

## อัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

### EXISTENTIALISM ACCORDING TO THERAVADA BUDDHIST PHILOSOPHY

สุรางคณา สุนทรพนาเวศ<sup>1</sup>, พจนา มาโนช<sup>2</sup>, เมธา หริมเทพาธิป<sup>3</sup> และ สมเจต หลวงกัน<sup>4</sup>  
Wachararesee Suntornwanawes s, Phortchana Manoch, Metha Harimtepathip  
and Somjet Luangkan

#### บทคัดย่อ

อัตถิภาวนิยมให้ความสำคัญกับเสรีภาพของปัจเจกชนที่จะแก้ปัญหาและพัฒนาตนเองด้วยความกล้า ต่อการเผชิญปัญหา กล้าประเมินวิธีการปฏิบัติ และกล้าลงมือทำด้วยความรับผิดชอบ ซึ่งสอดคล้องตามแนว พุทธปรัชญาเถรวาทที่ส่งเสริมให้บุคคลเสริมสร้างสติปัญญา ใช้วิจารณ์ญาณ และปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ด้วย ตนเอง บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์อัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท ใช้วิธีการศึกษา เชิงคุณภาพ โดยรวบรวม เรียบเรียง และวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปรัชญาอัตถิ ภาวนิยมและคำสอนในพุทธปรัชญาเถรวาทที่เกี่ยวข้องกับประเด็นการวิจัย ผลการวิจัยพบว่า อัตถิภาวนิยม ตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทให้เสรีภาพแก่ปัจเจกชน ส่งเสริมให้บุคคลรู้จักแยกแยะ ประเมินค่า และกล้า ตัดสินใจตามหลักกาลามสูตร แก้ปัญหาด้วยพลังสร้างสรรค์ คือ เข้าใจถึงปัญหา สาเหตุของปัญหา เป้าหมาย ของชีวิต และแนวทางปฏิบัติสายกลางที่ทำให้เกิดการคลายความยึดมั่นถือมั่นตามหลักอริยสัจ 4 ส่งเสริม การศึกษาและพัฒนาศักยภาพอันโดดเด่นของปัจเจกบุคคลให้เติบโตและงอกงาม เป็นคุณประโยชน์ต่อตนเอง และส่วนรวมด้วยหลักภาวนา 4 ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า คำสอนตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทช่วยเสริมสร้างปรัชญา อัตถิภาวนิยม ให้เกิดการเข้าใจตนเองอย่างลึกซึ้ง จากนั้นจึงส่งเสริมให้เกิดการละตัวตน เพื่อให้เกิด คุณประโยชน์แก่ส่วนรวมต่อไป

**คำสำคัญ:** อัตถิภาวนิยม, พุทธปรัชญา, เถรวาท, พุทธปรัชญาเถรวาท

#### Abstract

Existentialism values the freedom of individuals to solve problems and to develop themselves with the courage to face them. Dare to assess the method of action and dare to act responsibly This is in line with Theravada Buddhist philosophy that encourages people to develop their intellect, use their judgment, and practice for the release of suffering on their own. This research article aims to analyze existentialism according to Theravada Buddhist philosophy. A qualitative study method was used by collecting, compiling, and analyzing data from documents and research related to existential philosophy and teachings in Theravada Buddhist philosophy related to the research issues. The results showed that Existentialism

<sup>1</sup> ศุนย์พอเพียงศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา/Center of Sufficiency Studies, Graduate School, Suan Sunandha Rajabhat University  
Corresponding Author, E-mail: metha.ang@gmail.com

according to Theravada Buddhist philosophy gives freedom to individuals. Encourage people to know how to distinguish, evaluate and dare to make decisions according to the Kalama Sutra. Solving problems with creative power is understanding the problem. the cause of the problem goal of life and the middle way that causes the dissolution of adherence to the 4 Noble Truths Promote education and develop the outstanding potential of individuals to grow and flourish. It is beneficial to oneself and the public with the four principles of meditation. Therefore, it can be concluded that Teachings based on Theravada Buddhist philosophy reinforce existentialist philosophy. to achieve deep self-understanding and then encouraged to abandon one's identity in order to continue to benefit the public.

