

สุขภาพทางจิตวิญญาณ : สุขภาพทางปัญญา

รวมความรู้ มุมมอง และความเห็นของปราชญ์แห่งสังคมไทย

ท่านพุทธทาสภิกขุ

ท่านพระธรรมปิฎก

ศ.นพ.ประเวศ วะสี

จัดพิมพ์โดย

สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (สปรส.)

สนับสนุนโดย

สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.)

และ

กระทรวงสาธารณสุข

คำนำ

สังคมไทยกำลังอยู่ในห้วงเวลาของการปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ ซึ่งหมายถึง การปฏิรูป 3 ระดับคือ (1) การปฏิรูปความคิดเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ (2) การปฏิรูประบบ โครงสร้าง กลไก มาตรการ กติกา และเงื่อนไขที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ และ (3) การปฏิรูปในระดับพฤติกรรมและการกระทำ ของปัจเจกชน โดยมีคณะกรรมการปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ (คปรส.) เป็นกลไกแกนกลางชวนคนไทยร่วมคิด ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ร่วมกระทำ และร่วมผลักดันไปสู่การมีสุขภาพที่ดีวันหน้า

ได้มีความพยายามนำเสนอานิยามใหม่ของคำว่า “สุขภาพ” ว่ามีความหมายกว้างกว่าที่เข้าใจ กันอยู่เดิม ๆ โดยเสนอว่า **สุขภาพหมายถึงสภาวะที่เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุลทั้งมิติ ทางกาย ทางใจ (จิต) ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ**^(1,2,3) ซึ่งจากการรับฟังความคิดเห็นของ ประชาชนทุกภาค ส่วนในห้วงเวลาที่ผ่านมามีพบว่า ประชาชนส่วนใหญ่เห็นดีเห็นงามกับการนิยาม ความหมายของสุขภาพไว้อย่างกว้าง ดังที่ท่านพระธรรมปิฎกได้เขียนไว้ว่า “ขออนุโมทนา สปฺรศ. ใน 2 ประการคือ ในการที่ได้ขยายขอบเขตแนวความคิดความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพให้กว้างออกไป และใน การที่ให้โอกาสแก่คนภายนอกที่จะช่วยพิจารณาให้ความคิดเห็นกันหลาย ๆ ด้าน”⁽⁴⁾

แต่ประเด็นที่ดูว่าจะยังไม่ค่อยชัดเจน คือ เรื่องความหมายของ **“สุขภาพทางจิตวิญญาณ”** ซึ่งเป็นคำใหม่ มีส่วนเทียบเคียงกับคำฝรั่ง คือ spirituality มีความหมายซ้อนทับกับคำว่าจิต ในขณะที่ เดียวกันก็มีส่วนสับสนอยู่กับคำว่า “วิญญาณ” ซึ่งคนไทยมักจะเข้าใจไปในทำนองของเรื่องภูติผีปีศาจ อีกด้วย

สปฺรศ. ในฐานะองค์กรประสานกลาง จึงได้จัดทำหนังสือเล่มนี้ขึ้นเพื่อรวบรวมข้อคิด ข้อเสนอ และความเห็นของปราชญ์ผู้ทรงคุณวุฒิแห่งสังคมไทย อันประกอบด้วย **ท่านพุทธทาสภิกขุ ท่าน พระธรรมปิฎก และ ศ.นพ.ประเวศ วะสี** ตลอดจนบุคคลท่านอื่น ๆ อีกส่วนหนึ่ง โดยมุ่งหวังให้เป็น เครื่องมือสำหรับการปฐกษา วิเคราะห์ แลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อยกระดับภูมิปัญญาของคนไทย และนำไปสู่ การยกระดับสภาวะของคนไทยและสังคมไทยให้สูงขึ้นต่อไป

หากท่านผู้อ่านมีความรู้ ความคิด หรือความเห็นต่อเรื่องนี้เป็นประการใด กรุณาสื่อสารให้ สปฺรศ. ทราบ เพื่อนำไปใช้ประกอบในการจัดทำร่าง พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ และใช้ประโยชน์ใน ขั้นตอนต่อไป ก็จักเป็นพระคุณยิ่ง

สปฺรศ.

มกราคม 2545

สารบัญ

ที่มา	1
โรคทางจิตวิญญาณกับยาระงับสรรพโรค	2
● พุทธทาสภิกขุ	
สปฺรศ. กับสภาวะทางจิตวิญญาณ	3
● ประเวศ วะสี	
ความเห็นจากประชาชน	4
● พิรเสฐ์ รินลา ใน “หนูนัยน์ จิกของ”	
สู่ “สุขภาพสี่มิติ”	5
● ประเวศ วะสี	
สมาอาจารย์ สมาอาจารย์ และเพื่อนพ้องกระบวนกรปฏิรูปอันเนื่องมาแต่คำพิจารณา	
ว่าด้วย “จิต” และ “จิตวิญญาณ” ของ สปฺรศ. พร้อมธรรมลิขิตของพระธรรมปิฎก	6
● บรรจบ ชุณหสวัสดิกุล	
จิตวิญญาณกับสุขภาพ	7
● โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์	
ส่งท้าย	8
เอกสารอ้างอิง	9

ที่มา

นพ.วิพุธ พูลเจริญ เขียนไว้ในหนังสือ “สุขภาพ อุดมการณ์และยุทธศาสตร์ทางสังคม”⁽¹⁾ ว่า

“ไทยเป็นรัฐแรกที่กำหนดให้นิยามของคำว่า “สุขภาพ” ก็นับถึงความถึง สุขภาวะร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ในวาระแห่งชาติสู่การปฏิรูประบบสุขภาพ การกำหนดนิยามดังกล่าว นับเป็นการหาญกล้าท้าทายองค์กรทางด้านสุขภาพในระดับโลก เพราะคำจำกัดความในลักษณะนี้ได้เคยถูกเสนอเข้าสู่การพิจารณาในสมัชชาองค์การอนามัยโลก โดยมีนัยให้ครอบคลุมในด้านจิตวิญญาณและความเป็นพลวัตของสุขภาพะเพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนธรรมเนียมขององค์การอนามัยโลก ให้ครอบคลุมความหมายของสุขภาพให้ชัดเจนและมีความเป็นองค์รวมยิ่งขึ้น แต่สมาชิกส่วนหนึ่งขอให้ฝ่ายอำนวยการนำกลับไปศึกษาทบทวนความจำเป็นและผลกระทบต่อการปฏิบัติงานขององค์กรในการปรับเปลี่ยนนิยามสุขภาพในธรรมนูญหลักขององค์การอนามัยโลก อย่างไรก็ตาม องค์การสหประชาชาติได้ยืนยันถึงความสำคัญของบริบทจิตวิญญาณของชาวโลก โดยจัดการประชุมสุดยอดสันติภาพโลกแห่งสหสวรรค์ของผู้นำทางศาสนาและผู้นำทางจิตวิญญาณ (Millennium World Peace Summit of Religious and Spiritual Leaders) ขึ้นระหว่างวันที่ 27-31 สิงหาคม พ.ศ. 2543 ที่องค์การสหประชาชาติ นิวยอร์ก สหรัฐอเมริกา เพื่อให้ผู้นำทางจิตวิญญาณร่วมกับผู้นำทางการเมืองใช้ยุทธศาสตร์ทางจิตวิญญาณเป็นเครื่องช่วยจรจรใจความยุติธรรม ความเท่าเทียมกัน การให้อภัย และสันติภาพ **สะท้อนให้เห็นความสำคัญของการขยายมิติทางสุขภาพให้ครอบคลุมไปถึงสุขภาวะทางจิตวิญญาณอันเป็นทั้งเป้าหมายปลายทางและกลยุทธ์หลักของสังคมมวลมนุษย**”

ระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี ว่าด้วยการปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2543⁽²⁾ ประกาศใช้เมื่อวันที่ 27 กรกฎาคม พ.ศ.2543 เป็นเอกสารทางราชการฉบับแรกที่ยอมรับและขยายความเรื่องสุขภาพอย่างกว้าง โดยระบุไว้ในข้อ 3 ว่า

“ปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ หมายความว่า กระบวนการใด ๆ อันนำไปสู่การปรับเปลี่ยนการจัดการระบบสุขภาพแห่งชาติ ให้เป็นระบบที่มุ่งให้ประชาชนทั้งมวลสามารถมี**สุขภาพที่ดี ทั้งทางกาย ทางใจ ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ** ตลอดจนมุ่งให้ประชาชนสามารถเข้าถึงบริการสุขภาพตามความจำเป็นอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นธรรม และมีคุณภาพได้มาตรฐาน”

และในร่างกรอบความคิดระบบสุขภาพแห่งชาติ⁽³⁾ ซึ่งเป็นเอกสารตั้งต้นสำหรับภาคีต่าง ๆ และผู้สนใจช่วยกันพิจารณาให้ความเห็น วิพากษ์วิจารณ์ ตัด เสริม เติม แต่ง ปรับปรุงเปลี่ยนแปลง เพื่อให้ได้กรอบความคิดระบบสุขภาพที่พึงประสงค์ของสังคมไทยสำหรับนำไปสู่การยกร่าง พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ ได้ยกร่างคำจำกัดความของสุขภาพไว้ว่า **“สุขภาพ หมายถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์และเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล ทั้งมิติทางจิตวิญญาณ (มโนธรรม) ทางสังคม ทางกาย และทางจิต มิได้หมายถึงเฉพาะการไม่พิการและการไม่มีโรคเท่านั้น”**

จากความเป็นมาข้างต้น จะเห็นได้ชัดเจนถึงกระแสความพยายามขยายความเรื่องสุขภาพ ครอบคลุมไปถึงมิติที่กว้างกว่าสุขภาพในความหมายเดิม ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งครอบคลุมไปถึงมิติทางจิตวิญญาณ

สุขภาพทางจิตวิญญาณ คืออะไรกันแน่ มีความหมายคมชัดแค่ไหน

มีความจำเป็นหรือไม่เพียงใดที่จะกำหนดให้สุขภาพครอบคลุมไปถึงมิติดังกล่าว

ถ้ากำหนดให้ครอบคลุมถึง จะทำให้คนไทยและสังคมไทยก้าวไปสู่สุขภาวะได้หรือไม่ หรือเป็นเพียงของเล่นชิ้นใหม่ของนักคิดนักวิชาการ หรือผู้ที่ชอบถกเถียง วิพากษ์วิจารณ์เท่านั้น?



โรคทางจิตวิญญาณ กับยาระับสรรพโรค

ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย

การบรรยายประจำวันเสาร์ แห่งภาคมาฆบูชาในวันนี้あたมาจะบรรยายโดยหัวข้อว่า ยาระับสรรพโรค เป็นอันว่า ในภาคมาฆบูชาวันนี้ จะพูดด้วยเรื่อง ปกิณกะแต่ละเรื่องๆ เป็นเรื่องๆ ไป ไม่ต้องติดต่อกันเป็นชุดเป็นพวกอะไร ก็ได้ บรรยายมาเช่นนั้นหลายครั้งแล้ว วันนี้ก็จะได้พูดเรื่องยาระับสรรพโรค เพราะว่า ได้แจกฉลากยาไปมากแล้วนานแล้ว ก็จะติดตามอธิบายให้สำเร็จประโยชน์

“เรื่องการเป็นโรค บางคนอาจคิดว่าไม่มีโรค ขอให้สังเกตและพิจารณา ดูกันใหม่ โรคทางจิตใจนี้แหละสำคัญมาก พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ว่า โรคมีสอง ชนิด โรคที่เกิดเกี่ยวกับทางกาย และโรคที่เกิดเกี่ยวกับทางจิต แต่あたมาเคยเอา มาแยกเป็นสามโรค โรคทางกาย เจ็ดปวดทางกาย อะไรทางกาย ก็ไปหา โรงพยาบาลตามธรรมดา โรคทางจิต จิตไม่สมประกอบ บ้าบอ เป็นโรคประสาท รบกวนอะไรเหล่านี้ก็เป็นโรคทางจิต ต้องจัดการไปอีกอย่างหนึ่งหรือไปหา โรงพยาบาลประสาท โรงพยาบาลโรคจิต แต่ถ้าเป็นโรคทางวิญญาณคือ โรคทางสติปัญญาแล้ว ต้องไปหาโรงพยาบาลของพระพุทธเจ้า คือธรรมะที่จะช่วยจัดโรคทางวิญญาณ”

ส่วนหนึ่งของธรรมบรรยายของท่านพุทธทาสภิกขุ ประจำวันเสาร์ที่ 20 กุมภาพันธ์ 2531 คัดลอกจากหนังสือ “ยาระับสรรพโรค” พิมพ์เผยแพร่โดยสำนักพิมพ์สุขภาพใจ พ.ศ. 2541

โรคมะเร็ง 3 อย่าง

สิ่งแรกก็คือเรื่อง “โรค” เรื่องการเป็นโรค บางคนอาจจะคิดว่าไม่มีโรค ข้าพเจ้าไม่มีโรค ไม่มีโรคที่น่ากลัวอะไร ขอให้สังเกตพฤติกรรมดูกันเสียใหม่ว่า โรคทางจิตใจนี้แหละสำคัญมาก พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสไว้ว่า โรคมะเร็ง 2 ชนิด คือ กายิกโรค โรคที่เกิดเกี่ยวกับทางกายนี้พวกหนึ่ง แล้ว เจตสิกโรค โรคที่เกิดเกี่ยวกับทางจิตนี้อีกโรคหนึ่ง เป็น 2 โรค แต่เอาตมาแยกเอามาแยกออกเป็น 3 โรค คือว่า โรคทางจิตนั้น แยกออกเป็น 2 คือ เป็นโรคทางจิต อีกโรคหนึ่ง เรียกว่า โรคทางวิญญาณ

โรคทางกาย เจ็บปวดทางกาย อะโรทางกาย ก็ไปหาโรงพยาบาลตามธรรมดา

โรคทางจิต จิตไม่สมประกอบ บ้าบอ เป็นโรคประสาทบกพร่องอะไร เหล่านี้ก็เป็นโรคทางจิต ก็ต้องจัดการไปอีกอย่างหนึ่ง หรือไปหาโรงพยาบาลประสาท โรงพยาบาลโรคจิต

แต่ถ้าเป็นโรคทางวิญญาณ คือโรคทางสติปัญญาแล้ว ต้องไปหาโรงพยาบาลของพระพุทธเจ้า คือธรรมะที่จะช่วยขจัดโรคทางวิญญาณ

เห็นชัดเป็น 3 อย่าง 3 ประการด้วยกัน ดังนี้

โรคทางจิตวิญญาณ สำคัญและเป็นกันมาก

ต่อไปก็จะได้พูดถึงสิ่งที่ระงับโรคเหล่านี้ ใช้คำว่า “สรรพโรค” คือโรคทั้งปวง ก็เป็นโรคทางวิญญาณนั้นแหละ แต่ต้องสังเกตดูให้ดีว่า โรคทางวิญญาณนั้นมันเป็นปัญหามากที่สุด เพราะว่าโรคทางวิญญาณนั้นมันเป็นปัญหามากที่สุด เพราะว่าโรคทางกายนั้นมันไม่มีความหมายอะไรนัก มันเป็นแต่ทางกาย แล้วอีกอย่างหนึ่ง โรคทางกายนี้ไม่ค่อยจะเป็นกันนาน ๆ จะปวดหัวตัวร้อนสักทีหนึ่งนาน ๆ จะเจ็บด้วยโรคนั้นโรคนี้สักทีหนึ่ง แต่ถ้าโรคทางจิตทางวิญญาณนี้ดูจะเป็นกันตลอดเวลา จนจะเรียกว่าแทบจะทุกลมหายใจเข้าออกก็ได้ มันเกิดเร็ว มันดับเร็ว คิดดูให้ดีเถอะ โรคทางจิตมันเกิดเร็ว ดับเร็ว วันเดียวเป็นสักร้อยโรคก็ได้ แล้วมันก็ไม่แสดงอะไรให้เอะอะตึงตังไม่ค่อยแสดงในทางกาย แสดงแต่ในทางจิต คนก็คิดไปเสียอย่างอื่นได้ จึงคล้าย ๆ กับว่าไม่ได้เป็นโรคอะไร ที่จริงจะเป็นอยู่แทบตลอดเวลา นั่งอยู่ตรงนี้ดูให้ดีเถอะก็มีโรคทางจิตอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่รบกวนอยู่ ถ้าไม่สังเกตดูให้ดีก็จะไม่เห็น เพราะฉะนั้นเราจะต้องจาระไนแจกแจงในเรื่องโรคทางจิตนี้กันให้เห็นได้ว่ามันเป็นอยู่เกือบจะตลอดเวลาเลย แล้ววัน

หนึ่งไม่รู้กี่ครั้ง กี่สิบครั้ง หรือร้อยครั้งก็ได้ ถ้ามันเป็น เป็นเก่ง พุดกำป็น พุดดินก็พุดว่า เกิดกิเลสทีหนึ่งก็เป็นโรคทางจิตทีหนึ่ง เกิดกิเลสวันละกี่ครั้งมันก็เป็นเท่านั้นครั้ง

