

บทที่ 4

แนวทางและวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนา การบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชน ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง จังหวัดลพบุรี

ในการนำเสนอแนวทางและวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนา
การบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง
จังหวัดลพบุรี ซึ่งผลจากการวิจัยในระยะที่ 2 นี้ ขอเสนอเป็น 6 ตอน ดังนี้

1. คำถามการวิจัย
2. วัตถุประสงค์การวิจัย
3. วิธีดำเนินการวิจัย
4. แนวทางและวิธีการพัฒนาการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขต

องค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง จังหวัดลพบุรี

5. ยุทธศาสตร์การพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การ
บริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง จังหวัดลพบุรี

6. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนใน
เขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง จังหวัดลพบุรี

ซึ่งแต่ละขั้นตอนมีรายละเอียดดังนี้

คำถามการวิจัย

การวิจัยในระยะที่ 2 นี้ มีคำถามการวิจัยที่สำคัญ 2 คำถาม คือ

1. แนวทางและวิธีการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขต
องค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง จังหวัดลพบุรี คืออะไร
2. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนใน
เขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง จังหวัดลพบุรี คืออะไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชน
ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง จังหวัดลพบุรี
2. เพื่อกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของ
ประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอกำแพง จังหวัดลพบุรี

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในระยะที่ 2 นี้ เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (participatory action research : PAR) ซึ่งมีวิธีการดำเนินการวิจัยในประเด็นต่างๆ ดังนี้

1. กรอบการวิจัย

การวิจัยในระยะที่ 2 นี้ ได้ใช้กรอบการวิจัยตามแนวทฤษฎีของบลูมในการแสวงหาแนวทางการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง ประกอบกับข้อค้นพบในการวิจัยระยะที่ 1 ที่พบว่า เรื่องเจตคติต่อกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนไม่เป็นปัญหา จึงกำหนดกรอบในการวิจัย ดังนี้

1.1 ความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน

1.2 การปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน

2. ประชากร

ประชากรในการวิจัยนี้ ประกอบด้วย

2.1 ผู้มีส่วนสำคัญในการพัฒนา ได้แก่ ประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง ที่ผ่านการอบรมกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนหลักสูตร 1-2 ชั่วโมงมาแล้ว และผู้สนใจและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย ในระยะที่ 2 (R2) จำนวน 15 คน ทั้งนี้เนื่องจากมีผู้มีส่วนสำคัญในการพัฒนาบางส่วนมีภารกิจมากจนไม่มีเวลาเพียงพอ

2.2 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภอท่าวัง จังหวัดลพบุรี จำนวน 9 คน ประกอบด้วย

2.2.1 หัวหน้าสถานีอนามัยและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขสถานีอนามัยวัดเกตุ จำนวนรวม 2 คน

2.2.2 ผู้ใหญ่บ้านหมู่ 9, หมู่ 10, หมู่ 11 จำนวน 3 คน

2.2.3 ครูฝึกกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน จำนวน 1 คน

2.2.4 ประธานชมรมแพทย์แผนไทยตำบลท่าวัง จำนวน 1 คน

2.2.5 ประธาน อสม.ตำบลท่าวัง จำนวน 1 คน

2.2.6 ประธานชมรมผู้สูงอายุ ตำบลท่าวัง จำนวน 1 คน

3. วิธีการและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูล โดยการจัดประชุมกลุ่มเฉพาะ (focus group discussion) โดยเชิญผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวังเข้าร่วมประชุม เมื่อวันที่ 12 ธันวาคม พ.ศ. 2549 เวลา 15.00-18.00 น. ณ สถานีอนามัยวัดเกตุ โดยการประชุมกลุ่มครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ

3.1 ร่วมกันพิจารณาแสวงหาแนวทาง วิธีการและกิจกรรมการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนที่สามารถนำไปสู่การปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรมชัดเจน โดยผู้วิจัยได้นำเสนอสภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการการพัฒนา ซึ่งเป็นผลจากการวิจัยใน

ระยะที่ 1 ให้ที่ประชุมได้รับทราบและใช้เป็นฐานในการพิจารณาตัดสินใจเลือกแนวทาง วิธีการ และกิจกรรมการพัฒนาให้สอดคล้องกับสภาพปัจจุบัน ปัญหาและความต้องการการพัฒนา ข้างต้น (problem oriented)