**Key word:** Existentialism, Buddhist Philosophy, Theravada, Theravada Buddhist Philosophy

## บทนำ

อัตถิภาวนิยมเป็นมนุษยนิยม (Existentialism is a humanism) (Jean-Paul Sartre, 2007, p. 18) ที่มองความเป็นจริงของชีวิต (Authenticity) ไว้ว่า มนุษย์เป็นสิ่งมีอยู่ในโลก มนุษย์ดำรงอยู่ท่ามกลางสถานการณ์ที่แวดล้อม ดังนั้น มนุษย์จึงควรตระหนักรู้ และเลือกตัดสินใจด้วยตัวเองอย่างรับผิดชอบ เพราะมนุษย์มีอิสระอะไรอื่นที่ นอกจากผลรวมของการกระทำของเขาเอง (Jean-Paul Sartre, 2007, p. 37) ฌอง ปอล ซาร์ต (Jean-Paul Sartre, 1905 - 1980) นักปรัชญาสำนักอัตถิภาวนิยม ชาวฝรั่งเศส จึงมอบหลัก 3 กล้า เพื่อให้มนุษย์มีเสรีภาพแห่งตนอย่างเต็มที่ คือ 1. กล้าเผชิญปัญหา 2. กล้าประเมินวิถีปฏิบัติ และ 3. กล้าลงมือทำด้วยความรับผิดชอบ การที่ส่งเสริมให้แต่ละคนเกิดการพึ่งตนเองเช่นนี้ก็เพราะอัตถิภาวนิยมเชื่อว่า ปรัชญาเป็นเรื่องของบุคคล แต่ละคนมีปรัชญาของตนเองโดยเฉพาะ เซอร์เรน คีร์เคอการ์ด (Søren Kierkegaard, 1813 - 1855) เป็นคนแรกที่เสนอให้ใช้ประสบการณ์ส่วนตัวสำหรับสร้างความคิดปรัชญาขึ้น การศึกษาความคิดปรัชญาคนอื่นก็เพื่อดูตัวอย่างว่าคนอื่นพบปรัชญาอย่างไร เพื่อฝึกฝนสติปัญญาให้รู้จักจับประเด็นความคิดของตนเอง เพื่อทำความเข้าใจตนเองอย่างลึกซึ้ง ดังนั้น คีร์เคอการ์ด (Kierkegaard) จึงได้ชื่อว่าเป็นบิดาของขบวนการปรัชญาอัตถิภาวนิยม (กิริติ บุญเจือ, 2560, หน้า 236) ต่อมา ซาร์ต (Sartre) จึงเน้นสอนในเรื่อง “ความมีอยู่มาก่อนสารัตถะ” (Existence precedes essence) คือ มนุษย์เรามีตัวมีตนมาก่อนแล้วจึงปั้นความหมายขึ้นเป็นสารัตถะภายหลัง สารัตถะนี้ไม่มีจริง มนุษย์เราปั้นขึ้นด้วยความลุ่มหลง แล้วคิดว่าเป็นปรัชญา ซาร์ตจึงกล่าวว่า สิ่งที่เป็นวัตถุทั้งหลายนั้น สักแต่ดำรงอยู่ แต่มนุษยชาติมีอยู่เพื่อตัวเอง (being for itself) (Jean-Paul Sartre, 1957, p. 305) ให้สังเกตว่า ซาร์ตใช้คำว่า is สำหรับความมีอยู่ของภาวะในตัว ส่วนความมีอยู่ของภาวะสำหรับตัว ใช้คำว่า “exist” เพราะฉะนั้นต่อไปซาร์ตจะใช้ existence (อัตถิภาวะ) สำหรับมนุษย์เท่านั้น และใช้ “being” (ภาวะ) สำหรับสิ่งอื่นทั้งหมด ถ้าจะใช้ being สำหรับมนุษย์ ก็ต้องใช้ให้เต็มว่า “being for itself” (ภาวะสำหรับตัว) ดังนั้น มนุษย์จึงมีอิสระอะไรอื่นที่นอกเหนือไปจากผลรวมของกิจกรรมทุกอย่างในชีวิตของเขาเอง (Jean-Paul Sartre, 1947: 37)

ซาร์ตบรรยายสภาพของมนุษย์ไว้ในหนังสือ อัตถิภาวนิยม คือ มนุษยนิยม (Existentialism is a Humanism, 1946) มีเนื้อความดังต่อไปนี้

“เราหมายความว่าอย่างไร เมื่อกล่าวว่าความมีอยู่มาก่อนสารัตถะ เราหมายความว่าคนเราก่อนอื่นทั้งหมดมีอยู่ พบตัวเอง ปรากฏอยู่ในโลก ต่อจากนั้นจึงนิยามตัวเองขึ้นมา การที่คนเราในสายตาของอัตถิภาวนิยมเป็นสิ่งที่ยินยอมไม่ได้ ก็เพราะในตอนเริ่มต้น เขาไม่เป็นอะไรเลย เขาจะเป็นอะไรขึ้นมาบ้างก็ต่อภายหลัง แล้ว

ต่อจากนั้นเขาจะเป็นอะไรก็แล้วแต่เขาจะสร้างตัวเองขึ้น ดังนั้นจึงไม่มีธรรมชาติมนุษย์ เพราะไม่มีพระเจ้า สำหรับคิดเข้าใจธรรมชาตินั้น คนเราจึงสักแต่ว่ามีอยู่ ไม่ใช่เขาเป็นอะไรก็แล้วแต่เขาจะคิดให้ตัวของเขาเป็น แต่จะเป็นตามที่เขาปรารถนาให้ตัวของเขาเป็น และตามที่ตัวเขาเองจะคิดเข้าใจตัวเองหลังจากมีอยู่ก่อนแล้ว คือหลังจากที่เขาอยากให้ตัวของเขาเป็นโดยอาศัยการกระโดดเผชิญหน้าความมีอยู่”

ดังนั้น จะเห็นว่า “ภาวะสำหรับตัว” ไม่ได้สักแต่ว่า “เป็น” เหมือน “ภาวะในตัว” เพราะภาวะสำหรับตัว “ไม่พอใจในความว่างเปล่าของตนเอง” จึงดิ้นรนที่จะรวม (ยึด) กับภาวะในตัว การดิ้นรนนี้ไม่ใช่การดิ้นรนลอย ๆ แต่ดิ้นรนในสภาพแวดล้อมเฉพาะของตน วิธีดิ้นรนจึงเป็นเรื่องเฉพาะตัวของแต่ละคน ไม่มีทางเป็นไปได้ที่จะเหมือนกันทั้งหมด เหมือนกันเลย สภาพแวดล้อมต่าง ๆ รวมกันนี้ ชาร์ตเรียกว่าเป็นประมวลข้อเท็จจริง (facticity) เมื่อรวมกันกับมุมมอง (perspective) เฉพาะตัวของแต่ละบุคคล ก็จะกลายเป็นธรรมชาติของบุคคลนั้นที่สร้างตัวตนในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ กลายเป็นภาวะในตัวสำหรับตัว (being - for - itself - for - itself) จากพรรณษะดังกล่าวนี้จะเห็นได้ว่า คนเราดิ้นรนเพื่อลบความว่างเปล่า ต้องการให้มีอะไรเป็นขึ้นเป็นอันขึ้นในตัว จึงพยายามสร้างตัวขึ้นเป็นนักคิด นักเขียน นักปรัชญา นักวิทยาศาสตร์ ศิลปิน สถาปนิก ฯลฯ หรืออย่างน้อยก็เป็นนักเลง เพื่อให้ “ตั้ง” เอาไว้ก่อน จะได้พ้นจากสภาพภาวะในตัวที่ทำให้หงุดหงิดซึมเศร้า

