

ภาคผนวก ข.

แบบสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์

แบบสัมภาษณ์

เพื่อวิทยานิพนธ์

เรื่อง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักภavana ๔ ในเขตอำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่

คำชี้แจง:

แบบสอบถามเพื่อการวิจัยฉบับนี้จัดทำขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ อกการศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักภavana ๔ ในเขตอำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่ ซึ่งผลของการวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับที่จะใช้เป็นข้อมูลและแนวทาง สำหรับผู้วิจัย ห น่วยงาน และองค์กรอื่น ๆ ตลอดถึงผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เพื่อนำไปใช้ในการดูแลพฤติกรรมของพระสงฆ์ตามหลักภavanaใน ๔ ด้านคือ ด้านกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริงต่อไป

แบบสอบถามแบ่งเป็น ๓ ตอน

ตอนที่ ๑ แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์สภาพปัจจุบันของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักภavana ๔ ในเขตอำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่ ใน ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ซึ่งประกอบไปด้วยพระสงฆ์ที่เป็นเจ้าอาวาส และพระสงฆ์ที่เป็นพระลูกวัด

ตอนที่ ๓ แบบสัมภาษณ์แนวทางการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักภavana ๔ ในเขตอำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่

.....
(พระฉัตรชัย จันทนนโท)(จะทำ)

นิสิตปริญญาโท พุทธศาสนตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อพระ..... ฉายา.....นามสกุล.....

อายุ.....พรรษา.....วัด.....หมู่ที่.....ตำบล.....

อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

วุฒิการศึกษาทางธรรม.....ทางโลก.....

ตำแหน่ง.....ระยะเวลาในการทำงาน.....ปี

สังกัด.....

ลงชื่อ.....ผู้ให้สัมภาษณ์

()

ลงชื่อ.....ผู้สัมภาษณ์

()

ตอนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับหลักการพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักภavana ๔ ได้แก่ ๑.กายภavana ๒. ศีลภavana ๓. จิตภavana ๔. ปัญญาภavana ในเขตอำเภอร้องกวาง จังหวัดแพร่ อันจะส่งผลให้มีสุขภาพดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

๑. ท่านมีวิธีปฏิบัติทางกาย ตามหลักกายภavana เพื่อใช้เป็นแนวทางที่จะนำไปสู่ การควบคุมพฤติกรรมดูแลสุขภาพะด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และ ด้านปัญญา ได้อย่างไร ? ด้วยวิธีการเช่นไร ? ยกตัวอย่างได้ไหม ?

.....

.....

.....

.....

.....

๒. ท่านมีวิธีปฏิบัติตามหลักศีล หรือตามหลักศีลภavana เพื่อใช้เป็นแนวทางที่จะนำไปสู่ การควบคุมพฤติกรรมดูแลสุขภาพะด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ได้อย่างไร ? ด้วยวิธีการเช่นไร ? ยกตัวอย่างได้ไหม ?

.....

.....

.....

.....

.....

๓. ท่านมีวิธีปฏิบัติเพื่อรักษาจิตใจให้สงบ เย็น เกิดสมาธิ หรือตามจิตภavana เพื่อใช้เป็นแนวทางที่จะนำไปสู่การควบคุมพฤติกรรมดูแลสุขภาพะด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ได้อย่างไร ? ด้วยวิธีการเช่นไร ? ยกตัวอย่างได้ไหม ?

.....

.....

.....

.....

.....

๔. ท่านมีวิธีปฏิบัติเพื่อตีปฏิบัติชอบเพื่อทำให้เกิดปัญญา รู้และเข้าใจทันต่อสภาวะการณ์ที่กำลังจะเกิดขึ้น และเกิดขึ้นแล้ว เพื่อใช้เป็นแนวทางที่จะนำไปสู่การควบคุมพฤติกรรมดูแลสุขภาพะด้านร่างกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ได้อย่างไร ? ด้วยวิธีการเช่นไร ? ยกตัวอย่างได้ไหม ?

.....

.....

.....

.....

.....

