

การปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ :

การภาวนาอธิษฐานตามหลักคริสต์ศาสนา

The spiritual practice: prayer in the Christian Tradition

บทความวิชาการ

วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ

Journal of Nursing Science & Health

ปีที่ 37 ฉบับที่ 2 (เมษายน-มิถุนายน) 2557

Volume 37 No.2 (April-June) 2014

พชณิ สมกำลัง พยม.* ยุทธชัย ไชยสิทธิ์ พยม.**

นาฏนภา อารยะสินปถส พยม.** วิสัย คตะตา พยม.**

Patchanee Somkumlung MSN.* Yuttachai Chaiyasit MSN.**

Nadnapa Arayasinlapathon MNS.** Wisai Kata MNS.**

บทคัดย่อ

การพยาบาล คือการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณอย่างหนึ่ง สุขภาวะด้านจิตวิญญาณของผู้ประกอบวิชาชีพการพยาบาลจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะประสบการณ์ชีวิตด้านจิตวิญญาณของผู้ดูแลส่งผลกระทบต่อ การให้การพยาบาลด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ การภาวนาอธิษฐานตามแบบคริสต์ศาสนา เป็นการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ อย่างหนึ่งที่มีลักษณะสำคัญที่น่าสนใจดังนี้ การภาวนาอธิษฐานเป็นวิธีการเข้าถึงและมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งที่เชื่อถือศรัทธา การสารภาพบาปและการได้รับการอภัย เป็นวิถีปฏิบัติที่กระทำอย่างต่อเนื่อง สม่่าเสมอ ควบคู่กับการใคร่ครวญหลักคำสอน จากพระคริสตธรรมคัมภีร์ อันเป็นแหล่งแห่งปรัชญาและความจริงในการดำเนินชีวิตที่ช่วยให้ค้นพบความหมายและเป้าหมายแห่งชีวิต การสะท้อนคิดจนกระทั่งตระหนักรู้ตนเอง จึงทำให้การภาวนาอธิษฐานในแบบนี้เป็นการปฏิบัติด้าน จิตวิญญาณที่สามารถตอบสนองความต้องการด้านจิตวิญญาณ และนำไปพบกับความผาสุกทางจิตวิญญาณได้ในที่สุด

คำสำคัญ : การปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ การภาวนาอธิษฐาน

Abstract

Nursing is a spiritual practice. The spiritual health of a professional nurse is very important because the spiritual experience of a caregiver has a direct effect on the humanized nursing care. The prayer in Christian tradition is a spiritual practice that includes several important qualities. Prayer brings an interconnectedness with God. Confession and receiving forgiveness is a continuous practice that goes together with meditation on Christian religion doctrines (Holy Bible). These practices lead to wisdom and truth in life which ultimately gives purpose to life. Reflective thinking and self-awareness through prayer is a spiritual practice that provides spiritual needs and ultimately spiritual well-being.

keywords: spiritual practice, prayer

บทนำ

* ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม

** อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครพนม มหาวิทยาลัยนครพนม

หัวใจของการพยาบาล คือการทำงานที่สัมผัสหัวใจของผู้ใช้บริการจนกระทั่งเขาเหล่านั้นรู้สึกได้รับการดูแล (caring) และการดูแลจะเกิดขึ้นได้ก็ต้องอาศัยความรัก ความปรารถนาดี ความเมตตาสงสาร เป็นองค์ประกอบ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นพัฒนาการทางจิตวิญญาณทั้งสิ้น การพยาบาลจึงถือเป็นการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณอย่างหนึ่ง (nursing as a spiritual practice)¹ ซึ่งการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ (spiritual practice, spiritual exercise or spiritual discipline) นั้นเป็นกิจกรรมหรือวิธีการที่บุคคลใช้พัฒนาจิตวิญญาณของตนให้เติบโตและมีความสุข เช่น การทำสมาธิ (meditation) การสวดมนต์ (chanting) การถือศีลอดอาหาร (fasting) การสามัคคีธรรม (fellowship) เป็นต้น² และหนึ่งในการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณที่อยู่ในความสนใจและมีผู้ทำการศึกษาวิจัยกันอย่างกว้างขวางถึงผลลัพธ์ในช่วง 2 ทศวรรษที่ผ่านมา นั้นคือการภาวนาอธิษฐานตามแบบคริสต์ศาสนา (prayer in Christian tradition)^{3,4,5,6}

การภาวนาอธิษฐานเป็นการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณที่ส่งผลเชิงบวกทั้งผลลัพธ์ด้านคลินิกและผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ³ ช่วยให้การดาที่มีภาวะมีบุตรยากมีอัตราการตั้งครรภ์ที่สูงกว่ามารดาที่ไม่ได้ภาวนาอธิษฐาน⁴ ลดระยะเวลาในการพักรักษาตัวในโรงพยาบาลในผู้ป่วยที่ติดเชื้อมีกระแสเลือด⁵ สำหรับการศึกษาในประเทศไทย พบว่า การภาวนาอธิษฐานในรูปแบบการฟังตามแบบคริสต์ศาสนา ช่วยลดอาการคลื่นไส้ในผู้ใช้บริการของคลินิกให้คำปรึกษา⁶ อย่างไรก็ตามสำหรับสังคมไทย เรื่องการภาวนาอธิษฐานตามแบบคริสต์ศาสนา ยังไม่เป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลาย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะวัฒนธรรมและพื้นฐานทางความเชื่อที่แตกต่างกัน แต่ในสมัยปัจจุบันที่สังคมไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมแบบพหุวัฒนธรรม การทำความเข้าใจกับความเชื่อที่แตกต่างกันมีความสำคัญสำหรับพยาบาลอย่างมาก เพราะเอื้อต่อการจัดการดูแลแบบองค์รวม⁷ ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล เคารพในการปฏิบัติตามความเชื่อและหลักศาสนาของผู้ใช้บริการ ซึ่งการให้ความสนใจหรือเรียนรู้ระบบความเชื่อและการปฏิบัติตามหลักศาสนาที่

มีความหลากหลาย จะช่วยให้พยาบาลมีการเจริญเติบโตด้านจิตวิญญาณ (spiritual growth) สามารถเข้าไปเยียวยาและต้องการด้านจิตวิญญาณของผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น⁷

