

การบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริม สุขภาพองค์รวมของครอบครัวและสังคม

INTEGRATING BUDDHIST PSYCHOLOGY AND LOCAL KNOWLEDGE TO PROMOTE HOLISTIC HEALTH OF FAMILIES AND SOCIETY

พระมหาไกรสร โชติปัญญา *

Phramahakraisorn Sotipunyo

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพองค์รวมของครอบครัวและสังคมเพื่อบูรณาการพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพองค์รวมของครอบครัวและสังคม และเพื่อวิเคราะห์แนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการ ในการส่งเสริมสุขภาพองค์รวมของครอบครัว และสังคมโดยผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ที่ใช้เทคนิคการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบมีโครงสร้าง ประกอบด้วย การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) ครอบครัวในพื้นที่ ผู้นำชุมชนรวมถึงการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยจะทำการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purpose Sampling) จำนวน 24 คน ในพื้นที่ชุมชนต้นแบบทั้ง 4 ภาค ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคอีสาน ภาคกลาง และภาคตะวันตกเพื่อหาลักษณะร่วม (Common Character) และข้อสรุปร่วม (Common Conclusion) และการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) แนวทางการบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพองค์รวมของครอบครัวและสังคม

ผลการวิจัยพบว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่นเป็นปัจจัยสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพองค์รวมของครอบครัวและสังคมที่ประกอบไปด้วยภูมิปัญญาด้านการดำรงชีวิตตามสภาพแวดล้อม ด้านคติความเชื่อและศาสนา ด้านวัฒนธรรมประเพณีด้านการจัดเครือข่ายระบบความสัมพันธ์และด้านสุขภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นเหล่านี้สามารถบูรณาการกับหลักพุทธธรรมหรือการบูรณาการพุทธจิตวิทยาที่ก่อให้เกิดคุณค่าและความดีงามในการดำรงชีวิตและวิถีชุมชนให้อยู่ร่วมกับธรรมชาติและสภาวะแวดล้อมได้อย่างสมดุลซึ่งนำไปสู่แนวทางการประยุกต์ใช้หลักพุทธจิตวิทยา ภายใต้ปัจจัยและเงื่อนไขทางสังคมเพื่อให้สอดคล้องกับบริบท และภูมิปัญญาท้องถิ่นประกอบไปด้วยหลักไตรสิกขาที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างคนในครอบครัว และสังคมให้มีสุขภาพหลักอริยมรรคที่มุ่งเน้นให้ก่อเกิดความประพฤดีโดยชอบในการดำรงชีพหลักสังคหวัตถุ ที่มุ่งเน้นให้มีส่วนร่วมและความมีจิตอาสาในการเสริมสร้างสุขภาพและหลักอริยสัจที่มุ่งเน้นให้ครอบครัวและสังคมรู้เท่าทันในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเพื่อนำไปสู่การส่งเสริมสุขภาพตามหลักภavana 4 ได้แก่ กายภาวนา ความมีสุขภาพที่

* นักวิจัยชุมชน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสร้างสุขภาพ

วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน 2562)

แข็งแรง การดูแลป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ จิตตภาวนาความมีจิตใจสงบสุข สีสภาวนาความดำรงชีพโดยชอบ และ ปัญญาภาวนาความรู้เท่าทันในสิ่งที่เกิดขึ้นและสามารถนำภูมิปัญญาท้องถิ่นบูรณาการกับพุทธจิตวิทยาเพื่อ ส่งเสริมสุขภาวะองค์รวมของครอบครัวและสังคมต่อไป

คำสำคัญ: สุขภาวะ, พุทธจิตวิทยา, บูรณาการ

ABSTRACT

The purposes of this study were to study the local wisdom in promoting the holistic health of the family and society, and to integrate the Buddhist Psychology with the local wisdom in promoting holistic well-being, also analyze the application guideline of Buddhist Psychology in integrating holistic health and family and society. The researcher used a qualitative research model by using structured in-depth interview, consisting of interviews, families in community of leadership areas with non-participant observations in strengthening the family security. Also the researcher conducted a random sampling of 24 participants in the area of the prototype community in all four sectors, namely, Northern, Northeastern, Central region and Western in order to find the common character, the common conclusion and Focus Group Discussion of the approach to integrate Buddhist Psychology and local wisdom in promoting holistic well-being of family and society.

The research found that the local wisdom was an important factor in promoting the holistic health of the family and society, including the wisdom of living by the environment, beliefs and religion, culture and tradition, networking, relationship system and health These local wisdoms can be integrated with Buddhist principles or the integration of Buddhist Psychology. That had gotten the values and goodness of living and the community way of living in harmony with nature and the environment. That led to the application of Buddhist Psychology under social factors and conditions to be conformed to the context and local wisdom, including the principles of threefold training that focused on strengthening family and society for having well-being, the principles of eightfold noble paths focused on getting good behavior in living, the principles of Sanggahavatthu focused on participation and public mind in strengthening health and the principle of four noble truths focused on family and society were known the situations to lead the promotion of health according to the principles of 4 Bhāvanā, namely Kāya Bhāvanā meant having healthy and disease prevention, Citta Bhāvanā meant having peaceful mind, Sīla Bhāvanā meant livelihood and Paññā Bhāvanā meant knowing and what was happening and be able to integrate local wisdom with Buddhist Psychology, to go on promote the holistic health conditions of the family and society.

Keywords: happiness, Buddhist psychology, integration

บทนำ

นับตั้งแต่พุทธศตวรรษที่ 2493 เป็นต้นมา วิถีชีวิตของผู้คนและสังคมเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและรุนแรง (Drastically Change) ภายใต้การประกาศระบอบทันสมัยใหม่ที่ว่าด้วยการพัฒนาไปสู่ความทันสมัย (Modernization) อันเป็นวาระที่ประเทศมหาอำนาจทางการเมือง และเศรษฐกิจของโลก ในช่วงเวลานั้น ต้องการให้โลกดำเนินไปภายใต้วิถีเดียวกัน นั่นคือการพัฒนาสังคมภายใต้ระบอบเศรษฐกิจทุนนิยม (Capitalism) ด้วยเส้นทางของอุตสาหกรรมนิยม (Industrialism) การพัฒนาไปสู่การเป็นสังคมเมือง¹ และเป็นที่ยอมรับว่าแนวคิดการพัฒนาไปสู่ความทันสมัยก่อให้เกิดการพัฒนาในหลายด้านลักษณะทางกายภาพ โครงสร้างและสถาบันทางเศรษฐกิจที่เข้มแข็งขึ้น ระดับการศึกษาของคนในสังคมสูงขึ้นรายได้ค่าตอบแทนสูงขึ้น การครองชีพที่ดีขึ้น เป็นต้น แต่ในอีกด้านหนึ่งกลับพบว่าโรงพยาบาลทั่วไปมีขนาดใหญ่ขึ้นเพื่อรองรับจำนวนผู้ป่วยที่นับวันจะเพิ่มจำนวนมากขึ้นเป็นทวีคูณ เช่น โรงพยาบาลบำบัดจิต มีแพทย์และบุคลากรแพทย์เพิ่มจำนวนมากขึ้นจากอดีต มีเตียงรองรับผู้ป่วยมากขึ้นแต่ผู้ป่วยกลับล้นโรงพยาบาลยังไม่นับรวมผู้ที่ไม่ยอมรับว่าตนเองเป็นผู้ป่วยและไม่สามารถเข้าถึงระบบบริการสุขภาพ เป็นต้น ปรากฏการณ์ดังกล่าวได้สะท้อนให้เห็นอย่างชัดเจนว่าในอีกด้านหนึ่งของการพัฒนาไปสู่ความทันสมัยเป็นสาเหตุของการส่งผลกระทบต่อสุขภาพในด้านมิติทางร่างกายและจิตใจแบบแยกส่วน²

