

การส่งเสริมความผาสุกดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตามหลักพุทธธรรม
Promoting Well-Being and Caring for the Elderly in the Family
According to Buddhist Principles

บุญญาพร ธนัชชาลัย
สโมสรไลออนส์ศรีประจักษ์ อุดรธานี
Buyabon Thanatchawalai
Lions Club Udonthani Sri-Prajak
Email: buyapornt@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการส่งเสริมความผาสุกดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตามหลักพุทธธรรม ความผาสุกทางใจมีความสำคัญต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การสนับสนุนต่อสิทธิและประโยชน์ของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและตามบทบัญญัติของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย และความสัมพันธ์สังคมในการดำรงชีวิตตามหลักพุทธธรรม หลักภavana 4 ประกอบด้วย กายภavana การพัฒนาด้านร่างกาย สีลภavana การพัฒนาด้านพฤติกรรม จิตภavana การพัฒนาด้านจิตใจ ปัญญาภavana การพัฒนาด้านปัญญา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุให้ดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเพื่อให้การดำเนินงานเกี่ยวกับการคุ้มครองดูแล การส่งเสริมและการสนับสนุนต่อสิทธิและประโยชน์ของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับบทบัญญัติของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย นำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์เป็นแนวทางการพัฒนาการส่งเสริมความผาสุกและการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว

คำสำคัญ: การส่งเสริมความผาสุก; ผู้สูงอายุ; หลักพุทธธรรม

* ได้รับบทความ: 29 กันยายน 2566; แก้ไขบทความ: 15 มีนาคม 2567; ตอรับตีพิมพ์: 19 มีนาคม 2567

Received: 29 September 2023; Revised: 15 March 2024; Accepted: 19 March 2024

Abstract

The purpose of this academic article is to study the promotion of well-being and care for the elderly in the family according to Buddhist principles. Mental well-being is important to the quality of life of the elderly. Supporting the rights and benefits of the elderly is effective and in accordance with the provisions of the Constitution of the Kingdom of Thailand. and social relations in living according to the principles of Buddhism. The 4 principles of meditation include body meditation, physical development, spiritual meditation, behavioral development, mental meditation, mental development, wisdom meditation, intellectual development. It is a tool for improving the health of the elderly so that they can live effectively in society and to carry out operations related to protection and care Promoting and supporting the rights and benefits of the elderly is effective and consistent with the provisions of the Constitution of the Kingdom of Thailand. Apply the principles of Buddhism as a guideline for developing, promoting well-being and caring for the elderly in the family.

Keywords: Promoting Well-being; Elderly People; Principles of Buddhism

บทนำ

ในสังคมโลกปัจจุบัน สถานการณ์ประชากรกำลังเป็นที่ได้รับความสนใจ โดยเฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องโครงสร้างประชากรที่กำลังมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นสังคมเข้าสู่ "สังคมผู้สูงอายุ" (Aging Society) สังคมไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรครั้งสำคัญ กำลังประสบปัญหาระดับชาติสถานะผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างมาก ประเทศไทยจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ในปี 2567 เมื่อประชากร อายุ 60 ปี ขึ้นไปมีสัดส่วนมากกว่าร้อยละ 20 (ปัทมา ยมศิริ และคณะ, 2563 : 218) การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุในภาพรวม ทุกภาคส่วนจึงต้องทำงานร่วมกันอย่างบูรณาการ เพื่อรับนโยบายด้านผู้สูงอายุไปสู่การปฏิบัติอย่างแท้จริง ข้อมูลผลการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุจากทุกภาคส่วนที่มีผลการดำเนินงานนั้น ไม่สามารถแสดงให้เห็นผลการดำเนินงานที่เป็นปัจจุบันได้ จึงส่งผลต่อการประเมินสถานการณ์และการกำหนดนโยบายในระดับต่าง ๆ (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงมนุษย์, 2561 : 34) ตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 เป็นผู้ซึ่งเริ่มได้รับสิทธิจากทางราชการ เช่น อายุเกษียณของข้าราชการ หรืออายุที่เริ่มได้รับเบี้ยยังชีพ อย่างไรก็ตาม การกำหนดอายุที่ 60 ปีนี้ไม่ได้เป็นเกณฑ์หรือข้อตกลงที่เป็นสากล มีความแตกต่างกันไปในแต่ละประเทศ