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) (2551: 36) สรุปไว้ว่า ปรัชญาอัตถิภาวนานิยมจึงเป็นปรัชญาที่จะทำให้ชีวิตมนุษย์เป็นไปได้นานกว่าที่เป็นอยู่ เพราะการที่มนุษย์เข้าใจตัวเองว่ามีอยู่อย่างไรนั้นจะมีผลต่อการเลือก และตัดสินใจด้วยตนเอง ถือเป็นจริยธรรม เบื้องต้นสำหรับมนุษย์ ปรัชญาอัตถิภาวนานิยมจึงให้ความสำคัญแก่การดำรงอยู่ของมนุษย์มาก่อนคุณค่า อื่นใด เป็นปรัชญาที่ปรากฏอำนาจจากทะเลมาไว้ในกำมือของมนุษย์ทำให้มนุษย์เป็นอิสระจากการกำหนด หรือถูกควบคุมจากอำนาจภายนอก มนุษย์จึงสามารถเลือก และตัดสินใจได้ด้วยตัวเอง และถือว่า อัตถิภาวนานิยม เกิดขึ้นเนื่องมาจากความไม่พอใจต่อสภาพสังคมปัจจุบันที่มนุษย์ต้องสูญเสียตนเอง จนกระทั่ง เป็นที่พึงของตนเองไม่ได้ สถาบันต่างๆ ในสังคม เช่น ระบบการเมือง ศาสนา จารีตประเพณี ตลอดจน ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ ต่างไม่ได้ให้ความหวังใด ๆ แก่มนุษย์ มนุษย์จำต้องเกี่ยวข้องกับสิ่งเหล่านี้เป็นอย่างเป็นทาส ดำรงชีวิตอย่างไรศักดิ์ศรีของการเป็นมนุษย์ เหมือนสวะที่ลอยไปตามกระแสน้ำ อัตถิภาวนานิยมได้เรียกร้องให้มนุษย์กอบกู้ศักดิ์ศรีความเป็นคนของตนเองคืน ด้วยการนำเสรีภาพที่มีอยู่โดย ธรรมชาติของตนออกมาใช้

ส่วนพุทธปรัชญาเถรวาท เป็นปรัชญาประยุกต์รูปแบบหนึ่งที่สำคัญกับมนุษย์ และการพัฒนา มนุษย์อย่างรอบด้านทั้งทางด้านพฤติกรรมทางกาย (กายภาวนา) ความประพฤติ (ศีลภาวนา) ความรู้สึกนึกคิด (จิตภาวนา) และความตระหนักรู้ (ปัญญาภาวนา) โดยให้เสรีภาพในการตัดสินใจด้วยวิจารณญาณของแต่ละคน ตามหลักกาลามสูตร โดยเชื่อว่า มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีปัญญา สามารถกำหนดรู้ทุกซ์และหาทางออกจากทุกซ์ได้ด้วยศักยภาพแห่งตนเองตามหลักคำสอนอริยสัจ 4 ซึ่งมีทั้งแบบตรัสรู้เองโดยชอบ ได้แก่ พระพุทธเจ้า ที่สั่งสมการฝึกฝนอบรม บำเพ็ญความเป็นโพธิสัตว์มาหลายภพชาติจนตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าในชาติสุดท้าย และแบบที่ต้องอาศัยกัลยาณมิตร เช่น พระพุทธเจ้า พระอริยบุคคล เป็นต้น ซึ่งให้เห็นธรรมและช่วยตั้งศักยภาพของแต่ละคนออกมาพัฒนาให้โดดเด่นจนเกิดเป็นเอตทัคคะด้านต่าง ๆ อย่างไรก็ตาม กัลยาณมิตรเป็นเพียงผู้ชี้ทางเท่านั้น ส่วนการปฏิบัติและความรู้แจ้งที่เกิดขึ้นจำเป็นต้องมาจากที่แต่ละคนต้องรับผิดชอบตนเอง พึ่งพาตนเองรู้แจ้งด้วยตนเอง (ปัจเจกตั้ง) ทั้งสิ้น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเพื่อตอบใจทฤษฎีการวิจัยที่ว่า อัตถิภาวนานิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทนั้นเป็นอย่างไร โดยอาศัยการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง การวิเคราะห์ตีความด้วยรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อที่จะได้นำคำตอบไปพัฒนาคุณภาพชีวิตต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อวิเคราะห์อัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

### คำนิยามศัพท์เฉพาะ

อัตถิภาวนิยม หมายถึง ปรัชญาที่สอนให้มนุษย์แต่ละคนเข้าถึงเสรีภาพในตัวเองด้วยหลัก 3 กล่าว คือ 1) กล้าเผชิญปัญหา 2) กล้าประเมินวิธีปฏิบัติ 3) กล้าลงมือทำด้วยความรับผิดชอบ

พุทธปรัชญาเถรวาท หมายถึง หลักธรรมในพุทธศาสนาเถรวาท สำหรับบทความวิจัยฉบับนี้ ได้แก่ หลักธรรมในกาลามสูตร หลักธรรมเรื่องอริยสัจ 4 และหลักธรรมเรื่องภาวนา 4 ซึ่งหลักธรรมเหล่านี้เกี่ยวข้องกับการอธิบายให้เห็นถึงอัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท

อัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท หมายถึง ภาวะแห่งเสรีภาพอันเกิดจากความไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตน (ขั้นที่ 5) และความว่างเปล่า (อนัตตา) หลุดพ้นจากมายาคติและอคติที่บังพวง เป็นพื้นที่ที่สามารถรองรับความหลากหลายแห่งอัตถิภาวะของปัจเจกชนได้อย่างไม่ขัดแย้ง มีความเข้าใจ ยอมรับ ภาวะปัจจุบันที่เกิดขึ้น ฟังตนเองได้และสร้างคุณประโยชน์ให้เกิดแก่ผู้อื่นได้ด้วยใจที่เป็นธรรม

### ประโยชน์ที่ได้รับ

การวิจัยครั้งนี้นอกจากทำให้ทราบว่าอัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทเป็นอย่างไรแล้ว ยังสามารถก่อให้เกิดคุณประโยชน์ได้ดังนี้

