

# Plagiarism Checking Report

Created on 2025-01-14 10:00:07 at 10:00 AM

## Submission Information

ID	SUBMISSION DATE	SUBMITTED BY	ORGANIZATION	FILENAME	STATUS	SIMILARITY INDEX
4085058	Jan 14, 2025 at 09:44 AM	khwanchai.hem@mcu.ac.th	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย	1.ผลงานวิจัย การพัฒนาสุขภาพจิต.pdf	Completed	4.24 %

## Match Overview

NO.	TITLE	AUTHOR(S)
1	MUSIC IN THERAVADA BUDDHISM AND MODERN SCIENCE	วิชขมา, นิตกร
2	ผลของดนตรีบำบัดต่อความวิตกกังวลและความปวดในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับการบำบัด(Effect of music therapy on anxiety and pain in cancer patients)	Juangpanich, Ubol
3	An Analysis of the Usage of Songs for Enhancing Peace in Thai Society According to Buddhist Peaceful Means	Disathaamnarj, Ratthakornkarn
4	การบริหารงานบุคลากรตามหลักพรหมวิหาร 4 ในสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษาขอนแก่น	Saikham, Sunthon
5	<a href="https://www.mcu.ac.th/directory_uploads/administrator/file_upload/20210505110719_CA84844A-500F-4131-B04B-E7085D596F93.pdf">https://www.mcu.ac.th/directory_uploads/administrator/file_upload/20210505110719_CA84844A-500F-4131-B04B-E7085D596F93.pdf</a>	mcu.ac.th
6	Developmental Model of The Mental Health of Buddhadhamma for the Old Aged People : A Case Study of Banprue Sub-District, Krasang District, Buriram Province	พลปัญญา, พระครูวินัยธรอำนาจ สวัสดิ์

NO.	TITLE	AUTHOR(S)
7	The important doctrines in the Maha Satipatthana Sutta	สารธิดา, พระมหา แสงเพชร สุทธิจิตโต
8	The Effects of Meditation Practice Approaches by Integrating Satipatthana 4 and SKT1 on Mental Ability, Self-awareness and Academic Achievement of Nursing Students	Tanupabrunsun, Supawan
9	วิถีครองคน: พรหมวิหาร 4 สำหรับผู้บริหารการศึกษาในศตวรรษที่ 21	ไวชมฤ, นวรัตน์
10	แนวทางในการพัฒนาการบริหารงานตามหลักพรหมวิหารของผู้บริหารสถานศึกษา	Kerdrit, Nitchapat

Match Details

TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT	TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)
<p>การพัฒนาสุขภาพจิตสำหรับปฏิบัติธรรมในที่นี้จะมีการใช้เสียงเพลงเข้ามามีส่วนร่วมเพลงจึงนับว่าเป็นเครื่องมือหนึ่งที่สามารถสื่อจิตใจของผู้ฟังให้เกิดสื่อนานเองกลับมาสู่ปัญญาที่จะสงบจิตใจให้รอดพ้นจากความรุนแรงในจิตใจทั้งทางตรงและทางอ้อมได้เป็นอย่างดีเพลงเป็นสื่อสากลที่มนุษย์สามารถเข้าถึงกันโดยไม่มี ความขัดแย้งไม่เลือกอายุเชื้อชาติและวรรณะ และสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างมนุษย์ถือเป็นยอดศิลปะในการสื่อภาษา</p>	<p>Songs Enhancing Peace Buddhist Peaceful Means Thai Society 242 วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์มจรปีที่ 5 ฉบับพิเศษทงานานศิลปะทุกแขนงแม้จะมุ่งสื่อถึงอารมณ์ภายในของตัวศิลปินเป็นหลักแต่ทั้งนี้คำถามหนึ่งที่นาสนใจก็คือในตัวงานศิลปะเองที่มีหลากหลายองค์ประกอบอาทิแนวคิดที่สะท้อนคติเสียงภาษาแบบขงขงทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้จำเป็นไหมที่จะต้องแสดงถึงความรับผิดชอบต่อสังคมที่ประกอบไปด้วยคนซึ่งมีระดับความคิดสติปัญญาที่แตกต่างกันออกไปในยามที่มนุษย์ต้องเผชิญปัญหาชีวิตเพลงจึงเป็นแนวทางหนึ่งที่สามารถผ่อนคลายความเครียดและความวิตกกังวลได้นอกจากนี้เพลงยังมีผลต่อการเสริมสร้างสุขภาพกายและใจให้มีความสดชื่นแจ่มใสเบิกบานเข้มแข็งและมีกำลังใจในการต่อสู้กับอุปสรรคอย่างมีสติปัจจุบันสังคมไทยมีปัญหาความรุนแรงเกิดขึ้นมากมายโดยเฉพาะความรุนแรงทางการเมืองเศรษฐกิจความเป็นอยู่ในทุกระดับชนชั้นอันมีความหลากหลายทางด้านทัศนคติศรัทธาความเชื่อประเพณีและค่านิยมในหมู่มนุษย์เชื้อชาติศาสนาในหลายฟากฝั่งของสังคมซึ่งส่งผลกระทบต่อจิตใจของทุกคนในครอบครัวและสังคมหากปราศจากเพลงที่เป็นเสมือนเครื่องมือที่นำมาช่วยจรรโลงเยียวยาความบอบช้ำทางจิตใจสมาธิของครอบครัวและสังคมโดยรวมก็จะไม่สามารถดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างราบรื่นเพลงจึงนับว่าเป็นเครื่องมือหนึ่งที่สามารถสื่อจิตใจของผู้ฟังให้เกิดสื่อนานเองกลับมาสู่ปัญญาที่จะสงบจิตใจให้รอดพ้นจากความรุนแรงในจิตใจทั้งทางตรงและทางอ้อมได้เป็นอย่างดีเพลงเป็นสื่อสากลที่มนุษย์สามารถเข้าถึงกันโดยไม่มี ความขัดแย้งไม่เลือกอายุเชื้อชาติและวรรณะ</p>
<p>เพลงสามารถโน้มน้าวจิตใจของผู้ฟังให้เกิดการรับรู้และมีอิทธิพลต่อความคิดอารมณ์ความรู้สึกรวมถึงอุดมการณ์ชีวิตขึ้นอยู่กับว่าเราจะฟังเพลงเป็นเครื่องมือด้านบวกที่จะสร้างความรักความสามัคคีให้กำลังใจทำให้เกิดพลังชีวิตที่สามารถนำพาตนเองให้เข้าถึงสันติสุขได้ด้วยการมีเพลงเป็นสื่อเตือนสติและสร้างพลังใจ 7 ดังนั้นบทเพลงสามารถให้ข้อคิดและยกระดับจิตใจของผู้ฟังหรือผู้รับสารให้สูงขึ้นได้ภาษาในบทเพลงจึงเป็นหนึ่งใน</p>	<p>เชื้อชาติและวรรณะและสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างมนุษย์ถือเป็นยอดศิลปะในการสื่อภาษาซึ่งเพลงสามารถโน้มน้าวจิตใจของบุคคลทำให้เกิดอารมณ์คล้อยตามได้ง่าย Teeranuntawat 2001 นอกจากนี้เพลงยังเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมมนุษย์สร้างสรรค์บทเพลงเพื่อตอบสนองความรู้สึกนึกคิดหรือแรงบันดาลใจที่ได้รับจากสิ่งแวดล้อมในสังคมของตน Damronglerd 1990 กล่าวได้ว่าเพลงสามารถโน้มน้าวจิตใจของผู้ฟังให้เกิดการรับรู้และมีอิทธิพลต่อความคิดอารมณ์ความรู้สึกรวมถึงอุดมการณ์ชีวิตขึ้นอยู่กับว่าเราจะฟังเพลงเป็นเครื่องมือด้านบวกที่จะสร้างความรักความสามัคคีให้กำลังใจทำให้เกิดพลังชีวิตที่สามารถนำพาตนเองให้เข้าถึงสันติสุขได้ด้วยการมีเพลงเป็นสื่อเตือนสติและสร้างพลังใจซึ่งพลังในทางพระพุทธศาสนามีหลักธรรมเรียกว่าละ 5 อันเป็นธรรมที่ทำให้เกิดกำลัง 5 ประการคือกำลังแห่งความเชื่อศรัทธากำลังแห่งความเพียรวิริยะกำลังแห่งความระลึกสติกำลังแห่งการตั้งใจมั่นสมาธิกำลังแห่งปัญญาปัญญาพระพุทธเจ้าตรัสกับภิกษุผู้ประกอบด้วยธรรม 5 อย่างชื่อว่าปฏิบัติเพื่อประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่นคือตนเองสมบูรณ์ด้วยศีลสมาธิปัญญาวิมุตติญาณทัศนะและหากขาดในทางใดทางหนึ่งหรือขาดทั้งสองอย่างก็ชื่อว่าบกพร่องในทางนั้นๆ Punyanuparb 1981 ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาละ 5 ถูกนำมาแสดงที่มุ่งเน้นให้ผู้ศึกษาปฏิบัติเห็นความสำคัญของพลังทั้ง 5 ที่ต้องเป็นสายหรือกระแสที่เกี่ยวพันกันในการนำไปสู่จุดหมายสูงสุดคือการเข้าถึงความสงบเย็นหรือนิพพานดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวิเคราะห์การใช้เพลงเป็นสื่อในการเสริมสร้างสันติสุขในสังคม</p>





TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT

TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)

พัฒนาสุขภาพจิตหลักธรรมพรหมวิหาร๔เป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญในการครองคนเพราะหลักธรรมเหล่านี้เปรียบเสมือนหลักธรรมประจำตัวของพุทธศาสนิกชนที่ดีจำง่ายและหากทำได้อย่างสม่ำเสมอก็จะส่งผลดีกับชีวิตหลักธรรมพรหมวิหาร๔ประกอบด้วย๔ประการได้แก่เมตตาหมายถึงความรักที่มีต่อบุคคลอื่นอย่างจริงใจปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุขกรุณาหมายถึงความสงสารและเห็นใจพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลต่อบุคคลอื่นเมตตาหมายถึงการพลอยยินดีเมื่อบุคคลอื่น

เพื่อการครองคนมีหลากหลายประการโดยหลักธรรมพรหมวิหาร 4 เป็นหลักธรรมที่มีการนำมาใช้มากที่สุดในการครองคนเนื่องจากหลักพรหมวิหาร 4 เปรียบเสมือนหลักธรรมประจำตัวของพุทธศาสนิกชนที่ดีจำง่ายหากทำได้อย่างสม่ำเสมอก็จะส่งผลดีกับชีวิตซึ่งหมายถึงธรรมของพรหมหรือของท่านผู้เป็นใหญ่ พงษ์ณพัฒน์ 2549 เป็นหลักธรรมที่จะนำพาบุคคลไปสู่ความสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพประกอบด้วย 4 ประการคือ 1 เมตตาหมายถึงความรักที่มีต่อบุคคลอื่นอย่างจริงใจ 2 กรุณาหมายถึงความสงสารและเห็นใจพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลต่อบุคคลอื่น 3 เมตตาหมายถึงการพลอยยินดีเมื่อบุคคลอื่นได้ดีหรือประสบความสำเร็จ 4 อุเบกขาหมายถึงการวางเฉยหรือปล่อยวางในสิ่งที่สุวิสัยที่จะช่วยเหลือได้สอดคล้องกับพระปัสคาคา ภาสิมบีดา 2552 ที่กล่าวว่าหลักธรรมพรหมวิหาร 4 เป็นหลักธรรมที่สำคัญในการครองคนเพราะการที่เราสามารถครองใจคนได้ย่อมจะทำให้การปฏิบัติงานประสบความสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพบทความนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเสนอแนวทางการนำหลักธรรมพรหมวิหาร 4 มาใช้ในการครองคนของผู้บริหารการศึกษาในศตวรรษที่ 21 ซึ่งเป็นยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นมากมายเนื่องจากการครองคนเป็นการเริ่มต้นที่ดีในการบริหารสถานศึกษา เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้สอดคล้องกับแนวคิดท่านวชิรเมธี 2551 ที่กล่าวว่าผู้นำที่ดีต้องนั่งอยู่ในหัวใจคนโดยผู้นำต้องมีความเข้าอกเข้าใจเห็นอกเห็นใจจึงจะได้นั่งอยู่ในใจลูกน้องสอดคล้องกับสรุปพระคัมภีร์ 2551 ที่กล่าวว่าผู้บริหารที่ดีควรใช้พระคุณมากกว่าพระเดชหรืออำนาจบริหารมากกว่าอำนาจทางกฎหมายบทความนี้ผู้เขียนมีจุดมุ่งหมายเพื่อเสนอ

ใช้ควบคู่กับคำว่าภาวนาภาวนาเป็นคำที่หมายถึงการปฏิบัติธรรมหรือการฝึกอบรมจิตใจและปัญญาตามหลักพระพุทธศาสนาหรือภาวนาในพระพุทธศาสนามี๒ประการคือ๑สมถกรรมฐานหรือสมถภาวนาเป็นการฝึกอบรมจิตใจให้เกิดความสงบหรือการฝึกสมาธิและ๒วิปัสสนากรรมฐานหรือวิปัสสนาภาวนาเป็นการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริงหรือการเจริญปัญญาทั้ง๒ประการรวมอยู่ในหลักไตรสิกขา๑ศีลสิกขา๒จิตตสิกขาหรือสมาธิสิกขา

