

แนวความคิดและการออกแบบ : ศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ *

Concept and Design : The Learning Center for Self Healing on Buddhist Medicine

กมลพร อุดมธรรมรักษ์ (Kamolporn Udomthamrak)**

บทคัดย่อ

การศึกษาและการออกแบบมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ความเป็นมาของการแพทย์แผนไทย การแพทย์ทางเลือก การรักษาในทางพุทธศาสนา รวมทั้ง ภูมิปัญญา วิถีคิด พัฒนาการ การก่อสร้างที่อยู่อาศัยในพื้นที่ภูมิภาคต่างๆ ของประเทศ เพื่อนำจุดเด่นของภูมิปัญญาการแพทย์ในศาสตร์ต่างๆ ผสมผสานกับพัฒนาการด้านการอยู่อาศัย ในการเป็นแนวทางสร้างกระบวนการทางความคิดในการออกแบบให้เป็นสถาปัตยกรรมที่สามารถสร้างได้ตามแนวทางหลัก “พึ่งตน” ทั้งทางเทคโนโลยี พลังงาน และทรัพยากรควบคู่ไปกับทัศนียภาพธรรมชาติบำบัด

ขอบเขตการศึกษา คือ ศึกษาถึงการแพทย์แผนไทย การแพทย์ทางเลือก การรักษาในทางพุทธศาสนา รวมทั้ง ภูมิปัญญา วิถีคิด พัฒนาการการก่อสร้างที่อยู่อาศัยในภูมิประเทศ ที่เหมาะสมสามารถนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ สำหรับบริบทวิถีชีวิตในปัจจุบันและอนาคต เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแนวความคิดในการศึกษาและพัฒนาลักษณะทางสถาปัตยกรรม ที่ว่าง และความเหมาะสมสอดคล้องกันกับสภาพภูมิประเทศ และสภาพแวดล้อมการอยู่อาศัย เพื่อลดปัญหาทางด้านสุขภาพ

ผลของการศึกษาวิเคราะห์ปัจจัยทางด้านสุขภาพ ซึ่งมุ่งเน้นการดูแลสุขภาพได้ด้วยตนเองเป็นหลัก หรือ เรียกว่า “สุขภาพพึ่งตน” ปัจจัยทางด้านแพทย์ทางเลือก หลักการรักษาตามแนวทางพุทธศาสนา และปัจจัยทางด้านสถานที่ ที่อยู่อาศัย ภูมิประเทศ สภาพแวดล้อม ซึ่งส่งผลต่อรูปแบบการดำรงชีวิตนำมาซึ่งโครงการอันเป็นอีกทางเลือกหนึ่งของการดูแลสุขภาพที่เน้นการพัฒนาศักยภาพประชาชนให้พึ่งตนเองด้านการส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรค ด้วยสิ่งที่เหมาะสม เรียบง่าย เข้าใจสภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ทั้งนี้ที่อาศัยอยู่เป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญของการดำรงชีวิต สุขภาพจะดีได้ย่อมเกิดจากสถาปัตยกรรมการอยู่อาศัยที่ปลอดภัยและเหมาะสมกับพื้นที่ อย่างเช่น ภูมิอากาศร้อนชื้นต้องการการถ่ายเทอากาศได้ดี ฝนตกมากต้องการการป้องกันฝนที่ดี เป็นต้น คิดตามหลักพุทธ คือความพอดี รวมไปถึงความพอดีของวัสดุที่ใช้ด้วยใช้วัสดุก่อสร้างจากทรัพยากรในท้องถิ่นเป็นหลัก หาง่าย สร้างง่าย ดูแลง่ายได้ด้วยผู้อยู่อาศัยเองนำข้อมูลปัจจัยต่างๆ ข้างต้นมาประยุกต์เข้าด้วยกันเป็นโครงการที่สามารถสร้างสถาปัตยกรรมที่มีความเหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่นั้นๆ ไม่ก่อพิษให้แก่ผู้ใช้สอยทั้งวัสดุ และการถ่ายเทอากาศและเป็นกรณีศึกษาของที่อยู่อาศัยที่ไม่เกิดพิษแก่ผู้ใช้สอยในอนาคต

* บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ” อาจารย์ที่ปรึกษา รศ.สมคิด จิระทัศน์กุล ASSOC. PROF. SOMKID JIRATHASANAKUL

** สาขาวิชาสถาปัตยกรรมไทย ภาควิชาศิลปสถาปัตยกรรม มหาวิทยาลัยศิลปากร ถนนหน้าพระลาน พระนคร กทม. 10200
Department of Architecture and Related Arts, Silpakorn University, Napralan Rd. Pranakorn, Bangkok 10200

คำสำคัญ : ศูนย์เรียนรู้ / สุขภาพพึ่งตน / แพทย์ทางเลือก / วิถีพุทธ

Abstract

This study and design aims to search for history of traditional Thai medicine, Thai alternative medicine, Buddhist healing and local wisdom, and idea for to seek for prominent points of local Thai medicine wisdom in order to combine with housing development. They are key elements to create architectural design process and concept of architectural design for architecture which is designed by base on self-sufficient in technology, energy, and natural resources.

Scope of this study focuses on Thai medicine, Thai alternative medicine, and Buddhist healing to relate with construction of housing development in appropriate landscape, which can be applied to ways of life of people. They lead to architectural concept to design architectural space which appropriate with site condition key factor in order to reduce health problems.

The study analyzes factors of health which emphasize on self-sufficient health or a so-called "health autarky" alternative medicine, Buddhist, healing, place, residence, landscape, and environment, which affect patterns of people living. They lead to architectural design project that aims to provide brings alternative healthcare and potential development of national self-reliance in health promotion and disease prevention with simplicity, understanding of environment, and economizing is one of important factors of human life. Good health of people, a part of it comes from pleasant residence which is designed to suit to environment such as having good ventilation and protection from sun and rain. An Buddhist idea is sufficiency in materials from local resources primarily for creating simplicity and easy maintenance by residents themselves. They become design program and criteria that can create architecture which is appropriate to environment with non-toxic materials and having good ventilation. It provides a case study of housing that is non-toxic to people.

Keywords: Learning center / Self healing / Alternative medicine / Buddhist ways of life

บทนำ

เนื่องมาจากองค์ความรู้ทางการแพทย์และวิธีการของการแก้ไขปัญห สุขภาพที่มีอยู่ในปัจจุบัน ผู้มีอาการเจ็บป่วยส่วนใหญ่รอความช่วยเหลือจากผู้อื่นหรือแพทย์ การลงมือแก้ไขปัญห สุขภาพของผู้ป่วยส่วนใหญ่ก็เป็นผู้อื่นทำให้หรือไปพบแพทย์ ไม่มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้น แม้จะมีบางส่วนที่เริ่มคิดพึ่งตนเอง แต่องค์ความรู้ที่ใช้กันอยู่ทั่วไปในปัจจุบัน ก็ยังไม่มีประสิทธิภาพพอในการแก้ปัญหา เกี่ยวกับเรื่องปัจจัยไม่

