

## คติชนประเภทภาษิตของชาวล้านนาที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

### Lanna Proverb Folklore Used for Improving the Quality of Life

Received: May 30, 2022

Revised: June 27, 2022

Accepted: July 26, 2022

เบญจศักดิ์ เจริญมหาวิทยาลัย<sup>1</sup>

Benjapak Charoenmahavit

#### บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มุ่งศึกษาคติชนประเภทภาษิตของชาวล้านนาที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยใช้วิธีศึกษาจากเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้รู้หรือปราชญ์ชาวบ้านจำนวน 5 คน ผลการศึกษาพบว่า คติชนประเภทภาษิตของชาวล้านนาได้รับอิทธิพลมาจากความเชื่อ ความศรัทธาและความผูกพันที่ชาวล้านนามีต่อพระพุทธศาสนา โดยคำสอนทางพระพุทธศาสนาได้ฝังรากลึกลงสู่จิตใจของชาวล้านนาอย่างแนบแน่น หลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาได้สะท้อนภาพให้เห็นจากภาษิตคำสอนที่ชาวล้านนายึดถือและปฏิบัติตามอย่างเหนียวแน่น ภาษิตของชาวล้านนาที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1) ภาษิตที่ใช้พัฒนาด้านทัศนคติ การเข้าใจโลก และการคิดเหตุผล ความเป็นจริง มีจำนวนทั้งสิ้น 239 ภาษิต 2) ภาษิตที่ใช้พัฒนาด้านสภาพความเป็นอยู่ ทักษะ และภูมิปัญญา มีจำนวนทั้งสิ้น 125 ภาษิต 3) ภาษิตที่พัฒนาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม บุคลิกภาพ การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเชื่อ ลัทธิ และศาสนา มีจำนวนทั้งสิ้น 84 ภาษิต และ 4) ภาษิตที่ใช้พัฒนาด้านอัตลักษณ์ การรักษาขนบประเพณีวัฒนธรรม ภาษา การอนุรักษ์ของโบราณ และความภาคภูมิใจในอัตลักษณ์ของตน มีจำนวนทั้งสิ้น 53 ภาษิต

**คำสำคัญ:** คติชน, ภาษิตล้านนา, คุณภาพชีวิต

#### ABSTRACT

In this research investigation, the researcher examines the folklore of the type of Lanna proverbs used for improving the quality of life. The study was conducted using the techniques of documentary research and in-depth interview with five knowledgeable persons or local wisemen.

<sup>1</sup> อาจารย์ประจำสาขาวิชาคติชนวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง; Lecturer, Department of Folklore, Faculty of Humanities Science, Ramkhamhaeng University: E-mail: Benjapak99@gmail.com

Findings show that Lanna proverb folklore is influenced by belief, faith, and the engagement that Lanna people have towards Buddhism. Buddhist preachings continue to be deeply rooted in the souls of Lanna people. Buddhist principles reflect the proverbs Lanna people adhere to and tightly practice. Lanna proverbs used for improving the quality of life are in the following four aspects. 1) Proverbs used for improving attitudes, understanding the world, and rational thinking consist of 239 proverbs. 2) Proverbs used for improving living conditions, skills, and wisdom consist of 125 proverbs. 3) Proverbs used for improving social relations, personality, adaptation, public mind, beliefs, creeds, and religion consist of 84 proverbs. 4) Proverbs used for improving identity, preserving traditions, culture, language, conserving antiques, and pride in self-identity consist of 53 proverbs.

**Keywords:** Folklore, Lanna Proverbs, Quality of Life

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

คติชนประเภทภาษา (Verbal Folklore) แบ่งเป็นชนิดย่อย ๆ ได้หลายชนิด ได้แก่ ภาษิต คำกล่าว คำสอน คำปริศนา บทสวด คำสาปแช่ง เรื่องขำขัน คำขวัญ คำปลุกใจ คำสวดดี คำแสดงความยินดี ลำนำ และบทเพลง เป็นต้น ในบรรดาคติชนประเภทภาษาดังกล่าวนี้ ภาษิตนับว่าเป็นคติชนประเภทหนึ่งที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อวิถีชีวิตของบุคคลในสังคมต่าง ๆ เพราะมีการใช้ภาษิตเป็นคำสอน และข้อเตือนใจบุคคลในการดำเนินวิถีชีวิต เพื่อให้บุคคลดำเนินชีวิตไปตามแบบแผนของสังคมได้อย่างเหมาะสม และเป็นที่ยอมรับของสังคมหรือชุมชนนั้น ๆ โดยภาษิตเป็นคติชนด้านภาษาที่ประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 3 ส่วน คือ 1) ข้อเท็จจริง หรือความเป็นจริง (Truth And Fact) 2) จริยธรรม และภูมิปัญญา (Morality and Wisdom) หรือหลักปฏิบัติที่มีรากฐานมาจากอดีต และ 3) ถ้อยคำ (Verbal) ที่ชัดเจน กระชับรัด ก็นใจ สะกิดใจ จำง่าย หรือสละสลวย ดังนั้น ภาษิตจึงมีความสำคัญเปรียบเสมือนอัญมณีแห่งภูมิปัญญาที่มีการนำมาใช้เพื่อสื่อถึงความรู้ทางปฏิบัติ (Practical Knowledge) และเป็นความจริงอันสำคัญที่เต็มไปด้วยประสบการณ์และความคิดอันลึกซึ้ง รวมทั้งเป็นส่วนผสมระหว่างภูมิปัญญาและปรัชญา นอกจากนี้ภาษิตยังเป็นเครื่องมือที่มีอำนาจและประสิทธิผลในการแพร่ขยายวัฒนธรรม จริยธรรมทางสังคม ท่าทาง และความคิดของมนุษย์จากกลุ่มหนึ่งไปสู่อีกกลุ่มหนึ่ง เหตุผลที่อยู่เบื้องหลังของประสิทธิภาพดังกล่าวก็เพราะว่าภาษิตเป็นคำกล่าวของปราชญ์หรือผู้ที่มีประสบการณ์ที่สะท้อนให้เห็นถึงคุณค่าทางสังคม และความรู้สึกนึกคิดของมนุษย์ (Tosam, 2014) นอกจากนี้ภาษิตยังมีอิทธิพลอย่างมากต่อวิถีชีวิตของผู้คนเพราะเป็นถ้อยคำกล่าวเกี่ยวข้องกับศาสนาและวัฒนธรรม ที่แฝงความหมายอันลึกซึ้งซึ่งจะช่วยสอนให้บุคคลมีการดำเนินชีวิตได้อย่างมีสติ และประพฤติอยู่ในศีลธรรมอันดีคติชนประเภทภาษิตจึง

สามารถนำไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในแต่ละท้องถิ่นได้ เนื่องจากคติชนประเภทภาษิตมีบทบาทในการอบรมระเบียบสังคมและรักษาบรรทัดฐานของสังคม บทบาทดังกล่าวนี้มีความสัมพันธ์โดยตรงไปตรงมากับการพัฒนาคุณภาพชีวิต (ศิริพร ณ ถลาง, 2559, น. 392)

