# ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต

# The Philosophy of Moderate Postmodernism and the Development of Quality of Life

ชิสา กันยาวิริยะ[1] และ สิรินทร์ กันยาวิริยะ[2]

Chisa Gunyaviriya[1] and Sirin Gunyaviriya[2]

[1,2]สาขาวิชาปรัชญาและจริยศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

[1,2]Philosophy and Ethics Program, Graduate School, Suan Sunandha Rajabhat University

Corresponding author, e-mail: [1]chisa.gu@ssru.ac.th

[2]sirin.cnt@hotmail.com

**Received:** May 7, 2025; **Revised:** May 30, 2025; **Accepted:** May 31, 2025

## บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) วิเคราะห์แนวคิดและหลักการของปรัชญาหลังนวยุคสายกลางที่ส่งผลต่อความเข้าใจเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตในบริบทร่วมสมัย 2) สังเคราะห์แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตบนฐานของกระบวนทัศน์หลังนวยุคสายกลาง และ 3) เสนอกรอบแนวคิดเชิงประยุกต์เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างเป็นระบบและยั่งยืน การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสารทุติยภูมิ ทั้งงานวิจัย บทความ หนังสือ และคัมภีร์ทางศาสนา และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์เอกสาร และการตีความเชิงปรัชญา ผลการวิจัยพบว่า 1) ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางเป็นการประสานจุดแข็งของแนวคิดนวยุคและหลังนวยุค โดยไม่ยึดถือสุดขั้ว 2) หากเน้นการสร้างดุลยภาพระหว่างเหตุผลกับประสบการณ์ ความจริงกับความหมาย ความรู้กับความสัมพันธ์ ซึ่งสามารถนำมาใช้เป็นฐานแนวคิดสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างรอบด้าน 3) ผลการสังเคราะห์เสนอกรอบ “พลัง 4” ได้แก่ พลังสร้างสรรค์ พลังปรับตัว พลังร่วมมือ และพลังแสวงหา ซึ่งเป็นกลไกภายในที่เสริมสร้างสุขภาวะองค์รวมของมนุษย์ในมิติต่าง ๆ ทั้งระดับปัจเจก ความสัมพันธ์ และจิตวิญญาณ องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัยครั้งนี้คือการเสนอ MODERATE Model ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบ 8 ประการ ได้แก่ Middle-path Philosophy, Open-ended Pluralism, Dynamic Forces, Embodied Integration, Reflexivity, Appreciation, Transformation และ Ethical Grounding โดยมีเป้าหมายเพื่อบูรณาการปรัชญาเข้ากับชีวิตจริง อำนวยให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ลึกซึ้งและยั่งยืน

**คำสำคัญ**: ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง, การพัฒนา, คุณภาพชีวิต

## Abstract

This research article aimed to (1) analyze the concepts and principles of the moderate postmodern philosophy that influence the contemporary understanding of quality of life, (2) synthesize approaches to quality of life development based on the moderate postmodern paradigm, and (3) propose an applied conceptual framework for systematic and sustainable quality of life development. A qualitative methodology was employed through documentary analysis and philosophical hermeneutics, using secondary data from theoretical, conceptual, and experiential sources. The results revealed that the moderate postmodern philosophy integrated the strengths of both modernism and postmodernism without adopting either extreme. It emphasized the balance between reason and experience, truth and meaning, and knowledge and relationships. This balance provided a comprehensive foundation for the development of quality of life. The synthesis yielded the “Four Powers” framework, consisting of Creative Power, Adaptive Power, Collaborative Power, and Explorative Power, which served as inner mechanisms that enhance holistic human well-being across individual, relational, and spiritual dimensions. The new body of knowledge developed from this study was the MODERATE Model, which comprised eight components: Middle-path Philosophy, Open-ended Pluralism, Dynamic Forces, Embodied Integration, Reflexivity, Appreciation, Transformation, and Ethical Grounding. The model was designed to integrate philosophical thought into real life, fostering a deep and sustainable development of quality of life.