ผู้เขียนได้เรียบเรียงบทความเรื่อง การปฏิบัติด้านจิตวิญญาณนี้ โดยมุ่งเน้นการภาวนาอธิษฐานตามแบบคริสต์ศาสนา อันเป็นศาสนาที่มีจำนวนผู้เชื่อถือศรัทธามากที่สุดในโลก สารประกอบด้วย แนวคิดเรื่อง การปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ การภาวนาอธิษฐานตามแบบคริสต์ศาสนาช่วยให้เกิดกระบวนการเยียวยาจิตวิญญาณ (spiritual healing) และการเจริญเติบโตด้านจิตวิญญาณอย่างไร โดยบทความนี้ได้นำวิถีปฏิบัติของ ฟลอเรนซ์ไนติงเกล (Florence Nightingale) มาเป็นตัวอย่างในการอธิบายให้เกิดความชัดเจนยิ่งขึ้น สำหรับฟลอเรนซ์ไนติงเกล ผู้นำทางการพยาบาลนั้น นอกจากจะเป็นที่รู้จักในฐานะนักคณิตศาสตร์ที่มีชื่อเสียง นักปรัชญา นักสุขภาพ นักการศึกษา และผู้ที่ค้นพบการพยาบาลสมัยใหม่แล้ว ฟลอเรนซ์ไนติงเกล ยังได้ชื่อว่าเป็นคริสตชนที่เคร่งครัดในการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณตลอดชีวิตตั้งแต่เด็กจนกระทั่งวัยชรา⁸ จากบันทึกและจดหมายส่วนตัว ของท่านแสดงให้เห็นว่าประสบการณ์ด้านจิตวิญญาณเป็นความจริงในชีวิตประจำวัน และพลังศรัทธาที่เอนกคือแรงขับที่ยิ่งใหญ่และอยู่เบื้องหลังความสำเร็จทั้งปวงในชีวิตของเธอ⁸ ผู้เขียนขอเสนอสาระทั้งหมดตามลำดับดังนี้

แนวคิดการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ (spiritual practices)

ความหมาย (definition of spiritual practices)

การปฏิบัติด้านจิตวิญญาณหมายถึงกิจกรรมหรือแนวปฏิบัติเพื่อพัฒนาจิตวิญญาณของบุคคล (spiritual development) เป็นกิจกรรมที่ทำให้บุคคลนั้น ๆ เกิดประสบการณ์ด้านจิตวิญญาณ (spiritual experiences) คือการเข้าถึงพลังอำนาจเหนือธรรมชาติ (God) สิ่งที่เกี่ยวข้องกับศรัทธา ปรัชญาในการดำเนินชีวิต สิ่งที่ทำให้คุณค่าและความหมายในชีวิต และการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณนี้จะทำให้บุคคลนั้นได้รับการตอบสนองต่อความต้องการด้านจิตวิญญาณ (spiritual needs) ซึ่งได้แก่ ความต้องการ

ความรักแบบไม่มีเงื่อนไข (non – conditional love) การให้อภัย (forgiveness) ต้องการความไว้วางใจ (trust) ความหวัง (hope) เข้าใจคุณค่าและความหมายของชีวิต ปรัชญาในการดำเนินชีวิต ต้องการที่พึ่งอันประเสริฐช่วย ดลบันดาลให้เหตุการณ์กลายเป็นดี เกิดพลังใจในการต่อสู้ สิ่งต่างๆ ที่มาคุกคามนั้นได้ด้วยความมั่นคงและมั่นใจ ต้องการความสมบูรณ์แบบ (need for perfection) ได้พบกับ ความหลุดพ้นจากความไม่เที่ยงแท้ของชีวิต มีความเป็น นิรันดร์ เข้าสู่ภราดรภาพ²

ประเภทของการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ (types of spiritual practices)

การปฏิบัติด้านจิตวิญญาณเฉพาะบุคคล (individual spiritual practice) เป็นกิจกรรมที่บุคคลหนึ่งบุคคลใดกระทำเพื่อประโยชน์ในการพัฒนาจิตวิญญาณ ของตนเองให้เติบโตเข้มแข็ง เปรียบเหมือนการเติมน้ำมันในตะเกียงที่ให้พลังงานเฉพาะตะเกียงนั้นๆ เช่น การภาวนาอิสฐาน (prayer) การศึกษาหลักคำสอน ปรัชญา ในการดำเนินชีวิต (the study of religion doctrine) เป็นต้น ซึ่งการปฏิบัติดังกล่าวจะนำไปสู่บุคคลนั้นๆ มี ปฏิสัมพันธ์กับพลังอำนาจสูงสุด (interconnectedness with God)⁹

การปฏิบัติด้านจิตวิญญาณระหว่างบุคคล (collective spiritual practice)

เป็นกิจกรรมที่บุคคลหนึ่งบุคคลใดกระทำเพื่อประโยชน์ในการพัฒนาจิตวิญญาณของผู้อื่นให้เข้มแข็ง เปรียบเหมือนแสงสว่างที่เกิดขึ้นจากการจุดตะเกียง ดังภาพประกอบ ผู้คนรอบข้างจะได้รับประโยชน์จากแสง สว่างนั้นๆ และผู้กระทำกิจกรรมดังกล่าวจะต้องเป็นผู้ที่มี จิตวิญญาณที่เติบโตและเข้มแข็งเพียงพอเสียก่อน เช่น การเป็นที่ปรึกษาทางจิตวิญญาณ (spiritual counsellor) การทำหน้าที่ด้วยความเมตตา (acts of mercy) เป็นต้น⁹



ภาพตะเกียงแสดงถึงลักษณะของการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ ที่มา : <http://www.spiritualresearchfoundation.org/articles/id/aboutspiritualresearch/spiritualpractice/individualcollective>.

จากที่กล่าวมาข้างต้นพอสรุปได้ว่า การปฏิบัติ ด้านจิตวิญญาณนั้นมีความเป็นนามธรรมสูงมากและ ยากต่อการอธิบายให้ชัดเจน แต่เป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับ พยาบาลที่ต้องใช้ในการดูแลจิตวิญญาณของตนเองให้ พร้อมเพื่อการปฏิบัติกรพยาบาลแบบองค์รวมที่จะ ต้องเข้าใจ เข้าถึงความเป็นองค์รวมของผู้ใช้บริการ ด้วย ปฏิสัมพันธ์ที่เอื้ออาทร มีเมตตาจิต และความรักแบบไม่มี เงื่อนไข อันถือเป็นพัฒนาการทางจิตวิญญาณนั่นเอง

ความสำคัญของความผาสุกทางจิตวิญญาณ ต่อพยาบาล (the impact of spiritual well-being on nurses)

