



การศึกษาเชิงวิเคราะห์สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง An Analytical Study of Spiritual Well-being According to Moderate Postmodern Philosophy

อิทธิศักดิ์ เลอยศพรชัย

Itthisak Leryotpornchai

ศูนย์พอเพียงศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

Center of Sufficiency Studies, Graduate School, Suan Sunandha Rajabhat University

E-mai: Itthisak.ler@gmail.com

วันที่รับบทความ (Received): 8 ตุลาคม 2566

วันที่แก้ไขบทความ (Revised): 29 พฤศจิกายน 2566

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted): 24 ธันวาคม 2566

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางรูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยวิเคราะห์เนื้อหา และการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิแล้วเขียนบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางเป็นความสุขที่เกิดจากการไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ในระดับกลางเป็นความสุขจากการสังเคราะห์เกื้อกูลตนเองและผู้อื่นโดยธรรม ในระดับสูงเป็นความสุขที่เกิดจากที่ที่เกิดจากแก้ปัญหาได้ พัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและผู้อื่นได้ด้วยวิจารณญาณ

คำสำคัญ: สุขภาวะทางปัญญา, ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง, หลังนวยุคนิยม, ปรัชญา

Abstract

The objective of this research is to analyze intellectual well-being according to the post-modern philosophical framework. The research employs a qualitative approach, involving content analysis and interviews with qualified individuals. The research findings indicate that Spiritual Well-being According to Moderate Postmodern Philosophy, encompasses happiness derived from wisdom, which includes creativity, self-adjustment, cooperation, and seeking knowledge together at its foundational level. At the intermediate level, intellectual well-being involves the happiness derived from cultivating ethical qualities in oneself and others. At the advanced level, it signifies happiness resulting from problem-solving, personal development, and the application of reason to enhance the quality of life for oneself and others.

Key words: Spiritual Well-being, Postmodern Philosophy, Postmodernism, Philosophy.



บทนำ

โดยทั่วไปเมื่อกล่าวถึง คำว่า “สุขภาวะทางปัญญา” หรือ “จิตวิญญาณ” เป็นคำที่มีความเป็นนามธรรมสูง มีความเข้าใจความหมายที่แตกต่างกันไป มีทั้งความหมายในเชิงลึกและกว้างยังไม่พบความหมายที่เป็นข้อสรุปที่ได้รับการยอมรับตรงกัน เป็นคำศัพท์ที่พบว่ามีทั้งความแตกต่างกันตามสาขาวิชา ตามวัฒนธรรม ความเชื่อ ศาสนา ภาษาและประวัติศาสตร์ และมีทั้งความเหมือนหรือลักษณะร่วมกันบางประการ และมีความสอดคล้องกันอยู่ในความต่างเหล่านั้นด้วย มีการนำเสนอความรู้ที่เกี่ยวข้องว่ามนุษย์มีมิติด้านในของชีวิตที่เรียกว่า จิตวิญญาณ และการพัฒนาหรือเติบโตด้านจิตวิญญาณนี้เป็นรากฐานของการมีชีวิตที่ดีงามที่มนุษย์แสวงหา (โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ และณนาท อนุพงศ์พัฒน์, 2560) และมีผู้ทรงคุณวุฒิและนักวิชาการในประเทศได้นำเสนอความหมายของสุขภาวะทางปัญญาหรือจิตวิญญาณไว้ในหลายๆ แง่มุม ตัวอย่างเช่น ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์ (2552) ประเวศ วะสี (2552) อารยา พรายแย้ม และคณะ (2552) และรัตติกรณ์ จงวิศาล (2561)

