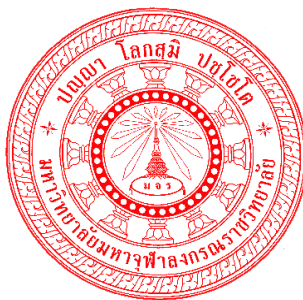




## รายงานการวิจัย

### เรื่อง

การสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุด  
Creating a learning center network The prototype herb  
in Buddhist care

โดย

ผศ.ดร.พิชิต ปุริมาตร

พระครูปลัดนิเวศ จงแจ้งกลาง

ดร.ไพวรรณ ปุริมาตร

ดร.เบญญาภา อัจฉฤกษ์

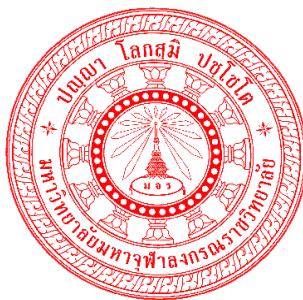
นายชุตินันท์ วงษ์อมรวิทย์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

พ.ศ. ๒๕๖๑

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 610761349



## รายงานการวิจัย

เรื่อง

การสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุด  
Creating a learning center network The prototype herb  
in Buddhist care

โดย

ผศ.ดร.พิชิต ปุริมาตร

พระครูปลัดนิเวศ จงแจ้งกลาง

ดร.ไพวรรณ ปุริมาตร

ดร.เบญญาภา อัจฉฤกษ์

นายชุตินันท์ วงษ์อมรวิทย์

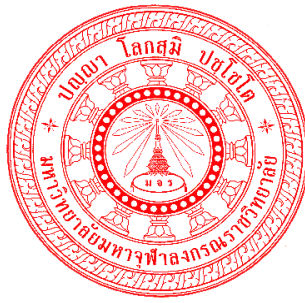
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

พ.ศ. ๒๕๖๑

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 610761349

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



## Research Report

Creating a learning center network The prototype herb  
in Buddhist care

BY

Assist. Prof. Dr.Pichitpuri Purimart  
Phrakhrupalad Niwet Jongjaengklang

Dr.Paiwan Purimart

Dr.Benyapa Atcharoek

Mr.Chotipon Wongamonwit

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Nakhon Ratchasima Campus

B.E. 2561

Research Project Funded by Mahachulalongkornrajavidyalaya University

MCU RS 610761349

(Copyright Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อรายงานการวิจัย: การสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพ  
เชิงพุทธ  
ผู้วิจัย: ดร.พิชิต ปุริมาตร และคณะ  
ส่วนงาน: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตราชสีมา  
ปีงบประมาณ: ๒๕๖๑

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) ศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา ๒) พัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา ๓) สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการสัมภาษณ์เชิงลึก ได้แก่ เจ้าอาวาส คณะสงฆ์ พระเถระผู้ใหญ่ ตัวแทนวัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จำนวน ๓๐ รูป/คน เป็นการวิจัยแบบผสานวิธีทั้งวิจัยในเชิงเอกสาร และการวิจัยเชิงคุณภาพ

ผลการศึกษาพบว่า

๑. องค์ความรู้สมุนไพรของวัดและชุมชนในการดูแลสุขภาพของวัดและชุมชนในจังหวัดนครราชสีมา วัดมีความสำคัญต่อการพัฒนาด้านสาธารณสุขของชุมชนโดยวัดเป็นศูนย์กลางของชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมให้กับประชาชนและชุมชน สำหรับวัดไตรมิตรวิทยารามมีองค์ความรู้ทางด้านสมุนไพรโดยเกิดจาก องค์ความรู้จากภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพร การใช้สมุนไพรเป็นอาหาร กับใช้เป็นยารักษาโรค รูปแบบการสืบทอดองค์ความรู้ เป็นการถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น การนำไปปฏิบัติหลังได้รับการถ่ายทอด โดยการใช้ภูมิปัญญาสมุนไพรดูแลสุขภาพตนเอง บุคคลใกล้ชิด และคนอื่น ๆ การถ่ายทอดให้บุคคลใกล้ชิด กล่าวคือ ได้นำความรู้ที่ได้จากการถ่ายทอดมาแนะนำบุคคลใกล้ชิดให้รู้จักยาสมุนไพร และใช้ยาสมุนไพรอย่างถูกวิธี และการกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของสมุนไพรและการอนุรักษ์สมุนไพร

๒. การพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา กำหนดออกเป็น ๓ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ ปรับพื้นที่ให้เหมาะสมต่อการพัฒนาโดยนำขยะพลาสติกออกจากพื้นที่ พัฒนาพื้นที่ทำความสะอาดและกำหนดพื้นที่สำหรับจัดทำเป็นศูนย์เรียนรู้ด้านสมุนไพร พร้อมกับปรับพื้นที่ให้สะอาด ระยะที่ ๒ จัดทำแผนสร้างความร่วมมือระหว่างคณะสงฆ์ในพื้นที่ มจร วิทยาเขตนครราชสีมาและประชาชน ระยะที่ ๓ พัฒนาผลิตภัณฑ์และสมุนไพรในพื้นที่ให้เป็นแหล่งเรียนรู้ ซึ่งตามแผนปฏิบัติการดังกล่าวส่งผลให้เกิดศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม

๓. สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา เครือข่ายการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายในวัดไตรมิตรวิทยาราม เกิดจากการดำเนินกิจกรรมและการขยายเครือข่ายการเรียนรู้ทางสังคมที่มาจากการเรียนรู้ภายในที่มีความมุ่งมั่นในการที่จะพัฒนาบุคคล กิจกรรมเชื่อมโยงสมุนไพร การเชื่อมโยงกับเครือข่ายอื่นๆ เช่น เครือข่ายวัดสมุนไพร และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง การประชาชนเข้ามาใช้พื้นที่ในการถ่ายทอดองค์ความรู้ การจัดตั้งเป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพร

ต้นแบบในการดูแลสุขภาวะเชิงพุทธให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมตามความเหมาะสม และการพัฒนาระบบศูนย์ข้อมูลหรือ เครือข่ายการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมเชิงพุทธ รวมทั้งการประสานเพื่อให้เกิดความยั่งยืนของบุคคลและสังคม กระบวนการเสริมสร้างเครือข่ายเรียนรู้ดังกล่าว เป็นไปตามหลักการของการเรียนรู้ และการจัดการความรู้



**Research Title:** Creating a learning center network The prototype herb in Buddhist care  
**Researchers:** Dr. Pichit purimart et al.  
**Department:** Mahachulalongkornrajavidyalaya University  
**Fiscal year:** 2560/2018

## ABSTRACT

This research consisted of objectives: i) to study the knowledge of herbs in Buddhist health care Nakhon Ratchasima province ; ii) Develop a prototype herbal product network for Buddhist health care in Nakhon Ratchasima province ; and iii). to Establish a network of herbal temples to treat Buddhist health in Nakhon Ratchasima province. The essentials include in-depth interviews pastor clergy Thera adults. Agents and agencies measure the number 30 / person research combines research and research-oriented document. And Qualitative Research

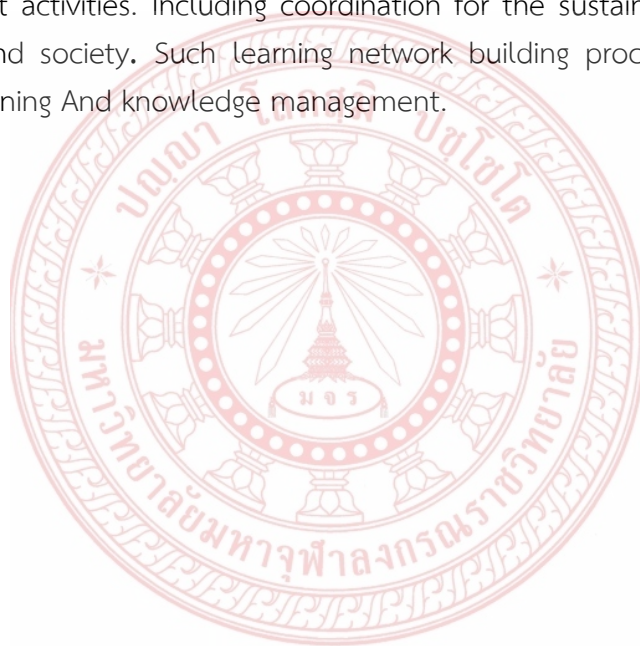
The research findings were found as follows:

1. Knowledge of herb gardens of temples and communities in health care of temples and communities in Nakhon Ratchasima. The temple is important for the public health development of the community by the temple as the center of the community. In promoting health and developing environmental health for people and communities. For Traimit Wittayaram Temple, there is a knowledge of herbs. Caused by knowledge from the wisdom of using herbs. The use of herbs as food and as a medicine. The pattern of succession of knowledge is the transfer of local wisdom. Implementation after being transferred By using herbal wisdom to take care of their own health, close individuals and others. Transferring to close people, bringing the knowledge gained from the transfer to introduce close people to know herbal medicines. And using herbal medicine correctly And encouraging the importance of herbs and herbal conservation.

2. Development of a prototype herbal product network activity in the care of Buddhist health in Nakhon Ratchasima Province is defined as 3 phases as follows: Phase 1 Adjust the floor to be suitable for development by removing plastic waste from the area. Develop a cleaning area and set up a space for creating a herbal learning center. And adjust the area to be clean. Phase 2: Create a plan to create cooperation between the Sangha in the Mahachon Campus, Nakhon Ratchasima Campus and the people. Which according to the said action plan,

resulting in the prototype herbal learning center to take care of Buddhist health at Traimit Wittayaram Temple.

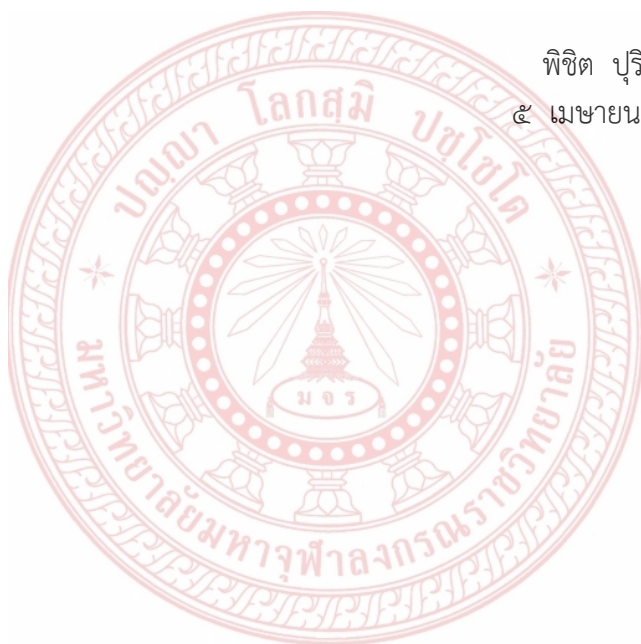
3. Establish a network of herbal temples to treat Buddhist health in Nakhon Ratchasima province. Learning network that occurs in Trimitvittayaram Temple. Caused by the activity and expansion of the social learning network that comes from internal learning that is committed to developing individuals. Herbal linking activities Linking with other networks such as herbal temple network and related agencies. Public access to use the area to transfer knowledge. Establishing a prototype herbal learning center for Buddhist health care for the community to participate as appropriate and data center system development or Learning network through Buddhist activities. Including coordination for the sustainable development of individuals and society. Such learning network building process Adhere to the principles of learning And knowledge management.



## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลงได้ ด้วยความอนุเคราะห์จากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยขอ  
พระคุณสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ที่ได้อนุมัติทุนอุดหนุนการวิจัย และคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ ทุก  
ท่านที่ได้ให้ข้อเสนอแนะ และแนวทางแก้ไขให้งานวิจัยฉบับนี้ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างยิ่งทำให้งานวิจัยนี้  
มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ร่วมวิจัยทุกท่านที่เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดทำวิจัยในครั้งนี้  
ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าผลการวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์แก่งานด้านสมุนไพรรักษาโรคและผู้สนใจทั่วไป ตลอดจน  
จะเป็นประโยชน์ในการสร้างองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธต่อไป



พิชิต ปุริมาตร

๕ เมษายน ๒๕๖๒

## สารบัญ

|                                                           |           |
|-----------------------------------------------------------|-----------|
| บทคัดย่อภาษาไทย.....                                      | ก         |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....                                   | ค         |
| กิตติกรรมประกาศ.....                                      | จ         |
| สารบัญ.....                                               | ฉ         |
| สารบัญตาราง.....                                          | ณ         |
| สารบัญภาพประกอบ.....                                      | ญ         |
| <b>บทที่ ๑ บทนำ.....</b>                                  | <b>๑</b>  |
| ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....                   | ๑         |
| ๑.๒ วัตถุประสงค์การวิจัย.....                             | ๔         |
| ๑.๓ ปัญหาการวิจัย.....                                    | ๔         |
| ๑.๔ ขอบเขตการวิจัยและกรอบแนวคิด.....                      | ๔         |
| ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย.....                  | ๖         |
| ๑.๗ ประโยชน์ที่จะได้รับจากงานวิจัย.....                   | ๖         |
| <b>บทที่ ๒ แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....</b> | <b>๗</b>  |
| ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างเครือข่าย.....                 | ๗         |
| ๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับสมุนไพรร.....                          | ๑๖        |
| ๒.๓ สมุนไพรตามแนวทางพุทธศาสนา.....                        | ๑๙        |
| ๒.๔ การใช้สมุนไพรตามพุทธาณุญาตและสรรพคุณ.....             | ๒๑        |
| ๒.๕ แนวคิดสุขภาวะองค์กร.....                              | ๔๐        |
| ๒.๖ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....                            | ๔๙        |
| <b>บทที่ ๓ วิธีการดำเนินการวิจัย.....</b>                 | <b>๕๒</b> |
| ๓.๑ รูปแบบการวิจัย.....                                   | ๕๒        |
| ๓.๒ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant).....                | ๕๓        |
| ๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....                       | ๕๔        |
| ๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล.....                              | ๕๕        |
| ๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล.....                               | ๕๗        |
| ๓.๖ การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย .....                        | ๕๗        |

|                                                                                                                         |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| บทที่ ๔ ผลการวิจัย.....                                                                                                 | ๕๘  |
| ๔.๑ ศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัด<br>นครราชสีมา.....                                          | ๕๘  |
| ๔.๒ พัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพ<br>เชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา.....                      | ๘๐  |
| ๔.๓ สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัด<br>นครราชสีมา.....                                        | ๙๙  |
|                                                                                                                         | ๑๐๘ |
| บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....                                                                     |     |
| ๕.๑ สรุปผลการวิจัย.....                                                                                                 | ๑๐๘ |
| ๕.๒ ข้อเสนอแนะ.....                                                                                                     | ๑๑๑ |
| บรรณานุกรม.....                                                                                                         | ๑๑๓ |
| ภาคผนวก.....                                                                                                            |     |
| ภาคผนวก ก บทความวิจัย.....                                                                                              |     |
| ภาคผนวก ข กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์..                                                  |     |
| ภาคผนวก ค ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้ และ<br>กิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับของโครงการ..... |     |
| ภาคผนวก ง แบบสอบถามและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....                                                                   |     |
| ภาคผนวก จ รูปภาพกิจกรรมที่ดำเนินการวิจัย.....                                                                           |     |
| ประวัติคณะผู้วิจัย.....                                                                                                 |     |

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยเป็นแหล่งที่อุดมสมบูรณ์ด้วยความหลากหลายทางชีวภาพแห่งหนึ่งของโลกมีทรัพยากรที่ทรงคุณค่ามีประโยชน์ทั้งด้านการแพทย์ การเกษตร เศรษฐกิจ และสังคมรวมทั้งกระแสของสมุนไพรและการแพทย์แผนไทยเริ่มต้นตัวเมื่อประมาณ พ.ศ. ๒๕๔๐ ในช่วงเวลานั้นประเทศไทยประสบกับภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ เป็นผลให้ราคายาแผนปัจจุบันสูงขึ้น ประกอบกับมีผลข้างเคียงต่อสุขภาพ จึงทำให้การดูแลสุขภาพแบบพึ่งพาตนเองได้รับความสนใจมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคสมุนไพรเป็นพืชที่คนไทยรู้จักนำมาใช้ประโยชน์ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ทั้งในด้านการนำมาปรุงเป็นยารักษาโรค นำมาปรุงเป็นอาหารบำรุงร่างกาย อาทิ อาหารของคุณแม่ เช่น แกงเลียง แกงหัวปลี อาหารรักษาไข้หวัดม เช่น แกง ส้มดอกแค หรือน้ำพริกผักจิ้มตามฤดูกาลต่างๆ เพื่อปรับธาตุภายในให้สมดุลกับธาตุภายนอก ฯลฯ สมุนไพรจึงเป็นฐานสำคัญของชีวิตเปรียบเสมือนโรงงานผลิตสารเคมีที่ยิ่งใหญ่ ความรู้จากพืชมีใช้ความรู้เชิงประจักษ์จะเรียนรู้ได้จบสิ้น การสูญเสียพันธุ์พืชที่มีอยู่ในธรรมชาติจึงเท่ากับเป็นการสูญเสียพันธุ์พืชที่มีอยู่ในธรรมชาติจึงเท่ากับเป็นการสูญเสียขีดความสามารถในการพัฒนาอาหารและยาในอนาคตของ คนไทยยิ่งยุคสมัยปัจจุบันซึ่งโลกตะวันตกเริ่มหันมาหารักษาสุขภาพแบบตะวันออก นั้นคือ ยาสมุนไพร และวิถีการธรรมชาติบำบัด ตลอดจนผลิตภัณฑ์ชีวภาพอื่นๆ จากธรรมชาติ ที่ไม่ทำลายสภาพแวดล้อม สมุนไพรและภูมิปัญญาไทยในการดูแลสุขภาพจึงกลับกลายเป็นทรัพยากรที่สำคัญยิ่งในโลกแห่งการค้าและอุตสาหกรรม ภูมิปัญญาไทยในการดูแลสุขภาพนับเป็นศาสตร์และศิลปะแห่ง การใช้พลังธรรมชาติและอยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างเกื้อกูล ไม่ว่าจะเป็นการเก็บสมุนไพรซึ่งมากด้วยพิธีการ แฝงด้วยการอนุรักษ์ การจัดการทรัพยากรธรรมชาติ สัมพันธ์กับสถานที่ เวลา ผู้เก็บ และสรรพคุณอ่อนแก่ของพืชสมุนไพร ซึ่งอาจจะถูกแยกแยะไปตามส่วนต่างๆ ของพืช เช่น ต้น แก่น เปลือก กระพี้ ใบ ผล ดอก และอาจเกิดสรรพคุณใหม่ๆ ในการรักษา โรคมากมาย จากการรวมเป็นตำรายาสมุนไพร บางชนิดช่วย เสริมฤทธิ์ซึ่งกันและกัน บางชนิดป้องกันอาการข้างเคียงของ พืชอีกชนิดหนึ่ง แต่เมื่อนักวิทยาศาสตร์พยายามสกัด สารสำคัญของสมุนไพร แต่ละชนิดออกมาบางครั้งไม่เพียงแต่มีสรรพคุณไม่ดีเท่าการใช้ตามแบบพื้นบ้านแต่อาจเป็นพิษก่อ โทษแก่ร่างกาย ด้วยศาสตร์และศิลปะในการใช้สมุนไพรของ หมอพื้นบ้าน<sup>1</sup>

การแพทย์พื้นบ้านหรือแพทย์แผนไทยเป็นภูมิปัญญาที่ใช้ดูแลสุขภาพและรักษาโรคภัยของคนไทยมาช้านาน ซึ่งมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาจากรุ่นสู่รุ่น ผสมผสานกับวัฒนธรรมในท้องถิ่น การแพทย์แผนไทยประกอบด้วยองค์ความรู้ และภูมิปัญญาหลายด้านทั้งการนวด อบ ประคบ ซึ่งภูมิ

---

<sup>1</sup>เพ็ญภา ทรัพย์เจริญ, รายงานการประชุมเรื่องการวิจัยเพื่อพัฒนาการแพทย์แผนไทย, (กรุงเทพมหานคร : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, ๒๕๓๘), หน้า ๔.

ปัญหาการใช้สมุนไพรเพื่อการรักษาโรคก็เป็นองค์ความรู้ที่ได้รับการสืบทอดมาจนปัจจุบัน ซึ่งแต่ละภูมิภาคก็มีลักษณะทางภูมิประเทศที่แตกต่างกันพืชสมุนไพรจึงมีความแตกต่างหลากหลายกันตามพื้นที่ ดังนั้นพืชสมุนไพรไทยมีบทบาทสำคัญอย่างหนึ่งในการรักษาโรคมานับแต่ครั้งโบราณ การใช้สมุนไพรจึงมีวิวัฒนาการและการพัฒนาองค์ความรู้มาอย่างต่อเนื่อง ด้วยเหตุนี้ที่สมุนไพรไทยจึงไม่ได้ใช้เพียงเพื่อรักษาความเจ็บป่วยเท่านั้นแต่มีคุณค่าต่อสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ<sup>2</sup> แม้ว่าประเทศไทยได้มีการนำสมุนไพรมาใช้ในการบำบัดรักษาความเจ็บป่วยมาเป็นเวลานาน แต่เมื่อมีการนำการแพทย์แบบตะวันตกเข้ามาใช้เมื่อร้อยปีที่ผ่านแล้ว ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรของไทยก็ได้ถูกละเลยและถูกลบทิ้งโดยการรักษาแบบแพทย์แผนใหม่ จนทำให้การใช้ยาสมุนไพรไม่เป็นนิยม ซึ่งทำให้ความรู้ในเรื่องพืชสมุนไพรไทยไม่ได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องและการสืบทอดต่อไป

ปัจจุบันมีผู้ให้ความสนใจและใช้ยาสมุนไพรมากขึ้น โดยกระทรวงสาธารณสุข มีนโยบายส่งเสริมการใช้ประโยชน์จากสมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน<sup>3</sup> ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย ให้มีการคุ้มครองภูมิปัญญาด้านการใช้สมุนไพรที่ระบุไว้ในพระราชบัญญัติคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย ปี พ.ศ. ๒๕๔๒ มหาวิทยาลัยและสถาบันต่างๆได้ทำการวิจัยพืชสมุนไพรอย่างต่อเนื่อง และประชาชนทั่วไปก็ได้หันมาให้ความสำคัญกับการใช้ยาสมุนไพร<sup>4</sup> และมีการปลูกพืชสมุนไพรกันอย่างแพร่หลาย เนื่องจากยาสมุนไพรเป็นทรัพยากรที่หาได้ในท้องถิ่น ปลอดภัยกว่าการใช้ยาแผนปัจจุบันสามารถส่งเสริมให้ผลิตเป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือน และธุรกิจชุมชนได้<sup>5</sup> อันจะทำให้เกิดการพึ่งตนเองด้านสุขภาพอนามัยของคนในชาติลดการนำเข้าผลิตภัณฑ์ยาจากต่างประเทศ และการปลูกพืชสมุนไพรยังมีส่วนช่วยให้สิ่งแวดล้อมของชุมชนดีขึ้นอีกด้วย<sup>6</sup> แต่อย่างไรก็ตาม การใช้ประโยชน์ของสมุนไพรในประเทศไทยแม้มีการใช้มาอย่างยาวนาน แต่ก็ยังไม่เป็นที่กว้างขวางและแพร่หลายในหมู่ประชาชน โดยเฉพาะการแพทย์พื้นบ้านและภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรที่มีอยู่มากมายหลายอย่างอีกทั้งเป็นพื้นที่ที่อุดมสมบูรณ์และหลากหลายในแง่พืชพันธุ์สมุนไพร แต่ก็อยู่ในลักษณะที่กระจุกกระจิกไม่เป็นจัดเก็บและบันทึกไว้อย่างเป็นรูปแบบ รวมทั้งไม่มีการถ่ายทอดองค์ความรู้แก่รุ่นต่อมา จึงมีแต่จะเลือนหายไปทีละเล็กละน้อยจนมีโอกาสที่จะสูญหายและสาบสูญไปในที่สุด แหล่งเรียนรู้ที่อยู่ในสวนสมุนไพรเป็นการนำร่องการส่งเสริมภูมิปัญญาชาวบ้าน

<sup>2</sup> สมภพ ประธานธรรมาภิบาล พร้อมจิต ศรลัมพ์ นพมาศ สุนทรเจริญนนท์ และธีรเดช อุทัยวิทยารัตน์, ศึกษาทบทวนการพัฒนามาตรการด้านวิจัยและการจัดการความรู้เพื่ออนุรักษ์ พัฒนาและคุ้มครองภูมิปัญญาไทย สุขภาพวิถีไทย, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, ๒๕๔๘), หน้า ๕๖

<sup>3</sup> ประกาศกระทรวงสาธารณสุข, เรื่องแผนจัดการเพื่อคุ้มครองสมุนไพรในพื้นที่เขตอนุรักษ์ภูผากูด จังหวัดมุกดาหารตามพระราชบัญญัติคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย พระราชบัญญัติคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาแพทย์แผนไทย ๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร : กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๔๒), หน้า ๒๓.

<sup>4</sup> โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ มาลี สิทธิเกรียงไกร ราตรี ปิ่นแก้ว วรัญญา เพ็ชรคง และชาติชาย มุกแสง, ชาติพันธุ์กับการแพทย์, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทเคสดีไทยจำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๕๖.

<sup>5</sup> สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, แหล่งเรียนรู้ของชุมชนดีเด่น, (กรุงเทพมหานคร : ดีการพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๕.

<sup>6</sup> เกศริน มณีขุน, พฤษศาสตร์พื้นบ้านของชนเผ่าชาวกูในจังหวัดตรัง พัทลุง และยะลา, (ภาควิชาพฤกษศาสตร์คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๔๔), หน้า ๕๖-๕๗.

เช่น การแพทย์แผนไทยหรือการแพทย์ทางเลือก เพื่อให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นหรือองค์ความรู้อยู่คู่ชุมชน แบบยั่งยืนไม่สูญสลายไป กลุ่มพืชสมุนไพรก็จะได้เรียนรู้ต้นตัวและยกระดับขึ้นเพื่อให้คนเห็น ความสำคัญ เรื่องการบริโภค การป้องกัน การรักษา การบำบัด กับผู้ป่วย กับผู้สูงอายุ และ กับ เยาวชนที่มีวามสุขอยู่กับสารเสพติด โดยใช้พืชสมุนไพรในชุมชน เป็นทางเลือก เป็นตัวนำร่อง ในการ นำมาใช้ และนำมาบำบัดอีกทางหนึ่ง ขณะเดียวกันคนในกลุ่มก็เกิดความรู้ เกิดจิตสาธารณะขึ้น เพื่อ ได้เข้ามาเป็นแนวร่วม มาอมรมบ่มเพาะ จากปราชญ์ผู้รู้ จากแพทย์แผนไทยหรือแพทย์ทางเลือกให้มี จุดเริ่มต้นในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงในการเปลี่ยนความคิดเดิม ๆ และเติมความคิดใหม่ ๆ เข้าไปให้ รู้จักคิดให้รู้จักถ่ายทอดบอกต่อจากคนส่วนน้อยไปสู่กลุ่มคนส่วนมากให้รู้สึกซึ่งให้คิดเป็นทำเป็น เกิด ชุมชนเข้มแข็ง เกิดแกนนำชุมชนได้พัฒนากลุ่มพัฒนาคนเป็นโครงการนำร่องเพื่อให้ชุมชนเข้ามามีส่วน ร่วม หลักสำคัญอีกประการหนึ่งคือการสร้างองค์ความรู้ เพื่อเป็นพื้นฐานที่จะนำไปสู่การสร้างชุมชนที่ น่ายุ โดยเริ่มจากคนในกลุ่มพืชสมุนไพร มาเชื่อมโยงไปสู่ เยาวชนหรือบุคคลทั่วไป ได้เกิดการเรียนรู้ ได้เห็นถึงความสำคัญ ได้เห็นถึงประโยชน์ของพืชสมุนไพร ที่มีอยู่แล้วซึ่งบางชนิดอยู่ในสวนสมุนไพร และอีกหลาย ๆ ชนิดที่มีอยู่ในป่าต้นน้ำคลองหัวช้างเขตพื้นที่ของชุมชนและชุมชนใกล้เคียง เมื่อกลุ่ม ต่าง ๆ ในชุมชนหรือชุมชนใกล้เคียงเกิดการเรียนรู้ เกิดจิตสำนึก กับคนในชุมชน ได้มองเห็นคุณค่า ของพืชสมุนไพร

จากข้อมูลบริบทพื้นที่ข้างต้นวัดไตรมิตรวิทยาราม เขามณี ตั้งอยู่ในเขตพื้นที่รอบเขา ใหญ่ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีศักยภาพสูง มีทรัพยากรธรรมชาติที่เอื้อต่อการอนุรักษ์และส่งเสริมการเรียนรู้ สมุนไพร พื้นบ้านที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ เชื่อมโยงกับการ พัฒนาจังหวัดนครราชสีมาในมิติต่างๆ โดยร่วมมือกับเครือข่ายให้เกิดการพัฒนาความรู้และนำความรู้ ไปปรับใช้กับการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ประชาชนให้ลดจำนวนการป่วยด้วยโรคเบาหวาน โรคความดัน โลหิตสูง โรคอื่น ๆ ที่สามารถนำสมุนไพรและวิธีการในพระไตรปิฎกไปปรับใช้ ช่วยลดภาระการหา ค่าใช้จ่ายของผู้ป่วยจากการรักษาวิธีการแพทย์แผนปัจจุบัน และเป็นทางเลือกเหมาะสมสำหรับส่งเสริม ให้ประชาชนได้พึ่งพาตนเองภายใต้การดูแลสุขภาพวิถีพุทธ รวมทั้งยังสนับสนุนให้วัดได้จัดทำ ฐานข้อมูลเชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบรองรับการจัดทำข้อมูล Big Data ทั้งนี้เพราะหน่วยงานภาครัฐ สถิติจังหวัดนครราชสีมา ยังขาดการรวบรวมข้อมูลสมุนไพรที่อยู่ภายในวัด ทั้งนี้ การรวบรวมและ จัดทำฐานข้อมูลเส้นทางการพัฒนาสมุนไพรของวัดที่เป็นเครือข่ายศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรวัดไตรมิตร วิทยาราม ช่วยส่งเสริมให้ประชาชนภาครัฐและภาคเอกชนนำองค์ความรู้ ฐานข้อมูลไปพัฒนาสนอง ต่อความต้องการพัฒนาจังหวัดนครราชสีมาในอนาคตได้

จากความสำคัญและความต้องการดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ พัฒนาองค์ความรู้ กิจกรรมและการเสริมสร้าง เครือข่ายต้นแบบด้านสมุนไพรบนวิถีพุทธเพื่อให้เกิดการศึกษาการดำเนินงานพัฒนาต้นแบบด้าน สมุนไพรบนวิถีพุทธอย่างเป็นระบบและนำไปใช้ประโยชน์ในการสร้างเครือข่าย การจัดทำฐานข้อมูล มีการแปรรูปผลิตภัณฑ์ให้ได้มาตรฐาน การอนุรักษ์สมุนไพร ที่ต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของวัด ชุมชน หน่วยงานภาครัฐและเอกชนเข้ามาร่วมส่งเสริมอย่างเป็นระบบบนพื้นฐานของงานวิจัย และ ประยุกต์ใช้งานวิจัยในมิติการดูแลสุขภาพวิถีพุทธของชุมชน การสร้างอาชีพและความมั่นคงทาง อาหารสุขภาพ การท่องเที่ยวชุมชนเชิงสุขภาพ ต่อไป

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมา
- ๑.๒.๒ เพื่อพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมา
- ๑.๒.๓ เพื่อสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมา

## ๑.๓ ปัญหาการวิจัย

- ๑.๓.๑ องค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมาเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ กิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมามีอะไรบ้าง
- ๑.๓.๓ เครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมาเป็นอย่างไร

## ๑.๔ ขอบเขตการวิจัยและกรอบแนวคิด

### ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านเนื้อหาโดยการทบทวนเอกสาร ตำรา ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยศึกษาเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ

๑. ศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในวัดและชุมชนในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดของวัดโดยเริ่มตั้งแต่องค์ความรู้ การจัดเก็บความรู้ การเผยแพร่องค์ความรู้
๒. กิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรในการดูแลสุขภาพในวัดและชุมชนโดยเริ่มจากกิจกรรมถ่ายทอดความรู้ อธิบายถึงคุณค่าของพืชสมุนไพร เป็นการสร้างความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับพืชสมุนไพร จัดทำแปลงเพื่อรวบรวมพันธุ์ เพื่อจัดเป็นแหล่งเรียนรู้ของชุมชน และถ่ายทอดความรู้โดยหมอพื้นบ้านอธิบายถึงความสำคัญของพืชสมุนไพรได้และประโยชน์ที่ได้รับจากพืชสมุนไพร
๓. สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรในจังหวัดนครราชสีมาโดยการประสานความร่วมมือระหว่าง วัด ชุมชน และผู้มีส่วนได้เสีย

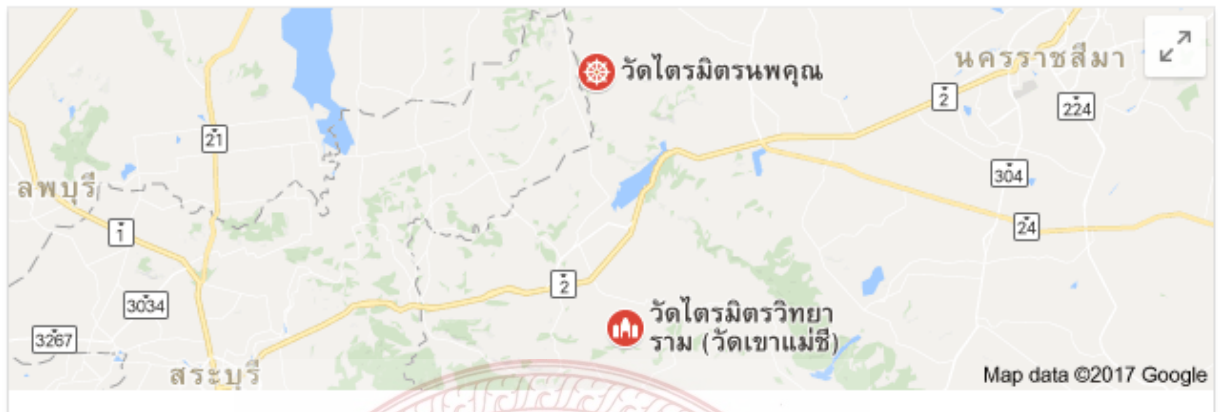
### ๑.๔.๒ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการสัมภาษณ์เชิงลึก ได้แก่ เจ้าอาวาส คณะสงฆ์ พระเถระผู้ใหญ่ ตัวแทนวัดและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จำนวน ๓๐ รูป/คน ดังนี้

๑. พระสงฆ์ที่เกี่ยวข้องกับวัดสมุนไพร จำนวน ๑๐ รูป
๒. ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สมุนไพร จำนวน ๕ คน
๓. สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน ๑๐ คน
๔. เจ้าหน้าที่รัฐที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ผลิตภัณฑ์อบสมุนไพรและมีส่วนได้เสียเชื่อมโยง จำนวน ๕ คน

### ๑.๔.๓ ขอบเขตด้านพื้นที่

แผนที่แสดงพื้นที่เป้าหมาย

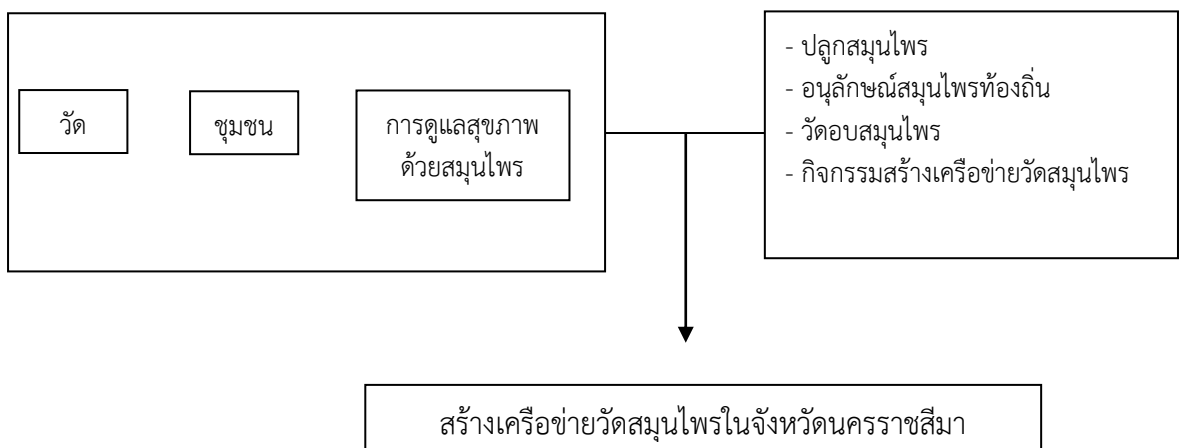


วัดไตรมิตรวิทยาราม  
(วัดเขาแม่ชี) อ.ปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

### ๑.๔.๕ กรอบแนวคิด

กรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยเรื่องนี้ มีกรอบแนวคิดที่สำคัญในลักษณะของ กระบวนการและวิธีการศึกษาวิจัย รวมทั้งผลลัพธ์จากการศึกษา ดังนี้

กิจกรรมรวบรวมความรู้เกี่ยวกับสมุนไพร การพัฒนากิจกรรมดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพร



แผนภาพที่ ๑.๑ กรอบแนวคิดของโครงการวิจัย

## ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

**องค์ความรู้** หมายถึง องค์ความรู้ การจัดเก็บความรู้ การเผยแพร่องค์ความรู้ที่เกิดจากการสังสมประสบการณ์ การปฏิบัติติดต่อกันมา และสืบทอดกันมานาน มีพื้นฐานความเชื่อ

**สมุนไพร** หมายถึง ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ ได้จากพืช สัตว์แร่ธาตุที่ใช้เป็นยาหรือผสมกับสารอื่นตามตำรายา เพื่อบำบัดโรค บำรุงร่างกายหรือใช้เป็นยาพิษ

**สุขภาวะเชิงพุทธ** หมายถึง สุขภาพรวมกับสุขภาวะที่มีการเชื่อมรวมกันของร่างกายและจิตใจ ที่เกื้อหนุนและเชื่อมโยงกันทั้งการมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง จิตใจที่เป็นสุข อยู่ร่วมกันด้วยดี

**เครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบ** หมายถึง การเชื่อมโยงของกลุ่มผู้ปลูกสมุนไพรที่จะแลกเปลี่ยนข่าวสารร่วมกัน หรือทำกิจกรรมร่วมกัน โดยมีการจัดระเบียบโครงสร้างของคนในเครือข่ายด้วยความเป็นอิสระ เท่าเทียมกันภายใต้พื้นฐานของความเคารพสิทธิ เชื่อถือ เอื้ออาทร ซึ่งกันและกัน

**กิจกรรมการสร้างเครือข่าย** หมายถึง การดำเนินกิจกรรมเครือข่ายสมุนไพรที่เป็นกระบวนการตั้งแต่การทำกิจกรรมร่วมกัน มีปฏิสัมพันธ์อันดีต่อกัน การสร้างความไว้วางใจในการทำงานร่วมกัน แสวงหาแกนนำที่ดีตลอดจนสร้างแนว ร่วมสมาชิกเครือข่าย หรือขยายเครือข่ายให้แพร่หลายกว้างขวางมากขึ้น

## ๑.๖ ประโยชน์ที่จะได้รับจากงานวิจัย

๑.๖.๑ ได้องค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา

๑.๖.๒ ก่อให้เกิดการพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา

๑.๖.๓ ได้เครือข่ายวัดสมุนไพรในจังหวัดนครราชสีมา

๑.๖.๔ ก่อให้เกิดการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธและนำไปใช้ในพื้นที่อื่น ๆ ต่อไป

## บทที่ ๒

### แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเรื่อง การสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งประกอบด้วย

- ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างเครือข่าย
- ๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับเกี่ยวกับสมุนไพร
- ๒.๓ สมุนไพรตามแนวทางพุทธศาสนา
- ๒.๔ การใช้สมุนไพรตามพหุฐานุญาติและสรรพคุณ
- ๒.๕ แนวคิดสุขภาพองค์รวม
- ๒.๖ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างเครือข่าย

คำว่า “เครือข่าย” มีความหมายแตกต่างกันไปตามมุมมองของแต่ละบุคคล แต่จากการวิเคราะห์เครือข่ายรูปแบบต่าง ๆ กลุ่มเครือข่ายนี้ ต้องมีการแสดงออกเป็นการลงมือกระทำกิจกรรมร่วม”เป็นมโนภาพที่เห็นว่า สามารถสร้างความเข้าใจเบื้องต้นได้โดยง่าย คือ ภาพข่ายใยแมงมุม ซึ่งแสดงให้เห็นการถักทอโยงใยกัน ของเส้นใยที่พาดผ่านกันไปมาหลายเส้น หลากทิศทาง ดังนั้นความหมายอย่างง่ายที่ผมขอให้ไว้ ณ ที่นี้ สำหรับคำว่า เครือข่าย คือ "การเชื่อมโยงอย่างมีเป้าหมาย" การเชื่อมโยงนี้ อาจเป็นการเชื่อมโยงระหว่าง ระบบที่ปฏิบัติการอยู่เข้าด้วยกัน เช่น การเชื่อมโยงคอมพิวเตอร์เข้าเป็นเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เป็นต้น หรืออาจเป็นการเชื่อมโยงระหว่าง บทบาทของบุคคล/องค์กรต่าง ๆ ภายใต้วัตถุประสงค์ร่วมใด ๆ ของภาคีสมาชิก ซึ่งถ้าหากพิจารณาถึงลงไปอีกหน่อย ในความเป็นบุคคลหรือองค์กร ก็จะพบความแตกต่างของระบบการทำงาน (ของบุคคล) และความแตกต่างของระบบการทำงาน (ขององค์กร) ที่ปรากฏออกมา ตามการปฏิบัติตัว และตามบทบาทภารกิจที่มีลักษณะเฉพาะ ของแต่ละบุคคล/องค์กร การเชื่อมโยงเป็นเครือข่าย จึงเท่ากับการเชื่อมโยงหลาย ๆ ระบบย่อย (ที่ต่างมีลักษณะจำเพาะของระบบ)<sup>7</sup> ให้รวมกันขึ้นมาใหม่ เป็นอีกหนึ่งระบบของหน่วยสมาชิกทุกหน่วย ที่เข้ามารวมกัน

##### ๒.๑.๑ ความเป็นมาของเครือข่าย

จากพื้นฐานของการเชื่อมโยงระบบ ระหว่างบุคคล/องค์กร เป็นเครือข่าย ก็คือการรวบรวมความหลากหลาย เข้ามาเป็นหนึ่งเดียวกัน ให้เกิดมีความเป็นเอกภาพ คำว่า เอกภาพนี้ ในกระบวนการดำเนินงานเครือข่ายในเบื้องต้นนี้ว่า เป็นการมีเป้าหมายร่วมกัน เป้าหมายที่ตรงกันนี้เอง

---

<sup>7</sup> ธนา ประมุขกุล. เครือข่าย, (ขอนแก่น : ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ, ๒๕๕๕), หน้า ๒๒.

ที่นำให้ความหลากหลายมาบรรจบ เชื่อมโยงกันได้ ผลจากการรวบรวมกันนี้ ย่อมก่อให้เกิดพลังในการดำเนินการ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้โดยเร็ว โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในสภาพสังคมปัจจุบัน ที่ลักษณะทางโครงสร้างสังคม และวิถีชีวิตของผู้คน มีความหลากหลายขึ้นกว่าเก่าก่อน ได้ก่อให้เกิดความสลับซับซ้อนของปัญหามากขึ้น เป็นเงาตามตัวเช่นกัน

การแก้ไขปัญหาวิธีคิด วิธีปฏิบัติในลักษณะวิธีการที่เคยทำกันมาแต่เดิมนั้น จึงมีประสิทธิผลน้อยลงเรื่อย ๆ จนแทบจะกล่าวได้ว่า ไร้ประสิทธิผลไปเลย สำหรับปัญหาในขณะนี้ ดังนั้นวิธีคิด วิธีปฏิบัติ ในการแก้ปัญหา จึงต้องปรับเปลี่ยนไป โดยที่เห็นได้เด่นชัดก็คือ ถ้าการแก้ไขปัญหา ยังคงยึดอยู่บนพื้นฐานที่ให้หน่วยงานของรัฐเป็นตัวจักรสำคัญแล้ว ก็คงยากที่จะประสบผลสำเร็จอย่างแท้จริง เนื่องจากเราจะพบกับปัญหาสำคัญ อันเนื่องมาจากความเป็นระบบราชการของรัฐ คือ หนึ่ง การแยกส่วนกันในการทำงาน สอง ความติดขัดล่าช้า จากระเบียบขั้นตอนการปฏิบัติ สาม การทำงานตามสายการบังคับบัญชา ที่อาศัยการสั่งการในแนวดิ่ง และสี่ เป็นการรวมศูนย์อำนาจ - ทรัพยากร

ในขณะที่ เครือข่าย เป็นการเริ่มต้นด้วยการสร้างเป้าหมายร่วมกัน ของภาคีสมาชิก ซึ่งแม้ว่า สมาชิกที่เกี่ยวข้อง จะมีบทบาทหน้าที่ความถนัดต่าง ๆ กัน แต่เมื่อทุกคนได้เข้ามารับรู้ในเป้าหมาย หรือปัญหาร่วมกันแล้ว สมาชิกแต่ละส่วน ก็จะได้ปรับ และแสดงบทบาทตามศักยภาพ/ความถนัดของตน เพื่อตอบสนองต่อเป้าหมายของเครือข่าย ได้อย่างตรงต่อสภาพที่แท้จริง โดยมีต้องรอการสั่งการใด ๆ จากผู้กำหนดนโยบายในสายงานบังคับบัญชา ซึ่งส่วนใหญ่ก็มักจะมีได้รู้หรือเข้าใจในสภาพปัญหาที่แท้จริงของพื้นที่

ดังนั้น เครือข่ายจึงเป็นรูปแบบการทำงาน ในลักษณะสร้างความร่วมมือประสานงานกัน ในแนวราบ ระหว่างผู้ที่เกี่ยวข้อง ด้วยการระดมสรรพกำลัง อันรวมถึงคน สติปัญญา ความสามารถ และทรัพยากรในการทำงาน เพื่อเอาชนะอุปสรรค ที่เป็นจุดอ่อนของระบบงานราชการดังกล่าวข้างต้น และเป็นแนวทางที่ตรงกันกับ แนวคิดของการพัฒนาปัจจุบัน ที่ให้ยึดพื้นที่ ประสานภารกิจ และร่วมทรัพยากร (Area, Function, Participation) เป็นกลยุทธ์ในการพัฒนา

การเกิดเครือข่าย เครือข่ายแต่ละเครือข่าย ต่างก็มีจุดเริ่มต้น หรือถูกสร้างมาได้ด้วยวิธีการต่าง ๆ กัน ซึ่งได้สรุปเป็นหลัก ๆ ไว้ ๓ ลักษณะ ดังนี้

#### ๑) เครือข่ายที่เกิดโดยธรรมชาติ

เครือข่ายนี้มักเกิดจาก การที่ผู้คนมีความคิดตรงกัน ทำงานคล้ายคลึงกัน หรือประสบกับสภาพปัญหาเดียวกันมาก่อน มารวมตัวกัน เพื่อแลกเปลี่ยนความคิด ประสบการณ์ ไปจนถึงร่วมกันแสวงหาทางเลือกใหม่ที่ดีกว่า ในการดำรงอยู่ของกลุ่มสมาชิก อันเป็นแรงกระตุ้นที่เกิดขึ้นภายในกลุ่มเอง เครือข่ายเช่นนี้ มักเกิดในพื้นที่ชุมชน ที่มีวัฒนธรรมความเป็นอยู่คล้ายคลึงกัน มารวมกันเป็นกลุ่ม เป็นชมรมก่อนต่อเมื่อมีการเพิ่มขึ้นของสมาชิกมีการขยายพื้นที่ดำเนินการออกไป หรือมีการขยายเป้าหมาย (วัตถุประสงค์) ของกลุ่มมากขึ้น กลุ่มก็มักจะพัฒนาขึ้นมาเป็นเครือข่าย เพื่อให้เกิดความครอบคลุมต่อความต้องการของสมาชิก เครือข่ายเช่นนี้ มักมีเวลาการก่อร่างสร้างเครือช่ายนาน แต่เมื่อเกิดแล้ว ก็จะมีคามเข้มแข็งยั่งยืน และมีแนวโน้มที่เครือข่ายจะขยายตัวเพิ่มเมื่อเปรียบเทียบกับเมื่อเริ่มก่อตั้ง ซึ่งตัวอย่างเครือข่าย ได้แก่ เครือข่ายอินแปงที่จังหวัดสกลนคร เป็น

เครือข่ายที่เริ่มต้นจากครอบครัว เพียงไม่กี่ครอบครัว ในการมุ่งปลดภาระ หนี้สิน จนกระทั่งปัจจุบันนี้ ได้เกิดการขยายเครือข่ายออกไปสู่ หลายอำเภอ ในจังหวัดข้างเคียง และยังขยายวัตถุประสงค์ของ เครือข่ายออกไปได้อีกหลายประการ

## ๒) เครือข่ายจัดตั้ง

เครือข่ายจัดตั้งนี้ มักจะมีความเกี่ยวข้องกับนโยบาย หรือการดำเนินงาน ของ ภาครัฐอยู่เป็นส่วนใหญ่ ทั้งนี้ก็เป็นไปตามแนวคิดเดิม ที่อาศัยกลไกของรัฐผลักดันให้เกิด รูปธรรมของ งานโดยเร็ว และโดยมากเข้าใจก่อน ภาควิชาที่เข้าร่วมเครือข่าย มิได้มีพื้นฐานความต้องการ ความคิด ความเข้าใจที่ตรงกันมาก่อน การรวมตัวกัน จึงเป็นลักษณะชั่วคราวชั่วคราว เป็นการเฉพาะ กิจ ไม่มีความต่อเนื่อง และมักจะจางหายไปในที่สุด ยกเว้นว่าเครือข่ายจะได้รับการชี้แนะที่ดี อย่างที่ ควร จนสามารถสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง และนำไปสู่การพัฒนาเป็นเครือข่ายที่แท้จริงได้ อย่างไรก็ตาม แม้ว่ากลุ่มจะยังคงรักษาสถานภาพเครือข่ายไว้ได้ แต่แนวโน้มเครือข่ายก็มักจะลดขนาดลง เมื่อ เปรียบเทียบกับเมื่อเริ่มก่อตั้ง

## ๓) เครือข่ายวิวัฒนาการ

เครือข่ายวิวัฒนาการนี้ เป็นอีกรูปแบบการกำเนิดเครือข่าย ที่มีได้เป็นไปโดย ธรรมชาติแต่แรกเริ่ม และก็ได้ถูกจัดตั้งโดยตรง แต่จะเป็นไปในลักษณะของกระบวนการพัฒนา ผสมผสานอยู่ โดยเริ่มที่กลุ่มบุคคล/องค์กร มารวมกันด้วยวัตถุประสงค์กว้างๆ ในการที่จะสนับสนุน กัน และเรียนรู้ไปด้วยกันก่อน โดยอาจจะยังมิได้มีเป้าหมาย/วัตถุประสงค์ร่วมเฉพาะใด ๆ อย่าง ชัดเจนนัก หรือในอีกลักษณะหนึ่ง ถูกจุดประกายความคิดจากภายนอก ไม่ว่าจะเป็นการได้รับฟัง หรือ การได้ไปเห็นเครือข่ายอื่น ๆ แล้วเกิดความคิดที่จะรวมตัวกัน สร้างพันธะสัญญา เป็นเครือข่ายเพื่อ ช่วยเหลือพัฒนาตนเองบ้าง เครือข่ายที่วุ่นวายนี้ แม้ว่าจะมิได้เกิดจาก แรงกระตุ้นภายในโดยตรงแต่แรก แต่ถ้ามหาสมาคมมีความตั้งใจจริง ที่เกิดจากจิตสำนึกที่ดี ได้รับการกระตุ้น สามารถร่วมกันกำหนด เป้าหมายที่ชัดเจนได้ โดยสอดคล้องกับความต้องการของสมาชิกแล้ว เครือข่ายนี้ก็จะสามารถพัฒนา ตนเองต่อไป จนสร้างเป็นเครือข่ายที่เข้มแข็ง เหมือนเครือข่ายที่เกิดโดยธรรมชาติได้เช่นเดียวกัน เครือข่ายวิวัฒนาการที่กำลังพัฒนาตนเองอยู่ในขณะนี้ มีตัวอย่างมากมาย เช่น เครือข่ายประชาคม หมู่บ้าน เครือข่ายผู้สูงอายุ เครือข่ายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เป็นต้น

### ๒.๑.๒ ความหมายของเครือข่าย

เครือข่าย หมายถึง กลุ่มของความสัมพันธ์ที่บุคคลกลุ่มหนึ่งมีต่อกันและกัน ลักษณะของความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นสามารถนำไปใช้อธิบายพฤติกรรมของบุคคลเหล่านี้ได้<sup>๘</sup> หรือ หมายถึง ชุดของการเชื่อมโยงซึ่งกันและกันระหว่างบุคคลที่ก่อให้เกิดสายใยผูกพันในครอบครัว เพื่อนและคนรู้จักในช่วงชีวิตของคน<sup>๙</sup> ความสัมพันธ์ทางสังคมก่อให้เกิดเครือข่ายรวมและเครือข่ายรวม

<sup>๘</sup>Mitchell, C.J., *Social network in urban situation*, (Manchester : University Press, 1989), p. 2.

<sup>๙</sup>Popenoe, D., *Neighborhood, city and metropolis: An integrated reader in urban sociology*, (New Jersey : Prentice-Hall, 1983), pp. 113-114.

โดยที่เครือข่ายนั้นต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานหลักเกณฑ์เดียวกับเครือข่ายรวม หลักเกณฑ์นี้อาจตั้งอยู่บนพื้นฐานความสัมพันธ์ทางด้านเศรษฐกิจ เครือญาติ การเมือง หรือระบบย่อยอื่น ๆ ของสังคม เครือข่ายรวมเปรียบเสมือนระบบสังคมใหญ่ และเครือข่ายย่อยเปรียบเสมือนระบบสังคมย่อย ในการศึกษาเครือข่ายเราอาจศึกษาเครือข่ายได้<sup>10</sup> เครือข่าย หมายถึง สายใย ของความสัมพันธ์ทางสังคมทั้งทางตรงและทางอ้อมระหว่างบุคคลคนหนึ่ง กับบุคคลอื่น ๆ หลาย ๆ คน เช่น รู้จักผานคนอื่น เครือข่ายทางสังคมจึงมีหลายระดับของความชิดใกล้และความห่าง เครือข่ายความสัมพันธ์ทางสังคม ช่วยให้เห็นพฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลในสังคมที่มีความผูกพันซึ่งกันและกันในหลาย ๆ ด้าน<sup>11</sup> เครือข่าย หมายถึง บุคคลหรือกลุ่มบุคคล ซึ่งมีทั้งบุคคลภายในครอบครัวและภายนอกครอบครัว เพื่อให้ความช่วยเหลือบุคคลหนึ่งในสถานการณ์ปัญหาต่าง ๆ ที่กำลังเผชิญอยู่<sup>12</sup> เครือข่ายในสังคมจะคล้ายเครือข่ายในสมองโครงสร้างสมองจะทำให้เกิดการเรียนรู้ อันจำเป็นสำหรับการมีชีวิตรอดโครงสร้างทางสังคมจะมีวิวัฒนาการไปเหมือนโครงสร้างทางสมองขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมทางสังคม จากสังคมใช้อำนาจไปเป็นสังคม เรียนรู้การที่เกิดสังคมเรียนรู้นั้น โครงสร้างทางสังคม ต้องปรับเปลี่ยนจากโครงสร้างอำนาจในแนวดิ่งไปเป็นเครือข่ายสังคม หรือสังคมกัลยาณมิตร หรือเครือข่ายสังคมการเรียนรู้สังคมต้อง สามารถเรียนรู้ได้อย่างต่อเนื่องจึงจะสามารถปรับตัวให้อยู่ในดุลยภาพได้และชุมชนจะต้องร่วมคิด ร่วมทำในทุกพื้นที่ในทุกองค์กรและในทุกเรื่อง จะครอบคลุมสังคมทั้งหมดและมีการเชื่อมโยงกัน ระหว่างชุมชนเป็นเครือข่ายชุมชนจากเล็กไปใหญ่ จน เป็นเครือข่ายในชุมชนหรือตาข่ายในสังคม<sup>13</sup> เครือข่ายเป็นการรวมกลุ่มของบุคคลในชุมชนบุคคล ระหว่าง ชุมชน กลุ่มกับกลุ่ม ชุมชนกับชุมชน เพื่อสร้างเครือข่ายคือ กระบวนการเรียนรู้การระดม แลกเปลี่ยนประสบการณ์ระดมแลกเปลี่ยนปัจจัยพื้นฐานต่าง ๆ และรวมพลังเพื่อต่อรองกับกลุ่มอื่น ๆ ในสังคม<sup>14</sup>

เครือข่าย หมายถึง รูปแบบหนึ่งของการประสานงานของบุคคล กลุ่ม หรือองค์กรหลาย ๆ องค์กรที่ต่างก็มีทรัพยากรของตนเอง มีเป้าหมาย มีวิธีการ และมีกลุ่มเป้าหมายของตัวเอง บุคคลหรือกลุ่มเหล่านี้ได้เข้ามาประสานงานกันอย่างมีระยะเวลายาวนานพอสมควร แม้ อาจจะไม่มีการกิจกรรมร่วมกันอย่างสม่ำเสมอก็ตาม แต่ก็จะมีการวางรากฐานเอาไว้ เมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีความต้องการที่จะขอความช่วยเหลือหรือขอความร่วมมือจากกลุ่มอื่น ๆ เพื่อแก้ปัญหาก็สามารถ

---

<sup>10</sup>พิมพ์วิทย์ ปรีดาสวัสดิ์ และวาทีนิ บุญชะลิกษ์, การวิเคราะห์เครือข่ายทางสังคม, (นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓), หน้า ๓๔๙-๓๕๑.

<sup>11</sup>ชาติชาย ณ เชียงใหม่, การบริหารการพัฒนาชนบทเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน, (กรุงเทพ : สถาบันพัฒนาบริหารศาสตร์, ๒๕๔๓), หน้า ๑๗.

<sup>12</sup>Brandt, P. A., and Weinert, C. PRQ: Pchychometric update. Unpublicshed manuscript. (Washington D.C. : University of Washington, 1985), p. 232.

<sup>13</sup>ประเวศ วสี, ธรรมชาติของสรรพสิ่งการเข้าถึงความจริงทั้งหมด, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทไอ. เอส. พรินติ้ง เฮาส์จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๙.

<sup>14</sup>เสรี พงศพิศ, ภูมิปัญญาชาวบ้าน : กับการพัฒนาชนบท, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิหมู่บ้านอมรินทร์พรินติ้งกรุ๊ป, ๒๕๓๖), หน้า ๑๒.

ติดต่อไปได้ ในการเข้าร่วมเป็นองค์กรเครือข่าย แม้ว่าองค์กรเหล่านี้จะมีบางสิ่งบางอย่างร่วมกัน เช่น มีเป้าหมายการทำงานร่วมกัน มีผลประโยชน์ร่วมกัน องค์กรเหล่านี้ก็ยังคงความเป็นเอกเทศอยู่ เพราะการเข้าร่วมเป็นเครือข่ายเป็นการเข้าร่วมเพียงบางส่วนขององค์กรเท่านั้น<sup>15</sup> เครือข่าย หมายถึง การที่ปัจเจกบุคคล องค์กร หน่วยงาน หรือสถาบันใด ได้ตกลงที่จะประสานเชื่อมโยงเข้าหากัน ภายใต้วัตถุประสงค์หรือข้อตกลงอย่างใดอย่างร่วมกันอย่างเป็นระบบ โดยมีจุดหมายเพื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การปฏิรูปการศึกษา โดยกลุ่มเครือข่ายนี้ต้องมีการแสดงออกเป็นการลงมือกระทำกิจกรรมร่วมกัน<sup>16</sup>

เครือข่าย คือแนวคิดที่มาจากกรณีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันของผู้คนในสังคมที่มาร่วมตัวกันเป็นกลุ่ม องค์กร และเครือข่าย เพื่อการพัฒนา การแก้ไขปัญหา และการสร้างสรรค์ในสิ่งที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อปัจเจกบุคคลและสังคมโดยเป็นคำที่นำมาใช้ในแวดวงการพัฒนาสังคม อันกล่าวถึงระบบความสัมพันธ์ในสังคมมนุษย์ที่เชื่อมโยงเป็นเครือข่าย นับตั้งแต่ในระดับปัจเจกบุคคล ปัจเจกบุคคลกับกลุ่ม กลุ่มกับกลุ่ม และกลุ่มกับเครือข่าย ซึ่งเป็นระบบความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรม การสื่อสาร การร่วมมือ การพึ่งพาอาศัย การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ โดยมีโครงสร้างรูปแบบความสัมพันธ์ที่หลากหลาย และมีการกระจายตัวไปตามหน่วยย่อยหรือปัจเจกบุคคลในสังคม โดยเครือข่ายนั้นเริ่มต้นจากการอธิบายความสัมพันธ์และการเชื่อมโยงระหว่างปัจเจกบุคคล กลุ่ม หรือชุมชน เพื่อแลกเปลี่ยน เรียนรู้ ช่วยเหลือพึ่งพา จนกระทั่งสามารถสร้างพลังและอำนาจต่อรอง และต่อมาก็มีการขยายความสัมพันธ์นั้นไปสู่ระดับที่กว้างขึ้น โดยมีการเชื่อมโยงกับองค์กร เครือข่ายพันธมิตรอื่น ๆ<sup>17</sup>

เครือข่าย หมายถึงความสัมพันธ์ทางสังคมทั้งหมดของคนในสังคมที่กลุ่มบุคคลมีต่อกัน โดยคุณลักษณะของความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นสามารถนำมาใช้อธิบายพฤติกรรมของบุคคลเหล่านี้ เครือข่ายทางสังคมนี้ประกอบขึ้นด้วยความสัมพันธ์ทางสังคมทั้งหมด การเรียนรู้ของบุคคล หรือกลุ่ม องค์กรใดก็ตามย่อมสัมพันธ์เกี่ยวข้องกบเครือข่ายสังคมรูปแบบต่าง ๆ เช่นความสัมพันธ์ทางเครือญาติ เพื่อน และความสัมพันธ์ในฐานะของบุคคลหรือองค์กรที่มีปัญหา มีกิจกรรมที่ปฏิบัติทางสังคมร่วมกัน จะทำให้ชุมชนสามารถดำรงได้<sup>18</sup>

เครือข่าย คือการเชื่อมโยงของกลุ่มคนหรือองค์การ ที่สมัครใจจะแลกเปลี่ยนข่าวสารหรือกิจกรรมร่วมกัน โดยมีการจัดระเบียบโครงสร้างของคนในข่ายด้วยความเป็นอิสระเท่าเทียม

---

<sup>15</sup> นฤมล นิราทร, การสร้างเครือข่ายการทำงาน : ข้อควรพิจารณาบางประการ, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๓), หน้า ๗.

<sup>16</sup> เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, การจัดการเครือข่าย : กลยุทธ์สำคัญสู่ความสำเร็จของการปฏิรูปการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร : ชัคเชสมิเดีย, ๒๕๔๓), หน้า ๒๘.

<sup>17</sup> พระมหาสุทนต์ อาภาภโร, พระพุทธศาสนากับการพัฒนาสังคม, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙), หน้า ๕๕.

<sup>18</sup> ขาดิชา ยืนยง, “การเปลี่ยนแปลงทางสังคมกับพฤติกรรมทางการเมืองของชาวนาในภาคเหนือ”. รบกับหมู่บ้านในไทยศึกษา, (กรุงเทพมหานคร : สถาบันไทยคดีศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๓๓), หน้า ๒๐๙-๒๑๔.

กันภายใต้พื้นฐานของความเคารพสิทธิเชื่อถือเอื้ออาทรซึ่งกันและกัน และมีการจัดระบบให้กลุ่มบุคคลหรือองค์กรที่เป็นสมาชิกดำเนินกิจกรรมบางอย่างร่วมกันเพื่อนำไปสู่จุดหมายที่เห็นพ้องต้องกัน<sup>19</sup>

เครือข่าย คือรูปแบบหนึ่งของการประสานงานของบุคคลกลุ่มหรือหลายองค์การหลายๆ องค์การที่ต่างก็มีทรัพยากรเป้าหมายมีวิธีการทำงานและมีกลุ่มเป้าหมายของตัวเองบุคคลหรือกลุ่มเหล่านี้ได้เข้ามาประสานงานกันอย่างมีระยะเวลานานพอสมควรแม้ว่าจะไม่มีกิจกรรมร่วมกันอย่างสม่ำเสมอก็ตามแต่ก็จะมีการวางรากฐานเอาไว้เมื่อฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งมีความต้องการที่จะขอความช่วยเหลือหรือขอความร่วมมือจากกลุ่มอื่นๆ เพื่อแก้ปัญหาที่สามารถติดต่อไปได้เป็นการเข้าร่วมเป็นองค์การเครือข่ายแม้ว่าองค์การเหล่านี้จะมีบางสิ่งบางอย่างร่วมกันเช่นมีเป้าหมายร่วมกันมีประโยชน์ร่วมกันองค์การเหล่านี้ก็ยังคงความเป็นเอกเทศอยู่เพราะการเข้าร่วมเป็นเครือข่ายเป็นการเข้าร่วมเพียงบางส่วนขององค์การเท่านั้น<sup>20</sup>

สรุป หมายถึง เครือข่ายคือบุคคลและกลุ่มบุคคลต่างๆ ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางสังคมต่อกันทั้งทางตรงและทางอ้อมระหว่างบุคคลคนหนึ่งกับบุคคล อื่นๆ หลายๆ คนในสังคม ซึ่งเครือข่ายชาวพุทธในพื้นที่ ๓ จังหวัดชายแดนภาคใต้คือการรวมของกลุ่มชาวพุทธไม่ว่าจะเป็นพระภิกษุ ข้าราชการ ประชาชนทั่วไป ที่ได้ทำงานเกี่ยวกับความต้องการที่จะเกิดสันติสุขในพื้นที่ โดยมีจุดมุ่งหมายที่ตรงกันคือการรวมตัวเพื่อที่จะช่วยเหลือชาวพุทธที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นภายในพื้นที่ไม่ว่าจะเป็นการให้การช่วยเหลือทางด้านจิตใจ การช่วยเหลือในการมอบเงินทอง และช่วยเหลือทางด้านความรู้หรือข้อกฎหมาย สิทธิเสรีภาพที่จะพึงได้โดยชอบธรรมตามกฎหมาย และเป็นเครือข่ายที่ปฏิเสธเรื่องของการใช้ความรุนแรง ไม่ใช้ความรุนแรงในการจัดการกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นโดยการร่วมมือ การพึ่งพาอาศัย แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ความรู้ ประสบการณ์ระหว่างกัน โดยการทำกิจกรรมร่วมกันมีความสัมพันธ์ระหว่างกันในด้านความสันติสุขที่จะเกิดขึ้นภายในพื้นที่ ซึ่งการเชื่อมโยงระหว่างกันสมาชิกของเครือข่ายและประชาชนในพื้นที่

### ๒.๑.๓ ทฤษฎีเครือข่าย

๑. ทฤษฎีการแลกเปลี่ยน (Exchange Theory) อธิบายถึงการแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ระหว่างกัน ดังนั้นเหตุผลหลักที่จะทำให้เครือข่ายเกิดขึ้นได้โดยสมัครใจก็คือแต่ละฝ่ายมองเห็นประโยชน์ที่ตนจะได้รับจากการเข้าร่วมเครือข่ายซึ่งจะนำไปสู่ความเต็มใจที่จะประสานกันหรือเข้าร่วมเป็นเครือข่าย

๒. แนวคิดการรวมพลัง (Synergy) เป็นการผนึกกำลังในลักษณะที่มากกว่าหนึ่งบวกหนึ่งเท่ากับสองแต่ต้องเป็นหนึ่งบวกหนึ่งมากกว่าสอง หมายความว่าการทำงานร่วมกันนำไปสู่ผลลัพธ์ที่มีคุณค่าหรือเข้มแข็งมากกว่าการที่แต่ละองค์กรจะทำงานโดยโดดเดี่ยว

<sup>19</sup> อารณ ภูวพิณันท์, Competency Based HRM/HRD, (กรุงเทพมหานคร : เอชอาร์ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๗.

<sup>20</sup> กาญจนา แก้วเทพ, เครื่องมือการทำงานแนววัฒนธรรมชุมชน, (กรุงเทพมหานคร : สภาคทอเล็กแห่งประเทศไทยเพื่อการพัฒนา, ๒๕๓๘), หน้า ๒๓.

#### ๒.๑.๔ หลักการของเครือข่าย

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์<sup>21</sup> กล่าวถึง หลักการที่สำคัญของเครือข่ายมี ๗ ประการ

๑. การรับรู้มุมมองร่วมกัน (common perception) การที่สมาชิกที่เข้ามาอยู่ในเครือข่าย ต้องมีความรู้สึกนึกคิดและการรับรู้ร่วมกันถึงเหตุผลการเข้าร่วมเป็นเครือข่าย อาทิ มีความเข้าใจในปัญหา มีสำนึกในการแก้ไขปัญหาาร่วมกัน และมีความต้องการความช่วยเหลือในลักษณะที่คล้ายคลึงกัน เป็นต้น ซึ่งจะส่งผลให้สมาชิกเครือข่ายเกิดความรู้สึกผูกพันในการดำเนินกิจกรรมบางอย่างเพื่อแก้ปัญหาความเดือดร้อนที่เกิดขึ้น

๒. การมีวิสัยทัศน์ร่วมกัน (common vision) การมองเห็นจุดมุ่งหมายในอนาคตร่วมกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม การรับรู้เข้าใจถึงทิศทางเดียวกัน และการมีเป้าหมายที่จะช่วยดำเนินไปด้วยกัน จะช่วยให้ขบวนการเคลื่อนไหวของเครือข่ายมีพลัง เกิดเอกภาพ และช่วยบรรเทาความขัดแย้งอันเกิดจากมุมมองที่แตกต่างลงไป

๓. การมีผลประโยชน์และความสนใจร่วมกัน (mutual interests/benefit) การที่สมาชิกแต่ละคนมาร่วมกันเพื่อประสานผลประโยชน์และความต้องการซึ่งผลประโยชน์ และความต้องการนั้นจะไม่สามารถบรรลุผลสำเร็จได้หากสมาชิกต่างคนต่างอยู่ ดังนั้น จึงมีการรวมตัวกันบนฐานของผลประโยชน์ร่วมที่มากเพียงพอจะดึงดูดให้รวมเป็นเครือข่าย

๔. การมีส่วนร่วมของสมาชิกเครือข่ายอย่างกว้างขวาง (all stakeholder participation) การมีส่วนร่วมของสมาชิกมีความสำคัญต่อการพัฒนาความเข้มแข็งของเครือข่าย เพราะกระบวนการมีส่วนร่วมเป็นเงื่อนไขที่ทำให้เกิดการร่วมรับรู้ ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ และร่วมลงมือกระทำอย่างแท้จริง ดังนั้น สมาชิกในเครือข่ายจึงควรเสริมสร้างความสัมพันธ์ในลักษณะของความเท่าเทียมกันและในฐานะหุ้นส่วนของเครือข่าย และควรสานต่อความสัมพันธ์ในแนวนราบ

๕. กระบวนการเสริมสร้างซึ่งกันและกัน (complementary relationship) การที่สมาชิกในเครือข่ายต่างก็ต้องเสริมสร้างกระบวนการทำงานของกันและกัน โดยที่จุดแข็งของฝ่ายหนึ่งไปช่วยเหลืออีกฝ่ายหนึ่งที่มีจุดอ่อน ซึ่งจะทำให้เกิดการประสานผลประโยชน์ร่วมกัน การเสริมสร้างต่อกันนั้นเกิดขึ้นจากการรวมตัวเป็นเครือข่าย ซึ่งมีผลดีมากกว่าการไม่รวมเป็นเครือข่าย

๖. การพึ่งพิงร่วมกัน (interdependence) การเติมเต็มในส่วนที่ขาดของแต่ละฝ่ายเนื่องจากทุกฝ่ายต่างก็มีข้อจำกัดในกระบวนการทำงาน และมีความรู้ประสบการณ์ที่แตกต่าง ดังนั้น จึงมีการพึ่งพาอาศัยกันระหว่างสมาชิกในเครือข่าย

๗. การปฏิสัมพันธ์เชิงแลกเปลี่ยน (interaction) การที่สมาชิกในเครือข่ายมีการทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก และผลการปฏิสัมพันธ์เชิงแลกเปลี่ยนระหว่างกันนั้นก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเครือข่ายตามมาด้วย

---

<sup>21</sup>อ้างแล้ว, หน้า ๓๖-๔๓.

### ๒.๑.๔ องค์ประกอบของเครือข่าย

ส่วนองค์ประกอบของเครือข่ายนั้น สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยขอนแก่น<sup>๒๒</sup> ได้กำหนดองค์ประกอบของเครือข่ายตามลักษณะการก่อเกิดได้เป็น ๒ ประเภทได้แก่

๑. เครือข่ายการเรียนรู้เป็นเครือข่ายที่เรียนรู้กิจกรรมการพัฒนาที่เกิดขึ้นในช่วงแรกๆ ซึ่งเครือข่ายพวกนี้เกิดขึ้นได้ใน ๒ รูปแบบ คือรูปแบบธรรมชาติซึ่งเมื่อชุมชนใดสามารถพัฒนาการแก้ไขปัญหาของชุมชน ของตนเองได้ชุมชนอื่นที่อยู่ใกล้เคียงจะเข้ามาศึกษาเรียนรู้และนำรูปแบบและวิธีการไปประยุกต์ใช้กับชุมชนของตนเอง ส่วนอีกรูปแบบหนึ่งเป็นเครือข่ายการจัดตั้งรูปแบบนี้เกิดจากองค์กรพัฒนาต้องการขยายพื้นที่ปฏิบัติงานของตนเอง จะใช้ชุมชนเดิมที่มีประสบการณ์และบทเรียนในกระบวนการพัฒนาแล้วเป็นสถานที่ศึกษาดูงาน และเวทีแลกเปลี่ยนประสบการณ์ให้กับชุมชนที่องค์กรพัฒนาเข้าไปดำเนินงานใหม่ ๆ

๒. เครือข่ายอำนาจต่อรอง เครือข่ายนี้เชื่อว่ากิจกรรมการพัฒนาต่างๆ ที่อยู่ในวงจำกัดเฉพาะพื้นที่หมู่บ้านของตน จะไม่มีพลังที่เพียงพอต่อการแก้ไขปัญหาที่แท้จริง ทั้งนี้จากการวิเคราะห์ปัญหาแล้วพบว่า ปัญหาที่ชุมชนต่างๆ เผชิญอยู่นั้นไม่ได้เกิดจากชุมชนสร้างมาเอง หากแต่ชุมชนนั้น ถูกกระทำจากระบบภายนอกการจะแก้ไขปัญหาจึงจำเป็นต้องสร้างให้เกิดพลังอำนาจ ในการต่อรอง จึงสามารถแก้ไขปัญหาที่แท้จริง การสร้างเครือข่ายจึงเป็นรูปแบบหนึ่งซึ่งใน ระยะแรกการจัดตั้งเครือข่าย จะตั้งตามปัญหาหรือกิจกรรมของการเลือกอาชีพ เช่น เครือข่าย ผสมผสาน เครือข่ายกลุ่มสตรีทอผ้า เครือข่ายปัญหาป่าไม้-ที่ดิน เป็นต้น ต่อมาสถานการณ์ปัญหาต่าง ๆ กลับไม่ได้รับการตอบสนองจากรัฐอย่างแท้จริง หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับปัญหาก็ปิดความรับผิดชอบ เครือข่ายต่างๆ ที่มีอยู่จึงต้องร่วมกันผลักดัน ให้เกิดกระบวนการแก้ไขปัญหาไปพร้อม ๆ กันดังปรากฏการณ์มือที่พบในสังคมปัจจุบัน อย่างไรก็ตามเครือข่ายสองประเภทนี้มีข้อสังเกต คือ

๒.๑ เครือข่ายการเรียนรู้เป็นเครือข่ายที่ขาดการต่อเนื่องและขาดพลัง เพราะไม่มีเป้าหมายร่วมที่ชัดเจน

๒.๒ เครือข่ายอำนาจต่อรองมักจะสร้างขึ้นเพื่อให้สาธารณะเห็นว่าเป็นกลุ่มที่เห็นแก่ตัวเป็น กลุ่มที่มีนักการเมืองสนับสนุน เป็นเครื่องมือของนักการเมือง ทำให้ขาดความชอบธรรมในการ ดำเนินกิจกรรมแก้ไขปัญหาของตนเองเนื่องจากสาธารณะไม่มีข้อมูลเพียงพอ

๒.๓ เครือข่ายอำนาจต่อรองจะต้องได้รับการต่อต้านจากผู้สูญเสียผลประโยชน์และถ้าโดยเหตุผลแล้วผู้สูญเสียผลประโยชน์ไม่สามารถรู้ด้วยเหตุผลก็จะใช้ความรุนแรง เพื่อสลายอำนาจการต่อรองของเครือข่าย

### ๒.๑.๕ การประยุกต์ใช้แนวคิดเครือข่าย

การประยุกต์ใช้แนวคิดเครือข่าย เพื่อขยายวงความสัมพันธ์ให้กว้างขวางขึ้น นำไปสู่การขยายกิจกรรม ขยายความช่วยเหลือเกื้อกูลที่มีต่อกันตลอดจนพัฒนาศักยภาพของแต่ละองค์กรให้แสดงบทบาททั้งผู้ให้และผู้รับอย่างเหมาะสม สร้างกระบวนการเรียนรู้แลกเปลี่ยน

---

<sup>๒๒</sup>สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยขอนแก่น, **องค์กรชุมชน : กลไกเพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาสังคม**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท แพลน พรินต์ติ้งจำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๖๘-๖๙..

ประสบการณ์ซึ่งกันและกันผ่านทางการติดต่อกันโดยตรงระหว่างบุคคลหรือกลุ่มต่าง ๆ ที่เข้าร่วมเครือข่าย เป็นการแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ทางวัตถุแก่กัน และยังเป็นการแข่งขันทรัพยากรให้แก่กลุ่มที่ด้อยโอกาสกว่า เพื่อประโยชน์ในการรวบรวมและเผยแพร่ข่าวสารข้อมูลระหว่างองค์กร เป็นแหล่งสำหรับการทำงานสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ ของตนเองและยังทำให้เกิดการรวมหมู่ที่มีพลังอิทธิพลมากกว่าองค์กรเดียวอย่างมากมาย เป็นเวทีสำหรับการปฏิบัติงานรวมในพื้นที่ เพื่อนำไปสู่การสร้างแหล่งสะสมทุนเพื่อการพึ่งตนเองในด้านต่าง ๆ ในอนาคต และเป็นการรวมตัวกันนำประเด็นปัญหาหรือเรียนสู่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือนำไปสู่การเสนอหรือผลักดันนโยบายที่เหมาะสมมากกว่าเดิม<sup>23</sup>

ชินสัค สุวรรณอัจฉริย<sup>24</sup> ได้อธิบายความสำคัญของเครือข่ายทางสังคมไว้ดังนี้

๑. ทำให้เกิดการปรับตัวที่มีเหตุผลบนพื้นฐานของการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัด คือ การใช้พฤติกรรมที่มีเหตุผล หากทุกคนได้ควบคุมทรัพยากรและให้ความสนใจ ทรัพยากรและเหตุการณ์เมื่อนั้นเครือข่ายทางสังคมจะกำหนดชนิดของทรัพยากรที่ทำให้เครือข่าย เข้าถึงกันได้ ดังนั้น เครือข่ายทางสังคมจึงกำหนดความสามารถในหน้าที่ของตนเองออกมา โดยช่วยให้บุคคลสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตนเองวางไว้แม้ว่าจะขาดปัจจัยต่าง ๆ ได้

๒. ช่วยให้เกิดการแพร่กระจายของการนำเอาเครือข่ายมาใช้ในทางปฏิบัติ ได้แก่ การถ่ายทอดประสบการณ์การทำงาน ในทางปฏิบัติและความเข้าใจในหน้าที่การงาน ช่วยให้เกิดความคล่องตัวในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น และนำไปสู่การแก้ไขปัญหา เป็นช่องทางของข้อมูล ที่เกี่ยวกับเครือข่ายทางอาชีพและการค้า กิจกรรมที่สามารถสร้างพฤติกรรมการปรับใช้ในการทำงาน โดยสามารถเข้าถึงมาตรฐานสากลที่กำหนดไว้

๓. สร้างความน่าเชื่อถือ ช่วยให้เกิดการแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์ได้อย่างง่ายและสะดวก สร้างหลักประกันความเสี่ยงในการตัดสินใจ หรือการเข้าร่วมกิจกรรม ความสัมพันธ์ส่วนตัว ที่ทำให้รู้สึกว่ามีความปลอดภัย ไม่มีความเสี่ยงเกิดขึ้น กลไกของความน่าเชื่อถือที่เกิดขึ้น และนำไปสู่ความมั่นคงในธุรกิจได้

๔. เป็นช่องทางอย่างหนึ่งในการระดมทรัพยากร (แรงงาน ทุน ข้อมูล) เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย เนื่องจากในปัจจุบันการช่วยเหลือกันนั้นสามารถกำหนดบทบาทจาก ความสัมพันธ์ทางสังคมที่เกิดขึ้น ดังนั้น หากมีทรัพยากรเครือข่ายอยู่จะสามารถใช้เป็นช่องทางใน รูปแบบต่าง ๆ สร้างวัฒนธรรมร่วมกัน เพื่อก่อให้ธุรกิจเกิดความคล่องตัวมากยิ่งขึ้น เป็นผลให้สามารถลดค่าใช้จ่ายในการดำเนินการได้

๕. สามารถกำหนดความเป็นอิสระของกลุ่มตนเองและสามารถต่อรองใน เรื่องการกระจายอำนาจและทรัพยากร กล่าวคือ การพัฒนาศักยภาพของตนเองนั้นมิใช่ข้อจำกัด จึงหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่จะต้องประสานกิจกรรม หรือสร้างความร่วมมือกันในการทำงานตาม ความสามารถ

<sup>23</sup> นฤมล นิราทร, การสร้างเครือข่ายการทำงาน : ข้อควรพิจารณาบางประการ, หน้า ๑๗.

<sup>24</sup> ชินสัค สุวรรณอัจฉริย, เครือข่ายทางสังคม (Social Network), (มหาสารคาม : มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, ๒๕๔๙), หน้า ๑๒-๑๗.

และหน้าที่ ที่ตนเองครอบครองอยู่ ดังนั้น หากได้รับการจัดสรรหน้าที่การทำงานตาม ความสามารถที่มีอยู่ในลักษณะของเครือข่ายอาชีพ ก็จะทำให้เกิดความสำเร็จ มีความได้เปรียบใน การแข่งขัน และเข้าถึงทรัพยากรได้ง่าย

๖. เป็นแนวร่วมใหม่ที่จะช่วยแก้ปัญหาในกรณีที่ภาครัฐไม่มีประสิทธิภาพในการจัดการ (เช่น ร่วมด้วยช่วยกัน เครือข่ายอนุรักษ์มรดกต่าง ๆ ) เนื่องจากความสัมพันธ์ส่วนตัวนี้สามารถสร้างเครือข่ายให้เกิดขึ้นได้ซึ่งเป็นช่องทางสำคัญที่จะแสดงอิทธิพลและนำมาสู่การตัดสินใจร่วมกัน

กล่าวโดยสรุปเครือข่ายเป็นกระบวนการทำงานที่มีการเชื่อมโยงประสานงานระหว่างบุคคล องค์กรหน่วยงานต่างๆ ที่มีฐานที่ตั้ง อยู่บนวัตถุประสงค์ หรือเป้าหมายเดียวกัน และด้วยปรัชญาการอยู่ร่วมกัน โดยเห็นคุณค่าของสมาชิกทุกคน ทุกหน่วยเสมอกัน จึงสามารถสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างภาคีสมาชิกในแนวราบที่อาศัยความเข้าใจ และความจริงใจ เป็นกลไกให้เกิดการขับเคลื่อนของเครือข่ายแทนการใช้อำนาจ และการสั่งการในกรอบระบบแห่งการบังคับบัญชา ซึ่งเป็นการปิดกั้นปัญญามนุษย์ และละเลยความหลากหลายที่เราสามารถอาศัยการจัดการที่ดี นำความหลากหลายเหล่านี้ มารวมกันอย่างเป็นเอกภาพเพื่อก่อให้เกิดคุณภาพใหม่ ทั้งในรูปแบบของการเรียนรู้ การลงมือปฏิบัติไปจนถึงการสร้างสรรค์นวัตกรรม นอกจากนี้ด้วยแนวทางการอยู่ร่วมกัน โดยการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในหมู่สมาชิก คือ การแสดงให้เห็นคุณงามความดีที่น่าใจ ที่อยู่เหนือความต้องการแก่งแย่ง แข่งขันกันของมนุษย์ซึ่งย่อมเป็นการขัดเกลาคติใจของเรา เครือข่ายเป็นสิ่งที่สำคัญในการการขับเคลื่อนกระบวนการสร้างเครือข่ายศูนย์การเรียนรู้ สมุนไพรเพราะต้องเป็นการทำงานที่ต้องดำเนินไปด้วยกัน และมีทิศทางเป็นในทางเดียวกันภายในเครือข่าย

## ๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับสมุนไพร

สมุนไพร (Herb) เป็นทรัพยากรธรรมชาติ ที่มีประวัติควบคู่กันมากับชีวิตของมวลมนุษยชาติมาช้านาน ตั้งแต่ครั้งสมัยดึกดำบรรพ์ มนุษย์รู้จักใช้ประโยชน์ของสมุนไพรในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บ ซึ่งความรู้ และประสบการณ์ในการรักษาโรคนี้ ได้รับการบอกเล่าสืบทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปยังคนอีกรุ่นหนึ่ง จนเกิดเป็นยาสมุนไพรใช้รักษาโรคต่าง ๆ และในหลากหลายประเทศ จึงถือได้ว่าสมุนไพรมีความหมายต่อชีวิตมนุษย์ โดยเฉพาะในมิติด้านสุขภาพ อันหมายรวมถึง การส่งเสริมสุขภาพ และการรักษาโรค

พระราชบัญญัติยา พ.ศ. ๒๕๑๐ มาตรา ๔ ได้ให้ความหมาย สมุนไพร ไว้ว่า ยาที่ได้จากพืชชาติ สัตว์ หรือแร่ ซึ่งมีได้ผสม ประจุ หรือแปรสภาพ<sup>25</sup>

การนำสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ อาจใช้ได้ ทั้งที่อยู่ในสภาพสดหรือแห้ง ซึ่งมี ๓ แนวทางคือ

แนวทางที่ ๑ ใช้เป็นอาหาร เช่น ผักพื้นบ้าน และอาหารสมุนไพรต่างๆ

---

<sup>25</sup>บุญศรี นุเกตุ และคณะ, โรคและสมุนไพร, (กรุงเทพมหานคร : โครงการสวัสดิการวิชาการสถาบันพระบรมชนก, ๒๕๕๑), หน้า ๗.

แนวทางที่ ๒ ใช้เป็นยา เช่น ใบมะขามแขกใช้กินเป็นยาระบาย

แนวทางที่ ๓ ใช้ประโยชน์อื่นๆ เช่น ผลมะกรูดใช้สระผม ตะไคร้หอมใช้ไล่ยุง

การนำสมุนไพรมาใช้เป็นยา ควรคำนึงถึงธรรมชาติของสมุนไพรแต่ละชนิดพันธุ์สมุนไพร สภาวะแวดล้อมในการปลูก ฤดูกาลและช่วงเวลาที่เก็บสมุนไพร ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ใช้กำหนด คุณภาพสมุนไพร ซึ่งสมุนไพรแต่ละชนิด ประกอบด้วยสารเคมีหลายอย่างโดยแบ่งสารเคมีในสมุนไพร ที่ใช้เป็นตัวกำหนดสรรพคุณยาสมุนไพร ออกเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ได้ ๗ กลุ่ม ดังนี้<sup>26</sup>

กลุ่มที่ ๑ คาร์โบไฮเดรต (Carbohydrates) เช่น แป้ง น้ำตาล วุ้น น้ำผึ้ง เป็นต้น

กลุ่มที่ ๒ ไขมัน (Lipids) เช่น น้ำมันละหุ่ง น้ำมันมะพร้าว เป็นต้น

กลุ่มที่ ๓ น้ำมันหอมระเหย (Volatile Oil หรือ Essential Oil) พืชสมุนไพรที่มีน้ำมัน หอมระเหย คือ กระเทียม ขิง ขมิ้น ไพล ตะไคร้ กานพลู อบเชย เป็นต้น

กลุ่มที่ ๔ เรซินและบาลซัม (Resins and Balsams) เช่น ชันสน กายาน เป็นต้น

กลุ่มที่ ๕ แอลคาลอยด์ (Alkaloids) พืชสมุนไพรที่มี แอลคาลอยด์ เป็นส่วนมาก คือ หนาม ลำโพง ชิงโคนา ดอกดัง ระย่อม ยาสูบ กลอย ผื่น แสลงใจ เป็นต้น

กลุ่มที่ ๖ กลัยโคไซด์ (Glycosides) เป็นสารประกอบอินทรีย์ ที่เกิดจาก agycone (หรือ genin) จับกับส่วนที่เป็นน้ำตาล (glycone part) ละลายน้ำได้ดี โครงสร้างของ Agycone มีความแตกต่างกันหลายแบบ ทำให้ประเภทและสรรพคุณทางเภสัชวิทยาของกลัยโคไซด์มีหลายชนิด อาจใช้เป็นยาที่มีประโยชน์ หรือเป็นสารพิษที่มีโทษต่อร่างกาย

กลุ่มที่ ๗ แทนนิน (Tannins) เป็นสารที่พบได้ในพืชหลายชนิด มีโมเลกุลใหญ่และ โครงสร้างซับซ้อน มีสถานะเป็นกรดอ่อน รสฝาด แทนนิน ถูกใช้เป็นยาฝาดสมาน ยาแก้ท้องเสีย ช่วย รักษาแผลไฟไหม้ และใช้ประโยชน์ในอุตสาหกรรมฟอกหนัง กรณีที่รับประทานแทนนินเป็นประจำ อาจเกิดมะเร็งได้ สมุนไพรที่มีแทนนิน คือ เปลือกทับทิม เปลือกอบเชย ใบฝรั่ง ใบ/เปลือกสี เสียด ใบชา เป็นต้น

นอกจากสารเคมีทั้ง ๗ กลุ่มดังกล่าว ในพืชสมุนไพร ยังมีสารประกอบอีกหลายชนิด เช่น ไขมัน สเตียรอยด์ (steroid) เป็นต้น ซึ่งสารเหล่านี้บางชนิดก็มีสรรพคุณทางยาเช่นกัน

ส่วนประกอบของพืชสมุนไพร มี ๕ ส่วน คือ ราก ลำต้น ใบ ดอก และผล ดังนั้น

การใช้สมุนไพรต้องทราบให้แน่ชัดว่า จะนำส่วนไหนของพืชมาใช้ เพราะสารสำคัญใน แต่ละส่วนของ พืชอาจต่างกัน หากใช้ผิดส่วน นอกจากจะไม่ให้สรรพคุณที่แท้จริงแล้ว อาจก่อให้เกิด โทษได้อีกด้วย รายละเอียดของส่วนประกอบทั้ง ๕ มีดังนี้<sup>27</sup>

ส่วนที่ ๑ ราก มีหน้าที่สะสมและดูดซึมอาหารมาเลี้ยงบำรุงต้นพืช ลักษณะของรากมีทั้ง รากแท้ รากฝอย การสังเกตรากนั้น ควรดูทั้งรากสดและรากแห้ง ลักษณะภายนอก ขนาดของราก

<sup>26</sup> กลุ่มงานพัฒนาวิชาการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร สถาบันแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข, คู่มือประชาชนในการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย, (กรุงเทพมหานคร : สำนักกิจการรพมพิชังการสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์, ๒๕๔๗), หน้า ๑๖๔.

<sup>27</sup> บุญศรี นุกฤต และคณะ, โรคและสมุนไพร, (กรุงเทพมหานคร : โครงการสวัสดิการวิชาการสถาบันพระบรมชนก, ๒๕๕๑), หน้า ๑๐.

ความเปรี้ยวของเนื้อราก สี กลิ่น รสของราก การที่จะจำแนกรากสมุนไพร ต้องใช้ความชำนาญ พืชสมุนไพรทั่วไปเราจะสังเกตอย่างคร่าวๆและจดจำไว้ แต่ถ้าเป็นสมุนไพรที่ใช้รากมาทำยา จำเป็นต้องสังเกตอย่างละเอียด เพื่อที่จะไม่เก็บสมุนไพรผิดต้นไปรักษาโรค สมุนไพรส่วนที่ใช้ราก เช่น กระชาย แก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ ปลาไหลเผือก แก้ไข้ มะละกอ ใช้ขับปัสสาวะ เป็นต้น

ส่วนที่ ๒ ลำต้น เป็นโครงสร้างที่สำคัญของพืช ปกติเกิดบนดิน หรือมีบางส่วนอยู่ใต้ดิน จะประกอบด้วยตา ข้อ และปล้อง ซึ่งจะแบ่งตามลักษณะภายนอก เช่น ประเภทไม้ยืนต้น ไม้พุ่ม ประเภทหญ้า ประเภทไม้เลื้อย เป็นต้น การสังเกตลำต้น ดูว่าลำต้นของพืช มีลักษณะเป็นอย่างไร ลักษณะตา ข้อและปล้องเป็นอย่างไร แตกต่างจากลำต้นของพืชอื่นอย่างไร สมุนไพรส่วนที่ใช้ลำต้นเป็นยา เช่น อ้อยแดง ใช้แก้อาการขัดเบา บอระเพ็ด ใช้แก้ไข้ เป็นต้น

ส่วนที่ ๓ ใบ เป็นส่วนประกอบที่สำคัญของพืช สังเกตรูปร่างของใบ ปลาย ริม เส้น และเนื้อของใบอย่างละเอียด และอาจเปรียบเทียบลักษณะของใบที่คล้ายคลึงกัน ทำให้จำแนกใบได้ชัดเจนยิ่งขึ้น สมุนไพรที่ใช้เป็นยา เช่น กะเพรา ใช้ได้ทั้งใบสดหรือใบแห้ง แก้ปวดท้อง ท้องขึ้น จุกเสียด จี๊ดเหล็ก รักษาอาการท้องผูก ใบชุมเห็ดเทศ ขี้หรือตาในครกให้ละเอียด เติมน้ำเล็กน้อย ใช้รักษาโรคกลากได้

ส่วนที่ ๔ ดอก ส่วนประกอบของดอกมีความแตกต่างกัน สังเกตลักษณะอย่างละเอียด เช่น กลีบดอก จำนวนกลีบดอก การเรียงตัวของกลีบดอก รูปร่างของกลีบดอก สี กลิ่น เป็นต้น ส่วนของดอกที่ใช้เป็นยา เช่น น้ำมันหอมระเหยในดอกกานพลู มีฤทธิ์ขับลม ชำเชื้อแบคทีเรีย ฤทธิ์ขับพยาธิ ดีปลี แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ เป็นต้น

ส่วนที่ ๕ ผล ผลที่เป็นยา เช่น มะเกลือ ดีปลี มะแว้งต้น กระวาน เป็นต้น สังเกตลักษณะผลทั้งภายนอกและภายใน นอกจากผล เมล็ดภายในผลยังอาจเป็นยาได้อีก เช่น สะแก พักทอง ฉะนั้น ในการสังเกตลักษณะของผล ควรสังเกตลักษณะรูปร่างของเมล็ดไปพร้อมกันด้วย

ส่วนประกอบทั้ง ๕ ส่วน ข้างต้นนี้ จะมีรูปร่างลักษณะ โครงสร้าง และบทบาทหน้าที่แตกต่างกันไป เช่นเดียวกันกับร่างกายมนุษย์ที่มีอวัยวะแตกต่างกัน และต่างก็ทำหน้าที่ซึ่งไม่เหมือนกัน และสำหรับตัวยาในพืชสมุนไพร จะมากหรือน้อย นอกจากขึ้นกับส่วนประกอบของพืชแล้วยังขึ้นกับการเก็บด้วย ซึ่งการเก็บเกี่ยวสมุนไพรที่ใช้เป็นยา ต้องทราบชนิดยา ส่วนที่ใช้เป็นยา ได้แก่ ราก ลำต้น ใบ ดอก หรือผล รวมทั้งอายุของพืช

หลักการนำยาสมุนไพรมาใช้ให้ถูกต้อง มีดังนี้<sup>๒๘</sup>

๑. ใช้ให้ถูกต้อง สมุนไพรมักชื่อพ้องหรือซ้ำกันมาก และสมุนไพรเดียวกัน ในบางท้องถิ่นก็เรียกชื่อไม่เหมือนกัน จึงต้องรู้จักสมุนไพร และใช้ให้ถูกต้อง

๒. ใช้ให้ถูกส่วน ต้นสมุนไพรไม่ว่าจะเป็นราก ใบ ดอก เปลือก ผล และเมล็ดจะมีฤทธิ์ไม่เท่ากัน ผลแก่และผลอ่อน ก็จะมีฤทธิ์แตกต่างกัน ดังนั้น จึงต้องรู้ว่าส่วนใดใช้เป็นยาได้

---

<sup>๒๘</sup> เพ็ญภา ทรัพย์เจริญ, การดูแลสุขภาพแบบพึ่งตนเองด้วยยาสมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน, (กรุงเทพมหานคร : ศูนย์พัฒนาตำราการแพทย์แผนไทยมูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕.

๓. ใช้ให้ถูกขนาด สมุนไพรถ้าใช้น้อยไป ก็รักษาไม่ได้ผล แต่ถ้าใช้มากไป ก็อาจเป็นอันตรายหรือเกิดพิษต่อร่างกายได้

๔. ใช้ให้ถูกวิธี สมุนไพรบางชนิดต้องใช้สด บางชนิดต้องใช้ปนกับเหล้า บาง ชนิดต้องใช้ต้ม จึงจำเป็นต้องรู้จักวิธีใช้ให้ถูกต้อง

๕. ใช้ให้ถูกกับโรค เช่น ท้องผูก ต้องใช้ยาระบาย ถ้าใช้ยาที่มีฤทธิ์ฝาดสมานจะทำให้ท้องผูกมากยิ่งขึ้น

หลักทั่วไปในการเก็บสมุนไพร เพื่อใช้หายา มีดังนี้<sup>๒๙</sup>

๑. ประเภทหัวหรือราก ควรเก็บในช่วงที่พืชหยุดเจริญเติบโต ใบและดอก ร่วงหมด หรือในช่วงต้นฤดูหนาวถึงปลายฤดูร้อน เพราะช่วงนี้รากและหัวมีการสะสมปริมาณของตัวยาไว้ค่อนข้างสูง วิธีการเก็บ ควรใช้วิธีขุดอย่างระมัดระวัง

๒. ประเภทใบหรือเก็บทั้งต้น ควรเก็บในช่วงที่พืชเจริญเติบโตมากที่สุด หรือบางชนิดอาจจะบรูช่วงเวลาการเก็บอย่างชัดเจน เช่น เก็บใบที่ไม่อ่อนหรือแก่จนเกินไป เก็บในช่วงดอกตูม ดอกเริ่มบาน หรือดอกบานเต็มที่ เป็นต้น การกำหนดช่วงเวลาในการเก็บใบจะสัมพันธ์กับ ใบยาที่มีตัวยามากที่สุด วิธีการเก็บ ใช้วิธีเด็ด เช่น กะเพรา ขลุ่ ฝรั่ง ฟ้ายะลวยโจร เป็นต้น

๓. ประเภทเปลือกต้นและเปลือกกราก เปลือกต้นโดยมากจะเก็บระหว่าง ช่วง ฤดูร้อน ต่อกับฤดูฝน ปริมาณยาในพืชสูงและลอกออกง่าย สำหรับการลอกเปลือกต้นนั้น อย่าลอก เปลือกออกทั้งรอบต้น เพราะจะกระทบกระเทือนในการส่งถ่ายอาหารของพืช อาจทำให้ตายได้ ทางที่ดีที่สุดควรลอกจากส่วนกิ่งและแขนงย่อย ไม่ควรลอกออกจากลำต้นของต้นไม้ หรือใช้วิธีลอก ออกในลักษณะครึ่งวงกลม ส่วนเปลือกกรากเก็บในช่วงต้นฤดูฝนเหมาะสมที่สุด เนื่องจากการลอกเปลือกต้น หรือเปลือกกราก เป็นผลเสียต่อการเจริญเติบโตของพืช

๔. ประเภทดอก โดยทั่วไป เก็บในช่วงที่ดอกเริ่มบาน แต่บางชนิด เก็บในช่วง ดอกตูม เช่น กานพลู เก็บในช่วงเปลี่ยนสีเขียวเป็นสีแดง

๕. ประเภทผลและเมล็ด พืชสมุนไพรบางอย่างเก็บในช่วงที่ผลยังไม่สุก เช่น ฝรั่ง เก็บผลอ่อน ใช้แก้ท้องร่วง แต่โดยทั่วไปมักเก็บตอนที่ผลแก่เต็มที่ เช่น มะแว้งต้น มะแว้งเครือ ดีปลี เมล็ดฟักทอง เมล็ดชุมเห็ดไทย เมล็ดสะแก เป็นต้น

สรุปได้ว่า วิธีการเก็บสมุนไพรเพื่อใช้หายามีความสำคัญมาก เพราะการเก็บพืชสมุนไพรแต่ละส่วนประกอบ แต่ละช่วงเวลา ล้วนมีผลต่อคุณภาพและฤทธิ์ของยาทั้งสิ้น สมุนไพรบางชนิด หากเก็บนอกฤดูกาลที่กำหนดไว้อาจเป็นช่วงมีพิษ เมื่อนามาใช้ย่อมเป็นอันตรายได้ นอกจากนี้ถ้าเก็บมาใช้ไม่ถูกส่วน ก็อาจไม่ได้ฤทธิ์ของยาตามสรรพคุณที่ต้องการได้

## ๒.๓ สมุนไพรตามแนวทางพุทธศาสนา

### ๒.๓.๑ พระพุทธานุญาตมูลเภสัช

---

<sup>๒๙</sup> เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, การดูแลสุขภาพแบบพึ่งตนเองด้วยยาสมุนไพรในงานสาธารณสุข, หน้า ๒๐.

มูลเภสัช คือ พืชสมุนไพรที่ใช้รากเป็นยา พระพุทธเจ้าทรงมีพระพุทธานุญาตแก่พระสาวก ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตรากไม้ที่เป็นเภสัช คือ ขมิ้น ขิง ว่านน้ำ ว่านเปราะ อดุพิต ข่า แฝก หัวหมู ภิกษุรับประเคนมูลเภสัชเหล่านั้นแล้วเก็บไว้ใช้ได้ตลอดชีวิต ต่อมีเหตุ (อาพาธ) จึงบริโภคน้ำได้ เมื่อเหตุไม่มี (ไม่อาพาธ) ภิกษุบริโภคน้ำ ต้องอาบัติทุกกฏ”<sup>30</sup>

### ๒.๓.๒ พระพุทธานุญาตกสาลเภสัช

กสาลเภสัช คือ พืชสมุนไพรที่ใช้น้ำผาตเป็นยา พระพุทธเจ้าทรงมีพระพุทธานุญาตแก่พระสาวก ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตน้ำผาตที่ใช่เป็นเภสัช คือ น้ำผาตสะเดา น้ำผาตมูกมัน น้ำผาตกระดอม น้ำผาตขี้กา น้ำผาตบอระเพ็ด น้ำผาตพญามือเหล็ก น้ำผาตกระถินพิมาน เมื่อภิกษุบริโภคน้ำผาต ต้องอาบัติทุกกฏ”<sup>31</sup>

### ๒.๓.๓ พระพุทธานุญาตปณณเภสัช

ปณณเภสัช คือ พืชสมุนไพรที่ใช้ใบเป็นยา พระพุทธเจ้าทรงมีพระพุทธานุญาตแก่พระสาวก ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตใบไม้ที่เป็นเภสัช คือ ใบสะเดา ใบมูกมัน ใบกระดอม ใบขี้กา ใบกะเพรา ใบแมงลัก ใบฝ้าย เมื่อภิกษุรับประเคนปณณเภสัชเหล่านั้นแล้วเก็บไว้ใช้ได้ตลอดชีวิต ต่อมีเหตุ (อาพาธ) จึงบริโภคน้ำได้ เมื่อเหตุไม่มี (ไม่อาพาธ) ภิกษุบริโภคน้ำ ต้องอาบัติทุกกฏ”<sup>32</sup>

### ๒.๓.๔ พระพุทธานุญาตผลเภสัช (ผะ-ละ-เพ-ลัด)

ผลเภสัช คือ พืชสมุนไพรที่ใช้ผลเป็นยา พระพุทธเจ้าทรงมีพระพุทธานุญาตแก่พระสาวก ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตผลไม้เป็นเภสัช คือ ลูกพิลังกาสง ติปาลี พริก สมอไทย สมอพิเภก มะขามป้อม ผลแห้งโกศ เมื่อภิกษุรับประเคนผลเภสัชแล้วเก็บไว้ใช้ได้ตลอดชีวิต ต่อมีเหตุ (อาพาธ) จึงบริโภคน้ำได้ เมื่อเหตุไม่มี (ไม่อาพาธ) ภิกษุบริโภคน้ำ ต้องอาบัติทุกกฏ”<sup>33</sup>

### ๒.๓.๕ พระพุทธานุญาตขตุเภสัช

ขตุเภสัช คือ พืชสมุนไพรที่ใช้ยางเป็นยา พระพุทธเจ้าทรงมีพระพุทธานุญาตแก่พระสาวก ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตยางไม้ที่เป็นเภสัช คือ ยางอันไหลออกจากต้นหิงคุ ยางที่เคี้ยวจากก้านและใบแห่ง ต้นหิงคุ ยางที่เคี้ยวจากใบแห่ง ต้นหิงคุ ยางอันไหลออกจากยอด ไม้ตะกั่ว ยางอันไหลออกจากใบแห่ง ต้นตะกั่ว ยางที่เคี้ยวจากใบ หรือไหลออกจากก้านแห่ง ต้นตะกั่ว ต้นกายาน เมื่อภิกษุรับประเคนขตุเภสัชเหล่านั้นแล้ว เก็บไว้ใช้ได้ตลอดชีวิต ต่อมีเหตุ (อาพาธ) จึงบริโภคน้ำได้ เมื่อเหตุไม่มี (ไม่อาพาธ) ภิกษุบริโภคน้ำ ต้องอาบัติทุกกฏ”<sup>34</sup>

### ๒.๓.๖ พระพุทธานุญาตเกี่ยวกับยาตา

สมัยพุทธกาล มีภิกษุรูปหนึ่งอาพาธเป็นโรคเนย์นตา ลำดับนั้น พระพุทธเจ้าทรงถือเอาเหตุที่ภิกษุรูปนั้นอาพาธด้วยโรคเนย์นตา จึงทรงมีพระพุทธานุญาตแก่พระสาวก ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย

<sup>30</sup> วิ.มหา (ไทย) ๕/๒๖๓/๔๖.

<sup>31</sup> วินย.ม. (ไทย) ๕/๒๙/๓๙.

<sup>32</sup> วินย.ม. (ไทย) ๕/๓๐/๔๐.

<sup>33</sup> วินย.ม. (ไทย) ๕/๓๑/๔๐.

<sup>34</sup> วินย.ม. (ไทย) ๕/๔/๕๕.

เราอนุญาตยาตา คือ ยาตาที่ปรุงด้วยเครื่องปรุงหลายอย่าง.....คุณกรภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาต ไม้จันทน์ กฤษณา กะลัมพิก ใบเฉียง หัวหมู...”<sup>35</sup>

### ๒.๓.๗ พระพุทธานุญาตเภสัช ๕

เรื่องเภสัชทั้ง ๕ นี้ พระพุทธเจ้าทรงมีพระพุทธานุญาตไว้ดังนี้ “...เภสัชอันควรลิ้มของภิกษุผู้อาพาธ คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ภิกษุรับประเคนเภสัชทั้งห้าแล้ว พึงเก็บไว้ฉันได้ ๗ วันเป็นอย่างยิ่ง ภิกษุเก็บไว้ให้เกินกำหนดนั้นไป (ล่วงเกิน ๗ วัน) พึงปรับอาบัติตามธรรม...”<sup>36</sup>

### ๒.๓.๘ พระพุทธานุญาตถั่วเขียว

สมัยพุทธกาล ได้มีการนำเอาถั่วเขียวมาใช้เป็นพืชสมุนไพรด้วย พระองค์ตรัสว่า “คุณกรภิกษุทั้งหลาย ถั่วเขียว แม้ที่ต้มแล้ว ถ้ายังงอกได้ เราอนุญาตให้ฉัน ถั่วเขียว ได้ตามสบาย”<sup>37</sup>

### ๒.๓.๙ พระพุทธานุญาต ผลไม้ที่ใช้เพาะพันธุ์ไม่ได้

หากภิกษุต้องการผลไม้บางชนิดมาใช้ประโยชน์ในการประกอบยา หรือเป็นอาหาร แม้จะไม่มีผู้เก็บถวาย ภิกษุสามารถเก็บฉันเองได้ พระองค์ตรัสอนุญาตแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “คุณกรภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตให้ฉันผลไม้ที่ใช้เพาะพันธุ์ไม่ได้ หรือที่ปล่อนเมล็ดออกแล้ว”<sup>38</sup>

จากพืชสมุนไพรที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาต ตามที่กล่าวมานั้น มีอยู่หลายประเภท แต่ละประเภทก็มีพืชสมุนไพรที่ปรากฏหลายชนิด บางชนิดใช้ใบเป็นยา เรียกว่า “ปณฺณเภสัช” บางชนิดใช้ราก หรือเหง้าเป็นยา เรียกว่า “มุลเภสัช” บางชนิดใช้ยางของพืชนั้น ๆ เป็นยา เรียกว่า “ชฺตุเภสัช” บางชนิดใช้น้ำผดจากพืชนั้น ๆ เป็นยา เรียกว่า “กสาวเภสัช” เภสัชที่กล่าวแล้ว พระพุทธเจ้าจะทรงอนุญาตพืชสมุนไพรชนิดใด อย่างไหน พระองค์ทรงคำนึงถึงความเหมาะสมแก่สมณวิสัย ไม่ได้เกิดการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น รวมไปถึงสรรพสัตว์ทั้งหลาย และที่สำคัญ ต้องไม่ขัดต่อพระวินัยที่ทรงบัญญัติไว้แล้วด้วย

พืชสมุนไพรที่มีพระพุทธเจ้าทรงรับรอง ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎกนั้น บางชนิดกล่าวไว้แต่เพียงว่า ทรงอนุญาตให้ใช้เป็นยาได้เท่านั้น มิได้ระบุว่าใช้เป็นยาอะไร รักษาโรคอะไรได้บ้าง ที่กล่าวไว้ชัดเจน เห็นจะเป็นพระพุทธานุญาตเกี่ยวกับยาตาเท่านั้น ที่บอกให้รู้ว่าใช้เป็นยาตา และการศึกษาวิจัยครั้งนี้ จะมุ่งศึกษาเฉพาะพืชสมุนไพรที่มีพระพุทธเจ้าทรงรับรองเป็นหลัก

ดังนั้นการที่มีข้ออนุญาตเป็นพิเศษในบางสิ่งบางอย่างเกี่ยวกับการใช้เภสัชหรือสมุนไพร อันจะเป็นประโยชน์ต่อการบำบัดรักษาโรคให้หาย จึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่งที่ควรศึกษาและปฏิบัติให้ถูกต้อง เพื่อให้เกิดความปลอดภัยในชีวิตและมีสุขภาพที่ดีต่อไป

## ๒.๔ การใช้สมุนไพรตามพุทธานุญาตและสรรพคุณ

<sup>35</sup> วินย.ม. (ไทย) ๕/๓๑/๔๐.

<sup>36</sup> วินย.ม. (ไทย) ๕/๔/๕๕.

<sup>37</sup> วินย.ม. (ไทย) ๕/๔๘/๕๖.

<sup>38</sup> วินย.ม. (ไทย) ๕/๕๖/๖๔.

ดังกล่าวมาแล้วว่า สมัยพุทธกาล ได้มีการนำพืชชนิดต่าง ๆ มาใช้ในรูปของสมุนไพรรักษาโรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในหมู่พระสาวกหรือพุทธบริษัทเหล่าอื่น และพระพุทธศาสนายังได้กล่าวถึงสาเหตุหรือสมุฏฐานของโรคที่เกิดขึ้นในร่างกายของมนุษย์ว่า อาจมีสาเหตุมาจากสมุฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายอย่าง ดังนี้ ๑. อาพาธมีดีเป็นสมุฏฐาน ๒. อาพาธมีเสมหะเป็นสมุฏฐาน ๓. อาพาธมีลมเป็นสมุฏฐาน ๔. อาพาธมีไข้สันนิบาต ๕. อาพาธอันเกิดแต่ฤดูแปรปรวน ๖. อาพาธอันเกิดแต่การบริหารไม่สม่ำเสมอ ๗. อาพาธอันเกิดแต่ความเพียรเกินกำลัง และ ๘. อาพาธอันเกิดแต่วิบากกรรม ความหนาว ความร้อน ความหิว ความกระหาย ปวดอุจจาระ ปวดปัสสาวะ”<sup>39</sup>

เมื่อร่างกายของมนุษย์เกิดความผิดปกติ อันเนื่องมาจากสมุฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายอย่างดังกล่าวมา ก็จะทำให้เกิดการเจ็บป่วย ไม่สบาย (เป็นโรค) และพระพุทธศาสนายังได้กล่าวถึงโรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในร่างกายของมนุษย์ไว้ด้วย มีโรคตา โรคหู โรคจมูก โรคลิ้น โรคกาย โรคศีรษะ โรคที่ใบหู โรคปาก โรคฟัน โรคไธ โรคหืด โรคไข้หวัด โรคไข้พิษ โรคไข้เชื้อซิม โรคในท้อง โรคลมสลบ โรคบิด โรคจุกเสียด โรคลงราก โรคเรื้อน โรคฝี โรคกลาก โรคมอญคร่อ โรคลมบ้าหมู โรคหิด เปื่อย โรคหิดดำ โรคคุดทะราด โรคหูด โรคละออง โรคบวม โรคอาเจียนโลหิต โรคดีเดื้อด โรคเบาหวาน โรคเรื้อน โรคพุพอง โรคจริตสิดวง<sup>40</sup>

มนุษย์รู้จักการใช้ยาสมุนไพรรักษาโรคนานแล้ว เพราะว่าสมุนไพรมีสารต่าง ๆ ที่มีคุณในทางยาและสารเคมีเหล่านั้นให้คุณในทางบำบัดรักษาโรค โรคเมื่อเกิดขึ้นกับผู้ใดย่อมได้รับความทุกข์ เพราะทุกข์ที่เกิดจากโรคทางกายจะต้องหาวิธีการรักษาในทางพุทธศาสนา เมื่อมีภิกษุอาพาธขึ้นมา พระองค์ทรงอนุญาตให้แสวงหาเภสัชพร้อมทั้งเครื่องอุปกรณ์ปรุงยาตนเอง เพื่อรักษากันไปตามมีตามเกิดในช่วงต้นพุทธกาล

การรักษาโรคด้วยสมุนไพรมานานแล้วจะต้องรู้สาเหตุของการเจ็บป่วยแล้วค่อยรักษาตามอาการของโรค แต่ถ้าหากการเจ็บป่วยที่มีสาเหตุมาจากโรคทางกายแล้ว ต้องใช้ยาสมุนไพรรักษา เพราะว่ายาเป็นสิ่งจำเป็นแก่ชีวิต ยาเป็นปัจจัยสำคัญ เพราะยาก็รวมอยู่ในปัจจัย ๔ มนุษย์เรามีโรคประจำตัวคือ ร่างกายเป็นรังแห่งโรค

เมื่อมีโรคเกิดขึ้นในร่างกายของมนุษย์ ทำให้เกิดการเจ็บป่วย มนุษย์ก็ได้พยายามหาวิธีการป้องกัน เยียวยารักษาด้วยวิธีการต่าง ๆ หลักฐานการใช้สมุนไพรรักษาโรคปรากฏในพระไตรปิฎก เป็นเครื่องแสดงให้ทราบถึงความพยายามของมนุษย์สมัยพุทธกาล ที่ได้พยายามหาวิธีป้องกันเยียวยารักษาโรคภัยต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นด้วยสมุนไพรรักษาตามธรรมชาติ ความรู้เรื่องสมุนไพรมานานแล้วแพร่หลายแม้กระทั่งในหมู่พระสาวก ดังจะเห็นได้จาก เมื่อพระพุทธเจ้าอนุญาตให้พระภิกษุใช้สมุนไพรรักษาโรคใดแก่พระสาวกแล้ว พระสาวกก็ใช้กันตัวเอง ดังนั้น พระสาวกต้องมีความรู้เรื่องสมุนไพรรักษาโรคเป็นอย่างดี ประกอบกับสมัยพุทธกาลนั้น ธรรมชาติมีความอุดมสมบูรณ์ เป็นแหล่งสมุนไพรมานานแล้วอีกด้วย และพืชสมุนไพรรักษาโรคที่พระพุทธเจ้าอนุญาตแก่พระสาวกนั้น คงจะเป็นพืชสมุนไพรรักษาโรคที่ใช้อย่างแพร่หลายและได้ผล อีกอย่างหนึ่งคือ เมื่อพระสาวกเกิดอาพาธ และมีความจำเป็นต้องใช้สมุนไพรรักษา ได้กราบทูลขอพระบรม

<sup>39</sup> อัง ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๑๓.

<sup>40</sup> อัง ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๑๓.

พุทธานุญาตจากพระพุทธเจ้า พระองค์ทรงพิจารณาและทรงอนุญาตสมุณไพรประเภทนั้น ๆ แก่พระสาวกทันที แสดงให้เห็นถึงพระปรีชาสามารถของพระพุทธองค์ทางการแพทย์

สำหรับการใช้สมุนไพรตามพุทธานุญาตนั้น พระครูอินทสารวิจักษ์ อินทสโร (กิจไร) <sup>41</sup> กล่าวว่า

“เภสัช ๕” ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย เป็นทั้งยาและมีคุณประโยชน์ทางโภชนาการ ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธด้วยโรคผอมเหลืองฉันอาหารไม่ได้รับประเคนเก็บไว้ฉันได้นาน ๗ วัน และฉันได้ตลอดเวลา สรรพคุณ แก้วโรคผอมเหลือง<sup>42</sup>

“น้ำมันเหลวที่เป็นยา” ได้แก่ มันเหลวหมี ปลาฉลาม มันเหลวหมู มันเหลวลา ทรงอนุญาตให้ภิกษุอาพาธรับประเคนและฉันในเวลากลางวันเรียกว่าเพลเท่านั้น สรรพคุณ แก้วไข

“ใบไม้ชนิดต่าง ๆ ที่ใช้เป็นยา” ได้แก่ ใบสะเดา ใบมูกมัน ใบกระดอม ใบขี้กา ใบกะเพรา ใบแมงลัก ใบฝ้าย หรือใบไม้ที่เป็นยาชนิดอื่นซึ่งไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุอาพาธรับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ฉันได้เฉพาะที่จำเป็น

“รากไม้ชนิดต่าง ๆ ที่ใช้เป็นยา” ได้แก่ ขิงสด ว่านน้ำ ว่านเปาะ อดพิต ข่า แฝก หัวหมู หรือรากไม้ชนิดอื่น ๆ ที่ใช้เป็นยา แต่ไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุอาพาธรับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ฉันได้เฉพาะที่จำเป็น

“น้ำผัดชนิดต่าง ๆ ที่ใช้เป็นยา” ได้แก่ น้ำผัดสะเดา น้ำผัดโมกมัน น้ำผัดขี้กา น้ำผัดบอระเพ็ด น้ำผัดกระถินพิมาน หรือน้ำผัดชนิดอื่น ๆ ที่ใช้เป็นยา ที่ไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุอาพาธรับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ฉันได้เฉพาะที่จำเป็น

“ผลไม้ชนิดต่าง ๆ ที่ใช้เป็นยา” ได้แก่ ลูกพลีลังคะ ดีปลี พริก สมอไทย สมอพิเภก มะขามป้อม ผลโกฐ และผลไม้ที่เป็นยาชนิดอื่น ๆ ที่ไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุอาพาธรับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ฉันได้เฉพาะที่จำเป็น

“ยางไม้ชนิดต่าง ๆ ที่ใช้เป็นยา” ได้แก่ ยางเคียวจากหิงคุ ยางเคียวจากเปลือกหิงคุ ยางจากยอดต้นตันตะ ยางจากใบตันตะ ยางเคียวจากต้นตะ กายาน หรือยางจากชนิดอื่น ๆ ที่ใช้เป็นยา ที่มีอยู่ ที่ไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุอาพาธรับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ฉันได้เฉพาะที่จำเป็น

“เกลือชนิดต่าง ๆ” ได้แก่ เกลือสมุทร เกลือดา เกลือสินเธาว์ เกลือดินโป่ง เกลือหุง หรือเกลือที่เป็นยาชนิดอื่น ๆ ที่มีอยู่ ที่ไม่ใช่ของเคี้ยวของฉัน ทรงอนุญาตให้ภิกษุอาพาธรับประเคนแล้วเก็บไว้ได้ ฉันได้เฉพาะที่จำเป็น

“ยาผงชนิดต่าง ๆ ที่ใช้เป็นยา” ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่อาพาธเป็นโรคฝีดาษ หิด ตุ่ม พุพอง ใช้ทาเพื่อไม่ให้หน้าเหลืองที่ไหลเยิ้มออกมาที่ปิตตะเกาะกับจิวรและผิวหนังจนทำให้แกะออกลำบาก สรรพคุณ แก้วโรคฝีดาษ หิด ตุ่ม พุพอง

<sup>41</sup> พระครูอินทสารวิจักษ์ อินทสโร (กิจไร), “ศึกษาการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสถที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๕๔-๕๖.

<sup>42</sup> วิ.มหา (บาลี) ๕/๒๕-๔๓/๓๘-๑๓๒.

“มูลโค ดินเหนียว กากน้ำย้อม” ทรงอนุญาตให้ใช้ทาด้ปลิ้นตัวแรง สรรพคุณ ด้ปลิ้นตัวแรง

“ยาทาตา” ที่ทำด้วยเครื่องปรุงต่าง ๆ เช่น หรดาล กลีบทอง เขม่าไฟ ทรงอนุญาตให้รักษาที่เป็นโรคทางตา ทาเป็นยาทาตา ยาป้ายตา สรรพคุณ แก้โรคตา

“เครื่องผสมยาตา” ได้แก่ ไม้จันทน์ กฤษณา กลัมพัก หัวหมู ทรงอนุญาตให้ใช้ยาหยอดตา ยาป้าย ตาที่ปรุงด้วยเครื่องดังกล่าวได้ สำหรับรักษาโรคตา สรรพคุณ แก้โรคตา

“น้ำมัน ยานัตถ์ และการสูดควัน” ใช้รักษาโรคปวดร้อนที่ศีรษะ ทรงอนุญาตน้ำมันสำหรับโรคปวดศีรษะ ถ้ายังไม่หายอนุญาตให้ฉันัตถ์ยา และสูดควันได้ สรรพคุณ แก้ปวดศีรษะ

“น้ำมันหุง และน้ำมาเจือด้วยน้ำมันหุง” ทรงอนุญาตให้ฉันน้ำมันหุงและน้ำมาที่เจือด้วยน้ำมันหุงที่ไม่เกินขนาดได้ แต่ถ้าฉันน้ำมันหุงที่เจือน้ำมาเกินขนาด ทรงอนุญาตให้ใช้ทาเท่านั้น รักษาไค้ต้ม ต้องอาบัติตามธรรม (ปรับอายุต์ปาจิตติย) (ขนาด คือ ไม่มีสี ไม่มีกลิ่น ไม่มีรส)<sup>43</sup> พระปิลินทวัจจะฉันันยานี้ สรรพคุณ แก้ไข้

“เขาสัตว์กอกกระบายโลหิตออก” ทรงอนุญาตให้ใช้ เขาสัตว์กอก ระบายโลหิตออกสำหรับแก้ลมขัดยอตามข้อ สรรพคุณ แก้โรคลมขัดยอตามข้อ

“ยาทาเท้า” ทรงอนุญาตยาทาเท้าสำหรับโรคเท้าแตกแต่ถ้ายังไม่หายทรงอนุญาตให้ประน้ามันทาเท้า

ยามหาวิภู ได้แก่ คุณ มูตร เถ้า ดิน พระองค์ทรงอนุญาตให้เจือน้าฉันแก้พิษงู สรรพคุณ แก้พิษงู

“น้ำดื่มเจือคุณ” ทรงอนุญาตให้เจือน้าฉันแก้พิษยา สรรพคุณ แก้ยาพิษ

“น้ำละลายจากดินติตผาลไถ” ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคเสนห์ยาแฝด สรรพคุณ แก้โรคเสนห์ยาแฝด

“น้ำต่างดิบ” ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคท้องผูก สรรพคุณ แก้ท้องผูก

“น้ำสมอดองมูตรโค” ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคผอมเหลือง สรรพคุณ แก้โรคผอมเหลือง

“สมุนไพรหอม” ทรงอนุญาตให้ฉันแก้โรคผิวน้ำ สรรพคุณ แก้ผิวน้ำ

“ยาถ่าย” ทรงอนุญาตใช้สำหรับแก้โรคท้องผูก สรรพคุณ แก้โรคท้องผูก

“ยาตองโลณโสจิริกะ” ธิญญาติทุกชนิด (ยาปรุงด้วยส่วนผสมหลายอย่าง) ทรงอนุญาตให้เจือน้าดื่มอย่างน้าปานะสำหรับใช้แก้โรคลมในท้อง สรรพคุณ แก้โรคลมในท้อง

“เหง้าบัวและรากบัว” พระสารีบุตรใช้ฉันสำหรับแก้โรคร้อนในกาย สรรพคุณ แก้โรคร้อนในกาย

“ก้านอุบลอบ” พระพุทธเจ้าได้รับการถวายจากหมอชีวกใช้สุดคมสำหรับแก้โรคการหมักหมมสิ่งอันเป็นโทษในร่างกาย<sup>44</sup> สรรพคุณ แก้โรคหมักหมมสิ่งอันเป็นโทษในร่างกาย

<sup>43</sup> วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๙.

<sup>44</sup> วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๐-๓๓๖/๔๓-๑๙๗.

“กระเทียม” ตามปกติพระองค์ทรงห้ามฉันกระเทียม เพราะส่งกลิ่นรบกวนผู้มาฟังธรรม ครั้งทรงทราบว่าภิกษุอาพาธด้วยโรคลมเสียดท้อง ฉันกระเทียมแล้วหาย จึงทรงอนุญาตให้ฉันเฉพาะยามอาพาธ<sup>45</sup> สรรพคุณ แก้โรคลมเสียดท้อง

“น้ำส้ม น้ำผึ้ง เนยใส น้ำอ้อย” ทรงอนุญาตให้ใช้ร่วมกัน สำหรับรักษาโรคลงแดง<sup>46</sup> สรรพคุณ แก้โรคลงแดง

“น้ำมันที่ใชผสมยาต่าง ๆ” ทรงอนุญาตให้ใช้รักษาโรคผอมเหลือง<sup>47</sup> สรรพคุณ แก้โรคผอมเหลือง

“น้ำอ้อย” พระพุทธเจ้าทรงประหารด้วยโรคลม พระอุปัฏฐากได้เตรียมน้ำร้อนให้สรองสนาม และใช้ขิงน้ำอ้อยกับน้ำร้อนถวายให้ฉัน (ดื่ม)<sup>48</sup> สรรพคุณ แก้โรคลม

“อุปกรณ์สำหรับใช้ปรุงยาและเก็บรักษายา” พระพุทธเจ้าทรงมีพุทธานุญาตให้ใช้อุปกรณ์ปรุงยาและเก็บรักษายา ตามที่กล่าวไว้ในพระไตรปิฎก หมวดเภสัชขันธกะ<sup>49</sup> ดังนี้ ครกและสาก เครื่องร่อนยาผงและผ้าร่อนยา กลักยาตา และไม้ป้ายยาตา ภาชนะสำหรับเก็บไม้ป้ายยาตา

กล้องยานัตถ์ กล้องสูดควัน ฝาปิดกล้องสูดควัน ชนิดที่ทำด้วยกระดูก ทาด้วยงา ทาด้วยเขา ทาด้วยอ้อ ทาด้วยไม้ไผ่ ทาด้วยยางไม้ ทาด้วยโลหะ ทาด้วยเปลือกสังข์ ลักจันที่ทำด้วยโลหะ ทาด้วยผลไม้ใช้บรรจุน้ำมันหุง อาน้ำ ใช้ใส่ต้มใบไม้ชนิดต่างๆ ให้ภิกษุอาบหรือแช่รักษาโรคลม และเขาสัตว์สำหรับกรอกระบายโลหิต<sup>50</sup> กระจกหรือภาชนะ สำหรับตรวจดูแผลบนใบหน้า ผ้ารัดเข้าไม้แคหู่และของที่ห่อ ไม้บังเวียน กบปียภูมิ<sup>51</sup>

จากการที่ได้ศึกษาค้นคว้ามาพบว่า สมุนไพรรหรือเภสัชที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตแก่พระสาวกให้นำมาใช้เป็นยามียอยู่หลายชนิด ซึ่งสมุนไพรรแต่ละชนิดก็มีสรรพคุณในการบำบัดรักษาโรคที่แตกต่างกันออกไปในแต่ละชนิด ในที่นี้ผู้วิจัยจะขอกล่าวถึงการใช้สมุนไพรรว่ามีสรรพคุณในการรักษาโรคอย่างไรบ้าง ตามที่พระมหาปองปรีดา ปริบุญโญ (จาปาศรี)<sup>52</sup> ได้กล่าวไว้ว่า เมื่อโรคภัยไข้เจ็บเกิดขึ้นกับร่างกาย ควรที่จะหาวิธีการรักษาร่างกายให้มีสุขภาพดีขึ้นดังเดิม ทั้งนี้เพื่อให้ชีวิตดำเนินไปได้ด้วยดีไม่มีปัญหาด้านสุขภาพ พระพุทธองค์ทรงเล็งเห็นความสำคัญในการรักษาสุขภาพดังกล่าว จึงได้ทรงกำหนดให้พระอุปัชฌาย์บอกนิสสัยแก่ผู้บวชใหม่ว่า พระสงฆ์ที่บวชเข้ามาในพระพุทธศาสนา เมื่อป่วยไข้ควรใช้ยาตองน้ำมันตรักษาโรคโดยให้ถือปฏิบัติตลอดชีวิต ส่วนยาที่ได้มาภายหลัง คือ เนยใส

<sup>45</sup> วิ.จู (ไทย) ๗/๒๘๙/๗๔.

<sup>46</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๘๕/๕๒๔.

<sup>47</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๘๔/๕๒๔

<sup>48</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๘๘/๒๘๗-๒๘๘.

<sup>49</sup> วิ.มหา (บาลี) ๕/๒๕-๔๓/๓๘-๑๓๒.

<sup>50</sup> วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๖๔-๒๖๗/๔๙-๕๗.

<sup>51</sup> วิ.จู (ไทย) ๗/๒๔๔, ๒๔๗, ๒๗๖, ๒๗๗, ๒๙๕/๗, ๙, ๖๔-๖๕., กบปียภูมิ หมายถึง ชื่อเรียกสถานที่เก็บโภชนาหารและเภสัชสำหรับสงฆ์ และดูเพิ่มเติมใน วิ.อ. (บาลี) ๓/๒๙๕/๑๘๒-๑๘๓.

<sup>52</sup> พระมหาปองปรีดา ปริบุญโญ (จาปาศรี), “การป้องกันและการรักษาโรคตามหลักพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๘๘-๑๑๕.

เนยชั้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ถือว่าเป็นอติเรก लाभหรือยาที่ได้มาเป็นส่วนเกิน<sup>53</sup> เมื่อร่างกายไม่มีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียนแล้ว ก็สามารถปฏิบัติธรรมหรือทำงานอย่างอื่นได้ด้วยดี อนึ่ง การรักษาผู้ป่วยให้หายขาดจากโรคทางกายได้หรือไม่นั้น พระพุทธองค์ได้แบ่งผู้ป่วยออกเป็น ๓ กลุ่ม คือ

(๑) ผู้ป่วยโรคบางชนิด จะรักษาหรือไม่ก็ตาม ก็ไม่อาจจะหายจากโรคได้

(๒) ผู้ป่วยโรคบางชนิด จะรักษาหรือไม่ก็ตาม ย่อมหายป่วยได้เอง

(๓) ผู้ป่วยที่ต้องได้รับการรักษาเท่านั้น จึงหายป่วย เมื่อไม่ได้ก็ไม่หาย<sup>54</sup>

จากกรณีกลุ่มที่ ๓ นี้เอง พระพุทธองค์จึงทรงอนุญาตให้คนเราอาศัยความอนุเคราะห์ช่วยรักษาผู้ป่วยให้หายจากโรคด้วยสมุนไพร แม้บางครั้งโรคอาจจะไม่หาย แต่ผู้ป่วยก็ควรได้รับความเมตตาจากแพทย์ เป็นต้น

### การใช้สมุนไพรตามกลุ่มของโรคต่าง ๆ

การรักษาโรคที่จะกล่าวต่อไปนี้เป็น การรักษาโรคตามที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะพระไตรปิฎกและอรรถกถา ซึ่งมีข้อที่น่าสังเกตดังนี้

(๑) การรักษาโรคโดยมากนั้น ไม่ได้บอกขั้นตอนรายละเอียดไว้มาก เพียงแต่บอกว่าได้ใช้เภสัชชนิดนี้รักษาโรคนี้เท่านั้น อาการก็หายเป็นปกติ ส่วนการรักษาโรคที่บอกวิธีการรักษาไว้อย่างละเอียดนั้น ปรากฏว่ามีเป็นส่วนน้อย

(๒) ผู้ป่วยโดยส่วนมากมักจะเป็นพระภิกษุ ดังนั้นการนำเภสัชบางชนิดมาใช้ และขั้นตอนการรักษานั้น จึงได้รับการอนุญาตจากพระพุทธองค์ก่อน โดยภิกษุจะกราบทูลให้พระองค์ทราบ และทรงอนุญาตให้ใช้และให้ปฏิบัติตามภายหลัง หรือบางครั้งการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เป็นอันตรายเมื่อทรงทราบก็ทรงห้ามกระทำเช่นนั้นอีก โดยบัญญัติสิกขาบทให้ศึกษาและปฏิบัติตาม

### กลุ่มที่ ๑ โรคทางผิวหนัง

(๑) การรักษาโรคผิวหนังทั่วไป มีภิกษุรูปหนึ่งอาพาธเป็นโรคผิวหนัง (ฉวีโรโค) ได้รักษาด้วยการใช้ของหอมไล่ทา (คนธาเลป)<sup>55</sup> และเมื่อเป็นโรคพุพอง สีว ฝิ อีสุกอสี และมิกลิ้นตัวแรง (กณทุ, ปิณฑา, อสสาโว, ฤทธลจฉา, กาโย ทุกคณโธ) ให้ใช้จุนเภสัชหรือยาผง เช่น จุนแห่งไม้ซีก (จามูรี) และดอกคา เป็นต้น (สิริโส โกสมพ) หรือจุนแห่งเครื่องหอมทุกอย่างก็ได้<sup>56</sup> ส่วนผู้ที่ไม่อาพาธให้ใช้โคมัยหรือขี้วัว ดินเหนียว กากน้าย่อม (ฉกน , มตติกา, รชนนิปุก) โดยให้ใช้ครกและสากบดยา<sup>57</sup> อาจจะใช้เครื่องกรองยาผง (จุนณจาลิน) ผ่ากรอง (ทุสจาลน) เพื่อให้ได้ยาผงละเอียด (สณหเภสชช)<sup>58</sup> หรือจะใช้จุนผงดังกล่าวมาแช่น้ำอาบก็ได้<sup>59</sup>

### (๒) โรคเรื้อน (กฏฐ) มีวิธีการรักษาดังนี้

<sup>53</sup> ปุติมุตตเภสชช นิสสาย ปพพชชา ตตต เต ยาวชีว อุตสาโห กรณียอ อติเรกลาโภ สปปิ นวนินต เถลมธู ผาณิต . วิ.ม. (บาลี) ๔/๘๗/๑๐๖-๑๐๗.

<sup>54</sup> อง.ติ.ก. (บาลี) ๒๐/๔๖๑/๒๕๑; อภิ.ปุ. (บาลี) ๓๖/๖๐๐/๑๖๓-๑๖๔.

<sup>55</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๔/๕๒.

<sup>56</sup> วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๘๙.

<sup>57</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๔/๔๓-๔๔.

<sup>58</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๕/๔๔.

<sup>59</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๓/๒๘๓/๒๗๗. (ไม่ระบุรายละเอียดอะไรมาเป็นแต่กล่าวถึงเท่านั้น)

การอบกาย โรคเรื้อรังชนิดทำให้ตัวเป็นแผลสุกไหม้ มีหนอง خون ไซ มีอาการคัน ควรรักษาด้วยการรมควันหรือการอบกายประกอบกับการใช้ยาอย่างอื่น<sup>60</sup> การรักษาด้วยวิธีนั้นสามารถทำให้แผลเรื้อรังแห้งและหายได้เร็ว

**(๓) การรักษาโรคฝี (คณโท)** ฝักรูปหนึ่งเป็นโรคนี้ ได้รักษาด้วยการผ่าตัด (สตถกมม) แล้วสมานแผลด้วยน้ำฝาดและน้ำมันงาที่บดแล้ว (กสาโวทกฏ, ติลกโก) เมื่อไม่หายก็ใช้ยาพอกแผล (กพพิกา) แล้วใช้ผ้าพันแผลไว้ (วณพณนโจโล) เมื่อเกิดอาการคันขึ้นก็ชะล้างแผลด้วยน้ำแบ่งเมล็ดพรรณผักกาด (สาสปกุช) เมื่อแผลขึ้นเป็นฝักให้รมควัน หากมีหนองยื่นออกมาให้ตัดด้วยก้อนเกลือ หากแผลไม่งอกก็ให้ทาด้วยน้ำมันสำหรับทาแผล (วณเตล) เมื่อน้ำมันไหลเยิ้มก็ใช้ผ้าเก่าซับน้ำมัน (วิกาสิก) สำหรับผ้าซับแผลนี้ใช้ได้กับบาดแผลทุกชนิด<sup>61</sup> นอกจากนั้นผ้าปิดฝีหรือผ้าปิดแผลก็สามารถใช้กับผู้ป่วยที่เป็นโรคฝี สุกใส โรคอันมีน้ำหนองน้ำเหลืองเประเปื้อน และฝีดาษโดยผ่านันให้ยาว ๔ คืบ ด้านกว้าง ๒ คืบ ด้วยคืบสุคต (ยาวประมาณ ๔๐ นิ้ว กว้าง ๒๐ นิ้ว)<sup>62</sup>

**(๔) การรักษาโรคหิด (กัจฉ, ทททุ)** การรักษาโรคนี้ไม่มีรายละเอียดมาก เพียงแต่กล่าวถึงอุปกรณ์ในการรักษาเท่านั้น เช่น ฝักรูปหนึ่งอาพาธเป็นโรคหิด (กัจฉโรคาพาธ) ได้ใช้ไม้บังเวียนที่มีได้จักเป็นฟันมังกร (มุลลกา)<sup>63</sup> [คงจะเอาไว้สำหรับเกาแผล] เมื่อมีบาดแผลที่ใบหน้าก็ให้ใช้กระจก (อาทาส อุกปตต) หรือวัตถุอื่นใด ส่องดูบาดแผลได้<sup>64</sup>

นอกจากนั้นผู้ป่วยสามารถสวมรองเท้าได้ (อุปาหน) สำหรับผู้ป่วยที่มีเท้าชอกช้ำ เท้าแตก ผู้ป่วยเป็นโรคคุดทะราดหรือโรคหนองที่เท้า (วิตจฉิกา, ซิลปาโท) ซึ่งเป็นโรคติดต่อมีแผลเรื้อรัง แผลบานเหวอะหะ มีกลิ่นเหม็น ทำให้เกิดแผลติดเชื้อขยายออกไปอีก<sup>65</sup>

อีกโรคหนึ่งคือโรคอีสุกอีใส (ถุลลจฉนา) ท่านพระเวลัญฐสีสะป่วยเป็นโรคนี้ ผ่านงุ่มห่มรังอยู่ที่ลำตัวเพราะน้ำเหลืองที่ไหลออกมา ฝักรูปทั้งหลายเอาน้ำลาดลงที่ฝ่าห่มให้เปียกชุ่มแล้วค่อย ๆ ดึงฝักรออกมา พระพุทธองค์จึงทรงอนุญาตให้ใช้ผ้าปิดฝีหรือผ้าปิดแผล แก่ผู้ที่ป่วยเป็นโรคฝีพุพอง สิว ฝีดาษ หรืออีสุกอีใส<sup>66</sup> โรคกลาก โรคหูด โรคพุพอง ไม่มีปรากฏถึงวิธีการรักษา เพียงแต่กล่าวถึงหมอซีวกได้ทาการรักษาพระสงฆ์ที่บวชเข้ามารักษาโรคระบาด ๕ ชนิด คือ เรื้อน ฝี กลาก มองคร่อ โรคลมบ้าหมู จนหายแล้วก็สึกไป<sup>67</sup>

## กลุ่มที่ ๒ โรคในระบบทางเดินอาหาร

**(๑) การรักษาโรคท้องอืด (อลสโก)** พระเจ้าปเสนทิโกศลได้เสวยสุขาหารเป็นอันมาก ทรงอืดอืดพระวรกายเมื่อได้เข้าเฝ้าพระพุทธองค์ ๆ ได้ตรัสเตือนว่า “มนุษย์ผู้มีสติอยู่ทุกเมื่อ รู้จักประมาณ ในโภชนาที่ได้มา ย่อมมีเวทนาเบาบาง เขาย่อมแก่ช้า ครองอายุได้ยืนนาน” เมื่อกลับถึง

<sup>60</sup> วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๘๙.

<sup>61</sup> วิ.ม. ๕/๔๒/๕๐.

<sup>62</sup> วิ.ม. (บาลี) ๒/๗๖๘-๗๖๙/๕๐๗.

<sup>63</sup> วิ.จู. (บาลี) ๗/๙/๔.

<sup>64</sup> วิ.จู. (บาลี) ๗/๑๕-๑๖/๖-๗

<sup>65</sup> ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕, หน้า ๑๘๙.

<sup>66</sup> วิ.ม. (บาลี) ๗/๑๕๗/๒๑๖-๒๑๗.

<sup>67</sup> วิ.ม. (บาลี) ๔/๑๐๑/๑๔๘.

พระราชวังทรงใช้มานพคนหนึ่งเป็นผู้ให้พระสติแก่พระองค์ โดยกล่าวพุทธภาษิตนั้นให้สดับ เวลาเสวยอาหารใกล้อัมพระองค์ก็หยุดเสวย ต่อมาทรงมีพระวรกายกระปรี้กระเปร่าดีขึ้น<sup>68</sup>๖๒ การทานอาหารด้วยความพอดี ก็จะไม่ทำให้ร่างกายอืดอืด ร่างกายรับสารอาหารที่เพียงพอ กระเพาะอาหารทำงานได้ดี อาหารย่อยง่าย ผู้ที่รู้จักหาตัวเองให้สบายย่อมที่มีอายุยืนนานหรือมีความสุขกับปัจจุบันนี้

**(๒) การรักษาโรคพรัตติกหรือท้องผูก (ทฎฐคณิ)** ภิกษุรูปหนึ่งอาพาธเป็นพรัตติกถ่ายออกยาก ได้รับการดื่มน้ำต่างามิส (อามิสชาโร)<sup>69</sup> น้ำต่างามิส คือ น้ำที่ได้จากการเอาเถาข้าวสุกที่ตากแล้วนำมาเผาเสร็จ แขน้ำให้ละลาย<sup>70</sup> เมื่อทานแล้วจะทำให้การขับถ่ายอุจจาระสะดวก

**(๓) การรักษาโรคท้องร่วง (วิสุจิกา)** โดยเฉพาะโรคท้องร่วงถ่ายเป็นเลือด (โลหิตปนขุณฑิกา) มีวิธีการรักษา คือ ให้เอานมส้ม น้ำผึ้ง เนยใส และน้ำอ้อย ผสมกันแล้วดื่ม เมื่อผสมกันแล้วจะมีสีสวย กลิ่นหอม รสชาติดีจึงเป็นที่ถูกใจ ทำให้สดชื่น หายจากท้องร่วงชนิดนี้ได้<sup>71</sup>

ส่วนโรคหิวาต์ไม่ได้ระบุถึงวิธีการรักษาเลย เพียงแต่ระบุว่า ใครที่หนีไปจากบริเวณหมู่บ้านที่มีการติดต่อเชื้อโรค ก็จะมีชีวิตได้<sup>72</sup>๖๖ การหนีไปจากสถานที่ที่มีเชื้อโรค จึงเป็นวิธีการป้องกันในสมัยนั้น

**(๔) ริตสีดวงทวาร (ภคณฑล)** ครั้งหนึ่งพระพุทธองค์เสด็จพุทธดำเนินตามกฐี มีพระรูปหนึ่งป่วยเป็นโรคริตสีดวงทวาร นายแพทย์ชื่ออากาสโคตตะ กำลังเอามิดผ่าตัดทวารหนัก เมื่อแพทย์เห็นพระองค์ก็ออกไปกราบทูลให้ทอดพระเนตรวัจจรรคที่เหมือนปากคางคกของภิกษุรูปนี้ เมื่อกลับที่ประทับก็รับสั่งให้ประชุมสงฆ์ ประราภิกษุที่ป่วยนั้น ทรงติเตียนว่า การกระทำเช่นนั้นไม่เหมาะสม ไม่ใช่กิจที่ควรทำของสมณะ ทรงห้ามการผ่าตัดและการรัดหัวไส้ (สตถกมม วตถกมม) ในที่แคบประมาณ ๒ นิ้ว เพราะอวัยวะที่แคบมีผิวหนังอ่อน แผลงอกเต็มยาก ผ่าตัดไม่สะดวก รูปใดขึ้นทาบเป็นอาบัติอุลลัจจัย<sup>73</sup>

แต่การรมควันและการใช้ยาทาไม่ได้ห้ามไว้ ส่วนภายในทวารหนักนั้น ควรหยดน้ำต่างและกรอกน้ำมันด้วยกรวยใบไม้และเกลียวชุดที่หายแล้ว หรือหลอดไม้ไผ่<sup>74</sup> ปัจจุบันนี้วิทยาการทางการแพทย์มีความทันสมัยมาก มีความปลอดภัยสูง จึงน่าจะอนุโลมให้รักษาด้วยการผ่าตัดได้

พระเจ้าพิมพิสาร ทรงประชวรด้วยโรคริตสีดวงอก ได้รับการรักษาจากหมอชีวกโกมารภัจจ์ โดยหมอได้เอาเล็บขอนเอายา แล้วก็เดินไปในราชสำนัก ได้ตรวจพระอาการรักษาเพียงทายาครั้งเดียวเท่านั้นโรคริตสีดวงก็หายเลย<sup>75</sup>

### กลุ่มที่ ๓ โรคที่มีสาเหตุมาจากลมในกาย

#### (๑) โรคลม (วาทโรโค) มีวิธีการรักษาดังนี้

<sup>68</sup> ส.ส. (บาลี) ๑๕/๓๖๔-๓๖๗/๑๑๘-๑๒๐.

<sup>69</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๔/๕๑. (พรัตติก อ่าน พัน-ระ-ติก)

<sup>70</sup> วิ.อ. (บาลี) ๗/๑๗๖ ฉบับมหาจุฬาลงกรณ.

<sup>71</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๒/๕๓๓/๕๗๔.

<sup>72</sup> ข.ธ.อ. (บาลี) ๒/๒๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณ.

<sup>73</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๕๗/๖๙-๖๗.

<sup>74</sup> วิ.อ. (บาลี) ๗/๑๙๒ ฉบับมหาจุฬาลงกรณ.

<sup>75</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๑๓๑/๑๗๗-๑๗๘. (เนื้อเรื่องไม่ได้ระบุว่ายาอะไร)

(ก) การรักษาด้วยน้ำมันผสมกับน้ำเมา พระปิตินทวัจจะอาพาธเป็นโรคลม แพทย์ทำการรักษาโดยใช้น้ำมันผสมน้ำเมา อนึ่งน้ำเมานี้ให้ใช้เป็นกระสายยาหรือใช้ประกอบกับยาชนิดอื่นเพื่อรักษาโรคได้ โดยมีข้อแม้ว่า น้ำมันที่ผสมน้ำเมาแล้วนั้นจะต้องไม่มีสี กลิ่น รส ของน้ำเมา แต่ถ้าผสมเหล้ามากเกินไป ก็ให้ใช้เป็นยาสำหรับทำส่วนที่เป็นโรคเท่านั้น ห้ามดื่ม หากละเมิดต้องเป็นอาบัติปาจิตตีย์ อนึ่งเมื่อเคี้ยวหรือผสมน้ำมันเสร็จแล้วก็ให้เก็บยาไว้ในลังจัน ที่ทาด้วยโลหะ ไม้ ผลไม้แห้ง (โลหตุมพ ภูฏตุมพ ผลตุมพ)<sup>76</sup> อย่างใดอย่างหนึ่ง

(ข) การรักษาด้วยกากเปรียง พระขมมณฑาทายกเถระได้เล่าถึงอดีตชาติของตนเองว่า ท่านได้เห็นพระพุทธเจ้าอาพาธเป็นโรคลมอยู่ในป่า มีใจเลื่อมใสได้นำกากเปรียง (ขมมณฑ) เข้าไปถวาย เมื่อพระองค์ฉันแล้วก็หายจากโรค<sup>77</sup> เปรียง คือ นมผสมน้ำแล้วเจียวให้แตกมัน จัดเป็นหนึ่งในปญฺจโครส คือ นมสด นมส้ม เปรียง เนยข้น เนยใส (ชีร ทิ ตกฺก นวณิต สบปิ) เมื่อดื่มเปรียงแล้วสามารถบำบัดโรคลมได้ สรรพคุณแก้โรคลม

## (๒) โรคลมเกิดในท้อง (อุทรวาตาพาโร) มีวิธีการรักษาดังนี้

(ก) การดื่มยาตองโลณโสจิริกะ ภิกษุรูปหนึ่งป่วยเป็นโรคนี้ ท่านได้ดื่มยาตองโลณโสจิริกะ โรคก็หายขาด แต่ถ้าไม่อาพาธต้องเจื่อน้ำฉันอย่างน้ำปานะ<sup>78</sup>

ยาตองโลณโสจิริกะ คือ เกสรที่ปรุงด้วยข้าวทุกชนิด มีส่วนประกอบดังนี้ (๑) น้ำผาดแห้งผลสมอ มะขามป้อม และสมอพิเภก (๒) ธัญชาติหรือพืชจำพวกข้าวทุกชนิด อปรีนชาติหรือพืชจำพวกถั่ว งา ผักทุกชนิด (๓) ข้าวสุกแห้งธัญชาติทั้ง ๗ ชนิด คือ ข้าวสาลี ข้าวเปลือก ข้าวเหนียว ข้าวละมาน ข้าวฟ่าง ลูกเดือย หล้ากับแก (พ้อคำตีเมย) (๔) ผลไม้ทุกชนิดมีผลกล้วยเป็นต้น ผลไม้ที่งอกในหัวทุกชนิด เช่น ผลหวาย การะเกด และเป้ง เป็นต้น (๕) เนื้อปลาและเนื้ออื่น ๆ (๖) เกสรทั้งหลายอย่าง มีน้ำผึ้ง น้ำอ้อย เกลือสินเธาว์ เกลือธรรมดา (๗) เครื่องเทศ เป็นต้น โดยให้อาของทุกอย่างดังกล่าวใส่รวมกันลงในหม้อ ปิดฝา ไล่ปากหม้อไว้อย่างดีแล้วเก็บไว้ ๑-๓ ปี ยาโลณโสจิริกะนี้กลั่นให้มีสีเหมือนสีน้ำขมพู ใช้เป็นยาแก้โรคอย่างชะงัด สำหรับผู้เป็นโรคลม โรคไอ โรคเรื้อน โรคผอมเหลือง และโรคจิตสิดวงทวารเป็นต้น และใช้เป็นเครื่องดื่มหลังรับประทานอาหารจะช่วยย่อยอาหารได้ดี ยานี้ภิกษุจะเอาผสมกับน้ำฉันหลังอาหารก็ได้ หรือหากจะใช้รักษาโรคก็ได้ผลดีทีเดียว สรุปล้วนนี้เป็นทั้งเครื่องดื่มรักษาโรคและเป็นยาเจริญอาหาร<sup>79</sup>

(ข) การดื่มยาคุ เมื่อคราวพระพุทธองค์ประชวรด้วยโรคลมเกิดในพระอุทร ทรงบำบัดด้วยการฉันยาคุปรุงด้วยของ ๓ อย่าง คือ งา ข้าวสาร ถั่วเขียว อาการประชวรก็ดีขึ้น<sup>80</sup>

(ค) การรักษาพระท่านกระเทียม (ลสฺส) พระสารีบุตรอาพาธเป็นลมเสียดท้อง ท่านได้ฉันกระเทียมที่พระโมคคัลลานะนำมาถวาย ก็หายจากโรคนี้ อนึ่งกระเทียมนี้พระองค์ทรงอนุญาตให้ฉันได้เมื่ออาพาธ เมื่อไม่อาพาธห้ามฉัน แต่เมื่อนามาปรุงกับอาหารก็สามารถฉันได้<sup>81</sup>

<sup>76</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๙/๔๘-๔๙. ลักจัน (ลัก-กะ-จัน) คือ หม้อบรรจุน้ำในเวลาเดินทาง อย่างที่พระอรหันต์ใช้

<sup>77</sup> พุ.อ.ป. (บาลี) ๓๓/๘/๑๓๐. (เนื้อหาไม่ได้กล่าวถึงขั้นตอนการรักษา)

<sup>78</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๘/๕๙.

<sup>79</sup> วิ.อ. (บาลี) ๑/๕๘๖๓/๑๘๙ ฉบับมหาจุฬารามราชวิทยาลัย.

<sup>80</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๙/๕๙-๖๑.

(ง) การอาบน้ำอุ่นและการฉินน้ำอุ่นละลายยา พระผู้มีพระภาคประจักษ์ด้วยโรคลม รับสั่งให้พระอุปัฏฐากไปขอน้ำร้อนที่บ้านเทวหิตพราหมณ์ พราหมณ์ก็ให้คนใช้ถือกาน้ำร้อน และหอน้ำห้อย (อุนงโหทกสส กาโฆ, ปาณิตสส ปุณฺ) ไปถวายพระอุปัฏฐาก พระองค์ครั้นทรงสนาน แล้วก็ฉินน้ำอ้อยกับน้ำร้อนที่อุปัฏฐากเตรียมไว้ ต่อมาทรงหายประชวร<sup>82</sup> การอาบน้ำอุ่นและน้ำอ้อยละลายน้ำร้อนจึงสามารถแก้โรคนี้ได้

(จ) การต้มน้ำแกงปลาตะเพียน ครั้งหนึ่งพระนางพิมพาเถรีมีโรคลมกาเรบขึ้น พระสารีบุตรได้ไปเข้าเฝ้าพระเจ้าปเสนทิโกศล ได้ขอข้าวสาลีที่หุงเสร็จแล้วผสมกับเนยใสใหม่ ประจุรสด้วยน้ำแกงปลาตะเพียนแดง (โรหิตมจฺรสนวสปปิมิสฺสกา สาลีสกฺต) แล้วก็สั่งให้พระราหุลภักทระนาไปถวายพระเถระผู้ชนนี้ เมื่อเสวยแล้วโรคลมในท้องก็บรรเทา<sup>83</sup> น้ำแกงต้มปลาตะเพียนแดง มีคุณสมบัติรักษาโรคลมเป็นอย่างดี

(ค) โรคลมเสียดยอกตามข้อ (ปพฺพวาโต) พระปิลินทวัจจะป่วยด้วยโรคนี้ ได้รักษาโดยการระบายโลหิตออกด้วยเขาสัตว์ (วิสาณ)<sup>84</sup> และด้วยมิด (สตถ)<sup>85</sup> นอกจากนั้นแล้วยังสามารถรักษาการแช่มือในน้ำอุ่น อบด้วยไอน้ำ โดยการต้มน้ำสมุนไพรบางชนิด และการอบตัวด้วยไอน้ำจากใบโป<sup>86</sup>

(ค) โรคลมตามอวัยวะ (องควาโต) ท่านปิลินทวัจจะอาพาธเป็นโรคลมตามอวัยวะ ได้รักษาด้วยการขับเหงื่อออกจากร่างกาย (เสทกมฺม) ซึ่งมี ๔ วิธี คือ

(ก) การรมควันจากการเผาใบไม้ โดยเข้าไปอยู่ในกระทวมควัน (สมภารเสท)<sup>87</sup>

(ข) การนึ่งกายโดยให้บรรจุถ่านไฟให้เต็มหลุมประมาณเท่าตัวคน แล้วกลบด้วยฝุ่นและทรายเป็นต้น ลาดใบไม้ชนิดต่าง ๆ ที่แกล้มได้บนหลุมนั้น ให้ทาลาตัวด้วยน้ำมันแล้วนอน พลิกไปมาบนใบไม้นั้น วิธีนี้เรียกว่า การรมใหญ่ (มหาเสท)

(ค) การอาบน้ำต้มน้ำสมุนไพรแล้วก็เข้ากระทวมอบตัวให้เหงื่อออก (ภงฺโกทพก)

(ง) การลงแช่น้ำอุ่นในอ่างหรือรางน้ำเพื่อให้เหงื่อออก (อุทกโกฏฐ)<sup>88</sup>

กลุ่มที่ ๔ โรคอื่น ๆ

(๑) การรักษาโรคทางตา (จกฺขุโรโค) ภิกษุรูปหนึ่งอาพาธเป็นโรคที่ดวงตา [เนื้อหาไม่ได้ระบุว่าเป็นโรคอะไร] เหล่าภิกษุจึงทันทพาไปถวายอุจจาระปัสสาวะ ท่านได้ใช้ยาหลอดตา (อณฺชน) คือ ยาหยอดตาสีดา ยาล้างตา ยาหยอดตาทาจากสมุนไพรเกิดในกระแสน้ำ หรดาลกลีบทอง (ดินสอพอง) และเขม่าไฟ (กาฬณฺชน รสณฺชน โสตณฺชน เครก ปกฺกล) นอกจากนั้นยังมีสมุนไพรจากพวก ไม้

<sup>81</sup> วิ.ม. (บาลี) ๗/๑๘๗-๑๘๘/๗๓.

<sup>82</sup> ส.ส. (บาลี) ๑๕/๖๘๒-๖๘๕/๒๕๗.

<sup>83</sup> ขุ.ชา.อ. (บาลี) ๔/๑๗๔-๑๗๘ ฉบับมหาจุฬารามราชวิทยาลัย.

<sup>84</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๐/๕๐.

<sup>85</sup> วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๙๐ ฉบับมหาจุฬารามราชวิทยาลัย.

<sup>86</sup> ทิวา ธรรมอานวยโคช, “พุทธศาสนาและการรักษาพยาบาล : วิเคราะห์บทบาทของพระสงฆ์ในการรักษาพยาบาลชาวบ้านในเขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดใกล้เคียง”, หน้า ๙.

<sup>87</sup> กระทวม คือ ผ้า (สิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่ทำเป็นลอมเพื่อเข้าไปอยู่ให้เหงื่อออก เช่น เข้ากระทวม)

<sup>88</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๙/๔๙. ดูรายละเอียดใน วิ.อ. (บาลี) ฉบับมหาจุฬารามราชวิทยาลัย.

จันทร์ กฤษณา กระลาพัก ต้นเฉียง แห้วหมู (จนทน์ ตีร กาฬานุสารี ตาลีส ภทฺทมุตตก ) สามารถนำไปผสมเป็นยาหยอดตาได้ ให้เก็บไว้ในกลักยาหยอดตา (อณฺชนี) ที่ทาจากงา เขาสัตว์ ไม้้อ ไม้ไผ่ ยาง ผลไม้ โลหะ เปลือกสังข์เท่านั้น กลักยาตานี้ให้ผสมปิดกันฝุ่นละออง ใส่ถุงเก็บไว้อย่างดี ส่วนวิธีการใช้นั้น ให้ใช้นิ้วมือป้ายยาทา แต่วิธีนี้อาจทำให้นัยน์ตาอักเสบ หรือจะใช้ไม้ป้ายตา (อณฺชนีสลากา) ที่ทาจากกระดูก งา เขา เปลือกสังข์ ให้เก็บไว้กับกลักยา<sup>89</sup> เครื่องยาอื่น เช่น ดอกกุบลเจียวเป็นต้นก็ใช้ได้<sup>90</sup>

(๒) โรคร้อนในหรือเป็นไข้ตัวร้อน (ทโห, ทาโห) พระสารีบุตรอาพาธเป็นไข้ตัวร้อน ท่านได้รักษาโดยการฉนํรากบัวและงาบัวสด ๆ (ภิโธ, มูลาลิกา) ท่านก็หายจากโรคนี้<sup>91</sup> เพราะคุณสมบัติของรากบัวหรืองาบัวนั้นสามารถแก้ร้อนในได้

(๓) โรคศิษานหรือโรคผอมเหลือง (ปณฺโรคาพาโธ) มีวิธีการรักษา ดังนี้

(ก) การดื่มยาสมอดองน้ำมูตร ภิกษุรูปหนึ่งอาพาธเป็นโรคผอมเหลือง ได้ทำการรักษาโดยการดื่มยาผลสมอดองน้ำมูตรโค (มุตฺตหรือฏก)<sup>92</sup> ยาดองน้ำมูตรนี้ถือว่าเป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ที่จำเป็นสำหรับพระสงฆ์ซึ่งเรียกว่า นิสสัย ๔ คือ อาหารบิณฑบาต ผ้าบังสุกุลจีวร เสนาสนะคือโคนไม้ และยา ดองด้วยน้ำมูตรเน่า<sup>93</sup> ยาดองน้ำมูตรนี้เมื่อเอาไปผสมกับยาต่าง ๆ จะมีสีไม่สวย กลิ่นไม่หอม และมีรสไม่อร่อย จึงดื่มยาก<sup>94</sup> เมื่อทานแล้วไม่มีโทษแก่ร่างกาย<sup>95</sup> สามารถแก้โรคผอมแห้งแรงน้อย และเป็นยา บำรุงร่างกายให้แข็งแรง<sup>96</sup>

(ข) การรักษาด้วยเนยใส พระเจ้าปชฺโชตแห่งกรุงอุชเชนี ประชวรด้วย โรคผอมเหลือง หมอชีวกได้เข้าเฝ้าตรวจพระอาการแล้วกราบทูลว่า การรักษาที่พระองค์ต้องเสวยเนยใสที่หุงแล้ว แต่เนยใส่นั้นไม่เป็นที่ถูกพระทัยของพระองค์ จึงบอกให้หมอหลักเลียงเนยใสเสีย<sup>97</sup> แต่โรคนี้ต้องรักษา ด้วยเนยใสเท่านั้น ด้วยความลาดหมอลงจึงคิดอุบายหุงเนยใสให้มีสี กลิ่น รส เหมือนน้ำฝาด ผสมกับ เกสรขนานาชนิด ให้พระองค์เสวยจนหายประชวร<sup>98</sup>

(ค) การรักษาด้วยยาดองน้ำค้างดอกทองกวาว โดยให้ตัดต้นทองกวาว (กิสฺสุกรุกฺโข)<sup>99</sup> ตากแดดให้แห้ง แล้วก็เผาเอาเถาถ่านไปแช่น้ำให้ละลาย แล้วก็เอาน้ำค้าง (ชาโรทก) ของต้นทองกวาว นั้น มาผสมเข้ากับยาชนิดต่าง ๆ (เนื้อหาไม่ได้ระบุว่ายาอะไร) ทำให้เป็นยาดอง (อริฏฺฐ) แล้วดื่ม

<sup>89</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๗/๔๕-๔๗.

<sup>90</sup> วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๘๙ ฉบับมหาจุฬาลงกรณ.

<sup>91</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๕๕/๖๕-๖๗.

<sup>92</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๔/๕๑.

<sup>93</sup> วิ.ม. (บาลี) ๔/๘๗/๑๐๖; พ.เถร. (บาลี) ๒๖/๓๙/๔๐๙.

<sup>94</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๒/๔๐๖/๕๓๒.

<sup>95</sup> อ.จตุตถ.ก. (บาลี) ๒๑/๒๗/๓๔.

<sup>96</sup> ทิวา ธรรมอานวยโคช, “พุทธศาสนาและการรักษาพยาบาล : วิเคราะห์บทบาทของพระสงฆ์ในการรักษาพยาบาลชาวบ้านในเขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดใกล้เคียง”, หน้า ๙.

<sup>97</sup> พระราชาองค์นี้ในอดีตชาติได้เป็นแมลงป่อง (วิจฺฉิโก) เนยใสเป็นยาที่สามารถกำจัดพิษแมลงป่องได้ ดังนั้น ท้าวเธอจึงไปประสงค์จะเสวยเนยใส, คุรยาละเอียดใน วิ.อ. (บาลี) ๒/๒๒๔ ฉบับมหาจุฬาลงกรณ.

<sup>98</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๑๓๔/๑๘๔-๑๘๘.

<sup>99</sup> ภาคเหนือเรียกต้นทองกวาว, ภาคกลางเรียก ทองหรือทองธรรมชาติ, สีสานเรียก จาน.

กินก็จักหายจากโรค ร่างกายแข็งแรง ผิวพรรณผ่องใส<sup>100</sup> ยาดองอริกฐะนี้ไม่น้ำเมา ถ้าจะผสมกับรสของมะขามป้อมเป็นต้นก็ได้ อาจจะมีกลิ่นและรสคล้ายน้ำเมาแต่ไม่เมา เมื่อพระภิกษุฉันแล้วไม่เป็นอาบัติ<sup>101</sup> เพราะเป็นยารักษาโรค

#### (๔) โรคปวดศีรษะ (สีสาภิตาโป) มีวิธีการรักษา ดังนี้

(ก) การใช้น้ำมันทาและการนัตถ์ พระปิตินทวัจจะปวดศีรษะ ได้ใช้น้ำมันทาศีรษะ (ไม่ได้บอกว่าใช้น้ำมันอะไร) เมื่อไม่หายก็นัตถ์ยา (นตถุภมม)<sup>102</sup> โดยใช้กล้องยา (นตถุภณ) ที่ทำด้วยกระดุก เขา ไม้้อ ไม้ไผ่ ยาง ผลไม้ โลหะ เปลือกสังข์อย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น ต่อมาให้ใช้กล้องที่เป็นหลอดคู่เพื่อนัตถ์ยาให้เท่ากัน แม้กระนั้นก็ยัง ไม่หาย จึงเปลี่ยนมาใช้วิธีสูดควัน (ฐุม ปาตุ) และเพื่อป้องกันมิให้แสบร้อนในลาคอ อาจจะใช้กล้องสูดควัน (ฐุมเนตต) ที่ทำด้วยกระดุก เขาสัตว์ ไม้้อ ไม้ไผ่ ยาง ผลไม้ โลหะ เปลือกสังข์อย่างใดอย่างหนึ่งได้ ให้เก็บรักษาไว้ให้ดี<sup>103</sup> ส่วนการนัตถ์ยานี้พึงระมัดระวังในการทำ เพราะอาจถึงแก่ชีวิตได้<sup>104</sup>

(ข) การนัตถ์ด้วยเนยใสผสมยาต่าง ๆ ภรรยาของเศรษฐีชาวเมืองสาเกต ปวดศีรษะอยู่ ๗ ปี หมอซึกได้ทำการรักษา โดยการใช้เนยใสหนึ่งชองมือ เคี้ยวผสมกับยาต่าง ๆ ให้ภรรยาเศรษฐีนอนหงายแล้วให้นัตถ์ยา เนยใสก็ไหลออกมาทางปาก ไม่นานโรคปวดศีรษะก็หาย<sup>105</sup>

#### (๕) อาพาธเพราะผีเข้า (อมนุสสิกาพาโร) มีวิธีการรักษา ดังนี้

(ก) การให้กินเนื้อเลือดสด ภิกษุรูปหนึ่งอาพาธเพราะผีเข้า อาจารย์และอุปัชฌาย์ช่วยกันรักษาเธอก็ไม่หาย เธอเดินไปที่เชียงแล่หมู (สุกรสุน) หยิบกินเนื้อดิบ (อามกม ส) ต้มเลือดสด (อามกโลหิต) อาพาธเพราะผีเข้านั้นก็หายดังปลิดทิ้ง ต่อมาพระพุทธร่องค์จันทรงอนุญาตให้ภิกษุที่ป่วยเพราะผีเข้าฉันเนื้อดิบ เลือดสดได้<sup>106</sup> อมนุษย์ครั้งได้เคี้ยวกินเนื้อดิบและต้มเลือดสดแล้วก็ออกไป ถือว่าภิกษุไม่ได้ฉัน<sup>107</sup>

(ข) การให้กินของบางอย่าง เมื่อมณฑพัยกุมาร พร้อมกับบรรดาพราหมณ์ที่มาบริโภคอาหารที่บ้านกุมาร พุดจาไม่สุภาพต่อมาตักคฤาษี ทำให้เทวดาผู้รักษาพระนครทั้งหลายโกรธ จึงรวมตัวกันทรมานโดยจับคอบิดากลับไปมา ให้มีนัยน์ตาขวาง ให้มือเท้าเหยียดตรงแข็งทื่อ บ้างก็ให้สารอกน้ำลายไหลนอนดิ้นไปมาอยู่ เมื่อนางทิฐุมั่งคลีการมารดาของกุมารทราบข่าว ด้วยความรักลูกจึงไปขอโทษต่อมาตักคฤาษี ๆ ได้เทก้อนข้าวที่เหลือจากบริโภคพร้อมกับน้ำล้างมือลงในขันทอง สั่งว่าให้หยอดน้ำครึ่งหนึ่งจากส่วนนี้ใส่ในปากกุมารก่อน ส่วนที่เหลือให้เทลงตุ่มเอาน้ำผสมให้มาก

<sup>100</sup> ส.สพ.อ. (บาลี) ๓/๑๑๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>101</sup> วิ.อ. (บาลี) ๒/๔๕๑ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>102</sup> การนัตถ์ยา คือ การเป่าหรือสูดยาผงหรืออย่างใดอย่างหนึ่งเข้าทางจมูก.

<sup>103</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๘๘/๔๗-๔๘.

<sup>104</sup> วิ.ม. (บาลี) ๑/๒๑๔/๑๕๕.

<sup>105</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๑๓๐/๑๗๓-๑๗๖. (ชองมือหรือ ปสโต, ฝ่ามือที่รวมนิ้วมือให้ห่อเข้า)

<sup>106</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๓๖๖/๔๔.

<sup>107</sup> วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๘๙ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

โดยประมาณแล้วให้หยอดลงในปากพวกพราหมณ์ ด้วยเหตุนี้เทวดาก็จะหนีไปเอง นางก็ทำตามที่ฤๅษีบอกทุกประการ และก็ได้ผลตามที่กล่าว<sup>108</sup>

## (๖) การรักษาโรคที่เกิดจากยาแฝดและยาพิษ มีวิธีการรักษาดังนี้

(ก) การรักษาโรคที่เกิดเพราะถูกยาแฝด (ฆรทินนกาพาโธ) ภิกษุรูปหนึ่งอาพาธ ถูกยาแฝด ซึ่งเป็นยาที่หญิงแม่เรือนทา ได้รักษาโดยดื่มน้ำที่ละลายจากดินที่ติดใกล้ (สีตาลสี)<sup>109</sup> เนื้อหาไม่ได้บอกว่าหายหรือไม่ แต่พระพุทธองค์ได้ทรงอนุญาตให้ใช้ยาขานานนี้ อาการของโรคอาจจะหายขาดหรืออาจจะดีขึ้นก็ได้ สรรพคุณแก้ยาแฝด

(ข) การรักษาโรคมีสาเหตุจากการดื่มยาพิษ เมื่อภิกษุรูปหนึ่งป่วยเพราะดื่มยาพิษ ท่านได้รับการรักษาด้วยการดื่มน้ำผสมคูล (คูล ปาตุ) ถ้าเป็นคูลที่ภิกษุหยิบไว้ขณะกำลังถ่าย ไม่จำเป็นต้องรับประทาน<sup>110</sup> เมื่อคูลตกถึงพื้นแล้ว ให้นำมาละลายน้ำต้องรับประทานก่อนจึงฉันได้<sup>111</sup> การให้ภิกษุฉันน้ำเจือคูลอาจเป็นวิธีช่วยให้ผู้ดื่มยาพิษ อาเจียนเอายาพิษออกมาได้<sup>112</sup> สรรพคุณแก้ยาพิษ

(ค) เนยใส น้ำส้ม น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ทรงอนุญาตให้ใช้ร่วมกันแก้โรคลงแดง

(๓) โรคเรื้อรัง หรือ โรคกายประกอบด้วยโทษมาก (อภิสนฺนกาโย) โรคนี้เกิดจากการรับประทานอาหารที่ดีประณีต แล้วไม่ได้ออกกำลังกายร่างกายจึงสะสมเอาสารอาหารที่เกินความจำเป็นไว้ ทำให้กลายเป็นพิษ แล้วทำให้เจ็บป่วยบ่อย ร่างกาย ไม่แข็งแรง ผิวเคร่งหมอง ซึ่งมีวิธีการรักษาดังนี้

(ก) การทานยาถ่ายและบริโภคอาหารอ่อน ๆ ภิกษุรูปหนึ่งเป็นโรคนี้ ทำให้ป่วยบ่อย ได้รักษาด้วยการดื่มน้ำประจุถ่าย (วิเรจน) เพื่อถ่ายเอาสารพิษและของเสียออกทางทวารหนัก ต่อมาก็ฉันอาหารอ่อน ๆ เช่นน้ำข้าวใส (อจฺจนฺนิย) น้ำถั่วเขียวต้มไม่ข้น (อกฺกุญฺส) น้ำถั่วเขียวต้มที่ข้นนิดหน่อย (กฏากฺกุ) น้ำเนื้อต้ม (ปฏิจฺฉาณฺนิย) อาการก็ดีขึ้น<sup>113</sup> น้ำเหล่านี้มีคุณสมบัติคล้ายกับอาหารบำรุงกำลังประเภทซูปไก่ ซูปเนื้อ เป็นต้น ที่มีวิตามินสูงและย่อยง่าย เหมาะแก่ผู้ป่วย<sup>114</sup> พึงสังเกตว่าเมื่อถ่ายระบายของเสียออกแล้ว ร่างกายอาจอ่อนแอเพราะเสียน้ำไปมาก การได้อาหารอ่อน ๆ เช่น น้ำข้าวใส น้ำเนื้อต้ม เป็นต้น ที่ไม่เป็นอันตรายต่อลำไส้หรือกระเพาะ จะมีประโยชน์ต่อการบำรุงร่างกาย นับว่าเป็นวิธีการที่ดี

<sup>108</sup> พุ.ชา. (บาลี) ๒๗/๒๐๓๓-๒๐๕๓/๔๐๙-๔๑๓; พุ.ชา.อ. (บาลี) ๗/๑-๑๖ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>109</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๔/๕๑.

<sup>110</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๓/๕๑.

<sup>111</sup> วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๙๑ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>112</sup> ทิวา อานวยโชค, “พุทธศาสนาและการรักษาพยาบาล : วิเคราะห์บทบาทของพระสงฆ์ในการรักษาพยาบาลชาวบ้านในเขตกรุงเทพมหานครและจังหวัดใกล้เคียง”, หน้า ๑๐.

<sup>113</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๔/๕๒.

<sup>114</sup> นภาพร นาบุญจพล, “บทบาทของพระสงฆ์ไทยที่มีต่อสาธารณสุขมูลฐาน : ศึกษาเฉพาะกรณีจังหวัดนครราชสีมา”, หน้า ๑๖๓.

เมื่อครั้งที่พระพุทธองค์อาพาธเป็นโรคนี้อันตราย พระวรกายหมักหมมด้วยสิ่งอันเป็นโทษมาก (กาโย โทสาภิสันโน) จึงบอกให้พระอานนท์ไปหาายาจากหมอสึก เมื่อหมอได้ทราบความจริงแล้วก็พูดกับพระอานนท์ว่า ควรให้พระองค์ทาพระวรกายให้ชุ่มชื้น (กาย สีนะเหล) สัก ๒-๓ วันก่อน ครั้นได้เวลาแล้วหมอก็เอาก้านอุบล ๓ ก้านมาอบด้วยยาต่าง ๆ แล้วให้พระองค์สูดก้านที่ ๑ ก้านนี้จะทำให้พระองค์ถ่าย ๑๐ ครั้ง แล้วถวายก้านอุบลที่ ๒ ก็ถ่าย ๑๐ ครั้ง แต่ครั้งถวายก้านที่ ๓ แล้วพระองค์ก็ทรงถ่ายไป ๒๙ ครั้ง เหลือครั้งเดียว ขณะนั้นหมอกำลังจะเดินกลับบ้าน พอไปถึงประตูวัด ก็ย้อนกลับมาทูลให้พระองค์สรงน้ำอุ่นที่พระอานนท์ต้มไว้ พอเสร็จพระองค์ก็ถ่ายเป็นครั้งที่ ๓๐ พอดี หมอกราบว่า ไม่ควรเสวยพระกระยาหารที่ปรุงด้วยน้ำต้มผักต่าง ๆ จนกว่าจะมีการจะดีขึ้น ต่อมาพระองค์ก็หายเป็นปกติ<sup>115</sup>

(ข) การเดินจงกรม ภิกษุทั้งหลายฉันอาหารประณีต ร่างกายก็เลยเกิดโทษสั่งสมทำให้ป่วยบ่่อย ต่อมาหมอสึกผ่านมาเห็นเหล่าภิกษุมีลักษณะดังกล่าว จึงเข้าไปหาพระพุทธองค์ แล้วขออนุญาตให้สร้างที่จงกรมและเรือนไฟ (จงกรม ชนตาสร ) เพื่อให้ภิกษุเดินจงกรมและอบไอน้ำในเรือนไฟบำบัดโรค จะทำให้มีอาพาธน้อย พระองค์ก็ทรงอนุญาตตามที่ขอ<sup>116</sup> การเดินเป็นการออกกำลังกาย พลังงานจะเผาผลาญอาหารและนาพาสารอาหารที่เจือปนด้วยสารพิษต่าง ๆ ที่สะสมในร่างกายออกไปด้วย สารพิษนั้นจะออกมาทางอุจจาระปัสสาวะและทางผิวหนังพร้อมกับเหงื่อ ดังนั้นการเดินจงกรมจึงทำให้มีอาการเจ็บป่วยลดน้อยลงได้ อนึ่งการเดินจงกรมนี้มีอาานิสงส์ ๕ ประการคือทำให้ร่างกายแข็งแรงอดทนต่อการเดินทางไกล ไม่เหนื่อยง่าย อดทนต่อการทำงาน ไม่เป็นคนขี้โรค อาหารย่อยได้ดี ทำให้สมาธิตั้งอยู่ได้นาน<sup>117</sup>

#### (๘) การรักษาโรคเกิดจากอุบัติเหตุและบาดแผล มีวิธีการดังนี้

(ก) การใช้น้ำมันทา เท้าของพระปิลินทวัจฉะมีอาการบวมแตก ได้ทาการรักษาด้วยยาทาเท้า (ปาทพภยชน ) ครั้นโรคไม่หายก็ได้ปรุงน้ำมันทาเท้า (ปชช )<sup>118</sup> น้ำมันชนิดนี้ใช้ทาและนวดบำบัดอาการเจ็บปวดและบาดแผลที่ชอกช้ำ ห้อเลือด เป็นต้น แม้แต่สัตว์อย่างนกที่บาดเจ็บที่แข้งก็สามารถน่าน้ำมันชนิดนี้มานวดให้ได้<sup>119</sup> สรรพคุณ แก้โรคเท้าแตก

(ข) การรักษาบาดแผลด้วยพุทธานุภาพ อุบาสิกาสุปปิยา ได้เดินตามกฏภายในวัดและพิจารณาตัวเองว่า จะนาสิ่งของที่พระสงฆ์ต้องการมาถวาย ภิกษุรูปหนึ่งฉันยาถ่ายได้บอกอุบาสิกาว่า ต้องการนาเนื้อต้มอุบาสิการับปากจะทามาถวาย พอกลับบ้านแล้วให้คนไปซื้อเนื้อที่ตลาด แต่หาซื้อไม่ได้เพราะวันนั้นไม่มีใครฆ่าสัตว์ อุบาสิกาคิดว่า หากภิกษุที่ป่วยไม่ได้นาเนื้อต้ม อาพาธก็จะรุนแรง อาจถึงมรณภาพได้ การที่ตนเองรับคาแล้ว ไม่จัดถวายนั้นไม่สมควรเลย จากนั้นก็ได้หยิบมัดหั้นเนื้อมาเชือดเนื้อของตนเอง แล้วส่งให้หญิงรับใช้ให้เอาไปทาเป็นนาเนื้อต้ม แล้วนาไปถวายพระที่ป่วย เมื่อสามี

<sup>115</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๑๓๕/๑๘๘-๑๙๐.

<sup>116</sup> วิ.จ. (บาลี) ๗/๗๘-๗๙/๒๙-๓๔.

<sup>117</sup> อ.ญ. (บาลี) ๒๒/๒๙/๓๑.

<sup>118</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๑/๕๐. (ยาทาเท้า (ปาทพภยชน ) นี้ มีเนยใสเป็นส่วนประกอบ, ดู วิ.ม. (บาลี) ๕/๑๓๐/๑๓๖, ส่วนน้ำมันทาเท้า (ปชช ) นี้มีน้ำมันเป็นส่วนประกอบและต้องหุงหรือเคี่ยวผสมยาชนิดอื่น, ดู วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๕๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>119</sup> พ.ชา. (บาลี) ๒๘/๑๙๙-๒๔๘/๗๗-๘๗; พ.ชา.อ. (บาลี) ๘/๒๕๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ทราบข่าวก็ยินดีที่ภรรยาได้ทำบุญอันยิ่งใหญ่ วันต่อมาได้ถวายอาหารแก่พระสงฆ์มีพระพุทธเจ้าเป็นประธาน สามิได้พวงนางสุปียามาเฝ้าตามคำสั่งของพระพุทธองค์ ทันทิที่นางเห็นพระผู้มีพระภาคเท่านั้น บาดแผลที่ฉกรรจ์ได้งอกขึ้นเต็ม มีผิวพรรณเรียบสนิท มีขนเกิดขึ้นทันที ทั้งสามภรรยาต่างร่าเริงยินดีว่า น่าอัศจรรย์จริง ไม่เคยมีเลยเช่นนี้ พระตถาคตทรงมีฤทธิ์มีพระอำนาจมาก แล้วก็ถวายอาหาร<sup>120</sup>

การที่บาดแผลหายสนิทนั้น อาจจะเป็นเพราะความที่อุบาสิกามีความอึดใจใจที่ได้ทำบุญ และได้เห็นพระพุทธเจ้าผู้เป็นที่รักเคารพ ความอึดใจนี้ย่อมจะแผ่ไปทั่วร่างกาย ทำให้ร่างกายปรับสภาพซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอได้เป็นอย่างดี ดังนั้นความอึดใจ ความสบายใจ ความสุขใจนี้จึงนับว่าสำคัญยิ่ง เมื่อมีความสุขทางใจแล้วร่างกายก็จะพลอยมีความสุขไปด้วย สรรพคุณแก้โรคทางใจ

**(๙) การบำบัดความหนาว ความร้อน (สิด .อนท )** เมื่อร่างกายได้สัมผัสความหนาวและความร้อน อาจทำให้เกิดความเจ็บป่วย ร่างกายลาบากเป็นทุกข์ กระสับกระส่าย อาจนำไปสู่การเป็นโรคอย่างอื่นได้ ดังนั้นการที่ร่างกายรู้สึกหนาวและรู้สึกร้อน จึงถือว่าเป็นโรค มีวิธีการบำบัดดังนี้

(ก) การบำบัดความหนาว ความหนาวที่เกิดจากอาการเป็นไข้สามารถให้ยารักษาโรคได้ ส่วนความหนาวที่เกิดจากลมและอากาศนั้น ควรบำบัดด้วยการอยู่ที่พักอาศัย การสวมใส่เสื้อผ้าหรือผ้าห่มที่หนา ๆ<sup>121</sup> การผิงแดด<sup>122</sup> และการผิงไฟ<sup>123</sup>

(ข) การบำบัดความร้อน ความร้อนที่เกิดภายในร่างกายที่เกิดจากอาการของโรคอย่างใดอย่างหนึ่ง บำบัดได้ด้วยการใช้ยา ส่วนความร้อนที่เกิดจากแสงแดดหรืออากาศร้อนนั้น สามารถบำบัดได้ด้วยการอยู่ในที่พักอาศัย การใช้ร่ม (ฉตต )<sup>124</sup> การลูบไล้ตามลำตัวด้วยเนยใส จันทร์เทศและ จันทน์แดงที่ผสมเนยใส การใช้พัดลม<sup>125</sup> การใช้เสื้อผ้าหรือผ้าห่มบาง ๆ (ลหุปาปุณ)<sup>126</sup> หรือหาสถานที่ไม่อบอ้าว ที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ก็จะสามารถคลายความร้อนได้ ปัจจุบันนี้มีพัดลมไฟฟ้าหรือเครื่องปรับอากาศก็สามารถบรรเทาความร้อน ได้เป็นอย่างดี สรรพคุณ บำบัดความร้อนในร่างกาย

(๑๐) การบำบัดความหิวกระหาย ปวดอุจจาระปัสสาวะ อาการเหล่านี้ แม้ว่าจะเป็นธรรมชาติของร่างกาย ที่ต้องหิวกระหาย ต้องปวดอุจจาระปัสสาวะก็ตาม แต่เมื่ออาการเหล่านี้เกิดขึ้นย่อมทำให้เกิดความลาบาก ความเจ็บปวด เกิดความกระสับกระส่าย บางครั้งอาจจะนำไปสู่การเกิดโรคอย่างอื่นตามมา ดังนั้นอาการเหล่านี้จึงถือว่าเป็นโรคไม่วิธีการบำบัดดังนี้

(ก) การบำบัดความหิวกระหาย การบำบัดความหิวกระหายนั้น จะต้องรับประทานอาหารและน้ำดื่มที่มีประโยชน์ ไม่มีโทษเท่านั้น อาหารและน้ำถือว่าเป็นปัจจัยสี่ที่จำเป็นต่อชีวิต

<sup>120</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๕๘-๕๙/๖๙-๗๒. (ภิกษุห้ามฉันเนื้อมนุษย์)

<sup>121</sup> วิ.ภิกขุณี. (บาลี) ๓/๑๓๙/๙๐.

<sup>122</sup> วิ.ม. (บาลี) ๒/๓๗๔/๒๔๓.

<sup>123</sup> วิ.ม. (บาลี) ๒/๖๐๕/๓๙๖.

<sup>124</sup> วิ.จุ. (บาลี) ๗/๑๓๒-๑๓๔/๕๒-๕๓.

<sup>125</sup> ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๑๓๕ ฉบับมหาจุฬารามราชวิทยาลัย.

<sup>126</sup> วิ.ภิกขุณี. (บาลี) ๓/๑๔/๙๒.

หากขาดอาหารแล้วร่างกายและจิตจะกระวนกระวาย เป็นโรคขาดอาหาร ไม่มีแรงจูงใจไปสู่การเสียชีวิต แม้การปฏิบัติธรรมก็อาศัยอาหารอันเป็นที่สบายแก่ร่างกาย เพราะจะส่งผลต่อการบรรลุธรรม

เรื่องอัญมณีตรูบาสกเป็นตัวอย่างที่ดีคือ พระพุทธรองค์ทรงเสด็จไปโปรดชายเชื่อกันหนึ่งเมืองอาพา ชายคนนั้น ไปตามหาโคที่หายไป แต่พระองค์ก็ทรงรออยู่จนเขามาถึงแล้ว จึงรับสั่งให้นำอาหารที่เหลือจากที่ภิกษุฉันให้เขากิน ด้วยทรงทราบว่าถ้าเขายังมีความหิวอยู่ คงไม่สามารถบรรลุธรรมได้ เพราะจิตยังกระวนกระวายอยู่ หลังกินข้าวเสร็จ จิตก็สงบจากความกระวนกระวาย มีอารมณ์เป็นหนึ่ง จึงทรงแสดงอนุปพิภพิกถา และสั่งจะแก่เขา จนบรรลุโสดาบัน ตรัสกับพวกภิกษุว่า “ภิกษุทั้งหลาย ด้วยว่าชื่อว่าโรคเช่นกับโรคคือความหิวไม่มี<sup>127</sup> ดังนั้นความหิวความ กระหายนั้นต้องบำบัดด้วยการรับประทานอาหารให้ถูกหลักอนามัย และให้เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย ชีวิตจึงจะเป็นอยู่ต่อไปได้อย่างมีความสุข

อนึ่งข้าวยาคุหรือข้าวต้ม เป็นทั้งยาและอาหาร ซึ่งมีประโยชน์มากมายต่อสุขภาพ คือเป็นยาอายุวัฒนะ ทำให้ผิวพรรณผ่องใส ทำให้มีความสุข มีกำลังใจวังชา ทำให้สมองปลอดโปร่งเรียนรู้ได้ดี บรรเทาความหิวกระหายได้ ขับลมในท้องได้ดี ล้างลำไส้ได้ดี ย่อยอาหารได้ดี<sup>128</sup>

(ข) การบำบัดการปวดอุจจาระปัสสาวะ โรคนี้เป็นเรื่องธรรมชาติของร่างกาย ที่มีการกำจัดของเสียออกจากร่างกาย เป็นสิ่งที่จำเป็นต้องปฏิบัติตามความต้องการของร่างกายเป็นครั้งเป็นคราวไป เพื่อให้ร่างกายทำงานตามปกติ มีชีวิตอยู่ได้

#### (๑๑) การบำบัดโรคเพราะถูกแมลงสัตว์กัดต่อย

(ก) การบำบัดโรคเพราะถูกเห็บและงูกัด การรักษาโรคที่ถูกสัตว์จำพวกนี้กัดต่อย ไม่มีปรากฏในพระไตรปิฎกชัดเจน ส่วนมากจะเป็นการแนะนำและการป้องกันมากกว่า เช่น พระพุทธรองค์ทรงแนะนำให้ภิกษุสงฆ์เป็นผู้อดทนต่อยุงและเห็บสัตว์ต่าง ๆ<sup>129</sup> การสวมเสื้อผ้า การใช้มุ้งป้องกัน<sup>130</sup>การก่อไฟให้เกิดควันเพื่อขับไล่ยุงมิให้รบกวน<sup>131</sup> และการใช้พัดปัดยุง (มกสวชนี) ที่ทำด้วยปอ แฝก และหางนกยูง<sup>132</sup>

(ข) การรักษาโรคที่ถูกงูพิษกัด มีภิกษุรูปหนึ่งถูกงูกัด ได้รักษาด้วยการใช้ยาที่ชื่อ มหาวิภูหรือยาแก้พิษงู ๔ ขนาน คือ คุณ มุตระ เถ้า และดิน (คุณ มุตตะ ฉาริกา) โดยให้กับปิยการกหรือผู้อุปฐากจัดหาแล้วประเคนให้ เมื่อไม่มีก็ให้หยิบใช้ ได้เอง<sup>133</sup> แม้ถูกสัตว์มีพิษอื่นกัดก็หยิบใช้เองได้<sup>134</sup>

<sup>127</sup> ภิกขเว ชิมขณณโรคสทิสโส หิ โรโค นาม นตฺถิ. ดุรายละเอียดยใน พุ.ธ.อ. (บาลี) ๖/๑๒๗-๑๒๘ ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>128</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๖๑-๖๒/๗๘.

<sup>129</sup> ม.อ. (บาลี) ๑๔/๔๐๒/๒๗๑; อง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๑๔/๑๕๘.

<sup>130</sup> วิ.จ. (บาลี) ๗/๗๗/๒๙.

<sup>131</sup> พุ.ชา. (บาลี) ๒๗/๑๐๙๔-๑๐๙๕/๒๓๒.

<sup>132</sup> วิ.จ. (บาลี) ๗/๑๓๐/๕๒.

<sup>133</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๓/๕๑.

<sup>134</sup> วิ.อ. (บาลี) ๓/๑๙๑ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

สำหรับเถ้านั้นเมื่อไม่มีให้เผาไม้แห้งเอาเถ้า เมื่อไม้พินแห้งไม่มีก็ให้ตัดพินสดจากต้นไม้ทำเถ้าได้ ยามหา วิกัฏทั้งสี่นี้อนุญาตเฉพาะเวลาอุกุกัดเท่านั้น<sup>135</sup>

### การใช้สมุนไพรที่มีพุทธานุญาตพิเศษ

มีข้ออนุญาตเป็นกรณีพิเศษบางสิ่งบางประการเกี่ยวกับการใช้เภสัชหรือสมุนไพร เป็นต้น อันจะเป็นประโยชน์ต่อการบำบัดโรคให้หายได้ ซึ่งเป็นสิ่งที่ควร ศึกษาและปฏิบัติให้ถูกต้อง ดังนี้

#### ก. เภสัช ๕

เมื่อคราวที่พระพุทธองค์ประทับอยู่ที่เขตวันอาราม มีภิกษุหลายรูปอาพาธ ในฤดูสารท หรือฤดูใบไม้ร่วง แม้จะดื่มข้าวยาคุ หรือฉันทข้าวสวดยังมีอาการอาเจียนออกอยู่ จึงชูปวม มีผิวพรรณเศร้าหมองและตามลาตัวเหลืองขึ้น เมื่อทรงทราบความจริงแล้ว ขณะที่ประทับอยู่ในที่สงัด ได้ดำริถึงวิธี บำบัด ทรงดำริ แคว่ ว่า ของ ๕ ชนิด คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย (สปปิ นวนิต เตล มธ ฌาณิต ) เป็นทั้งเภสัชอยู่ในตัว และสามารถนำไปประกอบเป็นอาหารได้ จึงทรงจึงทรงอนุญาตเภสัช ทั้ง ๕ เหล่านี้ โดยให้รับประทานและฉันในกาล (ก่อนเพล) ต่อมาพระที่เป็นโรคในฤดูนี้แม้จะฉันอาหาร ที่ดีหรือไม่ก็ตาม แต่อาหารก็ยังไม่ย่อย ทำให้เบื่ออาหารอาการของโรคทรุดลง จึงทรงอนุญาตให้ฉัน เภสัช ๕ ชนิดนี้ทั้ง ๕๐ ในกาลและนอกกาลได้<sup>136</sup> เภสัชเหล่านี้ให้เก็บไว้ได้ ๗ วัน หากล่วงกำหนดนั้น ไป ผิดอาบัตินิสสัคคียปาจิตตีย์ ต้องสละให้แก่สงฆ์แก่คณะและแก่บุคคลอื่นจึงจะพ้นจากอาบัติได้

เนยใสและเนยข้นทรงอนุญาตให้ทำจากน้ำมันของโค แพะ กระบือ และสัตว์อื่น ๆ ส่วน น้ำมันทรงอนุญาตไว้ ๕ ชนิด คือ น้ำมันงา น้ำมันเมล็ดพันธุ์ผักกาด น้ำมันมะขาง น้ำมันละหุ่ง น้ำมัน เปลวสัตว์<sup>137</sup>

น้ำมันเปลวสัตว์ (วสา) ให้ทำจากสัตว์เหล่านี้ คือ หมู ปลา ปลาฉลาม จระเข้ หมู ลา (อจ ฉวส มจฉวส สสุกวาส กุกรวส คทรกวส ) ที่รับประทานในกาล เจียวในกาล กรองในกาล ใช้บริโภค อย่างน้ำมัน<sup>138</sup>

เม้งบ่น้ำอ้อย (คพ) ก็ฉันได้ตามสบาย เหมือนกับน้ำอ้อยที่ใช้เป็นเภสัชฉันในเวลาวิกาล ได้<sup>139</sup> เมื่อป่วยก็สามารถฉันบ่น้ำอ้อยได้เลย ถ้าไม่ป่วยก็ให้เอาไปละลายน้ำก่อนจึงฉันได้<sup>140</sup>

#### ข. การใช้สมุนไพรรักษาโรค

พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้ภิกษุที่ป่วยใช้สมุนไพรต่าง ๆ เป็นยารักษาโรค ดังนี้ คือ มูล เภสัช กสวามกสัช ปณณเภสัช ผลเภสัช ชตุเภสัช โลณเภสัช จุณเภสัช<sup>141</sup>

(๑) สมุนไพรที่ได้จากราก (มูลเภสัช) ได้แก่ ขมิ้น ขิง ว่านน้ำ ว่านเปราะ อดุพิต ข่า แฝก หัวหมู (หลิททา สิงคิเวร วจ วจตล อติวิสา กฏกโรหิณี อุสิร กทหมุตตก ) หรือมูลเภสัชชนิดอื่น ที่รับประทานได้ ไม่เป็นพิษ เมื่อรับประทานแล้วให้เก็บไว้ใช้จนตลอดชีพ ต่อเมื่อป่วยจึงให้ฉันได้ หาก

<sup>135</sup> วิ.อ. (บาลี) ๒/๔๔๓ ฉบับมหาจุฬารามราชวิทยาลัย.

<sup>136</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๒๖/๓๘-๓๙.

<sup>137</sup> วิ.ม. (บาลี) ๒/๑๔๐-๑๔๑/๑๒๒.

<sup>138</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๒๗/๔๒.

<sup>139</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๘/๕๘.

<sup>140</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๖๖/๘๖.

<sup>141</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๒๘-๓๕/๔๒-๔๔.

ไม่ป่วยแล้วฉันยาพวกนี้ต้องทุกกฎ เมื่อต้องการมูลเภสัชชนิดละเอียดเป็นผง ก็ให้บดด้วยหินและลูกหิน (นิสโท นิสทโปโต)

นอกจากนั้นก็สามารถใช้กระเทียม (ลฺสูณ) รักษาโรคได้ เช่น โรคเสียดท้อง<sup>142</sup> หรือเมื่อเจ็บป่วยก็สามารถฉนกระเทียมล้วน ๆ ไม่ต้องผสมอย่างอื่น<sup>143</sup>

(๒) สมุนไพรรได้จากน้ำฝาด (กสาวเภสัช) ได้แก่ น้ำรสฝาดนี้ ได้จากการขยหรือต้ม ใบไม้ เปลือกไม้ เป็นต้น จากพืชเหล่านี้ คือ สะเดา มูกมัน กระดอมหรือข้ากา บอระเพ็ดหรือพญามือเหล็ก

กระถินพิมาน (นิมโ พุฏโฆ ปฏโฆ ปคโคโว นตตมาโล) หรือกสาวเภสัชชนิดอื่นที่บริโภคนได้ไม่เป็นพิษ เมื่อรับประทานแล้วเก็บไว้ใช้ตลอดชีพ เมื่อมีเหตุจึงให้บริโภคนหากไม่มีเหตุบริโภคนต้องทุกกฎ

(๓) สมุนไพรรได้จากใบไม้ (ปณณเภสัช) ได้แก่ ใบสะเดา มูกมัน ใบกระดอมหรือข้ากา ใบกะเพราหรือแมงลัก (สุลสิปณณ) ใบฝ้าย (กปุปาสิปณณ) หรือ ปณณเภสัชชนิดอื่นที่บริโภคนได้ไม่เป็นพิษ อนึ่ง แม้ผักสดทุกชนิด (ฆาก) พระพุทธรองค์ที่ทรงอนุญาตให้ภิกษุฉันได้<sup>144</sup>

(๔) สมุนไพรรที่เป็นผลไม้ (ผลเภสัช) ได้แก่ ลูกพิลังกาสงา ดีปลี พริก สมอไทย สมอพิเภก มะขามป้อม ผลแห่งโกฐ (วิลงค มริจ หรีตโก วิกิตโก อามลก โครผล) หรือผลเภสัชชนิดอื่นที่บริโภคนได้ไม่เป็นพิษ พระพุทธรองค์ที่ทรงอนุญาตให้ภิกษุฉันได้ทุกชนิด<sup>145</sup> ๑๔๐

(๕) สมุนไพรรที่ได้จากยาง (ขตุเภสัช) ได้แก่ ยางที่ไหลออกจากต้นหิงคุ ยางที่เคี้ยวจากก้านและใบต้นหิงคุ ยางที่เคี้ยวจากใบต้นหิงคุ ยางที่ไหลออกจากยอดไม้ตะกะ ยางจากใบต้นคกะ ยางที่เคี้ยวจากใบหรือไหลออกจากก้านต้นคกะ กายาน (หิงคุ หิงคุขตุ หิงคุสีปาทิก ตก ตกปตติ ตกปณณิสสุขุส) หรือขตุเภสัชชนิดอื่นที่บริโภคนได้ ไม่มีพิษ

(๖) เกลือเป็นเภสัช (โลณเภสัช) ได้แก่ เกลือสมุทรา เกลือดา เกลือสินเธาว์ เกลือดินโป่ง เกลือหุง (สามุทท กภาพโลณ สีนธโว อุพภิต พิล) หรือโลณเภสัชชนิดอื่นที่บริโภคนได้ ไม่มีพิษ เมื่อรับประทานแล้วให้เก็บไว้ใช้ตลอดชีพ ต่อเมื่อป่วยจึงบริโภคนได้ หากไม่มีเหตุบริโภคนเป็นทุกกฎ

(๗) สมุนไพรรที่บดเป็นผง (จุณเภสัช) สมุนไพรรเหล่านี้ได้กล่าวไว้แล้วในเรื่องการรักษาโรคผิวหนังทั่วไป

(๘) เภสัชประเภทน้ำปานะ พระพุทธรองค์ที่ทรงอนุญาตน้ำปานะ ๘ ชนิด คือ น้ำมะม่วง น้ำผลหว่า น้ำกล้วยมีเมล็ด น้ำกล้วยไม่มีเมล็ด น้ำผลมะขาง น้ำผลจันทน์หรืออุน น้ำเงาะบัว น้ำผลมะปรางหรือลิ้นจี่ (อมพพาน ชมพูปาน โจจปาน โมจปาน มธูปาน มุททิกปาน สาธุกปาน พารุสกปาน) และทรงอนุญาตเพิ่มเติมอีกคือ น้ำผลไม้ทุกชนิดยกเว้นน้ำต้มเมล็ดข้าวเปลือก น้ำใบไม้ทุกชนิดเว้นน้ำผักตอง น้ำดอกไม้ทุกชนิดเว้นดอกมะขาง น้ำอ้อย<sup>146</sup> ถ้าได้ผลไม้ดิบ เช่น มะม่วงอ่อนก็ให้ทุบให้ทุบ

<sup>142</sup> วิ.จ. (บาลี) ๗/๑๘๗-๑๘๘/๗๒-๗๓.

<sup>143</sup> วิ.ภิกขุณี. (บาลี) ๓/๑๕๑-๑๕๓/๙๖.

<sup>144</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๘๘/๑๒๘.

<sup>145</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๙๐/๑๓๐.

<sup>146</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๘๖/๑๒๑-๑๒๔.

แล้วแช่น้ำ ผึ่งแดดให้สุก จากนั้นก็กรองแล้วนำมาปรุงด้วยน้ำผึ้ง น้ำตาลกรวดและการบูร เป็นต้น ที่รับประทานในวันนั้น หากปราศจากอามิสหรือของเจือปนอื่น ก็สามารถรับประทานหลังภัต แล้วฉันได้จนถึงอรุณขึ้น<sup>147</sup> น้ำผลไม้เหล่านี้มีคุณค่าทางโภชนาการสูง สามารถบำบัดความหิวกระหาย ย่อยง่าย และบำบัดโรคบางชนิดได้

### ค. วิธีการได้มาซึ่งเภสัช

(๑) โดยการหยิบใช้เอง การเจ็บป่วยนั้นเป็นสิ่งไม่แน่นอน คาดการณ์และกำหนดไม่ได้ ดังนั้นเมื่อเจ็บป่วยไข้ขึ้นมาก็ให้หยิบใช้ตัวเองโดยไม่ต้องให้ใครประเคนมียามหาวิภูเป็นต้น

(๒) โดยการถวายจากญาติโยม ยารักษาโรคเป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ที่จำเป็นสำหรับบำบัดความเจ็บป่วย ญาติโยมเมื่อรู้ว่าพระสงฆ์ไม่สบาย ก็สามารถจัดหาถวายได้ อนึ่งเภสัชประเภทผลไม้จะต้องทำให้เหมาะสมกับพระสงฆ์ (สมณกัมปะ) ๕ อย่าง คือ ผลไม้ที่เอาเล็บบจิก ผลไม้ที่เอามัดกรีด ผลไม้ที่เอาเล็บบจิก ผลไม้ไม่มีเมล็ด ผลไม้ที่ปล่อนเมล็ดออกแล้ว<sup>148</sup> เพราะผลไม้ที่มีเมล็ดสามารถออกเป็นต้นให้ดอกออกผล ได้อีก การถวายผลไม้แก่พระสงฆ์จึงต้องทำให้ถูกต้องเพื่อป้องกันมิให้พระสงฆ์ทำลายเมล็ดผลไม้

(๓) โดยการขอ (วิญญูตติ) เมื่อภิกษุอาพาธสามารถขอเภสัชจากผู้อื่นได้ เช่น ขอนเอยไส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ปลา เนื้อ นมสด นมส้ม หากไม่ป่วยแล้วขอมาฉันปรับบาปติปาจิตติย<sup>149</sup> การขอเภสัชต้องขอให้ถูกต้องกับโรคเท่านั้น<sup>150</sup>

### ง. การเก็บรักษาเภสัช

(๑) อุปกรณ์เก็บเภสัช ยารักษาโรคต่าง ๆ ที่ได้มาแล้วนั้นให้เก็บไว้ในวัดอุหรืออุปกรณ์ที่เหมาะสม เช่น การใช้บาตรบรรจุเข็ม มีด เครื่องยา ในเวลาเดินทาง หรือการใช้ถุงเก็บเครื่องยา เป็นต้น<sup>151</sup> ทั้งนี้เพื่อป้องกันยาเสียหาย หรือสกปรก แต่อุปกรณ์ดังกล่าว ไม่ให้ทำด้วยของมีค่าหรือเพื่อประดับตกแต่งให้สวยงาม

(๒) การกำหนดเวลา ภิกษุมิเภสัชเป็นจำนวนมาก เมื่อใช้ไม่หมดก็เสียหายหรือหมดอายุ ดังนั้นเพื่อป้องกันมิให้ยาเสียหายหรือหมดอายุ และไม่ให้เป็นคนมักมากอันเป็นที่ตำหนิของคนทั่วไป จึงทรงอนุญาตให้เก็บเภสัช คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ที่รับประทานแล้วไว้ได้ ๗ วันเป็นอย่างมาก หากเกินเวลาไปแล้ว ควรและให้ผู้อื่นเสีย<sup>152</sup> หรือเมื่อรักษาโรคหายแล้วก็ควรบริจาคแก่ภิกษุรูปอื่นที่ป่วย<sup>153</sup>

(๓) การทำเรือนสำหรับเก็บยา พระพุทธองค์ทรงอนุญาตให้เก็บยาที่มีจำนวนมากในกุฏิเก็บของที่เหมาะสมหรือกัมปณภูมิที่สงฆ์สมมติ ๔ ประเภท คือ (ก) อุสสาวนันทิกา กุฏิที่ยกพื้นขึ้น ด้วยเสาไม้หรือก้อนหิน (ข) โคนิสาทิกา คือ วัดที่มีบริเวณและเสนาสนะ ทั้งที่ล้อมรั้วและมีได้ล้อมรั้ว (ค)

<sup>147</sup> วิ.อ. (บาลี) ๓/๒๐๒ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>148</sup> วิ.จ. (บาลี) ๗/๒๕/๑๑.

<sup>149</sup> วิ.ม. (บาลี) ๒/๕๑๗/๓๔๑; วิ.ม. (บาลี) ๒/๘๓๖-๘๓๗/๕๔๗-๕๔๘.

<sup>150</sup> วิ.อ. (บาลี) ๒/๕๑๑ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>151</sup> วิ.จ. (บาลี) ๗/๗๐/๒๗.

<sup>152</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๔๘/๕๘.

<sup>153</sup> ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๘๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

คหบดีกา คือ กุฎิหรือเรือนที่คนทากวายเป็นให้พระสงฆ์ใช้สอย (ง) สมมติกา คือ กุฎิที่ภิกษุสวดประกาศให้เป็นทีเก็บของ<sup>154</sup> เพื่อป้องกันมิให้ยาเสียหายจากสัตว์แมลง และการลักขโมย

นอกจากนั้นแล้วภิกษุสามารถเก็บสิ่งเหล่านี้ไว้ในที่อยู่ได้ประมาณ ๔ ส่วน คือ ข้าวสาร น้ำอ้อยงาบ เนยใส เพื่อประโยชน์สำหรับผู้เข้ามาผิวดเวลา เช่น พวกโจร คนเหล่านี้เมื่อไม่ได้อาบิส ปฏิสนธิการ หรือการต้อนรับด้วยสิ่งของ อาจฆ่าภิกษุก็ได้ ดังนั้นถ้าเสียบ้างเพียงเท่านี้ไม่มี สามารถนำมาเองเก็บไว้ได้<sup>155</sup>

(๔) การอุณยาหรืออาหาร เกสซ์และอาหารบางอย่าง ควรจัดการอุณหรือต้มก่อนจึงฉัน เพื่อให้เหมาะสมแก่การรักษาและการฉัน<sup>156</sup>

จ. หลักในการฉันอาหารและเกสซ์

วัตถุประสงค์หลักในการฉันอาหารและเกสซ์ คือ เพื่อให้ร่างกายดำรงอยู่ ได้เพื่อให้เกิดสุขภาพที่ดี เพื่อบำบัดความหิวกระหาย เพื่อบำบัดความเจ็บป่วย เพื่อให้เอื้อต่อการศึกษาปฏิบัติธรรม อันถือว่าเป็นคุณค่าแท้ ไม่ใช่เพื่อหลงติดประมาทมัวเมา ไม่ใช่เพื่อเสริมความงาม บำรุงบำเรอบำรุง ผิพรรณ ดังนั้น พระพุทธองค์จึงทรงแนะนำภิกษุสงฆ์พิจารณาก่อนแล้วจึงฉัน<sup>157</sup> และพึงฉันพอประมาณ ไม่น้อยเกินไปอันจะทำให้ร่างกายขาดสารอาหารที่ดี ไม่ฉันมากเกินไป อันจะทำให้เกิดความเกลียดคร้านและง่วงหาวนอน และเกิดโรคร้ายไข้เจ็บ

อนึ่งมีข้อสงสัยเกิดขึ้นกับพระสงฆ์ในพระบัญญัติบางสิ่งบางอย่างว่า สิ่งใดบ้างทรงอนุญาตไว้และไม่ได้อนุญาตไว้ หรือสงสัยว่าสิ่งนี้ การกระทำเช่นนี้ถูกต้องตามธรรมวินัยหรือไม่ พระพุทธองค์จึงตรัสมหาปเทศหรือข้อสำหรับอ้างอิงใหญ่ ซึ่งเป็นหลักอ้างอิงสำหรับเทียบเคียงสิ่งที่ตนเองสงสัยกับ พระวินัยที่ทรงบัญญัติไว้ มีอยู่ ๔ ประการ ดังนี้

(๑) สิ่งใดที่ไม่ได้ห้ามไว้ว่าไม่ควร แต่เข้ากับสิ่งที่ไม่ควร ขัดกับสิ่งที่ควร สิ่งนั้นไม่ควร

(๒) สิ่งใดที่ไม่ได้ห้ามไว้ว่าไม่ควร แต่เข้ากับสิ่งที่ควร ขัดกับสิ่งที่ไม่ควร สิ่งนั้นควร

(๓) สิ่งใดที่ไม่ได้อนุญาตไว้ว่าควร แต่เข้ากับสิ่งที่ไม่ควร ขัดกับสิ่งที่ควร สิ่งนั้นไม่ควร

(๔) สิ่งใดที่ไม่ได้อนุญาตไว้ว่าควร แต่เข้ากับสิ่งที่ควร ขัดกับสิ่งที่ไม่ควร สิ่งนั้นควร

ดังนั้น ภิกษุจึงควรพิจารณาเลือกใช้เลือกฉันเลือกปฏิบัติให้ถูกต้องตามพุทธบัญญัติ และปรับเปลี่ยนไปตามความเหมาะสม โดยไม่เป็นไปเพื่อประมาทมัวเมา เพื่อตกแต่ง ไม่เป็นไปเพื่อสะสม แต่ให้หาเพื่อความมีสุขภาพดี โดยให้ปฏิบัติอย่างเหมาะสมกับสมณะภาวะ

## ๒.๕ แนวคิดสุขภาวะองค์รวม

### ๒.๕.๑ ความหมาย สุขภาวะ

คำว่า “สุขภาพ” ในคัมภีร์พระไตรปิฎก มีคำกล่าวที่บ่งถึงภาวะการมีสุขภาพกายดีมีอยู่ ๒ คำ คือ คำว่า “อัปปาพาโธ” มีความเจ็บป่วยน้อย หรือ “อัปปาตังโก” มีโรคน้อย เช่น “ภิกษุใน

<sup>154</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๘๒/๑๑๐.

<sup>155</sup> ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๑๘๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

<sup>156</sup> วิ.ม. (บาลี) ๕/๕๐/๖๑.

<sup>157</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๔/๑๗.

ธรรมวินัยนี้... เป็นผู้มีอาพาธน้อย มีโรคเบาบาง”<sup>158</sup> “บุคคลในโลกนี้ ...เป็นผู้ไม่ เบียดเบียนสัตว์ ... กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใด ๆ เขาก็จะเป็นผู้มีโรคน้อย”<sup>159</sup> “ภิกษุทั้งหลาย องค์ของภิกษุ ผู้บำเพ็ญเพียรมี ๕ ประการ คือ...หลังจากตายแล้ว ถ้าไม่ไปเกิดในสุคติสวรรค์กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ในที่ใดๆ เขาก็จะเป็นผู้มีอาพาธน้อย มีโรคเบาบาง”<sup>160</sup>

ภาวะความมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี ควบคู่กันไปเป็น ความหมายที่สมบูรณ์สูงสุดในพระพุทธศาสนา แม้ว่าจะมีโรคทางกายเกิดขึ้น ก็สามารถพัฒนาด้านจิตใจได้ เพราะมุ่งให้ความสำคัญทางด้านจิตใจเป็นพิเศษ ดังพุทธภาษิตที่ว่า “ใจเป็นผู้นำสรรพสิ่ง”<sup>161</sup>

คำว่า “สุขภาพ” องค์การอนามัยโลก ปี ๒๔๙๑ ให้ความหมายว่า สุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย สังคม และจิตใจประกอบกัน โดยไม่หมายเฉพาะแต่เพียงการปราศจากโรคภัยไข้เจ็บหรือพิการเท่านั้น

พระพุทธเจ้า ตรัสถึงความสำคัญของการมีสุขภาพร่างกายดี ไม่มีโรคภัยเบียดเบียนว่าเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมแก่การบำเพ็ญเพียรอย่างยิ่ง<sup>162</sup> หากร่างกายเจ็บป่วยไม่อาจเยียวยาได้แล้ว พระองค์จะทรงมุ่งเน้นการเยียวยาทางด้านจิตใจเป็นหลัก ดังเรื่องที่ปรากฏว่า ครั้งหนึ่งมีภิกษุทุพพลภาพป่วยหนัก ระยะสุดท้าย พระพุทธเจ้าทรงเยี่ยมารักษาทางด้านจิตใจ ทรงมีพระดำรัสว่า “แม้ร่างกายจะเจ็บหนักแต่ยังสามารถพัฒนาให้ไปสู่การบรรลุธรรมได้”<sup>163</sup>

ทัศนะเรื่องความเจ็บป่วยที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ประการหนึ่งว่า “ร่างกายเป็น รังแห่งโรค”<sup>164</sup> การที่ร่างกายเป็นฐานหรือที่ตั้งแห่งโรค ย่อมจะเจ็บป่วยอย่างใดอย่างหนึ่งไม่มาก ก็น้อย เป็นธรรมดา อีกคําหนึ่ง คือ คำว่า “อโรคย” ไม่มีโรค ดังพุทธภาษิตว่า “อโรคยปรมา ลาภา” แปลว่า ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ<sup>165</sup> คำว่าอโรคย อีกนัยหนึ่งหมายถึงภาวะการปราศจากโรคทางจิตเพียงอย่างเดียว ดังพุทธพจน์ที่ว่า ผู้ที่ปราศจากโรคทางกายเป็นเวลานานๆ หรือไม่มีโรคทางกายปรากฏอยู่เลยนั้นพอหาได้ แต่คนที่ไม่มีโรคทางใจแม้เพียงชั่วขณะหนึ่งนั้นหายาก ยกเว้นพระอรหันต์ผู้หมดกิเลสแล้วเท่านั้น<sup>166</sup>

**พระพรหมคุณาภรณ์**<sup>167</sup> (ป.อ.ปยุตโต) อธิบายว่า “สุขภาวะ” หรือ “สุขภาพ” เป็นคำเดียวกันในภาษาบาลี แต่ภาษาไทยแผลง “ว” เป็น “พ” เป็นคำว่า “สุขภาพ” เมื่อความหมาย ของ

<sup>158</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๓/๓๗๙/๔๖๔. ๑๑

<sup>159</sup> ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๑๗/๓๐๖-๓๐๗, ม.ม. (ไทย) ๑๓/ ๑๓๔/๑๕๐, ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๙๑/๓๕๑.

<sup>160</sup> อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๓-๕๔/๙๒-๙๓.

<sup>161</sup> ขุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๑/๒๓.

<sup>162</sup> อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๓-๕๔/๙๒-๙๓.

<sup>163</sup> อจ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๑/๒๐๑.

<sup>164</sup> ขุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๑๔๘/๗๘, ขุ. อป. (ไทย) ๓๓/๑๕๕/๔๐๘.

<sup>165</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๓/๒๑๕-๒๑๖/๒๕๔-๒๕๕.

<sup>166</sup> อจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๕๗/๒๑๗.

<sup>167</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ, พิมพ์ครั้งที่ ๖ (กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหพันธ์ดั่งแอนด์พับลิชชิง, ๒๕๕๑), หน้า ๖-๘.

สุขภาพคือสุขภาพทางกาย จิต สังคม และปัญญา จึงสื่อความหมายใกล้ความสุข ภาวะที่ปลอดทุกข์ เป็นสุข เป็นภาวะที่สมบูรณ์ คาสัมย์ใหม่เรียกว่า “องค์รวม” ความสุขแนวพุทธหรือสุขภาพแนวพุทธ ประกอบด้วยลักษณะที่เป็นวิชา (ความสว่างผ่องใส) วิมุตติ (ความหลุดพ้นเป็นอิสระ) วิสุทธิ (ความหมดจด ไม่ขุ่นมัวเศร้าหมอง) สันติ (ความสงบไม่ร้อนร่นกระวนกระวาย) ซึ่งเป็นภาวะที่เป็นความดีงามของชีวิต

นับเป็นเวลาประมาณ ๕๐ ปีที่ผ่านมาองค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ซึ่งเรียกโดยย่อว่า WHO ได้ให้บทนิยามของคำว่า “สุขภาพ” ไว้ว่า “สุขภาพ คือความสุขที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม ไม่เพียงแต่ความปราศจากโรคหรือทุพพลภาพเท่านั้น” ความหมายของคำว่าสุขภาพดังกล่าวนี้ใช้กันแพร่หลายทั่วโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวงการแพทย์และสาธารณสุข ต่อมาผู้เชี่ยวชาญขององค์การอนามัยโลกหลายคนมีความเห็นว่าบทนิยามที่ได้ให้ไว้ยังขาดความสมบูรณ์ น่าจะมีการเพิ่มองค์ประกอบทางจิตวิญญาณเข้าไปด้วยดังนั้นคณาจารย์จากัดความของสุขภาพขององค์การอนามัยโลก คำว่า “สุขภาพ” หรือ Health จึงหมายถึงสุขภาพที่สมบูรณ์ ใช้คำว่า “Complete Well-being” ทางกาย (Physical) ทางจิต (Mental) ทางสังคม (Social) และทางจิตวิญญาณ (Spiritual) ฉะนั้นคณาจารย์ดังกล่าวเป็นคณานิยามที่ลึกที่สุดกว้างที่สุด ครอบคลุมทุกอย่างทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ สุขภาพจึงไม่ใช่เรื่องโรค เรื่องโรงพยาบาลหรือเรื่องยาเท่านั้น แต่เป็นเรื่องที่ครอบคลุมไปทั้งหมด<sup>168</sup>

**กล่าวโดยสรุป** ความหมาย สุขภาวะ เป็นการดูแลรักษา การป้องกัน และการเยียวยาทั้งทางด้านร่างกาย สังคม และจิตใจ มนุษย์ทุกคนจำเป็นต้องปฏิบัติประยุกต์ใช้หลักธรรม เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการดูแล การป้องกันและการเยียวยา ชีวิต โดยเฉพาะทางด้านจิตใจ การส่งเสริมกำลังใจให้ผู้ป่วยหนัก มีความหวังที่จะดูแลรักษาใจซึ่งถือว่าสำคัญที่สุด เพื่อผู้ป่วยสามารถประคองจิตที่ดีของตนได้ตลอดไป จนกว่าจะสิ้นชีวิต หรือหากประคองจิตได้ถึงขั้นสูงสุด คือ การบรรลุธรรมได้พร้อมกับการสิ้นชีวิต ที่พระพุทธศาสนาเรียกว่า “ชีวิตสมัสติ” ถือว่าเป็นการบรรลุ เป้าหมายชีวิตในโอกาสสุดท้ายที่สูงที่สุด

#### **๒.๕.๒ พุทธวิธีดูแลสุขภาพแบบองค์รวม**

##### **พุทธวิธีดูแลสุขภาพและเสริมสร้างสุขภาพอนามัย**

หลักฐานในคัมภีร์พระไตรปิฎกหลายแห่ง ระบุถึงมีความสุขอนามัยของพระพุทธเจ้าไว้หลายประการ เช่น บาเพญฺพทุทกกิจได้เกือบตลอดทั้งวัน คือ เวลาเช้าเสด็จ<sup>169</sup> ปิณฑบาตเพื่อโปรดสัตว์ เวลาเย็นทรงแสดงธรรม เวลาค่ำทรงประทานโอวาทแก่เหล่าภิกษุ และจวนสว่างทรงตรวจพิจารณาสัตว์ที่สามารถและที่ยังไม่สามารถบรรลุธรรมอันควรจะเสด็จไปโปรด<sup>170</sup> พระองค์ทรงมีสติสัมปชัญญะบริบูรณ์ดี แม้จะทรงมีพระชนมายุถึง ๘๐ พรรษา<sup>171</sup> แล้วก็ตาม ดังที่ตรัสยืนยันว่า

<sup>168</sup> ที.สี.อ.(บาลี) ๑/๖๑ และดูเพิ่มเติมใน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๘๙.

<sup>169</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๖๕/๑๑๐.

<sup>170</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๒/๑๖๑/๑๖๔-๕.

<sup>171</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๘๙/๑๓๗-๑๔๗.

พระองค์เป็นคนแก่ชราแม้ว่าจะทรงเจ็บป่วยอย่างหนัก ก็ไม่ทำให้พระองค์หลงลืมสติ และปัญญา<sup>172</sup> พระองค์เสด็จด้วยพระบาทจาริกไปเผยแผ่ธรรมตามที่ต่างๆ จนช่วงสุดท้ายแห่งชีวิต ขณะที่พระองค์ทรงประชวรหนัก ด้วยโลหิตปกชั้นทิกาพาธ (ถ่ายเป็นพระโลหิต) ยังทรงสามารถเดินทางไกล จากเมืองปาวาสู่เมืองกุสินารอันเป็นสถานที่ปรินิพพานได้<sup>173</sup>

บุคคลที่ใกล้ชิดพระพุทธเจ้า กล่าวขานถึงพระองค์ว่า ทรงเป็นผู้มีพระโรคาพาธน้อย ทรงกระปรี้กระเปร่า มีพระพลานามัยสมบูรณ์ อยู่สราญดี<sup>174</sup> พระองค์ตรัสกับพราหมณ์ผู้หนึ่ง ถึงความเป็นอยู่ของพระองค์ไว้ว่า

พราหมณ์ เราอาศัยหมู่บ้านหรือตำบลใดในโลกนี้อยู่ ในเวลาเช้า เราครองอันตรวาสก ถือบาตรจีวร เข้าไปสู่หมู่บ้านหรือตำบลนั้นแลเพื่อบิณฑบาต กลับจากบิณฑบาต หลังจากฉันเสร็จแล้ว เข้าไปสู่ชายป่า กวาดหญ้าหรือไปไม้ที่มีอยู่ในที่นั้นรวมเป็นกองแล้วนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรงดำรงสติมั่นไว้ สงัดจากกาม และอกุศลธรรมแล้ว บรรลุปฐมฌาน....บรรลุทุติยฌาน....บรรลุตติยฌาน....บรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริบูรณ์ เพราะอุเบกขาอยู่

### ข้อวัตรปฏิบัติของพระพุทธเจ้าจากพุทธพจน์ได้ ดังนี้

การบริโภคอาหาร พระองค์ฉันอาหารมื้อเดียวนอกจากจะทรงถือหลักในการฉันอาหารมื้อเดียวตลอดชีวิตพรหมจรรย์แล้ว พระองค์ยังทรงพร่ำสอนและแนะนำให้เหล่าภิกษุสงฆ์ฉันอาหารมื้อเดียวด้วย ดังพุทธพจน์ว่า “ตถาคตฉันมื้อเดียว ไมฉันในเวลาวิกาล พระองค์รู้สึกว่า กระปรี้กระเปร่า ทำให้มีโรคน้อย ภิกษุทั้งหลาย มาเถิด แม้เธอทั้งหลาย ก็จงฉันอาหารมื้อเดียวเถิด เธอทั้งหลายฉันอาหารมื้อเดียว จักรู้สึกว่า มีโรคน้อย”

พิจารณาอาหารก่อนฉัน ดังพุทธพจน์ว่า..

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยบคายแล้วฉันบิณฑบาต ไม่ใช่เพื่อเล่น ไม่ใช่เพื่อมัวเมา ไม่ใช่เพื่อตกแต่ง ไม่ใช่เพื่อประดับประดา แต่เพียงเพื่อความดำรงอยู่ได้แห่งกายนี้ เพื่อให้ชีวิตินทรีย์เป็นไปได้ เพื่อบำบัดความหิว เพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์ ด้วยความคิดเห็นว่า โดยอุบายนี้เราจักกำจัดเวทนาเก่าเสีย และจักไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้น ความดำรงอยู่แห่งชีวิต ความไม่มีโทษ และการอยู่โดยผาสุกจักมีแก่เรา แล้วจึงบริโภคอาหาร<sup>175</sup>

พระพุทธเจ้าทรงมีเป้าหมายในการบริโภค ที่ประกอบด้วยองค์ธรรม ๑๐ ประการ คือ

๑. ทรงมีสติและรู้ประมาณในการบริโภค
๒. ทรงบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ไม่ก่อโทษต่อร่างกาย
๓. ทรงพิจารณาอาหารว่ามีลักษณะเป็นเพียงธาตุชนิดหนึ่ง
๔. ไม่บริโภคเพื่อเล่นสนุกสนานเพลิดเพลิน
๕. ไม่บริโภคเพื่อความเมามัน
๖. ไม่บริโภคเพื่อประดับ

<sup>172</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๑๓๒/๗๗, ส .ม.(ไทย) ๑๙/๑๐, ๔๘/๕๗๑.

<sup>173</sup> อจ.เอกก.(ไทย) ๒๐/๖๔/๒๕๐.

<sup>174</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๒/๒๒๕/๒๓๖, ม.ม.(ไทย) ๑๓/๑๓๔, ๑๗๔/๑๕๐.

<sup>175</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๒/๒๓/๒๓.

๗. ไม่บริโภคเพื่อตกแต่ง
๘. บริโภคเพื่อยังพระชนม์ชีพ
๙. บริโภคเพื่อป้องกันความลาบาก
๑๐. บริโภคเพื่ออนุเคราะห์แก่การประพาศพรหมจรรย์

ทรงเลือกพิจารณาฉันเฉพาะอาหารที่เป็นประโยชน์ไม่ก่อโทษต่อร่างกายเท่านั้น ดังที่ทรงห้ามภิกษุดื่มสุราและเมรัย เพราะเป็นบ่อเกิดของการเกิดโรค<sup>176</sup> มีสติในการฉันอาหาร พระองค์ตรัสแนะนำพระเจ้าปเสนทิโกศลและภิกษุทั้งหลายให้เป็นผู้มีสติในการบริโภค ดังพุทธพจน์ว่า “...มนุษย์ผู้มีสติอยู่ทุกเมื่อ รู้ประมาณในการบริโภคที่ได้แล้ว ย่อมมีเวทนาเบาบาง เขาย่อมแก่ช้า อายุยืน”<sup>177</sup> “เราทั้งหลาย จักเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ ทาความรู้สึกรู้ตัวในการก้าวไป.....การฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม”<sup>178</sup> รู้ประมาณในการฉัน ดังพุทธพจน์ว่า “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาโดยแยบคายว่า เราบริโภคอาหารไม่ใช่เพื่อเล่น เพื่อความมัวเมา เพื่อประเทืองผิว และเพื่อความอ้วนพี แต่เพื่อภยันตรายอยู่ การพิจารณาในการบริโภค นี้เรียกว่า ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค”<sup>179</sup>

**กล่าวโดยสรุป** ในพระไตรปิฎกระบุถึงควมมีสุขภาพอนามัยดีของพระพุทธเจ้าไว้หลายประการ ได้แก่ บาเพญพุทธกิจได้เกือบตลอดทั้งวัน สติสัมปชัญญะบริบูรณ์ดี มีโรคน้อย มีเป้าหมายในการบริโภค มีสติพิจารณาฉันเฉพาะอาหารที่เป็นประโยชน์ รู้ประมาณในการบริโภคและห้ามดื่มสุราและเมรัย ทำให้มีพระพลานามัยสมบูรณ์

#### ๒.๕.๓ พุทธวิธีบำบัดรักษาโรคด้วยพระธรรมโอสถ

พระพุทธเจ้าทรงนำพระธรรมโอสถ มาบำบัดรักษาโรคให้กับภิกษุสงฆ์และคฤหัสถ์ จะนามากล่าวพอสังเขปดังนี้

พระพุทธเจ้า ประทับ ณ พระเวฬุวันวิหาร ทรงประชวรหนักได้รับทุกขเวทนาแรงกล้า ครั้งนั้น พระมหาจุณฑะ สวดสาธยายโพชฌงค์ ๗ ให้พระองค์ฟัง พระองค์พิจารณาตามธรรมนั้นไปด้วย ครั้นพระมหาจุณฑะแสดงธรรมจบลง ก็ทรงหายจากพระประชวร พระองค์ตรัสกับพระมหาจุณฑะว่า “จุณฑะ โพชฌงค์ดีนัก จุณฑะ โพชฌงค์ดีนัก”<sup>180</sup>

พระพุทธเจ้าทรงแนะนำหลักทั่วไปในการแก้ความคิด ความดำริที่เป็นอกุศล ดังนี้

๑. โรคโภกะ ทรงสอนให้เป็นผู้รู้จักพอ รู้จักการถือสันโดษและรู้จักการให้ทาน<sup>181</sup>

๒. โรคโทสะ ทรงสอนให้เป็นผู้มีความเมตตา กรุณา มุทิตา และรู้จักการให้อภัย<sup>182</sup>

๓. โรคโมหะ ทรงสอนให้เป็นผู้รู้จักการศึกษา (สุตะ) การเจริญสติสัมปชัญญะ และการหมั่นเจริญภาวนา<sup>183</sup>

<sup>176</sup> ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๒๔๗/๒๐๒-๒๐๓.

<sup>177</sup> ส.ส.(ไทย) ๑๕/๑๒๔/๑๔๕-๑๔๖.

<sup>178</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๒/๔๒๔/๔๕๗.

<sup>179</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๒/๔๒๒/๔๕๖, อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๕๑๘/๓๙๑.

<sup>180</sup> ส.ม.(ไทย) ๑๙/๑๙๗/๑๓๐-๑๓๑.

<sup>181</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๒/๘๓-๘๖/๗๒-๗๘,

<sup>182</sup> อัง.ติก.(ไทย) ๒๐/๗๐/๒๗๕-๒๗๙, อัง. ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๖๑/๒๖๕-๒๖๙.

<sup>183</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๒/๘๓-๘๖/๗๒-๗๘,

กรณีตัวอย่างการดูแลรักษาที่ปรากฏในคัมภีร์ พระไตรปิฎก ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### กรณีที่ ๑ พระพุทธองค์พระบาทหือพระโลหิต

ครั้งหนึ่ง พระเทวทัตกลิ้งก้อนหิน ลงจากยอดเขาศิขณภูฏ หมายใจจักให้หินทับพระพุทธรูปองค์ขณะประทับอยู่เชิงเขา สะเก็ดหินแตกจากก้อนหินใหญ่ ตกลงมากระทบพระบาทของพระพุทธเจ้าจนหือพระโลหิต ภิกษุทั้งหลายนาเสด็จไปประทับยังชิวกัมพวนารามเมื่อหมอชิวโกมารภัก ตรวจพระอาการ ถวายการรักษาและถวายพระโอสถปรุงด้วยเครื่องยาสรรพคุณแรง ทาทั่วบริเวณพระบาท พระอาการหือพระโลหิตหาย บาดแผลหายสนิท<sup>184</sup>

#### กรณีที่ ๒ พระสารีบุตรเป็นโรคไข้ตัวร้อน

เมื่อพระสารีบุตรป่วยด้วยโรคไข้ตัวร้อน พระมหาโมคคัลลานะได้ถามว่า ก่อนนี้ท่านฉันอะไรจึงหายจากโรค พระสารีบุตรตอบว่า รักษาหายด้วยรากบัวและง่าบัว ดังนั้นพระมหาโมคคัลลานะจึงไป ณ ริมฝั่งสระโบกขรณีมันทา โดยมีช้างเชือกหนึ่งได้มาราบทูลถามว่าท่าน ประสงค์สิ่งใด พระมหาโมคคัลลานะตอบว่า ฉันประสงค์ง่าบัวและรากบัว เมื่อทราบดังนั้น ช้างเชือกนี้จึงส่งช้างอีกเชือกหนึ่งทันทีให้ถวายง่าบัวและรากบัว ช้างเชือกที่ถูกใช้นั้นลงสู่สระโบกขรณีมันทากินใช้วงถอนง่าบัวและรากบัวล้างน้ำให้สะอาด ม้วนเป็นห่อเข้าไปหาพระมหาโมคคัลลานะ เมื่อได้สิ่งดังประสงค์ พระมหาโมคคัลลานะน้อมง่าบัวและรากบัวเข้าไปถวายพระสารีบุตร เมื่อพระสารีบุตรฉันง่าบัวและรากบัวแล้ว โรคไข้ตัวร้อนก็หายทันที<sup>185</sup>

#### กรณีที่ ๓ พระมหาโมคคัลลานะ อาพาธหนัก อยู่ ณ ภูเขาศิขณภูฏ

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จไปเยี่ยมถึงที่พัก พระองค์ทรงแสดงธรรม “โพชฌงค์ ๗” ให้พระมหาโมคคัลลานะฟัง พระมหาโมคคัลลานะน้อมจิตพิจารณาตามไปด้วย ครั้นทรงแสดงธรรมจบลง พระมหาโมคคัลลานะก็หายจากอาพาธ และอาพาธนั้นพระมหาโมคคัลลานะละได้แล้ว<sup>186</sup>

ปัจจุบันพุทธบริษัทที่ศึกษาธรรม นิยมนิมนต์พระมาสวดโพชฌงค์ ๗ ให้ผู้ป่วยฟัง เพื่อมุ่งหวังส่งเสริมกำลังใจ และให้หายจากโรค

#### กรณีที่ ๔ พระคิริमानนท์อาพาธหนัก

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงทราบแล้ว ทรงมอบให้พระอานนท์ไปเยี่ยมแทน พร้อมกับโปรดให้พระอานนท์นำสัญญา ๑๐ ไปสวดสาธยายให้พระคิริमानนท์ฟัง พระคิริमानนท์ฟังธรรมนี้แล้วอาพาธหนักนั้นก็สงบระงับในทันที<sup>187</sup>

#### กรณีที่ ๕ พระอนรุทธะ อาพาธหนัก อยู่ ณ ป่าอันธวัน เขตกรุงสาวัตถี

ครั้งนั้นภิกษุจนวนหนึ่งไปเยี่ยมถึงที่พัก เห็นพระอนรุทธะได้รับทุกเวทนาอย่างรุนแรง แต่ไม่ได้แสดงอาการทรมานทรมาย จึงถามถึงหลักธรรมที่ใช้อยู่ในขณะนั้นพระอนรุทธะตอบว่าท่านมีจิตตั้งมั่นอยู่ใน “สติปัฏฐาน ๔” ทุกขเวทนาทางกายที่เกิดขึ้น จึงไม่สามารถครอบงำจิตท่านได้”<sup>188</sup> ๓๒

#### กรณีที่ ๖ พระมหากัสสปะ อาพาธเป็นไข้หนักอยู่ที่ถ้ำปิปลิคุหา

<sup>184</sup> วิ.จ. (ไทย) ๗/๓๔๑/๑๙๑-๑๙๕.

<sup>185</sup> วิ.ม. (ไทย) ๕/๒๗๘/๗๖-๗๗.

<sup>186</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๖/๑๒๙-๑๓๐.

<sup>187</sup> อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๘-๑๓๑.

<sup>188</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๐๘/๔๔๐-๔๔๑.

พระพุทธองค์ทรงเสด็จไปเยี่ยมและตรัสพระดำรัสที่ว่า “กัณฐกะ เธอพอทนได้หรือ พอยังอึดทนได้เป็นไปได้อีกหรือ ทุกขเวทนาสร้างลง ไม่กำเริบหรือที่สุดของความสร้างทุกขเวทนาปรากฏ ความกำเริบไม่ปรากฏ หรือพระมหา กัณฐกะ ทูลว่า “ข้าพระองค์ทนไม่ได้ ยังอึดทนได้เป็นไปไม่ได้ พระเจ้าข้า ข้าพระองค์มีทุกขเวทนาอย่างแรงกล้า ยิ่งกำเริบ ไม่สร้างลง พระเจ้าข้า ความสิ้นสุดแห่ง ความกำเริบยังปรากฏ ความสร้างลงไม่ปรากฏ พระเจ้าข้า” พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า กัณฐกะ โพชฌงค์ ๗ เหล่านี้ เรากล่าวชอบแล้ว อบรมแล้วทำให้มากแล้ว

ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน โพชฌงค์ ๗ อะไรบ้าง ดูก่อนกัณฐกะ คือ สติสัมโพชฌงค์ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิติสัมโพชฌงค์ ปัสสทธิสัมโพชฌงค์ สมานิสัมโพชฌงค์ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ เรากล่าวไว้ชอบแล้ว อันบุคคลเจริญแล้วกระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้เพื่อนิพพาน” เมื่อจบลงท่านมหา กัณฐกะ ก็ปลื้มใจว่า โพชฌงค์ดีนัก จากนั้นหายจากอาพาธทันที<sup>189</sup>

#### กรณี ที่ ๗ พระวัคคิเถระได้รักษาโรคด้วยตนเอง

ครั้งหนึ่งพระพุทธองค์ตรัสถามพระวัคคิเถระว่า “ขณะที่อยู่ในป่าใหญ่ ซึ่งไม่มีสิ่งอัน ได้อันจะรบกวนใจให้เศร้าหมอง หากเธอป่วยเป็นโรค จะทำอย่างไร พระวัคคิเถระ กราบทูลว่า “ข้าพระองค์จะยังปิติและความสุขอันไพศาลให้แก่ไปสู่ร่างกาย ครอบงำปัจจัยอันเศร้า หมองอยู่ในป่าใหญ่ จักเจริญสติปัฏฐาน ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ และโพชฌงค์ ๗ อยู่ในป่าใหญ่เพราะได้ เห็นภิกษุทั้งหลาย ผู้ปรารถนาความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยว มีความบากบั่นมั่นเป็นนิตย์ มีความพร้อมเพรียง กัน มีความเห็นร่วมกัน ข้าพระองค์จึงจักอยู่ในป่าใหญ่ เมื่อข้าพระองค์ระลึกถึงพระพุทธเจ้าผู้มี พระองค์อันผดกแล้ว มีพระหฤทัยตั้งมั่น จึงเป็นผู้ไม่เกียจคร้านตลอดทั้งกลางคืนและกลางวันอยู่ในป่า ใหญ่”<sup>190</sup>

#### กรณี ที่ ๘ พระอัสสชิ อาพาธหนัก

ครั้งนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเสด็จไปเยี่ยมถึงที่พัก ทรงทราบว่า พระอัสสชิมีความ ทรมานทรมายเพราะคิดว่าตนนั้นเสื่อมจากสมาธิ พระองค์ตรัสบอกอย่าได้ยึดถือสมาธินั้นเลย หากมีศีล บริสุทธิ์ดีแล้วไม่ควรที่จะทรมานทรมายอะไรอีก ตรัสสอนให้พิจารณาเรื่องขันธ ๕ ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็น อนัตตา ทรงสอนให้พิจารณากำหนดรู้ชัดเวทนา ๓ อย่าง คือ สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ ล้วนแต่ไม่เที่ยง ไม่น่าหมกมุ่น ไม่น่าเพลิดเพลิน หลังจากตายไป ก็ให้กำหนดรู้ชัดในอาการเช่นนี้<sup>191</sup>

#### กรณี ที่ ๙ ธนัญชานิพราหณ์ ป่วยหนัก

ธนัญชานิพราหณ์ จึงให้คนไปนิมนต์พระสารีบุตรให้โปรดอนุเคราะห์มาเยี่ยมด้วย พระ สารีบุตรได้ไปเยี่ยมถึงที่บ้าน ทราบว่าธนัญชานิพราหณ์มีจิตอยากไปสู่พรหมโลก จึงได้แสดงธรรมว่า ด้วยพรหมวิหาร ๔ อันเป็นหนทางไปสู่พรหมโลก ระหว่างฟังธรรมจิตของ ธนัญชานิพราหณ์น้อม พิจารณาตาม มีความประสงค์จะไปเกิดในพรหมโลก หลังจากนั้นไม่นานธนัญชานิพราหณ์ ก็สิ้นชีวิต ลง หลังจากตายแล้วได้ไปสู่พรหมโลกตามที่จิตมุ่งหมายไว้<sup>192</sup>

<sup>189</sup> ส.ม.(ไทย) ๑๙/๑๙๕/๑๒๘.

<sup>190</sup> พ.เถร.(ไทย) ๒๖/๓๕๒-๒๕๓/๓๙๘-๓๙๙.

<sup>191</sup> ส.ช.(ไทย) ๑๗/๘๘/๑๖๓-๑๖๖.

<sup>192</sup> ม.ม.(ไทย) ๑๓/๔๔๙-๔๕๓/๕๖๘-๕๗๒.

### กรณีที่ ๑๐ คหบดีผู้สูงวัยชื่อ นกุลปิตา ถูกโรคร้ายไข้เจ็บเบียดเบียน

คหบดีผู้สูงวัยชื่อ นกุลปิตา ถูกโรคร้ายไข้เจ็บเบียดเบียน อยู่เสมอได้รับทุกขเวทนาอย่างหนัก เกิดความทุกข์ใจ รำคาญใจอย่างยิ่ง ครั้นมีโอกาสดำเฝ้าพระพุทธรูปเจ้า จึงได้กราบทูลขอพร ถึงวิธีการแก้ไขเยียวยารักษาโรคที่เป็นอยู่ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสบอกนกุลปิตาไปดังนี้ว่า พึงตั้งใจไว้อยู่เสมอว่า ถึงแม้กายจะกระสับกระส่าย แต่จิตจักไม่กระสับกระส่ายตามไปด้วย ท่านได้ฟังอมตะธรรมนั้นแล้วก็เกิดความยินดี มีอินทรีย์ผ่องใสและสีหน้าบริสุทธิ์ผุดผ่องขึ้นทันที<sup>193</sup>

### กรณีที่ ๑๑ อนาถปิณฑิกคหบดี แห่งกรุงสาวัตถี ป่วยหนัก

ครั้งนั้นพระสารีบุตรและพระอานนท์ไปเยี่ยมที่บ้าน จากนั้นจึงแสดงธรรมให้พิจารณาเห็นว่า อายุตนะภายนอก ๖ อายุตนะภายใน ๖ วิญญาณ ๖ สัมผัส ๖ เวทนา ๖ ธาตุ ๖ ชั้น ๕ รูป ๖ โลกนี้ โลกหน้า และอารมณ์ที่รับรู้ทางอายตนะ ๖ เป็นสิ่งที่ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น อนาถปิณฑิกคหบดี เกิดปิตุชาบซึ่งในธรรมถึงกับร้องไห้ เนื่องจากได้ฟังธรรมที่ละเอียดประณีตลึกซึ้ง จากนั้นได้กล่าวขอร้องให้มีการแสดงธรรมชั้นสูงที่ละเอียดลึกซึ้งเช่นนี้แก่คฤหัสถ์อื่นๆ ได้รับฟังต่อไป เพราะบุคคลผู้ฉลาดมีปัญญารู้ธรรมและเข้าใจได้ ยังมีอยู่มาก อนาถปิณฑิกคหบดีสิ้นชีวิตลงอย่างสงบ ได้ไปเกิดในเทวโลกชั้นดุสิต<sup>194</sup>

### กรณีที่ ๑๒ บุตรเศรษฐีคนหนึ่ง ป่วยเป็นโรค

บุตรเศรษฐีคนหนึ่งอยู่เมืองพาราณสี ป่วยเป็นโรคเนื้องอกในลำไส้ อาหารไม่ย่อย อุจจาระและปัสสาวะไม่สะดวก ทำให้ซูบผอม เสร้าหมอง มีผิวพรรณชुบชืดเหลือง เมื่อหมอชีวกโกมารภักจเดินทางไปยังนครพาราณสีได้เข้าเฝ้ามตรวจดูอาการ ให้คนทั้งหมดออกไปภายนอกยกเว้นภรรยาของบุตรเศรษฐีนั้น ให้ยืนอยู่ที่เฉพาะหน้า จากนั้นหมอชีวกทำการผ่าตัดหน้าท้อง ลำไส้ก็ออกมาแสดงให้ภรรยาเห็นว่า “สามีของเธอไม่สบาย เพราะโรคเนื้องอกนี้เอง ทำให้ข้าวยากหรือข้าวสวยไม่สามารถจะย่อยได้ อุจจาระหรือปัสสาวะก็ไม่สะดวก เมื่อตัดเนื้องอกออกแล้วก็สอดลำไส้เข้าตามเดิมเย็บที่ผ่าแล้ว ทายาสมาณแผลให้ ต่อมาไม่นานนัก บุตรเศรษฐีก็หายเป็นปกติ”<sup>195</sup>

สุดท้ายของชีวิต ชรา คือ ความแก่ ความคร่ำคร่า ความมีพินหลุด ความมีผมหงอก ความมีหนังเหี่ยวแห้ง ความเสื่อมอายุ...เพราะชาติเกิดชราและมรณะจึงเกิด เพราะชาติดับชราและมรณะจึงดับ อริยมรรคมีองค์ ๘ นี้เท่านั้นคือ สัมมาทิฐิ ...ชื่อว่าเป็นปฏิบัติทำให้ถึงความดับแห่งชราและ มรณะ<sup>196</sup>

**กล่าวโดยสรุป** การดูแลรักษาตามที่ปรากฏในพระคัมภีร์ มีทั้งกรณีที่เป็นโรคทางกาย และโรคทางใจ การรักษาทางกาย เช่น พระบาทห่อพระโลหิตใช้ยาทา โรคไข้ตัวร้อนฉันทนากบัว เจ้าบัว การผ่าตัดเนื้องอก การรักษาทางใจ เช่น การแยกกายกับจิตเมื่อเจ็บป่วย การฟังบทสวดโพชฌงค์ ๗ สัญญา ๑๐ เสริมกำลังใจ ใช้การกำหนดรู้สติปัฏฐาน ๔ ใช้การกำหนดสติรู้เวทนาเข้าสู่โพชฌงค์ ๗ ประกอบด้วยสติสัมโพชฌงค์ อัมมวิจยสัมโพชฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิตีสัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิ

<sup>193</sup> ส.ข.(ไทย) ๑๗/๑/๑-๓.

<sup>194</sup> ม.อ.(ไทย) ๑๔/๓๘๓/๔๓๓-๔๔๑.

<sup>195</sup> วิ.ม.(ไทย) ๕/๓๓๓/๑๘๙-๑๙๐.

<sup>196</sup> ส.นิ.(ไทย) ๑๖/๒๗/๕๓.

สัมโพชนงค์ สมาธิสัมโพชนงค์ และอุเบกขาสัมโพชนงค์ ใช้สมาธิพิจารณาเรื่องชั้น ๕ ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ฟังพรหมวิหาร ๔ อันเป็นหนทางไปสู่พรหมโลก

#### ๒.๕.๔ ทฤษฎีสภาพองค์รวม (Holistic Health)

**พระพรหมคุณาภรณ์**<sup>197</sup> ๔๑ (ป.อ.ปยุตโต) ได้กล่าวถึงสุขภาวะองค์รวมของชีวิตจะมีสุขภาวะได้ ต้องบริหารใจให้มีภาวะจิตด้านบวก สุขภาวะที่แท้ต้องเป็นตามความจริงแห่งธรรมชาติของชีวิต องค์รวมของชีวิตที่มีสุขภาวะต้องเป็นอย่างไร กายกับใจต้องสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างไร สุขภาวะจะสำเร็จได้ต้องพัฒนาจิตใจและปัญญา ปัญญาเป็นองค์ประกอบสำคัญทำให้การสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและภาวะต่างๆ ของจิตใจดำเนินไปได้ โดยปัญญาให้แสงสว่าง ส่องทาง ชี้ทางให้ หลักการพัฒนามนุษย์ของพระพุทธศาสนา เรียกว่า ภาวนา ๔ การพัฒนาแบบองค์รวมจึงเป็นเรื่องเกี่ยวกับสุขภาวะโดยตรง

**พระมหาจรรยา สุทธิญาณ**<sup>198</sup> ได้เขียนหนังสือเรื่อง “พระพุทธศาสนากับการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวม” โดยมุ่งศึกษาเรื่องการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวม โดยศึกษาจากประวัติการดูแลสุขภาพของพระพุทธเจ้า การดูแลสุขภาพของพระสาวก และบทบาทของพระพุทธเจ้าและพระสาวกกับการดูแลผู้ป่วย ตลอดจนหลักพุทธธรรมเพื่อการดูแลรักษาจิต ด้วยยาที่ใช้รักษาทางกายและอิทธิพลของพระพุทธศาสนาที่มีต่อแพทย์แผนไทย

**พระไพศาล วิสาโล และสมควร ใฝ่งามดี**<sup>199</sup> ได้สรุปลักษณะสำคัญของการแพทย์แบบองค์รวมควรมีลักษณะผสมผสานรวม สนใจทุกส่วนของชีวิตผู้ป่วย ทั้งด้านร่างกาย ครอบครัวยุทธ การงาน ชีวิตทางสังคม การออกกำลังกาย อาหาร ภาวะทางจิตใจและ อารมณ์ การกระจายอำนาจการรักษา พยายามที่จะให้อำนาจและสมรรถภาพในการรักษาแพร่หลายสู่ทุกคน เน้นลักษณะเฉพาะตัวของผู้ป่วย อาศัยวิธีการเฉพาะอย่างที่เป็นปัจจัยหลัก ตระหนักว่าการสัมผัสความอบอุ่นและน้ำใจของผู้บำบัดเป็นสิ่งสำคัญต่อการรักษา เน้นมนุษยธรรม คำนึงถึงคุณภาพชีวิตมากกว่าสนใจการขยายตัวของโรงพยาบาล ตระหนักถึงสมดุลทางนิเวศวิทยา สนับสนุนให้ร่างกายเสริมสร้างบำบัดตัวเองมากกว่าใช้ยาหรือสารแปลกปลอม เน้นเทคโนโลยีที่เหมาะสม

**พระไพศาล วิสาโล**<sup>200</sup> ให้ทรรศนะในการพัฒนาสุขภาพส่วนบุคคลและสังคมที่เน้นการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความผาสุกทั้งในร่างกาย จิตใจ สังคมและธรรมชาติ โดยให้คางจกััดความของสุขภาพแบบองค์รวมว่า “การคิดแบบองค์รวม” เป็นการเชื่อมโยงชีวิตของผู้นั้นกับสังคม สิ่งแวดล้อม การเมือง เศรษฐกิจ วัฒนธรรม ศาสนา จึงควรปรับทรรศนะเรื่องสุขภาพทั้งหมดของประชาชนและสาธารณะรวมถึงศึกษาวิจัยการแพทย์พหุลักษณะทุก ๆ ด้านโดยเน้นความเข้าใจวิธีคิด

<sup>197</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ, พิมพ์ครั้งที่ ๖ (กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหพันธ์ดั่งแอนด์พับลิชชิง, ๒๕๕๑), หน้า ๖-๘.

<sup>198</sup> พระมหาจรรยา สุทธิญาณ, พระพุทธศาสนากับการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๕-๑๑๕.

<sup>199</sup> พระไพศาล วิสาโล, แลขอบฟ้าเขียว ทางเลือกสำคัญสำหรับอนาคตที่กำลังปรากฏเป็นจริง, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โกลด์คิมทอง, ๒๕๔๙), หน้า ๓๔.

<sup>200</sup> พระไพศาล วิสาโล, แลขอบฟ้าเขียว ทางเลือกสำคัญสำหรับอนาคตที่กำลังปรากฏเป็นจริง, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โกลด์คิมทอง, ๒๕๔๙), หน้า ๓๔.

ของประชาชน จึงเป็นการศึกษาระบบคิดหรือศึกษาวัฒนธรรมในทฤษฎีคุณค่าของวัฒนธรรม ท้องถิ่นกับการพัฒนาที่มีเป้าหมายให้เกิดความหลากหลายที่บูรณาการขึ้น เป็นการเปิดคุณค่าให้สังคม มีทางออก ดังนั้นสุขภาพองค์กรรวมทั้งเกี่ยวข้องกับเรื่องวัฒนธรรม ความหลากหลายของท้องถิ่น การส่งเสริมให้มืองค์กรชุมชนเพื่อให้ชุมชนเป็นตัวของตัวเอง สามารถพัฒนาเศรษฐกิจ จิตใจ วัฒนธรรม การเมือง สิ่งแวดล้อม ที่สามารถพึ่งตนเองได้ ส่งเสริมการจัดตั้งสถาบันบำบัตธรรมชาติ เช่น เกษตรผสมผสาน เกษตรไร้สารเคมี ทำให้ได้สัมผัสธรรมชาติ

แนวคิดแบบองค์รวมเป็นหลักการที่ยอมรับทั้งในกลุ่มมานุษยวิทยา วัฒนธรรมตะวันตก และหลักทางศาสนา แนวคิดแบบองค์รวมคือการตระหนักและให้ความสำคัญของความเกี่ยวพันที่กลมกลืนแยกออกจากกันไม่ได้ของร่างกาย จิตใจ ปัญญา (จิตวิญญาณ) และสิ่งแวดล้อมของแต่ละบุคคล

วงการสุขภาพเคยสนใจสุขภาพร่างกายเป็นหลัก ปัจจุบันขยายความสนใจไปสู่เรื่องของจิตใจ มิติของสังคมและมิติทางจิตวิญญาณ ทศณะการแพทย์องค์รวมมองร่างกายและอวัยวะในฐานะของระบบที่มีชีวิต มีการเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ที่มีต่อกันของ

**กล่าวโดยสรุป** สุขภาวะองค์รวมเป็นตามความจริงแห่งธรรมชาติของชีวิต กายกับใจต้องสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม สุขภาวะจะสำเร็จได้ต้องพัฒนาจิตใจและปัญญา ปัญญาเป็นองค์ประกอบสำคัญทำให้การสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและภาวะต่างๆ ของจิตใจดำเนินไปได้ การแพทย์แบบองค์รวมควรมีลักษณะผสมผสานรวม สนใจทุกส่วนของชีวิตผู้ป่วย เน้นลักษณะเฉพาะตัวของผู้ป่วย หลักการพัฒนามนุษย์ของพระพุทธศาสนา เรียกว่า ภาวนา ๔

## ๒.๖ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เบญจวรรณ เหมือนตา และรัฐพร บุญสุข<sup>201</sup> ได้วิจัยเรื่อง การใช้สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐานเพื่อการดูแลสุขภาพของประชาชน ในชุมชนตำบลไม้เค็ด อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี โดยทำการสำรวจข้อมูลการใช้สมุนไพรสาธารณสุขมูลฐานของประชาชน จำนวน ๓๐ คน พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่นิยมใช้สมุนไพรในการดูแลตัวเองเบื้องต้น ๖๗.๙ %และนิยมใช้สมุนไพรในการดูแลตนเองเบื้องต้น ๓๒.๑ % ผลลัพธ์จากการใช้สมุนไพร พบว่าใช้แล้วอาการดีขึ้น ๗๗.๕% อาการหายขาดคิดเป็น ๑๙% ส่วนอาการไม่ดีขึ้นคิดเป็น ๒.๕ % ในส่วนเหตุผลของการไม่นิยม ใช้สมุนไพร คือ ไม่ทราบถึงสรรพคุณสมุนไพร รูปแบบการใช้ไม่สะดวกและคนบางกลุ่มนิยมไปรักษาที่โรงพยาบาล และรับประทานยาแผนปัจจุบันอยู่ และในส่วนเหตุผลของการนิยมใช้สมุนไพร สาธารณสุขมูลฐานในการดูแลตนเอง เพราะถือว่าสมุนไพรเป็นสิ่งใกล้ตัว หาได้ง่ายตามชุมชนและยังมีความรู้เกี่ยวกับสรรพคุณสมุนไพร เมื่อใช้แล้วอาการก็ดีขึ้น

---

<sup>201</sup>เบญจวรรณ เหมือนตา และรัฐพร บุญสุข, “การใช้สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐานเพื่อการดูแลสุขภาพของประชาชนในชุมชนตำบลไม้เค็ด อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี”, รายงานวิจัยทางการแพทย์แผนไทยประยุกต์, (ชลบุรี : มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๕๓), หน้า บทคัดย่อ.

ขณะเดียวกัน ปัญจงค์ ธนังกุลและคนอื่นๆ<sup>202</sup> ได้วิจัยเรื่อง การศึกษาผลทางคลินิกของ ไบฟรังก์ในโรคท้องเดิน ผลการวิจัยพบว่า ไบฟรังก์ ลดจำนวนอุจจาระ ลดระยะเวลาที่ถ่ายอุจจาระเหลว และลดจำนวนน้ำเกลือมากกว่ากลุ่มที่ทานยาเตตราซัยคลินจากงานวิจัยข้างต้น จะเห็นได้ว่า สมุนไพร มีสรรพคุณในการรักษาโรค และนำมาใช้ทดแทนได้อย่างปลอดภัยและต้นทุนต่ำกว่า แต่ประชาชนส่วนใหญ่ ยังขาดความรู้ด้านสรรพคุณของสมุนไพร อีกทั้งขาดเครื่องมือในการช่วยแนะนำ การบำบัดอาการเจ็บป่วยของโรคขั้นพื้นฐาน ด้วยสมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน ผู้วิจัย จึงทำการพัฒนาระบบฐานความรู้บนเว็บด้านการวิเคราะห์สุขภาพตามหลักทฤษฎีการแพทย์แผนไทย โดยอาศัยหลักการวิเคราะห์ธาตุเจ้าเรือนของบุคคล เพื่อแนะนำการใช้สมุนไพรตามรสของแต่ละธาตุ เพื่อดูแลสุขภาพตนเอง ตามด้วยระบบซักถามการตรวจวินิจฉัยอาการโรคของผู้ป่วย เพื่อแนะนำข้อมูลสมุนไพรที่ใช้รักษาอาการเจ็บป่วยได้อย่างถูกต้อง และปลอดภัย โดยไม่จำเป็นต้องจะเสียค่าใช้จ่ายในการเข้ารับการรักษาจากระบบบริการสาธารณสุข และเสียค่ายาแผนปัจจุบันที่นับว่าเป็นค่าใช้จ่ายที่สูงมาก และผู้ป่วยยังอาจได้รับผลข้างเคียงที่ไม่ดีอันเนื่องมาจากการใช้ยาแผนปัจจุบัน ในอัตราที่สูงกว่า การใช้สมุนไพรไทยรักษาโรคเดียวกันได้

วารณี ประดิษฐ์และคณะ<sup>203</sup> ได้วิจัยเรื่อง งานวิจัยสมุนไพรไทยสำหรับการรักษาโรคข้อเสื่อม ผลการวิจัยพบว่า โรคข้อเสื่อมจัดเป็นโรคข้อชนิดเรื้อรังที่พบมากในผู้สูงอายุรวมทั้งสัปดาห์มาก การสีกกร่อนอย่างช้า ๆ ของกระดูกอ่อนผิวข้อเป็นอาการสำคัญที่ทำให้เกิดความเจ็บปวด แก่ข้อต่อ พยาธิกำเนิดของโรคนี้มีความซับซ้อน และเกี่ยวข้องกับกลไกการตอบสนองต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง กระบวนการอักเสบ ซึ่งเป็น กระบวนการที่เหนี่ยวนำให้เกิดการเสื่อมดุลของข้อต่อ ทำให้เกิดการผลิตเอนไซม์ต่าง ๆ ที่มีบทบาทสำคัญในการ ย่อยสลายองค์ประกอบของเนื้อกระดูกอ่อน การรักษาโดยการฉายาแกบดรวมทั้งยาต้านการอักเสบที่ไม่ใช่ สเตียรอยด์ เป็นเพียงวิธีการหนึ่งที่จะบรรเทาความเจ็บปวดซึ่งก่อให้เกิดผลข้างเคียงที่ไม่พึงประสงค์ตามมา ในปัจจุบัน การค้นหาสารสกัดพืชสมุนไพรที่มีศักยภาพในการต้านทานการอักเสบ รวมทั้งมีคุณสมบัติปกป้องกระดูกอ่อนเพื่อนำมาใช้รักษาโรคข้อเสื่อมมีจำนวนมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง มีการพบว่าพืชหลายชนิดที่พบได้ทั่วไปในประเทศไทยมีประสิทธิภาพในการบรรเทาและรักษาอาการต่างๆของโรคข้อเสื่อมและโรคข้ออื่นๆได้ บทความนี้จะได้ รวบรวมรายงานการวิจัยที่แสดงประสิทธิภาพและกลไกการออกฤทธิ์ของพืชสมุนไพร ๔ ชนิด ได้แก่ ขมิ้น ขิง พลู และมะรุม ในการรักษาโรคข้อเสื่อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการอักเสบและความเจ็บปวด

สุพัฒน์ ศรีสวัสดิ์<sup>204</sup> ได้วิจัยเรื่อง พืชสมุนไพรประจำถิ่นและภูมิปัญญาการประยุกต์ใช้สำหรับการแพทย์พื้นบ้านในจังหวัดชายแดนภาคใต้ผลการวิจัยพบว่า มีพืชสมุนไพรหลายชนิดที่นิยม

<sup>202</sup>ปัญจงค์ ธนังกุล และ ชัยโย ชัยชาญพิทยุทธ, “การศึกษาผลทางคลินิกของไบฟรังก์ในโรคอุจจาระร่วง”, สารศิริราช, ปีที่ ๓๙ ฉบับที่ ๕ (๒๕๓๐) : ๒๖๓-๖.

<sup>203</sup>วารณี ประดิษฐ์, “งานวิจัยสมุนไพรไทยสำหรับการรักษาโรคข้อเสื่อม”, วารสารวิทยาศาสตร์ มช. ปีที่ ๔๒ ฉบับที่ ๒ (๒๕๕๗) : ๒๘๙-๓๐๒.

<sup>204</sup>สุพัฒน์ ศรีสวัสดิ์, “พืชสมุนไพรประจำถิ่นและภูมิปัญญาการประยุกต์ใช้สำหรับการแพทย์พื้นบ้านในจังหวัดชายแดนภาคใต้” วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์, ปีที่ : 5 ฉบับที่ : ฉบับพิเศษ (๒๕๕๖) : ๑๔-๒๗.

นำมาใช้ในรักษาโรคหรือกลุ่มอาการผิดปกติของร่างกายและแต่ละชนิดที่นำมาใช้จะมีสรรพคุณหลายอย่าง แต่จะมีชื่อเรียกของชนิดและพันธุ์พืชสมุนไพรที่แตกต่างจากท้องถิ่นอื่นๆ และยังพบว่ามีเพียงไม่กี่ชนิดที่นำมาใช้กับโรคหรือกลุ่มอาการที่เหมือนกัน ประชาชนมีความรู้เรื่องการใช้พืชสมุนไพรรักษาโรครอยู่ในเกณฑ์ที่ดี และสนใจในเรื่องการใช้สมุนไพร ภูมิปัญญาการใช้พืชสมุนไพรมักเป็นเรื่อง การบำบัดรักษาอาการป่วยพื้นฐานในชีวิตประจำวันซึ่งเป็นอาการ กลุ่มอาการและโรคที่ไม่รุนแรงนักคือ ท้องผูก ท้องเสีย แผลในกระเพาะ ไอ เจ็บคอ ขับเสมหะ

ยุพา วาโย และคณะ<sup>205</sup> ได้วิจัยเรื่อง การศึกษาพืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคของชุมชนบ้านวังไผ อำเภอบึงสามพัน จังหวัดเพชรบูรณ์ ผลการวิจัยพบว่า ชุมชนมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกพืชสมุนไพรทุกชนิด พืชสมุนไพรที่มี สรรพคุณในการรักษาโรคที่ ชาวบ้านยังคงใช้อยู่ใน ปัจจุบัน มี ๒๙ ชนิด มีสรรพคุณรักษาอาการ เจ็บป่วยอื่น ๆ มากที่สุด ๑๕ ชนิด ภูมิปัญญาพื้นบ้าน ในดานการปลูก ขยายพันธุ์และการบำรุงรักษาพืชสมุนไพร เป็นการปลูกเพื่อใช้อุปโภคบริโภคในครัวเรือนเท่านั้น ปลูกโดยการขุด ดินพรวนดินเป็นหลุมและเป็นแปลงเล็กๆ ผสมดินด้วยปุ๋ยคอก การขยายพันธุ์ ขึ้นอยู่กับชนิด ของพืช การนำพืชสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ส่วนใหญ่ใช้ทุกส่วนของพืช เผยแพร่ข้อมูล โดย จัดทำหนังสืออ่านเพิ่มเติม

อุบลวรรณ ใจหาญและคณะ<sup>206</sup> ได้วิจัยเรื่อง ฤทธิ์การต้านมาลาเรียของสารสกัดฟ้าทะลายโจร ผลการวิจัยพบว่า มาลาเรียยังคงเป็นปัญหาที่สำคัญโดยเฉพาะในเขตร้อนและร้อนชื้นของโลกและจากการที่เชื้อมาลาเรียมีการดื้อต่อ ยาต้านมาลาเรียเพิ่มมากขึ้น จึงมีความจำเป็นเร่งด่วนในการหายารักษามาลาเรียตัวใหม่ที่มีประสิทธิภาพ ดังนั้นในงานวิจัยนี้ ได้ศึกษาฤทธิ์ต้านมาลาเรียของสารสกัดฟ้าทะลายโจร ในหนูทดลองที่ติดเชื้อพลาสโมเดียม-เบอร์กิไอโดยใช้สารสกัดฟ้า ทะลายโจรที่ขยายสำเร็จรูปในรูปแบบแคปซูล หนูทดลองสายพันธุ์ICR ที่ถูกติดเชื้อ พลาสโมเดียมเบอร์กิไอสายพันธุ์ ANKA จำนวน ๑x๑๖๐ เข้าทางช่องท้อง ทำการฉีดสารสกัดฟ้าทะลายโจรที่ความเข้มข้นในระดับต่างๆ เข้าทางช่องท้องใน วันที่ ๐, ๑, ๒ และ ๓ หลังจากติดเชื้อในวันที่ ๔ จะทำการนับจำนวนเชื้อที่เจริญเติบโตโดยการย้อมสเมียร์เลือดด้วยสีGiemsa และดูภายใต้กล้องจุลทรรศน์ทำการคำนวณหาค่า ED๕๐ และ ED๙๐ จากผลการทดลองพบว่า สารสกัดฟ้าทะลายโจร สามารถยับยั้งการเจริญเติบโตของเชื้อมาลาเรียในหนูทดลองได้โดยมีค่า ED๕๐ เท่ากับ ๒๒.๓ มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม และค่า ED๙๐ เท่ากับ ๑๕๔.๓ มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม ซึ่งแสดงให้เห็นว่าสารสกัดฟ้าทะลายโจรมีฤทธิ์ต้านมาลาเรีย ควรจะมีการศึกษา ต่อไปเพื่อพัฒนาให้สารสกัดฟ้าทะลายโจรเป็นยาต้านมาลาเรียในอนาคต

<sup>205</sup> ยุพา วาโยและคณะ “การศึกษาพืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคของชุมชนบ้านวังไผ อำเภอบึงสามพัน จังหวัดเพชรบูรณ์” การประชุมทางวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ครั้งที่ ๓ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ วันที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๕๒.

<sup>206</sup> อุบลวรรณ ใจหาญและคณะ, “ฤทธิ์การต้านมาลาเรียของสารสกัดฟ้าทะลายโจร” การประชุมหาดใหญ่วิชาการ ครั้งที่ ๔ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ วันที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๕๖.

## บทที่ ๓

### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุด” มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑. เพื่อศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมา ๒. เพื่อพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมา ๓. เพื่อสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพะเชิงพุดในจังหวัดนครราชสีมา การวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัย ดังนี้

#### ๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยด้วยวิธีวิทยาการวิจัยแบบผสานวิธี ทั้งวิจัยในเชิงเอกสาร (Documentary Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ในภาคสนาม โดยใช้วิธีวิทยาวิจัยการแบบผสานวิธีดังนี้

๓.๑.๑ การศึกษาในเชิงเอกสาร (Documentary Study) ทำการศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพรในการดูแลสุขภาพะเชิงพุด หนังสือ รายงานการวิจัย รายงานการประชุม ภาพถ่าย เอกสารแสดงความสัมพันธ์ที่แสดงให้เห็นแนวคิด หลักการ การพัฒนาการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบ ดังนี้

๓.๑.๑.๑ ศึกษา ค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้องทั้งจากรายงานการวิจัย และเอกสารอื่น ๆ โดยอาศัยแนวคิดการสร้างเครือข่าย แนวคิดเกี่ยวกับสมุนไพร หลักการพัฒนาที่ยั่งยืน เป็นกรอบในการศึกษา

๓.๑.๑.๒ ทำการศึกษาค้นคว้าความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพะเชิงพุด

๓.๑.๑.๓ มุ่งเน้นการพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดตามหลักการพัฒนายั่งยืน

๓.๑.๑.๔ สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพะเชิงพุด

๓.๑.๑.๕ สรุปผลการศึกษาที่แสดงให้เห็นถึง แนวคิด หลักการ ความเป็นมาการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุด

๓.๑.๒ การศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ในภาคสนาม (Field Study) เพื่อทราบถึงแนวคิด หลักการ ความเป็นมาการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุดในพื้นที่ที่เป็นกรณีศึกษา โดยมีขั้นตอนการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

๓.๑.๒.๑ ทำการศึกษาและคัดเลือกสถานที่ที่มีศักยภาพด้านพื้นที่ที่เหมาะสมต่อการพัฒนาพันธุ์พืชสมุนไพร มีการดำเนินกิจกรรมปลูกสมุนไพรที่หลากหลายในรูปแบบสวนสมุนไพร รวมถึงกิจกรรมแปรรูปสมุนไพร มีการบริการแก่พระสงฆ์และประชาชนทั่วไป

โดยการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ได้แก่ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) อ.ปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

๓.๑.๒.๒ ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์กับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ พระสงฆ์ที่เกี่ยวข้องกับวัดสมุนไพร ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สมุนไพร สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรม เจ้าหน้าที่รัฐที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ผลิตภัณฑ์อบสมุนไพรและมีส่วนได้เสียเชื่อมโยง

๓.๑.๒.๓ ดำเนินการวิเคราะห์หาคำตอบความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ นำผลการวิเคราะห์มาพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ และสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธ

๓.๑.๒.๔ สรุปและนำผลการศึกษาที่ได้ทั้งจากการศึกษาในเชิงเอกสารและภาคสนาม โดยนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นที่สำคัญ คือ แนวคิด หลักการ ความเป็นมา สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธ มุ่งเน้นการนำผลการศึกษาวิจัยมาเผยแพร่และนำไปใช้ประโยชน์ในพื้นที่อื่น ๆ และหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง

๓.๑.๒.๕ สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

### ๓.๒ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant)

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาในเชิงลึกมุ่งเน้นการสัมภาษณ์ พระสงฆ์ที่เกี่ยวข้องกับวัดสมุนไพร ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สมุนไพร สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรม เจ้าหน้าที่รัฐที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ผลิตภัณฑ์อบสมุนไพรและมีส่วนได้เสียเชื่อมโยง จำนวน ๓๐ คน ดังนี้

#### ตารางที่ ๓.๑ รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์

| ลำดับ | ชื่อฉายา/นามสกุล           | ตำแหน่ง                                                                         |
|-------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| ๑     | พระเมธีสุตาภรณ์, ผศ.ดร.    | เจ้าคณะอำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา                                           |
| ๒     | พระศรีรัตนกร               | ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม<br>ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยาราม |
| ๓     | พระครูสังวรวิรักษ์, ผศ.ดร. | วัดหลักร้อย                                                                     |
| ๔     | พระครูศรีภาวนาภิรม         | วัดพายัพ                                                                        |
| ๕     | พระครูปริยัติยารักษ์, ดร.  | วัดสะแก                                                                         |
| ๖     | พระครูโอภาสธรรมนาถ         | วัดด่านเกวียน                                                                   |
| ๗     | หลวงพ่อหมอ                 | วัดสัมปทวนาราม                                                                  |
| ๘     | พระมหาประเสริฐ ธารโร, ดร.  | วัดพายัพ                                                                        |
| ๙     | พระมหาสิริวัตร ขนติโว      | วัดไตรมิตรวิทยาราม                                                              |
| ๑๐    | พระปลัดสุวัฒน์ วชิโร, ดร.  | เลขานุการรองเจ้าคณะอำเภอเมืองนครราชสีมา                                         |
| ๑๑    | นางสุดารัตน์ ชัยสัมปทาน    | หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมอุตสาหกรรมจังหวัดนครราชสีมา                                  |
| ๑๒    | นางอัจฉรา เคียงวิมลรัตน์   | พัฒนาการจังหวัดนครราชสีมา                                                       |

ตารางที่ ๓.๒ แสดงรายชื่อผู้ให้ข้อมูลสำคัญด้านการสัมภาษณ์เชิงลึก (ต่อ)

| ลำดับ | ชื่อฉายา/นามสกุล                | ตำแหน่ง                                                   |
|-------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| ๑๓    | นายเกียรตินิยม<br>ขวัญใจพุทธิศา | นายกองค์การบริหารส่วนตำบลหนองพระ                          |
| ๑๔    | นางปัทมา แจ่มจำรูญ              | กลุ่มงานแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก สสจ.<br>นครราชสีมา |
| ๑๕    | นางศิวพร สัจจวัฒนา              | กลุ่มงานแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก สสจ.<br>นครราชสีมา |
| ๑๖    | นายสิทธิศักดิ์ ศรีจันทิก        | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๑๗    | นางสาวศิริวรรณ<br>เปี้ยสันเทียะ | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๑๘    | นางสาวสมปอง งามขุนทด            | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๑๙    | นายคำรณ แจ่มไพร                 | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๒๐    | นายวิเชียร แสนโต                | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๒๑    | นายสมพร ขอเงินกลาง              | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๒๒    | นายอนุพล ภัคดี                  | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๒๓    | นายสมพร หนูเจ็ก                 | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๒๔    | นางละมุล ญาญสิงห์               | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๒๕    | นายไพศาล ชะโนรัมย์              | สมาชิกเข้าร่วมกิจกรรม                                     |
| ๒๖    | นางสมพร อร่ามชัย                | กลุ่มวิสาหกิจชุมชนสมพรสมุนไพร                             |
| ๒๗    | นางชม หอมกลาง                   | กลุ่มวิสาหกิจชุมชนสมพรสมุนไพร                             |
| ๒๘    | นางแวรรัตน์ นะโนนชัย            | วิสาหกิจชุมชนแปรรูปสมุนไพรโพธิ์กลาง                       |
| ๒๙    | นางสุกัญญา ระหาญนอก             | วิสาหกิจชุมชนแปรรูปสมุนไพรโพธิ์กลาง                       |
| ๓๐    | นายคุณ ช่ายกระโทก               | วิสาหกิจชุมชนกลุ่มสมุนไพรบ้านพลับพลา                      |

### ๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การดำเนินการตามโครงสร้างการวิจัยดังกล่าว เน้นการศึกษาวิเคราะห์และการมีส่วนร่วมทั้งการเก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร งานวิจัย การจัดเวทีประชุมคืบข้อมูลสู่ชุมชน สำหรับการวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลเน้นวิธีการแสวงหาความรู้ จากการตั้งประเด็นหลักในการศึกษาแนวคิด หลักการ ความเป็นมาสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธ โดยดำเนินการและใช้เครื่องมือที่สำคัญ ได้แก่

๓.๓.๑ การสัมภาษณ์ ผู้วิจัยได้ใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interviews) สำหรับพระสงฆ์ที่เกี่ยวข้องกับวัดสมุนไพร ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สมุนไพร สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรม เจ้าหน้าที่รัฐที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ผลิตภัณฑ์อบสมุนไพรและมีส่วนได้เสียเชื่อมโยง

โดยพัฒนาเป็นแบบสัมภาษณ์ที่พัฒนาจากแนวคิด หลักการ ความเป็นมา เพื่อค้นหาองค์ความรู้ กิจกรรม และแนวทางการสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธ

**๓.๓.๒ ศึกษาและติดตามผลดำเนินการศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธร่วมกับวัด ชุมชน และภาคีเครือข่าย**

๓.๒.๓ การสังเกต ซึ่งเป็นการสังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกของฝ่ายต่าง ๆ ที่ทำควบคู่กับการสัมภาษณ์ พระสงฆ์ที่เกี่ยวข้องกับวัดสมุนไพร ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สมุนไพร สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรม เจ้าหน้าที่รัฐที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ผลิตภัณฑ์อบสมุนไพรและมีส่วนได้เสีย

**๓.๒.๔ การคืนเวทีสู่ชุมชน** ซึ่งเป็นการนำข้อมูลสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมาเสนอต่อชุมชน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นแนวทางในการเผยแพร่ให้กับผู้สนใจในพื้นที่ที่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมายและหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องต่อไป

**ดังนั้น จึงมีเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาประกอบด้วย**

**๑. แบบสัมภาษณ์ (Inter-view Guideline)** แบ่งเป็นการสัมภาษณ์อย่างเป็นทางการ (Formal Interview) และการสัมภาษณ์ไม่เป็นทางการ (Informal Interview)

๒. การสังเกต (Observation) แบ่งเป็นการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation) และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non Participant Observation) เพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงลึกถึงกิจกรรม พฤติกรรม เป็นต้น

**๓. แบบคืนเวทีสู่ชุมชน (องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย)**

### **๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล**

ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลที่หลากหลาย เพื่อให้ได้ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา โดยมีวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

๓.๔.๑ การลงพื้นที่สัมภาษณ์พระสงฆ์ที่เกี่ยวข้องกับวัดสมุนไพร ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สมุนไพร สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรม เจ้าหน้าที่รัฐที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ผลิตภัณฑ์อบสมุนไพรและมีส่วนได้เสีย ทั้ง ๓๐ รูป/คน ด้วยตนเอง

๓.๔.๒ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Observations Participant) ซึ่งเป็นการสังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกของฝ่ายต่าง ๆ ที่จะทำควบคู่กับการสัมภาษณ์เพื่อเป็นแนวในการสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธกับชุมชน และเครือข่ายร่วมกัน

๓.๔.๓ การสัมภาษณ์ ผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interviews) สำหรับพระสงฆ์ที่เกี่ยวข้องกับวัดสมุนไพร ผู้ประกอบการผลิตภัณฑ์สมุนไพร สมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรม เจ้าหน้าที่รัฐที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ผลิตภัณฑ์อบสมุนไพรและมีส่วนได้เสียเชื่อมโยงโดยพัฒนาเป็นแบบสัมภาษณ์ที่พัฒนาจากแนวคิด หลักการ ความเป็นมา เพื่อค้นหาองค์ความรู้ กิจกรรม และแนวทางการสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ดังนี้

๓.๔.๓.๑. สัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการ (Informal Interview) เป็นการพูดคุยกับสมาชิกในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในเรื่องบริบททางสังคม

๓.๔.๓.๒ การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) เป็นวิธีการหลักที่ผู้วิจัยใช้ในการศึกษาครั้งนี้ในพื้นที่ศึกษาเพราะเห็นว่าเป็นวิธีการที่จะได้ข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งที่ต้องการ

ศึกษาและได้รายละเอียดมากกว่าวิธีการอื่นนอกจากผู้วิจัยจะสามารถสัมภาษณ์เจาะลึกประเด็นที่ต้องการแล้ว ยังได้สังเกตการปฏิบัติของผู้กสัมภาษณ์ขณะให้ข้อมูลด้วยผู้วิจัยจะเก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์เจาะลึกตามแบบสัมภาษณ์ (Interview Guide) ในกระบวนการนี้ ทั้งผู้วิจัย หรือผู้สัมภาษณ์ และผู้ให้ข้อมูล หรือผู้ให้สัมภาษณ์ต่างมีบทบาทในการเรียบเรียงข้อมูลขึ้นมา แบบถ้อยที่ถ้อยอาศัยซึ่งกันและกัน โดยฝ่ายหนึ่ง (ผู้ให้สัมภาษณ์) เป็นผู้เล่าประสบการณ์ ความคิด และความรู้ของตัวเองในรูปของเรื่องเล่า (Narrative) ตามหัวข้อหรือประเด็นที่อีกฝ่ายหนึ่ง (ผู้สัมภาษณ์) สร้างขึ้นมาเพื่อเป็นหัวข้อสนทนา ขณะเดียวกัน ฝ่ายผู้สัมภาษณ์ก็ฟังและตอบสนองต่อสิ่งที่อีกฝ่ายหนึ่งพรรณนาออกมาด้วยใจจดจ่อ พร้อมกับคอยกระตุ้นให้ฝ่ายแรก (คือผู้ให้สัมภาษณ์) สามารถเรียกความคิดและความจำเกี่ยวกับเรื่องราวหรือประสบการณ์ของตนขึ้นมา และเรียบเรียงออกมาอย่างเป็นเรื่องเป็นราวและมีความหมาย

๓.๔.๔ การรวบรวมข้อมูลจากเอกสารเกี่ยวกับแนวคิด หลักการ ความเป็นมาและนำมาวิเคราะห์

๓.๔.๕ การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปฏิบัติการสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ผู้วิจัยดำเนินการตามกระบวนการเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน มีขั้นตอนดังนี้

๑. กิจกรรมถ่ายทอดความรู้ อธิบายถึงคุณค่าของพืชสมุนไพร ผลการดำเนินงานเป็นการสร้างความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับพืชสมุนไพร

๒. จัดทำแปลงเพื่อรวบรวมพันธุ์ เพื่อจัดเป็นแหล่งเรียนรู้ของชุมชน ผลการดำเนินงาน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถอธิบายประโยชน์ของพืชสมุนไพรได้

๓. ถ่ายทอดความรู้โดยหมอฟันบ้านอธิบายถึงความสำคัญของพืชสมุนไพรได้และประโยชน์ที่ได้รับจากพืชสมุนไพร ผลการดำเนินงาน เพื่อให้คนในชุมชนมีความรู้และเห็นคุณค่าของพืชสมุนไพรและมีการจัดการแบบยั่งยืน

๔. เรียนรู้สถานการณ์ในพื้นที่และคณะทำงานสามารถถ่ายทอดบทเรียนและแนวทางการจัดการพืชสมุนไพร ผลการดำเนินงาน ได้รับความสนใจจากชุมชนตามความคาดหวัง

๕. วันงานสมุนไพรมีเวทีแลกเปลี่ยนความรู้และสถานการณ์ของพืชสมุนไพรในระหว่างแพทย์แผนไทย หมอฟันบ้านตัวแทนชุมชน และร่วมกันปลูกพืชสมุนไพร ณ วัดไตรมิตร ผลการดำเนินงาน ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถอธิบายและรู้จักสมุนไพรมากขึ้น และรับรู้ถ้าประโยชน์ของพืชสมุนไพร

๖. เวทีถอดบทเรียน/องค์ความรู้ สรุปผลการดำเนินงานของโครงการที่ผ่านมา ผลการดำเนินงาน ได้รับความสนใจจากกลุ่มเยาวชนและคณะทำงานได้เป็นอย่างดี

๗. จัดหาต้นกล้าสมุนไพรปลูกในพื้นที่วัดไตรมิตร ผลการดำเนินงาน คณะทำงานโครงการ ตัวแทนองค์กรในชุมชน และคณะทำงานแกนนำภาคีได้รับรู้และได้เห็นต้นสมุนไพรและวิธีการที่ได้รับประโยชน์จากพืชสมุนไพร

๘. จัดทำ QR Code สมุนไพรในพื้นที่ ผลการดำเนินการ ผลการดำเนินงาน ชุมชนรู้จักพืชสมุนไพร ในพื้นที่และสามารถอธิบายถึงสรรพคุณของพืชสมุนไพรที่ใช้เป็นยาและอาหาร

๙. จัดตั้งศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธและการรักษาป่าชุมชนประยุกต์ใช้ร่วมกับวิปัสสนาสรรสร้างสุขภาวะพระสงฆ์ประชาชนเชิงวิถีพุทธ

๓.๔.๕ การคืนเวทีสู่ชุมชน ร่วมกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ แนวทางในการเผยแพร่ให้กับผู้ที่สนใจในพื้นที่ที่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมายและหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องต่อไป

### ๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล

จากการศึกษาเชิงเอกสาร (Documentary Research) และข้อมูลเชิงประจักษ์จากการสัมภาษณ์ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การคืนเวทีสู่ชุมชน การแจกแบบสัมภาษณ์ เป็นกระบวนการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์โดยการสรุปตามสาระสำคัญด้านเนื้อหาที่กำหนดไว้ โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ดังนี้

๓.๕.๑ วิเคราะห์องค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา พัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา และสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา

๓.๕.๒ สรุปและนำผลการศึกษาที่ได้ทั้งจากการศึกษาในเชิงเอกสารและภาคสนาม โดยนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นที่สำคัญ คือ แนวคิด หลักการ ความเป็นมา จนถึงกระบวนการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ

๓.๕.๓ การนำเสนอแนวทางการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ

๓.๕.๔ การวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลโดยการเชื่อมโยงแนวคิดทฤษฎีที่ได้กล่าวแล้ว เพื่อให้สอดคล้องความรู้ กระบวนการ และแนวทางการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธเพื่อเผยแพร่ให้กับผู้ที่สนใจในพื้นที่ที่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมายและหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง

### ๓.๖ การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย

การนำเสนอข้อมูลในลักษณะการนำเสนอ (Descriptive Presentation) ประกอบภาพถ่ายและการพรรณนาความประกอบการบรรยายเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธเพื่อเผยแพร่ให้กับผู้ที่สนใจในพื้นที่ที่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมายและหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้อง

## บทที่ ๔

### ผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “การสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธร” มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธรในจังหวัดนครราชสีมา

เพื่อพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธรในจังหวัดนครราชสีมา และ เพื่อสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธรในจังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

#### ๔.๑ ศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธรในจังหวัดนครราชสีมา

การศึกษาองค์ความรู้ สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธรในจังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลเชิงพื้นที่จากเอกสาร การลงพื้นที่สำรวจ การสัมภาษณ์ ดังนี้

##### ๔.๑.๑ ข้อมูลเชิงพื้นที่

###### ๔.๑.๑.๑ บริบทพื้นที่

อำเภอปากช่องเส้นทางสู่มหานครโคราช รถไฟความเร็วสูงไทย - จีน ช่วงที่ ๑ (กลางดง - ปางอโศก) ครอบคลุม ๒๘% คาดว่าแล้วเสร็จตุลาคม ๒๕๖๑ ส่วนงานชั้นรองพื้นทางแล้วเสร็จเกือบหมดนายธานินทร์ สมบูรณ์ อธิบดีกรมทางหลวง เปิดเผยถึงความคืบหน้าการดำเนินโครงการก่อสร้างทางรถไฟ ช่วงที่ ๑ (ช่วงกลางดง - ปางอโศก) ระยะทาง ๓.๕ กิโลเมตร ที่การรถไฟแห่งประเทศไทยให้กรมทางหลวงดำเนินการก่อสร้างให้ ซึ่งประกอบด้วยงานหลักๆ ๗ งาน ได้แก่ งานโครงการชั้นทางรถไฟความเร็วสูง งาน Service Road และ Access Road งานย้ายรางรถไฟเดิมรวมระยะทาง ๙๐๐ เมตร งานระบายน้ำ (Drainage) งาน Culvert งาน Bridge และงาน Miscellaneous นั้น ปัจจุบันโครงการมีความคืบหน้า ๒๘% คาดว่าจะแล้วเสร็จในเดือนตุลาคม ๒๕๖๑ นี้

อธิบดีกรมทางหลวง กล่าวต่อไปอีกว่าขณะนี้เจ้าหน้าที่ของกรมทางหลวงได้เร่งทำงานวันละกว่า ๑๕ ชั่วโมง (๐๗.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.) ขณะนี้งานชั้นรองพื้นทาง (Bottom Layer of Subgrade Bed) แล้วเสร็จเกือบทั้งหมดแล้ว ทำให้ระยะเวลาประมาณ ๒ เดือน ข้างหน้าจะทำให้งานก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้ การดำเนินงานรถไฟความเร็วสูงไทย-จีน ช่วงที่๑ (กลางดง - ปางอโศก) นั้นจะเป็นต้นแบบในการดำเนินงานในช่วงต่อไปของโครงการรถไฟความเร็วสูง เพื่อเชื่อมโยงภูมิภาคช่วงกรุงเทพ - หนองคาย ซึ่งการดำเนินการมีการตรวจสอบและทดสอบ คุณสมบัติต่างๆของวัสดุอุปกรณ์ ตลอดจนการดำเนินงานจากที่ปรึกษาของจีนอย่างละเอียด อย่างเช่น รางระบายน้ำซึ่งมีการใช้เหล็กและวัสดุในการดำเนินงานในมาตรฐานระดับสูง ซึ่งทางที่ปรึกษาจีนได้บอกว่าวัสดุที่ใช้มีความแข็งแรงอายุการใช้งานกว่า ๑๐๐ ปี โดยวัสดุที่ใช้ในการดำเนินงานในโครงการดังกล่าวส่วนใหญ่เป็นวัสดุที่ผลิตได้ในประเทศไทยมีเพียง ๒% ที่นำเข้ามาจากประเทศจีนได้แก่ วัสดุป้องกันความชื้น

(Geosynthetics) สายดิน (Earthing and Bonding) ซึ่งเป็นวัสดุประกอบเพิ่มเติมที่ใช้ในร่องพื้นทางในส่วนการดำเนินการต่างๆ เช่น การตรวจสอบวัสดุ การควบคุมงาน การสร้างในขั้นตอนต่างๆ กรมทางหลวงจะได้จัดทำเป็นคู่มือเพื่อเป็นองค์ความรู้ในการดำเนินงานในลักษณะงานที่คล้ายคลึงกันต่อไป

ทั้งนี้ เมื่อโครงการก่อสร้างทางรถไฟความเร็วสูงแล้วเสร็จ จะช่วยเสริมสร้างโครงข่ายการคมนาคมของประเทศรองรับประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน และการคมนาคมขนส่งถึงประเทศจีน อีกทั้ง ยังสามารถเชื่อมโยงกับการขนส่งทางถนน ซึ่งกรมทางหลวงได้ก่อสร้างทางหลวงพิเศษหมายเลข ๖ บางปะอิน – นครราชสีมา ควบคู่ไปด้วย ก็จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน เพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันทางเศรษฐกิจอีกด้วย<sup>207</sup>

#### ๔.๑.๑.๒ ลักษณะเด่นปากช่อง

ปากช่องมีระดับโอโซนเป็นอันดับ ๗ ของโลกทำให้นักท่องเที่ยวได้รับอากาศที่บริสุทธิ์ สดชื่น ดีต่อสุขภาพ บริเวณเขตติดต่อกับอำเภอสีคิ้วเป็นที่ตั้งของเขื่อนลำตะคอง ซึ่งมีจุดชมวิวสวยงาม เหมาะแก่การพักผ่อนโดยตัวเขื่อนอยู่ห่างจากตัวอำเภอปากช่องประมาณ ๑๕ กิโลเมตร ส่วนตำบลกลางดงเป็นแหล่งแวะพักเพื่อซื้อของฝากประเภทผลไม้ต่าง ๆ มากมายสดจากไร่และข้าวโพดหวานอันเลื่องชื่อของไร่สุวรรณ และมีทรัพยากรธรรมชาติที่หลากหลาย สมุนไพรที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น ทั้งภายในพื้นที่เขาใหญ่และบริเวณพื้นที่โดยรอบมีความอุดมสมบูรณ์ โดยเฉพาะพื้นที่ภายในวัดบริเวณเขาใหญ่จำนวนมากมีทรัพยากรการอนุรักษ์ป่าชุมชนภายในพื้นที่วัดนับเป็นศูนย์รวมด้านสมุนไพรที่สำคัญมากกว่าที่อยู่อาศัยและรีสอร์ทของภาคเอกชน วัดที่ตั้งอยู่รอบเขาใหญ่ มีสภาพแวดล้อมและความหลากหลายทางธรรมชาติที่เกิดจากการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติของคณะสงฆ์ และการพัฒนาพื้นที่ปลูกสมุนไพรเพิ่มเติมในบริเวณวัด เกิดทรัพยากรด้านสมุนไพรเหมาะต่อการเรียนรู้และส่งเสริมนำมาใช้ประโยชน์ในการดูแลสุขภาพและพัฒนาอาชีพของประชาชนให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ตามวิถีเศรษฐกิจพอเพียง และวัดไตรมิตร สาขา ๒ หรือ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม วัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี) ตั้งอยู่ใกล้เขาใหญ่ บรรยายอากาศภายในวัด ร่มรื่น อากาศบริสุทธิ์ ภูมิทัศน์ธรรมชาติที่สวยงาม เล่าเรียน ช่วยสร้างสุขภาวะที่ดีแก่ผู้มาเยือน มีห้องอบสมุนไพร พระสงฆ์ได้อบสมุนไพรรักษาโรค

#### ๔.๑.๑.๓ สมุนไพรกับการแพทย์พื้นบ้านนครราชสีมา

การแพทย์พื้นบ้านภาคตะวันออกเฉียงเหนือ<sup>208</sup> ลักษณะการเจ็บป่วยของประชาชนภาคตะวันออกเฉียงเหนือในอดีตส่วนใหญ่มักป่วยด้วยโรคต่างๆ ได้แก่ ไข้มาลาเรียหรือไข้ป่า โรคทางเดินอาหาร เช่น อหิวาต์ รุนแรง บิด ไทฟอยด์ อหิวาตกโรค โรคพยาธิต่างๆ โรคผิวหนังของระบบทางเดินปัสสาวะ โรคติดต่อ เช่น ไข้ทรพิษ คอตีบ ไอกรณ บาดทะยัก ไข้สันหลังอักเสบ หัด อีสุกอีใส โรคซางหรือโรคขาดสารอาหาร โรคระบบทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัด วัณโรคปอด เป็นต้น

<sup>207</sup> กรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย, การพัฒนาแผนชุมชน การบูรณาการแผนชุมชน, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สุภัชนิพนธ์ พรินต์ติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๓๔.

