การวางใจให้เป็นกลางในการดำเนินชีวิตเพื่อความสุข ตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง

Equanimity way of life for happiness according to moderate postmodern philosophy

อัศวิน ฉิมตะวัน
Asawin Chimtawan
Ph.D student (Philosophy and Ethics)
รวิช ตาแก้ว
Ravich Takaew
มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
Suan Sunandha Rajabhat University
E-mail: ravich.ta@ssru.ac.th
วันที่รับบทความ (Received) : 24 พฤษภาคม 2567
วันที่แก้ไขบทความ (Revised) : 30 พฤศจิกายน 2567
วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) : 30 พฤศจิกายน 2567

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปรัชญา มีวัตถุประสงค์เพื่อตีความการวางใจเป็นกลางในการดำเนินชีวิตเพื่อความสุขอย่างมีวิจารณญาณตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง ผลการวิจัยพบว่า การวางใจเป็นกลางคือ วิถีการดำรงชีวิตโดยมีความเป็นตัวตนของตนเองบนทางสายกลาง มนุษย์ประกอบด้วยชีวิต มีจิต และกาย ใจเป็นกลางระหว่างตนเองตามความเป็นจริงในปัจจุบัน กับตนเองที่คนอื่นคาดหวัง และต้องมีการใช้ชีวิตที่ดี ใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ไม่ตกอยู่ในความกดดันของชีวิต วางใจอยู่บนสมดุลระหว่างชีวิตที่ดำรงอยู่ และชีวิตที่คาดหวังได้ เมื่อดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยใจที่เป็นกลางอันพอดีนี้ จิตใจย่อมดำรงปกติสุข

ผู้วิจัยได้เสนอแนวทางแสวงหาความสุขด้วยการทำใจเป็นกลางตามแนวกระบวนทรรศน์ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง โดยมีวิธีทำใจเป็นกลาง 6 ขั้นตอน ดังนี้ 1. ยกเลิกสมมติบัญญัติทั้งปวง 2. เฝ้ามองดูสิ่งนั้นด้วยจิตใจ (soul) 3. พิจารณาสิ่งที่พบด้วยใจ (mind) 4. ตั้งคำถามกับสิ่งที่คิดก่อนหน้า ตอบคำถามด้วยสิ่งที่พบจนหมดสิ้นความสงสัยในขณะนั้น 5. ทำความเข้าใจ และยอมรับในคำตอบนั้น 6. เข้าใจอย่างลึกซึ้งถึงความเป็นจริงว่าสิ่งทั้งหลายดำเนินไปตามธรรมชาติ

เมื่อปฏิบัติตามขั้นตอนทั้ง 6 แล้วจะพบว่า คำตอบที่ได้นั้นมาจากการเข้าใจธรรมชาติด้วยการที่ใจ (mind) เป็นกลาง ไม่ได้คิดปรุงแต่งให้เป็นไปตามความคิดของตนเอง จะสามารถทำให้มีความสุขในการดำเนินชีวิตได้อย่างแท้จริง

คำสำคัญ: การวางใจเป็นกลาง, กระบวนทรรศน์, ปรัชญาหลังนวยุค

ABSTRACT

This research is philosophical research. The objective is to interpret the Equanimity way of life for happiness according to moderate postmodern philosophy. The research results found that the Equanimity is a way of living with one's own identity on the middle path. Human beings consist of life, mind, and body. The mind is the center between oneself according to present reality with yourself that others expect and must live a good life live happily don't fall under the pressure of life. Trust in the balance between the lives you live and the life that can be expected. When you can live your life with this right equanimity. The soul will live happily.

The researcher has proposed a way to seek happiness by keeping equanimity according to the moderate post-modernist philosophical perspective. There are 6 steps to equanimity as follows: 1. Abolish all presumptions. 2. Observe things with the soul. 3. Consider what is found with the mind. 4. Question what was previously thought. Answer the question with what you found until all doubts at that time are gone. 5. Understand and accept the answer. 6. Deeply understand the reality that things proceed naturally.

When you follow these 6 steps, you will find that the answer comes from understanding nature with a equanimity. Didn't think of embellishing it according to my own ideas will be able to truly lead a happy life.

Keywords: Equanimity, Paradigm, Postmodern Philosophy

1. บทนำ

มนุษย์พยายามแสวงหาความสุขด้วยวิธีการต่าง ๆ ตามความพึงพอใจเฉพาะตน ความสุขของใครก็ของคนนั้น เพราะความสุขเกิดขึ้นเป็นการส่วนตัว จะมีความสุขแทนคนอื่นนั้นไม่มี เปรียบเสมือน เวลาหิวข้าวจะให้คนอื่นมากินข้าวแทนเพื่อแก้ความหิวนั้นก็ไม่ได้ ผู้หิวจะต้องกินเองเท่านั้นจึงจะแก้หิวได้ ฉันใดก็ฉันนั้น

ความสุขก็เกิดขึ้นมีแต่เฉพาะบุคคล เกิดขึ้นตามความต้องการของบุคคลนั้น การแสวงหาความสุขของมนุษย์จึงมีได้หลายแบบ ความสุขของแต่ละคนจึงแตกต่างกัน

อย่างไรก็ตาม ความสุขนั้นกลับไม่จีรังยั่งยืน อันจะเห็นได้จากการที่มนุษย์ยังคงต้องแสวงหาความสุขอยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน แสวงหากันตั้งแต่เกิดจนตาย ไม่มีวันพักผ่อน เมื่อหยุดหากิน ก็จะไม่มีอาหารรสชาติที่ถูกใจให้กิน จากความสุขที่ได้กิน ก็กลับเป็นความทุกข์เพราะไม่ได้กิน เมื่อมีรูปร่างสวยงามดังใจหวังก็มีความสุข แต่เมื่อเข้าสู่วัยชรา ร่างกายกลับหย่อนคล้อยหมดความสวยงามความทุกข์ก็กลับเข้าถาโถมจิตใจ เป็นเช่นนี้สลับไปมาระหว่างสมหวังกับผิดหวัง ความสุขกับความทุกข์ อุตส่าห์แสวงหาความสุขจนได้มาอย่างที่ปรารถนาแล้ว แต่ไม่นานความทุกข์ก็เกิดขึ้นอีก บางครั้งก็เรื่องเดิม บางครั้งก็เปลี่ยนเรื่องไปทุกข์อย่างอื่น แล้วเมื่อไหร่จะมีความสุขที่มั่นคงโดยไม่ต้องพบเจอกับความทุกข์อีก