ปัจจุบันการแพทย์ตะวันตกในปัจจุบันเห็นสอดคล้องกับแพทย์ตะวันออกที่เชื่อกันมานานนับศตวรรษว่าสุขภาพและโรคไม่ได้เกิดมาจากความผิดปกติของสารเคมีและสรีระวิทยาภายในเซลล์เท่านั้นแต่ยังเกี่ยวข้องกับภาวะจิตใจด้วย จากการศึกษาค้นคว้าการทำงานของระบบปกป้องร่างกายพบว่าร่างกายมีเซลล์ส่งต่อความรู้สึกไปยังสมอง จึงมีผลกับอารมณ์นอกเหนือจากผลต่อระบบภูมิคุ้มกันระบบประสาทและระบบต่อไทรอยด์ของร่างกายในทางกลับกันไม่ว่าจะคิดหรือรู้สึกอย่างไรจะมีผลต่อระบบป้องกันดังกล่าวและแน่นอนมีผลต่อสุขภาพของคนเราแนวทางการส่งเสริมสุขภาพองค์รวมเชื่อว่า กาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณเชื่อมโยงกันอย่างมีนัยยะสำคัญเพราะปัจจัยต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกร่างกายมีอิทธิพลต่อการเกิดโรคหรือสุขภาพ การให้ความเอาใจใส่แก่สุขภาพกายแต่เพียงด้านเดียวจึงเท่ากับได้เพียงส่วนเดียวและเป็นเพียงส่วนน้อยในการสร้างเสริมสุขภาพ³ แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Well-being) นับเป็นมิติใหม่ของแนวคิดในการส่งเสริมสุขภาพของบุคคล ครอบคลุม และสังคม แบบครอบคลุมทุกมิติที่นำไปสู่สุขภาพที่สมบูรณ์ทางกาย ทางจิตใจ ทางสังคมและจิตวิญญาณ ทั้งนี้เนื่องจากการประเมินสุขภาพของคนไทยที่เป็นผลลัพธ์ จากการพัฒนาระบบบริการสุขภาพตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาจากอดีตถึงปัจจุบัน พบว่า ประชากรไทยยังเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้นทั้งที่อัตราส่วนบุคลากรทางการแพทย์ต่อประชากรดีขึ้น ยาและเวชภัณฑ์ได้รับการพัฒนาจนมียาสำหรับการเจ็บป่วยแทบทุกโรคอย่างพอเพียง ประชาชนสามารถเข้าถึงสถานบริการได้อย่างสะดวกรวดเร็วยิ่งขึ้น แม้ว่าปัจจัยต่างๆ จะได้รับการพัฒนาให้สูงขึ้นแต่เป็นการพัฒนาที่สืบทอดแนวคิดจากทฤษฎีเก่าทางการแพทย์เป็นการแพทย์ที่ยึดถือเรื่องโรคเป็นหลักหรือเรียกสั้น ๆ ว่า ทฤษฎี

¹ อรรถศรี งามวิทยาพงษ์, การพัฒนาสังคมยุคปัจจุบัน, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ลักษณ์), 2551, หน้า 23.

² ชื่นฤทัย กาญจนจิตตรา และคณะ, สุขภาพคนไทย, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด), 2554, หน้า 9.

³ พระไพศาล วิสาโล, สุขภาวะองค์รวมทางพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: มปท.), 2550, หน้า 23.

โรคสุขภาพ องค์รวมเป็นแนวคิดทฤษฎีใหม่ทางการแพทย์ที่ให้ความสำคัญกับเรื่องสุขภาพเป็นหลัก ซึ่งอาจเรียกสั้น ๆ ว่า "ทฤษฎีสุขภาพ" มีความเห็นว่าโรคมิได้เกิดจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่งเพียงอย่างเดียวโรคแต่ละโรคนั้นเกิดจากหลายสาเหตุมีหลายองค์ประกอบเข้ามาเกี่ยวข้องและองค์ประกอบเหล่านั้นมิได้มีแค่องค์ประกอบทางกายภาพเท่านั้น มักมีองค์ประกอบทางด้านจิตใจและความสัมพันธ์ทางสังคมเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยเสมอ ในทฤษฎีสุขภาพมีเรื่องโรครวมอยู่ด้วย การพัฒนาสุขภาพตามแนวคิดทฤษฎีใหม่ไม่ได้ปฏิเสธทฤษฎีเก่าแต่รวมทฤษฎีเก่าเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของทฤษฎีใหม่ซึ่งมีกรอบใหญ่กว่าการกำหนดสุขภาพสิ่งแวดล้อมเป็นฐานใหญ่กว่าสังคม กายของปัจเจกบุคคลเล็กกว่าสังคม จิตนั้นอยู่สูงสุดและมีอิทธิพลกระทบกาย สังคมและสิ่งแวดล้อม⁴ ซึ่งในพุทธศาสนามีได้ให้ความสำคัญกับการเจ็บป่วยที่ร่างกายแต่เพียงอย่างเดียวแต่ให้ความสำคัญทางด้านจิตใจและจิตวิญญาณเป็นอันดับแรก ดังคำกล่าวที่ว่า "จิตเป็นนายกายเป็นบ่าว" (มโน บุพบัง คมา ธรรมมา มโน เสจฺฐา มโน มายา) ดังนั้น ในกระบวนการสร้างเสริมสุขภาพะองค์รวมวิถีพุทธจึงมุ่งที่การรักกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณอย่างองค์รวม⁵