ชาติไทยเป็นชาติที่มีภาษาพูดและภาษาเขียนเป็นของตนเอง ประกอบกับการที่คนไทยส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธซึ่งเป็นศาสนาที่มีหลักธรรมคำสอนละเอียดลึกซึ้ง และหลักธรรมคำสอนก็เป็นพื้นฐานของวิถีชีวิตคนไทยมาช้านาน จึงทำให้คนไทยมีภาษิตที่เป็นคำสอนและคติเตือนใจอย่างมากมาย โดยเฉพาะภาษิตที่มาจากหลักพุทธธรรมซึ่งมักนิยมเรียกว่า “พุทธภาษิต” (Buddha's Proverbs) หรือแม้แต่ภาษิตที่คนไทยในอดีตบัญญัติขึ้นมา ก็มักจะมีพื้นฐานมาจากหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาแทบทั้งสิ้น แต่อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าคำภาษิตจะมีพื้นฐานมาจากหลักธรรมทางพุทธศาสนาภาษิตของไทยก็มีความแตกต่างกันไปตามแต่ละบริบทของภูมิภาคด้วย กล่าวคือ ภาษิตของคนไทยภาคเหนือ ภาคอีสาน ภาคกลาง และภาคใต้จะมีความแตกต่างกันไป รวมทั้งการได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมภายนอกก็ส่งผลให้ภาษิตมีความแตกต่างกันไปด้วย เช่น ภาษิตของภาคเหนือ จะได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมชาวเขา พม่า และลาว ภาษิตของภาคใต้ได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมของมาเลเซีย อินโดนีเซีย และศาสนาอิสลาม ภาษิตของภาคอีสานจะได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมของกัมพูชา เวียดนาม และลาว (พิชญ์ จันทวิทัน, 2556) แต่ไม่ว่าภาษิตไทย (Thai Proverbs) จะได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมภายนอกจากแหล่งใด และอย่างไร ภาษิตไทยก็เป็นคติชนที่มีอิทธิพลต่อวิถีการดำเนินชีวิตของคนไทยในท้องถิ่นนับตั้งแต่อดีตราบจนกระทั่งถึงปัจจุบัน

จากความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาภาษิตไทยที่มีการนำมาประยุกต์ใช้ในวิถีการดำเนินชีวิต โดยมุ่งศึกษาภาษิตของคนไทยภาคเหนือหรือภาษิตล้านนาว่าสามารถนำมาใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตด้านใดได้บ้าง การที่เลือกศึกษาภาษิตล้านนาก็เนื่องจากภาคเหนือมีความโดดเด่นตรงที่มีภาษาเป็นของตนเอง ทั้งภาษาพูดและภาษาเขียน (อักษรล้านนา) ซึ่งทำให้มีการบัญญัติภาษิตขึ้นมากมาย ในบรรดาภาษิตเหล่านั้น ส่วนมากก็มีความสำคัญต่อวิถีดำเนินชีวิตของชาวล้านนาในอดีตแทบทั้งสิ้น เพราะได้นำมาใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งด้านทัศนคติ ด้านสภาพความเป็นอยู่ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านอัตลักษณ์สืบเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน และในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยจะจำแนกภาษิตล้านนาที่มีการนำมาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตออกเป็น 4 ประเภท (Dorson, 1971, pp. 40-42) ได้แก่ 1) การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านทัศนคติและการเข้าใจสิ่งต่าง ๆ (Attitude And Intuition) เช่น ความมีเหตุผล ความเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง และนำไปสู่การคิดเชิงระบบ (System Thinking) (2) ภาษิตที่ใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสภาพความเป็นอยู่ (Being or Life Style) ซึ่งเกี่ยวกับการพัฒนาด้านทักษะ ภูมิปัญญา การประกอบอาชีพ สิ่งประดิษฐ์ และศิลปะ (3) ภาษิตที่ใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social Relationships) เกี่ยวกับมารยาทสังคม การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเมตตากรุณา ความอ่อนโยน เพื่อแผ้ว ความเสียสละ ความเชื่อ ลัทธิ และศาสนา และ 4) ภาษิตที่ใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตด้านภาวะจิตใจ

และความรู้สึก (Spirit and Mind) ได้แก่ ความรู้สึกมีอิสรภาพ อัตลักษณ์ ความภาคภูมิใจ เกียรติยศ และศักดิ์ศรี ความสามัคคี และความรักชาติรวมไปถึงการถ่ายทอดและปลูกฝังค่านิยมของชนชาติ การศึกษาครั้งนี้ได้นำแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิต และคติชนวิทยา สุภาสิต คำพังเพย มาประกอบในการอธิบายคุณภาพชีวิตที่เกี่ยวข้องกับภาษาิตทั้ง 4 ด้าน

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาคติชนประเภทภาษาิตของชาวล้านนาที่สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

### นิยามศัพท์เฉพาะ

สุภาสิต หรือ ภาษาิต หมายถึง ถ้อยคำหรือข้อความสั้น ๆ ที่กล่าวแนะนำ สั่งสอน เตือนสติ ด้วยหลักความจริงหรือให้ความจริงเกี่ยวกับความคิดแนวทางปฏิบัติ มีความหมายชัดเจนลึกซึ้ง และมีคติสอนใจส่วนมากเป็นคำคล้องจอง มีการสืบทอดมาแต่โบราณในแต่ละชุมชน

การพัฒนาคุณภาพชีวิต หมายถึง การยกระดับของการดำเนินวิถีชีวิตให้ดีขึ้นกว่าเดิมในทุก ๆ ด้านทั้งในด้านการดำเนินชีวิต ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม และวัฒนธรรม

ชาวล้านนา หมายถึง ประชาชนที่อยู่ในเขตพื้นที่ 8 จังหวัดของภาคเหนือ ได้แก่ จังหวัดเชียงใหม่ ลำพูน ลำปาง เชียงราย พะเยา แพร่ น่าน และแม่ฮ่องสอน

### แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาอธิบายให้เห็นถึงภาษาิตของชาวล้านนาที่สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งแนวคิดที่นำมาอธิบายงานวิจัยนี้ประกอบด้วยแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิต และแนวคิด คติชนวิทยา สุภาสิต และคำพังเพย ดังนี้

#### แนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิต

การพัฒนาเป็นการทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น เจริญขึ้น จากสภาพหนึ่งไปสู่สภาพที่ดีกว่าเดิม ไม่ว่าจะเป็นการพัฒนาทางด้าน เศรษฐกิจ การพัฒนาสังคม การพัฒนาสิ่งแวดล้อม แม้กระทั่งการพัฒนาชีวิตของมนุษย์ให้มีความอยู่ดี กินดี มีสภาพชีวิตจิตใจที่ดี ฐานะการงานมั่นคงปลอดภัย องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 1995) ได้กล่าวถึงคุณภาพชีวิตว่าเป็นมโนทัศน์ที่มีมิติขอบเขตกว้างขวางครอบคลุมเรื่องต่าง ๆ ที่สลับซับซ้อน ได้แก่ สุขภาพทางกาย สภาวะทางจิต ระดับความเป็นตัวของตัวเอง ความสัมพันธ์ต่าง ๆ ทางสังคม ความเชื่อส่วนบุคคล และสัมพันธภาพที่มีต่อสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้ คุณภาพชีวิตเป็นความรู้สึกของการอยู่อย่างพอใจ มีความสุขความพอใจต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ของชีวิตที่มีส่วนสำคัญต่อบุคคลนั้น ๆ โดยมีปัจจัยหลายประการที่มีความสัมพันธ์กับ