ดังนั้น เมื่อต้องการวิเคราะห์คำว่า “สุขภาวะทางปัญญา” จึงจำเป็นต้องวิเคราะห์ตามบริบท (Context) ที่ต้องการสื่อสารให้เข้าใจในลักษณะของ “นิยามเชิงปฏิบัติการ” เป็นเหมือนการเล่นเกมทางภาษาที่มีการกำหนดขอบเขตเงื่อนไขหรือกติกา เพื่อให้ผู้เล่นในเกมนั้นเกิดความเข้าใจตรงกันตามที่ตกลงกันในแต่ละเกม โดยไม่จำเป็นที่จะต้องทำให้ทุกเกมมีกติกาเหมือนกันเป็นสากลอย่างที่ปรัชญานวยคนิยม (Modernism) เคยทำในอดีตด้วยการกำหนดความจริงเพียงหนึ่งเดียวที่ตรงกับความเป็นจริงว่าต้องมาจากกระบวนการทางวิทยาศาสตร์เท่านั้น แต่หลังจากปรัชญาหลังนวยค (Postmodern) เริ่มเฟื่องฟูในช่วงศตวรรษที่ 20 คนทั่วโลกได้รับรู้ว่าการจริงทางวิทยาศาสตร์นั้นก็ยังเป็นเพียงความจริงที่ถูกยอมรับว่าจริงในปัจจุบัน แต่เมื่อมีข้อค้นพบใหม่ที่ดูสมเหตุสมผลกว่า มีข้อเท็จจริงที่น่าเชื่อถือกว่า ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ที่เคยเชื่อกันว่าจริงนั้นก็จะถูกเปลี่ยนแปลงไปตามยุคตามสมัย ในช่วงแรกของการเกิดขึ้นของกระแสปรัชญาหลังนวยคสายสุดขั้วมีลักษณะเป็นแบบรื้อถอนหรือรื้อทำลาย (deconstruction) ในเรื่องของปัญญาจะเป็นการแสวงหาเอาเฉพาะหน้าจากปรากฏการณ์ จากการหยั่งรู้ ต่อมาเมื่อปรัชญาหลังนวยคสายกลางได้เกิดขึ้น ได้มีการเสนอแนวคิดในลักษณะ “รื้อสร้างใหม่” (reconstruction) ซึ่งเป็นการทำการแบ่งรับแบ่งสู้ ประนีประนอม ระหว่างกระแสคนนิยม (Modernism) กับกระแสหลังนวยคนิยมแบบสุดขั้ว (Extreme Postmodernism) โดยการรักษาคคุณค่าของสิ่งที่เคยเกิดขึ้นแล้วในกระบวนการทรรศนวยค แต่ก็เสนอแนะให้คลายความยึดมั่นถือมั่นในความจริงหนึ่งเดียว คือ ความจริงทางวิทยาศาสตร์ลงเสียแล้วเปิดพื้นที่ให้ความจริงอื่นๆ โดยมีเป้าหมายของการเรียนรู้เป็นไปเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตนเองและผู้อื่น ดังนั้น คุณภาพชีวิตจึงเสมือนหมุดหมายปลายทางของความสุขที่เกิดขึ้นจากกระบวนการทางปัญญาที่ปรัชญาหลังนวยคสายกลางได้เสนอขึ้นมา นั่นก็คือกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

สิ่งที่น่าสนใจต่อการศึกษาด้านสุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยคจึง ได้แก่ สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยคสายกลางเป็นอย่างไร? เพื่อที่จะได้เปิดมุมมองในเชิงปรัชญาและจริยศาสตร์เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ดังนั้น บทความนี้จึงมุ่งวิเคราะห์สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยคอันจะนำไปสู่การแลกเปลี่ยนเรียนรู้สุขภาวะทางปัญญาในมิติอื่นๆ ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อวิเคราะห์สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยคสายกลาง

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยวิเคราะห์เนื้อหา และการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 รูป/คน จากนั้นจึงเขียนบรรยายเชิงพรรณนาเพื่อสรุปและอภิปรายผลการวิจัย โดยสรุปวิธีดำเนินการวิจัยเป็นข้อๆ ตามลำดับดังนี้

1. ขั้นรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การเก็บข้อมูลที่เกี่ยวข้องจากเอกสาร บทความวิจัย และการสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิ
2. ขั้นเรียบเรียงข้อมูล ได้แก่ การนำข้อมูลที่ได้จากเอกสาร บทความวิจัย และการสัมภาษณ์ของผู้ทรงคุณวุฒิมาจัดเป็นหมวดหมู่ โดยแบ่งออกเป็นด้าน ๆ เพื่อให้ง่ายต่อการนำไปวิเคราะห์
3. ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การนำข้อมูลที่ได้เรียบเรียงมาแล้ว มาวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ทางด้านต่างๆ เพื่อตอบโจทย์งานวิจัย
4. ขั้นสรุปผล อภิปรายผล ได้แก่ การสรุปผลการวิเคราะห์ และอภิปรายผลในส่วนต่าง ๆ โดยเชื่อมโยง กับเอกสารและบทความวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สรุปผลการวิจัย

สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง เป็นภาวะความสุขจากสัญชาตญาณ ปัญญาที่เกิดเฉพาะในมนุษย์เท่านั้น มนุษย์มีทั้งสัญชาตญาณสสาร สัญชาตญาณพืช และสัญชาตญาณสัตว์ อยู่ในตัว แต่สสาร พืช และสัตว์ ไม่มีปัญญาเทียบเท่ามนุษย์ ธรรมชาติของมนุษย์ส่งเสริมให้เกิดศักยภาพ และสมรรถนะทางปัญญา ปัญญาจึงเป็นสัญชาตญาณแท้ที่มีในมนุษย์เท่านั้น สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางมีพลังขับเคลื่อนที่สำคัญอยู่ 4 อย่าง คือ สร้างสรรค์ ปรับตัว ร่วมมือ และแสวงหา

พลังสร้างสรรค์ ช่วยให้เกิดสุขภาวะเพราะมนุษย์ที่ใช้พลังสร้างสรรค์ ชีวิตจะไม่รู้สึกเหงา เบื่อหน่าย เชื่องซึม เพราะทุกการสร้างสรรค์นำไปสู่การแก้ไขสิ่งเดิม โดยปรับปรุง เปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้น เมื่อดีขึ้นก็คือนวัตกรรม มีการพัฒนา มีการสร้างสรรค์ต่อยอด ส่วนผลผลิตที่เกิดขึ้นในทางรูปธรรม อาจจะเรียกว่า นวัตกรรม ศิลปะ ทางเลือกใหม่ แพลตฟอร์ม ฯลฯ แต่โดยเนื้อแท้ของการสร้างสรรค์นั้นมาจากจิตที่เป็นกุศล มีการวางใจที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิต เกิดการลด ละ เลิก พฤติกรรมที่นำไปสู่การเบียดเบียนตนเอง ผู้อื่น สังคม สิ่งแวดล้อมรอบตัว ทำให้ได้วิถีทางที่ลดโทษเพิ่มคุณประโยชน์สร้างประโยชน์สุขให้เกิดขึ้นตามความเป็นจริง

พลังปรับตัว ช่วยให้เกิดสุขภาวะเพราะมนุษย์ที่ใช้พลังปรับตัว จิตใจจะมีความมั่นคง ยอมรับความเป็นจริงที่เปลี่ยนแปลงได้อยู่เสมอ มีการพร้อมที่จะลดหรือเพิ่ม มีความยืดหยุ่นพร้อมเปลี่ยนแปลง และปรับปรุง โดยเฉพาะพฤติกรรมใดๆ ที่จะสร้างความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น ตลอดจนสิ่งแวดล้อมรอบตัว แม้ว่าพฤติกรรมนั้นจะมาจากเจตนาดี แต่ถ้าสร้างผลกระทบก็จะปรับเปลี่ยนเพื่อปรับความสมดุล ลดทุกขภาวะให้เบาบางลง ในส่วนของนวัตกรรมและเทคโนโลยีใดๆ เมื่อเห็นว่าการสร้างสรรค์ที่เกิดขึ้นทำให้สังคมโดยรวมและธรรมชาติสิ่งแวดล้อมเกิดผลกระทบเชิงลบต่อคุณภาพชีวิตก็พร้อมที่จะปรับปรุง ทั้งในเชิงเทคนิคการใช้ เจตนา และทัศนคติ พร้อมทั้งจะยอมรับฟังเสียงของคนอื่นที่มีความแตกต่าง เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นเรื่อยๆ

พลังร่วมมือ ช่วยให้เกิดสุขภาวะเพราะมนุษย์ที่ใช้พลังร่วมมือจะนึกถึงประโยชน์สุขของผู้อื่น มีใจพร้อมที่จะให้ความรักความเมตตา ความเข้าใจ มีขนาดของใจที่เปิดกว้าง รองรับเครือข่ายที่จะเข้ามา ร่วมมือร่วมแรงร่วมใจกัน แสวงหาจุดร่วม สงวนจุดต่างอย่างสร้างสรรค์ สิ่งใดที่เห็นร่วมกันก็นำมากำหนด



