

วิจารณ์หนังสือ : Book Reviews

ฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคมวิกฤต*

Restoring Health During the Social Crisis

ผู้เขียน: พระพรหมคุณภาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต)

Author: Phra Brahmagunabhorn (P.A.Payutto)

พระมหาณัฐพล ทีฆายุโก (บานชน) และพระมหามิตร จิตปัญโญ
Phramaha Nattaphon Thigkayuko (Banchon) and Phramaha Mit Thitapanyo
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Khon Kaen Campus, Thailand
Corresponding Author, E-mail: charoenkiat2527@gmail.com

บทคัดย่อ

วิจารณ์หนังสือนี้ นำเสนอฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคมวิกฤต ได้อธิบายความหมายของสุขภาพ สุขภาวะเชิงสมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิตให้ผ่านวิกฤตทางสังคมที่มีความขัดแย้งทางด้านการเมืองจนเกิดการชุมนุมเพื่อประชาธิปไตย ความวิกฤติความที่รุนแรงนี้นำไปสู่การละเมิดสิทธิมนุษยชนในพื้นที่ระบบเศรษฐกิจพิเศษมีผลกระทบในวงกว้าง หนังสือได้นำเสนอปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของคนในสังคมและแนวทางการพัฒนากระบวนการส่งเสริมการฟื้นฟูสุขภาพและเพื่อสร้างดุลยภาพแห่งชีวิตของบุคคล ทั้งในด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านสติปัญญา

คำสำคัญ: สุขภาวะ; สังคมวิกฤต

Abstract

This book review presents is Reviving Health During the Social Crisis. It presents the meaning of well-being, and complete health, both physically and mentally, through social crises with conflicts of political opinions leading to a democratic assembly. This

*ได้รับบทความ: 27 สิงหาคม 2565; แก้ไขบทความ: 21 สิงหาคม 2566; ตอรับตีพิมพ์: 31 สิงหาคม 2566

Received: August 27, 2022; Revised: August 21, 2023; Accepted: August 31, 2023



grievous crisis has led to human rights violations in special economic areas with far-reaching implications. The book points out problems that affect the well-being of people in society and the development of the promotion process of restoration of health and creation of a balance of life of a person in all parts of behavior, mentality, and intelligence.

Keywords: Health; Social Crisis

1. บทนำ

หนังสือฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคมวิกฤต เป็นงานผู้ประพันธ์พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ตีพิมพ์ที่กรุงเทพมหานคร โดยบริษัท พิมพ์สวย จำกัด ในปี พ.ศ. 2551 ด้วยเหตุว่าคณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ได้จัดให้มีการจัดงานวิชาการประจำปี 2551 ชื่อว่างานประชุมวิชาการ 120 ปี ศิริราช ในระหว่างวันที่วันที่ 17-21 มีนาคม 2551 ซึ่งเป็นโอกาสการถ่ายทอด สื่อสาร แลกเปลี่ยน ความรู้และประสบการณ์ต่างๆ แก่บุคคลคนทั้งภายในและภายนอกคณะ ในการนี้ ภาควิชาจิตเวช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ได้เล็งเห็นปัญหาวิกฤตที่เกิดขึ้นในสังคมไทยหลายๆ ด้านในขณะนั้น เช่น วิกฤตสังคมทางด้านเศรษฐกิจ วิกฤตสังคมทางด้านธรรมาภิบาล และวิกฤตสังคมทางด้านการเมือง เป็นต้น ทำให้คนในสังคมไทยดำเนินชีวิตบนความตึงเครียด จากเดิมที่มีสุขภาพทางด้านจิตใจที่ดีก็กลายเป็นมีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตใจ ภาควิชาจิตเวช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล จึงเห็นเป็นโอกาสอันสมควรที่จะกราบอาราธนาพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้แสดงธรรมกถาช่วยชี้แนะแนวทางว่าเมื่อเกิดวิกฤตขึ้นในสังคมควรจะวางตนอย่างไร และควรดำเนินชีวิตอย่างไร จึงจะสามารถฟื้นฟูสุขภาพขึ้นมาใหม่ในยามสังคมวิกฤตในขณะนี้ หนังสือฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคม วิกฤต เป็นวรรณกรรมที่ไม่กำหนดบังคับคำหรือฉันทลักษณ์ เป็นความเรียงทั่วไป ที่เรียกว่า วรรณกรรม ร้อยแก้ว ลักษณะการเขียนหนังสือเรื่อง ฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคมวิกฤต จัดอยู่ในประเภทสารคดีวิชาการ ที่มีเนื้อหาเน้นหนักในการให้ความรู้ทางวิชาการ มีความใกล้เคียงกับหนังสือตำราแตกต่างกันที่ศิลปะ การเขียนที่ชวนให้เกิดความเพลิดเพลินใจกว่า สารคดีวิชาการเป็นงานเขียนที่ผู้เขียนต้องอาศัยการศึกษา ค้นคว้า ข้อมูลจากแหล่งต่างๆ อย่างกว้างขวาง เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในสาขาวิชาการแขนงใดแขนง หนึ่งแก่ผู้อ่านอย่างลึกซึ้ง หนังสือฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคมวิกฤตไม่ได้มีอ้างอิงหรือเชิงอรรถ ที่สามารถใช้เป็น คู่มือในการค้นคว้าต่อไปได้ แต่ถ่ายทอดความรู้ที่ตนได้ไปเรื่อยๆ โดยกลวิธีที่ทำให้ผู้อ่านหนังสือสนใจมากเกินไป แม้จะเป็นสารคดีวิชาการที่ผู้เขียนมุ่งเน้นให้ความรู้เชิงวิชาการแต่ก็ไม่ได้มุ่งให้เป็นตำราหรือแบบเรียนที่จะ ต้องนำมาศึกษาเล่าเรียน เป็นเพียงหนังสือสำหรับส่งเสริมความรู้เพิ่มเติมและให้ความเพลิดเพลินอย่างมี สาระเท่านั้น บทวิจารณ์หนังสือเล่มนี้ ผู้วิจารณ์มุ่งเน้นวิจารณ์ประเด็นที่เป็นสาระสำคัญที่อยู่ในหนังสือ



จำนวน 4 ส่วน ประกอบด้วยบทนำ เนื้อหาของหนังสือฟื้นฟูสุขภาพะ ยามสังคัมวิฤต บทวิจารณ์เนื้อหาหลักของหนังสือฟื้นฟูสุขภาพะ ยามสังคัมวิฤต และสรุปบทวิจารณ์ ดังจะกล่าวต่อไปนี้

