



Buddho Journal

<https://so13.tci-thaijo.org/index.php/Buddho>

ISSN: 3057-1200 (ONLINE)

Analyzing the Relationship Between Factors Influencing Smoking Cessation and the Monastic Discipline of Monks and Novices

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยการเลิกสูบบุหรี่กับพระวินัยของพระภิกษุและสามเณร

Author & Corresponding Author*

1. พระมหาสมใจ ปณฺญาทีโป 2. พระมหาชวน ชวนปญฺโญ
3. พระชาญสิงห์ สนมฺโน*
1. Phramaha Somjai Pannadipo, 2. Phramaha Chuan Chavanapanyo, 3. Phra Chansing Santamano*

Affiliation:

- 1-3. คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
 1-3. Faculty of Religion and Philosophy, Mahamakut Buddhist University, Thailand.

1. Email: somjai.sod@student.mbu.ac.th
2. Email: shuanshai840@gmail.com
3. Email: chansing2535@gmail.com

Article history:

Received: 10/10/2025 Revised: 24/11/2025
Accepted: 20/12/2025 Available online: 04/02/2026

How to Cite:

Pannadipo, P. S., Chavanapanyo, P. C. & Santamano, P. C. (2026). Analyzing the Relationship Between Factors Influencing Smoking Cessation and the Monastic Discipline of Monks and Novices. *Buddho*, 5(1), 41-55.

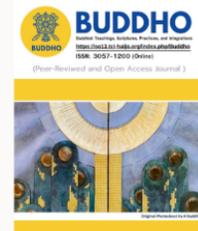


BUDDHO

Buddhist Teachings, Scriptures, Practices, and Integrations

<https://so13.tci-thaijo.org/index.php/Buddho>

ISSN: 3057-1200 (Online)



Original Research Articles

Analyzing the Relationship Between Factors Influencing Smoking Cessation and the Monastic Discipline of Monks and Novices

วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยการเลิกสูบบุหรี่กับพระวินัยของพระภิกษุและสามเณร

1. Phramaha Somjai Pannadipo, 2. Phramaha Chuan Chavanapanyo, 3. Phra Chansing Santamano*

1. พระมหาสมใจ ปญญาทีโป 2. พระมหาชวน ชวนปญโญ 3. พระชาญสิงห์ สนมโน*

Abstract

This research employed a qualitative research used in-depth interview methods approach with three main objectives: (1) to examine the current problems related to smoking among monks and novice monks, (2) to analyze the relationship between smoking cessation promotion and adherence to the Buddhist Vinaya (monastic discipline), and (3) to propose smoking cessation guidelines that are consistent with Vinaya practice. The study population consisted of monks and novice monks, with the sample drawn from those studying at the central campus of Mahamakut Buddhist University. The primary research instrument was in-depth interviews.

The findings reveal that smoking cessation is of significant importance within the Buddhist context, particularly for monks and novice monks, who are required to observe the Vinaya as a foundation for developing wisdom, enhancing physical and mental well-being, and maintaining proper conduct that fosters respect and faith among lay followers. The application of Buddhist principles as coping mechanisms for stress management was found to be especially effective. Integrating the Vinaya into the smoking cessation process plays a crucial role in encouraging meaningful participation, enabling monks and novice monks to critically reflect on the relationship between discipline and health. This integration enhances understanding of their vital role in smoking cessation in accordance with monastic discipline and supports the preservation of physical and mental well-being, thereby enabling them to fulfill their religious duties effectively and sustainably within the Buddhist tradition.

Keywords: Somking Cessation, Monastic Discipline, Monks, Novices

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบคุณภาพใช้เทคนิคการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยมีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาสภาพปัญหาการสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณร 2) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่และพระวินัย 3) นำเสนอแนวทางในการเลิกสูบบุหรี่ที่สอดคล้องกับการปฏิบัติตามพระวินัย กลุ่มประชากรได้แก่พระภิกษุและสามเณร กลุ่มตัวอย่างคือพระภิกษุและสามเณรที่ศึกษาที่มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ส่วนกลาง เครื่องมือในการวิจัยได้แก่ วิธีวิจัยแบบ การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ผลการวิจัยพบว่า 1) การเลิกสูบบุหรี่มีความสำคัญในทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะพระภิกษุและสามเณรต้องประพฤติตามพระวินัยในการพัฒนาสติปัญญาเสริมสร้างร่างกายและจิตใจ ให้เกิดความเรียบร้อยดีงาม นำเคารพเลื่อมใส และใช้วิธีหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนาในการจัดการความเครียด การนำพระวินัยมาเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเลิกบุหรี่ ช่วยให้มีส่วนร่วมสำคัญที่จะทำให้พระภิกษุและสามเณรวิเคราะห์ความสัมพันธ์นี้ ช่วยให้เข้าใจถึงบทบาทที่สำคัญของพระภิกษุและสามเณรในกระบวนการเลิกสูบบุหรี่ตามพระวินัย และรักษาสุขภาพกายและใจให้เกิดความความเรียบร้อยดีงาม เพื่อการทำหน้าที่ในพระพุทธศาสนาให้สมบูรณ์สืบต่อไป

