

บทบาทวัดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน: กรณีศึกษา

วัดพระธาตุดอยสะเก็ดจังหวัดเชียงใหม่

The Roles of Buddhist Monastery in Supporting Community Health : A Case Study of Wat Phra Thad Doi Saket, Chiangmai Province

จิตติมา เสนาไชย

Jittima Senachai

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiang Mai Campus

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “บทบาทวัดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน : กรณีศึกษา วัดพระธาตุดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่” มีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อศึกษาบทบาทวัดพระธาตุดอยสะเก็ดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน และศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อบทบาทวัดพระธาตุดอยสะเก็ด ในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน โดยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยเครื่องมือแบบสอบถาม สามารถจัดเก็บได้จำนวน 317 ชุด และแบบสัมภาษณ์จำนวน 22 รูป/คน ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

บทบาทวัดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน โดยรวมทั้ง 4 ด้านอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย 3.84 เมื่อพิจารณารายละเอียด พบว่า บทบาทที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ บทบาทในการส่งเสริมสุขภาพสังคม ค่าเฉลี่ย 3.97 รองลงมาคือ บทบาทในการส่งเสริมสุขภาพจิต ค่าเฉลี่ย 3.90 บทบาทในการส่งเสริมสุขภาพจิตวิญญาณ ค่าเฉลี่ย 3.90 และบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพกาย ค่าเฉลี่ย 3.59

ปัจจัยที่มีผลต่อบทบาทวัดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน โดยรวมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย 3.76 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อันดับแรก ได้แก่ ด้านสถานที่และสภาพแวดล้อม ค่าเฉลี่ย 3.89 รองลงมาคือ ด้านงบประมาณ ค่าเฉลี่ย 3.74 ด้านบุคลากร ค่าเฉลี่ย 3.73 และด้านวัสดุอุปกรณ์ ค่าเฉลี่ย 3.65

จากผลการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อบทบาทของ วัดพระธาตุดอยสะเก็ดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน พบว่า ปัจจัยทั้ง 4 ด้าน คือ ด้าน

สถานที่และสภาพแวดล้อม ด้านบุคลากร ด้านวัสดุอุปกรณ์ และด้านงบประมาณมีความสัมพันธ์กับบทบาทของวัดพระธาตุดอยสะเก็ดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน เรียงตามลำดับ คือ บทบาทในการส่งเสริมสุขภาพจิตวิญญาณ บทบาทในการส่งเสริมสุขภาพสังคม บทบาทในการส่งเสริมสุขภาพจิต และบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

นอกจากนี้ยังมีข้อเสนอแนะ ควรจะมีการจัดกิจกรรมสุขภาพ 4 ด้านเพิ่มเติม เช่นด้านสุขภาพกายควรมีการรณรงค์ป้องกันโรคระบาด การจัดกิจกรรมดูแลสิ่งแวดล้อม การจัดทำโครงการแข่งขันการออกกำลังกาย การประกวดผู้มีสุขภาพดี การจัดสร้างสถานพยาบาลหรือห้องพยาบาลภายในวัดพระธาตุดอยสะเก็ด ด้านสุขภาพจิต ควรมีการจัดกิจกรรมสนทนากันสำหรับเยาวชน การจัดกิจกรรมความรักความผูกพันในครอบครัว การเทศนาธรรมที่มีเนื้อหาสาระสนุกสนาน ด้านสังคม ควรมีการจัดแหล่งเรียนรู้เรื่องการพัฒนาชุมชน การสร้างสวนสาธารณะเป็นแหล่งพักผ่อนหย่อนใจ ด้านสุขภาพจิตวิญญาณ ควรมีการจัดกิจกรรมปฏิบัติธรรม การจัดกิจกรรมพระภิกษุเทศน์สอนตามบ้านในโอกาสสำคัญ

คำสำคัญ: ส่งเสริมสุขภาพ; ชุมชน

ABSTRACT

The objective of this thesis is to study the roles of Wat Phra Thad Doi Saket in supporting the community health and to study the factors affecting the roles of the Wat Phra Thad Doi Saket in supporting the community health. The primary data was collected by random sampling. They were two kinds of tool instruments used; the questionnaire was used to collect 317 samples and the interview form was used to collect 22 samples. The results of this study can be concluded as follows.

In the overview, they have four roles in supporting community health in high level. The average score was 3.84 The highest score of the roles was the on community health supporting (average score 3.97). The second was the Spiritual health supporting and the Spiritual Health supporting (average score 3.90). The lowest score was the physical health supporting (average score 3.59).

The factors affecting the temple's roles in supporting the community health are in high level (average score 3.76). Considering in detail, the results reveal that the place and the environment factor was the highest score (average score 3.89) followed by the budget factor (average score 3.74), the personal factor (average score 3.73) and the material and equipment factor (average score 3.65).

The coefficient correlation analysis showed that there was a correlation between the factors which affected the role of Wat Phra Thad Doi Saket in supporting the community health. The results of an analysis showed that 4 factors as the place and environment, the people, the material and equipment and the budget have correlation with Wat Phra Thad Doi Saket role in supporting the community health. The ranking was the role of the mental and soul health supporting, the social health supporting, the mental health supporting and the physical health supporting, respectively, ($p < 0.01$).

Moreover, there are other suggestions that the four activities should be covered i.e. from body health the compai against disease, to take care of the environment, to do competition of exercise, to select the good health by people, to make a good place in the temple. From spiritual health the community should have the activities for children, the activities that make love and relation for family members, and good preaching. From social factor the community should arrange a learning centre for community development and make a public garden. From spiritual health the community should make the Dhamma-practice activity and send the monk to preach at home in important events.

Keywords: Supporting Health; Community

บทนำ

การรักษาสุขภาพชุมชนนั้น นอกจากคนในชุมชนจะต้องดูแลรักษาสุขภาพของตัวเองแล้ว การพึ่งพาอาศัยหรือความร่วมมือระหว่างวัดกับชุมชนก็เป็นความจำเป็น ซึ่งถือว่า

ความสัมพันธ์ระหว่างวัดกับชุมชนก็คือความสัมพันธ์ระหว่างพระสงฆ์กับประชาชนนั่นเอง ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าชุมชนกับวัดเป็นสังคมที่ต้องพึ่งพาอาศัยกันและกันดังเช่นสังคมไทยในอดีต และปัจจุบัน ทั้งนี้เพราะวัดเป็นสถาบันพุทธศาสนา ซึ่งเป็นสถาบันที่สำคัญอย่างหนึ่งในการให้ความช่วยเหลือสังคมไทยตลอดมา โดยมีส่วนช่วยในการขัดเกลาจิตใจและลักษณะนิสัยของคนไทย ตลอดจนให้บริการตามความจำเป็น ตามความต้องการของประชาชน อีกทั้งมีส่วนช่วยในการแก้ปัญหาสังคมด้วย แม้กระทั่งปัจจุบันความสำคัญดังกล่าวก็ยังมิอยู่

นอกจากความสำคัญของวัดที่มีต่อชุมชนดังกล่าวแล้ว วัดยังมีบทบาทอีกมากมาย เพราะวัดเป็นสถาบันที่มีความสำคัญมากต่อพระพุทธศาสนา กล่าวคือวัดเป็นที่พำนักอาศัย ศึกษาเล่าเรียนและปฏิบัติตามพระธรรมวินัยเพื่อเป็นศาสนทายาทสืบต่ออายุพระพุทธศาสนา ของพระภิกษุสามเณร เมื่อศึกษาและพิจารณาแล้วจะพบว่าวัดในพระพุทธศาสนาได้มีบทบาทสำคัญต่อวิถีชีวิตของคนไทยหรือชุมชนไทยเป็นอย่างมาก เช่น วัดเป็นสถานที่ชาวบ้านส่ง กุหลาบตรมาอยู่รับใช้พระสงฆ์และรับการฝึกอบรมทางศีลธรรมและเล่าเรียนวิชาการต่าง ๆ ตามที่มีสอนในสมัยนั้น เป็นสถานที่พ่อแม่ตลอดจนคนแก่คนเฒ่าและสตรีมารับความรู้ด้วยการสวดพระธรรมเทศนาเป็นสถานพยาบาลที่รักษาผู้เจ็บป่วยตามภูมิรู้ของคนในสมัยก่อน โดยวัดเป็นแหล่งตำราแพทย์ และพระสงฆ์ทำหน้าที่เป็นหมอรักษาพยาบาลคนเจ็บป่วยทั่วไป เป็นสถานสงเคราะห์ที่บุตรหลานชาวบ้านที่ยากจนได้มาอาศัยเลี้ยงชีวิตและศึกษาเล่าเรียน ตลอดจนถึงผู้ใหญ่อยากจนได้มาอาศัยเลี้ยงชีพ เป็นสถานที่รื่นเริงที่จัดเทศกาลและมหรสพ ต่างๆ สำหรับชาวบ้านทั้งหมด เป็นบ่อเกิดและเป็นศูนย์กลางของศิลปกรรมแขนงต่างๆ ตลอดถึงเป็นสถานที่ชาวบ้านได้มาพบปะสังสรรค์และพักผ่อนหย่อนใจ โดยที่ทางวัดได้จัดสถานที่ต่างๆ ในบริเวณวัดเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาด และร่มรื่น บทบาทของวัดเท่าที่ได้กล่าวมานี้ ไม่เพียงเป็นสิ่งที่รู้กันทั่วไปในหมู่ของคนไทยที่เป็นพุทธศาสนิกชนเท่านั้น แม้ชาวต่างชาติที่ได้เข้ามาอยู่ในประเทศไทยชั่วระยะเวลาหนึ่งก็ยังสามารถมองเห็นบทบาทของวัดดังกล่าวได้อย่างชัดเจน (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2543: 217)

บทบาทของวัดดังกล่าวมานี้ จะเห็นว่า วัดได้มีบทบาทสำคัญต่อวิถีชีวิตของชุมชน โดยมีพระสงฆ์เป็นผู้ให้บริการต่าง ๆ ที่จำเป็น วัดกับชุมชนเปรียบได้กับชีวิตของคนเรา วัดเปรียบเหมือนจิตใจหรือจิตวิญญาณของชุมชนและชุมชนเปรียบเหมือนร่างกาย วัดจึงเปรียบเสมือนเป็นศูนย์รวมจิตใจของชาวบ้านและเป็นศูนย์กลางกิจกรรมต่าง ๆ ทางสังคมและเป็นส่วนประกอบที่จะขาดเสียมิได้สำหรับชุมชนแต่ละระดับ แต่ละท้องถิ่น แม้กระทั่งเมื่อได้สร้างหมู่บ้านเล็ก ๆ ขึ้นใหม่ก็ต้องสร้างวัดขึ้นมาด้วย นับว่าวิถีชีวิตของคน

ไทยได้ผูกพันอยู่กับวัดอย่างแน่นแฟ้นโดยแท้จริง

ในปัจจุบันบทบาทของวัดและพระสงฆ์ในการส่งเสริมสุขภาพชุมชนก็ไม่ได้หายไปจากสังคมไทย ยังคงมีบทบาทเป็นที่พึ่งของประชาชน โดยเฉพาะในกลุ่มผู้ยากไร้ในชนบท หรือผู้ป่วยที่เกือบสิ้นหวังในชีวิต หรือผู้ป่วยที่ระยะสุดท้ายใกล้ตาย ด้วยปัญหาสุขภาพทางการแพทย์แผนปัจจุบันไม่สามารถเยียวยาช่วยเหลือได้ การรักษากับวัดและพระสงฆ์ถึงแม้ไม่สามารถชี้ผลแพ้ชนะของสุขภาพทางกายดีขึ้นหรือไม่ แต่ก็ให้ผลดีต่อสุขภาพจิตใจของผู้ป่วยได้ในระดับหนึ่ง ทั้งนี้เพราะถือว่าวัดเป็นแหล่งพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน วัดกับชุมชนมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดและลึกซึ้งจนยากที่จะแยกออกจากกันได้ เนื่องจากชีวิตของคนในชุมชนเกี่ยวพันอยู่กับวัดตั้งแต่เกิดไปจนตาย ดังนั้น บทบาทของวัดที่สำคัญต่อวิถีชีวิตของคนในชุมชนก็คือการให้บริการหรือส่งเสริมสุขภาพของชุมชนให้ดีขึ้น อย่างน้อยทำให้ปัญหาเรื่องสุขภาพกาย สุขภาพจิตลดน้อยลง

วัดพระธาตุดอยสะเก็ด ตำบลเชิงดอย อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ ได้มีการส่งเสริมสุขภาพชุมชนด้านศิลปวัฒนธรรมมาเป็นเวลานาน ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เป็นวัดเก่าแก่สร้างมาช้านาน ขณะนี้ได้รับการยกย่องฐานะให้เป็นวัดพัฒนาตัวอย่างที่มีผลงานดีเด่นของกรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ มีการส่งเสริมกระบวนการสร้างจิตสำนึกเรื่องการใช้ทรัพยากรในท้องถิ่นให้เกิดประโยชน์สูงสุด ส่งเสริมการเรียนรู้ เพื่อการเสริมสร้างสุขภาพชุมชนอย่างต่อเนื่อง โครงการมูลนิธิแห่งความเมตตาเอื้ออารี วัดพระธาตุดอยสะเก็ด ได้จัดตั้งโครงการนี้ขึ้นเพื่อต้องการช่วยเหลือสงเคราะห์ชุมชนให้ได้อยู่ดีกินดีและปลูกจิตสำนึกให้รู้จักสามัคคี เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ให้มีความเมตตาต่อเพื่อนมนุษย์ ค่ายคุณธรรมวัดพระธาตุดอยสะเก็ด ได้จัดกิจกรรมเข้าค่ายคุณธรรมตลอดปี โดยได้เน้นกลุ่มเป้าหมายไปที่เยาวชน นักเรียน นิสิต นักศึกษา เป็นสำคัญ อบรมคุณธรรม จริยธรรมตามหลักการแห่งพระพุทธศาสนา บวชชีพราหมณ์ เป็นกิจกรรมหรือบทบาทหนึ่งที่ถือได้ว่าเป็นบทบาทที่เด่นพอสมควร ได้เปิดโอกาสให้เยาวชน นิสิต นักศึกษา และประชาชนทั่วไปที่เป็นเพศหญิง ซึ่งไม่มีโอกาสบวชเรียนอย่างผู้ชาย ได้บวชเรียนศึกษาพระธรรมวินัย เป็นระยะเวลาอันเหมาะสม โครงการช่วยเหลือผู้ติดเชื้อเอดส์ เป็นบทบาทของวัดพระธาตุดอยสะเก็ดโดยมีเจ้าอาวาสและพระวิทยากรคอยให้ความช่วยเหลือด้านการอบรมให้ความรู้เรื่องการค้าขายชีวิตตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา การแห่น้ำนมสดรดต้นโพธิ์ ถือเป็นประเพณีของวัดพระธาตุดอยสะเก็ด เป็นอีกบทบาทหนึ่งที่ทำให้ชุมชนได้รู้จักสามัคคี การใช้สมุนไพรในท้องถิ่นมาปรุงเป็นยาบำรุง และการรักษาสุขภาพ วัดได้ให้ความช่วยเหลือด้านสถานที่และเชิญวิทยากร

ผู้ทรงความรู้เรื่องยาสมุนไพรมาให้การอบรมแก่ชุมชน การนั่งวิปัสสนากรรมฐาน เป็นกิจกรรมที่ทางวัดได้จัดให้ชุมชนได้ฝึกปฏิบัติ อบรมจิตใจให้มีความสงบและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน (จิราหนู วงศ์อุทัย, 2542: 39) นอกจากนี้ยังมีโครงการส่งเสริมพระพุทธศาสนา โดยทางวัดได้ประสานงานกับสถานศึกษาในอำเภอจัดกิจกรรมการแข่งขันสวดมนต์ทำนองสรภัญญะของเด็กนักเรียนในสถานศึกษาระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา โครงการสงเคราะห์ช่วยเหลือเด็กก่อนเกณฑ์ เพื่อต้องการช่วยเหลือผู้ปกครองที่ต้องทำงานในสภาพเศรษฐกิจที่บีบคั้นทำให้ไม่มีเวลาดูแลบุตรธิดาที่กำลังเยาว์วัย ประกอบกับความต้องการในการขัดเกลาหล่อหลอมจิตใจเด็กด้วยธรรมะ โครงการผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุและเป็นการพัฒนาชุมชน โครงการสนับสนุนเยาวชนชาวเขา โดยจัดตั้งศูนย์ การเรียนชาวเขาขึ้นในบริเวณวัด เพื่อเป็นการสงเคราะห์การศึกษาเบื้องต้น (จิราหนู วงศ์อุทัย, 2542: 43-44) นอกจากนี้ กิจกรรมหรือบทบาทของวัดพระธาตุดอยสะเก็ดที่โดดเด่นนอกเหนือจากกิจกรรมดังกล่าวมา ซึ่งผู้วิจัยจะทำการศึกษามี 4 กิจกรรม คือ (1) กิจกรรมเข้าค่ายคุณธรรม (2) โครงการช่วยเหลือผู้ติดเชื้อเอดส์ (3) การใช้สมุนไพรในท้องถิ่นมาปรุงเป็นยาบำรุง และการรักษาสุขภาพ (4) โรงเรียนปริยัติธรรมแผนกสามัญ-แผนกบาลี โครงการหรือกิจกรรมต่างๆ ของวัดพระธาตุดอยสะเก็ดดังกล่าวมานี้ ถือเป็นบทบาทของวัดพระธาตุดอยสะเก็ดและบทบาทของพระสงฆ์ในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน

ดังนั้น จึงเป็นที่น่าศึกษาถึงบทบาทหรือกิจกรรมทั้ง 4 กิจกรรมของวัดพระธาตุดอยสะเก็ดว่ามีบทบาทต่อการส่งเสริมสุขภาพชุมชนอย่างไรบ้าง เพื่อจะได้นำไปเผยแพร่ให้ประชาชนทั่วไปได้รับทราบตลอดจนศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อบทบาทของวัดพระธาตุดอยสะเก็ดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน เพื่อให้ประชาชนได้หันมาใช้วัดเป็นที่ส่งเสริมสุขภาพชุมชน ได้อย่างยั่งยืนตลอดไป

การรักษาสุขภาพทางพระพุทธศาสนา

พระพุทธเจ้าตรัสถึงความสำคัญของการมีสุขภาพร่างกายดี ไม่มีโรคภัยเบียดเบียนว่า เป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมแก่การบำเพ็ญเพียรอย่างยิ่ง (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 53-54: 92-93) หากร่างกายเจ็บป่วยไม่อาจเยียวยาได้แล้ว พระองค์จะทรงมุ่งเน้นการเยียวยาทางด้านจิตใจเป็นหลัก ดังเรื่องที่ปรากฏว่า ครั้งหนึ่งมีภิกษุทุพพลภาพป่วยหนักระยะสุดท้าย พระพุทธเจ้าทรงเยียวยารักษาทางด้านจิตใจ ทรงมีพระดำรัสว่า “แม้ร่างกายจะเจ็บหนักแต่ยังสามารถพัฒนาให้ไปสู่การบรรลุธรรมได้” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 121: 201) นับว่าเป็นการส่งเสริมกำลังใจให้ผู้ป่วยหนัก มีความหวังที่จะดูแลรักษาใจซึ่งถือว่า

สำคัญที่สุด เพื่อผู้ป่วยสามารถประคองจิตที่ดีของตนได้ตลอดไป จนกว่าจะสิ้นชีวิต หรือหากประคองจิตได้ถึงขั้นสูงสุด คือ การบรรลุธรรมได้พร้อมกับการสิ้นชีวิต ที่พระพุทธศาสนาเรียกว่า “ชีวิตสมสึ” ถือว่าเป็นการบรรลุ เป้าหมายชีวิตในโอกาสสุดท้ายที่สูงสุด (ศศิธร เมาภิรัตน์, 2548: 33) โดยในงานศึกษาของ ศศิธร เมาภิรัตน์ ได้ยกตัวอย่างการรักษาสุขภาพทั้งทางกายและจิตไว้หลายประการ (ศศิธร เมาภิรัตน์, 2548: 43-48) เช่น

1. การบริโภคอาหารฉันอาหารมือเดียวนอกจากจะทรงถือหลักในการฉันอาหารมือเดียวตลอดชีวิตพรหมจรรย์แล้ว พระองค์ยังทรงพร่ำสอนและแนะนำให้เหล่าภิกษุสงฆ์ฉันอาหารมือเดียวด้วย ดังพุทธพจน์ว่า “ตถาคตฉันมือเดียว ไม่นั่นในเวลาวิกาล พระองค์จึงรู้ว่า กระป๋องเปร่าทำให้มีโรคน้อย ภิกษุทั้งหลาย มาเถิด แม่เธอทั้งหลาย ก็จงฉันอาหารมือเดียวเถิด เธอทั้งหลายฉันอาหารมือเดียว จักรู้ดีกว่า มีโรคน้อย” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 225: 236)

2. การออกกำลังกาย พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสมณเพศเป็นอย่างยิ่ง ทรงยึดหลักการปรับเปลี่ยนอิริยาบถทั้ง 4 ยืน เดิน นั่ง นอน ให้มีความสมดุล โดยเฉพาะอิริยาบถเดิน ได้แก่ การเดินบิณฑบาต เข้าตรูของทุกวัน พระพุทธเจ้าและพระสาวกจะออกเดินบิณฑบาต ไปตามหมู่บ้านเป็นประจำ เช่น “ครั้นเวลาเช้า พระผู้มีพระภาคทรงครองอันตรวาสก ถือบาตรและจีวร เสด็จเข้าไปยัง ลำดับนั้น อุทัยพราหมณ์ดักข้าวใส่บาตรถวายจนเต็ม” 286. (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 195: 286) และ “ครั้นเวลาเช้า ท่านพระอานนท์ครองอันตรวาสก ถือบาตรและจีวร เสด็จเข้าไปบิณฑบาตยังกรุงสาวัตถี” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 207: 286)

การเดินจงกรม การเดินไปมาโดยมีสติกำกับ พระพุทธเจ้าและพระสาวกจะปฏิบัติธรรมด้วยการเดินจงกรมเป็นประจำ เช่น “สมัยนั้น ท่านพระสารีบุตร ท่านพระมหาโมคคัลลานะ ท่านพระมหากัสสปะ ท่านพระอนรุทธะ ท่านพระปุนณมนตานีบุตร ท่านพระอุบาลี ท่านพระอานนท์ แม้พระเทวทัตก็กำลังเดินจงกรมอยู่กับภิกษุจำนวนมาก ในที่ไม่ไกลพระผู้มีพระภาค” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 16 ข้อ 99: 187)

3. การบริหารจิต พระพุทธเจ้าทรงถือหลักปฏิบัติในการบริหารจิต ด้วยหลักใหญ่ๆ ดังที่ตรัสไว้ในโอวาทปาติโมกข์ 3 ประการ คือ “ละชั่ว ทำดี และทำจิตให้บริสุทธิ์” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 54: 57) การละชั่ว คือ การละเว้นจากบาปอกุศลทั้งปวง ได้แก่ การฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พุดเพ้อเจ้อ พุดส่อเสียด พุดคำหยาบ เพ่งเล็งอยากได้ของเขา การมีจิตพยาบาท มีความเห็นผิด (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม

12 ข้อ 440: 473-475) การทำดี คือ การทำกุศลให้ถึงพร้อม ได้แก่ การละเว้นขาดจากการฆ่า ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พุดเพื่อเจ้อ พุดส่อเสียด พุดคำหยาบ เพ่งเล็งอยากได้ของเขา การมีจิตพยาบาท มีความเห็นผิด (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 441: 475-478) การทำจิตให้บริสุทธิ์ พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ดำรงจิตให้บริสุทธิ์ด้วยการทำจิตให้อยู่กับปัจจุบันกาลทุกขณะ และการทำจิตให้ว่าง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ไม่เศร้าโศกถึงอดีต ไม่คิดถึงอนาคต กำหนดรู้ปัจจุบัน” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 10: 10) ทั้งนี้เพื่อเป็นแบบอย่างแก่กุลบุตร

4. การอยู่กับธรรมชาติ พระพุทธองค์ทรงดำเนินชีวิตอยู่กับธรรมชาติตามที่แตกต่างกัน เช่น ตามป่าบ้าง ภูเขาบ้าง โคนต้นไม้บ้าง ในถ้ำบ้าง เช่น “สมัยนั้น มาณพหลายคนพากันเข้าไปยังป่านั้นแล้ว ได้เห็นพระผู้มีพระภาคประทับนั่งคู้บัลลังก์ตั้งพระกายตรง อยู่ในรารูปนั้น และถามว่า ภิกษุ ท่านทำงานอะไร จึงอยู่ในป่าสาละ พระโคดมอยู่ในป่าแต่ผู้เดียวได้ความยินดีอะไรหรือ” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 15 ข้อ 203-204: 495-296)

พระพุทธเจ้าทรงประจักษ์ชัดถึงคุณประโยชน์ของการอยู่อาศัยตามธรรมชาติ ธรรมชาติให้อากาศบริสุทธิ์ทำให้มีสุขภาพดี ให้ความสุขซึ่งเป็นสถานที่ที่เหมาะสมแก่การบำเพ็ญเพียรเป็นอย่างยิ่ง ดังพุทธพจน์ที่ว่า “เมื่อเธอเข้าไปอยู่อาศัยป่าที่นั่น สติที่ยังไม่ปรากฏก็ปรากฏ จิตที่ไม่ตั้งมั่นก็ตั้งมั่น” (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 193: 205) พระองค์ทรงบัญญัติข้อห้ามไม่ให้ภิกษุทำลายธรรมชาติ เช่น ห้ามภิกษุ ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ บ้วนน้ำลายลงบนพืชและในน้ำ ภิกษุใดทำต้องอาบัติทุกกฏ (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 2 ข้อ 652: 732) ห้ามภิกษุทำลายต้นไม้ (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 2 ข้อ 136: 310)

5. สุขลักษณะ พระพุทธเจ้าทรงให้ความสำคัญกับหลักปฏิบัติเรื่องสุขลักษณะอนามัย ของพระองค์เองและภิกษุสงฆ์ด้วย ทรงบัญญัติให้ภิกษุสงฆ์ปฏิบัติ 2 ประการ คือ สุขอนามัยด้านร่างกาย และสุขอนามัยด้านสิ่งแวดล้อม ดังนี้

5.1 สุขลักษณะด้านร่างกาย ทรงบัญญัติให้ภิกษุสวมรองเท้าในขณะที่ขยับย้ายได้ ซึ่งตามปกติพระพุทธเจ้า จะทรงห้ามการสวมรองเท้า ยกเว้นกรณีเจ็บป่วยหรือเท้าแตก (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 5 ข้อ 246 - 249: 13-19) การขยับย้ายของภิกษุไว้ว่า ห้ามไม่ให้ภิกษุแบ่งแรง เป็นการป้องกันการเกิดโรคติดต่อทางผิวหนังและโรคหัวใจวาย ไม่ให้เคี้ยวไม้ชำระฟันขณะขยับย้าย และไม่ให้อุจจาระ ปัสสาวะนอกโรง (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 22 ข้อ 208: 351) ให้เคี้ยวไม้ชำระฟัน เพื่อประโยชน์ต่อสุขภาพในช่องปาก (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 7 ข้อ 282: 69)

5.2 สุขลักษณะด้านสิ่งแวดล้อม ทรงบัญญัติทั้งขั้นตอนวิธีการทำความสะอาดไว้ด้วย ดังพุทธพจน์ที่แสดงไว้ เช่น ถ้าวิหารสกปรก ก็ชำระให้สะอาด แล้วขนบาตรและจีวรออกก่อนขนผ้าปูนั่ง ผ้าปูนอน พูก หมอน เติง ตั้ง ให้ยกอย่างระมัดระวัง ไม่ให้ครูด ไม่ให้กระทบบานประตูและกรอบประตู ขนออกไป ถ้าวิหารมีหยากเยื่อ ก็กวาดเพดานลงมา ก่อน กรอบหน้าต่างและมุมห้องพึงเช็ด ถ้าผ้าที่ทำน้ำมันหรือทาสีดำขึ้นรา ให้ใช้ผ้าชุบน้ำบิดแล้วเช็ด ถ้าเป็นพื้นไม้ได้ทา ใช้น้ำประพรมแล้วเช็ด อย่าให้วิหารคราคำไปด้วยฝุ่นละออง ไม่ควรเคาะเสนาสนะได้ลม พรหมปูพื้น ผึ่งแดด ชำระ ตบ ขนกลับปูไว้ตามเดิม เชียงรองเท้า ผึ่งแดด เช็ด ขนกลับไว้ตามเดิม (พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม 7 ข้อ 370-372: 283-241)

ศศิธร เมาภิรัตน์ สรุปความว่า พระพุทธศาสนากล่าวถึงการป้องกันโรคมกกว่าการรักษา คือ ใช้ปัญญาและวิธีการ นอกจากการใช้ตัวยา ผู้ปฏิบัติตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา ย่อมมีโรคน้อย ไม่เป็นโรคทางใจตามความหมายทางพุทธศาสนาและทางจิตเวช พุทธวิธี 3 ประการ ในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ได้แก่

1. พุทธวิธีการดูแลรักษาและเสริมสร้างสุขภาพ เช่น บริโภคอาหารที่มีประโยชน์พอประมาณ การออกกำลังกาย การพักผ่อน
2. พุทธวิธีบำบัดรักษาโรค ใช้ยาสมุนไพรฉุน (กิน) ไล่ พอก ทา หยอด
3. พุทธวิธีบำบัดด้วยพระธรรมโอสธ ซึ่งเป็นวิธีแห่งปัญญา เป็นสัจธรรม เป็นสิ่งที่มนุษย์ปฏิบัติได้ด้วยตนเอง เช่น การฟังธรรม การพิจารณาธรรม และปฏิบัติธรรม เป็นเหตุให้ จิตผ่องใส ผ่อนคลาย เป็นผลดีต่อสุขภาพ การสวดสาธยายบทธรรม มิใช่เพื่อความหลังศักดิ์สิทธิ์ แต่เพื่อให้ผู้ป่วยเกิดการเรียนรู้ เกิดปัญญา เข้าใจชีวิตและธรรมชาติของชีวิตที่ปรากฏในขณะเจ็บป่วย ผู้ป่วยที่ฟังสัญญา 10 หรือ โพชฌงค์ 7 แล้วหายป่วยตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎกล้วนเป็นพระอรหันต์ การฟังสวดน่าจะเป็นการดั่งพลังแห่งการตรัสรู้มารักษาอาพาธ ศาสตร์ทาง จิตวิทยา เชื่อว่าผู้ไม่เครียด ผ่อนคลายร่างกายจะสร้างภูมิคุ้มกันสูงและส่งผลภูมิคุ้มกันต่อต้านโรคได้ในระดับสูงเป็นเหตุหนึ่งให้โรคทุเลาและหายได้ ผู้ป่วยที่ฟังธรรมทั่วไป จิตใจสงบสนใจไปตามธรรม แม้กายจะไม่หายป่วยแต่ก็เสียชีวิตอย่างมีสติสัมปชัญญะ (ศศิธร เมาภิรัตน์, 2548: 107)