3.2 ร่วมกันพิจารณากำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนากายบริหาร แบบไทยฤๅษีตัดสินของประชาชนตามแนวทาง วิธีการ และกิจกรรมการพัฒนาให้สามารถวัดได้ สังเกตได้ จนเป็นที่พอใจและนำไปสู่การปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรมชัดเจน



ภาพ 5 การประชุมแสวงหาแนวทางการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดสิน

4. วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากการประชุมกลุ่มเฉพาะมาตรวจสอบความถูกต้อง และความครบถ้วนสมบูรณ์ แล้วนำไปวิเคราะห์โดยการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) แบบจำแนกประเภท (typological analysis) ตามกรอบการวิจัยข้างต้น

แนวทางและวิธีการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดสินของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภوتاวัง จังหวัดลพบุรี

จากการประชุมกลุ่มผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนากายบริหาร แบบไทยฤๅษีตัดสินโดยผู้วิจัยได้นำเสนอสภาพปัจจุบัน ปัญหา และความต้องการการพัฒนา ซึ่งเป็นผลจากการวิจัยในระยะที่ 1 ให้ที่ประชุมได้รับทราบ รวมทั้งการเสนอแนวคิดที่เป็นประโยชน์ ของผู้เชี่ยวชาญ ดร.กาสัก เตชะจันทร์หมาก ในการใช้เป็นพื้นฐานในการพิจารณาตัดสินใจเลือก แนวทาง วิธีการและกิจกรรมการพัฒนาโดยทุกคนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การรับฟัง และวิเคราะห์ข้อมูลพร้อมทั้งข้อเสนอแนะที่มีประโยชน์ ในการแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดสินของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง

ซึ่งผลจากการประชุมกลุ่มเฉพาะ พบว่า การพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดสิน ควรได้รับการพัฒนาทั้ง 2 ด้าน คือ ด้านความรู้และด้านการปฏิบัติ โดยสามารถสรุปแนวทาง และวิธีการพัฒนาได้ ดังนี้

1. แนวทางและวิธีการพัฒนาด้านความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีดัดตน

ที่ประชุมกลุ่มเฉพาะได้ร่วมกันพิจารณาแล้วมีความเห็นสอดคล้องตรงกันว่า การพัฒนาด้านความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีดัดตนของประชาชนผู้ฝึกปฏิบัตินั้นควร ดำเนินการดังนี้ คือ

1.1 การฝึกอบรมความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีดัดตน ให้กับ ผู้ฝึกปฏิบัติ โดยเฉพาะในเรื่องคุณค่า ความสำคัญ ประโยชน์และการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีดัดตน ในท่าต่างๆ ดังคำกล่าวในการประชุมกลุ่มของอาจารย์บุญเชิญ รุจิระกุล ผู้ฝึกปฏิบัติ ที่ว่า

“น่าจะจัดอบรมฤๅษีซัก 1 วันและฝึกปฏิบัติตอนเย็นๆ...”

1.2 การเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีดัดตน ให้ มากขึ้น โดยการประชาสัมพันธ์และจัดทำเอกสารเพื่อเพิ่มความรู้ให้กับผู้ฝึกปฏิบัติ เช่น เอกสาร แผ่นพับ เป็นต้น ดังคำกล่าวในการประชุมกลุ่มของคุณมลรัตน์ ขุนอ่อน หัวหน้าสถานีอนามัย วัดเกตุ ที่ว่า

“การประชาสัมพันธ์หรือกระจายข่าวยังน้อย น่าจะทำแผ่นพับ เอกสารแจกให้ ทั่วทุกคน... โดยใช้งบประมาณของแพทย์แผนไทยที่สถานีอนามัยได้ตั้งไว้แล้ว”

นอกจากนี้การใช้สื่อต่างๆ โดยประชาสัมพันธ์ทางหอกระจายข่าวทุกวัน ธรรมสวดหรือในเทศกาลประเพณีสำคัญต่างๆ เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนผู้ฝึกปฏิบัติเกิดความรู้ ในการสร้างเสริมสุขภาพตนเองและก่อให้เกิดการสร้างกระแสการอนุรักษ์ภูมิปัญญาไทย ดังคำกล่าวของ รต.วันไชย รุกขชาติ ผู้ฝึกปฏิบัติ ที่ว่า

“ผมว่า...น่าจะประชาสัมพันธ์ทุกวันหรืองานเทศกาลใหญ่ๆ...เพราะคน ส่วนมากชอบมาทำบุญกันช่วงนั้น...”