โรคทางจิตวิญญาณเป็นต้นเหตุให้เกิดโรคทางกาย

ขอให้ฟังให้ดีว่าโรคทางจิตนั้นมันมีอาการอย่างไร ถ้ารู้จักอาการของมันแล้ว ก็จะเข้าใจได้ มันเป็นอยู่แทบจะทุกลมหายใจเข้าออก แล้วเมื่อเป็นโรคทางจิตแล้วมันจะพาลเป็นโรคทางกายเอาด้วย เช่น เป็นโรควิตกกังวล นอนไม่หลับ ตื่นก็ปวดหัว เป็นโรคทางกาย มีความรบกวนทางจิตมาก มันก็เป็นโรคกระเพาะอาหาร เป็นโรคลำไส้ เป็นโรคร้าย ๆ ต่าง ๆ สารพัดอย่างขึ้นมาเพราะว่ามันมีโรคทางจิตเป็นต้นเหตุอยู่ภายใน โรคทางจิตเป็นเหตุให้เกิดโรคทางกาย

ตัวอย่างโรคทางจิตวิญญาณ

จะยกตัวอย่างโรคทางจิตให้เป็นเครื่องสังเกตได้ง่าย ๆ ว่า ความรัก เป็นโรคทางจิต ความโกรธ เป็นโรคทางจิต ความเกลียด เป็นโรคทางจิต ความกลัว เป็นโรคทางจิต ความตื่นเต้น เป็นโรคทางจิต ความวิตกกังวลเป็นโรคทางจิต ความอาลัยอาวรณ์ เป็นโรคทางจิต ความอิจฉาริษยา เป็นโรคทางจิต ความหวง เป็นโรคทางจิต ความหึง เป็นโรคทางจิต ความยึดมั่นเป็นคู่ ๆ บวกลบ ดีชั่ว บุญบาป ยึดมั่นเป็นคู่ ๆ แล้วก็จิตใจเสียใจนี้เรียกว่าความยึดของเป็นคู่ นี่ก็เป็นโรคจิต ความสงสัยไม่แน่ใจ ไปเสียทุกอย่าง กระทั่งว่าไม่แน่ใจว่าได้สิ่งที่ควรจะได้แล้ว

ทีนี้ก็จะขอถามทุกคนที่นั่งอยู่ตรงที่นี้ว่า ใครไม่มีความสงสัยข้อนี้บ้าง ใครมีความแน่ใจว่าได้สิ่งที่ควรได้โดยแน่นอนแล้ว หรือใครยังมีปัญหาว่าเรายังไม่ได้สิ่งที่ควรจะได้ ถ้ายังมีความสงสัยอยู่ ลังเลอยู่อย่างนี้ ก็นั่งอยู่ที่นี้ตรงนี้แหละ ฟังบรรยายอยู่นี่ เป็นโรคจิต เป็นโรคสงสัยอยู่เสมอว่า มันยังไม่ได้สิ่งที่ควรจะได้ ยังดับทุกข์ไม่ได้ ยังไม่ได้ดับทุกข์ ยังไม่มีพระนิพพานที่หวังอันแน่นอน มันวิตกกังวลสงสัย อาลัยอาวรณ์ นี่ก็เป็นโรคจิตทางวิญญาณ จึงว่าไม่ยกเว้นใครทั้งนั้น ไม่ยกเว้นมันเป็นได้ทุกหนทุกแห่ง เมื่อไรก็ได้ เท่าไรก็ได้ อยากรู้ก็ได้ ขอให้ลองคิดดู

โรคทางจิตทางวิญญาณจึงเป็นโรคที่มหาดลน่ากลัวยิ่งกว่าโรคใด ๆ เลย ถ้าเราไม่มีโรคทางจิตแล้ว เราก็ไม่มีความทุกข์ คิดดูให้ดี ๆ ถ้าเราไม่มีโรคทางจิตแล้ว เราก็ไม่มีความทุกข์ แล้วเราก็ไม่ต้องมาศึกษาพุทธศาสนาให้ลำบากหรอก

ถ้าเราไม่มีโรคทางวิญญาณคือโรคที่เป็นไปทางจิต เดี่ยวนี้มันมีโรคเป็นไปทางจิต มีความทุกข์ จึงต้องพยายามอย่างยิ่งที่จะศึกษา ที่จะต่อสู้ที่จะรักษาโรคทางจิต...

ความเห็นจากประชาชน

เรียน คุณหนูณันที่นับถือ

ผมได้อ่านบทความวิพากษ์ “(ร่าง) กรอบความคิดระบบสุขภาพแห่งชาติ” ของคุณหมอบรรจบ ชุณหสวัสดิกุล ในมติชนรายวัน ประจำวันพฤหัสบดีที่ 19 กรกฎาคม 2544 ซึ่งไม่เห็นด้วยกับ สปรศ. ที่ให้ความหมายของคำว่า “สุขภาพดี” หมายถึง สุขภาวะทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ” เพราะท่านเห็นว่า จิตและจิตวิญญาณนั้นเหมือนกัน ดังนั้น จึงควรมีเพียง 3 ข้อเท่านั้นคือ สุขภาพทางกาย ทางจิต และทางสังคมเท่านั้นก็พอ

ผมในฐานะที่เป็นคนไทยคนหนึ่ง ซึ่งจะต้องได้รับผลกระทบเมื่อ “กรอบความคิดระบบสุขภาพแห่งชาติ” ได้ถูกบรรจุไว้ใน “พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ พ.ศ....” ซึ่งจะได้บัญญัติขึ้น ผมจึง ขอแสดงความคิดเห็นด้วยสักคน

ผมเห็นด้วยกับ สปรศ. ที่จำแนกสุขภาวะไว้ 4 ประการคือ

1. สุขภาวะทางกาย – ร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วย ฯลฯ
2. สุขภาวะทางจิต – มีความสุขเบิกบาน มีสติ สมาธิ ปัญญา ฯลฯ
3. สุขภาวะทางสังคม – อยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี ครอบครัวอบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง ฯลฯ และ
4. ทางจิตวิญญาณ – ได้ทำความดี และจิตใจสัมผัสผัสดีสุข ไม่เห็นแก่ตัว ฯลฯ

แต่ผมอยากให้เปลี่ยนความหมายในข้อ 2 และ ข้อ 4 ทั้งนี้ เพื่อไม่ให้สับสนอย่างที่คุณหมอบรรจบท่านสับสนว่า มันเหมือนกันทำไมต้องเขียนเพิ่มข้อ 4 เข้ามาด้วย คือ ข้อ 2 สุขภาวะทางจิต หมายถึง ไม่ให้คนเป็นบ้า ไม่ให้คนเป็นโรคจิต โรคประสาท ไม่ให้เครียด ไม่ต้องพึ่งยาเสพติด ส่วนข้อ 4 สุขภาวะทางจิตวิญญาณ หมายถึง เพื่อให้เป็นผู้ที่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง มีศีล สมาธิ ปัญญา เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เห็นแก่ตัว

จากหนังสือพิมพ์มติชนรายวัน ฉบับวันที่ 1 สิงหาคม 2544

สำหรับผมแล้ว จิตกับจิตวิญญาณ ไม่เหมือนกันเพราะโรคทางกายเช่น ผมปวดท้อง และผมเป็นโรคทางจิตหรือโรคประสาท ผมต้องไปหาหมอที่โรงพยาบาลเหมือนกัน แต่ถ้าผมมีความสุขทางกาย มีความสุขทางจิตไม่เป็นบ้า และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข แต่ว่า ผมมีโรคทางจิตวิญญาณ คือผมมีความโลภ ความโกรธ ความหลง และความเห็นแก่ตัวอย่างรุนแรง ผมจะต้องไปรักษาตัวที่ไหนกับใคร ผมจะอย่างไรดี

ผมว่า ถ้ามีการบัญญัติคำว่า “สุขภาวะทางจิตวิญญาณ” ไว้ใน พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ แล้ว ผมถึงว่าจะเป็นกฎหมายที่มีวิสัยทัศน์ที่กว้างไกลที่สุดกฎหมายใดก็ตามถ้าตราไว้ในวันนี้แต่สามารถใช้ได้ในอีกร้อยปี หรือพันปีข้างหน้า ถือว่าเป็นกฎหมายที่ยอดเยี่ยมมาก บางทีในอนาคตลูกหลานของเราอาจจะมีพร้อมทุกสิ่งทุกอย่าง ร่างกายไม่เป็นโรคอะไรเลย และสุขภาพจิตดีเยี่ยม ไม่มีใครเป็นบ้าเลยสักคน สังคมก็สงบ แต่พวกเขากลับยังเห็นแก่ตัว มีโลภ โกรธ หลง และพวกเขายากเอาชนะสิ่งเหล่านี้ เขาก็จะได้ไปศึกษาเพื่อทำความเข้าใจว่า “สุขภาวะทางจิตวิญญาณ” นั้นเป็นอย่างไร มนุษย์พันธุ์ใหม่ที่ประเสริฐก็จะเกิดขึ้นในบ้านเราและในโลก

ด้วยความเคารพ

พีรเสฏฐ์ รินลา

ตอบ ผมเห็นด้วยกับ สปรศ. ที่วางกรอบ สุขภาพดีทั้งกายใจ ครอบคลุมไว้ทั้ง 4 มุม คือสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางจิตวิญญาณ

สุขภาพดี ทางกาย และใจ เป็นพื้นฐาน สุขภาวะที่ต้องการของบุคคล ถ้าปัจเจกบุคคลแต่ละคน มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตดี จิตวิญญาณของคนในสังคม จะมีสุขภาพดี เอื้ออำนวยให้สุขภาวะทางสังคมดีไปด้วย

เขียนคลุมให้ครบ ทั้งสุขภาพบุคคลและสุขภาพสังคม อย่างนี้ดีแล้วครับ สำคัญอยู่ที่แนววิธีการ ปฏิบัติให้บรรลุเป้าหมายที่เขียนว่าจะทำกันอย่างไรตรงนั้น ต่างหากที่จะต้องช่วยกันคิดให้มาก ๆ และแย้งกันให้หนัก ๆ เข้าไว้



สปรส. กับ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ

สปรส. คือ สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ ได้จัดทำร่างกรอบความคิดเรื่องระบบสุขภาพส่งออกไปเพื่อให้สังคมร่วมพิจารณา โดยถือเป็นการเรียนรู้ร่วมกันในการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่ความสร้างสรรค์

ในหนังสือพิมพ์มติชนฉบับวันจันทร์ที่ 19 กรกฎาคม 2544 นพ.บรรจบ ชุณหสวัญ ได้เขียนบทความวิพากษ์ร่างกรอบความคิดนั้น โดยเจาะจงที่คำว่า “สุขภาพทางจิตวิญญาณ” ว่าไม่จำเป็น ใช้คำนิยามว่าสุขภาวะทางกายแต่ผู้วิจารณ์มีของแถมที่นอกสาระตามสไตล์หรือภูมิหลังที่ยังตัดไม่ขาด มาด้วยอีก 3 ประการ

1. ใช้ชื่อบทความ “**รู้มรรยอักษร สาระสับสน**” คำว่าสาระสับสนเป็นคำกล่าวหาที่รุนแรงการออกความเห็นเราควรแสดงเหตุผล แต่ไม่จำเป็นต้องไปกล่าวหาเขาอย่างรุนแรง และบางครั้งก็ไปสรรหาคำมาติดฉลาก (label) เรื่องนั้น ๆ ในทางเสียหายเพื่อให้คนจำได้ติดปาก อันเป็นการสร้างอารมณ์มากกว่าสร้างปัญญา ว่าเหตุผลในเรื่องนี้เป็นอย่างไร ๆ

2. ผู้วิจารณ์มีข้อความว่า “**ต้องขอประทานโทษ อ.ประเวศ ที่เคารพรักว่า ยิ่งท่านอธิบายเท่าไรก็ยิ่งทำให้สับสนต่อไปอีกมากเท่านั้น**” ที่เกี่ยวกับตัวผม ผมไม่ว่าอะไร ผมถือหลักพรหม ชาลสูตร และพยายามดูตัวเองอยู่ และอยากให้คนอื่นเตือน ว่าถ้อยคำที่พูดที่เขียนมีโทษมากกว่าประโยชน์จะได้หยุด ซึ่งก็จะเป็นการดี เพราะขณะนั้นมีการหลบการใช้แรงงานเด็กมาใช้แรงงานคนแก่มากเกินไป

3. ผู้วิจารณ์กล่าวว่าเมื่อเติมคำว่า “จิตวิญญาณ” เข้าไปแล้วทำให้เกิดความขัดแย้งกับหลักพุทธศาสนาโดยตรง เรื่องผู้วิจารณ์เข้าใจหลักพุทธศาสนาในทางแคบ เมื่อแคบ อะไร ๆ ก็อยู่ “นอก” ไปได้ง่าย ๆ กล่าวหาคนอื่นได้ง่าย ๆ ความจริงหลักธรรมทางพุทธศาสนากว้างใหญ่ไพศาลเมื่อกว้างใหญ่ไพศาลอะไร ๆ ก็อยู่ “ใน” ได้ทั้งนั้น สุดแต่จะคิดเชิงโอปออุ้ม หรือตรอน ธรรมของพระศาสนาต่าง ๆ จะกว้างใหญ่ไพศาล แต่มนุษย์ไปตีความให้แคบตามจิตของตัว แล้วนำไปสู่ความขัดแย้งและความรุนแรง

ต่อไปนี้เป็นคำวิชันต่อข้อวิจารณ์

1. ที่ผู้วิจารณ์กล่าวว่า จิต วิญญาณ มโน หทัย เป็นคำที่มีความหมายเดียวกัน ไม่น่าเอาคำสองคำ คือ จิตและวิญญาณ มาใช้ทั้งคู่คือ “จิตวิญญาณ” ก็เห็นชัดว่ายิ่งศึกษามากน้อยไป เพราะคำว่า **มโนวิญญาณ** มีที่ใช้เต็มไปหมดในพระไตรปิฎก ไม่ควรไปถึงอาจารย์ไชยวัฒน์ ถปิลกาญจน์ ผู้รู้ทางอภิธรรมมาอ้างเฉพาะส่วน เพื่อสนองเจตนาของตน เพราะจะทำให้คนเข้าใจท่านผิดไป เนื่องจากผู้เริ่มต้นศึกษาเรื่องจิตทางพระพุทธศาสนา ก็จะพบคำว่า “มโนวิญญาณ” แล้ว คำหลายคำมีความหมายเหมือนกันไปบางด้าน แต่อาจมีแง่มุมที่ต่างกัน และมีความหมายต่างกันใน “บริบท” ที่ต่างกัน มโนและวิญญาณ ในด้านหนึ่งหมายถึงจิตเหมือนกัน แต่คำว่า มโนวิญญาณ มีความหมายจำเพาะว่าความรู้สึก ในชุดวิญญาณที่รวมกับอายตนะทั้ง 6 เริ่มจากจักขุวิญญาณที่รับรู้ทางตา

มนุษย์ทุกชาติทุกภาษาเอาคำเก่ามาใช้ร่วมกันในความหมายใหม่เป็นธรรมดา ผู้วิจารณ์ ก็รู้ภาษาจีน ซึ่งมีการเอาคำเก่ามาร่วมกันมีความหมายใหม่เต็มไปหมด ทำให้คำใช้มากขึ้นเพื่อให้การคิดคมชัดแตกกิ่งก้านสาขาออกไป เราจะไปเดือดร้อนทำไมกับธรรมชาติที่เป็นธรรมดาและเป็นความงาม

คำว่า “จิตวิญญาณ” เป็นการเอาคำเก่ามาใช้คู่เพื่อให้มีความหมายเพิ่มขึ้น หมายถึงมิติทางสูงของจิต

สัตว์มี **กาย จิต สังคม** แต่ไม่มีมิติทางจิตวิญญาณ

มนุษย์มี **กาย จิต สังคม จิตวิญญาณ**

จิต และวิญญาณเป็นคำกลาง ๆ สัตว์ก็มีจิตหรือวิญญาณ แต่ไม่มีมิติทางสูงของจิต ทางพุทธใช้คำว่าปัญญา ข้อนี้นี้จะเกี่ยวข้องกับการวิชันความเห็นของผู้วิจารณ์ในข้อถัดไป

2. ที่ผู้วิจารณ์กล่าวว่าใช้ 3 ก็ครอบคลุมหมดแล้ว คือ สุขภาวะทางกาย ทางจิต และทางสังคม ผมก็ไม่ว่าอะไร แต่อยากจะชี้ว่าผู้วิจารณ์ยังศึกษาไม่จบในทางพุทธจะพูดถึง 4 ตามที่พระธรรมปิฎกได้นำมากล่าวไว้เสมอ ๆ ว่าทางพุทธจะพูดถึงการพัฒนา 4 ด้านคือ

