



Original Research Article

A Study of Herbs According to Buddhism In Nakhon Si Thammarat Province

ศึกษาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช

Arpassara Sinlapatanu^{1*}, & Phrametheevachirapirat²

อาภัสรา ศิลปธนุ^{1*}, & พระเมธีวชิราภีรัต²

ARTICLE INFO

Name of Author &
Corresponding Author: *

1. Arpassara Sinlapatanu*

อาภัสรา ศิลปธนุ

Mahamakut Buddhist University, Thailand.

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Email: sodajedd@gmail.com

2. Phrametheevachirapirat

พระเมธีวชิราภีรัต

Mahamakut Buddhist University, Thailand.

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

Email: metheevachirapirat@gmail.com

คำสำคัญ:

สมุนไพร, สมุนไพรเชิงพุทธ, นครศรีธรรมราช

Keywords:

Herbs, Herbs Buddhism,
Nakhon Si Thammarat

Article history:

Received: 07/08/2025

Revised: 10/09/2025

Accepted: 03/10/2025

Available online: 09/02/2026

How to Cite:

Sinlapatanu, A. &
Phrametheevachirapirat. (2026). A Study
of Herbs According to Buddhism In
Nakhon Si Thammarat Province. *Journal
Dhamma for Life*, 32(1), 648-670.

ABSTRACT

This article aims to 1) study the use of Thai herbs, 2) examine the application of Buddhist-based herbal practices in Nakhon Si Thammarat Province, and 3) analyze the local wisdom related to Buddhist herbal practices in Nakhon Si Thammarat Province. A qualitative research methodology was employed, using in-depth interviews with eight key informants (monks and laypersons). The research tools consisted of structured interview guides, and the data were analyzed descriptively to explore the meanings and values of herbal usage in physical, mental, and spiritual dimensions based on Buddhist principles.

The results of research were found that: 1) Thai herbs are an inherited form of traditional wisdom that has been passed down through generations. The use of Thai herbs is not only a means of treating illnesses but also a reflection of Thai culture and wisdom, emphasizing reliance on nature and the balance between body, mind, and environment. It promotes a sustainable and eco-friendly way of life. Therefore, the use of Thai herbs represents a holistic approach to healthcare that supports the conservation of natural resources and the preservation of local wisdom for future generations, 2) Nakhon Si Thammarat is one of the provinces that preserves and passes on Thai wisdom in the use of herbal medicine alongside the teachings of Buddhism. The practice of Buddhist-based herbal medicine is not merely about curing illnesses or treating physical symptoms, but also about restoring the mind and living in harmony with Buddhist principles. This integration encourages community members to achieve self-reliance in both physical and mental health by applying the Buddha's teachings, mindfulness, and wisdom in conjunction with the proper use of herbal remedies, 3) In



Buddhism, herbal healing is not limited to the treatment of the body but also serves as a process of mental cultivation through meditation and mindfulness of suffering. The restoration of health thus involves both physical healing and mental development, which play a vital role in alleviating illness. It represents a holistic approach to health care that deeply and sustainably integrates ancient wisdom with the fundamental teachings of Buddhism.

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการใช้สมุนไพรไทย 2) ศึกษาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช และ 3) วิเคราะห์ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 8 รูป/คน เครื่องมือในการเก็บข้อมูลเป็นแบบสัมภาษณ์และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาเพื่อแสวงหาความหมายและคุณค่าของการใช้สมุนไพรในมิติทางกายภาพ จิตใจและจิตวิญญาณตามแนวพุทธ

ผลการวิจัยพบว่า 1) สมุนไพรไทยเป็นมรดกทางภูมิปัญญาที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนาน การใช้สมุนไพรไทยไม่ใช่เพียงแค่การรักษาโรคแต่ยังสะท้อนถึงการรักษาวัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย โดยเน้นการพึ่งพาธรรมชาติและการสร้างสมดุลของร่างกายจิตใจกับสิ่งแวดล้อม เป็นการส่งเสริมวิถีชีวิตที่ยั่งยืนและเป็นมิตรต่อโลก ดังนั้นการใช้สมุนไพรไทยเป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพอย่างองค์รวมที่ช่วยส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและภูมิปัญญาท้องถิ่นให้คงอยู่ต่อไป 2) นครศรีธรรมราชเป็นหนึ่งในจังหวัดที่มีการอนุรักษ์และสืบทอดภูมิปัญญาไทยด้านสมุนไพรควบคู่กับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา การใช้สมุนไพรเชิงพุทธจึงไม่ใช่เพียงแค่การรักษาโรคหรือบำบัดอาการทางกายเท่านั้นแต่ยังรวมถึงการฟื้นฟูจิตใจและการดำเนินชีวิตด้วยหลักธรรมอย่างสมดุล การผสมผสานนี้ช่วยส่งเสริมให้คนในชุมชนสามารถพึ่งพาตนเองได้ทั้งด้านสุขภาพกายและจิต โดยมีการนำคำสอนของพระพุทธเจ้า การมีสติปัญญามาประยุกต์ใช้ร่วมกับการใช้สมุนไพรอย่างถูกวิธี และ 3) การรักษาด้วยสมุนไพรในทางพุทธศาสนาไม่ได้จำกัดอยู่แค่การเยียวยากายแต่ยังเป็นกระบวนการบ่มเพาะจิตใจผ่านการฝึกสมาธิและการตระหนักรู้ในความทุกข์ที่เกิดขึ้น การฟื้นฟูสุขภาพจึงเป็นทั้งการรักษากายและการพัฒนาจิตใจและเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้โรคภัยไข้เจ็บถอยห่างไป จึงเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่ผสมผสานทั้งความรู้ภูมิปัญญาโบราณและหลักธรรมของพระพุทธศาสนาเข้าด้วยกันอย่างลึกซึ้งและยั่งยืน

บทนำ

การดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรเป็นหนึ่งในภูมิปัญญาไทยที่มีรากฐานลึกซึ้งและยาวนานนับตั้งแต่สมัยโบราณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพระพุทธศาสนามีการกล่าวถึงการใช้สมุนไพรเพื่อรักษาอาการอาพาธของภิกษุไว้อย่างชัดเจน เช่น การใช้เภสัช 5 ได้แก่ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้งและน้ำอ้อย ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงอนุญาต ให้ใช้ใน



การรักษาโรค (พระวิชัย เสงี่ยม, 2543) แนวคิดนี้สะท้อนถึงการมองสุขภาพในมิติองค์รวม ทั้งกายและจิต โดยเชื่อมโยงกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนา อาทิ การพัฒนาจิตผ่านสมาธิ การแผ่เมตตาและการใช้ธรรมโอสธเพื่อปลอบประโลมจิตใจผู้ป่วย (พระครูอินทสารวิจิตร อินทสโร, 2551) ซึ่งเป็นแนวทางการเยียวยาที่ไม่เพียงแต่อาศัยพืชพรรณธรรมชาติ แต่ยังผสมผสานกับปัญญาทางธรรมได้อย่างกลมกลืน ทั้งนี้จังหวัดนครศรีธรรมราชถือเป็นพื้นที่ที่มีความโดดเด่นทางด้านวัฒนธรรมและพระพุทธศาสนาโดยมีการใช้สมุนไพรเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตมายาวนาน ทั้งในระดับครัวเรือน ระดับวัดและในสายงานหมอยาพื้นบ้าน พระสงฆ์ในหลายวัดยังคงรักษาผู้ป่วยด้วยสมุนไพรควบคู่กับการแนะนำให้สวดมนต์ เจริญสมาธิและฝึกสติเพื่อให้ผู้ป่วยบำบัดทั้งทางกายและทางใจ ซึ่งสอดคล้องกับหลักโพชฌงค์ 7 ที่เน้นสติ ธรรมวิจยะ วิริยะและสมาธิ เพื่อบรรเทาความทุกข์ (อรอุมา เลหาพิบูลย์กุล, 2557) การใช้สมุนไพรในบริบทของจังหวัดนครศรีธรรมราชจึงมิได้แยกขาดจากความเชื่อทางพระพุทธศาสนา แต่เป็นการบูรณาการระหว่างการแพทย์พื้นบ้านกับพุทธธรรมที่ฝังรากลึกในชุมชน ทั้งยังสอดคล้องกับหลักเมตตาธรรมและการพึ่งตนเองในแนวทางพุทธเศรษฐศาสตร์ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2550) ตามปัจจุบันการแพทย์แผนใหม่และการบริโภคนิยมได้เข้ามามีบทบาทในสังคมมากขึ้น ส่งผลให้วิถีการใช้สมุนไพรในชุมชนค่อย ๆ เลือนหายไป หมอยาพื้นบ้านที่เคยเป็นผู้รู้ กลายเป็นเพียงคนสูงวัยที่ไม่ได้รับความสำคัญจากระบบสุขภาพ กระบวนการถ่ายทอดองค์ความรู้จากรุ่นสู่รุ่นขาดตอน ขณะที่พระสงฆ์ในยุคใหม่จำนวนไม่น้อยไม่ได้รับการฝึกฝนหรือศึกษาเกี่ยวกับสมุนไพรเชิงพุทธอย่างจริงจัง สถานการณ์นี้ทำให้ภูมิปัญญาดั้งเดิมของชุมชนเสี่ยงต่อการสูญหาย (สุดารัตน์ ต่ายธานีและคณะ, 2563) นอกจากนี้บริบททางเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลง เช่น การเร่งรีบในชีวิตประจำวัน การพึ่งพาโรงพยาบาลและการขาดความเชื่อมั่นในศาสตร์พื้นบ้าน ยิ่งตอกย้ำให้การใช้สมุนไพรเชิงพุทธกลายเป็นเพียงประวัติศาสตร์ในความทรงจำของคนรุ่นเก่า แผนยุทธศาสตร์ด้านการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกของกระทรวงสาธารณสุข (พ.ศ. 2560–2564) ระบุว่า สมุนไพรเป็นหนึ่งในทางเลือกที่สำคัญในการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนและสามารถลดภาระค่าใช้จ่ายของภาครัฐในระยะยาวได้ หากมีการสนับสนุนและพัฒนาศักยภาพอย่างเป็นระบบ (กระทรวงสาธารณสุข, 2561) ในขณะเดียวกันแผนแม่บทแห่งชาติว่าด้วยการพัฒนาสมุนไพรไทย (พ.ศ. 2560–2564) ยังเน้นให้ความสำคัญกับการเพิ่มคุณค่าทางเศรษฐกิจของสมุนไพรโดยเชื่อมโยงกับความเชื่อและวัฒนธรรมท้องถิ่น (คณะกรรมการสมุนไพรแห่งชาติ, 2559) อย่างไรก็ตามหากปราศจากการศึกษาที่เข้าใจบริบทเฉพาะของแต่ละพื้นที่อย่างลึกซึ้ง นโยบายระดับชาติอาจไม่สามารถเข้าถึงรากของปัญหาได้อย่างแท้จริง จากความสำคัญของการใช้สมุนไพรในจังหวัดนครศรีธรรมราชที่มีได้แยกขาดจากความเชื่อทางพระพุทธศาสนาแต่เป็นการบูรณาการระหว่างการแพทย์พื้นบ้านกับพุทธธรรมที่ฝังรากลึกในชุมชน จึงจำเป็นต้องมีการศึกษาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช เพราะมีความจำเป็นอย่างยิ่งเพื่อรวบรวม อธิบายและวิเคราะห์องค์ความรู้จากภาคสนามที่ยังคงดำรงอยู่ ผ่านสายตาของพระสงฆ์ หมอยาพื้นบ้านและผู้ประกอบการยาสมุนไพรเพื่อฟื้นฟูให้กลับมาเป็นพลังทางวัฒนธรรมที่มีชีวิต จึงเป็นการศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เชื่อมโยงกับพระไตรปิฎก แนวคิดธรรมโอสธและหลักพุทธธรรมในการพึ่งพาตนเองซึ่งสามารถต่อยอดไปสู่การพัฒนานโยบายด้านสุขภาพชุมชน

และสร้างทางเลือกใหม่ในการรักษาโรคที่ตอบโจทยทั้งด้านร่างกาย จิตใจและจิตวิญญาณอย่างแท้จริงอันจะนำไปสู่การมีชีวิตที่สมดุลและยั่งยืนในแนวทางแห่งพระพุทธศาสนา