ผู้วิจัยตั้งข้อสงสัยจากแนวคิดทางปรัชญาว่า การแสวงหาความสุขด้วยการทำใจให้เป็นกลาง สามารถนำไปสู่ความสุขตามความเป็นจริงตามหลักปรัชญาหลังนวยุคได้หรือไม่ เอ็ดมันด์ ฮุสเซิล (Edmund Husserl) ได้เสนอมาตรการรับรู้ความจริงด้วยการวางใจเป็นกลาง เมื่อวางใจเป็นกลางแล้วย่อมได้ความจริงตามความเป็นจริง แม้แต่ภาษาก็จะสามารถตีความได้ตรงตามความเป็นจริงด้วย ฮุสเซิล อธิบายวิธีการวางใจเป็นกลางด้วยภาวะว่างเปล่า ด้วยการปล่อยใจว่าง ให้ความหมายบ่งบอกความเป็นไป จนในที่สุดความจริงจะเปิดเผยออกมาทั้งหมดจนเห็นความเป็นจริง

ผู้วิจัยมีทรรศนะว่ามีประเด็นที่น่าจะวิจัยทางปรัชญาได้โดยนำแนวคิดกระบวนทรรศน์ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางมาเป็นหลักการเพื่อเปิดพื้นที่ทางความคิดใหม่ และใช้วิธีทางปรัชญาผ่านการคิดไตร่ตรองเชิงวิจารณญาณ เพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงประเด็น เพื่อสร้างคำอธิบายใหม่ที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น และยังนำไปสู่วิธีการปฏิบัติที่สามารถนำพาให้มนุษย์ทุกคนพบกับความสุขในโลกนี้ได้จริง

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อวิเคราะห์การวางใจให้เป็นกลางในการดำเนินชีวิตเพื่อความสุขอย่างมีวิจารณญาณตามหลักกระบวนทรรศน์ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ดำเนินตามระเบียบวิธีวิจัยทางปรัชญาโดยใช้การวิจัยปรัชญา 2 ขั้นตอน ได้แก่

1. วิภาษวิธี (dialectics)
2. วิธีไตร่ครองความคิด (reflexive method)

4. การทบทวนวรรณกรรม

1. การวางใจเป็นกลาง มีคำในภาษาอังกฤษคือ equanimity เกิดขึ้นในราวปี ค.ศ.1600 มีรากศัพท์ภาษาลาติน aequanimitatem แปลว่า ความสมดุล/ความราบเรียบ/ความสม่ำเสมอของใจ โดยมีนัยของเจตจำนงที่ดี ความใจดี จึงมักใช้ในความหมายถึง ความยุติธรรม ความเป็นธรรม และความเป็นกลาง ไม่ลำเอียง (online etymology dictionary)

2. ฮุสเซิล (Edmund Husserl, 1859-1933) ได้เสนอมาตรการรับรู้ความจริงด้วยการวางใจเป็นกลาง เมื่อวางใจเป็นกลางแล้วย่อมได้ความจริงตามความเป็นจริง แม้แต่ภาษาก็จะสามารถตีความหมายได้ตรงตามความเป็นจริงด้วย ฮุสเซล อธิบายวิธีการวางใจเป็นกลางด้วยภาวะว่างเปล่า ด้วยการปล่อยใจว่าง ให้ความหมายบ่งบอกความเป็นไป โลกเข้าใจคำนี้หรือสิ่งนี้ว่าเป็นอย่างไร ก็ปล่อยให้โลกเข้าใจอย่างนั้น สิ่งที่ปรากฏย่อมมีความหมายในตัวของมันเองอย่างนั้น เมื่อพูดถึงควายให้เริ่มจาก ความว่างเปล่า เมื่อนึกถึงสิ่งนั้นแล้วค่อยเติมส่วนหรือค่าลงไปจนรวมกันเกิดเป็นควาย สิ่งที่ปรากฏชัดที่สุดคือสิ่งที่เปิดเผย เป็นปรากฏการณ์วิทยาที่เกิดขึ้นครั้งต่อครั้ง ไม่จำเป็นต้องเหมือนกันทุกครั้ง มองครั้งหนึ่งความจริงจะเปิดเผยออกมาส่วนหนึ่ง เมื่อมองหลาย ๆ ครั้งความจริงจะเปิดเผยเพิ่มขึ้น จนในที่สุดความจริงจะเปิดเผยออกมาทั้งหมดจนเห็นความเป็นจริง

3. กีรติ บุญเจือ อธิบายแนวคิดปรัชญากระบวนทรรศน์ว่ามาจากข้อสรุปที่ว่า กระบวนทรรศน์ คือความเชื่อพื้นฐานในจิตใจของมนุษย์ทุกคน แตกต่างกันตามเพศ วัย สิ่งแวดล้อม การศึกษาอบรม และการตัดสินใจเลือก แบ่งออกเป็น 5 กระบวนทรรศน์ (กีรติ บุญเจือ, 2560, หน้า 15-22) ได้แก่

1) กระบวนทรรศน์ยุคดึกดำบรรพ์ (primitive paradigm) เชื่อว่าโลกไม่มีกฎเกณฑ์ เป็นกลียุค สรรพสิ่งล้วนเกิดขึ้นจากน้ำพระทัยของเทพเบื้องบน