๑กรรมฐานในพระพุทธศาสนาบทเรียนจากมหาสติปัฏฐานสูตรและคตินิยมในสังคมไทยพระเทพวิมลคุณทิพย์ธรรมวิมลคุณธรรมฐานแปลว่าที่ตั้งแห่งการงานมีโดยตรงกับคำว่าภาวนาเป็นคำที่หมายถึงการปฏิบัติธรรมหรือการฝึกอบรมจิตใจและอบรมปัญญาตามหลักพระพุทธศาสนากรรมฐานหรือภาวนาในพระพุทธศาสนามี๒ประการคือ๑ประการที่๑สมถกรรมฐานหรือสมถภาวนาการฝึกอบรมจิตใจให้เกิดความสงบหรือการฝึกสมาธิประการที่๒วิปัสสนากรรมฐานหรือวิปัสสนาภาวนาการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริงหรือการเจริญปัญญาทั้ง๒ประการรวมอยู่ในหลักไตรสิกขา๑ศีลสิกขา๒จิตตสิกขาหรือสมาธิสิกขา๓คือสมถกรรมฐานและ๓ปัญญาสิกขาก็คือวิปัสสนากรรมฐานหลักการศึกษาของกรรมฐานก็คือการฝึกฝนคำว่าสิกขาในคำว่าจิตตสิกขาก็ดีในคำว่าปัญญาสิกขาที่นิยมนำมาใช้ในภาษาไทยว่าศึกษาหมายถึงการฝึกฝนอบรมตรงกับภาษาอังกฤษว่า Training ไม่ใช่ Study หลักการของคำว่าฝึกฝนก็คือการวางกรอบหรือแนวทางไว้ชัดเจนแล้วกำหนดให้ทำตามนั้นถ้ามีการแข่งขันไม่ยากทำตามก็ต้องมีการบังคับให้ทำตามนั้นให้ได้อาจจะไม่สามารถทำตามกรอบนั้นได้ทันทีแต่ต้องมีการบังคับไปที่ละเล็กทีละน้อยจนกว่าจะทำตามกรอบนั้นได้ทั้งหมดเช่นเรานั่งตัวตรง๕นาทีแล้วรู้สึกปวดเมื่อยตามปกติเราก็มักจะหาวิธีคลายปวดเมื่อยโดยนั่งตัวตรงบ้างนั่งพิงบ้างนั่งเก้าอี้บ้างลุกขึ้นเดินบ้างหรือแม้เปลี่ยนเป็นอิริยาบถอื่นๆถ้าเราฝึกฝนบังคับตัวเองทนฝืนความปวดเมื่อย

TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT

และพัฒนามหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์งานวิจัยเรื่องรูปแบบการ พัฒนาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรมกรณีศึกษาตำบลบ้าน ปรี้ออำเภอกระสังจังหวัดบุรีรัมย์มีผลการวิจัยพบว่าหลักพุทธธรรมและ ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุใช้หลัก กาวานา๔คือ๑กายกาวานาเป็นการบริหารกายด้วยการเดินออกกำลังกาย กวาดลานบ้านและรดน้ำผักสวนครัวทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงมี ภูมิคุ้มกันที่ดี๒สืลกาวานาการฝึกอบรมตนเองให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่ เบียดเบียนผู้

TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Email Pmamnat3589 hotmailcom Received July 16 2018 Revised October 21 2018 Accepted November 1 2018 รูปแบบการพัฒนา สุขภาพจิตของผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรมกรณีศึกษาตำบลบ้านปรี้อ อำเภอกระสังจังหวัดบุรีรัมย์ Developmental Model of The Mental Health of Buddhaddhamma for the Old Aged People A Case Study of Banprue SubDistrict Krasang District Buriram Province พระครูวินัยธรอำนาจพลบุญโสวัสดี 1 พระมหาภักฐชัชวรินทร์เมธมสิลี 2 พระ ปลัดกิตติยุดติธโร 3 พืรพงษ์มาลา 4 Phrakhru Winaithornamnat Phonpanyo Sawatdee 1 Phramaha Phatchawat Khemtatsri2 Phrapalad Kitti Yuttitharo3 Pheerapong Mala4 บทคัดย่องานวิจัย เรื่องรูปแบบการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรมกรณี ศึกษาตำบลบ้านปรี้ออำเภอกระสังจังหวัดบุรีรัมย์มีวัตถุประสงค์ 1 เพื่อ ศึกษาหลักพุทธธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นในการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ สูงอายุ 2 เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุในวัดและ ชุมชนตำบลบ้านปรี้ออำเภอกระสังจังหวัดบุรีรัมย์ 3 เพื่อเสนอรูปแบบการ พัฒนาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรมภูมิปัญญาท้องถิ่นในวัด และชุมชนอำเภอกระสังจังหวัดบุรีรัมย์เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพแบบลงพื้นที่ สัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูลผลการวิจัยพบว่า 1 หลักพุทธธรรมและภูมิปัญญา ท้องถิ่นในการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุใช้หลักกาวานา 4 คือ 1 กาย กาวานาเป็นการบริหารกายด้วยการเดินออกกำลังกายกวาดลานบ้านและ รดน้ำผักสวนครัวทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงมีภูมิคุ้มกันที่ดี 2 สืลกาวานา การฝึกอบรมตนเองให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนผู้อื่นยื่นมือช่วย เหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันพึงพา

ยื่นมือช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันพึงพาอาศัยหยิบยื่นน้ำใจไม่ตรีต่อ เพื่อนบ้านด้วยความเต็มใจ๓สมาธิกาวานาการฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคงเจริญอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลายมีเมตตากรุณาขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิและสดชื่นเบิกบานเป็นสุขผ่องใสมีจิตใจที่ดีมีสุขภาพจิตที่ แจ่มใสและ๔ปัญญากาวานาการฝึกอบรมปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตาม เป็นจริงรู้เท่าทันเห็นโลกและสังคมปัจจุบัน 65 ๕๘กระบวนการพัฒนา สุขภาพจิตของผู้สูงอายุในวัดและชุมชนตำบลบ้านปรี้อนั้น โรงพยาบาลสง

สืลกาวานาหมายถึงการเจริญศีลพัฒนาความประพฤติการฝึกอบรมศีลให้ตั้ง อยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายอยู่ร่วมกับผู้ อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลซึ่งกันและกัน 3 จิตกาวานาหมายถึงการเจริญจิตการ พัฒนาจิตการฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญอกงามด้วยคุณธรรมทั้ง หลายเช่นมีเมตตากรุณาขยันหมั่นเพียรอดทนมีสมาธิและสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใสเป็นต้นและ 4 ปัญญา กาวานาหมายถึงการเจริญปัญญาการ พัฒนามีปัญญาการฝึกอบรมปัญญาให้รู้และเข้าใจสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตาม ความเป็นจริงรู้เท่าทันเห็นโลกและชีวิตตามสภาวะสามารถทำจิตใจให้เป็น อิศระทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยพ้นจากความทุกข์แก้ไข ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญาในบาลีที่มาท่านแสดงกาวานา 4 นี้ในรูปแบบที่คุณบทยของบุคคลจึงเป็นภาวิตกายภาวิตศีลภาวิตจิตภาวิตปัญญาหมายถึงผู้ ได้เจริญกายศีลจิตและปัญญาแล้วบุคคลที่มีคุณสมบัติชุดนี้ครบถ้วนย่อม เป็นพระอรหันตองค์ปญจก๒๒๗๙๑๒๑ ในด้านการพัฒนาทางด้านกายนั้น เป็นการพัฒนาที่มีความสัมพันธ์ต่อสิ่งแวดล้อมทางกายภาพโดยเจาะทาง ด้านอินทรีย์ทั้ง 5 ได้แก่ตาหูจมูกลิ้นและกายให้มีการเกื้อกูลกันและกันด้าน สืลกาวานาเป็นการเจริญศีลพัฒนาศีลพัฒนาความสัมพันธ์และความประพฤติ ให้อยู่ร่วมกันโดยตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกันช่วยเหลือ ซึ่งกันและกันกับผู้อื่นในสังคมด้วยดีด้านจิตกาวานาเป็นการพัฒนาจิตทำให้ จิตมีความเข้มแข็งมั่นคงมีความเมตตากรุณาขยันหมั่นเพียรเป็นสุขผ่องใสดี งามเจริญอกงามด้วยคุณธรรมและด้านปัญญา กาวานาเป็นการพัฒนาด้าน ปัญญาให้มีการเสริมสร้างฝึกฝนปัญญาให้มีความรู้ชัดใน 91 วารสารมจร อุบลปริทธิธรรมปีที่ 2

TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT

TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)

ชและคณะได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการใช้ดนตรีบำบัดในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับยาเคมีบำบัดและพบว่าดนตรีบำบัดมีผลช่วยลดระดับความวิตกกังวลและความปวดในผู้ป่วยมะเร็งที่กำลังรักษาด้วยเคมีบำบัดเนื่องจากความปวดในผู้ป่วยมะเร็งเกิดจากเนื้อเยื่อในร่างกายได้รับการกดเบียดและการแพร่กระจายของมะเร็งเกิดการกระตุ้นตัวรับความปวดส่งกระแสประสาทไปตามใยประสาทผ่านไขสันหลังไปยังสมองบริเวณ reticular formation ที่ก้านสมองร่วมกับ

แต่วิธีการนวดอาจไม่เหมาะกับผู้ป่วยมะเร็งที่มีการแพร่กระจายสำหรับการสะกดจิตต้องมีการฝึกฝนเป็นอย่างดีดนตรีบำบัดมีประโยชน์ผู้ป่วยสามารถฟังดนตรีได้ง่ายราคาถูกลดภัยและไม่ผลข้างเคียงจากการฟังดนตรีบำบัด 4 5 จากการศึกษาทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมาส่วนใหญ่พบว่าดนตรีบำบัดสามารถลดปวดในผู้ป่วยมะเร็งได้ 610 และลดความวิตกกังวลได้ 5 8 9 11 ในบางงานวิจัยยังพบว่าดนตรีบำบัดยังไม่สามารถลดปวด 5 1113 และในบางสถานการณ์ดนตรีบำบัดไม่สามารถลดความวิตกกังวลจากการเผชิญปัญหาที่รุนแรงได้ 12 13 47 วารสารสมาคมพยาบาลสาขาภาคตะวันออกเฉียงเหนือปีที่ 30 ฉบับที่ 1 มกราคมมีนาคม 2555 จากประสบการณ์ในการนำดนตรีบำบัดมาใช้ในการลดความปวดในผู้ป่วยมะเร็งพบว่าการนำดนตรีบำบัดมาใช้สามารถลดปวดได้แต่ยังพบปัญหาอุปสรรคคือผู้ป่วยบางคนต้องการฟังเพลงที่เข้ากับวัฒนธรรมอีสาน 14 15 ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาผลของการนำดนตรีพื้นเมืองอีสาน 14 มาใช้เพื่อลดปวดและความวิตกกังวลในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับยาเคมีบำบัดวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อศึกษาผลของดนตรีบำบัดต่อความวิตกกังวลและความปวดในผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับยาเคมีบำบัดกรอบแนวคิดการวิจัยกรอบแนวคิดที่ใช้คือแนวคิดของทฤษฎีความปวดที่มีผลต่อร่างกายและจิตใจ 6 ความปวดในผู้ป่วยมะเร็งส่วนมากเป็นความปวดเรื้อรังเนื่องจากเนื้อเยื่อของร่างกายได้รับการกดเบียดและมีการแพร่กระจายของมะเร็งทำให้เกิดการกระตุ้นตัวรับความรู้สึกเจ็บปวดส่งกระแสประสาทไปตามใยประสาทผ่านไขสันหลังไปยังสมองบริเวณ reticular formation ที่ก้านสมองร่วมกับการทำงานระบบ limbic กระตุ้น

๔๒รู้สึกผ่อนคลายลดความปวดและวิตกกังวลโดยที่ดนตรีบำบัดจะไปปรับเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดอารมณ์ความจำและประสบการณ์ที่สมองส่วน thalamus ซึ่งจะทำงานประสานกับ cortex และ limbic ทำให้เกิดการเบี่ยงเบนจากความปวดรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้นทำให้หลังสารเอ็นดอร์ฟินทำให้ความวิตกกังวลและความปวดลดลงได้ 76 ๖๙เนื่องจากดนตรีส่งผลต่อการทำงานของร่างกายและสมองเช่นดนตรีที่ทำให้เกิดความสงบส่งผลให้อัตราการเต้นของหัวใจการหายใจและความดันโลหิตมี

อารมณ์ความจำและประสบการณ์ที่สมองส่วน thalamus ซึ่งจะทำงานประสานกับ cortex และ limbic ทำให้เกิดการเบี่ยงเบนจากความปวดรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้นทำให้หลังสารเอ็นดอร์ฟินทำให้ความวิตกกังวลและความปวดลดลงได้จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยมะเร็งที่มีความปวดและได้รับฟังดนตรีบำบัดบอกว่าเสียงดนตรีไปกลางซึ่งเป็นดนตรีพื้นเมืองอีสานมีเสียงแคนเสียงขลุ่ยเสียงพิณเพลงไพเราะมากซึ่งกินใจเปล็ดเพลินตอนแรกไม่แน่ใจว่าเพลงที่ฟังจะลดปวดได้แต่เมื่อได้ฟังดนตรีไปกลางรู้สึกผ่อนคลายคลายเครียดลดปวดและคลายวิตกกังวลได้ดังนั้นจึงชอบฟังดนตรีไปกลางต้องการฟังทุกวันและถ้าฟังจนกระทั่งหลับน่าจะมีสุขสบายคนอยากฟังตลอดทั้งวันบางคนจะนำดนตรีไปเปิดที่เครื่องขยายเสียงในหมู่บ้านฟังเพื่อให้คนอื่นมีความสุขด้วยข้อเสนอแนะการใช้ดนตรีบำบัดในผู้ป่วยมะเร็งเพื่อลดความปวดและความวิตกกังวลเป็นวิธีการที่เหมาะสมโดยเฉพาะดนตรีอีสานที่นำมาใช้เหมาะกับบริบทกับวัฒนธรรมอีสานจึงควรพัฒนาเป็นแนวทางในการดูแลผู้ป่วยต่อไปเพื่อให้บุคลากรสามารถนำไปปฏิบัติด้านการพยาบาลอย่างมีประสิทธิภาพ References 1 Ministry of Public Health Public health statistics Bangkok 2008 cite 2008 January 1 Available from http bpsopsmophgoth Healthinformation statistic 2 Vatanasapt P et al Prevalence and Management of Cancer Pain in Srinagarind Hospital Khon Kaen Thailand J Med Assoc Thai 2008 91 12 16 3 Mantyh PW Cancer pain and its impact on diagnosis survival and quality of life Nat Rev Neurosci 2006 7 10 797809 4 McCaffery M Nursing approaches to





TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT

TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)

นิพนพานอันเป็นเป้าหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา 82 ๗๕ดนตรีที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกในสมัยพุทธกาลภิกษุจฬพัคคีย์ไปเที่ยวดูมหรสพบนยอดเขาในกรุงราชคฤห์เมื่อชาวบ้านเห็นกิริยาของพวกภิกษุอยู่ในอาการพอใจในการเล่นเช่นนั้นและไม่สำรวมกิริยาของสมณะชาวบ้านก็พากันตำหนิว่าพระภิกษุประพฤติตนไม่เหมาะสมกับเป็นสมณะดังที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกในฐานะพุทธบัญญัติใจนพวกพระสมณะเชื้อสายศากยบุตรจึงไปดูการฟ้อนรำบ้างการขับร้องบ้างการบรรเลง

สุดในทางดนตรีของอินเดียบุคคลที่มีเสียงดีเสียงไพเราะย่อมได้รับความโปรดปรานชอบพอเป็นพิเศษแต่การขับร้องถ้าปราศจากดนตรีดำเนินทานองประกอบด้วยเสียงและการให้จังหวะก็ถือกันว่าเป็นศิลปะที่ไม่สมบูรณ์(สนั่นบุญยศิริพันธ์, 2498, น. 10 - 11 )ความเป็นมาของดนตรีคือเครื่องดนตรีชนิดแรกเริ่มของมนุษย์ในสมัยดึกดำบรรพ์คือการการขับร้อง(คีต)ประกอบด้วยเครื่องดนตรี(วาทีต)ให้ทานองและจังหวะประกอบการขับร้องเป็นของคู่กันไปด้วย 3 )ดนตรีที่ปรากฏในพระไตรปิฎก3.1)ดนตรีที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกในสมัยพุทธกาลมีมหรสพบนยอดเขาในกรุงราชคฤห์พวกภิกษุจฬพัคคีย์ไปเที่ยวดูมหรสพบนยอดเขาในกรุงราชคฤห์มีผู้คนเห็นกิริยาของพวกภิกษุอยู่ในอาการพอใจในการเล่นนั้นและไม่สำรวมกิริยาของสมณะเมื่อชาวบ้านเห็นเข้าก็ถูกชาวบ้านตำหนิว่าไม่เหมาะสมดังที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกในฐานะพุทธบัญญัติ"ใจนพวกพระสมณะเชื้อสายศากยบุตรจึงไปดูการฟ้อนรำบ้างการขับร้องบ้างการบรรเลงดนตรีบ้างเหมือนคฤหัสถ์ผู้ริโภคคามเล่า"(วิ.น.(ไทย) 7 / 249 / 10 )จากเนื้อความที่ยกมาแสดงให้เห็นว่าถ้าพวกภิกษุไปเที่ยวดูมหรสพเช่นการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีต้องผิดวินัยตามพุทธบัญญัติไว้และยังเป็นการกระทำเหมือนคฤหัสถ์ผู้ริโภคคามอยู่ไม่ใช่ทางของสมณะดังนั้นในพระวินัยปิฎกในฐานะพุทธบัญญัติภิกษุณีไปดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีที่เป็นข้าศึกต่อกุศล"(วิ.ภิกษุณี.(ไทย) 4 / 833 / 31 )ในเรื่องนี้ก็เช่นเดียวกันกับเรื่องภิกษุการดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีเป็นของคฤหัสถ์ผู้ริโภคคามและยังเป็นข้าศึกต่อกุศลอีกด้วยทรงตรัสแก่ภิกษุ

ดนตรีบ้างเหมือนคฤหัสถ์ผู้ริโภคคามเล่า๗๖จากเนื้อความที่ยกมาแสดงให้เห็นว่าถ้าพระภิกษุไปเที่ยวดูการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีต้องผิดวินัยตามพุทธบัญญัติไว้และยังเป็นการกระทำเหมือนคฤหัสถ์ผู้ริโภคคามอยู่ไม่ใช่ทางของสมณะดังนั้นในพระวินัยปิฎกในฐานะพุทธดนตรีที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกกล่าวถึงภิกษุและภิกษุณีการไปดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีเป็นของชาวบ้านที่ยังเป็นผู้ริโภคคามและเป็นข้าศึก

เป็นของคู่กันไปด้วยการขับร้องถือกันว่าเป็นวัฒนธรรมแบบสูงสุดในทางดนตรีของอินเดียบุคคลที่มีเสียงดีเสียงไพเราะย่อมได้รับความโปรดปรานชอบพอเป็นพิเศษแต่การขับร้องถ้าปราศจากดนตรีดำเนินทานองประกอบด้วยเสียงและการให้จังหวะก็ถือกันว่าเป็นศิลปะที่ไม่สมบูรณ์(สนั่นบุญยศิริพันธ์, 2498, น. 10 - 11 )ความเป็นมาของดนตรีคือเครื่องดนตรีชนิดแรกเริ่มของมนุษย์ในสมัยดึกดำบรรพ์คือการการขับร้อง(คีต)ประกอบด้วยเครื่องดนตรี(วาทีต)ให้ทานองและจังหวะประกอบการขับร้องเป็นของคู่กันไปด้วย 3 )ดนตรีที่ปรากฏในพระไตรปิฎก3.1)ดนตรีที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกในสมัยพุทธกาลมีมหรสพบนยอดเขาในกรุงราชคฤห์พวกภิกษุจฬพัคคีย์ไปเที่ยวดูมหรสพบนยอดเขาในกรุงราชคฤห์มีผู้คนเห็นกิริยาของพวกภิกษุอยู่ในอาการพอใจในการเล่นนั้นและไม่สำรวมกิริยาของสมณะเมื่อชาวบ้านเห็นเข้าก็ถูกชาวบ้านตำหนิว่าไม่เหมาะสมดังที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกในฐานะพุทธบัญญัติ"ใจนพวกพระสมณะเชื้อสายศากยบุตรจึงไปดูการฟ้อนรำบ้างการขับร้องบ้างการบรรเลงดนตรีบ้างเหมือนคฤหัสถ์ผู้ริโภคคามเล่า"(วิ.น.(ไทย) 7 / 249 / 10 )จากเนื้อความที่ยกมาแสดงให้เห็นว่าถ้าพวกภิกษุไปเที่ยวดูมหรสพเช่นการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีต้องผิดวินัยตามพุทธบัญญัติไว้และยังเป็นการกระทำเหมือนคฤหัสถ์ผู้ริโภคคามอยู่ไม่ใช่ทางของสมณะดังนั้นในพระวินัยปิฎกในฐานะพุทธบัญญัติภิกษุณีไปดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีที่เป็นข้าศึกต่อกุศล"(วิ.ภิกษุณี.(ไทย) 4 / 833 / 31 )ในเรื่องนี้ก็เช่นเดียวกันกับเรื่องภิกษุการดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรี

TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT

TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)

ต่อคุณผู้ละเมิดต้องอาบัติตามพุทธบัญญัติไว้ 84 ๗๗ คนตรีในพระสูตรต้นค  
 ปีกฎได้ขยายความว่าด้วยคุณการละเล่นอันเป็นข้าศึกต่อคุณเช่นการฟ้อนรำ  
 การขับร้องการประโคมดนตรีการรำการเล่านิทานการเล่นปรมมือการเล่น  
 ปลูกฝืนการเล่นตีกลองการสร้างจากบ้านเมืองให้ดังตามการเล่นของคน  
 จัดทาลการเล่นกระดานหกการเล่นหน้าศพการแข่งชนข้างการแข่งมา  
 การแข่งชนกระบือการแข่งชนโคการแข่งชนแพการแข่งชน๗๕ สลสอ  
 ไทย๑๒๕๙๗๖ วิจุไทย๗

ที่ยกมาแสดงให้เห็นว่าถ้าพวกภิกษุไปเที่ยวดูมหรสพเช่นการฟ้อนรำการขับ  
 ร้องการประโคมดนตรีต้องผิดวินัยตามพุทธบัญญัติไว้และยังเป็นการกระทำ  
 เหมือนคฤหัสถ์ผู้บริโศคคามอยู่ไม่ใช่ทางของสมณะดั่งนั้นในพระวินัยปิฎก  
 ในฐานะพุทธบัญญัติภิกษุณีไปดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้องการประโคม  
 ดนตรีที่เป็นข้าศึกต่อคุณ"(วิ.ภิกษุณี.(ไทย) 4 / 833 / 31 )ในเรื่องนี้ก็เช่น  
 เดียวกันกับเรื่องภิกษุการดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรี  
 เป็นของคฤหัสถ์ผู้บริโศคคามและยังเป็นข้าศึกต่อคุณอีกด้วยทรงตรัสแก่  
 ภิกษุและภิกษุณีว่านิตกรวิชขมา 31 Journal of Social Science  
 Panyapat . 2022 ; 4 ( 1 ): 27 - 38 การดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้อง  
 การประโคมดนตรีเป็นของชาวบ้านที่ยังเป็นผู้บริโศคคามอยู่และเป็นข้าศึก  
 ต่อคุณดั่งนั้นดนตรีที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกกล่าวถึงภิกษุและภิกษุณีการ  
 ไปดูมหรสพการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีเป็นของชาวบ้านที่ยัง  
 เป็นผู้บริโศคคามและเป็นข้าศึกต่อคุณผู้ละเมิดต้องอาบัติตามพุทธบัญญัติ  
 ไว้(3.2)ดนตรีที่ปรากฏในพระสูตรต้นคปีกฎคนตรีในพระสูตรต้นคปีกฎว่าด้วยค  
 การละเล่นอันเป็นข้าศึกต่อคุณเช่นการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรี  
 การรำการเล่านิทานการเล่นปรมมือการเล่นปลูกฝืนการเล่นตีกลองการสร้าง  
 จากบ้านเมืองให้ดังตามการเล่นของคนจัดทาลการเล่นกระดานหกการเล่น  
 หน้าศพการแข่งชนข้างการแข่งมาการแข่งชนกระบือการแข่งชนโค  
 การแข่งชนแพการแข่งชนแกะการแข่งชนไกการแข่งชนนกกระทาการรา  
 การกระบือการชกมวยมวยปล้ำการรบการตรวจพลสวนสนาม

๔๗และการแข่งชนไกการแข่งชนนกกระทารำกระบือการชกมวย  
 มวยปล้ำการรบการตรวจพลสวนสนามการจัดกระบวนทัพการตรวจกองทัพ  
 ดั่งที่ปรากฏในพระสูตรต้นคปีกฎว่าพระสมณโคดมทรงเว้นขาดจากการดูการ  
 ละเล่นอันเป็นข้าศึกต่อคุณ 85 ๗๘ จากเนื้อความที่ยกมาแสดงให้เห็นว่าถ้า  
 พวกภิกษุและภิกษุณีถ้าภิกษุเว้นขาดจากการดูการละเล่นอันเป็นข้าศึกต่อ  
 คุณเช่นการฟ้อนรำการขับร้องการประโคมดนตรีการรำการเล่านิทานการเล่น  
 ปรม

การแข่งขันนกระทาการรำกระบือการชกมวยมวยปล้ำการรบการ  
 ตรวจพลสวนสนามการจัดกระบวนทัพการตรวจกองทัพดั่งที่ปรากฏในพระ  
 สูตรต้นคปีกฎว่า"พระสมณโคดมทรงเว้นขาดจากการดูการละเล่นอันเป็นข้าศึก  
 ต่อคุณ"(ที.สิ.(ไทย) 9 / 11 / 6 )ดั่งพุทธพจน์ที่ยกมาถ้าภิกษุเว้นขาดจาก  
 การดูการละเล่นอันเป็นข้าศึกต่อคุณเช่นการฟ้อนรำการขับร้องการประโคม  
 ดนตรีการรำการเล่านิทานการเล่นปรมมือการเล่นปลูกฝืนการเล่นตีกลอง  
 เป็นต้นเหล่านี้ล้วนเป็นทางของอกุศลทั้งปวงถ้าภิกษุเว้นขาดจากการดูการ  
 ละเล่นจะไม่ถูกอกุศลครอบงำจิตและเป็นการรักษาพระวินัยให้ถูกต้องตาม  
 พุทธบัญญัติไว้อีกด้วยในพระสูตรต้นคปีกฎขุททกนิกายวิมานวัตถุปริสริมาณ  
 กัณฐกรวิมานได้กล่าวถึงพระมหาโมคคัลลานเถระได้ถามผลกรรมของพญา  
 ม้ากัณฐะว่าเป็นเพราะผลกรรมอะไรถึงได้มาเป็นเทพบุตรในวิมารทิพย์  
 และมีรูปเสียงกลิ่นรสโผฏฐัพพะมีรสมีรุ่งเรืองมีผิวพรรณรุ่งโรจน์เป็นเพราะ  
 ผลของทานหรือว่าผลของศีลจงบอกแก่เราเทพบุตร(พญาม้ากัณฐะ)ได้  
 บอกถึงเมื่อสมัยอดีตชาติเราได้เกิดมาชาติเดียวกันกับพระโอรสพระโอรส  
 พระองค์นั้นเสด็จออกเพื่อพระโพธิญาณในเวลาที่ยังคืนพระองค์ทรงได้ใช้  
 ฝ่าพระหัตถ์ที่อ่อนนุ่มประทับนั่งบนหลังข้าพเจ้าแล้วข้าพเจ้าเกิดความยินดี  
 พอใจที่ได้นำเสด็จ(ข.วิ.(ไทย) 26 / 1180 - 1189 / 148 )ดั่งที่ปรากฏในพระ  
 ไตรปิฎกว่า"การฟ้อนรำขับร้องและประโคมดนตรีรื่นรมย์อยู่ด้วยกลองสังข์  
 ตะโพนพิณและบัณเฑาะว์และมีรูปเสียงกลิ่นรส



TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT

ในพระพุทธศาสนามี๒อย่างคือสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานสมถกรรมฐานหรือสมถภาวนาการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบหรือการฝึกสมาธิวิปัสสนากรรมฐานหรือวิปัสสนาภาวนาการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริงหรือการเจริญปัญญาที่มีเป้าหมายคือมุ่งสร้างสมาธิและประสิทธิภาพของบุคคลกรรมฐานตามหลักสติปัฏฐานสูตรมีหลักการและวิธีการ๔ประการคือพิจารณาเห็นกายในกายพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายพิจารณาเห็นจิตในจิตและพิจารณาเห็นธรรม

TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)

obviously high benefit and results of merit All experts accepted that a concentrated mind is quality healthy and capacity Therefore these have become popular practice in the world Keywords Kammahna Mahsatipahna Sutta Popularity Thai Society 01 120 indd 2 29 11 2560 16 37 21 3 กรรมฐานในพระพุทธศาสนาที่เรียนจากมหาสติปัฏฐานสูตรและความนิยมในสังคมไทยบทนำกรรมฐานแปลว่าที่ตั้งแห่งการงานเป็นคำที่ถูกนำมาใช้น้อยตรงกับคำว่าภาวนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎกหมายถึงการปฏิบัติธรรมหรือการฝึกอบรมจิตใจและอบรมปัญญาตามหลักพระพุทธศาสนากรรมฐานหรือภาวนาในพระพุทธศาสนา มี๒ประการคือ 1 ประการที่๑สมถกรรมฐานหรือสมถภาวนาการฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบหรือการฝึกสมาธิประการที่๒วิปัสสนากรรมฐานหรือวิปัสสนาภาวนาการฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริงหรือการเจริญปัญญาทั้ง๒ประการรวมอยู่ในหลักไตรสิกขา คือ๑ศีลสิกขา๒จิตตสิกขาหรือสมาธิสิกขาก็คือสมถกรรมฐานและ๓ปัญญาสิกขาก็คือวิปัสสนากรรมฐานหลักการสำคัญของกรรมฐานก็คือการฝึกฝนคำว่าสิกขาในคำว่าจิตตสิกขาก็ดีในคำว่าปัญญาสิกขาที่นิยมนำมาใช้ในภาษาไทยว่าศึกษาหมายถึงการฝึกฝนอบรมตรงกับกับภาษาอังกฤษว่า training ไม่ใช่ study หลักการของคำว่าฝึกฝนก็คือการวางกรอบหรือแนวทางไว้ชัดเจนแล้วกำหนดให้ทำตามนั้นถ้ามีการแข่งขันไม่ยากทำตามก็ต้องมีการบังคับให้ทำตามนั้นให้ได้อาจจะไม่สามารถทำตามกรอบนั้นได้ทันทีแต่ต้องมีการบังคับไปทีละเล็กทีละน้อยจนกว่าจะทำตามกรอบนั้นได้ทั้งหมดเช่นเรานั่งตัวตรงชันษาที่แล้วรู้สึกปวดเมื่อย

ได้รับดนตรีบำบัดขณะใช้เครื่องช่วยหายใจมีการลดลงของระดับความวิตกกังวลอัตราการเต้นของหัวใจอัตราการหายใจค่าความดันเลือดซิสโตลิกและค่าความดันเลือดเฉลี่ยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเปรียบเทียบกับในระยะควบคุมคือไม่ได้รับดนตรีบำบัดสำหรับค่าความดันเลือดไดแอสโตลิกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติทั้งระยะที่ได้รับดนตรีบำบัดและระยะควบคุมแสดงให้เห็นว่าภาวการณ์หายใจล้มเหลว

หลังจากการฟังดนตรีครั้งที่ 1 p 01 จากตารางที่ 2 เก็บข้อมูลครั้งแรกหลังผ่าตัด 24 ชั่วโมงพบว่ากลุ่มควบคุมมีค่าคะแนนความปวดเฉลี่ย 449 SD 206 คะแนนความดันซิสโตลิกเฉลี่ย 12302 SD 1904 มิลลิเมตรปรอทความดันไดแอสโตลิกเฉลี่ย 7404 SD 1082 มิลลิเมตรปรอทอัตราการเต้นของชีพจร 8589 SD 1454 ครั้งนาทีและอัตราการหายใจ 2271 SD 259 ครั้งนาทีส่วนกลุ่มทดลองหลังจากได้ฟังดนตรีตามชอบครั้งที่ 1 มีค่าคะแนนความปวดเฉลี่ย 316 SD 181 คะแนนความดันซิสโตลิกเฉลี่ย 11840 SD 1629 มิลลิเมตรปรอทความดันไดแอสโตลิกเฉลี่ย 8458 SD 1322 มิลลิเมตรปรอทอัตราการเต้นของชีพจร 8458 SD 1322 ครั้งนาทีและอัตราการหายใจ 2227 SD 193 ครั้งต่อนาทีเมื่อนำมาทดสอบค่าที่พบว่าค่าคะแนนความปวดเฉลี่ยของ 2 กลุ่มมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ p 01 t 326 p 002 โดยกลุ่มควบคุมมีคะแนนความปวดเฉลี่ย 449 SD 206 และกลุ่มทดลองมีคะแนนความปวดเฉลี่ย 316 SD 181 ส่วนค่าเฉลี่ยความดันซิสโตลิกความดันไดแอสโตลิกอัตราการเต้นของชีพจรและอัตราครั้งการหายใจมีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติตารางที่ 3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของผลต่างคะแนนระดับความปวดชีพจรหายใจและความดันโลหิตระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองหลังจากการฟังดนตรีครั้งที่ 2 p 05 Nursing Journal of the Ministry of Public Health 51 จากตารางที่ 3 เก็บข้อมูลครั้งที่ 2 หลังผ่าตัด 24 ชั่วโมงพบว่ากลุ่มควบคุมมีค่าคะแนนความปวดเฉลี่ย 400 SD 197 คะแนนความดันซิสโตลิกเฉลี่ย 12171 SD 2030

บุพผาและคณะประสิทธิภาพของดนตรีบำบัดต่อความวิตกกังวลการตอบสนองทางสรีระความเจ็บปวดและความอึดตัวของออกซิเจนในผู้ป่วยที่ใช้เครื่องช่วยหายใจวารสารคณะพยาบาลศาสตร์โรงพยาบาลรามาริบัติปีที่๑๔เล่มที่๓กัณยายนัันวาคม๒๐๒๒๔