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและกรอบแนวคิดในการวิจัย

ทฤษฎีการแพทย์แผนไทยและการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม

การแพทย์แผนไทยเป็นระบบการแพทย์ดั้งเดิมที่มีรากฐานจากภูมิปัญญาท้องถิ่นของสังคมไทย ซึ่งเกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพ การป้องกันโรค และการรักษาโรคของบรรพชน โดยอาศัยการเรียนรู้จากธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม และการถ่ายทอดองค์ความรู้จากรุ่นสู่รุ่นผ่านตำราการแพทย์ โบราณคัมภีร์ และการเรียนรู้เชิงปฏิบัติในชุมชน (กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก, 2561) แนวคิดสำคัญของการแพทย์แผนไทยคือการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Health) ซึ่งมองมนุษย์เป็นระบบที่เชื่อมโยงกันอย่างไม่อาจแยกขาดระหว่างร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อม ความเจ็บป่วยจึงมิได้เกิดจากความผิดปกติของอวัยวะใดอวัยวะหนึ่งเท่านั้น แต่เป็นผลจากความไม่สมดุลของปัจจัยหลายด้านที่สัมพันธ์กัน (อุดมศักดิ์ ศรีวิชัย, 2559) แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับหลักสุขภาพองค์รวมที่เน้นการสร้างเสริมสุขภาพะมากกว่าการรักษาเมื่อเกิดโรคแล้ว การแพทย์แผนไทยอธิบายสภาวะสุขภาพและความเจ็บป่วยผ่านทฤษฎีธาตุทั้งสี่ ได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟ ซึ่งเป็นองค์ประกอบพื้นฐานของร่างกายมนุษย์ ธาตุดินหมายถึงโครงสร้างและของแข็งในร่างกาย เช่น กระดูก กล้ามเนื้อ และอวัยวะภายใน ธาตุน้ำเกี่ยวข้องกับของเหลว เช่น เลือด น้ำเหลือง และน้ำย่อย ธาตุลมทำหน้าที่ควบคุมการเคลื่อนไหว การไหลเวียน และการหายใจ ส่วนธาตุไฟเกี่ยวข้องกับความร้อน การเผาผลาญ และพลังงานของร่างกาย เมื่อธาตุเหล่านี้อยู่ในภาวะสมดุล ร่างกายจะมีสุขภาพแข็งแรง แต่หากเกิดความแปรปรวนหรือเสียสมดุล ย่อมนำไปสู่การเจ็บป่วย (สุภา ศรีธนาสาร, 2560)

การใช้สมุนไพรไทยในระบบการแพทย์แผนไทยจึงมีเป้าหมายสำคัญในการปรับสมดุลของธาตุทั้งสี่มากกว่าการรักษาอาการเฉพาะจุด สมุนไพรแต่ละชนิดมีรสและสรรพคุณที่สัมพันธ์กับการแก้ไขความผิดปกติของธาตุ เช่น รสเผ็ดร้อนช่วยกระตุ้นธาตุไฟและลม รสขมช่วยปรับสมดุลธาตุไฟและน้ำ เป็นต้น การเลือกใช้สมุนไพรจึงต้องพิจารณาลักษณะร่างกาย อายุ ฤดูกาล และสภาพแวดล้อมของผู้ป่วยร่วมด้วย (วรรณิ ศรีสุพรรณ, 2562) แนวคิดการแพทย์แผนไทยดังกล่าวสะท้อนวิถีชีวิตที่เน้นการพึ่งพาธรรมชาติ การใช้ทรัพยากรในท้องถิ่นอย่างรู้คุณค่า และการดำรงชีวิตอย่างสอดคล้องกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งถือเป็นรากฐานสำคัญของการดูแลสุขภาพอย่างยั่งยืนและยังคงมีความเหมาะสมต่อบริบทสังคมไทยในปัจจุบัน

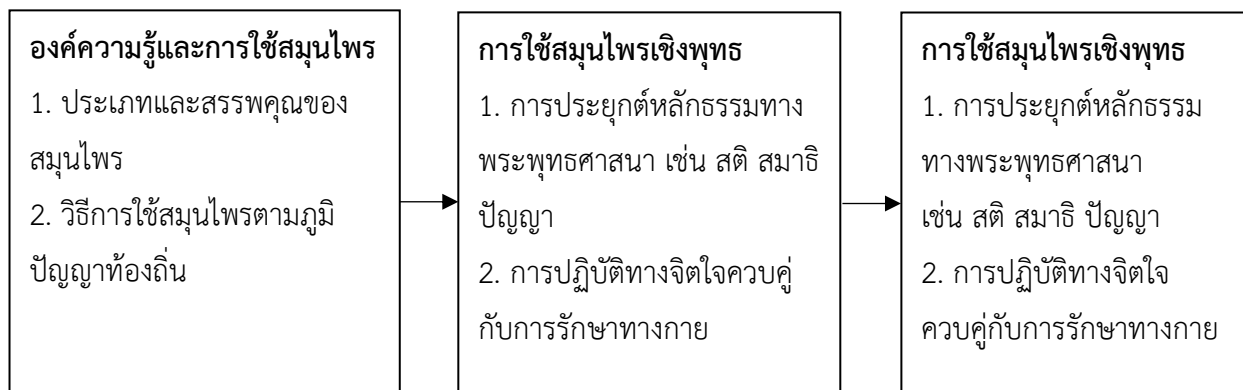
แนวคิดพุทธปรัชญากับการดูแลสุขภาพ

พุทธปรัชญาเป็นกรอบความคิดที่มองมนุษย์อย่างองค์รวม โดยพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่าง กาย จิต และปัญญา หลักคำสอนสำคัญของพุทธศาสนา ได้แก่ อริยสัจ 4 ซึ่งประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค



สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการดูแลสุขภาพได้อย่างเป็นระบบ กล่าวคือ การเจ็บป่วยทางกายและใจถูกมองว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของ “ทุกข์” ที่มีเหตุปัจจัย การรักษาจึงไม่ใช่เพียงการขจัดอาการ แต่ต้องเข้าใจสาเหตุของโรค และแนวทางการป้องกันอย่างยั่งยืน (Payutto, 2003) แนวคิดเรื่อง สติ (Mindfulness) และ สมาธิ มีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพตามแนวพุทธ สติช่วยให้บุคคลตระหนักรู้ต่อสภาวะร่างกาย ความคิด และอารมณ์ของตนเองอย่างไม่ยึดติด งานวิจัยร่วมสมัยพบว่าการฝึกสติสามารถช่วยลดความเครียด ความวิตกกังวล และส่งเสริมสุขภาวะทางจิตใจ รวมถึงช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย (Kabat-Zinn, 2003) ซึ่งสอดคล้องกับหลักการทางพุทธที่มุ่งเน้นการรู้เท่าทันสภาวะธรรมตามความเป็นจริง แนวคิดเรื่อง ปัญญา (Wisdom) ในพุทธศาสนาเน้นความเข้าใจในไตรลักษณ์ ได้แก่ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่มีตัวตน การตระหนักรู้ดังกล่าวช่วยให้บุคคลสามารถยอมรับความเจ็บป่วยหรือความเสื่อมของร่างกายได้อย่างไม่ฟุ้งซ่าน ลดการยึดติด และส่งเสริมการปรับตัวเชิงบวกต่อภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง (Thanissaro, 2010) การดูแลสุขภาพในมิติพุทธยังเชื่อมโยงกับหลัก มัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลาง ซึ่งเน้นการดำเนินชีวิตอย่างพอดี ไม่สุดโต่ง ทั้งด้านการบริโภค การทำงาน และการพักผ่อน แนวคิดนี้สอดคล้องกับการแพทย์เชิงป้องกันที่มุ่งลดปัจจัยเสี่ยงของโรค และส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่สมดุล ในบริบทของการใช้สมุนไพรเชิงพุทธ การรักษาไม่ได้จำกัดอยู่ที่คุณสมบัติทางเภสัชวิทยาของสมุนไพรเท่านั้น แต่ยังรวมถึงเจตนา ความตั้งใจของผู้ใช้ และการดูแลจิตใจควบคู่กันไป การใช้สมุนไพรจึงถูกมองเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการฟื้นฟูสุขภาพแบบองค์รวม ที่เชื่อมโยงกาย จิต และวิถีชีวิตตามหลักธรรม ส่งผลให้การดูแลสุขภาพมีความลึกซึ้งและยั่งยืนมากยิ่งขึ้น (Sivaraksa, 2014)

กรอบแนวคิดในการวิจัย



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการใช้สมุนไพรไทย
2. เพื่อศึกษาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช
3. เพื่อวิเคราะห์ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช

สมมติฐานการวิจัย

การใช้สมุนไพรไทยในชุมชนจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นผลสืบเนื่องจากการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่น และสะท้อนแนวคิดการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่เชื่อมโยงกาย จิตใจ และสิ่งแวดล้อม และ การใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราชมิได้มุ่งเพียงการรักษาโรคทางกาย แต่เป็นกระบวนการดูแลสุขภาพที่ผสมผสานหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เช่น สติ สมาธิ และปัญญา เพื่อฟื้นฟูและเสริมสร้างสุขภาวะทางจิตใจและจิตวิญญาณ

ระเบียบวิธีการวิจัย

การศึกษาเอกสาร

1. ขั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎก เป็นการศึกษาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช
2. ขั้นทุติยภูมิ ได้แก่ วรรณคดี ชาติก ฎีกา อนุฎีกา ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช หนังสือ ตำรา เอกสาร บทความ งานวิจัย วิทยานิพนธ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการใช้สมุนไพรเชิงพุทธ

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญการสัมภาษณ์เชิงลึก

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคือ บุคคลที่เกี่ยวข้องกับการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 8 รูป/คน ประกอบด้วย พระสังฆาธิการในจังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 4 รูป หมอ ยาพื้นบ้าน จำนวน 2 คน และ ผู้ประกอบการค้าสมุนไพร จำนวน 2 คน การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญในงานวิจัยนี้ใช้ วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง โดยกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกคือ

1. มีประสบการณ์ตรง เกี่ยวข้องกับการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช ทั้งในด้านการรักษา การเผยแพร่หรือการปฏิบัติจริงในชุมชน
2. มีความรู้ ความเข้าใจหรือเชี่ยวชาญ เกี่ยวกับสมุนไพรไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่นหรือหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาประยุกต์ใช้ร่วมกับการดูแลสุขภาพ



3. สมัครใจให้ข้อมูลและพร้อมให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์เชิงลึกโดยสามารถให้ข้อมูลที่ถูกต้องและสะท้อนมุมมองเชิงลึกได้
4. เป็นผู้ที่ชุมชนให้การยอมรับในฐานะผู้มีความรู้หรือมีบทบาทเกี่ยวข้องกับสมุนไพรเชิงพุทธ
5. อาศัยอยู่ในจังหวัดนครศรีธรรมราชและมีประสบการณ์หรือการปฏิบัติที่เกี่ยวข้องในพื้นที่โดยตรง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือคือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบมีโครงสร้าง โดยเครื่องมือการวิจัย นี้มีการแบ่งแบบสัมภาษณ์ออกเป็น 6 ตอนคือ

- ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลผู้ให้สัมภาษณ์
- ตอนที่ 2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบการใช้สมุนไพรพื้นบ้านในการดูแลสุขภาพจังหวัดนครศรีธรรมราช
- ตอนที่ 3 ยกตัวอย่างพืชสมุนไพรที่ใช้ในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นที่เกี่ยวข้องกับภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช
- ตอนที่ 4 การใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช
- ตอนที่ 5 ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช
- ตอนที่ 6 ท้องถิ่นของท่านมีความเชื่อเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพอาการเจ็บป่วยอย่างไร ซึ่งผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เพื่อมาวิเคราะห์เชิงพรรณนา ตามวิธีอุปนัยจากนั้นจึงนำเสนอผลการวิจัยและข้อเสนอแนะเพื่อเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในครั้งต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารและภาคสนามมาวิเคราะห์เชิงพรรณนาตามวิธีอุปนัย จากนั้นจึงนำเสนอผลการวิจัยและข้อเสนอแนะเพื่อเป็นประโยชน์ต่อการวิจัยในครั้งต่อไป

