

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การขับเคลื่อนระบบดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ ผู้วิจัยเสนอผลการวิจัยเป็นลำดับดังนี้

1. พัฒนาการ การเปลี่ยนแปลงระบบดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ
2. การจัดการความรู้ในระบบดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ
3. รูปแบบการขับเคลื่อนระบบดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ

พัฒนาการ การเปลี่ยนแปลงระบบดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ

การศึกษาพัฒนาการ การเปลี่ยนแปลงระบบดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ ผู้วิจัยได้ทำการสืบค้นข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้อาวุโสซึ่งเป็นผู้เฒ่าผู้แก่ ผู้นำชุมชน ครูที่เกิดในหมู่บ้านพร้อมกับได้ทำการสืบค้นข้อมูลในเอกสารที่เกี่ยวข้อง การสังเกตแบบมีส่วนร่วม ทำให้ได้มาซึ่งข้อมูล ประวัติความเป็นมา ข้อมูลทั่วไปพื้นฐานของหมู่บ้านแสงเจริญ โดยมีประเด็นการนำเสนอให้เห็นถึงวิวัฒนาการ ดังนี้ 1. ข้อมูลทั่วไปของหมู่บ้าน ประกอบด้วย ประวัติหมู่บ้าน จำนวนประชากร/จำนวนครัวเรือน ที่ตั้งและอาณาเขตติดต่อกลุ่มองค์กรที่สำคัญ ผู้มีความรู้ ภูมิปัญญาท้องถิ่น สภาพทางเศรษฐกิจและสังคม ประเพณี ศาสนาวัฒนธรรม 2. วิธีการดำรงชีวิตด้านสุขภาวะชุมชน ผลการวิจัยพบว่า

1. ประวัติความเป็นมา ข้อมูลทั่วไปพื้นฐานของหมู่บ้านแสงเจริญ
 - 1.1 ประวัติความเป็นมาของหมู่บ้าน

เมื่อปี 2360 หมู่บ้านไทอุ้อนาแสง ได้เดินทางอพยพจากดินแดนเมืองศรีโคตรบูรณ์ประเทศลาวในปัจจุบัน เนื่องจากภัยทางการเมืองและการเผยแพร่ศาสนาของชาติตะวันตก ทำให้ขาดที่พึ่ง เพราะไม่มีผู้นำที่เข้มแข็ง ในช่วงนั้นเกิดผู้นำกลุ่มโดยธรรมชาติขึ้นคือพ่อคู่หอม ได้ประหฺมระหว่างญาติของตนและตกลงกันว่าในเมื่อมีภัย เช่นนี้จำเป็นจะต้องอพยพ

ไปหาที่อยู่ใหม่ที่น่าจะมีความปลอดภัยและเป็นพื้นที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยทรัพยากรธรรมชาติ ผู้คนมีน้อย ง่ายต่อการทำมาหากิน นั่นคือถิ่นประเทศไทย ดินแดนฝั่งขวาแม่น้ำโขง จึงได้ออกเดินทาง โดยใช้แพไม้ไผ่ไหลล่องตามลำน้ำโขงขึ้นฝั่งขวาเมืองท่าอุเทน ปัจจุบันอำเภอท่าอุเทน จังหวัดนครพนม มาตั้งหมู่บ้านใหม่ ด้วยหวังว่าจะหนีร้อนมาพึ่งเย็น อยู่ได้ไม่นานภรรยาพ่อผู้หอมได้เสียชีวิตลงเพราะเกิดโรคระบาด คือ โรคอุจจาระร่วงหรือที่เรียกว่า โรคห่า นอกจากนั้น ยังมีโรคไข้ป่า โรคเรื้อนระบาดหนักในเวลานั้น พ่อเฒ่าดาบอดและแม่เฒ่าจวงซึ่งได้รวมอพยพมาในกลุ่มเดียวกันได้หรือกันแล้วอพยพย้ายถิ่นฐานจากเมืองท่าอุเทนเดินทางลัดป่าเขาลำเนาไพร ที่เต็มไปด้วยภัยธรรมชาติมากมาย โดยเริ่มต้นเดินทางไปทางทิศตะวันตกเฉียงใต้ของเมืองท่าอุเทน คือบริเวณเมืองศรีสงครามปัจจุบัน คือตำบลน้ำจั้น อ.เซกา ได้มาสร้างบ้านเรือนอยู่กับญาติที่อพยพล่วงหน้ามาก่อน อยู่ได้ไม่นานจึงได้ชักชวนกันอพยพกลับประเทศลาวดั้งเดิม เพราะเกิดความคิดถึงถิ่นฐานบ้านเรือน และสัตว์เลี้ยงของตนที่ทิ้งมา ขณะเดินทางกลับมาได้หยุดพักระหว่างทางและทำการสำรวจพื้นที่ทำเล พบว่ามีลักษณะภูมิประเทศเป็นพื้นที่ราบลุ่ม อุดมสมบูรณ์ไปด้วยสัตว์ป่าพร้อมกับมีแหล่งน้ำ และที่สำคัญคือมีป่าไม้ ที่มีต้นไม้ป่าชนิดหนึ่งจำนวนมาก ต้นเล็กบ้างใหญ่บ้างตามสภาพท้องถิ่นที่มีความอุดมสมบูรณ์ของดิน ใบอ่อนสามารถนำมาประกอบอาหารได้ชื่อว่า ต้นแสลง จึงได้ตัดสินใจตั้งรกรากสร้างบ้านเรือนที่บริเวณนี้และมีการตั้งชื่อบ้านตามพื้นที่ ที่เป็นนาและต้นแสลง คือ บ้านนาแสลง นั่นเอง ผู้คนในสมัยนั้นสื่อสารกันด้วยภาษาญ้อ เรียกว่า ไทญ้อ

การเมืองการปกครองในสมัยนั้น ไทญ้อ จะอยู่กันแบบเรียบง่าย เชื้อพึ่งผู้อาวุโส ถ้าผู้เฒ่าผู้แก่พูดคำไหนเอาคำนั้นจึงทำให้อยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข ในยุคสมัยนั้นบ้านนาแสลงขึ้นตรงกับเมืองไชยะบุรี ต้องเก็บและนำส่งไปส่งให้เจ้าเมืองไชยะบุรีทุกปี

ตารางที่ 1 ประวัติด้านการปกครองของบ้านนาแสลง

ปี พุทธศักราช	ชื่อผู้นำ (ผู้ใหญ่บ้าน)	ชื่อตำบล/อำเภอ/จังหวัด
2490 - 2576	พ่อผู้จารย์หอม ไม่มีนามสกุล พ่อผู้เป ไม่มีนามสกุล นายป่า อองตัน	เมืองไชยะบุรี
2475	นายลุย หอมสมบัติ	ตำบลน้ำจั้น อำเภอบึงกาฬ จังหวัดหนองคาย
2480	นายลวย หอมสมบัติ	ตำบลน้ำจั้น อำเภอบึงกาฬ หนองคาย
2496	นายมอญ รัตนวงศ์	ตำบลชุมภูพร อ.บึงกาฬ จ.หนองคาย

ปี พุทธศักราช	ชื่อผู้นำ (ผู้ใหญ่บ้าน)	ชื่อตำบล/อำเภอ/จังหวัด
2496	นายมอญ รัตนวงศ์	ตำบลชุมภูพร อ.บึงกาฬ จ.หนองคาย
2510	นายกอง หอมสมบัติ	ตำบลนาสะแบง อ.บึงกาฬ จ.หนองคาย
2527	นายหัน หอมสมบัติ	ตำบลนาแสง อ.บึงกาฬ จ.หนองคาย
2530	นายวิเคน คำสอน	ตำบลนาแสง กิ่งอำเภอสรีวิไล จ.หนองคาย
2534 ถึง 2553	ดาบตำรวจสายชล สุณาวงค์	ตำบลนาแสง อำเภอสรีวิไล จ.หนองคาย (ยกฐานะเป็นอำเภอสรีวิไล เมษายน 2535)
2533 - ปัจจุบัน	นายสมพงษ์ ลุนงามหาร	ตำบลนาแสง อำเภอสรีวิไล จัดบึงกาฬ

ประวัติการแยกหมู่บ้าน

เมื่อปีพุทธศักราช 2522 บ้านนาแสงเริ่มขยายหลังคาเรือนเพิ่มมากขึ้นประกอบกับกระทรวงมหาดไทยมีนโยบายการกระจายอำนาจการปกครอง จึงมีการแบ่งการปกครองบ้านนาแสงออกเป็น 2 หมู่บ้าน คือบ้านนาแสงหมู่ 1 และบ้านแสงสาครหมู่ 7 ภายใต้การบริหารงบประมาณสุขาภิบาลตำบลนาแสง ต่อมาเมื่อปี พุทธศักราช 2527 นายคำไพ จันทร์เพ็ง ครูใหญ่โรงเรียนบ้านนาแสงจึงได้ทำหนังสือเสนอขอตั้งหมู่บ้านใหม่โดยแยกจากบ้านแสงสาคร หมู่ 7 ออกเป็นบ้านแสงเจริญ หมู่ 8 จนถึงปัจจุบัน และยกฐานะสุขาภิบาลเป็นองค์การบริหารส่วนตำบลนาแสง

1.2 ที่ตั้งและอาณาเขตติดต่อ

บ้านนาแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอสรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ อยู่ห่างจากอำเภอสรีวิไล 18 กิโลเมตร และอยู่ห่างจากอำเภอเมือง จังหวัดบึงกาฬ เป็นระยะทาง 43 กิโลเมตร โดยมีอาณาเขตติดต่อดังนี้

ทิศเหนือ ติดกับบ้านสันทรายงาม หมู่ 8 ตำบลนาสะแบง อำเภอสรีวิไล

ทิศใต้ ติดกับบ้านดงเกษม หมู่ 2 ตำบลนาแสง

ทิศตะวันออก ติดกับบ้านนาแสง หมู่ 1 ตำบลนาแสง

ทิศตะวันตก ติดกับบ้านแสงสาคร หมู่ 7 ตำบลนาแสง

1.3 การคมนาคม

มีความสะดวกมาก เนื่องจากเป็นถนนลาดยางมะตอยและเป็นคอนกรีต จำนวน 1 สาย คือ ถนนสาย ปังไฮ – ศรีวิไล - บึงกาฬ การเดินทางเข้าอำเภอและเข้าจังหวัด ส่วนมากใช้

รถส่วนบุคคล และมีรถสองแถวประจำทาง จากบ้านแสงเจริญถึงอำเภอศรีวิไลและเข้าไปอำเภอเมือง บึงกาฬ วันละ 1 เที่ยว

1.4 จำนวนหลังคาเรือนและจำนวนประชากร

บ้านแสงเจริญ มีจำนวนหลังคาเรือน 120 หลังคาเรือน จำนวนประชากรทั้งหมด 625 คน แบ่งเป็น เพศชาย 290 คน เพศหญิง 333 คน

1.5 การเมืองการปกครอง

ยึดหลักการปกครองตามระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข แสดงถึงความรักและเคารพต่อสถาบันชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ ดังมีรายนามผู้นำชุมชนดังนี้

1. นายสมพงษ์ ลุนงามหาร ตำแหน่งผู้ใหญ่บ้าน
2. นายสุนทร พันป้องซอด ตำแหน่งผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
3. นายอิสระ หอมสมบัติ ตำแหน่งผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
4. นายพยุงค์ศักดิ์ แก้วมวงคุณ ตำแหน่งสมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบลบ้าน

แสงเจริญ

- 5) นายคชาวุฒิ รุ่งเรือง ตำแหน่งสมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านแสง

เจริญ

1.6 ทุนทางสังคม/องค์กรที่มีอยู่เดิม

1.6.1 ชมรมผู้สูงอายุคุณภาพ

จุดเด่นของชมรมคือ มีการรวมกลุ่มผู้สูงอายุอย่างเข้มแข็งมีการบริหารจัดการโดยใช้หลัก 4 ก. และ 1 ข. (ข้อมูล) อย่างมีประสิทธิภาพ กล่าวคือ มีคณะกรรมการบริหารชมรมที่มาจากการเลือกตั้ง ของสมาชิกชมรม มีการร่วมกันกำหนด กฎ/กติกาของชมรม ประกาศให้สมาชิกถือปฏิบัติ มีกองทุน และที่สำคัญที่สุดคือ การร่วมกันจัดกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

นอกจากนี้ ในหมู่บ้านยังมีการรวมกลุ่มกันของคนที่ได้รับงบประมาณและแนวคิดภาครัฐ ได้แก่ กลุ่มกองทุนพัฒนาสตรี กลุ่มกองทุนพัฒนาหมู่บ้าน (กองทุน SML) กองทุนออมทรัพย์วันละบาท กองทุนแก้ไขปัญหาคความยากจน (กขคจ.) เป็นต้น

1.7 ปราชญ์ชุมชน/ภูมิปัญญาชาวบ้าน

1.7.1 พ่อคำหู่ หอมสมบัติ มีภูมิปัญญาเรื่องแพทย์แผนไทยโดยเฉพาะพืช

สมุนไพร

1.7.2 นายวิกาล พรหมผัน ผู้สูงอายุที่มีจิตอาสา เป็นคนดีคนเก่งในหมู่บ้านที่มีความรู้ความสามารถในการส่งเสริมให้เกิดชุมชนเข้มแข็ง เป็นบุคคลต้นแบบด้านการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านการออกกำลังกาย ด้านการปฏิบัติตนไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข

1.7.3 นางบรรจง ภู่อ่าว ประธานชมรมผู้สูงอายุ บ้านแสงเจริญ เป็นแกนนำในการรวมกลุ่มผู้สูงอายุในหมู่บ้าน ขยายสู่หมู่บ้านอื่นๆในตำบลนาแสง ผลักดันและสนับสนุนให้สมาชิกชมรมมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านร่างกาย ด้านอารมณ์และด้านสังคม รวมถึงกิจกรรมการสืบสานวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามของท้องถิ่น

1.7.4 นางเพ็ญศรี ราชวงศ์ เลขานุการชมรมผู้สูงอายุ เป็นผู้มีความรู้ด้านการออกกำลังกายแบบรำไม้พลองประกอบเพลงลูกทุ่ง เป็นผู้นำการออกกำลังกาย และผู้ฝึกสอนให้กับชมรมอื่นๆในตำบลนาแสง

1.7.5 นายสมัคร ราชวงศ์ เป็นผู้มีความรู้เรื่องการปลูกเห็ดขอนขาวและพลิกยารลดยนต์สำหรับทำกระถางปลูกพืชผักสวนครัว ไว้บริโภคเอง

1.7.6 นายสมนึก แก้วใส เป็นผู้มีความรู้เรื่องการปลูกเห็ดนางฟ้า

1.7.7 นางแห่วน อินทวงศ์ เป็นผู้มีความรู้เรื่องการทำส้มเห็ดนางฟ้า(อาหารเจ)

1.7.8 นางฉลอง เนาวนิตย์ เป็นผู้มีความรู้เรื่องยาคะไคร้ทรงเครื่อง

1.8 ภูมิศาสตร์และภูมิประเทศ

มีพื้นที่ทางภูมิศาสตร์เป็นที่ราบลุ่ม พื้นดินชุ่ม อุ่มน้ำตลอดปี มีแหล่งน้ำในหมู่บ้านเพียงพอประชากร จึงมีอาชีพเกษตรกรรม ทำนา และทำไร่ยางพาราเป็นหลัก และในช่วงฤดูกลาดหลังการเก็บเกี่ยวข้าวจะมีผักพื้นบ้านชนิดหนึ่งชื่อว่า ผักใบบัวบก หรือชาวบ้านเรียกว่า ผักหนอกขึ้นเต็มตามทุ่งนาสามารถเก็บผักมารับประทานได้อย่างปลอดภัย ส่วนในฤดูฝน จะมีผักพวย ขึ้นเต็มตามที่นาเช่นกัน

1.9 อาชีพและสภาพเศรษฐกิจ

ประชากร ร้อยละ 80 ของหลังคาเรือน ประกอบอาชีพกรีดยางพารา ซึ่งขายได้ราคาดี จึงทำให้ประชาชนบ้านแสงเจริญ มีฐานะเศรษฐกิจดี มีรายได้สูง ประชาชนมีกำลังในการซื้อหาสิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มมากขึ้น ขณะเดียวกันก็ต้องทำงานหนักขึ้น

1.10 สภาพสังคม ศาสนา และวัฒนธรรมประเพณี

พื้นฐานเดิมเป็นหมู่บ้านนาแสง มีวัดที่อยู่ในพื้นที่ 1 วัดคือ วัดโพธิ์ชัยศรี มีโรงเรียนขยายโอกาสจำนวน 1 แห่ง และเมื่อปี พ.ศ.2522 มีการแบ่งหมู่บ้านนาแสงออกเป็น 3 หมู่บ้าน คือ บ้านนาแสง หมู่ 1 บ้านแสงสาคร หมู่ 7 และบ้านแสงเจริญ หมู่ 8

ถึงแม้จะแยกหมู่บ้าน แต่ยังใช้วัดและโรงเรียนด้วยกันเหมือนเดิม ประชาชนในหมู่บ้านมีความเชื่อและศรัทธาในพระพุทธศาสนา และมีการสืบทอดวัฒนธรรมประเพณีของท้องถิ่น อีสาน ตามฮีต 12 คอง 14 มีบุญประเพณีต่างๆตามเดือน เช่น บุญประทายเป็นปลีอก บุญบั้งไฟ ทอดเทียนพรรษา บุญกฐิน บุญเบิกบ้าน งานสงกรานต์ เป็นต้น

2 วิธีการดำรงชีวิตด้านสุขภาวะชุมชนบ้านแสงเจริญ

การดำรงชีวิตด้านสุขภาวะด้วยระบบต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ มีประเด็นที่ได้ทำการศึกษาวิถีด้านสุขภาพในแต่ละช่วงเวลาคือ มุมมองการเปลี่ยนแปลงจากอดีตสู่ปัจจุบัน และการเปลี่ยนผ่านของชุมชน

เมื่อได้ตามรอยการเปลี่ยนแปลงจากอดีต เพื่อศึกษาวิถีชีวิตของผู้คนบ้านแสงเจริญ พบว่าในชุมชนมีการดำเนินชีวิตด้วยการพึ่งพาอาศัยทรัพยากรธรรมชาติด้วยการนำมาใช้ประโยชน์ในการทำให้เป็นเป็นปัจจัยสี่โดยมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันจนไม่สามารถแยกออกจากกันได้ตามกาลสมัยดังนี้

2.1 ยุคเกษตรดั้งเดิม (ปี พุทธศักราช.2360-2512)

นับตั้งแต่ปีพุทธศักราช 2360 คนเผ่าญ้อนาแสง ได้อพยพย้ายถิ่นฐานมาจากเมืองศรีโคตรบูรณ์ประเทศลาว และมาตั้งบ้านเรือน ณ ดินแดนที่มีความอุดมสมบูรณ์เหมาะสำหรับเป็นพื้นที่ทำมาหากิน เพราะเป็นพื้นที่ราบลุ่ม ดินชุ่มอุ้มน้ำตลอดทั้งปี เหมาะที่จะทำการเกษตรด้วยการปลูกข้าวไร่ ต่อมามีการขยายผลและพัฒนาเป็นปลูกข้าวนาปีละ 1 ครั้ง โดยไม่มีการใช้สารเคมีใดๆเลยทั้งสิ้น การดำเนินชีวิตในยุคสมัยนั้นผู้คนอยู่อย่างสบาย ชีวิตดำเนินไปอย่างช้าๆ ไม่เร่งรีบ ไม่แข่งขัน มีอะไรก็ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีการแบ่งปันเอื้ออาทร เป็นสังคมที่มีความสุขไม่วุ่นวาย เครื่องนุ่งห่มเป็นผ้าฝ้ายที่ผลิตขึ้นเองจากต้นฝ้ายย้อมด้วยสีจากต้นคราม ทำให้ซับล้างโคลไฉไลได้ดี ที่อยู่อาศัยทำขึ้นแบบง่ายๆ มีเสาเป็นต้นไม้วัวพื้นและฝาบ้านทำจากไม้ไผ่และใบไม้ ใต้ถุนสูงเนื่องจากป้องกันสัตว์ป่าที่มีจำนวนมาก ด้านการบริโภคอาหารและน้ำที่มีในธรรมชาติและมีสรรพคุณเป็นยารักษาและป้องกันโรคได้ในพืชผักหลายชนิด คนในยุคนี้จึงไม่ค่อยเจ็บป่วย หากเจ็บป่วยส่วนมากจะเป็นโรคติดเชื้อและเป็นโรคระบาดได้แก่โรคท้องร่วงซึ่งเป็นโรคที่ติดต่อกันทางน้ำและอาหาร โดยมีแมลงวันเป็นพาหะนำโรค เพราะคนสมัยโบราณจะถ่ายอุจจาระตามพื้นดิน ยังไม่มีห้องส้วม ซึ่งจะรักษาด้วยสมุนไพรเปลือกกะเลา (เปลือก อินทนิล) หรือใช้เปลือกขามแทนก็ได้ “คนมีคนป่วยเป็นโรคท้องร่วง เอาเปลือกกะเลาหรืออีกชื่อหนึ่งว่า อินทนิล เอาเกลือทาหน้าเปลือกแล้วเอาไปบั้งไฟพอให้เหลืองแล้ว

แนะนำให้คนป่วยกินแทนน้ำ โรคท้องร่วงกะสียหาย” พ่อคำหู่ หอมสมบัติ ซึ่งเป็นหมอสมุนไพรให้ข้อมูลเพิ่มเติม ส่วนการดูแลสุขภาพจิตนั้นคนโบราณจะอยู่แบบ คะลำ ซึ่งหมายถึงข้อห้ามในการปฏิบัติ ถ้าผู้ใดยังปฏิบัติในข้อห้ามนั้นจะมีอันเป็นไปแก่ชีวิต นอกจากนี้ยังมีความเชื่อเรื่องการรักษา ผีปู่ผีย่า ผีบรรพบุรุษ ตลอดจนน้ำมันต์และฝ้ายผูกแขนซึ่งเป็นค้ายสายสินธุ์ที่พระสงฆ์สวดปลุกเสกไว้แล้ว “มีไอ้หนุ่มมีเมียแล้ว แต่ไปเล่นสาวอื่น เมียสู้ เมียเลยหึงแล้วมีอาการฮ้องไห้ มีผู้เฒ่าผู้แก่ทักท้วงขึ้นว่า ผิดของรักษาเบาะ ให้ไปมนต์พระมารคน้ำมันต์ให้ กะเซา” (พ่อคำหู่ หอมสมบัติ, สัมภาษณ์, 2555)

ด้านการสัญจรไปมาระหว่างหมู่บ้าน ตำบล อำเภอและจังหวัดนั้น อาศัยการเดินทางอย่างเดียวเพราะไม่มีถนนหนทาง อีกทั้งยังมีการหาบน้ำบ่อมาอุปโภคบริโภคทุกวัน ฉะนั้นจึงทำให้ได้ออกกำลังกายด้วยการทำกิจวัตรประจำวันทุกวัน ทำให้ร่างกายไม่ค่อยเจ็บป่วย