คำสำคัญ: การเลิกสูบบุหรี่, พระวินัย, พระภิกษุ, สามเณร

บทนำ

บุหรี่จัดเป็นยาเสพติดประเภทหนึ่งที่ทำให้เกิดอันตรายอย่างร้ายแรงต่อสุขภาพของผู้สูบและบุคคลรอบข้าง อีกทั้งเป็นสาเหตุสำคัญของการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร การสูบบุหรี่เป็นกระบวนการที่ทำให้สมองได้รับสารนิโคตินอย่างรวดเร็วที่สุด โดยใช้เวลาเพียงประมาณ 7 วินาที ซึ่งเร็วกว่าการฉีดสารเสพติดบางชนิดเข้าสู่กระแสเลือดโดยตรง การศึกษาพบว่าการสูบบุหรี่วันละหนึ่งซองสามารถทำให้อายุขัยของผู้สูบสั้นลงเฉลี่ยประมาณ 2 ชั่วโมง 20 นาที หรือการสูบบุหรี่หนึ่งมวนส่งผลให้อายุขัยลดลงประมาณ 7 นาที (บังอร ฤทธิภักดี, 2550) นอกจากนี้ การสูบบุหรี่ยังถือเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งที่สามารถป้องกันได้ โดยสารพิษในบุหรีก่อให้เกิดการเสียชีวิตของประชากรมากกว่ายาเสพติดชนิดอื่น เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ไรโคเอดส์ และอุบัติเหตุรวมกัน

รายงานของราชวิทยาลัยอายุรแพทย์แห่งกรุงลอนดอนระบุว่า ในปี พ.ศ. 2551 ทั่วโลกมีผู้สูบบุหรี่ประมาณ 1,300 ล้านคน และมีผู้เสียชีวิตจากการสูบบุหรี่ปีละประมาณ 5.4 ล้านคน อีกทั้งคาดการณ์ว่าจำนวนผู้เสียชีวิตจากการสูบบุหรี่จะเพิ่มขึ้นเป็นมากกว่า 8 ล้านคนต่อปีภายในปี พ.ศ. 2573 ซึ่งคิดเป็นประมาณหนึ่งในสิบของประชากรโลกที่เสียชีวิตจากโรคที่มีสาเหตุมาจากการสูบบุหรี่ (ประกิจ วาทีสาธกกิจ, 2551)

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาในระดับประเทศสถานการณ์การสูบบุหรี่ในประเทศไทยยังคงเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ จากข้อมูลในปี พ.ศ. 2550 พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปที่ยังสูบบุหรี่อยู่มีจำนวนเกือบ 11 ล้านคน โดยในจำนวนนี้มีผู้สูบบุหรี่เป็นประจำประมาณ 9.5 ล้านคน และสูบเป็นครั้งคราวอีกกว่า 1 ล้านคน การประเมินผลกระทบในระยะยาวชี้ให้เห็นว่า หากกลุ่มประชากรดังกล่าวไม่เลิกสูบบุหรี่ จะมีผู้เสียชีวิตจากโรคที่เกิดจากการสูบบุหรี่ไม่น้อยกว่าหนึ่งในสี่ หรือมากกว่า 2 ล้านคนในอนาคต ผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติยังพบว่า ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีจำนวนผู้สูบบุหรี่มากที่สุดประมาณ 3.5 ล้านคน รองลงมาคือภาคกลาง 2.01 ล้านคน ภาคเหนือ 1.89 ล้านคน ภาคใต้ 1.36 ล้านคน และกรุงเทพมหานครประมาณ 858,420 คน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2554) ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าปัญหาการสูบบุหรี่ยังคงฝังรากลึกในโครงสร้างสังคมไทย และจำเป็นต้องได้รับการแก้ไขอย่างเป็นระบบ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาในระดับคณะสงฆ์สำหรับคณะสงฆ์ไทย ปัญหาการสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณรยังคงปรากฏอย่างต่อเนื่อง งานวิจัยหลายชิ้นชี้ให้เห็นว่าการสูบบุหรี่เป็นปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพที่พบมากที่สุดในกลุ่มพระสงฆ์ การสำรวจพระภิกษุทั่วประเทศพบว่าพระภิกษุสูบบุหรี่สูงถึงร้อยละ 41.30 และการตรวจคัดกรองสุขภาพพระภิกษุจาก 77 จังหวัด พบผู้สูบบุหรี่ร้อยละ 40 (มูลนิธิ 50 พรรษามหาวิจิตรธรรม, 2554) การศึกษาเฉพาะพื้นที่พบว่า ในกรุงเทพมหานคร พระภิกษุและสามเณรสูบบุหรี่ร้อยละ 13.80 (กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2549) ขณะที่ในจังหวัดนครราชสีมา พบว่าพระภิกษุสูบบุหรี่สูงถึงร้อยละ 40.2 โดยเฉลี่ยวันละประมาณ 8 มวน และที่น่าสนใจคือพระภิกษุส่วนใหญ่ถึงร้อยละ 89.6 เป็นผู้จัดซื้อบุหรี่ด้วยตนเอง (นุสรณ์ คุณระวีนิพนธ์, 2557)