ว่าจะเป็นด้านงบประมาณหรือทรัพยากรต่างๆ ส่วนใหญ่ก็ต้องรอความช่วยเหลือจากผู้อื่น สภาพดังกล่าวเป็นต้นเหตุให้ปัญหาสุขภาพวิกฤติซับซ้อนขึ้นบางส่วนเลือกรักษาสุขภาพตามแนวทางอื่น เช่น หมอชาวบ้าน สมุนไพร ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นถิ่น เป็นต้น เหล่านี้คือ “การแพทย์ทางเลือก” เป็นทางเลือกในการรักษาที่ผู้มีปัญหาทางสุขภาพในปัจจุบันให้ความสนใจ

อีกทั้ง ระบบสุขภาพของประเทศโดยรวมจะมีความเข้มแข็งไม่ได้ หากระบบสุขภาพภาคประชาชนไม่เข้มแข็ง “การสร้างสุขภาพดีถ้วนหน้า” (Health for All) ไม่ได้มีแต่บุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขเท่านั้น แต่เป็นเรื่องของทุกคน ทุกภาคส่วนจะต้องช่วยกัน “การระดมพลังทั้งสังคมเพื่อสร้างสุขภาพ” (All for Health) (สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข, 2552)¹

สถานการณ์ดังกล่าว ชี้ให้เห็นว่า องค์ความรู้และวิธีการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่มีอยู่ในปัจจุบัน ภายใต้เงื่อนไขความเป็นจริงของทรัพยากรที่มีอย่างจำกัด ยังไม่สามารถลดปัญหาสุขภาพได้มากนัก นอกจากนั้นปัญหาสุขภาพกลับมีแนวโน้มที่มากขึ้นจนถือได้ว่าอยู่ในขั้นวิกฤติ โดยเฉพาะปัญหาสุขภาพอันน่าสะพรึงกลัวที่เป็นภัยต่อมนุษยชาติอย่างยิ่ง 3 ประการหลัก ได้แก่

1. ปริมาณผู้ป่วย ชนิดของความเจ็บป่วย และความรุนแรงของการเจ็บป่วยส่วนใหญ่มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น
2. ค่าใช้จ่ายในการแก้ไขปัญหาความเจ็บป่วยเพิ่มมากขึ้น
3. ประชาชนมีศักยภาพที่น้อยลงในการดูแลแก้ไขปัญหาสุขภาพด้วยตนเอง (พึ่งตนเองไม่ได้หรือพึ่งตนเองได้น้อย)

จากข้อมูลที่คณะกรรมการจัดทำแผนสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 10 พ.ศ. 2550-2554 ได้ให้ไว้ว่าแม้ภาครัฐจะพยายามเร่งผลิตบุคลากรสุขภาพและจัดสรรงบประมาณในการแก้ไขปัญหาสุขภาพเท่าที่จะทำได้มากเท่าไร ประชาชนจะเสียค่าใช้จ่ายในการใช้บริการสุขภาพของรัฐหรือเอกชนเพิ่มมากเท่าไร ก็ไม่เพียงพอต่อการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่มีอยู่ มากไปกว่านั้นปัญหาก็กลับมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น

มีคำกล่าวว่า อาการป่วยก็คือความทุกข์ที่เกิดขึ้นจากจิต “จริงใจ ไม่ตรี มือภัย ไร้ทุกข์”² ร่างกายและจิตใจของมนุษย์นั้นเป็นคู่กันร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ดีเยี่ยมคู่กับจิตใจที่สุขสบายเรียกว่ามีความสุขใจเมื่อร่างกายไม่สบายเกิดเจ็บป่วยด้วยโรคภัยไข้เจ็บไม่ว่าจะมีอาการเพียงเล็กน้อยหรืออาการรุนแรงที่มีความเจ็บปวดถึงขั้นทนทุกข์ทรมาน จิตใจก็ย่อมหงุดหงิด โมโหง่าย มีความกลัวตาย กังวลใจ หวาดระแวงท้อแท้ หดหู่ ทำให้หน้าตาหม่นหมองผิวพรรณไม่สดชื่นหมดกำลังใจจนเบื่อข้าวปลาอาหารได้สิ่งเหล่านี้คือความทุกข์เกี่ยวเนื่องกับจิตใจ อาการป่วยชนิดเดียวกันอาจมีวิธีการรักษาที่แตกต่างกันตามร่างกายและจิตใจของผู้ป่วย การรักษาร่างกายจึงต้อง

¹ใจเพชร กล้าจน. (2553). “ความเจ็บป่วยกับการดูแลสุขภาพแนวเศรษฐกิจพอเพียง ตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธของศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่าบุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต สาขาวิชาพัฒนบูรณาการศาสตร์ คณะบริหารศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี.

²ใจเพชร กล้าจน. (2553). “ความเจ็บป่วยกับการดูแลสุขภาพแนวเศรษฐกิจพอเพียง ตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ ของศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่าบุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต สาขาวิชาพัฒนบูรณาการศาสตร์ คณะบริหารศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี.

ควบคู่ไปกับจิตใจ “ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน” เป็นสัจธรรมทั้งหลักการและเหตุผลอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นเจ้าของร่างกายย่อมรู้ดีที่สุด การนำหลักการการดูแลสุขภาพพึ่งตนที่สามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเองผสมผสานการดูแลสุขภาพจิตด้วยธรรมก็เป็นแพทย์ทางเลือกอีกทางหนึ่ง

สุขภาพพึ่งตนในที่นี้คือ การเน้นธรรมชาติบำบัด รักษาตามวิถีทางธรรมชาติ ซึ่งร่างกายมนุษย์สามารถบำบัดและรักษาตัวเองได้ตามธรรมชาติ ส่วนโรคหรืออาการเจ็บป่วยต่าง ๆ นั้น เป็นความพยายามของธรรมชาติในการบอกข้อบกพร่องสภาพที่ไม่สมดุลของร่างกาย เพื่อให้มนุษย์แก้ไขจะได้มีสุขภาพที่ดี “นักธรรมชาติบำบัดจะไม่เน้นการกดอาการของโรค เพราะถือเป็นการขัดขวางกระบวนการทางธรรมชาติในการกำจัดโรค ซึ่งร่างกายจะสามารถเยียวยารักษาตัวเองได้...นักธรรมชาติบำบัดนั้นจะเน้นที่การปรับสมดุลกายใจและสิ่งแวดล้อม เพื่อป้องกันโรคและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรคของร่างกายให้แข็งแรง”³ ซึ่งทำให้ร่างกายมีประสิทธิภาพในการจัดพิชโรคที่สะสมในร่างกายให้ลดน้อยลงหรือหมดไป

แพทย์ทางเลือกวิถีธรรมเป็นการดูแลสุขภาพแบบพึ่งตนที่นำเอาจุดดีของวิทยาศาสตร์สุขภาพแผนปัจจุบัน แผนไทย แผนทางเลือกและแผนพื้นบ้าน รวมถึงหลัก 8 อ.⁴ เพื่อสุขภาพที่ดีของสถาบันบุญนิยมมาบริหารจัดการองค์ความรู้ประยุกต์ผสมผสานบูรณาการด้วยพุทธธรรมและปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยให้เหมาะสมและสามารถแก้ไขหรือ ลดปัญหาสุขภาพที่ต้นเหตุในสภาพสังคมสิ่งแวดล้อมในปัจจุบัน โดยนำไปสู่การปฏิบัติที่ประหยัด เรียบง่าย ปลอดภัย ได้ผล พึ่งตนเองได้ ใช้ทรัพยากรท้องถิ่นเป็นหลัก ประยุกต์เข้าวิถีชีวิตได้อย่างยั่งยืน⁵

ทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้นมีเป้าหมาย คือ จัดทำโครงการเพื่อเป็นต้นแบบสถาปัตยกรรมพึ่งตนสำหรับศูนย์การเรียนรู้แพทย์วิถีธรรมสุขภาพพึ่งตนให้กับภาคส่วนต่างๆ ที่ยังไม่มีแนวทาง โดยออกแบบให้เป็นสถาปัตยกรรมที่สามารถสร้างได้ตามแนวทางหลักคือ “พึ่งตน” ทั้งทางเทคโนโลยี พลังงาน และทรัพยากรควบคู่ไปกับทัศนียภาพธรรมชาติบำบัด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการออกแบบสถาปัตยกรรมที่สามารถอยู่ได้ด้วยตัวเอง เช่น ไม่เกาท์รดโตรมง่าย ดูแลรักษาง่าย เป็นต้น ในแง่ของวัสดุที่ใช้ และรูปทรงอาคารต้องง่ายต่อการดูแลรักษา
2. เพื่อศึกษาสถาปัตยกรรมที่สามารถทำได้ด้วยกำลังภูมิปัญญาความสามารถของกลุ่มคนใช้สอยและทรัพยากร(พึ่งตน)ในขณะเดียวกันก็สามารถดูแลรักษาได้ด้วยกำลังความสามารถของผู้ใช้สอยได้อย่างยั่งยืนในอนาคต
3. เพื่อศึกษาการออกแบบสถาปัตยกรรมที่ใช้พลังงานธรรมชาติ พึ่งพาพลังงานประดิษฐ์แต่น้อย

³ใจเพชร กล่าจน. (2555). คู่มือค่าสุขภาพแพทย์วิถีธรรมสุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง. ศูนย์สุขภาพสวนป่าบุญ. มุกดาหาร.

⁴หลัก 8 อ. ได้แก่ อธิบาพ อารมณ์ อาหาร ออกกำลังกาย อากาศ เอนกาย เอาพิษภัยออก และอาชีพที่สัมา สถาบันบุญนิยมคือองค์กรที่ส่งเสริมการดำรงชีวิตแนวบุญนิยม

⁵ใจเพชร กล่าจน. (2553). “ความเจ็บป่วยกับการดูแลสุขภาพแนวเศรษฐกิจพอเพียง ตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ ของศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่าบุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษาศาสตร คณะบริหารศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี.

4. เพื่อศึกษาการออกแบบสถาปัตยกรรมที่เอื้อต่อการปฏิบัติ เรียนรู้ และเผยแพร่การแพทย์สุขภาพ พึ่งตนตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. สร้างศูนย์สำหรับพัฒนาเทคนิคสุขภาพพึ่งตน ตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ เป็นอีกทางเลือกหนึ่งของการดูแลสุขภาพที่เน้นการพัฒนาศักยภาพประชาชนให้พึ่งตนเองด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ด้วยสิ่งที่ประหยัด เรียบง่าย ปลอดภัย ใช้ทรัพยากรในท้องถิ่นเป็นหลัก ประยุกต์เข้ากับวิถีชีวิตได้อย่างยั่งยืน

2. สร้างศูนย์กลางการเผยแพร่การแพทย์วิถีธรรมสุขภาพพึ่งตน ไม่ก่อพิษให้แก่ผู้ใช้สอยทั้งวัสดุและการถ่ายเทอากาศและเป็นกรณีศึกษาในกรณีที่อยู่อาศัยที่ไม่เกิดพิษแก่ผู้ใช้สอยในอนาคต สถาปัตยกรรมสามารถอยู่ได้ด้วยตัวมันเอง เช่น ไม่เก่าทรุดโทรมง่าย ดูแลรักษาง่าย เป็นต้น ในแง่ของวัสดุที่ใช้ และรูปทรงอาคารต้องง่ายต่อการดูแลรักษา

ขอบเขตของการวิจัย

1. เพื่อออกแบบผังบริเวณทั้งหมดของโครงการซึ่งประกอบด้วยส่วนการเรียนรู้และส่วนที่พัก โดยการออกแบบสถาปัตยกรรมประกอบด้วยพื้นที่ในโครงการโดยสังเขปดังนี้

- พื้นที่ส่วนกลาง สำหรับกิจกรรมนอกประสงค์
- พื้นที่สำหรับอบรมเรียนรู้-ประชุมสำรอง 50 คน
- อาคารบ้านพัก กุฏิ พักรวมสำหรับผู้เข้ามาอบรมเรียนรู้
- พื้นที่สำหรับสำนักงานจัดระเบียบข้อมูลศูนย์
- พื้นที่หอสมุด หอเรียนรู้พึ่งตน
- บ้านพักเจ้าหน้าที่ ทีมงาน ผู้ที่อาศัยอยู่ประจำ
- โรงเรือน เก็บอุปกรณ์ รองรับการทำสมุนไพร พืชผักอินทรีย์ อาหารธรรมชาติ
- พื้นที่ทำการเกษตร อาหารเพื่อการแพทย์ทางเลือกรวมถึงพื้นที่เรียนรู้ปฏิบัติจริงการทำเกษตรอินทรีย์ด้วย

- ครั้ว และพื้นที่สำหรับครั้วเรียนรู้
- พื้นที่สำหรับระบบเก็บน้ำใช้และน้ำบริโภคในชุมชน
- ห้องน้ำ ห้องส้วม
- พื้นที่สำหรับสหกรณ์ ร้านค้าจำหน่าย
- พื้นที่ต้อนรับ

2. เพื่อการออกแบบตามประโยชน์ใช้สอยที่กล่าวมาข้างต้น ขอบเขตในการศึกษาข้อมูลการออกแบบประกอบด้วย

2.1 ข้อมูลเกี่ยวกับที่มาของศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนเองตามแนวเศรษฐกิจพอเพียงสวนป่านาบุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหารและเครือข่าย

2.2 ข้อมูลเกี่ยวกับ ความเจ็บป่วยกับการดูแลสุขภาพ ตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีธรรม ของศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนเองตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่านาบุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหารและเครือข่าย

2.3 ข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมการปฏิบัติอบรมเผยแพร่ของศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนเองตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่านาบุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหารและเครือข่าย

2.4 ข้อมูลเกี่ยวกับ ลักษณะทางกายภาพ สภาพแวดล้อม อากาศ สังคม วัฒนธรรมของพื้นที่ตั้งโครงการ

ข้อมูลเกี่ยวกับเทคโนโลยี วิธีการก่อสร้าง วัสดุและ รูปแบบทางสถาปัตยกรรมที่เป็นไปได้ตามแนวทางพึ่งตนเองเช่น วัสดุไม่เก่าทรุดโทรมง่าย ดูแลรักษาง่าย เป็นต้น

วิธีการดำเนินงาน

1. ค้นหารวบรวมข้อมูล

1.1 ข้อมูลปฐมภูมิ ได้จากการ สัมภาษณ์สอบถามเก็บข้อมูลจากสถานที่จริงการสังเกต จดบันทึกและถ่ายภาพ