จึงกล่าวได้ว่าแหล่งความรู้อันยิ่งใหญ่ที่ได้บันทึกข้อค้นพบเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์แบบองค์รวมพร้อมทั้งรวบรวมคำอธิบายเกี่ยวกับธรรมชาติของสภาวะทางจิตและพฤติกรรมของมนุษย์ไว้อย่างลึกซึ้งและกว้างขวางนั้นก็คือพุทธธรรม อันเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงอาศัยความวิริยะอุตสาหะอย่างยิ่งยวดจนได้ค้นพบความจริงสูงสุดเกี่ยวกับกฎของธรรมชาติและความเป็นไปตามกฎของธรรมชาติ ซึ่งคำสอนมุ่งอธิบายถึงกระบวนการต่าง ๆ ของชีวิตและจิตใจมนุษย์อย่างละเอียด และวิธีการในการแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตใจของมนุษย์ไว้อย่างชัดเจน นั่นก็คือพระพุทธศาสนามีได้เป็นเพียงแต่หลักการหรือทฤษฎีเท่านั้น แต่ยังคงวางรากฐานอยู่ที่การปฏิบัติที่สามารถก่อให้เกิดผลที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงและยกระดับจิตใจของบุคคลได้ในหลากหลายมิติ พระพุทธศาสนาจึงเน้นศึกษาเรื่องเกี่ยวกับปัญหาภายในจิตใจของมนุษย์ หรือเรียกว่า โรคทางวิญญาณ (Spiritual Disease) อันเป็นโรคที่เกิดจากการเห็นผิดซึ่งการเห็นผิดเป็นเหตุให้คิดผิด พูดผิด และทำผิดแล้วก็เกิดโรคทางวิญญาณ⁶ ด้วยเหตุนี้จิตวิทยากับพระพุทธศาสนาบรรจบกันกลายเป็นจิตวิทยาแนวพุทธ (Buddhist Psychology) อันเป็นแนวคิดที่น่าแก่นคำสอนของพุทธศาสนาที่ว่าด้วยเรื่องทุกข์และวิถีทางในการเข้าถึงความดับทุกข์นั้นมาประยุกต์ใช้ในกระบวนการทางจิตวิทยานั้นเป็นผลสืบเนื่องจากความเปลี่ยนแปลงของสภาพชีวิตและสังคมพร้อมทั้งปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตและสังคมมนุษย์ในยุคพัฒนา แต่ปรากฏว่าชีวิตของมนุษย์ที่พร้อมด้วยวัตถุกลับทำให้มีปัญหามากขึ้นในด้านจิตใจ เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล ความรู้สึกว่างเปล่าไร้ความหมาย ซึ่งในทางพุทธศาสนารวมเรียกว่า "ทุกข์" ความเป็นไปเช่นนี้เป็นจุดหนึ่งที่มากระตุ้นให้วงการจิตวิทยาขยายความสนใจจากความเจ็บป่วยทางจิตของคนไข้ในคลินิก ออกมาสู่ปัญหาจิตใจของคนทั่วไป และพระพุทธศาสนาไม่ได้มองแบบแยกส่วนแต่มองเรื่องจิตใจของมนุษย์และปัญหาในจิตใจของมนุษย์นั้นว่าสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของมนุษย์ทั้งหมด จิตวิทยาแนวพุทธจึงช่วยขยายความคิดความเข้าใจและขยายจุดหมายของการบำบัดทางจิตวิทยาตะวันตกให้กว้างออกไปโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้ผู้ศึกษาเข้าใจถึงความเป็นไปของกระแสโลกและชีวิตอย่างถูกต้องตามความเป็นจริงเพื่อนำไปใช้ในการทำความเข้าใจ

⁴ประเวศ ะสี, *บนเส้นทางใหม่ส่งเสริมสุขภาพอกวิวัฒน์ชีวิตและสังคม*, (กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน 2547), หน้า 15.

⁵พระไตรปิฎก, *ถวมพุทธ*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ จำกัด), 2541, หน้า 33-34.

⁶พุทธทาสภิกขุ, *กามารมณ์กับชีวิต*, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ) 2542, หน้า 9-10.

และแก้ไขสภาพจิตใจที่เป็นทุกข์ซึ่งเมื่อสภาพจิตใจได้รับการเยียวยา ก็ส่งผลให้คุณภาพของจิตใจได้รับการขัดเกลาและพัฒนาขึ้นในเวลาเดียวกัน⁷

พุทธจิตวิทยา จึงเป็นศาสตร์ที่ศึกษาธรรมชาติของจิตใจมนุษย์จากหลักพุทธธรรม เช่น อริยสัจสี่ ปฏิจจสมุปบาท และไตรลักษณ์ เป็นต้น อันเป็นแหล่งรวบรวมความรู้ การวิเคราะห์จิตใจของมนุษย์ไว้อย่างละเอียด โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อบุคคลสามารถจัดการกับชีวิตที่ดำเนินอยู่แต่ละวันในครอบครัวและสังคม ส่งผลต่อการส่งเสริมพัฒนาสุขภาพของครอบครัวอย่างยั่งยืน จึงกล่าวได้ว่าหลักพุทธจิตวิทยาเป็นมิติใหม่ในสังคมปัจจุบันที่สามารถส่งเสริมสุขภาพของสังคมและครอบครัว แต่ปัจจัยสำคัญในการนำเอาหลักพุทธจิตวิทยาในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวได้นั้น ก็อาศัยองค์ความรู้ของคนในครอบครัวและสังคมที่มีคุณค่าและความดีงามที่จรโลงชีวิตและวิถีชุมชนให้อยู่ร่วมกับธรรมชาติและสภาวะแวดล้อมได้อย่างกลมกลืนและสมดุล หรือเรียกว่า "ภูมิปัญญาท้องถิ่น" ซึ่งวิถีชีวิตของคนในชุมชนล้วนดำรงอยู่ภายใต้ความหลากหลายของระบบนิเวศ วัฒนธรรม ประเพณี และภูมิปัญญาท้องถิ่น คนในแต่ละสังคมจึงมีความเข้าใจในสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดีตลอดมาในประวัติศาสตร์อันยาวนาน พร้อมไปกับการสั่งสม เรียนรู้ และการถ่ายทอดภูมิปัญญาที่แฝงไว้ด้วยระบบวิธีคิด ระบบคุณค่า การประยุกต์สร้างสรรค์องค์ความรู้ในการอยู่ร่วมกับธรรมชาติ เพื่อความสุขทางกายและใจของมนุษย์ในแต่ละสังคม ภายใต้ระบบความสัมพันธ์ทางสังคมระบบความเชื่อทางพระพุทธศาสนา ความเชื่อเรื่องผี ตลอดจนประเพณีและพิธีกรรมถิ่น ที่มีการพัฒนาทางสังคมควบคู่กันมาอย่างยาวนาน กระบวนการเหล่านี้เป็นมรดกทางภูมิปัญญาของบรรพชนที่สร้างสรรค์สืบทอดไว้ให้กับคนรุ่นหลังในการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันที่สอดคล้องกับหลักพุทธจิตวิทยาและการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม

ดังนั้นผู้ศึกษาวิจัยจึงสนใจศึกษาการบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม ซึ่งเป็นการศึกษาถึงการปรับตัวและประยุกต์ภูมิปัญญาท้องถิ่นของชุมชนในมิติที่หลากหลาย การศึกษาการบูรณาการภูมิปัญญาท้องถิ่นกับพุทธจิตวิทยาจึงเป็นการศึกษาวิจัยถึงศักยภาพของครอบครัวและสังคม ที่มีต่อการพัฒนาสุขภาพของครอบครัว ซึ่งจะเป็ประโยชน์อย่างยิ่งในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวของสังคมสืบต่อไป

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม
2. เพื่อบูรณาการพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม
3. เพื่อวิเคราะห์แนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม

วิธีการดำเนินการวิจัย

1.รูปแบบการศึกษาวิจัย

⁷ธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 8 (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), 2539, หน้า 24 - 25.

เป็นการศึกษาวิจัยโดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) และใช้เทคนิคการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบมีโครงสร้าง ประกอบด้วย การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) ครอบคลุมในพื้นที่ รวมถึงผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุในพื้นที่ รวมถึงการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยจะทำการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purpose Sampling) จำนวน 24 คน เพื่อสำหรับการหาลักษณะร่วม (Common Character) และข้อสรุปร่วม (Common Conclusion) และการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) ดังนั้นผู้ศึกษาวิจัยได้คัดเลือกพื้นที่การศึกษาวิจัยในประเทศไทย 4 ภาค ๑ละ 1 แห่ง ซึ่งเป็นชุมชนที่มีจุดเด่นในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัว ซึ่งผู้ศึกษาวิจัยใช้พื้นฐานแนวคิดทางศาสนาและวัฒนธรรมชุมชน แนวคิดเครือข่ายทางสังคม แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและแนวคิดอื่น ๆ ในการทำความเข้าใจปรากฏการณ์ตรวจสอบและวิเคราะห์ผลการศึกษาวิจัย