(1) พัฒนาทางกาย

(2) พัฒนาทางจิต

(3) พัฒนาทางสังคม

(4) พัฒนาทางปัญญา

ถ้าสังเกตหลักทางพุทธสันนิษฐานก็จะเห็นว่าพูดเรื่อง **จิต** กับ **ปัญญา** แยกออกเป็น 2 ข้อ เช่น จิตศึกษา กับปัญญาศึกษา หรือในเรื่องศีล สมาธิ ปัญญา จิตอยู่ในข้อสมาธิ แต่ถ้าผู้วิจารณ์ต้องการเอาปัญญาไปรวมไว้ในจิตโดยยวบเหลือ 3 คือ กาย จิต สังคม ผมก็ไม่ว่าอะไร เพราะไม่มีใคร ผูกขาดการตีความ เพียงแต่ต้องการบอกว่าทางพุทธนิยมพูดเป็น 4

4. เดิมองค์การอนามัยโลก นิยามคำว่าสุขภาวะคือ สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม ผมก็รู้สึกขัดใจไป เพราะถ้าอธิบายแบบพุทธว่าความสุขคือ การหลุดพ้นจากความบีบคั้น 4 ประการ คือ บีบคั้นทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางปัญญา (หลุดพ้นจากความบีบคั้นของความไม่รู้) จะมีความสมบูรณ์ว่า ต่อมาเมื่อองค์การอนามัยโลกมีมติให้เติมคำว่า spiritual well-being หรือสุขภาวะทางจิตวิญญาณเข้าไปด้วย ผมก็ดีใจว่าคราวนี้ครบสมบูรณ์ทั้งตามพุทธและตามศาสนาอื่น ๆ เพราะ spiritual จิตวิญญาณ หรือจิตสูงนั้นหมายถึง ความดี การลดความเห็นแก่ตัว การเข้าถึงสิ่งสูงสุด สิ่งสูงสุดทางพุทธคือ พระนิพพาน หรือปัญญาหรือวิชา ศาสนาอื่นหมายถึง พระผู้เป็นเจ้า

ผมจึงอธิบายสุขภาวะทางจิตวิญญาณว่าเป็นสุขภาวะที่เกิดจากการลดความเห็นแก่ตัว การมีปัญญา ตรงนี้แหละครับ ที่ตรงผู้วิจารณ์ว่าผมสับสน ผมจะไม่ไปว่าผู้วิจารณ์เองนั่นแหละสับสนแบบปากตลาดหรือขาดความเมตตา แต่ผมอยากเสนอว่าให้ช่วยกันศึกษาให้ละเอียด เพราะเป็นเรื่องละเอียดอ่อนและต้องปฏิบัติจนเกิดผล (ปฏิเวธ) ด้วย จึงจะเข้าใจ

ศาสนานั้นเน้นที่การเรียนรู้ การปฏิบัติและการได้รับผลดีจากการปฏิบัติ (ปฏิเวธ) ไม่เหมือนทางโลก ที่เน้นความรู้นอกตัวแล้วก็เอาไปไว้อวดกัน บลัฟกันโดยไม่เกิดการพัฒนาอย่างประณีตในจิตใจของตนเอง

เห็นดังนี้แล้วให้เกิดความรู้สึกเป็น 2 ด้าน

ด้านหนึ่งชื่นชม ชื่นชมในหลักคิดที่องค์กรนำหน้าทางการแพทย์นี้หันมาให้ความสำคัญไม่เฉพาะความสุขสบายทางกายเนื้อของผู้คน แต่ให้ความสำคัญทางใจแก่ความสุขทางจิตใจด้วย ถ้ามความหมายทางจิตของ สปรส. ไม่ได้หมายถึงเพียงความหมายทาง “จิตเวช” ตามตำราฝรั่งแบบเก่า แต่เป็นจิตในความหมายที่ลึกซึ้งแห่งพุทธศาสนาด้วย เพราะได้ระบุไว้ถึงความรู้สึก สติ สมาธิ และปัญญา ซึ่งเป็นหลักเบื้องต้นของพุทธศาสนาเอาไว้ (ศาสนาอื่นมีเพียงเรื่องของศีล และสมาธิ เท่านั้น ดังคำปาฐกถาของสตีเวน นารยัน โกลิเยร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 28 มิ.ย. 2544) สปรส. ยังให้น้ำหนักในมิติทางสังคมด้วย ทำให้เห็นว่าบุคคลจะสุขได้มิใช่ด้วยตนเองอย่างเดียวโดด แต่มีปฏิสัมพันธ์อย่างแยกกันไม่ได้กับสังคมและสิ่งแวดล้อม

ด้านสองสับสน ประโยคนี้ของ สปรส. ออกจะรุ่มรวยอักขระ แต่สับสนทางสาระอยู่ไม่น้อย เพราะได้ใช้คำว่าจิต และคำว่าจิตวิญญาณออกมาเป็น 2 อย่าง ท่านพูดอย่างนี้แสดงว่าท่านเห็นว่าจิตนั้นเป็นคนละอย่างกับวิญญาณ ความจริงทั้งสองคำนี้เป็นคำในภาษาบาลีที่เรานำมาใช้ในภาษาไทย เมื่อเป็นคำในภาษาบาลีก็ย่อมเป็นคำที่ปรากฏอยู่ในคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นธรรมดา และ สปรส. ก็ได้ใช้ความหมายของ “จิต” ด้วยคุณสมบัติที่มีศีล สมาธิและปัญญา อันเป็นหลักของพุทธศาสนาอยู่แล้ว จำเป็นอยู่เองที่ต้องตีความคำ 2 คำที่เป็นปัญหานี้ ด้วยความหมายทางพุทธศาสนาต่อไป

ในเรื่องนี้ อาจารย์ไชยวัฒน์ กปิลกาญจน์ ผู้รู้ทางอภิธรรมท่านหนึ่งให้อรรถาธิบายไว้ว่า “ถ้าจะถือความหมายในทางพระพุทธศาสนา แล้วก็น่าจะใช้คำว่า “จิต” หรือ “วิญญาณ” คำใดคำหนึ่งเพียงคำเดียว ไม่น่าจะต้องมีคำว่า “จิตวิญญาณ” อีก ท่านบอกว่าคำว่า “จิต และคำว่า “วิญญาณ” นี้เป็นคำพูดถึงธรรมชาติอันเดียวกัน เพราะมีข้อความปรากฏในพระอภิธรรมปิฎก (คัมภีร์ธรรมสังคณี) ความว่า “ถามว่าชื่อว่า จิต ย่อมมีในสมัยนั้นเป็นไฉน ? ตอบว่า “จิต มโนมานสะ หทัย ปันทระ มโน มนายตนะ มนินทริย วิญญาณ วิญญาณขันธ มโนวิญญาณธาตุอันเกิดจากธรรมที่มีผัสสะเป็นต้นนั้นใด มีชื่อว่าจิตย่อมมีในสมัยนั้น” ดังนี้

ใน วิสุทธิมรรค (ชั้นธัมมเทค) ท่านก็กล่าวไว้อย่างนี้ว่า “วิญญาณ จิตต มโนติ อตถโต เอก” แปลว่า คำว่า วิญญาณ จิต มโน ว่าโดยสภาวะก็เป็นอันเดียวกัน” ดังนี้

จากหลักฐานตำราทางพระศาสนาเท่าที่ยกมาแสดงนี้ บอกให้ทราบชัดเจนว่า จิตและวิญญาณ เป็นอย่างเดียวกัน เพียงแต่ใช้ในต่างวาระกันเท่านั้น

ในเมื่อ สปรส. อ้างถึงจิต เหมือนจะอิงองค์ความรู้ทางพุทธศาสนา แต่กลับจำแนกอีกชนิดหนึ่งเป็นจิต วิญญาณว่าเป็นคนละอย่างกัน ย่อมเป็นความเข้าใจไม่ตรงกับหลักฐานทางตำราพุทธศาสนา อย่างนี้แล้ว ก็สุดวิสัยที่จะให้คนอ่านเข้าใจได้ว่า “ภาวะที่เป็นสุขทางจิต ภาวะที่เป็นสุขทางจิตวิญญาณ” ที่พูดถึงนั้นเป็นอย่างไร ย่อมมีผลกระทบไปถึงความเชื่อถือในสิ่งที่รัฐจัดดำเนินการอยู่นี้เป็นธรรมดา

ยิ่งไปกว่านั้นถ้าวิเคราะห์ลึกเข้าไปในความหมายของ “สุขภาวะทางจิต” และ “สุขภาวะทางจิตวิญญาณ” ที่ สปรส. เสนอไว้ในโปสเตอร์ก็ยิ่งจะเห็นความสับสนทางสาระมากเข้าไปอีก เช่นเสนอว่า “ทางจิตคือมีความสุข เบิกบาน....” และเสนอว่า “ทางจิตวิญญาณ คือ...จิตใจสัมผัสความสุขปิติสุข..” เช่นนี้แล้วทางสองอย่างย่อมมิใช่ความหมายเดียวกันละหรือ ? ทำไมจะต้องแยกออกเป็น 2 ปริณทลด้วยเล่า ?

สปรส. เสนออีกว่า “ทางจิต คือ...มีศีล มีสมาธิ มีปัญญา..” ซึ่งแท้ที่จริงบุคคลจะมีได้ก็เพราะการมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยว แล้วก็ยิ่งเสนอซ้ำซ้อนเข้าไปอีกว่า “ทางจิตวิญญาณคือ... มีศาสนาหรือเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ...” เช่นนี้แล้วย่อมเห็นได้ว่า อันจิตและจิตวิญญาณนั้นแท้ที่จริงก็คือสิ่งเดียวกัน ด้วยเหตุใดๆที่ สปรส. จะต้องแยกออกเป็น 2 ปริณทลให้ยุ่งยาวความต่อไปด้วยเล่า

อนึ่ง พึงรู้ไว้ว่าในทางพุทธศาสนาไม่เคยมีที่ใดที่จะใช้คำว่า “จิตวิญญาณ” เป็นสองคำคู่กันเช่นนี้ แท้ที่จริงคำนี้น่าจะเป็นคำใหม่ ดังที่ ศ.น.พ.ประเวศ วะสี ให้สัมภาษณ์ไว้ในมติชนรายวัน เมื่อวันที่ 10 ก.ค. 2544 ว่า “คำนี้เป็นคำใหม่ แปลว่ามาจากภาษาอังกฤษว่า Spiritual Health แท้ที่จริง คำนี้คือความสุขที่เกิดจากความดีและลดความเห็นแก่ตัวลง ทำให้เกิดปัญญา” ตรงนี้ต้องขอประทานโทษ อ.ประเวศที่เคารพรักด้วยว่า ยิ่งท่านอธิบายเท่าไรก็ยิ่งทำให้สับสนต่อไปอีกมากเท่านั้น

เพราะคำว่า “...ลดความเห็นแก่ตัวลง” ได้ถูก สปรส. กำหนดไว้เป็นความหมายของ “จิตวิญญาณ” ส่วนคำว่า “...เกิดปัญญา” ก็ถูก สปรส. กำหนดไว้เป็นความหมายของ “จิต” เห็นไหมครับว่า เรากำลังทำเรื่องง่ายให้เป็นเรื่องยาก

ทำสิ่งที่เรียกว่า “จิต” หรือ “วิญญาณ” ซึ่งก็คือสิ่งเดียวกันในพุทธศาสนา มาแบ่งให้เป็นสอง เพียงเพราะแปลมาจากฝรั่งเท่านั้นเอง

เคยมีแพทย์จากกรมสุขภาพจิตท่านหนึ่งอธิบายกับผมถึงสาเหตุที่ทำให้ผมป่วยนี้ องค์การแพทยศาสตร์จึงมักเอ่ยถึงคำว่า “กาย จิต และจิตวิญญาณ” ว่า สาเหตุสืบเนื่องมาจากมติของ WHO คือในอดีตที่ผ่านมา องค์การอนามัยโลก ยอมรับเพียงสุขภาวะทางกายและจิต (Body & Mind) เท่านั้น โดยจิตก็คงจะตีความในแบบ “จิตเวช” ตามตำราฝรั่งเล่มเดิม ต่อมาด้วยการตื่นตัวของประเทศทางตะวันออก จึงได้มีการเติมคำว่า “Spirit” เข้าไปเป็นคำที่สาม และเป็นเหตุให้เกิดการแปลเป็นไทยได้ คำว่า “จิตวิญญาณ” ออกมา เนื่องจากฝรั่งถือว่า Mind เป็นเพียงเรื่องของความรู้สึกนึกคิด แต่ Spirit เป็นอีกสิ่งหนึ่งที่สูงส่งไปกว่านั้น

ตรงนี้ต่างกับปัญหาทางพุทธศาสนาโดยสิ้นเชิง ที่ถือว่าตัวตนของเรา ประกอบด้วยกายกับจิตพิเคราะห์เจาะลึกโดยสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาแล้ว ด้วยศีล สมาธิ จนเกิดปัญญาเห็นแจ้งและสอนสั่งมาเป็นเวลากว่า 2500 ปี ด้วยเหตุฉะนั้นข้อคิดจึงมีอยู่ว่า ขณะนี้ในเมื่อเรากำลังจะยกว่า “พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ” สำหรับคนไทย ประเทศไทย เหตุใดในใจแล้ว เมื่อเราเริ่มต้นด้วยความหมาย “จิต” ตามหลักพุทธธรรมแล้วไว้รึ กลับจะต้องชูคำว่า “จิตวิญญาณ” อันเป็นความหมายของฝรั่งมา สร้างความสับสนให้กับคนไทยอีกแล้ว

ฟังหมายเหตุไว้ตรงนี้ด้วยว่า คำ “จิตวิญญาณ” เป็นคำใหม่ที่เกิดขึ้นตามความนิยม ยังไม่เป็นที่รับรองของราชบัณฑิตยสถานผู้มีหน้าที่บัญญัติศัพท์ จึงฟังคิดทบทวนอย่างรอบคอบที่จะนำคำใหม่ที่มีความหมายคลุมเครือ จารจารึกไว้ใน พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ

โดยสรุปแล้ว คำพิจารณาจากกลุ่มศึกษาธรรม ที่ศูนย์ธรรมชาตินำมา บัลวีจึงมีความเห็นว่า

1. เห็นด้วยกับการขยายปริณิชนัยของคำว่า สุขภาพดีครอบคลุมทางกาย ทางจิต ทางสังคม นั้นแสดงถึงการยอมรับว่า การสร้างสุขภาพที่ดีสำหรับประชาชนไทยนั้น มิใช่เพียงการนั่งซ่อมสร้างที่ตัวบุคคลเท่านั้น แต่ต้องมีการพยายามในปริณิชนัยทางสังคมและสิ่งแวดล้อมด้วย คนที่มีกายกับจิตดีจะช่วยกันสร้างสังคมที่ดี มีมโนธรรม ขณะเดียวกันสังคมที่ดี มีความสมานฉันท์ ไม่เห็นแก่ตัวก็จะส่งผลให้เกิดผู้คนที่ดีทั้งสุขภาพกายและจิตอีกด้วย

2. เห็นด้วยว่าการซ่อมสร้างที่ตัวบุคคลนั้นมีได้เพียงกายเนื้อ แต่หมายถึงถึงจิตของบุคคลนั้น และเป็นจิตที่มีความหมายกว้างไกลกว่าขอบเขตเดิมในวิชา

“จิตเวช” ตามตำราฝรั่ง แต่เป็น “จิต” อันเป็นธรรมชาติที่รับรู้อารมณ์ ตามหลักเบื้องต้นแห่งพุทธปัญญา

3. ไม่เห็นด้วยกับการที่สุขภาพจะถูกแบ่งออกเป็น 4 ปริณิชนัย เพราะ สุขภาวะ ทางจิต และทางจิตวิญญาณ แท้ที่จริงก็คือสิ่งเดียวกัน “การทำความดี” และจิตใจสัมผัสกับความปิติสุข มีศาสนาหรือเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ มีความเอื้อเฟื้อลดความเห็นแก่ตัว” ที่ สปรส. ถือว่าเป็นความหมายของจิตวิญญาณล้วนสร้างขึ้นได้ด้วยการส่งเสริมสุขภาวะทางจิตอยู่แล้ว การจำแนกเป็นจิต และจิตวิญญาณ จารจารึกเข้าไปใน พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ เท่ากับเรากำลังละทิ้งปัญหาแห่งพุทธศาสนา ทั้ง ๆ ที่ผู้ร่างกรอบความคิด ก็ใช้พุทธศาสนาเป็นจุดตั้งต้นของคำว่า “สุขภาวะทางจิต” การมีทั้งสองคำนี้ไว้ด้วยกันจะทำให้ พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติกลายเป็นหัวมังกุท้ายมังกร เป็นน้ำพริกผสมนมเนย ไม่เหมาะสมด้วยประการทั้งปวง

สุขภาพดี จึงหมายถึง สุขภาวะทางกาย ทางจิต และทางสังคม ซึ่งครอบคลุมได้ทั้งสุขภาพของปัจเจกบุคคล และสุขภาพของสังคม อันเป็นสาธารณะ ที่รวมความหมายของการอยู่ร่วมกันทั้งทางกายภาพ และทางมโนธรรมพร้อมกันไปอยู่ในตัว

อนึ่ง อาจมีผู้โต้แย้งว่า พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติเป็นของกลาง ๆ ไม่ควรอิงศาสนาไหน จึงไม่ควรเอาหลักการทางศาสนาพุทธมาท้วงติง อาจทำให้ศาสนาอื่นรับไม่ได้ เพราะศาสนาอื่นก็มีเรื่องของจิต เรื่องของวิญญาณ นี่ไม่น่าจะเป็นคำโต้แย้งที่มีน้ำหนัก เพราะถ้าจะแก้ไขให้สุขภาพดี คือ สุขภาวะทางกาย ทางจิต ทางสังคม เพียง 3 คำนี้ก็จำเป็นความหมายกลาง ๆ ที่ครอบคลุมหลักการเรื่องจิตเรื่องวิญญาณของทุกศาสนาอยู่แล้ว

แต่ถ้าเติมคำที่ 4 คือ “จิตวิญญาณ” เข้าไป แล้วทำให้เกิดความขัดแย้งกับหลักศาสนาพุทธโดยตรง เราจะทำอย่างนั้นกันไปทำไม ?

