

การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุ:
ศึกษาเฉพาะกรณีผู้สูงอายุชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม
อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

Application of Buddhist Principles in Elderly Care; A Case
Study of the Elderly in Baanrai Community, Tungtom
Sub-district, Sanpatong District, Chiang Mai Province

พระชฎานันท์ กิตติปัญญา¹

พระวุฒิชัย มหาสทโท², เตชา ตาละนีก², สกุนา คงจันทร์²

Phrachayanana kittipunyo¹

Phra Wutthichai Mahasatto², Decha Talanuk², Sakuna Kongjam²

มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา¹

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่²

Mahamakut Buddhist University, Lanna Campus¹

Mahachulalongkornrajavidyalaya University²

Corresponding Author, E-mail: phrachayanana2530@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาตามหลักไตรสิกขาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่และ 2) เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชน บ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับงานวิจัย จำนวน 15 คน

ผลการวิจัยพบว่า การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุ 3 ด้านคือ 1) ด้านศีล 2) ด้านสมาธิ และ 3) ด้านปัญญาทั้ง 3 ด้านนี้ ถูกนำไปใช้กับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ 3 ด้าน คือ

1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ และ 3) ด้านปัญญา ผลการดำเนินงานชี้ให้เห็นว่า เมื่อผู้สูงอายุมีการประยุกต์ใช้หลักทางพุทธศาสนาคือ พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับการดูแลตนเองคือ หลักไตรสิกขา ซึ่งเป็นหลักการในการดูแลตนเองและระวังตนเองในเรื่องของร่างกายและจิตใจ

แนวทางแก้ไขควรเพิ่มคือ ลูกหลานควรดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด จัดสร้างกิจกรรมเกี่ยวกับการอบรมธรรมะสู่ชุมชนให้แก่ผู้สูงอายุ จัดกิจกรรมโครงการธรรมะเยี่ยมวยา กิจกรรมการออกกำลังกายด้วยการฝึกโยคะเพื่อการกำหนดลมหายใจเข้าออก การดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุในชุมชนโดยเฉพาะผู้สูงอายุป่วยติดเตียงอยากให้หน่วยงานของภาครัฐเช่น สาธารณสุข ตำบลด เทศบาล สันป่าตองได้ดูแลผู้สูงอายุอย่างทั่วถึงเป็นต้น

คำสำคัญ: การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา; ผู้สูงอายุ; ชุมชนบ้านไร่

Abstract

The purposes of this research are 1) to study the Buddhist principle of Tri-sikkha in taking care of the elders in Baanrai community, Tungtom Sub-district, Sanpatong District, Chiang Mai Province, 2) to study the application of Buddhist principles in taking care of the elderly in Baanrai community, Tungtom Sub-district, Sanpatong District, and Chiangmai Province. The Researcher collects the data for research from 15 key informants.

The research is found that the application of Buddhist principles in taking care for the elders in 3 aspects; 1) the precepts, 2) the meditation and 3) the wisdom, which were applied to the application of Buddhist principles in taking care of the elders in Baanrai community in 3 consistent aspects namely, 1) the body, 2) the mind and 3) the intellect. The results of performance indicate that when the elders have applied the Buddhist principle, that is, Buddhism mentions about the concept of self-care that is Tri-sikkha which is the principle of self-care and self-attention in body and mind.

The solution in addition is that the descendants should take care closely, create activities related to the Dhamma practice to the elders' community,

arrange Dhamma- remedy project and exercise by Yoga activity for capturing inhalation and exhalation. The care for the elders in the community, especially the bed-bound patients requires the thorough care from the government agencies such as district health office or Sanpatong municipality.