ผลการวิจัย

การใช้สมุนไพรไทย

สมุนไพรไทยถือเป็นมรดกทางภูมิปัญญาที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนานในสังคมไทย โดยมีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพและรักษาโรคของคนไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน การใช้สมุนไพรไม่เพียงแต่ช่วยบรรเทาอาการเจ็บป่วย แต่ยังส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นธรรมชาติ โดยไม่ต้องพึ่งพาสารเคมีหรือยาแผนปัจจุบันที่บางครั้งอาจก่อให้เกิดผลข้างเคียง สมุนไพรไทยมีหลากหลายชนิดที่ได้รับการยอมรับทั้งในด้านสรรพคุณและความปลอดภัย เช่น ฟ้าทะลายโจรที่มีฤทธิ์ช่วยลดไข้และแก้อาการเจ็บคอ ขิงที่ช่วยบรรเทาอาการท้องอืดท้องเฟ้อ ขมิ้นชันซึ่งช่วยรักษาโรคเกี่ยวกับกระเพาะอาหารและตะไคร้ที่ช่วยขับปัสสาวะและลดไข้ เป็นต้น นอกจากการใช้เพื่อรักษาโรค



สมุนไพรไทยยังถูกนำมาใช้ในวิถีชีวิตประจำวันของคนไทย เช่น ใบเตยที่ช่วยให้นอนหลับสบาย มะกรูดที่ใช้สำหรับสระผมเพื่อป้องกันเหาและทำให้ผมนุ่มสลวย ว่านหางจระเข้ที่ใช้ทาแผลไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก รวมถึงสมุนไพรอื่น ๆ ที่นำมาใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องสำอางและอาหารเสริม การนำสมุนไพรมาใช้ในรูปแบบต่าง ๆ นี้เป็นการผสมผสานระหว่างภูมิปัญญาดั้งเดิมกับความรู้สมัยใหม่ ทำให้สมุนไพรไทยยังคงความนิยมและถูกนำมาใช้แพร่หลาย การใช้สมุนไพรไทยให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดและปลอดภัย จำเป็นต้องมีความรู้และความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับชนิดของสมุนไพร วิธีการเตรียมและปริมาณที่เหมาะสม สมุนไพรบางชนิดอาจมีฤทธิ์แรงหรือมีปฏิกิริยาร่วมกับยาแผนปัจจุบันได้ หากใช้โดยไม่ระมัดระวังอาจก่อให้เกิดผลข้างเคียงที่เป็นอันตรายได้ ดังนั้น การปรึกษาผู้เชี่ยวชาญหรือแพทย์แผนไทยจึงเป็นสิ่งจำเป็น นอกจากนี้การปลูกสมุนไพรเองยังช่วยให้มั่นใจในความปลอดภัยของวัตถุดิบและช่วยส่งเสริมเกษตรกรรมยั่งยืน ในยุคปัจจุบัน หน่วยงานหลายแห่ง เช่น สถาบันวิจัยและการแพทย์แผนไทยได้ส่งเสริมและพัฒนาสมุนไพรไทยให้อยู่ในรูปแบบผลิตภัณฑ์ทันสมัยเพื่อให้ผู้บริโภคสามารถเข้าถึงและใช้ประโยชน์ได้ง่ายขึ้น ทั้งในรูปแบบยาสมุนไพร อาหารเสริมและเครื่องสำอาง นอกจากนี้การวิจัยทางวิทยาศาสตร์ยังช่วยยืนยันสรรพคุณและความปลอดภัยของสมุนไพรแต่ละชนิด ทำให้สมุนไพรไทยสามารถแข่งขันในตลาดโลกและเป็นที่ยอมรับในระดับสากลมากขึ้น การใช้สมุนไพรไทยไม่ใช่เพียงแค่การรักษาโรค แต่ยังสะท้อนถึงการรักษาวินัยธรรมและภูมิปัญญาไทยอย่างลึกซึ้ง โดยเน้นการพึ่งพาธรรมชาติและการสร้างสมดุลของร่างกายจิตใจกับสิ่งแวดล้อมเป็นการส่งเสริมวิถีชีวิตที่ยั่งยืนและเป็นมิตรต่อโลก สรุปได้ว่าการใช้สมุนไพรไทยเป็นทางเลือกที่ดีในการดูแลสุขภาพอย่างองค์รวม ทั้งยังช่วยส่งเสริมการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและภูมิปัญญาท้องถิ่นให้คงอยู่ต่อไปในอนาคต

การใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช

จังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นหนึ่งในจังหวัดที่มีการอนุรักษ์และสืบทอดภูมิปัญญาไทยด้านสมุนไพรควบคู่กับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาอย่างลึกซึ้ง การใช้สมุนไพรเชิงพุทธในพื้นที่นี้จึงไม่ใช่เพียงแค่การรักษาโรคหรือบำบัดอาการทางกายเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการฟื้นฟูจิตใจและการดำเนินชีวิตด้วยหลักธรรมอย่างสมดุลและยั่งยืน การผสมผสานนี้ช่วยส่งเสริมให้คนในชุมชนสามารถพึ่งพาตนเองได้ ทั้งด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต โดยมีการนำคำสอนของพระพุทธเจ้า เช่น ความไม่เบียดเบียน ความเมตตากรุณาและการมีสติปัญญามาประยุกต์ใช้ร่วมกับการใช้สมุนไพรอย่างถูกวิธี

พระสงฆ์ในจังหวัดนครศรีธรรมราชหลายรูปมีบทบาทสำคัญในการเผยแพร่ความรู้ด้านสมุนไพรเชิงพุทธโดยเดินทางไปยังชุมชนต่าง ๆ เพื่อสอนและแนะนำการใช้สมุนไพรไทยเพื่อรักษาอาการเจ็บป่วยเบื้องต้น พร้อมทั้งถ่ายทอดแนวทางการปฏิบัติธรรมเพื่อเสริมสร้างจิตใจให้เข้มแข็งและสงบซึ่งเป็นการรักษาที่ครบทั้งกายและใจ เช่น พระกุลวัชร วชิรปัญโญ พระนักธุดงค์ที่ได้เดินธรรมยาตราจากนครศรีธรรมราชสู่จังหวัดเชียงรายเพื่อเผยแผ่ทั้งพระธรรมคำสอนและภูมิปัญญาสมุนไพรไทยให้กับประชาชน โดยการนำสมุนไพรพื้นบ้านมาทำยาและแจกจ่ายให้แก่ชาวบ้านอย่างทั่วถึง การทำเช่นนี้นอกจากช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพแล้วยังเสริมสร้าง



ความรู้ความเข้าใจในวิถีชีวิตที่สมดุลและพอเพียง ในชุมชนท้องถิ่น ยังมีการปลูกสมุนไพรรักษาโรคในครัวเรือนและชุมชนเพื่อเป็นแหล่งสมุนไพรที่ปลอดภัยและยั่งยืน การใช้สมุนไพรที่ได้จากธรรมชาติถือเป็นการรักษาสิ่งแวดล้อมตามหลักอริยสัจ 4 ที่สอนให้มนุษย์อยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างมีสติและเมตตา นอกจากนี้การจัดกิจกรรมอบรมและนิทรรศการเกี่ยวกับสมุนไพรเชิงพุทธยังถูกจัดขึ้นอย่างสม่ำเสมอเพื่อสร้างความตระหนักและเพิ่มพูนความรู้ให้กับคนในชุมชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มผู้สูงอายุและเยาวชนเพื่อให้ภูมิปัญญาที่ได้รับการส่งต่อไปยังคนรุ่นหลังอย่างไม่ขาดสาย สมุนไพรเชิงพุทธในนครศรีธรรมราชจึงเป็นมากกว่ายา แต่เป็นสะพานเชื่อมระหว่างกายและใจ เป็นเครื่องมือหนึ่งซึ่งช่วยให้ผู้คนสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างสมดุลและเป็นการถ่ายทอดวัฒนธรรมและจิตวิญญาณของความเป็นไทยที่ผสมผสานระหว่างธรรมชาติและศาสนาอย่างกลมกลืน ความรู้และประสบการณ์นี้ยังถูกนำไปพัฒนาในรูปแบบผลิตภัณฑ์สมุนไพรสมัยใหม่เพื่อให้เข้าถึงผู้บริโภคในวงกว้างและตอบสนองความต้องการด้านสุขภาพในยุคปัจจุบัน โดยรวมแล้วการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราชไม่ได้เน้นเพียงแค่การบำบัดโรคเท่านั้น แต่ยังเป็นการเสริมสร้างจิตใจและสังคมให้เข้มแข็ง โดยยึดหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นแนวทางชีวิตตามหลักอริยสัจ 4 ที่สอนให้มนุษย์อยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างมีสติและเมตตา ทำให้เกิดวิถีชีวิตที่มีความสุขอย่างยั่งยืนและมีความหมายในทุกมิติ ทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม ซึ่งถือเป็นตัวอย่างที่ดีของการผสมผสานภูมิปัญญาท้องถิ่นกับหลักธรรมสากลเพื่อสร้างสุขภาวะที่สมบูรณ์ในชุมชนไทยยุคใหม่

ภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพรเพื่อรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราช

จังหวัดนครศรีธรรมราชถือเป็นพื้นที่ที่มีภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการใช้สมุนไพรอย่างลึกซึ้งและต่อเนื่องมายาวนาน โดยมีพื้นฐานจากการอยู่ร่วมกับธรรมชาติและการเรียนรู้จากรุ่นสู่รุ่น ชาวบ้านได้ใช้พืชสมุนไพรจากป่าธรรมชาติเพื่อการบำบัดโรคและเสริมสร้างสุขภาพ ซึ่งเป็นการแสดงถึงภูมิปัญญาที่มีรากฐานทางวิชาการผสมกับประสบการณ์ตรงของคนในท้องถิ่น การสำรวจพรรณไม้ในป่ากรุงชิงพบว่ามีสมุนไพรหลากหลายชนิดที่ถูกนำมาใช้ในการรักษาโรค สะท้อนถึงความรู้ที่สั่งสมจากธรรมชาติอย่างแท้จริง นอกจากนี้ภาครัฐโดยเฉพาะกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ได้เข้ามามีบทบาทในการส่งเสริมและยกระดับภูมิปัญญาสมุนไพรให้สามารถนำมาใช้ในระบบบริการสาธารณสุขได้อย่างมีมาตรฐาน เช่น การตั้งคลินิกการแพทย์แผนไทยในโรงพยาบาล และการสนับสนุนโครงการด้านสมุนไพรในพื้นที่ต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช ซึ่งนำสมุนไพรมาใช้ร่วมกับการแพทย์แผนปัจจุบันในการรักษาผู้ป่วยอย่างเป็นระบบ ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรของชาวนครศรีธรรมราชจึงไม่ใช่เพียงการรักษาโรค แต่ยังเป็นองค์ความรู้ทางวัฒนธรรมที่สะท้อนถึงความสัมพันธ์อันแนบแน่นระหว่างคนกับธรรมชาติ อีกทั้งยังเกี่ยวข้องกับความเชื่อทางศาสนา โดยเฉพาะหลักธรรมในพระพุทธศาสนา เช่น หลักเมตตา กรุณาและอริยสัจ 4 ที่เน้นการแสวงหาทางออกจากทุกข์ทางกายและใจ ชาวบ้านและหมอพื้นบ้านในนครศรีธรรมราชยังคงรักษาแนวทางเฉพาะในการใช้สมุนไพร เช่น การเลือกใช้พืชตามฤดูกาล การวิเคราะห์อาการจากองค์รวมและการแปรรูปสมุนไพรเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด หมอพื้นบ้านมีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพคนในชุมชน โดยมีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง เช่น



การรักษาโรคสะเก็ดเงินด้วยเหือกปลาหมอ การรักษาโรคโลหิตระดูสตรีด้วยตำรับยาสมุนไพรเฉพาะ การรักษาผู้ป่วยถูกกัดโดยใช้สมุนไพรร่วมกับคาถา ตลอดจนการดูแลผู้ป่วยโรคหืดด้วยการอบหรือฝนสมุนไพร การรักษาเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงการผสมผสานระหว่างศาสตร์การแพทย์แผนไทยกับความเชื่อดั้งเดิมและธรรมชาติวิทยาท้องถิ่นอย่างลงตัว หมอพื้นบ้านมิได้เป็นเพียงผู้มีความรู้ แต่ยังเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณของชุมชนที่ช่วยดูแลสุขภาพกายใจของผู้คนในวิถีที่เรียบง่าย แต่เปี่ยมด้วยคุณค่า สรุปลได้ว่าระบบนิเวศสมุนไพรของนครศรีธรรมราชเป็นรูปแบบของการพึ่งตนเองทางสุขภาพที่มีความหลากหลาย ครอบคลุม และเชื่อมโยงทั้งในระดับชุมชน รัฐ และวัฒนธรรม ซึ่งควรค่าแก่การอนุรักษ์ พัฒนาและเผยแพร่ให้คนรุ่นใหม่ได้เรียนรู้และสืบทอดต่อไปอย่างยั่งยืน

