บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง "ครอบครัวสบายสไตล์ล้านนา: วิถีชีวิตและการดูแลสุขภาพ" เป็นโครงการวิจัย 3 ปี ดำเนินการช่วงปีงบประมาณ 2549-2551 ศึกษาบุคคลในภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย 3 กลุ่มอายุ คือ วัยเด็ก วัยกลางคน (วัยหนุ่มสาว) และวัยสูงอายุ สำหรับปีงบประมาณ 2551 (ปีที่ 3 ของโครงการ) ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับวัยหนุ่มสาว โดยมีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาวิจัยวิถีชีวิตและการดูแลสุขภาพของหนุ่มสาวล้านนาแบบองค์รวมตามคตินิยมของล้านนาไทย 2) เพื่อสร้างองค์ความรู้ด้านล้านนาคดี อนุรักษ์พร้อมทั้งเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับวิถีชีวิตและการดูแลสุขภาพของหนุ่มสาวล้านนาให้เป็นที่รู้จักกว้างขวางยิ่งขึ้น 3) เป็นข้อมูลให้ผู้เกี่ยวข้องในการศึกษา / เปรียบเทียบ ด้านการดำเนินชีวิตและการแพทย์พื้นบ้านล้านนาในอดีต โดยอาจนำมาประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิตปัจจุบัน เพื่อแก้ปัญหาสังคมและครอบครัวต่อไป

การเก็บข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ อาศัยการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างเจาะจง โดยออกไปสัมภาษณ์ผู้เฒ่าผู้แก่ ผู้รู้ที่ยังดำเนินชีวิตแบบดั้งเดิมในพื้นที่ชนบท 8 จังหวัดภาคเหนือ คือ เชียงใหม่ เชียงราย ลำพูน ลำปาง พะเยา แพร่ น่าน และแม่ฮ่องสอน และใช้ข้อมูลเอกสารโบราณล้านนา (ใบลาน-พับสา) และข้อมูลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องประกอบ

ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า หนุ่มสาวล้านนาสมัยก่อนมีความเป็นอยู่อย่างเรียบง่าย มักน้อยสันโดษ และอยู่ในโอวาทของผู้ใหญ่ ยึดมั่นและดำเนินชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนารวมทั้งความเชื่อดั้งเดิม จึงมีประเพณี พิธีกรรมตลอดปีและตลอดชีวิต ประกอบอาชีพหลักคือเกษตรกรรม ซึ่งเป็นอาชีพดั้งเดิมที่สืบทอดมาแต่บรรพบุรุษ คนส่วนใหญ่จึงมีชีวิตอยู่กับทุ่งนาป่าเขามากกว่าอยู่ในเมือง คนหนุ่มเป็นหัวหน้าและเป็นแรงงานสำคัญของครอบครัว มีความรับผิดชอบสูง หนุ่มล้านนานิยมสักหมึกและบวชเรียน เพราะชายที่ผ่านการบวชเรียนมาแล้วจะได้รับการยอมรับจากสังคมโดยเฉพาะพ่อแม่ฝ่ายหญิงมากกว่าผู้ที่ไม่เคยบวช ส่วนสาวล้านนาจะถูกสั่งสอนให้รักนวลสงวนตัว เป็นแม่บ้านแม่เรือน หนุ่มสาวล้านนามีอิสระค่อนข้างสูงในการดำเนินชีวิตโดยเฉพาะด้านการเลือกคู่ครองดังจะเห็นได้จากประเพณีอู้บ่าวอู้สาว ซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้หนุ่มสาวได้พบปะทำความรู้จักกันอย่างเต็มที่ แต่ในขณะเดียวกันก็อยู่ในสายตาของผู้ใหญ่และกรอบประเพณีที่ดีงามเสมอ และเมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ไม่สมควรขึ้นอย่างที่เรียกว่าผิดผี ก็จะแสดงความรับผิดชอบและขอขมาด้วยการเสียผีโดยไม่บิดพลิ้ว

หนุ่มสาวล้านนามีการดูแลรักษาสุขภาพแบบองค์รวม กล่าวคือ รักษาทั้งร่างกายและจิตใจควบคู่กันไป โดยดูแลตั้งแต่อาหารการกินซึ่งชาวล้านนารับประทานพืชผักสมุนไพรเป็นทั้งอาหารบำรุงร่างกายและยารักษาโรคในเวลาเดียวกัน เมื่อเจ็บป่วยก็มีหมอพื้นบ้านหรือหมอเมืองเป็นผู้รักษาตามตำรายาสมุนไพร โดยมักใช้ยาฝนเป็นยาตำรับแรกและเป็นยาที่หมอเมืองทุกคนต้องมีติดตัว

ทุกครอบครัวมีติดเรือน จนได้ชื่อว่าเป็นยาสามัญประจำบ้านของชาวล้านนา นอกจากนี้ยังมีการใช้คาถาอาคม และพิธีกรรมต่างๆ ประกอบการรักษาด้วย เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจให้ผู้ป่วย อันเป็นการรักษาทางใจไปพร้อมๆ กับการรักษาทางกาย ช่วยให้หายเร็วยิ่งขึ้น

จะเห็นได้ว่า หนุ่มสาวล้านนาใช้ชีวิตอย่างธรรมดา ตามธรรมชาติ ท่ามกลางความสงบสะอาด ปลอดภัย สุขกายและสบายใจตามอัตภาพ จนกล่าวได้ว่า นี่แหละคือ ครอบครัวสบายสไตล์ล้านนา