2) กระบวนทรรศน์ยุคโบราณ (ancient paradigm) มีความเชื่อว่าโลกมีกฎเกณฑ์ เป็นเอกภพ ธรรมชาติมีกฎธรรมชาติ มนุษย์สามารถรู้กฎเกณฑ์เหล่านั้น และจะสามารถไขปริศนาของโลกนี้ได้

3) กระบวนทรรศน์ยุคกลาง (medieval paradigm) เชื่อว่าแม้จะทำตามกฎเกณฑ์ที่ค้นพบได้ครบถ้วน ก็ไม่อาจที่จะบรรลุความสุขแท้ได้จริงในโลกนี้ เพราะความสุขในโลกนี่ไม่สมบูรณ์แบบ และไม่ถาวร ความสุขแท้ และถาวรนั้นมีอยู่เฉพาะในโลกหน้าเท่านั้น

4) กระบวนทรรศน์นวยุค (modern paradigm) เชื่อถือวิธีการวิทยาศาสตร์ว่าเป็นมาตรการความจริงสูงสุด เป็นสิ่งเดียวที่จะสามารถพิสูจน์ความเป็นจริงได้ มีเพียงวิธีวิทยาศาสตร์ที่จะสามารถตอบปัญหาและแก้ไขปัญหาทุกอย่างของมนุษย์ได้

5) กระบวนทรรศน์หลังนวยุค (postmodern paradigm) มีทรรศนะว่าความเป็นจริงที่กล่าวอ้างในระบบเครือข่ายความรู้ใน อารยธรรมของมนุษยชาตินั้นเป็นเพียงความเชื่อถือทางภาษาเท่านั้น และไม่เชื่อว่ามนุษย์สามารถรู้ความจริงเชิงวัตถุวิสัยได้ ความรู้ที่ได้ก็เป็นเพียงความเชื่อทางภาษาเท่านั้น จำต้องปลดเปลื้องความหมายของภาษาให้พ้นไปจากพันธะนี้ โดยการรื้อถอนความหมาย และคัดเอาความหมายที่ติดข้องอยู่กับเหตุผล และระบบออกทิ้งไปให้เหลือแต่ความหมายที่มีคุณค่าจริง ๆ ไว้ จากนั้นสร้างความหมายใหม่ให้กับภาษา ด้วยการวางใจเป็นกลางให้ความเป็นธรรมแก่ทุกฝ่าย กระบวนทรรศน์หลังนวยุคเปิดโอกาสให้แก่ความรู้ที่ไม่สามารถพิสูจน์ได้ด้วยกฎเกณฑ์วิทยาศาสตร์ได้แสดงบทบาทในทางสร้างสรรค์สังคม ความรู้เหล่านี้คือความรู้ในตาข่าย (net-eye) ซึ่งกระบวนทรรศน์หลังนวยุคได้พัฒนาเป็น 2 ระยะ คือ ปรัชญาหลังนวยุคสุดขั้ว (extreme postmodernism) และ ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง (moderate postmodernism)

4. ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง คือ ปรัชญาของผู้ที่เชื่อว่าความจริงมีอยู่หลากหลาย ไม่มีความจริง (truth) ของใครคนใดคนหนึ่งที่สามารถเข้าถึงความเป็นจริง (reality) ได้ทั้งหมด แต่ละคนรู้เพียงคนละส่วน ดังนั้น หลักการของปรัชญาหลังนวยุคสายกลางจึงเน้นความไม่ยึดมั่นถือมั่น หรือ “ยึดเหนี่ยว แต่ไม่ยึดติด” และยึดหลัก “ย้อนอ่านใหม่หมด ไม่ลดอะไรเลย” (reread all reject non) (เมธา หริมเทพาธิป, 2558) เพื่อเก็บสิ่งที่แน่ใจว่าสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ และทิ้งสิ่งที่แน่ใจว่าจะทำลายคุณภาพชีวิต ส่วนสิ่งที่ไม่แน่ใจแต่ก็ไม่ได้เป็นพิษเป็นภัยก็เก็บเอาไว้ หรือแขวนไว้ เพื่อที่ว่าเมื่อถึงเวลาอันเหมาะสมอาจต้องนำมาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ต่างกับปรัชญาหลังนวยุคสุดขั้ว (extreme postmodernism) ที่ปฏิเสธระบบเครือข่ายเปิดกว้าง ต่อการตีความ ยอมรับฟังข้อวิจารณ์ และสนใจความเป็นไปได้ต่าง ๆ โดยพยายามเลี่ยงความเห็นที่อิงอยู่กับหลักเกณฑ์ใดหลักเกณฑ์หนึ่ง เน้นให้เห็นปัญหาจากการเชื่อมั่นในวจนศูนย์นิยม และโครงสร้างนิยม ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางเน้นหลักองค์รวม ปฏิเสธการศึกษาแบบแยกส่วน จึงมีแนวคิดที่ตรงกันข้ามกับปรัชญานวยุคที่เน้นการศึกษาแบบแยกส่วนแบบคาทีเซียน (Cartesian)

5. สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษา และวิเคราะห์การวางใจให้เป็นกลางในการดำเนินชีวิตเพื่อความสุขอย่างมีวิจารณญาณตามหลักกระบวนทรรศน์ปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง โดยสามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

กระบวนทรรศน์หลังนวยุค (Postmodern Paradigm) เชื่อว่า ความเป็นจริงที่กล่าวอ้างนั้นเป็นเพียงความเชื่อถือทางภาษาเท่านั้น และไม่เชื่อว่ามนุษย์สามารถรู้ความจริงเชิงวัตถุวิสัยได้ และความรู้ที่ได้ก็เป็นเพียงความเชื่อทางภาษาเท่านั้น จึงมีทรรศนะต่อระบบความรู้ว่าเป็นเรื่องเล่า (narrative) เรื่องหนึ่งเท่านั้น ซึ่งนิยมแบ่งเรื่องเล่าออกเป็นยุคก่อนนวยุคนิยม ได้แก่ยุคโบราณ และยุคกลางซึ่งนิยมทำภาษาให้มีความหมายด้วยเรื่องปรัมปรา และนิทานโดยเชื่อว่ามีความหมายตรงกับความเป็นจริงอยู่บ้าง แต่ไม่มีความเป็นจริงวัตถุวิสัยอย่างแท้จริง เพราะมีส่วนอัตวิสัยของผู้เล่านำเข้ามาแทรกไว้ สำหรับเรื่องเล่าของนวยุคนิยมนั้นแม้ว่าจะพยายามปลดเปลื้องภาษาจากความหมายปรัมปรา และนิทาน เพราะถือว่ามีความหมายไม่ตรงกับความเป็น