2. โครงสร้างหนังสือ

หนังสือฟื้นฟูสุขภาพะ ยามสังคัมวิฤต แบ่งเนื้อหาออกเป็น 4 ส่วน เนื้อหาสาระของหนังสือเล่มนี้ เป็นการชี้แนะแนวทางเมื่อเกิดวิกฤตขึ้นในสังคมไทยหลายๆ ด้านในขณะนั้น เช่น วิกฤตสังคมทางด้านเศรษฐกิจ วิกฤตสังคมทางด้านธรรมชาติ และวิกฤตสังคมทางด้านการเมือง เป็นต้น ทำให้คนไทยดำเนินชีวิตบนความตึงเครียด จากเดิมที่มีสุขภาพทางด้านจิตใจที่ดีก็กลายเป็นมีปัญหาทางด้านสุขภาพจิตใจ ควรจะวางตนอย่างไร และควรดำเนินชีวิตอย่างไร จึงจะสามารถฟื้นฟูสุขภาพขึ้นมาใหม่ในยามสังคัมเกิดวิกฤตได้ โครงสร้างหนังสือจะกล่าวอยู่ 3 ประเด็น คือ ประเด็นที่หนึ่งความหมายของสุขภาพะ ประเด็นที่สองผลกระทบของปัญหาสุขภาพะ และประเด็นที่สามแนวทางการฟื้นฟูสุขภาพะ

สรุปได้ว่า สุขภาพะ คือ ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกันเป็นองค์รวมอย่างสมดุล สามารถทำงานได้ตามบทบาทอย่างเต็มประสิทธิภาพ สามารถปรับตัวกับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมได้ เป็นภาวะที่แต่ละบุคคลรับรู้ต่อสภาวะการณ์ที่เป็นอยู่ รู้สึกมีความสุข ไม่ว่าจะเป็นความสุขนั้นจะเกิดจากความสุขภายนอกหรือความสุขภายใน มีคุณภาพชีวิต มองโลกในแง่ดี มีความพึงพอใจต่อการดำเนินชีวิต มีความสมบูรณ์ทั้งทางกาย จิตใจ อารมณ์ ปัญญา สังคมและสิ่งแวดล้อม สุขภาพะของมนุษย์มีความสัมพันธ์เชิงพลวัตกับปัจจัยต่างๆ มากมาย การเปลี่ยนแปลงทางด้านสิ่งแวดล้อม ภายนอก ทางเศรษฐกิจ และทางสังคม จนเกิดปัญหามันวิกฤตจึงส่งผลกระทบต่อสุขภาพะของมนุษย์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เมื่อเกิดปัญหาทางด้านสุขภาพะย่อมส่งผลกระทบต่อทางด้านร่างกาย ทางด้านจิตใจ ทางด้านสังคม และทางด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ แนวทางการฟื้นฟูสุขภาพะ ประการแรกเมื่อเกิดปัญหาสุขภาพะ เราจะต้องตั้งสติ แก้ไขปัญหาต่างๆ ด้วยปัญญา ปัญญาเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุดในชีวิตมนุษย์หากหมั่นตกอยู่ในภาวะวิกฤตก็สามารถพลิกผันชีวิตให้ประสบความสำเร็จได้ทุกเมื่อผู้มีปัญญามักมองเห็นโอกาสในทุกๆ ปัญหา ปัญญาจึงเป็นอุปกรณ์สำคัญในการสร้างเสริม ป้องกัน แก้ไข ปัญหาสุขภาพะของตนเองและครอบครัวให้มีสุขภาพะที่สมบูรณ์ได้ ประการที่สองการฟื้นฟูสุขภาพะโดยหลักปฏิกรรม เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมต่างๆ หลายประการที่มีความเกี่ยวข้องกับสุขของบุคคล ครอบครัว ชุมชน และหน่วยงาน หรือองค์กรที่บุคคลนั้นมีความสัมพันธ์หรือเกี่ยวข้อง ประการที่สามการเมืองที่มีธรรมเป็นเกณฑ์สร้างสรรค์สังคมให้ดีขึ้นได้ การเมือง คือ การใช้อำนาจในการจัดสรรทรัพยากรต่างๆ เพื่อสร้างประโยชน์สุขให้แก่ประชาชนในสังคมอย่างเป็นธรรมและทั่วถึง



3. สารัตถะของหนังสือฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคัมวิฤต

หนังสือฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคัมวิฤตของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ประกอบด้วยเนื้อหาทั้งหมด 4 ส่วน ได้แก่ 1) เจอปัญหาสุขภาพทางกายได้จุดพลิกฟื้น 2) คนเข้มแข็งขึ้นมาสุขภาพะสังคัมก็ฟื้น 3) ปฏิกรรมทำทุกอย่างให้ฟื้น และ 4) วิฤตศรัทธาคือโอกาสฟื้นฟูสุขภาพทางปัญญา มีเนื้อหาโดยย่อดังนี้

ส่วนที่ 1 เจอปัญหาสุขภาพทางกายได้จุดพลิกฟื้น สรุปได้ว่า คำว่า สุขภาพ หมายถึง การมีร่างกายแข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บในทุกส่วนของร่างกาย มีสุขภาพจิตดี และสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติสุข คนโดยทั่วไปมักเข้าใจว่าคำว่า สุขภาพ เป็นคำศัพท์เก่าที่ใช้กันมานานแต่จริงๆ แล้วเป็นคำใหม่ที่เกิดขึ้นในภาษาไทยโดยนำเอามาจากภาษาบาลี ซึ่งคำเดิมในภาษาบาลี คือ สุขภาวะ พอจะเอามาใช้ในภาษาไทยแผลง ๆ เป็น พ เลยกลายเป็นคำว่า สุขภาพ ส่วนคำว่า สุขภาวะ ในภาษาบาลีเดิม แปลว่า ภาวะแห่งสุขหรือความเป็นสุข สุขภาวะเป็นศัพท์เดิมของคำว่า สุขภาพ คำว่า สุขภาพมีความหมายที่แคบเกินไปนักวิชาการจึงนิยมใช้คำว่า สุขภาวะ มาใช้เพื่อให้ได้ความหมายที่กว้างจนพอเข้าใจได้ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2551, หน้า 5)

ผู้วิจารณ์เห็นว่า ผู้เขียนได้อธิบายความเป็นมาและความหมายของคำว่า สุขภาวะ ได้ชัดเจนโดยใช้ภาษาที่เรียบง่าย สอดคล้องกับพระไพศาล วิสาโล ที่ได้กล่าวไว้ในหนังสือสุขแท้ด้วยปัญญา วิถีสู่สุขภาพทางปัญญา ความว่า สุขภาวะ คือ ภาวะความเป็นปกติสุข มี 4 ด้าน ได้แก่