**Keywords :** Moderate Postmodernism, Development, Quality of Life

## บทนำ

ในโลกยุคปัจจุบันที่เต็มไปด้วยความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และเทคโนโลยี ส่งผลให้มนุษย์ต้องเผชิญกับความท้าทายในการดำรงชีวิตในระดับที่ลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น การแสวงหาแนวทางเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตจึงกลายเป็นประเด็นสำคัญของทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน และภาควิชาการ อย่างไรก็ตาม ความพยายามดังกล่าวในบางครั้งกลับยังตกอยู่ภายใต้กรอบคิดแบบนวยุค (Modernism) ซึ่งมุ่งเน้นการแก้ปัญหาด้วยเหตุผลแบบวิทยาศาสตร์และตัวชี้วัดเชิงปริมาณที่ตายตัว จนละเลยมิติของคุณค่าภายใน อัตลักษณ์เฉพาะของแต่ละบุคคล และบริบทเชิงวัฒนธรรมอันหลากหลาย (Lyotard, 1984)

กระแสคิดของปรัชญาหลังนวยุค (Postmodern Philosophy) จึงได้เข้ามาท้าทายและเสนอแนวทางใหม่ที่เน้นความหลากหลาย การยอมรับความสัมพันธ์เชิงพลวัตของความรู้ และการวิพากษ์โครงสร้างอำนาจดั้งเดิม (Foucault, 1972; Derrida, 1978) อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาจากบริบทของสังคมไทยและเป้าหมายของการพัฒนาคุณภาพชีวิตในระดับปัจเจกและส่วนรวม จะพบว่าการใช้แนวคิดหลังนวยุคในเชิงสุดขั้วอาจไม่สอดคล้องกับลักษณะของสังคมไทยที่ยังต้องการ "จุดร่วม" เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างกลมกลืน

ด้วยเหตุนี้ จึงเกิดแนวทางใหม่ที่เรียกว่า "ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง" (Moderate Postmodern Philosophy) ซึ่งเสนอการประสานจุดแข็งระหว่างกระบวนทัศน์นวยุคและหลังนวยุค โดยไม่ยึดติดกับอุดมการณ์ใดอุดมการณ์หนึ่งแบบสุดขั้ว หากแต่เน้นการตีความอย่างมีวิจารณญาณ การแสวงหาจุดร่วม สงวนจุดต่าง และการมองแบบองค์รวม (ชัยโรจน์ นพเฉลิมโรจน์, 2565; เมธา หริมเทพาธิป, 2563)

แนวคิดปรัชญาหลังนวยุคสายกลางถูกพัฒนาขึ้นบนฐานของ “กระบวนทรรศน์ 5” และ “พลัง 4” ได้แก่ พลังสร้างสรรค์ พลังปรับตัว พลังร่วมมือ และพลังแสวงหา ซึ่งเชื่อมโยงกับแนวคิดเรื่องสัญชาตญาณปัญญา (เมธา หริมเทพาธิป, 2561) โดยมีเป้าหมายสำคัญคือ การพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ในทุกมิติทั้งทางกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ (สุดธินีย์ ทองจันทร์ และคณะ, 2563)

งานวิจัยหลายชิ้นแสดงให้เห็นว่า การประยุกต์ใช้ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางสามารถสร้างคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนได้จริง ไม่ว่าจะในมิติของการบริหารตน (ชิสา กันยาวิริยะ และคณะ , 2565) การบริหารคน (สิรินทร์ กันยาวิริยะ และคณะ, 2565) การบริหารธุรกิจครอบครัว (พจนา มาโนช, 2566) หรือการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ป่วย (สุดธินีย์ ทองจันทร์ และคณะ, 2563) ทั้งนี้เพราะหลักคิดดังกล่าวเปิดโอกาสให้เกิดการปรับใช้ตามบริบทอย่างมีวิจารณญาณ ไม่ยึดติดกับสูตรสำเร็จ และให้ความสำคัญกับการฟัง ความสัมพันธ์ และคุณธรรมร่วม

จากประเด็นดังกล่าว บทความวิจัยฉบับนี้มีเป้าหมายเพื่อวิเคราะห์หลักการ วิธีการ และเป้าหมายของปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง ตลอดจนสังเคราะห์แนวทางที่เหมาะสมต่อการประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งในระดับปัจเจกและสังคม เพื่อเปิดพื้นที่ให้ปรัชญามีบทบาทในชีวิตจริงอย่างมีนัยสำคัญ

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. วิเคราะห์แนวคิดและหลักการของปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง ที่มีผลต่อการสร้างความเข้าใจใหม่เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตในบริบทร่วมสมัย

2. สังเคราะห์แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต ที่ตั้งอยู่บนฐานของกระบวนทัศน์หลังนวยุคสายกลาง โดยเฉพาะในด้านการสร้างสรรค์ ปรับตัว ร่วมมือ และแสวงหาความหมายอย่างมีวิจารณญาณ

3. เสนอกรอบแนวคิดหรือรูปแบบการประยุกต์ใช้ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของปัจเจกบุคคลและสังคมอย่างเป็นระบบและยั่งยืน