การที่บุคคลได้รับการตอบสนองต่อความ ต้องการด้านจิตวิญญาณจะทำให้บุคคลนั้นพบกับความ ผาสุกทางจิตวิญญาณ (spiritual well-being) คือการได้ พบสันติสุขที่แท้จริงของชีวิต (peace of life) พบกับพลัง มหาศาล ประสบการณ์พิเศษ สันติสุข ความมีชีวิตชีวา เกิด ปัญญาและความเข้าใจจิตวิญญาณจึงเป็นแหล่งกำเนิด ของความกล้าแกร่ง เป็นขุมพลังทำให้บุคคลอยู่ในภาวะ ที่เหนือตนเองได้ ส่งผลต่อความคิด ความรู้สึก การกระทำ และแนวทางในการดำรงชีวิต ทำให้บุคคลค้นพบความ หมายและเป้าหมายแท้ของชีวิต ตลอดทั้งประสบความสำเร็จ จูงใจให้สัมพันธ์ภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ก่อให้เกิด

สันติสุขอย่างแท้จริง¹⁰ จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ผู้ที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณจะมีเชาวน์อารมณ์ มีคุณธรรมจริยธรรมสูง มีสติปัญญาดี หากอยู่ในตำแหน่งทางการบริหารก็จะสามารถจูงใจให้บุคคลภายใต้การบังคับบัญชาเข้าถึงคุณค่าที่แท้จริงของงาน อุทิศตัวให้กับงานได้โดยไม่ต้องจูงใจด้วยวัตถุเงินทอง¹¹

ความผาสุกทางจิตวิญญาณจึงเป็นคุณสมบัติที่สำคัญที่ต้องพัฒนาให้เกิดขึ้นในผู้นำทางการพยาบาล เพราะจะเอื้อให้เกิดประโยชน์ทางการบริหารงาน ได้แก่ การดูแลจิตวิญญาณของผู้ใช้บริการ (spiritual care for patients) การจัดเตรียมและส่งเสริมให้บุคลากรในความดูแลมีการเจริญเติบโตด้านจิตวิญญาณ (spiritual growth for employees)¹² และยังพบอีกว่าปรัชญาความเป็นผู้นำด้านจิตวิญญาณ (spiritual leadership philosophy) คือ ญะญุณแจสำคัญของการนำองค์กรให้ไปถึงคุณค่าที่แท้จริงขององค์กรนั้น ๆ โดยการทำให้เกิดความชัดเจนในการจัดการ การสื่อสาร การให้ความหมายและคุณค่าที่แท้จริงของการปฏิบัติงาน^{13,14,15}

นอกจากนี้ยังถือเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งของพยาบาลผู้ปฏิบัติการเพื่อความพร้อมในการปฏิบัติวิชาชีพที่มีประสิทธิภาพโดยทั่วไป เพราะงานการพยาบาลที่ถือได้ว่าเป็นแกนของวิชาชีพคืองานการดูแล เป็นการแสดงออกซึ่งความเอื้ออาทรที่พยาบาลพึงให้แก่ผู้ต้องการความช่วยเหลือ และความเอื้ออาทรที่พยาบาลพึงให้แก่บุคคลนั้น ต้องอาศัยองค์ประกอบของความเมตตา ความเข้าใจ เห็นใจ อกภัยและความรักซึ่งล้วนเป็นพัฒนาการทางจิตวิญญาณทั้งสิ้น¹⁶ นอกจากนี้พยาบาลยังอยู่ในบทบาทของผู้ดูแลผู้ใช้บริการแบบองค์รวมซึ่งถือเป็นหัวใจของการปฏิบัติการพยาบาล และเป็นจุดยืนของวิชาชีพการพยาบาล¹⁷ และการที่พยาบาลจะสามารถดูแลในมิติจิตวิญญาณได้ตั้นนั้นจะต้องเริ่มจากการที่พยาบาลเป็นผู้มีความผาสุกทางจิตวิญญาณเสียก่อน จากผลการศึกษาของ Fisher (2008)¹⁰ พบว่าพยาบาลที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณจะให้การดูแลผู้ใช้บริการแบบองค์รวมได้ดี บุพบา ชอบใช้ (2543) พบว่าพยาบาลส่วนใหญ่ยังมีความสามารถไม่เพียงพอในการตอบสนองต่อความเชื่อ

ความหวังในชีวิตหลังความตายของผู้ใช้บริการ และเสนอแนะว่าพยาบาลควรพัฒนาจิตวิญญาณของตนเองอย่างต่อเนื่องเพื่อเชื่อมโยงสู่การให้ความช่วยเหลือในเรื่องเดียวกันกับผู้ใช้บริการ¹⁸ การศึกษาเรื่องการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณเพื่อการเยียวยาจิตวิญญาณจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญสำหรับพยาบาล

แนวคิดการภาวนาอธิษฐานตามแบบคริสต์ศาสนา (prayer in the Christian tradition)

ความหมายของการภาวนาอธิษฐาน (definition of prayer)

การภาวนาอธิษฐานเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ศูนย์การแพทย์ทางเลือกแห่งชาติของสหรัฐอเมริกา (The National Center for Complementary and Alternative Medicine) ยอมรับว่าเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดผลดีต่อสุขภาพและเป็นการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณที่มักจะขึ้นกับความเชื่อทางศาสนา การภาวนาอธิษฐานใช้แทนคำในภาษาอังกฤษว่า prayer รากศัพท์มาจากคำว่า Percarious ในภาษาละติน แปลว่า การได้รับกำลังจากการอ้อนวอนหรือร้องขอ และมีความหมายที่สัมพันธ์กับคำว่า Precari ที่แปลว่า การอ้อนวอน ลักษณะของกิจกรรมมีความหลากหลายขึ้นอยู่กับบริบททางสังคมวัฒนธรรม เป็นกิจกรรมที่สามารถกระทำได้ทั้งในระดับบุคคลและเป็นหมู่คณะ¹⁹ ส่วนการภาวนาอธิษฐานตามแบบคริสต์ศาสนานั้นเป็นการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณตามแนวคิดแบบสัมบูรณ์นิยม (Absolutism) เป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวตนของบุคคลกับพระเจ้า (interconnectedness with God) ตามจริยศาสตร์คริสต์ และถือเป็นหนึ่งในการดำเนินชีวิตตามหลักคำสอนด้วยความเชื่อ ความศรัทธา²⁰

ประเภทและขั้นตอนของการภาวนาอธิษฐาน (types and stage of prayer)

การภาวนาอธิษฐานตามแบบคริสต์ศาสนา มีหลากหลายรูปแบบ เช่น การภาวนาอธิษฐานแบบอ้อนวอน (petitionary prayer) การภาวนาอธิษฐานสารภาพบาป (prayer of confession) การภาวนาอธิษฐานขอบพระคุณ (thanksgiving prayer) การภาวนาอธิษฐาน

