

การพัฒนาผู้สูงอายุเพื่อความเป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์
ของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู
The Development of Elderly Well-Being Based on Buddhist Ethics at Wat
Sai Thong, Nong Wa Subdistrict, Mueang District,
Nong Bua Lamphu Province

พระมหาธมพัฒน์ ถาวรรธมโม (นามดี)¹ และ สุวิน ทองปั้น²
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น^{1,2}
Phramaha Thamaphat Thawarathammo (Namdee)¹ and Suwin Thongpan²
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Khon Kaen Campus^{1,2}
Corresponding Author, Email: Suwin.thong@mcu.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพผู้สูงอายุของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู 2) ศึกษาหลักพุทธจริยศาสตร์ที่ใช้พัฒนาผู้สูงอายุให้มีความสุข และ 3) พัฒนาผู้สูงอายุให้เป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกตพฤติกรรมเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ พระสงฆ์ จำนวน 5 รูป ผู้สูงอายุ จำนวน 15 คน และบุคลากรทางการแพทย์ จำนวน 5 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการพรรณนาวิเคราะห์

ผลการวิจัยพบว่า

1) สภาพผู้สูงอายุของวัดสายทองประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ (1) สภาพการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ 4 มิติ คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านปัญญา (2) สภาพปัญหาของผู้สูงอายุใน 4 มิติเดียวกัน และ (3) ความต้องการของผู้สูงอายุ 3 ด้าน ได้แก่ ความต้องการด้านปัจจัยพื้นฐานความปลอดภัย และการได้รับการยอมรับนับถือ 2) หลักพุทธจริยศาสตร์ที่ใช้พัฒนาผู้สูงอายุให้มีความสุขประกอบด้วย 4 ด้าน คือ ด้านกายภาพ ได้แก่ กายภาวนา สัปปายการี สัปปายะ มัตตัญญูตา ปณิตโกติ และกาลจารี ด้านจิตใจ ได้แก่ จิตตภาวนาและพรหมจรรย์ ด้านสังคม ได้แก่ ศีลภาวนาและสังคหวัตถุ 4 และด้านปัญญา ได้แก่ ปัญญาภาวนาและพรหมวิหาร 4 และ 3) การพัฒนาผู้สูงอายุให้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ดำเนินการผ่าน 4 กิจกรรม ได้แก่ การไหว้พระรับศีลและถวายสังฆทาน การทำวัตร

* ได้รับบทความ: 20 มีนาคม 2568; แก้ไขบทความ: 21 มิถุนายน 2568; ตอรับตีพิมพ์: 30 มิถุนายน 2568

สวดมนต์ การฟังพระธรรมเทศนา และการปฏิบัติธรรมแผ่เมตตา ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมการดูแล สุขภาพกายที่เหมาะสม มีความเข้มแข็งทางจิตใจ สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างสันติสุข และมีความ สามารถในการใช้ปัญญาแก้ไขปัญหาอย่างมีเหตุผล

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ; พุทธจริยศาสตร์; ความสุข; การพัฒนาผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this research were: 1) to investigate the conditions of the elderly at Saithong Temple, Nong Wa Subdistrict, Mueang District, Nong Bua Lamphu Province; 2) to study the Buddhist ethical principles used to promote happiness among the elderly; and 3) to develop a model for enhancing the happiness of the elderly based on Buddhist ethics at Saithong Temple. This study employed a qualitative research methodology. Research instruments included in-depth interviews and behavioral observation forms. Key informants consisted of 5 monks, 15 elderly persons, and 5 healthcare personnel. Data were analyzed using descriptive analysis.

The findings revealed that:

1) the conditions of the elderly at Saithong Temple comprised three aspects: (1) age-related changes in four dimensions, namely physical, mental, social, and intellectual; (2) problems encountered by the elderly in the same four dimensions; and (3) needs of the elderly in three areas, including basic necessities, safety, and social esteem.

2) The Buddhist ethical principles used to promote happiness among the elderly consisted of four dimensions: physical health care, including *Kāyabhāvanā* (physical development), *Sappāyakārī*, *Sappāye Mattaññutā*, *Paṇītabhogī*, and *Kālacārī*; mental health care, including *Cittabhāvanā* (mental development) and *Brahmacariya*; social well-being, including *Sīlabhāvanā* (moral development) and *Saāgahavatthu IV* (the Four Bases of Social Solidarity); and intellectual development, including *Paññābhāvanā* (wisdom development) and *Brahmavihāra IV* (the Four Sublime States of Mind).