เป้าหมายเพื่อคุณภาพชีวิตร่วมกัน สิ่งใดที่เห็นต่างกันก็ให้ถือว่าเป็นพรสวรรค์ของแต่ละฝ่าย แต่พรสวรรค์นั้นจะต้องไม่เบียดเบียนกัน จึงต้องร่วมมือกันเพื่อลดทุกข์เพิ่มสุขด้วยปัญญา

พลังแสงหา ช่วยให้เกิดสุขภาวะเพราะมนุษย์ที่ใช้พลังแสงหาจะแสวงหาโดยธรรมเพื่อค้นหาสิ่งที่ขาดหายไปเติมเต็ม ตามเหตุตามปัจจัย ตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนไป แสวงหาการมีส่วนร่วมในส่วนอื่นๆ เพื่อให้เกิดความสมดุล เป็นองค์รวมไม่แยกส่วน แสวงหาด้วยวิจรรณญาณ คือ การวิเคราะห์ วิจัย และริชาน โดยมีเป้าหมายตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง คือ ทุกการแสวงหาจะต้องเป็นไปเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งโดยส่วนตนและส่วนรวม

อภิปรายผล

ผลจากการวิจัย พบว่า สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง เป็นภาวะความสุขจากสัจชาตญาณปัญญาที่เกิดเฉพาะในมนุษย์เท่านั้น มนุษย์มีทั้งสัจชาตญาณสสาร สัจชาตญาณพืช และสัจชาตญาณสัตว์อยู่ในตัว แต่สสาร พืช และสัตว์ ไม่มีปัญญาเทียบเท่ามนุษย์ ธรรมชาติของมนุษย์ส่งเสริมให้เกิดศักยภาพและสมรรถนะทางปัญญา ปัญญาจึงเป็นสัจชาตญาณแท้ที่มีในมนุษย์เท่านั้น สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางมีพลังขับเคลื่อนที่สำคัญอยู่ 4 อย่าง คือ สร้างสรรค์ ปรับตัว ร่วมมือ และแสวงหา ทั้งนี้อาจเป็นเพราะพลังทั้ง 4 นี้เป็นพลังทำการของปัญญาที่ส่งเสริมให้เกิดสิ่งที่เป็นกุศล เช่น ความเมตตา สามารถแบ่งปันพื้นที่ให้กับความคิดที่หลากหลาย ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่เชื่ออยู่จนเกิดอคติ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ชมพู โกติรัมย์ และคณะ (2564) กล่าวว่า หลักพุทธธรรมที่ความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางปัญญา และสอดคล้องกับแนวคิดของ ดวงฤทัย ต๊ะสุข เมธี เมธีสวัสดิ์กุล และพัชรภรณ์ ไชยสังข์ (2565) กล่าวว่า สุขภาวะทางปัญญา คือ การมีความรู้ ความเข้าใจอย่าง ถูกต้อง คิดดี คิดเป็น สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้ ช่วยให้ดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุข ซึ่งนับเป็นพื้นฐานของความสุขทั้งทางกาย สังคม และจิตใจ และสอดคล้องกับแนวคิดของ ทรงยศ สาโรจน์ (2565) อธิบายว่า สุขภาวะทางปัญญา คือ มีความรอบรู้ รู้เท่าทันสรรพสิ่ง มีเมตตากรุณา มีสติ มีสมาธิ และสอดคล้องกับแนวคิดของ ธนันต์ชัย พัฒนะสิงห์ และคณะ (2561) ที่อธิบายถึงพลังสร้างสรรค์ในลักษณะของการเผชิญปัญหา กล่าวคือมีความอดทน ความพากเพียร และความสามารถในการผ่านพ้น ความยากลำบากโดยไม่ล้มเลิก และสอดคล้องกับแนวคิดของ ปณณทัณัฐ จงพัฒนานุกุลกิจ, สิริวัฒน์ ศรีเครือดง และลำพอง กลมกุล (2563) อธิบายว่า กระบวนการพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาจากจิตอาสาที่เป็นแนวปฏิบัติที่ดี การที่จะทำให้อุคนมีความถึงพร้อมทางด้านสุขภาวะทางปัญญา ผู้นั้นจะต้องมีความขวนขวายมีความใส่ใจที่จะแสวงหาความรู้ มีกัลยาณมิตรที่คอยกระตุ้นให้กำลังใจจะส่งเสริมถือว่าเป็นปัจจัยหนึ่งให้ประสบความสำเร็จด้านสุขภาวะทางปัญญา และสอดคล้องกับแนวคิดของ พระภูษิตสะ ปญญาปโชโต (2562) อธิบายว่า การเรียนรู้ในส่วนของปัญญาภาวนา คือ การมุ่งเน้นไปที่การทำให้มีจิตใจอยู่ในภาวะที่มีความสุขและเกิดความเข้าใจในการใช้ชีวิต หลักปัญญาภาวนา คือ การสอนให้ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่าปรับเปลี่ยนมุมมองในการมองตนเองและมองสังคม และสอดคล้องกับแนวคิดของ พระมหาประยูร โชติวโร (คำมา) และคณะ (2565) กล่าวว่า การดูแลสุขภาวะองค์รวมด้านสุขภาวะทางปัญญานั้นต้องมีภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะภาคีเครือข่ายด้านสุขภาพหนุนเสริม และสอดคล้องกับแนวคิดของ ไพฑูรย์ สวนมะไฟ, พระมหาคมคาย สิงห์ทอง และรมิดา สวนมะไฟ (2565) กล่าวว่า การฝึกให้ดำรงตนอยู่ในความไม่ประมาท ไม่ลุ่มหลงมัวเมา รู้เท่าทันในการใช้ชีวิตและเห็นโทษในการ เสพความสุขเกินความพอดี การยอมรับการเปลี่ยนแปลงของชีวิต รู้เท่าทันรู้สึกสบายใจ มีสติอยู่กับตัวเอง ไม่ไปว่าร้ายคนอื่น ไม่ว่านุ่นใจ ไม่คิดมาก มีความรู้ ความเข้าใจในตัวเอง การเห็นในสิ่งที่เป็นอย่างจริงทำให้มีความสุขที่แท้จริง

