

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาสุขภาวะของพระสงฆ์ ตำบลจี้วลาย อำเภอตะพานหิน จังหวัดพิจิตร
 ผู้วิจัย : พระสุรพล ปิยธมโม (ขุนไชย)
 ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูสิริรัตนานุวัตร, รศ., ดร.
 ป.ธ.๕, พธ.บ.(ภาษาอังกฤษ), พธ.ม.(ปรัชญา), Ph.D. (Philosophy)
 : พระครูพิพิธจารุธรรม, ดร.
 พธ.บ. (ปรัชญา), กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว), ศน.ด. (พุทธศาสนศึกษา)

วันสำเร็จการศึกษา :/...../๒๕๖๐

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้ มีวัตถุประสงค์ ๑. เพื่อศึกษาสุขภาวะของพระสงฆ์ตามแนวพระพุทธศาสนา ๒. เพื่อศึกษาสุขภาวะของพระสงฆ์ในตำบลจี้วลาย อำเภอตะพานหิน จังหวัดพิจิตร ๓. เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้แนวทางรักษาสุขภาวะตามแนวพระพุทธศาสนาของพระสงฆ์ ตำบลจี้วลาย อำเภอตะพานหิน จังหวัดพิจิตร มีวิธีดำเนินการวิจัยผสมผสาน คือ การศึกษาจากเอกสารทางพระพุทธศาสนา และการศึกษาเชิงคุณภาพโดยเน้นการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) กับพระสงฆ์ที่เคยเจ็บป่วยแล้วกลับมาดีมีสุขภาพใหม่ จำนวน ๑๐ รูป ใช้วิธีวิเคราะห์ข้อมูลเชิงสถิติพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า แนวคิดสุขภาวะตามแนวพระพุทธศาสนาเป็นสุขภาวะที่เกิดการบริหารกายด้วยการทำกิจวัตรประจำวัน โดยหลัก คือ บิณฑบาต ความทำสะอาดอาราม ทำวัตรสวดมนต์ รักษาสิ่งแวดล้อม การบริหารทางใจ โดยการปฏิบัติตามสัปปายะ ๗ และลดหรือกำจัดปัดเป่าความโลภ โกรธ หลง คิดอยู่เสมอรู้จักพอ มีเมตตา เจริญสติ มีขันติ มีตบะ จิตไม่ฟุ้งซ่านและมีสติจกิริยา โดยการอธิฐานจิตว่า จะทำสิ่งใดก็ตามที่ถูกต้อง การรักษาสุขภาพด้วยเภสัชที่ได้รับพุทธานุญาต คือ เภสัช ๕ ประการ ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง และน้ำอ้อย ใช้พืชสมุนไพร มีรากไม้ น้ำฝาด ใบไม้ ผลไม้และยางไม้ ฉันทอาหารและเภสัชที่ถูกต้อง

สุขภาวะของพระสงฆ์ ตำบลจี้วลาย อำเภอตะพานหิน จังหวัดพิจิตร นั้นพบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง โรคปวดข้อ ข้ออักเสบ สามในสี่ยังสูบบุหรี่ ฉันทยาชุด ต้มเครื่องต้มชูกำลัง รวมทั้งดื่มกาแฟเป็นประจำ พระสงฆ์ยังไม่มีกิจกรรมการป้องกันโรคที่ชัดเจน กิจกรรมบางอย่างติดขัดในพระธรรมวินัย การดูแลส่วนบุคคลพระสงฆ์ยังไม่ได้รับคำแนะนำจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องอย่างต่อเนื่อง การปฏิบัติที่มีอยู่ในปัจจุบันคือทำตามทีี่สื่อต่างๆ นำเสนอ พระสงฆ์จำนวนมากที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังและมีปัญหาทางด้านการเคลื่อนไหวของร่างกายยังไม่ได้รับการฟื้นฟูสภาพอย่างถูกต้องจึงดำเนินชีวิตไปตามลำพัง ในส่วนของการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ด้วยกันเองพบว่าไม่น้อยมาก ส่วนใหญ่มีเพียงถามทุกข์สุขเท่านั้น สภาพ

ปัญหาสุขภาพจิตของพระสงฆ์ ส่วนใหญ่แล้วไม่พบการมีปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาที่พบเป็นเรื่องการเจ็บป่วยและมีค่าใช้จ่ายในการไปพบแพทย์ ทำให้พระสงฆ์ต้องออกรับกิจนิมนต์ ออกบิณฑบาต เพื่อจะได้รับปัจจัยเพื่อนำมาใช้จ่ายในชีวิตประจำวันการส่งเสริมสุขภาพจิต ใช้การสวดมนต์ไหว้พระ นั่งสมาธิ เติบงกรรม สำหรับอาหารส่วนใหญ่ยังฉันอาหารประเภทแป้ง กะทิ น้ำตาล ไขมัน และอาหารมีรสจัดในปริมาณที่มากต่อวัน ส่วนน้ำดื่ม น้ำใช้ พระสงฆ์ตักน้ำขวดบรรจุเสร็จ ส่วนน้ำใช้เป็นประปาและน้ำบาดาล