ตอนที่ ๓ แบบสัมภาษณ์แนวทางการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักภavana ๔ ได้แก่ ๑.กายภavana ๒.ศีลภavana ๓.จิตภavana ๔.ปัญญาภavana เพื่อใช้ในการควบคุมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ในเขตอำเภอวังทอง จังหวัดแพร่ อันจะส่งผลให้มีสุขภาพดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

๑. ขอฟังแนวทางเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักกายภavana หรือการประพฤติปฏิบัติชอบทางกาย อันจะเป็นแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมด้านกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ได้อย่างไรบ้าง ?

.....

.....

.....

.....

๒. ขอฟังแนวทางเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักศีล(ศีลภavana) หรือการประพฤติปฏิบัติชอบทางกาย อันจะเป็นแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมด้านกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ได้อย่างไรบ้าง ?

.....

.....

.....

.....

๓. ขอฟังแนวทางเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักจิตภavana เพื่อรักษาจิตใจ ให้สงบ เย็น เกิดสมาธิ) อันจะเป็นแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมด้านกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ได้อย่างไรบ้าง ?

.....

.....

.....

.....

๔. ขอฟังแนวทางเกี่ยวกับพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักปัญญาภavana เพื่อให้เกิดปัญญา รู้ และเข้าใจทันต่อสถานการณ์ที่กำลังจะเกิดขึ้นและเกิดขึ้นแล้ว อันจะเป็นแนวทางในการพัฒนาพฤติกรรมด้านกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ได้อย่างไรบ้าง ?

.....

.....

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ(ถ้ามี)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(พระฉัตรชัย จันทนนโท)(จะทำ)

นิสิตปริญญาโท พุทธศาสนมหาบัณฑิต

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่

ผู้สัมภาษณ์

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แบบสัมภาษณ์

เรื่อง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักภavana ๔ ในเขตอำเภอร่องขวาง จังหวัดแพร่

ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ พระสงฆ์ในเขตอำเภอร่องขวาง ระดับเจ้าอาวาสและพระลูกวัด
ดังนี้

ตอนที่ ๒ แบบสัมภาษณ์สภาพปัจจุบันของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ะของพระสงฆ์ ในเขตอำเภอร่องขวาง
จังหวัดแพร่ ใน ๔ ด้าน คือด้านกาย ด้านศีล (สังคัม) ด้านจิตใจ และด้านปัญญา เพื่อทราบถึงสภาพปัจจุบันว่า
ในแต่ละด้านเป็นอย่างไร ฯ

๑. ขอรบกวนเรียนถามพระเดชพระคุณเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพะของ
พระสงฆ์ด้านกายในเขตอำเภอร่องขวาง เป็นอย่างไร ? มีวิธีระมัดระวังเกี่ยวกับสุขภาวะอย่างไร ? ขอ
ยกตัวอย่าง ฯ

พระครูกิตติชัยวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดวังหม้อ สัมภาษณ์เมื่อวันที่ ๒๕ มกราคม ๒๕๕๙

พระสงฆ์ในเขตอำเภอร่องขวางมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพะในหลาย ๆ ด้านหรือหลายประเภทเช่น ด้าน
การออกกำลังกาย ด้านอาหาร ตลอดถึงด้านการช่วยรักษาสิ่งแวดล้อมธรรมชาติ โดยเฉพาะด้านการออกกำลังกาย
พระสงฆ์ส่วนใหญ่มีการออกกำลังกายอยู่ตลอดเวลา เช่น ออกเดินบิณฑบาตตอนเช้า ทำ งานวัดต่าง ๆ
เช่น รดน้ำต้นไม้ กวาดวัด เดินจงกรม แกว่งแขน เป็นต้น ด้านอาหารปัจจุบันนี้พระสงฆ์ส่วนใหญ่จะสำรวม
ระมัดระวังในเรื่องอาหารการฉันจะเลือกฉันอาหารที่ไม่เค็มจัดหวานจัด หรือมีไขมันมาก เป็นต้น

๒. ขอรบกวนเรียนถามพระเดชพระคุณเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันของพฤติ กรรมการดูแลสุขภาพะของ
พระสงฆ์ด้านศีล(สังคัม) ในเขตอำเภอร่องขวาง เป็นอย่างไร ? มีวิธีการปฏิบัติอย่างไร ? เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ
ภาวะในด้านนี้ ขอยกตัวอย่าง ฯ