1. สุขภาวะทางกาย ได้แก่ การมีสุขภาพดี ปลอดพ้นจากโรคภัยไข้เจ็บ ไม่อดอยากหิวโหยมีปัจจัย 4 เพียงพอกับอัตภาพ อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เกื้อกูลต่อสุขภาพ ปราศจากมลพิษหรือมลภาวะมีการเอาใจใส่ดูแลร่างกาย รวมทั้งการบริโภคใช้สอยในปัจจุบัน 4 อย่างถูกต้องและเหมาะสม และสามารถดำเนินชีวิตไปในทางที่ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพของตนเอง

2. สุขภาวะทางสังคม ได้แก่ การที่ได้อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างกลมกลืน ราบรื่น และเป็นสุข ประกอบไปด้วยมิตรจิต ปราศจากความริ้วฉาน มีสวัสดิภาพในชีวิต มีสิทธิเสรีภาพที่ได้รับการคุ้มครอง ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน และไม่ก่อความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น

3. สุขภาวะทางจิต ได้แก่ การที่มีจิตใจที่สดชื่น เบิกบาน แจ่มใส สงบสุข ไม่กลัดกลุ้ม มีความมั่นคงภายใน มีกำลังใจ ไม่ท้อแท้ หดหู่ เศร้าโศก และมีจิตใจที่อ่อนโยน มีเมตตา กรุณา สามารถเข้าถึงความสุขที่ประณีตได้

4. สุขภาวะทางปัญญา ได้แก่ การที่มีความรู้และความคิดที่ดีงามและถูกต้อง มีการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข มีความรู้จกึ่กคิด และพิจารณาด้วยเหตุผลจนสามารถแก้ปัญหา หรือหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ และมีความสามารถในการดำเนินการต่างๆ ให้สำเร็จได้ด้วยปัญญาด้วยความสามารถของตนเอง และเป็นที่พักของตนเองได้ (พระไพศาล วิสาโล, 2552, หน้า 7-9)



ส่วนที่ 2 คนเข้มแข็งขึ้นมาสู่ภาวะสังคมที่ฟื้น สรุปลได้ว่า สังคมกับชีวิตเป็นส่วนหนึ่งของคนและกันมีความเกี่ยวโยงสัมพันธ์กัน เมื่อสังคมมีปัญหาในด้านต่างๆ เช่น การเมือง เศรษฐกิจ เป็นต้น ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมจึงเป็นสิ่งแวดล้อมที่มีขนาดใหญ่ ที่ส่งผลกระทบต่อคนในสังคม เพราะฉะนั้น สังคมที่มีปัญหาจนถึงขั้นเป็นวิกฤตจึงเป็นแหล่งสำคัญของปัญหาสู่ภาวะ การเมืองเป็นเครื่องมือที่สำคัญที่ช่วยแก้ปัญหาและสร้างสรรค์สังคมให้ดีขึ้นได้ แต่ผู้ที่มีอำนาจทางการเมืองจำเป็นจะต้องใช้ธรรมเป็นเกณฑ์ในการทำหน้าที่จะสามารถแก้ปัญหาและสร้างสรรค์สังคมให้ดีขึ้นได้

ผู้วิจารณ์เห็นว่า การเสนอแนวทางในการแก้ปัญหาการฟื้นฟูสู่ภาวะ ยามสังคมวิกฤต แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ การแก้ปัญหาในระดับปัจเจกบุคคล และการแก้ปัญหาในระดับสังคม

การแก้ปัญหาในระดับปัจเจกบุคคลในการแก้ปัญหาการฟื้นฟูสู่ภาวะ ยามสังคมวิกฤต ผู้เขียนได้แนะนำให้ใช้เวลาว่างจากการประกอบสัมมาอาชีพในการแสวงหาความรู้ในการพัฒนาจิตใจ พัฒนาปัญญา เมื่อสังคมเกิดปัญหาจนถึงขั้นวิกฤต อันดับแรกจะต้องตั้งสติ มีสติดี มีสติไม่ขาด เมื่อสติไม่ขาด สมาธิจะเกิดขึ้น ครั้นสมาธิมีกำลังมากขึ้นจนจิตสงบปัญญาก็จะเกิด ขณะที่จิตสงบ เราสามารถจะคิดค้นหรือคิดแก้ปัญหาอย่างใดอย่างหนึ่งได้ผลดีกว่าขณะที่จิตไม่สงบ ถ้าจิตไม่สงบมักจะคิดไม่ออกหรือคิดแก้ปัญหาชีวิตไม่ได้ เรียกตามภาษาพระว่า ปัญญาไม่เกิด เพราะฉะนั้นปัญญาความรู้ความคิดดีๆ จะเกิดขึ้นหลังจากจิตเป็นสมาธิ คนที่จิตมีสมาธิจึงเป็นคนมีเหตุมีผล มีหลักการ มีหลักเกณฑ์ ยึดความถูกต้องมากกว่าความถูกต้องใจ เรียกว่ามีปัญหา ปัญญาที่สามารถนำมาใช้แก้ปัญหาการฟื้นฟูสู่ภาวะ ยามสังคมวิกฤต หมายถึง ปัญญา 3 อย่าง คือ 1) ปัญญาเกิดจากการศึกษาเล่าเรียน การได้ยินได้ฟังมามาก จากประสบการณ์ชีวิต 2) ปัญญาเกิดจากความคิด การใช้วิจารณ์ญาณเรื่องที่พบเห็น 3) ปัญญาเกิดจากการฝึกฝน การฟังบ่อยๆ การทำให้อ่านานาญ หรือการฝึกฝนอบรมจนชำนาญ การทำบ่อยๆ จนเกิดผลปรากฏ เป็นปัญญาความรู้ที่เกิดจากการทดลองหรือผ่านการพิสูจน์มาแล้ว ฉะนั้นเมื่อเกิดปัญหาขึ้นในชีวิตเราจะต้องตั้งสติ แก้ไขปัญหาด้วยปัญญา ปัญหาต่างๆ เราถึงจะผ่านพ้นปัญหาหรือวิกฤตการณ์ต่างๆ ไปได้ การแก้ไขปัญหาระดับปัจเจกบุคคลเป็นสิ่งสำคัญเพราะเป็นฟันเฟืองเล็กๆ ที่สำคัญที่จะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาระดับสังคมได้