น.พ.บรรจบ ชุณหสวัติกุล
กลุ่มศึกษาธรรม ศูนย์ธรรมชาตินำมา บัลวี



สู่ “สุขภาพสามัคคี”

สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม สุขภาวะทางจิตวิญญาณ ทั้งสี่เรื่องไม่ได้แยกกันอยู่เป็นกอง ๆ แต่ว่าเชื่อมโยงอยู่ในกันและกันทั้งหมด

สำหรับคนไทยพอพูดถึง “**วิญญาณ**” ก็จะมีถึงวิญญาณแบบแม่น้ำคน พระโขนงเข้า คนนั้นคนนี้ แต่ในที่นี้ไม่ใช่อย่างนั้น

คำว่า “**วิญญาณ**” ในทางพุทธศาสนาหมายถึง การรู้ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของจิต

บางครั้งอาจหมายถึง “**จิต**” เลยก็ได้ ขึ้นอยู่กับลักษณะการใช้ เช่น บอกว่า “**จักขุวิญญาณ**” แปลว่า รู้ทางตา “**โสตวิญญาณ**” แปลว่า รู้ทางหู เพราะฉะนั้นวิญญาณเหล่านี้จะเรียกว่าเป็นวิทยาศาสตร์หมายถึงรู้ทางตา รู้ทางหู จนกระทั่งไปรู้ทางใจเรียกว่า “**มนโวิญญาณ**”

นอกจากนี้ในทางพุทธศาสนา เมื่อพูดถึง “**การพัฒนา**” จะพูดถึงสี่ด้าน ได้แก่ การพัฒนาทางกาย ทางจิต ทางสังคม ซึ่งหมายถึง การอยู่ร่วมกันและสุดท้ายคือ การพัฒนาทางปัญญา

เรียบเรียงคำอธิบายของ ศ.นพ.ประเวศ วะสี จากการเสวนาเรื่อง “สุขภาพทางสังคมและสุขภาพทางจิตวิญญาณ” เมื่อวันที่ 21 กรกฎาคม 2544 ณ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครสุพรรณบุรี จากหนังสือ “สุขภาพทางสังคมและจิตวิญญาณ” ของสำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2544(7)

คำว่า **“ปัญญา”** ทางพุทธมีความหมายจำเพาะหมายถึง การรู้ความจริง การเข้าถึงความจริงจนลละ ความเห็นแก่ตัว มีปัญหา การใช้ปัญญาเข้าถึงสิ่งสูงสุดสำหรับทางพุทธก็คือ พระนิพพาน ถ้าเป็นทางศาสนาอื่นสิ่งสูงสุดก็คือ พระผู้เป็นเจ้า ซึ่งคงไม่ต่างกันเพราะความเป็นมนุษย์จำเป็นต้องมีจิตใจสูง

สัตว์นั้นก็มีจิต มีวิญญาณ และสังขม ตามประเภทของสัตว์ แต่จิตของสัตว์นั้นเป็นจิตธรรมดา และประการสำคัญคือ สัตว์ไม่มีมิติทางจิตวิญญาณ จิตวิญญาณในที่นี้ หมายถึง จิตชั้นสูง คือ จิตที่ลดความเห็นแก่ตัว จิตที่เห็นแก่ผู้อื่น จิตที่เข้าถึงสิ่งสูงสุดคือ นิพพานหรือพระผู้เป็นเจ้า

จิตวิญญาณในที่นี้ หมายถึง “จิตชั้นสูง คือ จิตที่ลดความเห็นแก่ตัว จิตที่เห็นแก่ผู้อื่น จิตที่เข้าถึงสิ่งสูงสุดคือ นิพพานหรือพระผู้เป็นเจ้า”

สุขภาวะทางจิตวิญญาณ เป็นสิ่งที่ครอบคลุมและไปเชื่อมโยงกับสุขภาพ ในอีกสามมิติ ทั้งทางกาย ทางจิต และทางสังขม สิ่งนี้ที่จริงก็ไม่ใช่เรื่องลึกลับ ทุกคนจะมีประสบการณ์นี้ด้วยกัน ทั้งสิ้น ท่านอาจารย์พุทธทาสเองก็เคยนำมาพูดไว้เป็นอย่างดี

ท่านอาจารย์พุทธทาสบอกว่าคนเรานั้นไม่ได้เห็นแก่ตัวตลอดเวลา บางช่วงเราไม่ได้เห็นแก่ตัว ในช่วงที่เราไม่ได้เห็นแก่ตัวเราจะเป็นอิสระมีความสุข มีความสุข มีความดีมีอยู่ภายในตัว มีความสุขไปทั้งเนื้อทั้งตัวทั่วทุกอณูของร่างกาย อันนั้นเองคือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นสันติวิธี คือ เป็นความรู้สึกที่ไม่อาจถ่ายทอดหรือรับรู้ผ่านการเล่าหรือการฟังได้เหมือนแกงอ่อยยที่ไม่ว่าใครจะมาพูดบรรยายอย่างไรคนฟังก็ไม่รับรู้ได้นอกเสียจากไปชิมเอง

เพราะฉะนั้นเรื่องของสุขภาพทางจิตวิญญาณ จึงเป็นเรื่องของความรู้สึก ในเนื้อในตัว มีศรัทธา มีปัญญา เข้าถึงความดีสูงสุด แล้วมันจะเกิดความสุขทั้งเนื้อทั้งตัว สารเอนโดรฟินหลั่ง มีความสุขทุกอณูของร่างกายจึงช่วยให้สุขภาพดี จิตใจดี และเมื่อพบปะผู้คนมันก็ดีไปหมด เพราะว่าเมื่อจิตเป็นอิสระไม่เห็นแก่ตัวแล้ว ก็มีแต่คิดว่าจะทำอะไรให้ใครได้บ้าง เมื่อเรื่องสังขมก็ดีก็จะส่งผล ไปถึง

เรื่องกาย เมื่อจิตคิดแผ่แบ่งปันมันก็ไปแก้ปัญหาเรื่องวัตถุ เชื่อมโยงกันไปหมดทุกเรื่อง เพราะฉะนั้นเมื่อเราต้องการสร้างเรื่องสุขภาพหรือสุขภาพ จึงต้องไปให้ถึงเรื่องจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นมิติที่สูง และเชื่อมโยงกับเรื่องอื่น ๆ ทั้งหมด จนอาจจะพูดได้ ว่าถ้าใครไม่เคยพบความสุขทางจิตวิญญาณหรือที่ภาษาอังกฤษเรียกว่า spiritual happiness ย่อมไม่เคยพบความสุขที่แท้จริง อย่างกรณี ตะวันตกผู้คนร่ำรวยเงินทองแต่กลับไม่มีความสุขที่แท้จริง

ลองนึกภาพที่เกิดขึ้น คนอเมริกันร่ำรวย มีเงินทองเยอะแยะ แต่ว่าต้องให้ท่านดาไลลามะ ซึ่งเป็นพระทางพุทธศาสนาและเป็นคนบ้านแตกสาแหรกขาด ไปสอนเรื่องความสุขว่าความสุขเป็นอย่างไร นั่นเป็นเพราะวัตถุนั้นให้ความสุขได้ระดับเดียว แต่ถ้าไประดับที่สูงขึ้นมันต้องเป็นความสุขทางจิตวิญญาณ

ในอารยธรรมวัตถุนิยม บริโภคนิยม ของปัจจุบัน ก็พูดกันทั่วโลกว่ามนุษย์ขณะนี้ เป็น “โรคพร่องทางจิตวิญญาณ” ท่านดาไลลามะถึงกับพูดว่ายุคต่อไปของมนุษย์จะต้องปฏิวัติทางจิตวิญญาณ

เมื่อมนุษย์ขาดจิตวิญญาณ อันเป็นสิ่งที่ไม่อาจขาดได้ ก็กลายเป็นคนพร่อง คือขาดความสมบูรณ์ในตัวเอง ทำให้ต้องหว่านอะไรมาเติม สิ่งที่มาเติมก็เห็นอยู่ 3 อย่างใหญ่ ๆ คือ หนึ่ง ยาเสพติด สอง ความฟุ้งเฟ้อ สาม คือ ความรุนแรง ดังเราจะเห็นว่า อเมริกามีอำนาจแค่ไหนก็ยังมีปัญหา ยาเสพติดไม่ได้

ผมคิดว่าในเรื่องการพัฒนาคนนั้นจำเป็นต้องสร้างให้มนุษย์มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คือ ต้องมีเรื่องทางจิตวิญญาณไม่อย่างนั้นแก้ปัญหา ยาเสพติด และปัญหาความรุนแรงไม่ได้

ถ้ามีความดี มนุษย์จะมีความสุข และอายุยืน

การแสวงหาความสุขทางจิตวิญญาณนั้นไม่ยาก เมื่อก่อนคนจะพูดให้มันยาก บอกว่ามันอยู่อีกเมืองหนึ่งอยู่ห่างไกลไปอีกแสนชาติ แต่ท่านอาจารย์พุทธทาสเคยให้กำลังใจ บอกมันอยู่ที่ปลายจมูกนั่นเอง ตรงนี้ท่านพูดให้ลือเกิน ท่านว่าทุกคนเคยชิม เคยลอง กันแล้วทุกคน ท่านเรียกว่า “นิพพานชิมลอง” ในยามที่เราไม่เห็นแก่ตัวทุกคนเคยเข้าถึงภาวะนี้กันทั้งนั้น เพราะตอนนั้นจิตจะสงบ เป็นอิสระแสนที่จะสบายอกสบายใจ ภาวนานั้นเองคือ สุขภาวะทางจิตวิญญาณ

แต่ทำอย่างไรจะให้มันเกิดบ่อยขึ้นเกิดนานขึ้น นั่นคือสิ่งที่เราต้องค้นหา



มาอาจารย์ และเพื่อนพ้อง

กระบวนการปฏิรูปอันเนื่องมาจากคำพิพากษา

ว่าด้วย“จิต”และ“จิตวิญญาณ”ของ สปส.

ในระยะอันใกล้ ผมได้รับความเมตตาจากอาจารย์ 2 ท่าน หนึ่งคือท่าน **อาจารย์ประเวศ วะสี** ผู้เปรียบเสมือนครูทางอุดมการณ์ให้กับแพทย์และนักปฏิรูป รุ่นใหม่ อีกหนึ่งคือ **ท่านเจ้าคุณธรรมปิฎก** ผู้กรุณาให้ข้อวิชันว่าด้วย “สุขภาวะอันดีของ กาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ” ซึ่งอยู่ใน ร่างกรอบความคิดสุขภาพแห่งชาติ ของ สปส.

อาจารย์ประเวศท่านกรุณาให้เกียรตินับผมเป็นศิษย์คนหนึ่ง ยิ่งทำให้ผมต้องละเอียดใจ ถ้าได้กระทำสิ่งใดที่ทำให้ท่านชื่นเคืองใจ ผมระลึกในเมตตาของท่านซึ่งได้ปฏิบัติต่อศิษย์เหมือนหนึ่งโบราณ พ่อแม่ยอมให้แก่วัยรุ่นด้วย “สระน้ำ ลูกลอย และกอไผ่” ในจังหวัดอันสมควรแก่กรณี

ที่ผ่านมามาอาจารย์ประเวศเคยให้ทั้ง “สระน้ำ” คือการให้กำลังใจ “ลูกลอย” คือการยกย่องชมเชยในการทำงานที่ผมเคยกระทำให้บ้างเป็นบางครั้งบางคราว ตั้งแต่เมื่อสมัยผมจบมาใหม่ ๆ เป็นแพทย์ชนบท

กระทั่งเมื่อเร็ว ๆ นี้ มาครั้งนี้ อาจารย์ประเวศให้ “กอไผ่” แก่ผมบ้าง เพื่อสั่งสอนประหนึ่งครูสอนศิษย์ ไม่พึงใช้ข้อความรุนแรงในการวิจารณ์ ซึ่งผมขอโน้มรับในคำสั่งสอนจากท่าน

บทความของ นพ.บรรจบ ชุณหสวัณกุล ในหนังสือมติชนรายสัปดาห์
ปีที่ 22 ฉบับที่ 1114 วันที่ 24-30 ธันวาคม 2544⁽⁴⁾

ผมคงไม่มีโอกาสได้พบท่านอาจารย์ประเวศในระยะนี้ ก็ได้แต่อาศัยข้อเขียนชิ้นนี้เป็นประหนึ่งดอกไม้และเทียนแพเพื่อชมมาลาโทษ ทั้งท่านอาจารย์ตลอดไปจนถึงเพื่อนพ้องน้องพี่ในกระบวนการปฏิรูปสุขภาพแห่งชาติอันนี้ สปรส. เป็นแกนกลาง ถ้าผมได้ทำให้เสียซึ่งบรรยากาศของการระดมความคิดในเชิงสร้างสรรค์ ของกระบวนการปฏิรูป ผมก็ขออภัยจากน้ำใจจริง

ขณะเดียวกัน ผมก็ขอแจ้งความเป็นมาของคำพิจารณาดังกล่าว เพื่อให้รู้ต้นสายปลายเหตุ เรื่องมีอยู่ว่า สปรส. ซึ่งเป็นองค์กรอันมีใจกว้าง สู้สุดสำหรับร่าง “กรอบความคิดระบุสุขภาพแห่งชาติ” แล้วแจกจ่ายไปทั่วตามองค์กรต่าง ๆ โดยประกาศไว้ว่า “เอกสารฉบับนี้ จัดทำขึ้นสำหรับใช้เป็นสื่อตั้งต้น ให้ภาคีต่าง ๆ และผู้สนใจ ได้ช่วยกันพิจารณาแสดงความคิดเห็น วิพากษ์วิจารณ์ ตัด เสริม เติม แต่ง ปรับปรุง เปลี่ยนแปลง เพื่อให้ได้กรอบความคิดระบบสุขภาพที่พึงประสงค์ของสังคมไทย สำหรับนำไปเป็นกรอบการยกร่าง พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติในขั้น ต่อ ๆ ไป เอกสารฉบับนี้จึงมิใช่เอกสารที่สมบูรณ์ตายตัว” ผมเป็นคนหนึ่งที่ได้รับการทาบทามจาก สปรส. ให้ช่วยระดมความคิดจากกลุ่มผู้รักสุขภาพในส่วนที่ผมเกี่ยวข้อง

เนื่องจากผู้รักสุขภาพปัจจุบันมีบางกลุ่มที่ศึกษาธรรมอยู่ด้วย เมื่อได้อ่าน “(ร่าง) กรอบความคิดฯ” ดังกล่าว ก็เกิดมีข้อไม่เข้าใจหลายประการ โดยเฉพาะในคำจำกัดความว่าด้วย “สุขภาพดี หมายถึง สุขภาวะทางกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ (มโนธรรม)” กลุ่มศึกษาธรรมที่ผมร่วมอยู่ด้วยจึงได้มีจดหมายเป็นทางการไปยัง สปรส. เพื่อขอให้ส่ง “ผู้รู้” มาร่วมการพิจารณา

น่าเสียดายที่ว่าทางเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องของ สปรส. ได้แต่ตอบเราว่า “ทาง สปรส. ไม่มีผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน ถ้าทางภาคีจะกรุณา ขอความกรุณาให้ข้อเสนอแนะด้วย”

เมื่อรูปการณ์เป็นเช่นนี้ ทางกลุ่มศึกษาธรรมจึงได้แต่ศึกษากันตามลำพัง และรวบรวมเป็นข้อคิดเห็นบางประการขึ้นมาเพื่อการเสนอข้อคิดเห็นแก่ สปรส.