1. สามารถนำผลการวิจัยไปพัฒนาตนเองให้เกิดการพึ่งพาตนเองได้จากภายใน เต็มเต็มใจให้หนักแน่น มั่นคง กล้าเผชิญปัญหา กล้าประเมินวิธีปฏิบัติ และกล้าลงมือทำด้วยความรับผิดชอบอย่างมีวิจารณญาณ มีเป้าหมายเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต
2. สามารถนำผลการวิจัยไปออกแบบหลักสูตรเพื่อการพัฒนาตนเองและเสริมสร้างภาวะผู้นำที่มี วิจารณญาณ มีใจเปิดกว้างที่สามารถเป็นพื้นที่รับฟังความรู้สึกนึกคิดของคนอื่นได้ แม้ว่าทัศนคติเหล่านั้นจะแตกต่างหรือขัดแย้งกับทฤษฎีของตน ก็พร้อมที่จะรับฟังอย่างเคารพ เรียนรู้ ทำความเข้าใจ เพื่อวิเคราะห์ ประเมินค่า และประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวม
3. สามารถนำผลการวิจัยไปออกแบบเป็นกิจกรรมการเรียนรู้โดยจัดเป็นวงเสวนา (dialogue) รูปแบบต่าง ๆ เพื่อการเรียนรู้ตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) อย่างเป็นขั้นเป็นตอน ดังนี้

#### 1) ขั้นรวบรวมข้อมูล ได้แบ่งเอกสารเป็นเอกสารปฐมภูมิและเอกสารทุติยภูมิ

1.1) เอกสารปฐมภูมิ ประกอบด้วย พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500 ปี พ.ศ. 2535 จัดพิมพ์โดย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยศึกษาในส่วนของพระสูตรต้นตปิฎกเป็นหลักที่เกี่ยวข้องกับ หลักธรรมในกาลามสูตร อริยสัจ 4 และภาวนา 4 และหนังสือแปลของ ฌอง - ปอล ซาทร์ 3 เรื่อง ได้แก่ หนังสือเรื่อง Existentialism is a Humanism (1947) แปลโดย Carol Macombre และ John Kulka และ หนังสือเรื่อง Being and Nothingness. (1957). แปลโดย Hazal E. Branes และหนังสือเรื่อง Existentialism

is a Humanism แปลโดย Carol Macomber โดยมุ่งศึกษาปรัชญาอัตถิภาวนิยมที่จะนำไปวิเคราะห์เพื่อตอบ โจทย์งานวิจัยครั้งนี้.

1.2) เอกสารทฤษฎีภูมิ ประกอบด้วย ก) เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอัตถิภาวนิยมและหลัก พุทธปรัชญาที่เกี่ยวข้องกับอัตถิภาวนิยม และ ข) บทความ ทศนะที่เกี่ยวข้องกับอัตถิภาวนิยมและหลักพุทธ ปรัชญาที่เกี่ยวข้องกับอัตถิภาวนิยม

2) **ขั้นตรวจสอบและเรียบเรียงข้อมูล** หลังจากที่ได้รับรวบรวมข้อมูลจากเอกสารปฐมภูมิ และเอกสาร ทฤษฎีภูมิ เกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องอัตถิภาวนิยม หลักพุทธปรัชญาที่เกี่ยวข้อง กับอัตถิภาวนิยมมาแล้ว ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อมูลว่า ข้อมูลที่ได้มานั้นครบถ้วน ตรงตามประเด็นหรือไม่ มีข้อมูลไหนที่ขาดก็หามาเพิ่มเติม มีข้อมูลใดที่ไม่เกี่ยวข้องก็ตัดออกไป จากนั้น กำหนดหัวข้อเรื่อง เชื่อมโยง เนื้อหาส่วนของพระไตรปิฎก เอกสารทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่สอดคล้องกัน หลังจากนั้นทำการ จัดระเบียบข้อมูลและเรียบเรียงข้อมูลตามโครงสร้างเนื้อหาที่สอดคล้องกับสารบัญ

### 3) **ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล**

เมื่อรวบรวม ตรวจสอบ และเรียบเรียงเอกสารเสร็จสิ้นแล้ว ผู้วิจัยได้นำเอกสารเรียบเรียงเสร็จแล้วนั้น มาวิเคราะห์อัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาทตามวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้ วิเคราะห์ตีความตัวบท และ ความสัมพันธ์เชื่อมโยงอย่างรอบด้าน เพื่อนำไปสรุปผล อภิปรายผล และเสนอแนะต่อไป

## สรุปผลการวิจัย

อัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท คือ ภาวะแห่งเสรีภาพอันเกิดจากความไม่ยึดมั่นถือมั่นใน ตัวตน (ขั้นที่ 5) และความว่างเปล่า (อนัตตา) หลุดพ้นจากมายาคติและอคติทั้งปวง เป็นพื้นที่ที่สามารถรองรับ ความหลากหลายแห่งอัตถิภาวะของปัจเจกชนได้อย่างไม่ขัดแย้ง มีความเข้าใจ ยอมรับ ภาวะปัจจุบันที่เกิดขึ้น พึ่งตนเองได้และสร้างคุณประโยชน์ให้เกิดแก่ผู้อื่นได้ด้วยใจที่เป็นธรรม