2. ขอบเขตด้านพื้นที่และผู้ให้ข้อมูลหลัก ศึกษาวิจัยในพื้นที่ที่สามารถนำเอาภูมิปัญญาท้องถิ่นมาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวในครอบครัวและสังคม ภายใต้เครือข่ายตำบลส่งเสริมสุขภาพกว่า 2,000 แห่งในประเทศไทยโดยคัดเลือก จำนวน 4 ภาค ๑ 1 แห่ง และผู้ให้ข้อมูลหลัก แห่งละ 6 คน รวมทั้งหมด 24 คน ดังนี้

ก) ภาคเหนือ ชุมชนบ้านป่าเหว หมู่ 5 ตำบลอุโมงค์ อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน

ข) ภาคอีสาน ชุมชนบ้านดงเย็น หมู่ 12 ตำบลบัวใหญ่ อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่น

ค) ภาคตะวันตก ชุมชน บ้านพี่เลี้ยง หมู่ 9 ตำบลช่องสะแก อำเภอเมือง จังหวัด เพชรบุรี

ง) ภาคกลาง ชุมชนเสถียรธรรมสถาน ถนนวัชรพล รามอินทรา 55 แขวงท่าแร้ง

เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

3. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้ใช้ระเบียบวิธีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ การเตรียมตัวผู้ศึกษาวิจัยเองเป็นสิ่งสำคัญเนื่องจากผู้ศึกษาวิจัยเป็นเครื่องมือในการศึกษา จึงต้องมีการพัฒนาทักษะในการทำงานภาคสนาม ซึ่งผู้ศึกษาวิจัยได้ใช้ใช้เทคนิคการสัมภาษณ์ เชิงลึกแบบมีโครงสร้าง ประกอบด้วย การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) ครอบคลุมในพื้นที่ รวมถึงผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุในพื้นที่รวมถึงการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยจะทำการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purpose Sampling) จำนวน 24 คน เพื่อสำหรับการหาลักษณะร่วม (Common Character) และข้อสรุปร่วม (Common Conclusion) และการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) เพื่อให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีปฏิสัมพันธ์กับการกระทำและการวางแผนกิจกรรมและมีการตรวจสอบข้อมูลในระหว่างการเก็บข้อมูลโดยใช้กระบวนการอย่างมีส่วนร่วมเพื่อให้ได้ข้อมูลที่นำเชื่อถือครอบคลุมตามประเด็นของวัตถุประสงค์การศึกษาวิจัยอีกประการหนึ่งการมีความคุ้นเคยในชุมชนที่ศึกษา จึงเป็นข้อได้เปรียบในการย่นระยะเวลาการสร้างความสัมพันธ์กับชุมชน

4. การรวบรวมข้อมูล

4.1 การศึกษาข้อมูลจากเอกสาร (documentary study) เป็นการเก็บข้อมูลในลักษณะข้อมูลทุติยภูมิ (secondary data) จากหนังสือและเอกสารงานวิชาการต่าง ๆ ทั้งที่เป็นหนังสือ และสื่อสิ่งพิมพ์อิเล็กทรอนิกส์ ได้แก่ ผลงานวิจัย วิทยานิพนธ์ งานเขียนทางวิชาการ บทความทางวิชาการ ตลอดจนหนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร สื่อสิ่งพิมพ์ประเภทต่าง ๆ ในการนี้ผู้วิจัยจะเลือกเฉพาะในส่วนที่เชื่อมโยงหรือที่มีส่วนสัมพันธ์กับเนื้อหาสาระ และกรอบแนวคิดในการวิจัย และเป็นข้อมูลที่มีส่วนสัมพันธ์กับบทสัมภาษณ์

4.2 การสัมภาษณ์ (Interview) การวิจัยครั้งนี้ใช้ทั้งการสัมภาษณ์แบบกึ่งทางการ (Semi-Formal Interview) และการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ (Information Interview) ดำเนิน การสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง โดยคำถามที่จะใช้จะเป็นเพียงแนวทางในการสัมภาษณ์ เพื่อศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่น การบูรณาการ กับ หลักพุทธจิตวิทยา และแนวทางการประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและสังคม และให้ผู้สัมภาษณ์ตอบตามกรอบแนวคิดการศึกษาและมีอิสระ ในการตอบโดยข้อมูลที่ี้จะเป็นข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) ทั้งหมดทำให้ทราบภาพสะท้อนข้อเท็จจริงตามกรอบแนวคิด โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1) ขั้นเตรียมการสัมภาษณ์ ได้แก่ ก่อนลงสนามในการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการ สัมภาษณ์ผู้วิจัย เริ่มต้นด้วยการนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ที่จะสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยจะต้อง ศึกษาประเด็นคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล เตรียมและศึกษาวิธีใช้เครื่องมือในการบันทึกเสียง เตรียมสมุดจดบันทึก และอุปกรณ์ต่างๆ ให้พร้อมก่อนดำเนินการสัมภาษณ์

2) ขั้นการสัมภาษณ์ ได้แก่ ก่อนการสัมภาษณ์ผู้วิจัยจะสนทนาร่างความคุ้นเคยกับผู้ให้ สัมภาษณ์ แจ้งวัตถุประสงค์ของการสัมภาษณ์ อธิบายเหตุผลและขออนุญาตใช้เครื่องบันทึกเสียงในขณะ สัมภาษณ์รวมทั้งแจ้งให้ทราบว่าข้อมูลต่าง ๆ ที่บันทึกเสียงไว้ผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับ

4.3 การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) การวิจัยครั้งนี้ได้อาศัยผู้ให้สัมภาษณ์ข้อมูลใน การสนทนากลุ่มเพื่อศึกษาการบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กร รวมของครอบครัวและสังคม และแนวทางการประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและ สังคม โดยเป็นกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และการให้แนวทางการประยุกต์ใช้ของแต่ละพื้นที่ โดยผู้วิจัยได้ ขออนุญาตบันทึกเสียงและการบันทึกภาพเคลื่อนไหว ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย ต่อไป

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารใช้วิธีการวิเคราะห์เอกสารเนื้อหา (Content Analysis) นำเสนอข้อมูลด้วยวิธีการพรรณนา

5.2 ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ (Interview) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ใช้วิธีการวิเคราะห์แบบอุปนัย (Analytic Induction) โดยนำข้อมูลมาเรียบเรียงและ จำแนกอย่างเป็นระบบ จากนั้นนำมาตีความหมาย เชื่อมโยงความสัมพันธ์และสร้างข้อสรุปจากข้อมูลต่างๆ ที่ รวบรวมได้ โดยทำไปพร้อมๆ กับการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งนี้เพื่อจะได้ศึกษาประเด็นต่างๆ ได้ลึกซึ้งเมื่อประเด็น ไตวิเคราะห์แล้วไม่มีความชัดเจนก็จะตามไปเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในประเด็นต่างๆ เหล่านั้น เพื่อตอบคำถาม หลักตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อมูลเชิงคุณภาพได้นำมาวิเคราะห์เพื่อหาความเชื่อมโยง ความสัมพันธ์ เชิงทฤษฎี

5.3 การสร้างบทสรุปและการพิสูจน์บทสรุป เป็นการนำแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยต่าง ๆ ทางวิชาการ มาสร้างเป็นบทสรุปร่วมกับข้อมูลที่เชื่อถือได้อีกครั้งหนึ่ง โดยเน้นความเชื่อมโยงเพื่อนำไปสู่ การพิสูจน์ที่เป็นรูปธรรมและตรงต่อข้อเท็จจริงที่ปรากฏ

ผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยการบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยา กับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาวะ องค์กรรวมของครอบครัวและสังคมผู้วิจัยได้สรุปผลการศึกษาดังนี้

1. ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม นับว่ามีคุณค่าและความงามที่จรโลงชีวิต และวิถีชุมชนให้อยู่ร่วมกับธรรมชาติ สภาพแวดล้อมได้อย่างกลมกลืนและสมดุลภายใต้ความหลากหลายของระบบนิเวศ วัฒนธรรม ประเพณีคนในแต่ละชุมชนจึงมีความเข้าใจในสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดีตลอดมาในประวัติศาสตร์อันยาวนานพร้อมไปกับการสั่งสม เรียนรู้ และการถ่ายทอดภูมิปัญญาที่แฝงไว้ด้วยระบบวิถีชีวิตระบบคุณค่า การประยุกต์สร้างสรรค์องค์ความรู้ในการอยู่ร่วมกับธรรมชาติเพื่อความสุขทางกายและใจของมนุษย์ในแต่ละสังคมภูมิปัญญาท้องถิ่นจึงมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมการดำรงอยู่ของคนในชุมชนให้มีสุขภาพของครอบครัวที่ดีซึ่งประกอบไปด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่น 5 ประเภทในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม ได้แก่ 1) ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการดำรงชีวิตตามสภาพแวดล้อมเป็นสิ่งสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพซึ่งตามหลักทางพระพุทธศาสนาได้ส่งเสริมให้การดำรงชีวิตที่มีความยั่งยืนต้องประกอบไปด้วยหลักปฏิรูปเทสวาสะ คือการอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสมเป็นสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิต เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตของชุมชนจะเห็นได้ว่าในแต่ละชุมชนมีบริบทชุมชนที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ ชุมชนบ้านป่าเหว จังหวัดลำพูน อยู่ในภาคเหนือมีบริบทชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบทที่เป็นครอบครัวขยายมีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันและมีนาภูมิปัญญาท้องถิ่นส่งเสริมสุขภาพ เช่น ไร่กินได้ การใช้แพทย์แผนไทยในการรักษาและชุมชนบ้านดงเย็นอยู่ในภาคอีสาน จังหวัดขอนแก่น ที่เป็นชนบทมีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีวัดเป็นศูนย์กลางในการส่งเสริมสุขภาพชุมชนและชุมชนบ้านฟ้าเลี้ยง จังหวัดเพชรบุรี ภาคตะวันตก ถึงแม้มีบริบทชุมชนเป็นเมืองแต่อาศัยแกนนำชุมชนที่ได้อาศัยการมีส่วนร่วมและภูมิปัญญาด้านคติความเชื่อศาสนาโดยใช้วัดเป็นศูนย์กลางในการส่งเสริมสุขภาพและเสถียรธรรมสถาน ภาคกลาง กรุงเทพมหานคร ได้อาศัยภูมิปัญญาทางพระพุทธศาสนาได้แก่ธรรมเนียมปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพทางกายจะเห็นได้ว่าแต่ละพื้นที่ได้นำหลักปฏิรูปเทสวาสะบูรณาการกับภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการส่งเสริมให้คนในชุมชนมีสุขภาพทางกาย นอกจากมีสุขภาพที่แข็งแรงยังเป็นการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นในการรักษาสุขภาพของครอบครัวและสังคม 2) ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านคติความเชื่อและศาสนา ความเชื่อความศรัทธาเป็นเครื่องมือในการกำกับชีวิตของคนในชุมชนมาช้านาน นับเป็นภูมิปัญญาที่ถูกถ่ายทอดและเปลี่ยนแปลงมาเพื่อให้คนในชุมชนมีความสุข ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านคติ ความเชื่อและศาสนาจึงเป็นมิติสำคัญที่ก่อเกิดการยึดเหนี่ยวจิตใจ ประดับประดาให้คนในชุมชนมีการดำรงชีวิตที่ปกติสุข ได้แก่ ชุมชนบ้านป่าเหวภาคเหนือที่นำคติความเชื่อ และศาสนาประยุกต์ในการส่งเสริมสุขภาพทางใจ เช่น กิจกรรมการยกวัดให้บ้านเป็นกิจกรรมดั้งเดิมของชุมชนที่มีการสวดมนต์หมุนเวียนตามครัวเรือนอาทิตย์ละหนึ่งครั้ง และการใช้คาถาอาคมในการเป่าเพื่อรักษาโรค ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาด้านจิตใจของครอบครัวและสังคม ชุมชนบ้านดงเย็น ภาคอีสาน มีคติความเชื่อเรื่องการบายศรีสู่ขวัญกับผู้ป่วย ซึ่งเป็นการให้กำลังใจผู้ป่วยถึงแม้ว่าร่างกายไม่เอื้ออำนวยแต่จิตใจมีความเข้มแข็ง ขณะเดียวกันชุมชนเสถียรธรรมสถาน ได้นับถือความเชื่อทางพระพุทธศาสนาที่เน้นการใช้ธรรมชาติบำบัด ทำให้เกิดความสงบต่อจิตใจ จะเห็นได้ว่าแต่ละชุมชนได้อาศัยภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่การส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจอย่างต่อเนื่อง 3) ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านวัฒนธรรมประเพณี นับเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่ได้สืบทอดกันมาในแต่ละชุมชน การอนุรักษ์และส่งเสริมวัฒนธรรมประเพณีท้องถิ่น ทำให้เกิดการมีส่วนร่วมและสามัคคีของคนในชุมชน วัฒนธรรมประเพณีเป็นปัจจัยสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ ประเพณีสืบทอดกับผู้ป่วย เป็นการนำความเชื่อและศาสนาประยุกต์กับการให้กำลังใจด้วยการพูดจาของคนในชุมชน ชุมชนบ้านดงเย็น ภาคอีสาน ที่ได้นำหมอลำใช้บำบัดใจของคนในชุมชน ชุมชนบ้านฟ้าเลี้ยง ภาคตะวันตกมีการเล่นละคร และกีฬาประจำท้องถิ่น ทำให้เกิดความเบิกบานทางใจ ขณะเดียวกันเสถียรธรรมสถาน จะเน้นการพูดจาที่เป็นสุจริตธรรม ถ่อมเนื้อถ่อมตน และ

การใช้ดนตรีบำบัด ให้เกิดจิตใจที่เบิกบานและสงบ นับเป็นการบูรณาการหลักสัมมาวาจา กับสภาพแวดล้อมของแต่ชุมชนเพื่อพัฒนาด้านจิตใจ 4) ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านภูมิปัญญาในการจัดเครือข่ายระบบความสัมพันธ์การอยู่ร่วมกันในชุมชนสังคมเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องมีการขยายและระบบความสัมพันธ์ตั้งแต่ในครัวเรือนจนถึงระดับชุมชน ภูมิปัญญาท้องถิ่นจึงเป็นปัจจัยนำพาให้ชุมชนเกิดความร่วมมือและการเอาใจใส่ในกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชน การส่งเสริมสุขภาพในชุมชนจึงจำเป็นต้องมีการขยายระบบความสัมพันธ์ของชุมชนที่จะระดมพลังของชุมชนเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ ภูมิปัญญาการปลูกผักไว้กินได้ของชุมชนบ้านป่าเหว ที่ทุกคนในชุมชนสามารถเก็บกินได้และปลอดภัยต่อสุขภาพ ชุมชนบ้านดงเย็น ภาคอีสานที่มีจิตอาสาในการช่วยเหลือกันในยามเกิดความทุกข์ ได้แก่ การเจ็บป่วย หรือมีความเดือดร้อน ชุมชนจะมีระบบความสัมพันธ์ที่สืบทอดมาตั้งแต่อดีตในการพึ่งพาอาศัยกันขณะเดียวกันชุมชนเสถียรธรรมสถาน นับเป็นชุมชนที่ให้ความสำคัญกับดูแลช่วยเหลือทุกคนที่เป็นมวลมนุษย์เพื่อให้เกิดความมีสุขภาวะเช่นเดียวกัน จะเห็นได้ว่าหลักทานแห่งพุทธจิตวิทยา เป็นปัจจัยสำคัญของการส่งเสริมด้านศีลภาวนา นำไปสู่ทำให้ครอบครัวและสังคมปกติสุข และ 5) ภูมิปัญญาด้านสุขภาพ ที่ชุมชนแต่ละแห่งได้อาศัยภูมิปัญญาท้องถิ่นในการบูรณาการกับการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพของชุมชนต่อไป

2. การบูรณาการพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม นับเป็นกระบวนการที่ศึกษารวมชาติของจิตใจมนุษย์จากหลักพุทธธรรม อันเป็นแหล่งรวบรวมความรู้การวิเคราะห์จิตใจของมนุษย์ไว้อย่างละเอียดโดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลสามารถจัดการกับชีวิตที่ดำเนินอยู่แต่ละวันในครอบครัวและสังคมส่งผลต่อการส่งเสริมพัฒนาสุขภาพของครอบครัวอย่างยั่งยืน จึงกล่าวได้ว่าหลักพุทธจิตวิทยาเป็นมิติใหม่ในสังคมปัจจุบันที่สามารถส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคมแต่ปัจจัยสำคัญในการนำเอาหลักพุทธจิตวิทยาในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวได้นั้นก็อาศัยองค์ความรู้ของคนในครอบครัวและสังคมที่มีคุณค่าและความดีงามที่จรโลงชีวิตและวิถีชุมชนให้อยู่ร่วมกับธรรมชาติและสภาพแวดล้อมได้อย่างกลมกลืนและสมดุล หรือเรียกว่า "ภูมิปัญญาท้องถิ่น" ซึ่งวิถีชีวิตของผู้คนในชุมชนล้วนดำรงอยู่ภายใต้ความหลากหลายของระบบนิเวศ วัฒนธรรม ประเพณี และภูมิปัญญาท้องถิ่นคนในแต่ละสังคมจึงมีความเข้าใจในสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดีตลอดมาในประวัติศาสตร์อันยาวนานพร้อมไปกับการสั่งสม เรียนรู้ และการถ่ายทอดภูมิปัญญาที่แฝงไว้ด้วยระบบวิถีคิด ระบบคุณค่า การประยุกต์สร้างสรรค์องค์ความรู้ในการอยู่ร่วมกับธรรมชาติเพื่อความสุขทางกายและใจของมนุษย์ในแต่ละสังคม ภายใต้ระบบความสัมพันธ์ทางสังคม ระบบความเชื่อทางพระพุทธศาสนา ความเชื่อเรื่องผี ตลอดจนประเพณีและพิธีกรรมถิ่น ที่มีการพัฒนาทางสังคมควบคู่กันมาอย่างยาวนาน กระบวนการเหล่านี้เป็นมรดกทางภูมิปัญญาของบรรพชนที่สร้างสรรค์สืบทอดไว้ให้กับคนรุ่นหลังในการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันที่สอดคล้องกับหลักพุทธจิตวิทยาและการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคมการดำเนินการวิจัยโดยการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) ในแต่ละพื้นที่ของแต่ละภาค ประกอบไปด้วยชุมชนบ้านป่าเหว จังหวัดลำพูน, ชุมชนบ้านดงเย็น จังหวัดขอนแก่น, ชุมชนบ้านพี่เลี้ยง จังหวัดเพชรบุรี และเสถียรธรรมสถาน กรุงเทพมหานคร พบว่า การบูรณาการพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม ได้แก่ 1) ด้านกายภาวนาหรือการพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกาย ได้แก่ ด้านสิ่งแวดล้อม ต้องมีความเป็นอยู่ที่สอดคล้องและไม่เบียดเบียนธรรมชาติ ด้านการเสพ บริโภคใช้สอยปัจจัย 4 รวมทั้งอุปกรณ์และเทคโนโลยี อย่างถูกต้องเหมาะสมรวมทั้งมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อการเสพ บริโภค ใช้สอยอย่างสร้างสรรค์ เป็นประโยชน์ ด้านการใช้อินเทอร์เน็ต 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ในการรับรู้สิ่งต่างๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม รู้เท่าทันไม่เกิดโทษ และ ด้านสุขภาพร่างกาย คือ การดูแลสุขภาพทั้งร่างกาย และมี

