

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาการบำบัดความหิวในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ผู้วิจัย : พระมหาอภิสิทธิ์ วิริโย (จอตนอก)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระมหาทวี มหาปัญญา (ละลง), ผศ. ดร., ป.ธ. ๙, พธ.บ. (ปรัชญา),
ศน.ม. (พุทธศาสนศึกษา), M.Phil., Ph.D. (Buddhist Studies)

: พระมหาอุดม สารเมธี (สารบรรณ), ป.ธ.๙, ศษ.บ., พธ.ม.

: ดร. เสนาะ ผดุงฉัตร, ป.ธ.๙, พ.ม., พธ.บ., M.A., พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

วันสำเร็จการศึกษา : ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๖

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้เป็นการศึกษาการบำบัดความหิวในพระพุทธศาสนาเถรวาท โดยมีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาความหิวที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาการบำบัดความหิวในพระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาอิทธิพลและคุณค่าของหลักการบำบัดความหิว

จากการวิจัยพบว่าความหิวคือความต้องการจะกิน มีลักษณะอาการเสียดแทงให้เจ็บปวดจัดว่าเป็นโรคชนิดหนึ่งซึ่งเป็นยอดแห่งโรค เพราะรักษาให้หายขาดไม่ได้ สามารถเกิดได้ตามปกติของร่างกาย และเกิดจากภาวะทางใจด้วยอำนาจของตัณหา ความหิวปรากฏแก่คนและสรรพสัตว์แม้ในผู้ไม่มีกิเลสแล้วก็ยังมีความหิวอยู่เช่นกัน คนธรรมดาหิวในสิ่งที่ตนต้องการบริโภคได้แต่คนตั้งครุฑสามารถหิวในสิ่งที่คนธรรมดาไม่นิยมบริโภคก็ได้ ความหิวของคนตั้งครุฑยังเป็นการทนายทารกที่จะเกิดได้ว่าดีหรือไม่ดี ความหิวมีอิทธิพลต่อการพัฒนาตนเองและสามารถเป็นอันตรายต่อผู้อื่นรวมถึงสัตว์และธรรมชาติด้วย

การบำบัดความหิวคือการบริโภค ตามแนวทางในพระพุทธศาสนาเถรวาทเมื่อจำแนกแล้วมีกระบวนการตั้งแต่การแสวงหาปัจจัยคืออาหารที่นำมาบำบัด การนำพุทธจริยวัตรของพระพุทธองค์มาเป็นแบบอย่าง เช่น การฉันมื้อเดียว หลักธรรมวินัยเป็นเครื่องมือในการบำบัดคือ ให้มีสติสัมปชัญญะ ไม่ให้มัวเมาเพลิดเพลินในทางสนองตัณหา แต่มุ่งการบริโภคเพื่อบำบัดความหิว มุ่งหมายให้ได้คุณค่าที่แท้ของการบริโภค ผู้บริโภคอย่างมีสติพิจารณาทั้งขณะได้รับอาหาร ขณะบริโภค และหลังบริโภค รู้ประมาณในการบริโภค เป็นผู้สันโดษตามที่ได้ จัดว่ายอดเยี่ยมกว่าการบริโภคทุกรูปแบบ

การบำบัตความหิวตามหลักการในพระพุทธศาสนายังทรงความมีอิทธิพลและคุณค่าสำหรับตัวบุคคลผู้ปฏิบัติตามหลัก จะเป็นผู้มีโรคน้อย มีสุขภาพดี สามารถพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาได้เป็นอย่างดี เพราะมีการบำบัตความหิวนี้จึงมีการสงเคราะห์สถานสงเคราะห์ เกิดความสัมพันธ์กันในสังคมอย่างแพร่หลาย และหลักการนี้ยังเป็นลดการทำลายและอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม หลักการนี้ยังถูกนำมาใช้และสอนกันอยู่ในสังคมไทยอย่างแพร่หลาย

Thesis Title : A Study of the hunger cure in Theravāda Buddhism.

Researcher : Phramaha Aphisit viriyo (Chodnok)

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Assist. Prof. Dr. Phramaha Tawee Mahapanyo (Lalong), Pali IX,
B.A., M.A., M. Phil., Ph.D. (Buddhist Studies)

: Phramaha Udom Sāramedhi (Saraban) Pali IX., B.A., M.A.

: Dr. Sanorh Padoongchatra Pali IX., B.A., M.A., Ph.D.

Date of Graduation : 7 February 2013

Abstract

This thesis is the study of the hunger cure in Theravāda Buddhism with three objectives :- to study the hunger that appears in Buddhist Doctrine, to study the cure of hunger in Theravāda Buddhism and to study the influence and the worth of the principle to treat the hunger.

From the research, found it is that the hunger is the desire or need to eat. It can be excruciatingly painful and is regarded as one of the top diseases, because it cannot be completely eradicated. It can arise naturally or arise from craving. Hunger occurs in all and the hunger Beings who are of no defilements. The normal people are hungry for edible foods, but the pregnant people may crave the something unusual. The symptom of sickness in pregnant women can predict the condition of the newborns. The hunger can diminish the self-development and endanger others including the animals.

The cure of hunger is by consuming. Theravāda Buddhism laid down the practices of seeking food, following the Buddha's way of behavior, for example, to eat a single meal per day. The code of discipline to cure the hunger is the mindfulness and consciousness. One must not be indulged to satisfy the greed, but to consume to cure the hunger with the aim to attain the real value of the consumption. One should consciously be aware during receiving the food, consuming

the food and after consuming the food, and eating the right portion, being satisfied with what one has, the fact of which is the best consuming manner.

The Buddhist way to cure the hunger is of the good consequences for the practitioners, such as they will be healthy, be able to develop themselves well according to the Threefold Training. The rising of the charitable centers to help the hungers, to foster a good relationship in the societies. The code of conduct also decreases the destruction and conserves the natural resources and the environments, This principle is also widely applied to and taught in Thai societies.