<sup>208</sup> บุญเลิศ สดสุขชาติ, มนุษยวิทยาสุขาภพ, (มหาสารคาม : คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม, ๒๕๕๓), หน้า ๙๒-๙๓.

การเจ็บป่วยดังกล่าว โดยทั่วไปจะทำการรักษาด้วยแพทย์พื้นบ้าน เช่น ปวดจะกินยาหรือฝนยาสมุนไพร ถูกสุนัขกัดใช้อย่างต้นจำปา เมื่อถูกของมีคมบาดหรือของแหลมตำนิยมนวดด้วยปัสสาวะ แล้วให้ใบสบเสื่อเคี้ยวพอกแผลหรือยัดด้วยเกลือ ปวดฟันจะอมเกลือหรือดมน้ำกิน นอกจากนั้นจะรักษาโดยการล่าผีฟ้าหรือใช้เวทย์มนต์คาถาและรดน้ำมันต์ ไห้วขอมาที่ไปลบหลู่ นอกจากนั้นจะมีต่อชะตา สะเดาะเคราะห์ ขับไล่เคราะห์ เสนียดจัญไร มีการรดน้ำมันต์ ต่อชะตา คำโพธิ์คำไท่ ต่อสะพาน ซึ่งเป็นการกระทำที่ให้ผลทางด้านจิตใจ สำหรับการใช้สมุนไพรเป็นยา ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีพืชหลายชนิดที่มีคุณสมบัติเป็นยารักษาโรคได้ พืชพรรณที่เป็นสมุนไพรที่ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น ขิง ข่า ตะไคร้ ผักบุ้ง นำมาประกอบอาหาร กระเจี๊ยบ มะตูม ใบเตย ฝรั่ง พวกนี้นำมาทำเครื่องดื่มบำรุงกำลังภูมิปัญญา ในการดูแลสุขภาพของชาวบ้าน เป็นการดูแลสุขภาพกันเองในครอบครัว ใช้สมุนไพรเป็นอาหารหรือยารักษาโรคไปในตัว เมื่อเจ็บป่วยก็มีหมอพื้นบ้านรักษาในการใช้สมุนไพรนั้น

หมอพื้นบ้านจะมีหลักเกณฑ์ต่างๆ ได้แก่ ใช้ให้ถูกต้อง หมายถึง ต้องรู้จักชนิดของสมุนไพร ใช้ให้ถูกส่วน หมายถึง ส่วนใดของพืชที่ใช้เป็นตัวยาใช้ให้ถูกขนาด หมายถึง ใช้ในปริมาณที่พอเหมาะ ใช้ให้ถูกโรค หมายถึง รู้วิธีใช้ที่ถูกต้อง ประเภทของหมอพื้นบ้านอีสานและวิธีการรักษา ภาคอีสานหรือภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีประชากรจำนวน ๑ ใน ๓ ของประเทศ ประกอบด้วยกลุ่มชนต่างวัฒนธรรม ๓ กลุ่มใหญ่ คือกลุ่มชนที่มีลักษณะทางภาษาและวัฒนธรรมลาวอาศัยอยู่ทางตอนบนของภาคนับจากชัยภูมิขึ้นไป กลุ่มที่สอง อาศัยอยู่ทางตอนกลางของภาค คือกลุ่มไทยโคราช ส่วนใหญ่อยู่ในเขตจังหวัดนครราชสีมา ชัยภูมิ และบุรีรัมย์ กลุ่มที่สาม คือกลุ่มเขมรอาศัยอยู่ทางตอนใต้ของภาคแถบจังหวัด บุรีรัมย์ สุรินทร์และศรีสะเกษ ด้วยเหตุผลข้างต้น หมอพื้นบ้านอีสานจึงมีความหลากหลายตามวัฒนธรรมทั้ง ๓ กลุ่ม

หมอพื้นบ้านอีสาน เป็นผู้มีความรู้และวิธีการรักษาที่สัมพันธ์กับวิถีชีวิตสภาพแวดล้อม สังคม และวัฒนธรรมของชุมชน การวินิจฉัยโรคตามสมุฏฐานของธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ การรักษาโรคด้วยวิธีทางไสยศาสตร์ เช่น การล่าผีฟ้า การสะเดาะเคราะห์ หมอมนต์ ฯลฯ ผสมผสานกับการใช้ยาสมุนไพรเพื่อให้เกิดความเชื่อมั่น ในการรักษาและเป็นการกำลังใจแก่ผู้ป่วย ความสัมพันธ์กับคนไข้บนพื้นฐานการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน หมอพื้นบ้านอีสานมีหลายประเภท แยกตามวิธีการรักษาต่างๆ กัน

**หมอยา** คือ หมอที่รักษาอาการเจ็บป่วยด้วยยาสมุนไพร หมอพระเป็นพระสงฆ์ทำหน้าที่เป็นหมอรักษาโรคแก่ชาวบ้านโดยการประพรมน้ำมันต์ การอาบน้ำมันต์ การผูกแขน และให้ระลึกถึง พระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ เป็นต้น หมอยาฮากไม้ (หมอยารากไม้หรือสมุนไพร) เป็นหมอที่ใช้วิธีการรักษาโรคด้วยสมุนไพร แร่ธาตุ และส่วนต่างๆ ของสัตว์ การกินยาสมุนไพรของชาวอีสานมีวิธีสกัดตัวยาออกมาจากสมุนไพรแบบต่างๆ คือการฝนยา เป็นการนำสมุนไพรมาฝนหรือถูกับแผ่นหิน แผ่นเต้าฝามีมือ เมื่อฝนแล้วก็เอาแผ่นหินนั้นจุ่มน้ำ ตัวยาก็ฝนออกจากละลายในน้ำเป็นน้ำยาที่สกัดออกมา สมุนไพรที่นำมาฝนประกอบด้วยรากไม้ แร่ธาตุหลายชนิด บางที่ชาวบ้านเรียกว่า “ยาชุม” หมอยาหม้อ หรือหมอสมุนไพร เป็นหมอที่มีความชำนาญในการรักษาโรคโดยใช้ยาสมุนไพร หรือยาโบราณหลายอย่างผสมกัน ต้มในหม้อดินต้อน้ำยา

#### ๔.๑.๑.๔ การใช้สมุนไพรดูแลสุขภาพ

การดูแลสุขภาพตนเองในชุมชนแบบดั้งเดิมจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเกี่ยวกับความเชื่อ พิธีกรรม วัฒนธรรม ประเพณี และทรัพยากรที่แตกต่างกันไปในแต่ละท้องถิ่นตามระบบการแพทย์พื้นบ้านมีองค์ประกอบที่สำคัญอยู่ ๔ ประการ ได้แก่<sup>209</sup>

๑. ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการเกิดโรคการแพทย์พื้นบ้านมีความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการเกิดโรคอยู่ ๒ ประการ

ประการแรก (Personal tic Medical System) เชื่อว่าโรคหรือความเจ็บป่วยเกิดจากสิ่งเหนือธรรมชาติ ได้แก่ การเจ็บป่วยที่เกิดจากการกระทำของผีที่เกิดจากกรรมหรือกฎแห่งกรรม เกิดจากไสยศาสตร์ พลังอำนาจเวทมนต์ คาถา ความเจ็บป่วยที่เกิดจากวิกลจริตและตำแหน่งของดวงดาว และความเจ็บป่วยเกิดจากการละเมิดขนบธรรมเนียมประเพณี

ประการที่สอง (Naturalistic Medical System) คือ โรคและความเจ็บป่วยเกิดจากธรรมชาติเป็นความเจ็บป่วย เกิดจากการเสียสมดุลของร่างกายตามอายุ และเงื่อนไขของแต่ละบุคคลตามสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติและสังคมของบุคคลนั้น

๒.วิธีการรักษาของหมอพื้นบ้าน จะมีความหลากหลายแตกต่างกันในแต่ละพื้นที่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมทางนิเวศวิทยา ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการเกิดโรค และประเภทของหมอ อย่างไรก็ตาม หมอพื้นบ้านทุกประเภทมีกระบวนการรักษา เป็นขั้นตอนหลักที่มักไม่แตกต่างกันมีอยู่ ๔ ขั้นตอน คือ ขั้นตอนการตั้งเครื่องบูชาครู อีสาน เรียกว่า ตั้งคาย อันประกอบด้วย ชั้นธ ๕ ได้แก่ ดอกไม้สีขาว ๕ คู่ เทียน ๕ เล่ม และเงินตั้งคาย ๖ - ๒๔ บาทแล้วแต่ประเภทของหมอ ขั้นตอนการวินิจฉัยโรค เมื่อผู้ป่วยนำกายมาบูชาครูแล้ว หมอจะทำการวินิจฉัยโรคตามวิธีการของแต่ละประเภท ซึ่งมีรายละเอียดแตกต่างกันไป เมื่อวินิจฉัยโรคแล้วก็เป็นขั้นตอนของการรักษาที่หมอจะทำการรักษาตามกรรมวิธีของตน โดยอาจใช้สมุนไพร การเป่าเสก หาน้ำมัน ทำพิธีการขับไล่ผีหรือพิธีสู่ขวัญ เป็นต้น กรณีที่ไม่หายจะแนะนำให้ผู้ป่วยไปรักษารูปแบบอื่นต่อไป ขั้นตอนสุดท้าย เป็นขั้นตอนของการปลงคาย เมื่อผู้ป่วยหายจากโรคแล้วจะยกเครื่องบูชาครูให้หมอ ในท้องถิ่นอีสานบางแห่ง เครื่องบูชาครูประกอบด้วย ดอกไม้สีขาว ๕ คู่ เทียน ๕ เล่ม ผ้าชิ้น ๑ ผืน และเงินคู่สมนาคุณ หรือสมนาคุณตามฐานะของผู้ป่วย

๓.หมอพื้นบ้าน เป็นองค์ประกอบที่สำคัญมากของการแพทย์พื้นบ้าน หมอพื้นบ้านมีหลายประเภท ถ้าจำแนกโดยใช้เกณฑ์ตามความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการเจ็บป่วยสามารถจำแนกออกเป็นดังนี้ ประเภทของหมอที่รักษาความเจ็บป่วยที่มีสาเหตุจากสิ่งเหนือธรรมชาติ ได้แก่ หมอธรรม หรือหมอสอง หมอลำผีฟ้า หมอสู่ขวัญหรือหมอส่งขวัญ ประเภทของหมอที่รักษาความเจ็บป่วยที่มีสาเหตุจากธรรมชาติ ได้แก่ หมอสมุนไพร หมอกระดูก หมอนวด

๔.ผู้ป่วยที่มารับการรักษาพบว่า ผู้ป่วยที่มารับการรักษากับหมอพื้นบ้านส่วนใหญ่มีฐานะยากจน จบการศึกษามัธยมศึกษาและมียาชีพ เกษตรกรรม สิ่งนี้เป็นเครื่องยืนยันว่าการแพทย์พื้นบ้านยังมีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพของประชาชน

<sup>209</sup> ทอง บุญยศ และคณะ, ศักยภาพหมอพื้นบ้านกับสาธารณสุขมูลฐานกรณีศึกษาจังหวัดสุรินทร์, (กรุงเทพมหานคร : สำนักงานสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๓๕), หน้า ๑๙.

ลักษณะเด่นของการแพทย์พื้นบ้าน มีดังนี้<sup>210</sup>

๑. เป็นระบบการแพทย์แบบองค์รวม ที่มีแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความเจ็บป่วยว่าไม่ได้หมายถึง ความผิดปกติของร่างกายเพียงอย่างเดียว แต่รวมถึงความสัมพันธ์กับสังคม และสภาพแวดล้อมด้วย

๒. การรักษาโรคได้ผลดีในกลุ่มที่อาการไม่ชัดเจน ซึ่งหมอและผู้ป่วยเชื่อว่าเกิดจากอำนาจเหนือธรรมชาติแยกออกไม่ชัดเจนระหว่าง อาการทางกายและทางจิต

๓. มีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตของชุมชน เนื่องจากชาวบ้านและหมอพื้นบ้านมีพื้นฐานทางวัฒนธรรม วิถีชีวิต การศึกษาและฐานะทาง เศรษฐกิจใกล้เคียงกัน จึงไม่มีความแตกต่างกันระหว่างชนชั้น

๔. เสียค่าใช้จ่ายน้อยกว่าแพทย์แผนปัจจุบันซึ่งส่วนใหญ่ผู้ป่วยสามารถกำหนดค่ารักษาได้ตามฐานะเศรษฐกิจ (ค่าสมนาคุณหรือค่าตอบแทนหมอได้)

๕. วินิจฉัยและรักษาโรคโดยบริบททางสังคมวัฒนธรรม

๖. มีประสิทธิภาพในการรักษาโรคบางโรคได้แน่นอน เช่น งามั่ว

๗. ผู้ป่วยมีความพอใจในรูปแบบการบริการ เพราะไม่ยุ่งยากซับซ้อน

๔.๑.๑.๕ บริบทวัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี)<sup>211</sup>

วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) จากการสอบถามและสัมภาษณ์ แม่ชีล้อม ทิมทวดเริ่มเดิมทีแม่ชีใหญ่ (นางเซี่ยม แก้วทัง) ท่านได้เดินธุดงค์มาที่นี่ พบว่า ที่ถ้ำในที่แห่งนี้ จึงได้มาพำนักอาศัยอยู่ ๗ วัน แรกเริ่มมีคนมาถวายที่ดินเพื่อสร้างวัด ๒ งาน หลังจากจำวัดได้ ๑ ปี ในปี พ.ศ. ๒๕๓๐ ได้ซื้อที่ดินบนเนินเขาเพิ่มอีก ๑ ไร่ เพื่อสร้างสำนักปฏิบัติธรรมใช้ชื่อว่า สำนักปฏิบัติธรรม ศิริวรรณบรรพต (คนทั่วไปมักเรียกติดปากว่าเขาแม่ชี) วันหนึ่งผู้ที่มาปฏิบัติธรรม ถูกลูกกับแม่ชีใหญ่ ให้คำแนะนำว่า ที่ดินตรงที่สร้างสำนักปฏิบัติธรรมนี้เป็นขอนิมิตสร้างตนเอง ให้แม่ชีใหญ่นิมิตพระสงฆ์มาพำนักอาศัยช่วยกันทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาต่อไป หลักจากได้นิมิตพระสงฆ์มาจำวัด แม่ชีใหญ่ท่านมีดำริอยากออกเดินธุดงค์ จึงประกาศจะถวายที่ดินของสำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ ให้อยู่ภายใต้การดูแลของพระสงฆ์ เหตุผลของการถวายที่ดินของสำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ ให้อยู่ภายใต้การดูแลของพระสงฆ์ เหตุผลของการถวายที่ดินเพราะแม่ชีใหญ่ต้องการให้ที่นี่เป็นสถานปฏิบัติธรรม ด้วยเกรงว่าที่ดินเป็นที่ดินของนิคมสร้างตนเอง ซึ่งไม่สามารถถือครองกรรมสิทธิ์ได้ตลอด อีกทั้งแม่ชีใหญ่เองก็อายุมากแล้ว ก็เลยอยากให้อยู่ในความดูแลของพระสงฆ์ เพื่อให้เป็นทั้งที่ปฏิบัติธรรมของประชาชนทั่วไป และเป็นสถานที่สำหรับเรียนปริยัติของพระสงฆ์สามเณรด้วย วันหนึ่งได้รับนิมิตไปที่วัดหนองสาหร่าย จึงได้เล้าความต้องการที่จะถวายที่ดินให้หลวงปู่ชา ในขณะนั้นเป็นพระครูอยู่ที่วัดหนองสาหร่ายฟัง พระครูหลวงปู่ชาท่านว่า พอดีกันเลยทีเดียวที่พระเทพเมธีต้องการหาที่สร้างสถานศึกษา

<sup>210</sup> วรวิทย์ พูนสวัสดิ์กิตติกุล, ศักยภาพหมอพื้นบ้านกับการสาธารณสุขมูลฐาน : กรณีศึกษาจังหวัด พิจิตร, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, ๒๕๓๗), หน้า ๑๒.

<sup>211</sup> วัดไตรมิตรวิทยาราม วรวิหาร, ประวัติวัดเขาแม่ชี, (ออนไลน์), แหล่งที่มา : [http://www.wattraimitr-withayaram.com/new\\_t/edit\\_new\\_list\\_page.php?id\\_type=2#](http://www.wattraimitr-withayaram.com/new_t/edit_new_list_page.php?id_type=2#) (๒๒ เมษายน ๒๕๖๑)

ปริยัติธรรมให้สามเณร ในปี พ.ศ. ๒๕๓๔ แม่ชีใหญ่จึงได้โทรศัพท์ไปแจ้งความประสงค์ว่าจะยกที่ดินให้อยู่ในความดูแลของพระสงฆ์ ต่อมาในปี พ.ศ. ๒๕๓๕ หลวงพ่อเจริญได้เริ่มพาสามเณรเข้าปรับปรุงซ่อมแซมสำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ซึ่งขณะนั้นยังใช้ชื่อสำนักว่า สำนักปฏิบัติธรรมศิริวรรณบรรพตเช่นเดิม ทั้งพระสงฆ์และแม่ชีได้ร่วมกันหาปัจจัยมาทำนุบำรุงสำนักปฏิบัติธรรมจนประมาณปี พ.ศ. ๒๕๔๐ จึงได้เปลี่ยนชื่อสำนักปฏิบัติธรรมศิริวรรณบรรพต เป็นวัดไตรมิตรวิทยารามและสถานที่แห่งนี้ อยู่ภายใต้การกำกับดูแลของแม่ชีใหญ่เป็นเวลา ๔ ปี (พ.ศ. ๒๕๓๐- พ.ศ. ๒๕๓๔) และอยู่ภายใต้การดูแลของพระสงฆ์ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๓๕ เป็นต้นมา จวบจนทุกวันนี้ ปัจจุบันอยู่ในความดูแลของสมเด็จพระพุฒาจารย์ (สนิท ชวนปญฺโญ) เป็นสมเด็จพระราชาคณะฝ่ายมหานิกาย ปัจจุบันดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยารามวรวิหาร เจ้าคณะใหญ่หนตะวันออก กรรมการมหาเถรสมาคม ประธานคณะกรรมการศูนย์ควบคุมการไปต่างประเทศสำหรับพระภิกษุสามเณร (ศตภ.) หัวหน้าพระธรรมทูต สายที่ ๕

วัดไตรมิตรวิทยาราม หรือ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม วัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี) บรรยายกาศภายในวัดครึบ ร่มรื่น เหมาะแก่การศึกษาเล่าเรียนอย่างยิ่ง ส่งเสริมการศึกษาของชาติ จึงสนับสนุนให้จัดการเรียนการสอน ขึ้นในบริเวณวัด เพื่อมุ่งหวังให้พระภิกษุสามเณร เยาวชน และประชาชนทั่วไป เป็นผู้มีการศึกษาดี มีความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม เส้นทางการศึกษาของพระภิกษุสามเณร มีหลายทางเลือก หนึ่งในหลายทางเลือก คือแนวการจัดการศึกษาของวัดไตรมิตรวิทยาราม หลักเกณฑ์ทั่วไปในการเรียนของพระภิกษุสามเณร คือ ๑. ประโยค ๑-๒ และประโยค ป.ธ.๓ ต้องสอบนักธรรมชั้นตรีได้แล้ว ๒. ประโยค ป.ธ. ๔,๕,๖ ต้องสอบนักธรรมชั้นโทได้แล้ว ๓. ประโยคป.ธ. ๗,๘,๙ ต้องสอบนักธรรมชั้นเอกได้แล้ว ศึกษาต่อในมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หรือมหาจุฬาราชวิทยาลัย หรือวิทยาเขตในจังหวัดต่างๆ สอบนักธรรมชั้นตรี พร้อมกับสอบบาลีประโยค ๑-๒ ถ้านักธรรมชั้นตรีสอบตก บาลีประโยค ๑-๒ ก็ตกตามไปด้วย ถ้านักธรรมชั้นตรีสอบได้ สอบบาลีไวยากรณ์ และแปลธรรมบทได้ ถือว่าสอบประโยค ๑-๒ ได้ ถ้าสอบบาลีไวยากรณ์หรือแปลธรรมบทได้ เกือบวิชาที่สอบได้ สอบวิชาที่เหลืออีก ๒ ครั้ง ถ้าสอบได้ ถือว่าสอบประโยค ๑-๒ ได้ และเฉพาะวัดไตรมิตรวิทยาราม มีหลักเกณฑ์ดังนี้ นักธรรม บาลีไวยากรณ์ ประโยค ๑-๒ และประโยค ป.ธ.๓ เรียนที่ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรมวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี บ้านซบสวอง ต.ชนงพระ อำเภอบางบาล จ.นครราชสีมา สอบประโยค ป.ธ.๓ ได้แล้ว จึงให้ย้ายเข้ามาเรียนประโยค ป.ธ. ๔ และการศึกษาออกโรงเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่วัดไตรมิตรวิทยาราม สอบประโยค ป.ธ.๔ และมีมัธยมศึกษาตอนปลายได้แล้ว จึงอนุญาตให้เรียนปริญญาตรีตามอัธยาศัย

ลักษณะพื้นที่สำคัญของวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี พื้นโดยรอบบริเวณครอบคลุมด้วยป่าธรรมชาติและสวนสมุนไพรที่วัดพัฒนาขึ้น มีสถานที่เรียนรู้พระไตรปิฎก ศึกษาบาลี และหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ควบคู่กับการจัดโซนที่พักของพระภิกษุสามเณรและผู้ที่อาศัยอยู่ภายในวัด สภาพธรรมชาติสร้างความร่มรื่น เยียบสงบเอื้อต่อการศึกษาพระไตรปิฎก ป่าธรรมชาติที่หลากหลายชนิดช่วยให้เกิดร่มไม้ ส่งเสริมการเรียนรู้สมุนไพรทั้งในพระไตรปิฎก และสมุนไพรสำหรับดูแลสุขภาพพระสงฆ์ เชื่อมโยงองค์ความรู้ในอดีตมีพระสงฆ์ที่ร่ำเรียนตำรายาจนชำนาญ และได้กลายเป็นหมอยารักษาชาวบ้านในชุมชน นอกจากจะเป็นผู้ที่เชี่ยวชาญในการรักษาโรคแล้วพระสงฆ์ยังเป็นผู้ที่มีคุณธรรมอีกด้วย ชาวบ้านจึงให้ความไว้วางใจและความเคารพศรัทธาต่อพระสงฆ์ที่

เป็นหมอยามาก ในยามที่บ้านเมืองปกติคนที่เจ็บไข้ได้ป่วยก็จะไปหาหมอยาเพื่อรักษาโรค แต่ในขณะที่บ้านเมืองเดือดร้อน เกิดวิกฤตการณ์ในสังคม พบภัยพิบัติต่างๆ สิ่งที่ต้องเฝ้าระวังไปพร้อมๆ กับร่างกาย คือ “จิตใจ”(ดอกกรักร พยัคศรี ศูนย์มานุษยวิทยาสิรินธร (องค์การมหาชน))

ภายในวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชีห้องอบสมุนไพรมีห้องอบสมุนไพรมหาท่านพระเดชพระคุณหลวงพ่ोज้าอาวาส กรุณาเป็นธรรมาจารย์ค่าแก๊ส รวม ๑,๐๐๐ บาทต่อสัปดาห์เพื่อให้สาธุชน พระสงฆ์ได้อบสมุนไพรรักษาโรค ด้วยสมุนไพรมหาชนิด มีอ้อยดำ โคมเขียวโคมแดง เถาวัลย์มากมาย ห้องอบตัว แบ่งเพศชัดเจน พระสงฆ์ ฆราวาส ชายหญิง ไม่ปะปน กฎกติกาการแต่งกาย และระเบียบการอบ โดยมีพระมหาสิริวัณโณที่บรรพบุรุษของท่านก็เป็นหมอพื้นบ้านเป็นผู้ดูแล ดไตรมิตรเขาแม่ชีตั้งอยู่บนพื้นที่อำเภอปากช่องและเชื่อมโยงกับกิจกรรมต่างๆ ของจังหวัดนครราชสีมาจากอดีตสู่ปัจจุบัน สามารถบูรณาการส่งเสริมการเรียนรู้ของพระภิกษุสงฆ์ควบคู่กับการศึกษาพระปริยัติธรรมสืบทอดพระพุทธศาสนา ส่งเสริมการเรียนรู้ของประชาชนในพื้นที่ให้เข้ามามีส่วนร่วมกับกิจกรรมของวัด สนองต่อนโยบายการปฏิรูปศึกษา จัดกิจกรรมภายในวัดให้เชื่อมโยงกับการพัฒนาเศรษฐกิจภายใต้บริบทของวัด ตามนโยบายส่งเสริมให้วัดเข้าร่วมโครงการ “วัด ประชา รัฐ สร้างสุข” ร่วมกับประชาชน หน่วยงานภาครัฐ โดยมี “วัด” เป็น ศูนย์กลางการเรียนรู้ ศูนย์กลางชุมชน และศูนย์กลางพัฒนาสุขภาวะ ในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นระหว่างพระ ชุมชน ตัวแทนชุมชน องค์กร ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ให้เกิดความเข้มแข็งในการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ ทั้งด้านสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางปัญญาด้วยแนวทาง ๕ส รวมถึงกิจกรรมเชิงพุทธ เพื่อเชื่อมโยงระหว่างวัดกับชุมชน ทำให้พระมีสุขภาพแข็งแรง วัดมีความมั่นคง ชุมชนมีความเข้มแข็ง และขยายผลสู่โครงการวัดพัฒนาตัวอย่างดีเด่น วัดพัฒนาตัวอย่าง และอุทยานการศึกษาในวัด

บริเวณวัดไตรมิตรวิทยาราม โดยรอบเขาแม่ชี เป็นป่าไม้และสวนสมุนไพรมหาที่สร้างขึ้นโดยการสร้างสรรค์ของรัฐและเกิดขึ้นตามธรรมชาติ เหมาะต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงบูรณาการและเป็นแหล่งศึกษาค้นคว้าสมุนไพรมหาในพระไตรปิฎก ปรับประยุกต์ให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคมไทยเกี่ยวกับสมุนไพรมหาให้เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องและความร่วมมือระหว่างวัดกับเครือข่ายทางสังคม แต่การดำเนินงานของวัดด้านการจัดทำสวนสมุนไพรมหาการสนับสนุนจากหน่วยงานเครือข่ายภายนอก และวัดมีข้อจำกัดเน้นการศึกษาพระปริยัติธรรม ส่งผลให้การดำเนินการจัดทำสวนสมุนไพรมหาของวัดเขาไตรมิตรเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสมุนไพรมหาในพระไตรปิฎก และสมุนไพรมหาของท้องถิ่นก่อให้เกิดภูมิปัญญาด้านการจัดการและพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพรมหา ไม่สามารถดำเนินการได้กลางที่กำหนดเป้าหมายไว้

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีวิทยาเขตนครราชสีมา เครือข่ายทางสังคมวัดและประชาชน มีการดำเนินกิจกรรมร่วมกับเครือข่ายทางสังคมในพื้นที่ หากมีความพร้อมสนับสนุนในการพัฒนาวัดไตรมิตร เขาแม่ชีให้เป็นศูนย์เรียนรู้ด้านสมุนไพรมหาและการพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพรมหาสนองต่อนโยบายส่งเสริมให้วัดเข้าร่วมโครงการ “วัด ประชา รัฐ สร้างสุข” ร่วมกับประชาชน หน่วยงานภาครัฐ โดยมี “วัด” เป็น ศูนย์กลางการเรียนรู้ ศูนย์กลางชุมชน และศูนย์กลางพัฒนาสุขภาวะ เพื่อพัฒนากิจกรรมวัดไตรมิตร เขาแม่ชี พัฒนาด้านกายภาพสวนสมุนไพรมหา มีการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ภายในวัดและสร้างเสริมสุขภาพ ตลอดจนเป็น

ศูนย์กลางในการขยายความรู้ด้านการจัดการอย่างมีสุขภาวะสู่ชุมชนและสถานประกอบการ นำไปสู่การสร้างสังคมที่มีความเข้มแข็งและยั่งยืน

จากข้อมูลบริบทพื้นที่ข้างต้นวัดไตรมิตรวิทยาราม เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย ตั้งอยู่ในเขตพื้นที่รอบเขาใหญ่ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีศักยภาพสูง มีทรัพยากรธรรมชาติที่เอื้อต่อการอนุรักษ์และส่งเสริมการเรียนรู้สมุนไพรในพระไตรปิฎก สมุนไพรพื้นบ้านที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ เชื่อมโยงกับการพัฒนาจังหวัดนครราชสีมาในมิติต่างๆ โดยร่วมมือกับเครือข่ายให้เกิดการพัฒนาความรู้และนำความรู้ไปปรับใช้กับการดูแลสุขภาพพระสงฆ์ประชาชนให้ลดจำนวนการป่วยด้วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคอื่นๆที่สามารถนำสมุนไพรและวิธีการในพระไตรปิฎกไปปรับใช้ ช่วยลดภาระการหาค่าใช้จ่ายของผู้ป่วยจากการรักษาวิธีการแพทย์แผนปัจจุบัน และเป็นทางเลือกเหมาะสำหรับส่งเสริมให้ประชาชนได้พึ่งพาตนเองภายใต้การดูแลสุขภาพวิถีพุทธ รวมทั้งยังสนับสนุนให้วัดได้จัดทำฐานข้อมูลเชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบรองรับการจัดทำข้อมูล Big Data ทั้งนี้ เพราะหน่วยงานภาครัฐสถิติจังหวัดนครราชสีมา ยังขาดการรวบรวมข้อมูลสมุนไพรที่อยู่ภายในวัด ทั้งนี้ การรวบรวมและจัดทำฐานข้อมูลเส้นทางการพัฒนาสมุนไพรของวัดที่เป็นเครือข่ายศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรวัดไตรมิตรวิทยาราม ช่วยส่งเสริมให้ประชาชนภาครัฐและภาคเอกชนนำองค์ความรู้ฐานข้อมูลไปพัฒนาสนองต่อความต้องการพัฒนาจังหวัดนครราชสีมาในอนาคตได้

สรุปได้ว่า พื้นที่ในอำเภอปากช่องเป็นพื้นที่ที่มีป่าไม้อุดมสมบูรณ์ บริเวณวัดไตรมิตรวิทยาราม โดยรอบเป็นป่าไม้และสวนสมุนไพรที่เกิดขึ้นโดยการสร้างสรรค์ของรัฐและเกิดขึ้นตามธรรมชาติ เหมาะต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงบูรณาการและเป็นแหล่งศึกษาค้นคว้าสมุนไพรในพระไตรปิฎก ปรับประยุกต์ให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคมไทยเกี่ยวกับสมุนไพรให้เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องและความร่วมมือระหว่างวัดกับเครือข่ายทางสังคม แต่การดำเนินงานของวัดด้านการจัดทำสวนสมุนไพรขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานเครือข่ายภายนอก และวัดมีข้อจำกัดเน้นการศึกษาพระปริยัติธรรม ส่งผลให้การดำเนินการจัดทำสวนสมุนไพรของวัดเขาไตรมิตรเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสมุนไพรในพระไตรปิฎกและสมุนไพรของท้องถิ่นที่ก่อให้เกิดภูมิปัญญาด้านการจัดการและพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ไม่สามารถดำเนินการได้กลางที่กำหนดเป้าหมายไว้

#### ๔.๑.๒ องค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา

ในการดำเนินงานศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา เป็นกระบวนการดำเนินงานโดยคณะทีมวิจัยซึ่งทำหน้าที่เป็นผู้ลงพื้นที่ดำเนินกิจกรรม ศึกษาองค์ความรู้จากเอกสาร การลงพื้นที่สำรวจ การสัมภาษณ์ พบว่า

วัดมีความสำคัญต่อการพัฒนาด้านสาธารณสุขของชุมชนโดยวัดเป็นศูนย์กลางของชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมให้กับประชาชนและชุมชน พระภิกษุสามเณรและพุทธศาสนิกชนได้รับการดูแลสุขภาพตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาและใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการแพทย์แผนไทยให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อชุมชน วัดมีบทบาทสำคัญในการมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสุขภาพอนามัยของชุมชน เสริมสุขภาพ 5 ร. คือ ร่มรื่น ร่มเย็น ร่วมสร้าง

สุขภาพ ร่วมจิตวิญญาน และร่วมพัฒนา วัดมีความร่มรื่นสะอาด อาคารสถานที่ บริเวณวัดและสภาพแวดล้อมในวัดที่ถูกหลักสุขอนามัยมีความสงบด้วยการเทศนา แสดงธรรม ปฏิบัติธรรมเผยแผ่ธรรม ประสานใจทั้ง พระสงฆ์และฆราวาส วัดได้ร่วมสร้างสุขภาพด้วยการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์และฆราวาสด้วยกิจกรรมที่เอื้อต่อการดูแล ส่งเสริม รักษาสุขภาพชุมชน ร่วมจิตวิญญานด้วยการดำรงรักษา สืบสาน ศิลปวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น เช่น วัดมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมร่วมกัน รวมทั้งการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมและร่วมพัฒนาด้วยการบริหารจัดการแบบมีส่วนร่วมร่วมคิด ร่วมทำร่วมรับผิดชอบทั้งฝ่ายบรรพชิต และฝ่ายฆราวาส ส่งเสริมความเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน

สำหรับวัดไตรมิตรวิทยารามมีองค์ความรู้ทางด้านสมุนไพรโดยเริ่มจากการสัมภาษณ์พระศรีรัตนกร ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยาราม พระมหาสมคิด และพระมหาสิริวัฒน์ ขนติวโร พบว่า องค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธเริ่มจาก

#### ๑. องค์ความรู้จากภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพร

การใช้สมุนไพรในวัดไตรมิตรวิทยารามในปัจจุบันส่วนใหญ่ มี ๒ ลักษณะ คือ ใช้เป็นอาหารและ/หรือผัก กับใช้เป็นยารักษาโรค สมุนไพรที่ใช้ในการประกอบอาหารและ/หรือผัก ได้แก่ กระชาย กระเทียม กระถิน กะเพรา กะหล่ำ กานพลู ขมิ้น ข่า ขิง ขี้เหล็ก ขึ้นฉ่าย แคนขาว แคนแดง งา ชะอม ต้นหอม ตะไคร้ แตงกวา ตำลึง บัวบก ใบชะพลู ใบเตย ใบย่านาง ผักกะเฉด ผักแขยง ผักชี ผักชีฝรั่ง ผักชีลาว ผักบุ้ง ผักหวานป่า พริก มะกรูด มะกอก มะขาม มะเขือเทศ มะนาว มะระ มะรุม มะละกอ สะเดา สะระแหน่ ผักเสี้ยน หอมแดง และหอมเป หรือผักชีฝรั่ง ส่วนสมุนไพรนอกนี้ใช้ในการประกอบอาหารและ/หรือผัก ชุมชนจะแบ่งวรรมาเข้าร่วมประกอบอาหารให้กับพระสงฆ์ภายในวัด อย่างไรก็ตาม การใช้สมุนไพรประกอบอาหารนี้ ส่วนใหญ่ไม่ได้คำนึงถึงว่า เป็นสมุนไพรแต่ใช้เพราะรูปแบบหรือสูตรการปรุงอาหารของท้องถิ่นมากกว่า คุณค่าอื่น ๆ จึงเป็นผลพลอยได้ ส่วนการใช้เป็นยาบำบัดโรคนั้น เมื่อเทียบกับประชากรภายในชุมชนแล้ว พบว่า ยังมีการใช้ในระดับน้อย เนื่องจากประชาชนเปลี่ยนจากการใช้สมุนไพรไปใช้ยาแผนปัจจุบันมากขึ้น อนึ่ง การใช้สมุนไพรมักพบว่าใช้เมื่อเริ่มมีอาการเจ็บป่วย กับการใช้สมุนไพรระยะสุดท้ายของการเจ็บป่วยหรือหมดหวังจากแพทย์แผนปัจจุบันแล้ว

อนึ่ง นอกจากการใช้ประโยชน์จากสมุนไพรที่กล่าวมาแล้วนั้น ในวัดยังมีการใช้สมุนไพรเพื่อการบำบัด โดยการอบสมุนไพรเป็นสิ่งที่เป็นภูมิปัญญาของไทยที่สืบทอดกันมา โดยวัดไตรมิตรจะเน้นการนำสมุนไพรที่อยู่ภายในวัดมาเป็นสมุนไพรมาใช้ซึ่งมีประโยชน์ต่อสุขภาพ การอบสมุนไพร คือ การอบตัวด้วยไอน้ำที่มาจากสมุนไพร เพราะเชื่อว่าเป็นวิธีกำจัดมลทินต่าง ๆ ที่ปรากฏบนผิวหนังให้หมดไป กำจัดน้ำเหลืองเสีย และเป็นการบำรุงผิวหนังไม่ให้เกิดฝ้า และบำรุงผิวพรรณให้สดใส สมุนไพรที่มักใช้กัน ได้แก่ เปลือกส้มโอ ใบส้มป่อย ว่านน้ำ ตะไคร้ ผักบุ้งล้อม มะกรูด ใบมะขาม ไพล เกลือหีบมือ แล้วนำสมุนไพรต้มรวมกันในหม้อให้เดือดมีไอพุ่ง แล้วต่อท่อไม้ไผ่เข้าไปในห้องอบสมุนไพร ซึ่งทางวัดไตรมิตรได้มอบหมายให้พระมหาสิริวัฒน์ ขนติวโรเป็นผู้ดูแลห้องอบสมุนไพร การเข้าใช้ห้องอบสมุนไพร จะมีระยะเวลา คือ ช่วงเช้า เริ่มเปิดให้บริการตั้งแต่ ๐๘.๓๐ น. ถึง ๑๐.๐๐ น. สำหรับช่วงเย็นทางวัดไตรมิตรจะเปิดห้องอบสมุนไพร เวลา ๑๗.๐๐ น. ถึง

๑๙.๐๐ น. การเข้าอบสมุนไพรก่อนเข้าห้องจะหาตัวด้วยน้ำการบูร และว่านางคำ อาจทำเป็นท่อนไม้ ฝัดต่อไอน้ำจากหม้อที่ต้มเดือดสอดเข้าในห้อง และค่อย ๆ เปิดทีละน้อยให้อไอน้ำขึ้นรุ่มหน้า สมุนไพรที่ใช้ วัดใช้ในการต้มมี ๓ กลุ่ม คือ

**กลุ่มที่ ๑** เป็นสมุนไพรที่มีรสเปรี้ยว ได้แก่ ใบมะขาม มะกรูดผ่าซีก ใบและฝัก ส้มป่อย สมุนไพรกลุ่มนี้จะเป็กรดอ่อน ๆ ช่วยชำระล้างสิ่งสกปรกที่ติดอยู่ตามผิวหนังให้ลื่นออกง่าย มีฤทธิ์ฆ่าเชื้อโรคบางชนิด ทำให้ผิวหนังสะอาด และต้านทานต่อเชื้อโรคได้

**กลุ่มที่ ๒** สมุนไพรที่มีกลิ่นหอม ได้แก่ ใบตะไคร้ ขมิ้นอ้อย ขมิ้นชัน ไพล ผิวมะกรูด เปราะหอม ว่านน้ำ ใบหนาด กลุ่มนี้มีน้ำมันหอมระเหย ซึ่งจะช่วยให้รู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า ช่วยลดอาการหวัด คัดจมูก นอกจากนี้ ใบตะไคร้และเหง้าขมิ้นมีฤทธิ์ฆ่าเชื้อราและแบคทีเรีย ส่วนไพลมีฤทธิ์ลดอาการบวมอักเสบได้

**กลุ่มที่ ๓** ได้แก่ พิมเสน การบูร มีสรรพคุณทำให้รู้สึกสดชื่น ช่วยบำรุงหัวใจ และรักษาโรคผิวหนังบางชนิด

จากสมุนไพรทั้ง ๓ กลุ่มนี้ จะเห็นได้ว่าการอบสมุนไพรทำให้การไหลเวียนของเลือดเพิ่มมากขึ้น ช่วยลดการอักเสบ บวม อาการปวดของกล้ามเนื้อทั่วร่างกาย ทำให้รุ่มขนขยายออก สิ่งสกปรกถูกขับออกมาพร้อมกับเหงื่อ และสมุนไพรที่มีรสเปรี้ยวจะช่วยชำระล้างสิ่งสกปรกเหล่านั้นให้ลื่นหลุดออกจากผิวหนังได้ง่าย ช่วยให้ผิวหนังมีความต้านทานต่อเชื้อโรคได้ดีขึ้น ทำให้ข้อที่ผิดแข็ง ปวด ลดคลายความปวดและฝืดลง ทำให้เหงื่อถูกขับ กลิ่นหอมของสมุนไพรช่วยทำให้รู้สึกสดชื่นแจ่มใส คลายความเครียด และบรรเทาอาการหวัดคัดจมูก

โดยพระมหาสิริวัฒน์ ขนติโว ได้นำองค์ความรู้ที่ถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ และเพิ่มเติมองค์ความรู้จากพระมหาสมคิด ซึ่งเป็นผู้ดูแลสวนสมุนไพรในวัดไตรมิตร รวมไปถึงการถ่ายทอดจากพระศรีรัตนกร ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยารามที่มีองค์ความรู้เรื่องสมุนไพรเป็นอย่างดี อีกทั้งเกิดจากความร่วมมือระหว่างชุมชน และหน่วยงานภาครัฐส่งผลให้มีห้องอบสมุนไพรที่ทันสมัยขึ้น สามารถให้บริการได้ครั้งละหลายคน โดยการใช้หม้อต้มสมุนไพรที่มีท่อส่งไอน้ำเข้าไปภายในห้องอบ การอบสมุนไพรของที่นี่เป็นการอบไอน้ำร้อน ซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งในการขับเหงื่อเพื่อรักษาโรคเฉียบพลันฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยเรื้อรัง และมารดาหลังคลอด รวมทั้งช่วยส่งเสริมสุขภาพให้แก่ประชาชนทั่วไปด้วย การเข้ากระโจมอบไอน้ำไม่ควรทำเมื่อรับประทานอาหารอิ่มใหม่ ๆ หรือขณะกำลังหิว และทำในที่ที่ไม่มีลมพัดต้องเอาน้ำมันมาทาตัวเสียก่อน วิธีการเข้ากระโจมนั้นควรค่อย ๆ เพิ่มความร้อนให้มากขึ้นจนเพียงพอกับความ ต้องการ และเมื่อจะเลิกก็ลดความร้อนให้ ค่อย ๆ น้อยลงจนเท่าความร้อนปกติของร่างกาย แล้วจึงออกจากกระโจม เพราะการนำเอาผู้ป่วยเข้ากระโจมร้อนทันที และเมื่อเอาออกก็ถูกอากาศเย็นทันที นั้นเป็นอันตราย อาจทำให้คนช็อกได้ ในการเข้ากระโจม ควรให้ดื่มน้ำใส่เกลือเค็มเล็กน้อย ต้มป่อย ๆ ได้จะเป็นการดี และควรมียาแก้ลมไว้ด้วย เมื่อออกจากกระโจมก็ควรห่มผ้าให้อุ่น ๆ ไว้ก่อน เมื่อรู้สึกสบายแล้วจึงเอาผ้าห่มออก และควรอาบน้ำอุ่นชำระร่างกายด้วย เมื่อหลังอาบน้ำควรห่มผ้าและนั่งหรือนอนให้สบายสักครู่ อย่าให้ถูกลม ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และมีลักษณะเหนียว ๆ และ ร้อน ๆ หลังเข้ากระโจม สำหรับประโยชน์ของการอบสมุนไพรการอบสมุนไพรมีประโยชน์มากมายอาทิเช่นช่วยบรรเทาอาการหวัด คัดจมูก ช่วยบรรเทาอาการหอบหืดเรื้อรัง ทำให้ปอด

ขยายตัวได้ดี ระบบหายใจปลอดโปร่ง มีความคล่องตัวมากขึ้น ไม่อึดอัด ทำให้ผด ผื่น คัน และอาการ  
อักเสบของผิวหนังหายไปได้ ช่วยฆ่าเชื้อรา เชื้อแบคทีเรีย อันก่อให้เกิดกลากเกลื้อน ทำให้ผิวหนัง  
เกลี้ยงเกลา มีน้ำมีนวล ไม่หมองคล้ำ ช่วยลดความดันโลหิตสูง เพราะเส้นโลหิตจะขยายออกทำให้  
โลหิตไหลเวียนสะดวก ผิวพรรณจึงผุดผ่อง เปล่งปลั่ง มีเลือดฝาด ช่วยฟื้นฟูผู้ที่กำลังพักฟื้น ให้กลับมา  
แข็งแรงเป็นปกติเร็วขึ้น กระปรี้กระเปร่า ช่วยแก้อาการเหน็บชา อาการชาตามปลายเท้า ปลายนิ้วมือ  
แขน และขา ช่วยขจัดความเมื่อยล้า บรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เส้น และเอ็นให้เบาบางลง  
จนกระทั่งเป็นปกติ เป็นต้น

## **๒. รูปแบบการสืบทอดองค์ความรู้**

**การสืบทอดองค์ความรู้** ถูกสืบทอด/ถ่ายทอด ๒ รูปแบบ คือ

๒.๑ การสืบทอด/ถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น พระสงฆ์

ด้านการสืบทอด/ถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น พระสงฆ์ คือ ภูมิปัญญาท้องถิ่น  
นายน้อย จำเริญเนาว์ ที่มีความรู้ทางด้านสมุนไพรที่มีความรอบรู้ในเรื่องสมุนไพร เพราะอาศัยอยู่ใน  
ตำบลชนงพระ บริเวณดังกล่าวเป็นป่าไม้ที่อุดมไปด้วยธรรมชาติและรายล้อมด้วยพืชสมุนไพรนานา  
ชนิด มากกว่า ๗๐ ปี และนำองค์ความรู้ดังกล่าวมาถ่ายทอดให้กับพระมหาสิริวัฒน์ ขนติวโร ซึ่งเป็น  
พระสงฆ์ที่มีความสนใจทางด้านสมุนไพร

๒.๒ การฝึกอบรมจากสถาบันการแพทย์

ด้านการฝึกอบรมจากสถาบันการแพทย์นั้นพบว่า พระมหาสิริวัฒน์ ขนติวโร  
และพระมหาสมคิด ล้วนได้รับการฝึกอบรมจากสถาบันการแพทย์ อนึ่ง แม้การฝึกอบรม จะเป็นส่วน  
สำคัญของการก่อให้เกิดหมอยาสมุนไพร แต่ปัจจัยสำคัญ คือ การได้รับการถ่ายทอดจากบุคคลใน  
ครอบครัวและแหล่งสมุนไพรการถ่ายทอดจากพระอาจารย์จวน กุลเชฏโฐ

## **๓. เป้าหมายในการสืบทอดองค์ความรู้**

**การสืบทอดองค์ความรู้สมุนไพร คือ**

**๓.๑ เป้าหมายในการรักษา** เดิมเป้าหมายนี้ มีความสำคัญมากอย่างยิ่ง  
เพราะการเข้าถึงบริการแพทย์แผนปัจจุบันทำได้ยาก การใช้สมุนไพรรักษาจึงเป็นที่พึ่งหลักและสำคัญ  
ยิ่ง แต่จากความเจริญก้าวหน้าของแพทย์แผนปัจจุบันและจำนวนสถานพยาบาลทั้งภาครัฐและ  
เอกชนที่เพิ่มจำนวนมากขึ้น ทำให้การรักษาด้วยยาสมุนไพรถูกบดบังความสำคัญ ประกอบกับยา  
สมุนไพรในท้องถิ่นต่าง ๆ มีปริมาณลดลงและหายาก อย่างไรก็ตาม กลุ่มสมุนไพรก็ยังคงใช้ยาสมุนไพร  
ในการรักษาโรคต่าง ๆ โดยเฉพาะกลุ่มชมรมแพทย์แผนไทยเภสัชพัฒนา ภูมิปัญญาท้องถิ่น

**๓.๒ เป้าหมายทางเศรษฐกิจและการสงเคราะห์** คือ ภูมิปัญญาด้านสมุนไพร  
ทำให้เกิดอาชีพเลี้ยงครอบครัวได้ ผู้มีความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรและหมอยาสมุนไพร ยังได้ใช้ความรู้และยา  
สมุนไพรของตนในการสงเคราะห์ผู้อื่นด้วย เช่น ในบางครั้งก็มีผู้มาขอยาสมุนไพรไปรับประทาน ก็  
บริจาคไป หรือในคราวที่มีงานบุญก็ได้บริจาคยาเป็นทาน หรือบางครั้งก็ไปตั้งโรงทานยาด้วย

**๓.๓ เป้าหมายในการอนุรักษ์** นอกจากวัตถุประสงค์ 2 ประการดังกล่าว  
มาแล้ว การสืบทอดภูมิปัญญาสมุนไพร มีเป้าหมายเพื่อการอนุรักษ์ภูมิปัญญาสมุนไพรด้วย เพราะ  
ตระหนักว่า สมุนไพรเป็นสิ่งที่มีความค่า ควรแก่การอนุรักษ์ จึงสืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน และผู้ที่ได้รับการ  
สืบทอดก็ตั้งใจที่จะถ่ายทอดให้กับบุคคลอื่น ๆ เพื่อเป็นประโยชน์ในการรักษา การอนุรักษ์