1.2 ข้อมูลทุติยภูมิได้จากการรวบรวมเอกสารทางวิชาการ สถิติ รายงานการทดลอง เป็นต้น โดยนำข้อมูลที่ได้มาลำดับตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการศึกษารวมทั้งจัดทำบรรณานุกรม

2. วิเคราะห์ข้อมูล ทำการวิเคราะห์และเปรียบเทียบข้อมูลที่ได้มา หาความต้องการของกิจกรรมและพื้นที่ที่ต้องการใช้ ตามหลักวิชาและวิจารณ์ญาณ

3. สรุปข้อมูล นำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์ จัดทำเป็นโปรแกรมการออกแบบทางสถาปัตยกรรมเพื่อนำไปสู่ขั้นตอนการออกแบบต่อไป

4. ขั้นตอนการออกแบบ

4.1 ทำการวิเคราะห์ที่ตั้ง กำหนดแนวความคิดเบื้องต้นของโครงการ

4.2 หาความสัมพันธ์ของส่วนต่างๆที่เกี่ยวข้อง โดยนำข้อมูลที่ได้รวบรวมไว้มาเป็นฐานในการออกแบบ

4.3 กำหนดแนวคิดย่อยของแต่ละส่วน พร้อมจัดทำแบบร่างตรวจ และปรับปรุงแก้ไขพัฒนาแบบ

5. นำเสนองานขั้นสุดท้าย

6. จัดทำเอกสารประกอบการวิจัย

7. แผนการดำเนินงาน

ผลการวิจัย

แนวความคิดในการออกแบบ

จากคำสำคัญ “สุขภาพพึ่งตน” “แพทย์ทางเลือก” “วิถีพุทธ”

จากบทสัมภาษณ์คุณหมอเขียว(ใจเพชร กล้าจน)⁶ ซึ่งเป็นผู้คิดแนวแพทย์ทางเลือกสุขภาพพึ่งตนที่โครงการใช้อ้างอิงนั้น มีสาระสำคัญ ดังนี้

...ตอนนั้นท่านอ่านหนังสือธรรมะ ทั้งของท่านพุทธทาส หลวงปู่เทสก์ อาจารย์ชา และธรรมะของชาวโศก จากการอ่านทำให้ท่านเข้าใจเหตุของความเครียดว่า มันมาจากตัวโกรธ ตัวโลภ ตัวหลงโลกธรรม และพอได้อ่านพระไตรปิฎกก็พบว่า คำตอบเรื่องสุขภาพที่ท่านสงสัยมานานมีอยู่ในนัยอยู่แล้วใน พระไตรปิฎกเล่มที่ 11 “สังคิสิสูตร” ข้อ 239 ที่กล่าวว่า “เป็นผู้มีอาพาธน้อย มีทุกข์น้อย ประกอบด้วยเตโชธาตุอันมีวิบากเสมอกัน ไม่เย็นนัก ไม่ร้อนนัก เป็นอย่างกลางๆ ควรแต่ความเพียรฯ” พระพุทธเจ้าทรงพบว่า การปรับสมดุล ร้อน-เย็น จะทำให้มีโรคร้ายไข้เจ็บน้อย มีทุกข์น้อย เพราะเมื่อเกิดความไม่สมดุลในร่างกาย ก็จะทำให้เกิดอาการไม่สบาย และโรคร้ายไข้เจ็บขึ้นมา และพอค้นคว้าเพิ่มในพระไตรปิฎกเล่มที่ 12 “กกจูปมสูตร” ข้อ 265 กล่าวถึงตัวชี้วัดของการมีสุขภาพดีคือ มี “พลังชีวิต” มีความเจ็บป่วยน้อย ความลำบากกายน้อย เบากาย มีกำลัง เป็นอยู่ผาสุก พุดง่าย ๆ คือ ภาวะที่สบาย เบากาย มีกำลัง ซึ่งจะเป็นจุดที่ทำให้หายจากโรค แข็งแรง และมีอายุยืน อ่านเสร็จท่านก็เข้าใจว่า การปรับร้อน-เย็นน่าจะได้ผล เพราะ อันนี้ตรงกับหลักการแพทย์ทางเลือกหลายแผน เช่น สมดุลหยิน (เย็น) – หยาง (ร้อน) ตามหลักแพทย์แผนจีน หรือ สมดุลดิน น้ำ ลม ไฟ ตามหลักแพทย์แผนไทย และหลักแพทย์แผนปัจจุบันที่พูดถึงอุณหภูมิมีผลต่อสุขภาพ แต่เหตุผลที่ทำให้ทุกวันนี้การปรับสมดุลร้อน-เย็นตามศาสตร์การแพทย์ทางเลือก ไม่ได้ผลดีเท่าที่ควรจะเป็นก็เพราะเราวิ่งแต่ไปยึดติดทำตามตำราเก่า ซึ่งเขียนไว้ในสมัยโบราณ ในขณะที่ตอนนี้สภาพแวดล้อม สภาพจิตใจ สภาพโรคภัยของโลกปัจจุบันมันเปลี่ยนไปอย่างมากแล้ว ดังนั้นเพื่อจะให้การปรับสมดุลได้ผล เราก็ต้องปรับวิธีการเปลี่ยนให้สอดคล้องไปตามสภาพโลกและสิ่งแวดล้อมต่างๆ และสภาพผู้ป่วยในปัจจุบัน โดยไม่ยึดมั่นถือมั่นตรึงติดอยู่กับตำราเดิมๆ ยกตัวอย่างเช่น การแพทย์แผนจีนหรือการแพทย์ทางเลือกแนวแมคโครไบโอติกส์ ซึ่งอยู่ในเมืองหนาว วิธีการปรับสมดุลของเขาก็ต้องปรับให้อุ่นหรือร้อน ก็เลยมีการใช้อาหารและสมุนไพรที่มีฤทธิ์ร้อนเป็นตัวตั้ง คนไข้ก็สบาย พอเอาเทคนิคของเขามาใช้กับเมืองไทยที่เป็นเมืองร้อน จึงไม่ได้ผล เพราะของเรต้องปรับให้เย็น คนไข้ถึงจะเบากายสบายตัว...

เหล่านี้เป็นเรื่องของการรักษากายให้มีความสุขมีสมดุล ความพอดี ตามหลักพุทธศาสนา คือ มี “พลังชีวิต” มีความเจ็บป่วยน้อย ความลำบากกายน้อย เบากาย มีกำลัง เป็นอยู่ผาสุก ซึ่งการเจ็บมาก เจ็บน้อย ลำบากมาก ลำบากน้อย ไม่สบายกาย สบายกายรับรู้ได้จาก **ผัสสะ**

ผัสสะ⁷ ในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง สัมผัส การกระทบ การถูกต้องที่ทำให้เกิดความรู้สึก ผัสสะเป็นความประจวบกันแห่ง 3 สิ่ง คือ อายตนะภายใน(ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) อายตนะภายนอก(รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์) และวิญญาณ ผัสสะมี 6 อย่าง คือ