องค์ความรู้ใหม่จากบทความวิจัยฉบับนี้ ได้แก่

1. เสรีภาพที่แท้จริงตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท เกิดจากความไม่ยึดมั่นถือมั่นในขั้นที่ 5 เพราะขั้นที่ 5 ไม่ใช่ของเรา ทั้งนี้ก็เพราะ สิ่งใดที่ถูกเห็น สิ่งนั้นไม่ใช่เรา ดังนั้น ขั้นที่ 5 ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จึงไม่ใช่เราเพราะเป็นสิ่งที่ถูกเห็น เมื่อไม่ใช่ของเรา สิ่งนี้จึงเป็นของสาธารณะ “ความมีอยู่มาก่อน สาระดีละ” (Existence precedes essence) จึงได้แก่ ขั้นที่ 5 ที่อยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ เป็นสิ่งที่ดำรงอยู่ เกิด ดับ และเชื่อมต่อหมุนเวียนเป็นวัฏจักรที่ไม่สิ้นสุด (สังสารวัฏ) มันมีอยู่อย่างนั่นเอง (ตถตา) เป็นสิ่งที่ดำรงโดย ตัวมันเอง (thing - in - itself) โดยอิงอาศัยกันและกันเกิดขึ้นจากเหตุปัจจัย และอิงอาศัยกันและกันดับลงจาก เหตุปัจจัย

2. การที่มนุษย์พยายามดิ้นรนด้วยตัณหา อยากได้ อยากมี อยากเป็น เพื่อให้เกิด “ภาวะสำหรับตัว” เป็นการ “สร้างอัตตาซ้อนอัตตา” ด้วยสิ่งสมมติ ปฏิเสธหรือขาดการยอมรับ “ภาวะในตัว” อันได้แก่ ขั้นที่ 5 ว่าเป็นของว่างเปล่าจากการมีตัวตนอันแท้จริงถาวร ความ “ไม่พอใจในความว่างเปล่าของตนเอง” ทำให้มนุษย์ ต่อด้านความจริงที่ปรากฏอยู่ต่อหน้า ยิ่งดิ้นรนยิ่งไร้ซึ่งอิสระ ยิ่งยึดมั่นถือมั่นในทิวทัศน์หรือมุมมอง (perspective) ยึดติดในคุณค่าสมมติ กระหายการยอมรับ การอยากเป็นคนสำคัญ เมื่อไม่ได้ดังหวังก็เกิดความหดหู่ โกรธ ซึมเศร้า จมในอารมณ์ เป็นทาสของตัณหา

3. เกณฑ์ตัดสินใจตามหลักกาลามสูตรเปิดโอกาสให้ปัจเจกชนทุกคนได้ใช้วิจารณญาณของตนเองในการวิเคราะห์ ประเมินค่า อย่างรอบด้าน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด หรือลดสิ่งที่เป็นทุกข์โทษให้มากที่สุด ให้เสรีภาพในการตัดสินใจและมีความรับผิดชอบต่อผลที่ตามมาจากการตัดสินใจนั้นตามกฎหมายแห่งกรรม เพราะทุกการกระทำย่อมส่งผลกระทบบกลับมาเสมอ (action = reaction)

4. หลักคำสอนเรื่องอริยสัจ 4 ส่งเสริมหลัก 3 กล้าในปรัชญาอัตถิภาวนิยมของชาร์ตอร์ เพราะส่งเสริมให้กล้าเผชิญปัญหาด้วยการกำหนดรู้ว่าอะไร คือ ทุกข์ ทำความเข้าใจจนเห็นสาเหตุ ยอมรับสภาพธรรมนั้นด้วยใจที่เป็นกลาง และกล้าประเมินวิธีปฏิบัติ และกล้านำสิ่งเหล่านี้มาฝึกฝนอบรมตนเองตามทางสายกลางหรือมรรคมืดมั่ง 8 เพื่อให้เกิดการพัฒนาทั้ง 4 ด้านตามหลักภาวนา 4 คือ (1) กายภาวนา : การพัฒนาสุขภาวะด้านพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อม เปรียบดังไปไม้ที่ค้อยดูแล หล่อเลี้ยงสมดุลแห่งชีวิต (2) สีสภาวนา : การพัฒนาสุขภาวะด้านความประพฤติต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม เปรียบดังเปลือกไม้ที่ค้อยปกป้องรักษาและเกื้อกูลสมดุลแห่งชีวิต (3) จิตภาวนา : การพัฒนาสุขภาวะด้านจิตใจ เปรียบดังกระพี้ไม้ที่ค้อยเชื่อมต่อและปรับสมดุลแห่งชีวิต และ (4) ปัญญาภาวนา : การพัฒนาสุขภาวะด้านสติปัญญาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต เปรียบดังแก่นไม้ที่สร้างความมั่นคง สร้างภูมิคุ้มกัน และทิศทางสมดุลแห่งชีวิต

