

# สุขภาพปัญญาแนวพุทธ

สนับสนุนข้อมูลโดย พระครุฑชิต คุณวโร วัดญาณเวศกวัน, อรุณี วชิราพรทิพย์ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล, นพ. ชูฤทธิ์ เต็งไกรสรณ์ กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

## คนไทยพุทธมีแนวโน้มประกอบศาสนกิจมากขึ้น โดยเฉพาะการทำสมาธิเพิ่มขึ้นเกือบ 3 เท่าตัว

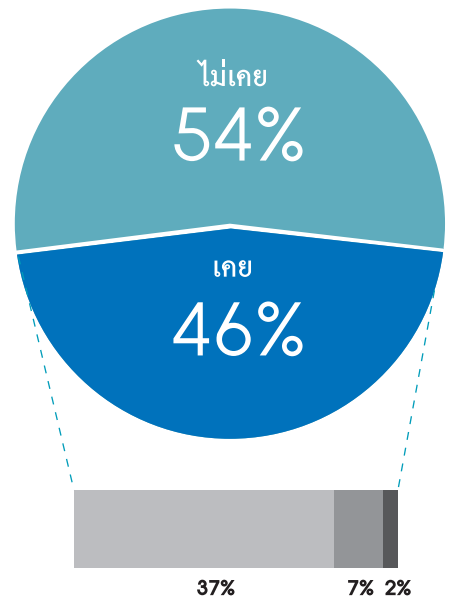
“ การมีสุขภาพที่ดีก็ตามแนวทางของพุทธศาสนา จะต้องเป็น การพัฒนาที่สมดุล ครอบคลุมทั้งด้านกายภาพ สังคม จิตใจ และปัญญา ตามความหมายของสุขภาพองค์รวมแนวพุทธ ”

ในมุมมองความหลักพุทธศาสนาแล้ว สุขภาพไม่ใช่เรื่องของ การปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บเท่านั้น แต่จะต้องมีองค์ประกอบ ดังนี้คือ วิชา-ความสว่าง วิมุติ-ความเสรี วิสุทธิ-ความ สะอาด และสันติ-ความสงบ เพราะการขาดองค์ประกอบ อย่างหนึ่งอย่างใดย่อมทำให้ชีวิตเสียสมดุลย์ การพัฒนาสุขภาพ ที่สมบูรณ์จึงต้องพัฒนาทั้งระดับภายในตัวบุคคล ทำที่ ต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม และการชี้วัดว่าคุณคนมีสุขภาพ อย่งไรนั้น ให้ดูจากผลของการพัฒนาด้านต่างๆ ที่เรียกว่า "ภาวนา 4" คือ จิตภาวนา ปัญญาภาวนา ศิลภาวนา และ กายภาวนา

มีแนวโน้มว่าชาวพุทธที่สนใจประกอบกิจทางศาสนาจน กลายเป็นกิจวัตรประจำวันมีมากขึ้น โดยเฉพาะการตักบาตร สวดมนต์ และถือศีล 5 โดยพบว่า 2 ใน 10 ของชาวพุทธ ที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปเลือกอ่านหนังสือธรรมะ ส่วนผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปก็จะประกอบกิจทางศาสนามากขึ้น

อย่างไรก็ตาม ผลการสำรวจพบว่า ชาวพุทธเกือบ ครึ่งหนึ่งในกรุงเทพฯ ไม่เต็มใจที่จะทำบุญ แต่ต้องทำบุญ เพราะกลัวเสียหน้าหรือเกรงใจ และ 1 ใน 4 ของคนไทยใน เมืองหลวงหวังที่จะได้รับความสบายใจจากการทำบุญ รองลง ไปทำบุญอุทิศส่วนกุศลเพื่อความสบายใจในชาตินี้ หรือหวังให้รอด พ้นจากเรื่องเลวร้ายที่ประสบอยู่ เป็นต้น ทั้งนี้มากกว่าครึ่ง หนึ่งเชื่อว่าคนไทยยังมีคุณธรรม และนำความเชื่อในคตินิยม ทางศาสนามาเป็นหลักปฏิบัติ เช่น กรรมมีจริง ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ทำให้ไม่เบียดเบียนกันและอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติ ในสังคม