ด้วยการเสพรโภค การใช้สอยด้วยปัญญา และฝึกปฏิบัติตนให้เกิดปัญญาแจ่มแจ้ง การให้รู้จักการสื่อสาร เพื่อจูงใจและชักนำในการพัฒนา และสร้างสรรค์ และสอดคล้องกับแนวคิดของ มนตรี หลินภู และคณะ (2565ก) อธิบายว่า ตามหลักพุทธธรรมนั้น สุขภาวะทางปัญญาจะเกิดขึ้นได้จะต้องอาศัย “สติ” (Mindfulness) โดยเฉพาะสติในรูปแบบวิปัสสนา (สติปัฏฐาน) ที่หมายถึง การระลึกรู้หรือการจำได้ นึกได้ไม่เลือนลหาย ไม่ประมาท ไม่เผลอในภาวะปัจจุบัน และสอดคล้องกับแนวคิดของ เลอลักษณ์ มหิพันธ์ ชนิตดา แนนเกษร และดวงใจ วัฒนสินธุ์ (2560) สรุปไว้ว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่เพียงพอจะส่งผลให้บุคคลเกิดความพึงพอใจในชีวิตซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ทำให้เกิดสุขภาวะทางปัญญา เนื่องจากบุคคลได้รับการช่วยเหลือหรือสนับสนุนทางในด้านต่างๆ จึงช่วยลดการเกิดความเครียด ทำให้เกิดความสบายใจเป็นการหล่อเลี้ยงทางอารมณ์ ทำให้บุคคลรู้สึกถึงชีวิตมีคุณค่ามีความหมาย และยังช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับปัญหาต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น ดังนั้น การสนับสนุนทางสังคมจึงทำให้บุคคลมีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ และสอดคล้องกับแนวคิดของ วรริศา สงขว (2560) กล่าวว่า ปัญญาภาวนาคือการพัฒนาปัญญา และสอดคล้องกับแนวคิดของ สุรชาติ ณ หนองคาย (2560) อธิบายว่า ตามพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550 ให้คำนิยามคำสำคัญไว้ในมาตรา 3 “สุขภาพ” หมายความว่า ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคมเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล “ปัญญา” หมายความว่า ความรู้ทั่ว รู้เท่าทัน และความเข้าใจอย่างแยกได้ในเหตุผลแห่งความดี ความชั่ว ความมีประโยชน์และความมีโทษ ซึ่งนำไปสู่ความมีจิตอันดีงาม และเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และสอดคล้องกับแนวคิดของ มนตรี หลินภู และคณะ (2565ข) กล่าวว่า องค์ประกอบสุขภาวะทางปัญญาตามหลักพุทธธรรมนั้นจะเน้นการใช้ชีวิตที่มี “สติ” เป็นเครื่องกำกับนำไปสู่การเกิดปัญญาที่รู้เห็นตามความเป็นจริง และสอดคล้องกับแนวคิดของ เลอลักษณ์ มหิพันธ์, ชนิตดา แนนเกษร และดวงใจ วัฒนสินธุ์ (2560) อธิบายว่า การมีสุขภาวะทางปัญญาอาจประกอบด้วยองค์ประกอบหลายอย่างทั้งที่คล้ายกันและแตกต่างกัน ไปตามวัฒนธรรมและบริบททางสังคมขององค์ประกอบที่มีความคล้ายคลึงกันที่สามารถส่งเสริมให้เกิดการมีสุขภาวะทางปัญญา คือ องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับความ สุข ความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งสุขภาวะทางปัญญาประกอบด้วยความสุขสงบจากการทำความดีความไม่เห็นแก่ตัว และมีพรหมวิหารสี่ สุขภาวะทางปัญญายังทำให้เกิดพลังอำนาจคือสุขภาวะทางจิต ได้แก่ มีกำลังใจ จริงใจ พึงพอใจชีวิต มีความสุขความเบิกบานกับการทำหน้าที่การใช้ชีวิตและภาคภูมิใจในการทำหน้าที่ และสอดคล้องกับแนวคิดของ เสาวภา เล็กวงษ์, วรณรัตน์ ลาวัณ และสมสมัย รัตนกริธากุล (2562) กล่าวว่า สุขภาวะทางปัญญา (spiritual health) เป็นคำที่มีความเป็นนามธรรมสูง ปัญญา หมายความว่า ความรู้ทั่ว รู้เท่าทัน และความเข้าใจอย่างแยกได้ในเหตุผลแห่งความดี ความชั่ว ความมีประโยชน์และความมีโทษ ซึ่งนำไปสู่ความมีจิตอันดีงามและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และสอดคล้องกับแนวคิดของ ชมพู โกดิรัมย์ และคณะ (2563) กล่าวว่า หลักพุทธธรรมที่ความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางปัญญา ประกอบด้วยการพัฒนา (ภาวนา) การศึกษาเรียนรู้ (ไตรสิกขา) มรรควิธีแก้ปัญหาทั้งกาย (สังคม) และด้านจิต การบริหาร จิตให้มีสติสามารถครองตนและด้วยปัญญา (สติปัฏฐาน)