แต่ในส่วนตัวผมเองนั้น เนื่องจากผมได้เคยเข้าสัมมนาที่องค์กรภาคีหลายกลุ่ม ที่ได้ช่วยกันจัดเพื่อระดมความคิดเสนอแก่ สปรส. ผมมีข้อสังเกตประการหนึ่งว่า ความไม่เข้าใจในศัพท์แสงของคำว่า “จิต” และ “จิตวิญญาณ” นั้นมีอยู่ในกลุ่มเหล่านี้ บางกลุ่มไปชาวเสียงหมอบ้านมาจากชนบทบางท้องถิ่นก็เปรยออกมาว่า “เอ๊ะ เดียวนี้กระทรวงเขาจะมีเรื่องผี ๆ ลาง ๆ เข้ามาด้วยแล้วหรือ”

บางกลุ่มก็มีการเปรยว่า “คำสองคำนี้มีซ้ำความกันอย่างไรพิกล” คำพูดเหล่านี้ น่าจะสะท้อนถึงความสับสนในใจของหลายฝ่าย

อาจารย์ประเวศเคยสอนศิษยานุศิษย์เสมอให้ใช้กาลามสูตรในการพิจารณาสรรพสิ่ง “อย่าปลงใจเชื่อโดยการฟังตามกันมา โดยการถือสืบ ๆ กันมา โดยการเล่าลือ โดยการอ้างตำราโดยตรรกะ โดยการอนุমানโดยการคิดตรองตามเหตุและผล อย่าปลงใจเชื่อเพราะเข้ากันได้กับทฤษฎีของตน ฯลฯ”

ผมมีความเห็นว่าในเมื่อยังอยู่ในกระบวนการพิจารณา ก็ถือว่ากระบวนการนี้ย่อมเปิดโอกาสให้มีความคิดเห็นที่แตกต่างไป ในขณะที่ผมไม่รู้หรือว่า “(ร่าง) กรอบความคิดฯ” ดังกล่าว สปรส. ได้เคยปรึกษาหารือกับอาจารย์ท่านใดมาแล้วบ้าง ยิ่งไม่ต้องคิดถึงว่าอาจารย์ประเวศจะได้ร่วมส่วนความคิดในคำจำกัดความดังกล่าว ผมจึงได้แต่ติดต่อกับ สปรส. ว่า น่าที่จะขอความรู้จากครูบาอาจารย์หลาย ๆ ท่าน มีท่านเจ้าคุณธรรมปิฎก เป็นอาทิ

ผมได้เห็นบทสัมภาษณ์ของอาจารย์ประเวศในมติชนก่อนหน้านั้น 2 วัน ว่าด้วยเรื่องนี้ ผมก็เข้าใจว่า ที่ผ่านมา สปรส. คงร่างคำจำกัดความกันไปเอง กระทั่งทำโปสเตอร์กันเอง แต่อธิบายได้ไม่กระจ่าง อาจารย์ประเวศคงจะเข้ามาช่วยเพื่อช่วยอธิบายให้ชัดยิ่งขึ้น

ด้วยเหตุฉะนี้ จึงได้เขียนและส่งคำพิจารณาเรื่องนี้ไปยังมติชน ผลก็คืออาจารย์ประเวศได้ช่วยลง “ไม้เรียว” กับผม พร้อม ๆ กับขยายความเรื่องนี้ให้แจ่มกระจ่างยิ่งขึ้น ข้อเขียนของท่านน่าจะช่วยให้เกิดปัญญาแก่คนในกระบวนการปฏิรูปสุขภาพ แทนที่ต่างมีความสงสัยแล้วปล่อยให้ผ่านเลยไป (แม้ว่าผมจะต้องเจ็บกันเพราะไม้เรียวของอาจารย์ประเวศไปหลายวัน จนน้อง ๆ บางคนหยอกว่า “พี่บรรจบคงไปนอนเลียแผลอยู่” ก็ตาม)

ครับ เหล่านี้คือความเป็นมาบางประการ พร้อมความในใจของผู้กระทำก็เราอยู่ในบรรยากาศของการรวบรวมความคิดเห็นกันอยู่ ย่อมจะต้องมีความเห็นที่แตกต่างกันไปบ้าง

อนึ่ง ตั้งแต่ต้นที่ผมระลึกอยู่ว่าตนเองยังมีความรู้ น้อย ผมจึงได้ส่งไปกราบหมัสการท่านเจ้าคุณธรรมปิฎกให้ช่วยวิสัชนาซึ่งท่านก็ได้กรุณามาเป็นข้อเขียนส่งถึงผมตั้งแต่ 24 กรกฎาคม 2544 จึงขอฝากข้อความของท่านมา ณ ที่นี้ แนนอนว่าความเห็นของท่านย่อมจะมีความแตกต่างออกไปอีก ขอจงเป็นหน้าที่ของ สปรส. ที่จะพิจารณาดำเนินการขั้นต่อไปแล้วละครับ

“ปัญหานั้นขาดไม่ได้สำหรับการที่จะมีสุขภาพที่ดี คนยัง
ต้องปัญญาก็ยังมีโอกาสน้อยที่จะมีสุขภาพที่ดี เพราะแก้
ปัญหาไม่ได้ ถ้ามีปัญหาน้อย การมีสุขภาพจะเป็นแบบพึ่ง
พา ต้องอาศัยปัจจัยภายนอกมาก ถ้ามีปัญญาที่แท้จริง ก็
จะเป็นอิสระและมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ ถ้าเปลี่ยนคำว่า
“ทางจิตวิญญาณ เป็น “ทางปัญญา” หรือ ถ้าไม่ใช่คำตรง
อย่างนั้น จะใช้คำอื่นที่หมายถึงปัญญาก็ได้ ก็จะชัดเจนลง
ไปและครบถ้วนสมบูรณ์”

และต่อไปนี้เป็นคำวิชันของท่านเจ้าคุณธรรมปิฎก

วัดญาณเวศกวัน ต.บางกระทิก
อ.สามพราน จ.นครปฐม 73210
18 กรกฎาคม 2544

เจริญพร คุณหมอบ โดยสาราณียธรรม

ตามที่คุณหมอบได้ขอให้อาตมาพิจารณาและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ
“(ร่าง) กรอบความคิด พ.ร.บ.สุขภาพแห่งชาติ” นั้น

เริ่มแรกขออนุโมทนา สปรส. ใน 2 ประการ คือ ในการที่ได้ขยายขอบเขต
แนวความคิดความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาพให้กว้างออกไป และในการที่โอกาสแก่
คนภายนอกที่จะช่วยพิจารณาให้เห็นกันหลาย ๆ ด้าน

ในส่วนที่อาตมาจะพูดหรือเขียนต่อไปนี้ ก็เป็นการตอบคุณหมอบตาม
โอกาสที่ สปรส. ให้ไว้เป็นความรู้บ้าง ความเห็นบ้าง ในแง่ความรู้ ถ้าจะเป็น
ประโยชน์บ้าง ก็ขออนุโมทนา แต่ในส่วนความเห็นของอาตมา กรุณาไม่ต้องถือ
เป็นสำคัญ

เรื่องกรอบความคิดเกี่ยวกับความหมายของคำว่า “สุขภาพดี” มีข้อควร
พิจารณาเป็นพิเศษสำหรับคำว่า “จิตวิญญาณ”

เท่าที่อาตมาพอจะทราบหรือระลึกได้ว่า คำว่า “จิตวิญญาณ” นี้ เป็นคำที่

ปรุง หรือ จัดสรร หรือ ประกอบขึ้นใหม่ ไม่นานนัก ด้วยความ พยายาม ที่จะสื่อ
ความหมายที่ลึกซึ้งอย่างหนึ่ง ซึ่ง รู้สึกกันว่าไม่มีคำใดที่เราใช้กันอยู่ในภาษาไทยเวลา
นี้ที่จะสื่อได้ โดยเฉพาะเมื่อจะแปลคำฝรั่งว่า spiritual และ spirituality

คำว่า “จิตวิญญาณ” ที่ประกอบขึ้นนี้ โดยทั่วไปนับว่าช่วยสื่อความหมาย
ที่ต้องการได้ดีพอสมควรทีเดียว อย่างน้อยก็ทำให้เกิดความรู้สึกว่าหนักแน่นลึกซึ้ง
มากขึ้น ในขณะที่เรารู้สึกว่ายหาคำที่ตรงแท้ไม่ได้

อย่างไรก็ตาม ในกรณีที่จะใช้อย่างยุติหรือเป็นทางการให้เป็นหลักฐาน
แนลงไป คำว่า “จิตวิญญาณ” นี้ ยังมีจุดอ่อนหรือข้อท้วงติงที่ควรพิจารณาแก้ไข
ให้ลุล่วงหลายอย่าง โดยเฉพาะ

- “จิตวิญญาณ” เป็นคำที่ยังไม่ยุติเป็นหลัก หรือเป็นทางการ

- “จิตวิญญาณ” ที่เขียนไว้ใน (ร่าง) กรอบความคิดนี้ ซึ่งมีวงเล็บว่า (มโน
ธรรม) นั้น สองคำนี้ มีความหมายไม่เหมือนกัน มโนธรรม เป็นเรื่องของความ
สำนึกในเรื่อง ดี-ชั่ว ถูก-ผิด ที่จะปฏิบัติออกมาภายนอก แต่จิตวิญญาณเน้น
ด้านความรู้สึกที่เข้าถึงภาวะทางจิตที่ดื่มด่ำลึกซึ้งลงไปภายใน

- อย่างที่กล่าวแล้วว่า “จิตวิญญาณ” เป็นคำที่ประกอบขึ้นใหม่ ทั้งคำว่า
“จิต” และ “วิญญาณ” ที่นำมาประกอบเข้าด้วยกันนี้ เป็นคำศัพท์ที่เราได้จาก
พระพุทธศาสนา ซึ่งแต่ละคำมีความหมายสมบูรณ์ในตัวของมันเอง มีแต่ใช้แยก
ต่างหากกันหรือใช้แทนกัน ไม่ใช้รวมแบบต่อกันอย่างนี้

ข้อสำคัญในกรณีนี้ก็คือ การที่คำว่า “จิตวิญญาณ” สื่อความหมายที่เรา
ต้องการนั้น เป็นเรื่องของ **ความรู้สึก** และคำอื่นที่ว่าไม่สื่อความหมายที่ต้องการก็
เป็นเรื่อง ของ **ความรู้สึก** (ของคนสมัยนี้) จึงอาจจะเป็นไปได้ว่า ในสมัยอื่น (เช่น
สมัยโบราณ) คำอื่นอาจเคยสื่อความ หมายลึกซึ้งที่เราต้องการ ดังนั้น อาจจะ
ต้องค้นหาถ้อยคำตัวจริงในภาษาไทย ที่ความหมายของตัวมันเองตรงกับ
ความหมายที่เราต้องการโดยไม่ขึ้นต่อ **ความรู้สึก** ของคนสมัยนี้ (=คำที่มีความหมายตรง
กับความต้องการของเราแต่คนสมัยนี้ไม่มีความรู้สึกว่ามันสื่อความหมายที่ต้องการ)

ที่จริงคำว่า “จิต” และคำว่า “วิญญาณ” แต่เดิมแท้ ๆ มีความหมายใกล้เคียงกันมาก
ในภาษาบาลีถือว่าเป็นไวยากรณ์กัน บางทีก็ใช้แทนกันได้ การนำมา
พูดต่อกันเป็นจิตวิญญาณ จึงเป็นการใช้คำซ้ำ คำซ้อน หรือคำซ้ำซ้อน ซึ่งจะเห็นได้ว่า
ในภาษาไทยมีการใช้คำซ้อน หรือคำซ้ำซ้อน หรือคำคู่ หรือหาคำสร้อยมาเติมกัน
ไม่น้อย เพื่อให้ **รู้สึก** ว่ามีความหมายหนักแน่นลึกซึ้งยิ่งขึ้น เช่น รุ่งโรจน์

ส่วไสว เรืองรอง พร้อมเพรียง ครอบครัน เน้นย้ำ (หลายท่านอาจจะหาคำคู่ หรือ คำซ้อนที่ชัดเจนดียิ่งกว่านี้ได้) ลักษณะนี้อาจเป็นความนิยมในภาษาไทยเนื่องจากเรามักใช้คำพยางค์เดียว ซึ่งในหลายกรณีรู้สึกว่ามันไป จึงชอบพูดซ้ำหรือซ้อนให้ได้ความรู้สึกหนักแน่นขึ้น

คำว่า “จิต” นั้น เป็นคำ (มาจาก) ภาษาบาลี ซึ่งเดิมเป็น “จิตต” มีสองพยางค์ เราเอามาลดรูปเหลือพยางค์เดียว เป็น “จิต” แต่มีบ่อยครั้ง เราอยากพูดให้หนักแน่น ก็เอาคำว่า “ใจ” ซ้อนเข้าไปเป็น “จิตใจ” ทั้ง “จิต” และ “ใจ” ก็คือคำเดียวกัน (จิต มาจากบาลี ใจ เป็นคำไทย) อาจเป็นได้ว่าเดิม “จิตใจ” ให้ความรู้สึกลึกซึ้งพอ แต่มาถึงปัจจุบันให้ความหมายที่คนสมัยนี้ไม่รู้สึกว่าการซ้ำพอนะ เราหันไปเอาคำว่า “จิต” กับ “วิญญาณ” ซึ่งมาจากบาลีทั้งคู่มาซ้อนกัน

อย่างไรก็ดี แม้ว่าคำ “จิตวิญญาณ” อาจให้ความหมายที่คนสมัยนี้หลายท่านรู้สึกว่าการซ้ำซ้อนตรงกับความต้องการจริง แต่อาจก่อปัญหาใหม่ เนื่องจากทั้งสองคำเป็นคำมาจากภาษาบาลีด้วยกัน ความซ้อนนั้นอาจกลายเป็นความสับสนเพราะไปตีกันในภาษาเดิม ทำให้เกิดความยุ่งยากในเวลาศึกษาหาความรู้ทางวิชาการบางด้าน บางระดับ หรือกว้างออกไป จึงน่าจะเหมาะที่จะนำมาใช้กันเสมือนเป็นคำที่ลงตัวเป็นหลักหรือเป็นทางราชการ แต่ตรงข้ามน่าจะเตรียมป้องกันความสับสนไว้ก่อนแต่ต้น

อีกประการหนึ่ง เนื่องจาก “จิตวิญญาณ” เป็นคำที่ปรึกษาหรือประกอบขึ้นใหม่ ยังรู้เข้าใจกันในวงแคบหรือเฉพาะกลุ่ม และคำที่เอามาประกอบ ก็มีปัญหาเกี่ยวกับความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนอยู่แล้ว เช่น คนไทยจำนวนมากคิดว่า “วิญญาณ” หมายถึง ภูตผี เป็นต้น พอเอามารวมกันอย่างนี้ คนทั่วไปอาจจะงงสับสน หรือเข้าใจผิดคลาดเคลื่อน อย่างน้อยก็พว่ ๆ มั่ว ๆ จึงน่าจะเหมาะที่จะนำมาใช้ในเอกสารที่เป็นสาธารณะ

ส่วนการที่จะใช้คำนั้นคำนี้หรือคำไหน ไม่ใช่เป็นปัญหาว่าเป็นคำของศาสนาใด เพราะคำเหล่านี้เรานำมาใช้เป็นคำภาษาไทยไปแล้ว และคำไทยในระดับวิชาการแต่เดิมมาก็เป็นคำมาจาก พระพุทธศาสนาเป็นธรรมดา ข้อสำคัญอยู่ที่ความถูกต้องเข้าใจชัดเจน และความแม่นยำทางปัญญา (คำในภาษาอังกฤษไม่น่าจะมาจากการหรือใช้มาในศาสนาคริสต์บ้าง ศาสนากรีก-โรมันโบราณบ้าง เป็นต้น ใช้กันจนเป็นสามัญ ก็ไม่ได้มีแนวคิดเกี่ยวกับ และวงการศาสนาอื่นที่เผยแพร่ในเมืองไทย ก็มักมาเลือก เอาคำจากภาษาบาลีไปใช้) ถ้าต้องการปัญญา ก็ต้องเอา

ที่ความถูกต้อง และความถูกต้องทางปัญญานี้ก็ต้องการความหยั่งรู้ลึกไปถึงภูมิหลัง รากเหง้าและต้นตอด้วย

คำไทย โดยเฉพาะในระดับวิชาการของเรา เป็นคำจากภาษาบาลี ที่ใช้สืบมาในพระพุทธศาสนา ต่อมาเมื่อคนไทยเห็นห่างจากการศึกษาพระพุทธศาสนาแต่เรายังใช้คำไทยเหล่านั้นอยู่ ความหมายของคำเหล่านั้นก็คลาดเคลื่อนหรือเพี้ยนออกไปไกลขึ้น ๆ จนเกิดความสับสนและกลายเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาปัญญาในสังคมไทย กลายเป็นปัญหาสำคัญอย่างหนึ่งในสังคมไทย รวมทั้งในวงวิชาการไทย

คำว่า “จิต” และคำที่เกี่ยวข้องกับจิต เป็นตัวอย่างของความพหุวัสับสนในปัจจุบัน โดยเฉพาะเมื่อไปสัมพันธ์กับคำศัพท์ทางวิชาการของตะวันตก เลยกลายเป็นความสับสนซับซ้อน

ขอยกตัวอย่างง่าย ๆ คำว่า “อารมณ์” ซึ่งเป็นคำจากบาลี หมายถึง สิ่งที่ถูกรับรู้ ไม่ว่าทางตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือใจ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งต้องกาย และเรื่องที่อยู่-นึก-คิดในใจ ต่อมาในภาษาไทยคนรู้เข้าใจความหมายแคบลง กลายเป็นความรู้สึกหรือสภาพจิต จนไปคล้ายกับคำฝรั่งว่า emotion ซึ่งเป็นเนื้อหาส่วนหนึ่งของจิตใจ