จริง โดยใช้หลักวจนศูนย์นิยม (Logocentrism) นั่นคือ เชื่อว่ามีความจริงวัตถุวิสัยในระบบความรู้ ซึ่งความรู้ที่เชื่อว่าเป็นความจริงต้องมีวัตถุวิสัยที่ตรงกัน 3 อย่าง คือ ความเป็นจริง ความคิด และภาษา เป็นระบบเครือข่าย (systematic network) และได้สร้างความหมายใหม่ให้กับภาษาด้วยเหตุผล (ผ่านวิธีการอุปนัยและนิรนัย) และมีระบบที่ทำให้ความหมายเก่ามีความหมายใหม่ ความรู้ที่นวยุคเสนอออกมาด้วยเหตุผลก็เป็นเพียงเรื่องเล่าอีกเรื่องหนึ่ง ซึ่งเป็นเรื่องเล่าประเภทสร้างความเชื่อถือให้กับความรู้ด้วยอำนาจของเหตุผล

กระบวนทรรศน์หลังนวยุคพยายามปลดเปลื้องความหมายของภาษาให้พ้นไปจากพันธะนี้โดยการรื้อถอนความหมาย และคัดเอาความหมายที่ติดข้องอยู่กับเหตุผล และระบบออกทิ้งไปให้เหลือแต่ความหมายที่มีคุณค่าจริง ๆ ไว้ จากนั้นสร้างความหมายใหม่ให้กับภาษา ด้วยการวางใจเป็นกลาง ให้ความเป็นธรรมแก่ทุกฝ่าย โดยใช้วิธีการย้อนอ่านใหม่ทั้งหมด (เมธา หริมเทพาธิป, 2561) และแสวงหาความหมายใหม่จากเรื่องปรัมปราและเรื่องเล่าตั้งแต่ดึกดำบรรพ์จนถึงปัจจุบัน กระบวนทรรศน์หลังนวยุคนั้นอาจพิจารณาได้เป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ หลังนวยุคสุดขั้วที่มุ่งจะปฏิเสธทุกอย่างโดยไม่เสนออะไรขึ้นมาแทนของเก่าเรียกว่าลัทธิรื้อถอนนิยม (Deconstructionism) และกลุ่มหลังนวยุคสายกลาง หรือ ลัทธิรื้อสร้างใหม่ (Reconstructionism) ที่พยายามศึกษาปรัชญาทุกกระบวนทรรศน์ในอดีต ไม่ปฏิเสธทุกกระแสความคิด แต่นำมาประเมินค่าใหม่หมดแล้วให้เลือกส่วนที่เห็นว่าเหมาะกับตนนำมาใช้เป็นปรัชญาเฉพาะตัว เมื่อเข้าใจทุกสิ่งแล้วตนเองจะได้พัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้ในสังคมที่แตกต่าง (กีรติ บุญเจือ, 2560ข)

จากมุมมองนี้จะพบว่ากระบวนทรรศน์หลังนวยุคสายสุดขั้วไม่สนใจเรื่องการวางใจเป็นกลาง มีเพียงหลังนวยุคสายกลางจึงจะสนใจเรื่องการวางใจเป็นกลาง โดยเน้นการไม่มีอคติ และไม่ยึดมั่นถือมั่น ทั้งนี้ มีแนวทางปรากฏการณ์วิทยาเป็นหลักสำคัญ ได้แก่ เอ็ดมันด์ ฮุสเซิล(Edmund Husserl) ได้เสนอมาตรการรับรู้ความจริงด้วยการวางใจเป็นกลาง เมื่อวางใจเป็นกลางแล้วย่อมได้ความจริงตามความเป็นจริง แม้แต่ภาษาก็จะสามารถตีความหมายได้ตรงตามความเป็นจริงด้วย ปรากฏการณ์เป็นผลลัพธ์ของความเป็นจริง และปัญญาร่วมกัน ยิ่งถ้าเราใช้การตรึกตรองวิเคราะห์ปรากฏการณ์ในปัญญาก็จะพบสาระของสิ่งของซึ่งเป็นสาระเท่าที่รู้ได้โดยปัญญาในระดับปรากฏการณ์วิทยา เกณฑ์ตัดสินความจริงตามญาณปรัชญาก่อนหน้าล้วนแต่ลำเอียง กระบวนทรรศน์ของมนุษย์ล้วนแต่เอียงไปทางวจนศูนย์นิยม (Logocentrism) เพราะว่ามีความยึดมั่นถือมั่นมนุษย์ในยุคสมัยต่าง ๆ ล้วนยึดมั่นถือมั่นต่อกระบวนทรรศน์ที่ตนเชื่อ กระบวนทรรศน์ต่าง ๆ ก็แสดงความยึดมั่นถือมั่นของแนวคิดของตนเอง และแบ่งแยกเป็นกลุ่มต่าง ๆ เพื่อคัดค้าน ต่อต้านกันเอง ขณะเดียวกันก็พยายามแสวงหาเหตุผลรองรับตนเองอย่างเข้มแข็ง เป็นระบบเครือข่ายความรู้ของตน ความคิดที่ไม่ตรงกับเครือข่ายความรู้ของตนก็ถูกละเลยหรือกำจัดทิ้งไป เพื่อให้เห็นว่าเครือข่ายความรู้ของตนนั้นถูกต้องที่สุดเหมาะสมที่สุดสำหรับมนุษยชาติ เป็นความยึดมั่นถือมั่นต่อกระบวนทรรศน์ของตน ดังนั้น จะต้องละความยึดมั่นถือมั่นจึงจะช่วยแก้ความเอนเอียงของมนุษยชาติ โดยที่วิธีละความยึดมั่นถือมั่นก็ต้องกระทำตามวิธีแขวนความเชื่อประจำตัว (epoche) นั่นคือ ลดความเป็นตัวเองลง แล้วใช้อัชฌัตติกญาณ (instuition) ในการมองจะทำให้พบกับข้อมูลสากลพื้นฐาน นั่นคือความคิดต้องมีผู้คิด (cogito) และสิ่งถูกคิด (cogitation) เมื่อเข้าใจสิ่งนี้