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต” นี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยอาศัยแนวทางการวิจัยเชิงปรัชญา (Philosophical Inquiry) ร่วมกับการวิเคราะห์เอกสาร (Documentary Analysis) และการตีความเชิงปรัชญา (Philosophical Hermeneutics) ซึ่งมุ่งเน้นการสังเคราะห์องค์ความรู้จากแหล่งข้อมูลทุติยภูมิ เพื่อสร้างความเข้าใจเชิงลึกเกี่ยวกับแนวคิด “ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง” และศักยภาพของแนวคิดดังกล่าวในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในมิติที่หลากหลาย ทั้งในระดับปัจเจก บุคคล ชุมชน และสังคม

**1. แหล่งข้อมูล**

ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นข้อมูลทุติยภูมิ ประกอบด้วย

- งานวิจัยและบทความวิชาการทั้งในประเทศและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดปรัชญาหลังนวยุค แนวคิดสายกลาง คุณภาพชีวิต และการพัฒนาเชิงจิตวิญญาณ
- คัมภีร์ทางศาสนา เช่น พระไตรปิฎก หรือคัมภีร์อื่น ๆ ที่สะท้อนแนวคิดเชิงปรัชญาและจริยศาสตร์
- หนังสือ บทความ ตำรา ทฤษฎี และข้อเขียนจากนักคิดหลังนวยุค เช่น Jean-François Lyotard, Michel Foucault, Jacques Derrida รวมทั้งนักคิดไทยร่วมสมัยที่เชื่อมโยงแนวคิดเหล่านี้กับบริบทไทย เช่น เมธา หริมเทพาธิป และ ชัยโรจน์ นพเฉลิมโรจน์

**2. กระบวนการวิเคราะห์ข้อมูล**

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้กระบวนการแบบมีระบบตามแนวทางของการวิจัยเชิงคุณภาพ ดังนี้

**2.1 การวิเคราะห์เอกสาร (Documentary Analysis)**

ศึกษาข้อมูลจากเอกสารตามเกณฑ์การพิจารณา 3 ประการ ได้แก่

**- เนื้อหา (Content)** พิจารณาเนื้อหาสาระที่เกี่ยวข้องกับแก่นของปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง

**- บริบท (Context)** วิเคราะห์บริบทของแนวคิด ความเป็นมา และการนำไปใช้

**- จุดมุ่งหมาย (Intent)** พิจารณาวัตถุประสงค์ของผู้เขียนหรือนักคิด เพื่อทำความเข้าใจแนวโน้มทางความคิดและเป้าหมายของแนวคิดนั้น ๆ

**2.2 การตีความเชิงปรัชญา (Philosophical Hermeneutics)**

นำข้อมูลจากการวิเคราะห์มาทำการตีความอย่างลึกซึ้ง โดยใช้แนวทางของนักปรัชญาเชิงตีความ เช่น Hans-Georg Gadamer ที่เน้นความสัมพันธ์ระหว่าง “ผู้ตีความ” กับ “ตัวบท” ผ่านประสบการณ์ภายในของผู้วิจัย

- วิเคราะห์ความหมายในเชิงปรัชญาอย่างลุ่มลึก
- ตั้งคำถามเชิงวิพากษ์เพื่อตรวจสอบสมมติฐานหรือข้อเสนอในแต่ละแนวคิด
- เปรียบเทียบความสอดคล้อง/ความต่างระหว่างแนวคิดหลังนวยุคกับแนวทางสายกลางในบริบทไทย

**3. การสังเคราะห์แนวคิด**

เมื่อได้ผลจากการวิเคราะห์และตีความแล้ว จะดำเนินการสังเคราะห์เพื่อสร้างกรอบแนวคิด (Conceptual Framework) ที่อธิบายความสัมพันธ์ระหว่าง “ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง” กับ “การพัฒนาคุณภาพชีวิต” จากนั้น เสนอแนวทางการประยุกต์ใช้แนวคิดนี้ในระดับปัจเจกและสังคม โดยเน้นความยืดหยุ่น ความหลากหลาย และความหมายเชิงคุณค่า

## ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์แนวคิดและหลักการของปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง พบว่า แนวคิด “ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง” คือการประสานจุดแข็งระหว่างกระบวนทัศน์นวยุค (modernism) กับกระบวนทัศน์หลังนวยุค (postmodernism) โดยหลีกเลี่ยงความสุดโต่งของทั้งสองฝ่าย กล่าวคือ มิได้ปฏิเสธระเบียบ ความมีเหตุผล และความเป็นระบบของนวยุค แต่ก็ไม่ตกอยู่ภายใต้อำนาจของเรื่องเล่าใหญ่หรือระบบที่ตายตัว หากเปิดพื้นที่ให้ความหลากหลาย อัตลักษณ์เฉพาะ การเปลี่ยนแปลง และความหมายเชิงประสบการณ์เข้ามามีบทบาทในกระบวนการสร้างความรู้และการดำเนินชีวิต

หัวใจสำคัญของปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง คือ (1) การไม่ยึดมั่นถือมั่นกับกรอบคิดใดกรอบคิดหนึ่ง (non-absolutism) (2) การแสวงหาจุดร่วม สงวนจุดต่าง (pluralism with harmony) (3) การกลับมาตีความแนวคิดเก่า ๆ ด้วยสายตาใหม่ (rereading all) (4) การมองอย่างองค์รวมไม่แยกส่วน (holistic thinking) และ (5) การใช้กระบวนการวิเคราะห์ วิจักษ์ และวิธาน (analysis–appreciation–application) เพื่อเชื่อมโยงความคิดสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงปฏิบัติ

2. ผลการสังเคราะห์แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง พบว่า แนวคิดปรัชญาหลังนวยุคสายกลางสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผ่านกรอบความคิดที่เรียกว่า “พลัง 4 ประการ” ได้แก่

- พลังสร้างสรรค์ คือ การกล้าคิดใหม่ เปิดรับประสบการณ์และองค์ความรู้จากแหล่งที่หลากหลาย โดยไม่ปิดกั้นตนเอง
- พลังปรับตัว คือ การปรับความคิดและพฤติกรรมอย่างยืดหยุ่น ตามบริบทที่เปลี่ยนแปลงโดยไม่ละทิ้งหลักคุณค่า
- พลังร่วมมือ คือ การดำรงอยู่ร่วมกันอย่างให้เกียรติ เข้าใจ และเคารพในความต่าง
- พลังแสวงหา คือ การมุ่งค้นหาความหมายของชีวิตอย่างลึกซึ้ง โดยไม่หยุดนิ่งในนิยามตายตัว

แนวทางเหล่านี้ชี้ให้เห็นว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตมิใช่เพียงการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าหรือการตอบสนองความต้องการทางวัตถุเท่านั้น หากแต่คือการส่งเสริมศักยภาพภายใน การมีวิจารณญาณ การตั้งคำถามต่อโลก และการมองเห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ท่ามกลางโลกที่ไม่แน่นอน

3. กรอบแนวคิดเชิงประยุกต์เพื่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน พบว่า จากการวิเคราะห์และสังเคราะห์ผลการวิจัย ผู้วิจัยได้จัดทำกรอบแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงปรัชญาหลังนวยุคสายกลางไว้ในลักษณะองค์รวม โดยมีองค์ประกอบ 3 ระดับหลัก ได้แก่

- ระดับปัจเจกบุคคล (Individual Level) เน้นการพัฒนาความเข้าใจตนเอง การไม่ตัดสินตนหรือผู้อื่นแบบตายตัว การกล้าเปลี่ยนแปลงตนเอง และการอยู่กับปัจจุบันอย่างมีสติ

- ระดับความสัมพันธ์ทางสังคม (Relational Level) ส่งเสริมความเข้าใจระหว่างกัน ความเคารพความหลากหลาย การอยู่ร่วมกันโดยไม่ครอบงำ และการแสวงหาความร่วมมืออย่างสร้างสรรค์

- ระดับจิตวิญญาณและความหมายของชีวิต (Existential Level) พัฒนาแนวโน้มทางจิตใจที่เปิดกว้าง พร้อมแสวงหาความหมายในความไม่สมบูรณ์แบบของชีวิต โดยยอมรับความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรมชาติ

กรอบแนวคิดนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในด้านต่าง ๆ เช่น การศึกษา การพัฒนาผู้นำ การจัดการองค์กร และการส่งเสริมสุขภาวะภายใน โดยให้ความสำคัญกับ การฟัง ความเข้าใจ ความสัมพันธ์ และการเคารพชีวิต ในทุกระดับอย่างลึกซึ้ง