การประยุกต์ใช้ตามแนวทางรักษาสุขภาวะของพระสงฆ์ ได้ประยุกต์ใช้ตามองค์รวมแห่งสุขภาวะ ๔ องค์ คือ สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางปัญญาและสุขภาวะทางสังคม โดยสุขภาวะทางกายได้นำการรักษาศีล ฟังเทศน์ฟังธรรม การป้องกันยาเสพติด งดหรือลดเครื่องชูกำลัง รวมถึงสูบบุหรี่ สุขภาวะทางจิตได้นำการปฏิบัติสมาธิ คิดบวก มีเมตตา มีสัจจะกิริยาจงดเว้นสิ่งเสพติดให้โทษ สุขภาวะทางปัญญา โดยใช้วิธีฟังธรรม อ่านหนังสือธรรมนิยาย จัดอบรมส่งเสริมศีลธรรมแก่เด็ก ๆ และเยาวชน สุขภาวะทางสังคม โดยใช้ปริจฉาคะ เสียสละบำเพ็ญประโยชน์แจกของแก่ผู้ประสบภัย เยี่ยมเยือนผู้ป่วยตามบ้านพักคนชรา ตามโรงพยาบาล ช่วยเหลือชาวบ้านให้รู้คิด ผิดถูก ชั่วดี ช่วยชาวบ้านรักษาความสมดุลในสิ่งแวดล้อมให้มีขณิมาปฏิบัติในการดำเนินชีวิต โดยไม่หลง ยึดมั่นถือมั่นในร่างกาย นอกจากการยึดมั่นในศีลธรรม การดำเนินชีวิตด้วยความมีสติ การดำเนินชีวิตตามต้นแบบตามหลักกัลยาณมิตร เป็นธรรมิกสังคม

Thesis Title : A Health Study of Buddhist Sangha, Ngjawlai Sub-District,
Tapanhin District, Phichit Province.
Researcher : Phra Suraphol Piyadhammo (Khunchai)
Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Phrakrū Sirirattanānuwat , Assoc. Prof., Dr.
Pāḷī V, B.A. (English), M.A. (Philosophy), Ph.D. (Philosophy)
: Phrakrū Phiphitjārutham, Dr.
B.A. (Philosophy), M.A. (Guidance Psychology),
Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation :/...../2017

Abstract

This thesis aims to study of health of Buddhist Sangha according to Buddhism, to study of health of Buddhist Sangha in Ngjawlai, Tapanhin District, Phichit Province, and to apply the healthy treatment according to Buddhist method of Buddhist Sangha in Ngjawlai, Tapanhin District, Phichit Province. The research method mix-research ; -the documental study of Buddhism and of quality by In-depth Interview from Buddhist monks who are sick and become a good health amount of 10 monks.

The result of research is found that the concept of Buddhist health comes from the physical management in daily routine activities. In which, basically, they are walking for arms food, cleaning in temple, chanting, taking care environment. The management of mental health follows things favorable to mental development (Sappāya 7). They reduce and delete lust, angry, delusion. They always think ‘know to enough’ to have lovingkindness, mindfulness, to have tolerance, to burn down, to be fanciful idea and to be truth. That is vow ‘any thing will be done in righteousness’. To care health by medicine which is allowed by Buddhist discipline i.e 5 kinds of medicines, namely;- gel cheese, hard cheese, oil, honey, molasses. To service of herbal, i.e. a root of tree, acid taste, tree leave, fruit and gum tree. To have food and medicine is right.

The health of Buddhist Sangha in Ngaiwla, Tapanhin District, Phichit Province is found that the most of them are old monks who are chronic disease, e.g., Diabetes, Hypertension, Hypercholesterolemia, Arthralgia and Arthritis. In three of four diseases, they still smoke, take group drug, tonic, powerful drinking, including often coffee in each day. The Buddhist monks do clearly not guard diseases. Some thing is prefixed by discipline obstacle from discipline. Personally, the Buddhist monk do not introduce from concerning unit of working. In the present, the monk follows social media. The most monks who are sick to removed it by chronic and moving of body. This is not yet restored by correction. So, the monk is personal performance. The monk cares health of each other so less. It is mere conversation about only happy and sorry. The most monk has no mental health. But often problem is common sick and goes to medicine doctor. The monk walks for arms food and to get money for paying about this. The promotion of mental health is used by chanting, meditation, walking. For food, the most monk has meal powder, coconut, sugar, adipose tissue and hard test of food is more in a daily like. But drinking water, using water, the Buddhist monk services from producing water from a factory. But using water is serviced from water supply and nether world.

The application of healthy treatment according to Buddhist monks in Buddhism takes service a holistic health i.e. physical health, mental health, intellectual health and social health. The physical health is took by the precept (sīla), by studying Dhamma from media, by guarding drug, to canceling powerful drinking including tobacco. The mental health is took by plus thinking, by lovingkindness, by truth to cancel the drug. The intelligence health is took by Dhamma training, by reading Dhamma book, by moral camping for children and young. The social health is took by sacrifice, by common service for dangerous accident, by by visiting a sick man in an old home, in hospital. To help all people who get incorrect thinking, bad or good thinking. The Buddhist monk help people to heal the balance of environment for taking the middle path in daily life. They will be not delusion to attachment in body, except to care morality, to care the way of life by mindfulness, to care the way of life in model to guideline of good friend as Dhamma society.