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุได้ถูกตราขึ้นมาด้วยเหตุผลหลักเนื่องจากรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2540 มาตรา 54 ที่ให้อยู่ในขณะนั้นได้กำหนดเกี่ยวกับสิทธิผู้สูงอายุให้มีสิทธิได้รับความช่วยเหลือจากรัฐ ทั้งนี้ เพื่อให้เป็นไปตามที่กฎหมายบัญญัติและเพื่อให้ได้กฎหมายที่ครอบคลุมทุกด้านสำหรับผู้สูงอายุ ดังนั้นเพื่อให้การดำเนินงานเกี่ยวกับการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนต่อสิทธิและประโยชน์ของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับบทบัญญัติของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย จึงได้มีการตราพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 นี้ขึ้น แต่ต่อมาพระราชบัญญัตินี้ได้ถูกนำแก้ไขเพิ่มเติมเพื่อให้เกิดความเหมาะสมโดยพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2553 ซึ่งได้มีการให้ยกเลิกความในพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 บางส่วน กล่าวคือ

เนื่องจากอัตราการเกิดของเด็กทารกมีจำนวนน้อยลง ผู้คนในยุคปัจจุบันมีทัศนคติที่เปลี่ยนไปจากเดิม กล่าวคือ ผู้คนในปัจจุบันนิยมอยู่เป็นโสดมากยิ่งขึ้นเนื่องจากผู้หญิงมีความสามารถในการหาเลี้ยงตนเองได้มากขึ้น หรือแม้แต่ผู้ที่มีครอบครัวก็มักจะนิยมมีลูกเพียง 1 – 2 คน เท่านั้น ในปี 2565 จำนวน 595,965 คน (กรุงเทพมหานคร, 14 มีนาคม 2566) ส่วนอัตราการเจริญพันธุ์รวม (Total Fertility Rate) หรือจำนวนบุตรโดยเฉลี่ยของผู้หญิง 1 คน ลดลงเหลือเพียง 1.08 ซึ่งต่ำกว่าที่เหมาะสมหรือระดับทดแทนคือ 2.1 และมีแนวโน้มที่จะลดลงต่อเนื่อง ในการเทียบอัตราส่วนที่เกิด เด็กอายุ 0-14 ปี เหลือเพียง 1 ล้านคน ขณะที่ผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 65 ปี จะเพิ่มขึ้นจาก 8 ล้านคน เป็น 18 ล้านคน ทำให้เกิดช่องว่างระหว่างจำนวนประชากรมากขึ้นทำให้เกิดปัญหาการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งแตกต่างจากในอดีตที่คนนิยมมีลูกจำนวนมาก เพราะมีความเชื่อว่า เมื่อมีลูกจำนวนมากจะช่วยกันทำมาหาเลี้ยงครอบครัว นอกจากนั้นแล้วเทคโนโลยีทางการแพทย์ในปัจจุบันที่มีการวิวัฒนาการก้าวไกลมากยังมีส่วนทำให้ผู้คนในปัจจุบันมีอายุที่ยืนยาวมากยิ่งขึ้นด้วย ดังนั้นเพื่อเป็นการเตรียมการรองรับกับสภาพสังคมที่จะเป็นสังคมผู้สูงอายุ ประเทศไทยจึงมีความจำเป็นที่จะต้องเตรียมพร้อมรับมือกับสภาพสังคมดังกล่าวในทุกๆ ด้านของผู้สูงอายุ เช่น ด้านสวัสดิการสังคม การอำนวยความสะดวกสิ่งต่าง ๆ ในที่สาธารณะ ด้านการแพทย์ รวมทั้งยังควรมีกฎหมายที่มีความเหมาะสมเพื่อเตรียมการรองรับครอบครัวผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม เป็นความรู้สึกส่วนลึกภายในจิตใจของบุคคลที่แสดงถึงภาวะสงบ เป็นสุข มีความเข้มแข็งในจิตใจยอมรับความจริง มีเป้าหมายในชีวิต มีความหวัง ยอมรับ และพึงพอใจในสิ่งที่เป็นอย่างนี้ รู้สึกรับรู้ในความสัมพันธ์กับสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือสิ่งที่ตนยึดเหนี่ยว จิตวิญญาณ จะเป็นผู้ที่ใช้สติ และจิตสำนึกในการพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้น ยอมรับในสิ่งที่เป็นอย่างนี้ มองเห็นชีวิตตนเองมีคุณค่าและสามารถยอมรับความจริงของสภาพร่างกายที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ เป็นผู้ที่เห็นความหมายและเป้าหมายในชีวิต

โดยนำหลักธรรมภาวนา 4 ประกอบด้วย กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา ปัญญาภาวนา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุให้ดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผลต่อสุขภาพทางกาย ทางจิต ครอบครัวเกิดความผาสุก มีความตระหนักรู้ในตนเอง และสามารถควบคุมจัดการ

กับตนเองในด้านต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม เปิดใจกว้างยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นมากขึ้น เกิดประโยชน์ต่อผู้นำหลักพุทธธรรมไปปฏิบัติและสามารถการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

ความหมายของผู้สูงอายุ

ความหมายของผู้สูงอายุ คำว่าผู้สูงอายุ เป็นคำสรรพนามที่ใช้เรียกผู้ที่มีอายุมากในภาษาไทยมีวิธีเรียกด้วยคำต่าง ๆ เช่น เรียกว่า "คนชรา" การเรียกโดยการใช้ลักษณะทางกายภาพ "สังขาร" เป็นเกณฑ์ ส่วนกรณีที่เรียกว่า "ผู้อาวุโส" เป็นการเรียกโดยนำเอาสถานภาพทางราชการที่มากกว่าหรือสูงอายุ พรรษาที่บวชมานานกว่าเป็นเกณฑ์ในการเรียก เช่นเดียวกับกรณีของภาษาอังกฤษที่มีวิธีเรียกผู้ที่มีอายุมากแตกต่างกันไป เช่น เรียกว่า aging, elderly, older person, senior citizen ดังนั้น สมัชชาโลกขององค์การสหประชาชาติจึงกำหนดไว้ให้ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นผู้สูงอายุและเรียกว่า the elderly เพื่อให้เป็นการสื่อให้เหมือนกัน ส่วนประเทศไทยได้บัญญัติศัพท์ว่า "ผู้สูงอายุ" เพื่อใช้เป็นสรรพนามเรียกผู้ที่มีอายุมาก ๆ (สิริหทัย มูลนิธิ, 2551 : 7) ส่วนเกณฑ์การกำหนดความสูงอายุนั้นขึ้นอยู่กับสภาพที่แตกต่างกันไปตามแต่ละสังคม และในการกำหนดเกณฑ์เข้าสู่วัยสูงอายุ การให้ความหมายหรือการกำหนดว่าบุคคลจะเข้าสู่วัยสูงอายุเมื่อใดขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายด้าน เช่น สภาพทางสังคม กฎหมาย และประเพณีปฏิบัติของแต่ละประเทศที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ มีผู้ให้ความหมายของผู้สูงอายุและการจัดว่าบุคคลเข้าสู่วัยสูงอายุหรือไม่ ไว้ดังนี้ 1) องค์การอนามัยโลก (สรวงชัย อยู่สาโก, 2550) แบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่ม คือ ผู้สูงอายุระยะต้น อยู่ระหว่าง 60 – 74 ปี, ผู้สูงอายุระยะกลาง อยู่ระหว่าง 75–89 ปี และผู้สูงอายุระยะสุดท้าย อายุ 90 ปีขึ้นไป 2) พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 กำหนดว่าผู้สูงอายุเริ่มเมื่ออายุเท่าใดนั้นขึ้นอยู่กับความแตกต่างกันในแต่ละสังคม สำหรับสังคมไทยนั้นกำหนดว่าผู้สูงอายุ หมายถึงบุคคลที่มีสัญชาติไทยและมีอายุตั้งแต่ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป 3) สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ (กระทรวงสาธารณสุข, 2551) แบ่งผู้สูงอายุเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มอายุ 60-69 ปี, กลุ่มอายุ 70-79 ปี และกลุ่มอายุ 80 ปีขึ้นไป

การสนับสนุนทางสังคมผู้สูงอายุ

การสนับสนุนทางสังคมมีแนวคิดที่มีซับซ้อนและหลากหลาย องค์ประกอบของการสนับสนุนทางสังคมเป็นสิ่งที่แสดงถึงการช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ ที่บุคคลต้องการได้รับจากแหล่งต่าง ๆ นักวิชาการจึงได้กำหนดความหมายและองค์ประกอบไว้อย่างหลากหลาย เช่น ไวส์ (Weiss, 1974) อธิบายการสนับสนุนทางสังคมว่าเป็นการรับรู้ของบุคคลในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นหรือได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือประคับประคองจากสมาชิกในสังคม มีการให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ตามความต้องการของบุคคลทำให้มีความรู้สึกพึงพอใจ และไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ประกอบด้วยการสนับสนุนทางสังคม 5 ด้าน 1) การได้รับคำแนะนำ (guidance) คือ การแนะนำ หรือการให้ข้อมูล ที่เกี่ยวข้องกับความต้องการของบุคคลนั้น เช่น

ข้อมูลด้านสุขภาพ คำแนะนำในการปฏิบัติพฤติกรรมให้สอดคล้องกับภาวะสุขภาพ 2) การรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง (reassurance of worth) คือ การรับรู้ถึงความสามารถ ทักษะ และคุณค่าของตนเอง 3) การได้ช่วยเหลือประโยชน์แก่บุคคลอื่น (opportunity for nurturance) คือ การที่บุคคลได้มีโอกาสอบรมเลี้ยงดูผู้อื่น ให้การช่วยเหลือผู้อื่น ส่งผลให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่าตนเป็นที่ต้องการของบุคคลอื่น 4) ความรู้สึกผูกพันใกล้ชิด (attachment) คือ ความรู้สึกสนิทสนมกับบุคคลอื่นในสังคม ทำให้บุคคลรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ซึ่งความผูกพันใกล้ชิดสามารถพบได้ในคู่สมรส สมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อน 5) การรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (social integration) คือ ความรู้สึกของบุคคลที่มีความสนใจในกิจกรรมต่าง ๆ และได้ร่วมปฏิบัติกิจกรรมนั้น ๆ ในสังคม (คอบบ์ Cobb, 1976) ให้ความหมายของการสนับสนุนว่าเป็นการให้ข้อมูล ทำให้บุคคลเชื่อว่าตนเองได้รับความรัก เอาใจใส่ รับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ 1) การสนับสนุนด้านอารมณ์ (emotional support) เป็นการช่วยเหลือทำให้บุคคลได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่ มีความผูกพันต่อกัน มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน 2) การสนับสนุนด้านการยอมรับและเห็นคุณค่า (esteem support) เป็นการช่วยเหลือทำให้บุคคลรับรู้ว่ามีคุณค่า ได้รับการยอมรับและความเคารพนับถือ ซึ่งบุคคลจะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง 3) การสนับสนุนด้านการเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายความผูกพันระหว่างบุคคล (support for belonging to a network of mutual obligation) เป็นข้อมูลที่บุคคลนำมาแสดง แลกเปลี่ยน แบ่งปันภายในสังคม ทำให้เกิดความผูกพันซึ่งกันและกัน เกิดการช่วยเหลือทางสังคม และสมาชิกในสังคมรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม เช่น การสอบถามเรื่องราว ความเป็นอยู่ของบุคคลในสังคม การเข้าถึงการบริการในสังคม การให้ข้อมูลเพื่อความปลอดภัย การให้ข้อมูลด้านสุขภาพ และแหล่งให้การช่วยเหลือเมื่อเกิดการเจ็บป่วย หรือเหตุฉุกเฉิน เป็นต้น เฮาส์ (House, 1981) ได้ให้ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมว่าเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทำให้เกิดความรัก ความห่วงใย และความไว้วางใจ ทำให้บุคคลได้รับความช่วยเหลือในด้านต่างๆ จากบุคคลอื่นประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านอารมณ์ (emotional support) เป็นการให้การเอาใจใส่ ให้การดูแล ให้ความรัก และให้ความไว้วางใจ ทำให้บุคคลรู้สึกได้รับความห่วงใย ซึ่งหากบุคคลได้รับการสนับสนุนด้านอารมณ์นี้จะส่งผลดีต่อภาวะสุขภาพและลดความเครียดลงได้ 2) ด้านการประเมินค่า (appraisal support) เป็นการให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อนำไปประเมินตนเอง ทำให้บุคคลเกิดความมั่นใจ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า โดยการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น 3) ด้านข้อมูลข่าวสาร (informational support) เป็นการให้ข้อมูล ข้อเสนอแนะแก่บุคคล ทำให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารนี้หากไม่ได้ให้การช่วยเหลือโดยตรงก็สามารถให้ข้อมูลเพื่อให้ผู้อื่นช่วยเหลือแทนได้ เช่น การแจ้งข่าวเรื่องตำแหน่งที่ว่างงานให้แก่บุคคลที่ตกงาน การสอนหรือการฝึกอาชีพ เป็นต้น 4) ด้านทรัพยากร (instrumental support) เป็นการช่วยเหลือโดยจะเห็นรูปธรรมโดยตรง ซึ่งจะแตกต่างจากการสนับสนุนด้านอารมณ์ เช่น การช่วยเหลือผู้อื่นในการทำงาน การใช้แรงงาน การให้การดูแลรักษา การให้สิ่งของ การเงิน เป็นต้น

ผู้เขียนเห็นว่าการสนับสนุนทางสังคมมีแนวทางหลากหลาย และเป็นสิ่งที่แสดงถึงการช่วยเหลือในวิธีการต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุต้องการมีในการดำเนินชีวิตให้เกิดความปกติสุข และทำให้คนสังคมมีความเข้าใจได้ว่าผู้สูงอายุต้องการการดูแล การสนับสนุนทางสังคม การปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทำให้เกิดความรัก ความห่วงใย และความไว้วางใจ เกิดการช่วยเหลือในส่วนที่ผู้สูงอายุไม่สามารถทำได้เอง เป็นต้น

การคุ้มครองดูแลผู้สูงอายุตามกฎหมาย

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุได้ถูกตราขึ้นมาด้วยเหตุผลหลักเนื่องจากรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2540 มาตรา 54 ที่ใช้อยู่ในขณะนั้นได้กำหนดเกี่ยวกับสิทธิผู้สูงอายุให้มีสิทธิได้รับความช่วยเหลือจากรัฐ ทั้งนี้ เพื่อให้เป็นไปตามที่กฎหมายบัญญัติและเพื่อให้ได้กฎหมายที่ครอบคลุมทุกด้านสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้การดำเนินงานเกี่ยวกับการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนต่อสิทธิและประโยชน์ของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและสอดคล้องกับบทบัญญัติของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย จึงได้มีการตราพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 นี้ขึ้น แต่ต่อมาพระราชบัญญัตินี้ ได้ถูกนำแก้ไขเพิ่มเติมเพื่อให้เกิดความเหมาะสมโดยพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2553 ซึ่งได้มีการให้ยกเลิกความในพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 บางส่วน คือ มาตรา 3 ได้บัญญัติไว้ว่า “ให้ยกเลิกความใน (5) ของมาตรา 9 แห่งพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 และให้ใช้ความต่อไปนี้แทน “(5) กำหนดระเบียบเกี่ยวกับการพิจารณาอนุมัติการจ่ายเงินเพื่อการคุ้มครอง การส่งเสริม การสนับสนุน และการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุตามมาตรา 20 (2)” มาตรา 4 ให้ยกเลิกความใน (11) ของมาตรา 11 แห่งพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 และให้ใช้ความต่อไปนี้แทน “(11) การจ่ายเงินเบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม” มาตรา 5 ให้ยกเลิกความใน (2) ของมาตรา 20 แห่งพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 และให้ใช้ความต่อไปนี้แทน “(2) พิจารณาอนุมัติการจ่ายเงินเพื่อการคุ้มครอง การส่งเสริม การสนับสนุน และการจัดสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ ทั้งนี้ ตามระเบียบที่คณะกรรมการกำหนด”

ซึ่งพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 นั้นได้ประกาศในราชกิจจานุเบกษาโดยมีผลใช้บังคับโดยมาตรา 11 บัญญัติว่าผู้สูงอายุมีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริมและการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ ดังนี้ 1) การบริการทางการแพทย์และการสาธารณสุขที่จัดไว้โดยให้ความสะดวกและรวดเร็วแก่ผู้สูงอายุ เป็นกรณีพิเศษ 2) การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต 3) การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม 4) การพัฒนาตนเอง และมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน 5) การอำนวยความสะดวก และความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือการบริการสาธารณะอื่นแต่วันที่ 1 มกราคม 2547 เป็นต้นไป และเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลคุ้มครองอย่างชอบธรรมตามกฎหมายของผู้สูงอายุ ตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทยกำหนดไว้ เพื่อให้บุคคลผู้ที่ดูแลผู้สูงอายุได้เข้าใจหลักการปฏิบัติที่ถูกต้อง และผู้สูงอายุสามารถการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขในครอบครัวและสังคม

การเสริมสร้างตามหลักพุทธธรรมสำหรับผู้สูงอายุ

การเสริมสร้างตามหลักพุทธธรรมสำหรับผู้สูงอายุ คือ การเพิ่มคุณสมบัติของบุคคล หรือเป็นการเพิ่มคุณค่าของบุคคล ด้วยการพัฒนาตนให้เป็นผู้มี กาย ศีล จิต และปัญญาที่เจริญแล้วหรือฝึกอบรมแล้ว เป็นผู้ควรค่าแก่การบูชา (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : 59) การปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าตรัสในคำสอนของพระพุทธองค์เองเพื่อใช้เป็นคุณสมบัติของบุคคลท่านไว้ว่า ภาวิตกาโย ภาวิตสีโล ภาวิตจิตโต ภาวิตปัญญา คือ คำว่าภาวณา เวลาใช้เป็นคุณศัพท์ เป็นภาวิตกาโยผู้มีกายที่เจริญแล้วหรือฝึกอบรมแล้ว ภาวิตสีโลผู้มีศีลที่ฝึกอบรมแล้วหรือเจริญแล้ว ภาวิตจิตโตผู้มีจิตที่เจริญแล้วหรือมีจิตที่ฝึกอบรมแล้ว ภาวิตปัญญาผู้มีปัญญาที่เจริญแล้วหรือปัญญาที่ฝึกอบรมแล้ว ถ้าเป็นคำนาม 4 อันนี้ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2540 : 51) คือ 1) กายภาวณา คนเป็นภาวิตกาโย ตัวการกระทำเป็นกายภาวณา 2) ศีลภาวณา คนเป็นภาวิตสีโล ตัวการกระทำเป็นจิตภาวณา 3) จิตภาวณา คนเป็นภาวิตจิตโต ตัวการกระทำเป็นจิตภาวณา 4) ปัญญาภาวณา คนเป็นภาวิตปัญญา ตัวการกระทำเป็นปัญญาภาวณา

กายภาวณา การพัฒนากาย การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพเป็นการฝึกอบรมกาย ให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพในทางที่เกื้อกูล โดยการปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างมีสติ มิให้เกิดโทษ แต่ให้เป็นคุณหรือเป็นไปในทางเกื้อกูล ประกอบด้วย การรู้จักใช้อินทรีย์ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ด้วยปัญญา นอกจากนี้ยังเป็นการรู้จักบริโภคปัจจัย 4 และสิ่งของเครื่องใช้ตลอดจนเทคโนโลยี ให้ได้ตรงตามคุณค่าที่แท้จริง ไม่ลุ่มหลงมัวเมา ไม่ประมาทขาดสติ (พระพรหมคุณาภรณ์, ป.อ.ปยุตฺโต, 2540 : 235) ความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวในทางเกื้อกูล ไม่ใช่กำลังทางกาย บังคับกับคนในครอบครัวและผู้อื่น เป็นการปฏิบัติให้เกิดความสุขและความเข้าใจ

ศีลภาวณา คำว่า ศีล (สัน) ข้อบัญญัติทางพระพุทธศาสนาที่กำหนดการปฏิบัติกายและวาจา เช่น ศีล 5 ศีล 8, การรักษากายวาจาให้เรียบร้อย เป็นธรรมข้อ 1 ในทศพิธ ราชธรรม (ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2542 : 1103) และการพัฒนาศีล การพัฒนาความสัมพันธ์ทางสังคม เป็นการฝึกอบรมด้านพฤติกรรมให้มีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม มีพฤติกรรมที่ดีงามในความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ โดยตั้งอยู่ในวินัย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2557 : 264) ผู้พฤติกรรมตนด้วยศีลที่ดีงามย่อมมีความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ก่อให้ความสงบสุขในครอบครัวและสังคมได้

จิตภาวณา การพัฒนาจิตใจ จิตใจมีองค์ประกอบสำคัญคือ เจตจำนงหรือเจตนา ที่เป็นตัวกำหนดหรือกำกับจิตใจ โดยจะเป็นตัวเชื่อมโยงจิตใจออกมาสู่การสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และเจตนาหรือเจตจำนง จะทำงานไปอย่างไรนั้นจะมีแรงจูงใจเป็นตัวชักนำและแรงจูงใจจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับคุณสมบัติของตัวปรุงแต่งที่อยู่เบื้องหลังในจิตใจ คุณสมบัติดังกล่าวมีมากมาย เรียกว่าเจตสิก มีทั้งที่ดีและที่ชั่ว

บุญหรือบาป กุศลหรืออกุศล เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความหวง ความริษยา ศรัทธา เมตตา กรุณา สติ ปัญญา เป็นต้น เป็นตัวที่มาปรุงแต่งเจตนา และเจตนา ก็จะแสดงตัวออกมาทางทวาร คือ ทางกาย ทางวาจา และทางใจ (พระพรหมคุณาภรณ์, ป.อ.ปยุตโต, 2557 : 53) การฝึกจิตใจย่อมทำให้ จิตมีความละเอียดอ่อนและมีสติในการพิจารณา เป็นผู้ไม่ค่อยมีความโกรธง่าย ๆ ใจเย็นมีความสุข และ อ่อนโยนต่อบุคคลในครอบครัวและผู้อื่นเป็นอย่างดี

ปัญญาภาวนา คำว่า ปัญญา หมายถึง ความรู้ทั่ว ปรัชชาหยั่งรู้เหตุผล ความรู้เข้าใจชัดเจน ความรู้ เข้าใจยังแยกได้ในเหตุผล ดีชั่ว คุณโทษ ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์ เป็นต้น และรู้ที่จะจัดแจง จัดสรร จัดการ ดำเนินการ ทำให้ผล ล่วงพ้นปัญหา ความรอบรู้ในกองสังขารมองเห็นตามความเป็นจริง (พระพรหม คุณาภรณ์, ป.อ.ปยุตโต, 2557 : 228) เป็นผู้มีความรู้เข้าใจบุคคลในครอบครัวอย่างแท้จริง ว่าควรปฏิบัติ ต่อผู้อื่นอย่างไรจะทำให้เกิดความผาสุกในครอบครัว เป็นหลักการเสริมสร้างตามหลักพุทธธรรมสำหรับผู้สูงอายุให้มีการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีงาม

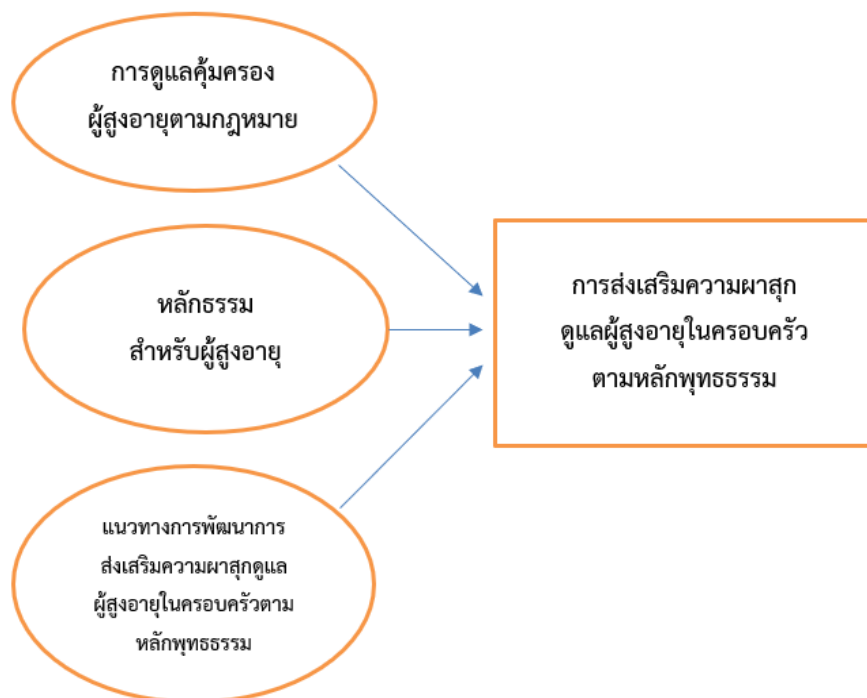
แนวทางการพัฒนาการส่งเสริมความผาสุกและการดูแลผู้สูงอายุ

ในส่วนพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 จะต้องคุ้มครองดูแลตามที่กฎหมายได้กำหนดไว้ โดยชอบธรรมเพื่อให้มีประสิทธิภาพ ในการดูแลผู้สูงอายุได้อย่างทั่วถึงครบถ้วนเสมอภาค และการเสริมสร้างความผาสุกและการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตามหลักพุทธธรรม เมื่อนำหลักภาวนา 4 มาเป็นหลักในการ เสริมสร้างความสุขทำให้เกิดความสุขที่ยั่งยืนของผู้สูงอายุ เริ่มจากการพัฒนากายเพื่อให้สุขภาพแข็งแรง การพัฒนาศีล เพื่อให้มีพฤติกรรมที่ปกติ ตลอดจนการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข พัฒนาสมาธิ ให้มองโลกในแง่ดี มองโลกด้วยสัมมาทิฐิ ตามความเป็นจริง ครอบครัวมีความรัก มีความเมตตาต่อกัน มีความสุข (พระมหาเชาวฤทธิ์ ทรัพย์สวัสดิ์ นรินโท, และคณะ 2562) เป็นหลักการพัฒนาบุคคล โดยมีกรอบแห่งการพัฒนา 4 ประการ คือ การพัฒนาตนเองให้มีสติตั้งอยู่ในความไม่ประมาท การทำตน ให้ตั้งอยู่ในกรอบระเบียบข้อประพฤติที่ดีงามของสังคม การอบรมจิตของตนให้มีความผ่องใส การพัฒนา ปัญญา ให้เป็นผู้มีเหตุมีผล การทำตนให้ตั้งอยู่ในกรอบระเบียบข้อประพฤติที่ดีงามของสังคม การอบรมจิต ของตนให้มีความผ่องใส การพัฒนาปัญญา ให้เป็นผู้มีเหตุมีผล หลักภาวนา 4 นี้ เป็นหลักการพัฒนาตนเอง ในการดำเนินชีวิตประจำวันและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข บริบทวิถีการดำเนินชีวิตของ ผู้สูงอายุ สร้างความสัมพันธ์ที่ดีทางสังคม การรู้จักประมาณตน การใช้ชีวิตที่ดีงาม ผู้สูงอายุปฏิบัติตน ตามหลักศีลธรรมในพระพุทธศาสนาและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

สรุป

การเสริมสร้างความผาสุกของผู้สูงอายุในครอบครัวตามหลักพุทธธรรมในหลักธรรมภาวนา 4 ประกอบด้วย กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา ปัญญาภาวนา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุให้ดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีผลดีต่อสุขภาพทางกาย ทางจิต เป็นหลักในการเสริมสร้างความสุขทำให้เกิดความสุขที่ยั่งยืนของผู้สูงอายุ ถึงแม้ประเทศจะมีผู้สูงอายุมากขึ้น และหลักกฎหมายพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 กำหนดการคุ้มครองและดูแลผู้สูงอายุ ในสิทธิประโยชน์เพื่อการปฏิบัติที่ดีงาม หลักของความชอบธรรม ความเสมอภาค การปฏิบัติตามหน้าที่ในการดูแลผู้สูงอายุของตนเองให้ดี ใช้แนวทางตามหลักพุทธธรรมมาพัฒนาชีวิต เพื่อให้เกิดความสงบและความผาสุกในครอบครัวที่มีผู้สูงอายุ

องค์ความรู้ใหม่



ภาพที่ 1 แนวคิดการส่งเสริมความผาสุกดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวตามหลักพุทธธรรม

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงมนุษย์. (2561). ยุทธศาสตร์กรมกิจการผู้สูงอายุ 20 ปี พ.ศ. 2561-2580. กรุงเทพฯ: สามลดา.
- กรุงเทพธุรกิจ. (2567). วิฤตเด็กเกิดน้อยสูงวัยพุ่งส่งผลกระทบประเทศ. สืบค้นเมื่อ 14 มีนาคม 2567, จาก <https://www.bangkokbiznews.com/health/well-being/1115919>.
- ปัทมา ยมศิริ และคณะ. (2563). การบูรณาการพัฒนาคูณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564). วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ, 5(9), 216-229.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2540). พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2551). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. กรุงเทพฯ: เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2557). สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ. (พิมพ์ครั้งที่ 33). กรุงเทพฯ: ผลิธัมม์.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2558). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 31). กรุงเทพฯ: ผลิธัมม์.
- พระมหาเชาวฤทธิ์ ทรัพย์สวัสดิ์ นรินโท และคณะ. (2562). การศึกษาแนวทางการพัฒนาคูณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักภาวนา 4 กรณศึกษา : ผู้สูงอายุบ้านห้วยหอย ตำบลธาตุทอง อำเภอกู่เขียว จังหวัดชัยภูมิ. (รายงานการวิจัย). ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542. กรุงเทพฯ: บริษัท นานมีบุคส์พับลิเคชั่นส์ จำกัด.
- สิริหทัย มุลวนิชย์. (2551). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความว่าเหวของผู้สูงอายุในชมรมวชิรพยาบาล. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. American Psychologist, 12, 117-124.

- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- House, J. S. (1981). Work stress and social support. Reading, Mass: Addison-Wesley.
- Schaefer, C., Coyne, J. C., & Lazarus, R. S. (1981). The health-related functions of social support. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(4), 381-405.
- Weiss, R. (1974). The provision of social relationship. In R. Zick (Ed.), *Doing unto others* (pp. 17-26). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.