แบบใคร่ครวญ (contemplative prayer) การภาวนาอิสฐานเพื่อการสรรเสริญ (Adoration prayer) และการภาวนาอิสฐานแบบคร่ำครวญ (lamentation prayer) การอธิษฐานอวยพรผู้อื่น (intercessory prayer) เป็นต้น²¹ แต่ถ้าจะแยกตามวัตถุประสงค์ ของการภาวนาอิสฐานแยกได้เป็นสองแบบคือ⁹

1) การอธิษฐานที่มีความต้องการของตนเองเป็นศูนย์กลาง หัวข้อหลักในการภาวนาอิสฐานเพื่อตนเองจากการวิเคราะห้คำสอนเรื่องการภาวนาอิสฐานของพระเยซู (the Lord's prayer) มีสามประการ ได้แก่ ขอโปรดประทานความเข้มแข็งภายในจิตวิญญาณ ไม่เพเลียงพร้าหลงไปในการทำบาป ขอการยกโทษ การให้อภัยในความผิดบาปที่ได้กระทำไป และโปรดประทานสิ่งจำเป็นในการดำรงชีพ²²

2) การอธิษฐานที่แสวงหาพระประสงค์ของพระเจ้าโดยไม่คำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองเป็นที่ตั้ง คำภาวนาอิสฐานในแบบนี้ประกอบด้วยประเด็นหลักสามประการ ได้แก่ ขอให้พระนามของพระองค์เป็นที่เทิดทูนสักการะ ขอให้อาณาจักรของพระองค์ได้รับการสถาปนาไว้ และขอให้พระประสงค์ของพระองค์สำเร็จในโลกเช่นเดียวกับในสวรรค์ ซึ่งหมายรวมถึงการดำเนินชีวิตในทางที่ดีตามหลักคำสอนเพื่อให้เกียรติแก่พระนามของพระเจ้าให้สังคมโลกดำรงอยู่ด้วยความรักและสันติภาพ²² การภาวนาอิสฐานตามแบบคริสต์ศาสนา มีความหลากหลายขึ้นอยู่กับลัทธิความเชื่อที่มีความแตกต่างกันเล็กน้อย ในรายละเอียด แต่พอจะสรุปลักษณะและขั้นตอนที่คล้ายคลึงกัน ของการภาวนาอิสฐานตามแบบคริสต์ศาสนาได้ดังนี้ ใช้สถานที่ที่เป็นส่วนตัว (a quiet place) ร่างกายมีความพร้อม (be comfortable) และกำหนดช่วงเวลาที่ไม่เร่งรีบ ส่วนใหญ่เป็นเวลาเช้าตรู่ของทุก ๆ วัน (specific periods of time) ภาวนาอิสฐานร่วมกับการอ่านและใคร่ครวญพระคริสตธรรมคัมภีร์ที่คริสตชนเชื่อว่าเป็นถ้อยคำของพระเจ้า (reading and reflecting on the word of God) เปิดใจสำรวจตัวเองและสารภาพบาป (open heart and confession) ภาวนาอิสฐานอย่างมีสมาธิเพื่อจดจ่อต่อการฟังเสียงจิตวิญญาณบริสุทธิ์ (focus on The Holy Spirit of God) ระลึกถึงประโยชน์สุขของ

ผู้อื่น (intercessory prayer) เรียนรู้การอดทนรอคอยที่จะได้สัมผัสการทรงสถิตของพระเจ้า อุทิศเวลาในการภาวนาอิสฐานบนพื้นฐานของความเชื่อและศรัทธา (be patient and resting in the presence of God) ภาวนาอิสฐานในนามพระเยซูคริสต์ (prayer in the name of Jesus) และจดบันทึกเรื่องราวที่ภาวนาอิสฐาน การตระหนักรู้ตนเองและความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะนำบางสิ่งบางอย่างไปสู่การปฏิบัติในชีวิตประจำวัน²³

ผลของการภาวนาอิสฐานต่อพัฒนาการด้านจิตวิญญาณ (the impact of prayer on spiritual development)

บทบาทการภาวนาอิสฐานมีรายงานอย่างแพร่หลายว่าสามารถนำมาใช้ในการบำบัดรักษาทั้งสุขภาพกาย สุขภาพจิต และความสุขสงบทางจิตวิญญาณ^{20,24,25,26,27,28} ผู้ที่ภาวนาอิสฐานอย่างสม่ำเสมอจะช่วยให้พัฒนากระบวนการให้อภัย²⁹ นอกจากนี้ Roth & Occhio-grosso (1999) ยังพบว่าการภาวนาอิสฐานช่วยให้เกิดพัฒนาการด้านจิตวิญญาณตามแนวคิดรหัสลัทธิ (Mysticism)³⁰ ซึ่งประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตื่น (awakening) เป็นประสบการณ์ส่วนบุคคลที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงระดับความเป็นตัวตน (ego-oriented self to a higher self) ขั้นการชำระให้บริสุทธิ์ (purgation) เป็นขั้นที่รู้สึกเป็นทุกข์เนื่องจากได้สัมผัสถึงความบริสุทธิ์ของพระเจ้าซึ่งดีงามและแตกต่างจากตัวตนของตัวเองที่ไม่สมบูรณ์แบบ ขั้นความสว่าง (illumination) เป็นระยะที่จิตวิญญาณเต็มไปด้วยความมุ่งมั่นศรัทธา (be trothal) ขั้นยอมจำนน (surrender) เป็นระยะที่จิตวิญญาณมีความสัมพันธ์กับพระเจ้าในระดับลึก สัมผัสการทรงสถิตของพระเจ้าในทุกสิ่ง และขั้นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน (union) เป็นระยะที่ชีวิตสัมผัสได้ถึงสันติสุข ความชื่นชมยินดีในชีวิต

เพื่อให้ผู้อ่านเกิดความเข้าใจในเรื่องนี้เพิ่มมากขึ้น ผู้เขียนได้นำตัวอย่างการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณของฟลอเรนซ์ ในติงเกล ผู้นำทางการพยาบาล มาอธิบายประกอบ โดยพบว่าเธอมีประสบการณ์ชีวิตเรื่องการภาวนาอิสฐานที่น่าสนใจยิ่ง ดังนี้