#### ๔. การนำไปปฏิบัติหลังได้รับการถ่ายทอด

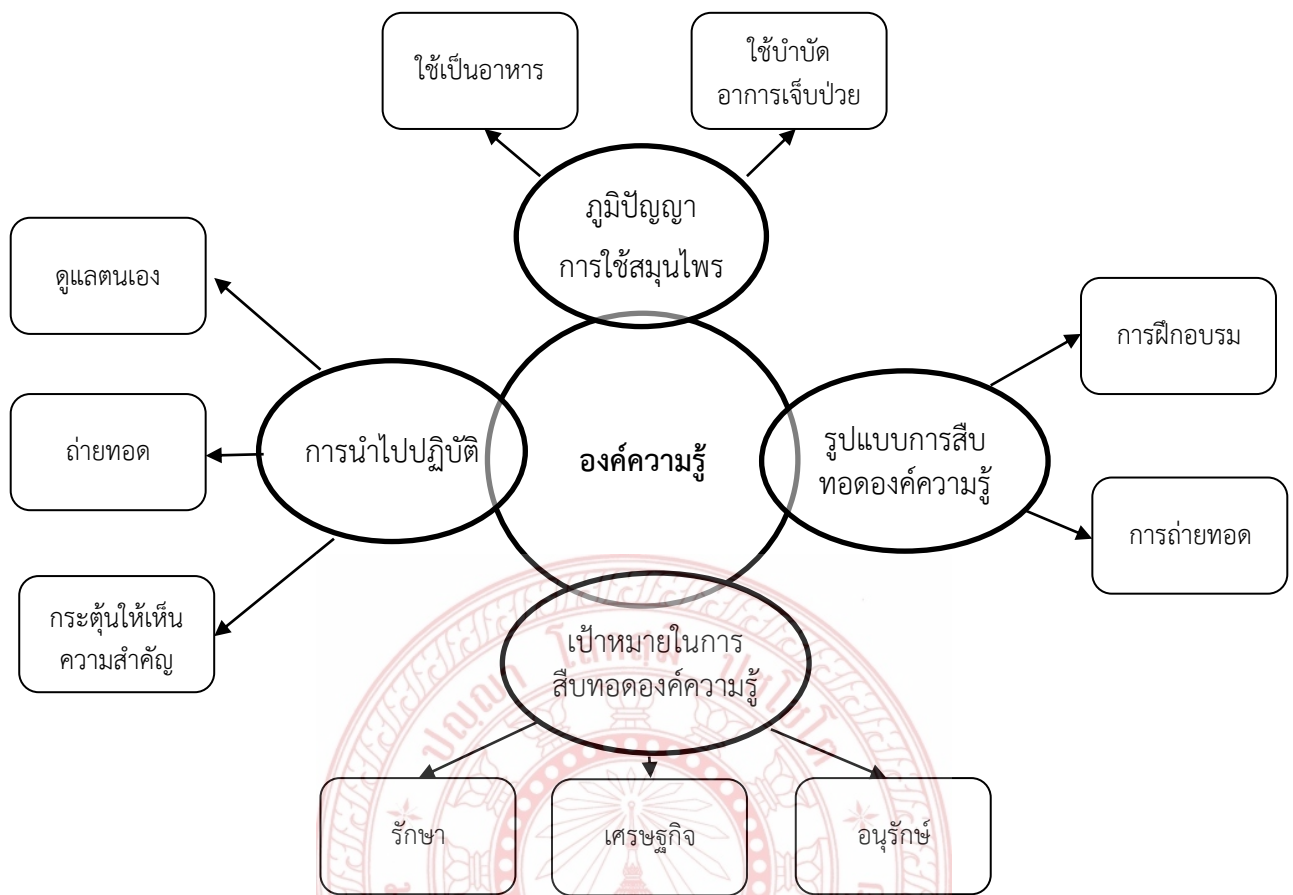
หลังได้รับการถ่ายทอดแล้ว ผู้สืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น จะนำความรู้ความสามารถที่ได้รับการถ่ายทอดไปดูแลสุขภาพตนเอง บุคคลใกล้ชิดและคนอื่น ๆ ถ่ายทอดให้บุคคลใกล้ชิด และกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของสมุนไพรและอนุรักษ์สมุนไพร ดังนี้

๔.๑ การใช้ภูมิปัญญาสมุนไพรดูแลสุขภาพตนเอง บุคคลใกล้ชิด และคนอื่น ๆ เป็นการใช้ความรู้ที่มีเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคพืชผักต่าง ๆ โดยส่วนตัว และแนะนำบุคคลใกล้ชิดและผู้สนใจในการปรับพฤติกรรมการบริโภค ซึ่งทำให้ได้รับประโยชน์มากขึ้น ร่างกายก็มีภูมิคุ้มกันจึงมีสุขภาพแข็งแรง แต่ในยามที่รู้สึกไม่สบายหรือเจ็บป่วย ก็จะใช้ยาสมุนไพรรับประทานเพื่อรักษาอาการซึ่งส่วนใหญ่สามารถรักษาได้ แต่ในบางครั้งก็จำเป็นต้องพึ่งยาแผนปัจจุบันก็มี

๔.๒ การถ่ายทอดให้บุคคลใกล้ชิด กล่าวคือ ได้นำความรู้ที่ได้จากการถ่ายทอดมา แนะนำบุคคลใกล้ชิดให้รู้จักยาสมุนไพร และใช้ยาสมุนไพรอย่างถูกวิธี ซึ่งนอกจากจะเป็นประโยชน์ต่อการรักษาสุขภาพของบุคคลใกล้ชิดแล้ว ยังเป็นแนวทางในการประกอบอาชีพได้ด้วย

๔.๓ การกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของสมุนไพรและการอนุรักษ์สมุนไพร กล่าวคือ จากการที่ได้ใช้และได้ประกอบอาชีพหมอยาสมุนไพร จึงทำให้ทราบธรรมชาติของยาสมุนไพรแต่ละชนิดว่า มีการเจริญเติบโตเร็วหรือช้า ประกอบกับการปริมาณความต้องการยาสมุนไพรที่มากขึ้น และรูปแบบการใช้ที่ดินในชุมชนเปลี่ยนแปลงไป จึงได้กระตุ้นให้ชุมชน โดยเฉพาะสมาชิกกลุ่มสมุนไพรและบุคคลใกล้ชิด เห็นความสำคัญของยาสมุนไพร และตระหนักถึงการอนุรักษ์สมุนไพรมากขึ้น

สรุปได้ว่า องค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา มีความสำคัญต่อการพัฒนาด้านสาธารณสุขของชุมชนโดยวัดเป็นศูนย์กลางของชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมให้กับประชาชนและชุมชน สำหรับวัดไตรมิตรวิทยาราม เมืองค์ความรู้ทางด้านสมุนไพรโดยเริ่มจาก การสัมภาษณ์พระศรีรัตนกร ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยาราม พระมหาสมคิด และพระมหาสิริวัฒน์ ขนติวโร พบว่าเกิดจาก องค์ความรู้จากภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพร การใช้สมุนไพรในวัดไตรมิตรวิทยาราม คือใช้เป็นอาหารและ/หรือผัก กับใช้เป็นยารักษาโรค โดยการอบสมุนไพร รูปแบบการสืบทอดองค์ความรู้ เป็นการสืบทอด/ถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น พระสงฆ์ และการฝึกอบรมจากสถาบันการแพทย์ สำหรับเป้าหมายในการสืบทอดองค์ความรู้สมุนไพร เริ่มต้นจาก เป้าหมายในการรักษา เป้าหมายทางเศรษฐกิจและการสงเคราะห์ และ เป้าหมายในการอนุรักษ์ นอกจากนี้สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งคือการนำไปปฏิบัติหลังได้รับการถ่ายทอด โดยการใช้ภูมิปัญญาสมุนไพรดูแลสุขภาพตนเอง บุคคลใกล้ชิด และคนอื่น ๆ การถ่ายทอดให้บุคคลใกล้ชิด กล่าวคือ ได้นำความรู้ที่ได้จากการถ่ายทอดมาแนะนำบุคคลใกล้ชิดให้รู้จักยาสมุนไพร และใช้ยาสมุนไพรอย่างถูกวิธี และ การกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของสมุนไพรและการอนุรักษ์สมุนไพร



แผนภาพที่ ๔.๑ องค์ความรู้สมุนไพร

## ๔.๒ พัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา

### ๔.๒.๑ การประชุมชี้แจงรายละเอียดโครงการวิจัย

คณะผู้วิจัยนำโดย พระเมธีสุตาภรณ์, ผศ.ดร. เจ้าคณะอำเภอบางบาล ดร.พิชิต บุรีมาตร ดร.พรเศรษฐี วุฒิปัญญาอิสกุล อ.ณัฐกานต์ หงส์กุลเศรษฐ์ อาจารย์จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยได้ร่วมประชุมร่วมกับ อาจารย์สายชล ปัญญาชิต รองผู้จัดการโครงการ และ อาจารย์ภูเบศ วณิชชานนท์ ผู้ช่วยผู้จัดการโครงการพัฒนาสุขภาพและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา (สรพ.) สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อชี้แจงรายละเอียดของโครงการวิจัย และขอรับคำแนะนำในการดำเนินการโครงการวิจัย “โครงการการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ” ในวันที่ ๒๖ มกราคม ๒๕๖๑ ณ สำนักงานเจ้าคณะอำเภอบางบาล วัดคีรีวัน อำเภอบางบาล จังหวัดนครราชสีมา

#### ๔.๒.๒ สภาพแวดล้อมภายในวัดไตรมิตรวิทยาราม เขามณี

พุทธสถาน วัดไตรมิตรวิทยาราม ๒ - เขามณี อำเภอปากช่อง จ.นครราชสีมา ตั้งอยู่ใกล้เขาใหญ่ มีระดับโอโซนเป็นอันดับ ๗ ของโลกทำให้นักท่องเที่ยวได้รับอากาศที่บริสุทธิ์ สดชื่น ดีต่อสุขภาพ บริเวณเขตติดต่อกับอำเภอสีคิ้วเป็นที่ตั้งของเขื่อนลำตะคอง ซึ่งมีจุดชมวิวสวยงามเหมาะแก่การพักผ่อนโดยตัวเขื่อนอยู่ห่างจากตัวอำเภอปากช่องประมาณ ๑๕ กิโลเมตร ส่วนตำบลกลางดงเป็นแหล่งแวะพักเพื่อซื้อของฝากประเภทผลไม้ต่าง ๆ มากมายสดจากไร่และข้าวโพดหวาน อันเลื่องชื่อของไรสุพรรณ และมีทรัพยากรธรรมชาติที่หลากหลาย สมุนไพรที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น ทั้งภายในพื้นที่เขาใหญ่และบริเวณพื้นที่โดยรอบมีความอุดมสมบูรณ์ โดยเฉพาะพื้นที่ภายในวัดบริเวณเขาใหญ่จำนวนมากมีทรัพยากรการอนุรักษ์ป่าชุมชนภายในพื้นที่วัด นับเป็นศูนย์รวมด้านสมุนไพรที่สำคัญมากกว่าที่อยู่อาศัยและรีสอร์ทของภาคเอกชน บรรยากาศภายในวัด ร่มรื่น อากาศบริสุทธิ์ ปฏิบัติธรรม ศึกษาเล่าเรียน ช่วยสร้างสุขภาวะที่ดีแก่ผู้มาเยือน มีห้องอบสมุนไพรสงฆ์ได้อบสมุนไพรรักษาโรค

สมเด็จพระพุฒาจารย์ เจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยาราม เจ้าคณะใหญ่หนตะวันออก ปฏิบัติหน้าที่ในเขตปกครองคณะสงฆ์ ภาค ๘ ภาค ๙ ภาค ๑๐ ภาค ๑๑ และภาค ๑๒ สามารถเชื่อมโยงประสานงานคณะสงฆ์ได้ทุกระดับและเชื่อมโยงกับภาครัฐและภาคเอกชนทั้งระดับนโยบายและระดับปฏิบัติการ คณะสงฆ์วัดไตรมิตรวิทยาราม ๒ - เขามณี ดำเนินกิจกรรมต่างๆ ภายใต้การสนองงานตาม นโยบาย โดยเฉพาะการศึกษาพระปริยัติธรรม สนับสนุนให้จัดการเรียนการสอน ขึ้นในบริเวณวัด เพื่อมุ่งหวังให้พระภิกษุสามเณร เยาวชน และประชาชนทั่วไป เป็นผู้มีการศึกษาดี มีความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม

บริเวณวัดไตรมิตรวิทยาราม โดยรอบเขามณี เป็นป่าไม้และสวนสมุนไพรที่เกิดขึ้นโดยการสร้างสรรค์ของรัฐและเกิดขึ้นตามธรรมชาติ เหมาะต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงบูรณาการและเป็นแหล่งศึกษาค้นคว้าสมุนไพรในพระไตรปิฎก ปรับประยุกต์ให้สอดคล้องกับความต้องการของสังคมไทยเกี่ยวกับสมุนไพรให้เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องและความร่วมมือระหว่างวัดกับเครือข่ายทางสังคม แต่การดำเนินงานของวัดด้านการจัดทำสวนสมุนไพรขาดการสนับสนุนจากหน่วยงานเครือข่ายภายนอก และวัดมีข้อจำกัดเน้นการศึกษาพระปริยัติธรรม ส่งผลให้การดำเนินการจัดทำสวนสมุนไพรของวัดเขาไตรมิตรเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสมุนไพรในพระไตรปิฎก และสมุนไพรของท้องถิ่นที่ก่อให้เกิดภูมิปัญญาด้านการจัดการและพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพร ไม่สามารถดำเนินการได้กลางที่กำหนดเป้าหมายไว้

มีห้องอบสมุนไพร พระสงฆ์ได้อบสมุนไพรรักษาโรค ตัวยาสมุนไพร หลายชนิด มีอ้อยดำ โคมเขียวโคมแดง เถาวัลย์มากมาย ห้องอบตัว แบ่งเพศชัดเจน พระสงฆ์ ฆราวาส ชายหญิง ไม่ปะปน กฎกติกา การแต่งกาย และระเบียบการอบ ห้องอบยาสมุนไพร 108 ชนิดพิชิตโรคไร้โรค โดย อาจารย์หมอ สมุนไพรสดๆจากธรรมชาติ รักษาโรคต่างๆได้อย่างเห็นผล โดยเฉพาะ โรคหืด-หอบ ภูมิแพ้ต่างๆ<sup>212</sup> วัดไตรมิตรเขามณีตั้งอยู่บนพื้นที่อำเภอปากช่องและเชื่อมโยงกับกิจกรรมต่างๆของจังหวัดนครราชสีมาจากอดีตสู่ปัจจุบัน สามารถบูรณาการส่งเสริมการเรียนรู้ของพระภิกษุสงฆ์ควบคู่

<sup>212</sup> สัมภาษณ์ , พระมหาสิริวัตร ขนดีโร, วัดไตรมิตรวิทยาราม, ๒๒ เมษายน ๒๕๖๑.

กับการศึกษาพระปริยัติธรรมสืบทอดพระพุทธศาสนา ส่งเสริมการเรียนรู้ของประชาชนในพื้นที่ให้เข้ามามีส่วนร่วมกับกิจกรรมของวัด สนองต่อนโยบายการปฏิรูปศึกษา จัดกิจกรรมภายในวัดให้เชื่อมโยงกับการพัฒนาเศรษฐกิจภายใต้บริบทของวัด ตามนโยบายส่งเสริมให้วัดเข้าร่วมโครงการ “วัด ประชา รัฐ สร้างสุข” ร่วมกับประชาชน หน่วยงานภาครัฐ โดยมี “วัด” เป็น ศูนย์กลางการเรียนรู้ ศูนย์กลางชุมชน และศูนย์กลางพัฒนาสุขภาวะ ในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นระหว่างพระ ชุมชน ตัวแทนชุมชน องค์กร ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ให้เกิดความเข้มแข็งในการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ ทั้งด้านสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิต สุขภาวะทางสังคม และสุขภาวะทางปัญญา<sup>213</sup>

#### ๔.๒.๓ สุขภาพพระสงฆ์กับสมุนไพร

จังหวัดนครราชสีมา มีการจัดตั้ง ชมรมสมุนไพร เชื่อมโยงเป็นเครือข่าย มีกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ได้แก่ ชมรมอนุรักษ์สมุนไพรไทยโคราช ชมรมถั่วดาวอินชานนครราชสีมา ศูนย์เรียนรู้พืชสมุนไพรน้ำมันถั่วดาวอินคาสมุนไพรบ้านชั้นทอง ผลิตสมุนไพรอบแห้งหลายอย่าง เช่น ลูกประคบสมุนไพร ใช้สำหรับประคบเพื่อคลายกล้ามเนื้อเวลาปวดเมื่อยตามร่างกายหรืออาการชา บวมเมื่อเกิดอุบัติเหตุเคล็ดขัดยอก น้ำยานางกลั่น กลั่นจากใบย่านางสด เป็นต้น

นอกจากนี้ยังมีศูนย์เรียนรู้สมุนไพรในจังหวัดนครราชสีมา ได้แก่ ศูนย์อนามัยที่ ๕ คือ “สวนสมุนไพร ชมรมผู้สูงอายุเข้มแข็ง” พิพิธภัณฑ์พืชสมุนไพร เป็นส่วนหนึ่งของสวนสมุนไพร วว. เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จัดสร้างขึ้นเนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ตั้งอยู่ ณ สถานีวิจัยพืชลำตะคอง เลขที่ ๓๓๓ หมู่ ๑๒ ต.หนองสาหร่าย อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา และวัดเทพาลัยได้รับการคัดเลือกเป็นวัดโครงการสวนสมุนไพรดีเด่นระดับชาติในปีพ.ศ. ๒๕๕๑ ด้านการเผยแผ่พระศาสนา ได้ตั้งสถานีวิทยุเผยแผ่ธรรมะ ปี พ.ศ. ๒๕๔๗ และวิทยุออนไลน์ทางระบบอินเทอร์เน็ตเป็นศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรและภูมิปัญญาชาวบ้าน ดำเนินกิจกรรมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ให้สามารถนำไปใช้ในชุมชน เช่น ทำน้ำมันใบโอดีเซล ทำน้ำส้มควันไม้ การเพาะชำกล้าไม้ ทำปุ๋ยชีวภาพหลากหลายสูตร ปลุกป่า มีผู้สนใจไปศึกษาดูงานสม่ำเสมอ<sup>214</sup>

<sup>213</sup> สัมภาษณ์, พระศรีรัตนกร, ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม, ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยาราม, ๒๒ เมษายน ๒๕๖๑.

<sup>214</sup> สัมภาษณ์, นางปัทมา แจ่มจำรัสกลุ่มงานแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก สสจ.นครราชสีมา, ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๑

จากข้อมูลที่เป็นสภาพแวดล้อมปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกสนับสนุนและภัยคุกคามความสามารถวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี ดำเนินการเพื่อรักษาทรัพยากรธรรมชาติ การพัฒนาองค์ความรู้ด้านสมุนไพร การจัดการสุขภาวะเชิงพุทธให้เกิดกิจกรรมดูแลสุขภาพพระสงฆ์และสุขภาพของประชาชน พึ่งพาตนเองลดภาระค่าใช้จ่ายในการดำรงชีวิต และรับการสนับสนุนดูแลรักษาจากแพทย์แผนปัจจุบันในขอบเขตที่จำกัด ทีมงานวิจัยได้ตั้งประเด็นข้อคำถามนำไปสู่การวางกลยุทธ์และจัดทำกิจกรรมภายใต้โครงการการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ

ประเด็นคำถามที่ ๑ การพัฒนาศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพภาวะเชิงพุทธมีการใช้งบประมาณมาก วัดที่เหมาะสมต่อการจัดตั้งเป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพร และผู้บริหารวัดสนับสนุนเข้ามามีส่วนร่วมดำเนินโครงการการ มีที่ใดบ้าง

ประเด็นคำถามที่ ๒ องค์ความรู้ที่มีลักษณะเด่นแตกต่างองค์ความรู้ของหน่วยงาน เอกชนในจังหวัดนครราชสีมา ควรเป็นองค์ความรู้แบบใด และองค์ความรู้ที่สนองตอบความต้องการทางสุขภาวะวัด ชุมชน หน่วยงานภาครัฐและเอกชนใช้ฐานข้อมูลวัดต้นแบบสาธารณสุขสงเคราะห์ด้านสมุนไพรบนวิถีพุทธ กำหนดกิจกรรมปลูกสมุนไพร ปลูกป่าชุมชน การให้บริการสมุนไพรแก่ประชาชน ทั้งเชิงอนุรักษ์และเชิงเศรษฐกิจได้หรือไม่

ประเด็นคำถามที่ ๓ ความร่วมมือของผู้มีส่วนได้เสียที่เกี่ยวข้องกับวัดต้นแบบพัฒนาวัดต้นแบบสาธารณสุขสงเคราะห์ด้านสมุนไพรบนวิถีพุทธ ควรดำเนินการอย่างไรจึงเกิดการพัฒนาศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพภาวะเชิงพุทธได้ต่อเนื่อง

ประเด็นคำถามที่ ๔ การจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพของหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ก่อให้เกิดมูลค่าทางเศรษฐกิจ รวมถึงการปลูกอนุรักษ์สมุนไพรท้องถิ่น อนุรักษ์ป่าชุมชนนำมาประยุกต์ใช้กับการสร้างสุขภาวะพระสงฆ์ ประชาชน สร้างความมั่นคงทางทรัพยากร เศรษฐกิจชุมชน ควรจัดทำโครงการหรือกิจกรรมใด

**เป้าหมายที่ต้องการ** การพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพภาวะเชิงพุทธ

#### ๔.๒.๔ ขั้นตอนวิเคราะห์ SWOT

วิเคราะห์การสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพภาวะเชิงพุทธ วัดไตรมิตรวิทยารามเขาแม่ชี อำเภอปากช่อง จ.นครราชสีมา และเส้นทางเชื่อมโยงเครือข่ายในการกิจกรรมปลูกสมุนไพร กิจกรรมอนุรักษ์ป่าชุมชน อนุรักษ์สมุนไพรท้องถิ่น กิจกรรมการให้บริการสมุนไพรเป็นแผนงานโครงการความร่วมมือของวัด ชุมชนหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ผู้วิจัยได้นำผลการประเมินข้อมูลที่เป็นสภาพแวดล้อมปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกของวัดไตรมิตรวิทยารามเขาแม่ชี อำเภอปากช่อง จ.นครราชสีมา และผลการสัมภาษณ์เชิงลึกของผู้เชี่ยวชาญมาประกอบการวิเคราะห์ โดยใช้เครื่องมือวิเคราะห์ SWOT (จุดแข็ง จุดอ่อน ภัยคุกคาม โอกาส) และกำหนดเกณฑ์ ความเป็นไปได้ ใช้วิเคราะห์ความเป็นไปได้ต่อการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรต้นแบบสำหรับการดูแลสุขภาพภาวะเชิงพุทธ ของวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี ดังนี้

ความเป็นไปได้ จุดแข็ง มีความพร้อม และโอกาส สังคมมีความต้อง จัดทำโครงการพัฒนาวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี

ความเป็นไปได้ จุดอ่อน ความไม่พร้อม และภัยคุกคาม สังคมไม่ความต้อง ลดการดำเนินงานที่ก่อให้เกิดการวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี

ความเป็นไปได้ จุดแข็ง มีความพร้อม และภัยคุกคาม สังคมไม่ความต้องดำเนินงานที่ก่อให้เกิดกิจกรรมสร้างการมีส่วนร่วมวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชีกับหน่วยงานรัฐ นครราชสีมา

ความเป็นไปได้ จุดอ่อน ความไม่พร้อม และโอกาส สังคมมีความต้อง นำผลงานที่ก่อให้เกิดกิจกรรมสร้างการมีส่วนร่วมสนับสนุนวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี พัฒนาศูนย์ฯ

ต่อจากนั้นได้นำข้อมูลผลการประเมินสภาพแวดล้อมปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกของวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี อำเภอบำเหน็จณรงค์ จ.นครราชสีมา ใส่ลงในกรอบการวิเคราะห์ โดยแบ่งออกเป็น ๒ กรอบ ได้แก่ สภาพแวดล้อมปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกสนับสนุนและภัยคุกคามความสามารถวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี ดำเนินการเพื่อการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ดังนี้

#### ตารางที่ ๔.๑ ปัจจัยสภาพแวดล้อมภายนอกที่มีผลต่อการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ

| ปัจจัยสภาพแวดล้อมภายนอก                                                                                                                                                                     |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| โอกาส (O)                                                                                                                                                                                   |  |
| ๑. มหาเถรสมาคมได้รับทราบและสนับสนุนการดำเนินงานของธรรมานุสสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติ                                                                                                              |  |
| ๒. การขับเคลื่อนธรรมานุสสุภาพพระสงฆ์แห่งชาติที่ประกาศใช้ไปเมื่อปลายปี ๒๕๖๑ เพื่อช่วยดูแลสุขภาพพระสงฆ์ให้เกิดสุขภาวะทั้งทางกาย จิต สังคมและปัญญา ซึ่งก็จะส่งผลที่ดีต่อพระสงฆ์ ชุมชน และสังคม |  |
| ๓. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสนับสนุนงานสุขภาพพระสงฆ์                                                                                                                               |  |
| ๔. หลวงตาแช่แก่นนำพระสงฆ์จังหวัดนครราชสีมา เข้าประชุมคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติการจัดทำแผนการขับเคลื่อนธรรมานุสสุภาพพระสงฆ์ต่อเนื่อง                                                          |  |
| ๕. จังหวัดนครราชสีมา ผู้สนใจสมุนไพร ผู้ประกอบการ มีการจัดตั้ง ชมรมสมุนไพร เชื่อมโยงเป็นเครือข่าย                                                                                            |  |
| ๖. สถาบันการศึกษาในท้องถิ่นต้องการแหล่งเรียนรู้รองรับการเรียนรู้สุขภาพจริง                                                                                                                  |  |
| ๗. องค์ความรู้ และเทคโนโลยีใหม่ๆ จากภายนอกองค์กรศูนย์เรียนรู้สมุนไพร พืชภัณฑ์พืชสมุนไพรรองรับพร้อมสนับสนุน                                                                                  |  |
| ๘. ตลาดต้องการ โดยเฉพาะสมุนไพรรักษาโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง                                                                                                                            |  |
| ๙. หน่วยงานรัฐ เอกชน องค์กรภาคประชาชนสนับสนุนการใช้องค์ความรู้สมุนไพร                                                                                                                       |  |
| ภัยคุกคาม (T)                                                                                                                                                                               |  |
| ๑. หน่วยงานรัฐไม่มีการจัดทำฐานข้อมูลวัดสมุนไพร โดยเฉพาะสถิติจังหวัด สื่อออนไลน์ไม่ช่วยให้สืบค้นเข้าเรียนรู้วัดสมุนไพรจังหวัดนครราชสีมา                                                      |  |
| ๒. การขยายตัวทางเศรษฐกิจส่งผลต่อการจัดการสิ่งแวดล้อมวัด                                                                                                                                     |  |

ตารางที่ ๔.๒ ปัจจัยสภาพแวดล้อมภายในที่มีผลต่อการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรด้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุทธร

| ปัจจัยสภาพแวดล้อมภายใน                                                                                                                                                  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>จุดแข็ง (S)</b>                                                                                                                                                      |  |
| ๑. วัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี มีทรัพยากรป่าสมุนไพรมานานมาก และมีความหลากหลาย.                                                                                           |  |
| ๒. บุคลากรวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี มีความสามารถบริการวิชาการองค์ความรู้สมุนไพรมีกิจกรรมอนุรักษ์ป่าสมุนไพรมานาน                                                        |  |
| ๓. บุคลากรวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี เป็นเครือข่ายคณะสงฆ์ ความสนใจศึกษาหาองค์ความรู้ และเทคโนโลยีใหม่ๆ ลักษณะเป็นสหวิทยาการ และสามารถนำความรู้ไปบูรณาการป่าสมุนไพรมานาน |  |
| ๔. บุคลากรศึกษาพุทธธรรม พระไตรปิฎก อธิบายสมุนไพรมานานในพระไตรปิฎก                                                                                                       |  |
| ๕. สถานที่สวยงามคงความเป็นป่าธรรมชาติไว้ได้                                                                                                                             |  |
| ๖. องค์ความรู้ด้านสมุนไพรมานานในพระไตรปิฎกมีความเป็นเอกลักษณ์ผ่านการใช้มากกว่าสองพันปี                                                                                  |  |
| ๗. สมุนไพรมานานในพระไตรปิฎกที่วัดมีให้เรียนรู้บูรณาการสนองตอบความต้องการประชาชนสถาบันการศึกษา ช่วยส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งส่งเสริมเศรษฐกิจชุมชนได้                        |  |
| ๘. คณะสงฆ์วัดไตรมิตรให้การสนับสนุน ประสานคณะสงฆ์ หน่วยงานรัฐ ภาคเอกชน ให้เกิดกิจกรรมสนับสนุนกิจกรรมต่างๆที่วัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี ดำเนินการได้                      |  |
| ๙. ห้องอบสมุนไพรมานาน ด้วยสมุนไพรมานานหลายชนิด มีพระหมอมานานพระมหาสิริวัฒน์ ที่บรรพบุรุษของท่านก็เป็นหมอพื้นบ้านห้องอบสมุนไพรมานาน                                      |  |
| <b>จุดอ่อน (W)</b>                                                                                                                                                      |  |
| ๑. พระในวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี ส่วนมากสอนและเรียน การพัฒนาพื้นที่ป่าสมุนไพรมานานที่ไม่ครอบคลุมพื้นที่                                                               |  |
| ๒. ขาดการสำรวจจัดทำฐานข้อมูลส่งเสริมการเรียนรู้สมุนไพรมานาน                                                                                                             |  |
| ๓. การติดป้ายสมุนไพรมานานทั้งคุณและโทษ โทษประชาชนผู้มาเรียนรู้ได้สมุนไพรมานาน                                                                                           |  |
| ๔. บุคลากรในวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี ไม่ต่อการพัฒนาให้เกิดศูนย์เรียนรู้ต่อเนื่อง                                                                                      |  |

เมื่อได้ผลการวิเคราะห์ SWOT ปัจจัยสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรมานานแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุทธร ทั้ง ๒ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านปัจจัยสภาพแวดล้อมภายนอก ๒) ด้านปัจจัยสภาพแวดล้อมภายใน ผู้วิจัยได้นำผลการวิเคราะห์ SWOT มาจัดทำ SWOT Matrix สำหรับจัดทำ การพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรมานานแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุทธร และผลการวิเคราะห์ SWOT Matrix ดังนี้

ตารางที่ ๓.๓ การวิเคราะห์ SWOT Matrix วัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี ดำเนินการเพื่อการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรมานานแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุทธร

| วัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี                                     | จุดแข็ง (Strengths – S)                                       | จุดอ่อน (Weaknesses – W)                      |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| พร้อมพัฒนาเป็นศูนย์การเรียนรู้และสร้างเครือข่ายสมุนไพรมานานแบบ | ๑) (S)วัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี มีทรัพยากรป่าสมุนไพรมานานมาก | ๑) (W)พระในวัดไตรมิตรวิทยาราม เขแม่ชี ส่วนมาก |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ในการดูแลสุขภาวะเชิงพุทธ และสถานที่สวยงามคงความเป็นป่าธรรมชาติไว้ได้ สมุนไพรในพระไตรปิฎก บูรณาการสนองความต้องการประชาชน สถาบันการศึกษา ช่วยส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งส่งเสริมเศรษฐกิจชุมชน</p>                                                                                                                                        | <p>และมีความหลากหลาย</p> <p>๒) (S)บุคลากรศึกษาพุทธธรรมพระไตรปิฎก อธิบายสมุนไพรในพระไตรปิฎก</p> <p>๓) (S)สถานที่สวยงามคงความเป็นป่าธรรมชาติไว้ได้</p> <p>๔) (S)องค์ความรู้ด้านสมุนไพรในพระไตรปิฎกมีความเป็นเอกลักษณ์ผ่านการใช่มากกว่าสองพันปี</p> <p>๕) (S)สมุนไพรในพระไตรปิฎกที่วัดมีให้เรียนรู้บูรณาการสนองตอบความเครือข่ายช่วยส่งเสริมสุขภาพ รวมทั้งส่งเสริมเศรษฐกิจชุมชนได้</p> | <p>สอนและเรียน การพัฒนาพื้นที่ป่าสมุนไพรทำได้ไม่ครอบคลุมพื้นที่</p> <p>๒) (W)บุคลากรในวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี ไม่ต่อการพัฒนาให้เกิดศูนย์เรียนรู้ต่อเนื่อง</p>                                  |
| <p>โอกาส (Opportunities – O)</p> <p>๑) (O)มหาเถรสมาคมขับเคลื่อนธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ</p> <p>๒) (O)หลวงตาแชร์คณะสงฆ์จังหวัดนครราชสีมาและมจร. สนับสนุน</p> <p>๓) (O)ตลาดต้องการหน่วยงานรัฐ เอกชน องค์กรภาคประชาชน สนับสนุนการใช้องค์ความรู้สมุนไพร</p> <p>๔) (O)สถาบันการศึกษาต้องการแหล่งเรียนรู้รองรับการเรียนรู้สภาพจริง</p> | <p>กลยุทธ์ SO</p> <p>๑) พัฒนาสถานที่สวนสมุนไพรให้เป็นแหล่งเรียนรู้สมุนไพรในพระไตรปิฎกรองรับกิจกรรมดูแลสุขภาวะพระสงฆ์กับประชาชน</p> <p>๒) จัดทำองค์ความรู้ประจำศูนย์ที่เป็นเอกลักษณ์ส่งเสริมการเรียนรู้หลากหลายรูปแบบ</p> <p>๓) สร้างเครือข่ายสนับสนุนกิจกรรม ร่วมพัฒนา และขยายฐานเรียนรู้ให้เกิดการส่งเสริมดูแลสุขภาวะพระสงฆ์กับประชาชน</p>                                        | <p>กลยุทธ์ WO</p> <p>๑) ปรับพื้นที่ให้มีความพร้อมรองรับกิจกรรมเรียนรู้และอนุรักษ์ป่าสมุนไพร</p> <p>๒) สำรวจจัดทำฐานข้อมูลอธิบายคุณและโทษ การทำไปใช้ ให้เกิดการปรับใช้ตามความต้องการของผู้เรียน</p> |
| <p>ภัยคุกคาม (Threats – T)</p> <p>๑) (T)หน่วยงานรัฐไม่มีการจัดทำฐานข้อมูลวัดสมุนไพร</p> <p>๒) (T)สื่อออนไลน์ไม่ช่วยให้สืบค้นเข้าเรียนรู้วัดสมุนไพรจังหวัดนครราชสีมา</p>                                                                                                                                                              | <p>กลยุทธ์ ST</p> <p>๑) จัดทำฐานข้อมูลวัดสมุนไพรร่วมมือกับหน่วยงานรัฐจังหวัดนครราชสีมา</p> <p>๒. จัดทำฐานข้อมูลสมุนไพรในพระไตรปิฎกเผยแพร่ในสื่อออนไลน์</p>                                                                                                                                                                                                                         | <p>กลยุทธ์ WT</p> <p>๑. จัดกิจกรรมนำขยะออกและลดขยะเข้าวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี</p> <p>๒) ลดจำนวนป้าย ติดเฉพาะจุดส่งเสริมการเรียนรู้</p>                                                         |

### ผลวิเคราะห์ SWOT

ผลวิเคราะห์ SWOT (จุดแข็ง จุดอ่อน ภัยคุกคาม โอกาส) วัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี นำมาจัดทำ SWOT Matrix สำหรับจัดทำโครงการ การพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาวะเชิงพุทธ ภายในวัดไตรมิตรวิทยาราม เขาแม่ชี อำเภอปากช่อง จ.นครราชสีมา และเส้นทางเชื่อมโยงเครือข่ายในการกิจกรรมปลูกสมุนไพร กิจกรรมอนุรักษ์ป่า

ชุมชน อนุรักษ์สมุนไพรท้องถิ่น กิจกรรมการให้บริการสมุนไพรเป็นแผนงานโครงการความร่วมมือของวัด ชุมชนหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ได้โครงการการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ และมีกิจกรรมสำคัญ ดังต่อไปนี้

๑. กิจกรรมจัดทำองค์ความรู้สมุนไพรของวัดที่เป็นเอกลักษณ์และชุมชนในการดูแลสุขภาพของวัดและชุมชนในจังหวัดนครราชสีมา ใช้พื้นที่วัดไตรมิตรวิทยาราม เขามะเขี เป็นฐานจัดทำองค์ความรู้สมุนไพรในพระไตรปิฎก

๒. สร้างเครือข่ายและดำเนินกิจกรรมร่วมพัฒนาพื้นที่ พัฒนากิจกรรมปลูกสมุนไพรและผลิตภัณฑ์สมุนไพรในการดูแลสุขภาพของวัดและชุมชนในจังหวัดนครราชสีมา

๓. กิจกรรมปรับปรุงพื้นที่และจัดตั้งศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ควบคู่กับการรักษาป่าชุมชนประยุกต์ใช้ร่วมกับวิปัสสนาสถาสร้างสุขภาวะพระสงฆ์ประชาชนเชิงวิถีพุทธ และขยายผลผ่านกิจกรรมสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรในจังหวัดนครราชสีมา

จากการการประชุมชี้แจงรายละเอียดโครงการวิจัยพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา การศึกษาสภาพแวดล้อม การสัมภาษณ์ การสำรวจสุขภาพพระสงฆ์ และการวิเคราะห์ SWOT ร่วมกันมีการกำหนดแผนการดำเนินกิจกรรมร่วมกัน ดังนี้

#### ๔.๒.๑ การกำหนดแผนปฏิบัติการ

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต บุรีมาตร และทีมงานจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา ได้เข้าพบพระศรีวิราภรณ์ ผู้อำนวยการศูนย์ฯ พระปริยัติธรรม กำหนดแผนปฏิบัติการเบื้องต้นพัฒนาสมุนไพรให้เป็นแหล่งเรียนรู้ของพระสงฆ์และชุมชน กำหนดออกเป็น ๓ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ ปรับพื้นที่ให้เหมาะสมต่อการพัฒนาโดยนำขยะพลาสติกออกจากพื้นที่ พัฒนาพื้นที่ทำความสะอาดและกำหนดพื้นที่สำหรับจัดทำเป็นศูนย์เรียนรู้ด้านสมุนไพรพร้อมกับปรับพื้นที่ให้สะอาด ระยะที่ ๒ จัดทำแผนสร้างความร่วมมือระหว่างคณะสงฆ์ในพื้นที่ มจร วิทยาเขตนครราชสีมาและประชาชน ระยะที่ ๓ พัฒนาผลิตภัณฑ์และสมุนไพรในพื้นที่ให้เป็นแหล่งเรียนรู้ ในวันที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขามะเขี) อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

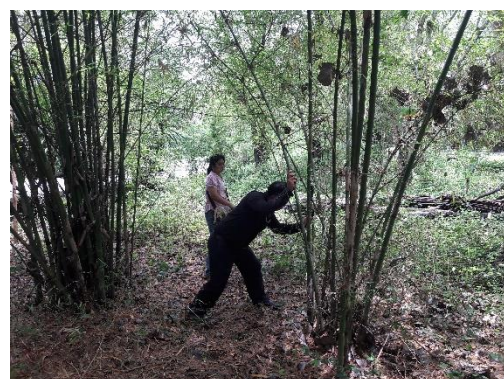


ระยะที่ ๑ ปรับพื้นที่ให้เหมาะสม

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาต และทีมงานจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตนครราชสีมา ได้เข้าสำรวจพื้นที่โดยรอบ และจัดเตรียมแปลงปลูกสมุนไพร โดยแบ่งแปลงปลูกออกเป็น ๓ ส่วน ได้แก่ ๑. สมุนไพรพื้นบ้าน สำหรับใช้เป็นอาหาร ใช้สำหรับอบสมุนไพร ๒. สมุนไพรที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ๓. สมุนไพรที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ แต่ภายหลังเกิดปัญหาขาดแคลนน้ำจึงมีการปรับแผนโดยกำหนดจัดทำต้นกล้าไว้ที่ มจร.วิทยาเขตนครราชสีมา และสำรวจสมุนไพรที่มีอยู่ตามธรรมชาติเตรียมการส่งเสริมการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาให้เป็นแหล่งเรียนรู้ด้านสมุนไพรท้องถิ่น ในวันที่ ๒๘ มีนาคม ถึง ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๑ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

#### ตารางที่ ๔.๑ ตารางกิจกรรมการลงพื้นที่พัฒนาวัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี)

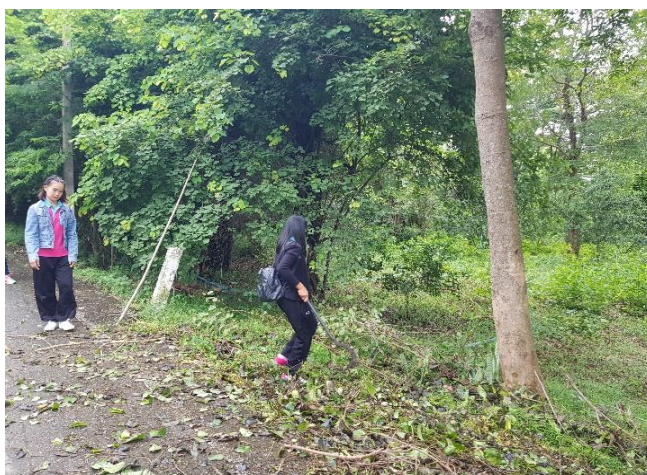
| ลำดับที่ | วันที่          | กิจกรรม              |
|----------|-----------------|----------------------|
| ๑        | ๑๑ สิงหาคม ๒๕๖๑ | เข้าร่วมพัฒนาพื้นที่ |
| ๒        | ๑๘ สิงหาคม ๒๕๖๑ | เข้าร่วมพัฒนาพื้นที่ |
| ๓        | ๑๕ สิงหาคม ๒๕๖๑ | เข้าร่วมพัฒนาพื้นที่ |
| ๔        | ๑ กันยายน ๒๕๖๑  | เข้าร่วมพัฒนาพื้นที่ |
| ๕        | ๑๕ กันยายน ๒๕๖๑ | เข้าร่วมพัฒนาพื้นที่ |





## ระยะที่ ๒ จัดทำแผนสร้างความร่วมมือระหว่างคณะสงฆ์ในพื้นที่ มจร วิทยาเขตนครราชสีมาและประชาชน

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต บุรีมาตร ทีมงาน ร่วมกับ พระเมธีสุตาภรณ์, ผศ.ดร. เจ้าคณะอำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา พระศรีรัตนกร ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยาราม และวิจัยจากโครงการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา (สรพ.) ร่วมจัดทำแผนพัฒนาระยะที่ ๒ และที่ ๓ ในวันที่ ๕ กันยายน ๒๕๖๑ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา นิสิตจิตอาสาเข้าร่วมพัฒนาพื้นที่ ในวันที่ ๑๐-๑๑ กันยายน ๒๕๖๑ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา



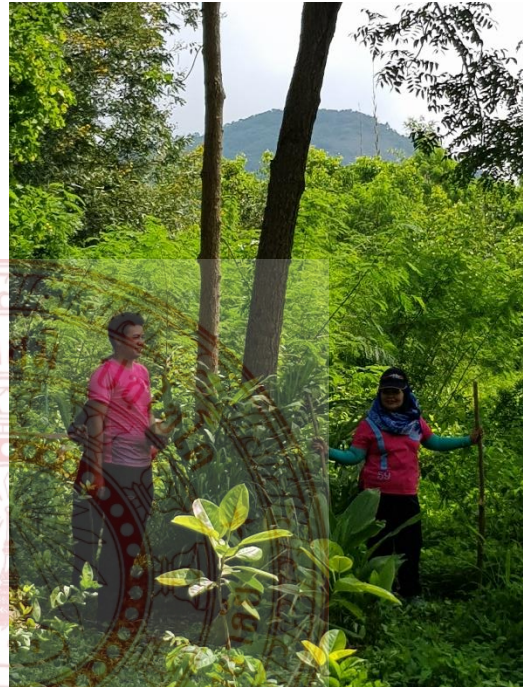
### ระยะที่ ๓ พัฒนาผลิตภัณฑ์และสมุนไพรในพื้นที่ให้เป็นแหล่งเรียนรู้

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาทร ทีมงานสำรวจต้นไม้อสมุนไพร นิสิตจิตอาสาเข้าร่วมพัฒนาปลูกสมุนไพรตะไคร้หอมไผ่ และจัดทำป้ายสวนสมุนไพร ในวันที่ ระหว่างวันที่ ๑๓- ๑๕ กันยายน ๒๕๖๑ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา



นอกจากนี้

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาทร ทีมงาน และนิสิตจิตอาสาเข้าร่วมติด QR Code ในวันที่ ๑๘ กันยายน ๒๕๖๑ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา



**ตามแผนปฏิบัติการดังกล่าวส่งผลให้เกิดกิจกรรมการจัดตั้งศูนย์เรียนรู้สมุนไพร  
ต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม**

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาตร และทีมงาน ได้ดำเนินการสำรวจพื้นที่ร่วมกับ พระศรีรัตนกร ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม ผู้ช่วยเจ้าอาวาส วัดไตรมิตรวิทยาราม โดยรวบรวมกิจกรรมและความต้องการของคณะสงฆ์ในพื้นที่กำหนดขอบเขตพื้นที่และทรัพยากรที่มีลักษณะเด่นซึ่งคณะสงฆ์ได้ดำเนินการไว้แล้วได้แก่ การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติของวัด โดยปล่อยให้พื้นที่เกิดการพัฒนารตามสภาพแวดล้อม กำหนดขอบเขตพื้นที่และกิจกรรมป้องกันการรุกรานจากบุคคลภายนอก จัดทำสวนสมุนไพรในครัวเรือน การปลูกพืชตามฤดูกาล และการทำสวนสมุนไพรควบคู่กับการอนุรักษ์สมุนไพรสำหรับอบสมุนไพรของพระภิกษุและประชาชนที่เข้ามาปฏิบัติธรรม อนึ่งการดำเนินกิจกรรมของวัดจะเน้นการปลูกป่าเฉลิมพระเกียรติและการเรียน พระปริยัติธรรม ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวสามารถพัฒนาให้เป็นแหล่งเรียนรู้เกี่ยวกับทรัพยากรธรรมชาติ ป่า สมุนไพร องค์ความรู้ทางพระปริยัติธรรมนำมาซึ่งแนวความคิดจัดตั้งศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ โดยเฉพาะสมุนไพรในพระไตรปิฎก การประยุกต์ใช้กับห้องอบสมุนไพรนำไปสู่การจัดทำฐานข้อมูล คู่มือสมุนไพรในพระไตรปิฎก และจัดทำ QR Code สมุนไพรในพระไตรปิฎก รองรับการเรียนรู้ของพระภิกษุ สามเณร และประชาชน เมื่อพัฒนาได้เพียงพอแล้ววัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี) จะเป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ พร้อมทั้งมีกิจกรรมระหว่างคณะสงฆ์ในจังหวัดนครราชสีมา สถาบันการศึกษา ประชาชนเข้าร่วมกิจกรรมและประยุกต์ใช้ให้เกิดเป็นนวัตกรรมทางสังคม ที่ผู้มีส่วนได้เสียได้ตระหนักถึงคุณค่า มูลค่า การเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาอย่างเป็นพลวัตต่อไป



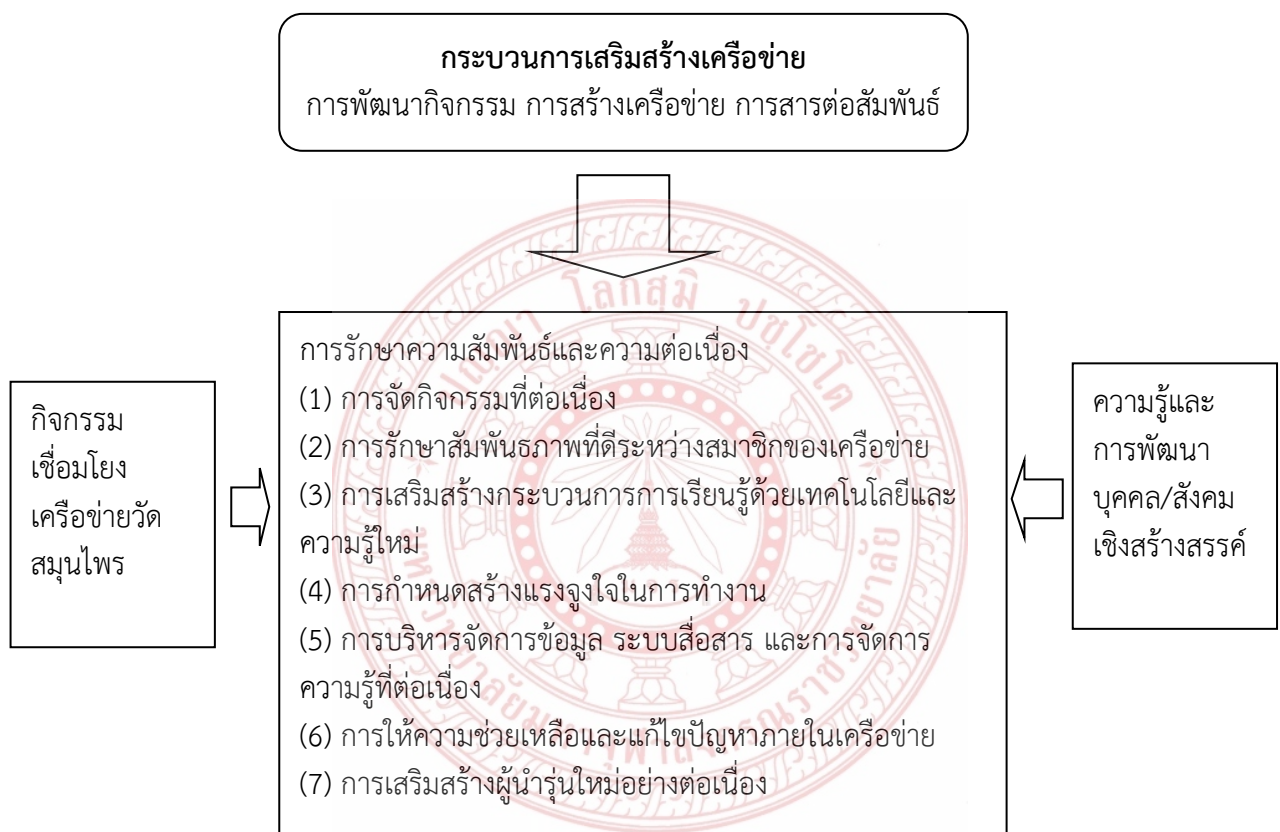


**สรุปได้ว่า** การพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา กำหนดแผนปฏิบัติการเบื้องต้นพัฒนาสวนสมุนไพรให้เป็นแหล่งเรียนรู้ของพระสงฆ์และชุมชน กำหนดออกเป็น ๓ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ ปรับพื้นที่ให้เหมาะสมต่อการพัฒนาโดยนำขยะพลาสติกออกจากพื้นที่ พัฒนาพื้นที่ทำความสะอาดและกำหนดพื้นที่สำหรับจัดทำเป็นศูนย์เรียนรู้ด้านสมุนไพร พร้อมกับปรับพื้นที่ให้สะอาด ระยะที่ ๒ จัดทำแผนสร้างความร่วมมือระหว่างคณะสงฆ์ในพื้นที่ มจร วิทยาเขตนครราชสีมาและประชาชน ระยะที่ ๓ พัฒนาผลิตภัณฑ์และสมุนไพรในพื้นที่ให้เป็นแหล่งเรียนรู้ ซึ่งตามแผนปฏิบัติการดังกล่าวส่งผลให้เกิดศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม

#### **๔.๓ สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา**

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต บุรีมาตร และทีมงาน ได้ดำเนินการสำรวจพื้นที่ร่วมกับ พระศรีรัตนากร ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม ผู้ช่วยเจ้าอาวาส วัดไตรมิตรวิทยาราม สัมภาษณ์ถึงสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา พบว่า เครือข่ายการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายในวัดไตรมิตรวิทยาราม ที่เป็นกรณีศึกษาดังกล่าวนั้น เกิดจากการดำเนินกิจกรรม และการขยายเครือข่ายการเรียนรู้ทางสังคมที่มาจากการเรียนรู้ภายในที่มีความมุ่งมั่นในการที่จะพัฒนาบุคคล กิจกรรมเชิงโยงสมุนไพร การอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม รวมทั้งการปฏิบัติธรรมและการเผยแผ่พระพุทธศาสนา โดยเครือข่ายแต่ละเครือข่ายมีการเรียนรู้และมีจุดมุ่งหมายในการดำเนินการที่ไม่แตกต่างกันมากนัก คือ เพื่อพัฒนาบุคคลและสร้างสังคมให้มีสุขภาพดี ห่างไกลโรค มีการทำงานที่เป็นระบบและอย่างต่อเนื่อง ดังนั้น เครือข่ายวัดสมุนไพรจึงสามารถเอื้อประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของชุมชนและผู้ที่มีความสนใจได้ โดยมีกระบวนการพัฒนาเครือข่ายที่สำคัญ คือ การพัฒนาเครือข่ายการทำงานภายใต้แนวคิดอุดมการณ์ของตนเองให้ชัดเจน เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของฝ่ายต่างๆ การพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารที่เชื่อมโยงถึงกัน การพัฒนากิจกรรมร่วมกัน การเชื่อมโยงกับเครือข่าย อื่นๆ เช่น เครือข่ายวัดสมุนไพร และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง การประชาชนเข้ามาใช้พื้นที่ในการถ่ายทอดองค์ความรู้ การจัดตั้งเป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมตามความเหมาะสม และการพัฒนาระบบศูนย์ข้อมูลหรือ เครือข่ายการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมเชิงพุทธ รวมทั้งการประสานเพื่อให้เกิดความยั่งยืนของบุคคลและสังคม กระบวนการเสริมสร้างเครือข่ายเรียนรู้ดังกล่าว เป็นไปตามหลักการของการเรียนรู้ และการจัดการความรู้ที่ว่า กระบวนการเรียนรู้ เป็นแบบแผนหรือขบวนการความคิดของบุคคลที่ค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงไปสู่ผลอีกอย่างหนึ่ง หรือเป็นการเปลี่ยนแปลงกระบวนการความคิดของบุคคล การ เปลี่ยนแปลงความคิด หรือพฤติกรรมของบุคคล ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ ๒ อย่าง คือ องค์ประกอบ ภายในตัวบุคคล ได้แก่ แรงขับ ความพร้อม และองค์ประกอบภายนอกที่เป็นสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่มากระทบ ในการพัฒนาบุคคลและสังคมกระบวนการเรียนรู้เป็นหัวใจที่สำคัญที่จะช่วยเสริมสร้างให้ คนและสมาชิกของสังคมสามารถตัดสินใจและกำหนดตนเองนำไปสู่ความเข้มแข็งของสังคม จะเห็น ว่ากระบวนการทำงานโดยมุ่งที่จะลดปัญหา (ทุกข์) สร้างความสุข ด้วยการวิเคราะห์สถานการณ์เพื่อ รู้จักตนเอง ชุมชน และสังคม การกำหนดแผนงาน กิจกรรม การลงมือปฏิบัติงานและการ ประเมินผลการท างานล้วนแต่เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่จะนำไปสู่การปรับตัวและ

การสร้างระบบที่มีคุณค่าและวัฒนธรรมของบุคคลและชุมชนท้องถิ่นขึ้นมาใหม่ ดังนั้น การเรียนรู้และการมีส่วนร่วมจึงมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน เพราะการเรียนรู้มิใช่เป็นการเรียนรู้เพื่อรู้ แต่ต้องเป็นการเรียนรู้เพื่อสามารถปฏิบัติให้เกิดประโยชน์ได้ และปฏิบัติได้อย่างชำนาญ ตลอดจนถึงเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นโดยมีส่วนร่วมในกิจกรรมสาธารณะและกิจกรรมอื่นๆ ที่ ดังนั้น จึงสามารถสรุปเป็นแผนภาพของการวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบและเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ได้ดังนี้



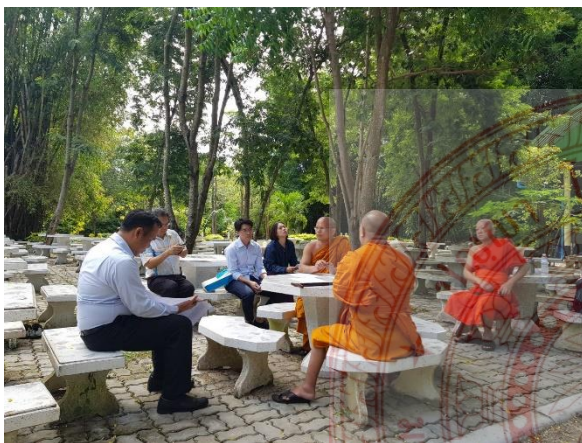
**แผนภาพที่ ๔.๑ กระบวนการสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบ**

นอกจากนี้ทีมวิจัยยังเข้าไม่มีส่วนร่วมในการสร้างเครือข่าย ในพื้นที่ และเครือข่ายนอกพื้นที่ นำไปสู่แนวทางการจัดกิจกรรมในอนาคตส่งเสริมการรักษาป่าชุมชน ป่าสมุนไพรธรรมชาติ จัดให้เป็นพื้นที่อนุรักษ์สมุนไพรโดยธรรมชาติไม่มีการปรับแต่งพื้นที่ จัดกิจกรรมสนับสนุนสวนสมุนไพรที่บ้านสวนสมุนไพรธรรมชาติ และห้องอบสมุนไพร รองรับกิจกรรมการสร้างสุขภาวะของพระสงฆ์วิฑูทธวิธีการอบสมุนไพรควบคู่กับการเจริญวิปัสสนาไปพร้อมกัน และเผยแพร่สู่สาธารณชนผ่านป้ายประชาสัมพันธ์ พร้อมกับการเพิ่มเติมข้อมูลในสื่อออนไลน์ สามารถเชื่อมโยงกิจกรรมสำคัญของวัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) นอกจากนี้ศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธยังเป็นฐานในการสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพร กับหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชนให้เกิดการส่งเสริมแลกเปลี่ยนเรียนรู้พัฒนาผลิตภัณฑ์รองรับกิจกรรมที่เป็นเอกลักษณ์สมุนไพรในพระไตรปิฎกให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพพระสงฆ์และประชาชนในอนาคตตามรายละเอียดดังนี้