## อภิปรายผล

จากผลการวิเคราะห์อัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท อภิปรายผลได้ว่า สอดคล้องกับแนวคิดใน **สูตรตนตปิฎก สยุตตนิทาย นิตานวคค** (ส.น. (บาลี) 16/37/62 - 63) ที่กล่าวถึงหลักอทิปปัจจยตาไว้ว่า “*อิมสมิ สติ อิท โหติ, อิมสุสุปปาทา อิท อูปุปชติ, อิมสมิ อสติ อิท น โหติ, อิมสส นิโรธา อิท นิรุชฌติ*” หมายความว่า “*เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ย่อมมี, เพราะความเกิดขึ้นของสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น, เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ย่อมไม่มี, เพราะความดับของสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับ*” และสอดคล้องกับแนวคิดใน **สูตรตนตปิฎก องคตตนิทาย ติกนิปาต** (อง. ติกก. (บาลี) 20/137/278) ที่กล่าวถึงสิ่ง ปรวิสัยหรือภาวะทั่วไปอันเป็นสากลที่ว่า “*อิมสมิ สติ อิท โหติ, อิมสุสุปปาทา อิท อูปุปชติ, อิมสมิ อสติ อิท น โหติ, อิมสส นิโรธา อิท นิรุชฌติ*” หมายความว่า “*ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตจะเกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้นก็ตาม ธาตุเหล่านี้ก็คงตั้งอยู่ตามธรรมดา*” ซึ่งชั้น 5 ก็รวมอยู่ในสภาวะดังกล่าวนี้ ซึ่งไม่มีใครสร้าง ไม่มีใครกำหนด ไม่ขึ้นกับผู้รู้ใดๆ ไม่มีใครควบคุม เป็นของที่ดำรงอยู่อย่างนั้นเอง ความเป็นจริงชั้น 5 เป็นสิ่งที่ว่างเปล่า คือ ว่างเปล่าจากสิ่งที่จะให้ยึดถือเอาเป็นตัวตนได้จริง และในทฤษฎีเกี่ยวกับความเป็นมนุษย์พุทธปรัชญาเห็นว่า เป็นสิ่งที่เกิดมาได้โดยยาก แม้เกิดมาแล้วจะดำรงชีวิตอยู่ก็ยาก (กิจโณ มนุสสุปฏิลาโห กิจจ มจจัน ชีวิต กจจ สทธมมสสวน กิจโณ พุทธานมฺบุปาโท ฯ) (ขุ.ธ. (บาลี) 25/182/49) นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับคำอธิบายของ **เอกบุณญวาระณ พลอยพรรณณา และคณะ** (2564: 220 - 221) ที่สรุปหลักอัตถิภาวนิยมในพระพุทธศาสนาไว้ว่า เสรีภาพ เป็นคำที่นำมาใช้เรียกผู้ไม่ยึดมั่นถือมั่นในชั้น 5 และเสรีภาพนี้ไม่ได้เกิดขึ้นมาพร้อมกับการเกิดของมนุษย์เพราะเสรีภาพนี้จะได้ด้วยการศึกษา อบรม ขัดเกลาตัวเอง ด้วยศีลธรรมอย่างเคร่งครัด จนจิตหลุดพ้นจากอวิชชา ตัณหา อุปาทาน จนจิตบรรลุลोकุตตรธรรม เพราะความไม่มีกิเลสครอบงำจิตใจ จึงได้ชื่อว่า จิตมีเสรีภาพที่แท้จริง และความเสรีภาพนี้ รับรู้ได้ด้วยตนเองด้วยการปฏิบัติตามหลักคำสอนทางพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง การนำแนวคิดอัตถิภาวนิยม ที่มีอยู่ ในหลักคำสอนของพระพุทธศาสนามาเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ให้เข้าถึงเป้าหมายที่แท้จริงในระดับ โลกียะคือการกระทำของตนให้ตั้งอยู่ในกุศลธรรม และระดับโลกุตระด้วยการละสังโยชน์ได้ ซึ่งมีขั้นตอน การเข้าถึงเสรีภาพคือการรักษาศีล เจริญสมาธิจนได้ฌาน แล้วยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาด้วยการพิจารณาเห็น ไตรลักษณ์ และละสังโยชน์

เครื่องผูกสัตว์ไว้ในสังสารวัฏ และการจะมีเสรีภาพมาก หรือน้อยขึ้นอยู่กับ การ ละสังโยชน์ได้ ถ้าละได้ทั้ง 10 ข้อ ก็จะบรรลุนิพพานที่ถือเป็นเสรีภาพขั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนา

ส่วนองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัย ได้แก่ 1) ความมีเสรีภาพที่แท้จริงในพระพุทธศาสนาเป็นสิทธิที่ผู้ปฏิบัติทุกเพศวัยสามารถเข้าถึงได้ และ บรรลุได้อย่างเท่าเทียมกัน 2) การเข้าถึงเสรีภาพของพระพุทธศาสนาในระดับโลกียภาวะผู้ปฏิบัติสามารถเข้าถึงด้วยวิธีปฏิบัติตามหลักสมถกรรมฐานด้วยกระบวนการฝึกจิตให้มีสมาธิจนได้ฌานในระดับต่าง ๆ 3) การเข้าถึงเสรีภาพของพระพุทธศาสนาในระดับโลกุตตรภาวะ ผู้ปฏิบัติจะเข้าถึงได้ด้วยกระบวนการของวิปัสสนากรรมฐาน ด้วยการยกจิตที่เกิดสมาธิจนได้ฌานขึ้นสู่วิปัสสนามีปัญญาไตร่ตรองในกฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา 4) สติปัฏฐาน 4 คือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนา เป็นวิธีการที่สำคัญที่ถูกนำมาเป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนผู้ปฏิบัติให้เข้าถึงเสรีภาพที่แท้จริงในพระพุทธศาสนา 5) เสรีภาพหรืออัตถิภาวะในพระพุทธศาสนาเมื่อละกิเลส ได้แก่ โลภะ โทสะ และโมหะ ออกจาก จิตได้แล้ว จะเป็นเครื่องมือสร้างสันติสุขในระดับปัจเจกบุคคล และสังคม และสอดคล้องกับ **ประยงค์ แสนบุราณ** (2559: 153) ที่ได้กล่าวไว้ในหนังสือ พระพุทธศาสนากับนานาชาติและปรัชญาศึกษาแนวเปรียบเทียบ สรุปได้ว่า เสรีภาพในพระพุทธศาสนากับของชาวยุโรปแตกต่างกันโดยสิ้นเชิง แม้จะใช้ คำพูดอย่างเดียวกัน แต่ความหมายของคำพูดนั้นอยู่คนละระดับ เสรีภาพของชาวยุโรป เป็นเสรีภาพระดับโลกียะ เป็นการมีเสรีภาพของชาวโลก เป็นเสรีภาพปะปนคลุกเคล้าอยู่กับอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ผลของการใช้เสรีภาพมีสุขบ้างเมื่อสมหวัง และมีทุกข์บ้างเมื่อไม่สมหวัง แม้จะสุขหรือทุกข์ก็สุขหรือทุกข์ เพราะอวิชชา ตัณหา อุปาทาน เป็นสภาวะของชาวโลกแท้ ๆ