คุณภาพชีวิต อันได้แก่ อาหาร สุขภาพอนามัย โภชนา การศึกษา สิ่งแวดล้อมและทรัพยากรที่อยู่อาศัย รายได้ นอกจากนี้องค์การอนามัยโลกยังได้กล่าวถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีว่า มนุษย์ที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีจะต้องได้รับการสนองความต้องการพื้นฐานซึ่งได้แก่ อาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย เสรีภาพ โอกาสเข้าถึง การศึกษา การรักษาพยาบาล หรือการมีงานทำอย่างเหมาะสมเพียงพอ ธนาคารโลกให้ความสำคัญกับคุณภาพชีวิต 4 ด้านคือ ส่วนคือ 1) ด้านร่างกาย (Physical Domain) 2) ด้านจิตใจ (Psychological Domain) 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social Relationships) และ 4) ด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) งานวิจัยนี้จะนำองค์ประกอบของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีมาอธิบายให้เห็นถึงคำภาษิตล้านนาที่ชาวล้านน่านำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้านอันประกอบไปด้วย 1) ภาษิตที่ใช้พัฒนาด้านทัศนคติ การเข้าใจโลก และการคิดเหตุผลความเป็นจริง 2) ภาษิตที่ใช้พัฒนาด้านสภาพความเป็นอยู่ ทักษะ และภูมิปัญญา 3) ภาษิตที่พัฒนาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม บุคลิกภาพ การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเชื่อ ลัทธิ และศาสนา และ 4) ภาษิตที่ใช้พัฒนาด้านอัตลักษณ์ การรักษาขนบประเพณีวัฒนธรรม ภาษา การอนุรักษ์ของโบราณ และความภาคภูมิใจในอัตลักษณ์ของตน

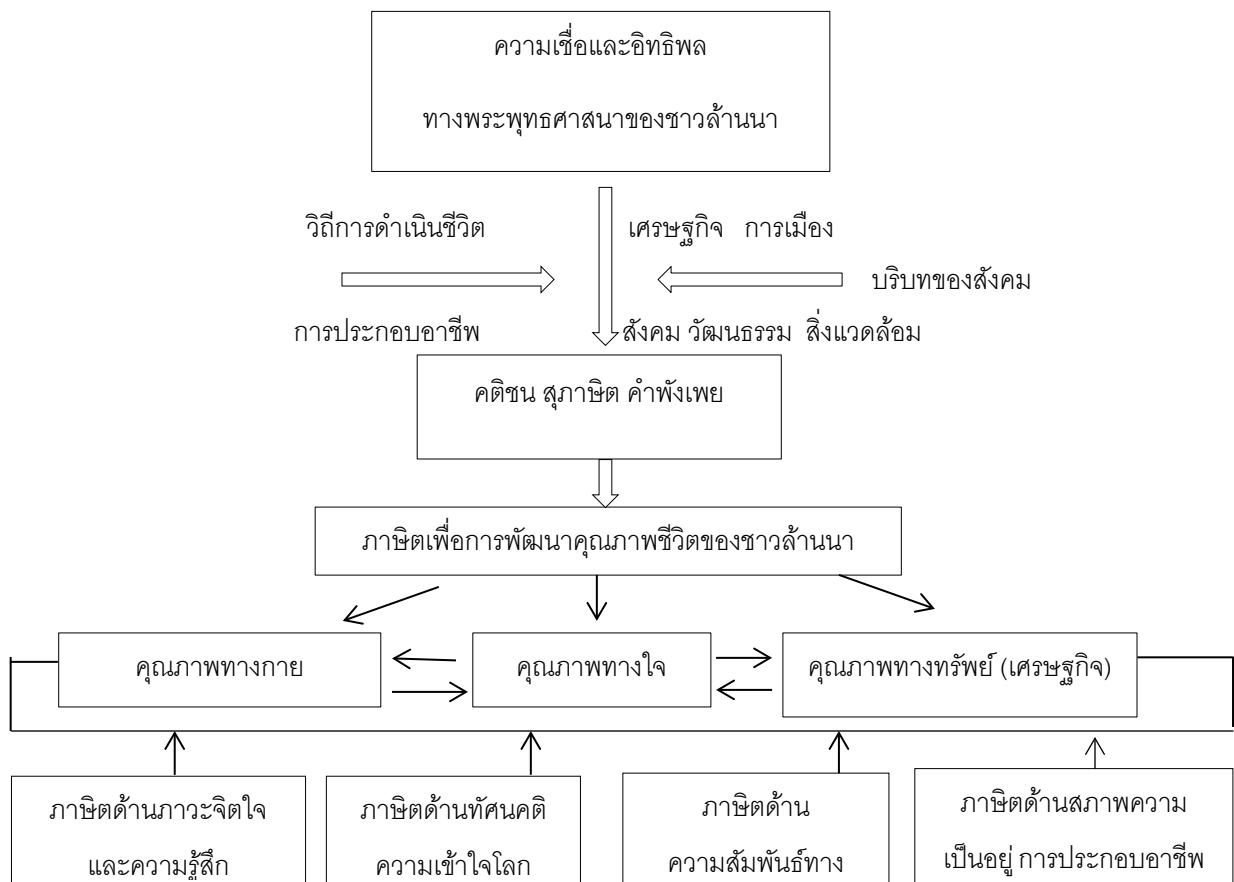
#### แนวคิด คติชนวิทยา สุภาษิต และคำพังเพย

คติชนวิทยา หรือคติชาวบ้าน เป็นการสืบทอดหรือเป็นมรดกทางความรู้ของกลุ่มชนใดกลุ่มชนหนึ่งที่ถูกถ่ายทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง และงานทางด้านคติชนนี้ได้ขยายขอบเขตรวมไปถึงงานทางด้านเพลงพื้นบ้าน ปริศนาคำทาย ภาษิต และคำพังเพย โดยกึ่งแก้ว อุตถากร (2519) ได้ให้คำจำกัดความว่า คติชนวิทยา (Folklore) คือ วิชาซึ่งว่าด้วยการศึกษาคติชนหรือผลผลิตทางวัฒนธรรมของกลุ่มชนซึ่งคติชนหรือคติชาวบ้าน มีหลากหลายประเภททั้งที่เป็นการใช้ถ้อยคำและการกระทำ อย่างไรก็ตามประเภทของคติชนทั้งหลายเหล่านี้ล้วนสัมพันธ์กับวิถีการดำเนินชีวิตในแต่ละท้องถิ่น และชุมชนท้องถิ่นต่างนำคติหรือความเชื่อที่ว่าเป็นมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตเพื่อก่อให้เกิดความสงบสุขในชีวิตร ซึ่งคติชนหรือคติชาวบ้านนี้ถูกนำมาใช้ในหลากหลายรูปแบบทั้งภาษาพูดและภาษาเขียน ซึ่งบางครั้งภาษาที่สื่อความหมายออกมานั้น อาจเป็นการสื่อความหมายออกมาโดยตรง สามารถเข้าใจและรับรู้ได้โดยง่าย แต่บางครั้งอาจสื่อออกมาโดยทางอ้อมด้วยการใช้สำนวน คำคมต่าง ๆ ซึ่งอาจจะเป็นความหมายเปรียบเทียบโดยมีนัยแอบแฝง อย่างเช่น สำนวนโวหาร สุภาษิต คำพังเพย สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส (2525) ได้ให้ความหมายของสุภาษิตไว้ว่า สุภาษิตเป็นคำกล่าวสั้น ๆ ที่สามารถจดจำได้ง่าย มีความไพเราะ และมีความหมายที่ลึกซึ้งกินใจ นอกจากนี้คณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ (2539, น. 1) ได้กล่าวถึงสุภาษิตว่าเป็นถ้อยคำที่แสดงหลักความจริง มุ่งแนะนำสั่งสอน เตือนสติให้แง่คิด และเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ส่วนใหญ่มักจะมาจากพระพุทธศาสนา คุณธรรม และหลักการดำเนินชีวิตของคนในชาติ นอกจากนี้ เจือ สตะเวทิน (2505) ได้กล่าวว่า สุภาษิตเป็นถ้อยคำที่ดี เป็นคำสอนหรือคำเตือนสติ ที่มุ่งชี้ทิศทางให้คนประพฤติ โดยแยกเป็น 3 วิธีคือ สอนให้ทำ สอนให้เว้น และสอนโดยใช้ความ