⁶บทสัมภาษณ์คุณหมอเขียว(ใจเพชร กล้าจน), 2 กันยายน 2555

⁷พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2543). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- จักขุสัมผัส หมายถึง ความกระทบทางตา คือ ตา+รูป+จักขุวิญญาณ
- โสตสัมผัส หมายถึง ความกระทบทางหู คือ หู+เสียง+โสตวิญญาณ
- ฆานสัมผัส หมายถึง ความกระทบทางจมูก คือ จมูก+กลิ่น+ฆานวิญญาณ
- ชิวหาสัมผัส หมายถึง ความกระทบทางลิ้น คือ ลิ้น+รส+ชิวหาวิญญาณ
- กายสัมผัส หมายถึง ความกระทบทางกาย คือ กาย+โผฏฐัพพะ(เช่น ร้อน เย็น อ่อน แข็ง)+กายวิญญาณ
- มโนสัมผัส หมายถึง ความกระทบทางใจ คือ ใจ+ธรรมารมณ์(สิ่งที่ใจนึกคิด)+มโนวิญญาณ

อายตนะ (อ่านว่า อายะตะนะ)⁸ แปลว่า ที่เชื่อมต่อ, เครื่องติดต่อ หมายถึงสิ่งที่เป็นสื่อสำหรับติดต่อกัน ทำให้เกิดความรู้สึกขึ้น แบ่งเป็น 2 อย่างคือ 1. **อายตนะภายใน** หมายถึงสื่อเชื่อมต่อที่อยู่ในตัวคน บ้างเรียกว่า อินทรีย์ 6 มี 6 คือ **ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ** ทั้งหมดนี้เป็นที่เชื่อมต่อกับอายตนะภายนอก 2. **อายตนะภายนอก** หมายถึงสื่อเชื่อมต่อที่อยู่นอกตัวคน บ้างเรียกว่า อารมณ์ 6 มี 6 คือ **รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์** ทั้งหมดนี้เป็นคู่กับอายตนะภายใน เช่น รูปคู่กับตา หูคู่กับเสียง เป็นต้นอายตนะภายนอกนี้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า **อารมณ์** เมื่อตาเห็นรูป เรียกว่า **สัมผัส** รู้ว่ามีการเห็น เรียกว่า**วิญญาณ** เกิดความรู้สึกขึ้นเมื่อตาเห็นรูป เรียกว่า **เวทนา**กล่าวคือ สื่อที่รับรู้สัมผัสคือกายและจิต

...ไม้อ้อ 2 กำ พึงตั้งอยู่ได้เพราะต่างอาศัยซึ่งกันและกันฉันใด

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย จึงมีวิญญาณ เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย จึงมีนามรูป

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย จึงมีสฬายตนะ เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย จึงมีผัสสะ

ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ ย่อมมีด้วยประการอย่างนี้

ถ้าไม้อ้อ 2 กำนั้น พึงเอาออกเสียกำหนึ่ง อีกกำหนึ่งก็ล้มไป ถ้าตั้งอีกกำหนึ่งออก อีกกำหนึ่งก็ล้มไปฉันใด

เพราะนามรูปดับ วิญญาณจึงดับ เพราะวิญญาณดับ นามรูปจึงดับ

เพราะนามรูปดับ สฬายตนะจึงดับ เพราะสฬายตนะดับ ผัสสะจึงดับ

ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ ย่อมมีด้วยประการอย่างนี้⁹...

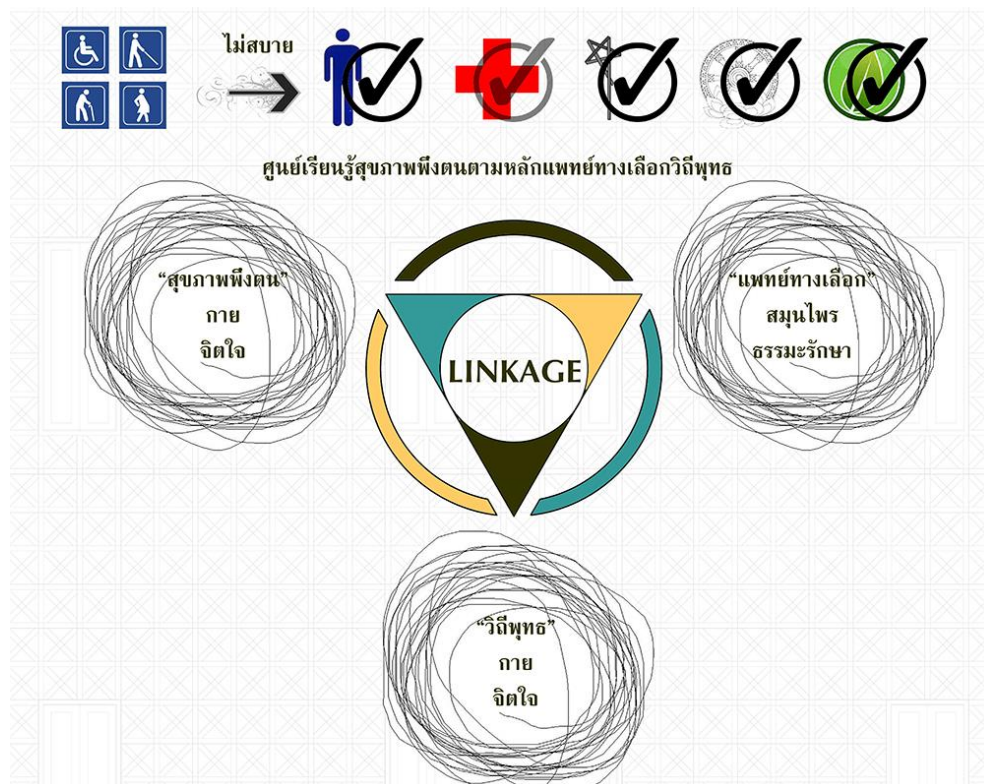
จึงมีแนวคิดว่า จะสร้างโครงการเพื่อตอบสนองแนวทางการรักษาสมดุลร้อน-เย็น ซึ่งภาวะร้อน-เย็นเกิดขึ้นตามสภาวะของกายและจิต บนคำจำกัดความแนวความคิดสั้นๆคือ “**สมดุลแห่งกายและจิต**” (ภาพที่ 1)

⁸ พระธรรมกิตติวงศ์(ทองดี สุรเตโช). (2548), ป.ธ. ๙ ราชบัณฑิต พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด

คำวัด. กรุงเทพมหานคร : วัดราชโอรสาราม

⁹ สัมมสสูตรที่ 2 พระไตรปิฎก เล่มที่ 16. เข้าถึงเมื่อ 21 ตุลาคม 2556. เข้าถึงได้จาก