ความสำคัญของปัญหาต่อพระธรรมวินัยและบทบาทของพระสงฆ์ พระภิกษุและสามเณรถือเป็นแบบอย่างทางศีลธรรมและจริยธรรมของสังคม ทำหน้าที่อบรมสั่งสอนและชี้นำคฤหัสถ์ให้ดำเนินชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนา ดังปรากฏในพระไตรปิฎกว่า พระสงฆ์พึงเป็น “ผู้สำรวมอินทรีย์ มีความประพฤติเรียบร้อย งดงามทั้งกาย วาจา และใจ” (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2557) การประพฤติที่ไม่เหมาะสม เช่น การสูบบุหรี่ในสถานที่สาธารณะ วัด หรือสถาบันการศึกษาสงฆ์ ซึ่งล้วนเป็นเขตปลอดบุหรี่ ย่อมส่งผลกระทบต่อภาพลักษณ์ของพระสงฆ์ และอาจก่อให้เกิดความเสื่อมศรัทธาในหมู่พุทธศาสนิกชน ยิ่งไปกว่านั้น การสูบบุหรี่ยังอาจขัดต่อหลักพระธรรมวินัยในแง่ของการไม่สำรวมอินทรีย์ การเบียดเบียนตนเอง และการก่อให้เกิดโทษต่อร่างกายและจิตใจ ซึ่งไม่สอดคล้องกับเป้าหมายแห่งการบำเพ็ญสมณธรรม การปล่อยให้ปัญหาดังกล่าวดำรงอยู่โดยไม่มีแนวทางแก้ไขอย่างเป็นระบบจึงอาจส่งผลกระทบต่อความศรัทธาของสาธุชนและความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในระยะยาว

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา พบว่ายังมีช่องว่างทางวิชาการในประเด็นการศึกษาเรื่องการเลิกสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณร โดยเฉพาะการประยุกต์หลักพระธรรมวินัยมาเป็นกรอบแนวคิดในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ งานวิจัยส่วนใหญ่ยังมุ่งเน้นด้านสุขภาพเป็นหลัก และยังขาดการเชื่อมโยงกับมิติทางพระพุทธศาสนา

อย่างเป็นระบบ ดังนั้น งานวิจัยนี้จึงมุ่งศึกษาสภาพปัญหาการสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณรในมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ส่วนกลาง วิเคราะห์ปัจจัยในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ และนำเสนอแนวทางการเลิกสูบบุหรี่ที่สอดคล้องกับการปฏิบัติตามพระธรรมวินัย เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมสุขภาพกายและใจของพระภิกษุและสามเณร และสนับสนุนการดำรงอยู่ของพระพุทธศาสนาอย่างมั่นคงและยั่งยืนต่อไป

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและกรอบแนวคิดในการวิจัย

สภาพปัญหาการสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณร

พระภิกษุและสามเณรมีสถานะเป็นผู้นำทางจริยธรรมและเป็นแบบอย่างในการประพฤติปฏิบัติแก่ศฤงคาร์ทั้งในด้านการดำรงชีวิตตามหลักพระธรรมวินัยและการอบรมสั่งสอนศีลธรรมแก่สังคม ดังนั้น พระภิกษุและสามเณรจึงจำเป็นต้องเป็นผู้ประกอบด้วยความรู้ควบคู่กับความประพฤติที่งดงาม อันจะก่อให้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาแก่ผู้ที่ยังไม่มีศรัทธา และส่งเสริมให้ผู้ที่มีศรัทธาอยู่แล้วเกิดความเลื่อมใสยิ่งขึ้น (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2557) อย่างไรก็ตาม สภาพปัญหาการสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณรยังคงปรากฏให้เห็นอย่างต่อเนื่อง ทั้งในพื้นที่วัดซึ่งจัดเป็นเขตปลอดบุหรี่ และในสถานที่ราชการหรือสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนา เช่น มหาวิทยาลัยสงฆ์ การกระทำดังกล่าวสะท้อนถึงความไม่เหมาะสมและไม่สอดคล้องกับหลักพระธรรมวินัย ซึ่งมุ่งเน้นความสำรวมอินทรีย์ ความมกน้อย และการไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น งานวิจัยด้านสุขภาพพระสงฆ์พบว่า พระภิกษุและสามเณรมีอัตราการสูบบุหรี่ในระดับที่น่ากังวล โดยการสำรวจพระภิกษุทั่วประเทศพบว่ามีผู้สูบบุหรี่สูงถึงร้อยละ 41.30 และการตรวจคัดกรองสุขภาพพระภิกษุจาก 77 จังหวัดพบอัตราการสูบบุหรี่ร้อยละ 40 (มูลนิธิ 50 พรรษามหาวชิราลงกรณ, 2554) ข้อมูลดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าปัญหาการสูบบุหรี่ในคณะสงฆ์เป็นปัญหาเชิงโครงสร้าง มิใช่ปัญหาเฉพาะบุคคล การสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณรย่อมส่งผลกระทบต่อภาพลักษณ์ของคณะสงฆ์ในฐานะผู้ทรงศีล และอาจนำไปสู่การลดทอนความศรัทธาของพุทธศาสนิกชน ซึ่งขัดต่อบทบาทสำคัญของพระสงฆ์ในฐานะ “เนื่อนาบุญ” และผู้ธำรงรักษาพระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่อย่างมั่นคงในสังคม

ปัจจัยในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ตามแนวทางพระวินัย

การอธิบายและทำนายพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่สามารถอาศัยกรอบแนวคิดจาก ทฤษฎีพฤติกรรมกรรมกรรมวางแผน (Theory of Planned Behavior: TPB) ซึ่งเสนอว่า พฤติกรรมของบุคคลเกิดจากเจตนาพฤติกรรม (behavioral intention) อันมีปัจจัยกำหนดสำคัญ 3 ประการ ได้แก่ เจตคติ ความคาดหวังทางสังคม และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (Ajzen, 1991)

1. เจตคติต่อการเลิกสูบบุหรี่ เจตคติหมายถึงความเชื่อ ความรู้สึก และการประเมินคุณค่าของพระภิกษุและสามเณรที่มีต่อการเลิกสูบบุหรี่ หากมองว่าการเลิกสูบบุหรี่ก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิต และความสอดคล้องกับพระวินัย ย่อมส่งผลให้เกิดแรงจูงใจภายในในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยเฉพาะเมื่อเชื่อมโยงการเลิกสูบบุหรี่เข้ากับการฝึกตน ลดละกิเลส และการสำรวมอินทรีย์ตามหลักพระพุทธศาสนา