Keywords: Application of Buddhist Principle; the elders; Baanrai Community

บทนำ

สังคมไทยในปัจจุบันได้มีอัตราผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งเพิ่มมากขึ้นเนื่องจากขณะนี้ครอบครัวไม่สามารถดูแลผู้สูงอายุเหมือนในอดีตแล้ว ซึ่งอาจเป็นผลสืบเนื่องมาจากสภาวะทางสังคม ที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมที่สังคมไทยเคยอยู่อาศัยกันแบบครอบครัวขยายแต่ปัจจุบันกลายมา เป็นครอบครัวหนึ่งมากขึ้น ซึ่งแท้จริงแล้วครอบครัวควรมีลักษณะของสายใย (Bond) ที่เกิดท่ามกลางสมาชิกในครอบครัวของผู้สูงอายุซึ่งได้แก่ (นพคุณ ดิสุคนธ์ 2538: 1) โดยที่สมาชิก ในครอบครัวจะมีความรู้สึกเอื้ออาทร (affection) มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ความสนิทสนมระหว่างสมาชิกในครอบครัวจะลดน้อยลงเมื่อสมาชิกคนใดคนหนึ่ง ในครอบครัวแยกตัวออกไปความรู้สึกเป็นพวกเดียวกัน (belonging) ซึ่งปัจจุบันปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ ในครอบครัว ของผู้สูงอายุนั้นพบว่า การที่บุตรหลานส่วนใหญ่ออกไปทำงานนอกบ้าน ส่งผลให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลานน้อยลงและความสัมพันธ์ในครอบครัวระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรหลานเปลี่ยนแปลงไปเป็นความสัมพันธ์แบบห่างเหินไม่ใกล้ชิดสนิทสนมและยังพบว่าปัญหาด้านความสัมพันธ์เกิดทั้งจากบุตรหลานและจากผู้สูงอายุโดยปัญหาที่เกิดจากตัวผู้สูงอายุนั้นเกิดจากผู้สูงอายุบางคนนิสัยอ่อนโยน ส่วนปัญหาที่เกิดจากบุตรหลานมักเกิดจากการที่บุตรหลานไม่ค่อยเอาใจใส่ผู้สูงอายุเท่าที่ควร ผู้สูงอายุคือผู้สูงอายุที่ได้พักอาศัยอยู่ในชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอ สันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 250 คน จากประชากรทั้งหมด 865 คน ที่มีอายุอยู่ในช่วงปลายของชีวิตผู้สูงอายุอาจแตกต่างกันไป ผู้ที่อยู่ในวัยสูงอายุ คือบุคคลที่มีอายุ 60 - 65 ปีขึ้นไป สำหรับประเทศไทย กำหนดไว้ว่าผู้สูงอายุคือบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ประเทศพัฒนาแล้วส่วนใหญ่จะมีสัดส่วนผู้สูงอายุต่อประชากรทั้งประเทศสูงกว่าประเทศกำลังพัฒนาสำหรับประเทศไทยมีสัดส่วน ของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับ

ดังนั้น ด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจในการทำวิจัยในเรื่อง การประยุกต์ใช้

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ เพราะเป็นการนำเอาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาโดยยึดเอาหลักธรรมไตรสิกขา คือ สีล สมาธิ และปัญญา เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ ให้มีสุขภาพร่างกาย ที่แข็งแรงสมบูรณ์ มีจิตใจที่ดี ไม่เป็นโรคซึมเศร้าหรือวิตกกังวลให้มีอายุยืนนาน โดยมีผู้ทรงคุณวุฒิ ที่ห้องความรู้เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาตามหลักไตรสิกขาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่และ
2. เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

ระเบียบวิธีวิจัย

การดำเนินวิจัยโดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นผู้สูงอายุชุมชนบ้านไร่ หมู่ที่ 5 ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 865 คน ซึ่งเคยได้สัมผัสถึงวิถีชีวิตของผู้สูงอายุในหมู่บ้านและได้มีโอกาสพบเห็นสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุจึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาถึงการประยุกต์ใช้หลักธรรมไตรสิกขาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ หมู่ที่ 5 ตำบลทุ่งต้อม อำเภอ สันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

1. กลุ่มตัวอย่าง เลือกประชากรและผู้ให้ข้อมูล ประชากรที่ผู้วิจัยมุ่งทำการศึกษาคือ ผู้สูงอายุที่อาศัย อยู่ในชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้ให้ข้อมูลในการศึกษาจำนวน 15 คน ซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) ผู้วิจัยเลือกจากผู้รู้ในท้องถิ่นเช่น พระสงฆ์ ผู้ใหญ่บ้าน ผู้นำชุมชน ปราชญ์ชาวบ้าน นายกเทศบาล รองนายกเทศบาล สาธารณสุขตำบล แพทย์ประจำตำบล ผู้สูงอายุ ครู พ่อบ้าน แม่บ้านและเยาวชน

2. ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary data) เป็นข้อมูลที่เป็นบุคคล วัตถุสิ่งของและสถานที่เกี่ยวข้อง ที่ผู้วิจัยได้จัดเก็บข้อมูลโดยตรงจากแหล่งข้อมูลตามที่ปรากฏในบทที่ 4 สภาพพื้นที่ศึกษา

ข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary data) เป็นข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมเอกสาร สิ่งพิมพ์ และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวกับเรื่องที่ทำการศึกษาแหล่งข้อมูลที่สำคัญได้แก่ ที่ว่าการอำเภอ สันป่าตอง เทศบาลสันป่าตอง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ห้องสมุด มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การสำรวจพื้นที่วิจัย (Survey) ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาสภาพวิถีชีวิตความเป็นอยู่ความเชื่อขนบธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรมพิธีกรรมของชุมชนเป็นต้น

การสัมภาษณ์ (Interview) โดยจะเน้นการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) กับผู้สูงอายุทั่วไปและผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) ผู้วิจัยจะใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการกับชาวบ้านขึ้นอยู่กับความสะดวกของชาวบ้าน ซึ่งอาจเป็นตามบ้านได้ถนัดบ้านตามสถานที่ทำงานหรือระหว่างที่มีเวลานั่งพักผ่อนรอการทำงานเป็นต้น

การเสวนากลุ่มย่อย (Focus Group) ผู้วิจัยได้มีการทำการเสวนากลุ่มย่อยกับประชากร โดยเน้นไปที่การสนทนากลุ่มย่อยอย่างไม่เป็นทางการกับกลุ่มย่อยที่รวมกันอยู่แล้วเช่น ออกหนังสือเชิญตัวแทนชาวบ้านหรือผู้เกี่ยวข้องมานั่งเสวนารวมกลุ่มกันช่วงวันหยุดที่วัดเพราะถือเป็นจุดรวมศูนย์กลางของชุมชนบ้านไร่ ผู้วิจัยก็จะขออนุญาตเข้าไปนั่งร่วมวงสนทนาจัดเก็บข้อมูลด้วย ซึ่งวิธีการนี้ช่วยให้ชาวบ้านไม่เกิดความรู้สึกแปลกแยกกับผู้วิจัย

การศึกษาเอกสาร (Documentary study) ได้ทำการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุตลอดจนถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นกับชุมชนบ้านไร่ในลักษณะเกี่ยวกับการสาธารณสุขบุคคลขั้นพื้นฐาน

4. การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ในการดูแลผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญาและการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวม 3 ด้าน อันประกอบไปด้วยด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านปัญญา รวมถึงผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นกรอบแนวคิดและประเด็นข้อคำถามในการสร้างแบบสัมภาษณ์

สร้างแบบสัมภาษณ์แล้วนำมาปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและแก้ไขปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษา

นำแบบสัมภาษณ์ปรับปรุงแก้ไขจากคณะอาจารย์ที่ปรึกษาไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน พิจารณาเพื่อตรวจสอบความชัดเจนของเนื้อหาและความถูกต้องของแบบสัมภาษณ์ แล้วนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาแล้วนำเครื่องมือไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อวิจัยต่อไป

5. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลด้วยตนเองมีข้อมูลหลายส่วนที่ต้องการรวบรวมข้อมูลมาประกอบกันให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัยผู้วิจัยได้ดำเนิน การรวบรวมข้อมูลเป็น 3 ระยะดังนี้

ระยะที่ 1 เริ่มสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนโดยผู้วิจัยได้แจ้งความประสงค์ให้ผู้นำหมู่บ้านทราบเพื่อขอความอนุเคราะห์เกี่ยวกับข้อมูลเบื้องต้นของชุมชนหรือบริบทชุมชน และเพื่อขออนุญาตทำการวิจัยเป็นต้น

ระยะที่ 2 เก็บข้อมูลในประเด็นที่จะศึกษา โดยกำหนดประเด็นไว้ล่วงหน้า การออกแบบสัมภาษณ์ โดยการสำรวจพื้นที่ การสัมภาษณ์เป็นต้น ทั้งเจาะลึกทั้งแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม

ระยะที่ 3 ระยะตรวจสอบข้อมูลและนำข้อมูลที่ได้มาปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษางานวิจัย เพื่อรับฟังคำแนะนำและหาแนวทางให้ได้ข้อมูลตรงตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

6. การวิเคราะห์ข้อมูล การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุตามแนวพุทธวิธีในหลักของไตรสิกขา คือ สีล สมาธิ ปัญญา กับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวม 3 ด้านอันประกอบไปด้วยด้านร่างกายด้านจิตใจและด้านปัญญา เพื่อที่จะบรรยายและอธิบายประกอบข้อเท็จจริงตลอดจนการแปลความหมายตามเนื้อหาสาระจากการรวบรวมข้อมูลตามเทคนิคของการมีส่วนร่วมอย่างใกล้ชิดจากการสัมภาษณ์ มีการจดบันทึกการถ่ายภาพกิจกรรมการสัมภาษณ์ เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์เชื่อมโยงถึงความสัมพันธ์ของข้อมูลอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างปรากฏการณ์ตลอดจนถึงการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ เพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุและพร้อมกับสิ่ง ที่ต้องการศึกษาโดยมองในบริบทขององค์รวม (Holistic) มีการอ้างอิงเปรียบเทียบข้อมูลในเอกสารงานวิจัยที่ผู้อื่นได้ศึกษาไว้กับข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากงานภาคสนามซึ่งระหว่างเขียนรายงานการวิจัยนั้นเพื่อให้งานวิจัยมีความถูกต้องสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยได้ปฏิบัติดังนี้ คือมีการตรวจสอบข้อมูลซ้ำด้วยเพื่อนำผลการวิจัยไปวิเคราะห์ความถูกต้องร่วมกับผู้สูงอายุในชุมชนอีกครั้ง

7. การวิเคราะห์ข้อมูล การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นขั้นตอนสุดท้ายของการวิจัยและผู้วิจัยดำเนินการ โดยนำข้อมูลจากผลการศึกษามาวิเคราะห์นำผลการวิเคราะห์มาเขียนเรียบเรียงโดยการบรรยายสรุปเพื่อแสวงหาองค์ความรู้ที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

วิทยานิพนธ์นี้ดำเนินการวิจัยโดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยเป็น 4 ด้านดังนี้

1. ขอบเขตด้านประชากร ได้แก่ ประชากรที่อาศัยอยู่ในชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 865 คน ซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเลือกจากผู้รู้ ในชุมชนเช่น พระสงฆ์ ผู้ใหญ่บ้าน ปราชญ์ชาวบ้าน ผู้นำชุมชน พ่อบ้านแม่บ้าน สาธารณสุขตำบล แพทย์ประจำตำบล นายกเทศบาลสันป่าตอง รองนายกเทศบาลสันป่าตอง ครู ผู้สูงอายุและเยาวชน

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

- ชั้นปฐมภูมิ (Primary data) เนื้อหาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาหรือพุทธลีลาการสอนของพระพุทธรองค์ตามหลักไตรสิกขาอันประกอบไปด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา

- ชั้นทุติยภูมิ (Secondary data) เนื้อหาด้านปัจจัยหรือสาเหตุได้กำหนดขอบเขตเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเข้าใจในหลักธรรมของผู้สูงอายุซึ่งแบ่งออก ได้เป็น 3 คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านปัญญาเป็นข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมเอกสารสิ่งพิมพ์ และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวกับเรื่องที่ทำกรวิจัยแหล่งข้อมูลที่สำคัญได้แก่ เทศบาลตำบลสันป่าตอง โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล หอสมุดมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา

3. ขอบเขตด้านพื้นที่ ได้แก่ ชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ และผู้วิจัยเอง เป็นผู้ได้อาศัยอยู่ในพื้นที่ชุมชนบ้านไร่ ได้มีโอกาสศึกษาถึงวิถีชีวิตของผู้คนในชุมชน ได้เห็นสภาพความเป็นอยู่ของชุมชน ปรากฏการณ์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับชุมชนบ้านไร่และการเป็นอยู่ ของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างต่อเนื่อง จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาถึงการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่

4. ขอบเขตด้านระยะเวลา เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เน้นศึกษาเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อให้การเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุ 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและปัญญา โดยนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิและปัญญา ผู้วิจัยจึงกำหนดระยะเวลาไว้ประมาณ 6 เดือน

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย แนวทางการดูแลผู้สูงอายุชายหรือหญิงผู้ที่มีอายุ

60 ปีขึ้นไป ในชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ โดยอาศัยผู้รู้ในชุมชนบ้านไร่ อันประกอบไปด้วย พระสงฆ์ ผู้ใหญ่บ้าน ปราชญ์ชาวบ้าน ผู้นำชุมชน พ่อบ้านแม่บ้าน สาธารณสุขตำบล แพทย์ประจำตำบล นายกเทศบาลสันป่าตอง รองนายกเทศบาลสันป่าตอง ครู ผู้สูงอายุและเยาวชน เพื่อให้ได้ข้อมูล ที่ชัดเจนยิ่งขึ้นมาประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนาตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิและปัญญา ในการดูแลสุขภาพผู้สูงวัยแบบองค์รวม 3 ด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและด้านปัญญา

ศีล คือ พื้นฐานที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสั่งสอนให้ชาวพุทธทุกคนยึดถือปฏิบัติ เป็นหลักของชีวิตในทางพระพุทธศาสนาเพื่อควบคุมความประพฤติทางกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงามมีความปกติสุขเพื่อให้เป็นกติกายกข้อห้ามที่ใช้แก้ปัญหาขั้นพื้นฐานซึ่งทำให้เกิดความสงบสุขและไม่มีการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน

สมาธิ คือ เป็นที่ตั้งมั่นแห่งจิตเช่น กิจกรรมฝึกโยคะในชุมชนบ้านไร่ ซึ่งเป็นการฝึกกำหนดลมหายใจเข้าออกแต่สมาธิในความหมายของการฝึกปฏิบัติคือการทำให้หนึ่งซึ่งต่างจากร่างกายที่ยิ่งเคลื่อนไหวยิ่งแข็งแรงแต่จิตใจนั้นตรงกันข้ามคือ จิตใจวันไหวಯ่อมอ่อนแอแต่หากหยุดนิ่งเฉยได้แล้วจะยังมีพลังเหมือนการรวมโฟกัสของแสงให้เป็นจุดเดียวกันย่อมมีพลังที่จะจุดไฟให้ติดได้

ปัญญา คือ ความรู้ทั่วถึงเหตุถึงผลรู้อย่างชัดเจนรู้เรื่องราวบาปบุญคุณโทษเช่น การรักษาศีลทั้ง 5 ข้อ ทำให้เรารู้อะไรที่ควรทำควรเว้นเป็นต้นเป็นธรรมที่คอยกำกับศรัทธาเพื่อให้อะไรประกอบด้วยเหตุผลไม่ให้หลงเชื่ออย่างมง่าย