2.2 ยุคเกษตรข้าว ปอ มันสำปะหลัง (ปีพุทธศักราช. 2513-2532)

ในยุคนี้ชนเผ่าญ้อบ้านแสงเจริญมีจำนวนเพิ่มขึ้น เริ่มมีการตัดไม้ยางคอง ทำลายป่าเกิดขึ้น เพื่อทำเป็นพื้นที่การเกษตร ทำนา และมีการทำไร่ปลูกปอ ปลูกมันสำปะหลังบ้างเป็นบางส่วน มีการนำปุ๋ยเคมีเข้ามาใช้ในการกระตุ้นให้พืชเกษตรเจริญเติบโตและได้ผลผลิตดี แต่หารู้ไม่ว่าพื้นดินได้ถูกทำลายไป แหล่งน้ำธรรมชาติเริ่มมีสารเคมีตกค้าง ส่งผลทำให้ระบบนิเวศธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมสูญเสียคุณภาพ น้ำในแหล่งน้ำธรรมชาตินำมาใช้อุปโภคบริโภคไม่ได้เหมือนเดิม จำนวนอาหารและยาสมุนไพรในธรรมชาติมีจำนวนน้อยลงหรือบางชนิดหมดไปเลย เริ่มมีการนำแพทย์แผนปัจจุบันเข้ามาใช้ในการรักษาโรค ส่วนใหญ่ป่วยเป็นโรคปวดขา ปวดเข่า ไข้ป่า (มาลาเรีย) ซึ่งถ้าใช้ยาฉีดแผนปัจจุบันจะทำให้เห็นผลการรักษาเร็ว แต่คนส่วนใหญ่ก็ยังคงยึดถือการชะล่าและการเชื่อถือของรักษา ผีปู่ผีย่า พระสงฆ์อยู่ ในยุคนี้เงินเริ่มมีบทบาทสำคัญในการดำเนินชีวิตเนื่องจากทรัพยากรธรรมชาติที่มีในชุมชนเริ่มมีจำนวนน้อยลง ความสัมพันธ์ระหว่างคนก็ลดน้อยถอยห่างกันออกไป สังคมเริ่มมีการแข่งขันกันมากขึ้น เริ่มมีสื่อโทรทัศน์เข้าถึงหมู่บ้านแต่ไม่มาก ครอบครัวที่มีฐานะดีจึงจะมีโอกาสเข้าถึงสื่อโทรทัศน์ได้ กอปรกับประเทศไทยในสมัยนั้นส่งเสริมการพัฒนาประเทศสู่การเป็นประเทศกำลังพัฒนา และมีการปลุกฝังให้คนไทยทำงานสร้างรายได้ให้กับครอบครัวให้มากๆ ด้วยความเชื่อที่ว่าเงินมากแล้วจะมีความสุข ตามสโลแกน “งานคือเงิน เงินคืองานบันดาลสุข” ในยุคนี้มีการส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนเรียนหนังสือสูงขึ้นตามนโยบายของรัฐเพื่อเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาหมู่บ้าน กล่าวคือเรียนเพื่อให้เป็นเจ้าคนนายคน

2.3 ยุคเกษตรยางพารา (ปี พุทธศักราช. 2533-2554)

ยางพาราเป็นพืชพืชเศรษฐกิจที่ผลิตได้ดีในภาคใต้ของประเทศไทย ถูกนำมาส่งเสริมให้คนในบ้านแสงเจริญทดลองปลูก โดยการรับสมัครชาวบ้านที่จะเข้าร่วมโครงการอาสาปลูกยางพาราลองผลิตลองดูในช่วงเริ่มต้น ผู้เข้าร่วมโครงการจะได้รับการแจกต้นพันธุ์ยางพารา ยาฆ่าหญ้า ปุ๋ยเคมีฟรี และได้เงินค่าจ้างปลูกอีกจำนวนหนึ่งทุกปี บ้านแสงเจริญมี นายชันชัย หอมสมบัติ เป็นเกษตรกรคนแรกที่อาสาปลูกยางพารา เริ่มต้นปลูกเพียง 15 ไร่ และมีการขยายการปลูกทุกปี เมื่อครบ 7 ปี ก็ทำการกรีดยางพาราพบว่า น้ำยางออกดีมาก ขายได้ราคาดีอีกด้วย จึงทำให้ผู้คนนิยมที่จะเปลี่ยนไร่ปอ, ไร่มันสำปะหลังหรือแม้แต่นาข้าวมาเป็นสวนยางพารากันหมด สิ่งที่สังเกตเห็นการเปลี่ยนแปลงที่มากับสวนยางพารา คือการใช้สารเคมีกำจัดวัชพืช ยาฆ่าหญ้า และปุ๋ยเคมีจำนวนมาก สารเคมีเหล่านี้ทำให้มีผลกระทบเชิงลบต่อสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะน้ำที่ท่วม เวล่าน้ำท่วมทำให้ข้าวตาย ปลาตาย ครุฑukan เศรษฐกิจ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านนาแสงเล่าว่า “สมัยก่อนที่จะปลูกยางพารา นาทามในเขตบ้านแสงเจริญก็เคยถูกน้ำท่วม ครั้งละ 3-5 วัน เมื่อน้ำลดต้นข้าวก็ฟื้นคืนมาแตกกอ ออกดอก ออกรวงไม่เสียหาย แต่สมัยนี้ถ้าน้ำท่วมต้นข้าวแค่ 3 วัน พอน้ำลดต้นข้าวตายเปื่อยไปกับน้ำ นั่นแสดงให้เห็นว่าน้ำมีสารเคมีเจือปนและมีผลทำลายต้นข้าวแน่นอน”

ยางพารานำมาซึ่งวิถีชีวิตของประชาชนคนพื้นที่บ้านแสงเจริญเปลี่ยนแปลงไปจากการประกอบอาชีพทำนา ทำไร่ปอ ไร่มันสำปะหลังในตอนกลางวัน มาทำอาชีพกรีดยางพาราในตอนกลางคืน ส่งผลให้ร่างกายได้รับการพักผ่อนไม่เพียงพอ ก่อให้เกิดความเหนื่อยล้าต้องพึ่งพาเครื่องดื่มชูกำลังและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และมีบางคนต้องพึ่งพายาเสพติดประเภทยาบ้าหรือกระท่อม มีการรับประทานอาหารสำเร็จรูปประเภทะหมี่กึ่งสำเร็จรูปและอาหารปรุงสำเร็จตามตลาดนัดคลองถมที่มีรสหวาน มัน เค็ม ขาดการบริโภคผักและไม่มีการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นพฤติกรรมส่วนบุคคลอันส่งผลต่อการเจ็บป่วยด้วยโรค ไร้เชื้อเรื้อรังต่างๆ หลายโรคได้แก่โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคมะเร็ง โรคเครียด กอปรกับยางพาราทำให้มีรายได้ดีจึงทำให้มีกำลังซื้อสิ่งอำนวยความสะดวกเช่น รถยนต์ รถจักรยานยนต์ มากขึ้น ที่สุดทำให้เกิดหนี้สินมากมายครั้งรายได้ต่ำลงจากราคายางตกต่ำส่งผลทำให้เกิดโรคเครียดมีภาวะซึมเศร้าตามมา ดังจะเห็นว่าข้อมูลการเข้ารับบริการในแผนกผู้ป่วยนอก 2 อันดับแรก ที่โรงพยาบาลศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬคือ โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง ตามลำดับ ซึ่งนับวันจะมีแนวโน้มของการเกิดโรคดังกล่าวเพิ่มขึ้นทุกปี (นางไกรสร จุลโยธา, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ, สัมภาษณ์, 2555)

ประเด็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างคนในครอบครัวหรือระหว่างคนในชุมชน ก็นับวันจะลดน้อยถอยลงไปเนื่องจาก พ่อ แม่ที่เป็นวัยทำงานจะออกไปนอนที่ไร่ยางพารา ปล่อยให้ลูกๆอยู่กับคุณปู่คุณย่า คุณตาคุณยายที่บ้าน หรือถ้าครอบครัวใดไม่มีลูกหลานก็จะมีแต่คนสูงอายุอยู่ที่บ้าน สถานการณ์เช่นนี้มีผลต่อสภาพจิตใจ ในเด็กและเยาวชนจะรู้สึกขาดความอบอุ่น ไม่มีที่ปรึกษา ในส่วนคนชราจะมีอาการซึมเศร้า ขาดคนดูแล “ในยุคที่ปลูกข้าว ปลูกปอ ปลูกมัน พ่อแม่จะมีเวลาดูแลลูก ครอบครัวจะอบอุ่น ไปโรงเรียนห่อข้าวไปกินกับอาหารกลางวันที่คุณครูเตรียมไว้ให้ แต่ในสมัยนี้ พ่อแม่เลี้ยงลูกด้วยเงิน เด็กขาดความอบอุ่นไม่เชื่อฟัง ครูบาอาจารย์เหมือนสมัยก่อน ที่โรงเรียนก็มีอาหารกลางวันให้แต่เด็กไม่กิน เด็กไปซื้อกินอาหารที่แม่ค้ามาขาย ส่วนมากเป็นอาหารผัดทอด และน้ำหวาน” (ครูคาน เศษรักษา, ผู้อำนวยการ โรงเรียนบ้านนาแสง, สัมภาษณ์, 2555)

จากการสืบค้นข้อมูลและตามรอยอดีต ภาพรวมของชุมชนคนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ สามารถสรุปเป็นตารางได้ดังนี้

ตารางที่ 2 การเปลี่ยนแปลงของชุมชนบ้านแสงเจริญ

ยุคสมัย	สภาวะสุขภาพชุมชน				
	ด้านร่างกาย	ด้านจิตใจ	ด้านสังคม	ด้านสติปัญญา	ด้านสิ่งแวดล้อม
1. ยุคอดีต (ยุคเกษตรดั้งเดิม)	ร่างกายแข็งแรงจากการบริโภคอาหารเป็นยาและมีสารต้านโรคร่วมกับการคะลำคือการปฏิบัติตามคำสอนของคนเฒ่าคนแก่ ในกรณีที่ไม่สบายส่วนใหญ่ป่วยเป็นโรคติดเชื้อมีไข้ยาสมุนไพรรักษา	จิตใจดีไม่มีภาวะเครียดเนื่องจากอยู่กันแบบเรียบง่าย ใช้ชีวิตแบบซ้าๆ หากมีปัญหาทางจิตใจก็อาศัยน้ำมนต์และด้ายสายสิญจน์จากพระสงฆ์	ผู้คนอยู่กันแบบพี่น้อง เครือญาติ รักใคร่กลมเกลียว สามัคคีมีน้ำใจต่อกัน แบ่งปันข้าวของเครื่องใช้และอาหาร	ผู้คนมีจิตสำนึกรักชุมชน มีส่วนร่วมในการพัฒนาถิ่นที่อยู่	เป็นธรรมชาติที่สมบูรณ์ เป็นแหล่งปัจจัยสี่ที่อยู่ล้อมรอบได้แก่อาหารยารักษาโรคที่อยู่อาศัยเครื่องแต่งกายและนุ่งห่ม

ยุคสมัย	สภาวะสุขภาพชุมชน				
	ด้านร่างกาย	ด้านจิตใจ	ด้านสังคม	ด้านสติปัญญา	ด้านสิ่งแวดล้อม
2. ยุคปัจจุบัน (ยุคเกษตร ข้าว ปอ มัน สำปะหลัง และยุค เกษตร ยางพารา)	ร่างกายเจ็บป่วยด้วย โรคที่เกิดจากวิถี ชีวิตไร้เชื้อเรื้อรัง ได้แก่โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือด หัวใจและ โรคมะเร็ง เป็นต้น	มีความวิตก กังวลสับสน วุ่นวายมี ภาวะ ความเครียด สูง ผู้สูงอายุ ซึมเศร้า เยาวชนมี ภาวะสมอง ติดยาเสพติด	วิถีชีวิต แข่งขัน ขาดการ แบ่งปัน ยึดมั่นลัทธิ เงิน สังคม เมินการ ช่วยเหลือ ซึ่งกันและ กัน	ยึด ประโยชน์ ส่วนตนเป็น ใหญ่ ความมี จิตอาสาลด น้อยลง ขาด การมีส่วน ร่วมในการ พัฒนาชุมชน หาผลประโยชน์ใส่ตัว	ป่าธรรมชาติ ถูกทำลาย มีการใช้ สารเคมีใน การเกษตร มี ธุรกิจลานซื้อ ยางพารา เกิด มลภาวะกลิ่น เหม็น

สรุป เมื่อต้นยางพารามีอายุได้ 7-10 ปี สามารถให้ผลผลิตเป็นน้ำยางพาราได้ วิถีชีวิตของคนในชุมชนบ้านแสงเจริญเปลี่ยนแปลงไปจากการเดิมจนน่าเป็นห่วง ครอบครัวเคยอยู่พร้อมหน้าต้องมาแยกกันอยู่ ปู่ย่าตายายถูกมอบหมายให้อยู่เฝ้าบ้านเลี้ยงหลานปฐมนุรักษ์/วัยเรียนและเยาวชน ส่วนพ่อ-แม่ต่างคนต่างต้องทำงาน ไม่มีเวลาดูแลครอบครัวและชุมชน ส่งผลให้ครอบครัวและสังคมเกิดความเปราะบางและอ่อนแอ เด็กและเยาวชนขาดความอบอุ่น หมกมุ่นอยู่กับการเล่นเกมและมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น การขับรถจักรยานยนต์เสียดัง ขับรถเร็ว อารมณ์ร้อน ทะเลาะวิวาท ใช้สารเสพติดและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

2.4 ยุคหวนคืนสู่ต้นทุนเดิมของชุมชน (ปี พุทธศักราช.2554-ปัจจุบัน)

จากการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของคนชุมชนแสงเจริญในยุคเกษตรยางพาราพบว่า ประชาชนในพื้นที่มีภาวะเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยจากโรคไร้เชื้อเรื้อรังซึ่งส่วนใหญ่เป็นโรคที่เกิดจากพฤติกรรมบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม การไม่ออกกำลังกาย และมีการบริหารจัดการด้านอารมณ์และความเครียดที่ไม่ถูกต้อง เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และมะเร็ง ผู้วิจัยได้สังเกตพบว่า ในทุกเช้าวันพฤหัสบดี สัปดาห์ที่ 4 ของเดือน มีญาติโยมที่เคยมาทำบุญตักบาตรที่วัดหายไ้ไปจำนวนเกินครึ่ง จึงได้สอบถามพบว่า ญาติโยมเหล่านั้นที่หายไป

เพราะต้องไปโรงพยาบาลตามแพทย์นัด เพื่อไปเจาะเลือดตรวจหาระดับน้ำตาลและรับยารักษา ต่อเนื่องขาดนัดไม่ได้ ความเจ็บป่วยของญาติโยมส่งผลกระทบต่อพระสงฆ์ที่วัด นับว่าเป็นภาวะวิกฤติพาข้าว (อาหารในสำรับที่จะถวายพระสงฆ์มีจำนวนลดลงตามจำนวนญาติโยมที่หายไป) จึงเกิดคำถามขึ้นภายในใจว่า ทำอย่างไรผู้คนบ้านแสงเจริญจึงจะไม่เจ็บป่วยด้วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูงซึ่งเป็นโรคไร้เชื้อเรื้อรังที่เกิดจากวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป ภาวะวิกฤติดังกล่าวก่อปรกกับข้อมูลที่ได้จากการศึกษาตามรอยวิถีชีวิตคนในอดีตจึงเป็นแรงขับและแรงจูงใจให้ผู้วิจัยซึ่งเป็นพระสงฆ์ได้ดำเนินการพัฒนาวัดสู่การเป็นวัดส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นสถานที่สาธารณะต้นแบบให้เอื้อต่อการมีสุขภาพของคนในชุมชนบ้านแสงเจริญ จึงได้จัดรูปแบบให้ประชาชนมีความรู้และทักษะในการป้องกันการเกิดโรคไร้เชื้อเรื้อรังเบาหวานและความดันโลหิตสูง ด้วยการจัดกิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมให้คนในชุมชนบ้านแสงเจริญ หวนกลับสู่การมีวิถีชีวิตเหมือนคนในยุคเกษตรดั้งเดิม ได้แก่ บริโภคอาหารพื้นบ้านให้เป็นยา มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทดแทนการไม่ได้เดินและไม่ได้หามน้ำและการดำข้าว เพราะในยุคปัจจุบันมีการใช้รถยนต์/รถจักรยานยนต์แทนการเดิน, ใช้น้ำประปาแทนการตักและหามน้ำจากบ่อในทุ่งนา ใช้โรงสีข้าวไฟฟ้าแทนการดำข้าว เป็นต้น จนเกิดเป็นผลงานนวัตกรรมจำนวน 6 กิจกรรม คือ 1.รำไม้พลอง : มหัศจรรย์การออกกำลังกายเสริมสุขภาพกายและจิต พิชิตโรคพยาธิ 2.เขวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ 3.ปลูกพืชเครื่องเก่าเฝ้าบ้าน 4.สมุนไพรหายมั่วใหญ่ ในชุมชน 5.มิตรภาพบำบัด 6.ศาลามูลมังอีสาน โดยมีการดำเนินการดังนี้

- 1) รำไม้พลอง มหัศจรรย์การออกกำลังกายเสริมสุขภาพและจิตพิชิตโรคพยาธิ มีกรอบแนวคิดและวิธีการส่งเสริมให้ประชาชนคนกลุ่มวัยต่างๆมีการดำเนินกิจกรรมร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่อง เริ่มต้นที่คณะกรรมการพัฒนาวัดส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นกลุ่มคนผู้สูงวัยที่มาทำบุญตักบาตรที่วัดทุกวัน ยึดหลักการและขั้นตอนออกกำลัง 3 ขั้นตอน คือ 1.ขั้นตอนการอบอุ่นร่างกาย (warm-up) เพื่อเตรียมความพร้อมร่างกายและป้องกันการบาดเจ็บ ด้วยการนำการออกกำลังกายแบบพลังลมปราณ กาย-จิต สมดุลพร้อมทั้งใช้เพลงลูกทุ่งที่มีจังหวะช้าๆ บ่งบอกถึงวิถีชีวิตคนอีสานประกอบจังหวะใช้เวลาประมาณ 7 นาที
- 2.ขั้นตอนการออกกำลังกาย (exercise หรือ work out) นำกิจกรรมรำไม้พลองของป้าบุญมี เครื่องอรัตน์ 11 ท่า เพลงที่ใช้ประกอบเป็นเพลงจังหวะร่าวกเร็วขึ้น มีเนื้อหาสาระเป็นประโยชน์ให้ความสนุกสนาน ใช้เวลา 20 นาที ช่วงนี้หัวใจจะเต้นเร็วขึ้นและมีความรู้สึกเหนื่อย
- 3.ขั้นตอนการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เน้นการเคลื่อนไหวร่างกายควบคู่กับการสูดลมหายใจเข้าทางจมูกช้าๆลึกๆ และหายใจออกทางปากช้าๆ จนหมดปอดด้วยการออกกำลังกายแบบการรำชิ่ง

ยึดหลักการกายเคลื่อนไหว ใจหยุดนิ่ง ในช่วงนี้ผู้ร่วมกิจกรรมจะเกิดสมาธิทำให้มีความสุขกับการออกกำลังกาย เพลงที่ใช้ประกอบเป็นเพลงจังหวะช้าๆมีความหมายและให้ความรู้สึกล่อนคลายใช้เวลาประมาณ 8 นาที กระบวนการทั้ง 3 ขั้นตอนมีความต่อเนื่องรื่นไหลเชื่อมโยงผสมกลมกลืนอย่างลงตัวรวมเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกายทั้งหมด 35 นาทีในช่วงเวลา 05.00 - 06.00 น.ทุกวันยกเว้นวันพระ ภายหลังจากออกกำลังกายก่อนแยกย้ายทำภารกิจประจำวันสมาธิจะเปิดเวทีเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ตลอดจนวางแผนการติดตามเยี่ยมยามสมาธิที่อยู่ติดบ้านไม่สามารถออกมาร่วมกิจกรรมออกกำลังกายที่ลานวัดส่งเสริมสุขภาพวัดโพธิ์ชัยศรีได้

2) เยาวชนคนดี สีโร่แสงเจริญ ด้วยยุคปัจจุบันเป็นยุคแห่งการแข่งขันและวัดคุณค่ากันที่ความมีความจน ส่งผลให้เด็กและเยาวชนคนไทยเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ได้แก่พฤติกรรมคือ ไม่เชื่อฟังผู้ใหญ่ ใช้สารเสพติด ทำผิดกฎกติกา พฤติกรรมบางอย่างมักเกิดขึ้นมานานจนทำให้แก้ไขได้ยาก ดังนั้นการป้องกันปัญหาจึงมีความจำเป็นและสำคัญมากกว่า ซึ่งควรเริ่มตั้งแต่การส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมีบุคลิกภาพที่ดี มีภูมิด้านทานโรคทางจิตเวช ที่จะเป็นเหตุปัจจัยส่งเสริมให้เยาวชนเจริญเติบโตเป็นกำลังพลที่มีคุณค่านำพาครอบครัว ชุมชนและประเทศชาติไปสู่ความมั่นคงต่อไปในอนาคต การดำเนินการกิจกรรมเยาวชนคนดี สีโร่ศรีวิไล มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้เยาวชนมีการปรับตัวด้านสังคมเป็นไปอย่างเหมาะสม ด้วยการเปิดเวทีให้กลุ่มเยาวชนร่วมเสวนาค้นหาปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้เยาวชนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ ส่วนอีกหนึ่งเวทีมีการระดมความคิดของพ่อแม่ผู้ปกครองทำการค้นหาพฤติกรรมไม่ประสงค์ของตนเองในมุมมองของเด็กและเยาวชน โดยมีครูอาจารย์เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้นำชุมชน พระสงฆ์และตำรวจเป็นผู้กระตุ้นและส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเสวนา ต่อจากนั้นรวมเป็นเวทีใหญ่เวทีเดียว เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายทั้งสองกลุ่มได้นำเสนอผลการประชุมกลุ่มให้ทุกฝ่ายได้รับทราบเหตุปัจจัยที่ส่งผลให้เด็กและเยาวชนขาดความเป็นอิสระทางความคิดและการแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม จากข้อมูลที่ได้ทำให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องดำเนินการต่อยอดโดยมีนายอำเภอเป็นเจ้าภาพหลัก ตามด้วยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ตำรวจ ร่วมจัดกิจกรรมอบรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนกลุ่มเสี่ยงให้มีความรู้และทักษะการป้องกันตัว การปฐมพยาบาลเบื้องต้น การจัดระเบียบจราจร ตลอดจนกฎหมาย ระเบียบปฏิบัติต่างๆของสังคม พร้อมกับมีการเสริมพลังอำนาจเชิงบวกด้วยการมอบหมายหน้าที่ในการดูแลความสงบในการจัดงานประจำหมู่บ้าน ประจำตำบลและอำเภอตามลำดับพร้อมทำให้ค่ายของชมเชยว่าเป็นเยาวชนคนดี สีโร่ศรีวิไล