ส่วนเสรีภาพในคำสอนของพระพุทธศาสนา ไม่ใช่เสรีภาพที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับการเกิดของคน แต่เป็นเสรีภาพที่ เกิดขึ้นจากการฝึกฝน อบรม ชัดเกล้า ตัวเองด้วยศีลและธรรมอย่างเคร่งครัด จนจิตหลุดพ้นจากอวิชชา ตัณหา อุปาทาน เมื่อเสรีภาพเกิดขึ้นแล้ว จึงหลุดพ้นจากภาวะของชาวโลกหรือที่เรียกว่า “จิตอยู่เหนือโลก” เป็นโลกุตตรภาวะ สุขหรือทุกข์ซึ่งเป็นโลกธรรม จึงไม่สามารถทำให้ท่านเสพเสวยได้ ท่านพ้นจากสุขหรือทุกข์เหล่านี้ เพราะไม่มีกิเลส คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ครอบงำจิต จิตเป็นอิสระ จิตมีเสรีภาพอย่างสมบูรณ์ เสรีภาพอย่างนี้แหละ คือ เสรีภาพ ที่แท้จริง และไม่ใช่เสรีภาพที่ทุกคนจะมีได้ แต่ไม่ใช่เสรีภาพที่ทุกคนจะสร้างขึ้นให้แก่ตนเองไม่ได้ เพียงแต่ผู้สร้างต้องมีความเพียรพยายามอย่างจริงจัง โดยปฏิบัติตามหลักไตรสิกขาให้บริบูรณ์ก็จะพบเสรีภาพนั้น และสอดคล้องกับ **พระมหาชยธรรม (เสริมจันทร์)** (2562: บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเรื่องวิเคราะห์อัตถิภาวนิยมในพุทธปรัชญาเถรวาท พบว่า พบว่า แนวคิดในพุทธปรัชญาเป็นอัตถิภาวนิยม เพราะให้ความสำคัญในความเป็นมนุษย์ที่มีใจเพียงแค่มชีวิตรอยู่ แต่ให้ดำรงอยู่อย่างมีสติรู้เท่าทันปรากฏการณ์จึงเชื่อว่าดำรงอยู่อย่างมีคุณค่า ในการวิเคราะห์แนวคิดเรื่องอัตถิภาวนิยม ผู้วิจัยเห็นด้วยกับชาวยุโรปที่ให้ความสำคัญกับการดำรงอยู่ของมนุษย์ แต่ไม่เห็นด้วยกับประเด็นที่เน้นการดำรงอยู่ของมนุษย์มากเกินไป เพราะการกระทำนั้นจะทำให้มนุษย์ยึดมั่นอนัตตา พุทธปรัชญาเถรวาทไม่เพียงแต่ให้ความสำคัญกับคุณค่าของการดำรงอยู่เท่านั้น แต่ยังแนะนำให้เราไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นตัวตน เพราะว่า เพียงการดำรงอยู่หาใช่เป้าหมายที่แท้จริงไม่ นิพพานต่างหากคือเป้าหมาย และสอดคล้องกับงานวิจัยของ **พระวิบูล สุนตจิตโต และคณะ** (2563: บทคัดย่อ) ปรัชญาอัตถิภาวนิยมเป็นปรัชญาที่ให้ความสำคัญแก่นมนุษย์ว่ามีความสำคัญสูงสุด มีความเป็นตัวของตัวเองและสามารถเลือกกระทำการสิ่งใด ๆ ได้ตามความพอใจ แต่จะต้องรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเองกระทำ สิทธิเสรีภาพนั้นอัตถิภาวนิยมกล่าวถึงความรับผิดชอบผลของการกระทำของมนุษย์ทั้งในแง่ความสัมพันธ์กับตัวเอง และความสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ และสอดคล้องกับแนวคิดของ **ภัทรพร เตชทวีฤทธิ์** (2561: 27) ที่อธิบายว่า ทฤษฎีอัตถิภาวนิยมพัฒนามาจากงานของนักปรัชญาชาวยุโรปหลายท่านตั้งแต่ศตวรรษที่ 19 โดยเริ่มจากเซอ

เรน เคียร์เคอการ์ด (Søren Kierkegaard, 1813-1855) ได้เขียนหนังสือเกี่ยวกับความน่ากลัว ความวิตกกังวล และความไม่แน่นอนในชีวิต และฟรีดริช นีทเชอ (Friedrich Nietzsche, 1844-1900) ให้ความสำคัญกับความ ต้องการอำนาจในตนเอง (will to power) ต่อมา มาร์ติน ไฮเดกเกอร์ (Martin Heidegger, 1889-1976) ได้เขียนหนังสือ Being and Time ซึ่งมีความสำคัญอย่างมากต่อการพัฒนาทฤษฎีอัตถิภาวนิยม โดยเน้นใน ประเด็น การตระหนักรู้ถึงการมีชีวิตอยู่ (awareness of existence หรือ dasein) นอกจากนี้ ฌ็อง-ปอล ซาร์ตร์ (Jean-Paul Sartre, 1905-1980) นำเสนอถึงการมีอิสระของมนุษย์ในการเลือกและตัดสินใจ ด้วยตนเองภายใต้ข้อจำกัดของบริบทแวดล้อม และ มาร์ติน บูเบอร์ (Martin Buber, 1878-1965) กล่าวถึงการ ดำเนินชีวิตระหว่างสองสิ่ง (betweenness) คนเราไม่สามารถดำเนินชีวิตด้วยตนเอง โดยปราศจากการ ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งอื่นหรือบุคคลอื่น (I/Thou relationships) และสอดคล้องกับ ฟรังค์เคิล (Frankl, 1985: 123-134) ที่ได้ให้ความหมายของอัตถิภาวะไว้ว่า อัตถิภาวะ หมายถึง การมีชีวิตอยู่ของมนุษย์ ความหมายของการมี ชีวิต และการพยายามค้นหาความหมายของการมีชีวิตอยู่เป็นรูปธรรม โดยความหมายของชีวิตมนุษย์มีการ เปลี่ยนแปลงแตกต่างระหว่างบุคคลและระหว่างช่วงเวลา จึงเป็นการกล่าวถึงความหมายของชีวิต ณ ช่วงเวลา นั้น และสอดคล้องกับแนวคิดของ เดอร์เซน (Deurzen, 2002: 2-3) กล่าวถึง ทฤษฎีอัตถิภาวนิยมว่าเป็น แนวคิดที่ให้ความสำคัญกับศักยภาพของบุคคลที่จะตัดสินใจเลือกในการดำเนินชีวิตโดยพิจารณาข้อมูลอย่าง รอบคอบ

