

ชื่อวิทยานิพนธ์	: การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง
ผู้วิจัย	: นายเจริญ นุชนิยม
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	: พระครูปริยัติยานุศาสน์, ดร.นธ.เอก,ป.ธ.๔, (Pali& Buddhism) M.A. (Philosophy), Ph.D. (Philosophy) : ดร. ไพฑูรย์ รื่นสัต์ย์ ป.ธ.๗,ศน.บ.(อังกฤษ), ศน.ม. (พุทธศาสนศึกษา), M.Phil. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)
วันสำเร็จการศึกษา	: ๑๑ / มีนาคม / ๒๕๕๗

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่องการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการดังนี้ ๑. เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพ ๒. เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและ ๓. เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครลำปาง

ผลการวิจัยพบว่า แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพได้แก่การดูแลสุขภาพของมนุษย์ต่อสุขภาพชีวิตของตนเอง ซึ่งรวมถึงทุกเพศ ทุกวัย ให้มีความแข็งแรงสมบูรณ์ทั้ง ๔ ทาง คือ ทางร่างกายทางจิตใจ ทางสังคม และทางปัญญา สุขภาพเป็นสิ่งสำคัญกับการดำรงชีวิตของมนุษย์เรา เพื่อจะส่งผลให้การดำรงชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ในหลักของความเป็นจริงการมีสุขภาพที่ดีเป็นสมบัติอันทรงคุณค่าของมนุษย์ ถึงแม้ว่าในยุคปัจจุบันจะมีเทคโนโลยีรวมถึงเทคนิคทางการแพทย์จะเจริญ รุดหน้ามากเพียงใดก็ตาม หากขาดการดูแลเอาใจใส่ที่ดีต่อสุขภาพแล้วย่อมส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของตนเอง

หลักพุทธธรรมในการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่การพึงธรรมนำหลักพุทธธรรมไตรสิกขามาประยุกต์ใช้ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญาการทำบุญตักบาตรในวันนักขัตฤกษ์นำหลักพุทธธรรมบุญกิริยาวัตถุ มาประยุกต์ใช้ ได้แก่ ทาน ศีล ภาวนา การไหว้พระสวดมนต์นำหลักพุทธธรรมมาอิทธิบาท ๔ มาประยุกต์ใช้ได้แก่ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสากิจกรรมกายบริหารนำหลักพุทธธรรมสติปัฏฐาน ๔ มาประยุกต์ใช้ได้แก่กาย เวทนา จิต ธรรมกิจกรรมนอกสถานที่นำหลักพุทธธรรมสังคหวัตถุ ๔ มา

ประยุกต์ใช้ได้แก่ ทานปิยวาจา อตถจริยา สมานัตตตา จากหลักพุทธธรรมดังกล่าวได้มีความสำคัญต่อการเอื้อประโยชน์ที่นำมาประยุกต์ใช้กับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุอย่างได้ผลเป็นที่พึงพอใจ

การนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปางนั้น เริ่มต้นด้วยพัฒนากาย พัฒนาจิตใจ พัฒนาด้านปัญญา และการพัฒนาด้านสังคม ตามหลักของพุทธธรรมช่วยให้เป็นคนรู้ระเบียบชีวิตของตนเอง รู้จักการอยู่ร่วมกับคนอื่นด้วยการไม่เบียดเบียน ไม่ทำความเดือดร้อน ประพฤติสิ่งที่ เป็นประโยชน์เกื้อกูล รวมถึงให้ความเอื้ออาทรต่อสังคม เคารพความคิดเห็นของผู้อื่นไม่ทำตัวเองให้เป็นคนที่เห็นแก่ตัว แบ่งปันความรักให้กับเพื่อนสมาชิก มีความรับผิดชอบในหน้าที่ เนื่องจากสังคมของสมาชิกศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ นอกจากจะมีกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพแล้ว ทางศูนย์ก็ยังมีกิจกรรมอื่นอีกมากมายที่จะต้องบริหารจัดการให้กับสมาชิกทุกคนได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข การทำงานหรือกิจกรรมต่างๆ จำเป็นต้องมีการแบ่งงานให้เหมาะสมกับสมาชิกที่มีความถนัด เช่นกิจกรรมด้านงานสงฆ์ กิจกรรมด้านกายบริหารสุขภาพ กิจกรรมเยี่ยมผู้สูงอายุรวมถึงผู้ป่วยตามสถานที่ต่างๆ เมื่อนำหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้แล้วทำให้สมาชิกทุกคนต่างมีความพึงพอใจ ต่างก็ได้ให้ความช่วยเหลือ ช่วยกันทำกิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นด้วยความยินดีและพร้อมเพียง ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกายใจที่แข็งแรงพร้อมที่จะนำพาสมาชิกของศูนย์ส่งเสริมสุขภาพวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง ไปสู่การพัฒนาสุขภาพที่ดีต่อไป