2. ความคาดหวังทางสังคม ความคาดหวังทางสังคมหมายถึงการรับรู้ของพระภิกษุและสามเณรต่อแรงกดดันหรือการสนับสนุนจากบุคคลสำคัญ เช่น พระอาจารย์ ผู้บังคับบัญชาทางสงฆ์ เพื่อนสหธรรมิก และพุทธศาสนิกชน หากบุคคลเหล่านี้มีความคาดหวังและสนับสนุนให้พระภิกษุและสามเณรเลิกสูบบุหรี่ตามแนวพระวินัย ย่อมเพิ่มโอกาสในการเกิดพฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างเป็นรูปธรรม

3. การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม การรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรมหมายถึงความเชื่อมั่นของพระภิกษุและสามเณรต่อศักยภาพของตนเองในการเลิกสูบบุหรี่ หากได้รับการสนับสนุนที่เหมาะสม ทั้งในด้านความรู้ แนวทางปฏิบัติ และการใช้หลักธรรมเป็นเครื่องมือในการจัดการความอยากและความเครียด ย่อมช่วยเพิ่มโอกาสในการเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างยั่งยืน ดังนั้น การส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ในคณะสงฆ์ควรดำเนินการอย่างบูรณาการ โดยปรับเปลี่ยนเจตคติ เสริมสร้างบรรทัดฐานทางสังคมในคณะสงฆ์ และเพิ่มศักยภาพในการควบคุมพฤติกรรม ภายใต้กรอบของพระธรรมวินัยอย่างเหมาะสม

พฤติกรรมเลิกสูบบุหรี่กับการปฏิบัติตามพระวินัย

การปฏิบัติตามพระธรรมวินัยเป็นภารกิจหลักของพระภิกษุและสามเณรที่อุปสมบทเข้ามาในพระพุทธศาสนา เพื่อฝึกฝนตนเอง ลดละกิเลส และดำรงชีวิตอย่างเรียบง่าย แม้พระวินัยจะมีได้บัญญัติสิกขาบทเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ไว้โดยตรง แต่เมื่อพิจารณาในเชิงอรรถาธิบาย พบว่าการสูบบุหรี่เกี่ยวข้องกับการครอบครองและใช้เงิน ซึ่งเข้าข่ายอาบัตินิสัสคคิยาปาจิตตีย์ ข้อที่ 18 และ 19 ว่าด้วยการรับและแลกเปลี่ยนเงินตรา (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2557) การนำเงินไปซื้อบุหรี่สะท้อนถึงความยึดติดในกามคุณและการไม่สำรวมอินทรีย์ ซึ่งขัดกับเป้าหมายของการบวชที่มุ่งฝึกจิตให้พ้นจากอำนาจของตัณหา ดังนั้น การเลิกสูบบุหรี่จึงมิใช่เพียงการส่งเสริมสุขภาพเท่านั้น หากแต่เป็นการปฏิบัติตามพระธรรมวินัยอย่างสอดคล้องและสมบูรณ์

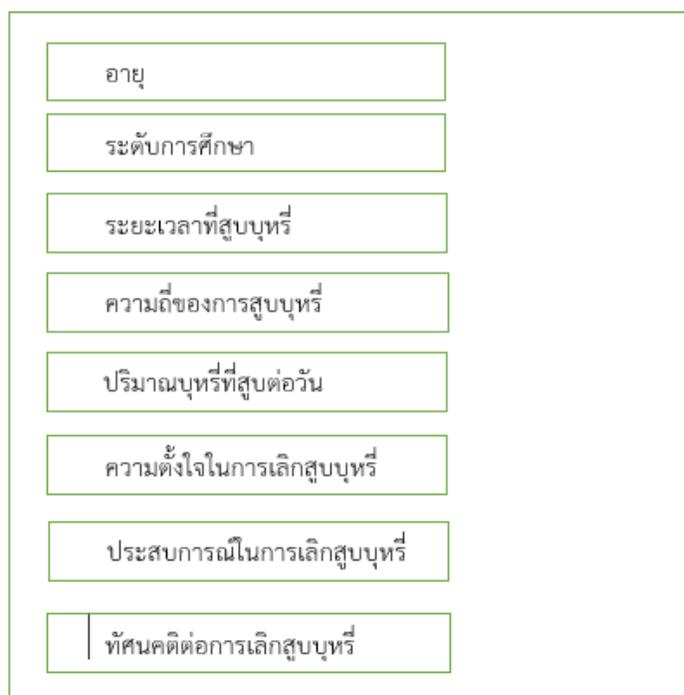
ความตระหนักรู้ในภัยของการสูบบุหรี่

งานวิจัยทางการแพทย์จำนวนมากยืนยันว่าการสูบบุหรี่เป็นปัจจัยเสี่ยงสำคัญของโรคเรื้อรังหลายระบบ ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคมะเร็ง โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และโรคระบบทางเดินอาหาร (บังอร ฤทธิภักดี, 2550; ประกิจ วาทีสาธกิจ, 2551) การเลิกสูบบุหรี่สามารถลดอัตราการเกิดโรคและการเสียชีวิตได้อย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะในผู้ที่เลิกสูบตั้งแต่อายุยังน้อย การตระหนักรู้ถึงโทษภัยของการสูบบุหรี่จึงเป็นปัจจัยสำคัญใน

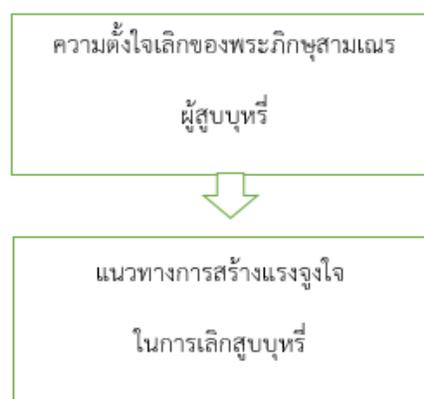
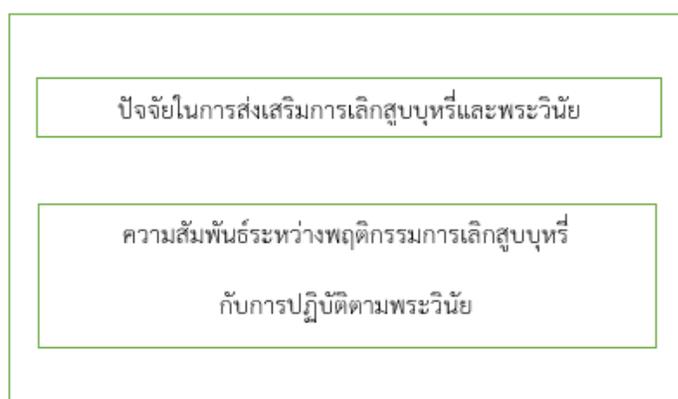
การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยเฉพาะในกลุ่มพระภิกษุและสามเณร ซึ่งมีภารกิจในการรักษาสุขภาพกายและใจให้พร้อมต่อการปฏิบัติศาสนกิจและการเผยแผ่พระพุทธศาสนาอย่างยั่งยืน

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ปัจจัยส่วนบุคคล



เจตคติต่อการเลิกสูบบุหรี่



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วัตถุประสงค์

1. ศึกษาสภาพปัญหาการสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณร
2. วิเคราะห์ปัจจัยในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่และพระวินัย
3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมกรรมการเลิกสูบบุหรี่กับการปฏิบัติตามพระวินัย

ระเบียบวิธีในการวิจัย

รูปแบบการวิจัย (Research Design)

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เป็นเครื่องมือหลักในการเก็บรวบรวมข้อมูล ทั้งนี้ การเลือกใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลิกสูบบุหรี่กับการปฏิบัติตามพระวินัยของพระภิกษุและสามเณรอย่างลึกซึ้ง ครอบคลุมมิติด้านประสบการณ์ ทศนคติ การรับรู้ และการสะท้อนความคิดของผู้ให้ข้อมูลภายใต้บริบทชีวิตจริงของการดำรงสมณเพศ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (Population and Sample)

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ พระภิกษุและสามเณรที่กำลังศึกษาอยู่ ณ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย (ส่วนกลาง) กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการเลิกสูบบุหรี่ และการปฏิบัติตามพระวินัย ผู้ให้สัมภาษณ์มีจำนวนทั้งสิ้น 15 รูป เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีทั้งหมด โดยมีลักษณะทั่วไปได้แก่ อายุระหว่าง 18-20 ปี จำนวน 6 รูป คิดเป็นร้อยละ 40 และอายุระหว่าง 21-36 ปี จำนวน 9 รูป คิดเป็นร้อยละ 60 ในจำนวนผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมด มีผู้ที่ไม่สูบบุหรี่จำนวน 3 รูป คิดเป็นร้อยละ 20 และผู้ที่สูบบุหรี่หรือเคยมีประสบการณ์การสูบบุหรี่จำนวน 12 รูป คิดเป็นร้อยละ 80 ระยะเวลาการสูบบุหรี่มีตั้งแต่ 2 เดือน ถึง 9 ปี ความถี่ของการสูบบุหรี่ตั้งแต่น้อยที่สุดวันละ 1 มวน ไปจนถึงมากที่สุดวันละ 1 ซอง ทั้งนี้ ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่มีความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ และมีประสบการณ์พยายามเลิกสูบบุหรี่มาแล้ว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย (Research Instrument)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured In-depth Interview) ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์ ประกอบด้วยข้อมูลพื้นฐาน เช่น อายุ ระดับการศึกษา ระยะเวลาการสูบบุหรี่ ความถี่และปริมาณการสูบบุหรี่ต่อวัน ความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ ประสพการณ์การเลิกสูบบุหรี่ และทัศนคติต่อการเลิกสูบบุหรี่

ส่วนที่ 2 คำถามสัมภาษณ์เชิงลึก เป็นคำถามปลายเปิด เพื่อศึกษาทัศนคติและความคิดเห็นของผู้ให้สัมภาษณ์ ในประเด็นต่อไปนี้ สภาพปัญหาการสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณร ปัจจัยที่ส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ในความสัมพันธ์กับพระวินัย และความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่กับการปฏิบัติตามพระวินัยของพระภิกษุและสามเณร

ส่วนที่ 3 ข้อเสนอแนะ เปิดโอกาสให้ผู้ให้สัมภาษณ์แสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวทางการเลิกสูบบุหรี่ที่สอดคล้องกับพระวินัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection)

การเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการโดยผู้วิจัยผ่านการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบเผชิญหน้า (Face-to-face Interview) ก่อนดำเนินการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการรักษาความลับของข้อมูล โดยข้อมูลทั้งหมดจะนำไปใช้เพื่อวัตถุประสงค์ทางวิชาการเท่านั้น การสัมภาษณ์ดำเนินการตามแนวคำถามที่กำหนดไว้ พร้อมเปิดโอกาสให้ผู้ให้สัมภาษณ์สามารถขยายความและแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ถูกบันทึก ถอดความ และจัดระเบียบอย่างเป็นขั้นตอน

การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกนำมาวิเคราะห์โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาเชิงคุณภาพ (Qualitative Content Analysis) ตามขั้นตอนดังนี้

- 1) ถอดเทปและบันทึกข้อมูลคำสัมภาษณ์อย่างละเอียด
- 2) อ่านทบทวนข้อมูลซ้ำหลายครั้งเพื่อทำความเข้าใจภาพรวม
- 3) การกำหนดรหัสข้อมูล (Coding) จากประเด็นสำคัญ
- 4) การจัดกลุ่มรหัสข้อมูลเป็นหมวดหมู่และประเด็นสาระสำคัญ
- 5) การตีความและวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของประเด็นต่าง ๆ ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย

ผลการวิเคราะห์นำเสนอในลักษณะการพรรณนาเชิงวิเคราะห์ เพื่ออธิบายความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลิกสูบบุหรี่กับการปฏิบัติตามพระวินัยของพระภิกษุและสามเณรอย่างเป็นระบบและรอบด้าน

ผลการวิจัย

ศึกษาสภาพปัญหาการสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณร

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ร้อยละ 80 มีความคิดเห็นสอดคล้องกันว่า การสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณรเป็นปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อภาพลักษณ์ของพระสงฆ์ในระดับสังคม และไม่สอดคล้องกับสมณสาธูป เนื่องจากพระภิกษุและสามเณรดำรงสถานะเป็นแบบอย่างทางศีลธรรมและจริยธรรมของสังคม การสูบบุหรี่จึงอาจนำไปสู่การวิพากษ์วิจารณ์จากประชาชน และส่งผลกระทบต่อระดับความศรัทธาของพุทธศาสนิกชนโดยรวม ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่เห็นพ้องว่า ในกรณีที่ยังไม่สามารถเลิกสูบบุหรี่ได้ ควรมีการควบคุมพฤติกรรมดังกล่าวให้เกิดขึ้นในสถานที่และช่วงเวลาที่เหมาะสม โดยหลีกเลี่ยงการแสดงออกในพื้นที่สาธารณะ ทั้งนี้ ผู้ให้สัมภาษณ์ A14 (อายุ 14 ปี) ระบุว่า การสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่ไม่เพียงขัดต่อสมณสาธูป แต่ยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้สูบบุหรี่โดยตรง ขณะเดียวกัน ผู้ให้สัมภาษณ์บางรูปมองว่าบุหรี่จัดเป็นสิ่งมีนเมาประเภทหนึ่ง ซึ่งการบริโภคในปริมาณมากอาจส่งผลกระทบต่อระดับสติและสมาธิ อันไม่สอดคล้องกับแนวทางการฝึกตนของนักบวช

โดยสรุป ผู้ให้สัมภาษณ์มองว่าการเลิกสูบบุหรี่เป็นองค์ประกอบหนึ่งของกระบวนการฝึกฝนชีวิตนักบวช ซึ่งเอื้อต่อการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ เห็นคุณค่าของตนเอง และสอดคล้องกับเป้าหมายของการบวชตามหลักพระพุทธศาสนา

วิเคราะห์ปัจจัยในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่และพระวินัย

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่เห็นว่าควรมีการส่งเสริมและรณรงค์ให้พระภิกษุและสามเณรเลิกสูบบุหรี่อย่างเป็นระบบ โดยเชื่อมโยงแนวทางการเลิกสูบบุหรี่เข้ากับการปฏิบัติตามพระธรรมวินัยอย่างชัดเจน การสูบบุหรี่ถูกมองว่าเป็นพฤติกรรมที่ส่งผลกระทบต่อการศึกษาพระวินัยทั้งในมิติทางตรงและทางอ้อม โดยเฉพาะประเด็นด้านสุขภาพ การเป็นอุปสรรคต่อการทำสมาธิ และการพัฒนาคุณภาพจิตใจ ผู้ให้สัมภาษณ์หลายรูปให้ความเห็นว่า พระสงฆ์มีบทบาทสำคัญในฐานะผู้นำทางจิตใจและเป็นแบบอย่างเชิงจริยธรรมของสังคม ดังนั้น การเลิกสูบบุหรี่จึงเป็นแนวทางหนึ่งในการธำรงรักษาสมณสาธูป ควบคู่กับการดูแลสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสิ่งแวดล้อม ผู้ให้สัมภาษณ์ A2 (อายุ 19 ปี) เสนอว่า สถาบันการศึกษาควรกำหนดมาตรการควบคุมการสูบบุหรี่ภายในพื้นที่อย่างชัดเจน รวมถึงอาจกำหนดบทลงโทษทางวินัย เช่น การหักคะแนนจิตพิสัยด้านความประพฤติ เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเป็นรูปธรรม นอกจากนี้ ผู้ให้สัมภาษณ์ยังเสนอว่า การกำหนดข้อห้ามในการนำเงินจากกิกจิมนต์ไปใช้เพื่อซื้อบุหรี่ หรือการให้ผู้อื่นจัดซื้อแทน เป็นมาตรการที่มีความสอดคล้องกับหลักพระธรรมวินัย และมีศักยภาพในการลดโอกาสการสูบบุหรี่ได้อย่างมีนัยสำคัญ

ปัจจัยในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่และความเชื่อมโยงกับพระวินัย

ข้อค้นพบที่ผู้ให้สัมภาษณ์เสนอให้มีมาตรการเชิงสถาบัน เช่น กฎระเบียบ ข้อบังคับ หรือบทลงโทษทางวินัย แสดงให้เห็นว่าการเลิกสูบบุหรี่ไม่อาจอาศัยเพียงแรงจูงใจส่วนบุคคล แต่จำเป็นต้องมีโครงสร้างสนับสนุนจากองค์กรหรือสถาบันสงฆ์ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพฤติกรรมวางแผน (Theory of Planned Behavior: TPB) ของ Ajzen (1991) ที่อธิบายว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมขึ้นอยู่กับทัศนคติ บรรทัดฐานทางสังคม และการรับรู้ความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม ในบริบทของพระภิกษุและสามเณร บรรทัดฐานทางสังคมมีได้หมายถึง สังคมฆราวาสเพียงอย่างเดียว แต่รวมถึงวัฒนธรรมองค์กรของสถาบันสงฆ์ ความคาดหวังจากครูบาอาจารย์ และการกำกับดูแลภายในวัดหรือมหาวิทยาลัยสงฆ์ การกำหนดพื้นที่ปลอดบุหรี่หรือการห้ามใช้เงินส่วนตัวเพื่อซื้อบุหรี่ จึงเป็นกลไกที่ช่วยลดโอกาสการสูบบุหรี่ และเสริมสร้างการรับรู้การควบคุมพฤติกรรมได้อย่างเป็นรูปธรรม งานวิจัยของ Lim et al. (2018) พบว่า มาตรการเชิงสถาบันและสภาพแวดล้อมที่ปลอดบุหรี่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับอัตราการเลิกสูบบุหรี่ในกลุ่มที่มีข้อจำกัดด้านบทบาทและวินัยสูง ซึ่งสนับสนุนข้อค้นพบของการวิจัยนี้ว่า การออกแบบนโยบายในมหาวิทยาลัยสงฆ์สามารถเป็นเครื่องมือสำคัญในการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างยั่งยืน

ความสัมพันธ์ระหว่างการเลิกสูบบุหรี่กับการปฏิบัติตามพระวินัย

ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า แม้พระวินัยจะมีได้บัญญัติข้อห้ามเรื่องการสูบบุหรี่ไว้โดยตรง แต่พฤติกรรมดังกล่าวมีความเชื่อมโยงกับประเด็นสำคัญทางพระวินัย โดยเฉพาะเรื่องการรับและ การใช้เงิน (รูปียะ) ซึ่งถือเป็นอาบัติที่มีความสำคัญต่อการดำรงสมณสาธูป ผลการวิจัยจึงสะท้อนให้เห็นว่า การเลิกสูบบุหรี่เป็นการลดโอกาสในการละเมิดพระวินัยทางอ้อม และช่วยเสริมสร้างความบริสุทธิ์แห่งเพศบรรพชิต ประเด็นนี้สอดคล้องกับการอธิบายพระวินัยในเชิงจริยศาสตร์ของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต, 2555) ที่ชี้ว่า พระวินัยมิใช่เพียงข้อห้ามเชิงรูปแบบ แต่เป็นระบบฝึกตนเพื่อขัดเกลากิเลสและลดการยึดติดในวัตถุ การเลิกสูบบุหรี่จึงสามารถตีความได้ว่าเป็นกระบวนการฝึกจิตให้รู้เท่าทันตัณหา และสอดคล้องกับเป้าหมายสูงสุดของชีวิตนิกบวช นอกจากนี้ แนวคิดการเจริญสติ (mindfulness) ในพระพุทธศาสนา ยังได้รับการยืนยันจากงานวิจัยร่วมสมัยว่าเป็นกลไกสำคัญในการลดพฤติกรรมเสพติด รวมถึงการสูบบุหรี่ (Brewer et al., 2011) ซึ่งช่วยอธิบายว่าการปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอสามารถเป็นปัจจัยเสริมในการเลิกสูบบุหรี่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สรุป

การศึกษานี้สามารถสรุปได้ว่า การสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณรเป็นปัญหาที่มีความซับซ้อนและส่งผลกระทบต่อหลายมิติอย่างมีนัยสำคัญ ทั้งในด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตของพระภิกษุและสามเณรเอง ด้านภาพลักษณ์และความศรัทธาของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อคณะสงฆ์ ตลอดจนด้านการประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมวินัย ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของความเป็นสมณเพศ การสูบบุหรี่ไม่เพียงก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรังและลดทอนคุณภาพชีวิตของพระสงฆ์เท่านั้น แต่ยังสามารถนำไปสู่พฤติกรรมที่ไม่สอดคล้องกับบทบาทของพระสงฆ์ในฐานะแบบอย่างทางศีลธรรมของสังคม ดังนั้น การส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ในกลุ่มพระภิกษุและสามเณรจึงควรดำเนินการอย่างเป็นระบบและบูรณาการ โดยครอบคลุมทั้งในระดับบุคคล ระดับสถาบันสงฆ์ และระดับครอบครัวพระวินัย ในระดับบุคคล ควรเน้นการเสริมสร้างความรู้และแรงจูงใจภายใน โดยเชื่อมโยงการเลิกสูบบุหรี่เข้ากับการฝึกฝนตนเองตามหลักพระธรรม เช่น หลักสติ สมาธิ และการส่ำรวมอินทรีย์ ขณะที่ในระดับสถาบันสงฆ์ ควรมีนโยบายและสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเลิกสูบบุหรี่ รวมถึงการสนับสนุนจากพระอุปัชฌาย์ พระอาจารย์ และคณะสงฆ์ในภาพรวม ส่วนในระดับพระวินัย ควรมีการตีความและนำหลักพระวินัยมาใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสมณสาธูปอย่างชัดเจนและสร้างสรรค์