ทางเขียนเส้นเลือดหัวใจโดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีการปรับตนเองของ Leventhal Johnson 1983 พบว่าความวิตกกังวลในกลุ่มทดลองหลังให้ข้อมูลเตรียมพร้อมน้อยกว่าก่อนการให้ข้อมูลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 และสมมุติฐานที่ตั้งว่าสมาธิจิตหนุเจริญกุลและชาญเกียรติบุญศรี 2551 ศึกษาผลของประสิทธิภาพของดนตรีบำบัดต่อความวิตกกังวลการตอบสนองทางสรีระความเจ็บปวดและความอึดตัวของออกซิเจนในผู้ป่วยที่ใช้เครื่องช่วยหายใจพบว่าระยะที่ผู้ป่วยได้ฟังดนตรีบำบัดมีระดับความวิตกกังวลอัตราการเต้นของหัวใจอัตราการหายใจค่าความดันเลือดซิสโตลิกและความดันเลือดแดงเฉลี่ยลดลงมากกว่าระยะควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 01 สมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 2 ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลหลังการสวนหลอดเลือดของผู้ป่วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจขาด

TEXT FROM SUBMITTED DOCUMENT

TEXT FROM SOURCE DOCUMENT(S)

๕๕ ศุภวรรณภาพรังสรรค์และมาลีวัลเลิศสาครศิริได้กล่าวถึงผลของการใช้รูปแบบการฝึกสมาธิโดยบูรณาการสติปัญญาฐาน๔กับเอสเคที๑ต่อความสามารถทางสมองความตระหนักรู้ในตนเองและสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล โดยที่การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เปรียบเทียบผลของการฝึกสมาธิ๔และเอสเคที๑ต่อความสามารถทางสมองและความตระหนักรู้ในตนเองของนักศึกษาพยาบาล โดยผลการวิจัยพบว่าการฝึกสมาธิสองแบบนี้ช่วยเพิ่มความมั่นใจในตนเองและมี

13 Songklanagarind Journal of Nursing Vol 36 Supplement September December 2016 ศุภวรรณภาพรังสรรค์และมาลีวัลเลิศสาครศิริบทความวิจัยผลของการใช้รูปแบบการฝึกสมาธิโดยบูรณาการสติปัญญา 4 กับเอสเคที 1 ต่อความสามารถทางสมองความตระหนักรู้ในตนเองและสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลศุภวรรณภาพรังสรรค์มาลีวัลเลิศสาครศิริบทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความสามารถทางสมองความตระหนักรู้ในตนเองและสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์วิทยาลัยเซนต์หลุยส์เป็นการวิจัยกึ่งทดลองแบบ 2 กลุ่มทดสอบก่อนและหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 กลุ่มทดลองเป็นอาสาสมัครเข้าร่วมกิจกรรมและกลุ่มควบคุมได้มาด้วยวิธีจับคู่ตามเกณฑ์ที่กำหนดกลุ่มทดลองเข้าร่วมโครงการฝึกสมาธิตามรูปแบบที่กำหนดพร้อมเรียนในชั้นเรียนตามปกติขณะที่กลุ่มควบคุมเรียนในชั้นเรียนตามปกติเพียงอย่างเดียวเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบทดสอบความสามารถทางสมองแบบประเมินความตระหนักรู้ในตนเองและแบบประเมินสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนโดยใช้คะแนนเฉลี่ยสะสม GPA ตรวจสอบความตรงของเครื่องมือวัดความสามารถทางสมองด้วย KR 20 ได้ค่า 098 และเครื่องมือวัดการตระหนักรู้ในตนเองผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่านและทดสอบหาความเชื่อมั่นโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ค่า 090 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าสถิติเชิงพรรณนาและสถิติทดสอบที่ผลการวิจัยพบว่าหลังเข้าร่วมการฝึกสมาธิตามรูปแบบที่กำหนดกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยตำแหน่งเปอร์เซ็นต์

๕๕ ถองแท้ตรงตามหลักของพระพุทธศาสนาว่าถึงความหมายของสติปัญญาญาณบิณฑสันนาในหมวดอานาปานะการกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกหมวดสัมปชัญญะการกำหนดรู้อิริยาบถย่อยควบคู่กับอิริยาบถใหญ่หมวดปฏิภูลมนสิการการกำหนดรู้สิ่งปฏิภูลหมวดธาตมนสิการการกำหนดรู้ธาตุทั้ง๔หมวดนวิถิกะการกำหนดรู้ชากศพความหมายของเวทนานุปัสสนาจิตตานุปัสสนาและธรรมานุปัสสนาเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติให้เข้าถึงแก่นแท้ของคำสอนของพระพุทธองค์และบรรลุถึง

ย่อยคือ-หมวดอานาปานะการกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก-หมวดอิริยาบถการกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ทั้ง 4 คือการเดินยืนนั่งนอน-หมวดสัมปชัญญะการกำหนดรู้อิริยาบถย่อยมีการเหยียดการคู่เป็นต้นร่วมไปอิริยาบถใหญ่-หมวดปฏิภูลมนสิการการกำหนดรู้สิ่งปฏิภูลว่าร่างกายเป็นของนาเกลียดด้วยผมขนเป็นต้น-หมวดธาตมนสิการการกำหนดรู้ธาตุทั้ง 4 คือธาตุดินธาตุน้ำธาตุไฟและธาตุลม-หมวดนวิถิกะการกำหนดรู้ชากศพ 9 ประเภทมีชากศพที่พองอืดเป็นต้น 2 )เวทนานุปัสสนาการกำหนดรู้เวทนาว่าเป็นเพียงเวทนาไม่ใช่สัตว์บุคคลเราของเราหรือสตรีและมีสภาพไม่เที่ยงเป็นทุกข์ไม่ใช่ตัวตนไม่สวยงามโดยจำแนกเป็นความรู้สึกเป็นสุขทุกข์และวางเฉย(ไม่ทุกข์ไม่สุข) 3 )จิตตานุปัสสนาการกำหนดรู้จิตว่าเป็นเพียงจิตไม่ใช่สัตว์บุคคลเราของเราหรือสตรีและมีสภาพไม่เที่ยงเป็นทุกข์ไม่ใช่ตัวตนไม่สวยงามโดยจำแนกเป็นจิตที่ประกอบด้วยโลภะเป็นต้น 4 )ธรรมานุปัสสนาการกำหนดรู้สภาวะธรรมว่าเป็นเพียงสภาวะธรรมไม่ใช่สัตว์บุคคลเราของเราหรือสตรีและมีสภาพไม่เที่ยงเป็นทุกข์ไม่ใช่ตัวตนไม่สวยงามโดยจำแนกเป็นสภาวะเห็นได้ยินเป็นต้นแบ่งออกเป็น 5 หมวดคือ-หมวดนิ वर्ณการกำหนดรู้นิ वर्ณ 5 -หมวดขันธการกำหนดรู้ขันธ 5 -หมวดอายตนะการกำหนดรู้อายตนะ 12 -หมวดโพชฌงค์การกำหนดรู้โพชฌงค์ 7 -หมวดสังขการกำหนดรู้สังข 4 สติปัญญา 4 มุ่งแสดงการละวิปลาสทั้ง 4 เป็นหลักว่า 1 )ภยานุปัสสนาละสุขสัญญาคือความสำคัญว่าสวยงาม 2 )เวทนานุปัสสนาละสุขสัญญาคือความสำคัญว่าเป็นสุข 3 )จิตตานุปัสสนาละนิจสัญญา