3) The development process for enhancing elderly happiness based on Buddhist ethics was implemented through four activities: paying homage to the Buddha, observing the Five Precepts and offering alms; chanting and performing daily prayers; listening to

Dhamma sermons; and practicing meditation with loving-kindness. The outcomes indicated that the elderly demonstrated better physical self-care and understanding of age-related changes, stronger mental resilience and emotional control, peaceful coexistence within society, and improved ability to solve problems rationally through wisdom.

Keywords: Elderly; Buddhist Ethics; Happiness; Elderly Development

บทนำ

ปัจจุบันโลกกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) อย่างรวดเร็ว อันเป็นผลมาจากความก้าวหน้าทางการแพทย์ การสาธารณสุข และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากร ส่งผลให้ประชากรมีอายุยืนยาวมากขึ้น องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2002) รายงานว่า ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และคาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. 2593 จะมีประชากรผู้สูงอายุมากกว่า 2.1 พันล้านคนทั่วโลก สำหรับประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ โดยมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด ส่งผลให้การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุกลายเป็นประเด็นสำคัญที่ทุกภาคส่วนต้องร่วมกันดำเนินการ (สถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2560)

ผู้สูงอายุเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา อันเนื่องมาจากความเสื่อมถอยตามธรรมชาติของร่างกายและบริบททางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ผู้สูงอายุจำนวนมากประสบปัญหาด้านสุขภาพ โรคเรื้อรัง ความเหงา ความวิตกกังวล การขาดบทบาททางสังคม และการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของครอบครัวและชุมชน (วิพรรณ ประจวบเหมาะ, 2542) ปัญหาดังกล่าวส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและความสุขของผู้สูงอายุโดยตรง ดังนั้นการพัฒนาผู้สูงอายุจึงควรมุ่งเน้นการพัฒนาอย่างรอบด้าน ทั้งด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต ความสัมพันธ์ทางสังคม และการพัฒนาปัญญา เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณค่าและมีความสุข

พระพุทธศาสนาเป็นรากฐานสำคัญของวิถีชีวิตคนไทย และเป็นแหล่งพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนทุกช่วงวัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีกยึดเหนี่ยวหลักธรรมเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต หลักพุทธจริยศาสตร์สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุได้อย่างครอบคลุม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา ผ่านหลักธรรมสำคัญ ได้แก่ ภาวนา 4 สังคหวัตถุ 4 พรหมวิหาร 4 และอายุสสธรรม 5 ซึ่งล้วนเป็นหลักธรรมที่มุ่งพัฒนามนุษย์ให้เกิดความสมบูรณ์ทั้งทางกายและจิตใจ (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2540) อันจะนำไปสู่การดำรงชีวิตอย่างมีความสุขและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสันติสุข

วัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู เป็นศูนย์กลางกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและเป็นแหล่งส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุในชุมชน โดยมีการจัดกิจกรรมทางศาสนาและการปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่องสำหรับผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตาม ยังขาดการศึกษาที่เป็นระบบเกี่ยวกับสภาพผู้สูงอายุ หลักพุทธจริยศาสตร์ที่ใช้ในการพัฒนา และผลของการพัฒนาผู้สูงอายุผ่านกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการพัฒนาผู้สูงอายุเพื่อความเป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู เพื่อสร้างองค์ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาผู้สูงอายุเชิงพุทธบูรณาการ และเป็นแนวทางในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนและสังคมไทยต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพผู้สูงอายุของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู
2. เพื่อศึกษาหลักพุทธจริยศาสตร์ที่ใช้พัฒนาผู้สูงอายุให้มีความสุข
3. เพื่อการพัฒนาผู้สูงอายุให้เป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มุ่งศึกษาการพัฒนาผู้สูงอายุเพื่อความเป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู โดยศึกษาสภาพผู้สูงอายุ หลักพุทธจริยศาสตร์ที่ใช้ในการพัฒนา และผลการพัฒนาผู้สูงอายุผ่านกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา

พื้นที่วิจัย ได้แก่ วัดสายทอง บ้านหนองผำ ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู ซึ่งเป็นวัดที่มีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุและเป็นศูนย์กลางการจัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 25 รูป/คน ได้มาจากการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบด้วย 1) พระสงฆ์ผู้มีบทบาทในการจัดกิจกรรมและเป็นวิทยากรด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 5 รูป 2) ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมของวัดสายทองอย่างต่อเนื่อง จำนวน 15 คน และ 3) บุคลากรทางการแพทย์ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน 5 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย 1) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ที่สร้างขึ้นจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุและหลักพุทธจริยศาสตร์ และ 2) แบบสังเกตพฤติกรรม (Behavior Observation Form) เพื่อใช้สังเกตพฤติกรรมของผู้สูงอายุขณะ

เข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา โดยผู้วิจัยตรวจสอบความเหมาะสมของประเด็นคำถามและเนื้อหาของเครื่องมือก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลภาคสนาม

การเก็บรวบรวมข้อมูลดำเนินการโดยผู้วิจัยลงพื้นที่ศึกษาบริบทของวัดสายทอง ประสานงานและขออนุญาตผู้เกี่ยวข้อง จากนั้นดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญตามประเด็นที่กำหนดไว้ พร้อมทั้งสังเกตพฤติกรรมของผู้สูงอายุระหว่างเข้าร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ การไหว้พระ รับศีลและถวายสังฆทาน การทำวัตรสวดมนต์ การฟังพระธรรมเทศนา และการปฏิบัติธรรมแผ่เมตตา ตลอดจนบันทึกข้อมูลภาคสนามอย่างเป็นระบบ

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) ร่วมกับการพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis) โดยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ การสังเกต และการจดบันทึกภาคสนามมาจัดหมวดหมู่ ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล เปรียบเทียบความสอดคล้องของข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ และสังเคราะห์สาระสำคัญตามวัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อให้ได้ข้อค้นพบที่สะท้อนสภาพความเป็นจริงของผู้สูงอายุและแนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุตามหลักพุทธจริยศาสตร์อย่างเป็นระบบ

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาผู้สูงอายุเพื่อความเป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของวัดสายทอง ตำบลหนองหัว อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู” ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. สภาพผู้สูงอายุของวัดสายทอง ตำบลหนองหัว อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู ผลการวิจัยพบว่า สภาพผู้สูงอายุของวัดสายทองสามารถจำแนกได้เป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1) สภาพการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ 2) สภาพปัญหาของผู้สูงอายุ และ 3) ความต้องการของผู้สูงอายุ

1.1 สภาพการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงใน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านปัญญา โดยด้านร่างกายพบการเสื่อมถอยของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย ด้านจิตใจพบความเครียด ความวิตกกังวล และอารมณ์แปรปรวน ด้านสังคมพบการเปลี่ยนแปลงบทบาททางสังคมและการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น ส่วนด้านปัญญาพบว่าผู้สูงอายุบางส่วนมีการตัดสินใจโดยใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผล

1.2 สภาพปัญหาของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุประสบปัญหาทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย เช่น โรคเรื้อรังและความเสื่อมของอวัยวะ ด้านจิตใจ เช่น ความเหงา ความน้อยใจ และความวิตกกังวล ด้านสังคม เช่น การขาดความเข้าใจในครอบครัวและการถูกลดบทบาททางสังคม และด้านปัญญา เช่น การขาดการไตร่ตรองในการแก้ไขปัญหาและการตัดสินใจ

1.3 ความต้องการของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการสำคัญ 3 ด้าน ได้แก่ ความต้องการด้านปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต ความต้องการด้านความปลอดภัยทั้งในชีวิตและทรัพย์สิน และความต้องการได้รับการยอมรับนับถือและมีคุณค่าในสังคม

2. หลักพุทธจริยศาสตร์ที่ใช้พัฒนาผู้สูงอายุให้มีความสุข ผลการวิจัยพบว่า หลักพุทธจริยศาสตร์ที่สามารถนำมาพัฒนาผู้สูงอายุให้มีความสุขได้ ประกอบด้วย 4 ด้าน ดังนี้

2.1 ด้านสุขภาพกาย ได้แก่ กายภาวนา สปัปายการี สปัปายะ มัตตัญญูตา ปณิตโภคี และกาลจารี ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมการดูแลสุขภาพกาย การบริโภคอย่างเหมาะสม และการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามหลักสุขภาวะ

2.2 ด้านสุขภาพจิต ได้แก่ จิตตภาวนา และพรหมจรรย์ ซึ่งช่วยส่งเสริมการพัฒนาจิตใจ การมีสติ การรู้เท่าทันอารมณ์ และการดำรงชีวิตด้วยความไม่ประมาท

2.3 ด้านสุขภาพทางสังคม ได้แก่ ศีลภาวนา และสังคหวัตถุ 4 ประกอบด้วย ทาน ปิยวาจา อตถจริยา และสมานัตตตา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุข

2.4 ด้านสุขภาพทางปัญญา ได้แก่ ปัญญาภาวนา และพรหมวิหาร 4 ซึ่งช่วยพัฒนาความคิด การใช้เหตุผล การมองโลกตามความเป็นจริง และการดำเนินชีวิตด้วยเมตตาธรรม

3. การพัฒนาผู้สูงอายุให้เป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของวัดสายทอง ตำบลหนองหัว อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาผู้สูงอายุดำเนินการผ่านกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา 4 กิจกรรม ได้แก่ 1) การไหว้พระ รัชศีล และถวายสังฆทาน 2) การทำวัตรสวดมนต์ 3) การฟังพระธรรมเทศนา และ 4) การปฏิบัติธรรมแผ่เมตตา

ผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวทำให้ผู้สูงอายุเกิดการพัฒนาใน 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านร่างกาย ผู้สูงอายุมีความรู้และความเข้าใจในการดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น รู้จักเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสม เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย และสามารถปรับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับวัยสูงอายุ 2. ด้านจิตใจ ผู้สูงอายุมีสติในการดำเนินชีวิตมากขึ้น สามารถควบคุมอารมณ์ ลดความวิตกกังวล และมีความเข้มแข็งทางจิตใจ ส่งผลให้มีความสุขและความพึงพอใจในชีวิตเพิ่มขึ้น 3. ด้านสังคม ผู้สูงอายุมีความเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น สามารถปรับตัวเข้ากับครอบครัวและชุมชนได้ดี มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้าง และสามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างสันติสุข 4. ด้านปัญญา ผู้สูงอายุมีความสามารถในการพิจารณาปัญหาตามหลักเหตุและผล เข้าใจความเปลี่ยนแปลงของชีวิตและสังคม สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีสติและใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาผู้สูงอายุเพื่อความเป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของ วัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู” สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. สภาพผู้สูงอายุของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลง ปัญหา และความต้องการใน 4 มิติ ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา โดยเฉพาะด้านร่างกายพบความเสื่อมของระบบต่าง ๆ ของร่างกายและการเกิดโรคเรื้อรังตามวัย ส่วนด้านจิตใจพบความวิตกกังวล ความเหงา และความรู้สึกลูกทอดทิ้ง ด้านสังคมพบการเปลี่ยนแปลง บทบาทในครอบครัวและสังคม ขณะที่ด้านปัญญาพบว่าผู้สูงอายุบางส่วนยังขาดการใช้เหตุผลในการแก้ไขปัญหา ทั้งนี้อาจเป็นผลมาจากความเสื่อมถอยทางร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางสังคม และการปรับตัวต่อสถานการณ์ชีวิตในวัยสูงอายุ

ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2002) ที่อธิบายว่าผู้สูงอายุเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมอย่างต่อเนื่อง จึงจำเป็นต้องได้รับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตอย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ภูมิ โชคเหมาะ และคณะ (2557) ที่พบว่าผู้สูงอายุมีความต้องการได้รับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตทั้งด้าน สุขภาพกาย สุขภาพจิต ความมั่นคงในการดำรงชีวิต และการได้รับการยอมรับจากสังคม เพื่อให้สามารถ ดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณค่าและมีความสุข

2. หลักพุทธจริยศาสตร์ที่ใช้พัฒนาผู้สูงอายุให้มีความสุข ผลการวิจัยพบว่า หลักพุทธจริยศาสตร์ที่เหมาะสมต่อการพัฒนาผู้สูงอายุให้มีความสุข ประกอบด้วย กายภาวนา จิตตภาวนา ศีลภาวนา ปัญญา ภาวนา สังคหัตถ์ 4 พรหมวิหาร 4 และอายุสธรรม 5 ซึ่งครอบคลุมการพัฒนาชีวิตทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา สะท้อนให้เห็นว่าการพัฒนาผู้สูงอายุไม่ควรมุ่งเน้นเฉพาะด้านสุขภาพกายเท่านั้น แต่ควรพัฒนาอย่างเป็นองค์รวมควบคู่กันไป

ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) (2540) ที่อธิบายว่า การพัฒนามนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนาต้องพัฒนาทั้งกาย ศีล จิต และปัญญา เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ของชีวิต นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับแนวคิดเรื่องภาวนา 4 ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์อย่างครบทุกมิติ และสอดคล้องกับสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2560) ที่กล่าวว่า ผู้สูงอายุควรได้รับการส่งเสริมให้ดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่าและมีพลังในการดำเนินชีวิต แม้จะอยู่ในช่วงบั้นปลายของชีวิตก็ตาม

3. การพัฒนาผู้สูงอายุให้เป็นผู้มีความสุขตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของวัดสายทอง ตำบลหนองหว่า อำเภอมือง จังหวัดหนองบัวลำภู ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาผู้สูงอายุผ่านกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ การไหว้พระ รับศีล และถวายสังฆทาน การทำวัตรสวดมนต์ การฟังพระธรรมเทศนา และการปฏิบัติธรรมแผ่เมตตา สามารถส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดการพัฒนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ

สังคม และปัญญา โดยผู้สูงอายุมีความรู้ในการดูแลสุขภาพกายมากขึ้น มีสติและความเข้มแข็งทางจิตใจ สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสันติสุข และสามารถใช้ปัญญาในการพิจารณาและแก้ไข ปัญหาในชีวิตได้อย่างเหมาะสม

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุ ได้ฝึกสติ สมาธิ และการพิจารณาตนเอง ควบคู่กับการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในชุมชน ทำให้เกิด การพัฒนาทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญาไปพร้อมกัน ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัย ของพระมหานรินทร์ มหาธมมรภิโต (แสงแก้ว) และคณะ (2557) ที่พบว่า การประยุกต์ใช้หลักจิตตภาวนา ในการดูแลผู้สูงอายุสามารถส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพทางสังคม และสุขภาพทางปัญญาของ ผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของกุลวิณ์ วุฒิกร (2559) ที่พบว่า การพัฒนาผู้สูงอายุจำเป็นต้องดำเนินการแบบองค์รวม โดยคำนึงถึงความพร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และการจัดการตนเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุขอย่างยั่งยืน

ดังนั้น การพัฒนาผู้สูงอายุตามหลักพุทธจริยศาสตร์ของวัดสายทองจึงเป็นแนวทางสำคัญในการ ส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ากับกิจกรรมทางศาสนาและ การดำเนินชีวิตประจำวัน อันนำไปสู่การมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา ตลอดจนการมีความสุขอย่างยั่งยืนในวัยสูงอายุ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1.1 วัด ชุมชน และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ควรร่วมกันส่งเสริมกิจกรรมพัฒนาผู้สูงอายุ โดยบูรณาการหลักพุทธจริยศาสตร์เข้ากับกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั้งด้าน ร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญาอย่างต่อเนื่อง

1.2 วัดควรจัดกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาสำหรับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ เช่น การไหว้พระ สวดมนต์ การฟังพระธรรมเทศนา การเจริญจิตภาวนา และการปฏิบัติธรรม เพื่อส่งเสริมสุขภาวะทางจิตใจ ลดความเครียด และสร้างความสุขในการดำเนินชีวิต

1.3 หน่วยงานด้านสาธารณสุขควรนำหลักพุทธจริยศาสตร์มาประยุกต์ใช้ร่วมกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ โดยเฉพาะการส่งเสริมสุขภาพเชิงป้องกัน การดูแลสุขภาพจิต และการสร้างเครือข่าย การดูแลผู้สูงอายุในชุมชน

1.4 ครอบครัวและชุมชนควรส่งเสริมบทบาทของผู้สูงอายุในการมีส่วนร่วมทางสังคม เพื่อให้ ผู้สูงอายุได้รับการยอมรับ เห็นคุณค่าในตนเอง และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรีและ มีความสุข

1.5 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรสนับสนุนการจัดตั้งศูนย์การเรียนรู้หรือศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในวัดและชุมชน เพื่อเป็นพื้นที่ในการส่งเสริมการเรียนรู้ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

