

ชื่อสารนิพนธ์	: ศึกษาสุขภาพแบบองค์รวมวิถีพุทธในพระไตรปิฎก
ผู้วิจัย	: พระมหาอุดร สุทธิธนาโณ (เกตุทอง)
ปริญญา	: พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์	: ผศ.ดร. สมิตธิพล เนตรนิมิตร ป.ธ.๕, พธ.บ.(ปรัชญา), พธ.ม. (พระพุทธศาสนา), Ph.D. (Pali&Buddhist Studies).
วันเสร็จสมบูรณ์	: ๘ มีนาคม ๒๕๕๕

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการคือเพื่อศึกษาแนวคิดสุขภาพองค์รวมในพระไตรปิฎก และ เพื่อวิเคราะห์รูปแบบและกระบวนการสร้างสุขภาพองค์รวมในพระไตรปิฎก ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพเน้นการค้นคว้าเอกสาร

ผลการวิจัย พบว่า แนวคิดเรื่องสุขภาพองค์รวมในพระไตรปิฎกนั้นประกอบด้วยคำ ๒ คำ คือ คำว่า สุขภาพ และ องค์รวม สุขภาพองค์รวมในพระไตรปิฎกต้องประกอบ ๔ มิติคือ ๑. ด้านกาย ๒. ด้านสังคม ๓. ด้านจิต และ ๔. ด้านปัญญา ดังนั้นเมื่อมุ่งเน้นผลของสุขภาพองค์รวมวิถีพุทธจึงเน้นความสุข ภาวะสุขภาพที่ประกอบด้วย วิชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ ซึ่งเป็นภาวะที่เป็นความสุขของชีวิต ส่วนแนวทางเพื่อให้ได้มาซึ่งสุขภาพองค์รวมนั้น หลักการการดูแลสุขภาพ ทั้งป้องกัน ส่งเสริม เชี่ยวชาญรักษา โดยกระบวนการแบบแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจ ๔ (ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค) ในส่วนรูปแบบและกระบวนการสร้างสุขภาพองค์รวมวิถีพุทธในพระไตรปิฎกนี้ รูปแบบที่เน้นในด้านสุขภาพด้านจิตวิญญาณ – สติปัญญา เน้น ๓ ส. ประกอบด้วย (๑) รูปแบบการสวดมนต์ (๒) รูปแบบการปฏิบัติธรรม (สมาธิ – สติ – ปัญญา) (๓) รูปแบบการสนทนาธรรม (โยนิโสมนสิการ) และรูปแบบและกระบวนการสร้างสุขภาพองค์รวม ๔ มิติ คือ (๑) ด้านร่างกาย (ก) รูปแบบดูแลร่างกาย ประกอบด้วย การบริโภคหรือเกี่ยวกับอาหาร การใช้น้ำสมุนไพร (เภสัช) เพื่อสุขภาพ การออกกำลังกาย และการบริหารร่างกาย และด้านร่างกายอื่นๆ (ข) รูปแบบการพักผ่อนอิริยาบถ (ค) รูปแบบการผ่าตัด (๒) รูปแบบด้านสังคมหรือ สิ่งแวดล้อม (ก) คน กลุ่มคน (ข) ชุมชนชาติ (๓) รูปแบบด้านจิตใจ และ (๔) รูปแบบด้านปัญญา ธรรมะ เช่น โพชฌงค์ ๗ สัจจะ ๑๐ สติปัฏฐาน ๔ จันท์ ๕ ไตรลักษณ์ ๑ พรหมวิหาร ๔ อิทธิบาท ๔ และ ทิณฺณอุชฺหรณฺณ การปฏิบัติให้ตรง

Thematic Paper Title : A Study of Holistic Health in Buddhist Way Found in Tipiṭaka

Researcher : Ven. Phramaha Udorn Suddhiṇṇāṇo (Ketthong)

Degree : Doctor of Philosophy (Buddhist Studies)

Thematic Paper Supervisor

: Assist. Prof. Dr. Samitthipol Netnimit, Pali IX, B.A.,
(Philosophy), M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Pali&Buddhist
Studies).

Date of Completion : ๘ March, 2012

ABSTRACT

This thematic paper aims at studying the concept of holistic health in Buddhist Pali Canon (Tipiṭaka) and analyzing the patterns and the processes for building up the holistic health in Tipiṭaka. It is qualitative and documentary style research

From the research, it is found that the concept of “holistic health” in Tipiṭaka comprising 2 key terms i.e. The health and the holistic, The Holistic Health in Buddhist according to Tipiṭaka consists of the 4 dimensions i.e. physical, social, mental and intellectual. Thus, the consequence of health according to Buddhism, focuses on happiness, state of bliss comprising Vijjā, Vimutti, Visuddhi, Santi, all of which are the states of wholesomeness of life, but the approach to the holistic health or the principle of health the covers protection, the promotion, the healing, and the curing through problem-solving approach called the Four Noble Truths. For the patterns and the process for building up the holistic health in Tipiṭaka, the patterns of mental health focus the 3 patterns i.e. :- (1) chanting (2) meditation (concentration-mindfulness-wisdom) (3) dhammatalks (yonisomanasikāra) and the patterns the process for building up the holistic health covering 4 dimensions i.e. :- (1) physical with various patterns i.e. consumption etc. (2) societies or environment such as the community or the group and the nature (3) mine and (4) wisdom which is Phojjhaṅga, Sanna, Satipattana, khaṇa, Trinity, etc.

