



26 ส.ค. 2535

อาหารมังสวิรัต : ความเชื่อและพฤติกรรมของผู้บริโภค การศึกษา
ชุมชนปรุ้มอโศก อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม

BELIEF AND BEHAVIOR OF VEGETARIANS : A CASE STUDY
AT PATHOM-ASOKE VILLAGE, AMPHOE MUANG, NAKORNPATHOM PROVINCE.



อภินันทนาการ

จาก

มีพักตร์กษัตริย์ สมพงษ์ ๓๖

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาวัฒนธรรมศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2535

23407

ระเบียบในการเข้ามาอยู่ในชุมชนว่าจะต้องบริโภคอาหารมังสวิรัต เมื่อเข้ามาปฏิบัติธรรมจึงรับ
เกิดความเลื่อมใสมากขึ้นจึงทำให้เกิดความเชื่อต่างๆ และมีความสุขในการอยู่ร่วมกันในชุมชน
แห่งนี้

ความเชื่อในการบริโภคอาหารมังสวิรัตของสมาชิกสามัญ ได้แก่ ความเชื่อในการรักษา
ศีลให้บริสุทธิ์ ความเชื่อว่าการกินอาหารมังสวิรัตเป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติธรรมที่บริสุทธิ์ ความเชื่อ
เรื่องบาป-บุญ และเชื่อว่าชาติหน้ามีจริง ความเชื่อเรื่องกรรม ความเชื่อว่าการไม่กินเนื้อสัตว์
เป็นการลดกิเลส เชื่อว่าการไม่กินเนื้อสัตว์เป็นผู้สะอาดบริสุทธิ์ และเว้นเสียซึ่งการสร้างกรรม
ตั้งมั่นในชาติหน้าจะเป็นผู้สะอาดบริสุทธิ์กว่าชาตินี้

นอกจากความเชื่อดังกล่าวแล้ว สภาพแวดล้อมยังมีส่วนสำคัญในการปฏิบัติธรรม พบว่ามี
สภาพแวดล้อมทางสังคม ได้แก่ การดำรงชีวิตด้วยปัจจัยสี่ การเป็นชุมชนที่พึ่งพาตนเอง การเคร่ง
ครัดในกฎระเบียบของชุมชนฯ มีระบบบุญนิยม (ความเชื่อเรื่องบุญ) และความเชื่อในคุณค่าอาหาร
มังสวิรัต รวมทั้งสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ การสร้างบ้าน การสร้างสิ่งแวดล้อมให้เป็น
ธรรมชาติและมีความเป็นอยู่อย่างธรรมชาติ เป็นต้น สภาพแวดล้อมเหล่านี้จึงเป็นเครื่องหล่อหลอม
ให้เกิดพฤติกรรมในการปฏิบัติธรรมให้เคร่งครัดขึ้น

การปฏิบัติธรรมให้เคร่งครัดยิ่งขึ้น สมาชิกชุมชนได้ใช้การบริโภคอาหารมังสวิรัต
เป็นตัวฝึกในการลดละกิเลส อันแสดงออกในรูปแบบของการบริโภคอาหารมังสวิรัตในชุมชนฯ
ได้แก่ การพยายามปฏิบัติตนให้เป็นนักมังสวิรัตบริสุทธิ์ การตักอาหารทุกชนิดใส่ในภาชนะใบเดียว
การพยายามบริโภคอาหารเพียงวันละ 1 มื้อ ลดละรูปลักษณ์และรสชาติของอาหาร และการ
บริโภคอาหารอย่างสำรวม เพื่อฝึกลดละกิเลสตามหลักพุทธศาสนา และตามแนวคิดชาวอโศก ให้
เป็นผู้มีกน้อย กิณน้อย ใช้น้อย ซึ่งตรงตามหลักวิทยาศาสตร์ว่าให้กินอย่างถูกต้อง ไม่บริโภค
มากจนเกินความจำเป็นก็จะทำให้สุขภาพดีทั้งกายและใจ

ผลของการบริโภคอาหารมังสวิรัตในชุมชนปฐมอโศก ในทัศนะของสมาชิกเห็นว่าการกิน
อาหารมังสวิรัต มีประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจเป็นอย่างมาก ซึ่งทางด้านร่างกาย
ได้ผลการตรวจยืนยันจากแพทย์ที่ให้ความร่วมมือว่า สมาชิกส่วนใหญ่มีสุขภาพดี พบว่ามีเพียง 3
ใน 52 รายเท่านั้นที่มีค่าระดับฮีโมโกลบินต่ำกว่าปกติ แต่ไม่ถึงกับขีดหรือผิดปกติ สภาพจิตบริสุทธิ์
และปลอดโปร่งเป็นผลดีทางด้านจิตใจตามมา จากผลที่ได้จากการศึกษาข้างต้นนี้ แสดงให้เห็น
ความสำเร็จของชุมชนนี้ ในการหล่อหลอมสมาชิกให้เป็นผู้มีความสุขทั้งกาย ใจ อันเนื่องมาจาก
การกินอาหารมังสวิรัต

Thesis Title Belief and Behavior of Vegetarians : A Case
Study at Pathom-Asoke Village, Amphoe Muang,
Nakornpathom Province.

Name Jammaree Supanvanich

Degree Master of Arts (Cultural Studies)

Thesis Supervisory Committee

 Poonpit Amatyakul, M.D.,M.A.
 Apinya Buasuang, B.A., M.A.
 Saowapa Pornsiripongse, B.A., M.A.
 Suvimol Tansuphasiri, B.Sc., M.S. (Nutrition)

Date of Graduation 22 May B.E. 2535 (1992)

ABSTRACT

This Anthropological study in 72 vegetarians was conducted by the writer who spent 6 months (February-June 1991) in the Pathom-Asoke village where these vegetarians were living. The objectives of the study aimed upon their beliefs, motivations, behaviors and environments. Moreover their general health status included general physical examination, hemoglobin test and stool examinations were performed.

Results revealed that Pathom-Asoke is a successful Buddhist village for those strictly practicing "Dharma" under the guidance of "Pothi-Rak" of Santi-Asoke. These vegetarians were called Yatitham, who were introduced into the village by their previous strong belief in 'Dharma' or by the influence of closed relatives and friends. The daily performance were numerous. Some of them were even resigned from the professions and joined the activity as full-time members. They

consumed vegetarian meal once a day, participated in publication of Asoke journals and books, tape-recorded the preach, and some even practiced agriculture and harvested in that piece of land.

Regarding vegetarian food consumption, these people believed that this practice would enhance purification of their soul as well as improving their health status. Some would believe that this will bring a better life upon the reincarnation.

The living condition in Pathom-Asoke consisted of the "four essences" of life, namely, food, clothing, medicine and housing. People were self-sufficient marked by the solemnity of life. They strictly followed the community rules and regulation. The housing was simple, serving basic need and situated among natural environs. The belief was that this would bring about serenity, freedom and even enlightenment.

Results of eating vegetarian foods among members of the Pathom-Asoke showed that vegetarian foods are very useful to both physical and mental health. This is confirmed by physician's examinations and laboratory test, that most members were in good health. Then, vegetarian foods is recommended for one who seeks for happiness.