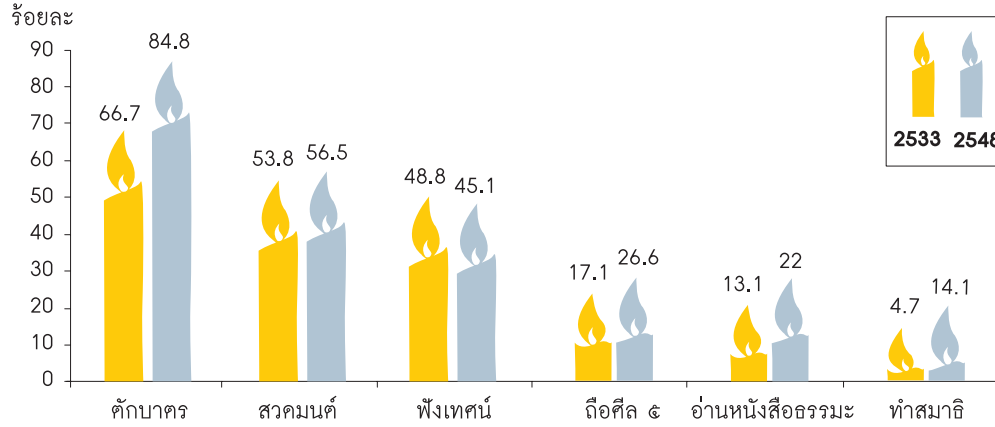
เคยทำบุญเพราะเกรงใจ/  
กลัวเสียหน้า



■ นานๆ ครั้ง  
■ ค่อนข้างบ่อย  
■ เป็นประจำ

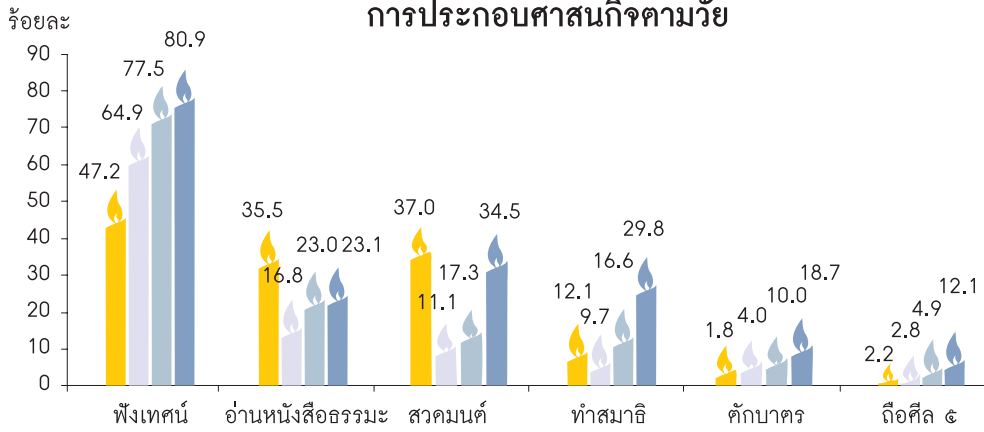
ที่มา: คนไทยกับการทำบุญ 2548, ศูนย์วิจัยกรุงเทพโพลส์

### การประกอบศาสนกิจของประชาชนไทย

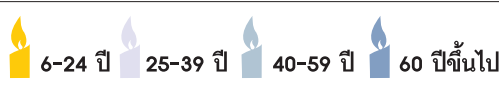


ที่มา: การสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมและการใช้เวลาของประชากร, 2533-2548, สำนักงานสถิติแห่งชาติ

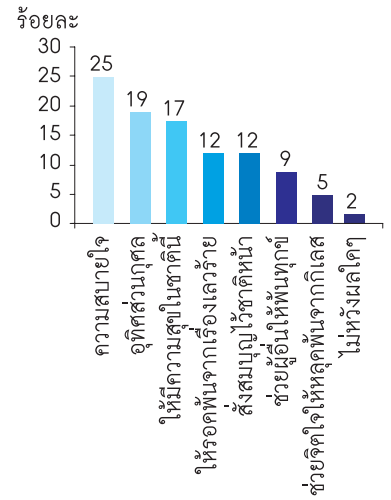
### การประกอบศาสนกิจตามวัย



ที่มา: การสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมและการใช้เวลาของประชากร 2538, สำนักงานสถิติแห่งชาติ

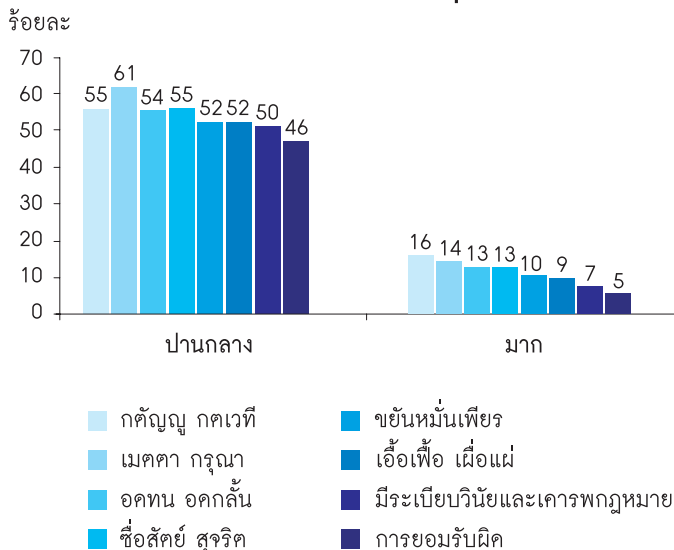


### ทำบุญหวังอะไร

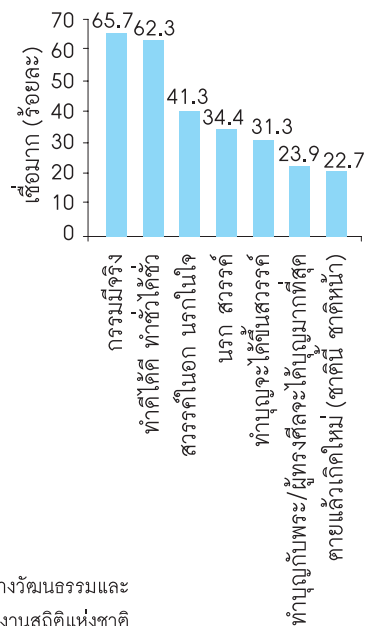


ที่มา: คนไทยกับการทำบุญ 2548, ศูนย์วิจัยกรุงเทพโพลล์

### ระดับความเชื่อว่าคนไทยมีคุณธรรม



### ระดับความเชื่อทางคตินิยมทางศาสนา



ที่มา: การสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมและการใช้เวลาของประชากร 2548, สำนักงานสถิติแห่งชาติ