ภูมิปัญญาในการเลือกใช้สมุนไพร

การเลือกใช้สมุนไพรของชาวนครศรีธรรมราชสะท้อนถึงภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ลึกซึ้งและมีระบบ โดยอิงจากองค์ความรู้ที่ได้รับการสั่งสมมาจากรุ่นสู่รุ่น หมอพื้นบ้านมีหลักเกณฑ์ในการเลือกใช้สมุนไพรอย่างมีแบบแผน โดยพิจารณาจาก สรรพคุณทางยา ลักษณะทางกายภาพ ฤดูกาลที่เก็บเกี่ยว ความเชื่อท้องถิ่นและการประเพณี คุณภาพของวัตถุดิบ ในระดับปฏิบัติ สมุนไพรที่ถูกนำมาใช้จะต้องเหมาะสมกับอาการของผู้ป่วยและสถานการณ์ เช่น การใช้รากไม้บำรุงกำลัง ใบไม้แก้หวัด ดอกไม้บำรุงเลือดหรือเปลือกไม้สมานแผล แนวคิดนี้ไม่เพียงแต่สะท้อนความเข้าใจเรื่องชีววิทยาของพืช แต่ยังเชื่อมโยงกับธรรมชาติและจิตวิญญาณของการรักษา นอกจากนี้ สมุนไพรยังถูกเลือกตามช่วงฤดูกาล เช่น ขมิ้นชันควรเก็บในฤดูแล้งเพื่อให้ได้ตัวยาที่เข้มข้นที่สุด และในบางกรณียังมีการใช้ตามความเชื่อ เช่น ว่านเพชรหึงที่เชื่อว่าช่วยป้องกันภูตผี อีกทั้งยังมีการแปรรูปหลากหลายรูปแบบ ทั้งการต้ม ฝน ทา อบหรือทำลูกประคบ การรักษาเหล่านี้ไม่ใช่เพียงการใช้ยา แต่รวมถึงการวิเคราะห์อาการอย่างรอบด้าน เข้าใจ “ธาตุ” ของผู้ป่วยและเลือกสมุนไพรที่เหมาะสม ซึ่งสะท้อนถึงมุมมองการแพทย์องค์รวมที่สำคัญคือ แนวคิดในการรักษาที่ยังเชื่อมโยงกับหลักธรรมในพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะ “เมตตา” และ “อริยสัจ 4” ทำให้การรักษาไม่ใช่เพียงทางกาย แต่รวมถึงทางใจ จิตวิญญาณและสังคมอย่างลึกซึ้ง สมุนไพรที่ใช้บ่อยในพื้นที่ ได้แก่ ไพล ฟ้ายะลวยโจร ขมิ้นชัน ว่านหางจระเข้ ล้วนเป็นพืชที่หาได้ในท้องถิ่น ใช้อย่างแพร่หลายประสิทธิภาพ ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านนครศรีธรรมราชจึงไม่เพียงแต่เป็นศาสตร์การรักษาโรค แต่ยังเป็นศิลป์แห่งการดำรงชีวิตที่ผสมผสานความรู้ ความเชื่อและความเมตตาเข้าไว้ด้วยกันอย่างกลมกลืน

ภูมิปัญญาในการวิเคราะห์โรค

ภูมิปัญญาการวิเคราะห์โรคของหมอพื้นบ้านในจังหวัดนครศรีธรรมราชสะท้อนให้เห็นถึงกระบวนการวินิจฉัยที่มีความละเอียด ลึกซึ้งและเป็นองค์รวม หมอพื้นบ้านเริ่มจากการซักถามอาการของผู้ป่วยทั้งทางกายและทางจิตใจ พร้อมกับการสัมผัส ตรวจดูผิวพรรณ ความร้อนเย็น จุดบวมแดง รวมทั้งการประเมินตามฤดูกาล สภาพแวดล้อมและวิถีชีวิตของผู้ป่วย การวินิจฉัยไม่ได้เน้นเพียงอาการทางกายเท่านั้น แต่รวมถึงธาตุเจ้าเรือน ความสมดุลของธาตุดิน น้ำ ลม ไฟและสภาวะจิตใจ โดยยึดหลักของการแพทย์แผนไทยที่เชื่อว่าร่างกายและจิตใจ



ต้องประสานกันอย่างสมดุล จึงจะเกิดสุขภาพที่ดี นอกจากนี้หมอยังเลือกใช้สมุนไพรที่เหมาะสมกับอาการเฉพาะราย ไม่ใช่ยาสำเร็จรูปแบบทั่วไป เช่น ถ้ามีอาการร้อนในจะใช้สมุนไพรฤทธิ์เย็น หรือถ้ามีอาการท้องอืดจะใช้สมุนไพรขับลม พร้อมแนะนำการใช้น้ำ การปฏิบัติตัวระหว่างรักษาและการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง เพื่อป้องกันการกลับมาเจ็บป่วยอีก การรักษายังมีมิติของจิตวิญญาณ เช่น การสวดมนต์ แผ่เมตตา เพื่อเสริมให้การรักษาเกิดผลดีขึ้นในทุกมิติ วิธีคิดแบบองค์รวมเช่นนี้ แสดงให้เห็นว่าหมอพื้นบ้านไม่ได้รักษาแค่โรค แต่รักษาคนทั้งคน เป็นการผสมผสานระหว่างศาสตร์ การสังเกตและศิลปะของความเมตตา เป็นระบบความรู้ที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ คติความเชื่อและการเรียนรู้จากครูแพทย์รุ่นก่อน นับเป็นมรดกทางภูมิปัญญาที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์ ถ่ายทอดและต่อยอดให้คงอยู่คู่สังคมไทยอย่างยั่งยืน

ภูมิปัญญาในการเลือกใช้สมุนไพรในการรักษาโรค

ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านเรื่องการใช้สมุนไพรของชาวจังหวัดนครศรีธรรมราชสะท้อนถึงความสัมพันธ์ที่แนบแน่นระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติอย่างลึกซึ้ง ผ่านการสังเกต เรียนรู้และประยุกต์ใช้พืชสมุนไพรในท้องถิ่นเพื่อการบำบัดโรค โดยเฉพาะโรคพื้นฐานที่พบบ่อย เช่น โรคทางเดินอาหารและทางเดินหายใจ ซึ่งมักเป็นอาการไม่รุนแรง ชาวบ้านจะใช้สมุนไพรที่หาได้ง่ายรอบบ้าน เช่น ฟ้ายะลวยโจร ใบหนาด ขมิ้นชัน กลั้วน้ำว่าหรือเหงือกปลาหมอ เป็นต้น การเลือกใช้สมุนไพรเหล่านี้ไม่ได้เป็นเพียงเพราะความคุ้นเคยเท่านั้น แต่เกิดจากความรู้สั่งสมผ่านรุ่นสู่รุ่นโดยมีหลักคิดแบบองค์รวมและความเข้าใจลึกซึ้งในธรรมชาติของโรคและตัวผู้ป่วย การเตรียมและใช้สมุนไพรมีความหลากหลาย เช่น การต้ม บด พอก สูดดมหรือแช่ซึ่งสอดคล้องกับอาการและธาตุเจ้าเรือนของผู้ป่วย เช่น หากมีอาการท้องอืด แน่นท้อง หมอพื้นบ้านอาจเลือกใช้ใบกะเพรา ขิงและกานพลูร่วมกันเพื่อปรับสมดุลธาตุลม เทคนิคเหล่านี้สะท้อนถึงการวิเคราะห์โรคที่พิจารณาอย่างรอบด้าน ทั้งจากลักษณะอาการ สภาพแวดล้อม อารมณ์และธาตุในร่างกายของผู้ป่วย ตลอดจนการผสมสมุนไพรหลายชนิดให้สอดคล้องและเสริมฤทธิ์ซึ่งกันและกันในการบำบัดรักษา นอกจากนี้ ภูมิปัญญาดังกล่าวยังเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตแบบพึ่งพาตนเอง ใช้ทรัพยากรท้องถิ่นและเน้นความปลอดภัยไร้สารเคมี ทั้งยังสะท้อนแนวคิดการแพทย์แบบองค์รวมที่ให้ความสำคัญกับทั้งร่างกาย จิตใจและจิตวิญญาณ ผู้ป่วยไม่เพียงได้รับการบำบัดด้วยสมุนไพรเท่านั้น แต่ยังได้รับการดูแลในมิติของจิตใจผ่านการให้กำลังใจหรือแม้กระทั่งพิธีกรรมทางพุทธที่ช่วยเสริมพลังใจ สุดท้าย ภูมิปัญญานี้จึงมิใช่เพียงทางเลือกในการรักษาโรค แต่ยังเป็นสมบัติทางวัฒนธรรมที่ควรรักษา ถ่ายทอด และพัฒนาให้เหมาะสมกับบริบทสังคมร่วมสมัยอย่างยั่งยืน

ภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพรเชิงพุทธเพื่อรักษาโรค

การสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นกระบวนการที่ยังรากลึกอยู่ในวิถีชีวิตของผู้คน โดยเป็นผลลัพธ์จากภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สั่งสมผ่านประสบการณ์รุ่นต่อรุ่น อันเกิดจากการสังเกต เรียนรู้ และทดลองใช้สมุนไพรในชีวิตประจำวัน เพื่อเยียวยาโรคภัยที่เกิดขึ้นจากสภาพแวดล้อมและวิถี



ชีวิตของชุมชนในแต่ละท้องถิ่น โดยเฉพาะในพื้นที่ชนบทของนครศรีธรรมราช สมุนไพรไม่ได้เป็นเพียงพืชที่ให้คุณค่าทางยารักษาโรคเท่านั้น หากแต่ยังเป็นสื่อกลางของความสัมพันธ์ระหว่างคนกับธรรมชาติ ความเชื่อกับวิถีวัฒนธรรมและความผูกพันระหว่างรุ่นสู่รุ่น กระบวนการสืบทอดนี้มีลักษณะเฉพาะที่สะท้อนถึงรูปแบบการเรียนรู้และการดำรงอยู่ของภูมิปัญญาท้องถิ่นอย่างแท้จริง หนึ่งในช่องทางสำคัญของการสืบทอดองค์ความรู้สมุนไพรคือการถ่ายทอดผ่านครอบครัวและเครือข่าย โดยผู้สูงอายุหรือหมอพื้นบ้านซึ่งมีประสบการณ์ตรงในการใช้สมุนไพรจะถ่ายทอดความรู้ให้แก่ลูกหลานหรือผู้ใกล้ชิดผ่านการเล่าขาน การสาธิต และการลงมือปฏิบัติจริง ความรู้ที่ถ่ายทอดนั้นไม่ใช่แค่การจำแนกสมุนไพรตามลักษณะภายนอกหรือคุณสมบัติทางยาเท่านั้น แต่รวมถึงฤดูกาลในการเก็บเกี่ยว วิธีการเตรียมสมุนไพรให้เหมาะสมกับการใช้งาน วิธีปรุงยา และข้อควรระวังต่าง ๆ การเรียนรู้ในลักษณะนี้เป็นแบบไม่เป็นทางการ แต่แฝงไว้ด้วยความละเอียดอ่อนทางวัฒนธรรมและจริยธรรม เช่น การใช้สมุนไพรต้องเคารพธรรมชาติ ไม่ใช่เกินจำเป็น และควรขอบคุณก่อนเก็บพืชจากป่า เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีการถ่ายทอดผ่านหมอพื้นบ้าน ซึ่งถือเป็นผู้มีสถานะสำคัญในชุมชน โดยหมอพื้นบ้านมิได้มีบทบาทเพียงรักษาโรคแต่ยังเป็นครูภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เปิดโอกาสให้ผู้สนใจเข้ามาศึกษาเรียนรู้ การถ่ายทอดในลักษณะนี้มักเป็นการเรียนรู้

สรุปภาพรวมการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในนครศรีธรรมราช

การสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นกระบวนการที่มีรากฐานจากภูมิปัญญาท้องถิ่นซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตที่ผูกพันกับธรรมชาติ ความเชื่อ ความศรัทธาและความเข้าใจต่อสรรพคุณของพืชสมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นอย่างลึกซึ้ง ภูมิปัญญานี้มิใช่เพียงแค่ความรู้เชิงประสบการณ์ หากแต่เป็นระบบความรู้ที่ผ่านการกลั่นกรอง สังเกต ทดลองและสั่งสมมาอย่างต่อเนื่องหลายชั่วอายุคนและมีการถ่ายทอดผ่านช่องทางต่างๆ ซึ่งล้วนเป็นกลไกที่เกื้อหนุนให้ความรู้ยังคงดำรงอยู่ในวิถีของชุมชนอย่างมั่นคง

ประการแรก ช่องทางการถ่ายทอดความรู้ที่สำคัญที่สุดคือ “การเรียนรู้จากครอบครัว” ในหลายหมู่บ้านของจังหวัดนครศรีธรรมราช มีหมอพื้นบ้านหรือผู้เฒ่าผู้แก่ที่มีความรู้เรื่องสมุนไพรและการแพทย์พื้นบ้าน ซึ่งจะถ่ายทอดความรู้ให้ลูกหลานผ่านการฝึกปฏิบัติจริง เช่น การเก็บสมุนไพรตามฤดูกาล การเตรียมตำรับยา และการดูแลรักษาผู้ป่วยด้วยสมุนไพร กระบวนการนี้เป็นการเรียนรู้แบบปากต่อปาก หรือที่เรียกว่า “การถ่ายทอดเชิงวัฒนธรรม” ซึ่งแม้จะไม่มีกรอบบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร แต่ก็เป็นการสื่อสารความรู้ที่แฝงด้วยเจตนาในการอนุรักษ์และคงไว้ซึ่งอัตลักษณ์ของชุมชน

ประการที่สอง “การเรียนรู้ผ่านพิธีกรรมและวัฒนธรรมท้องถิ่น” ถือเป็นอีกหนึ่งช่องทางสำคัญในการสืบทอดองค์ความรู้ด้านสมุนไพร เช่น พิธีบวงสรวงก่อนเก็บพืชสมุนไพร พิธีบูชาครูหมอยา หรือพิธีปลุกป่า ยา พิธีเหล่านี้มิใช่เพียงเพื่อแสดงความเคารพต่อธรรมชาติและบรรพชน แต่ยังเป็นเวทีในการถ่ายทอดองค์ความรู้ให้กับเยาวชนและคนในชุมชน เป็นทั้งสื่อกลางและสัญลักษณ์ของความศรัทธาในภูมิปัญญาดั้งเดิม ซึ่งช่วยย้ำเตือนให้เห็นถึงความสัมพันธ์ของคนกับธรรมชาติที่เป็นแหล่งกำเนิดยาและชีวิต



ประการที่สาม การสืบทอดผ่าน “กลุ่มภูมิปัญญาท้องถิ่นและเครือข่ายชุมชน” เช่น กลุ่มหมอยาสมุนไพร กลุ่มแม่บ้านสมุนไพร กลุ่มเกษตรอินทรีย์ หรือเครือข่ายหมอพื้นบ้าน กลุ่มเหล่านี้มีบทบาทสำคัญในการรวบรวมองค์ความรู้ดั้งเดิม ถ่ายทอดให้กับคนรุ่นใหม่ และต่อยอดด้วยการจัดเวทีแลกเปลี่ยนความรู้ จัดอบรมเชิญผู้เชี่ยวชาญมาให้คำแนะนำหรือแม้กระทั่งการจัดตั้งศูนย์เรียนรู้สมุนไพรในชุมชน ซึ่งไม่เพียงแต่รักษาความรู้นั้นไว้ หากแต่ยังส่งเสริมให้เกิดการประยุกต์ใช้องค์ความรู้ให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตยุคปัจจุบันด้วย

ประการที่สี่ในระยะหลังมีการส่งเสริมให้มี “การบูรณาการความรู้สมุนไพรเข้าสู่ระบบการศึกษาและบริการสาธารณสุข” โดยมีโรงเรียนบางแห่งในจังหวัดนครศรีธรรมราชจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับพืชสมุนไพร มีการปลูกแปลงสมุนไพรภายในโรงเรียนและเชิญผู้รู้ในชุมชนมาสอนเด็ก ๆ ส่วนในโรงพยาบาลหรือสถานีนานามัยประจำตำบลก็มีการส่งเสริมให้ใช้สมุนไพรในการรักษาเบื้องต้น ควบคู่กับการใช้ยาสมัยใหม่ การเปิดพื้นที่ให้ความรู้ดั้งเดิมเข้ามาอยู่ในระบบทางการเหล่านี้ ช่วยให้ความรู้สมุนไพรไม่ถูกลดค่าหรือถูกมองว่าเป็นของล้าสมัย แต่กลับกลายเป็นองค์ความรู้ที่มีคุณค่าและได้รับการยอมรับในวงกว้างมากยิ่งขึ้น

อย่างไรก็ตามการสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรในจังหวัดนครศรีธรรมราชก็เผชิญกับความท้าทายหลายประการ เช่น ความเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิตคนรุ่นใหม่ การขาดผู้สืบทอดอย่างจริงจัง ความรู้ที่ยังไม่ได้ถูกรวบรวมเป็นระบบ รวมถึงการถูกบดบังด้วยกระแสของวิทยาศาสตร์สุขภาพสมัยใหม่ แต่ด้วยพลังของชุมชนความศรัทธาในภูมิปัญญาท้องถิ่นและการสนับสนุนจากภาคส่วนต่าง ๆ ความรู้เหล่านี้จึงยังสามารถดำรงอยู่และพัฒนาไปอย่างยั่งยืน

โดยสรุปการสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงระหว่างคน ธรรมชาติและวัฒนธรรม เป็นทั้งมรดกทางปัญญาและเครื่องมือในการดูแลสุขภาพที่สะท้อนอัตลักษณ์ของท้องถิ่น การวิเคราะห์ช่องทางการถ่ายทอดความรู้เหล่านี้จึงเป็นเครื่องยืนยันถึงคุณค่าและศักยภาพของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ยังคงมีความสำคัญอย่างยิ่งในยุคปัจจุบันและอนาคต

ตารางที่ 1 การใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช

ประเด็น	สรุป
การใช้สมุนไพรไทย	สมุนไพรไทยมีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพและรักษาโรคของคนไทย ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ไม่ต้องพึ่งพาสารเคมีหรือยาแผนปัจจุบัน เช่น ฟ้าทะลายโจรที่มีฤทธิ์ช่วยลดไข้และแก้อาการเจ็บคอ ชิง ช่วยบรรเทาอาการท้องอืดท้องเฟ้อ นอกจากนี้ยังถูกนำมาใช้ในวิถีชีวิตประจำวันของคนไทย สะท้อนถึง การรักษาวัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทยอย่างลึกซึ้ง
การใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช	นครศรีธรรมราชมีการอนุรักษ์และสืบทอดภูมิปัญญาไทยด้านสมุนไพรควบคู่กับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาอย่างลึกซึ้ง พระสงฆ์หลายรูปมีบทบาทสำคัญในการเผยแพร่ความรู้ด้านสมุนไพรเชิงพุทธ พร้อมทั้งถ่ายทอดแนว

ประเด็น	สรุป
	ทางการปฏิบัติธรรมเพื่อเสริมสร้างจิตใจให้เข้มแข็งและสงบซึ่งเป็นการรักษาที่ครบทั้งกายและใจ ในชุมชนยังมีการปลูกสมุนไพรวัวใช้ในครัวเรือนและชุมชนเพื่อเป็นแหล่งสมุนไพรที่ปลอดภัยและยั่งยืนตามหลักอริยสัจ 4 สมุนไพรเชิงพุทธจึงเป็นมากกว่ายาแต่เป็นสะพานเชื่อมระหว่างกายและใจ เป็นเครื่องมือหนึ่งที่ช่วยให้ผู้คนสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างสมดุลและเป็นการถ่ายทอดวัฒนธรรมและจิตวิญญาณของความเป็นไทยที่ผสมผสานระหว่างธรรมชาติและศาสนาอย่างกลมกลืน
ภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพรเพื่อรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราช	ชาวบ้านได้ใช้พืชสมุนไพรจากป่าเพื่อการบำบัดโรคและเสริมสร้างสุขภาพซึ่งเป็นการแสดงถึงภูมิปัญญา การใช้สมุนไพรของชาวนครศรีธรรมราชจึงไม่ใช่เพียงการรักษาโรคแต่ยังเป็นองค์ความรู้ทางวัฒนธรรมที่สะท้อนถึงความสัมพันธ์อันแนบแน่นระหว่างคนกับธรรมชาติและยังเกี่ยวข้องกับความเชื่อทางศาสนา เช่น หลักเมตตา กรุณาและอริยสัจ 4 หมอพื้นบ้านมีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพคนในชุมชนและมีได้เป็นเพียงผู้มีความรู้แต่ยังเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณของชุมชนที่ช่วยดูแลสุขภาพกายใจของผู้คนในวิถีที่เรียบง่าย

การวิเคราะห์ความสอดคล้องกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

การสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นกระบวนการที่มีรากฐานมั่นคงจากภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สะสมมานับร้อยปี ซึ่งไม่เพียงแต่สะท้อนถึงการรักษาพยาบาลแบบพื้นบ้านเท่านั้น แต่ยังแฝงไว้ด้วยคุณค่าทางวัฒนธรรม ความเชื่อ วิถีชีวิตและจริยธรรมของชุมชนในท้องถิ่นอีกด้วย กระบวนการสืบทอดนี้มีลักษณะเฉพาะตัว คือไม่ใช่การถ่ายทอดแบบตำราเรียนหรือหลักสูตรในระบบการศึกษาเท่านั้น แต่เป็นการส่งผ่านความรู้จากรุ่นสู่รุ่นผ่านการเรียนรู้แบบลงมือปฏิบัติ โดยอาศัยความสัมพันธ์เชิงเครือญาติ ความไว้วางใจระหว่างครูหมอพื้นบ้านกับศิษย์ ตลอดจนการมีส่วนร่วมของชุมชนในการอนุรักษ์และใช้ประโยชน์จากสมุนไพรอย่างต่อเนื่อง หนึ่งในช่องทางสำคัญของการถ่ายทอดองค์ความรู้คือ “การเรียนรู้ภายในครอบครัว” ซึ่งลูกหลานของหมอพื้นบ้านจะได้รับการถ่ายทอดความรู้แบบใกล้ชิด ผ่านการติดตามผู้ใหญ่เก็บสมุนไพรในป่า เรียนรู้ชื่อพืช ลักษณะ สรรพคุณ วิธีการเตรียมยา และการใช้ยารักษาโรค ซึ่งถือเป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริงและใช้เวลาอันยาวนาน ขณะเดียวกัน ผู้สูงอายุในชุมชนที่มีประสบการณ์ด้านสมุนไพรยังมีบทบาทเป็น “คลังความรู้มีชีวิต” ที่สามารถถ่ายทอดประสบการณ์และแนวปฏิบัติแก่คนรุ่นหลังได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ การสื่อสารผ่านปากต่อปากในหมู่ชาวบ้านและการถ่ายทอดระหว่างช่างทำยาหรือหมอสมุนไพรด้วยกัน ก็เป็นอีกช่องทางที่ทำให้ความรู้เหล่านี้ไม่สูญหาย การรวมกลุ่มของชุมชน เช่น กลุ่มอนุรักษ์