ในระยะเวลาต่อมาชุมชนได้ทำการทบทวนผลการดำเนินงาน พบว่าการที่จะป้องกันปัญหาเยาวชนให้ได้ผลควรเริ่มต้นตั้งแต่วัยเด็ก จึงมีการเสริมกิจกรรมเข้าไปในหลักสูตรการเรียนการสอนของโรงเรียน ส่งเสริมให้เด็กได้มีอิสระในความคิดและแสดงออก เช่น การเลือกตั้งคณะกรรมการนักเรียนประจำปี คนที่ได้ตำแหน่งประธานกรรมการเป็นเด็กที่มีความกล้าแสดงออก มีจิตอาสาช่วยเหลือสังคม พื้นฐานแล้วเป็นคนที่ผูกพันอยู่กับคนแก่คนเฒ่าที่เป็นยาย ได้เรียนรู้ซึมซับกับการที่คุณยายพามาทำบุญที่วัดอยู่เป็นประจำ ทำให้มีจิตใจดีมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ หลังจากได้รับการเลือกตั้งเป็นประธานคณะกรรมการนักเรียนก็ได้รวมกลุ่มกับเพื่อนๆ ร่วมกิจกรรมสาธารณะประโยชน์เช่นการกวาดถนนตามหมู่บ้าน ตามวัด ตามโรงเรียน เป็นต้น ค.ญ.ปวีณา ผ่านดี ประธานคณะกรรมการนักเรียน โรงเรียนบ้านนาแสงเล่าให้ฟังด้วยแววตาที่มีความภาคภูมิใจว่า “หนูได้รวมกลุ่มกับเพื่อน 30คน มาช่วยกันกวาดลานวัด กวักกะโหลกกะลาตามหมู่บ้าน โรงเรียนและวัด โพธิ์ชัยศรีเพื่อทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายป้องกันการเกิดโรค ไข้เลือดออก กวาดถนนในหมู่บ้าน มีความรู้สึกดีใจที่ได้ทำสิ่งดี และได้ออกกำลังกายด้วยค่ะ”

ผลงาน รำไม้พลอง มหัทศวรรย์การออกกำลังสร้างเสริมสุขภาพกายและจิต พิชิตโรคาพยาธิและเยาวชนคนดีฮีโร่ศรีวิไล เป็นการฟื้นฟูทุนเดิมที่เป็นทุนสังคม กล่าวคือ มีการส่งเสริมสนับสนุนให้คนในชุมชนมีการรวมกลุ่มกันและสรรค์สร้างกิจกรรมดีๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาพกาย สุขภาพใจ ทำให้ครอบครัวน่าอยู่ ชุมชนเข้มแข็ง นั้นแสดงถึงฐานรากที่มั่นคงของชุมชนและสังคมไทยในอนาคต

3) ปลูกพืชเครื่องเก่าเฝ้าบ้าน เริ่มต้นด้วยการสนับสนุนให้ทุกครัวเรือนปลูกพืชผักเครื่อง 9 ซึ่งหมายถึงพืชผักพื้นบ้านอย่างน้อย 9 ชนิดต่อหนึ่งครัวเรือน โดยใช้งบประมาณจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จ่ายเป็นค่าตอบแทนในการลงมือปลูกต้นพืชดังกล่าว 10 บาท/ต้น และได้วางกติกาไว้ว่า ต้องเป็นพืช ที่มีอายุยาว สามารถเก็บบริโภคได้ตลอดทั้งปี เมื่อเวลาผ่านไป 1 เดือนออกเยี่ยมบ้านติดตามการดำเนินงานพร้อมกับการจ่ายค่าตอบแทนให้ตามข้อตกลง ซึ่งบรรลุนัดอุปประสงค์เกินคาดหมาย นั่นคือ กุศโลบายและเทคนิคในการส่งเสริมให้ประชาชนคนแสงเจริญปลูกต้นไม้ที่เป็นพืชผักและมีสรรพคุณเป็นยาสมุนไพรไว้บริโภคในครัวเรือน โดยปกติแล้วพืชเหล่านี้มักจะเกิดขึ้นตามทุ่ง ไร่ ทุ่งนา และกำลังจะสูญพันธุ์หมดไปจากธรรมชาติ เนื่องจากโคนไฟไหม้บ้าง ถูกไถทิ้งบ้าง ได้แก่ ต้นสะเม็ก กระโดน สะเดา ผักต้ว ผักหวาน ส้มป่อย ขมิติปลาช่อน มะตูมรัศเซีย พระยาเสือ โคร่ง กระถินชะอม ลิ้นฟ้า (เพกา) ต้นแค เป็นต้น พร้อมกันนั้นยังมีการร่วมกันปลูกผักแปลงรวม กล่าวคือมี

การปลูกเห็ดนางฟ้า/นางลม/เห็ดฟาง ซึ่งอยู่ภายในบริเวณวัด สำหรับไว้บริโภค แลกเปลี่ยน และจำหน่ายให้หมู่บ้านใกล้เคียง นอกจากนี้ยังสามารถปลูกพืชผักอื่นๆ เช่น พริก ตะไคร้ แมงลัก โหระพา สารระแห่น ผักพวย มะเขือ มะเขือเทศ ถั่ว มะละกอ กล้วย ผักบุ้ง ผักแขยง แซมในบริเวณ ต้นพืชเครื่องเก่าได้ การปลูกพืชลักษณะนี้เรียกว่า เกษตรประณีต

4) สมุนไพร ยาหม้อใหญ่ ในชุมชน : สืบเนื่องจากการส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดกิจกรรมพืชเครื่องเก่าที่บ้าน กอปรกับพ่อค้าหุง หอมสมบัติ ซึ่งเป็นหอมสมุนไพรในหมู่บ้านได้ทำการสื่อสารประชาสัมพันธ์ให้ชาวบ้านรู้ว่าพืชผักสวนครัวทุกชนิดมีฤทธิ์และสรรพคุณเป็นยาพร้อมกับยกตัวอย่างให้เห็นเป็นรูปธรรมชัดเจน เช่นประโยชน์ของใบย่านาง ใช้ประกอบในการการแกงหน่อไม้หรือแกงหน่อหวาย เพราะนอกจากใบย่านางจะทำให้รสชาติของแกงหน่อไม้หรือแกงหวายกลมกล่อม อร่อยหวานลิ้นแล้ว น้ำใบย่านางยังมีฤทธิ์เป็นยาเย็น และเป็นตัวขัดขวางการดูดซึมของกรดยูริก ซึ่งเป็นสารที่ก่อให้เกิดโรคปวดข้อหรือที่เรียกกันว่าโรคเกาต์ กรดยูริกจะมีจำนวนมากในยอดหน่อไม้และยอดหวาย นอกจากนี้น้ำใบย่านางยังมีประโยชน์ต่อร่างกายมากมาย เนื่องจากมีวิตามินและเกลือแร่หลายชนิด ได้แก่ วิตามินบี 1,2 วิตามินซี แร่ธาตุแคลเซียม ฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก เบต้าแคโรทีน เป็นต้น ประเด็นสำคัญคือต้นย่านางเป็นพืชที่ปลูกได้ง่าย ขยายพันธุ์เร็ว ประชาชนจึงปลูกไว้ทุกหลังคาเรือนแล้วนำมาใบมาคั้นน้ำดื่มได้ทุกวัน

นอกจากนี้ผู้วิจัยมีการพัฒนาวัดให้เป็นศูนย์เรียนรู้ด้านการปลูกพืชผักสวนครัวพร้อมกับบรรดาคณะให้ประชาชนคนแสงเจริญบริโภคผักและผลไม้พื้นบ้านต้านโรคและสร้างเสริมภูมิคุ้มกันโรคให้กับร่างกายบริโภคพืชผักเหล่านั้น ให้ได้วันละ 5 ชนิดต่อคน ได้แก่ ตะไคร้ ใพลิง ข่า กระเพรา โหระพา แมงลัก คาวตอง กล้วยน้ำหว่า ดอกแค จี่เหล็ก เพกา มะรุม มะขามป้อม พระยาเสือโคร่ง ชะเอมเทศ เป็นต้น โดยมีพ่อค้าหุง หอมสมบัติ ซึ่งเป็นผู้มีภูมิรู้ด้านการแพทย์พื้นบ้าน เป็นผู้ให้คำปรึกษาและให้ข้อมูล

ผลงานนวัตกรรมปลูกพืชเครื่องเก่าที่บ้าน และ สมุนไพร ยาหม้อใหญ่ ในชุมชน เป็นการรณรงค์สร้างกระแสให้ประชาชนพัฒนา ค้นหาและใช้สิ่งที่เรียกว่า ทูนาทางทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพด้วยการนำมาบริโภคเป็นอาหารและเป็นยารักษาโรค ซึ่งมีผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตโดยรวม เพราะครอบครัวและชุมชนได้ร่วมกิจกรรมร่วมกันทำงานอดิเรกใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

5) มิตรภาพบำบัด : ระบบสุขภาพของคนไทยในชุมชนแสงเจริญ เวลาเจ็บป่วยมิได้ให้การดูแลแต่ด้านร่างกายเท่านั้น หากแต่ต้องบริการดูแลด้วยหัวใจ

ความเป็นมนุษย์กล่าวคือผู้ให้การดูแลคือกลุ่มชาวบ้านที่มีจิตอาสาทำหน้าที่เป็นที่ให้ผู้ป่วย ซึ่งต้องการกำลังใจ ได้รับคำปรึกษา คำปลอบใจผ่านการพูดคุย และการมีกิจกรรมร่วมกัน ระหว่างผู้ป่วยกับทีมผู้ดูแล เช่นการทำบายศรีสู่ขวัญ ผูกข้อมือด้วยฝ้ายผูกแขนที่ทำจากด้าย สายสิญจน์ของพระสงฆ์ เจตจำนงของกิจกรรมคือทำให้ผู้ป่วยปรับทัศนคติ มีกำลังใจต่อสู้โรค และความเจ็บป่วย ตามด้วยกิจกรรมการแนะนำอาหาร การคะลำถูกดึงออกมาใช้ในการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตลอดจนแนะนำการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาวะการเจ็บป่วย ซึ่งเรียกว่า กิจกรรมมิตรภาพบำบัด

ชุมชนแสงเจริญมีการบริหารจัดการด้านการพัฒนาวัดโพธิ์ชัยศรีให้เป็น สถานที่สาธารณะต้นแบบด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัย สิ่งแวดล้อมของชุมชน โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชน (participation) และภาคีเครือข่ายตามหลัก “บวร” บ้าน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น วัด และส่วนราชการ เป้าหมายการพัฒนาคือทำให้วัดเป็น พุทธศาสนสถาน ที่ส่งเสริมสนับสนุนให้บุคคล ครอบครัวและชุมชนอนุรักษ์ และสืบสาน ประเพณีอันดีงามตามสโลแกน “ยามปกติมีความสุข บุคคลปฏิบัติกิจกรรมส่วนรวมร่วมกัน ครั้นเมื่อยามยากไร้ไข้ป่วย ช่วยมอบน้ำใจซึ่งกันและกัน แบ่งปันอย่างกัลยาณมิตร” นอกจากนี้ ยังมีการพัฒนาให้วัดมีสิ่งแวดล้อมเพื่อการเยียวยา กล่าวคือ สะอาดร่มรื่นและสงบ ร่มเย็น มีศิลปะร่วมจิต (วิญญาน) เหมาะสมกับการมาผ่อนคลายคลายความทุกข์ ก่อให้เกิดสุขภาพ แบบองค์รวม คือ กายดี จิตดี สังคมดี มีความเอื้ออาทรต่อกัน สืบสาน สะสม บ่มเพาะ ก่อให้เกิดจิตวิญญาน (ปัญญา) ผ่านความสำนึกของผู้ที่เข้ามาสัมผัสบรรยากาศภายในวัด มีกลุ่มผู้มีจิตอาสาเสียสละส่วนตนเพื่อคนป่วยไข้ยากไร้ขาดสน ร่วมกันติดตามเยี่ยมในชุมชน ผู้คนเกิดกรช่วยเหลือเอื้ออาทรซึ่งกันและกัน แบ่งปันน้ำใจ ทำให้เกิดชุมชนเข้มแข็งในที่สุด

นวัตกรรมชิ้นนี้มีผลต่อสุขภาวะด้านจิตใจ ด้านสังคมและด้านปัญญา เป็นการฟื้นฟูเพิ่มเติมด้านวัฒนธรรม ซึ่งเป็นทุนที่ให้คุณค่าทางใจแก่คนในชุมชนตลอดจนผู้ที่ได้พบเห็นด้วยการเดินทางมาศึกษาเรียนรู้ดูงานในพื้นที่แห่งนี้ตามลำดับ

6) ศาลามูลมังอีสาน : วิถีชีวิตคนไทยผู้นาแสงในยุคเกษตรดั้งเดิม เป็นวิถีชีวิต ที่ดำเนินไปอย่างช้าๆ มีความเรียบง่าย ได้มีการใช้สอยสิ่งที่เป็นปัจจัยสี่ที่มีในธรรมชาติ ด้วยความระมัดระวัง ใช้ภูมิปัญญาในการประดิษฐ์ข้าวของเครื่องใช้จากเศษไม้มาเป็นอุปกรณ์ การทำเกษตร ทำไร่นา เครื่องมือในการหุงหาอาหาร อุปกรณ์ในการผลิตเครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย เป็นต้น วิธีการได้มาซึ่งมูลมังอีสานเหล่านี้คือ นายอำเภอศรีวิไลได้ประกาศเจตนารมณ์ ในที่ประชุมกำนันผู้ใหญ่บ้านว่าจะจัดทำกรอดถวายเป็นผ้าป่าของเก่าโบราณ

จึงได้มาหมู่บ้านละ 5 ชิ้นจาก 51 หมู่บ้าน แล้วนำมาประดับไว้ในศาลาให้ชื่อว่า ศาลามูลมั่งอีสาน มีคุณค่าด้านจิตใจทั้งผู้บริจาคให้มาและนำพาผู้มาเยี่ยมชมมีความสุขไปด้วย

ตารางที่ 3 รายการอุปกรณ์ที่เป็นมูลมั่งอีสานแบ่งประเภทตามปัจจัย 4

ประเภท	รายการ
1. เครื่องนุ่งห่ม	เครื่องอ้าวฝ้าย หลาเงินด้าย อักม้วนเส้นด้าย ฝีม ผ้า กี่ ก้านสวย หลอดด้ายตัวเสื้อฝ้ายย้อมด้วยต้นคราม
2. อาหาร	ไถ คราด ไม้ตีข้าว หวด กระบอม (ที่ฝังข้าวเหนียวหนึ่ง) กระตืบข้าวเหนียวคู้ชี (ถักตักน้ำ) ไม้คาน (ไม้หาบถักน้ำ) รูปปั้นควาย ครกตำข้าว สวิง แห ข้องใหญ่
3. ที่อยู่อาศัย	เสื่อนเหย้า
4. ยารักษาโรค	ครกบดยา หินฝนยา ต้นเสื่อ โคร่ง ชะเอมเทศ มอนหอม เถาเอ็นอ่อน ฯลฯ

ศาลามูลมั่งอีสานนับเป็นต้นทุนมนุษย์ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความรู้ความสามารถในการผลิตสิ่งของต่างๆ ที่สำคัญและจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของบรรพบุรุษคนอีสาน และนับวันที่จะหาสิ่งของเหล่านี้ให้เห็น โดยทั่วไปยากขึ้น หากมิได้เก็บรวบรวมเป็นพิพิธภัณฑ์หรือศาลามูลมั่งอีสานและเป็นตำนานที่สัมผัสจับต้องมองเห็นเป็นเชิงประจักษ์ได้ หากผู้ใดได้เดินทางมาเรียนรู้ศึกษาดูงานในศาลามูลมั่งอีสาน จะทำให้มีความสุข เบิกบานใจ ยิ้มแย้มแจ่มใส ชื่นชม (ออนซอน) ในภูมิปัญญาของบรรพบุรุษของคนไทยอีสาน ก่อให้เกิดสุขภาวะด้านอารมณ์จิตใจ เกิดปัญญาต่อไปที่จะหวนกลับคืนอดีตและธำรงไว้ ซึ่งการดำเนินชีวิตแบบพอเพียง ป้องกันความเสี่ยงต่อความยากลำบากหากวันหนึ่งในอนาคตพลังงานธรรมชาติหมดไปจากโลกใบนี้

นอกจากนี้ยังมีของเก่าโบราณที่ต้องการแสดงไว้ให้ลูกหลานคนรุ่นหลังได้ศึกษาเรียนรู้ ได้แก่ กระดานดำ เครื่องฉายภาพยนตร์ กล้องถ่ายภาพ เครื่องโทรศัพท์ เครื่องคิดเลข ลูกคิด เครื่องชั่งน้ำหนัก ปืนโบราณ เงินไทยสมัยต่างๆ ฯลฯ ซึ่งสิ่งของเหล่านี้เป็นต้นทุนใหม่ที่มนุษย์สร้างขึ้นมาและมีการพัฒนาต่อยอดจนเป็นเทคโนโลยีทันสมัยในยุคโลกาภิวัตน์

ตารางที่ 4 ความเชื่อมโยงระบบสุขภาพต้นเดิมของชุมชน

ต้นทุนเดิมตาม แผนพัฒนาเศรษฐกิจ ฉบับ 11	ปัจจัยสี่ (ปัจจัยในการดำรงชีวิต 4 ประการ)				สุขภาพหรือ ภาวะ ที่เป็นสุข
	ยารักษาโรค	อาหาร	เครื่องนุ่งห่ม	ที่อยู่อาศัย	
ต้นทุนวัฒนธรรม	มิตรภาพบำบัด	-	-	-	สุขด้านจิตใจและ ส่งผลให้สุขภาพ ร่างกายแข็งแรง
ต้นทุนสังคม	1.รำไม้พลอง	-	-	-	สุขด้านร่างกาย และส่งผลให้ จิตใจดีมีความเบิก บานบูรณาการ สามัคคีมีสุข ด้านสังคม
	2.เยาวชนคนดี ฮีโร่แสงเจริญ	-	-	-	สุขด้านจิตใจ เกิดจิตสาธารณะ ส่งผลให้เกิด สังคมที่เข้มแข็ง
ต้นทุนธรรมชาติ	1.พืชเครื่องแกง	1.พืชเครื่อง แกง	-	-	สุขด้านร่างกาย ที่ได้บริโภคผัก พื้นบ้านปลอด สารเคมี สุขใจ ที่ได้แบ่งปัน
	2.สมุนไพร ยาหม้อใหญ่ ในชุมชน	2.สมุนไพร ยาหม้อใหญ่ ในชุมชน	-	-	สุขด้านร่างกาย ได้กินอาหารเป็น ยาป้องกันและ รักษาโรค

ต้นทุนเดิมตาม แผนพัฒนาเศรษฐกิจฯ ฉบับ 11	ปัจจัยสี่ (ปัจจัยในการดำรงชีวิต 4 ประการ)				สุขภาพหรือ ภาวะที่เป็นสุข
	ยารักษาโรค	อาหาร	เครื่องนุ่งห่ม	ที่อยู่อาศัย	
ต้นทุนมนุษย์	-	-	ศาลามูลมัง อีสาน	-	สุขด้านจิตใจ เมื่อได้เห็นของ เก่าโบราณ ซึ่งส่วนใหญ่เป็น อุปกรณ์ที่ใช้ใน การผลิต เครื่องนุ่งห่ม เกิดความชื่นชม ในภูมิปัญญาของ บรรพบุรุษ

จากตาราง จะเห็นว่า ชุมชนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ ได้พลิกวิกฤติให้เป็น โอกาส ด้วยการนำสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงจากการมี ต้นทุนใหม่เข้ามาในชุมชน นั่นคือต้นทุนเงินและต้นทุนกายภาพ ซึ่งส่งผลกระทบต่อ สุขภาวะหรือภาวะที่เป็นสุขแบบองค์รวมของคนในหมู่บ้าน กล่าวคือ ภาวะสุขด้านร่างกาย ทำให้เสี่ยงต่อการเกิด โรคไข้เลือดออกหรือจากพฤติกรรมกรบรี โภคอาหารเกินจำเป็น ภาวะสุข ด้านจิตใจ มีภาวะเครียดจากสภาพเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ภาวะสุขด้านสังคม ผู้คนต่างคนต่างอยู่ เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัว มัวเมาในลัทธิเงิน และภาวะสุขด้านจิตวิญญาณ (ปัญญา) ผู้คนขาดจิตสำนึกรักตนเอง ขาดความมีจิตอาสาหรือจิตสาธารณะ จึงต้องย้อนหวนคืนสู่ระบบสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมผ่านกิจกรรม 6 กิจกรรม ตามที่กล่าวมาข้างต้น

การจัดการความรู้ในระบบดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ

ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ

จากฐานคิดในการออกแบบนวัตกรรมการขับเคลื่อนระบบสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของ ชุมชนแสงเจริญ คือ หลักพุทธธรรม 1.อิทัปปัจจยตา ความเป็นเหตุ เป็นผล ความที่มีสิ่งนี้ สิ่งนี้ จึงมีการที่เหตุกับผลต่างอาศัยกัน เชื่อมโยงกัน 2.อริยสัจสี่ ประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ

มรรค ซึ่งเป็นหลักความจริงเชิงเหตุผล คือ เมื่อเกิดทุกข์ (ปัญหา) ย่อมมีสมุทัย (เหตุแห่งทุกข์) และมีนิโรธ (การดับทุกข์ หรือ การแก้ไขปัญหา) มรรค (หนทางแห่งการดับทุกข์) ด้วยการปฏิบัติตามมรรค 8 อย่างถูกต้องครบถ้วน ย่อมเป็นเหตุดับทุกข์ทั้งปวงได้ ชุมชนนาแสงเจริญได้นำหลักพุทธธรรมทั้ง 2 ประเด็น มาประยุกต์ให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ระบบการดูแลสุขภาพของคนในชุมชน ด้วยการจัดเวทีประชาคม ระดมพลังความคิด ร่วมกันวิเคราะห์ปัจจัยทั้งภายในและปัจจัยภายนอกชุมชน ร่วมกันค้นหาจุดอ่อน จุดแข็ง โอกาส และภาวะคุกคามหรือข้อจำกัดของชุมชน(SWOT analysis) ได้ข้อมูลดังนี้

1. จุดแข็ง ชุมชนนาแสงเจริญ ประกอบด้วยประชากรที่มีชาติพันธุ์และชาติตระกูลที่มีความผูกพันกันมายาวนานตั้งแต่การอพยพย้ายถิ่นฐาน มาจากเมืองศรีโคตรบูรณ์ ประเทศลาว ดังนั้นจึงมีความรักสามัคคี มีความเคารพซึ่งกันและกัน ยึดมั่นในขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงามของพื้นถิ่นตามครรลอง ฮิต สิบสอง ครอง สิบสี่ ครอบครัวยุเป็นครอบครัวขนาดใหญ่ และเชื่อมั่นและศรัทธาในหลักพระธรรมคำสอนของพุทธศาสนา มีภูมิปัญญาที่หลากหลาย มีความร่วมมือกันดีในการทำกิจกรรมที่เป็นส่วนรวม โดยเฉพาะการมีส่วนร่วมในการพัฒนาวัดสู่การเป็นวัดส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นวัดต้นแบบที่มีความสะอาดร่มรื่น สงบร่มเย็น เป็นสถานที่สาธารณะที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี รวมทั้งมีการจัดสิ่งแวดล้อมที่มีแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้วัฒนธรรมประเพณีดั้งเดิมของพื้นถิ่น ภายใต้การขับเคลื่อนกิจกรรมของผู้วิจัย ซึ่งเป็นพระภิกษุที่มีวิสัยทัศน์และมีทัศนคติที่ดีต่อชุมชน และพร้อมอุทิศตนเพื่อพัฒนาแผ่นดินเกิด ผู้อำนวยการสถานศึกษา และคณะครูเป็นคนที่ในหมู่บ้าน นอกจากนี้ ทุกหลังคาเรือนมีการพัฒนาสิ่งแวดล้อมให้เป็นระเบียบเรียบร้อยสะอาดสวยงาม ในหมู่บ้านมีแหล่งน้ำใต้ดินทำให้ไม่ต้องพึ่งพาน้ำประปาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ชุมชนมีรายได้ดีจากการมีส่วนร่วมทางพา

2. จุดอ่อน ประชาชนทำงานหนัก พักผ่อนไม่เพียงพอ บริโภคอาหารที่ปรุงสำเร็จและบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป คี๊มกาแฟ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเครื่องดื่มชูกำลัง เพราะเชื่อว่าจะทำให้หายเหนื่อยหอบได้โดยเฉพาะในช่วงฤดูทำนา กล่าวคือ ตั้งแต่เดือนพฤษภาคม – เดือนธันวาคม เพราะกลางวันต้องกรีดยางพารา ส่วนกลางวันต้องไถนา ถอนกล้า ดำนา เกี่ยวข้าว นอกจากนี้ในชุมชนยังมีจำนวนผู้สูงอายุมากขึ้น โดยปกติจะมีหน้าที่เลี้ยงดูหลานหรืออยู่บ้านโดยลำพัง

3. โอกาส มีการคมนาคมและโทรคมนาคมสะดวกดี มีถนนลาดยาง/คอนกรีตเชื่อมถึงตัวอำเภอและตัวจังหวัด การสื่อสารกับภายนอกสะดวกรวดเร็วทั่วถึง เศรษฐกิจดี ชุมชนมีรายได้ดี ทำให้มีกำลังซื้อสูง สามารถซื้อสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เพื่อตอบสนอง

ความต้องการของคนในครอบครัวได้ เช่น รถจักรยานยนต์ รถยนต์ โทรศัพท์มือถือ
เป็นต้น นโยบายภาครัฐเรื่องกองทุนพัฒนาหมู่บ้าน (SML) กฎหมายเกี่ยวกับหลักประกัน
สุขภาพถ้วนหน้า ว่าด้วยกองทุนสุขภาพพื้นที่หรือตำบล แผนพัฒนาระบบสาธารณสุขว่าด้วย
เรื่องการแพทย์แผนไทย การแพทย์ทางเลือก โดยเนื้อหาของนโยบายต่างๆ มีเป้าหมายและ
มุ่งเน้นให้มีการพัฒนาคนในชุมชนได้เรียนรู้กระบวนการบริหารจัดการชุมชน โดยชุมชน
เพื่อชุมชน กล่าวโดยสรุปคือ ประชาชนในชุมชนสามารถพึ่งตนเองได้นั่นเอง

4. ภาวะคุกคามหรือข้อจำกัด ลานรับซื้อยางพาราส่งกลิ่นเหม็น มีธุรกิจตลาดนัด/
ตลาดคลองถม และรถพุ่มพวงส่วนใหญ่เป็นกิจการขายอาหารปรุงสำเร็จขยายไปอย่าง
กว้างขวางและรวดเร็ว วิถีชุมชนมีการโฆษณาผลิตภัณฑ์ยาและอาหารเสริม มีธุรกิจร้านเกม
ในชุมชน

จากผลการวิเคราะห์ชุมชนร่วมกันทั้ง 4 ประเด็น จะเห็นว่าผู้คนส่วนใหญ่ในชุมชน
แสวงเจริญมีศักยภาพค่อนข้างสูงในด้านการอนุรักษ์วัฒนธรรมประเพณี อันเป็นวิถีชีวิตแบบ
ดั้งเดิมของตนอง สรุปเป็นภาพรวมได้ตามตารางที่ 5 ดังนี้

ตารางที่ 5 แสดงความเชื่อมโยงต้นทุนกับสภาวะของชุมชน

ประเภทต้นทุน	ข้อค้นพบ	สภาวะชุมชน
ต้นทุนด้านสังคม	ชาติพันธุ์เชิงเดี่ยว มีความเคารพซึ่งกัน และกันสามัคคี มีความเอื้ออาทรต่อกัน ครอบครัวเป็นครอบครัวขนาดใหญ่	สภาวะด้านสังคม
ต้นทุนมนุษย์	จำนวนผู้สูงอายุมากขึ้น โดยปกติจะมี หน้าที่เลี้ยงดูหลานหรืออยู่บ้าน โดย ลำพัง	สภาวะด้านสังคมและ ด้านจิตใจ
ต้นทุนวัฒนธรรม	ยึดมั่นในขนบธรรมเนียมประเพณีอันดี งามของพื้นที่ถิ่นตามครรลอง ฮีต สิบสอง ครอง สิบสี่ มีความเชื่อมั่นและศรัทธา ในหลักพระธรรมคำสอนของพุทธ ศาสนา	สภาวะด้านจิตวิญญาณ (ปัญญา)

ประเภทต้นทุน	ข้อค้นพบ	สุขภาวะชุมชน
ต้นทุนทรัพยากร ธรรมชาติและ สิ่งแวดล้อม	- วัดต้นแบบที่มีความสะอาดร่มรื่น สงบ ร่มเย็น เป็นสถานที่สาธารณะที่เอื้อต่อ การมีสุขภาพดี รวมทั้งมีการจัด สิ่งแวดล้อมที่มีแรงจูงใจให้เกิดการ เรียนรู้วัฒนธรรมประเพณีดั้งเดิม	สุขภาวะด้านร่างกายและ สุขภาวะด้านจิตใจ
ต้นทุนกายภาพ	- ลานรับซื้อยางพาราส่งกลิ่นเหม็น การคมนาคมและโทรคมนาคม สะดวกดี มีถนนลาดยาง/คอนกรีตเชื่อมถึงตัว อำเภอและตัวจังหวัด การสื่อสารกับ ภายนอกสะดวกรวดเร็วทั่วถึงชุมชน มี การโฆษณาผลิตภัณฑ์ยาและอาหาร เสริม	สุขภาวะด้านร่างกาย, ด้านจิตใจ
ต้นทุนเงิน (เศรษฐกิจ)	- เศรษฐกิจดี ชุมชนมีรายได้ดี ทำให้มี กำลังซื้อสูง - มีธุรกิจตลาดนัด/ตลาดคลองถมและรถ พุ่มพวงส่วนใหญ่เป็นกิจการขายอาหาร ปรุงสำเร็จขายไปอย่างกว้างขวางและ รวดเร็ว - ชุมชนมีรายได้ต่อครัวเรือนสูง	สุขภาวะด้านร่างกายและ ด้านจิตใจ

จากตาราง สรุปได้ว่าต้นทุนในชุมชนแสงเจริญมีทั้งหมด 6 ทู่น คือ 1. ต้นทุนสังคม
2. ต้นทุนมนุษย์ 3. ต้นทุนวัฒนธรรม 4. ต้นทุนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
5. ต้นทุนกายภาพ 6. ต้นทุนเงิน ซึ่งชุมชนได้เปิดเวทีร่วมเสวนาเพื่อค้นหาต้นทุนเดิมที่มีผล
เชิงบวกต่อระบบการดูแลสุขภาพ เมื่อวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2557 ณ วัดโพธิ์ชัยศรี บ้านแสงเจริญ
ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ พบว่า 1. ต้นทุนสังคม 2. ต้นทุนมนุษย์
3. ต้นทุนวัฒนธรรม 4. ต้นทุนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นต้นทุนเดิมของชุมชน
และ 1. ต้นทุนกายภาพ 2. ต้นทุนเงิน เป็นต้นทุนใหม่ ที่ก่อให้เกิดความเจริญทางด้านวัตถุและ
มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตที่ส่งผลกระทบต่อระบบสุขภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพ

การป้องกันและรักษาโรค รวมถึงการฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และด้านสติปัญญา ทั้งเชิงบวกและเชิงลบ จากการลงสำรวจพื้นที่และสัมภาษณ์คนในชุมชนแสงเจริญพบว่า มีกลุ่มคนที่ยึดมั่น ศรัทธา และมีความเชื่อเกี่ยวกับต้นทุนเดิมทั้ง 4 อย่างโดยนำมาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต จนเกิดผลลัพธ์เชิงประจักษ์ สามารถนำมาถ่ายทอดเพื่อเป็นแบบอย่างในเรื่องการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิม และเป็นที่ยอมรับของชุมชนจนได้ชื่อว่า ปราชญ์ชาวบ้าน หรือภูมิปัญญาท้องถิ่น ดังปรากฏในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ปราชญ์ชาวบ้านที่สามารถถ่ายทอดความรู้เพื่อนำสู่การพัฒนา ระบบการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน

ปราชญ์ชาวบ้าน	ภูมิปัญญา	วิธีการถ่ายทอด
นางบรรจง ภู่อ่าว	มิตรภาพบำบัด	ปู่ ย่า ตา ทวด พ่อ แม่ พาทำ จดจำมาปฏิบัติด้วยตนเอง
นายคำหุ้ง หอมสมบัติ	สมุนไพรพื้นบ้าน ผักพื้นบ้าน	หลวงปู่ศรีจันทร์สอนให้พ่อของนายคำหุ้งจนเป็นหมอชา แล้วนำมาถ่ายทอดให้ผู้เป็นลูกคือพ่อคำหุ้ง หอมสมบัติ นำมาปฏิบัติด้วยตนเอง
นางแห่วน อินทวงศ์	เยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ	พ่อแม่พาทำ จดจำแล้วนำมาปฏิบัติด้วยตนเอง
นายสมนึก แก้วใส	- ปลุกพืชเครื่องแก้	พ่อ แม่ พาทำ จดจำ นำมาปฏิบัติกับตนเอง
นายคาน บัวนาค	- การทำเฮือนเหย้า	พ่อ แม่ พาทำ จดจำ นำมาปฏิบัติกับตนเอง
หลวงปู่หยาด เนาวินตัน	- ไม้กวาดดอกหญ้าแถม - ไม้ตีข้าว - ไม้หวนน้ำ (ไม้คาน)	พ่อ แม่พาทำ นำมาปฏิบัติกับตนเอง
นายอารีย์ วิณโรจน์ นายรัตน์ วิณโรจน์	- การประดิษฐ์อุปกรณ์ที่ใช้ ทอผ้า (เครื่องนุ่งห่ม) ไต้แก๊ว ฟืม กระสวย หลา อ๊ก กี่ หลักเฟื่อ	พ่อเป็นช่างทำอุปกรณ์ทอผ้า พาทำ จดจำ นำปฏิบัติกับตนเอง

ปราชญ์ชาวบ้าน	ภูมิปัญญา	วิธีการถ่ายทอด
นางภา นาวนิตย์	- การทอผ้า การย้อมผ้าคราม	ย่า ยาย แม่ พาทำ จดจำ นำมาปฏิบัติกับตนเอง
นางบรรทม บุญวัน	- กระบวนการทอผ้าพื้นเมือง	แม่พาทำ จดจำ และนำมาปฏิบัติกับตนเอง
นายเสา साแก้ว	คุกกี้ซี(ถังตักน้ำ) คาด ไถ	พ่อพาทำ จดจำ นำมาปฏิบัติกับตนเอง
นางเพ็ญศรี ราชวงศ์	รำไม้พลอง	เรียนรู้จากยายบุญมีเครือรัตน์ ผ่านสื่อ
นายวิกาล พรหมผัน	พลังลมปราณ กาย-จิต	ละศึกษาเพิ่มเติมจากแหล่งความรู้ต่างๆแล้วนำมาปฏิบัติด้วยตนเอง
นายจันทร์ชัย หอมสมบัติ	- หมอสูตร	เรียนรู้จาก นพ.อิสระ จำปาเหล็ก เป็นแพทย์ทางเลือกประจำโรงพยาบาลสุรินทร์ นำมาปฏิบัติกับตนเอง
นายอารีย์ วัฒนโรจน์	- การจักสานจากวัสดุไม้ไผ่	พ่อพาทำ จดจำและนำมาปฏิบัติด้วยตนเอง
นายเตรียม หอมสมบัติ	- ประเพณีวัฒนธรรม	ผู้เฒ่าผู้แก่บอกทำ จดจำและทำตามเรื่อยๆ
นายบุญหนัก พันป้องชอด	- พิษเกษตรปราณีต	ผู้เฒ่าผู้แก่พาทำ บอกให้ทำ จดจำ เข้ารับการอบรมและศึกษาจากแหล่งความรู้ต่างๆ ปฏิบัติด้วยตนเอง

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่าปราชญ์ชาวบ้านในชุมชนแสงเจริญมีภูมิปัญญาเกี่ยวกับระบบการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนที่หลากหลาย ซึ่งได้รับการถ่ายทอดองค์ความรู้เหล่านี้จากบรรพบุรุษที่คอยปลูกฝังมาตั้งแต่เด็กผ่านการอบรมเลี้ยงดู การสร้างพฤติกรรมให้รู้เห็นเป็นประจำจึงเกิดการรับรู้ และซึมซับองค์ความรู้สะสมไว้ในตัวแล้วแสดงออกในชีวิตประจำวัน จนกลายเป็นวิถีปฏิบัติเป็นนิสัยกลายเป็นองค์ความรู้ที่มีการสืบทอดต่อไป

องค์ความรู้ของคนชุมชนแสงเจริญ ที่รับการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษปู่ย่าตาทวดจากวิธีการลองผิดลองถูก เก็บสะสมเป็นประสบการณ์และพัฒนาให้ดีขึ้นตามลำดับ องค์ความรู้เหล่านี้ส่วนใหญ่เป็นความรู้ฝังลึกที่มีอยู่ในตัวคน จนเกิดการจัดการความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพที่นำมาใช้โดยผ่านปัจจัย 4 ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน

ดังนั้นการจัดการความรู้ของปราชญ์ชาวบ้านในเรื่องระบบการดูแลสุขภาพ จะมีชุดความรู้ที่จะนำไปสู่การมีสุขภาพของคนในชุมชน วิถีชีวิตที่ต้องพึ่งพาทรัพยากรธรรมชาติ มีการใช้ทรัพยากรของชุมชนอย่างเกื้อกูลและคุ้มค่าด้วยความพอเพียง จากการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมายที่เป็นปราชญ์ชาวบ้าน บุคลากรสาธารณสุขและผู้ที่มีความสนใจในการดูแลสุขภาพตนเองด้วยต้นทุนเดิม พบว่า ชุดความรู้ที่มีความเหมาะสมในการดูแลสุขภาพตนเองด้วยต้นทุนเดิมที่คนในชุมชนร่วมกันขับเคลื่อนเพื่อป้องกันการเลือนหายไปจากชุมชนแสวงเจริญ ดังปรากฏตามตารางที่ 7

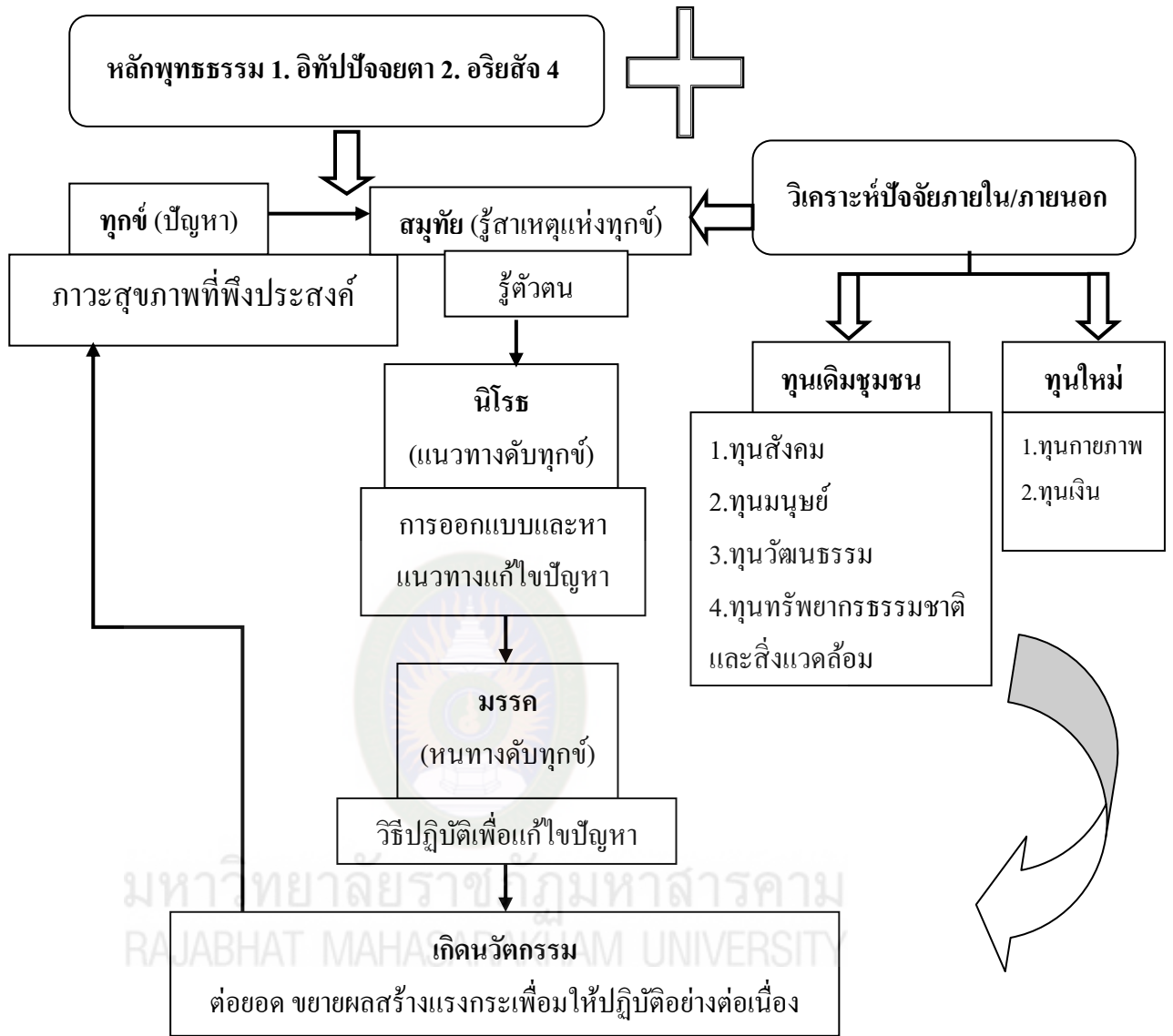
ตารางที่ 7 ชุดความรู้ด้านการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนแสวงเจริญ

กิจกรรม	ชุดความรู้	ปราชญ์ชาวบ้าน
รำไม้พลอง : มหัศจรรย์ การออกกำลังกายเสริม สุขภาพกายและจิตพิชิต โรคพยาธิ เยาวชนคนดีฮีโร่แสวงเจริญ	การออกกำลังกายรำไม้พลอง ส่วนประกอบการรำไม้พลอง เพลงที่ใช้ประกอบ ข้อควร ระวัง การคัดเลือกกลุ่มเป้าหมาย วิธีการพัฒนาเยาวชน	คุณยายบุญมี เครือรัตน์ แม่เพ็ญศรี ราชวงศ์ พ่อวิกาล พรหมผัน นางแหวน อินทวงศ์ นายคาน เศษรักษา
ปลูกพืชเครื่องแกงเผ้าบ้าน	กระบวนการเสริมพลังอำนาจ เชิงบวก การขยายผล พืชเครื่องแกง ความสำคัญของ พืชเครื่องแกง วิธีการและ ขั้นตอนการปลูก	ดญ.ปวีณา ผ่านดี นายคาน บัวนาค นายสมนึก แก้วใส นายสมัคร ราชวงศ์
สมุนไพร ยาหม้อใหญ่ ในชุมชน	สมุนไพรเพื่อสุขภาพ สมุนไพร บำรุงสุขภาพ สมุนไพรรักษา โรค	พ่อคำหุ่ง หอมสมบัติ พระชาญชัย วชิโร นายพุงศักดิ์ แก้วมุงคุณ
มิตรภาพบำบัด	มิตรภาพบำบัด ความสำคัญ วิธีการและขั้นตอน	แม่บรรจง ภู่อ่าว แม่सान ล้านพลแสน นางประนอม ลุนงามหาญ นายจันทร์ชัย หอมสมบัติ

กิจกรรม	ชุดความรู้	ปราชญ์ชาวบ้าน
ศาลามูลมั่งอีสาน	ที่มาและความสำคัญ มูลมั่ง อีสานกับวิถีชีวิต วิธีการและ ขั้นตอน การเรียนรู้วิถีชีวิตผ่าน มูลมั่ง	แม่แห่วน อินทวงศ์ หลวงปู่หยาด เนาวนิตย์ นายสมนึกแก้วใส

จากตารางที่ 7 ชุดความรู้ในการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนแสงเจริญ สามารถถ่ายทอดให้กับบุคคลในชุมชนและนอกชุมชนที่ต้องการเรียนรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชนด้วยการร่วมกิจกรรม ไร่ไม้พลอง มหัศจรรย์การออกกำลังสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิต โรคาพยาธิ เยาวชนคนดีอีโรแสงเจริญ ปลูกพืชเครื่องเฝ้าบ้าน สมุนไพรหม้อใหญ่ในชุมชน มิตรภาพบำบัด ศาลามูลมั่งอีสาน แต่ละกิจกรรมมีปราชญ์ชาวบ้านที่มีองค์ความรู้สามารถนำพาการปฏิบัติกิจกรรมการดูแลสุขภาพได้ทั้ง 6 กิจกรรม