กิตติกรรมประกาศ

งานสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการสอบวัดคุณสมบัติในรายวิชาสัมมนา พระไตรปิฎก ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าและนำเสนอในระดับปริญญาเอก สาขาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย

งานสารนิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เพราะได้รับความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก ท่านผู้มีอุปการคุณหลายฝ่าย ผู้วิจัยจึงขอเจริญพรขอบคุณ ผศ. ดร. สมิตธิพล เนตรนิมิตร ที่ปรึกษาประจำสารนิพนธ์ฉบับนี้ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำและเสนอแนะของคิดเห็นต่างๆ ของการวิจัย พร้อมทั้งตรวจทานแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ เพื่อความสมบูรณ์ ด้วยความเอาใจใส่ด้วยดีเสมอมา

ขออนุโมทนาขอบคุณ อาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทถ่ายทอดวิชาความรู้ให้กับผู้วิจัย และขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ประจำบัณฑิตวิทยาลัยทุกท่านที่อำนวยความสะดวกให้ด้านเอกสารต่าง ๆ เป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณเจ้าประคุณสมเด็จพระมหาธีรราชจารย์ (นิคม จาณิสฺสโร) เจ้าอาวาสวัดชนะสงครามราชวรมหาวิหาร สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสโม) เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ที่ได้ให้การสนับสนุนให้ผู้วิจัยลาศึกษาต่อ พระครูวิจิตรธรรมสาร (จ่านงค์ คงคปญฺโณ) เจ้าอาวาสวัดสุทธาวาส เจ้าคณะอำเภอ บางละมุง พระอุปัชฌาย์ พระครูธรรมธรรมสัมฤทธิ์ สมิตฺธิโก ผู้ให้การสนับสนุนในการศึกษาด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณ พระครูบรรพตพัฒน์คุณ (หลวงพ่อบริชา) วัดเขาอติ สุกโต เป็นอย่างยิ่ง ที่ท่านได้ให้ความเมตตาอนุเคราะห์ทุนการศึกษาแก่ผู้วิจัยจนสามารถสำเร็จการศึกษาด้วยดี

ขออนุโมทนาขอบคุณ โยมพ่อขวัญ เกตุทอง บิดาที่เคารพยิ่งผู้ล่วงลับ โยมแม่อุดม เกตุทอง ผู้เป็นที่รักและเป็นขวัญกำลังใจที่สำคัญยิ่งของข้าพเจ้า พี่ๆ น้องๆ ตลอดจนญาติธรรมทุกท่านที่คอยให้กำลังใจแก่ข้าพเจ้าด้วยดีเสมอมา

ขอขอบคุณผู้มีส่วนสำคัญในการทำให้งานสารนิพนธ์นี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี คือ พระมหาสมพงษ์ สนฺตจิตฺโต ผู้ให้ความช่วยเหลือด้านข้อมูลและรูปเล่ม พระระพีณ พุทธิสารโร ผู้ช่วยค้นคว้าข้อมูลด้วยดีเสมอมา คุณพูนสุข มาสร้างสรรค์ ผู้ช่วยเหลือในการแปลบทคัดย่อเป็นภาษาอังกฤษ ขอเจริญพรขอบคุณ คุณจิระพร ยอดท่าหว้า ที่ได้ช่วยในการตรวจสอบพิสูจน์อักษร ตลอดจนปรับปรุงแก้ไขในส่วนที่ขาดตกบกพร่องให้สมบูรณ์ และขอขอบคุณ คุณอัครา พัดดโสภณ ผู้ให้กำลังใจดีด้วยตลอดมา

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณความสำเร็จที่เกิดจากการทำสารนิพนธ์นี้ เพื่อเป็นเป็นปฏิการแด่
คุณบิดามารดา ครูอุปัชฌาย์อาจารย์ ตลอดจนผู้มีอุปการคุณที่ได้กล่าวนามมาแล้ว ขออำนาจคุณพระศรี
รัตนตรัย จงดลบันดาลให้ทุกท่าน จงเจริญด้วยจตุรพิธพรชัย ๔ ประการ มีอายุยืนนาน มีผิวพรรณผ่องใส
มีความสุขกายสบายใจ อีกทั้งมีพลานามัยเข้มแข็งแรง ทุกประการเทอญ.

พระมหาอุดร สุทธิธนาโน (เกตุทอง)

๘ มีนาคม ๒๕๕๕