ก็จะอยู่บนพื้นฐานที่ไม่รู้จักสั่นคลอนของความรู้มนุษย์ ซึ่งเรียกว่าจุดฟัลครัมของอาร์คีเมอดิส (Archimedean point) และมีท่าทีในการมองดูปรากฏการณ์ต่าง ๆ ด้วยอัชฌัตติกญาณเชิงมโนคติ (eidetic intuition) ด้วยวิธีการปรากฏการณ์วิทยา วิธีการแขวนของฮูสเซิร์ลซึ่งเป็นวิธีที่จะช่วยลดการบิดเบือนเนื่องจากการทึกทักเอาเองของผู้ที่นำความเชื่อต่อวิทยาศาสตร์มาใช้กับชีวิตมนุษย์โดยไม่คำนึงถึงด้านอื่น ๆ ทั้ง ๆ ที่เรื่องคุณค่า และคุณภาพทางสุนทรีย์เป็นส่วนหนึ่งของความรู้ และเป็นเรื่องที่ควรตรวจตราอย่างมีระเบียบแบบแผนด้วยนั้นทำให้ปรัชญาได้รับการยอมรับ บทบาทที่สำคัญของปรัชญาในการหาความหมายของชีวิตมนุษย์นั้นผู้ค้นหาจะต้องไม่ลำเอียง ต้องไม่เอาแต่ใจตนเอง แต่ต้องได้มาอย่างวางใจเป็นกลางแล้วพบตามที่เป็นจริง ดังนั้นการหาความเป็นจริงจึงต้องใช้การแขวนหรือการใส่วงเล็บซึ่งเชื่อได้ว่าจะสามารถเข้าถึงจิตสำนึกบริสุทธ์ (pure consciousness) อหังอุตระ (transcendental ego) และองค์ภวันต์ (the Being) ได้

จากผลการวิจัยยังพบว่า การวางใจเป็นกลาง ในแต่ละกระบวนทรรศน์นั้นยังไม่สามารถนำพาตนให้ไปสู่ความสุขที่แท้จริงในการดำเนินชีวิตได้ ถึงแม้ว่าในแต่ละกระบวนทรรศน์จะมีวิธีนำไปสู่การวางใจเป็นกลางได้ แม้แต่กระบวนทรรศน์หลังนวยุคสายกลางก็ยังคงมีจุดที่จะต้องมีทฤษฎีใหม่เข้ามาใช้ร่วมด้วยเพื่อความสมบูรณ์ในการทำใจให้เป็นกลาง แม้ว่าหลังนวยุคสายกลางจะสนใจเรื่องการวางใจเป็นกลาง โดยเน้นการไม่มีอคติ และไม่ยึดมั่นถือมั่น โดยใช้ปรากฏการณ์วิทยาเป็นหลักสำคัญ เอ็ดมันด์ ฮุสเซิล (Edmund Husserl) ได้เสนอมาตรการรับรู้ความจริงด้วยการวางใจเป็นกลาง ด้วยการแขวนหรือการใส่วงเล็บซึ่งเชื่อว่าจะสามารถเข้าถึงจิตสำนึกบริสุทธ์ได้ อย่างไรก็ตาม การแขวนความหมายเพื่อลดการบิดเบือนจากการใช้ภาษา โดยการวางใจให้เป็นกลางเพื่อให้ความจริงเปิดเผยออกมายังคงต้องใช้ประสบการณ์ ในการเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่ปรากฏออกมา หากไม่ใช้ภาษาที่มนุษย์สมมติขึ้นก็ไม่อาจเข้าใจสิ่งที่พบเป็นสากลได้ เช่น หากต้องการเรียกสิ่งนี้ว่าควาย หากเป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง โดยที่ไม่เคยเห็นควายตัวจริง หรือรูปภาพมาก่อน หรือเคยเรียนรู้คำว่าควายมาก่อน จะเรียกสัตว์ตัวนั้นว่าควายได้อย่างไร เมื่อรับรู้ว่าสิ่งที่เห็นนั้นตรงกับความรู้ใด ใจก็จะจับสิ่งนั้นเข้าในความรู้นั้น จะสร้างเป็นความรู้ใหม่ หรือความรู้เก่า นั้นเท่ากับใจยังคงติดในสมติที่มนุษย์บัญญัติขึ้น ยังไม่ได้มีความเป็นกลางอย่างแท้จริง

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงได้นำปรัชญาในแต่ละกระบวนทรรศน์มาศึกษา และประมวลความรู้เพื่อให้ได้วิธีการวางใจให้เป็นกลางในการดำเนินชีวิตเพื่อความสุขตามหลักปรัชญาหลังนวยุคสายกลางไว้ 6 ขั้นตอน ดังนี้

1) ยกเลิกสมมติบัญญัติทั้งปวง ได้แก่ การไม่ให้ความหมายกับสิ่งใด ๆ รวมถึงความคิดด้วย (หลักพุทธปรัชญา เรื่อง สมมติบัญญัติ และ สมมติสัจจะ)

2) เฝ้ามองดูสิ่งนั้นด้วยจิตใจ (soul) นั่นคือ เฝ้ามองดูด้วยความสงบ (หลังปรัชญา ของ Martin Heidegger เรื่อง การทำใจให้เป็นกลาง)