พระสงฆ์ส่วนใหญ่ในสภาพปัจจุบันต่างดูแลพฤติกรรมในด้านศีล (สังคัม) ด้วยการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ
ยึดมั่นอยู่ในหลักแห่งพระธรรมวินัยอย่างเป็นปกติอยู่แล้ว นอกจากนั้นพระสงฆ์ยังต้องเป็นผู้นำของสังคัมทั้งใน
ด้านคุณธรรมจริยธรรม รวมถึงจิตวิญญาณ คือหมายความว่า พระสงฆ์จะต้องประพฤติปฏิบัติตนให้เป็น
แบบอย่างเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใสศรัทธาของประชาชน โดยยึดมั่นอยู่ในความถูกต้องเหมาะสม เช่น นำ
ประชาชนออกพัฒนาหมู่บ้านชุมชน นำปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม เช่น ออกอบรม
คุณธรรม จริยธรรมแก่ประชาชน ตลอดถึงสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้นกับสังคม โดยยึดหลักที่ว่า บ้านกับ
วัดพลัดกันช่วยก็ช่วยกัน เป็นต้น

๓. ขอรบกวนเรียนถามพระเดชพระคุณเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันของพฤติกรรมการดูแลสุขภาพะของ
พระสงฆ์ด้านจิตใจ ในเขตอำเภอร่องขวาง เป็นอย่างไร ? มีวิธีปฏิบัติอย่างไร ? เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพะใน
ด้านนี้ ขอยกตัวอย่าง ฯ

พระสงฆ์ในเขตอำเภอร่องกวาง ส่วนใหญ่ในปัจจุบันนี้ จะประพฤติปฏิบัติตนด้วยการฝึกจิตให้สงบ โดยยึดหลักภาวนา เช่น กำหนดอยู่ลมหายใจเข้าออก หายใจเข้ารู้ หายใจออกรู้ หรือภาวนาว่าพุท เมื่อลมหายใจออกภาวนาว่า “โธ” หรือภาวนาว่า ยุบหนอ พองหนอ จนจิตสงบ เพราะการปฏิบัติธรรมถือเป็นส่วนหนึ่งที่จะพัฒนาจิตใจให้ดีขึ้น มีคุณธรรม มีเมตตาธรรม กรุณาธรรม ให้ความช่วยเหลือผู้อื่น มีน้ำใจ รู้จักให้ รู้จักปล่อยวาง ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่จะทำให้จิตใจมีความสงบ มีความสุข มีความสดชื่น แจ่มใส ปลอดภัย ทำให้ไกลจากโรคภัยไข้เจ็บ มีสุขภาพที่ดี

๑.๔ ขอกราบเรียนถามพระเดชพระคุณเกี่ยวกับสภาพปัจจุบันของพุดติก ธรรมการดูแลสุขภาวะของพระสงฆ์ด้านปัญญา ในเขตอำเภอร่องกวาง ว่าเป็นอย่างไร ? มีวิธีการปฏิบัติอย่างไร ? เกี่ยวกับการดูแลสุขภาวะในด้านนี้ ขอยกตัวอย่าง ฯ

พระสงฆ์ส่วนใหญ่ในเขตอำเภอร่องกวาง ประพฤติปฏิบัติยึดมั่นอยู่ในหลักภาวนาด้านปัญญา ซึ่งส่วนใหญ่ปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง และถือเป็นกิจวัตรประจำวัน เช่น ทำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น การทำวัตรเช้าและเย็นก็ถือเป็นส่วนหนึ่งของการทำจิตใจให้สงบด้วยปัญญา นอกจากนั้นพระสงฆ์ในอำเภอร่องกวางยังได้ตั้งสำนักปฏิบัติธรรมประจำอำเภอขึ้นหลายวัด เช่น วัดวังหม้อ วัดแม่ทราย เป็นต้น โดยนำศรัทธาประชาชนปฏิบัติธรรมประจำเดือน หรือประจำ และเนื่องในวันสำคัญต่าง ๆ ทั้งของพระศาสนาและของชาติ เป็นต้น ในส่วนของพระสงฆ์ที่มีสุขภาพไม่เต็มร้อย เช่น เป็นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ไม่สามารถทำกิจของสงฆ์ได้เป็นปกติ ก็จะทำให้ท่านปฏิบัติธรรมด้วยการนั่งสมาธิจิต ตามความเหมาะสม เพื่อให้จิตใจมีความสงบ เยือกเย็น ไม่ฟุ้งซ่าน อันเป็นทาหนี่งในการรักษาโรคภัยที่เป็นอยู่