ผลการวิจัย

การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ 3 ด้านคือ 1. ด้านศีล 2. ด้านสมาธิ และ 3. ด้านปัญญาทั้ง 3 ด้านนี้ ถูกนำไปใช้กับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ 3 ด้านคือ 1. ด้านร่างกาย 2. ด้านจิตใจ และ 3. ด้านปัญญา ผลการดำเนินงานชี้ให้เห็นว่า เมื่อผู้สูงอายุมีการประยุกต์ใช้หลักทางพุทธศาสนา คือ พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับการดูแลตนเองคือ หลักไตรสิกขา ซึ่งเป็นหลักการ ในการดูแลตนเองและระวังตนเองในเรื่องของร่างกายและจิตใจ โดยหลักของศีลช่วยให้บุคคลสำรวมระวังในเรื่องของความประพฤติทางร่างกาย วาจา ใจมีความเป็นปกติ ส่วนหลักของสมาธิช่วยให้บุคคลสำรวมพัฒนาจิตใจเพื่อเตรียมพร้อมสู่การพัฒนาปัญญารวมทั้งการดำรงชีวิตประจำวันเช่น การปรับตัวเพื่อเตรียมรับสภาพร่างกายที่เริ่มเสื่อมโทรมลงการปรับตัวยอมรับภาวะความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นการทำใจยอมรับการพลัดพราก

การสูญเสียรวมถึงการไม่เปิดเผยผู้อื่นพร้อมกับวินัยในการดำรงชีวิตเช่น การรับประทาน อาหารที่ครบหลัก 5 หมู่ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอการนอนพักผ่อนอย่างเพียงพอ

อภิปรายผล

การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุด้านร่างกาย (ศีล) การประพฤติปฏิบัติตนเองของผู้สูงอายุสิ่งสำคัญคือ การดำเนินชีวิตด้วยหลักของศีล 5 ผู้สูงอายุที่บ้านใกล้วัดหรือบางท่านไกลจากวัดก็ตามควรไปทำบุญตักบาตรรักษาศีลเจริญสมาธิภาวนา ศีลคือการควบคุมกายวาจาหากเราใช้ชีวิตอยู่ในหลักของศีลธรรมความดีชีวิตของเราที่จะอยู่เผชิญกับสิ่งแวดล้อมและชุมชนได้เป็นอย่างดี ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ (ยาจินต์ สินสุภา, 2554: 54) ศึกษาความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อการจักกิจกรรมของวัด เพื่อสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร” ความสำคัญของผู้สูงอายุกับสังคมไทยตั้งแต่ดั้งเดิมนั้นเป็นสังคมที่ยึดถือผู้สูงอายุเป็นหลักสำคัญของครอบครัวและบรรดาลูกหลานก็ให้ความเคารพนับถือผู้สูงอายุทั้งในครอบครัวและนอกครอบครัวเปรียบเสมือนปูชนียบุคคลที่เป็นแบบอย่างที่ดี

การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุด้านจิตใจ (สมาธิ) วัดคือ จุดศูนย์รวมหรือการพบปะกันในกลุ่มของผู้สูงอายุ หากผู้สูงอายุประพฤติปฏิบัติด้วยการรักษาศีลเข้าวัดปฏิบัติธรรมเพื่อให้การควบคุมอารมณ์ด้านจิตใจไม่ฟุ้งซ่าน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เมื่อได้เข้าวัดนั่งสมาธิปฏิบัติธรรมหรือได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมที่ทางวัดและชุมชนได้จัดขึ้นผู้สูงอายุจะมีสมาธิหรือจิตใจที่ดีมีความกระตือรือร้นในการทำงานมากขึ้น ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ (พรเทพ สารหงส์, 2540: 33) ซึ่งได้ศึกษาวิจัยเรื่อง พุทธจริยธรรมในการดูแลผู้สูงอายุ: ศึกษากรณีสถานสงเคราะห์คนชราวาสนะเวศม์ในพระสังฆราชูปถัมภ์จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผลการวิจัยพบว่า ผู้ดูแลผู้สูงอายุเป็นเพศหญิงทั้งหมดให้การดูแลผู้สูงอายุด้วยหลักการด้านสังคมสงเคราะห์ประกอบกับการใช้พุทธจริยธรรม

การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุด้านปัญญา (ปัญญา) การรักษาศีล เจริญสมาธิ ภาวนาเพื่อการกำหนดสภาวะจิตใจของผู้สูงอายุในการได้ฝึกประพฤติปฏิบัติตนเองอย่างสม่ำเสมอและอยากให้มิโรงเรียนผู้สูงอายุเกิดขึ้นในชุมชนให้ผู้สูงอายุได้มีการเรียนรู้ทำกิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การดูแลผู้สูงอายุในชุมชนบ้านไร่ตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาโดยการยึดเอาหลักของศีล สมาธิและปัญญาการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาตามหลักไตรสิกขา คือ ทำให้ผู้สูงอายุเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการทำงานไม่ว่าจะเป็นบ้านหรืออยู่ร่วมกันกับคนในชุมชนก็จะใช้สติปัญญาในการคิด

พิจารณาอย่างระมัดระวังมากขึ้นซึ่งสอดคล้องกับ สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช, 2541: 48-49) ได้ทรงอธิบายสรุปเรื่อง ไตรสิกขา ว่า ไตรสิกขา ได้แก่ ศีลสิกขา จิตสิกขา ปัญญาสิกขา หรือ ศีลสิกขา ศีลสมาธิ ศีลปัญญา ศีลสมาธิ ปัญญา

สรุป

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณี ผู้สูงอายุของชุมชนบ้านไร่ ตำบลทุ่งต้อม อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่” โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจตลอดถึงการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดูแลผู้สูงอายุภายในชุมชนบ้านไร่ว่า เมื่อผู้สูงอายุมีการประยุกต์ใช้หลักทางพระพุทธศาสนาคือ พระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับการดูแลตนเอง หลักไตรสิกขาประกอบด้วย ศีล สมาธิและปัญญาโดยหลักของศีลช่วยให้บุคคลสำรวมระวังในเรื่องของความประพฤติทางร่างกาย วาจา ให้มีความเป็นปกติ ผู้สูงอายุในชุมชนบ้านไร่จะสุขใจได้ต้องเริ่มที่มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา ก่อนหลังจากนั้นศรัทธา จะช่วยให้ผู้สูงอายุเจริญเมตตาและปฏิบัติธรรมนั่งสมาธิจะช่วยให้ผู้สูงอายุมีจิตใจที่สงบมากยิ่งขึ้นรวมถึงสามารถแก้ปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุให้บรรเทาลงด้วยการพัฒนาด้านปัญญาทุกสิ่งตามความเป็นจริงเกิดความเข้าใจและสามารถส่งผลให้เกิดการแก้ปัญหาที่ดีได้ มีจิตใจเป็นสุขไร้ทุกข์ ผู้สูงอายุก็จะสามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข

บรรณานุกรม

- จำนง อติวิฒนสิทธิ และคณะ. (2540). การขัดเกลาทางสังคม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ทรงธรรม สวณีย์. (2540). บทบาทของครอบครัวจะเพิ่มมากขึ้นเมื่อภาวะการณืพึ่งตนเองของผู้สูงอายุลดถอยลง. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ที่เค พรินต์ติ้ง.
- ธนพรรณ ธาณี. (2545). การก่อให้เกิดกระบวนการประชาสังคมบวร. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก. (2545). อายุยืนอย่างมีคุณค่า. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- พรเทพ สารหงส์. (2540). พุทธจริยธรรมในการดูแลผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ยาจินต์ สิ้นสุภา. (2554). ความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อการจักกิจกรรมของวัดเพื่อสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วศิน อินทสระ. (2558). หลักไตรสิกขาเป็นกระบวนการศึกษาที่มีลักษณะบูรณาการเพราะองค์ประกอบของไตรสิกขาประกอบด้วยศีล สมาธิ ปัญญา. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วิสุทธิ เพ็ญพิไล ฤทธาคณานนท์. (2541). พัฒนาการมนุษย์. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช. (2541). ไตรสิกขาว่า ไตรสิกขา ได้แก่ ศีลสิกขา จิตสิกขาปัญญาสิกขา หรือ ศีลสิกขา ศีลสิกขาจิต ศีลสิกขาปัญญา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- เสถียรพงษ์ วรรณปก. (2550). การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาประยุกต์เข้ากับชีวิตประจำวันเพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเองและสังคมได้แก่หลักไตรสิกขา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.