ทัศนคติต่อการมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงเพื่อเป็นเครื่องเกื้อหนุนชีวิตที่ดีงาม พบว่ามีการนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่ หลักหลักพุทธการธรรม 4 และการนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่ หลักไตรสิกขา เนื่องจากเป็นกระบวนการปฏิบัติ หรือ กระบวนการพัฒนา 3 ด้าน คือ ศีล เป็นหลักการพัฒนาระดับความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม สมภาณี เป็นหลักการพัฒนาจิตใจให้มีสมรรถภาพและประสิทธิภาพในการคิดพิจารณาตัดสินใจกระทำหรือไม่กระทำใด ๆ ปัญญา เป็นหลักการพัฒนาความรู้ความเข้าใจ รู้จักสิ่งทั้งหลายตามที่เป็น และสามารถแยกแยะวิเคราะห์สืบหาสาเหตุของสิ่งทั้งหลายได้ชัดเจน ไตรสิกขาเป็นหลักพุทธจิตวิทยาที่ได้นำมาบูรณาการกับภูมิปัญญาท้องถิ่น เพราะเป็นกระบวนการพัฒนาแบบบูรณาการที่สามารถส่งเสริมสุขภาพร่างกายได้ ด้วยการปฏิบัติที่เป็นเป็นการฝึกหัดอบรมกาย วาจา จิตใจ และปัญญาเพื่อเสริมสร้างการพัฒนาในด้านต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพ 2) ด้านจิตภาวนาหรือการฝึกฝนพัฒนาด้านจิตใจ ได้แก่ ด้านคุณภาพจิต เป็นด้านคุณสมบัติด้านคุณธรรมและจริยธรรม มีความเสียสละแก่ส่วนรวม ด้านสมรรถภาพจิต เป็นด้านความสามารถของจิตที่จะช่วยควบคุมการอยู่ร่วมกันในสังคม หรือการคิด การตัดสินใจได้อย่างสมเหตุสมผล ได้แก่ สติ สมภาณี และด้านสุขภาพจิต คือความสามารถที่จะมีความสุขท่ามกลางสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชนพบว่ามีการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจนั้นมีการนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่ หลักอริยมรรค ด้วยมรรค 8 เป็นหนทางแห่งการปฏิบัติเพื่อให้เป็นประโยชน์ต่อทั้งตนเองและผู้อื่น รวมถึงการใช้เป็นหลักยึดถือในการเสริมสร้างสุขภาพทางจิตใจได้เป็นอย่างดี ทั้งยังก่อให้เกิดความสงบกายสงบใจซึ่งมีความสอดคล้องกับการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นของแต่ละพื้นที่ ได้แก่ ด้านสภาพแวดล้อม ด้านความเชื่อ ศาสนา ด้านประเพณีวัฒนธรรม และด้านเครือข่ายระบบความสัมพันธ์ จึงได้นำเสนอการบูรณาการ ดังนี้ 3) ด้านศีลภาวนาหรือการพัฒนาความสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม ได้แก่ ด้านปฏิสัมพันธ์ คือ รู้จักสังเคราะห์ เกื้อกูลและไม่เบียดเบียนต่อกันบุคคลต่าง ๆ สามารถปฏิบัติต่อผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม ด้านการหาเลี้ยงชีพที่ประกอบสัมมาอาชีพ และการจัดสรรการใช้จ่ายที่ดี และด้านวินัย คือ เคารพกฎเกณฑ์ กติกา ระเบียบจรรยาบรรณ เพื่อให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างสงบสุข ซึ่งมีความจำเป็นต่อการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม ทั้งนี้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในแต่ละพื้นที่ได้สอดคล้องกับหลักศีลภาวนาที่จะสามารถก่อให้เกิดสังคมที่ปกติสุข พบว่ามีการนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่ หลักสังคหวัตถุ ด้วยเป็นหลักธรรมที่มุ่งเน้นให้ชุมชนเกิดความรัก ช่วยเหลือซึ่งกันและกันทั้งยังพบว่ามีมีการนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่ อปรีหานิยธรรม ด้วยหลักอปรีหานิยธรรม เป็นหลักพุทธจิตวิทยาสำหรับใช้ในครอบครัวและสังคมเพื่อให้เกิดความสามัคคีในการดำเนินกิจกรรมต่างในชุมชนจะเห็นได้จากชุมชนบ้านป่าเหว จังหวัดลำพูน, ชุมชนบ้านดงเย็น จังหวัดขอนแก่น, ชุมชนบ้านฟ้าเลี้ยงจังหวัดเพชรบุรี และเสถียรธรรมสถาน กรุงเทพมหานครที่ได้นำภูมิปัญญาท้องถิ่นได้แก่ ด้านสภาพแวดล้อม ด้านความเชื่อและศานาด้านประเพณีวัฒนธรรมและด้านเครือข่ายและระบบความสัมพันธ์ในชุมชนมาส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและชุมชน ปรากฏการณ์เหล่านี้เกิดมาจากเครือข่ายและระบบความสัมพันธ์ในชุมชนที่ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการประชุมปรึกษาหารืออย่างเนืองนิตย์เป็นความคิดเห็นที่ตรงกัน และให้ความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน ทำให้ก่อให้เกิดสุขภาพทางสังคมที่ยั่งยืน กระบวนการขับเคลื่อนของชุมชนตัวอย่างทั้ง 4 พื้นที่ล้วนแล้วแต่ใช้หลักพุทธจิตวิทยาที่สอดคล้องกับหลัก อปรีหานิยธรรม ทั้งสิ้นนับเป็นปัจจัยของการส่งเสริมสุขภาพและ 4) ด้านปัญญาภาวนานับเป็นการพัฒนาปัญญาซึ่งจะเป็นสิ่งที่ช่วยแก้ปัญหาของชุมชน ได้แก่ ด้านการปฏิบัติต่อความรู้ คือ การสามารถชวนหาหาความรู้ในการดำเนินการหรือการดำเนินชีวิตของคนในชุมชนอย่างเข้าใจ และนำมาใช้แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ตรงตามจริง สามารถถ่วงถ่วงสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้อง ลึกซึ้ง และสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้อย่างสร้างสรรค์ รวมทั้งรับรู้ และเข้าใจในสิ่งที่ดำเนินการเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของครอบครัวและสังคม

พบว่า มีการนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่ หลักอริยสัจ 4 ด้วยหลักอริยสัจ 4 เป็นแนวทางที่สำคัญของจิตวิทยาแนวพุทธที่ทำให้ครอบครัวและสังคมลุกขึ้นมาส่งเสริมสุขภาวะ ด้วยการเรียนรู้ให้เห็นสถานการณ์ที่มีความจำเป็นการพัฒนาชุมชน

3. แนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรวมของครอบครัวและสังคม นับเป็นกระบวนการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรวมของครอบครัวและสังคมในแต่ละพื้นที่ของการดำเนินการวิจัย มีอัตลักษณ์ของแนวทางการประยุกต์ใช้หลักพุทธจิตวิทยาภายใต้ปัจจัยและเงื่อนไขทางสังคมเพื่อให้สอดคล้องกับบริบทและภูมิปัญญาท้องถิ่น ได้แก่ 1) ชุมชนบ้านป่าเหว ภาคเหนือ หมู่ 5 ตำบลอุโมงค์ อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน เป็นชุมชนที่เน้นการมีส่วนร่วมและความปรองดองซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นชุมชนต้นแบบแห่งความยั่งยืนด้านสุขภาวะด้วยมีกิจกรรมและโครงการที่เป็นเชิงประจักษ์ อาทิเช่น โครงการ 84 ครวี่เรือนที่ได้รับรางวัลระดับประเทศ โครงการหน้าบ้านนำมอง กิจกรรมร่วกันได้ และวิถีสุขภาพแบบภูมิปัญญา เพื่อการส่งเสริมสุขภาวะของชุมชน พบว่าชุมชนมีแนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยา บูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรวมของครอบครัวและสังคมได้ใช้ หลักสังคหวัตถุแนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรวมของครอบครัวและสังคม นั้น ควรนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่ หลักสังคหวัตถุ มาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะครอบครัวและสังคม ซึ่งเป็นหลักทางพระพุทธศาสนาที่เน้นการสร้างประโยชน์ส่วนรวมทำให้เกิดความมีสังคมที่เข้มแข็ง การพัฒนาชุมชนและการส่งเสริมสุขภาวะชุมชน ต้องให้ชุมชนมีการเสียสละ มีส่วนร่วมและการดำเนินการอย่างต่อเนื่องจะเกิดความรักสามัคคีในชุมชนเมื่อสังคมมีความรักกลมเกลียวกันจะส่งผลต่อครอบครัวและคนในชุมชนที่มีจิตใจดีงามและมีสุขภาพทางกายที่แข็งแรง 2) ชุมชนบ้านดงเย็น หมู่ 12 ตำบลบัวใหญ่ อำเภอน้ำพอง จังหวัดขอนแก่นเป็นชุมชนในภาคอีสานที่มีความเก่าแก่ทางวัฒนธรรมประเพณี มีคติความเชื่อที่ผสมผสานกับหลักทางพระพุทธศาสนา มีวัดเป็นศูนย์กลางและเอกลักษณ์ด้านความเข้มแข็งทางสังคมที่ชุมชนนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาเสริมสร้างให้ชุมชนเกิดการมีส่วนร่วม การมีกฎกติกาทางสังคม และพยายามยกระดับการพัฒนาชุมชนอย่างต่อเนื่อง พบว่า แนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรวมของครอบครัวและสังคมได้ใช้หลักอริยสัจ 4 เป็นแนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรวมของครอบครัวและสังคมนั้นควรนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่หลักอริยสัจ 4 มาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะครอบครัวและสังคม ซึ่งการจะพัฒนาชุมชนหรือการส่งเสริมสุขภาวะชุมชนได้นั้น ต้องได้เรียนรู้ร่วมกันเกิดความตระหนักถึงความทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น เมื่อชุมชนตระหนักแล้วนั้นจะสามารถค้นหาสาเหตุและหาแนวทางร่วมกัน จึงทำให้ชุมชนเกิดความเข้มแข็งต่อไป 3) ชุมชนบ้านพี่เลี้ยง หมู่ 9 ตำบลช่องสะแก อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งเป็นชุมชนภาคตะวันตกที่มีบริบทชุมชนในเมืองมีประเพณีเป็นชุมชนที่มีเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมประเพณีตั้งแต่เกิดจนถึงตายซึ่งในชุมชนจะให้ความสำคัญกับประเพณีวัฒนธรรม เช่น การเกิดจะมีการทำขวัญ การเจ็บป่วยจะมีพิธีกรรมบายสิสูขวัญ เป็นต้นถึงแม้ว่าชุมชนบ้านพี่เลี้ยงจะนิยมจัดประเพณีวิ่งวัวลาน ซึ่งอาจจะส่งผลต่อการทรมาณสัตว์ แต่เป็นวัฒนธรรมประเพณีที่สร้างการมีส่วนร่วม ทั้งนี้ยังมีละครชาตรี เป็นละครที่เก่าแก่ที่สุด ได้รับวัฒนธรรมจากละครของอินเดียเป็นวัฒนธรรมที่สะท้อนให้เห็นในชุมชนได้ส่งเสริมด้านสุขภาวะของชุมชน พบว่า แนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรวมของครอบครัวและสังคมได้ใช้หลักไตรสิกขา แนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรวมของครอบครัวและสังคม นั้นควรนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่หลักไตรสิกขามาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะครอบครัวและสังคม ซึ่งการพัฒนาชุมชนเพื่อการส่งเสริมสุขภาวะชุมชนนั้นจำเป็นต้องมีการเตรียมคนในพื้นที่ให้มีศีลธรรมพร้อมที่จะดำเนินการ

ในสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชน และการมุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจ ทั้งนี้จำเป็นต้องเกิดการเรียนรู้และแสวงหาคณะความรู้ใหม่ให้คนในชุมชนได้เกิดการพัฒนาชุมชน ซึ่งจะทำให้ชุมชนมีสุขภาวะที่ดี และ 4) ชุมชนเสถียรธรรมสถาน ถนนวัชรพล งามอินทรา 55 แขวงท่าแร้ง เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร เป็นชุมชนต้นแบบในภาคกลาง เป็นสถานที่ปฏิบัติธรรม เผยแพร่ธรรมะแก่เพื่อนมนุษย์ สามารถนำธรรมะไปใช้ดับทุกข์ในชีวิตประจำวัน ให้มีชีวิตที่สงบเย็นและเป็นประโยชน์ เพื่อสาธิตการทำงานพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน โดยใช้หลักพุทธธรรมนำสังคม และเพื่อเปิดโอกาสให้บุคคลที่มีความพร้อมในด้านต่าง ๆ ได้มาทำแบบฝึกหัดร่วมกัน ในการให้และ การรับ ผ่านการทำงานเพื่อสังคม อันจะเป็นประโยชน์แก่ตนและผู้อื่นได้อาศัยหลักการของธรรมชาติบำบัด คือศิลปะแห่งการเยียวยา การดูแลตนเอง และความเป็นอยู่ให้เกิดความสมดุล และสอดคล้องกับธรรมชาติ คนเราทุกคนพึงใช้ปัญญา จิตสำนึก ในการสังเกตตัวเองและควรเปิดโอกาสให้ร่างกายได้เยียวยาตัวเอง ด้วยการเริ่มต้นจากเรื่องง่าย ๆ โกลัตุว คือการบริโภค โดยเลือกรับประทานอาหารที่สด สะอาด และมีพลังชีวิต เพื่อให้ร่างกายกลับมาพลังในการเยียวยาตนเองได้ ในขณะที่เดียวกันก็ต้องไม่แสวงหา หรือเปิดโอกาสให้พิษที่มีผลไม่ว่าจะทางร่างกายหรือจิตใจเข้าสู่ร่างกาย หมั่นออกกำลังกาย ฝึกโยคะ สูดอากาศที่บริสุทธิ์ และอาศัยความเพียรในการปรับวิถีชีวิตและความเคยชินเก่า ๆ เพื่อชีวิตใหม่ที่สดใสและแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ พบว่า แนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและสังคม ได้ใช้หลักอริยมรรค แนวทางการประยุกต์ใช้พุทธจิตวิทยาบูรณาการในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและสังคม นั้น ควรนำหลักพุทธจิตวิทยา ได้แกหลักอริยมรรคมาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะครอบครัวและสังคม ซึ่งการพัฒนาชุมชนเพื่อการส่งเสริมสุขภาวะชุมชนนั้นต้องเป็นชุมชนแห่งอริยมรรคที่มุ่งเน้นการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ให้พ้นจากทุกข์และความเป็นญาติธรรมในการเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ ทั้งนี้การดำเนินการอย่างอริยมรรคจะทำให้ชุมชนเกิดสุขภาวะที่ยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัย การบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและสังคม ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะทางการวิจัยดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. การการบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและสังคม กับแผนงานหรือยุทธศาสตร์ ของการบริหารจัดการคณะสงฆ์ ภายใต้โครงการหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่ให้ความสำคัญของพระพุทธศาสนาเพื่อส่งเสริมสุขภาวะของชุมชน
2. ภาครัฐ (องค์กรปกครองส่วนถิ่น) และชุมชน ได้ตระหนักถึงการการบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและสังคม
3. การนำรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและสังคมไปประยุกต์ใช้กับชุมชนอื่น ๆ ภายใต้ นโยบายสาธารณะ ยุทธศาสตร์ท้องถิ่น และโครงการกิจกรรมต่าง ๆ

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. วัด บ้าน รัฐ ควรจะให้ความสำคัญและตระหนักถึงการมีส่วนร่วมการบูรณาการหลักพุทธจิตวิทยากับภูมิปัญญาท้องถิ่นในการส่งเสริมสุขภาวะองค์กรรวมของครอบครัวและสังคม ให้มีกระบวนการที่มีคุณค่าต่อชุมชน

2. การส่งเสริมสุขภาพขององค์กรร่วมของครอบครัวและสังคม เป็นกระบวนการที่ต้องอาศัยการมีส่วนร่วมและการบริหารจัดการที่ดี การดำเนินงานต่าง ๆ จำเป็นจะต้องอาศัยพระสงฆ์และแกนนำชุมชนที่มีความมุ่งมั่นและใจรักของการดำเนินการ

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

การศึกษาวิจัยถึงการรื้อฟื้นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สามารถบูรณาการกับหลักพุทธจิตวิทยาในการส่งเสริมสุขภาพขององค์กรร่วมของครอบครัวและสังคมต่อไป

เอกสารอ้างอิง

ชินฤทัย กาญจนะจิตรา และคณะ. **สุขภาพคนไทย**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชิ่ง จำกัด, 2554

ธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 8 กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539

ประเวศ วะสี. **บนเส้นทางใหม่ส่งเสริมสุขภาพวิถีชีวิตและสังคม**. กรุงเทพมหานคร: หมอชาวบ้าน, 2547

พระไตรปิฎก. **ถวมพุทธ**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท หนังสืออิเล็กทรอนิกส์ จำกัด, 2541

พระไพศาล วิสาโล. **สุขภาพองค์กรร่วมทางพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: มปท., 2550

พุทธทาสภิกขุ. **กามารมณ์กับชีวิต**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, 2542

อรศรี งามวิทยาพงษ์. **การพัฒนาสังคมยุคปัจจุบัน**. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ลักษณ์, 2551