#### ๔.๓.๑ การสร้างเครือข่ายในพื้นที่

##### ๔.๓.๑.๑ เชื่อมโยงเครือข่ายระหว่างวัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) และเจ้าคณะอำเภอปากช่อง

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาตร และทีมงาน ได้อารธนา พระเมธีสุตาภรณ์, ผศ.ดร.เจ้าคณะอำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา เป็นแกนนำคณะสงฆ์อำเภอปากช่อง นำคณะสงฆ์และพระนิสิตเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเครือข่ายและเชื่อมโยงคณะสงฆ์จังหวัด เชิญชวนคณะสงฆ์เข้าร่วมเครือข่าย ในวันที่ ๕ กันยายน ๒๕๖๑



##### ๔.๓.๑.๒ เชื่อมโยงเครือข่ายระหว่างวัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) และองค์การบริหารส่วนตำบลชนงพระ

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาตร และทีมงาน ได้ดำเนินการสำรวจพื้นที่ร่วมกับ พระศรีรัตนกร ผู้อำนวยการ ณ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม ผู้ช่วยเจ้าอาวาส วัดไตรมิตร วิทยาราม และ นายเกียรตินิยม ขวัญใจพุทธิศา นายกองค์การบริหารส่วนตำบลชนงพระ เพื่อลงพื้นที่สร้างความเข้าใจระหว่างวัดและหน่วยงานภาครัฐในพื้นที่ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม ในวันที่ ๔ ตุลาคม ๒๕๖๑ ผลการสร้างเครือข่ายนายกองค์การบริหารส่วนตำบลชนงพระนำทีมงานร่วมพัฒนาวัดไตรมิตรวิทยาราม โดยรวมจัดการขยะในพื้นที่ ร่วมปรับพื้นที่และปลูกสมุนไพร



## ๔.๓.๒ การสร้างเครือข่ายนอกพื้นที่

### ๔.๓.๒.๑ เชื่อมโยงเครือข่าย ณ วัดด่านเกวียน อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาตร และทีมงานภายใต้ความเชื่อมโยงกับ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) สมุนไพรในพระไตรปิฎก ได้ดำเนินการลงพื้นที่สร้างเครือข่าย ณ วัดด่านเกวียน อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา ในวันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๑ ผลการลงพื้นที่พบว่าการสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรกับวัดด่านเกวียนเชื่อมโยงกับการดำเนินกิจกรรมร่วมกันภายใต้โครงการหมู่บ้านรักษาศีล ๕ และส่งเสริมให้พระนิสิตได้นำองค์ความรู้ความต้องการของท้องถิ่นมาผสมกับการเรียนรู้นอกสถานที่นำไปสู่การสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรและการทำกิจกรรมร่วมกันอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งวัดด่านเกวียนมีการดำเนินกิจกรรมปลูกสมุนไพรภายในบริเวณวัดเพื่อรักษาทรัพยากรด้านพันธุ์ไม้สมุนไพรไว้ นอกจากนี้ยังมีการขยายพื้นที่เพื่อจัดทำชาสมุนไพรเพิ่มมากขึ้นร่วมกับชุมชนกิจกรรมสร้างความร่วมมือเครือข่ายวัดสมุนไพร พัฒนาวัดให้เป็นวัดต้นแบบด้านสมุนไพรจัดกิจกรรมอนุรักษ์สมุนไพรท้องถิ่น สมุนไพรสำหรับใช้เป็นโภชนาบำบัด ดูแลรักษาพระอาพาธในวัดโดยจัดให้ประชาชนและแม่ครัวประจำวัดจัดทำเมนูสุขภาพ พื้นฟูสุขภาพพระอาพาธในวัด ได้แก่เมนูดูแลพระป่วยเบาหวาน เมนูส่งเสริมสุขภาพในงานบุญ เป็นต้น รวมถึงกิจกรรมการขยายผลขอสนับสนุนแหล่งทุนจากกองทุนส่งเสริมสุขภาพตำบล มาส่งเสริมกิจกรรมการดูแลสุขภาพพระสงฆ์และชุมชน จึงเกิดการร่วมมือเชิงเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบ



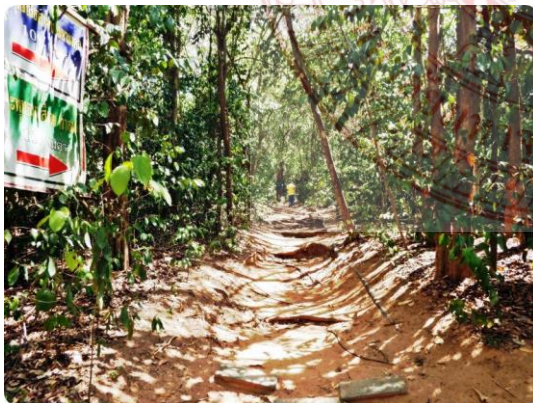
#### ๔.๓.๒.๒ เชื่อมโยงเครือข่าย ณ วัดโนนสมบูรณ์ อำเภอเสิงสาง จังหวัดนครราชสีมา

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต บุรีมาตร และทีมงาน ภายใต้ความเชื่อมโยงกับ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) ได้ดำเนินการลงพื้นที่สร้างเครือข่าย ณ วัดโนนสมบูรณ์ อำเภอเสิงสาง จังหวัดนครราชสีมา ในวันที่ ๑๒ ตุลาคม ๒๕๖๑ ผลการลงพื้นที่พบว่า กิจกรรมการสร้างเครือข่าย วัดสมุนไพรกับวัดโนนสมบูรณ์อำเภอเสิงสางซึ่งเป็นวัดฝ่ายธรรมยุตโดยส่งเสริมให้วัดจัดกิจกรรมดูแลรักษาป่าที่มีอยู่ภายในวัดรวมทั้งประสานกับเทศบาลโนนสมบูรณ์ให้เข้ามาสนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมของพระสงฆ์ให้ใช้วัดเป็นสถานที่ส่งเสริมสุขภาพภาคประชาชนและพระสงฆ์ภายใต้ร่มเงาต้นไม้ที่ให้ความสงบและอากาศที่สดชื่น ผลการดำเนินกิจกรรมเทศบาลโนนสมบูรณ์สนับสนุนงบประมาณ ๓๐,๐๐๐ บาทให้ประชาชนและพระสงฆ์ได้จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและพระสงฆ์ตระหนักถึงการปลูกต้นไม้การเพิ่มพื้นที่ป่าภายในวัด และส่งเสริมให้เป็นแหล่งเรียนรู้สมุนไพรให้กับสถานศึกษาและประชาชนในชุมชนเช่นเดียวกับวัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี)



#### ๔.๓.๒.๓ เชื่อมโยงเครือข่าย ณ วัดเขาจันทร์งาม อำเภอสีคิ้ว จังหวัดนครราชสีมา

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาตร และทีมงาน ภายใต้ความเชื่อมโยงกับ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) ได้ดำเนินการลงพื้นที่สร้างเครือข่าย ณ วัดเขาจันทร์งาม อำเภอ สีคิ้ว นครราชสีมา ในวันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑ เป็นการสร้างเครือข่ายวัดโดยนำนิสิต มจร. ภาคเสาร์-อาทิตย์ ที่มีความหลากหลายสาขาอาชีพได้เข้าไปเรียนรู้และสัมผัสกิจกรรมการรักษาป่าของวัดเขาจันทร์งามเพื่อปลูกจิตสำนึกให้นิสิตได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของวัดป่า และได้สัมผัสกับธรรมชาติที่ร่มรื่นรวมทั้งเกิดแรงคิดในการทำกิจกรรมร่วมกับวัดรณรงค์ให้เกิดการปลูกป่าสมุนไพรรภายในวัดผลจากการทำกิจกรรมนิสิตได้ตระหนักและมีส่วนร่วม ในกิจกรรมปลูกป่าภายในวัดรวมถึงขยายผลไปยังชุมชนต่างๆ และหน่วยงานของตนเอง



#### ๔.๓.๒.๔ เชื่อมโยงเครือข่าย ณ วัดสะแก อำเภอมือง จังหวัดนครราชสีมา

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาต และทีมงาน ภายใต้ความเชื่อมโยงกับ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) ในกิจกรรมปลูกป่าภายในวัดรวมถึงขยายผลไปยังชุมชนต่างๆ และหน่วยงานของตนเอง ได้ดำเนินการลงพื้นที่สร้างเครือข่าย ณ วัดสะแก อำเภอมือง จังหวัดนครราชสีมา ในวันที่ ๒๒ ตุลาคม ๒๕๖๑ เป็นการสร้างเครือข่ายร่วมกับพระครูศรีปริยัติยาลักษณ์ที่ปลูกพืชสมุนไพรแปลงเล็ก แหล่งเรียนรู้ด้านสมุนไพรในครัวเรือนสำหรับเด็กปฐมวัยในอำเภอมือง จังหวัดนครราชสีมา



#### ๔.๓.๒.๕ เชื่อมโยงเครือข่าย ณ วิสาหกิจชุมชนเดชอุดมพัฒนา สมพรสมุนไพร

อ.เมืองนครราชสีมา จ.นครราชสีมา

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาต และทีมงาน ภายใต้ความเชื่อมโยงกับ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) ได้ดำเนินการลงพื้นที่สร้างเครือข่าย ณ วิสาหกิจชุมชนเดชอุดมพัฒนา สมพรสมุนไพร ร่วมกับนางสมพร อร่ามชัย ในวันที่ ๒๗ ตุลาคม ๒๕๖๑ ซึ่งวิสาหกิจชุมชนเดชอุดมพัฒนา สมพรสมุนไพร มีการจัดตั้งศูนย์เรียนรู้เพิ่มเติมด้านสมุนไพรผู้ถ่ายทอดความรู้เรื่องสมุนไพรไทยให้กับให้กับนักเรียน นักศึกษา เยาวชนรุ่นลูกหลาน เพื่อให้เด็กรุ่นใหม่ได้สืบทอดมรดกด้านสมุนไพรไทย อีกทั้งยังเป็นครูภูมิปัญญาที่พัฒนาต่อยอดความรู้เรื่องสมุนไพรตลอดเวลา ใช้แหล่งผลิตเป็นสถานที่ถ่ายทอดความรู้และศึกษาดูงานให้กับชุมชนและบุคคลที่สนใจเรื่องสมุนไพร และเป็นวิทยากรถ่ายทอดความรู้ทั้งในชุมชนและนอกชุมชนรวมถึงต่างอำเภอดังกล่าว



#### ๔.๓.๒.๖ เชื่อมโยงเครือข่าย ร่วมกับโรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมา ราชนครินทร์

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาตร และทีมงาน ภายใต้ความเชื่อมโยงกับ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) ได้ดำเนินการเชื่อมโยงเครือข่ายโรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชนครินทร์ เป็นการสร้างเครือข่ายร่วมกับ นางจิรฐิติกา ดวงสา หัวหน้าฝ่ายโภชนาการ โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชนครินทร์ ในวันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ การดำเนินกิจกรรมในเชิงเครือข่าย ด้านสมุนไพรระหว่างโรงพยาบาลจิตเวช และคณะสงฆ์โดยการส่งเสริมประชาสัมพันธ์ให้ชุมชนได้ตระหนัก เห็นคุณค่าของการอนุรักษ์สมุนไพรในท้องถิ่นรวมถึงการส่งเสริมให้นำมาใช้เป็นส่วนผสมของอาหารหลักในการปรุงอาหารเป็นโภชนาบำบัด ถวายแด่พระสงฆ์ ส่งเสริมให้ประชาชนบริโภคผักสมุนไพรเพิ่มมากขึ้นผ่านการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในการสร้างสุขภาพดีแก่ประชาชน



#### ๔.๓.๒.๗ เชื่อมโยงเครือข่าย ร่วมกับสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๙

คณะผู้วิจัยนำโดย ดร.พิชิต ปุริมาตร และทีมงาน ภายใต้ความเชื่อมโยงกับ วัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) ได้ดำเนินการเชื่อมโยงเครือข่ายกับสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๖ เป็นการสร้างเครือข่ายร่วมกับ แพทย์หญิงสุลัพร จิระพงษา ในวันที่ ๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ ดำเนินงานร่วมกับสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๙ นครราชสีมา ร่วมกับคณะกรรมการพัฒนาระบบบริการสาขาโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงเขตสุขภาพที่ ๙ เห็นความสำคัญของการส่งเสริมให้คนไทยให้มี “ความรอบรู้ด้านสุขภาพ” ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการสร้างสุขภาพที่ยั่งยืน ได้จัดทำโครงการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพ ๓ อ.๓ ส. ของทีมสหวิชาชีพและแกนนำสุขภาพ เพื่อเป็นแนวร่วมใหม่ในการพัฒนา ส.ที่ ๓ คือการจัดตั้งแวดล้อมที่เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อนำความรู้ไปพัฒนาระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชนให้มีความรู้ มีทักษะ นำไปสู่การตัดสินใจจัดการสุขภาพตนเอง เลือกใช้บริการและผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างเหมาะสม พึ่งพาบบบริการสุขภาพน้อยลง โดยจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้ประกอบการร้านอาหาร ผู้จำหน่ายอาหารบิณฑบาต ประชาชนผู้ถวายอาหารบิณฑบาตได้จัดอาหารสำหรับพระสงฆ์ที่ปลอดภัยจากโรค เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง เป็นต้น ภายใต้การสนับสนุนงบประมาณการจัดกิจกรรมของเทศบาลหนองบัวศาลา อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา



สรุปได้ว่าการสร้างเครือข่ายในพื้นที่และเครือข่ายนอกพื้นที่ มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างเครือข่ายความร่วมมือร่วมกัน ทั้งในพื้นที่และนอกพื้นที่จากการลงพื้นที่ดังกล่าวสามารถสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพร และกิจกรรมที่ก่อให้เกิดจากเครือข่าย ดังนี้

#### ตารางที่ ๔.๒ เครือข่ายวัดสมุนไพร

| ลำดับที่ | เครือข่าย                                                | กิจกรรมที่เกิดจากเครือข่าย                                                                                 | ติดต่อ                                   |
|----------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| ๑        | เจ้าคณะอำเภอปากช่อง                                      | สนับสนุนกิจกรรมเชิงนโยบาย แก่คณะสงฆ์ในเขต อ.ปากช่อง การจัดสวนสมุนไพรภายในวัด                               | พระเมธีสุตาภรณ์, ผศ.ดร. ๐๘๑-๙๖๖๐๕๖๘      |
| ๒        | องค์การบริหารส่วนตำบล ขนงพระ อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา      | รวมจัดการขยะในพื้นที่ ร่วมปรับปรุงพื้นที่และปลูกสมุนไพร                                                    | นายเกียรตินิยม ขวัญใจ พุทธิศา ๐๔๔-๐๐๒๒๐๖ |
| ๓        | วัดด่านเกวียน ต.ด่านเกวียน อ.โชคชัย จ.นครราชสีมา         | วัดต้นแบบด้านสมุนไพรจัดกิจกรรมอนุรักษ์สมุนไพรท้องถิ่น สมุนไพรสำหรับใช้เป็นโภชนบำบัด ดูแลรักษาพระอาพาธในวัด | พระครูโอภาสธรรมนาถ ๐๘๘-๕๘๔๑๒๗๙           |
| ๔        | วัดโนนสมบูรณ์ ต.โนนสมบูรณ์ อ.เสิงสาง จ.นครราชสีมา        | ส่งเสริมให้เป็นแหล่งเรียนรู้สมุนไพรให้กับสถานศึกษาและประชาชนในชุมชน                                        | พระวิเชียร ภูริปญโญ ๐๘๑-๐๖๓๑๓๒๔          |
| ๕        | วัดเขาจันทร์งาม ต.ลาดบัวขาว อ. สีคิ้ว จ.นครราชสีมา ๓๐๓๔๐ | ปลูกป่าภายในวัดรวมถึงขยายผลไปยังชุมชนต่างๆ และหน่วยงานของตนเอง                                             | ๐๙๖-๑๙๖ ๔๒๓๑                             |
| ๖        | วัดสะแก ต.ในเมือง อ.เมือง จ.นครราชสีมา ๓๐๐๐๐             | ปลูกพืชสมุนไพรแปลงเล็ก แหล่งเรียนรู้ด้านสมุนไพรในครัวเรือนสำหรับเด็กปฐมวัยในอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา   | พระครูปริยัติยารักษ์, ดร. ๐๘๕-๒๐๘๒๓๗๑    |

ตารางที่ ๔.๒ (ต่อ)

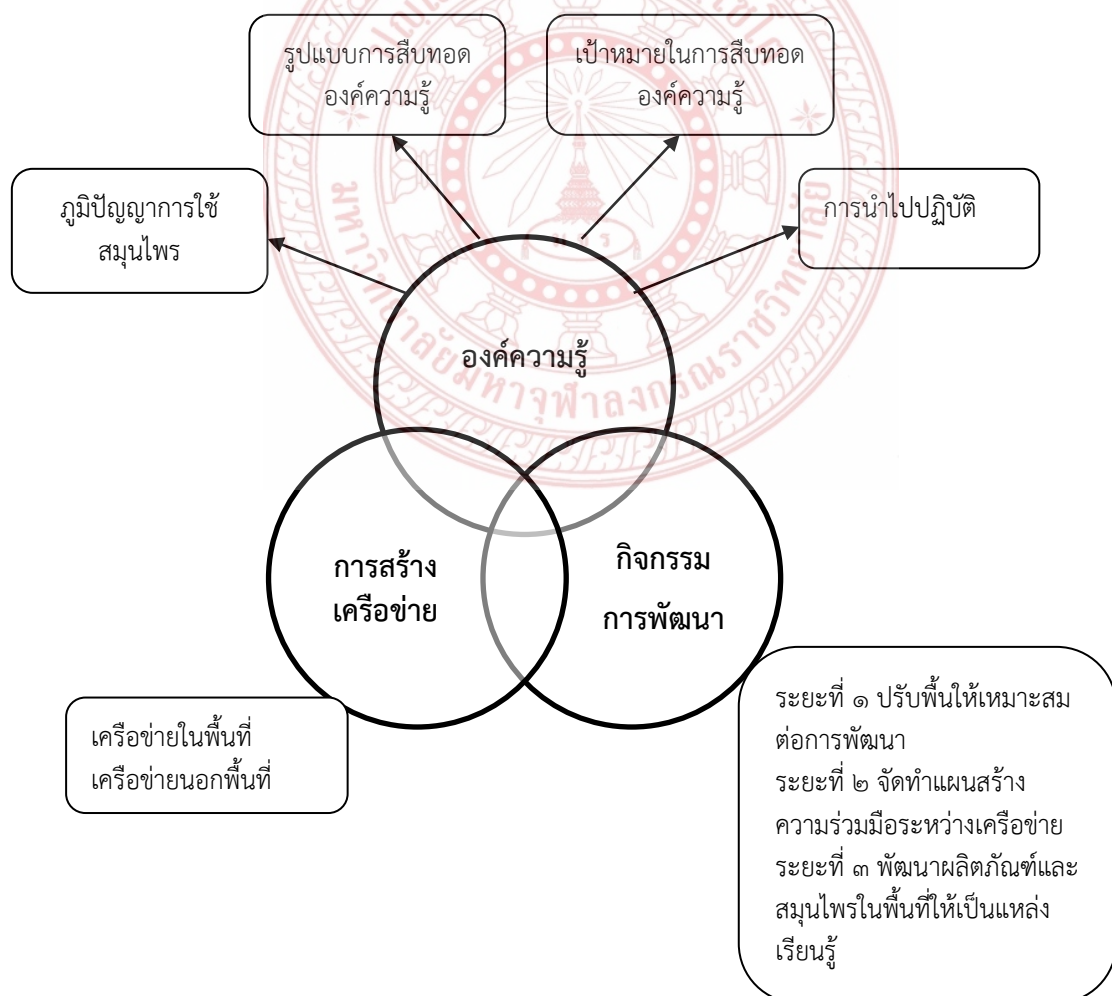
| ลำดับที่ | เครือข่าย                                                                  | กิจกรรมที่เกิดจากเครือข่าย                                                                                                  | ติดต่อ                                |
|----------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| ๗        | วิสาหกิจชุมชนเดชอุดมพัฒนา สมพรสมุนไพร อ.เมืองนครราชสีมา จ.นครราชสีมา ๓๐๐๐๐ | เป็นวิทยากรถ่ายทอดความรู้ทั้งในชุมชนและนอกชุมชน รวมถึงต่างอำเภออีกด้วย                                                      | นางสมพร อร่ามชัย<br>๐๔๔-๒๗๔๒๖๔        |
| ๘        | โรงพยาบาลจิตเวช นครราชสีมาราชนครินทร์ จ.นครราชสีมา                         | อนุรักษ์สมุนไพรในท้องถิ่น รวมถึงการส่งเสริมให้นำมาใช้เป็นส่วนผสมของอาหารหลัก ในการปรุงอาหารเป็นโภชนบำบัด                    | นางจิรัฐติกา ดวงสา<br>๐๔๔-๒๓๓๔๙๙      |
| ๙        | สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ ๙ อ.เมือง จ.นครราชสีมา                         | ส่งเสริมให้ผู้ประกอบการร้านอาหาร ผู้จำหน่ายอาหาร บิณฑบาต ประชาชนผู้ถวายอาหารบิณฑบาตได้จัดอาหารสำหรับพระสงฆ์ที่ปลอดภัยจากโรค | แพทย์หญิงชลีพร จิระพงษา<br>๐๔๔-๒๑๒๙๐๐ |

#### ๔.๔ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการศึกษาวิจัยจากข้อเท็จจริง การสำรวจเอกสารที่เกี่ยวข้อง การสัมภาษณ์เชิงลึก และการสนทนากลุ่มเฉพาะ มีการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ ผู้ทรงคุณวุฒิ นักวิชาการที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ที่ศึกษาวิจัย มีความชัดเจนเหมาะสมสามารถนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อเป็นแนวทาง ในการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุทธร สามารถศึกษาองค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพะเชิงพุทธร พัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพะเชิงพุทธร และสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพะเชิงพุทธรในจังหวัดนครราชสีมาสามารถนำไปปรับประยุกต์ใช้ดังนี้

วัดมีความสำคัญต่อการพัฒนาด้านสาธารณสุขของชุมชนโดยวัดเป็นศูนย์กลางของชุมชน ในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมให้กับประชาชนและชุมชน สำหรับวัดไตรมิตรวิทยารามมีองค์ความรู้ทางด้านสมุนไพรโดยเริ่มจาก การสัมภาษณ์พระศรีรัตนกร ผู้อำนวยการ ศูนย์การศึกษาพระปริยัติธรรม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยาราม พระมหาสมคิด และพระมหาสิริวัฒน์ ขนติวโร เกิดจาก องค์ความรู้จากภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพร การใช้สมุนไพรในวัดไตรมิตรวิทยาราม คือใช้เป็นอาหารและ/หรือผัก กับใช้เป็นยารักษาโรค โดยการอบสมุนไพร รูปแบบการสืบทอดองค์ความรู้ เป็นการสืบทอด/ถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น พระสงฆ์ และการฝึกอบรมจากสถาบันการแพทย์ สำหรับเป้าหมายในการสืบทอดองค์ความรู้สมุนไพร เริ่มต้นจากเป้าหมายในการรักษา

เป้าหมายทางเศรษฐกิจและการสงเคราะห์ และ เป้าหมายในการอนุรักษ์ นอกจากนี้สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือการนำไปปฏิบัติหลังได้รับการถ่ายทอด โดยการใช้ภูมิปัญญาสมุนไพรดูแลสุขภาพตนเอง บุคคลใกล้ชิด และคนอื่น ๆ การถ่ายทอดให้บุคคลใกล้ชิด กล่าวคือ ได้นำความรู้ที่ได้จากการถ่ายทอดมาแนะนำบุคคลใกล้ชิดให้รู้จักยาสมุนไพร และใช้ยาสมุนไพรอย่างถูกวิธี และ การกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของสมุนไพรและการอนุรักษ์สมุนไพร การพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา กำหนดแผนปฏิบัติการเบื้องต้นพัฒนาสวนสมุนไพรให้เป็นแหล่งเรียนรู้ของพระสงฆ์และชุมชน กำหนดออกเป็น ๓ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ ปรับพื้นที่ให้เหมาะสมต่อการพัฒนาโดยนำขยะพลาสติกออกจากพื้นที่ พัฒนาพื้นที่ทำความสะอาดและกำหนดพื้นที่สำหรับจัดทำเป็นศูนย์เรียนรู้ด้านสมุนไพร พร้อมกับปรับพื้นที่ให้สะอาด ระยะที่ ๒ จัดทำแผนสร้างความร่วมมือระหว่างคณะสงฆ์ในพื้นที่ มจร วิทยาเขตนครราชสีมาและประชาชน ระยะที่ ๓ พัฒนาผลิตภัณฑ์และสมุนไพรในพื้นที่ให้เป็นแหล่งเรียนรู้ จนก่อให้เกิดการสร้างเครือข่ายในพื้นที่และเครือข่ายนอกพื้นที่ ก่อให้เกิดความร่วมมือร่วมกัน ทั้งในพื้นที่และนอกพื้นที่จากการลงพื้นที่ดังกล่าวสามารถสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพร และกิจกรรมที่เกิดจากเครือข่าย



แผนภาพที่ ๔.๔ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

## บทที่ ๕

### บทสรุป

การดำเนินงานการสร้างเครือข่ายศูนย์เรียนรู้ สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ โดยคณะผู้วิจัย ได้เริ่มกิจกรรมต่างๆ ในโครงการตั้งแต่เดือนมกราคมถึงเดือนธันวาคม ๒๕๖๑ มีกิจกรรมที่ดำเนินการเริ่มจากการศึกษาองค์ความรู้สวนสมุนไพรของวัดและชุมชนในการดูแลสุขภาพของวัดและชุมชนในจังหวัดนครราชสีมา พัฒนากิจกรรมปลูกสมุนไพรและผลิตภัณฑ์สมุนไพรในการดูแลสุขภาพของวัดและชุมชนในจังหวัดนครราชสีมาและจัดตั้งศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ และการรักษาป่าชุมชนประยุกต์ใช้ร่วมกับวิปัสสนาสร้างสุขภาวะพระสงฆ์ ประชาชนเชิงวิถีพุทธ สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรในจังหวัดนครราชสีมา สรุปผลการดำเนินงานทั้งหมดดังนี้

### ๕.๑ สรุปผลการดำเนินงาน

ในการดำเนินงานของกิจกรรมทั้งหมดที่ผ่านมา เป็นกระบวนการดำเนินงานโดยคณะที่มิวิจัยซึ่งทำหน้าที่เป็นผู้ลงพื้นที่ดำเนินการกิจกรรม ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากโครงการพัฒนาสุขภาพและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา (สรพ.) สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยร่วมกับ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และมีผู้ร่วมกระบวนการซึ่งเป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ๔ กลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่มสถาบันการศึกษา กลุ่มหน่วยงานราชการที่เกี่ยวข้อง กลุ่มองค์กรหรือหน่วยงานภาคเอกชนที่เกี่ยวข้อง ซึ่งได้ผลสรุปดังนี้

#### ๕.๑.๑ ศึกษาองค์ความรู้สวนสมุนไพรของวัดและชุมชนในการดูแลสุขภาพของวัดและชุมชนในจังหวัดนครราชสีมา

องค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา วัดมีความสำคัญต่อการพัฒนาด้านสาธารณสุขของชุมชนโดยวัดเป็นศูนย์กลางของชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมให้กับประชาชนและชุมชน สำหรับวัดไตรมิตรวิทยารามมีองค์ความรู้ทางด้านสมุนไพรโดยเกิดจาก องค์ความรู้จากภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพร การใช้สมุนไพรในวัดไตรมิตรวิทยาราม คือใช้เป็นอาหารและ/หรือผัก กับใช้เป็นยารักษาโรค โดยการอบสมุนไพร รูปแบบการสืบทอดองค์ความรู้ เป็นการสืบทอด/ถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น พระสงฆ์และการฝึกอบรมจากสถาบันการแพทย์ สำหรับเป้าหมายในการสืบทอดองค์ความรู้สมุนไพรเริ่มต้นจากเป้าหมายในการรักษา เป้าหมายทางเศรษฐกิจและการสงเคราะห์ และ เป้าหมายในการ

อนุรักษ์ นอกจากนี้สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือการนำไปปฏิบัติหลังได้รับการถ่ายทอด โดยการ ใช้ภูมิปัญญาสมุนไพรดูแลสุขภาพตนเอง บุคคลใกล้ชิด และคนอื่น ๆ การถ่ายทอดให้บุคคลใกล้ชิด กล่าวคือ ได้นำความรู้ที่ได้จากการถ่ายทอดมาแนะนำบุคคลใกล้ชิดให้รู้จักยาสมุนไพร และใช้ยาสมุนไพรอย่างถูกวิธี และ การกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของสมุนไพรและการอนุรักษ์สมุนไพร

๕.๑.๒ พัฒนากิจกรรมปลูกสมุนไพรและผลิตภัณฑ์สมุนไพรในการดูแลสุขภาพของวัด และชุมชนในจังหวัดนครราชสีมา

การพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิง พุทธในจังหวัดนครราชสีมา กำหนดแผนปฏิบัติการเบื้องต้นพัฒนาสวนสมุนไพรให้เป็นแหล่ง เรียนรู้ของพระสงฆ์และชุมชน กำหนดออกเป็น ๓ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ ปรับพื้นที่ให้เหมาะสมต่อ การพัฒนาโดยนำขยะพลาสติกออกจากพื้นที่ พัฒนาพื้นที่ทำความสะอาดและกำหนดพื้นที่สำหรับ จัดทำเป็นศูนย์เรียนรู้ด้านสมุนไพร พร้อมกับปรับพื้นที่ให้สะอาด ระยะที่ ๒ จัดทำแผนสร้างควม ร่วมมือระหว่างคณะสงฆ์ในพื้นที่ มจร วิทยาเขตนครราชสีมาและประชาชน ระยะที่ ๓ พัฒนา ผลิตภัณฑ์และสมุนไพรในพื้นที่ให้เป็นแหล่งเรียนรู้ ซึ่งตามแผนปฏิบัติการดังกล่าวส่งผลให้เกิดศูนย์ เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม ผลที่ได้รับจากการ ดำเนินกิจกรรมดังกล่าวคือ เกิดแนวทางในการประสานความร่วมมือในการพัฒนาวัดไตรมิตร วิทยาราม (วัดเขาเม้ง) ให้เป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ

#### ๕.๑.๓ สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา

เครือข่ายการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายในวัดไตรมิตรวิทยาราม เกิดจากการดำเนิน กิจกรรม และการขยายเครือข่ายการเรียนรู้ทางสังคมที่มาจากการเรียนรู้ภายในที่มีความมุ่งมั่นใน การที่จะพัฒนามุคคัล กิจกรรมเชิงโยงสมุนไพร การอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม รวมทั้งการปฏิบัติ ธรรมและการเผยแผ่พระพุทธศาสนา โดยเครือข่ายแต่ละเครือข่ายมีการเรียนรู้และมีจุดมุ่งหมายใน การดำเนินการที่ไม่แตกต่างกันมากนัก คือ เพื่อพัฒนามุคคัลและสร้างสังคมให้มีสุขภาพดี ห่างไกล โรค มีการทำงานที่เป็นระบบและอย่างต่อเนื่อง ดังนั้น เครือข่ายวัดสมุนไพรจึงสามารถเอื้อ ประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของชุมชนและผู้ที่มีความสนใจได้ โดยมีกระบวนการพัฒนาเครือข่ายที่ สำคัญ คือ การพัฒนาเครือข่ายการทำงานภายใต้แนวคิดอุดมการณ์ของตนเองให้ชัดเจน เพื่อเป็น ประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของฝ่ายต่างๆ การพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารที่เชื่อมโยงถึงกัน การพัฒนา กิจกรรมร่วมกัน การเชื่อมโยงกับเครือข่าย อื่นๆ เช่น เครือข่ายวัดสมุนไพร และหน่วยงานที่ เกี่ยวข้อง การประชาชนเข้ามาใช้พื้นที่ในการถ่ายทอดองค์ความรู้ การจัดตั้งเป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพร ต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมตามความเหมาะสม และการพัฒนา

ระบบศูนย์ข้อมูลหรือ เครือข่ายการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมเชิงพุทธ รวมทั้งการประสานเพื่อให้เกิดความยั่งยืนของบุคคลและสังคม กระบวนการเสริมสร้างเครือข่ายเรียนรู้ดังกล่าว เป็นไปตามหลักการของการเรียนรู้ และการจัดการความรู้ นอกจากนี้ยังมีการสร้างเครือข่ายในพื้นที่และเครือข่ายนอกพื้นที่ นำคณะสงฆ์และพระนิสิตเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเครือข่ายและเชื่อมโยงคณะสงฆ์จังหวัดเชียงใหม่คณะสงฆ์เข้าร่วมเครือข่าย สร้างความเข้าใจระหว่างวัดและหน่วยงานภาครัฐในพื้นที่ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม โดยการร่วมปรับพื้นที่และปลูกสมุนไพร พระสงฆ์ได้จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและพระสงฆ์ตระหนักถึงการปลูกต้นไม้การเพิ่มพื้นที่ป่าภายในวัด และส่งเสริมให้เป็นแหล่งเรียนรู้สมุนไพรให้กับสถานศึกษาและประชาชนในชุมชน

## ๕.๒ อภิปรายผล

๕.๒.๑ องค์ความรู้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา วัดมีความสำคัญต่อการพัฒนาด้านสาธารณสุขของชุมชนโดยวัดเป็นศูนย์กลางของชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมให้กับประชาชนและชุมชน สำหรับวัดไตรมิตรวิทยารามมีองค์ความรู้ทางด้านสมุนไพรโดยเกิดจาก องค์ความรู้จากภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพร การใช้สมุนไพรในวัดไตรมิตรวิทยาราม คือใช้เป็นอาหารและ/หรือผัก กับใช้เป็นยารักษาโรค โดยการอบสมุนไพร รูปแบบการสืบทอดองค์ความรู้ เป็นการสืบทอด/ถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น พระสงฆ์และการฝึกอบรมจากสถาบันการแพทย์ สำหรับเป้าหมายในการสืบทอดองค์ความรู้สมุนไพรเริ่มต้นจากเป้าหมายในการรักษา เป้าหมายทางเศรษฐกิจและการสงเคราะห์ และ เป้าหมายในการอนุรักษ์ นอกจากนี้สิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือการนำไปปฏิบัติหลังได้รับการถ่ายทอด โดยการใช้ภูมิปัญญาสมุนไพรดูแลสุขภาพตนเอง บุคคลใกล้ชิด และคนอื่น ๆ การถ่ายทอดให้บุคคลใกล้ชิดกล่าวคือ ได้นำความรู้ที่ได้จากการถ่ายทอดมาแนะนำบุคคลใกล้ชิดให้รู้จักยาสมุนไพร และใช้ยาสมุนไพรอย่างถูกวิธี และ การกระตุ้นให้เห็นความสำคัญของสมุนไพรและการอนุรักษ์สมุนไพรสอดคล้องกับ บุญศรี นุเกตุ และคณะ กล่าวว่าสมุนไพรเป็นทรัพยากรธรรมชาติ ที่มีประวัติควบคู่กันมากับชีวิตของมวลมนุษยชาติมาช้านาน ตั้งแต่ครั้งสมัยดึกดำบรรพ์ มนุษย์รู้จักใช้ประโยชน์ของสมุนไพรในการรักษาโรคร้ายไข้เจ็บ ซึ่งความรู้และประสบการณ์ในการรักษาโรคนี้ ได้รับการบอกเล่าสืบทอดจากคนรุ่นหนึ่งไปยังคนอีกรุ่นหนึ่ง จนเกิดเป็นยาสมุนไพรใช้รักษาโรคต่าง ๆ และใน

หลากหลายประเทศ จึงถือได้ว่าสมุนไพรมีความหมายต่อชีวิตมนุษย์ โดยเฉพาะในมิติด้านสุขภาพ อันหมายรวมถึง การส่งเสริมสุขภาพ และการรักษาโรค<sup>๒๑๕</sup>

๕.๒.๒ การพัฒนากิจกรรมเครือข่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา กำหนดแผนปฏิบัติการเบื้องต้นพัฒนาสวนสมุนไพรให้เป็นแหล่งเรียนรู้ของพระสงฆ์และชุมชน กำหนดออกเป็น ๓ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ ปรับพื้นที่ให้เหมาะสมต่อการพัฒนาโดยนำขยะพลาสติกออกจากพื้นที่ พัฒนาพื้นที่ทำความสะอาดและกำหนดพื้นที่สำหรับจัดทำเป็นศูนย์เรียนรู้ด้านสมุนไพร พร้อมกับปรับพื้นที่ให้สะอาด ระยะที่ ๒ จัดทำแผนสร้างความร่วมมือระหว่างคณะสงฆ์ในพื้นที่ มจร วิทยาเขตนครราชสีมาและประชาชน ระยะที่ ๓ พัฒนาผลิตภัณฑ์และสมุนไพรในพื้นที่ให้เป็นแหล่งเรียนรู้ ซึ่งตามแผนปฏิบัติการดังกล่าวส่งผลให้เกิดศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม ผลที่ได้รับจากการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวคือ เกิดแนวทางในการประสานความร่วมมือในการพัฒนาวัดไตรมิตรวิทยาราม (วัดเขาแม่ชี) ให้เป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ สอดคล้องกับ ยุพา วาโย และคณะ ได้วิจัยเรื่อง การศึกษาพืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคของชุมชนบ้านวังไผ่ อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์ ผลการวิจัยพบว่า ชุมชนมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกพืชสมุนไพรทุกชนิด พืชสมุนไพรที่มีสรรพคุณในการรักษาโรคที่ ชาวบ้านยังคงใช้อยู่ใน ปัจจุบันมี ๒๕ ชนิด มีสรรพคุณรักษาอาการ เจ็บป่วยอื่น ๆ มากที่สุด ๑๕ ชนิด ภูมิปัญญาพื้นบ้าน ในด้านการปลูก ขยายพันธุ์ และการบำรุงรักษาพืชสมุนไพร เป็นการปลูกเพื่อใช้ อุปโภคบริโภคในครัวเรือนเท่านั้น ปลูกโดยการขุด ดินพรวนดินเป็นหลุมและเป็นแปลงเล็กๆ ผสมดินด้วยปุ๋ยคอก การขยายพันธุ์ ขึ้นอยู่กับชนิด ของพืช การนำพืชสมุนไพรมาใช้ประโยชน์ ส่วส่วนใหญ่ใช้ทุกส่วนของพืช เผยแพร่ข้อมูลโดย จัดทำหนังสือเพิ่มเติม<sup>๒๑๖</sup>

#### ๕.๑.๓ สร้างเครือข่ายวัดสมุนไพรต้นแบบดูแลสุขภาพเชิงพุทธในจังหวัดนครราชสีมา

เครือข่ายการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายในวัดไตรมิตรวิทยาราม เกิดจากการดำเนินกิจกรรม และการขยายเครือข่ายการเรียนรู้ทางสังคมที่มาจากการเรียนรู้ภายในที่มีความมุ่งมั่นในการที่จะพัฒนาบุคคล กิจกรรมเชิงโยงสมุนไพร การอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม รวมทั้งการปฏิบัติธรรมและ

<sup>๒๑๕</sup> บุญศรี นุเกตุ และคณะ, โรคและสมุนไพร, (กรุงเทพมหานคร : โครงการสวัสดีการวิชาการ สถาบันพระบรมชนก, ๒๕๕๑), หน้า ๗.

<sup>๒๑๖</sup> ยุพา วาโยและคณะ “การศึกษาพืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคของชุมชนบ้านวังไผ่ อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์” การประชุมทางวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ครั้งที่ ๓ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ วันที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๕๒.

การเผยแผ่พระพุทธศาสนา โดยเครือข่ายแต่ละเครือข่ายมีการเรียนรู้และมีจุดมุ่งหมายในการดำเนินการที่ไม่แตกต่างกันมากนัก คือ เพื่อพัฒนาบุคคลและสร้างสังคมให้มีสุขภาพดี ห่างไกลโรค มีการทำงานที่เป็นระบบและอย่างต่อเนื่อง ดังนั้น เครือข่ายวัดสมุนไพรจึงสามารถเอื้อประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของชุมชนและผู้ที่มีความสนใจได้ โดยมีกระบวนการพัฒนาเครือข่ายที่สำคัญ คือ การพัฒนาเครือข่ายการทำงานภายใต้แนวคิดอุดมการณ์ของตนเองให้ชัดเจน เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของฝ่ายต่างๆ การพัฒนาระบบข้อมูลข่าวสารที่เชื่อมโยงถึงกัน การพัฒนากิจกรรมร่วมกัน การเชื่อมโยงกับเครือข่ายอื่นๆ เช่น เครือข่ายวัดสมุนไพร และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง การประชาชนเข้ามาใช้พื้นที่ในการถ่ายทอดองค์ความรู้ การจัดตั้งเป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพรต้นแบบในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมตามความเหมาะสม และการพัฒนาระบบศูนย์ข้อมูลหรือเครือข่ายการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมเชิงพุทธ รวมทั้งการประสานเพื่อให้เกิดความยั่งยืนของบุคคลและสังคม กระบวนการเสริมสร้างเครือข่ายเรียนรู้ดังกล่าว เป็นไปตามหลักการของการเรียนรู้ และการจัดการความรู้ นอกจากนี้ยังมีการสร้างเครือข่ายในพื้นที่และเครือข่ายนอกพื้นที่ นำคณะสงฆ์และพระนิสิตเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเครือข่ายและเชื่อมโยงคณะสงฆ์จังหวัด เชียงชนา คณะสงฆ์เข้าร่วมเครือข่าย สร้างความเข้าใจระหว่างวัดและหน่วยงานภาครัฐในพื้นที่ให้เข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรม โดยการร่วมปรับพื้นที่และปลูกสมุนไพร พระสงฆ์ได้จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และพระสงฆ์ตระหนักถึงการปลูกต้นไม้การเพิ่มพื้นที่ป่าภายในวัด และส่งเสริมให้เป็นแหล่งเรียนรู้สมุนไพรให้กับสถานศึกษาและประชาชนในชุมชน สอดคล้องกับ ธนา ประมุขกุล กล่าวว่า เครือข่าย เป็นการเชื่อมโยงอย่างมีเป้าหมาย การเชื่อมโยงนี้ อาจเป็นการเชื่อมโยงระหว่าง ระบบที่ปฏิบัติการอยู่เข้าด้วยกัน เช่น การเชื่อมโยงคอมพิวเตอร์เข้าเป็นเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เป็นต้น หรืออาจเป็นการเชื่อมโยงระหว่าง บทบาทของบุคคล/องค์กรต่าง ๆ ภายใต้วัตถุประสงค์ร่วมใด ๆ ของภาคีสมาชิก ซึ่งถ้าหากพิจารณาถี่กลงไปอีกหน่อย ในความเป็นบุคคลหรือองค์กร ก็จะพบความแตกต่างของระบบการทำงาน (ของบุคคล) และความแตกต่างของระบบการทำงาน (ขององค์กร) ที่ปรากฏออกมา ตามการปฏิบัติตัว และตามบทบาทภารกิจที่มีลักษณะเฉพาะ ของแต่ละบุคคล/องค์กร การเชื่อมโยงเป็นเครือข่าย จึงเท่ากับการเชื่อมโยงหลาย ๆ ระบบย่อย (ที่ต่างมีลักษณะจำเพาะของระบบ)<sup>๒๓๗</sup> ให้รวมกันขึ้นมาใหม่ เป็นอีกหนึ่งระบบของหน่วยสมาชิกทุกหน่วย ที่เข้ามารวมกัน

---

<sup>๒๓๗</sup> ธนา ประมุขกุล. เครือข่าย, (ขอนแก่น : ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ, ๒๕๕๕), หน้า ๒๒.

## ๕.๓ ข้อเสนอแนะ

### ๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะการดำเนินงานในอนาคต

๑. ควรมีการสนับสนุนให้คณะสงฆ์วัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี) ได้ทำกิจกรรมในการพัฒนาพื้นที่อย่างต่อเนื่อง

๒. องค์การบริหารส่วนท้องถิ่นควรจัดทำแผนกำจัดการขยะร่วมกับคณะสงฆ์วัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี) ได้ทำกิจกรรมในการพัฒนาพื้นที่อย่างต่อเนื่อง

๓. คณะสงฆ์จังหวัดนครราชสีมาควรกำหนดนโยบายส่งเสริมการสร้างเครือข่ายวัดสมุนไพร และจัดกิจกรรมเรียนรู้ถ่ายทอดการอนุรักษ์สมุนไพร ณ วัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี)

๔. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา ควรจัดกิจกรรมการเรียนการสอนบูรณาการกับการสนับสนุนให้คณะสงฆ์วัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี) ได้ทำกิจกรรมในการพัฒนาพื้นที่อย่างต่อเนื่อง

๕. สถาบันการศึกษาควรจัดกิจกรรมการอนุรักษ์และแปรรูปสมุนไพรในรูปแบบของหลักสูตรท้องถิ่นส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อสร้างความมั่นคงทางอาชีพของผู้เรียน

### ๔.๓.๒ โครงการเร่งด่วนที่ควรกระทำในปีต่อไป ดังต่อไปนี้

๑. จัดทำฐานข้อมูลสมุนไพรวัดไตรมิตรวิทยาราม (เขาแม่ชี) เพื่อส่งเสริม/การสนับสนุนให้เครือข่ายได้เข้ามาเรียนรู้และขยายผลสู่การอนุรักษ์และส่งเสริมอาชีพแก่ประชาชน การแปรรูปผลิตภัณฑ์ของผู้ประกอบการในการดูแลสุขภาพเชิงพุทธ

๒. จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้ป่วยโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ภายใต้งิจกรรมการอบสมุนไพรและการเจริญกัมมัฏฐาน

## บรรณานุกรม

- กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. ยุทธศาสตร์ภายใต้แผนแม่บทแห่งชาติว่าด้วยการพัฒนาสมุนไพรไทย พ.ศ. ๒๕๖๐ – ๒๕๖๔. [ออนไลน์]. แหล่งข้อมูล : [www.dtam.moph.go.th/](http://www.dtam.moph.go.th/) ๔ กรกฎาคม ๒๕๕๕.
- กรมการแพทย์กระทรวงสาธารณสุข. สถิติผู้ป่วยเบาหวานและการพัฒนาการบริการแบบบูรณาการ. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงสาธารณสุข. ๒๕๖๑
- กลุ่มงานพัฒนาวิชาการแพทย์แผนไทยและสมุนไพร สถาบันแพทย์แผนไทย กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือประชาชนในการดูแลสุขภาพด้วยการแพทย์แผนไทย. กรุงเทพมหานคร : สำนักกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์. ๒๕๔๗.
- จิระพี บัวผัน. เรียนรู้เรื่องสมุนไพร. กรุงเทพมหานคร : ชมรมเด็ก. ๒๕๔๘.
- บุญศรี นุเกตุ และคณะ. โรคและสมุนไพร. กรุงเทพมหานคร : โครงการสวัสดิการวิชาการสถาบันพระบรมชนก. ๒๕๕๑.
- บุญศรี นุเกตุ และคณะ. โรคและสมุนไพร. กรุงเทพมหานคร : โครงการสวัสดิการวิชาการสถาบันพระบรมชนก. ๒๕๕๑.
- ประเสริฐ อัสสันตชัย. สถานการณ์ปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. ๒๕๕๔
- พระครูอินทสารวิจิตร อินทสโร กิจไร. “ศึกษารักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสถที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๕๑.
- พระมหาปองปรีดา ปรีบุญโญ จาปาศรี. “การป้องกันและการรักษาโรคตามหลักพระพุทธศาสนา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสนามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๕๕.
- เพ็ญภา ทรัพย์เจริญ. การดูแลสุขภาพแบบพึ่งตนเองด้วยยาสมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐาน. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์พัฒนาดารการแพทย์แผนไทยมูลนิธิกรมการแพทย์แผนไทยพัฒนา, ๒๕๕๖.
- พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตโต. สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ. พิมพ์ครั้งที่ ๖ กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหพันธ์ดั่งแอนด์พับลิชชิง. ๒๕๕๑.

พระมหาจรรยา สุทธิญาณ. พระพุทธศาสนากับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม. พิมพ์ครั้งที่ ๒.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๔๔.

พระไพศาล วิสาโล. แลขอบฟ้าเขียว ทางเลือกสำคัญสำหรับอนาคตที่กำลังปรากฏเป็นจริง.

กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โกมลคีมทอง. ๒๕๔๕.

เบญจวรรณ เหมือนตา และรัฐพร บุญสุข. “การใช้สมุนไพรในงานสาธารณสุขมูลฐานเพื่อ การดูแลสุขภาพของประชาชนในชุมชนตำบลไม้เค็ด อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี”.

รายงานวิจัยทางการแพทย์แผนไทยประยุกต์. ชลบุรี : มหาวิทยาลัยบูรพา. ๒๕๕๓.

ปัญจรงค์ ธนังกุล และ ชัยโย ชัยชาญทิพยุทธ. “การศึกษาผลทางคลินิกของใบฝรั่งในโรคอุจจาระร่วง”. สารศิริราช. ปีที่ ๓๙ ฉบับที่ ๕ ๒๕๓๐ : ๒๖๓-๖.

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. ๒๕๕๕. การพัฒนาผลิตภัณฑ์. [ออนไลน์]. แหล่งข้อมูล :

<http://www.stou.ac.th/stouonline/lom/data/sms/market/Unit๔/U๔๒๑-๑.htm> ๔

กรกฎาคม ๒๕๕๕

ยุพา วาโยและคณะ “การศึกษาพืชสมุนไพรที่ใช้ในการรักษาโรคของชุมชนบ้านวังไผ่ อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์” การประชุมทางวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ครั้งที่ ๓ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ วันที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๕๒.

รุ่งรัตน์ เหลืองนทีเทพ. พืชเครื่องเทศและสมุนไพร. กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์. ๒๕๖๑.

วารณี ประดิษฐ์. “งานวิจัยสมุนไพรไทยสำหรับการรักษาโรคขอเสื่อม”. วารสารวิทยาศาสตร์ มข. ปีที่ ๔๒ ฉบับที่ ๒ ๒๕๕๗ : ๒๘๙-๓๐๒.

วุฒิ วุฒิธรรมเวช. เกษตรกรรมไทย รวมสมุนไพร. กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์. ๒๕๔๐.

ศูนย์ข้อมูลสมุนไพร สถาบันวิจัยสมุนไพร. สมุนไพรในชุมชน. [ออนไลน์]. แหล่งข้อมูล

: [http://webdb.dmsc.moph.go.th/ifc\\_id=๑๓๑](http://webdb.dmsc.moph.go.th/ifc_id=๑๓๑). ๓ กรกฎาคม ๒๕๕๕.

สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทย. แนวทางเวชปฏิบัติสำหรับโรคเบาหวาน ๒๕๖๐.

กรุงเทพมหานคร : ร่มเย็นมีเดีย จำกัด. ๒๕๖๐

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. สมุนไพร. [ออนไลน์].

แหล่งข้อมูล : <http://www.stou.ac.th/Schools/Shs>. ๔ กรกฎาคม ๒๕๕๕.

สำนักการแพทย์ทางเลือก. การอบไอน้ำสมุนไพร. [ออนไลน์]. แหล่งข้อมูล :

<http://www.thaicam.go.th/index.php?> ๔ กรกฎาคม ๒๕๕๕.

สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. คำใช้จ่ายด้านยาสูง สักยภาพการผลิตต่ำ. [ออนไลน์].

แหล่งข้อมูล : <http://pr.moph.go.th/iprg/include/admin>. ๓ กรกฎาคม ๒๕๕๕.

สุพัฒน์ ศรีสวัสดิ์. “พืชสมุนไพรประจำถิ่นและภูมิปัญญาการประยุกต์ใช้สำหรับการแพทย์พื้นบ้านใน  
จังหวัดชายแดนภาคใต้” วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์. ปีที่ : 5 ฉบับที่ :  
ฉบับพิเศษ ๒๕๕๖ : ๑๔-๒๗.

อุบลวรรณ ใจหาญและคณะ. “ฤทธิ์การต้านมาลาเรียของสารสกัดฟ้าทะลายโจร  
หาดใหญ่วิชาการ ครั้งที่ ๔ มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ วันที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕



## ประวัติผู้วิจัย

### ๑. หัวหน้าโครงการวิจัย

๑. ชื่อ - นามสกุล (ภาษาไทย) ดร.พิชิต ปุริมาตร

ชื่อ - นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Dr.Pichit Purimart

๒. เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน

๓. ตำแหน่งปัจจุบัน อาจารย์ประจำหลักสูตร มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

๔. หน่วยงานและสถานที่อยู่ติดต่อได้สะดวก พร้อมหมายเลขโทรศัพท์ โทรสาร และไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ (e-mail) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา อ.เมือง จ. นครราชสีมา ๓๐๐๐๐ โทรศัพท์ ๐-๔๔๒๖-๔๕๖๐ E-mail : pichitpurib@hotmail.com

๕. ประวัติการศึกษา

ศิลปศาสตรบัณฑิต (การพัฒนาชุมชน) มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (สังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา) มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

๖. สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ (แตกต่างจากวุฒิการศึกษา) ระบุสาขาวิชาการ

๗. ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารงานวิจัยทั้งภายในและภายนอกประเทศ โดยระบุสถานภาพในการทำการวิจัยว่าเป็นผู้อำนวยการแผนงานวิจัย หัวหน้าโครงการวิจัย หรือผู้ร่วมวิจัยในแต่ละผลงานวิจัย

๗.๑ ผู้อำนวยการแผนงานวิจัย : (ไม่มี)

๗.๒ หัวหน้าโครงการวิจัย : ชื่อโครงการวิจัย (ไม่มี)

๗.๓ งานวิจัยที่ทำเสร็จแล้ว : ชื่อผลงานวิจัย ปีที่พิมพ์ การเผยแพร่ และแหล่งทุน (อาจมากกว่า ๑ เรื่อง)

๑. นักวิจัย “โครงการพัฒนานโยบายการสนับสนุนศักยภาพ อสม. สู่การบริการระบบสุขภาพชุมชน จังหวัดนครราชสีมา ปี ๒๕๕๒-๒๕๕๓” สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเพื่อพัฒนาชนบท มหาวิทยาลัยมหิดล

๒. นักวิจัย “โครงการการไปทำงานต่างประเทศของพ่อแม่กับความเป็นอยู่ของครอบครัวในถิ่นต้นทาง” สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

๓. นักวิจัย “โครงการพัฒนาเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันสำหรับอุตสาหกรรมแปรรูปใหม่ ภายใต้โครงการการรวมกลุ่มอุตสาหกรรมแปรรูปใหม่ (พ.ศ.๒๕๕๒ แหล่งทุนจังหวัดนครราชสีมาโดยความเห็นชอบของสำนักงานอุตสาหกรรมจังหวัดนครราชสีมา)

๔. นักวิจัย “โครงการวิจัยการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อจัดตั้งและพัฒนาศักยภาพของธนาคารหมู่บ้าน สำหรับเป็นฐานรองรับการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของชุมชนในจังหวัดนครราชสีมา” สำนักบริหารโครงการวิจัยในอุดมศึกษา และพัฒนามหาวิทยาลัยวิจัยแห่งชาติสำนักคณะกรรมการการอุดมศึกษา

๕. นักวิจัย “โครงการศึกษาและพัฒนาศักยภาพชุมชนเพื่อการพึ่งตนเองอย่างยั่งยืน” โปรแกรมพัฒนาสังคม คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

๖. นักวิจัย “โครงการการพัฒนาการรวมกลุ่มอุตสาหกรรมและเชื่อมโยงอุตสาหกรรม (อาหารแปรรูปเพื่อสุขภาพ) ในจังหวัดนครราชสีมาและจังหวัดใกล้เคียง” ศูนย์วิจัยและพัฒนาธุรกิจท้องถิ่น คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ร่วมกับศูนย์ส่งเสริมอุตสาหกรรมภาคที่ ๖ ปี ๒๕๕๕

๗. นักวิจัย “โครงการการศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติงานตามบทบาทหน้าที่ของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา ก่อนและหลังได้รับเงินค่าป่วยการ” สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา

๗.๔ งานวิจัยที่กำลังทำ :

๑. นักวิจัย “สภาพและปัญหาการเรียนการสอนบาลีเสริม ๒๔ หน่วยกิตของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในเขตการศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ” สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒. นักวิจัย “รูปแบบและแนวทางการแก้ไขปัญหาหนี้สินเชิงพุทธบูรณาการ : กรณีศึกษาผู้ประกอบการเครื่องปั้นดินเผาด่านเกวียน” สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๓. นักวิจัย “โครงการยกระดับคุณภาพผลิตภัณฑ์ผ้าไหมสู่มาตรฐานสากล และกิจกรรมพัฒนาทักษะทางด้านการแปรรูปผลิตภัณฑ์จากผ้าไหม ภายใต้โครงการยกระดับคุณภาพผลิตภัณฑ์ผ้าไหมสู่มาตรฐานสากล” ศูนย์วิจัยและพัฒนาธุรกิจท้องถิ่น คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ร่วมกับสำนักงานอุตสาหกรรมจังหวัดสุรินทร์ ปี ๒๕๕๖

๔. ผลงานวิจัยที่ตีพิมพ์การพัฒนาศักยภาพ อสม. บ้านคลองสองอำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา

๕. ผลงานวิจัยที่ตีพิมพ์การศึกษาปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาการปฏิบัติงาน  
ของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อำเภอโชคชัย จังหวัดนครราชสีมา