สมุนไพร กลุ่มหมอพื้นบ้าน หรือศูนย์การเรียนรู้สมุนไพรในท้องถิ่น เช่น ในอำเภอท่าศาลา สิชลหรือพิปูนทำให้เกิดเวทีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้งภายในและภายนอกกลุ่ม เป็นการเปิดพื้นที่ให้ความรู้ที่กระจายอยู่ในแต่ละครัวเรือนสามารถเชื่อมโยงกันได้อย่างเป็นระบบยิ่งขึ้น บางพื้นที่มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมการใช้สมุนไพรในชีวิตประจำวัน เช่น การทำสบู่ แชมพู ยาหม่อง ยาสระผมสมุนไพร การปลูกพืชสมุนไพรในสวนเกษตรอินทรีย์ ตลอดจนการจัดอบรมแก่เยาวชนและประชาชนทั่วไป เพื่อจุดประกายให้เกิดความภาคภูมิใจในภูมิปัญญาท้องถิ่น และเห็นคุณค่าในพืชสมุนไพรพื้นถิ่นที่มีอยู่มากมายในพื้นที่ การสืบทอดองค์ความรู้ด้านสมุนไพรยังเผชิญกับความท้าทายหลายประการได้แก่ การขาดผู้สืบทอดรุ่นใหม่อย่างต่อเนื่อง ความเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมที่กระทบต่อแหล่งพืชสมุนไพรธรรมชาติ และการเข้ามาของระบบการแพทย์แผนปัจจุบันที่ทำให้บางส่วนของภูมิปัญญาท้องถิ่นถูกมองข้ามหรือด้อยค่า ปัญหานี้จำเป็นต้องได้รับการแก้ไขผ่านการสนับสนุนจากทั้งภาครัฐและภาคประชาสังคม เช่น การส่งเสริมการบันทึกองค์ความรู้ การขึ้นทะเบียนหมอพื้นบ้าน การจัดตั้งธนาคารเมล็ดพันธุ์สมุนไพรและการบูรณาการหลักสูตรสมุนไพรท้องถิ่นในระบบการศึกษาเพื่อให้คนรุ่นใหม่ได้เรียนรู้จากฐานวัฒนธรรมของตนเอง

กล่าวโดยสรุป กระบวนการสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรในจังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นกระบวนการที่ผูกพันกับวิถีชีวิตของคนในชุมชนอย่างแนบแน่น ผ่านกลไกทางวัฒนธรรม ความสัมพันธ์ทางสังคม และการเรียนรู้แบบไม่เป็นทางการ การรักษาและต่อยอดองค์ความรู้เหล่านี้ไว้ได้อย่างยั่งยืนจึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในการร่วมกันอนุรักษ์ สนับสนุนและพัฒนาให้เหมาะสมกับยุคสมัย โดยไม่ทำลายรากฐานแห่งภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เป็นต้นทุนอันล้ำค่าของสังคมไทย

การวิเคราะห์ภูมิปัญญาในการถ่ายทอดการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราช

การสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นกระบวนการที่มีรากฐานมั่นคงในวัฒนธรรมพื้นถิ่นและแฝงอยู่ในวิถีชีวิตของผู้คนมาช้านาน โดยเฉพาะในชุมชนชนบทซึ่งยังคงพึ่งพาทรัพยากรธรรมชาติในการดูแลสุขภาพ บทบาทของสมุนไพรจึงไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการรักษาโรคเท่านั้น แต่ยังเชื่อมโยงกับคติความเชื่อ พิธีกรรม และประเพณีท้องถิ่นที่ถ่ายทอดต่อเนื่องผ่านสายใยของครอบครัว ชุมชน และผู้นำจิตวิญญาณของสังคม ไม่ว่าจะเป็นหมอยา พ่อหมอ แม่หมอหรือพระภิกษุสงฆ์ผู้ทรงภูมิรู้ สมุนไพรจึงเป็นมากกว่ายา หากแต่เป็น “ความรู้เชิงวัฒนธรรม” ที่สะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติในมิติของการพึ่งพาอาศัยและการอยู่ร่วมกันอย่างสมดุล กระบวนการถ่ายทอดความรู้ในอดีตรักเกิดขึ้นผ่าน “การเรียนรู้จากการลงมือทำจริง” หรือที่เรียกว่าการถ่ายทอดแบบปากต่อปากและผ่านการสังเกตพฤติกรรมของผู้รู้ กล่าวคือผู้สืบทอดความรู้จะได้รับประสบการณ์ตรงจากการเป็นผู้ช่วยหรือศิษย์ของหมอยา โดยเริ่มจากการเรียนรู้ชื่อสมุนไพร ลักษณะของต้นไม้ วิธีเก็บเกี่ยว การปรุงยา ตลอดจนหลักในการวินิจฉัยโรค ซึ่งทั้งหมดนี้เกิดขึ้นในบริบทของความเชื่อและจารีตที่เข้มแข็ง เช่น การใช้คาถา การบูชาครูหมอหรือพิธีไหว้ครู ซึ่งทำให้ความรู้ไม่ได้เป็นเพียงทักษะทางเทคนิค หากแต่เป็นมรดกทางจิตวิญญาณที่ควบคู่กับศีลธรรม ความเคารพและจรรยาบรรณใน



การใช้ความรู้เพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น เมื่อโลกเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ รูปแบบการถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านสมุนไพรก็ได้ปรับเปลี่ยนไปตามบริบทสังคม โดยเฉพาะในช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมารัฐบาลและภาคประชาชนในจังหวัดนครศรีธรรมราชได้ตระหนักถึงคุณค่าของภูมิปัญญาดังกล่าว จึงมีความพยายามรวบรวมและจัดระบบความรู้ผ่านการบันทึก การวิจัยและการส่งเสริมผ่านศูนย์การเรียนรู้สมุนไพร โรงเรียนแพทย์แผนไทยและกลุ่มวิสาหกิจชุมชน ซึ่งล้วนเป็นกลไกสำคัญที่ช่วย “แปลงองค์ความรู้ท้องถิ่น” ให้สามารถต่อยอดสู่การใช้ประโยชน์อย่างยั่งยืนในระดับที่กว้างขึ้น เช่น การผลิตยาแผนไทย การแปรรูปสมุนไพรเพื่อเศรษฐกิจชุมชน หรือการนำสมุนไพรมาใช้ในระบบสาธารณสุขระดับปฐมภูมิ การสืบทอดองค์ความรู้ด้านสมุนไพรในจังหวัดนครศรีธรรมราชจึงเป็นการผสมผสานระหว่าง “ความรู้ดั้งเดิม” และ “นวัตกรรมใหม่” ที่ไม่เพียงรักษาแก่นของภูมิปัญญาไว้เท่านั้น แต่ยังตอบสนองต่อความเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม ความท้าทายที่สำคัญคือ การทำให้คนรุ่นใหม่เห็นคุณค่าในองค์ความรู้เหล่านี้ และสามารถเข้าถึงได้ในรูปแบบที่เหมาะสมกับยุคสมัย เช่น การบูรณาการเข้ากับหลักสูตรท้องถิ่น การใช้สื่อดิจิทัลในการบันทึกและถ่ายทอดหรือการเชื่อมโยงองค์ความรู้สมุนไพรเข้ากับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและวัฒนธรรม

กล่าวโดยสรุป การสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นภาพสะท้อนของความสามารถในการรักษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของท้องถิ่นท่ามกลางกระแสความเปลี่ยนแปลง โดยมีรากฐานจากการเคารพธรรมชาติ การยึดมั่นในศีลธรรม และความเชื่อในพลังแห่งการดูแลกันของชุมชน หากการถ่ายทอดความรู้ยังคงเดินหน้าอย่างมีระบบและเชื่อมโยงกับความรู้สมัยใหม่ ก็ย่อมเป็นรากฐานอันมั่นคงของการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมที่ยั่งยืนในอนาคต

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่องศึกษา การใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช จากการสรุปผลการวิจัยผู้วิจัยมีประเด็นสำคัญในการอภิปรายผลดังนี้

ภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพรเพื่อรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า การใช้สมุนไพรเป็นการสืบทอดภูมิปัญญาที่มีรากฐานลึกซึ้งจากวิถีชีวิตที่อยู่ร่วมกับธรรมชาติ ผ่านการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของคนรุ่นก่อนและหมอฟันบ้าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญทั้งทางกายภาพและจิตวิญญาณ ภูมิปัญญานี้ไม่ได้อาศัยเพียงความรู้เรื่องพืชเท่านั้นแต่ยังครอบคลุมถึงความเข้าใจในระบบร่างกาย จิตใจ ธรรมชาติแวดล้อมและหลักธรรมทางพุทธศาสนา เช่น เมตตาและอริยสัจ 4 การเลือกใช้สมุนไพรจึงอิงกับหลักการองค์รวม โดยพิจารณาจากลักษณะของโรค ธาตุเจ้าเรือน สภาพอากาศ ฤดูกาลและความสมดุลของร่างกายกับธรรมชาติ การวิเคราะห์โรคของหมอฟันบ้านในพื้นที่นี้มีความแม่นยำและลึกซึ้ง ใช้การสังเกต สัมผัส ชักถามและประเมินทั้งร่างกายและจิตใจร่วมกัน มีการเลือกใช้สมุนไพรเฉพาะอาการ เช่น ฟาพะลายโจรสสำหรับอาการไข้ ไข้ลมแก้ปวดเมื่อยหรือขมื่นคันแก้ท้องอืด การแปรรูปยาก็มีหลายรูปแบบ เช่น ต้ม ทา ฝน อบหรือลูกประคบ ซึ่งสะท้อนความชำนาญและความเหมาะสมกับแต่ละกรณี ไม่ใช่การใช้แบบสำเร็จรูปหรือตามตำราเพียงอย่างเดียว จุดเด่นของภูมิปัญญานี้คือ การรักษาคน



