิดและวิถีชีวิตของคนในปัจจุบันอย่างมากมาย โดยระดับความมากมาย ขึ้นอยู่กับว่า บุคคลนั้นได้รับอิทธิพลจากระบบนี้มากน้อยเพียงไร เช่น หากบุคคลนั้นอาศัยอยู่ในเมือง ย่อมได้รับผลมากกว่าอยู่ต่างจังหวัด เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงวิถีคิดและวิถี ชีวิตนั้น นอกจากนำความเจริญทางด้านวัตถุที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วแล้ว ก็สร้างปัญหาต่าง ๆ ตามมาเช่นกัน ได้แก่ การทำลายทรัพยากรธรรมชาติอย่างมากมาย ความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงทรัพยากร ทั้งเพื่อการผลิตและ การบริโภค โดยในขณะที่คนกลุ่มหนึ่งสามารถเข้าถึงทรัพยากรได้แทบจะทุกอย่าง แต่คนอีกกลุ่มหนึ่งกลับไม่มีแม้โอกาสที่จะเข้าถึงกระทั่งทรัพยากรที่เป็นปัจจัยพื้นฐานจำเป็นต่อชีวิต ดังนั้นในกระบวนการผลิตและการ บริโภค ในหลักของเศรษฐศาสตร์แนวพุทธจะมองตามความจริงของธรรมชาตินั้นคือมีการผลิต การบริโภค ย่อมจะมีของเสียตามมา ทำให้วิเคราะห์การผลิตและการบริโภคได้ตามความจริง ไขปัญญาในการเชื่อมโยงการผลิต และการบริโภค และไขปัญญาในการจัดสรรทรัพยากรอันจำกัด เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด

8. บรรณานุกรม

- กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม. (2556). *คู่มือโครงสร้างและตำแหน่งข้าราชการ กระทรวง ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม*. กรุงเทพมหานคร : ไอเดีย สแควร์.
- คุศิรินันท์ กิตติสุขสถิต, เฉลิมพล แจ่มจันทร์, กาญจนา ตั้งชลทิพย์ และ จรัมพร ไหล่ลายอง. (2555). *คุณภาพชีวิตการทำงานและความสุข*. นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.





- นิตยา กมลัทธินิตา. (2546). บริบทไทยว่าด้วยการพัฒนาที่ยั่งยืน. *วารสารเศรษฐกิจและสังคม*. 40(2), 14-20.
- มานพ นักการเรียน, บานชื่น นักการเรียน และฉัฐสุรางค์ สารมาศ. (2564). สุวรรณภูมิ : วิเคราะห์มิติทาง
ความเชื่อและศาสนา, *วารสารวิชาการโรงเรียนนายเรือด้านสังคมศาสตร์มนุษยศาสตร์และ
ศึกษาศาสตร์*. 8(1), 43-44.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2552). การพัฒนาที่ยั่งยืน. (พิมพ์ครั้งที่ 12), กรุงเทพฯ : มูลนิธิ
โกมลคีมทอง.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2530). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนา
พานิช.
- สำนักงานพัฒนาเทคโนโลยีอวกาศและภูมิสารสนเทศ (องค์การมหาชน), *โครงการสุวรรณภูมิ : ภูมิอารยธรรม
เชื่อมโยงโลก*, กรุงเทพฯ : บริษัท ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์ จำกัด (มหาชน).
- สถณี อาชวานันทกุล และ ภัทราพร แยมละออ. (2560). *คู่มือการประเมินผลลัพธ์ทางสังคมและผลตอบแทน
ทางสังคมจากการลงทุน = Handbook for social impact assessment and social return
oninvestment*, พิมพ์ลักษณ์, กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุน การวิจัย (สกว.).
- Flanagan J. C. (1978). “ A research approach to improving our quality of life. ” ,
AmericanPsychologist, 3, 138–147.
- Orem. (1985). *D.D. Nursing Concepts of Practice*. 3rd ed. New York : McGraw-HillBook Company.
- รศ.ดร.พสุ เดชะรินทร์. (2563). *ทักษะแห่งอนาคต กับ การศึกษาของไทย*. สืบค้นเมื่อ 11 มีนาคม 2565, จาก
<https://www.bangkokbiznews.com/blogs/columnist/126600>.