ตอนที่ ๓ แบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับพุดติก ธรรมการดูแลสุขภาวะของพระสงฆ์ตามหลักภาวนา ๔ ได้แก่ ๑.กายภาวนา ๒.ศีลภาวนา ๓.จิตภาวนา ๔.ปัญญาภาวนา ในเขตอำเภอร่องกวาง จังหวัดแพร่ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาพุดติกธรรมการดูแลสุขภาวะของพระสงฆ์ในเขตอำเภอร่องกวาง จังหวัดแพร่ ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นไป

๑ ขอกราบเรียนถามพระเดชพระคุณว่า พระสงฆ์ในเขตอำเภอร่องกวางมีแนวทางการพัฒนาพุดติกธรรมการดูแลสุขภาวะตามหลักภาวนา โดยเฉพาะกายภาวนาอย่างไรบ้าง ? และมีแนวทางปฏิบัติอย่างไร ? ขอยกตัวอย่าง ฯ

พระครูวิจิตรธรรมวิมล เจ้าอาวาสวัดแม่ยางเปี้ยว สัมภาษณ์เมื่อวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๙

พระสงฆ์ในเขตอำเภอร่องกวางส่วนใหญ่จะยึดมั่นแนวทางการปฏิบัติตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นอกจากนั้นยังปฏิบัติตามกิจวัตรของสงฆ์ในด้านกายภาวนา เช่น มีการออกกำลังกาย การฉันอาหารที่ถูกต้องตามสุขลักษณะ การออกกำลังกาย เช่น การออกบิณฑบาตยามเช้า การปิดกวาดบ ริเวณวัด การรดน้ำต้นไม้ การปลูกต้นไม้ เติมน้ำจรม การฉันอาหารที่ถูกสุขลักษณะ เช่น ระวังระวังการฉัน โดยพยายามฉันอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อสุขภาพ ไม่ฉันอาหารที่เค็มจัด เผ็ดจัด มีไขมันมาก หรือฉันอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ ทั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางในการป้องกันการเกิดโรคภัยไข้เจ็บหรือให้ห่างไกลจากโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เป็นต้น นอกจากนั้นก็ยังมีนโยบายให้พระสงฆ์ในเขตอำเภอร่องกวางเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง เพื่อป้องกันและเพื่อดูแลรักษาสุขภาพให้ไกลจากโรคเป็นต้น

พระครูโพธิ์โรจน์ปริชากร เจ้าคณะ ตำบลแม่ยาง รองเจ้าอาวาสวัดแม่ยาตาล สัมภาษณ์เมื่อวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๙

พระสงฆ์ส่วนใหญ่ได้มองเห็นถึงความสำคัญในเรื่องของแนวทางการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ ตามหลักกายภาวนาโดยยึดแนวทางการปฏิบัติในกิจวัตรประจำวันด้วยการออกกำลังกาย และควบคุม การรับประทานอาหาร ตลอดจนการตรวจสุขภาพอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง เรียกว่าใส่ใจในอนามัยตนเอง คือให้สะอาด ภาย สะอาดใจด้วยความสำนึกที่ได้อยู่ตลอดเวลา

๒. ขอรบกวนเรียนถามพระเดชพระคุณว่า พระสงฆ์ในเขตอำเภอร้องกวางมีแนวทางการพัฒนา พฤติกรรมดูแลสุขภาพตามหลักศีลภาวนา (สังคัม) อย่างไรบ้าง ? และมีแนวทางปฏิบัติอย่างไร ? ขอ ยกตัวอย่าง ฯ

จากสัมภาษณ์พระครูโสภาสสิลวิสุทธิ เจ้าคณะตำบลไผ่โทน เจ้าอาวาสวัดแม่กระทิง เมื่อวันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๕๙

พระสงฆ์ในเขตอำเภอร้องกวาง ได้นำหลักศีลภาวนา (สังคัม) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนา พฤติกรรมดูแลสุขภาพของแต่ละท่าน ตัว ยการปฏิบัติและยึดมั่นอยู่ในศีล เพราะศีลถือเป็นแม่แบบ หรือ เป็นต้นแบบ ในการที่จะให้พระสงฆ์เป็นที่ตั้งแห่งความศรัทธาเลื่อมใสของประชาชน พระสงฆ์ต่างยึดแนวทาง ปฏิบัติตามศีลคือ