ทั้งระบบ ไม่ใช่แค่โรค เช่น หากมีอาการปวดท้องจากความเครียด หมอพื้นบ้านจะดูแลทั้งทางกายด้วยสมุนไพร และทางใจด้วยการปลอบโยนหรือแนะนำการปฏิบัติตน นอกจากนี้ยังอิงกับหลักธรรมที่เน้นความสงบ สติและการปล่อยวาง ทำให้กระบวนการเยียวยาที่มีความลึกซึ้งมากกว่าการรักษาทั่วไปและยังส่งเสริมความผูกพันของคนในชุมชนผ่านกระบวนการดูแลกันแบบพึ่งตนเอง ที่สำคัญ ภูมิปัญญาเหล่านี้ไม่ได้หยุดนิ่งอยู่กับอดีต แต่ได้รับการยกระดับโดยภาครัฐ เช่น การจัดตั้งคลินิกการแพทย์แผนไทยในโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนครศรีธรรมราช การสนับสนุนหมอพื้นบ้านและการส่งเสริมให้สมุนไพรเป็นส่วนหนึ่งของระบบสุขภาพระดับชาติ นับเป็นการผสมผสานศาสตร์ดั้งเดิมกับวิทยาศาสตร์สมัยใหม่อย่างเหมาะสม ในภาพรวม ภูมิปัญญาสมุนไพรของนครศรีธรรมราชจึงเป็นทั้งมรดกทางวัฒนธรรม แหล่งความรู้ท้องถิ่นและเครื่องมือในการสร้างสุขภาวะที่ยั่งยืน โดยมีรากฐานจากธรรมชาติ ความเมตตาและการเรียนรู้แบบองค์รวม ซึ่งควรได้รับการอนุรักษ์ พัฒนาและส่งต่อไปยังคนรุ่นใหม่ เพื่อให้คงอยู่ต่อไปในโลกยุคใหม่อย่างมั่นคง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สุตาร์ตัน ต่ายธานีและคณะ (2563) วิจัยเรื่องการศึกษาการใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์: กรณีศึกษาอำเภอเบญจลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ ที่เน้นการใช้สมุนไพรเพื่อดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ในอำเภอเบญจลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ ว่าเป็นวิธีการรักษาแบบองค์รวมที่ไม่ได้จำกัดอยู่แค่โรคทางกายเท่านั้น แต่ยังรวมถึงโรคทางใจ ซึ่งมีสาเหตุจากความไม่สมดุลของธาตุ 4 การเปลี่ยนแปลงของฤดูกาล อายุ อาหาร กรรม รวมถึงสภาพจิตใจ โดยพระสงฆ์ใช้สมุนไพรจากพืช รากไม้ ใบไม้ ผลไม้ น้ำผาตและเภสัชจากสัตว์ควบคุมไปกับการใช้ธรรมโอสธ เช่น การเจริญสติ พิจารณาโพชฌงค์ 7 สติปัฏฐาน 4 และขันธ 5 เพื่อดูแลสุขภาพอย่างครบมิติทั้งกายและใจ พฤติกรรมการใช้สมุนไพรในพื้นที่ดังกล่าวมีปัจจัยที่เอื้อต่อการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง ได้แก่ การเข้าถึงสมุนไพรที่ง่าย ราคาเหมาะสม มีความเพียงพอของยาและความเชื่อมั่นในประสิทธิภาพจากคำแนะนำของบุคลากรสาธารณสุขและครอบครัว ซึ่งเป็นสิ่งที่สอดคล้องกับภูมิปัญญาของหมอพื้นบ้านนครศรีธรรมราชที่เน้นการใช้พืชสมุนไพรท้องถิ่นอย่างปลอดภัยและเหมาะสมตามลักษณะอาการ รวมถึงการปรับการดูแลสุขภาพตามสภาพแวดล้อมและฤดูกาลด้วย นอกจากนี้แนวทางการใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพยังแบ่งออกเป็น 2 ระยะคือ การใช้รักษาอาการเจ็บป่วยเบื้องต้นเพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพและการใช้ในภาวะปกติเพื่อป้องกันโรคและส่งเสริมภูมิคุ้มกันให้แข็งแรงตลอดเวลา โดยกลุ่มโรคที่ใช้สมุนไพรบำบัดได้แก่ โรคทางเดินอาหาร เช่น โรคกระเพาะ โรคทางเดินหายใจ เช่น หอบหืด โรคทางเดินปัสสาวะ โรคผิวหนังและโรค อื่น ๆ เช่น ร้อนใน ริดสีดวงทวาร ซึ่งตรงกับการเลือกใช้สมุนไพรของชาวนครศรีธรรมราชอย่าง ฟ้าทะลายโจร ขมิ้นชัน ใบกะเพราและเหงือกปลาหมอ ที่เป็นพืชที่หาได้ง่ายและเหมาะสมกับโรคประจำถิ่น รูปแบบการเตรียมและใช้ยาสมุนไพรมีทั้งการปั่นลูกกลอน การต้ม ชง ยาพอกและบริโภคน้ำเป็นอาหารเชิงโภชนาการ ซึ่งแสดงถึงความหลากหลายและความยืดหยุ่นในภูมิปัญญาแบบท้องถิ่นที่ไม่ยึดติดกับวิธีการใดวิธีการหนึ่งเพียงอย่างเดียว ทั้งยังผสมผสานศาสตร์และศิลป์ของการรักษาไว้ด้วยกันอย่างกลมกลืน ซึ่งเสริมให้ระบบสุขภาพในชุมชนมีความยั่งยืนและสามารถพึ่งพาตนเองได้ในระดับหนึ่ง ดังนั้น การศึกษาภูมิปัญญาสมุนไพรในนครศรีธรรมราชจึงไม่ได้เป็นเพียงการสะสมองค์ความรู้เกี่ยวกับพืชสมุนไพร แต่ยังเป็นการเรียนรู้วิถีชีวิตที่ผสมผสานระหว่างการแพทย์พื้นบ้าน ความเชื่อทางพุทธศาสนาและการจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืน

ซึ่งต้องได้รับการส่งเสริมและพัฒนาอย่างต่อเนื่องในยุคสมัยใหม่ เพื่อรักษาความสมดุลทางสุขภาพกายใจและวิถีชีวิตของชุมชนอย่างแท้จริง

ภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพรเชิงพุทธเพื่อรักษาโรค พบว่า ภูมิปัญญาในการใช้สมุนไพรเชิงพุทธเพื่อรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นเสมือนสะพานเชื่อมโยงระหว่างวิถีชีวิตท้องถิ่นกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความสัมพันธ์ลึกซึ้งระหว่างมนุษย์ ธรรมชาติและจิตวิญญาณ ความรู้และการปฏิบัติด้านสมุนไพรที่สืบทอดมานั้น ไม่ใช่เพียงความรู้เชิงสรรพคุณของพืชเท่านั้น แต่เป็นการเข้าใจความหมายของสุขภาพในแง่มุมองค์รวม ทั้งร่างกายและจิตใจควบคู่กันไป กระบวนการถ่ายทอดความรู้ผ่านการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมในครอบครัว ชุมชนและหอพื้นบ้าน ที่เปรียบเสมือนครูภูมิปัญญาซึ่งถ่ายทอดไม่เพียงเทคนิคการใช้ยา แต่ยังส่งต่อจริยธรรมในการอยู่ร่วมกับธรรมชาติ เช่น ความเมตตา การเคารพ และความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม เหล่านี้สะท้อนหลักธรรมทางพุทธศาสนาอย่างชัดเจน เช่น การยึดถืออริยสัจ 4 ที่ชี้ให้เห็นถึงทุกข์ สาเหตุของทุกข์และวิธีดับทุกข์ ซึ่งสอดคล้องกับกระบวนการดูแลสุขภาพโดยสมุนไพรที่มุ่งฟื้นฟูสมดุลในร่างกายและจิตใจ เพื่อขจัดเหตุแห่งโรค ในแง่ประวัติศาสตร์และแนวคิดเชิงพุทธนั้น การใช้สมุนไพรเป็นยาในสังคมไทยได้รับอิทธิพลและได้รับการถ่ายทอดจากหมอชีวกโกมารภัจจ์ผู้เป็นต้นแบบของแพทย์ในพระพุทธศาสนา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา ทวี วรคุณ (2551) กล่าวถึงการถวาย “พระโอสถขับถ่าย” แก่พระพุทธเจ้า โดยใช้ก้านอวบ 3 ก้านที่ผ่านการอบอย่างพิถีพิถัน เป็นสัญลักษณ์ของความละเอียดรอบคอบและการดูแลอย่างลึกซึ้งในระดับกายและใจ การแพทย์เชิงพุทธไม่ได้เน้นเพียงการขจัดโรคทางกายเท่านั้น แต่ยังให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพจิตใจควบคู่ไปด้วย เพื่อให้เกิดความสมดุลทั้งทางกายและใจอย่างแท้จริง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ยังได้ชี้ให้เห็นว่า การแพทย์ที่เข้าใจ “ธรรมชาติ” อย่างแท้จริงและดำเนินไปตามหลักพุทธศาสนาจะทำให้การรักษามีผลลัพธ์ที่ดีและมั่นคงยิ่งกว่าความหวังเพียงชั่วคราวของคนไข้ เพราะแพทย์เช่นนี้มีใจแคร์ผู้รักษาโรค หากยังเป็นผู้พัฒนาสังคมให้เกิดความสุขร่มเย็นตามหลักธรรมและมีชีวิตที่งดงามในตัวเองอย่างแท้จริง (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2558) ขณะที่พุทธทาสภิกขุ (2550) ให้ความสำคัญกับการรักษาโรคทั้งสองด้าน คือ โรคทางกายและโรคทางใจ โดยเฉพาะโรคทางใจซึ่งมักเกิดจากความโลภ โกรธ หลง ความอิจฉาและความหึงหวง ซึ่งถือเป็น “โรคทางวิญญาณ” ที่ไม่อาจรักษาด้วยสมุนไพรทางกายเพียงอย่างเดียว แต่ต้องการ “เครื่องยา” ทางจิตใจ เช่น ความเมตตา การปล่อยวาง และสติปัญญา 4 ซึ่งภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในนครศรีธรรมราชยังได้ผสานเอาแนวคิดนี้ไว้ในปฏิบัติด้วย ด้วยเหตุนี้ภูมิปัญญาสมุนไพรเชิงพุทธจึงเป็นมากกว่าการบำบัดโรคทางกาย แต่เป็นเครื่องมือทางวัฒนธรรมที่ช่วยรักษาความสมดุลของชีวิตมนุษย์ในมิติที่ครอบคลุม ทั้งทางกาย ใจและจิตวิญญาณ รวมถึงความสัมพันธ์กับธรรมชาติและชุมชนอย่างกลมกลืน กระบวนการสืบทอดองค์ความรู้จึงมิได้เป็นเพียงการถ่ายทอดทางเทคนิคทางยาเท่านั้น แต่ยังเป็นการปลูกฝังหลักธรรมทางพุทธศาสนาในการดำรงชีวิตที่สันติสุขและสมดุล อย่างไรก็ตาม การเผชิญกับโลกสมัยใหม่ที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งทางเทคโนโลยีและสังคมทำให้ภูมิปัญญาเชิงพุทธในการใช้สมุนไพรต้องได้รับการส่งเสริมและอนุรักษ์อย่างจริงจัง ผ่านการบูรณาการเข้ากับระบบการศึกษาและระบบ

สาธารณสุข เพื่อให้ภูมิปัญญานี้ไม่สูญหายและยังคงทำหน้าที่เป็นฐานทางปัญญาและเครื่องมือฟื้นฟูสุขภาพที่ยั่งยืนของชุมชนในอนาคต

ภูมิปัญญาในการถ่ายทอดการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราช การสืบทอดองค์ความรู้ด้านการใช้สมุนไพรรักษาโรคในจังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นภาพสะท้อนสำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ผสมผสานระหว่างความรู้ทางชีวภาพกับความเชื่อและจารีตประเพณีอย่างลึกซึ้ง กระบวนการเรียนรู้แบบ “ลงมือทำจริง” ผ่านการถ่ายทอดจากผู้รู้สู่ศิษย์ในครอบครัวและชุมชน ไม่ใช่เพียงการถ่ายทอดข้อมูลเชิงเทคนิค แต่ยังรวมถึงการปลูกฝังจริยธรรม ศีลธรรมและความเคารพต่อธรรมชาติ ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของการใช้สมุนไพรในมิติของความยั่งยืนและความสมดุลของชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พระครูอินทสารวิจักษ์ อินทสโร (2551) วิจัยเรื่องศึกษาการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสธที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา พบว่าการรักษาโรคในพระพุทธศาสนาไม่ได้จำกัดอยู่ที่การใช้ “ยาสมุนไพร” เท่านั้น แต่ยังรวมถึง “ธรรมโอสธ” ซึ่งเป็นการรักษาโรคทางใจควบคู่ไปกับการรักษาทางกาย ซึ่งชี้ให้เห็นถึงแนวคิดแบบองค์รวมที่พุทธศาสนามุ่งเน้น ทั้งนี้ยาสมุนไพรที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตใช้นั้นมีความหลากหลาย ตั้งแต่พืชต่างๆ เช่น รากไม้ ใบไม้ ผลไม้ ไปจนถึงน้ำมันจากสัตว์และธาตุต่าง ๆ ที่ได้จากธรรมชาติ ซึ่งถูกนำมาผสมผสานและใช้อย่างระมัดระวังตามหลักวิชาการ พื้นบ้านที่สืบทอดต่อกันมา ความสำคัญของ “ธรรมโอสธ” หรือยารักษาโรคทางใจ เช่น การทำสมาธิ เจริญสติ ปฏิญาณและการปฏิบัติในลักษณะของ “สัปปายะ 7” ซึ่งประกอบด้วย การดูแลที่อยู่ อาหาร การพูดคุยเรื่องธรรม การอยู่ร่วมกับคนดีและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ล้วนเป็นส่วนหนึ่งของการรักษาที่ช่วยให้จิตใจสงบซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการแพทย์แผนโบราณที่มองสุขภาพอย่างองค์รวม นอกจากนี้ งานวิจัยของ เพ็ญภาทิพย์สุราษฎร์ และ ประดิษฐ์ จิระเดชประไพ (2559) วิจัยเรื่องการศึกษาพืชสมุนไพรท้องถิ่นและภูมิปัญญาด้านการใช้พืชสมุนไพร กรณีศึกษา : อุทยานแห่งชาติแก่งกรุง จังหวัดสุราษฎร์ธานี ยังชี้ให้เห็นว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่นเกี่ยวกับสมุนไพรนั้นไม่ได้แยกออกจากความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์และพิธีกรรมทางศาสนาอย่างเด็ดขาด การใช้คาถาอาคมหรือพิธีกรรมต่าง ๆ ที่ผสมผสานเข้ากับการใช้สมุนไพรจึงไม่ใช่เพียงเรื่องงมงาย หากเป็นส่วนหนึ่งของการรักษาแบบองค์รวมที่รวมทั้งร่างกายและจิตใจไว้ด้วยกัน ซึ่งเป็นมิติที่สำคัญในการสร้างความศรัทธาและผลทางจิตใจในการบำบัดโรค อย่างไรก็ตาม ในยุคโลกาภิวัตน์ กระบวนการถ่ายทอดความรู้แบบดั้งเดิมต้องเผชิญกับความท้าทายที่สำคัญ เช่น การลดลงของผู้สืบทอดองค์ความรู้ ความเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิตและการเข้ามาของระบบการแพทย์แผนปัจจุบันที่มีบทบาทเด่น การตอบสนองต่อความท้าทายนี้จึงจำเป็นต้องอาศัยกลไกเชิงระบบ เช่น การจัดตั้งศูนย์เรียนรู้สมุนไพร การบันทึกองค์ความรู้ และการบูรณาการความรู้สมุนไพรในระบบการศึกษาและบริการสุขภาพ ท้ายที่สุด ภูมิปัญญาด้านสมุนไพรในนครศรีธรรมราชจึงเป็นทั้งมรดกทางวัฒนธรรมและทุนทางปัญญาที่มีคุณค่ามหาศาล ทั้งในแง่การรักษาโรคและการรักษาความสมดุลของชีวิตและจิตใจ การส่งเสริมและรักษามรดกความรู้ไว้ไม่เพียงแต่เป็นการอนุรักษ์วัฒนธรรม แต่ยังเป็นการสร้างรากฐานที่มั่นคงสำหรับการพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวมที่ตอบโจทย์ทั้งความต้องการทางร่างกายและจิตใจของผู้คนในสังคมไทยยุคใหม่และอนาคตต่อไป