### ข้อสรุปและข้อเสนอแนะ

อัตถิภาวนิยมให้ความสำคัญกับเสรีภาพของปัจเจกชนที่จะแก้ปัญหาและพัฒนาตนเองด้วยความกล้า ต่อการเผชิญปัญหา กล้าประเมินวิธีการปฏิบัติ และกล้าลงมือทำด้วยความรับผิดชอบ ซึ่งสอดคล้องตามแนว พุทธปรัชญาเถรวาทที่ส่งเสริมให้บุคคลเสริมสร้างสติปัญญา ใช้วิจยญาณ และปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ด้วย ตนเอง ดังนั้นเพื่อให้เกิดประโยชน์เพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้งาน และเพื่อการวิจัยต่อไปเพื่อการต่อยอด จึงมี ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายไว้ดังนี้

#### ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้งาน

1. การพัฒนาตน : สามารถนำผลการวิจัยไปพัฒนาตนเองให้เกิดการพึ่งพาตนเองได้จากภายใน ด้วย หลัก 3 กล้า คือ กล้าเผชิญปัญหา กล้าประเมินวิธีปฏิบัติ และกล้าลงมือทำด้วยความรับผิดชอบอย่างมี วิจยญาณ คือ การวิเคราะห์ (แยกแยะ) วิจัย (ประเมินค่า) และวิจย (ประยุกต์ใช้โดยเล็งผลอันเลิศ) โดยมี เป้าหมายเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

2. การพัฒนาหลักสูตร : สามารถนำผลการวิจัยไปออกแบบหลักสูตรเพื่อการพัฒนาตนเองและ เสริมสร้างภาวะผู้นำที่มีวิจยญาณ มีใจเปิดกว้างที่สามารถเป็นพื้นที่รับฟังความรู้สึกนึกคิดของคนอื่นได้ แม้ว่าทัศนะนั้นจะแตกต่างหรือขัดแย้งกับทฤษฎีของตน ก็พร้อมที่จะรับฟังอย่างเคารพ เรียนรู้ ทำความ เข้าใจ เพื่อวิเคราะห์ ประเมินค่า และประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวม เช่น หลักสูตรภาวะผู้นำเชิงพุทธ หลักสูตรผู้นำตามแนวทางศาสตร์พระราชา หลักสูตรผู้นำการเปลี่ยนแปลงในยุคศตวรรษที่ 21 เป็นต้น

3. การพัฒนากิจกรรม : สามารถนำผลการวิจัยไปออกแบบเป็นกิจกรรมการเรียนรู้โดยจัดเป็นวง เสวนา (dialogue) รูปแบบต่างๆ เพื่อการเรียนรู้ตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง เช่น รูปแบบการ “ภาวนาเสวนา” (insight dialogue meditation) รูปแบบการเสวนา “วอยซ์ไดอะล็อก” (voice dialogue) บทสนทนา 4 มิติ (PURE learning process) การเสวนาอย่างมีวิจยญาณ (critical mind dialogue) วงเสวนาแบบพุทธ ธรรมเชิงประสบการณ์ เป็นต้น

### ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

ผู้วิจัยจึงเสนอแนะพอเป็นตัวอย่างเพื่อการวิจัยครั้งต่อไปตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ตีความอัตถิภาวนิยมบนพื้นฐานปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง
2. วิเคราะห์อัตถิภาวนิยมตามแนวพุทธปรัชญามหายาน
3. ศึกษาเชิงวิเคราะห์การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวอัตถิภาวนิยม

### เอกสารอ้างอิง

- กীরติ บุญเจือ. ศ. (2560). *ปรัชญาและจริยศาสตร์สมัยปัจจุบัน (ช่วงวิจารณ์ระบบเครือข่าย)*. บัณฑิตวิทยาลัย: สาขาปรัชญาและจริยศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- ประยงค์ แสตนบูรณ. (2559). *พระพุทธศาสนากับนานาชาติและปรัชญาศึกษาแนวเปรียบเทียบ*. คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- พระมหาชยุต กนต์โก (เสริมจันทร์). (2562). *วิเคราะห์อัตถิภาวนิยมในพุทธปรัชญาเถรวาท*. ใน ดุษฎีนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาปรัชญา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระวิฑูล สนั่นจิตโต และคณะ. (2563). *อัตถิภาวนิยมกับปัญหาการฆ่าตัวตาย*. วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณฯ ปีที่ 7 ฉบับที่ 4 ประจำเดือนตุลาคม - ธันวาคม.
- ภัทรพร เดชทวีฤทธิ์. (2561). *การศึกษามผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวอัตถิภาวนิยมผลงานเอ็นเนียแกรมที่มีต่อความฉลาดทางจิตวิญญาณของผู้ใหญ่วัยทำงาน*. ปริญญาานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2535). *พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500* กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- เอกบุญญาวรรณ พลอยพรรณณา, สุวิน ทองปั้น และ จรัส ลีกา. (2564). *การวิเคราะห์หลักอัตถิภาวนิยมในพระพุทธศาสนา*. วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณฯ ปีที่ 8 ฉบับที่ 2 เมษายน - มิถุนายน.
- Deurzen, E., van. (2002). *Existential counselling & psychotherapy in practice*. 2<sup>nd</sup> ed. London: Sage.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning: revised and updated*. New York : Washington square press.
- Sartre, Jean-Paul. (1947). *Existentialism is a Humanism*. translated by Carol Macomber, Edited by John Kulka. London: Yale University press.
- \_\_\_\_\_.(1957). *Being and Nothingness*. translated by Hazel E. Branes, [USA.: University of Colorado.
- \_\_\_\_\_.( 2007). *Existentialism is a Humanism*. translated by Carol Macomber. London: Yale University press.