3) พิจารณาสิ่งที่พบด้วยใจ (mind) อันเป็นปัญญาที่ปราศจากการตัดสิน (หลัก critical thinking)

4) ตั้งคำถามกับสิ่งที่คิดก่อนหน้า ตอบคำถามด้วยสิ่งที่พบ จนหมดสิ้นความสงสัยในขณะนั้น (หลัก dialectic วิภาษวิธี)

5) ทำความเข้าใจ และยอมรับในคำตอบนั้น (หลักลำดับความเข้าใจ Ludwig Josef Johann Wittgenstein)

6. เข้าใจอย่างลึกซึ้งถึงความเป็นจริงว่าสิ่งทั้งหลายดำเนินไปตามธรรมชาติ (กฎไตรลักษณ์ ในพุทธปรัชญา)

โดยในขั้นตอนแรกนั้นจำเป็นที่จะต้องทิ้งสมติทั้งปวงในโลกให้ได้เสียก่อน โดยใช้หลักพุทธปรัชญาเรื่องของสมมติบัญญัติมาใช้ โดยต้องศึกษาให้เข้าใจว่าทุกสิ่งล้วนถูกสมมติขึ้นโดยมนุษย์เพื่อใช้สื่อสาร เพื่อการรับรู้ร่วมกัน จะได้สื่อสารกันได้เข้าใจ สิ่งที่เป็นสมมติจึงไม่ใช่ความเป็นจริง เราศึกษาเรียนรู้กันได้ถึงแค่ความจริงตามสมมติเท่านั้น เมื่อต้องการวางใจให้เป็นกลางจึงต้องวางสมมติให้ได้เสียก่อน แต่การวางสมมติไม่ใช่เรื่องที่จะทำได้ง่าย เพื่อเหตุว่ามนุษย์ศึกษาเรียนรู้สมมตินี้ตั้งแต่เกิดจนสิ้นชีวิต จึงทำให้เกิดการยึดติดกับส มมติดังกล่าว แม้จะใช้วิธีการแขวนความหมาย ก็ยังต้องอาศัยสมมติในการทำความเข้าใจว่าสิ่งที่ปรากฏคือสิ่งใด จากนั้นในขั้นตอนที่สองจึงใช้วิธีการทำใจให้สงบ โดยไม่มีสมมติ หรือที่เรียกว่าความคิดมาตัดสินความจริง ปล่อยให้ใจว่างเปล่าแล้วเฝ้ามองสิ่งนั้นด้วยใจที่ปราศจากสมมติ มองด้วยใจว่าง ไม่ใช่ใช้ปัญญาพิจารณา เฝ้ามองอยู่อย่างนั้นตามหลังปรัชญา ของ Martin Heidegger เรื่อง การทำใจให้เป็นกลาง

ในขั้นตอนที่สาม หลังจากเฝ้ามองความเป็นมาเป็นไปตามธรรมชาติแล้ว จึงใช้วิธีการคิดเชิงวิพากษ์ คิดแบบมีเหตุมีผลโดยไม่ใช้อารมณ์ความเชื่อ หรือประสบการณ์ดั้งเดิมมาตัดสิน คิดเห็นตามความเป็นจริง โดยไม่ยึดติดกับสมมติ เป็นปัญญาที่เกิดขึ้นโดยไร้สมมติ และปราศจากการตัดสิน เมื่อถึงขั้นนี้จะเข้าใจถึงความเป็นมา และเป็นไปตามธรรมชาติของสิ่งที่ได้เฝ้าดู ในขั้นที่สี่เนื่องจากมนุษย์ยึดติดกับสมมติมานาน การจะเลิกสมมติได้นั้นจะต้องใช้ความคิดที่เกิดจากปัญญา จากการใช้วิภาษวิธี คือการตั้งคำถาม และตอบคำถามนั้นจากประสบการณ์ในขั้นก่อนหน้า ทั้งที่ใช้สมมติ และไม่ใช้สมมติ ใช้ตั้งคำถาม และตอบคำถามกลับไปกลับมา จนไม่มีเหตุผลใดที่จะมาแย้งข้อสงสัยนี้ได้ เช่น ถามว่า เมื่อได้ยินคำด่าว่า ทำไมจึงเกิดความโกรธ ตอบว่าที่โกรธนั้นเพราะอะไร คำที่ได้ยินนั้นเป็นคำด่าว่าตัวเราจึงโกรธ ถามต่อว่า โกรธที่คำพูด หรือโกรธที่ความหมาย ตอบว่าโกรธที่ความหมาย ถามต่อว่า ความหมายที่ได้ยินนั้นทำให้โกรธ แล้วเสียงที่ได้ยินนั้นใครเป็นคนให้ความหมาย ตอบว่าตัวของเราเองให้ความหมาย ถามต่อว่า ถ้าเราไม่รู้ความหมายของเสียงที่ได้ยิน จะโกรธหรือไม่ ตอบว่าไม่โกรธ เพราะว่าไม่เข้าใจความหมาย นี้เป็นเพียงตัวอย่างขั้นต้นของการตั้งคำถาม และหาคำตอบในขั้นที่สี่

เมื่อปฏิบัติตามวิธีการวางใจให้เป็นกลางถึงขั้นที่สี่แล้ว แสดงว่าผู้ปฏิบัติสามารถเข้าใจความเป็นมาเป็นไปตามธรรมชาติของสิ่งต่าง ๆ ได้โดยไม่มีสมมติบัญญัติ แต่อย่างไรก็ตามมนุษย์ที่สามารถทิ้งสมมติได้นั้นกล่าวกันว่า มีเพียงพระอรหันต์เท่านั้น มนุษย์จึงยังคงติดอยู่ในสมมติ จะมากหรือน้อย จะละวางสมมติได้ หรือไม่ได้ จะใช้สมมติ หรือจะวางเมื่อใด ขึ้นอยู่กับความเชี่ยวชาญ ความชำนาญของบุคคลผู้นั้น ในขั้นนี้จึงเป็นการ