จริง สำหรับภาษาของสุภาสิตนั้นเป็นภาษาที่ศักดิ์สิทธิ์ซึ่งสวรรค์ให้แก่ชนทุกชั้น เป็นภาษาที่พูดน้อยแต่ทำได้ใจความมาก เป็นภาษาที่บริสุทธิ์ นิ่มนวลอันเกิดจากความปรารถนาดีของผู้กล่าว เพื่อมุ่งให้เกิดความสงบสุขในสังคม ดังนั้นการศึกษาสุภาสิตจึงมีประโยชน์ทั้งทางจิตใจและวิถีการดำเนินชีวิต เพราะสุภาสิตเป็นคติ ดังนี้ 1) คติเป็นจริงตามเหตุผล 2) คติสั้นและกระชับ 3) คติต้องมีผู้รับถือ 4) คติเป็นส่วนกลาง ๆ โดยไม่ได้บังคับหรือเป็นคำสั่งที่ต้องกระทำตาม และ 5) คติเป็นคำเก่าแก่ที่ใช้และรู้จักกันมาตั้งแต่โบราณ

สรุปได้ว่าสุภาสิต หรือภาสิต เป็นคำกล่าวที่สั้น ๆ กระชับได้ใจความ เป็นคำกล่าวที่สืบทอดกันมาหลายชั่วอายุคน จดจำได้ง่ายและมีความหมายที่ลึกซึ้ง โดยที่ภาสิตเป็นคำกล่าวที่มุ่งสั่งสอนเพื่อเตือนสติในการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม เป็นคำกล่าวที่มีลักษณะข้อความสั้น ๆ จำง่ายแต่มีความหมายลึกซึ้งกินใจ เป็นคติคำสอนที่สืบทอดกันมาจากรุ่นสู่รุ่น ที่มาของภาสิตเหล่านี้จะมาจากการได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อม ลักษณะทางภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ การกินอยู่ อิทธิพลทางด้านวัฒนธรรม และคำสอนทางพระพุทธศาสนา โดยงานวิจัยฉบับนี้จะวิเคราะห์ภาสิตล้านนาที่ชาวล้านนานำมาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

#### กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง คติชนประเพณีภาสิตของชาวล้านนาที่นำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต จะกำหนดใช้รูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคติชนประเพณีภาสิตของชาวล้านนา ที่สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ โดยจำแนกภาสิตเป็น 4 ประเภท คือ 1) ภาสิตที่ใช้พัฒนาด้านทัศนคติ การเข้าใจโลก และการคิดเหตุผลความเป็นจริง 2) ภาสิตที่ใช้พัฒนาด้านสภาพความเป็นอยู่ ทักษะ และภูมิปัญญา 3) ภาสิตที่พัฒนาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม บุคลิกภาพ การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเชื่อ ลัทธิ และศาสนา และ 4) ภาสิตที่ใช้พัฒนาด้านอัตลักษณ์ การรักษามรดกประเพณี วัฒนธรรม ภาษา การอนุรักษ์ของโบราณ และความภาคภูมิใจในอัตลักษณ์ของตน

วิธีการดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพ จะแบ่งเป็น 2 วิธีย่อย คือ การวิจัยโดยใช้ข้อมูลจากข้อมูลเอกสาร และใช้วิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง และการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้รู้หรือปราชญ์ชาวบ้านในอำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 5 คน เพื่อให้ได้รับข้อมูลเพิ่มเติมจากข้อมูลเอกสาร และได้รับข้อมูลที่เป็นความเห็นร่วมสมัยเพิ่มเติม โดยแทนที่จะเป็นการรวบรวมข้อมูลจากเอกสารหรือตำราเกี่ยวกับภาสิตชาวล้านนา อันเป็นของดั้งเดิมเพียงด้านเดียว

### เครื่องมือการวิจัย

1.รูปแบบการวิเคราะห์ ใช้การวิเคราะห์เชิงพรรณนา อธิบายความสัมพันธ์โดยใช้การสรุปเหตุผลโดยวิธีนิรนัย (deductive method) ซึ่งเป็นการสรุปเหตุผลจากกรณีทั่วไป (theory) ไปสู่กรณีเฉพาะใด ๆ (confirmation) และอุปนัย (inductive method) ซึ่งเป็นการสรุปเหตุผลจากกรณีเฉพาะแต่ละกรณี (observation) ไปสู่กรณีทั่วไป (theory) แล้วแต่ลักษณะความสัมพันธ์ของข้อมูลว่าเหมาะสมกับวิธีการสรุปเหตุผลแบบใด เช่น ภาสิตที่มาจากหลักธรรมในศาสนาพุทธ จะอธิบายเหตุผลโดยใช้วิธีนิรนัย และภาสิตที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อที่ยังไม่มีการพิสูจน์แน่ชัด จะใช้การสรุปเหตุผลโดยวิธีอุปนัย

2. ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย จะค้นหาจากเอกสาร ตำรา หนังสือ บทความ และการสัมภาษณ์ผู้รู้หรือปราชญ์ชาวบ้าน

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้รู้หรือปราชญ์ชาวบ้าน และเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร ประกอบด้วย หนังสือภาสิตล้านนาฉบับต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นหนังสือชุดภูมิปัญญาล้านนา “กำบ่เก่าเล่าไว้” ของสถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (2539) หนังสือภาสิตคำเมืองเหนือของ บุญคิด วัชรศาสตร์ (2543) และหนังสือภาสิตล้านนาของ สมร เจนจิระ (2547) ที่ได้รวบรวมสุภาษิตของล้านนาไว้ทั้งหมด 735 บท นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้ค้นคว้าข้อมูลหนังสือภาสิตล้านนาของคนอื่น ๆ ด้วย แต่อย่างไรก็ตาม ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยจะยึดหนังสือภาสิตล้านนาของ สมร เจนจิระ (2547) เป็นหลัก เพราะมีการจัดระเบียบภาสิตตามหลักการเรียงอักษรตามพจนานุกรม แต่ผู้วิจัยก็นำฉบับอื่น ๆ มา