การถ่ายทอดองค์ความรู้สู่การปฏิบัติของคนในชุมชนจากรุ่นสู่รุ่นนั้น นอกจากความรู้จะถูกถ่ายทอดผ่านการดำเนินชีวิตประจำวันในลักษณะที่ไม่เป็นทางการ แบบไม่ได้ตั้งใจ ด้วยการได้เห็น ได้ฟัง ได้รู้ ได้สัมผัส และได้ลงมือทำแล้ว ยังต้องถ่ายทอดผ่านกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างคนในชุมชนผ่านวงสนทนาที่สร้างสรรค์ เพื่อการแลกเปลี่ยนแบ่งปันความรู้ที่ฝังลึกในตัวบุคคลไปเป็นความรู้ที่ผู้อื่น สามารถเข้าถึงโดยดึงออกมาเป็นความรู้ที่ชัดเจน เพื่อการเข้าใจและนำไปปฏิบัติกับตนเอง และถ่ายทอดแบ่งปันและแลกเปลี่ยนความรู้สู่ผู้อื่นต่อไปได้ ผลการนำความรู้ไปใช้จะทำให้เกิดการพัฒนาทักษะและความชำนาญของตนเองและกลุ่มมากขึ้นตามลำดับ คนในชุมชนซึมซับรับความรู้ต่างๆ อย่างเห็นคุณค่าเกิดการพัฒนาองค์ความรู้อย่างต่อเนื่อง จนกลายเป็นวัฒนธรรมชุมชนต่อไป



แผนภาพที่ 2 วงล้อการพัฒนาองค์ความรู้ตามหลักพุทธธรรม

จากแผนภาพที่ 2 ชุมชนแสงเจริญมีการนำหลักพุทธธรรม คือ 1.อิทปปัจจยตา 2.อริยสัจ สี่ ผนวกกับการวิเคราะห์ปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกชุมชน (SWOT analysis) มาประยุกต์ใช้ในการจัดการความรู้เรื่อง ระบบการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน โดยร่วมกันตั้งเป้าประสงค์สูงสุดของการจัดการความรู้ คือประชาชนในชุมชนมีภาวะสุขภาพที่พึงประสงค์และพึ่งพาตนเองด้านสุขภาพได้ ด้วยการสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายไม่ให้เจ็บป่วย สามารถบริหารจัดการความเครียดและอาศัยอยู่ในสังคมที่อุดมไปด้วยมิตรภาพและการแบ่งปัน ผู้คนมีจิตสำนึกรักตนเอง และภาคภูมิใจที่ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชน

กระบวนการจัดการความรู้จึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการขับเคลื่อนนวัตกรรม ระบบการดูแล
 สุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนแสงเจริญ ให้มีความเป็นพลวัต (dynamics) เกิดความ
 ต่อเนื่อง ต่อยอด เชื่อมโยงและขยายผลสู่ชุมชนอื่นๆ ต่อไป ดังนั้นการสร้างองค์ความรู้ใหม่ใน
 คนรุ่นต่อมาจึงมีการปรับเปลี่ยนวิธีคิด การประดิษฐ์สิ่งใหม่เพิ่มเติม เพราะความรู้เดิมบางอย่าง
 เมื่อผ่านช่วงเวลาหนึ่งไป อาจไม่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้จริง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบริบท
 แวดล้อม โดยเฉพาะทรัพยากรที่เกี่ยวข้องกับปัจจัย 4 ที่เปลี่ยนแปลงไป ชุมชนแสงเจริญ
 เป็นชุมชนที่มีการวางรากฐานที่มั่นคงด้านการดูแลสุขภาพ คือมีวัดโพธิ์ชัยศรีซึ่งเป็นสถานที่
 สาธารณะต้นแบบที่เอื้อต่อการมีสุขภาวะเพราะเป็นพื้นที่สำหรับการจัดกิจกรรมถ่ายทอด
 องค์ความรู้เกี่ยวกับระบบการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิม ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้พัฒนาวัดโพธิ์ชัยศรี
 วัดส่งเสริมสุขภาพสู่การเป็น ศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน โดยศูนย์แห่งนี้มีพื้นที่
 ทั้งหมด 8 ไร่เศษ มีการบริหารจัดการพื้นที่อย่างเหมาะสมและลงตัว คือมีศาลาการเปรียญ
 สำหรับกิจกรรม ศาสนพิธีทำบุญตักบาตร มีกุฏิสำหรับการอยู่อาศัยของพระสงฆ์จำนวน 5 หลัง
 หอระฆังและหอกระจายข่าว 1 หลัง โรงครัว 1 หลัง ศาลาภัตตราคาร 2 หลัง พระอุโบสถ 1 หลัง
 ลาลามูลมังอีสาน (ใช้เป็นห้องประชุมด้วย) 1 หลัง มีศาลาเรือนนอนแยกชาย-หญิง และVIP
 จำนวน 4 หลัง ศาลาเก็บโล่รางวัลและประกาศเกียรติคุณ 1 หลัง ศาลานั่งพักจำนวน 2 หลัง
 ศาลา คอฟฟี่เบรก 1 หลัง ตัวอย่าง เอือนเหย้า 1 หลัง ศาลาแสดงสินค้าพื้นบ้านสำหรับการ
 จำหน่าย 1 หลัง มีลานและเวทีส่งเสริมสุขภาพ มีสระน้ำ มีแปลงผักรวม นอกจากนี้ภายในวัด
 ยังมีการปลูกพืชสมุนไพรและพืชผักสวนครัว ตามแนวทางเกษตรปราณีต เพื่อให้เป็นประโยชน์
 แก่ผู้คนที่เข้ามาปฏิบัติสัมพันธ์ในวัดแห่งนี้ มีโอกาสได้เรียนรู้และศึกษาแบบอย่างแล้วนำไปปฏิบัติ
 ในครอบครัวในชุมชนต่อไป ซึ่งนับว่าเป็นการเปิดช่องทางให้ประชาชนชาวบ้านทั่วไปทั้ง
 ภายในและภายนอกชุมชนแสงเจริญได้มีการเข้าถึงองค์ความรู้ภายในศูนย์ดูแลสุขภาพด้วย
 ต้นทุนเดิมของชุมชนอย่างง่ายและสะดวก ซึ่งที่ผ่านมามีคณะผู้คนที่มีความต้องการมาเรียนรู้
 และศึกษาดูงานจากทุกจังหวัดทั่วประเทศได้เดินทางมาร่วมเรียนรู้และรับการถ่ายทอดองค์
 ความรู้ทั้ง 6 กิจกรรม การดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน ได้แก่ ไร่ไม้พลอง มหัศจรรย์
 การออกกำลังสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคาพยาธิ เยาวชนคนดีฮีโร่ศรีวิไล ปลูกพืช
 เครื่องแกงเผ้าบ้าน สมุนไพรหายหมีใหญ่ในชุมชน มิตรภาพบำบัด ศาลามูลมังอีสาน

รูปแบบการขับเคลื่อนระบบดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ

จากการพัฒนาให้เกิดศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนขึ้นในวัดโพธิ์ชัยศรี วัดส่งเสริมสุขภาพ ส่งผลให้ประชาชนทั้งในและนอกชุมชนที่ต้องการพึ่งตนเองด้านสุขภาพ ด้วยระบบการดูแลสุขภาพต้นทุนเดิม ซึ่งเป็นระบบที่มีการลงทุนต่ำหรือไม่ได้ลงทุนเลย มีการขับเคลื่อนอย่างต่อเนื่องและต่อยอด ผ่านต้นทุนเดิมของชุมชน 4 ทุน คือ ทุนมนุษย์ ทุนวัฒนธรรม ทุนทางสังคม ทุนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมส่วนทุนกายภาพและทุนเงินไม่ได้ถูกนำมากล่าวถึงในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากผลจากเวทีเสวนาค้นข้อมูลชุมชน ในวันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2557 ณ วัดโพธิ์ชัยศรี ประชาชนเห็นว่า ทั้ง 2 ทุนเป็นทุนใหม่ที่ไม่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัย การขับเคลื่อนระบบการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ ผลลัพธ์ที่ได้คือประชาชนในชุมชนเกิดการดูแลสุขภาพตนเองด้วยการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันและรักษาโรค รวมถึงการฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และด้านสติปัญญา โดยมีการขับเคลื่อนผ่านปัจจัยในการดำรงชีวิต 4 ประการ ได้แก่ อาหาร ยา รักษาโรค เครื่องนุ่งห่มและที่อยู่อาศัย อีกทั้งยังขับเคลื่อนผ่านกิจกรรมการจัดการความรู้กิจกรรมทั้ง 6 กิจกรรม คือ 1. รำไม้พลอง มหัศจรรย์ การออกกำลังกายเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคพยาธิ 2. เขวชนคนคีธี่โรแสงเจริญ 3. พืชเครื่องแกงเผ้าบ้าน 4. สมุนไพรหายหมีใหญ่ในชุมชน 5. มิตรภาพบำบัด 6. ศาลามูลมังอีสาน รายละเอียดดังต่อไปนี้

1 กิจกรรม รำไม้พลอง : มหัศจรรย์การออกกำลังกายและจิตพิชิตโรคพยาธิชุมชนแสงเจริญในยุคดั้งเดิมนั้นมีการออกกำลังกายตามวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน ตั้งแต่ตื่นนอนในตอนเช้าต้องเดินหาบถังขี้ซึ่งลงทุ่งนาเพื่อตักน้ำจากบ่อมาใช้อุปโภคบริโภค ในตอนกลางวันต้องเดินถือจอบถือเสียมเพื่อไปขุดไร่ ขุดนา ปลุกข้าว ปลุกสวน ตอนค่ำเดินกลับบ้าน อาบน้ำ รับประทานอาหาร แล้วพักผ่อนนอนหลับอย่างสบาย ฉะนั้นวิถีชีวิตของคนในยุคนี้จึงมีการออกกำลังกายทุกวัน แต่ในยุคปัจจุบันชีวิตต้องพึ่งพาเครื่องอำนวยความสะดวก ดังแม่บรรจงได้บอกเราว่า “ เพียงแค่กระดิกนิ้วมือ ทุกอย่างก็ได้มา ไม่ต้องออกแรงอะไรเลย ” การออกกำลังกายแบบรำไม้พลองของชุมชนแสงเจริญเป็นการบูรณาการ การออกกำลังกาย 4 ประเภทเข้าด้วยกันอย่างกลมกลืน โดยในช่วงขั้นตอนแรกเป็นการอบอุ่นและเตรียม

ความพร้อมร่างกาย (warm-up) มีการเชื่อมร้อยแบบไร้รอยต่อระหว่างการออกกำลังกายแบบพลังลมปราณ ภาย-จิตสมมูล การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ตามด้วยขั้นตอนที่ 2 คือการออกกำลังกาย (exercise) ได้นำเอาการออกกำลังกายแบบรำไม้พลอง 11 ท่าของป้าบุญมี เครือรัตน์ คือ ท่าเหยียดข้าง ท่าพายเรือ ท่าหมุนกายหมุนเอว ท่าตาชั่ง ท่าว่ายนํ้าวัดวา ท่ากรรเชียง ท่าดาวดิ่งสี่ ท่านกบิน ท่าทศกัณฑ์โยกตัว ท่ายกนํ้าหนัก ท่าขนาดตัวขนาดเอว และในขั้นตอนที่ 3 เป็นขั้นตอนการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ (cool-down) ใช้การออกกำลังกายด้วยวิธีซึ่งก เพื่อให้เกิดความไพเราะและสนุกสนานจึงได้นำเสียงเพลงลูกทุ่งอีสานที่มีเนื้อเพลงที่สร้างสรรค์มาผสมผสานประกอบจังหวะโดยประยุกต์จังหวะเสียงเพลงให้มีความสอดคล้องกับขั้นตอนการออกกำลังกาย 3 ขั้นตอนกล่าวคือ ใช้เสียงเพลงที่มีจังหวะช้าในขั้นตอนการอบอุ่นและเตรียมความพร้อมร่างกาย (warm-up) จังหวะจะเร็วขึ้นเรื่อยๆ ในขั้นตอนการออกกำลังกาย (exercise หรือ work out) สุดท้ายคือขั้นตอนการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ (cool-down) ใช้จังหวะเสียงเพลงที่เชื่องช้าและกินใจ เน้นให้ผู้ออกกำลังกายได้ผ่อนคลายด้วยการหายใจเข้า-ออกอย่างช้าๆ ใช้หลักคิด กายเคลื่อนไหว ใจหยุดนิ่ง หูฟังเพลง ในระยะเริ่มต้น มีการส่งเสริมให้สมาชิกชมรมผู้สูงอายุจำนวน 50 คน ร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายรำไม้พลองที่ลานวัดโพธิ์ชัยศรี (ศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน) โดยมีจุดมุ่งหมายคือการออกกำลังกายส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพใจและเป็นเวทีที่ให้สมาชิกปรึกษาหารือและสื่อสารข้อมูลต่างๆ ด้วยกิจกรรมตั้งวงสนทนาหลังการออกกำลังกาย โดยให้สมาชิกทุกคนเข้าแถวเป็นครึ่งวงกลม ตรวจสอบจำนวนสมาชิกและปลุกระดมความคิดให้มีพลังและฮึกเหิมในการประกอบภารกิจประจำวัน ด้วยการปรบมือตามรหัส 3-3-7 พร้อมกัน ต่อจากนั้นร่วมกันกล่าวคำว่า “สุขภาพดีไม่มีขาย อยากได้ต้องสร้างเอง ... สุขภาพแข็งแรงดี” ซึ่งเป็นการเสริมพลังและสร้างความมั่นใจในระบบการดูแลสุขภาพและป้องกันการเจ็บป่วย หลังจากดำเนินการต่อเนื่องกันเป็นเวลา 3 เดือน สมาชิกร่วมวางแผนการขับเคลื่อนกิจกรรมรำไม้พลอง : มหัจฉรย์การออกกำลังกายสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคาพยาธิ มีขั้นตอนดังนี้

1.1 ประชุมกลุ่มคนในชุมชนแสงเจริญโดยตัวแทนหลังคาเรือนละ 1 คน คณะกรรมการบริหารชมรมผู้สูงอายุ จาก 9 หมู่บ้านในตำบลนาแสงและบุคลากรสาธารณสุขในอำเภอศรีวิไล

1.2 กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากการร่วมกิจกรรมออกกำลังกายรำไม้พลอง มหัจฉรย์การออกกำลังกายสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคาพยาธิ ในอดีตและเปรียบเทียบกับเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในยุคปัจจุบัน

1.3 ร่วมกันออกแบบกิจกรรมรำไม้พลอง : มหัทศจรยการออกกำลังสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคาพยาธิ ตามลำดับดังนี้

1.3.1 เปิดพื้นที่ให้มีหมู่บ้านในตำบลนาแสงร่วมกิจกรรมอีก 8 หมู่บ้าน ผ่านกิจกรรมการจัดมหรรมการประกวดรำไม้พลองประยุกต์

1.3.2 มีการนำเสียงเพลงลูกทุ่งที่มีทำนองและเนื้อหาที่สื่อถึงลักษณะวิถีชีวิตคนอีสานบ้านแสงเจริญ เช่น เพลงราว 4 ต่อง 7 ไม้เพื่อไถนาแสงแข็งแรง โดยมีการเปลี่ยนเพลงประกอบในแต่ละเดือน เพื่อเป็นกลวิธีกระตุ้นให้มีการฝึกซ้อมทุกวันในแต่ละหมู่บ้าน

1.3.3 มีการกำหนดเวลาการจัดกิจกรรม เดือนละ 1 ครั้ง ที่ศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน (วัดโพธิ์ชัยศรี วัดสงเสริมสุขภาพ) เริ่มเวลา 14.00 น.-17.00 น.

1.3.4 เมื่อสิ้นสุดการจัดมหรรมการประกวดรำไม้พลองประยุกต์ทุกครั้ง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกหมู่บ้านรวมกันที่ลานวัด หน้าเวทีส่งเสริมสุขภาพเพื่อพบปะพูดคุย ฟังพระธรรมเทศนาจากพระสงฆ์และกราบพระขอมาสาถานที่เพื่อความเป็น สิริมงคลแก่ตนเอง และรับแผ่นซีดีเพลงชุดใหม่ไปฝึกซ้อมและเข้าร่วมกิจกรรมมหรรมการประกวดในเดือนต่อไป

1.4 สื่อสารให้ประชาชนทั่วไปทราบผ่านการประชุมผู้นำชุมชน ผู้แทนชมรมผู้สูงอายุ และมีการสร้างกระแสให้เกิดการตื่นตัวด้วยการจัดกระบวนการเดินรณรงค์ไปตามหมู่บ้านต่างๆในตำบลนาแสงอย่างยิ่งใหญ่ในวันเปิดมหรรมการประกวดในเดือนแรกของฤดูกาล

1.5 ดำเนินการจัดกิจกรรมมหรรมการรำไม้พลองประยุกต์ตามแผน ที่ร่วมกันออกแบบไว้ ที่ศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน(วัด โพธิ์ชัยศรี วัดสงเสริมสุขภาพ) เดือนละ 1 ครั้ง นับจากเดือน ธันวาคม-เดือนเมษายน เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่ว่างเว้นฤดูกาลของการทำนา

1.6 ประเมินและสรุปผลการจัดกิจกรรมพร้อมกับทำการคืนข้อมูลให้ชุมชนทราบผ่านการจัดกิจกรรมเดือนสุดท้ายเพื่อเป็นการทบทวนกระบวนการและผลการดำเนินงานหลังการจัดกิจกรรม (after action review : AAR) โดยใช้สถานที่ ศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน (วัด โพธิ์ชัยศรี วัดสงเสริมสุขภาพ)

จากการดำเนินกิจกรรม รำไม้พลอง มหัทศจรยการออกกำลังสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคาพยาธิ ผู้วิจัยได้สังเกตแบบมีส่วนร่วมในการดำเนินการทุกขั้นตอนทุกครั้งพบว่า

1. กลุ่มสมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรม ประกอบด้วยประชาชนทุกเพศทุกกลุ่มวัย แต่ส่วนใหญ่เป็นวัยสูงอายุ มาจาก 9 หมู่บ้านในตำบลนาแสง คือ ม.1บ้านนาแสง ม.2 บ้านดงเกษม ม.3 บ้านนาคำแคน ม.4 บ้านคไชยวาล ม.5บ้านดงเกษมสามัคคี ม.6บ้านคำแคนพัฒนา ม.7 บ้านแสงสาคร ม.8บ้านแสงเจริญ ม.9 บ้านเกษมพัฒนา รวมสมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด ประมาณ 500-600 คนต่อครั้งต่อเดือน

2. ชุมชนทั้ง 9 ชุมชนแสดงออกซึ่งความสามัคคีมีความพร้อมเพรียงและมีความกระตือรือร้นที่จะมาร่วมกิจกรรม ซึ่งจะเห็นได้จากจำนวนคนในแต่ละหมู่บ้าน การแต่งกาย เป็นต้น

3. เมื่อสมาชิกแต่ละหมู่บ้านมาถึงลานวัด ก่อนเปิดเวทีมหกรรมประกวดรำไม้พลองประยุกต์ สมาชิกได้พบปะพูดคุยแบ่งปันประสบการณ์การดำเนินชีวิต

4. การจัดการประกวดมีการลงสนามพร้อมกันชุดที่หนึ่ง 5 หมู่บ้าน ชุดที่สอง 4 หมู่บ้านแต่ละชุด แข่งขัน 2 รอบๆละ 15 นาที ทำให้มีโอกาสดูการแสดงรำไม้พลองประยุกต์ของหมู่บ้านอื่นด้วย

5. ในขณะที่ดำเนินการจัดประกวดมีภูมิปัญญาชาวบ้านเล่าถึงประสบการณ์การออกกำลังกายรำไม้พลอง : มหัทศจรย์การออกกำลังกายสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคาพยาธิ ซึ่งหัวใจสำคัญคือยึดหลัก “กายเคลื่อนไหว ใจหยุดนิ่ง หูฟังเพลง” ผลที่ได้ตามมาคือเกิดสมาธินั่นเอง

6. การจัดกิจกรรมทุกครั้งจะจบลงด้วยการฟังธรรมเทศนาจากพระสงฆ์และทุกคนกราบขอขมาสถานที่ด้วยร่างกายที่อ่อนนุ่มและจิตใจที่เป็นสุข

สรุปการดำเนินงานรำไม้พลอง : มหัทศจรย์การออกกำลังกายและจิตพิชิตโรคาพยาธิ เป็นการขับเคลื่อนกิจกรรมผ่านทุนทางสังคมด้วยกลุ่มคนที่ต้องการสุขภาพและดูแลตนเองไม่ให้มีปัญหสุขภาพด้วยการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง ดังคำโบราณที่ว่า “ป้องกันดีกว่าแก้ ถ้าเป็นแล้วแย่แก้ไม่ทัน”หรือ”สร้างสุขภาพนำซ่อมสุขภาพ” จากการสัมภาษณ์สมาชิกที่ร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง บอกว่า”มหัทศจรย์คัก รำไม้พลองทุกมือ อยู่ดี ๆ โรคปวดเอวปวดหลังกะหายไป นอนกะหลับสบาย เพราะว่าเฮาได้ยืดเหยียดทุกส่วน ม่วนกะม่วน ได้เจอหมู่ต่างบ้านนำพร้อม ” (พ่อใหญ่สนิท ราชวงศ์, สัมภาษณ์, 2556)

ตารางที่ 8 ผลของกิจกรรมรำไม้พลอง:มหัศจรรย์การออกกำลังกายสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคพยาธิ

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
การรำไม้พลอง	การออกกำลังกายรำไม้พลอง	สุขภาพกายแข็งแรง รักษา
การประกวดระหว่างหมู่บ้าน	ส่วนประกอบการรำไม้พลอง เพลงที่ใช้ประกอบ ข้อควรระวัง	โรคปวดเมื่อยตามร่างกาย
การถ่ายทอดความรู้	ได้ดูการรำไม้พลองของหมู่บ้านต่างๆ ได้พูดคุยความคิดเห็นระหว่างหมู่บ้าน ได้ฟังพระธรรมเทศนาจากพระสงฆ์	สุขภาพจิตดีที่ได้ผ่อนคลาย ได้ข้อคิดและหลักปฏิบัติตน เพื่อให้พ้นจากทุกข์
การทำกิจกรรมร่วมกัน	ออกไปฝึกสอนให้หมู่บ้านในเขตตำบลอีก 8 หมู่บ้าน จัดมหกรรมการประกวดรำไม้พลองทั้งตำบล ทำให้ประชาชนหมู่บ้านต่างๆ ได้รู้ประโยชน์และเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย	เกิดสติปัญญา สามารถนำไปประยุกต์ทำออกกำลังกายได้
สถานที่	การร่วมฟังธรรมเทศนาจากพระสงฆ์เกี่ยวกับการอยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การช่วยเหลือเอื้ออาทร แบ่งปัน การมีจิตอาสาและมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมส่วนรวม	เกิดสังคมาเอื้ออาทร ผู้คนสามัคคี มีความรักใคร่ปรองดองกัน
	มีพื้นที่สะอาดร่มรื่นมีห้องน้ำสะอาดเพียงพอ เหมาะในการจัดกิจกรรม	สิ่งแวดล้อมสะอาด เป็นต้นแบบและเอื้อต่อสุขภาพะ