นอกจากนี้แล้วจากงานศึกษาของ พระมหาปองปรีดา ปริบุญโญ พบว่า การป้องกันโรคตามหลักพระพุทธศาสนา คือ การปฏิบัติฝึกฝนตนเองตามหลักไตรสิกขา โดยหลักการดังต่อไปนี้

1. อธิศีลสิกขา คือ การฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นผู้มีศีลและวินัย มีความประพฤติ

ถูกต้องดีงาม เช่น อนามัยส่วนบุคคล การกินการดื่ม การออกกำลังกาย การพักผ่อน การสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม การป้องกันอันตรายจากภัย สัตว์ร้าย อนุมูล เป็นต้น การงดเว้นจากบาปอกุศลประกอบบุญกุศล การละเว้นมิฉ้อฉลประกอบสัมมาชีพ การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น การฝึกฝนอบรมตนเองตามวิธีการดังกล่าวมา จะส่งเสริมให้เกิดสุขภาพกาย อนามัยดี ปราศจากโรค และเป็นการกำจัดกิเลสอย่างหยาบทางกายและทางวาจาอีกด้วย

2. อธิจิตตสิกขา คือ การฝึกอบรมจิตให้เข้มแข็งมั่นคงมีสมาธิ มีความเพียรตั้งใจ เพื่อป้องกันมิให้อกุศลเกิดขึ้น เพื่อกำจัดอกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป เพื่อสร้างสรรค์ความดี และเพื่อรักษาความดีเอาไว้ให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้น รวมทั้งการฝึกจิตให้มีสติระลึกรู้เท่าทันอาการของกาย ความรู้สึก ความคิด และธรรมที่เป็นกุศลหรืออกุศล เมื่อจิตเป็นสมาธิมีสติตั้งมั่นอยู่กับสิ่งที่กำหนดอยู่ จิตย่อมสะอาดบริสุทธิ์ ผ่องใส นับว่าเป็นการป้องกันโรคและส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตได้ดี และเป็นการกำจัดกิเลสอย่างกลางคือนิรวณให้สงบระงับ

3. อธิปัญญาสิกขา คือ การฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นผู้มีปัญญา โดยการปรับความรู้ความเห็นให้ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม จนถึงการรู้แจ้งเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง อันจะทำให้จิตใจหลุดพ้นเป็นอิสระ ปราศจากกิเลสทั้งหลาย และโดยการปรับความเห็นความดำริให้ถูกต้อง จะนำไปสู่การไม่คิดหมกมุ่นยึดติดในกามหรือสิ่งที่น่าใคร่ การรู้จักปล่อยวางเสียสละ การไม่คิดพยาบาทเบียดเบียนผู้อื่น แต่ให้มีเมตตาจิตรักใคร่ปรองดอง คิดช่วยเหลือผู้อื่น การใช้ปัญญาที่ถูกต้องจึงเป็นเครื่องส่งเสริมสุขภาพได้เป็นอย่างดี ไม่ก่อให้เกิดโรคทางกายและโรคทางใจ ทำให้เกิดความสุขกายสุขใจ เมื่อประสบกับสิ่งที่ถูกใจหรือไม่เป็นที่ถูกใจ ก็สามารถใช้ปัญญาเป็นตัวควบคุมจิตใจ และจัดการกับเหตุการณ์นั้นๆ ได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ และยังเป็นการกำจัดกิเลสอย่างละเอียดคืออนุสัยให้ลดลงหรือหมดไปโดยสิ้นเชิงได้ (พระมหาปองปริดา ปริบุญโณ, 2545: 215-216)

สรุปผล

จากผลการศึกษาบทบาทวัดพระธาตุดอยสะเก็ดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน พบว่า วัดพระธาตุดอยสะเก็ดมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ เรียงตามลำดับ คือ สังคมจิต จิตวิญญาณ และกาย เนื่องจากพระสงฆ์ยังเป็นที่พึ่งที่ยึดเหนี่ยวทางใจของชาวบ้านในชุมชน บทบาทของพระสงฆ์ในการทำงานเพื่อสังคมจึงเป็นสิ่งที่ได้รับการคาดหวังมากที่สุด ดังเช่นงานศึกษาของ วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม (2523) พบว่า ชาวบ้านมีความเชื่อในการรักษาของหมอพระและยอมปฏิบัติตามคำแนะนำของหมอพระ โดยเฉพาะการ