ประกอบกรวิจัยในครั้งนี้ด้วย ส่วนงานด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้วิจัยรวบรวมเอกสารจากหน่วยงานราชการ อาทิ กระทรวงสาธารณสุข ศูนย์พัฒนาองค์การและการเรียนรู้ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรมสุขภาพจิต รวมทั้งข้อมูลจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของหน่วยงานต่าง ๆ มาประกอบ

### การวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูล

เมื่อผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลทั้งหมดแล้ว ผู้วิจัยจะนำข้อมูลเหล่านั้นมาจัดหมวดหมู่ของภาสิตที่ชาวล้านน่านำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. ภาสิตที่ใช้พัฒนาด้านทัศนคติ การเข้าใจโลก และการคิดเหตุผลความเป็นจริง ซึ่งเกี่ยวกับการพัฒนาด้าน ความมีเหตุผล ความเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง และนำไปสู่การคิดเชิงระบบ
2. ภาสิตที่ใช้พัฒนาด้านสภาพความเป็นอยู่ ทักษะ และภูมิปัญญา ซึ่งเกี่ยวกับการพัฒนาด้าน ทักษะ ภูมิปัญญา การประกอบอาชีพ สิ่งประดิษฐ์ และศิลปะ
3. ภาสิตที่พัฒนาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม บุคลิกภาพ การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเชื่อ ลัทธิ และศาสนา ซึ่งเกี่ยวกับมารยาทสังคม การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเมตตา กรุณา ความอ่อนโยน เพื่อแผ้ว ความเสียสละ และพฤติกรรมบรรทัดฐานทางสังคม
4. ภาสิตที่ใช้พัฒนาด้านอัตลักษณ์ การรักษาขนบประเพณี วัฒนธรรม ภาษา การอนุรักษ์ของโบราณ และความภาคภูมิใจในอัตลักษณ์ของตน ซึ่งเกี่ยวกับความรู้สึกมีอิสระภาพ อัตลักษณ์ ความภาคภูมิใจ เกียรติยศและศักดิ์ศรี ความสามัคคี ความเชื่อ ลัทธิ ศาสนา ความรักชาติ รวมไปถึงการถ่ายทอดและปลูกฝังค่านิยมของชนชาติ

หลังจากที่ผู้วิจัยแยกหมวดหมู่ของภาสิตแล้ว ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีวิเคราะห์เนื้อหา และนำเสนอข้อมูลโดยวิธีวิเคราะห์เชิงพรรณนา

### ผลการวิจัย

ภาสิตที่ชาวล้านน่านำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้านมีดังนี้

#### 1. ภาสิตที่ใช้พัฒนาด้านทัศนคติ การเข้าใจโลก และการคิดเหตุผลความเป็นจริง

โดยภาสิตนี้เป็นภาสิตที่เกี่ยวกับการพัฒนาด้านความมีเหตุผล ความเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง และนำไปสู่การคิดเชิงระบบ จากการวิจัยพบว่าภาสิตคำสอนของชาวล้านนาในด้านทัศนคติและการเข้าใจสิ่งต่าง ๆ มีจำนวนทั้งสิ้น 239 ภาสิต จากทั้งหมด 501 ภาสิต แสดงให้เห็นถึงความเชื่อ ความผูกพันที่ชาวล้านนามีต่อพระพุทธศาสนา คำสอนทางพระพุทธศาสนาได้ฝังรากลึกถึงจิตใจของชาวล้านนาอย่างแนบแน่น และหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาได้สะท้อนภาพให้เห็นทางภาสิตคำสอนที่ชาวล้านน่ายึดถือและปฏิบัติตามอย่างเหนียวแน่น ตัวอย่างภาสิตดังกล่าว เช่น

หนีฝนบ่พ้นฟ้า ความหมายคือ ไม่มีใครหนีความทุกข์เนื่องจากการเกิด แก่ เจ็บ ตายได้  
อย่าดูหมิ่นเจ้า อย่าเล้าขวัญนาย อย่าขายของฝาก อย่าปากบ่เป็นธรรม ความหมายคือ ให้ประพฤติ  
ตนเป็นคนดีอยู่ในขอบเขตของศีลธรรม

อย่าถือหม้อง้วน ความหมายคือ อย่าคิดร้ายต่อผู้อื่น  
อย่าล่ายศศานา ความหมายคือ อย่าลวงเกินสิ่งที่คนอื่นนับถือ  
อย่าเล่นซู้กับเมียท่าน ความหมายคือ สอนให้อยู่ในศีลในธรรม ไม่ประพฤติผิดในกาม  
อยู่ลุ่มฟ้าบ่ถ้ำกลัวฝน หื้อกลัวแต่ลมพัดกิ่งไม้แห้ง ความหมายคือ อย่ากลัวความลำบากอัน  
เนื่องมาจากการทำความดี

โอ้ไหนก็เหม็น เหม็นไหนก็รู้ ยอดพร้าวลู่เมื่อลมแรง ความหมายคือ ความชั่วปิดไม่มิด  
บุญต้องหาบ ฮีบาปต้องหาบ ความหมายคือ ใฝ่ดีจะมีความสุขความเจริญ ใฝ่ชั่วจะได้รับความลำบาก  
จะเห็นได้ว่าภาษิตที่ยกมาเป็นตัวอย่างนี้เป็นภาษิตที่จะช่วยปรับและเสริมทัศนคติในการเข้าใจโลก  
และสังคมของบุคคลให้เป็นไปอย่างเหมาะสม ตามความเป็นจริง การคิดเชิงระบบ เข้าใจเหตุผล สามารถ  
วิเคราะห์ห้สังเคราะห์เหตุผลของปัญหาทั้งแง่อุปนัยและนิรนัยได้ รวมทั้งยังช่วยให้เกิดทัศนคติด้านจริยธรรม  
เป็นพื้นฐานของการพิจารณาสรรพสิ่งต่าง ๆ โดยการมีคุณภาพชีวิตด้านทัศนคติ การเข้าใจโลก และการคิด  
เหตุผลความเป็นจริงจะเป็นการช่วยยกระดับกระบวนทัศน์ (paradigm) หรือการเข้าใจสถานการณ์ต่าง ๆ  
ได้อย่างครบถ้วนเป็นองค์รวม ทำให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

## 2. ภาษิตที่ใช้พัฒนาด้านสภาพความเป็นอยู่ ทักษะ และภูมิปัญญา

ภาษิตทางด้านนี้จะเป็นภาษิตที่เกี่ยวกับการพัฒนาด้านทักษะ ภูมิปัญญา การประกอบอาชีพ  
สิ่งประดิษฐ์ และศิลปะ จากการวิจัยพบว่าภาษิตที่ใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสภาพความเป็นอยู่มีทั้งหมด  
125 ภาษิต โดยภาษิตด้านนี้ได้สะท้อนภาพให้เห็นถึงบริบทของสังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ การ  
ประกอบสัมมาอาชีพที่ชาวล้านนาสมัยโบราณได้สั่งสมประสบการณ์ ภูมิปัญญาดั้งเดิม แบบอย่างแนวทาง  
การดำเนินชีวิต สะท้อนผ่านภาษิตคำสอนเพื่อให้ชนรุ่นหลังของล้านนาประพฤติปฏิบัติตาม อันจะทำให้เกิด  
ความองอกงามของชีวิต ตัวอย่างภาษิตทางด้านนี้ได้แก่