http://84000.org/tipitaka/pitaka_item/v.php?B=16&A=3006&Z=3073&pagebreak=0#refer



ภาพที่ 1 แผนภาพแสดงแนวความคิดจากคำสำคัญ



ภาพที่ 2 แผนภาพแสดงแนวความคิดจากกิจกรรม

ประสิทธิผลในการสร้างโครงการ คือ ความสัมพันธ์ของกิจกรรมในโครงการกับผู้ใช้สอยโครงการ ซึ่งมีกลุ่มเป้าหมายเป็นผู้ป่วย และผู้แสวงหาทางเลือกรักษาและดูแลสุขภาพที่ทำได้ด้วยตัวเองในชีวิตประจำวัน โดยอาศัยสื่อ สถาปัตยกรรม สถานที่ ที่ว่าง การปฏิบัติกิจกรรม สัมผัส ภาพ เสียง กลิ่น รส เป็นเครื่องมือ เครื่องมือที่เข้าถึงได้ง่ายสามารถค้นหาเรียนรู้ปฏิบัติได้ด้วยตนเอง (ภาพที่ 2) แพทย์ทางเลือกสุขภาพพึ่งตนที่อ้างอิงในการทำโครงการได้นำหลักการวิทยาศาสตร์สุขภาพแผนปัจจุบัน แพทย์แผนไทย แพทย์แผนทางเลือก หลัก 8 อ.บูรณาการด้วยพุทธธรรม และปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง เป็นเครื่องมือผสมผสานออกมาเป็นหลักการที่ใช้ปฏิบัติในโครงการ เกิดเป็นหลักปฏิบัติ 9 ข้อ ของสุขภาพพึ่งตนตามหลักแพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ (ภาพที่ 3) สอดคล้องกับการรักษาทำให้มีความสุขมีสมดุล ตามหลักพุทธศาสนา คือ มี “พลังชีวิต” มีความเจ็บป่วยน้อย ความล้าบากน้อย เบากาย มีกำลัง เป็นอยู่ผาสุก ซึ่งการเจ็บมาก เจ็บน้อย ลำบากมาก ลำบากน้อย ไม่สบายกาย สบายกายรับรู้ได้จากผัสสะดังกล่าวข้างต้นจำแนกตามข้อ ดังนี้

1. การรับประทานสมุนไพรปรับสมดุล
2. กัวซาหรือดูดซาหรือดูดพิษหรือดูดลม เป็นการแพทย์แผนโบราณของประเทศในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ มีประสิทธิภาพในการเอาพิษขับจากร่างกาย

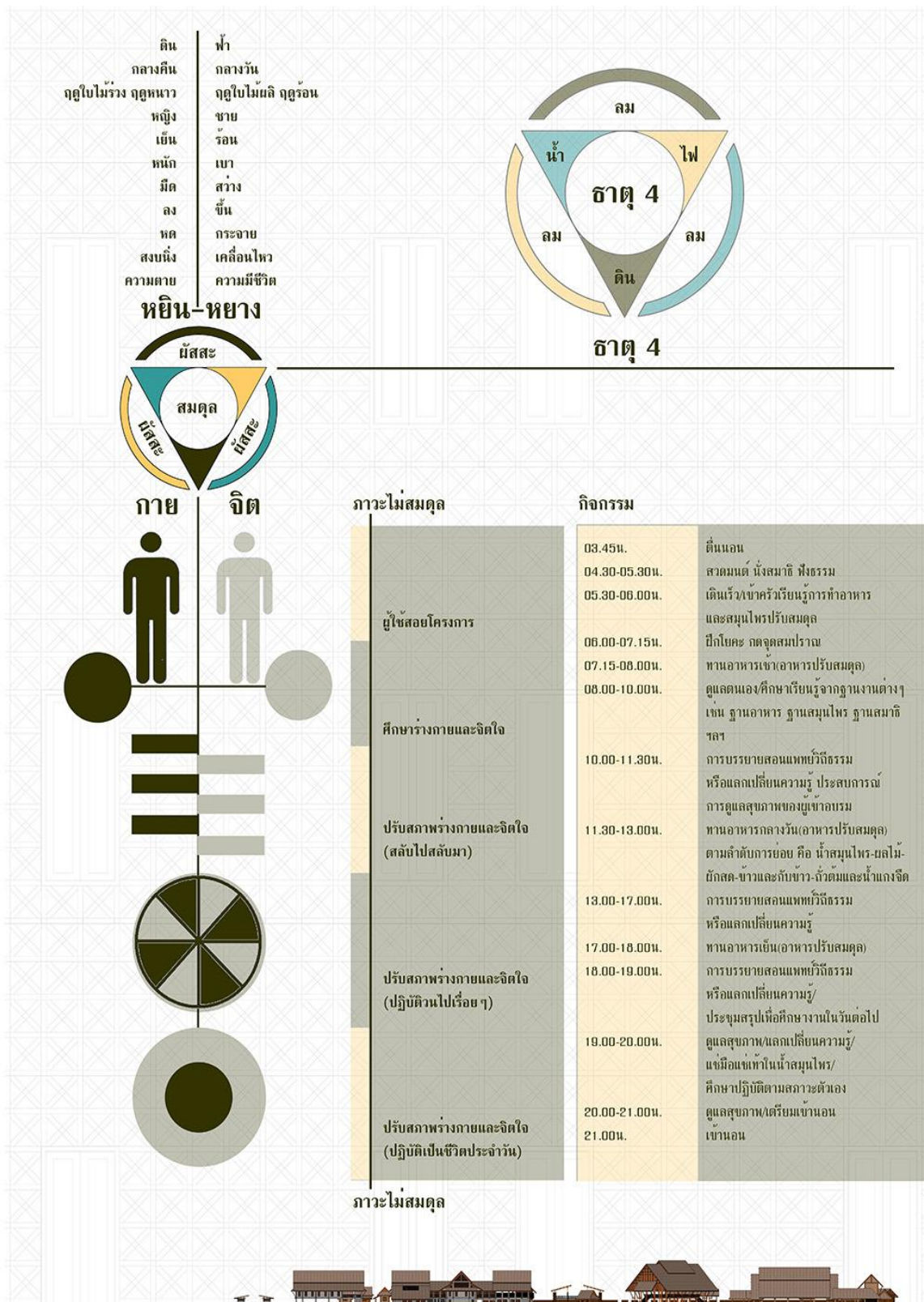
3. การสวนล้างลำไส้ใหญ่ (ดีท็อกซ์)
4. การแช่มือแช่เท้าในน้ำสมุนไพร
5. การพอก ทา หยอด ประคบ อบ อาบ ด้วยสมุนไพรที่ถูกต้อง (เมื่อใช้แล้วรู้สึกสบาย)
6. การออกกำลังกาย กดจุดลมปราณ โยคะ กายบริหารที่ถูกต้อง
7. การรับประทานอาหารปรับสมดุล
8. ใช้ธรรมะ ทำใจให้สบาย ผ่อนคลายความเครียด
9. รู้เพียร รู้พักให้พอดี คือ ทำสิ่งใดไม่ให้เกินกำลัง