ปฏิบัติจิตทางพระพุทธศาสนาและความเชื่อกรรม ทำให้หมอพระสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการบำบัดรักษาได้เป็นอย่างดี (วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม, 2523: 12) เช่นเดียวกับ งานศึกษาของ สิวลี ศิริโล (2521) พบว่า พุทธจริยศาสตร์สามารถนำมาเป็นประโยชน์ทางการแพทย์ ในการดูแลรักษาผู้ป่วยอย่างสอดคล้องกับความเชื่อและวัฒนธรรมของคนไทยได้อย่างเหมาะสม (สิวลี ศิริโล, 2521: 4) ทิวา ธรรมอำนวยโชค (2530) พบว่า พระภิกษุมีการดูแลรักษาโรคทั้งร่างกายและจิตใจ โดยนำแนวคิดและวิธีการดูแลรักษา ซึ่งทางการแพทย์สมัยใหม่ใช้ในการรักษาร่วมกับการใช้ยาสมุนไพร ประชาชนยังเห็นว่า พระภิกษุและสถาบันพุทธศาสนายังเป็นที่พึ่งที่สำคัญ ในเรื่องการรักษาทั้งทางร่างกายและจิตใจได้ (ทิวา ธรรมอำนวยโชค, 2530: 31) สมชาย สุรชาติรี พบว่า พระสงฆ์เองยังสามารถทำหน้าที่ได้ดี เช่น ขณะกำลังแสดงธรรม พระสงฆ์จะสอดแทรกความรู้ในการประกอบยาสมุนไพรในการรักษาโรค การแจกพันธุ์พืชสมุนไพรให้ชาวบ้านนำไปปลูก (สมชาย สุรชาติรี, 2545) พระมหาธานี นันทสา พบว่า พระสงฆ์ได้ให้การรักษาด้วยทั้งยาสมุนไพรและการใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาควบคู่กันไป (พระมหาธานี นันทสา, 2540) และพระมหาปองปรีดา บริบูรณ์ (2545) พบว่า ในอดีตบทบาทหนึ่งของพระสงฆ์ คือ การบำบัดโรคภัยไข้เจ็บของประชาชน วัดเป็นสถานพยาบาลที่รักษา ผู้เจ็บป่วยตามภูมิรู้ของคนสมัยนั้น และบทบาทนี้ได้มีต่อมาจนถึงปัจจุบัน โดยเฉพาะในท้องถิ่นชนบท แม้แต่ในเมืองหลวงเอง โรคบางชนิดที่แพทย์ไม่สามารถรักษาให้หาย แต่อาศัยพระสงฆ์รักษาด้วยยาสมุนไพรโบราณหายไ้ก็มีมาก บทบาทด้านอนามัยจึงถือว่าเป็นบทบาทที่สืบเนื่องกันมาแต่โบราณ ประชาชนไม่เคยตำหนิ แต่ให้ความเคารพนับถือและเป็นที่พึ่ง ทั้งสุขภาพทางร่างกายและจิตใจไปพร้อมกัน (พระมหาปองปรีดา บริบูรณ์, 2549: ก) เช่นเดียวกับงานศึกษาของ ศศิธร เขมาภิรัตน์ พบว่า ในการป้องกันโรค พระพุทธเจ้าทรงใช้หลักปฏิบัติในการดูแลสุขภาพทั้งทางกายและทางใจอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำ ส่วนในด้านการรักษาพระพุทธศาสนากล่าวถึงการรักษาโรคทางกาย 3 วิธี ได้แก่ การรักษาทางการแพทย์ การใช้ธรรมบำบัด การรักษาด้วยพุทธานุภาพ ส่วนการรักษาโรคทางใจ 3 วิธี ได้แก่ การพิจารณาหาเหตุผล คุณ โทษ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน และการคบกัลยาณมิตร (ศศิธร เขมาภิรัตน์, 2548: ก-ข) เนื่องจากในงานส่งเสริมสุขภาพนั้น พระสงฆ์สามารถสื่อสารได้ทุกกลุ่มเป้าหมาย เช่นในงานศึกษาของ พระธนวรรธน์ วรรณสิทธิ์ (2549) พบว่า พระสงฆ์สามารถสื่อสารกับทุกกลุ่มเป้าหมาย โดยใช้การทำงานทั้งเชิงรับและเชิงรุก เริ่มจากการช่วยเหลือผู้ปวดตื้อและขยายผลไปสู่กลุ่มต่างๆ ในชุมชน ทั้งกลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มเยาวชน ทั้งด้านการส่งเสริมและพัฒนาอาชีพ การสงเคราะห์จิตใจ การ

อบรมจริยธรรม อาศัยวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาเทศนาให้ชาวบ้านเกิดความเข้าใจและปรับเปลี่ยนทัศนคติต่อผู้ติดเชื้อในการอยู่ร่วมกัน โดยการทำให้ชาวบ้านดูเป็นแบบอย่างว่าพระสงฆ์สามารถอยู่ร่วมกับผู้ติดเชื้อได้อย่างไม่มีปัญหา ถ้ามีความเข้าใจถูกต้องพร้อมทั้งประสานงานกับหน่วยงานของรัฐและเอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในการเผยแพร่ความรู้ที่ถูกต้อง (พระธรรมาภรณ์ วรณสิทธิ์, 2549: ง-จ) จะเห็นได้ว่า นอกจากพระสงฆ์จะมีบทบาทหน้าที่ส่วนตนแล้ว ก็ยังมีบทบาทในการส่งเสริมสังคม คือการให้การช่วยเหลือด้านต่างๆ แก่คนในสังคมทั้งที่ตกทุกข์ได้ยากหรือประสบสุขสบายก็ตามโดยไม่เลือกชั้นวรรณะหรือแม้แต่ความแตกต่างทางศาสนา โดยมีเป้าหมายสูงสุดคือประโยชน์สุขของคนในสังคมอย่างแท้จริง ดังนั้น วัดและพระสงฆ์จึงเป็นศูนย์กลางของชุมชนในทุกๆ ด้าน

จากการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อบทบาทวัดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน เรียงตามลำดับคือ สถานที่และสภาพแวดล้อม งบประมาณ บุคลากร วัสดุอุปกรณ์ จะเห็นได้ว่า ปัจจัยสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน คือ กระบวนการที่บุคคล ครอบครัว และสังคมเข้ามามีส่วนร่วมในการเสริมสร้างสุขภาพที่ดี มีการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพอย่างสม่ำเสมอและถาวร โดยได้รับการสนับสนุนจากภาครัฐส่วนหนึ่ง ในการสนับสนุนเรื่องงบประมาณ บุคลากร และวัสดุอุปกรณ์ ซึ่งประชาชนยังคาดหวังให้วัดทำหน้าที่ในด้านสถานที่และสภาพแวดล้อม เนื่องจากวัดเป็นสถานที่สาธารณะของชุมชน ดังที่กฎบัตรออกตราว่าเสนอแนะว่า การดำเนินการเพื่อการส่งเสริม (Health Promotion Action) ให้ได้ผลควรดำเนินการในกิจกรรมที่สำคัญ 5 ประการ กิจกรรมหนึ่งที่สำคัญ คือ การสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ (Create Supportive Environment) และอีกประการหนึ่งคือ การเสริมสร้างกิจกรรมชุมชนให้เข้มแข็ง (Strengthen Community Action) (สุรเกียรติ์ อาชานานุภาพ, 2541: 11-15) สอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน ที่เสนอว่าหัวใจสำคัญของระบบสุขภาพภาคประชาชน คือ การจัดการเพื่อให้ประชาชนมีความสามารถในการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง เป็นระบบการรักษาสุขภาพที่ชุมชนต้องถื่นคิดและทำงานให้เกิดขึ้น มีกระบวนการดำเนินงานที่เน้นการมีส่วนร่วมของทุกฝ่าย มีนโยบาย เป้าหมาย ตัวชี้วัดและกลวิธีที่ประชาชนเป็นผู้กำหนดเองภายใต้ความต้องการของชุมชนอย่างแท้จริง ตามสภาพแวดล้อมที่เป็นบริบทเชื่อมโยงกับสภาพทางสังคม การเมือง วัฒนธรรมท้องถิ่น และครอบครัว โดยใช้ทุนทางสังคมของตนเอง มีรูปแบบการทำงานด้านสุขภาพแบบองค์รวม คือ ด้านกาย จิต สังคม จิตวิญญาณ ผสมผสานกับภูมิปัญญาท้องถิ่น และมีการกระตุ้นจากองค์กรภายนอกหรือภายในในการขับเคลื่อนกระบวนการ (สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุข

มูลฐาน, 2545: 13)

นอกจากนั้น จากการศึกษายังพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อบทบาทของวัดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน มีความสัมพันธ์กับบทบาทของวัดในการส่งเสริมสุขภาพชุมชน เรียงตามลำดับ คือ สุขภาพจิตวิญญาณ สุขภาพสังคม สุขภาพจิต และสุขภาพกาย โดยเฉพาะจิตวิญญาณของสื่อพื้นบ้านนั้นอาจจะมีที่มาจากหลายแหล่ง การใช้กิจกรรมด้านดนตรี ภาษา และประเพณีพิธีกรรม รวมไปถึงภูมิปัญญาท้องถิ่น สิ่งเหล่านี้สามารถนำมาใช้เป็นส่วนร่วมกับการรักษาสุขภาพชุมชนได้เช่นเดียวกัน โดยการสอดแทรกไว้ในประเพณีพิธีกรรมทางศาสนา เช่น การเทศนาธรรม การปฏิบัติธรรม เป็นต้น ซึ่งจะทำให้ชาวบ้านเกิดการเรียนรู้เรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพไว้ในวิถีชีวิตประจำวัน อันจะนำไปสู่การปลูกฝังจิตวิญญาณ เนื่องจากจิตวิญญาณ ก็คือความศรัทธา (Faith) ซึ่งเป็นความเชื่อที่มีอยู่ในแต่ละคน โดยเฉพาะอย่างยิ่งศรัทธาในศาสนาที่นับถืออยู่ เพราะจิตวิญญาณ ก็คือ สุขภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อทำความดี หรือจิตสัมผัสกับสิ่งที่มีคุณค่าอันสูงส่ง หรือสิ่งสูงสุด เช่น การเสียสละ การมีความเมตตา กรุณา การเข้าถึงพระรัตนตรัย หรือการเข้าถึงพระเจ้า ความสุขทางจิตวิญญาณเป็นความสุขที่ไม่ระคนกับความเห็นแก่ตัวแต่เป็นสุขภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อมนุษย์หลุดพ้นจากความมีตัวตน (Self Transcending) ซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพทางกาย ทางจิตและทางสังคมต่อไป

บรรณานุกรม

- จิราณัฐ วงศ์อุทัย. บทบาทพระสงฆ์ในการสงเคราะห์ชุมชน ปัญหาโรคเอดส์ กรณีศึกษา พระครูโสภณปริยัติสุธี วัดดอยสะเก็ดจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ทิวา ธรรมอำนวยโชค. (2530). พุทธศาสนาและการรักษาพยาบาล : วิเคราะห์บทบาทพระสงฆ์ในการรักษาพยาบาลชาวบ้านใน เขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดใกล้เคียง. วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พระมหาธานี นันทสาร. (2540). บทบาทของพระสงฆ์กับการรักษา กรณีศึกษา พระครูจันทคุณวัฒน์ วัดน้ำวน ตำบลบางเตือ อำเภอมือง จังหวัดปทุมธานี. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พระชนวรธน์ วรณสิทธิ์. (2549). บทบาทพระสงฆ์ในการดำเนินงานเรื่องเอดส์ในชุมชน. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พระปองปรีดา บริบูรณ์. (2545). การป้องกันและการรักษาโรคตามหลักพระพุทธศาสนา. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วไลพร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม. (2523). บทบาทพระสงฆ์ไทยที่เป็นหมอพระในด้านการบำบัดรักษาแก่ชุมชนรายงานการวิจัย. สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์. มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ศศิธร เขมาภิรัตน์. (2548). การศึกษาเปรียบเทียบพุทธวิธีในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมกับการแพทย์แผนไทย. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิต วิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. (2543). ความเชื่อและศาสนาในสังคมไทย. ในเอกสารประกอบการสอนชุด มนุษย์กับสังคม. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สีวลี ศิริโล. (2521). ศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยา และ เกณฑ์ตัดสินปัญหาจริยธรรมทางการแพทย์สมัยปัจจุบัน. รายงานการวิจัย. ภาควิชามนุษยศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุรเกียรติ์ อาชานานุภาพ. (2541). วิวัฒนาการส่งเสริมสุขภาพระดับนานาชาติ. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยระบบสุขภาพ.

สมชาย สุรชาติวี. (2545). **บทบาทของพระสงฆ์ไทยในการส่งเสริมการใช้สมุนไพรเพื่อการพึ่งตนเองของชาวชนบท** : ศึกษาเฉพาะกรณี จังหวัดอุบลราชธานี วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน. (2545). **ลัทธิ หน้าทีพลเมือง : ระบบสุขภาพภาคประชาชน**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เรดิเอชั่น จำกัด.