ที่นี่ ในวงการการศึกษาสมัยใหม่ ที่เราเล่าเรียนวิชาศึกษาศาสตร์แบบตะวันตก เมื่อพบกับ progressive education ที่เขาพูดถึง development 4 ด้าน คือ physical, mental, emotional, social คนไทยก็ได้แปลกันมาว่า พัฒนาการทางกาย ทางจิตใจ ทางอารมณ์ และทางสังคม

ถ้าวิเคราะห์ดู ก็จะเห็นปมปัญหา 2 อย่าง คือ

1. เกิดความซ้ำซ้อน และแคบหรือไม่เพียงพอในคำแปลภาษาไทย
2. คำแปลภาษาไทย ไม่ตรง และไม่ครบตามคำเดิมในภาษาอังกฤษ

ในข้อ 1 คำว่า “อารมณ์” ก็มีความหมายแคบและคลาดเคลื่อนมาก่อนขั้นหนึ่งแล้ว คือ คลาดจาก sense-objects และ mind-object เพี้ยนมาเป็น emotion และเมื่ออารมณ์กลายเป็น emotion แล้วก็เพียงส่วนหนึ่งของจิต คือสภาพจิต เช่น รัก โกรธ ฯลฯ จึงกลายเป็นว่า คำแปลว่า ทางจิตใจ กับ ทางอารมณ์นั้น ซ้ำซ้อนกัน

ส่วนด้านภาษาอังกฤษ เมื่อ mental มาคู่กับ emotional คำว่า mental หมายถึง intellectual (ซึ่งพวกนัก progressive education ก็ใช้ intellectual เป็น alternative term สำหรับ mental) เพราะฉะนั้น ถ้าจะให้ถูกต้องพัฒนาการ

4 ด้านน่าจะแปลว่า (พัฒนาการ) ทางกาย ทางปัญญา ทางจิตใจ และทางสังคม นี่ก็คือคำแปลแบบไทยชาดหายไปทางหนึ่ง ไม่ครบตามเดิมของฝรั่ง

ครั้นมาไม่นานนี้ นักวิชาการไทยบางท่านคงจะเห็นว่า พัฒนาการ 4 ด้านที่พูดกันมาว่า ทางกาย ทางจิตใจ ทางอารมณ์ และทางสังคมนั้นไม่เพียงพอ จึงเติมทางปัญญาเข้ามา ดังที่เคยได้ยินทางวิทยุ เป็น (พัฒนาการ) ทางกาย ทางจิตใจ ทางอารมณ์ ทางสติปัญญา และทางสังคม กลายเป็นความซ้ำซ้อนในความสับสน

หันมาพูดถึงคำว่า “จิต” ตามความหมายเดิมของตัวศัพท์ที่เป็นคำบาลีและเราเรียนมาจากพระพุทธศาสนา

พุทธศาสนามองชีวิตเป็นที่ประชุมหรือประกอบขึ้นด้วยรูปธรรม และนามธรรม (พูดแบบไทยว่ากายกับใจ) แต่ถือว่าเป็นองค์รวม ขององค์รวม 2 อย่าง ที่เป็นอันหนึ่งอันเดียว จึงเรียกเป็น คำเอกพจน์คำเดียว (แต่มี 2 ศัพท์ประกอบกัน) ว่า “นามรูป” (บาลีเป็นเอกพจน์ว่า “นามรูป”)

จากองค์รวมหรือองค์ประกอบ 2 อย่างนี้ ก็แยกส่วนย่อยออกไปได้หลายระดับ แล้วแต่จะต้องการความชัดเจนแค่ไหนแค่ไหนในกรณีนั้น เช่น อาจแยกเป็นชั้น 5 (กอง หรือหมวด หรือส่วนทั้ง 5) คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ในกรณีที่แยกแบบชั้น 5 อย่างนี้ ด้านรูปธรรมยังพูดรวม ๆ ไว้ไม่แยกย่อยแยกย่อยเฉพาะด้านนามธรรม เป็น 4 อย่าง คือ เวทนา (ความรู้สึกสุข-ทุกข์-ไม่สุขไม่ทุกข์) สัญญา (การจำหมาย จำได้ หมายถึง เรียกเก็บข้อมูล) สังขาร (กระบวนการคิดปรุงแต่ง) วิญญาณ (การรู้ต่อสิ่งเร้าหรือสิ่งที่ปรากฏ)

ในการแยกแบบชั้น 5 นี้ เมื่อพูดอย่างเคร่งครัด วิญญาณ ตรงกับคำว่า “จิต” ส่วน เวทนา สัญญา และสังขาร เป็นอาการและคุณสมบัติเป็นต้นของจิต เรียกว่า เจตสิก (แปลว่า สิ่งที่เกิดร่วมกับจิต หรือส่วนประกอบของจิต) ถ้าพูดว่า ด้านจิต หรือด้านจิตใจ ก็คือพูดรวมทั้ง 4 อย่างนี้ (เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ)

มีข้อสังเกตว่า ในการแยกส่วนอย่างนี้ ปัญหา รวมอยู่ในข้อสังขาร (กระบวนการคิดปรุงแต่ง) ซึ่งมีองค์ประกอบย่อย ๆ มากมาย (อภิธรรมแยกเป็น 50 อย่าง) คืออยู่ในด้านจิตใจ ที่คู่กับด้านร่างกาย

ดังนั้น จึงพูดถึงชีวิตของมนุษย์สั้น ๆ ว่า มีด้านกาย กับด้านจิต หรือด้านจิตใจ

อย่างไรก็ตาม การวิเคราะห์หรือแยกส่วนแบบนี้เป็นการมององค์ประกอบของชีวิตตามธรรมชาติของมันว่า “ชีวิต” ประกอบด้วยอะไรบ้าง เหมือนดูส่วนประกอบของรถที่จอดอยู่ คือ ดูตัวรถเอง

แต่ในกรณีที่เป็น “การดำเนินชีวิต” คือการบริหารและพัฒนาชีวิต เพื่อให้เป็นอยู่และดำเนินไปด้วยดีในโลก หรือท่ามกลางสิ่งแวดล้อมซึ่งชีวิตจะอยู่ได้ และอยู่ดีต้องมีการเรียนรู้ (ศึกษา) รวมทั้งปรับตัว และปรับปรุงตัวตลอดเวลา พุทธศาสนาแยกส่วน “การดำเนินชีวิต” นี้ ออกไปเป็น 3 ด้าน คือ

1. การติดต่อสื่อสารสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้วยอินทรีย์ต่าง ๆ และกาย วาจา พร้อมทั้งฝึกหัดพัฒนาปรับตัวในด้านนี้ เรียกว่า ศีล

2. ความตั้งใจ แรงจูงใจ ความรู้สึก คุณสมบัติและอาการความเป็นไปต่าง ๆ ภายในจิตใจ ที่อยู่เบื้องหลังการติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการแสดงออกเป็นพฤติกรรมต่าง ๆ ทั้งหมดนี้เป็นด้านจิตซึ่งก็ต้องมีการฝึกหัดพัฒนาปรับตัวให้ดียิ่งขึ้น เรียกสั้น ๆ ว่า สมาธิ

ด้านจิตใจ หรือด้านที่ต้องใช้สมาธินี้ แยกย่อยโดยอนุโลมให้คนสมัยใหม่เข้าใจง่ายขึ้น เป็น 3 ด้านย่อย คือ

ก) คุณสมบัติ หรือคุณภาพ ด้านความดี ความชั่ว กิเลส และคุณธรรมต่าง ๆ เช่น ความรัก ความโกรธ ความอยากได้ ความเห็นแก่ตัว ความมีเมตตา กรุณา หิริ โอตตัปปะ ความริษยา มูทิตา ศรัทธา เป็นต้น

ข) สมรรถภาพ และประสิทธิภาพของจิตใจ เช่น ความเข้มแข็ง ความหนักแน่นมั่นคง ความเพียรพยายาม ความขยัน ความอดทน ความยับยั้งชั่งใจ การบังคับควบคุมตนได้ ความแน่วแน่ สติ สมาธิ เป็นต้น

ค) สภาพจิต หรืออาการของความทุกข์ ความทุกข์ เช่น ความขุ่นมัวเศร้าหมอง ความเครียด ความเร่าร้อนใจ ความวุ่นวาย สดชื่น เบิกบาน ผ่องใส ความอึดใจ ความปลื้มใจ ความสุข เป็นต้น

3. ความรู้ ความเข้าใจ การหยั่งรู้ การรู้เข้าใจถึงนั้น ๆ ตามที่มันเป็น การมองเห็นความจริงของสิ่งทั้งหลาย โดยอาการต่าง ๆ เช่นว่า คืออะไร เป็นอย่างไร ประกอบด้วยอะไร เกิดจากอะไร เป็นมาอย่างไร เพราะเหตุใด สัมพันธ์กันอย่างไร เป็นเหตุปัจจัยแก่กันอย่างไร มีประโยชน์หรือมีโทษอย่างไร จะเกี่ยวข้องสัมพันธ์อย่างไร จะนำไปใช้จะแก้ไขปรับปรุงอย่างไร จะทำอะไรอย่างไรต่อไป เป็นต้น เรียกสั้น ๆ ว่า ปัญญา

ในการวิเคราะห์หรือแยกส่วนของ “ชีวิต” แบบแรกถือว่าปัญญาเป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งที่ประกอบอยู่กับจิตใจ

แต่ในการแยกหรือจำแนก “การดำเนินชีวิต” ปัญญาถูกแยกออกมาเป็นด้านหรือแดนหนึ่งต่างหากเพราะปัญญาเป็นตัวเชื่อมโยงมนุษย์ให้เข้าถึงสิ่งแวดล้อม

หรือสิ่งทั้งหลายทั้งปวง หรือโลกทั้งหมด (เชื่อมต่อกับธรรมชาติทั้งหมด) รวมทั้งให้ปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นได้ถูกต้อง ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของการดำเนินชีวิตหรือการที่จะเป็นอยู่อย่างดี ซึ่งต้องมีการเรียนรู้ ปรับตัว ฝึกหัด พัฒนาตัวอยู่ตลอดเวลา ในขณะที่คุณสมบัติอย่างอื่นของจิตใจเป็นเรื่องของชีวิตนั้น ๆ เอง ซึ่งจะต้องพัฒนาให้เป็นฐานปฏิบัติการที่ดีของปัญญา

การเป็นอยู่-ดำเนินชีวิต ทั้งหมด ทั้งด้านติดต่อสัมพันธ์กับโลกหรือสิ่งแวดล้อม เช่น พฤติกรรม การแสดงออกต่าง ๆ และด้านความเป็นไปของจิตใจ ต้องอาศัยปัญญาขึ้นนำบอกช่องทางและเป็นไปได้ภายในขอบเขตของความรู้เข้าใจหรือปัญญานั้น ต้องอาศัยปัญญามาช่วยขยายขอบเขตให้เคลื่อนไหว แสดงออกมีพฤติกรรมพูดทำอะไร ๆ ได้ กว้างขวางลึกซึ้งซับซ้อนและได้ผลมากขึ้น ต้องอาศัยปัญญาเป็นตัวปรับแก้ (เช่น เห็นคนอื่นหน้าบึ้ง ไม่รู้เข้าใจ ไม่ใช่ปัญญา ก็ไม่พอใจ โกรธเขา แต่พอรู้เข้าใจว่าเขามีทุกข์มีความกังวล ปัญญามา ก็เปลี่ยนจากโกรธเป็นสงสาร) และปัญญาเป็นตัวปลดปล่อยให้เป็นอิสระ (เช่น เจออะไร ไม่รู้ว่าคืออะไร จะปฏิบัติต่อมันอย่างไร ก็ติดขัด ตัดขาด บีบคั้น เกิดปัญหาเป็นทุกข์ แต่พอรู้ก็โล่ง ดับปัญหา พ้นทุกข์ทันที)

การเรียนรู้ ฝึกฝนปรับตัวพัฒนาที่จะให้มีชีวิตอยู่อย่างดี คือศึกษา 3 ด้าน = ไตรสิกขา นี่ดำเนินไปด้วยกัน เป็นปัจจัยแก่กัน ประสานกัน ให้ชีวิตมีคุณภาพดียิ่งขึ้น เป็นอยู่ได้ดียิ่งขึ้น รวมเป็นระบบอันหนึ่งอันเดียว ชีวิตทั้งชีวิต หรือมนุษย์ทั้งคนจึงพัฒนาไปเป็นองค์รวม

การพัฒนาคนนี้ ใช้ศัพท์เฉพาะว่า “ภาวนา” เมื่อจะวัดผลการศึกษาที่เรียกว่าไตรสิกขานั้น จะแยกวัดผลตามการพัฒนาที่เรียกว่า ภาวนา 4 ด้าน คือ

1. พัฒนาการติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านวัตถุ เช่น ปัจจัย 4 สิ่งของเครื่องใช้ สิ่งเสพบริโภค และสิ่งที่รับรู้ด้วยอินทรีย์ต่าง ๆ เรียกว่า กายภาวนา เป็นการพัฒนาด้านกาย

2. พัฒนาการติดต่อสื่อสารสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น อยู่ร่วมกันด้วยดี เกื้อกูล ไม่เบียดเบียนกัน เรียกว่า สัทภาวนา เป็นการพัฒนาด้านพฤติกรรม กายวาจา

3. พัฒนาสภาพจิต แรงจูงใจ คุณธรรม คุณสมบัติต่าง ๆ สมรรถภาพและความสุข ความสดชื่น ร่าเริง เบิกบานของจิตใจ เรียกว่า จิตตภาวนา เป็นการพัฒนาด้านจิต

4. พัฒนาความรู้ความคิดความเข้าใจ เริ่มแต่การรับรู้ ดู ฟัง เป็นต้น ให้เกิดปัญญามองเห็นตามเป็นจริง คือตามที่สิ่งทั้งหลายมันเป็นของมัน จนถึงขั้นมีความรู้เท่าทันต่อสภาวะของสิ่งทั้งหลาย ทำจิตใจให้เป็นอิสระ หลุดพ้นจากกิเลส ไร้ทุกข์ และมีชีวิตเป็นอยู่ด้วยปัญญา เรียกว่า ปัญญาภาวนา เป็นการพัฒนาด้านปัญญา

ถ้าผู้ใดพัฒนาเต็มทั้ง 4 ด้านนี้แล้ว ก็เป็นภาววิัตตต์ เรียกว่า เป็นพระอรหันต์

มีจุดเน้นว่าการพัฒนาพฤติกรรมจะได้ผลดีต้องมีการพัฒนาจิตใจเป็นฐานรองรับ จิตใจจะพัฒนาสมบูรณ์ จนมีความสุข พ้นทุกข์พ้นปัญหาได้จริง ต่อเมื่อพัฒนาปัญญาจนเกิดความเห็นแจ้งความจริงเพราะปัญญาเป็นตัวปรับแก้และปลดปล่อยจิตใจให้เป็นอิสระ ทำให้จิตลงตัวมีคุณภาพโดยสมบูรณ์ เป็นจิตใจไร้พรมแดน (วิมรียาทิกตจิต) ถ้าจะใช้คำของตะวันตก ก็เป็นสุดยอดของ *emotional intelligence* และเป็น *E.Q.* ที่สมบูรณ์

ถ้านำหลักที่ได้อธิบายนี้ มาใช้พิจารณาความหมายที่เขียนไว้ใน “(ร่าง) กรอบความคิด ระบบสุขภาพแห่งชาติ” ที่ว่า

“สุขภาพดี คือสภาวะที่สมบูรณ์และเชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล ทั้งมิติทางจิตวิญญาณ (มโนธรรม) ทางสังคม ทางกาย และทางจิต...”

จะเห็นว่าที่เขียนไว้นี้ก็นับว่ามองได้กว้างทีเดียว แต่ยังขาดความชัดเจนในองค์ประกอบด้านปัญญา (ปัญญาถูกนำไปแทรกไว้ในด้านจิต) การใช้คำว่า “จิตวิญญาณ” คงมุ่งให้มีความหมายเชิงปัญญาด้วย แต่ปัญญาก็ไม่ออกมาชัดเจนและไปซ้ำซ้อนกับคำว่า “ทางจิต” ที่มีอยู่ท้ายสุดอีกด้วย

ปัญญานั้นขาดไม่ได้สำหรับการที่จะมีสุขภาพดี คนยังด้อยปัญญา ก็ยังมีโอกาสน้อยลงที่จะมีสุขภาพดี เพราะแก้ปัญหาไม่ได้ ถ้ามีปัญหาบ่อยการมีสุขภาพที่จะเป็นแบบพึ่งพา ต้องอาศัยปัจจัยภายนอกมาก ถ้ามีปัญญาแท้จริง ก็จะเป็นอิสระและมีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ (spirituality) กิตติมาก แต่ไม่เป็นหลักประกันให้มีสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ บางทีกลับทำให้มีปัญหาทางจิตลึก ๆ)

ถ้าเปลี่ยนคำว่า “ทางจิตวิญญาณ” เป็น “ทางปัญญา” หรือถ้าไม่ใช่คำตรงอย่างนั้น จะใช้คำอื่นที่หมายถึงปัญญาก็ได้ ก็ชัดเจนลงไปและครบถ้วนสมบูรณ์ (ส่วนคำว่า “มโนธรรม” คงไม่จำเป็น แต่ถ้าจะคงไว้ ก็อาจจะเขียนไว้เป็นคำอธิบายส่วนหนึ่งของ “ทางจิต”)

ขอวิจารณ์เพิ่มเติมอีกนิดว่า คำว่า “ทางสังคม” น่าจะต้องให้ความหมายที่ครอบคลุมเรื่องศีลธรรมด้วย (จะเห็นว่าของพระ คำว่า “ทางสังคม” ท่านใช้ว่า “ด้านศีล” จึงเป็น 4 คือ ทางกาย ทางศีล ทางจิต ทางปัญญา)

อาตมาเขียนมายืดยาวมากไปเสียแล้ว ควรจะพอเท่านี้ แต่ก่อนจะจบ ขอ...