การภาวนาอธิษฐานในชีวิตของผู้นำทางการพยาบาลพลอเรนซ์ ในติงเกล

1. มุมมองต่อการภาวนาอธิษฐาน

จากการศึกษาชีวิตของพลอเรนซ์ ในติงเกล ผู้นำทางการพยาบาล พบว่าเธอมีชีวิตอยู่ในการภาวนาอธิษฐาน และนำมาซึ่งความสุขสงบ พลอเรนซ์ ในติงเกล ได้อธิบายความสัมพันธ์ส่วนตัวระหว่างมนุษย์กับสิ่งที่ยึดเหนี่ยวศรัทธาหรือพลังอำนาจเหนือธรรมชาติ และกล่าวถึงการทำงานของจิตวิญญาณภายในตัวตนมนุษย์ว่า ภายในตัวเรานั้นมีเสียงของพระวิญญาณพระเจ้า และเสียงแห่งอำนาจฝ่ายต่ำรวมอยู่ด้วยกัน มนุษย์จะต้องสงบใจ (inner silence) ยอมเชื่อฟังเสียงพระวิญญาณของพระเจ้า ซึ่งเป็นแหล่งของสิ่งที่ดีทั้งหมด การภาวนาอธิษฐาน คือวิธีการที่ใช้สำหรับสื่อสารสนทนากับพระเจ้า เป็นการยินยอมและร่วมงานกับพระเจ้า นำเรื่องราวทุกสิ่งทุกอย่างต่อพระองค์ การตระหนักถึงการทรงสถิตของพระเจ้าว่าพระองค์ทรงรู้ทุกสิ่งที่เราเป็นอยู่ในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นความคิด การกระทำ คำพูด ก็จะเป็นเหตุผลให้เราตระหนักและคิดทำแต่สิ่งที่ดี หรืออีกนัยหนึ่งคือ

การที่มีความเชื่อว่ามิใช่หนึ่งที่เราเห็น ที่รู้เท่าทัน ความคิด คำพูด และการกระทำของเราตลอดเวลาทั้งในที่ลับ ที่แจ้ง ย่อมทำให้ผู้นั้นยาเกรงต่อการทำสิ่งที่ไม่ดีในทำนองเดียวกันหากได้รับความอยู่ดีธรรมใด ๆ ก็ไม่หวาดหวั่น สามารถที่จะนิ่งสงบ เหตุเพราะมีความไว้วางใจ ความหวัง ในอำนาจแห่งพระเจ้าผู้ทรงล่วงรู้ทุกสิ่ง และเฝ้ามองการกระทำของทุกคน ทรงประทานความยุติธรรม และจากการที่ตัวตนภายในของมนุษย์มีอำนาจฝ่ายต่ำรวมอยู่ด้วย อำนาจฝ่ายต่ำนี้จึงต่อสู้ขัดขวางความคิดที่ดีของมนุษย์ และในเวลาที่เราภาวนาอธิษฐาน จิตวิญญาณของพระเจ้าจะทรงช่วยเราต่อสู้กับอำนาจฝ่ายต่ำในตัวเรา และช่วยให้เราทำตามจิตสำนึกที่ดีแห่งพระเจ้าได้ ซึ่งเป็นที่มาของสิ่งดีทั้งหมด เธอบันทึกไว้ว่า³¹

“นี่คือจิตวิญญาณของการภาวนาอธิษฐาน เป็นจิตวิญญาณของการสนทนาหรือเป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้า สิ่งนี้จะนำทางเราในเรื่องการพยาบาลทั้งหมด สำรวมใจและระลึกถึงพระองค์ มอบงานเหล่านั้นให้กับพระองค์

และเมื่อเราได้ยินเสียงจิตสำนึกซึ่งเป็นเสียงของพระองค์ที่กำลังพูดกับเรา เมื่อเราตระหนักว่าพระองค์คือผู้รอบรู้ในทุกสิ่งที่เราทำ ทุกสิ่งที่เราพูด และทุกสิ่งที่เราคิด และนี่คือที่มาของความดีทุกอย่างในพวกเรา และเมื่อเรารู้สึกถึงการดิ้นรนต่อสู้ภายในจิตใจ เป็นการต่อสู้เพื่อสยบต่ออำนาจฝ่ายต่ำ แล้วพระเจ้าจะต่อสู้ร่วมกับเราเพื่อต่อสู้กับความอิจฉาริษยาและเอาแต่ใจตนเอง ต่อสู้กับความเห็นแก่ตัว และทำตามความปรารถนาของตนเอง ต่อสู้กับความสะเพร่าเหลวไหลและไม่เอาไหน ต่อสู้กับความทะนงตัว หยิ่งยโส เพื่อตัวตนที่ดีกว่าของเรา จะต่อสู้กับตัวตนที่เลวร้ายกว่าของเรา

(This is spirit of prayer, the spirit of conversation or communion with God, which leads us in all our nursing silently to think of Him, and refer it to Him. when we hear in the voice of conscience His voice speaking to us; when we are aware that He is the witness of everything we do, and say, and think, and also the source of every good thing in us; and when we feel in our hearts the struggle against some evil temper, then God is fighting with us against envy and jealousy, against selfishness and self – indulgence, against lightness, and frivolity, and vanity, for our better self against our worse self).”³¹

2. ลักษณะการภาวนาอธิษฐาน

2.1 การภาวนาอธิษฐานคือหนึ่งในกิจวัตรประจำวันที่สำคัญ

ชีวิตส่วนตัวของเธอ เป็นชีวิตแห่งการภาวนาอธิษฐาน นับตั้งแต่เริ่มเขียนบันทึกได้ก็ปรากฏว่า เธอเริ่มบันทึกเกี่ยวกับการภาวนาอธิษฐานแล้ว จากบันทึกอัตชีวประวัติในวัยเด็กที่เธอเขียนระหว่างอายุ 8-10 ขวบชื่อภาษาฝรั่งเศสว่า La vie de Florence Rossignol (the life of Florence Rossignol) พบว่า ชีวิตในวัยเด็กของเธอเต็มไปด้วยระเบียบวินัย มีแบบแผน การออกกำลังกาย การนอน การอ่านพระคริสตธรรมคัมภีร์ และการภาวนาอธิษฐานนั้นคือสิ่งที่เธอทำจนกลายเป็นชีวิตประจำวัน³² ความว่า

“ฉันสัญญาว่าจะวิ่งก่อนรับประทานอาหารเช้า เดินเป็นเวลาครึ่งชั่วโมงก่อนมีอาหารเช้า และเดินนานขึ้นหากอากาศหนาวเย็น เข้านอนตามเวลาที่เหมาะสม อ่านพระคัมภีร์ ภาวนาอิสฐานตามปกติ ก่อนมีอาหารเช้าและในเวลากลางวัน เยี่ยมเยียนคนยากจน และดูแลผู้คนเหล่านั้นที่เจ็บป่วย