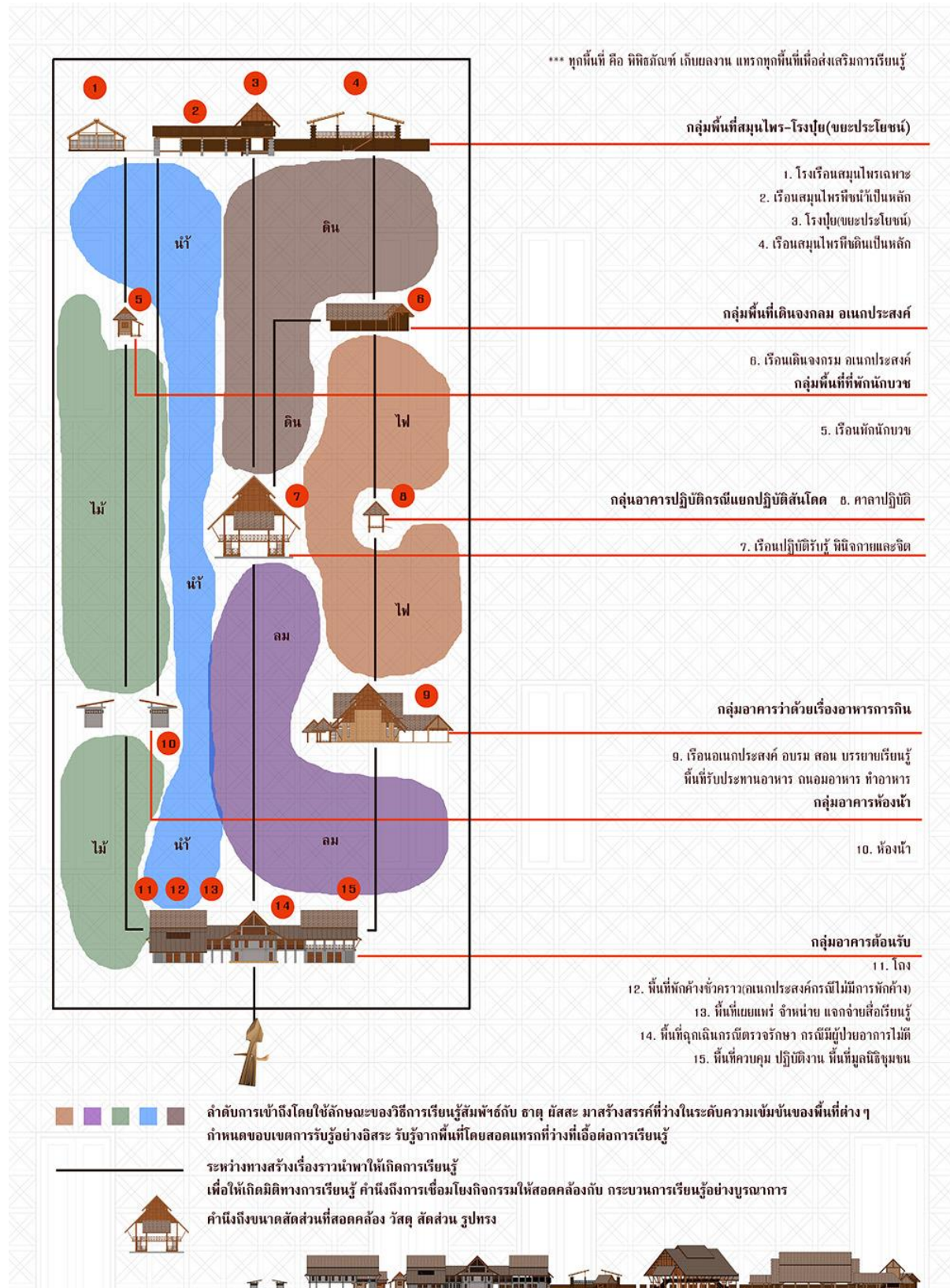
ภาพที่ 3 แผนภาพแสดงแนวความคิดจากกิจกรรม

จากการสร้างกิจกรรม(เครื่องมือ)ในการปฏิบัติ นำไปสู่สถาปัตยกรรมที่จะรองรับไปในแนวทางเดียวกันคือ ออกแบบให้เป็นสถาปัตยกรรมที่สามารถสร้างได้ตามแนวทางหลักคือ “พึ่งตน” ทั้งทางเทคโนโลยีพลังงาน และทรัพยากรควบคู่ไปกับทัศนียภาพธรรมชาติบำบัดโดยมีแนวความคิดในการวางผัง (ภาพที่ 4) คือ การเข้าถึงสร้างให้เกิดการรับรู้ทางกายและจิตสลับกันจากความรู้สึกหยาบ (ความไม่สมดุล) ไปจนถึงละเอียด (ความสมดุล) สื่อด้วยพื้นผิว ที่ว่าง สัมผัสทั้ง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และกิจกรรมปฏิบัติที่เป็นเครื่องมือที่กำหนดไว้ในสถาปัตยกรรมส่วนต่างๆในโครงการเชื่อมต่อกิจกรรมด้วยพื้นที่เกิดการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องกันไป

การวางผังแบ่งพื้นที่ตามธาตุ 4 ซึ่งถือเป็นธาตุสำคัญที่จำแนกจากธาตุสำคัญในร่างกายสิ่งมีชีวิต ประกอบด้วย ดิน น้ำ ลม ไฟ สร้างตำแหน่งการเข้าถึงในการรับรู้ธาตุสลับกัน(ความไม่สมดุล)ไปจนถึงการรับรู้ธาตุทั้ง 4 พร้อมกัน(สมดุล) เพื่อเป็นการค่อยๆเรียนรู้ลักษณะและเข้าใจจริงๆ เพื่อนำกลับไปพิจารณาและใช้ในชีวิตประจำวันได้ โดยการแบ่งพื้นที่จะสัมพันธ์กับหยินหยางหรือความสมดุลร้อนเย็นในร่างกายตามศาสตร์แพทย์ทางเลือกด้วย คือ ลมและไฟ จัดเป็นหยางให้ความรู้สึกเคลื่อนไหว ร้อน เบา สว่าง กระจาย เป็นต้น ดินและน้ำ จัดเป็นหยินให้ความรู้สึก เย็นหนัก มีด หด เป็นต้น จัดวางผังให้ทางทางสัญจรผ่านเป็นลำดับการรับรู้ (ภาพที่ 5) แสดงเส้นทางสัญจรผ่านพื้นที่ศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเองในพื้นที่โครงการ เส้นทางสัญจรจะมารวมกันที่จุดกลางโครงการอันเป็นส่วนพื้นที่ ที่จะศึกษาธาตุ 4 ได้พร้อมๆ กัน



ภาพที่ 4 แผนภาพแสดงสรุปแนวความคิดนำไปสู่การออกแบบที่เป็นรูปธรรม



ภาพที่ 5 แผนภาพแสดงการวางพื้นที่ใช้สอยตามแนวความคิด

สรุปผลการวิเคราะห์และออกแบบวางผัง

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ แนวคิดพุทธธรรมะ แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง แนวคิดสุขภาพ แนวคิดการแพทย์ทางเลือก แนวคิดการแพทย์แผนไทยและแผนพื้นบ้าน แนวคิดสุขภาพบุญนิยม แนวคิดวิทยาศาสตร์สุขภาพแผนปัจจุบัน แนวคิดทฤษฎีกายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยา และแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสสารกับพลังงานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง พัฒนาเป็นวิธี การดูแลสุขภาพแนวเศรษฐกิจพอเพียง ตามหลัก “แพทย์ทางเลือกวิถีพุทธ (บุญนิยม)” หรือ “แพทย์ทางเลือกวิถีธรรม” นำมาผนวกกับการศึกษาออกแบบสถาปัตยกรรมให้เหมาะสมและสนับสนุนต่อสุขภาพที่ดีได้ทั้งนี้อ้างอิงจากคำกล่าวของอาจารย์ผู้รู้และวิเคราะห์หามาก่อนแล้ว กล่าวคือ