## อภิปรายผลการวิจัย

**1. หลักการของปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง**

ผลการวิจัยที่พบว่า "ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง" เป็นการประสานจุดแข็งของแนวคิดนวยุคและหลังนวยุค โดยไม่ยึดถือแนวทางใดอย่างสุดขั้วนั้น สอดคล้องกับแนวคิดของ Jean-François Lyotard (1984) ที่เสนอว่า โลกยุคหลังนวยุคคือโลกที่ไม่อาจมี “เรื่องเล่าใหญ่” (grand narrative) เพียงหนึ่งเดียวอีกต่อไป ความจริงไม่ได้มีเพียงหนึ่งเดียว หากแต่กระจายอยู่ในเรื่องเล่าหลายชุด ขึ้นอยู่กับบริบทและประสบการณ์เฉพาะของผู้คนในสังคม

อย่างไรก็ตาม การปฏิเสธระบบความคิดเชิงสากลแบบนวยุคโดยสิ้นเชิงก็อาจนำไปสู่ภาวะอนาธิปไตยทางความรู้ ซึ่ง Michel Foucault (1972) เองก็เตือนว่าอำนาจแฝงอยู่ในความรู้ และการต่อต้านโดยไร้กรอบอ้างอิงอาจกลายเป็นเครื่องมือของอำนาจใหม่ที่กลบเกลื่อนความจริงอีกเช่นกัน

ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางจึงเสนอ “ทางสายกลางเชิงแนวคิด” ที่อิงการวิพากษ์อย่างมีทิศทาง โดยมิได้ปฏิเสธเหตุผลแบบนวยุค หากแต่นำมาใช้ร่วมกับความเข้าใจทางอารมณ์ ประสบการณ์ และวัฒนธรรมเฉพาะ (เมธา หริมเทพาธิป, 2563) ซึ่งมีความสอดคล้องกับแนวทาง “hermeneutics of suspicion” ของ Paul Ricoeur (1970) ที่เชื่อว่าการตีความควรตั้งอยู่บนฐานของความสงสัยต่ออำนาจ แต่ต้องใช้เหตุผลเพื่อตั้งคำถามอย่างสร้างสรรค์ ไม่ใช่เพียงเพื่อทำลาย

**2. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง**

ผลการสังเคราะห์ที่เสนอกรอบ “พลัง 4 ประการ” ได้แก่ พลังสร้างสรรค์ พลังปรับตัว พลังร่วมมือ และพลังแสวงหา นั้นสะท้อนถึงแนวคิดแบบองค์รวมที่สอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของ Amartya Sen (1999) ที่เสนอว่า “freedom to achieve well-being” คือแก่นแท้ของคุณภาพชีวิต มิใช่เพียงทรัพยากรหรือสภาพแวดล้อม หากคือความสามารถในการเลือกวิถีชีวิตที่มีคุณค่า

พลังสร้างสรรค์ (Creative Power) แสดงถึงความสามารถในการคิดใหม่ ทำใหม่ ซึ่งตรงกับแนวคิดของ Carl Rogers (1961) ที่เชื่อว่ามนุษย์มี “tendency toward actualization” หรือแนวโน้มตามธรรมชาติที่จะพัฒนาศักยภาพภายใน

พลังปรับตัว (Adaptive Power) มีความคล้ายคลึงกับความสามารถในการ “resilience” หรือความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Coutu, 2002) ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญในโลกที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

พลังร่วมมือ (Collaborative Power) ตรงกับแนวคิดของ Martin Buber (1937) ที่เสนอความสัมพันธ์แบบ “I–Thou” ซึ่งเคารพผู้อื่นในฐานะที่เป็นมนุษย์อย่างสมบูรณ์ มิใช่เพียงปัจจัยทางเศรษฐกิจหรือเครื่องมือของระบบ

และพลังแสวงหา (Explorative Power) สอดคล้องกับแนวคิดของ Viktor Frankl (1963) ที่เสนอว่า แก่นของชีวิตคือการแสวงหาความหมาย (will to meaning) ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้แม้ท่ามกลางความทุกข์ ความไม่แน่นอน หรือความไร้ระเบียบ

กรอบ “พลัง 4” ดังกล่าวจึงมิใช่เพียงกรอบทฤษฎี หากเป็นกลไกภายในที่ส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตอย่างลึกซึ้งและยั่งยืน ผ่านการเปิดใจ ยอมรับความหลากหลาย และใช้ชีวิตอย่างมีความหมายโดยไม่ยึดติดกับอุดมการณ์แข็งตัวใด ๆ