ในวันอาทิตย์ไปโบสถ์ (I Promise to take run before breakfast... ½ an hour's walk before dinner, long walk after, or if cold ... damp long work ... go to bed in proper time... read the Bible ...pray regularly before breakfast... at night ...to visit the poor people ...take care of those who are sick...on Sunday go to church)”³²

2.2 การภาวนาอิสฐานคือการสงบใจยอมเชื่อฟังพลังอำนาจสูงสุดไม่จำกัดด้วยเวลาและสถานที่

การภาวนาอิสฐานถือเป็นกิจวัตรประจำวันที่สำคัญตลอดชีวิต เธอจึงเป็นคนที่สุขุม สงบ เยือกเย็น การภาวนาอิสฐานนี้ เธอถือว่าเป็นวิธีการทำงานร่วมกับพระเจ้า และพระเจ้าจะทำงานของพระองค์ผ่านผู้ภาวนาอิสฐาน จะทำให้บุคคลนั้นสงบและได้ยินเสียงของพระองค์ นำมาซึ่งการยอมเชื่อฟังเสียงของพระองค์ในที่สุดและมุมมองของการภาวนาอิสฐานของเธอนั้นไม่จำกัดด้วยสถานที่ เธอกล่าวเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า³¹

“สำหรับผู้หญิงที่ดีทุกคน ชีวิตคือการภาวนาอิสฐาน และไม่ว่าเราจะภาวนาอิสฐานในห้องของเรา ภาวนาอิสฐานในหอผู้ป่วย หรือ ภาวนาอิสฐานในคริสตจักร การภาวนาอิสฐานคือการเป็นหนึ่งเดียวหรือการทำงานร่วมกับพระเจ้า (For, to all good woman, life is a prayer; and though we pray in our own rooms, in the Wards and at Church. For prayer is communion or co-operation with God”³¹

2.3 การภาวนาอิสฐานคือการสื่อสารสองทางและนำมาซึ่งการตระหนักรู้ตนเองหรือรู้จักตนเอง

ฟลอเรนซ์ นิติงเกล ได้แนะนำเกี่ยวกับการภาวนาอิสฐานแก่เหล่าพยาบาลว่า สิ่งจำเป็นในเวลาที่เราภาวนาอิสฐานคือการสื่อสารแบบสองทางคือ เมื่อเราพูดกับพระเจ้าแล้ว ก็ต้องสงบฟังเสียงตรัสอันแผ่วเบาของพระเจ้าด้วย ความว่า³¹

“ในเวลาที่เราพูดกับพระเจ้า พลังของเรา กำลังจืดจางอยู่ที่พระองค์ กำลังเข้าเป็นหนึ่งเดียวกับพระองค์และกำลังฟังเสียงของพระองค์ที่ยังคงตรัสด้วยเสียงอันแผ่วเบา When we speak with God, our power of addressing Him, of holding communion with Him, and listening to His still small voice”³¹

จากบันทึกส่วนตัวพบตัวอย่างการภาวนาอิสฐานของฟลอเรนซ์ นิติงเกล ซึ่งเป็นการสื่อสารสองทาง ในแบบการสนทนาดังนี้¹⁸

20-21 พฤศจิกายน 1887

6.00 น.

พระเจ้า : เจ้าเป็นภานะที่แตกแล้วซึ่งยังใช้เก็บกักน้ำอยู่

คำภาวนาอิสฐาน : พระเจ้า พระเยซูคริสต์ ขอพระองค์ได้เสด็จเข้ามาในหัวใจของข้าพเจ้าในเวลาบัดนี้ด้วยเถิด

การตอบสนองจากพระเจ้า : ปราศจากซึ่งหัวใจที่จะให้เราเข้าไปได้เลย

หัวใจซึ่งเป็นเหมือนหน้ากระดานเราจะเข้าไปได้อย่างไรเล่า ในเมื่อหัวใจของเจ้าเป็นกระดานที่เขียนแล้ว

เต็มไปด้วยความขัดเคือง การบ่นว่าต่อผู้อื่น

คำภาวนาอิสฐาน : โอ้ เหตุฉนั้น พระเจ้าข้า ได้โปรดนำข้าพเจ้าเข้าสู่อาณาจักรของพระองค์

การตอบสนองจากพระเจ้า : พระเจ้าตรัสว่า จงเข้าไปเถิด

(การอ่าน) โอ้ พระเจ้า ข้าพเจ้าหิวกระหาย ข้าพเจ้าอ่อนล้า ปราศจากความรักจากการอภัยความบาปอย่างที่สุด ความรักของพระเยซูที่มีต่อข้าพเจ้า

คำภาวนาอิสฐาน : พระเจ้า พระองค์ผู้เดียวเท่านั้น ที่ทรงรู้จักความรักของพระองค์ หากพระองค์ไม่

เข้ามาประทับภายในข้าพเจ้า ได้โปรดนำข้าพเจ้าเข้าสู่อาณาจักรของพระองค์ด้วยเถิด

(การสะท้อนคิด) พระองค์ไม่เคยปฏิเสธแต่ฉันต่างหากเล่าที่ไม่สมควรสำหรับงานแต่งงาน (คำอธิบายเพิ่มเติมจากผู้เขียน การเข้าสู่อาณาจักรพระเจ้าตามพระคัมภีร์กล่าวเป็นคำอุปมาว่า เปรียบเหมือนการเชิญเข้าสู่งานเลี้ยงแต่งงาน ผู้ที่จะเข้าสู่งานเลี้ยงจะต้องแต่งกายด้วยอาภรณ์สำหรับงานแต่งงานเท่านั้นซึ่งหมายถึงการมีชีวิตที่บริสุทธิ์)

คำภาวนาอธิษฐาน : ขอทรงไถ่ความบาปของข้าพเจ้า ขอชำระให้สะอาด ขอทรงไถ่ความบาปของข้าพเจ้า ขอชำระให้สะอาด ล้างความบาปทั้งสิ้นแห่งข้าพเจ้าให้หมดไปด้วยเถิด

20-21 November 1887 6.00 A.M.

The Lord : You are a broken vessel which can hold no water

(Player) "Come in, Lord Jesus, come into my heart now"

(Response of God) There is no heart which I can come into. There is nothing that can enter into. The heart is a sheet of paper. How can I enter in there? A sheet of written paper, on which you write to others your grievances and complaints and criticisms of others.

(Player) "O then Lord let me into Thy kingdom."