ชี้ไก่ลูกเข้า ชี้เล้าลูกขาย คนสักลายถึงบ่ตายเฒ่า ความหมายคือ คนขยันไม่ถูกเรื่อง เกียจคร้าน  
ไม่ถูกที่ ทำตัวเป็นนักร้อง มักอายุสั้น

อย่าชี้คร้านเยะกิน ความหมายคือ ให้เป็นคนรู้จักขยันทำงาน

หื้อหาบไปค้า ความหมายคือ อย่ากร่ำรวยต้องขยันทำงาน

หมั้นค้าขายเที่ยวได้ ไผ่บ่ผูกมือไว้ เยอะได้หากเป็นของเรา ความหมายคือ สอนให้เป็นคนขยัน หมั่นเพียร  
สิบเรือค้า บ่เท่านาบันเดียว ความหมายคือ การค้าขายทางเรือเสี่ยงอันตรายมากกว่าทำมาหากินบนพื้นดิน

เยี่ยะคนเดียวเหมือนตาย เยี่ยะคนหลายเหมือนเล่น ความหมายคือ การมีความพร้อมเพรียงในการทำงานย่อมนำมาซึ่งความสุขความสำเร็จ

แมงเม่าบินบนบ่พันปากอึ่ง ความหมายคือ คนที่มีความพยายามยอมประสพความสำเร็จ

แมงบั้งบ่ตายกลั่นใบไม้ ความหมายคือ ถ้าเป็นคนขยันหมั่นเพียรไม่เลื่องงานก็จะไม่อดตาย

ผัวเป็นหิง หื้อเมียเป็นซ้อง ความหมายคือ สามีภรรยาให้ร่วมกันสร้างฐานะจะเจริญ

ชาติว่าน้ำปล้างเชียมปลา ชาติว่านាប់หลอนเชียมข้าว ความหมายคือ หากรู้จักทำมาหากินจะไม่อดตาย

จะเห็นได้ว่าภาษิตบางอย่างที่ยกมานี้จะเป็นภาษิตที่สอนให้บุคคลนำไปปรับปรุงสภาพการดำเนินชีวิต ทักษะ การปรับสภาพแวดล้อม สุขภาพอนามัย อาหาร ที่อยู่อาศัย การประกอบอาชีพ หรือช่วยให้บรรลุผลสำเร็จอันพึงประสงค์ได้ อีกทั้งภาษิตเหล่านี้ยังเป็นภาษิตที่สอนให้บุคคลไม่เกียจคร้านในการทำงานซึ่งจะมีผลต่อความก้าวหน้าในหน้าที่การงานของบุคคล เหมือนกับภาษิตที่ว่า “ข้าฯ ได้พำเล้งงาม” ก็สอนให้บุคคลมีความรอบคอบในการประกอบกิจการงานอย่างสุขุมรอบคอบ เพื่อให้บรรลุผลที่ดีเลิศ

### 3. ภาษิตที่พัฒนาความสัมพันธ์ทางสังคม บุคลิกภาพ การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเชื่อ ลัทธิ และศาสนา

ภาษิตทางด้านนี้เป็นภาษิตที่เกี่ยวกับมารยาทสังคม การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเสียสละ และพฤติกรรมบรรทัดฐานทางสังคม โดยภาษิตทางด้านความสัมพันธ์ทางสังคมพบว่ามีจำนวนทั้งสิ้น 84 ภาษิต ตัวอย่างภาษิตทางด้านนี้ได้แก่

กล้าขี่ครั่ง นิ่งขี่ควาย บ่อกอถายหัว ความหมายคือ คนที่ทำอะไรไม่จริงจังเอาแต่พูดเป็นคนที่น่ารังเกียจ

ของกินล้ำ บั้นกินคนน้อย กินคนเดียวช่างแค้น ความหมายคือ ควรรู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่คนอื่น คนขี่ขี่ไผ่บ่ถามหา คนมีเมตตาไปไหนบ่กลั่น ความหมายคือ ไม่มีใครอยากคบคนขี้เหนียว ส่วนคนที่มิเมตตาแต่คนชอบคบหา

เงินคำหาได้ น้ำใจหายาก ความหมายคือ ควรรู้จักถนอมน้ำใจกัน

ไข่ซอนหาจักเข็บ ความหมายคือ ไม่ควรพูดชุดุ้ยเรื่องที่จะทำให้เกิดความบาดหมางใจกัน

ชาติว่าปลา คันบมีน้ำจะอยู่ได้ฉันใด ความหมายคือ ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกต้องอาศัยซึ่งกันและกัน

ที่กลางคนชุมหลาย อย่าถามหนี้ ความหมายคือ ไม่ควรทำให้คนได้รับความอับอายในชุมชน

บ่ดีเอาเจ็กเป็นเสีย บ่ดีเอาเงี้ยวเป็นมิตรสหาย ความหมายคือ ควรระมัดระวังในการคบคนที่ไม่น่าไว้ใจดี เนื่องจากเป็นคนต่างชาติ ต่างภาษา

จะเห็นได้ว่าภาษิตด้านความสัมพันธ์ทางสังคม บุคลิกภาพ การปรับตัว จิตสาธารณะ ความเชื่อ ลัทธิ และศาสนาที่ยกตัวอย่างมานี้ ภาษิตบางอย่างช่วยให้บุคคลสามารถปรับปรุงความสัมพันธ์ทางสังคม

ให้ดีขึ้นได้ ทั้งความสัมพันธ์ฉันท์พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน และคนทั่วไป ตรงกับภาษิตไทยที่ว่า “อยู่คนเดียวให้ระวังความคิด อยู่ใกล้มิตรให้ระวังวาจา” หรือภาษิตไทยที่ว่า “รักษาวาให้มัน รักสั้นให้ต่อ” หมายความว่า การรักษาความสัมพันธ์ฉันท์มิตรภาพให้ยาวนานได้ จะต้องระมัดระวังเรื่องคำพูดและการพูด หรือไม่ควรต่อล้อต่อเถียงกัน เพราะจะเป็นการทำลายความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน โดยภาษิตเหล่านี้จะเป็นการส่งเสริมพฤติกรรมของคนในสังคมให้มีความรัก ความสามัคคี ปฏิบัติตนให้อยู่ในบรรทัดฐานของสังคมอันจะส่งผลให้ชุมชน บ้านเมืองเกิดความสงบเรียบร้อยและปลอดภัย ผู้คนอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข

#### 4. ภาษิตที่ใช้พัฒนาด้านอัตลักษณ์ การรักษานบประเพณีวัฒนธรรม ภาษา การอนุรักษ์ของโบราณ และความภาคภูมิใจในอัตลักษณ์ของตน

ภาษิตนี้เป็นภาษิตที่เกี่ยวกับความรู้สึก การมีอิสรภาพ อัตลักษณ์ ความภาคภูมิใจ เกียรติยศและศักดิ์ศรี ความสามัคคี ความเชื่อ ลัทธิ ศาสนา ความรักชาติ รวมไปถึงการถ่ายทอดและปลูกฝังค่านิยมของชนชาติ ซึ่งภาษิตด้านนี้จากการวิจัยพบว่ามีจำนวนทั้งสิ้น 53 ภาษิต ตัวอย่างภาษิตด้านนี้ได้แก่