**3. กรอบแนวคิดเชิงประยุกต์เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต**

ผลการวิจัยที่เสนอกรอบแนวคิด 3 ระดับ คือ ระดับปัจเจกบุคคล ความสัมพันธ์ทางสังคม และระดับจิตวิญญาณ แสดงให้เห็นถึงการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวม (integral development) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด “well-being ecology” ของ Otto Scharmer (2018) ในทฤษฎี U ที่เชื่อว่าคุณภาพชีวิตของมนุษย์เกี่ยวข้องกับ 3 พื้นที่ภายใน ได้แก่ การรู้จักตนเอง ความสัมพันธ์กับผู้อื่น และความรู้สึกเชื่อมโยงกับโลกทั้งผอง

ในระดับปัจเจก แนวคิด “self-awareness” และ “self-compassion” ของ Kristin Neff (2003) ช่วยสนับสนุนว่า คุณภาพชีวิตเริ่มต้นจากการเข้าใจตนเอง และยอมรับความไม่สมบูรณ์ของชีวิตด้วยเมตตาธรรม

ในระดับความสัมพันธ์ การเคารพและยอมรับความหลากหลายอย่างมีวิจารณญาณตรงกับแนวคิดของ Habermas (1984) ว่าด้วย “การสื่อสารอย่างเป็นธรรม” (communicative action) ซึ่งเน้นการฟังเพื่อเข้าใจ มิใช่เพื่อเอาชนะ

ในระดับจิตวิญญาณ การแสวงหาความหมายของชีวิตสะท้อนแนวคิดทางจิตบำบัดเชิงอัตถิภาวนิยม (existential psychotherapy) ที่ชี้ว่า ความหมายคือองค์ประกอบที่ไม่อาจละเลยได้ของความเป็นมนุษย์

## องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ MODERATE Model ประกอบด้วย

| | | | |
|---|---|---|---|
| M | ย่อมาจาก Middle-path Philosophy | หมายถึง | ความสมดุลทางความคิด |
| O | ย่อมาจาก Open-ended Pluralism | หมายถึง | เคารพความหลากหลาย |
| D | ย่อมาจาก Dynamic Forces | หมายถึง | พลัง 4 แห่งการพัฒนา |
| E | ย่อมาจาก Embodied Integration | หมายถึง | การบูรณาการชีวิตจริง |
| R | ย่อมาจาก Reflexivity | หมายถึง | การไตร่ตรองเชิงปรัชญา |
| A | ย่อมาจาก Appreciation | หมายถึง | การมองเห็นคุณค่าใหม่ |
| T | ย่อมาจาก Transformation | หมายถึง | การเปลี่ยนผ่านสู่ความหมาย |
| E | ย่อมาจาก Ethical Grounding | หมายถึง | ยึดมั่นในคุณธรรมร่วมมนุษย์ |

ซึ่งสามารถแสดงเป็นแผนภาพได้ดังนี้

**แผนภาพที่ 1** MODERATE Model

จากแผนภาพที่ 1 MODERATE Model สามารถธิบายได้ว่า

**M – Middle-path Philosophy (ความสมดุลทางความคิด)** หมายถึง การยึดแนวคิดทางสายกลางในเชิงปรัชญา ซึ่งไม่สุดโต่งไปทางใดทางหนึ่ง เช่น ไม่เคร่งครัดกับกรอบเหตุผลแบบนวยุคจนอัตวิสัยหายไป และไม่ตกอยู่กับการปฏิเสธทุกอย่างแบบหลังนวยุคสุดขั้ว หากแสวงหาจุดสมดุลระหว่าง “โครงสร้าง” และ “เสรีภาพ” ระหว่าง “ความรู้” และ “ประสบการณ์” อย่างมีวิจารณญาณ โดยอิงแนวคิดเช่น ของ Lyotard (1984) และหลักมัชฌิมาปฏิปทาในพุทธปรัชญา

**O – Open-ended Pluralism (เคารพความหลากหลาย)** หมายถึง การยอมรับความหลากหลายของความคิด ประสบการณ์ ชาติพันธุ์ ศาสนา และวิถีชีวิต โดยไม่พยายามรวมเป็นหนึ่งเดียว (non-totalizing) แต่เปิดกว้างให้เกิดการเรียนรู้ข้ามวัฒนธรรม ข้ามมุมมอง อิงแนวคิดของ Gadamer (1975) ว่าด้วย “การหลอมรวมขอบฟ้า” (fusion of horizons) ซึ่งเน้นการฟังอย่างลึกซึ้งโดยไม่ปิดตัวตน

**D – Dynamic Forces (พลัง 4 แห่งการพัฒนา)** หมายถึง พลังภายในของมนุษย์ที่ขับเคลื่อนคุณภาพชีวิตตามแนวคิดปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง ซึ่งประกอบด้วย