ในทัศนะของผู้วิจารณ์เห็นว่า ปัญญาเป็นเครื่องมือจำเป็นที่ใช้ในทุกกระบวนการของการดำเนินชีวิตตั้งแต่เกิดจนตายและเป็นเครื่องมือสูงสุดในการดำเนินทุกๆ กิจกรรมของชีวิตเพื่อให้บรรลุหรือประสบความสำเร็จด้วยดีมีชื่อเรียกบุคคลผู้เข้าถึงและดำเนินชีวิตด้วยปัญญา ปัญญาจึงเปรียบเหมือนแสงสว่างที่ส่องใจให้สว่างสืหาปัญญาเปรียบเหมือนเกราะป้องกันคุ้มครองตนและผู้อื่นได้ (ส.ส. (ไทย) 15/175/45) ปัญญาเป็นสิ่งประเสริฐที่สุดในชีวิตมนุษย์หากแม้ตกอยู่ในภาวะวิกฤตก็สามารถพลิกผันชีวิตให้ประสบความสำเร็จได้ทุกเมื่อผู้มีปัญญามักมองเห็นโอกาสในทุกๆ ปัญหาปัญญาจึงเป็นอุปกรณ์สำคัญในการสร้างเสริมป้องกัน แก้ไข ปัญหาสู่ภาวะของตนเองและครอบครัวให้มีความสุขสบาย ส่วนการแสวงหาความรู้ทาง



ธรรมควรหาโอกาสฟังธรรมตามกาลเพราะจะทำให้เราได้ในสิ่งที่ยังไม่รู้หรือที่รู้แล้วก็จะได้เข้าใจลึกซึ้งยิ่งขึ้นไปคลายความสงสัยที่ค้างใจมานานเป็นการทำความเห็นให้ถูกต้องโดยเฉพาะคำสอนของพระพุทธองค์ ปัญญาจึงเป็นเหมือนแก้วสารพัดนึก (ส.ส. (ไทย) 15/159/50) ปัญญาเปรียบเหมือนแสงสว่างที่ส่องใจให้สว่างไสว (ส.ส. (ไทย) 15/29/8) ปัญญาเปรียบเหมือนเกราะป้องกันคุ้มครองตนและผู้อื่นได้ ปัญญาเป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุดในชีวิตมนุษย์ (ส.ส. (ไทย) 15/203/51) ผู้มีปัญญาย่อมชวนหาสุขภาวะที่ดีในชีวิตได้ หรือหากแม้อยู่ในภาวะวิกฤตก็สามารถพลิกผันชีวิตสร้างเสริม พื้นฟูสุขภาวะให้ได้ทุกเมื่อ และผู้มีปัญญามักมองเห็นโอกาสในทุกๆ สถานะได้

การแก้ปัญหาในระดับสังคมในการแก้ปัญหาการฟื้นฟูสุขภาวะ ยามสังคมวิกฤต ผู้เขียนได้เสนอแนวทางในการแก้ปัญหาโดยการใช้การเมืองที่มีธรรมเป็นเกณฑ์เป็นเครื่องมือในการสร้างสรรค์สังคมให้ดีขึ้น ด้วยเหตุว่าประชาชนทุกคนตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของระบอบการเมืองการปกครองไม่ว่าจะเป็นระบอบเผด็จการ หรือระบอบประชาธิปไตย ย่อมส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของประชาชน อาจดีขึ้นหรือเลวร้ายลง ขึ้นอยู่กับการนำมาใช้ให้สอดคล้องกับวัฒนธรรมและสังคมของประเทศนั้นๆ การเมืองที่มีธรรมเป็นเกณฑ์ ย่อมส่งเสริมการขยายอำนาจรักษาความยุติธรรมและส่งเสริมความเจริญด้านสังคม (ชลาทิพย์ ชัยโคตร, 2560, หน้า 189) เป็นการบริหารจัดการรัฐโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะส่งเสริมให้ก้าวหน้าทั้งด้านประชาชนเป็นรายบุคคลและต่อผลรวมของสังคมปล่อยให้เป็นที่ของเอกชนและครอบครัวให้ความคุ้มครองเสรีภาพของบุคคล ให้ประชาชนมีโอกาสเท่าๆ กัน การใช้การเมืองเป็นเครื่องมือในการแก้ปัญหาสังคมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะของคนในสังคมจึงจะสามารถสร้างสรรค์สุขภาวะทางสังคมที่ดีขึ้นได้ เมื่อปัญหาสังคมได้รับการแก้ไขสุขภาวะของคนในสังคม ทั้งทางด้านสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางด้านจิตใจ สุขภาวะทางด้านสังคม จึงจะดีขึ้นตามลำดับ

การเมืองที่มีธรรมเป็นเกณฑ์สร้างสรรค์สังคมให้ดีขึ้นได้ การเมือง คือ การใช้อำนาจในการจัดสรรทรัพยากรต่างๆ เพื่อสร้างประโยชน์สุขให้แก่ประชาชนในสังคมอย่างเป็นธรรมและทั่วถึง อำนาจในการจัดการหรือบริหาร ในทางการเมืองผู้มีอำนาจได้แก่ประชาชน แต่ประชาชนได้มอบอำนาจให้แก่ผู้ปกครองเมือง โดยเลือกตั้งให้ไปใช้อำนาจแทน มนุษย์มักจะอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม เนื่องจากมนุษย์ต้องพึ่งพาอาศัยกัน เมื่อมนุษย์อยู่รวมกันเป็นสังคม ก็ต้องมีผลประโยชน์ร่วมกัน เป็นต้นว่า อาหาร ทรัพยากรต่างๆ ความมั่นคงปลอดภัย เป็นต้น จึงจำเป็นต้องมีระบบการจัดสรรผลประโยชน์ต่างๆ เหล่านี้ ระบบการจัดสรรผลประโยชน์ต่างๆ ที่มีร่วมกันของคนไทยในสังคม คือ การเมือง สังคมจึงต้องมีการเมือง ครอบคลุมทั้งเรื่องที่มีความสำคัญต่อเราอย่างมาก ฉะนั้นแทนที่เราจะเบื่อการเมือง ไม่สนใจการเมือง เรากลับต้องคิดว่า เราจะทำอย่างไรการเมืองถึงจะดีขึ้น ซึ่งก็คือ เราจะทำอย่างไรกับระบบการจัดสรรผลประโยชน์ในสังคมจึงจะดีขึ้นและเป็นธรรมขึ้น การเมืองเป็นเรื่องที่สามารถสร้างประโยชน์ให้ทั้งแก่ตัวเราเองและสังคมภาพรวมได้อย่างมาก โดยประโยชน์



ในด้านต่างๆ นั้น ได้แก่

(1) การได้รับสิทธิและเสรีภาพในด้านต่างๆ ภายใต้ขอบเขตของกฎหมายอย่างเต็มที่ เช่น สิทธิในการได้รับการคุ้มครองจากรัฐ สิทธิในการได้รับความยุติธรรมตามกระบวนการยุติธรรม เสรีภาพในการแสดงความคิดเห็น เสรีภาพในการประกอบอาชีพอย่างสุจริต เสรีภาพในการรวมตัวเป็นกลุ่มทางการเมือง เป็นต้น