คนเราใหญ่แล้ว บ่ถ้าไผสอน จีหัดแมงซอน ไผสอนมันเด่น ความหมายคือ คนเรามีสามัญสำนึกรู้ผิดชอบชั่วดีได้ ไม่ต้องรอให้คนสอน

ใจใสเป็นบุญ ใจขุ่นเป็นบาป ความหมายคือ จิตใจแจ่มใสย่อมมีความสุข จิตใจขุ่นมัวย่อมมีแต่ความทุกข์

ใจดำช่างตกหมอนรัก ความหมายคือ คนใจดำย่อมพบแต่ความลำบาก

น้ำเย็นมีไหนดลาย่อมไหลซ่อน วังได้น้ำร้อนนลาย่อมพ่ายไปที่อื่น ความหมายคือ ความเมตตาปรานีเป็นที่ปรารถนาของคนและสัตว์ ความโหดร้ายเป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาของใคร

เปื่อยได้ใหม่เสียง ความหมายคือ คนใจเย็นย่อมได้เปรียบคนใจร้อน

พระจันทร์อยู่ฟ้า สองแฉ่งกลางหวา ผุ่งหมู่ดาว ย่อมแผ่แสงอบอุ่น ความหมายคือ บุคคลใดให้ความร่มเย็นย่อมมีผู้คนห้อมล้อม

หมาหลวงค้ำหมาหลาย ความหมายคือ สามัคคีคือพลัง

อโกรธอย่าหือเกิดพุ หลอนเกิดหือบรรเทา ความหมายคือ พยายามข่มความโกรธไว้อย่าได้แสดงออก

สวรรค์อยู่ในอก นรกอยู่ในใจ หม้อไฟแดงอยู่ในปาก ความทุกข์ยากอยู่ที่ดินที่มีมือ ความหมายคือ ความสุข ความทุกข์เกิดจากใจ จะร้ายจะดีเพราะคำพูด ถ้าไม่ถ่อมใจอวดเท้าก็จะพบความสบาย

จะเห็นได้ว่าภาษิตนี้จะเกี่ยวกับความรู้สึกอันแสดงให้เห็นถึงความรัก การสร้างจิตสำนึก และความสามัคคีต่อบุคคลอื่นและสถาบันที่เคารพนับถือ เป็นภาษิตที่ใช้ในการพัฒนาทางด้านจิตใจและมีอิทธิพลต่อวิถีการดำเนินชีวิต ซึ่งเปรียบเสมือนการมีบรรทัดฐานในการประพฤติปฏิบัติตนเองในสังคม การมีความขยันขันแข็งในการทำงาน การมีวาจากริยาที่อ่อนน้อมถ่อมตน มีความสุภาพทั้งกริยา วาจา ประกอบกิจกรรมอันใดก็

จะประสบผลสำเร็จ ซึ่งภาสิตเหล่านี้เป็นภาสิตที่ช่วยยกระดับของจิตใจและช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตทางด้านการงาน ดังภาสิตที่ว่า สวรรค์อยู่ในอก นรกอยู่ในใจ หม้อไฟแดงอยู่ในปาก ความทุกข์ยากอยู่ที่ตีนที่มือ

### สรุปผลการวิจัย

ภาสิตล้านนาเป็นภาสิตที่ได้รับอิทธิพลความเชื่อมาจากหลักธรรมและคำสั่งสอนในพระพุทธศาสนา โดยชาวล้านนาได้นำภาสิตคำสอนต่าง ๆ เหล่านี้มาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ประพฤติปฏิบัติร่วมกันในสังคม รวมทั้งการนำภาสิตมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตเป็นการพัฒนาที่มีมนุษย์เป็นองค์ประกอบพื้นฐาน รวมถึงการยกระดับวิถีการดำเนินชีวิตของมนุษย์ให้ดีขึ้นกว่าเดิม โดยมีชีวิตที่สามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความปกติสุขในบริบทของสังคมวัฒนธรรมการเมือง เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมที่ดี มีความเหมาะสมทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมทั้งการประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพการงาน การมีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นจะต้องมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งทางด้าน เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม การเมืองและสภาพแวดล้อมที่ดี ตลอดจนทั้งศาสนา วัฒนธรรม ประเพณี และค่านิยมในสังคมที่ทำให้สมาชิกในสังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความปกติสุข การมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้นั้นจะต้องมีสิ่งยึดถือหรือคำสอนที่เป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติตนเพื่อไปสู่ความเจริญของงานของชีวิตและสังคม พร้อมกันนี้ชาวล้านนายังได้นำภาสิตซึ่งเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีอัตลักษณ์ของประเพณีวัฒนธรรมและถ้อยคำภาษาที่โดดเด่น รวมทั้งการมีวิถีปฏิบัติตามแบบจารีตประเพณีที่งดงามทั้งนี้เนื่องมาจากการได้รับอิทธิพล ความเชื่อตามหลักพุทธศาสนา โดยชาวล้านนาได้ยึดถือพระพุทธศาสนาเป็นหลักในการยึดเหนี่ยวจิตใจ รวมทั้งการนำหลักธรรมคำสอนในศาสนาพุทธคือการทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรมมาเป็นสุภาสิตคำสอนให้ชาวล้านนาประพฤติ ปฏิบัติตาม ซึ่งภาสิตเหล่านี้ถือเป็นบรรทัดฐาน กฎเกณฑ์ในการประพฤติ ปฏิบัติตามกรอบของจารีตประเพณีที่สะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อ ค่านิยม สังคม วัฒนธรรม วิถีชีวิตความเป็นอยู่ วิถีปฏิบัติและความสัมพันธ์ของคนในสังคมที่สั่งสมมาตั้งแต่อดีตตราบจนกระทั่งถึงปัจจุบัน ภาสิตเหล่านี้ถือเป็นปรัชญา มรดกทางด้านความคิดที่บรรพบุรุษของล้านนาได้มอบให้แก่ชนรุ่นหลังเพื่อนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องตามครรลองประเพณีที่งดงาม อันจะส่งผลให้ชีวิต ครอบครัว รวมทั้งสังคมที่อยู่ร่วมกันประสบแต่ความสุข ความเจริญซึ่งภาสิตคำสอนทั้งหลายเหล่านี้ส่งผลทำให้วิถีประเพณีปฏิบัติของชาวล้านนาได้รับการสืบทอดจากอดีตมาจวบจนกระทั่งถึงปัจจุบัน

### อภิปรายผล

ความเชื่อตามหลักของพระพุทธศาสนาก่อให้เกิดประเพณีวัฒนธรรมที่งดงาม อีกทั้งการประพฤติปฏิบัติตามกรอบแบบแผนจารีตประเพณีแต่ดั้งเดิม ส่งผลให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชาวล้านนาให้เจริญรุ่งเรือง การปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอน สุภาสิตหรือภาสิตที่ยึดถือกันมาตั้งแต่ครั้งโบราณทำให้