Thesis Title : An Application of Buddha Dhamma in Activities
Supporting the Elders Health in Lampang Boromrajonani
College

Researcher : Mr. Chareon Nuchniyom

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Ven. Dr. Phrakru Pariyattianusat

Pāli. IV., B.A. (Pali & Buddhism), M.A. (Philosophy),
Ph.D. (Philosophy)

: Dr. Paitoon Ruensat Pāli VII., B.A., M.A., M. Phil., Ph.D.
(Buddhist Studies)

Date of Graduation : March 11, 2014

Abstract

The thesis entitled ‘An Application of Buddha Dhamma in Activities Supporting the Elders Health in Lampang Boromrajonani College’ consists of 3 objectives as: 1) to study of health concept, 2) to explore the principle of Buddha Dhamma in the activity of health promotion and 3) to study of the application of Buddha Dhamma towards the elders’ activity health promotion of the Lampang Boromrajonani College.

The result revealed that the health concept refers to the human healthcare. All human beings always take care and attend of their own health and provide to be straightened in 4 ways as: physically, mentally, socially and intellectually. Health is essential to human life and its results to the happiness in life. This study has shown the truth that ‘Health is wealth’ of human life. Although at present there are technologies, including medical techniques are developed in advanced, If ones lack of a good healthcare then it would affect their quality of life.

The Buddhist doctrines for health promotion can be classified as listen to the sermon and the application of the Threefold Trainings viz. Morality, concentration and wisdom. The act of offering alms food to the Buddhist monks on the celebration of a festival is the application of **Puññakiriya** or bases of meritorious action: meritorious action consisting in giving, in observing the precepts and in mental development. The activity of chanting Sutta is considered as an application of **Iddhipada** or the path of accomplishment: **Chanda**: aspiration, **Viriya**: energy, **Citta**: thoughtfulness and **Vimamsa**: investigation. The activity concerning of physical exercise is denoted to the developing the Four Foundation Mindfulness: **Kāyānupassanā**: contemplation of the body, **Vedanānupassanā**: feeling, **Cittānupassanā**: mind and **Dhammānupassanā**: mind- objects. The principle of **Saṅgahavattu** or the bases of social solidarity; **Dāna**: giving, **Piyavācā**: kindly speech, **Atthacariyā**: useful conduct and **Samānattatā**: even and equal treatment are practiced of the outdoor activity. The Buddhist doctrines that were mentioned above have been applied in the elders's health promotion and its results were satisfied.

The application of Buddha Dhamma in activities supporting the elder's health in the Lampang Boromrajonani College, it was begun by developing in body, mind, wisdom and social in line with the Buddhist doctrines. The development as the above mention can create the self discipline, knowing how to associate with people based on nonviolence and behave oneself beneficial to society. In addition, they have shared the loving kindness to others and have a responsibility. However, the center of health promotion has provided many activities for members, not only the activity concerning health promotion, but also the activity relating to the happiness of the members. The activities were provided by the ability or skill of members as: the religious activity, physical exercise, visiting the elders or the patients in various places. When the Buddhist doctrines were applied to the members, it made the satisfaction to them. They have assisted towards various activities with pleasure and readiness. As a result, the elders in the health promotion center of the Lampang Boromrajonani College have the sound mind and sound body and ready to lead all members to develop a good health.