ทำความเข้าใจให้เกิดความยอมรับในคำตอบนั้นอย่างแท้จริง เรียกได้ว่าหมดสิ้นสงสัยในสมมติที่ได้เฝ้าดูมาตั้งแต่ขั้นตอนแรก เมื่อสิ้นสงสัย และยอมรับได้แล้วในขั้นตอนนี้ ความสงสัยในเรื่องนี้จะไม่เกิดขึ้นอีก เมื่อสิ้นสงสัย และยอมรับแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้องนำไปพิจารณาลงกฎไตรลักษณ์ในขั้นตอนที่หก ซึ่งเป็นขั้นตอนสุดท้ายว่าสิ่งที่ได้เฝ้ามองและทำความเข้าใจจนเข้าใจความเป็นมาเป็นไปโดยปราศจากสมมติบัญญัติแล้วนั้น เข้ากับกฎการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเปลี่ยนแปรไปจริงหรือไม่ หากนำกฎไตรลักษณ์มาพิจารณาแล้วเห็นว่า ทุกสิ่งเปลี่ยนแปรไปจริง ไม่มีอะไรตั้งอยู่ได้นาน ไม่ต้องยึดติด ไม่ต้องถือมั่น ไม่มีอะไรเป็นของเรา ของเขา แม่แต่สมมติที่มีอยู่ก็ไม่ต้องยึดเอาไว้ เมื่อไม่ต้องยึดใจก็ปล่อยไม่ยึดติด เบาสบาย สมดุล และเป็นกลางได้ดังนี้

หากเมื่อปฏิบัติตามทั้ง 6 ขั้นตอนแล้ว ไม่สามารถผ่านขั้นตอนใดขั้นตอนหนึ่งได้ ให้ย้อนกลับไปเริ่มต้นใหม่ ทำวนซ้ำไปจนกว่าจะครบทั้ง 6 ขั้นตอน แม้จะทำตามทั้ง 6 ขั้นตอนได้แล้ว ก็ให้หมั่นทำทั้ง 6 ข้ออยู่อย่างสม่ำเสมอ เมื่อปฏิบัติตามขั้นตอนทั้ง 6 แล้วจะพบว่า คำตอบที่ได้นั้นมาจากการเข้าใจธรรมชาติด้วยการที่ใจ (mind) (ปัญญา) เป็นกลาง ไม่ได้คิดปรุงแต่งให้เป็นไปตามความคิดของตนเอง ทุกสิ่งล้วนเป็นธรรมชาติของสิ่งนั้น เป็นธรรมชาติที่ปกติซึ่งมนุษย์พึงเข้าใจ และยอมรับ แต่ธรรมชาติของมนุษย์นั้นมีตัวตนที่ถูกรายล้อมไว้ด้วยระบบสมมติบัญญัติ จึงไม่ยอมรับ และคิดเอาเองว่ามนุษย์นั้นคิดถูกต้อง ความขัดแย้งจึงเกิดขึ้น ความสุขเกิดจากความคิด ความทุกข์ก็เกิดจากความคิด เมื่อจะดับทุกข์ให้ได้ในโลกนี้ คือ การมีชีวิตที่เป็นสุขจึงจำเป็นต้องแก้ไขที่ความคิดด้วยใจเป็นกลาง จึงจะสามารถมีความสุขได้ตามความเป็นจริง

6. อภิปรายผลการวิจัย

ปรัชญากระบวนทรรศน์เป็นแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับพื้นฐานของความคิด ความเชื่อ ซึ่งวางอยู่บนฐานของการคิด และความคิด ทำให้สนใจในการวางใจเป็นกลางที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ความจริง การเข้าใจความเป็นจริง ซึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจโดยไม่มีอคติ และไม่เอนเอียง โดยสรุป การวางใจเป็นกลางในทางปรัชญากระบวนทรรศน์นั้นมีอยู่ นั่นคือ การรับรู้ และการคิดต่อสิ่งต่าง ๆ อย่างเป็นกลาง ปราศจากอคติจากความเชื่อใด ๆ และมีวิธีการพัฒนาการวางใจเป็นกลางคือ การเข้าใจกฎเกณฑ์ของธรรมชาติอย่างลึกซึ้งถึงภายในจิตใจด้วยปัญญา (กระบวนทรรศน์โบราณ) การศรัทธาในศาสนาอย่างแท้จริง (กระบวนทรรศน์ยุคกลาง) การพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ตามข้อเท็จจริง (กระบวนทรรศน์นวยุค) การแขวนความหมายของฮุสเซิร์ล และการฝึกใจเป็นกลางของไฮเดกเกอร์ (กระบวนทรรศน์หลังนวยุค) ซึ่งหากเราเข้าใจการทำใจเป็นกลาง และฝึกฝนด้วยแนวทางใด ต่างก็จะเข้าถึงการทำใจเป็นกลางด้วยแนวทางนั้น ซึ่งจะมีผลต่อการคิด และการตัดสินใจต่าง ๆ โดยปราศจากอคติ และทำให้เราสามารถเลือกที่จะดำเนินชีวิตไปบนความสุขแท้ของตนได้

อย่างไรก็ตาม การวางใจเป็นกลางตามปรัชญากระบวนทรรศน์นั้นโดยกระแสหลักของแนวคิดมิได้มองการวางใจเป็นกลางอันเป็นเรื่องของการฝึกฝนทางจิตจนถึงระดับตัตรมัชฌัตตุเบกขา เป็นความวางเฉยหรือความมีจิตสม่ำเสมอ ไม่เอนเอียงไปตามภาวะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะผิด หรือถูก ไม่ว่าจะเป็นโทษหรือเป็นคุณ (เจตนิพัทธ์ พิธิยานุวัฒน์, สิริกร อมฤตวาริน, กีรติ บุญเจือ, เอนก สุวรรณบัณฑิต, 2564) หรือความเป็นผู้ใหญ่