สรุปข้อสังเกต บางประการ ดังนี้

1. เท่าที่ได้ยินได้ฟังและอ่านผ่านมาเห็นว่า คำว่า “จิตวิญญาณ” ยังเป็นคำประเภทช่วยเสริมย้ำความรู้สึกให้หนักแน่น มากกว่าจะเป็นคำที่มีความหมายของตัวเอง

2. ความหมายของคำ “จิตวิญญาณ” ที่ใช้กันอยู่ เห็นได้วยังใช้ต่าง ๆ กันไม่ลงตัว ลองดูหนังสือพิมพ์เพียง 3-4 วัน ผู้เขียนบางคอลัมน์ใช้ในความหมายว่า จิตสำนึก หรือความรู้ตัวชั่ว บางท่านใช้ในความหมายว่า แก่นแท้ สาระ (เช่น ในคำว่า จิตวิญญาณของจังหวัดลพบุรี) คล้ายกับที่เคยใช้คำว่าชีวิตจิตใจบ้าง วิญญาณโดด ๆ บ้าง บางท่านใช้ในความหมายว่าเป็นเรื่องทางด้านผีสงและฤทธิ์ปาฏิหาริย์บ้าง

3. ในขณะที่มีการใช้ในความหมายต่าง ๆ กันอย่างนี้ คำว่า “จิตวิญญาณ” เองก็ไม่ได้มีความหมายเดิมที่จะเป็นหลัก หรือเป็นฐานที่จะตัดสินหรือจำกัดให้ลงตัวได้ เพราะ “จิตวิญญาณ” เองก็เป็นคำที่ผูกขึ้นใช้ใหม่ด้วยเช่นกัน

4. ทางแก้ไขคือ ต้องมีสถาบันหรือองค์กรที่ยอมรับเป็นทางการ เช่น ราชบัณฑิตยสถานกำหนดความหมายให้ ซึ่งขณะนี้ ก็ยังไม่ได้มีการบัญญัติความหมายเป็นทางการอย่างที่ว่านั้น

5. ในการบัญญัติความหมายเช่นนั้น วิธีหนึ่งที่สามารถทำได้คือ กำหนดให้ “จิตวิญญาณ” เป็นคำแปลภาษาไทยของคำภาษาอังกฤษว่า spiritual และ spirituality

เหมือนอย่างเมื่อ 30-40 ปีก่อน ได้มีการบัญญัติคำว่า “จริยธรรม” ขึ้นมาให้เป็นคำแปลของคำภาษาอังกฤษว่า “ethic” และยึดถือความหมายตามคำภาษาอังกฤษนั้นเป็นฐานหรือเป็นหลักตัดสิน

6. อย่างไรก็ดี ในกรณีนี้ คนไทยและภาษาไทยน่าจะมีถ้อยคำของตัวเองพร้อมทั้งต้นเพียงพอ จึงไม่น่าจะจำเป็นต้องไปเอาคำฝรั่งมาเป็นหลัก

7. อีกประการหนึ่ง คำว่า spiritual เอง ถ้ามองจากฐานทางความคิดของเรา ก็เห็นได้ว่า ยังเป็นคำที่เลียงหรือกำกวม เช่น อาจเป็นการไปเอียงสุดตรงข้ามกับ material

อย่างพวกฤาษีชีไพร ไปอยู่ป่ากินเผือกกินมัน ตัดขาดจากสังคม เล่นฌานก็พากัน ก็เป็นเรื่อง spiritual ซึ่งพระพุทธเจ้าไม่ทรงเห็นชอบด้วย

แม้แต่ฝรั่งเอง ที่ศาสนาของเขาหนักไปทาง faith หรือศรัทธา บางคราวก็จะตี๋มด๋อลงไปทาง spiritual แบบนี้ก็ทำสงครามศาสนากัน ซึ่งเราก็คงถือว่าเป็นปัญหาทางจิตอย่างหนึ่ง

พระพุทธศาสนาไม่เห็นด้วยกับด้าน spiritual ที่ตี๋มด๋อลงในทาง faith เกินไป จึงให้เอาปัญญาเป็นตัวแก้อีกชั้นหนึ่ง ซึ่งถือว่าเรื่องจิตใจจะขาดปัญญาไม่ได้ (ถ้าใช้คำของคนสมัยนี้ ก็ว่า ต้องเอาปัญญามาปรับแก้อารมณ์อีกทีหนึ่ง จึงจะปลอดภัยและปลอดภัยจริง)

8. ถ้าว่ากันให้ถึงศัพท์จริง ๆ เรื่อง spiritual ก็อยู่ในขอบเขตของจิตนั่นเอง เพียงแต่เรารู้สึกว่า คำว่า “จิต” และแม้แต่ “จิตใจ” เดียวนี้ให้ความรู้สึกไม่หนักแน่นพอ ก็เลยหาคำเช่น “จิตวิญญาณ” นี้มาพูดให้จับจิตถึงใจมากขึ้น

พอใช้เป็นทางการหรือเป็นเรื่องวิชาการถ้าคำว่า “จิต” กับ “จิตวิญญาณ” มาไว้ด้วยกัน ก็เลยไม่มีทางที่จะให้ความหมายแยกกันจริง ๆ ได้ ก็ต้องกาย-กาย-คาบเกี่ยว-ซ้อนกันอยู่นั่นเอง ซึ่งที่จริง “จิตวิญญาณ” ก็มีความหมายที่รวมอยู่ในคำว่า “จิต” นั่นเอง

9. ตามความหมายที่ สปรส. เขียนไว้ใน (ร่าง) ก็เห็นได้ว่า ความหมายของ “จิตวิญญาณ” เอง ยังไม่ชัด ดังที่มีคำว่า มโนธรรม รวมอยู่ด้วย ซึ่งน่าจะเป็นคนละความหมาย และยังมีคำอธิบายที่ซ้ำซ้อน เกยกันกับความหมายของ “จิต” ที่นำมาเขียนไว้เป็นต่างข้อในชุดเดียวกัน

ข้อสังเกตนี้ ก็คงมาลงที่คำพูดข้างต้นว่า คำว่า “จิตวิญญาณ” เป็นคำประเภทเสริมย้ำความรู้สึกให้หนักแน่น ซึ่งในแง่นี้ก็ประโยชน์อย่างหนึ่งในทางภาษา ถ้าใช้ในขอบเขตที่เหมาะสม

อาตมาเขียนตอบมาอย่างที่ว่าอาจจะยืดยาวเกินไปเสียแล้วจึงขอโอกาสจบและขออนุโมทนาคุณหมอไว้ ณ ที่นี้

ขอเจริญพรโดยสรวาณียธรรม

(พระธรรมปิฎก)



จิตวิญญาณกับสุขภาพ

จิตวิญญาณกับสุขภาพเป็นเรื่องสำคัญ โดยเฉพาะยุคสมัยที่การเปลี่ยนแปลงทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมของโลก มีผลกระทบต่อชีวิตและความเป็นอยู่ของเราอย่างมาก ระบบการค้าโลกและตลาดเสรีได้เร่งให้ลัทธิบริโภคนิยมแผ่ขยายไปทุกปริมณฑลของชีวิตมนุษย์ ขณะที่โลกในทางวัตถุกำลังเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและเทคโนโลยีต่าง ๆ มีอิทธิพลครอบงำวิถีคิดและวิถีชีวิตของมนุษย์ ในทางการแพทย์และสุขภาพก็เช่นเดียวกัน เทคโนโลยีที่ซับซ้อนถูกนำมาใช้อย่างแพร่หลาย โดยที่เราไม่รู้ว่าเทคนิคและเครื่องมือที่ทันสมัยเหล่านั้นจะทำให้มนุษย์มีความลุ่มลึก หรือทำให้ผู้คนหลงอยู่กับความฉาบฉวยจนหลงลืมมิติอื่นของชีวิต

มิติทางจิตวิญญาณของสุขภาพเป็นเรื่องที่พูดถึงกันน้อย คงจะนับจำนวนครั้งที่สถาบันการแพทย์สมัยใหม่มีการนำเอาประเด็นนี้มาพูดคุยกันได้ แต่แนวโน้มข้างหน้า ประเด็นเช่นนี้น่าจะได้รับความสนใจมากขึ้น และเราคงจะได้มีการพูดถึงเรื่องเช่นนี้นักบ่อยขึ้น ไม่เพียงเพราะว่าวงการแพทย์จำเป็นต้องเข้าใจมิติทางจิตวิญญาณและความเป็นมนุษย์มากขึ้นเพื่อแก้ปัญหาช่องว่างระหว่างบุคลากรทางการแพทย์และผู้ป่วยที่นับวันจะยิ่งรุนแรงมากขึ้นเท่านั้น แต่การคิดค้นทางวิทยาศาสตร์สมัยใหม่ทั้งหลาย ได้ทำให้นักวิทยาศาสตร์ตระหนักถึงข้อจำกัดของความรู้แบบวิทยาศาสตร์สมัยใหม่ว่าเป็นเพียงแค่เลี้ยวส่วนความจริง และทำให้เกิดการตั้งคำถามอย่างลึกซึ้งต่อวิธีการศึกษาความเป็นชีวิตที่วิทยาศาสตร์แบบดั้งเดิมเคยใช้กัน และตั้งคำถามยิ่งไปกว่านั้นว่าเครื่องมือทาง

ชีววิทยาและทางการแพทย์ที่เราใช้ในการศึกษาชีวิต โดยแยกชีวิตออกเป็นส่วน ๆ นั้นได้ทำให้บางสิ่งบางอย่างสูญหายไปหรือไม่ สิ่งหนึ่งที่สูญหายไปจากการแยกส่วนศึกษาชีวิต คือ มิติทางจิตวิญญาณของสุขภาพอาจกล่าวได้ว่าจิตวิญญาณสูญหายไปพร้อมกับเรื่องของความดี ความงาม ความถูกต้อง ที่ได้สูญหายไปจากกระบวนการวิคิดทางวิทยาศาสตร์สมัยใหม่

ที่กล่าวเช่นนั้นก็เพราะว่า จิตวิญญาณเป็นคุณสมบัติแห่งองค์รวมของชีวิต เมื่อใดก็ตามที่เราผ่าชีวิตมาแยกเป็นส่วน ๆ เพื่อทำการศึกษา คุณสมบัติของความ เป็นองค์รวมนั้นจะสูญหายไป ซึ่งวิทยาศาสตร์ตะวันตกนั้นได้แยกกายกับจิตออกจากกันอย่างสิ้นเชิง ซึ่งการจำกัดความรู้ของวิทยาศาสตร์เอาไว้ในขอบเขตแห่ง วัตถุธรรม ทำให้วิทยาศาสตร์สมัยใหม่ไม่มีความรู้ในมิติของชีวิตพ้นไปจากวัตถุ

ถ้าดูในเรื่องของวิวัฒนาการทางวิทยาศาสตร์ตะวันตกนั้น จะพบว่าได้ แยกกายกับจิตออกจากกันอย่างสิ้นเชิง และยิ่งวิทยาศาสตร์สมัยใหม่พัฒนามาก ขึ้นก็ยิ่งมองปรากฏการณ์ต่าง ๆ เป็นกลไกและอธิบายด้วยสมการทางคณิตศาสตร์ มากขึ้น มิติทางจิตของชีวิตกลับได้รับความสนใจน้อยลง และกลายเป็นพรหมแดน ที่วิทยาศาสตร์สมัยใหม่ไม่สามารถล่วงรู้ได้

ยิ่งไปกว่านั้นรากเหง้าทางปรัชญาของการแพทย์ตะวันตกได้ทำให้วงการ แพทย์มีวิคิดชุดหนึ่ง ซึ่งปฏิเสธการดำรงอยู่ของมิติอื่นใดของชีวิตนอกเหนือไป จากมิติทางชีววิทยา แม้ในแวดวงจิตเวชศาสตร์ก็ได้แตกต่างออกไปมากนัก ผู้ เชี่ยวชาญทางจิตเวชศาสตร์พยายามอย่างยิ่งที่จะเข้าใจและอธิบายปรากฏการณ์ ทางจิตบนพื้นฐานของกลไกทางชีววิทยา โดยถือว่าจิตใจเป็นเพียงปรากฏการณ์ บันปลายของปฏิกิริยาทางชีวเคมีของสารเคมีต่าง ๆ ในสมอง กระบวนการดัง กล่าวมุ่งที่จะลดทอนปรากฏการณ์ทางจิตของชีวิตมนุษย์ลงไปเหลือเป็นแค่ปรากฏ การณ์ทางชีวเคมี กล่าวโดยรวมแล้ว ไม่ว่าจะเป็นมิติการดูแลทางกายหรือทาง จิตของวิทยาศาสตร์การแพทย์สมัยใหม่ได้จำกัดขอบเขตความเข้าใจปรากฏการณ์ แห่งชีวิตบนพื้นฐานทางชีววิทยาเท่านั้น นอกเหนือไปจากชีววิทยาแล้ว มิติอื่นใด ของชีวิตไม่ได้มีอยู่จริงในทัศนะของวิทยาศาสตร์สมัยใหม่ เมื่อเป็นอย่างนั้นเวช ปฏิบัติสมัยใหม่ที่ถูกจำกัดไว้ด้วยเครื่องมือเครื่องมือนั้นจึงถูกพันธนาการไว้ด้วย ระบบวิคิดซึ่งเราเองก็แทบจะไม่ได้รู้ตัว ระบบวิคิดแบบ **“ชีวการแพทย์”** นี้มีความ เป็นมาและมีพลังที่ลึกซึ้งที่มากำหนดวิคิดของการแพทย์สมัยใหม่ และได้ทำให้ เราเคยชินกับการคิดแบบหนึ่งและค่อย ๆ ลืมมิติอื่น ๆ ของชีวิตไป และที่เราลืม มากไปที่สุดดูเหมือนจะเป็นมิติของความเป็นมนุษย์

จิตวิญญาณนั้นเป็นคุณสมบัติที่เกิดมาจากองค์รวมของชีวิต และความ เป็นมนุษย์ที่มากกว่าเรื่องของชีววิทยา เพราะสุขภาพนั้นเป็นผลรวมของปฏิ สัมพันธ์อันเป็นพลวัตระหว่างมิติทางกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ แม้ร่าง กายจะป่วยแต่ก็สามารถมีสุขภาพที่ดีได้ กระบวนการที่สุขภาพแบบองค์รวม ได้ ก้าวพ้นไปจากวิธีการเฝ้าระวังรักษาแบบกลไกที่ปฏิเสธความรู้สึกนึกคิดของผู้ รักษาและผู้ป่วย ไปสู่การร่วมทุกข์ร่วมสุข โดยเคารพในชีวิตและคุณค่าความ เป็นมนุษย์ของคน

แล้วมิติทางจิตวิญญาณหมายความว่าอะไร

ศาสนาต่าง ๆ ทั่วโลกนี้มีลักษณะร่วมกันอยู่ประการหนึ่งก็คือ การให้ ความหมายของการมีชีวิตอยู่ ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่การมีชีวิตอยู่ไปวัน ๆ แต่การเป็น **“มนุษย์แท้”** นั้นอยู่ที่การทำให้ชีวิตมีความสมบูรณ์ทางจิตวิญญาณ ถึงแม้ว่า มิติทางจิตวิญญาณของแต่ละศาสนาอาจมีความหมายที่แตกต่างกันออกไปบ้าง แต่ก็มีจุดมุ่งหมายอยู่ในเรื่องเดียวกัน เราไม่สามารถที่จะเข้าถึงความหมายของคำ ว่าจิตวิญญาณโดยผ่านความเข้าใจหรือการครุ่นคิดในระดับหลักการและเหตุผล แต่ต้องอาศัยประสบการณ์เรียนรู้ที่เกิดจากการตรึงตรองอย่างลึกซึ้งถึงชีวิตด้าน ในของเรา

การเข้าถึงความหมายของชีวิตหรือความสมบูรณ์ทางจิตวิญญาณนั้น จำเป็นต้องอาศัยประสบการณ์ทางศาสนาที่ทุกศาสนาเฝ้าปฏิบัติ เป็น กระบวนการเรียนรู้ที่ไม่ใช่การท่องบ่น จดจำ หรือครุ่นคิดในระดับพุทธิปัญญา หมายความว่าเราไม่สามารถที่จะเข้าถึงความหมายของคำว่าจิตวิญญาณ โดย ผ่านความเข้าใจหรือการครุ่นคิดในระดับหลักการและเหตุผล แต่ต้องอาศัย ประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดจากการตรึงตรองอย่างลึกซึ้งถึงชีวิตด้านในของเรา ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ดังกล่าวนี้เป็นสิ่งที่ระบบการศึกษาสมัยใหม่ได้ละเลยมาโดย ตลอด