แผนภาพที่ 3 รูปแบบการขับเคลื่อนกิจกรรม รำไม้พลอง: มหัศจรรย์การออกกำลังสร้างเสริมสุขภาพ

2 กิจกรรม : เยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ

พื้นฐานเด็กและเยาวชนในชุมชนแสงเจริญแล้วเป็นคนที่มีความผูกพันอยู่กับคนแก่คนเฒ่าที่เป็นตาเป็นยาย ซึ่งในยุคสมัยดั้งเดิมยังไม่มีโทรทัศน์ ไม่มีโทรศัพท์ หลังเลิกเรียนหรือวันหยุดเสาร์-อาทิตย์จึงรวมกลุ่มกันไปเล่นที่วัดและช่วยเหลือหลวงปู่หลวงตาบิณฑบาตลานวัด อุสาลา และจิตอาสาทำงานต่างๆ ที่วัด นอกจากนี้ยังได้มีโอกาสติดตามคุณยายคุณตามาทำบุญหรือกิจกรรม สวด 12 กรอง 14 ที่วัดอยู่เป็นประจำจนเป็นปรกตินิสัย จึงเป็นช่วงเวลาที่ได้เรียนรู้ซึมซับคำสั่งสอนของพระสงฆ์และฝึกการให้ทาน ถือศีล ภาวนา ตลอดจนวัฒนธรรมประเพณีดีๆ ของท้องถิ่น จึงส่งผลทำให้เด็กและเยาวชนกลุ่มดังกล่าวมีอิสระทางความคิดและการแสดงออกมามีพฤติกรรมอ่อนน้อมถ่อมตน จิตใจดี มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ แต่ในยุคปัจจุบันเป็นยุคแห่งการแข่งขันและวัดคุณค่ากันที่ ความมีความจน กอปรกับอิทธิพลของความเจริญ

ทางด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ หรือ โลกไร้พรมแดน ส่งผลให้เด็กและเยาวชนคนไทยห่างไกล วิทยาศาสตร์และ พ่อแม่ปู่ย่าตายาย ทำให้ถูกรอบงำความคิดด้วยลทธิเงินนิยม ขาดอิสระ ด้านความคิด จึงส่งผลให้มีการแสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ได้แก่พฤติกรรมคือ ไม่เชื่อฟังผู้ใหญ่ ใช้สารเสพติด ทำผิดกฎกติกา พฤติกรรมบางอย่างมักเกิดขึ้นมานานจนทำให้ แก้ไขได้ยาก ดังนั้นการป้องกันปัญหาจึงมีความจำเป็นและสำคัญมากกว่า ซึ่งควรเริ่มตั้งแต่ การส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมีบุคลิกภาพที่ดี มีภูมิด้านทานโรคทางจิตเวช ที่จะเป็เหตุ ปัจจัยส่งเสริมให้เยาวชนเจริญเติบโตใหญ่เป็นกำลังพลที่มีคุณค่า นำพาครอบครัว ชุมชนและ ประเทศชาติไปสู่ความมั่นคงต่อไปในอนาคต ด้วยการส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้ใกล้ชิด กับวิทยาศาสตร์และผู้แก่ผู้เฒ่า ซึ่งเป็นทุนเดิมทางสังคมที่อุดมไปด้วยภูมิปัญญาที่มีประโยชน์ และคุณค่าด้านคำสอนดี ๆ ตั้งแต่เยาว์วัยนั่นเอง

การจัดกิจกรรมเยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญมีวัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมให้ เยาวชนมีการปรับตัวด้านสังคมเป็นไปอย่างเหมาะสม การดำเนินกิจกรรมมีขั้นตอนดังนี้

2.1 ประชุมกลุ่มคน ประกอบด้วยภูมิปัญญาชาวบ้าน ผู้แก่ผู้เฒ่า ครูอาจารย์ พระสงฆ์ บุคลากรสาธารณสุข ที่มีชุดความรู้เรื่องระบบการดูแลสุขภาพของคร้รวม ด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน

2.2 บุคคลที่มีความรู้และมีประสบการณ์กล่าวถึงความสำคัญและเรื่องราว ต่างๆ ที่เกิดขึ้นตั้งแต่ยุคดั้งเดิมจนถึงยุคปัจจุบัน

2.3 ร่วมกันกำหนดและออกแบบการจัดการกิจกรรมเยาวชนคนดีฮีโร่ แสงเจริญ โดยแบ่งเป็น 2 ระยะ คือ 1.ระยะการแก้ไขปัญหาเด็กเยาวชนที่มีพฤติกรรมที่ไม่พึง ประสงค์ 2.ระยะขยายผลการป้องกันปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เด็กและเยาวชนที่มี ดังนี้

2.3.1 ระยะการแก้ไขปัญหาเด็กเยาวชนที่มีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

1) จัดเวทีเสวนาระหว่างเยาวชนเพื่อค้นหาปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้ เยาวชนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์

2) ส่วนอีกหนึ่งเวทีจัดการเสวนาระหว่าง พ่อแม่ผู้ปกครอง เพื่อทำการค้นหาพฤติกรรมไม่ประสงค์ของเยาวชนในมุมมองของพ่อแม่ผู้ปกครอง โดยมีครู อาจารย์ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ผู้นำชุมชน พระสงฆ์ และตำรวจ เป็นผู้กระตุ้นและส่งเสริมให้ เกิดกระบวนการเสวนา

3) รวมเป็นเวทีใหญ่เวทีเดียว เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายทั้งสองกลุ่ม ได้นำเสนอผลการประชุมกลุ่มให้ทุกฝ่าย ได้รับทราบเหตุปัจจัยที่ส่งผลให้เด็กและเยาวชน

ขาดความเป็นอิสระทางความคิดและการแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

4) จัดกิจกรรมอบรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนกลุ่มเสี่ยงให้มีความรู้และทักษะชีวิต

5) การเสริมพลังอำนาจเชิงบวกด้วยการมอบหมายหน้าที่ในการดูแลความสงบในการจัดงานประจำหมู่บ้าน ประจำตำบลและอำเภอตามลำดับพร้อมกันให้ค่ายก๋อชมเชยและติดตามเยี่ยมบ้านเป็นระยะ

2.3.2 ระยะขยายผลสู่กิจกรรมป้องกันปัญหาพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในเด็กปฐมวัย

1) จัดกิจกรรมให้เด็กที่มาร่วมวัดได้ใกล้ชิดกับพระสงฆ์ได้แก่การปิดกวาดลานวัดเพื่อสร้างความคุ้นเคย

2) อบรมบ่มนิสัยแบบไม่เป็นทางการผ่านการทำกิจกรรมปิดกวาดลานวัด การดูศาลา การติดตามไปบิณฑบาต

3) ให้รางวัลโดยการชมเชยและให้ขนม ฟังนิทานสอนใจ การเตะฟุตบอลในวัด

2.4 ประชาสัมพันธ์เพื่อบอกกล่าวผ่านเวทีการประชุมส่วนราชการ ผู้นำชุมชน เยาวชนตลอดจนพ่อแม่ผู้ปกครองเพื่อให้เข้าร่วมกิจกรรม

2.5 กำหนดวัน เวลา สถานที่กิจกรรม ขั้นตอนการดำเนินงาน การดำเนินกิจกรรม เยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ ผู้วิจัยได้ร่วมในกิจกรรมและสังเกตในการดำเนินงานทุกขั้นตอน พบว่า

1. เยาวชน พ่อแม่ ผู้ปกครอง ผู้นำชุมชนและส่วนราชการเข้าร่วมกิจกรรมตามนัดหมาย ร้อยละ 100

2. เด็กและเยาวชนกลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรม มีการกล้าพูด กล้าแสดงออกทั้งในเวทีการเสวนาเฉพาะกลุ่มและเวทีรวมทำให้ได้ประเด็นสาเหตุและปัจจัยที่ส่งผลให้แสดงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ออกมา เพียงเพราะว่าเรียกร้องความสนใจและทำให้ใส่ใจตนเอง

3. พ่อแม่ผู้ปกครองครูบาอาจารย์ได้รับทราบ ประเด็นสาเหตุและปัจจัยที่ส่งผลให้เด็กและเยาวชนแสดงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ดังกล่าว เกิดความดีใจ บางคนถึงกับร้องไห้ เพราะที่ผ่านมาไม่เคยได้รับฟังความในใจของลูกเลย

4. สมาชิกวงเสวนาได้หาเวทีให้เยาวชนได้แสดงออกซึ่งศักยภาพด้วยการเป็นจิตอาสาในงานสาธารณะเช่นเป็นจิตอาสารักษาความปลอดภัย การบอกทางจราจรในงานวัดต่างๆ และมีเวทีเสริมพลังอำนาจในทางสร้างสรรค์ สร้างความภาคภูมิใจให้เกิดขึ้นแก่ตัวเยาวชนและครอบครัว

5. ภูมิปัญญาชาวบ้านได้เล่าถึงประสบการณ์และภูมิปัญญาในการอบรมเลี้ยงดูลูกหลานในยุคดั้งเดิม โดยการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด มีวงพูดคุยกันระหว่างคนในครอบครัว และส่งเสริมให้เด็กได้ใกล้ชิดกับปู่ย่าตายายตลอดจนมีกิจกรรมร่วมกับวัดวาอารามเพื่อหล่อมเกลาคจิตใจให้มีความตระหนักรู้รักตนเอง รักครอบครัวและรักชุมชนต่อไป ดังกรณีศึกษา ตัวอย่างที่ยกมาเล่าในวงเสวนาให้กลุ่มเป้าหมายได้เห็นเป็นเชิงประจักษ์ คือ ดนุ.ปวีณา ผ่านดี ประธานคณะกรรมการนักเรียน โรงเรียนบ้านนาแสงเล่าให้ฟังด้วยเวลาดาที่มีความภาคภูมิใจว่า “หนูได้รวมกลุ่มกับเพื่อน 30คน มาช่วยกันกวาดลานวัด กวักกะโหลกกะลาตามหมู่บ้าน โรงเรียนและวัด โพธิ์ชัยศรีเพื่อทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายป้องกันการเกิดโรคไข้เลือดออก กวาดถนนในหมู่บ้าน มีความรู้สึกดีใจที่ได้ทำสิ่งดีๆ และได้ออกกำลังกายด้วยค่ะ”

6. ประเด็นสำคัญที่ได้จากการทำเวทีเสวนา คือการนำเด็กปฐมวัยและนักเรียนชั้นประถมเข้ามาใช้ชีวิตวัยแบบดั้งเดิม คือการมาเล่นวัด มาทำกิจกรรมจิตอาสาที่วัด หลังเลิกเรียนและวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ เพื่อจะซึมซับความดีงามต่างๆต่อไป

สรุปการดำเนินกิจกรรม : เยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ เป็นการขับเคลื่อนกิจกรรมผ่านทุนทางสังคมที่เป็นผู้สูงอายุและวัดวาอาราม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อป้องกันเยาวชนประพฤติดนไม่ถูกต้องเหมาะสม ด้วยกระบวนการตัดวงจร ไม่ให้เด็กปฐมวัยและเด็กวัยเรียนถูกรอบงำความคิดจากโลกแห่งเทคโนโลยี ป้องกันการติดเกม ติดโทรศัพท์ ด้วยการดึงเด็กวัยเรียนให้มาใช้ชีวิตที่ดีที่เป็นอิสระโดยการมาวิ่งเล่น หยอกล้อกันที่ลานวัดหรือการวิ่งเล่นบนศาลาการเปรียญหลังใหญ่ด้วยการจับไม้ลู่อื่นศาลา การได้เล่นละเล่นบนกองดินทราย สุดท้ายได้เรียนรู้หลักธรรมคำสอนจากหลวงปู่หลวงตาโดยก่อนกลับบ้านต้องได้กราบพระพุทธรูป และได้รับรางวัลเป็นขนมเป็นคำชมเชย โดยคาดหวังว่าอนาคตเด็กเหล่านี้จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความตระหนักรู้ว่าถึงสิ่งดีงามตามที่ได้ซึมซับมา

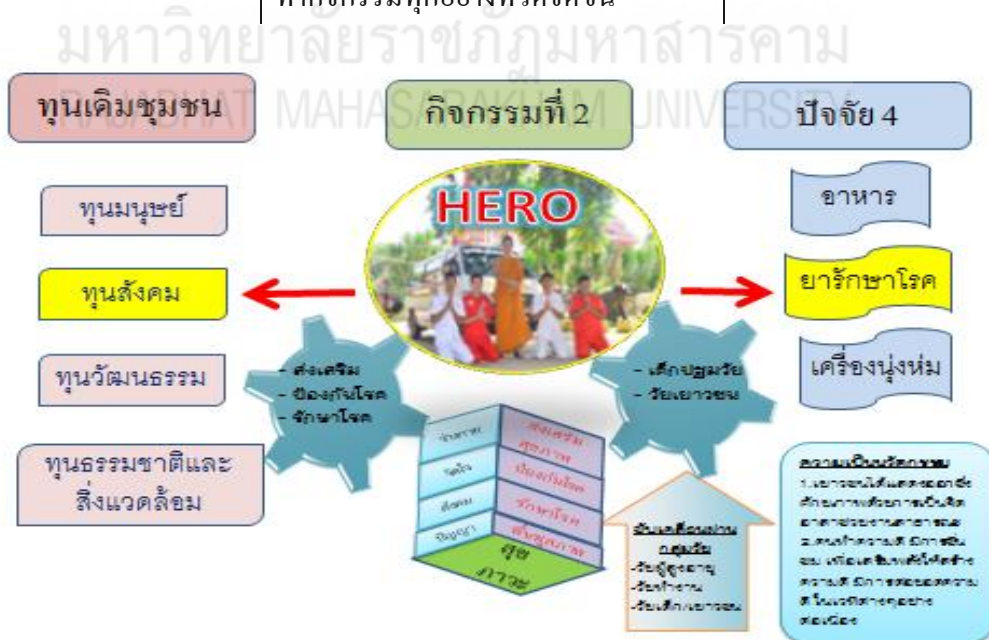
ส่วนเยาวชนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงและได้เข้าร่วมกระบวนการพัฒนาและปฏิบัติตนเป็นจิตอาสา ผลเกิดขึ้นและแสดงออกมาให้เห็นในชุมชนมองเห็นถือว่าเป็นสิ่งที่น่าสนใจและพ่อแม่ภาคภูมิใจในการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี บางรายได้รับการยอมรับจากชุมชนจนได้รับการคัดเลือกเป็นสมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบล (ส.อบต.) เป็นต้น

จากการดำเนินกิจกรรมพบว่า การป้องกันปัญหาเด็กและเยาวชนในอนาคตมีความสำคัญอย่างมาก จึงมีการขับเคลื่อนกิจกรรม เยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญผ่านต้นทุนเดิมทางสังคม ด้วยการดำเนินชีวิตตามวิถีด้วยการเปิดวัดเป็นเวทีส่งเสริมสนับสนุนให้เด็กได้เป็นอิสระ ด้านความคิดและพฤติกรรม นับเป็นระบบการดูแลสุขภาพและสร้างภูมิคุ้มกันด้านจิตใจ ป้องกันไม่ให้คนในชุมชนเจ็บป่วยด้วยโรคทางจิตเวช ซึ่งนับวันจะมีแนวโน้มจำนวนผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น สรุปได้ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ผลการจัดกิจกรรม เยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
การเสวนาเปิดใจรับฟังความคิดและมุมมองระหว่างพ่อแม่ผู้ปกครองกับกลุ่มเยาวชน	ลูกๆเยาวชนนำเสนอผลการร่วมกันเสวนากลุ่มซึ่งเป็นประเด็นปัจจัยและสาเหตุที่ทำให้แสดงออกซึ่งพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์	การดูแลสุขภาพจิต จาก การได้ระบายและได้แสดงออก
การส่งเสริมให้เยาวชนเป็นจิตอาสา ร่วมงานสาธารณะของชุมชน	เยาวชนที่ผ่านกระบวนการพัฒนาความรู้และทักษะการเป็นจิตอาสา จรจร การป้องกันและระงับเหตุทะเลาะวิวาท ได้ปฏิบัติงานในโอกาสที่มีกิจกรรมของหมู่บ้าน ตำบล และอำเภอด้วยความตั้งใจและรับผิดชอบ ต่อหน้าที่เป็นอย่างดี มีการเสริมพลังอำนาจด้วยการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนทั่วไปทราบถึงคุณงามความดีของเยาวชนจากผู้หลักผู้ใหญ่ของอำเภอ	สุขภาพจิตของเยาวชน รู้สึกภาคภูมิใจที่คนในชุมชนเห็นคุณค่าของตนเอง
การเปิดพื้นที่วัดให้เด็กปฐมวัยและเด็กนักเรียนประถมมาเล่นที่วัดตามวิถีชุมชนในยุคดั้งเดิม	ความสุขและสนุกสนานของเด็กๆที่เป็นอิสระในตนเองทั้งด้านการคิด การละเล่น การช่วยงานวัด	สุขภาพจิตและสุขภาพสติปัญญา จากการได้เรียนรู้ที่หลวงปู่หลวงตา สอดแทรกผ่าน การละเล่น

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
การดูแลพื้นที่สาธารณะ (วัด)	การ เก็บกวาด ขยะพร้อมการบริหารจัดการขยะ เช่น ขยะรีไซเคิลรวบรวมไว้จำหน่าย ส่วนเศษใบไม้และเศษหญ้านำมารวบรวมเป็นปุ๋ยหมัก	สุขภาพกาย เนื่องจากการอาศัยอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี
การถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนวิธีการพัฒนาเยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ	ถ่ายทอดวิธีการผ่านองค์กรศาสนากับคนแก่คนเฒ่า พ่อแม่ผู้ปกครอง โรงเรียน ที่ประชุมกำนันผู้ใหญ่บ้าน และเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผู้มาศึกษาคุณงาน	สุขภาพด้านสติปัญญา ได้รับการพัฒนา เยาวชนเกิดจิตสาธารณะ เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง
กิจกรรมการแสดงออกว่าเป็นเยาวชนคนดีฮีโร่ แสดงเจริญ	การเป็นวิทยากรสังคม โดยเล่าประสบการณ์ กิจกรรมที่ทำจนเกิดประโยชน์แก่ชุมชน ได้ใช้พลังงานร่างกายในการเก็บ กวาด เดินตามพระสงฆ์ไปบิณฑบาตในหมู่บ้าน การทำกิจกรรมทุกอย่างที่วัดจัดขึ้น	สุขภาพกายแข็งแรง สุขภาพใจที่เสียสละอดทน เกิดคุณค่าในตัวเอง พ่อแม่ผู้ปกครอง เกิดความภาคภูมิใจ



แผนภาพที่ 4 รูปแบบการขับเคลื่อนกิจกรรม เยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ

3 กิจกรรม : ปลูกพืชเครื่องแกงเผ้าบ้าน

ในยุคดั้งเดิมทรัพยากรธรรมชาติมีความอุดมสมบูรณ์ มีต้นไม้ยืนต้นมากมาย หลายชนิดที่ให้บริการเป็นอาหารประเภทผักที่มีคุณค่าและสรรพคุณเป็นยารักษาโรคและเป็นภูมิคุ้มกันป้องกันการเกิดโรคได้ และโดยพื้นฐานของคนภาคตะวันออกเฉียงเหนือหรือคนอีสาน เมื่อบริโภคประจำวันจะเป็นอาหารที่ต้องมีผักเป็นองค์ประกอบสำคัญในการจัดสำรับอาหารในแต่ละมื้อขาดผักไม่ได้ แต่ในยุคปัจจุบันพืชผักเหล่านั้นกำลังจะสูญหายไป เนื่องจากการตัดต้นไม้ทำลายป่าและทำลายทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อเป็นการรักษาไว้ซึ่งพืชผักเหล่านั้นให้คงอยู่ชุมชนแสงเจริญ พ่อสมนึก แก้วใส และภูมิปัญญาชาวบ้านจึงร่วมกันรณรงค์ส่งเสริมให้ทุกหลังคาเรือนปลูกพืชเครื่องแกงเผ้าบ้าน โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

3.1 ประชุมผู้แทนทุกหลังคาเรือนๆละ 1 คน ซึ่งจะประกอบด้วยบุคคลที่มีภูมิรู้ด้านพืชผักท้องถิ่นและบุคคลที่สนใจในการดูแลสุขภาพตนเองด้วยพืชเครื่องแกง

3.2 บุคคลที่มีภูมิรู้ด้านพืชผักท้องถิ่นแสงเจริญและเป็นผู้มีประสบการณ์ได้กล่าวถึงความสำคัญและเรื่องราวเกี่ยวกับพืชเครื่องแกง ในประเด็น ประเภทของพืชเครื่องแกงมีอะไรบ้าง ประโยชน์และวิธีการปลูก สมาชิกทุกคนร่วมพูดคุยแสดงความคิดเห็นอย่างกว้างขวาง

3.3 ร่วมกันออกแบบและกำหนดกิจกรรมการปลูกพืชเครื่องแกงเผ้าบ้าน ดังนี้

3.3.1 ทุกครัวเรือนทำการค้นหาพืชเครื่องแกงที่ใช้เป็นผักจากทุ่งไร้ทุ่งนา แล้วนำมาปลูกไว้ที่บ้านให้ได้อย่างน้อยครัวเรือนละ 9 ชนิด

3.3.2 ให้เวลาหนึ่งเดือนนับตั้งแต่วันที่มีการประชุมกัน หลังจากนั้นจะมีการออกประเมินตามรายครัวเรือน

3.3.3 จัดเวทีคืนข้อมูลผลการจัดกิจกรรมและกล่าวขอบคุณชมเชย

3.4 ทำการสื่อสารประชาสัมพันธ์ผ่านหอกระจายข่าวของหมู่บ้านและหอกระจายเสียงของวัดเพื่อเป็นการกระตุ้นและให้ข้อมูลเสริมให้คนในชุมชนเห็นความสำคัญและเข้าร่วมกิจกรรม

3.5 กำหนดวันเวลาและสถานที่ในการจัดกิจกรรม

จากการดำเนินการจัดกิจกรรม : ปลูกพืชเครื่องแกงเผ้าบ้าน ผู้วิจัยได้เข้าร่วมกิจกรรม และได้สังเกตการณ์ในการดำเนินงานทุกขั้นตอน พบว่า

1. พืชเครื่องเก่าที่เคยมีในยุคดั้งเดิมเป็นต้นไม้ที่เกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติในทุ่งไร่นา คนสมัยก่อนไปหาปูหาปลาพอกลับมาก็จะเก็บพืชผักเหล่านี้กลับมาบริโภคเป็นอาหารด้วย จึงถือว่าพืชผักเป็นส่วนประกอบสำคัญในการดำรงชีวิตอยู่ใน โลกใบนี้

2. การแสดงความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมการประชุม ทุกคนเห็นด้วยกับการปลูกพืชเครื่องเก่าว่าเป็นการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติให้ประโยชน์ต่อครอบครัวและชุมชน ด้วยการให้ร่มเงาและสามารถนำมาบริโภคเป็นอาหารมีสรรพคุณเป็นยา

3. เกิดการแลกเปลี่ยนชนิดของพืชเครื่องเก่าระหว่างครัวเรือนในช่วงเวลาที่เริ่มปลูก และหลังจากต้นพืชเครื่องเก่าให้ผลผลิตก็เกิดการแบ่งปัน แลกเปลี่ยนกันเกิดขึ้น ซึ่งแสดงถึงการมีวัฒนธรรมประเพณีดีๆ ที่มีมาแต่ยุคดั้งเดิมและนับวันจะเสื่อมสลายหายไปจากชุมชน

4. ประชาชนมีความสุขกับการได้บริโภคพืชเครื่องเก่าซึ่งเป็นผักพื้นบ้านปลอดสารเคมี

5. ประชาชนมีความสุขที่ได้ลดรายจ่ายครัวเรือนในเรื่องการซื้อผักตลาดบริโภค
สรุปการดำเนินงานกิจกรรม : ปลูกพืชเครื่องเก่าเฝ้าบ้านเป็นการขับเคลื่อนกิจกรรมผ่านพันธกิจยุทธศาสตร์ชาติและสิ่งแวดล้อมซึ่งเป็นทุนเดิมของชุมชนส่งผลต่อการดูแลสุขภาพกายเป็นหลักจากการที่ได้บริโภคผักพื้นบ้านที่มีคุณค่าและมีสรรพคุณเป็นยาพร้อมกับปลอดสารพิษสารเคมี ตลอดจนได้ดำรงชีวิตอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ อากาศสะอาดบริสุทธิ์ นอกจากนี้ยังส่งผลต่อสุขภาพจิตและมีสังคมดี มีการแลกเปลี่ยนแบ่งปันพืชเครื่องเก่าระหว่างครัวเรือนอีกด้วย

จากการจัดกิจกรรม : ปลูกพืชเครื่องเก่าเฝ้าบ้าน กลุ่มเป้าหมายคือคนทั้งหมู่บ้านที่ต้องการให้เกิดระบบการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมที่เป็นต้นทุนทางยุทธศาสตร์ชาติและสิ่งแวดล้อมของชุมชน ผลที่เกิดขึ้นในปัจจุบันสรุปได้ดังตารางที่ 10

ตารางที่ 10 ผลการจัดกิจกรรม ปลูกพืชเครื่องเก่าเฝ้าบ้าน

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
พืชผักเครื่องเก่า	เป็นต้นไม้ยืนต้นที่มีผลผลิต ใบ ยอด ดอก และผล นำมาบริโภคเป็นผักพื้นบ้าน ปลอดสารเคมีได้ทั้งปี เพราะมีการรดน้ำ พรวนดิน ดูแลรักษา สม่ำเสมอ เนื่องจากปลูกไว้ในบริเวณบ้าน	ครัวเรือนในชุมชนบ้านแสงเจริญ ปลูกพืชผักพื้นบ้าน อย่างน้อยครัวเรือนละ 9 ชนิด โดยไม่ทำให้ใช้สารเคมีใน

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
การรวมกลุ่มคน และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้	<p>ประกอบด้วยต้นสะเม็ก กระโดน สะเดา ผักต้ว ผักหวาน ส้มป่อย ขมิติปลาช่อน มะตูมรัศเซีย ต้นเลื้อย โคร่ง กระถิน ชะอม ลิ้นฟ้า(เพกา) ต้นแค ต้นแสง ต้นหม่อน ต้นส้มป่อย ต้นส้มโอมง ฯลฯ</p> <p>การร่วมกันออกไปค้นหาพืชผักต่างๆตามไร่รนาเพื่อนำมาปลูกในบริเวณครัวเรือนอย่างน้อย 9 ชนิด / หลังคาเรือน อาจมีพืชที่ซ้ำกันหรือไม่ก็ได้ ทุกครัวเรือนมีการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันแบ่งปันต้นกล้า และเมื่อเกิดผลผลิตออกมา ครัวเรือนนำมาแลกเปลี่ยนแบ่งปันกันอีกรอบ</p>	<p>กระบวนการปลูก ประชาชนในหมู่บ้านได้รับประทานพืชผักที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพกาย</p> <p>มีความเอื้ออาทร แบ่งปัน พืชผัก เกิดความรักความสามัคคี ครัวเรือนมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน เกิดกัลยาณมิตร และสังคมเข้มแข็ง</p>
การสืบทอด การเรียนรู้ ขยายผล	<p>การนำพืชเครื่องเก่าที่ปลูกไว้มาประกอบเป็นพืชผักในเมนูอาหารพื้นบ้านส่งเสริมสุขภาพ ที่ใช้ในการต้อนรับคณะผู้คนที่เดินทางมาศึกษาดูงานที่ศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน(วัด โพธิ์ชัยศรี วัดส่งเสริมสุขภาพ)อย่างต่อเนื่อง</p>	<p>การสืบค้นองค์ความรู้เกี่ยวกับพืชผักที่แต่ละครัวเรือนปลูกไว้ เพื่อใช้ประกอบคำบรรยายในการนำเสนอในเวทีต่างๆ ตลอดจนนำเสนอต่อคณะที่มาศึกษาดูงาน ส่งผลต่อสุขภาพด้านสติปัญญา</p>
การนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน	<p>การนำพืชผักเครื่องเก่าที่ปลูกไว้มาใช้ในวิถีชีวิตประจำวัน เช่น การใส่บาตร พระสงฆ์ด้วยพืชผัก การปรุงอาหารแต่ละมื้อเป็นเมนูอาหารที่มีผักเป็นส่วนประกอบในการรับประทาน</p>	<p>เกิดพฤติกรรมใหม่ในการนำพืชผักที่ปลูกไว้ในบ้านใส่บาตร เป็นการส่งเสริมสุขภาพพระสงฆ์และสามเณร ทำให้สุขภาพด้านจิตใจ และสุขภาพด้านร่างกายแข็งแรง</p>



แผนภาพที่ 5 รูปแบบการขับเคลื่อนกิจกรรม ปลูกพืชเครื่อง 9 ฝ้าบ้าน

4. กิจกรรม : สมุนไพรยาหม้อใหญ่ในชุมชน

ในยุคดั้งเดิม คนในชุมชนจะมีชีวิตที่ผูกกับธรรมชาติ ร่างกายมีภูมิคุ้มกันต้านทานโรคเกิดขึ้นโดยธรรมชาติ บ้างเกิดจากการรับประทานอาหาร บ้างก็เกิดจากการบริโภคพืชผักและผลไม้บางชนิดที่เกิดขึ้นเองในธรรมชาติ กรณีร่างกายเหนื่อยหัดหรืออ่อนแรงจากการทำงานพักผ่อนนอนหลับและรับประทานอาหาร อาการก็ดีขึ้น ไม่จำเป็นต้องเสาะแสวงหาเครื่องดื่มชูกำลังเหมือนสมัยปัจจุบัน หากเจ็บป่วยไม่สบายในชุมชนจะมีหมอชาติที่มีความรู้ในเรื่องพืชสมุนไพรที่จะนำมาใช้รักษาโรคและบริโภคให้เป็นยาบำรุงช่วยในระยะพักฟื้น ซึ่งในปัจจุบันนี้จะใช้เป็นยาสมุนไพรพื้นบ้าน ซึ่งการใช้ยาสมุนไพรจากหมอชาติจะไม่มีอันตราย แต่จะต้องใช้ยาให้ถูกหรือหมอชาติจะเรียกว่าใช้ให้เป็น

ปัจจุบันในชุมชนแสงเจริญมีหมอชาติที่สามารถใช้พืชสมุนไพรรักษาโรค หรือใช้ในการดูแลสุขภาพของคนที่เป็นที่ยอมรับ คือนายคำหุ้ง หอมสมบัติ ที่สามารถให้ความรู้เรื่องพืชสมุนไพรซึ่งเป็นต้นทุนเดิมในการดูแลสุขภาพตามวิถีชีวิตดั้งเดิมของชุมชน แต่ด้วยกาลเวลาที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้คนในยุคปัจจุบันมีความเชื่อในสรรพคุณของยาสมุนไพรไม่มากนัก แต่ในความเป็นจริงคนในชุมชนมีการใช้พืชสมุนไพรในชีวิตประจำวันจนไม่สามารถแยกแยะออก

จากชีวิตได้ เพราะสมุนไพรเป็นสองปัจจัยหลักสำคัญในการมีชีวิตอยู่ภายใต้ร่างกายที่แข็งแรง นั่นคือสมุนไพรเป็นทั้งยาและอาหาร พืชสมุนไพร หอมสมบัตินั้น บอกว่าการทำอาหารของคนอิสาน จำเป็นต้องใส่พืชสมุนไพรเช่นแกงหน่อไม้หรือแกงหน่อหวาย ต้องใส่น้ำใบย่านาง นอกจากทำให้มีรสชาติกลมกล่อมแล้วยังออกฤทธิ์ยับยั้งการติดเชื้อแบคทีเรียที่มีอยู่จำนวนมากในขอด หน่อไม้หรือขอดหวาย เป็นต้น องค์ความรู้เหล่านี้จะถูกถ่ายทอดและส่งผ่านความเชื่อจึงจะเกิดคุณค่าในตัวยาสมุนไพรชนิดนั้นๆ ยาสมุนไพรของพ่อค้า หอมสมบัตินั้น จะถูกนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมต่างๆ ของคนในชุมชนหลายกิจกรรม โดยคนในชุมชนเชื่อว่ากินเพื่อสุขภาพ ไล่เลือดให้เดินได้สะดวก ส่งเสริมให้สุขภาพในด้านต่างๆของคนมีการพัฒนาให้ดีขึ้นตามด้วยการจัดกิจกรรมเรื่องยาสมุนไพร ยาหม้อใหญ่ของคนในชุมชน ดำเนินตามขั้นตอนดังนี้

4.1 ประชุมกลุ่มคน โดยมีทั้งกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีความรู้ด้านสุขภาพด้วยหลักเศรษฐกิจพอเพียง กลุ่มคนที่สนใจที่จะดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพร ซึ่งบรรพบุรุษมีการใช้รักษาโรคมานานตั้งแต่โบราณกาล มีขั้นตอนดังนี้

4.2 ให้นำบุคคลที่มีความรู้และมีประสบการณ์กล่าวถึงความสำคัญและเรื่องราวต่างๆที่เป็นเหตุการณ์หรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากการใช้ยาสมุนไพร สมาชิกทุกคนร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนเสนอความคิดเห็น

4.3 กำหนดให้มีการสาธิตการใช้ยาสมุนไพรพื้นบ้าน และการแสดงตัวยาที่หาได้ในท้องถิ่น จากผู้เชี่ยวชาญ โดยหมอสมุนไพรในท้องถิ่น จากผู้เชี่ยวชาญในเรื่องการใช้ยา และให้มีการจัดนิทรรศการเกี่ยวกับเรื่องยาสมุนไพร เพื่อการศึกษาและการค้นหา การสอบถามผู้เฒ่าผู้แก่ในชุมชนและการสัมภาษณ์จากผู้รู้

4.4 ส่งข่าวสาร ประชาสัมพันธ์ เรื่องการจัดกิจกรรมยาสมุนไพรพื้นบ้านไปยังกลุ่มต่างๆที่ให้ความสนใจและเชิญบุคคลสำคัญในชุมชนเข้าร่วม

4.5 กำหนดสถานที่ วัน เวลา ในการดำเนินงานกิจกรรม

การดำเนินกิจกรรม : สมุนไพรยาหม้อใหญ่ในชุมชน ผู้วิจัยได้ร่วมในกิจกรรมและสังเกตในการดำเนินกิจกรรมทุกขั้นตอน พบว่า

1. ทุกคนให้ข้อคิดเห็นในเรื่องการใช้สมุนไพรอย่างหลากหลาย ด้วยสาเหตุว่าอยู่ใกล้ตัว แทบจะแยกไม่ออกเพราะการใช้สมุนไพรถือว่าเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวัน ส่วนสมุนไพรที่ใช้เป็นยารักษาโรคจะพบบ้างในบุคคลบางกลุ่มที่พอมีความรู้ และได้รับการสืบทอดมาจากบรรพบุรุษและค่านิยมในการใช้สมุนไพรในการรักษาโรคนั้นน้อย

2. การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น กลุ่มคนส่วนมากจะให้คำนิยมในเรื่องของตัวยาที่มีสรรพคุณทางด้านการบำรุงกำลัง จะนิยมการกินยาต้มและยาฝน

3. ในการใช้ชีวิตประจำวันจะกินพืชสมุนไพรเป็นส่วนหนึ่งของอาหาร ในชุมชนมีการปลูกพืชสมุนไพรไว้ใช้เอง และมีการส่งเสริมให้ทุกครัวเรือนปลูกพืชเครื่องเฝ้าบ้านสำหรับการบริโภคผักเป็นอาหารและเป็นยา นอกจากนี้ ยังมีการสร้างสวนสมุนไพรไว้เพื่อการศึกษาเรียนรู้ในศูนย์ดูแลสุขภาพต้นทุนเดิมของชุมชน(วัดโพธิ์ชัยศรี วัดส่งเสริมสุขภาพ)

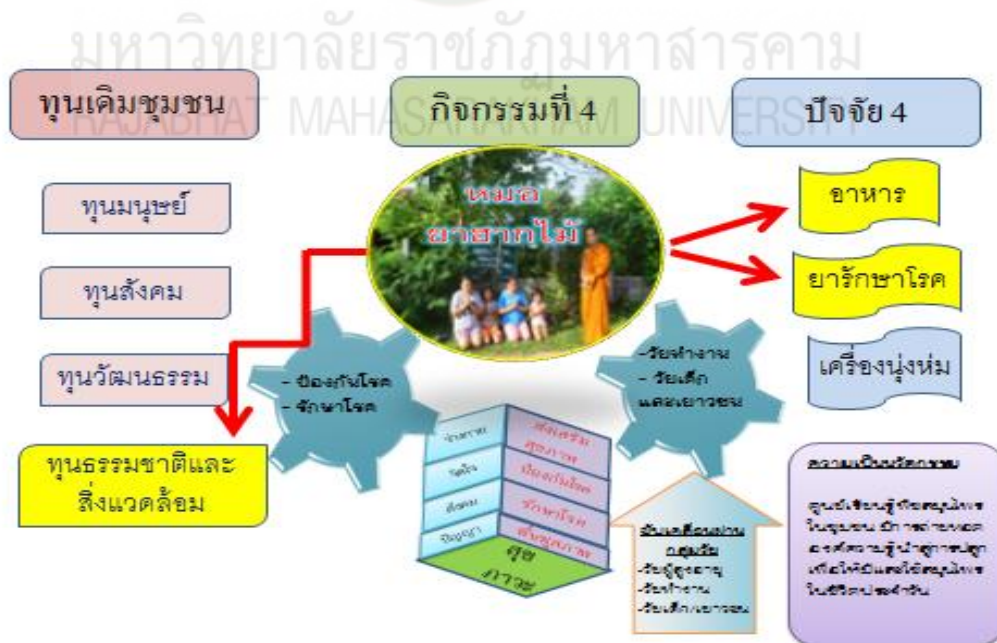
สรุปการดำเนินกิจกรรม สมุนไพรยาหม้อใหญ่ในชุมชน เป็นการขับเคลื่อนกิจกรรมผ่านต้นทุนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมด้วยกลุ่มประชาชนที่มีความต้องการการดูแลสุขภาพตนเองและคนในชุมชนให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน มีการคืนธรรมชาติด้วยการปลูกพืชผักเพิ่มขึ้นในครัวเรือน ย้ำเตือนให้ลูกหลานเห็นวิถีการดูแลสุขภาพของคนในยุคดั้งเดิมด้วยการบริโภคผักพื้นบ้านให้เป็นยาสร้างป้อมปราการป้องกันโรคให้ชีวิต และสร้างชีวิตให้เป็นสุขต่อไป

จากการจัดกิจกรรม สมุนไพรยาหม้อใหญ่ในชุมชน ด้วยกลุ่มเป้าหมายที่ขับเคลื่อนผ่านต้นทุนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยผ่านศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน(วัดโพธิ์ชัยศรี วัดส่งเสริมสุขภาพ) การจัดกิจกรรมดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงการเข้าถึงประโยชน์ของทรัพยากรในชุมชน นำมาใช้ในการดูแลสุขภาพประชาชนในชุมชนบนวิถีชีวิตที่ดำรงมาแต่ยุคดั้งเดิม ส่งผลถึงสุขภาวะของคนในชุมชนในปัจจุบัน สรุปได้ตามตารางที่ 11

ตารางที่ 11 สรุปผลของกิจกรรมสมุนไพรยาหม้อใหญ่ในชุมชน

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
บริโภคผักพื้นบ้านให้เป็นยาและอาหาร	ประเภท พืช ผักและผลไม้ พื้นบ้านมีคุณค่า และสรรพคุณเป็นยา มีการรณรงค์ส่งเสริมให้ชุมชนปลูกและใช้ในชีวิตประจำวัน	ด้านร่างกาย พืชผักพื้นบ้านมีวิตามินแร่ธาตุ สรรพคุณเป็นยาบำรุงร่างกาย ทำให้มีภูมิคุ้มกันต้านโรค และเป็นยารักษาโรค
การสืบทอด การเรียนรู้ คูงาน	การรักษา การประกอบตัวยา และสรรพคุณยา	ด้านสติปัญญา มีการปฏิบัติสืบต่อกันมาจากรุ่นสู่รุ่น มีการเขียนตำรายาในใบลาน และในปัจจุบันปราชญ์ชาวบ้านได้นำเทคโนโลยีสมัยใหม่บันทึกตำรายาไว้ในคอมพิวเตอร์

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
การรวมกลุ่มคน การเข้าร่วมกิจกรรม แลกเปลี่ยนเรียนรู้	การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การให้ความร่วมมือ และ การมีจิตอาสา การอยู่ใน สังคมและเป็นส่วนหนึ่งใน กิจกรรม	ด้านสังคม ประชาชนชาวบ้าน (หมอ สมุนไพร) ให้การแบ่งปันความรู้และ ต้นกล้าสมุนไพรให้กับคนในชุมชน ตลอดจนให้การรักษาโรค
การนำไปใช้	การได้นำไปปฏิบัติ การนำไปใช้โดยผ่านความ เชื่อและศรัทธาในตัวยา สมุนไพร	ด้านจิตใจ มีความสบายใจในการใช้ พืชสมุนไพรที่มีอยู่ในชุมชน ผลเกิด จากความเชื่อถือศรัทธา
การอนุรักษ์พืช สมุนไพร	การปลูก การดูแลรักษา การ นำไปใช้และการขยายผลสู่ การเป็นศูนย์เรียนรู้สมุนไพร ในชุมชน	ด้านสิ่งแวดล้อม เกิดการอนุรักษ์ป่า ชุมชน ปลูกสมุนไพรไว้ตามรั้วบ้าน เพื่อเป็นตัวดักจับฝุ่นละออง ธรรมชาติ ส่งเสริมให้ประชาชนบริโภคสมุนไพร เป็นยาและเป็นอาหาร



แผนภาพที่ 6 รูปแบบการขับเคลื่อนกิจกรรม สมุนไพรยามอ้อใหญ่ของชุมชน

5 กิจกรรม : มิตรภาพบำบัด

ในยุคดั้งเดิมนั้น เมื่อคนในชุมชนเจ็บไข้ไม่สบาย ส่วนใหญ่จะรักษาด้วยยาสมุนไพร และคนในชุมชนจะเยี่ยมยามถามข่าวเพื่อแสดงถึงความห่วงใยและปรารถนาดีต่อกัน เพราะในยุคสมัยก่อนคนในชุมชนมีความผูกพันฉันพี่น้อง รักใคร่ปรองดอง ช่วยเหลือเกื้อกูลกันเป็นอย่างดี ดังมีคำโบราณอีสานได้กล่าวเป็น ผญาว่า “เฮฮาหากเป็นพี่น้องบ้านหนึ่งเมืองเดียวกัน ยามขัดเงินเจ็บเป็นพึ่งพากันได้ ยามเมื่อมรณาวัยโสมกันเมียนคาบ สงฆ์ช้อยสุขจุพพร้อม สการให้ส่งถึง” แปลเป็นภาษาภาคกลางคือ พวกเราเป็นพี่น้องที่อาศัยอยู่ในชุมชนหมู่บ้านเดียวกัน เวลาที่มีความทุกข์ยากไม่สบายก็ต้องพึ่งพากัน พอถึงเวลาเสียชีวิตต้องช่วยกันจัดงานศพ นิมนต์พระสงฆ์มาช่วยสวดส่งดวงวิญญาณให้ไปสู่สุคติ จากคำกล่าวข้างต้นบอกรับทราบถึงวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามของคนในยุคสมัยนั้นในด้านการดูแลช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ซึ่งในยุคปัจจุบันกำลังจะเลือนหายกลายเป็นสังคมที่ต่างคนต่างอยู่

มิตรภาพบำบัดเป็นกิจกรรมการดูแลสุขภาพด้วยการเสริมพลังใจของผู้เจ็บไข้หรือผู้ทุกข์ผู้ยากให้เข้มแข็ง ภายใต้อหังการที่ว่า หากสุขภาพจิตดี สุขภาพกายย่อมดีและหายจากการป่วยไข้ได้ เนื่องจากไม่มีอะไรที่ยิ่งใหญ่มากไปกว่าเพื่อนที่เข้าใจในเพื่อนได้ ฉะนั้น มิตรภาพย่อมเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่และดีงาม สามารถทำให้เกิดสิ่งมหัศจรรย์อันเนื่องมาจากความเป็นมิตรได้ ชุมชนบ้านแสงเจริญเป็นชุมชนที่เห็นคุณค่าของความปรารถนาดีที่มีต่อกันและจะสืบสานไว้เป็นมรดกสู่ลูกหลานต่อไป โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังต่อไปนี้

5.1 ประชุมกลุ่มคน โดยมีทั้งกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีชุดความรู้ด้านการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมและกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิม

5.2 ให้นำบุคคลที่มีความรู้และมีประสบการณ์กล่าวถึงความสำคัญของการเยี่ยมยามกันเมื่อเวลาเจ็บไข้ไม่สบายวิธีการดำเนินการ ผลที่เกิดขึ้น

5.3 ระดมแนวคิดและออกแบบการจัดกิจกรรมเพื่อการอนุรักษ์ประเพณี วัฒนธรรม มิตรภาพบำบัด โดยมุ่งเน้นกลุ่มเป้าหมายของกิจกรรมคือผู้สูงอายุติดเตียงและติดบ้านเป็นหลัก โดยการเยี่ยมยามของเพื่อนผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม ซึ่งเป็นผู้ที่มีร่างกายแข็งแรง