สรุป

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้สมุนไพรไทย การใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราช และวิเคราะห์ภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในพื้นที่ดังกล่าว โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 8 รูป/คน และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาเพื่อทำความเข้าใจความหมายและคุณค่าของการใช้สมุนไพรในมิติทางกายภาพ จิตใจ และจิตวิญญาณตามแนวพุทธ ผลการวิจัยพบว่า สมุนไพรไทยเป็นมรดกทางภูมิปัญญาที่มีการสืบทอดมาอย่างยาวนาน การใช้สมุนไพรไม่ได้มุ่งเน้นเพียงการรักษาโรคทางกายเท่านั้น แต่ยังสะท้อนถึงการดำรงรักษาวัฒนธรรม การพึ่งพาธรรมชาติ และการสร้างสมดุลระหว่างร่างกาย จิตใจ และสิ่งแวดล้อม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมและการพัฒนาที่ยั่งยืน อันเป็นประโยชน์ต่อการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและภูมิปัญญาท้องถิ่น จังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นพื้นที่ที่มีการอนุรักษ์และถ่ายทอดภูมิปัญญาด้านสมุนไพรควบคู่กับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาอย่างเข้มแข็ง การใช้สมุนไพรเชิงพุทธจึงเป็นกระบวนการดูแลสุขภาพที่ผสมผสานการบำบัดทางกายเข้ากับการฟื้นฟูจิตใจ โดยอาศัยหลักสติ ปัญญา และการดำเนินชีวิตตามแนวทางพุทธศาสนา ส่งผลให้ชุมชนสามารถพึ่งพาตนเองด้านสุขภาพได้อย่างสมดุล

ในเชิงการวิเคราะห์ พบว่าภูมิปัญญาการใช้สมุนไพรเชิงพุทธมิได้จำกัดอยู่ที่การรักษาอาการเจ็บป่วยทางกาย หากแต่เป็นกระบวนการพัฒนาจิตใจผ่านการฝึกสมาธิ การตระหนักรู้ในความทุกข์ และการเข้าใจธรรมชาติของชีวิต การดูแลสุขภาพจึงเป็นการบูรณาการระหว่างการเยียวยากายและการพัฒนาจิตวิญญาณ ซึ่งสะท้อนคุณค่าเชิงวิชาการด้านสุขภาพแบบองค์รวม และแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงอย่างลึกซึ้งระหว่างภูมิปัญญาโบราณกับหลักธรรมของพระพุทธศาสนา อันสามารถนำไปต่อยอดในการพัฒนาองค์ความรู้และแนวทางการดูแลสุขภาพเชิงวัฒนธรรมได้อย่างยั่งยืน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การพัฒนานโยบายเพื่อสนับสนุนการใช้สมุนไพรเชิงพุทธในจังหวัดนครศรีธรรมราชควรมีแนวทางที่ชัดเจนและยั่งยืน โดยเสนอแนะบทบาทและหน้าที่ของแต่ละฝ่ายดังนี้

1. ภาครัฐ ควรเป็นผู้ออกนโยบายและจัดสรรงบประมาณเพื่อจัดตั้งศูนย์ความรู้สมุนไพรเชิงพุทธในระดับตำบลและอำเภอ รวมทั้งสนับสนุนงานวิจัยสมุนไพรเชิงพุทธที่ผสมผสานกับหลักธรรมพุทธ โดยให้มีมาตรฐานทางวิชาการและจริยธรรมชัดเจน นอกจากนี้รัฐควรส่งเสริมให้ระบบสุขภาพปฐมภูมิในพื้นที่มีการใช้สมุนไพรเชิงพุทธอย่างถูกวิธีและปลอดภัย รวมถึงผลักดันการบูรณาการเนื้อหาเกี่ยวกับสมุนไพรในหลักสูตรการศึกษาทั้งในโรงเรียนและวัด



2. วัดและพระสงฆ์ มีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมศีลธรรมและหลักธรรมเข้ากับการใช้สมุนไพร โดยการจัดอบรมหมอฟันบ้านและชุมชนเกี่ยวกับการรักษาด้วยสมุนไพรเชิงพุทธ พร้อมเป็นศูนย์กลางเผยแพร่ความรู้และดำเนินกิจกรรมภavana เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึกในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสมุนไพรอย่างมีจริยธรรม รวมทั้งร่วมมือกับภาครัฐในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเยาวชนในชุมชน

3. ชุมชนและหมอฟันบ้าน ควรมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์และใช้สมุนไพรอย่างยั่งยืน โดยส่งเสริมให้หมอฟันบ้านได้รับการอบรมทั้งด้านวิชาการและจริยธรรมจากวัดและศูนย์ความรู้สมุนไพร พร้อมทั้งพัฒนาผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่มีคุณค่าเชิงวัฒนธรรมและจิตวิญญาณ เพื่อสร้างรายได้ให้ชุมชนอย่างยั่งยืน นอกจากนี้ ชุมชนควรร่วมมือกันอนุรักษ์พื้นที่ปลูกสมุนไพรและทรัพยากรธรรมชาติอย่างมีจิตสำนึก

4. ระบบการศึกษาและเยาวชน ควรบูรณาการเนื้อหาความรู้เรื่องสมุนไพรเชิงพุทธในหลักสูตรทั้งในโรงเรียนและกิจกรรมวัด เช่น การจัดกิจกรรมเรียนรู้สมุนไพร การปลูกสมุนไพรและการฝึกปฏิบัติธรรมควบคู่กัน เพื่อสร้างเยาวชนที่มีความรู้ความเข้าใจ ทั้งในแง่สุขภาพ ศีลธรรมและการอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่น

5. ภาควิชาการและนักวิจัย ควรสนับสนุนงานวิจัยเชิงลึกที่เชื่อมโยงระหว่างหลักธรรมกับการใช้สมุนไพร เพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ ๆ และพัฒนามาตรฐานการใช้สมุนไพรในระบบสุขภาพอย่างเป็นทางการ โดยให้ความสำคัญกับการวิจัยที่คำนึงถึงมิติสุขภาพกาย ใจและจิตวิญญาณควบคู่กัน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาพื้นบ้านและหลักพุทธธรรมในการใช้สมุนไพรพื้นบ้านของชุมชนจังหวัดนครศรีธรรมราชเน้นผสมภูมิปัญญาท้องถิ่นกับพุทธธรรม

2. ควรศึกษาการบูรณาการหลักพุทธศาสนากับภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการส่งเสริมการใช้สมุนไพร ศึกษากรณีชุมชนรอบวัดในจังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งเป็นการวิเคราะห์การออกแบบภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการส่งเสริมการใช้สมุนไพรที่สอดคล้องกับหลักธรรมพุทธศาสนา

3. ควรศึกษาการบำบัดทางเลือกโดยใช้สมุนไพรและธรรมบำบัดในวิถีพุทธของชาวบ้านจังหวัดนครศรีธรรมราช การศึกษาเพื่อมุ่งเน้นการศึกษาว่าหลักพุทธธรรมช่วยให้เน้นการบำบัดแบบผสมผสม

4. ควรส่งเสริมแนวทางการอนุรักษ์และพัฒนาองค์ความรู้สมุนไพรเชิงพุทธในพื้นที่จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่มุ่งเน้นการอนุรักษ์องค์ความรู้

เอกสารอ้างอิง

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. (2561). *ความรู้พื้นฐานการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก*. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข.

กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *แผนยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก พ.ศ. 2560–2564*. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข.



ศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย
Thai Journal Citation Index Centre

<https://so08.tci-thaijo.org/index.php/dhammalife/index>

- คณะกรรมการสมุนไพรวงศาชาติ. (2559). แผนแม่บทแห่งชาติว่าด้วยการพัฒนาสมุนไพรไทย พ.ศ. 2560–2564. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา.
- ทวี วรคุณ. (2551). *หมอชีวกโกมารภัจจ์กับการแพทย์ในพระพุทธศาสนา*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูอินทสารวิจิตร (อินทสโร). (2551). *การศึกษาการรักษาโรคด้วยยาสมุนไพรและธรรมโอสธที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูอินทสารวิจิตร (อินทสโร). (2551). *พุทธธรรมกับการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2550). *พุทธเศรษฐศาสตร์*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2558). *พุทธธรรมกับการแพทย์และการดูแลสุขภาพ*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระวิชัย เสงี่ยม. (2543). *เภสัชในพระพุทธศาสนา*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พุทธทาสภิกขุ. (2550). *ธรรมโอสธ: การรักษาโรคทางกายและโรคทางใจ*. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- เพ็ญภา ทิพย์สุราษฎร์, และ ประดิษฐ์ จิระเดชประไพ. (2559). *การศึกษาพืชสมุนไพรท้องถิ่นและภูมิปัญญาด้านการใช้พืชสมุนไพร: กรณีศึกษาอุทยานแห่งชาติแก่งกรุง จังหวัดสุราษฎร์ธานี*. รายงานการวิจัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2558). *เอกสารประกอบการเรียนการสอนรายวิชาพุทธธรรมกับสุขภาพ*. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วรรณ ศรีสุพรรณ. (2562). *สมุนไพรไทยกับการปรับสมดุลธาตุในร่างกาย*. เชียงใหม่: สำนักพิมพ์ล้านนาสุขภาพ.
- สุดารัตน์ ต่ายธานี, และคณะ. (2563). *การศึกษาการใช้สมุนไพรเพื่อการดูแลสุขภาพของพระสงฆ์: กรณีศึกษาอำเภอเบญจลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ*. วารสารวิชาการด้านสาธารณสุขและการแพทย์แผนไทย, 19(2), 45–60.
- สุดารัตน์ ต่ายธานี, และคณะ. (2563). *ภูมิปัญญาหมอยาพื้นบ้านกับการเปลี่ยนแปลงของระบบสุขภาพไทย*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภา ศรีธนาสาร. (2560). *ทฤษฎีธาตุทั้งสี่กับการดูแลสุขภาพตามหลักการแพทย์แผนไทย*. นนทบุรี: สำนักพิมพ์ภูมิปัญญาไทย.
- อรอุมา เลหาพิบูลย์กุล. (2557). *โพชฌงค์ 7 กับการเยียวยาสุขภาพจิตตามแนวพุทธ*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อุดมศักดิ์ ศรีวิชัย. (2559). *แนวคิดสุขภาพองค์รวมกับการแพทย์แผนไทย*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพไทย.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144–156.
- Payutto, P. A. (2003). *Buddhism and health*. Bangkok: Buddhadhamma Foundation.



-
- Sivaraksa, S. (2014). *Seeds of peace: A Buddhist vision for renewing society*. Berkeley, CA: Parallax Press.
- Thanissaro Bhikkhu. (2010). *The wings to awakening: An anthology from the Pāli Canon*. Barre, MA: Dhamma Dana Publications.