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้นำไปสู่การสร้างชุดเครื่องมือพุทธธรรมเชิงประสบการณ์เพื่อสร้างสุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนยุคสายกลาง โดยมีรายละเอียดดังนี้

ชุดเครื่องมือที่ถูกสร้าง เรียกว่า “ชุดเครื่องมือพุทธธรรมเชิงประสบการณ์: ญูแจความทุกข์สู่ขุมทรัพย์ภายใน” มาจากพื้นฐานพุทธธรรมเรื่องอริยสัจ 4 ในทางพุทธปรัชญาวางอยู่บนพื้นฐานความเชื่อแบบทวินิยม คือ เชื่อว่ามนุษย์ประกอบด้วยกายและจิต ส่วนของกายมีอยู่ 1 ส่วน คือ รูป ส่วนของจิตมีอยู่ 4 ส่วน



คือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ รวมทั้ง 5 ส่วนนี้เรียกว่าเบญจขันธ์หรือขันธ์ 5 ดังนั้น “ชุดเครื่องมือพุทธธรรมเชิงประสบการณ์ : ฤกษ์แจความทุกข์สู่ชุมทรัพย์ภายใน” จึงวางอยู่บนหลักการที่มีความเชื่อพื้นฐานดังนี้

- 1) มนุษย์มีศักยภาพในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองได้ โดยมีสติเป็นพื้นฐานของปัญญา
- 2) ปัญญาของมนุษย์สามารถทำความเข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริงได้ หากมีการจัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมต่อการเจริญสติปัญญา ก็จะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น
- 3) แม้ว่ามนุษย์จะมีความคิดเห็นบางอย่างที่ต่างกันและตรงกัน แต่ความคิดเห็นที่ต่างกันนั้นไม่ได้หมายความว่าผิด เป็นเพียงแค่ความคิดเห็นที่ต่างกันเท่านั้น ส่วนความคิดเห็นที่ตรงกันนั้นก็ไม่ได้หมายความว่าถูกต้อง เป็นเพียงแค่ความคิดเห็นที่ตรงกันเท่านั้น
- 4) มนุษย์แต่ละคนมีปัญญาไม่เท่ากัน แต่จะมีปัญญามากเพียงใดก็ไม่เท่าพระศาสดา ปัญญาของมนุษย์ที่ยังไม่ถึงขั้นศาสดายังมีข้อจำกัดทางประสบการณ์มากมาย จำเป็นต้องเปิดใจเรียนรู้ประสบการณ์จากคนอื่นด้วยความเคารพ
- 5) รูปแบบการเรียนรู้พุทธธรรมที่อาศัยประสบการณ์เดิมของผู้เรียน (Experiential Learning) เพื่อมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน นำไปสู่กระบวนการกลุ่ม (Group Process) ที่ทำให้บุคคลเข้าถึงคุณค่าและศักยภาพในตนเองจากการตระหนักรู้ภายใน (Internal self-awareness) แสดงออกด้วยความสร้างสรรค์ ปรับตัว ร่วมมือ และแสวงหาโดยธรรม

ข้อสรุปและข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

งานวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง” นี้มีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์ได้ โดยเสนอให้นำหลักการนี้ไปออกแบบกิจกรรมสุนทรียสนทนา ออกแบบเครื่องมือที่เหมาะสมกับผู้เข้าร่วมในแต่ละกลุ่ม ปรับปรุงพัฒนาอย่างต่อเนื่องให้เกิดความยั่งยืน แล้วส่งต่อแบ่งปันกันในสังคม เช่น นำไปจัดกิจกรรมบริการวิชาการให้กับองค์กรการศึกษาในสาขาที่เกี่ยวกับพุทธศาสนา ปรัชญา จริยศาสตร์ เป็นต้น

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง” ในครั้งนี้มุ่งเน้นการวิเคราะห์ตีความเพื่อตอบปัญหาการวิจัยที่ว่า “สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางควรเป็นอย่างไร” ซึ่งเป็นการศึกษาในเชิงลึกในด้านปรัชญาและจริยศาสตร์ที่เกิดจากการวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ อย่างไรก็ตาม ยังมีแนวทางการศึกษาวิจัยแบบอื่นๆ ที่น่าสนใจ ผู้วิจัยจึงขอเสนอข้องานวิจัยสำหรับผู้สนใจศึกษา ดังนี้

1. สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้พิการ
2. สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
3. สุขภาวะทางปัญญาตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บรรณานุกรม

- โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ และนันทา อนุพงศ์พัฒน์. (2560). *สุขภาพทางปัญญา: จิตวิญญาณ ศาสนา และความเป็นมนุษย์*. นนทบุรี: สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ.
- ชมพู โกติรัมย์, พันยา เขียวบุญจันทร์, สุริพร เขียวบุญจันทร์, สุปัญญา จันทร์ศรี. (2563). ศึกษาพุทธธรรมเพื่อสังเคราะห์เป็นรูปแบบเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา: กรณีศึกษาวัดป่าเจริญราช อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี. *วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์*, 8(4), 120-133.
- ดวงฤทัย ตีสุข, เมธี เมธีสวัสดิ์กุล, พิชราภรณ์ ไชยสังข์. (2565). แนวทางการออกแบบปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่พักอาศัยที่ส่งเสริมสุขภาวะทางกาย จิตใจและปัญญาของผู้สูงอายุ ตามแนวคิดการออกแบบเพื่อทุกคน. *วารสารวิชาการสถาปัตยกรรมศาสตร์*, 75, 73-90.
- ทรงยศ สาโรจน์. (2565). การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในโรงเรียนขนาดเล็ก ด้วยกระบวนการเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนใช้ปัญหาเป็นฐาน. *วารสารสังคมพัฒนศาสตร์*, 5(1), 44-57.
- ธันต์ชัย พัฒนะสิงห์, พระมหาเผื่อน กิตติโสภโณ, พระครูพิพิธปริยัติกิจ และลำพอง กลมภู. (2561). โมเดลของความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ส่งผลต่อสุขภาวะทางปัญญาของวัยรุ่น. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*, 6(sp1), 406-417.
- ปมณต์ณัฐ จงวัฒนานุกุลกิจ, สิริวัฒน์ ศรีเครือตง, ลำพอง กลมภู. (2563). รูปแบบพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาของจิตอาสาในกลุ่มผู้ปฏิบัติธรรม. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยวิทยาเชิงพุทธ*, 5(1), 185-196.
- ประเวศ วะสี. (2552). *สร้างคุณค่าความเป็นคน สร้างสุขภาพชุมชนให้เข้มแข็ง*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: บริษัท คิวทีพี.
- ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์. (2552). *19 ปุจฉา พัฒนาจิตวิญญาณ*. กรุงเทพฯ: แผนงานพัฒนาจิตเพื่อสุขภาพ มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- พระภุชิสสะ ปณฺญาปโชโต. (2562). การเสริมสร้างสุขภาวะตามหลักภาวนา 4 ของผู้สูงอายุในตำบลยางฮ่อม อำเภอนาตาล จังหวัดเขมราฐ. *วารสาร มจร การพัฒนาศักยภาพ*, 4(1), 49-63.
- พระมหาประยูร โชติวโร (คำมา), ปฎิธรรม สำเนียง, นงลักษณ์ ยอดมงคล และชาลิมาศ ตันสุเทพวิรวงศ์. (2565). สุขภาวะองค์กรรวมเชิงพุทธของพระสงฆ์: นโยบาย สิทธิประโยชน์ และรูปแบบการเกื้อกูลต่อชุมชนในสังคมไทย. *วารสารวิจัยวิชาการ*, 5(4), 1-12.
- ไพฑูรย์ สอนมะไฟ, พระมหาคมคาย สิงห์ทอง และรมิดา สอนมะไฟ. (2565). การส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธในโรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดร้อยเอ็ด. *วารสารบัณฑิตสาเกตปริทรรศน์*, 7(1), 141-151.
- มนตรี หลินภู, นฤมล พระใหญ่, อัจฉรา ประเสริฐสิน, ประทีป จินนี้. (2565ก). รูปแบบการให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวสติปัญญา เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญาตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขัง. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*, 10(2), 693-705.
- _____. (2565ข). การวิเคราะห์องค์ประกอบสุขภาวะทางปัญญา ตามหลักพุทธธรรมของผู้ต้องขังคดียาเสพติด. *วารสารวิชาการธรรมทรรศน์*, 22(4), 15-28.
- รัตติกรณ์ จงวิศาล และคณะ. (2561). *จิตวิทยาองค์กร*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เลอลักษณ์ มหิพันธ์, ชนิดดา แนนเกษร, ดวงใจ วัฒนสินธุ์. (2560). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะทางปัญญาของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภท. *วารสารพยาบาลสาธารณสุข*, 31(2), 29-42.



- สุรชาติ ฅ หนองคาย. (2561). สุขภาพจิตวิญญาณ สุขภาพทางปัญญาและความรอบรู้ด้านสุขภาพเหมือนหรือต่างกันอย่างไร. *วารสารวิชาการ สถาบันเทคโนโลยีแห่งสุวรรณภูมิ (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์)*, 4(1), 1-7.
- เสาวภา เล็กวงษ์, วรรณรัตน์ ลาวัณ, สมสมัย รัตนกริฑากุล. (2562). ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาวะทางปัญญาของญาติผู้ดูแลคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกาย. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี*, 30(1), 102-112.
- อนุสรณ์ แนนอุดร, พัทธราภรณ์ ไชยสังข์, ยชญ์วินทร์ จรบุรมย์, อุบลวนา ขวัญบุญจันทร์, นพภัสสร วิเศษ, วรรณรัตน์ มากเทพพงษ์, รัชพร ศรีเดช, จิราวรรณ ศิริโสม, เมธิ เมธิสวัสดิ์กุล และดวงฤทัย ตีสุข. (2564). การพัฒนาออกแบบที่พักอาศัยเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาในผู้สูงอายุ. *วารสารศูนย์การศึกษาแพทยศาสตร์คลินิก โรงพยาบาลพระปกเกล้า*, 38(4), 482-490.
- อารยา พรายแย้ม และคณะ. (2552). การสังเคราะห์ความรู้ทางด้านการพัฒนาจิตปัญญา (วิญญาณ) จากเรื่องเล่า ความสำเร็จของผู้ให้บริการและผู้รับบริการในระบบสุขภาพ. *รายงานการวิจัย*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสด.