

สารบัญ

คำนำ	7
บทนำ	9
พลังสุขภาพที่ขับเคลื่อนไปสู่การฟื้นฟูชุมชนร่วมกัน	
โดย ศ.นพ.ประเวศ วะสี	
	ภาค 1
พลังภูมิปัญญาไทย	15
พลังภูมิปัญญากับการสร้างสุขภาวะ	17
โดย นพ.ดร.โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์	
ดำรงวิถีไทย: ห่างไกลโรค	21
พุทธธรรมนำปัญญา พัฒนาท้องถิ่น	26
เด็กน้อยกับการคืนสู่ธรรมชาติ	31
เมื่อดอกไม้แย้มบาน	36
ร่มเงาอันชุ่มเย็นของไม้แก่	40
ความเท่าที่ไม่ซ้ำ (แบบน้ำอัดลม)	47
ไม่เชื่ออย่าลบหลู่ !	52

รินหลังธารธรรมจากดอยสูง	56
กิจกรรมของไม้ไผ่ฝัฟง	61
เพื่อชีวิตและศักดิ์ศรีของพี่น้องม้ง	66



ภาค 2 พลังสีขาว

73

พลังสีขาว

75

โดย พระไพศาล วิสาโล

เส้นชัยสุขภาพ	79
รอยใจแห่งความหวัง	83
รถถีบมาแล้ว...ขอทางหน่อย!	88
มด (ตะนอย)...พลังช้าง!	93
เริ่มวันใหม่...ด้วยพลังใจแห่งชีวิต	98
คุณค่าแห่งความฝัน	103
ความตาย...คือจุดเริ่มต้น	108
เส้นสายลายมือ...แห่งความมั่นใจ	112
เครือข่ายเยาวชนพิษณุโลก	117
พิจารณาปัญหา ไม่พิจารณาสุขภาพ	121



ภาค 3 พลังแห่งการสร้างสรรค์

125

พลังแห่งการสร้างสรรค์

127

โดย อาจารย์โคทม อารียา

เติมสีเติมรักให้สังคมไทย	133
ข้ามนทีสีทันดร	140
ละครโรงเล็ก สร้างเด็กสร้างฝัน	145
เด็กดี...เป็นศรีแก่ชาติ	149
จากกลุ่มแม่บ้านสู่แม่งานเครือข่ายชุมชน	154

บริโภคอย่างเหมาะสม ชื่นชมผลิตภัณฑ์ท้องถิ่น	158
สังคมความดีแต่้วยเยาว์ของชาวน่าน	163
สนุกสไล...อย่างอัจฉริยะ	168
วัยรุ่นไม่รุ่นอย่างที่คิด	173
เรามีเรา...เข้าใจกัน	177



ภาค 4 พลังสังคมสุขภาพ

183

พลังสังคมสุขภาพ

185

โดย รศ.นพ.อำนาจ ศรีรัตนบัลล์

ลาบเปิดอีสานสะท้านโลก	187
มาช่วยกันสร้างโรงเรียนในฝัน	192
เส้นทางจักรยาน...ฝันที่เริ่มเป็นจริง	197
พักเที่ยง...พักเอดส์	201
สุขภาพดีด้วยแรงศรัทธาอันกล้าแกร่ง	205
การแข่งขันที่ไม่ต้องการชัยชนะ	210
ว่ายนํ้ารักษาโรค	214
มัลลียดพิชิตยาเสพติด	218
ขยะพิษแลกแต้ม	222
วิทยุชุมชนเพื่อคนท้องถิ่น	227



บทสรุป

233

ลมส่งท้าย

235

โดย นพ.ชาตรี เจริญศิริ