1.3 ส่งเสริมการประชาสัมพันธ์ เยี่ยมบ้านเชิงรุกโดยประชาชนผู้ปฏิบัติกายบริหาร แบบไทยฤๅษีดัดตนร่วมกันชักชวนผู้ที่ไม่มาปฏิบัติ โดยการอธิบายให้คุณค่าเห็นความสำคัญ และประโยชน์ที่ได้รับจากการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีดัดตนในการดูแลสุขภาพ เสริม สุขภาพที่ตนเองได้ลองปฏิบัติมาแล้วระยะหนึ่ง ดังคำกล่าวของคุณลุงสกุล แสงสว่าง ที่ว่า

“เดี๋ยวนี้ไม่ค่อยไปโรงพยาบาล...เพราะแข็งแรงดี...ไม่ค่อยป่วยลองฝึกดูซิ.. มันมีประโยชน์จริง ๆ...ใครจะว่าอย่างไรก็ช่าง..แต่เราจะมาฝึกทุกวัน”

2. แนวทางและวิธีการพัฒนาด้านการปฏิบัติของกายบริหารแบบไทยฤๅษีดัดตน

จากการประชุมกลุ่มเฉพาะได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยน วิเคราะห์ ข้อมูลและหาข้อสรุปถึงแนวทางการพัฒนาด้านการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีดัดตน ซึ่ง

ต้องพัฒนาทั้งทักษะท่าทางการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอและฝึกปฏิบัติการหายใจเข้าออกอย่างถูกต้อง ดังนี้

2.1 การปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนอย่างสม่ำเสมอด้วยความถูกต้อง

การปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนอย่างสม่ำเสมอด้วยความถูกต้องนั้น ก่อให้เกิดความต่อเนื่องในการดูแลสุขภาพอย่างแท้จริง ซึ่งในที่ประชุมกลุ่มได้ร่วมกันปรึกษาหารือโดยตกลงพิจารณาใช้แนวทางการฝึกกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของสถาบันการแพทย์แผนไทย (วิชาญ ใจดี (บก.) 2547, หน้า 111-152) เป็นพื้นฐานในการพิจารณาการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน โดยในการพัฒนาอย่างสม่ำเสมอ นั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องทำให้ได้ครบทั้ง 15 ท่า และทุกท่าของการปฏิบัติจะต้องมีความถูกต้อง ซึ่งผลของการปฏิบัติดังกล่าว จะทำให้เกิดทักษะความชำนาญจนสามารถเป็นแบบอย่างในการนำไปเป็นแนวทางการปฏิบัติของคนอื่นๆ ได้ นอกจากนี้วันหยุดราชการหรือวันนักขัตฤกษ์และวันหยุดอื่นๆ ควรฝึกปฏิบัติด้วยตนเองที่บ้าน และที่ประชุมกลุ่มยังได้เสนอแนวความคิดให้ประชาชนผู้ปฏิบัติมีการบันทึกลงลายมือชื่อประจำวันในการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนที่สถานีนามาย โดยผู้ที่ปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอตั้งแต่ 1 เดือนขึ้นไป จะได้รับวุฒิบัตรรับรองการเป็นผู้ผ่านการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนจากสำนักงานสาธารณสุขอำเภอท่าม่วง ดังคำกล่าวของ อาจารย์บุญเชษฐ วัชรกุล ผู้ฝึกปฏิบัติได้กล่าวไว้ ดังนี้

“อยากให้ทุกคนมาฝึกประจำเพื่อสุขภาพเราเอง...ถ้าหากจำเป็นต้องขาดควรมีการบอกล่วงหน้า... คนเรา...ถ้าทำอะไรไม่สม่ำเสมอแล้ว...จะเกิดความสำเร็จตรงไหน”