5.4 สื่อสารและประชาสัมพันธ์กิจกรรมผ่านเวทีการจัดมหกรรมการประกวดรำไม้พลอง โดยใช้ศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน (วัดโพธิ์ชัยศรี วัดส่งเสริมสุขภาพ) เป็นศูนย์ประสานการดำเนินงาน

5.5 สรุปและทำการคืนข้อมูลผลการดำเนินงานโดยใช้กระบวนการ AAR เพื่อเสริมพลังอำนาจให้กับผู้สูงอายุที่เป็นจิตอาสาสมัครภาพบำบัด

การดำเนินกิจกรรม : มิตรภาพบำบัด ผู้วิจัยได้ร่วมในกิจกรรมและสังเกตการณ์การดำเนินกิจกรรมทุกขั้นตอน พบว่า

1. ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียงและติดบ้านที่ได้รับการติดตามดูแลด้วยมิตรภาพบำบัด เช่น การพูดคุย การผูกแขนด้วยผ้าผูกแขนสายสัญญาณ การแนะนำการปรับปรุงพฤติกรรม เป็นต้น รู้สึกมีความสุขและดีใจที่มีคนในชุมชนเดียวกันเป็นห่วงเป็นใยกัน

2. ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมที่เป็นจิตอาสาสมัครภาพบำบัดมีความภาคภูมิใจในตนเองที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน

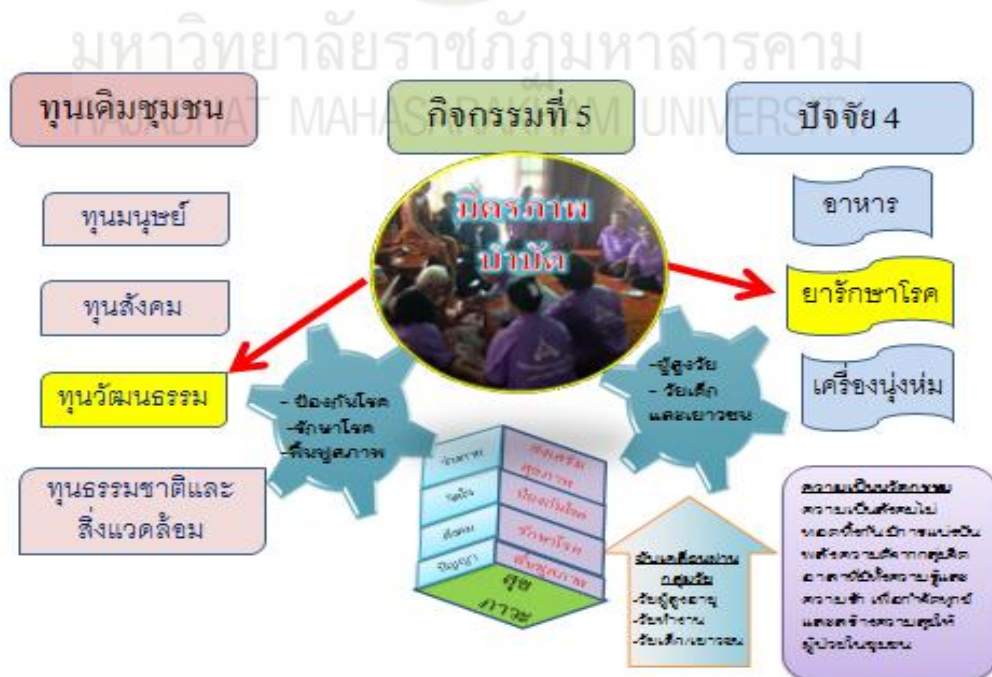
3. ชุมชนมีบรรยากาศแห่งความสุข สามารถสัมผัสได้จากการมาร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้และศึกษาดูงานที่หมู่บ้านแห่งนี้ ดังคำบอกเล่าของคุณแม่บรรจง ภู่อ่าว ที่ว่า “ยามปกติมีความสุข บุคคลปฏิบัติกิจกรรมส่วนรวมร่วมกัน ครั้นเมื่อยามยากไร้ไข้ป่วย ช่วยมอบน้ำใจซึ่งกันและกัน แบ่งปันอย่างกัลยาณมิตร”

สรุปการดำเนินกิจกรรม : มิตรภาพบำบัด เป็นการขับเคลื่อนกิจกรรมผ่านทุนทางวัฒนธรรม โดยผ่านศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน (วัดโพธิ์ชัยศรี วัดส่งเสริมสุขภาพ) การจัดกิจกรรมดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงวัฒนธรรมอันดีงามของคนในชุมชนที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของผู้ป่วย เป็นการเยียวยาใจซึ่งมีสรรพคุณเป็นยาวิเศษและมีมูลค่าที่เทียบเป็นข้าวของเงินทองไม่ได้ ถูกลำมาใช้ในการดูแลสุขภาพประชาชนในชุมชนบนวิถีชีวิตที่ดำรงมาแต่ยุคดั้งเดิม ส่งผลถึงสุขภาวะของคนในชุมชนในปัจจุบัน สรุปได้ตามตารางที่ 12

ตารางที่ 12 สรุปผลกิจกรรมมิตรภาพบำบัด

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
การเข้าร่วมงานด้วยจิตอาสา	ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมที่มีจิตสาธารณะ รับการพัฒนาศักยภาพสู่การเป็นอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน	ความสุขจากการเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาสมัครภาพบำบัดด้วยจิตใจที่ต้องการช่วยเหลือเพื่อนผู้สูงอายุผู้ป่วยและผู้ทุกข์ผู้ยากในชุมชน

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
การสร้างกลุ่มคนในการร่วมกิจกรรมจิตอาสาสมัครภาพบำบัด	การทำงานด้วยความสมัครสมาน สามัคคีในกลุ่มจิตอาสาสมัครภาพบำบัด	สุขภาพด้านสังคม เกิดการเกื้อกูลแบ่งปันสิ่งของต่างๆอย่างเอื้ออาทร เกิดสังคมไม่ทอดทิ้งกัน
การถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนวิธีการเชื่อมโยงแบบมิตรภาพบำบัด	ถ่ายทอดความรู้ระหว่างผู้ใหญ่วัยเด็ก เยาวชน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้วิธีการเชื่อมโยงที่ได้ผลดีระหว่างผู้ดูแลอย่างสม่ำเสมอ	สุขภาพด้านสติปัญญา เกิดอาสาสมัครดูแลแบบเพื่อนช่วยเพื่อน และพัฒนาต่อยอดให้มีอาสาสมัครน้อยเพื่อดูแลผู้ป่วยและผู้สูงอายุในชุมชน
กิจกรรมการเชื่อมโยงด้วยมิตรภาพบำบัด	อาสาสมัครผู้ดูแลมีการเดินเป็นกลุ่มเพื่อเยี่ยมผู้สูงอายุ/ผู้ป่วยกลุ่มติดเตียง จากหลังคาเรือนหนึ่งไปอีกหลังคาเรือนหนึ่ง จนครบในหมู่บ้าน	สุขภาพด้านร่างกาย จากการเดิน เป็นการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับกลุ่มวัยผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม



แผนภาพที่ 7 รูปแบบการขับเคลื่อนกิจกรรม มิตรภาพบำบัด

6 กิจกรรม : มุลมังอีสาน

ในอดีตกาลนานมาแล้ว มีการดำเนินชีวิตบนวิถีที่ไร้ซึ่งพลังงานน้ำมันหรือพลังงานไฟฟ้าทุกอย่างได้มาซึ่งแรงงานคน โดยเฉพาะการผลิตอุปกรณ์เครื่องมือต่างๆที่ใช้ในการได้มาซึ่งปัจจัย 4 ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดในการมีชีวิตอยู่บนโลกใบนี้ ได้แก่ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย อาหารและยารักษาโรค ทุกอย่างถูกประดิษฐ์ขึ้นจากภูมิปัญญาและจินตนาการที่ลึกซึ้ง กว่าจะแล้วเสร็จแต่ละชิ้นแต่ละอันต้องใช้ความอดทนและใช้เวลา แต่ในยุคปัจจุบันการได้มาซึ่งอุปกรณ์เครื่องมือเหล่านั้นง่ายมากเนื่องจากมีโรงงานผลิตออกมาอย่างง่ายดาย มีวางจำหน่ายทุกแห่งหน หากจะเปรียบเทียบมูลค่าเป็นเงินคงเทียบกันไม่ได้ เพราะอุปกรณ์ที่ผลิตขึ้นในยุคดั้งเดิมย่อมมีมูลค่าทางด้านคุณค่าด้านภูมิปัญญาซึ่งเทียบค่าเป็นราคาค่าเงินค่อนข้างยาก จากประเด็นดังกล่าวมาชุมชนคนแสงเจริญจึงได้ดำเนินกิจกรรมมุลมังอีสาน ซึ่งเป็นการรวบรวมของเก่าโบราณทุกอย่างที่เคยมีในอดีตและปัจจุบันเลิกใช้แล้วเพื่อมาเก็บรวบรวมไว้ให้เป็นพิพิธภัณฑ์สำหรับการเรียนรู้ศึกษาของเยาวชนลูกหลานสืบต่อไป โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

6.1 ประชุมกลุ่มคน โดยมีทั้งกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีชุดความรู้ด้านการผลิตอุปกรณ์เครื่องมือที่เป็นของเก่าโบราณและประชาชนทั่วไปที่สนใจในสิ่งของที่เป็นมุลมังอีสาน

6.2 ให้นำบุคคลที่มีความรู้และมีประสบการณ์กล่าวถึงความสำคัญของการผลิตอุปกรณ์เครื่องมือต่างๆที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับปัจจัย 4

6.3 ระดมแนวคิดและออกแบบการจัดกิจกรรมเพื่อการระดมอุปกรณ์เครื่องมือของเก่าโบราณที่มีในชุมชน ด้วยการจัดทำผ้าป่ามุลมังอีสาน

6.4 สื่อสารและประชาสัมพันธ์กิจกรรมผ่านเวทีการประชุมส่วนราชการ การประชุมกำนันผู้ใหญ่บ้าน โดยการประสานงานผ่านศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน (วัดโพธิ์ชัยศรี วัดส่งเสริมสุขภาพ)

6.5 กำหนดให้มีกิจกรรมทอดผ้าป่ามุลมังอีสาน โดยการจัดบรรยายภาคีให้ผู้คนที่มีร่วมกิจกรรมสัมผัสได้ซึ่งวิถีชีวิตแบบดั้งเดิม

6.6 สร้างและทำการคืนข้อมูลผลการดำเนินงานให้ประชาชนทราบ

การดำเนินกิจกรรม : มุลมังอีสาน ผู้วิจัยได้ร่วมในกิจกรรมและสังเกตการณ์การดำเนินกิจกรรมทุกขั้นตอน พบว่า

1. ประชาชนทั่วไปมีความกระตือรือร้นที่จะนำของเก่าโบราณมาร่วมกิจกรรม ผ้าป่ามูลมังอีสาน ประเมินจากการนับจำนวนชิ้นสิ่งของที่ได้ทั้งหมด จำนวน 500 ชิ้น และส่วนใหญ่เป็นอุปกรณ์เกี่ยวกับการทอผ้าซึ่งเป็นเครื่องนุ่งห่ม

2. ในระหว่างการจัดกิจกรรมทอผ้าป่า มีเด็กและเยาวชนวัยเรียนมาร่วมกิจกรรม ขณะนั้นก็มิภูมิปัญญาชาวบ้านอธิบายให้ทราบถึงอุปกรณ์เครื่องมือแต่ละชนิด วิธีทำ วิธีใช้ เพื่อให้คนรุ่นหลังได้เรียนรู้

3. ในระหว่างการรอพิธีการทอดถวายผ้าป่า ผู้มาร่วมกิจกรรมมีการพูดคุยถึงความหลังทำให้เกิดความสุข

4. กิจกรรมหลังวันทอดถวายผ้าป่า มีคณะผู้คนเดินทางมาเรียนรู้ศึกษาดูงานและคนเหล่านั้นเดินออกไปด้วยใบหน้าที่มีความสุข จากการสัมภาษณ์ของผู้วิจัย ได้ความว่า “ผมชื่นชมคนสมัยก่อนที่มีความรู้ความสามารถสูงในการประดิษฐ์คิดค้นอุปกรณ์เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินชีวิตได้มากมาย ของเก่าโบราณเหล่านี้คงไม่เหมาะในการนำมาใช้ได้จริง แต่มันเป็นสิ่งที่รวบรวมไว้เป็นสิ่งเตือนใจให้ลูกหลานได้เรียนรู้ถึงความเก่งและความอดทน และการอดออมของบรรพบุรุษ และเกิดความภาคภูมิใจ ได้เรียนรู้ดูงานแล้วมีความสุข โดยเฉพาะการออกแบบในการแสดงสิ่งของนั้นน่าสนใจที่ประยุกต์ให้เป็นสิ่งของประดับที่แสดงออกซึ่งศิลปะที่งดงาม ทำให้ผู้มาพบเห็นอยากหาของพวกนี้มาอนุรักษ์ไว้บ้าง”

สรุปการดำเนินกิจกรรม : มูลมังอีสาน เป็นการขับเคลื่อนกิจกรรมผ่านทุนทางวัฒนธรรม โดยผ่านศูนย์ดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชน (วัดโพธิ์ชัยศรี วัดสังเสริมสุขภาพ) การจัดกิจกรรมดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงวัฒนธรรมอันดีงามของคนในชุมชนที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของผู้มาเรียนรู้ศึกษาดูงาน ถูกนำมาใช้ในการดูแลสุขภาพประชาชนในชุมชนบนวิถีชีวิตที่ดำรงมาแต่ยุคดั้งเดิม สรุปได้ตามตารางที่ 13

ตารางที่ 13 สรุปผลกิจกรรมมูลมังอีสาน

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
การจัดสถานที่	การจัดองค์ประกอบในศาลามูลมังอีสานมีจุดมุ่งหมายให้ผู้พบเห็นเกิดความนับถนอมจากการออกแบบที่สร้างสรรค์ ทำเป็นพิพิธภัณฑ์มีชีวิต โดยการนำของ	สุขภาพด้านจิตใจ จากการได้เยี่ยมชมทำให้เกิดความปลื้มปิติและชื่นชมในการออกแบบนำอุปกรณ์เครื่องใช้เกี่ยวกับการทอผ้ามาทำเป็น

กิจกรรม	รายละเอียด	ผลที่เกิดขึ้น
<p>การเป็นแหล่งเรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น</p>	<p>เก่าโบราณมาทำเป็นเครื่องประดับตกแต่งอาคารบ้านเรือนเช่นเฟอร์นิเจอร์ ไม้ไฟ ฯลฯ</p> <p>ผู้คนที่มาเรียนรู้มรดกภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ เมื่อได้รู้แล้วมีความสุข ส่วนผู้ที่บริจาคของเก่าโบราณนั้นมีความสุขยิ่งกว่า ที่ของสิ่งนั้นกลายเป็นสิ่งของที่มีคุณค่าและเป็นประโยชน์สำหรับคนอีกจำนวนมาก</p>	<p>เครื่องประดับตกแต่งอาคารได้อย่างลงตัวและสวยงาม มีคุณค่าน่าลอกเลียนแบบ</p> <p>สุขภาพด้านจิตใจ ทั้งผู้ให้และผู้รับมีความอึดอ้อมใจที่ได้ใช้สิ่งของที่เป็นของเก่าโบราณเหล่านั้นมาพัฒนาให้เกิดคุณค่า นำเรียนรู้และจดจำ และยังทำให้ผู้เดินทางเข้ามาชมมีความสุขและเกิดความมหัศจรรย์ใจในแต่ละชิ้นงาน</p>
<p>การนำมาใช้ประโยชน์</p>	<p>การใช้ประโยชน์จากศาลามรดกภูมิปัญญา นอกจากเป็นพิพิธภัณฑ์มีชีวิตแล้วยังใช้เป็นห้องประชุม ต้อนรับผู้คนที่เดินทางมาศึกษาเรียนรู้</p> <p>มากมายหลายพันคน เกิดความอยากที่จะรักษาสิ่งของเหล่านี้ในรูปแบบการทำเป็นเครื่องประดับอาคารบ้านเรือน</p>	<p>สุขภาพด้านสติปัญญา เมื่อหลายคนที่มาพบเห็นแล้วเกิดแรงผลักดันให้เกิดแนวความคิดที่จะอนุรักษ์มรดกภูมิปัญญาไว้ เนื่องจากสามารถเก็บไว้ได้ในรูปแบบต่างๆมากมาย</p>

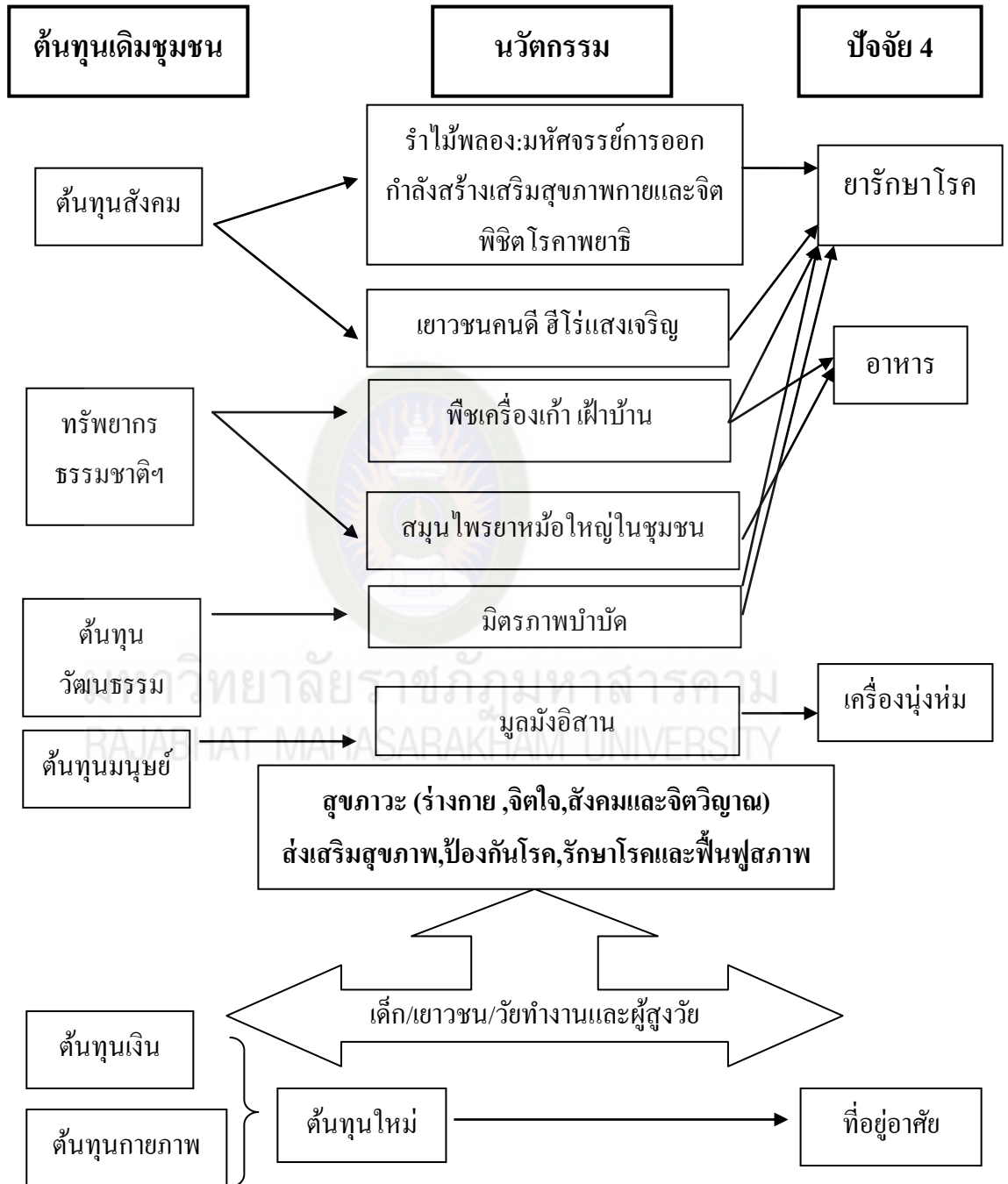


แผนภาพที่ 8 รูปแบบการขับเคลื่อนกิจกรรม ศาลามูลมังอัสาน

ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 ได้กำหนดต้นทุนในการพัฒนา มีทั้งหมด 6 ทุน คือ 1.ทุนสังคม 2.ทุนวัฒนธรรม 3.ทุนมนุษย์ 4.ทุนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม 5.ทุนเงิน 6.ทุนกายภาพ ผู้วิจัยร่วมกับกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัยจึงร่วมกันวิเคราะห์หาต้นทุนเดิมของชุมชนแสงเจริญ ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ ที่มีผลต่อการขับเคลื่อนระบบการดูแลสุขภาพของประชาชนในหมู่บ้าน โดยจัดเวทีเสวนาในวันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2557 ณ วัดโพธิ์ชัยศรี บ้านแสงเจริญ พบว่าชุมชนบ้านแสงเจริญ มีต้นทุนเดิมของชุมชน จำนวน 4 ทุน คือ ทุนสังคม ทุนวัฒนธรรม ทุนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และทุนมนุษย์ เป็นทุนที่เกิดขึ้นใหม่ จึงไม่ได้กล่าวถึงรายละเอียดในผลการวิจัยฉบับนี้

จะเห็นได้ว่า การดำเนินกิจกรรมเพื่อการขับเคลื่อนระบบการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนทั้ง 6 กิจกรรมได้แก่ ไร่ไม้พลอง : มหัศจรรย์การออกกำลังสร้างเสริมสุขภาพกายและจิตพิชิตโรคาพยาธิ เยาวชนคนดีฮีโร่แสงเจริญ พี่ชื้อเครื่องแก้ว สมุนไพร ยาหม้อใหญ่ในชุมชน มิตรภาพบำบัด มูลมังอัสาน มีรูปแบบการขับเคลื่อนผ่านต้นทุนเดิมของชุมชน คือ ต้นทุนมนุษย์ ต้นทุนสังคม ต้นทุนวัฒนธรรม และต้นทุนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม พร้อมกับขับเคลื่อนผ่านปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิต 3 ประการ ประกอบด้วย

อาหาร เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค ทำให้เกิดระบบการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมผสมผสาน ระหว่างการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาโรค และการฟื้นฟูสภาพ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจไปยังประชากรกลุ่มวัยเด็ก/เยาวชน วัยทำงานและผู้สูงอายุในชุมชน ดังแผนภาพที่ 9



แผนภาพที่ 9 รูปแบบการขับเคลื่อนระบบการดูแลสุขภาพด้วยต้นทุนเดิมของชุมชนบ้านแสงเจริญ