ดินแดนล้านนา สงบสุข ร่มเย็น การมีภูมิปัญญาท้องถิ่น และ อัตลักษณ์ทางด้านภาษาที่โดดเด่น สะท้อนฉายภาพออกมาทางภาษาที่ชาวล้านนาคิดถือเป็นหลักแนวทางในการดำเนินชีวิตตั้งแต่อดีตตราบจนกระทั่งถึงปัจจุบัน ชาวล้านนาได้นำภาษิตคำสอนมาใช้เป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติตนในสังคมเพื่อความเจริญงอกงามของชีวิต และการดำรงชีวิตในสังคมร่วมกันอย่างมีความสุขและความปลอดภัยส่วนใหญ่แล้วภาษาของชาวล้านนาล้วนได้รับอิทธิพลมาจากหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา และภูมิปัญญาดั้งเดิมจากประสบการณ์ของบรรพบุรุษ โดยภาษาทั้งหลายเหล่านี้ไม่ว่าจะเป็นภาษิตด้าน ทศนคติและความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ภาษาด้านสภาพความเป็นอยู่ ภาษาด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และภาษิตด้านภาวะจิตใจและความรู้สึก ล้วนเชื่อมโยง เกยวเนียงกันแทบทั้งสิ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาวัฒน์ วุฒนสุทธิ (อุปคำ) (2545) ที่วิจัยเรื่อง คำสอนเรื่องคุณธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในภาษิตล้านนา ผลการศึกษาพบว่า พระพุทธศาสนาได้เข้ามามีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตและความเป็นอยู่ของชาวล้านนาทุกระดับชั้น ซึ่งชาวล้านนามีภูมิปัญญาได้นำมโนคติธรรมคำสั่งสอนทางพระพุทธศาสนาและความเชื่อดั้งเดิม เรื่องจริง วิญญาน ที่ยังคงหลงเหลืออยู่ มาสอดแทรกผสมผสานโดยใช้ภาษาพื้นเมืองมาเป็นหลักคำสอนในการดำเนินชีวิตเพื่อก่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองทั้งในด้านวัตถุและจิตใจ

รวมทั้งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระวัลลภ หมื่นยอง (2547) ที่ศึกษาเรื่องความคิดทางปรัชญาในภาษิตล้านนา ผลการวิจัย พบว่า ชาวล้านนาใช้วิถีคิดที่มีความหลากหลายและเชื่อมโยงเกยวเนียงกันในการดำเนินชีวิตแล้วผลิตออกมาเป็นภาษิต โดยที่ภาษิตล้านนาเหล่านี้มีฐานคิดสำคัญอยู่ที่หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาและประสบการณ์ที่ได้จากการดำเนินชีวิตประจำวัน ที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับมนุษย์ด้วยกัน และกับสิ่งแวดล้อมทั้งกับสิ่งธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติ จะเห็นได้ว่าภาษิตล้านนา หรือเรียกว่า “คำป่าเก่า” นี้เป็นภาษิตที่รวบรวมความคิด ภูมิปัญญาที่มีคุณค่าของมนุษย์จากการมองโลกและวิถีชีวิต ผ่านการสั่งสมประสบการณ์ ถ่ายทอดกันมาตั้งแต่ครั้งอดีตกาล โดยภาษิตล้านนาทั้งหลายเหล่านี้ได้รับอิทธิพลมาจากหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาที่ถูกถ่ายทอดผ่านคำพูดซึ่งอยู่ในลักษณะของคำพูดเปรียบเทียบ ภาษาท้องถิ่น หรือภาษาพื้นเมืองที่มีถ้อยคำ เปรียบเทียบคล้องจอง สอดคล้องกัน เพื่อทำให้เกิดการจดจำและนำไปใช้ได้โดยง่าย สะท้อนให้เห็นถึงสภาพการดำรงชีวิตของชาวล้านนาที่มีความสัมพันธ์ เกยวข้องกับบริบททางภูมิศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ สิ่งแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อวิถีการดำรงชีวิตของชาวล้านนาในการประพฤติ ปฏิบัติตามกรอบจารีตประเพณีที่ดีงามและถูกต้องตามหลักคุณธรรม จริยธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เคยปฏิบัติสืบต่อกันมา

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะจากการศึกษา

ควรส่งเสริมให้มีหน่วยงาน หรือองค์กรเฉพาะในการเก็บรวบรวมข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวล้านนาในด้านภาษาที่มีความเป็นอัตลักษณ์ของล้านนาไม่ว่าจะเป็นคำเมือง สุภาษิต คำพังเพย เพื่อจะได้ให้ประชาชนหรืออนุชนคนรุ่นหลังได้เข้ามาศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับสุภาษิตของชาวล้านนา อันจะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาข้อมูลต่อไปในภายหน้า

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาภาษิตล้านนาที่ปรากฏในวรรณกรรมพื้นเมืองของล้านนา
2. ควรศึกษาเปรียบเทียบภาษิตของชาวล้านนากับภาษิตของชาวอีสานว่ามีที่มาที่เหมือนกันหรือแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร รวมทั้งการนำภาษิตไปใช้ประโยชน์ในทางใดบ้าง มีความเหมือนกัน หรือแตกต่างกัน อย่างไร

## เอกสารอ้างอิง

- กิ่งแก้ว อตถากร. (2519). *คติชนวิทยา*. พระนคร: กรมการฝึกหัดครู.
- คณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ. (2539). *ประกาศการส่งภาพเข้าประกวดเรื่องสุภาษิต และคำพังเพย*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ.
- เจือ สตะเวทิน. (2505). *สุภาษิตไทย*. กรุงเทพฯ: สุทธิสารการพิมพ์.
- บุญคิด วัชรศาสตร์. (2543). *ภาษิตคำเมืองเหนือ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). เชียงใหม่: ธาราทองการพิมพ์.
- พระมหาวัฒน์ วสุพัฒนสุธิ (อุปคำ). (2545). *คำสอนเรื่องคุณธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ปรากฏในภาษิตล้านนา*. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระวัลลภ หมื่นยอง. (2547). *ความคิดทางปรัชญาในภาษิตล้านนา*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พิษณุ จันทรวีทัน. (2556). *เสน่ห์ภาษาลาว* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สถาพรบุ๊คส์.
- ศิราพร ณ ถลาง. (2559). *“คติชนสร้างสรรค์” บทสังเคราะห์และทฤษฎี*. กรุงเทพฯ: ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร
- สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (2539). *“ก่าบ่เก่าเล่าไว้” ชุดภูมิปัญญาล้านนาลำดับที่ 2*. เชียงใหม่: สถาบันวิจัยสังคม, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สมร เจนจิระ. (2547). *ภาษิตล้านนา* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: สถาพรบุ๊คส์.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส. (2525). *พุทธศาสนสุภาษิตเล่ม 1*. กรุงเทพฯ: มหามกุฏราชวิทยาลัย.

- Dorson, R. M. (1971). “*Applied Folklore*” *Folklore Forum Bibliographic and Special Series, No 8, Paper on Applied Folklore*. Chicago: University of Chicago.
- Tosam, M. J. (2014). The philosophical foundation of Kom proverbs. *Journal on African Philosophy*, 9, 1-27.
- World Health Organization. (1995). The World Health Organization quality of life assessment: Position paper from the World Health Organization. *Social Science and Medicine*, 41, 1403-1409.