- ๑.ต้องปฏิบัติกายให้สุภาพเรียบร้อย
- ๒.รักษาวาจาให้ดีงาม
- ๓.ประพฤติดุปฏิบัติตนให้เป็นที่พึงของศรัทธาประชาชน
- ๔.มีปฏิปทาน่าเลื่อมใส
- ๕.มีมนุษยสัมพันธ์ที่เกื้อกูลต่อสังคม เป็นต้น

จากการสัมภาษณ์พระครูปลัดอนุนวัณน์ ธมฺมวโร รองเจ้าอาวาสวัดอ้อยหลวง เมื่อวันที่ ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙

พระสงฆ์ส่วนใหญ่จะยึดหลักศีลภา วนา(สังคัม) เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพ ด้วยการปฏิบัติตามพระธรรมวินัย รักกาย วาจา ให้อยู่ศีลสัตย์ ไม่เบียดเบียนใคร ไม่ให้ร้ายใคร มีเมตตา ธรรมต่อเพื่อนสหธรรมิกด้วยกัน นอกจากเพื่อนสหธรรมิกแล้วยังจะต้องมีเมตตาธรรมต่อคนโดยทั่วไปด้วย

๓.ขอรบกวนเรียนถามพระเดชพระคุณว่า พระสงฆ์ในเขตอำเภอร้องกวางท่านมีแนวทางการพัฒนา พฤติกรรมดูแลสุขภาพตามหลักภาวนา โดยเฉพาะด้านจิตใจอย่างไรบ้าง ? และมีแนวทางปฏิบัติอย่างไร ? ขอ ยกตัวอย่าง ฯ

จากการสัมภาษณ์พระปลัดถนอม ฐานวุฑโฒ เลขาธิการเจ้าคณะตำบลแม่ยว้าง ร่อง เจ้าอาวาสวัดบุญภาค เมื่อวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๙

พระสงฆ์ถือว่า เป็นดำรงอยู่ในฐานะของความเป็นผู้นำด้านจิตวิญญาณของศรัทธาประชาชน ต่างยึดถือแนวทางในการปฏิบัติก็คือ พยายามตั้งตนอยู่ในทางที่ถูกที่ควร อยู่กับความถูกต้อง ด้วยการฝึกอบรมวิปัสสนากัมมัฏฐาน ทำจิตใจให้เป็นสมาธิ นำทางแห่งจิตวิญญาณให้กับศรัทธาญาติโยมด้วยความถูกต้อง ทำจิตใจให้มีความสุข ปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่น มีเมตตาธรรม ไม่หวั่นไหวต่อปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้น แก่ด้วยสติปัญญา ด้วยจิตใจที่ประกอบด้วยคุณธรรมโดยเฉพาะอคติธรรมเป็นต้น

๔ ขอรบกวนเรียนพระเดชพระคุณว่า พระสงฆ์ในเขตอำเภอร่องกวางท่านมีแนวทางการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพภาวะตามหลักภาวนา โดยเฉพาะด้านปัญญาอย่างไร ? และมีแนวทางปฏิบัติอย่างไร

จากการสัมภาษณ์พระครูไพโรจน์ปรีชากร เจ้าคณะตำบลแม่ยว้าง เจ้าอาวาสวัดแม่ยว้างกวาง เมื่อวันที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๙

แนวทางการพัฒนาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ตามหลักปัญญากาวนาในเขตอำเภอร่องกวาง พระสงฆ์ส่วนใหญ่มีแนวทางในการดูแลด้วยการศึกษาแสวงหาความรู้ตามหลักพระธรรมวินัย ดังสุภาษิตที่ว่า ปัญญา โลกสมิ ปชโชโต แปลว่า ปัญญาเป็นแสงสว่างในโลก เพราะฉะนั้นพระสงฆ์จะต้องศึกษาเรียนรู้เพื่อพัฒนาปัญญาให้เกิดให้มีขึ้น นอกจากจะพัฒนานตนเองแล้ว ยังสามารถนำไปพัฒนาคนอื่นให้รู้เห็นแจ้งตามไปด้วย