ถ้าเราพิจารณาคำสอนทางศาสนาต่าง ๆ ว่ามีรากฐานของการคิดเกี่ยวกับชีวิตไว้อย่างไร เราจะเห็นว่าศาสนาให้แง่มุมของการมีชีวิตอยู่อย่างน้อยแง่มุม หนึ่งที่ต่างจากวิทยาศาสตร์ก็คือ ศาสนาให้ความสำคัญต่อความหมายของการมี ชีวิตอยู่ ส่วนวิทยาศาสตร์นั้นไม่สนใจ ศาสนาถือว่าชีวิตมีไว้เพื่อบรรลุความ สมบูรณ์สูงสุดทางจิตวิญญาณ ไม่ว่าจะเป็นการบรรลุนิพพานคือการหลุดพ้น หรือบางศาสนาถือว่ามีชีวิตอยู่เพื่อจะกลับไปเป็นส่วนหนึ่งของพระเจ้าหรืออะไรก็ แล้วแต่

แต่วิทยาศาสตร์การแพทย์ซึ่งเป็นศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตกลับไม่เคยให้ความสำคัญต่อความหมายของชีวิตว่า **“ชีวิตมีไว้เพื่ออะไร”** แต่ก็ต่อสู้ดิ้นรนอย่างยิ่งเพื่อให้ชีวิตยืดยาวออกไป วิทยาศาสตร์การแพทย์ถือว่าความตายเป็นศัตรูอันร้ายกาจที่ต้องต่อสู้อย่างถึงที่สุด แต่ในความพยายามต่อสู้อย่างเหลือเกินเพื่อที่จะหนีให้พ้นจากความตายนี้ วิทยาศาสตร์การแพทย์กลับไม่ให้ความหมายเลยว่าเป้าหมายสูงสุดของการมีชีวิตอยู่คืออะไร

ตรงที่ว่า **“ชีวิตมีอยู่เพื่ออะไร”** นี่เองที่ถือว่าเป็นรากฐานของมิติทางจิตวิญญาณของมนุษย์

ถ้าเราจำกัดความขององค์การอนามัยโลกที่บอกว่า สุขภาพคือภาวะอันเป็นพลวัตของความสุขที่สมบูรณ์พร้อมทั้งทางกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ สุขภาวะทางกายอาจหมายถึงการปราศจากโรค หรือทุพพลภาพ สุขภาวะทางใจ หมายถึงการมีความสุขสบายใจ มีความร่าเริงแจ่มใส ไม่เครียดหรือทุกข์ร้อนใจ ส่วนสุขภาวะทางสังคมหมายถึง การปลอดพ้นจากความบีบคั้นทางสังคม เช่น ความไม่เป็นธรรมทางสังคม การกดขี่ ขูดรีด คุกคาม เหยียดหยาม หรือความรุนแรงอื่น ๆ ส่วนสุขภาวะทางจิตวิญญาณเป็นสิ่งที่ยากที่จะให้คำจำกัดความ เพราะการมีความสุขสมบูรณ์ทางจิตวิญญาณนั้นสัมพันธ์กับการให้คุณค่า และความหมายของชีวิต คือสัมพันธ์กับคำว่า เป้าหมายสูงสุดของการมีชีวิตคืออะไร คุณค่าหรือความหมายของการมีชีวิตนั้นไม่ได้อยู่ที่ว่ามันหายใจต่อไปได้ กิน นอน หรือขับถ่าย สืบพันธุ์ได้ การมีคุณค่าของชีวิตหมายความว่า ชีวิตมีอยู่และดำรงอยู่เพื่ออะไรบางอย่างต่างหากไปจากตัวของมันเอง คุณค่าหรือความหมายของชีวิตนั้นย่อมอยู่นอกเหนือไปจากการมีชีวิตอยู่ การบรรลุซึ่งสัจธรรมของชีวิต คือการเข้าถึงความหมายสูงสุดของการมีชีวิตอยู่นั้น โดยธรรมชาติของมันแล้วเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นที่ด้านในของชีวิต หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งเป็นประสบการณ์เฉพาะตัว

เมื่อเราเข้าใจเราก็มพร้อมที่จะก้าวออกไปเรียนรู้เพิ่มเติมในสิ่งที่เรารู้สึกว่า มันขาดหายไป เพื่อร่วมกันแสวงหามิติทางจิตวิญญาณของสุขภาพ การแสวงหานี้เป็นการแสวงหาทั้งจากภายนอก และการเรียนรู้จากภายใน จากประสบการณ์ด้านในของชีวิตเราเอง ที่จะนำเราไปพ้นจากของวงของกระบวนการทัศนแบบวัตถุนิยมกลไกไปสู่การค้นพบความหมายของชีวิต และไปสู่ความเข้าใจใหม่ที่เคารพในคุณค่าและศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ โดยที่การแสวงหานี้เป็นภาระหน้าที่ที่แต่ละคนต้องทำเอง เพราะการเรียนรู้นั้นเป็นการเติบโตไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่

เต็มเปี่ยมสมบูรณ์ขึ้น ซึ่งไม่มีใครทำแทนกันได้ เป็นการค้นพบที่จะทำให้เรามีความสุขมากขึ้น คือไม่เฉพาะแต่คนไข้เท่านั้นที่จะมีความสุข ตัวเราเองก็จะมีความสุขสมบูรณ์มากขึ้น ความสุขอันนี้เรียกว่า **“สุขภาวะทางจิตวิญญาณ”**

ที่กล่าวมานี้เพื่อที่จะชี้ให้เห็นว่า มิติทางจิตวิญญาณกับความเป็นมนุษย์ที่สูญหายไปจากวงการแพทย์สมัยใหม่นั้น เป็นการขาดหายไปอย่างมีเหตุผลในทางประวัติศาสตร์และมีเหตุผลทางปรัชญา สถานการณ์ที่เรากำลังเผชิญอยู่ในปัจจุบันนี้กำลังเรียกร้องความเข้าใจในมิติทางจิตวิญญาณ โดยเฉพาะเมื่ออำนาจของวิทยาศาสตร์แบบวัตถุนิยมกลไก ได้แผ่ขยายอิทธิพลและแสดงอิทธิฤทธิ์ผ่านเทคโนโลยีสมัยใหม่ที่มันดัดสะกดให้ผู้คนหลงใหลอย่างรุนแรง เราจำเป็นต้องมีความเข้าใจในมิติทางจิตวิญญาณให้ลึกซึ้งเพียงพอที่จะทำให้เรารู้เท่าทันในสิ่งที่เราเรียกว่าเทคโนโลยีได้

ถ้าเราจะมาโต้กันในเรื่องของความเห็นต่อการเห็นว่า การแปลคำว่า spiritual เป็นมิติทางจิตวิญญาณ เป็นการพยายามเลียนแบบตะวันตกใหม่ จะไม่ค่อยเป็นประโยชน์เท่าไรนัก เพราะการที่เราต้องสื่อกับสาธารณะ เราต้องพูดเรื่องนี้ โดยที่พูดศัพท์คำว่า สุขภาวะทางจิตวิญญาณขึ้นมา เพราะมีประโยชน์ ถ้าเราดูที่ประโยชน์ในความหมายของมัน ถ้าพูดถึงจิต หมายถึง ความสุขสบายใจ ไม่เครียด พอเสนอ จิตวิญญาณก็เป็นการเปิดพื้นที่ใหม่เข้าไปในทางความคิดให้คนเข้ามาแสดงความคิดเห็น พอพูดถึงจิตในความหมายเดิม คนก็จะคุ้นและชิน ความหมายก็จะแคบลง

จิตวิญญาณทำให้คนนึกถึงมิติของชีวิตที่คนหลงลืมไป ว่าเป้าหมายสูงสุด ของชีวิตคืออะไร ซึ่งในความหมายในมิติของคำว่าจิตไปไม่ถึง การได้เข้าไปถึงกฎเกณฑ์อันยิ่งใหญ่ของธรรมชาติ ความยิ่งใหญ่ของของชีวิตเป็นมิติที่หลงลืมไปว่าชีวิตมีไว้ทำอะไร เป้าหมายของชีวิตมีมากกว่าการกินนอนขับถ่าย สืบพันธุ์ ถ้าเรามีเป้าหมายมากกว่านั้นเราต้องแสวงหาว่าชีวิตคืออะไร

คำว่าจิตวิญญาณหมายถึงปัญญาใหม่ ไม่แต่เป็นส่วนผสมของคำหลายคำที่สลับซับซ้อน และมีความเป็นพลวัตมาก ซึ่งต้องใช้คำหลายคำมาช่วยอธิบายและตอบโจทย์ เช่น มีปัญญา มีศรัทธา การมีสติ ความดี ความงาม ความจริง พุทธิปัญญาอย่างเดียวไม่ทำให้คนพ้นทุกข์ได้ แต่ทำให้คนจมจ่อมอยู่ในความทุกข์ ถ้าเรามีแต่พุทธิปัญญา

การที่เราานิยามคำว่าสุขภาวะทางจิตวิญญาณ เราควรทำความเข้าใจมัน กระจ่างพอที่จะทำงานไปได้ นักจิตวิทยาท่านหนึ่งชื่อ เซอร์วิลเลียม เจมส์ พูดถึงประสบการณ์ของคนที่เขาไปฝึกอยู่ตามศาสนาต่างๆว่า จะได้ประโยชน์จากการที่เขาไปศึกษานองถ้าพยายามไปหาานิยามของสิ่งนั้น โดยไม่ปฏิบัติและไม่เข้าใจ

ถ้ามองภาพรวมของสังคมไทย จะพบว่าเราจะเลยมิติทางจิตวิญญาณมานานมาก การศึกษาทางจิตวิญญาณมีการละเลยที่จะพูดถึง มิติทางจิตวิญญาณของเราไม่เคยได้รับการเหลียวแลในสังคม ทั้งๆที่มิติทางจิตวิญญาณเป็นทุนทางสังคมที่จะทำให้สังคมเป็นสังคมที่ดี

ทุนทางสังคม (Spiritual infrastructure) คือ

1. สื่อความรู้

2. สื่อภาษา และสัญลักษณ์ คือการสร้างให้เราจุกยับยังซึ้งใจได้อย่างไร คิดได้อย่างไร อ่อนน้อมถ่อมตนต่อธรรมชาติได้อย่างไร

องค์ประกอบ 3 ข้อที่จะทำให้ชีวิตทางจิตวิญญาณเข้มแข็งขึ้น

1. แหล่งความรู้ เป็นที่สะสมความรู้ทางจิตวิญญาณ ศาสนา วัฒนธรรม ท้องถิ่น ไม่ได้อยู่ในตำราเท่านั้น แต่อยู่ในนิยายปรัมปรา พิธีกรรม อุปมาอุปไมย และสัญลักษณ์ต่างๆ แหล่งความรู้ที่สำคัญที่สุดคือ มนุษย์ มันอยู่ในตัวคน อ่านจากที่ไหนก็ไม่เท่ากับพบเองเห็นเอง รู้เอง

2. สถาบัน วัด มัสยิด โบสถ์ ผู้นำทางจิตวิญญาณต่างๆ ผู้นำทางพิธีกรรม ชีวิตชุมชนและเครือข่ายของการสื่อสารต่างๆ

3. โครงสร้างของชีวิตทางจิตวิญญาณในทางสังคม คือการจัดรูปแบบชีวิตของคน กาลเทศะ หรือเชิงเวลา เช่นการจัดเวลาให้ทุกเดือนต้องมาวัดอย่างน้อยหนึ่งครั้ง เป็นการจัดรูปแบบชีวิตเพื่อให้ชีวิตทางจิตวิญญาณแทรกเข้ามาอยู่ในชีวิตของมนุษย์ การจัดรูปแบบชีวิตในสภาพพื้นที่ เช่นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ สถานที่ที่มีความหมายทางจิตวิญญาณสูงกว่าที่อื่น หรือมีความหมายในเชิงจิตวิญญาณของมนุษย์ การมีภูมิปัญญาของคนที่จัดให้ชีวิตกับสถานที่แทรกซึมอยู่ด้วยกันได้

ในตอนนี้สังคมเราเสื่อมหมดทั้งสามสถาบันที่ว่ามานี้ สิ่งแวดล้อมที่จะเอื้ออำนวยให้มิติทางจิตวิญญาณดีขึ้นคือ

1. มีคนหลายรุ่นอยู่ร่วมกัน

2. บทบาทของผู้หญิงผู้ชายต้องได้สมดุลกัน

3. ความเป็นธรรมของสังคมในแง่ของการไม่เบียดเบียนคนอื่น

4. มีการเอื้อเพื่อเกื้อกูลกันอยู่กันเป็นชุมชน

5. จังหวะชีวิตที่ไม่เร่งเร้าจนเกินไป ชีวิตที่เร่งเร้าจะไม่เข้าถึง สุนทรีย์ ภาพทางวัฒนธรรมที่ดึงดูดต่อชีวิต

6. มีมรดกทางวัฒนธรรมร่วมกัน ชีวิตทางจิตวิญญาณต้องมาจากรากฐานทางวัฒนธรรม

7. การมีชีวิตที่ไม่ขึ้นกับคนอื่นพึ่งตนเองได้ ถ้าเราต้องพึ่งคนอื่นก็ไม่สามารถเงื่อนโซ่ให้เติบโตไปในเส้นทางทางจิตวิญญาณได้

พื้นฐานพวกนี้มาจากรากลึกที่ครอบงำปัญหาของสังคมเยอะมากในปัจจุบันนี้ และปัจจุบันมนุษย์เรารู้สึกว่าไม่มีความศักดิ์สิทธิ์ในชีวิตเลย มนุษย์เรามีความอหังการมาก

นพ.ดร.โกมาตร จีเสถียรทรัพย์

ส่งท้าย

ความพยายามขยายความหมายเรื่องสุขภาพให้มีขอบเขตที่กว้างขวางไปจนถึงมิติทางจิตวิญญาณ ถือเป็นความก้าวหน้าของสังคมไทย มีเสียงชนรับไปในทางบวกอย่างชัดเจน

ประเด็นเรื่อง **“สุขภาพจิตวิญญาณ”** หากจับความจากปราชญ์ผู้รู้หลาย ๆ ท่าน ซึ่งชี้ค่อนข้างตรงกันว่าหมายถึง **“ปัญญา”** ที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพหรือสุขภาวะนั่นเอง ถ้าขาดซึ่งปัญญา ค้อยปัญญา หรือพร่องปัญญา คือมีวิชา มาก ก็เข้าถึงสุขภาวะได้ยาก

คนที่มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดี มีเงินทองมากมายมากมาย ไม่เป็นโรคจิตโรคประสาท แต่เต็มไปด้วยความเห็นแก่ตัว จ้องกอบโกยเอาเปรียบผู้อื่น ก็เรียกว่าเป็นผู้มีสุขภาพดีหรือเข้าถึง สุขภาวะไม่ได้ เรื่อง **“สุขภาพทางจิตวิญญาณ”** นี้ คงไม่จำเป็นต้องรีบบรรทัดชี้ค่าชี้ความหมายแบบ ผูกขาดตายตัว แต่ควรใช้จุดนี้เป็นประเด็นแห่งการพูดคุยศึกษา สืบค้น แลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ เพื่อเลื่อนระดับภูมิปัญญาของคนไทย และสังคมไทยร่วมกันต่อไป

มิใช่ยุติอยู่เพียงเท่านี้

นี่คือเป้าหมายหนึ่งของการปฏิรูประบบสุขภาพนั่นเอง

เอกสารอ้างอิง

1. ประเวศ วะสี, สุขภาพในฐานะอุดมการณ์ของมนุษย์, สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2543.
2. ระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี ว่าด้วยการปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2543, การปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2543.
3. สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ, ร่างกรอบความคิดระบบสุขภาพแห่งชาติ, บริษัท ดีไซน์ จำกัด. พ.ศ. 2544.
4. บรรจบ ชุณหสวัสดิกุล, ฆมาอาจารย์ และเพื่อนพ้องกระบวนกรปฏิรูปอันเนื่องมาแต่คำพิจารณาว่าด้วย “จิต” และ “จิตวิญญาณ” ของสปรส. มติชนสุดสัปดาห์ ปีที่ 22 ฉบับที่ 114. ธันวาคม 2544.
5. วิพุธ พูลเจริญ, สุขภาพ อุดมการณ์และยุทธศาสตร์ทางสังคม, สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, พ.ศ. 2544.
6. พุทธทาสภิกขุ, ยาระงับสรรพโรค, สำนักพิมพ์สุขภาพใจ. พ.ศ. 2541
7. สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ, สุขภาพทางสังคมและจิตวิญญาณ บริษัท 21 เซ็นจูรี่ จำกัด, พ.ศ. 2544