(2) การต่อรองและเรียกร้องสิ่งที่ตนเองต้องการจากรัฐได้ตามขอบเขตที่กฎหมายกำหนด โดยอาจเป็นการเรียกร้องโดยบุคคลหรือกลุ่มบุคคลผ่านองค์กรภาคประชาชนในการดูแลผลประโยชน์ของตนหรือส่วนรวม เช่น องค์กรอิสระที่เป็นตัวแทนผู้บริโภค องค์กรพิทักษ์สิ่งแวดล้อม สหกรณ์ กลุ่มเกษตรกร องค์กรปกป้องสิทธิมนุษยชน เป็นต้น

(3) การสร้างความเสมอภาคในโอกาสแก่ทุกกลุ่มคนในสังคม การเมืองที่เปิดกว้างอย่างแท้จริง ย่อมช่วยให้คนทุกกลุ่มในสังคมมีโอกาสด้านต่างๆ ในชีวิตเยี่ยงคนปกติได้ ไม่ว่าจะเป็นคนพิการ คนกลุ่มน้อย คนยากจน ชนชั้นแรงงาน เป็นต้น โอกาสเหล่านี้แสดงออกในหลายลักษณะ อาทิ การได้รับสิ่งอำนวยความสะดวกอันเป็นสาธารณะจากรัฐ ความเท่าเทียมกันในการรับสมัครเข้าทำงานในองค์กรต่างๆ โดยไม่ถูกกีดกันด้วยเหตุทางกายภาพหรือสถานะทางสังคม รวมทั้งสิทธิในการสมัครรับเลือกตั้งสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรได้ เป็นต้น

(4) การได้รับโอกาสการพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ การเมืองในประเทศที่ให้อำนาจกับประชาชนอย่างแท้จริงจะทำให้ประชาชนมีอำนาจในการต่อรองผลประโยชน์ของตนเองจากรัฐในด้านต่างๆ โดยเฉพาะโอกาสที่จะได้รับการพัฒนาตนเองผ่านการศึกษาอย่างเท่าเทียมกัน

(5) การจัดการงานและกำหนดวิถีทางของท้องถิ่นตนเองได้ การปกครองโดยการกระจายอำนาจสู่ท้องถิ่นย่อมเอื้ออำนวยให้ประชาชนในท้องถิ่นสามารถบริหารจัดการและแก้ไขปัญหาของท้องถิ่นตนเองได้ เพราะประชาชนในท้องถิ่นสามารถจัดสรรทรัพยากรและงบประมาณของท้องถิ่นเพื่อปรับปรุงและพัฒนาท้องถิ่นได้ตรงและสอดคล้องกับความต้องการของตนเอง

(6) การกระจายความเจริญแก่ทุกกลุ่มคนในสังคมอย่างเสมอภาคและยุติธรรม ภายใต้สภาพการเมืองแบบกระจายอำนาจสู่ประชาชน อำนาจการต่อรองที่กระจายตัวอยู่ในทุกส่วนของประเทศย่อมส่งผลให้เกิดการกระจายทรัพยากรของชาติเพื่อสรรสร้างความสำเร็จแก่ประชาชนอย่างเท่าเทียมกันมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นในด้านสาธารณูปโภคต่างๆ เช่น การสร้างถนน ประปา ไฟฟ้า โทรศัพท์ หรือบริการของรัฐทางสาธารณสุข ทางการศึกษา

(7) การช่วยให้ประเทศเกิดการพัฒนาไปในวิถีทางที่ถูกต้องและเหมาะสม การเมืองในระบบการเลือกตั้งที่ประชาชนเลือกตัวแทนของตนเอง โดยประชาชนยินยอมมอบอำนาจที่ตนเองมีอยู่ให้กับตัวแทนของตนเข้าไปทำหน้าที่กำหนดทิศทางการบริหารประเทศ ซึ่งหากตัวแทนของประชาชนมีความตั้งใจที่จะ



เสียสละตนเองเข้าไปทำหน้าที่บริหารประเทศเพื่อสร้างสรรค์ความเจริญให้กับประเทศและความอยู่ดีกินดีของประชาชน ผ่านการจัดสรรทรัพยากรของชาติที่เหมาะสม ก็ย่อมส่งผลให้เกิดอย่างก้าวของการพัฒนาประเทศไปในทางที่ถูกต้อง นำมาซึ่งประโยชน์สุขแก่ประชาชนในประเทศ

(8) การช่วยให้สังคมและประเทศมีความสงบสุข ระบอบการเมืองที่สร้างให้เกิดความเจริญก้าวหน้า และการอยู่ดีกินดีแก่ประชาชนในประเทศอย่างทั่วถึงและเป็นธรรมย่อมเอื้อต่อการดำรงอยู่ด้วยกันอย่างสงบสุขของประชาชนในประเทศ ตรงกันข้ามหากการเมืองสร้างให้เกิดการพัฒนาที่เหลื่อมล้ำระหว่างประโยชน์ของประชาชนในแต่ละกลุ่มก็ย่อมส่งผลให้กลุ่มที่เสียประโยชน์ไม่พอใจ เกิดการรวมตัวกันต่อรอง ต่อต้าน สร้างความขัดแย้งให้เกิดขึ้นในประเทศและนำมาซึ่งความสับสนวุ่นวายในสังคมได้

เรื่องของการเมืองจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญทั้งต่อบุคคล ต่อเศรษฐกิจ และสังคมของประเทศ ทั้งนี้เพราะการเมืองเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับคนทุกคน เพราะมนุษย์เป็นสัตว์การเมือง อีกทั้งการเมืองยังเป็นเรื่องเกี่ยวพันกับอำนาจและการแบ่งปันผลประโยชน์ต่างๆในสังคม ถ้ารัฐใด ประเทศใดมีระบบการเมืองที่ดี มีสถาบันทางการเมืองที่มั่นคง มีนักการเมืองที่มีคุณภาพมีจริยธรรม รัฐนั้น ประเทศนั้นก็จะมีเจริญรุ่งเรือง และพัฒนาก้าวหน้าไปในทิศทางที่ถูกต้อง

ส่วนที่ 3 ปฏิกรรมทำทุกอย่างให้พิน สรุปลงได้ว่า หลักปฏิกรรม คือ หลักการแก้ไข ทำให้กลับคืนดี การเลิกการกระทำที่ชั่ว เลว ผิดพลาด เสียหาย เปลี่ยนหรือหันไปทำกรรมดีแทน หรือเรื่องที่ทำไปขาดตกบกพร่อง ก็ปรับแก้ไขใหม่ให้เต็ม ให้สมบูรณ์ สภาพอ่อนแอที่ร้ายที่สุด คือ อ่อนแอทางปัญญา ถ้าอ่อนแอทางปัญญาแล้วจะทำให้สังคมเกิดปัญหา ต้องทำให้มีความเข้มแข็งทางปัญญา จึงจะทำให้ความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ ความเข้มแข็งทางด้านสังคมจึงจะเกิดขึ้น และสุขภาวะที่ดีในด้านต่างๆ ก็จะเกิดขึ้นตามมา

ผู้วิจารณ์เห็นว่า การนำเสนอแนวทางแก้ปัญห สุขภาวะมีความสอดคล้องกับหลักวิทยาศาสตร์ ในยามเจ็บไข้ได้ป่วยคนไทยมักมีความเชื่อ และกรรมวิธีในการแก้กรรม ผู้เขียนได้เสนอหลักการแก้กรรมที่ไม่ใช่แนวคิดการแก้กรรมที่ได้รับอิทธิพลมาจากการนับถือผี แนวคิดเรื่องโหราศาสตร์ การบูชาเทพเจ้าตามคติพราหมณ์-ฮินดูหรือเทพเจ้าตามคติแบบจีน แต่ผู้เขียนได้นำเสนอแนวทางการแก้ไขปัญห สุขภาวะเพื่อฟื้นฟูสุขภาพของคนในสังคมโดยใช้หลักที่เรียกว่า “ปฏิกรรม” ปฏิกรรมเป็นคำสอนสำคัญส่วนหนึ่งของหลักกรรม คำว่า “ปฏิกรรม” นิยมแปลกันมาในภาษาพระว่า “การทำความดี” ถ้าแปลให้เห็นศัพท์เดิมหรือลือคำเดิม ก็คือ “การแก้กรรม” หมายถึง การแก้ไข การทำให้กลับคืนดี การทำให้ใหม่ให้เปลี่ยนเป็นดีการเลิกละกรรมชั่วหันมาทำกรรมดี หรือการกลับตัว ปฏิกรรมหรือการแก้กรรมเดิมเป็นคำพ้องๆ ที่ใช้ในชีวิตประจำวัน มีความหมายว่า ถ้าอะไรเสียหาย เสื่อมโทรมไป ก็แก้ไขให้กลับคืนดี หรืออะไรที่ทำไปขาดตกบกพร่อง ก็ปรับแก้ไขใหม่ ให้เต็ม ให้สมบูรณ์ การจัดการแก้ไขความผิดพลาดต่างๆ เพื่อพลิกกลับให้เป็นไปในทางที่ดี รวมทั้งการเยียวยาแก้ไขบำบัดโรค ก็เรียกว่าเป็นปฏิกรรมหรือการแก้กรรม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2551, หน้า 191) ปฏิกรรมมีสาระสำคัญ คือ ยอมรับความผิดพลาดที่ได้ทำไปแล้ว ละเลิก



บาปอกุศลหรือการกระทำผิดพลาดเสียหายที่เคยทำนั้น เปลี่ยนไปทำกรรมที่ดีแทน หรือหันกลับจากความชั่วร้าย มาทำความดีงามถูกต้อง ทำกุศลกรรม แก้ไขปรับปรุงตน เปลี่ยนแปรกรรมจากการทำความชั่วมาทำความดี ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่อง เพื่ก้าวขึ้นไปสู่ความถูกต้องสมบูรณ์ หลักปฏิกรรมที่ผู้เขียนนำมาใช้แก้ไขปัญหาสุขภาวะเพื่อฟื้นฟูสุขภาวะ ในยามที่เกิดวิกฤตในสังคมจึงเป็นแนวทางการแก้ไขปัญหที่สอดคล้องกับหลักวิทยาศาสตร์

การฟื้นฟูสุขภาวะโดยหลักปฏิกรรม สุขภาวะของมนุษย์มีความสัมพันธ์เชิงพลวัตกับปัจจัยต่างๆ มากมาย การเปลี่ยนแปลงทางด้านสิ่งแวดล้อมกายภาพ ทางเศรษฐกิจ และสังคม ที่เกิดจากปัญหาทางสังคม จึงส่งผลกระทบต่อสุขภาวะของมนุษย์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ สุขภาวะของคน จะเกิดและมีได้นั้น ย่อมขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆ ได้แก่ (1) ปัจจัยทางชีวภาพ (2) ปัจจัยทางบริการสาธารณสุข และบริการทางการแพทย์ (3) ปัจจัยด้านพฤติกรรม และวิถีชีวิตของคน และ (4) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม

ปัจจุบันสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพของคนไทยนั้น มีเพิ่มขึ้นมากมาย อาทิ สาเหตุทางด้านเศรษฐกิจ สภาพทางสังคม การศึกษา การเมือง สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ พันธุกรรม จิตวิทยาวิถีการดำรงชีวิต ความเจริญทางด้านเทคโนโลยีและพฤติกรรมของคนในชุมชน ล้วนแต่เป็นสาเหตุที่เสี่ยงต่อการเป็นโรคร้ายไข้ และเจ็บ เกิดโรคระบาด มีการกระจายของโรคใหม่ๆ ที่ร้ายแรง (ปริญา จิตอร่าม, 2561, หน้า 65) ปัญหาสุขภาพจิตซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นปัญหาสุขภาวะที่สำคัญในปัจจุบันทั้งสิ้น และมีนักวิชาชีพและนักวิชาการทางด้านสาธารณสุขหลายท่าน กล่าวว่า ปัญหาสุขภาวะส่วนใหญ่ที่เกิดขึ้นนั้นมีความเกี่ยวข้องโดยตรงกับพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนแต่ละคน และการที่จะป้องกันปัญหา ควบคุมปัญหารวมถึงลดความรุนแรงของปัญหา ให้ได้ผลเป็นอย่างดีนั้น ต้องใช้รูปแบบวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละคน

การส่งเสริมการฟื้นฟูสุขภาวะ เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมต่างๆ หลายประการที่มีความเกี่ยวข้องกับสุขของบุคคล ครอบครัว ชุมชนและหน่วยงาน หรือองค์กรที่บุคคลนั้นมีความสัมพันธ์หรือเกี่ยวข้องอยู่ พฤติกรรมที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาวะจะมีความเกี่ยวข้องกับรูปแบบและสภาพการณ์การดำรงชีวิต อันได้แก่ สภาพด้านที่อยู่อาศัย การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การทำงาน สิ่งแวดล้อม ทั้งด้านธรรมชาติ ด้านสังคม รวมทั้งรูปแบบของวิถีการดำเนินชีวิต ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนแล้วแต่เป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาวะที่เป็นสาเหตุของการเจ็บป่วยหรือการตายในปัจจุบันและในอนาคต จะเห็นว่าพฤติกรรมเหล่านี้มีความเกี่ยวข้องโดยตรงกับประชาชนทุกคน ดังนั้นวิธีการที่ดีที่สุดในการป้องกันมิให้ปัญหาทางสุขภาวะต่างๆ

ดังที่กล่าวไว้ข้างต้น การเกิดขึ้นหรือเป็นปัญหาก่อให้เกิดความรุนแรงมากขึ้น ก็คือวิธีการในการส่งเสริมสุขภาพให้แก่ประชาชนเพื่อให้ประชาชนสร้างเสริมสุขภาวะด้วยตนเองได้อย่างถูกต้องต่อเนื่องและเหมาะสมกับประชาชนแต่ละคน



ส่วนที่ 4 วิกฤตศรัทธาคือโอกาสฟื้นฟูสุขภาวะทางปัญญา สรุปได้ว่า ศรัทธาที่สัมปยุตด้วยปัญญา เมื่อเผชิญกับวิกฤติต่างๆ ในสังคม ใจจะมีกำลังเข้มแข็งขึ้นมาทันที เมื่อใจมีพลังเข้มแข็งก็ทำให้ปัญญาเกิด เมื่อมีพลังเข้มแข็งทางปัญญาก็เกิดสุขภาวะทางปัญญา เมื่อเกิดสุขภาวะทางปัญญา สุขภาวะทางจิตใจ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางสังคม ก็จะเกิดขึ้นตามมา

ผู้วิจารณ์เห็นว่า หนังสือฟื้นฟูสุขภาวะ ยามสังคมวิกฤต เป็นหนังสือถอดธรรมกถาของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) โดยการอาราธนาของคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ฉาย ณ โรงพยาบาลศิริราช ในงานประชุมวิชาการ 120 ปี ศิริราช วันที่ 17-21 มีนาคม พ.ศ. 2551 คณะกรรมการชุมนุมพุทธธรรมศิริราช นำโดยแพทย์หญิงจิตวี แก้วพรสวรรค์ แห่งภาควิชาจิตเวช พาทีมงานไปบันทึกภาพวิดิทัศน์ ที่วัดญาณเวศกวัน วันที่ 4 มีนาคม พ.ศ. 2551 ฉะนั้นแล้วในส่วนที่ 4 ภาษาที่เขียนจึงเป็นภาษาพูด เป็นภาษาที่เรียบง่ายไม่มีความสลับซับซ้อน ทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายอ่านแล้วทำให้รู้สึกประหนึ่งว่ากำลังนั่งฟังผู้เขียนแสดงธรรมกถาให้ฟัง อีกทั้งยังมีการยกตัวอย่างจากพระไตรปิฎกมาประกอบจึงทำให้ผู้อ่านเข้าใจชัดเจนมากยิ่งขึ้น ที่สำคัญยังมีปูชนียภาพกับผู้ฟังเสมือนวิธีสอนอย่างหนึ่งของพระพุทธเจ้า โดยทรงเปิดโอกาสให้พระสงฆ์หรือผู้เข้าเฝ้าถามปัญหาได้ โดยคู่สนทนาได้ซักไซ้ไล่เลียงถามจนกระทั่งได้คำตอบที่พอใจ เป็นวิธีการให้ความรู้ตรงแก่ผู้สงสัยในเรื่องนั้นๆ และเป็นการสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองในการเรียนการสอน หรือการสนทนา ที่จะสามารถทำให้ผู้ฟังหรือผู้อ่านบรรเทาความสงสัยลงไปได้

4. สิ่งที่ได้จากการวิจารณ์หนังสือฟื้นฟูสุขภาวะ ยามสังคมวิกฤต

จากการวิจารณ์หนังสือฟื้นฟูสุขภาวะ ยามสังคมวิกฤต พบว่า การใช้ภาษาในการเขียนที่เรียบง่ายในการอธิบายเนื้อหาทางวิชาการทำให้ผู้อ่านเข้าใจเนื้อหาได้ง่ายและเป็นอีกหนึ่งทางเลือกสำหรับผู้อ่านที่ชอบงานเขียนในลักษณะนี้ ผู้เขียนยังใช้กลวิธีในการเขียนที่ทำให้ผู้อ่านได้เล็งเห็นความสำคัญของการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการแก้ปัญหาด้านสุขภาวะ การดำเนินชีวิตด้วยความประมาทและการเมืองที่ไม่มีธรรมเป็นเกณฑ์นำไปสู่วิกฤตการณ์ของมนุษย์และสังคมในปัจจุบัน

ดังนั้น ผู้เขียนจึงนำเสนอว่าการฟื้นฟูสุขภาวะในยามสังคมวิกฤตนอกจากจะต้องเข้าถึงพื้นฐานของสังคมไทย และมีความรู้ความเข้าใจ รู้เท่าทันความเป็นไปของกระแสโลกาภิวัตน์แล้ว หลักพุทธธรรมหรือหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ก็ควรเป็นหลักพื้นฐานในการพัฒนากระบวนการส่งเสริมฟื้นฟู สุขภาวะในสังคมไทย ที่จะสร้างสรรค์ความผสมกลมกลืน และสร้างดุลยภาพแห่งชีวิตของบุคคล ทั้งในด้านพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญา ในขณะที่เดียวกันก็จะเชื่อมโยงชีวิตที่ดำรงเข้ากับธรรมชาติแวดล้อม และสังคมอย่างยั่งยืน

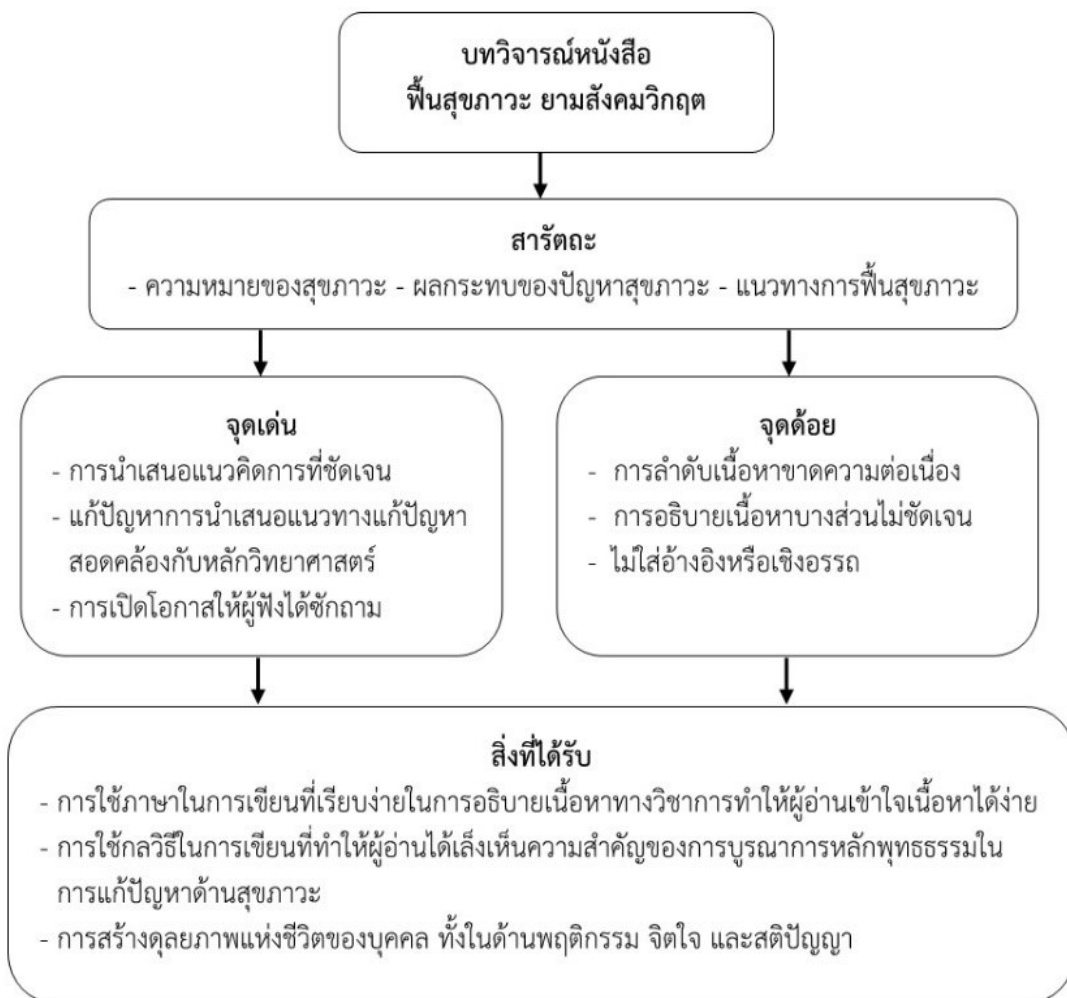


5. สรุป

หนังสือฟื้นฟูสุขภาพะ ยามสังคมวิฤต เป็นงานวรรณกรรมของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) เป็นหนังสือถอดธรรมภาษิตของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) โดยการอาราธนาของคณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ฉาย ณ โรงพยาบาลศิริราช ในงานประชุมวิชาการ 120 ปี ศิริราช วันที่ 17-21 มีนาคม 2551 คณะกรรมการชุมนุมพุทธธรรมศิริราช นำโดย แพทย์หญิงจิตวี แก้วพรสวรรค์ แห่งภาควิชาจิตเวช พาทีมงานไปบันทึกภาพวิดีโอที่วัดญาณเวศกวัน วันที่ 4 มีนาคม 2551 มีสาระตะ ในการชี้แนะแนวทางการวางตนและการดำเนินชีวิตให้มีความสุขในสถานการณ์ที่สังคมเกิดวิกฤติการณ์ ต่างๆ หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่จัดอยู่ในประเภทวรรณกรรมร้อยแก้ว ประเภทวรรณกรรมสารคดีวิชาการ หนังสือเล่มนี้มีจุดเด่นในเรื่องการนำเสนอแนวคิดการแก้ปัญหาที่ชัดเจน การนำเสนอแนวทางแก้ปัญหา สอดคล้องกับหลักวิทยาศาสตร์ และการเปิดโอกาสให้ผู้ฟังได้ซักถาม ในส่วนของจุดด้อยคือการลำดับเนื้อหา ขาดความต่อเนื่องและอธิบายเนื้อหาบางส่วนไม่ชัดเจน และการไม่ใส่อ้างอิงหรือเชิงอรรถ ผู้วิจารณ์เห็น ด้วยกับผู้เขียนในประเด็นการดำเนินชีวิตด้วยปัญญา การฟื้นฟูสุขภาพะโดยหลักปฏิกรรม และการเมืองที่ มีธรรมเป็นเกณฑ์สร้างสรรค์สังคมให้ดีขึ้นได้ หนังสือฟื้นฟูสุขภาพะ ยามสังคมวิฤต เป็นหนังสือที่ใช้ภาษาที่ เรียบง่ายในการอธิบายเนื้อหาทางวิชาการจึงเป็นอีกหนึ่งทางเลือกสำหรับผู้อ่าน และผู้เขียนยังใช้กลวิธีใน การเขียนซึ่งทำให้ผู้อ่านเล็งเห็นความสำคัญในการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการแก้ไขฟื้นฟูสุขภาพะใน ยามที่สังคมเกิดวิกฤติอีกด้วย

6. องค์ความรู้ที่ได้รับ

บทวิจารณ์หนังสือเล่มนี้กล่าวถึงฟื้นฟูสุขภาพะ ยามสังคมวิฤต ความหมายคือสุขภาพะ สุขภาพะ เจริญสมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิตให้ผ่านวิกฤตทางสังคมที่มีความขัดแย้งทางด้านความคิดทางการเมืองจน เกิดการชุมนุมเพื่อประชาธิปไตย ความวิกฤติความที่รุนแรงนี้นำไปสู่การละเมิดสิทธิมนุษยชนในพื้นที่ระบบ เศรษฐกิจพิเศษมีผลกระทบในวงกว้าง หนังสือได้นำเสนอปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพะของคนในสังคม และแนวทางการพัฒนากระบวนการส่งเสริม การฟื้นฟูสุขภาพะและเพื่อสร้างคุณภาพแห่งชีวิตของบุคคล ทั้งในด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านสติปัญญา รวมทั้งการใช้ภาษาในการเขียนที่เรียบง่ายในการอธิบาย เนื้อหาทางวิชาการทำให้ผู้อ่านเข้าใจเนื้อหาได้ง่าย การใช้กลวิธีในการเขียนที่ทำให้ผู้อ่านได้เล็งเห็นความ สำคัญของการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการแก้ปัญหาด้านสุขภาพะและการสร้างคุณภาพแห่งชีวิตของ บุคคล ทั้งในด้านพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญา ดังภาพประกอบ



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้รับ

เอกสารอ้างอิง

- ชลาทิพย์ ชัยโคตร. (2560). *ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับรัฐศาสตร์*. อุตรธานี: ภาคอีสานการพิมพ์ (999).
- ปริญญญา จิตอร่าม. (2561). สุขภาวะกับการเรียนรู้ตลอดชีวิต. *วารสารสาธารณสุขและวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 1(2), 65-68.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: เอส.อาร์.พรินติ้ง แมส โปรดักส์.



_____. (2551). *ฟื้นฟูสุขภาพ ยามสังคมวิกฤต*. กรุงเทพฯ: พิมพ์สวย.

พระไพศาล วิสาโล. (2552). *สุขแท้ด้วยปัญญา วิถีสู่สุขภาพทางปัญญา*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