...การสร้างสรรคงานต่างๆ ต้องประกอบด้วยการใช้แนวความคิดและวิธีการควบคู่กันไปด้วยเพื่อให้ได้ผลตามเป้าหมาย ในกระบวนการอาจกระทำทั้งสองอย่างควบคู่กันไป หรือแยกกันตามขั้นตอนก็ได้ คือวิธีแรกตั้งเป้าหมาย หาข้อมูล วิเคราะห์และตีความ สังเคราะห์แนวความคิดและนำไปสู่การออกแบบ หรืออีกวิธีคือการกระทำควบคู่กันโดยนำข้อมูลดิบหรือข้อสรุปที่ผ่านการวิเคราะห์ตีความแล้ว หรือแนวความคิดที่มีการเลือกสรรมารวมสังเคราะห์ตามขั้นตอนการทำงานออกแบบ¹⁰

...การออกแบบสถาปัตยกรรมไทย โดยเฉพาะสถาปัตยกรรมไทยที่เกี่ยวข้องกับพุทธศาสนา มักจะแฝงคติธรรมเข้ามาเกี่ยวข้องเสมอ มีในหลายระดับจากระดับต่ำไปสู่ระดับที่สูงที่เรียกว่า เปลือก กระพี้ และแก่น ตามลำดับ จนเกิดมีการพัฒนาการในการออกแบบให้สถาปัตยกรรมนี้มีลักษณะปรากฏดังที่เห็น แต่ก็เป็นผลงานที่ช่างโบราณคิดปรุงแต่งขึ้นจากจินตนาการ ความศรัทธาในคติความเชื่อ และทำให้มีการสืบทอดต่อมา...โดยหลักเกณฑ์ในทางพุทธศาสนาแล้ว มีหลักให้ ละ ปล่อย วาง และบรรลุปเป้าหมายสูงสุดคือการหลุดพ้น สถาปัตยกรรมจึงควรสะท้อนแนวความคิดดังกล่าว การออกแบบสอดคล้องกับแนวทางในพุทธศาสนาจึงควรมีหลักเกณฑ์ ที่มีความเรียบง่าย สงบ เหมาะกับสภาพภูมิอากาศ และมีราคาประหยัด¹¹

จากคำกล่าวของอาจารย์ผู้รู้และวิเคราะห์หามาก่อนแล้วในข้อการออกแบบสอดคล้องกับแนวทางในพุทธศาสนาจึงควรมีหลักเกณฑ์ ที่มีความเรียบง่าย สงบ เหมาะกับสภาพภูมิอากาศ และมีราคาประหยัด ตอบวัตถุประสงค์ของโครงการ คือ การออกแบบสถาปัตยกรรมจะต้องสามารถอยู่ได้ด้วยตัวเอง เช่น ไม่เกาทรุดโทรมง่าย ดูแลรักษาง่าย เป็นต้น ในแง่ของวัสดุที่ใช้ และรูปทรงอาคารต้องง่ายต่อการดูแลรักษา รวมไปถึงสามารถทำได้ด้วยกำลังภูมิปัญญาความสามารถของกลุ่มคนใช้สอยและทรัพยากร(กลุ่มคนใช้สอยพึ่งตนเองได้)ในขณะเดียวกันก็สามารถดูแลรักษาได้ด้วยกำลังความสามารถของผู้ใช้สอยได้อย่างยั่งยืนในอนาคตเป็นแบบอย่างให้ผู้ต้องการแสวงหาแนวทางแพทย์ทางเลือกที่มุ่งเน้นการดูแลตัวเองด้วยตนเอง สร้างระเบียบวิธีการปฏิบัติชีวิต-ประจำวัน และสถานที่ให้เกิดสุขภาพที่ดีด้วย

สถาปัตยกรรมที่เกิดขึ้นจะใช้พลังงานประดิษฐ์ที่มีผลเสียต่อสภาพแวดล้อมให้น้อยที่สุด ใช้พลังงานธรรมชาติให้มากที่สุด โดยคำนึงถึงทิศทางลม แสงแดด เป็นสำคัญ รวมไปถึงวัสดุที่ใช้วัสดุประดิษฐ์หรือสังเคราะห์

¹⁰ อนุวิทย์ เจริญศุภกุล. (2541). “อุบายไปสู่การสังเคราะห์งานสถาปัตยกรรมไทยร่วมสมัยจากรากวัฒนธรรมท้องถิ่น.”

อาษา (มกราคม) : 70-71.

¹¹ ฤทัย ใจจงรัก. (2527). สถาปัตยกรรมไทยกับพระพุทธศาสนา. หน้าจั่ว. 4 : 35-37

หรือกระบวนการการผลิตมีผลเสียต่อสภาพแวดล้อมให้น้อยที่สุด ใช้วัสดุที่สามารถหาได้ง่าย ดูแลรักษาง่ายโดยใช้กำลังผู้อยู่ในโครงการได้ เน้นวัสดุที่ไม่ต้องผ่านกระบวนการการแปรรูปหลายขั้นตอน เช่น ไม้ ดิน หิน อิฐ อาศัยการใช้ทรัพยากรหมุนเวียนในโครงการเป็นหลัก เช่น น้ำ ดิน ไม้ พืชผล เป็นต้น อาคารส่วนใหญ่จะเป็นอาคารโถงไม่มีผนัง เพื่อเปิดให้มีมุมมองกว้าง (ภาพที่ 5) ส่งเสริมให้เกิดการรับรู้ในมุมมองกว้าง ในอาคารหลังหนึ่งด้านหนึ่งอาจเป็นน้ำ ด้านหนึ่งอาจเป็นดิน มีลม(อากาศ)ผ่านระหว่างอาคาร เป็นต้น โดยน้ำ ดิน อากาศนี้เองเป็นพลังงานธรรมชาติที่นำมาใช้ให้เกิดการรับรู้ เรียนรู้ในโครงการผ่านผัสสะ (การรับรู้ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ)



ภาพที่ 5 แสดงทัศนียภาพ วัสดุอาคารในโครงการ



ภาพที่ 6 แสดงทัศนียภาพผลสรุปการออกแบบ

เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

ใจเพชร กล้าจน. (2555). **คู่มือค่ายสุขภาพแพทย์วิถีธรรมสุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง**.

ศูนย์สุขภาพสวนป่านาบุญ. มุกดาหาร.

ใจเพชร กล้าจน. (2553) “**ความเจ็บป่วยกับการดูแลสุขภาพแนวเศรษฐกิจพอเพียง ตามหลักแพทย์ทางเลือก**

วิถีพุทธ ของศูนย์เรียนรู้สุขภาพพึ่งตนตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง สวนป่านาบุญ อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร.” วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนบูรณาการศาสตร์

คณะบริหารศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ. ๙ ราชบัณฑิต. (2548). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์**

ชุด คำวัด. วัดราชโอรสาราม. กรุงเทพฯ: ธรรมสภาและสถาบันสื่อธรรม.

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2543). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพฯ:

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ฤทัย ใจจงรัก. (2527). สถาปัตยกรรมไทยกับพระพุทธรูป. หน้าจั่ว.4 : 35-37.

อนุวิทย์ เจริญศุภกุล. (2541). “**อุบายไปสู่การสังเคราะห์งานสถาปัตยกรรมไทยร่วมสมัยจากรากวัฒนธรรม**

ท้องถิ่น.” **อาษา**(มกราคม) : 70-71.

สัมมสสูตรที่ 2 พระไตรปิฎก เล่มที่ 16. เข้าถึงเมื่อ 21 ตุลาคม 2556. เข้าถึงได้จาก http://84000.org/tipitaka/pitaka_item/v.php?B=16&A=3006&Z=3073&pagebreak=0#refer