(Response of God) He says, Enter in.

(Reading) O then Lord I thirst, I faint, I die to prove the greatness of redeeming love the love of Christ to me.

(Player) O Lord, God only knows the love of God. If Thou canst not enter into me, O gives me a place, let me enter into Thy kingdom.

(Reflection) *He will not refuse. But I have no wedding garment.*

(Player) *Save me and cleanse me. Save me and cleanse me.*

Wash all my sins away. ¹⁸

2.3 การภาวนาอธิษฐานตอบสนองความต้องการด้านจิตวิญญาณได้อย่างไร

การภาวนาอธิษฐานของฟลอเรนซ์ ในดิงเกล อยู่บนพื้นฐานความเชื่อแบบตะวันตกเป็นศาสนาแบบเอกเทวนิยม คือเชื่อในพระเจ้าองค์เดียว จิตวิญญาณของมนุษย์มาจากพระเจ้า และเป็นส่วนที่ต้องคืนสู่พระองค์ภายหลังความตาย²² ดังนั้นบนพื้นฐานความเชื่อนี้วิธีการที่จะตอบสนองต่อความต้องการด้านจิตวิญญาณของบุคคลได้นั้น จะต้องเป็นวิธีที่นำไปสู่จิตวิญญาณของบุคคลนั้น ๆ มีความสัมพันธ์สนิทเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระเจ้า (Oneness with God) ซึ่งเป็นที่พึงอันประเสริฐ แหล่งแห่งความรักแบบปราศจากเงื่อนไข การให้อภัยต่อความบาป ความดี ความงามและความสมบูรณ์แบบ เป็นความบริสุทธิ์และวิถีแห่งความบริสุทธิ์ ความต้องการด้านจิตวิญญาณจึงไม่อาจถูกตอบสนองได้ด้วยวิธีการและความหมายแบบต้น ๆ เช่น ความมั่นใจในทรัพย์สินเงินทอง ความสนุกสนาน หรือแม้แต่ความรักของมนุษย์ที่มีความจำกัดและไม่มั่นคง³³

สำหรับประสบการณ์การภาวนาอธิษฐานของฟลอเรนซ์ ในดิงเกล นั้น ได้สะท้อนให้เห็นความต้องการด้านจิตวิญญาณ และการได้รับการตอบสนองต่อความต้องการด้านจิตวิญญาณ เช่น การภาวนาอธิษฐานเป็นช่องทางในการสื่อสารและการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งที่เชื่อถือศรัทธา การสารภาพบาปและการได้รับการอภัย ในยามที่เกิดความทุกข์จากความรู้สึกบาป การภาวนาอธิษฐานในแบบฉบับของฟลอเรนซ์ ในดิงเกล นี้เป็นการภาวนาอธิษฐานที่ต่อเนื่อง สม่ำเสมอ ไม่ใช่เป็นพิธีกรรมที่กระทำขึ้นเป็นครั้งคราว ทั้งการภาวนาอธิษฐานจะต้องกระทำควบคู่กับการใคร่ครวญหลักคำสอนจากคัมภีร์ศาสนาอันเป็นแหล่งแห่งปรัชญาและความจริงในการดำเนินชีวิต³⁴ ที่สอดคล้องตามความหมายและเป้าหมายแห่งชีวิต การสะท้อนคิดจนกระทั่งตระหนักรู้ตนเอง จึงทำให้การภาวนาอธิษฐานในแบบนี้เป็นการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณที่สามารถตอบสนองความต้องการด้านจิตวิญญาณได้ นำให้บุคคลพบกับความผาสุกทางจิตวิญญาณได้ในที่สุด ซึ่งถือเป็นการเตรียมความพร้อม

สำหรับการประกอบวิชาชีพที่เป็นคุณแก่เพื่อนมนุษย์อย่าง วิชาชีพการพยาบาล

สรุป

การภาวนาอิสฐานตามความเชื่อของคริสต์ ศาสนานับเป็นการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณที่มีการศึกษา และนำไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเยียวยาจิตวิญญาณ ของผู้ใช้บริการและบุคลากรทางการแพทย์อย่างแพร่หลาย ในสังคมตะวันตก^{4, 5, 20, 21, 25, 26, 29, 30} และถึงแม้จะมี บริบททางความเชื่อและวัฒนธรรมที่แตกต่างกันกับ สังคมไทย แต่นับว่าเป็นประโยชน์ไม่น้อยหากจะศึกษา และเรียนรู้เพื่อโอกาสในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ของผู้ใช้บริการในสังคมพหุวัฒนธรรม ทั้งยังช่วยให้เกิด การตระหนักในความสำคัญของการดูแลสุขภาพด้านจิต วิญญาณของตนเองอีกด้วย จากมุมมองของฟลอเรนซ์ ในติงเกล การพยาบาลคือการปฏิบัติด้านจิตวิญญาณ นั้นหมายถึงการพยาบาลเป็นการปฏิบัติบนพื้นฐาน ของความมุ่งมั่นศรัทธาในคุณธรรมอันสมควรต่อการ ประกอบวิชาชีพแต่ในทางที่เป็นคุณ ผู้ประกอบวิชาชีพ การพยาบาลจึงต้องอยู่ในสภาวะธรรม การปฏิบัติด้าน จิตวิญญาณ เช่น การภาวนาอิสฐานจึงเป็นสิ่งสำคัญใน ระหว่างการปฏิบัติงานเพราะจะทำให้จิตสงบ ตื่นรู้ มีสติ ยิ่งคิด และพร้อมที่จะทำหน้าที่ใด ๆ ด้วยหัวใจความเป็น มนุษย์ ดังตัวอย่างชีวิตของฟลอเรนซ์ ในติงเกลที่กล่าวไว้ ข้างต้น ซึ่งมีหลักการที่น่าจะนำไปประยุกต์ใช้ได้ในสังคม โดยทั่วไป ดังนั้น การภาวนาอิสฐานเป็นกิจกรรมที่ควรทำ ก่อนการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ควรมีการภาวนาอิสฐาน ควบคู่กับการใคร่ครวญคำสอนของศาสนาที่เคารพนับถือ หรือหนังสือธรรมะ การสะท้อนคิด การทบทวนสิ่งที่ผ่าน มา และพิจารณาสิ่งที่กำลังจะเผชิญ การภาวนาอิสฐาน ควรอยู่ในทุกขณะจิตราวกับเป็นลมหายใจของชีวิต การ ภาวนาอิสฐานไม่ควรจำกัดด้วยสถานที่ เวลา หรือ สถานการณ์ ทั้งนี้เพื่อยาบาลจะเป็นผู้ที่มีความผาสุก ทางจิตวิญญาณและพร้อมที่จะกระทำการดีทุกอย่างตาม มาตรฐานวิชาชีพ เอื้อประโยชน์ต่อความสุข ความสงบ ในจิตวิญญาณของผู้ที่อยู่ในความดูแล ดังคำกล่าวที่ว่า