2.2 การศึกษาดูงานการหายใจเข้าออกอย่างถูกต้อง

จากการประชุมกลุ่มเฉพาะถึงแนวทางการศึกษาดูงานเกี่ยวกับการหายใจเข้าออกในขณะปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน ผู้เข้าร่วมประชุมได้เสนอประโยชน์ของการศึกษาดูงานเกี่ยวกับโยคะสมาธิ ณ บ้านวิมลรัตน์ อำเภอเมือง จังหวัดลพบุรี ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนได้ โดยการนำเสียงดนตรีบำบัดมาใช้กำหนดจังหวะการหายใจเข้าออกพร้อมกับการเจริญสติในขณะปฏิบัติ ทำให้เกิดความรู้สึกสบายผ่อนคลาย ซึ่งจากการประชุมดังกล่าวทุกคนได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นหาข้อสรุปตกลงถึงแนวทางการศึกษา ดูงานการหายใจเข้าออก ณ บ้านวิมลรัตน์ อำเภอเมือง จังหวัดลพบุรี ดังคำกล่าวของคุณวิชัย มีลาภกิจ ประธานชมรมผู้สูงอายุที่ว่า

“เคยศึกษามาว่าฤๅษีตัดตน...มีประโยชน์ในการสร้างสมดุลทั้งทางกายและทางใจ การเน้นเรื่องการหายใจเข้าออกอย่างมีสติเวลาฝึก..การศึกษาดูงานจะทำให้เราได้เห็นสิ่งที่มีประโยชน์สามารถนำมาใช้ได้”

นอกจากนี้ยังได้รับคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ ผศ.ดร.ภาสกร เต๊ะขันหมาก เกี่ยวกับการสอดแทรกความรู้โคลงสี่สุภาพในท่ากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน จำนวน 15 ท่า ลงในแผ่นเสียงดนตรีบำบัดเข้าไปหลังจากการนั่งสมาธิในช่วงแรก เพื่อให้ได้ทราบถึงท่าทางการปฏิบัติ คุณค่าและประโยชน์ของการบริหารในท่าทางต่างๆ ด้วย ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของคุณนิรันดร์ ปิ่นทอง ครูฝึกกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน ที่กล่าวไว้ว่า

“ทางกระทรวงสาธารณสุขมีซี.ดี.ที่อ่านโคลงเกี่ยวกับฤๅษีตัดตน...
พร้อมมีดนตรีบรรเลงประกอบด้วย..เราน่าจะมาประยุกต์ใช้กับของตำบล
เราได้”

2.3 การจัดตั้งชมรมกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนตำบลท่าวัง

ที่ประชุมกลุ่มเฉพาะได้ร่วมกันเสนอแนะและหาข้อตกลงเรื่องการจัดตั้งชมรมกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนตำบลท่าวัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดกิจกรรมการสร้างสุขภาพอย่างต่อเนื่องและสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ ซึ่งการดำเนินการจัดตั้งชมรมนี้ควรมีสัญลักษณ์ที่เป็นสื่อของแนวความคิดในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนร่วมกัน เช่น เสื้อยืด เป็นต้น ดังคำที่คุณสำรวย เพียรเจริญ ผู้ฝึกปฏิบัติ ที่กล่าวว่า

“ควรจะทำเสื้อฤๅษี ให้คนเกิดศรัทธาความเป็นกลุ่ม..ทำให้อยากเข้า
มาร่วมออกกำลังกายด้วยกันมากๆ”

จากการแสวงหาแนวทางร่วมกันดังกล่าวของประชาชนผู้ฝึกปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่ร่วมกันคิด วิเคราะห์ แสวงหาแนวทาง วิธีการ และกิจกรรมการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในด้านความรู้และด้านการปฏิบัตินั้น สามารถสรุปได้ดังปรากฏในตาราง 4

ความสำคัญน้อย	น้ำหนักคะแนน เท่ากับ 1
ความสำคัญปานกลาง	น้ำหนักคะแนน เท่ากับ 2
ความสำคัญมาก	น้ำหนักคะแนน เท่ากับ 3

กิจกรรมต่างๆ ที่ประชุมกลุ่มเฉพาะได้พิจารณาจากขนาดของปัญหาความยากง่าย ความรุนแรง และความสนใจของชุมชน แล้วร่วมกันวิเคราะห์ข้อมูลหาข้อตกลงของกลุ่มเพื่อ จัดลำดับความสำคัญของกิจกรรมก่อนหลัง โดยแนวทางและวิธีการพัฒนากายบริหารแบบไทย ฤๅษีตัดตนของประชาชนสามารถสรุปกิจกรรมการพัฒนาตามลำดับความสำคัญ ประกอบด้วย 3 วิธีการ ดังนี้

1. การอบรมความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน
2. การศึกษาดูงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้การหายใจเข้าออก ณ บ้านวิมลรัตน์ อำเภอ เมือง จังหวัดลพบุรี
3. การปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนอย่างสม่ำเสมอด้วยความถูกต้อง

ยุทธศาสตร์การพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง อำเภوتاวัง จังหวัดลพบุรี

จากแนวทาง วิธีการและกิจกรรมการพัฒนาการบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของ ประชาชนตามที่ประชุมกลุ่มเฉพาะได้ร่วมกันพิจารณาและตัดสินใจเลือกใช้ในการพัฒนานั้น เมื่อศึกษาแนวคิดและหลักทางวิชาการแล้วพบว่าเป็นกิจกรรมการพัฒนาที่ส่งเสริมสนับสนุนให้ ประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลท่าวัง ได้แสดงความสามารถจากความต้องการของ ตนเอง ที่เป็นแรงจูงใจภายใน (inner motivation) ซึ่งเป็นการเสริมพลังอำนาจที่มีอยู่แล้วใน ตัวเองระดับหนึ่งให้เพิ่มมากขึ้น โดยกระบวนการเรียนรู้ (learning process) ด้วยวิธีการต่างๆ ดังนั้นในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนของประชาชนในเขตองค์การบริหารส่วน ตำบลท่าวังในครั้งนี้ จึงเป็นการดำเนินการตามยุทธศาสตร์ “การสร้างเสริมพลังอำนาจ” (empowerment) ที่เน้นการพัฒนาตนเองโดยการเพิ่มพูนความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษี ตัดตน และการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนอย่างสม่ำเสมอ จนสามารถปฏิบัติได้ อย่างถูกต้อง และนำมาใช้เป็นทางเลือกหนึ่งในการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนได้ โดย ดำเนินการใน 3 กิจกรรม คือ

1. การอบรมความรู้เรื่องกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตน
2. การศึกษาดูงานแลกเปลี่ยนเรียนรู้การหายใจเข้าออก ณ บ้านวิมลรัตน์ อำเภอ เมือง จังหวัดลพบุรี
3. การปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดตนอย่างสม่ำเสมอด้วยความถูกต้อง

ตาราง 5 (ต่อ)

แนวทาง วิธีการ และกิจกรรมการพัฒนา	ดัชนีชี้วัดความสำเร็จ ในการพัฒนา	เป้าหมาย ความสำเร็จ
2. การเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ความรู้เรื่องกายบริหารแบบ ไทยฤๅษีตัดต้นด้วยสื่อต่างๆ	2. จำนวนสื่อที่ใช้ในการเผยแพร่ และประชาสัมพันธ์ความรู้เรื่องกาย บริหารแบบไทยฤๅษีตัดต้น	2. อย่างน้อย 3 ชนิดสื่อ
3. ส่งเสริมการประชาสัมพันธ์ เยี่ยมบ้านเชิงรุกโดยการชักชวน รายบุคคล	3. จำนวนผู้ที่ไม่มาปฏิบัติอย่าง สม่ำเสมอที่ได้รับการเยี่ยมบ้าน เชิงรุกเพื่อชักชวนรายบุคคล	3. จำนวน 11 คน

2. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนากายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดต้นของประชาชน
ด้านการปฏิบัติ

การพัฒนาด้านการปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดต้นมีกิจกรรมการพัฒนา

3 กิจกรรม คือ

2.1 การฝึกปฏิบัติกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดต้นอย่างสม่ำเสมอด้วย
ความถูกต้อง

2.2 การฝึกหายใจเข้าออกอย่างถูกต้องโดยเจริญสติขณะปฏิบัติกายบริหารแบบไทย
ฤๅษีตัดต้น

2.3 จัดตั้งชมรมกายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดต้นตำบลท่าวัง

ที่ประชุมกลุ่มเฉพาะได้ร่วมกันพิจารณากำหนดดัชนีชี้วัดและเป้าหมายการพัฒนา
กายบริหารแบบไทยฤๅษีตัดต้นด้านการปฏิบัติในแต่ละกิจกรรม ดังปรากฏในตาราง 6