- พลังสร้างสรรค์ คือ กล้าคิดใหม่ ทำใหม่
- พลังปรับตัว คือปรับตัวอย่างยืดหยุ่น
- พลังร่วมมือ คือ เชื่อมโยงกับผู้อื่นอย่างเคารพ
- พลังแสวงหา คือ แสวงหาความหมายของชีวิต

**E – Embodied Integration (การบูรณาการชีวิตจริง)** หมายถึง การนำแนวคิดมาใช้กับชีวิตจริงในทุกระดับ ได้แก่ ระดับตนเอง (self-awareness), ความสัมพันธ์ (relationships), และความหมายของชีวิต (existential meaning) โดยมุ่งหวังให้ปรัชญาไม่อยู่เพียงในระดับนามธรรม แต่แทรกซึมในวิถีชีวิตประจำวัน

**R – Reflexivity (การไตร่ตรองเชิงปรัชญา)** หมายถึง การตั้งคำถามต่อความเชื่อ ความคิด ความจริง และการกระทำของตนเองอย่างลึกซึ้ง เพื่อเปิดทางให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ การรู้จักตนแบบวิภาษวิธี

**A – Appreciation (การมองเห็นคุณค่าใหม่)** หมายถึง การเปลี่ยนมุมมองจากการตัดสิน (judgement) ไปสู่การมองเห็นคุณค่าซ่อนเร้นในประสบการณ์ แม้ในสิ่งที่ขัดแย้งหรือไม่สมบูรณ์แบบ โดยใช้กรอบ “วิจักษ์” (Appreciation) เพื่อค้นหา “พรแฝง” (hidden value) สอดคล้องกับแนวคิด appreciative inquiry (Cooperrider, 1995) และหลักพรหมวิหารในพุทธศาสนา เช่น มุทิตาและอุเบกขา

**T – Transformation (การเปลี่ยนผ่านสู่ความหมาย)** หมายถึง การเปลี่ยนแปลงเชิงคุณภาพของชีวิต จากภาวะการดำรงอยู่แบบ “เอาตัวรอด” ไปสู่ภาวะ “เข้าใจชีวิต” และ “สร้างคุณค่าร่วม” โดยเน้นความเปลี่ยนแปลงจากภายใน ไม่ใช่เพียงการปรับตัวภายนอก เช่น จากการบริโภคสู่การรู้คุณ

**E – Ethical Grounding (ยึดมั่นในคุณธรรมร่วมมนุษย์)** หมายถึง การตั้งอยู่บนรากฐานของ “คุณธรรมสากล” ที่ไม่ขึ้นกับศาสนาหรืออุดมการณ์ เช่น ความเมตตา ความกรุณา ความยุติธรรม ความซื่อสัตย์ และการไม่เบียดเบียน (universal ethics) โดยไม่เคร่งครัดแบบกฎ แต่เป็นจริยธรรมที่เกิดจากการตระหนักรู้และมีสำนึก (moral awareness)

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 ส่งเสริมการบูรณาการแนวคิดปรัชญาหลังนวยุคสายกลางในการกำหนดนโยบายพัฒนาคุณภาพชีวิต ภาครัฐควรพิจารณานำแนวคิดปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง ซึ่งเน้นความสมดุล ความหลากหลาย และการมีส่วนร่วม มาใช้ในการออกแบบนโยบายพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยเฉพาะในบริบทที่มีความซับซ้อนและหลากหลายของประชากร เช่น นโยบายด้านสุขภาวะ จิตวิญญาณ การศึกษา และการบริหารชุมชน

1.2 ส่งเสริมกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตแบบองค์รวมผ่านพลัง 4 ประการ (Dynamic Forces) หน่วยงานด้านสุขภาพ การศึกษา และการพัฒนาสังคม ควรใช้กรอบ “พลังสร้างสรรค์–ปรับตัว–ร่วมมือ–แสวงหา” เพื่อออกแบบกิจกรรมหรือหลักสูตรที่พัฒนาทั้งด้านกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณของประชาชน โดยเน้นการมีส่วนร่วมและการเรียนรู้จากภายใน

1.3 พัฒนาบุคลากรภาครัฐให้มีความรู้ความเข้าใจด้านการไตร่ตรองเชิงปรัชญา (Reflexivity) และจริยธรรมร่วมมนุษย์ (Ethical Grounding) ควรมีหลักสูตรหรือเวทีเสริมสร้างทักษะด้านการฟัง การไตร่ตรอง การเข้าใจผู้อื่น และความเป็นธรรม เพื่อส่งเสริมภาวะผู้นำเชิงคุณธรรม ลดการใช้อำนาจแบบกดทับ และเปิดพื้นที่สำหรับการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ

1.4 สนับสนุนการวิจัยแนวข้ามศาสตร์ (transdisciplinary) ที่เชื่อมโยงปรัชญา จิตวิทยา การพัฒนาชุมชน และนโยบายสาธารณะ เพื่อสร้างฐานความรู้ใหม่ที่ตอบโจทย์ชีวิตร่วมสมัย ควรให้ทุนและพื้นที่แก่การวิจัยที่นำแนวคิดทางปรัชญามาเชื่อมโยงกับปัญหาในชีวิตจริง โดยไม่จำกัดอยู่ในสาขาวิชาเดียว

**2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป**

2.1 ศึกษาการประยุกต์ใช้ MODERATE Model ในบริบทเฉพาะ (เช่น โรงเรียน ชุมชน องค์กร)

2.2 พัฒนาเครื่องมือวัดผลด้านคุณภาพชีวิตเชิงลึกบนพื้นฐานของแนวคิดหลังนวยุคสายกลาง

2.3 เปรียบเทียบแนวคิดสายกลางในปรัชญาตะวันตก–ตะวันออก เพื่อพัฒนาโมเดลที่ข้ามวัฒนธรรม

2.4 ใช้วิธีวิจัยแบบมีส่วนร่วม (participatory action research)

## บรรณานุกรม

เมธา หริมเทพาธิป. (2561). การมีส่วนร่วมในมุมมองหลังนวยุค. *วารสารรมยสาร*, 6(3), 63–77.

เมธา หริมเทพาธิป. (2563). การจูงใจตนเองในแนวทางหลังนวยุค. *วารสารพุทธมัคค์*, 5(1), 99–107.

ชัยโรจน์ นพเฉลิมโรจน์. (2565). การคิดนวัตกรรมด้วยหลักการทรงงานตามหลักปรัชญาหลังนวยุค. *วารสารการวิจัยเพื่อพัฒนาชุมชน*, 5(2), 111–117.

ชิสา กันยาวิริยะ, สิรินทร์ กันยาวิริยะ และเมธา หริมเทพาธิป. (2565). การบริหารตนตามหลักพุทธธรรมสำหรับนักธุรกิจ. *วารสารวิจัยธรรมศึกษา*, 5(2), 275–281.

พจนา มาโนช. (2566). ธุรกิจครอบครัวในกระบวนทรรศน์หลังนวยุคสายกลาง. *วารสารปารมิตา*, 5(2), 300–306.

สิรินทร์ กันยาวิริยะ, ชิสา กันยาวิริยะ และเมธา หริมเทพาธิป. (2565). การบริหารคนตามหลักพุทธธรรมสำหรับนักธุรกิจ. *วารสารวิจัยธรรมศึกษา*, 5(2), 240–249.

สุดธินีย์ ทองจันทร์, เมธา หริมเทพาธิป และรวิช ตาแก้ว. (2563). การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ป่วยด้วยหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง. *วารสารการวิจัยการบริหารการพัฒนา*, 10(1), 99–107.

Buber, M. (1937). *I and Thou*. Edinburgh: T. & T. Clark.

Coutu, D. L. (2002). How resilience works. *Harvard Business Review, 80*(5), 46–55.

Derrida, J. (1978). *Writing and Difference*. University of Chicago Press.

Foucault, M. (1972). *The archaeology of knowledge* (A. M. Sheridan Smith, Trans.). New York : Pantheon Books.

Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Boston : Beacon Press.

Gadamer, H.-G. (1975). *Truth and method* (J. Weinsheimer & D. G. Marshall, Trans.). New York : Seabury Press.

Habermas, J. (1984). *The theory of communicative action: Reason and the rationalization of society* (Vol. 1, T. McCarthy, Trans.). Boston : Beacon Press.

Lyotard, J.-F. (1984). *The postmodern condition: A report on knowledge* (G. Bennington & B. Massumi, Trans.). Manchester : Manchester University Press.

Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity, 2*(2), 85–101.

Ricoeur, P. (1970). *Freud and philosophy: An essay on interpretation*. New Haven : Yale University Press.

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston : Houghton Mifflin.

Scharmer, O. C. (2018). *The essentials of Theory U: Core principles and applications*. Oakland, CA : Berrett-Koehler Publishers.

Sen, A. (1999). *Development as freedom*. Oxford : Oxford University Press.