“การพยาบาลคือภารกิจของมนุษย์ที่ต้องปฏิบัติต่อเพื่อน มนุษย์ให้เกิดปกติสุขในลักษณะของสองแขนอันทรงพลัง ที่จะลูบหลังให้กับผู้ซึ่งต้องการความช่วยเหลือ และลูบ ไหล่ตนเองให้เกิดสุขสมบูรณ์พร้อมกันไป”³⁵

เอกสารอ้างอิง

1. Macrae J. Nursing as a spiritual practice: A con- temporary application of Florence Nightingale's views. New York: Springer Publishing Company; 2001.
2. Hotson G. Spiritual practices and mental health: Predictors of a positive relationship. [PhD Dis- sertation in Psychology]. Winnipeg: University of Manitoba; 2009.
3. Crawford CC, Spaber AG, Jonas WB. A system- atic review of the quality of research on hands- on and distance healing: clinical and laboratory studies. Altern Ther Health Med 2003; 9 (3): A96-A104.
4. Cha KY, Wirth DP. Dose prayer influence the suc- cess of vitro fertilization-embryo transfer? Report of masked, randomized trial. J Reprod Med 2004; 46(9): 781-7.
5. Leibovici L. Effects of remote, retroactive inter- cessory prayer on outcomes in patients with blood stream infection. Arch Intern Med 2001; 323: 1450-1.
6. Mekara P. Effect of christian listening prayer counseling on hopelessness. [thesis]. Chiang Mai: Chiang Mai Univ.; 2009. (in Thai)
7. Burkhardt MA, Nagai-Jacobson MG. Spiritual- ity: living our connectedness. New York: Delmar; 2002.
8. McDonald L. Florence Nightingale's spiritual journey: Biblical annotation, Sermon and journal notes. The collection works of Florence Nightin-

- gale. (Vol. 2). Waterloo, Ontario: Wilfred Laurier University Press; 2002.
9. Spiritual Science Research Foundation. What is individual spiritual practice and collective spiritual practice?. [online] 2013. [cited 2013 Aug 5]. Available from <http://www.spiritualresearch-foundation.org/articles/id/aboutspiritualresearch/spiritualpractice/individualcollective>.
 10. Fisher J. Nurses' and carers' spiritual wellbeing in the workplace. *Aust J Adv Nurs* 2008; 25(4): 49-57.
 11. Fly LW, Matherly LL. Spiritual leadership as an integrating paradigm for positive leadership development summit: Washington, DC; 2006.
 12. Burkhart L, Solalari-Twaddell PA, Hass S. Addressing spiritual leadership an organizational model. *The J Nurs Adm* 2008; 38(1): 33-9.
 13. Ferguson J, Milliman J. Creating effective core organizational values: A spiritual leadership approach. *Int J Pub Adm* 2008; 31: 439-59.
 14. Chen C, Yang C. The Impact of spiritual leadership on organizational citizenship behavior: A multi-sample analysis. *J Bus Ethics* 2012; 105(1): 107-114.
 15. Wright A. Spiritual-centered leadership: Perceptions of law enforcement leaders. [PhD Dissertation in Education Leadership]. Texas: Sam Houston State University; 2008.
 16. Chobchai B. Spiritual nursing care by using nursing process. Khon Kaen : Khon Kaen University; 2003. (in Thai)
 17. Sirilai S. Holistic nursing care and sipiritaul dimention. *Vajira Nursing Journal* 2003; 5(1): 42-9. (in Thai)
 18. Chobchai B. Spiritual nursing care by using nursing process. Khon Kaen : Khon Kaen University; 2000. (in Thai)
 19. Snyder M, Lindquist R. Complementary/alternative therapies in nursing. 4thed. New York: Springer; 2002.
 20. Ann M, Helming B. The lived experience of being healed through prayer in adults active in a Christian church. Ann Arbor: Union Institute and University; 2007.
 21. Dossey L. Healing Words: The Power of Prayer and the Practice of Medicine. New York: Harper Collins; 1993.
 22. Thailand Bible Society. The Holy Bible Thai Standard Version11. Bangkok: 22. Thailand Bible Society; 2011.
 23. Keating T. Open mind, open heart: the contemplative dimension of the gospel. New York: Continuum Publishing; 2002.
 24. Kluger J. Science and faith: The biology of belief. *Time* 2009; 173 Feb 12.
 25. Levin JS. How prayer heals: A theoretical model. *Altern Ther Health Med* 1996; 2: 66-73.
 26. Harris WS, Gowda M, Kolb JW, Strychacz CP, et al. A randomized, controlled trial of the effects of remote , intercessory prayer on outcomes in patients admitted to the coronary care unit. *Arch Int Med* 1999; 159(19): 273-8.
 27. O'laoire S. An experimental study of the effects of distant, intercessory prayer on self-esteem, anxiety, and depression. *Altern Ther Health Med* 1997; 3(6): 38-53.
 28. Dossey L. Notes on the journey: The return of prayer. *Altern Ther Health Med* 1997; 3(6): 10-17.

29. Vasiliauskas SL, McMinn MR. The effects of a prayer intervention on the process of forgiveness. *Psychology of Religion and Spirituality* 2012; 5(1): 23-32.
30. Roth R, Occhiogrosso P. Prayer and the five stages of healing. Carlsbad, CA: Hay House; 1999.
31. Nightingale F. Florence Nightingale to her nurses: A selection from Miss Nightingale's address to probationers and nurses of Nightingale School at St. Thomas's Hospital. London: Macmillan & Co; 1914.
32. Dossey BM. Florence Nightingale: mystic visionary and healer. Springhouse: PA Springhouse; 1999.
33. Calabria M, Macrae. Suggestions for thought by Florence Nightingale : Selections and commentaries . Philadelphia : University of Pennsylvania Press; 1994.
34. Somkumlung P, Dumrongpakapakorn P. Religious doctrine: How to apply it into spiritual care in western traditional context. *Journal of Nursing Science and Health* 2011; 34(4): 93-101. (in Thai)
35. Chinwanno W. Viewpoints of ethic: Islamic doctrine related to nursing ethic. Nakhon Pathom: Faculty of Social Sciences and Humanities, Mahidol University; 1993. (in Thai)