การไม่เอนเอียงเข้าข้างผู้หนึ่งผู้ใดอย่างอุเบกขาในพรหมวิหาร 4 ของพุทธปรัชญา (สิรินทร์ กันยาวิริยะ , ชิสา กันยาวิระยะ, เมธา หริมเทพาธิป, 2565) หรือการมองในระดับสังคมถึงการตัดสินใจด้วยความเป็นธรรม เที่ยงตรง ไม่แบ่งแยก วางใจเป็นกลางในการยอมรับข้อจำกัดบางประการ ไม่อคติ (พระครูรัตนากรวิสุทธิ์, พระครูสังฆวิสุทธิคุณ, พระครูปริยัติสุวัฒนาภรณ์, 2565) และการจัดการอารมณ์ให้อยู่ในอารมณ์สงบนิ่งอย่างการฝึกฝนสมาธิ (Desbores et al, 2015) โดยมองว่าการวางใจเป็นกลางสัมพันธ์กับการมีประสบการณ์ของแต่ละบุคคล เป็นการกำกับดูแลอารมณ์ และส่งผลต่อเวลาในการตอบสนองทางอารมณ์ซึ่งเป็นกระบวนการทางจิตวิทยา แต่ถ้าศึกษาลงไปในกระบวนทรรศน์ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางที่เน้นการย้อนอ่านใหม่ทั้งหมดก็จะสามารถคิดได้ครอบคลุมเรื่องเหล่านี้ได้ และจะเห็นได้ว่า กระบวนทรรศน์ปรัชญาหลังนวยุคสายกลางสนใจการการฝึกใจให้ใจเป็นกลางไม่ว่าจะด้วยวิธีของฮุสเซิร์ล หรือไฮเดกเกอร์ก็ตาม ด้วยเชื่อว่าจะสามารถช่วยให้ทุกคนมีความเข้าใจในเรื่องเดียวกันให้ตรงกันได้ในระดับที่พอจะแสวงจุดร่วมสงวนจุดต่าง แม้จะคิดเห็นไม่ตรงกันแต่ต้องไม่แตกแยก การยอมรับในความคิดของกันและกันจะเป็นส่วนสำคัญในการวางใจให้เป็นกลาง

7. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้

ผู้วิจัยได้นำเสนอแนวคิดการวางใจเป็นกลางตามหลักปรัชญากระบวนทรรศน์ และชี้ให้เห็นถึงการวางใจเป็นกลางตามกระบวนทรรศน์หลังนวยุคสายกลาง ซึ่งเหมาะสมกับการอยู่ร่วมกับผู้อื่นและอยู่ในโลก นั่นคือ การมีตัวเองเป็นศูนย์กลางการเฝ้าดูปรากฏการณ์ต่าง ๆ เพื่อเข้าใจโลกตามความเป็นจริง ซึ่งจะทำให้ลดความยึดมั่นถือมั่น และขจัดอคติซึ่งเป็นแหล่งแห่งความขัดแย้ง ผลการวิจัยสามารถเป็นแนวทางในการสอนเนื้อหาเกี่ยวกับการวางใจเป็นกลางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง หากสังคมและโลกได้ให้ความสำคัญ และเผยแพร่หลักการวางใจเป็นกลาง ก็ย่อมจะช่วยเสริมสร้างสันติภาพในระดับต่าง ๆ ได้

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

ผู้วิจัยได้มองการวางใจเป็นกลางตามปรัชญากระบวนทรรศน์แล้ว จึงสนใจที่จะศึกษาการวางใจเป็นกลางตามคำสอนของพระพุทธศาสนา และวิธีการฝึกฝนปฏิบัติซึ่งน่าจะขยายขอบบเขตในเชิงปรัชญาได้อย่างลึกซึ้ง ผู้วิจัยขอเสนอแนะให้ศึกษาแนวคิดการวางใจเป็นกลางตามหลักพุทธปรัชญาและวิธีฝึกฝนการวางใจเป็นกลางโดยเปรียบเทียบกับแนวคิดปรัชญากระบวนทรรศน์ เพื่อให้เห็นว่าการวางใจเป็นกลางตามหลักพุทธปรัชญาสามารถตีความตามปรัชญากระบวนทรรศน์ได้อย่างไรบ้าง เพื่อการนำไปเผยแพร่ และประยุกต์ใช้เป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในระดับต่าง ๆ ได้

บรรณานุกรม

กีรติ บุญเจือ. (2560ก). **ปรัชญาและจริยศาสตร์เบื้องต้น.** กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.

_____. (2560ข). **อรรถปริวรรตในปรัชญา ศาสนาและจริยศาสตร์.** กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.

เจตนิพัทธ์ พิธิยานุวัฒน์, สิริกร อมฤตวาริน, กีรติ บุญเจือ, เอนก สุวรรณบัณฑิต. (2564). **อุเบกขากับปรัชญาหลังนวยุคสายกลาง.** วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร. 9(5), 2051-63.

พระครูรัตนากรวิสุทธิ์, พระครูสังฆวิสุทธิคุณ, พระครูปริยัติสุวัฒนาภรณ์. (2565). **พรหมวิหาร 4 กับบทบาทและสิทธิสตรี.** วารสารพุทธมัคค์. 7(1): 269-281.

เมธา หริมเทพาธิป (2561). **การมีส่วนร่วมในมุมมองหลังนวยุค.** รมยสาร. 16(3); 63-77.

สิรินทร์ กันยาวิริยะ, ชิสา กันยาวิระยะ, เมธา หริมเทพาธิป. (2565). **พรหมวิหาร 4 กับบทบาทและสิทธิสตรี.** วารสารวิจัยธรรมศึกษา. 5(2): 240-249.

Desbordes G, Gard T, Hoge EA, Holzel B, Kerr C, Lazar SW, et al. (2015). **Moving beyond mindfulness: Defining equanimity as an outcome measure in meditation and comtemplative research.** Mindfulness. 6(2): 356-372. doi:10.1007/s12671-013-0269-8.

Equanimity. **Online etymology dictionary.** From https://www.etymonline.com.