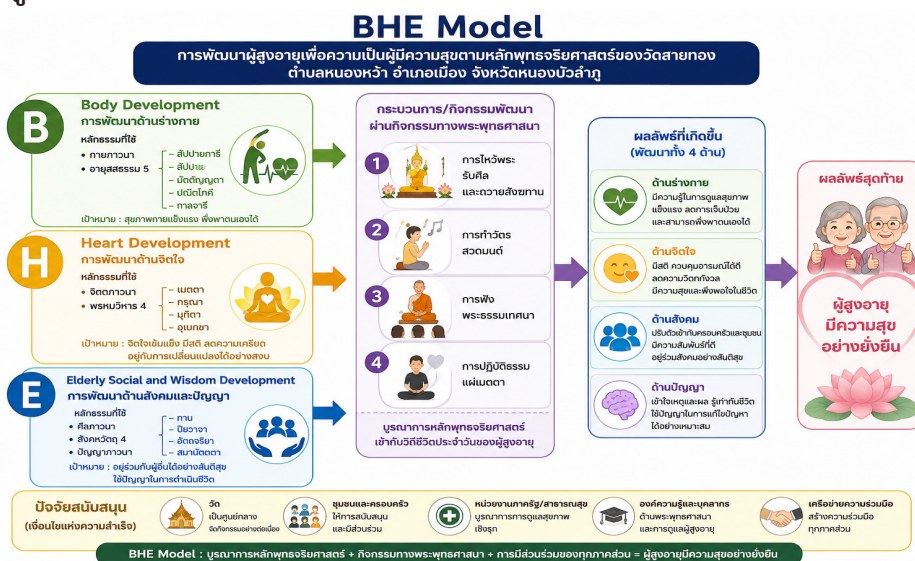
2.1 ควรศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) เกี่ยวกับการพัฒนาผู้สูงอายุด้วยหลักพุทธจริยศาสตร์ เพื่อให้เกิดรูปแบบการพัฒนาที่สามารถนำไปใช้ได้จริงในชุมชน

2.2 ควรศึกษาวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) เพื่อเปรียบเทียบผลก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาผู้สูงอายุตามหลักพุทธจริยศาสตร์ในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา

2.3 ควรศึกษาการพัฒนาผู้สูงอายุแบบองค์รวมโดยบูรณาการหลักพุทธจริยศาสตร์ร่วมกับศาสตร์สมัยใหม่ด้านสุขภาพและสังคมสงเคราะห์ เพื่อสร้างรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุที่เหมาะสมกับบริบทสังคมไทย

2.4 ควรศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของผู้สูงอายุในชุมชนพุทธศาสนาและเปรียบเทียบกับชุมชนที่มีบริบททางสังคมและวัฒนธรรมแตกต่างกัน เพื่อขยายองค์ความรู้และแนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุในระดับที่กว้างขึ้น

องค์ความรู้ใหม่



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ใหม่

เอกสารอ้างอิง

- กุลวีณ์ วุฒิกร. (2559). รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะของผู้ดูแลผู้สูงอายุ. วารสารศรีปทุมปริทัศน์ ฉบับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 16(2), 50-60.
- ภูมิ โชคเหมาะ และคณะ. (2557). กฎหมายการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทย. (รายงานการวิจัย). สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2540). พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต. ธรรมสภา.
- พระมหานิพนธ์ มหามรรคชาติ (แสงแก้ว) และคณะ. (2557). การพัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุด้วยหลักจิตภาวนาในพระพุทธศาสนา. (รายงานการวิจัย). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546. (2546, 31 ธันวาคม). ราชกิจจานุเบกษา. เล่ม 120 ตอนที่ 130 ก, หน้า 5-6.
- วิพรรณ ประจวบเหมาะ. (2542). การส่งเสริมสุขภาพปัสสาวะด้วยผู้สูงอายุ ปี 2542. (รายงานการวิจัย). วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2560). สูงอายุเป็น ก็น่าเป็นผู้สูงอายุ. มุลินธิพุทธธรรม.
- สถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2560). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย ปี 2560. บริษัท โรงพิมพ์เดือนตุลา จำกัด.
- องค์การอนามัยโลก. (2545). พหุพลัง (Active Ageing): กรอบนโยบาย. องค์การอนามัยโลก.
- World Health Organization. (2010). Definition of an older person. Retrieved January 20, 2024, from <https://www.who.int>
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.