ทั้งนี้ การเลิกสูบบุหรี่มีความสัมพันธ์โดยตรงกับการธำรงรักษาสมณสาธูปของพระภิกษุและสามเณร เนื่องจากสามารถช่วยลดความเสี่ยงต่อการละเมิดพระวินัย โดยเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการใช้เงินหรือการพึ่งพาปัจจัยที่ไม่เหมาะสม นอกจากนี้ ยังเป็นการส่งเสริมสุขภาพะทั้งทางกายและจิตใจ อันจะเอื้อต่อการปฏิบัติศาสนกิจและการเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ปัจจัยเหล่านี้ล้วนมีความสำคัญต่อการธำรงอยู่ของพระพุทธศาสนาอย่างมั่นคง น่าเชื่อถือ และยั่งยืนในระยะยาว

ข้อเสนอแนะ

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

งานวิจัยนี้เสนอว่า การเลิกสูบบุหรี่ของพระภิกษุและสามเณรสามารถใช้ “พระวินัย” เป็นกรอบแนวคิดเชิงจริยธรรมและพฤติกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ มิใช่เพียงการรณรงค์ด้านสุขภาพ แต่เป็นการฟื้นฟูบทบาทของพระสงฆ์ในฐานะผู้ฝึกตนและผู้นำทางจิตใจของสังคม

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1. ควรมีนโยบายส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ในสถาบันการศึกษาสงฆ์อย่างเป็นระบบ
2. ควรใช้หลักพระธรรมวินัยและการเจริญสติเป็นเครื่องมือในการจัดการความอยากบุหรี่
3. ควรกำหนดมาตรการทางวินัยหรือกิจกรรมทดแทนเพื่อลดโอกาสในการสูบบุหรี่

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาวินัยเชิงปริมาณหรือแบบผสมผสาน เพื่อพัฒนาโมเดลการส่งเสริมการเลิกสูบบุหรี่ในคณะสงฆ์ และศึกษาผลลัพธ์ระยะยาวของการใช้หลักพระวินัยร่วมกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

เอกสารอ้างอิง

- กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. (2549). รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมกาสูบหรี่ของพระภิกษุและสามเณรในเขตกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข.
- บังอร ฤทธิภักดี. (2550). การสูบบุหรี่กับผลกระทบต่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บังอร ฤทธิภักดี. (2550). บุหรี่กับผลกระทบต่อสุขภาพและอายุขัยของผู้สูบ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ด้านสาธารณสุข.
- ประกิจ วาทีสาธกกิจ. (2551). บุหรี่กับโรคเรื้อรัง: หลักฐานทางการแพทย์และการป้องกัน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- ประกิจ วาทีสาธกกิจ. (2551). สถานการณ์การสูบบุหรี่ของประชากรโลกและผลกระทบต่อด้านสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2555). พระวินัย: การฝึกตนเพื่อความพ้นทุกข์. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2557). พระไตรปิฎก ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2557). พระวินัยปิฎก เล่มที่เกี่ยวข้องกับนัยแห่งการครองชีพและการสำรวมอินทรีย์. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- มูลนิธิ 50 พรรษามหาชริราลงกรณ์. (2554). รายงานสถานการณ์สุขภาพพระสงฆ์ไทย. กรุงเทพฯ: มูลนิธิ 50 พรรษามหาชริราลงกรณ์.

- มูลนิธิ 50 พรรษามหาชิริาลงกรณ์. (2554). รายงานผลการตรวจคัดกรองสุขภาพพระภิกษุจาก 77 จังหวัด. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิ 50 พรรษามหาชิริาลงกรณ์.
- มูลนิธิ 50 พรรษามหาชิริาลงกรณ์. (2554). รายงานผลการตรวจสุขภาพพระภิกษุสามเณรทั่วประเทศ 77 จังหวัด. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิ 50 พรรษามหาชิริาลงกรณ์.
- นุสรณ์ คุณชะวนิชพงษ์. (2557). พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของพระภิกษุในจังหวัดนครราชสีมา. นครราชสีมา: สถาบันวิจัยด้านสาธารณสุข.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2554). การสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของประชากรไทย พ.ศ. 2554. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
- Biddle, B. J. (1986). Recent developments in role theory. *Annual Review of Sociology*, 12, 67–92.
- Brewer, J. A., Mallik, S., Babuscio, T. A., Nich, C., Johnson, H. E., Deleone, C. M., Minnix-Cotton, C. A., Byrne, S. A., Kober, H., Weinstein, A. J., Carroll, K. M., & Rounsaville, B. J. (2011). Mindfulness training for smoking cessation: Results from a randomized controlled trial. *Drug and Alcohol Dependence*, 119(1–2), 72–80.
- Lim, K. H., Teh, C. H., Kee, C. C., Lim, K. K., Chan, Y. Y., & Tee, E. O. (2018). The impact of smoke-free policies on smoking cessation behavior among adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(6), 1179.
- Suksomboon, N., & Phaholthep, K. (2010). Health risk behaviors among Buddhist monks in Thailand. *Journal of Health Research*, 24(4), 185–190.